शनिवार

30 मई 2026

● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 126
● 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

'आस्था' पर जाम का 'ब्रेक'

बदरीनाथ हाईवे पर जाम की वीडियो सोशल मीडिया पर हो रही है वायरल

●बदरीनाथ हाईवे पर जोशीमठ के पास घंटों रेंगते दिख रहे वीडियो में वाहन

●सरकार का दावा-रिकार्ड भीड़ के बाद भी व्यवस्था संभाल रहे अफसर

●जोशीमठ, पांडुकेश्वर और गोविंदघाट क्षेत्र में है यात्रियों का ज्यादा दबाव

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के जोशीमठ के पास बद्रीनाथ यात्रा मार्ग से आ रही तस्वीरें और वीडियो इस समय सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहे हैं। इन वीडियो में वाहनों की कई किलोमीटर लंबी कतारें और घंटों से जाम में फंसे श्र(ालु नजर आ रहे हैं। चारधाम यात्रा में उमड़ रही रिकार्ड भीड़ अब बदरीनाथ यात्रा मार्ग पर भारी दबाव के रूप में दिखाई देने लगी है।

सोशल मीडिया पर वायरल वीडियो में साफ दिख रहा है कि जोशीमठ के पास राष्ट्रीय राजमार्ग पर विगत दिवस लंबा ट्रैफिक जाम लगने से हजारों श्र(ालु घंटों तक रास्ते में फंसे रहे। कई स्थानों पर वाहन रेंगते नजर आए, जबकि कुछ जगह यात्रियों को सड़क किनारे उतरकर इंतजार करना पड़ा। वायरल हो रहे एक वीडियो में बदरीनाथ हाईवे पर वाहनों की कई किलोमीटर लंबी कतारें दिखाई दे रही हैं।

वीडियो में बताया जा रहा है कि जोशीमठ, पांडुकेश्वर और गोविंदघाट क्षेत्र में अत्यधिक दबाव के चलते बार-बार यातायात प्रभावित हो रहा है। पहाड़ी मार्ग संकरा होने और कई स्थानों पर सड़क निर्माण कार्य चलने से भी समस्या बढ़ रही है। उधर, राज्य सरकार ने कहा है कि इस बार चारधाम यात्रा में रिकार्ड संख्या में श्र(ालु पहुंच रहे हैं, जिसके कारण कुछ स्थानों पर दबाव बढ़ा है।

सरकार के अनुसार ट्रैफिक व्यवस्था संभालने के लिए अतिरिक्त पुलिस बल और प्रशासनिक टीमें तैनात की गई हैं। अधिकारियों को लगातार मानिटरिंग के निर्देश दिए गए हैं। सरकार की ओर से श्रद्धालुओं से अपील की गई है कि वह यात्रा पर निकलने से पहले मौसम और ट्रैफिक अपडेट जरूर देखें और प्रशासन द्वारा जारी दिशा-निर्देशों का पालन करें।

सोशल मीडिया पर वीडियो वायरल

सोशल मीडिया पर वायरल वीडियो में लोग 5 से 8 घंटे तक एक ही जगह पर फंसे होने का दावा कर रहे हैं। कई वीडियो में लोग प्रशासन की व्यवस्था पर सवाल उठाते हुए दिख रहे हैं कि क्षमता से अधिक वाहनों को आगे क्यों जाने दिया जा रहा है। बता दें कि जोशीमठ के पास आल वेदर रोड के निर्माण कार्य और पिछले दिनों हुए कुछ भूस्खलन के चलते भी सड़कें संकरी हुई हैं, जिससे बॉटलनेक जैसी स्थिति बन गई है।

कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने यात्रा व्यवस्थाओं को लेकर सरकार पर निशाना साधा है। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि सरकार चारधाम यात्रा को लेकर केवल प्रचार में व्यस्त रही, जबकि जमीन पर व्यवस्थाएं चरमराई हुई हैं। पार्टी ने आरोप लगाया कि यदि पहले से भीड़ का अनुमान था तो पार्किंग, ट्रैफिक नियंत्रण और वैकल्पिक व्यवस्थाओं को मजबूत क्यों नहीं किया गया। कांग्रेस ने यात्रियों की परेशानी को प्रशासनिक लापरवाही का परिणाम बताया। वही भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

सड़क हादसे में 3 की मौत, तीन गम्भीर घायल

हमारे संवाददाता

चमोली/देहरादून। पार्थिव शरीर लेकर देहरादून से गांव लौट रहा परिवार सड़क हादसे का शिकार हो गया। इस हादसे में जहां तीन लोगों की मौके पर ही मौत हो गयी वहीं तीन लोग गम्भीर रूप से घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस, एसडीआरएफ द्वारा स्थानीय लोगों की मदद से रेस्क्यू अभियान चलाकर मृतको व घायलों को बाहर निकालकर अस्पताल पहुंचाया गया।

सड़क हादसे का यह मामला चमोली जिले में आज सुबह देवाल ब्लॉक के ल्वाणी गांव के निकट घटित हुआ है। यहा एक कार अनियंत्रित होकर गहरी खाई में गिर गई। इस दुर्घटना में तीन लोगों की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि तीन अन्य गंभीर रूप से घायल हुए है।

जानकारी के अनुसार ग्राम बाँक, लोहाजंग निवासी बलबीर सिंह अपने पारिवारिक सदस्य स्वर्गीय भजन सिंह पुत्र प्रेम सिंह, जिनका देहरादून में

उपचार के दौरान निधन हो गया था, उनके पार्थिव शरीर को निजी एम्बुलेंस के माध्यम से गांव ला रहे थे, बलबीर सिंह स्वयं वाहन से अपने परिजनों के साथ देहरादून से ग्राम बाँक, लोहाजंग अंतिम संस्कार हेतु लौट रहे थे, वाहन में कुल 6 व्यक्ति सवार थे, प्रारंभिक जानकारी के अनुसार चालक को संभवत: नींद की झपकी आने के कारण वाहन अनियंत्रित होकर गहरी खाई में जा गिरा। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस और एसडीआरएफ की टीम के साथ स्थानीय ग्रामीणों ने तुरंत राहत एवं बचाव अभियान शुरू किया। घायलों को खाई से निकालकर तुरंत नजदीकी अस्पताल पहुंचाया गया, जहां उनका इलाज चल रहा है। मृतकों की पहचान बलबीर सिंह पुत्र स्व. नारायण सिंह, निवासी ग्राम बाँक लोहाजंग, उम्र 52 वर्ष, शांति देवी पत्नी स्व. बलबीर सिंह, उम्र 48 वर्ष, आंशु बिष्ट पुत्र बलबीर सिंह, उम्र 18 वर्ष के रूप में की गयी है। वहीं घायलों में कविता देवी पत्नी खुशाल सिंह, उम्र 32 वर्ष, मयंक सिंह पुत्र खुशाल सिंह, उम्र 08 वर्ष, रोशनी पुत्री लक्ष्मण सिंह, उम्र 18 वर्ष शामिल है। सभी घायलों को उपचार हेतु एम्बुलेंस के माध्यम से अस्पताल भेजा गया है। जिला प्रशासन ने मृतकों के परिजनों को तत्काल मुआवजा और सहायता देने का आश्वासन दिया है। घायलों के उचित इलाज के लिए बेहतर चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

राज्य में इसी साल चुनाव संभव?

उत्तराखंड में जीत की हैट्रिक लगाकर इतिहास रचने की रणनीति बनाने में जुटी भाजपा ने बहुत पहले से तैयारियां शुरू कर दी है। गृहमंत्री अमित शाह के हरिद्वार दौरै से शुरू हुई यह कवायद लगातार जारी है। गृहमंत्री के दौरे के बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का दौरा और दून दिल्ली एक्सप्रेसवे का लोकार्पण करना तथा भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन का तीन दिवसीय उत्तराखंड दौरा किया जाना भाजपा की चुनावी तैयारियों का हिस्सा ही माना जा रहा है। भाजपा का शीर्ष नेतृत्व इस बात को साफ कर चुका है कि इस बार भाजपा चुनाव से पूर्व सीएम बदलने जैसा कोई प्रयोग नहीं करेगी। भाजपा के प्रांतीय नेताओं के बीच जारी गुटबाजी और सीएम धामी के खिलाफ षड्यंत्र करने वाले पार्टी के नेताओं को हाईकमान ने यह कहकर चुप करा दिया है कि आगामी चुनाव पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में ही लड़ा जाएगा। प्रदेश के जो भी नेता इस मुहिम में जुटे थे अब वह खामोशी से बैठ चुके हैं। भले ही उनके मन में कुछ भी चल रहा हो लेकिन ऊपरी तौर पर वह कुछ बोलने की स्थिति में नहीं है। भाजपा के मंत्रियों और विधायकों के बीच टिकटों को लेकर भी इस तरह की खबरें आने से की कई मंत्री और विधायकों के टिकट कट सकते हैं तथा इनकी संख्या 2 से 3 दर्जन तक भी हो सकती है इसका डर भी भाजपा के इन नेताओं के मन में थोड़ा बहुत तो है ही। भले ही भाजपा के बारे में यह कहा जाता रहा हो कि वह हर वक्त चुनावी मोड में रहने वाली पार्टी है लेकिन राज्य में जिस तरह से भाजपा के नेताओं की सरगर्मी और केंद्रीय नेताओं के ताबड़तोड़ दौरे जारी है उनसे यह कयास भी लगाये जा रहे हैं कि इस बार राज्य में समय पूर्व भी चुनाव संभव है भले ही इसके पीछे राज्य में 14 जनवरी से शुरू होने वाले अर्ध कुंभ मेले के आयोजन को माना जाना रहा हो लेकिन इसके साथ-साथ इसे भी भाजपा की चुनावी रणनीति का एक हिस्सा ही माना जा रहा है। वर्तमान प्रदेश सरकार का कार्यकाल 23 मार्च को पूरा होगा। तथा इस हिसाब से राज्य में 15 जनवरी से 15 मार्च 2027 तक चुनाव संपन्न होने चाहिए थे लेकिन चार धाम यात्रा के समापन से पूर्व ही अर्धकुम का श्री गणेश होने के कारण इसका असर चुनावी व्यवस्थाओं पर पड़ सकता है। इसलिए यह संभव है कि राज्य में नवंबर से पूर्व ही चुनाव निपटा लिए जाए। चुनाव अगर अक्टूबर नवंबर में होते हैं तो इसका फायदा भी भाजपा को ही हो सकता है क्योंकि विपक्षी दलों की तैयारियों पर इसका असर पड़ेगा। हालांकि कांग्रेस सहित सभी दल भाजपा की इस मंशा को भांप चुके हैं और वह भी अपनी तैयारियां शुरू कर चुके हैं। कांग्रेस नेता राहुल गांधी का भी चार-पांच जून को उत्तराखंड दौरा प्रस्तावित है जिसमें वह दो जनसभाएं करने जा रहे हैं। इस मामले की एक अन्य महत्वपूर्ण बात यह है कि जिन राज्यों में 2027 में चुनाव प्रस्तावित है उनमें एसआईआर की जो प्रक्रिया जारी है उसे भी जल्द पूरा किया जा रहा है उत्तराखंड में एसआईआर की प्रक्रिया को 15 सितंबर तक कंप्लीट कर लिया जाएगा। इससे भी इस बात की संभावनाओं को बल मिलता है कि राज्य में विधानसभा के जो चुनाव 2027 में प्रस्तावित है वह अक्टूबर नवंबर 2026 में ही संपन्न कराये जा सकते हैं। जहां तक भाजपा के चुनावी जीत की हैट्रिक लगाने की बात है बदली परिस्थितियो में यह आसान नहीं दिखता है लेकिन भाजपा अपनी ओर से कोई कमी छोड़ना नहीं चाहती है।

अध्यक्ष व उपाध्यक्ष के विरुद्ध लगे आरोपों की जांच कौन करेगा ?

देहरादून (प्र)। सामाजिक कार्यकर्त्ता व अधिवक्ता विकेश सिंह नेगी ने श्री बद्रीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति (बीकेटीसी) के अध्यक्ष हेमंत द्विवेदी द्वारा केदारनाथ धाम में वीआईपी मेहमानों पर मंदिर कोष से खर्च मामले में गठित जांच समिति को जनता की आंख में धूल झोंकने की कवायद बताया है। उन्होंने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से बीकेटीसी में व्याप्त गड़बड़ियों के लिए एक उच्चस्तरीय जांच कमेटी गठित करने मांग की है।

गौरतलब है कि अधिवक्ता नेगी द्वारा सूचना के अधिकार के तहत मिले दस्तावेजों के सार्वजनिक होने के बाद से बीकेटीसी लगातार चर्चाओं में है। मीडियाकर्मियों द्वारा जांच समिति के बावत प्रतिक्रिया पूछे जाने पर नेगी ने आज कहा कि सोशल मीडिया पर तमाम सवाल उठने के बाद बीकेटीसी ने अपनी छीछालेदर से बचने के लिए जांच समिति गठित की है। सामाजिक कार्यकर्त्ता व अधिवक्ता विकेश सिंह नेगी ने यह भी आरोप लगाया कि बीकेटीसी के एक उपाध्यक्ष द्वारा अपनी पत्नी को अपना चपरासी दिखा कर बारह हजार रुपए प्रतिमाह भुगतान लिया जा रहा है। इसके अलावा रुद्रप्रयाग में आवास व कार्यालय भत्ते के रूप में पच्चीस हजार रुपये प्रतिमाह ले रहे हैं। जबकि उपाध्यक्ष के लिए राजधानी देहरादून में कार्यालय आवंटित है। उन्होंने सवाल किया कि क्या बीकेटीसी अध्यक्ष द्वारा गठित जांच समिति इन प्रकरणों की भी जांच करेगी?

