बुधवार
03 जून 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 130
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

रेस्टोरेंट में लगी आग, 20 की मौत

37 लोगों को सुरक्षित बाहर निकाला, मरने वालों में ज्यादातर विदेशी नागरिक!

हमारे संवाददाता

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली के मालवीय नगर इलाके में आज हुए भीषण अग्निकांड में 20 लोगों की जिंदा जलकर मौत हो गई। माना जा रहा है कि मरने वालों में ज्यादातर विदेशी नागरिक हो सकते हैं। रेस्टोरेंट में आग कैसे लगी, इसका अभी पता नहीं चल पाया है। कुछ लोग इस घटना में शॉर्ट सर्किट की आशंका जता रहे हैं। वहीं प्रधानमंत्री

●घटना को लेकर पीएम मोदी ने जताया खेद, किया मुआवजे का एलान

नरेंद्र मोदी ने इस भयावह हादसे पर दुख जताते हुए मुआवजे का ऐलान कर दिया है। जिसमें घायलों को 50 हजार रुपये और मृतकों के परिजनों को 2-2 लाख रुपये सहायता राशि दी जाएगी। घटना के बाद रेस्क्यू टीमो ने 37 लोगों को सुरक्षित निकाला गया है।

मीडिया रिपोर्टर्स के अनुसार यह घटना आज सुबह 8 बजे के करीब की है। बताया जा रहा है कि यहां सारे अवैध होटल चल रहे हैं। मैक्स अस्पताल बनने के बाद यहां होटलों की संख्या बढ़ती गई। मरने वालों में कई विदेशी नागरिक हो सकते हैं। वही आग लगने की इस घटना के बाद आसपास के दुकानदारों ने गद्दे बिछा दिए थे, जिससे लोग जान बचाकर ऊपर से कूदने लगे। बिल्डिंग से कई लोग इसी तरह कूदे हैं और उन्हें अस्पताल ले जाया गया है।

दमकल अधिकारियों के अनुसार आग तो बहुत जल्दी बुझा ली गई लेकिन कैजुएलिटी होने और कई लोगों को ऊपर से नीचे बचाकर लाने में समय लगा। कुल 37 लोगों को बचाया गया है। इस इलाके में नीचे दुकानें हैं और ऊपर लोग रह रहे थे. यह बिल्डिंग बेसमेंट+5 फ्लोर की है। उन्होंने बताया कि मैक्स अस्पताल चूंकि सामने हैं इसलिए यहां वो लोग ज्यादा रह रहे थे जिनके मरीज अस्पताल में भर्ती हैं। वे पेइंग गेस्ट के तौर पर शायद रह रहे होंगे।

साउथ डिस्ट्रिक्ट के एसडीएम जितेंद्र कुमार ने बताया कि जैसे ही घटना की जानकारी मिली तो हमने अपनी टीम को एक्टिव कर दिया था। पता चला है कि बिल्डिंग के नीचे कोई रेस्टोरेंट चल रहा था। उन्होने कहा कि अभी घटना के कारणों का पूरा पता नहीं चला है, लेकिन उस रेस्टोरेंट के कारण ही आग लगी है। एसडीएम ने कहा कि सख्त कार्रवाई करनी जरूरी है। हम संबंधित विभागों को आदेश देंगे कि एक लाइसेंस की आड़ में ऐसा काम न हो। उन्होंने बताया कि स्थानीय लोगों ने नीचे गद्दे बिछा दिए थे जिससे लोग कूदें तो चोट ज्यादा न लगे।

वोल्वो बस में लगी आग, 32 यात्री बाल-बाल बचे

हमारे संवाददाता

देहरादून। हरिद्वार-दिल्ली राष्ट्रीय राजमार्ग पर आज सुबह एक बड़ा हादसा सामने आया जब देहरादून से दिल्ली और जयपुर जा रही एक वोल्वो बस में अचानक आग लग गई। बस में 32 यात्री सवार थे। हालांकि चालक, परिचालक व प्रशासन की सजगता के चलते सभी यात्री सुरक्षित बाहर निकाले गये। मौके पर पहुंची पुलिस व फायर सर्विस ने घटना की जांच शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार, महालक्ष्मी फिलिप्स वोल्वो बस आज सुबह करीब चार बजे देहरादून से ऋषिकेश होते हुए दिल्ली और जयपुर की ओर जा रही थी। बस जब क्रिस्टल वर्ल्ड से आगे पुलिस चौकी शांतारशाह से लगभग 200 मीटर पहले हरिद्वार-दिल्ली रोड पर पहुंची, तभी तकनीकी खराबी के कारण उसमें अचानक आग लग गई। बस में आग लगते ही चालक अरुण

कुमार निवासी उदयपुर और परिचालक रिंकू पुत्र लाल सिंह निवासी कंचनपुर, धौलपुर (राजस्थान) ने तत्परता दिखाते हुए सभी यात्रियों को तत्काल बस से बाहर निकाला।

बस में कुल 32 यात्री सवार थे, जिनमें दो विदेशी नागरिक भी शामिल थे। यात्रियों की जान तो बच गई लेकिन उनका अधिकांश सामान और लगेज बस में ही रह गया, जो आग में जलकर नष्ट हो गया। घटना की सूचना मिलते ही स्थानीय पुलिस मौके पर पहुंची और भीड़ को सुरक्षित स्थान पर पहुंचाने के साथ ही रुड़की से फायर टेंडर बुलाया गया। पुलिस और अग्निशमन कर्मियों की संयुक्त टीम ने कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया लेकिन तब तक बस पूरी तरह जल चुकी थी। चालक के अनुसार आग इंजन वाले हिस्से से शुरू हुई थी। बहरहाल पुलिस मामले की जांच मे जुटी हुई है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सरकार के गले पड़ी शिक्षा व्यवस्था

क्या देश की सरकार और सिस्टम फेल हो चुका है? आज जब देश में होने वाली प्रतियोगी परीक्षाओं के पेपर लगातार लीक हो रहे हैं तथा सीबीएसई की परीक्षाओं में तमाम तरह की धांधलियों के कारण सरकार को इसके पुर्ननिरीक्षण की बात की जा रही है तो इससे एक बात तो साफ है कि जब सरकार एक परीक्षा तक को ठीक से नहीं करा सकती है तो यह सरकार और सिस्टम का फेलियौर नहीं तो और क्या है। खास बात यह है कि अपनी नाकामियों को छुपाने के लिए सत्ता में बैठे लोग बेहूदा तर्क देने के साथ इसे लेकर धरना प्रदर्शन करने वालों पर लाठियां बरसाने से लेकर उन्हें पाकिस्तानी बताने जैसे काम कर रहे है। यह मामला कोई साधारण समस्या नहीं है। सीबीएसई की परीक्षा में शामिल हुए 18 लाख तथा नीट में शामिल होने वाले 22 लाख परीक्षार्थियों के भविष्य का ही सवाल नहीं है। अगर पेपर लीक घटनाओं के इतिहास पर नजर डालें तो 2003 में कैट का पेपर लीक होने का मामला सामने आया था जिसमें रंजीत डॉन सहित कुछ लोगों पर कार्यवाही की गई थी इनमें से कुछ को सजा भी हुई थी लेकिन बीते 12 सालों में क्या-क्या नहीं हुआ, कैट और नीट के राज्य स्तर पर होने वाली परीक्षाओं के 80 से अधिक पेपर लीक अब तक हो चुके हैं। जिसके कारण 8 करोड़ से अधिक युवाओं का भविष्य चौपट हो चुका है। प्रतियोगी परीक्षाओं के बाद अब बोर्ड की परीक्षाओं में जिस स्तर की व्यापक धांधली का मामला सामने आया है उसने तो पूरे देश की शिक्षा व्यवस्था पर ही सवाल खड़े कर दिए हैं। सरकार द्वारा इस परीक्षा के लिए जिस नए सिस्टम को लागू किया गया था अब उसमें तकनीकी गलती के सिर पर सारी जिम्मेदारी डालकर सरकार फिर से आंसर सीटों के पुर्न निरीक्षण की बात कर रही है। खास बाकी है कि यह बेहद गंभीर मामला न सिर्फ अदालत तक पहुंच चुका है बल्कि देशभर के युवाओं द्वारा सिस्टम और सरकार के खिलाफ उग्र प्रदर्शनों का दौरा शुरू हो चुका है। जिससे सरकार की नींद हराम हो चुकी है। और तो और देश की शिक्षा व्यवस्था के इस कड़वे सच के सामने आने पर विश्व गुरु होने का प्रचार करने वाली सरकार की छवि भी तार-तार हो चुकी है। गार्डियन और बीबीसी जैसे अखबारों द्वारा भारत की शिक्षा प्रणाली की इस धांधली को लेकर छपी खबरों को पढ़कर इस बात का अंदाजा लगाया जा सकता है की विश्व स्तर पर किस तरह से देश की किरकिरी हो रही है। बीते 10-12 सालों में शिक्षा व्यवस्था के साथ जिस तरह से खिलवाड़ किया जा रहा है उसका पूरा सच सामने आने के बाद यह साफ हो चुका है कि युवाओं को रोजगार देने में नाकाम सरकार ने युवाओं को सड़कों पर लाकर खड़ा कर दिया है। और इसकी भरपाई नहीं की जा सकती है। सरकार की बेशर्मी इस बात से भी समझी जा सकती है कि लाखों युवाओं द्वारा हस्ताक्षरित मांग के बाद भी शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान से इस्तीफा न लिया गया न उन्होंने इस्तीफा दिया? अदालत में पहुंचे इस मामले में जब सरकार से पूछा जाता है कि पेपर लीक क्यों हुआ तो जवाब दिया जाता है कि इस पर अब प्रधानमंत्री खुद नजर रखे हुए हैं। सवाल यह है कि प्रधानमंत्री तो बीते 12 सालों से नजर रखे हुए हैं फिर भी लगातार पेपर लीक हो रहे हैं। सवाल यह है कि पेपर लीक पर सही जवाब क्यों नहीं दिया जा रहा है। शिक्षा प्रणाली को जब माफिया के हवाले कर दिया गया है तो सरकार के पास बताने को बचता ही क्या है? अब देश के युवा भी इस बात को मान चुके हैं की खामियां तो पहले भी थी लेकिन उन खामियों को सुधारने के लिए कुछ किए जाने की बजाय उसका पूरा बंटाधार कर दिया गया। लोगों का कहना है कि शिक्षा व्यवस्था को निजीकरण में धकेलने और शिक्षा माफिया को लाभ पहुंचाने के लिए ऐसा किया गया है। खैर अब यह मुद्दा इतना बड़ा हो चुका है कि देश के युवा इस पर शांत बैठने वाले नहीं है। वह इस व्यवस्था को बदलकर ही दम लेंगे। सरकार की परेशानी यह नहीं है कि युवाओं का भविष्य खराब हो रहा है उसकी चिंता यह है कि उसके भविष्य का क्या होगा।

विश्व साइकिल दिवस पर देहरादून में निकली जागरूकता राइड, 34 साइक्लिस्ट हुए शामिल

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। विश्व साइकिल दिवस के अवसर पर मंगलवार सुबह देहरादून साइक्लिंग क्लब की ओर से घंटाघर से एफआरआई मेन गेट तक विशेष साइकिल राइड का आयोजन किया गया। राइड का उद्देश्य फिटनेस, पर्यावरण संरक्षण और सड़क सुरक्षा के प्रति लोगों को जागरूक करना था।

आज सुबह विभिन्न क्षेत्रों से आए साइक्लिस्ट घंटाघर पर एकत्रित हुए और देहरादून को हरित, स्वच्छ एवं प्रदूषणमुक्त बनाने का संकल्प लिया। इसके बाद क्लब अध्यक्ष ने राइड को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। सभी साइक्लिस्ट अनुशासित ढंग से 'वन बिहाइंड वन' फॉर्मेशन में घंटाघर से बिंदाल ब्रिज, यमुना कॉलोनी, किशन नगर और बल्लूपुर चौक होते हुए एफआरआई मेन ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

उत्तराखंड में विस चुनाव 2027 के संभावित मुद्दे (भाग-25)

मूल निवास, भू-कानून और क्षेत्रीय अस्मिता पर सिमट सकता है सियासी विमर्श

'आखिर कौन है असली उत्तराखंडी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 जैसे-जैसे नजदीक आ रहे हैं, प्रदेश की राजनीति में पहचान और अस्मिता का मुद्दा केंद्र में आता दिखाई दे रहा है। पिछले कुछ वर्षों में मूल निवास, सशक्त भू-कानून, स्थानीय युवाओं के लिए रोजगार में प्राथमिकता और पहाड़ की सांस्कृतिक पहचान को बचाने की मांग लगातार मजबूत हुई है। यही कारण है कि राजनीतिक दल अब विकास के साथ-साथ पहचान आधारित मुद्दों पर भी अपनी रणनीति तैयार कर रहे हैं।

