सोमवार
27 जुलाई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 184
● 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

अब 'ई-20' जनता पार्टी

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। देश की राजनीति में पिछले कुछ महीनों से युवाओं के गुस्से ने जिस तरह नए-नए रूप धारण किए हैं, उसने पारंपरिक राजनीतिक दलों के सामने नई चुनौती खड़ी कर दी है। पहले सोशल मीडिया पर काकरोच आंदोलन ने सत्ता और विपक्ष

◆देश में जन्म ले रहा है युवाओं का नया राजनीतिक आंदोलन
◆डेढ़ लाख फालोअर्स के दावे ने बढ़ा दी है सियासी हलचल
◆बेरोजगारी और पेपर लीक के मुद्दे के बाद अब नई गोलबंदी

दोनों का ध्यान अपनी ओर खींचा। अब उसी सिलसिले में ई-20 जनता पार्टी नाम से चल रहा एक नया डिजिटल अभियान तेजी से चर्चा के केंद्र में है। बेहद कम समय में करीब डेढ़ लाख फालोअर्स जुटाने के दावे और बड़े आंदोलन की तैयारियों की चर्चाओं ने राजनीतिक गलियारों में हलचल बढ़ा दी है।

हालांकि इस मंच का वास्तविक संगठनात्मक ढांचा, सदस्य संख्या और राजनीतिक भविष्य अभी स्पष्ट नहीं है, लेकिन इतना तय है कि सोशल मीडिया की ताकत ने इसे राष्ट्रीय बहस का हिस्सा बना दिया है। बेरोजगारी, भर्ती परीक्षाओं में कथित अनियमितताएं, पेपर लीक, शिक्षा व्यवस्था और युवाओं के भविष्य जैसे मुद्दों को केंद्र में रखकर चलाया जा रहा यह अभियान आने वाले दिनों में सियासी समीकरण बदलने की क्षमता रखता है या नहीं, इस पर सभी दलों की नजर टिकी हुई है। देश में पिछले कुछ वर्षों में भर्ती परीक्षाओं के रद्द होने, पेपर लीक के आरोपों और नौकरियों में देरी जैसे मुद्दों ने लाखों युवाओं को प्रभावित किया है। कई राज्यों में छात्रों ने विरोध प्रदर्शन किए और सोशल मीडिया के जरिए अपनी आवाज राष्ट्रीय स्तर तक पहुंचाई।

कहते है कि जब पारंपरिक राजनीतिक दल किसी वर्ग की अपेक्षाओं को समय पर संबोधित नहीं कर पाते, तब ऐसे डिजिटल अभियान तेजी से लोकप्रिय होने लगते हैं। ई-20 जनता पार्टी की बढ़ती चर्चा को भी इसी परिप्रेक्ष्य में देखा जा रहा है। पहले आंदोलनों को गांव-गांव और शहर-शहर तक पहुंचने में महीनों लग जाते थे। अब एक वायरल वीडियो, एक प्रभावी नारा और कुछ घंटों की डिजिटल सक्रियता लाखों लोगों तक संदेश पहुंचा देती है। ई-20 जनता पार्टी के नाम से चल रहे अभियान ने भी यही रणनीति अपनाई है। छोटे-छोटे वीडियो, युवाओं की समस्याओं पर केंद्रित पोस्ट, लाइव चर्चा और लगातार डिजिटल संवाद के जरिए समर्थकों का दायरा बढ़ाने की कोशिश हो रही है। यही कारण है कि कुछ ही समय में बड़ी संख्या में लोग इस मंच से जुड़ने का दावा किया जा रहा है।

काकरोच आंदोलन ने यह साबित किया कि प्रतीकात्मक विरोध भी राष्ट्रीय विमर्श का हिस्सा बन सकता है। एक अलग प्रतीक, आक्रामक नारे और सोशल मीडिया की तेज रणनीति ने उसे चर्चा के केंद्र में ला दिया। अब ई-20 जनता पार्टी उसी डिजिटल ऊर्जा को एक व्यापक सामाजिक और राजनीतिक विमर्श में बदलने का प्रयास करती दिखाई दे रही है। यदि यह अभियान केवल सोशल मीडिया तक सीमित न रहकर राज्यों में संगठन खड़ा करता है, तो इसकी राजनीतिक प्रासंगिकता बढ़ सकती है। अकेले उत्तराखंड लंबे समय से भर्ती परीक्षाओं, पेपर लीक और युवाओं के रोजगार जैसे मुद्दों को लेकर राष्ट्रीय सुर्खियों में रहा है। राज्य के हजारों युवा प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करते हैं और भर्ती प्रक्रिया में पारदर्शिता का मुद्दा लगातार उठता रहा है।

सत्ता पक्ष के लिए युवाओं की नाराजगी को कम करना उतना ही जरूरी है, जितना विपक्ष के लिए उस असंतोष को राजनीतिक समर्थन में बदलना। यदि युवाओं का बड़ा वर्ग किसी स्वतंत्र मंच के साथ खड़ा होता है, तो पारंपरिक दलों के लिए यह चिंता का विषय हो सकता है। यही कारण है कि छात्र आंदोलनों और सोशल मीडिया अभियानों पर अब राष्ट्रीय दल भी लगातार नजर बनाए हुए हैं। फिलहाल इस सवाल का कोई स्पष्ट उत्तर उपलब्ध नहीं है। सार्वजनिक रूप से उपलब्ध जानकारी के आधार पर यह स्पष्ट नहीं है कि यह पहल एक औपचारिक राजनीतिक दल का रूप ले रही है, किसी संगठन का अभियान है या केवल एक डिजिटल जन-अभियान है। चुनाव लड़ने, संगठन विस्तार या नेतृत्व संरचना को लेकर भी अभी स्पष्ट और आधिकारिक जानकारी सामने नहीं आई है। फिर भी, भारतीय राजनीति में कई ऐसे उदाहरण रहे हैं जहां सामाजिक या जन आंदोलनों ने बाद में राजनीतिक स्वरूप ग्रहण किया। इसलिए इस पहल के भविष्य को लेकर अटकलें स्वाभाविक हैं, लेकिन उन्हें तथ्य के रूप में नहीं देखा जाना चाहिए।

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

रेत में दबने से मजदूर की मौत

हमारे संवाददाता

नैनीताल। लालकुआं में एक स्टोन क्रशर पर हुए दर्दनाक हादसे के दौरान एक मजदूर की मौत हो गयी। जिसने औद्योगिक इकाइयों में मजदूरों की सुरक्षा व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं।

प्राप्त जानकारी के अनुसार हल्दूचौड़ निवासी 30 वर्षीय पवन सिंह की डंपर में रेत भरने के दौरान रेत के नीचे दबने से मौत हो गई। परिजनों और स्थानीय लोगों ने इस हादसे को कार्यस्थल पर बरती गई कथित लापरवाही का परिणाम बताया है। घटना के बाद पूरे क्षेत्र में शोक की लहर है, जबकि पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है।

बताया जा रहा है कि लालकुआं कोतवाली क्षेत्र के हल्दूचौड़ निवासी पवन सिंह शनिवार सुबह रोज की तरह काम पर गया था। प्रत्यक्षदर्शियों के मुताबिक, स्टोन क्रशर परिसर में वह डंपर के किनारों पर कट्टे लगा रहा था, ताकि रेत बाहर न गिरे। इसी दौरान वहां मौजूद जेसीबी चालक ने कथित तौर पर बिना यह सुनिश्चित किए कि डंपर में कोई व्यक्ति मौजूद है या नहीं, लगातार रेत डालनी शुरू कर दी। देखते ही देखते पवन भारी मात्रा में रेत के नीचे दब गया।

बरसात के कारण रेत गीली और भारी हो चुकी थी। ऐसे में पवन को बाहर निकलने का कोई मौका नहीं मिला। कुछ समय बाद जब डंपर से रेत उतारी जा रही थी, तब मजदूरों को उसके दबे होने की जानकारी मिली। साथी मजदूरों ने तत्काल फावड़ों की मदद से रेत हटाकर पवन को बाहर निकाला, लेकिन तब तक उसकी मौत हो चुकी थी। आशंका है कि रेत के नीचे दबने से उसका दम घुट गया। वहीं घटना की सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

दून वैली मेल

संपादकीय

परीक्षा सुधार वाली टास्क फोर्स

देश में पिछले कुछ वर्षों में जितनी बार पेपर लीक की घटनाएं सामने आई हैं, उतनी बार युवाओं का विश्वास भी टूटा है। लाखों छात्र वर्षों तक मेहनत करते हैं, परिवार आर्थिक और मानसिक दबाव झेलते हैं, लेकिन परीक्षा से कुछ घंटे पहले या बाद में प्रश्नपत्र लीक होने की खबर पूरी व्यवस्था पर सवाल खड़े कर देती है। ऐसे माहौल में यदि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने परीक्षा सुधार के लिए एक उच्चस्तरीय टास्क फोर्स के गठन का निर्णय लिया है, तो यह स्वागतयोग्य कदम है। लेकिन यह भी उतना ही सच है कि देश अब केवल घोषणाओं से संतुष्ट होने वाला नहीं है। आज समस्या केवल पेपर लीक की नहीं है। समस्या यह है कि परीक्षा प्रणाली के हर स्तर पर पारदर्शिता, जवाबदेही और तकनीकी सुरक्षा पर गंभीर प्रश्नचिह्न लग चुके हैं। कई राज्यों में भर्ती परीक्षाएं रद्द हुईं, लाखों अभ्यर्थियों को दोबारा परीक्षा देनी पड़ी और कई मामलों में वर्षों तक नियुक्तियां अटकी रहीं। इसका सबसे बड़ा नुकसान युवाओं के भविष्य और देश की उत्पादक क्षमता को हुआ। प्रधानमंत्री की टास्क फोर्स यदि वास्तव में बदलाव लाना चाहती है, तो उसे केवल परीक्षा आयोजित करने की प्रक्रिया नहीं बल्कि पूरे भर्ती और मूल्यांकन तंत्र की समीक्षा करनी होगी। प्रश्नपत्र तैयार करने से लेकर उसके सुरक्षित वितरण, डिजिटल निगरानी, परीक्षा केंद्रों के चयन, अधिकारियों की जवाबदेही और दोषियों के त्वरित दंड तक हर कड़ी को मजबूत बनाना होगा। सबसे बड़ी चुनौती राजनीतिक इच्छाशक्ति की होगी। अक्सर देखा गया है कि पेपर लीक मामलों में छोटे कर्मचारियों की गिरफ्तारी तो हो जाती है, लेकिन बड़े नेटवर्क तक जांच नहीं पहुंचती। यदि टास्क फोर्स ऐसे संगठित गिरोहों की पहचान कर उन्हें कठोर दंड दिलाने का स्थायी तंत्र विकसित करती है, तभी इसका उद्देश्य पूरा होगा। उत्तराखंड सहित कई राज्यों में भर्ती परीक्षाओं को लेकर उठे विवादों ने यह स्पष्ट कर दिया है कि परीक्षा में गड़बड़ी अब किसी एक राज्य की समस्या नहीं रह गई है। यह राष्ट्रीय चुनौती बन चुकी है। ऐसे में केंद्र सरकार को राज्यों के साथ मिलकर एक समान सुरक्षा मानक तैयार करने होंगे, ताकि किसी भी परीक्षा की विश्वसनीयता पर प्रश्न न उठे। तकनीक का उपयोग भी समय की मांग है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस आधारित निगरानी, एन्क्रिप्टेड डिजिटल पेपर ट्रांसमिशन, बायोमेट्रिक सत्यापन और रियल-टाइम मॉनिटरिंग जैसी व्यवस्थाएं अब विकल्प नहीं बल्कि आवश्यकता बन चुकी हैं। लेकिन तकनीक तभी सफल होगी जब उसके संचालन में ईमानदारी और जवाबदेही भी सुनिश्चित हो। युवाओं का गुस्सा केवल बेरोजगारी का नहीं है, बल्कि व्यवस्था के प्रति टूटते भरोसे का भी है। जब कोई परीक्षा रद्द होती है तो केवल एक प्रश्नपत्र नहीं फटता, बल्कि लाखों सपनों पर भी चोट लगती है। यही कारण है कि हाल के वर्षों में परीक्षा सुधार की मांग एक राष्ट्रीय जनभावना का रूप ले चुकी है। सरकार के लिए यह भी जरूरी है कि टास्क फोर्स की सिफारिशें सार्वजनिक हों, उन पर समयबद्ध कार्रवाई हो और उनकी प्रगति की नियमित समीक्षा जनता के सामने रखी जाए। यदि रिपोर्टें केवल फाइलों में बंद रह गईं, तो यह पहल भी पहले की कई समितियों की तरह इतिहास बनकर रह जाएगी। लोकतंत्र में शिक्षा और प्रतियोगी परीक्षाओं की विश्वसनीयता किसी भी सरकार की सबसे बड़ी पूंजी होती है। यदि युवा यह मानने लगें कि मेहनत से अधिक प्रभाव और भ्रष्टाचार काम करता है, तो यह किसी भी राष्ट्र के भविष्य के लिए गंभीर चेतावनी है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने परीक्षा सुधार की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल की है। अब असली चुनौती इस पहल को परिणामों तक पहुंचाने की है। देश का युवा अब वादे नहीं, व्यवस्था में बदलाव देखना चाहता है। यदि यह टास्क फोर्स परीक्षा प्रणाली को निष्पक्ष, पारदर्शी और सुरक्षित बनाने में सफल होती है, तो यह केवल शिक्षा सुधार नहीं बल्कि लोकतांत्रिक विश्वास की पुनर्स्थापना होगी। लेकिन यदि यह पहल भी कागजी औपचारिकता बनकर रह गई, तो युवाओं का विश्वास वापस पाना पहले से कहीं अधिक कठिन हो जाएगा। परीक्षा सुधार की यह टास्क फोर्स सरकार के लिए एक प्रशासनिक परियोजना भर नहीं, बल्कि करोड़ों युवाओं के भरोसे की अग्निपरीक्षा है। अब देश परिणाम चाहता है, केवल आश्वासन नहीं।

