बृहस्पतिवार
34 साल से देहरादून का विश्वास
02 जुलाई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 159
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

मानसून से पहले अलर्ट मोड में धामी सरकार

◆मुख्यमंत्री ने राज्य स्तरीय मॉक ड्रिल से परखी आपदा तैयारियां

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आईटी पार्क, देहरादून में आयोजित राज्य स्तरीय मानसून पूर्व मॉक ड्रिल में अधिकारियों को प्रभावी आपदा प्रबंधन के निर्देश दिए।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आईटी पार्क, देहरादून में आयोजित राज्य स्तरीय मानसून पूर्व मॉक ड्रिल में अधिकारियों को प्रभावी आपदा प्रबंधन के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड जैसे संवेदनशील राज्य में आपदा प्रबंधन केवल प्रशासनिक दायित्व नहीं, बल्कि सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने कहा कि मानसून के दौरान संभावित आपदाओं से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए पूर्व तैयारी, त्वरित निर्णय, बेहतर समन्वय तथा आधुनिक तकनीकों का समुचित उपयोग अत्यंत आवश्यक है। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य स्तरीय मॉक ड्रिल आपदा प्रबंधन तंत्र की क्षमता को और अधिक सुदृढ़ करने की दिशा में महत्वपूर्ण पहल है। यह केवल एक अभ्यास नहीं, बल्कि विभिन्न विभागों के बीच समन्वय, संचार व्यवस्था, संसाधनों की उपलब्धता तथा राहत एवं बचाव तंत्र की वास्तविक क्षमता का व्यापक परीक्षण है। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि आपदा प्रबंधन को केवल राहत एवं बचाव तक सीमित न रखकर जोखिम न्यूनीकरण, पूर्व तैयारी तथा तकनीक आधारित प्रबंधन पर विशेष बल दिया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य

●मानसून पूर्व मॉक ड्रिल में अधिकारियों को प्रभावी आपदा प्रबंधन के निर्देश दिए

में एआई आधारित अर्ली वार्निंग सिस्टम, डिजिटल मॉनिटरिंग सिस्टम, ड्रोन सर्विलांस, जीआईएस मैपिंग, सैटेलाइट मॉनिटरिंग तथा डेटा आधारित जोखिम आकलन जैसी आधुनिक तकनीकों को आपदा प्रबंधन से जोड़ा जा रहा है, जिससे संभावित खतरों का समय रहते सटीक आकलन कर जन-धन की हानि को न्यूनतम किया जा सके। उन्होंने कहा कि आपातकालीन परिस्थितियों में त्वरित राहत एवं बचाव सुनिश्चित करने के लिए रैपिड रिस्पॉन्स टीमों को सशक्त बनाया गया है तथा अर्ली वार्निंग सिस्टम को लगातार मजबूत किया जा रहा है, ताकि दूरस्थ एवं संवेदनशील क्षेत्रों तक समय पर चेतावनी पहुंचाई जा सके। मुख्यमंत्री ने कहा कि जल स्रोत संरक्षण, ग्लेशियर अध्ययन, पौधारोपण, पर्यावरण संरक्षण तथा जन-जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से हिमालयी पारिस्थितिकी तंत्र को सुरक्षित रखने की दिशा में निरंतर कार्य किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण ही आपदा जोखिम को कम करने का सबसे प्रभावी माध्यम है। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन योजना तथा राज्य के सभी 13 जनपदों की जिला आपदा प्रबंधन योजनाओं का विमोचन भी किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि एसडीएमपी राज्य स्तर पर आपदा जोखिम न्यूनीकरण, पूर्व तैयारी, पूर्व चेतावनी, राहत, बचाव, पुनर्वास एवं पुनर्निर्माण के लिए सभी विभागों की भूमिका, दायित्व एवं समन्वय व्यवस्था निर्धारित करती है। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर एसडीआरएफ, एनडीआरएफ एवं अग्निशमन विभाग द्वारा लगाए गए आधुनिक राहत एवं बचाव उपकरणों की प्रदर्शनी का भी अवलोकन किया। उन्हें उपकरणों के संचालन, उपयोगिता एवं आपदा के दौरान उनकी भूमिका की विस्तृत जानकारी दी गई। इस अवसर पर आपदा प्रबंधन एवं पुनर्वास मंत्री मदन कौशिक, आपदा प्रबंधन सलाहकार समिति के उपाध्यक्ष विनय रुहेला, लेफ्टिनेंट कर्नल (से.नि)रघुवीर सिंह भण्डारी, सचिव विनोद सुमन, गढ़वाल मंडल आयुक्त आनंद स्वरूप, आईजी अग्निशमन श्रीमती विम्मी सचदेव, अपर सचिव प्रकाश चंद्र, अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी एवं डीआईजी राजकुमार नेगी, संयुक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी दिनेश कुमार पुनेठा सहित विभिन्न विभागों के वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

अंकिता को न्याय दिलाने सड़कों पर उतरे लोग

◆सीबीआई कार्यालय पर तालाबंदी कर दिया धरना

संवाददाता

देहरादून। अंकिता भंडारी हत्याकाण्ड में मृतका को न्याय दिलाने की मांग को लेकर आज युवाओं, महिलाओं व सामाजिक संगठनों ने सीबीआई कार्यालय कूच कर कार्यालय पर तालाबंदी की साथ ही जोरदार प्रदर्शन किया। प्रदर्शनकारियों का कहना था कि सीबीआई भी जांच के नाम पर लीपापोती कर रही है।

आज यहां वीरांगना अंकिता भंडारी को न्याय दिलाने की मांग को लेकर बड़ी संख्या में युवाओं, महिलाओं, सामाजिक कार्यकर्ताओं और आम नागरिकों ने देहरादून में सीबीआई कार्यालय कूच किया। कार्यक्रम का उद्देश्य अंकिता भंडारी हत्याकांड में लंबित सवालों पर सीबीआई से जवाब मांगना था। प्रदर्शनकारियों ने सीबीआई कार्यालय के बाहर के गेट पर

तालाबंदी करते हुए आरोप लगाया है कि सीबीआई इस मामले में ढील बरत रही है।

प्रदर्शनकारियों ने कहा कि अंकिता भंडारी हत्याकांड में आज तक कई महत्वपूर्ण सवालों के जवाब नहीं मिले हैं। विशेष रूप से यह सवाल उठाया गया कि वीआईपी की जड़ में दुष्यंत गौतम और अजय कुमार जैसे नाम सामने आने के बावजूद अब तक सीबीआई ने उन्हें पूछताछ के लिए क्यों नहीं बुलाया। आंदोलनकारियों ने यह भी आरोप लगाया कि जिस रिजॉर्ट पर बुलडोजर चलाकर संभावित साक्ष्य मिटाए गए, उस मामले में भी आज तक जिम्मेदार लोगों पर कोई स्पष्ट कार्रवाई नहीं हुई। प्रदर्शन के दौरान मुख्यमंत्री से भी जवाब मांगा गया कि आखिर साक्ष्य मिटाने जैसी गंभीर कार्रवाई किसके आदेश पर हुई। प्रदर्शनकारियों ने कहा कि कुछ समय पहले जब प्रतिनिधिमंडल सीबीआई कार्यालय गया था, तब अधिकारियों द्वारा आश्वासन दिया गया था कि जांच की प्रगति और महत्वपूर्ण जानकारियों से अवगत कराया जाएगा, लेकिन आज तक कोई स्पष्ट जानकारी नहीं दी गई। कार्यक्रम के दौरान अंकिता भंडारी के माता-पिता के संघर्ष और पीड़ा को भी प्रमुखता से उठाया गया।

आंदोलनकारियों ने कहा कि एक परिवार अपनी बेटी के लिए लगातार न्याय की मांग कर रहा है, लेकिन अब तक उन्हें केवल इंतजार और आश्वासन ही मिला है। प्रदर्शन में यह सवाल भी उठाया गया कि अनिल जोशी की एफआईआर के आधार पर जांच शुरू होने के बावजूद संबंधित लोगों से अब तक गंभीर पूछताछ क्यों नहीं हुई। आंदोलनकारियों ने कहा कि अगर जांच निष्पक्ष है तो फिर महत्वपूर्ण नामों पर चुप्पी क्यों है।

कार्यक्रम में "सीबीआई जवाब दो", "अंकिता भंडारी को न्याय दो", "वीआईपी को गिरफ्तार करो", "दुष्यंत गौतम को बुलाओ", "अजय कुमार से पूछताछ करो" और "साक्ष्य मिटाने वालों को गिरफ्तार करो" जैसे नारे लगातार गूंजते रहे। आंदोलनकारियों ने स्पष्ट कहा कि यह लड़ाई केवल अंकिता भंडारी के लिए नहीं, बल्कि न्याय, पारदर्शिता और लोकतांत्रिक जवाबदेही की लड़ाई है। यदि जल्द ठोस कार्रवाई नहीं हुई तो आंदोलन को और व्यापक रूप दिया जाएगा।

दून वैली मेल

संपादकीय

एक शिक्षा, एक अवसर

उत्तराखण्ड सरकार ने प्रदेश में शिक्षा व्यवस्था को लेकर एक बड़ा और साहसिक कदम उठाते हुए मदरसा बोर्ड को समाप्त कर एक समान और आधुनिक शिक्षा माडल विकसित करने की पहल को सरकार शिक्षा सुधार का नया अध्याय बता रही है। यह निर्णय केवल एक प्रशासनिक बदलाव नहीं, बल्कि शिक्षा के स्वरूप, उसके उद्देश्य और समाज की भावी दिशा से जुड़ा विषय है। शिक्षा किसी भी समाज की प्रगति का आधार होती है। उसका मूल उद्देश्य केवल साक्षरता बढ़ाना नहीं, बल्कि ऐसे नागरिक तैयार करना है, जो आधुनिक ज्ञान, वैज्ञानिक सोच, संवैधानिक मूल्यों और रोजगारपरक कौशल से लैस हों। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 भी बहुविषयक, कौशल आधारित और आधुनिक शिक्षा पर जोर देती है। ऐसे में यदि मदरसों के विद्यार्थियों को विज्ञान, गणित, कंप्यूटर, अंग्रेजी और व्यावसायिक शिक्षा से जोड़ने की पहल की जाती है, तो इसे सकारात्मक दृष्टि से देखा जाना चाहिए। भारत की विविधता उसकी सबसे बड़ी शक्ति है। धार्मिक और सांस्कृतिक संस्थाओं की अपनी ऐतिहासिक और सामाजिक भूमिका रही है। इसलिए किसी भी परिवर्तन को लागू करते समय यह सुनिश्चित करना होगा कि सुधार के नाम पर किसी समुदाय की सांस्कृतिक पहचान या धार्मिक स्वतंत्रता को लेकर अनावश्यक आशंकाएं पैदा न हों। सरकार को संवाद, विश्वास और पारदर्शिता के साथ आगे बढ़ना होगा। सबसे बड़ा प्रश्न यह है कि क्या नया शिक्षा माडल केवल संरचनात्मक बदलाव तक सीमित रहेगा या वास्तव में शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार ला पाएगा? उत्तराखण्ड के सामने आज भी विद्यालयों में शिक्षकों की कमी, दुर्गम क्षेत्रों में बुनियादी सुविधाओं का अभाव, घटती छात्र संख्या और पलायन जैसी गंभीर चुनौतियां मौजूद हैं। यह भी आवश्यक है कि नया माडल बच्चों को केवल परीक्षा और नौकरी तक सीमित न करे, बल्कि उन्हें संवेदनशील, जिम्मेदार और जागरूक नागरिक बनने की दिशा में भी तैयार करे। उत्तराखण्ड शिक्षा सुधार के एक नए मोड़ पर खड़ा है। यदि यह पहल समान अवसर, गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और आधुनिक कौशल विकास की दिशा में आगे बढ़ती है, तो यह वास्तव में एक नई शुरुआत साबित हो सकती है। लेकिन यदि इसे राजनीतिक बहस और वैचारिक टकराव तक सीमित कर दिया गया, तो इसका मूल उद्देश्य पीछे छूट जाएगा। प्रदेश को ऐसी शिक्षा व्यवस्था की आवश्यकता है, जिसमें किसी बच्चे की पहचान उसके धर्म, क्षेत्र या सामाजिक पृष्ठभूमि से नहीं, बल्कि उसकी प्रतिभा और संभावनाओं से तय हो। शिक्षा का वास्तविक अर्थ भी यही हैकृहर बच्चे को आगे बढ़ने का समान अवसर देना और उसे भविष्य के लिए सक्षम बनाना। उत्तराखण्ड के इस नए शिक्षा प्रयोग की सफलता इसी बात पर निर्भर करेगी कि वह एकरूपता नहीं, बल्कि समान अवसर का माडल बन पाता है या नहीं।

देहरादून साइक्लिंग क्लब ने किया चिकित्सकों को सम्मानित, स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का दिया संदेश