उत्तराखंड में विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-22)

उत्तराखंड में पलायन, बेरोजगारी, शिक्षा, स्वास्थ्य और पर्यावरणीय संकट बनेगा बड़ा मुद्दा

देवभूमि की रीढ़ हो रही है 'खोखली'

●पहचान की जंग, खंडहर मकान व थमते कदम
●डिग्रियों के बोझ तले दबा है पहाड़ का भविष्य
●बुनियादी सुविधाओं की खाई पाटना बड़ी चुनौती
●चुनावी शोर के बीच बड़ा यक्ष प्रश्न बनेगा पलायन

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में वर्ष 2027 में होने वाले विधानसभा चुनाव की राजनीतिक बिसात धीरे-धीरे सजने लगी है। भाजपा, कांग्रेस और क्षेत्रीय दल अपने-अपने स्तर पर संगठन मजबूत करने और चुनावी रणनीति बनाने में जुट गए हैं। लेकिन इस बार चुनावी चर्चा केवल सत्ता परिवर्तन या चेहरों तक सीमित नहीं रहने वाली। पहाड़ के गांवों में अब सबसे बड़ा सवाल पहाड़ का भविष्य बनता जा रहा है। यही कारण है कि आगामी चुनाव में पलायन, खाली होते गांव, युवाओं की बेरोजगारी, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं की बदहाली, पर्यावरणीय संकट और स्थानीय पहचान जैसे मुद्दे राजनीतिक विमर्श के केंद्र में आ सकते हैं।

उत्तराखंड राज्य बनने के पीछे सबसे बड़ी भावना थी कि पहाड़ की समस्याओं का समाधान स्थानीय स्तर पर होगा। लेकिन राज्य गठन के 25 साल बाद भी हजारों गांव खाली हो चुके हैं। पहाड़ का युवा रोजगार के लिए देहरादून, दिल्ली, चंडीगढ़ और महानगरों की ओर पलायन कर रहा है। गांवों में बुजुर्ग और महिलाएं ही बची हैं। खेती लगातार घाटे का सौदा बनती जा रही है और पारंपरिक आजीविकाएं संकट में हैं। ऐसे में आमजन के बीच यह सवाल तेजी से उठ रहा है कि आखिर पहाड़ का भविष्य क्या होगा?

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि 2027 का चुनाव केवल विकास के दावों का नहीं, बल्कि पहाड़ बचाने की लड़ाई के रूप में भी देखा जा सकता है। भाजपा सरकार लगातार इंफ्रास्ट्रक्चर, सड़क, चारधाम परियोजना, निवेश और पर्यटन को अपनी उपलब्धि बता रही है। हाल ही में पेश बजट में भी ग्रामीण सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा और कुंभ 2027 से जुड़ी परियोजनाओं पर विशेष जोर दिया गया है। हालांकि विपक्ष और सामाजिक संगठन यह सवाल उठा रहे हैं कि बड़े विकास मॉडल के बावजूद पहाड़ के मूल मुद्दे क्यों नहीं सुलझ पाए। पर्वतीय क्षेत्रों में अस्पतालों में डाक्टर नहीं हैं, कई स्कूल छात्र संख्या कम होने से बंद होने की कगार पर हैं और युवाओं को स्थायी रोजगार के अवसर नहीं मिल रहे। यही कारण है कि गांवों से लगातार पलायन जारी है।

विशेषज्ञों का कहना है कि उत्तराखंड में अब मैदानी विकास बनाम पहाड़ी असंतोष की भावना भी उभर रही है। देहरादून, हरिद्वार और ऊधमसिंह नगर में तेजी से शहरीकरण हो रहा है, जबकि दूरस्थ पहाड़ी जिलों में बुनियादी सुविधाओं की कमी अब भी बरकरार है। इससे क्षेत्रीय असंतुलन का मुद्दा भी राजनीतिक रूप से महत्वपूर्ण होता जा रहा है।

सोशल मीडिया और युवाओं के बीच क्षेत्रीय राजनीति की चर्चा भी बढ़ रही है। कई मंचों पर राष्ट्रीय दलों के प्रति नाराजगी और क्षेत्रीय विकल्प की मांग खुलकर दिखाई दे रही है। कुछ आनलाइन चर्चाओं में युवाओं ने उत्तराखंड क्रांति दल जैसे क्षेत्रीय दलों को मजबूत विकल्प बनाने की बात कही है, हालांकि संगठनात्मक कमजोरी और नेतृत्व संकट को लेकर सवाल भी उठ रहे हैं। राजनीतिक जानकार मानते हैं कि यदि 2027 के चुनाव में कोई दल पहाड़ के भविष्य को लेकर ठोस रोडमैप प्रस्तुत करता हैकृजैसे स्थानीय रोजगार, पर्वतीय कृषि, ग्रामीण पर्यटन, शिक्षा-स्वास्थ्य सुधार और पर्यावरण संरक्षणकृतो वह जनता के बीच मजबूत पकड़ बना सकता है। खासतौर पर युवा मतदाता अब केवल घोषणाओं से आगे बढ़कर जवाबदेही मांग रहे हैं।

जलवायु परिवर्तन और आपदाएं भी इस चुनाव में अहम भूमिका निभा सकती हैं। जोशीमठ भू-धंसाव, अतिवृष्टि, जंगलों में आग और बार-बार आने वाली प्राकृतिक आपदाओं ने पहाड़ में विकास माडल पर गंभीर सवाल खड़े किए हैं। लोगों के बीच यह चर्चा बढ़ रही है कि बिना पर्यावरणीय संतुलन के विकास का माडल पहाड़ के अस्तित्व के लिए खतरा बन सकता है। राजनीतिक तौर पर भाजपा अभी मजबूत संगठन और नेतृत्व के दम पर चुनावी तैयारी में आगे दिखाई दे रही है। पार्टी ने बूथ स्तर तक रणनीति तेज कर दी है। वहीं कांग्रेस जनता के असंतोष को मुद्दा बनाने की कोशिश में जुटी है। दूसरी ओर क्षेत्रीय दल पहाड़ बनाम दिल्ली माडल की भावना को हवा देने का प्रयास कर सकते हैं। स्पष्ट है कि 2027 का चुनाव केवल सत्ता की लड़ाई नहीं होगा, बल्कि यह तय करेगा कि उत्तराखंड का पहाड़ आने वाले वर्षों में किस दिशा में जाएगा। यदि गांव खाली होते रहे, युवा पलायन करते रहे और प्राकृतिक संसाधनों पर दबाव बढ़ता रहा, तो आने वाले समय में पहाड़ का भविष्य केवल राजनीतिक मुद्दा नहीं, बल्कि अस्तित्व का सवाल बन सकता है।

चोरी की मोटरसाइकिल के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी की मोटरसाईकिल के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आयुश सैनी पुत्र विश्वास सैनी निवासी सी-5 टर्नर रोड, थाना क्लेमेंट टाउन के द्वारा ई-एफआईआर के माध्यम से थाना क्लेमेन्टटाउन में अपनी बुलेट मोटरसाइकिल के चोरी होने की एफआईआर दर्ज करायी गई। घटना के खुलासे हेतु एसएसपी के निर्देशों पर थाना क्लेमेंटाउन पुलिस टीम गठित की गयी। गठित टीम द्वारा घटना स्थल का निरीक्षण कर आस-पास तथा आने जाने वाले रास्तों पर लगे सीसीटीवी कैमरो की फुटेजों का बारीकी से अवलोकन करते हुए संदिग्धों के सम्बन्ध में जानकारियां एकत्रित की गई तथा प्राप्त जानकारी के आधार पर सुरागरसी/ पतारसी करते हुए स्थानीय तंत्र को सक्रिय किया गया। साथ ही पूर्व में वाहन चोरी की घटनाओ में प्रकाश में आये लोगों की वर्तमान स्थिति की जानकारी कर उनका भौतिक सत्यापन किया गया। पुलिस द्वारा लगातार किये जा रहे प्रयासों के दौरान पुलिस टीम द्वारा पिपलेश्वर मंदिर के पास चैकिंग के दौरान एक संदिग्ध मोटर साइकिल को रोकने का प्रयास किया गया तो वाहन चालक पुलिस टीम को देखकर मोटर साइकिल को वापस मोडकर भागने का प्रयास करने लगा। इस दौरान उक्त मोटर साइकिल असंतुलित होकर गिर गई, जिस पर पुलिस टीम द्वारा मौके से ही मोटर साइकिल सवार दोनो युवकों को पकड लिया। पूछताछ के दौरान उनके द्वारा बताया गया कि वह दोनो नशे के आदी हैं तथा अपने नशे की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिये उनके द्वारा टर्नर रोड क्षेत्र से उक्त मोटर साइकिल को चोरी किया था, जिस पर दोनो अभियुक्तों को मौके से गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम ऋषभ कुमार पुत्र मुकेश कुमार निवासी ग्राम बरियारपुर, थाना नगर बेगूसराय, बिहार हाल निवासी मोहब्बे वाला, थाना क्लेमेंट टाउन, लक्ष्मण सिंह पुत्र राजेश कुमार निवासी सुधीर नगर बाघ, थाना मुफस्सिल, बेगूसराय, बिहार हाल निवासी मोहब्बे वाला, थाना क्लेमेंट टाउन बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

पेयजल समस्या देखने गांव पहुंचे अफसरों को घेरा

चमोली(आरएनएस)। तहसील जिलासू के अंतर्गत बमोथ गांव में बीते डेढ़ माह से पेयजल समस्या बनी है। परिवारों को पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा है। ग्रामीणों की ओर से कई बार जल निगम के अधिकारियों को अवगत कराया लेकिन समस्या नहीं सुलझी। जिलाधिकारी से शिकायत के बाद जल निगम के अधिशासी अभियंता और अन्य अधिकारी मौके पर पहुंचे तो ग्रामीणों ने उनका घेराव कर दिया। अधिकारियों ने जल्द समस्या के समाधान का आश्वासन दिया और करीब एक घंटे तक वार्ता करने के बाद मामला शांत हुआ।

जल निगम के अधिशासी अभियंता राजेश सिंह, अवर अभियंता प्रियंका बिष्ट सहित अन्य अधिकारी बमोथ गांव पहुंचे। करीब 2 बजे अधिकारियों ने हेड पर जाकर पेयजल का निरीक्षण किया और शाम करीब 4 बजे गांव में पहुंचे। वह गांव में पंचायत भवन के पास पहुंचे ही थे कि ग्राम प्रधान रुचि देवी के नेतृत्व में ग्रामीणों ने अधिकारियों का घेराव कर विरोध में नारेबाजी शुरू कर दी। ग्रामीणों ने कहा कि गांव में जनसंख्या बढ़ने से पेयजल समस्या उत्पन्न हो गई है। कई तोकों में पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा है। कई बार अधिकारियों को अवगत कराने के बाद भी समस्या का हल नहीं हो पा रहा है। उन्होंने जल निगम के अधिकारियों से जल्द पर्याप्त पेयजल उपलब्ध कराने की मांग की। वहीं जल निगम गोपेश्वर के अधिशासी अभियंता राजेश सिंह ने बताया कि हेड पर पर्याप्त मात्रा में पानी है। ऐसे में पानी की मात्रा बढ़ाने के लिए यहां पर अतिरिक्त पाइपलाइन बिछाने सहित अन्य कार्य किए जाएंगे जिसमें ग्रामीणों का सहयोग भी आवश्यक है। उन्होंने जल्द कार्य कराने का आश्वासन दिया जिसके बाद ग्रामीण शांत हुए।

कालीमठ घाटी से केदारनाथ के लिए वैकल्पिक मार्ग होगा अहम

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। केदारनाथ आपदा के दौरान अहम साबित हुआ चौमासी-केदारनाथ पैदल मार्ग को मोटर मार्ग बनाने की जनता ने मांग की है। है। कालीमठ घाटी के लोग कई साल से इस मार्ग को मोटर मार्ग के रूप में विकसित करने की मांग उठा रहे हैं। क्षेत्रवासियों का कहना है कि यह केदारनाथ पहुंचने के लिए सुरक्षित और कम दूरी वाला वैकल्पिक मार्ग बन सकता है। जाल के पूर्व प्रधान रामचंद्र राणा, चौमासी के पूर्व प्रधान दलवीर तिंदोरी ने बताया कि पिछले करीब 40 वर्षों से क्षेत्र की जनता इस एक सूत्रीय मांग को लेकर संघर्ष कर रही है। उन्होंने कहा कि इस मार्ग का कई बार सर्वेक्षण भी हो चुका है और यह करीब 22 किलोमीटर का है। ग्रामीणों का कहना है कि इस मार्ग के निर्माण से महाशक्तिपीठ कालीमठ, रुछ महादेव जैसे धार्मिक स्थलों तक भक्त आसानी से पहुंचेगें।