विवादों की 'आंधी' में डगमगा रही 'कुर्सी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड भाजपा में प्रदेश अध्यक्ष पद को लेकर इन दिनों राजनीतिक हलचल तेज हो गई है। सोशल मीडिया पर नए प्रदेश अध्यक्ष को लेकर तरह-तरह की अटकलें लगाई जा रही हैं। कई नेताओं के नाम चर्चा में हैं, तो दूसरी ओर पार्टी कार्यकर्ताओं और राजनीतिक गलियारों में भी संगठन में संभावित बदलाव को लेकर कयासों का दौर जारी है। हालांकि, पार्टी की ओर से अब तक प्रदेश अध्यक्ष बदलने को लेकर कोई आधिकारिक घोषणा नहीं की गई है। राजनीतिक चर्चाओं को उस समय और बल मिला, जब हाल के दिनों में भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट अपने एक विवादित बयान को लेकर विपक्ष और युवाओं के निशाने पर आए। बढ़ते विवाद के बाद उन्होंने सार्वजनिक रूप से सफाई दी और युवाओं से खेद भी व्यक्त किया। इसके बाद सोशल मीडिया पर यह चर्चा और तेज हो गई कि क्या पार्टी संगठन आगामी राजनीतिक चुनौतियों को देखते हुए नेतृत्व में बदलाव कर सकता है।

उत्तराखंड में अगले विधानसभा चुनाव में अभी समय है, लेकिन भाजपा ने चुनावी तैयारियां तेज कर दी हैं। संगठन विस्तार, बूथ प्रबंधन और नए सामाजिक समीकरणों पर लगातार काम हो रहा है। ऐसे में प्रदेश अध्यक्ष का पद बेहद महत्वपूर्ण माना जा रहा है। यही कारण है कि जैसे ही संगठन में बदलाव की संभावनाओं की चर्चा शुरू हुई, कई नेताओं के नाम सोशल मीडिया पर वायरल होने लगे। हालांकि, भाजपा के वरिष्ठ नेताओं का कहना है कि पार्टी में संगठनात्मक नियुक्तियां तय प्रक्रिया के तहत होती हैं और सोशल मीडिया की चर्चाओं के आधार पर कोई निर्णय नहीं लिया जाता। पार्टी नेतृत्व फिलहाल सार्वजनिक रूप से यही संदेश दे रहा है कि संगठन पूरी तरह एकजुट है और सभी नेता आगामी चुनावी तैयारियों में जुटे हैं।

❑उत्तराखंड भाजपा में नए प्रदेश अध्यक्ष की चर्चाएं तेज
❑सोशल मीडिया पर दावेदारों की लंबी सूची, संगठन चुप
❑बदलाव होगा या महेंद्र भट्ट पर ही जताया जाएगा भरोसा

भाजपा के सामने इस समय दो बड़ी चुनौतियां हैं। पहली, सरकार की उपलब्धियों को जनता तक प्रभावी ढंग से पहुंचाना और दूसरी, युवाओं के बीच पार्टी की सकारात्मक छवि को मजबूत बनाए रखना। भर्ती परीक्षाओं, रोजगार और शिक्षा जैसे मुद्दे पहले ही राजनीतिक बहस के केंद्र में हैं। ऐसे में संगठन का नेतृत्व किसके हाथ में होगा, यह केवल संगठनात्मक नहीं बल्कि राजनीतिक दृष्टि से भी महत्वपूर्ण प्रश्न बन गया है। विपक्ष भी इन चर्चाओं पर पैनी नजर बनाए हुए है। कांग्रेस का आरोप है कि भाजपा के भीतर सब कुछ सामान्य नहीं है और नेतृत्व परिवर्तन की चर्चाएं संगठन के अंदरूनी असंतोष का संकेत हैं। वहीं भाजपा इस दावे को पूरी तरह खारिज करते हुए इसे विपक्ष की राजनीतिक व्याख्या बता रही है।

सोशल मीडिया ने इस पूरे घटनाक्रम को और दिलचस्प बना दिया है। अलग-अलग दावेदारों के समर्थन में पोस्ट, वीडियो और संदेश लगातार साझा किए जा रहे हैं। कई पोस्ट में संभावित नामों का दावा किया जा रहा है, लेकिन इनमें से किसी भी दावे की आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है। सोशल मीडिया का माहौल और संगठन का वास्तविक निर्णय हमेशा एक जैसा हो, यह जरूरी नहीं होता। भाजपा के केंद्रीय नेतृत्व की कार्यशैली को देखते हुए यह भी माना जा रहा है कि यदि संगठन में कोई बदलाव होता है तो उसका फैसला अचानक और औपचारिक घोषणा के साथ सामने आएगा। वहीं यदि पार्टी मौजूदा नेतृत्व पर ही भरोसा कायम रखती है, तो सोशल मीडिया पर चल रही चर्चाओं पर स्वत: विराम लग सकता है।

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

65 लखपति दीदियों को किया सम्मानित

हमारे संवाददाता

देहरादून। धर्मपुर विधानसभा क्षेत्र में भाजपा महिला मोर्चा महानगर द्वारा आयोजित 'लखपति दीदी सम्मेलन' में 65 लखपति दीदी जो जमीनी स्तर पर काम कर रही है उन्हें इस भाजपा के मंच से सम्मानित किया गया। जिसमे राज्यसभा सांसद एवं भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, विधायक विनोद चमोली तथा महिला मोर्चा प्रदेश अध्यक्ष रुचि भट्ट की गरिमामयी उपस्थिति रही।

इस अवसर पर राज्यमंत्री श्रीमती विनोद उनियाल, राज्यमंत्री श्रीमती अनुराधा वालिया , मुख्य वक्ता डॉ. अंजली सेमवाल, महिला मोर्चा प्रभारी डॉ. भावना डोभाल, प्रदेश मीडिया सहसंयोजक काजल सूद, महानगर अध्यक्ष श्रीमती सुमन सिंह, महामंत्री श्रीमती मोना काला, कार्यक्रम संयोजक श्रीमती हेमा परिहार, मंडल अध्यक्ष महिला मोर्चा मधुबाला डंगवाल, जिला एवं मंडल पदाधिकारी तथा बड़ी संख्या में स्वयं सहायता समूहों से लता सेमवाल, अनीता असवाल, लक्ष्मी पवार ,सुनीता तमांग ,सरिता थापा, नीतू कला, बिना कंडवाल, अनीता कुकसाल, अनीता भट्ट ,भुवनेश्वरी रावत, रूपा , निक्की, संगीता,एवं काफी संख्या में मातृशक्ति उपस्थित रही।

शिवसेना ने पक्ष प्रमुख उद्धव साहेब ठाकरे का 67 वां जन्मदिन मनाया

संवाददाता

देहरादून। यहां शिवसेना देहरादून इकाई द्वारा आज हिंदू हृदय सम्राट ब्रह्मलीन बाला साहेब ठाकरे के सुपुत्र, महाराष्ट्र के पूर्व मुख्यमंत्री एवं शिवसेना पक्ष प्रमुख उद्धव साहेब ठाकरे का 67 वा जन्मदिन समाज सेवा के माध्यम से धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर शिवसेना कार्यकर्ताओं ने साधू राम इंटर कॉलेज में स्कूली बच्चों को छाते वितरित किए। इस सेवा कार्य के माध्यम से बच्चों को शिक्षा के प्रति प्रोत्साहित करने के साथ समाज सेवा का संदेश भी दिया गया। शिवसेना उत्तराखंड प्रमुख गौरव कुमार ने कहा कि आज का दिन सभी शिवसैनिकों के लिए अत्यंत हर्ष और गौरव का अवसर है। इस अवसर पर शिवसेना उप प्रमुख पंकज तायल, जिला प्रमुख अमित कर्णवाल, शिवम् गोयल, रोहित बेदी, मनमोहन साहनी, विजय गुलाटी आदि उपस्थित रहे।

खिलाड़ियों का सम्मानः आईआरबी द्वितीय, देहरादून में ट्रैक सूट वितरित

हमारे संवाददाता

देहरादून। डॉ. विशाखा अशोक भदाणे, सेनानायक, आईआरबी द्वितीय, देहरादून द्वारा वाहिनी की बॉस्केटबॉल प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को प्रोत्साहन एवं सम्मान स्वरूप ट्रैक सूट प्रदान किए गए।

इस अवसर पर सेनानायक ने खिलाड़ियों के उत्कृष्ट प्रदर्शन की सराहना करते हुए उन्हें भविष्य में भी अनुशासन, समर्पण एवं खेल भावना के साथ निरंतर उत्कृष्ट प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित किया। खिलाड़ियों ने इस सम्मान के लिए सेनानायक के प्रति आभार व्यक्त करते हुए भविष्य में भी वाहिनी एवं विभाग का नाम गौरवान्वित करने का संकल्प व्यक्त किया।

मोबाइल गेमिंग के चक्कर में युवक ने दी जान

हमारे संवाददाता

उधमसिंह नगर। कुंडेश्वरा गांव में एक दर्दनाक घटना सामने आयी है। यहां 20 वर्षीय युवक मनीष ने अपने ही घर के कमरे में पंखे से लटककर आत्महत्या कर ली। शुरुआती पुलिस जांच में मोबाइल गेमिंग की लत को आत्महत्या की संभावित वजह माना जा रहा है। वहीं, घटना से पहले युवक द्वारा अपना मोबाइल फोन फॉर्मेट कर डेटा डिलीट किए जाने से मामला और भी रहस्यमय हो गया है। पुलिस अब हर पहलू से मामले की गहन जांच में जुटी है।

घटना शनिवार शाम की है। मनीष घर पर अपनी मां के साथ था, जबकि उसके पिता रमेश रोज की तरह काम पर गए हुए थे। काफी देर तक कमरे से बाहर नहीं आने पर मां उसे बुलाने पहुंची। जैसे ही उन्होंने कमरे का दरवाजा खोला, सामने बेटे का शव पंखे से लटका देख उनके होश उड़ गए। मां की चीख-पुकार सुनकर आसपास के लोग मौके पर पहुंचे और युवक को नीचे उतारा, लेकिन तब तक उसकी मौत हो चुकी थी। इसके बाद पुलिस को सूचना दी गई। सूचना मिलते ही कुंडेश्वरी चौकी पुलिस मौके पर पहुंची और घटनास्थल का निरीक्षण किया। शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेजा गया। रविवार को पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया। घटना के बाद परिवार में कोहराम मचा हुआ है और गांव में शोक का माहौल है। कुंडेश्वरी चौकी प्रभारी मनोज धोनी ने बताया कि शुरुआती जांच में यह तथ्य सामने आया है कि मनीष को मोबाइल फोन पर गेम खेलने की गंभीर लत थी। परिजनों और आसपास के लोगों से पूछताछ में भी इस बात की पुष्टि हुई है कि वह घंटों मोबाइल पर गेम खेलता रहता था। पुलिस इसी एंगल को भी गंभीरता से जांच रही है।

डीएम और एसएसपी ने कांवड मेला व्यवस्थाओं का किया निरीक्षण

नई टिहरी(आरएनएस)। ?कांवड़ मेला सुरक्षित और सुव्यवस्थित संपन्न कराने के लिए डीएम नितिका खंडेलवाल और एसएसपी श्वेता चौबे ने मुनिकीरेती और तपोवन क्षेत्र के कांवड़ यात्रा मार्ग, पार्किंग स्थल और अन्य व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। उन्होंने मुनिकीरेती पालिका सभागार में संबंधित विभागीय अधिकारियों के साथ बैठक व्यवस्थाओं पर चर्चा कर जरूरी निर्देश दिए। कांवड़ मेला 30 जुलाई से 10 अगस्त तक चलेगा। इस दौरान मुनिकीरेती और तपोवन क्षेत्र में काफी बड़ी संख्या में कावंड़ियों के पहुंचने की उम्मीद है। श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए प्रशासन और पुलिस कई दिनों से व्यवस्था बनाने में जुटा हुआ है। मुनिकीरेती और तपोवन क्षेत्र में व्यवस्थाओं का जायजा लेने पहुंचीं डीएम और एसएसपी ने जानकी पुल, मुनिकीरेती, तपोवन क्षेत्र, रामझूला पुल और बजरंग सेतु सहित प्रमुख कांवड़ यात्रा मार्गों का निरीक्षण किया। कांवड़ यात्रा के दौरान रामझूला पुल को अस्थायी रूप से बंद रखने को कहा गया। पुलिस और एसडीआरएफ की तैनाती, घाटों की सुरक्षा, शौचालय, पार्किंग और अन्य मूलभूत सुविधाओं का जायजा लेते हुए घाटों पर सुरक्षा चेन लगाने, गंगा के जलस्तर की निरंतर निगरानी रखने के निर्देश दिए। कहा गया कि आवागमन सुचारु रखने के लिए पुलों पर रुककर फोटो और वीडियो नहीं बना सकेंगे। ढालवाला, चंद्रभागा और मुनिकीरेती में पार्किंग स्थलों पर पार्किंग रेट सूची लगाने, पथ प्रकाश व्यवस्था, बैरिकेडिंग, सीसीटीवी लगाने को कहा गया। यात्रा क्षेत्र में सफाई व्यवस्था हर समय चाक-चौबंध रखने और यात्रा मार्गों से अतिक्रमण हटाने के निर्देश दिए गए।

