देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित | www.page3news.in | नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 166 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

पेज थ्री

देहरादून, शनिवार, 5 अक्टूबर 2024

विचार–प्रवाह...
370 और राज्य का दर्जा

मौसम अधिकतम 31.0° न्यूनतम 21.0°

79924.77

2 बुहलेदार पर रूस का कब्जा

7 रोहित शर्मा ने खोली नई क्रिकेट एकेडमी

इजरायल ने बेरूत पर किया तीसरा हमला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

बेरूत। हिजबुल्लाह चीफ हसन नसरल्लाह की मौत के बाद से हिजबुल्लाह शांत नहीं बैठा है, इजरायल और हिजबुल्लाह के बीच तनाव बढ़ गया है। इस्राइल ने लेबनान के बेरूत पर तीसरी बार एयर स्ट्राइक की है। लेबनान की समाचार एजेंसी के मुताबिक इस्राइल के लड़ाकू विमानों ने तराया शहर पर तीसरा हमला किया। इसमें मुख्य सड़क से सटे एक घर को निशाना बनाया गया।

बताया गया कि इस्राइल ने हरमेल शहर के आसपास तीन बार हमले किए। इजरायली सेनाकी तरफ से लेबनान में हवाई हमले जारी हैं, लेबनानी स्वास्थ्य मंत्रालय ने बताया कि पिछले 24 घंटों में लेबनान के विभिन्न क्षेत्रों पर इजरायली हवाई हमलों में मरने वालों की संख्या 37 हो गई है, जबकि घायल होने वालों की संख्या 151 है। इस्राइली सेना ने दावा किया कि बेरूत में हुए हमले में हिजबुल्ला के संचार प्रभाग के प्रमुख मोहम्मद राशिद स्काफी की मौत हो गई।

बेरूत में हुए हमले में हिजबुल्ला के संचार प्रभाग के प्रमुख मोहम्मद राशिद स्काफी की मौत

रिपोर्ट के अनुसार, मंत्रालय ने कहा कि लेबनान की राजधानी बेरूत में नौ लोग मारे गए और 24 अन्य घायल हो गए हैं। इसमें कहा गया कि माउंट लेबनान में दो लोग मारे गए और 15 अन्य घायल हो गए, जबकि बालबेक हर्मेल गवर्नरेट में नौ लोग घायल हो गए हैं।

वहीं मंत्रालय की रिपोर्ट में आगे कहा गया है कि बेका क्षेत्र में दो लोग मारे गए और 14 अन्य घायल हो गए, जबकि नबातीह गवर्नरेट में 19 लोग मारे गए और 52 घायल हो गए। इसमें कहा गया कि दक्षिण गवर्नरेट में पांच लोग मारे गए और 37 घायल हो गए हैं। 23 सितंबर से इजरायली सेना लेबनान पर लगातार हवाई हमला कर रही है। हिजबुल्लाह और इजराइली सेना लेबनानी इजराइली सीमा पर गोलीबारी कर रहे हैं।

वहीं मानवीय संकट से जूझ रहे लेबनान की मदद के लिए ब्रिटेन और इटली ने हाथ बढ़ाए हैं। लेबनान की सरकारी समाचार एजेंसी के मुताबिक ब्रिटेन ने लेबनान में मानवीय सहायता के लिए 10 मिलियन पाउंड की अतिरिक्त सहायता दी है। वहीं इटली ने लेबनान को 17 मिलियन यूरो की मदद की है।

ईरान के सर्वोच्च नेता खामेनेई ने दी खुली धमकी

तेहरान। ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला अली खामेनेई ने शुक्रवार की नमाज का नेतृत्व किया। इजरायल पर बैलिस्टिक मिसाइल से हमले के बाद पहली बार खामेनेई सार्वजनिक सभा में पहुंचे। अपने संबोधन में उन्होंने दुनिया के मुसलमानों से एकजुट होने की अपील की। खामेनेई ने कहा कि दुश्मन के मंसूबे पस्त होंगे। खामेनेई ने आगे कहा कि मुस्लिम देशों को अफगानिस्तान से लेकर यमन तक, ईरान से लेकर गाजा और लेबनान तक अपनी रक्षा के लिए कमर कसनी होगी। ईरान हिजबुल्लाह के साथ है। इजरायल को ईरान ने सही जवाब दिया है। अगर इजरायल हमला करता है तो ईरान भी पीछे नहीं हटेगा। उन्होंने अरब के मुसलमानों से साथ देने की अपील की।

भारत ही मना सकता है इजरायल को: ईरानी राजदूत

नई दिल्ली। ईरान द्वारा इजरायल पर 200 मिसाइलों से हमला करने के बाद पश्चिम एशिया में ना सिर्फ भारी तनाव पसरा हुआ है बल्कि बड़े पैमाने पर भयानक युद्ध की आशंका भी घर कर रही है। इस बीच, भारत में ईरान के राजदूत इराज इलाही ने क्षेत्र में स्थिरता और शांति की बहाली कराने में भारत से हस्तक्षेप करने की मांग की है। ईरानी राजदूत ने कहा, भारत को इस अवसर का लाभ उठाकर इजरायल को क्षेत्र में अपनी आक्रामकता रोकने और शांति और स्थिरता कायम करने के लिए राजी करना चाहिए। ईरानी राजदूत ने कहा कि उनके देश और इजराइल के बीच तनाव को सिर्फ भारत ही कम करवा सकता है।

संक्षिप्त समाचार

तालिबान से रिश्ते सुधारने में जुटा रूस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मॉस्को। रूस ने तालिबान को आतंकी सूची से बाहर निकालने का फैसला लिया है। रूसी विदेश मंत्री ने शुक्रवार को कहा कि यह एक उच्चस्तरीय फैसला है। हालांकि, इस निर्णय को मूर्त रूप देने के लिए कई कानूनी प्रक्रियाओं को पूरा करना बाकी है। रूस ने तालिबान को वर्ष 2003 में इस सूची में शामिल किया था। उसे बाहर करना तालिबान से रिश्ते को सुधारने में बड़ा कदम साबित होगा।

कोई और होता तो इस्तीफा दे देता: आप

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी ने दिल्ली के उप राज्यपाल पर बड़ा आरोप लगाया है। पार्टी ने कहा है कि एलजी एक सुनियोजित साजिश के तहत काम कर रहे हैं। दरअसल, एमसीडी की स्थायी समिति के अंतिम सदस्य के लिए चुनाव कराने में उप राज्यपाल वीके सक्सेना की जल्दबाजी पर सुप्रीम कोर्ट ने सवाल उठाया है।

एससीओ समिट के लिए विदेश मंत्री जयशंकर जाएंगे पाकिस्तान

मालदीव के भी तेवर नरम, अगले हफ्ते भारत आएंगे राष्ट्रपति मुइज्जू

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्लीं। विदेश मंत्रालय ने बताया है कि शंघाई सहयोग संगठन के सम्मेलन में भाग लेने के लिए भारत से विदेश मंत्री पाकिस्तान दौरे पर जाएंगे। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने कहा कि विदेश मंत्री जयशंकर के पाकिस्तान दौरे पर एक प्रतिनिमंडल साथ जाएगा। बता दें कि इस्लामाबाद में एससीओ समिट आगामी 15–16 अक्तूबर को प्रस्तावित है। शंघाई सहयोग संगठन की इस बैठक में भारत और पाकिस्तान के अलावा कजाखस्तान, चीन, किर्गिस्तान, रूस, ताजिकिस्तान, उज्बेकिस्तान के शीर्ष नेता भी शरीक होंगे।

इसके अलावा मालदीव के राष्ट्रपति मुइज्जू का भारत दौरा भी प्रस्तावित है। उन्होंने कहा, मालदीव के राष्ट्रपति मोहम्मद मुइज्जू 7 से 10 अक्टूबर 2024 तक भारत की राजकीय यात्रा पर आएंगे। यह उनकी भारत की पहली द्विपक्षीय यात्रा होगी। इससे पहले जून, 2024 में भी मुइज्जू प्रधानमंत्री मोदी और मंत्रिपरिषद के शपथ ग्रहण समारोह में शामिल होने के लिए भारत आए थे। मुइज्जू बेंगलुरु और मुंबई भी जाएंगे। इन शहरों में उनके व्यापारिक कार्यक्रम होंगे।

