34 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

मंगलवार
23 जून 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 150
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

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

उत्तराखंण्ड के पुलिस थानों को बम से उड़ाने की धमकी!

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड के सभी थानों को बम से उड़ा देने की धमकी देने के मामले मे पुलिस ने त्वरित कार्यवाई करते हुए मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी है। धमकी देने वाला युवक हरियाणा का बताया जा रहा है।

पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार बीते रोज एक अज्ञात व्यक्ति द्वारा कम्प्यूटर/ईलैक्ट्रानिक डीवाईस का उपयोग करते हुए उत्तराखंण्ड में स्थित सभी पुलिस थानो को बम के धमाके से सम्बन्धित आतंकी घटना से सम्बन्धित पोस्ट/धमकीपूर्ण पोस्ट को विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्मो पर व्यापक रूप से प्रसारित किया गया, जिससे आमजन में भय एवं आतंक का वातावरण उत्पन्न हुआ तथा उत्तराखण्ड पुलिस की सुरक्षा व्यवस्था एवं लोक शांति के लिए गंभीर खतरा उत्पन्न होने की संभावना है। प्रारम्भिक जांच में उक्त पोस्ट से संबंधित मोबाइल नम्बर 7027701214 तथा उससे संबंधित व्यक्ति जसप्रीत सिंह पुत्र जोगिन्दर सिंह निवासी 9619/6 अम्बाला सिटी, हरियाणा का विवरण प्राप्त हुआ है। साथ ही उक्त पोस्ट को प्रसारित करने में अन्य व्यक्तियों की संलिप्तता भी प्रथम दृष्टया प्रतीत हो रही है, जिसकी जांच की जा रही है। पुलिस के आलाधिकारियों का कहना है कि उक्त कृत्य जानबूझकर

जनता में भय, आतंक एवं असुरक्षा की भावना उत्पन्न करने तथा पुलिस विभाग को धमकाने के उद्देश्य से किया गया प्रतीत होता है व अपराध सोशल मिडिया प्लेटफार्म इंस्टाग्राम द्वारा प्रचारित किया गया है। बहरहाल पुलिस ने सम्बन्धित धाराओं में मुकदुमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

विदित हो कि बीते दिनों चारधाम यात्रा के दौरान हरियाणा व पंजाब के कुछ लोगों द्वारा उत्तराखण्ड में कुछ ऐसे कृत्यों को अंजाम दिया गया था कि जिससे कानून व्यवस्था पर सवाल उठने लगे थे। वहीं पुलिस प्रशासन ने भी इन मामलों में त्वरित कार्यवाही करते हुए ऐसे कृत्यों को रोकने के लिए गम्भीर कार्यवाई की गयी थी। जिस कारण पजांब व हरियाणा के कुछ लोग नाराज बताये जा रहे है जिनकी सोशल मीडिया में वीडियों भी प्रसारित किये जा रहे है। ऐसे समय में उत्तराखण्ड के सभी थानो को बम से उड़ा देने की धमकी मिलने के मामले में पुलिस अब अपनी कार्यवाही कर रही है।

सिटी बस ने 6 लोगों को रौंदा

❑राजधानी में सड़क हादसे में कई लोग हुए गंभीर घायल

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। राजधानी देहरादून के पटेल नगर क्षेत्र के लालपुल के पास सिटी बस ने छह लोगों को रौंद दिया। घटना से लोगों में अफरा तफरी मच गई और स्थानीय लोगों ने घायलों को अस्पताल पहुंचाया। घटना के बाद पुलिस ने चालक को हिरासत में ले लिया है। इसके साथ ही सभी घायलों को नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया है, जहां उनका उपचार चल रहा है।

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार बस की टक्कर से छह से अधिक लोग बुरी तरह घायल हो गए। हादसे के बाद सड़क पर लंबा जाम लग गया और राहगीरों में

अफरा-तफरी का माहौल बन गया। घटना के बाद घायल सड़क पर तड़पते रहे, लेकिन उन्हें अस्पताल पहुंचाने के लिए शुरुआत में कोई वाहन चालक तैयार नहीं हुआ। स्थिति ऐसी बन गई कि पुलिस को राह चलते वाहनों को जबरन रुकवाना पड़ा, ताकि घायलों को तत्काल अस्पताल भेजा जा सके।

●घायलों को अस्पताल पहुंचाने के लिए नहीं मिली एंबुलेंस
●पुलिस ने आटो व ई-रिक्शा से घायलों को पहुंचाया अस्पताल

बताया जा रहा है कि समय पर एंबुलेंस भी मौके पर नहीं पहुंच सकी, जिसके चलते स्थानीय लोगों ने मानवता दिखाते हुए घायलों को ई-रिक्शा और आटो में बैठाकर अस्पताल रवाना किया। दर्दनाक हादसे का मंजर देखकर आसपास मौजूद लोग भी सहम गए। कई लोगों ने घायलों की मदद के लिए आगे आकर पुलिस का सहयोग किया।

दुर्घटना के कारण क्षेत्र में काफी देर तक यातायात प्रभावित रहा और दोनों ओर वाहनों की लंबी कतारें लग गई। वही हादसे की सूचना मिलते ही पुलिस और प्रशासन की टीम मौके पर पहुंची और राहत एवं बचाव कार्य शुरू किया। घायलों को उपचार के लिए नजदीकी अस्पतालों में भर्ती कराया गया है।

दून वैली मेल

संपादकीय

भाजपा का बढ़ता विरोध

भाजपा नेता भले ही उत्तराखंड में जीत की हैट्रिक का दावा कर रहे हो और धाकड़ धामी और धुरंधर धामी के नेतृत्व में प्रदेश में विकास की गंगा बहाने व जनता का संपूर्ण समर्थन अपने साथ होने की बात करते हो लेकिन जमीनी सच्चाई को भाजपा के वह नेता अच्छी तरह से जानते हैं और इसे लेकर वह कितने बेचैन है यह भी सच है। अब जगह-जगह उन्हें जिस तरह के विरोध का सामना करना पड़ रहा है वह इस बात का साक्ष्य है कि प्रदेश की जनता में भाजपा के प्रति कितना आक्रोश है। अभी बीते दिनों धामी सरकार के मंत्री सुबोध उनियाल की नरेंद्र नगर में निकाय चुनाव के समय यूकेडी नेता प्रमिला रावत के साथ हुई तू-तू मैं-मैं की जिस तरह की अभद्र भाषा शैली और दबंगई का प्रदर्शन किया गया था और उसका वीडियो सोशल मीडिया पर सभी ने देखा उसे लेकर यूकेडी ही नहीं जनता ने भी उनकी खूब निंदा की। सत्ता के मद ने इन भाजपा नेताओं को उसे हद पर लाकर खड़ा कर दिया है जहां वह किसी के लिए कुछ भी कह देते हैं और यह जनता को कतई अच्छा नहीं लग रहा है। मंत्री गणेश जोशी ने अभी पत्रकारों को ऐरा गैरा नत्थू गैरा कह दिया गया था जिसके लिए उन्हें माफी मांगनी पड़ी थी। हालात कुछ ऐसे बिगड़ चुके हैं कि सीएम धामी को अल्मोड़ा में काले झंडे दिखाने का एक वीडियो सोशल मीडिया पर इन दिनों वायरल हो रहा है। इससे चंद दिन पूर्व चमोली में यूकेडी के कार्यकर्ताओं ने भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट की गाड़ी रोककर भाजपा मुर्दाबाद महेंद्र भट्ट मुर्दाबाद के नारे लगाए गए थे। अपने इस घेराव से बौखलाये महेंद्र भट्ट द्वारा भी जिस तरह से उन्हें शराबी कवाबी कहते हुए लताड़ा गया और चुनाव लड़ने और जीत कर आने की चुनौती दी गई लोगों को नागवार गुजरी। भाजपा नेताओं के जगह-जगह होने वाले विरोध और जनता द्वारा पूछे जा रहे सवालों का सिलसिला यहीं खत्म नहीं होता है। बागेश्वर में पार्वती दास और नैनीताल में सरिता आर्य को यहां कुछ इसी तरह का विरोध झेलना पर विवश होना पड़ा था। आए दिन सामने आ रही जिस तरह से जन विरोध की तस्वीर आ रही है उनसे बीजेपी का असहाय होना स्वाभाविक ही है। अपने 10 साल के शासन के बाद भले ही सत्ता में बैठे लोग अपने कड़े भू कानून और यूसीसी जैसी तमाम उपलब्धियों का ढोल पीट रहे हो तथा अपनी जीत की हैट्रिक का दावा कर रहे हो लेकिन यह टास्क सीएम धामी और भाजपा के लिए इतना आसान नहीं है। मुख्यमंत्री धामी का कहना है कि राज्य की सांस्कृतिक विरासत की हिफाजत और डेमोग्राफी चेंज को रोकने के लिए उन्होंने बड़े काम किए हैं अब राज्य में कोई कहीं भी लाल पीली हरी चादर डालकर कब्जा नहीं कर सकता है लेकिन लोगों का यह भी मानना है कि वह न तो उनकी बुलडोजर नीति को ठीक मानते हैं और न राज्य में हो रही हिंदू मुस्लिम की राजनीति को। इससे प्रदेश का सांप्रदायिक भाईचारा समाप्त हो रहा है और आए दिन टकराव की स्थितियां पैदा हो रही है। सरकार राज्य में न भ्रष्टाचार पर लगाम लगा सकी है न जमीनों की लूट खसोट पर। इसका एक बड़ा प्रमाण हरिद्वार में करोड़ों की जमीन घोटाले में खुद उनके द्वारा ही कार्रवाई किया गया है। उधर विपक्ष राज्य में फैली अव्यवस्थाओं व सरकारी जमीनों की लूट खसोट और कानून व्यवस्था की बिगड़ती स्थिति के लेकर सरकार की घेराबंदी कर रही है। 2027 में बीजेपी जीत की हैट्रिक लगा सकेगी इसमें राष्ट्रीय स्तर पर केंद्र सरकार जो इस दौर में चौतरफा समस्याओं से घिरी हुई है तथा मोदी का मैजिक भी बेअसर होता दिख रहा है उसके लिए आसान नहीं होगा।

तेजी से खिसक रहा है गंगोत्री ग्लेशियर, सतह पर बन रही हैं झीलें।

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। अभी हाल के दिनों में गंगा प्रहरी प्रखर सिंह बिष्ट ने गंगोत्री से गौमुख और तपोवन में दुर्गम ट्रैकिंग कर गंगोत्री ग्लेशियर में जगह जगह बनी झीलों का वीडियो हमे भेजा है। मौसम में आ रहे बदलाव गंगोत्री ग्लेशियर पर भारी पड़ रहे हैं। करीब 25 मीटर सालाना रफ्तार से पीछे खिसक रहे ग्लेशियर की मोटाई भी कम होती जा रही है। गोमुख से चौखंबा बेस तक करीब 28 किमी लंबे इस ग्लेशियर में मिलने वाले अधिकांश छोटे ग्लेशियर पीछे खिसक चुके हैं और इसके ऊपर जगह-जगह झीलें बन गई हैं।।प्रसिद्ध पर्यावरणविद डॉ. हर्षवंती बिष्ट बताती हैं कि ग्लेशियर पीछे खिसकने के साथ ही इसकी मोटाई भी कम हो रही है वर्ष 1866 से 2026 के बीच यह ग्लेशियर करीब साढ़े तीन किमी पीछे खिसका है।

एजुकेशन हब में 'मौत के जाल'

●राजधानी देहरादून में हादसों को न्योता दे रहे हैं कई कोचिंग सेंटर और तंग गलियों में बने हॉस्टल
●बेसमेंट में क्लासरूम व संकरी गलियों में हास्टल और फायर सेफ्टी के नाम पर सिर्फ खानापूरी
●एजुकेशन हब के पीछे छिपा मौत का जाल, बिना पुलिस वेरिफिकेशन व एनओसी के चल रहा खेल
●दून में मोटी फीस और महंगे किराए की वसूली, लेकिन सुरक्षा के नाम पर है जीरो मैनेजमेंट

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। राजस्थान के कोटा से लेकर दिल्ली के मुखर्जी नगर तक, कोचिंग सेंटरों में सुरक्षा को लेकर सवाल बार-बार उठते रहे हैं। लेकिन उत्तराखंड की राजधानी देहरादून में भी स्थिति बहुत अलग नहीं दिखती। शहर में हजारों छात्र-छात्राएं प्रतियोगी परीक्षाओं, मेडिकल, इंजीनियरिंग, डिफेंस और अन्य कोर्सों की तैयारी के लिए आते हैं। इनके लिए कोचिंग संस्थानों के साथ-साथ पीजी, हास्टल और किराए के कमरों का एक विशाल नेटवर्क खड़ा हो चुका है। सवाल यह है कि क्या इन इमारतों में पढ़ने और रहने वाले छात्रों की सुरक्षा सुनिश्चित है, या फिर ये कोचिंग सेंटर किसी संभावित हादसे का इंतजार कर रहे लाक्षागृह बन चुके हैं?

