शनिवार
34 साल से देहरादून का विश्वास
25 अप्रैल 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 91
● 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

'म्हारी छोरियां छोरों से कम हैं के?'

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड बोर्ड परीक्षाओं के परिणाम घोषित होने पर इस बार भी बालिकाओं ने बाजी मारी। इंटरमीडिएट में 85.11 व हाईस्कूल में 92.10 प्रतिशत परीक्षा का परिणाम रहा।

आज यहां उत्तराखंड विद्यालयी शिक्षा परिषद द्वारा हाईस्कूल व इंटरमीडिएट की बोर्ड परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया है। प्रदेश के विद्यालयी शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने रामनगर स्थित विद्यालयी शिक्षा परिषद के सभागार में बोर्ड परीक्षओं के परिणाम जारी किये। इस वर्ष इंटरमीडिएट परीक्षा में कुल परिणाम 85.11 फीसदी जबकि हाईस्कूल में 92.10 फीसदी रहा है। इस अवसर पर विभागीय मंत्री डॉ. रावत ने मेधावी छात्रों व उनके अभिभावकों से फोन पर बात कर उन्हें बधाई व शुभकानाएं दी। प्रदेश के शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने बोर्ड परीक्षा परिणाम सफलतापूर्व घोषित किये जाने पर खुशी जाहिर की। उन्होंने इसके लिये परिषद के सभी अधिकारियों, कर्मचारियों एवं शिक्षकों को बधाई दी, उन्होंने कहा कि सभी लोगों के अथक परिश्रम और समर्पण से परीक्षा परिणाम समय पर घोषित किया गया। डॉ. रावत ने बताया कि इस वर्ष इंटरमीडिएट में कुल परीक्षा परिणाम 85.11 फीसदी रहा। जिसमें बालकों का उत्तीर्ण प्रतिशत 81.93 जबकि बालिकाओं का उत्तीर्ण प्रतिशत 88.09 रहा है। उन्होंने बताया कि इंटरमीडिएट में कुल 102986 परीक्षार्थी पंजीकृत थे। जिसमें से 100452 परीक्षार्थी बोर्ड परीक्षा में सम्मिलित हुये जबकि 85499 उत्तीर्ण हुये। विगत वर्ष 2025 की तुलना में इस वर्ष इंटरमीडिएट का परीक्षा परिणाम 1.88 फीसदी अधिक रहा है। इसी प्रकार इस वर्ष हाईस्कूल का कुल परीक्षा परिणाम 92.10 फीसदी रहा। जिसमें 88.03 फीसदी बालकों जबकि 96.07 फसदी बालिकाओं ने बाजी मारी। डॉ. रावत ने बताया कि हाईस्कूल बोर्ड परीक्षा के लिये 112266 परीक्षार्थी पंजीकृत थे। जिसमें से 108983 परीक्षार्थी परीक्षा में सम्मिलित हुये जबकि 100373 छात्र-छात्राएं उत्तीर्ण हुये। हाईस्कूल का परीक्षा परिणाम विगत वर्ष 2025 की तुलना में 1.33 प्रतिशत अधिक रहा है। जो बोर्ड परीक्षाओं की तैयारी, शिक्षकों व छात्र-छात्राओं की मेहनत को प्रदर्शित करता है।

❑उत्तराखंड बोर्ड परीक्षा में बालिकाओं ने मारी बाजी
❑इंटरमीडिएट में 85.11 व हाईस्कूल में 92.10 फीसदी रहा कुल परीक्षा परिणाम

डा. रावत ने इस अवसर पर परिषदीय परीक्षा की प्रवीणता सूची में स्थान प्राप्त करने वाले छात्र-छात्राओं एवं उनके अभिभावकों के साथ फोन पर बातचीत की उन्हें शुभकामनाएं दी। उत्तराखंड विद्यालयी शिक्षा परिषद की 12वीं बोर्ड परीक्षा की संयुक्त श्रेष्ठता सूची में सरस्वती शिशु मंदिर इंटर कॉलेज बागेश्वर की गीतिका पंत व भंजूराम अमर इंटर कॉलेज ऊधमसिंह की सुशीला मेंहदीरत्ता ने 98 फीसदी अंक प्राप्त कर संयुक्त रूप से सर्वोच्च स्थान प्राप्त किया। इसी प्रकार सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज आवास विकास ऋषिकेश के आर्यन ने 97.80 प्रतिशत अंक प्राप्त कर द्वितीय स्थान प्राप्त किया। जबकि सरस्वती विद्या मंदिर मायापुर हरिद्वार की वंशिका ने 97 फीसदी अंक हासिल कर तीसरा स्थान प्राप्त किया।

इसी प्रकार हाईस्कूल की बोर्ड परीक्षा की श्रेष्ठता सूची में एम.पी. हिन्दू इंटर कॉलेज रामनगर नैनीताल के अक्षत गोपाल ने 98.20 फीसदी अंक हासिल कर सर्वोच्च स्थान प्राप्त किया। इसी प्रकार एस.वी.एम. इंटर कॉलेज चिन्यालीसौड, उत्तरकाशी के इशांत कोठारी तथा जी.बी. पंत राजकीय इंटर कॉलेज खैरना, नैनीताल की भूमिका ने 98 प्रतिशत अंक प्राप्त कर संयुक्त रूप दूसरा स्थान प्राप्त किया। जबकि विवेकानंद वी.एम. इंटर कॉलेज मण्डलसेरा बागेश्वर के योगेश जोशी ने 97.80 फीसदी अंक हासिल कर तीसरा स्थान प्राप्त किया। उत्तराखंड विद्यालयी शिक्षा परिषद की बोर्ड परीक्षाओं में बागेश्वर जनपद का प्रदर्शन शानदार रहा है। बागेश्वर जनपद ने इंटरमीडिएट में कुल 94.84 फीसदी व हाइस्कूल में 96.98 फीसदी परीक्षाफल के साथ प्रथम स्थान प्राप्त किया। उत्तराखंड विद्यालयी शिक्षा परिषद ने 10वीं व 12 वीं के परीक्षाफल सुधार परीक्षा-2025 के द्वितीय वर्ष के परीक्षा परिणाम भी घोषित किये। जिसमें हाईस्कूल बोर्ड परीक्षा का परीक्षाफल 68.67 रहा है। 10वीं बोर्ड परीक्षा में 382 परीक्षार्थियों ने पंजीकरण किया था जिसमें से 239 छात्र-छात्राएं उत्तीर्ण हुई। इसी प्रकार इंटरमीडिएट परीक्षाफल सुधार परीक्षा (द्वितीय) वर्ष-2025 का परीक्षाफल 66.27 फीसदी रहा। उक्त परीक्षा में कुल 464 परीक्षार्थी पंजीकृत थे जिसमें 279 उत्तीर्ण हुये।

दून की सड़कों पर धरने-प्रदर्शन कब तक?

विशेष संवाददाता

देहरादून। सत्ता और सरकार से सवाल पूछना जहां मीडिया के लिए भी मुमकिन न हो वहां अगर कोई आम आदमी किसी मंत्री, विधायक या फिर किसी अधिकारी से सवाल पूछे वह भी भारी आक्रोश और गुस्से में तब उसके साहस को लोगों का सलाम करना स्वाभाविक है। बात चाहे देवभूमि के उस युवक की हो जो मोहम्मद दीपक के नाम से बीते दिनों चर्चाओं में रहा या फिर उस महिला की जिसने मुंबई की सड़कों में सरेआम भाजपा के एक मंत्री और पुलिस अधिकारियों को लताड़ा जिसका वीडियो पूरे देश में अब वायरल हो रहा है।

देश के संविधान और कानून की किताबों में भले ही सभी नागरिकों के अधिकारों का उल्लेख स्पष्ट रूप से किया गया हो लेकिन सत्ता में बैठे नेताओं

❑कब जागेगा शासन-प्रशासन, वीआईपी कल्चर से जनता परेशान

द्वारा इन नियम कानूनों की परवाह किए बिना कैसे इनका उल्घंन किया जाता है और आम जनता को किस तरह की मुश्किलें झेलनी पड़ती हैं तथा पुलिस प्रशासन भी किस तरह उनकी कठपुतली बना रहता है यह सभी जानते हैं। साथ

साथ यह भी जानते हैं उनके विरोध करने का नतीजा क्या हो सकता है। सरकारी काम में बाधा डालने की धाराओं में किसी को भी जेल पहुंचा देना उनके लिए कितना आसान होता है।

देश के कोने-कोने से आए दिन ऐसी तस्वीरे सामने आती रहती है। इन दिनों केंद्रीय सत्ता पर आसीन भाजपा ने सभी राज्यों में अपनी सरकारों व संगठन के लोगों से महिला आरक्षण के मुद्दे पर विरोध प्रदर्शन के लिए उतारा हुआ है। सत्ताधारी दल बिल पास होने के बावजूद भी महिला आरक्षण में अड़गां डालने के लिये कांग्रेस के खिलाफ प्रदर्शन कर रहे हैं देश भर में इसे लेकर जो राजनीतिक तमाशा तो चल ही रहा है लेकिन सवाल यह है क्या सत्ता में बैठे लोगों द्वारा जनता को परेशान करना चाहिए?

बात दून कि की जाए तो यहां भी सीएम धामी और प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट के नेतृत्व में सड़कों पर विरोध

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

आप का अब क्या होगा

समाजसेवी अन्ना हजारे के भ्रष्टाचार के खिलाफ आंदोलन की कोख से जन्मी आम आदमी पार्टी जितनी तेजी से देश के राजनीतिक फलक पर उभरी थी उससे भी अधिक तेजी से अब रसातल में जाती दिख रही है। देश में व्याप्त भयंकर भ्रष्टाचार को मिटाने का उद्देश्य लेकर पैदा होने वाली आदमी पार्टी के संयोजक और संस्थापक अरविंद केजरीवाल ने जब इस पार्टी के गठन की मंशा जाहिर की थी तब अन्ना हजारे ने उन्हें यह कहकर रोकने का प्रयास किया था कि वह कीचड़ के दलदल से दूर रहे लेकिन उन्होंने यह दलील देकर की कीचड़ को अगर साफ करना है तो कीचड़ में उतरना ही पड़ेगा उनकी बात को खारिज कर दिया था। इस पार्टी को लेकर देश के बुद्धिजीवियों व कुछ युवाओं में इस कदर उत्साह देखा गया कि अनेक बड़े चेहरे इस पार्टी का हिस्सा तो बने लेकिन बाद में वह उतनी ही जल्दी चले भी गए और जो पार्टी में बने भी रहे वह अब पार्टी से पल्ला झाड़ झाड़ कर जा रहे हैं इसका ताजा उदाहरण है राज्यसभा सांसद राघव चड्ढा और उनके साथ 6 अन्य सांसद जिन्होंने कल विधि- विधिवत भाजपा का दामन थाम लिया है। पार्टी के 10 में से अगर 7 सांसद चले गए हो तथा संजय सिंह को छोड़कर बाकी भी जाने को तैयार बैठे हो उसका सीधा मतलब यही है कि आधी आम आदमी पार्टी का विलय भाजपा में हो चुका है। चर्चा यह भी है कि भाजपा का अगला टारगेट अब पंजाब और वहां की मानं सरकार है। खैर यह भविष्य की बात है इस पर बात ही क्या करनी है ? राघव चड्ढा का कहना है कि इस पार्टी का जो मूल उद्देश्य था उससे पार्टी भटक चुकी है बड़ी सीधी सी बात है कि अब देश में वैसा मीडिया भी नहीं रहा है जो उनसे सवाल कर पाता कि जिस भाजपा का पटका आपने आज पहना क्या उसमें अब वह सब गुण नजर आ रहे हैं जो आम आदमी पार्टी में नहीं थे या जिन अवगुणों के कारण आपको इस पार्टी को छोड़ना पड़ा है उसका यही कारण था या फिर कुछ और? आप को छोड़ने वाले एक राज्यसभा सांसद के ठिकानों पर अभी पड़े छापे भी तो इसका कारण हो सकते हैं। संजय सिंह तो कह रहे हैं कि इन नेताओं ने पार्टी के साथ गद्दारी की है तथा ईडी और सीबीआई के डर से उन्होंने पार्टी छोड़ी है। इस बड़ी टूट-फूट और भविष्य में इससे भी बड़ी भगदड़ की संभावनाओं के बीच अब आम आदमी पार्टी का क्या वजूद शेष बच पाएगा यह तो आने वाला समय ही बतायेगा लेकिन बीते एक दशक में राजनीति का चाल चरित्र और चेहरा जिस तरह से बदला है और बदल रहा है उसमें अब किसी सुचिता और सिद्धांतों की बात भी नहीं की जा सकती है। संसद से लेकर सड़कों तक राजनीतिक लाभ और सत्ता के लिए नेताओं के बीच जिस तरह की कुर्ता घसीटन चल रही है षड्यंत्र रचे जा रहे हैं वहां कुछ भी कह पाना संभव नहीं है। शराब घोटाले में भले ही अरविंद केजरीवाल जीत गए हो लेकिन क्या जेल की हवा खाने से स्वयं को बचा पाए अब कैसे राजनीतिक कीचड़ साफ करो या मरो इसी राजनीति के कीचड़ में डूब कर। आम आदमी पार्टी कि अगर सबसे बड़ी उपलब्धि कुछ है तो वह मुफ्त की रेवड़िंया राजनीतिक सौगात जो उन्होंने देश को दी। जिसका खामियाजा अब पूरा देश भुगत रहा है।