देहरादून (हप्र)। डॉक्टर्स डे के अवसर पर देहरादून साइक्लिंग क्लब ने देहरादून के सभी चिकित्सकों, विशेष रूप से क्लब से जुड़े डॉक्टरों के प्रति आभार व्यक्त किया। क्लब से जुड़े डॉ. अमित मेहरा, डॉ गौरव लूथरा, डॉ. आरती लुथरा, डॉ कुनाल सिकुड़, डॉ गगोई, डॉ रिचा कालरा, डॉ नंदा, डॉ. एम एम गुप्ता, डॉ कुदरत नियमित रूप से प्रतिदिन लगभग 30-35 किलोमीटर साइक्लिंग करते हैं और लोगों को फिट एवं सक्रिय रहने का संदेश देते हैं। ये सभी चिकित्सक अपने व्यस्त चिकित्सकीय दायित्वों के बावजूद साइक्लिंग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाकर समाज में स्वास्थ्य जागरूकता फैलाने का सराहनीय कार्य कर रहे हैं। देहरादून साइक्लिंग क्लब के अध्यक्ष हरिसिमरन सिंह ने देहरादून के सभी सरकारी एवं निजी अस्पतालों में कार्यरत चिकित्सकों का उनके समर्पण, सेवा और समाज के प्रति योगदान के लिए धन्यवाद ज्ञापित किया। उन्होंने कहा कि डॉक्टरों द्वारा स्वयं फिट रहकर साइक्लिंग, पैदल चलना, दौड़ना तथा बैडमिंटन, क्रिकेट और फुटबॉल जैसे आउटडोर खेलों को बढ़ावा देना समाज के लिए एक सकारात्मक संदेश है। नियमित शारीरिक गतिविधियाँ न केवल बीमारियों से बचाव करती हैं बल्कि मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाती हैं।

इस अवसर पर क्लब ने मुख्य निर्वाचन अधिकारी उत्तराखंड डॉ. पुरुषोत्तम बसवा, पर्यावरणवादी डॉ अनिल जोशी और देहरादून के प्रमुख डॉक्टर श्रीबडॉ. के.स सब्बरवाल का भी विशेष आभार व्यक्त किया, जो समय-समय पर क्लब को अपना मार्गदर्शन एवं बहुमूल्य सुझाव देकर साइक्लिंग संस्कृति और स्वास्थ्य जागरूकता को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण योगदान देते रहे हैं।

'अस्तित्व की आखिरी जंग'

◆सत्ता की होड़ के बीच क्षेत्रीय अस्मिता की परीक्षा और वजूद की लड़ाई
◆उत्तराखंड की राजनीति में क्षेत्रीय दलों के भविष्य का फैसला करेगा आगामी चुनाव
◆भू-कानून और मूल निवास की सुगबुगाहट के बीच यूकेडी बनेगा तीसरा विकल्प

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की क्षेत्रीय राजनीति का अध्याय अभी पूरी तरह बंद नहीं हुआ है। राज्य आंदोलन की भावना, स्थानीय अस्मिता, भू-कानून, मूल निवास और युवाओं के मुद्दे आज भी प्रासंगिक हैं। सवाल केवल इतना है कि क्या यूकेडी इन मुद्दों को जन आंदोलन में बदलने और खुद को एक विश्वसनीय राजनीतिक विकल्प के रूप में स्थापित करने में सफल होगी? आगामी विधानसभा चुनाव केवल सत्ता की लड़ाई नहीं, बल्कि यह भी तय करेगा कि उत्तराखंड की राजनीति में क्षेत्रीय दलों की भूमिका भविष्य में कितनी प्रभावी रह पाएगी। यूकेडी के लिए यह चुनाव किसी सामान्य राजनीतिक मुकाबले से कहीं अधिक, अपने अस्तित्व और पुनर्जीवन की लड़ाई है।

उत्तराखंड विधानसभा चुनाव की आहट के साथ प्रदेश की राजनीति एक बार फिर नए समीकरणों की ओर बढ़ रही है। भाजपा और कांग्रेस जहां सत्ता की सीधी लड़ाई में जुटी हैं, वहीं राज्य के एकमात्र क्षेत्रीय दल, उत्तराखंड क्रांति दल के सामने अपने राजनीतिक अस्तित्व को बचाने और खोई हुई जमीन वापस पाने की चुनौती है। सवाल यह है कि क्या उत्तराखंड की राजनीति में क्षेत्रीय दलों की भूमिका समाप्त हो रही है या फिर यूकेडी के लिए अभी भी संभावनाओं के दरवाजे खुले हैं?

उत्तराखंड राज्य आंदोलन में यूकेडी की भूमिका किसी से छिपी नहीं है। अलग राज्य की मांग को जन-जन तक पहुंचाने और पहाड़ की समस्याओं को राष्ट्रीय स्तर पर उठाने में पार्टी ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। राज्य गठन के बाद उम्मीद थी कि यूकेडी उत्तराखंड की राजनीति में एक मजबूत क्षेत्रीय शक्ति के रूप में उभरेगी। शुरुआती वर्षों में पार्टी ने विधानसभा में अपनी उपस्थिति दर्ज कराई और कई क्षेत्रों में प्रभाव भी बनाया। लेकिन समय के साथ संगठनात्मक कमजोरी, नेतृत्व संघर्ष और लगातार गुटबाजी ने पार्टी के जनाधार को कमजोर कर दिया।

राजनीतिक विश्लेषकों के अनुसार यूकेडी के कमजोर होने के पीछे कारण पार्टी लंबे समय तक नेतृत्व संकट से जूझती रही। कई नेताओं ने अलग राह पकड़ी, जिससे संगठन कमजोर हुआ। भाजपा और कांग्रेस की तुलना में यूकेडी बूथ स्तर तक मजबूत संगठन खड़ा नहीं कर पाई। राज्य आंदोलन की विरासत युवा मतदाताओं तक प्रभावी ढंग से नहीं पहुंच सकी। भाजपा और कांग्रेस ने स्थानीय मुद्दों को अपने एजेंडे में शामिल कर क्षेत्रीय राजनीति की जमीन को काफी हद तक सीमित कर दिया।

राजनीतिक परिस्थितियां बताती हैं कि उत्तराखंड में क्षेत्रीय राजनीति की आवश्यकता पूरी तरह समाप्त नहीं हुई है। प्रदेश में कई ऐसे मुद्दे हैं जो क्षेत्रीय दलों को नई ऊर्जा दे सकते हैं। इसमें प्रदेश में सशक्त भू-कानून और मूल निवास की मांग लगातार उठती रही है। यह मुद्दा स्थानीय अस्मिता से सीधे जुड़ा हुआ है। इसके साथ ही पर्वतीय जिलों से पलायन और युवाओं में बढ़ती बेरोजगारी एक बड़ा राजनीतिक मुद्दा बन चुका है। स्थानीय संसाधनों पर उत्तराखंडियों के अधिकार की मांग भी समय-समय पर जोर पकड़ती रही है। क्षेत्रीय असंतुलन और विकास के सवाल भी कई बार राजनीतिक विमर्श के केंद्र में रहे हैं।

वर्तमान में यूकेडी के सामने सबसे बड़ी चुनौती केवल चुनाव लड़ना नहीं, बल्कि खुद को प्रासंगिक साबित करना है। पार्टी को यह साबित करना होगा कि वह केवल राज्य आंदोलन की विरासत पर राजनीति नहीं कर रही, बल्कि वर्तमान समस्याओं का ठोस समाधान भी प्रस्तुत कर सकती है। इसके लिए पार्टी कोकृमजबूत संगठन खड़ा करना, युवा नेतृत्व को आगे लाना, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफार्म पर सक्रिय होना, स्थानीय आंदोलनों के साथ खुद को जोड़ना और विधानसभा चुनाव को अस्तित्व की लड़ाई के रूप में लड़ना होगा।

प्रदेश की राजनीति लंबे समय से भाजपा और कांग्रेस के बीच सिमटी हुई है। हालांकि समय-समय पर जनता के एक वर्ग में तीसरे विकल्प की मांग भी उठती रही है। यदि यूकेडी इस राजनीतिक रिक्तता को समझकर खुद को नए स्वरूप में प्रस्तुत करती है, तो उसके लिए संभावनाएं बन सकती हैं। लेकिन यदि पार्टी अपने पुराने विवादों और गुटबाजी से बाहर नहीं निकल पाती, तो उसके लिए आने वाला चुनाव और भी कठिन साबित हो सकता है।

उत्तराखंड में 'मिशन 2027' की जल्दबाजी

◆2027 की जंग का काउंटडाउन शुरु, उत्तराखंड की राजनीति में चुनावी चालें तेज
◆उत्तराखंड की राजनीति में 2027 की आहट, लेकिन लड़ाई आज से शुरु
◆भाजपा संगठन के सहारे आगे, कांग्रेस नेतृत्व और एकजुटता की तलाश में, यूकेडी जनभावनाओं के मुद्दों पर सक्रिय

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की राजनीति इन दिनों पूरी तरह 2027 विधानसभा चुनाव के इर्द-गिर्द घूमने लगी है। सरकार के फैसले, विपक्ष के आंदोलन, नेताओं के दौरे और संगठनात्मक बैठकों के पीछे एक ही लक्ष्य दिखाई दे रहा हैकृ2027 की चुनावी जंग की तैयारी। चुनाव में अभी समय है, लेकिन राजनीतिक दलों ने अपनी रणनीतियों को जमीन पर उतारना शुरू कर दिया है। प्रदेश की मौजूदा राजनीतिक तस्वीर में सत्तारूढ़ भाजपा अपेक्षाकृत मजबूत स्थिति में दिखाई दे रही है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की छवि, संगठन की सक्रियता और केंद्र-राज्य की डबल इंजन सरकार का लाभ पार्टी को आत्मविश्वास दे रहा है। समान नागरिक संहिता, निवेश सम्मेलन, नकल विरोधी कानून और आधारभूत ढांचे के विकास को भाजपा अपने राजनीतिक नैरेटिव का हिस्सा बना चुकी है।

पार्टी की रणनीति साफ हैकृसरकारी योजनाओं के लाभार्थियों, महिलाओं, युवाओं और नए मतदाताओं के बीच अपनी पैठ और मजबूत करना। भाजपा संगठन भी बूथ स्तर तक सक्रियता बढ़ाने में जुट गया है। हालांकि, बेरोजगारी, पलायन, महंगाई और स्थानीय मुद्दों पर बढ़ती जन अपेक्षाएं भाजपा के लिए चुनौती बन सकती हैं। वहीं, मुख्य विपक्षी कांग्रेस अभी भी अपने राजनीतिक पुनर्गठन के दौर से गुजर रही है। पार्टी लगातार सरकार को बेरोजगारी, स्वास्थ्य, शिक्षा, महंगाई और पेपर लीक जैसे मुद्दों पर घेरने की कोशिश कर रही है, लेकिन उसके सामने सबसे बड़ी चुनौती खुद को एक मजबूत और एकजुट विकल्प के रूप में स्थापित करने की है।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि कांग्रेस के पास मुद्दों की कमी नहीं है, लेकिन उन मुद्दों को जन आंदोलन में बदलने और संगठन को एकजुट रखने की क्षमता ही उसके भविष्य का निर्धारण करेगी। पार्टी के भीतर नेतृत्व और गुटीय समीकरण अभी भी उसके लिए बड़ी परीक्षा बने हुए हैं। दूसरी ओर, उत्तराखंड क्रांति दल एक बार फिर राज्य आंदोलन की मूल भावना को जीवित करने की कोशिश में है। मूल निवास, सशक्त भू-कानून, पहाड़ से पलायन और स्थानीय संसाधनों पर अधिकार जैसे मुद्दों को लेकर यूकेडी लगातार सक्रियता दिखा रही है। हालांकि, सीमित जनाधार और संगठनात्मक कमजोरी उसे राज्य की मुख्यधारा की राजनीति में निर्णायक भूमिका निभाने से रोक रही है।

राजनीतिक विशेषज्ञों की मानें तो आने वाले महीनों में उत्तराखंड की राजनीति और अधिक गर्माने वाली है। भाजपा विकास और स्थिरता का संदेश लेकर जनता के बीच जाएगी, कांग्रेस सरकार विरोधी भावनाओं को अपने पक्ष में करने का प्रयास करेगी और यूकेडी क्षेत्रीय अस्मिता को पुनर्जीवित करने की लड़ाई लड़ेगी। फिलहाल, प्रदेश की राजनीति का सबसे बड़ा सच यही है कि 2027 का चुनाव अभी दूर जरूर है, लेकिन उसकी लड़ाई आज से ही शुरू हो चुकी है। सत्ता पक्ष अपनी उपलब्धियों की जमीन तैयार कर रहा है, विपक्ष मुद्दों की तलाश में है और क्षेत्रीय दल अपने अस्तित्व की लड़ाई को नए सिरे से परिभाषित करने में जुटे हैं। आने वाले दिनों में उत्तराखंड की सियासत का हर कदम, हर बयान और हर राजनीतिक समीकरण इसी चुनावी मंजिल की ओर बढ़ता दिखाई देगा।

विद्यार्थियों को आत्मनिर्भर बनाना है नई शिक्षा नीति का उद्देश्य

विकासनगर(आरएनएस)। सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज बाबूगढ़, विकासनगर में राष्ट्रीय शिक्षा नीति (एनईपी)-2020 पर आधारित चार दिवसीय कार्यशाला का मंगलवार को समापन हुआ। कार्यशाला का उद्देश्य शिक्षकों को नई शिक्षा नीति की मूल अवधारणाओं, उद्देश्यों एवं उसके व्यावहारिक क्रियान्वयन से अवगत कराना था।कार्यशाला में सरस्वती विद्या मन्दिर इंटर कॉलेज डाकपत्थर और सरस्वती विद्या मन्दिर इंटर कॉलेज बाबूगढ़ के 70 आचार्य एवं आचार्याओं ने सक्रिय सहभागिता की। चार दिनों तक चली इस कार्यशाला में शिक्षकों को एनईपी-2020 के विभिन्न आयामों पर विस्तारपूर्वक जानकारी दी गई, जिससे वे नई शिक्षा नीति के अनुरूप अपने शिक्षण कार्य को और अधिक प्रभावी बना सकें। मुख्य वक्ता मोनिका राणा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 की प्रमुख विशेषताओं, शिक्षा प्रणाली में किए गए बदलावों, विद्यार्थियों के समग्र विकास, कौशल आधारित शिक्षा, मातृभाषा में शिक्षण, मूल्य आधारित शिक्षा तथा आधुनिक तकनीकों के समावेश जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि नई शिक्षा नीति का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को केवल किताबी ज्ञान तक सीमित न रखकर उन्हें व्यवहारिक, रचनात्मक और आत्मनिर्भर बनाना है। प्रधानाचार्य कलीराम भट्ट ने मोनिका राणा को स्मृति चिन्ह एवं शॉल भेंट कर सम्मानित किया तथा उनके योगदान की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस प्रकार की कार्यशालाएं शिक्षकों के ज्ञानवर्धन एवं शैक्षिक गुणवत्ता को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। समापन पर सभी प्रतिभागी आचार्य और आचार्याओं को प्रतिभागिता प्रमाण पत्र वितरित किए गए। इस दौरान विकास नागर, विमलेश त्यागी, कमलेश, बाज सिंह, छत्रपाल सिंह, तपेश, अवधेश आदि मौजूद रहे।