पश्चिम एशिया के संकट पर विदेश मंत्रालय ने कहा, भारत ने कुछ दिन पहले एक बयान जारी कर गहरी चिंता व्यक्त की थी। प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने कहा, हमने कहा कि हिंसा और स्थिति हमारे लिए गहरी चिंता का विषय है। हमने सभी संबंधित पक्षों से संयम बरतने और नागरिकों की सुरक्षा का पर जोर दिया था। हमारी राय में यह महत्वपूर्ण है कि हिंसक संघर्ष व्यापक क्षेत्रीय आयाम न ले ले।

जाकिर नाइक का पाकिस्तान में स्वागत निंदनीय

पाकिस्तान दौरे पर गए जाकिर नाइक से जुड़े एक सवाल पर विदेश मंत्रालय ने कहा, हमने वे रिपोर्ट्स देखी हैं जिसमें जाकिर नाइक को पाकिस्तान में लाने की खबरें हैं। उसका गर्मजोशी से स्वागत किया भी किया गया है। हमारे लिए यह आश्चर्य की बात नहीं है कि एक भारतीय भगोड़े का पाकिस्तान में उच्च–स्तरीय स्वागत किया गया है। यह निराशाजनक और निंदनीय है लेकिन आश्चर्यजनक नहीं है।

छत्तीसगढ़ के दंतेवाड़ा में सुरक्षाबलों का एक्शन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नारायणपुर। छत्तीसगढ़ के नारायणपुर–दंतेवाड़ा जिले के बॉर्डर में शुक्रवार को सुरक्षाबल के जवानों को बड़ी सफलता मिली। सुरक्षाबलों के जवानों ने मुठभेड़ में 30 नक्सलियों को मार गिराया। जानकारी के अनुसार, मारे गए नक्सलियों के पास से जवानों को बड़ी संख्या में ऑटोमैटिक हथियार भी मिले हैं। नक्सलियों के पास एके 47 भी बरामद हुई है। फिलहाल इलाके के सर्चिंग अभियान जारी है। ऑपरेशन में शामिल सभी जवान सुरक्षित हैं।

एनकाउंटर की पुलिस अधिकारियों ने शुक्रवार को दी। पुलिस अधिकारियों ने बताया कि यह मुठभेड़ जिले के अबूझमाड़ क्षेत्र में हुई। उन्होंने बताया कि नारायणपुर और दंतेवाड़ा जिले की सीमा में स्थित अबूझमाड़ क्षेत्र में माओवादियों की उपस्थिति की सूचना मिलने पर नारायणपुर और दंतेवाड़ा जिले से सुरक्षाबल के संयुक्त दल को नक्सल विरोधी अभियान के लिए रवाना किया गया था। शुक्रवार को सीएम विष्णुदेव साय भी बस्तर दौरे पर हैं।

मुठभेड

■एनकाउंटर में मारे गए 30 नक्सली, सर्चिंग जारी

सर्चिंग अभियान के दौरान मिली लाशें

जानकारी के अनुसार, अबूझमाड़ में 2 घंटे से रुक–रुककर फायरिंग हो रही थी। इसके बाद जब फायरिंग पूरी तरह रुकी तो सुरक्षा बल के जवानों ने सर्च अभियान चलाया। सर्च अभियान चलाया तो नक्सलियों के शव बरामद हुए। नक्सलियों के पास से ऑटोमैटिक हथियार बरामद हुए हैं। जानकारी के अनुसार, सुरक्षाबलों की एक दिन पहले नारायणपुर और दंतेवाड़ा जिले से जवानों को नक्सलियों की सूचना मिली थी उसके बाद जवानों को नक्सल ऑपरेशन पर भेजा गया था।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact:
Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. I Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

हाईकमान मुझे नजरअंदाज नहीं कर सकता

■कांग्रेस के सीएम फेस को लकर कुमारी सैलजा का बड़ा दावा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। हरियाणा में कांग्रेस के मुख्यमंत्री चेहरे को लेकर पार्टी की राज्यसभा सांसद कुमारी सैलजा ने बड़ा दावा किया है। उनके इस दावे से पार्टी के भीतर अंदरूनी खींचतान और बढ़ सकती है। दरअसल उन्होंने हरियाणा के संभावित सीएम के लिए कांग्रेस की पसंद को लेकर चुनौती दी है। सैलजा ने कहा कि अगर कांग्रेस जीतती है तो सीएम का चयन पार्टी हाईकमान करेगा, लेकिन उन्हें नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। कांग्रेस नेता ने कहा कि वह एक वरिष्ठ नेता हैं और उनमें इतना वजन है कि उन्हें शीर्ष पद के लिए सबसे आगे माना जा सकता है।

उन्होंने मुख्यमंत्री के चेहरे को लेकर पूछे गए सवाल के जवाब में कहा, देखिए, इसका जवाब तो हाईकमान को ही देना होगा। वे ही फैसला करेंगे। कुछ लोग हैं जो विचाराधीन क्षेत्र में होंगे और मुझे लगता है कि सैलजा भी होंगी। वरिष्ठता में, काम में, सब चीजों में नाम और राजनीति और ये राजनीतिक फैसले तो हाईकमान देखेगा। सैलजा ने कहा, तो ऐसे में सैलजा को हाईकमान नजर अंदाज तो नहीं करेगा।

ईरान और इजरायल के बीच पुल बनेगा भारत?

रिपोर्ट

नेतन्याहू ने दिल्ली के जरिए खामेनेई तक पहुंचाया मैसेज, राजदूत का खुलासा

ईरान पर अंतरराष्ट्रीय दबाव बढ़ेः रुबिन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

तेहरान। इजरायल ने भारत के जरिए से ईरान को मैसेज भेजा है, इस मैसेज में तेहरान से संयम और सावधानी बरतने के लिए कहा गया है। भारत में इजरायल के राजदूत रुबिन रूबेन अजहर ने बताया है इजरायल ने जिन देशों के जरिए ईरान को संदेश भेजा है, उनमें भारत भी है। उन्होंने कहा कि ईरान के हालिया हमले तनाव को बढ़ाने वाले हैं, ऐसे में हमने उनको चेताया है। फर्स्टपोस्ट के साथ एक इंटरव्यू में रुबिन ने ये बात कही है।

रिपोर्ट के मुताबिक, रुबिन ने कहा कि हमने भारत समेत कई देशों के जरिए संदेश भेजे है। हमने ईरान से कहा है कि उन्हें इजरायल पर हमला नहीं करना चाहिए क्योंकि इसकी उसे बहुत बड़ी कीमत चुकानी होगी।

इजरायली राजदूत के इस बयान से माना जा रहा है कि संघर्ष को कम करने में भारत की भूमिका अहम हो सकती है। भारत के ईरान और इजरायल दोनों से सामान्य संबंध हैं।

रुबिन ने आगे कहा, इजरायल लंबे समय से ईरान के हमले झेल रहा है, ये हमले तेहरान की इजरायल को खत्म करने की विचारधारा से प्रेरित है। इस पर दुनिया का भी ध्यान कम गया है। तेहरान पर अंतरराष्ट्रीय समुदाय का दबाव का डालना निराशाजनक है। हालांकि उन्होंने आतंकवाद के खिलाफ भारत के दृढ़ रुख की सराहना की। उन्होंने कहा कि इजरायल के जवाबी हमले आत्मरक्षा के लिए रहे हैं। हमें जवाबी कार्रवाई करनी होगी क्योंकि हम जवाबी कार्रवाई नहीं करेंगे तो ये ना केवल इजरायल बल्कि क्षेत्र और दुनिया के लिए इसके गंभीर परिणाम होंगे। उन्होंने कहा कि ईरान ने अंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन करते हुए सैकड़ों मिसाइलें दागी हैं तो इसका जवाब दिया जाना जरूरी है।

ईरान की ओर से भी इजरायल के सबसे करीबी सहयोगी अमेरिका को एक संदेश भेजा गया है। ईरान ने कहा कि अगर इजरायल की ओर से उसकी जमीन पर नया हमला होता है तो वह इसका बहुत मजबूती से जवाब देगा। ऐसे में इजरायल नया हमला करने से बचे और संयम बरते। ईरान ने कहा है कि इस बार वह इजरायली बुनियादी ढांचे को भी टारगेट कर सकता है।

