मंगलवार
34 साल से देहरादून का विश्वास
02 जून 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 129
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

200 मीटर गहरी खाई में गिरी कार

❑दो शव बरामद एक घायल का उपचार जारी, अन्य की तलाश में जुटी टीमें

हमारे संवाददाता

टिहरी। देवप्रयाग क्षेत्र में आज सुबह एक बड़ा सड़क हादसा हो गया। गंगा होटल दर्शन के समीप एक कार अनियंत्रित होकर लगभग 200 मीटर गहरी खाई में जा गिरी। हादसे की सूचना मिलते ही पुलिस और एसडीआरएफ की टीमें मौके पर पहुंची और रेस्क्यू अभियान शुरू कर दिया। रेस्क्यू टीमों द्वारा एक घायल को अस्पताल पहुंचाया गया है वहीं दो शव भी बरामद किये जा चुके है। वाहन में कितने लोग सवार थे इसकी आधिकारिक पुष्टि नहीं हो सकी है। हालांकि एसडीआरएफ द्वारा संभावित अन्य लोगों की तलाश जारी है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह थाना देवप्रयाग से सूचना प्राप्त हुई कि देवप्रयाग क्षेत्र में एक इनोवा वाहन अनियंत्रित होकर नदी में गिर गया है। सूचना प्राप्त होते ही एसडीआरएफ ब्यासी से उप निरीक्षक सावर सिंह के नेतृत्व में एसडीआरएफ टीम तत्काल आवश्यक रेस्क्यू उपकरणों सहित घटनास्थल के लिए रवाना हुई। घटना की गंभीरता को देखते हुए सेनानायक एसडीआरएफ उत्तराखण्ड अर्पण यदुवंशी के निर्देशानुसार एसडीआरएफ की श्रीनगर एवं ढालवाला स्थित एसडीआरएफ की रेस्क्यू टीमों को भी तत्काल घटनास्थल के लिए रवाना किया गया।

वर्तमान में एसडीआरएफ की ब्यासी, श्रीनगर एवं ढालवाला की टीमें स्थानीय पुलिस के साथ संयुक्त रूप से घटनास्थल पर सघन सर्च एवं रेस्क्यू अभियान संचालित कर रही हैं।

प्राथमिक जानकारी के अनुसार वाहन में सवार व्यक्ति राजस्थान राज्य के निवासी बताए जा रहे हैं। एसडीआरएफ एवं स्थानीय पुलिस द्वारा एक गंभीर रूप से घायल व्यक्ति को सुरक्षित निकालकर उपचार हेतु अस्पताल भिजवाया गया है। घटनास्थल पर सर्चिंग के दौरान दो व्यक्तियों के शव बरामद किए गए हैं। अन्य संभावित लापता व्यक्तियों की तलाश हेतु एसडीआरएफ एवं पुलिस द्वारा नदी तट एवं आसपास के क्षेत्रों में व्यापक सर्च अभियान चलाया जा रहा है। रेस्क्यू एवं सर्च अभियान निरंतर जारी है। घटना से संबंधित अन्य तथ्यों एवं वाहन में सवार व्यक्तियों की संख्या के संबंध में जानकारी प्राप्त की जा रही है। आगे प्राप्त होने वाली जानकारी के अनुसार आवश्यक कार्रवाई की जाएगी।

अवैध मजार पर चला पीला पंजा, ध्वस्त

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी के निर्देश पर जिला प्रशासन ने अतिक्रमण के खिलाफ कार्रवाई करते हुए अवैध मजार को ध्वस्त कर अतिक्रमण मुक्त किया।

आज यहां मुख्यमंत्री उत्तराखंड सरकार के निर्देशों के क्रम में जनपद में सरकारी भूमि को अतिक्रमण मुक्त कराने हेतु जिला प्रशासन द्वारा सख्त एवं प्रभावी कार्रवाई लगातार जारी है। सरकारी भूमि पर किसी भी प्रकार के अवैध कब्जे एवं अतिक्रमण को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा तथा ऐसे मामलों में नियमानुसार कठोर कार्रवाई की जाएगी। जिलाधिकारी डॉ आशीष चौहान निर्देशों के क्रम में तहसील विकासनगर प्रशासन द्वारा शीशमबाड़ा क्षेत्र में सरकारी भूमि पर किए गए अवैध अतिक्रमण के विरुद्ध बड़ी कार्रवाई अमल में लाई गई। राजस्व विभाग की टीम ने मौके पर पहुंचकर सरकारी भूमि पर अवैध रूप से निर्मित किए गए मजार एवं अन्य अस्थायी निर्माणों को ध्वस्त कर भूमि को अतिक्रमण मुक्त कराया। प्रशासनिक जांच में उक्त भूमि सरकारी अभिलेखों में दर्ज पाई गई थी, जिस पर अवैध रूप से कब्जा कर मजार संचालित किया जा रहा था। पूर्व में नियमानुसार नोटिस एवं आवश्यक कानूनी प्रक्रिया पूर्ण किए जाने के उपरांत यह कार्रवाई की गई। कार्रवाई के दौरान राजस्व विभाग, पुलिस विभाग तथा संबंधित अधिकारियों की उपस्थिति में शांतिपूर्ण ढंग से अतिक्रमण हटाया गया। जिला प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि जनपद में सरकारी भूमि पर अवैध कब्जा करने वालों के विरुद्ध अभियान निरंतर जारी रहेगा। सरकारी संपत्तियों एवं सार्वजनिक उपयोग की भूमि को अतिक्रमण मुक्त कराकर उनका संरक्षण सुनिश्चित किया जाएगा। प्रशासन द्वारा जनपद की विभिन्न तहसीलों में चिन्हित अतिक्रमण स्थलों का सर्वेक्षण कराया जा रहा है तथा चरणबद्ध तरीके से कार्रवाई की जा रही है। जिलाधिकारी ने कहा कि सरकारी भूमि जनता की संपत्ति है तथा उस पर किसी भी प्रकार का अवैध कब्जा स्वीकार्य नहीं है। जनहित एवं कानून व्यवस्था को ध्यान में रखते हुए अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई आगे भी पूरी सख्ती के साथ जारी रहेगी। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया है कि सरकारी भूमि पर नए अतिक्रमण की रोकथाम के लिए नियमित निरीक्षण एवं सतत निगरानी सुनिश्चित की जाए। जिला प्रशासन ने आमजन से भी अपील की है कि वे सरकारी भूमि पर अतिक्रमण की जानकारी प्रशासन को उपलब्ध कराएं, ताकि समय रहते आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित की जा सके।

दून वैली मेल

संपादकीय

देवभूमि की विकृत होती संस्कृति

इन दिनों सूबे के एक पूर्व मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावत का वीडियो सोशल मीडिया पर सुर्खियों में है। जिसमें राज्य गठन के बाद राज्य के बदले परिवेश और देवभूमि कहे जाने वाली इस राज्य की सभ्यता और संस्कृति में आई विकृतियों का दर्द झलकता दिखाई देता है। वह राज्य में राजनीति और समाज के चाल चरित्र में आई भारी गिरावट पर गंभीर चिंता जाहिर करते हुए कह रहे हैं कि अब देवभूमि देवभूमि नहीं रही है साथ ही वह यह सवाल उठाते हुए कहते हैं कि क्या इसलिए प्रदेश के लोगों ने अलग राज्य बनाने के लिए संघर्ष किया? वह इसके लिए प्रदेश के नेताओं और आम लोगों को दोषी ठहराते हुए कहते हैं कि हम कहते हैं कि इसके लिए यह जिम्मेवार है वह जिम्मेवार है लेकिन हम फिर उन्हीं नेताओं को चुनकर भेजते हैं और वह मजे करते हैं उनकी चिंता के मुख्य बिंदुओं में राज्य के युवाओं में बढ़ती नशावर्ती और ड्रग्स का कारोबार तथा बढ़ती अपराधिक घटनाएं हैं जिनके कारण राज्य का पूरा समाज बुरी तरह से प्रभावित हो रहा है। इसमें कहीं कोई संदेह नहीं है कि राज्य गठन के 25-26 सालों में राज्य में राजनीति की विचारधारा और सामाजिक सोच में बड़ा भारी परिवर्तन आया है तथा इस परिवर्तन को कतई भी सकारात्मक या यूं कहे कि पहाड़ की मूल संस्कृति के अनुरूप और अनुकूल तो कतई भी नहीं कहा जा सकता है। राज्य में पर्यटन को बढ़ावा देने की अंधी दौड़ में राज्य की सरकारों ने कभी इस बात पर ध्यान नहीं दिया कि इसकी आड़ में कौन-कौन सी बुराइयां पहाड़ के शीर्ष तक पहुंच रही है। बाहर से आने वाले लोगों ने राज्य में राज्य के ही लोगों के सहयोग से ड्रग्स सप्लाई का धंधा शुरू किया जो आज राज्य के स्कूल-कॉलेज और छात्रावासों तक अपनी आसान पैठ बना चुका है। राज्य के युवा इस ड्रग्स के मकड़जाल में ऐसे फंस चुके हैं कि ड्रग्स को पैसा कमाने का आसान धंधा मान बैठे हैं। युवाओं का जीवन इससे तबाह हो रहा है इससे उनका कोई सरोकार नहीं है। कहा जाता है कि कोई भी एक बुराई अकेली नहीं आती है वह अपने साथ और भी कई जघन्य बुराइयों को साथ लेकर आती है। नशा और सेक्स जिन्हें एक दूसरे का पर्याय माना जाता है साथ-साथ पनपते हैं, फिर उत्तराखंड इससे अछूता कैसे रह सकता है। बाहर से ही सही खुलेपन की जो हवा बीते दो दशकों से राज्य में चल रही है उसने इन युवाओं को ड्रग्स और सेक्स के धंधे को उनकी कमाई का एक जरिया बना दिया है। राज्य सरकारों द्वारा होमस्टे जो कॉन्सेप्ट लाया गया वह स्वरोजगार के मद्देनजर था लेकिन उनकी गतिविधियों पर उसकी कभी नजर न रखने के कारण यह होमस्टे और रिजार्ट कब सेक्स और ड्रग्स के धंधो के अड्डों में तब्दील हो गए सरकार को पता ही नहीं चला और पता भी चला होगा तो उसे नजरअंदाज कर दिया गया। राज्य में बढ़ती हर अनैतिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलने के मूल में पैसा ही रहा है। राज्य के हर आम आदमी की सोच जब सिर्फ आसानी से पैसा कैसे बन सकता है? इस पर आकर टिक जाती है तब स्वाभाविक रूप से किसी भी बुराई को पनपने का आसान अवसर मिल ही जाता है और बुराइयां दीर्घकाल में किसी भी क्षेत्र की मूल संस्कृति को निगल जाती हैं। तीरथ के दर्द की दवा क्या है इसका हल भी वह खुद ही देते हैं और युवाओं से मोर्चा संभालने का आह्वान करते हैं और जनता से अच्छे नेताओं को चुनकर भेजने की अपील करते हैं। लेकिन यह बीमारी तो अब ऐसी हो चुकी है कि इसका कोई कारगर उपाय मुश्किल ही संभव होगा।

उत्तराखंड में विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-24)

चारधाम आल वेदर रोड परियोजनाः विकास की पहचान या जनसरोकारों का सवाल

चुनावी वैतरणी में 'आल वेदर रोड'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में वर्ष 2027 के विधानसभा चुनावों की आहट के साथ ही विकास और पर्यावरण के मुद्दे फिर से राजनीतिक विमर्श के केंद्र में आने लगे हैं। लगभग 12000 करोड़ रुपये की लागत वाली 900 किलोमीटर लंबी चारधाम आल वेदर रोड परियोजना इस समय सत्ता पक्ष और विपक्ष दोनों के लिए सबसे बड़ा चुनावी हथियार बन चुकी है। एक तरफ जहां यह राष्ट्रीय सुरक्षा और सुगम धार्मिक पर्यटन का मुख्य जरिया बनी है, वहीं दूसरी तरफ यह पर्यावरण और पारिस्थितिकी के लिए एक गंभीर चुनौती बनकर उभरी है, जिससे जनता के बीच कशमकश की स्थिति है।

