शुक्रवार
15 मई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 111
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

कैमरों के सामने 'बचत' और पीछे 'शाही ठाठ'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। वैश्विक आर्थिक संकट, बढ़ती महंगाई और अनिश्चितताओं के दौर में प्रधानमंत्री मोदी की सादगी और बचत संबंधी अपील के बाद देश की राजनीति में एक नया दृश्य देखने को मिल रहा है। जैसे ही टीवी पर प्रधानमंत्री ने वैश्विक संकट और मितव्ययिता का आह्वान किया तो सोशल मीडिया पर

❑माननीय व अफसरों का आमजन जैसा दिखने का नया दौर
❑सोशल मीडिया में समाज में अचानक उपज गई नई लहर
❑जनता पूछ रही-क्या यह असली बचत है या 'फोटो सेशन'

आर्थिक आपातकाल जैसे हालात हो गए है। माननीय से लेकर छोटे-बडे नेता और अधिकारियों को अपनी सादगी और मितव्ययिता का डिजिटल पर प्रदर्शन कर देश में एक अनोखा ट्रेड शुरू हो गया है।

अचानक कई माननीयों को सादगी पसंद आने लगी है, जो नेता कल तक बड़े काफिलों और आलीशान व्यवस्थाओं के बीच दिखाई देते थे, वह अब कैमरों के सामने आम आदमी की तरह नजर आने की कोशिश कर रहे हैं। सोशल

मीडिया पर ऐसी तस्वीरों की बाढ़ आ गई है। ऐसा लगने लगा है मानो देश में अचानक सादगी की प्रतियोगिता शुरू हो गई हो। हालांकि जनता भी अब राजनीति की इस पटकथा को समझने लगी है। लोग पूछ रहे हैं कि यदि सादगी सच में अपनानी है, तो क्या केवल कैमरों के सामने क्यों! क्या सरकारी फिजूलखर्ची, बड़े-बड़े काफिले, वीआईपी संस्कृति पर भी उतनी ही गंभीरता दिखाई जाएगी?

प्रधानमंत्री मोदी की अपील के बाद देशभर में नेताओं-अधिकारियों की जीवनशैली में अचानक बदलाव दिखाई देने लगा है। हर कोई पैदल आफिस जाने और अपना काफिला कम करने की फोटो मीडिया और सोशल मीडिया प्लेटफार्म पर पोस्ट करवा रहा है। भाई पीएम की अपील है और उस पर अमल न हो यह तो हो ही नहीं सकता है। क्योंकि यह तो स्टेसस का सवाल जो है।

अकेले उत्तराखंड की बात करें तो यहां तो प्रिंट मीडिया में सायं को जब खबरों का पोस्टमार्टम होता है उस समय माननीय और अधिकारियों की सिफारिशें कि फला-फला... और संपादक जी से लेकर यूनिट हैड तक की सिफारिश आ रही है। यही नहीं सोशल मीडिया के सभी प्लेफार्मों पर तस्वीरों के साथ कई वीडियों माननीय और अफसरों की तैर रही है। आमजन यह देखकर हैरान है कि आखिर एकदम से ऐसा कैसे हो गया। जबकि आमजन तो सदियों से सादगी से जी रहा है।

राजनीतिक जानकारों का मानना है कि प्रधानमंत्री मोदी की राजनीति में जनसंपर्क और प्रतीकात्मक संदेशों की हमेशा बड़ी भूमिका रही है। स्वच्छता अभियान में झाड़ू लगाना हो या सैनिकों के बीच त्योहार मनाना इन संदेशों ने आम जनता पर प्रभाव डाला। अब उसी शैली को दूसरे जनप्रतिनिधि भी अपनाने की कोशिश कर रहे हैं। अधिकारियों के लिए तो यह मजबूरी बन जाती है। आमजन की इस पर मिश्रित प्रतिक्रिया देखने को मिल रही है। कुछ लोग नेताओं अधिकारियों के इस बदले व्यवहार को सकारात्मक मान रहे हैं, जबकि कई लोगों का कहना है कि दिखावा है और कुछ नहीं।

कब्जेदार जागते रहे, नगर निगम सोता रहा!

संवाददाता

देहरादून। राजधानी देहरादून में नालो-खालों पर लगातार हो रहे अतिक्रमण को लेकर नगर निगम की भूमिका पर सवाल उठने लगे है। ताजा मामला कालीदास रोड स्थित नाले पर की गयी कब्जेदारी को लेकर सामने आया है। हालांकि नगर निगम प्रशासन ने क्षेत्रीय पार्षद की उच्च स्तरीय शिकायत के बाद इस नाले पर किये गये अतिक्रमण को हटा दिया गया है। वहीं स्थानीय लोगों का कहना है कि जब यह अतिक्रमण किया जा रहा था तो नगर निगम प्रशासन शिकायत के बाद भी गहन निद्रा में सोया पड़ा था।

आरोप है कि बिल्डर ने विभागों को गुमराह कर खनन अनुमति हासिल की। और निकाली गयी मिट्टी को प्लाट के पीछे स्थित नाले में डाल दिया गया जो बिन्दाल नदी से जुड़ा है। बताया जा रहा है कि नाला पाट देने के बाद वहां निर्माण गतिविधि यां शुरू कर दी गयी।

मामले की गम्भीता को देखते हुए क्षेत्रीय पार्षद मोहन बहुगुणा द्वारा इस मामले को लेकर जहां नगर निगम में इसकी शिकायत की गयी, जहां कोई कार्यवाही न होता देख उन्होने मामले से जिलाधिकारी कार्यालय को अवगत कराया गया। जिसके बाद त्वरित कार्यवाही करते हुए नगर निगम प्रशासन द्वारा उक्त अतिक्रमण को खाली करा दिया गया है। सवाल यह है कि अगर स्थानीय लोग व क्षेत्रीय पार्षद मोहन बहुगुणा इस मामले को लेकर सजग न होते तो नगर निगम की नाक के नीचे शहर के बीचोबीच यह अतिक्रमण हो जाता।

सूत्रों का कहना है कि इस बिल्डर्स का पहले भी विवादों से नाता रहा है ओर इसको नगर निगम प्रशासन ही नहीं जिला व पुलिस प्रशासन भी अच्छे तरीके से जानते व पहचानते हैं। कई प्रार्थना पत्र इसके खिलाफ जिला प्रशासन व पुलिस प्रशासन की टोकरियों में धूल फांकते देखे जा सकते हैं।

बता दें कि उत्तराखण्ड हाईकोर्ट द्वारा 24 मार्च 2025 को राज्य सरकार को निर्देश दिये गये थे कि रिस्पना व बिन्दाल नदी तथा उससे जुड़े नाले खालों पर अतिक्रमण नहीं किया जायेगा तथा ऐसा करने वालो पर मुकदमा दर्ज कर कार्यवाही की जाये। लेकिन लगता है कि देहरादून नगर निगम प्रशासन उन आदेशों की अवेहलना कर रहा है। क्योंकि जब अतिक्रमण होता है तो शिकायत के बावजूद वहां कोई कार्यवाही समय पर नहीं की जाती है। यही बात अतिक्रमण के मामलों में नगर निगम की भूमिका को संदिग्ध बनाता है।

दून वैली मेल

संपादकीय

कैसे जिंदा बचेगा लोकतंत्र?

इस देश और इस देश की आम जनता की यह दुर्दशा होगी किसी ने भी कभी इसकी कल्पना नहीं की होगी। आजादी के अमृत काल का डंका पीटने वालों और लोगों को अच्छे दिन लाने का झांसा देने वालों ने सत्ता में बने रहने के लिए देश के संविधान और लोकतंत्र को जिस तरह से तहस-नहस करने का काम किया है अब उसके परिणाम सामने आने लगे हैं। भले ही आम जनता इस समय बेतहाशा बढ़ती महंगाई और बेरोजगारी की चिताओं में ही डूबी हो और उसे इस बात का डर सता रहा हो कि उनका और भावी पीढ़ियों का भविष्य क्या होगा? लेकिन संविधान और लोकतंत्र की सुरक्षा आज का सबसे बड़ा सवाल हो चुका है। अब तक देश के लोग कांग्रेस नेता राहुल गांधी जो लंबे समय से संविधान की लाल किताब को हाथों में लेकर घूमते देखकर सोचते रहे हो कि उनकी बातों में कोई दम नहीं है लेकिन अब उनकी बात इतनी आगे तक पहुंच चुकी है कि देश की सुप्रीम अदालत ने भी उनकी दलीलों पर मोहर लगा दी है। अभी 2 दिन पूर्व जब देश की सबसे बड़ी इन्वेस्टिगेशन संस्था सीबीआई के डायरेक्टर की नियुक्ति होनी थी पीएम आवास पहुंचे नेता विपक्ष ने चीफ जस्टिस के सामने ही इस प्रक्रिया का हिस्सा बनने से इन्कार करते हुए कहा था कि वह कोई रबर स्टैंप नहीं है कि आप उठाकर जहां चाहे लगा दे। जब उनकी सहमति असहमति के कोई मायने ही नहीं है तो वह इसका हिस्सा क्यों बने साथ ही उन्होंने कहा कि वह यहा संवैधानिक मर्यादाओं के कारण आए हैं। यही बात उनके द्वारा बाहर आकर पत्रकारों से भी कही गई। सुप्रीम कोर्ट द्वारा अब मुख्य निर्वाचन आयोग अध्यक्ष की चयन प्रक्रिया को असंवैधानिक बताए जाने वाली याचिका पर सुनवाई के दौरान जो टिप्पणी की गई है उसे न सिर्फ निर्वाचन आयोग के अध्यक्ष की नियुक्ति प्रक्रिया को बल्कि अन्य तमाम संवैधानिक संस्थाओं के अध्यक्षो की नियुक्तियों को असंवैधानिक ठहरा दिया है। चीफ जस्टिस द्वारा अटॉर्नी जनरल से यह पूछा गया है कि अगर नेता विपक्ष और प्रधानमंत्री की राय किसी भी चयन के समय अलग-अलग होती है तो ऐसी स्थिति में क्या तीसरा सदस्य (जो अब कोई भी कैबिनेट मंत्री होता है) नेता विपक्ष की सहमति के साथ जाएगा? तो अटॉर्नी जनरल ने कहा कि शायद नहीं। इस पर सुप्रीम कोर्ट के चीफ जस्टिस ने कहां कि फिर क्या नेता विपक्ष को सिलेक्शन कमेटी का सदस्य बनाना सिर्फ दिखावा भर है? जब सत्ता को ही इसका फैसला करना है तो यह कैसे संवैधानिक हो सकता है। 2023 में मोदी सरकार द्वारा इस संवैधानिक व्यवस्था में बदलाव करते हुए संवैधानिक संस्थाओं की चयन कमेटी से चीफ जस्टिस का नाम हटाकर उनकी जगह गृहमंत्री या किसी अन्य कैबिनेट मंत्री को चयन समिति के सदस्य के रूप में शामिल करने की व्यवस्था की गई थी। जो विरोध के बाद भी आज तक जारी है। इसी व्यवस्था के तहत निर्वाचन आयोग के अध्यक्ष से लेकर सीबीआई और ईडी जैसी संस्थाओं का मुखिया नियुक्त करने की पूरी शक्ति पीएम के हाथों में आ गई थी जिसका बेजां इस्तेमाल सत्ता द्वारा किया जा रहा है। अधिकारी कोई भी हो जिसकी नियुक्ति करने व हटाने का अधिकार एक व्यक्ति के हाथ में होगा तो क्या वह अधिकारी पीएम की इच्छा के विरुद्ध कोई काम कर सकता है इस सवाल का जवाब हर आदमी जान समझ सकता है। निर्वाचन आयोग की भूमिका पर सवाल यूं ही बेवजह नहीं उठते रहे हैं तथा भाजपा व मोदी यूं ही जीत की गारंटी नहीं बन गए हैं। जो उन्हें कोई हरा ही नहीं सकता है? एक अहम सवाल यह है कि जजों की नियुक्तियों तक पर जब सत्ता का अधिकार हो चुका है तो न्यायपालिका लोकतंत्र और संविधान की रक्षा में कितनी कर्तव्यनिष्ठ हो सकती है? तब ऐसी स्थिति में आप खुद सोच सकते है कि काहे का चुनाव और किसकी सरकार और किसको न्याय और किसकी जांच क्या कुछ भी संभव है? जब संविधान ही नहीं होगा तो फिर लोकतंत्र कैसे बचेगा।

सेनानायक ने किया क्वार्टर गार्द, शस्त्रागार, भोजनालय का निरीक्षण

हमारे संवाददाता

देहरादून। सेनानायक, आईआरबी द्वितीय देहरादून विशाखा अशोक भदाणे द्वारा आज वाहिनी परिसर स्थित क्वार्टर गार्द, शस्त्रागार, भोजनालय एवं सीपीसी का निरीक्षण किया गया। इस दौरान सुरक्षा व्यवस्थाओं, अभिलेखों के रख-रखाव, साफ-सफाई, अनुशासन एवं व्यवस्थाओं की गुणवत्ता का विस्तृत मूल्यांकन किया गया। सेनानायक द्वारा शस्त्रागार में शस्त्रों के सुरक्षित रख-रखाव एवं अभिलेखों को अद्यतन रखने के निर्देश दिए गए। वहीं क्वार्टर गार्द में ड्यूटी पर तैनात कार्मिकों को सदैव सतर्क एवं अनुशासित रहने हेतु प्रेरित किया गया। भोजनालय निरीक्षण के दौरान उनके द्वारा भोजन की गुणवत्ता, स्वच्छता एवं कर्मचारियों हेतु उपलब्ध व्यवस्थाओं का अवलोकन किया गया तथा भोजनालय को पूर्णत: स्वच्छ, सुव्यवस्थित एवं उच्च मानकों के अनुरूप बनाए रखने हेतु संबंधित अधिकारियों को आवश्यक निर्देश दिए गए। इसके अतिरिक्त सीपीसी कैन्टीन का निरीक्षण करते हुए कैन्टीन में उपलब्ध दैनिक उपयोग की वस्तुओं, अभिलेखों के सुव्यवस्थित रख-रखाव, मूल्य सूची, स्टॉक रजिस्टर एवं कर्मचारियों हेतु उपलब्ध सुविधाओं का अवलोकन किया गया। इस अवसर पर रेनू लोहानी (उपसेनानायक), चक्रधर अन्थवाल (उपसेनानायक) रीना राठौर (सहायक सेनानायक), सिद्धार्थ कुकरेती (शिविरपाल), रामपाल (सूबेदार, सैन्य सहायक) सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-9)