उत्तराखंड राज्य आंदोलन की मूल भावना में भी क्षेत्रीय पहचान और स्थानीय संसाधनों पर अधिकार का प्रश्न शामिल था। राज्य गठन के इतने साल बाद भी बड़ी संख्या में लोग मानते हैं कि उनकी अपेक्षाएं पूरी तरह पूरी नहीं हुई हैं। विशेषकर पहाड़ी जिलों में पलायन, भूमि खरीद की बढ़ती प्रवृत्ति और जनसांख्यिकीय बदलाव को लेकर चिंताएं समय-समय पर सामने आती रही हैं। प्रदेश में मूल निवास 1950 की मांग और मजबूत भू-कानून को लेकर कई सामाजिक संगठनों ने आंदोलन किए हैं। इन आंदोलनों ने युवाओं और प्रवासी उत्तराखंडियों के बीच भी व्यापक समर्थन हासिल किया है। यही कारण है कि राजनीतिक दल इन मुद्दों को नजरअंदाज करने की स्थिति में नहीं हैं।

भाजपा सरकार ने समान नागरिक संहिता, भू-कानून में संशोधन और सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण जैसे कदमों को अपनी उपलब्धियों के रूप में प्रस्तुत किया है। वहीं कांग्रेस सरकार को घेरते हुए यह सवाल उठा रही है कि राज्य आंदोलन की मूल भावना के अनुरूप स्थानीय लोगों को कितना लाभ मिला। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि 2027 का चुनाव केवल सड़क, बिजली और पानी तक सीमित नहीं रहेगा। कुमाऊं और गढ़वाल दोनों मंडलों में स्थानीय

●राज्य आंदोलन की मूल भावना को फिर से मिल रही है आवाज
●विकास के साथ अस्मिता भी बनेगी इस बार विस चुनाव में मुद्दा
●पलायन, जमीन व सांस्कृतिक अस्तित्व के मुद्दों पर बढ़ेगा दबाव

पहचान, रोजगार में स्थानीय युवाओं की भागीदारी और प्राकृतिक संसाधनों पर अधिकार जैसे मुद्दे मतदाताओं को प्रभावित कर सकते हैं। हालांकि चुनाव में विकास, महिला मतदाता, अनुसूचित जाति वोट बैंक और सामाजिक समीकरण भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे, लेकिन पहचान का प्रश्न इन सभी मुद्दों को जोड़ने वाला साझा राजनीतिक सूत्र बन सकता है।

भाजपा का दावा है कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में राज्य की सांस्कृतिक और सामाजिक पहचान को मजबूत करने के लिए कई ऐतिहासिक फैसले लिए गए हैं। पार्टी इन उपलब्धियों को चुनावी मुद्दा बनाने की तैयारी में है। वही कांग्रेस का कहना है कि पहचान केवल नारों से नहीं बल्कि स्थानीय युवाओं को रोजगार, पलायन रोकने और संसाधनों पर स्थानीय अधिकार सुनिश्चित करने से मजबूत होगी। पार्टी इन सवालों को लेकर सरकार को घेरने की रणनीति बना रही है।

उत्तराखंड राज्य का गठन पहाड़ के पानी और पहाड़ की जवानी को बचाने के संकल्प के साथ हुआ था। लेकिन आज राज्य की जनता के सामने दो बड़े संकट हैं। स्थानीय लोगों का आरोप है कि बाहरी लोग आकर पहाड़ों में अंधाधुंध जमीनें खरीद रहे हैं, जिससे डेमोग्राफी बदल रही है। लोग हिमाचल प्रदेश की तर्ज पर सख्त भू-कानून की मांग कर रहे हैं, ताकि कृकृषि और आवासीय जमीनों को सुरक्षित रखा जा सके। इसके आंदोलनकारियों की मांग है कि राज्य में नौकरियों और अन्य संसाधनों पर पहला हक उनका हो जिनके पूर्वज 1950 से यहां रह रहे हैं, न कि उनका जो कुछ साल पहले आकर बस गए हैं।

2027 का चुनाव विकास के दावों बनाम क्षेत्रीय अस्मिता के बीच लड़ा जा सकता है और जो भी दल पहाड़ के युवाओं को यह भरोसा दिलाने में कामयाब रहेगा कि वह उनकी जमीन और नौकरी की रक्षा कर सकता है, सत्ता की चाबी उसी के पास जाएगी। 2027 के उत्तराखंड चुनाव केवल इस बात पर तय नहीं होंगे कि कितनी सड़कें बनीं या कितने रोजगार मिले, बल्कि इस बात पर भी तय होंगे कि उत्तराखंड का भविष्य किसके हाथों में सुरक्षित है।

भाजपा के वरिष्ठ नेता तीरथ सिंह रावत के एक बयान ने छेड़ दी नई बहस

देवभूमि पर 'टिप्पणी' से आया 'भूचाल'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पूर्व मुख्यमंत्री और भाजपा के वरिष्ठ नेता तीरथ सिंह रावत के एक बयान ने प्रदेश की राजनीति में नई बहस छेड़ दी है। देवभूमि अब देवभूमि नहीं रही जैसी टिप्पणी ने न केवल राजनीतिक दलों को आमने-सामने ला दिया है, बल्कि शासन-प्रशासन की कार्यशैली और राज्य की बदलती सामाजिक तस्वीर पर भी सवाल खड़े कर दिए हैं। तीरथ सिंह रावत ने इस स्थिति के लिए शासन और प्रशासन को जिम्मेदार ठहराया है।

उत्तराखंड को देशभर में देवभूमि के नाम से जाना जाता है। चारधाम, हरिद्वार,)षिकेश और अनगिनत धार्मिक स्थलों के कारण यह पहचान राज्य की सांस्कृतिक और आध्यात्मिक पूंजी रही है। ऐसे में राज्य के पूर्व मुख्यमंत्री द्वारा ही देवभूमि की अवधारणा पर चिंता जताना साधारण राजनीतिक बयान नहीं माना जा रहा।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि तीरथ सिंह रावत का बयान केवल कानून-व्यवस्था या प्रशासनिक व्यवस्था पर टिप्पणी नहीं है, बल्कि यह राज्य की बदलती सामाजिक परिस्थितियों, बढ़ते अपराध, नैतिक मूल्यों के क्षरण और प्रशासनिक जवाबदेही पर भी एक बड़ा प्रश्नचिह्न है। यही कारण है कि इस बयान की गूंज सत्ता और संगठन दोनों के भीतर सुनाई दे रही है।

विपक्ष ने इस बयान को लपक लिया है। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि यदि भाजपा के पूर्व मुख्यमंत्री स्वयं राज्य की स्थिति पर चिंता जता रहे हैं तो सरकार को आत्ममंथन करना चाहिए। विपक्ष

●पूर्व मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावत की पीड़ा या सरकार पर परोक्ष प्रहार, बयान के कई राजनीतिक मायने
●सत्ता पक्ष के एक वरिष्ठ नेता राज्य की पहचान पर सवाल उठाए तो स्वाभाविक है राजनीतिक गलियारों में हलचल

इसे सरकार की विफलताओं की स्वीकारोक्ति के रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास कर रहा है। दूसरी ओर भाजपा के भीतर भी इस बयान को लेकर अलग-अलग व्याख्याएं सामने आ रही हैं। कुछ नेता इसे राज्य के प्रति एक वरिष्ठ नेता की चिंता बता रहे हैं, जबकि राजनीतिक पर्यवेक्षक इसे सरकार और प्रशासन को चेतावनी के रूप में भी देख रहे हैं।

यह पहला अवसर नहीं है जब तीरथ सिंह रावत का कोई बयान व्यापक राजनीतिक चर्चा का कारण बना हो। मुख्यमंत्री रहते हुए भी उनके कई वक्तव्य राष्ट्रीय स्तर पर बहस का विषय बने थे। 2027 विधानसभा चुनाव की तैयारियों के बीच आया यह बयान भाजपा के लिए असहज स्थिति पैदा कर सकता है। पार्टी जहां विकास, निवेश और धार्मिक पर्यटन को अपनी उपलब्धियों के रूप में पेश कर रही है, वहीं पूर्व मुख्यमंत्री का बयान विपक्ष को नया राजनीतिक हथियार दे सकता है।

कांग्रेस अब इस मुद्दे को कानून-व्यवस्था, भ्रष्टाचार और प्रशासनिक जवाबदेही से जोड़कर सरकार को घेरने की रणनीति बना सकती है। पार्टी नेताओं का मानना है कि जब सवाल सत्ता पक्ष के वरिष्ठ नेता की ओर से उठे हैं तो उनकी राजनीतिक गंभीरता और बढ़ जाती है। क्या तीरथ सिंह रावत का यह बयान केवल एक भावनात्मक प्रतिक्रिया है या फिर उत्तराखंड की वर्तमान स्थिति को लेकर भाजपा के भीतर मौजूद बेचैनी का संकेत? इसका जवाब आने वाले दिनों की राजनीति तय करेगी।

देवभूमि की पहचान केवल मंदिरों और तीर्थों से नहीं, बल्कि समाज की आस्था, संस्कृति और व्यवस्था से भी बनती है। पूर्व सीएम तीरथ सिंह रावत के बयान ने इसी पहचान को लेकर एक नई बहस छेड़ दी है। अब देखना यह होगा कि यह बहस राजनीतिक बयानबाजी तक सीमित रहती है या सरकार को आत्ममंथन के लिए मजबूर करती है।

आपदा की स्थिति के लिए ड्राई राशन के पैकेट रखें तैयार

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। आयुक्त गढ़वाल मंडल आनंद स्वरूप ने केदारनाथ धाम की यात्रा व्यवस्थाओं व आगामी मानसून सीजन की तैयारियों को लेकर जिला सभागार में समीक्षा बैठक की। उन्होंने निर्देश दिए कि यात्रा को लेकर अधिकारी कर्मचारी जिम्मेदारी से कार्य करें जिससे यात्री सुखद संदेश देवभूमि से लेकर जाए। उन्होंने आपदा की स्थिति में राहत व बचाव कार्यों के लिए आवश्यक राशन सामग्री, ड्राई राशन के पैकेट तैयार करने के निर्देश दिए। बैठक में गढ़वाल आयुक्त ने बैठक में यात्रा मार्ग पर स्थापित शौचालयों, पेयजल, विद्युत, सोलर लाइट, स्ट्रीट लाइट, शटल सेवा व मूलभूत सुविधाओं की समीक्षा की। उन्होंने शौचालयों में स्वच्छता, पर्याप्त सफाई कार्मिकों की तैनाती, सफाई सामग्री व पानी की उपलब्धता के निर्देश दिए। उन्होंने सेक्टर मजिस्ट्रेटों के माध्यम से नियमित निरीक्षण कराने को कहा। उन्होंने मध्यमहेश्वर व दूरस्थ संवेदनशील क्षेत्रों में साइनेज, चेतावनी बोर्ड व आवश्यक बैरिकेडिंग लगाने, सोनप्रयाग व अन्य यात्रा प्रवेश स्थानों पर भीड़ प्रबंधन को प्रभावी बनाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि भ्रामक सूचनाओं व अफवाहों की रोकथाम करनी जरूरी है। बैठक में डीएम विशाल मिश्रा बताया कि यात्रा शुरू होने के बाद अब तक 1० लाख से अधिक श्रद्धालु बाबा केदार दर्शन कर चुके हैं। बैठक में सीडीओ राजेंद्र सिंह रावत, एडीएम श्याम सिंह राणा, एसडीएम सोहन सिंह सैनी, सीएमओ डॉ. राम प्रकाश, मुख्य पशु चिकित्साधिकारी डॉ. आशीष रावत, ईई एनएच ओंकार पांडे, जिला पूर्ति अधिकारी केएस. कोहली, जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी नंदन सिंह रजवार आदि उपस्थित रहे।

क्षतिग्रस्त सुरक्षा दीवार से 6० परिवारों की आवाजाही पर खतरा

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। ग्रामसभा परकंडी के ककोला गांव में एक वर्ष बाद भी आपदा के निशान जस के तस हैं। यहां क्षतिग्रस्त हो चुकी सुरक्षा दीवार के कारण 6० परिवारों के मुख्य संपर्क मार्ग पर खतरा बना है। इसके अलावा इस दीवार के टूटने से गांव के बुजुर्ग दंपती विनोद सिंह बिष्ट और उनकी पत्नी की मुश्किलें भी बढ़ गई हैं। सब्जी उत्पादन कर आजीविका चलाने वाले विनोद सिंह बिष्ट ने बताया कि पिछले वर्ष आई आपदा में उनकी फसलें और कीवी के पेड़ नष्ट हो गए थे जिससे उन्हें आर्थिक नुकसान हुआ। अब घर के पास की सुरक्षा दीवार टूटने से हर वक्त खतरा बना रहता है। उन्होंने कहा कि इस समस्या के संबंध में पिछले वर्ष जिलाधिकारी को अवगत कराया गया था। इसके बाद एसडीएम और कृषि विभाग को जांच के निर्देश भी दिए गए लेकिन आज तक कोई समाधान नहीं निकला। स्थानीय विकास बिष्ट ने बताया कि कई बार मुख्यमंत्री/जिलाधिकारी के जनता दरबार में मामला उठाने के बावजूद कार्य शुरू नहीं हो सका है। ग्राम प्रधान सुनीता देवी ने बताया कि इस सुरक्षा दीवार का निर्माण कार्य वीबीजी रामजी योजना के तहत स्वीकृत है। उन्होंने संबंधित विभागों से जल्द से जल्द यहां सुरक्षा कार्य कराने की मांग की।

