बुधवार
10 जून 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 137
● 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

मसूरी में बड़ा सड़क हादसा, चार लोगों की मौत

हमारे संवाददाता

देहरादून। सड़क दुर्घटना में आज सुबह एक कार के खाई में गिर जाने से चार पर्यटकों की मौके पर ही मौत हो गयी। सूचना मिलने पर एसडीआरएफ व पुलिस ने मौके पर पहुंच कर रेस्क्यू अभियान चलाया और स्थानीय लोगों की मदद से चारों शवों को बाहर निकाला। जिसमे अग्रिम कार्यवाही जारी है।

पुलिस और प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, आज दोपहर के आसपास झड़ीपानी शॉर्टकट रोड पर एक कार तेज रफ्तार में जा रही थी। अचानक वाहन अनियंत्रित हो गया और सड़क के किनारे से फिसलकर सैकड़ों फीट गहरी खाई में जा गिरा। कार में कुल चार लोग सवार थे, हादसे की सूचना मिलते ही स्थानीय पुलिस, राज्य आपदा प्रतिक्रिया बल (एसडीआरएफ) और 108 एंबुलेंस सेवा की टीमें मौके पर पहुंचीं। रेस्क्यू टीम ने खाई में उतरकर कठिन परिस्थितियों में ऑपरेशन शुरू किया। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार वाहन में सवार चारों व्यक्तियों की घटनास्थल पर ही मृत्यु हो चुकी है।

स्थानीय लोगों से पूछताछ में पता चला कि कार सवारों ने दुर्घटना से पहले पास की एक दुकान से कुछ सामान खरीदा था। बातचीत में उन्होंने स्वयं को उत्तरकाशी का बताया था। सामान लेने के बाद जैसे ही वे कार में बैठे, वाहन ढलान की ओर तेजी से बढ़ने लगा और नियंत्रण खोते हुए खाली प्लॉट से होकर गहरी खाई में जा गिरा।

वर्तमान में पुलिस, एसडीआरएफ एवं अन्य बचाव एजेंसियों द्वारा संयुक्त रूप से रेस्क्यू कार्य जारी है। टीमों द्वारा मृतकों के शवों को गहरी खाई से निकालकर मुख्य सड़क मार्ग तक लाने का कार्य किया जा रहा है, जिसके उपरांत अग्रिम विधिक कार्यवाही पुलिस द्वारा की जाएगी। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार मृतकों की पहचान सत्यप्रकाश, निवासी सोनीपत, हरियाणा मानित, उम्र 19 वर्ष, निवासी गाजियाबाद सविता, उम्र 48 वर्ष, पत्नी धर्मवीर, निवासी गाजियाबाद व संगीता, उम्र 46 वर्ष, पत्नी टीटू, निवासी करोलबाग, दिल्ली के रूप में की गयी है।

अंतर्राज्जीय बच्चा चोरी गैंग का पर्दाफाश, दो मासूम बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। पुलिस ने महज 72 घंटे के भीतर अंतर्राज्यीय बच्चा चोर गिरोह का पर्दाफाश करते हुए दो महिलाओं समेत छह आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने अपहृत तीन वर्षीय बच्ची राधिका को सकुशल बरामद करने के साथ ही दिल्ली रेलवे स्टेशन से चोरी किए गए करीब डेढ़ वर्षीय बच्चे कार्तिक को भी मुक्त कराया है। गिरोह उत्तराखंड, उत्तर प्रदेश और दिल्ली में सक्रिय होकर बच्चों की खरीद-फरोख्त करता था।

एसएसपी नवनीत सिंह भुल्लर ने आज मामले का खुलासा करते हुए बताया कि छह जून को बैरागी कैंप निवासी विनोद सोलंकी ने कनखल कोतवाली में शिकायत दर्ज कराई थी कि उसकी तीन वर्षीय बेटी राधिका को अज्ञात व्यक्ति झुग्गी-झोपड़ी क्षेत्र से उठाकर ले गया है।

मामला दर्ज होते ही पुलिस की कई टीमें गठित कर जांच शुरू की गई। पुलिस ने सैकड़ों सीसीटीवी फुटेज खंगाले, डंप डाटा का विश्लेषण किया और मुखबिर तंत्र को सक्रिय किया। लगातार दबिश और तकनीकी जांच के दबाव में गिरोह के सदस्य अपहृत बच्ची को आनंद विहार रेलवे स्टेशन पर लावारिस छोड़कर फरार हो गए। सूचना मिलने पर हरिद्वार पुलिस तत्काल दिल्ली पहुंची और बच्ची को सकुशल बरामद कर लिया। पूछताछ में खुलासा हुआ कि गिरोह ने 24 मई

●दो महिलाओं सहित छह गिरफ्तार
●यूपी-दिल्ली तक फैला था नेटवक

को नई दिल्ली रेलवे स्टेशन से एक अन्य बच्चे कार्तिक का भी अपहरण किया था। आरोपियों ने उसे करीब डेढ़ लाख रुपये में बदायूं में बेच दिया था। पुलिस ने बच्चे को भी सकुशल बरामद कर लिया। एसएसपी ने बताया कि यह संगठित गिरोह बच्चों को चुराने, उन्हें दूसरे राज्यों तक पहुंचाने, ग्राहक तलाशने और फर्जी मां-बाप बनकर बेचने जैसे कामों में जुंटा हुआ था। आरोपी मोहम्मद आकिल और प्रीति शर्मा बच्चों की कीमत तय कर उन्हें अपना या अनाथ बताकर बेचने का काम करते थे। बच्चों की कीमत दो से पांच लाख रुपये तक लगाई जाती थी। गिरोह विशेष रूप से निसंतान दंपतियों को निशाना बनाता था।

पुलिस ने मोहम्मद आकिल, नसीमा, जुल्फेकार, धर्मेंद्र कुमार, प्रीति शर्मा और शिवा सिंह उर्फ गौरव को गिरफ्तार किया है। इनमें दो आरोपी दंपति अमरोहा और मुजफ्फरनगर के रहने वाले बताए गए हैं। एसएसपी ने कहा कि पुलिस ने एक मां से किया गया वादा पूरा किया है। उन्होंने पूरी टीम की सराहना करते हुए कहा कि कठिन परिस्थितियों में लगातार मेहनत, समन्वय और सतर्कता के चलते दोनों मासूम बच्चों को सुरक्षित बचाया जा सका।

दून वैली मेल

संपादकीय

चुनाव में चंगे, बाकी सब में नंगे

देश की आम जनता और विपक्षी दलों के नेता खूब छाती पीट रहे हैं मगर भाजपा को सत्ता से बाहर का रास्ता दिखाने में असफल साबित हो रहे हैं। छोटे से छोटे और बड़े से बड़े चुनाव में भाजपा उन्हें लगातार हराती जा रही है। मुद्दे चाहे कितने भी प्रभावी क्यों न हो और चुनावी प्रचार में चाहे विपक्षी नेता कितना भी पसीना क्यों न बहा रंहे हो लेकिन जब परिणाम आते हैं तो जीत भाजपा की ही होती है वह भी भारी बहुमत वाली। विपक्ष अपनी हार पर सिर्फ हैरान होता ही दिखाई देता है 2024 के लोकसभा चुनाव में जब भाजपा बहुमत के आंकड़े से पीछे रहे गई थी तब विपक्ष को ऐसा लगा जरूर था कि अब हवा का रुख बदलेगा लेकिन हरियाणा से लेकर महाराष्ट्र और बिहार से लेकर पश्चिम बंगाल तक भाजपा ने विपक्ष को ऐसी पटकनी दी कि वोट चोर गद्दी छोड़ जैसे नारे भी उसका बाल बांका नहीं कर सके। भाजपा की इन जीतों से उसका हौसला इस कदर बुलंद हो गए गया है कि उसके नेता अब यह कहने में भी कतई संकोच नहीं करते कि कोई चाहे कुछ भी कर ले जीतेगी तो भाजपा ही। बीते कुछ दिनों से देश में आर्थिक सुनामी की बात चर्चाओं के केंद्र में है समूचा विपक्ष बढ़ती महंगाई बेरोजगारी पेपर लीक से लेकर एफ स्टीन फाइल तक के मुद्दों को लेकर फाइल के पन्ने पलट चुका है। देश में तेल और रसोई गैस की बढ़ती कीमतें तथा डॉलर के मुकाबले रुपए की कीमत में हुई रिकॉर्ड गिरावट तथा देश के इतिहास में सबसे बड़े 15 लाख करोड़ के घोटाले तक तमाम ऐसे मुद्दे हैं कि जनता भी सरकार को पानी पी पी कर खूब कोस रही है। तथा मीडिया भी इस जनता से यह पूछ रहा है कि जब वर्तमान में इतनी सारी समस्याएं हैं और जनता इस कदर परेशान और गुस्से में है तो फिर भी वह भाजपा को क्यों वोट दे रही है क्यों वह लगातार जीतती जा रही हैं ? इस पर लोग कहते हैं कि इसकी असल वजह वह मीडिया और भाजपा का चुनावी मैनेजमेंट ही है जिसने संवैधानिक संस्थाओं की तरह ही अपना कब्जा किया हुआ है। भाजपा देश में खूब हिंदू-मुस्लिम कर रही है और मीडिया सच दिखाने या बताने की जगह सिर्फ सरकार की छवि बिखेरने वाले समाचार तक ही सीमित होकर रह गया है। कुछ लोग तो यहां तक कह देते हैं कि यह सब देश की बिकाऊ मीडिया के कारण ही हुआ है। सत्ता में बैठे लोग भले ही भारत की मजबूत अर्थव्यवस्था का दावा कर रहे हो और देश की अर्थव्यवस्था को तीसरी नंबर की बता रहे हो लेकिन 5 ट्रिलियन वाले इसकी हालत यह है कि वह अब तीसरे नंबर से खिसक कर छठे पर पहुंच गई है तथा प्रति व्यक्ति आय में कई देशों की सूची में भारत अब 150 में स्थान पर लुढ़क चुका है बीते साल की आरबीआई की रिपोर्ट बताती है कि गोल्ड लोन लेने वालों की संख्या में 124 फीसदी की बढ़ोतरी हुई है। यानी कि आम आदमी अब अपने घर का सोना गिरवी रखकर दाल रोटी और कपड़े का जुगाड़ कर रहा है। देश के शेयर बाजार में हाहाकार मचा हुआ है विदेशी निवेशक अपना रुपया निकाल-निकाल कर भाग रहे हैं। जिससे छोटे निवेशकों को भारी नुकसान हो रहा है। सत्ता में बैठे लोग भले ही इस आर्थिक संकट के लिए खाड़ी युद्ध को कारण मान रहे हो लेकिन यह सब कुछ एक दो दिन या महीनो में नहीं हुआ है। देश का गरीब आदमी और अधिक गरीब हो रहा है। कल तक मोदी 25 करोड लोगों को गरीबों की रेखा से ऊपर लाने का दावा करते थे वह अब आधी आबादी को गरीबी के दलदल में धसने की बात कह रहे हैं। 12 साल के शासन में आपके कितने अच्छे दिन आए हैं इसकी समीक्षा आप खुद करें।

मंत्री से भाजपा असहज

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की राजनीति में वरिष्ठ कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल एक बार फिर अपनी हरकतों को लेकर चर्चा में हैं। इससे भाजपा के लिए असहज स्थिति पैदा हो गई है। सोशल मीडिया पर मंत्री के उप चुनाव के दौरान अभद्र भाषा का प्रयोग करने वाला वीडियो वायरल हो रहा है। प्रदेश की राजनीति पर नजर रखने वाले जानकारों का मानना है कि सुबोध उनियाल भाजपा के उन नेताओं में शामिल हैं जो अपनी बेबाक राय रखने के लिए जाने जाते हैं। कई बार उनकी भाषा विपक्ष के बजाय पार्टी के भीतर ही चर्चा का विषय बन जाते हैं। यही वजह है कि जब भी कोई विवादित या अलग राय सामने आती है तो राजनीतिक गलियारों में उसकी गूंज लंबे समय तक सुनाई देती है। राजनीतिक विश्लेषकों का कहना है कि सुबोध उनियाल का अपना स्वतंत्र राजनीतिक आधार और लंबा अनुभव है। यही कारण है कि उनके बयानों को सामान्य राजनीतिक प्रतिक्रिया के बजाय गंभीरता से देखा जाता है। कई बार उनके वक्तव्य यह संकेत भी देते हैं कि पार्टी के भीतर विभिन्न मुद्दों पर अलग-अलग राय मौजूद है। हालांकि भाजपा सार्वजनिक रूप से इसे लोकतांत्रिक व्यवस्था का हिस्सा बताती रही है।कांग्रेस भी ऐसे मौकों को हाथ से जाने नहीं देना चाहती। विपक्ष लगातार यह आरोप लगाता रहा है कि भाजपा के भीतर सब कुछ सामान्य नहीं है और वरिष्ठ नेताओं की नाराजगी समय-समय पर सामने आती रहती है। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि जब सरकार के मंत्री ही सवाल खड़े करने लगें तो विपक्ष के आरोपों को बल मिलता है। भाजपा नेतृत्व के सामने चुनौती यह है कि चुनावी माहौल में किसी भी प्रकार की अंदरूनी असहमति की चर्चा कार्यकर्ताओं और मतदाताओं तक न पहुंचे। पार्टी फिलहाल विकास, निवेश, रोजगार और धार्मिक पर्यटन जैसे मुद्दों को लेकर जनता के बीच जाने की तैयारी में है। ऐसे में विवादों से बचना और एकजुटता का संदेश देना उसकी प्राथमिकता है।

❑चुनावी साल से पहले बढ़ी उत्तराखंड में सियासी बेचैनी
❑कैबिनेट मंत्री के बयान विपक्ष को दे रहे हमले का मौका

