मंगलवार
34 साल से देहरादून का विश्वास
28 अप्रैल 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 94
● 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

'महिला सशक्तिकरण पर राजनीति न हो'

मुख्यमंत्री ने नारी शक्ति वंदन अधिनियम पर आयोजित विधानसभा के विशेष सत्र को किया संबोधित

संवाददाता

देहरादून। नारी शक्ति वंदन अधिनियम पर बुलाये विशेष सत्र में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि महिला सशक्तिकरण के प्रयासों पर किसी प्रकार की राजनीति नहीं होनी चाहिए।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने नारी शक्ति वंदन अधिनियम पर चर्चा के लिए आयोजित विधानसभा के विशेष सत्र 'नारी सम्मान- लोकतंत्र में अधिकार' को संबोधित किया। मुख्यमंत्री ने सदन के सामने महिलाओं को संसद और विधानसभाओं में 33 प्रतिशत आरक्षण देने के उद्देश्य से लाए गए नारी शक्ति वंदन बिल को यथाशीघ्र लागू करने के लिए केंद्र सरकार के प्रयासों का समर्थन करते हुए सर्वसम्मत संकल्प व्यक्त करने का प्रस्ताव रखा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपने संबोधन की शुरुआत राज्य आंदोलनकारियों के साथ ही उत्तराखंड में नारी शक्ति का प्रतीक गौरा देवी, टिंचरी माई, बिशनी देवी शाह, जशूली शौक्याण, कुंती वर्मा, भागीरथी देवी, मंगला देवी, हंसा धनाई, सरला बहन, बेलमती चौहान, सुशीला बहन, कमला पंत जैसी महिलाओं को नमन करने के साथ किया। मुख्यमंत्री ने सदन से अपील करते हुए कहा कि मातृशक्ति के सशक्तिकरण के लिए किए जा रहे उपायों का समर्थन करने में किसी भी प्रकार की राजनीति नहीं होनी चाहिए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि सनातन संस्कृति में नारी को देवी मानकर उसकी आराधना की जाती है। माँ दुर्गा, माँ लक्ष्मी और माँ सरस्वती के रूप में हम नारी के साहस, समृद्धि और ज्ञान के स्वरूप का वंदन करते हैं। उन्होने कहा कि भारत के इतिहास में रानी लक्ष्मीबाई, सावित्रीबाई फुले से लेकर अंतरिक्ष यात्री कल्पना चावला तक नारी शक्ति के असंख्य प्रेरणादायक उदाहरण देखने को मिलते हैं। नारी शक्ति अब केवल "सहभागिता" तक सीमित नहीं है, बल्कि "नेतृत्व" की भूमिका निभा रही है। चंद्रयान-3 मिशन की ऐतिहासिक सफलता हो, क्रिकेट का विश्व कप जीतना हो, राष्ट्रीय रक्षा अकादमी से पास-आउट होना हो, या फिर सेना और वायु सेना में अग्रिम पंक्ति के मोर्चों पर काम करना हो, ये सब नारी शक्ति के उदाहरण हैं। इसी तरह उत्तराखंड भी अदम्य साहस की प्रतीक तीलू रौतेली, उत्तराखंड की लक्ष्मी बाई कही जाने वाली रानी जिया रानी और चिपको आंदोलन की अग्रदूत गौरा देवी नारी शक्ति का उदाहरण हैं। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि लोकसभा में संख्या बल के कारण जब बिल पारित नहीं हो पाया तो, विपक्षी दल के नेता तालियाँ बजा रहे थे। उस दृश्य को देखकर महाभारत की वो सभा याद आ गई, जिसमें द्रौपदी का अपमान किया गया था। वहीं "प्रधानमंत्री मातृत्व वंदना योजना" के माध्यम से गर्भवती महिलाओं और नवजात शिशुओं के स्वास्थ्य और पोषण को ध्यान में रखते हुए आर्थिक सहायता प्रदान की जा रही है। साथ ही, "स्वच्छ भारत मिशन" के द्वारा घर-घर शौचालयों का निर्माण कर महिलाओं को गरिमा और सुरक्षा प्रदान की गई है। जिससे खुले में शौच की समस्या से मुक्ति मिली और महिलाओं के स्वास्थ्य एवं सम्मान दोनों की रक्षा हुई है। मुख्यमंत्री ने विपक्ष से अपील करते हुए कहा कि मातृशक्ति के सशक्तिकरण जैसे महत्वपूर्ण विषय पर दलगत हितों से ऊपर उठकर सकारात्मक और स्पष्ट रुख अपनाया जाए, ताकि देश की आधी आबादी को उनका उचित अधिकार मिल सके।

कांग्रेस ने महिला आरक्षण पर सरकार को घेरा

नीयत साफ करे भाजपा, तुरंत लागू करे 33 प्रतिशत आरक्षण: आर्य

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में महिला आरक्षण के मुद्दे पर सियासत तेज हो गई है। नेता प्रतिपक्ष यशपाल आर्य ने भाजपा सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए उसे महिलाओं के अधिकारों के मुद्दे पर पूरी तरह विफल करार दिया है। उन्होंने स्पष्ट कहा कि सरकार को महिला आरक्षण कानून 2023 की मूल भावना के अनुरूप वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव और 2029 के लोकसभा चुनाव में मौजूदा सीटों पर ही 33 प्रतिशत आरक्षण तत्काल लागू करना चाहिए।

यशपाल आर्य ने आरोप लगाया कि भाजपा सरकार जानबूझकर इस ऐतिहासिक कानून को लागू करने में देरी कर रही है, जिससे उसकी नीयत पर सवाल खड़े होते हैं। उन्होंने कहा कि यदि इसके लिए केंद्र को दोबारा संविधान संशोधन लाना पड़े तो तुरंत संसद का विशेष सत्र बुलाकर इसे तुरंत लागू किया जाना चाहिए, लेकिन सरकार इस दिशा में गंभीर नजर नहीं आ रही है। विधानसभा सत्र से पहले कांग्रेस विधायकों द्वारा किए गए जोरदार धरना-प्रदर्शन का जिक्र करते हुए उन्होंने कहा कि महिला आरक्षण, सुरक्षा और सम्मान को लेकर कांग्रेस लगातार आवाज उठा रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि कांग्रेस विधायकों द्वारा प्रस्तुत संकल्प को विधानसभा अध्यक्ष द्वारा स्वीकार न करना लोकतांत्रिक मूल्यों और महिलाओं के अधिकारों के साथ अन्याय है और यह दर्शाता है कि सरकार इस मुद्दे पर चर्चा से बच रही है। नेता

प्रतिपक्ष ने यह भी कहा कि महिला आरक्षण विधेयक पारित होने के बावजूद उसकी अधिसूचना में देरी सरकार की मंशा पर गंभीर सवाल खड़े करती है। उन्होंने मुख्यमंत्री से जवाब मांगते हुए पूछा कि आखिर किन कारणों से इस कानून को लागू करने में इतना विलंब किया गया।

केंद्र सरकार के हालिया विधेयकों का हवाला देते हुए उन्होंने दावा किया कि यदि लोकसभा सीटों में प्रस्तावित वृद्धि लागू होती है तो उत्तराखंड की हिस्सेदारी घट सकती है, जो राज्य के हितों के खिलाफ होगा। उन्होंने भाजपा सांसदों की चुप्पी पर भी सवाल उठाते हुए कहा कि यह प्रदेश के अधिकारों की अनदेखी है। महिलाओं की सुरक्षा के मुद्दे पर सरकार को घेरते हुए यशपाल आर्य ने कहा कि प्रदेश में महिलाएं कहीं भी सुरक्षित नहीं हैं।

अंकिता भंडारी प्रकरण सहित कई घटनाओं का उल्लेख करते हुए उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार दोषियों को बचाने में लगी है और अब तक प्रमुख आरोपियों का खुलासा न होना गंभीर चिंता का विषय है। साथ ही उन्होंने जंगली जानवरों के हमलों में महिलाओं की बढ़ती मौतों पर भी सरकार की निष्क्रियता को कठघरे में खड़ा किया। अंत में उन्होंने चेतावनी दी कि यदि सरकार महिला आरक्षण लागू करने और महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए जल्द ठोस कदम नहीं उठाती है तो कांग्रेस सड़कों से लेकर सदन तक व्यापक आंदोलन छेड़ेगी।

दून वैली मेल

संपादकीय

पत्रकारिता का अघोषित आपातकाल

उत्तराखंड के आईजी (एसटीएफ) नीलेश आनंद भरणे द्वारा सूबे के 35 एक्स हैंडल को नोटिस जारी कर उन पर संवैधानिक व्यवस्थाओं के खिलाफ काम करने का जो आरोप लगाते हुए उन्हें ब्लॉक करने की कार्रवाई की जो चेतावनी दी गई है वह चेतावनी नहीं सही मायने में धमकी है। यह कार्यवाही इसलिए भी हैरान करने वाली नहीं है क्योंकि बीते कई सालों से सोशल मीडिया की तमाम साइट्स पर इस तरह की कार्यवाही की जाती रही हैं। इसका कारण भी किसी से छुपा नहीं है सत्ता में बैठे लोगों को न तो मीडिया द्वारा किए जाने वाले सवाल पसंद है और न वह सरकार की आलोचना बर्दाश्त करते है भले ही वह कितनी भी बड़ी सच्चाई क्यों न हो। सरकार में बैठे लोग सिर्फ अपनी तारीफ में लिखे जाने वाली खबरों और टीवी में दिखाई जाने वाली खबरों को ही देखने और सुनने के आदी हो चुके हैं। देश का मुख्य मीडिया जब सरकारों की शान में कसीदे पढ़ने को ही पत्रकारिता स्वीकार कर चुका है तो ऐसे समय में सोशल मीडिया ने जब सही और सच्ची खबरों को जनता तक पहुंचाना शुरू कर दिया तब इससे सरकार में बैठे लोगों का असहज होना स्वाभाविक ही है जहां तक बात अधिकारियों की है तो उन्होंने भी सरकार की नौकरी ही करनी है और वह कर भी रहे हैं इन असाधारण स्थितियों में पत्रकारिता करना एक गंभीर चुनौती हो चुका है। सोशल मीडिया में क्या चल रहा है इस पर गहरी नजर रखी जा रही है और उन सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म तथा पत्रकारों के खिलाफ कार्यवाही लगातार जारी है इंडियन एक्सप्रेस में छपी एक रिपोर्ट के खिलाफ 2023 में 6000 सोशल हैंडल्स के खिलाफ ऐसी कार्यवाही हुई जिसकी संख्या 2024 में बढ़कर 12600 तथा दिसंबर 2025 तक इनकी संख्या 24300 हो चुकी थी। दरअसल देश में पत्रकारिता का अघोषित आपातकाल ही नहीं है उससे भी ज्यादा खतरनाक स्थित है। 70 के दशक में जब तत्कालीन प्रधानमंत्री ने देश में आपातकाल लगाया उस समय तमाम अखबारों के साथ ऐसा हुआ था लेकिन वह बहुत थोड़े समय ही रहा और न उस समय देश में सोशल मीडिया और निजी टीवी चैनलों का कोई दौर था। वर्तमान समय में गुजरते वक्त के साथ जब सब कुछ बदल चुका है। देश और दुनिया में घटित होने वाली कोई घटना कुछ मिनट में 80 फीसदी आबादी तक पहुंच रही है तो उसका प्रभाव भी उतना ही अधिक होना स्वाभाविक है। चाहे वह प्रधानमंत्री से पूछे जाने वाले वह सवाल हो कि आप आम कैसे खाते हैं काटकर या चूस कर, मणिपुर में महिलाओं को निर्वस्त्र कर घूमाने की घटना हो हर खबर से आम आदमी वाकिफ ही नहीं हो पा रहा है उसकी लाइव तस्वीर भी उस तक पहुंच रही हैं। सरकार की छवि को धूमिल करने वाली ऐसी खबरें क्योंकि सच का आइना दिखाती हैं उन्हें जिम्मेवार लोग भला कैसे बर्दाश्त कर सकते हैं यही कारण है कि अब सत्ता के निशाने पर सोशल मीडिया है। उत्तराखंड के जिन 35 पत्रकारों या सोशल साइट्स को यह नोटिस जारी किए गए हैं उनमें से एक अजीत राठी ने अपने एक्स हैंडल पर इस नोटिस के बारे में कई सवाल आईजी एसटीएफ से भी पूछे गए हैं वही यह स्पष्ट किया गया है अपनी उस पोस्ट को डिलीट नहीं करेंगे जिसे आधार बनाकर उन पर कार्रवाई की बात कही गई है वह जांच में सहयोग और इस खबर की सत्यता की पुष्टि करने वाले सबूतों के साथ किसी के भी सामने उपस्थित होने को तैयार हैं। इसमें कोई संदेह नहीं है कि अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के बिना पत्रकारिता संभव नहीं है। निष्पक्ष और ईमानदार पत्रकारिता को बचाने रखने के लिए अगर थोड़ी कुर्बानियां भी करनी पड़ती हैं तो उसके लिए पत्रकारों को वर्तमान दौर में तैयार रहना ही होगा।

ऑपरेशन प्रहारः डेढ दर्जन मुकदमों के आरोपी की पुलिस ने खोली हिस्ट्रीशीट

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने डेढ दर्जन मुकदमों के आरोपी की निगरानी हेतु उसकी हिस्ट्रीशीट खोल दी है।