सत्ता पक्ष चीन सीमा से सटे)षिकेश-माना और गंगोत्री मार्गों की 10 मीटर चौड़ाई को देश की सुरक्षा के लिए अपरिहार्य बता रहा है। रिकार्ड तोड़ ध ार्मिक पर्यटन और होमस्टे क्रांति को रिवर्स-पलायन का जरिया बताकर भाजपा इसे अपना सबसे मजबूत चुनावी ट्रंप कार्ड मान रही है। भाजपा के लिए यह महत्वाकांक्षी परियोजना चुनावी वैतरणी पार करने का एक मजबूत आधार है। सरकार इसे अपनी डबल इंजन सरकार की सबसे बड़ी बुनियादी ढांचागत उपलब्धि के रूप में पेश कर रही है। इसके केंद्र में पहला मुद्दा सामरिक महत्व का है।)षिकेश-माना-गंगोत्री और टनकपुर-पिथौरागढ़ जैसे मार्ग सीधे चीन सीमा को जोड़ते हैं। हाल के वर्षों में भारत-चीन सीमा पर उपजे विवादों के मद्देनजर, सेना के भारी टैंक, मिसाइल लान्चर और सैन्य रसद को सीमा तक तेजी से पहुंचाने के लिए इन सड़कों का डबल-लेन होना बेहद जरूरी है। सुप्रीम कोर्ट ने भी दिसंबर 2021 में देश की सुरक्षा चिंताओं को सर्वोपरि मानते हुए इस चौड़ाई को हरी झंडी दी थी।

❑भाजपा बताएगी अपनी सबसे बड़ी उपलब्धि, कांग्रेस उठा सकती है पर्यावरण और विस्थापन के सवाल
❑सड़क चौड़ीकरण, पर्यटन और रोजगार के दावे बनाम भूस्खलन और पारिस्थितिकी की चिंता
❑देश-विदेश के हजारों तीर्थयात्रियों की सुविधा और पहाड़ की संवेदनशीलता के बीच होगी चुनावी जंग

दूसरा बड़ा पहलू धार्मिक पर्यटन और आर्थिकी का है। आल वेदर रोड बनने से चारधाम की यात्रा अब बारहमासी और अत्यधिक सुगम होने का दावा किया जा रहा है। यात्रा सुगम होने से राज्य में रिकार्ड तोड़ श्र(ालु पहुंच रहे हैं, जिससे स्थानीय स्तर पर होटल, होमस्टे, टैक्सी आपरेटरों और छोटे व्यापारियों की आर्थिकी में अभूतपूर्व उछाल आया है। सरकार इसे पहाड़ से होने वाले पलायन को रोकने वाले एक बड़े आर्थिक हथियार के रूप में जनता के सामने रख रही है।

विपक्ष और पर्यावरणविदों का आरोप है कि पहाड़ों को 90 डिग्री के सीधे वर्टिकल कट दिए जाने से सैकड़ों नए लैंडस्लाइड जोन बन गए हैं। भागीरथी इको-सेंसिटिव जोन में जंगलों का कटान और नदियों में मलबे की डंपिंग से ध राली जैसी फ्लैश फ्लड की घटनाएं बढ़ रही हैं। पर्यावरणविदों के अनुसार सड़कों को चौड़ा करने के लिए पहाड़ों को अवैज्ञानिक तरीके से सीधे वर्टिकल कट दिए जा रहे हैं, जिससे संवेदनशील और कच्चे हिमालयी पहाड़ पूरी तरह अस्थिर हो चुके हैं। इसके कारण चारधाम मार्गों पर सैकड़ों नए भूस्खलन क्षेत्र पैदा हो गए हैं, जो बरसात के दिनों में यात्रियों

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

भाजपा का दावा और कांग्रेस के सवाल

भाजपा का दावा है कि चारधाम प्रोजेक्ट के कारण यात्रा मार्ग पहले की तुलना में अधिक सुगम हुए हैं, यात्रा समय कम हुआ है और पर्यटन तथा स्थानीय कारोबार को नई गति मिली है। पार्टी आगामी चुनाव में इसे अपनी उपलब्धियों की सूची में प्रमुख स्थान दे सकती है। साथ ही यह संदेश देने का प्रयास होगा कि केंद्र और राज्य सरकार ने धार्मिक पर्यटन को नई पहचान दी है। दूसरी ओर कांग्रेस और विभिन्न सामाजिक संगठन परियोजना के पर्यावरणीय प्रभावों को लेकर सवाल उठाते रहे हैं। उनका आरोप है कि सड़क चौड़ीकरण के दौरान बड़े पैमाने पर पेड़ों की कटाई हुई और पहाड़ों की अनियोजित कटिंग से कई स्थानों पर भूस्खलन की घटनाएं बढ़ी हैं। विपक्ष का कहना है कि विकास आवश्यक है, लेकिन पर्यावरणीय संतुलन और स्थानीय लोगों की सुरक्षा को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता।

सदियों पुराने लिपुलेख दर्रे पर फिर होगा व्यापार

'कैलाश' की राह पर फिर लौटे 'कारवां'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। हिमालय की ऊंची चोटियों के बीच स्थित लिपुलेख दर्रा केवल एक व्यापारिक मार्ग नहीं, बल्कि इतिहास, आस्था और सभ्यताओं के संवाद का जीवंत प्रतीक रहा है। यही वह रास्ता है जिससे सदियों पहले व्यापारी, तीर्थयात्री और सांस्कृतिक दूत भारत से तिब्बत और आगे मध्य एशिया तक पहुंचते थे। अब वर्षों के लंबे अंतराल के बाद इसी ऐतिहासिक मार्ग पर व्यापारिक गतिविधियां फिर से शुरू होने जा रही हैं। पिथौरागढ़ प्रशासन को विदेश मंत्रालय की ओर से 300 ट्रेड पास प्राप्त हो चुके हैं। जिलाधिकारी आशीष कुमार भटगांई के अनुसार इसी सप्ताह से सीमा व्यापार की शुरुआत होने की संभावना है। कोरोना महामारी और वर्ष 2020 के गलवान घाटी तनाव के बाद बंद हुई यह व्यापारिक गतिविधि अब नए दौर में प्रवेश करने जा रही है।

पौराणिक मान्यताओं में कैलाश पर्वत को भगवान शिव का निवास माना गया है। कैलाश-मानसरोवर यात्रा के लिए जाने वाले श्र(ालुओं की पदचाप सदियों से लिपुलेख दर्रे को पवित्र बनाती रही है। कुमाऊं के व्यास, चौंदास और दारमा घाटियों के भोटिया समुदायों का जीवन भी इसी मार्ग से जुड़ा रहा है। नमक, ऊन, जड़ी-बूटियां और अन्य वस्तुओं का आदान-प्रदान केवल व्यापार नहीं था, बल्कि दो सभ्यताओं के बीच विश्वास और सहअस्तित्व का सेतु था।

❑तिब्बत तक दिखेगा असर, पिथौरागढ़ प्रशासन को मिले 300 ट्रेड पास

समय बदला, सीमाएं बदलीं और भू-राजनीतिक परिस्थितियां भी बदलीं, लेकिन हिमालय के इन रास्तों की ऐतिहासिक भूमिका कभी समाप्त नहीं हुई। आधुनिक भारत में सड़क, संचार और सुरक्षा व्यवस्थाओं के विकास के साथ अब यह मार्ग एक बार फिर आर्थिक संभावनाओं का केंद्र बनने जा रहा है। सीमांत क्षेत्रों के लोगों के लिए यह व्यापार केवल आर्थिक गतिविधि नहीं, बल्कि अपनी विरासत से दोबारा जुड़ने का अवसर भी है। वर्षों से बंद पड़े कारोबार के कारण स्थानीय बाजारों, परिवहन सेवाओं और छोटे व्यापारियों पर असर पड़ा था। व्यापार बहाली से इन क्षेत्रों में रोजगार और आय के नए अवसर पैदा होने की उम्मीद है।

राजनीतिक और सामरिक दृष्टि से भी यह कदम महत्वपूर्ण माना जा रहा है। एक ओर भारत अपनी सीमाओं पर आधुनिक आधारभूत ढांचे को मजबूत

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

विश्व साइकिल दिवस पर देहरादून साइक्लिंग क्लब विशेष साइकिल राइड का आयोजन करेगा

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। विश्व साइकिल दिवस के अवसर पर देहरादून साइक्लिंग क्लब द्वारा दिनांक 3 जून 2026 को प्रातः 6:00 बजे एक विशेष साइकिल राइड का आयोजन किया जा रहा है। इस राइड का शुभारंभ देहरादून के घंटाघर से होगा। राइड का मार्ग घंटाघर से प्रारंभ होकर बिंदालपुल, यमुना कॉलोनी, किशन नगर चौक, बल्लूपुर चौक होते हुए एफआरआई मुख्य द्वार तक रहेगा। इस आयोजन का उद्देश्य लोगों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने, पर्यावरण संरक्षण तथा फिट देहरादून के प्रति जागरूक करना है।

देहरादून साइक्लिंग क्लब लगातार सुरक्षित साइक्लिंग (ैंमि ब्लबसपदह) को बढ़ावा देता आ रहा है। क्लब की ओर से सभी प्रतिभागियों के लिए हेलमेट पहनना अनिवार्य किया गया है। बिना हेलमेट किसी भी प्रतिभागी को राइड में शामिल नहीं किया जाएगा। क्लब का मानना है कि सड़क सुरक्षा और जिम्मेदार साइक्लिंग प्रत्येक साइकिल चालक की प्राथमिक जिम्मेदारी है। क्लब के सदस्यों ने शहरवासियों, युवाओं, विद्यार्थियों एवं फिटनेस प्रेमियों से अधिक से अधिक संख्या में शामिल होकर इस अभियान को सफल बनाने की अपील की है।

शिक्षकों की मांगें न मानने पर आंदोलन करेगा माध्यमिक शिक्षक संघ

काशीपुर(आरएनएस)। उत्तराखंड माध्यमिक शिक्षक संघ ने शिक्षकों की लंबित मांगों का शीघ्र समाधान नहीं होने पर प्रदेशव्यापी आंदोलन की चेतावनी दी है। प्रदेश अध्यक्ष स्वतंत्र मिश्रा की अध्यक्षता में आयोजित ऑनलाइन प्रांतीय बैठक में संगठनात्मक गतिविधियों और शिक्षकों से जुड़े विभिन्न मुद्दों पर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक में निर्णय लिया गया कि जून के दूसरे सप्ताह में डोईवाला पब्लिक कॉलेज में संघ की प्रांतीय कार्यकारिणी की बैठक आयोजित की जाएगी। इसी दौरान देहरादून जनपद की नई जिला कार्यकारिणी का गठन एवं निर्वाचन भी संपन्न कराया जाएगा। बैठक में तदर्थ एवं पीटीए शिक्षकों की लंबित समस्याओं पर गंभीर चिंता व्यक्त की गई। वक्ताओं ने तदर्थ और पीटीए शिक्षकों के विनियमितीकरण, डी-ग्रेड प्रधानाचार्य पद पर पदोन्नति, पीटीए शिक्षकों के मानदेय में वृद्धि, मानदेय भुगतान की कटऑफ तिथि को वर्ष 2025 तक बढ़ाने तथा वर्ष 2005 से पूर्व विज्ञापित पदों पर नियुक्त शिक्षकों को पुरानी पेंशन योजना का लाभ देने की मांग उठाई। प्रदेश अध्यक्ष स्वतंत्र मिश्रा ने कहा कि प्रदेश में पिछले 15 वर्षों से कार्यरत 413 तदर्थ शिक्षकों का अब तक विनियमितीकरण नहीं हो पाया है, जो चिंताजनक है। उन्होंने कहा कि यदि सरकार और शासन स्तर पर शीघ्र सकारात्मक निर्णय नहीं लिया गया तो संगठन आंदोलनात्मक कार्यक्रम शुरू करेगा। प्रांतीय महामंत्री डॉ. महावीर बिष्ट ने कहा कि कई दौर की वार्ताओं और बैठकों के बावजूद समस्याओं का समाधान नहीं हुआ है।

लखवाड़ बांध परियोजना क्षेत्र में धरना-प्रदर्शन और भीड़ जुटाने पर रोक

नई टिहरी(आरएनएस)। टिहरी जिले के जौनपुर ब्लॉक क्षेत्र के लखवाड़ बहुउद्देशीय बांध परियोजना क्षेत्र में अगले छह माह तक निषेधाज्ञा लागू कर दी गई है। एसडीएम धनोल्टी नीलू चावला ने बताया कि परियोजना क्षेत्र में कानून व्यवस्था बनाए रखने और शांति व्यवस्था प्रभावित होने की आशंका को देखते हुए यह कदम उठाया है। बांध परियोजना के सभी कार्यस्थलों के 500 मीटर दायरे में पांच या उससे अधिक लोगों के एकत्र होने, बिना अनुमति धरना-प्रदर्शन, जुलूस निकालने, नारेबाजी करने और ध्वनि विस्तारक यंत्रों के उपयोग पर रोक रहेगी। परियोजना क्षेत्र में हथियार, ज्वलनशील पदार्थ और अन्य आपत्तिजनक सामग्री लेकर जाने पर भी प्रतिबंध लगाया गया है। परियोजना कार्यालय, आवासीय परिसर और निर्माण क्षेत्र में अनधिकृत प्रवेश पूरी तरह प्रतिबंधित रहेगा। परियोजना की मशीनरी, वाहनों और सरकारी संपत्ति को नुकसान पहुंचाने, अधिकारियों, कर्मचारियों और ठेकेदारों के कार्य में बाधा उत्पन्न करने की गतिविधियों पर भी पूरी तरह से रोक लगाई गई है। परियोजना क्षेत्र से स्थानीय निवासी अपने घरों में आने-जाने और कृषि कार्यों के लिए आवाजाही कर सकते है।

