बुधवार
19 अगस्त 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 207
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

सड़क दुर्घटना में 2 की मौत, 3 गंभीर घायल

हमारे संवाददाता

देहरादून। सड़क दुर्घटना में आज सुबह एक इको वाहन के सड़क किनारे खड़े लोडर वाहन से टकरा जाने से जहां दो लोगों की मौत हो गयी वहीं पांच लोग घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर मृतक व घायलों को अस्पताल पहुंचाया जहां तीन की हालत चिंताजनक बनी हुई है।

सड़क दुर्घटना का यह मामला डोईवाला टोल प्लाजा के समीप का है। यहां आज सुबह सड़क हादसे में दो लोगों की मौत हो गई है। जबकि पांच घायल हैं। इनमें से तीन की हालत गंभीर बताई जा रही है। वाहन में कुल सात लोग सवार थे। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और राहत-बचाव कार्य शुरू किया। पुलिस ने शवों को कब्जे में लिया। वहीं घायलों का अस्पताल में उपचार चल रहा है।

जानकारी के अनुसार देहरादून-हरिद्वार रोड पर मणिमाई मंदिर के पास आज सुबह एक दर्दनाक सड़क हादसा हो गया। टोल के पास सड़क किनारे खड़े लोडिंग वाहन से एक इको गाड़ी टकरा गई। हादसे के वक्त इको में सात लोग सवार थे। टक्कर इतनी भीषण थी कि आगे बैठे दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि पांच लोग घायल हो गए। घायलों में तीन की हालत गंभीर बताई जा रही है। हर्रावाला चौकी प्रभारी कमलेश गौड ने बताया

कि इको गाड़ी देहरादून से हरिद्वार की ओर जा रही थी। इसी दौरान उसके आगे चल रहे लोडिंग वाहन का अचानक टायर निकल गया। टायर निकलने के बाद लोडिंग वाहन अनियंत्रित होकर इको गाड़ी से टकरा गया और इको भी लोडिंग वाहन से जा भिड़ी।

हादसे में इको में आगे बैठे दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई। वहीं, पांच अन्य लोग घायल हो गए, जिन्हें तत्काल उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और राहत-बचाव कार्य शुरू किया।

पुलिस मुठभेड़ में बदमाश को लगी गोली, घायल

◆बसंत विहार क्षेत्र की चेन लूट मामले में चल रहा था फरार

हमारे संवाददाता

देहरादून। बंसत विहार क्षेत्र में हुई चेन लूट मामले में फरार चल रहे बदमाश की देर रात पुलिस से मुठभेड़ हो गयी। मुठभेड़ के दौरान गोली लगने से बदमाश घायल हो गया। जिसे गिरफ्तार कर अस्पताल पहुंचाया गया जहां उसका उपचार जारी है। आरोपी के कब्जे से पुलिस ने एक तमंचा, दो कारतूस, स्कूटी तथा लूटी गयी चेन बरामद की है।

जानकारी के अनुसार बसंत विहार क्षेत्र में देर रात्रि हरबंसवाला बैरियर पर चेकिंग के दौरान पुलिस ने बिना नम्बर प्लेट की एक स्कूटी सवार को रोकने का प्रयास किया। लेकिन स्कूटी चालक चेकिंग प्वाईट पर न रुककर टी एस्टेट की तरफ भागने लगा। इस पर पुलिस टीम द्वारा बदमाश का पीछा किया गया, बदमाश द्वारा पुलिस पर पीछा करने के दौरान फायरिंग की गई, पुलिस टीम द्वारा

बदमाश का पीछा करते हुए जवाबी कार्यवाही की गयी। जिसके चलते बदमाश पैर में गोली लगने से घायल हो गया। घटना की सूचना मिलने पर तत्काल अधिकारी घटनास्थल पर पहुंचे और मुठभेड़ में घायल बदमाश को तत्काल उपचार हेतु प्रेमनगर चिकित्सालय भेजा गया जिसे उच्च उपचार हेतु जिला अस्पताल रेफर किया गया। अधिकारियो द्वारा घटनास्थल का निरीक्षण कर चिकित्सालय में जाकर अधिकारियों से घटना के बारे में जानकारी ली गयी। पुलिस के अनुसार घायल हुआ बदमाश बीती 14 अगस्त को बसंत विहार इलाके में हुई वृद्ध महिला के साथ चेन स्नैचिंग की घटना में आरोपी है। जिसके पास से एक तमंचा, दो कारतूस, घटना में प्रयुक्त स्कूटी व लूटी गयी चेन बरामद हुई है। गिरफ्तार बदमाश का नाम आकाश उर्फ तमंचा पुत्र जगदीश लाल निवासी शिवाजी एनक्लेव जैन प्लॉट थाना रायपुर देहरादून बताया जा रहा है। जिसके खिलाफ जिले के विभिन्न थानों में एक दर्जन से अधिक मुकदमें दर्ज है।

पॉक्सो एक्ट का आरोपी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

बागेश्वर। पोक्सो एक्ट मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती 17 अगस्त को पीड़ित की तहरीर के आधार पर पुलिस ने थाना कपकोट में आरोपी के खिलाफ पोक्सो एक्ट सहित अन्य धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी थी। जिसे पुलिस ने कड़ी मशक्कत के बाद बीती देर रात गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी का नाम नदीम अली पुत्र रफैदीन निवासी ग्राम अब्बासपुर जनपद रामपुर उत्तर प्रदेश है जिसे आज न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

दून वैली मेल

संपादकीय

ट्रंप का 'भारत-मंत्र'

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने भारत की चुनाव व्यवस्था और खासकर मतदाता पहचान-पत्र की व्यवस्था को अमेरिका के लिए उदाहरण के तौर पर पेश किया है। अमेरिकी चुनावों में सख्त पहचान व्यवस्था की वकालत करते हुए ट्रंप ने भारत का हवाला दिया। भारत के विदेश मंत्रालय ने भी कहा है कि देश की चुनावी व्यवस्था की विश्वसनीयता और मजबूती वैश्विक स्तर पर स्थापित है। ट्रंप का यह बयान ऐसे समय आया है जब भारत में चुनावी प्रक्रिया को लेकर विपक्ष लगातार सवाल उठा रहा है। इसलिए इस पूरे घटनाक्रम को केवल अमेरिका के राष्ट्रपति की ओर से भारत की तारीफ के रूप में देखना अधूरा होगा। असली सवाल यह है कि जिस चुनावी व्यवस्था को दुनिया का सबसे शक्तिशाली लोकतंत्र अपने लिए उदाहरण बता रहा है, उसी व्यवस्था को लेकर भारत के भीतर इतने सवाल क्यों उठ रहे हैं? लोकतंत्र में चुनाव केवल मतदान की मशीन, मतदाता पहचान पत्र और मतदान केंद्रों की व्यवस्था का नाम नहीं है। चुनाव की विश्वसनीयता का मतलब है मतदाता सूची पर भरोसा, निष्पक्ष प्रक्रिया, राजनीतिक दलों के लिए समान अवसर, पारदर्शिता, शिकायतों का समयबद्ध समाधान और चुनाव आयोग की संस्थागत विश्वसनीयता। भारत की चुनाव व्यवस्था की ताकत निश्चित रूप से कम नहीं है। करोड़ों मतदाताओं वाले देश में चुनाव कराना अपने आप में दुनिया के सबसे बड़े लोकतांत्रिक अभियानों में से एक है। मतदाता पहचान पत्र से लेकर इलेक्ट्रानिक वोटिंग मशीन और व्यापक चुनावी प्रशासन तक भारत ने एक विशाल चुनावी तंत्र खड़ा किया है। लेकिन किसी व्यवस्था की मजबूती का प्रमाण केवल बाहर से मिलने वाली तारीफ नहीं होती। उसकी असली परीक्षा तब होती है जब सत्ता पक्ष और विपक्षदोनों उसके फैसलों को समान रूप से स्वीकार करें। यहीं से ट्रंप की टिप्पणी भारत के लिए एक असहज लेकिन जरूरी सवाल खड़ा करती है। अगर अमेरिका भारत के मतदाता पहचान मॉडल से सीखना चाहता है, तो भारत को भी अपनी चुनावी संस्थाओं को लेकर उठने वाले सवालों से सीखने की जरूरत है। लोकतंत्र में हमारी व्यवस्था दुनिया में सबसे अच्छी है कहना आसान है, लेकिन यह सुनिश्चित करना मुश्किल है कि देश का हर नागरिक भी यही महसूस करे। हाल के दिनों में भारत में मतदाता सूची, मतदाता पहचान और चुनावी प्रक्रिया को लेकर राजनीतिक बहस तेज हुई है। विपक्ष ने चुनाव आयोग की भूमिका पर सवाल उठाए हैं, जबकि सरकार और चुनाव आयोग चुनाव प्रक्रिया की विश्वसनीयता का बचाव करते रहे हैं। कांग्रेस ने ट्रंप की टिप्पणी को लेकर मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार पर भी राजनीतिक तंज कसा। यह स्थिति लोकतंत्र के लिए स्वस्थ तभी होगी जब आरोप और बचाव दोनों तथ्यों के आधार पर हों। चुनाव आयोग को भी आलोचना से घबराने की जरूरत नहीं है। उलटे, जितने ज्यादा सवाल उठें, उतनी ही अधिक पारदर्शिता दिखाई जानी चाहिए। मतदाता सूची में बदलाव हो तो उसके कारण सार्वजनिक हों। किसी मतदाता का नाम जुड़ता या हटता है तो प्रक्रिया स्पष्ट हो। राजनीतिक दलों की शिकायतों पर समयबद्ध जवाब मिले। चुनावी आंकड़े और प्रक्रियाएं जितनी संभव हों, उतनी पारदर्शी हों। क्योंकि लोकतंत्र में विश्वास मांगा नहीं जाता, बनाया जाता है। ट्रंप की तारीफ को लेकर भारत में राजनीतिक दल अपने-अपने अर्थ निकालेंगे। सत्ता पक्ष इसे भारतीय चुनावी व्यवस्था की वैश्विक स्वीकृति बताएगा और विपक्ष इसे अपने सवालों के संदर्भ में देखेगा। लेकिन इन राजनीतिक व्याख्याओं से ऊपर एक बड़ी बात हैकृभारत के मतदाता का भरोसा। आखिर चुनाव किसी सरकार, किसी पार्टी या किसी नेता के लिए नहीं होते। चुनाव उस नागरिक के लिए होते हैं जो मतदान केंद्र तक जाता है और अपने एक वोट से सत्ता का भविष्य तय करता है। इसलिए ट्रंप भारत की चुनाव व्यवस्था के मुरीद हुए हैं तो अच्छी बात है। लेकिन भारतीय लोकतंत्र को इससे भी ज्यादा खुशी तब होनी चाहिए जब भारत का हर मतदाता अपनी चुनावी व्यवस्था पर बिना किसी संदेह के भरोसा कर सके। विदेशी प्रशंसा लोकतंत्र की उपलब्धि हो सकती है, मगर जनता का अटूट विश्वास ही लोकतंत्र की असली कसौटी है।

शराब के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने आईडीपीएल गोल चक्कर के पास एक स्कूटी सवार को रूकने का इशारा किया तो वह पुलिस को देख स्कूटी को तेजी से भगा ले गया। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 45 पव्वे शराब के बरामद कर लिये।

पूछताछ में उसने अपना नामा अनीष कुमार पुत्र राजकुमार निवासी गायत्री विहार भूपतवाला हरिद्वार बताया। वहीं नेहरू कालोनी पुलिस ने विशाल मैगा मार्ट के पीछे से एक को 62 पव्वे शराब के साथ गिरफ्तार किया। जिसने अपना नाम प्रमोद उर्फ मच्छी पुत्र जय प्रकाश निवासी माजरी माफी बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

भाजपा ने सजाई 'हैट्रिक' की फील्डिंग

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में 2027 के विधानसभा चुनाव की सियासी उलटी गिनती के बीच भाजपा ने अपनी चुनावी मशीनरी को पूरी तरह सक्रिय करने की दिशा में बड़ा कदम बढ़ाया है। गढ़वाल संभाग की संगठनात्मक बैठक में सांसदों, विधायकों और पार्टी पदाधिकारियों ने आगामी विधानसभा चुनाव की रणनीति पर मंथन किया। बैठक का केंद्रीय संदेश साफ रहा 2027 में लगातार तीसरी बार सत्ता हासिल कर चुनावी हैट्रिक लगानी है। भाजपा के लिए यह बैठक महज संगठनात्मक समीक्षा नहीं, बल्कि चुनावी तैयारी की जमीन पर अंतिम रूपरेखा तय करने की कवायद के तौर पर देखी जा रही है। पार्टी अब सरकार के कामकाज को जनता तक पहुंचाने के साथ-साथ बूथ स्तर पर संगठन को और मजबूत करने, कमजोर क्षेत्रों को चिन्हित करने तथा कार्यकर्ताओं को चुनावी मोड में लाने पर जोर दे रही है।

गढ़वाल संभाग की बैठक में सांसदों और विधायकों की मौजूदगी ने इसे और महत्वपूर्ण बना दिया। पार्टी नेतृत्व की कोशिश है कि जनप्रतिनिधियों और संगठन के बीच बेहतर तालमेल बनाया जाए। चुनावी साल में यह तालमेल इसलिए भी अहम है क्योंकि भाजपा की चुनावी रणनीति केवल प्रत्याशियों के भरोसे नहीं, बल्कि बूथ स्तर तक फैले संगठन पर टिकी होती है। सांसदों और विधायकों को अपने-अपने क्षेत्रों में संगठन के साथ लगातार संवाद बनाए रखने, कार्यकर्ताओं की सक्रियता बढ़ाने और सरकार की योजनाओं को जनता तक पहुंचाने पर जोर दिया गया। साथ ही ऐसे क्षेत्रों की पहचान पर भी ध्यान है जहां पार्टी को चुनावी दृष्टि से अतिरिक्त मेहनत की जरूरत पड़ सकती है।

