मंगलवार

14 जुलाई 2026

- देहरादून
- वर्ष 34
- अंक 171
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

'ललकार के बाद लापता!'

हमारे संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल आज देहरादून प्रेस क्लब पहुंचे। जहां उन्होंने बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति (बीकेटीसी) के अध्यक्ष हेमंत द्विवेदी पर मामले को दबाने का आरोप लगाया और सार्वजनिक बहस की चुनौती दोहराई। लेकिन द्विवेदी वहां नही पहूंचे जबकि उनके नाम लगी कुर्सी वहां मौजूद रही।

गणेश गोदियाल ने कहा कि चढ़ावा चोरी के मामले में एक व्यक्ति सीसीटीवी फुटेज में नकदी निकालते हुए दिखाई दिया। इसके बावजूद मामले में समय रहते उचित कार्रवाई नहीं की गई। उन्होंने आरोप लगाया कि यदि यह मामला बाहर नहीं आता तो इसे दबा दिया जाता। उन्होंने कहा कि इस पूरे प्रकरण की नैतिक जिम्मेदारी मंदिर समिति अध्यक्ष की बनती है।

गोदियाल ने कहा कि उनका कार्यकाल नौ साल पहले समाप्त हो चुका है, लेकिन अब उन पर आरोप लगाए जा रहे हैं। उन्होंने दावा किया कि जिस कर्मचारी को लेकर सवाल उठाए जा रहे हैं, उसकी नियुक्ति और बाद की जिम्मेदारियां उनके कार्यकाल के बाद की हैं। उन्होंने कहा कि यदि किसी को संदेह है तो पूरे मामले की दोबारा निष्पक्ष जांच कराई जाए। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी पर भी निशाना साधते हुए कहा कि यदि सरकार समय रहते कार्रवाई करती तो मामला इतना नहीं बढ़ता।

उन्होंने आरोप लगाया कि जिम्मेदार लोगों के खिलाफ अब तक कठोर कार्रवाई नहीं की गई है। प्रेस वार्ता के दौरान जब उनसे पूछा गया कि यदि हेमंत द्विवेदी दोबारा सार्वजनिक बहस के लिए बुलाते हैं तो क्या वह जाएंगे, इस पर गोदियाल ने कहा कि वह किसी भी स्थान पर बहस के लिए तैयार हैं। उन्होंने कहा कि यदि उन्हें पहले से सूचना दी जाएगी तो वह निश्चित रूप से पहुंचेंगे और पूरी चर्चा अनुशासन के साथ होगी।

देवभूमि में भाजपा का 'साइलेंट वार'

◆भाजपा ने प्रकोष्ठों को बनाया अपनी 'ग्राउंड फोर्स'
◆हर वर्ग को साधने के लिए प्रकोष्ठों को मिली कमान
◆चुनावी फतह के लिए भाजपा ने रचा नया चक्रव्यूह

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 में लगातार तीसरी बार सत्ता हासिल करने के लक्ष्य के साथ भाजपा ने अब अपने संगठनात्मक ढांचे को धार देना शुरू कर दिया है। राजधानी में आयोजित प्रदेश एवं जिला प्रकोष्ठ कार्यशाला केवल एक नियमित संगठनात्मक बैठक नहीं रही, बल्कि इसे आगामी चुनावी रणनीति को जमीन पर उतारने की तैयारी के रूप में देखा जा रहा है। कार्यशाला में निकाय, स्वयं सहायता समूह, पंचायत, एनजीओ, विधि और गोरखा प्रकोष्ठ के प्रदेश एवं जिला संयोजकों तथा सह-संयोजकों ने भाग लिया। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष की मौजूदगी में विभिन्न प्रकोष्ठों की भूमिका, संगठन के आगामी कार्यक्रमों और चुनावी कार्ययोजना पर विस्तृत मंथन हुआ।

भाजपा की रणनीति अब केवल पारंपरिक राजनीतिक सभाओं तक सीमित नहीं दिख रही। पार्टी उन वर्गों तक भी अपनी पहुंच मजबूत करना चाहती है जो स्थानीय स्तर पर सामाजिक प्रभाव रखते हैं। पंचायत प्रतिनिधि, स्वयं सहायता समूह, अधिवक्ता, सामाजिक संगठन और गोरखा समाज जैसे वर्गों के बीच सक्रिय प्रकोष्ठों को चुनावी तैयारी में महत्वपूर्ण जिम्मेदारी देने के संकेत मिले हैं। भाजपा इस माडल के जरिए बूथ स्तर की संगठनात्मक ताकत को सामाजिक नेटवर्क से जोड़ना चाहती है, ताकि सरकारी योजनाओं, संगठन के संदेश और राजनीतिक अभियान को गांव-गांव तक पहुंचाया जा सके।

राहुल गांधी के प्रस्तावित उत्तराखंड दौरे और कांग्रेस के युवा केंद्रित अभियान के बीच भाजपा की यह कार्यशाला भी राजनीतिक रूप से महत्वपूर्ण मानी जा रही है। माना जा रहा है कि पार्टी विपक्ष के अभियान को केवल बयानबाजी से नहीं, बल्कि संगठन की मजबूती के जरिए जवाब देने की तैयारी कर रही है। भाजपा नेतृत्व लगातार यह संदेश देने की कोशिश कर रहा है कि चुनाव केवल बड़े नेताओं की रैलियों से नहीं, बल्कि मजबूत संगठन और प्रशिक्षित कार्यकर्ताओं के दम पर जीते जाते हैं।

सूत्रों के अनुसार पार्टी आने वाले महीनों में प्रत्येक प्रकोष्ठ को लक्ष्य आधारित जिम्मेदारियां सौंप सकती है। सदस्यता विस्तार, सामाजिक संपर्क, लाभार्थियों तक पहुंच, बूथ सशक्तीकरण और स्थानीय मुद्दों पर संवाद जैसे अभियान प्रकोष्ठों के माध्यम से संचालित किए जा सकते हैं। यानी भाजपा केवल चुनावी प्रचार की तैयारी नहीं कर रही, बल्कि एक ऐसे संगठनात्मक तंत्र को सक्रिय कर रही है जो मतदान तक लगातार मैदान में मौजूद रहे।

दून वैली मेल

संपादकीय

युवाओं की बेचैन आवाज

दिल्ली के जंतर-मंतर पर पर्यावरण कार्यकर्ता और शिक्षाविद सोनम वांगचुक का आमरण अनशन केवल एक और विरोध-प्रदर्शन नहीं है। काकरोच जनता पार्टी के बैनर तले उनका यह धरना देश की प्रतियोगी परीक्षा प्रणाली पर उठते उस गहरे संकट का प्रतीक बन गया है, जिसने लाखों युवाओं के भरोसे को झकझोर दिया है। परीक्षा में धांधली, पेपर लीक और लगातार बिगड़ती विश्वसनीयता अब केवल प्रशासनिक विफलता नहीं, बल्कि सामाजिक विश्वास के टूटने का सवाल बन चुकी है। वांगचुक की मांग साफ हैकृशिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान का इस्तीफा और परीक्षा प्रणाली में ठोस सुधार। यह मांग केवल किसी एक व्यक्ति के खिलाफ नहीं, बल्कि उस पूरी व्यवस्था के खिलाफ है जो बार-बार आश्वासन तो देती है, लेकिन नतीजे के नाम पर युवाओं को निराशा ही देती है। जब मेहनत, अनुशासन और योग्यता की जगह लीक, सिफारिश और अनियमितता हावी होने लगें, तब लोकतंत्र की सबसे बड़ी पूंजी युवाओं का विश्वास कमजोर पड़ने लगता है। जंतर-मंतर का धरना इस बात का संकेत है कि परीक्षा सुधार का मुद्दा अब केवल छात्रों या अभ्यर्थियों तक सीमित नहीं रहा। यह उन परिवारों की चिंता बन चुका है, जो वर्षों की तैयारी, आर्थिक दबाव और मानसिक तनाव के बाद भी सिस्टम की खामियों के कारण बार-बार ठगे जाते हैं। प्रतियोगी परीक्षाएं किसी भी समाज में सामाजिक गतिशीलता का सबसे बड़ा माध्यम होती हैं। यदि वही व्यवस्था संदिग्ध हो जाए, तो प्रतिभा का रास्ता अवरुद्ध हो जाता है। सरकारों की जिम्मेदारी केवल यह कह देने भर से पूरी नहीं होती कि जांच होगी या दोषियों पर कार्रवाई की जाएगी। पेपर लीक और परीक्षा में धांधली की घटनाएं जब बार-बार सामने आती हैं, तो यह सवाल उठना स्वाभाविक है कि आखिर सुधार क्यों नहीं हो पा रहा। क्या तकनीकी सुरक्षा पर्याप्त नहीं? क्या निगरानी तंत्र कमजोर है? क्या जवाबदेही तय करने की इच्छाशक्ति नहीं? इन सवालों के जवाब दिए बिना केवल बयानबाजी से भरोसा वापस नहीं आएगा। सोनम वांगचुक का यह आंदोलन इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि यह किसी एक राज्य, एक परीक्षा या एक भर्ती प्रक्रिया तक सीमित नहीं है। यह उस व्यापक संकट की ओर इशारा करता है, जिसमें शिक्षा व्यवस्था, परीक्षा तंत्र और प्रशासनिक पारदर्शिता एक साथ सवालों के घेरे में हैं। जब देश के अलग-अलग हिस्सों से पेपर लीक, नकल और अनियमितताओं की खबरें आती हैं, तो यह समस्या अपवाद नहीं, बल्कि पैटर्न बन जाती है। यह भी सच है कि किसी भी आंदोलन की सफलता केवल नारों या प्रतीकों से नहीं, बल्कि उसके पीछे मौजूद नैतिक ताकत से तय होती है। वांगचुक का अनशन इस मायने में प्रभावशाली है कि वह शिक्षा, पर्यावरण और सार्वजनिक जीवन में जिम्मेदारी की बात करने वाले एक ऐसे चेहरे से आ रहा है, जिसे गंभीरता से सुना जाता है। लेकिन सरकार के लिए यह परीक्षा केवल राजनीतिक दबाव की नहीं, बल्कि संवेदनशीलता और सुधार की इच्छाशक्ति की भी है। यदि केंद्र सरकार इस आंदोलन को केवल एक प्रतीकात्मक विरोध मानकर टालने की कोशिश करती है तो यह युवाओं के असंतोष को और गहरा कर सकता है। दूसरी ओर यदि वह इसे एक चेतावनी की तरह लेकर परीक्षा प्रणाली में पारदर्शिता, स्वतंत्र निगरानी, कड़ी जवाबदेही और समयबद्ध सुधार की दिशा में ठोस कदम उठाती है, तो यह संकट अवसर में बदल सकता है। जरूरत इस बात की है कि परीक्षा प्रणाली को केवल तकनीकी सुधारों से नहीं, बल्कि संस्थागत ईमानदारी से मजबूत किया जाए। पेपर सेटिंग से लेकर वितरण, निगरानी, मूल्यांकन और परिणाम तक हर स्तर पर ऐसी व्यवस्था बने, जिसमें गड़बड़ी की गुंजाइश न्यूनतम हो। साथ ही दोषियों पर ऐसी कार्रवाई हो जो उदाहरण बने, ताकि भविष्य में कोई भी इस व्यवस्था से खिलवाड़ करने की हिम्मत न कर सके। अंततः सोनम वांगचुक का जंतर-मंतर पर बैठा अनशन केवल एक व्यक्ति की लड़ाई नहीं है। यह उस पीढ़ी की आवाज है, जो अपनी मेहनत का सम्मान चाहती है। सवाल यह नहीं है कि सरकार इस धरने को कैसे देखती है। असली सवाल यह है कि क्या वह इस पुकार को सुनकर परीक्षा व्यवस्था को सचमुच सुधारने का साहस दिखाएगी? यदि नहीं, तो यह अनशन केवल एक विरोध नहीं, बल्कि आने वाले समय की बड़ी चेतावनी साबित होगा।

गोदाम का ताला तोड एसी व इन्वेर्टर चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने गोदाम का ताला तोड वहां से एसी व इन्वेर्टर चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नेताजी मौहल्ला निवासी सुमित काम्बोज ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका तिलक रोड पर गोदाम है। आज जब वह गोदाम पर पहुंचा तो उसने देखा कि उसके गोदाम का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर से एसी की आउटडोर यूनिट व इन्वेर्टर गायब था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

नौकर डेढ लाख रुपये लेकर फरार

देहरादून (सं)। नौकर डेढ लाख रूपये लेकर फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार आईएसबीटी के सामने स्थित होटल के संचालक चंचल गुप्ता ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके यहां काम करने वाला दिल्ली निवासी नरेन्द्र सिंह उसके होटल के आफिस में रखे गल्ले से एक लाख 50 हजार रूपये लेकर फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

कांग्रेस का उत्तराखंड में 'युवा कार्ड'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 की आहट के साथ कांग्रेस ने अपनी चुनावी रणनीति का केंद्र राज्य के युवाओं को बनाना शुरू कर दिया है। लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी का प्रस्तावित देहरादून दौरा और छात्रों की गूंज अभियान इसी रणनीति का हिस्सा माना जा रहा है। पार्टी का मानना है कि उत्तराखंड का युवा आज रोजगार, प्रतियोगी परीक्षाओं की पारदर्शिता, शिक्षा और पलायन जैसे सवालों पर सबसे अधिक चिंतित है। इन्हीं मुद्दों के सहारे कांग्रेस भाजपा सरकार को घेरने की तैयारी में है।