90 बाल खिलाड़ियों ने दिए फिजिकल बैटरी टेस्ट

पौड़ी(आरएनएस)। मुख्यमंत्री उदीयमान खिलाड़ी उन्नयन योजना-2026 के तहत विकासखंड कीर्तिनगर की ब्लॉक स्तरीय चयन प्रक्रिया राजकीय इंटर कॉलेज किलकिलेश्वर के क्रीड़ा प्रांगण में शुरू हुई। पहले दिन 8 से 14 वर्ष आयु वर्ग के 90 बाल खिलाड़ियों ने शटल रन, मेडिसिन बॉल थ्रो, 600 मीटर दौड़, स्टैंडिंग ब्रॉड जंप, फॉरवर्ड बेंड रीच और 30 मीटर फ्लाइंग स्टार्ट जैसे फिजिकल बैटरी टेस्ट में प्रतिभाग किया। 24 से 27 जुलाई तक चलने वाली चयन प्रक्रिया में विभिन्न विद्यालयों के खिलाड़ी हिस्सा ले रहे हैं। ब्लॉक क्रीड़ा समन्वयक (माध्यमिक शिक्षा) कीर्तिनगर सतीश बलूनी ने बताया कि शनिवार 25 जुलाई को बालिकाओं के चयन ट्रायल होंगे। चयनित खिलाड़ियों की ब्लॉक स्तरीय सूची जारी कर उन्हें जिला स्तरीय प्रतियोगिता में प्रतिभाग कराया जाएगा। आयोजन में प्रधानाचार्य जेएस चौहान, कमलेश्वर, वीर विक्रम, सुभाष, प्रियादर्शन, प्रवीण, शमशेर, अवतार, अंकित, अजय, कमली बिष्ट, अंजु, विनिता, शशि और रोशनी सहित अन्य लोगों ने सहयोग किया।

मोबाइल नेटवर्क की समस्याओं को प्राथमिकता से हल करें

चमोली(आरएनएस)। जिलाधिकारी गौरव कुमार ने कलेक्ट्रेट में आयोजित जिला दूरसंचार समिति की बैठक ली। डीएम ने दूरसंचार कंपनियों को जिले में मोबाइल नेटवर्क की समस्याओं को प्राथमिकता के आधार पर हल करने के निर्देश दिए हैं।उन्होंने मोबाइल नेटवर्क विस्तार, फॉर जी सेचुरेशन और भारत नेट परियोजना की समीक्षा करते हुए कहा कि निर्माणाधीन और प्रस्तावित टावरों का निर्माण जल्द पूरा किया जाए ताकि दूरस्थ क्षेत्रों में कवरेज, इंटरनेट स्पीड और कॉल गुणवत्ता बेहतर हो सके। उन्होंने विशेष रूप से लोंग सेगड़ी, कुनीगाड़, ईराणी और बिरही जैसे गांवों की शिकायतों को गंभीरता से निस्तारित करने और नए टावरों के लिए सर्वे कर सूची बनाने को कहा। इसके साथ ही भारत नेट परियोजना के तहत स्कूलों, आंगनबाड़ी, पीएचसी, सीएचसी व पंचायत भवनों में हाई-स्पीड ब्रॉडबैंड कनेक्टिविटी के लिए सूची आईटीडीए को भेजने के निर्देश दिए। बैठक में एडीएम विवेक प्रकाश, सीएमओ डॉ. अभिषेक गुप्ता, ई-डिस्ट्रिक्ट मैनेजर जयवीर नेगी, अधिशासी अधिकारी अनिल कुमार सहित दूरसंचार कंपनियों के अधिकारी उपस्थित रहे।

डाबरा तोक को जोड़ने वाला खस्ताहाल मार्ग बना खतरा

उत्तरकाशी(आरएनएस)। विकासखंड मोरी की ग्राम पंचायत ओसला में सड़क से डाबरा तोक तक जाने वाला अश्व व जनसंपर्क मार्ग खस्ताहाल और संकरा होने से ग्रामीणों के लिए परेशानी का ककारण बना हुआ है। बरसात के दौरान मार्ग की स्थिति और अधिक खराब होने लगी है जिससे पैदल चलना जोखिमभरा हो गया है।ग्रामीणों ने मार्ग की हालत में सुधार की मांग के लिए एसडीएम को ज्ञापन भी दिया। ग्रामीणों ने बताया कि गांव के बीच से गुजरने वाला यह मार्ग लंबे समय से बदहाल स्थिति में है। कई स्थानों पर मार्ग इतना संकरा हो चुका है कि एक व्यक्ति का सुरक्षित निकलना भी मुश्किल हो रहा है। इसका सबसे अधिक असर स्कूली बच्चों व बुजुर्गों और दैनिक आवाजाही करने वाले ग्रामीणों पर पड़ रहा है। ग्राम प्रधान बृजमोहन लाल ने बताया कि ओसला विश्व प्रसिद्ध पर्यटन गांव है जहां हर वर्ष बड़ी संख्या में देश-विदेश से पर्यटक पहुंचते हैं। ऐसे में मार्ग की जर्जर स्थिति क्षेत्र की पर्यटन छवि को भी प्रभावित कर रही है। उनका कहना है कि मार्ग का चौड़ीकरण होने से ग्रामीणों को सुरक्षित आवागमन की सुविधा मिलेगी, साथ ही पर्यटन गतिविधियों को भी नया बढ़ावा मिलेगा। ज्ञापन पर ग्राम प्रधान बृजमोहन लाल सहित मीनाक्षी राणा, जगतिमां पंवार, रमेश मलाठा, विजय राणा, रमेश चौहान, दीपक राणा, त्रेपन दास, दीपक रावत, गोविंद राणा, प्रेम चौहान, बिशन लाल, रणदेव राणा समेत कई ग्रामीणों के हस्ताक्षर हैं।

पहाड़ के हर घर था अपना 'बीज बैंक'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के पहाड़ों में खेती केवल अन्न उगाने का माध्यम नहीं रही, बल्कि यह संस्कृति, परंपरा और आत्मनिर्भरता की जीवनरेखा रही है। यहां हर गांव में कभी बीजों का अपना खजाना हुआ करता था। एक किसान के पास यदि मंडुवा, झंगोरा, गहत, भट्ट, राजमा, चौलाई, रामदाना, जख्या, तिल, उड़द और स्थानीय धान की किस्में सुरक्षित थीं, तो उसे समृद्ध माना जाता था। आज जब बाजार हाइब्रिड बीजों और रासायनिक खेती की ओर बढ़ चुका है, तब भी पहाड़ के कुछ गांव ऐसे हैं, जहां पारंपरिक बीजों की यह विरासत अब भी सांस ले रही है। यह केवल खेती की कहानी नहीं, बल्कि उस विश्वास की कहानी है कि बीज बचेंगे, तभी पहाड़ बचेगा।

पहाड़ की महिलाएं फसल कटने के बाद सबसे पहले अगले साल के लिए सबसे स्वस्थ और अच्छे दानों को अलग रखती थीं। इन बीजों को राख, नीम की पत्तियों, भांग की पत्तियों या मिट्टी के बर्तनों में सुरक्षित रखा जाता था। न कोई कंपनी, न कोई पैकेट और न ही हर साल बीज खरीदने की मजबूरी। गांवों में बीजों का लेन-देन भी रिश्तों की तरह होता था। यदि किसी किसान का बीज खराब हो जाए तो पड़ोसी बिना किसी कीमत के उसे बीज दे देता था। इसे केवल मदद नहीं, बल्कि सामाजिक जिम्मेदारी माना जाता था।

पहाड़ के पारंपरिक बीज केवल फसल नहीं, बल्कि स्थानीय जलवायु के अनुरूप विकसित हुई पीढ़ियों की बुद्धिमत्ता हैं। मंडुवा-कम पानी में भी अच्छी पैदावार, कैल्शियम और आयरन से भरपूर,झंगोरा सूखे क्षेत्रों का भरोसेमंद अनाज,गहत-दाल ही नहीं, पारंपरिक चिकित्सा का भी हिस्सा,भट्ट-पहाड़ी व्यंजनों की शान और प्रोटीन का बड़ा स्रोत,चौलाई और रामदाना-पोषण से भरपूर और लंबे समय तक सुरक्षित रहने वाली फसलें,जख्या उत्तराखंड के स्वाद की पहचान। इन बीजों की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि यह पहाड़ की कठोर जलवायु में भी टिके रहते हैं और कम संसाधनों में खेती संभव बनाते हैं।

पिछले दो दशकों में कृषि बाजार तेजी से बदला। अधिक उत्पादन के वादे के साथ हाइब्रिड बीज गांवों तक पहुंचे। धीरे-धीरे

❑बाजार के दौर में भी नहीं बदला पहाड़ की खेती का वह मूलमंत्र
❑बाजार के हाइब्रिड दौर में भी जिंदा है पारंपरिक बीजों की विरासत
❑खेतों से लेकर संस्कृति तक बचाए हुए हैं पहाड़ के गांवों की पहचान

किसानों ने पारंपरिक किस्मों की जगह बाजार से खरीदे जाने वाले बीजों को अपनाना शुरू किया। इसके कई दुष्परिणाम सामने आए है। इसमें हर साल नया बीज खरीदने की मजबूरी, रासायनिक खाद और कीटनाशकों पर बढ़ती निर्भरत, स्थानीय किस्मों का तेजी से लुप्त होना, खेती की लागत में लगातार वृद्धि और जलवायु परिवर्तन के प्रति फसलों की संवेदनशीलता प्रमुख है। आज कई गांव ऐसे हैं जहां कभी उगने वाली स्थानीय धान या गेहूं की किस्मों के नाम तक नई पीढ़ी नहीं जानती।

विशेषज्ञ मानते हैं कि पारंपरिक बीज जलवायु परिवर्तन के दौर में सबसे अधिक उपयोगी साबित हो सकते हैं। अनियमित बारिश, सूखा और तापमान में बदलाव जैसी परिस्थितियों में स्थानीय बीज अपेक्षाकृत अधिक अनुकूल रहते हैं। यही कारण है कि कृषि वैज्ञानिक अब फिर से स्थानीय बीजों के संरक्षण और उनके वैज्ञानिक दस्तावेजीकरण पर जोर दे रहे हैं। पहाड़ की ग्रामीण महिलाओं ने इस विरासत को बचाने में सबसे बड़ी भूमिका निभाई है। स्वयं सहायता समूह, महिला मंगल दल और कई स्थानीय संगठन गांव-गांव में बीज संरक्षण अभियान चला रहे हैं।

कुछ स्थानों पर सामुदायिक बीज बैंक बनाए गए हैं, जहां किसान पारंपरिक बीज जमा भी करते हैं और आवश्यकता पड़ने पर वापस भी लेते हैं। इससे बीजों की विविधता बनी रहती है। पहाड़ में जैविक खेती को बढ़ावा देने के साथ-साथ पारंपरिक बीजों की मांग भी बढ़ रही है। महानगरों में मंडुवा, झंगोरा, गहत और भट्ट जैसे उत्पाद अब ष्सुपर फूडष् के रूप में बिक रहे हैं। विडंबना यह है कि जिन अनाजों को कभी गरीब का भोजन कहा जाता था, वही आज स्वास्थ्य के प्रति जागरूक लोगों की पहली पसंद बनते जा रहे हैं। पर्वतीय क्षेत्रों से लगातार हो रहे पलायन ने पारंपरिक खेती को सबसे बड़ा झटका दिया है। खेत खाली हुए तो बीज भी गायब होने लगे। जिन परिवारों ने पीढ़ियों तक बीजों को संभाला, उनके गांव छोड़ने के साथ वह ज्ञान भी धीरे-धीरे समाप्त होता गया।

विशेषज्ञों का मानना है कि केवल सरकारी योजनाएं पर्याप्त नहीं होंगी। गांव स्तर पर बीज मेलों, स्थानीय बीज बैंक, स्कूलों में कृषि शिक्षा और किसानों को पारंपरिक बीजों के संरक्षण के लिए प्रोत्साहन जैसी पहल जरूरी हैं। यदि आज इन बीजों को संरक्षित नहीं किया गया तो आने वाली पीढ़ियां केवल किताबों में पढ़ेंगी कि कभी उत्तराखंड के खेतों में सैकड़ों स्थानीय किस्में उगती थीं। पहाड़ का भविष्य केवल सड़कों, सुरंगों और बड़े निवेश से तय नहीं होगा। वह इस बात से भी तय होगा कि क्या हम अपनी मिट्टी के मूल बीज बचा पाए। पारंपरिक बीज केवल कृषि की धरोहर नहीं, बल्कि खाद्य सुरक्षा, जैव विविधता, लोक संस्कृति और आत्मनिर्भरता का आधार हैं। पहाड़ के लिए आज सबसे बड़ा प्रश्न यह नहीं है कि अगली फसल कौन-सी होगी, बल्कि यह है कि अगली पीढ़ी के पास अपने खेतों के मूल बीज बचेंगे भी या नहीं।

पास छात्र को ऑनलाइन रिजल्ट में दिखा दिया फेल

चमोली(आरएनएस)। बीएससी पंचम सेमेस्टर के रिजल्ट में विश्वविद्यालय ने एक छात्र को अनुत्तीर्ण दिखाया। छात्र ने जब आरटीआई लगाई तो कॉपी में 49 नंबर आए थे। अब छात्र ने श्री देव सुमन विवि प्रशासन से त्रुटि ठीक करने की मांग की। कर्णप्रयाग महाविद्यालय के बीएससी पंचम सेमेस्टर के छात्र महावीर सिंह ने बताया कि तो ऑनलाइन रिजल्ट देखने पर विश्वविद्यालय ने अंकतालिका में उन्हें अनुत्तीर्ण दिखाया था।

उन्होंने आरटीआई लगाकर कॉपी देखने की मांग की। जब विश्वविद्यालय की ओर से उनके ईमेल पर कॉपी भेजी गई तो उसमें 49 दर्ज थे। अब छात्र ने विश्वविद्यालय प्रशासन से त्रुटि सुधारने के लिए पत्र लिखा। छात्र संघ अध्यक्ष लक्ष्मण सिंह ने बताया कि श्री देव विश्वविद्यालय की लापरवाही से छात्र-छात्राओं को महाविद्यालय और विश्वविद्यालय के चक्कर काटने को मजबूर हैं। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. राम अवतार सिंह ने कहा कि छात्र-छात्राओं की समस्याओं को महाविद्यालय के माध्यम से विश्वविद्यालय को अवगत कराया जाता है।

वरिष्ठ वित्त अधिकारी को हटाने को लेकर विवि कर्मियों ने किया धरना प्रदर्शन

नई टिहरी (आरएनएस)। श्रीदेव सुमन विश्वविद्यालय मुख्यालय बादशाहीथौल के अधिकारियों और कर्मियों ने विवि के वरिष्ठ वित्त अधिकारी पर अनियमितताओं और उत्पीड़न का आरोप लगाते हुए विवि परिसर में प्रदर्शन किया।

