शुक्रवार
29 मई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 125
● 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

मसूरी में आंधी-तूफान से भारी तबाही

●पेड़ और बिजली लाइनें गिरीं, कई क्षेत्रों में हुआ नुकसान

हमारे संवाददाता

देहरदून। पहाड़ों की रानी मसूरी में देर रात आये तेज आंधी-तूफान और मूसलाधार बारिश ने शहर के कई स्थानों पर भारी तबाही मचा दी, जिससे जन जीवन बुरी तरह प्रभावित हो गया। शहर के कई इलाकों में पेड़ गिरने, भवनों को नुकसान पहुंचने और सड़कें बाधित होने की घटनाएं भी सामने आईं।

पहाड़ों की रानी मसूरी में देर रात आए तेज आंधी-तूफान और मूसलाधार बारिश ने भारी तबाही मचा दी। तेज हवाओं और लगातार हो रही बारिश से शहर की रफ्तार पूरी तरह थम गई और जनजीवन बुरी तरह प्रभावित हुआ। शहर के कई इलाकों में पेड़ गिरने, भवनों को नुकसान पहुंचने और सड़कें बाधित होने की घटनाएं सामने आईं। हालांकि, गनीमत रही कि किसी प्रकार की जनहानि नहीं हुई, वरना हादसे बड़े रूप ले सकते थे। वहीं, मसूरी में बिजली सेवा और पेयजल सेवा भी प्रभावित हो गई है, जिससे लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। प्रशासन और राहत टीमें देर रात तक हालात सामान्य करने में जुटी रहीं। घटना की सूचना मिलते ही पालिकाध्यक्ष मीरा सकलानी अधिकारियों और सभासदों के साथ प्रभावित क्षेत्रों में पहुंचीं और हालात का जायजा लिया।

मौसम खराब होने के कारण देर रात तक कई मार्गों पर आवाजाही प्रभावित रही। नगर पालिका और प्रशासन की टीमें मलबा और गिरे पेड़ों को हटाने में जुटी रहीं। मौसम विभाग ने आगामी दिनों में भी तेज बारिश और आंधी की संभावना जताई है, जिससे लोगों को सतर्क रहने की सलाह दी गई है। वहीं स्थानीय लोगों का कहना है कि मसूरी में हर बरसात के मौसम में सूखे और जर्जर पेड़ खतरा बने रहते हैं।

तेज बारिश और तूफान के दौरान ये पेड़ कभी भी गिर सकते हैं, जिससे जानमाल का बड़ा नुकसान होने की आशंका बनी रहती है। लोगों ने प्रशासन और वन विभाग से तत्काल संयुक्त अभियान चलाकर खतरनाक पेड़ों को चिन्हित कर हटाने की मांग की है। बताया जा रहा है कि आधी तूफान से दुगगल विला, हुसैनगंज, तिलक रोड ,बीएसएनएल कार्यालय क्षेत्र और अन्य इलाकों में भी पेड़ गिरने व संपत्तियों को भी नुकसान पहुंचा है। तेज तूफान के चलते बीएसएनएल कार्यालय की टिन की छत उड़कर मुख्य सड़क पर आ गिरी। वहीं कार्यालय परिसर के पास खड़ा एक बड़ा पेड़ भी टूटकर भवन पर गिर पड़ा। देर रात अचानक हुए इस घटनाक्रम से क्षेत्र में अफरा-तफरी मच गई। स्थानीय लोगों ने किसी तरह सुरक्षित स्थानों पर पहुंचकर जान बचाई।

ट्रक दुर्घटनाग्रस्त, महिला व ड्राइवर की मौत

हमारे संवाददाता

देहरादून। सड़क हादसे में एक ट्रक के नीचे खेत में गिर जाने से जहां चालक की मौत हो गयी वहीं हादसे के दौरान ट्रक की चपेट में आये डिवाडरों के पास कीं झोपड़ी रह रहीं एक महिला के ऊपर गिर जाने से महिला की भी मौके पर मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस व एसडीआरएफ ने मौके पर पहुंच कर दोनो मृतकों को बाहर निकाला और स्थानीय पुलिस की सुपुर्दगी में दे दिया है।

हादसा ऋषिकेश के पास भद्रकाली तिराहे से आगे ब्रह्मानंद मोड़ के पास हुआ है। यहां एक ट्रक अनियंत्रित होकर दुर्घटनाग्रस्त हो गया। दर्दनाक हादसे में वाहन चालक एवं एक अन्य महिला की

मौके पर ही मौत हो गई। हादसा इतना भयावह था कि ट्रक सड़क से सीधे 20 मीटर नीचे खेत में जा गिरा और ट्रक के साथ सड़क पर लगे दो कंक्रीट के डिवाइडर सीधे सड़क के बांयी ओर झोपड़ी में रह रही महिला के ऊपर जा गिरे जिससे उस महिला की मौके पर ही मौत हो गई। वाहन चालक की भी ट्रक की चपेट में आने से मौत हो गई।

घटना की सूचना प्राप्त होते ही एसडीआरएफ की टीम एवं स्थानीय पुलिस तत्काल मौके पर पहुंची। एसडीआरएफ टीम द्वारा डिवाइडर के नीचे दबी महिला को निकालकर अस्पताल पहुंचाया गया। वाहन चालक को टीम के पहुंचने से पहले ही अस्पताल पहुंचा दिया गया था। मृतकों पहचान चालक फारुख, निवासी बहादरपुर लक्सर हरिद्वार व कौशल्या पत्नी सुरेश, उम्र 42 वर्ष, निवासी बावाडी शिवपुरी के रूप में हुई है।

दून वैली मेल

संपादकीय

युवा शक्ति का सड़कों पर आना?

भले ही भाजपा राज्य दर राज्य अपनी चुनावी जीतों के साथ इस भ्रम को बनाए रखने का प्रयास कर रही हो कि वही देश की जनप्रिय राजनीतिक पार्टी है और उसे कोई परास्त नहीं कर सकता है लेकिन यह सच इससे बिल्कुल इतर है। 2024 के चुनावी परिणामों ने भाजपा नेताओं को यह बताने की कोशिश जरूर की थी कि वह हवा के रुख को समझे लेकिन 400 के पार का नारा देने वाली पार्टी के नेताओं ने ढाई सौ से भी नीचे सिमट जाने के बावजूद इस सच को नकार दिया। भाजपा को कोई नहीं हरा सकता है और उसकी लोकप्रियता अभी भी शिखर पर है इस भ्रम को बनाए रखने के लिए एड़ी चोटी के प्रयासों में जुटे भाजपा नेताओं के इस भ्रम को कॉकरोच जनता पार्टी ने एक पल में तोड़ दिया है जबकि वह अभी किसी राजनीतिक दल का आकार भी नहीं ले सकी है। कॉकरोच जनता पार्टी जो अभी सिर्फ डिजिटल प्लेटफॉर्म पर है उसके फॉलोअर जिस गति से बढ़े हैं तथा देश के तमाम राज्यों में स्वस्फूर्त प्रदर्शन बिना किसी नेतृत्व के दिखाई दे रहे हैं उसने भाजपा के नेताओं और सरकार के अंदर इतनी बेचैनी पैदा कर दी है कि उनकी नींद हराम हो चुकी है। सीजेपी के फाउंडर जिन्होंने देश की सर्वोच्च अदालत के शिखर पर बैठे मुख्य न्यायाधीश की एक टिप्पणी मात्र युवा बेरोजगारों के लिए प्रयोग किए गए कॉकरोच शब्द पर की गई एक प्रतिक्रिया ने जो क्रांति का बीज बोया था वह इतना प्रभावी हो सकता है कोई भी इसकी कल्पना तक नहीं कर सकता था लेकिन अब यह चर्चा व्यर्थ हो चुकी है। भले ही देश का विपक्ष खासकर नेता विपक्ष राहुल गांधी उन मुद्दों पर लंबे समय से सत्ता पक्ष के साथ संघर्ष कर रहे थे और वह आंशिक रूप से सफल होते भी दिख रहे थे लेकिन सीजेपी ने जिस तरह से देश की राजनीति में तहलका मचा दिया है वह अद्भुत है। सीजेपी ने अभी तक अपना सिर्फ पांच सूत्रीय एजेंडा ही जारी किया है लेकिन वह नेता विपक्ष राहुल गांधी के एजेंडे से इस कदर मैच करता है कि भावी भविष्य में कांग्रेस और सीजेपी एक मंच पर आ सकते हैं। इसकी संभावनाओं पर भी चर्चाएं शुरू हो चुकी है। राहुल गांधी का कहना है कि एक साल के अंदर मोदी सरकार चली जाएगी। उनकी इस घोषणा के पीछे कोई दबा छिपा एजेंडा नहीं है वह इस युवा शक्ति के सड़कों पर आने को ही इसका कारण बता रहे हैं। अगर इसके पीछे के कारणों पर ईमानदारी से विचार मंथन हो तो इसे कम शब्दों में अति से अंत की ओर जाना ही कहा जा सकता है। देश की जो युवा शक्ति देश की सबसे बड़ी ताकत थी उसके साथ क्या हो रहा है उसे नीट से लेकर सीबीएसई की परीक्षाओं में जो हो रहा है तथा देश के युवाओं को रोजगार के लिए भटकना पड़ रहा है देश में महंगाई और भ्रष्टाचार ने जो लोगों का जीवन तबाह कर रखा है तथा संवैधानिक व्यवस्थाओं की जिस तरह से सत्ता में बैठे लोगों द्वारा धज्जियां उड़ाई जा रही है और देश की न्यायपालिका भी उनकी हितों की रक्षा नहीं कर पा रही है, ही अहम कारण है। खास बात यह है कि अब यह सब कुछ युवाओं की सहनशक्ति से बाहर हो गया है और वह इस चक्रव्यूह को तोड़ने के लिए कुछ भी कुर्बानी देने को अमादा है। सत्ता में बैठे लोगों को भी इस बात का एहसास हो चुका है कि यह आग अब इतनी भड़क चुकी है कि इसे बुझाना आसान नहीं होगा। अब उनके द्वारा युवाओं को यह भरोसा दिलाया जा रहा है कि उनके साथ नाइंसाफी नहीं होने दी जाएगी। वह हर स्तर पर रिफॉर्म करेंगे लेकिन युवाओं को अब वायदो और बांतो से संतुष्ट किया जाना बहुत मुश्किल है उनका साफ कहना है कि 12 साल से आप क्या कर रहे थे? यही नहीं युवा अब यह भी पूछ रहे हैं कि ऐसे हालात पैदा किसने किए हैं।

इंडियन किसान यूनियन ने मनाई चौ. चरण सिंह की 39वीं पुण्यतिथि

संवाददाता

देहरादून। इंडियन किसान यूनियन व भारतीय सर्व समाज महासंघ ने पूर्व प्रधामंत्री चौधरी चरण सिंह की 39वीं पुण्यतिथि पर उनको श्रद्धांजलि दी।

आज यहां इंडियन किसान यूनियन तथा भारतीय सर्व समाज महासंघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष रामकुमार वालिया ने आज यहां उत्तराखंड की राजधानी देहरादून में शिमला बाईपास पर देश के पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय चौधरी चरण सिंह की मूर्ति पर माल्यार्पण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इंडियन किसान यूनियन के राष्ट्रीय अध्यक्ष राम कुमार वालिया पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय चौधरी चरण सिंह को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि चौधरी चरण सिंह पूरे देश के एक ऐसे जन-जन के नेता थे जिन्होंने देश के लिए हर वर्ग समाज के हितों को लेकर हृदय से कार्य किया। उन्होंने कहा कि पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय चौधरी चरण सिंह ने देश के किसानों को हमेशा ही भरपूर सम्मान और ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

उत्तराखंड में विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-21)

2027 के विधानसभा चुनाव में विकास मॉडल पर आमने-सामने हो सकते हैं सत्ता और विपक्ष

'डबल इंजन' बनाम 'पहाड़ का दर्द'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 जैसे-जैसे नजदीक आ रहे हैं, वैसे-वैसे राज्य की राजनीति में विकास माडल सबसे बड़ा चुनावी मुद्दा बन सकता है। भाजपा जहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में अपने डबल इंजन विकास माडल को जनता के सामने रखेगी, वहीं कांग्रेस और क्षेत्रीय दल इसी माडल की जमीनी हकीकत पर सवाल खड़े करने की तैयारी में हैं। उत्तराखंड राज्य बनने के 27 साल बाद भी पहाड़ पलायन, बेरोजगारी, स्वास्थ्य और शिक्षा जैसी बुनियादी समस्याओं से जूझ रहा है। ऐसे में आगामी चुनाव में जनता यह सवाल पूछ सकती है कि आखिर उत्तराखंड का वास्तविक विकास माडल क्या है और उसका लाभ आम लोगों तक कितना पहुंचा?