कांग्रेसियों ने एचएन बहुगुणा की जयंती पर उनको श्रद्धासुमन अर्पित किये

संवाददाता

देहरादून। यूपी के पूर्व मुख्यमंत्री स्व. हेमवती नंदन की जयंती पर कांग्रेस मुख्यालय में उनकी चित्र पर माल्यार्पण कर श्रद्धांजलि दी।

आज यहां देश के महान नेता पूर्व केन्द्रीय मंत्री एवं अविभाजित उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री स्व. हेमवती नन्दन बहुगुणा की जयन्ती के अवसर पर प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल के नेतृत्व में कांग्रेसजनों ने प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय राजीव भवन में स्व. हेमवती नन्दन बहुगुणा के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित किये। इस अवसर पर प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गोदियाल ने कहा कि गढ़वाल के एक छोटे से गांव बुघाणी में सामान्य परिवार में जन्मे हेमवती नन्दन बहुगुणा जी ने जिस प्रकार से गढ़वाल से इलाहाबाद तक की शैक्षणिक यात्रा, छात्र राजनीति, स्वतंत्रता संग्राम और फिर देश की आजादी के बाद उत्तर प्रदेश के विधायक से लेकर उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री, भारत सरकार के संचार मंत्री से लेकर वित्त मंत्री और लम्बे समय तक विपक्ष के नेता के रूप में देश को नेतृत्व दिया और जीवनभर जिस विचारधारा पर चले कभी उन पर समझौता नहीं किया। उन्होंने देश की भावी पीढ़ियों को धर्मनिरपेक्षता की ठोस विचारधारा विरासत में दी और देश में सामाजिक न्याय के वैचारिक कीर्तिमान स्थिपित किये। गोदियाल ने कहा कि हेमवती नन्दन बहुगुणा व्यक्ति नहीं बल्कि विचारधारा थे। उन्होंने हमेशा कहा कि ‘हिमालय टूट सकता है पर झुक नहीं सकता’। बहुगुणा के ऊपर अंग्रेज सरकार ने स्वतंत्रता संग्राम के दौरान दस हजार जिन्दा या मुर्दा इनाम रखा था और जब वे गिरफ्तार हुए तो माफी मांगने की शर्त पर अंग्रेज सरकार ने उनको छोडने की पेशकश उनके पिता के माध्यम से की थी किन्तु बहुगुणा ने माफी मांगने से साफ मना कर दिया था। उन्होंने वर्तमान सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि आज प्रदेश में जिस प्रकार से जनहित की अनदेखी की जा रही है, वह बेहद चिन्ताजनक है। महंगाई, बेरोजगारी, शिक्षा और स्वास्थ्य जैसे बुनियादी मुद्दों पर सरकार पूरी तरह विफल साबित हो रही है।

विधानसभा चुनाव के लिए चुनावी मोड में भाजपा सरकार, कांग्रेस भी हुई आक्रामक

‘साफ्ट हिदुत्व’ और ‘विकास’ का एजेंडा

कार्यालय संवाददाता

●मुख्यमंत्री लगातार ले रहे हैं बड़े फैसले, भाजपा कर रही बड़ी रैलियां
●सरकार को घेरने की रणनीति पर कांग्रेस पार्टी लगातार कार्य कर रही
●कांग्रेस के लिए पैदा कर दी हैं भाजपा सरकार ने कई नई चुनौतियां

देहरादून। प्रदेश में 2027 में विधानसभा चुनाव होने हैं। चुनावी साल में एक ओर भाजपा जहां 'साफ्ट हिदुत्व' और 'विकास' के एजेंडे के साथ चुनाव की तैयारियां कर रही है। वही दूसरी ओर कांग्रेस के लिए भाजपा सरकार ने कई नईईचुनौतियां पैदा कर रही है। एक ओर जहां प्रदेश सरकार चुनावी मोड में आ गई है। वही कांग्रेस भी मैदान में आक्रामक होकर उतरने को तैयार है।

उत्तराखंड में भाजपा सरकार पूरी तरह चुनावी मोड में आ गई है। इसके लिए सरकार बडे फैसले लेने में लगी है ताकी आगामी विधानसभा चुनाव में मजबूती के साथ मैदान में उतरा जा सके। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी जहां लगातार बडेष् फैसले ले रहे हैं वही भाजपा प्रदेश में बड़ी रैलियां आयोजित कर रही है। दूसरी ओर प्रमुख विपक्षी कांग्रेस भी विधानसभा चुनाव के लिए पूरी तैयारी के साथ भाजपा सरकार को घेरने के लिए रणनीति पर कार्य कर रही है।

बता दें कि प्रदेश सरकार चुनावी मोड में नजर आ रही है और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी लगातार बड़े फैसले ले रहे हैं। वही भाजपा हिंदुत्व और विकास को लेकर जनता के सामने जाने की तैयारी में हैं। भाजपा जहां सरकार की उपलब्धियों को अपनी जीत में परिवर्तित करने में लगी है वही इसके लिए भाजपा प्रदेश में बडेष् नेताओं की रैलियां आयोजित करवा रही है। इसके साथ ही सूबे के अलग-अलग क्षेत्रों में महिला आरक्षण विल को लेकर भी जनसमर्थन जुटाने में लगी है। दूसरी ओर कांग्रेस बिल के विरोध में धरना और प्रदर्शन करने में लगी है। इसके साथ ही कांग्रेस सरकार की नाकामियों को लेकर मैदान में उतरने को तैयार है।

प्रदेश में सरकार द्वारा लिए गए हालिया फैसलों से यह लग रहा है कि प्रदेश सरकार चुनावी मोड में आ गई है। चुनावी साल में मुख्यमंत्री धामी ने उत्तराखंड मदरसा बोर्ड को भंग करने की एक बड़ी घोषणा की है। सरकार का कहना है कि जुलाईई 2026 से सभी मदरसों में अनिवार्य रूप से उत्तराखंड शिक्षा बोर्ड का पाठ्यक्रम लागू किया जाएगा, जो मदरसे इसे नहीं मानेंगे, उन्हें बंद करने की चेतावनी दी गई है। इस कदम को राज्य में शिक्षा सुधार और समान नागरिक संहिता की दिशा में एक और बड़ा कदम माना जा रहा है।

यही नहीं आगामी चुनावों को देखते हुए मुख्यमंत्री धामी काफी सक्रिय हैं। उन्होंने राज्य के 29 विधानसभा क्षेत्रों की चरणवार समीक्षा शुरू की है। इसके तहत वह लंबित घोषणाओं और विकास कार्यों का जायजा ले रहे हैं। इसका मुख्य उद्देश्य शासन के प्रदर्शन को बेहतर बनाना और जनता के बीच सरकार की पहुंच को मजबूत करना है। चुनावी साल में सीएम धामी के सक्रिय होने से यह तो साफ हो गया है कि आगामी विधानसभा चुनाव उन्हीं के नेतृत्व में लगा जाएगा। शायद यही कारण है कि वह लगातार क्षेत्रों में जा रहे है। हालांकि विधानसभा चुनाव की अभी घोषणा होना बाकी है, लेकिन प्रदेश में भाजपा और कांग्रेस भी चुनावी मोड में आ गए है।

केदारनाथ यात्रा को सुगम बनाने को धरातल पर उतरे अधिकारी

❑पुलिस उपाधीक्षक ने सुबह-सुबह लिया यात्रा व्यवस्थाओं का जायजा

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। पुलिस अधीक्षक रुद्रप्रयाग नीहारिका तोमर के निर्देशन में जनपद पुलिस केदारनाथ यात्रा को सुरक्षित और सुव्यवस्थित संचालित करने हेतु पूरी तरह मुस्तैद है।

इसी क्रम में आज प्रात: पुलिस उपाधीक्षक, नितिन लोहनी ने केदारनाथ धाम के आस्था पथ और मंदिर परिसर का औचक निरीक्षण कर सुरक्षा एवं लाइन व्यवस्थाओं का बारीकी से अवलोकन किया। निरीक्षण के दौरान सीओ नितिन लोहनी ने आस्था पथ पर दर्शनों हेतु कतार में लगे श्रद्धालुओं से प्रत्यक्ष संवाद किया। उन्होंने यात्रियों से व्यवस्थाओं के सम्बन्ध में फीडबैक लिया और उन्हें आश्वस्त किया कि पुलिस व प्रशासन द्वारा दर्शनों के लिए सुगम और सरल मार्ग सुनिश्चित किया गया है। उन्होंने सभी श्रद्धालुओं से धैर्य बनाए रखने और सुरक्षा घेरे में रहकर पुलिस प्रशासन का सहयोग करने की अपील की। यात्रा ड्यूटी में तैनात सभी पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए पुलिस उपाधीक्षक ने स्पष्ट निर्देश दिए कि देश-दुनिया से आने वाले श्रद्धालुओं के साथ मृदु, विनम्र और संयमित व्यवहार अपनाएं।

उन्होंने जोर देकर कहा कि विषम परिस्थितियों में भी पुलिस का व्यवहार मददगार और सेवाभावी होना चाहिए ताकि यात्री देवभूमि से सुखद स्मृतियां लेकर वापस जाएं।

कांग्रेस हताश और निराश: चौहान

कार्यालय संवाददाता

❑भाजपा: मिशन 2027 मे ऐतिहासिक हैट्रिक
❑युवा और महिलाओं में उत्साह का माहौल
❑कांग्रेसी दे रहे हैं केंद्रीय नेतृत्व को चुनौती

देहरादून। भाजपा के प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर सिंह चौहान ने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व मे प्रदेश भर में विशेषकर युवा और महिलाओं में उत्साह का माहौल है और भाजपा मिशन 2027 मे ऐतिहासिक हैट्रिक लगाने जा रही है। वहीं धामी के नेतृत्व को लेकर बेचौन कांग्रेस हताश और निराश है।

कांग्रेस के सवालों पर प्रतिक्रिया देते हुए चौहान ने कहा कि जनता सीएम धामी के नेतृत्व से संतुष्ट है और भाजपा के राष्टीय अध्यक्ष के कथन पर कांग्रेस की टिप्पणी से समझा जा सकता है कि वह किस तरह से बेचौन और निराश है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस को भाजपा पर मंथन नही बल्कि केंद्र द्वारा गुटीय संघर्ष को रोकने के लिए बनाये गए चतुर्भुज नेतृत्व पर करने की जरूरत है, क्योंकि वहाँ अब कई कोण उभर कर सामने आ रहे है। एक तरफ कांग्रेस और दूसरी और कोपभवन से बाहर आये हरदा पगडंडिया नाप रहे हैं। यह उनकी राज्य और केंद्रीय नेतृत्व को सीधी चुनौती है।