भाजपा 2027 में सत्ता की हैट्रिक का लक्ष्य लेकर आगे बढ़ रही है। राज्य गठन के बाद उत्तराखंड की राजनीति में सत्ता परिवर्तन की परंपरा रही है। ऐसे में लगातार तीसरी बार सत्ता में लौटना भाजपा के लिए

- ◆2027 में चुनावी हैट्रिक का संकल्प, भाजपा ने कसी कमर
- ◆गढ़वाल संभाग की बैठक में सांसद-विधायकों को टास्क
- ◆भाजपा ने अपनी संगठनात्मक रणनीति को दी अंतिम धार
- ◆बूथ से लेकर विधानसभा तक सक्रियता बढ़ाने की तैयारी

केवल चुनाव जीतने का लक्ष्य नहीं, बल्कि राज्य की स्थापित राजनीतिक प्रवृत्ति को बदलने की चुनौती भी है। भाजपा लगातार दो विधानसभा चुनाव जीत चुकी है। अब पार्टी की नजर तीसरी जीत पर है। इसके लिए संगठन को सरकार के कामकाज, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की राजनीतिक लोकप्रियता के साथ स्थानीय स्तर पर संगठन की पकड़ को चुनावी ताकत में बदलना होगा। भाजपा की रणनीति में एक तरफ सरकार की उपलब्धियों को चुनावी मुद्दा बनाने की तैयारी है तो दूसरी तरफ संगठन को विपक्ष के हमलों का जवाब देने के लिए तैयार किया जा रहा है। सड़क, चारधाम यात्रा, पर्यटन, महिला सशक्तीकरण, रोजगार, निवेश, समान नागरिक संहिता और राज्य से जुड़े विकास कार्यों को लेकर सरकार की उपलब्धियां जनता तक पहुंचाने की कोशिश होगी। इसके साथ ही कांग्रेस के संभावित चुनावी मुद्दों और सरकार विरोधी माहौल को लेकर भी पार्टी संगठन को सक्रिय किया जा रहा है। लेकिन भाजपा के लिए सबसे बड़ा सवाल यही है कि सरकार की उपलब्धियों का संदेश बूथ तक कितनी मजबूती से पहुंचता है।

2027 के चुनाव में भाजपा की रणनीति का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा कमजोर बूथ और कमजोर विधानसभा क्षेत्रों की पहचान हो सकता है, जिन बूथों पर पिछले चुनावों में पार्टी का प्रदर्शन अपेक्षाकृत कमजोर रहा, वहां संगठनात्मक गतिविधियां बढ़ाने की योजना पर काम किया जा रहा है। पार्टी के लिए बूथ स्तर पर पन्ना प्रमुख से लेकर मंडल और विधानसभा स्तर तक जिम्मेदारियों को सक्रिय रखना महत्वपूर्ण होगा। यही भाजपा का वह संगठनात्मक माडल है जिसने उसे लगातार चुनावी सफलता दिलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। भाजपा के चुनावी मोड में आने के साथ कांग्रेस पर भी दबाव बढ़ना स्वाभाविक है। विपक्ष पहले ही सरकार को महंगाई, बेरोजगारी, पलायन, शिक्षा,

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

कांग्रेस ने की भाजपा की 'घेराबंदी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की राजनीति में 2027 विधानसभा चुनाव से पहले अंकिता भंडारी हत्याकांड, बेरोजगारी और युवाओं के मुद्दे एक बार फिर राजनीतिक बहस के केंद्र में आते दिखाई दे रहे हैं। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने भाजपा सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि अंकिता भंडारी को साढ़े तीन साल बाद भी न्याय नहीं मिला है। उन्होंने आरोप लगाया कि राहुल गांधी से उत्तराखंड के युवाओं की मुलाकात के बाद भाजपा सरकार में बेचैनी दिखाई देने लगी है और अब युवा आयोग का गठन इसी घबराहट में किया गया कदम है। गोदियाल ने कहा कि यदि सरकार वास्तव में युवाओं की समस्याओं को लेकर गंभीर है तो उसे पहले उन युवाओं से माफी मांगनी चाहिए, जिन पर आंदोलन के दौरान लाठीचार्ज हुआ और मुकदमे दर्ज किए गए। कांग्रेस नेता ने युवा आयोग के गठन को युवाओं के आक्रोश को शांत करने की कोशिश बताते हुए कहा कि केवल आयोग बना देने से युवाओं के सवाल खत्म नहीं होंगे।

कांग्रेस के लिए उत्तराखंड में युवाओं के मुद्दे को राजनीतिक रूप से धार देने का एक बड़ा अवसर राहुल गांधी के साथ बेरोजगार युवाओं की मुलाकात को माना जा रहा है। कांग्रेस का दावा है कि युवाओं ने रोजगार, भर्ती परीक्षाओं और प्रदेश में रोजगार के अवसरों से जुड़े सवाल सीधे राहुल गांधी के सामने रखे। इसके बाद भाजपा सरकार की ओर से युवाओं को लेकर उठाए गए कदमों को कांग्रेस राजनीतिक दबाव का परिणाम बता रही है। गोदियाल के आरोपों का राजनीतिक अर्थ यही है कि कांग्रेस 2027 के चुनाव में युवा मतदाताओं को एक बड़े चुनावी समूह के रूप में देख रही है। भाजपा लगातार अपने संगठन और सरकार की उपलब्धियों

- ◆अंकिता भंडारी को साढ़े तीन साल बाद भी न्याय नहीं
- ◆राहुल गांधी से मुलाकात के बाद भाजपा में है घबराहट
- ◆युवा आयोग के गठन को कांग्रेस ने बताया डैमेज कंट्रोल

के सहारे चुनावी तैयारी में जुटी है, वहीं कांग्रेस बेरोजगारी और भर्ती परीक्षाओं के मुद्दे को सत्ता विरोधी भावना से जोड़ने की कोशिश कर रही है।

उत्तराखंड में अंकिता भंडारी हत्याकांड भावनात्मक और राजनीतिक रूप से बेहद संवेदनशील मुद्दा रहा है। कांग्रेस लगातार इस मामले में न्याय की मांग उठाती रही है। गोदियाल ने कहा कि जिस बेटी के मामले ने पूरे उत्तराखंड को झकझोर दिया, उसके परिवार को न्याय मिलने में देरी सरकार की कार्यप्रणाली पर सवाल खड़े करती है। कांग्रेस इसे केवल एक आपराधिक मामला नहीं, बल्कि उत्तराखंड की बेटियों की सुरक्षा और सम्मान से जुड़ा सवाल बनाकर उठाती रही है। 2027 के चुनाव में इस मुद्दे का प्रभाव कितना होगा, यह आने वाला समय बताएगा, लेकिन कांग्रेस इसे भाजपा सरकार के खिलाफ अपने राजनीतिक नैरेटिव का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाने की कोशिश कर रही है।

भाजपा सरकार द्वारा युवा आयोग के गठन की कवायद को कांग्रेस ने सकारात्मक पहल मानने के बजाय सवालों के घेरे में रखा है। कांग्रेस का कहना है कि युवाओं को आयोग नहीं, रोजगार और पारदर्शी भर्ती व्यवस्था चाहिए। पार्टी की दलील है कि यदि भर्ती प्रक्रिया में पारदर्शिता हो, परीक्षाएं समय पर हों, रिक्त पदों पर नियुक्तियां हों और युवाओं की आवाज सरकार तक पहुंचे तो अलग से राजनीतिक डैमेज कंट्रोल की जरूरत ही नहीं पड़ेगी। कांग्रेस का हमला सीधे सरकार की नीयत और नीति दोनों पर है।

गोदियाल का सबसे तीखा राजनीतिक संदेश उन युवाओं को लेकर है जो विभिन्न आंदोलनों में सड़कों पर उतरे थे। उनका कहना है कि सरकार को पहले यह स्वीकार करना चाहिए कि युवाओं के आंदोलनों से निपटने में कठोर रवैया अपनाया गया।लाठीचार्ज और मुकदमों का मुद्दा कांग्रेस पहले भी उठाती रही है। अब पार्टी इसे युवा आयोग के मुद्दे के साथ जोड़कर सरकार पर दबाव बनाने की कोशिश कर रही है। कांग्रेस का सवाल हैकृजिस युवा को अपने हक की आवाज उठाने पर मुकदमा झेलना पड़ा, क्या आयोग बनने के बाद उसका मुकदमा खत्म हो जाएगा? जिस युवा पर लाठी चली, क्या सरकार उससे माफी मांगेगी?

उत्तराखंड की राजनीति में युवा मतदाता हमेशा महत्वपूर्ण रहे हैं। लेकिन बेरोजगारी और भर्ती परीक्षाओं से जुड़े विवादों ने इस वर्ग की राजनीतिक चेतना को और मुखर

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

पहाड़ से सत्ता की नई पटकथा

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की सियासत में पौड़ी एक बार फिर राजनीतिक रूप से महत्वपूर्ण केंद्र के रूप में उभरता दिखाई दे रहा है। भाजपा की संगठनात्मक गतिविधियों, नेताओं की सक्रियता और पहाड़ की राजनीति को लेकर बन रही रणनीतियों के बीच पौड़ी पर सियासी निगाहें टिक गई हैं। सवाल यह है कि क्या आने वाले विधानसभा चुनाव में भाजपा पौड़ी को केवल एक लोकसभा क्षेत्र या राजनीतिक भूगोल के रूप में देख रही है, या फिर इसे पहाड़ की सत्ता-सियासत के नए पावर सेंटर के तौर पर विकसित किया जा रहा है? पौड़ी का राजनीतिक महत्व केवल इसलिए नहीं है कि यह गढ़वाल की राजनीति का महत्वपूर्ण हिस्सा है। उत्तराखंड की राजनीति में पौड़ी लंबे समय से नेतृत्व की प्रयोगशाला भी रहा है। यहां से निकले कई चेहरे प्रदेश की राजनीति को प्रभावित करते रहे हैं। यही वजह है कि जब भाजपा पहाड़ में अपने संगठन को मजबूत करने और 2027 के विधानसभा चुनाव की जमीन तैयार करने में जुटी है, तब पौड़ी की गतिविधियां अपने आप में राजनीतिक संकेत देने लगी हैं।

भाजपा की राजनीति में संगठन सबसे महत्वपूर्ण हथियार माना जाता है। बूथ से लेकर मंडल और जिला स्तर तक संगठन को मजबूत करने की कवायद लगातार चल रही है। पौड़ी में भी पार्टी की गतिविधियों को इसी नजर से देखा जा रहा है। पार्टी के लिए चुनौती केवल सत्ता विरोधी माहौल को संभालना नहीं है, बल्कि पहाड़ के उन सवालों का राजनीतिक जवाब तलाशना भी है, जो पिछले कुछ वर्षों में लगातार चर्चा में रहे हैं। पलायन, रोजगार, सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा, वन अधिकार और स्थानीय युवाओं के अवसर जैसे मुद्दे भाजपा के लिए चुनावी परीक्षा बन सकते हैं। ऐसे में पौड़ी को मजबूत करना गढ़वाल की कई विधानसभा सीटों के राजनीतिक समीकरणों को साधने की रणनीति का हिस्सा माना जा सकता है।

पौड़ी की राजनीतिक सक्रियता का एक दूसरा पहलू नेतृत्व से जुड़ा है। उत्तराखंड की राजनीति में गढ़वाल और कुमाऊं के बीच संतुलन हमेशा महत्वपूर्ण रहा है। भाजपा के भीतर भी अलग-अलग क्षेत्रों से आने वाले नेताओं की राजनीतिक भूमिका समय-समय पर चर्चा में रहती है। पौड़ी अगर पार्टी के लिए रणनीतिक केंद्र बनता है तो इसका असर केवल स्थानीय राजनीति तक सीमित नहीं रहेगा। इससे गढ़वाल क्षेत्र में टिकट वितरण, संगठनात्मक जिम्मेदारियों और चुनावी नेतृत्व को लेकर भी संकेत निकल सकते हैं। यही कारण है कि पौड़ी की हर राजनीतिक

◆भारतीय जनता पार्टी के लिए पौड़ी जनपद बन गया है पावर सेंटर
◆गढ़वाल का केंद्र पौड़ी फिर सियासी भविष्य तय करने का आधार
◆राजनीतिक हलचल आगामी विधानसभा चुनाव की दिशा तय करेगी

हलचल को अब केवल स्थानीय घटना मानकर नजरअंदाज करना आसान नहीं होगा।

विधानसभा चुनाव में अभी समय है, लेकिन उत्तराखंड की राजनीति में चुनावी तैयारी जल्दी शुरू हो जाती है। भाजपा के सामने 2027 में लगातार सत्ता में बने रहने की चुनौती होगी। ऐसे में पार्टी को पहाड़ में अपनी पकड़ बनाए रखने के साथ-साथ उन इलाकों में भी सक्रियता बढ़ानी होगी जहां जनता स्थानीय मुद्दों पर ज्यादा मुखर है। पौड़ी इस लिहाज से एक महत्वपूर्ण ट्रायल ग्राउंड बन सकता है। पार्टी यदि यहां संगठन, जनसंपर्क और स्थानीय मुद्दों के बीच बेहतर तालमेल बनाने में सफल होती है तो इसका माडल गढ़वाल के दूसरे हिस्सों में भी इस्तेमाल किया जा सकता है। लेकिन दूसरी तरफ विपक्ष भी इस सक्रियता को केवल संगठनात्मक कवायद के रूप में नहीं देखेगा। कांग्रेस समेत अन्य दल भाजपा के इस राजनीतिक विस्तार की काट तलाशने में जुटेंगे।