●भाजपा विकास कार्यों को बनाएगी चुनावी हथियार, विपक्ष उठाएगा जमीनी सवाल
●सड़क, पर्यटन और निवेश के दावों के बीच पलायन-बेरोजगारी पर घिरेगी सरकार
●पहाड़ के गांव, रोजगार और स्वास्थ्य सेवाओं को लेकर जनता के बीच बढ़ेगी बहस

भाजपा सरकार मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में सड़कों, एक्सप्रेस-वे, आल वेदर रोड, रेल परियोजनाओं, पर्यटन कारिडोर, धार्मिक पुनर्निर्माण और निवेश सम्मेलनों को अपने विकास मॉडल की पहचान के रूप में पेश कर रही है। हाल ही में पेश किए गए 1.11 लाख करोड़ रुपये के बजट में भी सरकार ने इंफ्रास्ट्रक्चर, युवा, महिला और ग्रामीण विकास पर फोकस दिखाया है।

भाजपा का दावा है कि डबल इंजन सरकार के कारण उत्तराखंड में सड़क, स्वास्थ्य, पर्यटन और निवेश के क्षेत्र में अभूतपूर्व काम हुए हैं। केदारनाथ पुनर्निर्माण, चारधाम यात्रा प्रबंधन, होम-स्टे नीति, नए मेडिकल कालेज और सीमांत क्षेत्रों में सड़क नेटवर्क को पार्टी अपनी उपलब्धियों के रूप में गिना रही है। पार्टी संगठन पहले ही मिशन-2027 के लिए सक्रिय दिखाई दे रहा है और मुख्यमंत्री धामी को चुनाव का चेहरा बनाए जाने के संकेत भी साफ दिख रहे हैं।

हालांकि विपक्ष इसी विकास माडल पर सबसे ज्यादा हमला बोलने की तैयारी में है। कांग्रेस का आरोप है कि सरकार का विकास केवल कागजों और विज्ञापनों तक सीमित है। पहाड़ों से लगातार पलायन, गांवों में खाली घर, अस्पतालों में डाक्टरों की कमी, सरकारी स्कूलों की बदहाली और युवाओं में बढ़ती बेरोजगारी विपक्ष के प्रमुख मुद्दे बन सकते हैं। कांग्रेस यह भी सवाल उठा रही है कि यदि विकास हुआ है तो पहाड़ों के दूरस्थ गांव आज भी सड़क, इंटरनेट और स्वास्थ्य सेवाओं से क्यों जूझ रहे हैं? राज्य में बढ़ती आपदाएं, जंगल की आग, पेयजल संकट और अनियोजित शहरीकरण को भी विपक्ष विकास माडल की विफलता के तौर पर पेश करने की रणनीति बना रहा है। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि 2027 का चुनाव विकास के दावे बनाम विकास की हकीकत पर केंद्रित हो सकता है। भाजपा जहां बड़े प्रोजेक्ट, धार्मिक पर्यटन और निवेश को अपनी ताकत बताएगी, वहीं विपक्ष गांव, किसान, रोजगार और पलायन जैसे स्थानीय मुद्दों को जनता के बीच ले जाएगा। क्षेत्रीय दल भी इस बहस को पहाड़ बनाम मैदान के नजरिये से देखने की कोशिश कर रहे हैं। सोशल मीडिया और युवाओं के बीच यह चर्चा तेजी से बढ़ रही है कि राज्य का विकास माडल स्थानीय संसाधनों, रोजगार और पहाड़ी अस्मिता को कितना मजबूत कर पाया है।

विशेषज्ञों का कहना है कि उत्तराखंड में अब केवल सड़क और भवन निर्माण को विकास नहीं माना जाएगा। जनता रोजगार, शिक्षा, स्वास्थ्य, पलायन रोकने और गांवों को जीवित रखने वाले माडल की तलाश में है। ऐसे में 2027 का चुनाव इस बात का फैसला भी करेगा कि उत्तराखंड भविष्य में धार्मिक पर्यटन आधारित विकास माडल पर आगे बढ़ेगा या स्थानीय जरूरतों और पहाड़ी अर्थव्यवस्था पर आधारित नए माडल की मांग तेज होगी।

पीएम मोदी की ऊर्जा बचत की अपील के बीच दून में भाजपा का शक्ति प्रदर्शन

काफिले की 'रफ्तार' पर सियासी 'रार'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष के उत्तराखंड दौरे के दौरान जौलीग्रांट एयरपोर्ट से देहरादून स्थित पार्टी मुख्यालय तक निकले वाहनों के लंबे काफिले ने राजनीतिक बहस छेड़ दी है। एक ओर भाजपा इसे कार्यकर्ताओं के उत्साह और संगठन की ताकत बता रही है, वहीं विपक्ष ने इसे फिजूल शक्ति प्रदर्शन बताते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की ऊर्जा बचत और पर्यावरण संरक्षण की अपील से जोड़कर सवाल उठाए हैं।

❑जौलीग्रांट एयरपोर्ट से पार्टी मुख्यालय तक वाहनों की लंबी कतार से कई जगह जाम जैसे हालात
❑विपक्ष ने पीएम मोदी की ऊर्जा बचत अपील का हवाला देकर भाजपा को घेरा
❑भाजपा बोली कार्यकर्ताओं का उत्साह लोकतंत्र की ताकत, विपक्ष कर रहा अनावश्यक राजनीति
❑सोशल मीडिया पर भी रोड शो और वाहनों के काफिले को लेकर छिड़ी बहस

राष्ट्रीय अध्यक्ष के स्वागत के लिए एयरपोर्ट से लेकर शहर तक बड़ी संख्या में भाजपा कार्यकर्ता वाहनों के साथ पहुंचे। कई किलोमीटर तक चले काफिले के कारण रास्ते में ट्रैफिक की रफ्तार धीमी पड़ गई। आम लोगों को जगह-जगह जाम और असुविधा का सामना करना पड़ा। दफ्तर जाने वाले लोग, स्कूली वाहन और रोजमर्रा के काम से निकलने वाले नागरिक लंबे समय तक यातायात में फंसे रहे।

प्रदेश कांग्रेस नेताओं ने इस पूरे घटनाक्रम को भाजपा की दिखावटी राजनीति करार दिया। कांग्रेस के एक वरिष्ठ नेता ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी लगातार ऊर्जा बचत, ईंधन बचाने और कार्बन उत्सर्जन कम करने की अपील करते हैं, लेकिन उनकी ही पार्टी के नेता सैकड़ों गाड़ियों के काफिले निकालकर विपरीत संदेश दे रहे हैं। कांग्रेस नेताओं ने कहा कि जिस राज्य में आम आदमी महंगे पेट्रोल-डीजल से परेशान है, वहां राजनीतिक रोड शो के नाम पर ईंधन की बर्बादी जनता को खटक रही है। विपक्ष ने यह भी आरोप लगाया कि सत्ता का प्रभाव दिखाने के लिए आम जनता की सुविधा को नजरअंदाज किया गया।

भाजपा नेताओं ने विपक्ष के आरोपों को निराधार बताया है। पार्टी पदाधिकारियों का कहना है कि राष्ट्रीय अध्यक्ष का उत्तराखंड आगमन कार्यकर्ताओं के लिए उत्साह का विषय था और बड़ी संख्या में लोगों का स्वागत के लिए पहुंचना स्वाभाविक है। भाजपा नेताओं का कहना है कि लोकतंत्र में राजनीतिक दलों के कार्यक्रम और स्वागत यात्राएं नई बात नहीं हैं। पार्टी ने यह भी कहा कि यातायात व्यवस्था बनाए रखने के लिए प्रशासन ने आवश्यक इंतजाम किए थे और विपक्ष केवल राजनीतिक लाभ लेने की कोशिश कर रहा है।

काफिले को लेकर आम नागरिकों में भी मिली-जुली प्रतिक्रियाएं देखने को मिलीं। कुछ लोगों ने इसे बड़े नेताओं के स्वागत की परंपरा बताया, जबकि कई लोगों ने सोशल मीडिया पर ट्रैफिक अव्यवस्था और ईंधन की बर्बादी को लेकर नाराजगी जाहिर की। देहरादून निवासी एक व्यापारी ने कहा कि अगर ऊर्जा बचाने और प्रदूषण कम करने की बात होती है तो नेताओं को भी उदाहरण पेश करना चाहिए। वहीं एक भाजपा समर्थक ने कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष का स्वागत करना कार्यकर्ताओं का उत्साह है, इसे गलत तरीके से नहीं देखना चाहिए।

राजनीतिक जानकार मानते हैं कि विधानसभा चुनाव 2027 से पहले ऐसे आयोजन शक्ति प्रदर्शन का माध्यम बनेंगे। भाजपा जहां बड़े जनसमर्थन को अपनी ताकत के रूप में पेश करेगी, वहीं विपक्ष इन्हें जनता की समस्याओं और वीआईपी संस्कृति से जोड़कर घेरने की कोशिश करेगा। फिलहाल देहरादून का यह रोड शो केवल राजनीतिक कार्यक्रम नहीं रहा, बल्कि इसने ऊर्जा बचत बनाम राजनीतिक शक्ति प्रदर्शन की बहस को भी तेज कर दिया है।

सिरोड़ी में किसानों को रासायनिक उर्वरकों के दुष्प्रभाव बताए

नैनीताल(आरएनएस)। राष्ट्रीय पादप आनुवंशिक संसाधन ब्यूरो क्षेत्रीय केंद्र की ओर से सिरोड़ी ग्रामसभा में 'उर्वरकों का संतुलित प्रयोग' विषय पर जागरूकता एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया।

ग्राम प्रधान नीमा बिष्ट की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में ग्रामीणों और काश्तकारों को प्राकृतिक एवं जैविक खेती के महत्व की जानकारी दी गई।वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. ममता आर्य ने कहा, कि खेती में अत्यधिक रासायनिक उर्वरकों और कैमिकल के प्रयोग से मिट्टी की उर्वरता लगातार कम हो रही है। फल एवं सब्जियों की गुणवत्ता प्रभावित होने के साथ इसका सीधा असर लोगों के स्वास्थ्य पर भी पड़ रहा है। किसानों से अपील की गई, कि वे दोबारा प्राकृतिक और जैविक खेती की ओर लौटें।जिससे मिट्टी की सेहत के साथ पर्यावरण और मानव स्वास्थ्य भी सुरक्षित रह सके। प्रशिक्षण के दौरान किसानों को घर में उपलब्ध गाय के गोबर, गोमूत्र और पेड़ों की पत्तियों से जैविक खाद तैयार करने की विधि सिखाई गई।

प्रभारी अधिकारी डॉ. राहुल देव ने बताया कि सिरोड़ी और भवाली क्षेत्र के ग्रामीणों एवं काश्तकारों को लगातार प्रशिक्षण देकर संतुलित उर्वरक उपयोग और जैविक खेती के लिए प्रेरित किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि आने वाले समय में अधिक से अधिक किसानों को इस अभियान से जोड़ा जाएगा। इस दौरान ग्राम प्रधान नीमा बिष्ट, प्रभारी अधिकारी डॉ. राहुल देव, वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. ममता आर्य, तकनीकी अधिकारी दयाल सिंह, तकनीकी अधिकारी गोपाल सिंह, तकनीशियन गिरीश चंद्र आदि मौजूद रहे।

इग्नू में जुलाई सत्र के नए प्रवेश व पुनः पंजीकरण प्रकिया शुरू

पिथौरागढ़। इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय ने जुलाई 2026 सत्र के लिए नए प्रवेश व पुनः पंजीकरण की प्रक्रिया शुरू कर दी है।

एलएसएम कैंपस पिथौरागढ़ की इग्नू समन्वयक डॉ. गरिमा पुनेठा ने बताया कि इच्छुक विद्यार्थी 15 जुलाई तक विभिन्न ऑनलाइन व ओडीएल कार्यक्रमों में प्रवेश ले सकते हैं। जबकि पुनः पंजीकरण की अंतिम तिथि 30 जून निर्धारित की गई है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी इग्नू की आधिकारिक वेबसाइट ignou.ac.in पर जाकर एडमिशन व पुनः पंजीकरण की प्रक्रिया पूरी कर सकते हैं। पात्र छात्र नेशनल स्कॉलरशिप पोर्टल scholarships.gov.in के माध्यम से छात्रवृत्ति के लिए भी आवेदन कर सकते हैं।