चौहान ने कहा कि कांग्रेस एंटी इनकम्बेसी का राग फिर अलाप रही है,लेकिन उसे समझना चाहिए कि राज्य में दो बार सीएम धामी ऐतिहासिक कारनामा दिखा चुके है। धामी के कार्यकाल मे जो ऐतिहासिक विकास कार्य हुए हैं वह देश के अन्य राज्यों के लिए भी नजीर बने है। उन्होंने कहा कि भाजपा विकास कार्यों को लेकर जनता के पास जा रही है, जबकि कांग्रेस के पास अफवाहों की कुंडली के सिवाय कुछ नहीं है।

चौहान ने कहा कि धामी के चमत्कारिक नेतृत्व से कांग्रेस की परेशानी को समझा जा सकता है। हताश निराश कांग्रेस के पास अब विकल्प नहीं है और यह चुनाव विकास कार्यों को लेकर होने वाला है। भाजपा जन अपेक्षाओं पर शत प्रतिशत उतरी है। अब तक हर वायदे पर खरे उतरे सीएम धामी के नेतृत्व मे भाजपा ऐतिहासिक हैट्रिक बनाने जा रही है और इसके लिए उसे जनता का पूरा समर्थन है।

बदरीनाथ हाईवे : चटवापीपल पुल से वाहनों की आवाजाही शुरू

चमोली(आरएनएस)। चारधाम यात्रा शुरू होते ही बदरीनाथ हाईवे पर बना चटवापीपल पुल वाहनों की आवाजाही के लिए शुरू हो गया है। इससे यहां यातायात सुगम हो गया है। साथ ही बरसात में होने वाले भूस्खलन और सड़क बंद सहित जाम की समस्या से छुटकारा मिल जाएगा। बदरीनाथ यात्रा मार्ग पर कर्णप्रयाग और गौचर के मध्य चटवापीपल के पास गदेरे में लगातार दो वर्षों से भूस्खलन हो रहा था। बरसात के दौरान यहां कई बार सड़क बंद रहती है। सड़क संकरी होने और मलबा होने के कारण दलदल भी हो जाती थी जिससे जाम लगता था। बीते एक साल से एनएचआईडीसीएल यहां पुल निर्माण कर रहा था। अब चारधाम यात्रा शुरू होने के साथ ही चटवापीपल पुल भी वाहनों के लिए खोल दिया गया है। अब पुल पर वाहन फर्राटा भरने लगे हैं। टू लेन पुल बनने से अब यहां जाम की समस्या से निजात मिल गई है। स्थानीय सुनील नैनवाल का कहना है कि इस पुल से चारधाम यात्रा ही नहीं बल्कि रोजमर्रा के आवागमन करने वालों को भी लाभ मिलेगा। वहीं एनएचआईडीसीएल के प्रबंधक अंकित सिंह का कहना है कि पुल का निर्माण पूरा हो चुका है। भार क्षमता मापन के बाद वाहन यहां गुजरने लगे हैं। साथ ही हाईवे जहां जहां खराब है वहां भी ठीक करने के लिए युद्धस्तर पर काम किया जा रहा है।

शारदानाथ घाट पर रात 8 बजे के बाद भी हो रही आवाजाही

श्रीनगर गढ़वाल(आरएनएस)। नगर निगम की ओर से वार्ड संख्या 12 स्थित शारदानाथ घाट पर रात 8 बजे के बाद आवाजाही पर लगाया गया प्रतिबंध फिलहाल कागजों तक ही सीमित नजर आ रहा है। तय समय के बाद भी घाट पर लोगों की आवाजाही जारी है जिससे सुरक्षा व्यवस्था पर सवाल खड़े हो गए हैं। शारदानाथ घाट शहर का प्रमुख धार्मिक और रमणीक स्थल है जहां सुबह-शाम लोग पूजा-अर्चना और सैर के लिए पहुंचते हैं। सुरक्षा के मद्देनजर नगर निगम बोर्ड ने हाल ही में सुबह 6 बजे से रात 8 बजे तक ही प्रवेश की अनुमति दी थी और इसके बाद पूर्ण प्रतिबंध लागू करने का निर्णय लिया था। स्थानीय लोगों का कहना है कि रात 8 बजे के बाद भी घाट क्षेत्र में न तो किसी तरह की सख्ती दिख रही है और न ही पुलिस की गश्त हो रही है। ऐसे में लोग बेधड़क घाट परिसर में पहुंच रहे हैं। वार्ड पार्षद शुभम प्रभाकर ने बताया कि बोर्ड बैठक में सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए यह निर्णय सर्वसम्मति से लिया गया था लेकिन जमीनी स्तर पर इसका पालन नहीं हो रहा है।

हंगामें के बाद 100 से अधिक सिलिंडर बांटे

चमोली(आरएनएस)। इंडेन रसोई गैस सिलिंडरों की समय पर आपूर्ति न होने से नाराज उपभोक्ताओं ने सिमली स्थित इंडेन रसोई गैस कार्यालय में जमकर हंगामा किया। डीएसी कोड आने के बावजूद केवल २० उपभोक्ताओं को ही सिलिंडर दिए गए जबकि गोदाम में सिलिंडर की गाड़ी थी। उपभोक्ताओं के हंगामे के बाद १०० से अधिक लोगों को सिलिंडर दिए गए। बृहस्पतिवार को इंडेन गैस एजेंसी के गोदाम से सिलिंडर लेने के लिए उपभोक्ताओं की सुबह से ही लाइन गई। पुष्कर रावत, आशीष नौटियाल और कैलाश आदि ने बताया कि डीएसी कोड जारी होने के बाद भी एजेंसी की ओर से केवल २० लोगों को सिलिंडर दिए गए जबकि कार्यालय परिसर में सिलिंडरों से भरा ट्रक खड़ा था। फिर भी अन्य लोगों को मना कर दिया गया। कर्मियों ने ठेकेदार की ओर से सिलिंडरों की गिनती न होने की बात कही। इससे आक्रोशित उपभोक्ताओं ने प्रबंधन के खिलाफ हंगामा किया। तब जाकर एजेंसी की ओर से १०० से अधिक उपभोक्ताओं को सिलिंडर दिए गए। इंडेन गैस एजेंसी सिमली के प्रबंधक रजनी थपलियाल ने कहा कि सिलिंडर का ट्रक देर से आने के कारण उपभोक्ताओं को परेशानी हुई। ट्रक आने के बाद मानकों के अनुरूप सिलिंडर वितरित किए गए।

मंगोली चारी में 51.99 लाख से बनेगा पशु चिकित्सालय भवन

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। नगर पंचायत ऊखीमठ के ओंकारेश्वर वार्ड स्थित मंगोली चारी में जल्द 51.99 लाख रुपये की लागत से राजकीय पशु चिकित्सालय भवन का निर्माण किया जाएगा। इसके लिए बृहस्पतिवार को नए भवन का शिलान्यास किया गया। केदारनाथ विधायक आशा नौटियाल ने पूजा-अर्चना कर निर्माण कार्य का शुभारंभ कराया। भवन पशुपालन विभाग की जिला योजना के तहत बनाया जाएगा। विधायक आशा नौटियाल ने कहा कि नए भवन के निर्माण से क्षेत्र के पशुपालकों को बेहतर और आधुनिक चिकित्सा सुविधाएं मिलेंगी। इससे पशुधन के स्वास्थ्य में सुधार होगा और ग्रामीण अर्थव्यवस्था को भी मजबूती मिलेगी। मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी आशीष रावत ने बताया कि यहां एक नाली जमीन पर पांच कक्ष एक लॉबी, दो बाथरूम, पशुओं के उपचार के लिए ट्रेविस तथा पशुओं को चिकित्सालय तक लाने के लिए रास्ते का निर्माण किया जाएगा। इस दौरान ऊखीमठ नगर पंचायत अध्यक्ष कुब्जा धर्मवाण मौजूद रहीं। कार्यक्रम में मुख्य पशु चिकित्साधिकारी डॉ. आशीष रावत, अधिशासी अभियंता डॉ. मीनल गुलाटी, सहायक अभियंता सुशील तिवारी आदि मौजूद थे।

हरिद्वार में बासमती चावल उत्पादन के लिए बनेंगे क्लस्टर

हरिद्वार(आरएनएस)। जिले में बासमती चावल की क्लस्टर आधारित खेती करने की कवायद शुरू की जा रही है। मुख्य विकास अधिकारी डॉ. ललित नारायण मिश्र के निर्देशन में बासमती धान उत्पादन के लिए योजना तैयार की जा रही है। इसमें पहले चरण में १०० एकड़ क्षेत्रफल में बासमती धान उगाने के लिए कृषि विभाग से जुड़े १०० किसानों का चयन किया गया है।

जिले के आकांक्षी ब्लॉक बहादराबाद के अलावा भगवानपुर में ५०-५० एकड़ के दो क्लस्टर बनाए गए हैं। इन क्लस्टरों में ग्रामोत्थान (रीप) परियोजना की महिला लाभार्थी, कृषि विभाग से जुड़े किसान और गुर्जर समुदाय के लोग शामिल किए गए हैं। बासमती चावल को खेत से थाली तक के सिद्धांत पर पूरी मूल्य श्रृंखला के तहत विकसित किया जाएगा। इस पहल को आगे बढ़ाने के लिए विकास भवन सभागार में मुख्य विकास अधिकारी डॉ. ललित नारायण मिश्र की अध्यक्षता में समन्वय बैठक भी की गई। बैठक में में जनपद के प्रगतिशील किसानों, कृषि विभाग और रीप परियोजना स्टाफ ने भाग लिया। देहरादून कृषि विभाग के बासमती धान वैज्ञानिक विशेषज्ञ भी इसमें शामिल हुए। वैज्ञानिक डॉ. संजय कुमार ने प्रतिभागियों को बासमती चावल की खेती, उत्पादन तकनीक, नर्सरी प्रबंधन और रोग-कीट नियंत्रण की विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने पूर्व और वर्तमान में बासमती धान की खेती कर रहे किसानों के अनुभव भी साझा किए। मुख्य विकास अधिकारी ने सभी किसानों को इस कार्य को शुरू से अंत तक ले जाने और आने वाली समस्याओं का तुरंत समाधान करने के निर्देश दिए।

मुख्य विकास अधिकारी डॉ. ललित नारायण मिश्र ने बताया कि बासमती चावल को मिशन मोड पर विकसित किया जाएगा। इस गतिविधि में जिले के कई युवा भी शामिल होने को तैयार हैं। पारंपरिक बासमती धान प्रजातियों के उत्पादन, संरक्षण, ब्रांडिंग के अलावा पैकेजिंग के साथ निर्यात की भी कार्ययोजना तैयार की गई है। इसका उद्देश्य इस कार्य से जुड़े प्रत्येक हितधारक को लाभ पहुंचाना और किसानों को उनके उत्पादन का बेहतर मूल्य दिलाना है।

जिला परियोजना प्रबंधक संजय कुमार सक्सेना ने कार्यशाला की रूपरेखा, उद्देश्य और इसकी निर्यात क्षमता पर जानकारी दी।

उन्होंने बताया कि बासमती चावल के क्लस्टर चयन का कार्य परियोजना के लाभार्थियों, स्वयं सहायता समूहों और सहकारिता के सदस्यों का चयन करके किया जाएगा। रीप परियोजना लाभार्थियों को आजीविका में सहयोग प्रदान कर रही है। परियोजना का लक्ष्य हरिद्वार जिले में बासमती चावल को विशेष चावल मूल्य श्रृंखला में एक बड़ा बदलाव लाने वाले के रूप में स्थापित करना है।

बेदी जाते-जाते रोशन कर गए जिंदगियां

ऋषिकेश(आरएनएस)। समाज कल्याण आयोग में सदस्य गगनदीप बेदी के पिता जोगिंदर सिंह बेदी जाते-जाते भी जिंदगियों को रोशन कर गए हैं। पिता के निधन के बाद गगनदीप ने नेत्रदान कार्यकर्ता अनिल कक्कड़ को सूचित किया, जिसके बाद एम्स की नेत्रदान रेस्क्यू टीम ने जोगिंदर सिंह की दोनों कॉर्निया सुरक्षित प्राप्त की। लायंस क्लब ऋषिकेश देवभूमि चार्टर अध्यक्ष गोपाल नारंग और संस्था के अध्यक्ष राजीव अरोड़ा ने बताया कि यह मिशन का 459वां सफल नेत्रदान प्रयास है। नेत्रदान के इस कार्य में विधायक प्रेमचंद अग्रवाल, सरदार नरेंद्रजीत सिंह बिंद्रा, सरदार परमजीत सिंह, हरीश आनंद, प्रदीप चावला, नवल कपूर, राजेंद्र सेठी, राजीव खुराना शामिल रहे।