महासू देवता की देव छड़ी और डोरिया सुरेऊ गांव पहुंची

विकासनगर(आरएनएस)। जौनसार-बावर की समृद्ध लोक संस्कृति और आस्था के प्रतीक महासू देवता का आशीर्वाद मंगलवार को कालसी ब्लॉक के सुरेऊ गांव में देखने को मिला। शिलगांव खत के पंचरा स्थित महासू देवता मंदिर से देवता की देव छड़ी और डोरिया एक रात्रि प्रवास के लिए सुरेऊ गांव पहुंची।सुरेऊ गांव निवासी सूरत सिंह चौहान ने बताया कि उन्होंने कई वर्ष पूर्व अपने परिवार की सुख-समृद्धि के लिए पंचरा स्थित महासू देवता मंदिर में मन्नत मांगी थी। मन्नत पूरी होने पर परंपरा के अनुसार उन्होंने महासू महाराज को एक रात के लिए अपने घर आमंत्रित किया। सोमवार को सूरत सिंह चौहान ग्रामीणों के साथ मंदिर पहुंचे और देवता को न्योता दिया, जिसके बाद मंगलवार को विधिवत देव छड़ी और डोरिया को मंदिर से बाहर लाया गया।जैसे ही देव छड़ी और डोरिया सुरेऊ गांव पहुंची, पूरा गांव भक्तिमय माहौल में डूब गया। परिवार की महिलाओं ने धूप-दीप जलाकर और विधि-विधान से पूजा-अर्चना कर देव छड़ी का स्वागत किया। शुभ मुहूर्त में महासू देवता ने सूरत सिंह चौहान के घर प्रवेश किया, जिसके बाद श्रद्धालुओं ने दर्शन कर आशीर्वाद प्राप्त किया। इस धार्मिक आयोजन में महासू देवता के पुजारी शुभम शर्मा, अनिल शर्मा, भंडारी कुंवर सिंह चौहान और रमेश चौहान, देवता के वजीर दिगम्बर सिंह राणा, शिलगांव खत के सदर स्याणा तुलसीराम शर्मा, तुलसी सिंह चौहान, देवमाली कल सिंह चौहान, लाल सिंह चौहान, धान सिंह चौहान, प्रताप सिंह राणा, मायाराम बिष्ट, जवाहर सिंह बिष्ट सहित बड़ी संख्या में ग्रामीण और गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

भोजनमाताओं ने जिला शिक्षा कार्यालय पर किया प्रदर्शन

रुद्रपुर(आरएनएस)। प्रगतिशील भोजनमाता संगठन ने मंगलवार को जिला शिक्षा कार्यालय में प्रदर्शन कर जिला शिक्षा अधिकारी हरेंद्र कुमार मिश्रा को ज्ञापन सौंपा। संगठन ने भोजनमाताओं की विभिन्न समस्याओं और लंबित मांगों के शीघ्र समाधान की मांग उठाई। संगठन की पदाधिकारियों ने कहा कि भोजनमाताएं वर्षों से विद्यालयों में बच्चों के लिए मध्याह्न भोजन तैयार कर रही हैं, लेकिन अब तक उन्हें सेवा सुरक्षा, सम्मान और श्रम के अनुरूप अधिकार नहीं मिल पाए हैं। उन्होंने मनमाने ढंग से कार्य से हटाने पर रोक लगाने और शासनादेश में संशोधन कर सेवा सुरक्षा सुनिश्चित करने की मांग की। ज्ञापन में कहा गया कि भोजनमाताओं से भोजन बनाने के अलावा चतुर्थ श्रेणी कर्मी, सफाई कर्मचारी, माली और चौकीदार जैसे अतिरिक्त कार्य भी कराए जाते हैं। जिन विद्यालयों में अक्षय पात्र फाउंडेशन से भोजन उपलब्ध कराया जाता है, वहां भी भोजन वितरण के साथ अन्य कार्य बिना अतिरिक्त भुगतान के लिए जाते हैं। संगठन ने मांग की कि भोजनमाताओं से केवल उनके पद के अनुरूप कार्य लिया जाए। अतिरिक्त कार्य लिए जाने पर अलग मानदेय दिया जाए या नियमित रूप से ऐसे कार्य कराने पर चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी का दर्जा प्रदान किया जाए। संगठन ने आरोप लगाया कि चुनाव ड्यूटी और समर कैंप के दौरान भी भोजनमाताओं से अतिरिक्त कार्य कराया जाता है, लेकिन निर्धारित भुगतान नहीं मिलता। उन्होंने मांग की कि ऐसे सभी कार्यों का भुगतान सरकार की तय दरों के अनुसार सुनिश्चित किया जाए। ज्ञापन में अक्षय पात्र फाउंडेशन के भोजन की गुणवत्ता को लेकर पहले उठे सवालों का भी उल्लेख किया गया। संगठन ने कहा कि बच्चों को स्वच्छ, सुरक्षित और गुणवत्तापूर्ण भोजन उपलब्ध कराया जाए। यदि यह संभव न हो तो विद्यालयों में पूर्व की तरह भोजनमाताओं से ताजा भोजन तैयार कराया जाए।

बंगाल में राजनीतिक प्रतिमान परिवर्तनः क्या भारत का शेष भाग भी इसका अनुसरण करेगा ?

◆देवेन्द्र कुमार बुडाकोटी

मई 2026 में पश्चिम बंगाल में भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) का पूर्ण बहुमत के साथ सत्ता में आना राज्य की राजनीति में एक बड़े परिवर्तन का संकेत है। कभी बंगाल की राजनीति में प्रभावशाली शक्ति रहे वामपंथी दल आज भी अस्तित्व में हैं, किंतु उनका प्रभाव सीमित हो चुका है। वहीं तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) भी बड़े पैमाने पर राजनीतिक परिदृश्य से हाशिए पर चली गई है। अधिकांश लोगों ने इसकी राजनीतिक पराजय और भाजपा के सत्ता में आने के बाद होने वाले सामाजिक-राजनीतिक प्रभावों की कल्पना नहीं की थी। राजनीतिक विश्लेषक भी इस परिवर्तन का पूर्वानुमान नहीं लगा सके, जबकि बंगाल को कला, विज्ञान, संस्कृति और शिक्षा के क्षेत्र में अग्रणी बुद्धिजीवियों 'भद्रलोक' की भूमि माना जाता रहा है।

गोपाल कृष्ण गोखले का प्रसिद्ध कथन, "आज बंगाल जो सोचता है, भारत कल वही सोचता है", उस दौर में सामने आया था जब बंगाल ब्रिटिश औपनिवेशिक शासन के अंतर्गत भारत के बौद्धिक, सांस्कृतिक, सामाजिक और राजनीतिक जागरण का केंद्र था। यह समझने के लिए कि क्या यह विचार आज भी प्रासंगिक है, बंगाल की राजनीतिक और बौद्धिक संस्कृति के ऐतिहासिक विकास तथा समकालीन राजनीति में भद्रलोक वर्ग की बदलती भूमिका का अध्ययन आवश्यक है।

ब्रिटिश शासन के दौरान कलकत्ता (वर्तमान कोलकाता) ईस्ट इंडिया कंपनी और बाद में ब्रिटिश भारत की राजधानी (1911 तक) था। यहीं से औपनिवेशिक प्रशासन भारतीय उपमहाद्वीप के बड़े हिस्से का संचालन करता था। उन्नीसवीं शताब्दी में प्रशासनिक संस्थाओं के विस्तार के साथ बंगाल भारत के उन प्रथम क्षेत्रों में शामिल हुआ जहाँ कानून, चिकित्सा, इंजीनियरिंग, साहित्य और राजनीतिक चिंतन जैसे क्षेत्रों में आधुनिक पश्चिमी शिक्षा का प्रसार हुआ।

उन्नीसवीं शताब्दी में ही बंगाल पुनर्जागरण का उदय हुआ, जो राजा राममोहन राय, ईश्वरचंद्र विद्यासागर, रवीन्द्रनाथ टैगोर और स्वामी विवेकानंद जैसी महान विभूतियों से जुड़ा था। इन समाज सुधारकों ने सती प्रथा जैसी कुरीतियों को चुनौती दी, महिला शिक्षा को बढ़ावा दिया, तर्कशील चिंतन को प्रोत्साहित किया और आधुनिक भारतीय राष्ट्रवाद के निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान दिया। परिणामस्वरूप बंगाल औपनिवेशिक भारत में बौद्धिक और राजनीतिक गतिविधियों का प्रमुख केंद्र बन गया।

बीसवीं शताब्दी के प्रारंभिक दशकों में बंगाल औपनिवेशिक-विरोधी राजनीति, श्रमिक आंदोलनों और क्रांतिकारी राष्ट्रवाद का भी प्रमुख आधार बना। 1947 में स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद लगभग तीन दशकों तक भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस ने पश्चिम बंगाल की राजनीति पर प्रभुत्व बनाए रखा। किंतु सामाजिक असंतोष, श्रमिक संघर्षों, किसान आंदोलनों और कांग्रेस शासन के प्रति बढ़ती निराशा ने धीरे-धीरे वामपंथी राजनीति को मजबूत किया।

1977 में कम्युनिस्ट पार्टी के नेतृत्व वाला वाम मोर्चा सत्ता में आया और लगातार 34 वर्षों तक शासन करता रहा। इस अवधि में पश्चिम बंगाल भारत में वामपंथी विचारधारा का सबसे सशक्त केंद्र बन गया। ट्रेड यूनियन, किसान संगठन और बौद्धिक वर्ग व्यापक रूप से मार्क्सवादी राजनीति से प्रभावित थे। अनेक पर्यवेक्षकों को लगता था कि बंगाल में वामपंथी प्रभुत्व स्थायी है। किंतु लंबे शासन के बाद वामपंथ का पतन राजनीतिक विश्लेषकों और समाज वैज्ञानिकों दोनों के लिए आश्चर्य का विषय बना।

2011 में ममता बनर्जी और अखिल भारतीय तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) का उदय एक और महत्वपूर्ण राजनीतिक परिवर्तन था। टीएमसी ने कांग्रेस और वाम दलों दोनों से नेताओं और कार्यकर्ताओं को अपने साथ जोड़ा तथा स्वयं को बंगाली अस्मिता और लोककल्याणकारी राजनीति पर आधारित क्षेत्रीय विकल्प के रूप में प्रस्तुत किया।

2014 के बाद एक और महत्वपूर्ण परिवर्तन देखने को मिला, जब भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) बंगाल में एक प्रमुख राजनीतिक शक्ति के रूप में उभरी। परंपरागत रूप से राज्य में कमजोर मानी जाने वाली भाजपा ने शहरी मध्यवर्ग, हिंदू मतदाताओं, अनुसूचित जातियों, आदिवासी समुदायों तथा टीएमसी और वामपंथ से निराश युवा मतदाताओं के बीच तेजी से अपना आधार बढ़ाया।

राष्ट्रवाद, नागरिकता, सीमा सुरक्षा, धार्मिक पहचान तथा नागरिकता संशोधन अधिनियम और राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर जैसे मुद्दे सार्वजनिक विमर्श के केंद्र में आ गए। भाजपा ने श्यामा प्रसाद मुखर्जी, सुभाष चंद्र बोस और स्वामी विवेकानंद जैसी ऐतिहासिक विभूतियों को केंद्र में रखकर बंगाल की सांस्कृतिक विरासत की नई व्याख्या करने का प्रयास किया। इससे पुराने भद्रलोक वर्ग से जुड़ी वाम-उदारवादी बौद्धिक परंपराओं को चुनौती मिली।

हालाँकि, बंगाल का राजनीतिक इतिहास केवल अभिजात बुद्धिजीवियों तक सीमित नहीं रहा है। नील विद्रोह , तेभागा आंदोलन, किसान संघर्ष, श्रमिक आंदोलनों और नक्सलबाड़ी विद्रोह जैसे जनआंदोलनों ने सिद्ध किया कि बंगाल की राजनीति आम जनता की व्यापक भागीदारी से भी निर्मित हुई है।

क्या बंगाल आज भी भारत का वैचारिक और राजनीतिक मार्गदर्शक है, जैसा कि गोखले के प्रसिद्ध कथन से संकेत मिलता है, यह बहस का विषय हो सकता है। किंतु इसमें कोई संदेह नहीं कि बंगाल आज भी भारत के सबसे राजनीतिक रूप से सक्रिय, वैचारिक रूप से संघर्षशील और सांस्कृतिक रूप से प्रभावशाली क्षेत्रों में से एक है।

मई 2026 में भाजपा के बहुमत के साथ सत्ता में आने के बाद यह प्रश्न और अधिक महत्वपूर्ण हो जाता है कि क्या पश्चिम बंगाल वास्तव में एक नए राजनीतिक प्रतिमान परिवर्तन के दौर से गुजर रहा है। पुनर्जागरण और वामपंथी राजनीति के केंद्र से राष्ट्रवाद, क्षेत्रीय पहचान और जमीनी लोकतंत्र के नए विमर्शों तक बंगाल की यह यात्रा भारत में हो रहे व्यापक सामाजिक-राजनीतिक परिवर्तनों का प्रतिबिंब प्रतीत होती है।

ऐसी स्थिति में यह प्रश्न स्वाभाविक है कि क्या बंगाल आज भी भारत की राजनीति और समाज की भावी दिशा की एक प्रारंभिक झलक प्रस्तुत कर रहा है?