कांग्रेस का आकलन है कि उत्तराखंड की बड़ी आबादी प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से युवाओं के भविष्य से जुड़ी है। सरकारी नौकरियों की सीमित संख्या, प्रतियोगी परीक्षाओं में कथित अनियमितताओं, निजी क्षेत्र में रोजगार के सीमित अवसर और पहाड़ से लगातार हो रहे पलायन ने युवाओं में असंतोष का माहौल बनाया है। राहुल गांधी का अभियान इन्हीं मुद्दों को राजनीतिक विमर्श के केंद्र में लाने का प्रयास माना जा रहा है।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि उत्तराखंड में पहली बार मतदान करने वाले और 35 वर्ष से कम आयु के मतदाताओं की संख्या लगातार बढ़ रही है। कांग्रेस चाहती है कि यह वर्ग केवल जातीय या पारंपरिक राजनीतिक ध्रुवीकरण से नहीं, बल्कि रोजगार और शिक्षा जैसे मुद्दों पर मतदान करे। इसी सोच के तहत राहुल गांधी का संवाद केवल राजनीतिक सभा तक सीमित नहीं रखा जा रहा, बल्कि छात्रों और युवाओं के साथ सीधे संवाद की रणनीति अपनाई जा रही है। पार्टी

◆राहुल गांधी के उत्तराखंड दौरे और छात्रों की गूंज से बिछेगी चुनावी बिसात
◆रोजगार व पलायन के मुद्दे पर भाजपा को घेरने की तैयारी,
◆चुनावी रणनीति के केंद्र में युवा, प्रतियोगी परीक्षाओं और पलायन को मुद्दा बनाएगी कांग्रेस

इसे मुद्दों की राजनीति के रूप में पेश करना चाहती है।

भाजपा इस अभियान को चुनावी राजनीति का हिस्सा बताते हुए दावा कर रही है कि धामी सरकार ने भर्ती प्रक्रियाओं में पारदर्शिता, नकल विरोधी कानून, निवेश और रोजगार सृजन की दिशा में कई कदम उठाए हैं। भाजपा का कहना है कि कांग्रेस युवाओं की भावनाओं का राजनीतिक लाभ लेना चाहती है, जबकि सरकार ठोस नीतियों पर काम कर रही है। यानी आने वाले महीनों में युवाओं का मुद्दा उत्तराखंड की राजनीति का सबसे बड़ा चुनावी विषय बनने की संभावना है।

राहुल गांधी की राजनीति में पिछले कुछ वर्षों से युवाओं, छात्रों और प्रतियोगी परीक्षाओं से जुड़े मुद्दों को लगातार प्रमुखता दी गई है। उत्तराखंड में भी कांग्रेस इसी छवि को मजबूत करना चाहती है। पार्टी का प्रयास है कि वह युवाओं को केवल मतदाता नहीं, बल्कि परिवर्तन के साझेदार के रूप में प्रस्तुत करे। इसके लिए सोशल मीडिया, छात्र संगठनों, युवा कांग्रेस और एनएसयूआई को भी सक्रिय किया जा रहा है ताकि संदेश गांवों और कस्बों तक पहुंचे।

हालांकि केवल मुद्दे उठाना पर्याप्त नहीं होगा। कांग्रेस को यह भी बताना होगा कि यदि वह सत्ता में आती है तो रोजगार, शिक्षा और पलायन जैसे प्रश्नों पर उसकी ठोस कार्ययोजना क्या होगी। युवा वर्ग अब केवल भाषण नहीं, बल्कि स्पष्ट नीति और समयबद्ध समाधान भी चाहता है। उत्तराखंड में वर्षों से चुनाव विकास, सड़क, बिजली और धार्मिक पर्यटन जैसे मुद्दों पर लड़े जाते रहे हैं। लेकिन इस बार संकेत मिल रहे हैं कि बेरोजगारी, प्रतियोगी परीक्षाओं की विश्वसनीयता, स्टार्टअप, कौशल विकास और पलायन जैसे विषय चुनावी बहस के केंद्र में आ सकते हैं। यदि कांग्रेस युवाओं के बीच मजबूत राजनीतिक संवाद स्थापित करने में सफल होती है, तो 2027 के चुनाव में मुकाबला और अधिक रोचक हो सकता है। वहीं भाजपा अपनी योजनाओं और शासन के आधार पर इस चुनौती का जवाब देने की तैयारी में है।

उत्तराखंड की राजनीति में पहली बार युवा केवल भीड़ नहीं, बल्कि चुनावी रणनीति का केंद्र बनते दिखाई दे रहे हैं। राहुल गांधी का फोकस इस बात का संकेत है कि कांग्रेस 2027 की लड़ाई को रोजगार, शिक्षा और युवाओं की आकांक्षाओं के इर्द-गिर्द खड़ा करना चाहती है। दूसरी ओर भाजपा अपने शासन, निवेश और रोजगार संबंधी दावों के सहारे मैदान में उतरेगी। अंततः फैसला इस बात पर होगा कि युवाओं को किस दल की बात अधिक भरोसेमंद और व्यवहारिक लगती है।

'टूरिस्ट' बनाम 'जनसेवक' की जंग

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में विधानसभा चुनाव 2027 की राजनीतिक हलचल के बीच कांग्रेस नेता राहुल गांधी के प्रस्तावित दौरे ने सियासी तापमान बढ़ा दिया है। भाजपा ने राहुल गांधी के दौरे पर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि उत्तराखंड की जनता को टूरिस्ट नेता नहीं, जनसेवक नेता चाहिए। इसके साथ ही सत्तारूढ़ दल ने कांग्रेस पर चुनाव नजदीक आते ही राज्य की याद आने का आरोप लगाया। भाजपा नेताओं का कहना है कि उत्तराखंड की जनता ऐसे नेतृत्व को अच्छी तरह पहचानती है जो चुनाव के समय राज्य में सक्रिय दिखाई देता है और बाद में लंबे समय तक जनता के बीच नजर नहीं आता। पार्टी का दावा है कि राज्य की जनता अब केवल भाषणों और राजनीतिक अभियानों से प्रभावित होने वाली नहीं है, बल्कि वह ऐसे नेतृत्व को महत्व देती है, जो संकट के समय भी लोगों के बीच मौजूद रहे।

भाजपा ने राहुल गांधी के प्रस्तावित युवा संवाद कार्यक्रम पर भी सवाल उठाते हुए कहा कि यदि कांग्रेस वास्तव में युवाओं की चिंता करती है, तो उसे यह भी बताना चाहिए कि वर्षों तक सत्ता में रहने के दौरान युवाओं के लिए कौन से स्थायी समाधान विकसित किए गए। पार्टी का आरोप है कि कांग्रेस का वर्तमान अभियान चुनावी माहौल बनाने की कवायद है। भाजपा नेताओं ने

◆राहुल गांधी के उत्तराखंड दौरे पर भाजपा का तंज, चुनाव आते ही याद आई देवभूमि
◆भाजपा बोली-भाषणों से नहीं,संकट में साथ खड़े रहने वाले से प्रभावित होगी जनता
◆टूरिस्ट नेता नहीं, जनसेवक नेता चाहिए, कांग्रेस ने बताया युवाओं की आवाज सुनने का अभियान

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व का उल्लेख करते हुए कहा कि सरकार रोजगार, निवेश, सड़क, पर्यटन और धार्मिक अवसंरचना जैसे क्षेत्रों में लगातार काम कर रही है। उनका कहना है कि जनता विकास कार्यों के आधार पर निर्णय करेगी, न कि राजनीतिक नारों के आधार पर।

दूसरी ओर कांग्रेस का कहना है कि राहुल गांधी का उत्तराखंड दौरा किसी औपचारिक राजनीतिक सभा तक सीमित नहीं है। पार्टी के अनुसार उनका उद्देश्य छात्रों, युवाओं और विभिन्न सामाजिक वर्गों से संवाद कर उनकी समस्याओं को सुनना है। कांग्रेस का दावा है कि बेरोजगारी, प्रतियोगी परीक्षाओं से जुड़े विवाद, पलायन और शिक्षा जैसे मुद्दे आज उत्तराखंड के युवाओं की सबसे बड़ी चिंताएं हैं और इन्हीं प्रश्नों को राष्ट्रीय स्तर पर उठाने का प्रयास किया जा रहा है। वही भाजपा का टूरिस्ट नेता वाला हमला केवल एक बयान नहीं, बल्कि कांग्रेस की विश्वसनीयता पर सीधा राजनीतिक प्रहार है। वहीं कांग्रेस इस आलोचना का जवाब राहुल गांधी के जनसंवाद और युवा केंद्रित अभियान के माध्यम से देने की कोशिश कर रही है।

उत्तराखंड की राजनीति में यह मुकाबला अब केवल दो नेताओं का नहीं, बल्कि दो अलग-अलग राजनीतिक नैरेटिव का रूप लेता दिखाई दे रहा है। एक ओर भाजपा अपने संगठन, सरकार और निरंतर जनसंपर्क को चुनावी ताकत के रूप में पेश कर रही है, जबकि दूसरी ओर कांग्रेस युवाओं, रोजगार और जनसंवाद को अपने अभियान का केंद्र बना रही है। आने वाले दिनों में राहुल गांधी का दौरा और उस पर जनता की प्रतिक्रिया यह संकेत दे सकती है कि 2027 के विधानसभा चुनाव में उत्तराखंड की राजनीति किन मुद्दों के इर्द-गिर्द घूमेगी। फिलहाल इतना तय है कि चुनावी शंखनाद से पहले ही दोनों दलों ने शब्दों की जंग तेज कर दी है।

प्रमाण पत्र बनवाने में नेटवर्क का रोड़ा

विकासनगर(आरएनएस)। देहरादून जिले की सर्वाधिक दुर्गम तहसील त्यूणी में संचार कंपनियों की नेटवर्क समस्या क्षेत्रवासियों पर भारी पड़ रही है। ऑनलाइन प्रमाण पत्र, फीस जमा करने तथा भूमि संबंधी दस्तावेजों की नकल और खतौनी बनवाने में नेटवर्क की दिक्कत रोड़ा बन रही है। ऐसे में जहां समय पर प्रमाण पत्र नहीं बन पा रहे हैं। वहीं 40 से 50 किमी की दूरी तय कर दूरस्थ ग्रामीण क्षेत्रों से तहसील मुख्यालय आने वाले लोगों के प्रमाण-पत्रों से लेकर बैंकिंग सेवा के कार्यों के लिए कई चक्कर काटने के बाद भी बैरंग लौटना पड़ रहा है। समस्या से परेशान लोगों ने क्षेत्रवासियों ने तहसील प्रशासन से क्षेत्र की संचार व्यवस्था दुरुस्त कराने की मांग की है।तहसील त्यूणी में पचास से अधिक राजस्व ग्राम, तीस से अधिक मजरे, तोक की आबादी की सुविधा के लिए जनवरी 2004 में चकराता से पृथक तहसील त्यूणी का गठन किया गया, जब तक तहसील से लेकर बैंकों और विभिन्न विभागों में मैन्युअल कार्य हुये तब तक कोई समस्या आम जनमानस को नहीं आयी। तब लोगों को निर्धारित समयावधि के भीतर सभी काम हुआ करते थे। लेकिन जब से बैंकिंग सेवा से लेकर तहसील से सबंधित कार्य ऑनलाइन हुए तब से संचार कंपनियों की नेटवर्किंग सेवा खराब रहने के कारण लोगों को तहसील, ब्लॉक सहित विभिन्न विभागों के कई दिनों तक चक्कर काटने पड़ रहे हैं। पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष आदित्य जोशी, पूर्व विश्व विघालय प्रतिनिधि परमेश रावत, गोविन्द शर्मा, विवेक ठाकुर, गौरव आदि का कहना है कि तहसील बनाने का लोगों को फायदा तब ही मिल पायेगा, जब क्षेत्र में संचार कंपनियों की नेटवर्किंग की समस्या का समाधान होगा।

परिवार कल्याण सप्ताह का शुभारंभ

हल्द्वानी(आरएनएस)। विश्व जनसंख्या दिवस पर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. रश्मि पंत के निर्देशानुसार संयुक्त चिकित्सालय रामनगर में परिवार कल्याण सप्ताह का शुभारंभ मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ. तपन शर्मा ने किया। परिवार नियोजन के प्रति जन जागरूकता बढ़ाने और अधिक से अधिक पात्र दंपत्तियों तक परिवार कल्याण सेवाओं का लाभ पहुंचाने का संकल्प लिया गया। डॉ. तपन शर्मा ने कहा कि विश्व जनसंख्या सप्ताह के तहत 11 से 18 जुलाई तक सभी स्वास्थ्य संस्थानों में परिवार कल्याण से संबंधित सेवाएं सुदृढ़ रूप से उपलब्ध कराई जाएंगी। सीएमओ डॉ. पंत ने बताया कि सभी स्वास्थ्य संस्थानों में परिवार नियोजन से संबंधित सामग्री उपलब्ध रहेंगी।प्रशिक्षित स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा पात्र लाभार्थियों को आवश्यक परामर्श एवं सेवाएं प्रदान की जाएंगी। उन्होंने जनपद वासियों से अपील की कि वे महिला नसबंदी, पुरुष नसबंदी एवं परिवार नियोजन के अस्थायी साधनों सहित उपलब्ध आधुनिक गर्भ निरोधक विकल्पों को अपनाकर छोटे, स्वस्थ एवं खुशहाल परिवार के निर्माण में अपनी भागीदारी सुनिश्चित करें। सोमवार को संयुक्त चिकित्सालय रामनगर में विशेष स्वास्थ्य शिविर आयोजित किया जाएगा। शिविर में पात्र दिव्यांग जनों के प्रमाण पत्र बनाए जाएंगे। गैर संचारी रोगों (एनसीडी) के अंतर्गत उच्च रक्तचाप (बीपी), मधुमेह (शुगर), मुख कैंसर (ओरल कैंसर), अन्य कैंसर,टीबी की प्रारंभिक जांच एवं आवश्यक परामर्श नि:शुल्क उपलब्ध कराया जाएगा। आभा आईडी एवं आयुष्मान भारत कार्ड भी बनाए जाएंगे।

