बुधवार
13 मई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 109
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

नशा मुक्ति केंद्र में भर्ती

युवक की गला रेतकर हत्या

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा मुक्ति केन्द्र में भर्ती युवक की गला रेतकर हत्या करने का मामला सामने आया है। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

मामला सिविल लाइंस कोतवाली क्षेत्र के भंगेड़ी गांव के समीप स्थित एक नशा मुक्ति केंद्र का है। जानकारी के अनुसार यहां उस समय सनसनी मच गई जब यहां के बाथरूम में एक युवक का लहूलुहान शव मिला। उसका गला किसी धारदार हथियार से रेता गया है। वहीं मौके पर पहुंची पुलिस ने शव का पंचनामा भरकर पोस्टमॉर्टम के लिए भिजवाया है। बताया जा रहा है कि लक्सर कोतवाली क्षेत्र के बसेड़ी गांव निवासी 39 वर्षीय आशीष नशे की लत से ग्रसित था। नशे से छुटकारा दिलवाने के लिए करीब तीन माह पूर्व उसके परिजनों ने उसे भंगेड़ी गांव स्थित अनमोल नशा मुक्ति केंद्र में भर्ती कराया था। आज सुबह केंद्र में भर्ती एक मरीज जब बाथरूम में गया तो वह वहां का नजारा देखकर सन्न रह गया। बाथरूम में आशीष का शव लहूलुहान स्थिति में पड़ा हुआ था उसका गला किसी धारदार हथियार से रेता गया था। उसने शोर मचाया तो अन्य मरीज और केंद्र संचालक मौके पर पहुंचे। मामले की जानकारी पुलिस को दी गई। सूचना मिलते ही सिविल लाइंस कोतवाली पुलिस मौके पर पहुंची और मामले की जांच में जुट गई केंद्र में मौजूद प्रत्येक व्यक्ति से पूछताछ करने के साथ सीसीटीवी आदि भी खंगाले गये है। माना जा रहा है कि केंद्र के अंदर भर्ती किसी मरीज ने इस वारदात को अंजाम दिया है। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। वहीं मृतक के परिजनों को भी मामले की जानकारी दी गई। इस संबंध में कोतवाली प्रभारी प्रदीप बिष्ट का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है जल्द ही घटना का खुलासा कर दिया जाएगा।

सड़क दुर्घटना में शिक्षक सहित दो की मौत

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। नई कार लेकर लौट रहे चंपावत के शिक्षक की नानकमत्ता में सड़क हादसे में मौत हो गयी। दुर्घटना के दौरान हुई आमने सामने की टक्कर में दूसरी कार सवार एक अन्य व्यक्ति भी काल के गाल में समा गया। वहीं दोनो कारो में सवार दो अन्य लोग भी गम्भीर रूप से घायल हुए है, जिनका उपचार जारी है।

जानकारी के अनुसार ऊधमसिंह नगर के नानकमत्ता थाना क्षेत्र में हाईवे पर दो कारों की आमने-सामने की भीषण टक्कर में चंपावत निवासी शिक्षक संजय पांडे और किच्छा निवासी युवक दीपांत सिंघल की मौत हो गई। दुर्घटना में दो अन्य लोग गंभीर रूप से घायल हुए हैं, जिनका उपचार सितारगंज उपजिला चिकित्सालय में चल रहा है। दुर्घटना इतनी भयावह थी कि दोनों वाहनों के अगले हिस्से पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गए।

जानकारी के अनुसार चंपावत जनपद के माडली क्षेत्र निवासी 41 वर्षीय शिक्षक संजय पांडे पुत्र भुवन पांडे राजकीय इंटर कॉलेज बालातड़ी में तैनात थे। बीते रोज वह अपने साथी शिक्षक चंद्रप्रकाश जोशी के साथ हल्द्वानी नई कार खरीदने गए थे। देर रात करीब 10.30 बजे दोनों नई कार लेकर चंपावत लौट रहे थे। इसी दौरान नानकमत्ता-दहला रोड हाईवे पर उनकी नई कार की सामने से आ रही कार से जोरदार टक्कर हो गई।

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार भिड़ंत बेहद तेज थी। हादसे के बाद दोनों वाहनों में सवार लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। सूचना मिलने पर नानकमत्ता थाना पुलिस मौके पर पहुंची और स्थानीय लोगों की मदद से राहत एवं बचाव कार्य शुरू किया गया। घायलों को 108 एंबुलेंस के माध्यम से सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सितारगंज भेजा गया। बताया जा रहा है कि शिक्षक संजय पांडे की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि उनके साथी चंद्रप्रकाश जोशी घायल हो गए। वहीं दूसरी कार में सवार किच्छा निवासी 24 वर्षीय दीपांत सिंघल पुत्र पवन कुमार सिंघल की भी उपचार के दौरान मौत हो गई। वहीं 27 वर्षीय मनप्रीत सिंह पुत्र बिश्चल सिंह निवासी किच्छा घायल बताए जा रहे हैं।बताया जा रहा है कि संजय पांडे शिक्षण कार्य के साथ भजन गायकी से भी जुड़े थे और क्षेत्र में उनकी पहचान एक मिलनसार एवं धार्मिक प्रवृत्ति के व्यक्ति के रूप में थी। उनके निधन की खबर के बाद चंपावत क्षेत्र में शोक की लहर फैल गई है। वहीं, दीपांत सिंघल की मौत से किच्छा स्थित उनके परिवार और परिचितों में भी शोक पसरा हुआ है। शवों का पोस्टमार्टम खटीमा में किया जा रहा है।

दून वैली मेल

संपादकीय

मरेगी तो जानता ही?

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी राष्ट्रभक्ति की दुहाई देकर मिडिल क्लास से त्याग और बलिदान की अपील कर रहे हैं अगर उन्हें देश के मिडिल क्लास कहे जाने वाले लोगों को असल आर्थिक स्थिति का ज्ञान होता तो कदाचित वह उनसे ऐसी अपील करते ही नहीं। उन्हें इस बात का पता ही नहीं है कि वह जिस मिडिल क्लास से सोना न खरीदने की बात कर रहे है, वह तो बीते 10 सालों में अपने घर में रखे सोने-चांदी को भी बेच चुके हैं और अब उनकी यह कुव्वत नहीं है की डेढ़ लाख रुपए तोले का सोना खरीद सके। महंगाई और बेरोजगारी ने उनकी जमा पूंजी और जेवर सब चट कर लिया है। न जाने वह कौन लोग हैं जो प्रधानमंत्री को यह बताते हैं कि मिडिल क्लास के लोग होली में विदेश घूमने जाते हैं और विदेशों में वेडिंग भी अरेंज की जा रही है अगर आपकी जानकारी में ऐसा कोई मिडिल क्लास हो जो अपने बच्चों की शादियां विदेश जाकर कर रहा हो कृपया हमें भी बताइए। हां मोदी जी की एक अपील पर वह जरूर काम कर सकते हैं कि वह अपनी कार जो तेल पीकर चलती है और रसोई जहां दाल भात में जो तेल का छौंका लगता है उसमें कटौती कर सकते हैं भले ही काम पर पहुंचने में थोड़ा समय लगेगा या फिर शरीर को पोषक तत्व कम मिले। मोदी को चाहिए था कि वह अपील की बजाय सरकारी कर्मचारियों और स्कूलों को एक सरकारी आदेश जारी कर देते कि वह दफ्तर न जाए व घर बैठकर ही काम करें स्कूलों में ताले डाल दिए जाएं और बच्चों को भी ऑनलाइन पढ़ाई कराई जाए। सच यह है कि देश के मिडिल क्लास का तेल सरकार बहुत पहले ही निकाल चुकी है कोरोना और नोटबंदी में जो कुछ इस मिडिल क्लास के साथ हुआ वह पूरे देश के लोग जानते हैं। सही-सही कसर को जीएसटी ने पूरा कर दिया है। आम आदमी जिसकी बचत खत्म हो चुकी है और आमदनी व वर्तमान के खर्चों को भी पर्याप्त नहीं है उस देश के मिडिल क्लास के लिए पीएम मोदी के उपदेश किसी भूखे व्यक्ति को उपवास के फायदे बताने जैसा ही है। लेकिन मोदी को यह बात भला कौन समझा सकता है क्योंकि वह देश के एकमात्र ऐसे ज्ञानी प्रधानमंत्री हैं कि जो नाले की गैस से चाय बनाने का हुनर भी जानते हैं तथा बादलों की आड़ में फाइटर प्लेन के रडार की पकड़ में न आने के अद्भुत रहस्य भी जानते हैं। पीएम की इस अपील का जिसमें उन्होंने तमाम सारी अपेक्षाएं देश के लोगों से संकट निवारण के लिए की हैं उसके पीछे सबसे अहम कारण यह है कि देश की अर्थव्यवस्था का कचूमर निकल चुका है और यह सब सरकार की गलत नीतियों के कारण हुआ है। विदेश से सोना लाने की छूट किसकी सरकार द्वारा दी गई जिस पर सरकार लोगों से टैक्स वसूली को अपना बड़ा फायदा मान बैठी थी? इस सवाल का जवाब कोई पीएम मोदी से पूछ कर देखें इसमें कोई संदेह नहीं है कि देश के सामने गंभीर आर्थिक और सामाजिक संकट खड़ा हुआ है जिसका अब सरकार के पास कोई समाधान का रास्ता नहीं है महंगाई का ऐसा बम फूटने वाला है जिसकी आप कल्पना भी नहीं कर सकते। पेट्रोल डीजल के दामों में कभी भी बड़ी बढ़ोतरी की जा सकती है। गैस के दाम भी आसमान छुएंगे। सब कुछ महंगा होने वाला है। आयात की हैसियत तक नहीं रही है क्योंकि डॉलर नहीं है और डॉलर रुपए को निगल चुका है। इसलिए अब सरकार के पास जनता से अपील के अलावा बचा ही कुछ नहीं है। मगर भूखी नंगी जनता सरकार की क्या मदद करेगी? इस पर विचार किया जाना जरूरी है। इसलिए अब सब कुछ रामभरोसे है। देखिए आगे-आगे होता है क्या?

विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-7)

उत्तराखंड के विधानसभा चुनाव 2027 में विकास बनेगा सबसे बड़ा चुनावी मुद्दा

दावों की 'चकाचौंध' में खो गया 'विकास'

- उत्तराखंड राज्य के विकास का एक बड़ा और कड़वा सच
- स्किल के दावों के बीच खाली हाथ खड़े हैं पहाड़ के युवा
- सुविधाओं की कसौटी पर सरकार को परखेंगे पहाड़ के वोटर

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। राज्य गठन के 25 वर्ष पूरे होने के करीब हैं, लेकिन आज भी पहाड़ के लोग सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा और रोजगार जैसी मूलभूत सुविधाओं के लिए संघर्ष कर रहे हैं। उत्तराखंड के विकास का एक कड़वा सच यह है कि विकास का सारा केंद्र देहरादून, हरिद्वार और उधमसिंह नगर तक सिमट कर रह गया है। आज भी दूरस्थ जिलों में रेफरल सेंटर बने अस्पताल और शिक्षकों की कमी से जूझते स्कूल विकास के दावों पर सवाल खड़े करते हैं। उत्तराखंड में आगामी विधानसभा चुनाव की आहट तेज होते ही एक बार फिर विकास को लेकर बहस शुरू हो गई है और आगामी चुनाव में यह सबसे बड़ा चुनावी मुद्दा बनकर उभर सकता है।

राजनीतिक दल अपने-अपने विकास के दावे कर रहे हैं, लेकिन जनता अब आंकड़ों से ज्यादा जमीनी हकीकत देखना चाहती है। गांव खाली हो रहे हैं, युवाओं का पलायन जारी है और पहाड़ की अर्थव्यवस्था धीरे-धीरे कमजोर पड़ती जा रही है। ऐसे में सवाल उठ रहा है कि आखिर उत्तराखंड का विकास किस दिशा में जा रहा है?