मिली जानकारी के अनुसार वर्तमान में सम्पूर्ण जनपद में प्रचलित आपरेशन प्रहार के अन्तर्गत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र डोबाल द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्रों में लगातार सघन चैकिंग/सत्यापन अभियान चलाते हुए आपराधिक गतिविधियों में लिप्त आरोपियों को चिन्हित करते हुए उनके विरूद्ध कठोर वैधानिक कार्यवाही किये जाने हेतु निर्देशित किया गया है। इसी क्रम में जनपद के सभी थाना क्षेत्रों में लगातार सघन चैकिंग/सत्यापन अभियान चलाते हुए अपराधियों की गिरफ्तारी के साथ-साथ आदतन अपराधियों की दैनिक गतिविधियों की नियमित निगरानी हेतु नई हिस्ट्रीशीट खोली जा रही है।

ऑपरेशन प्रहार अभियान के अन्तर्गत उच्चाधिकारियों द्वारा निर्गत निर्देशों के क्रम में कोतवाली विकासनगर क्षेत्रान्तर्गत निवासरत आदतन एवं अभ्यस्त अपराधी शुभम त्यागी पुत्र शिव कुमार त्यागी निवासी शिक्षक कॉलोनी कोतवाली विकासनगर जिला देहरादून की नियमित निगरानी हेतु नई हिस्ट्रीशीट खोली गई। शुभम त्यागी के विरुद्ध चोरी, नकबजनी, शस्त्र अधि., एनडीपीएस एक्ट तथा गैंगस्टर एक्ट के लगभग डेढ दर्जन मुकदमें दर्ज हैं।

उत्तराखंड में डिजिटल राजनीति से सोशल मीडिया बन गया है अब नया 'रणक्षेत्र'

'डिजिटल' चमक बनाम 'जमीनी' सच्चाई

●देवभूमि में सियासत अब केवल पहाड़ों की पगडंडियों तक सीमित नहीं रही
●हाई-स्पीड इंटरनेट और सोशल मीडिया पर 'डिजिटल वार' में हुई तब्दील
●उत्तराखंड की राजनीति में होने वाला है 'डेटा' और 'डेमोग्राफी' का बड़ा खेल

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। चुनावी साल में देवभूमि की सियासत अब केवल पहाड़ों की पगडंडियों तक सीमित नहीं रही, बल्कि वह हाई-स्पीड इंटरनेट और सोशल मीडिया के जरिए 'डिजिटल वार' में तब्दील हो चुकी है। आने वाले समय में उत्तराखंड की राजनीति में 'डेटा' और 'डेमोग्राफी' का बड़ा खेल होने वाला है। डिजिटल माध्यमों से सूचनाएं फैल रही हैं, लेकिन आने वाले विधानसभा चुनाव में वोट उसी दल को मिलेगा जो पहाड़ की धूल और धूप में जनता के बीच खड़ा होगा।

बता दें कि राज्य सरकार और राजनीतिक दल लगातार 'डिजिटल उत्तराखंड' के नारे को आगे बढ़ा रहे हैं। ई-गवर्नेंस, आनलाइन सेवाएं, स्मार्ट सिटी, और सोशल मीडिया पर सक्रियताकृइन सबके जरिए विकास की एक आधुनिक तस्वीर पेश की जा रही है। सरकारी योजनाओं की जानकारी अब मोबाइल एप और पोर्टल के जरिए गांव-गांव तक पहुंचाने का दावा किया जा रहा है। नेताओं की डिजिटल रैलियां, फेसबुक लाइव और व्हाट्सएप कैंपेन चुनावी रणनीति का अहम हिस्सा बन चुके हैं।

डिजिटल चमक-धमक के बावजूद उत्तराखंड की जीत का रास्ता आज भी उन्हीं कठिन चढ़ाइयों और गांवों से होकर गुजरता है। प्रदेश में इस समय भू-कानून और मूल निवास इस वक्त का सबसे संवेदनशील मुद्दा है। जमीन पर लोग अपनी संस्कृति और संसाधनों को बचाने के लिए लामबंद हो रहे हैं। यह मुद्दा सोशल मीडिया पर तो है ही, लेकिन इसकी जड़ें पहाड़ के हर घर के चूल्हे तक पहुंच चुकी हैं। इसके साथ ही पलायन और रोजगार भी बड़ा मुद्दा बन गया है। 'खंडित' होते गांवों को बचाना और स्थानीय युवाओं को पहाड़ में ही रोजगार देना आज भी सबसे बड़ी चुनौती है। सड़कों का जाल बिछने के बावजूद, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं के अभाव में पलायन एक कड़वी सच्चाई बनी हुई है।

लेकिन सवाल यह है कि क्या यह डिजिटल क्रांति पहाड़ के आखिरी गांव तक पहुंच पाई है? कई दूरस्थ इलाकों में आज भी नेटवर्क की समस्या, इंटरनेट की धीमी गति और डिजिटल साक्षरता की कमी बड़ी चुनौती बनी हुई है। डिजिटल दावों के बीच जमीनी हकीकत कुछ और कहानी बयां करती है। उत्तराखंड में 'पलायन' सबसे बड़ा मुद्दा बना हुआ है। गांव खाली हो रहे हैं और युवा रोजगार की तलाश में शहरों की ओर पलायन कर रहे हैं। बेरोजगारी का संकट भी गहराता जा रहा है, खासकर शिक्षित युवाओं में असंतोष बढ़ रहा है।

स्वास्थ्य सेवाओं की स्थिति भी चिंता का विषय है। पहाड़ी क्षेत्रों में अस्पतालों की कमी, डाक्टरों की अनुपलब्धता और आपातकालीन सेवाओं का अभाव आज भी लोगों के लिए परेशानी का कारण है। कई गांवों में आज भी सड़क और परिवहन की सुविधा सीमित है। शिक्षा के क्षेत्र में भी स्कूलों की स्थिति, शिक्षकों की कमी और संसाधनों का अभाव जमीनी सच्चाई को उजागर करता है।

राजनीतिक दल अब यह समझ चुके हैं कि केवल डिजिटल प्रचार से चुनाव नहीं जीते जा सकते। इसलिए एक ओर जहां सोशल मीडिया पर आक्रामक कैंपेन चल रहा है, वहीं दूसरी ओर 'डोर-टू-डोर' संपर्क, जनसभाएं और स्थानीय मुद्दों पर फोकस भी बढ़ाया जा रहा है। उत्तराखंड की राजनीति के सामने सबसे बड़ी चुनौती यही है कि वह डिजिटल विकास और जमीनी जरूरतों के बीच संतुलन कैसे बनाए। जब तक गांवों में रोजगार, स्वास्थ्य और बुनियादी सुविधाओं की स्थिति नहीं सुधरेगी, तब तक डिजिटल दावों की चमक अधूरी ही मानी जाएगी। आने वाले चुनावों में यह देखना दिलचस्प होगा कि जनता 'डिजिटल वादों' को ज्यादा तवज्जो देती है या 'जमीनी मुद्दों' को प्राथमिकता देती है या नहीं।

रम्माणः परंपरा, आस्था और लोकनाट्य का जीवंत संगम

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के चमोली जिले के सलूर-डुंगरा गांव में हर साल मनाया जाने वाला रम्माण उत्सव केवल एक धार्मिक आयोजन नहीं, बल्कि सदियों पुरानी सांस्कृतिक विरासत का जीवंत उदाहरण है। यह उत्सव गांव के आराध्य देवता

●अप्रैल में आयोजित होने वाले रम्माण में बदल जाता है पूरा गांव एक बड़े रंगमंच में
●ग्रामीण पारंपरिक वेशभूषा-मुखौटों संग करते है पौराणिक-लोक कथाओं का मंचन
●ढोल-दमाऊं की थाप, पारंपरिक गीत और नृत्य इस आयोजन को बना देते हैं जीवंत
●परंपरा में आधुनिक तकनीक या मंच की जरूरत नहीं,पूरी तरह लोक शैली में संपन्न

भैरव को समर्पित होता है और स्थानीय लोगों की आस्था, सामाजिक एकता और परंपराओं को एक सूत्र में पिरोता है। रम्माण का आयोजन हर साल बैसाख महीने में किया जाता है, जब पूरा गांव एक बड़े रंगमंच में बदल जाता है।

मुखौटों के पीछे की दुनिया

अप्रैल के महीने में जब पहाड़ों पर हरियाली छाने लगती है, तब सलूड़-डुंग्रा गांव के लोग रम्माण उत्सव की तैयारी करते हैं। यह उत्सव भगवान भूमियाल देवता को समर्पित है। इसमें गांव के लोग रामायण के प्रसंगों को एक नाटक के रूप में मंचित करते हैं, लेकिन यहाँ कोई संवाद नहीं होते। सब कुछ नृत्य, संगीत और मुखौटों के जरिए व्यक्त किया जाता है। ग्रामीण इन मुखौटों को पहनकर नर्तक जब ढोल-दमाऊं की थाप पर थिरकते हैं, तो पूरा गांव भक्ति के रस में डूब जाता है। रम्माण में इस्तेमाल होने वाले मुखौटे लकड़ी के बने होते हैं और इनमें से कुछ तो सदियों पुराने हैं। गांव के लोगों का मानना है कि नृत्य के दौरान देवताओं की शक्ति वास्तव में उन नर्तकों में समा जाती है।

रम्माण की सबसे बड़ी खासियत इसका लोकनाट्य स्वरूप है। इसमें गांव के लोग पारंपरिक वेशभूषा और मुखौटों के साथ विभिन्न पौराणिक और लोक कथाओं का मंचन करते हैं। रामायण, महाभारत के प्रसंगों के साथ-साथ स्थानीय कथाएं भी इसमें शामिल होती हैं। ढोल-दमाऊं की थाप, पारंपरिक गीत और नृत्य इस आयोजन को और भी जीवंत बना देते हैं। खास बात यह है कि इस पूरी परंपरा को निभाने के लिए किसी आधुनिक तकनीक या मंच की जरूरत नहीं होती, यह पूरी तरह लोक शैली में संपन्न होता है।

यह उत्सव सिर्फ मनोरंजन का माध्यम नहीं, बल्कि सामाजिक संदेश देने का भी एक सशक्त जरिया है। रम्माण के माध्यम से गांव के लोग अपनी सांस्कृतिक पहचान को बनाए रखते हैं और नई पीढ़ी को अपनी जड़ों से जोड़ते हैं। इसमें हर वर्ग और उम्र के लोग भाग लेते हैं, जिससे सामुदायिक एकता और भाईचारे की भावना मजबूत होती है। इस आयोजन में अनुशासन और परंपराओं का विशेष ध्यान रखा जाता है, जो इसे और भी खास बनाता है। रम्माण की इस अनूठी परंपरा को वैश्विक पहचान भी मिल चुकी है। इसे यूनेस्को की सूची में शामिल किया गया है, जो इसकी सांस्कृतिक महत्ता को दर्शाता है। यह सम्मान न केवल उत्तराखंड बल्कि पूरे भारत के लिए गर्व की बात है। ऐसे समय में जब आधुनिकता के कारण लोक परंपराएं विलुप्त होती जा रही हैं, रम्माण जैसे उत्सव हमारी सांस्कृतिक जड़ों को मजबूत बनाए रखने का कार्य कर रहे हैं।

पेंशनर्स को इलाज में मिलेगी प्राथमिकता, अस्पतालों में 5 बेड होंगे आरक्षित

हरिद्वार(आरएनएस)। सीएमओ डॉ. आरके सिंह ने जिले के सभी अस्पतालों को पेंशनर्स और वरिष्ठ नागरिकों को उपचार और जांच में प्राथमिकता देने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने प्रत्येक अस्पताल में पांच बेड पेंशनर्स के लिए आरक्षित रखने की घोषणा भी की। सीएमओ ने यह बात गवर्नमेंट पेंशनर्स वेलफेयर ऑर्गेनाइजेशन की सम्मान सभा में बतौर मुख्य अतिथि कही। मेला चिकित्सालय परिसर में आयोजित कार्यक्रम की अध्यक्षता संगठन के अध्यक्ष बीपी चौहान ने की, जबकि संचालन महामंत्री जेपी चाहर ने किया। कार्यक्रम में जिला चिकित्सालय के प्रमुख अधीक्षक डॉ. आरवी सिंह, मेला चिकित्सालय के सीएमएस डॉ. राजेश कुमार, रुड़की उप जिला चिकित्सालय के डॉ. एके मिश्रा और नेत्र विशेषज्ञ डॉ. एसके सोनी सहित कई चिकित्सक मौजूद रहे। डॉ. सोनी ने गर्मी के मौसम में आंखों की देखभाल और बढ़ती उम्र में होने वाले नेत्र रोगों से बचाव पर जानकारी दी। वहीं, जेपी चाहर ने देहरादून में आठवें वेतन आयोग के साथ हुई वार्ता का विवरण देते हुए पेंशन पुनरीक्षण में भेदभाव होने पर आंदोलन की चेतावनी दी। सभा में पेंशनर्स ने स्वास्थ्य सेवाओं और गोल्डन कार्ड की विसंगतियों पर भी चिंता जताई। कार्यक्रम के अंत में चिकित्साधिकारियों का सम्मान किया गया और नए सदस्यों को संगठन से जोड़ा गया। इस दौरान रामकुमार अग्रवाल, आरडी अग्रवाल, वीके गुप्ता, एमके अग्रवाल, मंजू सिंह, विजय लक्ष्मी पोखरियाल, शक्ति वत्स, मंजू तिवारी, अनिरुद्ध शर्मा, एसएस चौहान, आरके जोशी, ओपी तिवारी, केडी धीमान आदि मौजूद रहे।