रसोई से लेकर पेट्रोल पंप तक महंगा, 2027 के विधानसभा चुनाव का बनेगा मुद्दा

'महंगाई डायन खाए जात है'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। 'महंगाई डायन खाए जात है' 2010 की फिल्म पीपली लाइव का गाना है, जो महंगाई की मार और आम आदमी की व्यथा को दर्शाता है। आज के दौर में जहां पहले ही महंगाई से लोग परेशान थे। वही पेट्रोल और डीजल के दाम बढ़ने का फर्क सभी चीजों पर पडेगा और यह असर लंबे समय तक

❑महंगाई की मार से भी तपेगा 2027 का चुनावी रण
❑पहाड़ में जेब खाली, चुनाव में भारी पड़ेगी महंगाई
❑चुनाव से पहले गैस, राशन और पेट्रोल सब महंगा

रहने वाला है। क्योंकि आमजन की कमाई तो बढ़ी नहीं, लेकिन महंगाई ने अपने पांव इत कदर फैला दिए है कि आमजन के लिए यह परेशानी वाला समय है। यह कहे कि 'महंगाई डायन खाए जात है' तो इस बात में कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी।

उत्तराखंड में 2027 के विधानसभा चुनाव की आहट अभी से सुनाई देने लगी है। पहाड़ से लेकर मैदान तक जनता जिन मुद्दों से सबसे ज्यादा परेशान है, उनमें महंगाई सबसे ऊपर है। गैस सिलेंडर, खाद्य तेल, दाल, सब्जियां, पेट्रोल-डीजल और बच्चों की पढ़ाई तक हर चीज की बढ़ती कीमतों ने आम आदमी की कमर तोड़ दी है। ऐसे में आने वाले चुनाव में महंगाई बड़ा चुनावी मुद्दा बन सकती है।

प्रदेश के ग्रामीण इलाकों में स्थिति और अधिक गंभीर है। पहाड़ों में पहले ही रोजगार और पलायन की समस्या है, ऊपर से रोजमर्रा की चीजों के दाम बढ़ने से लोगों का जीवन मुश्किल होता जा रहा है। गांवों में रहने वाले बुजुर्ग और सीमित आय वाले परिवार सबसे ज्यादा प्रभावित हैं। कई जगहों पर लोग कह रहे हैं कि आमदनी नहीं बढ़ी, लेकिन खर्च दोगुना हो गया। शहरी क्षेत्रों में भी महंगाई ने मध्यम वर्ग को परेशान कर रखा है। देहरादून, हल्द्वानी और हरिद्वार जैसे शहरों में किराया, बिजली बिल, स्कूल फीस और राशन का खर्च लगातार बढ़ रहा है। गृहिणियों का कहना है कि पहले जो सामान एक महीने चलता था, अब वही आधे महीने में खत्म हो रहा है।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि विपक्ष इस मुद्दे को जोरदार तरीके से उठाएगा। कांग्रेस समेत अन्य दल पहले ही महंगाई को लेकर सरकार पर हमला बोल रहे हैं। वहीं सत्ताधारी दल विकास योजनाओं और केंद्र सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं को जनता के सामने रखकर जवाब देने की तैयारी में है।

देश में पेट्रोल-डीजल की कीमतें केवल ईंधन का मुद्दा नहीं रह गई हैं, बल्कि यह आम जनता की रोजमर्रा की जिंदगी से जुड़ा सबसे बड़ा आर्थिक सवाल बन चुकी हैं। पेट्रोल-डीजल महंगे होते ही परिवहन खर्च बढ़ता है, जिसका असर सब्जियों, राशन, दूध और अन्य जरूरी वस्तुओं की कीमतों पर भी दिखाई देता है। उत्तराखंड जैसे पहाड़ी राज्यों में इसका असर और अधिक गंभीर है, क्योंकि यहां परिवहन पूरी तरह सड़क मार्ग पर निर्भर है। महंगे ईंधन के कारण गांव से शहर तक सामान पहुंचाने की लागत बढ़ रही है, जिसका बोझ अंतत: आम उपभोक्ता को उठाना पड़ता है। सरकारें अक्सर अंतरराष्ट्रीय बाजार और टैक्स को वजह बताती हैं, लेकिन जनता को राहत देने के लिए स्थायी नीति की जरूरत महसूस हो रही है। पेट्रोल-डीजल आज केवल वाहन चलाने का साधन नहीं, बल्कि महंगाई की धुरी बन चुका है।

रसोई से लेकर खेती तक मार

बीते एक साल में दालों, खाद्य तेल और रसोई गैस की कीमतों में उतार-चढ़ाव ने मध्यम और गरीब वर्ग की कमर तोड़ दी है। पहाड़ी क्षेत्रों में परिवहन लागत बढ़ने के कारण मैदानी इलाकों की तुलना में सामान 10-15 प्रतिशत महंगा मिल रहा है। प्रदेश के पहाड़ी जिलों में हालात और भी चुनौतीपूर्ण हैं। सीमित रोजगार, खेती में घटती आय और पलायन के बीच महंगाई ने ग्रामीण परिवारों की मुश्किलें बढ़ा दी हैं।

चारधाम यात्रा पर दिख रहा असर

वर्तमान में चल रही चारधाम यात्रा के दौरान बढ़ती भीड़ ने स्थानीय मांग को बढ़ा दिया है, जिससे स्थानीय निवासियों के लिए फल, दूध और सब्जियों की कमी और कीमतों में तेजी देखी जा रही है। वैसे भी चारधाम यात्रा का टाइम पीरियड इतना कम होता है कि हर कोई इस समय में अपनी कमाई कम समय में बढ़ाना चाहता है। वही महंगाई की मार से सभी परेशान हैं।

ऑपरेशन प्रहार: पुलिस महानिदेशक ने की हाईलेवल समीक्षा

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। पुलिस महानिदेशक दीपम सेठ द्वारा पुलिस मुख्यालय स्थित सभागार में गढ़वाल एवं कुमाऊँ परिक्षेत्र के पुलिस महानिरीक्षकों तथा सभी जनपदों, एसटीएफ एवं जीआरपी के वरिष्ठ/पुलिस अधीक्षकों के साथ वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से विगत एक माह से संचालित राज्यव्यापी विशेष अभियान "ऑपरेशन प्रहार" की विस्तृत समीक्षा की गई।

अभियान के तहत पिछले एक माह में 1,400 से अधिक वांछित, फरार और पेशेवर अपराधियों को गिरफ्तार किया गया। गैंगस्टर एक्ट में 40 आरोपियों पर कार्रवाई हुई, जबकि 130 से अधिक लोगों के खिलाफ गुंडा एक्ट के तहत निरोधात्मक कदम उठाए गए। राज्यभर में 66 अवैध हथियार भी बरामद किए गए हैं।

ऊधमसिंहनगर पुलिस ने हरेंद्र सिंह उर्फ हनी और निखिल वर्मा को भारी मात्रा में अवैध हथियार और कारतूस के साथ गिरफ्तार किया। जांच में इनके तार आतंकी संगठन "अल बदर" से जुड़े पाए गए। वहीं एसटीएफ ने देहरादून से विक्रांत कश्यप को अवैध पिस्टल और कारतूसों सहित गिरफ्तार किया, जो पाकिस्तानी आतंकी संगठन "अल बरक ब्रिगेड" के संपर्क में था। इसके अलावा पुलिस ने फर्जी दस्तावेजों के साथ रह रहे 3 बांग्लादेशी नागरिकों को भी गिरफ्तार किया है।

चारधाम यात्रा के दौरान साइबर ठगी रोकने के लिए पुलिस ने 200 से अधिक फर्जी सोशल मीडिया लिंक ब्लॉक कराए और 50 से ज्यादा संदिग्ध मोबाइल नंबर बंद करवाए। यात्रा रजिस्ट्रेशन, होटल और हेलीकॉप्टर टिकट बुकिंग के नाम पर ठगी करने वाले गिरोहों के खिलाफ भी मुकदमे दर्ज किए गए हैं।

उत्तराखंड पुलिस ने सड़क सुरक्षा को लेकर भी सख्त अभियान चलाया। रैश ड्राइविंग, ड्रंक एंड ड्राइव, फर्जी नंबर प्लेट और हूटर के दुरुपयोग के खिलाफ कार्रवाई करते हुए 15 हजार से अधिक वाहनों के चालान किए गए, 900 से ज्यादा लोगों को गिरफ्तार किया गया और 2 हजार वाहन सीज किए गए।

राज्यभर में होटल, बार, पब, ढाबों और स्पा सेंटरों की व्यापक जांच की गई। 18 हजार से ज्यादा प्रतिष्ठानों की चेकिंग के दौरान नियम तोड़ने वाले 1,200 से अधिक लोगों पर कानूनी कार्रवाई हुई। वहीं किरायेदारों, पीजी, फ्लैट, होटल और आश्रमों में चलाए गए सत्यापन अभियान में 40 हजार से ज्यादा लोगों का सत्यापन किया गया।

पुलिस महानिदेशक श्री दीपम सेठ

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

प्रधानमंत्री के प्रस्तावित दौरे से जगी छाम-बल्डोगी पुल निर्माण की उम्मीद

नई टिहरी (आरएनएस)। टिहरी बांध परियोजना बनने के बाद भागीरथी नदी पर स्थित ऐतिहासिक छाम पुल वर्ष 2005 में झील में समा गया था। पुल डूबने के साथ ही टिहरी और उत्तरकाशी जिलों के करीब 40 गांवों के बीच संपर्क टूट गया था लेकिन दो दशक बाद भी कंडीसौड़ छाम-बल्डोगी पुल निर्माण की मांग अधूरी है। अब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के टिहरी प्रस्तावित दौरे से क्षेत्रवासियों में पुल निर्माण की उम्मीद फिर से जगी हैस्थानीय लोगों को उम्मीद है कि प्रधानमंत्री अपने दौरे के दौरान लंबे समय से लंबित कंडीसौड़ छाम-बल्डोगी पुल निर्माण करने की घोषणा कर सकते हैं। टिहरी झील बनने से पहले छाम पुल टिहरी और उत्तरकाशी जिलों के गांवों के बीच आवागमन की मुख्य साधन था। वर्ष 1960 में बने इस झूला पुल से लोग कुछ ही मिनटों में नदी पार कर लेते थे लेकिन झील बनने के बाद लोगों को अब चिन्यालीसौड़ होकर करीब 40 किलोमीटर लंबा सफर तय करना पड़ता है।

झील के आरपास बसे गांव के लोगों को अपने नाते रिश्तेदारी में जाने के लिए नॉव से आवागमन करना पड़ता है। ब्लॉक प्रमुख सुरेंद्र सिंह भंडारी, गंगा प्रसाद खंडूड़ी का कहना है कि प्रधानमंत्री के प्रस्तावित दौर से कंडीसौड़ छाम-बल्डोगी पुल निर्माण की फिर से उम्मीद जगी है। स्थानीय लोगों की जन भावनाओं और समस्या को देखते हुए उन्होंने पुल निर्माण करने की मांग की है।

गर्मी में बच्चों के नाक से आ रहा खून

चमोली(आरएनएस)। गर्मी बढ़ने के साथ ही उपजिला अस्पताल में नाक, कान और गले से संबंधित बीमारियों के मरीजों की संख्या में वृद्धि हुई है। प्रतिदिन 10 से 15 मरीज इससे पीड़ित आ रहे हैं। अधिकतर बच्चों के नाक से खून आ रहा है और उन्हें एलर्जी हो रही है। गर्मी के कारण मरीजों की नाक से खून आना, नाक में सूखापन, आंखों में जलन और मौसमी बुखार जैसी दिक्कतें हो रही हैं। स्थानीय संतोषी नैनवाल ने बताया कि तेज गर्मी से बच्चों में पेट के संक्रमण के मामले भी सामने आ रहे हैं जिसके लिए उन्हें ओपीडी में भर्ती करना पड़ रहा है। ईएनटी विशेषज्ञ डॉ. अलका नेगी ने कहा कि मौसम बदलने के कारण छोटे बच्चों में नाक से खून आने की समस्या अधिक आ रही है। यह स्थिति बच्चों के लिए चिंताजनक है। इसकी रोकथाम के लिए अधिक पानी पिएं। उन्होंने मास्क और छाते का प्रयोग करने, आंखों को ठंडे पानी से धोने तथा बच्चों को तेज धूप से बचाने पर जोर दिया। चिकित्सकों का कहना है कि समस्या अधिक बढ़ने पर विशेषज्ञ डॉक्टरों को अवश्य दिखाएं। यह सावधानी बच्चों को गर्मी के दुष्प्रभावों से बचा सकती है।