सेनू स्कूल में लगा पोषण शिविर

चमोली(आरएनएस)। राजकीय आयुर्वेदिक चिकित्सालय चमोला ने राष्ट्रीय पोषण पखवाड़े के तहत राजकीय उच्च प्राथमिक और प्राथमिक विद्यालय सेनू में पोषण शिविर आयोजित किया। डॉ. हिमांशु डिमरी ने छात्र-छात्राओं को पोषण और संयमित खान-पान के महत्व बताए। उन्होंने फलों, सलाद, सब्जी और दालों की उपयोगिता पर जोर दिया। शिविर में २० छात्र-छात्राओं ने प्रतिभाग किया।

बुल्लावाला रामगढ़ रेंज में हाथी सुरक्षा दीवार का काम ठप

ऋषिकेश(आरएनएस)। बुल्लावाला क्षेत्र की रामगढ़ रेंज में हाथी सुरक्षा दीवार निर्माण का कार्य भूमि विवाद के चलते कई दिनों से ठप पड़ा हुआ है। निर्माण कार्य कर रहे फर्म संचालक उमाशंकर सिंह रावत ने विभागीय अधिकारियों को पत्र भेजकर स्थिति से अवगत कराते हुए जल्द समाधान की मांग की है। पत्र में कहा गया है कि ग्रामीणों और वन विभाग से जुड़े भूमि विवाद के कारण मजदूरों और मशीनरी को कार्यस्थल पर बार-बार रोका जा रहा है। इसके चलते निर्माण सामग्री साइट पर पड़ी हुई है और कार्य प्रभावित हो रहा है। ठेकेदार का कहना है कि इससे उन्हें लगातार मानसिक और आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा है। कार्यदायी संस्था के अनुसार हाथी सुरक्षा दीवार का लगभग 95 प्रतिशत कार्य पूर्ण किया जा चुका है और अंतिम चरण का कार्य शेष है, लेकिन ग्रामीणों के विरोध के कारण काम पूरी तरह बंद है। ग्राम प्रधान द्वारा भी कार्य शुरू न करने के निर्देश दिए जाने की बात कही गई है। पत्र में यह भी उल्लेख किया गया है कि सहायक अभियंता एवं कनिष्ठ अभियंता द्वारा स्थल निरीक्षण के बाद दीवार को एल-शेप में आगे बढ़ाने के निर्देश दिए गए थे, लेकिन विरोध के चलते उस पर भी अमल नहीं हो सका। ठेकेदार ने विभाग से आग्रह किया है कि मामले को जल्द निपटाया जाए, ताकि शेष कार्य पूरा हो सके या फिर अंतिम भुगतान किया जा सके। हाथी सुरक्षा दीवार का निर्माण मानव-वन्यजीव संघर्ष को रोकने के उद्देश्य से किया जा रहा है, ऐसे में कार्य रुकने से क्षेत्र में परेशानी बढ़ सकती है।

महिलाएं विपक्ष को माफ नहीं करेंगी: अलका

हरिद्वार(आरएनएस)। भाजपा की राष्ट्रीय सचिव अलका गुर्जर ने कहा कि विपक्ष महिलाओं का सम्मान नहीं करता है। नारी शक्ति वंदन अधिनियम को विपक्ष ने पास नहीं होने दिया। गुरुवार को एक होटल में पत्रकार वार्ता के दौरान उन्होंने विपक्ष पर हमला करते हुए कहा कि महिलाएं विपक्ष को माफ नहीं करेंगी। यह बिल महिलाओं को राजनीतिक रूप से भागीदारी देने का प्रयास था। पूर्व के बिल में कुछ बदलाव कर यह बिल लाया गया था। लोकसभा में भी सीट बढ़ने से महिलाओं की भागीदारी भी बढ़ती। आगामी चुनावों में कांग्रेस और अन्य विपक्षी दलों को महिलाएं वोट नहीं करेंगी। उन्होंने कहा कि देश की महिलाएं विपक्ष की महिला विरोधी मानसिकता को समझ गई हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी महिलाओं को सभी सुविधाएं दे रहे हैं। उज्ज्वला योजना, मुद्रा योजना आदि से महिलाओं को लाभ मिला है। महिलाएं आत्मनिर्भर भारत में अपना योगदान दे रही हैं।

श्रीदेव सुमन विवि की 11 मई से शुरू होगी सम सेमेस्टर की परीक्षा

नई टिहरी(आरएनएस)। श्रीदेव सुमन विवि ने प्रयोगात्मक और परीक्षा से वंचित छात्र-छात्राओं को परीक्षा में शामिल होने का एक बार अंतिम अवसर देने का निर्णय लिया है। विवि की सम सेमेस्टर की परीक्षा 11 मई से 5 जून तक आयोजित की जाएगी।

मूल्यांकन का कार्य जून तक पूरा किया जाएगा। प्रवेश के दौरान समर्थ पोर्टल में नामांकन के लिए एक निश्चित तिथि तय करने का निर्णय लिया है। बादशाहीथौल में विवि के कुलपति प्रो. एनके जोशी की अध्यक्षता में हुई 11वीं परीक्षा समिति की बैठक में यह निर्णय लिया गया। बैठक में प्री पीएचडी परीक्षा के मूल्यांकन के लिए विषय विशेषज्ञ का न्यूनतम मानदेय पांच सौ रुपये तय किया गया। छात्र-छात्राओं की मांग पर उत्तर पुस्तिकाओं का पुनर्मूल्यांकन शुल्क जमा करने पर परीक्षा समिति ने सहमति जताई है। किसी कारण वश प्रयोगात्मक परीक्षा और शामिल न होने वाले छात्रों को विवि ने राहत देते हुए उन्हें एक बार परीक्षा में शामिल होने का अंतिम अवसर देने का निर्णय लिया है। कुलपति प्रो.जोशी ने कहा कि प्रवेश के दौरान समर्थ पोर्टल पर नामांकन करने के लिए एक निर्धारित तिथि तय की जाएगी। बार-बार नामांकन करने की तिथि नहीं बढ़ाई जाएगी। पूर्व में जिन मूल्यांकन केंद्रों पर उत्तर पुस्तिकाओं के मूल्यांकन में गड़बड़ी की शिकायतें मिली है उन्हें इस बार मूल्यांकन केंद्र नहीं बनाया जाएगा। नकल विहीन परीक्षा संपन्न कराने के लिए स्ववित्त पोषित कॉलेजों में सीसीटीवी कैमरे अवश्य होने चाहिए। इस दौरान विवि के कुलपति प्रो. जोशी ने प्रो.डीसी गोस्वामी की पुस्तक क्लाइमेंट चेंज का विमोचन भी किया। बैठक में कुलसचिव दिनेश चंद्रा, परीक्षा नियंत्रक डॉ. स्वाति नेगी, उप परीक्षा नियंत्रक डॉ. हेमंत बिष्ट, सहायक परिक्षक निरीक्षक डॉ. बीएल आर्य, प्रो. संजय पंत, डॉ. प्रतीक्षा जुयाल आदि मौजूद रहे।

बच्चों की नाक से खून आने को न करें नजरअंदाज

बच्चे की नाक से खून निकलने को नकसीर फूटना कहते हैं। आमतौर पर नाक से खून आना या नकसीर बहना कोई गंभीर समस्या नहीं है। बच्चों में नकसीर आने के कई कारण हो सकते हैं।

यहां हम आपको बच्चों की नकसीर फूटने के लक्षण, कारण और इलाज के बारे में बता रहे हैं।

नकसीर फूटने के कारण

बच्चे की नाक से खून आने के कई कारण हो सकते हैं, जैसे कि =

*बच्चों की नाक से खून आने का प्रमुख कारण शुष्क हवा होती है जो नाक की झिल्लियों को सूखा कर देती है।

*कई बार बच्चे नाक में अंगुली देकर नाक को खुजलाते या नोच लेते हैं। इस वजह से नाक की रक्त वाहिका को चोट पहुंच सकती है जिससे नाक से खून आ सकता है।

*नाक पर चोट लगने पर भी नकसीर आ सकती है। अगर 10 मिनट तक नाक से खून आना बंद न हो तो डॉक्टर को दिखाएं।

*जुकाम, एलर्जी या साइनस इंफेक्शन की वजह से भी नकसीर हो सकता है। वहीं बैक्टीरियल संक्रमणों के कारण दर्द, लालिमा हो सकती है। इन संक्रमणों की वजह से भी नाक से खून आ सकता है।

नाक से खून आने के संकेत

नाक से खून गिरना नकसीर का संकेत होता है लेकिन बच्चों में और भी कई संकेत होते हैं =

*नथुनों के आसपास खून का थक्का जमा होता है। बच्चे के इस थक्के को पकड़ ले या उसका एक टुकड़ा अंगुली से निकाल ले तो नाक से खून आ सकता है।

*नाक के ऊपर का हिस्सा लाल होना। रात के समय सूखी हवा और ठंडा मौसम बच्चों में जुकाम को बढ़ा सकता है। इसकी वजह से रात में बच्चे की नाक से खून आ सकता है। बच्चे के छींकने या नाक पोंछने पर नासिक श्लेष्मा में खून के छोटे धब्बे दिखना।

बच्चों में नकसीर का इलाज

बच्चे की नाक से खून निकल रहा है तो उसे एक कुर्सी पर बैठाएं। अब उसका सिर हल्का सा ऊपर उठाएं। इससे खून वापस गले की ओर चला जाता है। इससे गंदा स्वाद आएगा और बच्चे को खांसी या उल्टी हो सकती है।

नेजल ब्रिज के नीचे के नरम हिस्से को पिंच करें। बच्चे के मुंह से सांस लेने पर ऐसा करें। लगभग 10 मिनट तक प्रेशर बनाए रखें। जल्दी प्रेशर हटाने से नाक से खून दोबारा आ सकता है। ब्रिज पर बर्फ लगाकर भी खून को रोका जा सकता है।

अगर 20 मिनट तक नाक से खून आना बंद नहीं हो रहा, नकसीर फूटने के बाद बच्चे को सुस्ती आ रही है या वो बेसुध हो रहा है तो आपको बच्चे को डॉक्टर के पास ले जाना चाहिए। किसी गंभीर चोट या बाहरी वस्तु के नाक के अंदर जाने की वजह से भी नकसीर आ सकती है।

मुंह के छालों से राहत पाने के लिए अपनाएं ये नुस्खें

आजकल मुंह में छाले होना एक आम समस्या हो गई है। पुरूषों के मुकाबले यह समस्या ज्यादातर महिलाओं में अधिक होती है। इसका मुख्य कारण उनके हारमोन्स में अधिक उतार-चढाव आना है। यह छाले अपने आप ही कुछ दिनों में ठीक हो जाते हैं। इनके निकलने के कई कारण हो सकते हैं। पेट के साफ न होने और खाना खाते समय अचानक दांतों से मुंह के अंदर की झिल्ली के कट जाने से छाले हो जाते हैं।

उपाय:

(1) नींबू को आधा काटें, इसे छाले पर लगाएं, इससे थोडी जलन तो होगी, परंतु यह सुन्न हो जाएगा, जो अच्छा है। आखिर में थोडा शहद छाले पर लगाएं।

(2) शरीर की सफाई, संतुलित भोजन और पीने के साफ पानी पर भी विशेष ध्यान देना जरूरी है।

(3) कुछ दिनों तक लगातर विटामिन सी और विटामिन बी12 की गोलियां खाएं।

(4) माउथवाश का प्रयोग करें-कई बार कुल्ला करने से यह आपके मुख में बढने वाले जीवाणुओं को साफ करता है और इसके साथ-साथ कई मामलों में छाले में दर्द से राहत देता है। किसी बिना नुस्खा घोल का उपयोग करें, कोई भी माउथवाश इस प्रयोजन के लिए कार्यकारी है। सुबह और शाम कुल्ला करें और हो सके तो दिन के खाने के बाद भी कुल्ला करें।