उत्तराखंड के पर्वतीय जिलों में पलायन आज भी सबसे गंभीर समस्या बना हुआ है। हजारों गांव आंशिक या पूर्ण रूप से खाली हो चुके हैं। रोजगार, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी के कारण युवा शहरों की ओर जा रहे हैं। गांवों में केवल बुजुर्ग और महिलाएं बची हैं। चुनावी सभाओं में राजनीतिक दल रोजगार सृजन और स्थानीय उद्योगों की बात तो करते हैं, लेकिन जमीन पर हालात अब भी चिंताजनक हैं। पहाड़ के लोग सवाल पूछ रहे हैं कि आखिर राज्य बनने के बाद भी रोजगार के लिए युवाओं को दिल्ली, चंडीगढ़ और देहरादून क्यों जाना पड़ रहा है? सरकारें सड़क निर्माण और कनेक्टिविटी को अपनी उपलब्धि बताती रही हैं, लेकिन कई दूरस्थ गांव आज भी बेहतर सड़क सुविधा से वंचित हैं। बरसात में सड़कें टूट जाती हैं और कई गांवों का संपर्क कट जाता है। स्वास्थ्य सेवाओं की स्थिति भी चुनावी बहस के केंद्र में है। पहाड़ी जिलों में डाक्टरों और विशेषज्ञ चिकित्सा सुविधाओं की भारी कमी है। कई प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र केवल नाम के सहारे चल रहे हैं। गंभीर मरीजों को घंटों सफर कर बड़े शहरों तक पहुंचना पड़ता है।

सरकारी स्कूलों में घटती छात्र संख्या और शिक्षकों की कमी भी बड़ा मुद्दा बनती जा रही है। कई स्कूल बंद होने की कगार पर हैं। उच्च शिक्षा और तकनीकी संस्थानों की कमी के कारण युवाओं को राज्य से बाहर जाना पड़ता है। प्रतियोगी परीक्षाओं में पेपर लीक और भर्ती घोटालों ने युवाओं में सरकार के प्रति नाराजगी बढ़ाई है। बेरोजगार युवा अब चुनाव में जवाब मांगने की तैयारी में हैं। सरकारें चारधाम यात्रा, धार्मिक कारिडोर और पर्यटन परियोजनाओं को विकास का चेहरा बता रही हैं। केदारनाथ, बदरीनाथ और अन्य धार्मिक स्थलों पर बड़े स्तर पर निर्माण कार्य हुए हैं। लेकिन विपक्ष सवाल उठा रहा है कि क्या विकास केवल पर्यटन केंद्रों तक सीमित रह गया है? स्थानीय लोग चाहते हैं कि पर्यटन से गांवों को भी सीधा लाभ मिले, स्थानीय युवाओं को रोजगार मिले और पारंपरिक संस्कृति को भी संरक्षण मिले। विकास की बहस के साथ भू-कानून और मूल निवास का मुद्दा भी तेजी से उभर रहा है। पहाड़ में जमीनों की खरीद और बाहरी निवेश को लेकर लोगों में चिंता है। कई सामाजिक संगठन मजबूत भू-कानून की मांग कर रहे हैं। राजनीतिक दल इस मुद्दे को विकास और जनसंख्या संतुलन से जोड़कर देख रहे हैं। माना जा रहा है कि चुनाव के करीब आते-आते यह मुद्दा और अधिक गर्माएगा। राज्य में विकास को लेकर सबसे बड़ा आरोप क्षेत्रीय असंतुलन का है। देहरादून, हरिद्वार, ऊधमसिंह नगर और हल्द्वानी जैसे क्षेत्रों में तेजी से विकास हुआ, जबकि कई पहाड़ी जिले अब भी बुनियादी सुविधाओं के लिए संघर्ष कर रहे हैं। विपक्ष सरकार पर मैदान केंद्रित विकास का आरोप लगा रहा है, जबकि सत्ता पक्ष का दावा है कि दूरस्थ क्षेत्रों तक योजनाएं पहुंचाई जा रही हैं।

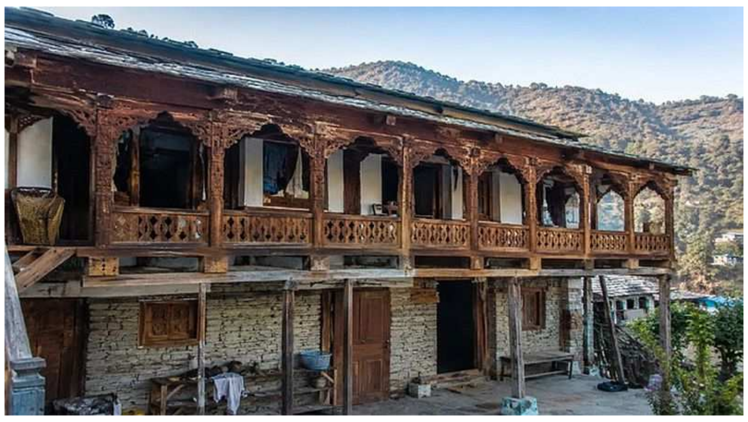
राजनीतिक जानकार मानते हैं कि 2027 के चुनाव में केवल हिंदुत्व या राष्ट्रीय मुद्दे नहीं, बल्कि स्थानीय विकास, रोजगार, पलायन, भू-कानून और भ्रष्टाचार जैसे मुद्दे निर्णायक भूमिका निभाएंगे। पहाड़ की खामोश होती बस्तियां, खाली होते खेत और नौकरी की तलाश में भटकता युवा आने वाले चुनाव की दिशा तय कर सकते हैं।

'तिबारी' पहाड़ में घरों की 'आत्मा'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पारंपरिक पहाड़ी घर केवल पत्थर, लकड़ी और मिट्टी से बने मकान नहीं होते थे, बल्कि पहाड़ की संस्कृति, जीवनशैली और सामाजिक रिश्तों की जीवित तस्वीर होते थे। इन्हीं पारंपरिक घरों की सबसे खास

- तिबारी बरामदा नहीं, पहाड़ की सामाजिक चौपाल
- लकड़ी की नक्काशी में बसती थी पहाड़ की कला
- पलायन और आधुनिकता ने छीनी तिबारी की रौनक



पहचान होती थी तिबारी। आज आधुनिकता की दौड़ में तिबारी धीरे-धीरे पहाड़ के घरों से गायब होती जा रही है, लेकिन एक समय ऐसा था जब हर पहाड़ी घर की रौनक और आत्मा तिबारी ही होती थी।

तिबारी पहाड़ी घर का खुला बरामदा या लकड़ी से बना सामने का हिस्सा होता था। इसे घर की ऊपरी मंजिल में बनाया जाता था, जहां से दूर-दूर तक पहाड़, खेत और गांव दिखाई देते थे। लकड़ी की खूबसूरत नक्काशीदार खिड़कियां और मजबूत खंभे इसकी पहचान होते थे। तिबारी केवल बैठने की जगह नहीं थी, बल्कि यह पहाड़ के सामाजिक जीवन का केंद्र हुआ करती थी। यहां परिवार के लोग बैठकर बातें करते, मेहमानों का स्वागत होता, बच्चे खेलते और बुजुर्ग गांव की खबरों पर चर्चा करते थे।

पुराने समय में जब गांवों में टीवी, मोबाइल और इंटरनेट नहीं थे, तब तिबारी ही लोगों के मेलजोल का सबसे बड़ा स्थान होती थी। शाम होते ही गांव के लोग तिबारी में बैठकर लोकगीत गाते, ढोल-दमाऊ की थाप पर सांस्कृतिक चर्चाएं होतीं और गांव के सुख-दुख साझा किए जाते। तिबारी ने पहाड़ की सामूहिक संस्कृति को जीवित रखने में बड़ी भूमिका निभाई। यहां रिश्ते बनते थे, परंपराएं आगे बढ़ती थीं और नई पीढ़ी बुजुर्गों से लोककथाएं और जीवन के अनुभव सुनती थी।

तिबारी केवल सांस्कृतिक नहीं, बल्कि वैज्ञानिक दृष्टि से भी बेहद उपयोगी होती थी। पहाड़ की जलवायु को ध्यान में रखकर इसका निर्माण किया जाता था। गर्मियों में यहां ठंडी हवा मिलती थी, जबकि सर्दियों में धूप का आनंद लिया जाता था। लकड़ी और पत्थर से बने यह घर पर्यावरण के अनुकूल होते थे। तिबारी में बड़ी खिड़कियां और खुलापन होने के कारण घर में प्राकृतिक रोशनी और हवा आसानी से आती थी। यह पहाड़ की पारंपरिक वास्तुकला की अनूठी पहचान थी।

समय बदला, सीमेंट के मकान बनने

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

पर्यटन सीजन में श्रद्धालुओं और पर्यटकों को मिलेगा स्वच्छ एवं व्यवस्थित वातावरण

संवाददाता

चम्पावत। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के मार्गदर्शन में राज्य सरकार द्वारा जनपद चम्पावत के प्रमुख राष्ट्रीय राजमार्गों, राज्य मार्गों तथा महत्वपूर्ण प्रवेश द्वारों के आसपास स्वच्छता व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ बनाने के लिए महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के मार्गदर्शन में राज्य सरकार द्वारा जनपद चम्पावत के प्रमुख राष्ट्रीय राजमार्गों, राज्य मार्गों तथा महत्वपूर्ण प्रवेश द्वारों के आसपास स्वच्छता व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ बनाने के लिए महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है। शहरी विकास निदेशालय द्वारा गठित 'रिंग फेंस्ड अकाउंट' के माध्यम से वित्तीय वर्ष 2026-27 हेतु जनपद चम्पावत के लिए 50 लाख की धनराशि स्वीकृत की गई है। इस पहल का उद्देश्य पर्यटन एवं यात्रा मार्गों पर स्वच्छता व्यवस्था को बेहतर बनाना तथा जनपद में आने वाले श्रद्धालुओं, पर्यटकों एवं यात्रियों को साफ-सुथरा और सुव्यवस्थित वातावरण उपलब्ध कराना है। जनपद चम्पावत धार्मिक एवं पर्यटन दृष्टि से महत्वपूर्ण क्षेत्र होने के कारण वर्षभर बड़ी संख्या में श्रद्धालु एवं पर्यटक यहां पहुंचते हैं। ऐसे में राजमार्गों और प्रवेश स्थलों पर प्रभावी सफाई व्यवस्था सुनिश्चित करने के लिए यह पहल अत्यंत महत्वपूर्ण है। इस संबंध में जिलाधिकारी मनीष कुमार ने कहा कि स्वीकृत धनराशि का उपयोग शासन द्वारा निर्धारित दिशा-निर्देशों एवं गुणवत्ता मानकों के अनुरूप किया जाएगा। उन्होंने स्पष्ट किया कि कार्यों की गुणवत्ता में किसी भी प्रकार की लापरवाही स्वीकार नहीं की जाएगी तथा सभी कार्यों की नियमित निगरानी सुनिश्चित की जाएगी।

एक माह में जिला योजना समिति का चुनाव कराया जाए

उत्तरकाशी(आरएनएस)। जनपद के जिला पंचायत सदस्यों ने मुख्यमंत्री से प्रदेश में जल्द ही जिला योजना समिति के चुनाव करवाने की मांग की है। साथ ही पंचायत आरक्षण में परिवर्तन की समयावधि को पांच के स्थान पर दस वर्ष सहित आठ सूत्री मांगों पर कार्रवाई की मांग की है। उनका कहना है कि अगर जल्द ही इन पर अमल नहीं किया जाता है तो उन्हें न्यायालय की शरण और आंदोलन के लिए बाध्य होना होगा। सोमवार को जनपद के जिला पंचायत सदस्यों ने जिलाधिकारी के माध्यम से सीएम को ज्ञापन प्रेषित किया। उसमें उन्होंने कहा कि जिला योजना समिति के चुनाव न होने के कारण क्षेत्र के विकास कार्यों पर बुरा असर पड़ रहा है। एक वर्ष बाद भी स्थानीय लोगों की भावनाओं के अनुरूप कार्य नहीं हो पा रहा है। इसलिए जल्द ही समिति के चुनाव करने की मांग की। साथ ही वित्तीय वर्ष 2026-27 में जिला योजना समिति में पास हुए प्रस्ताव को समिति के गठन के बाद ही पुनरीक्षित की मांग की है। कहा कि जिला पंचायतों को अभी भी 73वें संविधान संसोधन के 29 विषयों को भी हस्तांतरित नहीं किया गया है। इससे उनके अधिकारों का हनन हो रहा है। इसके साथ सदस्यों ने प्रदेश में पंचायत कल्याण कोष बनाकर कोई अनहोनी या घटना होने पर जिला पंचायत सदस्यों के परिवार वालों को दस लाख की धनराशि देने की मांग की। जिला योजना में कोटेशन के माध्यम से होने वाले ढाई लाख तक के कार्यों को पांच लाख किया जाए। उन्होंने सदस्यों का मानदेय तीस हजार और विधायक निधि की तर्ज पर जिला पंचायत निधि का प्रावधान करने की मांग उठाई। कहा कि अगर सरकार इस पर एक माह के भीतर अमल नहीं किया जाता है। तो न्यायालय जाने सहित आंदोलन किए जाएंगे। इस मौके पर दीपेंद्र कोहली, बबीता रावत, सरिता देवी, सरस्वती नाथ, प्रियंका, बुद्धि सिंह राणा, भरत सिंह बिष्ट आदि मौजूद रहे।