ईसीटी मशीन पर स्वास्थ्य विभाग की लेटलतीफी पड़ रही भारी

नई टिहरी(आरएनएस)। जिला अस्पताल बौराड़ी में मानसिक रोगियों के उपचार के लिए उपलब्ध कराई गई ईसीटी (इलेक्ट्रोकन्वल्सिव थेरेपी) मशीन का संचालन शुरू नहीं हो पाया। स्वास्थ्य विभाग की लेटलतीफी से लोगों में आक्रोश है। स्वामी विवेकानंद फाउंडेशन और ओएनजीसी ने सीएसआर मद से स्वास्थ्य विभाग को बीते 12 मई को ईसीटी मशीन उपलब्ध कराई गई थी। जिला अस्पताल बौराड़ी में मशीन पहुंचने के बाद उम्मीद जताई जा रही थी कि मानसिक रोगों से जूझ रहे मरीजों को स्थानीय स्तर पर उपचार की सुविधा मिलने लगेगी लेकिन मशीन फिट नहीं किए जाने से इसका उपयोग नहीं हो पा रहा है। ईसीटी मशीन के संचालन के लिए जिला अस्पताल के ऑपरेशन थिएटर में विशेष टेबल की आवश्यकता है। ईसीटी मशीन का उपयोग अवसाद, सिजोफ्रेनिया, बाइपोलर डिसऑर्डर और दवाओं से राहत न मिलने वाले मानसिक रोगों के उपचार में किया जाता है।

निरंतर कार्य और मेहनत करने से ही मिलती है सफलता

ऋषिकेश(आरएनएस)। पीएम श्री राजकीय इंटर कॉलेज आईडीपीएल में समर कैंप का आयोजन हुआ। वक्ताओं ने छात्र छात्राओं को पर्यावरण संरक्षण और अपनी संस्कृति का अनुशरण करने पर जोर दिया। गुरूवर को पीएम श्री राजकीय इण्टर कॉलेज आईडीपीएल वीरभद्र में आयोजित द्वितीय दिवस का शुभारंभ पार्षद हर्षवर्धन रावत ने किया। उन्होंने कहा कि निरंतर कार्य व मेहनत करने वाले को सफलता अवश्य मिलती है। सफलता के लिए धैर्य रखने की जरूरत है। बदलते परवेश में हम अपनी संस्कृति, बोली को भूलते जा रहे है। अपनी संस्कृति, परंपराओं व अपनी बोली भाषा का संरक्षण करने की जरूरत है। समर कैंप नोडल अधिकारी वृक्षमित्र डॉ. त्रिलोक चंद्र सोनी ने कहा कि जीवन का उद्देश्य होना अति आवश्यक है, बिना उद्देश्य के हम भटक जाते हैं। हमारी युवा पीढ़ी पाश्चात्य देशों की नकल करते हुए अपनी संस्कृति व रीति रिवाजों को भूलते जा रही है, जबकि उन्हें अपनी संस्कृति व परंपराओं को अपनाना चाहिए। शिक्षा हमें अपने संस्कृति को भूलना नहीं सिखाती, बल्कि उसका संरक्षण करने की सीख देती है। सभ्य समाज की पहचान उसके रीति रिवाजों व परंपराओं से होती है। मौके पर अनामिका रावत, दिवाकर नैथानी, माधुरी रावत, सुनीता पंवार, रेखा पंवार, सुमित, चांदनी आदि उपस्थित रहे।

देवभूमि में आस्था और इतिहास का साक्षात संगम है पांडव नृत्य, इस दौरान

'पहाड़ों में जीवंत होता है द्वापर युग'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पहाड़ केवल प्राकृतिक सुंदरता और धार्मिक स्थलों के लिए ही नहीं, बल्कि अपनी समृ(लोक संस्कृति और परंपराओं के लिए भी देशभर में अलग पहचान रखते हैं। इन्हीं लोक परंपराओं में एक महत्वपूर्ण और प्राचीन परंपरा है पांडव नृत्य। गढ़वाल के कई गांवों में आज भी यह लोकनृत्य केवल मनोरंजन नहीं, बल्कि आस्था, इतिहास और लोकजीवन का जीवंत हिस्सा माना जाता है।

पांडव नृत्य का संबंध महाभारत काल की कथाओं से माना जाता है। लोक मान्यता है कि पांडव अपने वनवास और अज्ञातवास के दौरान हिमालयी क्षेत्रों में भी पहुंचे थे। इसी विश्वास के चलते उत्तराखंड के गांवों में पांडवों को देवतुल्य सम्मान दिया जाता है और उनके जीवन प्रसंगों को लोकनृत्य एवं गीतों के माध्यम से मंचित किया जाता है। यह नृत्य मुख्य रूप से गढ़वाल क्षेत्र के रुद्रप्रयाग, चमोली जिलों के गांवों में अधिक प्रचलित है। सर्दियों के मौसम, धार्मिक आयोजनों और विशेष मेलों के दौरान गांवों में रातभर पांडव नृत्य आयोजित किया जाता है। ढोल, दमाऊं, रणसिंघा और थाली की पारंपरिक धुनों के बीच कलाकार महाभारत के विभिन्न प्रसंगों को अभिनय और नृत्य के जरिए जीवंत कर देते हैं।

पांडव नृत्य की सबसे बड़ी विशेषता इसकी आध्यात्मिकता मानी जाती है। गांवों में इसे केवल सांस्कृतिक कार्यक्रम नहीं, बल्कि देव अनुष्ठान के रूप में देखा जाता है। कई स्थानों पर कलाकारों में देव अवतरण की मान्यता भी जुड़ी होती है। स्थानीय लोग मानते हैं कि प्रस्तुति के दौरान पांडवों की आत्मिक शक्ति कलाकारों में प्रवेश करती है और पूरा वातावरण भक्तिमय हो उठता है। इस लोकनृत्य में भीम, अर्जुन, द्रौपदी, श्रीकृष्ण और दुर्योधन जैसे पात्रों की विशेष भूमिका होती है। कलाकार पारंपरिक वेशभूषा पहनकर घंटों तक नृत्य करते हैं। संवादों से अधिक यहां भाव-भंगिमा, लोकगीत और वाद्ययंत्रों की धुन कहानी को आगे बढ़ाती है। कई बार पूरा गांव रातभर जागकर इस आयोजन का हिस्सा बनता है।

●उत्तराखंड के गांवों में सदियों से जीवित है पांडव नृत्य की परंपरा
●लोक संस्कृति, आस्था और महाभारत कथाओं का अद्भुत संगम
●नई पीढ़ी तक लोक विरासत पहुंचाने की चुनौती बनी बड़ी चिंता

लोक संस्कृति के जानकारों का मानना है कि पांडव नृत्य केवल कला नहीं, बल्कि उत्तराखंड की सामाजिक एकता और सामूहिक चेतना का प्रतीक है। गांवों में यह आयोजन लोगों को एक मंच पर जोड़ता है। बुजुर्गों से लेकर बच्चे तक इसमें भाग लेते हैं और इसी माध्यम से नई पीढ़ी अपनी लोक विरासत से जुड़ती है।

हालांकि आधुनिकता और पलायन के दौर में यह परंपरा चुनौतियों का सामना भी कर रही है। गांव खाली हो रहे हैं और लोक कलाकारों की संख्या धीरे-धीरे कम होती जा रही है। युवा पीढ़ी का रुझान आधुनिक मनोरंजन की ओर बढ़ने से पारंपरिक लोक कलाओं पर संकट गहराने लगा है। कई सांस्कृतिक संगठनों और लोक कलाकारों का कहना है कि यदि समय रहते संरक्षण नहीं मिला तो आने वाले वर्षों में यह विरासत कमजोर पड़ सकती है। इसके बावजूद पहाड़ के कई गांव आज भी अपनी सांस्कृतिक जड़ों को बचाए हुए हैं। जब रात के सन्नाटे में ढोल-दमाऊं की थाप गूंजती है और पांडव नृत्य शुरू होता है, तब ऐसा लगता है मानो महाभारत का इतिहास फिर से जीवंत हो उठा हो। यही कारण है कि पांडव नृत्य केवल एक लोक परंपरा नहीं, बल्कि उत्तराखंड की सांस्कृतिक आत्मा का अभिन्न हिस्सा माना जाता है।

वन क्षेत्र में सड़क किनारे चलाया स्वच्छता अभियान

ऋषिकेश (आरएनएस)। आर्मी स्कूल, केंद्रीय विद्यालय तथा माय भारत वॉलंटियर्स के छात्र-छात्राओं और स्वयंसेवकों ने स्वच्छता अभियान चलाया। जिसके तहत लच्छीवाला में वन क्षेत्र से सड़कों के कूड़े की सफाई कर लोगों को जागरूक किया गया। लच्छीवाला रेंज की दुल्हनी बीट अंतर्गत लक्ष्मण सिद्ध वन मोटर मार्ग पर स्वच्छता ही सेवा अभियान के तहत विशेष स्वच्छता कार्यक्रम आयोजित किया गया। आर्मी स्कूल, केंद्रीय विद्यालय तथा माय भारत वॉलंटियर्स के छात्र-छात्राओं और स्वयंसेवकों ने वन मोटर मार्ग के दोनों ओर फैले प्लास्टिक, पॉलीथीन एवं अन्य कूड़े को एकत्र कर सुरक्षित निस्तारण हेतु हटाया। कार्यक्रम का संचालन क्षेत्र के बीट अधिकारी रजत के नेतृत्व में किया गया। अभियान के माध्यम से प्रतिभागियों ने स्वच्छ वन, सुरक्षित वन्यजीव, स्वस्थ पर्यावरण का संदेश देते हुए समाज की सामूहिक जिम्मेदारी पर जोर दिया। वन क्षेत्राधिकारी मेधावी कीर्ति ने कहा कि वन क्षेत्रों में स्वच्छता बनाए रखना वन्यजीवों की सुरक्षा और पर्यावरण संतुलन के लिए आवश्यक है। ऐसे अभियानों से लोगों में प्रकृति संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ती है।

गोर्खाली सुधार सभा की मोहब्बेवाला शाखा का वार्षिक अधिवेशन सम्पन्न

संवाददाता

देहरादून। गोर्खाली सुधार सभा की मोहब्बेवाला शाखा का वार्षिक अधिवेशन सफलापूर्वक सम्पन्न हुआ।

आज यहां गोर्खाली सुधार सभा की मोहब्बेवाला शाखाका वार्षिक अधिवेशन कर्मठ शाखा अध्यक्ष ललित थापा की अध्यक्षता में सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ। सर्वप्रथम शाखा अध्य्यक्षजी ने मुख्य अतिथि केंद्रीय अध्य्यक्ष पदम सिंह थापा, उपाध्यक्ष श्रीमती पूजा सुब्बा चंद एवं मीडिया प्रभारी प्रभा शाह का स्वागत अभिनंदन किया। तत्पश्चात् उन्होंने शाखा के विगत वर्ष के कार्यो एवं आय – व्यय के सम्पूर्ण लेखा जोखा का ब्यौरा दिया। कृष्ण मोहन राई, उदय कुमार राई, आर बी थापा ने अपने वक्तव्य रखे। सभा के पदाधिकारियों ने गोर्खाली सुधार सभा के कार्यो, उपलब्धियों एवं आगामी योजनाओं के विषयमें विस्तार से अवगत कराया। केंद्रीय अध्यक्ष पदम सिंह थापा द्वारा शाखा के इन मेघावी छात्र/ छात्राओं वैष्णवी थापा व सौरभ शर्मा को छात्रवृत्तियाँ प्रदान की गईं। रतन बहादुर थापा को वयोवृद्ध समाजसेवी सम्मान से सम्मानित किया गया। केंद्रीय अध्यक्ष ने शाखा अध्यक्ष ललित थापा एवं शाखा के कार्यों की सराहना की एवं भविष्यमें भी इसी प्रकार सहयोग की आशा व्यक्त की। इस अवसर पर मोहन राई, श्रीमती दुर्गा शर्मा, श्रीमती नीना पुलामी, लक्ष्मी थापा, कुमार राई, दीपक एवं शाखा के वरिष्ठ महानुभावजन, मातृशक्तियाँ एवं युवाजन उपस्थित रहे।

भूल जाएं अब हेयर डाई, बालों को काला करेगा ये घर का बना तेल

बालों का सफेद होना एक आम समस्या बन चुकी है। आज कल तो कम उम्र में ही लोगों को यह दिक्कत झेलनी पड़ रही है। अगर समय रहते ही इसका समाधान न किया जाए तो आगे चल कर पूरे बाल सफेद हो सकते हैं। लोग अक्सर सफेद बालों को छुपाने के लिए हेयर डाई और कलर का इस्तेमाल करते हैं। मगर लंबे समय तक इनके प्रयोग से बालों में अन्य दिक्कतें पैदा होने लगती हैं।

बालों में डाई लगाने के बजाए अगर आप घर पर ही कुछ प्राकृतिक सामग्रियों से तेल बनाकर लगाएं, तो आपको कुछ ही हफ्तों में रिजल्ट मिल जाएगा। आज हम आपको एक ऐसा ही तेल बनाना सिखाएंगे जो बालों को न सिर्फ काला करेगा बल्कि घना और लंबा भी बनाएगा। इस तेल में प्रयोग की जाने वाली सभी सामग्रियां आसानी से घर पर ही मिल जाएंगी। तो देर किस बात की आइए जानते हैं इसको बनाने और लगाने की विधि के बारे में...