पौड़ी की राजनीति का सबसे बड़ा सवाल यही है कि क्या संगठनात्मक ताकत को जमीन के सवालों से जोड़ा जा सकेगा? पौड़ी और पूरे पहाड़ में राजनीतिक चर्चा का केंद्र केवल पार्टी नहीं है। गांवों से पलायन, खाली होते खेत, युवाओं के रोजगार, सरकारी स्कूलों की स्थिति, अस्पतालों में सुविधाओं की कमी और सड़क-संचार की समस्याएं आज भी जनता के बीच महत्वपूर्ण मुद्दे हैं। यदि भाजपा पौड़ी को पावर सेंटर बनाती है तो उसे इन सवालों के जवाब भी देने होंगे। केवल बैठकों और राजनीतिक कार्यक्रमों से चुनावी जमीन तैयार नहीं होती। जमीन तब तैयार होती है जब जनता को लगता है कि उसकी आवाज सत्ता के गलियारों तक पहुंच रही है।

भाजपा की बढ़ती सक्रियता कांग्रेस के लिए भी चुनौती है। कांग्रेस यदि पौड़ी और गढ़वाल में अपनी राजनीतिक जमीन मजबूत करना चाहती है तो उसे केवल भाजपा विरोध के भरोसे आगे बढ़ना मुश्किल होगा। उसे स्थानीय नेतृत्व, मुद्दों और संगठनकृतीनों मोर्चों पर सक्रिय होना पड़ेगा। यही वजह है कि पौड़ी आने वाले महीनों में राजनीतिक गतिविधियों का महत्वपूर्ण केंद्र बन सकता है। भाजपा इसे संगठन की मजबूती के लिए इस्तेमाल करती है या चुनावी रणनीति के केंद्रीय मंच के रूप में विकसित करती है, यह देखने वाली बात होगी।

फिलहाल इतना साफ है कि पौड़ी की पहाड़ियों में सिर्फ मौसम नहीं बदल रहा, सियासत का तापमान भी बढ़ रहा है। 2027 की लड़ाई जैसे-जैसे करीब आएगी, पौड़ी का राजनीतिक महत्व और बढ़ सकता है। सवाल अब यही है क्या गढ़वाल का यह पहाड़ी शहर उत्तराखंड की अगली सत्ता की पटकथा लिखने वाला नया पावर सेंटर बनेगा?

अंकिता के माता पिता के राहुल गांधी से मुलाकात के बाद भाजपा में घबराहट का संकेतः गोदियाल

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि अंकिता भंडारी के माता पिता के राहुल गांधी से मुलाकात के बाद भाजपा में बदलाव व घबराहट का संकेत मिल रहा है।

आज यहां उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने भाजपा की राष्ट्रीय कार्यकारिणी एवं संगठनात्मक बदलावों पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि पौड़ी गढ़वाल के छोटे से गांव की 19 वर्षीय बेटी दिवंगत अंकिता भंडारी को आज साढ़े तीन वर्ष बाद भी न्याय नहीं मिल पाया है। अंकिता के माता-पिता लंबे समय से अपनी बेटी के न्याय के लिए दर-दर भटक रहे हैं, लेकिन सरकार उनकी पीड़ा सुनने को तैयार नहीं है। गोदियाल ने कहा कि हाल ही में लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी द्वारा अंकिता भंडारी के माता-पिता से अपने आवास पर मुलाकात के बाद भाजपा के उत्तराखंड प्रभारी दुष्यंत गौतम को राष्ट्रीय कार्यकारिणी से हटाया जाना राहुल गांधी के प्रभाव को बताता है। उन्होंने कहा कि इन घटनाक्रमों का समय अपने आप में महत्वपूर्ण है और यह स्पष्ट करता है कि अंकिता भंडारी के माता-पिता की पीड़ा को राष्ट्रीय स्तर पर उठाए जाने से भाजपा किस कदर असहज और घबराई हुई है।

गोदियाल ने कहा कि अंकिता को न्याय दिलाना किसी राजनीतिक दल का मुद्दा नहीं, बल्कि उत्तराखंड की बेटी के सम्मान और न्याय का सवाल है। सरकार को बताना चाहिए कि इतने लंबे समय बाद भी पीड़ित परिवार को पूर्ण न्याय क्यों नहीं मिला और उनकी शेष मांगों पर सरकार कब कार्रवाई करेगी। गोदियाल ने उत्तराखंड में युवा आयोग के गठन पर भी सवाल उठाते हुए कहा कि जिस भाजपा सरकार ने वर्षों तक युवाओं के सवालों पर चुप्पी साधे रखी, उसी सरकार को अब युवाओं का आक्रोश दिखाई देने लगा है। उन्होंने कहा कि देहरादून के घंटाघर में अपने अधिकारों और रोजगार के लिए आवाज उठा रहे युवाओं पर लाठीचार्ज, पथराव और गंभीर धाराओं में मुकदमे दर्ज करने वाली सरकार आज युवाओं के आक्रोश से घबराकर आयोग गठित कर रही है। यह युवाओं की समस्याओं का समाधान नहीं, बल्कि महज डैमेज कंट्रोल की कोशिश है। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार को पहले उन युवाओं से माफी मांगनी चाहिए, जिन पर अपने हक और रोजगार के लिए आवाज उठाने पर लाठियां बरसाई गईं और मुकदमे दर्ज किए गए। सरकार को यह भी बताना चाहिए कि भर्ती परीक्षाओं में अनियमितताओं, प्रश्नपत्र लीक और भर्ती घोटालों के चलते जिन लाखों युवाओं का भविष्य प्रभावित हुआ, उसकी जिम्मेदारी कौन लेगा। गोदियाल ने कहा कि उत्तराखंड का युवा अब घोषणाओं और आयोगों से नहीं, रोजगार, पारदर्शी भर्ती और सम्मानजनक व्यवहार से जवाब चाहता है। भाजपा सरकार को समझ लेना चाहिए कि युवाओं के आक्रोश को किसी आयोग के गठन से दबाया नहीं जा सकता। अब उत्तराखंड का युवा सरकार से हिसाब मांग रहा है और आने वाले समय में लोकतांत्रिक तरीके से इसका जवाब भी देगा।

भाजपा में गढ़वाल का दबदबा

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड भाजपा की मौजूदा राजनीति में गढ़वाल क्षेत्र की भूमिका लगातार चर्चा के केंद्र में है। संगठन से लेकर सरकार तक गढ़वाल के नेताओं की सक्रियता ने पार्टी के भीतर क्षेत्रीय संतुलन और राजनीतिक प्रभाव को लेकर नई बहस छेड़ दी है। 2027 के विधानसभा चुनाव से पहले भाजपा जिस तरह पहाड़ के राजनीतिक समीकरणों को साधने में जुटी है, उसमें गढ़वाल का बढ़ता प्रभाव पार्टी की रणनीति का अहम हिस्सा माना जा रहा है। उत्तराखंड की राजनीति में गढ़वाल और कुमाऊं का संतुलन हमेशा संवेदनशील विषय रहा है। राज्य गठन के बाद सत्ता और संगठन में दोनों मंडलों की हिस्सेदारी को लेकर राजनीतिक चर्चाएं होती रही हैं। ऐसे में भाजपा के भीतर गढ़वाल के नेताओं की बढ़ती सक्रियता को केवल संयोग मानना आसान नहीं है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी कुमाऊं से आते हैं, लेकिन भाजपा की प्रदेश राजनीति में गढ़वाल से जुड़े कई प्रभावशाली चेहरे सक्रिय हैं। सरकार, संगठन और पार्टी के विभिन्न राजनीतिक अभियानों में इन नेताओं की भूमिका लगातार दिखाई देती रही है। गढ़वाल की राजनीतिक ताकत का एक कारण यह भी है कि क्षेत्र में भाजपा का संगठन लंबे समय से मजबूत रहा है। पहाड़ की कई विधानसभा सीटों पर पार्टी का कैडर नेटवर्क चुनावी राजनीति में उसकी बड़ी ताकत माना जाता है। यही संगठनात्मक ढांचा भाजपा को चुनाव के समय बढ़त दिलाने में मदद करता रहा है। पौड़ी, चमोली, रुद्रप्रयाग, टिहरी, उत्तरकाशी और देहरादून के पर्वतीय हिस्से भाजपा की रणनीति में इसलिए भी महत्वपूर्ण हैं क्योंकि इन क्षेत्रों का असर गढ़वाल की व्यापक राजनीतिक दिशा पर पड़ता है।

गढ़वाल की राजनीति में पौड़ी का महत्व अलग है। यह क्षेत्र लंबे समय से राज्य की राजनीति को नेतृत्व देने वाले नेताओं की जमीन रहा है। भाजपा के लिए भी पौड़ी केवल एक लोकसभा क्षेत्र नहीं, बल्कि

◆उत्तराखंड के 2027 से पहले सियासी समीकरणों की नई तस्वीर
◆क्षेत्रीय संतुलन की सियासत, गढ़वाल पर टिकी भाजपा की नजर
◆सत्ता-संगठन के संवेदनशील संतुलन को साधने में जुटी है पार्टी

गढ़वाल की राजनीतिक नब्ज समझने का महत्वपूर्ण केंद्र है। पौड़ी में संगठनात्मक सक्रियता बढ़ना इस बात का संकेत माना जा रहा है कि पार्टी 2027 से पहले गढ़वाल के राजनीतिक समीकरणों को और मजबूत करना चाहती है। लेकिन यहां एक सवाल भी है क्या भाजपा गढ़वाल के प्रभावशाली नेताओं के बीच बेहतर समन्वय बना पाएगी? क्योंकि सत्ता और संगठन में प्रभाव बढ़ने के साथ भीतर की प्रतिस्पर्धा भी बढ़ना स्वाभाविक है।

गढ़वाल के बढ़ते प्रभाव की चर्चा के साथ क्षेत्रीय संतुलन का सवाल भी उठता है। उत्तराखंड की राजनीति में गढ़वाल बनाम कुमाऊं का विमर्श नया नहीं है। दोनों क्षेत्रों की अपनी राजनीतिक पहचान और सामाजिक-राजनीतिक अपेक्षाएं हैं। भाजपा के लिए चुनौती यह है कि वह गढ़वाल में अपने प्रभाव को बढ़ाते हुए कुमाऊं को किसी तरह की राजनीतिक उपेक्षा का संदेश न जाने दे। मुख्यमंत्री का कुमाऊं से होना पार्टी के लिए क्षेत्रीय संतुलन का एक महत्वपूर्ण आधार है, लेकिन संगठनात्मक स्तर पर संतुलन बनाए रखना भी उतना ही जरूरी होगा। भाजपा के लिए 2027 का चुनाव केवल सत्ता में वापसी का चुनाव नहीं होगा। पार्टी के सामने लगातार दो सरकारों के बाद जनता के बीच अपनी स्वीकार्यता बनाए रखने की चुनौती होगी।

गढ़वाल में पार्टी को जहां अपने मजबूत संगठन का लाभ मिल सकता है, वहीं स्थानीय मुद्दे भी चुनावी परिणामों को प्रभावित कर सकते हैं। पलायन, रोजगार, शिक्षा, स्वास्थ्य, सड़क, आपदा और पर्यटन के सवाल पहाड़ के मतदाताओं के लिए लगातार महत्वपूर्ण बने हुए हैं। ऐसे में गढ़वाल के नेताओं के सामने केवल पार्टी का पक्ष रखने की चुनौती नहीं होगी, बल्कि जनता के स्थानीय सवालों का जवाब देने की भी जिम्मेदारी होगी। उत्तराखंड भाजपा में गढ़वाल का बढ़ता दबदबा फिलहाल एक राजनीतिक संकेत जरूर है, लेकिन इसे स्थायी सत्ता समीकरण मानना जल्दबाजी होगी। चुनाव से पहले राजनीतिक समीकरण तेजी से बदलते हैं। फिर भी मौजूदा तस्वीर यह बताती है कि भाजपा गढ़वाल को अपनी चुनावी रणनीति का महत्वपूर्ण आधार मानकर चल रही है। संगठन की मजबूती, स्थानीय नेतृत्व और क्षेत्रीय मुद्दों को साथ जोड़ना पार्टी के लिए निर्णायक हो सकता है। 2027 की जंग में भाजपा के लिए गढ़वाल सिर्फ सीटों का गणित नहीं, सत्ता की चाबी भी है। अब देखना यह होगा कि पार्टी इस दबदबे को चुनावी बढ़त में बदल पाती है या फिर गढ़वाल के भीतर उठ रहे स्थानीय सवाल ही उसके लिए सबसे बड़ी चुनौती बन जाते हैं।

क्या आपको निर्णय लेते समय महसूस होता है तनाव? इन 5 संकेतों से चलेगा पता

हम रोजमर्रा के जीवन में कई छोटे-बड़े फैसले लेते हैं, जैसे क्या पहनना है, क्या खाना है या कौन-सा शो देखना है। इन फैसलों का हमारे मानसिक स्वास्थ्य पर बड़ा असर पड़ता है। अगर आपको लगता है कि आप लगातार छोटे-छोटे फैसलों में भी थकावट महसूस कर रहे हैं तो यह संकेत हो सकता है कि आपको निर्णय लेने की थकावट हो रही है। आइए इसके 5 संकेत जानते हैं।

लगातार फैसले लेने में थकान होना

अगर आप रोजाना कई छोटे-छोटे फैसलों में भी थकावट महसूस करते हैं तो यह एक जरूरी संकेत हो सकता है। उदाहरण के लिए, अगर आप रोजाना यह सोचते हैं कि आज क्या पहनना है या क्या खाना है और इससे आपको मानसिक रूप से परेशानी होती है तो यह दिखाता है कि आपको निर्णय लेने की थकावट हो रही है। ऐसी स्थिति में आपको अपनी दिनचर्या में थोड़ा बदलाव करने की जरूरत हो सकती है।