मेडिकल प्रतिष्ठानों का औचक निरीक्षण, तीन दुकानों में मिली अनियमितताएं

अल्मोड़ा(आरएनएस)। खाद्य संरक्षा एवं औषधि प्रशासन विभाग की ओर से सोमवार को जनपद के विभिन्न मेडिकल प्रतिष्ठानों का औचक निरीक्षण किया गया। औषधि निरीक्षक पूजा जोशी के नेतृत्व में चलाए गए अभियान के दौरान मेडिकल स्टोरों के ड्रग लाइसेंस की वैधता, दवाओं के स्टॉक तथा बिक्री और खरीद से संबंधित अभिलेखों की जांच की गई। निरीक्षण के दौरान यह भी देखा गया कि दवाओं की बिक्री और खरीद पंजीकृत फार्मासिस्ट की उपस्थिति में तथा पंजीकृत चिकित्सा व्यवसायी के वैध पर्चे के आधार पर की जा रही है या नहीं। इसके अलावा प्रतिष्ठानों में लगाए गए सीसीटीवी कैमरों और उनकी रिकॉर्डिंग व्यवस्था की भी जांच की गई। जांच में तीन मेडिकल प्रतिष्ठानों में विभिन्न अनियमितताएं पाई गईं। इस पर संबंधित प्रतिष्ठानों को सात दिन के भीतर स्पष्टीकरण प्रस्तुत करने के निर्देश दिए गए हैं। औषधि निरीक्षक ने बताया कि जनपद में औषधि प्रतिष्ठानों के खिलाफ निरीक्षण और जांच अभियान आगे भी लगातार जारी रहेगा, ताकि दवाओं की बिक्री में पारदर्शिता और निर्धारित मानकों का पालन सुनिश्चित किया जा सके।

बंदरों और सुअरों के उत्पात से निजात न दिलाने पर आक्रोश जताया

नई टिहरी(आरएनएस)। थौलधार ब्लॉक के सिलाउप्पू में किसान सभा ने बंदरों और सुअरों के उत्पात से निजात न दिलाने पर आक्रोश जताया है। उन्होंने प्रभागीय वनाधिकारी को ज्ञापन भेजकर शीघ्र जंगली जानवरों को पकड़ने की मांग की। सिलाउप्पू किसान कमेटी की अध्यक्ष प्रभा जुयाल और उर्मिला देवी ने बताया ग्रामीणों की ओर से गत 14 नवंबर और 17 दिसंबर 2025 को जिलाधिकारी और डीएफओ को ज्ञापन दिया गया जिसमें बंदरों और सुअरों से काश्तकारों को निजात दिलाने की मांग उठाई थी लेकिन 5 माह व्यतीत होने के बाद भी प्रशासन ओर से किसी प्रकार कोई कार्यवाही नहीं की है। ज्ञापन पर उर्मिला जुयाल, रजनी देवी, अशरूफी देवी, विमला देवी, दिला देवी, प्रभा देवी, चतरा देवी, गोदाबंरी देवी, सुलोचना, लक्ष्मी सेमवाल कृष्णा देवी, लक्ष्मी देवी के हस्ताक्षर हैं।

मां काली को सोने का हार व मंगलसूत्र चढ़ाया

उत्तरकाशी(आरएनएस)। गढ़ मण्पा में आयोजित ध्याणी मिलन कार्यक्रम के दौरान गढ़ गांव की ध्याणियों ने अपनी आराध्य देवी मां काली को सोने का हार और मंगल सूत्र चढ़ाया। कसलाना की ध्याणियों ने मांग टीका और रुइणियों ने सोने की नथ भेंट कर सुख-समृद्धि का आशीर्वाद लिया। ध्याणियों की ओर से लोक संस्कृति पर आधारित नृत्य प्रमुख आकर्षण का केंद्र रहा। गढ़ और कसलाना की ध्याणियों ने मां काली की देव डोली और ग्राम देवताओं के देव निशाणों के साथ यमुनोत्री धाम की यात्रा कर गांव पहुंचने पर देव डोली के साथ तांदी नृत्य कर जश्न मनाया। ग्रामीणों की ओर से आयोजित स्वागत कार्यक्रम के दौरान ध्याणियों को सम्मानित किया गया। गढ़ मण्पा, छिलोरा, कसलाना, डाबरा और सरना गांव के सहयोग से गढ़ गांव में काली माता के नव निर्मित मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा के बाद मां काली की मूर्ति को मंदिर के गर्भ गृह में स्थापित किया गया। पंडित अक्षित थपलियाल की ओर से सभी देव कार्य संपन्न करवाए गए। इस दौरान गढ़ की प्रधान किरन रावत, कसलाना के प्रधान अर्जुन सिंह, अनिता रावत, सीमा असवाल, मंदिर समिति के अध्यक्ष सरदार सिंह, प्रेम सिंह, बलवीर सिंह, अमित रावत, विजयपाल सिंह, अरविंद सिंह, मेहरबान सिंह, चैन सिंह आदि उपस्थित रहे।

पेयजल परियोजना का जिलाधिकारी ने किया स्थलीय निरीक्षण

हमारे संवाददाता

चम्पावत। नगर क्षेत्र में संचालित पेयजल परियोजना के कार्यों का स्थलीय निरीक्षण करते हुए जिलाधिकारी मनीष कुमार ने मल्ली मादली एवं बालेश्वर वार्ड का भ्रमण कर निर्माण कार्यों की प्रगति का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने यूयूएसडीए के परियोजना प्रबंधक से परियोजना की वर्तमान स्थिति एवं प्रगति के संबंध में विस्तृत जानकारी प्राप्त की।

जिलाधिकारी ने स्पष्ट निर्देश दिए

❑कार्यों में गुणवत्ता एवं जनसुविधा बनाए रखने के दिए निर्देश

कि पेयजल परियोजना के निर्माण कार्यों के दौरान आमजन को किसी प्रकार की असुविधा नहीं होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि जिन स्थलों पर भूमिगत पाइपलाइन बिछाने का कार्य किया जा रहा है, वहां कार्य पूर्ण होते ही तत्काल सड़क एवं मार्गों का सुधारीकरण सुनिश्चित किया जाए, ताकि लोगों को आवाजाही में किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। निरीक्षण के दौरान मल्ली मादली क्षेत्र में जल निकासी व्यवस्था संतोषजनक न पाए जाने पर जिलाधिकारी ने अधिशासी अधिकारी नगर पालिका चम्पावत एवं परियोजना प्रबंधक यूयूएसडीए को आपसी समन्वय के साथ आवश्यक ह्यूम पाइप डालने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि बरसात के दौरान जलभराव की स्थिति उत्पन्न न हो तथा नालियों से जल निकासी सुचारु रूप से बनी रहे, इसके लिए त्वरित कार्यवाही की जाए। परियोजना प्रबंधक ने अवगत कराया कि परियोजना के अंतर्गत नगर क्षेत्र में 17 टैंकों के माध्यम से पेयजल उपलब्ध कराने की कार्ययोजना पर कार्य किया जा रहा है। इसमें 13 पुराने टैंकों का जीर्णोद्धार किया जा रहा है, जबकि 4 नए जलाशयों का निर्माण किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि सर्किट हाउस में 900 केएल तथा पुल्ड आवास एवं जूप क्षेत्र में 450 केएल क्षमता के टैंकों का निर्माण कार्य पूर्ण किया जा चुका है, जबकि हिंगला देवी क्षेत्र में 1100 केएल क्षमता के नए टैंक का निर्माण प्रस्तावित है। इसके अतिरिक्त कुल 110 किलोमीटर पाइपलाइन में से लगभग 75 किलोमीटर पाइपलाइन बिछाने का कार्य पूर्ण किया जा चुका है। परियोजना के अंतर्गत प्रत्येक घर को मीटरिंग सहित पेयजल संयोजन उपलब्ध कराया जाएगा। परियोजना की निर्धारित पूर्णता अवधि सितंबर 2027 है, जबकि परियोजना प्रबंधक ने दिसंबर 2026 तक कार्य पूर्ण करने का लक्ष्य निर्धारित होने की जानकारी दी। वर्तमान में लगभग 70 प्रतिशत कार्य पूर्ण किया जा चुका है। इस अवसर पर नगर पालिका अध्यक्ष प्रेमा पांडे, अपर जिलाधिकारी कृष्णनाथ गोस्वामी, परियोजना प्रबंधक यूयूएसडीए अंकित आर्य, अधिशासी अधिकारी भरत त्रिपाठी, सहायक अभियंता यूयूएसडीए टी.सी. पंत सहित अन्य संबंधित अधिकारी उपस्थित रहे।

आयोग ने संशोधित आंसर की जारी की

हरिद्वार(आरएनएस)। उत्तराखंड लोक सेवा आयोग की ओर से 14 मार्च, 2026 को आयोजित अपर निजी सचिव परीक्षा-2024 के द्वितीय चरण के प्रथम प्रश्न-पत्र सामान्य अध्ययन (वस्तुनिष्ठ प्रकार) की लिखित परीक्षा की संशोधित आंसर की आयोग की अधिकृत वेबसाइट पर जारी कर दी गई है। इससे पहले आयोग की ओर से 1 अप्रैल 2026 को इस परीक्षा की औपबंधिक आंसर की आयोग की बेवसाइट पर प्रसारित करते हुये अभ्यर्थियों से किसी प्रश्न अथवा उत्तर विकल्प के संबंध में आपत्तियां प्राप्त की गयी थी।

शहीद दिनेश बिष्ट के अदम्य साहस और शौर्य को किया नमन

अल्मोड़ा(आरएनएस)। हवालबाग ब्लॉक के फलसीमा में सोमवार को अमर शहीद सैनिक दिनेश बिष्ट की स्मृति में श्रद्धांजलि कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में शहीद की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर उन्हें नमन किया गया। इस दौरान उन्होंने शहीद की माता बिशनी देवी को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया। गोविंद सिंह पिलख्वाल ने कहा कि उत्तराखंड के वीर सपूतों ने आजादी से पहले और उसके बाद भी देश की रक्षा में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। उन्होंने कहा कि इसी दिन मणिपुर में आतंकी हमले के दौरान सैनिक दिनेश बिष्ट शहीद हुए थे और उनका बलिदान राष्ट्र हमेशा याद रखेगा। कार्यक्रम में वक्ताओं ने शहीद दिनेश बिष्ट के साहस, शौर्य और देशभक्ति को याद करते हुए उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस मौके पर पूर्व विधायक कैलाश शर्मा, जिला पंचायत सदस्य प्रेम सिंह लटवाल, ग्राम प्रधान चंपा बिष्ट, क्षेत्र पंचायत सदस्य दीपा देवी, राजेंद्र सिंह बिष्ट, भगवत बिष्ट, बिशन सिंह बिष्ट, मनोज बिष्ट, वीरेंद्र सिंह, बलवंत बिष्ट, किशन बिष्ट, दीपक सिंह, गोलू बिष्ट समेत अन्य लोग मौजूद रहे।

महिला अपराध-अवैध खनन के खिलाफ जन अधिकार पार्टी का प्रदर्शन

हरिद्वार(आरएनएस)। हरिद्वार में बढ़ते महिला अपराध, अवैध खनन और बिगड़ती कानून व्यवस्था के विरोध में जन अधिकार पार्टी जनशक्ति के कार्यकर्ताओं ने जिलाधिकारी कार्यालय पर प्रदर्शन किया। पार्टी नेताओं ने भाजपा सरकार पर अपराधियों और माफियाओं को संरक्षण देने का आरोप लगाते हुए राज्यपाल के नाम ज्ञापन सौंपा। जन अधिकार पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष आज़ाद अली की मौजूदगी और राष्ट्रीय महासचिव हेमा भंडारी के नेतृत्व में सोमवार को कार्यकर्ताओं ने कचहरी चौक से डीएम कार्यालय तक पैदल मार्च निकाला। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने भाजपा सरकार हाय-हाय, महिला विरोधी सरकार नहीं चलेगी और खनन माफिया मुर्दाबाद जैसे नारे लगाए। प्रदर्शन को संबोधित करते हुए राष्ट्रीय अध्यक्ष आजाद अली ने कहा कि डबल इंजन सरकार में उत्तराखंड जंगलराज में बदल गया है। उन्होंने आरोप लगाया कि प्रदेश में महिलाएं सुरक्षित नहीं हैं और अपराधियों को सत्ता का संरक्षण प्राप्त है। उन्होंने कहा कि हत्या, लूट और फिरौती जैसी घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं, जबकि अवैध खनन, अवैध परिवहन, पेड़ कटान और अवैध प्लॉटिंग में माफियाओं को खुला संरक्षण मिल रहा है। राष्ट्रीय महासचिव हेमा भंडारी ने कहा कि अंकिता भंडारी हत्याकांड से लेकर प्रदेश के विभिन्न जिलों में दुष्कर्म की घटनाओं तक भाजपा नेताओं के नाम सामने आए हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि पुलिस प्रशासन पीड़ितों की सुनवाई नहीं कर रहा और जनप्रतिनिधियों की बातों को भी नजरअंदाज किया जा रहा है। राष्ट्रीय सचिव तरुण कौशिक ने कहा कि हरिद्वार में खुलेआम अवैध नशे का कारोबार चल रहा है और स्थानीय स्तर पर उसे संरक्षण मिल रहा है। प्रदर्शन के बाद पार्टी पदाधिकारियों ने जिलाधिकारी के माध्यम से राज्यपाल को ज्ञापन भेजा। ज्ञापन में महिला अपराधों की सीबीआई जांच, फास्ट ट्रैक कोर्ट में छह माह के भीतर सुनवाई, अवैध खनन और ओवरलोड परिवहन पर रोक, भू-माफियाओं की संपत्ति जब्त करने और अपराधियों पर गैंगस्टर एक्ट लगाने की मांग की गई। पार्टी नेताओं ने चेतावनी दी कि यदि मांगों पर कार्रवाई नहीं हुई तो प्रदेशव्यापी चक्का जाम और आंदोलन किया जाएगा। प्रदर्शन में राष्ट्रीय सचिव तरुण कौशिक, महिला विधानसभा अध्यक्ष कोमल, मधु, प्रदेश सचिव कुर्बान अली, प्रदेश प्रवक्ता मास्टर रिजवान, इलियास शाह, जमाल अख्तर, आलिम अंसारी, नदीम, माँगा हसन, शाहरुख, अहसान शाह, अमीर हसन, नसीम प्रधान समेत बड़ी संख्या में कार्यकर्ता मौजूद रहे।

जानें कितने घंटे की नींद है आपके लिए काफी!