पहाड़ की 'पगडंडियों' पर उतरे नेता

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में चुनावी बिगुल भले ही आधिकारिक रूप से न बजा हो, लेकिन राजनीतिक दलों और नेताओं ने गांवों की पगडंडियां नापनी शुरू कर दी हैं। आने वाले महीनों में यह गतिविधियां और तेज होंगी। चुनावी सरगर्मियां अभी से पहाड़ की पगडंडियों तक पहुंचने लगी हैं। जिन गांवों में चुनाव के बाद नेताओं की आवाजाही कम हो जाती थी, वहां अब फिर से राजनीतिक चहल-पहल दिखाई देने लगी है। कोई गांव की चौपाल में बैठकर लोगों की समस्याएं सुन रहा है तो कोई धार्मिक आयोजनों, मेलों और सामाजिक कार्यक्रमों में अपनी मौजूदगी दर्ज करा रहा है।

दरअसल, भाजपा और कांग्रेस दोनों ही दल इस बात को अच्छी तरह समझते हैं कि उत्तराखंड की राजनीति का असली मूड देहरादून के दफ्तरों में नहीं, बल्कि पहाड़ के गांवों और कस्बों में तय होता है। यही कारण है कि संभावित प्रत्याशी और वरिष्ठ नेता अभी से गांव-गांव जाकर जनता का रुख जानने की कोशिश कर रहे हैं।

एक समय था जब चुनावी मौसम में ही गांवों में नेताओं की भीड़ दिखाई देती थी, लेकिन इस बार स्थिति कुछ अलग है। कई विधानसभा क्षेत्रों में नेता छोटे-छोटे जनसंपर्क कार्यक्रमों के जरिए ग्रामीणों से संपर्क साध रहे हैं। गांव की चौपाल, चाय की दुकान और मंदिर परिसर फिर से राजनीतिक चर्चा के केंद्र बनने लगे हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा और पेयजल जैसे मुद्दे आज भी प्रमुख हैं। नेता इन मुद्दों को सुन रहे हैं और जनता को भरोसा दिला रहे हैं कि

●चुनावी सरगर्मियां पहाड़ की पगडंडियों तक पहुंची
●चौपालों, मंदिरों और मेलों में पहुंचने लगे हैं नेताजी
●मतदाताओं के मूड को भांपने की शुरू हुई कवायद

उनकी समस्याओं का समाधान प्राथमिकता के आधार पर कराया जाएगा।

पर्वतीय जिलों में पलायन का मुद्दा आज भी सबसे बड़ी चुनौती बना हुआ है। गांवों में खाली होते घर, बंद पड़े स्कूल और खेती से दूर होती नई पीढ़ी लोगों की चिंता का विषय हैं। ऐसे में जो नेता गांवों तक पहुंच रहे हैं, उन्हें सबसे अधिक सवाल रोजगार और पलायन पर सुनने पड़ रहे हैं। युवाओं का एक बड़ा वर्ग सरकारी नौकरियों, स्वरोजगार और पर्यटन आधारित रोजगार के अवसरों को लेकर जवाब मांग रहा है। यही कारण है कि राजनीतिक दल भी अपने भविष्य के चुनावी एजेंडे में इन मुद्दों को प्रमुखता देने की तैयारी कर रहे हैं।

सत्तारूढ़ भाजपा लगातार तीसरी बार सरकार बनाने का लक्ष्य लेकर चल रही है। मुख्यमंत्री के नेतृत्व में सरकार विकास, निवेश, सड़क और धार्मिक पर्यटन परियोजनाओं को अपनी उपलब्धियों के रूप में जनता के बीच ले जा रही है। पार्टी के नेता गांवों में जाकर सरकारी योजनाओं के लाभार्थियों से संवाद कर रहे हैं और विकास कार्यों का फीडबैक ले रहे हैं। भाजपा की रणनीति यह संदेश देने की है कि डबल इंजन सरकार ने उत्तराखंड के विकास को नई गति दी है और इसी गति को आगे बढ़ाने के लिए जनता का समर्थन जरूरी है।

वहीं कांग्रेस सत्ता विरोधी माहौल की संभावनाओं को भुनाने की तैयारी में है। पार्टी के नेता महंगाई, बेरोजगारी, पलायन और स्थानीय मुद्दों को लेकर जनता के बीच जा रहे हैं। कांग्रेस का प्रयास है कि गांवों में भाजपा के खिलाफ माहौल तैयार किया जाए और सरकार की कमियों को प्रमुख चुनावी मुद्दा बनाया जाए। पार्टी संगठन भी बूथ स्तर पर अपनी सक्रियता बढ़ाने की कवायद में जुटा है ताकि चुनाव से पहले कार्यकर्ताओं को फिर से सक्रिय किया जा सके।

कई विधानसभा क्षेत्रों में स्थानीय नेता और संभावित निर्दलीय उम्मीदवार भी अभी से सक्रिय दिखाई दे रहे हैं। सामाजिक कार्यक्रमों में उनकी मौजूदगी बढ़ी है। वह स्थानीय मुद्दों को उठाकर अपनी राजनीतिक जमीन मजबूत करने की कोशिश कर रहे हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि पहाड़ की राजनीति में व्यक्तिगत संपर्क और जनसरोकारों का महत्व आज भी बरकरार है। सोशल मीडिया के दौर में भी गांव की चौपाल और घर-घर संपर्क का कोई विकल्प नहीं बन पाया है।

उत्तराखंड में अर्द्धकुंभ पर 'सियासत' का संगम

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में विधानसभा चुनाव की आहट के बीच धर्म और आस्था की राजनीति एक बार फिर केंद्र में आ गई है। हरिद्वार में अर्द्धकुंभ के आयोजन को लेकर भाजपा और कांग्रेस के बीच सियासी संग्राम तेज हो गया है। सत्ता पक्ष इसे सनातन संस्कृति और धार्मिक परंपराओं के संरक्षण का बड़ा कदम बता रहा है, जबकि विपक्ष इसे चुनावी वर्ष से पहले धार्मिक भावनाओं को भुनाने की कोशिश करार दे रहा है।

अर्द्धकुंभ को लेकर शुरू हुई बहस अब केवल धार्मिक आयोजन तक सीमित नहीं रह गई है, बल्कि यह प्रदेश की राजनीति का बड़ा मुद्दा बनती जा रही है। भाजपा का कहना है कि देवभूमि उत्तराखंड की पहचान उसकी आध्यात्मिक विरासत और धार्मिक परंपराएं हैं। ऐसे में अर्द्धकुंभ का आयोजन करोड़ों श्रद्धालुओं की आस्था से जुड़ा विषय है, जिस पर राजनीति नहीं होनी चाहिए।

दूसरी ओर कांग्रेस का आरोप है कि सरकार धार्मिक आयोजनों को प्रचार का माध्यम बना रही है। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि यदि सरकार वास्तव में श्रद्धालुओं की चिंता करती है तो उसे हरिद्वार की यातायात, पार्किंग, गंगा सफाई

और बुनियादी सुविधाओं पर अधिक ध्यान देना चाहिए। विपक्ष का तर्क है कि

●उत्तराखंड में धर्म के मुद्दे पर भाजपा और कांग्रेस आ गए हैं आमने-सामने
●भाजपा ने बताया आस्था का सम्मान, कांग्रेस ने उठाए व्यवस्थाओं पर सवाल
●करोड़ों श्रद्धालुओं की आस्था से जुड़ा विषय पर राजनीति का लगा तड़का

अर्द्धकुंभ के नाम पर राजनीतिक लाभ लेने की कोशिश की जा रही है। उत्तराखंड में धर्म और आस्था हमेशा से चुनावी विमर्श का अहम हिस्सा रहे हैं। चारधाम यात्रा, समान नागरिक संहिता, लव जिहाद कानून और धार्मिक पर्यटन जैसे मुद्दों पर भाजपा पहले ही अपनी मजबूत पकड़ बना चुकी है। अब अर्द्धकुंभ का मुद्दा भी उसी राजनीतिक रणनीति का हिस्सा माना जा रहा है।

भाजपा इस मुद्दे के जरिए अपने पारंपरिक वोट बैंक को मजबूत करने की कोशिश में दिख रही है, जबकि कांग्रेस धार्मिक आयोजनों के विरोध की छवि से बचते हुए सरकार को व्यवस्थाओं और खर्चों के सवालों पर घेरने की रणनीति अपना रही है। यही कारण है कि दोनों दल सीधे तौर पर आस्था का विरोध नहीं कर रहे, बल्कि आयोजन के स्वरूप और सरकार की मंशा को लेकर एक-दूसरे पर निशाना साध रहे हैं।

बिना विस्थापन भवन तोड़ने के विरोध में तहसील में धरना शुरू

चमोली(आरएनएस)। भू-धंसाव से प्रभावित लोगों ने तहसील में मांगों के लिए दो दिवसीय धरना शुरू कर दिया। उन्होंने कहा कि जिन भवनों को तोड़ा जा रहा है उन्हें विस्थापित भी नहीं किया गया है। उन्होंने विस्थापन करने समेत कई मांगें पूरा करने की मांग उठाई। उन्होंने कहा कि दो दिन में मांगों पर कोई सहमति नहीं बनने पर आगे के आंदोलन की रणनीति बनाई जाएगी। जोशीमठ बचाओ संघर्ष समिति से जुड़े लोग और आपदा प्रभावितों ने नारेबाजी करते हुए तहसील परिसर में धरना शुरू किया। समिति के संयोजक अतुल सती ने कहा कि आपदा के तीन साल बाद नगर में सुरक्षात्मक कार्य शुरू किए गए। मगर अधिक प्रभावित स्थलों पर कार्य न होकर दूसरे स्थानों पर कार्य कराए जा रहे हैं। ऐसे में अब गुणवत्ता पर भी सवाल उठ रहे हैं। पूर्व में इसको लेकर वैज्ञानिक कई सवाल उठा चुके हैं जिनपर कोई ध्यान नहीं दिया गया। जिन भवनों को तोड़ा जा रहा है उन्हें विस्थापित भी नहीं किया गया है। पूर्व में मुख्यमंत्री को 11 सूत्री मांगों का ज्ञापन सौंपा था जिसमें प्रभावितों को सुरक्षित स्थानों पर भूमि के बदले भूमि, राजीव आवास व प्रधानमंत्री आवास, पुश्तैनी भवनों का मूल्यांकन कर उचित मुआवजा देने सहित अन्य मांगें शामिल हैं।

महंगाई के विरोध में कांग्रेस कार्यकर्ताओं का प्रदर्शन

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमतों, महंगाई और बेरोजगारी के विरोध में नगर कांग्रेस कमेटी तिलवाड़ा ने केंद्र सरकार का पुतला फूंका। कार्यकर्ताओं ने नारेबाजी कर केंद्र सरकार की नीतियों का विरोध जताया।जिला कांग्रेस अध्यक्ष कुलदीप सिंह कंडारी ने कहा कि महंगाई के मुद्दे पर बड़े-बड़े वादे करने वाली भाजपा सरकार आज पेट्रोल-डीजल और रसोई गैस की बढ़ती कीमतों पर नियंत्रण नहीं कर पा रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि बढ़ती महंगाई से किसान, मजदूर, व्यापारी और आम जनता प्रभावित हो रही है। इससे पूर्व नगर कांग्रेस कमेटी की संगठनात्मक बैठक भी हुई। बैठक में बूथ अध्यक्षों, बीएलए-2 और कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। बैठक में बूथ स्तर पर संगठन को मजबूत करने, नई समितियों के गठन और आगामी रणनीति पर चर्चा की गई। इस दौरान शिक्षा विभाग से सेवानिवृत्त जयपाल कंडारी ने कांग्रेस की सदस्यता ग्रहण की। बैठक में पूर्व ब्लॉक प्रमुख प्रदीप थपलियाल, नगर अध्यक्ष बिशन सिंह जगवाण, पूर्व जिला पंचायत सदस्य देवेश्वरी नेगी, अनिल रावत, कुलदीप जगवाण, संजय रावत, योगेश गोस्वामी और सुरेंद्र लाल आदि मौजूद थे।

योग दिवस पर केदारनाथ धाम में होगा सामूहिक योग

रुद्रप्रयाग(आरएनएस)। 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को लेकर जनपद में तैयारियां शुरू हो गई हैं। इस बार 21 जून को केदारनाथ धाम, गुलाबराय मैदान रुद्रप्रयाग और श्री ओंकारेश्वर मंदिर ऊखीमठ में एक साथ सामूहिक योग कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। वहीं योग दिवस से पहले 16 जून को अगस्त्यमुनि स्थित स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में रन फॉर योग कार्यक्रम होगा। वहीं योग के प्रचार-प्रसार के लिए जिलेभर में जागरूकता अभियान भी चलाया जाएगा। आयुर्वेद विभाग की टीम विभिन्न सरकारी कार्यालयों में जाकर अधिकारियों और कर्मचारियों को नमस्ते योगा ऐप डाउनलोड कराने के साथ ही योग ब्रेक कार्यक्रम की जानकारी देगी। जिला प्रशासन ने 14 जून को होने वाले प्रयास-2026 ऑनलाइन योग सत्र में भी अधिक से अधिक लोगों को जुड़ने के लिए कहा। प्रशासन इस ऑनलाइन सत्र के माध्यम से गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने का प्रयास करेगा। इसके लिए सभी से टोल फ्री नंबर 1800-315-7008 पर मिस्ड कॉल देकर पंजीकरण करने को कहा गया।