अल जजीरा ने एक ईरानी अधिकारी के हवाले से कहा है कि तेहरान ने कतर के माध्यम से अमेरिका तक संदेश भेजा है। इस संदेश में ईरान ने अमेरिका से कहा है कि इजरायल की ओर से लगातार हमलों के बावजूद हमने संयम रखा और टकराव को टालने की कोशिश की लेकिन अब एकतरफा संयम का दौर खत्म हो गया है। हम किसी भी नए इजरायली हमले को बर्दाश्त नहीं करेंगे।

न्यूज डायरी

ईरान में सीक्रेट ऑपरेशन भी चला सकता है इजरायल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) तेल अवीव। ईरान के हुए मिसाइल हमले का इजरायल जल्दी ही जवाब दे सकता है। इजरायली आर्मी कथित तौर पर अगले कुछ दिनों में जवाबी कार्रवाई करने जा रही है। इजरायल अपनी जवाबी कार्रवाई में ईरान की प्रमुख तेल उत्पादक फैसिलिटी या प्रमुख बिजली संयंत्रों पर हमले कर सकता है। ये ईरान की अर्थव्यवस्था को सीधा झटका देते हुए उसकी ऊर्जा सुरक्षा को प्रभावित करेगा। दूसरे विकल्प में इजरायली सेना ईरान में सीक्रेट ऑपरेशन भी कर सकती है। भारत में इजरायली राजदूत रुबिन रूबेन अजर ने कहा, श्मेरा मानना है कि हमारी ईरान के मिसाइल हमले पर प्रतिक्रिया बहुत सटीक, रणनीतिक और पिन-पॉइंटेड होगी। रुबिन के इस बयान के बाद माना जा रहा है कि इजरायल का प्लाल ईरान के रणनीतिक स्थानों को निशाना बनाते हुए हमला करने पर है। रिपोर्ट के अनुसार, इजरायल के प्लान में ईरान की रणनीतिक सुविधाओं पर हवाई हमले का विकल्प है ताकि उसके बुनियादी ढांचे को नष्ट कर दिया जा सके। इसके अलावा इजरायल ने ईरान में सीक्रेट ऑपरेशन पर भी विचार किया है। इसके तहत वह तेहरान में हमास प्रमुख इस्माइल हानिया की हत्या जैसे ऑपरेशन कर सकता है। ईरान के मिसाइल हमलों के बाद इजरायल ने इसका जोरदार जवाब देने की कसम खाई है।

इजरायल के खिलाफ कहां खड़े हैं अरब देश? लेबनान के लिए क्या युद्ध में उतरेंगे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) तेल अवीव। मिडल ईस्ट में तनाव लगातार कायम है। पिछले तीन दिनों में जिस तरह के घटनाक्रम सामने आए हैं, उन्होंने दुनिया के देशों को दो ध्रुवों की तरह बांट दिया है। एक तरफ अमेरिका, ब्रिटेन और जर्मनी जैसे पश्चिमी देश इजरायल के साथ खड़े हैं, तो वहीं ओमान, बहरीन, कतर, सऊदी अरब, यूएई और खाड़ी के छह देशों वाले संगठन यानी गल्फ को-ऑपरेशन काउंसिल ने लेबनान की संप्रभुता का समर्थन किया है। हालांकि जानकार मानते हैं कि क्षेत्र में जो संघर्ष फिलहाल चल रहा है, उसमें अरब देश इंगेज होना नहीं चाहेंगे। अंतरराष्ट्रीय मामलों के जानकार कमर आगा कहते हैं कि मुझे नहीं लगता कि कि संघर्ष में कोई देश इंगेज होगा। लेबनान की संप्रभुता का समर्थन करना और इजरायल का विरोध करना अरब वर्ल्ड की मजबूरी है। फलस्तीन के हालात को लेकर वहां जनता के बीच सॉलिडैरिटी का प्रेशर बढ़ा है। ऐसे में अरब देश ये चाहते हैं कि ईरान पर वॉर ना हो क्योंकि ऐसा होता है तो ये पूरे क्षेत्र में फैल जाएगी। इसके अलावा अरब देशों के पास फाइटिंग फोर्स भी नहीं है, उनकी सेना बेहद कमजोर है। इसलिए जोर इसी बात पर है कि संघर्ष ना फैले और तनाव यहीं रुक जाए। जानकार कहते हैं कि ईरान भी शुरू से नहीं चाहता था कि वह एक सक्रिय जंग का हिस्सा बने, खास तौर से नए राष्ट्रपति की छवि सुधारवादी नेता की रही है, ऐसे में वह नहीं चाहते थे कि किसी संघर्ष में उलझ जाएं।

शहबाज शरीफ की वहाबियों को खुश करने की कोशिश

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) इस्लामाबाद। विवादित इस्लामी उपदेशक जाकिर नाइक इस समय पाकिस्तान में है। शहबाज शरीफ की सरकार के न्योते पर जाकिर पाकिस्तान में पहुंचा है। पाकिस्तान की सरकार जाकिर के स्वागत में बिछी हुई दिख रही है और शहबाज शरीफ समेत तमाम बड़े नेता उससे मिले हैं। वहीं पाकिस्तान की सिविल सोयायटी, पत्रकारों और कई वर्गों ने जाकिर को बुलाने और स्पेशल ट्रीटमेंट देने पर गंभीर सवाल खड़े किए हैं। पाकिस्तान के जानेमाने पत्रकार उमर चीमा ने इसे शरीफ सरकार की वहाबी मुस्लिमों को खुश करने की कोशिश बताया है। उमर चीमा ने अपने यूट्यूब पर एक वीडियो में जाकिर नाइक के पाकिस्तान आने पर उठ रहे सवालों पर कहा, जाकिर नाइक को स्टेट गेस्ट के तौर पर पाकिस्तान आने पर कई वर्ग एतराज जता रहे हैं तो आखिर उनको क्यों बुलाया गया। दरअसल इसकी एक बड़ी वजह ये है कि पाकिस्तान का वहाबी गुट चाहता था कि जाकिर नाइक आएं। ऐसे में शिया और बरेलवियों की नाराजगी के बावजूद उनको बुलाया गया है। चीमा ने आगे कहा, जाकिर नाइक इस्लाम की वहाबी विचारधारा को फॉलो करते और आगे बढ़ाते हैं।

यूक्रेन के वुहलेदार पर रूस का कब्जा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। दुनिया में कई मोर्चों पर युद्ध हो रहा है। एक ओर इजरायल चार देशों से एक साथ वार कर रहा है तो वहीं फरवरी 2022 से रूस और यूक्रेन के बीच जंग जारी है। रूसी सैनिकों ने यूक्रेन के पूर्वी डोनेट्स्क क्षेत्र केवुहलेदार शहर पर कब्जा कर लिया है। यह शहर कई मायनों से राजनीतिक दौर पर बेहद अहम है। यूक्रेनी सेना और रूसी चैनलों ने इसकी जानकारी दी।

यूक्रेन और रूस दोनों के लिए रणनीतिक रूप से बेहद अहम है वुहलेदार। पिछले दो सालों से सबसे ज्यादा जंग का सामना इसी शहर को करना पड़ा है। यूक्रेन इस पर कब्जा बनाए रखना चाहता था और रूस उसे अपने कब्जे में लेना चाहता था।

दरअसल, यह शहर काफी ऊंचाई पर बसा है, जिसका कब्जा इस शहर पर होगा, उसके रणनीतिक तौर पर वह देश ही दबंग रहेगा। यह शहर अब तक यूक्रेन के लिए किले का काम कर रहा था। वुहलेदार में दो कोयला खदानें हैं, जिनमें पर्याप्त कोयला भंडार हैं। युद्ध से पहले यहां खनन करने वाले 15000 से ज्यादा लोग रहते थे। वुहलेदार शहर क्रीमिया और डोनबास के औद्योगिक क्षेत्र के बीच एक रेलवे लाइन के काफी नजदीक है, जिससे रूस को अपने सैनिकों और उन तक सामग्री की आपूर्ति करने में आसानी होती है।