लेखक परिचयः *लेखक एक समाजशास्त्री तथा जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय (जेएनयू) के पूर्व छात्र हैं। उनके शोध कार्यों का उल्लेख नोबेल पुरस्कार विजेता प्रोफेसर अमर्त्य सेन की पुस्तकों में किया गया है।*

खाने में कौन मिर्च इस्तेमाल करें जानें हरी या लाल, कौन है ज्यादा फायदेमंद?

खाने में मिर्च का इस्तेमाल बहुत किया जाता है। कोई भी डिश बनाना हो बिना मिर्च डाले स्वाद नहीं आता है। मिर्च में मौजूद कैप्सेसिन नामक यौगिक खाने को तीखा और मसालेदार बनाता है। इसलिए मिर्च के बिना खाना स्वादहीन लगता है। चाहे वो सब्जी हो, दाल, या फिर कोई भी नॉनवेज डिश, हर व्यंजन को स्वादिष्ट बनाने के लिए मिर्च का इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि खाने में हरी मिर्च और लाल मिर्च जो डालते हैं उन दोनों में में से कौन सी ज्यादा फायदेमंद है? आइए यहां जानते हैं।

रिसर्च के अनुसार मिर्च में एंटीऑक्सीडेंट और अन्य पोषक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। लेकिन मिर्च का नियमित सेवन सेहत के लिए हानिकारक साबित हो सकता है। हरी मिर्च में कैप्सैसिन की मात्रा लाल मिर्च की तुलना में कम होती है।जिससे यह पाचन तंत्र के लिए अधिक उपयुक्त होती है। हरी मिर्च में विटामिन सी, विटामिन ए, पोटेशियम, कैल्शियम और आयरन जैसे पोषक तत्व अधिक मात्रा में पाए जाते हैं। हरी मिर्च में एंटीऑक्सीडेंट गुण अधिक पाए जाते हैं जो कोशिकाओं को नुकसान से बचाते हैं। हरी मिर्च के नियमित सेवन से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और स्वास्थ्य सुधरता है। इसलिए हरी मिर्च का सेवन लाल मिर्च के मुकाबले अधिक सुरक्षित माना जाता है।

हरी मिर्च का सेवन पाचन तंत्र के लिए बहुत लाभदायक होता है। हरी मिर्च में उच्च मात्रा में फाइबर पाया जाता है जो पेट की समस्याओं को दूर करने में मदद करता है। फाइबर आंतों की गतिशीलता बढ़ाता है जिससे कब्ज दूर होता है। साथ ही हरी मिर्च में मौजूद एंजाइम्स भोजन के पाचन में मदद करते हैं। इसके अलावा हरी मिर्च में एंटी-बैक्टीरियल गुण भी होते हैं जो पेट की सूजन और संक्रमण से बचाते हैं। अतः नियमित रूप से हरी मिर्च का सेवन करने से पाचन तंत्र स्वस्थ बना रहता है।

हरी मिर्च में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट गुण ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित करने में मददगार होते हैं। हरी मिर्च के नियमित सेवन से इंसुलिन की संवेदनशीलता बढ़ती है जिससे रक्त में ग्लूकोज का स्तर कम होता है।इसके अलावा, हरी मिर्च में कैप्साइसिन नामक यौगिक पाया जाता है जो पैंक्रियाज को इंसुलिन का उत्पादन करने के लिए प्रोत्साहित करता है। यह इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ाकर ब्लड शुगर को कंट्रोल करने में मदद करता है।

कहीं आप भी तो खाली पेट चाय पीने की करते हैं भूल!

चाय का नाम सुनकर ही दिल और दिमाग में ताजगी भर जाती है। देखा जाए तो केवल इंडिया ही नहीं चाय के दीवाने पूरी दुनिया में मौजूद हैं। चाय शरीर को ताजा और एक्टिव रखने के साथ साथ एनर्जी देती है लेकिन चाय को अगर खाली पेट पिया जाए तो ये सेहत को नुकसान भी पहुंचा सकती है। आपने भी कई बार लोगों को कहते सुना होगा कि चाय के साथ कुछ खा लिया करो। दरअसल खाली पेट चाय पीना सेहत के लिए सही नहीं है। चलिए जानते हैं कि खाली पेट चाय पीने से शरीर को किस तरह का नुकसान होता है और चाय पीने का सही समय क्या है।

दरअसल चाय के बारे में कहा जाता है कि स्वभाव से चाय का नेचर एसिडिक होता है। अगर आप खाली पेट चाय पिएंगे तो आपके शरीर के भीतर एसिडिक प्रोसेस पर बुरा असर होगा और आपके पेट में एसिडिटी शुरु हो जाएगी। खाली पेट चाय पीने के बाद खट्टी डकार, गले में जलन, गैस की दिक्कत हो सकती है। इतना ही नहीं, चाय में पाया जाने वाला थियोफिलाइन मुंह के बैक्टीरिया के साथ कोलाइड करता है और मुंह के अंदर एसिड ज्यादा हो जाता है। सुबह खाली पेट चाय पीने से शरीर में पानी की कमी हो सकती है। दरअसल चाय पीने के बाद बार बार यूरिन आता है, ऐसे में शरीर में पानी की कमी हो सकती है और कई बार तो जुबान तक सूख जाती है। सुबह खाली पेट चाय पीने से आपके शरीर का मेटाबॉलिज्म बिगड़ सकता है। इससे पाचन तंत्र पर बुरा असर पड़ता है। खाली पेट चाय पीने से पेट में जलन होने के साथ साथ तुरंत ब्लोटिंग की दिक्कत होने लगती है।

अगर आपको चाय पीनी है तो सुबह इसे खाली पेट पीने की बजाय इसके साथ कुछ जरूर खाइए। इसके अलावा बिस्तर से उठने के तुरंत बाद चाय पीने के बजाय उठने के एक या दो घंटे बाद चाय पीना सही रहता है। जब भी चाय पीने का मन करे तो चाय पीने से पहले एक से दो गिलास पानी जरूर पीजिए। इससे आपके शरीर में पानी की कमी का रिस्क कम हो जाएगा।

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

घर में तैयार करें नैचरल ऑइल ब्लेंड और पाएं निरोग त्वचा

पसीने के कारण खुजली की समस्या होना, रैशेज होना आम बात है। इसके साथ ही यदि नींद में कभी तेज खुजली करते समय नाखून लग जाए तो समस्या और अधिक बढ़ जाती है। इन सभी समस्याओं से बचने के लिए हम आज आपको यहां नैचरल ऑइल ब्लेंड घर पर ही तैयार करने का तरीका बता रहे हैं। ताकि आपकी स्किन कैमिकल मुक्त रहे और आप स्किन इंफेक्शन जैसी समस्याओं से भी बचे रहें...

घर में ब्लैंड तैयार करने के लिए चाहिए

–घर में नैचरल ऑइल ब्लैंड तैयार करने के लिए आपको तीन ऑइल्स की जरूरत है। कोकोनट वर्जिन ऑइल (नारियल वर्जिन तेल), ऑल्मंड ऑइल (बादाम का तेल) और क्लोव ऑइल (लौंग का तेल)। इन सभी तेल को एक निश्चित मात्रा में आपको मिलाना होगा। इस बारे में यहां बताया जा रहा है...

इन तेलों की खूबियां

नारियल तेल: त्वचा को प्राकृतिक रूप से नमी देने, ड्राइनेस से बचाने और त्वचा की कोशिकाओं को पोषण देने के लिए नारियल तेल एक बहुत ही अच्छा माध्यम है। यह एक ऐंटिबैक्टीरियल प्राकृतिक औषधि की तरह काम करता है।

बादाम का तेल: त्वचा को प्राकृतिक रूप से रंगत प्रदान करने, दाग-धब्बे मिटाने और त्वचा को स्मूदनेस देने के लिए बादाम का तेल बहुत ही उपयोगी होता है। यह आपकी त्वचा को डीप नरिशमेंट देने का काम करता है।

लौंग का तेल: यह तेल ऐंटिफंगल और ऐंटिएलर्जिक होता है। किसी भी तरह के पैथोजेन्स (बैक्टीरिया, फंगस और हानिकारक माइक्रोब्स) को आपकी स्किन पर ऐक्टिव नहीं होने देता है।

–इस कारण यदि आप किसी त्वचा पर होनेवाले संक्रमण की चपेट में आ भी जाते हैं तो यह ऑइल उस संक्रमण को बढ़ने से रोकता है। साथ ही आपका स्किन डिफेंस मैकेनिज़्म को अधिक मजबूत बनाने का काम करता है।

ऐसे तैयार करें ब्लैंड

–जैसा कि हमने आपको बताया कि घर पर नैचरल ऑइल ब्लैंड तैयार करने के लिए सबसे अधिक जरूरी है सही ऑइल्स का चुनाव और सही मात्रा में इनका उपयोग।

–घर पर ब्लैंड तैयार करने कि लिए आपको 2 टेबल स्पून नारियल वर्जिन तेल चाहिए और इतनी ही मात्रा में बादाम का तेल लें। अब इन दोनों तेल को एक साथ मिला लें।

–जब ये दोनों तेल एक साथ मिल जाए तो इनमें 1 से 2 बूंद तेल लौंग का तेल मिक्स करें। तीनों तेल को एक साथ अच्छी तरह मिला लें। ध्यान रखें कि लौंग का तेल 2 बूंद से ज्यादा नहीं होना चाहिए नहीं तो आपकी त्वचा की दिक्कत कम होने की जगह बढ़ सकती है।

अधिक मात्रा में बनाते हुए

–यदि आप इस ब्लैंड को एक बार में ही अधिक मात्रा में तैयार करना चाहते हैं तो इस बात की गांठ बांध लें कि आप नारियल वर्जिन तेल और बादाम तेल को बराबर मात्रा में मिला सकते हैं। लेकिन इन दोनों तेलों की कुल मात्रा को मिलाकर, उसका 5 प्रतिशत ही लौंग का तेल रखना है।

रैशेज ना बढ़ने दे

–घर पर तैयार किया गया यह नैचरल ऑइल ब्लैंड आपको त्वचा पर रैशेज की समस्या से बचाएगा और यह समस्या अगर आपको हो चुकी है तो इसे जल्दी ठीक कर देगा।

एग्जिमा से बचाए

–एग्जिमा जैसी स्किन डिजीज होने से बचाएगा। यदि आपको किसी कारण यह रोग हो भी गया है तब भी खुजली को शांत करने और रोग को जल्दी ठीक करने के लिए आप इस ब्लैंड का उपयोग कर सकते हैं।

बैक्टीरियल इंफेक्शन से बचाए

–कई बार गर्मी और पसीने के कारण त्वचा पर देर तक नमी बनी रहती है। इस कारण त्वचा पर हानिकार बैक्टीरिया ऐक्टिव हो जाते हैं और दाने, फुंसी या फोड़े जैसी समस्या की वजह बन जाते हैं।

–आप नहाने के बाद इस ब्लैंड से अपने पूरे शरीर को पोषण दें, आपको किसी तरह की समस्या नहीं होगी। साथ ही आपकी त्वचा प्राकृतिक रूप से स्वस्थ बनेगी।

शब्द सामर्थ्य -075

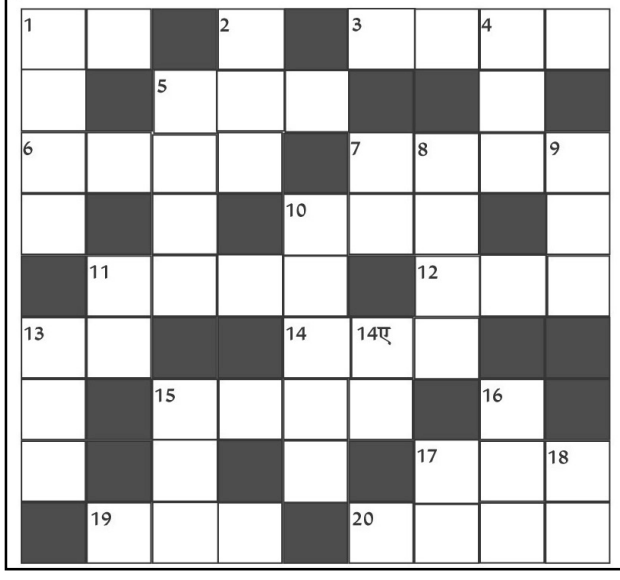
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 74 का हल

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

ऑनलाइन परफ्यूम खरीदना चाहते हैं? इन बातों का रखें खास ध्यान

आजकल ऑनलाइन खरीदारी का चलन बहुत बढ़ गया है, खासकर परफ्यूम जैसी चीजों के लिए। बिना सुंघे परफ्यूम खरीदना थोड़ा मुश्किल हो सकता है, लेकिन सही जानकारी और सावधानी बरतकर आप अच्छे विकल्प चुन सकते हैं। इस लेख में हम आपको कुछ ऐसे सुझाव देंगे, जिनसे आप बिना सुंघे परफ्यूम खरीदे भी अपने लिए सही विकल्प चुन सकते हैं। इन सुझावों की मदद से आप ऑनलाइन परफ्यूम खरीदारी को आसान और सुरक्षित बना सकते हैं।