गाजणा-पाली ग्राम पंचायत ने भी किया शराबबंदी का समर्थन

नई टिहरी(आरएनएस)। ग्राम पंचायत गाजणा-पाली भी शराबबंदी मुहिम में शामिल हो गया है। ग्रामीणों ने बैठक कर शादी समारोह की मेहंदी रस्म, जन्म दिन और चूड़ाक्रम संस्कार सहित अन्य किसी भी सार्वजनिक आयोजनों में शराब का वितरण और सेवन करने पर प्रतिबंध लगा दिया है। गांव में सामाजिक जागरूकता बढ़ाने के लिए ग्राम समाज सुधार समिति का भी गठन किया गया है। गांव में प्रधान जयसूरी देवी की अध्यक्षता में हुई बैठक में निर्णय लिया गया कि विवाह समारोह और अन्य सार्वजनिक कार्यक्रमों में शराब परोसने और शराब पीकर सामाजिक माहौल खराब करने वालों के खिलाफ कार्रवाई की जाएगी। पंचायती फैसले का उल्लंघन करने वालों पर जुर्माना लगाया जाएगा। बैठक में उपस्थित चंबा ब्लॉक प्रमुख सुमन सजवाण ने कहा कि ग्राम पंचायत गाजणा-पाली ने सराहनीय निर्णय लिया है। अन्य ग्राम पंचायतों को भी इस फैसले से प्रेरणा लेकर शराब बंदी मुहिम में शामिल होना चाहिए। शराब नहीं संस्कार मुहिम के प्रणेता सुशील बहुगुणा ने कहा कि जिला पंचायत अध्यक्ष इशिता सजवाण के गांव के लोगों ने यह सराहनीय निर्णय लिया है। ग्राम पंचायत का यह निर्णय केवल शराबबंदी नहीं बल्कि आने वाली पीढ़ियों के भविष्य की सुरक्षा का संकल्प है।

मानसून से पहले बागेश्वर प्रशासन अलर्ट

बागेश्वर(आरएनएस)। आगामी मानसून सीजन को देखते हुए जनपद प्रशासन ने आपदा प्रबंधन की तैयारियों को अंतिम रूप देना शुरू कर दिया है। इसी क्रम में कलेक्ट्रेट सभागार में जिलाधिकारी अपूर्वा पाण्डे की अध्यक्षता में जनपद स्तरीय समीक्षा बैठक आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न विभागों द्वारा मानसून पूर्व की गई तैयारियों का विस्तृत आकलन किया गया। जिलाधिकारी ने स्पष्ट निर्देश दिए कि मानसून अवधि के दौरान सभी विभाग पूर्ण सतर्कता, आपसी समन्वय और त्वरित कार्रवाई की भावना के साथ कार्य करें, ताकि किसी भी संभावित आपदा की स्थिति में जनहानि और संपत्ति के नुकसान को न्यूनतम किया जा सके।

बैठक में जिलाधिकारी ने संवेदनशील एवं अतिसंवेदनशील क्षेत्रों की पहचान कर वहां आवश्यक व्यवस्थाएं समय रहते सुनिश्चित करने पर विशेष बल दिया। उन्होंने राहत एवं बचाव कार्यों के लिए जरूरी उपकरणों की उपलब्धता, संचार तंत्र की मजबूती, पेयजल आपूर्ति, विद्युत व्यवस्था, स्वास्थ्य सेवाओं तथा सड़क संपर्क को निर्बाध बनाए रखने के निर्देश दिए। सड़क निर्माणदायी संस्थाओं को भूस्खलन संभावित क्षेत्रों में पर्याप्त संख्या में जेसीबी मशीनें और अन्य संसाधन तैनात रखने तथा मशीन ऑपरेटरों की अद्यतन संपर्क सूची जिला प्रशासन को उपलब्ध कराने को कहा गया, जिससे आपदा की स्थिति में तत्काल कार्रवाई संभव हो सके।

जिलाधिकारी ने नगर निकायों एवं संबंधित विभागों को जल निकासी व्यवस्था दुरुस्त रखने के लिए नालियों और कलमटों की समयबद्ध सफाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। स्वास्थ्य विभाग को संभावित प्रसव वाली गर्भवती महिलाओं की नियमित निगरानी, जीवनरक्षक दवाओं का पर्याप्त भंडारण तथा उच्च जोखिम वाली गर्भवती महिलाओं की सूची तैयार कर आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के लिए कहा गया। वहीं, जिला पूर्ति अधिकारी को संभावित आपदा प्रभावित और दूरस्थ क्षेत्रों में आगामी छह माह के लिए खाद्यान्न एवं आवश्यक वस्तुओं का अग्रिम भंडारण सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए।

शिक्षा और बाल विकास विभाग को भी विशेष जिम्मेदारी सौंपते हुए जिलाधिकारी ने संवेदनशील विद्यालयों और आंगनबाड़ी केंद्रों का स्थलीय निरीक्षण कर सुरक्षा प्रमाण-पत्र प्रस्तुत करने के निर्देश दिए। उन्होंने विद्यार्थियों की सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता बताते हुए सभी संवेदनशील शैक्षणिक संस्थानों का पूर्व आकलन कर विस्तृत कार्ययोजना तैयार करने को कहा।

बैठक में आईआरएस टीमों की तैयारियों की भी समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने सभी तहसीलों में कंट्रोल रूम, सैटेलाइट फोन और वायरलेस संचार प्रणाली को सक्रिय रखने तथा उपलब्ध संसाधनों की अद्यतन सूची तैयार रखने के निर्देश दिए। उन्होंने दो टूक कहा कि मानसून अवधि के दौरान किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी और सभी विभागों को आपसी समन्वय के साथ प्रभावी ढंग से कार्य करना होगा।

बैठक में कुछ अधिकारियों की अनुपस्थिति पर नाराजगी व्यक्त करते हुए जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों के खिलाफ कारण बताओ नोटिस जारी करने के निर्देश भी दिए। बैठक में अपर जिलाधिकारी एन.एस. नबियाल सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

बालिका शिक्षा केंद्र जुणगा को मिला सामुदायिक सहयोग

उत्तरकाशी(आरएनएस)। डुंडा के जुणगा में बालिका शिक्षा को मजबूत करने के लिए एक प्रेरणादायक पहल हुई। बालिका शिक्षा केंद्र जुणगा में अभिभावक-शिक्षक बैठक आयोजित की गई जिसमें शिक्षा, सहभागिता और सामुदायिक सहयोग का अच्छा उदाहरण देखने को मिला। बैठक में बालिकाओं की नियमित उपस्थिति, शैक्षणिक प्रगति, शिक्षण गुणवत्ता और केंद्र के समग्र विकास जैसे महत्वपूर्ण मुद्दों पर विस्तार से चर्चा हुई।

प्रधानाचार्य अन्नराज सिंह भंडारी ने केंद्र की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए एक पंखा, 10 गद्दे और एक जालीदार दरवाजा प्रदान किया। वहीं चरण सिंह भंडारी ने 2100 रुपये की सहयोग राशि देकर योगदान दिया। ग्राम प्रधान अनिल सिंह भंडारी ने भी शिक्षा के प्रति अपनी प्रतिबद्धता जताते हुए शिक्षिका पूजा कैंतुरा को ग्राम पंचायत की ओर से 2000 रुपये प्रतिमाह सहयोग राशि देने की घोषणा की।

प्रवक्ता भर्ती परीक्षा कैलेंडर में विसंगतियों पर भड़के अभ्यर्थी

हरिद्वार(आरएनएस)। उत्तराखंड लोक सेवा आयोग (यूकेपीएससी) द्वारा आयोजित प्रवक्ता भर्ती परीक्षा-2025 के परीक्षा कैलेंडर में कथित विसंगतियों और असमान तैयारी अवधि को लेकर अभ्यर्थियों का आक्रोश बढ़ता जा रहा है। इंडियन यूथ कांग्रेस उत्तराखंड के प्रतिनिधिमंडल ने आयोग कार्यालय पहुंचकर मुख्य परीक्षा संचालक जयवर्धन शर्मा को ज्ञापन सौंपा। फिजिक्स और सिविक्स विषय की परीक्षाओं के लिए संशोधित कार्यक्रम जारी करने की मांग की। प्रतिनिधिमंडल का कहना था कि आयोग ने विभिन्न विषयों की परीक्षा तिथियां अलग-अलग चरणों में घोषित कर अभ्यर्थियों को असमंजस की स्थिति में डाल दिया है। कुछ विषयों को तैयारी के लिए चार से साढ़े चार माह का समय मिला, जबकि अन्य विषयों के अभ्यर्थियों को लगभग एक वर्ष का अवसर प्राप्त हो रहा है उन्होंने इसे समान अवसर के सिद्धांत के विपरीत बताया। ज्ञापन में कहा गया कि फिजिक्स विषय की परीक्षाएं पहले स्थगित की गईं और बाद में अचानक मात्र दस दिन के भीतर नई तिथि घोषित कर दी गई। इससे विशेष रूप से पर्वतीय जिलों पौड़ी, उत्तरकाशी, पिथौरागढ़, मुनस्यारी और रुद्रप्रयाग के अभ्यर्थियों को मानसिक, आर्थिक और शैक्षणिक कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। अभ्यर्थियों ने मांग की कि परीक्षाओं को बरसात के बाद सितंबर माह में आयोजित किया जाए।

यूथ कांग्रेस ने आरोप लगाया कि आयोग के निर्णयों से अभ्यर्थियों का समय और संसाधन व्यर्थ हुए हैं तथा राष्ट्रीय स्तर की परीक्षाओं की तैयारी भी प्रभावित हुई है। प्रतिनिधिमंडल में प्रदेश महासचिव उत्कर्ष वालिया, धनीराम शर्मा, अभिषेक शर्मा (अध्यक्ष बेरोजगार संघ), विवेक, सोनू, अनिल, सागर कुमार, अभिषेक, आशीष बिष्ट, विक्रम सिंह, पंकज, सागर सिंह, योगी पहाड़ी, नूपुर, पूजा शर्मा और शुभम चौधरी सहित अनेक छात्र व कार्यकर्ता मौजूद रहे।

शराबबंदी अभियान में सहयोग करने वालों को किया सम्मानित

नई टिहरी(आरएनएस)। जौनपुर विकास मंच ने समाज सुधार अभियान के तहत शराब बंदी मुहिम में सहयोग करने वालों को सम्मानित किया है। मंच ने कहा कि सभ्य समाज के लिए शराब जैसी कुप्रथा को समाप्त करने में सहयोग करने वालों को भविष्य में भी सम्मानित किया जाता रहेगा।

उन्होंने क्षेत्र के लोगों से अभियान को सफल बनाने में सहयोग करने की अपील की है। जौनपुर ब्लॉक मुख्यालय थत्यूड़ ब्लॉक सभागार में जौनपुर विकास मंच की ओर से आयोजित कार्यक्रम में नशा मुक्ति अभियान में सहयोग करने वाले करीब 100 लोगों को सम्मानित किया गया। वक्ताओं ने कहा कि नशा मुक्त अभियान में पालीगाड, दशज्यूला और छैन्यूला पट्टी के दर्जनों गांवों का विशेष सहयोग रहा है। बताया गया कि पिछले छह माह पूर्व जौनपुर विकास मंच थत्यूड़ ने गांव-गांव जाकर विवाह समारोह की मेहंदी रस्म, जन्मदिन, चूड़ाकर्म संस्कार सहित अन्य सभी मांगलिक कार्यक्रमों में शराब और मांस परोसने की प्रथा को प्रतिबंधित कर दिया था।

विकास मंच ने प्रत्येक गांव में संबंधित प्रधान की अध्यक्षता में बैठक कर गांव के सभी लोगों ने मांगलिक कार्यक्रम में शराब मुक्त शादी समारोह आयोजित करने का संकल्प लिया था। इस मुहिम को और बढ़ाने के लिए मंच ने अभी तक शराब मुक्त अभियान में सहयोग करने वाले एक सौ से अधिक लोगों को प्रशस्ति पत्र और शॉल भेंटकर कर सम्मानित किया है। इस दौरान कृषि, बागवानी, पशुपालन और शिक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वालों को भी सम्मानित किया गया।

इस मौके पर मंच के अध्यक्ष रतनमणि भट्ट, उपाध्यक्ष महिपाल सिंह रावत, महामंत्री खेमराज भट्ट, पूर्व प्रमुख कुंवर सिंह पंवार,चेतन प्रसाद नौटियाल, गढ़वाली रामायण के रचयिता देवेंद्र प्रसाद चमोली, जयेंद्र बिजलवाण, विनोद सेमवाल, निहाल सिंह रावत सनवीर बेलवाल अकबीर पंवार पृथ्वी रावत सामाजिक कार्यकर्ता कुंवर सिंह पवार कुशाल सिंह चौहान प्रताप सिंह पंवार उपस्थित रहे।

हार्ट हेल्थ के लिए फायदेमंद होता है हरा प्याज, जानें इसका कैसे करें इस्तेमाल

हरा प्याज एक ऐसी सब्जी है जो किसी भी सब्जी में मिला देने पर उसको टेस्टी और स्वादिष्ट बना देता है। इसका उपयोग अक्सर सब्जियों के साथ मिलाकर या फिर अकेले ही भी किया जाता है। हरा प्याज खाने में क्रंची और टेस्टी लगता है। इसलिए इसका उपयोग सब्जियों को गार्निश करने के लिए भी करते हैं। क्योंकि यह सब्जियों को देखने में और आकर्षक बना देता है। हरा प्याज किसी भी उम्र के लोगों के लिए बहुत ही फायदेमंद मानी जाती है। जिसे हम सभी को अपने रोजाना भोजन में शामिल करना चाहिए। विशेषकर इसका सेवन हृदय रोगियों और उम्रदराज लोगों के लिए बहुत ही फायदेमंद माना जाता है। हरे प्याज में कई ऐसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जो हृदय स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। इसके नियमित सेवन से दिल की बीमारियों का खतरा काफी कम हो जाता है। आइए जानते हैं कि हरा प्याज हमारे हार्ट के लिए क्यों इतना उपयोगी है।

हरा प्याज हार्ट हेल्थ के लिए फायदेमंद

प्याज में मौजूद क्वर्सेटिन एंटीऑक्सीडेंट का काम करता है जो फ्री रेडिकल्स से लड?र हृदय रोगों से बचाता है।