अमेरिका के आसमान में लहराया गया विशाल पोस्टर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। बांग्लादेश में हिंदुओं पर हो रही अत्याचार को लेकर भारत, अमेरिका समेत कई देशों ने चिंता जाहिर की है। कुछ दिनों पहले अमेरिका में मौजूद हिंदू समुदाय के लोगों ने बांग्लादेश के मौजूदा हालात पर चिंता जाहिर की थी। वहीं, बांग्लादेश में हिंदुओं पर हो रही हिंसा के खिलाफ न्यूयॉर्क में एक विशालकाय एयरलाइन बैनर फहराया गया। इस बैनर में लिखा था कि बांग्लादेश में हिंदुओं पर हो रहे अत्याचार को रोकने के लिए वैश्विक समुदाय जल्द से जल्द कार्रवाई करे। बैनर हडसन नदी के ऊपर फहराया गया था। वीडियो में बैनर के साथ एयरलाइन को स्टेच्यू ऑफ लिबर्टी के चारों ओर चक्कर लगाते देखा जा सकता है। बता दें कि कुछ दिनों पहले राष्ट्रपति बाइडेन और प्रधानमंत्री मोदी ने बांग्लादेश के हालिया घटनाक्रम पर चर्चा की थी।

ईरान में मोसाद का खौफ! शुरू की अपनी ही सेना की जांच

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

तेहरान। साल 2006 से खुफिया ठिकाने में रहने वाला हिजबुल्लाह चीफ हसन नसरल्लाह अचानक 27 सितंबर को इजरायली हवाई हमले में मारा गया तो ईरान दंग रह गया। ईरान को हैरानी इस बात की हुई कि इजरायल कैसे नसरल्लाह के ठिकाने तक पहुंचा? ईरान का शक गहराया तो बात मोसाद के एजेंटों तक पहुंच गई। ईरान के हाथ यह जानकारी लगी कि हिजबुल्लाह में मोसाद के कई एजेंट हैं। जांच में पता चला कि ईरान में भी कई वरिष्ठ सरकारी पदों पर मोसाद के एजेंट तैनात हैं। यह जानकारी सामने आने के बाद पूरे ईरान में खौफ है। नसरल्लाह की मौत के बाद से ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला

ईरान ने जताया खुफिया एजेंटों के घुसपैठ का शक

अली खामेनेई अब किसी पर विश्वास नहीं कर रहे हैं।

ईरान ने अब इजरायली एजेंटों की जांच शुरू कर दी है। न्यूज एजेंसी रॉयटर्स को एक वरिष्ठ ईरानी अधिकारी ने बताया कि रिवोल्यूशनरी गार्ड से लेकर वरिष्ठ सुरक्षा अधिकारियों की जांच की जा रही है। विदेश जाने वाले अधिकारियों और जिनके परिवार विदेश में रहते हैं... सबसे पहले उनकी जांच की जा रही है।

ईरान को लेबनान की यात्रा करने वाले रिवोल्यूशनरी गार्ड के कुछ अधिकारियों पर शक है। इनमें से एक अधिकारी ने नसरल्लाह के ठिकाने के बारे में पूछा था। ईरान ने कुछ अन्य संदिग्धों के साथ इस अधिकारी को गिरफ्तार कर लिया है। हालांकि उसका पूरा परिवार ईरान से भागने में सफल रहा।

ईरान के एक अन्य अधिकारी ने बताया कि नसरल्लाह की हत्या के बाद से ईरान-हिजबुल्लाह के बीच अविश्वास पैदा हो गया है। उधर, ईरान की सत्ता प्रतिष्ठान के करीबी एक सूत्र ने जानकारी दी है कि सर्वोच्च नेता अब किसी पर भरोसा नहीं करते हैं। इसी साल जुलाई में लेबनान की राजधानी बेरुत में एक गुप्त ठिकाने में हिजबुल्लाह कमांडर फुआद शुकर छिपा था। मगर सटीक खुफिया जानकारी के आधार पर इजरायल ने हवाई हमले में उसे मौत के घाट उतारा।

लाहौर हाईकोर्ट में मांग गए भगत सिंह से से जुड़े न्यायिक रिकॉर्ड

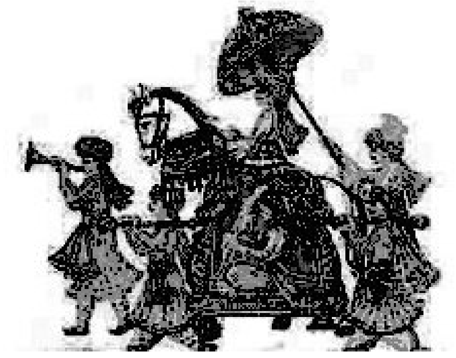
एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) लाहौर। पाकिस्तान की एक अदालत के रजिस्ट्रार कार्यालय ने एक एनजीओ को स्वतंत्रता संग्राम सेनानी शहीद भगत सिंह, राजगुरु और सुखदेव से जुड़ा न्यायिक रिकार्ड देने से इनकार कर दिया। भगत सिंह मेमोरियल फाउंडेशन पाकिस्तान के प्रमुख इम्तियाज रशीद कुरेशी ने लाहौर हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार कार्यालय में एक आवेदन किया। इसमें कुरेशी ने 7 अक्टूबर 1930 को हाई कोर्ट के तीन सदस्यीय स्पेशल ट्रिब्यूनल द्वारा भगत सिंह, राजगुरु और सुखदेव के मामले से जुड़ी न्यायिक जानकारी मांगी। हालांकि, लाहौर हाई कोर्ट के रजिस्ट्रार कार्यालय ने इस आवेदन पर विचार करने से इनकार करते हुए कहा कि फाउंडेशन को ये रिकार्ड नहीं दिए जा सकते।

Page Three Classified

Adds can be booked under these Categories : (all day publication)

Recruitment
Property
Business Opportunity
Vehicles
Announcements
Antiques & Collectables
Barter
Books
Computers
Domain Names
Education
Miscellaneous
Entertainment & Event
Hobbies & Interests
Services
Jewellery & Watches
Music
Obituary
Pets & Animals
Retail
Sales & Bargains
Health & Sports
Travel

Matrimonial (Sunday Only)



अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

प्रतिभाशाली खिलाड़ियों के लिए खेल महाकुंभ का किया जा रहा आयोजन

बैठक

खेल महाकुंभ के सफल आयोजन हेतु मुख्य विकास अधिकारी की अध्यक्षता में आयोजित हुई बैठक

न्याय पंचायत, विकास खंड तथा जिला स्तर पर आयोजित होंगी खेल प्रतियोगिताएं

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। मुख्य विकास अधिकारी डॉ. जीएस खाती की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में खेल महाकुंभ–2024 के सफल संचालन हेतु बैठक आयोजित की गई। इस दौरान मुख्य विकास अधिकारी ने सभी संबंधित अधिकारियों को आपसी समन्वय के साथ खेल महाकुंभ का सफल संचालन करने के निर्देश दिए।

आयोजित बैठक में जिला युवा कल्याण व प्रांतीय रक्षक दल अधिकारी वरद जोशी ने अवगत कराया कि 04 अक्टूबर से 07 नवंबर, 2024 तक न्याय पंचायत स्तर पर अंडर–14 व अंडर–17 बालक व बालिका वर्ग में एथलेटिक्स, कबड्डी, खो–खो एवं वालीबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। जिसमें प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्तकर्ता को क्रमशः

तीन सौ, दो सौ व डेढ़ सौ रुपए का नकद पुरस्कार दिया जाएगा। इसी तरह 25 अक्टूबर से 15 नवंबर, 2015 तक विकासखंड स्तर पर इसी विधा व आयु वर्ग में आयोजित प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। जिसमें प्रथम स्थान प्राप्तकर्ता को पांच सौ, द्वितीय स्थान प्राप्तकर्ता को 400 तथा तृतीय स्थान प्राप्तकर्ता को 300 रुपए का नकद पुरस्कार दिया जाएगा।