प्रीपेड टैक्सी चालक परिवहन मंत्री से मिले

ऋषिकेश(आरएनएस)। जौलीग्रांट एयरपोर्ट पर संचालित प्रीपेड टैक्सी चालकों ने विभिन्न मांगों को लेकर परिवहन मंत्री प्रदीप बत्रा से मुलाकात कर ज्ञापन सौंपा। चालकों ने एयरपोर्ट परिसर में निजी ऐप आधारित टैक्सी सेवाओं के काउंटर हटाने, स्थानीय प्रीपेड टैक्सियों को प्राथमिकता देने और नियमों के समान अनुपालन की मांग उठाई। ऐप आधारित टैक्सी काउंटरों के कारण स्थानीय प्रीपेड टैक्सी चालकों की आजीविका पर सीधा असर पड़ रहा है। जबकि वह लंबे समय से एयरपोर्ट पर नियमों के तहत सेवा दे रहे हैं। टैक्सी यूनियन अध्यक्ष संजय सिंधवाल ने कहा कि प्रीपेड टैक्सी व्यवस्था यात्रियों को सुरक्षित और पारदर्शी सेवा देती है। उन्होंने एयरपोर्ट परिसर में सभी सेवाओं के लिए समान नियम लागू करने की मांग भी की। सभासद ईश्वर रौथाण ने कहा कि यह मुद्दा सिर्फ चालकों की रोजीरोटी का नहीं, बल्कि स्थानीय रोजगार और व्यवस्था का भी है। परिवहन मंत्री ने आश्वासन दिया कि प्रीपेड टैक्सी चालकों की समस्याओं के समाधान को विभागीय स्तर पर एयरपोर्ट प्रशासन से समन्वय स्थापित कर नियमों की समीक्षा की जाएगी।

जिमनास्ट वर्ल्ड कप के लिए उत्तराखंड के दो खिलाड़ियों का चयन

रुद्रपुर(आरएनएस)। उत्तराखंड के दो खिलाड़ियों शिवम विश्वास और मोहम्मद अरशद का चयन फिग एक्रो जिम्नास्टिक्स वर्ल्ड कप 2026 के लिए हुआ है। यह प्रतिष्ठित प्रतियोगिता 29 से 31 मई तक बर्गास, बुल्गारिया में आयोजित की जाएगी। जिम्नास्टिक एसोसिएशन ऑफ उत्तराखंड के अध्यक्ष डॉ. नागेंद्र शर्मा ने बताया कि हाल ही में आयोजित राष्ट्रीय एक्रोबैटिक जिम्नास्टिक चैंपियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर जिम्नास्टिक फेडरेशन ऑफ इंडिया ने दोनों खिलाड़ियों का चयन किया है। उन्होंने इसे प्रदेश और जिम्नास्टिक संगठन के लिए गौरवपूर्ण उपलब्धि बताया। इस अवसर पर एसोसिएशन के पदाधिकारियों त्रिलोक जीना, जगदीश बोरा, वरुण निर्मोही, पूजा भट्ट, पूर्व अध्यक्ष शिशिर शर्मा सहित अन्य खिलाड़ियों ने चयनित जिम्नास्टों को शुभकामनाएं दीं और विश्व कप में बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद जताई।

जमाखोरी और कालाबाजारी के खिलाफ कार्रवाई की मांग

अल्मोड़ा(आरएनएस)। सिगरेट, पान मसाला समेत अन्य उपभोक्ता वस्तुओं की संभावित जमाखोरी, कालाबाजारी और बढ़ती कीमतों के विरोध में जिलाधिकारी के माध्यम से जिला पूर्ति अधिकारी को ज्ञापन सौंपकर प्रभावी कार्रवाई की मांग की गई। ज्ञापन में कहा गया कि बाजार में आवश्यक वस्तुओं की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित की जाए और जमाखोरी पर रोक लगाकर आम उपभोक्ताओं को राहत दी जाए। आरोप लगाया गया कि कुछ व्यापारी उपभोक्ता वस्तुओं को कृत्रिम रूप से रोककर ऊंचे दामों पर बेच रहे हैं, जिससे आम जनता, छोटे दुकानदारों और उपभोक्ताओं को आर्थिक परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। ज्ञापन के माध्यम से प्रशासन से मांग की गई कि थोक व्यापारियों के गोदामों, स्टॉक रजिस्टर, बिलिंग व्यवस्था और बाजार में की जा रही आपूर्ति की गहन जांच कराई जाए। साथ ही कृत्रिम अभाव उत्पन्न कर मुनाफाखोरी करने वालों के खिलाफ सख्त वैधानिक कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। इसके अलावा पान मसाला और अन्य उपभोक्ता वस्तुओं की थोक और फुटकर दर सूची सार्वजनिक करने की मांग भी उठाई गई, ताकि उपभोक्ताओं को वास्तविक कीमतों की जानकारी मिल सके और बाजार में पारदर्शिता बनी रहे। ज्ञापन देने वालों ने चेतावनी दी कि यदि शीघ्र ही जमाखोरी और कालाबाजारी करने वालों के खिलाफ ठोस कार्रवाई नहीं की गई तो जनहित में व्यापक जनआंदोलन शुरू किया जाएगा। ज्ञापन देने वालों में राजीव गुरुरानी, रमेश बहुगुणा, धर्मेंद्र बिष्ट और संजय डालाकोटी शामिल रहे।

हरिद्वार की बस कंपनी से संयुक्त रोटेशन ने तोड़ा नाता!

ऋषिकेश(आरएनएस)। हरिद्वार की निजी बस कंपनी से संयुक्त रोटेशन यात्रा व्यवस्था समिति ने किनारा कर लिया है। यह कदम कंपनी के सहयोग नहीं करने पर उठाया गया है। सिर्फ कंपनी ही नहीं हरिद्वार की दो ट्रैवल एजेंसियों से नाता तोड़ा गया है। दावा है कि इससे यात्रा में बसों को लेकर किसी तरह की समस्या पैदा नहीं होने वाली है।

यात्रा बस अड्डे पर संयुक्त रोटेशन समिति कार्यालय में अध्यक्ष भास्करानंद भारद्वाज की अध्यक्षता में महत्वपूर्ण बैठक आयोजित हुई। सदस्यों ने रोटेशन में शामिल लग्जरी कोच वेलफेयर एसोसिएशन हरिद्वार को लेकर चर्चा की, जिसमें सामने आया कि कंपनी रोटेशन को किसी तरह का सहयोग नहीं कर रही है, जबकि रोटेशन से जुड़ने के दौरान २०० बसों की व्यवस्था की बात एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने कही थी। सहयोग नहीं मिलने पर हरिद्वार की बस कंपनी को समिति से पृथक करने का निर्णय लिया गया। सदस्यों ने सर्वसम्मति से हरिद्वार की ही ट्रैवल एजेंसी त्रिमूर्ति और कोनार्क को रोटेशन से हटा दिया है। अध्यक्ष भास्करानंद भारद्वाज ने बताया कि हरिद्वार की कंपनी अपनी शर्तों को लेकर आगे चल रही थी, जिसमें समिति से दशकों से जुड़ी बस कंपनियों के हितों को ध्यान में रखते हुए यह फैसला लिया गया है। मौके पर टीजीएमओ अध्यक्ष जितेंद्र नेगी, यातायात के निवर्तमान अध्यक्ष मनोज ध्यानी, रूपकुंड से भूपाल सिंह, जीएमओयू से अर्जुन सिंह रावत, सीमांत से चरण गड़िया, दून वैली से कृष्णकांत, जीएमसीसी से सरदार सिंह, अजय बधानी के अलावा बलबीर सिंह रौतेला, मेघा चौहान, प्रेमपाल बिष्ट, गजपाल सिंह, प्यार सिंह गनुसोला, भोलादत्त जोशी, दाताराम रतूड़ी, योगेश उनियाल, प्यारेलाल जुगलाण, प्रदीप कनवासी आदि मौजूद रहेसमिति ने अनिवार्य किया गमन-पत्रचारधाम यात्रा में संयुक्त रोटेशन यात्रा व्यवस्था समिति अध्यक्ष भास्करानंद भारद्वाज ने यह भी स्पष्ट कर दिया है कि यात्री बसों को गमन-पत्र अनिवार्य रूप से लेना होगा। समिति से इस पत्र के बिना बस धामों के लिए जाती मिली, तो चेकपोस्ट से ही लौटा दिया जाएगा। संबंधित वाहन पर जुर्माना अगल से लगाया जाएगा। वहीं, हरिद्वार और ऋषिकेश से यात्री भरकर जाने वाली बसों को भी रोका जाएगा। इस तरह की बस मिलने पर उसे यात्रा पर नहीं जाने दिया जाएगा।अब रोटेशन में यह कंपनियां शामिलचारधाम यात्रा में दशकों से बस सेवा का संचालन कर रही संयुक्त रोटेशन यात्रा व्यवस्था समिति में फिर से नौ बस कंपनियां ही रह गई हैं। इनमें टीजीएमओ, जीएमओ, यातायात और पर्यटन विकास सहकारी संघ, गढ़वाल मंडल कॉन्ट्रैक्ट कैरिज, रूपकुंड पर्यटन विकास समिति, सीमांत सहकारी संघ लिमिटेड, दूनवैली कॉन्ट्रैक्ट कैरिज एसोसिएशन, गढ़वाल मोटर यूजर्स और गढ़वाल मंडल बहुउद्देशीय सहकारी समिति बस कंपनी शामिल हैं। इन कंपनियों ने दो हजार से ज्यादा बसों को यात्रा के लिए इस साल रिजर्व किया है।

दिन में ही लगने लगी लाइन और रात तक बांटे गए सिलिंडर

पौड़ी(आरएनएस)। नगर क्षेत्र में पिछले ५० दिनों से जारी रसोई गैस का संकट कुछ हद तक दूर हो गया। श्रीनगर गैस एजेंसी की ओर से नगर में शनिवार को देर रात तक सिलिंडरों का वितरण किया गया। इससे उपभोक्ताओं को राहत मिली।

गैस सिलिंडर की गाड़ी आने की सूचना पर सुबह 6 बजे से ही बाह बाजार के पास लोगों की लाइन लगनी शुरू हो गई थी।

चिलचिलाती गरमी के बावजूद लोग घंटों लाइन में खड़े रहे और रात 11 बजे तक सिलिंडर बांटे गए। इस दौरान मोबाइल पर ओटीपी न आने के कारण भी लोगों को परेशानी झेलनी पड़ी। वहीं कई उपभोक्ताओं के मोबाइल नंबर बदरीनाथ में पंजीकृत होने के कारण उन्हें वहां फोन करके डीएसी नंबर मंगाना पड़ा। कुछ लोगों की केवाईसी अपडेट की गई। खाद्य निरीक्षक समीर चमोला ने बताया कि शनिवार को कुल 288 गैस सिलिंडर बांटे गए। अगले एक-दो दिनों में अन्य ग्रामीण इलाकों में भी सिलिंडर बांटे जाएंगे।

यात्रा सीजन में रोडवेज की पार्किंग से निगम की हो रही खूब कमाई

श्रीनगर गढ़वाल (आरएनएस)। चारधाम यात्रा शुरू होते ही श्रीनगर में रोडवेज की पार्किंग अब मुनाफे का सौदा साबित होने लगी है। लगभग एक साल पहले शुरू हुई इस पार्किंग में अब वाहनों की कतारें लग रही हैं। खासकर यात्रा सीजन में यहां यात्री वाहनों (टेंपो ट्रैवलर्स आदि) की आवाजाही बढ़ने से निगम की रोजाना की कमाई में दोगुना इजाफा हुआ है। श्रीनगर रोडवेज के प्रभारी अशोक काला ने बताया कि पार्किंग की क्षमता १०० से अधिक वाहनों की है। चार पहिया वाहनों के लिए ३० रुपये प्रतिदिन किराया तय है। वहीं दोपहिया वाहनों के लिए १० रुपये शुल्क निर्धारित है। अब जो लोग बाजार के काम से आते हैं वे भी अपने वाहन यहीं खड़ा कर रहे हैं। पहले जहां पार्किंग से प्रतिदिन लगभग एक हजार रुपये की आय हो रही थी वहीं अब यह आंकड़ा दो हजार रुपये के पार पहुंच गया है। मासिक कमाई भी २० हजार से बढ़कर करीब ४० हजार तक पहुंच गई है। इसके अलावा १० से 12 वाहन ऐसे भी हैं जो २,००० रुपये प्रतिमाह के हिसाब से यहां खड़े किए जाते हैं। पार्किंग में खड़े वाहनों की सुरक्षा को लेकर भी पुख्ता इंतजाम किए गए हैं। निगम की ओर से यहां सुरक्षाकर्मी तैनात किए गए हैं।

रवाईं को जिला बनाने की मांग तेज, मोरी में संघर्ष समिति की बैठक

उत्तरकाशी(आरएनएस)। रवांई क्षेत्र को जिला बनाने की मांग तेज हो गई है। इस मांग को लेकर रवांई जिला बनाओ संघर्ष समिति की मोरी में बैठक हुई। इसमें जनप्रतिनिधियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और राज्य आंदोलनकारियों ने भाग लिया। बैठक में मोरी क्षेत्र के चिह्नित राज्य आंदोलनकारियों ने समिति को पूर्ण समर्थन दिया। आंदोलनकारियों ने कहा कि रवांई क्षेत्र लंबे समय से उपेक्षा का शिकार है। प्रशासनिक सुविधा के अभाव में जनता को कई दिक्कतें होती हैं। ऐसे में रवांई को जिला बनाना समय की मांग है। संघर्ष समिति के अध्यक्ष बलदेव असवाल ने बताया कि रवांई भौगोलिक रूप से विस्तृत और दुर्गम है। लोगों को छोटे कार्यों के लिए भी दूर जाना पड़ता है। समिति शांतिपूर्ण आंदोलन कर रही है और जिला घोषित होने तक संघर्ष जारी रहेगा।