छोटी-छोटी बातों पर ज्यादा सोच-विचार करना

अगर आप छोटी-छोटी बातों पर ज्यादा सोचते रहते हैं तो यह भी एक संकेत हो सकता है कि आपको निर्णय लेने की थकावट हो रही है। जैसे कि क्या खाना है या कौन-सा कपड़ा पहनना है, इन मामलों में ज्यादा सोचने से मानसिक ऊर्जा खत्म हो सकती है। इससे आपका मूड भी प्रभावित होता है और आप चिड़चिड़े हो सकते हैं। ऐसे में बेहतर होगा कि आप कुछ फैसले पहले ही तय कर लें, ताकि आपको बार-बार सोचना न पड़े।

मूड में उतार-चढ़ाव आना

अगर आपका मूड बार-बार बदलता रहता है और आप खुद को उदास या चिड़चिड़ा महसूस करते हैं तो यह भी एक संकेत हो सकता है कि आपको निर्णय लेने की थकावट हो रही है। ऐसा अक्सर तब होता है जब हम ज्यादा सोचते हैं या छोटे-छोटे फैसलों में उलझे रहते हैं। इस स्थिति में खुद को थोड़ा समय देना जरूरी है, ताकि आप आराम कर सकें और अपनी मानसिक ऊर्जा को फिर से प्राप्त कर सकें।

ज्यादा चिंता होना

अगर आप अक्सर बहुत ज्यादा चिंता करते रहते हैं, खासकर छोटे-छोटे मामलों को लेकर तो यह एक जरूरी संकेत हो सकता है कि आपको निर्णय लेने की थकावट है। ज्यादा चिंता करने से मानसिक ऊर्जा खत्म हो सकती है और आप खुद को बहुत थका हुआ महसूस कर सकते हैं। इस स्थिति में आपको अपनी दिनचर्या में थोड़ा बदलाव करने की जरूरत हो सकती है, ताकि आप आराम कर सकें और अपनी मानसिक ऊर्जा को फिर से प्राप्त कर सकें।

लेस के कपड़े पहनने की शौकीन हैं? इन आउटफिट को बनाएं अलमारी का हिस्सा

लेस एक ऐसा कपड़ा है, जो नाजुकता और आकर्षण का अनोखा मेल प्रस्तुत करता है। यह न केवल सुंदरता बढ़ाता है, बल्कि आराम भी देता है। आजकल लेस के कपड़े बहुत लोकप्रिय हो गए हैं, खासकर महिलाओं के बीच। इस लेख में हम आपको 5 ऐसे लेस के कपड़ों के बारे में बताएंगे, जो आपकी अलमारी में चार चांद लगा सकते हैं और आपको हर मौके पर खास महसूस करवाएंगे।

लेस की ड्रेस किसी भी अवसर पर पहनने के लिए बेहतरीन विकल्प हो सकती है। चाहे वह शादी हो या कोई पार्टी, लेस की ड्रेस हमेशा आकर्षक लगती है। यह न केवल आपको सुंदर दिखाती है, बल्कि आरामदायक भी होती है। आप इसे अपने पसंदीदा जूतों और गहनों के साथ मिलाकर एक पूरा लुक बना सकती हैं। लेस की ड्रेस पहनने से आपका लुक न केवल खास लगेगा, बल्कि आप आत्मविश्वास से भरी भी महसूस करेंगी।

लेस टॉप रोजमर्रा के उपयोग के लिए बहुत अच्छे होते हैं। इन्हें जींस या स्कर्ट के साथ पहना जा सकता है, जिससे आपका लुक हमेशा नया और ताजगी भरा लगेगा। लेस टॉप न केवल स्टाइलिश होते हैं, बल्कि इन्हें पहनने से आपको पूरा दिन आराम भी महसूस होता है। इन्हें खास मौकों पर भी पहना जा सकता है। लेस टॉप आपके कपड़े के संग्रह में एक अहम हिस्सा बन सकते हैं, जो हर मौके पर आपको खास बनाएंगे।

लेस स्कर्ट किसी भी महिला की अलमारी में होना जरूरी होता है। इसे किसी भी साधारण टी-शर्ट या ब्लाउज के साथ मिलाकर पहना जा सकता है। लेस स्कर्ट पहनने से आपका लुक न केवल खास लगेगा, बल्कि आप आत्मविश्वास से भरी भी महसूस करेंगी। इसे ऊंची एड़ी के जूतों के साथ पहनने से आपका लुक और भी आकर्षक बनता है।

लेस जैकेट ठंड के मौसम में भी फैशन का हिस्सा बन सकती हैं। इन्हें किसी साधारण कुर्ते या टी-शर्ट के ऊपर पहनें और अपना लुक पूरा करें। लेस जैकेट न केवल आपको गर्म रखेगी, बल्कि स्टाइलिश भी दिखाएगी। इसे जींस या फॉर्मल पैंट, दोनों के साथ पहना जा सकता है।

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

बरसात कई बीमारियों की वजह बनती है

मानसून लगभग पूरे भारत में दस्तक दे चुका है और जगह-जगह पर लगातार बारिश भी शुरू हो चुकी है। ऐसे में कई लोग अपनी जरूरत के लिए घर से बाहर भी निकल रहे हैं और उन्हें बारिश में भीगना भी पड़ रहा है। मानसून में होने वाली बरसात कई सारी बीमारियों की वजह भी बन जाती है, इसलिए अपनी सेहत का खास ख्याल रखने की जरूरत है। यहां पर आपको कुछ ऐसे ही सेहतमंद टिप्स दी जा रही हैं, जिन्हें आप बारिश में भीगने के तुरंत बाद जरूर अपनाएं।

ऐसा न करने की स्थिति में हो सकता है कि आप किसी ना किसी स्वास्थ्य समस्या से जरूर परेशान हो जाएं। खासकर कोरोना वायरस महामारी के इस दौर में बीमार होने के बाद आप अस्पताल बिल्कुल भी नहीं जाना चाहेंगे, इसलिए पहले से तैयारी करना बहुत जरूरी है। आइए अब जानते हैं कि कौन-सी 5 टिप्स हैं जो बारिश में भीगने के बाद सभी को फॉलो चाहिए।

पहले यह जान लीजिए किन-किन बीमारियों से हो सकता है सामना

बारिश में भीगने के बाद आपको जो बीमारियां अपनी चपेट में लेंगी, उनके लक्षण आपको काफी हद तक कोरोना वायरस के लक्षण से मिलते-जुलते भी दिखाई दे सकते हैं। बारिश में भीगने के बाद अक्सर लोगों को पहले सर्दी, जुकाम और खांसी की समस्या होती है। जिन लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत नहीं होती, वह सर्दी खांसी और जुकाम की चपेट में आने के बाद तुरंत बुखार से भी पीड़ित हो जाते हैं।

इसके अलावा बारिश में भीगने के बाद सिरदर्द, स्किन एलर्जी और आंखों के संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। आइए अब जानते हैं कि बारिश में भीगने के बाद क्या करना है?

सिर को ढकें

सिर हमारे शरीर का पहला हिस्सा होता है जहां पर बारिश का पानी सबसे पहले पड़ता है। हमारे शरीर की पूरी कार्यप्रणाली सिर के जरिए ही संचालित होती है। सिर का हिस्सा काफी कोमल भी होता है। चलिए थोड़ी देर तक बारिश का पानी पड़ने के बाद हमें ठंडक महसूस होने लगती है। ऐसी स्थिति में सबसे पहले अपने सिर को ढक लें और कोशिश करें कि बारिश का पानी सिर पर जितना कम हो सके, उतना कम पड़े।

कपड़ों को बदलने में न करें देरी

बारिश में भीगने के बाद जैसे ही घर पहुंचे तुरंत अपने कपड़ों को बदल लें। ऐसा करने से आपके शरीर का तापमान सामान्य अवस्था में आ जाएगा और आपको ठंड भी नहीं लगेगी। इसके साथ-साथ बारिश के मौसम में कई प्रकार के फंगल संक्रमण का खतरा भी रहता है। कपड़ों को तुरंत बदलने के कारण इस पर मौजूद फंगस, संक्रमण नहीं फैला पाएंगे।

लगाएं कोई एंटीबैक्टीरियल क्रीम

बारिश में भीगने के जब आप अपने कपड़ों को बदल लें तो उसके बाद किसी एंटीबैक्टीरियल क्रीम को पूरे शरीर में लगाएं। ऐसा करने से आपके शरीर पर मौजूद बैक्टीरिया मर जाएंगे और आप किसी भी प्रकार की स्किन एलर्जी की चपेट में आने से बचे रहेंगे। इतना ही नहीं, एंटीबैक्टीरियल क्रीम को लगाने से आप दाद, खाज और खुजली की समस्या से परेशान नहीं होंगे।

सिर को दें विशेष ट्रीटमेंट

बारिश में भीगने के बाद घर पहुंचने पर कोशिश करें कि सबसे पहले अपने सिर को किसी तोलिया से अच्छी तरह पोछ लें। सिर पर यदि ज्यादा देर तक बारिश का पानी मौजूद रहेगा तो इसके कारण आप सर्दी जुकाम और खांसी की चपेट में भी आ जाएंगे। सिर का हिस्सा गीला होने के बाद सबसे पहले इन्हीं स्वास्थ्य समस्याओं से लोगों को प्रभावित करता है।

गर्म चाय या काढ़े का सेवन करें

बारिश में भीगने के बाद आपको गर्म चाय या फिर काढ़े का सेवन जरूर करना चाहिए। यह न केवल आपके शरीर की एनर्जी को बूस्ट करते हैं बल्कि बारिश में भीगने का कारण शरीर के गिरे हुए तापमान को मेंटेन करने में भी अहम भूमिका निभाते हैं। इसके साथ साथ काढ़े का सेवन करना और भी फायदेमंद रहेगा। इससे रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है और आप सर्दी, खांसी और फ्लू जैसी समस्याओं से बचे रह सकते हैं।

बारिश के समय में स्लीपर पहनने वाले लोगों के अंगूठे में या उसके आस-पास मिट्टी के छोटे-छोटे कण भी कट्ठे हो जाते हैं। इसलिए घर पहुंचने के तुरंत बाद अपने पैरों को अच्छी तरह धो लें।

शब्द सामर्थ्य -040

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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

1	2		3		4	5		
6			7				8	
9		10					11	
12				13		14		
	15							16
17				18				
19						20	21	
		22		23			24	
25				26				

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 39 का हल

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

क्या आंखों के लिए जरूरी है ओमेगा-3 ?

ओमेगा-3 एक जरूरी फैटी एसिड है, जो आंखों के स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होता है। यह न केवल आंखों की रोशनी को बेहतर बनाने में मदद करता है, बल्कि आंखों की सूजन और अन्य समस्याओं से भी राहत दिलाता है। इस लेख में हम जानेंगे कि कैसे ओमेगा-3 का सेवन आपकी आंखों को स्वस्थ रख सकता है और किन खाद्य पदार्थों से आप इसे आसानी से प्राप्त कर सकते हैं।

आंखों की सूजन को कम करने में सहायक : ओमेगा-3 में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो आंखों की सूजन को कम करने में मदद करते हैं। अगर आपकी आंखें सूजी रहती हैं या उनमें जलन होती है तो ओमेगा-3 का सेवन करना फायदेमंद हो सकता है। यह आंखों की रक्त वाहिकाओं को मजबूत बनाता है और सूजन को कम करता है। इसके अलावा यह आंखों की नमी बनाए रखने में भी मदद करता है, जिससे आपकी आंखें तरोताजा महसूस होती हैं।

दृष्टि सुधारने में प्रभावी :ओमेगा-3 आंखों की रोशनी को बेहतर बनाने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यह आंखों के अंदर पोषक तत्व पहुंचाने में सहायक होता है, जिससे दृष्टि सुधारने में मदद मिलती है। नियमित रूप से ओमेगा-3 का सेवन करने से उम्र बढ़ने के साथ होने वाली दृष्टि समस्याओं का खतरा भी कम हो सकता है। इसके अलावा यह आंखों की संवेदनशीलता को बढ़ाता है और उन्हें स्वस्थ भी बनाए रखता है।

आंखों की थकान दूर करने में कारगर: लंबे समय तक स्क्रीन देखने से आंखों में थकान हो सकती है, जिसे ओमेगा-3 दूर कर सकता है। यह आंखों की मांसपेशियों को आराम देता है और उन्हें तरोताजा बनाता है। अगर आप दिनभर स्क्रीन पर काम करते हैं तो अपने आहार में ओमेगा-3 युक्त खाद्य पदार्थ शामिल करें, जैसे कि सब्जा के बीज, अलसी के बीज या अखरोट। इससे आपकी आंखें थकी हुई महसूस नहीं होंगी और आप अधिक आराम महसूस करेंगे।

आंखों के सूखापन को दूर करें: अगर आपकी आंखें अक्सर सूखी रहती हैं तो ओमेगा-3 इसका समाधान हो सकता है। यह आंखों की नमी बनाए रखने में मदद करता है और सूजन को कम करता है। इसके अलावा यह आंखों की संवेदनशीलता को बढ़ाता है, जिससे वे अधिक स्वस्थ और तरोताजा महसूस होती हैं। आप अपने आहार में ओमेगा-3 युक्त खाद्य पदार्थ शामिल कर सकते हैं, जैसे कि सब्जा के बीज, अलसी के बीज या अखरोट।

रात को अच्छी नींद में मददगार: अच्छी नींद के लिए भी ओमेगा-3 जरूरी माना जाता है, क्योंकि यह दिमाग तक पहुंचकर तंत्रिका तंत्र को शांत करता है। इससे नींद अच्छी आती है और आंखें आराम महसूस करती हैं। अगर आप रात को ठीक से सो नहीं पा रहे हैं तो अपने आहार में ओमेगा-3 युक्त खाद्य पदार्थ शामिल करें. जैसे कि सब्जा के बीज, अलसी के बीज या अखरोट। इससे आपकी नींद बेहतर होगी और आंखें तरोताजा महसूस करेंगी।