छात्रों की गूंज' संवाद के लिए कांग्रेस ने झोंकी ताकत

हल्द्वानी(आरएनएस)। नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के राष्ट्रव्यापी अभियान 'छात्रों की गूंज' के अंतर्गत 17 जुलाई को देहरादून में होने वाले कार्यक्रम के लिए कांग्रेस ने कमर कस ली है। विधायक सुमित हृदयेश की अध्यक्षता में हुई तैयारी बैठक में कार्यक्रम की रूपरेखा, संगठनात्मक तैयारियां, जिम्मेदारियों का निर्धारण, परिवहन व्यवस्था और छात्र-युवाओं की अधिकतम सहभागिता सुनिश्चित करने पर विस्तार से चर्चा की गई। विधायक सुमित हृदयेश ने कहा कि 'छात्रों की गूंज' युवाओं और विद्यार्थियों की आवाज को सुनने और उनके सुझावों को व्यापक स्तर तक पहुंचाने का मंच है। उन्होंने कहा कि शिक्षा, रोजगार, प्रतियोगी परीक्षाएं, नवाचार, उद्यमिता और भविष्य से जुड़े मुद्दों पर युवाओं के विचार जानना इस पहल का प्रमुख उद्देश्य है।उन्होंने स्पष्ट किया कि कार्यक्रम में छात्रों के भविष्य, समस्याओं, सुझावों और अपेक्षाओं पर संवाद होगा। बैठक में 30 वर्ष से कम आयु के छात्र-छात्राओं की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित करने पर विशेष जोर दिया गया। पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं को अपने-अपने क्षेत्रों में जनसंपर्क अभियान चलाकर विद्यार्थियों को कार्यक्रम से जोड़ने की जिम्मेदारी सौंपी गई। साथ ही देहरादून तक पहुंचने के लिए परिवहन व्यवस्था को भी अंतिम रूप देने पर चर्चा हुई। बैठक में महानगर कांग्रेस अध्यक्ष गोविंद सिंह बिष्ट, महिला कांग्रेस अध्यक्ष मधु सांगुड़ी, पूर्व पालिकाध्यक्ष हेमंत बगड़वाल, हरीश मेहता, एनबी गुणवंत, मोहन सिंह बिष्ट, हेम पांडे, जाकिर हुसैन, जगमोहन बगड़वाल, गोविंद बगड़वाल, सुहैल अहमद सिद्दीकी, पुष्पा सम्मल, कमला सनवाल, राजो टंडन, मनु गोस्वामी और लक्ष्मीकांत आदि मौजूद रहे।

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

फास्ट फूड के 'चलन' में 'कल्यौ' की महक गुम

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। आधुनिक जीवनशैली और फास्ट फूड की संस्कृति ने पहाड़ के खान-पान को तेजी से बदल दिया है। ब्रेड, बिस्कुट, नूडल्स और पैकेटबंद खाद्य पदार्थों ने गांवों की रसोई में भी जगह बना ली है। लेकिन एक समय ऐसा था जब पहाड़ के गांवों में दिन की शुरुआत कल्यौ से होती थी। यह केवल सुबह का भोजन नहीं, बल्कि पहाड़ के श्रम, स्वास्थ्य, आत्मीयता और सामुदायिक जीवन का प्रतीक था। गढ़वाल और कुमाऊँ के अनेक क्षेत्रों में सुबह खेत, जंगल या पशुओं के काम पर निकलने से पहले जो भोजन किया जाता था, उसे स्थानीय बोली में कल्यौ भी कहा जाता था। यह भोजन साधारण अवश्य था, लेकिन पौष्टिक, स्थानीय और मौसम के अनुरूप होता था।

◆पहाड़ की रसोई से दूर हुआ पारंपरिक व पौष्टिक भोजन
◆आधुनिकता की भेंट चढ़ता सेहत और आत्मीयता का प्रतीक कल्यौ
◆पहाड़ की आत्मीयता, श्रम व लोक संस्कृति की पहचान थी कल्यौ

पहाड़ की महिलाओं का दिन भोर से पहले शुरू हो जाता था। चूल्हे में लकड़ियां सुलगती थीं, तांबे की केतली में पानी गर्म होता था और सिलबट्टे पर नमक, हरी मिर्च तथा भांग या तिल की चटनी पीसी जाती थी। कल्यौ में अक्सर मंडुवे या गेहूं की रोटी, झंगोरे का दलिया, मक्के की रोटी, पिछली रात की बची रोटी को घी या छाछ के साथ, मौसमी साग, आलू का ठेचुवा, भांग की चटनी, गुड़, घर का मक्खन या छाछ परोसी जाती थी। कई इलाकों में मौसम और उपलब्धता के अनुसार गहत, भट्ट या कुल्थ की दाल भी शामिल होती थी।

पहाड़ का जीवन कठिन था। कई किलोमीटर पैदल चलना, खेतों में काम करना, घास और लकड़ी लाना तथा पशुपालन इन सबके लिए भरपूर ऊर्जा चाहिए होती थी। कल्यौ इसी आवश्यकता को ध्यान में रखकर तैयार होता था। इसमें स्थानीय अनाज, मोटे अनाज, दालें और प्राकृतिक खाद्य पदार्थ शामिल होते थे, जो लंबे समय तक ऊर्जा देते थे। आज जिस मोटे अनाज को स्वास्थ्यवर्धक मानकर दुनिया अपनाने की बात कर रही है, वह पहाड़ के कल्यौ का सदियों से हिस्सा रहा है। यदि सुबह कोई रिश्तेदार, पड़ोसी या राहगीर घर आ जाता, तो उसे बिना कल्यौ कराए जाने देना अशुभ और असभ्य माना जाता था। यह परंपरा बताती है कि पहाड़ में भोजन केवल पेट भरने का साधन नहीं, बल्कि रिश्तों को जोड़ने का माध्यम भी था।

सड़क, बाज़ार और बदलती दिनचर्या के साथ कल्यौ की परंपरा धीरे-धीरे कमजोर पड़ने लगी। नौकरी, स्कूल, शहरों की ओर पलायन और पैकेटबंद खाद्य पदार्थों की बढ़ती उपलब्धता ने स्थानीय सुबह के भोजन की जगह ले ली। आज गांवों में भी कई घरों में सुबह की शुरुआत चाय और बिस्कुट से होती है। नई पीढ़ी के अनेक बच्चों को यह भी पता नहीं कि कल्यौ केवल नाश्ता नहीं, बल्कि एक सांस्कृतिक परंपरा थी। पोषण विशेषज्ञ मोटे अनाज, स्थानीय दालों और पारंपरिक भोजन को स्वास्थ्य के लिए लाभकारी मानते हैं। ऐसे में कल्यौ जैसी परंपरा केवल सांस्कृतिक धरोहर नहीं, बल्कि स्वस्थ जीवनशैली का भी उदाहरण बन सकती है।

आज के समय में यदि होमस्टे, ग्रामीण पर्यटन और स्थानीय भोजन को बढ़ावा देने की योजनाओं में कल्यौ को शामिल किया जाए, तो पर्यटकों को उत्तराखंड की असली स्वाद-परंपरा से परिचित कराया जा सकता है। इससे स्थानीय किसानों, महिला स्वयं सहायता समूहों और पारंपरिक खाद्य संस्कृति को भी नया संबल मिल सकता है। कल्यौ हमें सिखाता है कि भोजन का अर्थ केवल विविध व्यंजन नहीं, बल्कि स्थानीय संसाधनों का सम्मान, श्रम का महत्व और परिवार का साथ भी है। मिट्टी के चूल्हे की आंच, ताजी रोटी की खुशबू, सिलबट्टे की चटनी और पूरे परिवार का एक साथ बैठकर भोजन करना यही पहाड़ की उस जीवनशैली की पहचान थी, जिसमें सादगी ही सबसे बड़ा वैभव थी।

पहाड़ का कल्यौ पेट ही नहीं भरता था, वह दिन भर के श्रम का संबल और रिश्तों की गर्माहट भी साथ लेकर चलता था। आज जब दुनिया लोकल फूड और सुपरफूड की ओर लौट रही है, तब उत्तराखंड का कल्यौ हमें याद दिलाता है कि हमारी अपनी परंपराओं में ही स्वास्थ्य, संस्कृति और आत्मनिर्भरता का गहरा ज्ञान छिपा है। जरूरत केवल उसे पहचानने और अगली पीढ़ी तक पहुंचाने की है।

आवास योजना सर्वे में कई पात्र के नाम छोड़े

चमोली (आरएनएस)। प्रधानमंत्री आवास योजना सर्वे में कई पात्र व्यक्तियों के नाम छोड़ दिए हैं। क्षेत्र के जनप्रतिनिधि ने एसडीएम से पुन: सर्वे कर पात्र व्यक्तियों को सूची में शामिल करने की मांग की। पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष महावीर बिष्ट ने एसडीएम को दिए शिकायत पत्र में कहा कि प्रधानमंत्री आवास योजना सर्वे में कई पात्र व्यक्तियों को छोड़ दिया गया है। उन्होंने एसडीएम से पुन: प्रधानमंत्री आवास योजना का सर्वे कर पात्र व्यक्तियों को भी इस सूची में शामिल करने की मांग की।

पूर्व सीएम बीसी खंडूड़ी को दी श्रद्धांजलि

चमोली(आरएनएस)। विकासखंड सभागार में आयोजित कार्यक्रम में पूर्व सीएम स्व. भुवन चंद्र खंडूड़ी को श्रद्धांजलि अर्पित की गई। इस दौरान जिले भर से यहां पहुंचे भाजपा कार्यकर्ताओं एवं पदाधिकारियों ने स्व. खंडूड़ी के चित्र पर पुष्पांजलि दी। स्व. खंडूड़ी के पुत्र और भाजपा नेता मनीष खंडूड़ी ने कहा कि पिताजी को हमेशा ही प्रदेश और पहाड़ की चिंता रहती थी।

केंद्र में भूतल एवं परिवहन मंत्री रहते हुए सड़कों का नेटवर्क तैयार हुआ। पूर्व विधायक सुरेंद्र सिंह नेगी, प्रदेश सरकार में दायित्वधारी प्रेम सिंह राणा, रामचंद्र गौड़, वरिष्ठ नेता एवं अधिवक्ता हरीश पुजारी, टीका प्रसाद मैखुरी, वीरेंद्र नेगी, धन सिंह नेगी आदि ने भी कई संस्मरण साझा किए। इस दौरान जिला महामंत्री अरुण मैठाणी, पवित्रा बिष्ट, राकेश कुमार डिमरी, राकेश रतूड़ी, जिपंस विक्रम कठैत, नपा अध्यक्ष गणेश शाह, नगर अध्यक्ष बृजेश बिष्ट, व्यापार संघ अध्यक्ष अनिल खंडूड़ी आदि मौजूद रहे।

श्रीदेव सुमन विवि को जल्द नए कुलपति मिलने की उम्मीद

नई टिहरी(आरएनएस)। श्रीदेव सुमन विश्वविद्यालय में स्थायी कुलपति की नियुक्ति की प्रक्रिया अंतिम चरण में पहुंच गई है। लंबे समय से चल रही चयन प्रक्रिया के बाद इस माह के अंत तक विवि को नया स्थायी कुलपति मिलने की उम्मीद है। नए कुलपति की नियुक्ति के साथ ही विवि में शिक्षकों और शिक्षणेत्तर कर्मचारियों की भर्ती प्रक्रिया, आधारभूत सुविधाओं का विकास और लंबित प्रशासनिक कार्यों में तेजी आने की संभावना जताई जा रही है।

श्रीदेव सुमन विवि के कुलपति प्रो. एनके जोशी का तीन साल का कार्यकाल बीते 11 अप्रैल 2026 को पूरा हो गया था। नए कुलपति की नियुक्ति समय पर नहीं हो पाने के कारण राज्यपाल एवं कुलाधिपति लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (सेनि) ने 10 अप्रैल को प्रो.जोशी का कार्यकाल छह माह और नए कुलपति की नियुक्ति होने तक बढ़ा दिया था।

विवि सूत्रों के अनुसार कुलपति चयन के लिए करीब 120 आवेदन प्राप्त हुए थे। सर्च कमेटी ने आवेदन पत्रों का परीक्षण के बाद लगभग 20 नामों का पैनल तैयार किया है। इन दिनों अंतिम चयन की प्रक्रिया चल रही है। इसी माह के अंत तक विवि में नए कुलपति की नियुक्ति होने की संभावना है।श्रीदेव सुमन विश्वविद्यालय से गढ़वाल मंडल के 52 राजकीय महाविद्यालय, करीब 150 निजी और अशासकीय महाविद्यालय संबद्ध हैं। इसके अलावा विवि ऋषिकेश, गोपेश्वर और चंद्रबदनी विवि के तीन अपने कैंपस कॉलेज है।

विवि स्थापना के बाद पहली बार विवि में शिक्षकों के रिक्त पदों पर नियुक्ति की प्रक्रिया भी गतिमान है।विवि मुख्यालय बादशाहीथौल और परिसरों में शिक्षणेत्तर कर्मचारियों के कई पद लंबे समय से रिक्त हैं। नए कुलपति के कार्यभार संभालने के बाद रिक्त पदों पर भर्ती प्रक्रिया आगे बढ़ने की उम्मीद की जा रही है। साथ ही विश्वविद्यालय मुख्यालय बादशाहीथौल में निर्माणाधीन भवनों, संसाधनों के विस्तार और अन्य विकास कार्यों को भी गति मिलने की संभावना है।

पानी आधारित बनाम दूध आधारित टोनर- कौन सा विकल्प है किस तरह की त्वचा के लिए सही ?