डॉ. गरिमा ने बताया कि उत्तराखंड के विभिन्न जिलों में इग्नू अध्ययन केंद्र संचालित हैं। जहां से विद्यार्थी दूरस्थ शिक्षा व प्रवेश संबंधी जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने विद्यार्थियों से आवेदन के समय अपना व्यक्तिगत मोबाइल नंबर, ईमेल आईडी दर्ज करने की अपील की है, ताकि विश्वविद्यालय की महत्वपूर्ण सूचनाएं सीधे उन तक पहुंच सकें।

श्रमिकों ने किया श्रम प्रवर्तन निरीक्षक का घेराव

काशीपुर(आरएनएस)। अप्रैल माह का वेतन और पांच वर्षों का पीएफ दिलाने की मांग को लेकर बुधवार को कुंडेश्वरी स्थित विवि मेड कंपनी के श्रमिकों ने श्रम प्रवर्तन निरीक्षक का घेराव किया।

निरीक्षक ने रुके हुए वेतन के संबंध में कंपनी के एचआर हेड से वार्ता की। उन्होंने एक दो दिन में रुके हुए वेतन का भुगतान कराने का आश्वासन दिया है। कुंडेश्वरी स्थित विवि मेड कंपनी एनसीएलटी में चली गई है। जिस कारण कंपनी में उत्पादन ठप है। इस कारण कर्मियों की अप्रैल माह के वेतन का भुगतान भी नहीं हो सका है। और न ही उन्हें वर्ष 2021से ईपीएफ की राशि का भुगतान हुआ है। रुके हुए वेतन की मांग को लेकर कंपनी के श्रमिक बुधवार को श्रम प्रवर्तन कार्यालय पहुंचे। उन्होंने श्रम प्रवर्तन निरीक्षक बलराम सिंह तोमर का घेराव कर रुका हुआ वेतन और ईपीएफ का भुगतान कराने की मांग की।

श्रम प्रवर्तन निरीक्षक तोमर ने रुके हुए वेतन के संबंध में कंपनी के एचआर हेड विनय पलित से वार्ता की। उन्होंने बताया कि कंपनी एनसीएलटी में चली गई है। ऐसे में वेतन का भुगतान भी एनसीएलटी की अनुमति से ही होता है। बताया कि वहां से वेतन निर्गत करने के आदेश हो चुके है। जल्द ही वेतन वितरण कर दिया जाएगा।घेराव करने वालों में मनोज खंडूरी, सिंहराज, मोनू, मुकेश शर्मा, पूरन नेगी, जितेंद्र सिंह आदि मौजूद रहे।

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

परंपरा, सौंदर्य और पहाड़ी संस्कृति की पहचान बनी सदियों पुरानी विरासत

टिहरी की नथ: पहाड़ की 'ध्याण' के श्रृंगार का 'गौरव'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। 'तेरी टिहरी की नथुली सुआ, सैंण-सैंण मा लश्कारी...' पहाड़ में जब-जब इस गढ़वाली गीत की धुन कानों में पड़ती है तो पहाड़ की ध्याण के चेहरे पर पहाड़ की शान टिहरी की नथ आखों के सामने इसका दृश्य दिखता है। उत्तराखंड के गढ़वाल क्षेत्र की संस्कृति जितनी समृ(और रंगीन है, उतनी ही खास उसकी पारंपरिक वेशभूषा और आभूषण भी हैं। इन्हीं में सबसे खास पहचान रखती है टिहरी की नथ जिसे गढ़वाल की शान कहा जाता है। पहाड़ की महिलाओं के सौंदर्य, सम्मान और पारंपरिक गौरव का प्रतीक मानी जाने वाली यह नथ आज भी अपनी अलग पहचान बनाए हुए है।

❑सोने की कारीगरी में झलकती पहाड़ की समृद्ध संस्कृति
❑समय बदला लेकिन नथ का सम्मान आज भी है कायम
❑नई पीढ़ी फैशन के साथ अपनी परंपरा को भी दे रही जगह

गढ़वाली विवाह की कल्पना टिहरी की नथ के बिना अधूरी मानी जाती है। बड़े आकार की यह सोने की नथ केवल आभूषण नहीं, बल्कि सामाजिक प्रतिष्ठा और सांस्कृतिक विरासत का प्रतीक भी रही है। पुराने समय में परिवार की आर्थिक स्थिति और सामाजिक सम्मान का अंदाजा भी महिलाओं द्वारा पहनी जाने वाली नथ से लगाया जाता था।

कहा जाता है कि टिहरी रियासत के दौर में इस नथ को विशेष पहचान मिली। राजघरानों और समृ(परिवारों की महिलाएं बड़े आकार की नथ पहनती थीं, जिसके बाद धीरे-धीरे यह परंपरा गांव-गांव तक पहुंच गई। समय के साथ टिहरी की नथ गढ़वाल की सांस्कृतिक पहचान बन गई।

इस नथ की खासियत इसका बड़ा गोल आकार और उसमें जड़े जाने वाले मोती व लाल-हरे नग होते हैं। पारंपरिक रूप से इसे सोने से तैयार किया जाता है और कई बार इसका वजन भी काफी अधिक होता है। शादी के दौरान दुल्हन जब पारंपरिक गढ़वाली वेशभूषा के साथ टिहरी की नथ पहनती है तो उसका रूप अलग ही दिखाई देता है। गढ़वाल में नथ केवल श्रृंगार का हिस्सा नहीं, बल्कि भावनाओं और परंपराओं से भी जुड़ी हुई है। कई परिवारों में यह पीढ़ी दर पीढ़ी विरासत के रूप में सौंपी जाती है। दादी-नानी की नथ आज भी परिवारों में संभालकर रखी जाती है और विशेष अवसरों पर नई पीढ़ी उसे गर्व के साथ पहनती है।

पहाड़ के लोकगीतों और लोकनृत्यों में भी टिहरी की नथ का जिक्र अक्सर सुनाई देता है। गढ़वाली गीतों में दुल्हन की सुंदरता और उसकी नथ की चमक को खास तौर पर दर्शाया जाता रहा है। समय के साथ फैशन और जीवनशैली में काफी बदलाव आया है, लेकिन टिहरी की नथ का आकर्षण आज भी कम नहीं हुआ। अब युवा पीढ़ी पारंपरिक डिजाइनों के साथ हल्के और आधुनिक स्टाइल की नथ भी पसंद कर रही है। कई फैशन डिजाइनर और ज्वेलरी कलाकार भी गढ़वाली नथ को नए अंदाज में पेश कर रहे हैं।

सोशल मीडिया और उत्तराखंडी सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने भी इस पारंपरिक आभूषण को नई पहचान दी है। पहाड़ी विवाहों में अब भी दुल्हन की सबसे खास पहचान उसकी बड़ी और खूबसूरत नथ ही मानी जाती है। विशेषज्ञों का मानना है कि उत्तराखंड की पारंपरिक कला और आभूषणों को संरक्षित करना बेहद जरूरी है। टिहरी की नथ केवल एक गहना नहीं, बल्कि गढ़वाल की सांस्कृतिक आत्मा का हिस्सा है। बदलते दौर में नई पीढ़ी यदि अपनी इस विरासत को अपनाए रखेगी, तो पहाड़ की पहचान और भी मजबूत होगी। टिहरी की नथ आज भी यह एहसास कराती है कि आधुनिकता की दौड़ में भी पहाड़ अपनी परंपराओं और संस्कृति को गर्व के साथ जीवित रखे हुए है।

ऊर्जा संरक्षण जागरूकता कार्यक्रम में छात्र-छात्राएं बने ऊर्जा राजदूत

हरिद्वार(आरएनएस)। ऊर्जा संरक्षण और पर्यावरण जागरूकता को लेकर शिक्षा विभाग और उत्तराखंड अक्षय ऊर्जा विकास अभिकरण (उरेडा) के संयुक्त तत्वावधान में जनपद स्तरीय कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें विभिन्न विद्यालयों के चयनित छात्र-छात्राओं को 'युवा नवीनीकरण ऊर्जा राजदूत' के रूप में सम्मानित किया गया।

कार्यक्रम का आयोजन राजकीय इंटर कॉलेज भेल सेक्टर-1 में किया गया। इससे पहले जनपद के छह विकासखंडों के विद्यालयों में साप्ताहिक स्तर पर क्विज, निबंध, पोस्टर और नारा लेखन प्रतियोगिताएं आयोजित की गई थीं। विकासखंड स्तर पर चयनित प्रतिभागियों ने जनपद स्तरीय कार्यक्रम में हिस्सा लिया। मुख्य अतिथि खंड शिक्षा अधिकारी बहादराबाद भीकम सिंह ने छात्र-छात्राओं को ऊर्जा संरक्षण और पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक रहने के लिए प्रेरित किया।

उरेडा के वरिष्ठ परियोजना अधिकारी युद्धवीर सिंह बिष्ट ने कहा कि वर्तमान समय में ऊर्जा और पर्यावरण संरक्षण मानव जीवन की महत्वपूर्ण आवश्यकता बन चुका है। बच्चों की सक्रिय भागीदारी भविष्य में ऊर्जा संरक्षण अभियान को नई दिशा देगी। बहादराबाद, भगवानपुर और खानपुर विकासखंडों के विभिन्न विद्यालयों की छात्राओं को युवा नवीनीकरण ऊर्जा राजदूत चुना गया।

इस अवसर पर उरेडा की जूनियर इंजीनियर शिल्पी, नोडल प्रधानाचार्य परमपाल सिंह और कार्यक्रम नोडल अधिकारी राजेश राय सहित शिक्षा विभाग और उरेडा के अधिकारी मौजूद रहे।

छात्रों ने केंद्रीय योजनाओं की जमीनी स्थिति का अध्ययन किया

ऋषिकेश(आरएनएस)। श्री देव सुमन उत्तराखंड विश्वविद्यालय की छात्र टीम ने नीति आयोग की पहल पर केंद्र सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं की जमीनी स्थिति का अध्ययन कार्य सफलतापूर्वक पूर्ण कर लिया है। जिसकी संपूर्ण जानकारी योजना के नोडल अधिकारी ने कुलपति को दी।विश्वविद्यालय के नोडल अधिकारी प्रो. डीसी गोस्वामी ने श्रीदेव सुमन विवि के कुलपति प्रो. एनके जोशी को बताया कि यह अध्ययन विकास अनुश्रवण एवं मूल्यांकन कार्य के अंतर्गत किया गया, जिसमें उत्तराखंड राज्य का प्रतिनिधित्व करने की जिम्मेदारी विश्वविद्यालय को सौंपी गई थी। इसमें प्रो. डीसी तथा कोर टीम सदस्य प्रो. अंजनी प्रसाद दुबे, प्रो. अरुण पी सूत्रधार के नेतृत्व में छात्र टीम ने हरिद्वार और देहरादून जनपद के विभिन्न गांवों में पहुंचकर ग्रामीण लाभार्थियों एवं जनप्रतिनिधियों से संवाद किया। सर्वेक्षण के दौरान डोईवाला, रायपुर, लक्सर और रुड़की विकासखंड के कई गांवों में केंद्र सरकार की योजनाओं के क्रियान्वयन की स्थिति का जायजा लिया गया। अध्ययन में विशेष रूप से जल जीवन मिशन, स्वच्छ भारत मिशन-ग्रामीण, पोषण 2.0 तथा पीएम-जेएवाई जैसी योजनाओं के प्रभाव एवं क्रियान्वयन से जुड़ी चुनौतियों का मूल्यांकन किया गया। छात्र टीम ने ग्रामीणों से बातचीत कर योजनाओं के लाभ, पहुंच और जमीनी समस्याओं की जानकारी जुटाई।

नोडल अधिकारी प्रो. डी.सी. गोस्वामी ने कहा कि इस पहल का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों में संचालित सरकारी योजनाओं की वास्तविक स्थिति को समझना और उनके प्रभाव का आकलन करना है। अध्ययन से प्राप्त जानकारी के आधार पर योजनाओं के अधिक प्रभावी क्रियान्वयन हेतु सुझाव तैयार किए जाएंगे।

कुलपति प्रो. एनके जोशी ने सर्वेक्षण कार्य पूर्ण होने पर टीम को बधाई देते हुए भविष्य में भी इस प्रकार के छात्र क्षमता संवर्धन कार्यक्रम निरंतर संचालित करने की बात कही। सर्वेक्षण कार्य में निशांत, प्रियांशु, शुभम, शिशुपाल, गौरव, रवीना, हर्षिता, वंशिका सहित अन्य छात्रों ने सहयोग प्रदान किया।

आपके होंठों को गुलाबी और चमकदार बना देंगे ये 10 देसी घरेलू टिप्स!