नींद आना और न आना हमारे हाथ में नहीं है लेकिन कुछ आदतों में सुधार कर पर्याप्त नींद ली जा सकती है।बच्चों को नींद ज्यादा आती है तो वहीं बुजुर्गों को नींद ही नहीं आती है। ऐसे में हर किसी के मन में यह सवाल उठता है कि आखिर कार किस उम्र के व्यक्ति को कितने घंटे सोना चाहिए। असल में किसे कितने घंटे सोना चाहिए यह उसके उम्र पर निर्भर करता है। अगर आप अपनी उम्र के अनुसार नींद नहीं ले रहें हो तो आप बीमार भी पड़ सकते हैं। ऐसे में यह जाना जरूरी है कि आपको कितने घंटे सोना चाहिए।

नेशनल स्लीप फाउंडेशन के अनुसार ० से 3 महीने के बच्चों के 14 से 17 घंटे सोना चाहिए। 4 से12 महीने के बच्चों के 12 से 16 घंटे सोना चाहिए।

1 से 2 साल के बच्चों को 11 से 14 घंटे सोना चाहिए। 3 से 5 साल के बच्चों को 1० से 13 घंटे सोना चाहिए। 6 से 9 साल का बच्चों को 9 से 12 घंटे सोना चाहिए। 14 से 17 साल के बच्चों को प्रतिदिन लगभग 8-1० सोना चाहिए। अंत में युवाओं को 7 से 9 घंटे की नींद लेनी चाहिए। तो, 65 साल से ज्यादा उम्र के लोगों को प्रतिदिन 7-8 घंटे की नींद लेनी चाहिए।

महिलाओं को लेनी चाहिए ज्यादा नींद

नेशनल स्लीप फांउडेशन के शोध की मानें तो टीनएज गर्ल्स को 8 से 1० घंटे की नींद की आवश्यकता होती है। वहीं 24 से लेकर 64 साल की महिलाओं को दिन में सात घंटे की नींद अवश्य लेनी चाहिए। एक रिसर्च में ये पाया गया है कि महिलाओं को पुरूषों के मुकाबले ज्यादा नींद की ज़रूरत होती है। हर महिला को पुरूष से 2० मिनट ज्यादा सोना चाहिए। (आरएनएस)

सूंघने की क्षमता खोना बड़े खतरे की आहट, इन बीमारियों की शुरुआत के हो सकते हैं संकेत

क्या आपकी सूंघने की कैपिसिटी कमजोर पड़ रही है? अगर आपका जवाब हां है तो वक्त आ गया है कि सतर्क हो लिया जाए। ऐसा हम इसलिए कह रहे हैं क्योंकि सूंघने की क्षमता खोना गंभीर बीमारियों की चपेट में आने का एक संकेत भी हो सकता है। हाल ही में हुए एक शोध में यह पाया गया है कि अगर किसी व्यक्ति की सूंघने की क्षमता प्रभावित हो रही है तो हो सकता है कि उसे अल्जाइमर और डिमेंशिया की बीमारी हो। सूंघने की कैपिसिटी खोना डिप्रेशन का भी एक संकेत हो सकता है।

एक अध्ययन में पाया गया है कि व्यक्ति की सूंघने की कैपिसिटी जितनी ज्यादा खराब होती है, उतनी ही खराब उसकी मेंटल हेल्थ भी होती है। ऐसा नहीं है कि सूंघने की क्षमता कमजोर पड़ने से डिप्रेशन का खतरा रहता है। लेकिन इतना जरूर है कि ये किसी के डिप्रेशन में होने का संकेत हो सकता है।

सूंघने की कैपिसिटी खोना हमारे स्वास्थ्य को कई मायनों में प्रभावित करता है। अगर आप कभी-भी ये लक्षण अपने शरीर में महसूस करें तो बिल्कुल नजरअंदाज न करें और तुरंत डॉक्टर से अपनी जांच कराएं।

स्मैल करने कैपिसिटी का खोना अल्जाइमर और पार्किंसंस जैसी न्यूरोडीजेनेरेटिव डिज़ीज़ की शुरूआत होने का वार्निंग सिग्नल हो सकता है। एनएचएस कहता है कि पीड़ित लोग जितनी जल्दी डॉक्टर से हेल्प लेंगे, उतनी ही जल्दी उन्हें ठीक होने में मदद मिलेगी। ऐसे बहुत से लोग हैं जो डिप्रेशन से जूझ रहे होते हैं, लेकिन डॉक्टर से मदद नहीं लेते। आपको शरीर में किसी भी तरह के असामान्य लक्षण दिखाई दें तो डॉक्टर के पास जाने में बिल्कुल देरी ना करें। क्योंकि देरी करने से आपकी जान खतरे में पड़ सकती है।

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन व लेख में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

-प्रबंधक विज्ञापन

क्या आपके फ्रिज में भी आ चुकी हैं कोल्ड ड्रिंक की बोतलें?

गर्मियां शुरू होते ही सभी अपने आहार में बदलाव लाते हुए ऐसी चीजों को शामिल करते हैं को उनके मन को ठंडक प्रदान करें। ऐसा ही कुछ होता हैं कोल्ड ड्रिंक्स के साथ जिसका सेवन लोग गर्मियां आते ही करने लगते हैं। आजकल कोल्ड ड्रिंक्स का सेवन बहुत अधिक बढ़ गया है। आज के दौर में कोल्ड ड्रिंक्स हर पार्टी की शान मानी जाती है। पार्टी में कोल्ड ड्रिंक न हो ऐसा हो ही नहीं सकता है। कई लोगों को तो कोल्ड ड्रिंक्स की लत लग जाती है और यह लत छुड़ानी मुश्किल होती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि जिस कोल्ड ड्रिंक को आप गर्मी से राहत पाने के लिए पीते हैं, वह आपकी सेहत के लिए काफी हानिकारक हो सकती है। आइए जानते हैं कि अगर आप कोल्ड ड्रिंक का सेवन करें तो आपकी सेहत को क्या क्या नुकसान हो सकता है।

शुगर बढ़ने का खतरा : जब आप खाना खाते हैं तो आप खाने में कार्बोहाइड्रेट्स और अन्य पोषक तत्वों का सेवन करते रहते हैं, लेकिन जब आप इसके साथ कोल्ड ड्रिंक पीते हैं तो ड्रिंक की शुगर भी आपके शरीर में जाती है और आपके शरीर में शुगर की मात्रा ज्यादा बढ़ जाती है। इसलिए खाने से साथ ये ना लें।

फैटी लीवर की समस्या: कोल्ड ड्रिंक के सेवन से आपको फैटी लीवर की समस्या भी हो सकती है। आपको बता दें कि कोल्ड ड्रिंक में दो तरह की शुगर पाई जाती है। ग्लूकोज और फरुक्टोज ग्लूकोस बॉडी में तुरंत अब्सॉर्ब और मेटाबोलाइज़ हो जाता है। वहीं दूसरी तरफ फरुक्टोज केवल लिवर में जमा हो जाता है। ऐसे में आप अगर हर दिन कोल्ड ड्रिंक पी रहे हैं तो फरुक्टोज आप के लिवर में अतिरिक्त मात्रा में जमा हो जाएगा और लिवर पर असर डालेगा और इससे लिवर से जुड़ी समस्याएं पैदा होंगी।

हड्डियां हो सकती हैं कमजोर: सॉफ्ट ड्रिंक आपकी हड्डियों से कैल्शियम सोखने का काम करता है, जिससे हड्डियां कमजोर और भंगुर हो जाती हैं। सॉफ्ट ड्रिंक में फॉस्फोरिक एसिड मिला होता है जो कि एक अम्लीय होता है। ये हड्डियों से कैल्शियम सोख लेता है। कैफीन भी कैल्शियम सोखने का काम करती है जिससे हड्डियों पर बुरा असर पड़ता है।

कैंसर का जोखिम: आश्चर्यजनक रूप से कुछ अध्ययन इस बात की तरफ भी इशारा करते हैं कि अधिक मात्रा में कोल्ड ड्रिंक्स के सेवन की आदत कई ऐसी स्थितियों का भी कारण बन सकती है जो आपमें कैंसर के खतरे को बढ़ा देती है। 6०,००० से अधिक वयस्कों पर किए गए एक अध्ययन से पता चला है कि जो लोग प्रति सप्ताह 2 या इससे अधिक केन कोल्ड ड्रिंक्स पीते हैं, उनमें अग्नाशयी कैंसर विकसित होने की आशंका 87 फीसदी अधिक हो सकती है।

मोटापे का जोखिम : अधिक वजन किसी समस्या का कारण नहीं है, लेकिन इसकी वजह से हृदय और प्रतिरक्षा तंत्र पर दबाव पड़ने लगता है। जो बच्चे कोल्ड ड्रिंक को ज्यादा पीते हैं उनको मोटे होने का खतरा अधिक होता है। एक अध्ययन में पाया गया कि रोजाना कम कोल्ड ड्रिंक और सोफ्ट ड्रिंक पीने वाले मोटे बच्चों और किशोरों का वजन तेजी से कम हुआ।

पेट के लिए हानिकारक: कई सारी कोल्ड ड्रिंक्स में कार्बन डाई ऑक्साइड मौजूद रहती हैं, जो पेट में जाते ही गर्मी की वजह गैस में बदलने लगती है। यही कारण है कि कोल्ड ड्रिंक पीते ही कुछ लोगों को तुरंत डकार आती है। सॉफ्ट ड्रिंक में मौजूद यह कार्बन डाई ऑक्साइड पेट के लिए एक ब्लीचिंग एजेंट की तरह काम करता है, जिसकी वजह से पेट में बनने वाले डाइजेस्टिव एंजाइम पर असर होता है। यही वजह है कि कई बार ज्यादा या रात के समय कोल्ड ड्रिंक पीने से सीने में जलन होने लगती है।

दिमाग पर पड़ता है बुरा असर: कोल्ड ड्रिंक्स में कैफीन भी होता है, जो एक तरह का एडिक्टिव कंपाउंड है। रिसर्च में पाया गया है कि कोल्ड ड्रिंक्स पीने के 5-1० मिनट के अंदर ही आपके शरीर में डोपामाइन का लेवल बढ़ जाता है। इस हार्मोन के कारण आपको थोड़ी देर खुशी महसूस होती है, जिसके कारण आप इसे और ज्यादा पीना चाहते हैं। मेडिकल न्यूज टुडे पर छपे एक लेख में इस नशीलेपन की तुलना हेरोइन के नशे से की गई है। इसलिए इसका असर आपके ब्रेन फंक्शन पर भी पड़ता है।

दांत खराब होने की परेशानी: सॉफ्ट ड्रिंक आपके दांतों के लिए बहुत नुकसानदायक है। सोडा में फॉस्फोरिक एसिड और कार्बोनिक एसिड होता है जो लंबे समय में दांतों के इनेमल को खराब कर सकता है। चीनी के साथ एसिड आपके मुंह में बैक्टीरिया को पनपने के लिए सही वातावरण तैयार करता है, जिससे कैविटी हो सकती है। (

शब्द सामर्थ्य -031

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला,विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।

1		■	2	■	3		4	
	■	5			■	■		■
6				■	7	8		9
	■		■	10			■	
■	11				■	12		
13		■	■	14	14ए		■	■
	■	15				■	16	■
	■		■		■	17		18
■	19			■	20			

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 30 का हल

खा	म	खां	■	■	इं	■	■	■
स	ह	■	ब	र	सा	त	■	प
■	क	हा	नी	■	न	क	च	ढ़ा
त	■	■	स्ब	■	■	ली	■	ई
क	या	म	त	■	क	फ	न	■
दी	■	र्दा	■	बा	बू	■	ह	वा
र	ह	ना	■	ल	त	खो	र	■
■	वा	■	नौ	क	र	■	■	सा
भा	ई	■	का	■	■	बा	द	ल