तेल बनाने की सामग्री-

1 - ताजा एलोवेरा की पत्ती

1 कप - नारियल तेल

2 चम्मच - कैस्टर ऑयल

8 से 10 - काली मिर्च

2 चम्मच - कलौंजी

1 - आंवला

1 चम्मच - मेथी दाना

15-20 - करी पत्ता

कैसे बनाएं बालों को काला करने का तेल

1.सबसे पहले एलोवेरा की एक ताजा पत्ती लेकर उसे छील लें और उसके जेल को निकाल लें।

2.अब गैस पर एक बर्तन रखें और उसमें नारियल तेल, कैस्टर ऑयल, कलौंजी, एलोवेरा जेल और बाकी की सभी चीजें मिक्स कर दें।

3.इस मिश्रण को 5-6 मिनट के लिए पका लें। ध्यान रखें कि तेल को लगातार चलाती रहें, नहीं तो तेल जल सकता है।

4.गैस बंद कर दें और मिश्रण को ठंडा होने के लिए रख दें।

5.आपका तेल तैयार है। इस तेल को छान कर किसी कांच की शीशी में भर कर रख लें।

कब और कैसे लगाएं यह तेल

बालों को काला करने वाले इस तेल को सप्ताह में 2 बार नहाने से 30 मिनट पहले लगाएं। इस तेल को लगाने से पहले हल्का गुनगुना कर लें और फिर रूई से इसे बालों की जड़ों में लगाएं। सिर की 10 मिनट अच्छी तरह से मालिश करें और फिर बालों को बांध कर छोड़ दें। आप चाहें तो इस तेल को रात में सोने से पहले भी लगा सकती हैं।

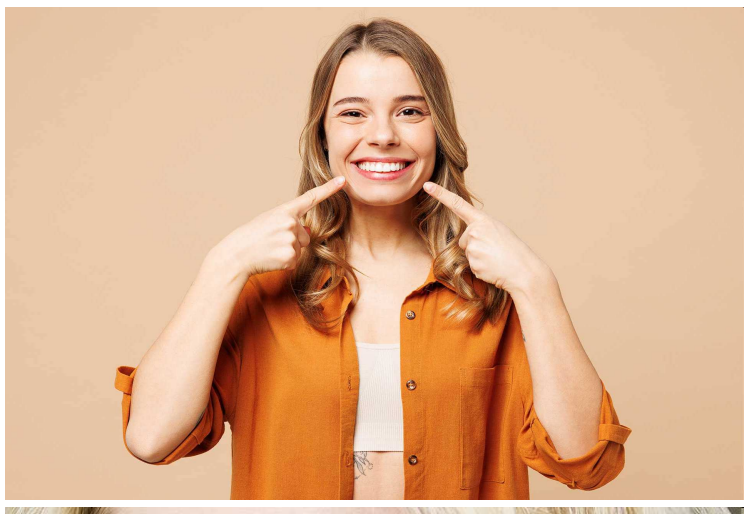
आंवले में भारी मात्रा में विटामिन सी पाया जाता है, जो बालों को काला करने में मदद करता है। इसके अलावा इसमें एंटीऑक्सीडेंट भी पाया जाता है, जो बालों के रोमों को नष्ट होने से बचाता है। इससे बाल हेल्दी और काले उगते हैं। कलौंजी के तेल का उपयोग बालों के झड़ने से उनके बढ़ने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। इसमें निगेलोन और थायमोक्विनोन जैसे एंजाइम मौजूद हैं। यह बालों के रोम को पोषण देते हैं और उन्हें झड़ने से भी रोकते हैं। इसके उपयोग से सिर का गंजापन भी दूर होता है। एलोवेरा में काफी ज्यादा एमिनो एसिड और प्रोटेयोलिटिक एंजायम होता है, जो बालों की जड़ों को मजबूत बनाता है और उनकी ग्रोथ बढ़ाता है। साथ ही इसमें एंटीसेप्टिक और एंटीफंगल गुण डैंड्रफ को कम करते हैं। एलोवेरा बालों को काला बनाने में भी काफी ज्यादा मदद करता है। नारियल का तेल प्राकृतिक तरीके से आपके बालों को लंबे, घने और तेजी से बढ़ने में मदद करता है। नारियल के तेल में प्राकृतिक रूप से पाए जाने वाले विटामिन और आवश्यक फैटी एसिड खोपड़ी को पोषण देते हैं और रोम छिद्रों से सीबम निर्माण को हटाने में मदद करते हैं। इसे लगाने से बालों की नमी बढ़ती है जिससे बाल और भी ज्यादा शाइनी दिखते हैं। अरंडी का तेल स्कैल्प को हेल्दी रखता है और बालों को पोषण पहुंचाता है। इसमें रिकिनोइलिक एसिड और ओमेगा -6 फैटी एसिड होते हैं और इसलिए जब सिर पर मालिश की जाती है, तो यह रक्त परिसंचरण को बढ़ाने में मदद करता है, जो बालों के विकास में सुधार करता 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

हंसिए और बीमारियों को दूर भगाइए



जब व्यक्ति तनाव में होता है, तो शरीर कोर्टिसोल हार्मोन रिलीज करता है. कोर्टिसोल के साइड इफेक्ट्स को कम करने के लिए शरीर को एंडोर्फिन रिलीज करने के लिए तैयार करने की जरूरत होती है और खास बात यह है कि हंसकर आसानी से ऐसा किया जा सकता है. इसलिए हंसी सेहत के लिए बहुत जरूरी है.

हंसने से होती है आंतरिक कसरत

ज्यादा तनाव के समय शरीर में कोर्टिसोल का स्तर बढ़ता है. वहीं एंडोर्फिन प्राकृतिक दर्द निवारक है जो दर्द में सक्रिय होता है. इसकी जरूरत इसलिए होती है ताकि दर्द से बाहर निकल सके. इसके लिए सबसे पहला काम जो जरूरी है वो ये है कि खूब हंसें. हंसना एक वर्कआउट है. इससे आंतरिक कसरत होती है. खुलकर हंसने से डायाफ्राम, पेट, श्वसन प्रणाली और कंधों का अभ्यास होता है और हंसने के बाद मांसपेशियां और अधिक रिलैक्स्ड हो जाती हैं.

इम्यून सिस्टम में सुधार की वजह बनती है हंसी

हंसने से शरीर में अधिक मेलेटोनिन का उत्पादन होता है जो दिमाग द्वारा रिलीज हार्मोन है. इससे अच्छी नींद में मदद मिलती है. इससे नींद का पैटर्न भी सुधरता है. यही नहीं डिप्रेशन से जूझ रहे लोगों के लिए तो यह रामबाण है. खुलकर हंसना इम्यून सिस्टम में सुधार की वजह भी बनता है. हंसी की वजह से इम्यून सिस्टम में संक्रमण विरोधी एंटीबॉडी के साथ ही खून में टी-कोशिकाओं की संख्या में भी बढ़ोतरी हो, सकती है. इसलिए किसी भी कीमत पर हंसी के साथ दिन शुरू करना जरूरी है.

हाई बीपी और डायबिटीज को कंट्रोल करती है हंसी

जो लोग नियमित रूप से खूब हंसते हैं उनका हाई बीपी नियंत्रण में रहता है. हंसने से रक्त वाहिकाओं का कार्य सुधरता है और रक्त प्रवाह बढ़ता है. इससे दिल का दौरा या दिल से जुड़ी बीमारियों से बचा जा सकता है. रोजाना खुलकर हंसने से डायबिटीज कंट्रोल करने में भी मदद मिलती है. शोधों में खुलासा हुआ है कि डायबिटीज के मरीजों से जुड़ी जटिलताओं को कम करने में हंसी का यह व्यायाम मदद करता है.

जवान दिखना चाहते हैं तो खुलकर हंसें

जवान दिखने की चाह रखने वालों के लिए भी यह बड़े काम का व्यायाम है. मुस्कुराने और हंसने से चेहरे की 15 मांसपेशियां एक साथ काम करती हैं. चेहरे की ओर रक्त का प्रवाह बढ़ जाता है जिससे व्यक्ति युवा दिखता है. शारीरिक और मानसिक ही नहीं यह भावानात्मक स्वास्थ्य को भी बढ़ावा देता है. हंसी की जरूरत इस बात से ही समझ आ जाती है कि जब एक बच्चा मुस्कुराता है तो उसका मन और शरीर कितना उत्साहित लगता है. यह वयस्कों और बुजुर्गों पर भी सटीक बैठता है. हंसने पर हवा फेफड़ों से बाहर निकल जाती है और इसके साथ गहरी आंतरिक सांस ले सकते हैं. शरीर की मांसपेशियों और अंगों के आसपास ऑक्सीजन का प्रवाह बढ़ जाता है, इससे अधिक ऊर्जा मिलती है. हंसी के साथ साथ शारीरिक व्यायाम किया जाए तो व्यक्ति स्वस्थ और फिट रहता है. हंसी एक ऐसी दवा है जो कि आसानी से उपलब्ध है और जब चाहे, जैसे चाहे इसका लाभ उठा सकते हैं.

शब्द सामर्थ्य -049

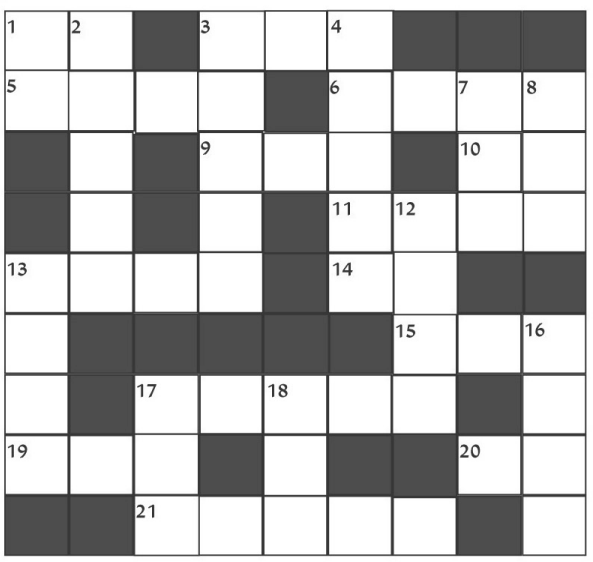
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. समासि, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 48 का हल

वा	स्ता	■	■	सि	स	की	■	■
जि	■	ल	प	ट	■	मा	चि	स
ब	द	ला	■	क	■	■	ल	■
■	■	ट	■	नी	ल	क	म	ल
ता	ली	■	का	■	की	■	■	हू
क	■	स	रो	का	र	■	■	लु
झां	■	ज	बा	न	■	म	सी	हा
क	च	ना	र	■	भा	र्या	■	न
■	र्म	■	■	ज	र	दा	■	■

फिटनेस के सफर में निरंतर बने रहने के लिए अपनाएं ये तरीके

फिटनेस का सफर एक ऐसा रास्ता है, जिस पर निरंतरता बहुत जरूरी होती है। चाहे आप जिम जाएं या घर पर व्यायाम करें, नियमितता से ही आप अपने लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। इस लेख में हम आपको कुछ ऐसे आसान और प्रभावी तरीके बताएंगे, जिनसे आप अपने फिटनेस रूटीन को निरंतर बनाए रख सकते हैं और अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं। इन तरीकों से आपका फिटनेस सफर आसान और सुखद हो जाएगा।

रोजाना एक समय पर व्यायाम करने से आपके शरीर को एक नियमित समय का अंदाजा हो जाता है, जिससे वह उसे अपना लेता है और आपको व्यायाम की आदत पड़ जाती है। इससे आपका मन भी तैयार रहता है और आप नियमित रूप से अपनी फिटनेस गतिविधियों को जारी रख सकते हैं। चाहे सुबह हो या शाम, किसी भी समय चुनें और उसे दिनचर्या का हिस्सा बनाएं ताकि आप निरंतर बने रहें और अपने फिटनेस लक्ष्यों को हासिल कर सकें।

बड़े लक्ष्यों को पाने के लिए छोटे-छोटे लक्ष्य बनाना बहुत जरूरी होता है। इससे आपको अपनी प्रगति का पता चलता रहता है और आप प्रेरित रहते हैं। उदाहरण के लिए अगर आपका लक्ष्य वजन कम करना है, तो पहले हफ्ते में 500 ग्राम कम करने का लक्ष्य रखें, फिर धीरे-धीरे इसे बढ़ाएं। इस तरह आप अपने फिटनेस सफर में निरंतर बने रहेंगे और अपने बड़े लक्ष्य को आसानी से हासिल कर सकेंगे।