नेशनल ताइक्वांडो चैंपियनशिप में उत्तराखंड का दबदबा

हल्द्वानी(आरएनएस)। इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय स्टेडियम गौलापार में आयोजित 13वीं ओपन नेशनल ताइक्वांडो चैंपियनशिप का समापन हो गया। तीन दिनों तक चली चैंपियनशिप में मेजबान उत्तराखंड ने शानदार प्रदर्शन कर ओवरऑल ट्रॉफी जीती।ताइक्वांडो फेडरेशन एसोसिएशन ऑफ उत्तराखंड की ओर से आयोजित इस स्पर्धा में देश के 15 से अधिक राज्यों के 1,000 से अधिक पुरुष व महिला खिलाड़ियों ने दमखम दिखाया। 560 अंकों के साथ उत्तराखंड की टीम अंक तालिका में शीर्ष पर रही। वहीं, उत्तर प्रदेश की टीम ने 216 अंकों के साथ दूसरे और राजस्थान की टीम ने 91 अंकों के साथ तीसरे स्थान पर रही।उत्तराखंड के खिलाड़ियों ने 52 स्वर्ण, 46 रजत और 58 कांस्य पदक जीते। उत्तर प्रदेश की टीम के खाते में 18 गोल्ड, 15 सिल्वर और 44 ब्रांज मेडल आए। राजस्थान ने 9 गोल्ड, 6 सिल्वर और 10 ब्रांज पदकों पर कब्जा जमाया। समापन समारोह में विजेता और उपविजेताओं को सम्मानित किया गया। ऑब्जर्वर व अंतर्राष्ट्रीय रेफरी शिवप्रकाश शुक्ला, सुभाष पाटिल, राज कुमार, शेखर त्रिपाठी, कमलेश तिवारी, अनिल कार्की, शशिकांत शर्मा, कौशल किशोर सिंह, विक्रम भंडारी, दरवान सिंह परिहार, ज्योति दुर्गापाल, गिरीश गुप्ता, ललित नेगी, किरन नेगी, सुनील थापा और शुभम डसीला आदि मौजूद रहे।

स्वास्थ्य के साथ पर्यावरण संरक्षण का दिया संदेश

कोटद्वार(आरएनएस)। जिला आयुर्वेदिक एवं यूनानी विभाग की ओर से जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। जयहरीखाल ब्लॉक के ताड़केश्वर महादेव मंदिर परिसर में आयोजित हरित योग कार्यक्रम में प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में जिला आयुर्वेदिक एवं यूनानी अधिकारी डॉ. शैलेंद्र पांडेय ने बताया कि आयुष मंत्रालय के निर्देशन में जनपद में योग को जन आंदोलन का रूप देने के लिए कई गतिविधियां संचालित की जा रही हैं। जनपद मुख्यालय के विभिन्न सरकारी कार्यालयों में 10 जून तक विशेष योग जागरूकता अभियान चलाए जा रहे हैं। यूजेवीएन लिमिटेड के ऋषिकेश स्थित बैराज पार्क में पांच जून तक योग पार्क कार्यक्रम भी आयोजित किया जा रहा है।

राहुल गांधी का उत्तराखंड दौरा होगा ऐतिहासिक - गावा

रुद्रपुर(आरएनएस)। कांग्रेस सांसद एवं लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी का उत्तराखंड दौरा प्रदेश की राजनीति में एक महत्वपूर्ण पड़ाव साबित होगा। यह बात कांग्रेस जिलाध्यक्ष हिमांशु गावा ने सिटी क्लब में आयोजित पत्रकार वार्ता में कही। उन्होंने बताया कि राहुल गांधी चार जून को अल्मोड़ा में जनसभा एवं रैली को संबोधित करेंगे। कार्यक्रम में कांग्रेस के वरिष्ठ केंद्रीय और प्रदेश स्तरीय नेता भी शामिल होंगे। गावा ने कहा कि कुमाऊं मंडल के विभिन्न जिलों से हजारों कार्यकर्ता रैली में भाग लेंगे। ऊधमसिंह नगर से भी बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता और पदाधिकारी अल्मोड़ा पहुंचेंगे। रैली को सफल बनाने के लिए संगठन स्तर पर व्यापक तैयारियां की जा रही हैं।

ब्लॉक, नगर और बूथ स्तर तक जिम्मेदारियां सौंपी गई हैं। उन्होंने बताया कि राहुल गांधी के प्रति युवाओं, महिलाओं, किसानों और कार्यकर्ताओं में विशेष उत्साह है। पार्टी को विश्वास है कि अल्मोड़ा की यह सभा उत्तराखंड की सबसे बड़ी राजनीतिक सभाओं में शामिल होगी। बताया कि अल्मोड़ा कार्यक्रम के बाद राहुल गांधी अपराह्न करीब साढ़े तीन बजे पौड़ी पहुंचेंगे, जहां वह पूर्व सैनिक सम्मेलन में भाग लेकर सैनिकों और उनके परिवारों से संवाद करेंगे। उन्होंने कहा कि सैनिक बहुल राज्य होने के कारण यह कार्यक्रम विशेष महत्व रखता है। उन्होंने बताया कि पांच जून को राहुल गांधी देहरादून में कांग्रेस संगठन के वरिष्ठ नेताओं, जिला अध्यक्षों, विभिन्न प्रकोष्ठों के पदाधिकारियों और वर्तमान एवं पूर्व विधायकों के साथ बैठक करेंगे। बैठक में संगठन की मजबूती, बूथ स्तर तक सक्रियता और आगामी विधानसभा चुनाव की रणनीति पर चर्चा होगी। गावा ने कहा कि राहुल गांधी का यह दौरा प्रदेश कांग्रेस को नई ऊर्जा देगा और वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव की तैयारियों को मजबूती प्रदान करेगा। उन्होंने दावा किया कि राहुल गांधी का उत्तराखंड आगमन प्रदेश की राजनीति में महत्वपूर्ण संदेश देने वाला साबित होगा। पत्रकार वार्ता में पूर्व विधायक राजकुमार ठुकराल, गणेश उपाध्याय, महानगर अध्यक्ष ममता रानी, उमा सरकार, नारायण सिंह बिष्ट, इंदर रौतेला, संदीप चीमा, ममता हालदार, योगेश चौहान, बाबू विश्वकर्मा, अबरार अहमद, उमर खान, नवीन खेतवाल, असलम जावेद, रिजवान उर्फ लाला, सोहेल खान, राहुल प्रजापति, ललित बिष्ट, अर्जुन विश्वास समेत कई कांग्रेस पदाधिकारी मौजूद रहे।

सिद्धबली मंदिर में उमड़ी श्रद्धालुओं की भीड़, हाईवे पर लगा जाम

कोटद्वार(आरएनएस)। सिद्धबली मंदिर में दर्शन के लिए श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ पड़ी। श्रद्धालुओं ने सिद्धबली बाबा के दर्शन कर सुख, शांति और समृद्धि की कामना की। वहीं, पौड़ी हाईवे पर जाम की स्थिति बनी रही। यातायात सुचारू रखने के लिए पुलिस को दिनभर मशक्कत करनी पड़ी। कोटद्वार के अलावा उत्तर प्रदेश के नजीबाबाद, बिजनौर, बढ़ापुर, नगीना और धामपुर, देहरादून समेत आसपास के क्षेत्रों से बड़ी संख्या में श्रद्धालु मंदिर पहुंचने लगे। सुबह करीब 11 बजे तक श्रद्धालुओं की कतार खोह पुल तक पहुंच गई थी। तिलवाढांग चौकी के समीप हाईवे पर वाहनों का दबाव लगातार बढ़ता रहा। मंदिर और फलाहारी बाबा मंदिर की पार्किंग भरने के बाद कई श्रद्धालु हाईवे के किनारे वाहन खड़े कर गए। इससे जाम लग गया। यातायात सुचारू रखने के लिए पुलिस को मशक्कत करनी पड़ी और दूरदराज क्षेत्रों से आ रहे श्रद्धालुओं के वाहन बुद्धा पार्क के पास डिग्री कॉलेज मार्ग पर खड़े कराने पड़े। यहां से श्रद्धालुओं को पैदल मंदिर तक जाना पड़ा। कोतवाल प्रदीप नेगी ने स्वयं मोर्चा संभाला और पुलिस कर्मियों के साथ यातायात संचालन में जुटे रहे। वहीं, खोह नदी में भी काफी भीड़ रही। मंदिर आए श्रद्धालु व सैरसपाटे के लिए निकले लोगों की भीड़ गर्मी से राहत पाने के लिए खोह नदी में उतरी हुई थी।

नवोदय नगर में 22 मकान मालिकों पर 2.20 लाख का जुर्माना

हरिद्वार(आरएनएस)। अपराध नियंत्रण और सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाने के उद्देश्य से सिडकुल पुलिस ने नवोदय नगर क्षेत्र में सत्यापन अभियान चलाया। अभियान के दौरान बिना सत्यापन के किरायेदार, घरेलू नौकर और बाहरी व्यक्तियों को रखने वाले 22 मकान मालिकों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए कुल 2 लाख 20 हजार रुपये के कोर्ट चालान किए गए। थानाध्यक्ष अजय शाह ने बताया कि जनपद में आपराधिक घटनाओं की रोकथाम तथा आमजन की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए पुलिस लगातार सत्यापन अभियान चला रही है। अभियान के तहत बाहरी व्यक्तियों, किरायेदारों, घरेलू नौकरों, मजदूरों, ठेली संचालकों, कबाड़ियों, होटल-ढाबा संचालकों, होम-स्टे, जिम एवं स्पा सेंटर संचालकों, रिहायशी अपार्टमेंट और गेटेड कॉलोनियों में रहने वाले लोगों का सत्यापन कराया जा रहा है। नवोदय नगर में चलाए गए अभियान के दौरान पुलिस टीम ने किरायेदारों, मजदूरों और घरेलू सहायकों के दस्तावेजों की जांच की तथा लोगों को समय पर सत्यापन कराने के लिए जागरूक भी किया।

वनाग्नि रोकथाम के लिए एकत्रित 20 कुंतल पिरुल अराजक तत्वों ने जलाया

अल्मोड़ा(आरएनएस)। शीतलाखेत क्षेत्र में वनाग्नि रोकथाम के लिए ग्रामीणों और महिला समूहों द्वारा एकत्रित किए गए पिरुल के ढेरों में अराजक तत्वों ने आग लगा दी, जिससे करीब 20 कुंतल पिरुल जलकर नष्ट हो गया। घटना को लेकर क्षेत्रवासियों में नाराजगी है और दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग उठाई गई है। जंगल के दोस्त समिति के संयोजक गजेंद्र कुमार पाठक ने बताया कि शीतलाखेत क्षेत्र वनाग्नि रोकथाम के अपने प्रयासों के कारण प्रदेशभर में एक मॉडल के रूप में पहचाना जाता है। इसी अभियान के तहत विभिन्न गांवों की महिलाओं ने जंगलों से पिरुल एकत्र कर कई स्थानों पर उसके ढेर बनाए थे, ताकि वनाग्नि की रोकथाम हो सके और वन विभाग की योजना के तहत उन्हें पिरुल संग्रहण का लाभ भी मिल सके। उन्होंने बताया कि बीते दिनों अराजक तत्वों ने इन पिरुल के ढेरों में आग लगा दी। सूचना मिलने पर महिला मंगल दल की पूर्व अध्यक्ष रेनू देवी, फॉरेस्टर अभिषेक सेमवाल, ग्रामीणों और वन विभाग के कर्मचारियों ने मौके पर पहुंचकर आग बुझाने का प्रयास किया। हालांकि सूखे पिरुल में लगी आग पर काबू पाना आसान नहीं था और करीब 18 घंटे की लगातार मशक्कत के बावजूद नौ ढेरों में जमा लगभग 20 कुंतल पिरुल जलकर राख हो गया।

माध्यमिक शिक्षकों से जुड़े मुद्दों को लेकर लामबंद होगा संगठन

कोटद्वार(आरएनएस)। उत्तराखंड माध्यमिक शिक्षक संघ की प्रांतीय कार्यकारिणी की ऑनलाइन बैठक में माध्यमिक शिक्षकों से जुड़े विभिन्न मुद्दों को लेकर सरकार के खिलाफ जल्द लामबंद होने का निर्णय लिया गया। संगठन के प्रदेश अध्यक्ष स्वतंत्र मिश्रा व प्रांतीय महामंत्री डॉ. महावीर सिंह बिष्ट की अध्यक्षता में हुई बैठक में तदर्थ एवं पीटीए शिक्षकों की लंबित मांगों शिक्षकों के विनियमितीकरण, डी-ग्रेड प्रधानाचार्य पद पर पदोन्नति, पीटीए शिक्षकों के मानदेय में वृद्धि, मानदेय भुगतान के लिए कट-ऑफ तिथि का वर्ष 2025 तक विस्तार, एनपीएस की धनराशि को सीधे प्रान खाते में भेजने, वर्ष 2005 से पूर्व विज्ञापित पदों के सापेक्ष नियुक्त शिक्षकों को पुरानी पेंशन योजना का लाभ देने पर चर्चा की गई।