मुखौटा नृत्य कर 18 तालों में किया रामायण का वर्णन

चमोली(आरएनएस)। सलूड़ डुंगरा गांव में विश्व सांस्कृतिक धरोहर रम्माण का आयोजन किया गया। इस दौरान संपूर्ण रामायण का वर्णन 18 तालों में किया गया। रम्माण के दौरान देवताओं के मुखौटा नृत्य ने सभी को रोमांचित कर दिया। वहीं जागर में रामायण के गायन ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया।

विश्व प्रसिद्ध रम्माण का आयोजन हर साल बैसाख माह में होता है। सलूड़-डुंगरा गांव के भूमियाल देवता के मंदिर प्रांगण में रम्माण मेले का आयोजन हुआ। रम्माण में जागर शैली में राम कथा का वर्णन किया गया और राम, लक्ष्मण, सीता व हनुमान के पात्रों ने इसमें अभिनय किया। संपूर्ण रामायण का वर्णन 18 तालों में किया गया। इसमें राम जन्म, सीता हरण, हनुमान मिलन, लंका दहन जैसी घटनाओं का वर्णन किया गया।

रम्माण के बीच दर्शकों के मनोरंजन के लिए अलग-अलग मुखौटा नृत्य हुआ। इसमें म्वर-म्वारी, बणियां-बणियांण के बाद भूमियाल देवता का नृत्य हुआ। कुरुजोगी नृत्य के बाद स्वर्ण मृग वध सहित विभिन्न मुखौटा नृत्य हुए।

अंत में सबसे रोमांचित करने वाला मल्ल नृत्य हुआ। मल्ल योद्धा प्रांगण में पहुंचे और ढोल दमाऊं की थाप पर ध्वनि की गर्जना के साथ प्रतीकात्मक युद्ध हुआ। अंत में भूमियाल देवता के अवतारी पुरुष ने भक्तों को खुशहाली का आशीर्वाद दिया। मेले में पहुंचे बदीनाथ विधायक लखपत बुटोला ने रम्माण मेले के लिए तीन लाख और ब्लॉक प्रमुख अनूप नेगी ने ढाई लाख रुपये देने की घोषणा की।

रम्माण में जिलाधिकारी गौरव कुमार और एसपी सुरजीत सिंह पंवार भी पहुंचे थे। इस दौरान विश्व सांस्कृतिक धरोहर रम्माण के संयोजक डॉ. कुशल सिंह भंडारी, अध्यक्ष शरत सिंह बंगारी, सचिव विकेश कुंवर, भरत सिंह पंवार, रणवीर सिंह चौहान, दर्जाधारी हरक सिंह नेगी, नगर पालिका ज्योतिर्मठ अध्यक्ष देवेश्वरी शाह, भाजपा मंडल अध्यक्ष गुड्डु लाल आदि मौजूद रहे।

एसी का सही उपयोग!

जैसा कि सभी को पता है कि भीषण गर्मी शुरू हो चुकी है और घर घर एयर कंडीशनर चलने लगे हैं। अधिकतर लोगों की आदत है कि वह अपने एसी को 20-22 डिग्री पर चलाते हैं और ठंड लगने पर दोहर व कंबल आदि ओढ़ लेते हैं। इससे दोहरा नुकसान होता है। आईये जानते हैं कैसे:

क्या आपको पता है कि हमारे शरीर का तापमान 35 डिग्री सेल्शियस होता है। शरीर 22 डिग्री से 39 डिग्री तक का तापमान सह सकता है। इसे कहते हैं human body temperature tolerance तापमान के इससे कम या अधिक होने पर शरीर प्रतिक्रिया करने लगता है जैसे छीकें आदि।

जब आप 20-21 डिग्री पर एसी चलाते हैं तो यह तापमान शरीर के सामान्य तापमान से कम है और इससे शरीर में hypothermia नाम का एक चतवबमे शुरू हो जाता है जो रक्त प्रवाह (blood circulation) को प्रभावित करता है और शरीर के कुछ अंगों में रक्त ठीक प्रकार से नहीं पहुंच पाता। इसके सवदह जमतउ में बहुत नुकसान होते हैं जैसे गठिया आदि बीमारियां।

अधिकतर समय एसी में बिताने से पसीना नहीं आता जिससे शरीर के जव॰पदे बाहर नहीं निकल पाते और long term में इससे भी कई बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है जैसे skin allergy or itching] high blood pressure आदि। जब आप एसी इतने कम तापमान पर चलाते हैं तो उसका कंप्रेसर लगातार फुल एनर्जी पर चलता है फिर चाहे वह 5 स्टार ही क्यों न हो, अत्यधिक बिजली फूंकता है और उसका पैसा आपकी जेब से जाता है। इसमें क्या बुद्धिमानी है कि एसी को पहले 20-21 पर चलाएं और फिर चादर ओढ़ लें। इससे बेहतर है कि एसी को 25+ डिग्री पर चलाएं और पंखा भी चला लें। इससे बिजली भी कम खर्च होगी और आपका शरीर का तापमान भी सीमा में रहेगा और उसे कोई नुकसान भी नहीं होगा। इसका एक और फायदा है कि जब एसी कम बिजली खर्च करेगा तो बिजलीघरों पर भी दवाब कम होगा और अंततः हसवइंस ूंतउपदह में भी कमी आएगी।

मान लीजिए एसी को 26 पर चला कर आप लगभग 5 यूनिट बिजली प्रति एसी प्रति रात्रि बचाते हैं और यदि ऐसा 10 लाख घरों में होता है तो आप 50 लाख यूनिट बिजली प्रतिदिन बचाते हैं। प्रादेशिक स्तर पर यह बचत करोड़ों यूनिट प्रतिदिन की हो सकती है। कृप्या विचार करें और अपने एसी को 25 डिग्री से नीचे बिल्कुल न चलाएं। अपने शरीर और वातावरण को स्वस्थ रखें।

साभार: सोशल मीडिया

ज्यादा सेल्फी लेना मानसिक बीमारी?

इन दिनों युवाओं के बीच में तेजी से बढ़ रहे सेल्फी के क्रेज पर चौंकाने वाले खुलासे हुए हैं। सेल्फी को डॉक्टरों ने एक तरह की मानसिक बीमारी बताया है। एक अंग्रेजी वेबसाइट के अनुसार तकरीबन तीन महीने पहले स्कूली छात्रा के द्वारा दिन में कई सेल्फी खींचने पर उसके घरवालों ने मनोचिकित्सक से संपर्क किया। 20 वर्षीय छात्रा को देखने के बाद मनोचिकित्सक ने ज्यादा सेल्फी को एक मानसिक बीमारी की तरह बताया।

परिवार वाले बताते हैं कि सेल्फी की वजह से उनकी बेटी के व्यवहार में काफी बदलाव आ गया है। डॉ . ने कहा कि सेल्फी खींचने की कई वजह हैं। कई लोग खुद को प्रोत्साहित करने के लिए भी सेल्फी लेते हैं। उन्होंने बताया कि ज्यादा सेल्फी की लत कई बार दूसरे लोगों के लिए हानिकारक भी बन जाती है। इसके साथ ही अमेरिकी मनोरोग एसोसिएशन ने भी सेल्फी को एक तरह की बीमारी बताई है। इतना ही नहीं शहर के कई डॉक्टरों ने सेल्फी लत को गैजेट के अत्यधिक इस्तेमाल से भी जोड़ा है।

बच्चे को लग गई है पिज्जा-बर्गर खाने की आदत?

बच्चे जब भी बाहर निकलते हैं, जंक फूड खाने की जिद करने लगते हैं। पिज्जा-बर्गर और कैंडी का टेस्ट उन्हें खूब लुभाता है। इसकी वजह से हेल्दी और न्यूट्रिएंट्स रिच चीजों को खाना बच्चे बंद करने लगते हैं। उनकी यही आदत उनकी सेहत के लिए खतरनाक है। ऐसे में पैरेंट्स को बच्चों की जिद के आगे झुकने की बजाय उनकी हेल्थ पर फोकस करना चाहिए। उन्हें इन चीजों से बचाना चाहिए। यहां कुछ ऐसे टिप्स, जो बच्चों की इस आदत को छुड़ाने में आपकी हेल्प कर सकते हैं।।।

खाने की आदत बदलें

बच्चों का जंक फूड छुडाना है तो सबसे पहले उनके खानपान की आदतों के बदलें। ये थोड़ा मुश्किल हो सकता है लेकिन धीरे-धीरे ही सही बच्चों में हेल्दी फूड खाने की हैबिट डालें। ताकि उन्हें सही मात्रा में पोषक तत्व मिल सके।

पसंद का बनाएं हेल्दी फूड

अगर आपका बच्चा कुछ खाने में आनाकानी करता है तो उनकी पसंद की हेल्दी चीजें बनाएं। उन मसालों का इस्तेमाल करें, जो उन्हें पसंद हैं। सलाद के साथ दही, सॉस, हम्मस जैसी टेस्टी लुभावनी चीजें सर्व करें।

हैबिट बदलने की शुरुआत जल्दी करें

बच्चों के खाने-पीने की आदतों में जितनी जल्दी बदलाव करना शुरू करेंगे, उसका फायदा उतना ही मिलेगा, वरना एक समय के बाद बच्चे अपनी इस आदत को बदल नहीं पाएंगे। ऐसे में जब भी बच्चों की डाइट बदलें तो उन्हें इसके फायदे भी समझाएं और इसकी शुरुआत सही समय पर कर दें।

प्रोटीन से भरपूर हो बच्चों की डाइट

बच्चों को जो भी खिला रहे हैं, ध्यान दें कि उनमें प्रोटीन की मात्रा भरपूर हो। इससे बच्चों को भूख देर से लगेगी और ज्यादा कैलोरी से वे बच जाते हैं। इतना ही नहीं जंक फूड खाने की इच्छा भी कम होती है। ब्रेकफास्ट में बच्चे को दूध, अनाज, सोया, अंडा ,मछली या चिकन जैसी चीजें दें।

खाने का समय तय कर दें

बच्चे के खाने का समय तय कर लें। उस समय पर उन्हें खाना मिल जाए। हालांकि, पूरे हफ्ते इस तरह का मेन्यू फॉलो कर पाना कठिन हो सकता है। इसलिए दो-दो दिन का मिल शेड्यूल बना लें और इसी हिसाब से उन्हें खाने को दें। उनकी डाइट में लीन प्रोटीन पनीर और जींस का इस्तेमाल जरूर करें।

घर से बाहर जाएं तो पहले ही खाना बना लें

जब भी किसी काम से आप बाहर जाएं तो बच्चों के खाने की चीज तैयार कर लें। अक्सर बच्चे हर 3-4 घंटे में 3 मील और दो स्नैक्स लेते हैं। अगर उन्हें समय से खाने को मिल जाएगा तो उनके जंक फूड खाने के चांसेस कम हो सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य -015

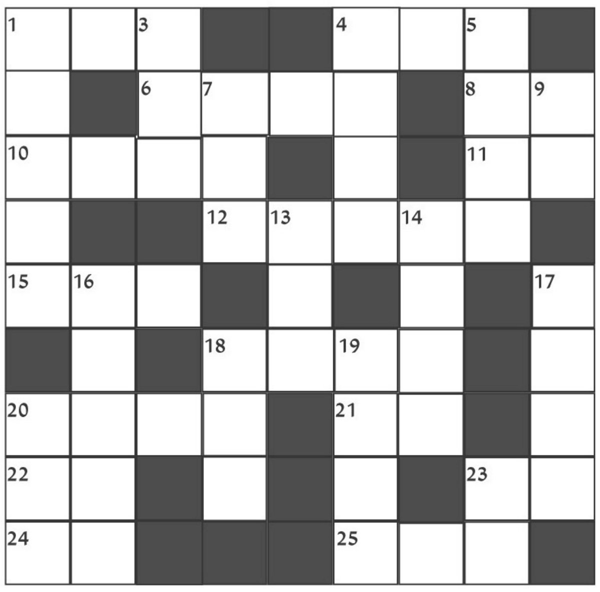
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. अभिमान, घमंड, अनुमान 4. बादल, मेघ, जलद (सं) 6. अधिकार वाला, अधिकारी 8. गति, सामंजस्य, समा जाना 10. कारावास, जेल 11. जोर, शक्ति, जान, सांस 12. राजाओं के रहने का भवन 15. मालामाल, अमीर, धनवान 18. नाव खेने का यंत्र 20. 'खन' ध्वनि उत्पन्न होना, पायल आदि का शब्द करना 21. मार डाला हुआ, घायल किया हुआ 22. हमेशा, आवाज 23. आग की लपट, ज्वाला 24. झगड़ा, तकरार 25. हीरा।