इसमें विटामिन सी, फोलिक एसिड, फाइबर और अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं जो धमनियों को स्वस्थ रखते हैं। प्याज का सेवन खून में कोलेस्ट्रॉल कम करने में मदद करता है। इसमें सल्फर की मात्रा अधिक होती है जो ब्लड प्रेशर को कम करता है। प्याज में एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं जो सूजन को कम करते हैं। प्याज के नियमित सेवन से धमनियां लचीली और टच्ची बनी रहती हैं।

हरा प्याज का जानें कैसे करें इस्तेमाल

सलाद के रूप में - हरे प्याज को पतला काटकर सलाद में डालें। इसमें टमाटर, ककड़ी, नींबू का रस मिलाएं।

संडविच में - ब्रेड पर हरा प्याज, टमाटर और अन्य सब्जियां डालकर संडविच बनाएं। चटनी में - हरे प्याज को बारीक काटकर चटनी में मिलाएं। भुनकर - प्याज को कम तेल में भूनकर भी खा सकते हैं। सूप में - प्याज और अन्य सब्जियों का सूप बनाकर पी सकते हैं। जूस में - हरे प्याज का जूस निकालकर पीना फायदेमंद है।

विपरीत शलभासन से स्वास्थ्य को मिल सकते हैं कई लाभ

योग एक ऐसी क्रिया है, जिसमें एक ही आसन के कई स्वरूप होते हैं। ऐसा ही एक आसन है शलभासन, जिसका दूसरा स्वरूप विपरीत शलभासन है।इस स्थिति में शरीर पीठ की तरफ से उठाना होता है, जबकि दोनों हाथ जमीन से सटे होते हैं। अगर आप रोजाना इस आसन का अभ्यास करेंगे तो इससे आपको कई स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं।चलिए फिर आज आपको विपरीत शलभासन के अभ्यास का तरीका और अन्य महत्वपूर्ण बातें बताते हैं।

सबसे पहले योगा मैट पर पेट के बल सीधे लेट जाएं। इसके दौरान अपनी ठोड़ी को जमीन पर रखें। इसके साथ ही हाथों को पेट के किनारे से सटा लें।अब पैर की उंगलियों को बाहर की ओर रखें, फिर पैरों के शीर्ष को धीरे से फर्श पर दबाएं। इसके बाद धीरे-धीरे से पैरों को उठाएं और थोड़ा-सा पीठ की ओर झुकाएं।आप चाहें तो इस स्थिति में अपने चेहरे के नीचे एक सॉफ्ट तकिया भी रख सकते हैं। अगर रीढ़ की हड्डी, गर्दन और सिर में दर्द हो तो इस योगासन को करने का प्रयास न करें।गर्भवती महिलाएं इस योगासन का अभ्यास बिल्कुल भी न करें।पीठ, पेट और घुटने में दर्द होने पर इस योगासन का अभ्यास करने से पहले डॉक्टर से परामर्श जरूर लें।हृदय रोग, हाई ब्लड प्रेशर और स्लिप डिस्क आदि समस्याओं से पीड़ित लोगों को भी इस आसन के अभ्यास से दूरी बनाकर रखनी चाहिए। इस योगासन से साइटिका की समस्या से राहत मिल सकती है।यह योगासन शरीर के आंतरिक अंगों पर भी सकारात्मक असर डालता है। इसके अलावा यह आसन न सिर्फ कमर और पेट की मांसपेशियों को मजबूत करने में मदद करता है, बल्कि आकर्षक एब्स बनाने में भी लाभदायक है।इसके साथ ही यह योगासन पाचन क्रिया की कार्यक्षमता को भी बेहतर कर सकता है और मानसिक विकारों से भी कुछ हद तक राहत दिला सकता है। हमेशा खाली पेट इस आसन का अभ्यास करें। अगर आप पहली बार इस योगासन का अभ्यास करने वाले हैं तो ऐसा किसी प्रशिक्षक की निगरानी में ही करें।अगर इसका अभ्यास करते समय आप शरीर का संतुलन नहीं बना पा रहे हैं तो अपने पैरों को चिपकाकर रखने की जगह कुछ दूरी पर फैला लें। इससे संतुलन बनाने में मदद मिलेगी।इस मुद्रा से सामान्य अवस्था में धीरे-धीरे आएं ताकि कमर या गर्दन में झटका न लगे।

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

गाजर के जूस से मुंहासों का उपचार

चेहरे पर मुंहासे हमें गंभीर रूप से परेशान कर सकते हैं। हमें एहसास भी नहीं होता है और यह धीरे-धीरे हमारे चेहरे को पूरा बर्बाद कर देते हैं। इनकी वजह से कई लोगों के अंदर का कॉन्फिडेंस कम होने लगता है। हम में से बहुत से लोग मुंहासों को छिपाने के लिए मेकअप का सहारा लेते हैं। हालांकि, यह सिर्फ स्थिति को बदतर बनाता है। मेकअप से स्किन पोर्स बंद हो जाते हैं, जिससे मुंहासे और ज्यादा फैलने लगते हैं। इससे पहले की बहुत देर हो जाए आपको इसका उपचार करना चाहिए।

आज हम आपको गाजर के जूस से मुंहासों का इलाज करना बताएंगे, जिससे कुछ ही दिनों में आपकी स्किन फिर से चमकदार और बेदाग नजर आने लगेगी। यदि आप सोच रही हैं कि गाजर का रस मुंहासे दूर करने में कैसे मदद करता है और इसका उपयोग कैसे करना है, तो आइए जानते हैं...

मुंहासों के लिए गाजर के रस का फायदा

गाजर का रस विटामिन-ए और सी का एक समृद्ध स्रोत है। विटामिन-ए एक प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंटहै, जो स्वस्थ त्वचा कोशिकाओं के उत्पादन को प्रोत्साहित करता है और आपके चेहरे पर एक प्राकृतिक चमक लाता है। यह आपकी त्वचा को सूरज की हानिकारक किरणों से भी बचाता है और त्वचा की उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को धीमा करता है। लेकिन, सबसे महत्वपूर्ण बात, यह त्वचा को ठीक करने और मुंहासे को साफ करने में मदद करता है। गाजर के रस में मौजूद विटामिन सी त्वचा में कोलेजन उत्पादन को बढ़ाता है। कोलेजन त्वचा की लोच में सुधार करने में मदद करता है, जिससे आपकी त्वचा नरम और चिकनी होती है।

गाजर के रस का मास्क

आप अपनी त्वचा को निखारने और मुहांसों को साफ करने के लिए सीधे अपने चेहरे पर गाजर के रस का उपयोग कर सकती हैं।

चेहरे पर लगाने का तरीका

*आपको 2 बड़े चम्मच ताजे गाजर के रस की आवश्यकता होगी।

*इसे रूई की मददे से अपने साफ चेहरे पर लगाएं।

*जब यह सूख जाए तब चेहरे को धो लें।

*अच्छा रिजल्ट पाने के लिए इसे रोज लगाएं।

2. गाजर का रस और समुद्री नमक

समुद्री नमक में जीवाणुरोधी गुण होते हैं, जो हानिकारक बैक्टीरिया को खत्म करते हैं और आपकी त्वचा को साफ रखते हैं। यह त्वचा में तेल के उत्पादन को संतुलित करने में मदद करता है और इस तरह मुंहासे का सफाया करता है।

चेहरे पर लगाने का तरीका

*1 टीस्पून गाजर के रस में 1 टीस्पून समुद्री नमक मिलाएं।

*एक कॉटन पैड के उपयोग से इसे चेहरे पर लगाएं।

*जब यह सूख जाए तब चेहरे को गुनगुने पानी से धो लें।

3. गाजर का रस और जैतून का तेल

जैतून के तेल में आवश्यक फैटी एसिड और एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो स्किन में जान डालने का काम करते हैं। यह तेल स्किन के पोर्स को बंद किए बिना गहराई से मॉइस्चराइज करता है और त्वचा को पोषण देता है।

चेहरे पर लगाने का तरीका

*2 टेबलस्पून गाजर के रस में 1 टीस्पून जैतून का तेल मिलाकर चेहरे पर लगाएं।

*इसे 10-15 मिनट के लिए छोड़ दें। बाद में इसे अच्छी तरह से धो लें।

*ऐसा सप्ताह में दो बार करें।

गाजर का रस और मुल्तानी मिट्टी

ऑयली स्किन वालों को मुंहासों की सबसे ज्यादा समस्या होती है। मुल्तानी मिट्टी चेहरे से अतिरिक्त तेल को सोखने का काम करती है। यह न केवल आपकी त्वचा से तेल और गंदगी को अवशोषित करती है, बल्कि ब्लैकहेड्स, व्हाइटहेड्स और झाइयों को मिटाती है।

चेहरे पर लगाने का तरीका

*गाजर का रस निकालें और इसे कटोरे में इकट्ठा करें।

*एक चिकना पेस्ट बनाने के लिए इसमें पर्याप्त मुल्तानी मिट्टी मिलाएं।

*पेस्ट को अपने चेहरे पर लगाएं। इसे 10-15 मिनट के लिए छोड़ दें।

*गुनगुने पानी का उपयोग करके इसे अच्छी तरह से धो लें।बेहतर परिणाम के लिए सप्ताह में एक बार इस उपाय को अपनाएं।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -062

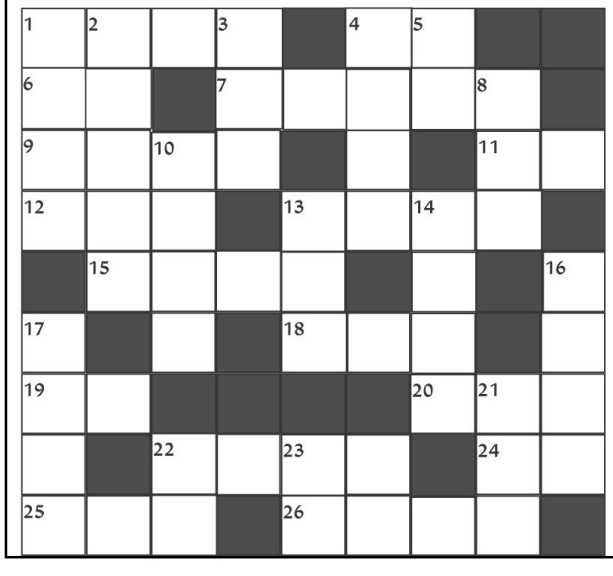
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. जल छिड़कना, राजा के सिंहासन रोहन का अनुष्ठान 4. मवाद, पीब (अं) 6. जाति 7. हाथ से धीरे-धीरे ठोंकना, थपकना 9. कमल रोग से ग्रसित व्यक्ति (उ.) 11. किरण 12. छौंक, तड़का 13. दुखदायी, दर्दनाक 15. विवाद, कहासुनी, तकरार 18. समूह, दल, समुदाय 19. दण्ड 20. काजल 22. अनाथ, निराश्रित, यतीम 24. दुख, शोक 25. एक प्रसिद्ध सफेद पक्षी, वक 26. राज्य का विदेश में प्रतिनिधि।

ऊपर से नीचे

1. विचित्र, अद्भूत 2. अंदर ही अंदर हानि पहुंचाना 3. वचन, वाणी 4. गुमराह, जो रास्ते से भटक गया हो 5. मुलायम सिंह की पार्टी का संक्षिप्त नाम 8. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध देवर्षि 10. कार्यावली, करस्तानी, प्रशंसनीय कार्य 13. दासी, नौकरानी, बांदी, गुलाम स्त्री 14. प्रवृत्त करने वाला, प्रेरित करने वाला, आविष्कारक 16. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर 17. सामान (उ.) 21. संसार, दुनिया 22. समय, चमेली की जाति का एक पौधा और फूल 23. पराजित, परास्त।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 61 का हल

दि	क्क	त	■	आ	सा	न	■	आ
ल	■	मी	■	खि	■	सी	ख	ना
■	म	ज	बू	र	■	ह	■	जा
स	र्द	■	■	का	■	त	रा	ना
र	■	■	■	र	वि	■	ह	■
प	ह	ना	ना	■	ना	रा	ज	■
ट	■	■	क	शि	श	■	नी	ला
■	र	■	■	का	■	रा	■	य
खा	ति	र	दा	री	■	त	क्ष	क

जानिए शिशु के लिए सेब की प्यूरी बनाने का हेल्दी तरीका

हर उम्र के व्यक्ति के लिए सेब पौष्टिक फल होता है। आप छह महीने के होने के बाद शिशु को सेब की प्यूरी दे सकते हैं। पोषक तत्वों से भरपूर एप्पल प्यूरी आसानी से पच जाती है। जब आप बच्चे को ठोस आहार देना शुरू करती हैं, तब उसे यह पौष्टिक एप्पल प्यूरी भी खिला सकती हैं।

एप्पल प्यूरी के पोषक तत्व

एप्पल प्यूरी को इम्यूनिटी बूस्टर कहा जाता है और इसे आप अपने शिशु को रोज खिला सकती हें। 100 ग्राम एप्पल प्यूरी में 52 कैलोरी, 14 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, फैट 0.17 ग्राम, प्रोटीन 0.27 ग्राम और डायट्री फाइबर 2.4 ग्राम होता है।

एप्पल प्यूरी खिलाने के फायदे

सेब में अघुलनशील और घुलनशील दोनों तरह के फाइबर होते हैं और इसलिए यह कब्ज से बचाता है। इससे शिशु का पाचन तंत्र दुरुस्त रहता है। सेब में उच्च मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट, फ्लेवेनॉइड और विटामिन ए, सी एवं ई होता है। इसमें पोटैशियम, कैल्शियम, फास्फोरस और मैग्नीशियम भी होता है। आयरन, मैंगनीज और जिंक भी सेब में पाया जाता है।

सेब की प्यूरी बनाने का तरीका

*एक सेब लें और उसका छिलका उतार लें। अब इस सेब को छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें। एक बर्तन या कढ़ाई लें और उसमें पानी को गर्म करने के लिए रख दें।