यात्री वाहन से निकाला अवैध हूटर

चमोली(आरएनएस)। बदरीनाथ हाईवे पर चमोली कोतवाली पुलिस ने चेकिंग के दौरान एक वाहन को रोका जिस पर हूटर व माइक लगा हुआ था जबकि उसके पास इस संबंध में कोई वैध दस्तावेज नहीं थे। पुलिस ने चालक सुनील कुमार निवासी शक्तिनगर फतेहाबाद हरियाणा व उसके चार अन्य साथियों के खिलाफ चालानी कार्रवाई करते हुए हूटर को उतार दिया। उन्हें सख्त चेतावनी दी गई कि वाहनों में किसी भी अवैध या प्रतिबंधित उपकरणों का प्रयोग न करें।

प्रकृति संपदा के प्रति किया जागरूक

चमोली(आरएनएस)। उत्तराखंड पर्यटन विकास समिति और टूरिस्ट एंड हॉस्पिटैलिटी स्किल काउंसिल ने लोहाजंग में 15 दिवसीय नेचुरलिस्ट प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया था। इस कार्यक्रम में 4० स्थानीय युवाओं ने प्रतिभाग किया जिन्हें कार्यक्रम के समापन पर प्रमाणपत्र दिए गए।कार्यशाला में युवाओं को जैव विविधता, वन्यजीव संरक्षण, पक्षी पहचान, स्थानीय वनस्पतियों, पर्यटन प्रबंधन, प्राथमिक उपचार और सुरक्षा प्रबंधन का प्रशिक्षण दिया गया। उत्तराखंड पर्यटन विकास परिषद की अपर निदेशक पूनम चंद ने कहा कि इस कार्यक्रम का उद्देश्य युवाओं को प्रकृति संपदा के प्रति जागरूक करना था। मुख्य प्रशिक्षक प्रदीप तोपाल ने प्रकृति संरक्षण, आजीविका और पर्यटन विकास में युवाओं की भूमिका को महत्वपूर्ण बताया। इस मौके पर अध्यक्ष भुवन सिंह बिष्ट, प्रधानाचार्य खड़क सिंह, पंकज शर्मा और हीरा दानू उपस्थित थे। कार्यशाला के अंत में पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया गया।

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

कोदे की रोटी: कभी मोटा अनाज कहकर थाली से बाहर किया, आज वही बनी महंगा सुपरफूड

स्वाद में 'देसी' और डिमांड में 'विदेशी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पहाड़ों में सदियों से लोगों के जीवन और संस्कृति का हिस्सा रही कोदे की रोटी आज फिर चर्चा में है। कभी ग्रामीण परिवारों के दैनिक भोजन का प्रमुख हिस्सा रही यह पारंपरिक रोटी अब सुपरफूड के रूप में देश-दुनिया में पहचान बना रही है। बदलती जीवनशैली और स्वास्थ्य के प्रति बढ़ती जागरूकता के बीच कोदा, जिसे मडुआ या रागी भी कहा जाता है, एक बार फिर लोगों की थाली में लौट रहा है।

पर्वतीय क्षेत्रों की कठिन भौगोलिक परिस्थितियों में कोदे की खेती किसानों के लिए हमेशा सहारा रही है। कम पानी, कम संसाधनों और प्रतिकूल मौसम में भी यह फसल आसानी से तैयार हो जाती है। यही कारण है कि उत्तराखंड के गांवों में लंबे समय तक कोदा मुख्य खाद्यान्न के रूप में उपयोग किया जाता रहा। पारंपरिक रूप से कोदे के आटे से बनी रोटी को घी, भांग की चटनी, गहत की दाल या पहाड़ी सब्जियों के साथ खाया जाता है। इसका स्वाद जितना सादा होता है, पोषण उतना ही अधिक। विशेषज्ञों के अनुसार रागी में कैल्शियम, आयरन, प्रोटीन और फाइबर प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। मधुमेह और मोटापे जैसी समस्याओं से जूझ रहे लोगों के लिए भी इसे लाभकारी माना जाता है।

समय के साथ जब बाजार में गेहूं और चावल की उपलब्धता बढ़ी तो कोदे की खेती और इसके सेवन में कमी आने लगी। कई परिवारों ने इसे पिछड़ेपन और गरीबी से जोड़कर देखना शुरू कर दिया। लेकिन अब स्वास्थ्य विशेषज्ञों और पोषण वैज्ञानिकों की सलाह के बाद इसकी लोकप्रियता तेजी से बढ़ रही है। राज्य सरकार और विभिन्न स्वयंसेवी संस्थाएं भी मोटे अनाजों को बढ़ावा देने के लिए अभियान चला रही हैं। स्थानीय उत्पादों को बाजार उपलब्ध कराने के प्रयासों से किसानों को बेहतर मूल्य मिलने लगा है। देहरादून, ऋषिकेश और अन्य शहरों के कई रेस्तरां और होटल भी अपने मेन्यू में कोदे की रोटी को शामिल कर रहे हैं।

●कभी मजबूरी का भोजन मानी जाती थी मडुआ की रोटी, आज स्वास्थ्यवर्धक आहार के रूप में बढ़ी मांग
●कैल्शियम, आयरन और पफाइबर से भरपूर कोदा बना आधुनिक जीवनशैली का पसंदीदा अनाज
●उत्तराखंड की पारंपरिक खाद्य संस्कृति को नई पहचान दिला रही है कोदे की रोटी
●आज इंटरनेट पर ट्रेंड कर रहा पहाड़ का कोदा, फिटनेस फ्रीक्स भी हुए इसके दीवाने
●पिज्जा-बर्गर छोड़ अब मडुए की रोटी के पीछे भाग रही है पूरी दुनिया

ग्रामीण महिलाओं के स्वयं सहायता समूह कोदे से बने बिस्कुट, कुकीज, लड्डू और अन्य उत्पाद तैयार कर स्वरोजगार के नए अवसर भी पैदा कर रहे हैं। इससे न केवल स्थानीय अर्थव्यवस्था को मजबूती मिल रही है, बल्कि पारंपरिक कृषि और खानपान संस्कृति का संरक्षण भी हो रहा है। विशेषज्ञों का मानना है कि जलवायु परिवर्तन के दौर में कोदा जैसे मोटे अनाज भविष्य की खाद्य सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण साबित हो सकते हैं। कम संसाधनों में उत्पादन और उच्च पोषण मूल्य इसे अन्य फसलों से अलग बनाता है।

उत्तराखंड की संस्कृति, परंपरा और स्वास्थ्य का प्रतीक बन चुकी कोदे की रोटी आज नई पीढ़ी को अपनी जड़ों से जोड़ने का माध्यम भी बन रही है। कभी पहाड़ की साधारण थाली में परोसी जाने वाली यह रोटी अब वैश्विक स्तर पर स्वास्थ्यवर्धक भोजन के रूप में पहचान बना रही है।

मानसूनकाल में किसी भी प्रकार की लापरवाही स्वीकार नहीं: जिलाधिकारी

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। आगामी मानसून सीजन को देखते हुए जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग विशाल मिश्रा ने जिला कार्यालय स्थित एन.आई.सी सभागार में विभिन्न विभागीय अधिकारियों के साथ आपदा प्रबंधन एवं मानसून तैयारियों की समीक्षा बैठक की। बैठक में संभावित भूस्खलन, अतिवृष्टि, सड़क अवरोध, नदी-नालों के जलस्तर में वृद्धि तथा चारधाम यात्रा के दौरान यात्रियों की सुरक्षा संबंधी तैयारियों की समीक्षा की गई।

जिलाधिकारी ने सभी विभागों को पूर्ण सतर्कता के साथ कार्य करने तथा आपदा की स्थिति में त्वरित राहत एवं बचाव कार्य सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

उन्होंने लोक निर्माण विभाग तथा एन.एच को संवेदनशील स्थलों पर आवश्यक मशीनरी एवं मानव संसाधन की उपलब्धता, विद्युत एवं पेयजल विभाग को किसी भी आपात स्थिति होने पर वैकल्पिक व्यवस्थाएं तैयार रखने तथा स्वास्थ्य विभाग को पर्याप्त दवाइयों एवं चिकित्सा टीमों की उपलब्धता सुनिश्चित रखने के निर्देश दिए। साथ ही राजस्व, पुलिस, पूर्ति एवं अन्य संबंधित विभागों को आपसी समन्वय के साथ कार्य करते हुए किसी भी आपदा की स्थिति में तत्काल कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिये।

जिलाधिकारी ने स्पष्ट किया कि मानसून अवधि में किसी भी प्रकार की लापरवाही स्वीकार नहीं की जाएगी तथा सभी अधिकारी 24 घंटे सतर्क रहकर अपने दायित्वों का निर्वहन करें। बैठक में पुलिस अधीक्षक रुद्रप्रयाग नीहारिका तोमर, अपर जिलाधिकारी श्याम सिंह राणा, मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ. राम प्रकाश, अधिशासी अभियंता डीडीएमए राजविंद सिंह, अधिशासी अभियंता राष्ट्रीय राजमार्ग ओंकार पांडे, जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी नंदन सिंह रजवार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

नाश्ते के लिए आलू एक बेहतर विकल्प है

नाश्ते में हमें कुछ ऐसा चाहिए होता है, जो पचाने में आसान हो और देर तक हमारे शरीर को ऊर्जा देता रहे। आलू इस चुनाव में एकदम पर्फेक्ट है। यह पोषक तत्वों का खजाना होता है। दिक्कत यह है कि अधिकतर लोगों को आलू खाने का सही तरीका नहीं पता है और वे अपनी अज्ञानता के चलते आलू को सेहत के लिए हानिकारक बताकर, उसे यूं ही बदनाम करते रहते हैं! मजाक की बातें हो गईं, अब आलू की खूबियों पर फोकस करते हैं...

आलू में मौजूद पोषक तत्व

-पोषण के मामले में आलू बहुत समृद्ध है। यही वजह है कि आलू को सब्जियों का राजा माना जाता है, ज्यादातर सब्जियां आलू के बिना अधूरी-सी लगती हैं। आलू में स्टार्च प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

-आलू प्रोटीन, आयरन, कार्बोहाइड्रेट, विटमिन-ए, विटमिन-बी और विटमिन-सी से युक्त होता है। जब आलू को क्रीम और वसा युक्त खाद्य पदार्थों के साथ मिलाकर तैयार किया जाता है, तब इसमें फैट बढ़ाने की क्षमता कई गुना बढ़ जाती है।

अपने पतले होने से परेशान हैं!

-एक तरफ दुनिया के ज्यादातर लोग अपना बढ़ता मोटापा कम करने में लगे हैं तो वहीं ऐसे लोग भी बहुत बड़ी संख्या में हैं, जो अपने पतलेपन से परेशान हैं। ये लोग अपने शरीर पर फैट बढ़ाने के लिए हर संभव कोशिश करते हैं लेकिन कोई लाभ नहीं होता है।

-अगर आप भी ऐसे लोगों में शामिल हैं तो आप अपने नाश्ते में नियमित रूप से आलू का सेवन कर सकते हैं। हर दिन आलू की अलग-अलग रेसिपी ट्राई करें, इससे आपको शरीर के लिए जरूरी पोषक तत्वों के साथ ही वसा बढ़ाने में भी सहायता मिलेगी।

पाचन में सहायक

-उबले हुए आलू को पचाना बहुत आसान होता है। जिन लोगों को पाचन संबंधी समस्या हो यानी जिन्हें भोजन पचाने में दिक्कत होती हो, वे आलू का सेवन कर सकते हैं। ध्यान रखें कि लूज मोशन या पेट दर्द की स्थिति में आलू का सेवन नहीं करना चाहिए।

त्वचा के लिए लाभकारी

-अपने पोषक तत्वों के कारण आलू आपकी त्वचा और बालों को खूबसूरत बनाने का काम करता है। जिन्हें त्वचा पर दाग-धब्बों की समस्या हो, वे अपनी त्वचा पर भी आलू लगा सकते हैं। साथ ही अपनी डायट में आलू की मात्रा बढ़ा सकते हैं।

इन्हें आलू से बचना चाहिए

-जो लोग बहुत अधिक मोटे हैं, या जिन्हें अपने बढ़ते हुए फैट से समस्या हो रही है, उन्हें आलू का सेवन बहुत ही सीमित मात्रा में करना चाहिए। इसके साथ ही जिन्हें एसिडिटी की समस्या रहती हो, उन्हें भी आलू नहीं खाना चाहिए। यदि आलू खाना ही हो तो दही के साथ खाएं या दिन में अधिक से अधिक तरल पदार्थों का भी सेवन करें।

ग्रीन-टी पीने का सही समय और तरीका

सिर्फ अपने देश ही नहीं अगर दुनिया के रूटीन पर नजर डालें तो ज्यादातर लोग अपने दिन की शुरुआत किसी ना किसी गर्म पेय के साथ करते हैं। इनमें भी चाय का नंबर सबसे पहला है। फिर यह चाय अलग-अलग फ्लेवर और कलर में हो सकती है। बदलते वक्त में ग्रीन-टी ज्यादातर लोगों की पसंदीदा मॉर्निंग-टी है। यहां जानें, ग्रीन-टी पीने का सही समय और तरीका...