ऊपर से नीचे

1. दोषी, अपराधी 3. ताश में नौ अंक वाला पत्ता 4. झंडा, पताका 5. गहरा कीचड़, पंक 7. बूंद, अंश 9. मृत्यु के देवता 13. संसार, दुनिया, जग 14. हुजूर, जनाब, सम्मान सूचक एक शब्द (उ.) 16. सच्चा, धर्मनिष्ठ, ईमानवाला 17. अनूठा, बांका, अनुपम, छैला 18. आश्रय, शरण 19. साधुवाद, प्रशंसा 20. पटवारी की ऐसी बही जिसमें खेत संबंधी अनेक बातें लिखी जाती है, एक प्रकार का दानेदार संक्रामक रोग 23. गम, मातम, दुख।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 14 का हल

स्मृ	ति		पा	व	क		बे	ल
	र	ज	नी	च	र			ट्टू
मु	स्का	न		न	म	की	न	
सा	र		स			ट	ख	ना
फि		अ	जा	य	ब		रा	जा
र	च	ना		था	ल			य
		धि		र्थ		स	मा	ज
उ	प	कृ	त		आ	वा	ज	
ल्लू		त			ब	ल	रा	म

फोर्स 3 से जॉन अब्राहम की वापसी, धमाकेदार एक्शन से मचेगा तहलका

एक्शन-थ्रिलर फिल्मों के शौकीनों के लिए एक बड़ी खबर सामने आ रही है। जॉन अब्राहम की मशहूर फ्रैंचाइजी फोर्स की तीसरी कड़ी यानी फोर्स 3 पर काम तेजी से शुरू हो चुका है। फिल्म का पहला शेड्यूल शुरू हो गया है और पूरी टीम इस प्रोजेक्ट को लेकर पूरी तरह समर्पित नजर आ रही है। इस फ्रैंचाइजी के पिछले दो भागों की सफलता को देखते हुए दर्शकों के बीच इस फिल्म को लेकर उम्मीदें काफी बढ़ गई हैं। इस बार फिल्म में जॉन अब्राहम के साथ हर्षवर्धन राणे भी नजर आने वाले हैं, इसका मतलब है कि स्वैग डबल होगा। फोर्स 3 में इस बार दर्शकों को कुछ पुराने चेहरों के साथ-साथ नई प्रतिभाएं भी देखने को मिलेंगी। फिल्म में जॉन अब्राहम एक बार फिर एसीपी यशवर्धन सिंह के अपने कड़क अवतार में वापसी कर रहे हैं। उनके साथ इस बार हर्षवर्धन राणे और तान्या मानिकतला मुख्य भूमिकाओं में नजर आएंगे। हर्षवर्धन के किरदार को लेकर अभी सस्पेंस बना हुआ है, जबकि तान्या को इससे पहले ए सूटेबल बॉय में काफी पसंद किया गया था। निर्देशन की जिम्मेदारी भाव धुलिया को सौंपी गई है, जो खाकी- द बिहार चैप्टर और द फ्रीलांसर जैसी सफल सीरीज के लिए जाने जाते हैं। दिलचस्प बात यह है कि भाव धुलिया ने इस फ्रैंचाइजी के पहले भाग में दिवंगत निर्देशक निशिकांत कामत के साथ बतौर सहायक काम किया था, इसलिए उनके लिए यह एक घर वापसी जैसा अनुभव है। फिल्म के निर्माण और अभिनय पर बात करते हुए जॉन अब्राहम ने कहा कि फोर्स एक ऐसी फ्रैंचाइज़ी है जिस पर उन्हें हमेशा से गहरा विश्वास रहा है। उन्होंने बताया कि इस बार फिल्म के स्तर को और भी बड़ा बनाया जा रहा है। जॉन ने हर्षवर्धन राणे की भी तारीफ की और कहा कि वे उन्हें एक एक्शन हीरो के रूप में पेश करने के लिए उत्साहित हैं। वहीं निर्माता शील कुमार ने जॉन अब्राहम के साथ अपने लंबे रिश्तों का जिक्र करते हुए कहा कि फोर्स 3 उनके लिए भरोसे और साझा विजन का परिणाम है। निर्देशक भाव धुलिया ने बताया कि जब उन्होंने फिल्म की स्क्रिप्ट पढ़ी, तभी वे इसके दीवाने हो गए थे और अब वे इसे पर्दे पर उतारने के लिए पूरी तरह तैयार हैं।

हर्षवर्धन राणे ने इस बड़े प्रोजेक्ट का हिस्सा बनने पर खुशी जाहिर की। उन्होंने कहा कि जॉन अब्राहम जैसे दिग्गज और भाव धुलिया के विजन के साथ काम करना उनके लिए सम्मान की बात है। तान्या मानिकतला भी इस एक्शन फ्रैंचाइजी से जुड़कर काफी उत्साहित हैं और उन्होंने अपनी भूमिका को विशेष बताया है। तकनीकी पक्ष की बात करें तो फिल्म की पटकथा सिमाब हाशमी ने लिखी है, संगीत रवि बसरूर का है और बोल इरशाद कामिल ने दिए हैं। फिल्म का निर्माण जॉन अब्राहम की जेए एंटरटेनमेंट और शील कुमार की कैरोलिना कॉर्पोरेशन के बैनर तले हो रहा है। फोर्स 3 19 मार्च 2027 को सिनेमाघरों में रिलीज के लिए तैयार है।

भक्ति और भव्यता का संगम- श्रीकृष्ण जन्मभूमि पर फिल्म कृष्णावतारम के ट्रेलर का हुआ अनावरण

इस एक ऐसा पल जिसने सिनेमा और आध्यात्म के बीच की सीमाओं को मिटा दिया है. फिल्म कृष्णावतारम' का भव्य ट्रेलर पवित्र कृष्ण जन्मभूमि पर लॉन्च किया गया. यह सिर्फ एक ट्रेलर लॉन्च नहीं था, बल्कि एक अद्भुत आध्यात्मिक अनुभव बन गया, जिसमें हजारों श्रद्धालु एक साथ भक्ति में लीन नजर आए. जैसे ही ट्रेलर का अनावरण हुआ, पूरा वातावरण राधे-राधे और जय श्री कृष्ण के जयकारों से गूंज उठा. श्रद्धालुओं की भारी भीड़ ने इस पल को और भी खास बना दिया. यह आयोजन केवल एक स्थान तक सीमित नहीं रहा, बल्कि रमन रेती मंदिर, राधा रानी मंदिर, प्रेम मंदिर और इस्कॉन वृंदावन जैसे प्रमुख धार्मिक स्थलों तक इसका विस्तार किया गया. इस तरह यह लॉन्च एक मल्टी-लोकेशन आध्यात्मिक उत्सव में बदल गया. फिल्म के निर्माताओं के अनुसार, कृष्णावतारम' केवल एक भव्य फिल्म नहीं, बल्कि श्रद्धालुओं के लिए एक पवित्र अर्पण है. इसे इस तरह से तैयार किया गया है कि यह दर्शकों को न सिर्फ शानदार विजुअल्स दे, बल्कि एक गहरी भावनात्मक और आध्यात्मिक यात्रा पर भी ले जाए.

फिल्म की रचनात्मक टीम भी बेहद दमदार है. इसकी कहानी प्रकाश कापड़िया और राम मोरी ने लिखी है, जबकि सिनेमैटोग्राफी अयानंका बोस ने संभाली है. संगीत प्रसाद एस का है, जो फिल्म की भावनाओं को और गहराई देता है. प्रोडक्शन डिजाइन चोक्कस भारद्वाज का है, वहीं कॉस्ट्यूम्स निधि यशा द्वारा तैयार किए गए हैं. गीतों को इरशाद कामिल ने लिखा है, जो अपनी भावनात्मक लेखनी के लिए जाने जाते हैं.

फिल्म का वैश्विक वितरण एए फिल्म्स द्वारा किया जाएगा और इसका संगीत सारेगामा द्वारा रिलीज किया जाएगा. निर्देशक हार्दिक गज्जर के निर्देशन में बनी इस फिल्म को साजन राज कुरुप और शोभा संत के साथ-साथ पूनम श्रॉफ और पार्थ गज्जर ने प्रोड्यूस किया 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

'मैत का मसाण' एक लोक पीड़ा

कार्यालय संवाददाता

- ●पहाड़ में लोक विश्वास और परंपरा की है यह एक अनोखी कथा
- ●मैत का मसाण ऐसी कड़वी सच्चाई है, जो कभी पीछा नहीं छोड़ती
- ●उत्तराखंड के लोकगीतों व न्यौली में मिलता है इसका विस्तृत वर्णन

देहरादून। पहाड़ की लोक संस्कृति में मायका एक बेटी के लिए भावनाओं का सबसे सुरक्षित कोना होता है। लेकिन मैत का मसाण एक ऐसी कड़वी सच्चाई है, जो उनका पीछा नहीं छोड़ती है। एक बेटी, जिसने पूरा बचपन एक घर की चौखट के भीतर बिताया, शादी के बाद उसी घर के लिए पराई हो जाती है और उसके साथ ही मैत का मसाण भी उसके साथ चला जाता है।

पहाड़ी गांवों में सामाजिक ढांचा कुछ इस तरह बुना गया है कि बेटी को दान की वस्तु मानकर विदा किया जाता है। शादी के बाद उसका गोत्र और कुल बदल जाता है। विडंबना देखिए कि जिस आंगन में उसने चलना सीखा, मृत्यु के बाद वहां उसे दो गज जमीन मिलना भी दुश्वार हो जाता है। मैत का मसाण शब्द दरअसल उस पुरुष प्रधान सोच का प्रतीक है, जो यह मानती है कि स्त्री का अस्तित्व केवल उसके पति के घर से जुड़ा है। यदि कोई विवाहित महिला अपने मायके में अंतिम सांस लेती है, तो अक्सर शव को ससुराल भेजने की जद्दोजहद शुरू हो जाती है, ताकि कुल की परंपरा न टूटे।

उत्तराखंड के कई लोकगीतों और न्यौली में इस विछोह का वर्णन मिलता है। झुमैलो और चौती जैसे गीतों में बेटियां गाती हैं कि बाबा के घर में मेरा क्या है? बस एक याद मैत का मसाण बनने का डर असल में एक स्त्री के उस अकेलेपन को दर्शाता है, जहाँ वह न पूरी तरह ससुराल की हो पाती है और न ही मायके का उस पर कोई कानूनी या सामाजिक दावा बचता है। यह केवल एक धार्मिक कर्मकांड नहीं, बल्कि एक मनोवैज्ञानिक चोट भी है जो महिलाओं को ताउम्र अहसास कराती है कि उनका अपना कोई स्थायी घर नहीं है।

बता दें कि देवभूमि उत्तराखंड अपनी प्राकृतिक सुंदरता के साथ-साथ रहस्यमयी लोककथाओं और परंपराओं के लिए भी जानी जाती है। इन्हीं लोकविश्वासों में एक नाम अक्सर सुनने को मिलता हैकृमैत का मसाण। पहाड़ों में प्रचलित यह कथा सिर्फ डर या अंधविश्वास की कहानी नहीं, बल्कि समाज की मान्यताओं, भावनाओं और सांस्कृतिक सोच को दर्शाती है।

मसाण शब्द उत्तराखंड के लोकजीवन में उन आत्माओं या शक्तियों के लिए इस्तेमाल होता है, जिन्हें असमय या असंतुष्ट माना जाता है। वहीं मैत का अर्थ होता है मायका या जन्मस्थान। इस तरह मैट का मसाण उस आत्मा को कहा जाता है, जो अपने मायके से जुड़ी मानी जाती है। लोकमान्यता है कि ऐसी आत्माएं अपने अपनों के आसपास रहती हैं और कभी-कभी संकेतों के माध्यम से अपनी उपस्थिति दर्ज कराती हैं।

ग्रामीण इलाकों में इस तरह की कहानियां पीढ़ी दर पीढ़ी सुनाई जाती रही हैं। खासकर बुजुर्ग लोग इसे एक चेतावनी या सीख के रूप में भी बताते हैंकृकि जीवन में रिश्तों, परंपराओं और संस्कारों का सम्मान जरूरी है। कई जगहों पर इससे जुड़े छोटे-छोटे अनुष्ठान और पूजा-पाठ भी किए जाते हैं, ताकि घर-परिवार में शांति बनी रहे।

हालांकि, आधुनिक समय में लोग इन बातों को अलग-अलग नजरिए से देखते हैं। कुछ लोग इसे आस्था और संस्कृति का हिस्सा मानते हैं, तो कुछ इसे सिर्फ लोककथा या कल्पना समझते हैं। लेकिन एक बात साफ है कि मैत का मसाण जैसी कहानियां उत्तराखंड की समृ(लोकसंस्कृति का अहम हिस्सा हैं और इन्हें समझना, उस क्षेत्र की पहचान को समझने जैसा है।

मैट का मसाण केवल एक रहस्यमयी कथा नहीं, बल्कि उत्तराखंड के लोगों की भावनाओं, विश्वासों और सांस्कृतिक जड़ों से जुड़ी एक गहरी परंपरा हैकृजो आज भी पहाड़ों की हवा में जीवित है।

आज जब नारी शक्ति और समानता की बातें हो रही हैं, तो इन पुरानी और दकियानूसी परंपराओं पर भी सवाल उठने लगे हैं। नई पीढ़ी अब इस बात को स्वीकार करने लगी है कि बेटी का अधिकार भी माता-पिता की मिट्टी पर उतना ही है जितना बेटे का। कई प्रगतिशील परिवारों ने इन वर्जनाओं को तोड़कर बेटियों को मायके में ही अंतिम विदाई दी है। हालांकि, दूरस्थ ग्रामीण अंचलों में आज भी मैत का मसाण एक वर्जना है। इस सोच को बदलने की जरूरत है ताकि पहाड़ की बेटियों को जीते जी ही नहीं, बल्कि मृत्यु के पश्चात भी अपने घर में पूरा सम्मान और स्थान मिल सके।