अल्लू अर्जुन की राका में कम हुआ दीपिका पादुकोण का रोल ? निर्माताओं ने तोड़ी चुप्पी

अल्लू अर्जुन की फिल्म राका अपने ऐलान के बाद से चर्चाओं में बनी हुई है। कुछ दिन पहले निर्माताओं ने फिल्म से अभिनेता की पहली झलक जारी की जिसने लोगों को और उत्साहित कर दिया। हाल ही में खबरें आईं कि फिल्म में मुख्य किरदार निभा रहीं दीपिका पादुकोण की भूमिका को कम किया गया है। इसका कारण उनकी प्रेग्नेंसी को बताया गया, लेकिन इन चर्चाओं पर खुद राका निर्माताओं ने अपनी चुप्पी तोड़ी है।

उन्होंने पुष्टि की, सब कुछ योजना के अनुसार चल रहा है। दीपिका पादुकोण राका में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं, और शूटिंग सेट पर भरपूर जोश के साथ सुचारू रूप से आगे बढ़ रही है। बता दें, दीपिका ने 19 अप्रैल को अपने पति रणवीर सिंह के साथ अपनी दूसरी प्रेग्नेंसी का ऐलान किया था। रिपोर्ट्स में कहा गया कि अभिनेत्री काम से ब्रेक नहीं लेंगी और प्रेग्नेंसी के दौरान काम करती रहेंगी। दीपिका राका में कुछ एक्शन से भरपूर दृश्यों की शूटिंग करेंगी। इसके लिए सभी एहतियाती उपाय किए जा रहे हैं। रिपोर्ट में आगे कहा गया कि एटली के निर्देशन में बन रही यह फिल्म तय कार्यक्रम के अनुसार आगे बढ़ रही है। फिलहाल राका के अलावा, दीपिका को शाहरुख खान की फिल्म किंग में भी देखा जाएगा। यह एक्शन थ्रिलर इसी साल क्रिसमस के मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए तैयार है।

रणबीर कपूर की रामायण अंग्रेजी संस्करण में देगी दस्तक!

रणबीर कपूर की पौराणिक महाकाव्य रामायण 2026 की सबसे बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से है। फिल्म का निर्देशन नितेश तिवारी ने किया है और अभिनेता की पहली झलक कुछ दिन पहले जारी हुई थी। कुछ दिन पहले सुपरस्टार यश ने इसकी रिलीज पर कहा था कि यह अक्टूबर, 2026 के आखिरी हफ्ते में आ सकती है। अब, द फिथियन ग्रुप एलएलसी के संस्थापक पार्टनर जॉन फिथियन ने फिल्म के अंग्रेजी संस्करण की रिलीज पर बात की है। कुछ दिन पहले, जॉन ने लिंक्डइन पर एक पोस्ट साझा करते हुए रामायण की तारीफ की थी और सिनेमाकॉन, 2026 में फिल्म के वैश्विक प्रदर्शन का हिस्सा बनने को याद किया था। जब प्रशंसकों ने उनसे फिल्म के अंग्रेजी संस्करण की रिलीज पर सवाल पूछा तो उन्होंने कहा, अभी तय नहीं है। अंतरराष्ट्रीय वितरण और मार्केटिंग को लेकर इस हफ्ते बैठकें होंगी। लेकिन ऑस्ट्रेलिया में यह व्यापक रूप से उपलब्ध होगी। अंग्रेजी संस्करण 8 नवंबर को रिलीज हो सकता है। जॉन ने पुष्टि नहीं की, लेकिन 8 नवंबर को अंग्रेजी संस्करण रिलीज होने का संकेत जरूर दिया है। यह तारीख फिल्म निर्माताओं द्वारा 2026 की दिवाली पर फिल्म को रिलीज किए जाने की योजना से मेल खाती है। नमित मल्होत्रा द्वारा निर्मित फिल्म रामायण: भाग 1 में रणबीर को श्रीराम के किरदार में देखा जाएगा और माता सीता के किरदार में साई पल्लवी दिखेंगी। वहीं यश रावण के किरदार में नजर आएंगे। इसका दूसरा भाग दिवाली, 2027 में रिलीज होगा।

खलनायक रिटर्न्स का फर्स्ट लुक वीडियो आउट, संजय दत्त ने रिलीज डेट का दिया हिंट!

बॉलीवुड के सबसे मशहूर विलेन्स में से एक सिनेमाघरों में वापसी कर रहा है. जी हां, 1993 की कल्ट फिल्म खलनायक का सीक्वल खलनायक रिटर्न्स का फर्स्ट लुक आ गया है. मेकर्स ने खलनायक रिटर्न्स का फर्स्ट लुक वीडियो जारी किया है, जिसमें संजय दत्त का धांसू अवतार दिखाया गया है. इस फ़िल्म में संजय दत्त उस किरदार में वापसी करेंगे जिसने उनके करियर को एक नई पहचान दी थी. संजय दत्त ने अपने इंस्टाग्राम पर खलनायक रिटर्न्स का फर्स्ट लुक अनाउंस किया है और कैप्शन में फायर इमोजी के साथ लिखा है, कुछ कहानी खत्म नहीं होती, वो दुबारा शुरू होती है. खलनायक रिटर्न्स. 1 मिनट 12 सेकेंड के इस फर्स्ट लुक वीडियो में जेल का सीन दिखाया जाता है, जहां हर जगह आग लगी होती है. इस दौरान संजय दत्त की एंट्री होती है. वह जंजीरों को तोड़कर एक घायल शख्स के पास पहुंचते हैं. इसके बाद का सीन का दमदार होता है. वह जमीन पर लगी आग को अपनी उंगलियों पर लेते हुए सिगरेट जलाता है. बैकग्राउंड में 1993 की कल्ट फिल्म खलनायक का टाइटल ट्रैक नायक नहीं खलनायक हूं मैं बजता है. घायल शख्स संजय दत्त के किरदार से माफी मांगता है. इस बीच संजय एक दमदार डायलॉग बोलते हैं, बोला था न 10 अक्टूबर, रात के 10 बजे, बल्लू जेल से फुर्रर्रर्र. इसके बाद वह फिल्म खलनायक का टाइटल ट्रैक गाते हैं. इसके बाद वह वहां से उस घायल शख्स को वहीं छोड़कर चले जाते हैं.

संजय दत्त का यह अंदाज उनके फैंस को काफी पसंद आया है. पोस्ट पर कमेंट करते हुए एक फैन ने लिखा है, नाम ही काफी है, हर पहचान से बड़ा है, मुश्किलों के आगे वो चट्टान बन कर खड़ा है, शेर की चाल और आंखों में वही पुराना नशा, संजू बाबा है ये, जो हर दिल में बसा है. एक ने लिखा है, ओएमजी... असली बैड बॉय वापस आ गया है. मैंने बचपन में सत्यम वर्ली में खलनायक देखी थी. कई फैंस ने बाबा इज बैक कर फर्स्ट लुक की सराहना की है. एक दूसरे फैन ने लिखा है, ये हुआ ना असली लेजेंड का कमबैक. आखिरकार बाबा अपने ही राज में वापस आ गए हैं.

सुभाष घई की निर्देशित खलनायक अपने समय की सबसे बड़ी फिल्मों में से एक थी. इस फिल्म की सफलता का श्रेय इसके हिट गाने और संजय दत्त के साथ-साथ जैकी श्रॉफ और माधुरी दीक्षित के दमदार अभिनय को जाता है. दशकों बीत जाने के बाद भी, दर्शकों के बीच इस फिल्म की यादें आज भी हो जाती हैं.

मुनमुन दत्ता ने बताया समर मॉर्निंग रूटीन का राज, पेट की सेहत के लिए शेयर किए खास देसी ड्रिंक

गर्मियों का मौसम आते ही लोग अपनी सेहत को लेकर ज्यादा सतर्क हो जाते हैं। खासतौर पर इस मौसम में पाचन संबंधी परेशानियां ज्यादा होती हैं, इसलिए खानपान पर ध्यान देना बेहद जरूरी होता है। ऐसे में कई सेलेब्रिटीज भी अपने हेल्दी रूटीन को फैंस के साथ साझा करते रहते हैं। इसी कड़ी में टीवी की जानी-मानी अभिनेत्री मुनमुन दत्ता ने अपने समर मॉर्निंग रूटीन की एक झलक सोशल मीडिया पर शेयर की, जो अब खूब चर्चा में है। तारक मेहता का उल्टा चश्मा में बबीता का किरदार निभाकर घर-घर में पहचान बना चुकीं मुनमुन दत्ता ने अपने इंस्टाग्राम पोस्ट के जरिए बताया कि वह सुबह की शुरुआत किस तरह से करती हैं। उन्होंने इंस्टाग्राम स्टोरी एक वीडियो और कुछ तस्वीरें साझा कीं, जिनमें उनके हेल्दी नाश्ते की झलक देखने को मिल रही है। इस पोस्ट के साथ उन्होंने कैप्शन में लिखा, मैंने सुबह के लिए एक ऐसी ड्रिंक तैयार की है, जो पेट की सेहत के लिए बेहद फायदेमंद है और शरीर को अंदर से मजबूत बनाती है।

वीडियो में देखा जा सकता है कि मुनमुन छाछ से कुछ बना रही हैं, जिसे वह पेट की सेहत के लिए बेहतरीन ड्रिंक बता रही हैं। इसे बनाते समय उन्होंने उसमें बारीक कटा हुआ प्याज और हरा धनिया समेत कई चीजों को मिलाया।

इसके अलावा, मुनमुन ने एक तस्वीर के जरिए एक और खास ड्रिंक के बारे में जानकारी दी, जिसे रागी अंबली कहा जाता है। उन्होंने कैप्शन में बताया, यह देसी पेय पाचन को बेहतर बनाता है। साथ ही यह गर्मियों में शरीर को ठंडक पहुंचाने का भी काम करता है। यह शरीर को हल्का महसूस कराता है।

मुनमुन दत्ता अपने फिटनेस के लिए जानी जाती हैं। वह अक्सर अपने सोशल मीडिया अकाउंट पर व्यायाम और योग से जुड़े वीडियो और तस्वीरें साझा करती रहती हैं। उनका मानना है कि फिट रहने के लिए एक्सरसाइज के साथ-साथ सही खानपान भी उतना ही जरूरी है। फैंस भी उनके इस हेल्दी लाइफस्टाइल को काफी पसंद करते हैं।

खतरों के खिलाड़ी 15 में जैस्मिन भसीन की होगी फिर से वापसी

खतरों के खिलाड़ी सीजन 15 को लेकर दर्शकों में इन दिनों काफी उत्साह देखने को मिल रहा है. एक बार फिर से ये शो टीवी पर वापसी के लिए पूरी तरह से तैयार है. इस नए सीजन में पहले से ज्यादा एडवेंचर और खतरनाक स्टंट्स देखने को मिलने वाला है.

पिछले कई सालों से ये शो दर्शकों को खूब एंटरटेन कर रहा है. खतरनाक स्टंट्स और मुश्किल टास्क के लिए पॉपुलर ये शो एक्शन, डर, इमोशनल स्ट्रेंथ और तगड़े कॉम्पिटिशन का कॉम्बिनेशन है.हर सीजन में सेलिब्रिटीज अपनी सीमाओं को पार करते हुए अपने कंफर्ट जोन से बाहर निकलते हैं, जिसे देखना दर्शक काफी पसंद करते हैं.

इस बार खबरें आ रही हैं कि इस सीजन में जैस्मिन भसीन भी नजर आने वाली हैं.

रिपोर्ट के अनुसार जैस्मिन को खतरों के खिलाड़ी के मेकर्स ने अप्रोच किया है. पहले भी जैस्मिन इस शो का हिस्सा रह चुकी हैं. उन्हें खतरों के खिलाड़ी सीजन 9 में देखा गया था.

इसके अलावा वो कोरोना के दौरान मुंबई में शूट किए गए शो के एक स्पेशल एडिशन में भी दिखाई दी थीं. अब जब जैस्मिन की वापसी की खबरें फिर से चर्चा में बनी हुई है तो फैंस बेहद खुश नजर आ रहे हैं. इस सीजन में पुराने और नए दोनों तरह के कंटेस्टेंट्स का कॉम्बिनेशन देखने को मिल सकता है. शो में ये कॉम्बिनेशन एक नया डायनामिक लेकर आएगा. जहां एक्सपीरियंस और नई एनर्जी का मेल दर्शकों को और ज्यादा एंगेज करने वाला है.एक बार फिर से रोहित शेट्टी इस शो को होस्ट करते हुए नजर आएंगे. अपनी दमदार स्क्रीन प्रेजेंस और एनर्जेटिक होस्टिंग के लिए जाने जाने वाले रोहित शो के पूरे एक्सपीरियंस को और भी ज्यादा खास बना देते हैं. जैसे-जैसे प्रीमियर डेट करीब आ रहा है, शो को लेकर चर्चाएं और भी तेज हो रही हैं.