गुलाबी होंठों की चाहत भला किस महिला को नहीं होती। होंठों से न केवल सुंदरता में निखार आता है बल्कि प्राकृतिक रूप से गुलाबी होंठ किसी के भी स्वस्थ होने का भी संकेत देते हैं। वैसे तो होठों की बाहरी चमक बनाए रखने के लिए बाजार में कई तरह के बाम और लिपस्टिक्स उपलब्ध हैं लेकिन लंबे समय तक इनका उपयोग करने से होंठों को नुकसान होता है। ऐसे में घरेलू उपाय ही ज्यादा लाभदायक हैं। चम्मच दूध , और 1 चम्मच क्रीम लें और इसमें थोड़ा केसर डालें। इन्हें मिलाकर फ्रिज में रख लें और ठंडा होने पर होठों पर लगाकर रूई से पोंछें। 1 चम्मच दूध लें

और फिर इसमें लाल गुलाब की कुछ पंखुडियों को डाल कर पीसें जब तक कि वह गुलाबी न हो जाए। फिर पंखुडियों को निकाल कर इसे फ्रिज में रखें। ठंडा होने पर इसमें 1 चम्मच बादाम पाउडर डालकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। इसे होंठों पर लगाकर 10-15 मिनट बाद रूई के फाहे से साफ़ करें। इस उपाय से होंठ मुलायम , चमकदार और गुलाबी हो जाएंगे।

2. क्रीम के एक चम्मच के साथ चुकंदर का रस या अनार के रस की कुछ बूंदें मिलाएँ । यह मिश्रण फटे होठों को ठीक करेगा और होंठ का गुलाबी रंग वापस लाने में भी मदद करेगा।

3. एक छोटा चम्मच शहद में छोटा चम्मच नीबू का रस मिलाकर लगाने से कुछ ही देर में होंठ गुलाबी नजर आने लगते हैं।

चुकंदर के रस की तरह गाजर का रस भी होंठों के लिए फायदेमंद है। इसे रूई से होंठों पर लगाएं।

5. होंठों का रंग निखारने के लिए इन पर खीरे के टुकड़ों को 2 मिनट तक रगड़ें।

6. संतरे का छिलका भी होंठों को अतिरिक्त चमक देने के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं।

7. अच्छे गुलाबी होंठ पाने के लिए शहद और नीबू के रस के साथ जैतून का तेल का प्रयोग करें।इन तीनों को मिलाकर एक बाम बनाएं और रोज़ाना इस्तेमाल करें।

हल्दी पाउडर और दूध का पेस्ट बनाकर होंठों को एक साफ ब्रश से साफ करके लगाएँ। 2-3 मिनट बाद फिर से ब्रश से रगड़ें।

9. नीबू का रस काले होठों के लिए सबसे अच्छा उपाय है। यह होठों से काले धब्बों को दूर करता है। सोने से पहले होठों पर नींबू का रस लगाएँ।

10. होंठों पर घी, मक्खन या केसर का प्रयोग करने से होंठ गुलाबी और चमकदार बनते हैं।

चुटकियों में ब्लैकहेड्स भगाने के लिए स्क्रब के साथ करें ये उपाय

नाक और चेहरे के टीजोन यानी की चिक्स, नोज और चिन के पास जमा ब्लैकहेड्स देखने में बहुत खराब लगते हैं। ये चेहरे की सुंदरता बिगाड़ने के लिए काफी रहते हैं। साथ ही क्लोजअप तस्वीरों में इनका दिखना किसी शर्मिंदगी से कम नहीं लगता। बहुत सारे लोग तो इसे हटाने के लिए स्क्रब का सहारा ले लेते हैं। लेकिन कई बार ये इतने जिद्दी होते हैं कि केवल स्क्रब से हटाना मुश्किल हो जाता है। अगर आप इस समस्या से जूझ रहे हैं तो स्क्रब के साथ ये उपाय जरूर आपके काम आएंगे और हर हफ्ते आपको पार्लर दौड़ने की भी जरूरत नहीं पड़ेगी।

बेकिंग सोडा

चेहरा चमकाने में बेकिंग सोडा अचूक नुस्खे की तरह काम करता है। चेहरे के ब्लैकहेड्स देखने में काफी खराब लगते हैं। अगर आपके बार-बार स्क्रब करने से भी ये ब्लैकहेड्स नहीं जा रहे तो बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें। बेकिंग सोडा और गुलाब जल को मिला कर एक पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को ब्लैकहेड्स वाले हिस्से पर लगाकर सूखने के लिए छोड़ दें। सूखने के बाद हल्के हाथों से रगड़कर चेहरे को पानी से धो लें। पहली ही बार में असर साफ नजर आने लगेगा।

टूथब्रश

अगर आपके बार-बार स्क्रबिंग से भी ब्लैकहेड्स नहीं जा रहे तो टूथब्रश के ऊपर थोड़ा सा टूथपेस्ट जैसे कोलगेट या पेप्सोडेंट लेकर इसे ब्लैकहेड्स वाले हिस्से पर हल्के हाथों से रगड़ें। रोजाना ऐसा करने से कुछ ही दिनों में ब्लैकहेड्स से छुटकारा मिल जाएगा। लेकिन ध्यान रखें ब्रश को बहुत ही हल्का रगड़ें क्योंकि ज्यादा रगड़ने से त्वचा के छिल जाने का डर रहता है।

शहद और चीनी

बाजार के स्क्रब के बजाय घर पर बने नेचुरल स्क्रब से ब्लैकहेड्स को आसानी से साफ किया जा सकता है। बस शहद और चीनी को लेकर पेस्ट बना लें। इसके बाद इस पेस्ट को ब्लैकहेड्स वाली जगह पर लगाकर उंगलियों के पोरों से रगड़ें। कुछ मिनट बाद पानी से धो लें। फर्क साफ नजर आने लगेगा।

चारकोल

बाजार में एक्टिवेटेड चारकोल की कैप्सूल बड़ी ही आसानी से मिल जाती है। दो कैप्सूल को अच्छे से मिलाकर इसमें चौथाई चम्मच जिलेटिन की डालें। अब जो पेस्ट तैयार हुआ है, उसे ब्लैकहेड्स वाले हिस्सों व आस-पास अच्छी तरह से लगा लें। इस मास्क को 5-10 मिनट तक चेहर पर रखें फिर धोलें।

भूख बढ़ाने के लिए करें नींबू का इस्तेमाल, बढ़ जाएगी आपकी डाइट

भूख न लगना एक गंभीर समस्या जरूर है क्योंकि इसी कारण कई दूसरी और खतरनाक बीमारी होने के चांसेस बढ़ जाते हैं। भूख नहीं लगने की वजह से कई दूसरी बीमारी भी आपके शरीर को अपना शिकार बना सकती है। भूख नहीं लगेगी शरीर को सही ढंग से पोषण नहीं मिलेगा। भूख न लगने के पीछे का कारण तनाव और डिप्रेशन भी हो सकता है। कई बार भूख न लगने की स्थिति में लोग तरह-तरह के फूड सप्लीमेंट भी लेते हैं। जिसका सीधा असर हमारी हेल्थ पर पड़ता है। ऐसे में आज हम आपके लिए लाए हैं खास उपाय। भूख न लगने की स्थिति में आप नींबू का इस्तेमाल कर सकते हैं। इससे आपके भूख लगने में मदद कर सकता है।

भूख बढ़ाने के घरेलू नुस्खे

नींबू के रस को चूना के पानी में मिलाकर पिएं

अगर आपको भूख नहीं लगती है तो 3 द्वद्यनींबू के रस में 100 द्वद्य चूने का पानी और शहद मिला लें। इस बूंद को 20-20 बूंद 2-3 बार जरूर लें।

गुनगुने पानी में नींबू का रस मिलाकर पिएं

एक ग्लास गुनगुने पानी में नींबू का रस मिलाकर पिएं। ऐसा करने से भूख बढने के साथ-साथ पाचन क्रिया भी अच्छी होगी।

नींबू के शरबत में नमक भी पीला सकते हैं

नींबू का शरबत भी भूख बढ़ाने के काम आता है। अगर आप 2 गिलास पानी 2 नींबू का रस में लौंग और काली मिर्च पाउडर मिलाकर पिएंगे। इससे आपकी भूख भी बढ़ सकती है। इन सब के अलावा आप अपने स्वादनुसार उसमें नमक भी मिला सकते हैं।

नींबू पर काला नमक लगाकर खाएं

नींबू पर काला नमक लगाकर चाटने से भी भूख बढ़ती हैइससे आपका हाजमा भी दुरुस्त होगा और पाचन तंत्र मजबूत होगा।

अदरक के टुकड़ों में नींबू का रस और काला नमक मिलाकर खाएं। इसे खाने से भूख बढने के साथ-साथ हाजमा भी अच्छा होता है। आप इसे काफी वक्त तक फ्रिज में स्टोर करके भी रख सकते हैं।(आरएनएस)

साइटिका के दर्द से राहत दिलाएंगे योगासन

आजकल हमारी बदलती जीवनशैली में कई तरह की शारीरिक परेशानियां घेरने लगी हैं। साइटिका का दर्द भी इनमें से एक है। सायटिका में पैर में असहनीय दर्द होता है। इसमें मरीज को चलने में भी परेशानी होती है। दरअसल, साइटिका एक नर्व है। जब इसमें सूजन या खिंचाव होता है, तो दर्द शुरू हो जाता है। इसी को सायटिका का दर्द कहा जाता है। इस दर्द को दूर करने के लिए कई तरह के योग आसन बताए गए हैं। इनकी मदद से साइटिका के दर्द को दूर किया जा सकता है।

भुजंगासन: इस आसन को कोबरा पोज भी कहा जाता है। यह आसन साइटिका के दर्द को दूर करने के अलावा पेट की चर्बी को भी कम करता है। इसे करने के लिए सबसे पहले पेट के बल लेट जाएं। अपने दोनों पैरों के बीच दूरी कम रखें और गहरी सांस लेते हुए अपने ऊपरी शरीर को ऊपर की ओर उठाएं। आपकी कोहनी इस दौरान शरीर के साथ सीधी रेखा में होनी चाहिए। पैरों को इस तरह स्ट्रेच करें कि आपको अधिक खिंचाव महसूस न हो। इसके अलावा अपने सिर को जितना हो सके ऊपर की तरफ उठाएं। इसे 3 से 4 बार करें।

अपानासन योग: इस आसन की शुरुआत करने के लिए समतल जमीन पर पीठ के बल लेट जाएं। इसके बाद अपने दोनों पैरों को घुटनो से मोड़ लें। फिर धीरे से सांस छोड़ते हुए दोनों घुटनो को छाती की ओर लाने का प्रयास करें। इसके बाद अपने दोनों हाथो से घुटनो को पकड़ लें। मगर ध्यान रखें कि आपके कंधे जमीन पर ही टिके हुए हों। कुछ देर इसी स्थिति में रहें। फिर गहरी सांस लेते हुए सामान्य अवस्था में आ जाएं।

अधोमुख श्वान आसन: इस आसन को करने के लिए पहले दोनों हाथ और घुटनों के बल जमीन पर लेट जाएं। इसके बाद सांस खींचते हुए अपने पैरों और हाथों के बल शरीर को उठाएं और टेबल जैसी आकृति बनाएं। अब शरीर के पिछले हिस्से को ऊपर की ओर उठाइए। इसके साथ-साथ अपने दोनों घुटनों और हाथों को भी सीधा कर लें।

इस आसन के अभ्यास के दौरान कंधे और हाथ एक सीध में रहने चाहिए। पैर हिप्स की सीध में रखें। ध्यान रखें कि आपके दोनों हाथ की हाथेलियां फैली हुई हों। अब कुछ देर तक इसी अवस्था में रहें।

शब्द सामर्थ्य -048

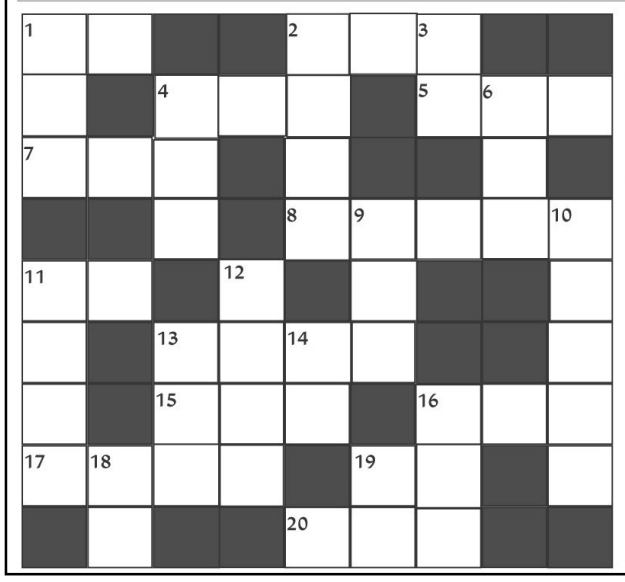
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे

1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 47 का हल

मै	दा	न		स	र	ग	म	
त्री		सी			क्षा		धु	र्री
	सा	ह	स				र	
स्वा	ग	त		स	म	झौ	ता	
व	र			र				म
लं		वि	ला	स			दा	म
बी	न		ज		सा	मा	न	ता
	ज		वा	हि	या	त		
त	र	की	ब		ना		खा	ली

क्या गाजर खाने से रात में नजर होती है तेज ? जानिए इस मिथक की सच्चाई

आंखों के स्वास्थ्य के लिए गाजर खाने की सलाह अक्सर दी जाती है। इसका कारण यह है कि इस सब्जी में विटामिन-ए होता है, जिसे आंखों के लिए फायदेमंद माना जाता है। इसलिए, यह मान्यता है कि गाजर खाने से रात में बेहतर नजर आता है। इस लेख में हम इसी भ्रम की सच्चाई जानेंगे और समझेंगे कि क्या वाकई गाजर खाने से आंखों की रोशनी पर कोई असर पड़ता है या नहीं।

गाजर और विटामिन-ए का संबंध

गाजर में बीटा-कैरोटीन नामक एक तत्व होता है, जो शरीर में विटामिन-ए में बदल जाता है। विटामिन-ए आंखों के स्वास्थ्य के लिए जरूरी होता है और यह कम रोशनी में देखने की क्षमता को बनाए रखने में मदद करता है। हालांकि, यह कहना गलत होगा कि केवल गाजर खाने से ही आपकी आंखों की रोशनी में सुधार होगा। इसके लिए संतुलित डाइट और अन्य पोषक तत्व भी जरूरी होते हैं।

रात में बेहतर नजर आने का भ्रम

यह सच है कि विटामिन-ए की कमी से रात में देखने में परेशानी हो सकती है। हालांकि, इसका मतलब यह नहीं कि केवल गाजर खाने से इसका समाधान हो जाएगा। इसके लिए आपको संपूर्ण खान-पान में बदलाव करने होंगे और सभी जरूरी पोषक तत्वों से लैस व्यंजन खाने होंगे। इसके अलावा आखों के चिकित्सक से मिलकर अपनी आखों की जांच जरूर करवा लें। इससे आप जरूरी सावधानियां बरत सकेंगे।

संतुलित डाइट का महत्व

आंखों की सेहत के लिए संतुलित डाइट बहुत जरूरी है। इसमें हरी पत्तेदार सब्जियां, फल, और अन्य पोषक तत्व शामिल होने चाहिए। विटामिन-ए के अलावा विटामिन-सी, विटामिन-ई, जिंक और ओमेगा-3 फैटी एसिड भी आंखों के लिए फायदेमंद होते हैं। इन सभी पोषक तत्वों का संतुलित मिश्रण आपकी आंखों की सेहत को बनाए रखने में मदद कर सकता है। इसलिए, केवल गाजर पर निर्भर रहना सही नहीं होगा। संतुलित डाइट से ही बेहतर परिणाम मिलेंगे।

नियमित जांच कराएं

आंखों की सेहत का ध्यान रखना बहुत जरूरी होता है। इसके लिए नियमित जांच करानी चाहिए, ताकि किसी भी समस्या का समय पर पता चल सके। अगर आपको किसी तरह की परेशानी महसूस हो रही हो तो डॉक्टर से संपर्क करें और सही उपचार करवाएं। इसके अलावा अपनी आंखों की देखभाल के लिए सही जानकारी और सलाह लेना भी जरूरी है। सही जानकारी और नियमित देखभाल से आप अपनी आंखों की सेहत को बेहतर बना सकते हैं।

इस लेख से साफ हो जाता है कि केवल गाजर खाने से आपकी आंखों की रोशनी में सुधार नहीं होगा। सही जानकारी और संतुलित डाइट ही आपकी आंखों की सेहत को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं। इसलिए, किसी एक खाद्य पदार्थ पर निर्भर रहना सही नहीं होता। इसे अन्य पोषक तत्वों से भरपूर खाद्य पदार्थों के साथ मिलाएं और समय रहते आखों का इलाज भी करवा लें। इसके अलावा ज्यादा मोबाइल आदि चलाने की आदत से भी बचें।

प्रभास की फौजी दशहरा उत्सव के दौरान बड़े पर्दे पर रिलीज होगी

रेबल स्टार प्रभास एक बार फिर अपने प्रशंसकों को मंत्रमुग्ध करने के लिए तैयार हैं, बहुप्रतीक्षित अखिल भारतीय फिल्म फौजी के साथ, जिसका निर्देशन हनु राघवपुडी ने किया है। यह फिल्म गुलशन कुमार और भूषण कुमार के टी-सीरीज के साथ पेश की जा रही है और इसका निर्माण मैत्री मूवी मेकर्स के बैनर तले किया गया है।

फिल्म निर्माताओं ने आधिकारिक तौर पर पुष्टि की है कि फौजी 2026 में दशहरा उत्सव के दौरान बड़े पर्दे पर रिलीज होगी। फिल्म का पहला लुक पहले ही जारी किया जा चुका है और प्रशंसकों से इसे जबरदस्त प्रतिक्रिया मिली है।

टीम के अनुसार, फौजी की शूटिंग फिल्म पूरी होने तक बिना किसी रुकावट के जारी रहेगी। फिल्म को बेहतरीन प्रोडक्शन और विशेषज्ञ तकनीकी ज्ञान से सजी एक शानदार फिल्म बताया जा रहा है।

भाव और भव्यता दोनों को कुशलता से संभालने के लिए जाने जाने वाले हनु राघवपुडी यह सुनिश्चित करेंगे कि प्रभास एक बिल्कुल नए रूप में चमके। फिल्म में इमानवी नायिका के रूप में होंगी, साथ ही अनुपम खेर, मिथुन चक्रवर्ती, जयप्रदा और भानु चंदर जैसे दिग्गज कलाकार भी नजर आएंगे।

फौजी की तकनीकी टीम में उद्योग जगत के कुछ बेहतरीन लोग शामिल हैं। सुदीप चटर्जी सिनेमैटोग्राफी संभाल रहे हैं। विशाल चंद्रशेखर संगीत दे रहे हैं। अनिल विलास जाधव प्रोडक्शन डिजाइनर हैं और कोटागिरी वेंकटेश्वर राव फिल्म का संपादन कर रहे हैं।

गीत कृष्णकांत ने लिखे हैं, कोरियोग्राफी प्रेम रक्षित ने की है, वेशभूषा शीतल इकबाल शर्मा और टी विजय भास्कर ने डिजाइन की है, और विजुअल इफेक्ट्स आरसी कमला कन्नन ने तैयार किए हैं। यह फिल्म तेलुगु, हिंदी, तमिल, कन्नड़, मलयालम और बंगाली भाषाओं में रिलीज होगी। नवीन येरनेनी और वाई रवि शंकर द्वारा निर्मित, सह-निर्माता शिव चानन और टी-सीरीज के अध्यक्ष नीरज कल्याण के साथ बनी फौजी को 2026 की सबसे बड़ी रिलीज में से एक माना जा रहा है। फैंस अब अपने कैलेंडर में तारीख नोट कर सकते हैं और इस दशहरा पर प्रभास को इस हाई-ऑक्टेन, भव्य एक्शन-ड्रामा में देखने के लिए तैयार हो सकते हैं।

सई मांजरेकर बोलीं, ट्रेंड नहीं, बल्कि मजबूत कहानियों पर मेरा फोकस

मनोरंजन की दुनिया में अक्सर देखा जाता है कि कलाकार तेजी से सफलता पाने और ट्रेंड के साथ चलने की कोशिश करते हैं। लेकिन एक्ट्रेस सई मांजरेकर इससे बिल्कुल उलट सोच रखती हैं। उनका मानना है कि एक अच्छा कलाकार बनने के लिए समय देना जरूरी होता है और हर प्रोजेक्ट सोच-समझकर चुनना चाहिए, ताकि उनका काम लंबे समय तक लोगों के दिलों में बना रहे। सई मांजरेकर ने अपने काम करने के तरीके को लेकर खुलकर बात की। उन्होंने कहा, अब मुझे यह समझ में आ गया है कि एक एक्टर के तौर पर खुद को समय देना बहुत जरूरी होता है। मैं आजकल के ट्रेंड के पीछे भागने में विश्वास नहीं रखती, बल्कि ऐसे काम करना चाहती हूं, जो एक कलाकार के रूप में मुझे आगे बढ़ने में मदद करें। मेरा मानना है कि जब कोई काम दिल से किया जाता है, तो वह लोगों पर गहरी छाप छोड़ता है और लंबे समय तक याद रखा जाता है। सई ने आगे कहा, मैं हर प्रोजेक्ट के साथ खुद को बेहतर बनाना चाहती हूं। जल्दबाजी में काम करने के बजाय अपने ही तरीके से आगे बढ़ना पसंद करती हूं। मेरे लिए करियर में लंबा टिके रहना तभी संभव है, जब मैं अपने काम के प्रति ईमानदार रहूंगी और वही कहानियां चुनूंगी, जिनसे मैं खुद भी जुड़ाव महसूस करती हूं।

उन्होंने कहा कि इस सोच के साथ वह अपने हर किरदार में सच्चाई और गहराई लाने की कोशिश करती हैं।

बता दें कि सई मंजरेकर इन दिनों अपनी आने वाली फिल्म इंडिया हाउस को लेकर चर्चा में है। यह फिल्म आज़ादी से पहले के दौर की कहानी पर आधारित है, जिसमें उस समय के सामाजिक और सांस्कृतिक पहलुओं को बड़े स्तर पर दिखाया जाएगा। इस फिल्म को राम चरण अपने प्रोडक्शन हाउस के जरिए प्रोड्यूस कर रहे हैं, और यह उनका पहला प्रोडक्शन प्रोजेक्ट भी है।

फिल्म को हिंदी और तेलुगु दोनों भाषाओं में एक साथ शूट किया जा रहा है।

46 की उम्र में काम्या पंजाबी के ग्लैमरस लुक ने बढ़ाया तापमान

टीवी एक्ट्रेस काम्या पंजाबी इन दिनों अपने पति के साथ छुट्टियां एंजॉय करती नजर आ रही हैं। हाल ही में उन्होंने अपने सोशल मीडिया पर कई तस्वीरें शेयर की है, जिसमें उनकी पति शलभ डांग के साथ उनकी जोड़ी बहुत शानदार लग रही है। 46 साल की उम्र में भी काम्या का ये बोल्ड लुक देखकर फैंस इन फोटोज पर अपना प्यार बरसा रहे हैं।

इस तस्वीर में काम्या अपने पति शलभ डांग को प्यार से देख रही है, वहीं शलभ भी प्यार से देखते नजर आए। बीच के पास काम्या का ये मिरर फोटो फैंस को बहुत पसंद आ रहा है। साथ ही वो इस लुक में बहुत ग्लैमरस लग रही हैं। बालकनी से काम्या का ये फोटो बहुत खूबसूरत है। पिंक कलर के इस ड्रेस में उनका बोल्ड अंदाज सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है।

इस फोटो में शलभ और काम्या की जोड़ी बहुत प्यारी लग रही है। शलभ का भी डैशिंग अंदाज खूब सुर्खियां बटोर रहा है। इस फोटो में काम्या अपने करीबी दोस्त के साथ इस सुंदर नजारे को एंजॉय करती हुई दिखाई दे रही हैं। खूबसूरत लोकेशन पर उनकी ये मिरर इमेज उनके हॉलीडे को खास और यादगार बना रही है। व्हाइट शर्ट और ब्लैक शॉर्ट्स में काम्या का मस्तीभरा अंदाज सभी का ध्यान खींच रहा है। वही शलभ का ऑल ब्लैक लुक भी शानदार है।