मार्केट में उपलब्ध ग्रीन-टी के प्रकार

-बाजार में मिलनेवाली ग्रीन-टी कई अलग-अलग पैकिंग्स और फॉर्म्स में मिलती है। आप इन्हें अपनी सुविधा और पसंद के हिसाब से खरीदते हैं। लेकिन इस बारे में कम ही लोग जानते हैं कि ग्रीन-टी की सिर्फ पैकेजिंग अलग-अलग तरह से नहीं होती है। बल्कि ग्रीन-टी भी एक से अधिक प्रकार की होती है।

-पूरी दुनिया में जिस ग्रीन-टी का सबसे अधिक उपयोग किया जाता है, उसका टेक्निकल नाम सेन्चा है। इसे तैयार करते समय वही सामान्य प्रक्रिया अपनाई जाती है, जो अपने देश में आसाम और दार्जिलिंग में चाय तैयार करने के लिए अपनाते हैं।

-चाय की पत्तियों को सुखाने के लिए धूप और भाप का उपयोग किया जाता है। जरूरी प्रक्रियाओं के बाद 5 अलग-अलग तरह की पैकेजिंग के साथ इसे मार्केट में उपलब्ध कराया जाता है। इनमें, स्वीटनर ग्रीन-टी, टी-बैग, ग्रीन लीफ, ग्रीन-टी पाउडर और ग्रीन-टी सप्लिमेंट्स के रूप में उपलब्ध कराया जाता है।

ग्रीन-टी पीने का सही समय

-अगर आपको लगता है कि दिन की शुरुआत ग्रीन-टी के साथ करना लाभकारी होता है तो आप पूरी तरह सही नहीं हैं। आयुर्वेद के अनुसार, ग्रीन-टी आपके लिए सुबह की पहली ड्रिंक या नाश्ते का हिस्सा नहीं होनी चाहिए।

-बल्कि नाश्ता करने के एक घंटे बाद या लंच के कम से कम 1 घंटे बाद आप ग्रीन-टी का सेवन करें। यह आपके शरीर में जमा हुए फैट को तोड़ने का काम करेगी। साथ ही पाचनतंत्र को गति देने का काम भी करेगी।

-अन्य चाय की तरह ग्रीन-टी में भी कैफीन होता है, जो आपके शरीर को ऐक्टिव रखने में सहायता करता है। जब भी एक्सर्साइज करनी हो या वॉक पर जाना हो, उससे आधा घंटा पहले ग्रीन-टी का सेवन करने से आपको अधिक लाभ होगा।

नौकासन पोज़ से पिघल जाएगी पेट की जिद्दी चर्बी!

क्या आप भी पेट की लटकती मोटी चर्बी से परेशान है? क्या जिम जाने से भी आपको कोई फायदा नहीं मिल रहा है? अगर हां तो आपको एक योग मुद्रा जिसका नाम है नौकासन ट्राई करना चाहिए। यह सरल तरीके से पेट की चर्बी कम करने में मदद करता है। इसके अलावा इससे मांसपेशियों को मजबूती मिलती है। फिजिकल हेल्थ में भी सुधार होता है। आइए जानते हैं नौकासन के बारे में सब कुछ विस्तार से।

पेट की चर्बी कम करती है नौकासन

नौकासन 2 संस्कृत शब्दों से मिलकर बना है नौका का मतलब होता है नाव और आसन का मतलब है सीट। इस योग आसन के अभ्यास में आपका शरीर नाव की मुद्रा में हो जाता हैनौकासन करने से पेट की चर्बी कुछ ही दिनों में कम हो सकती है। दरअसल जब आप यह अभ्यास करते हैं तो इस दौरान पेट के मसल्स में खिंचाव आता है। इससे मसल्स संकुचित हो जाते हैं। यह पेट की चर्बी कम करने में मदद करते हैंइस आसन के करने के दौरान पेट के अंदरूनी मांसपेशियों पर दबाव पड़ता है जिससे उनमें ब्लड सरकुलेशन बढ़ता है इस आसन का अभ्यास एब्स बनाने में भी बहुत मददगार है। इससे पेट की साइड की चर्बी भी कम होती हैहर रोज 2० मिनट इस आसन को करने से आपको कुछ ही दिन में रिजल्ट मिल सकता है। हालांकि आपको अपने आहार पर भी ध्यान देने की जरूरत है।आपको फाइबर युक्त, कम कैलरी वाला आहार अपने डाइट में शामिल करना चाहिए।

नौकासन करने के ये भी फायदे होते हैं

नौकासन करने से पीठ और पेट की मांसपेशियां मजबूत होती है। पैर और बाहों की मांसपेशियों को भी मजबूती मिलती है। यह आपकी बॉडी को टोन करने में मदद करता है। इससे शरीर के निचले हिस्से को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इस आसन से पाचन में भी सुधार हो सकता है। नौकासन लीवर और पेनक्रियाज को मजबूत बनाने में मददगार है।

कैसे करें नौकासन आसन ?

पीठ के बल लेट जाएं। पैरों को एक साथ रखें। हाथों को शरीर के बगल में लगा कर रखें। गहरी सांस लें, जैसे ही सांस छोड़ें छाती और पैरों को जमीन से ऊपर उठाएं। बाहों को पैर के नीचे की ओर रखें अब धीरे-धीरे बाहों को ऊपर लाएं। इससे पेट की मांसपेशियों के सिकुड़ने से नाभी क्षेत्र में तनाव महसूस होगा। इस मुद्रा में रहते हुए आराम से गहरी सांस लेते रहें।(आरएनएस)

बच्चों के लिए झटपट सूजी से बनाएं बेबी फूड

अगर आप अपने शिशु के लिए बेबी फूड का हेल्दी विकल्प ढूंढ रही हैं तो सूजी को चुनना आपके लिए सही रहेगा। इससे इम्यूनिटी बढ़ती बढती है और पाचन तंत्र के लिए भी इसे पचाना आसान होता है। आइए जानते हैं कि बच्चों को सूजी कब, कैसे और क्यों खिलानी चाहिए।

सूजी में आयरन और पोटैशियम होता है जो शरीर में हीमोग्लोबिन के स्तर में सुधार लाती है और दिल को भी मजबूत रखती है। इसमें प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन बी और विटामिन ई होता है।

शिशु का पाचन तंत्र सूजी को आसानी से पचा लेता है जिससे बच्चों में कब्ज की परेशानी नहीं होती है।

शिशु के 7 महीने के होने के बाद आप धीरे धीरे बच्चे के आहार में सूजी को शामिल कर सकते हैं। शिशु को कोई भी नई चीज खिलाने के बाद 3 दिन तक इंतजार करना चाहिए कि कहीं उसे इससे कोई एलर्जी तो नहीं हो रही।

यदि बच्चे को ग्लूटेन से एलर्जी है तो उसे सूजी न खिलाएं। सूजी को शिशु की डायट में शामिल करने का सबसे आसान तरीका है सूजी का दलिया और उपमा।

विधि : एक पैन लें और उसमें थोड़ा घी डालकर गर्म करें। इसके बाद इसमें जीरा डालें और फिर सरसों के बीज डालें। इसे हल्का भूरा होने दें और उसके बाद सूजी की मात्रा अनुसार पानी डालें और उसे उबाल लें। उबलने पर धीरे धीरे सूजी डालें और लगातार मिश्रण को चलाते रहें। इस बात का ध्यान रखें कि इसमें कोई गुठली न पड़े। अब हल्दी, हींग और नमक डालकर बर्तन को ढक दें। मध्यम आंच पर पांच मिनट तक इसे पकने दें। पैन को गैस से उतार कर सूजी का उपमा थोड़ा ठंडा दें, फिर बच्चे को खिलाएं।

अगर आपके बच्चे को मीठा खाना बहुत पसंद है तो उसे सूजी का दलिया बनाकर खिलाएं। इसमें स्वाद और सेहत दोनों का गुण होता है।

शब्द सामर्थ्य -054

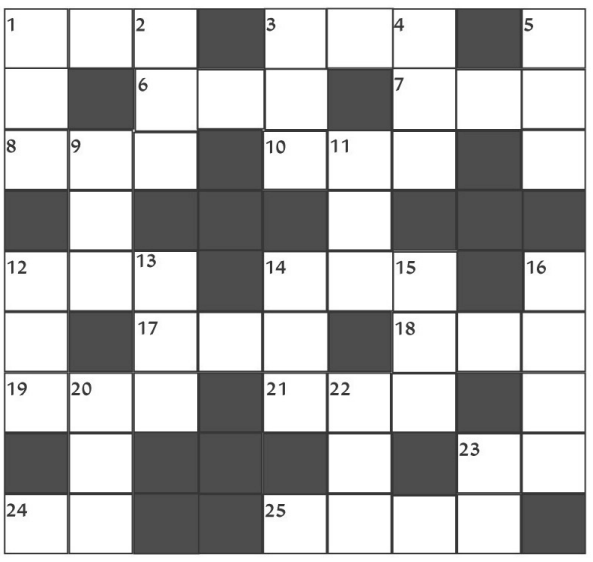
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. आय व्यय का लेखा-जोखा, गणित, एकाउंट 3. विनती, अदब 6. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 7. मूल्यवान, बहुमूल्य 8. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 10. बराबर, सम 12. मुख, चेहरा 14. अनुकृति, अनुकरण, असल का विलोम 17. दिमाग, मस्तिष्क 18. मनोहर, सुंदर, इच्छित, प्यारा 19. गर्मी, ताप 21. रसिया, प्रेमी, रसपान करने वाला 23. दबाव, भार 24. भीख 25. काम से जी चुराने वाला, आलसी।

ऊपर से नीचे

1. साहस, वीरता, बहादुरी 2. बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय क्रीडा, सुखोपभोग, हावभाव 4. विश्वास, प्रतीति 5. इंतजार 9. खाने-पीने का सामान, रसद 11. नशीला, मदभरा 12. घायल, जख्मी 13. झुकना, प्रणाम, नमस्कार 14. दृष्टि, निगाह 15. तीव्रइच्छा 16. अर्थ, अभिप्राय, स्वार्थ 20. इम्तिहान, योग्यता आदि को परखना 22. जुल्म, अन्याय 23. पत्नी, बीवी, एक प्रत्यय।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 53 का हल

दा	ढ़ी		की		खा	सो	आ	म
वा		त	म	न्ना			जा	
न	जा	क	त		बा	अ	द	ब
ल		ली		वि	ला	प		हा
	अ	फ	सा	ना		मा	हि	र
दा	ब			श	गु	न		
न		उ	प	का	र		शि	
व		त्स		र		त	क	ला
	सा	व	न		गु	रु	वा	र

एसी कंबल खरीदने से पहले इन 5 बातों का रखें ध्यान, होगा सही चयन

गर्मी का मौसम अपने साथ कई तरह की चुनौतियां लेकर आता है, जिनमें से एक है रात के समय ठंडक का अहसास, खासतौर से एसी के इस्तेमाल से शरीर में ठंडक आ जाती है, लेकिन जब इसे बंद कर दिया जाता है तो ठंड लगने का डर रहता है। इस स्थिति से बचने के लिए एसी कंबल का इस्तेमाल किया जाता है। आइए आज हम आपको एसी कंबल खरीदने से पहले ध्यान रखने योग्य बातें बताते हैं।

सही कपड़ा चुनें

एसी कंबल खरीदते समय उसके कपड़े पर ध्यान देना जरूरी है क्योंकि इसका कपड़ा ही तय करता है कि यह आपको कितनी गर्माहट देगा। सबसे अच्छा होगा कि आप सूती या फिर ऊनी कपड़े वाले एसी कंबल को प्राथमिकता दें क्योंकि ये गर्माहट देने के साथ-साथ आरामदायक भी होते हैं। इसके अलावा आप चाहें तो नरम कपड़े का भी चयन कर सकते हैं। यह कपड़ा ठंडे मौसम में गर्माहट देने में मदद कर सकता है।

मोटाई का रखें ध्यान

एसी कंबल की मोटाई भी बहुत मायने रखती है। अगर आप गर्मियों के लिए एसी कंबल खरीद रहे हैं तो उसकी मोटाई कम होनी चाहिए ताकि यह आपको आरामदायक लगे। दूसरी ओर सर्दियों के लिए मोटे एसी कंबल को चुनें ताकि आपको गर्माहट भी मिले। साथ ही यह भी ध्यान रखें कि मोटे एसी कंबल की कीमत ज्यादा होती है, इसलिए अपने बजट के अनुसार ही मोटाई वाले एसी कंबल को खरीदें।