ब्रांड और रेटिंग्स पर ध्यान दें- ऑनलाइन परफ्यूम खरीदते समय सबसे पहले ब्रांड और रेटिंग्स पर ध्यान देना जरूरी है। अच्छे और लोकप्रिय ब्रांड्स की परफ्यूम हमेशा बेहतर गुणवत्ता की होती हैं। इसके अलावा रेटिंग्स और समीक्षाएं पढ़कर आप यह जान सकते हैं कि अन्य ग्राहकों को उन परफ्यूम से कैसा अनुभव रहा है। इससे आपको यह अंदाजा होगा कि कौन सी परफ्यूम आपके लिए सही रहेगी। इस तरह आप बिना सुंघे भी सही विकल्प चुन सकते हैं।

सामग्रियों की सूची देखें- परफ्यूम की सामग्रियों की सूची देखना भी अहम है। इससे आपको यह पता चलेगा कि उसमें कौन-कौन से तत्व शामिल हैं और वे आपकी त्वचा के लिए कितने अनुकूल हैं। कुछ परफ्यूम में कृत्रिम तत्व होते हैं, जो त्वचा को नुकसान पहुंचा सकते हैं, जबकि प्राकृतिक तत्व वाला परफ्यूम ज्यादा सुरक्षित होता है। इसके अलावा किसी भी नई परफ्यूम का इस्तेमाल करने से पहले उसकी सामग्रियों की जानकारी जरूर लें ताकि आपको किसी प्रकार की समस्या न हो।

कीमत का मिलान करें- जब आप ऑनलाइन परफ्यूम खरीदें तो उसकी कीमत का मिलान जरूर करें। अलग-अलग वेबसाइट्स पर एक ही परफ्यूम की कीमत में अंतर हो सकता है, इसलिए सबसे उचित दाम वाली वेबसाइट चुनें। इसके अलावा छूट या विशेष ऑफर भी देखें ताकि आप अच्छी डील पा सकें। कभी-कभी वेबसाइट्स पर खास छूट या कूपन कोड भी मिल सकते हैं, जिससे आपकी खरीदारी और भी सस्ती हो सकती है। इस तरह आप बिना सुंघे भी सही विकल्प चुन सकते हैं।

वापसी नीति पढ़ें- अगर आपको खरीदी हुई परफ्यूम पसंद नहीं आती या उसमें कोई समस्या होती है तो वापसी नीति पढ़ना जरूरी है। ज्यादातर ऑनलाइन स्टोर्स परफ्यूम की वापसी नीति प्रदान करते हैं, जिससे आप असंतुष्ट उत्पाद वापस कर सकते हैं। इससे आपको नुकसान उठाने की जरूरत नहीं पड़ेगी। इसके अलावा कुछ स्टोर्स बदलने का विकल्प भी देते हैं, जिससे आप अपनी असंतुष्ट परफ्यूम को बदल सकते हैं। इस तरह आप बिना सुंघे भी सही विकल्प चुन सकते हैं।

विशेषज्ञ सलाह लें- अगर फिर भी संदेह हो तो विशेषज्ञ सलाह लेना बेहतर हो सकता है। कई वेबसाइट्स पर विशेषज्ञ द्वारा सुझाए गए विकल्प होते हैं, जिन्हें देखकर आप बेहतर निर्णय ले सकते हैं। इसके अलावा अपने दोस्तों या परिवार वालों से भी राय ले सकते हैं, जिन्होंने पहले से वही परफ्यूम इस्तेमाल की हो। इस तरह आप बिना सुंघे भी सही विकल्प चुन सकते हैं और अपनी खरीदारी को सुरक्षित बना सकते हैं।

रेटिनॉल, हयालूरोनिक एसिड और सैलिसिलिक एसिड में से किसका करना चाहिए इस्तेमाल ?

त्वचा की देखभाल के लिए कई तरह के स्किन केयर प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल किया जाता है। इनमें से कुछ प्रोडक्ट्स में रेटिनॉल, हयालूरोनिक एसिड और सैलिसिलिक एसिड जैसे तत्व मौजूद होते हैं। ये सभी तत्व त्वचा की देखभाल में अहम भूमिका निभाते हैं, लेकिन इनके इस्तेमाल का तरीका अलग है। आइए जानते हैं कि इन तीन के बीच क्या अंतर है और किसका इस्तेमाल त्वचा के लिए ज्यादा अच्छा है।

रेटिनॉल क्या है और इसके फायदे- रेटिनॉल विटामिन-ए का एक रूप है, जो त्वचा की कोशिकाओं को नया जीवन देता है। यह त्वचा की बनावट को सुधारने, महीन रेखाओं और झुर्रियों को कम करने और रंग में सुधार लाने में मदद करता है। रेटिनॉल त्वचा को कोमल और चमकदार बनाने में भी सहायक होता है। इसके अलावा यह मुंहासों की समस्या को भी दूर कर सकता है। हालांकि, इसका इस्तेमाल करने से पहले त्वचा विशेषज्ञ से सलाह लेना जरूरी है।

हयालूरोनिक एसिड के लाभ- हयालूरोनिक एसिड एक ऐसा तत्व है, जो त्वचा को गहराई से नमी प्रदान करता है और पानी को खींचता है। यह त्वचा को भरपूर और ताजा दिखाने में मदद करता है। हयालूरोनिक एसिड का नियमित इस्तेमाल करने से त्वचा की नमी बनी रहती है और यह सूखापन दूर करता है। इसके अलावा यह झुर्रियों को कम करने में भी मदद करता है। हयालूरोनिक एसिड का कोई नुकसान नहीं होता और यह सभी प्रकार की त्वचा पर काम करता है।

सैलिसिलिक एसिड क्या है?- सैलिसिलिक एसिड एक प्रकार का एसिड है, जो त्वचा की गहराई तक जाकर गंदगी और तेल को साफ करता है। यह मुंहासों की समस्या को दूर करने में बेहद असरदार है और त्वचा की तैलीयता को नियंत्रित करता है। सैलिसिलिक एसिड मृत कोशिकाओं को हटाने में मदद करता है और रोमछिद्रों को खोलता है, जिससे त्वचा साफ और स्वस्थ रहती है। यह संवेदनशील त्वचा वाले लोगों के लिए भी सुरक्षित है।

इन तीनों में से किसका इस्तेमाल करना है बेहतर?- अब सवाल यह उठता है कि इन तीनों में से किसका इस्तेमाल करना ज्यादा बेहतर है? अगर आपकी त्वचा तैलीय या मुंहासे वाली है तो सैलिसिलिक एसिड आपके लिए अच्छा विकल्प हो सकता है, वहीं अगर आपकी त्वचा रूखी या उम्र के असर से परेशान है तो हयालूरोनिक एसिड और रेटिनॉल दोनों ही आपके लिए फायदेमंद हो सकते हैं। हालांकि, इन तीनों का इस्तेमाल करने से पहले त्वचा विशेषज्ञ की सलाह जरूर लें।

शरवरी बोलीं, हर एक्टर का सपना होता है कि वह ऐसी कहानी का हिस्सा बने जो लोगों के दिलों में बस जाए

शरवरी बाघ ने अपनी हालिया रिलीज मैं वापस आऊंगा को मिल रहे अपार प्यार और समर्थन के लिए आभार व्यक्त करते हुए एक भावुक नोट लिखा। उन्होंने कहा कि हर अभिनेता का सपना होता है कि वह ऐसी कहानी का हिस्सा बने, जो दर्शकों के थिएटर से बाहर निकलने के बाद भी लंबे समय तक उनके दिलों और जेहन में बनी रहे। शरवरी बाघ ने हाल ही में अपने सोशल मीडिया पर कई तस्वीरें और क्लिप साझा किए, जिनमें फिल्म मैं वापस आऊंगा के लिए दर्शकों की प्रतिक्रियाएं, समीक्षाएं, थिएटर के दृश्य और गीत मसकारा की मेकिंग के दौरान के बिहाइंड-द-सीन्स (बीटीएस) पल शामिल थे।

पोस्ट के कैप्शन में उन्होंने लिखा, मुझे नहीं लगता कि इससे बड़ी कोई खुशी हो सकती है कि जिस चीज में आपने अपना दिल और आत्मा लगा दी हो, वह दूसरे लोगों के दिलों में भी जगह बना ले। संदेश, वीडियो, आंसू, बातचीत और प्यार... मैं यह सब देख और पढ़ रही हूं, और कई बार मेरी अपनी आंखों में भी आंसू आ जाते हैं।

उन्होंने कहा, हर अभिनेता का सपना होता है कि वह ऐसी कहानी का हिस्सा बने, जो दर्शकों के थिएटर से बाहर निकलने के बाद भी लंबे समय तक उनके साथ बनी रहे। जिस तरह आप सभी ने मैं वापस आऊंगा' से जुड़ाव महसूस किया है, वह मेरे लिए बेहद विनम्र और भावुक करने वाला अनुभव रहा है। हमारे साथ हर भावना को महसूस करने और इस फिल्म को अपने प्यार से आगे बढ़ाने के लिए आप सभी का दिल से धन्यवाद।

शरवरी के सह कलाकार वेदांग रैना ने भी पोस्ट पर टिप्पणी करते हुए लिखा, तुम इस सबकी हकदार हो, जिया।

फिल्म की बात करें तो इसका निर्देशन इम्तियाज ने किया है। इस पीरियड रोमांटिक ड्रामा में नसीरूद्दीन शाह और दिलजीत दोसांझ भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं।

मैं वापस आऊंगा' की कहानी भारत के बंटवारे की पृष्ठभूमि पर आधारित है और बिछडने, प्रेम, यादों, पलायन और स्मृतियों जैसे विषयों को सामने लाती है। फिल्म एक ऐसे प्रेम संबंध की कहानी दिखाती है, जो ऐतिहासिक उथल-पुथल के कारण प्रभावित होता है। कहानी नसीरूद्दीन शाह के किरदार के दृष्टिकोण से सुनाई गई है।

यह फिल्म इम्तियाज अली और एआर रहमान की सफल जोड़ी को फिर से साथ लाती है। इसके अलावा, गीतकार इरशाद कामिल ने भी फिल्म में योगदान दिया है।

फिल्म का निर्माण एपल्ज एंटरटेनमेंट, विंडो सीट फिल्मस और मोहित चौधरी फिल्मस के बैनर तले किया गया है। यह फिल्म 12 जून को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी।

अदा शर्मा चलीं मराठी सिनेमा की ओर, फिल्म गजरा से जारी हुई पहली झलक

द केरल स्टोरी और 1920 जैसी फिल्मों से दर्शकों के बीच पहचान बनाने वाली अदा शर्मा अब मराठी इंडस्ट्री में कदम रखने वाली हैं। उनकी पहली फिल्म होगी गजरा। इसका एलान हो गया है। साथ ही पहली झलक भी सामने आई है।

अदा शर्मा की डेब्यू मराठी फिल्म गजरा का आधिकारिक एलान कर दिया गया है। यह फिल्म साल 2027 में रिलीज होगी। अदा इसमें लीड रोल निभाती नजर आएंगी। अभिनेत्री ने इंस्टाग्राम अकाउंट से पोस्ट शेयर कर यह जानकारी साझा की है। साथ ही लिखा है, मराठी में मेरी पहली फिल्म गजरा। आप सभी के प्यार और आशीर्वाद की जरूरत है।

अदा शर्मा ने आगे लिखा है, मेरी पहली फिल्म 1920 से केरल स्टोरी, सनफ्लावर, कमांडो, बस्तर, रीता सान्याल तक, आपने मुझे बहुत प्यार दिया। हार्टअटैक, क्षणम, राणा विक्रम और मेरी सभी साउथ फिल्मों के लिए भी खूब प्यार दिया। मुझे अपने मराठी डेब्यू के लिए भी आप सभी के आशीर्वाद, साथ और प्यार की जरूरत है। मुझे उम्मीद है कि मैं आप सभी को गौरवान्वित कर सकूंगी और एक ऐसी फिल्म बना सकूंगी, जिसे आप सभी पसंद करें। फिल्म का पोस्टर काफी दिलचस्प है। इससे सच्ची घटनाओं से प्रेरित एक अंधेरे, परेशान करने वाली और कठिन कहानी का संकेत मिल रहा है। अदा शर्मा की इस फिल्म का निर्देशन श्रेयस जाधव कर रहे हैं। वहीं, फिल्म का निर्माण अमोल बोरकर कर रहे हैं। गणराज स्टूडियोज की पेशकश फिल्म गजरा जिग जैग प्रोडक्शन्स की पहली फिल्म है। अदा ने अपने पोस्ट में यह बताया है कि यह फिल्म सच्ची घटना पर बेस्ड है।

फिल्म के संगीत की जिम्मेदारी देवदत्त मनीषा बाजी संभालेंगे। बता दें कि देवदत्त महाराष्ट्र के एक जाने-माने संगीतकार, म्यूजिक अरेंजर और प्रोड्यूसर हैं। वे मराठी सिनेमा में अपने शानदार ऐतिहासिक और लोक-संगीत के लिए विशेष रूप से लोकप्रिय हैं।