जंगल की आग में झुलसे पेड़ राहगीरों के लिए बने खतरा

नई टिहरी(आरएनएस)। नई टिहरी-चंबा सड़क पर वन विभाग के रेंज कार्यालय के समीप दो वर्ष पूर्व फायर सीजन के दौरान डाइजर के जंगल में लगी आग की तीव्रता के कारण कई पेड़ बुरी तरह से झुलस गए थे जो अब पूरी तरह से सूख चुके हैं। लोगों के लिए खतरा बन चुके इन पेड़ों को हटाने कि दिशा में वन विभाग कोई कदम नहीं उठा रहा है।जिला मुख्यालय से सटे डाइजर के जंगलों में दो वर्ष पूर्व भयानक आग लगी थी। तेज हवा चलने से आग ने विकराल रूप धारण कर लिया था। आग ने सड़क के किनारे के कई पेड़ों को एक साथ अपनी चपेट में ले लिया था। वन विभाग के अधिकारियों ने इसे क्रॉउन फायर बताया था। आग के कारण पेड़ के ऊपरी हिस्सा पूरी तरह से जल गए था, जिसके बाद पेड़ धीरे-धीरे पेड़ सूख गए। कई पेड़ सूखने के बाद अब तिरछे हो चुके हैं। ऐसे में यदि जंगल में फिर से आग लगी तो पेड़ों के जलकर सड़क पर गिरकर टूटने की अधिक संभावना बनी है। दिनभर सड़क पर वाहन, स्कूली बच्चों और लोगों की पैदल आवाजाही रहती है। सुबह और शाम के समय नगर के लोग इसी सड़क पर पैदल घूमने के लिए निकलते हैं। विभागीय अधिकारी भी रोज इसी सड़क से आवाजाही करते हैं लेकिन उनकी नजर सूख चुके इन पेड़ों पर नहीं जाती है। वन विभाग का रेंज कार्यालय सड़क के दूसरी ओर स्थित है लेकिन वह इन्हें अनदेखा करते रहते हैं। वर्तमान में फायर सीजन होने के कारण जंगल में कभी भी आग भड़क सकती है, ऐसे में ये सूखे पेड़ तेजी से आग पकड़ लोगों के लिए खतरा बन सकते हैं।

अब औने-पौने दामों पर नहीं बेचनी पड़ेगी मछली

नई टिहरी(आरएनएस)। ऋषिकेश-चंबा हाईवे पर हेंवल नदी के समीप नागणी कस्बे में मत्स्य विभाग की मिनी फिश प्रोसेसिंग यूनिट अगले दो माह भीतर बनकर तैयार होने की उम्मीद है। फिश प्रोसेसिंग यूनिट बनने से जिले के मत्स्य पालकों को मछली को स्टोरेज करने की सुविधा मिलेगी।करीब 1 करोड़ 29 लाख की लागत से नागणी में बनने वाली जिले की पहली फिश प्रोसेसिंग यूनिट नाबार्ड वित्त पोषित है। यूनिट तैयार होने के बाद जिले के विभिन्न क्षेत्रों में मत्स्य पालन कर रहे लोगों को मछलियों को स्टोरेज करने की सुविधा मिल पाएगी। अब तक मत्स्य पालकों को मछलियों का अधिक उत्पादन होने, बरसात के समय और ऑफ सीजन में मछलियों को रखने की उचित सुविधा नहीं मिल पाती थी।फिश प्रोसेसिंग यूनिट नहीं होने से मछली पालकों को बरसात और ऑफ सीजन में मछलियों को स्टोरेज करने की परेशानी होती थी। उन्हें औने-पौने दामों में मछलियां बेचनी पड़ती थी। यूनिट तैयार होने से मत्स्य पालकों को मछलियों के अच्छे दाम मिलने की उम्मीद बढ़ जाएगी। उन्हें मछलियों को बेचने के लिए भटकना नहीं पड़ेगा। प्रोसेसिंग यूनिट में मछलियों को ताजा रखने के लिए कोल्ड स्टोरेज का निर्माण, कलेक्शन सेंटर, आइस क्यूब तैयार करने के साथ कई अन्य सुविधा होगी।

सू- दोकू क्र.048

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.47 का हल

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

4 जून को अल्मोड़ा में राहुल गांधी की जनसभा, तैयारी में जुटी कांग्रेस

अल्मोड़ा(आरएनएस)। विधायक मनोज तिवारी ने कांग्रेस कार्यालय में आयोजित पत्रकार वार्ता में कहा कि आगामी 4 जून को नेता प्रतिपक्ष और पूर्व कांग्रेस अध्यक्ष राहुल गांधी की अल्मोड़ा में जनसभा आयोजित की जाएगी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस इसके लिए तैयारियों में जुट गई है। उन्होंने बताया कि जनसभा की तैयारियों को लेकर गुरुवार को एक बैठक आयोजित की जाएगी, जिसमें उत्तराखंड विधानसभा के नेता प्रतिपक्ष यशपाल आर्य, पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत सहित पार्टी के वरिष्ठ नेता मौजूद रहेंगे। बैठक में जनसभा को सफल बनाने और विभिन्न व्यवस्थाओं को लेकर चर्चा की जाएगी। तिवारी ने बताया कि राहुल गांधी उत्तराखंड के दो दिवसीय दौरे पर रहेंगे। पहले दिन 4 जून को वह अल्मोड़ा में विशाल जनसभा को संबोधित करेंगे, जिसके बाद गढ़वाल क्षेत्र में सैनिकों से संवाद करेंगे। दूसरे दिन देहरादून में कांग्रेस विधायकों, नेताओं और पदाधिकारियों के साथ बैठक करेंगे। उन्होंने कहा कि तैयारी बैठक में कुमाऊं क्षेत्र के कांग्रेस विधायक, पूर्व विधायक और पार्टी पदाधिकारी प्रतिभाग करेंगे।

जनसभा को ऐतिहासिक और सफल बनाने को लेकर विशेष रणनीति तैयार की जाएगी। विधायक तिवारी ने कहा कि राहुल गांधी प्रदेश और केंद्र सरकार की विफलताओं पर बात करेंगे। उन्होंने कहा कि प्रदेश का युवा खुद को ठगा महसूस कर रहा है। पेपर लीक, बेरोजगारी और महिला असुरक्षा जैसी समस्याएं लगातार बढ़ रही हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि भाजपा की कथनी और करनी में अंतर है तथा कांग्रेस भ्रष्टाचार के खिलाफ लड़ाई लड़ रही है। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी की सभा से प्रदेश के युवाओं में नया जोश आएगा और कांग्रेस नई ऊर्जा के साथ जनता के बीच पहुंचेगी। तिवारी ने कहा कि अल्मोड़ा की जनसभा को वर्ष 2027 विधानसभा चुनाव के आगाज के रूप में भी देखा जा सकता है। पत्रकार वार्ता में कांग्रेस जिला अध्यक्ष भूपेंद्र भोज, महिला कांग्रेस जिला अध्यक्ष राधा बिष्ट, कांग्रेस नगर अध्यक्ष तारा चंद्र जोशी, पूर्व जिला अध्यक्ष पीतांबर पांडे सहित अन्य पदाधिकारी मौजूद रहे।

जुलाई 2026 सत्र के लिए इग्नू में प्रवेश प्रक्रिया शुरू

रुद्रपुर(आरएनएस)। इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विवि (इग्नू) ने जुलाई 2026 सत्र के लिए नए प्रवेश और पुन: पंजीकरण की ऑनलाइन प्रक्रिया शुरू कर दी है। नए प्रवेश के लिए आवेदन की अंतिम तिथि 15 जुलाई 2026, जबकि पुन: पंजीकरण की अंतिम तिथि 30 जून 2026 तय की गई है। इग्नू अध्ययन केंद्र खटीमा के समन्वयक डॉ. फखरुद्दीन राही ने बताया कि इच्छुक छात्र-छात्राएं इग्नू की आधिकारिक वेबसाइट के माध्यम से ऑनलाइन एवं ओडीएल कार्यक्रमों में आवेदन कर सकते हैं।

प्रवेश की पुष्टि होने पर पात्र विद्यार्थी राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल के जरिए भारत सरकार की छात्रवृत्ति के लिए भी आवेदन कर सकेंगे। उन्होंने छात्रों को आवेदन के दौरान अपना व्यक्तिगत ईमेल आईडी और मोबाइल नंबर दर्ज करने की सलाह दी, ताकि विवि से संबंधित सूचनाएं सीधे प्राप्त हो सकें। ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया की जानकारी के लिए विद्यार्थी ईएमपीसी-इग्नू के यूट्यूब चैनल का सहयोग ले सकते हैं।

चार साल से अधूरा पिलंग पुल, अब गंगोत्री हाईवे जाम की चेतावनी

उत्तरकाशी(आरएनएस)। भटवाड़ी विकासखंड के पिलंग गांव का 48 मीटर स्पान का स्टील गार्डर मोटर पुल पिछले चार साल से अधर में लटका पड़ा है। ब्रिडकुल विभाग की सुस्त कार्यशैली से नाराज ग्रामीणों ने अब आंदोलन करने का निर्णय लिया है। ग्रामीणों ने जिलाधिकारी को पत्र भेजकर साफ चेतावनी दी है कि यदि 15 दिन के भीतर निर्माण कार्य शुरू नहीं हुआ तो मल्ला, भटवाड़ी में गंगोत्री हाईवे पर चक्का जाम कर दिया जाएगा। ग्रामीणों ने बताया कि पुल निर्माण कार्य वर्ष 2022 में शुरू हुआ था, लेकिन 2026 आने के बाद भी पुल अधूरा पड़ा है। बीते माह जनवरी में भी ग्रामीणों ने डीएम और ब्रिडकुल के अधिकारियों को पत्र देकर समस्या बताई थी, लेकिन आश्वासन के अलावा कुछ नहीं मिला। अब बरसात शुरू होने के साथ नदी का जलस्तर बढ़ गया है और गांव का वैकल्पिक रास्ता भी बंद हो चुका है।

मांसाहार की होम डिलीवरी और नशीले पदार्थों की बिक्री पर रोक की मांग

हरिद्वार(आरएनएस)। श्री अखंड परशुराम अखाड़े ने धर्मनगरी हरिद्वार में मांसाहारी खाद्य पदार्थों की होम डिलीवरी और नशीले पदार्थों की बिक्री पर रोक लगाने की मांग उठाई है। अखाड़े के अध्यक्ष पंडित अधीर कौशिक ने नगर मजिस्ट्रेट कार्यालय के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन भेजकर कार्रवाई की मांग की। पंडित अधीर कौशिक ने कहा कि हरिद्वार करोड़ों श्रद्धालुओं की आस्था का केंद्र है, लेकिन नगर निगम क्षेत्र में लागू म्युनिसिपल बायलॉज और धार्मिक मर्यादाओं के विपरीत ऑनलाइन माध्यमों से मांसाहारी खाद्य पदार्थों की सप्लाई की जा रही है।उन्होंने आरोप लगाया कि विभिन्न ऑनलाइन डिलीवरी कंपनियां घर-घर मांसाहारी भोजन पहुंचा रही हैं, जिससे धार्मिक भावनाएं आहत हो रही हैं। उन्होंने प्रशासन से म्युनिसिपल बायलॉज का सख्ती से पालन कराने और मांसाहारी खाद्य पदार्थों की होम डिलीवरी पर पूर्ण प्रतिबंध लगाने की मांग की।

कुमाऊं विवि में बेहतर रिसर्च करने वाले शोधकर्ता सम्मानित होंगे

नैनीताल(आरएनएस)। कुमाऊं विश्वविद्यालय ने वर्ष 2025 के लिए रिसर्च अवार्ड्स की घोषणा कर दी है। विश्वविद्यालय के शोध एवं विकास प्रकोष्ठ की ओर से जारी अधिसूचना में शिक्षकों, शोधार्थियों और छात्रों से आवेदन मांगे गए हैं। विश्वविद्यालय का उद्देश्य उच्च गुणवत्ता वाले शोध कार्यों और शैक्षणिक उत्कृष्टता को प्रोत्साहित करना है।

आवेदन 6 जून की शाम 5 बजे तक जमा किए जा सकेंगे।पीएचडी शोधार्थियों के लिए 'रिसर्च एक्सीलेंस अवार्ड' की श्रेणी रखी गई है। इसके लिए वही शोधार्थी पात्र होंगे, जिन्होंने वर्ष 2025 में प्रथम या कॉरेस्पोंडिंग लेखक के रूप में शोध पत्र प्रकाशित किए हों। विश्वविद्यालय स्तर पर प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान के लिए कुल तीन पुरस्कार दिए जाएंगे, जबकि प्रत्येक विभाग के लिए अलग से एक पुरस्कार सुरक्षित रहेगा।

आवेदन के लिए शोधार्थी का क्युमुलेटिव इम्पैक्ट फैक्टर (सीआईएफ) 8 या उससे अधिक होना जरूरी होगा। फैकल्टी सदस्यों और पोस्ट-डॉक्टोरल फेलो के लिए भी दो श्रेणियों में पुरस्कार तय किए गए हैं।

'यंग फैकल्टी आउटस्टैंडिंग रिसर्च अवार्ड' के लिए 31 दिसंबर 2025 तक आवेदक की आयु 45 वर्ष या उससे कम होनी चाहिए। वहीं 'आउटस्टैंडिंग फैकल्टी रिसर्च अवार्ड' में आयु सीमा निर्धारित नहीं की गई है। विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी संकाय के लिए दो तथा कला, वाणिज्य एवं मानविकी संकाय के लिए दो-दो पुरस्कार निर्धारित किए गए हैं।