अगर आप अपने व्यायाम को मजेदार बनाएंगे, तो आप इसे लंबे समय तक जारी रख पाएंगे। इसके लिए आप अपनी पसंदीदा गतिविधियों जैसे नाच, साइकिल चलाना या तैरना आदि को अपनी फिटनेस रूटीन में शामिल कर सकते हैं। इससे न केवल आपका शरीर स्वस्थ रहेगा बल्कि आपका मन भी खुश रहेगा और आप निरंतर बने रहेंगे। इसके अलावा आप नए-नए तरीके आजमा सकते हैं, ताकि आपकी व्यायाम कभी उबाऊ न लगे और आप हमेशा प्रेरित रहें।

दूसरों के साथ व्यायाम करने से आपको प्रेरणा मिलती है और आप अकेलापन महसूस नहीं करते। समूह कक्षाएं, दोस्तों या परिवार वालों के साथ व्यायाम करने से व्यायाम रुचिकर बनती है और आप इसे नियमित रूप से जारी रख पाते हैं। इससे न केवल आपका शरीर फिट रहता बल्कि आपका मनोबल भी ऊंचा रहता है। समूह व्यायाम से आप नई तकनीकें सीख सकते हैं और एक-दूसरे की मदद कर सकते हैं, जिससे फिटनेस सफर और भी सफल हो सकता है।

निरंतरता बनाए रखने का मतलब यह नहीं कि आप बिना रुके काम करते रहें। शरीर को आराम देना उतना ही जरूरी है, जितना कि व्यायाम करना। पर्याप्त नींद लें, हफ्ते में एक-दो दिन आराम करें ताकि आपका शरीर ठीक हो सके और अगली बार जब आप व्यायाम करें तो पूरी ऊर्जा के साथ कर सकें। इससे न केवल आपकी फिटनेस बेहतर होगा बल्कि आप मानसिक रूप से भी तरोताजा महसूस करेंगे।

ध्यान को अपने फिटनेस रूटीन का हिस्सा बनाएं, मिलेंगे ये फायदे

ध्यान एक पुरानी तकनीक है, जो मानसिक और शारीरिक सेहत को सुधारने में मदद करती है। यह न केवल तनाव को कम करता है, बल्कि शरीर को भी तंदुरुस्त रखता है। ध्यान से आप अपनी मानसिक एकाग्रता बढ़ा सकते हैं और आत्म-जागरूकता को भी बढ़ा सकते हैं। आइए जानते हैं कि ध्यान को फिटनेस रूटीन का हिस्सा बनाकर आप क्या-क्या लाभ उठा सकते हैं।

ध्यान करने से दिमाग की गतिविधियां शांत होती हैं, जिससे तनाव का स्तर कम होता है। जब आप नियमित रूप से ध्यान करते हैं, तो आपकी मानसिक स्थिति बेहतर होती है और आप रोजमर्रा की चुनौतियों का सामना आसानी से कर पाते हैं। इससे न केवल आपका मन शांत रहता है, बल्कि आप अधिक सकारात्मक भी महसूस करते हैं। ध्यान से आपकी सोचने की क्षमता भी बढ़ती है और आप अधिक स्पष्टता से सोच पाते हैं।

ध्यान करने से नींद की गुणवत्ता में सुधार होता है। यह आपको गहरी नींद लेने में मदद करता है, जिससे आप सुबह तरोताजा महसूस करते हैं। नियमित ध्यान करने वाले लोग जल्दी सो जाते हैं और उनकी नींद भी अच्छी आती है। इससे आपका दिन ऊर्जा से भरपूर रहता है और आप अधिक सक्रिय महसूस करते हैं। इसके अलावा ध्यान से आपकी मानसिक शांति भी बढ़ती है, जो नींद को और भी बेहतर बनाती है।

ध्यान करने से शरीर के दर्द में भी राहत मिल सकती है। यह मांसपेशियों की जकड़न को कम करता है और रक्त के प्रवाह को बढ़ावा देता है। इससे दर्द में कमी आती है और शरीर में हल्कापन महसूस होता है। नियमित रूप से ध्यान करने से शरीर का लचीलापन भी बढ़ती है, जिससे दैनिक गतिविधियों में आसानी होती है। इसके अलावा ध्यान से मानसिक शांति भी मिलती है, जो दर्द को और भी कम करती है।

ध्यान करने से एकाग्रता बढ़ती है, जिससे कामकाज में अधिक उत्पादकता मिलती है। यह आपको लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है और किसी भी कार्य को बेहतर तरीके से पूरा करने की क्षमता देता है। नियमित रूप से ध्यान करने से मानसिक स्पष्टता भी बढ़ती है, जिससे आप अपने काम में अधिक कुशल बनते हैं। इसके अलावा ध्यान से आपकी सोचने की क्षमता भी बेहतर होती है, जिससे आप समस्याओं का समाधान आसानी से पा सकते हैं।

ध्यान करने से आत्म-जागरूकता बढ़ती है, जिससे आप अपने विचारों और भावनाओं को बेहतर तरीके से समझ पाते हैं। यह आपको अपनी कमजोरियों और ताकतों को पहचानने में मदद करता है। नियमित रूप से ध्यान करने से आत्म-नियंत्रण भी बढ़ता है, जिससे आप अपने जीवन में सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

इश्क दम और इडली रसम खाना, परिवार और भावनाओं की खूबसूरत कहानी : सुरभि चंदना

अभिनेत्री सुरभि चंदना अपनी वेब सीरीज इश्क दम और इडली रसम को लेकर उत्साहित हैं। खास बात है कि इस सीरीज को उन्होंने को-प्रोड्यूस भी किया है। अभिनेत्री ने वेब सीरीज को परिवार, प्यार, भावनाओं और सांस्कृतिक विरासत का जश्न मनाने वाली एक दिलकश कहानी बताया है। बालाजी टेलीफिल्म्स निर्मित यह शो दर्शकों को एक पुराने साउथ इंडियन रेस्टोरेंट की भावुक कहानी के माध्यम से खाने की खुशबू, यादों और रिश्तों की गहराई दिखाएगा। शो की कहानी एक पुराने साउथ इंडियन रेस्टोरेंट के इर्द-गिर्द घूमती है, जो टिके रहने के लिए संघर्ष कर रहा है।

इस सीरीज के केंद्र में मीरा नायर हैं, जिनका किरदार शाइनी दोशी ने निभाया है। मीरा एक भावुक शेफ है, जो मानती है कि खाना सिर्फ खाना नहीं, बल्कि सेवा, सुकून और जिम्मेदारी है। अपने दिवंगत पिता की विरासत को संभालते हुए वह रेस्टोरेंट को सिर्फ एक बिजनेस नहीं, बल्कि अपनी भावनाओं और मूल्यों का हिस्सा मानती है। कहानी आगे बढ़ती है और अभिषेक कुमार के निभाए किरदार अर्जुन ठाकुर की एंट्री होती है, जो एक शेफ और इन्वेस्टर हैं। जब वह मीरा के रेस्टोरेंट में आता है, तो मीरा की दुनिया हिल जाती है। अर्जुन रेस्टोरेंट को फिर से खड़ा करने का वादा करते हैं, लेकिन साथ ही मीरा की उन सारी चीजों को बदलने का खतरा भी पैदा करते हैं जो उनके दिल के सबसे करीब हैं।

सुरभि ने इसे अपने करियर का नया अध्याय बताया और कहा कि वह आगे बढ़ते रहना चाहती हैं। सुरभि चंदना ने शो के बारे में बात करते हुए बताया, इश्क दम और इडली रसम' बालाजी टेलीफिल्म्स के साथ काम करना मेरे लिए सपने के सच होने जैसा है। यह शो मेरे लिए बहुत खास है क्योंकि इसमें दिल, अपनापन और सादगी भरपूर है। शुरुआत से ही मुझे इस प्रोजेक्ट से गहरा जुड़ाव महसूस हुआ। कैमरे के पीछे क्रिएटिव जर्नी का हिस्सा बनना और कहानी से भावनात्मक रूप से जुड़ना मेरे लिए बेहद खूबसूरत अनुभव रहा है। यह शो प्यार, परिवार, भावनाओं और संस्कृति का ताजगी भरे अंदाज में जश्न मनाता है।

वहीं, अभिषेक कुमार ने अपने किरदार अर्जुन ठाकुर के बारे में बात करते हुए कहा, यह कोई आम लव स्टोरी या टिपिकल शेफ ड्रामा नहीं है। यहां खाना लोगों की भावनाओं, नियंत्रण और अतीत को समझने का जरिया है। अर्जुन उन सबसे मुश्किल किरदारों में से एक है जिन्हें मैंने निभाया है। यह किरदार गंभीर, नियंत्रित और भावनाओं को छुपाने वाला है। इस शो के जरिए मुझे एक अभिनेता के रूप में आगे बढ़ने का मौका मिला है।

शो में शाइनी दोशी, अभिषेक कुमार के अलावा नेहा लक्ष्मी अय्यर, अमन सिंह, प्रेरणा सहगल, विजया लक्ष्मी गुरव और करण खन्ना भी अहम भूमिकाओं में नजर आएंगे। बालाजी टेलीफिल्म्स निर्मित और फील गुड स्टूडियोज की सुरभि चंदना द्वारा एक्जीक्यूटिव प्रोड्यूस किया गया इश्क दम और इडली रसम' 11 मई को यूट्यूब पर स्ट्रीम हुई थी।

इम्तियाज अली के निर्देशन में निखरीं शरवरी वाघ!

अभिनेत्री शरवरी वाघ इन दिनों अपनी आगामी फिल्म क्या कमाल है को लेकर सुर्खियों में हैं। इस फिल्म में अभिनेत्री जिया नाम का एक बेहद संवेदनशील और महत्वपूर्ण किरदार निभा रही हैं। हाल ही में फिल्म का नया गाना मस्कारा रिलीज हुआ है, जिसमें शरवरी का अंदाज पुराने दौर की बॉलीवुड हीरोइनों के रोमांस की याद दिला रहा है। शरवरी ने इंस्टाग्राम पर गाने की शूटिंग के बीटीएस पल शेयर किए। इस पोस्ट में शरवरी ने इम्तियाज अली के साथ अपने काम करने के अनुभव को बयां करते हुए लिखा, इम्तियाज अली सर और मैं इस एहसास को किस-मिस यारा कहते थे। यह एक मजेदार बनाया गया शब्द है, जो पहली बार प्यार में पड़ने वाली उस मीठी और हल्की सी गुदगुदाहट को महसूस कराता है।

अभिनेत्री ने आगे लिखा, मेरा किरदार जिया अपनी जिंदगी में कई बार इसी किस-मिस वाले एहसास से गुजरती है। गाने में मेरा नटखट और शरारती अंदाज दर्शकों को काफी पसंद आ रहा है।

शरवरी ने अपनी पोस्ट में इम्तियाज अली की जमकर तारीफ की। उन्होंने बताया कि किस तरह निर्देशक ने उन्हें अपनी परफॉर्मेंस की उन बारीकियों को समझने में मदद की, जिनसे वह खुद भी अनजान थीं। उन्होंने लिखा, मैंने सिर्फ आपको देखकर ही भावनाओं और कहानी कहने के तरीके के बारे में बहुत कुछ सीखा है। मुझ पर भरोसा करने और हर पल मेरा मार्गदर्शन करने के लिए मैं आपकी हमेशा आभारी रहूंगी।

मस्कारा गाने में शरवरी का लुक काफी क्लासी रखा गया है। गाने में उनका नटखट और शरारती अंदाज भी देखने को मिलता है। मस्कारा गाना अपनी रोमांटिक धुन और शानदार केमिस्ट्री के लिए सोशल मीडिया पर छा गया है। इस गाने को वेदांग रैना और नीलांजना घोष दस्तीदार ने अपनी आवाज दी है। इसका संगीत दिग्गज संगीतकार ए.आर. रहमान ने दिया है, जबकि बोल इरशाद कामिल ने लिखे हैं।

गाने के वीडियो में वेदांग रैना और शरवरी वाघ की जोड़ी नजर आ रही है, जिनकी मासूम प्रेम कहानी और केमिस्ट्री को काफी पसंद किया जा रहा है। मस्कारा एक सॉफ्ट रोमांटिक गाना है, जो जवानी के दिनों के प्यार, मासूम शरारत और जज्बातों को खूबसूरती से दिखाता है।

फिल्म में शरवरी का किरदार जिया और वेदांग रैना का किरदार कीनू समय और दूरी से आकार लिए हुए प्यार को दर्शाते हैं।