तैलीहाट में पेयजल संकट, ग्रामीणों ने जांच की मांग उठाई

बागेश्वर(आरएनएस)। तहसील मुख्यालय से लगे तैलीहाट गांव में जल जीवन मिशन के तहत पेयजल योजना का कार्य अधूरा होने से ग्रामीणों को पेयजल संकट का सामना करना पड़ रहा है। नाराज ग्रामीणों ने योजना की जांच कर दोषियों के खिलाफ कार्रवाई तथा शीघ्र पेयजल आपूर्ति बहाल करने की मांग की है। इस संबंध में उन्होंने उपजिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपा। जिलाधिकारी के नाम उपजिलाधिकारी वैभव कांडपाल को सौंपे गए ज्ञापन में ग्रामीणों ने बताया कि जल जीवन मिशन के तहत गांव में कई वर्षों से पेयजल योजना अधूरी पड़ी है। विभाग की ओर से बार-बार जल्द कार्य पूरा करने का आश्वासन दिया गया, लेकिन आज तक योजना का लाभ ग्रामीणों को नहीं मिल सका। घरों में नल लगाए जा चुके हैं, लेकिन उनमें नियमित जलापूर्ति नहीं हो रही है। इससे लोगों को दूर-दराज के स्रोतों से पानी लाने के लिए मजबूर होना पड़ रहा है। ग्रामीणों ने मांग की कि योजना को शीघ्र पूरा कर प्रत्येक घर में नियमित पेयजल आपूर्ति सुनिश्चित की जाए। यदि निकट भविष्य में योजना पूरी होना संभव नहीं है तो वैकल्पिक पेयजल व्यवस्था तत्काल उपलब्ध कराई जाए। साथ ही कार्य में हुई देरी और लापरवाही के लिए संबंधित अधिकारियों एवं कार्यदायी संस्था की जवाबदेही तय कर आवश्यक कार्रवाई की जाए। ज्ञापन देने वालों में ग्राम प्रधान पूजा मेहरा, क्षेत्र पंचायत सदस्य दयाल काला, सामाजिक कार्यकर्ता ठाकुर मेहरा, नंदन मेहरा, दरवान सिंह, संजय मेहरा, भूपेश लोहनी और जगदीश मेहरा सहित अन्य ग्रामीण मौजूद रहे।

सरकार जनता के द्वार- कार्यक्रम के तहत सीडीओ पहुंचे कॉंटली

अल्मोड़ा(आरएनएस)। मुख्यमंत्री की प्राथमिकता वाले सरकार जनता के द्वार कार्यक्रम के तहत मंगलवार को मुख्य विकास अधिकारी रामजी शरण शर्मा ने विकासखंड ताकुला की ग्राम पंचायत कॉंटली का भ्रमण कर विकास कार्यों और जनसुविधाओं का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने ग्रामीणों के साथ बैठक कर उनकी समस्याएं सुनीं और संबंधित विभागों को आवश्यक कार्रवाई के निर्देश दिए। भ्रमण के दौरान मुख्य विकास अधिकारी ने क्षेत्र के होमस्टे का निरीक्षण किया और संचालकों को पर्यटकों को बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने के साथ स्थानीय उत्पादों और संस्कृति को बढ़ावा देने के निर्देश दिए। इसके बाद उन्होंने पिनाथ ट्रेक का स्थलीय निरीक्षण किया। अधिकारियों ने बताया कि ग्राम क्षेत्र में वर्तमान में चार होमस्टे संचालित हैं। मुख्य विकास अधिकारी ने पर्यटन की संभावनाओं को देखते हुए आवश्यक आधारभूत सुविधाओं के विकास पर बल दिया। ग्रामीणों ने बैठक में सड़क संपर्क सुधारने, मोबाइल नेटवर्क मजबूत करने, स्थानीय युवाओं को नेचर गाइड के रूप में प्रशिक्षण देने, पिनाथ ट्रेक मार्ग का विकास कराने तथा जल संस्थान की पेयजल पाइपलाइन से जुड़ी समस्याओं के समाधान की मांग उठाई। मुख्य विकास अधिकारी ने संबंधित विभागों को सभी सुझावों और समस्याओं का परीक्षण कर नियमानुसार आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

सू- दोकू क्र.075

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.74 का हल

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

जख्या और फरड़ पहाड़ की आत्मा

कार्यालय संवाददता

देहरादून। पहाड़ की रसोई में जब चूल्हे पर लोहे की कढ़ाई चढ़ती है, उसमें सरसों का तेल गर्म होता है और फिर एक चुटकी जख्या या फरड़ उसमें डाली जाती है, तो उठने वाली छन्न-छन्न की आवाज केवल तड़के की नहीं होती, बल्कि वह पहाड़ की आत्मा की आवाज होती है। उसकी सुगंध पूरे घर में फैल जाती है और बरबस ही बचपन, गांव और मां के हाथों के बने भोजन की यादें ताजा हो उठती हैं।

उत्तराखंड के पहाड़ों में जख्या और फरड़ केवल मसाले नहीं हैं, बल्कि पीढ़ियों से चली आ रही एक ऐसी खाद्य परंपरा हैं, जिसने सादगी भरे पहाड़ी भोजन को एक अनूठी पहचान दी है। पहाड़ के लोगों के लिए भोजन कभी केवल पेट भरने का माध्यम नहीं रहा, बल्कि प्रकृति और संस्कृति के साथ एक गहरा रिश्ता भी रहा है। इसी रिश्ते का स्वाद हैं जख्या और फरड़।

पहाड़ की दाल हो, आलू के गुटके, कापा, फाणु, चौंसू या फिर मौसमी सब्जियांकृइन सबका असली स्वाद जख्या और फरड़ के तड़के से ही निखरता है। इनकी सुगंध इतनी अलग और मनमोहक होती है कि साधारण-सा भोजन भी स्वाद का उत्सव बन जाता है। गांवों में आज भी बुजुर्ग कहते हैं जख्या पड़ जाए तो भोजन में जान आ जाती है। शायद यही वजह है कि पहाड़ से दूर रहने वाले लोग भी अपने गांव जाते समय जख्या और फरड़ की छोटी-छोटी पोटलियां साथ लेकर लौटते हैं, ताकि शहर की रसोई में भी पहाड़ की खुशबू जिंदा रह सके।

◆पीढ़ियों से चली आ रही पहाड़ की खाद्य परंपरा
◆पहाड़ की रसोई से उठती मिट्टी की सौंधी खुशबू
◆यह मसाला ही नहीं, बल्कि पहाड़ की है स्मृतियां

एक समय था जब पहाड़ के घरों में गैस चूल्हे नहीं थे। मिट्टी के चूल्हे पर लकड़ियां जलती थीं और मां या दादी कढ़ाई में जख्या का तड़का लगाती थीं। उसकी खुशबू आंगन से लेकर खेतों तक पहुंच जाती थी। बच्चे खेलते-खेलते घर की ओर दौड़ पड़ते थे, क्योंकि उन्हें पता होता था कि आज खाने में कुछ खास बना है। आज भले ही जीवन की रफ्तार बदल गई हो, लेकिन जख्या और फरड़ की खुशबू अब भी लोगों को उनके बचपन और गांव की यादों से जोड़ देती है।

जख्या और फरड़ केवल स्वाद ही नहीं बढ़ाते, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी लाभकारी माने जाते हैं। स्थानीय लोग मानते हैं कि ये पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में सहायक होते हैं और शरीर को गर्म रखने में भी मदद करते हैं। पहाड़ के कठिन जीवन और सीमित संसाधनों के बीच इन्हीं प्राकृतिक मसालों ने भोजन को स्वाद और स्वास्थ्य दोनों प्रदान किए। बाजारवाद और आधुनिक खान-पान के दौर में कई पारंपरिक खाद्य पदार्थ लोगों की थाली से गायब हो गए हैं, लेकिन जख्या और फरड़ आज भी पहाड़ की पहचान बने हुए हैं। अब इनकी मांग देश के बड़े शहरों तक पहुंच चुकी है। आर्गेनिक उत्पादों के बढ़ते चलन ने इन पारंपरिक मसालों को नई पहचान दी है।

कई काश्तकार इनकी खेती की ओर लौट रहे हैं और स्थानीय उत्पादों को बाजार तक पहुंचाने के प्रयास भी हो रहे हैं। यह केवल आर्थिक अवसर नहीं, बल्कि पहाड़ की खाद्य संस्कृति को बचाने की एक महत्वपूर्ण पहल भी है। जब किसी रसोई में जख्या और फरड़ का तड़का लगता है, तो केवल भोजन नहीं पकता, बल्कि पहाड़ की मिट्टी, खेत, जंगल, चूल्हा, मां की ममता और गांव की यादें भी जीवंत हो उठती हैं। क्योंकि जख्या और फरड़ सिर्फ मसाले नहीं हैं, वे पहाड़ की उस विरासत का स्वाद हैं, जो हर पहाड़ी के दिल में बसती है। उनकी खुशबू में घर है, गांव है और अपनेपन का वह एहसास है, जिसे शब्दों में नहीं, केवल महसूस किया जा सकता है।

30 करोड़ की लागत के बावजूद उखड़ रहा डामर

बागेश्वर (आरएनएस)। कांडा-सानीउडयार-भद्रकाली-रावतसेरा मोटर मार्ग पर करीब 30 करोड़ रुपये की लागत से हुए हॉटमिक्स निर्माण कार्य की गुणवत्ता पर पूर्व विधायक ललित फर्स्वाण और स्थानीय कांग्रेस नेताओं ने सवाल उठाए हैं। उनका आरोप है कि ठेकेदार और लोक निर्माण विभाग की लापरवाही के कारण डामरीकरण के महज दो माह बाद ही सड़क कई स्थानों पर उखड़ गई है और गड्ढों में तब्दील हो गई है।

ब्लॉक कांग्रेस कमेटी कांडा-कमस्यार के अध्यक्ष केवलानंद पांडे ने कहा कि सड़क किनारे नालियों का निर्माण अधूरा है तथा कई स्थानों पर स्कपर क्षतिग्रस्त पड़े हैं। इससे बरसात में सड़क को और अधिक नुकसान होने की आशंका है। उनका आरोप है कि निर्माण कार्य में मानकों की अनदेखी की गई, जिससे करोड़ों रुपये खर्च होने के बावजूद सड़क की गुणवत्ता बेहद खराब है और सरकारी धन का दुरुपयोग हुआ है। सड़क का निरीक्षण करने वालों में राजेंद्र राठौर, महेश राठौर, धाम सिंह गढ़िया, कुंदन गोस्वामी समेत अन्य कांग्रेस कार्यकर्ता मौजूद रहे।

लोहाघाट में डॉ. एलडी भट्ट मेमोरियल वेटरनरी फाउंडेशन का शुभारंभ

हमारे संवाददाता

चम्पावत। जिलाधिकारी मनीष कुमार ने आज लोहाघाट में एनजीओ निष्काम एनिमल वेलफेयर एसोसिएशन के प्रयासों तथा राजभट्ट के सहयोग से स्थापित डॉ. एल. डी. भट्ट मेमोरियल वेटरनरी फाउंडेशन का फीता काटकर उद्घाटन किया।

इस अवसर पर जिलाधिकारी ने कहा कि जनपद में आधुनिक सुविधाओं से युक्त इस वेटरनरी हॉस्पिटल की स्थापना पशु कल्याण की दिशा में एक सराहनीय पहल है। उन्होंने कहा कि यहां उपलब्ध अत्याधुनिक उपकरणों से पालतू पशुओं के साथ-साथ घायल एवं बेसहारा (स्ट्रीट) पशुओं को भी गुणवत्तापूर्ण उपचार की सुविधा मिलेगी। उन्होंने कहा कि सर्वोच्च न्यायालय द्वारा पशुओं के अधिकारों, सुरक्षा एवं कल्याण को लेकर दिए गए दिशा-निर्देशों की भावना के अनुरूप यह प्रयास समाज में पशु संरक्षण और संवेदनशीलता को बढ़ावा देगा।

जिलाधिकारी ने संस्था द्वारा पशु सेवा एवं संरक्षण के क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि समाज और स्वयंसेवी संगठनों की भागीदारी से पशु कल्याण के क्षेत्र में सकारात्मक बदलाव संभव है। वेटरनरी हॉस्पिटल का संचालन गिरीश चंद भट्ट, किशोर सिंह बिष्ट एवं अनीता बिष्ट द्वारा किया जाएगा, जबकि पशुओं के उपचार की जिम्मेदारी डॉ. जतिन खर्कवाल निभाएंगे।

निष्काम एनिमल वेलफेयर एसोसिएशन के प्रतिनिधि किशोर सिंह बिष्ट ने बताया कि एनजीओ द्वारा एक एनिमल रेस्क्यू सेंटर भी संचालित किया जा रहा है, जहां घायल, बीमार एवं पीड़ित पशुओं का रेस्क्यू कर उनका उपचार एवं देखभाल की जाती है। उन्होंने कहा कि भविष्य में भी पशु कल्याण से जुड़े कार्यों को और अधिक व्यापक स्तर पर संचालित किया जाएगा।

मुख्य सचिव ने जियोस्पेशियल तकनीक को बताया महत्वपूर्ण

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने कहा कि जियोस्पेशियल तकनीक को महत्त्वपूर्ण बताते हुए कहा कि इसके माध्यम सें सड़क, विद्युत लाइन, पानी की लाइन, रेलवे लाइन भवन निर्माण, डैम और अन्य बड़े निर्माणों में जियोस्पेशियल तकनीक एक बहुत महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