उन्होंने सचिव वित्त उत्तराखंड को ज्ञापन भेजकर उन्हें शीघ्र हटाने की मांग की।बादशाहीथौल में श्रीदेव सुमन विवि के अधिकारी-कर्मचारियों ने प्रदर्शन करते हुए कहा कि अगस्त 2024 में मनोज कुमार पांडे को विवि में वरिष्ठ वित्त अधिकारी का अतिरिक्त कार्यभार सौंपा गया था लेकिन वह विवि के शिक्षकों व कार्मिकों का लगातार उत्पीड़न कर रहे हैं।

परीक्षा नियंत्रक डॉ. स्वाति नेगी के माध्यम से वित्त सचिव को भेजे ज्ञापन में आरोप लगाया कि पांडे विवि में कार्यों के देयकों का भुगतान लटकाए रखते हैं। अपने निहित स्वार्थ के बिलों का तत्काल भुगतान कर देते हैं।

कहा कि पांडे को 2025-2026 में स्मार्ट सिटी का अतिरिक्त प्रभार भी सरकार की ओर से दिया गया है। वह तीन विभागों के वाहन का अनुचित उपयोग कर रहे हैं। मूल विभाग एसटीओ टिहरी, स्मार्ट सिटी से आवंटित वाहन और विश्वविद्यालय से भी वाहन लेकर वित्तीय अनियमितता कर रहे हैं।

कहा विश्वविद्यालय को वित्तीय हानि पहुंचाते हुए मोटी रकम अनुबंधित फर्म को भुगतान की गई। विवि में विक्रांत आउटसोर्सिंग फर्म से कार्यरत कार्मिकों को श्रम विभाग की प्रचलित दरों से न्यून दरों पर भुगतान किया है। विवि के शिक्षकों, अधिकारियों एवं कर्मियों के वेतन का भुगतान बजट होने के बावजूद भी नहीं किया जा रहा है।

कर्मियों के जीपीएफ के संबंध में स्पष्ट कार्यवाही नहीं की है। कर्मियों ने वित्त अधिकारी को तत्काल विवि से हटाने की मांग की है। प्रदर्शन करने वालों में उप परीक्षा नियंत्रक डॉ. हेमंत बिष्ट, राहुल सजवाण, अभिषेक, जयपाल, मनोज, आजाद, सुषमा नेगी,संगीता, सतेंद्र सिंह, दीपक राज, सोहन, बलवीर , रविंद्र सिंह आदि मौजूद थे।

नींबू पानी पीने से क्या हाई बीपी कंट्रोल में रहता है?

हाई बीपी के मरीज को डॉक्टर अक्सर ज्यादा नमक या गर्म चीज खाने से मना करते हैं। लेकिन क्या नींबू पानी पीने से हाई बीपी कंट्रोल में रहता है? हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक हाई बीपी काफी ज्यादा खतरनाक है क्योंकि इसमें दिल पर इतना ज्यादा प्रेशर बढ़ता है कि इससे धमनियों को नुकसान भी हो सकता है। जिसके कारण दूसरी खतरनाक बीमारी होने का जोखिम भी बढ़ता है। ऐसे में सवाल यह उठता है कि क्या नींबू पानी पीना सही होगा? नींबू पानी में सोडियम की मात्रा काफी ज्यादा होती है तो वह बीपी बढ़ा सकता है। वहीं नींबू में पाए जाने वाला विटामिन सी धमनियों और नसों के लिए बहुत अच्छा होता है।

क्या नींबू पानी तुरंत ब्लड प्रेशर को कम कर सकता है?

रिपोर्ट के मुताबिक नींबू में फ्लेवोनोइड्स और कैरोटेनॉइड भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। ऐसे में अगर हाई बीपी के मरीज नींबू पानी पिएंगे तो उन्हें काफी फायदा मिलेगा। इसके अलावा इसमें फाइबर भरपूर मात्रा में होती जो नसों में फंसी गंदगी को डिटॉक्स और बाहर निकालने का काम करती है। यह एक तरह से क्लींजर की तरह काम करता है। नसों में जमा खराब और गंदा कोलेस्ट्रॉल को निकालने का काम करती है। जिससे बीपी कंट्रोल में रहता है।

हाइड्रेट रखने के लिए नींबू अच्छा है

हाई बीपी नींबू पीने से कई सारे फायदे हैं। शरीर को हाइड्रेट करने का काम यह अच्छा है। साथ ही यह बीपी के मरीजों के लिए यह काफी अच्छा होता है क्योंकि यह नसों को हेल्दी रखने के लिए फायदेमंद है। साथ ही साथ यह ब्लड सर्कुलेशन को भी अच्छा रखता है। हाई बीपी के मरीज के लिए यह काफी ज्यादा अच्छा होता है।

नींबू पानी होते हैं एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर

नींबू पानी एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं। इसमें फाइन रेडिकल्स होते हैं जो दिल को नुकसान पहुंचाने से बचाता है। जिसकी वजह से ब्लड वेसेल्स ठीक ढंग से काम करता है। और दिल की बीमारी का जोखिम कम होता है। इन रिपोर्टों के आधार पर यह कह सकते हैं कि नींबू पानी हाई बीपी के मरीज के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद है। अगर किसी को हाई बीपी की शिकायत है तो वह आराम से नींबू पानी पी सकते हैं। आप नमक की जगह काला नमक या सेंधा नमक का इस्तेमाल करेंगे तो वह ज्यादा फायदा पहुंचाएगा। (आरएनएस)

बीपी ज्यादा रहता है तो क्या खाली पेट चाय पीना सही है या गलत?

हाई बीपी और दिल से जुड़ी बीमारी इन दिनों हमारी लाइफस्टाइल से जुड़ सी गई है। हर दूसरा व्यक्ति हाई बीपी और हार्ट अटैक के जोखिम से जूझ रहा है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि हाई बीपी-डायबिटीज के तार बाकी दूसरी बीमारियों से जुड़े हुए हैं। हेल्थ एक्सपर्ट हो या डॉक्टर अक्सर यह कहते हैं कि हाई बीपी या हार्ट से जुड़ी बीमारी कहीं न कहीं हमारी खराब लाइफस्टाइल के कारण होता है। खासकर भारतीय की लाइफस्टाइल में चाय का एक अहम महत्व है। ज्यादातर लोग चाय से ही अपने दिन की शुरुआत करते हैं। बिना चाय पिए उनकी दिन की शुरुआत नहीं होता है लेकिन सवाल यह उठता है कि क्या हाई बीपी के मरीज को खाली पेट चाय पीनी चाहिए। आज हम इसी पर चर्चा करेंगे।

हाई बीपी के मरीज को क्या खाली पेट चाय पीना चाहिए या नहीं

हाई बीपी के मरीज को हमेशा दूध वाली चाय पीने से बचना चाहिए। क्यों दूध वाली चाय बीपी कम करने के बजाय बढ़ा सकती है। सिर्फ इतना ही नहीं यह गैस और ब्लड वेसेल्स को सिकुड़ जरूर देती है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि दिल ब्लड को पंप करने का काम करता है। हाई बीपी में दिल पर प्रेशर पड़ता है। जिसके कारण हाई बीपी की समस्या हो सकती है। इसलिए खाली पेट दूध वाली चाय पीने से बचें।

हाई बीपी में कौन सी चाय पिएं

ग्रीन टी

हाई बीपी के मरीज के लिए सबसे अच्छी चाय होती है ग्रीन टी। ग्रीन टी सिकुड़े हुए ब्लड वेसेल्स को खोलने का काम करता है। साथ ही साथ हाई बीपी की समस्या को भी कम करता है। ग्रीन टी में जो एंटीऑक्सीडेंट्स और कैटेचिन होते हैं वह ब्लड वेसेल्स को खोलने का काम करता है जिसके कारण ब्लड सर्कुलेशन ठीक होता है।

ब्लैट टी

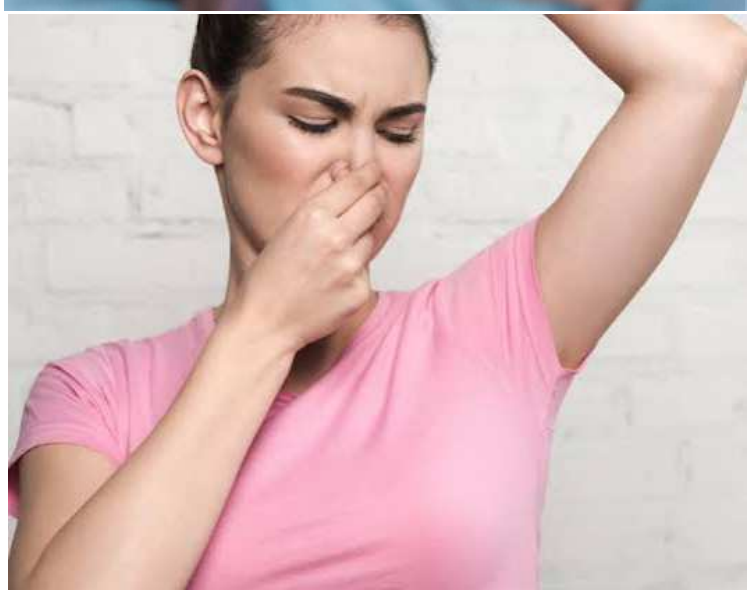
अगर हाई बीपी वाले ब्लैक टी भी पिएंगे तो वह उनके ब्लड वेसेल्स के लिए अच्छा है। साथ ही साथ दिल से जुड़ी कई समस्याओं को ठीक करने में भी मदद करता है। हाई बीपी के मरीज नींबू की चाय भी पी सकते हैं। (आरएनएस)

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

पसीने की दुर्गंध दूर करने के लिए अपनाएं घरेलू नुस्खे



गर्मियों के मौसम में त्वचा के पसीने पर मौजूद बैक्टीरिया के कारण शरीर से गंध आने लगती है। अक्सर यह गंध आपको दूसरों के सामने शर्मसार कर देती है। इससे छुटकारा पाने के लिए ज्यादातर लोग परफ्यूम का इस्तेमाल कर लेते हैं, लेकिन इसका असर कुछ ही समय के लिए होता है। आइए आज हम आपको शरीर की गंध दूर करने के लिए 5 असरदार प्राकृतिक और घरेलू उपचार बताते हैं।

सेब का सिरका

सेब का सिरका अम्लीय होता है और यह एंटी-माइक्रोबियल गुणों के लिए जाना जाता है। इस कारण यह बैक्टीरिया को नष्ट करता है और अंडरआर्म्स में पीएच स्तर को कम करता है। इसके अलावा यह शरीर के दुर्गंध को कम करता है क्योंकि यह पसीने के उत्पादन को भी कम देता है। लाभ के लिए सेब के सिरके में एक कॉटन बॉल डुबोएं और फिर इसे अपनी अंडरआर्म्स पर लगाएं। बेहतर परिणाम के लिए इसे दिन में 2 बार लगाएं।

बेकिंग सोडा

बेकिंग सोडा अंडरआर्म्स के पीएच स्तर को ठीक करके उन्हें ताजा और बैक्टीरिया से मुक्त रखता है। इस उपाय को करने के लिए अपने अंडरआर्म्स पर बेकिंग पाउडर को टैल्कम पाउडर की तरह थपथपाएं और कुछ देर के लिए छोड़ दें। इसके अलावा आप बेकिंग सोडा में पानी मिलाकर इसके पेस्ट को अंडरआर्म्स पर लगा सकते हैं और फिर इसके सूखने के बाद इसे गुनगुने पानी से धो लें।

टमाटर का रस

टमाटर का रस एंटी-माइक्रोबियल और एंटी-सेप्टिक गुणों से भरपूर होता है, जो इसे शरीर की दुर्गंध से छुटकारा पाने के लिए एक प्रभावी उपचार बनाता है। यह आपके अंडरआर्म्स में अत्यधिक पसीने के उत्पादन और संचय को नियंत्रित करता है। इसके साथ ही यह गंध पैदा करने वाले बैक्टीरिया और संक्रमण को भी मारता है। लाभ के लिए टमाटर के रस में एक कपड़ा भिगोकर अपने अंडरआर्म्स पर लगा लें।

नीम की पत्तियां

नीम आयुर्वेद में सबसे अधिक मांग वाली जड़ी-बूटियों में से एक है, जो कई स्वास्थ्य लाभों से भरपूर है। एंटी-सेप्टिक, एंटी-माइक्रोबियल और एंटी-बैक्टीरियल गुणों से भरपूर नीम शरीर की गंध को प्रभावी ढंग से दूर करने में मदद कर सकता है। लाभ के लिए 1 बड़ी चम्मच नीम की पत्तियों का पाउडर लें और फिर उसमें थोड़ा पानी मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को अपने अंडरआर्म्स पर लगाएं और फिर सूखने के बाद इसे धो लें।

नींबू का रस

नींबू एंटी-सेप्टिक गुणों से भरपूर होता है, जो दुर्गंध पैदा करने वाले बैक्टीरिया के विकास को कम करने में मदद कर सकता है। यह गुण शरीर की दुर्गंध को दूर करने के लिए इसे एक उत्कृष्ट घटक बनाता है। लाभ के लिए आधा नींबू निचोड़ें और इसके रस को अपने अंडरआर्म्स पर मलें। इसके बाद जब नींबू का रस अवशोषित हो जाए तो फिर इसे पानी से धो लें।