पिछले एक दशक में देहरादून उत्तर भारत के प्रमुख कोचिंग केंद्रों में शामिल हुआ है। शहर के नेहरू कालोनी, बल्लूपुर, प्रेमनगर, घंटाघर, राजपुर रोड और क्लेमेंटटाउन क्षेत्रों में सैकड़ों छोटे-बड़े कोचिंग संस्थान संचालित हो रहे हैं। इनके साथ हास्टल और पीजी की भी भरमार है। हजारों छात्र दूसरे जिलों और राज्यों से यहां आते हैं। लेकिन बढ़ती संख्या के मुकाबले सुरक्षा मानकों की निगरानी और अनुपालन पर सवाल लगातार उठते रहे हैं।

सूरत कोचिंग सेंटर अग्निकांड के बाद 2019 में देहरादून और राज्य के अन्य शहरों में बड़े पैमाने पर फायर सेफ्टी जांच अभियान चलाया गया था। उस दौरान देहरादून में 55 कोचिंग सेंटरों, होटलों और व्यावसायिक भवनों को अग्नि सुरक्षा इंतजामों की कमी के कारण नोटिस जारी किए गए थे। जांच में फायर एक्सटिंग्विशर, फायर अलार्म और आपातकालीन निकासी व्यवस्था जैसी बुनियादी सुविधाओं की कमी सामने आई थी। इसी अवधि में राज्य स्तर पर कई कोचिंग संस्थानों को फायर एनओसी और सुरक्षा मानकों का पालन न करने पर चेतावनी दी गई थी। शहर में बड़ी संख्या में ऐसे कोचिंग सेंटर संचालित हैं जो व्यावसायिक या आवासीय इमारतों के ऊपरी तल पर चल रहे हैं। कई जगहों पर प्रवेश और निकास के लिए केवल एक संकरा रास्ता है। बिजली के तारों का जाल, सीमित वेंटिलेशन और भीड़भाड़ वाली कक्षाएं किसी भी आपात स्थिति में खतरा बढ़ा सकती हैं।

विशेषज्ञों का मानना है कि आग लगने की स्थिति में सबसे बड़ा जोखिम निकासी का होता है। यदि एक ही सीढ़ी या दरवाजा हो और सैकड़ों छात्र मौजूद हों, तो भगदड़ की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग ने भी देहरादून के कई कोचिंग संस्थानों का निरीक्षण करने के बाद सरकार को पत्र लिखकर संचालन के लिए स्पष्ट दिशा-निर्देश बनाने की मांग की थी। आयोग ने पाया था कि कई संस्थानों में मानक संचालन प्रक्रिया और छात्रों की सुरक्षा से जुड़े बुनियादी प्रावधानों का अभाव है। आयोग ने फीस, बुनियादी सुविधाओं और छात्र सुरक्षा पर नियमन की जरूरत बताई थी।

केंद्र सरकार की कोचिंग सेंटर नियमन संबंधी गाइडलाइन स्पष्ट कहती है कि कोचिंग भवनों को फायर सेफ्टी और बिल्डिंग सेफ्टी मानकों का पालन करना होगा और संबंधित अधिकारियों से सुरक्षा प्रमाणपत्र प्राप्त करना होगा। पर्याप्त जगह, वेंटिलेशन, प्राथमिक उपचार और आपातकालीन सहायता व्यवस्था भी अनिवार्य है। लेकिन सवाल यह है कि देहरादून में चल रहे सभी कोचिंग सेंटर और उनसे जुड़े हास्टल क्या वास्तव में इन मानकों पर खरे उतरते हैं?

देहरादून में बड़ी संख्या में ऐसे संस्थान हैं जो कोचिंग के साथ हास्टल सुविधा भी उपलब्ध कराते हैं। इनमें सैकड़ों छात्र एक ही परिसर में रहते हैं। ऐसे में केवल क्लासरूम ही नहीं, बल्कि हास्टल, मेस, रसोई, बिजली व्यवस्था और आपातकालीन निकास मार्गों की भी नियमित जांच आवश्यक है। देहरादून को शिक्षा नगरी कहा जाता है। लेकिन यदि किसी भवन में फायर एनओसी नहीं है, निकासी का पर्याप्त इंतजाम नहीं है, या क्षमता से अधिक छात्रों को बैठाया जा रहा है, तो वह भवन पढ़ाई का केंद्र कम और संभावित दुर्घटना का केंद्र अधिक बन सकता है।

कोटा, सूरत और दिल्ली जैसे हादसों ने देश को चेताया है। अब सवाल यह है कि क्या देहरादून प्रशासन, नगर निकाय, फायर विभाग और शिक्षा विभाग मिलकर व्यापक सुरक्षा आडिट करेंगे, या फिर किसी बड़ी दुर्घटना के बाद ही व्यवस्थाएं जागेंगी? क्योंकि जब हजारों छात्र अपने सपनों के साथ इन इमारतों में प्रवेश करते हैं, तो उन्हें सिर्फ शिक्षा ही नहीं, सुरक्षा का भरोसा भी मिलना चाहिए।

राजधानी में 'हाथ' का दम

❑2027 के रण के लिए कांग्रेस का महा-शक्ति प्रदर्शन, बदल दी है अपनी चुनावी नैरेटिव
❑बैक-टू-बैक कांग्रेस के धरना-प्रदर्शनों से बैकफुट पर आयी प्रदेश की भाजपा सरकार
❑कांग्रेस ने की बूथ स्तर पर किलेबंदी तेज, मंडल और सेक्टर प्रभारियों को सौंपी कमान

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में 2027 विधानसभा चुनाव की तैयारियां तेज हो चुकी हैं। इसी कड़ी में कांग्रेस ने राजधानी में बड़ा शक्ति प्रदर्शन कर यह संदेश देने की कोशिश की कि पार्टी चुनावी मुकाबले के लिए पूरी तरह सक्रिय है। हाल के महीनों में कांग्रेस ने संगठनात्मक बैठकों, जनसभाओं, धरना-प्रदर्शनों और कार्यकर्ता सम्मेलनों के जरिए अपनी राजनीतिक मौजूदगी को मजबूत करने का प्रयास किया है। देहरादून में कांग्रेस के कार्यक्रमों में बड़ी संख्या में कार्यकर्ताओं और नेताओं की मौजूदगी देखने को मिली। पार्टी ने महंगाई, भ्रष्टाचार, बेरोजगारी, कानून-व्यवस्था और जनहित के मुद्दों को लेकर राज्य सरकार को घेरने की रणनीति अपनाई। फरवरी 2026 में कांग्रेस ने लोकभवन कूच का आयोजन किया, जिसमें हजारों कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। प्रदर्शन के दौरान पुलिस और कार्यकर्ताओं के बीच तीखी नोकझोंक भी हुई, जिससे कार्यक्रम को व्यापक राजनीतिक चर्चा मिली।

कांग्रेस नेतृत्व का मानना है कि विधानसभा चुनाव से पहले संगठन को बूथ स्तर तक मजबूत करना जरूरी है। इसी उद्देश्य से पार्टी ने प्रदेशभर में संगठन विस्तार अभियान चलाया है। कांग्रेस नेताओं के उत्तराखंड दौरे और अल्मोड़ा जनसभा को भी इसी रणनीति का हिस्सा माना गया। पार्टी नेतृत्व ने देहरादून में पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं के साथ बैठक कर चुनावी तैयारियों की समीक्षा की तथा संगठन को एकजुट करने पर जोर दिया।

विश्लेषकों का मानना है कि देहरादून में कांग्रेस का यह शक्ति प्रदर्शन केवल विरोध प्रदर्शन नहीं बल्कि भाजपा को सीधी चुनावी चुनौती देने का प्रयास है। कांग्रेस राज्य सरकार के खिलाफ जनभावनाओं को राजनीतिक समर्थन में बदलना चाहती है, जबकि भाजपा अपने संगठन और सरकार की उपलब्धियों के आधार पर चुनावी मैदान में उतरने की तैयारी कर रही है।

देहरादून में हुए शक्ति प्रदर्शन से कांग्रेस ने यह संदेश देने की कोशिश की कि पार्टी राज्य में विपक्ष की भूमिका तक सीमित नहीं रहना चाहती, बल्कि सत्ता में वापसी के लिए आक्रामक रणनीति पर काम कर रही है। आगामी विधानसभा चुनाव तक ऐसे कार्यक्रमों की संख्या बढ़ने की संभावना है, जिससे उत्तराखंड की राजनीति और अधिक गर्माने के संकेत मिल रहे हैं।

बता दें कि देहरादून में कांग्रेस का शक्ति प्रदर्शन आगामी विधानसभा चुनावों की राजनीतिक बिसात का शुरुआती संकेत माना जा रहा है। पार्टी संगठनात्मक मजबूती, जनसरोकारों के मुद्दों और बड़े जनसमूह के प्रदर्शन के जरिए यह दिखाने में जुटी है कि उत्तराखंड की चुनावी लड़ाई में वह भाजपा को कड़ी चुनौती देने की तैयारी कर चुकी है।

मानसून सिर पर चंबा-नई टिहरी मार्ग की नालियां जाम

नई टिहरी(आरएनएस)। चंबा-नई टिहरी मोटर मार्ग पर पानी निकासी व्यवस्था चिंताजनक बनी हुई है। मानसून आने वाला है लेकिन सड़क किनारे बनी नालियां जगह-जगह मलबे से अटी पड़ी हैं। ऐसी स्थिति में बारिश शुरू होते ही पानी सड़क पर बहने और आसपास के घरों व दुकानों के अंदर घुसने की आशंका बनी हुई है। स्थानीय लोग लंबे समय से नालियों की सफाई की मांग करते आ रहे हैं लेकिन समस्या जस की तस बनी हुई है। चंबा से नई टिहरी तक करीब 12 किलोमीटर राष्ट्रीय राजमार्ग पर कई स्थानों पर नालियां पूरी तरह बंद पड़ी है। भौणाबागी, बादशाहीथौल क्षेत्र में नालियों में मलबा और कूड़ा जमा होने से पानी निकासी का रास्ता बंद हो चुका है। उक्त स्थानों पर सड़क के किनारे आवासीय भवन और दुकानें स्थित हैं। लोगों का कहना है कि बारिश हुई तो पानी सीधे सड़क पर बहेगा और घरों व दुकानों में घुसने का खतरा पैदा हो सकता हैगत वर्ष राष्ट्रीय राजमार्ग खंड देहरादून की ओर से चंबा-नई टिहरी मार्ग पर जल निकासी के लिए नालियों का निर्माण कराया गया था। लेकिन निर्माण के बाद नालियों की सफाई नहीं होने से अधिकांश जगहों पर नालियां मलबे से भर गई हैं। भौणाबागी में नालियों का अस्तित्व तक दिखाई नहीं दे रहा हैस्थानीय लोगों का कहना है कि बरसात के दौरान पानी सड़क पर बहने लगता है जिससे यातायात प्रभावित होता है। यदि समय रहते नालियों की सफाई नहीं हुई तो इस बार समस्या और अधिक गंभीर रूप ले सकती है।

रेलिंग न होने से एक साल में 13 गोवंश की मौत

चमोली(आरएनएस)। बकरिया बैंड-छिमटा मोटर मार्ग पर रेलिंग रहित पुलों से गिरकर पिछले एक वर्ष में 13 गोवंश की मौत हो चुकी है। शनिवार को बेड़ी तल्ली के दीपक नेगी का एक बैल भी इसी तरह जान गंवा बैठा। यह घटना पीएमजीएसवाई की ओर से निर्मित बकरिया बैंड पुल से गुजरते समय बैल अनियंत्रित होकर नीचे जा गिरा। ग्रामीणों के अनुसार, बकरिया बैंड और कोहली गधेरे पर बने दोनों पुलों पर रेलिंग नहीं हैं। सामाजिक कार्यकर्ता विशन सिंह ने बताया कि चंद्र सिंह सहित कई ग्रामीणों के पशु पहले भी इन पुलों से गिरकर मर चुके हैं। दीपक नेगी ने कहा कि रेलिंग न होने से ये पुल राहगीरों और जानवरों के लिए बड़ा खतरा बन गए हैं। बेड़ी, छिमटा, डोल्टू और चोरडा गांवों के ग्रामीणों ने प्रशासन से शीघ्र रेलिंग लगाने की मांग की है।

व्यापारियों ने औली रोपवे के संचालन की उठाई मांग

चमोली(आरएनएस)। ज्योतिर्मठ-औली रोपवे का संचालन पिछले तीन वर्षों से बंद होने के कारण औली के पर्यटन कारोबार पर गहरा असर पड़ रहा है। पर्यटन व्यवसायियों का कहना है कि रोपवे बंद होने से पर्यटकों की संख्या में भारी कमी आई है जिससे होटल, टेंट, रेस्टोरेंट और अन्य पर्यटन गतिविधियों से जुड़े कारोबार प्रभावित हो रहे हैं। व्यवसायियों ने रोपवे का संचालन शीघ्र शुरू कराने की मांग की है। वर्ष 2023 में ज्योतिर्मठ भू-धंसाव के दौरान औली रोपवे भी प्रभावित हुआ था। सुरक्षा कारणों को देखते हुए प्रशासन ने इसका संचालन बंद कर दिया था। इसके बाद से रोपवे की बहाली के लिए कई स्तर पर सर्वे और चर्चाएं हुईं लेकिन अब तक संचालन शुरू नहीं हो पाया है। पर्यटन व्यवसायी अजय भट्ट का कहना है कि रोपवे से बड़ी संख्या में पर्यटक औली पहुंचते थे जिससे स्थानीय कारोबारियों को अच्छी आय होती थी। रोपवे बंद होने के बाद पर्यटकों की संख्या बेहद कम हो गई है। नागेंद्र सकलानी ने कहा कि रोपवे संचालित रहने पर गर्मियों और सर्दियों में पर्यटकों की आवाजाही बनी रहती थी लेकिन अब व्यवसायियों को प्रतिदिन लाखों रुपये का नुकसान उठाना पड़ रहा है। होटल एसोसिएशन औली के अध्यक्ष अंति प्रकाश शाह ने बताया कि रोपवे बंद होने की स्थिति में पर्यटन गतिविधियां भी लगभग ठप हो जाती हैं। उन्होंने कहा कि कई बार प्रशासन को इससे अवगत कराया गया लेकिन अभी तक कोई ठोस कार्रवाई नहीं हुई है।