प्रदेश अध्यक्ष स्वतंत्र मिश्रा ने कहा कि यदि शीघ्र ही संगठन की मांगों पर सकारात्मक निर्णय नहीं लिया गया तो संगठन प्रदेशव्यापी आंदोलन छेड़ने तथा सड़कों पर उतरने के लिए बाध्य होगा। प्रदेश में 15 वर्षों से कार्यरत 413 तदर्थ शिक्षकों का अभी तक विनियमितीकरण नहीं हुआ है।

प्रांतीय महामंत्री डॉ. महावीर बिष्ट ने कहा कि शासन से व्यापक संपर्क और कई बार बैठक करने के बाद भी समस्याओं का निस्तारण न होना इस बात का प्रमाण है कि सरकार की राज्य सहायता प्राप्त अशासकीय विद्यालयों की समस्या के समाधान में कोई रुचि नही है। जून के द्वितीय सप्ताह में संगठन की प्रांतीय कार्यकारिणी की बैठक पब्लिक इंटर कॉलेज डोईवाला में आयोजित करने और देहरादून जनपद की नवीन जिला कार्यकारिणी का निर्वाचन एवं गठन करने का निर्णय लिया गया।

बैठक में प्रांतीय संरक्षक अनिल शर्मा, दिगपाल गडिया, संदीप रावत, गिरीश कोरंगा, सुरेंद्र रावत, अजय बिष्ट, कैलाश थपलियाल, एलडी पाठक, शैलेंद्र चौधरी, राजेश सैनी, मनोज सैनी उपस्थित रहे।

इन बीमारियों की वजह से दिख सकता है धुंधला, समय रहते संभल जाएं

आजकल लाइफस्टाइल इतनी खराब होती जा रही है कि आंख से जुड़ी समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। कम उम्र में ही लोगों को धुंधला दिखाई देने लगा है। हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक, आंखों की कई बीमारियों की वजह से साफ न देख पाने की समस्या हो सकती है। हालांकि, कई बार दूसरी गंभीर बीमारियों की वजह से भी धुंधला दिखाई दे सकता है। युवाओं में स्मार्टफोन विजन सिंड्रोम की वजह से आंखों में धुंधलापन की समस्या आ रही है। अगर इलाज के बाद भी समस्या दूर नहीं हो रही है तो डॉक्टर से मिलकर स्वास्थ्य चेकअप करवाना चाहिए। आइए जानते हैं आंखों में धुंधला दिखने का कारण।।।

लंबे समय तक स्क्रीन पर समय बिताने से आंखों से धुंधला नजर आने लगता है। स्क्रीन पर देखते समय कई बार पलकें कम झपकाते हैं, इसकी वजह से आंखों की सतर को चिकनाहट और तरोताजा रखने के लिए आंसू कम होने लगते हैं। इस वजह से धुंधला नजर आने लगता है।

शुगर लेवल कंट्रोल में न रहने की वजह से भी आंखों की समस्याएं खासकर धुंधला दिखना शुरू हो सकता है। ज्यादातर मामलों में ग्लूकोज लेवल सामान्य होने के साथ ये समस्या भी कम होने लगती है। डायबिटीज मरीजों को रेटिनोपैथी, आंख के पिछले हिस्से में रक्तस्राव और आंखों से जुड़ी समस्याओं का खतरा ज्यादा रहता है। इसलिए डायबिटीज को कंट्रोल रखने की कोशिश करनी चाहिए।

ब्लड प्रेशर कम या ज्यादा होना दोनों खतरनाक होता है। इसकी वजह से कमजोरी और चक्कर आने जैसी समस्याएं हो सकती हैं। यह आंखों को प्रभावित करने वाला भी हो सकता है। अगर ब्लड प्रेशर बहुत कम या ज्यादा है और दवाईयां खा रहे हैं तो धुंधला दिखने की समस्या हो सकती है।

माइग्रेन की समस्या से परेशान एक चौथाई लोगों में धुंधला दिखाई देने की समस्या हो सकती है। कई बार सिरदर्द के बिना या बाद में भी आंखों से जुड़ी समस्या हो सकती है। सीवियर माइग्रेन की समस्या में ये परेशानियां हो सकती हैं।

महिलाओं में क्यों ज्यादा होती है नींद ना आने की समस्या, जानें कारण

अच्छी नींद का मेंटल और फिजिकल हेल्थ से गहरा कनेक्शन होता है। अगर आप की नींद पूरी होती है तो आपका दिमाग तेज चलता है और सेहत से जुड़ी कई समस्याएं शरीर से दूर रहती हैं। कई रिसर्च में पाया गया है कि नींद से जुड़ी समस्याएं पुरुषों की तुलना में महिलाओं को ज्यादा परेशान करती है। इसका सबसे बड़ा कारण हार्मोनल बदलाव हो सकता है। इसलिए अगर आप भी नींद की समस्या से जूझ रही हैं तो इन बातों को जान लेना चाहिए।

वुमन्स हेल्थ के अनुसार, अच्छी नींद लेकर आप माइंड और बॉडी को हेल्दी बना सकती हैं। जब आप सोती हैं तो आपकी बॉडी खुद को ऑटोहील करता है। लेकिन अगर रेस्टलेस लेग सिंड्रॉम से जूझ रही हैं तो नींद ले पाना कठिन हो जाता है। ऐसे में नींद न पूरी होने से मेंटल हेल्थ बुरी तरह प्रभावित हो सकता है। इसलिए दिनभर खुद को फ्रेश रखने के लिए महिलाओं को कम से कम 7 से 9 घंटे तक सोना चाहिए। प्रेग्नेंसी में रेस्ट लेना और भी ज्यादा जरूरी हो जाता है। न्यू मॉम को भी अच्छी नींद की दरकार होती है।

महिलाओं में नींद की समस्या ज्यादा होने के 3 कारण

प्रीमेस्ट्रम सिंड्रोम और प्रीमेंस्ट्रुअल डिस्फोरिक डिसऑर्डर है। इस समस्या में पीरियड की वजह से रातभर नींद नहीं आती है, जो महिलाओं में डिप्रेशन की वजह बन सकती है।

प्रेगनेंसी की वजह से नीदं की समस्या हो सकती है। दरअसल, थर्ड ट्राइमस्टर में महिलाएं पैर में होने वाले क्रैंप, सोने में दिक्कत और बार-बार बाथरूम जाने की वजह से ठीक तरह से सो नहीं पाती हैं।

पेरीमेनोपॉज की वजह से महिलाओं में अनिद्रा की शिकायत हो सकती है। इसमें हॉट फ्लश और रात के वक्त ज्यादा पसीना आने के कारण नींद पूरी नहीं होती है।

अगर नींद न आने से परेशान हैं और आपको लगता है कि आप स्लीप डिसऑर्डर की शिकार हो गई हैं तो कुछ लक्षणों से इसका पता लगा सकती हैं। बहुत कोशिश करने के बावजूद भी नींद न आना, सोते समय सांस लेने में अचानक से परेशानी आना, सोते वक्त कई बार सांस न लो, पैरों का ज्यादा हिलना, खर्राटे की समस्या, रात में बार-बार टॉयलेट जाना, सुबह उठने पर फ्रेश न फील करना और दिनभर नींद आना स्लीप डिसऑर्डर के लक्षण हो सकते हैं। ऐसे में तुरंत डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।

वैधानिक सूचना

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

–प्रबंधक विज्ञापन

कूलर से आती है गंदी बदबू ?

गर्मियों में कूलर का इस्तेमाल करना काफी आरामदायक होता है। हालांकि, अगर कूलर से बदबू आने लगे तो यह अनुभव को खराब कर सकता है। यह बदबू बैक्टीरिया और फंगस की वजह से आती है, जो गंदगी और नमी में पनपते हैं। इस लेख में हम आपको कुछ ऐसे तरीके बताएंगे, जिनसे आप अपने कूलर से आने वाली बदबू को आसानी से दूर कर सकते हैं और उसे साफ-सुथरा रख सकते हैं।

बेकिंग सोडा का करें इस्तेमाल

बेकिंग सोडा एक उपयोगी सामग्री है, जो बदबू को दूर करने में मदद कर सकता है। इसे कूलर के पानी में मिलाने से नमी कम होती है और बैक्टीरिया पनपने का मौका नहीं मिलता। इसके लिए कूलर के पानी में एक चम्मच बेकिंग सोडा मिलाएं और इसे कुछ घंटों के लिए छोड़ दें, फिर पानी बदल दें। इससे आपके कूलर से आने वाली बदबू खत्म हो जाएगी और वह साफ-सुथरा रहेगा।

नींबू का रस डालें

नींबू का रस न केवल ताजगी देता है, बल्कि इसमें मौजूद एसिड भी बैक्टीरिया को मारता है, जिससे बदबू नहीं आती। इसके लिए कूलर के पानी में नींबू के कुछ टुकड़े डालें या फिर सीधे इसके रस को पानी में मिलाएं। इससे आपके कूलर से आने वाली बदबू दूर हो जाएगी और ताजगी बनी रहेगी। नींबू का नियमित उपयोग आपके कूलर को साफ-सुथरा रखने में मदद करेगा, जिससे यह लंबे समय तक सही काम करेगा।

सफेद सिरका भी है असरदार

सफेद सिरका एक बेहतरीन प्राकृतिक उपाय है, जो बैक्टीरिया को मारता है और बदबू दूर करता है। इसके लिए कूलर के पानी में सफेद सिरके की कुछ बूंदें मिलाएं और इसे कुछ घंटों के लिए छोड़ दें, फिर पानी बदल दें। इससे आपके कूलर से आने वाली बदबू खत्म हो जाएगी और यह साफ-सुथरा रहेगा। सफेद सिरका का नियमित उपयोग आपके कूलर को लंबे समय तक सही काम करने में मदद करेगा।

पुदीने की पत्तियां आएंगी काम

पुदीने की पत्तियां न केवल ताजगी देती हैं, बल्कि इनकी खुशबू लंबे समय तक बनी रहती है। इसके लिए कूलर के पानी में पुदीने की कुछ पत्तियां डालें या फिर इसके तेल की कुछ बूंदें मिलाएं। इससे आपके कूलर से आने वाली बदबू दूर हो जाएगी और ताजगी बनी रहेगी। पुदीने का नियमित उपयोग आपके कूलर को साफ-सुथरा रखने में मदद करेगा और उससे एक भीनी और अच्छी खुशबु भी आती रहेगी।

नियमित सफाई करें

कूलर की नियमित सफाई करना बहुत जरूरी है। इसके लिए हर हफ्ते कूलर की टंकी और पंखे को साफ करें। गंदगी हटाने के लिए पानी का उपयोग करें और अच्छे से सुखा लें। साथ ही दाग आदि को हटाने के लिए खास उत्पादों या प्राकृतिक सामग्री का उपयोग करें। इन तरीकों का पालन करके आप अपने कूलर से आने वाली बदबू को आसानी से दूर कर सकते हैं और इसे साफ-सुथरा रख सकते हैं। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -053

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 52 का हल

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

क्या व्यायाम करते समय पानी पीना चाहिए? जानिए सच्चाई

व्यायाम करते समय पानी पीने की आदत को लेकर कई भ्रम और गलतफहमियां हैं। कुछ लोग मानते हैं कि व्यायाम के दौरान पानी पीने से खाने-पचाने की प्रक्रिया पर बुरा असर पड़ता है, जबकि कुछ इसे जरूरी मानते हैं। इस लेख में हम इन धारणाओं की सच्चाई जानेंगे और समझेंगे कि व्यायाम करते समय पानी पीना चाहिए या नहीं, साथ ही इसके पीछे के कारणों पर भी चर्चा करेंगे।

व्यायाम करते समय पानी पीना बहुत जरूरी है। जब हम व्यायाम करते हैं, तो हमारे शरीर का तापमान बढ़ जाता है और हम पसीना बहाते हैं, जिससे शरीर में पानी की कमी हो सकती है। पानी पीने से शरीर को ठंडा रखने में मदद मिलती है और पसीने के कारण खोया हुआ पानी वापस मिलता है। इसके अलावा, यह शरीर के तापमान को नियंत्रित रखने में भी मदद करता है।