शिक्षक-कर्मचारियों की कमी से जूझ रहे ब्लॉक मुख्यालय के विद्यालय

नई टिहरी(आरएनएस)। विकासखंड मुख्यालय थत्यूड़ के राजकीय इंटर कॉलेज और राजकीय बालिका इंटर कॉलेज में पिछले करीब दो वर्षों से स्थायी प्रधानाचार्य का पद रिक्त चल रहा है। दोनों विद्यालयों का संचालन प्रभारी प्रधानाचार्यों के भरोसे हो रहा है जिससे शैक्षणिक और प्रशासनिक व्यवस्थाएं प्रभावित हो रही हैराजकीय बालिका इंटर कॉलेज थत्यूड़ में प्रवक्ता संस्कृत और एलटी हिंदी का पद भी बीते अप्रैल माह से रिक्त चल रहा है। शिक्षकों की कमी के चलते छात्राओं की पढ़ाई प्रभावित हो रही है। कई विषयों की नियमित कक्षाएं संचालित नहीं हो पा रही है जिससे परीक्षाओं की तैयारी कर रहे छात्र-छात्राओं को परेशानी उठानी पड़ रही है। विद्यालय में चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों के तीन पद भी लंबे समय से रिक्त है। इससे विद्यालय के दैनिक कार्यों के संचालन में दिक्कतें आ रही हैं। अभिभावक संघ के हरीभजन सिंह पंवार ने शासन-प्रशासन और शिक्षा विभाग से रिक्त पदों को जल्द भरने की मांग की है। इस बाबत खंड शिक्षा अधिकारी सुनील कार्की ने बताया कि प्रधानाचार्य के पदों को भरने के लिए उच्च स्तर पर प्रस्ताव भेजा गया है। प्रवक्ता और एलटी के रिक्त पदों को गेस्ट टीचर के माध्यम से भरने की कार्रवाई की जाएगी।

बीएड का परीक्षा शुल्क बढ़ाने पर छात्र-छात्राओं में आक्रोश

चमोली(आरएनएस)। राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय गोपेश्वर में बीएड प्रथम सेमेस्टर के प्रशिक्षणार्थियों ने परीक्षा शुल्क को पूर्व की भांति करने की मांग की है। प्रशिक्षणार्थियों ने श्रीदेव सुमन विश्वविद्यालय के कुलपति को इस संबंध में ज्ञापन भेजा है। कॉलेज के छात्र-छात्राओं सपना राणा, रवींद्र, अमीषा, प्रिया, आयुष, महिमा, मोहित, ममता असवाल आदि का कहना है कि पिछले साल तक बीएड पाठ्यक्रम वार्षिक प्रणाली के तहत संचालित होता था। इसमें परीक्षा शुल्क 2760 रुपये निर्धारित था लेकिन वर्तमान सत्र से इसे सेमेस्टर प्रणाली में बदल दिया। प्रथम सेमेस्टर के लिए विश्वविद्यालय ने परीक्षा शुल्क 2960 रुपये कर दिया है। छात्र-छात्राओं का कहना है कि एचएनबी गढ़वाल विश्वविद्यालय में बीएड परीक्षा शुल्क 1700 है। श्रीदेव सुमन विवि के अन्य पाठ्यक्रम जैसे बीए, बीएससी, एमए व एमएससी में परीक्षा शुल्क 1100 रुपये है। उनका कहना है कि हमारा परीक्षा शुल्क न सिर्फ प्रवेश शुल्क के बराबर है बल्कि पूर्व निर्धारित शुल्क से भी अधिक है। शुल्क अधिक होने से कई छात्र-छात्राओं को दिक्कत उठानी पड़ रही हैं। कई ग्रामीण प्रवेश के आर्थिक रूप से कमजोर छात्र-छात्राएं हैं जिनके लिए अधिक शुल्क भरना मुश्किल हो रहा है। उन्होंने विश्वविद्यालय से बीएड परीक्षा शुल्क को पूर्व की भांति रखने की मांग की।

'काफल' है प्रकृति का 'अनमोल' उपहार

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पहाड़ों में मिलने वाला काफल प्रकृति का अनमोल उपहार है। यह फल केवल स्वाद नहीं देता, बल्कि पहाड़ की संस्कृति, लोककथाओं और जीवन शैली को भी जीवित रखता है। काफल की लालिमा में पहाड़ की मिट्टी की महक और लोगों की भावनाएं बसती हैं। मसूरी, नैनीताल और अल्मोड़ा जैसे पर्यटक स्थलों के रास्तों पर काफल बेचते स्थानीय लोग पहाड़ों की जीवंत तस्वीर पेश करते हैं।

उत्तराखंड के पहाड़ केवल अपनी प्राकृतिक सुंदरता, बर्फीली चोटियों और देवस्थलों के लिए ही प्रसि(नहीं हैं, बल्कि यहां की वन संपदा और लोक संस्कृति भी पूरे देश में अपनी अलग पहचान रखती है। इन्हीं पहाड़ी धरोहरों में एक नाम है काफल। लाल-भूरे रंग का यह छोटा सा जंगली फल पहाड़ के लोगों के लिए केवल एक फल नहीं, बल्कि बचपन की याद, लोकगीतों की आत्मा और पहाड़ी जीवन की मिठास है। गर्मियों के मौसम में जब जंगलों में काफल पकता है, तो पहाड़ की वादियां इसकी खुशबू और रंग से जीवंत हो उठती हैं। काफल हिमालयी क्षेत्रों विशेषकर उत्तराखंड, हिमाचल और नेपाल के पहाड़ी इलाकों में पाया जाता है। उत्तराखंड में यह लगभग 1200 से 2200 मीटर की ऊंचाई वाले क्षेत्रों में अधिक मिलता है। इसका पेड़ मध्यम आकार का होता है और फल छोटे-छोटे लाल दानों की तरह दिखाई देते हैं। काफल का स्वाद मीठा और हल्का खट्टापन लिए होता है। यही स्वाद इसे बेहद खास बनाता है। इसे खाने के बाद जो ताजगी महसूस होती है, वह पहाड़ की ठंडी हवा जैसी लगती है।

काफल उत्तराखंड की लोक चेतना का हिस्सा है। एक लोककथा काफल पाको, मैं नी चाखो आज भी हर पहाड़ी की आँखों में आंसू ला देती है। यह कहानी एक माँ और बेटी के निस्वार्थ प्रेम और एक गलतफहमी के कारण हुए दुखद अंत की याद दिलाती है, जिससे काफल का भावनात्मक महत्व और बढ़ जाता है। काफल केवल एक फल नहीं, बल्कि उत्तराखंड की पहचान है। यह मध्यम आकार के पेड़ों पर गुच्छों में उगता है। काफल का स्वाद खट्टा-मीठा और बेहद रसीला होता है। इसे खाने का असली मजा तब है जब इसे सिलबट्टे पर पिसे हुए पहाड़ी नमक के साथ मिलाकर खाया जाए। नमक, मिर्च और सरसों के तेल का मिश्रण जब काफल की मिठास से मिलता है, तो वह स्वाद जुबान पर लंबे समय तक बना रहता है।

❑उत्तराखंड के पहाड़ों की लाल मिठास और लोकजीवन की धड़कन है काफल
❑देवभूमि की संस्कृति, लोकगीतों और स्वाद में काफल का एक अलग ही स्थान
❑उत्तराखंड में 1200 से 2200 मीटर की ऊंचाई वाले क्षेत्रों में मिलता है काफल

गर्मियों के दो महीनों में काफल ग्रामीण क्षेत्रों के लिए आय का एक बड़ा जरिया बनता है। स्थानीय लोग सुबह-सुबह जंगलों से काफल तोड़ते हैं और फिर उन्हें टोकरियों में भरकर मुख्य सड़कों और बाजारों तक लाते हैं। यह पूरी तरह से प्राकृतिक है, इसलिए इसकी मांग हमेशा बनी रहती है। काफल को तोड़ना कोई आसान काम नहीं है। इसके पेड़ ऊंचे और अक्सर ढलान वाले जंगलों में होते हैं। ग्रामीण महिलाएं और युवा अपनी जान जोखिम में डालकर इन पेड़ों पर चढ़ते हैं। काफल की शेल्फ-लाइफ बहुत कम होती है, इसलिए इसे तोड़ते ही तुरंत बाजार पहुँचाना पड़ता है।

काफल के पेड़ हिमालयी पारिस्थितिकी तंत्र के लिए भी महत्वपूर्ण हैं। यह मिट्टी के कटाव को रोकते हैं और स्थानीय पक्षियों व वन्यजीवों के लिए भोजन का मुख्य स्रोत हैं। विशेषकर काफल पाको पक्षी की आवाज जंगलों में काफल पकने की सूचना देती है। आज जलवायु परिवर्तन और जंगलों में लगने वाली आग के कारण काफल के पेड़ों पर संकट मंडरा रहा है। बेमौसम बारिश या अत्यधिक गर्मी से इसकी पैदावार प्रभावित हो रही है। इस लाल सोने को बचाने के लिए जंगली प्रजातियों का संरक्षण अनिवार्य है।

बाजार में काफल की लालिमा और आयुर्वेद: पहाड़ों में अप्रैल से जून के बीच काफल पकता है। गांवों के बच्चे सुबह-सुबह जंगलों की ओर निकल पड़ते हैं। हाथों में छोटी टोकरी या कपड़ा लेकर वह पेड़ों पर चढ़ते हैं और काफल तोड़ते हैं। कई जगह महिलाएं और बच्चे इसे बाजारों में बेचते भी हैं। सड़क किनारे छोटी दुकानों में नमक और मसाले के साथ बिकता काफल यात्रियों को अपनी ओर आकर्षित करता है। गर्मियों में उत्तराखंड के स्थानीय बाजार काफल की लालिमा से भर जाते हैं। आयुर्वेद में काफल को बेहद लाभकारी बताया गया है। इसमें एंटी-आक्सीडेंट्स की भरपूर मात्रा होती है। यह पेट की समस्याओं और कब्ज में रामबाण है। काफल के पेड़ की छाल का उपयोग चर्म रोग और जुकाम की दवा बनाने में होता है। यह फल तनाव कम करने और याददाश्त बढ़ाने में भी सहायक माना जाता है।

लोकजीवन की मिठास है काफल: शहरीकरण और पलायन के दौर में नई पीढ़ी धीरे-धीरे पहाड़ की पारंपरिक चीजों से दूर होती जा रही है। मोबाइल और इंटरनेट के समय में जंगल जाकर काफल तोड़ने की संस्कृति कम होती दिखाई दे रही है। फिर भी जब कोई पहाड़ लौटता है और सड़क किनारे काफल बेचती बुजुर्ग महिला दिखाई देती है, तो बचपन की यादें ताजा हो उठती हैं। काफल केवल फल नहीं, बल्कि पहाड़ की आत्मा है। इसमें गांव की खुशबू, जंगल की ठंडक और लोकजीवन की मिठास छिपी है। आज जरूरत है कि काफल जैसे पारंपरिक फलों और वन संपदा को संरक्षित किया जाए। स्कूलों और गांवों में इसके पौधे लगाए जाएं। स्थानीय उत्पादों को बाजार उपलब्ध कराया जाए और लोगों को इसके महत्व के बारे में जागरूक किया जाए।

घटिया गुणवत्ता के विरोध में व्यापारियों का प्रदर्शन, निर्माण कराया बंद

नई टिहरी(आरएनएस)। एडीबी परियोजना के तहत बौराड़ी फर्नीचर और कवर्ड बाजार निर्माण कार्यों में देरी को लेकर व्यापारियों का गुस्सा फूट पड़ा है। आक्रोशित व्यापारियों ने विरोध प्रदर्शन करते हुए निर्माण कार्य बंद करा दिया। व्यापारियों का आरोप है कि 60 से 65 दिन में काम पूरा करने का वादा किया गया था लेकिन चार महीने बाद भी बाजार का निर्माण कार्य अधूरा पड़ा है।

उन्होंने मानकों के अनुरूप कार्य न होने का आरोप लगाते हुए जांच कराने की मांग की है। व्यापार मंडल अध्यक्ष शिवराज सजवाण के नेतृत्व में व्यापारी बौराड़ी में एकत्रित हुए। बौराड़ी फर्नीचर और कवर्ड बाजार में चल रहे निर्माण कार्यों पर कड़ा आक्रोश जताते हुए एडीबी अधिकारियों के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। वहां चल रहे निर्माण कार्य को व्यापारियों ने बंद कराया। व्यापारियों का कहना है कि एडीबी के अधिकारियों ने आश्वासन दिया था कि निर्माण कार्य 60 से 65 दिनों में पूरा कर लिया जाएगा जिसके लिए उन्हें प्रतिदिन दो हजार का मुआवजा भी दिया गया है।

अब निर्माण कार्य की यह समय अवधि चार माह हो चुकी है। अब भी निर्माण कार्य पूरे नहीं हो पाए है। अधिकारी उन्हें एक महीने का मुआवजा देने से इन्कार कर रहे हैं। चार माह से दुकानें बंद रहने से उनका कारोबार प्रभावित हो गया। निर्माण कार्य की गुणवत्ता पर भी दुकानदारों ने सवाल उठाए हैं। आरोप लगाया कि कार्य की गुणवत्ता ठीक न होने से जगह-जगह से सीढ़िया टूटने लगी है।

सीसीटीबी कैमरे, शौचालय निर्माण नहीं किया गया और अग्निशमन उपकरण नहीं लगाए गए हैं। व्यापार मंडल ने चेतावनी दी है कि जब तक निर्माण कार्य पूरी गुणवत्त के साथ नहीं किया जाता और दुकानदारों को मुआवजा भुगतान नहीं किया जाता तब तक उनका आंदोलन जारी रहेगा। इस मौके पर व्यापार मंडल के सचिव संदीप रावत, अमरीश पाल, अंकित मित्तल, राजेश रमोला, संदीप रावत, शिव सिंह नेगी, जीतमणि तिवाड़ी, गोविंद सिंह, सुरेंद्र प्रसाद, रमेश चौहान, टीकम सिंह बिष्ट, देवांग चमोली आदि मौजूद रहे।

विटामिन-पी क्या है? जानिए इससे युक्त खाद्य पदार्थ और इसके फायदे

आपने कभी विटामिन-पी के बारे में सुना है? शायद नहीं क्योंकि यह कोई विटामिन नहीं है, बल्कि एक शब्द है और इसका उपयोग पौधों के यौगिकों के एक समूह के लिए किया जाता है। इसे फ्लेवोनोइड्स के रूप में जाना जाता है।फ्लेवोनोइड्स खाद्य पदार्थों को रंग देते हैं और इससे युक्त खाद्य पदार्थों को डाइट में शामिल करने से कई स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं।

फ्लेवोनोइड्स को विटामिन- पी क्यों कहा जाता है?