टोनर त्वचा की देखभाल का एक जरूरी उत्पाद है, जो चेहरे की सफाई के बाद त्वचा को ताजगी और नमी देने में मदद करता है। बाजार में कई तरह के टोनर मिलते हैं, जिनमें से पानी आधारित और दूध आधारित टोनर सबसे ज्यादा चर्चित हैं। ऐसे में सवाल उठता है कि इन दोनों में से किसका उपयोग किसे करना चाहिए? आइए जानते हैं कि पानी आधारित टोनर और दूध आधारित टोनर में से किसका चयन बेहतर होता है।

पानी आधारित टोनर क्या है और इसका उपयोग कैसे करें?

पानी आधारित टोनर प्राकृतिक तत्वों से बने होते हैं और इनका मुख्य उद्देश्य त्वचा को नमी देना और उसे पोषण देना होता है। ये हल्के होते हैं और जल्दी त्वचा में समा जाते हैं, जिससे त्वचा को ताजगी मिलती है। इनका उपयोग करने का तरीका है कि चेहरे को साफ करने के बाद सूती कपड़े पर थोड़ा-सा टोनर लेकर हल्के हाथों से पूरे चेहरे पर लगाएं। यह त्वचा को साफ करने के साथ-साथ उसे नमी भी प्रदान करता है।

दूध आधारित टोनर क्या है और इसे कैसे उपयोग करें?

दूध आधारित टोनर में दूध के पोषक तत्व होते हैं, जो त्वचा को गहराई से पोषण देते हैं। ये टोनर खासकर सूखी त्वचा वालों के लिए फायदेमंद होते हैं, क्योंकि ये त्वचा को गहराई से नमी देते हैं और मुलायम बनाते हैं। इसका उपयोग करने के लिए एक सूती कपड़े पर थोड़ा-सा टोनर लेकर हल्के हाथों से पूरे चेहरे पर लगाएं। यह त्वचा को नमी देने के साथ-साथ उसे मुलायम भी बनाता है।

किस प्रकार की त्वचा के लिए पानी आधारित टोनर है बेहतर?

पानी आधारित टोनर सभी प्रकार की त्वचा वालों के लिए उपयुक्त होते हैं, लेकिन खासकर तैलीय और मिश्रित त्वचा वालों के लिए ये अधिक फायदेमंद होते हैं। ये टोनर त्वचा के अतिरिक्त तेल को नियंत्रित करते हैं और रोमछिद्रों को छोटा करने में मदद करते हैं। इसके अलावा ये टोनर त्वचा की ताजगी बनाए रखते हैं और इसे नमी देते हैं। अगर आपकी त्वचा तैलीय या मिश्रित है तो पानी आधारित टोनर आपका सही चयन हो सकता है।

किस प्रकार की त्वचा के लिए दूध आधारित टोनर है अच्छा विकल्प?

दूध आधारित टोनर सूखी त्वचा वालों के लिए बेहतरीन होते हैं, क्योंकि इनमें मौजूद दूध के तत्व त्वचा को गहराई से पोषण देते हैं। यह टोनर खासकर सर्दियों में बहुत फायदेमंद होते हैं, जब हवा में नमी कम होती है और त्वचा सूखी हो जाती है। इसे उपयोग करने पर त्वचा मुलायम और नमी युक्त महसूस होती है। अगर आपकी त्वचा सूखी है तो दूध आधारित टोनर आपका सही चयन हो सकता है।

कर्ली बालों की देखभाल के लिए खरीदते हैं प्रोडक्ट्स ? इन बातों का रखें ध्यान

कर्ली बालों की देखभाल के लिए खास ध्यान देने की जरूरत होती है। जब आप कर्ली बालों के लिए प्रोडक्ट्स खरीदते हैं तो आपको कुछ बातों का खास ध्यान रखना चाहिए ताकि आपके बाल स्वस्थ और सुंदर दिखें। सही प्रोडक्ट्स का चयन करने से न केवल आपके बाल मजबूत होते हैं, बल्कि उनकी चमक भी बढ़ती है। आइए जानते हैं कि कर्ली बालों के लिए प्रोडक्ट्स खरीदते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए।

प्राकृतिक चीजों का चयन करें- जब भी आप कर्ली बालों के लिए कोई प्रोडक्ट खरीदें तो उसमें प्राकृतिक चीजें होनी चाहिए। हर्बल और प्राकृतिक सामग्रियां बालों को पोषण देती हैं और उन्हें स्वस्थ रखती हैं। केमिकल्स वाले प्रोडक्ट्स से बचें क्योंकि ये बालों को नुकसान पहुंचा सकते हैं और उनकी चमक को कम कर सकते हैं। प्राकृतिक चीजों वाले प्रोडक्ट्स आपके बालों को नमी प्रदान करते हैं और उन्हें टूटने से बचाते हैं।

नमी बहुत जरूरी है- कर्ली बालों को नमी की बहुत जरूरत होती है। इसलिए ऐसे शैंपू और कंडीशनर चुनें, जो आपके बालों को गहराई से नमी दें। बिना सल्फेट और पैराबेन वाले प्रोडक्ट्स का उपयोग करें ताकि आपके बाल मुलायम और चमकदार रहें। इसके अलावा नमी बनाए रखने के लिए हफ्ते में कम से कम एक बार हेयर मास्क का उपयोग करें। यह आपके बालों को पोषण देगा और उन्हें टूटने से बचाएगा।

हल्के तेलों का करें इस्तेमाल- हल्के तेल जैसे नारियल तेल या जोजोबा तेल आपके कर्ली बालों के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। ये तेल बालों की जड़ों तक पहुंचकर उन्हें मजबूत बनाते हैं और उनकी चमक बढ़ाते हैं। रात को सोने से पहले इन तेलों की मालिश करें और सुबह धो लें। इससे आपके बाल मुलायम और चमकदार रहेंगे। इसके अलावा इन तेलों का नियमित उपयोग बालों की जड़ों को पोषण देता है और उन्हें टूटने से बचाता है।

सुलझाने के लिए सही ब्रश का उपयोग- कर्ली बालों को सुलझाने के लिए सही ब्रश का चयन करना बहुत जरूरी है। डिटैंगलिंग ब्रश या वाइड टूथ कॉम्ब आपके बालों को बिना टूटे सुलझा सकता है। गीले बालों पर हल्के हाथों से उपयोग करें ताकि बाल कमजोर न हों। इसके अलावा बालों को सुलझाने से पहले थोड़ा सा कंडीशनर लगाएं, इससे बाल आसानी से सुलझेंगे और उनकी चमक भी बढ़ेगी। नियमित उपयोग से आपके बाल मुलायम और स्वस्थ रहेंगे।

गर्मी से बचाव करें- गर्मी आपके कर्ली बालों के लिए सबसे बड़ा दुश्मन होती है। हेयर ड्रायर या स्ट्रेटनर का उपयोग करने से बचें क्योंकि ये आपके बालों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। अगर आपको बालों को सेट करना है तो पहले हीट प्रोटेक्टेंट स्प्रे लगाएं ताकि बाल सुरक्षित रहें। इसके अलावा गर्मी वाले उपकरणों का उपयोग कम से कम करें और प्राकृतिक तरीकों से अपने बालों को सुखाने की कोशिश करें। इससे आपके बाल स्वस्थ रहेंगे और उनकी चमक भी बढ़ेगी।

गुस्से को नहीं कर पा रहे काबू, करें इन योगासनों का अभ्यास

क्या आप जानते हैं कि हमेशा गुस्से में रहने से आपकी सेहत पर इसका बुरा असर पड़ सकता है। गुस्सा करने वाले लोगों को सिर दर्द, डायबिटीज, ब्लड प्रेशर जैसी बीमारियों का ख़तरा बढ़ जाता है। ऐसे में गुस्से को काबू करने से आप खुद को इन बीमारियों से सुरक्षित रख सकते हैं। गुस्सा कंट्रोल करने का एक अच्छा और कारगर तरीका है । आप कुछ विशेष योगासनों का अभ्यास कर सकते हैं जो मन को शांत करने, मूड को बेहतर बनाने और गुस्से को कम करने का काम करते हैं।

गुस्सा हर किसी को आता है, और लोग इसका प्रदर्शन भी करते हैं। लेकिन, कुछ लोगों कों बहुत अधिक गुस्सा आता है। ऐसे लोग ज़्यादातर समय गुस्से में ही रहते हैं और गुस्सा उनके स्वभाव का हिस्सा बन जाता है।

गुस्सा आने के कई कारण हैं। दफ्तर में काम का बोझ, टारगट पूरा करने की चिंता, बॉस का गुस्सा, तो वहीं घर की आर्थिक ज़रूरतें पूरी ना कर पाने की हताशा, बच्चों और बूढ़े माता-पिता की देखभाल सही से न कर पाने का अफसोस जैसी भावनाएं भी गुस्सा बढ़ाती हैं। इसके अलावा रोज़मर्रा के कामों में ट्रैफिक, रिक्शा वाले से छुट्टे के लिए किच किच और नींद की कमी जैसे कारणों से भी गुस्सा बढ़ता है।

लेकिन, क्या आप जानते हैं कि पइस तरह हमेशा गुस्से में रहने से आपकी सेहत पर इसका बुरा असर पड़ सकता है। गुस्सा करने वाले लोगों को सिर दर्द, डायबिटीज, ब्लड प्रेशर जैसी बीमारियों का ख़तरा बढ़ जाता है। ऐसे में गुस्से को काबू करने से आप खुद को इन बीमारियों से सुरक्षित रख सकते हैं। गुस्सा कंट्रोल करने का एक अच्छा और कारगर तरीका है । आप कुछ विशेष योगासनों का अभ्यास कर सकते हैं जो मन को शांत करने, मूड को बेहतर बनाने और गुस्से को कम करने का काम करते हैं।

चक्रासन

यह योगासम हार्मोन्स इम्बैलेंस को व्यवस्थित करने के साथ आपको भावनात्मक स्तर पर मज़बूत भी बनाता है। यहां पढ़ें चक्रासन करने का तरीका।

*चक्रासन करने के लिए पीठ के बल लेट जाएं। घुटने मोड़ें और एड़ियों को नितंबों से स्पर्श कराते हुए पैरों को 10-12 इंच की दूरी पर रखें।

*बांह उठाएं और कोहनियां मोड़ लें।

*हथेलियों को कंधों के ऊपर सिर के निकट जमीन पर रख लें। सांस लें और धीरे-धीरे धड़ को उठाते हुए पीठ को मोड़ें।

*धीरे से सिर को लटकता छोड़ दें एवं बांहों तथा पांवों को यथासंभव तान लें।

*धीरे-धीरे सांस लें और धीरे-धीरे सांस छोड़ें। जब तक संभव हो सके इस मुद्रा को बनाए रखें।

*इसके बाद शरीर को इस तरह नीचे करते हुए आरंभिक अवस्था में लौटें कि सिर जमीन पर ही टिका रहे।

*शरीर के शेष भाग को नीचे लाएं। अब अपनी सुविधा के अनुसार, इसे दोहराएं।

मत्स्यासन

इस योगासन का रोज़ाना अभ्यास करने से शरीर दर्द और कमर दर्द से तो राहत मिलती ही है। साथ ही यह गुस्से को काबू करने में भी मदद करता है।

ये है मत्स्यासन के अभ्यास का तरीका

*मस्त्यासन करने के लिए ज़मीन पर पीठ के बल लेटें। पैरों को सीधा रखें और एक-दूसरे से जोड़ दें।

*अब, अपनी हथेलियों को शरीर से टिकाएं और हिप्स के नीचे ले जाते हुए वहां रख दें।

*ध्यान रखें, आपकी दोनों हथेलियां ज़मीन पर होनी चाहिए

*अब अपनी कोहनियों को कमर के पास ले आएं

*अपने पैरों को मोड़ते हुए पालथी की मुद्रा में आएं

*अपनी जांघें और घुटने ज़मीन पर सीधे और टिकाकर रखें

*सांस अंदर लेते हुए चेस्ट को ऊपर उठाने का प्रयास करें।

*अपना सिर भी ऊपर उठाएं। लेकिन, इसके साथ ही सिर का ऊपरी हिस्सा फर्श पर टिकाए रखें।

*अपनी सुविधा के अनुसार इस मुद्रा में बने रहें। फिर, पूर्व मुद्रा में आकर इसे दोहराएं।

इसके अलावा पद्मासन, बालासन और अधो मुखोसन और सुखासन का अभ्यास भी कर सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य -088

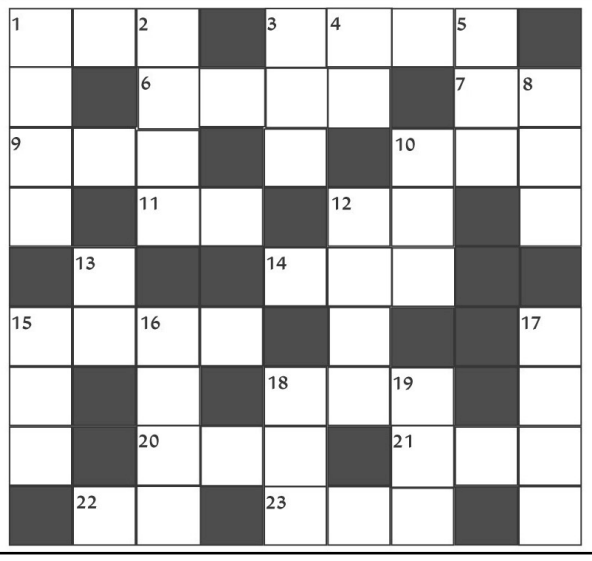
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे

1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 87 का हल

ज	ल		आ	वा	जा	ही		
मा		खू	ब		दू	र	स्थ	
ना	दा	न		सा	ग		ल	क्ष्य
	न	ख		त	र	ल		
	वी	रा	न			च	ट	क
	र	ब		आ	ज	क	ल	
			आ	ग		दा	ना	
	अ	ग	र	म	ग	र		क्रो
भा	भी		ती	न			व	ध