बच्चों की हड्डियों को मजबूत बनाने के लिए अपनाएं ये तरीके, बढ़ेगी उनकी ताकत

बच्चों की हड्डियों का विकास उनके समग्र स्वास्थ्य के लिए बहुत जरूरी है। मजबूत हड्डियों के लिए कैल्शियम और विटामिन-डी जरूरी पोषक तत्व माने जाते हैं। इसके साथ ही नियमित व्यायाम भी जरूरी है। इसके अलावा खान-पान और सूरज की रोशनी भी हड्डियों के विकास में अहम भूमिका निभाते हैं। इस लेख में हम कुछ सरल और प्रभावी तरीकों पर चर्चा करेंगे, जिनसे आप अपने बच्चों की हड्डियों को मजबूत बना सकते हैं।

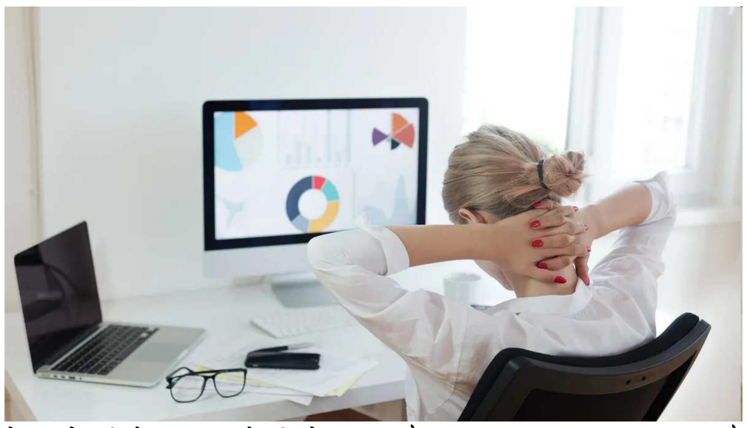
कैल्शियम युक्त आहार दें: कैल्शियम हड्डियों के निर्माण में अहम भूमिका निभाता है। बच्चों को दूध, दही और पनीर जैसे डेयरी उत्पादों के साथ हरी सब्जियां, बादाम और संतरे का रस देना चाहिए। इनसे बच्चों को कैल्शियम और अन्य जरूरी पोषक तत्व मिलते हैं। इसके अलावा पालक और ब्रोकली जैसी हरी सब्जियां भी कैल्शियम का अच्छा स्रोत हैं। इनसे बच्चों को मजबूत हड्डियां मिल सकती हैं और उनका समग्र स्वास्थ्य भी बेहतर होता है।

विटामिन-डी की अहमियत समझें: विटामिन-डी कैल्शियम को शरीर द्वारा बेहतर तरीके से अवशोषित करने में मदद करता है। इसके लिए बच्चों को सुबह की धूप में कुछ मिनट बैठाना चाहिए, ताकि उनका शरीर खुद ही विटामिन-डी बना सके। इसके अलावा दूध जैसे खाद्य पदार्थ भी विटामिन-डी के अच्छे स्रोत हैं। इनसे बच्चों की हड्डियां मजबूत होती हैं और उनका समग्र स्वास्थ्य भी बेहतर होता है। धूप में घूमने से न केवल विटामिन-डी मिलता है, बल्कि यह मन को भी शांत रखता है।

नियमित व्यायाम कराएं: बच्चे जितना ज्यादा सक्रिय रहेंगे, उनकी हड्डियां उतनी ही मजबूत होंगी। उन्हें रोजाना दौड़ना, कूदना, साइकिल चलाना या कोई खेल खेलने के लिए प्रेरित करें। इससे उनकी मांसपेशियां भी मजबूत होंगी और हड्डियों पर अच्छा प्रभाव पड़ेगा। इसके अलावा योग और स्ट्रेचिंग जैसे हल्के व्यायाम भी हड्डियों को मजबूती प्रदान कर सकते हैं। बच्चों को फिट रखने के लिए इन सभी गतिविधियों को उनकी दिनचर्या में शामिल करना जरूरी है।

धूप में समय बिताएं: सूरज की रोशनी से मिलने वाला प्राकृतिक विटामिन-डी हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए बहुत जरूरी है। इसलिए, बच्चों को रोजाना थोड़ी देर धूप में बैठने दें, खासकर सुबह की धूप बहुत फायदेमंद होती है। इससे न केवल विटामिन-डी मिलता है, बल्कि यह मन को भी शांत रखता है। बच्चों को पार्क या बालकनी में खेलने के लिए प्रोत्साहित करें, ताकि वे प्राकृतिक रूप से विटामिन-डी प्राप्त कर सकें और स्वस्थ रहें।

डेस्क जॉब के दौरान सक्रिय रहने के लिए बीच-बीच में ब्रेक लें



कई लोग अपने दिन का सबसे ज्यादा समय ऑफिस में बिताते हैं। ऐसे में आपकी डेस्क जॉब है तो ज्यादा देर तक एक ही जगह पर बैठे रहने से स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ता है। खासकर कमर का हिस्सा काफी ज्यादा प्रभावित होता है। अगर आपको भी डेस्क जॉब के कारण तरह-तरह की समस्याएं हो रही हैं तो यह जरूरी है कि आप बीच-बीच में ब्रेक लें। इसके साथ ही इन 5 तरीकों को अपनाकर सक्रिय भी रह सकते हैं।

बीच-बीच में टहलने की आदत डालें

एक ही जगह पर काफी देर तक बैठे रहने की जगह बीच-बीच में ब्रेक लेकर कुछ मिनट टहलें। इसके बाद जब आप अपनी डेस्क पर वापस लौटेंगे तो आप खुद को तरोताजा महसूस करेंगे और नई ऊर्जा के साथ अपने कार्यों को निपटाने के लिए तैयार रहेंगे। इसी तरह अपनी डेस्क पर बैठने से पहले डिटॉक्स वॉटर या फिर सामान्य पानी का सेवन भी जरूर करें।

स्ट्रेचिंग करना भी है जरूरी

कुछ मिनटों के लिए स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज करने से लंबे समय तक बैठने के कारण होने वाली जकड़न को कम करने में मदद मिल सकती है। इसके लिए अपनी रीढ़ और कूल्हों पर अधिक खिंचाव डालें, क्योंकि इन पर डेस्क जॉब के कारण सबसे ज्यादा दबाव पड़ता है। आप कुछ सरल डेस्क-फ्रेंडली योगाभ्यास करने की कोशिश कर सकते हैं, जो कार्यालय के माहौल के लिए उपयुक्त हैं। ऐसा करने से आपकी कई समस्याएं दूर हो सकती हैं।

लैपटॉप स्क्रीन से बनाएं थोड़ी दूरी

लैपटॉप स्क्रीन पर लगातार देखने से आंखों में दर्द होने की संभावना बढ़ जाती हैं। ऐसे गैजेट्स की स्क्रीन से आंखों की मांसपेशियों पर बुरा प्रभाव पड़ता है, जिससे आंखों में दर्द होने लगता है। ऐसे में इनका इस्तेमाल करते समय हर 20 मिनट के बाद 20 सेकंड के लिए 20 फीट दूर रखी किसी वस्तु को देखें। हो सकता है कि शुरूआत में इस एक्सरसाइज से आंखों पर थोड़ा दबाव पड़े, लेकिन यह फायदेमंद है।

पोषक तत्वों से भरपूर नाश्ता करें

अगर काम और रात के खाने के बीच एक लंबा ब्रेक है तो शाम के समय पौष्टिक और स्वस्थ नाश्ता करना अच्छा विचार है। इसके लिए अपनी डाइट में प्रोटीन, कॉम्प्लैक्स कार्बोहाइड्रेट और हेल्दी फैट से भरपूर स्नैक्स शामिल करें। आप हेल्दी विकल्प के तौर पर कुछ स्टीम्ड स्नैक रेसिपीज ट्राई कर सकते हैं। ये स्नैक्स आपको पर्याप्त ऊर्जा देने सहित लंबे समय तक पेट भरा हुआ रखने में मदद करेंगे।

धैर्य से करें अपने दिन की शुरूआत

सुबह की दिनचर्या पूरे दिन के लिए सेट करने में मदद कर सकती है। यदि आप हड़बड़ी में इसकी शुरुआत करते हैं तो आप पूरे दिन हड़बड़ी महसूस करेंगे। अपनी सुबह की शुरूआत कुछ इस तरह ले करें कि आपका पूरा दिन सकारात्मकता के साथ बीते। सकारात्मकता के साथ दिन की शुरुआत करने के लिए इन 5 टिप्स को फॉलो करना अच्छा हो सकता है।

अच्छे स्वास्थ्य के लिए जरूरी है पर्याप्त नींद

अच्छे स्वास्थ्य के लिए जरूरी है पर्याप्त नींद। स्वस्थ जीवन के कम से कम 6 घंटे की प्रतिदिन लेना आवश्यक है। अन्यथा आलस्य बना रहता है और बीमारियां होने की संभावनाएं बनती हैं। नींद पूरी न होने के पीछे कारण हो सकते हैं। इन कारणों में से एक है बुरे या डरावने सपने आना। यदि किसी व्यक्ति को बुरे या भयानक सपने दिखाई देते हैं जिनकी वजह से नींद खुल जाती है तो निश्चित ही यह स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है। इस अवस्था से बचने के लिए ज्योतिष के अनुसार एक टोटका या उपाय बताया गया है। इसके अनुसार रात को सोते समय या नींद में सपने देखकर यदि भय लगता हो तो पलंग के नीचे रोटी बनाने के तवा को उल्टा करके रख दें। इस उपाय से निश्चित ही बुरे सपने आना बंद हो जाएंगे। पलंग के नीचे तवा रखने से हमारे आसपास के वातावरण में मौजूद नकारात्मक ऊर्जा निष्क्रिय हो जाती है। इसी नकारात्मक ऊर्जा की वजह से बुरे सपने दिखाई देते हैं। इन बुरी शक्तियां के प्रभाव में होने से हमारा दिमाग इस प्रकार की बातों को ही सोचता है। पलंग के नीचे तवा रखने पर इन विचारों पर विराम लगता है और नींद अच्छी आती है। इसके साथ ही रात को सोते समय भगवान या इष्ट देवता का नाम लेकर सोना चाहिए। इस उपाय से भी बुरे सपने आना बंद हो जाते हैं और नींद अच्छी आती है।

क्या आप भी बिना प्यास लगे जबरदस्ती पीते हैं पानी ?

पानी पीना फायदेमंद होता है लेकिन कुछ लोग बिना प्यास लगे ही पानी पीते हैं. बिना यह जाने कि यह फायदेमंद है या नुकसानदायक. दरअसल, शरीर के लिए सबसे जरूरी तत्व पानी ही है. यह खनिज, विटामिन, अमीनो एसिड और ग्लूकोज को अवशोषित करने में शरीर की हेल्प करता है. टॉक्सिक पदार्थों और वेस्ट प्रोडक्ट को भी शरीर से बाहर निकालने में यह हेल्प करती है. अगर बॉडी में पानी की कमी हो जाए तो कई तरह की बीमारियां हो सकती हैं. इसलिए खूब पानी पीना चाहिए लेकिन कुछ लोग जो जरूरत से ज्यादा ही पानी पीते हैं.

हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक, गर्मी के दिनों में रोजाना 2 से 3 लीटर पानी पीना चाहिए. इससे शरीर हाइड्रेटेड रहता है और कई तरह का खतरा भी दूर रहता है. आमतौर पर जब हमारे शरीर को पानी की जरूरत होती है तो वह प्यास के जरिए इसके संकेत देता है. बिना प्यास पानी पीने का कोई फायदा नहीं होता है. अगर जबरदस्ती पानी पीते हैं तो शरीर को इसका कोई बेनिफिट नहीं मिलता है उल्टे इससे नुकसान हो सकता है. इसलिए प्यास लगने पर ही पानी पीना चाहिए.

खूब पानी पिएं लेकिन सिर्फ ये लोग

डॉक्टर के मुताबिक, कम पानी पीना डिहाइड्रेशन ही नहीं किडनी स्टोन का खतरा भी बना देता है. अगर किसी को किडनी स्टोन की समस्या है तो उसे दिनभर में कम से कम 3 लीटर पानी पीना चाहिए. इससे स्टोन यूरिन के जरिए बाहर आ सकता है. हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक, करीब 80 प्रतिशत लोगों का किडनी स्टोन पानी और फ्लूड से पेशाब के रास्ते बाहर आ जाता है. इसलिए किडनी स्टोन के मरीज पानी पीने से परहेज न करें. हालांकि, जबरदस्ती पानी पीने से भी बचना चाहिए. थोड़ा-थोड़ा कर पानी पी सकते हैं.

पानी पीने के फायदे

1. गर्मियों में पर्याप्त मात्रा में पानी पीने से शरीर फ्रेश और एक्टिव रहता है.

2. पानी ब्रेन फंक्शन को मेंटेन रखने का काम करता है और सिरदर्द की समस्या दूर करने में मदद करता है.

3. कब्ज की समस्या है तो पानी पीना फायदेमंद हो सकता है. पानी पीने से डाइजेशन सिस्टम बेहतर होता है.

4. पर्याप्त पानी पीना फिजिकल और मेंटल हेल्थ के लिए बेहतर हो सकता है.