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

शुगर का मीटर करना है डाउन तो स्नैक्स में खाएं ये हेल्दी फूड

डायबिटीज एक ऐसी बीमारी है जिसका कोई इलाज नहीं है। ये आपके जीवनभर आपके साथ ही रहेगी। हालांकि इसे सही खानपान और सही लाइफ़स्टाइल को फॉलो करके कंट्रोल में रखा जा सकता है। शुगर के मरीजों को खाने पीने में काफी परहेज होती है। ऐसे में आज हम आपको उन पांच हेल्दी स्नैक्स की जानकारी दे रहे हैं जिन्में पोषक तत्व की भरपूर मात्रा होती है और इससे ब्लड शुगर लेवल पर भी ज्यादा असर नहीं पड़ता है। पॉपकॉर्न -डायबिटीज के मरीज स्नैक्स में पॉपकॉर्न भी खा सकते हैं। इससे कई सारे फायदे मिलते हैं। पॉपकॉर्न का ग्लाइसेमिक इंडेक्स बहुत कम होता है, जो ब्लड शुगर को कम करने में मदद कर सकता है। इसमें स्वास्थ्य साबुत अनाज, कम कैलरी और भरपूर मात्रा में फाइबर होता है। इससे ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मदद मिलती है।

बादाम- डायबिटीज के मरीज स्नैक्स में बादाम का सेवन कर सकते हैं। रिपोर्ट के मुताबिक 30 ग्राम बादाम में 15 विटामिन और मिनरल होते हैं।रिसर्च में दावा किया गया है कि डायबिटीज से पीड़ित जिन लोगों ने 12 हफ्ते तक रोजाना बादाम खाए उनमें इन्सुलिन रेजिस्टेंस कम पाया गया और पैंक्रियास की एक्टिविटी में भी सुधार हुआ, जिससे ब्लड शुगर लेवल को मेंटेन रखने में मदद मिली। एक्सपर्ट के मुताबिक डायबिटीज के मरीज 1 दिन में 6 से 8 बादाम खा सकते हैं। बेहतर तरीका है कि रात में इसे पानी में भिगो दें और सुबह इनका छिलका उतारकर सेवन करें।

भुना चना-डायबिटीज के मरीजों के लिए भुना हुआ चना खाना भी फायदेमंद हो सकता है। चने में घुलनशील और घुलनशील दोनों तरह के फाइबर पाए जाते हैं। ये फाइबर ब्लड शुगर को कंट्रोल करने में मददगार साबित होता हैं। चने का ग्लाइसेमिक इंडेक्स भी काफी कम यानी के 28 होता है। इसलिए, भी ये डायबिटीज मरीजों के लिए हेल्दी फूड की लिस्ट में गिना जाता है।इसे खाने से ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल होता है।

एवोकाडो-एवोकाडो खाना भी काफी फायदेमंद हो सकता है। इसमें फाइबर और मोनो सैचुरेटेड फैटी एसिड ज्यादा होती है जिसे खाने के बाद ब्लड शुगर तेजी से कंट्रोल होता है। एवोकाडो का सेवन करने से कोलेस्ट्रॉल को भी कम करने में मदद मिलती है।

चिया सीड्स-डायबिटीज के मरीज चिया सीड्स से बने हलवे का सेवन कर सकते हैं। यह ब्लड शुगर को स्टेबलाइज करने में मदद करता है आपको बता दें कि चिया सीड में ओमेगा 3 फैटी एसिड, फाइबर और मैग्नीशियम का बड़ा स्रोत होता है। ये सभी पोषक तत्व डायबिटीज की जटिलताओं के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य -012

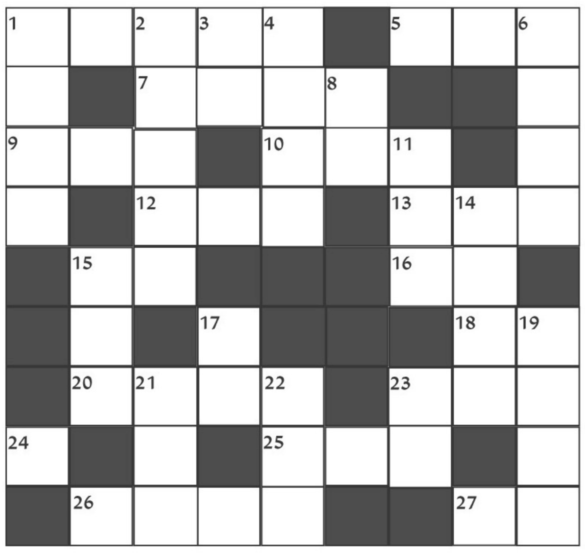
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संघर्ष, दौड़धूप (उर्दू.) 5. सुपुत्र, लायक पुत्र 7. ताकतवर, बलशाली 9. खुशबू, सुरभि, सुगंध 10. अकारण, व्यर्थ, बेवजह 12. गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना 13. यात्रा 15. मृत, जो मर गया हो 16. छोटे कद का, वामन, बौना 18. सांप का सिर, गुण, कला, कौशल 20. निरुत्तर, बेमिसाल 23. गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा, या इस पौधे की फली 24.माता, जननी 25. संतान, औलाद 26. अधीन, अधीनस्थ, कर्मचारी 27. चिड़िया, खग तरफदार।

ऊपर से नीचे

1.पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित 2. पाकेटमार, जेब काटने वाला 3. समाधान, खेत जोतने का यंत्र 4. औषधालय 6. युक्ति, उपाय 8. गीला, तर, भीगा हुआ 11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना 14. तुरंत, झटपट 15. स्त्री, नारी, अबला 17. एक और एक चौथाई 19. आदमखोर 21. दुनिया, संसार, जग 22. वर्ष की छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है 23. बुद्धि, दिमाग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 11 का हल

पी	चि	दं	ब	र	म			स
ट		भ	ला	ई		अ	स	म
ना	म			स	मा	धि		झ
	ज		बे		न	का	र	ना
बा	बू		आ	य	क	र		
	र	की	ब				प्र	था
ज			रू	प	क		ज	न
हा		पा		ना	म	ची	न	
ज	हां	प	ना	ह		ता	न	ना

महिला अस्पताल में अल्ट्रासाउंड शिविर लगा

पिथौरागढ़(आरएनएस)। नगर के जिला महिला अस्पताल में अल्ट्रासाउंड शिविर का आयोजन हुआ। शुक्रवार को सुबह से ही जनपद सहित दूर दराज के क्षेत्रों से अल्ट्रासाउंड के लिए गर्भवतियों का पहुंचना शुरू हो गया था। इस दौरान गर्भवती महिलाएं अल्ट्रासाउंड कक्ष के बाहर इंतजार करते हुए दिखे।

एसपी ने झूलाघाट थाने का औचक निरीक्षण किया

पिथौरागढ़(आरएनएस)। एसपी अक्षय प्रहलाद कोंडे ने झूलाघाट थाने का औचक निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने थाना परिसर, बैरक, मालखाना, हवालात व अभिलेखों की गहनता से जांच कर उनका जायजा लिया। इस दौरान एसपी कोंडे ने कर्मचारियों को अनुशासन, समयपालन, स्वच्छता व जनता के प्रति संवेदनशील व्यवहार करने के निर्देश दिए। साथ ही थाने में लंबित मामलों के त्वरित निस्तारण, प्रभावी गश्त व संदिग्ध गतिविधियों पर नजर रखने को कहा।

विद्यालयों में शुल्क का विवरण सार्वजनिक करें

चमोली(आरएनएस)। मुख्य शिक्षा अधिकारी आकाश सारस्वत ने गोपेश्वर में संचालित दो निजी विद्यालयों का औचक निरीक्षण किया। उन्होंने नर्सरी से कक्षा 12वीं तक लिया जाने वाला शुल्क अभिभावकों के साथ सार्वजनिक करने और एक प्रति विद्यालय के सूचना पट व गेट पर चस्पा करने के निर्देश दिए।सीईओ ने पीस पब्लिक स्कूल और सुबोध प्रेम विद्या मंदिर का औचक निरीक्षण किया। उन्होंने शुल्क में पारदर्शिता, शुल्क संरचना, शुल्क वृद्धि पर नियंत्रण, अभिभावकों से संवाद, अतिरिक्त या छिपाकर लिए जाने वाले शुल्क पर प्रतिबंध, अभिभावकों की शिकायतों का निराकरण आदि के निर्देश दिए। शुल्क की जानकारी वेबसाइट पर अपलोड करें। उन्होंने कहा कि पुन: प्रवेश और शुल्क वृद्धि प्रतिबंधित है। छात्रों का शुल्क व कर्मचारियों का वेतन बैंक के माध्यम से लिया व दिया जाए। उन्होंने सुरक्षा के लिहाज से महत्वपूर्ण जगहों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने, किताबों के लिए निश्चित दुकानदार की बाध्यता न रखने, सुझाव व शिकायत पेटिका का हर सप्ताह अवलोकन करने के निर्देश दिए। इस दौरान खंड शिक्षा अधिकारी पंकज उप्रेमी भी मौजूद रहे।

कोल्हुओं में छह सौ रुपये कुंतल बिक रहा गन्ना

रुड़की(आरएनएस)। कस्बा और ग्रामीण क्षेत्र में गन्ना पेराई के लिए चल रहे गन्ना कोल्हुओं में सत्र के आखिरी समय में गन्ने की आवक कम होने के कारण गन्ना दाम ६०० प्रति कुंतल के पार हो गया है। इस बार गन्ना पेराई सत्र गन्ने की कमी के कारण अप्रैल माह में ही समाप्त हो रहा है। झबरेड़ा, भक्तोवाली और कोटवाल आलमपुर में लगभग 55 गन्ना कोल्हू संचालित हो रहे हैं। इस बार अप्रैल में ही गन्ना कोल्हुओं में गन्ने की कमी के कारण आधे से अधिक बंद हो चुके हैं। इस समय जो कोल्हू चल रहे हैं, उन पर भी गन्ना आवक काफी कम हो गई है। ऐसे में गन्ना कोल्हू संचालक छह सौ रुपये कुंतल तक गन्ना ले रहे हैं।

घर-घर पहुंचकर समझाया संस्थागत प्रसव का महत्व

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। जनपद में शत-प्रतिशत संस्थागत प्रसव सुनिश्चित करने के लिए स्वास्थ्य विभाग की ओर से घर-घर जाकर जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। टीमों की ओर से गर्भवती और उनके परिजनों को अस्पताल में प्रसव के फायदे समझाए जा रहे हैं। बृहस्पतिवार को मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. राम प्रकाश के निर्देशन में स्वास्थ्य टीमों ने अप्रैल माह में संभावित प्रसव वाली 226 गर्भवती महिलाओं से संपर्क किया। वहीं मई माह की 215 गर्भवतियों से भी संपर्क किया जा रहा है। जिला स्तरीय टीम ने अगस्त्यमुनि ब्लॉक के गंधारी, दुर्गाधार, तड़ाग, तिलणी, जखोली ब्लॉक के जवाड़ी और ऊखीमठ ब्लॉक के मुनकटिया क्षेत्रों में घर-घर जाकर जानकारी दी। अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. सीमा टेकचंदानी ने बताया कि अस्पताल में प्रसव से मां और शिशु दोनों सुरक्षित रहते हैं और आपातस्थिति में तुरंत इलाज संभव होता है।

सू- दोकू क्र.012

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

सू-दोकू क्र.11 का 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

गांव-गांव में चलेगा टीबी स्क्रीनिंग अभियान, हैंडहेल्ड मशीन से होगी जांच

अल्मोड़ा(आरएनएस)। जनपद में टीबी उन्मूलन को लेकर स्वास्थ्य विभाग व्यापक स्तर पर अभियान चला रहा है। मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ. अरविंद पांगती और जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. प्रांशु डेनियल के निर्देशन में स्वास्थ्य विभाग की टीमें गांव-गांव पहुंचकर लोगों की स्क्रीनिंग कर रही हैं। इस अभियान का उद्देश्य टीबी रोग की समय रहते पहचान कर उसका उपचार सुनिश्चित करना है, ताकि संक्रमण को फैलने से रोका जा सके। स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा अत्याधुनिक हैंडहेल्ड एक्स-रे मशीन के माध्यम से मौके पर ही जांच की जा रही है, जिससे दूरस्थ क्षेत्रों के लोगों को अस्पताल जाने की आवश्यकता कम हो रही है।