मेडिटेशन के दौरान न करें ये गलतियां, लाभ नहीं मिल सकता

मेडिटेशन एक ऐसी प्रक्रिया है, जो हमें मानसिक शांति और आंतरिक शांति प्रदान करती है। हालांकि, कई लोग मेडिटेशन करते समय कुछ ऐसी गलतियां कर बैठते हैं, जिनसे उन्हें पूरा लाभ नहीं मिल पाता। इस लेख में हम आपको कुछ ऐसी सामान्य गलतियों के बारे में बताएंगे, जिन्हें मेडिटेशन करते समय करने से बचना चाहिए ताकि आप अपने मेडिटेशन सत्रों का पूरा लाभ उठा सकें और मानसिक शांति प्राप्त कर सकें।

सही जगह का चयन न करना- मेडिटेशन करते समय सही जगह का चयन करना बहुत जरूरी है। ऐसी जगह चुनें जहां शांति हो और कोई बाहरी शोर-गुल न हो। अगर आप किसी व्यस्त जगह पर मेडिटेशन करेंगे तो आपका ध्यान भंग होगा। इसके अलावा ऐसी जगह चुनें जहां आपको आरामदायक महसूस हो और आपको कोई परेशानी न हो। सही माहौल में मेडिटेशन करने से आपकी मानसिक शांति बढ़ेगी और आप अधिक प्रभावी ढंग से मेडिटेशन कर पाएंगे।

समय का ध्यान न रखना- मेडिटेशन करते समय समय का ध्यान रखना भी जरूरी है। अगर आप जल्दी में हैं या समय की कमी महसूस कर रहे हैं तो आपका ध्यान भंग होगा और आप पूरी तरह से ध्यान में नहीं लग पाएंगे। इसलिए एक निश्चित समय तय करें और उसी दौरान मेडिटेशन करें ताकि आप पूरी तरह से इस प्रक्रिया में शामिल हो सकें। इससे आपका मानसिक शांति और आंतरिक शांति प्राप्त करने का अनुभव बेहतर होगा।

सही मुद्रा न अपनाना- मेडिटेशन करते समय सही तरह से बैठना बहुत जरूरी है। अगर आपकी मुद्रा सही नहीं होगी तो इससे आपकी पीठ में दर्द हो सकता है या शरीर में अकड़न आ सकती है, जिससे आपका ध्यान भंग होगा। इसलिए मेडिटेशन करते समय बैठने की सही मुद्रा अपनाएं और सुनिश्चित करें कि आपका शरीर आरामदायक स्थिति में हो ताकि मानसिक शांति प्राप्त कर सकें। सही मुद्रा से आपका मेडिटेशन अधिक प्रभावी ढंग से होगा।

सांसों पर ध्यान न देना- मेडिटेशन करते समय सांसों पर ध्यान देना बहुत अहम होता है। अगर आप अपनी सांसों की गति पर ध्यान नहीं देंगे तो आपका मन भटक सकता है। इसलिए मेडिटेशन करते समय अपनी सांसों की गहराई और नियमितता पर ध्यान दें ताकि आपका मन स्थिर रहे और आप मानसिक शांति प्राप्त कर सकें। इससे आपकी ध्यान प्रक्रिया अधिक प्रभावी होगी और आप बेहतर अनुभव कर सकेंगे।

मोबाइल फोन का उपयोग करना- आजकल मोबाइल फोन हमारे जीवन का अहम हिस्सा बन गया है, लेकिन मेडिटेशन करते समय इसका उपयोग करना सही नहीं है। मोबाइल फोन से आने वाली कॉल्स या संदेशों से आपका ध्यान भंग होगा। इसलिए मेडिटेशन करते समय मोबाइल फोन को दूर रखें या इसे साइलेंट मोड पर रख दें ताकि आपका ध्यान स्थिर रहे और आप मानसिक शांति प्राप्त कर सकें।

मेकअप के लिए जरूरी हैं ये टूल्स, हर महिला की किट में होने चाहिए शामिल

मेकअप करने के लिए सिर्फ सही सामान का होना ही काफी नहीं है, बल्कि उन्हें सही तरीके से लगाने के लिए सही टूल्स का होना भी जरूरी है, खासकर अगर आप मेकअप के लिए नए हैं तो आपको यह समझना होगा कि कौन सा टूल कब और कैसे इस्तेमाल किया जाता है। आइए आज हम आपको 5 ऐसे मेकअप टूल्स के बारे में बताते हैं, जो हर महिला के पास होने चाहिए।

मेकअप ब्रश सेट- मेकअप ब्रश सेट आपके चेहरे पर सामान को सही तरीके से लगाने में मदद करता है। इसमें फाउंडेशन, गालों पर रंग, आंखों के लिए शेड और होंठों के लिए अलग-अलग ब्रश होते हैं, जिनका इस्तेमाल करके आप अपने मेकअप को बेहतरीन बना सकते हैं। सही ब्रश का चयन और उपयोग आपके लुक को निखारने में अहम भूमिका निभाता है। अच्छे मेकअप ब्रश सेट से आप आसानी से और प्रभावी ढंग से मेकअप कर सकते हैं।

ब्लेंडर- ब्लेंडर एक ऐसा टूल है, जो फाउंडेशन और कंसीलर को चेहरे पर समान रूप से फैलाने में मदद करता है। इससे आपका मेकअप न केवल प्राकृतिक दिखता है बल्कि लंबे समय तक टिकता भी है। ब्लेंडर का सही उपयोग करने से आपका चेहरा तरोताजा और निखरा हुआ लगेगा। इसे गीला करके इस्तेमाल करने से यह त्वचा में बेहतर समाहित होता है और एक स्मूद फिनिश देता है, जिससे आपका लुक और भी आकर्षक बनता है।

आईलैश कर्लर- आईलैश कर्लर आपकी पलकों को घुमावदार बनाने के लिए इस्तेमाल होता है। इससे आपकी आंखें बड़ी और आकर्षक दिखती हैं। इसे इस्तेमाल करना बहुत आसान है, बस इसे अपनी पलक पर हल्के हाथों से दबाएं और झपकाएं। आईलैश कर्लर का सही उपयोग करने से आपकी आंखें खुली और जागती हुई दिखती हैं, जिससे आपका पूरा लुक और भी खास बनता है। यह टूल आपके मेकअप रूटीन का एक अहम हिस्सा हो सकता है।

आईब्रो पेंसिल- आईब्रो पेंसिल का उपयोग करके आप अपनी भौहों को आकार दे सकते हैं और उन्हें भर सकते हैं। सही आईब्रो आकार आपके चेहरे को फ्रेम करता है और आपकी आंखों को और भी आकर्षक बनाता है। आईब्रो पेंसिल का चयन करते समय ध्यान रखें कि वह आपकी बालों के रंग से मेल खाती हो ताकि आपका लुक प्राकृतिक लगे। इसे हल्के हाथों से लगाएं और जरूरत पड़ने पर ब्रश की मदद से नरम करें।

सिकुड़ती बाहरी दुनिया और बदलती सामाजिक व्यवस्था

देवेंद्र कुमार बुडाकोटी

छोटे बच्चों और किशोरों के माता-पिता आजकल मोबाइल फोन के अत्यधिक उपयोग को लेकर विशेष रूप से चिंतित हैं। आज की पीढ़ी के बच्चे मानो चौबीसों घंटे मोबाइल फोन से चिपके रहते हैं।

एक दिन मैंने किशोर पद्हानी से पूछा कि वह हर समय मोबाइल फोन में ही क्यों व्यस्त रहता है। उसने पलटकर सहजता से कहा, तो फिर मैं क्या करूँ?

उसका यह उत्तर मुझे सोचने पर मजबूर कर गया। जब मैंने इस विषय पर गंभीरता से विचार किया, तो महसूस हुआ कि केवल बच्चे ही नहीं, बल्कि बड़े-बूढ़े भी आज मोबाइल फोन के प्रति उतने ही आसक्त हो चुके हैं। फिर आखिर नई पीढ़ी के बच्चों और किशोरों के मोबाइल उपयोग को लेकर ही इतनी चिंता क्यों व्यक्त की जाती है?

यदि मोबाइल फोन का यह अत्यधिक उपयोग वास्तव में अनुचित है, तो क्या हमारे पास इसका कोई व्यवहारिक समाधान भी है?

देहरादून की शिक्षाविद् सुश्री सोनाली वर्मा का मानना है कि, मोबाइल फोन का बढ़ता हुआ अत्यधिक उपयोग परिवारों के लिए गंभीर चिंता का विषय बन गया है। मेरी दृष्टि में इस समस्या का समाधान केवल प्रतिबंध लगाने से नहीं हो सकता। इसके लिए जागरूक प्रयासों की आवश्यकता है और सबसे महत्वपूर्ण है कि माता-पिता स्वयं उदाहरण प्रस्तुत करें। यही सिद्धांत मैं अपने जीवन और अपने बच्चों के साथ अपनाने का प्रयास करती हूँ। अपने विद्यालय के अभिभावकों तक भी यह संदेश पहुँचाना मेरे लिए सबसे चुनौतीपूर्ण विषयों में से एक है।

वे आगे कहती हैं कि बच्चे उपदेशों से अधिक अपने माता-पिता के व्यवहार से सीखते हैं। यदि माता-पिता स्वयं हर समय मोबाइल फोन में व्यस्त रहेंगे, तो वे अपने बच्चों से स्वस्थ डिजिटल आदतों की अपेक्षा नहीं कर सकते। आत्म-अनुशासन की शुरुआत बड़ों से होती है। उन्हें भोजन के समय, पारिवारिक बातचीत और साथ बिताए जाने वाले समय में मोबाइल फोन को अलग रखना चाहिए तथा बच्चों को पूरा समय और ध्यान देना चाहिए। हालांकि, यह भी सच है कि व्यक्ति केवल अपने व्यवहार पर ही नियंत्रण रख सकता है।

उत्तराखंड के एक सरकारी महाविद्यालय में सहायक प्राध्यापक डॉ. परितोष उप्रेती का कहना है, बच्चे ही नहीं, बल्कि वयस्क भी मोबाइल फोन पर अधिक समय बिताने के कई कारण हैं। मोबाइल फोन इस तरह बनाए गए हैं कि वे लगातार आकर्षित करते रहें। अंतहीन वीडियो, खेल और लगातार आने वाली सूचनाएँ लोगों को उनमें व्यस्त बनाए रखती हैं। वे बताते हैं कि आज वास्तविक दुनिया की अनेक गतिविधियाँ पहले की तुलना में कम सुलभ हो गई हैं। सुरक्षित खुले मैदानों की संख्या घट रही है, माता-पिता अधिक व्यस्त रहते हैं और मित्रों के साथ समय बिताने के अवसर भी कम हो गए हैं।

उनके अनुसार, वयस्क स्वयं भी वही व्यवहार करते हैं। यदि माता-पिता लगातार मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं, तो बच्चों के लिए यह स्वाभाविक व्यवहार बन जाता है।

इसलिए जब कोई बच्चा पूछता है, मैं इसके बजाय क्या करूँ?, तो सबसे ईमानदार उत्तर यही होगा-आओ, हम साथ मिलकर कुछ सार्थक करें। बच्चे केवल यह कह देने से स्क्रीन नहीं छोड़ते कि उन्हें ऐसा करना चाहिए, बल्कि तब छोड़ते हैं जब उन्हें उससे अधिक रोचक और सार्थक विकल्प मिलता है।

इस दृष्टि से मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग केवल बच्चों की समस्या नहीं, बल्कि पूरे समाज की समस्या है। इसका समाधान नई पीढ़ी को दोष देने में नहीं, बल्कि अपनी जीवनशैली और सामाजिक वातावरण को बदलने में निहित है।

श्री तुलाराम शर्मा का भी मानना है कि सबसे पहले माता-पिता को स्वयं मोबाइल फोन से दूरी बनानी चाहिए और जहाँ तक संभव हो, अपने बच्चों के साथ अधिक समय बिताना चाहिए।

वास्तव में घर और मोहल्ले के बाहर उपलब्ध भौतिक तथा सामाजिक स्थानों के लगातार सिकुड़ने से आभासी दुनिया के विस्तार को बढ़ावा मिला है। पहले बुजुर्ग और बच्चे अपना खाली समय खुले मैदानों में दौड़ने, खेलने, विद्यालय के मैदानों तथा आसपास के खुले स्थानों पर मित्रों से मिलने, बातचीत करने और सामाजिक मेलजोल में बिताते थे। आज की पीढ़ी ने इन गतिविधियों का स्थान ऑनलाइन खेलों, मोबाइल एप्लिकेशन और विभिन्न डिजिटल मंचों के माध्यम से होने वाली बातचीत से भर दिया है।

ऑनलाइन शिक्षा, विपणन, खरीदारी, व्यापार, मनोरंजन और डिजिटल सामाजिक संपर्क का तेजी से बढ़ता दायरा यह संकेत देता है कि भविष्य में सामुदायिक जीवन और प्रत्यक्ष सामाजिक संबंध इतिहास की बात बन सकते हैं। मल्टीमीडिया और दूरसंचार तकनीक के विकास के कारण आज बुजुर्ग भी मोबाइल फोन और इंटरनेट के उपयोग के आदी होते जा रहे हैं। आने वाले वर्षों में सूचना प्रौद्योगिकी तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) का बढ़ता प्रभाव हमारे भौतिक और सामाजिक संसार को और अधिक सीमित कर सकता है।

क्या भविष्य की ये तकनीकें हमारी सोचने-समझने की क्षमता को भी प्रभावित करेंगी? क्या इनके कारण परिवार, रिश्तेदारी और सामाजिक संरचना में व्यापक परिवर्तन आएगा? क्या हम आने वाले सामाजिक बदलावों के प्रति सचमुच चिंतित हैं, या फिर हम केवल फ्यूचर शॉक (भविष्य के तीव्र परिवर्तनों से उत्पन्न मानसिक असहजता) से भयभीत हैं?