कुछ लोग मानते हैं कि व्यायाम करते समय पानी पीने से खाने-पचाने की प्रक्रिया पर बुरा असर पड़ता है। हालांकि, यह सही नहीं है। अगर आप हल्का या मध्यम व्यायाम कर रहे हैं, तो थोड़ी मात्रा में पानी पीना सुरक्षित होता है। इससे खाने-पचाने की प्रक्रिया पर कोई बुरा असर नहीं पड़ता। बल्कि यह आपके शरीर को हाइड्रेटेड रखता है और पाचन क्रिया को सुचारू बनाता है।

प्यास लगने पर ही पानी पीना चाहिए, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि आप प्यास लगने से पहले ही पानी पी लें। व्यायाम करते समय शरीर को जब पानी की जरूरत होती है, तो उसे संकेत मिलते रहते हैं। अगर आपको प्यास लग रही है, तो थोड़ा-थोड़ा पानी पी लें। इससे आपका शरीर हाइड्रेटेड रहेगा और आप बेहतर तरीके से व्यायाम कर सकेंगे।

व्यायाम करते समय बहुत ज्यादा पानी पीना भी नुकसानदायक हो सकता है। इससे शरीर में जरूरी खनिजों का संतुलन बिगड़ सकता है, जो सेहत के लिए अच्छा नहीं होता। इसलिए व्यायाम करते समय संतुलित मात्रा में ही पानी पिएं। सामान्यत: व्यायाम करते समय हल्का या मध्यम मात्रा में पानी पीना पर्याप्त होता है। इससे शरीर हाइड्रेटेड रहता है और आप बेहतर तरीके से व्यायाम कर सकते हैं। हर व्यक्ति की जरूरतें अलग होती हैं, इसलिए अपनी शारीरिक स्थिति और जरूरतों के अनुसार ही पानी का सेवन करें। अगर आप अधिक पसीना बहाते हैं या अधिक मेहनती व्यायाम करते हैं, तो आपको अधिक मात्रा में पानी की जरूरत हो सकती है। इसके अलावा गर्म मौसम में भी अधिक पानी पीने की जरूरत होती है। इस प्रकार व्यायाम करते समय पानी पीने को लेकर फैली गलत धारणाओं को समझना जरूरी है, ताकि हम सही निर्णय ले सकें।

हर महिला को पता होने चाहिए पेट्रोलियम जेली से जुड़े ये हैक्स, त्वचा को बनाएंगे चमकदार

पेट्रोलियम जेली एक ऐसा उत्पाद है, जो आम तौर पर होंठों को नमी देने के लिए इस्तेमाल होता है। हालांकि, इसे कई अन्य तरीकों से भी इस्तेमाल किया जा सकता है। यह त्वचा को नमी देने के साथ-साथ उसे मुलायम और चमकदार भी बनाती है। इस लेख में हम आपको पेट्रोलियम जेली से जुड़े कुछ खास हैक्स बताएंगे, जो आपकी त्वचा को और भी ज्यादा निखार सकते हैं। ये हैक्स सभी महिलाओं को पता होने चाहिए।

पेट्रोलियम जेली को मेकअप हटाने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। अगर आपके पास मेकअप हटाने वाला उत्पाद नहीं है तो आप पेट्रोलियम जेली का उपयोग कर सकते हैं। यह मेकअप को आसानी से हटाती है और त्वचा को नमी भी देती है। इसके लिए थोड़ी-सी पेट्रोलियम जेली अपनी हथेली पर लें और चेहरे पर हल्के हाथों से मलें, फिर एक गीले कपड़े से साफ कर लें। इससे आपकी त्वचा साफ और ताजगी भरी महसूस करेगी।

ठंडे मौसम या लगातार काम करने से अक्सर हाथ और पैर सूख जाते हैं। पेट्रोलियम जेली इसमें भी मदद कर सकता है। सोने से पहले अपने हाथों और पैरों पर अच्छी तरह से पेट्रोलियम जेली लगाएं और फिर मोजे पहन लें। इससे आपकी त्वचा को पूरी रात नमी मिलेगी और अगली सुबह आपके हाथ और पैर मुलायम महसूस होंगे। नियमित रूप से इसका उपयोग करने से आपकी त्वचा हमेशा स्वस्थ और नमी युक्त रहेगी।

अगर आपकी त्वचा पर किसी प्रकार की खरोंच या चोट लग जाए तो उस पर तुरंत पेट्रोलियम जेली लगाएं। यह न केवल घाव भरने में मदद करती है, बल्कि संक्रमण से भी बचाती है। पेट्रोलियम जेली त्वचा को नमी देती है और उसे मुलायम बनाती है। इसके अलावा यह त्वचा को बाहरी प्रदूषकों से भी बचाती है। नियमित रूप से पेट्रोलियम जेली का उपयोग आपकी देखभाल के लिए बहुत फायदेमंद हो सकता है। रात को सोने से पहले अपने चेहरे पर हल्के हाथों से पेट्रोलियम जेली लगाएं। यह आपकी त्वचा को रात भर नमी देगी और सुबह उठने पर आपका चेहरा ताजगी भरा महसूस होगा। पेट्रोलियम जेली आपकी त्वचा को मुलायम बनाती है और उसे पोषण देती है। इसके अलावा यह त्वचा की नमी को बनाए रखने में भी मदद करती है। नियमित रूप से इसका उपयोग करने से आपकी त्वचा हमेशा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। पैरों की एड़ियां अक्सर खुरदुरी हो जाती हैं, खासकर अगर आप बिना मोजे पहने चलते हैं या पानी में काम करते हैं। पेट्रोलियम जेली इसमें भी मदद कर सकता है। सोने से पहले अपनी एड़ियों पर अच्छी तरह से पेट्रोलियम जेली लगाएं और फिर मोजे पहन लें। इससे आपकी एड़ियां मुलायम बन जाएंगी और आपको आराम मिलेगा। इन सरल तरीकों से आप पेट्रोलियम जेली का उपयोग करके अपनी त्वचा को स्वस्थ और सुंदर बना सकती हैं।

पलक तिवारी के लिए रैपर किंग जिंदगी की सबसे बड़ी खुशी

हिंदी क्राइम-थ्रिलर वेब सीरीज लुक्खे से अभिनेत्री पलक तिवारी और मशहूर रैपर अर्पण कुमार चंदेल (किंग) ने अपना ओटीटी डेब्यू किया है। दोनों को दर्शकों की तरफ से सकारात्मक प्रतिक्रिया मिल रही है। सीरीज में पलक ने किंग (एमसी बदनाम) की बहन सनोबर का किरदार निभाया है। पलक ने इंस्टाग्राम पर किंग के लिए एक खास पोस्ट किया। इसमें पलक और किंग तरह-तरह के पोज देते नजर आए। पलक ने किंग की सराहना करते हुए लिखा, मेरे लिए हमेशा निहाल (किंग के किरदार का नाम) और दुनिया के लिए एमसी बदनाम। मेरे लिए हमेशा अर्पण और दुनिया के लिए किंग है। आपकी छोटी बहन होना मेरी जिंदगी की सबसे बड़ी खुशी है। आपसे बेहतर कोई नहीं। मैं हमेशा आपकी सन्नो सनोबर रहूंगी, और आप हमेशा मेरे वीरा रहोगे।

उन्होंने आगे लिखा, लुक्खे हम दोनों के लिए एक नई शुरुआत है और मुझे सबसे ज्यादा खुशी इस बात की है कि इसने मुझे आप जैसा इंसान दिया। मेरी जान ही नहीं, बल्कि मेरी रूह भी आपकी कद्र करती है। चंडीगढ़ की पृष्ठभूमि पर आधारित यह सीरीज रैप म्यूजिक, ड्रग्स और बदला लेने की कहानी दिखाती है। इसमें किंग एमसी बदनाम नाम के एक प्रसिद्ध और आक्रामक रैपर की भूमिका निभा रहे हैं। उनका किरदार एक ऐसे ड्रग बिजनेस से जुड़ा है जो डेमन नामक खतरनाक नशीले पदार्थ की तस्करी करता है।

वहीं, पलक तिवारी सनोबर नाम की एक लड़की का किरदार निभा रही हैं, जो एमसी बदनाम (किंग) की बहन है। कहानी में मुख्य पात्र लकी (लक्षवीर सिंह सरन) को सनोबर (पलक) से प्यार हो जाता है।

एमसी बदनाम सीधे तौर पर डेमन ड्रग रैकेट चलाता है, जबकि पलक उसकी बहन के रूप में एक ऐसे परिवार का हिस्सा है, जो न केवल खतरनाक है, बल्कि पुलिस के रडार पर भी है।

सनोबर (पलक) अपने भाई (किंग) की गलत हरकतों और प्रेमी (लकी) के बीच फंसी नजर आती है, जिससे कहानी में भावनात्मक तनाव पैदा होता है। सीरीज का निर्देशन हिमांक गौर ने किया है। इसकी स्क्रिप्ट अग्रिम जोशी और देबोजीत दास ने लिखी है।

सोफी चौधरी ने टॉक शो की सफलता पर जताया आभार

गायिका और अभिनेत्री सोफी चौधरी इन दिनों चर्चित टॉक शो फेमसली फिट विद सोफी को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। सोफी ने सोशल मीडिया के जरिए अपनी टीम के लिए पोस्ट किया। सोफी चौधरी ने इंस्टाग्राम पर कुछ तस्वीरें पोस्ट कीं। इन तस्वीरों में वे बॉलीवुड के सेलेबस के साथ नजर आ रही हैं। दर्शकों की तरफ से शो को मिल रहे अपार प्यार ने सोफी को भावुक कर दिया। उन्होंने पोस्ट के जरिए बताया कि इस शो को बनाने का उद्देश्य लोगों को फिटनेस की तरफ जागरुक करना और सेलेब्स के जीवन की बातें सभी के सामने लाना है। उन्होंने लिखा, फेमसली फिट विद सोफी को जो प्यार मिल रहा है, उससे मैं सच में बहुत भावुक और आभारी हूं। मैंने यह शो इसलिए बनाया था ताकि यह लोगों को प्रेरित, एंटरटेन और सेलेब्स के साथ उनके जीवन पर वास्तविक बातचीत करना था। सच कहूं, तो यह सब हमारे दर्शक और बेहतरीन टीम की वजह से संभव हो पाया है।

उन्होंने लिखा, मेरे शो में आए मेहमानों का दिल से धन्यवाद, जिन्होंने अपनी सच्चाई, ह्यूमर और दिल से अपनी कहानियां शेयर कीं। आप सभी के साथ हर बातचीत बहुत खास रही। कैमरे के पीछे काम करने वाली पूरी टीम का भी बहुत धन्यवाद, जिन्होंने इस शो पर उतना ही भरोसा किया जितना मैंने किया था।

सोफी ने पर्दे के पीछे काम करने वाली प्रोडक्शन टीम, अमेजन ब्रैंड्स और एमएक्स प्लेयर के सहयोग की भी जमकर सराहना की। उन्होंने लिखा, गौरव और पवनीत, इस सफर में साथ देने और प्रोजेक्ट को मिलकर बनाने के लिए बहुत शुक्रिया। साहिल, पवन और पूरी टीम, आपकी मेहनत और समर्पण के बिना यह संभव नहीं था।

अभिनेत्री ने यह भी लिखा, मेरी पर्सनल टीम आप सभी के बिना यह सफर पूरा नहीं हो सकता था। तनीषा और अंशिका, आपका भी तहे दिल से धन्यवाद। मेरे लंबे समय से ट्रेनर प्रशांत बंदल समेत बाकी की टीम को मुझे फिट रखने के लिए दिल से धन्यवाद। मेरी प्यारी मम्मा, आप मेरा सबसे बड़ा सहारा हो, आपसे बहुत प्यार है और आखिरी में, सभी दर्शकों का बहुत-बहुत धन्यवाद।

लक्षमोली-हडिमधार पंपिंग योजना से सुचारु हुई आपूर्ति

पौड़ी(आरएनएस)। ब्लॉक कीर्तिनगर व देवप्रयाग के करीब 48 राजस्व गांवों के ग्रामीणों की प्यास बुझाने वाले लक्षमोली-हडिमधार पंपिंग पेयजल योजना से अब पेयजल आपूर्ति सुचारु होने लगी है। ट्रांसफॉर्मर में फॉल्ट आने से क्षेत्र में पेयजल की समस्या हो गई थी। जल संस्थान के अधिशासी अभियंता देवप्रयाग नरेशपाल सिंह ने बताया कि बीते 21 मई को योजना के ट्रांसफार्मर में फॉल्ट आने से पंपों का संचालन बंद हो गया। इस दौरान पंपिंग पेयजल योजना पर निर्भर गांवों में योजना से आपूर्ति ठप होने पर विभागीय टैंकरों से पेयजल आपूर्ति करवाई गई। 24 मई को ट्रांसफार्मर में आई तकनीकी खामी ठीक होने पर पंप का संचालन शुरू कर दिया गया है जिसके बाद क्षेत्र में पेयजल आपूर्ति सुचारु रूप से की जा रही है। उन्होंने बताया कि इन दिनों गांवों में योजना की लाइनों पर टेस्टिंग चल रही है। इस दौरान पाई जा रही खामियों को दूर किया जा रहा है। दूसरी ओर ग्राम प्रधान उमरी आरती देवी, ग्राम पंचायत बरसोली अनीता देवी ने जल संस्थान से अतिरिक्त ट्रांसफॉर्मर लगाने की मांग की ताकि एक में खराबी आने पर शीघ्र इसे बदला जा सके।