विभाग का मानना है कि इस पहल से ग्रामीण क्षेत्रों में छिपे टीबी के मामलों को सामने लाने में मदद मिलेगी और मरीजों को समय पर उपचार उपलब्ध कराया जा सकेगा। निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार 24 अप्रैल 2026 को द्वाराहाट विकासखंड के कोटिला ग्राम पंचायत में स्क्रीनिंग कैंप आयोजित किया जाएगा, जबकि 25 अप्रैल 2026 को द्वाराहाट क्षेत्र के बयेला में कैंप लगाया जाएगा। इसके अतिरिक्त भैसियाछाना विकासखंड में 24 अप्रैल को छानी, 27 अप्रैल को डूंगरी और 28 अप्रैल 2026 को नैनी गांव में भी स्क्रीनिंग शिविर आयोजित किए जाएंगे। स्वास्थ्य विभाग ने सभी ग्रामीणों से अपील की है कि वे इन शिविरों में पहुंचकर अपनी जांच अवश्य कराएं। विभाग का कहना है कि टीबी का समय पर इलाज संभव है और नियमित दवा लेने से मरीज पूरी तरह स्वस्थ हो सकता है। साथ ही लोगों से यह भी अनुरोध किया गया है कि वे अपने आसपास के लोगों को भी इस अभियान के प्रति जागरूक करें, ताकि अधिक से अधिक लोग इसका लाभ उठा सकें और जनपद को टीबी मुक्त बनाने की दिशा में सामूहिक प्रयास सफल हो सके।

वन विभाग और ग्रामीणों के सहयोग से बंजर भूमि में उगा हरा-भरा जंगल

उत्तरकाशी(आरएनएस)। मताड़ी गांव में जिस सिविल भूमि पर ग्रामीणों ने पहले चरान चुगान के लिए वनीकरण का प्रस्ताव ठुकराया था वही भूमि आज गांव की पहचान बन गई है। यह प्रयास ग्रामीणों और वन विभाग के सहयोग का परिणाम है। मताड़ी तोक में 3.25 हेक्टेयर भूमि पर लगे बांज, देवदार, कचनार जैसे पौधों से भविष्य में काफी फायदा मिलेगा। वर्ष 2020 में वन प्रभाग ने मातला गांव की बंजर भूमि पर वनीकरण की योजना बनाई। ग्रामीणों ने इसे मवेशियों की चरान चुगान भूमि बताकर प्रस्ताव ठुकराया। वन विभाग ने ग्रामीणों को भविष्य के फायदे समझाकर मनाने में सफलता पाई। फिर मताड़ी तोक में ग्रामीणों की मांग पर फलदार और चारापत्ती के पौधे रोपे गए। वनीकरण भूमि को बंधान घोषित कर एक महिला को चौकीदारी दी गई। महज छह साल में मताड़ी तोक एक लहलहाता छोटा जंगल बन गया है। यह जंगल अब पक्षियों के लिए भी सुरक्षित प्रजनन स्थान बन रहा है। उप प्रभागीय वनाधिकारी साधु लाल पलियाल ने आज पृथ्वी दिवस पर क्षेत्र का निरीक्षण किया। उन्होंने बताया कि जिस भूमि पर ग्रामीणों ने वनीकरण से मना किया था वह आज गांव की पर्यावरणीय पहचान है। यह सफलता विभाग और ग्रामीणों के आपसी सहयोग से ही संभव हो पाई है। भविष्य में भी गांव को इस वनीकरण से कई तरह के फायदे मिलेंगे।

ई-मोबाइल वैन के जरिए गांव-गांव पहुंची पुलिस, नए कानूनों पर किया संवाद

अल्मोड़ा(आरएनएस)। जनपद में सचल न्यायालय (ई-मोबाइल वैन) के माध्यम से नए आपराधिक कानूनों को लेकर व्यापक जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। इसके तहत पुलिस दूरस्थ ग्रामीण क्षेत्रों और कस्बों में पहुंचकर लोगों को उनके अधिकारों और सुरक्षा प्रावधानों की जानकारी दे रही है। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक चंद्रशेखर घोडके के निर्देशन में संचालित इस अभियान में पुलिस टीम ने सोमेश्वर, ताकुला, कोसी, द्वाराहाट और बग्वालीपोखर समेत विभिन्न क्षेत्रों और विद्यालयों में पहुंचकर आमजन और स्कूली बच्चों से सीधा संवाद किया। कार्यक्रम के दौरान भारतीय न्याय संहिता 2023, भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 और भारतीय साक्ष्य अधिनियम 2023 के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। साथ ही लोगों की शंकाओं का मौके पर समाधान करते हुए उन्हें नए कानूनों की प्रक्रिया और प्रावधानों से अवगत कराया गया। पुलिस ने बताया कि नए कानूनों के तहत नागरिकों को अधिक सुदृढ़ सुरक्षा, त्वरित न्याय व्यवस्था और पारदर्शी प्रक्रिया का लाभ मिलेगा। इस दौरान लोगों को कानूनों का पालन करने, साइबर अपराधों से सतर्क रहने और समाज में शांति एवं सौहार्द बनाए रखने के लिए प्रेरित किया गया। अभियान में अपर उपनिरीक्षक पुष्कर सिंह खाती, कांस्टेबल वीरेन्द्र सिंह रिंगवाल, कांस्टेबल सुमित कुमार और चालक कांस्टेबल अजय जोशी शामिल रहे।

ग्रामीण क्षेत्रों में चार दिन नहीं होगी बिजली आपूर्ति

चम्पावत(आरएनएस)। जिले के कुछ ग्रामीण क्षेत्रों में चार दिन बिजली आपूर्ति नहीं होगी। जिले के चार सब स्टेशनों में अनुरक्षण कार्य के चलते सुबह नौ से सायं पांच बजे तक बिजली व्यवस्था बाधित रहेगी। आरडीएसएस योजना के तहत 27 अप्रैल तक कार्य किया जाएगा। उर्जा निगम के ईई विजय सकारिया ने बताया कि गुरुवार को देवीधुरा सब स्टेशन के पनिया, वालिक और देवीधुरा टाउन फीडर में कार्य किया गया। जिससे देवीधुरा, बैरख, ढरोंज, मूलाकोट, पनियां और गागर क्षेत्र में विद्युत आपूर्ति बाधित रही। उन्होंने बताया कि 24 अप्रैल को लोहाघाट सब स्टेशन के तहत गल्लागांव, लोहाघाट, खूनाबोहरा, डेंसली, चौड़ी, किमतोली, दिगालीचौड़, पुल्ला और मडलक क्षेत्र में विद्युत आपूर्ति बाधित रहेगी। इसी प्रकार 26 अप्रैल को खेतीखान सब स्टेशन के पाटी, जनकांडे, बिसारी, रीठासाहिब, टांण, कानाकोट, मानर, कमलेख और गोसनी क्षेत्र की विद्युत आपूर्ति बाधित रहेगी। जबकि 27 अप्रैल को बाराकोट सब स्टेशन के तहत बाराकोट, रैघांव, कामाज्यूला, बर्दाखान, बापरू, बंतोली, चौमेल, चामी, मऊ आदि क्षेत्र की बिजली आपूर्ति भंग रहेगी।

सदस्य सचिव ने किया सिडकुल सीईटीपी का निरीक्षण मानकों का पालन करने के निर्देश

हरिद्वार(आरएनएस)। उत्तराखंड प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के सदस्य सचिव डॉ. पराग मधुकर धकाते ने सिडकुल क्षेत्र में स्थापित सीईटीपी (कॉमन एफ्लुएंट ट्रीटमेंट प्लांट) का निरीक्षण किया।

इसका मुख्य कार्य औद्योगिक इकाइयों से निकलने वाले अपशिष्ट जल का शुद्धिकरण करना है। निरीक्षण के दौरान उन्होंने संयंत्र संचालक को सभी निर्धारित मानकों का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

सदस्य सचिव ने सीईटीपी की विभिन्न इकाइयों का गहनता से जायजा लिया। डॉक्टर पराग मधुकर धकाते ने स्पष्ट किया कि यदि सीईटीपी का संचालन प्रदूषण नियंत्रण मानकों के अनुरूप नहीं पाया जाता है तो बोर्ड सख्त कार्रवाई करेगा। उन्होंने संचालक को चेतावनी दी कि किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

क्षेत्रीय अधिकारी राजेंद्र सिंह कठैत ने बताया कि बोर्ड का लक्ष्य औद्योगिक प्रदूषण को नियंत्रित कर पर्यावरण की सुरक्षा सुनिश्चित करना है। यह निरीक्षण इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

सीईटीपी यानी कॉमन एफ्लुएंट ट्रीटमेंट प्लांट, औद्योगिक क्षेत्रों में कई इकाइयों से निकलने वाले अपशिष्ट जल को एक साथ उपचारित करने के लिए स्थापित किए जाते हैं। यह संयंत्र पर्यावरण को औद्योगिक प्रदूषण से बचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इनके माध्यम से उपचारित जल को सुरक्षित रूप से सिंचाई आदि कार्यों के उपयोग में लाया जाता है। मानकों का पालन न होने पर जल स्त्रोतों और मिट्टी में प्रदूषण फैलने का खतरा रहता है।

उत्तराखंड प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड औद्योगिक इकाइयों में लगे संयंत्र की समय-समय पर निगरानी करता है। बोर्ड का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि सभी औद्योगिक इकाइयां पर्यावरण नियमों का पालन करें। सदस्य सचिव के इस निरीक्षण से यह संदेश गया है कि बोर्ड प्रदूषण फैलाने वाली इकाइयों के खिलाफ कठोर कदम उठाने में संकोच नहीं करेगा।

मुख्यमंत्री ने एचएन बहुगुणा की 107वीं जयंती पर उनको श्रद्धांजलि अर्पित की

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने घंटाघर के निकट एमडीडीए कॉम्प्लेक्स में उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री स्वर्गीय हेमवती नंदन बहुगुणा की 107वीं जयंती के अवसर पर उनकी प्रतिमा पर माल्यार्पण कर उन्हें भावपूर्ण श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने बहुगुणा के व्यक्तित्व एवं कृतित्व को स्मरण करते हुए कहा कि उन्होंने भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में सक्रिय भूमिका निभाई और अपने दूरदर्शी नेतृत्व से देश एवं समाज को नई दिशा प्रदान की। उन्होंने कहा कि बहुगुणा केवल एक कुशल राजनेता ही नहीं, बल्कि जनसेवा के प्रति समर्पित एक प्रेरणादायी व्यक्तित्व थे, जिन्होंने विशेष रूप से पर्वतीय अंचलों के विकास के लिए महत्वपूर्ण कार्य किए। मुख्यमंत्री ने कहा कि बहुगुणा ने पर्वतीय क्षेत्रों की समस्याओं के समाधान के लिए प्रभावी पहल की। उनके प्रयासों से क्षेत्रीय विकास को नई गति मिली। उन्होंने कहा कि बहुगुणा का संपूर्ण जीवन जनकल्याण, सामाजिक समरसता और समावेशी विकास के मूल्यों के प्रति समर्पित रहा। उनके आदर्श और विचार आज भी समाज को प्रेरित करते हैं और हमें जनहित में कार्य करने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि स्वर्गीय बहुगुणा का योगदान सदैव अविस्मरणीय रहेगा। इस अवसर पर पूर्व मुख्यमंत्री विजय बहुगुणा, कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल, सौरभ बहुगुणा, खजान दास, विधायक दुर्गेश्वर लाल एवं अन्य जनप्रतिनिधि मौजूद थे।

कांग्रेसियों ने एचएन बहुगुण को जयंती पर दी श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। महान स्वतंत्रता संग्राम सेनानी, प्रखर राजनीतिज्ञ एवं उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री हेमवती नंदन बहुगुणा की जयंती पर कांग्रेस नेताओं और कार्यकर्ताओं ने माल्यार्पण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की।