इसके बाद जनपद स्तर पर 16 नवंबर से 10 दिसंबर, 2024 तक अंडर–14, 17 एवं अंडर–20 बालक व बालिका वर्ग में फुटबाल, बैडमिंटन, जूडो, बॉक्सिंग, टेबिल टेनिस, ताईक्वांडो, कराटे, बास्केटबॉल हैंडबाल, मलखम्ब, हॉकी मुर्गा झपट में प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा। जिसमें पहले स्थान पर 800 रुपए दूसरे स्थान पर 600 तथा तीसरे स्थान प्राप्तकर्ता को 400 रुपए की नकद धनराशि पुरस्कार आवंटित की जाएगी।

इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी ने मुख्य शिक्षा अधिकारी को न्याय पंचायत स्तर पर प्रतियोगिता में प्रतिभाग करने वाले खिलाड़ियों का दो दिन के अंदर पंजीकरण करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने पंजीकरण हेतु क्षेत्रीय युवा कल्याण अधिकारी, खंड विकास अधिकारी, क्रीड़ा अधिकारी सहित संबंधित ग्राम पंचायत विकास अधिकारी को आपसी समन्वय के साथ सभी आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग को निर्देश दिए हैं कि बच्चों को ओआरएस घोल के साथ अन्य दवाएं भी उपलब्ध कराने के निर्देश दिए तथा सुरक्षा व्यवस्था हेतु पुलिस विभाग को निर्देश दिए।

इस अवसर पर मुख्य शिक्षा अधिकारी प्रमेंद्र कुमार बिष्ट, पुलिस निरीक्षक सुरेश चंद्र बलूनी, अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. आशुतोष, प्रभारी क्रीड़ा अधिकारी मनोज सिंह चौहान, क्षेत्रीय युवा कल्याण अधिकारी राधिका, जिला युवा अधिकारी नेहरू युवा केंद्र राहुल डबराल, खंड शिक्षा अधिकारी अतुल सेमवाल सहित संबंधित अधिकारी मौजूद रहे।

न्यूज डायरी

पुलिस और एसडीआरएफ ने रुद्रनाथ ट्रैक पर गुमशुदा हुए युवक का किया रेस्क्यू

संवाददाता चमोली। दिल्ली के 49 व्यक्तियों के एक ग्रुप ने 1 अक्टूबर 2024 को भगवान रुद्रनाथ के दर्शन के लिए सगर गांव की यात्रा आरंभ की थी। इस ग्रुप ने दर्शन के बाद 2 अक्टूबर को ल्वीटी बुग्याल में ठहराव लिया। इस यात्रा का उद्देश्य न केवल धार्मिक अनुभव था, बल्कि रुद्रनाथ की प्राकृतिक सुंदरता का आनंद लेना भी था, लेकिन 3 अक्टूबर 2024 को जब ग्रुप ल्वीटी बुग्याल से वापस लौट रहा था तो ग्रुप के 48 सदस्य सकुशल अपने स्थान पर लौट आए, लेकिन 27 वर्षीय आकाश गुप्ता, जो शाहदरा, नई दिल्ली का निवासी है, वापस नहीं आया। आकाश का गायब होना पूरे ग्रुप के लिए चिंता का विषय बन गया। ग्रुप के सदस्य तुलसी गर्ग द्वारा आज, 4 अक्टूबर 2024 को थाना गोपेश्वर में तुरन्त एक लिखित प्रार्थना पत्र प्रस्तुत किया गया। इस पत्र में आकाश की खोज के लिए सहायता की अपील की गई थी। थाना गोपेश्वर पुलिस ने तुरंत कार्रवाई करते हुए एसडीआरएफ के साथ मिलकर घटनास्थल की ओर रवाना हुए।

स्ट्रीट फूड विक्रेताओं के साथ प्रशिक्षण कार्यशाला का किया गया आयोजन

संवाददाता चमोली। उत्तराखंड खाद्य सुरक्षा विभाग और नेशनल एसोसिएशन ऑफ स्ट्रीट वेंडर्स ऑफ इंडिया, नासवी द्वारा शुक्रवार को जिला पंचायत सभागार में सुरक्षित आहार परोसने (सर्व सेफ फूड) विषय पर स्ट्रीट फूड विक्रेताओं के साथ प्रशिक्षण कार्यशाला आयोजित की। जिसमें स्वच्छता पूर्वक स्ट्रीट फूड परोसने के बारे में व्यावहारिक जानकारी दी गई। प्रशिक्षण के दौरान स्ट्रीट खाद्य विक्रेताओं एवं खाद्य व्यवसायियों को खाद्य सुरक्षा, स्वच्छता की जानकारी दी गई। प्रशिक्षण में सभी विक्रेताओं को खाद्य सुरक्षा किट जिसमें एप्रन, कैप, ग्लव्स, तौलिया, डस्टर दिए गए। ट्रेनिंग के बाद एफएसएसएआई द्वारा फोस्टक सर्टिफिकेट भी प्रदान किए गए। इस कार्यक्रम में 150 फूड विक्रेताओं ने प्रतिभाग किया।

यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों पर पुलिस की कार्रवाई

संवाददाता हल्द्वानी। नैनीताल पुलिस यातायात के नियमों का उल्लंघन करने वालों पर कड़ी कार्रवाई कर रही है। गुरुवार को पांच घंटे की यातायात चेकिंग के दौरान पुलिस ने जिले के 180 लोगों पर चालानी कार्रवाई की। साथ ही 20 लोगों के डीएल निरस्त कर दिए। एसएसपी प्रह्लाद नारायण मीणा की ओर से सड़क दुर्घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ पुलिस अफसरों को चेकिंग अभियान चलाकर कार्रवाई और रात्रि गश्त के निर्देश दिए हैं। गुरुवार को एसपी यातायात व क्राइम हरबंस सिंह के पर्यवेक्षण में चेकिंग अभियान चलाया गया।

एसपी अक्षय कोंडे ने पुलिस चौकी चोपता का किया औचक निरीक्षण

अर्जुन सिंह भंडारी

रुद्रप्रयाग। शुक्रवार को पुलिस कप्तान रुद्रप्रयाग अक्षय कोंडे ने रिपोर्टिंग पुलिस चौकी चोपता का आकस्मिक निरीक्षण करने के साथ ही उनके द्वारा तृतीय केदार तुंगनाथ तक पैदल पहुंचकर यात्रा व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उक्त निरीक्षण के दौरान एसपी कोंडे द्वारा सबसे पहले थाना ऊखीमठ के अन्तर्गत रिपोर्टिंग पुलिस चौकी चोपता का आकस्मिक निरीक्षण किया गया।

चौकी क्षेत्रान्तर्गत स्थित रमणीक स्थल चोपता व आसपास के क्षेत्र की जानकारी लेते हुए तुंगनाथ मन्दिर पैदल ट्रैक पर आने वाले ट्रैकर, पर्यटकों व यात्रियों की सुरक्षा सुनिश्चित किये जाने के निर्देश दिये गये। स्वयं उनके द्वारा तुंगनाथ मन्दिर तक पहुंचकर पैदल भ्रमण कर यात्रा व्यवस्थाओं का जायजा

लिया गया।

इस दौरान उनके द्वारा पर्यटकों व यात्रियों से वार्ता कर उनके अनुभव जाने गये व साथ उपस्थित थाना प्रभारी ऊखीमठ मुकेश चौहान को निर्देशित किया गया कि चोपता क्षेत्रान्तर्गत व तुंगनाथ पैदल मार्ग पर पुलिस के स्तर से निरन्तर गश्त किये जाने तथा अवांछनीय गतिविधियों पर प्रभावी कार्यवाही करने के निर्देश दिये गये।

जिला निर्वाचन अधिकारी ईवीएम वेयर हाउस का किया मासिक निरीक्षण

संवाददाता चमोली। जिला मजिस्ट्रेट/जिला निर्वाचन अधिकारी संदीप तिवारी ने शुक्रवार को राजनैतिक दलों के पदाधिकारियों की मौजूदगी में ईवीएम वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान ईवीएम व वीवीपैट मशीनें डबल लॉक में सुरक्षित पाई गई। जिला मजिस्ट्रेट ने वेयर हाउस में विद्युत व्यवस्था, सीसीटीवी कंट्रोल रूम, साफ सफाई और सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लेते हुए जरूरी दिशा निर्देश दिए। वेयर हाउस में ईवीएम निरीक्षण करने के दौरान पूरी प्रक्रिया की फोटो एवं वीडियोग्राफी की गई। निरीक्षण के दौरान अपर जिलाधिकारी विवेक प्रकाश, नायब तहसीलदार दीप्ती शिखा, बीजेपी किसान मोर्चा अध्यक्ष गोविन्द सिंह बजवाल, कांग्रेस पार्टी के नगर महामंत्री मदन लोहानी, आम आदमी पार्टी के पूर्व प्रभारी अनूप सिंह रावत आदि मौजूद थे।