जब वैज्ञानिकों ने साल 193० में इसे पहली बार संतरे से निकाला था, तब फ्लेवोनोइड्स को विटामिन- पी कहा जाता था क्योंकि तब इसे एक नए प्रकार का आवश्यक विटामिन माना गया था।हालांकि, जैसे-जैसे वैज्ञानिक ज्ञान उन्नत हुआ, यह स्पष्ट हो गया कि ये विटामिन के रूप में योग्य नहीं हैं।इसी कारण विटामिन- पी को फ्लेवोनोइड्स का नाम दिया गया और अब इसको पौधों में पाए जाने वाले लाभकारी फाइटोकेमिकल्स के समूह के रूप में मान्यता प्राप्त है।

क्या हैं फ्लेवोनोइड्स?

फ्लेवोनोइड्स 6,००० से अधिक किस्म के पौधों के यौगिकों का एक विविध समूह है और पौधों के जीवन और अस्तित्व में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।पौधों में इनकी उपस्थिति के कई कारण हो सकते हैं, जिनमें संक्रमण को रोकना, पौधों को सूरज और पर्यावरणीय तनाव से बचाना और परागण के लिए कीड़ों को आकर्षित करना आदि शामिल हैं।इसके अलावा फ्लेवोनोइड्स जामुन, चेरी और टमाटर जैसे फलों और सब्जियों को गहरे और जीवंत रंग भी प्रदान करते हैं।

फ्लेवोनोइड्स से मिलने वाले लाभ

फ्लेवोनोइड्स विभिन्न स्वास्थ्य लाभ प्रदान करते हैं। इसका कारण है कि ये एंटी-ऑक्सीडेंट्स जैसी प्रतिक्रिया प्रकट करते हैं।ये मस्तिष्क कोशिकाओं की रक्षा करके मानसिक स्वास्थ्य को स्वस्थ रख सकते हैं।इसके अलावा फ्लेवोनोइड्स का सेवन टाइप-2 मधुमेह के जोखिम कम करने में भी सहायक है और फ्लेवोनोइड्स से हृदय रोग का खतरा भी कम हो सकता है।यही कारण है कि आपको विभिन्न रंग के खाद्य पदार्थ खाने चाहिए।

फ्लेवोनोइड्स के स्रोत

फ्लेवोनोइड्स पीले, नारंगी और लाल रंगों की सब्जियों और फलों में होते हैं। साथ ही ये आम, खुबानी, संतरे और अंगूर जैसे खट्टे फलों में भी पाए जाते हैं।इसके अन्य स्रोतों में नींबू और चेरी शामिल हैं। सब्जियों में गाजर, टमाटर, मिर्च, ब्रोकोली, प्याज और ओरिगैनो फ्लेवोनोइड्स से युक्त होते हैं।फ्लेवोनोइड्स को 7० प्रतिशत से अधिक कोको सामग्री के साथ ग्रीन टी, रेड वाइन और डार्क चॉकलेट से भी प्राप्त किया जा सकता है।

फ्लेवोनोइड्स की कमी से होने वाले नुकसान

शरीर में विटामिन- सी के उचित अवशोषण के लिए फ्लेवोनोइड्स जरूरी हैं।कमजोरी, थकावट, मांसपेशियों में दर्द, मसूड़ों से खून आना और मुंह में दरारें होना आदि लक्षण भी तभी सामने आते हैं, जब शरीर में फ्लेवोनोइड्स की कमी होती है।चेहरे की झुर्रियों के आसपास हल्का-हल्का रक्तस्राव दिखना भी फ्लेवोनोइड्स की कमी का संकेत हो सकता है।इन लक्षणों को नजरअंदाज न करें और डॉक्टर से संपर्क करें।

बुखार आने पर नहाना चाहिए या नही?

डॉक्टर के मुताबिक, बुखार में नहाने में कोई दिक्कत नहीं होती है। बुखार आने पर बॉडी टेंपरेचर बढ़ जाता है। बॉडी में दर्द भी शुरू होता है, कमजोरी आ जाती है। ऐसे में कुछ लोगों का मन नहाने को नहीं करता है। ऐसी सिचुएशन में गुनगुने पानी से नहाना फायदेमंद हो सकता है। नहाने से फीवर का असर कम हो सकता है। इससे मसल्स रिलैक्स रहता है। हल्के गर्म पानी से नहाते हैं तो शरीर दर्द से छुटकारा मिल सकता है। हालांकि, अगर बुखार ज्यादा रहे तो अधिक ठंडे पानी से नहाने से बचना चाहिए।

वायरल फीवर में नहाने में क्या करें

बुखार आने पर ज्यादा गर्म या ठंडे पानी की बजाय गुनगुने पानी से नहाना चाहिए। इससे शरीर रिलैक्स होता है, दर्द दूर होता है।

बुखार में नहाने जा रहे हैं तो कुछ ही समय के लिए नहाएं। लंबे समय तक पानी में रहने से परेशानी बढ़ सकती है।

माइल्ड साबुन और पानी से शरीर को धीरे-धीरे साफ करें। पसीना जमने वाली जगह को अच्छी तरह साफ करें ताकि बैक्टीरिया या फंगल इंफेक्शन न होने पाए।

वायरल फीवर नहाने समय क्या न करें

बुखार में ठंडे पानी से न नहाएं। इससे रक्त वाहिकाएं सिकुडने का खतरा रहता है, जो कंपकपी पैदा कर शरीर की एनर्जी खत्म कर सकती है।

ज्यादा देर तक नहाने से बचें।

अधिक गर्म पानी से नहाने से रक्त वाहिकाएं ज्यादा फैल सकती हैं, जिससे ब्लड प्रेशर नीचे आ सकता है और चक्कर या बेहोशी हो सकती है।

ज्यादा रगड़-रगड़ कर नहाने से बचें। इससे शरीर अधिक उत्तेजित हो सकता है, जिससे थकान बढ़ सकती है।

बुखार में नहाने का मन नहीं है तो नॉर्मल पानी में तौलिया भिगोकर शरीर को धीरे-धीरे साफ कर लें। इससे बुखार से राहत मिल सकती है।

आम का अधिक सेवन स्वास्थ्य को पहुंचा सकता है नुकसान

गर्मियों में आम आसानी से बाजार में मिल जाता है और लोग इससे घर में तरह-तरह के व्यंजन बनाकर खाते हैं, लेकिन इसका अधिक सेवन स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है। भले ही आम में विटामिन- ए, विटामिन- बी, विटामिन- सी, विटामिन- ई, कॉपर, पोटेशियम और मैग्नीशियम जैसे कई पोषक तत्व मौजूद होते हैं, लेकिन इनका फायदा सीमित मात्रा में सेवन करने से ही मिल सकता है। आइए जानते हैं कि आम के अधिक सेवन से क्या-क्या समस्याएं हो सकती हैं।

एलर्जिक रिएक्शन की रहती है संभावना

आम के अधिक सेवन से एलर्जिक रिएक्शन होने की संभावना बढ़ जाती है। इसका मुख्य कारण इसमें मौजूद लेटेक्स है। आम में लेटेक्स प्रोटीन के समान ही होते हैं और अगर आप आम का अधिक सेवन करते हैं तो इससे शरीर में लेटेक्स भी बढ़ता है, जो त्वचा पर खुजली या एनाफिलेक्सिस का कारण बन सकता है। इसके कारण गले में सूजन और सांस लेने में गंभीर कठिनाई भी पैदा हो सकती है।

हो सकता है डायरिया

आम में फाइबर की अच्छी खासी मात्रा मौजूद होती है और जब आप इसका अधिक सेवन करते हैं तो शरीर में फाइबर भी ज्यादा हो जाता है। इसके कारण आपको डायरिया की समस्या या फिर कई तरह की अन्य पाचन संबंधित समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। वैसे पाचन संबंधित समस्याएं किसी और वजह से भी हो सकती हैं, इसलिए ऐसा कुछ होने पर डॉक्टरी जांच को प्राथमिकता दें। वहीं डाइट में सीमित मात्रा में आम को शामिल करें।

मधुमेह होने की बढ़ जाती है संभावना

आम का अधिक सेवन शरीर में ब्लड शुगर का स्तर बढ़ा सकता है और इससे व्यक्ति के इंसुलिन में भी बदलाव होने लगता है। यह बदलाव मधुमेह का खतरा पैदा कर सकता है। बता दें कि मधुमेह एक गंभीर समस्या है, जो व्यक्ति को मौत के मुंह में भी धकेल सकती है। इसलिए जिन लोगों को पहले से ही मधुमेह है तो वे कम ही आम का सेवन करें, वहीं स्वस्थ व्यक्ति भी सीमित मात्रा में आम खाएं।

बढ़ सकता है वजन

आम का अधिक सेवन बढ़ते वजन का कारण बन सकता है और इसकी मुख्य वजह इसमें मौजूद कैलोरी है। इस समस्या को सामान्य न समझें क्योंकि यह शरीर को कई अन्य बीमारियों का घर बना सकती है। वैसे कभी-कभी कुछ शारीरिक समस्याओं के कारण भी लोगों का वजन बढ़ने लगता है, इसलिए बढ़ते वजन की समस्या की असल वजह जानने के लिए डॉक्टर से संपर्क करें।

गर्भावस्था में पहुंचा सकता है नुकसान

गर्भावस्था के दौरान महिलाओं के लिए भी आम का अधिक सेवन नुकसानदायक है। इसमें कैलोरी और उच्च फाइबर मौजूद होता है, जिनकी अधिक मात्रा से गर्भवती महिला और होने वाले शिशु के स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है। इसलिए अगर कोई महिला गर्भवती है तो वह आम का सेवन न करें या फिर बेहद कम मात्रा में करें। यही नहीं, स्तनपान कराने वाली महिलाओं को भी आम का सेवन सीमित मात्रा में करना चाहिए।

शब्द सामर्थ्य -033

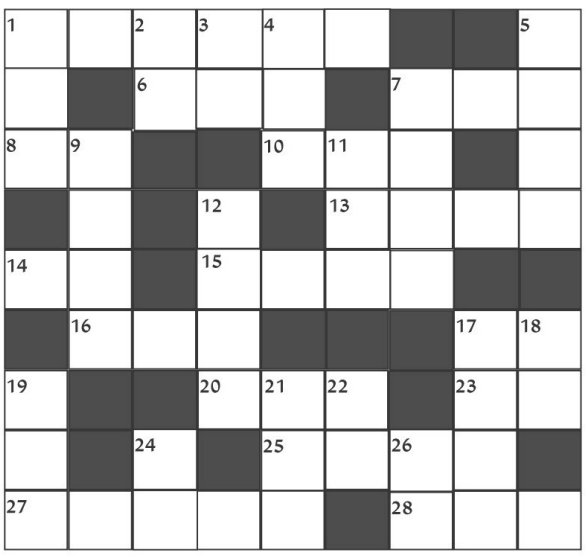
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. भारत के वर्तमान वित्तमंत्री 6. हित, उपकार 7. असमान, पूर्वोत्तर का एक राज्य 8. किसी वस्तु व्यक्ति आदि के पहचान सूचक संबोधन का शब्द, संज्ञा 10. शवस्थल पर बनाया गया मकान, योग का अंतिम अंग, तपस्या 13. इंकार करना, ना कहना 14. पिता, क्लर्क, सम्मानीय व्यक्ति 15. आय पर लगने वाला टैक्स, इंकमटैक्स 16. प्रतिद्वंद्वी, प्रेमिका का दूसरा प्रेमी 17. परंपरा, रीति, रिवाज 20. रुप से युक्त, चिह्न, लक्षण, नाटक, एक साहित्यिक अलंकार 23. लोग, प्रजा 25. नामी, नामवर, प्रसिद्ध 27. संसार का स्वामी, बादशाह, सम्राट, ईश्वर 28. फैलाना, खिंचाव पैदा करना।

ऊपर से नीचे

1. मारना, प्रहार करना, आघात करना 2. मिथ्याअभिमान, आडंबर 3. विपत्ति, आफत 4. मालदार, धनवान, अमीर 5. ज्ञान प्राप्त करना, अनुमान लगाना, कल्पना करना 7. हक 9. विवश, लाचार 11. मानकंद, नापने का पैमाना 12. अपमानित और तिरस्कृत 17. संतान उत्पन्न करने की क्रिया, जन्म देने की क्रिया 18. लंबे कपड़े का गट्ठा, पशुओं को रखने की जगह 19. जलयान, वायुयान, जलपोत 21. आश्रय, सहारा 22. थोड़ा, जरा, तनिक 24. जुर्म, गुनाह 26. बाघ की तरह का धारीदार हिंसक एवं विशाल पशु।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 32 का हल

भू	कं	प	■	फा	य	दा	■	स
प	■	ल	ला	ट	■	य	ती	म
ति	ल	क	■	क	न	क	■	झ
■	क्ष्म	■	■	■	रे	■	■	■
ग	ण	क	■	सं	श	य	■	सौ
ह	■	या	च	क	■	म	न्न	त
रा	क्ष	स	■	र	क्ष	क	■	न
■	त्रि	■	■	■	मि	■	■	■
शा	य	री	■	का	त	र	■	गो

गोलमाल 5 में शरमन जोशी की वापसी!