शब्द सामर्थ्य -002

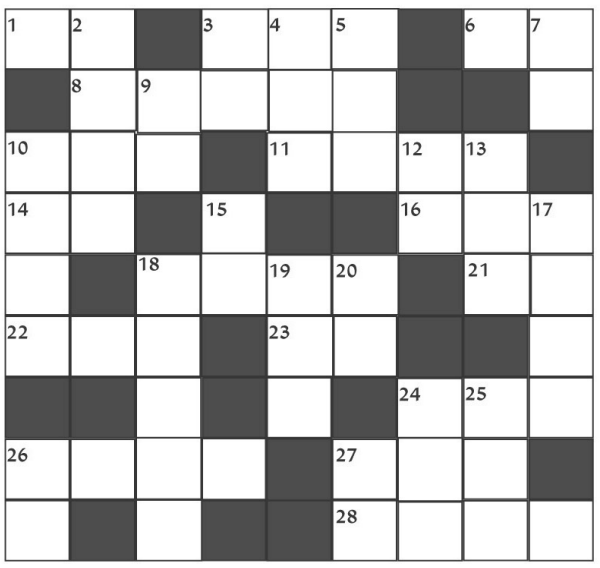
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. याद, स्मरण 3. अग्नि, आग, पवित्र करने वाला 6. गौ जाति का नर 8. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 10. मुस्कुराहट, तबस्सुम 11. खारा, नमक के स्वाद जैसा 14. मुख्यभाग, निचोड़ 16. पिंडली व एड़ी के बीच की दोनों ओर उभरी हड्डी, गुल्फ 18. अद्भूत, विचित्र 21. सम्राट, बादशाह, नरेश 22. कृति, निर्माण करना, बनाना 23. बड़ी थाली 24. समूह, दल 26. एहसानमंद, कृतज्ञ 27. ध्वनि, सदा 28. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर।

ऊपर से नीचे

2. अपमान, अनादर, अवज्ञा 3. जल, नीर, अम्बु 4. वाणी, वादा, कथन 4. कर्म शब्द का अपभ्रंश, भाग्य 7. लकड़ी का घूमने वाला एक गोल खिलौना, बिजली का बल्ब 9. लोग, प्रजा 10. यात्री, राही, पथिक 12. कीड़ा 13. चोचला, अदा 15. दंड 17. अवैध, अनुचित 18. जो आधिकारिक न हो, जो अधिकार प्राप्त न हो 19. जैसा होना चाहिए ठीक वैसा, सत्यपरक, वाजिब 20. ताकत, शक्ति 24. प्रश्न, समस्या 25. घटना, घटना का वर्णन 26. एक प्रसिद्ध पक्षी जो रात में विचरण करता है, लक्ष्मीजी की सवारी 27. पानी, चमक।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 01 का हल

टे	ढ़ा	मे	ढ़ा		म	हा	र	त
क		ह					ज	न
	जा	न	की		क	म	नी	य
		त	म	क	ना			
म			त	ह	त		दा	ब
सी	मा			ला		स	न	द
हा	थ	म	ल	ना		वा		च
		द			घा	ल	मे	ल
	ब	द	ह	वा	स			न

क्या आप सुबह अलार्म बजने से पहले उठ जाते हैं? जानिए इसके कारण

कई लोग सुबह अलार्म बजने से पहले उठ जाते हैं, जबकि कुछ लोग अलार्म बजने के बाद भी उठने के लिए जूझते रहते हैं। अगर आप सुबह जल्दी उठने वालों में से एक हैं तो इसका कारण आपका शरीर और मन हो सकता है। यह एक अच्छी आदत है और इससे आपका दिन बेहतर ढंग से शुरू हो सकता है। आइए जानते हैं कि सुबह अलार्म से पहले उठने के पीछे का कारण क्या है।

शरीर की आंतरिक घड़ी

आपके शरीर की अपनी एक आंतरिक घड़ी होती है, जिसे जैविक घड़ी कहा जाता है। यह घड़ी आपको बताती है कि कब सोना है और कब उठना है। अगर आप हर दिन एक ही समय पर सोते और उठते हैं तो आपका शरीर इस समय को पहचान लेता है और खुद-ब-खुद उसी समय पर जागने की आदत डाल लेता है। इससे आप बिना अलार्म के भी आसानी से उठ जाते हैं।

सोने की आदत बनाना

अगर आप नियमित रूप से एक ही समय पर सोते हैं तो आपकी नींद की गुणवत्ता बेहतर होती है। इससे नींद गहरी होती है और आप सुबह तरोताजा महसूस करते हैं। इसके अलावा एक निश्चित समय पर सोने से आपका शरीर आराम महसूस करता है और सुबह उठने में कोई दिक्कत नहीं होती। यह आदत आपके शरीर को जैविक घड़ी के अनुसार काम करने में मदद करती है, जिससे आप बिना अलार्म के भी जल्दी उठ जाते हैं।

प्राकृतिक रोशनी का महत्व

सुबह की पहली किरण आपके शरीर को बताती है कि दिन शुरू हो गया है। अगर आप अपने कमरे में सुबह की रोशनी आने दें तो आपका शरीर खुद-ब-खुद जाग जाएगा। इसके लिए आप पर्दे हटाकर खिड़की खोल सकते हैं या फिर प्राकृतिक रोशनी आने वाली जगह पर सोने की कोशिश कर सकते हैं। इससे आपका शरीर जैविक घड़ी के अनुसार काम करेगा और आप बिना अलार्म के भी जल्दी उठ जाएंगे।

मानसिक तैयारी

अगर आप रात को सोने से पहले यह सोच लें कि सुबह उठकर क्या करना है तो आपका मन पहले से ही तैयार हो जाता है। इससे आप सुबह उठते ही अपने कामों में लग जाते हैं और आलस्य नहीं आता। इसके अलावा आप अपने दिमाग को शांत रखने के लिए ध्यान या सांस लेने के अभ्यास भी कर सकते हैं, जिससे आप तरोताजा महसूस करेंगे और उठते ही सक्रिय हो जाएंगे।

स्वस्थ जीवनशैली

स्वस्थ जीवनशैली अपनाने से भी सुबह जल्दी उठने में मदद मिलती है। इसके लिए आपको संतुलित भोजन, नियमित कसरत और पर्याप्त पानी पीना चाहिए। इसके अलावा तनाव मुक्त रहने के लिए योग या ध्यान कर सकते हैं। इन सभी तरीकों से आप आसानी से अपनी सुबह की दिनचर्या को बेहतर बना सकते हैं और बिना अलार्म के भी जल्दी उठ सकते हैं। रात को जल्दी सोने से भी सुबह जल्दी उठना आसान हो जाता है।

हरे या काले, कौन से अंगूर हैं ज्यादा पौष्टिक? आयुर्वेद से जानें दोनों के औषधीय लाभ

अंगूर बहुतायत मात्रा में आसानी से मिल जाते हैं। अंगूर केवल स्वादिष्ट फल नहीं है, बल्कि कई औषधीय गुणों से भरपूर हैं।

अंगूर को आयुर्वेद में द्राक्षा कहा जाता है, जो शरीर को शीतलता और पोषण दोनों देता है। हरा अंगूर शरीर में जल-संतुलन और पित्त शमन में सहायक माना जाता है, जबकि काला अंगूर रक्त को पोषण देने और थकान से उबरने में उपयोगी बताया गया है।

वहीं विज्ञान ने भी अंगूर को विटामिन से भरपूर पाया है, जो मस्तिष्क से लेकर हृदय तक के लिए लाभकारी है। यह कोशिकाओं की रक्षा करता है और शरीर में ऊर्जा का प्रसार भी तेजी से करता है।

पहले विस्तार में बात करते हैं हरे अंगूर की। हरे अंगूर स्वाद में मधुर और पाचन में हल्के होते हैं। हरे अंगूर में पित्त को शांत करने की क्षमता होती है। यह शरीर में गर्मियों में होने वाले निर्जलीकरण से बचाते हैं और पेट में होने वाली जलन को भी कम करते हैं। अगर गर्मी में लू लगने का खतरा लगता है, तब भी अंगूर का सेवन गर्म हवा से सुरक्षा प्रदान करता है।

वहीं काले अंगूर हरे अंगूर की तुलना में ज्यादा पौष्टिक और औषधीय गुणों से भरपूर होते हैं। काले अंगूर का सेवन शरीर में रक्त की मात्रा को बढ़ाता है और बल भी प्रदान करता है।

काले अंगूर स्किन को साफ करने और बालों को चमकदार बनाने में भी सहायक हैं। काले अंगूर में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं तो शरीर की आंतरिक कमजोरी और थकावट को भी दूर करते हैं और विटामिन सी और ई मिलकर बालों और स्किन को निखारने का काम करते हैं।

अब सवाल है कि अंगूर खाने का सही समय क्या है। वैसे आमतौर पर फल को कभी भी खा लिया जाता है, जो गलत है। अंगूर का सेवन सुबह और दोपहर में कर सकते हैं। लेकिन ध्यान रखने वाली बात यह है कि अंगूर का सेवन खाली पेट नहीं करना चाहिए। विटामिन सी होने की वजह से ये पेट में जलन पैदा कर सकते हैं।

मुंबई में पानी की कमी से परेशान कनिका महेश्वरी, बोलीं-अब हर बूंद का हिसाब रखना पड़ता है

टीवी अभिनेत्री कनिका महेश्वरी ने मुंबई में बढ़ते जल संकट पर चिंता जताई है। उन्होंने कहा कि पानी की कमी एक ऐसी समस्या है, जो लोगों की पूरी दिनचर्या बदल देती है। उन्होंने सरकार से इस समस्या का स्थायी समाधान निकालने की मांग की। कनिका महेश्वरी ने कहा, पानी की कमी का असर हर छोटे-बड़े काम को प्रभावित करता है। जब सुबह उठते ही यह चिंता हो कि खाना बनाने, सफाई करने या रोजमर्रा की साफ-सफाई के लिए पर्याप्त पानी मिलेगा या नहीं, तब समझ आता है कि पानी जैसी जरूरी चीज कितनी अनमोल है। हम अक्सर शहर के विकास और बेहतर सुविधाओं की बात करते हैं, लेकिन सम्मानजनक जीवन की सबसे पहली जरूरत नियमित और साफ पानी है। कनिका ने कहा, लगातार पानी की कमी लोगों को अपनी जीवनशैली बदलने पर मजबूर कर देती है। पहले जहां लोग आराम से शॉवर लेते थे, वहीं अब पानी बचाने के लिए बाल्टी से नहाना पड़ता है। हर लीटर पानी सोच-समझकर इस्तेमाल करना पड़ता है। आप अपनी जरूरतों से ज्यादा पानी की खपत का हिसाब लगाने लगते हैं। यह परेशानी हजारों परिवार हर दिन झेलते हैं। जब तक कोई खुद इस स्थिति से नहीं गुजरता, तब तक उसके मानसिक बोझ को समझ पाना आसान नहीं होता।

उन्होंने कहा, अब समय आ गया है कि जल प्रबंधन को लंबे समय की योजना के रूप में देखा जाए। शहर लगातार बढ़ रहे हैं, इसलिए पानी की व्यवस्था भी उसी हिसाब से मजबूत होनी चाहिए। लोगों को हर बार पानी की कमी के हिसाब से अपनी जिंदगी ढालने के लिए मजबूर नहीं होना चाहिए। साफ और नियमित पानी की आपूर्ति कोई सुविधा नहीं, बल्कि हर परिवार का बुनियादी अधिकार है।

कनिका ने कहा, पानी बचाने की आदत सिर्फ संकट के समय नहीं होनी चाहिए। हमें रोजमर्रा की जिंदगी में भी पानी की बर्बादी रोकनी होगी। जहां रिसाव हो, उसे तुरंत ठीक कराना चाहिए। जितना संभव हो, पानी का दोबारा इस्तेमाल करना चाहिए और छोटी-छोटी सावधानियां अपनानी चाहिए। अगर हर व्यक्ति अपनी जिम्मेदारी समझे तो हम मिलकर बड़ा बदलाव ला सकते हैं। आज बचाई गई हर बूंद आने वाले कल को सुरक्षित बना सकती है।

9 साल पहले आई फिल्म जया जानकी नायक को यूट्यूब पर मिले 1 बिलियन व्यूज, रकुल प्रीत ने निभाया था लीड रोल

रकुल प्रीत सिंह और बेलमकोंडा साई श्रीनिवास की फ्लॉप फिल्म जया जानकी नायक ने अपने नाम रिकॉर्ड कर लिया है। ये इंडियन फिल्म यूट्यूब पर 1 बिलियन व्यूज पाने वाली दुनिया की पहली फिल्म बन गई है। फिल्म ने 1 बिलियन व्यूज का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है।

बता दें कि पीएसवाई म्यूजिक वीडियो का गंगनम स्टाइल ये आंकड़ा पार करने वाला पहला म्यूजिक वीडियो है। हालांकि, फिल्मों के मामले में जया जानकी नायक ने रिकॉर्ड बना लिया है। ये फिल्म 2017 में आई थी और बॉक्स ऑफिस पर फ्लॉप हो गई थी।

रिपोर्ट के मुताबिक, फिल्म 40 करोड़ के बजट में बनी थी और फिल्म ने 20 करोड़ का वर्ल्डवाइड कलेक्शन किया था। फिल्म को रिव्यूज भी खराब मिले थे। हालांकि, यूट्यूब पर इस फिल्म को व्यूअर्स मिले और फिल्म ने धमाका कर दिया। बता दें कि फिल्म के तेलुगू वर्जन को जया जानकी नायक टाइटल मिला और हिंदी में फिल्म का टाइटल खूंखार था। चैनल ने हिंदी डब वर्जन 7 साल पहले रिलीज किया था। फिल्म को बोयापति श्रीनू डायरेक्ट किया था।

उन्होंने फिल्म के रिकॉर्ड पर रिएक्ट किया है और एक पोस्ट शेयर किया। उन्होंने लिखा, 1 बिलियव व्यूज। 1000 मिलियन हार्ट्स। 100 करोड़ इमोशन्स। 1 फिल्म। पहली फिल्म जिसने ये माइलस्टोन पाया। प्यार और सपोर्ट के लिए थैंक्यू।

बता दें कि अल्लू अर्जुन की सर्राइनोडु ये रिकॉर्ड बनाने वाली पहली फिल्म बन सकती थी। लेकिन लाखों व्यूज वाले फिल्म का हिंदी वर्जन डिलीट करके दोबारा अपलोड किया गया था।