चयन में शोध पत्रों के साथ वर्ष 2025 में प्राप्त रिसर्च प्रोजेक्ट, अवार्ड और कंसल्टेंसी को भी आधार बनाया जाएगा। स्नातक और स्नातकोत्तर छात्रों के लिए 'राइजिंग स्कॉलर अवार्ड' की भी व्यवस्था की गई है। इसके तहत वे छात्र आवेदन कर सकेंगे, जिन्होंने अपने शोध प्रबंध या प्रोजेक्ट के आधार पर वर्ष 2025 में प्रथम लेखक के रूप में शोध पत्र प्रकाशित किया हो।

विश्वविद्यालय प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि पिछले वर्ष सम्मान प्राप्त कर चुके शोधार्थी या शिक्षक इस वर्ष उसी श्रेणी में आवेदन नहीं कर सकेंगे। साथ ही केवल वही शोध पत्र मान्य होंगे, जिनमें कुमाऊं विश्वविद्यालय की संबद्धता दर्ज हो। केवल स्वीकृत (एक्सेप्टेड) शोध पत्रों पर विचार नहीं किया जाएगा। इच्छुक अभ्यर्थी निर्धारित प्रारूप में आवेदन भरकर शोध एवं विकास प्रकोष्ठ में जमा कर सकते हैं। आवेदन हार्ड कॉपी के अलावा ईमेल आईडी पर भी भेजे जा सकते हैं। नियत तिथि के बाद प्राप्त आवेदनों पर विचार नहीं किया जाएगा।

भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन एवं राष्ट्रीय महामंत्री (संगठन) बी.एल. संतोष सहित अन्य वरिष्ठ भाजपा पदाधिकारियों के साथ प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री स्वर्गीय मेजर जनरल भुवन चंद्र खंडूरी के आवास पर पहुंचकर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की।

कम्युनिस्ट पार्टी से फूंका प्रधानमंत्री, गृहमंत्री व ईडी का पुतला

संवाददाता

देहरादून। कम्युनिस्ट पार्टी ने प्रधानमंत्री, गृह मंत्री व ईडी के खिलाफ प्रदर्शन कर उनका पुतला फूंका।

आज यहां जिला कमेटी के आह्वान पर दून में केंद्र सरकार, प्रवर्तन निदेशालय एवं केंद्रीय जांच एजेंसियों के दुरुपयोग के खिलाफ जोरदार विरोध प्रदर्शन आयोजित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत पार्टी के जिला कार्यालय से हुई, जहां से बड़ी संख्या में पार्टी कार्यकर्ता, श्रमिक, युवा, छात्र एवं लोकतांत्रिक संगठनों से जुड़े लोग जुलूस के रूप में गांधी पार्क मुख्य द्वार पहुंचे। यहां प्रधानमंत्री नरेंद्रमोदी, गृह मंत्री अमित शाह व ईडी का पुतला दहन कर केंद्र सरकार की दमनकारी नीतियों के खिलाफ विरोध दर्ज कराया गया। सभा को संबोधित करते हुए पार्टी जिला सचिव शिव प्रसाद देवली ने कहा कि 27 मई 2026 को केरल के पूर्व मुख्यमंत्री पीनयारी विजयन के आवास पर ईडी द्वारा की गई कार्यवाही पूरी तरह राजनीतिक दुर्भावना से प्रेरित है।

उत्तराखंड राज्य कमेटी सचिव राजेंद्र पुरोहित ने आरोप लगाया कि आज ईडी, सीबीआई आयकर विभाग तथा अन्य केंद्रीय एजेंसियों का इस्तेमाल निष्पक्ष जांच संस्थाओं के रूप में नहीं बल्कि राजनीतिक हथियार के रूप में किया जा रहा है। जिन राज्यों में विपक्ष की सरकारें हैं या जहां विपक्ष मजबूत है, वहां लगातार केंद्रीय एजेंसियों की छापेमारी और कार्रवाई बढ़ाई जा रही है। इससे स्पष्ट होता है कि केंद्र सरकार लोकतांत्रिक विरोध को दबाने के लिए संवैधानिक संस्थाओं का दुरुपयोग कर रही है। कार्यक्रम के दौरान प्रदर्शनकारियों ने "लोकतंत्र पर हमला बंद करो", " ईडी, सीबीआई का दुरुपयोग बंद करो", "विपक्ष की आवाज दबाना बंद करो", "संविधान बचाओ-लोकतंत्र बचाओ" जैसे नारों के साथ केंद्र सरकार के खिलाफ जोरदार प्रदर्शन किया।

इस अवसर पर पार्टी राज्य कमेटी सदस्य, शम्भू प्रसाद मंगाई, विजय भट्ट, मनमोहन , हिमांशु चौहान, जिला कमेटी सदस्य, रवीन्द्र नौडियाल, कृष्ण गुनियाल, एस,एफ,आई,के अयाज खान, मुकुल, विप्लव अनंत, भरत नेगी, विनोद खंडूरी, नूरेशा अंसारी, प्रेमा ,कुसुम नौडियाल, अंजली, अनीता रावत, बिना बिष्ट, संगीता नैथानी, अमर बहादुर शाही, दीपक, प्रदीप कुमार, भगत सिंह, गुरमीतसिंह, हैप्पी सिंह आदि बड़ी संख्या में माकपा के कार्यकर्ता उपस्थित थे।

इंडियन किसान यूनियन ने मनाई...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

स्नेह देते हुए उनको खुशहाल रखा। यही कारण है कि पूरा देश आज भी चौधरी चरण सिंह को मन हृदय से याद करता है। रामकुमार वालिया ने कहा कि स्वर्गीय चौधरी चरण सिंह देश के सर्वोपरि नेता थे। उन्होंने देश को वह सब कुछ दिया जिसकी देश को आवश्यकता थी। स्वर्गीय चौधरी चरण सिंह की पुण्यतिथि पर आयोजित की गई श्रद्धांजलि सभा में रामकुमार वालिया के अलावा भारतीय सर्व समाज महासंघ के कार्यकारी अध्यक्ष करम सिंह सैनी, कार्यकारी अध्यक्ष अनिल श्रीवास्तव आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किए। इस अवसर पर मुख्य रूप से भारतीय सर्व समाज महासंघ के महानगर अध्यक्ष अशोक मल्होत्रा, अमन सिंह, मोहम्मद खालिद, दुष्यन्त कुमार आदि उपस्थित रहे।

असम रेजिमेंट के 7वें बैच के अग्निवीरो की पासिंग आउट परेड

राज्यपाल ने किया मुख्य अतिथि के रूप में प्रतिभाग

हमारे संवाददाता

देहरादून/शिलांग। राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से.नि.) ने आज शिलांग स्थित असम रेजिमेंटल सेंटर में आयोजित असम रेजिमेंट के 7वें बैच के अग्निवीरों की भव्य पासिंग आउट परेड में मुख्य अतिथि के रूप में प्रतिभाग करते हुए नवप्रशिक्षित अग्निवीरों को संबोधित किया। इस अवसर पर राज्यपाल ने अग्निवीरों को राष्ट्रसेवा, अनुशासन, समर्पण और सैन्य मूल्यों के प्रति प्रेरित करते हुए उनके उज्ज्वल सैन्य जीवन के लिए शुभकामनाएं दीं।

राज्यपाल ने कहा कि आज का दिन केवल एक औपचारिक सैन्य उपलब्धि नहीं, बल्कि राष्ट्रसेवा के एक नए अध्याय का शुभारंभ है। उन्होंने कहा कि असम रेजिमेंट के 7वें बैच के अग्निवीरों ने अपने प्रशिक्षण, अनुशासन और संकल्प से यह सिद्ध किया है कि भारत की सीमाएं सुरक्षित हाथों में हैं। उन्होंने अग्निवीरों को संबोधित करते हुए कहा कि अब उनकी कोई क्षेत्रीय अथवा व्यक्तिगत पहचान नहीं, बल्कि उनकी एकमात्र पहचान "भारतीय सैनिक" है, एक ही धर्म "राष्ट्रधर्म" और एक ही जाति "भारतीय" है।

राज्यपाल ने असम रेजिमेंट से अपने आत्मीय संबंधों का उल्लेख करते हुए कहा कि वे इस गौरवशाली रेजिमेंट के सैनिक रहे हैं और आज यहां उपस्थित होकर उन्हें अपनी मातृ-रेजिमेंट में 'घर वापसी' जैसा अनुभव हो रहा है। उन्होंने कहा कि असम रेजिमेंट ने केवल उन्हें सैनिक के रूप में प्रशिक्षित नहीं किया, बल्कि कठोर अनुशासन, उत्कृष्ट परंपराओं और राष्ट्रसेवा के संस्कारों से उनके व्यक्तित्व का निर्माण किया।

उन्होंने कहा कि असम रेजिमेंट का इतिहास अद्वितीय वीरता, बलिदान और राष्ट्रनिष्ठा का प्रतीक रहा है। जब भी राष्ट्र पर संकट आया, इस रेजिमेंट के वीर सैनिकों ने अदम्य साहस और पराक्रम से दुश्मनों के मंसूबों को ध्वस्त किया। राज्यपाल ने अग्निवीरों का आह्वान किया कि वे इस गौरवशाली विरासत को आगे बढ़ाते हुए राष्ट्रहित को सर्वोपरि रखें। राज्यपाल ने इस अवसर पर उपस्थित अग्निवीरों के माता-पिता एवं अभिभावकों को भी नमन करते हुए कहा कि वे धन्य हैं जिन्होंने अपने पुत्रों को राष्ट्रसेवा के लिए समर्पित किया है। उन्होंने कहा कि ऐसे परिवार राष्ट्र की वास्तविक शक्ति हैं।

भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष से मिलने जा रही महिलाओं को पुलिस ने रोका

संवाददात

देहरादून। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन के साथ देहरादून बैठक में मौजूद अंकिता भंडारी हत्याकांड में नाम आए अपराधी दुष्यंत गौतम और अजय कुमार के खिलाफ अंकिता न्याय यात्रा संयुक्त संघर्ष मंच और उत्तराखंड महिला मंच का गांधी पार्क पर प्रदर्शन एवं भाजपा अध्यक्ष नितिन नवीन से मिलकर दुष्यंत गौतम और अजय कुमार को उत्तराखंड से वापस भेजने की मांग को लेकर जा रही महिलाओं को पुलिस ने रोक लिया। महिलाओं ने एश्ले हॉल चौक पर विरोध प्रदर्शन करते हुए कुछ समय तक के लिए सांकेतिक रूप से सड़क जाम कर दिया। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन के साथ देहरादून बैठक में मौजूद दुष्यंत गौतम और अजय कुमार को उत्तराखंड से बाहर करने के लिए नारे लगाए और विरोध प्रदर्शन किया। प्रदर्शन में कमला पंत, निर्मला बिष्ट, मोहित डिमरी, सुजाता पॉल, ब्रिगेडियर सर्वेश डंगवाल, विमला कोली, ईश्वर शर्मा, त्रिलोचन भट्ट, हरिओम पाली, पंकज क्षेत्री आदि शामिल रहे।

विश्व प्रसिद्ध रीठा साहिब जोड़ मेला श्रद्धा और उल्लास के साथ हुआ आरंभ

हमारे संवाददाता

चंपावत। पावन लधिया एवं रतिया नदी के संगम पर स्थित सुप्रसिद्ध सिख तीर्थ गुरुद्वारा श्री रीठा साहिब में तीन दिवसीय वार्षिक जोड़ मेले का आज श्रद्धा, सेवा और भक्ति भाव के साथ विधिवत शुभारंभ हो गया है। इस ऐतिहासिक मेले का भव्य उद्घाटन जिलाधिकारी मनीष कुमार के निर्देशानुसार मुख्य विकास अधिकारी डॉ. जीएस खाती, उपजिलाधिकारी पाटी नितेश डागर, कार सेवा प्रमुख बाबा बच्चन सिंह, बाबा सुरेंद्र सिंह तथा गुरुद्वारा प्रबंधक बाबा श्याम सिंह की गरिमामयी उपस्थिति में संपन्न हुआ।