कुछ अधिकारियों की मिलीभगत से अप्रशिक्षित लोगों को दिया जा रहा रोजगार

संवाददाता

■पीआरडी प्रशिक्षित जवानों का तीन सूत्रीय मांगों को लेकर पांचवें दिन धरना जारी

पुरोला। रवांई घाटी के पुरोला , मोरी व नोगाव विकासखंडों के पीआरडी प्रशिक्षित जवानों ने अपनी तीन सूत्रीय मांगों को लेकर तहसील पुरोला में पांचवें दिन धरना जारी रखा।

यमुना घाटी के पीआरडी प्रशिक्षित जवान अपने साथ हुए धोखे के खिलाफ काफी समय से धरना प्रदर्शन करते आए हैं किन्तु उनकी मांगों को बार बार अनदेखा किया जा रहा है। जिससे आक्रोशित जवान पांच दिनों से तहसील कार्यालय पुरोला में अपनी तीन सूत्रीय मांगों को लेकर लामबंद है। पीआरडी ब्लाक अध्यक्ष किशन सिंह रावत ने बताया कि प्रक्षिशित जवान वर्षों से कई विभागों में सेवाएं दे रहे हैं, लेकिन वहां पर कुछ अधिकारियों की मिलीभगत से अप्रशिक्षित लोगों को रोजगार दिया जा रहा है।

एक सप्ताह पूर्व पीआरडी के जवानों ने पुरोला बाजार में प्रदर्शन कर मांगों के निस्तारण की मांग की थी, लेकिन कोई कार्रवाई नहीं होने पर उन्होंने सोमवार को तहसील परिसर में सांकेतिक धरना प्रदर्शन किया तथा एसडीएम देवानंद शर्मा के माध्यम से डीएम को ज्ञापन भेजकर अपनी मांगों को पूरी करने की मांग की। उन्होंने आरोप लगाया है कि प्रशिक्षित जवान विभिन्न विभागों में कई वर्षों से अपनी सेवाएं दे रहे हैं, लेकिन विभागीय अधिकारियों की मिलीभगत से प्रक्षिशित

जवानों के जगह अपने – अपने चेहतो को नोकरियां बांटने में लगे हैं। उन्होंने मांग की है कि काफी समय से जमें अधिकारियों को अन्यत्र स्थानांतरण किया जाय। तथा विभिन्न विभागों से अप्रशिक्षित लोगों को तत्काल हटा कर प्रशिक्षित जवानों को उनके जगह लगाया जाय।

इस मौके पर किशन सिंह रावत, रणीया लाल, दीपक डोभाल, रणबीर सिंह, संजय रावत, उर्मिला रावत, गुरुदेव सिंह,शुरेश राणा, शैलेन्द्र रावत,भूपेंद्र सिंह,आदि मौजूद रहे।

अभिसूचना विभाग के एसपी हरीश वर्मा की आईपीएस में पदोन्नति

संवाददाता हल्द्वानी। वर्तमान में पुलिस अधीक्षक (क्षेत्रीय) अभिसूचना विभाग हल्द्वानी के पद पर कार्यरत हरीश वर्मा की आईपीएस कैडर मिला है। उनकी पदोन्नति पर विभागीय अफसरों और कर्मचारियों में खुशी का माहौल है। हरीश वर्मा मूल रूप से रानीबाग हल्द्वानी के निवासी हैं। वह साल 2005 के पीपीएस अधिकारी हैं। इससे पहले वह बतौर सीओ देहरादून के विकासनगर, काशीपुर, किच्छा, हरिद्वार के लक्सर में सेवा दे चुके हैं। साथ ही एडिशनल एसपी के रूप में कोटद्वार, एसपी ट्रैफिक–क्राइम नैनीताल, ऊधमसिंह नगर, सीआईडी हल्द्वानी व 46–बटालियन रुद्रपुर में रहे हैं। उन्हें उत्कृष्ट सेवा के रूप में वर्ष 2010 में प्रधानमंत्री जीवन रक्षक पदक और 2023 में मुख्यमंत्री सम्मान चिह्न से नवाजा गया है। उनकी पदोन्नति पर विभाग के एसएस गनघरिया समेत पूरे स्टाफ ने खुशी जताई है।

मनुष्य का सबसे बड़ा यदि कोई शत्रु है तो वह है उसका अज्ञान।
-अज्ञात

विचार-प्रवाह
देहरादून, शनिवार, 5 अक्टूबर 2024
पेज थ्री
www.page3news.in

370 और राज्य का दर्जा

ध्यान देने वाली बात यह है कि इस असंतोष ने भी लोगों को चुनाव प्रक्रिया से जोड़ने में अहम भूमिका निभाई है। इन चुनावों में अनुच्छेद 370 की वापसी और राज्य का दर्जा प्रमुख मुद्दों के रूप में सामने आए हैं।

अनुज श्रीवास्तव।।

जम्मू–कश्मीर के सात जिलों की 24 विधानसभा सीटों पर बुधवार को हुई पहले चरण की वोटिंग को आधार बनाया जाए तो ये चुनाव कई मायनों में ऐतिहासिक कहे जा सकते हैं। शांति, सुव्यवस्था और लोगों की भागीदारी की दृष्टि से ये चुनाव उन तमाम नैरेटिव के लिए पूर्णविराम साबित हो सकते हैं जो बाहरी शक्तियां कश्मीर को लेकर अंतरराष्ट्रीय मंचों पर चलाती रहती हैं।

जम्मू–कश्मीर में पिछले एक दशक में यह पहला विधानसभा चुनाव है। ये दस साल जम्मू–कश्मीर के लिए इस मायने में भी खास रहे कि इस दौरान न केवल संविधान के अनुच्छेद 370 के तहत उसे हासिल विशेष दर्जा समाप्त कर दिया गया बल्कि वह राज्य से केंद्रशासित क्षेत्र में तब्दील हो गया। स्वाभाविक रूप से इन बड़े कदमों को लेकर वहां के लोगों की राय बंटी हुई है और कुछ हलकों में इसे लेकर गहरा असंतोष भी है।

ध्यान देने वाली बात यह है कि इस असंतोष ने भी लोगों को चुनाव प्रक्रिया से जोड़ने में अहम भूमिका निभाई है। इन चुनावों में अनुच्छेद 370 की वापसी और राज्य का दर्जा प्रमुख मुद्दों के रूप में सामने आए हैं। रोजगार एक और बड़ा मुद्दा बनकर उभरा है। लेकिन लोगों की इन भावनाओं को देश के अन्य हिस्सों में मतदाताओं की आकांक्षाओं और उनके असंतोष से अलग नहीं कहा जा सकता।

पिछले तीन–चार दशकों के अनुभव की रोशनी में देखें तो यह बड़ा महत्वपूर्ण फर्क है। चुनावों के बहिष्कार की अपीलों, धमकियों और चेतावनियों के बीच लोगों के ऐसे ही असंतोष अलगाववाद और उग्रवाद के समर्थन में इस्तेमाल कर लिए जाते थे। इस बार मतदाताओं की लंबी कतारों ने ऐसी गुंजाइश नहीं रहने दी। इसी साल हुए लोकसभा चुनाव के वोटिंग आंकड़ों का पीछे छूटना बेहद अहम है। लोकसभा चुनावों में 58.46 फीसदी वोटिंग हुई थी जो पिछले 35 साल का रेकॉर्ड था।

सबसे बड़ी बात यह कि ये चुनाव पूरी तरह शांतिपूर्ण रहे। इसका श्रेय सुरक्षा बलों और प्रशासनिक तंत्र को देना पड़ेगा। जहां तक बात आतंकवाद के आकाओं की है तो उनकी तरफ से तो इन चुनावों को बाधित करने में कोई कोर–कसर बाकी नहीं रखी गई थी। चुनाव की घोषणा होने के बाद न केवल सीमा पार से घुसपैठ की कोशिशें बढ़ीं बल्कि आतंकी हमलों के भी काफी प्रयास हुए। मगर आतंकी तत्व आम लोगों की सोच को बदलने में कामयाब नहीं हो सके। यह चुनाव जम्मू–कश्मीर की आतंकवाद से मुक्ति का निर्णायक बिंदु साबित हो तो आश्चर्य नहीं।