सेनानायक ने कोटी कॉलोनी पोस्ट का किया आकस्मिक निरीक्षण

हमारे संवाददाता

देहरादून। आपदा प्रबंधन में उच्चतम मानकों को सुनिश्चित करने के उद्देश्य से सेनानायक एसडीआरएफ, अर्पण यदुवंशी द्वारा एसडीआरएफ पोस्ट कोटी कॉलोनी, टिहरी गढ़वाल का आकस्मिक निरीक्षण किया गया। इस दौरान उन्होंने पोस्ट पर तैनात अधिकारियों एवं कर्मचारियों की कार्यप्रणाली का गहन अवलोकन करते हुए व्यवस्थाओं की समग्र समीक्षा की।

निरीक्षण के क्रम में सेनानायक द्वारा पोस्ट पर उपलब्ध आधुनिक उपकरणों की कार्यकुशलता का परीक्षण किया गया तथा उनके रख-रखाव एवं उपयोगिता के संबंध में आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। इसके अतिरिक्त, पोस्ट परिसर, संचार प्रणाली, आपदा प्रतिक्रिया संसाधनों एवं अन्य व्यवस्थाओं का भी गहन निरीक्षण किया गया, जिससे आपात स्थितियों में त्वरित एवं प्रभावी कार्रवाई सुनिश्चित की जा सके।

इस अवसर पर उपस्थित अधिकारियों एवं कर्मचारियों के साथ सम्मेलन आयोजित कर सेनानायक द्वारा संवाद स्थापित किया गया, जिसमें आपदा के दौरान त्वरित प्रतिक्रिया, समन्वय एवं निरंतर प्रशिक्षण की आवश्यकता पर विशेष बल दिया गया। उन्होंने स्पष्ट किया कि एसडीआरएफ की सफलता केवल संसाधनों पर नहीं, बल्कि कार्मिकों की तत्परता, दक्षता और समर्पण पर निर्भर करती है। इस अवसर पर सेनानायक, अर्पण यदुवंशी ने कहा," आपदा के समय हर क्षण महत्वपूर्ण होता है। हमारी तैयारी, उपकरणों की दक्षता और टीम का समन्वय ही हमें सफल बनाता है। सभी कार्मिक अपने कर्तव्यों के प्रति सजग एवं प्रतिबद्ध रहें।"

सरकार का महिला हितो से कोई सरोकार नहीः जोशी

संवाददाता

देहरादून। प्रदेश कांग्रेस के पूर्व सचिव महेश जोशी ने कहा कि भाजपा सरकार का महिला हितों से कोई सरोकार नहीं है।

आज यहां प्रदेश कांग्रेस के पूर्व सचिव महेश जोशी ने कहा कि भाजपा झूठ प्रपंच की राजनीति कर रही। महिला हितो से कोई सरोकार नहीं। सर्वसम्मति से संसद के दोनों सदन में महिला आरक्षण अधिनियम 2023 में पास होने के बावजूद उसे लागू करने में अड़ंगे लगा रही है केंद्र सरकार। हद तो तब हो गई जब महिला आरक्षण अधिनियम 2023 में बनने के बावजूद गजट नोटिफिकेशन तक नही किया। संसद का विशेष सत्र शुरु होने पर 16 अप्रैल को रात में गजट नोटिफिकेशन किया गया जिससे साफ है कि भाजपा की सोच महिला विरोधी है और महिला आरक्षण अधिनियम को लटकाना भटकाना चाहती है जो कि संविधान लोकतंत्र विरोधी है।

उन्होने कहा कि सरकार महिलाओ को भर्मित कर ढोंग प्रपंच कर रही उसे महिला हितो से कोई सरोकार नही। भाजपा के सत्ता में आते ही महिला अपराधों मे काफी बढ़ोतरी हुई है। भाजपा के बाहुबली सांसदन बृजभूषण सिंह द्वारा महिला पहलवानो के शारारिक उत्पीड़न, भाजपा विधायक कुलदीप सेगर के नाबालिग से बलात्कार, मणीपुर में महिलाओ के नंगा घूमाने की घटना, अंकिता भंडारी की जघन्य हत्या में भाजपा नेताओं के संलिप्त होना कथित वीआईपी के तौर पर भाजपा प्रभारी का नाम आना भाजपा के चाल चलन एवम् चेहरा है। उन्होने कहा कि सरकार निन्दा प्रस्ताव की जगह वर्तमान विधानसभा की सत्तर सीटो पर महिला आरक्षण का प्रस्ताव केन्द्र सरकार को भेजे क्योकि ये सकारात्मक राजनीति के साथ ही महिला हितेषी भी है और संविधान सम्मत भी है। उन्होने कहा कि कांग्रेस विधानसभा सत्र के दौरान सड़क से सदन तक सरकार को घरेगी।

छात्रों के विकास में माता पिता और शिक्षकों की भूमिका अहम

ऋषिकेश(आरएनएस)। जातीराम अग्रवाल सरस्वती शिशु विद्या मंदिर में आयोजित अभिभावक सम्मेलन में छात्रों के सर्वांगीण विकास के लिए अभिभावक और शिक्षकों के समन्वय को जरूरी बताया गया। कार्यक्रम में उत्तराखंड बोर्ड की हाईस्कूल परीक्षा में 13वां स्थान प्राप्त करने वाले छात्र सक्षम को सम्मानित किया गया। आदर्श नगर स्थित सरस्वती शिशु विद्या मंदिर में आयोजित अभिभावक सम्मेलन का शुभारंभ प्रधानाचार्य गुरु प्रसाद उनियाल, विद्यालय अध्यक्ष हरगोपाल अग्रवाल और विद्या निकेतन जूनियर हाईस्कूल के पूर्व प्रधानाचार्य राम कृष्ण पोखरियाल ने संयुक्त रूप से किया। प्रधानाचार्य गुरु प्रसाद उनियाल ने कहा कि शिक्षा के साथ-साथ बच्चों में अच्छे संस्कारों का विकास भी अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने विद्यालय के हित एवं बच्चों के उज्ज्वल भविष्य के लिए कई उपयोगी सुझाव भी प्रस्तुत किए। विद्यालय व्यवस्थापक डॉ. दीपक तायल ने कहा कि बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए अभिभावक एवं शिक्षक दोनों की समान और सक्रिय भूमिका अत्यंत आवश्यक है। राम कृष्ण पोखरियाल ने अनुभवों के माध्यम से अभिभावकों को प्रेरित करते हुए बच्चों के समग्र विकास पर प्रकाश डाला। सम्मेलन में शिक्षण व्यवस्था, गृह कार्य, संतुलित भोजन, नई तकनीक का उपयोग, मोबाइल के उचित प्रयोग, अनुशासन, नियमित उपस्थिति एवं विद्यालय वेश जैसे महत्वपूर्ण बिंदुओं पर अभिभावकों के साथ सार्थक संवाद किया गया। समापन अवसर पर विद्यालय के पूर्व छात्र सक्षम को हाई स्कूल में पूरे प्रदेश में 13वां स्थान प्राप्त करने पर सम्मानित किया गया। मौके पर नगर कार्यवाह श्याम बिहारी, भाग सिंह रावत, दिगम्बर सिंह गुसाईं, मनमोहन शाह, संतोष डबराल, निशा शर्मा, अर्पणा रावत, संजू शर्मा, स्वाति आदि उपस्थित रहे।

जनगणना प्रथम चरण- मकानों का सूचीकरण और गणना शुरू

रुद्रपुर(आरएनएस)। तहसील क्षेत्र में जनगणना 2027 के अंतर्गत सुपरवाइजर और प्रगणकों की टीम का गठन कर दिया गया है। टीम ने प्रथम चरण का कार्य शुरू कर दिया है। इस चरण में मकानों का सूचीकरण और गणना की जाएगी। चार्ज अधिकारी जनगणना गिरीश चंद्र त्रिपाठी ने बताया कि प्रथम चरण को 24 मई तक पूरा करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। चार्ज अधिकारी एवं तहसीलदार गिरीश चंद्र त्रिपाठी ने बताया कि जिला जनगणना अधिकारी, डीएम नितिन सिंह भदौरिया के निर्देश पर किच्छा में यह कार्य शुरू किया गया है। इसके लिए सुपरवाइजर और प्रगणकों की तैनाती की गई है। संबंधित क्षेत्रों के राजस्व निरीक्षक और उपनिरीक्षक भी सहयोग करेंगे। टीम को विभाग की ओर से आईकार्ड उपलब्ध कराए गए हैं। किसी समस्या पर तहसील स्थित कंट्रोल रूम में संपर्क किया जा सकता है। उन्होंने लोगों से जनगणना कार्य में सहयोग की अपील की है।

सू- दोकू क्र.015

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.14 का हल

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

रुद्रपुर के विकास कार्यों से प्रभावित दिखे कैबिनेट मंत्री कैड़ा

रुद्रपुर (आरएनएस)। प्रदेश के शहरी विकास मंत्री राम सिंह कैड़ा ने जिला मुख्यालय भ्रमण के दौरान शहर के विभिन्न विकास कार्यों का निरीक्षण किया। इसके बाद उन्होंने रुद्रपुर में हुए बदलावों की सराहना करते हुए कहा कि कम समय में शहर को नई दिशा देने का प्रयास सराहनीय है। वेंडिंग जोन का निरीक्षण करते हुए मंत्री कैड़ा ने कहा कि यहां लघु व्यापारियों को व्यवस्थित स्थान देने के साथ शहर को अतिक्रमण और जाम की समस्या से राहत मिली है। उन्होंने इसे शहरी विकास का प्रभावी मॉडल बताया और कहा कि इस तरह की व्यवस्था अन्य शहरों में भी लागू की जाएगी। त्रिशूल चौक पर स्थापित भव्य त्रिशूल को उन्होंने धार्मिक और सांस्कृतिक पहचान का प्रतीक बताया। वहीं किच्छा रोड स्थित पुराने कूड़ा स्थल पर विकसित पार्क को स्वच्छता और बेहतर कूड़ा प्रबंधन का उदाहरण बताया। कैड़ा ने कहा कि मेयर विकास शर्मा के नेतृत्व में शहर में योजनाबद्ध तरीके से कार्य हो रहे हैं। उन्होंने नगर आयुक्त शिप्रा जोशी पांडे की भी सराहना करते हुए कहा कि प्रशासनिक सक्रियता से विकास कार्यों को गति मिली है। उन्होंने भरोसा दिलाया कि रुद्रपुर के आगामी विकास कार्यों के लिए शासन स्तर पर हर संभव सहयोग दिया जाएगा।

मंत्री बनने के बाद पहली बार रुद्रपुर पहुंचे शहरी विकास मंत्री राम सिंह कैड़ा का मेयर विकास शर्मा के नेतृत्व में भव्य स्वागत किया गया। नैनीताल रोड से नगर निगम परिसर तक कार्यकर्ताओं ने पुष्पवर्षा और नारों के साथ उनका अभिनंदन किया। कैड़ा ने वेंडिंग जोन पहुंचकर व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। लघु व्यापारियों और महिला स्वयं सहायता समूहों ने उनका स्वागत किया।

मंत्री ने एक जूस की दुकान पर रुककर जूस पिया और ऑनलाइन भुगतान भी किया। उन्होंने वेंडिंग जोन को प्रदेश के लिए आदर्श मॉडल बताया। नगर निगम पहुंचने पर पार्षदों और अधिकारियों ने उनका स्वागत किया। इस दौरान नगर आयुक्त शिप्रा जोशी पांडे, भाजपा जिलाध्यक्ष कमल जिंदल, उत्तम दत्ता, फरजाना बेगम, सुनील ठुकराल सहित कई जनप्रतिनिधि मौजूद रहे।

राजीव गांधी आवासीय नवोदय विद्यालय का भवन निर्माण लटका

उत्तरकाशी(आरएनएस)। राजीव गांधी आवासीय नवोदय विद्यालय के लिए स्वीकृत 38.08 करोड़ रुपये की दिवारीखोल महत्वाकांक्षी भवन परियोजना निर्माण अधर में लटक गया है। निर्माण कार्य तय समयसीमा के भीतर पूरा नहीं होकर अब तक मात्र 15 प्रतिशत ही पूरा हो सका है। इससे विद्यालय संचालन और आवासीय व्यवस्था प्रभावित हो रही है।वर्ष 2003 में कक्षा 6 से 12 तक के जरूरतमंद बालक-बालिकाओं के लिए चिन्यालीसौड़ में राजीव गांधी आवासीय विद्यालय की स्थापना की गई थी। यह 2009 से राजकीय इंटर कॉलेज चिन्यालीसौड़ के अतिरिक्त कमरों में संचालित हो रहा है। वर्ष 2024 में राज्य सरकार की ओर दिवारीखोल में 38.08 करोड़ रुपये की लागत से नए आवासीय एवं शिक्षण भवन के निर्माण को स्वीकृति दी गई थी।निर्माण कार्य 20 अगस्त 2024 को शुरू हुआ था और इसे 19 फरवरी 2026 तक पूरा किया जाना था। इसके लिए 10.55 करोड़ रुपये का अग्रिम बजट भी जारी किया गया था। हालांकि निर्धारित समय के बावजूद कार्य प्रगति बेहद धीमी रही और अब तक केवल 15 प्रतिशत निर्माण ही पूरा हो पाया है। कार्यदायी संस्था सिंचाई विभाग अवसंरचना उत्तरकाशी की ईई मंजू डैनी ने देरी का कारण स्वीकृत इस्टीमेट में संशोधन को बताया है। प्रधानाचार्य डॉ. विनोद सेमवाल ने भी आधारभूत ढांचे की कमी पर चिंता जताई है।