11वीं-12वीं की पढ़ाई के लिए रोज 14 किमी का खतरनाक सफर

नई टिहरी(आरएनएस)। भिलंगना ब्लॉक के हाईस्कूल निवाल गांव का इंटर स्तर पर उच्चीकरण की मांग वर्षों बाद भी परवान नहीं चढ़ पा रही है। अभिभावक लंबे समय से विद्यालय को इंटर कॉलेज का दर्जा देने की मांग कर रहे हैं लेकिन शासन स्तर पर मामला गंभीरता से नहीं लिए जाने के कारण स्थानीय लोगों में रोष है। उच्चीकरण नहीं होने से छात्र-छात्राओं को परेशानी झेलनी पड़ रही है। आसपास इंटर कॉलेज नहीं होने के कारण उन्हें 11वीं-12वीं की पढ़ाई के लिए प्रतिदिन सात किमी दूर थाती बूढ़ाकेदार इंटर कॉलेज जाना पड़ता है।स्थानीय लोगों की मांग पर वर्ष 2006 में निवाल गांव में हाईस्कूल की स्थापना की गई थी। वर्तमान शैक्षिक सत्र में विद्यालय में कक्षा नौ और दस में करीब 95 छात्र-छात्राएं अध्ययनरत हैं। निवाल गांव के अलावा मेड, मरवाड़ी और आगर गांव के छात्र-छात्राएं पढ़ाई के लिए पहुंचते हैं। वर्ष 2015 से क्षेत्र के लोग विद्यालय के इंटर स्तर पर उच्चीकरण की मांग कर रहे हैं।अभिभावकों का कहना है कि आसपास इंटर कॉलेज की सुविधा नहीं होने से बच्चों को पढ़ाई के लिए सात किमी दूर थाती बूढ़ाकेदार जाना पड़ता है। जंगल के रास्ते से प्रतिदिन करीब 14 किमी का पैदल आवागमन करना आसान नहीं है। दूरी अधिक होने और सुरक्षा कारणों के चलते कई अभिभावक छात्राओं को इंटर की पढ़ाई के लिए इतनी दूर नहीं भेज पाते जिससे कई छात्राएं आगे की शिक्षा से वंचित रह जाती हैं। स्थानीय निवासी बाबन सिंह बिष्ट, सूरत सिंह, भरत सिंह पंवार, लुदर सिंह गुनसोला, राजपाल सिंह पंवार का कहना है कि क्षेत्र के बच्चों की शिक्षा को देखते हुए निवाल हाईस्कूल का जल्द इंटर स्तर पर उच्चीकरण किया जाना चाहिए।

सिद्धपीठ कुरुड़ मंदिर को पर्यटन मानचित्र में मिला स्थान

चमोली(आरएनएस)। लंबे संघर्ष और वर्षों की मांग के बाद उत्तराखंड सरकार ने मां नंदा देवी के सिद्धपीठ कुरूड़ मंदिर को पर्यटन मानचित्र में स्थान दे दिया है। सरकार के इस निर्णय से क्षेत्रवासियों और श्रद्धालुओं में खुशी की लहर है।नंदानगर विकासखंड स्थित सिद्धपीठ कुरूड़ मंदिर को बड़ी जात और नंदा राजजात का महत्वपूर्ण केंद्र माना जाता है। मंदिर को पर्यटन मानचित्र में शामिल कराने को लेकर पिछले कई दशकों से क्षेत्रीय जनता, मंदिर समितियां और बड़ी जात आयोजन समिति लगातार प्रयासरत थीं। बड़ी जात आयोजन समिति के अध्यक्ष कर्नल (सेनि) हरेंद्र सिंह रावत और मंदिर समिति के अध्यक्ष सुखबीर रौतेला ने बताया कि सिद्धपीठ कुरुड़ को पर्यटन मानचित्र पर स्थान देने के लिए सरकार की स्वीकृति मिल गई है। सरकार की स्वीकृति के बाद अब बड़ी जात और नंदा राजजात के आयोजन को लेकर सरकार और मंदिर समितियों के बीच सकारात्मक पहल को नई दिशा मिलने की उम्मीद है।

सू- दोकू क्र.049

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.48 का हल

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

चारधाम यात्रा: घोड़ा-खच्चरों के संचालन के लिए नई एसओपी जारी

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। राज्य सरकार ने केदारनाथ, यमुनोत्री, हेमकुंड साहिब और आदि कैलाश यात्रा मार्गों पर घोड़ा-खच्चरों के संचालन के लिए नई मानक संचालन प्रक्रिया (एसओपी) जारी की है। यह व्यवस्था तत्काल प्रभाव से लागू हो गई है। इसका उद्देश्य श्रद्धालुओं की सुरक्षित और व्यवस्थित यात्रा सुनिश्चित करना है। साथ ही, यात्रा मार्गों पर पशुओं के कल्याण और संरक्षण को प्राथमिकता देना है। यह नई एसओपी उच्च न्यायालय नैनीताल और राष्ट्रीय हरित अधिकरण के निर्देशों के अनुरूप है।

अपर सचिव संतोष बडोनी ने निदेशक पशुपालन को दिए आदेश में बताया कि यात्रा मार्गों की वहन क्षमता निर्धारित की गई है। केदारनाथ यात्रा मार्ग पर अधिकतम 5000 घोड़ा-खच्चरों को अनुमति मिलेगी। हेमकुंड साहिब यात्रा मार्ग पर लगभग 1050 घोड़ा-खच्चर एवं यमुनोत्री यात्रा मार्ग पर लगभग 595 घोड़ा-खच्चरों के संचालन की अनुमति होगी। सभी पशुओं का पंजीकरण अनिवार्य किया गया है। पंजीकरण से पहले स्वास्थ्य परीक्षण, ग्लैंडर्स जांच, ईयर टैगिंग और माइक्रोचिपिंग आवश्यक होगी। स्वास्थ्य प्रमाणपत्र की वैधता 45 दिन रहेगी। अपंजीकृत पशुओं के संचालन पर पूर्ण प्रतिबंध रहेगा।

एसओपी में पशु कल्याण को प्राथमिकता देते हुए कई उपाय किए गए हैं। प्रत्येक एक किलोमीटर पर पशु स्वामी को स्वच्छ और गुनगुने पेयजल की व्यवस्था करनी होगी। चारा और इलेक्ट्रोलाइट भी उपलब्ध कराना अनिवार्य होगा। पशुओं के लिए हल्की और वाटरप्रूफ काठियों का उपयोग करने पर जोर दिया गया है। इससे पशुओं को घाव या शारीरिक क्षति से बचाया जा सकेगा। निगरानी के लिए पानी के ट्रफ और संवेदनशील स्थानों के पास सीसीटीवी कैमरे लगाए जाएंगे। प्रत्येक जिले में अधिकारी और पशु चिकित्सक नामित किए जाएंगे।

नई एसओपी में कई गतिविधियों को प्रतिबंधित किया गया है। पशुओं पर अधिक भार लादना, घायल या बीमार पशुओं से काम लेना मना है। बिना टोकन संचालन, पशुओं को पीटना और तेज गति से दौड़ाना भी प्रतिबंधित है। ईयर टैग या माइक्रोचिप से छेड़छाड़ पर भी रोक लगाई गई है। दोषी पाए जाने पर पशु क्रूरता निवारण अधिनियम, 1960 और भारतीय न्याय संहिता के तहत कार्रवाई होगी। संबंधित पशु स्वामी का लाइसेंस रद्द कर उसे ब्लैकलिस्ट किया जाएगा और एफआईआर दर्ज की जाएगी। प्रत्येक पशु के साथ संचालक की उपस्थिति अनिवार्य होगी। प्रत्येक पशु स्वामी अधिकतम दो पशुओं का संचालन कर सकेगा। प्रतिदिन केवल एक टोकन जारी किया जाएगा।

यात्रा मार्गों पर स्थायी और अस्थायी पशु चिकित्सालय स्थापित किए जाएंगे। यहां पशु चिकित्सकों और पैरावेट कर्मियों की तैनाती रहेगी। बीमार, घायल या परित्यक्त पशुओं के उपचार और संरक्षण के लिए हर सप्ताह 24 घंटे चिकित्सा कक्ष की सुविधा उपलब्ध होगी। मृत पाए जाने वाले पशुओं के शवों का वैज्ञानिक विधि से निस्तारण किया जाएगा। पोस्टमार्टम की वीडियोग्राफी भी कराई जाएगी। नई व्यवस्था में म्यूल टास्क फोर्स का गठन, अतिरिक्त चेक पोस्टों की स्थापना और रात्रि गश्त शामिल है। डिजिटल रिकॉर्डिंग प्रणाली और नियमित निगरानी तंत्र भी अनिवार्य किया गया है। पशु क्रूरता संबंधी शिकायतों के त्वरित निवारण के लिए हेल्पलाइन नंबर जारी करने के निर्देश दिए गए हैं।

हर शनिवार नगर निगम में रहेगा 'नो व्हीकल डे'

रुद्रपुर(आरएनएस)। ऊर्जा संरक्षण और ईंधन बचत को लेकर केंद्र सरकार के संदेश के क्रम में रुद्रपुर नगर निगम ने महत्वपूर्ण पहल करते हुए प्रत्येक शनिवार को 'नो व्हीकल डे' के रूप में मनाने का निर्णय लिया है।

इस अभियान के तहत नगर निगम के अधिकारी और कर्मचारी शनिवार के दिन निजी पेट्रोल-डीजल वाहनों का उपयोग नहीं करेंगे। मेयर विकास शर्मा ने बताया कि प्रधानमंत्री के आह्वान और उत्तराखंड शासन के मुख्य सचिव की ओर से जारी निर्देशों के अनुपालन में यह निर्णय लिया गया है। इसका उद्देश्य ईंधन की खपत कम करना, पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देना और आमजन में जागरूकता पैदा करना है। उन्होंने कहा कि नगर निगम के सभी अधिकारी और कर्मचारी प्रत्येक शनिवार को कार्यालय आने-जाने के लिए साइकिल, ई-रिक्शा, सार्वजनिक परिवहन या पैदल आने जैसे वैकल्पिक साधनों को अपनाने के लिए प्रेरित किए जाएंगे।

कुमाऊं विवि में परीक्षा ड्यूटी से नहीं बच सकेंगे नियमित प्राध्यापक

नैनीताल(आरएनएस)। कुमाऊं विश्वविद्यालय ने परीक्षा व्यवस्था को सुदृढ़ करने के लिए एक महत्वपूर्ण निर्णय लिया है, जिसके तहत अब सभी नियमित प्राध्यापकों के लिए परीक्षा ड्यूटी करना अनिवार्य होगा। कुलपति प्रो. डीएस रावत के अनुसार, शिक्षकों की जिम्मेदारी केवल अध्यापन तक सीमित नहीं है, बल्कि प्रवेश, परीक्षा और परिणाम जैसे कार्यों में भी उनकी सक्रिय भागीदारी आवश्यक है।अब तक डीएसबी परिसर नैनीताल और भीमताल परिसर में परीक्षा का अधिकांश कार्यभार संविदा शिक्षकों के भरोसे चल रहा था, जिससे व्यवस्था में असंतुलन पैदा हो रहा था। इस नई व्यवस्था को शिक्षकों की वार्षिक प्रगति रिपोर्ट (एपीआर) से जोड़ा जाएगा और ड्यूटी पूरी करने पर प्रमाणपत्र भी दिए जाएंगे।

पर्यावरण बचाने को अधिक पेड़ लगाने पर दिया जोर

रुड़की(आरएनएस)। पर्यावरण संरक्षण एवं स्वच्छ ऊर्जा को बढ़ावा देने के उद्देश्य से राम ग्लोबल लाइटनिंग सॉल्यूशन की ओर से एक होटल में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में स्वच्छ पर्यावरण और कार्बन फुटप्रिंट कम करने के लिए अधिक से अधिक पेड़-पौधे लगाने की आवश्यकता पर जोर दिया गया। कार्यक्रम में पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमतों और भविष्य में ईंधन सप्लाई की चुनौतियों को देखते हुए इलेक्ट्रिक व्हीकल और सोलर ऊर्जा अपनाने पर गहन मंथन किया गया। वक्ताओं ने कहा कि आने वाला समय स्वच्छ और वैकल्पिक ऊर्जा का है, इसलिए लोगों को अभी से जागरूक होकर सोलर ऊर्जा और इलेक्ट्रिक वाहनों की ओर कदम बढ़ाना चाहिए। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि कैबिनेट मंत्री प्रदीप बत्रा रहे। वहीं भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. मधु सिंह सहित सोलर इंडस्ट्री से जुड़े अधिकारी और विशेषज्ञ भी कार्यक्रम में मौजूद रहे।

लंबित मामलों के निस्तारण और पुरानी पेंशन बहाली को लेकर होगा धरना प्रदर्शन

अल्मोड़ा(आरएनएस)। उत्तरांचल पर्वतीय कर्मचारी-शिक्षक संगठन उत्तराखंड की जनपद इकाई अल्मोड़ा की वर्चुअल बैठक में विभिन्न लंबित मांगों को लेकर नाराजगी जताई गई। संगठन ने चयन प्रोन्नत, पदों के पुनर्गठन, पुरानी पेंशन बहाली और लंबित प्रकरणों के समयबद्ध निस्तारण की मांग को लेकर शीघ्र धरना-प्रदर्शन करने का ऐलान किया है। धरने की तिथि जल्द घोषित की जाएगी।