श्रद्धालुओं का झुंड

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा।
इस बार वह प्रयागराज आ चुकी थी डायना ने प्रयागराज पहुँचने से पहले, होटल में कमरा बुक कर दिया था, इसलिए पहुँचते ही, उसे कमरा मिल जाता है। डायना नहाकर, तैयार हो जाती है और होटल में नाश्ता करने के बाद, अपना कैमरा लेकर कुंभ मेले में शामिल होने के लिए, निकल पड़ती है, लेकिन प्रयागराज के रास्तों में श्रद्धालुओं का झुंड लगा हुआ था। भीड़ देखकर डायना आगे जाने की हिम्मत नहीं कर पा रही थी। अचानक डायना को, एक अघोरी दिखाई देते हैं, जो अर्ध नग्न अवस्था में, सफेद विभूति से रंगे हुए दिखाई दे रहे थे। डायना को उन्हें देखकर, उनकी फोटो खींचने का विचार आता है। वह अघोरी के पास पहुँच जाती है और अपना कैमरा चालू करके, उनके सामने खड़ी हो जाती है और जैसे ही वह फोटो खींचती है, वह आश्चर्यचकित हो जाती है, क्योंकि अघोरी कैमरे से दिखाई नहीं दे रहे होते।

...शेष कल

संपादकीय

निष्पक्षता पर सवाल

सुप्रीम कोर्ट ने 27 जुलाई 2022 के फैसले में पीएमएलए कानून की वैधता को बरकरार रखा था। इसके बाद रिव्यू पिटिशन दाखिल की गई थी जिस पर सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई चल रही है। इसमें आरोपी के खुद को निर्दोष साबित करने वाले प्रावधान की स्क्रूटनी होने वाली है। इसके बाद सुप्रीम कोर्ट ने 27 अगस्त को के.कविता को मनी लॉन्ड्रिंग केस में जमानत देते हुए कहा कि निकट भविष्य में ट्रायल पूरे होने के आसार नहीं हैं। अदालत ने ईडी की निष्पक्षता पर सवाल खड़े किए। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि अभियोजन पक्ष को छानबीन के दौरान निष्पक्ष रहना होगा और वह पिक एंड चूज नहीं कर सकती। कोर्ट ने आश्चर्य व्यक्त करते हुए कहा कि जिसकी संलिप्तता बताई गई उसे आरोपी बनाने के बजाय गवाह बना दिया गया। वैसे, सुप्रीम कोर्ट ने हालिया फैसलों में बहुत सी बातें साफ कर दी हैं। मगर आरोपी पर खुद को निर्दोष साबित करने का जो दायित्व है, वह खासा अहम है। जब उस मामले में फैसला आएगा तभी इस पूरे प्रकरण में चल रही बहस पूरी मानी जा सकेगी।

पीएमएलए एक्ट के तहत ईडी दर्ज होता है और चूंकि यह आंतरिक दस्तावेज है, इसलिए आरोपी की गिरफ्तारी के वक्त उसकी कॉपी देना अनिवार्य नहीं होता। गिरफ्तारी के लिए उसका आधार बताना ही काफी है।

शीर्ष अदालत की मंजूरी

राजेश चौधरी।।

सुप्रीम कोर्ट ने कहा है कि पीएमएलए केस में भी जमानत नियम है और जेल अपवाद। शीर्ष अदालत के मुताबिक, पीएमएलए एक्ट की धारा–45 के तहत जो ट्विन कंडिशन (दोहरी शर्त) जमानत के लिए रखी गई है, वह प्रावधान इस मौलिक सिद्धांत को खत्म नहीं कर सकता कि जमानत नियम है और जेल अपवाद। यह सिद्धांत पीएमएलए कानून पर भी लागू होता है।

सुप्रीम कोर्ट ने हाल ही में पीएमएलए से संबंधित कई मामलों में आरोपियों को जमानत देते हुए कहा कि बेल का अधिकार अनुच्छेद–21 के तहत मिला हुआ है और यह अधिकार पीएमएलए एक्ट की धारा–45 द्वारा नहीं लिया जा सकता। दरअसल, पीएमएलए कानून के तहत जमानत मिलना काफी कठिन है और यही कारण है कि इस कानून के कड़े प्रावधानों को लेकर खासी बहस छिड़ी हुई है। यह कानून कहता है कि ईडी को पीएमएलए केस के मामले में गिरफ्तारी, संपत्ति अटैचमेंट और सीज करने के अधिकार हैं।

पीएमएलए के तहत ईडी अधिकारी के सामने जो बयान दर्ज होता है वह एक्ट की धारा–50 के तहत रेकॉर्ड होता है। सुप्रीम कोर्ट कह चुका है कि ईडी अधिकारी पुलिस अधिकारी नहीं है। पुलिस के सामने दिया बयान मान्य नहीं होता है। पीएमएलए एक्ट के तहत ईडी दर्ज होता है और चूंकि यह आंतरिक दस्तावेज है, इसलिए आरोपी की गिरफ्तारी के वक्त उसकी कॉपी देना अनिवार्य नहीं होता। गिरफ्तारी के लिए उसका आधार बताना ही काफी है।

सुप्रीम कोर्ट अपने फैसले में पीएमएलए के इन प्रावधानों को वैध करार दे चुका है। शीर्ष अदालत कह चुकी है कि ईडी अधिकारी के सामने पीएमएलए की धारा–50 के तहत आरोपी जो बयान देता है, उस आधार पर आगे की कार्रवाई होती है और यह संविधान के अनुच्छेद–20 (3) का उल्लंघन नहीं है। अनुच्छेद–20 (3) कहता है कि किसी भी शख्स को खुद अपने खिलाफ गवाही के लिए बाध्य नहीं किया जा सकता। धारा–45 के तहत जमानत के लिए ट्विन टेस्ट के कड़े प्रावधान हैं यानी मनी लॉन्ड्रिंग केस में आरोपी को तभी जमानत दी जा सकती है जब वह ट्विन कंडिशन को पूरा करे। पहली कंडिशन के मुताबिक, यह दिख रहा हो कि आरोपी ने अपराध नहीं किया है और दूसरी कहती है कि जमानत के दौरान अपराध होने की आशंका न बची हो। आरोपी का दायित्व है कि वह कोर्ट को इस बात से संतुष्ट करे कि वह अपराध के लिए दोषी नहीं है। सुप्रीम कोर्ट ने मनीष सिसोदिया को ट्रायल में देरी के आधार पर जमानत दे दी। 9 अगस्त के फैसले में अदालत ने कहा कि ईडी केस की गंभीरता का हवाला देकर जमानत का विरोध नहीं कर सकता। अगर वह स्पीडी ट्रायल सुनिश्चित नहीं करा सकता तो सिर्फ केस की गंभीरता के आधार पर जमानत का विरोध नहीं किया जा सकता।

शीर्ष अदालत ने यह भी कहा है कि पीएमएलए केस में अगर कोई आरोपी कस्टडी में है तो उस दौरान दिए गए अपराध की स्वीकारोक्ति वाले उसके बयान कानून की नजर में मान्य नहीं होंगे। उसने यह भी व्यवस्था दी है कि पीएमएलए केस में जब ईडी किसी आरोपी की जमानत का विरोध करता है तो उसे पहली नजर में केस साबित करना होता है। इसलिए उसे स्थापित करना चाहिए कि अपराध आरोपी द्वारा किया गया और वह उसमें सीधे या परोक्ष तौर पर शामिल है। अभियोजन पक्ष जब अपने केस को स्थापित करता है, उसके बाद ही बचाव पक्ष पर यह साबित करने का बर्डेन शिफ्ट होता है कि वह दोषी नहीं है।

सूडोकु बवताल-5263

★★★★☆ मध्यम

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

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
- पहेली का केवल एक ही हल है।