नर्सिंग संस्थान में शोषण की शिकायतों की जांच को मांगे साक्ष्य

अल्मोड़ा(आरएनएस)। मां अम्बे इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग एंड पैरामेडिकल साइंस, अल्मोड़ा के खिलाफ छात्र-छात्राओं एवं कर्मचारियों के आर्थिक और मानसिक शोषण संबंधी शिकायतों की जांच के लिए गठित त्रि-सदस्यीय समिति ने संबंधित लोगों से साक्ष्य और दस्तावेज उपलब्ध कराने की अपील की है। जांच को निष्पक्ष और पारदर्शी बनाने के उद्देश्य से यह कदम उठाया गया है।

अपर जिलाधिकारी युक्ता मिश्र ने बताया कि जिलाधिकारी के निर्देश पर गठित जांच समिति ने निर्णय लिया है कि इस प्रकरण से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से जुड़े ऐसे सभी व्यक्ति, जिनके पास शिकायत में वर्णित तथ्यों से संबंधित महत्वपूर्ण दस्तावेज, अभिलेख या अन्य साक्ष्य उपलब्ध हैं, वे अपना पक्ष समिति के समक्ष प्रस्तुत कर सकते हैं।

उन्होंने बताया कि इच्छुक व्यक्ति इस सूचना के प्रकाशन की तिथि से एक सप्ताह के भीतर किसी भी कार्य दिवस पर जिलाधिकारी कार्यालय में व्यक्तिगत रूप से उपस्थित होकर अपना लिखित पक्ष तथा संबंधित साक्ष्य एवं दस्तावेज जमा कर सकते हैं। अपर जिलाधिकारी ने स्पष्ट किया कि निर्धारित समयावधि समाप्त होने के बाद प्राप्त किसी भी साक्ष्य या दस्तावेज पर विचार नहीं किया जाएगा। इसके बाद उपलब्ध अभिलेखों और प्रस्तुत साक्ष्यों के आधार पर जांच समिति अपनी जांच आख्या तैयार करेगी।

जलभराव से निजात के लिए कार्ययोजना बनाने के निर्देश

हल्द्वानी (आरएनएस)। नारायण विहार, काठगोदाम क्षेत्र में सिंचाई सलाहकार समिति के उपाध्यक्ष हरीश चंद्र पांडे ने क्षेत्र का निरीक्षण किया। इस दौरान सिंचाई विभाग को बारिश में होने वाले जलभराव के समाधान के लिए कार्ययोजना बनाने के निर्देश दिए।

निरीक्षण के दौरान स्थानीय लोगों ने बताया कि लगातार बारिश से घरों में पानी भर रहा है। स्कूली बच्चों और आम नागरिकों के आवागमन में भारी परेशानी हो रही है। कई सड़कें क्षतिग्रस्त हैं और जलभराव परेशानी का कारण बना हुआ है। मौके पर मौजूद सिंचाई विभाग के ईई दिनेश रावत ने बताया कि हल्द्वानी में जलभराव के समाधान के लिए ड्रेनेज प्लान बनाया गया है। जल्द ही इसके अनुसार काम करना शुरू किया जाएगा। इस दौरान पूर्व मेयर जोगेंद्रपाल सिंह रौतेला, पार्षद तनुजा जोशी, हरीश जोशी, नवीन चंद्र पांडे, पनराम, उमेश सैनी, देवी दयाल उपाध्याय, विनोद जायसवाल, गिरीश लोहनी, कैप्टन प्रकाश पांडे, जितेंद्र सिंह अधिकारी, दुर्गा लाल वर्मा, मुन्नी देवी, जानकी पटेलिया, डीसी मित्तल और राजेश साहू उपस्थित रहे।

सू- दोकू क्र.040

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों 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.39 का हल

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

20 सूत्रीय मांगों को लेकर ग्राम प्रधानों ने हवालबाग ब्लॉक मुख्यालय में की तालाबंदी

अल्मोड़ा(आरएनएस)। ग्राम पंचायतों से जुड़ी लंबित समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर हवालबाग विकासखंड में ग्राम प्रधानों का आक्रोश फूट पड़ा। पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के तहत बड़ी संख्या में ग्राम प्रधान और प्रधान संगठन के पदाधिकारी विकासखंड मुख्यालय पहुंचे। अधिकारियों के साथ हुई बैठक में कोई ठोस समाधान नहीं निकलने पर नाराज प्रधानों ने ब्लॉक कार्यालय में तालाबंदी कर प्रदर्शन शुरू कर दिया। प्रधानों ने स्पष्ट चेतावनी दी कि जब तक उनकी 2० सूत्रीय मांगों पर जिला स्तर के सक्षम अधिकारियों की ओर से ठोस कार्रवाई नहीं की जाती, तब तक आंदोलन जारी रहेगा। सुबह करीब 1० बजे विकासखंड सभागार में आयोजित बैठक में ब्लॉक प्रमुख हिमानी कुंडू, एबीडीओ और एडीओ पंचायत ने प्रधानों के साथ विभिन्न मुद्दों पर चर्चा की। बैठक के दौरान ब्लॉक प्रमुख ने समस्याओं के समाधान का आश्वासन देते हुए जिला स्तरीय अधिकारियों से संपर्क करने का प्रयास किया, लेकिन उनसे बातचीत नहीं हो सकी। इसके बाद प्रधानों ने बैठक का बहिष्कार करते हुए ब्लॉक मुख्यालय में तालाबंदी कर दी। प्रधानों का आरोप था कि पिछले एक माह से विकासखंड स्तर के अधिकारी और कर्मचारी पंचायतों की समस्याओं के प्रति गंभीरता नहीं दिखा रहे हैं, जिससे विकास कार्य प्रभावित हो रहे हैं। उन्होंने पंचायत प्रतिनिधियों और अधिकारियों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित करने, पंचायत सचिवों के स्थानांतरण से पहले संबंधित ग्राम पंचायतों की राय लेने, ग्राम सभा के प्रस्तावों के अनुरूप कार्ययोजना तैयार करने, पंचायत अभिलेख एवं डिजिटल सिग्नेचर पंचायत स्तर पर उपलब्ध कराने तथा विधिवत कार्यभार हस्तांतरण सुनिश्चित करने की मांग उठाई। इसके अलावा पंचायत कार्यों में किसी विशेष वेंडर पर निर्भरता समाप्त करने, प्रधान संगठन की मासिक समीक्षा बैठकों को संस्थागत मान्यता देने, बीडीसी बैठकों में संबंधित विभागों के सक्षम अधिकारियों की अनिवार्य उपस्थिति, निर्माण कार्यों के मापन के बाद समयबद्ध भुगतान, अधिकारियों और कर्मचारियों की नियमित उपलब्धता तथा फील्ड कर्मचारियों की उपस्थिति व्यवस्था को पारदर्शी बनाने की भी मांग की गई। प्रधानों ने राशन कार्ड संबंधी कार्यों के लिए विकासखंड स्तर पर कर्मचारी की नियुक्ति, प्रधानमंत्री आवास योजना एवं मनरेगा सहित अन्य ग्राम्य योजनाओं की प्रभावी निगरानी, ऑनलाइन स्वीकृति प्रक्रिया को सरल बनाने, विकासखंड कार्यालय में ग्राम प्रधानों के लिए मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध कराने, कंटीजेंसी राशि के भुगतान एवं कटौती में पारदर्शिता तथा पंचायत भवनों के निर्माण, मरम्मत और आवश्यक संसाधनों के लिए पर्याप्त वित्तीय प्रावधान सुनिश्चित करने की मांग भी प्रमुखता से उठाई। प्रदर्शन में प्रधान संगठन के ब्लॉक अध्यक्ष देवेंद्र सिंह नयाल, उपाध्यक्ष देवेंद्र सिंह मेहरा, नवीन भट्ट, चंद्रिका तिवारी, सुंदर मटियानी, महामंत्री विनोद जोशी, मंत्री प्रमोद जोशी, मोहन सिंह, शिवराज सिंह नयाल, प्रदीप पालनी, नंदन सिंह, पूरन सिंह, सोनी पांडे, ममता जोशी, मुन्नी मेहता, गिरीश चंद्र तिवारी, गणेश बिष्ट, रेखा कांडपाल, चंदन सिंह, बसंत बल्लभ, प्रकाश चंद्र, हेम चंद्र जोशी, वीरेंद्र राणा सहित बड़ी संख्या में ग्राम प्रधान मौजूद रहे।

किसानों को कृषि योजनाओं की जानकारी दी

रुद्रपुर(आरएनएस)। ग्राम सभा मोहम्मदपुर भुड़िया में ग्राम प्रधान राजेश राणा की अध्यक्षता में कृषि विभाग की ओर से कृषक गोष्ठी आयोजित की गई। इसमें कृषि विभाग के अधिकारियों ने किसानों को विभागीय योजनाओं और कृषि से संबंधित जानकारियां दीं।

कृषि विभाग से आईं कमल राणा एवं सिद्धार्थ ने किसानों को कृषि विभाग की ओर से संचालित योजनाओं की जानकारी देते हुए उनका लाभ उठाने के लिए प्रेरित किया।

उन्होंने किसानों को बासमती धान की खेती से संबंधित जानकारी दी। किसानों को बासमती धान की खेती करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने किसानों की कृषि संबंधी समस्याओं और जिज्ञासाओं पर भी जानकारी साझा की।

अल्मोड़ा में स्वचालित फिटनेस केंद्र शुरू होने तक मैनुअल जांच जारी रखने की मांग

अल्मोड़ा(आरएनएस)। जिले में वाहनों की फिटनेस जांच को लेकर हो रही परेशानियों को देखते हुए भाजपा जिलाध्यक्ष महेश नयाल ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से अल्मोड़ा में स्वचालित वाहन परीक्षण केंद्र (एटीएस) शीघ्र शुरू कराने और तब तक मैनुअल फिटनेस जांच की व्यवस्था जारी रखने की मांग की है। उन्होंने इस संबंध में मुख्यमंत्री को पत्र भेजकर पर्वतीय क्षेत्र की परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए आवश्यक कार्रवाई करने का अनुरोध किया है। महेश नयाल ने पत्र में कहा कि उन्होंने 19 जनवरी 2०26 को भी इस संबंध में मुख्यमंत्री को पत्र भेजा था। उस समय सरकार ने वाहन स्वामियों और टैक्सी संचालकों की समस्याओं को देखते हुए छह माह तक मैनुअल फिटनेस जांच जारी रखने का निर्णय लिया था। उन्होंने कहा कि वर्तमान में अल्मोड़ा में स्वचालित वाहन परीक्षण केंद्र संचालित नहीं होने के कारण वाहन स्वामियों को फिटनेस जांच के लिए हल्द्वानी जाना पड़ रहा है। इससे समय और धन दोनों की अतिरिक्त हानि हो रही है। पत्र में उन्होंने बताया कि अनेक व्यावसायिक वाहनों और विद्यालयी बसों के परमिट केवल अल्मोड़ा जनपद तक सीमित हैं। ऐसे में फिटनेस जांच के लिए उन्हें जिले से बाहर ले जाना व्यावहारिक रूप से कठिन होने के साथ दुर्घटना का जोखिम भी बढ़ाता है। महेश नयाल ने मुख्यमंत्री से आग्रह किया कि अल्मोड़ा में स्वचालित वाहन परीक्षण केंद्र की स्थापना और संचालन शीघ्र सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने कहा कि जब तक यह सुविधा उपलब्ध नहीं होती, तब तक मैनुअल फिटनेस जांच जारी रखने से वाहन स्वामियों, टैक्सी संचालकों और विद्यालयी वाहन संचालकों को बड़ी राहत मिलेगी।

श्रमिकों की मांगों को लेकर बीएमएस का कलेक्ट्रेट में प्रदर्शन

रुद्रपुर(आरएनएस)। भारतीय मजदूर संघ (बीएमएस) ने श्रमिकों की विभिन्न लंबित मांगों को लेकर कलेक्ट्रेट गेट पर प्रदर्शन किया। राष्ट्रव्यापी आंदोलन के तहत आयोजित इस कार्यक्रम के बाद पदाधिकारियों ने प्रधानमंत्री के नाम संबोधित ज्ञापन अपर जिलाधिकारी कौस्तुभ मिश्रा को सौंपा। इसमें श्रमिक हितों से जुड़ी मांगों पर शीघ्र कार्रवाई की मांग की गई। ज्ञापन में बीएमएस ने अखिल भारतीय स्तर पर न्यूनतम वेतन 3० हजार रुपये प्रतिमाह निर्धारित करने की मांग की। इसके अलावा कर्मचारी राज्य बीमा निगम (ईएसआईसी) की वेतन सीमा 21 हजार से बढ़ाकर 42 हजार रुपये, ईपीएफ की वेतन सीमा 15 हजार रुपये से बढ़ाकर 3० हजार रुपये और बोनस गणना की सीमा सात हजार रुपये से बढ़ाकर 18 हजार रुपये करने की मांग उठाई गई।