सड़क डामरीकरण के लिए निविदा जारी होने के बाद भी काम शुरु नहीं

नई टिहरी(आरएनएस)। प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तहत स्वीकृत मोटर मार्गों पर डामरीकरण कार्य शुरू न होने पर नैनबाग क्षेत्र के जन प्रतिनिधियों ने कड़ा आक्रोश जताया है। टेंडर प्रक्रिया पूरी होने के बावजूद विभाग की ओर से टेंडर नहीं खोले जा रहे है जिससे निर्माण कार्य शुरू नहीं हो पा रहा है।धनोल्टी विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत स्थानीय लोग मसोन बैंड-जयद्वार, गरखेत-द्वारगढ़, ऐंदी और सणब सड़क का डामरीकरण का लंबे समय से इंतजार कर रहे है। ग्रामीणों का कहना है कि उक्त मार्गों की स्थिति लगातार खराब होती जा रही है जिससे आवागमन जोखिमभरा बना हुआ है। जिला पंचायत सदस्य जोत सिंह रावत ने चेतावनी दी यदि जल्द टेंडर खोलकर निर्माण कार्य शुरू नहीं किया गया तो क्षेत्र की जनता उग्र आंदोलन शुरू करने को बाध्य होगी। विभागीय स्तर पर हो रही देरी से लोगों को अनावश्यक परेशानी झेलनी पड़ रही है। स्थानीय ग्रामीण शरण सिंह पंवार, देशपाल सिंह पंवार, प्रधान धीरेंद्र वर्मा, सुरेश कैंतुरा का कहना है कि मसोन-कांडी-जयद्वार मोटर की हालत खराब है। सड़क पर जगह-जगह गड्ढे बने हुए है। लोगों को जोखिम भरा सफर करने को मजबूर होना पड़ रहा है। क्षेत्र के किसान आलू, मटर, बीन, पत्ता गोभी, प्याज, लहसुन का बड़े स्तर पर उत्पादन करते है। सड़क खराब होने के कारण किसान अपनी उपज को विकासनगर मंडी तक समय पर नहीं पहुंचा पाते है। सड़क खराब होने के कारण मालभाड़ा अधिक देना पड़ता है।

'भड्डू' था पहाड़ की रसोई का राजा

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पहाड़ों की पहचान केवल हिमालय, देवस्थल, नदियां और जंगल ही नहीं हैं, बल्कि यहां की पारंपरिक रसोई भी उतनी ही समृ(रही है। पहाड़ की रसोई में इस्तेमाल होने वाले बर्तनों का अपना अलग महत्व था। सिलबट्टा, ओखली, गंज्याली, तकली और तांबे-पीतल के बर्तनों की तरह ही भड्डू भी हर घर की शान हुआ करता था। आज की पीढ़ी शायद इस नाम से परिचित भी न हो, लेकिन कुछ दशक पहले तक पहाड़ के लगभग हर घर में कांसे का बना भड्डू जरूर होता था। यह विशेष रूप से दाल पकाने के लिए इस्तेमाल किया जाता था। माना जाता था कि भड्डू में बनी गहत, भट्ट, मसूर, उड़द या राजमा की दाल का स्वाद किसी अन्य बर्तन में नहीं आ सकता।

भड्डू केवल भोजन बनाने का साधन नहीं था, बल्कि वह पहाड़ की रसोई का ऐसा साथी था, जिसने पीढ़ियों तक हजारों परिवारों के भोजन को स्वाद और पौष्टिकता से भर दिया। भड्डू कांसे का मोटा और मजबूत बर्तन होता था। इसका निचला हिस्सा गोल और गहरा होता था, जिससे आग की गर्मी पूरे बर्तन में समान रूप से फैलती थी। ऊपर का मुंह अपेक्षाकृत छोटा होता था, जिससे भाप लंबे समय तक भीतर बनी रहती थी और दाल धीरे-धीरे गलती थी। लकड़ी के चूल्हे पर भड्डू को रखा जाता था। नीचे चीड़, बांज, बुरांश या अन्य सूखी लकड़ियां जलती रहती थीं और ऊपर दाल घंटों तक धीमी आंच पर पकती रहती थी।

सुबह-सुबह महिलाएं गहत, भट्ट या मसूर की दाल को धोकर भड्डू में डालती थीं। उसमें पानी, हल्दी और थोड़ा नमक मिलाकर चूल्हे पर चढ़ा दिया जाता था। इसके बाद दाल को जल्दी पकाने की कोई जल्दबाजी नहीं होती थी। दाल धीरे-धीरे उबलती रहती थी। बीच-बीच में उसे लकड़ी के कलछुल से चलाया जाता था। जब दाल पूरी तरह गल जाती, तब उसमें जाखिया, जीरा, लहसुन, सूखी लाल मिर्च और देसी घी का तड़का लगाया जाता था। घर के बुजुर्ग कहते थे कि दाल जितनी धीरे पकेगी, स्वाद उतना ही गहरा होगा।

पहाड़ के लोग मानते थे कि भड्डू में बनी दाल का स्वाद अलग ही होता था। इसके पीछे कांसे का बर्तन गर्मी को संतुलित रखता था। लकड़ी की धीमी आंच दाल को समान रूप से पकाती थी। दाल जल्दी नहीं गलती थी, बल्कि धीरे-धीरे अपना प्राकृतिक स्वाद छोड़ती थी। धुएं की हल्की खुशबू भोजन में अलग सुगंध भर देती थी। यही कारण था

●इसमें पकती थी दाल और बसती थी पहाड़ की संस्कृति
●कांसे का भड्डू केवल नहीं था दाल पकाने का एक बर्तन
●पारिवारिक संस्कृति और लोक विरासत का जीवंत प्रतीक
●गैस और प्रेशर कुकर के दौर में यह अनमोल धरोहर लुप्त

कि आज भी बुजुर्ग कहते हैं कि गैस और प्रेशर कुकर में बनी दाल पेट भर सकती है, लेकिन भड्डू वाली दाल मन भर देती थी।

आयुर्वेद में कांसे के बर्तनों का विशेष महत्व बताया गया है। ग्रामीण समाज का मानना था कि कांसे के बर्तन में पका भोजन अधिक सुपाच्य होता है। पहाड़ के लोग इसे किसी वैज्ञानिक सि(ांत के रूप में नहीं, बल्कि अपने अनुभव के आधार पर मानते थे। गहत, भट्ट और उड़द जैसी पौष्टिक दालें जब भड्डू में पकती थीं तो वह लंबे समय तक गर्म भी रहती थीं और उनका स्वाद भी बना रहता था।

पहाड़ के पुराने घरों में रसोई केवल खाना बनाने की जगह नहीं होती थी। जब भड्डू चूल्हे पर चढ़ा होता था, तब पूरा परिवार उसके आसपास बैठता था। बच्चे गृहकार्य करते थे। बुजुर्ग लोककथाएं सुनाते थे। महिलाएं ऊन कातती थीं। पुरुष खेत-खलिहान की बातें करते थे। यानी भड्डू के साथ केवल दाल नहीं पकती थी, बल्कि परिवार भी साथ बैठता था। पहाड़ में बेटी की विदाई के समय उसे तांबे और कांसे के बर्तनों के साथ भड्डू भी दिया जाता था। इसे गृहस्थी की शुरुआत का महत्वपूर्ण हिस्सा माना जाता था। कई परिवार आज भी अपने पूर्वजों का भड्डू संभालकर रखते हैं। यह केवल बर्तन नहीं, बल्कि परिवार की विरासत माना जाता है।

समय बदला, लकड़ी के चूल्हों की जगह गैस ने ले ली। प्रेशर कुकर ने घंटों पकने वाली दाल को कुछ मिनटों में तैयार कर दिया। स्टील और नॉन-स्टिक बर्तनों का चलन बढ़ गया। धीरे-धीरे भड्डू रसोई से गायब होने लगा। आज गांवों में भी बहुत कम घर ऐसे हैं, जहां नियमित रूप से भड्डू का इस्तेमाल होता हो। लोक संस्कृति के जानकार मानते हैं कि यदि पारंपरिक रसोई से जुड़े बर्तनों को नहीं बचाया गया, तो आने वाली पीढ़ियां केवल किताबों और तस्वीरों में ही इन्हें देख पाएंगी। ग्रामीण पर्यटन, होम-स्टे और पारंपरिक पहाड़ी भोजन के माध्यम से भड्डू को फिर से पहचान दिलाई जा सकती है। यदि पर्यटकों को भड्डू में बनी गहत या भट्ट की दाल परोसी जाए तो यह उत्तराखंड की सांस्कृतिक पहचान को नई ऊंचाई दे सकता है।

पहाड़ की संस्कृति केवल मंदिरों, मेलों और लोकगीतों में नहीं बसती, बल्कि उसकी रसोई में भी जीवित रहती है। भड्डू उसी संस्कृति का एक ऐसा अध्याय है, जो धीरे-धीरे बंद होता जा रहा है। यदि हम अपनी अगली पीढ़ी को पहाड़ की असली पहचान से जोड़ना चाहते हैं, तो हमें केवल व्यंजन ही नहीं, बल्कि उन्हें बनाने वाले पारंपरिक बर्तनों और उनसे जुड़ी जीवनशैली को भी सहेजना होगा। क्योंकि भड्डू में पकने वाली दाल केवल भोजन नहीं थी, वह पहाड़ की आत्मा का स्वाद थी।

नासा ने स्वच्छता अभियान चलाकर नैनीझील से निकला प्लास्टिक कचरा

नैनीताल (आरएनएस)। नैनीझील को प्रदूषण मुक्त करने के लिए रविवार को नैनीताल एक्रेटिक एंड एडवेंचर स्पोर्ट्स एसोसिएशन (नासा) ने स्वच्छता एवं जनजागरूकता अभियान चलाया। स्वयंसेवकों ने झील और आसपास के क्षेत्र से बड़ी मात्रा में प्लास्टिक व अन्य ठोस अपशिष्ट एकत्र किया।

इतिहासकार व पर्यावरण प्रेमी प्रो. रीतेश साह ने बताया, कि पिछले कुछ दिनों से हो रही मूसलाधार बारिश के कारण शहर के विभिन्न हिस्सों से बहकर काफी प्लास्टिक और कचरा झील में पहुंच गया था। इससे झील की सुंदरता के साथ जलीय जैव विविधता और पारिस्थितिक संतुलन पर भी खतरा पैदा हो गया था। प्रो. साह ने कहा कि नैनी झील केवल पर्यटन स्थल नहीं, बल्कि नैनीताल की सांस्कृतिक, पर्यावरणीय और आर्थिक धुरी है।यह स्थानीय जलवायु को संतुलित रखने, भूजल पुनर्भरण और हजारों लोगों की आजीविका से जुड़ी है।

बढ़ता प्लास्टिक प्रदूषण जलीय जीवों, जल गुणवत्ता और पूरे पारिस्थितिकी तंत्र के लिए गंभीर चुनौती है। इसलिए झील संरक्षण को जनआंदोलन का स्वरूप देना जरूरी है। उन्होंने नागरिकों व पर्यटकों से अपील की कि झील को स्वच्छ रखने में सहयोग करें। सिंगल-यूज प्लास्टिक का प्रयोग कम करें, प्लास्टिक व अन्य कचरा झील, सड़कों या नालों में न फेंकें। कूड़ा केवल निर्धारित स्थानों पर डालें और नगरपालिका के साथ मिलकर झील को प्रदूषणमुक्त बनाने में योगदान दें। यशपाल सिंह रावत ने कहा कि नैनी झील पूरे क्षेत्र की जीवनरेखा है, जिसके संरक्षण के लिए सामूहिक प्रयास आवश्यक हैं।

इस दौरान एडवोकेट मनीष जोशी, नितिन, कृपाल पडियार, भूपाल सिंह बिष्ट, एडवोकेट भानु मौनी, पूरन कपकोटी, एडवोकेट पंकज चौहान, एडवोकेट कैलाश जोशी, कमल किशोर, भरत, मनीष, विक्रम, रोहित गर्ग, फैजान, किशोर कुमार, शुभान, नितिन आर्य, कार्तिक कुमार आदि रहे।

सेहत कैसे बनाएं, जानिए एक्सपर्ट्स की राय...