आकार पर दें ध्यान

एसी कंबल खरीदते समय उसके आकार पर भी ध्यान दें। बाजार में कई तरह के आकार के एसी कंबल उपलब्ध होते हैं, इसलिए अपने बिस्तर के आकार के अनुसार ही एसी कंबल का चयन करें। अगर आपका बिस्तर बड़ा है तो बड़े आकार वाला एसी कंबल लें ताकि वह पूरी तरह से आपकी जरूरतों को पूरा कर सके। इसके अलावा आप अपने आकार के अनुसार एसी कंबल खरीद सकते हैं।

रंग और डिजाइन पर गौर करें

एसी कंबल खरीदते समय उसके रंग और डिजाइन पर भी ध्यान देना चाहिए। अगर आप अपने कमरे की सजावट को ध्यान में रखते हुए एसी कंबल खरीदेंगे तो वह आपके कमरे की सुंदरता को और भी बढ़ा देगा। इसके लिए आप अपने कमरे की थीम के अनुसार रंग और डिजाइन का चयन करें। उदाहरण के लिए अगर आपके कमरे में हल्के रंग का फर्नीचर है तो हल्के रंग वाला एसी कंबल अच्छा रहेगा।

कीमत पर दें ध्यान

एसी कंबल की कीमत भी अहम होती है, इसलिए खरीदारी करने से पहले अपने बजट को ध्यान में रखें। आजकल बाजार में सस्ते और महंगे दोनों तरह के एसी कंबल मिलते हैं, इसलिए अपने बजट के अनुसार ही किसी विकल्प को चुनें। अगर आपका बजट सीमित है तो आप ऑनलाइन शॉपिंग का सहारा ले सकते हैं जहां आपको अच्छे दामों पर एसी कंबल मिल जाएंगे।

बच्चों की याददाश्त को सुधारने में मदद कर सकते हैं ये खाद्य पदार्थ

बच्चों की याददाश्त को सुधारने के लिए सही खान-पान बहुत जरूरी है। इसके लिए कुछ ऐसे खाद्य पदार्थ हैं, जो खासतौर से दिमाग के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं। इन खाद्य पदार्थों में ओमेगा-3 फैटी एसिड से भरपूर ताजे फल और सब्जियों का रस, हरी सब्जियां, अखरोट और दही शामिल हैं। इनका सेवन बच्चों की मानसिक क्षमता को बढ़ाने और उन्हें स्वस्थ रखने में मदद कर सकता है। आइए इन खाद्य पदार्थों के बारे में विस्तार से जानते हैं।

ताजे फलों और सब्जियों का रस- फल और सब्जियों के ताजे रस पीने से बच्चों का दिमाग तंदुरुस्त रहता है। इनमें विटामिन्स और एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, जो दिमाग की कोशिकाओं की सुरक्षा करते हैं और उनकी कार्यक्षमता को बढ़ाते हैं। संतरा, सेब और गाजर जैसे रस बच्चों की याददाश्त को मजबूत बनाने में मदद करते हैं। इन रस का नियमित सेवन करने से बच्चे अधिक ताजगी महसूस करते हैं और उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है।

हरी सब्जियां- हरी सब्जियां जैसे पालक, ब्रोकली और मेथी विटामिन्स, मिनरल्स और फाइबर से भरपूर होती हैं, जो बच्चों की याददाश्त को सुधारने में मदद करते हैं। इनमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स दिमाग की कोशिकाओं की सुरक्षा करते हैं और उनकी कार्यक्षमता को बढ़ाते हैं। हरी सब्जियों का नियमित सेवन करने से बच्चे अधिक ताजगी महसूस करते हैं और उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है। इन सब्जियों को सलाद या सब्जी के रूप में खाने से बच्चों का दिमाग स्वस्थ रहता है।

अखरोट- अखरोट में ओमेगा-3 फैटी एसिड होता है, जो दिमाग के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इसका नियमित सेवन करने से बच्चों की सोचने की क्षमता बढ़ती है और उनकी याददाश्त मजबूत होती है। अखरोट में एंटीऑक्सीडेंट्स भी होते हैं, जो दिमाग की कोशिकाओं की सुरक्षा करते हैं। इसे स्नैक्स के रूप में खाने या सलाद में मिलाकर देने से बच्चे इसे पसंद करते हैं और इसका फायदा भी उठा सकते हैं।

दही- दही में ऐसे तत्व होते हैं जो पाचन तंत्र को स्वस्थ रखते हुए दिमागी ताजगी प्रदान करते हैं। इसमें मौजूद कैल्शियम और विटामिन्स भी दिमाग की कार्यक्षमता को बेहतर बनाते हैं। दही में कुछ खास बैक्टीरिया होते हैं, जो मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में मदद करते हैं। इसे सुबह-सुबह नाश्ते में शामिल करने से बच्चे पूरे दिन ताजगी महसूस करते हैं और उनकी मानसिक क्षमता भी बढ़ती है।

एक्टर होना हर बार नई दुनिया में कदम रखने जैसा है, सोनाक्षी सिन्हा ने बताई अभिनय की खूबसूरती

बॉलीवुड अभिनेत्री सोनाक्षी सिन्हा की हाल ही में रिलीज हुई ओटीटी फिल्म सिस्टम को दर्शकों से अच्छा रिस्पॉन्स मिल रहा है। इसी बीच, फिल्म के प्रमोशन के दौरान उन्होंने अभिनय और अपने किरदार को लेकर कई दिलचस्प बातें साझा कीं। उन्होंने बताया कि एक अभिनेता का काम बाहर से देखने में जितना आसान लगता है, असल में उतना ही मुश्किल होता है। से बात करते हुए सोनाक्षी सिन्हा ने कहा, जब कोई एक्टर किसी नए किरदार को निभाता है, तो वह उसकी पूरी दुनिया में कदम रखता है। हर फिल्म और हर रोल एक अलग जिंदगी की तरह होता है, जिसमें नियम, रिश्ते और परिस्थितियां बिल्कुल नई होती हैं। मुझे अभिनय हमेशा रोमांचक लगता है, क्योंकि हर बार कुछ नया सीखने और महसूस करने का मौका मिलता है। सोनाक्षी ने कहा कि किसी भी प्रोफेशन को बाहर से देखकर पूरी तरह समझना मुश्किल होता है। जैसे वकील या डॉक्टर की दुनिया को समझना आसान नहीं होता, वैसे ही फिल्म इंडस्ट्री के अंदर क्या होता है, यह सिर्फ वही लोग जानते हैं जो खुद उस प्रक्रिया का हिस्सा रहे हों। लोग अक्सर सोचते हैं कि फिल्में सिर्फ ग्लैमर और कैमरे तक सीमित होती हैं, लेकिन असल में एक फिल्म के पीछे बहुत सारे लोग, मेहनत और तैयारी होती है, जो मिलकर एक कहानी को आकार देती है।

फिल्म सिस्टम में सोनाक्षी सिन्हा एक वकील का किरदार निभा रही हैं, जिसका नाम नेहा राजवंश है। उसके पिता रवि राजवंश उन्हें खुद को साबित करने की चुनौती देते हैं और सामने एक शर्त रखते हैं, जिसमें 10 केस जीतने की बात कही जाती है। इस शर्त को पूरा करने के लिए वह हाई-प्रोफाइल केस लड़ती हैं। इस दौरान उसकी मुलाकात अभिनेत्री ज्योतिका के किरदार सारिका रावत से होती है। वह एक स्टेनोग्राफर हैं।

फिल्म सिस्टम को पम्मी बावेजा, हरमन बावेजा और स्मिता बालिगा ने मिलकर प्रोड्यूस किया है। अश्विनी अय्यर तिवारी ने हरमन बावेजा, अरुण सुकुमार और तस्लीम लोखंडवाला के साथ मिलकर इसकी कहानी लिखी है।

सिस्टम अमेजन प्राइम वीडियो पर उपलब्ध है।

विद्या-राशि संग बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाने आ रहे अक्षय कुमार

अक्षय कुमार और विद्या बालन अपनी चौथी फिल्म के साथ सिनेमाघरों में धमाल मचाने वाले हैं. बीते कुछ हफ्तों पहले ही इस जोड़ी ने नए अंदाज में अपनी आगामी प्रोजेक्ट का एलान किया था और फैंस को बताया कि वे नए प्रोजेक्ट के लिए एक साथ आ रहे हैं. इससे पहले वे भूल भुलैया (2007), हे बेबी (2007), और मिशन मंगल (2019) जैसी हिट फिल्मों में एक साथ नजर आ चुके हैं. अब अनीस बज्मी की निर्देशित और दिल राजू द्वारा निर्मित एक नई कॉमेडी-ड्रामा फिल्म के लिए फिर से साथ आने को तैयार हैं.

श्री वेंकटेश्वर क्रिएशन्स ने अपने ऑफिशियल एक्स (पूर्व में ट्विटर) हैंडल पर अपनी इस अनटाइटल्ड फिल्म की रिलीज डेट का एलान किया और यह कहकर दर्शकों की उत्सुकता बढ़ा दी कि और भी अपडेट जल्द ही आएंगे.

श्री वेंकटेश्वर क्रिएशन्स ने अनाउंसमेंट करते हुए कहा कि अनीस बज्मी की निर्देशित अक्षय कुमार और विद्या बालन की आगामी कॉमेडी फिल्म 4 दिसंबर, 2026 को दुनिया भर के सिनेमाघरों में रिलीज होगी.

कुछ दिन पहले, अक्षय कुमार ने इंस्टाग्राम पर अपनी, विद्या बालन और राशि खन्ना के साथ एक तस्वीर शेयर की. इस तस्वीर में तीनों ही मुस्कुराते हुए कैमरे के लिए पोज देते हुए नजर आ रहे थे. इस पोस्ट के जरिए खिलाड़ी कुमार ने फिल्म के बारे में अपडेट देते हुए कहा कि उन्होंने केरल में अपने शूट का शेड्यूल पूरा कर लिया है. कैप्शन में उन्होंने अपनी खुशी जाहिर करते हुए कहा कि किसी खूबसूरत जगह पर बेहतरीन लोगों के साथ काम करने से बेहतर और कुछ नहीं हो सकता.

एक्टर ने अपने इस पोस्ट के कैप्शन में लिखा है, केरल का शेड्यूल पूरा हुआ. किसी खूबसूरत जगह पर अच्छे लोगों के साथ काम करने का मजा ही कुछ और है. हमारे डायरेक्टर अनीस बज्मी को कैमरे के पीछे की सारी मस्ती के लिए, और मेरे जबरदस्त को-स्टार्स विद्या, राशि, छोटे राजपाल और पूरी टीम को ढेर सारा प्यार. यह वाला अनुभव बहुत खास रहा.

अक्षय कुमार पिछली बार भूत बंगला में नजर आए थे.

राहुल गांधी के अल्मोड़ा दौरे को सफल बनाने को लेकर बैठक

रुद्रपुर (आरएनएस)। लोकसभा नेता प्रतिपक्ष एवं सांसद नेता राहुल गांधी के चार जून को प्रस्तावित अल्मोड़ा दौरे को लेकर सोमवार को दिनेशपुर कांग्रेस कार्यालय में कार्यकर्ताओं की बैठक की। इसमें कार्यक्रम को सफल बनाने पर चर्चा की गई। पूर्व विधायक प्रेमानंद महाजन ने कहा कि राहुल गांधी का अल्मोड़ा दौरा प्रदेश की जनता से जुड़े मुद्दों को मजबूती से उठाने और जनभावनाओं को राष्ट्रीय स्तर तक पहुंचाने की दिशा में महत्वपूर्ण साबित होगा।

उन्होंने कार्यकर्ताओं से बड़ी संख्या में अल्मोड़ा पहुंचकर कार्यक्रम को ऐतिहासिक सफलता दिलाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि कांग्रेस की नीतियों और राहुल गांधी के संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के लिए कार्यकर्ताओं की सक्रिय भूमिका जरूरी है। पार्टी संगठन को मजबूत बनाने और जनता की समस्याओं को प्रभावी ढंग से उठाने के लिए भी कार्यकर्ताओं की भागीदारी महत्वपूर्ण है। यहां प्रदेश महामंत्री ममता हालदार, पूर्व जिला पंचायत उपाध्यक्ष त्रिनाथ विश्वास, नगर अध्यक्ष नारायण हालदार, ब्लॉक अध्यक्ष चंदन नयाल, निमाई मंडल, अजय राय, भीम ठुकराल, आशुतोष राय, कृष्ण पद, तारक बाछड़ आदि रहे।

विशेष गहन पुनरीक्षण कार्यक्रम की तैयारियों की समीक्षा, समयबद्ध कार्यवाही के निर्देश