मेले के शुभारंभ के अवसर पर गुरुद्वारा प्रबंधन समिति और कार सेवा के संतों द्वारा उपस्थित मुख्य अतिथियों और प्रशासनिक अधिकारियों को गुरु घर का पारंपरिक स्वरूप (सिरोपाव) और कृपाण भेंट कर सम्मानित किया गया। मेले के पहले ही दिन देश-विदेश से पहुंचे लगभग 1,500 तीर्थ यात्रियों ने गुरुद्वारा साहिब में पूरी आस्था के साथ माथा टेका और गुरु महाराज का आशीर्वाद प्राप्त किया। मेले के सफल संचालन के लिए मुख्य विकास अधिकारी डॉ. जीएस खाती ने उद्घाटन के पश्चात सभी प्रमुख व्यवस्थाओं का स्थलीय निरीक्षण किया और संबंधित विभागीय अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए। उन्होंने बताया कि जिला प्रशासन द्वारा श्रद्धालुओं की सुविधा और सुरक्षा का विशेष ध्यान रखा गया है, जिसके तहत अस्थाई पार्किंग, स्नान के लिए नदी तट पर कच्चे पुल का निर्माण, लंगर व विश्राम स्थलों की सुचारु व्यवस्था की गई है। इसके साथ ही निर्बाध स्वास्थ्य सेवाएं सुनिश्चित करने के लिए स्वास्थ्य शिविर लगाए गए हैं और शुद्ध पेयजल, शौचालय तथा स्वच्छता के लिए अतिरिक्त पर्यावरण मित्रों की तैनाती की गई है। सुरक्षा व्यवस्था को चाक-चौबंद रखने के लिए पुलिस विभाग द्वारा विभिन्न स्थानों पर चेक पोस्ट स्थापित किए गए हैं और पर्वतीय मार्गों पर यातायात को सुगम बनाए रखने के लिए विशेष पुलिस बल तैनात किया गया है।

'आवश्यक वस्तुओं की कालाबाजारी करने वालों पर हो सख्त कार्रवाई'

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने स्पष्ट निर्देश दिए कि आवश्यक वस्तुओं की कालाबाजारी, जमाखोरी एवं कृत्रिम अभाव उत्पन्न करने वाले तत्वों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की जाए।

आज यहां मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने सचिवालय में प्रदेश में खाद्यान्न एवं दैनिक आवश्यकताओं की वस्तुओं को लेकर खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग के साथ समीक्षा बैठक की। उन्होंने आयुक्त खाद्य बी. एल. राणा से प्रदेश में दैनिक आवश्यक वस्तुओं की उपलब्धता एवं कीमतों की जानकारी ली।

मुख्य सचिव ने प्रदेश में आमजन की रोजमर्रा की आवश्यक वस्तुओं की उचित दरों पर निर्बाध उपलब्धता सुनिश्चित करने हेतु सम्बन्धित विभागों को लगातार एवं नियमित मॉनिटरिंग करने के निर्देश दिए। उन्होंने निर्देशित किया कि बाजार में खाद्य सामग्री, डीजल-पेट्रोल, एलपीजी एवं अन्य आवश्यक उपभोक्ता वस्तुओं की उपलब्धता एवं मूल्य स्थिति पर सतत् निगरानी रखी जाए, ताकि आम जनता को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। मुख्य सचिव ने स्पष्ट निर्देश दिए कि आवश्यक वस्तुओं की कालाबाजारी, जमाखोरी एवं कृत्रिम अभाव उत्पन्न करने वाले तत्वों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की जाए। इसके लिए सम्बन्धित विभागों द्वारा लगातार निरीक्षण अभियान चलाए जाएं तथा बाजारों, गोदामों एवं थोक विक्रेताओं की नियमित जांच सुनिश्चित की जाए। मुख्य सचिव ने कहा कि प्रदेश सरकार आमजन को राहत प्रदान करने एवं बाजार व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के लिए पूर्णतः प्रतिबद्ध है। उन्होंने सभी जनपदों विशेषकर चारधाम यात्रा से सम्बन्धित जनपदों में आवश्यक वस्तुओं की उपलब्धता एवं मूल्य नियंत्रण की स्थिति पर विशेष ध्यान दिए जाने एवं किसी भी प्रकार की अनियमितता पाए जाने पर तत्काल प्रभावी कार्रवाई किए जाने के निर्देश दिए हैं। इस अवसर पर आयुक्त खाद्य बी.एल. राणा, चीफ मार्केटिंग ऑफिसर डॉ. एम. एस. विसेन, रीजनल मार्केटिंग ऑफिसर सी.एम, घिल्डियाल एवं उपायुक्त सुश्री निधि रावत भी उपस्थित थे।

लखनऊ के चारबाग रेलवे स्टेशन पर टीन शेड गिरने से हादसा, 3 घायल

हमारे प्रतिनिधि

लखनऊ। उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ में चारबाग रेलवे स्टेशन पर प्लेटफार्म नंबर-5 पर शुक्रवार सुबह उस समय हडकंप मच गया, जब यहां तीन शेड गिर पड़ा, जिसमें एक टीटी समेत तीन लोग घायल हो गए। सूचना मिलते ही रेल प्रशासन में अफरा-तफरी मच गयी। हादसे की वजह टीन शेड की मरम्मत का कार्य कर रहे मजदूर की लापरवाही बताई जा रही है। सभी घायलों को अस्पताल पहुंचाया गया है, रेल अधिकारियों के मुताबिक किसी की स्थिति गंभीर नहीं हैं, बाकी हादसे की जांच के आदेश दे दिए गए हैं। फिलहाल इस मामले में रेल अधिकारियों ने चुप्पी साध ली है। जानकारी के मुताबिक, इन दिनों रेलवे स्टेशन पर प्लेटफार्म नंबर-5 पर मरम्मत का कार्य चल रहा है।आज सुबह अचानक टीन शेड टूटकर नीचे आ गिरा, जिसमें एक टीटी, और लोको पायलट व बैटरी रिक्शा चालक गंभीर रूप से घायल हो गए।लोको पायलट को पैर में गंभीर चोट आई है। सूचना मिलते ही रेल अधिकारी मौके पर पहुंचे और घायलों को अस्पताल में भर्ती कराया। हादसे की वजह मजदूरों की लापरवाही बताई जा रही है। जिसके चलते रेलकर्मी घायल हो गए। क्यूंकि प्लेटफॉर्म नंबर 4 से 5 पर टीन शेड का सपोर्ट जाता है, काम कने के दौरान उसके कटने की वजह से टीन शेड गिर गया।

हाईकोर्ट का कॉकरोच जनता पार्टी के 'एक्स' अकाउंट को तुरंत बहाल करने से इनकार

हमारे प्रतिनिधि

नई दिल्ली। कॉकरोच जनता पार्टी को शुक्रवार को दिल्ली हाईकोर्ट से उस समय बड़ा झटका लगा जब अदालत ने पार्टी के सोशल मीडिया प्लाटफॉर्म एक्स पर बने अकाउंट को तुरंत बहाल करने से इनकार कर दिया। अदालत ने केंद्र सरकार को भी नोटिस जारी कर इस मामले में अपना पक्ष रखने को कहा है। अभिजित दीपके की याचिका पर सुनवाई करते हुए जस्टिस पुरुषैन्द्र कुमार कौरव ने सीजेपी के एक्स अकाउंट पर पोस्ट की गई कुछ चीजों को आपत्तिजनक पाया और पार्टी को तत्काल राहत देने से इनकार कर दिया। गौरतलब है कि दीपके ने 15 मई को सीजेआई सूर्यकांत की कॉकरोच और परजीवी टिप्पणियों पर विवाद के बीच कॉकरोच जनता पार्टी (सीजेपी) की शुरुआत की थी। 16 मई को मुख्य न्यायाधीश ने अपने बयान को लेकर स्पष्ट किया कि उनकी टिप्पणी फर्जी और बोगस डिग्री लेकर वकालत में आने वाले लोगों के लिए थी, न कि युवाओं के लिए। बहरहाल देखते ही देखते यह पार्टी एक्स और इंस्टाग्राम पर छा गई। इस्टाग्राम पर तो पार्टी के भाजपा से भी ज्यादा फॉलोअर हो गए। सरकार ने राष्ट्रीय सुरक्षा का हवाला देते हुए 21 मई को कॉकरोच जनता पार्टी का एक्स अकाउंट भारत में बैन कर दिया था। इसके बाद श्कॉकरोच इज बैकश नाम से नया अकाउंट बनाया गया था।

कार्यालय का ताला तोड़कर लाखों उड़ाने वाला गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। कार्यालय का ताला तोड़कर लाखों की नगदी व दस्तावेज चुराने वाले एक शातिर को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से चुरायी गयी नगदी व दस्तावेज बरामद हुए है।

जानकारी के अनुसार बीती 27 मई को विक्रम सिंह कनवाल पुत्र मोहन सिंह कनवाल, निवासी हिम्मतपुर तल्ला, हल्द्वानी, मुखानी, नैनीताल ने थाना मुखानी में तहरीर देकर बताया गया था कि किसी अज्ञात चोर ने उनके बच्ची नगर नंबर स्थित कार्यालय के शटर का ताला तोड़कर अंदर रखे लगभग साढ़े तीन लाख रुपये रूपये और उनके आवश्यक दस्तावेज चोरी कर लिए है।

पुलिस ने मामले में मुकदमा दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। जांच के दौरान सीसी कैमरे खंगालने पर पुलिस को एक संदिग्ध व्यक्ति नजर आया। जिसकी तलाश शुरू कर दी गयी। चोर की तलाश में जुटी पुलिस टीम द्वारा एक सूचना के आधार पर बीती शाम उस व्यक्ति को मुखानी क्षेत्र में चेकिंग के दौरान लामाचौड खास के पास से गिरफ्तार कर लिया गया। जिसके पास से साढ़े तीन लाख की नगदी व चुराया गया आधार कार्ड बरामद किया गया है। पूछताद में उसने अपना नाम बबलू (उम्र 31 वर्ष) पुत्र डोरी लाल, निवासी कालिका कॉलोनी, लोहारियासाल तल्ला, पोस्ट ऑफिस काठघरिया, हल्द्वानी, जनपद नैनीताल मूल निवासी-ग्राम बरखेडा पो० भोपतपुर थाना-बरखेडा, जिला-पीलीभीत, उ.प्र. बताया। पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

आदेश सुरक्षित रखने के बाद अधिकतम तीन माह के अंदर फैसला सुनाया जाए: सुप्रीम कोर्ट

हमारे प्रतिनिधि

नई दिल्ली। अदालती फैसलों में होने वाली देरी को लेकर सुप्रीम ने शुक्रवार को सख्त रुख अपनाया है। सुप्रीम कोर्ट ने देश के सभी उच्च न्यायालयों को निर्देश दिया है कि आदेश सुरक्षित रखने के बाद अधिकतम तीन माह के अंदर फैसला सुनाया जाए।चीफ जस्टिस सूर्यकांत जस्टिस जोयमाल्या बागची की पीठ ने कहा कि फैसलों में देरी से वादियों को अपूरणीय क्षति का सामना करना होता है। सुप्रीम कोर्ट ने विशेष रूप से व्यक्तिगत स्वतंत्रता से जुड़े केस में तेजी लाने को कहा है। चीफ जस्टिस सूर्यकांत जस्टिस जॉयमाल्य बागची की बेंच ने कहा कि जमानत की अर्जियों पर आदेश उसी

दिन सुनाए जाने जरूरी हैं। अगर उन्हें सुरक्षित रखा जाता है तो उन्हें अगले ही दिन सुनाया अपलोड किया जाना चाहिए। कई निर्देश को जारी करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि जमानत या सजा निलंबित करने का आदेश सुनाए जाने के तुरंत बाद जेल अधिकारियों को सूचित किया जाना चाहिए। विचाराधीन कैदी/दोषी को बेहतर होगा कि उसी दिन, या ज्यादा से ज्यादा अगले दिन रिहा किया जाना चाहिए। संविधान के अनुच्छेद 142 के तहत अपनी विशेष शक्तियों का उपयोग करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि अगर फैसले का सिर्फ मुख्य हिस्सा सुनाया जाता है तो फैसले की पूरी जानकारी तर्क समेत 15 दिनों के अंदर वेबसाइट पर अपलोड होनी चाहिए। सुप्रीम कोर्ट ने निर्देश दिया कि अगर फैसला सुरक्षित रखने के चार माह के अंदर फैसला नहीं सुनाया जाता है तो संबंधित पक्ष हाई कोर्ट के चीफ जस्टिस से संपर्क कर सकेंगे। इस तरह से मामले को किसी दूसरी बेंच को ट्रांसफर किया जा सकेगा।बेंच का कहना है कि जब किसी निर्णय का पूरा विवरण (तर्क सहित) खुली अदालत में सुनाया गया तो उस निर्णय को 24 घंटे के अंदर वेबसाइट पर अपलोड किया जाना जरूरी है। सुप्रीम कोर्ट ने साफ कर दिया है कि उसकी ओर से जारी किए इन निर्देशों का उद्देश्य किसी खास जज या हाई कोर्ट के किसी फैसले पर सवाल उठाना नहीं है।

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।