आजकल जहाँ ज्यादातर लोग मोटापे से परेशान है वहीं कुछ लोग ऐसे भी हैं जो अपने दुबले-पतले शरीर से दुखी हैं। दुबलेपन के कारण पर्सनल्टी पर बुरा असर तो पड़ता ही है साथ ही शरीर में बीमारियों का खतरा भी बढ़ जाता है। इसके अलावा दुबलेपन के कारण कुछ लोगों में कंफिडेंस की कमी भी देखी जाती है। लेकिन इस समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है। कुछ बातों का ध्यान रखकर आप कुछ ही महीनों में अच्छी सेहत बना सकते हैं।

सेहत बनाने के लिए आपको अपने खानपान पर विशेष ध्यान देना होगा और साथ ही अपनी लाइफस्टाइल में भी थोड़ा सुधार करना होगा। अगर आप सोच रहे हैं की सेहत बनाने के लिए क्या खाएं, जीवनशैली में किस तरह के बदलाव करें और कौन सी एक्सरसाइज करें तो चिंता न करें इस आर्टिकल में हम आपको हेल्थ बनाने का तरीका सेहत बनाने के घरेलू उपाय, डाइट, एक्सरसाइज व आयुर्वेदिक दवा के बारे में बता रहे हैं।

किसी भी बीमारी या समस्या का इलाज जानने से पहले उसके पीछे के कारणों को जानना बेहद जरुरी होता है, जिससे समस्या का जड़ से उपचार किया जा सके। अच्छी सेहत बनाने के लिए भी यह नियम लागू होता है। इसलिए सेहत कैसे बनाएं (ेमींज ंपेम इंदंलम) के बारे में जानने से पहले आपको सेहत न बन पाने के पीछे के कारणों के बारे में भी जरूर पता होना चाहिए, जो इस प्रकार हैं।

भोजन में पोषण की कमी

सेहत न बनने के पीछे का सबसे बड़ा कारण भोजन में पोषण की कमी का होना है। भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट्स, फाइबर, वसा और विटामिन व मिनरल्स की कमी का सीधा असर सेहत पर पड़ता है, जिस वजह से शरीर का सही से विकास नहीं हो पाता है और साथ ही इससे शरीर में कई बीमारियों का खतरा भी बढ़ जाता है।

खुलकर भूख न लगना

सही से भूख न लगना भी हेल्थ न बन पाने का एक मुख्य कारण है। कुछ लोगों को दिनभर भूख ही नहीं लगती हैं जिस कारण उनका भोजन करने का मन ही नहीं करता है। कम भोजन करने से शरीर को पर्याप्त पोषण और कैलोरी नहीं मिल पाती है जिस वजह से सेहत बनने में परेशानी होती हैं। भूख न लगने का एक मुख्य कारण पाचन से जुड़ी समस्याएं हैं।

कमजोर पाचन तंत्र

कुछ लोग अच्छा खाते-पीते हैं लेकिन फिर भी उनकी सेहत अच्छी नहीं होती है, ऐसा कमजोर पाचन तंत्र के कारण होता है। पाचन तंत्र भोजन को पचाने का कार्य करता है, यह पोषक तत्वों को छोटे भागों में तोड़कर शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। अगर पाचन तंत्र ठीक से कार्य न करें तो सेहत में गड़बड़ हो सकती है और शरीर में बीमारियों का खतरा भी बढ़ सकता है। साधारण शब्दों में समझें तो कमजोर पाचन तंत्र के कारण खाया-पिया शरीर में न लगकर मल-मूत्र के रास्ते बाहर निकल जाता है।

ज्यादा तनाव व चिंता

तनाव व चिंता न सिर्फ मानसिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है बल्कि इससे सेहत पर भी बुरा असर पड़ता है। आप कितना भी अच्छा व पौष्टिक भोजन कर क्यों न कर लें यदि तनाव व चिंता से दूर नहीं रहेंगे तो आपकी सेहत नहीं बन सकती। सेहत कैसे बनाएं (ेमींज ंपेम इंदंलम) के लिए तनाव व चिंता से दूरी बनाना बेहद जरुरी होता है।

सेहत न बनने के कुछ अन्य कारण

अनुवांशिक कारण।

पेट से जुड़ी परेशानियां।

लिवर से जुड़ी परेशानियां।

हार्मोन संबंधी समस्याएं।

थायराइड संबंधी परेशानी।

पेट में अल्सर की परेशानी।

सेहत (हेल्थ) बनाने का तरीका

हेल्थ बनाने के लिए प्रोटीनयुक्त भोजन करें

अच्छी हेल्थ बनाने के लिए प्रोटीन सबसे ज्यादा जरुरी होता है। प्रोटीन हड्डियों व मांसपेशियों को मजबूत बनाने में मदद करता है, साथ ही यह शरीर की इम्युनिटी को भी मजबूत बनाने में मदद करता है।

इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रीसर्च के अनुसार एक सामान्य व्यक्ति/महिला को अपने प्रति एक किलो ग्राम वजन पर कम से कम एक ग्राम प्रोटीन जरूर लेना चाहिए।

वैधानिक सूचना

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

–प्रबंधक विज्ञापन

फूलगोभी खाने से किन लोगों को बचना चाहिए...!

फूलगोभी एक बहुत ही फायदेमंद सब्जी मानी जाती है। इसमें विटामिन ष्ट, एंटीऑक्सीडेंट्स और फाइबर की अधिकता होती है जो कई बीमारियों से लडऩे में मदद करते हैं। लेकिन कुछ लोगों को फूलगोभी का सेवन सावधानीपूर्वक करना चाहिए। क्योंकि इसके कुछ नुकसान भी हैं जिनके बारे में जानना जरूरी है। फूलगोभी में मौजूद रैफिनोज नामक कार्बोहाइड्रेट पाचन तंत्र के लिए बेहद हानिकारक साबित हो सकता है।

कुछ लोगों के लिए पाचन क्रियाओं के लिए ठीक नहीं हो सकता। इससे गैस, दस्त और पेट दर्द की समस्या हो सकती है। पहले से पाचन संबंधी समस्याओं जैसे इरिटेबल बाउल सिंड्रोम या आईबीएस वाले लोगों को फूलगोभी का सेवन बहुत कम मात्रा में करना चाहिए। फूलगोभी खाने से उनकी स्थिति और बिगड़ सकती है। आइए जानते हैं यहां और किन लोगों को फूलगोभी नहीं खाना चाहिए।।

थायरॉइड की समस?या

जिन्हें थायरॉइड की समस?या है, उन्हें फूलगोभी को सावधानी से खाना चाहिए, क्योंकि यह गोभी में पाये जाने वाले गोब्रस्ट्रोजेन को कम कर सकता है, जिससे थायरॉइड पर प्रभाव पड़ सकता है।

किडनी स्टोन

जिन्हें किडनी स्टोन की समस्या है, उन्हें फूलगोभी को परहेज से खाना चाहिए, क्योंकि यह कैल्सियम और ऑक्सलेट को बढ़ा सकता है, जो स्टोन के बढऩे का कारण बन सकता है।

ब्रैस्ट कैंसर रिस्क

कुछ अध्ययनों में दिखाया गया है कि जो महिलाएं ब्रैस्ट कैंसर की समस्या से प्रभावित होती हैं, उन्हें फूलगोभी को नहीं खाना चाहिए क्योंकि यह उनके लिए हानिकारक होता है। इस परिमाण के लिए और अध्ययन की आवश्यकता है।

ब्लड थिनर्स का उपयोग

जो ब्लड थिनर्स का उपयोग कर रहे हैं, उन्हें फूलगोभी को बहुत अधिक नहीं खाना चाहिए, क्योंकि यह विटामिन की खपत को बढ़ा सकता है और ब्लीडिंग की समस्याओं का कारण बन सकता है।

गैस की समस्या

पेट में गैस, अपच और पेट फूलने जैसी समस्याओं से परेशान लोगों को फूलगोभी से परहेज करना चाहिए। फूलगोभी में मौजूद रैफिनोज नामक कार्बोहाइड्रेट आंतों में जाकर गैस पैदा कर सकता है, जिससे पेट में दर्द, फूलना और अपच की समस्याएं बढ़ सकती हैं।

फ्रिज में आटा रख कर आप भी खाते हैं रोटी तो हो जाएं सावधान!

आजकल के व्यस्त जीवनशैली में, अधिकांश लोग सुबह के लिए आटे की रोटियां तैयार करने के लिए रात को ही आटा गूथ कर फ्रिज में रख देते हैं। इसलिए क्योंकि सुबह उठते ही नहाने-धोने और बच्चों को तैयार करने में व्यस्त रहने के कारण आटे को गूथने और रोटियां बनाने का वक्त नहीं मिल पाता। इसीलिए रात को सोने से पहले आटा गूथ कर फ्रिज में रख देना आसान लगता है। यही नहीं लोग आसानी के लिए बचा हुआ आटा फ्रिज में रख देते हैं, परन्तु यह एक गलत आदत है जिससे हमें बचना चाहिए।

बैक्टीरिया पनपता है : फ्रिज में रखने से आटे में बैक्टीरिया पनप सकते हैं जो स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं। फ्रिज की ठंडक बैक्टीरिया को मारती नहीं है।

पोषक तत्वों की कमी : फ्रिज में रखने से आटे में मौजूद विटामिन और मिनरल्स खराब हो सकते हैं जिससे आटे का पोषक मूल्य कम हो जाता है। विशेषज्ञों का कहना है कि अगर आपको आटा फ्रिज में रखना ही है, तो उसे 6-7 घंटे से ज्यादा समय तक ना रखें। आटे में कई प्रकार के रसायन पाए जाते हैं। आटे को लंबे समय तक फ्रिज में रखने से ये रसायन स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं। साथ ही, फ्रिज की हानिकारक किरणें और गैसें आटे में समा जाती हैं, जो आटे के स्वाद और सेहत दोनों के लिए अच्छी नहीं होतीं।

स्वाद में कमी : आटे में मौजूद ग्लूटेन फ्रिज में रखने से क्षतिग्रस्त हो सकता है जिससे रोटियां सख्त और गुठली बन सकती हैं। फ्रिज में रखे आटे से बनी रोटियां जल्दी खट्टी हो सकती हैं और स्वाद में अंतर आ सकता है। फ्रिज में रखने से आटे में नमी जमा हो जाती है जिससे रोटियां चिपचिपी और भारी बनती हैं।

पेट संबंधित समस्याएं : फ्रिज में रखने से आटे में बैक्टीरिया और फंगस पनप सकते हैं जो फूड पॉइजनिंग का कारण बनते हैं। इससे पेट दर्द, उल्टी-दस्त जैसी समस्याएं हो सकती हैं। फ्रिज में रखे आटे के गुण बिगड़ते हैं जिससे पाचन तंत्र पर बुरा असर पड़ सकता है। कब्ज, एसिडिटी जैसी समस्याएं हो सकती हैं।फ्रिज में रखे आटे में एलर्जेन बढ़ सकते हैं जो आंतों में सूजन का कारण बनते हैं।

शब्द सामर्थ्य -218

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 217 का हल

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

रुष्या दत्ता की नई फिल्म डॉन बॉस्को का पहला लुक जारी

रुष्या दत्ता, शंकर गौरी के निर्देशन में बन रही एक दिलचस्प मनोरंजक फ़िल्म में मुख्य भूमिका निभा रही हैं। इस फ़िल्म में मिरना मेनन, मुरली शर्मा और कई अन्य कलाकार अहम भूमिकाओं में नज़र आएंगे। ताज़ा जानकारी के अनुसार, फ़िल्म निर्माताओं ने फ़िल्म का पहला लुक और उसका शीर्षक जारी कर दिया है। फ़िल्म का शीर्षक डॉन बॉस्को है, जिसमें रुष्या को हाथ में कटाना (तलवार) लिए हुए, एक स्टाइलिश और दमदार अंदाज़ में दिखाया गया है। फिल्म की शूटिंग पूरी हो चुकी है और अधिकारी जल्द ही फिल्म की रिलीज़ डेट की पुष्टि करेंगे। फ़िल्म में मोनिका, विष्णु ओई और राजकुमार कासिरेड्डी भी अहम किरदारों में नज़र आएंगे। वेंकट उप्पेरी, राधा कृष्णा एंटरटेनमेंट्स के बैनर तले इस फिल्म को प्रोड्यूस कर रहे हैं। फिल्म का संगीत श्रीचरण पकाला ने तैयार किया है, जबकि सिनेमैटोग्राफी की ज़िम्मेदारी एडुरोलू राजू संभाल रहे हैं। राधा कृष्णा एंटरटेनमेंट्स इस फिल्म को तेलुगू सिनेमा प्रेमियों के लिए लेकर आ रहा है। उन्होंने आंध्र प्रदेश और तेलंगाना, इन दोनों तेलुगू राज्यों में कई हिट फिल्मों को डिस्ट्रीब्यूट किया है।

विजय सेतुपति ने स्लमडॉग के बारे में चौंकाने वाले खुलासे किए

विजय सेतुपति ने स्लमडॉग के बारे में चौंकाने वाले खुलासे किए हैं। अपनी बहुमुखी अदाकारी और अलग-अलग तरह की भूमिकाओं के लिए मशहूर विजय सेतुपति और अपनी दमदार फिल्मों के लिए जाने जाने वाले पुरी जगन्नाथ, स्लमडॉग नाम की एक फिल्म के लिए साथ आ रहे हैं। इस फिल्म का काम तेज़ी से आगे बढ़ रहा है। इसमें तब्बू, संयुक्ता और दुनिया विजय जैसे जाने-माने सितारे अहम भूमिकाओं में नज़र आएंगे, जबकि हर्षवर्धन रामेश्वर इसके संगीत निर्देशक हैं। अब, पत्रकारों से बात करते हुए, विजय सेतुपति ने स्लमडॉग के बारे में कुछ चौंकाने वाले खुलासे किए। उन्होंने कहा कि फिल्म में कोई रोमांस नहीं है, और साथ ही यह भी बताया कि वह और फिल्म की मुख्य अभिनेत्री तब्बू, दोनों ही फिल्म में एक-दूसरे से भावनात्मक रूप से दूर हैं। उन्होंने तेलुगू भाषा पर तब्बू की अच्छी पकड़ की भी जमकर तारीफ़ की। विजय सेतुपति इस फिल्म में एक अंधे भिखारी की भूमिका निभा रहे हैं। यह फिल्म पुरी कनेक्ट्स बैनर के तहत बनाई गई है। यह फिल्म अखिल भारतीय स्तर पर बनी है और इसे तेलुगू, तमिल, कन्नड़, मलयालम और हिंदी जैसी विभिन्न भाषाओं में रिलीज़ किया जाएगा।