गोलमाल 5 के अपडेट को लेकर बेसब्री से इंतजार कर रहे फैंस के लिए गुड न्यूज है। मशहूर फिल्ममेकर रोहित शेट्टी ने इस कॉमेडी फ्रैंचाइजी की शूटिंग शुरू कर दी है। अजय देवगन ने गोलमाल 5 के शेड्यूल की एक झलक शेयर की है, जिसने फैंस की उत्सुकता को बढ़ा दी है।

बॉलीवुड स्टार अजय देवगन ने अपने सोशल मीडिया हैंडल पर गोलमाल 5 के स्टार कास्ट के एक झलक शेयर की है और फैंस को बताया है कि गोलमाल 5 की अगली शूटिंग शुरू हो गई है। उन्होंने ऊटी से एक मजेदार वीडियो मोंटाज शेयर किया है, जिसमें अरशद वारसी, तुषार कपूर, शरमन जोशी, श्रेयस तलपड़े और कुणाल खेमू नजर आ रहे हैं।

अजय ने अरशद, तुषार, शरमन, श्रेयस और कुणाल के साथ अपनी एक तस्वीर भी पोस्ट की है। इस तस्वीर में ये सभी एक्टर उस मशहूर पांच-सीटर बाइक के साथ पोज देते नजर आ रहे हैं, जो इस फिल्म फ्रेंचाइजी का एक अहम हिस्सा रही है। अजय ने इंस्टाग्राम इस मजेदार वीडियो मोंटाज शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा है, इस बार सवारी बड़ी है, और एंटरटेनमेंट उससे भी ज्यादा बड़ा होगा। गोलमाल 5 का ऊटी शेड्यूल, लड़कों के साथ।

रोहित शेट्टी ने भी वही वीडियो मोंटाज शेयर किया और कैप्शन में लिखा है, 20 सालों से पॉजिटिव वाइब्स के साथ आगे बढ़ रहे हैं। गोलमाल 5। ऊटी शेड्यूल। ऊटी का शेड्यूल से यग लग रहा है कि रोहित शेट्टी खूबसूरत आउटडोर लोकेशन्स पर बड़े लेवल पर हाई-एनर्जी वाले सीन्स को फिल्माने में लगे हुए हैं।

वहीं, इस क्लिप में यह भी साफ हो गया है कि फिल्म के गोलमाल 5 में शरमन जोशी की वापसी हो रही है। वह 2006 की ओरिजिन फिल्म का हिस्सा थे। उन्होंने फिल्म में लक्ष्मण का किरदार निभाया था। ओरिजिनल फिल्म में शरमन के अलावा अजय देवगन, अरशद वारसी, जोशी और तुषार कपूर ने भी काम किया था, और यह बॉक्स-ऑफिस पर जबरदस्त हिट रही थी। इन सालों में, गोलमाल फ्रैंचाइजी बॉलीवुड के सबसे जाने-पहचाने कॉमेडी ब्रैंड्स में से एक बन गई है।

गोलमाल के बाद इसकी 4 सीक्वल फिल्में आईं, जिनका नाम गोलमाल रिटर्न्स, जो 2008 रिलीज हुई, 2010 में गोलमाल 3 और गोलमाल अगेन, जो 2017 रिलीज हुई थी, है। इन सभी को दर्शकों और फैंस से काफी सराहना मिली थी।

गोलमाल 5 का निर्माण रोहित शेट्टी पिक्चर्स ने टी-सीरीज के साथ मिलकर किया है। हालांकि फिल्म की कहानी अभी तक गुप्त रखी गई है, लेकिन रोहित शेट्टी ने हाल ही में इस बात की पुष्टि की है कि आने वाली इस फिल्म में अक्षय कुमार भी एक अहम भूमिका निभाएंगे।

गवर्नर: द साइलेंट सेवियर से मनोज बाजपेयी का फर्स्ट लुक पोस्टर आउट!

विपुल अमृतलाल शाह की फिल्म गवर्नर- द साइलेंट सेवियर अपनी घोषणा के बाद से ही चर्चा में बनी हुई है। हाल ही में, मनोज बाजपेयी के जन्मदिन के मौके पर एक दिलचस्प पोस्टर के साथ फिल्म के टाइटल का खुलासा किया गया था। अब, फिल्म के नए पोस्टर्स रिलीज कर दिए गए हैं, जो एक बड़ा खुलासा करते हैं जिसका दर्शकों को बेसब्री से इंतजार था, और हमें इस इंटेंस ड्रामा की दुनिया के और करीब ले जाते हैं।

गवर्नर के नए पोस्टर्स ने स्टार कास्ट का खुलासा कर दिया है, जिसमें मनोज बाजपेयी और अदा शर्मा नजर आएंगे, जहां अलग-अलग पोस्टर्स नेशनल अवार्ड विनर एक्टर मनोज बाजपेयी के अलग-अलग शेड्स दिखाते हैं, वहीं ये पोस्टर्स पर्दे पर दिखने वाले जबरदस्त ड्रामा के बारे में भी बहुत कुछ बयां करते हैं।

कास्ट के चेहरे सामने आने के अलावा, पोस्टर्स में कुछ दमदार टैगलाइन्स भी दी गई हैं जैसे- अब बारी मेरी है, आई विल नॉट लेट इंडिया फेल, और इंडिया इज ऑन द वर्ज ऑफ बैंकरअप्ट्सी, ही सौ ईट कमिंग। ये सभी भारत के आर्थिक संकट के एक मुश्किल दौर की ओर इशारा करते हैं। अब यह देखने के लिए उत्साह चरम पर है कि फिल्म में मनोज बाजपेयी किस तरह का किरदार निभाएंगे।

यह एक युद्ध था। इसमें कोई सेना नहीं थी। बस एक आदमी।।। जिसने देश को गिरने से बचाने की ठान ली थी। विपुल अमृतलाल शाह प्रोडक्शन की फिल्म गवर्नर- द साइलेंट सेवियर सनशाइन पिक्चर्स द्वारा पेश की जा रही है। विपुल अमृतलाल शाह द्वारा निर्मित और चिन्मय मांडलेकर द्वारा निर्देशित इस फिल्म के को-प्रोड्यूसर आशिन ए। शाह हैं। फिल्म को सुवेंदु भट्टाचार्यजी, सौरभ भरत, रवि असरानी और खुद विपुल अमृतलाल शाह ने लिखा है। जावेद अख्तर के लिखे गानों को अमित त्रिवेदी ने अपने संगीत से सजाया है। गवर्नर- द साइलेंट सेवियर 12 जून, 2026 को रिलीज होने के लिए पूरी तरह तैयार 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

फुल ऑन एक्शन करती दिखेंगी दीपिका पादुकोण, राका को लेकर बढ़ी एक्साइटमेंट

राका को लेकर चर्चा तेज होती जा रही है और बढ़ती एक्साइटमेंट के बीच दीपिका पादुकोण के रोल को लेकर नई डिटेल्स सामने आई हैं। टीम ने पहले ही कन्फर्म कर दिया था कि वो फिल्म में एक बहुत ही जरूरी रोल निभा रही हैं और अपनी प्रेग्नेंसी के बावजूद शूटिंग जारी रखेंगी। अब नई डिटेल्स से ये और साफ हो गया है कि वो फिल्म की कहानी का एक अहम हिस्सा हैं और हमें इस सुपरस्टार के जबरदस्त एक्शन के साथ इमोशनल सीन्स भी देखने को मिलेंगे।

उनके किरदार को लेकर बढ़ती एक्साइटमेंट के बीच सोर्सेज का कहना है कि दीपिका कहानी की मुख्य कड़ी बनी हुई हैं और उनके सीन्स में कोई बदलाव नहीं किया गया है। रणवीर सिंह के साथ अपने दूसरे बच्चे की उम्मीद के दौरान भी वो अपने प्रोजेक्ट्स की शूटिंग जारी रखे हुए हैं।

प्रोडक्शन से जुड़े एक करीबी सूत्र ने बताया, फिल्म में दीपिका की एंट्री धमाकेदार है और अल्लू अर्जुन के साथ उनका एक बड़ा एक्शन सीन भी है। अब ये सीन्स बॉडी डबल की मदद से शूट किए जाएंगे, जबकि दीपिका खुद ड्रामेटिक और इमोशनल सीन्स की शूटिंग जारी रखेंगी। उनके रोल में कोई कटौती नहीं की गई है और वह वैसी ही बनी रहेगी। वह %राका' की एक मुख्य किरदार हैं और प्रेग्नेंसी की वजह से कहानी में कोई बदलाव नहीं हुआ है।

एटली के निर्देशन में बन रही %राका' को लेकर जबरदस्त बज बना हुआ है, खासकर दीपिका के किरदार को लेकर, जिससे कहानी में काफी इमोशनल गहराई आने की उम्मीद है।

एटली द्वारा निर्देशित %राका' को लेकर काफी एक्साइटमेंट है, खासतौर पर दीपिका और अल्लू अर्जुन के किरदारों के लिए, जो एटली के विजन के साथ पर्दे पर कमाल करने वाले हैं। इससे पहले एक सूत्र ने बताया था, अपनी प्रेग्नेंसी के बीच भी दीपिका पादुकोण %राका' के लिए इंटेंस एक्शन सीक्वेंस शूट कर रही हैं और पूरी प्रेग्नेंसी के दौरान फिल्म की शूटिंग जारी रखेंगी। राका' और किंग' जैसी दोनों फिल्मों के काम सुचारू रूप से आगे बढ़ने और उनके किरदारों में कोई बदलाव न होने के साथ, दीपिका पादुकोण लगातार चर्चा में बनी हुई हैं।

रश्मिका मंदाना की मैसा का केरल शेड्यूल शुरू!

साउथ सिनेमा की खूबसूरत हसीना रश्मिका मंदाना की मैसा 2026 की सबसे बड़ी फिल्मों में से एक होने वाली है। अपनी वर्सटालिटी और स्क्रीन प्रेजेंस के लिए मशहूर रश्मिका इस फिल्म में एक जबरदस्त एक्शन अवतार में नजर आएंगी, जो उनकी इमेज को पूरी तरह बदल सकता है। हाल ही में आए एक पोस्टर ने उनके इंटेंस ट्रांसफॉर्मेशन की झलक दिखाई थी। खबरों की मानें तो रश्मिका फिल्म के डिमांडिंग एक्शन सीन्स के लिए कड़ी मेहनत और डेली ट्रेनिंग कर रही हैं। हाई-इम्पैक्ट स्टंट्स से लेकर फिजिकली चैलेंजिंग सीन्स तक, वो कोई कसर नहीं छोड़ रही हैं। फैंस की एक्साइटमेंट बढ़ाते हुए मेकर्स ने अब एक नया वीडियो शेयर किया है, जिसमें बताया गया है कि केरल में 15 दिनों का शूटिंग शेड्यूल शुरू हो चुका है। इस हाई-ऑक्टेन शेड्यूल की एक्शन कोरियोग्राफी केचा मास्टर कर रहे हैं।

वीडियो में रश्मिका एक्शन डायरेक्टर के साथ घने जंगलों के बीच कॉम्बैट मूव्स की रिहर्सल करती दिख रही हैं, जिससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि फिल्म में बेहद रॉ और खतरनाक एक्शन सीक्वेंस होंगे। साफ है कि मैसा में रश्मिका का एक पावरफुल एक्शन अवतार देखने को मिलने वाला है।

वीडियो शेयर करते हुए मेकर्स ने लिखा, मैसा एक्शन में वापस आ गई है, केरल में फिलहाल 15 दिनों का एक हाई-ऑक्टेन शेड्यूल चल रहा है, जिसकी एक्शन कोरियोग्राफी जैकास्टंट्स मास्टर द्वारा की जा रही है। रश्मिका मंदाना अपने अब तक के सबसे विस्फोटक और इंटेंस अवतार में पर्दे पर आग लगाने के लिए तैयार हैं।

फिल्म के विजुअल स्टोरीटेलिंग सिनेमैटोग्राफर श्रेयस कृष्णा ने तैयार किए हैं, जबकि इसका म्यूजिक जेक्स बेजॉय ने कंपोज किया है। फिल्म के एक्शन लेवल को बढ़ाने के लिए, अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मशहूर स्टंट कोरियोग्राफर एंडी लॉन्ग इस महत्वाकांक्षी एंटरटेनर के हाई-इंटेंसिटी सीन्स को डिजाइन कर रहे हैं।