आज यहां मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने सचिवालय में नियोजन विभाग द्वारा आयोजित पीएम गतिशक्ति उपयोग मामलों का संग्रह 2.0 का विमोचन एवं विभागीय डेटा संग्रहण के लिए मोबाइल एप्लीकेशन के शुभारंभ समारोह सहित दो दिवसीय कार्यशाला में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर मुख्य सचिव ने कहा कि नियोजन विभाग एवं जियोस्पेशियल तकनीक ऐसी तकनीक है जिसके माध्यम से पृथ्वी पर किसी भी स्थान से संबंधित जानकारी को एकत्र, विश्लेषित, प्रदर्शित और उपयोग किया जाता है। यह तकनीक प्रदेश में अवसंरचना निर्माण में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। उन्होंने इस दो दिवसीय कार्यशाला को एक बड़ा अवसर बताते हुए इसमें सभी विभागों को अधिक से अधिक प्रतिभाग किए जाने की बात कही। मुख्य सचिव ने कहा कि उत्तराखंड जैसे पर्वतीय राज्य के लिए पीएम गतिशक्ति पोर्टल और जियोस्पेशियल तकनीक को महत्त्वपूर्ण बताते हुए कहा कि इसके माध्यम सें सड़क, विद्युत लाइन, पानी की लाइन, रेलवे लाइन भवन निर्माण, डैम और अन्य बड़े निर्माणों में जियोस्पेशियल तकनीक एक बहुत महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। उन्होंने कहा कि इससे किसी भी प्रोजेक्ट की जियो लोकेशन और अन्य विभागों से समन्वय में बहुत सहायता मिलेगी पर्वतीय राज्य उत्तराखण्ड का कम्पलीट मास्टर प्लान तैयार करने में इसकी अत्यधिक महत्ता बढ़ जाती है। इसमें दूसरा सबसे बड़ा फायदा विभागों के मध्य डेटा इंटीग्रेशन से होगा। सभी विभाग अपने स्तर से जितनी अधिक प्रामाणिक जानकारियां इस पोर्टल में अपलोड करेंगे, योजनाओं के निर्माण में उतना बेहतर परिणाम आएंगे, जिससे इस प्लेटफार्म का और अच्छे से उपयोग किया जा सकेगा और अन्य विभागों से अच्छे से सामंजस्य स्थापित किया जा सकेगा। मुख्य सचिव ने नियोजन विभाग को व्यय वित्त समिति की बैठकों में इस प्लेटफार्म का उपयोग किए जाने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि इससे योजना का एक बेहतर आंकलन किया जा सकेगा। उन्होंने 10 करोड़ से ऊपर के प्रोजेक्ट में साईट सिलेक्शन कमेटी को पीएम गतिशक्ति पोर्टल की जियोस्पेशियल तकनीक से मैपिंग अनिवार्य किए जाने के निर्देश दिए। इसके साथ ही सभी नई स्वीकृत योजनाओं को भी इस पोर्टल पर अपलोद किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि इससे योजनाओं में डुप्लीकेसी नहीं हो सकेगी और विभिन्न विभागों के मध्य तालमेल में आसानी होगी। इस अवसर पर प्रमुख सचिव एल. फैनाई, आर. मीनाक्षी सुन्दरम, सचिव डॉ. पंकज कुमार पाण्डेय, डॉ. एस.एन. पाण्डेय, श्रीधर बाबू अद्धांकी, अपर सचिव हिमांशु खुराना, नरेन्द्र सिंह भण्डारी, बंशीधर तिवारी सहित विभिन्न विभागों के वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

मेजर मिश्रा ने किया प्राचार्य का पदभार ग्रहण

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। मेजर (इं) फणींद्र मिश्रा ने कन्हैया लाल पॉलिटेक्निक, रुड़की के प्राचार्य का पदभार ग्रहण कर कर लिया है।

संस्था में नियुक्ति से पूर्व मेजर फणींद्र मिश्रा द्वारा भारतीय सेना, भारतीय रेलवे तथा पी. डब्ल्यू. डी. में सेवा के उपरांत वर्ष 2004 में के. एल. पॉलिटेक्निक, रुड़की के सिविल इंजीनियरिंग विभाग में प्रवक्ता का पद ग्रहण किया था। मेजर मिश्रा शैक्षिक शुचिता, कर्मठता तथा अनुशासन हेतु अपनी विशिष्ट पहचान रखते हैं। इन्हें महामहिम राज्यपाल तथा मुख्यमंत्री द्वारा सर्वश्रेष्ठ एनसीसी अधिकारी के रूप में सम्मानित किया जा चुका है। मेजर मिश्रा पंजाब यूनिवर्सिटी से एम. टेक . में स्वर्ण पदक प्राप्त कर चुके हैं। सिविल इंजीनियरिंग पर मेजर मिश्रा की दो दर्जन पुस्तकें भी प्रकाशित हो चुकी हैं। पदभार ग्रहण के अवसर पर प्रबंध समिति के अध्यक्ष विंग कमांडर मोहित कुमार गर्ग, संस्थान के कर्मचारियों व रुड़की शहर के गणमान्य व्यक्तियों द्वारा बधाई एवं शुभकामनाएं प्रेषित की गई ।

उपभोक्ताओं को नहीं मिल रहा शीघ्र न्याय

हमारे संवाददाता

काशीपुर। नये उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम में उपभोक्ताओं को शीघ्र न्याय दिलाने के प्रावधान होने के बावजूद उपभोक्ताओं को समय से शीघ्र न्याय नहीं मिल रहा है। इसका उदाहरण उधमसिंह नगर जिला उपभोक्ता आयोग के केसों के निपटारे सम्बन्धी विवरण व अभिलेख हैं। इसके अनुसार 2026 में मई तक निपटाये गये 67 केसों में केवल 20 में ही उपभोक्ताओं को राहत मिली है। अधिकतर केस निधरित समय सीमा 90 से 150 दिन के भीतर नहीं निपटाये गये है। 8 केस तो 5 साल से अधिक से लंबित हैं।

काशीपुर निवासी सूचना अधिकार कार्यकर्ता नदीम उद्दीन ने उधमसिंह नगर जिला उपभोक्ता आयोग से केसों के निपटारें, मध्यता सैल के गठन सहित विभिन्न सूचनायें चाही थी। इसके उत्तर में लोक सूचना अधिकारी/वरिष्ठ सदस्य नवीन चन्द्र चन्दौला ने अपने पत्रांक 129 से सूचनायें व विवरण की सत्यापित फोटो प्रतियां उपलब्ध करायी है। नदीम को उपलब्ध प्राप्त निस्तारित/लंबित/वादों की प्रगति आख्या मई 2026 के अनुसार मई माह के अंत में 301 केस लंबित थे इसमें केवल 22 केस ही 90 दिनों से कम अवधि के है जबकि 124 केस दो वर्ष से अधिक, 78 केस 1 वर्ष से अधिक तथा 38 केस 6 माह से अधिक अवधि से लंबित है। नदीम ने बताया कि उपभोक्ता सरंक्षण अधिनियम की धारा के अन्तर्गत उपभोक्ता मामले का निपटारा

◆2026 में मई तक निस्तारित 67 केसों में केवल 20 में उपभोक्ताओं को राहत
◆90/150 दिन में निपटारा करना था, लंबित हैं 5 साल तक पुराने मामले

साधारणत: 90 दिन (प्रयोगशाला वाले मामलों में 150 दिन) में करने का प्रावधान है। धारा 38(7) के अन्तर्गत तिथि स्थगन (तारीख) साधारणत: न देने तथा अपवादित परिस्थिति में कारण लिखकर जमा हर्जाने का आदेश करके ही देने का प्रावधान हैं लेकिन इस प्रावधान का सही ढंग से पालन न होने से उपभोक्ता केसों का निपटारा समय से नहीं हो पा रहा हैं। नदीम को उपलब्ध त्रेमासिक विवरण जनवरी 2026 से मार्च 2026 के अनुसार लंबित केसों में पांच वर्ष से अधिक से लंबित 8 केस शामिल हैं। एक केस 2020 तथा 7 केस 2021 में फाइल किया गया है। निस्तारण में देरी का कारण पक्षकारों द्वारा तिथि स्थगन लिखा गया है।

नदीम को उपलब्ध त्रेमासिक विवरण के अनुसार 2001 में जिला आयोग/फोरम क्रियाशील होने से 31 मार्च 2026 तक कुल 4089 उपभोक्ता वाद दायर हुये है इसमें सर्वाधिक 1360 परिवाद इंश्योरेंस से सम्बन्धित है जबकि दूसरे स्थान पर 238 बैंकिंग तथा तीसरे स्थान पर 212 बिजली से सम्बन्धित हैं। इसके अतिरिक्त 172 मेडिकल, 160 टेलीफोन, 152 हाउसिंग, 5 एयर लाइंस तथा 1763 अन्य से संबंधित परिवाद दायर किये गये है। नदीम को उपलब्ध केस डिस्पोजल रजिस्टर के अध्ययन से स्पष्ट है कि उपभोक्ता केसों का निपटारा देरी से तो हो ही रहा हैं लेकिन उन्हें देरी से भी अधिकतर केसों में राहत नहीं मिल पा रही हैं। रजिस्टर के अनुसार जनवरी से मई 2026 तक निपटाये गये 67 केसों में केवल 20 ही उपभोक्ता के पक्ष में हुये हैं। जनवरी 2026 में कुल 10 केस निपटाये गये है जिसमें केवल 3 ही परिवादी के पक्ष में हुये हैं जबकि 5 को निरस्त कर दिया गया हैं, 2 वापस लें लिये गये हैं। फरवरी माह में कुल निस्तारित 16 केसों में केवल 3 परिवादी के पक्ष में हुये है जबकि 4 निरस्त, 1 वापस तथा 8 नोट प्रेस केस शामिल हैं। मार्च माह में कुल निपटाये गये 11 केसों में 5 परिवादी के पक्ष में हुये है जबकि 4 निरस्त 1 नोट प्रेस सहित 6 विपक्षी के पक्ष में हुये हैं। अप्रैल माह में कुल 14 निस्तारित केसों में 4 केस ही परिवादी के पक्ष में हुये है तथा 3 वापस 1 नोट प्रेस सहित 10 केस विपक्षी के पक्ष में हुये हैं। मई 2026 में निपटाये गये 16 केसों मे से 5 ही परिवादी के पक्ष में हुये जबकि 3 वापस 2 निरस्त 3 नोट प्रेस सहित 11 विपक्षी के पक्ष में हुये हैं।

अलकनंदा नदी में संभावित आपदा से निपटने के लिए मॉक ड्रिल

हमारे संवाददाता

पौड़ी। अलकनंदा नदी में संभावित आपदा की स्थिति से प्रभावी ढंग से निपटने के उद्देश्य से एसएसबी और एसडीआरएफ ने संयुक्त रूप से मॉक ड्रिल का आयोजन किया। अभ्यास के दौरान नदी में फंसे लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने के लिए रेस्क्यू ऑपरेशन का प्रदर्शन किया गया और आपदा के समय अपनाई जाने वाली रणनीति का परीक्षण किया गया।

मॉक ड्रिल के दौरान बचाव दल ने नदी में फंसे लोगों तक पहुंचकर उन्हें सुरक्षित स्थान पर लाने की पूरी प्रक्रिया का अभ्यास किया। इस दौरान आपदा प्रबंधन से जुड़े सभी आवश्यक उपकरणों और तकनीकों का उपयोग कर टीमों ने

◆एसएसबी और एसडीआरएफ ने परखा रेस्क्यू ऑपरेशन
◆संभावित आपदा से निपटने की तैयारियों का किया गया अभ्यास

अपनी तैयारियों को परखा। अभ्यास के दौरान अलकनंदा नदी के किनारे रहने वाले लोगों से सतर्क रहने की अपील की गई। अधिकारियों ने लोगों को सलाह दी कि भारी बारिश या जलस्तर बढ़ने की स्थिति में अफवाहों से बचें और प्रशासन के निर्देशों का पालन करते हुए जरूरत पड़ने पर सुरक्षित स्थानों पर चले जाएं।

मॉक ड्रिल में एसडीआरएफ, एसएसबी, तहसील प्रशासन और श्रीनगर पुलिस की टीम ने संयुक्त रूप से हिस्सा लिया। अधिकारियों ने बताया कि ऐसे अभ्यासों का उद्देश्य आपदा की स्थिति में विभिन्न एजेंसियों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित करना और त्वरित राहत एवं बचाव कार्य सुनिश्चित करना है।

स्टाम्प शुल्क चोरी के 18 मामलों का निस्तारण

हमारे संवाददाता

अल्मोड़ा। अपर जिलाधिकारी न्यायालय, अल्मोड़ा में विचाराधीन स्टाम्प शुल्क की कमी से संबंधित मामलों का त्वरित निस्तारण करते हुए अपर जिलाधिकारी युक्ता मिश्र द्वारा कुल 18 वादों का निस्तारण किया गया। सभी मामलों में दोनों पक्षों को सुनवाई का पूर्ण अवसर प्रदान करने के उपरांत नियमानुसार निर्णय पारित किए गए।

इन प्रकरणों में विक्रय विलेखों में भूमि एवं संपत्ति पर स्थित संरचनाओं, वृक्षों, भूमि की प्रकृति तथा उसके उपयोग से संबंधित तथ्यों का सही उल्लेख न कर गलत जानकारी प्रस्तुत की गई। इसके परिणामस्वरूप स्टाम्प एवं निबंधन शुल्क की कम अदायगी कर राजस्व की क्षति पहुंचाने का प्रयास किया गया। न्यायालय

◆24.33 लाख रुपये से अधिक की शास्ति अधिरोपित

में सुनवाई के दौरान ऐसे मामलों में स्टाम्प शुल्क की कमी पाए जाने पर भारतीय स्टाम्प अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत कार्रवाई की गई।