*उबलते हुए पानी में सेब के टुकड़े डाल दें। बर्तन को ढंक कर सेब को नरम होने तक उबालें।

*7 से 8 मिनट के बाद गैस बंद करें और ढक्कन हटाएं। अब सेब के टुकड़ों को पानी से निकालकर एक कटोरी में ठंडा होने के लिए रख दें।

*आपने जिस पानी में सेब को उबाला है, उसे भी एक कटोरी में भर कर रख लें। सेब को मिक्सर में डालें और जिस पानी में सेब को उबाला था, वो पानी भी आवश्यकतानुसार डाल दें।

*अब सेब को मिक्सर में पीस लें और पिसने के बाद एक कटोरी में रख लें।

कब तक करें स्टोर

आप इस एप्पल प्यूरी को फ्रिज में स्टोर करके दो से तीन दिन तक रख सकते हैं। इसे एयर टाइट कंटेनर में ही रखें।

खिलाने का तरीका

जब भी शिशु को एप्पल प्यूरी देनी हो तो फ्रिज से निकालने के बाद कुछ देर इस नॉर्मल टेंपरेचर पर आने दें और उसके बाद थोड़ा-सा गर्म पानी डालकर इसे गर्म करने के बाद ही बच्चे को दें। डायेक्ट नहीं बल्कि स्टीम करके गर्म करना है।(आरएनएस)

बिना पकाए कभी ना करें इन सब्जियों का सेवन

अच्छा खानपान ही अच्छी सेहत का राज होता हैं। सही आहार को सही समय और सही तरीके से खाया जाए तो सेहतमंद और स्वस्थ रहा जा सकता हैं। लेकिन अधूरी जानकारी के चलते अक्सर हम कुछ चीजों का सेवन गलत तरीके से कर बैठते हैं जिस वजह से वे फायदा पहुंचाने की जगह नुकसान पहुंचाती हैं। आज इस कड़ी में हम आपको कुछ ऐसी ही चीजों के बारे में बताने जा रहे हैं जिनका सेवन अच्छी तरह से पकाने के बाद ही करना चाहिए। इन सब्जियों को कच्चा खाने से नुकसान होता है। तो आइये जानते हैं इनके बारे में।

ग्वार की फलियां

ग्वार की फलियों का सेवन अच्छी तरह से पकाकर ही करना चाहिए। ग्वार की फलियों को कच्चा खाने से स्वास्थ्य पर विपरित प्रभाव पड़ने लगता है। ग्वार की फलियां स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होती हैं, अगर इन्हें अच्छे से पकाकर खाया जाए।

आलू

कच्चे आलू के सेवन से परहेज करना चाहिए। कच्चा आलू खाने से गैस, उल्टी, सिर दर्द और पाचन से संबंधित समस्याएं हो सकती हैं। आलू का सेवन करने से पहले उसे अच्छी तरह से पका लेना चाहिए। आलू का इस्तेमाल लगभग हर सब्जी में होता है।

गोभी और ब्रोकली

गोभी और ब्रोकली का सेवन अच्छी तरह से पकाने के बाद ही करना चाहिए। इन सब्जियों का सेवन कच्चा करने से नुकसान होता है। गोभी और ब्रोकली को कच्चा खाने से पेट में गैस और अपच की समस्या हो सकती है।

राजमा, बीन्स

राजमा और बीन्स का सेवन अच्छी तरह पकाकर ही करें। इन चीजों को कच्चा खाने से उल्टी, दस्त जैसी समस्याएं हो सकती हैं। राजमा को पकाने से पहले कम से कम 5 घंटे तक भिगोकर रखना चाहिए। 5 घंटे भिगोने के बाद ही राजमा की सब्जी बनानी चाहिए।

बैंगन

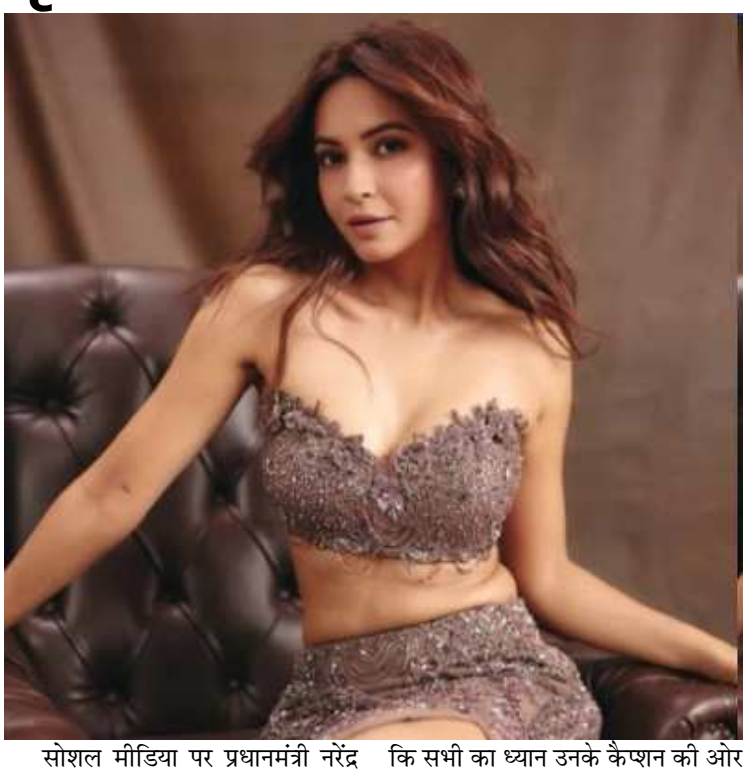
कच्चा बैंगन खाने से पेट संबंधित समस्याएं हो सकती हैं। कच्चा बैंगन खाने से उल्टी, चक्कर आना जैसी परेशानियां हो सकती हैं। बैंगन को खाने से पहले अच्छी तरह पका लेना चाहिए। (आरएनएस)

साड़ी में गजब ढाती हैं जाह्नवी कपूर!

एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर के साड़ी अवतार में अलग-अलग लुक्स को देख दंग रह जाएंगे आप। देखिए कैसे अपने साड़ी लुक से जाह्नवी ने फैंस का दिल जीता और इंटरनेट पर अपना जलवा बिखेरा।

जब बात बॉलीवुड के फैशन की हो और एक्ट्रेसेस का साड़ी लुक में ग्लैम दिखे, तो जाह्नवी कपूर का नाम सबसे पहले आता है। जाह्नवी कपूर अकसर अपने इंस्टाग्राम पर साड़ी लुक में फोटो अपलोड करती नज़र आती हैं। जेन-जी एक्ट्रेस का ट्रैडिशनल लुक उनके फैंस का दिल हर बार जीत लेता है। जाह्नवी कपूर के साड़ी अवतार की बात हो तो केवल उनके कपड़े और मेकअप नहीं, ब्लकि उनकी बॉडी लैंग्वेज, स्टाइल, और ग्रेस कि तारीफ भी करी जाती है। भारी और डिज़ाइनर साड़ी में जाह्नवी का चहरा और भी ज़्यादा खिल कर आता है। ट्रेंडिंग फैशन सेंस के साथ-साथ साड़ी में ग्लैमरस लुक देना उनकी खासीयत है। जाह्नवी का साड़ी अवतार हमेशा अलग अंदाज में सामने आता है। इस लुक में जाह्नवी बेहद रॉयल लग रही हैं। ट्रेडीशनल साउथ लुक, हैवी ज्वेलरी, बिंदी, मिनिमल मेकअप और चहरे पर मासूमियत। जाह्नवी कपूर के साड़ी को ड्रेप करने का तरीका हमेशा काफी ग्रेसफुल और एलिगेंट रहता है। इसी के साथ उनका नो-हेवी मेकअप लुक उनके अवतार में चार-चांद लगा देता है। डिज़ाइनर साड़ी के अलावा जब जाह्नवी प्लेन कॉटन, प्रिंटेड या सिल्क कि साड़ी पहनती हैं तो उनको देखते ही श्रीदेवी का 80 वाला लुक सामने आ जाता है। मॉर्डन ड्रेसेस और हेवी मेकअप लुक जाह्नवी पर खुब जचता है, लेकिन साड़ी में उनकी खूबसूरती और कॉनफिड़ेंस अलग ही खिलता है। हाल ही में अपनी अपकमिंग फिल्म पेड्डी के ट्रेलर लॉन्च के लिए जाह्नवी ने ब्लू साड़ी लुक में सोशल मीडिया पर फोटो डाली। तस्वीरें देख फैंस बोले ट्रेडिशनल हो तो ऐसा।

कृति खरबंदा ने टॉफी वाली पोस्ट से लूट ली महफिल!



सोशल मीडिया पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और इटली की प्रधानमंत्री जियोर्जिया मेलोनी के नाम को मिलाकर मेलोडी ट्रेंड छाया हुआ है। इस मजेदार मीम फेस्ट में अब अभिनेत्री कृति खरबंदा भी शामिल हो गई हैं। कृति ने इंस्टाग्राम पर भूरे (ब्राउन) रंग की खूबसूरत ड्रेस में अपनी तस्वीरें पोस्ट कीं, जिसका रंग बिल्कुल मेलोडी टॉफी से मिल रहा है। अभिनेत्री ने मजा लेते हुए कैप्शन भी कुछ ऐसा डाला कि सभी का ध्यान उनके कैप्शन की ओर खींचा चला गया। कृति लिखती हैं, ये मेलोडी इतनी चॉकलेटी क्यों है? कृति की पोस्ट सभी को बहुत पसंद आ रही हैं। उनके फैंस कमेंट सेक्शन पर जमकर प्रतिक्रिया दे रहे हैं।

बता दें कि मेलोडी शब्द को सोशल मीडिया यूजर्स अक्सर इस्तेमाल करके वैश्विक मंचों पर इन दोनों नेताओं, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और इटली की प्रधानमंत्री जियोर्जिया मेलोनी, के बीच हुई हल्की-फुल्की बातचीत को हाईलाइट करते हैं।

इस वायरल ट्रेंड को तब रफ्तार मिली, जब इटली के दौरे पर पीएम मोदी ने जॉर्जिया मेलोनी को भारत की मशहूर मेलोडी चॉकलेट/टॉफी गिफ्ट की थी। मेलोनी ने इस क्यूट जेस्चर के लिए पीएम मोदी को धन्यवाद देते हुए अपने आधिकारिक सोशल मीडिया अकाउंट पर एक वीडियो भी शेयर किया था, जो इंटरनेट पर आते ही छा गया।

इस मजेदार ट्रेंड के साथ-साथ यह ऑनलाइन ट्रेंड दोनों देशों के बीच मजबूत हो रही कूटनीतिक और व्यापारिक साझेदारी को भी प्रदर्शित करता है। अभिनेत्री कृति खरबंदा पिछली बार फिल्म राणा नाइडू-2 में नजर आई थी। यह एक एक्शन-क्राइम ड्रामा फिल्म है।

अभिनेत्री हाल ही में फिल्म हाउसफुल 5 में नजर आई थीं। तरुण मनसुखानी के निर्देशन में बनी इस फिल्म में अक्षय कुमार, रितेश देशमुख, अभिषेक बच्चन, डिनो मोरिया, जैकलीन फर्नांडीज, सोनम बाजवा, नरगिस फाखरी, संजय दत्त, जैकी श्रॉफ, नाना पाटेकर, चित्रांगदा सिंह, फरदीन खान, चंकी पांडे, जॉनी लीवर, श्रेयस तलपड़े, रंजीत, सौंदर्या शर्मा और आकाशदीप साबिर जैसे स्टार्स शामिल हैं।

30 पूर्व सैनिकों और वीर नारियां सम्मानित

चमोली(आरएनएस)। थराली के चेपड़ों में आयोजित तीन दिवसीय शौर्य महोत्सव के तीसरे दिन ममंद और स्कूली बच्चों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति दी। मेले में ग्राफिक ऐरा संस्थान की ओर से 30 पूर्व सैनिकों और वीर नारियों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। इस दौरान संदेश आते हैं मुझे तड़पाते हैं.... गीत ने लोगों में देशभक्ति जगाई। मेले में ग्रामीणों ने सेना की ओर से आयोजित स्वास्थ्य शिविर में स्वास्थ्य परीक्षण भी कराया। राजकीय इंटर कॉलेज के मैदान में आयोजित तीन दिवसीय शौर्य महोत्सव के अंतिम दिन का शुभारंभ मुख्य अतिथि नगर पालिका अध्यक्ष गणेश शाह ने किया। पालिका अध्यक्ष गणेश शाह ने कहा कि सेना की ओर से जिस तरह हमारी रक्षा की जाती है। उसका आकलन करना भी नामुमकिन है। मेले के तीसरे दिन इंडियन आइडल फेम विकास भारद्वाज की ओर से संदेश आते हैं, मुझे तड़पाते हैं..., फांव बागा रे... आदि गीतों की प्रस्तुतियों ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। मेले में ममंद चेपड़ों, त्रिकोट, कांडे, उणी, जुणीधार, राइंका थराली, तलवाड़ी और देवाल के छात्र-छात्राओं ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति दी। मेले के अंतिम दिन देवभूमि उत्तराखंड विश्वविद्यालय की ओर से शौर्य महोत्सव के पदाधिकारियों और सदस्यों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। मेले में लगे स्वास्थ्य शिविर में 500 और ग्राफिक ऐरा की ओर से आयोजित नेत्र शिविर में 250 से अधिक ने जांच कराई।