मैत्री मूवी मेकर्स ने नई तमिल फ़िल्म की घोषणा की

मैत्री मूवी मेकर्स ने अपने तीसरे तमिल प्रोजेक्ट, मैत्रीतमिल०3 की घोषणा की है। इस फ़िल्म में अभिनेता सूरी मुख्य भूमिका में हैं और इसका निर्देशन आर. रविकुमार कर रहे हैं। यह घोषणा एक बेहद शानदार पोस्टर के साथ की गई, जिसमें सूरी कमर तक गहरे, गंदे बाढ़ के पानी में खड़े नज़र आ रहे हैं। उनके हाथ में एक हथियार है और उनके चारों ओर तबाही का मंज़र दिखाई दे रहा है। फ़िल्म का अंदाज़ काफ़ी गंभीर और रहस्यमयी है, जो इस बात का संकेत देता है कि इसकी कहानी में ज़बरदस्त भावनात्मक गहराई और उथल-पुथल देखने को मिलेगी। यह फ़िल्म, सूरी ०7, दर्शकों को एक बेहद रोमांचक और ज़बरदस्त अनुभव देने का वादा करती है। इस समय सूरी अपनी पिछली फ़िल्मों– कोट्टुक्काली, विदुथलाई और मामानन –की सफलता का खूब आनंद ले रहे हैं। वहीं, निर्देशक आर. रविकुमार अपनी साइंस फ़िक्शन फ़िल्मों, जैसे इंद्रू नेत्रू नालै और आयलान के लिए जाने जाते हैं। मैत्री मूवी मेकर्स ने इससे पहले गुड बैड अगली और ड्यूड जैसी तमिल फ़िल्में बनाई हैं। सूरी के फ़ैन्स मैत्रीतमिल०3 के बारे में और ज़्यादा जानकारी का बेसब्री से इंतज़ार कर रहे हैं। अनाउंसमेंट पोस्टर ने तुरंत लोगों में उत्सुकता जगा दी है, और अब इस फ़िल्म को लेकर लोगों में काफ़ी उम्मीदें बढ़ रही हैं।

सोनाक्षी सिन्हा और ज्योतिका की सिस्टम, बनी दुनिया की नंबर 1 गैर-अंग्रेजी फिल्म

बावेजा स्टूडियो की नई फिल्म सिस्टम ने अमेजन प्राइम वीडियो पर कमाल कर दिया है। ये फिल्म दुनियाभर में सबसे ज्यादा देखी जाने वाली गैर-अंग्रेजी (नॉन-इंग्लिश) फिल्म बन गई है, जबकि सभी फिल्मों की सूची में ये ग्लोबल चार्ट पर दूसरे नंबर पर है। अश्विनी अय्यर तिवारी के निर्देशन में बनी इस फिल्म में सोनाक्षी सिन्हा, ज्योतिका और आशुतोष गोवारिकर जैसे बड़े कलाकार हैं। फिल्म की यह बड़ी कामयाबी भारतीय सिनेमा के लिए गर्व की बात है, क्योंकि अब भारतीय फिल्में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी मजबूत पहचान बना रही हैं। जी5 पर मिसेज और नेटफ्लिक्स पर हक के बाद सिस्टम की इस शानदार सफलता के साथ ही बावेजा स्टूडियो ने लगातार 3 हिट फिल्में देने की हैट्रिक बना ली है। इन सभी फिल्मों की सबसे बड़ी खासियत इनकी अनोखी कहानियां हैं, जो अलग-अलग बैकग्राउंड के दर्शकों को खुद से जोड़ती हैं। इस बड़ी कामयाबी पर लेखक-निर्माता हरमन बावेजा ने कहा कि ये सफलता बेहतरीन कहानी कहने की ताकत का सबसे बड़ा सबूत है। उन्होंने इसका पूरा श्रेय प्राइम वीडियो और अपनी टीम को देते हुए कहा कि उनकी वजह से ही भारतीय कहानियां आज दुनियाभर के दर्शकों तक पहुंच पा रही हैं।

अमृता राव ने सादगी और अभिनय से जीता दर्शकों का दिल, पूनम' के किरदार ने दिलाई घर-घर में पहचान

सिनेमा जगत में कई अभिनेत्रियां आईं और गईं, लेकिन कुछ चेहरे ऐसे होते हैं जो अपनी सादगी और सहज अभिनय के कारण लंबे समय तक दर्शकों के दिलों में बने रहते हैं। अभिनेत्री अमृता राव भी उन्हीं सितारों में शामिल हैं। खासकर फिल्म विवाह' में निभाए गए पूनम' के किरदार ने उन्हें घर-घर में पहचान दिलाई। कम फिल्मों में काम करने के बावजूद अमृता ने अपनी अलग छाप छोड़ी। 7 जून 1981 को मुंबई में जन्मीं अमृता राव का पालन-पोषण एक पारंपरिक कोंकणी परिवार में हुआ। शुरुआती शिक्षा मुंबई के अंधेरी स्थित एक स्कूल से पूरी करने के बाद उन्होंने सोफिया कॉलेज में साइकोलॉजी विषय से ग्रेजुएशन की पढ़ाई शुरू की। हालांकि मॉडलिंग की दुनिया उन्हें अपनी ओर खींच रही थी। इसी वजह से उन्होंने पढ़ाई अधूरी छोड़कर मॉडलिंग में करियर बनाने का फैसला किया। शुरुआत में अमृता कई विज्ञापनों में नजर आईं। धीरे-धीरे उनकी पहचान बढ़ी और उन्हें म्यूजिक वीडियो में भी काम करने का मौका मिला। कैमरे के सामने उनका आत्मविश्वास और सहजता लोगों को पसंद आने लगी। इसी दौरान फिल्म निर्माताओं की नजर भी उन पर पड़ी और उनके लिए बॉलीवुड के दरवाजे खुल गए।

साल 2002 में अमृता ने फिल्म अब के बरस' से बॉलीवुड में कदम रखा। पहली ही फिल्म में उन्होंने अपने अभिनय से लोगों का ध्यान खींचा। इसके बाद उनका करियर लगातार आगे बढ़ता गया। वर्ष 2003 में रिलीज हुई इश्क विश्क' उनके करियर का बड़ा मोड़ साबित हुई। इस फिल्म में उन्होंने शाहिद कपूर के साथ काम किया और दोनों की जोड़ी दर्शकों को खूब पसंद आई। फिल्म की सफलता के बाद अमृता युवा दर्शकों के बीच लोकप्रिय हो गईं।

इसके बाद उन्होंने मस्ती', मैं हूं ना', वाह लाइफ हो तो ऐसी', शिखर' और प्यारे मोहन' जैसी फिल्मों में काम किया। हालांकि, उनकी सबसे यादगार फिल्मों में विवाह' का नाम सबसे ऊपर आता है। राजश्री प्रोडक्शंस की इस फिल्म में उन्होंने पूनम' का किरदार निभाया था। उनकी सादगी, पारिवारिक संस्कार और सहज अभिनय ने दर्शकों का दिल जीत लिया। आज भी कई लोग उन्हें पूनम' के नाम से याद करते हैं।

अमृता ने केवल हिंदी फिल्मों तक खुद को सीमित नहीं रखा। उन्होंने तेलुगू सिनेमा में भी काम किया और अभिनेता महेश बाबू के साथ फिल्म अतिथि' में नजर आईं। इस फिल्म को भी दर्शकों ने पसंद किया। इसके बाद अमृता ने वेलकम टू सज्जनपुर', जॉली एलएलबी', सिंह साहब द ग्रेट, सत्याग्रह' और ठाकरे' जैसी फिल्मों में भी अपनी अभिनय क्षमता का परिचय दिया।

निजी जीवन की बात करें तो अमृता ने लंबे समय तक रेडियो जॉकी अनमोल सूद को डेट किया। दोनों ने साल 2016 में बेहद सादगी से शादी की। अमृता एक बेटे की मां हैं, जिसका नाम उन्होंने वीर रखा है। शादी के बाद अमृता ने फिल्मों से कुछ दूरी बना ली और परिवार को प्राथमिकता दी।

इन दिनों अमृता राव अपने पति आरजे अनमोल के साथ कपल ऑफ थिंग्स नाम का यूट्यूब चैनल चलाती हैं। इस मंच के जरिए वह अपने जीवन से जुड़े अनुभव साझा करती हैं और कई चर्चित हस्तियों के इंटरव्यू भी करती हैं।

हिबा नवाब बनीं जादूगरनी!

अभिनेत्री हिबा नवाब टीवी पर लौट आई हैं। वह एक नए पारिवारिक सिटकॉम में मुख्य किरदार निभा रही हैं, जिसे क्लासिक अमेरिकी शो बिविच्ड से प्रेरणा लेकर बनाया गया है।

इसमें हिबा, उर्वशी नाम की एक प्यारी जादूगरनी बनी हैं। उर्वशी अपने पति आरव पटेल के लिए अपनी जादुई दुनिया तो छोड़ देती है, लेकिन जब रोजमर्रा के काम उलझने लगते हैं, तो वह जादू का इस्तेमाल करने से खुद को रोक नहीं पाती है।

इस शो में आपको खूब हंसी-मजाक देखने को मिलेगा और साथ ही राखी विजयन व अधिक मेहता जैसे जाने-पहचाने कलाकार भी नजर आएंगे।

हिबा का झनक के बाद यह पहला शो है। इस धारावाहिक में उन्हें जादू से भरी कॉमेडी करने का मौका मिल रहा है, जो भारतीय टीवी पर बहुत कम ही देखने को मिलती है।

इस साल की शुरुआत में वह एक सुपरनैचुरल थ्रिलर का हिस्सा बनने वाली थीं, लेकिन वो प्रोजेक्ट सिरे नहीं चढ़ पाया। हिबा जिजीजी छत पर है और वो तो है अल्बेला जैसे शोज के लिए जानी जाती हैं।

हिबा बताती हैं कि उनके परिवार ने हमेशा उनका साथ दिया है और करियर के हर उतार-चढ़ाव में उन्हें जमीन से जोड़े रखा व केंद्रित रहने में सहयोग दिया।

गोरखा कल्याण परिषद में नामित होने पर डा.सुवेदी का सम्मान

हमारे प्रतिनिधि

हरिद्वार। गोरखा समुदाय को उत्तराखंड सरकार द्वारा जो सम्मान दिया गया है, उसके लिये समुदाय सरकार का आभार व्यक्त करता है और जो जिम्मेदारी सौंपी है उसे पूरा करने का हरसंभव प्रयास करेंगे।

उक्त विचार उत्तराखंड सरकार द्वारा गठित गोरखा कल्याण परिषद के नामित सदस्य डा.पदम प्रसाद सुवेदी ने गोर्खाली सुधार सभा द्वारा आयोजित सम्मान बैठक में व्यक्त किये। डा.सुवेदी ने कहा कि प्रदेश सरकार ने गोरखा समुदाय के विकास व उत्थान के लिये गोरखा कल्याण परिषद का गठन किया है। अब हम परिषद के माध्यम से अपनी समस्याओं को सीधे सरकार तक पहुंचा सकते हैं, साथ ही सरकार द्वारा चलाई जा रही विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी भी जन-जन तक पहुंचायी जायेगी जिसका फायदा आमजन उठा सकें।

गोर्खाली सुधार सभा शाखा हरिद्वार अध्यक्ष शमशेर बहादुर बम ने कहा कि पिछले दिनों सरकार ने अध्यक्ष व उपाध्यक्ष के साथ ही सभी जनपदों को प्रतिनिधित्व देते हुये गोरखा कल्याण परिषद का गठन किया। इस परिषद में पहली बार हरिद्वार को प्रतिनिधित्व देते हुये डा.पदम प्रसाद सुवेदी को बौतर सदस्य के रूप में नामित किया है जो कि हम सबके लिये गर्व की बात है।

गोर्खाली महिला कल्याण समिति अध्यक्ष पदम पाण्डेय ने कहा कि डा.पदम प्रसाद सुवेदी एक प्रतिष्ठित शिक्षावद् व सामाजिक कार्यकर्ता हैं सरकार द्वारा उन्हें परिषद में शामिल करना एक सराहनीय कदम हैं।

वरिष्ठ सदस्य दीपक बिष्ट ने कहा कि डा.पदम प्रसाद सुवेदी एक मिलनसार, मृदुभाषी व एक विद्वान हैं। इनके परिषद में शामिल होने से परिषद को अवश्य ही उचित मार्गदर्शन मिलेगे।

इससे पूर्व डा.सुवेदी का शॉल व खाद पहना कर स्वागत व अभिनंदन किया गया। इस अवसर पर पुष्पराज पांडे, दिलिप शर्मा, विष्णु देव, पुष्प उपाध्याय ने भी अपने विचार रखे।