निर्णीत मामलों में पक्षकारों से कम जमा किए गए स्टाम्प एवं निबंधन शुल्क के अतिरिक्त वैधानिक अर्थदंड तथा विलेख निष्पादन की तिथि से आदेश की तिथि तक अधिनियम में वर्णित प्रावधानों के अनुसार 1.5 प्रतिशत प्रतिमाह की दर से शस्ति भी अधिरोपित की गई। न्यायालय द्वारा निस्तारित 18 मामलों में कुल 24,33,990 रुपये की शास्ति अधिरोपित की गई है, जिसके सापेक्ष अब तक 8,32,853 रुपये की धनराशि राजकोष में जमा कराई जा चुकी है। शेष मामलों में संबंधित पक्षकारों को नोटिस जारी कर धनराशि जमा कराने की कार्यवाही गतिमान है। निर्धारित समयावधि में धनराशि जमा न किए जाने की स्थिति में संबंधित राशि की वसूली भू-राजस्व के बकाए की भांति की जाएगी। अपर जिलाधिकारी ने कहा कि स्टाम्प शुल्क की चोरी रोकने तथा राजस्व हितों की सुरक्षा के लिए ऐसे मामलों में नियमानुसार प्रभावी कार्रवाई आगे भी निरंतर जारी रहेगी।

लाल पुल बस दुर्घटना की होगी मजिस्ट्रियल जांच

◆एक सप्ताह में रिपोर्ट प्रस्तुत करने के डीएम ने दिए निर्देश

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान ने 23 जून 2026 को सहारनपुर रोड स्थित लाल पुल के निकट हुई बस दुर्घटना की मजिस्ट्रियल जांच के आदेश जारी कर दिए हैं।

आज यहां जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान ने 23 जून 2026 को सहारनपुर रोड स्थित लाल पुल के निकट हुई बस दुर्घटना की मजिस्ट्रियल जांच के आदेश जारी कर दिए हैं। दुर्घटना में एक व्यक्ति की मृत्यु तथा चार अन्य के घायल होने की घटना को गंभीरता से लेते हुए, जिलाधिकारी द्वारा, उप जिलाधिकारी (सदर) देहरादून को जांच अधिकारी नामित किया गया है। जारी आदेश के अनुसार 23 जून 2026 को लगभग प्रातः 11 बजे वाहन दुर्घटनाग्रस्त हो गया था। इस दुर्घटना में राजीवनगर, पटेलनगर निवासी आहद (22 वर्ष) की मृत्यु हो गई, जबकि चार अन्य व्यक्ति घायल हुए। संबंधित वाहन नगर बस सार्वजनिक सेवायान की श्रेणी में संचालित है। जिलाधिकारी ने जांच अधिकारी को निर्देश दिए हैं कि दुर्घटना के सभी पहलुओं की गहन एवं निष्पक्ष जांच करते हुए एक सप्ताह के भीतर अपनी आख्या प्रस्तुत करें। जांच के दौरान दुर्घटना के कारणों, वाहन में चालक सहित सवार यात्रियों की संख्या, मृतक एवं घायलों का वास्तविक विवरण, घायलों की चिकित्सकीय स्थिति, मृतक के उत्तराधिकारियों का विवरण, परिवहन विभाग की तकनीकी रिपोर्ट, वाहन के कर एवं मोटरयान अधिनियम के प्रावधानों के अनुपालन तथा भविष्य में ऐसी दुर्घटनाओं की पुनरावृत्ति रोकने के लिए आवश्यक सुझावों का विस्तृत परीक्षण किया जाएगा।

जिलाधिकारी ने स्पष्ट किया कि जांच रिपोर्ट के आधार पर आवश्यक अग्रिम कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी, ताकि दुर्घटना के वास्तविक कारणों का पता लगाकर भविष्य में ऐसी घटनाओं की पुनरावृत्ति को प्रभावी ढंग से रोका जा सके। उक्त के घटना के संबंध में यदि किसी व्यक्ति को लिखित एवं मौखिक रूप में कोई साक्ष्य प्रस्तुत करने हैं अथवा कोई जानकारी देनी है वह एक सप्ताह के भीतर उप जिलाधिकारी सदर के कार्यालय एवं न्यायालय में किसी भी कार्य दिवस में उपस्थित प्रस्तुत कर सकते हैं।

मानसून मॉक ड्रिलः उत्तराखण्ड में आपदा प्रबंधन तंत्र का हुआ परीक्षण

हमारे संवाददाता

देहरादून। मानसूनी सीजन को देखते हुए आज राजधानी देहरादून सहित राज्य के कई जिलों में आज आपदा प्रबन्धन तंत्र की तैयारियों को परखा गया। इस क्रम में आज सुबह 9.15 बजे सतपुली क्षेत्र में भूस्खलन होने और 20 से 25 लोगों के फंसे होने की सूचना प्रसारित की गई। इसके बाद राहत एवं बचाव दल को तत्काल मौके पर भेजा गया। वहीं 9.20 बजे थलीसैंण क्षेत्र में बादल फटने और 25 लोगों के फंसे होने का परिदृश्य तैयार किया गया, जहां जिला प्रशासन, एसडीआरएफ और पुलिस की टीमों ने संयुक्त रूप से राहत एवं बचाव अभियान का अभ्यास किया।

मॉक ड्रिल के दौरान कोटद्वार के सिंबलचौड़ में नदी का जलस्तर बढ़ने की सूचना जारी कर स्थानीय लोगों को सुरक्षित स्थानों पर जाने की चेतावनी दी गई। वहीं फरासू में भूस्खलन और अलकनंदा नदी का जलस्तर बढ़ने से धारी देवी स्थित गोवा बीच के पास राष्ट्रीय राजमार्ग के जलमग्न होने का परिदृश्य तैयार किया गया। अभ्यास के दौरान थलीसैंण में एसडीआरएफ और पुलिस टीम ने तीन लोगों का सफल रेस्क्यू किया। घायलों को 108 एंबुलेंस की मदद से सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र भेजकर उपचार की प्रक्रिया का भी अभ्यास किया गया। वहीं धारी देवी के पास गोवा बीच क्षेत्र से भी तीन लोगों को सुरक्षित निकालकर प्राथमिक उपचार उपलब्ध कराया गया।

मॉक ड्रिल के दौरान टीएचडीसी की ओर से टिहरी बांध से पानी छोड़े जाने का काल्पनिक परिदृश्य तैयार किया गया। इसके तहत देवप्रयाग, मालाकुंड और लक्ष्मणझूला क्षेत्रों को अलर्ट जारी करने और संबंधित एजेंसियों के बीच समन्वय स्थापित करने की प्रक्रिया का परीक्षण किया गया। वहीं चम्पावत जिले में आयोजित मॉक ड्रिल के दौरान अतिवृष्टि से उत्पन्न आपदा की स्थिति का अभ्यास किया गया।

चोरी के सामान के साथ चोर गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के सामान के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार सहारनपुर रोड निवासी सुशील कुमार त्यागी द्वारा कोतवाली पटेलनगर पर आकर एक तहरीर दी गयी कि चोरो द्वारा उनके कार्यालय पर लगी एसी की वायर चोरी कर ली है। तहरीर के आधार पर कोतवाली पटेलनगर पर मुकदमा दर्ज किया गया। घटना के शीघ्र अनावरण हेतु पटेलनगर पुलिस द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए घटनास्थल के आस पास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेजों के आधार पर पटेलनगर क्षेत्र में विशाल मेघा मार्ट के पास खाली प्लाट से घटना में शामिल इमरान पुत्र इब्राहिम निवासी गैस गोदाम वाली गली चुना भट्टा रायपुर देहरादून मूल पता ग्राम हुसैनपुर थाना किरतपुर जिला बिजनौर उ.प्र. को घटना में चोरी किये गए वायर के साथ गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि वह नशे का आदी है तथा अपने नशे की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए उसके द्वारा उक्त चोरी की घटना को अंजाम दिया गया था।

राम मंदिर में नौकरी के नाम पर रिश्वत लेने के आरोप, जांच शुरू

हमारे संवाददाता

अयोध्या। राम मंदिर प्रशासन में नियुक्तियों को लेकर उठे रिश्वतखोरी के आरोपों के बाद अब पुलिस व राम मन्दिर प्रशासन द्वारा अपने-अपने स्तर से जांच शुरू कर दी गयी है। पुलिस जहां कथित तौर पर नौकरी दिलाने के बदले रिश्वत लेने के आरोपों की जांच कर रही है वहीं श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट ने भी मंदिर में हुई नियुक्तियों की समीक्षा शुरू कर दी है।

सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार, मंदिर में कार्यरत करीब 125 कर्मचारियों की नियुक्ति प्रक्रिया की समीक्षा श्रीराम जन्म भूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट द्वारा की जा रही है। यह देखा जा रहा है कि सभी नियुक्तियां निर्धारित नियमों और प्रक्रिया के अनुरूप हुई थीं या नहीं। यदि किसी नियुक्ति में अनियमितता या सिफारिश के आधार पर भर्ती के प्रमाण मिलते हैं तो संबंधित कर्मचारियों के खिलाफ कार्रवाई की जा सकती है।

❑125 कर्मचारियों की नियुक्तियों की होगी समीक्षा, पुलिस और ट्रस्ट दोनों स्तर पर जांच जारी

बता दें यह कार्रवाई पहले से चल रही राम मंदिर के चढ़ावा संबंधी कथित अनियमितताओं की जांच के बीच सामने आई है। पुलिस आरोपों के विभिन्न पहलुओं की पड़ताल कर रही है, जबकि ट्रस्ट ने मंदिर प्रशासन में पारदर्शिता और जवाबदेही बढ़ाने की दिशा में नियुक्ति प्रक्रिया की समीक्षा शुरू की है। फिलहाल, रिश्वत लेने के आरोपों की जांच जारी है और इस मामले में अभी किसी भी व्यक्ति की दोषसिद्धि नहीं हुई है। जांच पूरी होने के बाद ही आगे की वैधानिक कार्रवाई करने की बात अधिकारियों द्वारा की जा रही है।

जब 'विकास' पहुंचा, तब गांव 'खाली'

◆उत्तराखंड में पहाड़ के गांवों की यही है सबसे बड़ी विडंबना

◆सड़क, बिजली और नेटवर्क तो पहुंचा पर लोग पलायन कर गए

◆सुविधाएं चमक रहीं, लेकिन बूढ़ी आंखों को है अपनों का इंतजार

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। पहाड़ के उस गांव में अब सड़क है। बिजली के खंभे खड़े हैं। मोबाइल नेटवर्क भी आता है। कई घरों तक पानी की पाइपलाइन पहुंच चुकी है। सरकारी योजनाओं के बोर्ड भी चमक रहे हैं। लेकिन इन सबके बीच अगर कुछ नहीं है, तो वह हैकृलोगों की आवाज। पहाड़ के गांव आज इसी विडंबना की कहानी कह रहे हैं, जिन गांवों तक विकास पहुंचाने के लिए वर्षों तक संघर्ष हुआ, आज उन्हीं गांवों में ताले लटके हैं। कहीं बूढ़े मां-बाप अकेले रह गए हैं, तो कहीं पूरा गांव ही वीरान हो चुका है।

कभी पहाड़ की जिंदगी कभी सामूहिक संस्कृति की पहचान हुआ करती थी। सुबह खेतों में हलचल, शाम को चौपालों में बैठकी और त्योहारों में पूरे गांव की रौनक दिखाई देती थी। लेकिन अब गांवों की पगडंडियों पर सन्नाटा पसरा है। स्कूलों में बच्चों की संख्या घट गई है। कई प्राथमिक विद्यालय बंद होने की कगार पर हैं। विकास के नाम पर सड़कें तो बन गईं, लेकिन रोजगार नहीं बन पाया। अस्पताल की इमारत खड़ी हो गई, मगर डॉक्टर नहीं पहुंचे। इंटरनेट आ गया, लेकिन गांव में ऐसा काम नहीं आया जिससे युवा वहीं रह सकें। नतीजा यह हुआ कि पहाड़ की जवानी मैदानों की ओर उतर गई।

आज देहरादून, हल्द्वानी, दिल्ली और चंडीगढ़ जैसे शहरों में उत्तराखंड के युवाओं की लंबी कतार दिखाई देती है। कोई होटल में नौकरी कर रहा है, कोई सिक्योरिटी गार्ड है, तो कोई प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी में संघर्ष कर रहा है। गांव में सिर्फ बुजुर्ग और यादें बची हैं। सबसे दर्दनाक तस्वीर उन घरों की है, जहां कभी चूल्हा जलता था, आज वहां घास उग आई है। कई गांवों में साल में सिर्फ गर्मियों की छुट्टियों के दौरान ही थोड़ी हलचल दिखाई देती है, जब शहरों में बसे लोग अपने पुश्तैनी घरों का ताला खोलने लौटते हैं।

राज्य बनने के समय उम्मीद थी कि अलग उत्तराखंड बनने से पहाड़ों की तस्वीर बदलेगी। कुछ बदलाव हुए भी, लेकिन सबसे बड़ा सवाल वहीं खड़ा रह गयाकृअगर गांवों में लोग ही नहीं बचे, तो विकास आखिर किसके लिए? विशेषज्ञ मानते हैं कि सिर्फ सड़क और भवन बना देना विकास नहीं होता। असली विकास वह है, जो लोगों को अपने गांव में सम्मानजनक जीवन और रोजगार दे सके।

जब तक गांवों में शिक्षा, स्वास्थ्य और रोजगार की मजबूत व्यवस्था नहीं होगी, तब तक पलायन की यह कहानी रुकने वाली नहीं। क्योकि सच यही है कि आज गांवों में विकास तो पहुंचा, मगर गांवों में लोग नहीं बचे हैं।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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