अल्मोड़ा(आरएनएस)। विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) कार्यक्रम के सफल संचालन और तैयारियों की समीक्षा को लेकर सोमवार को कलेक्ट्रेट में अपर जिलाधिकारी युक्ता मिश्र की अध्यक्षता में बैठक आयोजित की गई। बैठक में समस्त उपजिलाधिकारी, निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी (ईआरओ) तथा नामित नोडल अधिकारियों ने प्रतिभाग किया। बैठक में अपर जिलाधिकारी ने एसआईआर कार्यक्रम के तहत किए जा रहे कार्यों की प्रगति की समीक्षा करते हुए सभी प्रशिक्षण कार्यक्रमों को प्रभावी ढंग से संचालित करने के निर्देश दिए।

उन्होंने कहा कि प्रशिक्षण के दौरान संबंधित कार्मिकों को आवश्यक जानकारियां विस्तार से उपलब्ध कराई जाएं, ताकि कार्यों के निष्पादन में किसी प्रकार की समस्या न आए। उन्होंने अधिकारियों को प्रशिक्षण एवं अन्य गतिविधियों के संचालन के लिए आवश्यक सामग्री की मांग समय पर सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। साथ ही एसआईआर कार्यों के सुचारू संचालन के लिए स्थापित किए जाने वाले कंट्रोल रूमों की समयबद्ध स्थापना सुनिश्चित करने को कहा। बैठक में गणना प्रपत्रों की उपलब्धता और उनकी छपाई की स्थिति की भी समीक्षा की गई। अपर जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि सभी आवश्यक प्रपत्र पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध कराए जाएं, जिससे पुनरीक्षण कार्य प्रभावित न हो।

सू- दोकू क्र.054

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

नियम

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

सू-दोकू क्र. 53 का हल

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

सौंग बांध प्रभावितों ने विस्थापन की मांग उठाई

नई टिहरी(आरएनएस)। सौंग बांध प्रभावित एवं विस्थापित विकास समिति रगड़ गांव ने जिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपकर बांध प्रभावित सौंदाणा, घुड़साल एवं रगड़ गांव के पूर्ण रूप से प्रभावित परिवारों का विस्थापन करने और आंशिक प्रभावितों को उचित मुआवजा देने की मांग की। मांगों का जल्द समाधान न होने ग्रामीणों ने आंदोलन की चेतावनी दी।

सौंग बांध प्रभावित एवं विस्थापित विकास समिति के अध्यक्ष रविंद्र पंवार सचिव बलवीर सिंह कंडारी ने डीएम को सौंपे ज्ञापन में कहा कि गत 8 वर्षों उनकी मांगों पर सुनवाई नहीं हो पा रही है जिससे ग्रामीण परेशान है। ग्रामीण लगातार विस्थापन और मुआवजे की मांग करते आ रहे हैं। बांध के कारण विस्थापित होने वाले ग्रामीणों को अभी तक भूखंड आवंटित किए गए हैं।

प्रभावितों को सिंचित खेती मुआवजा के सर्किल रेट 2 से ढाई लाख रुपये मुआवजा निर्धारित किया गया है। कहा कि गत वर्ष सौंग नदी में आई आपदा से सौंदाणा गांव का आधा से अधिक भाग आपदा में बह गया जबकि घुड़साल गांव और रंगड़ गांव भी प्रभावित हुए हैं। बांध के कारण 40 परिवार पूर्ण और करीब 250 परिवार आंशिक रूप से प्रभावित हो रहे हैं। उन्होंने बांध प्रभावित प्रत्येक परिवार को पुनर्वास नीति के तहत परियोजना में रोजगार देने, प्रभावित को बढ़ी हुई दरों से मुआवजा देने सहित अन्य मांगों के निराकरण की मांग की। कहा कि बांध के कारण को ग्रामीणों को मूलभूत सुविधा जैसे पेयजल, स्वास्थ्य और शिक्षा से वंचित कर दिया गया है। कई ऐसे परिवार है जिनकी 50 प्रतिशत से अधिक जमीन परियोजना के लिए अधिग्रहण की जा चुकी है उन्हें पुनर्वास नीति के तहत पूर्ण विस्थापन की श्रेणी में शामिल किया जाना चाहिए।

उन्होंने कहा कि कुछ दिनों बाद बरसात का सीजन शुरू हो जाएगा जिससे ग्रामीणों की समस्या और बढ़ जाएगी। वहीं डीएम ने इसी सप्ताह बांध प्रभावित गांव का निरीक्षण करने और शीघ्र बांध प्रभावितों की समस्या के संबंध में शासन स्तर पर वार्ता करने का ग्रामीणों को आश्वासन दिया है। इस मौके पर विक्रम कंडारी, केदार सिंह, पदम पंवार, दिनेश सिंह, विरेंद्र सिंह, ओम प्रकाश, आनंद नेगी, दीपेंद्र सिंह, विक्रम पंवार, जयपाल, अमित, दीपक, विनोद, राजेंद्र, हरेंद्र, बचन सिंह,गोविंद सिंह, सेनपाल सिंह, गीता आदि मौजूद थे।

700 से अधिक शिक्षकों को करनी होगी टीईटी परीक्षा उत्तीर्ण

पिथौरागढ़(आरएनएस)। नगर के 700 से अधिक शिक्षकों को टीईटी परीक्षा पास करनी होगी। विद्यालयों में तैनात शिक्षकों में टीईटी का फॉर्म भरने व 5 साल की सेवा अवधि के विस्तार को लेकर असमंजस की स्थिति है। उन्होंने शिक्षा विभाग से समस्याओं के निराकरण की मांग की है। सोमवार को प्राथमिक शिक्षक संघ ने टीईटी परीक्षा से संबंधित दिक्कतों को लेकर मुख्य शिक्षा अधिकारी को ज्ञापन दिया। प्राथमिक शिक्षक संघ के जिलाध्यक्ष जितेंद्र सिंह वल्दिया ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट ने बेसिक शिक्षकों के लिए टीईटी परीक्षा उत्तीर्ण करना अनिवार्य कर दिया है, जिसके तहत पिथौरागढ़ के 700 से अधिक शिक्षकों को यह परीक्षा उत्तीर्ण करनी होगी। उन्होंने कहा कि प्राथमिक व उच्च प्राथमिक विद्यालयों में मृतक आश्रित, अप्रशिक्षित शिक्षक, सीपीएड, डीपीएड, बीपीएड, बीएड, विशिष्ट बीटीसी, बीटीसी व शिक्षा मित्र संवर्ग के शिक्षक नियुक्त हैं। उन्हें सीटीईटी व टीईटी का फॉर्म भरते समय पोर्टल पर अपनी अर्हता (योग्यता) व संवर्ग को लेकर कोई विकल्प नहीं दिखाई दे रहा है।

गूल में बरातघर का गंदा पानी और अपशिष्ट डालने से काश्तकारों में रोष

कोटद्वार(आरएनएस)। भाबर क्षेत्र के वार्ड नंबर-35 स्थित त्रिलोकपुर में एक बरातघर से निकलने वाले गंदे पानी और अपशिष्ट को सिंचाई गूल में डाले जाने का मामला सामने आया है। इससे क्षेत्र के काश्तकारों में नाराजगी है। किसानों ने नगर आयुक्त को ज्ञापन सौंपकर संबंधित बरातघर संचालक के खिलाफ कार्रवाई की मांग की है। काश्तकारों का आरोप है कि त्रिलोकपुर में संचालित एक बरातघर का गंदा पानी और अपशिष्ट लगातार सिंचाई गूल में छोड़ा जा रहा है। इससे दूषित पानी खेतों तक पहुंच रहा है जिसके कारण फसलों को नुकसान हो रहा है। ग्रामीणों ने प्रशासन से गूल में गंदा पानी और अपशिष्ट डालने पर तत्काल रोक लगाने और संबंधित बरातघर संचालक के खिलाफ दंडात्मक कार्रवाई करने की मांग की है। ज्ञापन सौंपने वालों में दिनेश धूलिया, विक्रम सिंह, स्वरूप सिंह नेगी, दीपक रावत, जगमोहन राणा और रामचंद्र सिंह समेत अन्य काश्तकार शामिल रहे।

ईसीटी मशीन पर स्वास्थ्य विभाग की लेटलतीफी पड़ रही भारी

उत्तरकाशी(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।

कमेड़ा और मारवाड़ी में व्यवस्था बनाने में छूट रहे पसीने

चमोली(आरएनएस)। बदरीनाथ धाम की यात्रा में डेढ़ माह से भी कम समय में करीब आठ लाख श्रद्धालु दर्शन कर चुके हैं। यात्रा चरम पर चल रही है लेकिन बदरीनाथ हाईवे गौचर के पास कमेड़ा क्षेत्र और ज्योतिर्मठ-मारवाड़ी क्षेत्र यात्रा व्यवस्थाओं में खलल डाल रहा है। इन जगहों पर यात्रियों के साथ ही स्थानीय लोगों को भी हर दिन परेशान होना पड़ रहा है। दोनों जगह पर विभागीय लापरवाही के चलते यह स्थिति उत्पन्न हुई है।

बदरीनाथ धाम की यात्रा पर इस समय हर दिन 28 से 30 हजार यात्री पहुंच रहे हैं। वहीं चार से पांच हजार यात्री हेमकुंड साहिब की यात्रा पर आ रहे हैं। इस कारण बदरीनाथ हाईवे पर जैसे ही यातायात दबाव बढ़ा तो व्यवस्था नाकाफी साबित होने लगीं। घंटों तक जाम लगने से यात्री परेशान रहे। खासकर गौचर के पास कमेड़ा क्षेत्र और ज्योतिर्मठ-मारवाड़ी के बीच जाम ने यात्रियों के पसीने छुड़ा दिए। पुलिस ने इन दोनों जगह पर वन वे व्यवस्था शुरू कर दी लेकिन वाहनों की संख्या इतनी अधिक हो रही है कि चंद मिनट में ही वाहनों की कई किमी लंबी कतार लग रही है। वहीं गौचर में आईटीबीपी से आगे रुद्रप्रयाग की तरफ कमेड़ा के पास हाईवे पर ट्रीटमेंट कार्य चल रहा है। इस कारण यहां पर सिंगल लेन रोड हो चुकी है। पुलिस एक बार में एक तरफ के वाहन भेज रही है इससे लोगों को काफी देर तक यहां रुकना पड़ रहा है। चमोली चाड़ा में भी यही स्थिति है। यहां हाईवे चौड़ीकरण कार्य नहीं किया गया। सबसे बड़ी चुनौती ज्योतिर्मठ-मारवाड़ी के बीच बनी है। यहां गेट सिस्टम लागू है। 10 किमी के इस हिस्से में ज्योतिर्मठ के नर्सिंग मंदिर के पास और मारवाड़ी पुल के पास वाहनों को रोका जा रहा है। यहां वाहन डेढ़ घंटे रोके जा रहे हैं। इससे आठ से दस किमी तक वाहनों की कतार लग रही है। इस संबंध में एसपी चमोली सुरजीत सिंह पंवार का कहना है कि वाहनों की बढ़ती संख्या के कारण हाईवे पर ज्योतिर्मठ-मारवाड़ी के बीच बार-बार जाम लग रहा था। यहां गेट सिस्टम लागू किया गया है। हाईवे के हर संवेदनशील क्षेत्र में पुलिस कर्मी तैनात होकर वाहनों की सुगम आवाजाही करवा रहे हैं।

गौचर के पास जहां पर हाईवे का सुधारीकरण कार्य चल रहा है वहां पर एनएचआईडीसीएल ने शुरुआत में काम नहीं किया। जैसे ही यात्रा शुरू होने वाली थी तुरंत यहां काम शुरू कर दिया गया। विभाग समय पर बजट न मिलने की बात करता रहा लेकिन इस लापरवाही के कारण यहां यात्रियों को परेशानी उठानी पड़ रही है। यही स्थिति ज्योतिर्मठ-मारवाड़ी के बीच भी है। अब बीआरओ यहां रात में काम करने बात कह रहा है लेकिन हाईवे पर रात 12 बजे तक वाहन चल रहे हैं और सुबह तीन से चार बजे वाहनों की आवाजाही शुरू हो जाती है जिससे बीआरओ भी यहां काम शुरू नहीं करवा पा रहा है।