डेंगू-मलेरिया की रोकथाम के लिए स्वच्छता और फॉगिंग पर जोर

चमोली(आरएनएस)। मानसून को देखते हुए जिला प्रशासन ने डेंगू एवं मलेरिया की रोकथाम के लिए तैयारियां तेज कर दी हैं। जिलाधिकारी गौरव कुमार की अध्यक्षता में जिला सभागार में राष्ट्रीय वेक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम और राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत एक अंतर विभागीय समन्वय बैठक की गई। इस दौरान स्वच्छता और फॉगिंग पर जोर दिया गया।मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ. अभिषेक गुप्ता ने बताया कि डेंगू मच्छर के काटने से फैलने वाला रोग है जिसका संक्रमण काल सामान्यत: जुलाई से नवंबर तक रहता है। जिले में डेंगू रोगियों के उपचार के लिए 25 आइसोलेटेड बेड की व्यवस्था की गई है। इसके साथ ही मच्छरदानियों सहित आवश्यक चिकित्सा संसाधनों की उपलब्धता भी सुनिश्चित कर ली गई है। जिलाधिकारी ने सभी विभागों को आपसी समन्वय के साथ कार्य करते हुए डेंगू और मलेरिया नियंत्रण के लिए प्रभावी कार्रवाई करने के निर्देश दिए। उन्होंने डेंगू के प्रजनन स्थलों की पहचान कर उन्हें तत्काल नष्ट करने पर विशेष जोर दिया। डीएम ने नगर निकायों को जून से सितंबर तक नियमित फॉगिंग अभियान चलाने, कूड़ा डंपिंग स्थलों पर कीटनाशक छिड़काव कराने और विशेष स्वच्छता अभियान संचालित करने के निर्देश दिए।

सू- दोकू क्र.062

	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 61 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

कुंभ की तैयारियों में तेजी लाएं, गुणवत्ता से नहीं होगा समझौता- कैड़ा

हरिद्वार(आरएनएस)। शहरी विकास मंत्री राम सिंह कैड़ा ने हरिद्वार पहुंचकर कुंभ मेला की तैयारियों की समीक्षा की। सीसीआर भवन सभागार में आयोजित बैठक में उन्होंने विभिन्न विभागों के अधिकारियों को निर्देश दिए कि कुंभ से जुड़े सभी निर्माण कार्य निर्धारित समय सीमा के भीतर और उच्च गुणवत्ता के साथ पूरे किए जाएं। उन्होंने कहा कि किसी भी स्तर पर लापरवाही या देरी बर्दाश्त नहीं की जाएगी। मंत्री ने कहा कि कुंभ मेले में देश-विदेश से करोड़ों श्रद्धालु पहुंचेंगे। ऐसे में सड़क, पुल, घाट, पार्किंग, पेयजल, विद्युत, स्वास्थ्य, स्वच्छता और सुरक्षा जैसी मूलभूत सुविधाओं को प्राथमिकता के आधार पर विकसित किया जाना चाहिए। उन्होंने अधिकारियों को मानसून से पहले अधिकतम कार्य पूरा करने के निर्देश भी दिए।

बैठक में मेलाधिकारी सोनिका ने परियोजनाओं की प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत करते हुए बताया कि सभी कार्यों के लिए स्पष्ट टाइमलाइन तय की गई है और नियमित समीक्षा की जा रही है। उन्होंने बताया कि गंगा नहर पर निर्माणाधीन घाटों के कार्य समय पर पूरे कराने के लिए उत्तर प्रदेश शासन से क्लोजर अवधि बढ़ाने का अनुरोध किया गया है। मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री धामी के नेतृत्व में राज्य सरकार कुंभ को ऐतिहासिक और भव्य स्वरूप देने के लिए प्रतिबद्ध है तथा धन की कोई कमी नहीं आने दी जाएगी। उन्होंने बताया कि शंकराचार्यों को आमंत्रित किया गया है और अखाड़ों व आश्रमों से लगातार संवाद किया जा रहा है।

हरिद्वार भ्रमण के दौरान शहरी विकास मंत्री ने सीसीआर-2 भवन तथा एडमिन रोड के निर्माण कार्यों का भी स्थलीय निरीक्षण किया। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि इन महत्वपूर्ण परियोजनाओं को निर्धारित समयसीमा के भीतर पूर्ण किया जाए तथा निर्माण कार्यों की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दिया जाए।

बैठक में वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक (कुंभ मेला) श्री आयुष अग्रवाल, नगर आयुक्त श्री नंदन कुमार, अपर मेलाधिकारी श्री दयानंद सरस्वती, उप मेलाधिकारी श्री आकाश जोशी, मेला स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. मनोज कुमार वर्मा, अधीक्षण अभियंता यूपीसीएल श्री प्रदीप कुमार, अधीक्षण अभियंता पेयजल निगम श्री जी.एस. तोमर, अधीक्षण अभियंता सिंचाई श्री मनोज सिंह, अधीक्षण अभियंता जल संस्थान श्री यशवीर मलिक, उप निदेशक सूचना श्री मनोज श्रीवास्तव सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के तहत एन्यूमरेशन फॉर्म भरने का कार्य शुरू

अल्मोड़ा(आरएनएस)। भारत निर्वाचन आयोग द्वारा संचालित विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के तहत जनपद में बूथ लेवल अधिकारियों (बीएलओ) ने घर-घर जाकर एन्यूमरेशन फॉर्म के वितरण, संग्रहण और डिजिटाइजेशन का कार्य शुरू कर दिया है। उन्होंने बताया कि बीएलओ मतदाताओं को फॉर्म उपलब्ध कराने के साथ-साथ भरे हुए फॉर्म प्राप्त कर उनका डिजिटाइजेशन भी कर रहे हैं। इसके अलावा मतदाता ऑनलाइन माध्यम से भी स्वयं अपना एन्यूमरेशन फॉर्म भर सकते हैं। उप जिला निर्वाचन अधिकारी ने बताया कि निर्वाचन कार्यालय अल्मोड़ा के अधिकारियों और कर्मचारियों ने भी ऑनलाइन प्रणाली के माध्यम से एन्यूमरेशन फॉर्म भरकर मतदाताओं को इस प्रक्रिया के प्रति जागरूक करने का प्रयास किया है। उन्होंने बताया कि ऑनलाइन फॉर्म भरने के लिए मतदाता के पास नवीनतम फोटो, वर्तमान मतदाता सूची से संबंधित जानकारी तथा वर्ष 2003 की मतदाता सूची में स्वयं अथवा माता-पिता, दादा-दादी या नाना-नानी के नाम से जुड़ी जानकारी उपलब्ध होना आवश्यक है।

एसआईआर के लिए बीएलओ ने फार्म बांटे

हरिद्वार(आरएनएस)। राज्य में सोमवार से विशेष गहन पुनरीक्षण की शुरुआत हो गई है। इसके तहत बीएलओ ने बूथ वोटरों को पुनरीक्षण फार्म बांटना शुरू कर दिया है। निर्वाचन आयोग की वोटर लिस्ट में दर्ज सभी वोटरों को गणना फार्म बांटा जा रहा है, लेकिन वोटर लिस्ट में विसंगति की वजह से बीएलओ को परेशानी उठानी पड़ रही है। 455 वोटरों के एक बूथ पर 245 विसंगति बन रही है। एसआईआर के तहत बीएलओ ने वोटरों से संपर्क किया। निर्वाचन आयोग ने सभी बीएलओ को पुनरीक्षण फार्म उपलब्ध कराया है। यह फार्म भरने के बाद वोटरों को वापस बीएलओ को जमा करना है। पुनरीक्षण फार्म के साथ बीएलओ को फार्म छह, फार्म सात और फार्म आठ भी दिया गया है। पुनरीक्षण फार्म के साथ लोग वोटर लिस्ट में नए नाम जुड़वाने, नाम कटवाने और नाम पता संशोधन के लिए फार्म भी भर सकते हैं। बीएलओ ने फार्म बांटने का काम किया। 7 जुलाई तक बीएलओ घर-घर जाकर गणना फार्म बांटेंगे। फार्म भरने के बाद एकत्रित करेंगे। यह प्रक्रिया एक महीने तक चलेगी। इसमें बीएलओ सभी वोटरों के विवरण का सत्यापन करेंगे। गणना प्रपत्र भरवाएंगे। बीएलओ ने सोमवार से काम शुरू कर दिया है। लेकिन निर्वाचन आयोग ने बीएलओ को संदेश के माध्यम से विसंगति की लिस्ट उपलब्ध कराई है।

किसान महाकुंभ की तैयारियों में जुटी भाकियू टिकैत

रुड़की(आरएनएस)। भाकियू टिकैत ने 16 जून से हरिद्वार में आयोजित होने वाले तीन दिवसीय किसान महाकुंभ को लेकर तैयारी तेज कर दी है।कार्यकर्ताओं का कहना है कि सम्मेलन में किसान समस्याओं को लेकर मंथन किया जाएगा। यूनियन की ओर से हर साल हरिद्वार के लाल कोठी वीआईपी घाट पर 16 से 18 जून तक किसान महाकुंभ का आयोजन किया जाता है। कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए कार्यकर्ताओं द्वारा जनपद के किसानों से लगातार जनसंपर्क किया जा रहा है। यूनियन के अध्यक्ष विजय कुमार शास्त्री ने बताया कि सम्मेलन में स्मार्ट मीटर, गन्ना मूल्य बढ़ोतरी, उत्तराखंड के किसानों को बिजली फ्री व डीजल 50 रुपये प्रति लीटर दिए जाने और किसानों का कर्ज माफ करने की मांग की जाएगी।

एसएसजे मेडिकल कॉलेज में एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध पर राष्ट्रीय सीएमई आयोजित

अल्मोड़ा(आरएनएस)। सोबन सिंह जीना राजकीय आयुर्विज्ञान एवं अनुसंधान संस्थान के सूक्ष्मजीव विज्ञान विभाग ने चिकित्सा शिक्षा इकाई के सहयोग से एंटीमाइक्रोबियल स्टूअर्डशिप विषय पर राष्ट्रीय सतत चिकित्सा शिक्षा (सीएमई) कार्यक्रम का आयोजन किया। %डिटेक्ट-डिसाइफर-डिफीट-सुरक्षित भविष्य के लिए रणनीतियों का निर्माण% विषय पर आयोजित कार्यक्रम में देशभर के विशेषज्ञों, चिकित्सकों, शोधकर्ताओं और विद्यार्थियों ने भाग लिया। कार्यक्रम में एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध (एएमआर) की बढ़ती चुनौती और एंटीबायोटिक दवाओं के तर्कसंगत उपयोग पर विशेष चर्चा हुई। मुख्य वक्ता एम्स मंगलगिरि के सूक्ष्मजीव विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ. सुमित राय ने सीमित संसाधनों वाले स्वास्थ्य संस्थानों में भी प्रभावी एंटीमाइक्रोबियल स्टूअर्डशिप कार्यक्रम लागू करने की रणनीतियों पर प्रकाश डाला। एम्स मंगलगिरि के डॉ. देबब्रत दास ने भी वैज्ञानिक चर्चाओं में महत्वपूर्ण योगदान दिया। वैज्ञानिक सत्रों में एसजीआरआर मेडिकल कॉलेज देहरादून की डॉ. सुनंदिनी कपूर ने एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध से मुकाबले में प्रयोगशाला कर्मियों की भूमिका पर व्याख्यान दिया। हमदर्द इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज, नई दिल्ली के डॉ. अयान कुमार दास ने अस्पताल आधारित एंटीबायोग्राम के महत्व पर प्रकाश डाला। अपोलो अस्पताल चेन्नई के डॉ. सुरेश कुमार डी ने बहु-औषधि प्रतिरोधी जीवाणुओं के उपचार विकल्पों पर चर्चा की, जबकि एसएसजेआईएमएसआर के डॉ. डी.सी. पुनेरा ने एईसीओपीडी में एंटीबायोटिक के विवेकपूर्ण उपयोग पर अपने विचार रखे। अंतिम सत्र में सूक्ष्मजीव विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ. एम. अनुराधा ने रोग निदान आधारित एंटीमाइक्रोबियल उपयोग की आवश्यकता पर जोर दिया। इसके बाद आयोजित विशेषज्ञ पैनल चर्चा में संक्रमण नियंत्रण, एंटीबायोग्राम निर्माण, डायग्नोस्टिक स्टूअर्डशिप और प्रतिरोधी रोगजनकों की निगरानी जैसे विषयों पर विचार-विमर्श किया गया। कार्यक्रम में डॉ. उर्मिला पलारिया, डॉ. हेमंत कुमार दत्त, विक्रांत नेगी, डॉ. रवि सैनी, डॉ. प्रियंका शर्मा, डॉ. श्रद्धा शर्मा, डॉ. आदित्य चौहान, डॉ. प्रीत इंदर सिंह, डॉ. लक्ष्य और डॉ. पंकज सहित संस्थान के अनेक संकाय सदस्य एवं कर्मचारी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का समापन आयोजन सचिव डॉ. रजत प्रकाश के धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ। आयोजकों ने एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध से निपटने के लिए जागरूकता, शोध और तर्कसंगत एंटीबायोटिक उपयोग को बढ़ावा देने की प्रतिबद्धता दोहराई।

केन्द्र सरकार के 12 वर्ष पूर्ण होने पर कैबिनेट मंत्री ने की पूजा-अर्चना

संवाददाता

देहरादून। केन्द्र सरकार के 12 वर्ष पूर्ण होने पर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने टपकेश्वर मंदिर में पूजा अर्चना की।

आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने गढ़ी कैंट स्थित टपकेश्वर मंदिर में पीएम नरेन्द्र मोदी के देश के सबसे लंबे समय तक लगातार सेवा देने वाले निर्वाचित प्रधानमंत्री बनने के उपलक्ष्य में पूजा-अर्चना कर उनके दीर्घायु जीवन एवं उत्तम स्वास्थ्य की प्रार्थना की। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने प्रधानमंत्री मोदी को बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए कहा कि भारत के लोकतांत्रिक इतिहास में यह एक गौरवपूर्ण और ऐतिहासिक क्षण है। उन्होंने कहा कि पिछले 4399 दिनों में प्रध ानमंत्री मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व, दृढ़ संकल्प और 'राष्ट्र प्रथम' की भावना के कारण भारत ने विकास, सुशासन और जनकल्याण के क्षेत्र में अनेक नए कीर्तिमान स्थापित किए हैं। उन्होंने कहा कि यह उपलब्धि केवल एक आंकड़ा नहीं, बल्कि 140 करोड़ देशवासियों के अटूट विश्वास और समर्थन का प्रतीक है।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि गरीब कल्याण, महिला सशक्तिकरण, किसान सम्मान, युवाओं के लिए नए अवसर, डिजिटल क्रांति, आधुनिक आधारभूत संरचना, आत्मनिर्भर भारत अभियान तथा वैश्विक मंच पर भारत की बढ़ती प्रतिष्ठा प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में हुए परिवर्तनकारी कार्यों के सशक्त प्रमाण हैं। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में भारत विकसित राष्ट्र बनने की दिशा में और अधिक गति से आगे बढ़ेगा। इस अवसर पर दिगम्बर भरत गिरी महाराज, राज्यसभा सांसद नरेश बंसल, भाजपा प्रदेश महामंत्री कुंदन परिहार, प्रदेश महामंत्री तरुण बंसल, प्रदेश मंत्री नेहा जोशी, गोरखा कल्याण परिषद की अध्यक्ष ज्योति कोटिया, दायित्वधारी शमशेर सिंह बिष्ट, मण्डल अध्यक्ष प्रदीप रावत, सिकन्दर सिंह, पार्षद भूपेन्द्र कठैत, संजय नौटियाल, वंदना बिष्ट, मनोज क्षेत्री, देवेन्द्र पाल सिंह सहित बड़ी संख्या में पार्टी पदाधिकारी एवं स्थानीय लोग उपस्थित रहे।

अल्प वेतन भोगी कार्मिकों का जीवन भी सुरक्षित करे सरकारः मोर्चा

संवाददाता

देहरादून। जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने पत्रकारों से वार्ता करते हुए की प्रदेश के हजारों उपनल कर्मी इलाज हेतु गोल्डन कार्ड सुविधा न होने के चलते हर वक्त भय के साए में जीने को मजबूर हैं।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने पत्रकारों से वार्ता करते हुए की प्रदेश के हजारों उपनल कर्मी इलाज हेतु गोल्डन कार्ड सुविधा न होने के चलते हर वक्त भय के साए में जीने को मजबूर हैं। नेगी ने कहा कि इन अल्प वेतन भोगी उपनल कर्मियों में से अगर कोई कर्मी किसी गंभीर बीमारी की चपेट में आ जाता है तो उसका घर, जमीन -जायदाद बिकने तक की नौबत तक आती है, लेकिन इनके बारे में सोचने की

फुर्सत न तो विधायकों को है और न ही मंत्रियों। हैरान करने वाली बात यह है कि वर्तमान व पूर्व विधायकों/ मंत्रियों व उनके परिजनों को आजीवन मुफ्त चिकित्सा सुविधा उपलब्ध है, लेकिन इन बे-गैरत विधायकों को आमजन के बारे में सोचने की फुर्सत नहीं। जब उपनल से इतर कर्मचारियों को गोल्डन कार्ड की सुविधा है तो इन कर्मियों को क्यों सम्मिलित नहीं किया जा रहा है। नेगी ने कहा कि उपनल कर्मियों के नियमितीकरण व समान कार्य- समान वेतन के मामले में भी पत्रावलियां घुमाई जा रही हैं, लेकिन विधायकों के मुंह पर ताले जड़े हुए हैं। इन गैर जिम्मेदारों को सिर्फ और सिर्फ अपनी ही चिंता है। मोर्चा शीघ्र ही उपनल कर्मियों को गोल्डन कार्ड की सुविधा मुहैया कराने के मामले को सरकार के समक्ष रखेगा। पत्रकार वार्ता में- दिलबाग सिंह व प्रवीण शर्मा पिन्नी मौजूद थे।

सगन्ध अनुसंधान एवं विकास संस्थान में 11-12 जून को आयोजित होगा दालचीनी विषयक अन्तर्राष्ट्रीय सेमिनार

संवाददाता

देहरादून। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने बताया कि संस्थान द्वारा 11 एवं 12 जून को "दालचीनी: प्रवर्धन, सतत खेती एवं कटाई उपरांत प्रौद्योगिकियों में नवाचार" विषय पर एक अंतर्राष्ट्रीय सेमिनार एवं कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है।

आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने मीडिया सेंटर, सचिवालय में सगन्ध पौध केन्द्र, देहरादून में आयोजित होने वाली दालचीनी विषयक दो दिवसीय अन्तर्राष्ट्रीय संगोष्ठी के सम्बन्ध में प्रेस वार्ता की। इस मौके पर कृषि एवं कृषक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने प्रधानमंत्री के देश के सबसे अधिक कार्यकाल वाले निर्वाचित प्रधानमंत्री बनने पर बधाई एवं शुभकामनाएं दी। कैबिनेट मंत्री ने बताया कि सेलाकुई, देहरादून स्थित सगन्ध पौधा केन्द्र का नाम परफ्यूमरी एवं सगन्ध अनुसंधान एवं विकास संस्थान किया गया है। यह संस्थान एरोमैटिक सेक्टर का एक प्रमुख संस्थान है, जो सगन्ध पौधों की खेती, प्रशिक्षण, प्रसंस्करण, गुणवत्ता परीक्षण, अनुसंधान एवं विकास तथा व्यवसायीकरण के क्षेत्र में कार्यरत है। विगत दो दशकों में संस्थान द्वारा शोध कार्यों के माध्यम से राज्य में सगन्ध खेती के द्वारा लगभग 10 हजार हे. भूमि को आच्छादित किया है, जिससे 109 एरोमा कलस्टरों में 29 हजार किसान खेती कर रहे है तथा 200 से अधिक फील्ड

डिस्टीलेशन यूनिट स्थापित की गयी है। वर्ष 2003 में जहां एरोमैटिक सेक्टर का टर्नओवर रु. 02 करोड था वहीं वर्ष 2025 में बढकर रू. 100 करोड़ से अधिक पहुँच चुका है। उन्होंने बताया कि राज्य में सगन्ध खेती की सफलता एवं स्वीकार्यता को देखते हुए राज्य सरकार द्वारा एरोमैटिक सेक्टर को बढ़ाने हेतु महक क्रान्ति नीति 2026 लागू की गयी है। इसके अन्तर्गत लगभग 23 हजार हे. भूमि को सगन्ध खेती से आच्छादित कर 91 हजार कृषकों को लाभान्वित किया जायेगा तथा 7 एरोमा वैलियां भी विकसित की जायेंगी। इस नीति के अंतर्गत चम्पावत एवं नैनीताल जनपदों में लगभग 5200 हेक्टेयर क्षेत्रफल में "सिनेमन वैली" विकसित की जा रही है, जिससे किसानों, उद्यमियों और उद्योगों के लिए नए अवसर सृजित होंगे। इसी क्रम में उन्होंने कहा कि संस्थान द्वारा 11 एवं 12 जून 2026 को "दालचीनी: प्रवर्धन, सतत खेती एवं कटाई उपरांत प्रौद्योगिकियों में नवाचार" विषय पर एक अंतर्राष्ट्रीय सेमिनार एवं कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। यह आयोजन उत्तराखण्ड सरकार की महत्वाकांक्षी "उत्तराखण्ड महक क्रांति नीति 2026-36" के उद्देश्यों को आगे बढ़ाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल है। इसका उद्देश्य दालचीनी की व्यावसायिक खेती को बढ़ावा देना, किसानों को उन्नत तकनीकों एवं वैश्विक अनुभवों से परिचित कराना, अनुसंधान, उद्योग और कृषकों के बीच समन्वय स्थापित करना, गुणवत्ता आधारित उत्पादन एवं मूल्य संवर्धन को प्रोत्साहित करना, खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता मानकों एवं निर्यात आवश्यकताओं के प्रति जागरूकता बढ़ाना, सिनेमन आधारित उद्यमिता एवं निवेश को प्रोत्साहित करना, उत्तराखण्ड को दालचीनी उत्पादन के प्रमुख केंद्र के रूप में स्थापित करना है। बताया गया कि इस सेमिनार में दालचीनी (सिनेमन) से सम्बन्धित अंतरराष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय विशेषज्ञों द्वारा प्रतिभाग किया जा रहा है, जिसमें श्रीलंका के नेशनल सिनेमन रिसर्च एंड ट्रेनिंग सेंटर के विशेषज्ञ एवं प्योर सिनेमन एक्सपोर्ट्स के निदेशक तथा इंडोनेशिया से रिसर्च सेंटर फॉर एस्टेट क्रॉप्स के विशेषज्ञ प्रतिभाग करेंगे। इनके अतिरिक्त भारत के प्रमुख संस्थानों के विशेषज्ञ, 40 डेलीगेशन एवं 50 सिनामन के किसानों एवं विभिन्न विभागीय अधिकारियों आदि द्वारा प्रतिभाग किया जा रहा है। इस मौके पर निदेशक, संगध पौधा केन्द्र (कैप) सेलाकुंई डॉ. नृपेन्द्र चौहान भी मौजूद रहे।

उत्तराखंड विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं नवाचार नीति-2026 जारी

विज्ञान आधारित विकास, नवाचार और आत्मनिर्भर उत्तराखंड को मिलेगा नया आधार

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की घोषणा के क्रम में सूचना प्रौद्योगिकी, सुराज एवं विज्ञान प्रौद्योगिकी विभाग द्वारा उत्तराखंड विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं नवाचार नीति-2026 जारी कर दी गई है। इस नीति का उद्देश्य राज्य में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी आधारित विकास और नवाचार को बढ़ावा देते हुए उत्तराखंड को विज्ञान, प्रौद्योगिकी और सूचना प्रौद्योगिकी के प्रमुख केंद्र के रूप में विकसित करना है। नई नीति में अनुसंधान, नवाचार और वैज्ञानिक सोच को प्रोत्साहित करते हुए स्थानीय आवश्यकताओं एवं चुनौतियों के समाधान के लिए विज्ञान और तकनीक का प्रभावी उपयोग पर जोर दिया गया है।

नीति का लक्ष्य आर्थिक विकास, सामाजिक समावेशन और पर्यावरणीय संतुलन को ध्यान में रखते हुए सतत विकास की दिशा में राज्य को आगे बढ़ाना है। इस नीति के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए राज्य स्तर पर एक सलाहकार निकाय का गठन किया जाएगा, जो नीति के कार्यान्वयन, अनुश्रवण और मूल्यांकन का कार्य करेगा। इसके साथ ही अनुसंध ान एवं नवाचार गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए विकेन्द्रीकृत संस्थागत व्यवस्था विकसित की जाएगी। नीति के तहत राज्य, क्षेत्रीय और राष्ट्रीय स्तर पर विभिन्न हितधारकों के बीच सहयोग को मजबूत बनाने के लिए व्यापक सहयोगात्मक तंत्र विकसित किया जाएगा। राज्य सरकार के विभिन्न विभागों, सार्वजनिक उपक्रमों, निजी क्षेत्र की कंपनियों और स्टार्ट-अप्स में विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं नवाचार (एसटीआई) इकाइयों की स्थापना सुनिश्चित करने के लिए राज्य स्तरीय समन्वय समिति का गठन भी किया जाएगा। नीति के अंतर्गत वैज्ञानिक जानकारी, शोध निष्कर्षों और संसाधनों तक सभी हितधारकों की सुगम पहुंच सुनिश्चित की जाएगी। सार्वजनिक निधि से संचालित शोध कार्यों से प्राप्त डेटा का डिजिटल भंडारण किया जाएगा तथा इसे सभी हितधारकों तक सुरक्षित और सरल रूप से उपलब्ध कराया जाएगा। भारत सरकार की ष्एक राष्ट्र, एक सदस्यताष पहल के माध्यम से शोध और विज्ञान संबंधी अभिलेखागारों तक पहुंच भी उपलब्ध होगी। ष्आत्मनिर्भर उत्तराखण्डष की अवधारणा को साकार करने के लिए तकनीक के स्वदेशीकरण और स्थानीयकरण को विशेष प्रोत्साहन दिया जाएगा।

नई नीति के तहत राज्य की आवश्यकताओं के अनुरूप स्थानीय तकनीकी समाधान विकसित किए जाएंगे तथा पारंपरिक ज्ञान प्रणालियों को भी आधुनिक अनुसंधान एवं नवाचार से जोड़ा जाएगा। साथ ही शैक्षणिक संस्थानों में विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं नवाचार शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक बुनियादी ढांचे का विकास किया जाएगा। विद्यार्थियों, शोधार्थियों और शिक्षकों के लिए क्षमता निर्माण कार्यक्रम संचालित किए जाएंगे। नवीन शिक्षा नीति के अनुरूप शिक्षकों के कौशल विकास हेतु अत्याधुनिक शिक्षण-अधिगम केंद्र भी स्थापित किए जाएंगे। विज्ञान संचार और जनभागीदारी को बढ़ावा देने के लिए राज्य में विज्ञान नगरी, विज्ञान केंद्र, तारामंडल, अटल टिंकरिंग लैब, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) प्रयोगशालाएं, खगोल अवलोकन संघ तथा उत्कृष्टता केंद्र स्थापित करने की दिशा में कार्य किया जाएगा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि उत्तराखंड विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं नवाचार नीति-2026 हमारे राज्य को ज्ञान, अनुसंधान और नवाचार आधारित अर्थव्यवस्था की दिशा में आगे बढ़ाने वाला एक महत्वपूर्ण दस्तावेज है। हमारा उद्देश्य केवल विज्ञान और तकनीक का विस्तार करना नहीं, बल्कि उसे आम जनजीवन, सुशासन, आपदा प्रबंधन, शिक्षा, कृषि, स्वास्थ्य और रोजगार सृजन से जोड़ना है। यह नीति युवाओं, शोध कर्ताओं, स्टार्टअप्स, वैज्ञानिकों और जमीनी स्तर के नवप्रवर्तकों को एक साझा मंच प्रदान करेगी। साथ ही, पारंपरिक ज्ञान और आधुनिक तकनीक के समन्वय के माध्यम से आत्मनिर्भर एवं विकसित उत्तराखंड के निर्माण को नई गति मिलेगी।