मोटर मार्ग निर्माण से क्षतिग्रस्त हुई सिंचाई नहरें

विकासनगर(आरएनएस)। दारागाड-कथियान मोटर मार्ग से निर्माणाधीन पांच किलोमीटर शूनीर मोटर मार्ग के निर्माण कार्य के दौरान क्षेत्र की कई सिंचाई नहरें और गूलें क्षतिग्रस्त हो गई हैं। इससे निमगा, केराड़, शूनीर और शिलवाड़ा गांवों के ग्रामीणों के सामने सिंचाई का गंभीर संकट खड़ा हो गया है। सिंचाई विभाग के अधिशासी अभियंता ने प्रभावित क्षेत्र निरीक्षण किया।

शहर की सड़कों को 18.84 करोड़ से बनाएगा लोनिवि

हरिद्वार(आरएनएस)। लोक निर्माण विभाग पुराना दिल्ली नीतिपास राज्य मार्ग सहित शहर में अन्य सड़कों का नवीनीकरण करेगा। करीब 18.84 करोड़ की लागत से कुंभ कार्यों के तहत शहर की सड़कें चमकेगी। सड़कों के नवीनीकरण काम में लिए लोनिवि ने टेंडर प्रक्रिया शुरू की है। कुंभ आयोजन से पहले सड़कों का नवीनीकरण काम पूरा किया जाएगा। लोक निर्माण विभाग पुराना दिल्ली-नीतिपास मार्ग पुल जटवाड़ा से आर्यनगर, रानीपुर मोड़, ऋषिकुल से शिवमूर्ति तक और ज्वालापुर ललतारौ चंडीघाट मोटर मार्ग ज्वालापुर रेलवे स्टेशन से, भगत सिंह चौक, टीबड़ी, बल्केश्वर, ललतारौ से चाड़ीघाट तक आदि सड़कों का नवीनीकरण करेगा। इस दौरान सड़कों पर बने गड्ढों को भरा जाएगा। सड़कों पर डामर की नई परत बिछाई जाएगी। सड़क का बीसी तकनीक से सुदृढ़ीकरण काम होगा। साथ ही सड़कों के किनारे पर फुटपाथ का निर्माण किया जाएगा। सड़कों का नवीनीकरण होने के बाद सड़कें चिकनी और गड्ढामुक्त बनेगी। सड़कों पर वाहन नियंत्रण में रहने से दुर्घटनाओं का खतरा कम होगा। साथ ही सड़कों के किनारे फुटपाथ निर्माण के बाद लोगों को पैदल चलने में सुविधा होगी।

सू- दोकू क्र.053

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

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 52 का हल

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

कंडीसौड़ में सुलभ शौचालय में तीन माह से बिजली नहीं

नई टिहरी(आरएनएस)। गंगोत्री और यमुनोत्री यात्रा के प्रमुख पड़ाव कंडीसौड़ बाजार में स्थित इंटरनेशनल सुलभ शौचालय में पिछले तीन माह से बिजली नहीं होने से चारधाम यात्रियों और स्थानीय लोगों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। स्थानीय लोगों ने जल्द बिजली आपूर्ति बहाल कर व्यवस्था दुरुस्त करने की मांग की है। कंडीसौड़ बाजार में चार साल पहले सुलभ शौचालय का निर्माण किया गया था। स्थानीय लोगों के साथ ही यात्रा सीजन में गंगोत्री और यमुनोत्री यात्रा पर जाने वाले यात्रियों को यहां पर शौचालय की सुविधा मिलती है लेकिन लंबे समय से बिजली बिल जमा नहीं होने के कारण शौचालय का विद्युत कनेक्शन बीते मार्च में काट दिया गया था। व्यापार मंडल अध्यक्ष सुमेर सिंह पंवार, ग्राम प्रधान सुमन सिंह गुसाईं व ललित प्रसाद खंडूड़ी का कहना है कि चारधाम यात्रा के दौरान बड़ी संख्या में यात्री कंडीसौड़ में रुकते हैं। रात में शौचालय परिसर में अंधेरा रहने से यात्रियों, महिलाओं और बुजुर्गों को परेशानी उठानी पड़ रही है। उन्होंने प्रशासन और संबंधित विभाग से जल्द बिजली व्यवस्था बहाल करने की मांग की है।

इस बाबत ऊर्जा निगम के अवर अभियंता दीपेंद्र सजवाण ने बताया कि बिल जमा न होने पर मार्च में बिजली कनेक्शन काटा गया था। वहीं, सुलभ शौचालय का संचालन कर रहे ठेकेदार डीके पांडेय ने बताया कि शौचालय में कार्यरत सफाई कर्मी प्रीतम की मृत्यु के बाद उसकी बेटी अनु को सफाई और संचालन की जिम्मेदारी दी गई है। शौचालय में उपयोगकर्ताओं से शौच के लिए पांच रुपये और स्नान के लिए 10 रुपये शुल्क लिया जाता है जिससे पानी और बिजली का खर्च वहन किया जाता है। सफाई कर्मी अनु का कहना है कि वह पिछले करीब एक वर्ष से कार्य कर रही है लेकिन उसे अब तक मानदेय नहीं मिला।

यातायात नियमों के पालन से ही सड़कें होंगी सुरक्षित

अल्मोड़ा(आरएनएस)। सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान के तहत नगर क्षेत्र में स्थानीय नागरिकों और टैक्सी चालकों के लिए जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में सड़क सुरक्षा, साइबर अपराधों से बचाव, महिला एवं बाल सुरक्षा, नशे के दुष्प्रभाव तथा विभिन्न हेल्पलाइन सेवाओं की जानकारी दी गई। कार्यक्रम में यातायात निरीक्षक हयात सिंह ने संबोधित किया। उन्होंने कहा कि यातायात नियमों के प्रति जागरूकता और उनका पालन सुरक्षित जीवन की कुंजी है। कार्यक्रम के दौरान लोगों को सड़क पर यातायात संकेतों का पालन करने, वाहन को बाईं ओर चलाने, दोपहिया वाहन चलाते समय हेलमेट पहनने, चारपहिया वाहन में सीट बेल्ट लगाने तथा वैध ड्राइविंग लाइसेंस के बिना वाहन न चलाने के प्रति जागरूक किया गया। यातायात निरीक्षक ने गुड समेरिटन योजना के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि सड़क दुर्घटना पीड़ितों की सहायता करने वाले व्यक्तियों को कानूनी संरक्षण और विभिन्न अधिकार प्रदान किए गए हैं। उन्होंने लोगों से दुर्घटना की स्थिति में घायलों की मदद के लिए आगे आने की अपील की। इस दौरान साइबर अपराधों से बचाव के उपाय, महिला एवं बाल सुरक्षा से जुड़े पहलुओं, नए आपराधिक कानूनों तथा डायल 112, साइबर हेल्पलाइन 1930, मानस हेल्पलाइन 1933 और आपदा हेल्पलाइन 1070 के बारे में भी विस्तृत जानकारी दी गई। पुलिस अधिकारियों ने लोगों से सतर्क और जिम्मेदार नागरिक बनने का आह्वान किया।

देवप्रयाग में अलकनंदा पैदल पुल का काम जोरों पर

पौड़ी(आरएनएस)। देवप्रयाग में ऐतिहासिक अलकनंदा पैदल पुल के पुनर्निर्माण का काम इन दिनों प्रगति पर है। यह पुल टिहरी और पौड़ी जनपद के सैकड़ों गांवों को आपस में जोड़ता है।दरअसल करीब 150 साल पुराना यह पुल बेहद जर्जर हो चुका था और दिसंबर 2022 में प्रशासन ने सुरक्षा के लिहाज से इसे बंद कर दिया था। अब विश्व बैंक की मदद से मिले 5.83 करोड़ के बजट से इसका काम तेज गति से किया जा रहा है। यह पुल देवप्रयाग और आसपास के पूरे इलाके के लिए लाइफलाइन है। बदरी-केदार पैदल यात्रा के दौरान देश-विदेश से आने वाले श्रद्धालु इसी पुल से देवप्रयाग संगम और रघुनाथ मंदिर के दर्शन करते हुए गंगोत्री-यमुनोत्री जाते थे। इसके अलावा, देवप्रयाग नगर के धनेश्वर वार्ड और पौड़ी जिले के करीब 35 गांवों के ग्रामीणों के आने-जाने का यह एकमात्र मुख्य जरिया है। अब इस पुल को आधुनिक और सुरक्षित बनाया जा रहा है। नया पुल मजबूत स्टील ट्रस्ट डिजाइन पर तैयार हो रहा है जिसकी लंबाई 84 मीटर और चौड़ाई 2.70 मीटर होगी। सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए पुल के दोनों तरफ 8 मीटर ऊंची मजबूत जाली भी लगाई जा रही है। वहीं लोक निर्माण विभाग के अधिशासी अभियंता विवेक सेमवाल का कहना है कि पुल निर्माण के कार्य में तेजी लाई जा रही है। निर्माण पूरा करने का लक्ष्य मार्च 2027 तक रखा गया है। इस पुल के बनने से पूरे क्षेत्र को लाभ मिलेगा।

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। नियंत्रित चिकित्सकीय प्रक्रिया के तहत मरीज को बेहोशी की अवस्था में हल्के विद्युत प्रवाह के माध्यम से उपचार दिया जाता है।

करोड़ों खर्च करने के बाद भी नहीं सुधरा बौराड़ी स्टेडियम

नई टिहरी (आरएनएस)। नगर के बौराड़ी स्टेडियम में करोड़ों की धनराशि खर्च होने के बाद स्टेडियम की हालत में सुधार नहीं हो पा रहा है। अब तक स्टेडियम के सुधारीकरण के नाम पर करीब नौ करोड़ से अधिक धनराशि खर्च हो चुकी हैं। बरसात में होने स्टेडियम में पानी भर जाता है। बरसात होने पर बौराड़ी स्टेडियम का ड्रेनेज सिस्टम जवाब दे देता है जिससे पूरे मैदान पानी से लबालब भर जाता है। नतीजतन खिलाड़ियों को खेलने और अभ्यास के लिए सुरक्षित और उपयुक्त मैदान नहीं मिल पाता। स्टेडियम में कई दिनों तक पानी जमा रहने से खेल गतिविधियां ठप पड़ जाती है। स्टेडियम में इतना भारी भरकम बजट खर्च होने के बाद भी ड्रेनेज की समस्या जस की तस बनी है।

यह जिला मुख्यालय में एक मात्र खेल मैदान हैं। शिक्षा विभाग और खेल विभाग की जिला स्तरीय खेल प्रतियोगिता सहित स्थानीय युवाओं की ओर से समय-समय पर विभिन्न प्रकार की खेल प्रतियोगिताएं इसी स्टेडियम में संपन्न करवाई जाती है। छात्र दिव्यांशु रावत, साहिल कुमार, सुजल रतूड़ी ने बताया कि प्रतियोगिता के आयोजन के बीच में यदि बारिश हो गई तो स्टेडियम में पानी भर जाता है। स्टेडियम के चारों और पानी की निकासी के लिए बनी नालियों का निर्माण मानकों के अनुरूप नहीं होने से यह स्थिति बन जाती है। साथ ही मैदान का लेबल भी ठीक नहीं होने के कारण जगह-जगह पानी जमा हो जाता है जिसके सूखने में कई दिनों का समय लग जाता है। वर्तमान में स्टेडियम युवा कल्याण विभाग के अधीन है। नालियों की नियमित साफ-सफाई न होने से नालियों में मलबा जमा है। सुधारीकरण और विस्तारीकरण के नाम पर अब तक करोड़ खर्च किया जा चुका है लेकिन स्थिति में सुधार नहीं हो पाया। स्टेडियम के आसपास गंदगी भी फैली रहती है। स्टेडियम को नगर पालिका कार्यालय से सटा होने के कारण प्रशासन को स्टेडियम को नगर पालिका को हस्तांतरित कर देना चाहिए।

किसान श्रमिक जनशक्ति यूनियन का तीन दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन संपन्न

संवाददाता

हरिद्वार। भारतीय श्रमिक जनशक्ति यूनियन का तीन दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन के पश्चात जिला प्रशासन के माध्यम से राष्ट्रपति को ज्ञापन प्रेषित किया।