बैठक में बेसिक शिक्षा परिषद से राजकीय सेवा में आए शिक्षकों को एलटी में जाने के बाद चयन प्रोन्नत का लाभ नहीं मिलने पर असंतोष व्यक्त किया गया। साथ ही डिप्लोमा फार्मेसी के 539 पद समाप्त किए जाने के फैसले का भी विरोध किया गया। डिप्लोमा फार्मेसी एसोसिएशन के अध्यक्ष डीके जोशी ने कहा कि समाप्त किए गए पदों का पुनः सृजन किया जाना चाहिए। उन्होंने विभाग में अलग-अलग वेतनमान लागू किए जाने पर भी आपत्ति जताई। वरिष्ठ उपाध्यक्ष दिगंबर फुलोरिया ने कहा कि बेसिक शिक्षा से एलटी में गए शिक्षकों को पूर्व सेवा का लाभ नहीं मिल रहा है, जिससे उनके साथ अन्याय हो रहा है। हरीश गैरोला ने कहा कि कई मामलों में विभागीय स्तर पर निर्णय नहीं लिए जा रहे हैं और कर्मचारियों को न्यायालय की शरण लेनी पड़ रही है। एनएमओपीएस उत्तराखंड के जिला अध्यक्ष गणेश भंडारी ने कहा कि पुरानी पेंशन बहाली तक आंदोलन जारी रहेगा और अधिक से अधिक कर्मचारियों को इसमें शामिल होना होगा। सचिव धीरेन्द्र कुमार पाठक ने कहा कि शिक्षा विभाग में दो वर्षों से सामान्य स्थानांतरण नहीं होना दुर्भाग्यपूर्ण है। उन्होंने फारगो नियमावली में संशोधन और पदोन्नति से वंचित कर्मचारियों को एक अवसर देने की मांग भी उठाई। बैठक में डॉ. मनोज कुमार जोशी ने कहा कि सभी लंबित मामलों को लेकर जल्द धरना-प्रदर्शन किया जाएगा। उन्होंने कहा कि सभी विभागों में पेंशन और अन्य प्रकरणों का समयबद्ध निस्तारण सुनिश्चित होना चाहिए। इस संबंध में जिलाधिकारी को भी पत्र भेजा जाएगा। बैठक में नवीन बिलजवाण, रामेश्वर, प्रमोद पंत और भैरव दत्त पनेरू समेत अन्य लोग मौजूद रहे।

कार खाई में गिरी दो की मौत, तीन गम्भीर घायल

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। सड़क दुर्घटना में बीती शाम एक कार के खाई में गिर जाने से जहां दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गयी वही तीन गम्भीर घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस व एसडीआरएफ टीम ने मौके पर पहुंच कर मृतक व घायलों को बाहर निकालकर अस्पताल पहुंचाया। जहां घायलों की हालत चिंताजनक बनी हुई है। सड़क हादसे का यह मामला हेलगुगाड़ से लगभग 200 मीटर आगे गंगनानी की ओर हुआ है। जब गंगोत्री से उत्तरकाशी आ रही एक स्विफ्ट कार अनियंत्रित होकर सड़क से लगभग 80 मीटर गहरी खाई में जा गिरी। कार में चालक सहित कुल पांच लोग सवार थे। इस भीषण दुर्घटना में दो यात्रियों की मौत हो गई, जबकि तीन अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को तुरंत तीन एम्बुलेंस की मदद से जिला चिकित्सालय उत्तरकाशी ले जाया गया, जहां उनका उपचार जारी है। मृतकों के शवों को भी खाई से निकालकर पोस्टमार्टम के लिए जिला चिकित्सालय भेजा गया है, और पुलिस द्वारा अग्रिम कार्रवाई की जा रही है। हादसे में जान गंवाने वाले यात्रियों की पहचान लक्ष्मी दामोदर रामटेककर (67) निवासी नागपुर, महाराष्ट्र और दामोदर हरीराम जी रामटेककर (77) निवासी नागपुर, महाराष्ट्र के रूप में हुई है। वहीं, दुर्घटना में घायल हुए यात्रियों में विमल कुमार (61) निवासी भुवनेश्वर, ओडिशा, उपासना (54) निवासी भुवनेश्वर, ओडिशा और वाहन चालक यशवीर (35) निवासी पंजाब शामिल हैं।

सविता कपूर ने चित्र भेंट कर किया भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष का स्वागत

संवाददाता

देहरादून। भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन का विधायक सविता कपूर ने चित्र भेंट कर स्वागत किया।

आज यहां भारतीय जनता पार्टी कैंट विधानसभा के अंतर्गत माँ नंदा देवी मंडल में पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन के स्वागत एवं अभिनंदन कार्यक्रम का आयोजन पंडितवाड़ी में किया गया। कार्यक्रम विधायका सविता कपूर के मार्गदर्शन तथा मंडल अध्यक्ष सुमित पांडे की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। इस अवसर पर कार्यकर्ताओं एवं पदाधिकारियों ने राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन का गर्मजोशी से स्वागत किया।

कार्यक्रम में संगठन की मजबूती, आगामी जनसंपर्क अभियानों तथा बूथ स्तर तक पार्टी को और अधिक सशक्त बनाने पर चर्चा की गई। विधायक सविता कपूर ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी संगठन आधारित पार्टी है, जहाँ प्रत्येक कार्यकर्ता की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। उन्होंने कार्यकर्ताओं से जनता के बीच जाकर सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं को पहुंचाने तथा संगठन को मजबूत बनाने का आह्वान किया। मंडल अध्यक्ष सुमित पांडे ने राष्ट्रीय अध्यक्ष के आगमन को कार्यकर्ताओं के लिए प्रेरणादायक बताते हुए कहा कि उनके मार्गदर्शन से संगठन को नई ऊर्जा और दिशा प्राप्त होगी।

कार्यक्रम में बड़ी संख्या में भाजपा पदाधिकारी, कार्यकर्ता एवं स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे। इस मौके पर राजकुमार तिवारी, संतोष कोठियाल, शेखर नौटियाल, विकास कुमार बेनीवाल, संजय सिंघल, अंकित अग्रवाल, समिधा गुरूंग, बलदेव नेगी, प्रदीप कुमार, मुक्त वर्मा, रीता विशाल, धीरज ग्रोवर, चंद्रपाल धारिया, दीवान प्रजापति, सिद्धार्थ चौहान, अनुराग छेत्री, अभिषेक शर्मा, सुदर्शना बिष्ट, देवेंद्र बिष्ट, कविता चौहान,सूरज बिष्ट, वैशाली बंसल, प्रगति रॉवत आदि मौजूद रहे।

'आस्था' पर जाम का 'ब्रेक'...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

महेंद्र भट्ट का कहना है कि इस वर्ष चारधाम यात्रा में रिकार्ड संख्या में श्र(ालु पहुंच रहे हैं, जो बाबा बदरीविशाल के प्रति लोगों की गहरी आस्था को दर्शाता है। पार्टी नेताओं के अनुसार सरकार और प्रशासन लगातार स्थिति की मानिटरिंग कर रहे हैं। अतिरिक्त पुलिस बल और ट्रैफिक टीमें तैनात की गई हैं तथा यात्रियों की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है। भाजपा का कहना है कि पहाड़ी क्षेत्रों में अत्यधिक भीड़ के दौरान कुछ समय के लिए दबाव बढ़ना स्वाभाविक है।

उच्च शिक्षा विकसित भारत के निर्माण की आधारशिला है: धामी

हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज शिवालिक कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग, देहरादून में 'विकसित भारत 2047 के निर्माण में उच्च शिक्षा का महत्त्व' विषय पर आयोजित विचार गोष्ठी को संबोधित करते हुए कहा कि उच्च शिक्षा केवल ज्ञान अर्जन का माध्यम नहीं, बल्कि विकसित, आत्मनिर्भर और समृद्ध भारत के निर्माण की आधारशिला है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश में शिक्षा, नवाचार, अनुसंधान और कौशल विकास के क्षेत्र में अभूतपूर्व परिवर्तन हुए हैं, जो भारत को वर्ष 2047 तक विकसित राष्ट्र बनाने के संकल्प को साकार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति- 2020 भारतीय शिक्षा प्रणाली के प्राचीन गौरव को पुनर्स्थापित करने की दिशा में एक ऐतिहासिक पहल है। यह नीति विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास, नवाचार, अनुसंधान एवं व्यावहारिक कौशल को बढ़ावा देने के साथ उन्हें भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार कर रही है। उन्होंने कहा कि उच्च शिक्षण संस्थानों को केवल शिक्षण केंद्र नहीं, बल्कि ज्ञान, अनुसंधान और नवाचार के उत्कृष्ट केंद्रों के रूप में विकसित किया जाना चाहिए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश आज विश्व का प्रमुख स्टार्टअप हब बन रहा है तथा डिजिटल इंडिया और आत्मनिर्भर भारत जैसे अभियानों ने भारत की विकास यात्रा को नई गति प्रदान की है। उन्होंने कहा कि आज भारत विज्ञान, प्रौद्योगिकी, रक्षा, अंतरिक्ष, स्वास्थ्य और शिक्षा सहित विभिन्न क्षेत्रों में वैश्विक स्तर पर अपनी सशक्त पहचान बना रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि देवभूमि उत्तराखंड शिक्षा, ज्ञान और अध्यात्म की समृद्ध परंपरा का केंद्र रहा है। राज्य सरकार शिक्षा में नवाचार, डिजिटल लर्निंग और भारतीय मूल्यों पर आधारित शिक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाने के लिए निरंतर कार्य कर रही है। राज्य में स्मार्ट क्लासरूम, डिजिटल लाइब्रेरी, ऑनलाइन शिक्षण सुविधाओं के विस्तार के साथ ही आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, मशीन लर्निंग और डेटा साइंस जैसे आधुनिक विषयों को बढ़ावा दिया जा रहा है। उन्होंने कहा कि दून विश्वविद्यालय में स्थापित सेंटर फॉर हिंदू स्टडीज भारतीय ज्ञान परंपरा के अध्ययन और अनुसंधान को नई दिशा देगा।

इस अवसर पर भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन, राज्यसभा सांसद एवं भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, उच्च शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत, शिवालिक कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग के अध्यक्ष सुनील कुमार, उपाध्यक्ष अजय कुमार, विभिन्न विश्वविद्यालयों के कुलपति सहित विभिन्न क्षेत्रों के शिक्षाविद, विशेषज्ञ एवं प्रबुद्धजन उपस्थित थे।

संघर्ष और समर्पण की सीख देता है खेल: रेखा आर्या

संवाददाता

देहरादून। खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि खेल संघर्ष और समर्पण की सीख देता है।

आज यहां खेल मंत्री रेखा आर्या ने परेड ग्राउंड स्थित मल्टीपरपज हॉल में उत्तराखंड सचिवालय बैडमिंटन क्लब द्वारा आयोजित वार्षिक बैडमिंटन प्रतियोगिता 2026 का शुभारंभ किया। इस प्रतियोगिता में 200 से ज्यादा खिलाड़ी हिस्सा ले रहे हैं।

प्रतियोगिता का उद्घाटन करते हुए खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि सचिवालय कर्मचारियों अधिकारियों द्वारा शनिवार और रविवार के अवकाश के दिन आयोजित यह प्रतियोगिता हमें यह संदेश देती है कि काम जितना जरूरी है खेल भी शरीर के लिए उतना ही आवश्यक है। उन्होंने कहा कि खेल हमें परिश्रम, संघर्ष और समर्पण जैसे गुण सिखाता है जो जीवनपर्यंत हमारे काम आते हैं। खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि राष्ट्रीय खेलों के सफल आयोजन के बाद प्रदेश में ऐसी खेल संस्कृति का विकास हुआ है कि अब हमारा कोई भी स्टेडियम एक दिन के लिए भी सूना नहीं रहता । हर जगह नियमित रूप से खिलाड़ी अभ्यास करने आ रहे हैं और राज्य व राष्ट्रीय स्तरीय खेल प्रतियोगिताएं लगातार आयोजित हो रही है।

खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि प्रदेश सरकार खेल और खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करने की अपनी प्रतिबद्धता को पूरा करने में जुटी हुई है और पदक विजेताओं को सरकारी नौकरियों में चार प्रतिशत आरक्षण व आउट ऑफ टर्न सरकारी नौकरी जैसे प्रावधानों ने युवाओं को खेल को करियर के रूप में अपनाने की प्रेरणा दी है। खेल मंत्री ने कहां कि उत्तराखंड में जिस तरह अंतरराष्ट्रीय स्तर का खेल ढांचा विकसित हुआ है, उसे देखते हुए आने वाले समय में कॉमनवेल्थ और ओलंपिक जैसे खेलों की कुछ खेल प्रतिस्पर्धाओं की मेजबानी का अवसर मिलने की आशा हम कर सकते हैं।

इस अवसर पर क्लब के अध्यक्ष हीरा सिंह बसेड़ा, महासचिव प्रमोद कुमार, प्रभारी जिला खेल अधिकारी रविंदर भंडारी, भूपेंद्र बसेड़ा, सत्येंद्र सिंह सजवाण, अंतरराष्ट्रीय बैडमिंटन खिलाड़ी पुनीता, संजय जोशी आदि उपस्थित रहे।

'सेव फ्यूल, सेव नेशन' अभियान के साथ राष्ट्रीय अध्यक्ष का किया अभिनंदन

संवाददाता

देहरादून। भाजपा महानगर कार्यकर्ताओं ने राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन का 'सेव फ्यूल, सेव नेशन' अभियान के तहत भव्य अभिनंदन किया।

आज यहां भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन के देहरादून आगमन पर कैंट विधानसभा क्षेत्र में भाजपा महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल के नेतृत्व में "सेव फ्यूल, सेव नेशन" अभियान का भव्य शुभारंभ किया गया।