'रोपणी' पहाड़ी जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। आज हमारी रोपणी है...! ये शब्द आज भी मन और मस्तिष्क दोनों को उद्वेलित करते हैं। इन चार शब्दों में बहुत कुछ और बहुत सारा संदेश छुपा रहता है। पहला, रोपणी में आप सादर आमंत्रित हैं। दूसरा, खबरदार कोई हमारा पानी मत तोड़ना और भी बहुत कुछ। मनोरंजन भी, होली भी, संगीत भी, गीत भी। गाजे भी, गाजे बाजे ढोल दमाऊ भी प्रतियोगिता भी और पकवान और भोज भी। पहाड़ों में आजकल रोपणी का समय है। पहाड़ी जीवन का रोपणी एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। धान की रोपाई मौसम और फसल के जीवनचक्र का एक महत्वपूर्ण चरण होता है, और इसे अक्सर महिलाओं द्वारा बड़े ही धैर्य और सामंजस्य से किया जाता है। कहीं- कहीं पहाड़ों में ढोल बजाकर रोपाई की शुरुआत एक पारंपरिक रिवाज आज भी जिंदा है। यह न केवल सांस्कृतिक महत्त्व को दर्शाता था बल्कि लोगों की एकता और उत्सव का भी संकेत है। हालांकि, इस प्रकार की धरोहर आजकल कम ही देखने को मिलती है, फिर भी लोक संस्कृति का यह हिस्सा अभी भी दिलों में जिंदा है। पारंपरिक पहाड़ी धान की खेती बहुत मेहनत और लगन का काम है। आधुनिक तरीकों और साधनों के उदय के बावजूद, पहाड़ी किसानों की मेहनत और उनके चावल की गुणवत्ता आज भी उतनी ही प्रसिद्ध है। यह कहानी न केवल कृषि की है, बल्कि यह उन महिलाओं की भी कहानी है जो इस प्रक्रिया का अभिन्न हिस्सा हैं। उनके बिना रोपणि संभव नहीं होता। वह इस काम को सहजता और निपुणता से करती हैं।

लघु व्यापारी चार जून को करेंगे नगर निगम में धरना प्रदर्शन

संवाददाता

हरिद्वार। लघु व्यापारी अपनी मांगों को लेकर चार जून को नगर निगम में धरना प्रदर्शन करेंगे। यहां नगर निगम प्रशासन द्वारा अतिक्रमण के नाम पर वर्ष 2018 के नगर निगम में पंजीकृत रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को उनके कारोबारी स्थान से हटाए जाने के विरोध में शिव पार्क में फेरी समिति के सदस्य लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों ने लघु व्यापार एसो के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा की अध्यक्षता में बैठक का आयोजन किया। बैठक का संचालन लघु व्यापारी नेता सुनील कुकरेती ,मनीष शर्मा ने संयुक्त रूप से किया। बैठक में तय किया गया आगामी 4 जून को सभी लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधि उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार रेड़ी पटरी के लघु व्यापारियों को व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की मांग के साथ नगर निगम प्रशासन द्वारा पूर्व से चयनित किए गए सभी वेंडिंग जोन में लघु व्यापारियों को प्रधानमंत्री स्ट्रीट वेंडर आत्मनिर्भर योजना के नियम अनुसार व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की मांग को प्रमुखता से दोहराया जाएगा। इस अवसर पर लघु व्यापार एसो के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा 21मई 2016 को उत्तराखंड शासन द्वारा उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली का शासन आदेश उत्तराखंड के स्थानीय नगर निगम में लागू किए जाने की निर्देश दिए जा चुके हैं। चोपड़ा ने नगर निगम प्रशासन को चेतावनी दी यदि शीघ्र ही नगर निगम प्रशासन द्वारा रेड़ी पटरी के लघु व्यापारियों को उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली नियम अनुसार व्यवस्थित व स्थापित नहीं किया गया तो 4 जून से नगर निगम का घेराव कर अनिश्चितकालीन धरना प्रदर्शन किए जाएंगे। इसकी समस्त जिम्मेदारी नगर निगम प्रशासन की होगी।

विश्व साइकिल दिवस पर देहरादून में... ◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

गेट पहुंचे। वहां मॉर्निंग वॉक, व्यायाम और बॉक्सिंग अभ्यास कर रहे लोगों ने तालियां बजाकर साइक्लिस्टों का स्वागत किया। इस दौरान क्लब के सदस्यों की मुलाकात महाराष्ट्र से आए साइक्लिस्ट विकास चौरसिया से भी हुई, जो ग्रामीण शिक्षा को बढ़ावा देने के उद्देश्य से अखिल भारतीय साइकिल यात्रा पर निकले हैं।

इस अवसर पर क्लब अध्यक्ष ने कहा कि यह गर्व की बात है कि लोग फिटनेस, स्वच्छता और पर्यावरण संरक्षण का संदेश लेकर एकजुट हो रहे हैं। देहरादून साइक्लिंग क्लब द्वारा नियमित रूप से वीकेंड राइड्स आयोजित की जाती हैं, जिससे लोगों में फिटनेस, सड़क सुरक्षा और पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाई जा सके।

इस अवसर पर अशोक खंडूरी, प्रणय, चित्रांग, हैरिस, हरगुन, अमन, चांदनी, रीना, सीमा, अशोक, अजय, विकास, राजेश, देविंदर, शरद, विपिन और सुधा सहित कुल 34 साइक्लिस्टों ने प्रतिभाग किया।

मण्डी में होने वाली समस्याओं को लेकर कांग्रेसियों ने सौंपा कृषि मंत्री को ज्ञापन

संवाददाता

देहरादून। पूर्व महानगर कांग्रेस अध्यक्ष लालचन्द शर्मा के नेतृत्व में कांग्रेसजनों के एक प्रतिनिधिमंडल ने कृषि मंत्री गणेश जोशी से मुलाकात कर प्रदेश की मण्डियों में होने वाली समस्याओं से अगवत कराते हुए समस्याओं के उचित निस्तारण की मांग की।

कृषि मंत्री गणेश जोशी के सौंपे ज्ञापन पत्र में ने कहा कि प्रदेश की मंडियां विशेषकर देहरादून स्थित निरंजनपुर मण्डी सहित अन्य जनपदों की मण्डियां वर्तमान में अनेक गंभीर समस्याओं, अव्यवस्थाओं एवं अनियमितताओं का सामना कर रही हैं। इन परिस्थितियों के कारण न केवल मण्डी व्यवस्था प्रभावित हो रही है, बल्कि किसानों, व्यापारियों एवं आम जनमानस को भी भारी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। लालचन्द शर्मा ने प्रदेश की मण्डियों में आ रही समस्याओं के सम्बन्ध में अवगत कराते हुए कहा कि मण्डी परिसर में हो रहे अनियमित निर्माण एवं आवंटन के सम्बन्ध में अवगत कराना है कि फल एवं सब्जी मण्डी परिसर में अन्य श्रेणी के व्यापार हेतु दुकानों का निर्माण किया गया, जो निर्धारित उपयोग के विपरीत है। निर्माण कार्य इस प्रकार किया गया है कि मण्डी के प्रवेश एवं आवागमन मार्ग संकुचित हो गए हैं। जैविक खाद उत्पादन जैसे महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट्स का संचालन बंद होना कृषि हितों के विपरीत है। पूर्व में निर्मित दुकानों का पूर्ण उपयोग न होने के बावजूद नए निर्माण कार्य किए जा रहे हैं, जो योजना के अभाव को दर्शाता है। प्रतिनिमंडल ने कृषि मंत्री से अपेक्षा की है कि उपरोक्त बिन्दुओं पर तत्काल कार्यवाही सुनिश्चित करवाने की कृपा करें, जिससे मण्डी व्यवस्था सुचारु रूप से संचालित हो सके तथा किसानों एवं व्यापारियों को राहत मिल सके।इस अवसर पर पार्षद मुकीम अहमद, नवनीत कुकरेती, प्रिंस शर्मा आदि शामिल थे।

अवैध स्पा सेंटरों एवं अनैतिक गतिविधियों पर तत्काल कार्रवाई की जाए

संवाददाता

देहरादून। युवा शिव सेना उत्तराखण्ड के एक प्रतिनिधिमंडल ने सिटी मजिस्ट्रेट प्रत्यूष कुमार को ज्ञापन सौंपकर शहर में बढ़ते देह व्यापार, स्पा सेंटरों की आड़ में संचालित अनैतिक गतिविधियों, निजी फ्लैटों एवं आवासीय क्षेत्रों में चल रहे संदिग्ध नेटवर्कों के विरुद्ध कठोर कार्रवाई की मांग की।

इस अवसर पर सागर रघुवंशी प्रदेश अध्यक्ष, युवा शिव सेना उत्तराखण्ड ने कहा कि देहरादून को किसी भी कीमत पर अनैतिक गतिविधियों और देह व्यापार का केंद्र नहीं बनने दिया जाएगा। प्रशासन को केवल औपचारिक कार्रवाई तक सीमित न रहकर ऐसे नेटवर्कों की जड़ों तक पहुंचना होगा। समाज को दूषित करने वाले तत्वों के विरुद्ध कठोर एवं निरंतर अभियान चलाया जाना आवश्यक है।

सुमित चौधरी प्रदेश महासचिव, युवा शिव सेना उत्तराखण्ड ने कहा कि शहर के विभिन्न क्षेत्रों में लगातार मिल रही शिकायतें अत्यंत चिंताजनक हैं। यदि प्रशासन द्वारा शीघ्र एवं प्रभावी कार्रवाई नहीं की जाती है तो युवा शिव सेना उत्तराखण्ड जनजागरण अभियान चलाते हुए व्यापक जनआंदोलन करने के लिए बाध्य होगी। सामाजिक मर्यादाओं एवं युवाओं के भविष्य से किसी प्रकार का समझौता स्वीकार नहीं किया जाएगा।

मनजीत भट्ट महानगर अध्यक्ष, देहरादून' ने कहा कि देहरादून जैसे शांत एवं सांस्कृतिक शहर में इस प्रकार की गतिविधियों का बढ़ना अत्यंत दुर्भाग्यपूर्ण है। युवा शिव सेना उत्तराखण्ड ने प्रशासन से मांग की है कि जनपद के सभी स्पा सेंटरों, मसाज पार्लरों, गेस्ट हाउसों, निजी फ्लैटों एवं संदिग्ध प्रतिष्ठानों की विशेष जांच कर दोषियों के विरुद्ध कठोर कानूनी कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। इस अवसर पर मोहित, अमित, गोविंद, राजू, शुभम, सोनू, आयुष, विशाल, अभिराज, रितेश, लक्ष्य, समीर, कमलेश, वरुण, कैलाश, मन्नू, विवेक, नीरज, वंश, आलोक, अंश सहित सैकड़ों युवा शिव सैनिक मौजूद रहे।

सीबीएसई क्षेत्रीय कार्यालय पर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने किया प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। नीट परीक्षा पेपर लीक व सीबीएसई परीक्षा कापी जांच घोटाला व सी यू ई टी परीक्षा में गड़बड़ी के मुद्दे पर केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान को बर्खास्त करने की मांग को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने कौलागढ़ स्थित सीबीएसई क्षेत्रीय कार्यालय पर जबरदस्त प्रदर्शन किया व एक घंटे तक दफ्तर को घेर कर जोरदार नारेबाजी की। हाथों में तख्तियाँ लिए कांग्रेस कार्यकर्ता केंद्र सरकार व केंद्रीय शिक्षा मंत्री के खिलाफ जोरदार नारेबाजी करते रहे।

देश में लाखों युवाओं के भविष्य को केंद्र की भाजपा सरकार ने खतरे में डाल दिया है और नीट परीक्षा लीक , सीबीएसई परीक्षा में व्यापक धांधली व सी यू टी ई परीक्षा में गड़बड़ी ने यह साबित कर दिया है कि केंद्र की भारतीय जनता पार्टी सरकार इस देश के युवा के भविष्य को अंधकार में धकेल रही है यह बात आज सदस्य एआईसीसी व उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कौलागढ़ स्थित सीबीएसई क्षेत्रीय कार्यालय में कांग्रेस कार्यकर्ताओं द्वारा केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के त्यागपत्र की मांग को ले कर लिये गए प्रदर्शन में जुटे कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कही। धस्माना ने कहा कि सीबीएसई परीक्षा की परीक्षा में शामिल बच्चों के परीक्षा परिणाम उत्तरपुस्तिकाओं के बदले जाने की शिकायत के बाद इस परीक्षा में शामिल लाखों बच्चे आज अपने आप को ठगा हुआ महसूस कर रहे हैं। प्रदर्शन में प्रदेश कांग्रेस श्रम प्रकोष्ठ अध्यक्ष दिनेश कौशल, प्रदेश महामंत्री जगदीश धीमान, युवा कांग्रेस प्रदेश उपाध्यक्ष सुमित खन्ना, पार्षद संगीता गुप्ता, पार्षद अभिषेक तिवारी, पार्षद कोमल वोहरा, पूर्व पार्षद राजेश पुंडीर, पिया थापा समेत बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