वर्क फ्रंट की बात करें तो डायरेक्टर श्रीनू ने अखंडा 2 बनाई। वहीं रकुल प्रीत सिंह को फिल्म पति पत्नी और वो दो में देखा गया। इस फिल्म में आयुष्मान खुराना, वामिक गब्बी और सारा अली खान जैसे स्टार्स हैं।

नीलकंठ कांवड़ मेले के लिए तैयारी पूरी, भारी पुलिस बल रहेगा तैनात

पौड़ी (आरएनएस)। श्रावण मास की कांवड़ यात्रा शुरू होने में अब पांच दिन शेष हैं। प्राचीन सिद्धपीठ नीलकंठ महादेव मंदिर में जलाभिषेक और दर्शन के लिए इस बार भी लाखों श्रद्धालुओं के पहुंचने की संभावना है। इसे देखते हुए पुलिस प्रशासन ने सुरक्षा, यातायात प्रबंधन और कानून-व्यवस्था के लिए व्यापक तैयारियां पूरी कर ली हैं। कांवड़ मेले के दौरान नीलकंठ क्षेत्र में भारी संख्या में पुलिस बल तैनात किया जाएगा।

सुरक्षा व्यवस्था के लिए दो अपर पुलिस अधीक्षक (एएसपी), छह क्षेत्राधिकारी (सीओ), 27 निरीक्षक व थानाध्यक्ष, 65 उपनिरीक्षक, 4० अपर उपनिरीक्षक, 15 महिला उपनिरीक्षक, 45० हेड कांस्टेबल एवं कांस्टेबल, 8० महिला कांस्टेबल, 145 होमगार्ड व 15० पीआरडी जवानों की ड्यूटी लगाई गई है। यातायात व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के लिए दो यातायात निरीक्षक, चार उपनिरीक्षक और 3० कांस्टेबल तैनात रहेंगे। इसके अलावा आपात स्थिति से निपटने के लिए एसडीआरएफ व एटीएस की टीमें और पीएसी की दो कंपनियां भी मेले में तैनात रहेंगी। एसएसपी सर्वेश पंवार ने बताया कि श्रद्धालुओं की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है। भीड़ प्रबंधन, यातायात नियंत्रण और संवेदनशील स्थानों पर विशेष निगरानी रखी जाएगी।

पोर्टल से सुगम-दुर्गम सेवा विवरण हटाने पर नाराजगी

कोटद्वार(आरएनएस)। राजकीय शिक्षक संघ गढ़वाल मंडल शाखा ने एजुकेशन पोर्टल से सुगम-दुर्गम सेवा विवरण हटाए जाने पर गहरा आक्रोश जताते हुए अनुरोध के आधार पर सभी श्रेणियों में शिक्षकों के स्थानांतरण की मांग की है। संघ ने इस संबंध में प्रांतीय कार्यकारिणी को ज्ञापन सौंपकर समस्या के जल्द समाधान की अपील की है।

गढ़वाल मंडल अध्यक्ष जयदीप रावत और मंडलीय मंत्री मनमोहन सिंह चौहान ने कहा कि वर्षों से पदोन्नति और नियमित स्थानांतरण न होने से शिक्षकों में निराशा है और कई शिक्षक एक ही पद से सेवानिवृत्त होने की कगार पर हैं। संघ ने स्पष्ट किया कि वर्तमान में केवल बीमारी के आधार पर आवेदन मांगे जा रहे हैं जबकि दुर्गम में तैनात अन्य पात्र शिक्षक पोर्टल से सेवा विवरण हटने के कारण आवेदन से वंचित हैं। अधिकारियों की ओर से न्यायालय में मामला विचाराधीन होने के तर्क को खारिज करते हुए संघ ने कहा कि वह मामला बेसिक संवर्ग का है, माध्यमिक से उसका संबंध नहीं है। इसलिए सरकार व्यवस्था में तत्काल संशोधन कर माध्यमिक शिक्षकों को सभी श्रेणियों में स्थानांतरण का अवसर प्रदान करें।

सू- दोकू क्र.002

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.01का हल

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

मासिक अपराध गोष्ठी में एसएसपी ने दिए सख्त निर्देश; नशा, साइबर अपराध और कानून व्यवस्था पर फोकस

अल्मोड़ा(आरएनएस)। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक चंद्रशेखर घोड़के की अध्यक्षता में पुलिस लाइन सभागार में मासिक अपराध गोष्ठी एवं सैनिक सम्मेलन आयोजित किया गया। बैठक में लंबित मामलों की समीक्षा के साथ कानून व्यवस्था, नशा तस्करी, साइबर अपराध, यातायात, कांवड़ यात्रा और मानसून के दौरान आपदा प्रबंधन को लेकर सभी थाना प्रभारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। कार्यक्रम की शुरुआत सैनिक सम्मेलन से हुई, जिसमें पुलिस कर्मियों की व्यक्तिगत, सामूहिक एवं विभागीय समस्याएं सुनकर उनके त्वरित समाधान के निर्देश दिए गए। इसके बाद अपराध गोष्ठी में लंबित विवेचनाओं, अभियुक्तों के विरुद्ध कार्रवाई और लंबित प्रकरणों की समीक्षा करते हुए विवेचकों को समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण विवेचना सुनिश्चित करने को कहा गया। एसएसपी ने सभी थाना प्रभारियों और एसओजी को नशे के खिलाफ जीरो टॉलरेंस नीति अपनाने, मादक पदार्थों की बरामदगी बढ़ाने और तस्करों के खिलाफ प्रभावी कार्रवाई करने के निर्देश दिए। साथ ही ई-बीट बुक को शत-प्रतिशत अद्यतन रखने, नियमित बीट भ्रमण कर आमजन से संवाद बढ़ाने और पुलिस-जन विश्वास मजबूत करने पर जोर दिया। बैठक में लंबित ऑनलाइन एवं ऑफलाइन शिकायतों, सीएम हेल्पलाइन, माल मुकदमाती, समन, नोटिस और वारंटों के शीघ्र निस्तारण के निर्देश भी दिए गए। जंतर-मंतर पर चल रहे धरना-प्रदर्शन, कांवड़ यात्रा तथा मानसून को देखते हुए सभी थाना क्षेत्रों में सतर्कता, नियमित चेकिंग, रात्रि गश्त और आपदा प्रबंधन उपकरणों को पूरी तरह तैयार रखने को कहा गया। यातायात व्यवस्था को लेकर ओवरलोडिंग, शराब पीकर वाहन चलाने, रैश ड्राइविंग, बिना नंबर प्लेट, नाबालिग वाहन चालकों और रेट्रो साइलेंसर लगाने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई के निर्देश दिए गए। वहीं साइबर अपराधों के मामलों में साइबर सेल के साथ समन्वय बढ़ाने, एमआरएम पोर्टल के माध्यम से ठगी की रकम होल्ड कराने की जानकारी आमजन तक पहुंचाने तथा सीईआईआर पोर्टल से अधिक से अधिक गुम मोबाइल बरामद करने पर भी जोर दिया गया। बैठक में सहायक निदेशक अभियोजन सुनीता भट्ट ने अभियोजन संबंधी महत्वपूर्ण बिंदुओं पर अधिकारियों का मार्गदर्शन किया। एसएसपी ने सभी पुलिस अधिकारियों और कर्मचारियों को आमजन के साथ शालीन एवं संवेदनशील व्यवहार रखने के निर्देश भी दिए। इस अवसर पर थाना दन्या में दर्ज हत्या के एक मामले में जम्मू-कश्मीर से दो आरोपियों की गिरफ्तारी में सराहनीय भूमिका निभाने वाले थाना लमगड़ा में तैनात महिला कांस्टेबल इंद्रा मिश्रा को जून-जुलाई 2०26 का %एम्प्लॉयी ऑफ द मंथ% घोषित किया गया। इसके अलावा उत्कृष्ट पुलिसिंग, प्रभावी गुडवर्क और मानवीय कार्यों के लिए 24 पुलिस अधिकारियों एवं कर्मचारियों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया।

सड़क दुर्घटनाएं रोकने को 25 ब्लैक स्पॉट होंगे ठीक, नियम तोड़ने वालों पर सख्ती

हरिद्वार(आरएनएस)। जनपद में बढ़ती सड़क दुर्घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए जिला प्रशासन ने 25 चिन्हित ब्लैक स्पॉट पर सुधारात्मक कार्य जल्द शुरू कराने के निर्देश दिए हैं। साथ ही ओवरस्पीडिंग, नशे में वाहन चलाने, बिना हेलमेट और सीट बेल्ट के वाहन संचालन तथा अन्य यातायात नियमों के उल्लंघन पर सख्त कार्रवाई करने के निर्देश दिए गए हैं। स्कूलों में सड़क सुरक्षा को लेकर व्यापक जागरूकता अभियान भी चलाया जाएगा।

जिलाधिकारी मयूर दीक्षित के निर्देशन में मुख्य विकास अधिकारी डॉ. ललित नारायण मिश्र की अध्यक्षता में जिला सड़क सुरक्षा समिति (डीआरएससी) की बैठक जिला कार्यालय सभागार में आयोजित हुई। बैठक में परिवहन, पुलिस, एनएचएआई, लोक निर्माण विभाग, शिक्षा और स्वास्थ्य विभाग सहित विभिन्न विभागों के अधिकारियों ने भाग लिया। मुख्य विकास अधिकारी ने कहा कि सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाना जिला प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता है।

उन्होंने सभी विभागों को आपसी समन्वय से समयबद्ध और प्रभावी कार्रवाई करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि ब्लैक स्पॉट पर संकेतक बोर्ड, रोड मार्किंग, प्रकाश व्यवस्था, स्पीड ब्रेकर और अन्य सुरक्षा उपाय प्राथमिकता के आधार पर पूरे किए जाएं। बैठक में सहायक संभागीय परिवहन अधिकारी निखिल शर्मा ने बताया कि जनवरी से जून 2026 के बीच मोटर वाहन अधिनियम के तहत 19,523 चालान किए गए। इनमें बिना हेलमेट, ओवरस्पीडिंग, ओवरलोडिंग, सीट बेल्ट का प्रयोग न करना, मोबाइल फोन का इस्तेमाल, गलत दिशा में वाहन चलाना, नो पार्किंग और ड्रिंक एंड ड्राइव के मामलों में कार्रवाई शामिल है। मुख्य विकास अधिकारी ने पुलिस और परिवहन विभाग को नियमित प्रवर्तन अभियान चलाने तथा दुर्घटना संभावित क्षेत्रों में विशेष निगरानी रखने के निर्देश दिए। शिक्षा विभाग को सभी स्कूलों में हेलमेट, सीट बेल्ट और यातायात नियमों के पालन को लेकर जागरूकता अभियान संचालित करने को कहा गया। बैठक में राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण को राष्ट्रीय राजमार्गों पर अतिक्रमण हटाने के लिए संबंधित विभागों के साथ समन्वय कर कार्रवाई करने के निर्देश दिए गए।

डीएलआरसी बैठक में बैंकिंग योजनाओं की समीक्षा, पात्रों को समयबद्ध ऋण वितरण के निर्देश

अल्मोड़ा(आरएनएस)। मुख्य विकास अधिकारी रामजीशरण शर्मा की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में जिला स्तरीय पुनरीक्षण समिति (डीएलआरसी) की बैठक आयोजित हुई। बैठक में विभिन्न बैंकिंग योजनाओं, वित्तीय समावेशन कार्यक्रमों और सरकारी प्रायोजित योजनाओं की प्रगति की समीक्षा करते हुए बैंकों को पात्र लाभार्थियों को समयबद्ध और पारदर्शी तरीके से ऋण उपलब्ध कराने के निर्देश दिए गए।

बैठक में मुख्यमंत्री स्वरोजगार योजना, प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, किसान क्रेडिट कार्ड सहित विभिन्न योजनाओं के लक्ष्य और उपलब्धियों की बैंकवार समीक्षा की गई। मुख्य विकास अधिकारी ने लंबित आवेदनों का शीघ्र निस्तारण सुनिश्चित करने तथा पात्र आवेदकों को बिना अनावश्यक विलंब के ऋण स्वीकृत करने के निर्देश दिए। उन्होंने वित्तीय साक्षरता शिविरों के व्यापक प्रचार-प्रसार पर जोर देते हुए प्रत्येक शिविर का समुचित अभिलेख रखने और लोगों की समस्याओं का प्रभावी समाधान सुनिश्चित करने को कहा। साथ ही मुख्यमंत्री स्वरोजगार योजना, प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम और अन्य स्वरोजगार योजनाओं के प्रचार के लिए प्रमुख स्थानों पर क्यूआर कोड युक्त फ्लेक्स लगाने के निर्देश भी दिए, ताकि लोग योजनाओं की जानकारी आसानी से प्राप्त कर सकें।

मुख्य विकास अधिकारी ने बैंकों और संबंधित विभागों से लंबित एवं निरस्त आवेदनों का पूरा रिकॉर्ड रखने को कहा। उन्होंने निर्देश दिए कि अस्वीकृत आवेदनों के कारणों का स्पष्ट अभिलेखीकरण किया जाए और आवेदन करने वाले लाभार्थियों को समय-समय पर उनके आवेदन की स्थिति से अवगत कराया जाए, ताकि किसी प्रकार का संचार अंतराल न रहे। बैठक में वीर चंद्र सिंह गढ़वाली स्वरोजगार योजना में अपेक्षाकृत कम आवेदन मिलने पर चिंता व्यक्त करते हुए इसके व्यापक प्रचार-प्रसार के निर्देश दिए गए। साथ ही जिन क्षेत्रों में नेटवर्क की समस्या के कारण बैंकिंग सेवाएं प्रभावित हैं, वहां बैंक कॉरेस्पॉन्डेंट व्यवस्था को मजबूत कर लोगों तक बैंकिंग सुविधाएं पहुंचाने पर जोर दिया गया। बैठक में परियोजना निदेशक ग्राम्य विकास अभिकरण केएन तिवारी, एलडीएम अनिरुद्ध शाह, विभिन्न बैंकों के जिला समन्वयक, संबंधित विभागों के अधिकारी तथा समिति के अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

मंत्री जोशी ने अमर शहीद राइफलमैन मनोज राणा की 13वीं पुण्यतिथि पर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि दी