(लेखक समाजशास्त्री हैं, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय (जेएनयू) के पूर्व छात्र हैं तथा उनके शोध का उल्लेख नोबेल पुरस्कार विजेता अर्थशास्त्री प्रो. अमर्त्य सेन की पुस्तकों में किया गया है।)

16 से 31 जुलाई तक चलेगा पौधरोपण पखवाड़ा

नैनीताल(आरएनएस)। भाजपा शिक्षक प्रकोष्ठ ने हरेला पर्व के अवसर पर प्रदेशभर में पौधरोपण अभियान चलाने का आह्वान किया है। इसके तहत पौधरोपण पखवाड़ा 16 से 31 जुलाई तक राज्य के सभी विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों एवं शैक्षणिक संस्थानों में चलाया जाएगा। उत्तराखंड भाजपा शिक्षक प्रकोष्ठ के प्रदेश सह संयोजक कमल के पांडेय ने बताया कि अभियान का मुख्य उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण के साथ शिक्षकों, विद्यार्थियों और समाज में प्रकृति के प्रति उत्तरदायित्व की भावना को मजबूत करना है। शिक्षक प्रकोष्ठ का जोर हरेला को जनभागीदारी के माध्यम से व्यापक पर्यावरणीय जनआंदोलन का रूप देने पर है।

अभिभावकों ने बच्चों को स्कूल न भेजने का किया ऐलान

नैनीताल (आरएनएस)। राजकीय प्राथमिक विद्यालय पाटा-खपराड़ के जर्जर भवन की मरम्मत और नए निर्माण की मांग को लेकर सतबुंगा में ग्रामीणों का धरना प्रदर्शन तीसरे दिन भी जारी रहा। जहां यूकेडी नेता समेत तीन लोग भूख हड़ताल पर डटे हुए हैं। आंदोलनकारियों को मनाने पहुंचे प्रभारी मुख्य शिक्षक अधिकारी रणजीत सिंह नेगी की वार्ता बेनतीजा रही। इसके बाद अभिभावकों ने बच्चों की सुरक्षा का हवाला देते हुए उन्हें स्कूल न भेजने का फैसला लिया है।

बीते शुक्रवार से सतबुंगा में विद्यालय भवन की मांग को लेकर ग्रामीणों का आंदोलन शुरू हुआ था। यूकेडी प्रदेश संगठन मंत्री चन्दन सिंह लोधियाल, कमल गौड़ और दीपक गौड़ भूख हड़ताल पर डटे हैं।प्रभारी मुख्य शिक्षा अधिकारी सतबुंगा के पाटा स्थित विद्यालय पहुंचे और धरने में बैठे लोगों वार्ता कर समस्या के समाधान की कोशिश की। लेकिन ग्रामीण अपनी मांगों पर डटे रहे। इसके बाद अभिभावकों ने बच्चों को स्कूल नहीं भेजने का ऐलान कर दिया। कहा कि खस्ताहाल और जर्जर स्कूल भवन में बरसात में हादसे डर है। बच्चों की सुरक्षा को लेकर ग्रामीणों ने चिंता जताई। इस पर प्रभारी मुख्य शिक्षक अधिकारी नेगी ने कहा कि विभाग के नियमों के तहत, जब तक नया भवन न बन जाए या मरम्मत न हो जाए बच्चों की पढ़ाई के लिए बैठने की वैकल्पिक व्यवस्था कर सुरक्षित स्थान पर स्थानांतरित करना चाहिए। जिस पर ग्रामीणों ने असहमति जताई।

हरिद्वारः जिलाधिकारी की अध्यक्षता में आयोजित हुआ जन सुनवाई कार्यक्रम

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। आम जन की समस्याओं का त्वरित निराकरण करने के उद्देश्य से जिलाधिकारी मयूर दीक्षित की अध्यक्षता में आज जिला कार्यालय सभागार में जन सुनवाई कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें विभिन्न विभागों से संबंधित 100 शिकायते दर्ज कराई गई,जिसमें से 55 समस्याओं का मौके पर निराकरण किया गया शेष समस्याओं को निस्तारण हेतु संबंधित विभागों को प्रेषित किया गया। जनसुनवाई कार्यक्रम में राजस्व, भूमि विवाद,विद्युत, अतिक्रमण,जल भराव, पेयजल,राशन कार्ड आदि से संबंधित समस्या दर्ज कराई गई।

जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित करते हुए कहा कि जनसुनवाई में जनता द्वारा जो भी समस्याएं दर्ज कराई जा रही है उन समस्याओं को त्वरित एवं समयबद्धता के साथ निराकरण करना सुनिश्चित करे, इसमें किसी भी प्रकार की कोई लापरवाही एवं शिथिलता नहीं बरती जानी चाहिए, शिथिलता बरती जाने पर संबंधित अधिकारियों के विरुद्ध आवश्यक करवाई सुनिश्चित की जाएगी।उन्होंने यह भी निर्देश दिए है कि जिन शिकायतों पर स्थलीय निरीक्षण किया जाना है संबंधित अधिकारी आपसी समन्वय के साथ स्थलीय निरीक्षण कर समस्या का समाधान करना सुनाश्चित करे। जिलाधिकारी ने सभी अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए है कि जनसुनवाई कार्यक्रम में क्षेत्रवासियों द्वारा जो भी समस्या दर्ज कराई जा रही है, उनका संबंधित अधिकारी शीर्ष प्राथमिकता एवं संवेदनशीलता के साथ निस्तारण करना सुनाश्चित करे। बैठक में सीएम हेल्पलाइन में दर्ज समस्याओं की समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए है कि सीएम हेल्प लाइन में जो भी शिकायते दर्ज की जा रही है, उनको सभी अधिकारी संवेदनशीलता के साथ निरंकरण करें।

सू- दोकू क्र.088

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

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.87 का हल

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

चुनावी फतह के लिए 'माइक्रो-मैनेजमेंट'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की चुनावी राजनीति का इतिहास बताता है कि अनेक विधानसभा सीटों पर जीत-हार का अंतर कुछ सौ से लेकर कुछ हजार वोटों के भीतर रहा है। ऐसे में प्रत्येक बूथ का प्रदर्शन निर्णायक बन जाता है। भाजपा का मानना है कि यदि प्रत्येक बूथ पर संगठन सक्रिय रहेगा, मतदाताओं से नियमित संवाद होगा और मतदान प्रतिशत बढ़ाया जा सकेगा तो चुनावी परिणामों पर सकारात्मक असर पड़ सकता है। इसी सोच के तहत बूथ समितियों की सक्रियता, पन्ना प्रमुखों की भूमिका और स्थानीय कार्यकर्ताओं के नेटवर्क को मजबूत करने की कवायद तेज हुई है।

इस बार भाजपा की रणनीति का एक अहम हिस्सा मतदाता सूची का सूक्ष्म परीक्षण भी है। पार्टी कार्यकर्ताओं को निर्देश दिए जा रहे हैं कि वह अपने-अपने क्षेत्रों की मतदाता सूची का अध्ययन करें और यह सुनिश्चित करें कि पात्र मतदाताओं के नाम सूची में दर्ज हों तथा किसी प्रकार की त्रुटि होने पर समय रहते संबंधित निर्वाचन प्रक्रिया के माध्यम से उसका समाधान कराया जाए। सटीक मतदाता सूची चुनावी प्रबंधन का महत्वपूर्ण आधार होती है। नए मतदाताओं तक पहुंच, स्थानांतरण के कारण हुए बदलाव और स्थानीय स्तर पर मतदाता जागरूकता अभियान भी इसी रणनीति का हिस्सा माने जा रहे हैं।

भाजपा संगठन उन परिवारों तक भी पहुंच बढ़ाने की योजना पर काम कर रहा है, जिन्हें विभिन्न सरकारी योजनाओं का लाभ मिला है। इसके साथ ही पहली बार मतदान करने वाले युवाओं पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। युवाओं से संवाद, डिजिटल माध्यमों का उपयोग, कालेज स्तर पर संपर्क और सोशल मीडिया के जरिए पार्टी की पहुंच बढ़ाने की रणनीति पर भी जोर है। पार्टी का आकलन है कि पहली बार

●उत्तराखंड में भाजपा का पन्ना प्रमुख और बूथ समितियों पर बढ़ा भरोसा
●चुनावी मुकाबलों को जीतने के लिए भाजपा ने तैयार किया नया फार्मूला
●जीत का अंतर पाटने के लिए जमीनी नेटवर्क मजबूती में जुटी भाजपा

मतदान करने वाले मतदाता कई सीटों पर निर्णायक भूमिका निभा सकते हैं। भाजपा की कोशिश है कि सरकार की योजनाओं और संगठन की गतिविधियों के बीच बेहतर तालमेल दिखाई दे। विकास कार्यों, आधारभूत संरचना, पर्यटन, सड़क, स्वास्थ्य, महिला सशक्तीकरण और सामाजिक कल्याण योजनाओं की जानकारी घर-घर तक पहुंचाने में संगठन की भूमिका बढ़ाई जा रही है।

राजनीतिक दृष्टि से इसका उद्देश्य केवल उपलब्धियां गिनाना नहीं, बल्कि मतदाताओं के साथ नियमित संवाद बनाए रखना भी है। पार्टी के लिए केवल प्रचार पर्याप्त नहीं माना जा रहा। संगठन स्थानीय स्तर पर जनता की अपेक्षाओं, कार्यकर्ताओं की सक्रियता और क्षेत्रीय मुद्दों का फीडबैक भी जुटा रहा है। इसका उद्देश्य यह समझना है कि किन क्षेत्रों में संगठन को और मजबूत करने की जरूरत है तथा किन मुद्दों पर जनता अधिक संवेदनशील है। यह फीडबैक भविष्य की चुनावी रणनीति और संगठनात्मक निर्णयों में उपयोगी माना जा रहा है।

हालांकि भाजपा की चुनावी तैयारी व्यवस्थित दिखाई देती है, लेकिन चुनौतियां भी कम नहीं हैं। लगातार दो कार्यकाल के बाद सत्ता विरोधी माहौल की संभावनाएं, स्थानीय मुद्दे, टिकट की दावेदारी, क्षेत्रीय असंतोष और विपक्ष के राजनीतिक अभियान चुनावी मुकाबले को कठिन बना सकते हैं। राजनीतिक विशेषज्ञों का कहना है कि मजबूत संगठन चुनावी बढ़त दिला सकता है, लेकिन अंततः मतदाताओं का निर्णय स्थानीय परिस्थितियों, उम्मीदवारों की स्वीकार्यता और चुनाव के समय के मुद्दों पर भी निर्भर करेगा। जहां भाजपा बूथ और संगठन को मजबूत करने में जुटी है, वहीं विपक्ष भी महंगाई, बेरोजगारी, पलायन, भू-कानून, शिक्षा, स्वास्थ्य और स्थानीय विकास जैसे मुद्दों पर जनता के बीच अपनी पकड़ मजबूत करने की कोशिश कर रहा है। ऐसे में आगामी महीनों में राजनीतिक गतिविधियां और तेज होने की संभावना है।

आने वाले महीनों में मतदाता सूची के पुनरीक्षण, संगठनात्मक बैठकों, प्रशिक्षण कार्यक्रमों और जनसंपर्क अभियानों की गति बढ़ने के संकेत हैं। राजनीतिक रूप से यह स्पष्ट है कि भाजपा ने 2027 के चुनाव को केवल अंतिम समय का अभियान न मानकर लंबी तैयारी का चुनाव माना है। उत्तराखंड भाजपा का बूथ से लेकर वोटर लिस्ट तक का फोकस यह दर्शाता है कि पार्टी चुनावी प्रबंधन को सूक्ष्म स्तर पर मजबूत करना चाहती है। संगठन की सक्रियता, मतदाताओं तक निरंतर पहुंच और स्थानीय स्तर पर संवाद की यह रणनीति चुनावी मुकाबले में उसे बढ़त दिलाने का प्रयास है। हालांकि इसकी वास्तविक सफलता का आकलन चुनावी मैदान में ही होगा, जहां संगठन, सरकार का प्रदर्शन, उम्मीदवारों की स्वीकार्यता और जनता की प्राथमिकताएं मिलकर अंतिम परिणाम तय करेंगी।

हर माह की सात तारीख को मिले वेतन

हल्द्वानी(आरएनएस)। उत्तराखंड परिवहन निगम एससी/एसटी श्रमिक संघ का 16वां स्थापना दिवस बस स्टेशन के पास स्थित राम मंदिर धर्मशाला में मनाया गया। प्रांतीय अध्यक्ष राम किशुन राम की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में प्रदेश के विभिन्न डिपो और शाखाओं से आए प्रतिनिधियों ने हिस्सा लिया और संगठन को मजबूत बनाने के साथ-साथ कर्मचारियों के अधिकारों के लिए एकजुट होने का संकल्प लिया। बैठक में कर्मचारियों के हितों से जुड़े गंभीर मुद्दों को उठाते हुए कई महत्वपूर्ण प्रस्ताव पास किए गए। प्रांतीय महामंत्री श्रीनिवास ने कहा कि सभी श्रेणी के कार्मिकों का मासिक वेतन नियमों के तहत हर महीने की 7 तारीख तक अनिवार्य रूप से मिलना चाहिए, ताकि उन्हें आर्थिक संकट से न जूझना पड़े।बैठक में किशन राम, गणेश सिंह, नवीन चन्द्र, जीवन चन्द्र, सन्तोष कुमार, महेश सिंह, सर्वेश कुमार, देव लालन और नन्द प्रसाद आदि उपस्थित रहे।

हरियाली महोत्सव में चंदन-रुद्राक्ष समेत सैकड़ों पौधे रोपे!