अनफॉर्मूला फिल्म्स द्वारा निर्मित और रविंद्र पुल्ले द्वारा निर्देशित, मैसा आदिवासी इलाकों पर आधारित एक इमोशनल एक्शन थ्रिलर है, जो दमदार विजुअल्स, एक दिलचस्प कहानी और रश्मिका की यादगार परफॉरमेंस का वादा करती है।

बेहतर स्वास्थ्य व्यवस्थाएं प्राथमिकताओं में शामिल : डीएम

पौड़ी(आरएनएस)। जिलाधिकारी स्वाति एस. भदौरिया ने सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सतपुली का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान स्वास्थ्य सेवाओं और चिकित्सीय व्यवस्थाओं में कई खामियां पाई गईं। इस पर उन्होंने गहरी नाराजगी व्यक्त करते हुए तत्काल सुधारात्मक कार्रवाई के निर्देश दिए। निरीक्षण में सीसीटीवी कैमरे बंद मिले और बायोमीट्रिक उपस्थिति का विवरण भी प्रस्तुत नहीं किया जा सका। प्रभारी चिकित्सा अधिकारी सहित तीन अन्य कार्मिक अनुपस्थित पाए गए। जिलाधिकारी ने अनुपस्थित कार्मिकों पर कार्रवाई के निर्देश दिए और कहा कि स्वास्थ्य सेवाओं में लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने सीएमओ को तत्काल सीएचसी सतपुली पहुंचकर सभी व्यवस्थाओं और अनियमितताओं की विस्तृत जांच कर रिपोर्ट प्रस्तुत करने का निर्देश दिया। जिलाधिकारी ने सभी हाई रिस्क गर्भवतियों का विस्तृत ब्योरा तैयार कर नियमित स्वास्थ्य परीक्षण और सतत निगरानी सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं में किसी भी लापरवाही को गंभीर बताया। उन्होंने सीसीटीवी और बायोमीट्रिक मशीन को तत्काल दुरुस्त करने के निर्देश दिए। इस मौके पर सतपुली की एसडीएम रेखा आर्य और चिकित्साधिकारी डॉ. अनंता सहित अन्य स्वास्थ्य कर्मी उपस्थित रहे।

सरकारी नमक उठान के नए आदेश से भड़के राशन विक्रेता

ऋषिकेश(आरएनएस)। खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग ने राशन विक्रताओं पर सरकारी नमक उठान का निर्देश दिया है, जिसको लेकर राशन विक्रेताओं में नाराजगी व्याप्त है। गौरतलब है कि यह सरकारी नमक पहले भी विवादों में रहा है। नमक में मिलावट को लेकर सोशल मीडिया पर कई वीडियो वायरल हुए थे, जिसके बाद विभागीय सचिव ने इसके वितरण पर तत्काल रोक लगा दी थी। अब मामला ठंडा पड़ते ही एक बार फिर राशन दुकानों के माध्यम से इस नमक के वितरण के आदेश जारी कर दिए गए हैं। राशन विक्रेताओं का कहना है कि बरसात का मौसम शुरू हो चुका है और दुकानों में रखा नमक खराब होने की पूरी आशंका है। ऐसे में यदि नमक खराब होता है तो उसकी जिम्मेदारी किसकी होगी, यह साफ नहीं है। इसके बावजूद विभाग लगातार गोदाम से नमक उठाने और उसका शुल्क जमा करने के निर्देश दे रहा है, जिससे दुकानदार मानसिक और आर्थिक रूप से परेशान हैं। ऑल इंडिया फेयर प्राइस शॉप डीलर फेडरेशन के प्रदेश महामंत्री संजय शर्मा ने विभागीय आदेशों को अव्यवहारिक बताया। उन्होंने कहा कि जब वर्तमान माह का खाद्यान्न वितरण पूरा हो चुका है, तो नमक का उठान कर विक्रेता किसे वितरण करेंगे। यदि सरकार नमक वितरण कराना ही चाहती है, तो इसे जुलाई माह से खाद्यान्न के साथ ही किया जाना चाहिए। कहा कि इस मुद्दे को लेकर शीघ्र ही राशन विक्रेताओं का एक प्रतिनिधिमंडल विभागीय मंत्री से मुलाकात कर अपनी समस्याएं उनके समक्ष रखेगा।

सू- दोकू क्र.033

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.32 का हल

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

जमीनी अनुभव वाले कार्यकर्ता ही मजबूत संगठन की नींव हैं:रावत

ऋषिकेश(आरएनएस)। भाजपा के पंडित दीनदयाल उपाध्याय जिला प्रशिक्षण अभियान 2026 के तहत रायवाला में दूसरे दिन आयोजित प्रशिक्षण वर्ग कार्यक्रम में संगठनात्मक सशक्तीकरण और कार्यशैली को लेकर गहन मंथन हुआ। वक्ताओं ने संगठन निर्माण, बूथ प्रबंधन, सोशल मीडिया, मीडिया प्रबंधन और वैचारिक स्पष्टता जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर को कार्यकर्ताओं को व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया। रायवाला में आयोजित जिला वर्ग प्रशिक्षण कार्यक्रम में कुल छह सत्र हुए। मुख्य वक्ता एवं प्रदेश कार्यालय प्रभारी जगमोहन रावत ने कहा कि संगठन को मजबूत बनाने के लिए कार्यकर्ताओं में व्यावहारिक समझ और जमीनी अनुभव का होना अनिवार्य है। उन्होंने कहा कि समाज से सीधा संवाद और लोगों की समस्याओं को समझने की क्षमता ही कार्यकर्ता को प्रभावी बनाती है।

जमीनी स्तर पर सक्रिय कार्यकर्ता ही संगठन की रीढ़ होते हैं। प्रदेश महामंत्री दीप्ति रावत भारद्वाज ने बूथ प्रबंधन और 'मन की बात' विषय पर मार्गदर्शन देते हुए कहा कि मजबूत बूथ संरचना और निरंतर संवाद से ही संगठन दीर्घकाल तक प्रभावी रह सकता है। उन्होंने योजनाबद्ध कार्यशैली अपनाने पर जोर दिया। प्रदेश सोशल मीडिया संयोजक गौरव सिंह ने सोशल मीडिया के सकारात्मक और जिम्मेदार उपयोग पर बल दिया। उन्होंने कहा कि डिजिटल प्लेटफॉर्म के माध्यम से संगठन की विचारधारा, नीतियों और उपलब्धियों को तेजी से जन-जन तक पहुंचाया जा सकता है, लेकिन इसके लिए संयम और तथ्यात्मकता जरूरी है।

मीडिया प्रबंधन से जुड़े सत्र में विकास तिवारी ने मीडिया के साथ बेहतर समन्वय और संवाद कौशल की आवश्यकता बताई। उन्होंने कहा कि सटीक जानकारी और सकारात्मक प्रस्तुति से ही संगठन की विश्वसनीय छवि बनती है। राज्य दायित्वधारी ज्योति प्रसाद गैरोला ने विचार परिवार विषय पर अपने विचार रखते हुए संगठनात्मक अनुशासन, वैचारिक मजबूती और समर्पण को कार्यकर्ताओं के लिए आवश्यक बताया। प्रशिक्षण के दूसरे दिन प्रतिभागियों ने सभी छह सत्रों को उपयोगी और ज्ञानवर्धक बताया। कार्यकर्ताओं ने कहा कि इस प्रशिक्षण से उन्हें संगठनात्मक कार्यों को अधिक प्रभावी ढंग से करने की दिशा और प्रेरणा मिली।

मौके पर ऋषिकेश प्रभारी दान सिंह रावत, सह प्रभारी अमन त्यागी, जिलाध्यक्ष राजेंद्र तड़ियाल, ऋषिकेश विधायक प्रेमचंद अग्रवाल, डोईवाला विधायक बृजभूषण गैरोला, प्रदेश सोशल मीडिया प्रभारी हिमांशु संगठानी, जिला महामंत्री प्रतीक कालिया, दीवान सिंह रावत, पूर्व मेयर अनिता ममगाईं, महिला आयोग अध्यक्ष कुसुम कंडवाल, जिला मीडिया प्रभारी मनीष क्षेत्री, डोईवाला मंडल अध्यक्ष पंकज शर्मा, चंद्रभान पाल, देवदत्त शर्मा, शिवम् टुटेजा, ममता नयाल, उषा कोठारी, वंदना स्वामी, पुष्पा ध्यानी, अरुण शर्मा, संपूर्ण रावत आदि उपस्थित रहे।

शहर की दुकानों पर लगेगी गौसेवा दान गुल्लक

रुद्रपुर(आरएनएस)। शहर में लावारिस गोवंशों की बेहतर देखभाल और गोशाला संचालन को मजबूत बनाने के लिए नगर निगम ने नई पहल शुरू की है। नगर निगम अब शहर की विभिन्न दुकानों पर 'गोसेवा दान गुल्लक' लगाएगा। इससे आम लोग स्वेच्छा से गोशाला के लिए सहयोग राशि दान कर सकें। नगर निगम अधिकारियों के अनुसार यह राशि लावारिस गोवंशों के भोजन, उपचार और रखरखाव पर खर्च की जाएगी।

योजना के तहत लगाए जाने वाले गुल्लकों को प्रत्येक एक से दो माह के भीतर नगर निगम की टीम के ओर से खोला जाएगा और प्राप्त धनराशि का लेखा-जोखा तैयार किया जाएगा।

मेयर विकास शर्मा का कहना है कि शहर में बढ़ते लावारिस गोवंशों की समस्या को देखते हुए गोशाला संचालन में आर्थिक सहयोग की आवश्यकता महसूस की जा रही है। ऐसे में आमजन की सहभागिता से गौशाला को बेहतर ढंग से संचालित किया जा सकेगा और गोवंशों को उचित पोषण व देखभाल मिल पाएगी।

18 मई को खुलेंगे रुद्रनाथ मंदिर के कपाट

चमोली(आरएनएस)। चतुर्थ केदार रुद्रनाथ मंदिर के कपाट खुलने की तैयारियां शुरू हो गई हैं। गोपीनाथ मंदिर से रुद्रनाथ मंदिर के लिए डोली प्रस्थान के दौरान मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी भी मौजूद रहेंगे। बुधवार को एसडीएम चमोली आरके पांडेय के साथ ही मंदिर समिति के पदाधिकारियों ने गोपीनाथ मंदिर और कोठा भवन का निरीक्षण किया। रुद्रनाथ मंदिर के कपाट 18 मई को अपराह्न 12:45 बजे श्रद्धालुओं के लिए खोल दिए जाएंगे। श्री रुद्रनाथ-गोपीनाथ मंदिर समिति के सचिव शांति प्रसाद भट्ट ने बताया कि 15 मई को रुद्रनाथ की चल विग्रह मूर्ति गोपीनाथ मंदिर के गर्भगृह से मंदिर परिसर में विराजमान कर दी जाएगी। 16 को मूर्ति श्रद्धालुओं को दर्शनार्थ रखी जाएगी। 17 को प्रातः नौ बजे चल विग्रह डोली रुद्रनाथ मंदिर के लिए प्रस्थान करेगी और रात्रि विश्राम के लिए पनार बुग्याल पहुंचेगी। 18 को सुबह सात बजे डोली प्रस्थान करेगी और दोपहर 12 बजकर 45 मिनट पर मंदिर के कपाट खोल दिए जाएंगे। उन्होंने बताया कि 22 मई को केंद्रीय गृह सचिव गोविंद मोहन के भी रुद्रनाथ यात्रा पर पहुंचने का कार्यक्रम प्रस्तावित है। इधर, एसडीएम आरके पांडेय ने बताया कि 17 को मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी गोपीनाथ मंदिर में पहुंचेंगे।

सीडीओ ने की वित्तीय योजनाओं की समीक्षा

पौड़ी(आरएनएस)। मुख्य विकास अधिकारी अशोक जोशी ने बुधवार को कलेक्ट्रेट सभागार में जिला स्तरीय सलाहकार एवं समीक्षा समिति की बैठक ली। उन्होंने वित्तीय समावेशन, स्वरोजगार और ऋण संबंधी योजनाओं की विस्तृत समीक्षा की। बैठक में लंबित ऋण प्रकरणों के शीघ्र निस्तारण और योजनाओं का लाभ पात्र व्यक्तियों तक समयबद्ध ढंग से पहुंचाने के निर्देश दिए गए। एलडीएम किशन सिंह रावत ने बताया कि वर्ष 2025-26 के लिए जनपद में 25 हजार किसान क्रेडिट कार्ड जारी करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। उन्होंने बताया कि जनवरी से मार्च 2026 के बीच जनपद के 15 विकासखंडों में 213 वित्तीय साक्षरता शिविर आयोजित किए गए। मार्च 2026 तिमाही के दौरान 1558 किसानों को किसान क्रेडिट कार्ड जारी किए गए जिससे अब तक 12101 किसान इस योजना से लाभांवित हो चुके हैं।

12 वर्षों की प्रतीक्षा खत्म: दरणा गांव को मिली सड़क की सौगात!