सू- दोकू क्र.218

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

नियम

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

सू-दोकू क्र 217 का हल

3	9	6	8	2	5	4	7	1
8	2	5	1	7	4	6	3	9
7	1	4	6	9	3		2	5
1	8	9	3	6	7	[illegible]	5	4
2	6	7	5	4	8	1	9	3
5	4	3	9	1	2	7	8	6
6	7	2	4	3	9	5	1	8
9	5	1	7	8	6	3	4	2
4	3	8	2	5	1	9	6	7

शिक्षकों के समायोजन पर शिक्षक संघ ने जताई आपत्ति

विकासनगर (आरएनएस)। उत्तराखंड जूनियर हाई स्कूल शिक्षक संघ ने शिक्षकों के समायोजन प्रक्रिया को लेकर कड़ा ऐतराज जताया है। संघ के पदाधिकारियों ने आरोप लगाया कि अपने चहेते शिक्षकों को उनकी मनमाफिक तैनाती देने के लिए समायोजन का खेल खेला जा रहा है।

संघ ने शिक्षक हितों और शैक्षणिक व्यवस्था को ध्यान में रखते हुए समायोजन प्रक्रिया में आवश्यक संशोधन की मांग की है।संघ के जिलाध्यक्ष सूरज मंद्रवाल, महामंत्री अश्वनि कुमार भट्ट, प्रांतीय उपाध्यक्ष अतुल शर्मा, विकासनगर ब्लॉक मंत्री बीरबल कश्यप ने कहा कि वर्तमान में जनपद के शिक्षक जनगणना कार्य में व्यस्त हैं। ऐसे समय में बड़े स्तर पर शिक्षकों का एक ब्लॉक से दूसरे ब्लॉक में समायोजन किए जाने से जनगणना कार्य प्रभावित हो सकता है।

इसलिए समायोजन प्रक्रिया को फिलहाल स्थगित किया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि जनपद के उच्चीकृत जूनियर हाई स्कूलों में कार्यरत शिक्षकों को हटाकर अन्य विद्यालयों में समायोजित किया जा रहा है, जबकि शासनादेश और निदेशक प्रारम्भिक शिक्षा के पूर्व आदेशों में स्पष्ट रूप से निर्देशित किया गया है कि अग्रिम आदेशों तक उच्चीकृत जूनियर हाई स्कूलों से जूनियर शिक्षकों को न हटाया जाए। बावजूद इसके कतिपय शिक्षकों को उनकी इच्छा के विपरीत और अधिकांश शिक्षकों को मनमाफिक तैनाती देने के लिए बड़े पैमाने पर समायोजन का खेल खेला जा रहा है, जिससे आम शिक्षकों के हित प्रभावित हो रहे हैं।

उन्होंने मांग की है कि शून्य छात्र संख्या वाले विद्यालयों अथवा ऐसे उच्चीकृत जूनियर हाई स्कूलों, जहां शिक्षक संख्या अधिक है, वहां से शिक्षकों का समायोजन उन विद्यालयों में किया जाए जहां छात्र संख्या के अनुरूप शिक्षकों की आवश्यकता है। इससे शिक्षा व्यवस्था मजबूत होगी और शिक्षक संसाधनों का बेहतर उपयोग हो सकेगा। उन्होंने इस संबंध में जिलाधिकारी, महानिदेशक विद्यालयी शिक्षा, मुख्य शिक्षा अधिकारी और जिला शिक्षा अधिकारी को ज्ञापन प्रेषित कर आवश्यक कार्रवाई की मांग की है।

चोई बस्ती में निराश्रित पशुओं के लिए बनेगी गोशाला

विकासनगर (आरएनएस)। गोशाभारतीय गोरक्षक संघ की ओर से रामपुर स्थित चोई बस्ती में प्रस्तावित गोशाला निर्माण के लिए रविवार का विधिवत भूमि पूजन किया गया। लंबे समय से क्षेत्रवासी गोशाला निर्माण की मांग कर रहे थे, जिसके अब पूरी होने की उम्मीद है।भूमि पूजन कार्यक्रम डॉ. पंकज किशोर गौड़ और अनुभव नारायण गौड़ ने संपन्न कराया गया। ऋषिकेश से पहुंचे अखिल भारतीय गो रक्षा परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीश्री 108 महामंडलेश्वर स्वामी विष्णु दास महाराज ने भी कार्यक्रम में सहभागिता की। उनके साथ पंडित रोहित ग्वाड़ी, प्रदेश उपाध्यक्ष उत्तराखंड अखिल भारतीय गो रक्षा परिषद भी मौजूद रहे। गोशाला निर्माण के लिए सेलाकुई के व्यापारी किशनलाल महावर ने भूमि दान की है।

भूमि पूजन से पूर्व गिविंग विंग फाउंडेशन के कार्यकर्ताओं ने परिसर में सफाई अभियान चलाया, जिसके बाद विधि-विधान से पूजन कार्यक्रम संपन्न हुआ।भारतीय गोरक्षा संघ के प्रदेश संयोजक निखिल गुसाईं ने बताया कि जल्द ही गोशाला का निर्माण कार्य शुरू कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि क्षेत्र में गोशाला की अत्यंत आवश्यकता थी। इसके बनने से निराश्रित और बेसहारा पशुओं को सुरक्षित आश्रय मिल सकेगा। उन्होंने लोगों से अपील की कि अपने पशुओं को खुले में न छोड़ें, बल्कि उनका उचित रखरखाव करें या उन्हें गोशाला तक पहुंचाएं।

आईआईटी रुड़की में 11 दिवसीय योग महोत्सव का समापन

रुड़की (आरएनएस)। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2026 के उपलक्ष्य में आईआईटी रुड़की की संस्थान क्रीड़ा परिषद द्वारा आयोजित 11 दिवसीय योग महोत्सव का सफल समापन हुआ। लाल बहादुर शास्त्री स्टेडियम में आयोजित कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों, कर्मचारियों, स्थानीय नागरिकों के बीच योग, प्राणायाम और स्वस्थ जीवनशैली के प्रति जागरूकता बढ़ाना रहा।

योग महोत्सव के दौरान विभिन्न विशेषज्ञों ने प्रतिभागियों को योग, आयुर्वेद एवं स्वास्थ्य से जुड़े विषयों पर महत्वपूर्ण जानकारी दी। 11 और 12 जून को स्वामी करमवीर महाराज ने योग एवं प्राणायाम के महत्व पर प्रकाश डाला। 14 एवं 15 जून को ऑनलाइन योग प्रशिक्षक पूनम चोपड़ा ने योग के विभिन्न आयामों की जानकारी दी।16 और 17 जून को डॉ. आशीष सिसोदिया ने आयुर्वेद, गलत दिनचर्या के दुष्प्रभाव और स्वास्थ्य सुधार के उपायों पर व्याख्यान दिया। 18 जून को डॉ. रुद्र भंडारी ने प्राणायाम और जोड़ों के दर्द से राहत देने वाले व्यायामों की जानकारी साझा की। 19 एवं 20 जून को ईशा फाउंडेशन की टीम ने बाल योग, ध्यान और जीवनशैली सुधार विषयों पर मार्गदर्शन दिया। वहीं, सहज योग के अंतर्गत मयंक गुप्ता ने शरीर की नाड़ियों की कार्यप्रणाली और स्वास्थ्य संतुलन पर विस्तृत जानकारी दी। शिविर में प्रतिदिन लगभग 400 प्रतिभागियों ने सहभागिता की, जिनमें संस्थान के छात्र, शिक्षक, कर्मचारी तथा स्थानीय नागरिक शामिल रहे। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित विशेष कार्यक्रम में प्रतिभागियों ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ ऑनलाइन सामूहिक योगाभ्यास किया।

नौ सदस्यीय पर्वतारोही दल ने किया सतोपंथ चोटी का सफल आरोहरण

उत्तरकाशी (आरएनएस)। जनपद के नौ सदस्यीय पर्वतारोही दल ने बीते बृहस्पतिवार को सुबह 9.30 बजे गंगोत्री ग्लेशियर की समुद्रतल से 23,211 फीट की ऊंचाई पर स्थित सतोपंथ चोटी का सफल आरोहण किया। चोटी के आरोहण में दल को भारी हिमपात के कारण आधे में अभियान समाप्त करने की योजना बना ली थी। पर्वतारोही 12 जून को सबमिट कैंप से वापस कैंप वन में आ गए थे। इसके बाद इन्होंने चार दिन तक मौसम खुलने का इंतजार किया। उसके बाद 17 जून को दोबारा अभियान शुरू किया। बीते 31 मई को पर्वतारोहियों के दल में एवरेस्ट विजेता प्रवीण राणा सहित मुनेन्द्र राणा, नवीन पंवार, नवीन गुसाईं, पवनेश राणा, रतन सिंह नेगी, आजाद सिंह राणा, सचिन लामा, चित्रेश्वरी राजपूत ने स्वच्छ और सुरक्षित हिमालय थीम के साथ अभियान की शुरूआत की। उसके बाद एक जून को गंगोत्री से संतोपंथ के लिए रवाना हुए। प्रवीन राणा ने बताया कि इस दौरान सात और आठ जून को भी भारी हिमपात के कारण उन्हें परेशानी का सामना करना पड़ा। बीते 12 जून को उनका दल सबमिट कैंप तक पहुंच चुका था लेकिन अधिक हिमपात होने के कारण उन्हें कैंप वन में लौटना पड़ा।

ग्रामीणों ने शुरू किया श्रमदान से पांच किमी सड़क बनाने का काम

नैनीताल (आरएनएस)। रामगढ़ ब्लॉक के लोशज्ञानी में ग्रामीणों ने श्रमदान कर करीब तीन किलोमीटर सड़क बना दी है। तोक काफलधारी से लोशज्ञानी गांव तक ग्रामीणों ने पांच किमी सड़क बनाने का लक्ष्य रखा है। बीते दिनों प्रशासन की ओर से निर्माण कार्य रोकने के बाद ग्रामीणों ने रविवार से फिर सड़क बनानी शुरू कर दी है।

बता दें, कि फल पट्टी रामगढ़ के लोशज्ञानी गांव के 300 परिवार वर्षों से सड़क की उम्मीद में थे। सरकार ने सड़क नहीं बनाई, तो ग्रामीणों ने खुद ही फावड़ा - गेंती उठा कर सड़क बनानी शुरू कर दी। युवाओं के साथ महिलाएं भी श्रमदान कर सहयोग कर रहीं हैं।रामगढ़ - नथुवाखान मोटर मार्ग में नावली से लोशज्ञानी गांव तक पांच किमी सड़क बनने की कवायद 2016 से शुरू की गई थी। बताया 2017 और 2022 में विधान सभा चुनाव के दौरान ग्रामीणों को प्रत्याशियों न गांव तक सड़क पहुंचाने का आश्वासन दिया था। कई बार प्रशासन की विभिन्न विभागों की टीमें सर्वे को गांव पहुंची, पर ग्रामीणों को सड़क नहीं मिली। आरोप लगाया कि अब फिर से आगामी विधानसभा चुनावों की तैयारी है और सड़क बनाने का आश्वासन दिया जा रहा। लेकिन अब वे कोरे आश्वासन में नहीं फंसेंगे। ग्रामीणों ने एकजुट होकर तोक काफलधारी से लोशज्ञानी गांव के लिए सरकार से पहले ही खुद सड़क श्रमदान से बना रहे हैं। करीब तीन किमी सड़क बना ली गई है। श्रमदान से निर्माण कार्य प्रगति पर है। ग्राम प्रधान ओम प्रकाश आर्या ने बताया कि गांव में सड़क न होने से बीमार लोग आपातकाल स्थिति में अस्पताल समय पर नहीं पहुंच पाते हैं। तीन लोग रास्ते में ही दम तोड़ चुके हैं। इसी को देखते हुए ग्रामीणों ने खुद सड़क बनाने का निर्णय लिया। बीते दिनों निर्माण कार्य रुकवाने के लिए प्रशासन की टीम पहुंची थी। जिसके बाद अब पुन रविवार से ग्रामीणों ने सड़क बनाना शुरू कर दिया है। सामूहिक श्रमदान अभियान में ग्राम प्रधान ओम प्रकाश, क्षेत्र पंचायत सदस्य अर्जुन बिष्ट, सरपंच प्रताप सिंह, पूर्व प्रधान हरीश आर्य, मदन लाल, पूर्व ब्लॉक प्रमुख लाखन सिंह नेगी, इंद्रा देवी, सामाजिक कार्यकर्ता पुष्कर बिष्ट आदि शामिल हैं।

मुख्यमंत्री ने डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी को उनकी पुण्यतिथि पर किया स्मरण

संवाददात

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने जनसंघ के संस्थापक महान शिक्षाविद् श्यामा प्रसाद मुखर्जी को उनकी पुण्यतिथि पर भावपूर्ण स्मरण किया।

आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री आवास में भारतीय जनसंघ के संस्थापक, प्रखर राष्ट्रवादी चिंतक एवं महान शिक्षाविद् डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी की पुण्य तिथि पर उनके चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित कर भावपूर्ण स्मरण किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी का राष्ट्र की एकता, अखंडता और सांस्कृतिक राष्ट्रवाद के प्रति समर्पित जीवन हम सभी के लिए प्रेरणास्रोत है। उन्होंने देशहित को सर्वोपरि रखते हुए राष्ट्रीय एकीकरण के लिए महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनका त्याग, संघर्ष और राष्ट्रसेवा का आदर्श भावी पीढ़ियों को सदैव प्रेरित करता रहेगा। मुख्यमंत्री ने डॉ. मुखर्जी के राष्ट्र निर्माण में दिए गए अमूल्य योगदान को नमन करते हुए उन्हें विनम्र श्रद्धांजलि अर्पित की।