बदरीनाथ में बाहर से तुलसी लेकर आने पर लगेगा 21 हजार जुर्माना

चमोली(आरएनएस)। बामणी गांव की महिलाओं ने बदरीनाथ धाम में बाहर से आने वाली तुलसी पर प्रतिबंध लगाने का निर्णय लिया है। महिलाओं ने इस संबंध में टैक्सी यूनियन को पत्र भेजा। उन्होंने कहा यदि किसी वाहन में तुलसी के कट्टे पाए जाते हैं तो उनपर 21 हजार रुपये का जुर्माना लगाया जाएगा। बदरीनाथ धाम में तुलसी का विशेष महत्व है। भगवान बदरीविशाल के शृंगार से लेकर चढ़ाने में तुलसी का उपयोग होता है। क्षेत्र के लोग बड़ी तादात में तुलसी माला बनाकर बेचते हैं। कुछ वर्षों से बदरीनाथ में यात्रियों की संख्या बढ़ने से इसकी मांग काफी बढ़ गई है। इसे देखते हुए बाहर के ग्रामीण क्षेत्रों से धाम में तुलसी की सप्लाई होने लगी लेकिन अब बामणी गांव की महिलाओं ने इसपर सख्त ऐतराज जताते हुए धाम में बाहर से आने वाली तुलसी को प्रतिबंधित कर दिया है। ग्राम प्रधान, महिला मंगल दल व अन्य महिलाओं की रविवार को हुई बैठक में इस पर निर्णय लिया गया। बामणी गांव की महिलाओं ने टैक्सी यूनियन को पत्र भेजा है जिसमें स्पष्ट लिखा है कि यदि किसी वाहन में तुलसी लाई जाती है तो वे वाहन चालक पर कार्रवाई करते हुए जुर्माना लगाएंगे। बदरीनाथ टैक्सी यूनियन के अध्यक्ष संजय चौहान ने बताया कि बामणी गांव की महिलाओं ने बदरीनाथ धाम में बाहर से किसी भी वाहन में तुलसी लाने पर 21 हजार जुर्माना लगाने की बात कही गई है। सभी वाहन चालकों को इस बारे में जानकारी दे दी गई है। पत्र में बामणी गांव की ग्राम प्रधान, महिला मंगलदल व सरपंच के हस्ताक्षर हैं।

सिलिंडरों के साथ ही बढ़े खाने की थाली के दाम

कोटद्वार(आरएनएस)। घरेलू और व्यावसायिक सिलिंडरों के दाम में बढ़ोतरी होने से होटल कारोबार पर नकारात्मक प्रभाव पड़ना शुरू हो गया है। महंगाई के चलते पहले ही चीजों के दाम बढ़े हुए थे अब सिलिंडरों के बढ़े दामों से रेस्टोरेंट व ढाबों में तैयार होने वाला भोजन भी महंगा हो गया है। अधिकांश रेस्टोरेंट, ढाबा संचालकों ने होटल कारोबार को पटरी पर बनाए रखने के लिए 1० से 12 प्रतिशत तक की बढ़ोतरी की है। होटल जीएम ग्रुप के अध्यक्ष सक्षम ने बताया कि व्यावसायिक सिलिंडर के दाम में लगभग एक हजार रुपये की बढ़ोतरी होने से होटलों में तैयार होने वाले भोजन एवं अन्य खाने-पीने के सामान में दस प्रतिशत तक की वृद्धि करनी पड़ी है। छोटे होटलों में इसका प्रतिकूल असर पड़ा है। छोटे होटलों में आने वाला मध्यमवर्गीय आय वाला पर्यटक खाना खाने से भी कतरा रहा है। होटल कारोबारियों का कहना है कि इंडेन गैस एजेंसी द्वारा व्यावसायिक सिलिंडरों की आपूर्ति भी समय से नहीं हो पा रही है जिससे कई होटल संचालक इंडक्शन व लकड़ी के चूल्हे पर खाना बना रहे हैं। जिन लोगों के होटल ऋण लेकर संचालित हो रहे हैं। गैस की बढ़ी कीमतों व अनियमित आपूर्ति के कारण उनके व्यवसाय पर बुरा असर पड़ रहा है। वहीं, कई क्षेत्रवासियों का कहना है कि सिलिंडर के दाम बढ़ने और आय नहीं बढ़ने से परिस्थितियां चुनौतीपूर्ण हो गई हैं। गृहिणियों का कहना है कि तय बजट में रसोई चलाना मुश्किल हो गया है।

सू- दोकू क्र.031

	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 9वर्गों 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.30 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

जमालपुर कला में विरोध के बाद सीवर लाइन कार्य रुकवाया

हरिद्वार(आरएनएस)। जमालपुर कला-फुटबॉल ग्राउंड सड़क पर प्रस्तावित सीवर लाइन कार्य को फिलहाल रुकवा दिया गया है। क्षेत्र के लोगों की नाराजगी और उनके धरने को देखते हुए पेयजल निर्माण निगम की परियोजना प्रबंधक मीनाक्षी मित्तल ने फिलहाल इस सड़क पर सीवर लाइन का कार्य कुछ समय के लिए रोके जाने की बात धरना स्थल पर कही है। ग्राम पंचायत जमालपुर कला की क्षेत्र की विभिन्न कॉलोनियों में सीवर लाइन बिछाने की मांग को लेकर मित्र विहार कॉलोनी तिराहे पर चल रहे धरने के बीच पहुंचे पूर्व कैबिनेट मंत्री स्वामी यतीश्वरानंद ने स्पष्ट किया कि जब तक सभी कॉलोनियों के लिए सीवर लाइन परियोजना पर काम शुरू नहीं होता, तब तक फुटबॉल ग्राउंड सड़क पर सीवर लाइन का कार्य नहीं कराया जाएगा। इस दौरान पूर्व कैबिनेट मंत्री ने पेयजल निर्माण निगम की परियोजना निदेशक मीनाक्षी मित्तल को भी इस संबंध में अवगत कराया। पूर्व कैबिनेट मंत्री ने आंदोलनकारियों को आश्वासन दिया कि आगामी 2० दिनों के भीतर क्षेत्र की कॉलोनियों में सीवर लाइन बिछाने के लिए सर्वे और डीपीआर तैयार कर ली जाएगी। इसके बाद पूरी योजना के तहत कार्य शुरू कराया जाएगा। उनके आश्वासन के बाद सीवर लाइन एकता संघर्ष समिति ने अपना धरना स्थगित करने की घोषणा कर दी। इस दौरान समिति के पदाधिकारियों ने कहा कि क्षेत्र की कई कॉलोनियां लंबे समय से सीवर लाइन की समस्या से जूझ रही हैं। ऐसे में केवल फुटबॉल ग्राउंड सड़क पर कार्य शुरू किए जाने का विरोध किया जा रहा था। आंदोलनकारियों की मांग थी कि पहले सभी कॉलोनियों के लिए समग्र योजना बनाई जाए। समिति के संयोजक राजवीर सिंह ने कहा कि क्षेत्रवासियों की मांग को गंभीरता से सुना गया है और अब लोगों को समाधान की उम्मीद जगी है। इस अवसर पर एसके शर्मा, समिति के अध्यक्ष पंकज चौधरी, गोविंद सिंह राणा, प्रदीप भंडारी ?, कविता जोशी, डा. जोशी, शिव प्रकाश शुक्ला, सोनू रावत, अवतार सिंह चौहान, चंद्र सिंह रावत राकेश आर्य, राजकुमार, स्वरूप सिंह, भारत सिंह पासवान, राज किशोर, विशाल चौधरी, चेतन चौधरी, वर्षा तेवतिया, विकास सैनी, चौधरी नाथीराम, चौधरी जगवीर सिंह, अविनाश शर्मा, अश्वनी शर्मा आदि मौजूद रहे।

स्वयं सहायता समूह को आवंटित दुकानें तीर्थयात्रियों को दीं

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। केदारनाथ धाम में स्वयं सहायता समूह की महिलाओं को आवंटित दुकानों को अन्य लोगों को किराये पर दिए जाने पर व्यापारियों ने आक्रोश जताया।

उन्होंने आरोप लगाया कि इन दुकानों में उक्त व्यक्ति तीर्थयात्रियों को रात्रि प्रवास करवाकर शुल्क वसूल रहे हैं। वहीं शिकायत पर जांच के लिए टीम को केदारनाथ धाम भेजा गया है।

विगत तीन वर्षों से केदारनाथ धाम में टेंट संचालन कर रहीं विजयलक्ष्मी ने बताया कि राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन के तहत केदारनाथ धाम में चार एसएचजी समूहों को उनके उत्पादों की बिक्री के लिए दुकानें आवंटित की गई थीं। मगरइन दुकानों को किराये पर अन्य लोगों को दिया जा रहा है।

इस बाबत मुख्य विकास अधिकारी को जानकारी दी गई थी लेकिन अभी तक उक्त मामले में कोई कार्रवाई नहीं हुई। प्रभारी खंड विकास अधिकारी ऊखीमठ वीरेंद्र मोहन ने बताया कि जांच के लिए दो सदस्यीय टीम गठित की गई है। उन्हें जांच के लिए केदारनाथ भेजा गया है। जांच रिपोर्ट के बाद विभागीय कार्रवाई होगी। वहीं मुख्य विकास अधिकारी राजेंद्र सिंह रावत ने कहा कि अभी महिलाएं उत्पादों को उक्त आवंटित दुकानों में नहीं ले गई हैं।

पुलिस ने साइबर अपराध और महिला सुरक्षा की दी जानकारी

अल्मोड़ा(आरएनएस)। एसएसपी चंद्रशेखर घोडके के निर्देश पर जनपद पुलिस द्वारा महिला सुरक्षा, साइबर अपराधों की रोकथाम और सामाजिक जागरूकता को लेकर लगातार अभियान चलाया जा रहा है। इसी क्रम में महिला कोतवाली टीम ने राजकीय इंटर कॉलेज डीनापानी कसार देवी में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। सोमवार को प्रभारी निरीक्षक महिला कोतवाली एवं एंटी ह्यूमन ट्रैफिकिंग यूनिट जानकी भंडारी के नेतृत्व में आयोजित कार्यक्रम में छात्र-छात्राओं और विद्यालय स्टाफ को साइबर अपराधों से बचाव की जानकारी दी गई। कार्यक्रम के दौरान पुलिस टीम ने डिजिटल अरेस्ट, फर्जी कॉल, ओटीपी फ्रॉड, सोशल मीडिया के सुरक्षित उपयोग तथा साइबर अपराध से बचाव के तरीकों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। इसके अलावा महिला सुरक्षा, घरेलू हिंसा, महिला एवं बाल अपराध, उत्तराखंड पुलिस एप, गौरा शक्ति, नए आपराधिक कानूनों, नशे के दुष्प्रभाव, मानव तस्करी और यातायात नियमों के संबंध में भी जागरूक किया गया। पुलिस टीम ने छात्र-छात्राओं को विभिन्न हेल्पलाइन नंबरों की जानकारी देते हुए आपात स्थिति में तुरंत सहायता लेने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम में अपर उपनिरीक्षक बीना दोसाद, महिला कांस्टेबल तुलसी गोस्वामी और महिला होमगार्ड ललिता रौतेला मौजूद रहीं।

78.9० लाख की लागत से होगा सड़क का निर्माण

बागेश्वर(आरएनएस)। दूरस्थ क्षेत्रों के गांव भी अब सड़क से जुड़ेंगे। मुख्यमंत्री घोषणा के अंतर्गत 78.9० लाख की लागत से शांतिबाजार-मठखाल तल्लीडोबा मोटरमार्ग के निर्माण कार्य का शिलान्यास व भूमि पूजन दर्जा राज्यमंत्री शिव सिंह बिष्ट व विधायक पार्वती दास ने किया। मठखाल व तल्लीडोबा के ग्रामीण लंबी समय से शांतिबाजार से सड़क बनाने की मांग कर रहे थे। प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने ग्रामीणों की मांग पर इस सड़क निर्माण की घोषणा की थी। सड़क का शिलान्यास व भूमि पूजन करते हुए दर्जा राज्यमंत्री शिव सिंह बिष्ट व विधायक पार्वती दास ने कहा कि इस सड़क का निर्माण होने से क्षेत्रवासियों को आवागमन की बेहतर सुविधा मिलने के साथ ग्रामीण क्षेत्रों के विकास को भी नई गति प्राप्त होगी। सड़क का भूमि पूजन किए जाने पर ग्रामीणों ने मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया है। इस दौरान जिपं अध्यक्ष श्रीमती शोभा आर्य, ब्लॉक प्रमुख किशन सिंह बोरा, जिपंस बबलू नेगी, जनार्दन लोहुमी, क्षेपंस भगवान राणा, भाजपा जिला महामंत्री घनश्याम जोशी, जेसी आर्य, विधायक प्रतिनिधि भास्कर दास, मंडल अध्यक्ष सुनील दोसाद, संजय जोशी, हरीश रावत, विपिन तिवारी, बाला दत्त भट्ट समेत दर्जनों ग्रामीण मौजूद थे।