बागेश्वर(आरएनएस)। वर्षों से सड़क सुविधा के अभाव में कठिन जीवन जी रहे दरणा गांव के ग्रामीणों के लिए बुधवार का दिन उम्मीदों की नई किरण लेकर आया। बहुप्रतीक्षित कोट्टुलारी-दरणा मोटर मार्ग का भूमि पूजन ब्लॉक प्रमुख किसन बोरा ने विधिवत संपन्न कराया। करीब 12 वर्षों से लंबित इस सड़क परियोजना की शुरुआत होते ही क्षेत्र में खुशी का माहौल दिखाई दिया।

जानकारी के अनुसार इस सड़क का सर्वे कार्य लगभग 12 वर्ष पूर्व पूरा हो चुका था, किंतु प्रशासनिक प्रक्रियाओं और उपेक्षा के चलते निर्माण कार्य शुरू नहीं हो पाया था। सड़क सुविधा के अभाव में दरणा गांव के लोगों को आज भी बीमार मरीजों को जंगलों और दुर्गम पगडंडियों से डोली में बैठाकर लगभग चार किलोमीटर दूर सड़क तक पहुंचाना पड़ता है। यह समस्या लंबे समय से स्थानीय मीडिया और जनचर्चाओं का विषय बनी हुई थी।

भूमि पूजन के अवसर पर ब्लॉक प्रमुख किसन बोरा ने कहा कि लगभग 3.8 किलोमीटर सड़क को स्वीकृति मिल चुकी है और निर्माण कार्य शीघ्र प्रारंभ कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि सड़क बनने के बाद ग्रामीणों को आवागमन, स्वास्थ्य और शिक्षा जैसी मूलभूत सुविधाओं तक पहुंचने में बड़ी राहत मिलेगी।

हालांकि कार्यक्रम के दौरान कुछ ग्रामीणों ने इस बात पर नाराजगी भी जताई कि इतने महत्वपूर्ण भूमि पूजन कार्यक्रम में कोई भी सरकारी अधिकारी अथवा कर्मचारी मौजूद नहीं रहा। सामान्यतः ऐसे आयोजनों में स्थानीय विधायक, जिला पंचायत अध्यक्ष अथवा अन्य जनप्रतिनिधियों की उपस्थिति देखी जाती है, लेकिन इस कार्यक्रम में अधिकांश वीआईपी चेहरे नदारद रहे। ग्रामीणों ने इसे प्रशासनिक उदासीनता से जोड़ते हुए चिंता व्यक्त की।

भूमि पूजन कार्यक्रम में ग्राम प्रधान मोहन बोरा, पूर्व प्रधान राजेन्द्र किरमोलिया, मंगल राणा, दीवान सिंह किरमोलिया सहित अनेक स्थानीय गणमान्य लोग उपस्थित रहे। क्षेत्रवासियों को अब उम्मीद है कि वर्षों से अधूरी पड़ी सड़क की यह योजना जल्द धरातल पर पूरी तरह साकार होगी।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से आज मुख्यमंत्री आवास में प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमेश पोखरियाल निशंक, सांसद नरेश बंसल, कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी , विधायक श्रीमती आशा नौटियाल ने मुलाकात की। इस दौरान प्रदेश के विकास से जुड़े विभिन्न समसामयिक विषयों पर चर्चा हुई।

एनसीसी ग्रुप कमांडर ने किया वार्षिक निरीक्षण

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। एनसीसी ग्रुप मुख्यालय, रुड़की के ग्रुप कमांडर ब्रिगेडियर प्रभात भंडारी द्वारा आज 84 उत्तराखंड वाहिनी राष्ट्रीय कैडेट कोर, रूड़की का वार्षिक निरीक्षण किया गया। वार्षिक निरीक्षण के दौरान 84 उत्तराखंड वाहिनी एनसीसी के कार्यवाहक कमान अधिकारी ले कर्नल अमन कुमार सिंह द्वारा अतिथि की अगवानी की गई ।

वार्षिक निरीक्षण के दौरान ग्रुप कमांडर द्वारा वाहिनी के समस्त अनुभागों में अभिलेखों की जांच की गई व प्रशिक्षण गतिविधियों, प्रशिक्षण योजनाएं, उपलब्धियां एवं छात्रवृत्ति, कैंप संचालन तथा शिक्षण संस्थानों से संबंधित जानकारियां एवं गतिविधियों पर विस्तार से जानकारी प्राप्त की कई।

ब्रिगेडियर भंडारी द्वारा विगत वर्ष में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले कैडेट्स जिसमे सर्जेंट अम्बिका थपलियाल, सार्जेंट आशीष उपाध्याय, कैडेट नैना देवी, कैडेट कृतिका जोशी, कैडेट अवनी सिंह, कैडेट वंशिका व कैडेट गुंजन चौहान आदि से एनसीसी में चल रही योजनाएं व भविष्य में होने वाले क्रियाकलापो पर जानकारी प्राप्त की गई।

आज वाहिनी निरीक्षण के अवसर पर कैप्टन अश्वनी कुमार, ले विक्रांत कुमार, सेकंड ऑफिसर अनुज पांडेय, सेकंड ऑफिसर नीलिमा छेत्री, केयरटेकर (डॉ) छवि सिंह, सूबेदार मेजर अमर सिंह, सूबेदार पंकज पाल, सूबेदार राजेश, सूबेदार सुभाष चंद्रा, नायाब सूबेदार सुनील बिष्ट, बीएचएम केशवानंद, हवलदार पूरन सिंह नेगी, राजेन्द्र सिंह, जगत सिंह भंडारी, सहित कई लोग उपस्थित रहे।

ऑपरेशन प्रहारः पुलिस महानिदेशक ने... ◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

ने कहा कि उत्तराखंड पुलिस राज्य के हर नागरिक की सुरक्षा के लिए पूरी तरह सतर्क और प्रतिबद्ध है। अपराधियों, असामाजिक तत्वों और संगठित अपराध के खिलाफ "ऑपरेशन प्रहार" आगे भी और अधिक सख्ती और प्रभावशीलता के साथ जारी रहेगा।

बैठक में अपर पुलिस महानिदेशक, अपराध एवं कानून व्यवस्था वी. मुरुगेशन, अपर पुलिस महानिदेशक, प्रशासन ए.पी. अंशुमान, पुलिस महानिरीक्षक पी एंड एम/कार्मिक श्रीमती विम्मी सचदेवा, पुलिस महानिरीक्षक, दूरसंचार कृष्ण कुमार वी.के., पुलिस महानिरीक्षक, साइबर नीलेश आनन्द भरणे, पुलिस महानिरीक्षक, गढ़वाल परिक्षेत्र राजीव स्वरूप, पुलिस महानिरीक्षक, अपराध एवं कानून व्यवस्था सुनील कुमार मीणा, धीरेन्द्र गुंज्याल, पुलिस उप महानिरीक्षक अपराध एवं कानून व्यवस्था सहित अन्य वरिष्ठ पुलिस अधिकारीगण उपस्थित रहे।

कक्षा 12 तक आरटीई का दायरा बढ़ाने को मोर्चा ने भरी हुंकार

संवाददाता

देहरादून। जन संघर्ष मोर्चा के अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि कक्षा 12 तक आरटीई का दायरा बढाया जाये।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा के अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी के नेतृत्व में तहसील घेराव कर आरटीई (शिक्षा का अधिकार अधिनियम) का दायरा कक्षा 8 से बढाकर इंटरमीडिएट तक करने व कोटा 25 फीसदी से बढ़कर 35-40 फीसदी करने को लेकर मा. प्रधानमंत्री को संबोधित ज्ञापन उपजिलाधिकारी विकासनगर की गैर मौजूदगी में प्रशासनिक मुख्य प्रशासनिक अधिकारी श्री रयाल को सौंपा। नेगी ने कहा कि कहा कि वर्तमान में आरटीई (शिक्षा का अधिकार अधिनियम) के प्रावधानों के तहत आठवीं कक्षा तक निशुल्क शिक्षा मुहैया किए जाने हेतु केंद्र सरकार द्वारा प्रावधानित है, जो किसी भी सूरत में तर्कसंगत नहीं है। सरकार को इसको आठवीं कक्षा से बढाकर इंटरमीडिएट तक करना चाहिए, जिससे गरीब व मध्यम वर्गीय परिवार अपने बच्चों को अच्छी व गुणवत्तापूर्ण शिक्षा मुहैया करा सकें। इसके साथ-साथ सरकार द्वारा इस प्रावधान के तहत 25 फीसदी कोटा दाखिले हेतु निर्धारित है, जोकि नाकाफी है इसको बढाकर 35-40 फीसदी किए जाने की जरूरत है। नेगी ने कहा कि इस अधि नियम के तहत गरीब छात्रों को प्राइवेट व अन्य स्कूलों में आठवीं कक्षा तक तो नि:शुल्क शिक्षा मुहैया हो जाती है, लेकिन आठवीं के पश्चात छात्रों को या तो स्कूल छोड़ना पड़ता है या फिर सरकारी विद्यालयों में दाखिला लेना पड़ता है, जहां पढ़ाई -लिखाई में काफी भिन्नता होती है, जिस कारण उसका भविष्य खराब हो जाता है। सरकारी स्कूलों का हाल किसी से छिपा नहीं है। नेगी ने कहा कि एक और जहां सरकार सांसदों पर उनकी सुख -सुविधाओं, वेतन -भत्तों व पेंशनों पर प्रतिवर्ष करोड़ों रुपए खर्च कर रही है, वहीं दूसरी और अगर सरकार इन गरीब छात्रों पर खर्च करेगी तो देश की दशा और दिशा दोनों बदल सकती हैं। मोर्चा केंद्र सरकार से मांग करता है कि आरटीई का दायरा बढ़ाकर इंटरमीडिएट करे व 25 फीसदी कोटा के स्थान पर कम से कम 35-40 फीसदी निर्धारित करे,जिससे गरीबों को 12वीं कक्षा तक नि:शुल्क शिक्षा मुहैया हो सके। घेराव/प्रदर्शन में मोर्चा महासचिव आकाश पंवार, विजयराम शर्मा, दिलबाग सिंह, मोहम्मद आरिफ, अनुपम कपिल, हाजी असद, के.सी. चंदेल, अतुल हांडा, संजय गुप्ता, मोहम्मद नसीम, इस्लाम, राजेंद्र पंवार, विक्रम पाल, एम ए सिद्दीकी, आरपी भट्ट, वाहिद कुरैशी, विनोद जैन, विनय गुप्ता, महेंद्र सिंघल, प्रोविर दास, पूरन सिंह राघव, सुरजीत सिंह, युवराज तोमर, विनोद रावत, सलीम खान,विक्रम पाल, मनोज राय, महेंद्र भंडारी, मुकेश पसपोला, भीम सिंह बिष्ट, भगत सिंह चौधरी, बॉबी गुप्ता, जसकीरत सिंह, राघव भल्ला, पी.के.गोस्वामी, निर्मला देवी, प्रमोद शर्मा,भजन सिंह नेगी, शेर सिंह चौधरी,सफीक पांडे, गोविंद सिंह नेगी, नाजिर, जयपाल, मामराज, दरबान सिंह असवाल, दिनेश राणा, क्रिस्टीना, नसीम आदि मौजूद थे।

नशा तस्कर स्मैक सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

चंपावत। नशा तस्करी के खिलाफ बड़ी कार्यवाही करते हुए पुलिस ने एक शातिर को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 30.45 ग्राम स्मैक बरामद की गयी है। जानकारी के अनुसार बीते रोज एसओजी व थाना बनबसा पुलिस द्वारा नशा तस्करी की एक सूचना के बाद क्षेत्र में संयुक्त चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान जगबूड़ा पुल के पास 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 30.45 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम अजय राम उर्फ अज्जू उर्फ मंजन पुत्र स्व. शंकर राम, निवासी नई बस्ती नगला थाना झनकैया जनपद ऊधमसिंह नगर, हाल निवासी उचौलीगोठ टनकपुर, जनपद चम्पावत बताया। बताया कि वह उक्त स्मैक छिन्दर सिंह निवासी बिडौरा मझौला, नानकमत्ता जनपद ऊधमसिंह नगर से खरीदकर लाया था। पुलिस अब मामले में प्रकाश में आए आरोपी की भी तलाश कर रही है।

संजय चोपडा नवमी बार बने लघु व्यापार एसोसिशन के अध्यक्ष

संवाददाता

हरिद्वार। रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापार एसोसिएशन के नौंवी बार सजय चोपड अध्यक्ष बनाये गये।