संघ ने न्यूनतम ईपीएस पेंशन 7,5०० रुपये प्रतिमाह करने, उस पर महंगाई भत्ता लागू करने और संपूर्ण चिकित्सा सुविधा उपलब्ध कराने की मांग भी रखी। साथ ही बोनस पात्रता की वेतन सीमा 21 हजार रुपये से बढ़ाकर 42 हजार रुपये और ग्रेच्युटी की अधिकतम सीमा 4० लाख रुपये करने की मांग की गई। ज्ञापन में आंगनबाड़ी, आशा और विभिन्न योजनाओं में कार्यरत संविदा एवं मानदेय कर्मियों के मानदेय में सम्मानजनक वृद्धि, समान कार्य के लिए समान वेतन के सिद्धांत को सख्ती से लागू करने और श्रम संहिताओं के श्रमिक-विरोधी प्रावधानों को हटाने की मांग भी शामिल रही। इसके अलावा बैंकिंग क्षेत्र में सप्ताह में पांच दिन कार्य व्यवस्था लागू करने की मांग उठाई गई। बीएमएस पदाधिकारियों ने कहा कि राष्ट्र निर्माण में श्रमिकों की भागीदारी तभी प्रभावी हो सकती है, जब उनकी आर्थिक सुरक्षा, सम्मान और उनके अधिकार सुनिश्चित हों। उन्होंने केंद्र सरकार से सभी मांगों पर संवेदनशीलता से विचार कर आवश्यक कदम उठाने का आग्रह किया। प्रदर्शन में जिलाध्यक्ष दीपेंद्र भट्ट, जिला मंत्री अजीत चौहान, पूर्व प्रदेश अध्यक्ष ऋषिपाल, जिला उपाध्यक्ष गंगा सिंह, हर सिंह, निखिलेश जोशी, सुरेश कांडपाल, दीपक अलमिया, विक्रांत, भुवन सुयाल, हरीश, भैरव, किशोर पंत, आंगनबाड़ी संघ की प्रदेश महामंत्री वृंदा, दमयंती चौपाल, गुरप्रीत कौर, ममता नैय्यर, भगवती और अजय समेत बड़ी संख्या में पदाधिकारी व श्रमिक मौजूद रहे।

ऊंचाई से गिरा मजदूर, मौके पर ही मौत

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। साबिर पाक के सालाना उर्स की तैयारियों के बीच पिरान कलियर में एक दर्दनाक हादसा हो गया। जायरीनों की सुविधा के लिए हज हाउस के सामने लगाए जा रहे जर्मन हैंगर में पाइप लगाने के दौरान एक मजदूर अचानक ऊंचाई से नीचे गिर गया। हादसे में मजदूर की मौके पर ही मौत हो गई।

मृतक की पहचान रामचंद्र पुत्र सुखपाल (38), निवासी रघुनाथ खेड़ा, थाना बछरावां, जिला रायबरेली, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई है। बताया जा रहा है कि रामचंद्र उर्स की तैयारियों के तहत जर्मन हैंगर लगाने का काम कर रहा था। इसी दौरान पाइप लगाने के दौरान वह संतुलन खो बैठा और काफी ऊंचाई से जमीन पर जा गिरा। गंभीर चोटों के कारण उसकी मौके पर ही मौत हो गई।

हादसे की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पंचनामा भरने की कार्रवाई की। इसके बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए रुड़की स्थित सरकारी अस्पताल भेज दिया गया। पुलिस हादसे के कारणों की जांच कर रही है।

सिंगापुर में नौकरी दिलाने के नाम पर ठगे पांच लाख रूपये

संवाददाता

देहरादून। सिंगापुर में नौकरी लगवाने के नाम पर पांच लाख रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कोटद्वार निवासी सुशान्त सिंह रावत ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी पहचान महंत इन्द्रेश हास्पिटल में मसूरी मयूब पूंज उर्फ मयूर से हुई थी। मयूर ने उसको सिंगापुर में नौकरी लगवाने के नाम पर पांच लाख रूपये लिये। उसने बाद न तो उसको सिंगापुर में नौकरी लगवायी और न ही उसके पैसे वापस किये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भाजपा ने सजाई 'हैट्रिक' की फील्डिंग..

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

स्वास्थ्य, सड़क और आपदा प्रबंधन जैसे मुद्दों पर घेरने की तैयारी में है।

ऐसे में भाजपा की रणनीति केवल अपनी उपलब्धियां गिनाने तक सीमित नहीं रहने वाली। पार्टी को विपक्ष के आरोपों का जवाब देने के साथ-साथ स्थानीय स्तर पर नाराजगी और असंतोष को भी संभालना होगा। खासकर टिकट के दावेदारों और मौजूदा विधायकों के बीच तालमेल चुनाव से पहले पार्टी के लिए महत्वपूर्ण चुनौती होगी। संगठन की बैठकों के जरिए इसी तरह के संभावित अंतर्विरोधों को समय रहते नियंत्रित करने की कोशिश की जा रही है।

उत्तराखंड का अगला विधानसभा चुनाव केवल भाजपा और कांग्रेस के बीच चेहरे और मुद्दों की लड़ाई नहीं होगा। यह दोनों दलों के संगठनात्मक नेटवर्क की भी परीक्षा होगी। भाजपा के पास मजबूत कैडर और बूथ नेटवर्क की ताकत है, जबकि कांग्रेस सत्ता विरोधी माहौल को अपने पक्ष में करने की रणनीति पर काम कर रही है। इसके अलावा क्षेत्रीय दलों और छोटे राजनीतिक समूहों की सक्रियता भी चुनावी समीकरण प्रभावित कर सकती है। ऐसे में गढ़वाल संभाग की बैठक से भाजपा ने एक संदेश जरूर दिया हैक्2027 का चुनाव अभी दूर नहीं है और पार्टी अब चुनावी तैयारी को टालने के मूड में नहीं है। अब असली परीक्षा बैठक में बने संकल्प को जमीन पर उतारने की है। सांसद-विधायक से लेकर मंडल अध्यक्ष और बूथ कार्यकर्ता तक यदि एक ही चुनावी रणनीति पर सक्रिय हो जाते हैं तो भाजपा की हैट्रिक की राह मजबूत हो सकती है। लेकिन यदि स्थानीय नाराजगी, टिकट की खींचतान और सरकार विरोधी मुद्दे संगठन की ताकत पर भारी पड़े, तो यही चुनाव भाजपा के लिए सबसे कठिन परीक्षा भी बन सकता है।

कांग्रेस ने की भाजपा की 'घेराबंदी'..

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

किया है। भाजपा के सामने चुनौती यह है कि वह अपने विकास और रोजगार के दावों को युवाओं के अनुभव से कैसे जोड़ती है। कांग्रेस की चुनौती भी कम नहीं है। केवल सरकार पर आरोप लगाकर युवा मतदाताओं का भरोसा हासिल करना आसान नहीं होगा। युवाओं को ठोस रोजगार नीति, पारदर्शी भर्ती व्यवस्था और स्थानीय स्तर पर अवसर चाहिए। चुनावी घोषणाओं से ज्यादा उनकी नजर इस बात पर होगी कि कौन-सा दल इन समस्याओं का व्यावहारिक समाधान प्रस्तुत करता है।

अंकिता भंडारी से लेकर बेरोजगारी तक कांग्रेस जिस तरह मुद्दों को जोड़ रही है, उससे साफ है कि 2027 की चुनावी लड़ाई केवल सत्ता परिवर्तन बनाम सत्ता वापसी तक सीमित नहीं रहने वाली। भाजपा जहां संगठन की ताकत और सरकार की उपलब्धियों के साथ मैदान में उतरने की तैयारी कर रही है, वहीं कांग्रेस कोशिश कर रही है कि युवाओं, महिलाओं और सरकार से नाराज वर्गों को एक साझा राजनीतिक मंच दिया जाए। गोदियाल का बयान इसी रणनीति का हिस्सा माना जा सकता है। अब भाजपा के सामने सवाल है कि वह कांग्रेस के इन हमलों का जवाब राजनीतिक बयानबाजी से देती है या युवाओं के सवालों पर ठोस कार्रवाई करके। क्योंकि 2027 में युवा केवल भाषण नहीं सुनेंगे वह अपने अनुभव का हिसाब भी मांगेंगे।

104 हेल्थ हेल्पलाइनः एक दशक में कॉल सेंटर से 'प्रोएक्टिव हेल्थ सिस्टम' तक पहुंचा उत्तराखंड

संवाददाता

देहरादून। मेडिकल, पुलिस और अग्निशमन सेवाओं के लिए 108 नंबर से लगभग हर कोई परिचित है, लेकिन उत्तराखंड में 104 हेल्थ हेल्पलाइन पिछले एक दशक में स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी, शिकायत निवारण और लाभार्थियों की सक्रिय निगरानी का अहम माध्यम बन गई है। खास बात यह है कि यह व्यवस्था केवल नागरिकों की कॉल का जवाब नहीं देती, बल्कि जरूरतमंद मरीजों तक खुद पहुंचकर उनके स्वास्थ्य और उपचार की स्थिति का फॉलोअप भी करती है। स्वास्थ्य निदेशालय, देहरादून में संचालित 104 कॉल सेंटर अब तक एक करोड़ 38 लाख से अधिक स्वास्थ्य संबंधी कॉल कर चुका है। यह व्यवस्था राज्य के सभी 13 जिलों में 27 स्वास्थ्य सेवाओं और कार्यक्रमों से जुड़े लाभार्थियों तक पहुंच बना रही है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में राज्य सरकार स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक सुलभ, जवाबदेह और नागरिक केंद्रित बनाने पर जोर दे रही है। इसी सोच के तहत 104 हेल्पलाइन को केवल सूचना देने वाले कॉल सेंटर के बजाय प्रोएक्टिव हेल्थ मॉनिटरिंग सिस्टम के रूप में विकसित किया गया है। इस व्यवस्था की सबसे बड़ी खासियत इसका प्रोएक्टिव ट्रैकिंग सिस्टम है। राज्य के किसी भी जिले में स्वास्थ्य केंद्र या अस्पताल में मरीज के पंजीकरण के बाद संबंधित जानकारियाँ 104 कॉल सेंटर

पहुँचाई जाती है। इसके बाद स्वास्थ्य संबंधी चुनौती से जूझ रहे लाभार्थी से नियमित रूप से संपर्क कर उसकी स्थिति की जानकारी ली जाती है। खासतौर पर गर्भवती महिलाओं के मामले में यह व्यवस्था और महत्वपूर्ण हो जाती है। गर्भावस्था के तीसरे महीने से लेकर प्रसव तक टीकाकरण और जरूरी स्वास्थ्य सेवाओं का फॉलोअप किया जाता है। बच्चे के जन्म के बाद करीब डेढ़ वर्ष तक उसके स्वास्थ्य और टीकाकरण की स्थिति पर भी नजर रखी जाती है, ताकि जरूरी टीके और स्वास्थ्य सेवाएं समय पर मिल सकें। 104 कॉल सेंटर आयुष्मान भारत योजना, आशा कार्यकर्ता, बाल स्वास्थ्य, चारधाम यात्रा, काउंसलिंग, डेंगू, प्रारंभिक बाल्यावस्था विकास, ई-संजीवनी, हीमोफीलिया, हेपेटाइटिस, उच्च जोखिम वाली गर्भावस्था, एचआईवी, एचपीवी, उच्च रक्तचाप एवं मधुमेह, मातृ स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, टीबी और थैलेसीमिया समेत विभिन्न कार्यक्रमों से जुड़े लाभार्थियों से संपर्क करता है। इसके अलावा राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम, राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम और एंटी रेबीज सेवाओं के तहत लाभार्थियों को जरूरी जानकारी और स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों से निपटने के लिए परामर्श भी दिया जाता है। 104 की भूमिका यहीं खत्म नहीं होती। कॉल सेंटर के माध्यम से मरीजों से सीधे फीडबैक लिया जाता है। केंद्र और राज्य सरकार की स्वास्थ्य योजनाओं के तहत मिलने वाले वित्तीय लाभ और प्रोत्साहन की जानकारी भी लाभार्थियों से क्रॉस-चेक की जाती है, जिससे यह पता लगाया जा सके कि योजनाओं का लाभ वास्तव में पात्र व्यक्ति तक पहुंचा या नहीं। एक दशक के सफर में 104 हेल्थ हेल्पलाइन ने यह साबित किया है कि एक टोल-फ्री नंबर सिर्फ फोन उठाने की व्यवस्था नहीं, बल्कि स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच, निगरानी, फॉलोअप और जवाबदेही का प्रभावी तंत्र भी बन सकता है। पहाड़ी और भौगोलिक रूप से चुनौतीपूर्ण उत्तराखंड में यह मॉडल दूरदराज के लोगों तक स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि उत्तराखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक सुलभ, पारदर्शी और जन-केंद्रित बनाना हमारी सरकार की प्राथमिकता है। 104 हेल्थ हेल्पलाइन इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल है, जो केवल नागरिकों की समस्याओं का समाधान नहीं कर रही, बल्कि लाभार्थियों तक स्वयं पहुंचकर उनकी स्वास्थ्य सेवाओं की निरंतर निगरानी और फॉलोअप सुनिश्चित कर रही है।

ठेले वाला निकला चोर, लाखों के जेवरात व नगदी के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने लाखों रूपये के जेवरात व नगदी के साथ ठेले वाले को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मिली जानकारी के अनुसार मंशा देवी, गुमानीवाला निवासी सुमन राणा ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनके द्वारा तीन सोने की चैन, एक सोने का गले का नेकलेस, एक जोड़ी सोने की झुमकी, दो जोड़ी सोने के कान के टॉप्स, एक चांदी का ब्रेसलेट, जिसे उन्होंने अपनी पुत्री की शादी के लिए रखा था, उसे बैंक से लेकर वापस अपने घर आ रही थी। उक्त सभी आभूषणों व 64 हजार रूपये नगद उनके द्वारा एक भूरे रंग के पर्स में रखकर उसे काले रंग के एक बड़े पर्स में रखा था। रास्ते मे भरत विहार गेट के पास केले की ठेली पर केले लेने के दौरान उनके द्वारा अपने पर्स को ठेली में रखकर ठेली संचालक राजकुमार को गूगल-पे के माध्यम से भुगतान किया गया। घर पहुंचने पर उन्होंने देखा तो काले रंग के बड़े पर्स में रखा भूरे रंग का पर्स व उसमे रखे सोने-चांदी के आभूषण एवं नगदी चोरी हो गए थे। उसके द्वारा ठेली संचालक राजकुमार पर चोरी करने का शक व्यक्त किया गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