आज यहां महान स्वतंत्रता संग्राम सेनानी, प्रखर राजनीतिज्ञ एवं उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री हेमवती नंदन बहुगुणा की जयंती पर कांग्रेस नेताओं और कार्यकर्ताओं ने माल्यार्पण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर कांग्रेस के पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने कहा कि बहुगुणा का जीवन संघर्ष, सादगी और जनसेवा का प्रतीक रहा है। उन्होंने हमेशा आम जनता के हितों को प्राथमिकता दी और उनके आदर्श आज भी समाज के लिए प्रेरणादायक हैं। वहीं पूर्व विधायक राजकुमार ने कहा कि बहुगुणा का राजनीतिक योगदान अविस्मरणीय है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में उनके सिद्धांतों को अपनाकर ही समाज में समानता और समावेशी विकास को आगे बढ़ाया जा सकता है। कार्यक्रम में सुरेश चंद, सोमप्रकाश वाल्मीकि, अनूप कपूर, पार्षद देवेंद्र बिष्ट, अर्जुन सोनकर, हिमांशु, सुनील कुमार बांगा, कैलाश अग्रवाल, राजेंद्र मुंमागाई, पंकज गोसाई, विवेक चौहान, विशाल शर्मा, आमिर खान सहित बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

दून की सड़कों पर धरने-प्रदर्शन...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

प्रदर्शन किये जा रहे हैं। सड़कों की स्थिति जहां पहले से ही इतनी खराब है कि लोग घंटों घंटो जाम में फंसे रहते हैं उस समस्या को अगर सत्ताधारी दल ही बढ़ाने पर उतर आए तो इसे क्या कहा जाएगा घंटाघर पर धरना प्रदर्शन नहीं होगा, पुतला दहन नहीं होगा ऐस्ले हाल चौक पर नहीं होगा गांधी पार्क पर भी नहीं होगा इसे लेकर सालों से प्रशासन कोशिशे कर रहा है। रिस्पना पुल चूना भट्ठा पर इसके लिए एक स्थल भी तय किया गया है लेकिन नतीजा ढाक के तीन पाथ ही रहा परेड ग्राउंड से लेकर सचिवालय और घंटाघर से लेकर सीएम आवास तक कभी भी कहीं भी इस तरह की राजनीतिक गतिविधियां आज तक भी जारी है। जब सत्ताधारी दाल भी इसमें शामिल होंगे तो रोकेगा कौन? रही बात जनता कि उसे दिक्कत होती है तो होती रहे। विधानसभा सत्र के दौरान तो लोग गली मोहल्ले की सड़कों पर घंटो भटकते रहते हैं उनकी समस्याओं से सरकार का क्या लेना देना है यह भारत है कोई नेपाल तो है नहीं जहां वीआईपी काफिले के लिए सड़कों को नहीं रोका जाए।

हाईटेक बुलेट मोटर साइकिलों को एसपी ने दिखाई हरी झण्डी

❑श्रद्धालुओं की सुरक्षा एवं सुगम यात्रा हेतु उत्तरकाशी पुलिस का नया कदम

संवाददाता

उत्तरकाशी। श्री बदरीनाथ केदारनाथ यात्रा मार्गों पर श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए हाईटेक बुलेट मोटरसाईकिलों को एसपी श्रीमति कमलेश उपाध्याय ने हरी झण्डी देकर रवाना किया।

आज यहां चारधाम यात्रा को सुरक्षित, सुगम एवं व्यवस्थित बनाने के उद्देश्य से पुलिस मुख्यालय (पीएचक्यू) द्वारा जनपद उत्तरकाशी को आवंटित 05 आधुनिक बुलेट मोटर साइकिलों को पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी, श्रीमती कमलेश उपाध्याय द्वारा विधिवत पूजा-अर्चना के पश्चात पुलिस लाइन ज्ञानसू, उत्तरकाशी से हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। इन अत्याधुनिक मोटर साइकिलों को विशेष रूप से श्री गंगोत्री एवं श्री यमुनोत्री धाम यात्रा मार्गों पर तैनात किया जाएगा, जो दुर्गम एवं संवेदनशील क्षेत्रों में त्वरित पुलिस प्रतिक्रिया सुनिश्चित करते हुए यातायात नियंत्रण एवं श्रद्धालुओं की सहायता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी द्वारा बताया गया कि ये मोटर साइकिलें आधुनिक तकनीकों से सुसज्जित हैं, जिनमें एल्कोमीटर, लाउड हेलर, जीपीएस सिस्टम, सायरन एवं फ्लैश लाइट्स जैसी सुविधाएं उपलब्ध हैं। इनकी सहायता से पुलिस बल यात्रा मार्गों पर निरंतर भ्रमणशील रहकर भीड़ नियंत्रण, यातायात प्रबंधन तथा दुर्घटना/आपात स्थितियों में त्वरित सहायता प्रदान करेगा।

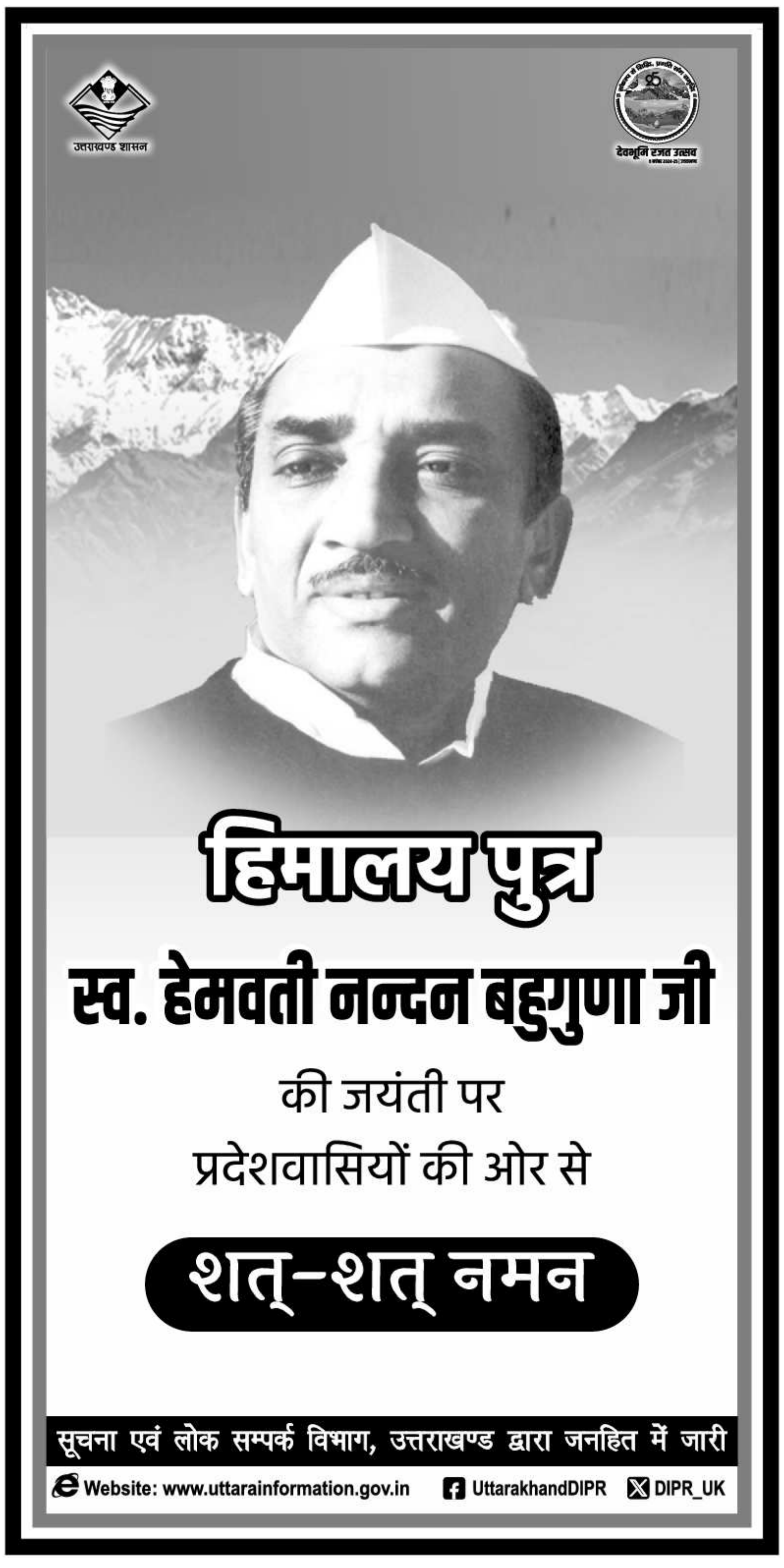
चारधाम यात्रा के दौरान बढ़ती श्रद्धालुओं की संख्या को दृष्टिगत रखते हुए यह पहल यात्रियों की सुरक्षा, मार्गदर्शन एवं सुविधा को और अधिक सुदृढ़ बनाएगी। साथ ही अवैध गतिविधियों पर प्रभावी निगरानी रखते हुए कानून व्यवस्था को भी सुनिश्चित किया जाएगा। "सुरक्षा, सुविधा एवं सम्मान" के ध्येय पर उत्तरकाशी पुलिस चारधाम यात्रा को सुरक्षित, सफल एवं व्यवस्थित बनाने हेतु पूर्ण रूप से प्रतिबद्ध है तथा समस्त श्रद्धालुओं से अपील करती है कि वे यातायात नियमों का पालन करें एवं पुलिस प्रशासन का सहयोग करें। इस दौरान पुलिस उपाधीक्षक उत्तरकाशी जनक सिंह पंवार, प्रतिसार निरीक्षक शिव कुमार, निरीक्षक यातायात सुनील कुमार, उपनिरीक्षक यातायात लक्ष्मण चुफाल सहित अन्य पुलिस अधिकारी मौजूद रहे।

107वीं जयंती पर हिमपुत्र को किया याद

संवाददाता

देहरादून। स्वर्गीय हेमवती नंदन बहुगुणा की 107वीं जयंती के अवसर पर घंटाघर स्थित स्वर्गीय बहुगुणा की प्रतिमा पर माल्यार्पण करने के पश्चात प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष व हेमवती नंदन बहुगुणा मानव संसाधन विकास ट्रस्ट के अध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि देश के स्वतंत्रता आंदोलन में अग्रणी भूमिका निभाने वाले गढ़वाल के बुगानी गांव में जन्मे हेमवती नंदन बहुगुणा ने पहाड़ों की कंदराओं से निकल कर प्रयागराज की धरती को अपना कर्म क्षेत्र बनाया और देश की राजनीति में छा गए उन्होंने अपनी कर्मठता, अपनी प्रशासनिक क्षमताओं व सिद्धांतों की राजनीति से अपना व्यक्तित्व हिमालय की तरह विराट बना दिया था। केंद्रीय दूर संचार मंत्री, केंद्रीय पेट्रोलियम मंत्री केंद्रीय वित्त मंत्री के रूप में उनके द्वारा किए गए कार्य आज भी जनता याद करती है।

इस अवसर पर महानगर कांग्रेस अध्यक्ष डॉक्टर जसविंदर सिंह गोगी ने कहा कि स्वर्गीय बहुगुणा कांग्रेस के पहले व अंतिम मुख्य महासचिव थे। उन्होंने कहा कि स्वर्गीय इंदिरा गांधी ने उनके लिए कांग्रेस के संविधान में संशोधन कर मुख्य महासचिव का पद सर्जित किया था। इस अवसर पर श्रम प्रकोष्ठ अध्यक्ष दिनेश कौशल, कांग्रेस पार्षद संगीता गुप्ता, पार्षद अभिषेक तिवारी, पार्षद जाहिद अंसारी, पार्षद मुकीम अहमद, पूर्व पार्षद राजेश पुंडीर आदि उपस्थित रहे।



मुख्यमंत्री ने मेधावी विद्यार्थियों से दूरभाष पर वार्ता कर उन्हें बधाई व शुभकामनाएं दी