मेयर अपने शहरवासियों की अपेक्षाओं व विश्वास के प्रतिनिधिः धामी

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अखिल भारतीय महापौर परिषद की 117वीं कार्यकारी समिति की बैठक में प्रतिभाग करते हुए कहा कि मेयर अपने शहर के प्रथम नागरिक और शहरवासियों की आशाओं, अपेक्षाओं और विश्वास के भी प्रतिनिधि हैं।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने ऋषिकेश स्थित एक होटल में अखिल भारतीय महापौर परिषद की 117वीं कार्यकारी समिति बैठक कार्यक्रम में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने 29.78 करोड़ की 3 योजनाओं का लोकार्पण एवं शिलान्यास किया। जिसमें 23.15 करोड़ की 1 योजना का लोकार्पण एवं 6.63 करोड़ की 2 योजनाओं का शिलान्यास शामिल है। मुख्यमंत्री ने विभिन्न शहरों के मेयर का स्वागत करते हुए कहा कि सभी मेयर अपने शहर के प्रथम नागरिक और शहरवासियों की आशाओं, अपेक्षाओं और विश्वास के भी प्रतिनिधि हैं। आपके निर्णय का प्रभाव आने वाली पीढ़ियों के भविष्य पर भी पड़ता है। उन्होंने कहा हमारे देश की आत्मा गाँवों में बसती है, तो हमारे नागरिकों के सपने, उनकी आकांक्षाएँ और उनके भविष्य की संभावनाएँ शहरों में आकार लेती हैं। मुख्यमंत्री ने कहा हमारी प्राथमिकता है कि श्रद्धालुओं की यात्रा सरल, सुगम , सुरक्षित हो। उन्होंने कहा पहले, आदि कैलाश में 500 लोग आते थे, इस वर्ष यात्रा शुरू होने से अब तक प्रति दिन करीब 1000 लोग आदि कैलाश पहुंच रहे हैं। उन्होंने बताया मां पूर्णागिरि मंदिर में भी 24 लाख लोगों ने दर्शन कर लिए हैं। बीते चार सालों में 23 करोड़ से ज्यादा पर्यटक उत्तराखंड आ चुके हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि शहरी क्षेत्रों के गरीब परिवारों को सुलभ स्वास्थ्य सेवाएँ उपलब्ध कराने के उद्देश्य से प्रदेश में पहली बार नगर निकायों में अर्बन हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर स्थापित किए गए हैं। राज्य में निराश्रित गौवंशों को आश्रय प्रदान करने के उद्देश्य से आश्रय योजना प्रारम्भ की है। स्थानीय निकायों में श्वानों की बढ़ती संख्या की रोकथाम हेतु एनिमल बर्थ कंट्रोल योजना की शुरुआत की है। हरित क्षेत्रों के विकास और प्रदूषण नियंत्रण की दिशा में भी प्रभावी कदम उठाए जा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारे शहर, दुनिया के समक्ष देश की वास्तविक छवि भी प्रस्तुत करते हैं। शहर सुव्यवस्थित, स्वच्छ, सुरक्षित और विकसित होंगे तो भारत की छवि भी सशक्त, समृद्ध और अग्रणी राष्ट्र के रूप में स्थापित होगी। उन्होंने कहा शहर स्वच्छ होगा तो पूरा भारत स्वच्छ होगा। शहर सुव्यवस्थित होगा, तो पूरा देश सुव्यवस्थित होगा। उन्होंने कहा प्रत्येक शहर सशक्त, सुरक्षित और समृद्ध होगा, तो भारत विकसित राष्ट्र अवश्य बनेगा। कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल ने कहा कि विकसित भारत 2047 तर्ज पर हम भी विकसित उत्तराखंड को आगे बढ़ने का काम कर रहे हैं। विकसित भारत की कल्पना को पूरा करने में महानगर को विकसित करने, आत्मनिर्भर बनाने, सौर ऊर्जा, कूड़ा प्रबंधक , रेनवाटर हार्वेस्टिंग, लोकल एवं छोटे उद्योग की स्थापना एवं आत्मनिर्भर महानगर की महत्वपूर्ण भूमिका है। मुख्यमंत्री ने नगर निगम, ऋषिकेश में 1.80 करोड़ की लागत से बने पीपीपी मोड़ पर 10 स्थानों पर ई.वी. चार्जिंग स्टेशनों के निर्माण कार्यों एवं 4.83 करोड़ की लागत से ऋषिकेश के 12 स्थानों पर वर्षा जल का संचय कार्यों का शिलान्यास किया। उन्होंने 23.15 करोड़ की लागत से नगर निगम ऋषिकेश के सॉलिड वेस्ट मैनेजमेन्ट योजनान्तर्गत कम्पोस्ट प्लांट एवं सैनेट्री लैन्डफिल साईट लाल पानी बीट निर्माण कार्य का शिलान्यास किया। साथ ही मुख्यमंत्री ने विभिन्न स्थलों का भी अवलोकन किया। इस अवसर पर कैबिनेट मंत्री राम सिंह कैड़ा, विधायक प्रेमचंद्र अग्रवाल, मेयर शंभू पासवान, श्रीमती रेनू बाला गुप्ता, आशुतोष एवं देशभर के विभिन्न शहरों से मेयर उपस्थित रहे।

ज्वेलर्स के शोरूम से लाखों के जेवरात व नकदी लेकर चोरी

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। ज्वैलर्स के शोरूम का ताला तोड़कर देर रात अज्ञात चोर लाखों के जेवरात व नगदी ले उड़े। घटना का पता सुबह चलने क्षेत्र में हड़कंप मच गया। वहीं सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर पड़ताल शुरू कर दी है।

चोरी की यह बड़ी वारदात गंगनहर कोतवाली क्षेत्र में घटित हुई है। यहां देर रात बदमाशों ने एक ज्वेलर्स की दुकान को निशाना बनाते हुए लाखों रुपये के आभूषण और नकदी चोरी कर ली। पूरी वारदात दुकान में लगे सीसीटीवी कैमरों में कैद हो गई है। पुलिस फुटेज के आधार पर आरोपियों की पहचान कर उनकी तलाश में जुटी हुई है। जानकारी के अनुसार, पूर्वी अंबर तालाब स्थित खन्ना ज्वैलर्स में देर रात अज्ञात चोरों ने सेंध लगाकर चोरी की बड़ी वारदात को अंजाम दिया। बताया जा रहा है कि बदमाश दुकान से लाखों रुपये मूल्य के सोने-चांदी के जेवरात व नगदी चोरी कर ले गये। सीसीटीवी फुटेज की जांच में सामने आया है कि आधी रात के समय सफेद रंग की एक स्विफ्ट कार में सवार होकर कुछ लोग दुकान के बाहर पहुंचे। इसके बाद उन्होंने दुकान का शटर और ताला तोड़कर अंदर प्रवेश किया। आरोपियों ने करीब एक घंटे तक दुकान के भीतर रहकर चोरी की वारदात को अंजाम दिया और फिर एक-एक कर मौके से फरार हो गए।

आज सुबह चोरी की जानकारी मिलने पर क्षेत्र में हड़कंप मच गया। सूचना मिलते ही गंगनहर कोतवाली पुलिस मौके पर पहुंची और घटनास्थल का निरीक्षण किया। पुलिस ने आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज भी कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है। पुलिस अधिकारियों का कहना है कि फुटेज में दिखाई दे रहे संदिग्धों की पहचान करने के प्रयास किए जा रहे हैं। साथ ही उनके आने-जाने के रूट और वाहन की जानकारी भी जुटाई जा रही है।

कोबरा गैंग के 2 विदेशी पैडलर सहित 3 लोग गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने भारी मात्रा में कोकिन के साथ दो विदेशी पैडलरों सहित तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र डोबाल ने जानकारी देते हुए बताया कि राजपुर पुलिस द्वारा कार्यवाही करते हुए चैकिंग के दौरान सूचना मिली कि कोबरा गैंग से जुडे ड्रग पैडलर हाई प्रोफाइल पार्टियों में कोकिन की सप्लाई करने के लिये राजपुर क्षेत्र में आये हैं। प्राप्त सूचना के आधार पर पुलिस द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए थाना क्षेत्रान्तर्गत अलग-अलग स्थानों पर सघन चैकिंग अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान पुलिस टीम द्वारा जोहडी रोड निकट पुरानी मजार के पास से स्कूटी पर सवार 02 शातिर विदेशी पैडलरों को 9. 15 ग्राम तथा सीआईएसएफ तिराहा ओल्ड मसूरी रोड के पास स्विफ्ट डिजायर कार से 11.77 ग्राम अवैध कोकिन के साथ गिरफ्तार किया गया, जिनके विरूद्ध थाना राजपुर पर एनडीपीएस एक्ट के तहत अलग-अलग मुकदमा पंजीकृत किये गये। गिरफ्तार तीनो पैडलर कोबरा गैंग से जुडे हैं, जो हाई प्रोफाइल पार्टियों में कोकिन की सप्लाई करने आये थे। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम मिखेल इक्का मेकसोन पुत्र रोबट निवासी पंजाबी कालोनी आईएसबीटी, लेवेकिरी वेनिकी पुत्र वेनेनिकी फिलीफ मूल निवासी सूडान बताया। विदेशियों द्वारा बताया गया कि वह कोबरा गैंग के सक्रिय सदस्य है तथा मूल रूप से सूडान देश के नागरिक है, वह अक्सर अपने देश सूडान से देहरादून आते जाते रहते है। उनके द्वारा डिमांड के हिसाब से कोकीन दिल्ली से लाकर देश के अलग-अलग हिस्सों में अपने एजेंटो/पेडलरों को सप्लाई की जाती है। उक्त कोकीन को वे कुछ दिन पूर्व ही दिल्ली से लेकर आये थे, उनकी योजना उक्त कोकीन को राजपुर क्षेत्रों में आयोजित होने वाली पार्टियों में सप्लाई करने की थी। उनसे पूछताछ में उनके द्वारा उक्त कोकीन को अपने एक विदेशी साथी फ्रान्जी से लेकर आना बताया गया, गिरफ्तार अन्य जावेद से पूछताछ में उसके द्वारा भी बरामद कोकीन को दिल्ली से जॉन नाम के व्यक्ति से लेकर आना तथा उसे देहरादून में आयोजित होने वाली पार्टियों में कालिंस नाम के एक अन्य ड्रग पैडलर के साथ सप्लाई करने की जानकारी दी गई। गिरफ्तार लोगों से पूछताछ के दौरान प्रकाश में आये अन्य नशा तस्करों के सम्बन्ध में और अधिक जानकारी एकत्रित कर उनकी गिरफ्तारी के प्रयास किये जा रहे है। मादक पदार्थों की तस्करी में प्रयुक्त वाहनों को सीज किया गया। गिरफ्तार करने वाली पुलिस टीम को वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा 2500 रूपये नगद पुरूस्कार से पुरूस्कृत करने की घोषणा की गई। पुलिस ने तीनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

खान सर की कोचिंग सेंटर पर दिन दहाड़े ताबड़तोड़ फायरिंग!

हमारे संवाददाता

पटना। बिहार की राजधानी पटना के बहुचर्चित खान सर की कोचिंग में बीते रोज दिन दहाड़े फार्यरिंग होने की वारदात से हड़कंप मच गया है। इस वारदात में एक गार्ड के घायल होने की सूचना है। जिसे उपचार हेतू अस्पताल भेजा गया जहां उसका उपचार जारी है। वहीं घटना की सूचना मिलने पर पुलिस प्रशासन ने मौके पर पहुच कर जाच शुरू कर दी है।

मामला बिहार की राजधानी पटना के मुसल्लहपुर हाट इलाके का है। जहां बीते रोज सल्लहपुर हाट स्थित कोचिंग संस्थान के बाहर किसी बात को लेकर अचानक विवाद शुरू हो गया। देखते ही देखते यह विवाद इतना बढ़ गया कि हमलावरों ने गोलीबारी शुरू कर दी। इस दौरान वहां तैनात सुरक्षा गार्ड को गोलियां और गंभीर चोटें आईं। खून से लथपथ गार्ड को तुरंत इलाज के लिए पास के अस्पताल में भर्ती कराया गया है। दिनदहाड़े हुई इस वारदात के बाद कोचिंग के छात्रों और स्थानीय लोगों के बीच अफरा-तफरी और डर का माहौल बन गया। मामले की गंभीरता को देखते हुए पटना के पुलिस अधीक्षक (एसपी) कार्तिकेय के. शर्मा ने बताया कि पुलिस हर पहलू की बारीकी से जांच कर रही है। शुरुआती तौर पर यह मामला आपसी मारपीट और विवाद से जुड़ा हुआ लग रहा है। पुलिस घायल गार्ड का बयान दर्ज कर रही है और मौके पर मौजूद चश्मदीदों व स्थानीय लोगों से भी पूछताछ की जा रही है। उन्होंने साफ किया कि घायल गार्ड का अस्पताल में डॉक्टरों की देखरेख में इलाज चल रहा है। खान सर की कोचिंग में हुई इस बड़ी घटना की सूचना मिलते ही पटना के एसएसपी, एसपी समेत कई थानों की पुलिस टीमें तुरंत घटनास्थल पर पहुंच गईं। पुलिस ने वारदात वाली जगह को अपने घेरे में ले लिया और आसपास के दुकानदारों और छात्रों से पूछताछ कर जानकारी जुटाई। पुलिस की फॉरेंसिक और टेक्निकल टीमें भी मौके से साक्ष्य और सबूत इकट्ठा करने में जुटी हुई हैं।

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।