आज यहां उत्तराखंड प्रदेश में रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों का मात्र एक संगठन लघु व्यापार एसो के तीन वर्षीय से चुनाव संपन्न हुए संरक्षक पंडित चंद्र प्रकाश शर्मा ने किया। अध्यक्षता में रेड़ी पटरी के लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों ने संगठन की सदस्यता लेकर संगठन के चुनाव पर्यवेक्षक अनिल शर्मा संयोजक तेज प्रकाश साहू, राजेश खुराना, संजय बंसल, लालचंद गुप्ता की संयुक्त अगवाई में प्रात 10:00 बजे स्थान गंगा सवेरा स्टैंड एंड कैफे के सभागार में हरिद्वार नगर निगम क्षेत्र के लघु व्यापारी स्ट्रीट वेंडर संगठनों के प्रतिनिधियों ने उत्साह के साथ तीन वर्षीय चुनाव प्रक्रिया में भाग लिया। चुनाव प्रक्रिया के दौरान चार नामांकन पत्रों पर आवेदन किया गया जिसमें नौंवी बार सभी की सहमति से प्रदेश अध्यक्ष संजय चोपड़ा चुने गए। प्रदेश महामंत्री राजकुमार एंथोनी प्रदेश कोषाध्यक्ष पंडित मनीष शर्मा सहायक कोषाध्यक्ष सचिन राजपूत चुनाव समिति द्वारा निर्वाचित घोषित किए गए। इस अवसर पर निर्विरोध निर्वाचित लघु व्यापार के प्रदेश अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा वर्ष 2002 से उत्तराखंड राज्य बन जाने के उपरांत प्रदेश भर में रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को संगठित कर संघर्ष करते चले आ रहे हैं। फुटपाथ के कारोबारी रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स के संघर्ष की बदौलत 2016 को उत्तराखंड सरकार द्वारा उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली शासन आदेश राज्य के सभी नगर निगम को निर्गत कराया गया। संजय चोपड़ा द्वारा चुनाव प्रबंधन कमेटी का धन्यवाद ज्ञापित कर सभी रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों का आभार प्रकट किया। व्यापार संगठन की चुनाव प्रक्रिया में भाग लेते विकास सक्सेना, मधुबन सिंह, दिलीप गुप्ता, वीरेंद्र गिरी, चरणजीत, चक्रवर्ती सिंह चौहान, कपिल सिंह, नीतीश अग्रवाल, सचिन राजपूत ,मोहनलाल ,पवन सिंह, सुनील कुकरेती, फूल सिंह, मनीष कुमार, ओमप्रकाश भाटिया, विजय गुप्ता,भोला यादव ,ओम प्रकाश सिंह, उमेश कुमार, आजम अंसारी ,धर्मपाल, जय भगवान, रणवीर सिंह, सुभाष कुमार, सुमन गुप्ता ,आशा देवी, अंजू पाल, सुनीता चौहान ,सनी मिश्रा, बबीता देवी आदि भारी तादाद में लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों ने संगठन की चुनाव प्रक्रिया में भाग लिया।

मानकों के विपरित संचालित 96 होमस्टे के डीएम ने किए पंजीकरण निरस्त

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी सविन बसंल के निर्देश पर जिला प्रशासन द्वारा बड़ी कार्रवाई करते हुए अब तक 96 होमस्टे का पंजीकरण निरस्त कर दिया गया है।

आज यहां जनपद में कानून व्यवस्था सुदृढ़ बनाए रखने तथा आमजन की सुरक्षा सुनिश्चित करने के उद्देश्य से जिलाधिकारी सविन बंसल के निर्देशानुसार होमस्टे संचालन की गहन जांच कराई जा रही है। जांच में मानकों का उल्लंघन पाए जाने पर जिला प्रशासन द्वारा बड़ी कार्रवाई करते हुए अब तक 96 होमस्टे का पंजीकरण निरस्त कर दिया गया है। जिसमें प्रथम चरण में 17 तथा द्वितीय चरण में 79 होमस्टे के पंजीकरण निरस्त कर दिए गए हैं। संबंधित होमस्टे को विभागीय वेबसाइट से भी विलोपित करने की प्रक्रिया प्रारम्भ कर दी है। जिले में होटल रूप में शहरी धनाडय अमीरों के होमस्टे पर डीएम ने कार्रवाई का डंडा चला दिया है। इसी क्रम में जिला प्रशासन की मजिस्ट्रेट टीमों ने अब

तक जिले के विभिन्न क्षेत्रों में 136 निरीक्षण करते हुए मानक विपरित संचालित मिले 96 होमस्टे का पंजीकरण निरस्त करते हुए पर्यटन वेबसाइट से विलोपित की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। जिला प्रशासन ने ऑपरेशन सफाई शुरू करते हुए प्रथम चरण में 17 तथा द्वितीय चरण में 79 अवैध होमस्टे का पंजीकरण निरसत कर दिया है तथा आगे भी कार्रवाई गतिमान रहेगी। विगत कई माह से शहर में बढती आपराधिक घटना नशे एवं ओवर स्पीड में वाहन चलाना अदि घटनाएं बढी है। जिसका एक बडेघ कारण में से एक होमस्टे में रात भर नियम विरूद्ध बार संचालन आदि निकल कर सामने आए है, जहां लाउड डीजे नशे गैर कानूनी गतिविधि के अड्डे बन रहे होमस्टे में उपद्रवी प्रवृत्ति के व्यक्तियों के ठहरने से आमजन की जान का खतरा बना हुआ है। इसी के मद्देनजर जिला प्रशासन ने सख्त रूख अख्तियार करते हुए होमस्टे का सत्यापन एवं निरीक्षण किया जा रहा है। होमस्टे होटल में निर्धारित प्रक्रिया पालन किए बिना पर्यटक एवं उपद्रवी प्रवृत्ति के लोग ठहराए जा रहे है। होमस्टे भी लीज पर संचालित हो रहे है जो जिले की कानून व्यवस्था के लिए चुनौती बन रहे है। उपद्रवी प्रवृत्ति के व्यक्तियों द्वारा शहर में हुड़दंग मचाने तथा नशे की हालत में ओवर स्पीड, पिस्टल तमचों से फायरिंग की घटनाएं भी सामने आ रही है। जिलाधिकारी ने कहा कि होमस्टे योजना का मूल उद्देश्य स्थानीय संस्कृति, पारंपरिक व्यंजनों के प्रचार-प्रसार तथा स्थानीय निवासियों की आय में वृद्धि करना है, किंतु निरीक्षण के दौरान कई होमस्टे का उपयोग होटल अथवा व्यावसायिक प्रतिष्ठान की भांति किया जाना पाया गया, जिससे अव्यवस्था एवं कानून-व्यवस्था पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा था।

जिलाधिकारी के निर्देशानुसार सहसपुर एवं रायपुर विकासखंड के नगरीय क्षेत्रों में पंजीकृत होमस्टे की जांच हेतु क्षेत्रवार समितियों का गठन किया गया। समितियों द्वारा निरीक्षण उपरांत 96 होमस्टे ऐसे पाए गए जो उत्तराखण्ड गृह आवास (होमस्टे) नियमावली के प्रावधानों के अनुरूप संचालित नहीं हो रहे थे। इन सभी के पंजीकरण निरस्त करने की संस्तुति की गई, जिसे स्वीकार करते हुए प्रशासन द्वारा कार्रवाई की गई। निरीक्षण के दौरान कई होमस्टे में रसोई की व्यवस्था नहीं पाई गई। अग्निशमन उपकरण अनुपलब्ध या उनकी वैधता समाप्त पाई गई। होमस्टे का उपयोग बारात घर एवं व्यावसायिक गतिविधियों के लिए किया जा रहा था। कई स्थानों पर स्वामी का निवास नहीं पाया गया तथा इकाइयों को लीज/किराये पर संचालित किया जा रहा था। निर्धारित क्षमता से अधिक कमरों का संचालन किया जा रहा था। विगत निरीक्षण में विदेशी नागरिकों के ठहराव की सूचना (सी-फॉर्म) उपलब्ध नहीं कराने सम्बन्धी घटनाएं प्रकाश में आई थी। कुछ होमस्टे पंजीकृत होने के बावजूद संचालित नहीं पाए गए।

वाहनों का चला सत्यापन, 13 वाहन जब्त

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वाहन चोरी की घटनाओं पर लगाम लगाने के लिए भगवानपुर पुलिस द्वारा खेलपुर गांव में वाहनों का सत्यापन अभियान चलाया गया। जिसमें 13 वाहन जब्त किये गये है। जानकारी के अनुसार भगवानपुर पुलिस द्वारा आज वाहन चोरी की घटनाओं पर लगाम लगाने हेतु ग्राम खेलपुर में वाहनों के सत्यापन के लिए सुबह 6 बजे से विशेष चेकिंग अभियान चलाया गया। चेकिंग के दौरान पुलिस द्वारा 200 से अधिक वाहन चेक किए गए एवं चेकिंग के दौरान वाहन का मालिकाना हक तस्दीक न होने व वाहनों पर नंबर प्लेट न होने के कारण 13 वाहनों को पुलिस द्वारा मौके पर जब्त किया गया जिनके संबंध में विस्तृत तस्दीक की जा रही है। प्रातः चले इस चेकिंग अभियान से बिना नंबर के वाहन रखने वालों के बीच खलबली मच गई पुलिस द्वारा इस चेकिंग अभियान से यह स्पष्ट संदेश दिया गया कि पुलिस की मंशा किसी को परेशान करने की नहीं है परंतु बिना रजिस्ट्रेशन बिना नंबर प्लेट के किसी भी प्रकार के वाहन को चलाना और रखना गैरकानूनी है। इस संबंध में आगे भी लगातार चेकिंग अभियान जारी रहेगा।

प्रधानमंत्री के आह्वान को देशवासियों को समझना होगा: अशोक वर्मा

हमारे संवाददाता

देहरादून। भाजपा नेता व उत्तराखंड पिछड़ा वर्ग कल्याण परिषद के उपाध्यक्ष अशोक वर्मा ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान को देशवासियों को समझना होगा और उसे पूरी गंभीरता के साथ लेना होगा। विश्व के हालात देखते हुए आने वाले समय में हमारे देश के लिए भी ईंधन की गंभीर समस्या उत्पन्न हो सकती है।

उन्होंने आमजन से अपील की है कि सभी लोग अपनी दिनचर्या बदलें और दो पहिया का इस्तेमाल कर आने वाले संकट की घड़ी को टालने का कर्तव्य प्रत्येक देशवासी का है। उन्होने कहा कि मैंने स्वयं दोपहिया और ई-रिक्शा का इस्तेमाल प्रारंभ कर दिया है। मेरी इस पहल से इस विश्व के सबसे बड़े लोकतंत्र भारत मे आने वाले संकट से मैं भी कुछ न कुछ पहल कर देश के काम आ सकूं।

उन्होने उत्तराखंड की जनता से अपील की है कि प्रधानमंत्री के आह्वान पर अमल करें, इससे यातायात की समस्या का भी निदान होगा साथ ही वैश्विक स्तर पर जो ईंधन की समस्या बनी है, उससे काफी हद तक निजाद मिलेगी।

'पौड़ी प्रगति पोर्टल' से विकास कार्यों पर रहेगी रियल टाइम निगरानी

हमारे संवाददाता

पौड़ी। विकास कार्यों को पारदर्शी, गुणवत्तापूर्ण एवं समयबद्ध बनाने की दिशा में जिला प्रशासन द्वारा एक महत्वपूर्ण पहल की गयी है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के सुशासन एवं पारदर्शी प्रशासन के संकल्प को आगे बढ़ाते हुए "पौड़ी प्रगति पोर्टल" लॉन्च किया गया है। यह अत्याधुनिक डिजिटल प्लेटफॉर्म जनपद में संचालित विभिन्न विकास योजनाओं की रियल टाइम मॉनिटरिंग सुनिश्चित करेगा।

जिला अर्थ एवं संख्याधिकारी राम सलोने ने जानकारी देते हुए बताया कि जिलाधिकारी स्वाति एस भदौरिया के निर्देशन में तैयार किए गए इस पोर्टल के माध्यम से जनपद में संचालित जिला योजना, राज्य सेक्टर, केंद्र पोषित तथा बाह्य सहायतित योजनाओं की वित्तीय एवं भौतिक प्रगति का नियमित अनुश्रवण किया जाएगा। इसके लिए सभी विभागों एवं उनके डिवीजनों को लॉगिन आईडी उपलब्ध कराई गई है, जिसके माध्यम से संबंधित अधिकारी अपने विभागों के स्वीकृत विकास कार्यों की प्रगति, व्यय विवरण एवं कार्यस्थल के फोटो समय-समय पर अपलोड करेंगे। उन्होंने बताया कि पोर्टल की विशेषता यह है कि इसके माध्यम से विकास खंडवार एवं विभागवार रिपोर्ट तत्काल प्राप्त की जा सकेगी। इससे उच्चाधिकारियों को योजनाओं की समीक्षा एवं निर्णय लेने में सुविधा मिलेगी। साथ ही कार्यों में हो रही देरी या लापरवाही को समय रहते चिन्हित कर आवश्यक कार्रवाई भी सुनिश्चित की जा सकेगी।

उल्लेखनीय है कि चालू वित्तीय वर्ष में आयोजित जिला योजना समिति की बैठक के दौरान जनपद पौड़ी के प्रभारी मंत्री एवं कैबिनेट मंत्री मदन कौशिक द्वारा "पौड़ी प्रगति पोर्टल" का औपचारिक शुभारंभ किया गया था। उन्होंने इस पहल को जनपद के समग्र विकास हेतु एक आधुनिक, प्रभावी एवं परिणामोन्मुखी कदम बताते हुए जिला प्रशासन की सराहना की। इस अवसर पर जिलाधिकारी स्वाति एस. भदौरिया ने कहा कि "पौड़ी प्रगति पोर्टल" विकास कार्यों की निगरानी के लिए एक सशक्त एवं पारदर्शी माध्यम के रूप में कार्य करेगा। उन्होंने बताया कि यह पोर्टल प्रशासनिक कार्यप्रणाली को अधिक प्रभावी, जवाबदेह एवं पारदर्शी बनाने के साथ-साथ विकास कार्यों की गुणवत्ता और प्रगति पर सतत निगरानी रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

उन्होंने कहा कि जिला प्रशासन का उद्देश्य जनपद में संचालित सभी योजनाओं को निर्धारित समयसीमा के भीतर पूर्ण कर उनका लाभ अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाना है। प्रौद्योगिकी के प्रभावी उपयोग के माध्यम से प्रशासनिक कार्यप्रणाली को और अधिक सुदृढ़ बनाया जा रहा है तथा "पौड़ी प्रगति पोर्टल" इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है, जो जनपद पौड़ी गढ़वाल को विकास के नए आयाम प्रदान करेगा।

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 सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

नोट: सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।