कार्यालय प्रतिनिधि

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने शनिवार को उत्तराखंड विद्यालयी शिक्षा परिषद्, रामनगर (नैनीताल) द्वारा घोषित हाईस्कूल एवं इंटरमीडिएट परीक्षा परिणामों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले मेधावी विद्यार्थियों से दूरभाष पर वार्ता कर उन्हें हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दीं तथा उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने हाईस्कूल परीक्षा में शीर्ष स्थान प्राप्त करने वाले क्रमशः एम.पी. हिन्दू इंटर कॉलेज, रामनगर (नैनीताल) के अक्षत गोपाल, एस.वी.एम. इंटर कॉलेज, चिन्यालीसौड़ (उत्तरकाशी) के इशांत कोठारी, जी.बी. पंत राजकीय बालिका इंटर कॉलेज, खैरना (नैनीताल) की भूमिका तथा विवेकानंद विद्या मंदिर इंटर कॉलेज, मंडलसेरा (बागेश्वर) के योगेश जोशी से फोन पर संवाद कर उनकी उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त की।

इसी क्रम में मुख्यमंत्री ने इंटरमीडिएट परीक्षा में उत्कृष्ट स्थान प्राप्त करने वाली सरस्वती शिशु मंदिर इंटर कॉलेज बागेश्वर की गीतिका पंत, भंजूराम अमर इंटर कॉलेज, भूरारानी (उधमसिंह नगर) की सुशीला मेंदीरत्ता, सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज, आवास विकास ऋषिकेश के आर्यन तथा सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज, मायापुर (हरिद्वार) की वंशिका से भी दूरभाष पर वार्ता कर उन्हें बधाई दी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि विद्यार्थियों की यह उपलब्धि उनके परिश्रम, अनुशासन एवं समर्पण का परिणाम है। उन्होंने अभिभावकों एवं शिक्षकों के योगदान की भी सराहना करते हुए कहा कि उनके मार्गदर्शन से ही छात्र-छात्राएं इस प्रकार की सफलता प्राप्त कर पाते हैं।

मुख्यमंत्री ने सभी विद्यार्थियों को भविष्य के लिए शुभकामनाएं देते हुए कहा कि वे अपने लक्ष्य के प्रति समर्पित रहकर निरंतर आगे बढ़ें तथा राज्य एवं देश के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दें। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार शिक्षा की गुणवत्ता में निरंतर सुधार के लिए प्रतिबद्ध है तथा मेधावी विद्यार्थियों को हरसंभव सहयोग प्रदान किया जाएगा।

ट्रक खाई में गिरा चालक की मौत

संवाददाता

देहरादून। ट्रक के खाई में गिरने से चालक की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

आज प्रातः ग्राम चौकीदार अटाल से थाना त्यूणी को अटाल से आगे ग्राम फेडीज के पास एक ट्रक वाहन दुर्घटनाग्रस्त होकर खाई में गिर जाने की सूचना प्राप्त हुई। प्राप्त सूचना पर थानाध्यक्ष त्यूणी पुलिस फोर्स व राहत बचाव उपकरण लेकर तत्काल घटनास्थल के लिए रवाना हुए तथा एसडीआरएफ टीम को घटनास्थल पर पहुंचने के लिए अवगत कराया गया। मौके पर वाहन ट्रक दुर्घटनाग्रस्त होकर सड़क से लगभग 200 मीटर गहरी खाई में गिरा हुआ था तथा मौके पर एक व्यक्ति ट्रक वाहन के केबिन में मृत अवस्था में मिला, स्थानीय लोगों व एसडीआरएफ की मदद से रेस्क्यू कर पंचायतनामा की कार्यवाही हेतु प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र त्यूणी लाया जा रहा है। अन्य सवारियों के बारे में वाहन स्वामी से संपर्क कर जानकारी प्राप्त की गई, तो वाहन स्वामी द्वारा बताया गया कि चालक विपिन कुमार पुत्र सोविंदर लाल निवासी ग्राम भद्रासु (खरसाड़ी) पोस्ट ऑफिस गडूगाढ़ थाना मोरी जिला उत्तरकाशी, विकास नगर से मोरी फाइबर इंट लेकर आ रहा था तथा वाहन चालक के अतरिक्त अन्य कोई व्यक्ति वाहन में मौजूद नहीं था। घटनास्थल वाहन के आसपास वाहन में कोई व्यक्ति मौजूद नहीं है मिला। घटना के सम्बन्ध में जानकारी की जा रही है।

विदेशी महिला ने की उत्तराखंड पुलिस की प्रशंसा

संवाददाता

टिहरी। विदेशी महिला पर्यटक का टैक्सी चालक से विवाद होने पर पुलिस ने महिला पर्यटक को दूसरी टैक्सी मुहिया कराकर उसकी यात्रा सुगम की। चारधाम यात्रा के दृष्टिगत जनपद टिहरी गढ़वाल पुलिस द्वारा यात्रियों की सुरक्षा एवं सुविधा को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जा रही है। इसी क्रम में एक विदेशी महिला नतालिया अपने मित्र विवेक के साथ बद्रीनाथ से ऋषिकेश की ओर किराये की टैक्सी से यात्रा कर रही थीं। देवप्रयाग क्षेत्र में यात्रा के दौरान टैक्सी चालक एवं यात्रियों के मध्य किराये को लेकर मामूली विवाद उत्पन्न हो गया, जिसके पश्चात दोनों पक्ष थाना स्तर पर पहुंचे। पुलिस द्वारा तत्परता एवं संवेदनशीलता के साथ दोनों पक्षों को शांतिपूर्वक सुना गया तथा आवश्यक सुझाव दिया गया। विदेशी महिला द्वारा अवगत कराया गया कि वे उक्त टैक्सी चालक के साथ आगे यात्रा करने में असहज महसूस कर रही हैं तथा उनके लिए वैकल्पिक व्यवस्था की जाए। इस पर पुलिस द्वारा त्वरित कार्रवाई करते हुए उनके लिए दूसरी टैक्सी की समुचित व्यवस्था कराई गई, जिससे वे सुरक्षित एवं सहज रूप से अपनी यात्रा आगे जारी रख सकें। पुलिस की इस त्वरित एवं मानवीय सहायता से संतुष्ट होकर विदेशी महिला द्वारा उत्तराखंड पुलिस की कार्यप्रणाली की सराहना की गई तथा धन्यवाद ज्ञापित किया गया। टिहरी पुलिस चारधाम यात्रा के दौरान सभी यात्रियों की सुरक्षा, सुविधा एवं सम्मानजनक यात्रा सुनिश्चित करने हेतु निरंतर प्रतिबद्ध है।

ग्रीष्म ऋतु में काला कोट पहनने से छूट की मांग

संवाददाता

देहरादून। अधिवक्ता शिवा वर्मा ने महानिबंधक उच्च न्यायालय से ग्रीष्म ऋतु में अधिवक्ताओं का काला कोट पहने से छूट देने की मांग की।

आज यहां अधिवक्ता शिवा वर्मा ने निबंधक उच्च न्यायालय को पत्र लिखकर मांग की है कि राज्य में वर्तमान समय में अत्यधिक गर्मी एवं हीटवेव की स्थिति बनी हुई है, जिसके कारण न्यायालय में कार्यरत अधिवक्ताओं के लिए काला कोट पहनना अत्यंत कष्टसाध्य हो गया है, जिससे न केवल असुविधा उत्पन्न होती है अपितु स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ने की भी संभावना बनी रहती है, जिससे उनके पेशेवर कर्तव्यों के प्रभावी निर्वहन में बाधा उत्पन्न होती है। यह उल्लेखनीय है कि जनरल रूल्स

(सिविल) के अध्याय के नियम 615 के अंतर्गत ग्रीष्म ऋतु में अधिवक्ताओं के परिधान में शिथिलता का प्रावधान किया गया है, जिसके अनुसार काले कोट के स्थान पर हल्के रंग के कोट/अचकन/शेरवानी पहनने की अनुमति प्रदान की गई है। उक्त प्रावधान अधिवक्ताओं की सुविधा एवं स्वास्थ्य संरक्षण के उद्देश्य से बनाया गया है। उन्होंने कहा कि देहरादून, उधम सिंह नगर एवं हरिद्वार जनपद ग्रीष्म ऋतु में अत्यधिक तापमान एवं हीटवेव से सर्वाधिक प्रभावित रहते हैं, अतः इन जनपदों में उक्त शिथिलता प्रदान किया जाना अत्यावश्यक है। उपर्युक्त तथ्यों एवं विधिक प्रावधानों के दृष्टिगत, न्याय के हित में तथा अधिवक्ताओं के लिए समुचित एवं न्यायोचित कार्य परिस्थितियाँ सुनिश्चित करने हेतु, ग्रीष्मकालीन अवधि में उक्त शिथिलता को प्रभावी रूप से लागू किया जाना आवश्यक एवं समीचीन है।

अफवाह फैलाने से बाज आये विरोधीः भट्ट

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। भाजपा ने चारधाम यात्रा के सुचारू, सुरक्षित और मर्यादित संचालन को लेकर प्रदेश की जनता, राजनैतिक दलों और तीर्थयात्रियों से पूर्ण सहयोग की अपील की है।

भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट ने कहा कि यात्रा की पवित्रता बनाए रखना और नियमों का पालन करना हर श्रद्धालु का नैतिक कर्तव्य भी है। वहीं आम लोगों से भी यात्रा से जुड़ी परंपराओं, मान्यताओं और व्यवस्था को लेकर अफवाह एवं भ्रम से बचना चाहिए। उन्होंने स्पष्ट किया कि धार्मिक आस्था और राज्य आर्थिक रीढ़ की इस यात्रा को नुकसान पहुंचाने की कोई भी कोशिश, देवभूमि द्वारा बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

उन्होंने मीडिया के माध्यम से जारी बयान में कहा कि कुछ वर्षों में शानदार और ऐतिहासिक यात्रा संपन्न होने का क्रम इस वर्ष और बेहतर होने जा रहा है। इसके लिए राज्य सरकार, मंदिर समिति और जिला प्रशासन द्वारा यात्रा की विस्तृत नियमावली तैयार और प्रयाप्त व्यवस्था की गई हैं। उन्होंने श्र(ालुओं से भी अनुरोध किया कि वह इन नियमों का पूर्णतः पालन करें। यह सच है कि सफल यात्रा के बावजूद भी सोशल मीडिया के माध्यम से फैलने वाली भ्रामक एवं झूठी सूचनाओं की चुनौती पहले भी रही हैं। लिहाजा सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों से फैलाई जा रही भ्रामक खबरों और अफवाहों से सभी को दूर रहना

- ❑चारधाम यात्रा धर्मिक आस्था और राज्य आर्थिक रीढ़
- ❑सोशल मीडिया की भ्रामक खबरों व अफवाहों से रहे दूर
- ❑जनता, राजनैतिक दलों व तीर्थयात्रियों से मांगा सहयोग

चाहिए। यदि कोई भी सूचना की पुष्टि करनी हो तो आधिकारिक स्रोतों से ही करें।उन्होंने जोर देते हुए कहा कि चारधाम यात्रा विश्व के 125 करोड़ों करोड़ों हिंदुओं की सनातनी आस्था का केंद्र है। लिहाजा सभी लोगों को धार्मिक आस्था और विश्वास से संबंधित किसी भी सूचना को पूरी गंभीरता और जिम्मेदारी से आगे बढ़ाना चाहिए। क्योंकि यात्रा के बारे में फैलाया जा रहा कोई भी असत्य न केवल धार्मिक परंपराओं को आघात पहुँचाता है, बल्कि देवभूमि की वैश्विक पहचान को भी धूमिल करता है।

उन्होंने चेताया कि यात्रा को लेकर प्रदेश की आर्थिकी पर किसी भी तरह के प्रहार को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। क्योंकि चारधाम यात्रा उत्तराखंड की आर्थिकी की रीढ़ है। यात्रा के विरु(किया गया दुष्प्रचार सीधे तौर पर हमारे स्थानीय व्यापारियों, होटल व्यवसायियों और युवाओं के रोजगार को प्रभावित करता है। लिहाजा सभी लोगों को राज्य और युवाओं के हित में न केवल झूठी, भ्रामक और दुष्प्रचार वाली सूचनाओं का विरोध करना चाहिए, साथ ही ऐसे लोगों से जुड़ी जानकारी शासन प्रशासन से सहयोग करना चाहिए।

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।