आज यहां भारतीय किसान श्रमिक जनशक्ति यूनियन तीन दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन के दौरान राष्ट्रीय अध्यक्ष मान सिंह यादव उत्तराखंड प्रदेश अध्यक्ष राजकुमार चौधरी के संयुक्त नेतृत्व में देश के सभी किसानों के समर्थन में अपनी 21सूत्रीय मांगों को लेकर राष्ट्रपति के नाम संबोधित ज्ञापन जिला प्रशासन के माध्यम से प्रेषित किया। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से धर्मानगरी हरिद्वार में गंगा किनारे विशाल किसान भवन भी बनाए जाने की मांग को प्रमुखता से दोहराया (बीकेएसजेयू) के तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में पूर्व कृषि उत्पादन मंडी समिति अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने साथियों सहित शिरकत कर बीकेएसजेयू की सभी मांगों का खुला समर्थन किया।

इस अवसर पर राष्ट्रीय अध्यक्ष मानसिंह यादव ने कहा बेल वाला मैदान में जून के माह में भारत के कोने-कोने से किसान यूनियन हरिद्वार में आकर अपना राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित करती हैं महिला किसानों को गरीब लघु मध्य किसानों को खुले आसमान के नीचे रहने को मजबूर होना पड़ता है उन्होंने कहा कि किसान भवन का निर्माण किया जाना अति आवश्यक है। बीकेएसजेयू के उत्तराखंड प्रदेश अध्यक्ष राजकुमार चौधरी ने कहा उत्तराखंड के बागवानी किसानों की बे मौसम ओलावृष्टि बारिश की वजह से फासले नष्ट हो गई है उत्तराखंड सरकार की ओर से अभी तक बागवानी किसानों को किसी प्रकार का कोई मुआवजा नहीं दिया गया है जो की दुर्भाग्यपूर्ण है।

पूर्व कृषि उत्पादन मंडी समिति अध्यक्ष वरिष्ठ किसान नेता संजय चोपड़ा ने भारतीय किसान श्रमिक जनशक्ति यूनियन की सभी मांगों का समर्थन करते हुए उत्तराखंड राज्य में राष्ट्रीय स्तर पर हैदराबाद जयपुर की तर्ज पर राष्ट्रीय किसान उद्यान प्रशिक्षण केंद्र की स्थापना किए जाने की प्रमुखता से मांग की। भारतीय किसान श्रमिक जनशक्ति यूनियन के तीन दिवसीय सम्मेलन की अध्यक्षता राष्ट्रीय अध्यक्ष मानसिंह ने की संचालन राष्ट्रीय उपाध्यक्ष जाहिद खान ने किया।

चुनावी वैतरणी में 'आल वेदर रोड'...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

और स्थानीय निवासियों की जान के लिए खतरा बन जाते हैं। इसके अतिरिक्त, सड़क चौड़ीकरण से निकलने वाले लाखों टन मलबे को सीधे नदियों और बरसाती गदेरों में डंप किया जा रहा है। इससे नदियों का तल उथला हो रहा है, पानी के प्राकृतिक स्रोत सूख रहे हैं और जोशीमठ जैसी जमीन धंसने की घटनाएं अन्य संवेदनशील गांवों में भी पैर पसार रही हैं।

उत्तराखंड का मतदाता इस समय एक बेहद अजीब द्वंद्व से गुजर रहा है। पहाड़ का आम नागरिक बेहतर बुनियादी ढांचा, चौड़ी सड़कें, स्वास्थ्य सुविधाएं और रोजगार की आकांक्षा तो रखता है, लेकिन वह हालिया वर्षों में आई प्राकृतिक आपदाओं और अपने पुश्तैनी गांवों के दरकने से डरा हुआ भी है। सीमावर्ती जिलों जैसे उत्तरकाशी, चमोली और रुद्रप्रयाग के स्थानीय व्यापारियों का कहना है कि सड़कें सुगम होने से व्यापारिक गतिविधियां निश्चित रूप से बढ़ी हैं, लेकिन मानसून आते ही जब पहाड़ दरकते हैं, तो हफ्तों तक जिंदगी थम जाती है।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि वर्ष 2027 के चुनाव में यह मुद्दा केवल खोखली बयानबाजी तक सीमित नहीं रहेगा। यह देखना दिलचस्प होगा कि सत्तारूढ़ दल राष्ट्रीय सुरक्षा और सुगम धार्मिक आर्थिकी के अपने राष्ट्रवाद प्रेरित नैरेटिव से जनता का भरोसा बरकरार रख पाता है, या विपक्ष पहाड़ के अस्तित्व, मलबे की डंपिंग और पर्यावरणीय तबाही के स्थानीय मुद्दों को वोट बैंक में तब्दील करने में कामयाब होता है।

ऐसे में 2027 के विधानसभा चुनाव में चारधाम प्रोजेक्ट दो अलग-अलग राजनीतिक नैरेटिव के रूप में सामने आ सकता है। भाजपा इसे विकास, धार्मिक पर्यटन और मजबूत इंफ्रास्ट्रक्चर की सफलता के रूप में प्रचारित करेगी, जबकि कांग्रेस और अन्य विपक्षी दल पर्यावरणीय चुनौतियों, भू-स्खलन और स्थानीय चिंताओं को प्रमुखता से उठाने का प्रयास करेंगे। स्पष्ट है कि उत्तराखंड की राजनीति में चारधाम प्रोजेक्ट केवल एक सड़क परियोजना नहीं, बल्कि विकास, आस्था, पर्यावरण और जनसरोकारों के बीच संतुलन की बहस का प्रतीक बन चुका है। यही वजह है कि 2027 के चुनावी रण में यह मुद्दा मतदाताओं के बीच व्यापक चर्चा का विषय बन सकता है।

'कैलाश' की राह पर फिर लौटे 'कारवां'

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

कर रहा है, वहीं दूसरी ओर सीमांत क्षेत्रों को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने का प्रयास भी जारी है। विशेषज्ञों का मानना है कि मजबूत सीमाएं केवल सैनिक चौकियों से नहीं, बल्कि समृ(और जीवंत सीमांत समाज से भी बनती हैं।

हजारों वर्ष पुराने कैलाश मार्ग पर जब फिर से व्यापारिक कारवां आगे बढ़ेंगे तो यह केवल सामानों का आवागमन नहीं होगा, बल्कि इतिहास और आधुनिकता का एक अनूठा संगम भी होगा। हिमालय की वादियों में गूंजती यह नई शुरुआत सीमांत उत्तराखंड के लिए विकास, संस्कृति और विरासत के नए अध्याय का संकेत मानी जा रही है।

चारधाम यात्रा प्रबंधन का मूल मंत्र हो सुरक्षित यात्रा, सुगम दर्शन और सतत संवादः मुख्यमंत्री

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि चारधाम यात्रा प्रबंधन का मूल मंत्र 'सुरक्षित यात्रा, सुगम दर्शन और सतत संवाद' होना चाहिए।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सचिवालय में चारधाम यात्रा व्यवस्थाओं की उच्चस्तरीय समीक्षा बैठक के दौरान अधिकारियों को निर्देश दिए कि चारधाम यात्रा प्रबंधन का मूल मंत्र 'सुरक्षित यात्रा, सुगम दर्शन और सतत संवाद' होना चाहिए। उन्होंने कहा कि बेहतर समन्वय, प्रभावी संवाद और सुव्यवस्थित प्रबंधन से यात्रा को और अधिक सुरक्षित एवं सफल बनाया जा सकता है। मुख्यमंत्री ने निर्देश दिए कि चारों धामों में श्रद्धालुओं की संख्या के अनुरूप दर्शन व्यवस्था को अधिक व्यवस्थित बनाने के लिए विस्तृत मानक संचालन प्रक्रिया (एसओपी) तैयार की जाए।

उन्होंने कहा कि रात्रि 10 बजे से सुबह 4 बजे तक चारधाम यात्रा मार्गों पर वाहनों के आवागमन पर प्रतिबंध का सख्ती से पालन कराया जाए। श्रद्धालुओं की सुरक्षा राज्य सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है। यात्रा मार्गों पर ट्रकों एवं अन्य आवश्यक सेवाओं से जुड़े भारी वाहनों को केवल रात्रिकाल में ही अनुमति दी जाए तथा दिन के समय ऐसे वाहनों का संचालन प्रतिबंधित रखा जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि किसी भी धाम अथवा पड़ाव पर निर्धारित क्षमता से अधिक भीड़ होने की स्थिति में नीचे स्थित होल्डिंग एरिया एवं प्रमुख चेक प्वाइंट्स पर वाहनों और श्रद्धालुओं की आवाजाही को नियंत्रित किया जाए। भीड़ प्रबंधन के लिए चरणबद्ध व्यवस्था अपनाते हुए यात्रियों को आगे भेजा जाए, जिससे धामों में अव्यवस्था की स्थिति उत्पन्न न हो।

उन्होंने निर्देश दिए कि जिन स्थानों पर श्रद्धालुओं को रोका या ठहराया जा रहा है, वहां पार्किंग, भोजन, पेयजल, शौचालय एवं अन्य मूलभूत सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि भीड़ नियंत्रण के दौरान श्रद्धालुओं को केवल रोका न जाए, बल्कि उन्हें इसके कारण, संभावित प्रतीक्षा अवधि तथा आगे की व्यवस्थाओं की जानकारी नियमित रूप से उपलब्ध कराई जाए। उन्होंने पुलिस, प्रशासन एवं यात्रा प्रबंधन से जुड़े सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को श्रद्धालुओं के प्रति संवेदनशील, विनम्र एवं सहयोगात्मक व्यवहार सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री ने संवेदनशील स्थलों पर जेसीबी, पोकलैंड मशीनें, सैटेलाइट फोन, एम्बुलेंस एवं राहत-बचाव उपकरणों की अग्रिम व्यवस्था सुनिश्चित करने को कहा, ताकि किसी भी आपात स्थिति अथवा मार्ग अवरोध की स्थिति में तत्काल कार्रवाई की जा सके। सभी अधिकारियों को फील्ड में रहकर व्यवस्थाओं का नियमित निरीक्षण करने तथा श्रद्धालुओं को त्वरित सहायता उपलब्ध कराने के निर्देश भी दिए। मुख्यमंत्री ने गढ़वाल आयुक्त एवं आईजी गढ़वाल को चारधाम यात्रा की सभी व्यवस्थाओं की नियमित समीक्षा करने तथा श्रद्धालुओं एवं स्थानीय नागरिकों की समस्याओं का त्वरित समाधान सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने चारधाम यात्रा से जुड़े सभी जिलों के जिलाधिकारियों एवं पुलिस अधीक्षकों को यात्रा व्यवस्थाओं की निरंतर निगरानी एवं प्रभावी संचालन सुनिश्चित करने को कहा। मुख्यमंत्री ने यात्रा मार्गों पर संचालित होटल, रेस्टोरेंट एवं ढाबों में रेट लिस्ट का अनिवार्य प्रदर्शन सुनिश्चित करने तथा खाद्य पदार्थों की नियमित सैंपलिंग कर गुणवत्ता की जांच करने के निर्देश भी दिए।

बी पुरम मार्ग पर वर्षा से प्रभावित क्षेत्रा का एडीएम ने किया निरीक्षण

हमारे संवाददाता

टिहरी। अपर जिलाधिकारी शैलेन्द्र सिंह नेगी द्वारा आज नई टिहरी से बी-पुरम मार्ग पर विगत दिनों हुई वर्षा के कारण आए मलबे की सफाई कार्यों का स्थलीय निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान पाया गया कि भारी वर्षा के कारण मार्ग पर मलबा आ गया है। साथ ही निर्मित पक्के नाले से हटकर पानी का बहाव होने के कारण उक्त क्षेत्र में स्लाइड जोन विकसित होने की संभावना बनी हुई है। अपर जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों एवं कार्यदायी संस्था को निर्देशित किया कि समस्या के स्थायी समाधान हेतु आवश्यक तकनीकी उपचार (ट्रीटमेंट) एवं सुरक्षात्मक कार्य शीघ्र कराए जाएं, ताकि भविष्य में सड़क एवं आसपास के क्षेत्र को किसी प्रकार की क्षति न पहुंचे। उन्होंने मलबा हटाने एवं जल निकासी व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के निर्देश देते हुए कहा कि बरसात के मौसम को देखते हुए संवेदनशील स्थलों पर विशेष निगरानी रखी जाए। इस अवसर पर सहायक अभियंता एन.एस. रावत, कार्यदायी संस्था के प्रतिनिधि हरेंद्र सहित अन्य संबंधित कार्मिक उपस्थित रहे।