रुड़की में पारा 41 डिग्री पहुंचा, दोपहर में सड़कों पर सन्नाटा

रुड़की(आरएनएस)। भीषण गर्मी ने लगातार दूसरे दिन लोगों को परेशान किया। तेज धूप और गर्म हवाओं के कारण दिनभर तापमान का असर स्पष्ट रूप से महसूस किया गया। दोपहर के समय सड़कों पर आवाजाही कम रही और अधिकांश लोग घरों के भीतर ही रहे। शनिवार की तरह ही भी अधिकतम तापमान 41 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया, जिससे अप्रैल में ही सामान्य से अधिक गर्मी का अनुभव हो रहा है। गर्मी और लू के कारण बाजारों में भीड़ कम रही और लोग केवल जरूरी कार्यों के लिए ही बाहर निकले। इसका प्रभाव खासतौर पर बच्चों, बुजुर्गों और बीमार व्यक्तियों पर अधिक देखा गया। सिविल अस्पताल रुड़की के मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ. ए.के. मिश्रा के अनुसार वर्तमान में हीट वेव जैसी स्थिति बन रही है, इसलिए सावधानी जरूरी है। उन्होंने सलाह दी कि धूप में निकलने से बचें, पर्याप्त पानी पिएं, हल्के सूती कपड़े पहनें और खाली पेट बाहर न जाएं। आईआईटी रुड़की की कृषि मौसम वेधशाला के अनुसार अधिकतम तापमान 41 डिग्री (सामान्य से 3.5 डिग्री अधिक) और न्यूनतम तापमान 22.5 डिग्री (सामान्य से 1.3 डिग्री कम) दर्ज किया गया। सुबह की सापेक्षिक आर्द्रता 65 प्रतिशत और शाम को 63 प्रतिशत रही। हवा की दिशा उत्तर-पश्चिम रही और दिनभर वर्षा दर्ज नहीं की गई।

हेमकुंड साहिब मार्ग पर मानकों के अनुसार बनाएं व्यवस्थाएं

चमोली(आरएनएस)। हेमकुंड साहिब के कपाट 23 मई को खोल दिए जाएंगे। इसके लिए प्रशासन तैयारियों में जुट गया है। जिलाधिकारी गौरव कुमार ने अधिकारियों व स्टेक होल्डर्स के साथ बैठक कर यात्रा के लिए एनजीटी के मानकों के अनुसार व्यवस्थाएं बनाने के निर्देश दिए। डीएम ने कहा कि यात्रा मार्ग पर पेयजल, सफाई और प्लास्टिक कचरे के निस्तारण के लिए उचित व्यवस्था बनाएं। कूड़ा या प्लास्टिक जलाने पर सख्त कार्रवाई की जाए। उन्होंनेईको डेवपमेंट कमेटी (ईडीसी) को निर्देश दिए कि सॉलिड वेस्ट मैनेजमेंट के लिए विस्तृत प्लान तैयार करें। उन्होंने घोड़े की लीद व प्लास्टिक कचरे के उचित प्रबंधन के निर्देश दिए। जिला पंचायत को यात्रा मार्ग पर जागरूकता वाले साइन बोर्ड लगाने, पशुपालन विभाग को घोड़े खच्चरों के लिए स्वास्थ्य कैंप, दवा व नियमित जांच की व्यवस्था करने, जल संस्थान को यात्रियों व पशुओं के लिए पर्याप्त गर्म पानी के लिए वाटर एटीएम लगाने, घांघरिया में घोड़े-खच्चरों के लिए शेल्टर बनाने के निर्देश दिए।

एकल टेंडर प्रणाली के विरोध में उतरे डुंडा के प्रधान

उत्तरकाशी(आरएनएस)। विकासखंड डुंडा में योजनाओं के संचालन के लिए सामग्री क्रय की प्रस्तावित टेंडर प्रक्रिया को लेकर ग्राम प्रधानों में भारी नाराजगी है।

प्रधानों का आरोप है कि ब्लॉक स्तर पर एक ही वेंडर के माध्यम से सभी ग्राम पंचायतों को सामग्री आपूर्ति का प्रस्ताव न केवल अव्यवहारिक है बल्कि इससे कई तरह की समस्याएं उत्पन्न होंगी।

उन्होंने टेंडर प्रक्रिया को तत्काल प्रभाव से निरस्त करने की मांग रखी है। चेतावनी दी है कि यदि 30 अप्रैल तक सकारात्मक कार्रवाई नहीं होती है तो सभी प्रधान विरोध और आंदोलन के लिए बाध्य होंगे। शनिवार को डुंडा विकासखंड के प्रधान संगठन के ब्लॉक अध्यक्ष विनोद पडियार की अध्यक्षता में प्रधानों की बैठक आयोजित की गई। प्रधानों ने कहा कि विकासखंड की 103 ग्राम पंचायतों और 40 क्षेत्र पंचायत सदस्यों तक एक ही व्यक्ति के माध्यम से सामग्री पहुंचाना संभव नहीं है।

दूरस्थ और दुर्गम क्षेत्रों में स्थित पंचायतों तक आपूर्ति में देरी, परिवहन लागत में वृद्धि और अन्य व्यवस्थागत कठिनाइयों का सामना करना पड़ेगा। साथ ही एकल वेंडर व्यवस्था से मनमानी और पारदर्शिता पर भी सवाल खड़े हो रहे हैं। इस मुद्दे को लेकर पहले भी प्रधानों का प्रतिनिधिमंडल खंड विकास अधिकारी से मिलकर आपत्ति जता चुका है लेकिन अब तक कोई ठोस समाधान नहीं निकला है। प्रधानों का कहना है कि इस प्रक्रिया के पक्ष में दिए जा रहे तर्क का बिल्कुल भी आधार नहीं है। प्रधानों ने प्रशासन से मांग की है कि इस टेंडर प्रक्रिया को तत्काल प्रभाव से निरस्त किया जाए। इस मौके पर प्रधान संगठन ब्लॉक अध्यक्ष विनोद पडियार, धर्मेंद्र, दरवेश भंडारी, कमला बिष्ट, नीलम, समुद्री देवी, अमित, सौरभ रावत आदि प्रधान मौजूद थे।

विधानसभा, देहरादून में विशेष सत्र की कार्यवाही के लिए जाते हुए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी।

बुद्ध पूर्णिमा पर होगें कई रूट डायवर्ट

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बुद्ध पूर्णिमा स्नान पर्व के अवसर पर हरिद्वार शहर क्षेत्र में श्रद्धालुओं की भारी भीड़ एवं यातायात के दबाव को देखते हुए सुगम, सुरक्षित एवं व्यवस्थित यातायात संचालन हेतु नया ट्रैफिक प्लान लागू किया गया है।

जिसके अनुसार यातायात का दबाव बढ़ने पर भारी वाहनों को बॉर्डर पर ही रोका जाएगा। वहीं नगलाइमरती से वाहनों को डायवर्ट कर बैरागी कैम्प पार्किंग/होल्डिंग एरिया में रोका जाएगा, जहां से धीरे-धीरे शहर में प्रवेश दिया जाएगा। चीला मार्ग का प्रयोग केवल ऋषिकेश की ओर एक्जिट के लिए किया जाएगा। सामान्य दबाव में वाहनों को गुरुकुल कांगड़ी सर्विस लेन से सिंहद्वार होते हुए शंकराचार्य चौक की ओर भेजा जाएगा। टोल प्लाजा पर दबाव बढ़ने पर नहर पटरी मार्ग का उपयोग निकासी के लिए किया जाएगा। देहरादून/ऋषिकेश जाने वाली प्राइवेट बसों को आवश्यकता अनुसार मोहण्ड मार्ग से भेजा जाएगा।

गर्मी से मिली थोड़ी राहत

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में मौसम ने एक बार फिर करवट बदली है। विगत दिनों से पड़ रही भारी गर्मी से मंगलवार सुबह थोड़ी राहत मिली। दून में सुबह हुई हल्की बारिश से तापमान में हल्की गिरावट दर्ज की गई। बता दें कि मौसम विज्ञान केंद्र की ओर से जारी पूर्वानुमान के अनुसार राज्य के कई जिलों में बारिश, आंधी और ओलावृष्टि की संभावना जताई गई थी। इसके अलावा ऊंचाई वाले क्षेत्रों में बर्फबारी का भी अनुमान है ऐसे में गर्मी से राहत मिल सकती है। मौसम विभाग का पूर्वानुमान सही साबित हुआ। देहरादून सहित प्रदेश के कई जिलों में हल्की बारिश के कारण गर्मी से थोड़ी राहत मिली।उत्तरकाशी, नैनीताल, रुद्रप्रयाग, चमोली, बागेश्वर और पिथौरागढ़ जिलों में हल्की बारिश के साथ आंधी भी चली।

चाकू के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चाकू के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्रों में लगातार सघन चैकिंग/सत्यापन अभियान चलाते हुए आपराधिक गतिविधियों में लिप्त लोगों को चिन्हित करते हुए उनके विरूद्ध कठोर वैधानिक कार्यवाही किये जाने हेतु निर्देशित किया गया है। इसी क्रम में कोतवाली डोईवाला पर गठित पुलिस टीम द्वारा थाना क्षेत्रान्तर्गत चलाये जा रहे सघन चैकिंग अभियान के दौरान लच्छीवाला फ्लाईओवर के पास से एक युवक मुकुल पुत्र धनपाल को 01 चाकू के साथ गिरफ्तार किया गया। जिसके खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया। पूछताछ में उसका पूर्व मे भी कोतवाली डोईवाला से चोरी सहित अन्य अपराधो मे जेल जाना प्रकाश में आया है।

हाईस्कूल व इंटरमीडिएट में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने पर जिलाधिकारी ने किया छात्र-छात्राओं को सम्मानित

हमारे संवाददाता

पौड़ी। उत्तराखंड परिषदीय परीक्षा वर्ष 2026 में हाईस्कूल एवं इंटरमीडिएट की श्रेष्ठता सूची में स्थान प्राप्त करने वाले जनपद के मेधावी छात्र-छात्राओं के सम्मान में कलेक्ट्रेट सभागार में एक गरिमामय सम्मान समारोह आयोजित किया गया। उत्तराखंड बोर्ड परीक्षा में जनपद पौड़ी गढ़वाल के कुल 21 विद्यार्थियों (हाईस्कूल के 14 एवं इंटरमीडिएट के 7 छात्र-छात्राओं) ने उत्कृष्ट प्रदर्शन कर जिले का नाम गौरवान्वित किया।

कार्यक्रम में जिलाधिकारी स्वाति एस. भदौरिया ने सभी मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए उन्हें उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि इस प्रकार का सम्मान न केवल प्रतिभाशाली छात्रों का उत्साहवध न करता है, बल्कि अन्य विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणा का स्रोत बनता है। उन्होंने कहा कि कड़ी प्रतिस्पर्धा के इस दौर में आगे आना अत्यंत सराहनीय उपलब्धि है।जिलाधिकारी ने छात्रों को निरंतर परिश्रम, आत्मविश्वास और लक्ष्य के प्रति समर्पण बनाए रखने की प्रेरणा दी। उन्होंने कहा कि "अपना सर्वश्रेष्ठ देते रहें, आपकी सफलता ही आपकी पहचान बनेगी और वही दूसरों के लिए प्रेरणा का मार्ग प्रशस्त करेगी।" जिलाधिकारी ने अभिभावकों की भूमिका को भी महत्वपूर्ण बताते हुए कहा कि बच्चों के करियर निर्माण में परिवार का सहयोग और मार्गदर्शन अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि यदि प्रयास निरंतर किया जाए तो सीमित संसाधनों के बावजूद भी उत्कृष्ट परिणाम प्राप्त किए जा सकते हैं।

संवाद के दौरान विद्यार्थियों ने अपने सपनों, संघर्षों और भविष्य की आकांक्षाओं को सहज और भावपूर्ण ढंग से साझा किया, जिससे पूरा सभागार गर्व और प्रेरणा से भर उठा। यह क्षण विद्यार्थियों, अभिभावकों, शिक्षकों और पूरे जनपद के लिए एक गौरवान्वित करने वाला पल बन गया। कई छात्रों ने सीमित संसाधनों और चुनौतियों के बावजूद लक्ष्य के प्रति अपनी अटूट प्रतिबद्धता को रेखांकित किया, जिसमें उनके आत्मविश्वास और मेहनत की स्पष्ट झलक दिखायी दी। इस प्रेरक वातावरण में जिलाधिकारी ने उनका मार्गदर्शन करते हुए उनके उत्साह को नयी ऊर्जा प्रदान की। इस अवसर पर समग्र शिक्षा समन्वयक रीना रावत, सहायक वित्त एवं लेखाधिकारी विद्या शरण, प्रधानाचार्य मनोज कुमार गुनियाल, वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी सीताराम पोखरियाल, राजकीय शिक्षक संघ के जिला अध्यक्ष भवान सिंह नेगी, पर्वतीय शिक्षक कर्मचारी संगठन के जिला अध्यक्ष संजय नेगी, पूर्व पीटीए अध्यक्ष जगमोहन डांगी सहित पीएमश्री जीजीआईसी पौड़ी की छात्राएं, अभिभावक, शिक्षक तथा अन्य अधिकारी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का संचालन जयदीप रावत द्वारा किया गया।