संवाददाता

देहरादून। सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने राजपुर निवासी अमर शहीद राइफलमैन मनोज राणा की 13वीं पुण्यतिथि पर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। इस दौरान सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने अमर शहीद राईफलमैन मनोज राणा की स्मृति में 27.00 लाख की लागत से शहीद द्वार का शिलान्यास भी किया। इस अवसर पर सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि अमर शहीद मनोज राणा का बलिदान सदैव स्मरणीय रहेगा। उन्होंने कहा कि एमडीडीए के माध्यम से 27 लाख की लागत से शहीद राईफलमैन मनोज राणा की स्मृति में पहाड़ी शैली में भव्य शहीद द्वार का निर्माण किया जायेगा।

उन्होंने कहा कि भारतीय सेना के जवानों ने अपने प्राणों की आहुति देकर देश की रक्षा की और हमें गौरवान्वित किया।सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि शहीदों की कोई जाति या धर्म नहीं होता, उनका सम्मान करना और उनकी स्मृतियों को संजोकर रखना प्रत्येक देशवासी का कर्तव्य है। उन्होंने कहा कि देश की सुरक्षा में तैनात प्रत्येक पाँचवाँ सैनिक उत्तराखंड से है और जब-जब राष्ट्र को आवश्यकता पड़ी, उत्तराखंड के वीर सपूतों ने अपने प्राणों की आहुति देकर देश की रक्षा की है। उल्लेखनीय है कि शहीद मनोज राणा भारतीय सेना की 15 आरआर, 2/4 गोरखा राइफल्स में तैनात थे। वर्ष 2013 में आज ही के दिन जम्मू-कश्मीर के कुपवाड़ा में आतंकियों से लोहा लेते हुए उन्होंने मातृभूमि की रक्षा के लिए सर्वोच्च बलिदान दिया था। इस अवसर पर प्रदेश मंत्री भाजपा नेहा जोशी, दायित्वधारी ज्योति कोटिया, दायित्वधारी शमशेर सिंह बिष्ट, मंडल अध्यक्ष राजीव गुरुंग शहीद की माता उषा राणा, बहन पिंकी राणा, प्रभा शाह,सहित क्षेत्र के अनेक नागरिक उपस्थित रहे।

मकान का ताला तोड लाखों के जेवरात व नगदी चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने मकान का ताला तोडकर वहां से लाखों की नगदी व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार लक्ष्मीपुर निवासी स्वाति उपाध्याय ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह परिवार के साथ बाहर गयी थी। आज जब वह वापस आयी तो उसने देखा कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसके यहां से दस हजार रूपये नगद व एक किलो चांदी के जेवरात चोरी करके ले गये।

विवादों की 'आंधी' में डगमगा रही 'कुर्सी'.. ◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

उत्तराखंड भाजपा में प्रदेश अध्यक्ष को लेकर चल रही चर्चाओं ने यह जरूर स्पष्ट कर दिया है कि 2027 विधानसभा चुनाव से पहले संगठन का हर कदम राजनीतिक रूप से महत्वपूर्ण माना जाएगा। फिलहाल बदलाव की चर्चाएं अटकलों के स्तर पर हैं और पार्टी की ओर से कोई आधिकारिक निर्णय सामने नहीं आया है। ऐसे में आने वाले दिनों में भाजपा का संगठनात्मक फैसला ही यह तय करेगा कि सोशल मीडिया की अटकलें सही साबित होती हैं या फिर मौजूदा नेतृत्व पर ही भरोसा कायम रखा जाता है।

अब 'ई-20' जनता पार्टी... ◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

भारतीय राजनीति अब केवल रैलियों और जनसभाओं तक सीमित नहीं रही। इंस्टाग्राम, एक्स, यूट्यूब और अन्य सोशल मीडिया प्लेटफार्म जनमत निर्माण के महत्वपूर्ण माध्यम बन चुके हैं। युवा वर्ग की भागीदारी बढ़ने के साथ डिजिटल अभियानों का प्रभाव भी बढ़ा है। ऐसे माहौल में कोई भी अभियान यदि युवाओं की वास्तविक समस्याओं को प्रभावी ढंग से उठाता है, तो वह कम समय में बड़ी पहचान बना सकता है। हालांकि, डिजिटल लोकप्रियता और स्थायी जनाधार एक ही बात नहीं हैं। किसी भी मंच की वास्तविक ताकत का आकलन उसके जमीनी संगठन, नेतृत्व और दीर्घकालिक सक्रियता से ही होगा।

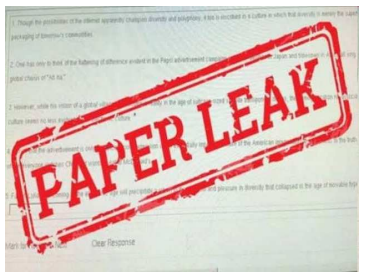
काकरोच आंदोलन के बाद ई-20 जनता पार्टी की चर्चा इस बात का संकेत है कि देश का युवा वर्ग अपनी बात कहने के लिए नए मंच तलाश रहा है। यह मंच भविष्य में कितना प्रभावी होगा, इसका आकलन अभी जल्दबाजी होगी। लेकिन इतना तय है कि रोजगार, शिक्षा और पारदर्शिता जैसे मुद्दे अब केवल छात्र राजनीति तक सीमित नहीं रहे, बल्कि राष्ट्रीय राजनीतिक विमर्श के केंद्र में आ चुके हैं। जो भी दल इन सवालों का विश्वसनीय समाधान प्रस्तुत करेगा, वही आने वाले वर्षों में युवाओं का अधिक भरोसा जीतने की स्थिति में होगा।

उत्तराखंड में पेपर लीक पर 'क्लेश'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। देशभर में पेपर लीक के खिलाफ उठी युवा आवाज अब उत्तराखंड की राजनीति के केंद्र में पहुंच गई है। केंद्र में शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के बाद अब उत्तराखंड के उच्च शिक्षा एवं तकनीकी शिक्षा मंत्री डा. धन सिंह रावत के इस्तीफे की मांग भी तेज हो गई है। हाल में वीर माधो सिंह भंडारी उत्तराखंड तकनीकी विश्वविद्यालय की परीक्षा के कथित पेपर लीक मामले में गिरफ्तारी और उसके बाद विपक्ष के विरोध प्रदर्शन ने राज्य की राजनीति को नया मुद्दा दे दिया है। कांग्रेस ने मंत्री को नैतिक जिम्मेदारी लेते हुए इस्तीफा देने की मांग की है।

यह मुद्दा केवल एक विश्वविद्यालय तक सीमित नहीं रह गया है। पिछले कुछ वर्षों में उत्तराखंड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग भर्ती घोटाला, विभिन्न भर्ती परीक्षाओं में अनियमितताओं के आरोप और अब विश्वविद्यालय स्तर पर पेपर लीक की घटनाओं ने युवाओं के बीच यह धारणा मजबूत की है कि मेहनत के बावजूद परीक्षा प्रणाली पूरी तरह सुरक्षित नहीं है। यही कारण है कि राष्ट्रीय स्तर पर उभरे परीक्षा सुधार आंदोलन की गूंज अब उत्तराखंड में भी सुनाई दे रही है।दिल्ली के जंतर-मंतर से शुरू हुआ छात्र असंतोष अब राज्यों की राजनीति को भी प्रभावित कर रहा है। हाल के घटनाक्रमों में परीक्षा सुधार, जवाबदेही और पारदर्शिता की मांग ने सरकारों पर दबाव बढ़ाया है। इसी व्यापक माहौल में उत्तराखंड में भी शिक्षा व्यवस्था और परीक्षा सुरक्षा पर सवाल तेज हुए हैं।



◆दिल्ली में धर्मेंद्र प्रधान गए, अब क्या उत्तराखंड में धन सिंह रावत की बारी
◆तकनीकी विवि कांड के बाद सड़क पर विपक्ष, मंत्री की कुर्सी पर खतरा

देहरादून में विपक्ष ने पेपर लीक प्रकरण को लेकर मार्च निकाला और तकनीकी शिक्षा मंत्री के इस्तीफे की मांग उठाई। विपक्ष का तर्क है कि जब परीक्षा व्यवस्था में गंभीर चूक सामने आई है, तब राजनीतिक जवाबदेही तय होनी चाहिए। दूसरी ओर सरकार का पक्ष यह हो सकता है कि मामले में जांच चल रही है, गिरफ्तारियां हुई हैं और दोषियों के खिलाफ कार्रवाई की जा रही है, इसलिए जांच पूरी होने से पहले निष्कर्ष निकालना उचित नहीं होगा। यह विवाद केवल एक मंत्री तक सीमित नहीं है। उत्तराखंड में 2027 विधानसभा चुनाव की तैयारियां धीरे-धीरे तेज हो रही हैं और युवाओं से जुड़े मुद्दे चुनावी विमर्श का केंद्र बनते जा रहे हैं। बेरोजगारी, भर्ती परीक्षाओं में देरी और पेपर लीक जैसे विषय विपक्ष को सरकार पर हमला करने का अवसर दे रहे हैं।

सबसे बड़ा बदलाव यह है कि आज का युवा केवल सोशल मीडिया पर प्रतिक्रिया देने तक सीमित नहीं है। सीधे जवाबदेही, पारदर्शिता और समयबद्ध कार्रवाई की मांग कर रही है। यही दबाव राष्ट्रीय राजनीति में दिखाई दिया और अब उसका असर राज्यों में भी महसूस किया जा रहा है। उत्तराखंड में भी छात्र संगठनों और विपक्ष ने इसी भावना को राजनीतिक मुद्दे में बदलने की कोशिश शुरू कर दी है।

राज्य सरकार के सामने अब दोहरी चुनौती है। पहली, दोषियों के खिलाफ त्वरित और निष्पक्ष कार्रवाई कर यह संदेश देना कि परीक्षा प्रणाली से समझौता नहीं होगा। दूसरी, युवाओं का भरोसा फिर से जीतना। केवल गिरफ्तारी या जांच की घोषणा पर्याप्त नहीं होगी। परीक्षा प्रणाली की सुरक्षा, पारदर्शिता और जवाबदेही पर ठोस सुधार दिखाई देने होंगे।

फिलहाल उत्तराखंड की राजनीति में यह बहस तेज है कि क्या नैतिक जिम्मेदारी तय होनी चाहिए या जांच पूरी होने तक इंतजार किया जाना चाहिए। इतना तय है कि पेपर लीक अब केवल कानून-व्यवस्था या शिक्षा विभाग का मुद्दा नहीं रहा। यह युवाओं के विश्वास, रोजगार और आने वाले चुनावों का बड़ा राजनीतिक प्रश्न बन चुका है। युवाओं का असंतोष लगातार बढ़ता है और परीक्षा सुधार की मांग राज्य की सड़कों से चुनावी मंचों तक पहुंचती है, तो उत्तराखंड की 2027 की राजनीति में यह मुद्दा रोजगार के साथ सबसे प्रभावी चुनावी एजेंडा बन सकता है।

शिक्षा मंत्री की बर्खास्तगी को लेकर मोर्चा ने भरी हुंकार

संवाददाता

विकासनगर। जन संघर्ष मोर्चा कार्यकर्ताओं ने मोर्चा अध्यक्ष अध्यक्ष एवं जीएमवीएन के पूर्व उपाध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी के नेतृत्व में तहसील घेराव/ प्रदर्शन कर व्यवसायिक शिक्षकों एवं छात्रों की पीड़ा तथा शिक्षा मंत्री धन सिंह के नकरापन को लेकर मुख्यमंत्री को संबोधित विज्ञापन उप जिलाधिकारी विकासनगर की गैर मौजूदगी में नायब नाजिर श्री बिजल्वान को सौंपा।

नेगी ने कहा कि समग्र शिक्षा अभियान के तहत राज्य के 200 विद्यालयों एवं 28 स्पोक विद्यालयों में व्यावसायिक शिक्षा कार्यक्रम के स्थगित होने से/अनुबंध तिथि न बढ़ाये जाने की वजह से 296 व्यवसायिक प्रशिक्षकों एवं लगभग 25-30 हजार छात्रों का भविष्य अंधकारमय हो गया है।

नेगी ने कहा कि व्यवसायिक शिक्षा कार्यक्रम की अनुबंध तिथि 31 मार्च 2026 को समाप्त हो गई है और आज लगभग चार महीना होने को है ,लेकिन इन बेरोजगार प्रशिक्षकों एवं छात्रों का दुख- दर्द गैर जिम्मेदार एवं नकारा शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत जी को क्यों नहीं सुनाई दे रहा है। नेगी ने कहा कि इस कार्यक्रम के संचालन से युवाओं के कौशल विकास एवं रोजगारोंन्मुखी शिक्षा की वजह से युवाओं के रोजगार/ स्वरोजगार का रास्ता प्रशस्त होता है और प्रशिक्षकों का भविष्य भी सुरक्षित होता है। हर मोर्चे पर फ्लॉप हो चुके मंत्री धन सिंह रावत क्यों प्रदेश के युवाओं एवं छात्रों के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं !जब उनसे विभाग संभल नहीं रहा है तो क्यों नहीं इस्तीफा दे देते ।

●मंत्री धन सिंह रावत के खिलाफ जताया आक्रोश

घेराव प्रदर्शन में आकाश पंवार ,विजय राम शर्मा, दिलबाग सिंह, मोहम्मद आरिफ, के.सी चंदेल, रितेश तोमर, रूपचंद, सुनील बेलवाल, विनोद पड्डा, हाजी असद, संजय गुप्ता, प्रवीण शर्मा पिन्नी,प्रोवीर दास, अनिल गौड, राकेश शर्मा, अल्का सैनी, रविंद्र सिंह, संगीता पैन्यूली, हिमांशु थापा, अंकित रावत, मो.नसीम, कविता नेगी, मो. इस्लाम, हरीश शाह, मो. आसिफ, मान चंद राणा, चौधरी अमन सिंह, प्रमोद शर्मा,ब्लॉक अध्यक्ष भीम सिंह बिष्ट,नानक सिंह, कुंवर सिंह नेगी, मुन्ना लाल शर्मा, विनय गुप्ता,निशा खातून, उमराव सिंह, सायरा बानो, जगदीश रावत, मुमताज,मीडिया प्रभारी अतुल हांडा, सोमपाल, मनीष नेगी, अंकुर चौरसिया,एमए सिद्दीकी, विक्रम पाल, परवेज, इदरीश, परवीन, वाहिद कुरैशी, शमशाद,गुरु चरण सिंह,चौ.मामराज, विक्रम पाल, क्रिस्टीना, बिल्लू गिल्बर्ट, इमरान, शराफत अली, विपिन भारद्वाज,जयपाल सिंह, सलीम मिर्जा, सफीक पांडा ,जयपाल, ऋषिपाल, सुनील कुमार आदि मौजूद थे।