मूलभूत सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित करें: बर्द्धन

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने सौन्दर्यीकरण एवं प्रकाशीकरण कार्य शीघ्र पूर्ण कराते हुए मेला क्षेत्र एवं पार्किंग क्षेत्र में पेयजल एवं टॉयलेट आदि मूलभूत सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित किए जाने के निर्देश दिए हैं।

आज यहां मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने सचिवालय में श्री कैंचीधाम (नैनीताल) में 15 जून को स्थापना दिवस के अवसर पर आयोजित होने वाला वार्षिक मेला की तैयारियों को लेकर सम्बन्धित अधिकारियों के साथ बैठक ली। मुख्य सचिव ने मेले को सुव्यवस्थित रूप से आयोजित कराए जाने हेतु पुलिस, जिला प्रशासन एवं लोक निर्माण विभाग सहित अन्य सम्बन्धित विभागों को आवश्यक कदम उठाए जाने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने लोक निर्माण विभाग को श्रद्धालुओं के आवागमन का पीक टाईम को देखते हुए अगले 10 दिनों के लिए रूट प्लान एवं यातायात प्रबन्धन सहित आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित किए जाने के निर्देश दिए।

मुख्य सचिव ने सौन्दर्यीकरण एवं प्रकाशीकरण कार्य शीघ्र पूर्ण कराते हुए मेला क्षेत्र एवं पार्किंग क्षेत्र में पेयजल एवं टॉयलेट आदि मूलभूत सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित किए जाने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि मल्टीलेवल पार्किंग के लिए आने और जाने का मार्ग व्यवस्थित रूप से रखा जाए, ताकि पार्किंग में जाम जैसी स्थिति उत्पन्न न हो। उन्होंने पार्किंग एरिया से मंदिर तक आने-जाने के लिए शटल सेवा की भी उचित व्यवस्था सुनिश्चित किए जाने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने रूट डायवर्ट करने और वैकल्पिक मार्गों को तैयार, ब्लैक टॉपिंग आदि के कार्य करने के लिए पुलिस एवं लोक निर्माण विभाग को निर्देशित किया। मुख्य सचिव ने आकस्मिक परिस्थितियों के लिए निकासी योजना को भी अनिवार्य रूप से तैयार रखे जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य सुविधाओं के साथ एम्बुलेंस आदि की भी व्यवस्था अनिवार्य रूप से रखी जाए। उन्होंने आकस्मिक परिस्थितियों के लिए तैयार निकासी योजना को पुलिस एवं मंदिर से सम्बन्धित सुरक्षाकर्मियों के साथ अच्छे से ब्रीफ कराया जाए, ताकि निकासी योजना का अनुपालन सुनिश्चित किया जा सके। उन्होंने भीड़ प्रबन्धन के लिए हितधारकों से लगातार संवाद करते हुए सभी आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित किए जाने के निर्देश दिए हैं।

इस अवसर पर सचिव धीराज सिंह गर्ब्याल, वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से आयुक्त कुमांऊ दीपक रावत, आईजी कुमांऊ श्रीमती निवेदिता कुकरेती, जिलाधिकारी नैनीताल ललित मोहन रयाल एवं वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक मंजुनाथ टीसी सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

एलओसी के पास ब्लास्ट में दो जवान शहीद !

हमारे प्रतिनिधि

जम्मू। लाइन ऑफ कंट्रोल के पास एक कैंप में हैंड ग्रेनेड के अचानक फटने से भारतीय सेना के दो जवान शहीद हो गए हैं। यह घटना उस समय हुई जब वे अपनी ड्यूटी पर तैनात थे। ग्रेनेड फटने के बाद वो बुरी तरह जख्मी हुए थे और उन्हें आनन-फानन में अस्पताल ले जाया गया। जहां पर डॉक्टरों ने उन्हें बचाने का हर संभव प्रयास किया लेकिन जवानों ने दम तोड़ दिया। ये दोनों जवान महाराष्ट्र के रहने वाले थे। यह धमाका एलओसी के पास बेहद संवेदनशील कमलकोट सेक्टर में हुआ, जहां बारूदी सुरंगों (लैंडमाइन्स) और बिना फटे विस्फोटक पदार्थों की मौजूदगी से लगातार बड़ा खतरा बना रहता है। धमाका कैसे हुआ, इसके पीछे की क्या वजह है, इसकी जांच चल रही है। सेना के अधिकारी घटना के सभी पहलुओं की जांच करने में जुटे हुए हैं। दोनों जवान 8 राष्ट्रीय राइफल्स के थे, जम्मू-कश्मीर में घाटी के बारामूला, कुपवाड़ा और बांदीपोरा जिलों में 740 किलोमीटर लंबी एलओसी (नियंत्रण रेखा) है, जम्मू डिवीजन में, एलओसी पुंछ, राजौरी और कुछ हद तक जम्मू जिले में है। इसके अलावा, इस केंद्र शासित प्रदेश की 240 किलोमीटर लंबी अंतरराष्ट्रीय सीमा है, जो जम्मू डिवीजन के सांबा, जम्मू और कठुआ जिलों से होकर गुजरती है। बता दें कि एलओसी की सुरक्षा सेना करती है, जबकि अंतरराष्ट्रीय सीमा की सुरक्षा बॉर्डर सिक्योरिटी फोर्स करती है। सीमा पार से होने वाली घुसपैठ, बाहर निकलने की कोशिश, तस्करी और ड्रोन गतिविधियों को रोकने के लिए सेना और बॉर्डर सिक्योरिटी फोर्स दोनों को सीमा पर तैनात किया गया है।

अंतर्राज्यीय चोर गैंग के तीन सदस्य गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। अंर्तराज्यीय वाहन चोर गिरोह का खुलासा करते हुए तीन लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से चुराये गये दो ट्रैक्टर बरामद किये गये है। गिरोह का एक आरोपी फरार है, जिसकी तलाश जारी है। खास बात यह रही कि कलियर क्षेत्र से वर्ष 2024 में चोरी हुआ ट्रैक्टर करीब दो साल बाद बरामद किया गया है। कार्यवाहक कोतवाली प्रभारी एवं सीओ दिव्येश उपाध्याय ने बताया कि 16 मई 2024 को मुकर्रबपुर निवासी शफ्फकत का महिंद्रा ट्रैक्टर चोरी हो गया था। मामले में कोतवाली कलियर में मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू की गई थी। लंबे समय से पुलिस आरोपियों की तलाश में जुटी हुई थी। बीते रोज एक सूचना के बाद पुलिस ने दरियापुर मोड़ पर चेकिंग अभियान चलाया गया। इस दौरान पुलिस ने अजय निवासी लिबरहेड़ी कोतवाली मंगलौर, अभिषेक निवासी भलस्वागाज थाना झबरेड़ा और अंकुश निवासी फखरेहड़ी थाना झबरेड़ा को गिरफ्तार कर लिया। आरोपियों के कब्जे से दो चोरी के ट्रैक्टर बरामद किए गए, जिनमें एक ट्रैक्टर कलियर क्षेत्र से और दूसरा पंजाब से चोरी किया गया था। पूछताछ में आरोपियों ने बताया कि उन्होंने अपने साथी हैप्पी के साथ मिलकर ट्रैक्टर चोरी की वारदातों को अंजाम दिया था। चोरी के बाद ट्रैक्टरों की नंबर प्लेट बदल दी जाती थी और उन्हें देहात क्षेत्रों में मिट्टी ढुलाई व मजदूरी के कार्यों में इस्तेमाल किया जा रहा था।

कार से भारी मात्रा में शस्त्र व कारतूसों का जखीरा बरामद

हमारे संवाददाता

देहरादून। स्पेशल टास्क फोर्स (एसटीएफ) उत्तराखण्ड द्वारा राज्य में बाहरी राज्यों से स्थानान्तरित होकर आए शस्त्र लाइसेंसों की वैधता एवं सत्यता की जांच के उपरान्त 4 जून को ऊधमसिंह नगर की काशीपुर कोतवाली में मुकदमा दर्ज किया गया था। इसी मुकदमें की विवेचना के क्रम में कल देर रात्रि उत्तराखण्ड एसटीएफ व ऊधमसिंह नगर पुलिस ने ज्वाइंट ऑप्रेशन में कार्यवाही करते हुए काशीपुर क्षेत्र से 4 हथियार व 237 कारतूस एक स्विफ्ट कार से बरामद किये गये। जिन्हें एसटीएफ द्वारा काशीपुर कोतवाली में ले जाकर दाखिल कराया गया। मामले में जांच के दौरान पति-पत्नी व देवर के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने बताया कि बरामद शस्त्र, कारतूस, कूटरचित लाइसेंस एवं वाहन मुकदमा उपरोक्त में नामजद आरोपी सौरभ अग्रवाल, गौरव अग्रवाल पुत्र राकेश अग्रवाल निवासी काशीपुर व दीप्ति अग्रवाल पत्नी सौरभ अग्रवाल निवासी काशीपुर के हैं। जिस सम्बन्ध में अग्रिम विधिक कार्यवाही की जा रही है।

बताया कि एसटीएफ. द्वारा राज्य में फर्जी शस्त्र लाइसेंस मामले की जांच की जा रही है और एसटीएफ द्वारा राज्य में इस सम्बन्ध में विभिन्न जनपदो में 3 मुकदमें दर्ज कर संलिप्त 5 आरोपियों को जेल भेजा गया है तथा अब तक 5 अवैध शस्त्र व फर्जी लाइसेंस बरामद किये जा चुके हैं।

एसएसपी द्वारा बताया गया कि कल रात्रि एसटीएफ को काशीपुर के कटोराताल क्षेत्र में एक स्विफ्ट कार में भारी मात्रा में अवैध हथियार होने का गोपनीय इनपुट प्राप्त हुआ था जिस पर मेरे द्वारा टीम को निर्देशित किया गया था। टीम द्वारा स्थानीय पुलिस को साथ लेते हुए रात्रि में कार्यवाही करते हुए उक्त स्विफ्ट कार को कब्जे में लेते हुए उसके अन्दर से 4 अवैध हथियार व 237 कारतूस , 4 मैंगजीन व 7 कूटरचित लाइसेंस बरामद किये गये। उक्त के अतिरिक्त राज्य में बाहरी राज्यों से स्थानान्तरित होकर आए हजारों शस्त्र लाइसेंसों एवं उनके धारकों का सत्यापन जारी है। जांच के दौरान प्राप्त साक्ष्यों के आधार पर आगे भी लगातार वैधानिक कार्रवाई की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री को उनके सफल नेतृत्व के 12 वर्ष पूर्ण होने पर दी शुभकामनाएं

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पत्र लिखकर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को 12 वर्ष पूर्ण करने पर शुभकामनाएं दी।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पत्र प्रेषित कर उनके सफल नेतृत्व के 12 वर्ष पूर्ण होने और सर्वाधिक अवधि तक निर्वाचित प्रधानमंत्री के रूप में सेवा देने पर देवभूमि उत्तराखण्ड की जनता की ओर से हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व में भारत ने विकास, सुशासन, राष्ट्रीय सुरक्षा, सांस्कृतिक पुनर्जागरण तथा वैश्विक प्रतिष्ठा के क्षेत्र में अभूतपूर्व

उपलब्धियां अर्जित की हैं। मुख्यमंत्री ने अपने पत्र में उल्लेख किया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में संचालित प्रधानमंत्री आवास योजना, आयुष्मान भारत, उज्ज्वला योजना, जनधन योजना, जल जीवन मिशन, स्वच्छ भारत मिशन तथा प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि जैसी जनकल्याणकारी योजनाओं ने करोड़ों नागरिकों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि आत्मनिर्भर भारत अभियान, डिजिटल इंडिया, राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020, जीएसटी व्यवस्था तथा रक्षा क्षेत्र में स्वदेशी उत्पादन को बढ़ावा देने जैसे ऐतिहासिक निर्णयों ने भारत को नई दिशा प्रदान की है। उन्होंने कोविड-19 महामारी के दौरान भारत द्वारा किए गए व्यापक टीकाकरण अभियान तथा 'वैक्सीन मैत्री' पहल को भी वैश्विक नेतृत्व का उदाहरण बताया। मुख्यमंत्री ने अपने पत्र में प्रधानमंत्री द्वारा राष्ट्र की सुरक्षा, सैनिकों के सम्मान, सांस्कृतिक धरोहरों के संरक्षण तथा सनातन सांस्कृतिक चेतना के पुनर्जागरण के लिए किए गए प्रयासों की सराहना की। उन्होंने अयोध्या में श्रीराम मंदिर निर्माण, काशी विश्वनाथ धाम, महाकाल लोक तथा केदारनाथ धाम पुनर्निर्माण जैसे कार्यों को राष्ट्र के सांस्कृतिक गौरव का प्रतीक बताया। मुख्यमंत्री ने उत्तराखण्ड के प्रति प्रधानमंत्री के विशेष स्नेह एवं सहयोग के लिए भी आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन में केदारनाथ एवं बदरीनाथ धाम पुनर्विकास, चारधाम ऑल वेदर रोड परियोजना, ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल परियोजना, दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेस-वे, रोपवे परियोजनाओं, वंदे भारत एक्सप्रेस, सीमांत क्षेत्रों के विकास तथा विभिन्न आधारभूत संरचना परियोजनाओं को नई गति मिली है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

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

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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