बागेश्वर(आरएनएस)। विशेष पर्यावरण संरक्षण काल के अंतर्गत छाती और मनकोट क्षेत्र में हरियाली महोत्सव उत्साहपूर्वक मनाया गया।

देवकी लघु वाटिका, मंडलसेरा के तत्वावधान में वन विभाग और भारतीय रेड क्रॉस बागेश्वर के सहयोग से आयोजित कार्यक्रम में ग्रामीणों, जनप्रतिनिधियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और पर्यावरण प्रेमियों ने व्यापक पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया।कार्यक्रम के दौरान चंदन, रुद्राक्ष, जामुन, काफल, आंवला, च्यूरा, तेजपत्ता, नींबू, बॉटल ब्रश, मोरपंखी, रिंगाल और बांस सहित विभिन्न प्रजातियों के पौधे रोपे गए। सभी प्रतिभागियों ने पौधों की नियमित देखभाल और उन्हें सुरक्षित रखने का संकल्प भी लिया।कार्यक्रम के संयोजक वृक्ष मित्र किशन सिंह मलड़ा ने कहा कि पहाड़ों में चाल-खाल बनाने की परंपरा जल संरक्षण की अनूठी व्यवस्था रही है। इससे वर्षा जल का संचयन होता है, वन्यजीवों को पानी मिलता है और पौधों को पर्याप्त नमी भी मिलती है। उन्होंने लोगों से जल संरक्षण को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने की अपील की। पौधारोपण के साथ ही चाल-खाल का निर्माण भी किया गया।उन्होंने बताया कि काँडा सड़क चौड़ीकरण कार्य को देखते हुए सड़क के दोनों ओर बांस, रिंगाल तथा फलदार और चारा प्रजाति के पौधे लगाए जाएंगे। इस अभियान की शुरुआत हरियाली महोत्सव से की गई है। उनका कहना था कि सड़क चौड़ीकरण के बाद इन पौधों से भूस्खलन की आशंका कम होगी, पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा मिलेगा और सड़क सुरक्षा भी मजबूत होगी। इस अवसर पर ग्राम प्रधान छाती नंदा बल्लभ चौबे, ग्राम प्रधान मनकोट वैजयंती पांडे, भारतीय रेड क्रॉस बागेश्वर के चेयरमैन इंद्र सिंह फर्स्वाण, सचिव आलोक पांडेय सहित क्षेत्र के अनेक जनप्रतिनिधि, सामाजिक कार्यकर्ता, महिलाएं, युवा और सैकड़ों ग्रामीण मौजूद रहे। सभी ने अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनके संरक्षण का संकल्प लेकर हरियाली महोत्सव को जनभागीदारी का प्रेरक अभियान बनाया।

राहुल गांधी के दौरे को सफल बनाने का किया आह्वान

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेसी नेता प्रीतम सिंह ने लोकसभा के नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के छात्रों की गूंज कार्यक्रम को सफल बनाने का छात्रों से आहवान किया। आज यहां कांग्रेस नेता प्रीतम सिंह ने विकासनगर स्थित एक वेडिंग पॉइंट में लगातार 'पेपर लीक' से छात्रों के बर्बाद हो रहे भविष्य के खिलाफ आगामी 17 जुलाई को देहरादून में नेता प्रतिपक्ष लोकसभा राहुल गांधी के प्रस्तावित 'छात्रों की गूंज' कार्यक्रम के संबंध में आयोजित 'छात्रों से संवाद' कार्यक्रम में सहभागिता की। उन्होंने कार्यक्रम में उपस्थित छात्रों को संबोधित करते हुए उनसे आह्वान किया कि वे अधिक से अधिक संख्या में छात्रों की गूंज कार्यक्रम में पहुंचकर देशभर में लगातार हो रहे पेपर लीक, परीक्षा अनियमितताओं और युवाओं के भविष्य के साथ हो रहे अन्याय के खिलाफ राहुल गांधी के साथ अपनी लोकतांत्रिक आवाज भी बुलंद करें। युवा शक्ति की एकजुट आवाज ही शिक्षा व्यवस्था में पारदर्शिता, जवाबदेही और छात्रों के अधिकारों की रक्षा सुनिश्चित कर सकती है।

स्मैक के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्मैक के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार विकासनगर कोतवाली पुलिस ने चाय बागान रोड पर एक कार को रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख कार चालक कार को तेजी से भगा ले गया। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही रोक लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 7.69 ग्राम स्मैक बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम दिलशाद उर्फ सानू पुत्र मौहम्मद हनीफ निवासी बडा रामपुर बताया। वहीं विकासनगर कोतवाली पुलिस ने कैनाल रोड से एक युवक को 5.96 ग्राम स्मैक के साथ गिरफ्तार किया। पूछताछ में उसने अपना नाम जावेद पुत्र नवाब अली निवासी शंकरपुर रामपुर बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

'आंगनबाड़ी वर्कर्स का बकाया मानदेय व भवन किराया शीघ्र जारी होगा'

संवाददाता

देहरादून। महिला सशक्तिकरण व बाल विकास विभाग सचिव चंद्रेश यादव ने आंगनबाडी वर्कस का बकाया बहुत जल्द मानदेय व भवन किराया जारी करने का भरोसा दिलाया। जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने सचिव, महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग चंद्रेश यादव से मुलाकात कर आंगनबाड़ी वर्कर्स के बकाया मानदेय व भवन किराए को लेकर मुलाकात की, जिसमें काफी विस्तार से मानदेय को लेकर चर्चा हुई एवं कुछ भ्रांतियां भी दूर हुई। यादव ने बहुत जल्द मानदेय व भवन किराया जारी करने का भरोसा दिलाया। नेगी ने कहा कि वर्कर्स का दो-तीन माह का मानदेय भी नहीं मिल पाया है,

जिसकी वजह से वर्कर्स आर्थिक संकट से गुजर रहे हैं तथा लगभग तीन माह का भवन किराया भी आंगनवाड़ी सेंटर्स के भवन स्वामियों को नहीं मिल पाया, जो लगातार वर्कर्स पर दबाव बनाए हुए हैं। नेगी ने कहा कि मानदेय व भवन किराए जैसे मामले पर मंत्री का संज्ञान न लेना इस बात को दर्शाता है कि वे सिर्फ और सिर्फ अपने आर्थिक संसाधन मजबूत करने में लगी है तथा उनका इन वर्कर्स के मामलों में कोई दिलचस्पी नहीं है। मोर्चा को भरोसा है कि शीघ्र ही आंगनवाड़ी वर्कर्स का बकाया मानदेय व भवन किराया जारी होगा।

'अनुसूचित जाति के युवक-युवतियों को आर्थिक सहायता दी जायेगी'

संवाददाता

देहरादून। जिले के 175 बेरोजगार अनुसूचित जाति के युवक-युवतियों को खुद का व्यवसाय या स्वरोजगार शुरू करने के लिए 87.55 लाख की आर्थिक सहायता (सब्सिडी) दी जाएगी।

जनपद देहरादून में अनुसूचित जाति वर्ग के आर्थिक और सामाजिक सशक्तिकरण को रफ्तार देने के लिए जिला प्रशासन ने एक बड़ी पहल की है। प्रधानमंत्री अनुसूचित जाति अभ्युदय योजना के तहत वित्तीय वर्ष 2026-27 के लिए कुल 124.94 लाख की जिला कार्ययोजना को जिलाधिकारी द्वारा मंजूरी दे दी गई है। इस महत्वाकांक्षी योजना को अब अंतिम स्वीकृति के लिए भारत सरकार को भेज दिया गया है, जिससे जिले के 465 अनुसूचित जाति के युवाओं को सीधे तौर पर स्वरोजगार और हुनरमंद बनने का मौका मिलेगा। योजना के 'ग्रांट-इन-एड' घटक के तहत तैयार की गई इस कार्ययोजना के केंद्र में जिले के बेरोजगार युवा हैं। इसके तहत 87.55 लाख का अनुदान जिले के 175 बेरोजगार अनुसूचित जाति के युवक-युवतियों को खुद का व्यवसाय या स्वरोजगार शुरू करने के लिए 87.55 लाख की आर्थिक

सहायता (सब्सिडी) दी जाएगी। इसका मकसद युवाओं को आत्मनिर्भर बनाकर उनके परिवारों की आर्थिक स्थिति को मजबूत करना है। स्वरोजगार के साथ-साथ 290 शिक्षित बेरोजगार युवाओं को आज के बाजार की मांग के अनुरूप रोजगारपरक एवं कौशल विकास प्रशिक्षण दिया जाएगा। यह ट्रेनिंग प्रतिष्ठित और अधिकृत स्वैच्छिक संस्थाओं के जरिए दिलवाई जाएगी ताकि युवाओं को आसानी से रोजगार मिल सके। इस संबंध में जिलाधिकारी ने कहा कि योजना का मुख्य उद्देश्य अनुसूचित जाति वर्ग के युवाओं को आर्थिक रूप से सशक्त कर आत्मनिर्भरता की ओर ले जाना है। उन्होंने सख्त निर्देश दिए हैं कि शासन से हरी झंडी मिलते ही लाभार्थियों का चयन पूरी पारदर्शिता और तय मानकों के आधार पर किया जाए, ताकि योजना का लाभ सीधे जरूरतमंदों तक समय पर पहुँच सके।

जिला समाज कल्याण अधिकारी दीपांकर घिल्डियाल ने बताया कि विभाग इस कार्ययोजना को जल्द से जल्द शासन और केंद्र सरकार के समक्ष अंतिम मंजूरी के लिए भेज रहा है। उन्होंने भरोसा दिलाया कि वहां से स्वीकृति मिलते ही पात्र युवाओं के चयन, उनकी ट्रेनिंग और स्वरोजगार के लिए अनुदान बांटने का काम तुरंत शुरू कर दिया जाएगा। विभाग का पूरा प्रयास है कि ज्यादा से ज्यादा युवाओं को सम्मानजनक आजीविका से जोड़ा जाए।

घर के बाहर से स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने घर के बाहर खडी स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सेवला कला निवासी प्रेम बहादुर गुरूंग ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी स्कूटी घर के बाहर खडी की थी। लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

वाहन चोर गिरफ्तार, दो बाइक बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वाहन चोरी मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शातिर को गिरफ्तार कर लिया गया है। जिसके कब्जे से चुरायी गयी दो बाइक बरामद की गयी है। जानकारी के अनुसार जानकारी के अनुसार बीती 3 मई को अरशद पुत्र असलम निवासी ग्राम बिझौली थाना कोतवाली मंगलौर जिला हरिद्वार द्वारा ओनलाईन 29 मई 2026 को बाबत खुद की मोटर साईकिल स्प्लेण्डर प्लस व रंग गोल्ड ब्लैक को गंगनहर के किनारे रॉयल पैलेस पिरान कलियर में खड़ी थी को चोरी करने का मुकदमा दर्ज कराया गया था। मामले में पुलिस ने चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। चोरों की तलाश में जुटी पुलिस द्वारा बीती रात एक सूचना के आधार पर सिंचाई विभाग कार्यालय धनौरी के पास से एक मोटर साईकिल के साथ एक व्यक्ति को पकडा गया जो बाइक चोरी मामले से सम्बन्धित था। जिसके द्वारा पूछताछ में एक और मोटर साईकिल चोरी कर जंगल में छिपाने बताया गया। जिसकी निशानदेही वह बाइक भी बरामद की गयी है। जिसे हरियाणा से चुराया गया था। पूछताछ में आरोपित ने बताया कि अपने दैनिक खर्चो को पूरा करने के लिए बाइक चोरी किया करता था, जिसको आज कहीं बेचने की फिराक में था आरोपित के पूर्व आपराधिक इतिहास के बारे जानकारी की जा रही है।

राहुल गांधी की रैली के लिए कांग्रेस ने की तैयारियां पूरी

संवाददाता

देहरादून। राहुल गांधी के 'छात्रों की गूंज' कार्यक्रम के भव्य आयोजन हेतु कांग्रेस ने प्रदेश स्तर पर तैयारियां पूरी कर ली है।

आज यहां कोटा के बाद उत्तराखंड में 'छात्रों की गूंज'' कार्यक्रम के भव्य आयोजन हेतु कांग्रेस पार्टी ने प्रदेश स्तर पर तैयारियां पूरी की जा रही है। इसी संदर्भ में प्रदेश कांग्रेस कमेटी कार्यालय देहरादून में प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल की अध्यक्षता में देहरादून महानगर के वरिष्ठ नेताओं की एक बैठक प्रदेश कांग्रेस कार्यालय देहरादून में तथा हरिद्वार जनपद के वरिष्ठ नेताओं की बैठक हिमगिरि होटल हरिद्वार में आयोजित की गई। उपरोक्त की जानकारी देते हुए प्रदेश कांग्रेस प्रवक्ता डॉ. प्रतिमा सिंह ने बताया कि कार्यक्रम को भव्य रूप में आयोजित करने की तैयारी के सम्बन्ध में प्रदेश कांग्रेस कमेटी कार्यालय देहरादून में प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल की अध्यक्षता में महानगर कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं की बैठक आयोजित की गई। बैठक को संबोधित करते हुए प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि 17 जुलाई, 2026 को कांग्रेस पार्टी के शीर्ष नेता, लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी देहरादून में छात्र-छात्राओं से संवाद करेंगे तथा युवा एवं छात्र हितों की लड़ाई लड़ने का आह्वान करेंगे। गणेश गोदियाल ने कहा कि भाजपा की केन्द्र व राज्य सरकारों की नाकामी का सबसे अधिक खामियाजा देश के युवा वर्ग को भुगतना पड़ रहा है। वर्षों पढ़ाई और मेहनत करने के बावजूद उन्हें इसका प्रतिफल नहीं मिल पा रहा है तथा युवा आत्म हत्या करने को मजबूर हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि युवाओं की इस पीड़ा को राहुल गांधी ने समझा है तथा उनकी लड़ाई लड़ने का बीडा उठाया है। इसी के तहत नेता प्रतिपक्ष लोकसभा राहुल गांधी 17 जुलाई को देहरादून के परेड़ा ग्राउंड मैदान में ''छात्रों की गूंज'' कार्यक्रम में प्रतिभाग करेंगे। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि ''छात्रों की गूंज'' कार्यक्रम ऐतिहासिक होगा जिसका संदेश प्रत्येक युवा तक पहुंचाने का प्रयास किया जायेगा। उन्होंने सभी युवा साथियों से भी कार्यक्रम में प्रतिभाग करने का आह्वान किया है।