भारत को विश्वगुरु बनाने में युवाओं की होगी अहम भूमिकाः मुख्यमंत्री

संवाददाता

हरिद्वार। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि भारत को विश्वगुरू बनाने में युवाओं की अहम भूमिका होगी।

आज यहां विद्या भारती अखिल भारतीय शिक्षण संस्थान, उत्तराखंड द्वारा रुड़की में आयोजित प्रतिभा सम्मान समारोह में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने हाईस्कूल एवं इंटरमीडिएट की बोर्ड परीक्षाओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि लगातार तीसरे वर्ष प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को सम्मानित करने का अवसर मिलना उनके लिए सौभाग्य की बात है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की उत्कृष्ट सफलता यह सिद्ध करती है कि परिश्रम, अनुशासन और संस्कार के बल पर हर लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। मुख्यमंत्री ने सम्मानित विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि यह सम्मान उनके आत्मविश्वास को नई ऊर्जा देगा और भविष्य की सभी परीक्षाओं एवं जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए प्रेरित करेगा। उन्होंने कहा कि विद्या भारती ने सनातन संस्कृति, राष्ट्रभक्ति और भारतीय जीवन मूल्यों पर आधारित शिक्षा देकर देशभर में शिक्षा और संस्कार की मजबूत नींव रखी है। मुख्यमंत्री ने कहा कि वर्ष 1952 में गोरखपुर से प्रारंभ हुआ सरस्वती शिशु मंदिर आज एक विशाल वटवृक्ष का रूप ले चुका है। वर्तमान में विद्या भारती देशभर में करीब 45 लाख विद्यार्थियों को शिक्षा एवं संस्कार प्रदान कर रही है। विद्या भारती के उत्तराखंड में 562 विद्यालयों में लगभग सवा लाख विद्यार्थी शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं। उन्होंने संगठन के सभी आचार्यों, स्वयंसेवकों एवं कार्यकर्ताओं के योगदान की सराहना करते हुए उन्हें नमन किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने देश में सबसे पहले नई शिक्षा नीति लागू कर शिक्षा व्यवस्था को आधुनिक, व्यावहारिक और रोजगारपरक बनाया है। सरकारी विद्यालयों में स्मार्ट क्लास, निःशुल्क पाठ्यपुस्तकें, जूते-बैग वितरण, मुख्यमंत्री मेधावी छात्र प्रोत्साहन योजना, भारत भ्रमण कार्यक्रम, मॉडल कॉलेजों की स्थापना, आईटी लैब एवं छात्रावास निर्माण जैसे अनेक कार्य किए जा रहे हैं। साथ ही कौशल विकास, भारतीय ज्ञान परंपरा और उद्यमिता को बढ़ावा देने के लिए कौशलम् कार्यक्रम भी संचालित किया जा रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने युवाओं के भविष्य को सुरक्षित करने के लिए देश का सबसे कठोर नकल विरोधी कानून लागू किया है, जिसके सकारात्मक परिणाम सामने आए हैं। पिछले पांच वर्षों में 34 हजार से अधिक युवाओं को पूर्ण पारदर्शिता के साथ सरकारी नौकरियां प्रदान की गई हैं।

1.521 किलोग्राम कैटामाइन ड्रग्स सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। लाखों रूपये की कैटामाइन ड्रग्स सहित एसटीएफ व पुलिस ने सयुंक्त कार्यवाई के दौरान दो नशा तस्करों को गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ अजय सिंह ने बताया कि मादक पदार्थों की तस्करी पर प्रभावी अंकुश लगाने के दृष्टिगत राज्य एसटीएफ. की एंटी नारकोटिक्स टास्क फोर्स एवं थाना सेलाकुई पुलिस की संयुक्त टीम ने एक महत्वपूर्ण कार्रवाई करते हुए 1.521 किलोग्राम कैटामाइन बरामद कर 02 नशा तस्करों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ थाना सेलाकुई में एनडीपीएस एक्ट के तहत मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

उन्होने बताया कि राज्य एसटीएफ. की एएनटीएफ. को प्राप्त इनपुट के आधार पर एसटीएफ टीम नें थाना सेलाकुई, जनपद देहरादून पुलिस के साथ मिलकर संयुक्त कार्यवाही करते हुए सेलाकुई क्षेत्र में घेराबंदी कर दो नशा तस्करों को 1.521 किलोग्राम कैटामाइन के साथ गिरफ्तार किया गया है। जिनके द्वारा स्कूटी की डिक्की में उक्त अवैध ड्रग छिपाकर ले जायी जा रही थी। टीम के साथ मौके पर उपस्थित औषधि निरीक्षक द्वारा ड्रग की पहचान कैटामाइन के रूप में की गई। प्रारंभिक पूछताछ में आरोपियों ने बताया कि खैरी गांव स्थित बर्थवाल के आम के बगीचे के पास एक अज्ञात व्यक्ति को इसकी आपूर्ति करने जा रहे थे। पुलिस द्वारा इस सूचना के आधार पर मादक पदार्थ की आपूर्ति श्रृंखला, इसके स्रोत तथा इससे जुड़े अन्य व्यक्तियों के संबंध में विस्तृत जांच की जा रही है। गिरफ्तार नशा तस्करों के नाम शुभम कुमार पुत्र राजेश कुमार, निवासी जमनपुर, सेलाकुई, जनपद देहरादून व अंकित तिवारी पुत्र दिनेश, निवासी नगला कल्लू, शाहाबाद देहात, जनपद हरदोई (उत्तर प्रदेश), हाल निवासी सेलाकुई, जनपद देहरादून बताये गये है।

17 पेटी शराब के साथ महिला सहित तीन गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने 17 पेटी शराब के साथ महिला सहित तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने -अपने क्षेत्र में मादक पदार्थो/अवैध शराब की तस्करी में लिप्त लोगों को चिन्हित करते हुए उनके विरुद्ध कडी वैधानिक कार्यवाही किये जाने हेतु निर्देशित किया गया है, जिसके अनुपालन में जनपद के सभी थाना क्षेत्रों में पुलिस टीमो द्वारा लगातार अभियान चलाते हुए ऐसे लोगों के विरूद्ध प्रभावी कार्यवाही अमल में लाई जा रही है। कोतवाली ऋषिकेश पर गठित अलग-अलग पुलिस टीमो द्वारा ऋषिकेश क्षेत्रान्तर्गत अलग अलग स्थानों, जंगलात बैरियर ऋषिकेश व साई मन्दिर आईडीपीएल ऋषिकेश क्षेत्र में चेकिंग के दौरान 03 लोगों अनुज रावत पुत्र करण सिह रावत निवासी - छिदरवाला, थाना रायवाला हाल पता होटल स्वामी ग्रीन चिली श्यामपुर, ऋषिकेश को 52 पव्वे इम्पीरियल ब्लू व्हिस्की अग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त स्कूटी तथा संजय कुमार पुत्र बुद्ध सिंह निवासी रानीपुर, थाना नजीबाबाद, जनपद बिजनौर व सपना पत्नी रामकुमार निवासी कृष्णा नगर कालोनी थाना ऋषिकेश, जनपद देहरादून को कार से 16 पेटी (720 पव्वे ट्रेटा पैक) अवैध देसी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया। उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

पंजाब से घुमने आये युवकों ने की चोरी, गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पंजाब से मसूरी घुमने आये युवकों ने चोरी की घटना को अंजाम दिया। पुलिस ने दोनों को गिरफ्तार कर चोरी का सामान बरामद कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मिली जानकारी के अनुसार अपराध एवं अपराधियों पर प्रभावी अंकुश लगाने के दृष्टिगत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्र में प्रभावी गश्त/चैकिंग अभियान चलाये जाने हेतु कडे निर्देश दिये गये हैं, जिसके अनुपालन में सभी थाना क्षेत्रों में पुलिस टीमों द्वारा नियमित रूप से प्रभावी गश्त/चैकिंग की जा रही है। इसी क्रम में प्रातः कोतवाली मसूरी से गश्त ड्यूटी हेतु रवाना पुलिस टीम को माल रोड स्थित मस्जिद वाली गली में स्थित स्टार मोबाइल नामक एक मोबाइल की दुकान पर संदिग्ध गतिविधियां होने का संदेह हुआ, जिस पर पुलिस टीम द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए सावधानी से तत्काल घेराबंदी कर दुकान के अंदर घुसे 02 लोगों को मौके से मोबाइल व अन्य सामान की चोरी करते हुए रंगे हाथ गिरफ्तार किया गया।

मौके पर उनके कब्जे से दुकान से चोरी किए 09 मोबाईल फोन व अन्य मोबाईल संबंधी उपकरण व दुकान का ताला तोड़ने में प्रयुक्त उपकरण बरामद हुए। पूछताछ में उनके द्वारा बताया कि वे दोनों पंजाब से मसूरी घूमने आये थे तथा 02 दिन पूर्व उनके पास रखे सारे पैसे खत्म हो जाने के कारण वो चोरी की फिराक थे, परन्तु पुलिस द्वारा की जा रही रात्रि चैकिंग एवं गश्त के कारण वो अपने मंसूबों को अजाम नही दे पाये। आज भी उनके द्वारा चोरी का प्रयास किया गया तो पुलिस द्वारा उन्हें मौके से रंगे हाथों गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम जगहीर सिंह पुत्र रणजीत सिंह निवासी जसूवती गांव शेरूड जिला संगरूर पंजाब व तरणप्रीत सिंह पुत्र रणजीत सिंह, निवासी- गाँव कमालपुर, जिला संगरूर, पंजाब बताये। पुलिस ने उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनके द्वारा घटना में प्रयुक्त मोटर साइकिल को सीज किया गया। पुलिस ने उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

'बवाल' बढ़ा तो बदल गए 'सुर'

◆चौतरफा घिरे बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट ने मांगी माफी, इस्तीफे की मांग पर अड़े थे युवा
◆सोशल मीडिया से लेकर सड़कों तक घमासान के बाद बैकफुट पर संगठन, कप्तानी पर संकट

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट को आखिरकार अपने विवादित बयान पर सफाई देते हुए युवाओं से माफी मांगनी पड़ी। पिछले कुछ दिनों युवाओं को लेकर दिए बयान को लेकर प्रदेश की राजनीति में जबरदस्त हलचल मची हुई थी। सोशल मीडिया पर लगातार विरोध, छात्र-युवा संगठनों की नाराजगी और विपक्ष के हमलों के बीच मामला इतना बढ़ गया कि कई स्थानों पर उनके इस्तीफे की मांग भी उठने लगी। राजनीतिक दबाव बढ़ने के बाद महेंद्र भट्ट ने सार्वजनिक रूप से कहा कि यदि उनके बयान से किसी भी युवा या किसी वर्ग की भावनाएं आहत हुई हैं तो उन्हें इसका खेद है। उन्होंने स्पष्ट किया कि उनका उद्देश्य किसी का अपमान करना नहीं था और उनके बयान को गलत संदर्भ में प्रस्तुत किया गया।

हालांकि भाजपा प्रदेश अध्यक्ष की इस सफाई के बाद भी राजनीतिक बहस थमी नहीं है। कांग्रेस और अन्य विपक्षी दलों ने आरोप लगाया कि यह माफी स्वेच्छा से नहीं, बल्कि जनता और युवाओं के बढ़ते दबाव का परिणाम है। विपक्ष का कहना है कि यदि विरोध नहीं होता तो भाजपा नेतृत्व इस मुद्दे पर चुप्पी साधे रहता। इस पूरे घटनाक्रम में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका युवाओं की रही। सोशल मीडिया प्लेटफार्म पर बड़ी संख्या में युवाओं ने बयान का विरोध किया। कई छात्र संगठनों ने इसे युवाओं के सम्मान से जुड़ा मुद्दा बताते हुए प्रदेश अध्यक्ष से इस्तीफे की मांग की। देखते ही देखते यह विवाद केवल एक बयान तक सीमित नहीं रहा, बल्कि रोजगार, भर्ती परीक्षाओं और युवाओं से जुड़े व्यापक मुद्दों से भी जुड़ने लगा।

भाजपा ने विवाद को लंबा खिंचने देने के बजाय नुकसान की आशंका को देखते हुए तत्काल सफाई देने की रणनीति अपनाई। उत्तराखंड में 2027 विधानसभा चुनाव की तैयारियां शुरू हो चुकी हैं और पार्टी किसी भी ऐसे विवाद को चुनावी मुद्दा बनने से रोकना चाहती है, जिससे युवा मतदाता प्रभावित हों। भाजपा के लिए युवा मतदाता बेहद महत्वपूर्ण माने जाते हैं। राज्य में बेरोजगारी, भर्ती परीक्षाओं में पारदर्शिता और रोजगार के अवसर पहले से ही चर्चा के विषय हैं। ऐसे माहौल में किसी भी विवादित बयान का राजनीतिक असर अपेक्षा से अधिक हो सकता है। यही कारण है कि संगठन ने विवाद बढ़ने के बाद तुरंत डैमेज कंट्रोल की कोशिश की।

वहीं, विपक्ष इस मुद्दे को यहीं समाप्त करने के पक्ष में नहीं दिख रहा। कांग्रेस ने कहा है कि केवल माफी मांग लेने से मामला खत्म नहीं हो जाता।

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।