देवभूमि की संस्कृति को धूमिल करने वालों को बख्शा नहीं जाएगा

कोटद्वार(आरएनएस)। महिला मोर्चा की प्रदेश प्रवक्ता मधु भट्ट ने कहा कि चंपावत की घटना से साबित हो गया है कि कांग्रेस पार्टी सत्ता में आने के लिए किस हद तक जा सकती है और किस तरह निम्न स्तर के हथकंडे अपनाती है। देवभूमि की संस्कृति को धूमिल करने वालों को बख्शा नहीं जाएगा।

मालवीय उद्यान स्थित जिला कार्यालय में आयोजित पत्रकार वार्ता में उन्होंने यह बात कही। कहा कि चंपावत प्रकरण में पुलिस ने 1० सदस्यीय एसआईटी टीम गठित की। पीड़िता व स्थानीय लोगों से पूछताछ की और सीसीटीवी फुटेज खंगालने के साथ ही वैज्ञानिक तरीके से साक्ष्यों का संकलन किया। नामजद आरोपियों की मौजूदगी घटनास्थल पर नहीं पाई गई। गवाहों के बयानों व तकनीकी साक्ष्यों से भी इस बात की पुष्टि हो चुकी है। प्रदेश सरकार महिला एवं बाल अपराधों के प्रति जीरो टॉलरेंस की नीति अपना रही है और महिलाओं की सुरक्षा के लिए संवेदनशील है। सरकार का प्रयास है कि महिला अपराधों की निष्पक्ष जांच हो और दोषी किसी भी सूरत में बच न पाएं।

भाजपा महिला मोर्चा चंपावत प्रकरण में एसआईटी की जांच में खुलासा होने के बाद कांग्रेस पर हमलावर हो गया है। मामले में सोमवार को कांग्रेस का पुतला फूंका गया। सोमवार को भाजपा महिला मोर्चा की कार्यकर्ता मालवीय उद्यान स्थित जिला कार्यालय में एकत्र हुई। यहां से वे महिला मोर्चा की प्रदेश प्रवक्ता मधु भट्ट की अगुवाई में नारेबाजी करते हुए मालवीय उद्यान चौराहा पहुंची और पुतले को आग के हवाले कर दिया।

इस मौके पर महिला मोर्चा की कोटद्वार जिला सह प्रभारी एवं प्रदेश प्रवक्ता ममता रतूड़ी, भाजपा जिलाध्यक्ष राजगौरव नौटियाल, जिला महामंत्री लक्ष्मी रावत, जिला उपाध्यक्ष हंसलता, प्रदेश मंत्री अनीता आर्य मौजूद रहीं।

एनडीपीएस एक्ट एवं स्कूटी चोरी प्रकरण में लंबे समय से फरार 2 वारंटी गिरफ्तार

संवाददाता

टिहरी। पुलिस ने एनडीपीएस एक्ट व स्कूटी चोरी के प्रकरण में लम्बे समय से फरार चल रहे दो वारंटियों को गिरफ्तार कर लिया है। आज यहां एसएसपी श्रीमती श्वेता चौबे द्वारा ऑपरेशन प्रहार के अंतर्गत वांछित अपराधियों व वारंटियों की धरपकड़ हेतु समस्त थाना प्रभारियों को निर्देशित किया गया है। एसएसपी टिहरी के निर्देशों के क्रम में अपर पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल के निर्देशन एवं क्षेत्राधिकारी नरेंद्रनगर के पर्यवेक्षण में "ऑपरेशन प्रहार" अभियान के अंतर्गत कोतवाली मुनिकीरेती एवं कोतवाली कीर्तिनगर पुलिस द्वारा अलग-अलग मामलों में लंबे समय से फरार चल रहे 02 गैर जमानती वारंटियों को गिरफ्तार करने में सफलता प्राप्त की गई है। थाना मुनिकीरेती पुलिस द्वारा एनडीपीएस एक्ट में वर्षों से फरार चल रहे वारंटी कृष्ण चन्द पुत्र रायचन्द सिंह निवासी ग्राम उडरी डुण्डा थाना कोतवाली उत्तरकाशी जनपद उत्तरकाशी को जनपद उत्तरकाशी से गिरफ्तार किया गया। कोतवाली कीर्तिनगर पुलिस टीम द्वारा स्कूटी चोरी प्रकरण में लंबे समय से फरार चल रहे गैर जमानती वारंटी दीपक पुत्र हरिप्रसाद निवासी फतेहपुर टांडा जीवनवाला, जनपद देहरादून को कीर्तिनगर पुल के पास से गिरफ्तार किया गया। आरोपी गिरफ्तारी से बचने हेतु लगातार अपने ठिकाने बदल रहा था। पुलिस टीम ने सुरागरसी-पतारसी पर मिली सूचना त्वरित कार्रवाई करते हुए गिरफ्तार किया गया। दोनों आरोपियों को आवश्यक वैधानिक कार्यवाही उपरांत न्यायालय के समक्ष पेश किया गया।

ट्रक की चपेट में आकर मोटरसाईकिल सवार की मौत

संवाददाता

देहरादून। ट्रक की चपेट में आकर मोटरसाईकिल सवार की मौत के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार जीवनगढ निवासी अनिल कुमार ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पुत्र सुधाशु कश्यप व दित्याश अपने मोटरसाईकिल से घर की तरफ आ रहे थे जब वह प्रदीप सीमेन्ट स्टोर के पास पहुंचे तो सामने से आ रहे ट्रक ने उनको अपनी चपेट में ले लिया जिससे उसके बेटे सुधांशु की मौके पर ही मृत्यु हो गयी। ट्रक चालक मौके से फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

अचानक बिगड़ी श्रद्धालु की तबीयत, पुलिस जवानों की तत्परता से बची जान

संवाददाता

उत्तरकाशी। गुजरात के श्रद्धालु की अचानक तबीयत बिगडने से पुलिस ने तत्परता से दिखाते हुए उनको प्रथामिक उपचार देकर अस्पताल में भर्ती करा उनकी जान बचायी। आज यहां गुजरात के बनासकांठा निवासी श्रद्धालु दाभी भालाभाई हीराभाई अपने परिजनों के साथ चारधाम यात्रा पर श्री गंगोत्री धाम जा रहे थे। भैरव घाटी के पास वाहन से नीचे उतरते समय अचानक उनकी तबीयत बिगड़ गई और वे बेहोश होकर गिर पड़े। मौके पर मौजूद उत्तरकाशी पुलिस के अपर उपनिरीक्षक सुरेन्द्र रावत एवं कानि. हिकमत भण्डारी द्वारा तत्परता दिखाते हुए श्रद्धालु को प्राथमिक उपचार देने के उपरान्त तत्काल 108 एम्बुलेंस सेवा के माध्यम से नजदीकी चिकित्सा केन्द्र गंगोत्री भिजवाकर उनकी जान बचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई गयी। पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी, श्रीमती कमलेश उपाध्याय के निर्देशन में सुरक्षा, सुविधा व सम्मान के ध्येय पर कार्य करते हुये उत्तरकाशी पुलिस चारधाम यात्रा के दौरान न केवल सुरक्षा का दायित्व निभा रही है, बल्कि कठिन परिस्थितियों में तीर्थयात्रियों के लिये देवदूत बनकर मानवता की मिसाल भी पेश कर रही है।

'तिबारी' पहाड़ में घरों की 'आत्मा'... पृष्ठ 2 का शेष

लगे और पहाड़ की पारंपरिक वास्तुकला धीरे-धीरे पीछे छूटने लगी। आज नए घरों में तिबारी की जगह बालकनी और आधुनिक डिजाइन ने ले ली है। पलायन ने भी इस परंपरा को गहरा आघात पहुंचाया। गांव खाली होने लगे और कई पुराने घर खंडहर बन गए, जिन तिबारियों में कभी लोकगीत गूंजते थे, वहां अब सन्नाटा पसरा दिखाई देता है। तिबारी केवल एक निर्माण शैली नहीं, बल्कि उत्तराखंड की सांस्कृतिक विरासत है। यह पहाड़ के सामूहिक जीवन, अपनापन और प्रकृति से जुड़े रहने की सोच का प्रतीक रही है। आज जरूरत इस बात की है कि नई पीढ़ी को तिबारी और पारंपरिक पहाड़ी वास्तुकला के महत्व से परिचित कराया जाए। यदि आधुनिक निर्माण में पारंपरिक शैली को जोड़ा जाए, तो यह विरासत फिर से जीवित हो सकती है।

पहाड़ के घरों की तिबारी केवल लकड़ी का बरामदा नहीं थी, बल्कि वह रिश्तों की गर्माहट, संस्कृति की पहचान और प्रकृति से जुड़े जीवन का प्रतीक थी। बदलते समय के साथ भले ही तिबारियां कम होती जा रही हों, लेकिन पहाड़ की यादों और लोकसंस्कृति में उनका स्थान आज भी अमिट है।

कृषि विभाग की पहल से 70 हेक्टेयर क्षेत्र में शुरू हुई हाइब्रिड धान की खेती

संवाददाता

देहरादून। किसानों को अब हाईब्रिड धान बीजों के प्रयोग से बेहतर उत्पादन और अधिक आय का लाभ मिल रहा है जनपद के ब्लाक सहसपुर और विकास नगर में राष्ट्रीय कृषि विकास योजना किसानों के लिए समृद्धि का नया द्वार खोल रही है। परम्परागत खेती में सीमित उत्पादन और कम आय से जूझ रहे किसानों को अब हाईब्रिड धान बीजों के प्रयोग से बेहतर उत्पादन और अधिक आय का लाभ मिल रहा है। कृषि विभाग की इस अभिनव पहल ने किसानों की आर्थिक स्थिति को मजबूत करने के साथ-साथ आधुनिक खेती के प्रति उनका विश्वास भी बढ़ाया है। वर्ष 2025-26 में कृषि विभाग द्वारा राष्ट्रीय कृषि विकास योजना के अंतर्गत सहसपुर एवं विकास नगर की 20 ग्राम पंचायतों के 70 किसानों को 28 कुंतल हाइब्रिड धान बीज वितरित किए गए।

योजना के तहत 70 हेक्टेयर कृषि भूमि को परंपरागत खेती से हाइब्रिड धान उत्पादन क्षेत्र में परिवर्तित किया गया, जिसके परिणाम बेहद उत्साहजनक रहे। पहले किसान एक हेक्टेयर भूमि से लगभग 45 कुंतल धान उत्पादन प्राप्त करते थे और उनकी औसत आय करीब 81 हजार रुपये प्रति हेक्टेयर थी। हाईब्रिड बीजों के उपयोग के बाद धान की उपज बढ़कर 62 कुंतल प्रति हेक्टेयर तक पहुंच गई। इसके साथ ही किसानों की आय बढ़कर लगभग 1.13 लाख रुपये प्रति हेक्टेयर हो गई। इस प्रकार किसानों की आय में करीब 32 हजार रुपये तथा लगभग 39 प्रतिशत की उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की गई है। कम क्षेत्रफल में अधिक उत्पादन मिलने से किसानों का उत्साह बढ़ा है और आसपास के अन्य कृषक भी हाईब्रिड धान बीज अपनाने के लिए प्रेरित हो रहे हैं। कृषि विभाग की यह पहल ग्रामीण क्षेत्रों में आधुनिक कृषि तकनीकों को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण साबित हो रही है।

मुख्य कृषि अधिकारी देवेन्द्र राणा ने बताया कि योजना के सकारात्मक परिणामों को देखते हुए खरीफ 2025 में हाईब्रिड धान उत्पादन क्षेत्र का विस्तार बढ़ाकर 186 हेक्टेयर कर दिया गया है। उन्होंने कहा कि हाईब्रिड बीजों के प्रयोग से किसानों की आय में अभूतपूर्व वृद्धि हुई है और यह योजना किसानों को आत्मनिर्भर एवं आर्थिक रूप से सशक्त बनाने की दिशा में प्रभावी सिद्ध हो रही है।

उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय कृषि विकास योजना के अंतर्गत संचालित हाईब्रिड धान बीज वितरण कार्यक्रम अब किसानों के लिए सफलता की मिसाल बन चुका है। यह योजना न केवल कृषि उत्पादन बढ़ाने में सहायक सिद्ध हुई है, बल्कि किसानों के जीवन स्तर में सुधार और खेती को अधिक लाभकारी बनाने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। हाइब्रिड अथवा संकर बीज दो अलग-अलग किस्मों के पौधों के नियंत्रित परागण से विकसित उन्नत बीज होते हैं। ये सामान्य बीजों की तुलना में अधिक उत्पादन देने के साथ-साथ कीट एवं रोगों के प्रति अधिक प्रतिरोधी होते हैं। कम पानी और अनियमित वर्षा की परिस्थितियों में भी बेहतर उपज देने वाले ये बीज किसानों की आय बढ़ाने में सहायक साबित हो रहे हैं।