बैठक में पूर्व मंत्री नवप्रभात, प्रदेश उपाध्यक्ष सूर्यकान्त धस्माना, कोषाध्यक्ष आर्येन्द्र शर्मा, महामंत्री गोदावरी थापली, सुरेन्द्र रांगड़, प्रदीप पोखरियाल, नवीन जोशी, याकूब सिद्धिकी, महेन्द्र सिंह नेगी, प्रदेश महिला अध्यक्ष ज्योति रौतेला, प्रवक्ता अभिनव थापर, डॉ. प्रतिमा सिंह, महानगर अध्यक्ष डॉ. जसविन्दर सिंह गोगी, जिलाध्यक्ष मोहित उनियाल, पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचन्द शर्मा, राजेश चमोली, अमेन्द्र सिंह बिष्ट, अश्विनी बहुगुणा आदि उपस्थित थे।

पर्यटन उत्तराखण्ड की आर्थिकी के महत्त्वपूर्ण स्त्रोतों में से एकः मुख्य सचिव

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने मंगलवार को सचिवालय स्थित अपने सभागार में पर्यटन विभाग की समीक्षा की। उन्होंने पर्यटन विभाग की सभी योजनाओं पर विस्तार से जानकारी ली। उन्होंने कहा कि पर्यटन उत्तराखण्ड की आर्थिकी के महत्त्वपूर्ण स्रोतों में से एक है। उन्होंने पर्यटन विभाग को अपने 5 वर्षों के लिए लक्ष्य निर्धारित किए जाने के निर्देश दिए, ताकि आउटकम इंडीकेटर्स के लक्ष्यों को हासिल किया जा सके।

मुख्य सचिव ने अपने प्रोडक्ट्स के प्रचार प्रसार के लिए भी विशेष प्रयास किए जाने के निर्देश दिए। कहा कि प्रोडक्ट की पब्लिसिटी के बिना निर्धारित लक्ष्यों को हासिल करना आसान नहीं होगा। उन्होंने पब्लिसिटी के लिए भी वार्षिक कार्ययोजना तैयार किये जाने की बात कही। कहा कि नीती घाटी में आयोजित की गयी नीती एक्स्ट्रीम अल्ट्रा रन 2026, आदि कैलाश हाई एल्टीट्यूड मैराथन, रिवर राफ्टिंग फेस्टिवल्स और विंटर कार्निवल जैसे इवेंट्स को अन्य स्थानों पर इस प्रकार के अलग-अलग इवेन्ट्स के रूप में प्रत्येक वर्ष एक निश्चित समय पर आयोजित किया जाए। ऐसे इवेंट पब्लिसिटी के साथ-साथ टूरिस्ट्स के लिए आकर्षण का केन्द्र बनते हैं।

मुख्य सचिव ने पर्यटन की दृष्टि से प्रदेश के लिए शॉर्ट टर्म, मीडियम टर्म और लॉंग टर्म योजना तैयार किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि पर्यटन सर्किट और डेस्टिनेशन बनाने के साथ-साथ जरूरी इंफ्रास्ट्रक्चर तैयार करने पर ध्यान दिया जाए। साथ ही, हॉस्पिटैलिटी व पर्यटन प्रोजेक्ट्स में प्राइवेट सेक्टर के निवेशकों को भी शामिल किया जाए। प्रदेश में लगातार नए पर्यटन स्थल विकसित किए जाएं। कहा कि समावेशी और टिकाऊ पर्यटन विकास को बढ़ावा दिया जाना चाहिए, ताकि पूरे राज्य में संतुलित विकास हो सके।

मुख्य सचिव ने प्रदेश के युवाओं को गाईड प्रशिक्षण दिए जाने की दिशा में कार्य किए जाने की बात कही। कहा कि इसे इंस्टीट्यूशनल किया जाए। आईएचएम को इसके लिए प्रयोग किया जा सकता है। प्रशिक्षण मॉड्यूल इस प्रकार से तैयार किए जाएं कि प्रशिक्षित युवाओं को प्रदेश के साथ-साथ, पूरे भारत और ओवरसीज में कहीं भी रोजगार मिल सके। उन्होंने वाईब्रेंट विलेज के लिए भी विशेष प्रयास किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि वर्तमान में ग्लैंपिंग प्रोजेक्ट्स की काफी डिमांड है। उन्होंने इसके लिए स्थान चिन्हित कर ग्लैंपिंग प्रोडक्ट विकसित किए जाने के भी निर्देश दिए।

इस अवसर पर सचिव श्री धीराज गर्ब्याल एवं अपर सचिव अभिषेक रोहिला सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

- गंगनहर में लापता मां-बेटी केस प्रकरण -

पति सहित 5 पर हत्या के प्रयास का मुकदमा दर्ज

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बहादराबाद थाना क्षेत्र में डीपीएस दौलतपुर के पास गंगनहर में एक वर्षीय बेटी के साथ लापता हुई विवाहिता के मामले ने नया मोड़ ले लिया है। पहले पति ने पत्नी के विवाद के बाद बच्ची समेत नहर में कूदने की बात कही थी, लेकिन अब महिला के मायके पक्ष ने पति और ससुराल वालों पर मारपीट कर दोनों को नहर में धक्का देने का आरोप लगाया है। पुलिस ने पति सहित पांच लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार, रविवार को कोटा मुरादनगर निवासी अर्जुन ने सूचना दी थी कि वह अपनी पत्नी सरिता और दो बच्चों के साथ बाइक से रायपुर दरेड़ा स्थित ससुराल जा रहा था। रास्ते में कहासुनी होने पर उसकी पत्नी एक वर्षीय बेटी को लेकर गंगनहर में कूद गई। सूचना मिलने पर बहादराबाद पुलिस, जल पुलिस और एसडीआरएफ की टीमें मौके पर पहुंची और सर्च अभियान शुरू किया। सोमवार देर शाम तक मां-बेटी का कोई सुराग नहीं मिल पाया। जबकि सर्च अभियान आज भी लगातार जारी है। इसी बीच महिला के भाई भूपेंद्र कुमार ने पुलिस को तहरीर देकर आरोप लगाया कि उसकी बहन सरिता का विवाह वर्ष 2020 में अर्जुन से हुआ था। शादी के बाद से पति, सास, ससुर और दोनों ननदें दहेज की मांग को लेकर उसका उत्पीड़न और मारपीट करते थे। शिकायत में कहा गया है कि 11 जुलाई की रात सरिता ने फोन कर बताया था कि उसके साथ मारपीट की जा रही है और उसे तथा उसकी एक वर्षीय बेटी नैन्सी को जान से मारने की कोशिश की जा रही है। अगले दिन अर्जुन ने फोन कर बताया कि सरिता बेटी को लेकर गंगनहर में कूद गई है। परिजनों का आरोप है कि दोनों को जानबूझकर नहर में धक्का दिया गया। बहादराबाद थाना प्रभारी अमरजीत सिंह ने बताया कि परिजनों की तहरीर के आधार पर पति समेत पांच लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया गया है। मामले की जांच की जा रही है। साथ ही जल पुलिस और एसडीआरएफ की टीमें गंगनहर में लापता मां-बेटी की तलाश में लगातार सर्च अभियान चला रही हैं।

कांवड़ मेले के लिये सजने लगी भोले की नगरी हरिद्वार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कांवड़ यात्रियों का हरिद्वार आगमन लगातार जारी है। जिसके चलते भोले की नगरी हरिद्वार का प्रशासन द्वारा सजाया संवारा जा रहा है।

बता दें कि जुलाई माह में शुरू हो रहे कावंड़ मेले के लिए श्रद्धालु हरकी पैड़ी से गंगाजल लेकर पूरे उत्साह और श्रद्धा के साथ अपने-अपने गंतव्यों की ओर रवाना हो रहे हैं। हांलाकि इस मेले के दौरान सुरक्षा व्यवस्था चौकस करते हुए जिला पुलिस ने सभी श्रद्धालुओं से विनम्र अपील की है कि यात्रा के दौरान सभी श्रद्धालू जारी दिशा-निर्देशों का पालन करें, यातायात नियमों का सम्मान करें तथा सहयोग और अनुशासन बनाए रखें।

पुलिस प्रशासन का कहना है कि श्रद्धालुओं के सहयोग से ही सुरक्षित, सुव्यवस्थित एवं मंगलमय कांवड़ यात्रा हो सकेगी। पुलिस आपकी सेवा, सुरक्षा और सहायता के लिए 24 घंटे तत्पर है।

धर्मनगरी में नाबालिग से सामूहिक दुष्कर्म!

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। शिव की नगरी कहे जाने वाली धर्मनगरी हरिद्वार में एक नाबालिग किशोरी के साथ सामूहिक दुष्कर्म का मामला सामने आया है। यहां पर आठ दरिन्दों ने एक 16 वर्षीय किशोरी के साथ सामूहिक दुष्कर्म किया है। हालांकि पुलिस ने आरोपी युवकों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पुलिस को दी तहरीर के अनुसार, पीड़िता लक्सर थाना क्षेत्र के एक गांव की रहने वाली है। रविवार रात वह अपने परिचित मित्र के साथ बाइक पर काठा-फूलगढ़ गांव की ओर जा रही थी। गांव से कुछ दूरी पर खेतों में सात-आठ युवकों ने उनका पीछा किया और दोनों को घेर लिया। आरोपियों ने पहले युवक की बुरी तरह पिटाई की और उसे भागने पर मजबूर कर दिया। इसके बाद उन्होंने किशोरी के साथ छेड़छाड़ की, अश्लील हरकतें कीं और उसे पास के खेत में ले गए। वहां एक युवक ने उसके साथ बलात्कार किया। पीड़िता के अनुसार, सभी आरोपी नशे में धुत थे और बाकी युवक भी दुष्कर्म करने की कोशिश कर रहे थे। दुष्कर्म के बाद आरोपियों ने किशोरी को पूरी रात कैद रखकर मारने की योजना बनाई। हालांकि, मौका मिलते ही किशोरी नग्न अवस्था में खेतों के रास्ते भाग निकली और पास के एक घर में छिप गई। वहां मौजूद महिला ने उसे कपड़े दिए और मदद की। किशोरी रातभर घर नहीं लौटी तो परिजन उसकी तलाश में निकले। सुबह किशोरी मिली तो उसने पूरे परिवार को अपनी आपबीती सुनाई। परिजनों ने तुरंत पथरी थाने पहुंचकर शिकायत दर्ज कराई। पुलिस ने पीड़िता की शिकायत के आधार पर अज्ञात आरोपियों के खिलाफ संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आरोपियों की तलाश शुरू कर दी है।

मुख्यमंत्री ने सघन पौधरोपण कर दिया हरित संरक्षण का संदेश

संवाददाता

पौड़ी। हरेला पर्व के उपलक्ष्य में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मंगलवार को जनपद पौड़ी गढ़वाल के यमकेश्वर विकासखंड स्थित मालाग्राम पहुंचकर सघन पौधरोपण कार्यक्रम में प्रतिभाग किया। मुख्यमंत्री ने पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण और हरित उत्तराखंड का संदेश दिया। इस दौरान उन्होंने श्श्री धन्वंतरि धाम हर्बल वर्ल्ड हिमालयश का विस्तृत भ्रमण कर वहां संरक्षित दुर्लभ औषधीय वनस्पतियों, अनुसंधान गतिविधियों तथा आयुर्वेद आधारित नवाचारों की जानकारी प्राप्त की। उन्होंने परिसर स्थित ध्यान कुटी का भी निरीक्षण किया।

मुख्यमंत्री ने भ्रमण के दौरान उत्तराखंड की समृद्ध जैव विविधता, हिमालयी औषधीय वनस्पतियों और पारंपरिक आयुर्वेदिक ज्ञान के संरक्षण एवं संवर्धन पर विशेष फोकस किया। उन्होंने कहा कि राज्य की यह प्राकृतिक धरोहर पूरे विश्व के लिए अमूल्य है तथा इसका संरक्षण और वैज्ञानिक शोध वर्तमान समय की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि इस दिशा में किए जा रहे प्रयास पर्यावरण संरक्षण को नई दिशा देने के साथ-साथ औषधीय पौधों के संवर्धन, आयुर्वेद आधारित अनुसंधान, हर्बल पर्यटन तथा स्थानीय युवाओं के लिए स्वरोजगार और आजीविका के नए अवसर भी सृजित करेंगे।

मालाग्राम स्थित श्श्री धन्वंतरि धाम हर्बल वर्ल्ड हिमालयश देश का अपनी तरह का एक अनूठा हर्बल पार्क है, जहां देश के विभिन्न राज्यों एवं हिमालयी क्षेत्रों से लाई गई दुर्लभ जड़ी-बूटियों और औषधीय पौधों का वैज्ञानिक ढंग से संरक्षण एवं संवर्धन किया जा रहा है। यह परिसर पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों और आधुनिक शोध के समन्वय का महत्वपूर्ण केंद्र बनकर उभर रहा है।

कार्यक्रम में पतंजलि योगपीठ के संस्थापक स्वामी रामदेव, आचार्य बालकृष्ण, राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष कुसुम कंडवाल, यमकेश्वर विधायक रेनू बिष्ट, जिलाधिकारी स्वाति एस. भदौरिया, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक सर्वेश पंवार, भाजपा जिलाध्यक्ष राजगौरव नौटियाल, उपजिलाधिकारी चतर सिंह चौहान सहित जनप्रतिनिधि, अधिकारी एवं बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

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

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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