सड़क दुघर्टना में उपनिरीक्षक की मौत

संवाददाता

टिहरी। सडक दुघर्टना में उपनिरीक्षक की मौत से पुलिस विभाग ने दी भावभीनी श्रद्धांजलि दी। आज टिहरी पुलिस परिवार ने अपने एक समर्पित, कर्मठ एवं कर्तव्यनिष्ठ साथी को असमय खो दिया। 02 अगस्त 1973 को जन्मे दिवंगत उपनिरीक्षक विनोद कुमार शर्मा ने भारतीय सेना में गौरवपूर्ण सेवाएं देने के उपरांत वर्ष 2016 में उत्तराखंड पुलिस में उपनिरीक्षक पद पर नियुक्ति प्राप्त की। अपने अनुशासन, ईमानदारी एवं उत्कृष्ट कार्यशैली के बल पर उन्होंने पुलिस विभाग में भी एक विशिष्ट पहचान बनाई। वर्ष 2023 में उन्हें सराहनीय सेवा सम्मान चिन्ह से सम्मानित किया गया। वर्ष 2017 से लगातार जनपद टिहरी गढ़वाल में तैनात रहकर उन्होंने जनसेवा, कानून-व्यवस्था एवं पुलिस दायित्वों के निर्वहन में महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनका सरल स्वभाव, कर्तव्यपरायणता तथा सहयोगी व्यवहार उन्हें सहकर्मियों एवं आमजन के बीच सदैव सम्मान का पात्र बनाता रहा। अत्यंत दु:ख के साथ सूचित किया जाता है कि 23 जून 2026 को कर्तव्य निर्वहन के दौरान हुई एक दु:खद सड़क दुर्घटना में उनका आकस्मिक निधन हो गया। यह समाचार सम्पूर्ण टिहरी पुलिस परिवार के लिए अत्यंत पीड़ादायक एवं अपूरणीय क्षति है। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल श्रीमती श्वेता चौबे सहित समस्त टिहरी पुलिस परिवार दिवंगत आत्मा को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करता है तथा शोक संतप्त परिजनों के प्रति अपनी गहरी संवेदनाएं व्यक्त करता है। ईश्वर दिवंगत आत्मा को अपने श्रीचरणों में स्थान प्रदान करें तथा परिजनों को इस असहनीय दु:ख को सहन करने की शक्ति प्रदान करें।

डेढ़ किलो गांजे के तस्कर गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने एक किलो 520 ग्राम गांजे के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। मिली जानकारी के अनुसार मुख्यमंत्री उत्तराखण्ड के "ड्रग्स फ्री देवभूमि के विजन को साकार करने तथा वर्तमान में प्रचलित आपरेशन प्रहार के तहत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्र में मादक पदार्थो की तस्करी/बिक्री में लिप्त अभियुक्तों को चिन्हित करते हुए उनके विरूद्ध वैधानिक कार्यवाही किये जाने हेतु निर्देशित किया गया है, जिसके अनुपालन में जनपद के सभी थाना क्षेत्रों में दून पुलिस द्वारा लगातार मादक पदार्थों की तस्करी में लिप्त अभियुक्तों को चिन्हित करते हुए उनके विरूद्ध प्रभावी कार्यवाही की जा रही है। इसी क्रम में कोतवाली ऋषिकेश पर गठित पुलिस टीम द्वारा थाना क्षेत्रान्तर्गत गोल मार्केट गली ऋषिकेश क्षेत्र में चलाये जा रहे सघन चौकिंग अभियान के दौरान मुखबिर की सूचना पर सोनू कुमार पुत्र संजय राम को 01 किलो 520 ग्राम अवैध गांजे के साथ गिरफ्तार किया गया। जिसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि उक्त गांजा उसके द्वारा ऋषिकेश के मायाकुण्ड झुग्गी झोपडी में रहने वाले स्थानीय नशेडियों से सस्ते दामों मे खरीदा गया था, जिसे वो अन्य नशेडियों को मंहगे दामों में बेचकर मुनाफा कमाने की फिराक में था। इससे पूर्व ही पुलिस द्वारा उसे गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ के दौरान उसका पूर्व में पजांब से मादक पदार्थों की तस्करी में जेल जाना प्रकाश में आया है।

बूथ पर 'पहरा' विधायकों में 'डर'

- ●भाजपा का नया माइक्रो मैनेजमेंट और टिकट कटने का डर
- ●प्रदेश में विधानसभा चुनाव से पहले बढ़ी नेताओं की धड़कनें
- ●भाजपा की नई चक्रव्यूह रचना, डेंजर जोन में सिटिंग विधायक

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। चुनाव अभी दूर हैं, लेकिन सत्ता और संगठन के गलियारों में हलचल तेज हो चुकी है। भाजपा का नया माइक्रो मैनेजमेंट माडल न केवल संगठन को बूथ स्तर तक मजबूत करने की कोशिश कर रहा है, बल्कि जनप्रतिनिधियों और दावेदारों के बीच एक नई चिंता भी पैदा कर रहा हैकुकहीं टिकट न कट जाए। पार्टी की रणनीति अब केवल चुनावी सभाओं और बड़े नेताओं की रैलियों तक सीमित नहीं है। भाजपा का फोकस अब हर बूथ, हर कार्यकर्ता और हर विधानसभा क्षेत्र के प्रदर्शन पर है। यही वजह है कि सांसदों, विधायकों और संगठन पदाधिकारियों की गतिविधियों पर लगातार नजर रखी जा रही है।

एक समय था जब चुनाव के करीब आते ही टिकट वितरण पर चर्चा शुरू होती थी, लेकिन अब भाजपा वर्षों पहले ही उम्मीदवारों के प्रदर्शन का आकलन शुरू कर देती है। पार्टी सूत्रों के अनुसार, संगठन विभिन्न माध्यमों से जनप्रतिनिधियों की सक्रियता, जनता के बीच उनकी स्वीकार्यता, क्षेत्र में विकास कार्यों की स्थिति और कार्यकर्ताओं के साथ उनके संबंधों का फीडबैक जुटाता है। यही माइक्रो मैनेजमेंट भाजपा की सबसे बड़ी ताकत माना जाता है। पार्टी चुनाव को केवल उम्मीदवार के भरोसे नहीं छोड़ती, बल्कि बूथ स्तर तक एक विस्तृत तंत्र तैयार करती है।

भाजपा ने पिछले कई चुनावों में यह संदेश दिया है कि जीतने की क्षमता और जनता के बीच स्वीकार्यता सबसे महत्वपूर्ण है। कई राज्यों में पार्टी ने बड़े चेहरों तक के टिकट काटने से परहेज नहीं किया। यही कारण है कि वर्तमान जनप्रतिनिधियों के सामने सबसे बड़ी चुनौती विपक्ष नहीं, बल्कि अपनी राजनीतिक प्रासंगिकता बनाए रखना बन गई है। विधायक और अन्य दावेदार लगातार क्षेत्र में सक्रियता बढ़ा रहे हैं। जनसंपर्क अभियान, सामाजिक कार्यक्रमों में भागीदारी और संगठनात्मक बैठकों में उपस्थिति पहले से अधिक दिखाई दे रही है।

भाजपा के भीतर अब रिपोर्ट कार्ड संस्कृति मजबूत होती दिख रही है। संगठन यह जानना चाहता है कि जनप्रतिनिधि चुनाव जीतने के बाद क्षेत्र में कितने सक्रिय रहे, जनता की समस्याओं को कितना उठाया और संगठन के कार्यक्रमों में उनकी भूमिका क्या रही। कई बार स्थानीय स्तर पर मिलने वाली नकारात्मक रिपोर्ट भी टिकट वितरण को प्रभावित कर सकती है। यही वजह है कि नेताओं की कोशिश है कि संगठन और जनता दोनों के बीच सकारात्मक संदेश जाए।

जहां वर्तमान विधायक टिकट बचाने की जद्दोजहद में हैं, वहीं नए दावेदार भी अवसर तलाश रहे हैं। भाजपा की कार्यप्रणाली को देखते हुए पार्टी के भीतर यह धारणा मजबूत है कि यदि किसी सीट पर मौजूदा जनप्रतिनिधि के खिलाफ माहौल है तो संगठन नए चेहरे पर दांव लगाने से पीछे नहीं हटेगा। इस संभावना ने कई क्षेत्रों में अंदरूनी राजनीतिक गतिविधियों को तेज कर दिया है। संगठन पहले, व्यक्ति बाद में भाजपा की राजनीति का एक महत्वपूर्ण पहलू यह रहा है कि पार्टी व्यक्ति से अधिक संगठन को महत्व देने का दावा करती है। माइक्रो मैनेजमेंट का वर्तमान माडल भी इसी सोच पर आधारित दिखाई देता है। बूथ समितियों की मजबूती, लाभार्थी संपर्क अभियान, सोशल मीडिया नेटवर्क और क्षेत्रीय फीडबैक सिस्टम के जरिए संगठन चुनावी तैयारियों को अंतिम समय तक सीमित नहीं रखना चाहता है। जैसे-जैसे चुनाव नजदीक आएंगे, नेताओं पर दबाव और बढ़ेगा। क्षेत्र में उपस्थिति, जनता से संवाद और संगठनात्मक कार्यक्रमों में भागीदारी का महत्व पहले से अधिक हो जाएगा।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि भाजपा का यह माडल चुनावी दृष्टि से प्रभावी हो सकता है, लेकिन इसके साथ ही पार्टी के भीतर प्रतिस्पर्धा और टिकट को लेकर असुरक्षा की भावना भी बढ़ा सकता है। भाजपा का नया माइक्रो मैनेजमेंट केवल चुनाव जीतने की रणनीति नहीं, बल्कि संगठन को हर स्तर पर सक्रिय रखने का प्रयास है। लेकिन इस रणनीति का दूसरा पहलू भी है। जैसे-जैसे फीडबैक, सर्वे और रिपोर्ट कार्ड की संस्कृति मजबूत होगी, वैसे-वैसे नेताओं में टिकट कटने का डर भी बढ़ेगा। यानी चुनाव से पहले भाजपा के भीतर सबसे बड़ा संदेश साफ हैकुसिर्फ पद पर बने रहना काफी नहीं, लगातार प्रदर्शन करना भी जरूरी है।

दस हजार का ईनामी बदमाश गिरफ्तार!

हरिद्वार (हसं)। धोखाधडी मामले में लम्बे समय से फरार चल रहे एक दस हजार के ईनामी बदमाश को पुलिस गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी शातिर किस्म का अपराधी है जिसकी कई राज्यों की पुलिस को तलाश थी। जानकारी के अनुसार बीती 10 मई 2024 को शाकिब पुत्र अय्युब निवासी ग्राम सिकरोडा ने थाना भगवानपुर में तहरीर देकर बताया गया था कि अलीशान पुत्र हमीद निवासी ग्राम शेखपुरा कदीम जिला सहारनपुर उ.प्र. व वर्तमान पता ग्राम तेल्लीवाला डोईवाला देहरादून द्वारा उनसे तथा उनके परिचित प्रवेज अली से तीन कार को किराये पर ली गयी थी। जिन्हे उसके द्वारा वापस नहीं किया गया। तथा उनके द्वारा कार वापस मांगने पर उनके साथ गाली गलौच की गयी है। मामलो में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी। जांच के दौरान पुलिस को पता चला कि आरोपी लम्बे समय से फरार चल रहा है। जिसकी तलाश अन्य राज्यों की पुलिस भी कर रह है। बीती रात अलीशान पुत्र हमीद निवासी ग्राम शेखपुरा कदीम जिला सहारनपुर उ.प्र. व वर्तमान पता ग्राम तेल्लीवाला डोईवाला देहरादून को टैक्सी स्टैण्ड बदरपुर बार्डर के पास से गिरफ्तार किया गया है।

मानसून से पहले सरकार सतर्क: पर्वतीय क्षेत्रों में पहुंचाया तीन माह का राशन

संवाददाता

देहरादून। मानसून सीजन के दौरान भारी बारिश और भूस्खलन जैसी चुनौतियों से निपटने के लिए राज्य सरकार ने पर्वतीय एवं दुर्गम क्षेत्रों में खाद्यान्न आपूर्ति को लेकर अपनी कमर कस ली है।