घटना की गंभीरता के दृष्टिगत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा घटना के शीघ्र खुलासे एवं गिरफ्तारी हेतु दिये गए निर्देशों पर प्रभारी निरीक्षक कोतवाली ऋषिकेश द्वारा चौकी आईडीपीएल के नेतृत्व में पुलिस टीम का गठन किया गया। गठित टीम द्वारा घटनास्थल के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों के अवलोकन कर स्थानीय तंत्र सक्रिय किया गया।

पुलिस द्वारा किये जा रहे प्रयासों के दौरान पुलिस टीम को सूचना प्राप्त हुई कि घटना में संदिग्ध राजकुमार योगनगरी रेलवे स्टेशन की ओर गया है, जो बिहार भागने की फिराक में है। प्राप्त सूचना पुलिस टीम द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए योगनगरी रेलवे स्टेशन के पास से घटना में संदिग्ध राजकुमार पुत्र स्व. शिव शाह, निवासी सिसवा सरियामन, थाना बैरिया, जनपद बेतिया, बिहार, को हिरासत में लिया गया, जिसकी तलाशी लेने पर उसके कब्जे से ज्वैलरी व नगदी बरामद हुई। बरामद ज्वेलरी व नगदी के संबंध में उससे सख्ती से पूछताछ करने पर उसके द्वारा उक्त ज्वैलरी व नगदी को अपनी ठेली में सामान लेने आई एक महिला के पर्स से चोरी करना बताया गया, जिस पर उसको मौके से गिरफ्तार करते हुए बरामद ज्वेलरी व नगदी को पुलिस द्वारा कब्जे में लिया गया। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि सुमन राणा उसकी ठेली पर केले लेने आई थी। इस दौरान उसके द्वारा महिला को बातचीत में उलझाकर उनके काले रंग के बड़े पर्स के अंदर रखा भूरे रंग का पर्स चोरी कर लिया था, जिसमे से उसे सोने के कीमती आभूषण एवं नगदी मिली। चोरी किए गए माल को लेकर बिहार भागने की फिराक में था, पर उससे पूर्व ही पुलिस द्वारा उसे योगनगरी रेलवे स्टेशन के पास पकड़ लिया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

श्रीनगर नगर निगम की मेयर हुई भाजपा में शामिल

◆10 पार्षदों ने भी थामा भाजपा का दामन

हमारे संवाददाता

देहरादून। श्रीनगर नगर निगम की मेयर आरती भंडारी ने आज देहरादून स्थित भाजपा के प्रदेश कार्यालय में पार्टी की सदस्यता ग्रहण कर ली। उनके साथ उनके पति एवं पूर्व जिला पंचायत सदस्य लखपत भंडारी सहित श्रीनगर नगर निगम के 10 पार्षदों ने भी भाजपा का दामन थाम लिया।

भाजपा में शामिल होने वाले पार्षदों में दो कांग्रेस पार्षद राजकुमार और अनुराग चौहान भी शामिल हैं, जिन्होंने कांग्रेस से अलग होकर भाजपा की सदस्यता ग्रहण की है। इस दौरान भाजपा के वरिष्ठ नेता और पार्टी का शीर्ष नेतृत्व मौजूद रहा। श्रीनगर नगर निगम से भाजपा की सदस्यता लेने वाले पार्षदों में विजय चमोली, मीना भारती, सोनू, भावना चौहान, अंजली भंडारी, आशीष नेगी, अनुराग चौहान, राजकुमार, नरेंद्र रावत, धर्म सिंह रावत और प्रवेश चमोली के नाम शामिल हैं। इस मौके पर श्रीनगर गढ़वाल के विधायक एवं कैबिनेट मंत्री डॉ. धन सिंह रावत, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी और पौड़ी जिला अध्यक्ष कमल किशोर रावत समेत पार्टी के अन्य पदाधिकारी मौजूद रहे।

मेयर आरती भंडारी का राजनीतिक अनुभव काफी लंबा रहा है। वह पूर्व में जिला पंचायत सदस्य और खिर्सू ब्लॉक की ब्लॉक प्रमुख भी रह चुकी हैं। करीब एक वर्ष पहले हुए श्रीनगर नगर निगम चुनाव में आरती भंडारी ने निर्दलीय प्रत्याशी के तौर पर चुनाव लड़ा था। उन्होंने लगभग 1,600 मतों के अंतर से जीत दर्ज कर श्रीनगर नगर निगम की पहली महिला महापौर बनने का गौरव हासिल किया था। अब उनके भाजपा में शामिल होने और उनके साथ नगर निगम के पार्षदों के पार्टी में आने से श्रीनगर की स्थानीय राजनीति में इसे एक महत्वपूर्ण राजनीतिक घटनाक्रम के रूप में देखा जा रहा है।

अंकिता भंडारी हत्याकांडः पुलकित आर्य व अन्य दोषियों को लगा बड़ा झटका

❑हाईकोर्ट ने खारिज की जमानत याचिका

हमारे संवाददाता

नैनीताल। उत्तराखण्ड हाईकोर्ट में उत्तराखंड के बहुचर्चित अंकिता भंडारी हत्याकांड के आरोपियों पुलकित आर्य, सौरभ भास्कर और अंकित गुप्ता की जमानत याचिकाओं पर सुनवाई हुई। न्यायाधीश न्यायमूर्ति रवींद्र मैठाणी व न्यायमूर्ति सिद्धार्थ साह की खंडपीठ ने दो दिन चली लंबी सुनवाई के बाद तीनों आरोपियो की जमानत याचिकाओं को खारिज कर दिया।

खंडपीठ में सुनवाई के दौरान आज तीनों आरोपियों की ओर से अपना पक्ष रखा गया और बचाव में कई तर्क रखे गये। जिन्हें कोर्ट ने अस्वीकार कर दिया। बता दें कि बीते साल 30 मई को कोटद्वार की तत्कालीन अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायधीश रीना नेगी नें आरोपियों को अंकिता की हत्या करने और साक्ष्य मिटाने का दोषी करार देते हुए अजीवन कारावास की सजा सुनाई थी। इस आदेश के खिलाफ आरोपियों की ओर से विशेष अपील दायर की गई थी। दो दिन चली सुनवाई के बाद कोर्ट नें उनकी जमानत याचिकाओं को खारिज कर दिया।

विदित हो कि 2022 में अंकिता हत्याकांड सामने आया था। अंकिता ऋषिकेश के पास मौजूद वनंतरा रिसॉर्ट में स्वागती के पद पर तैनात थी। 18 सितंबर 2022 को संदिग्ध हालात में लापता हो गयी थी। 24 सितंबर को उसका शव चीला बैराज से बरामद हुआ था। हुआ था। पुलिस ने शक के आधार पर मुख्य आरोपित भाजपा नेता के पुत्र रिसोर्ट के मालिक पुलकित आर्य सहित अन्य आरोपियों से पूछताछ की, शक सही होने पर उनके मुकदमा दर्ज किया। आरोपित व तब से जेल में बंद है।

दुर्घटनाओं के कारणों का वैज्ञानिक ढंग से करें विश्लेषण:बर्द्धन

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन ने कहा कि दुर्घटनाओं के कारणों का वैज्ञानिक ढंग से विश्लेषण किया जाए।

आज यहां मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन की अध्यक्षता में सड़क सुरक्षा से सम्बन्धित अनुश्रवण समिति की बैठक आयोजित हुई। बैठक में प्रदेश में सड़क दुर्घटनाओं की स्थिति, सड़क सुरक्षा उपायों, ब्लैक स्पॉट के सुधार सहित जनपद स्तरीय सड़क सुरक्षा समितियों की समीक्षा की गई। बैठक में मुख्य सचिव ने सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाने के लिए संबंधित विभागों को आपसी समन्वय के साथ प्रभावी एवं समयबद्ध कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। बैठक के दौरान, मुख्य सचिव ने प्रदेश में सड़क दुर्घटनाओं की स्थिति की समीक्षा करते हुए निर्देश दिए कि दुर्घटनाओं के कारणों का वैज्ञानिक ढंग से विश्लेषण किया जाए। उन्होंने सड़क की डिजाइन, रोड ज्योमेट्रिक्स

तथा अन्य तकनीकी कमियों पर विशेष ध्यान दिए जाने के भी निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जिन स्थानों पर सड़क की स्थिति अथवा डिजाइन के कारण दुर्घटनाओं की संभावना बढ़ रही है, वहां सम्बन्धित अधिकारियों से समन्वय कर आवश्यक सुधारात्मक कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। मुख्य सचिव ने रोड सेफ्टी ऑडिट को प्राथमिकता दिए जाने की बात कही। कहा कि बस अड्डों का भी टीम गठित कर नियमित ऑडिट कराया जाए। बात ही, ऑडिट में प्राप्त सुझावों को गंभीरता से लेते हुए आवश्यक सुधारात्मक उपायों को लागू किया जाए। मुख्य सचिव ने कहा कि मा. उच्चतम न्यायालय के निर्देशों का पूर्णतः अनुपालन सुनिश्चित किया जाए। साथ ही, उन्होंने दो पहिया वाहन चालकों एवं सवारियों के लिए हेलमेट के अनिवार्य उपयोग को प्रभावी रूप से सुनिश्चित करने तथा यातायात नियमों का पालन न करने वालों के विरुद्ध नियमानुसार कार्रवाई करने के निर्देश दिए। उन्होंने परिवहन एवं पुलिस विभाग को नियमित रूप से प्रवर्तन सम्बन्धी कार्रवाई की समीक्षा करने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने पर्वतीय मार्गों पर सुरक्षा की दृष्टि से बांस के वृक्षों तथा क्रैश बैरियर/पैराफिट आदि के सम्बन्ध में पूर्व में वन एवं लोक निर्माण विभाग को दिए गए निर्देशों पर हुई कार्रवाई की जानकारी भी ली, साथ ही अन्य राज्यों में अपनाई जा रही बेहतर सड़क सुरक्षा व्यवस्थाओं का अध्ययन कर उन्हें उत्तराखंड में लागू करने की संभावनाओं पर भी विचार करने के निर्देश दिए गए। उन्होंने ब्लैक स्पॉट तथा दुर्घटना संभावित स्थलों का रोड सेफ्टी एवं थर्ड पार्टी ऑडिट कराने तथा ऑडिट के सुझावों के आधार पर सुधारात्मक कार्यवाही सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने जनपद स्तरीय सड़क सुरक्षा समितियों की बैठकें निर्धारित समय पर नियमित रूप से आयोजित की जाने के निर्देश दिए। कहा कि प्रत्येक बैठक का कार्यवृत्त सम्बन्धित पोर्टल पर अनिवार्य रूप से अपलोड किया जाए। उन्होंने सचिव परिवहन को सड़क सुरक्षा से संबंधित नियमित एवं रूटीन कार्यों की लगातार निगरानी करने तथा आवश्यकतानुसार सम्बन्धित विभागों से समन्वय करते हुए कार्रवाई सुनिश्चित कराये जाने के निर्देश दिए। इस अवसर पर सचिव रविनाथ रमन एवं डॉ. रणवीर सिंह चौहान सहित अन्य सम्बन्धित विभागों के वरिष्ठ अधिकारी एवं जनपदों से जिलाधिकारी उपस्थित थे।

'कानून व शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए हुई मजिस्ट्रेटों की तैनाती'

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने ईद-ए-मिलाद-उल-नबी (बारावफात) के दृष्टिगत जनपद में कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने तथा साम्प्रदायिक सौहार्द कायम रखने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में मजिस्ट्रेटों की तैनाती के आदेश जारी किए हैं।

ईद-ए-मिलाद-उल-नबी (बारावफात) आगामी 26 अगस्त को चंद्र दर्शन के अनुसार मनाया जाएगा। यह पर्व सुन्नी सम्प्रदाय द्वारा पैगम्बर मोहम्मद साहब के जन्म/निर्वाण एवं शिया सम्प्रदाय द्वारा जन्म दिवस के रूप में मनाया जाता है। इस अवसर पर नफली इबादत (विशेष अतिरिक्त नमाज) अदा

करने, घरों, धार्मिक एवं सार्वजनिक स्थानों पर रोशनी, आतिशबाजी, जुलूस/जलसे आदि आयोजित किए जाते हैं, जो मुख्य पर्व के बाद भी जारी रहते हैं।

जिलाधिकारी ने कहा कि पर्व के दौरान साम्प्रदायिक संवेदनशीलता के दृष्टिगत जनपद में कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए नगर मजिस्ट्रेट हरिद्वार एवं समस्त उप जिला मजिस्ट्रेट पुलिस अधिकारियों से समन्वय स्थापित करते हुए गृह मंत्रालय, भारत सरकार एवं राज्य सरकार द्वारा समय-समय पर जारी दिशा-निर्देशों के अनुरूप आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित करेंगे। साथ ही पर्व से पूर्व संबंधित धार्मिक पक्षों के साथ आवश्यक बैठक आयोजित कर व्यवस्थाओं को सुनिश्चित किया जाएगा। जिलाधिकारी द्वारा कानून एवं शांति व्यवस्था तथा साम्प्रदायिक सौहार्द बनाए रखने के लिए मजिस्ट्रेटों की तैनाती की गई है। जिलाधिकारी ने पुलिस प्रशासन को निर्देश दिए हैं कि जनपद में कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए पर्याप्त पुलिस बल की व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। उप जिला मजिस्ट्रेट अपने स्तर से अधीनस्थ नायब तहसीलदारों को अपनी सुविधानुसार नियुक्त कर पर्व के दौरान कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखना सुनिश्चित करेंगे तथा समय-समय पर स्थिति से अवगत कराते रहेंगे। जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने सभी संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि ईद-ए-मिलाद-उल-नबी के अवसर पर कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के साथ-साथ साम्प्रदायिक सौहार्द, आपसी भाईचारा एवं शांतिपूर्ण वातावरण कायम रखने के लिए सभी आवश्यक व्यवस्थाएं समय से सुनिश्चित की जाएं।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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