घर से लापता 5 वर्षीय बच्चे को सकुशल बरामद कर परिजनों को सौंपा

संवाददाता

उत्तरकाशी। पांच वर्षीय बच्चे के लापता होने पर पुलिस ने तत्परता से कार्यवाही करते हुए बच्चे को सकुशल बरामद कर परिजनों को सौंपा। आज यहां बड़कोट निवासी एक व्यक्ति द्वारा सूचना दी गई कि उनका 5 वर्षीय पुत्र अमन, जो स्कूल ड्रेस में घर से बिना बताए कहीं चला गया है। काफी खोजबीन के बावजूद बच्चे का पता नही चल पाया। सूचना मिलते ही प्रभारी निरीक्षक बडकोट, सुभाष चंद्र के नेतृत्व में पुलिस टीम तत्काल सक्रिय हुई।

आसपास पूछताछ, लगातार खोजबीन और कड़ी मेहनत के बाद पुलिस टीम ने मात्र 3-4 घण्टे के भीतर मासूम अमन को बड़कोट गाँव से सकुशल बरामद कर परिजनों के सुपुर्द कर दिया। अपने बच्चे को सुरक्षित वापस पाकर परिजनों के चेहरे पर मुस्कान लौट आई। परिजनों व स्थानीय लोगों ने उत्तरकाशी पुलिस की त्वरित कार्यवाही की सराहना करते हुए आभार व्यक्त किया। पुलिस द्वारा परिजनों को बाल सुरक्षा की महत्ता बताते हुये अपने बच्चों को अकेला न छोड़ने एवं उन पर विशेष ध्यान देने की हिदायत दी गयी।

हनुमान चालीसा पाठ में उमड़ी श्रद्धा एवं भक्ति

संवाददाता

देहरादून। इंदिरापुरम क्षेत्र स्थित नर्मदेश्वर महादेव मंदिर में हनुमान जी के ज्येष्ठ माह में 'नर्मदेश्वर कीर्तन मंडली' द्वारा आयोजित हनुमान चालीसा पाठ में उमडे श्रद्धालु।

आज यहां इंदिरापुरम क्षेत्र स्थित नर्मदेश्वर महादेव मंदिर में हनुमान जी के ज्येष्ठ माह में 'नर्मदेश्वर कीर्तन मंडली' द्वारा आयोजित हनुमान चालीसा पाठ एवं भक्तिमय कार्यक्रम में ब्रह्मकमल शक्ति संस्था के अध्यक्ष अभिनव थापर ने सम्मिलित होकर प्रभु श्रीराम भक्त हनुमान जी का आशीर्वाद प्राप्त किया। कार्यक्रम में क्षेत्रवासियों ने बड़ी संख्या में सहभागिता कर भक्ति एवं श्रद्धा के साथ हनुमान चालीसा का पाठ किया। इस अवसर पर ब्रह्मकमल शक्ति संस्था के अध्यक्ष अभिनव थापर ने कहा कि ऐसे धार्मिक एवं सांस्कृतिक आयोजन समाज में सकारात्मक ऊर्जा एवं सनातन संस्कृति के प्रति जागरूकता का संदेश देते हैं। उन्होंने कहा कि ब्रह्मकमल शक्ति संस्था द्वारा चैत्र नवरात्र के अवसर पर इंदिरानगर, प्रेमनगर, बल्लूपुर, कौलागढ़, गोविन्दगढ़, इंजीनियर एनक्लेव, दीपलोक, काँवली रोड सहित अनेक क्षेत्रों के मंदिरों में 'माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव' का आयोजन किया गया, जिसमें भजन संध्या के साथ मातृशक्ति को सम्मानित करने का कार्यक्रम भी आयोजित किया गया। कार्यक्रम के दौरान मातृशक्ति का अंगवस्त्र भेंट कर सम्मान भी किया गया। अभिनव थापर ने कहा कि समाजहित एवं सांस्कृतिक जागरण हेतु इस प्रकार के आयोजनों को आगे भी निरंतर आयोजित किया जाता रहेगा। कार्यक्रम में विशेष रूप से कांग्रेस नेता ट्विंकल अरोड़ा, पंडित ज्ञानचंद पांडेय, नर्मदेश्वर शिव मंदिर कीर्तन मंडली के सदस्यगण मोनिका गांधी, मंजू कपूर, सीमा वोहरा, लता करनवाल, तारा नेगी, ममता वर्मा, सविता वर्मा, मेघा कपूर, शर्मीला शर्मा, निधि अरोड़ा, अनीता क्लोरिया सहित अनेक श्रद्धालु उपस्थित रहे।

नागालैंड के राज्यपाल ने किए बाबा केदार के दर्शन

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। श्री केदारनाथ धाम में आज नागालैंड के राज्यपाल नन्द किशोर यादव बाबा केदार के दर्शन करने पहुंचे, उन्होंने विधिवत पूजा-अर्चना कर भगवान श्री केदारनाथ के दर्शन किए। इस अवसर पर उन्होंने देश एवं प्रदेशवासियों की सुख, समृद्धि एवं मंगलमय जीवन की कामना की।

राज्यपाल यादव प्रातः श्री केदारनाथ धाम पहुंचे, जहां मंदिर समिति एवं प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा उनका स्वागत किया गया। उन्होंने मंदिर के गर्भगृह में बाबा केदार के दर्शन कर आशीर्वाद प्राप्त किया। दर्शन के उपरांत उन्होंने धाम की दिव्य एवं आध्यात्मिक अनुभूति को अविस्मरणीय बताते हुए कहा कि श्री केदारनाथ धाम आस्था, श्रद्धा और सनातन संस्कृति का अद्भुत केंद्र है। राज्यपाल ने यात्रा व्यवस्थाओं की सराहना करते हुए कहा कि उत्तराखंड सरकार, जिला प्रशासन, पुलिस, स्वास्थ्य विभाग एवं विभिन्न सेवा संस्थाओं द्वारा श्रद्धालुओं की सुविधा एवं सुरक्षा के लिए सराहनीय कार्य किए गए हैं। उन्होंने यात्रा मार्ग एवं धाम में उपलब्ध व्यवस्थाओं को सुव्यवस्थित बताते हुए संबंधित अधिकारियों एवं कर्मचारियों के प्रयासों की प्रशंसा की। इस दौरान राज्यपाल ने श्रद्धालुओं एवं तीर्थ पुरोहित समाज से भी संवाद किया तथा यात्रा अनुभवों की जानकारी ली। उन्होंने कहा कि चारधाम यात्रा देश की सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक एकता का प्रतीक है तथा यहां आने वाला प्रत्येक श्रद्धालु एक नई ऊर्जा एवं सकारात्मक अनुभूति लेकर लौटता है।

78 लाख की स्मैक सहित 'तोता' गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। धर्मनगरी में नशा तस्करी कर रहे हसीन तोता को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 260 ग्राम स्मैक बरामद हुई है। जिसकी कीमत 78 लाख रूपये आंकी गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज नशा तस्करी की सूचना के बाद कोतवाली मंगलौर पुलिस और सीआईयू रुड़की की संयुक्त टीम ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया हुआ था। इस दौरान संयुक्त टीम को बाइक सवार एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 260 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम हसीन उर्फ तोता पुत्र सईद निवासी ग्राम लादपुर कला, थाना लक्सर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस के अनुसार आरोपी के कब्जे से 260 ग्राम अवैध स्मैक और तस्करी में प्रयुक्त एक मोटरसाइकिल बरामद की गई है।

आरोपी के खिलाफ संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसका चालान कर दिया है। पुलिस ने साफ किया है कि ऑपरेशन प्रहार के तहत नशा तस्करों और आपराधिक तत्वों के खिलाफ अभियान आगे भी लगातार जारी रहेगा।

मुख्यमंत्री धामी ने कामाख्या देवी मंदिर में की पूजा-अर्चना

हमारे प्रतिनिधि

गुवाहाटी। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज गुवाहाटी (असम) में स्थित प्रसिद्ध श्री कामाख्या देवी मंदिर में दर्शन एवं विधिवत पूजा-अर्चना की। मुख्यमंत्री ने माँ कामाख्या से समस्त प्रदेशवासियों के सुख, समृद्धि एवं उत्तम स्वास्थ्य के साथ-साथ देवभूमि उत्तराखंड की निरंतर प्रगति, विकास और खुशहाली के लिए प्रार्थना की।

चोरी के वाहन के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के वाहन के साथ एक 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 प्रमोद कुमार तिवारी पुत्र स्व. प्रेमदत्त तिवारी निवासी- गांव चलाई, पो. थानो, द्वारा थाना सेलाकुई पर एक प्रार्थना पत्र दिया गया कि सेलाकुई स्थित उनकी फैक्ट्री के परिसर के बाहर से चोर द्वारा उनकी कार मारूती ओमनी वैन को चोरी कर लिया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। वर्तमान में सम्पूर्ण जनपद में प्रचलित आपरेशन प्रहार के अन्तर्गत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा सभी

अधीनस्थो 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। उक्त निर्देशो के क्रम में घटना के खुलासे तथा गिरफ्तारी हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा दिए गए निर्देशों पर थाना सेलाकुई पर पुलिस टीम गठित की गई। गठित टीम द्वारा घटना स्थल का निरीक्षण कर उसके आस-पास तथा आने जाने वाले रास्तों पर लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेजों का बारीकी से अवलोकन करते हुए संदिग्धों के सम्बन्ध में जानकारियां एकत्रित की गयी तथा प्राप्त जानकारी के आधार पर धूलकोट तिराहे के पास से चेकिंग के दौरान घटना में चोरी की गई उक्त ओमिनी कार के साथ घटना में शामिल मोनू उर्फ राहुल राणा पुत्र बलवीर प्रसाद राणा निवासी चोरा पोस्ट ऑफिस मठियाना पट्टी, एकेश्वर, पौड़ी गढ़वाल को गिरफ्तार किया गया। आरोपी का पूर्व में भी चोरी तथा अन्य आपराधिक मामलों में जेल जाना प्रकाश में आया है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

नर्सिंग अभ्यर्थियों की न्यायोचित मांगों पर शीघ्र निर्णय ले सरकारः गोदियाल

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने आंदोलनरत नर्सिग अभियार्थिया के धरना स्थल पर पहुंचकर कहा कि सरकार नर्सिग अभ्यार्थियों की न्यायोचित मांगों पर शीर्घ निर्णय ले।

आज यहां प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने नर्सिंग एकता मंच उत्तराखंड के आंदोलनरत नर्सिंग अभ्यर्थियों के धरना स्थल पर पहुंच कर अपनी न्यायोचित मांगों को लेकर धरनारत नर्सिंग अभ्यर्थियों को अपना समर्थन देते हुए राज्य सरकार से उनकी न्यायोचित मांगों के शीघ्र निराकरण की मांग की। ज्ञातव्य हो कि ने नर्सिंग एकता मंच उत्तराखंड के आंदोलनकारियों द्वारा अपनी न्यायोचित मांगों को लेकर लंबे समय से धरना-प्रदर्शन एवं अनशन किया जा रहा है। आज प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कांग्रेसजनों के साथ धरना स्थल पर पहुंचकर नर्सिंग कर्मचारियों को समर्थन देते हुए उनकी जायज मांगों को शीघ्र पूरा किए जाने की मांग की।

प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने आंदोलनरत नर्सिंग अभ्यर्थियों को अपना समर्थन देते हुए कहा कि बेहद चिंताजनक बात यह है कि पिछले 35 घंटे से अधिक समय से हमारी महिला कांग्रेस की अध्यक्ष श्रीमती ज्योति रौतेला और कुछ नर्सिंग अभ्यर्थी परेड ग्राउंड स्थित पानी की टंकी पर चढ़े हुए हैं, लेकिन सरकार अब तक उनकी सुध लेने तक नहीं पहुंची।

उन्होंने कहा कि संवेदनहीन सरकार को नर्सिंग अभ्यर्थियों की आवाज सुननी चाहिए। इस अवसर पर मीडिया चेयरमैन राजीव महर्षि, प्रदेश महामंत्री राजेन्द्र शाह, प्रदीप थपलियाल, जगदीश धीमान, प्रदेश सचिव राजीव तोमर, सुनित सिंह राठौर, प्रवक्ता मोहन काला, हुकुम सिंह कठैत, ब्लाक अध्यक्ष ललित भद्री, राकेश सिंह मिया, वीरेन्द्र पंवार, विनीत प्रसाद बंटू, विनोद धनोसी आदि कांग्रेसजन उपस्थित थे।

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।