आगामी मानसून सीजन के दौरान भारी बारिश और भूस्खलन जैसी चुनौतियों से निपटने के लिए राज्य सरकार ने पर्वतीय एवं दुर्गम क्षेत्रों में खाद्यान्न आपूर्ति को लेकर अपनी कमर कस ली है। बरसात के मौसम में अक्सर रास्ते बंद होने और संपर्क टूटने की आशंका को देखते हुए प्रदेश के पर्वतीय जनपदों में जुलाई, अगस्त और सितंबर यानी पूरे तीन महीने का राशन एक साथ उपलब्ध कराने की विशेष व्यवस्था की गई है। आगामी 1 जुलाई से इस त्रैमासिक राशन का वितरण शुरू कर दिया जाएगा। शासन स्तर से मिली जानकारी के अनुसार, पर्वतीय जनपदों के सुदूर और बेहद दुर्गम इलाकों में सरकारी गोदामों में तीन महीने का खाद्यान्न पहले ही सुरक्षित पहुंचा दिया गया है। इसका मुख्य उद्देश्य यह है कि यदि मानसून के दौरान सड़कें अवरुद्ध होती हैं या परिवहन व्यवस्था बाधित होती है, तब भी आम जनता को राशन के लिए किसी भी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। इस बार चारधाम यात्रा मार्ग से जुड़े जनपदों में खाद्यान्न आपूर्ति को सर्वोच्च प्राथमिकता दी गई है। इन रूटों पर स्थित गोदामों में निधारित समय सीमा के भीतर शत-प्रतिशत राशन की आपूर्ति पूरी कर ली गई है। इसके साथ ही, विभाग ने सभी जिला आपूर्ति अधिकारियों को सख्त निर्देश जारी किए हैं कि वे राशन की उपलब्धता और वितरण प्रणाली पर चौबीसों घंटे पैनी नजर रखें। किसी भी आपातकालीन स्थिति से निपटने के लिए गोदामों में अतिरिक्त खाद्यान्न भंडार (बफर स्टॉक) भी सुरक्षित रखने के निर्देश दिए गए हैं। अपर आयुक्त खाद्य पी.एस. पांगती ने बताया कि मानसून को ध्यान में रखते हुए पर्वतीय जनपदों में जुलाई, अगस्त और सितंबर माह का राशन समय से भेजने की प्रक्रिया पहले ही शुरू कर दी गई थी। उन्होंने कहा कि सभी खाद्यान्न गोदामों में तीन माह का राशन पहुंच चुका है तथा आगामी 1 जुलाई से राशन डीलरों के माध्यम से इसका वितरण प्रारंभ कर दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि जुलाई माह के दौरान ही तीनों महीनों का राशन उपभोक्ताओं को समयबद्ध तरीके से वितरित कर दिया जाएगा, जिससे मानसून के दौरान खाद्यान्न आपूर्ति पूरी तरह सुचारु बनी रहे।

चारधाम एवं हेमकुंट साहिब यात्रा में श्रद्धालुओं की सुविधा सर्वोच्च प्राथमिकता, अफवाहों से बचेंः मुख्यमंत्री धामी

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मंगलवार को सचिवालय में आयोजित एक उच्चस्तरीय बैठक में अधिकारियों को निर्देश दिए कि चारधाम एवं हेमकुंट साहिब यात्रा पर आने वाले सभी श्रद्धालुओं की सुख-सुविधाओं का विशेष ध्यान रखा जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेशभर में आने वाले श्रद्धालुओं एवं पर्यटकों का देवभूमि उत्तराखण्ड में हार्दिक स्वागत है। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड आस्था, संस्कृति और प्रकृति की अमूल्य धरोहर है। उन्होंने सभी श्रद्धालुओं एवं पर्यटकों से अपील की कि वे देवभूमि उत्तराखण्ड के शांत वातावरण में अपनी यात्रा का पूर्ण आनंद लें तथा किसी भी प्रकार की अफवाह पर ध्यान न दें।

मुख्यमंत्री ने कहा कि कर्णप्रयाग और नगरासू में सामने आई घटनाओं के संबंध में सभी पक्षों को ध्यान में रखते हुए राज्य सरकार, प्रशासन एवं पुलिस आवश्यक कार्रवाई कर रहे हैं। जांच में जो भी दोषी पाया गया है, उसके विरुद्ध कार्रवाई की गई है तथा सभी तथ्यों के आधार पर आगे भी सख्त कार्रवाई की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश में चारधाम यात्रा के साथ-साथ हेमकुंट साहिब यात्रा भी सुचारु रूप से संचालित हो रही है। चारधाम यात्रा में अब तक 40 लाख से अधिक श्रद्धालु दर्शन कर चुके हैं।

❑कर्णप्रयाग और नगरासू प्रकरण में निष्पक्ष कार्रवाई जारी

❑भ्रामक सूचनाएं फैलाने वालों पर होगी कानूनी कार्रवाई

वहीं, हेमकुंट साहिब यात्रा के शुरुआती दिनों में ही श्रद्धालुओं की संख्या पिछले वर्ष की तुलना में 25 हजार अधिक दर्ज की गई है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड में सिख गुरुओं द्वारा स्थापित तीन प्रमुख पवित्र स्थलश्र हेमकुंट साहिब, रीठा साहिब और नानकमत्ता साहिबश्र स्थित हैं, जहां प्रतिवर्ष बड़ी संख्या में श्रद्धालु दर्शन के लिए पहुंचते हैं। उन्होंने कहा कि सभी का सम्मान करना देवभूमि उत्तराखण्ड की संस्कृति और परंपरा का अभिन्न हिस्सा है। 'अतिथि देवो भवः' की भावना के अनुरूप यहां आने वाले सभी लोगों का स्वागत एवं सत्कार किया जाता है।

मुख्यमंत्री ने सोशल मीडिया पर भ्रामक सूचनाएं प्रसारित करने वालों से अपील की कि वे समाज और समुदायों को बांटने का प्रयास न करें। उन्होंने कहा कि सभी धर्मों के लोगों ने मिल-जुलकर देश को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। उन्होंने स्पष्ट किया कि भ्रामक और भड़काऊ खबरें फैलाने वालों के विरुद्ध कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारे सभी धार्मिक स्थल आस्था, श्रद्धा और प्रेरणा के केंद्र हैं, जहां से समाज को सकारात्मक मार्गदर्शन प्राप्त होता है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार का स्पष्ट रुख है कि देवभूमि उत्तराखण्ड में ऐसा कोई कृत्य स्वीकार नहीं किया जाएगा, जिससे किसी व्यक्ति की गरिमा को ठेस पहुंचे या किसी धर्म एवं आस्था को नुकसान पहुंचे। उन्होंने कहा कि संवाद, सद्भाव और सौहार्दपूर्ण वातावरण के माध्यम से ही सभी समस्याओं का समाधान संभव है।

इस अवसर पर बदरी-केदार मंदिर समिति के अध्यक्ष हेमंत द्विवेदी, हेमकुंट साहिब प्रबंधन ट्रस्ट के अध्यक्ष नरेन्द्रजीत सिंह बिन्द्रा, मुख्य सचिव श्री आनंद बर्द्धन, प्रमुख सचिव श्री आर.के. सुधांशु, सचिव गृह शैलेश बगौली, पुलिस महानिदेशक श्री दीपम सेठ, सचिव विनय शंकर पाण्डेय, डीजी अभिसूचना एवं सुरक्षा श्री अभिनव कुमार, आईजी श्रीमती रिद्धिम अग्रवाल, अपर सचिव श्री बंशीधर तिवारी तथा अपर सचिव श्रीमती तृप्ति भट्ट उपस्थित थे।

शिक्षक एसोसिएशन ने किया सचिवालय कूच!

देहरादून (सं)। 19 सूत्री मांगों को लेकर अनुसूचित जाति-जनजाति शिक्षक एसोसिएशन ने सचिवालय कूच कर मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया। आज यहां अनुसूचित जाति-जनजाति शिक्षक एसोसिएशन के बैनर तले शिक्षक परेड ग्राउंड में एकत्रित हुए। जहां से उन्होंने सचिवालय के लिए कूच किया। परेड ग्राउंड से लैसडाउन चौक,

दर्शनलाल चौक, घंटाघर चौक से होते हुए वह ओरियंट चौक होते हुए सचिवालय पहुंचे जहां पर पुलिस ने बैरकेडिंग लगाकर उन्हें रोक दिया। पुलिस द्वारा रोके जाने पर वह वहीं धरने पर बैठ गये। जिसके बाद जिला प्रशासन की तरफ से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया। उन्होंने कहा कि अनुसूचित जाति-जनजाति विद्यार्थियों की छात्रवृत्ति राशि में वृद्धि पात्रता नियमों का सरलीकरण, एकल खिडकी प्रणाली की स्थापना तथा छात्रवृत्ति का समयबद्ध भुगतान सुनिश्चित किया जाये। न्यायमूर्ति इरशाद हुसैन आयोग की रिपोर्ट सार्वजनिक कर उसकी संस्तुतियोंका समयबद्ध क्रियान्वयन किया जाए। उन्होने कहा कि प्रत्येक वर्ष पारदर्शी, ऑनलाइन एवं काउंसलिंग आधारित स्थानांतरण व्यवस्था लागू करते हुए प्राथमिक शिक्षा में अंतर-मंडलीय स्थानांतरण सुनिश्चित किया जाये।

ई-रिक्शा शोरूम में लगी भीषण आग

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। उत्तरी हरिद्वार के मुखिया गली स्थित श्रीराम मंदिर के सामने सोमवार देर रात एक ई-रिक्शा शोरूम में भीषण आग लग गई। प्रारंभिक जांच में आग लगने का कारण शॉर्ट सर्किट बताया जा रहा है। आग की चपेट में आने से शोरूम में खड़े कई ई-रिक्शा और अन्य सामान जलकर राख हो गए। वहीं सूचना मिलने के बाद दमकल विभाग ने मौके पर पहुंच कर कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया। आग लगने की इस घटना में लाखो रूपये के नुकसान की आंशका जताई जा रही है।

जानकारी के अनुसार बीती देर रात बंद शोरूम से अचानक धुआं और आग की लपटें उठती दिखाई दीं। देखते ही देखते आग ने विकराल रूप धारण कर

लिया, जिससे आसपास के क्षेत्र में अफरा-तफरी मच गई। स्थानीय लोगों ने बाल्टियों से आग बुझाने का प्रयास किया, लेकिन सफलता नहीं मिली।

सूचना मिलते ही मायापुर फायर स्टेशन से दमकल की टीम मौके पर पहुंची और करीब डेढ़ घंटे की कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया। इस दौरान दुकान के बाहर खड़े वाहनों को भी सुरक्षित स्थान पर हटाया गया। स्थानीय पुलिस भी मौके पर पहुंची और स्थिति को नियंत्रित किया।

मुख्य अग्निशमन अधिकारी (सीएफओ) वंश बहादुर यादव ने बताया कि हादसे में किसी प्रकार की जनहानि नहीं हुई है, लेकिन ई-रिक्शा और अन्य सामान जलने से लाखों रुपये का नुकसान हुआ है। नुकसान का आकलन किया जा रहा है तथा आग लगने के कारणों की विस्तृत जांच जारी है।

भूमि प्रबंधन एवं सुधारों के लिए व्यापक कार्ययोजना तैयार की जाएः मुख्य सचिव

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनंद बर्धन ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि भूमि प्रबंधन एवं सुधारों के लिए व्यापक कार्योजना तैयार की जाये।

आज यहां मुख्य सचिव आनंद बध 'न की अध्यक्षता में सचिवालय सभागार में सचिव समिति की बैठक आयोजित की गई। इस दौरान राज्य में भूमि संसाध नों के बेहतर प्रबंधन, भूमि संबंधी प्रक्रियाओं के सरलीकरण, डिजिटलीकरण, विवाद निस्तारण तथा निवेश अनुकूल व्यवस्था विकसित करने के विभिन्न पहलुओं पर व्यापक विचार-विमर्श किया गया। बैठक में भूमि से जुड़े मामलों के बेहतर सेटलमेंट, भूमि को निवेशकों के लिए अधिक अनुकूल बनाने, नवीन तकनीकों के समावेशन, विवाद निस्तारण प्रणाली को सुदृढ़ करने, राजस्व वादों को कम करने, रियल-टाइम मॉनिटरिंग एवं अपडेटेशन, जटिल राजस्व शब्दावली एवं प्रपत्रों के सरलीकरण तथा भूमि क्रय-विक्रय सहित सभी प्रक्रियाओं को पेपरलेस, कैशलेस एवं फेसलेस बनाने से संबंधित सुधारों पर विस्तार से चर्चा की गई।9क्रियान्वयन हेतु प्रोजेक्ट इम्प्लीमेंटेशन यूनिट गठित करने तथा उसके कार्यों की शासन स्तर पर नियमित निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश भी दिए। बैठक में भूमि सर्वेक्षण, बंदोबस्त, मैपिंग, पुराने अभिलेखों एवं अक्षांशीय रिकॉर्ड के डिजिटलीकरण, भूमि संबंधी रिकॉर्ड के अद्यतनकरण तथा निर्धारित समयावधि में पंजीकरण, दाखिल-खारिज,

नोटिस एवं अन्य राजस्व मामलों के त्वरित निस्तारण पर विशेष चर्चा हुई। मुख्य सचिव ने भूमि सर्वेक्षण एवं मैपिंग कार्यों के लिए नियुक्त की जाने वाली एजेंसियों के कार्यों की प्रभावी निगरानी सुनिश्चित करने के भी निर्देश दिए। बैठक में इस बात पर विशेष बल दिया गया कि भूमि प्रबंधन सुधारों कमुख्य उद्देश्य राज्य के सीमित भूमि संसाधनों का अधिकतम एवं प्रभावी उपयोग सुनिश्चित करना, निवेशकों के लिए भूमि की उपलब्धता को सरल बनाना, भूमि बैंक प्रणाली को सुदृढ़ करना तथा भूमि संबंधी विवादों को न्यूनतम करना है। साथ ही न्यायिक एवं प्रशासनिक प्रक्रियाओं को सरल, पारदर्शी एवं डिजिटल बनाकर नागरिकों को बेहतर सेवाएं उपलब्ध कराने पर भी जोर दिया गया। बैठक में सचिव एस.एन. पाण्डेय द्वारा भूमि प्रबंधन सुधारों पर विस्तृत प्रस्तुतिकरण दिया गया, जबकि विभिन्न विभागों के सचिवों ने अपने सुझाव एवं अनुभव साझा किए।

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।