अभियान की शुरुआत राष्ट्रीय अध्यक्ष द्वारा हस्ताक्षर कर औपचारिक रूप से की गई। रोड शो के दौरान राष्ट्रीय अध्यक्ष ने स्वयं गाड़ी रोककर अभियान में सहभागिता की और इसकी सराहना करते हुए इसे राष्ट्रहित से जुड़ा प्रेरणादायी अभियान बताया। कार्यकर्ताओं ने राष्ट्रीय अध्यक्ष का भव्य स्वागत करते हुए "सेव फ्यूल, सेव नेशन" अभियान से जुड़ने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में कार्यकर्ताओं का उत्साह और ऊर्जा विशेष आकर्षण का केंद्र रही। महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल ने कहा कि "सेव फ्यूल, सेव नेशन" अभियान केवल ईंधन बचाने का संदेश नहीं, बल्कि राष्ट्र के प्रति हमारी जिम्मेदारी और आने वाली पीढ़ियों के सुरक्षित भविष्य का संकल्प है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में ऊर्जा संरक्षण और पर्यावरण संतुलन अत्यंत आवश्यक है तथा प्रत्येक नागरिक को इस दिशा में अपनी सक्रिय भूमिका निभानी चाहिए। भाजपा कार्यकर्ता इस अभियान को जनआंदोलन का रूप देने के लिए निरंतर कार्य करेंगे। कार्यक्रम के अंत में कार्यकर्ताओं ने महानगर अध्यक्ष के नेतृत्व में अभियान को घर-घर तक पहुंचाने और अधिक से अधिक लोगों को इससे जोड़ने का संकल्प लिया।

गंगा संरक्षण एवं स्वच्छता कार्यों में लापरवाही बर्दाश्त नहीं:डीएम

संवाददाता

देहरादून। यहां जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान ने ऋषिपर्णा सभागार, कलेक्ट्रेट में जिला गंगा संरक्षण समिति के साथ ही अर्धकुंभ मेला 2027 के लिए प्रस्तावित कार्यों के सम्बन्ध बैठक लेते हुए आवश्यक निर्देश दिए। जिलाधिकारी

❑प्रजेंटेशन में ही नहीं बल्कि धरातल पर दिखें सकरात्मक परिणाम

ने जनपद अन्तर्गत संचालित गंगा संरक्षण, सीवरेज, अपशिष्ट प्रबंधन एवं स्वच्छता संबंधी कार्यों की विस्तृत समीक्षा की। इस दौरान उन्होंने अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश देते हुए कहा कि केवल प्रस्तुतिकरण (प्रेजेंटेशन) नहीं, बल्कि धरातल पर कार्यों के प्रभावी परिणाम दिखाई देने चाहिए। बैठक में जिलाधिकारी ने अधिशासी अभियंता जल संस्थान एवं परियोजना प्रबंधन निर्माण एवं अनुरक्षण इकाई (गंगा) को निर्देशित किया कि जनपद में संचालित सभी सीवेज ट्रीटमेंट

प्लांट (एसटीपी) राष्ट्रीय हरित अधिकरण (एनजीटी) द्वारा निर्धारित मानकों के अनुरूप संचालित हों, यह सुनिश्चित किया जाए। टपकेश्वर मंदिर, गढ़ी कैंट क्षेत्र में प्रस्तावित एसटीपी निर्माण कार्य हेतु भूमि चयन की प्रक्रिया में हो रही देरी पर जिलाधिकारी ने नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने संबंधित विभागों एवं अधिकारियों के साथ पृथक बैठक आयोजित कर भूमि चयन की कार्यवाही शीघ्र पूर्ण करने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने ऋषिकेश क्षेत्र में निर्माणाधीन एसटीपी, सीवेज पम्पिंग स्टेशन (एसपीएस) एवं सीवर लाइन परियोजनाओं की समीक्षा करते हुए सभी कार्यों को निर्धारित समयसीमा में पूर्ण करने के निर्देश दिए। उन्होंने नगर निगम ऋषिकेश को ठोस अपशिष्ट प्रबंधन व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने के लिए जीआईजेड एवं नगर निगम ऋषिकेश द्वारा संयुक्त रूप से आवास विकास वार्ड में संचालित सॉलिड वेस्ट मैनेजमेंट पायलट परियोजना को प्रभावी ढंग से लागू करते हुए उसे मॉडल वार्ड के रूप में विकसित करने के निर्देश दिए।

बैठक में नगरीय क्षेत्रों में डेयरी वेस्ट प्रबंधन की जानकारी मांगे जाने पर नगर निगम देहरादून के संबंधित अधिकारी के अनुपस्थित रहने पर जिलाधिकारी ने कड़ी नाराजगी व्यक्त करते हुए संबंधित अधिकारी के विरुद्ध कारण बताओ नोटिस जारी करने के निर्देश दिए। बिंदाल नदी में गिरने वाले प्रदूषित नालों की टैपिंग कार्यों में हो रही देरी पर भी जिलाधिकारी ने नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने पेयजल निगम के अधिकारियों को निर्देशित किया कि नाला टैपिंग के सभी कार्य निर्धारित समयावधि के भीतर पूर्ण किए जाएं। साथ ही आधुनिक तकनीकों का उपयोग कर नालों की नियमित एवं प्रभावी सफाई सुनिश्चित की जाए। मसूरी क्षेत्र में 0.70 एमएलडी क्षमता के कैमल बैक एसटीपी की समीक्षा के दौरान वर्ष 2022 में बजट स्वीकृत होने के बावजूद निर्माण कार्य प्रारंभ न होने पर जिलाधिकारी ने कड़ी नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने पेयजल निगम, मसूरी के संबंधित अधिकारी को कार्यप्रणाली में सुधार लाने की चेतावनी दी। इसी प्रकार अर्केडिया जोन में प्रस्तावित 0.70 एमएलडी एसटीपी परियोजना में वर्ष 2022 से स्वीकृति प्राप्त होने के बावजूद भूमि चिन्हीकरण एवं म्यूटेशन की कार्यवाही लंबित रहने पर जिलाधिकारी ने असंतोष व्यक्त किया तथा संयुक्त मजिस्ट्रेट मसूरी को मामले की जांच कर सात दिवस के भीतर विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत करने के निर्देश दिए।

बैठक में मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह, प्रभागीय वनाधिकारी नीरज शर्मा, नगर आयुक्त नगर निगम ऋषिकेश गोपाल राम बिनवाल, समिति सदस्य पंकज गुप्ता, पर्यावरणविद् विनोद जुगलान सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

टपकेश्वर महादेव मंदिर में भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष ने की पूजा अर्चना

संवाददाता

देहरादून। टपकेश्वर महादेव मंदिर में भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन ने कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट एवं प्रदेश महामंत्री (संगठन) अजेय कुमार के साथ भगवान भोलेनाथ के दर्शन पूजन कर प्रदेशवासियों के सुख, समृद्धि एवं खुशहाली की कामना की।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन के उत्तराखण्ड आगमन से पार्टी पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं में नई ऊर्जा और उत्साह का संचार हुआ है। उन्होंने कहा कि भाजपा संगठन की मजबूती का आधार उसके समर्पित कार्यकर्ता हैं और राष्ट्रीय नेतृत्व का मार्गदर्शन कार्यकर्ताओं को जनसेवा के लिए निरंतर प्रेरित करता है। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष का यह दौरा संगठनात्मक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है और इससे प्रदेश में पार्टी को और अधिक मजबूती मिलेगी।

गंगा में डूबे व्यक्ति का शव बरामद, महिला की तलाश जारी

हमारे संवाददाता

टिहरी। दो दिन पूर्व गंगा में डूबे एक व्यक्ति का शव एसडीआरएफ द्वारा आज बरामद कर लिया गया है। वहीं महिला की तलाश अब भी जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती 28 मई को थाना लक्ष्मण झूला क्षेत्रान्तर्गत सिंगटाली पुल के समीप गंगा नदी में डूबे दो व्यक्तियों की तलाश हेतु एसडीआरएफ द्वारा लगातार सर्च एवं रेस्क्यू अभियान संचालित किया जा रहा है। अभियान के तहत एसडीआरएफ की टीम द्वारा स्कूबा डाइविंग, राफ्ट एवं अन्य आधुनिक खोज एवं बचाव उपकरणों की सहायता से गंगा नदी के विभिन्न संभावित क्षेत्रों में सघन तलाशी अभियान चलाया गया।

आज सर्चिंग अभियान के दौरान एसडीआरएफ टीम को सफलता प्राप्त हुई। अभियान के दौरान नरेश उपाध्याय (उम्र लगभग 42 वर्ष), निवासी पोस्ट

ऑफिस जागेठी गांव, थाना कंकरखेड़ा, जनपद मेरठ (उत्तर प्रदेश) का शव शिवपुरी क्षेत्र के समीप गंगा नदी से बरामद किया गया। एसडीआरएफ टीम द्वारा शव को नदी से बाहर निकालकर आवश्यक कार्रवाई हेतु जिला पुलिस के सुपुर्द किया गया। परिजनों द्वारा शव की शिनाख्त भी कर ली गई है।

वहीं, घटना में डूबी दूसरी महिला ऋतु पत्नी वांशिक माहेश्वरी (उम्र लगभग 30 वर्ष), निवासी मेरठ की तलाश अभी भी जारी है। एसडीआरएफ टीम द्वारा गंगा नदी के विभिन्न क्षेत्रों में लगातार सर्चिंग अभियान संचालित किया जा रहा है।

अभियान में स्कूबा डाइवर्स, राफ्ट टीम एवं अन्य तकनीकी संसाधनों का उपयोग कर संभावित स्थानों पर गहन खोजबीन की जा रही है। एसडीआरएफ द्वारा परिजनों एवं स्थानीय प्रशासन के साथ समन्वय स्थापित करते हुए अभियान को निरंतर जारी रखा गया है तथा शेष लापता महिला की तलाश के लिए हर संभव प्रयास किए जा रहे हैं।

उत्तराखंड से गूंजेगा 'भगवा' संदेश

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के तीन दिवसीय दौरे पर पहुंचे भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन ने देवभूमि उत्तराखंड से पूरे देश और दुनिया तक भगवा संदेश पहुंचाने का आह्वान करते हुए आगामी विधानसभा चुनाव 2027 में पार्टी को प्रचंड बहुमत से जिताने की अपील की। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि भाजपा की सरकार केवल सत्ता चलाने वाली सरकार नहीं है, बल्कि यह सांस्कृतिक राष्ट्रवादी विचारधारा को आगे बढ़ाने वाली सरकार है, जिसे मजबूत बनाए रखना राष्ट्रहित में आवश्यक है।

राष्ट्रीय अध्यक्ष ने पार्टी कार्यकर्ताओं और पदाधिकारियों को संबोधित करते हुए कहा कि उत्तराखंड केवल एक राज्य नहीं, बल्कि भारतीय संस्कृति, सनातन परंपरा और राष्ट्रवाद की चेतना का केंद्र है। उन्होंने कहा कि गंगा, हिमालय, चारधाम और)षि-मुनियों की तपोभूमि से निकला संदेश पूरे देश को दिशा देता है। ऐसे में भाजपा कार्यकर्ताओं की जिम्मेदारी और अधिक बढ़ जाती है।

❑प्रचंड बहुमत के लिए भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष ने फूंका चुनावी बिगुल

उन्होंने कार्यकर्ताओं से बूथ स्तर तक संगठन को मजबूत करने का आह्वान करते हुए कहा कि 2027 का चुनाव केवल राजनीतिक मुकाबला नहीं, बल्कि विचारधारा की लड़ाई भी होगा। उन्होंने कहा कि भाजपा ने देश में सांस्कृतिक पुनर्जागरण का वातावरण तैयार किया है और उत्तराखंड इस अभियान का महत्वपूर्ण केंद्र बनकर उभरा है। अपने संबोधन में राष्ट्रीय अध्यक्ष ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व का उल्लेख करते हुए कहा कि पिछले वर्षों में देश ने वैश्विक स्तर पर नई पहचान बनाई है।

उन्होंने सांस्कृतिक राष्ट्रवाद और सनातन मूल्यों का उल्लेख करते हुए कार्यकर्ताओं से कहा कि भाजपा का संघर्ष केवल चुनाव जीतने का नहीं, बल्कि भारत की सांस्कृतिक पहचान को मजबूत करने का अभियान है। उन्होंने कहा कि विपक्ष भाजपा की विचारधारा को समझ नहीं पा रहा, जबकि देश की जनता अब राष्ट्रहित और सांस्कृतिक अस्मिता के मुद्दों पर खुलकर भाजपा के साथ खड़ी है।

उन्होंने पार्टी कार्यकर्ताओं को संदेश देते हुए कहा कि आने वाला चुनाव संगठन की ताकत और जनता के विश्वास का चुनाव होगा। प्रत्येक कार्यकर्ता को घर-घर जाकर केंद्र और राज्य सरकार की योजनाओं को जनता तक पहुंचाना होगा। उन्होंने विशेष रूप से युवाओं और पहली बार मतदान करने वाले मतदाताओं को पार्टी से जोड़ने पर जोर दिया।

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।