पुलिस व एसओजी की टीम की ने किया चरस के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

उत्तरकाशी। पुलिस व एसओजी की टीम ने चरस के साथ एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मिली जानकारी के अनुसार चारधाम यात्रा को सुरक्षित एंव सुगम बनाने हेतु उत्तरकाशी पुलिस द्वारा नशे एवं अवैध गतिविधियों के विरुद्ध सघन अभियान लगातार चलाया जा रहा है। पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी श्रीमती कमलेश उपाध्याय के निर्देशन में जनपद पुलिस द्वारा चारधाम यात्रा के दौरान सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाए रखने के साथ-साथ नशा तस्करों के विरुद्ध सख्त निगरानी एवं जीरो टॉलरेंस नीति अपनाई गई है, जिसके फलस्वरुप पुलिस को एक और महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त हुई है। सायं के समय, पुलिस उपाधीक्षक उत्तरकाशी जनक सिंह पंवार के पर्यवेक्षण तथा प्रभारी निरीक्षक कोतवाली व प्रभारी एसओजी के नेतृत्व में कोतवाली पुलिस व एसओजी की संयुक्त टीम द्वारा सटीक जानकारी जुटाते हुए मानपुर रोड, कुटेटी देवी मंदिर के समीप एक संदिग्ध व्यक्ति की आरटिका कार को रोककर तलाशी लेने पर विजय सिंह निवासी सिरी धौन्तरी, तहसील डुण्डा, जनपद उत्तरकाशी के कब्जे से 794.50 ग्राम चरस बरामद की गई। बरामदगी के आधार पर उसके के विरुद्ध एनडीपीएस एक्ट के अंतर्गत अभियोग पंजीकृत किया गया है। पुलिस ने उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

बहाली की मांग को लेकर व्यावसायिक प्रशिक्षकों का विधानसभा के बाहर धरना

संवाददाता

देहरादून। अपनी पुन: बहाली की मांग को लेकर व्यावसायिक प्रशिक्षकों ने विधानसभा के बाहर धरना दिया।

आज यहां विशेष विधानसभा सत्र के दौरान वोकेशनल ट्रेनर एसोसिएशन के बैनर तले व्यावसायिक प्रशिक्षकों ने विधानसभा भवन के बाहर धरना दिया। उनका कहना था कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के कौशल विकास कार्यक्रम के अंतर्गत राज्य के माध्यमिक विद्यालयों में संचालित व्यावसायिक शिक्षा जोकि समग्र शिक्षा के अधीन कार्यदायी संस्था विजन इंडिया सर्विस प्राइवेट लिमिटेड के तत्वाधान में कक्षा 9 से कक्षा 12 तक व्यावसायिक शिक्षा का संचालन विगत पांच वर्षों से संचालन किया जा रहा था। परंतु विभागीय आदेश जो कि 31 मार्च 2026 के पश्चात राज्य में कार्यरत समस्त 300 प्रशिक्षकों की आजीविका एवं राज्य में अध्ययनरत लगभग 35000 छात्र-छात्राओं के पठन पाठन में संकट उत्पन्न हो गया है। उन्होंने मांग की है कि व्यावसायिक प्रशिक्षकों को उनके मूल स्थान पर पुन: बहाल किया जाये और सम्मानजनक वेतन निर्धारित हो और प्रतिवर्ष वेतन में 10 प्रतिशत वृद्धि सुनिश्चित की जाये। उन्होंने मांग की है कि एक स्थायी नीति बनायी जाये और 60 वर्ष की आयु तक नौकरी की सुरक्षा प्रदान की जाये तथा महंगाई भत्ता लागू किया जाये और स्पोक स्कूलों के प्रशिक्षकों को पूरा मानदेय दिया जाये।

आईजी प्रकरण के विरोध में एनएसयूआई ने किया पुलिस मुख्यालय का घेराव व पुतला दहन

संवाददाता

देहरादून। आईजी प्रकरण के विरोध में एनएसयूआई कार्यकर्ताओं ने पुलिस मुख्यालय का घेराव कर आईजी का पुतला दहन किया।

आज एनएसयूआई के जिला अध्यक्ष हिमांशु रावत के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने देहरादून में हाल ही में सामने आए आईजी प्रकरण के विरोध में पुलिस मुख्यालय के सामने आईजी का पुतला जला कर जोरदार प्रदर्शन किया। प्रदर्शनकारियों ने पुलिस मुख्यालय का घेराव करते हुए संबंधित आईजी अधिकारी के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की तथा उनके पुतले का दहन कर अपना आक्रोश व्यक्त किया।

एनएसयूआई के जिला अध्यक्ष हिमांशु रावत ने कहा कि यह घटना कानून व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े करती है, जहाँ एक ओर देहरादून पुलिस ऑपरेशन प्रहार चला रही है वहीं दूसरी ओर आई.जी गढ़वाल राजीव स्वरूप स्वयं बार क्लबों नियमों का उल्लंघन करते पाए जाते हैं। राजीव स्वरूप पहले भी विवादित परिस्थितियों में पाये गए है और उन्होंने आईजी गढ़वाल की संपत्तियों की भी जांच की माँग की है। उन्होंने मांग की कि संबंधित आईजी अधिकारी को तत्काल प्रभाव से निलंबित किया जाए, मामले की निष्पक्ष एवं पारदर्शी जांच कराई जाए, दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। एनएसयूआई ने चेतावनी दी कि यदि शीघ्र कार्रवाई नहीं की गई, तो संगठन राज्यभर में व्यापक आंदोलन करने के लिए बाध्य होगा। इस अवसर पर पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष डीएवी सिद्धार्थ अग्रवाल छात्रसंघ अध्यक्ष डीबीएस हर्ष राणा, सौरव सेमवाल ,नितिन, कबीर मलिक, मयंक रावत, दक्ष मुकेश, स्वयं, ऋतिक, अभिनव, आकर्ष आदि कार्यकर्ता मौजूद रहे।

मंगलसूत्र चोर महिला गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। रिक्शे में सवार महिलाओं के गले से मंगलसूत्र चोरी करने वाली शातिर चोर महिला को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से चुराये गये दो मंगलसूत्र बरामद हुए है। आरोपी का पति भी शातिर किस्म का अपराधी है। जिसकी तलाश जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती 26 मार्च को दीपा खडायत पत्नी दिवान सिंह खनायत निवासी आरके टेंट हाउस रोड आशियाना ग्रुप कुसुमखेडा हल्द्वानी जिला नैनीताल द्वारा कोतवाली हल्द्वानी में तहरीर देकर बताया गया था कि 9 मार्च को जब वह कालाढूंगी टैम्पो स्टेंण्ड से अपने घर आर.के .टेण्ट रोड के लिए एक आटो में बैठी। उस वक्त तक मेरे गले में मंगलसूत्र था। जब मैं घर पहुंची तो मेरा मंगलसूत्र गले से गायब था। जिस आटो रिक्शा में मैं बैठी थी उस रिक्शे में ही एक महिला जो कि

सावले रंग की थी तथा उसके साथ एक छोटा बच्चा भी था आटो में सवारी ज्यादा बिठाने की वजह से वह औरत बार-बार मुझे खिसकने को कहती रही तथा मुझसे सटकर बैठ गयी। मुझे शक है कि उसी औरत द्वारा मेरा मंगलसूत्र गले से काट दिया है। पुलिस ने तहरीर के आधार पर मुकदमा दर्ज कर आरोपी महिला की तलाश शुरू कर दी गयी। मामले में कड़ी जांच के बाद पुलिस को उसकी पहचान मुस्कान पत्नी अमित निवासी ब्रजधाम कॉलोनी थाना हाईवे मथुरा जिला मथुरा के रूप में हुई। जिसे पुलिस ने रोडवेज के स्टेशन हल्द्वानी के पास से गिरफ्तार किया गया। आरोपी महिला द्वारा पूछताछ के दौरान बताया कि उसके द्वारा मुखानी क्षेत्र में मंगलसूत्र चोरी करने की घटना को पूर्व में भी कारित किया, गया है जिसके आधार पर थाना मुखानी से सम्पर्क करने पर बताया कि उक्त अज्ञात के विरूद्ध थाना मुखानी में एफआईआर दर्ज है व बताया की अभियुक्ता के पति के द्वारा चोरी की घटनाओं में सहयोग किया जाता है। बहरहाल पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मंगलवार को विधानसभा में विशेष सत्र से पहले विधानसभा अध्यक्ष श्रीमती ऋतु खंडूड़ी भूषण से शिष्टाचार भेंट की।

चारधाम यात्रा की आड़ में कर रहा था शराब तस्करी, 11 पेटी शराब सहित गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

रूद्रप्रयाग। चारधाम यात्रा की आड़ में शराब तस्करी करने वाले एक शातिर को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 11 पेटी शराब व तस्करी में प्रयुक्त कार बरामद हुई है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज एसओजी प्रभारी रंजीत खनेड़ा के नेतृत्व में पुलिस टीम चेकिंग कर रही थी। इसी दौरान एक अल्टो कार को संदिग्ध मानकर रोका गया। तलाशी लेने पर वाहन के भीतर से मैकडॉवेल व्हिस्की की 11 पेटियां बरामद हुईं, जिनमें 12 बोतल, 48 हाफ और 384 पव्वों का भारी जखीरा मौजूद था। पकड़े गए आरोपी की पहचान

श्रवण कुमार पुत्र रघुनाथ सिंह, निवासी ग्राम कठूड़ (श्रीनगर, पौड़ी गढ़वाल) के रूप में हुई है। पुलिस जांच में सामने आया है कि आरोपी का पुराना आपराधिक इतिहास रहा है और वर्ष 2022 में भी श्रीनगर कोतवाली में उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज हुआ था।

मामले में कोतवाली रुद्रप्रयाग पर आरोपी के खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा पंजीकृत कर लिया गया है। पुलिस टीम में मुख्य रूप से एसओजी प्रभारी रंजीत खनेड़ा, मुख्य आरक्षी मनमोहन सिंह, आरक्षी देवेंद्र सिंह और आरक्षी रविंद्र सिंह शामिल रहे। एसपी रुद्रप्रयाग ने स्पष्ट संदेश दिया है कि प्रचलित यात्रा के दौरान पुलिस की व्यस्तता का फायदा उठाने वाले अपराधियों को किसी भी कीमत पर बख्शा नहीं जाएगा और नशे के विरुद्ध यह प्रहार आगे भी जारी रहेगा।

इस्तांबुल से भारत लाया गया दाऊद इब्राहिम का राइट हैंड सलीम डोला

हमारे प्रतिनिधि

नई दिल्ली। अंडरवर्ल्ड डॉन दाऊद इब्राहिम के करीबी माने जाने वाले सलीम डोला को भारत डिपोर्ट कर लिया गया है। खुफिया एजेंसियों के एक बड़े ऑपरेशन के बाद अंतरराष्ट्रीय एजेंसियों के सहयोग से सलीम डोला को भारत लाया गया है। अब उससे कड़ी पूछताछ की जाएगी। अंडरवर्ल्ड नेटवर्क को लेकर कई अहम खुलासे हो सकते हैं।

जानकारी के मुताबिक, सलीम डोला को हाल ही में तुर्की के इस्तांबुल में गिरफ्तार किया गया था। जहां मंगलवार सुबह उसे इस्तांबुल से भारत डिपोर्ट किया गया। सलीम डोला को आज सुबह एक विशेष विमान के जरिए दिल्ली के एयरपोर्ट पर लाया गया, जहां उसे औपचारिक रूप से डिपोर्ट किया गया। फिलहाल सलीम डोला खुफिया एजेंसियों की कड़ी पूछताछ का सामना कर रहा है। गिरफ्तारी के दौरान का एक वीडियो सामने आया है। वह एक होटल के रूम में रुका हुआ था। गिरफ्तारी के बाद कानूनी प्रक्रिया पूरी कर उसे इस्तांबुल से भारत डिपोर्ट किया गया है।

सूत्रों के अनुसार, शुरुआती पूछताछ के बाद सलीम डोला को मुंबई पुलिस को हैंडओवर किया जाएगा। इसके बाद उसे मुंबई ले जाकर आगे की जांच और कानूनी कार्रवाई की जाएगी। माना जा रहा है कि सलीम डोला से पूछताछ के दौरान अंडरवर्ल्ड नेटवर्क और उससे जुड़े कई अहम मामलों में महत्वपूर्ण जानकारी मिल सकती है। मुंबई पुलिस भी सलीम डोला से पूछताछ करने वाली है।

डोंगरी का रहने वाला डोला, करीब एक दशक पहले भारत से भागने के बाद विदेश से ही अपना काम चला रहा था और कई राज्यों में फैले नशीले पदार्थों के एक नेटवर्क को चला रहा था। भारतीय एजेंसियों ने नारकोटिक ड्रग्स एंड साइकोट्रॉपिक सब्सटेंसेस एक्ट के तहत उसके प्रत्यर्पण की प्रक्रिया शुरू कीं। जहां आज उसे भारत वापस ले आया गया। 2024 में डोला की भूमिका तब सुर्खियों में आई, जब मुंबई क्राइम ब्रांच ने 4 किलोग्राम एमडी जब्ती के मामले में जांच करते हुए सप्लाई चेन का पता लगाया। यह सप्लाई चेन सांगली और सूरत से शुरू होकर यूएई और तुर्की तक जाती थी, जहां डोला अपने साथियों के जरिए इन ऑपरेशन्स को निर्देशित करता था।

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।