प्रवक्ताओं की भर्ती शुरू कराने को मोर्चा ने दी शासन में दस्तक

हमारे संवाददाता

देहरादून। जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने प्रदेश भर के पॉलिटेक्निक कॉलेजों में 200 से अधिक प्रवक्ताओं के पदों पर भर्ती प्रक्रिया शुरू कराने को लेकर सचिव, तकनीकी शिक्षा रणजीत सिन्हा से मुलाकात की एवं ज्ञापन सौंपकर उच्च न्यायालय में मजबूत पैरवी करने का आग्रह किया, जिस पर सिन्हा ने संबंधित अधिकारियों को कार्रवाई के निर्देश दिए। वहीं मामले में तकनीकी शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत भी हरकत में आए और उन्होने अधिकारियों को कार्यवाही की निर्देश दिए।

नेगी ने कहा कि प्रवक्ताओं के 200 से अधिक पद रिक्त पड़े हैं, जिनमें सिविल इंजीनियरिंग के लगभग 81 पद, इलेक्ट्रिकल के 54, मैकेनिकल के 52 व फार्मेसी के 39 पद वर्तमान में रिक्त हैं; लेकिन युवाओं के भविष्य के बारे में सोचने वाला कोई नहीं है। नेगी ने कहा कि वर्ष 2024 में सरकार द्वारा 200 पदों पर भर्ती हेतु विज्ञप्ति जारी की थी, जिसमें अर्हता संबंधित विषय में बीटेक निर्धारित की गई थी तथा मार्च 2025 में परीक्षा आहूत की गई थी, लेकिन परीक्षा होने से पहले ही उच्च न्यायालय द्वारा इस निर्देश के साथ रोक लगा दी गई कि एआईसीटीई के प्रावधानों के तहत प्रवक्ता पद पर एम.टेक योग्यता होना जरूरी है तथा शीघ्र इस मामले में नियुक्ति प्रक्रिया शुरू करने हेतु सरकार को विज्ञप्ति जारी करने के निर्देश दिए, लेकिन एक साल से अधिक समय बीतने के बावजूद भी इस मामले में कोई ठोस कार्रवाई नहीं हो पाई और न ही सरकार कोई मजबूत पैरवी न्यायालय में कर सकी। सूत्र बताते हैं कि बहुत जल्द वर्तमान में कार्यरत प्रवक्ताओं की पदोन्नति होने वाली है, ऐसे में गिनती के प्रवक्ता रह जाएंगे। प्रतिनिधि मंडल में भीम सिंह बिष्ट मौजूद थे।

दून की अर्थव्यवस्था को गति देने वाली योजनाएं हो जिला प्लान में शामिलःडीएम

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान ने कहा कि देहरादून की अर्थव्यवस्था और स्थानीय आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए ऐसी योजनाएं बनाई जाएं, जिनका लाभ सीधे आमजन तक पहुंचे।

आज यहां जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान ने वित्तीय वर्ष 2026-27 की जिला योजना संरचना को लेकर आयोजित समीक्षा बैठक में सभी विभागों को जनहित आधारित, व्यावहारिक एवं नवाचारयुक्त योजनाएं प्रस्तावित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि स्थानीय जनप्रतिनिधियों से प्राप्त सुझावों और प्रस्तावों को शामिल करते हुए जिले के संतुलित एवं समग्र विकास को ध्यान में रखकर जिला योजना संरचना तैयार की जाए। जिलाधिकारी ने स्पष्ट किया कि प्रत्येक विभाग कम से कम एक अभिनव (इनोवेटिव) एवं स्थायी (सस्टेनेबल) परियोजना को जिला योजना में अनिवार्य रूप से शामिल करे तथा उसके अपेक्षित परिणामों की विस्तृत रिपोर्ट भी प्रस्तुत करे। बैठक में जिलाधिकारी ने अधूरी एवं लंबित योजनाओं को प्राथमिकता के आधार पर पूर्ण करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जिला योजना के अंतर्गत केवल उन्हीं परियोजनाओं को शामिल किया जाए जिनकी भूमि उपलब्ध हो, विवाद रहित हों तथा जिन्हें वर्तमान या अगले वित्तीय वर्ष तक पूरा किया जा सके। उन्होंने चेतावनी दी कि पर्याप्त धनराशि उपलब्ध होने के बावजूद योजनाएं समय पर पूरी न होना संबंधित विभाग की गंभीर विफलता मानी जाएगी, जिसके लिए जवाबदेही तय करते हुए कठोर कार्रवाई की जाएगी। जिलाधिकारी ने शिक्षा विभाग को निर्देशित करते हुए कहा कि जनपद का कोई भी विद्यालय बिजली, पेयजल, शौचालय जैसी मूलभूत सुविधाओं से वंचित नहीं रहना चाहिए। सभी विद्यालयों में आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित की जाएं। मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह ने जिला योजना के अंतर्गत विभिन्न विभागों द्वारा प्रस्तुत विकासपरक प्रस्तावों की विस्तृत जानकारी दी। जिलाधिकारी ने बैठक के अंत में कहा कि जिला योजना में प्रस्तावित कार्यों का भौतिक सत्यापन कराया जाएगा। यदि किसी विभाग द्वारा जनहित के अनुरूप धनराशि का सदुपयोग नहीं पाया गया तो संबंधित अधिकारियों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की जाएगी। बैठक में जिला अर्थ एवं संख्या अधिकारी ने बताया कि वित्तीय वर्ष 2026-27 के लिए जनपद देहरादून हेतु 99.39 करोड़ रुपये का परिव्यय अनुमोदित किया गया है। इसमें 37.19 करोड़ रुपये मानदेय एवं वचनबद्ध योजनाओं, 10.39 करोड़ रुपये चालू एवं अधूरे कार्यों को पूर्ण करने, 15.93 करोड़ रुपये स्वरोजगार संबंधी योजनाओं तथा 36.25 करोड़ रुपये नए एवं अभिनव कार्यों के लिए निर्धारित किए गए हैं।

पानी के टैंक में मिला नर कंकाल

हमारे संवाददाता

नैनीताल। पेयजल टैंक की सफाई व निरीक्षण के दौरान उस समय हड़कंप मच गया, जब पानी के उस टैंक से मानव अवशेष यानि नरकंकाल बरामद हुआ। सूचना मिलने पर पुलिस ने उस नरकंकाल को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

मामला रामनगर के ग्रामीण क्षेत्र पाटकोट के अमोठा गांव का है। यहां पेयजल टैंक के भीतर एक नर कंकाल मिलने से हड़कंप मच गया और मौके पर ग्रामीणों की भारी भीड़ जमा हो गई। सूचना मिलते ही पुलिस और प्रशासन की टीम मौके पर पहुंची और जांच शुरू कर दी। बताया जा रहा है कि गांव के कुछ लोग पेयजल टैंक की सफाई और निरीक्षण के लिए पहुंचे थे। इसी दौरान टैंक के अंदर मानव कंकाल जैसा कुछ दिखाई दिया। पहले तो लोगों को यकीन नहीं हुआ, लेकिन करीब जाकर देखने पर मामला गंभीर निकला। सूचना तत्काल पुलिस को दी गई। मौके पर पहुंची पुलिस ने सावधानीपूर्वक टैंक से नर कंकाल को बाहर निकाला। प्रारंभिक जांच में कंकाल काफी पुराना प्रतीत हो रहा है। पुलिस ने आसपास के क्षेत्र की तलाशी भी ली और मौके से जरूरी साक्ष्य जुटाए। घटना के बाद गांव में तरह-तरह की चर्चाएं शुरू हो गई हैं। ग्रामीणों में भय और दहशत का माहौल बना हुआ है।

कोतवाल सुशील कुमार ने बताया कि कंकाल की पहचान फिलहाल नहीं हो सकी है। पहचान सुनिश्चित करने के लिए अवशेषों को डीएनए जांच हेतु भेज दिया गया है। साथ ही क्षेत्र में पिछले महीनों और वर्षों में दर्ज गुमशुदगी के मामलों का रिकॉर्ड भी खंगाला जा रहा है, ताकि मृतक की शिनाख्त हो सके।

चाकू सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वारदात की फिराक में घूम रहे एक बदमाश को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से एक धारदार चाकू बरामद किया गया है। जानकारी के अनुसार बीती रात कोतवाली रानीपुर पुलिस गश्त पर थी। इस दौरान जब पुलिस प्रमिला गेस्ट हाउस के सामने रामधाम को जाने वाले रास्ते पर पहुंची तो उसे वहां एक सदिग्ध व्यक्ति घूमता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेरकर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से एक धारदार चाकू बरामद हुआ। पूछताछ में उसने अपना नाम शिवकुमार पुत्र पूज्जन निवासी रामधाम कालोनी झण्डा चौक कोतवाली रानीपुर बताया। पुलिस ने उसे आर्म्स एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

शराब की दुकान में लगी आग

हमारे संवाददाता

नैनीताल। शराब की दुकान में देर रात आग लगने से हड़कंप मच गया। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस व फायर सर्विस टीम द्वारा कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया गया। आग लगने की इस घटना में लाखों रूपये के नुकसान होने की आंशका जताई गयी है।

जानकारी के अनुसार देर रात तिकोनिया स्थित अंग्रेजी व देशी शराब की दुकान में अचानक भीषण आग लग गई। सड़क से गुजरते लोगों ने जब दुकान से आग की लपटे उठती हुई देखी तो पुलिस व दमकल विभाग को इसकी सूचना दी। सूचना मिलने पर दमकल विभाग की टीम तुरंत मौके पर पहुंची। कड़ी मशक्कत के बाद दमकल के तीन वाहनों ने आग पर काबू पाया। बताया जा रहा है कि दुकान के अंदर भरा हुआ गैस सिलेंडर भी मौजूद था जिसे दमकल कर्मियों ने अपनी जान पर खेल कर बाहर निकाला और बड़ा हादसा टल गया। जानकारी के मुताबिक आग से लाखों का माल जलकर राख हो गया वहीं आग लगने का कारण शॉर्ट सर्किट बताया जा रहा है। मामले की जांच की जा रही है।

उत्तराखंड बना खेल आयोजनों का केंद्रः रेखा आर्या

संवाददाता

हल्द्वानी। गौलापार स्थित अंतरराष्ट्रीय स्पोर्ट्स स्टेडियम में आयोजित नेशनल यूथ मुए थाई चौंपियनशिप-2026 का सोमवार को खेल मंत्री रेखा आर्या ने औपचारिक उद्घाटन किया । 1 जून से 4 जून तक आयोजित हो रही इस राष्ट्रीय प्रतियोगिता में देश के 26 राज्यों एवं 5 केंद्र शासित प्रदेशों के लगभग 900 खिलाड़ी प्रतिभाग कर रहे हैं।

इस अवसर पर खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि उत्तराखंड अब राष्ट्रीय स्तर की खेल प्रतियोगिताओं के लिए एक पसंदीदा गंतव्य बनकर उभर रहा है। प्रदेश में विकसित हो रहे आधुनिक खेल ढांचे और खिलाड़ियों को उपलब्ध कराई जा रही सुविधाओं के कारण देशभर के खिलाड़ी यहां अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन कर रहे हैं। खेल मंत्री ने कहा कि मुए थाई केवल एक खेल नहीं, बल्कि अनुशासन, आत्मविश्वास, शारीरिक दक्षता और मानसिक दृढ़ता का उत्कृष्ट माध्यम है। इस खेल में युवाओं की बढ़ती भागीदारी इस बात का संकेत है कि नई पीढ़ी फिटनेस और प्रतिस्पर्धात्मक खेलों के प्रति गंभीरता से आगे बढ़ रही है।

उन्होंने कहा कि उत्तराखंड सरकार प्रदेश में खेल संस्कृति को मजबूत करने के लिए निरंतर कार्य कर रहे हैं। खिलाड़ियों को बेहतर प्रशिक्षण, आधुनिक सुविधाएं और राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अवसर उपलब्ध कराने के लिए कई महत्वपूर्ण पहल की गई हैं, जिनका सकारात्मक परिणाम अब देखने को मिल रहा है।

रेखा आर्या ने कहा कि राष्ट्रीय स्तर की ऐसी प्रतियोगिताएं खिलाड़ियों को अपनी प्रतिभा निखारने का मंच प्रदान करती हैं। साथ ही विभिन्न राज्यों से आए खिलाड़ियों के बीच अनुभवों का आदान-प्रदान भी होता है, जिससे खेलों का स्तर और अधिक ऊंचा होता है। इस अवसर पर खेल उपनिदेशक राशिका सिद्दकी, जिला खेल अधिकारी निर्मला पंत, एसोसिएशन के राष्ट्रीय अध्यक्ष मनोज वर्मा, महासचिव राम चौधरी, उत्तराखंड अध्यक्ष सतीश जोशी, निलेश जोशी, भाजपा जिला महामंत्री बिशन कन्वाल, गणेश जलाल, पान सिंह बिष्ट, विजय भंडारी, राजेंद्र सिंह जलाल आदि उपस्थित रहे।

आर.एन.आई.- 59626/94

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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