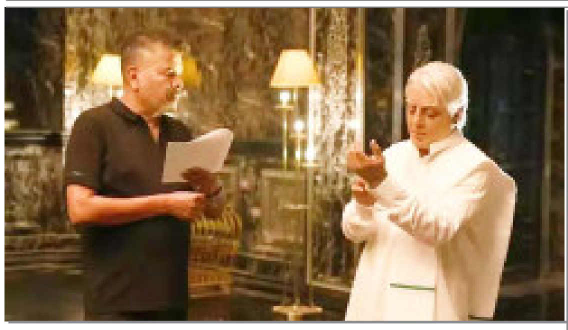
सूडोकु बवताल -5262 का हल

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

अपना ब्लॉग

400 साल उम्र

मोहन। आर्कटिक महासागर और उत्तरी अटलांटिक महासागर में पाई जाने वाली ग्रीनलैंड शार्क सदियों तक जीवित रह सकती है। शोधकर्ता इस मछली के लंबे जीवन काल के रहस्यों को उजागर करने के लिए अध्ययन कर रहे हैं। वैज्ञानिकों का कहना है कि ग्रीनलैंड शार्क की लंबी उम्र के कारणों को समझ कर मानव स्वास्थ्य में सुधार किया जा सकता है। इससे आयु–वृद्धि पर चल रही रिसर्च को भी बेहतर बनाया जा सकता है। रिसर्चर्स ने 2016 में पता लगाया था कि ग्रीनलैंड शार्क कम से कम 272 बरसों तक जीवित रह सकती हैं। कुछ मछलियां 400 साल तक भी जिंदा रह सकती हैं। ग्रीनलैंड शार्क की इतनी लंबी उम्र क्यों होती है, यह एक बड़ा रहस्य है। कुछ वैज्ञानिकों का मानना है कि शार्क की धीमी वृद्धि दर और कम मेटाबोलिज्म (चयापचय) उसकी लंबी उम्र के लिए जिम्मेदार हैं। हालांकि इस बारे में रिसर्च अभी जारी है।



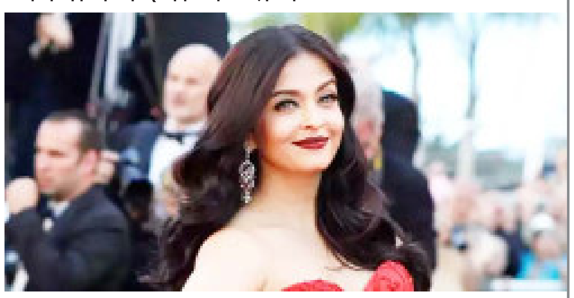
सीधे ओटीटी पर रिलीज होगी कमल हासन की इंडियन 3

दिग्गज एक्टर कमल हासन और डायरेक्टर शंकर की फिल्म इंडियन 2 इस साल जुलाई में धूमधाम से रिलीज तो हुई, लेकिन बॉक्स ऑफिस पर यह औंधे मुंह गिरी। असल समस्या ये रही कि यह फिल्म एक्टर की क्लासिक हिट इंडियन की रिलीज के 28 साल बाद आई। करीब तीन दशक बाद इस सीक्वल फिल्म में दर्शकों की दिलचस्पी थोड़ी कम दिखी। कमल हासन ने इंडियन 2 की रिलीज के वक्त ही ऐलान कर दिया था कि वह इंडियन 3 भी लेकर आएंगे। अब ताजा जानकारी ये है कि मेकर्स ने सीख लेते हुए इंडियन 3 को सीधे ओटीटी पर रिलीज करने का मन बनाया है! रिपोर्ट में दावा किया गया है कि मेकर्स इंडियन 3 वॉर मोड को सिनेमाघरों की बजाय सीधे ओटीटी पर रिलीज करने की तैयारी में हैं। यह फैसला इंडियन 2 के बॉक्स ऑफिस पर पिटने के कारण लिया गया है। जुलाई में रिलीज इंडियन 2 ने देश में जहां सिर्फ 81.32 करोड़ का नेट कलेक्शन किया था, वहीं वर्ल्डवाइड 148 करोड़ की ग्रॉस कमाई हुई थी। जबकि इसका बजट करीब 300 करोड़ रुपये था। हालांकि, इंडियन 3 को ओटीटी पर रिलीज किए जाने को लेकर फिल्म की टीम ने अभी तक कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं की है। कमल हासन ने इंडियन 2 में सेनापति की भूमिका निभाई थी, जो भ्रष्टाचार से लड़ने वाला एक हीरो है।

सिंदूर–मंगलसूत्र पहने मातृ देवो भवः की शूटिंग कर रहीं आम्रपाली दुबे

उत्तर प्रदेश के अम्बेडकर नगर में स्थित है जहां पर भोजपुरी फिल्म मातृ देवो भवः की शूटिंग इन दिनों जोर शोर से चल रही है। लाइट कैमरा एक्शन की धमक से इन दिनों भोजपुरी फिल्म जगत में आम्रपाली दुबे अपनी अलग मुकाम बना चुकी हैं जहां से अब वो सिर्फ चुनिंदा फिल्मों के स्क्रिप्ट पर ही शूटिंग कर रही हैं। आम्रपाली दुबे का कहना है कि हमने अभी तक बहुतायत मात्रा में सिर्फ कमर्शियल फिल्में ही कि हैं और अभी भी लगातार कमर्शियल फिल्मों के स्क्रिप्ट ही हमारे पास आ रहे हैं लेकिन हमें अब सिर्फ कमर्शियल ही नहीं बल्कि आर्ट एंड कल्चर और सोशल जस्टिस को ध्यान में रखकर फिल्में भी करनी चाहिए। आम्रपाली का कहना है, हमें अपनी सांस्कृतिक विरासत को पुनर्जीवित करने और सांस्कृतिक पुनरूत्थान के लिए भी जमीन से जुड़ी हुई कल्चरल फिल्में करने का भाव पैदा करना होगा। मातृ देवो भवः कुछ उसी प्रकार की स्क्रिप्ट है जिसपर काम करने के बाद हमें आंतरिक शांति का बोध हो रहा है। हमें इस दिशा में और भी ऐसी फिल्मों पर काम करना होगा।

जब ऐश्वर्या राय ने डायरी में खोले थे अपनी जिंदगी के राज



ऐश्वर्या राय इन दिनों अपने करियर से ज्यादा निजी जिंदगी को लेकर सुर्खियों में हैं। अभिषेक बच्चन के साथ उनके मतभेद और अलगाव की तमाम खबरें आ रही हैं। कुछ रिपोर्ट्स में तो यह तक दावा किया गया कि ऐश्वर्या और अभिषेक अलग हो गए हैं, और अब वो ग्रे डिवोर्स लेंगे। पर हैरानी की बात है कि इन खबरों पर अभिषेक बच्चन और ऐश्वर्या, दोनों ने ही चुप्पी साध रखी है। हालांकि, एक बार ऐश्वर्या ने दुख–दर्द को लेकर बात की थी। यह तक कहा था कि वह कभी भी दूसरों के लेवल पर नहीं गिरेंगी। यह सब उन्होंने अपनी डायरी यानी स्लैम बुक में बताया था। जीतवूंबा जैनतेकंल सीरीज में इसी बारे में बता रहे हैं।
ऐश्वर्या राय ने अभिषेक बच्चन संग लव मैरिज की थी। कुछ साल तक डेट करने के बाद दोनों ने अप्रैल 2007 में शादी कर ली थी। अभिषेक से शादी के बाद वह बेटी आराध्या की मां बनीं। शादी के बंधन में बंधने से पहले ऐश्वर्या सलमान खान के साथ रिलेशनशिप में रहीं। उनसे ब्रेकअप के बाद विवेक ओबेरॉय संग भी रिश्ता रहा। सलमान से ऐश्वर्या का बहुत गंदा ब्रेकअप रहा था। उन्होंने सलमान पर मारपीट के आरोप लगाए थे। बाद में विवेक ओबेरॉय ने भी एक प्रेस कॉन्फ्रेंस कर सलमान के खिलाफ मोर्चा खोल दिया था। इसके कारण ऐश्वर्या और सलमान की खूब फद पिटी थी।

स्ट्रेंजर थिंग्स की इलेवन मिली बॉबी ब्राउन ने की शादी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

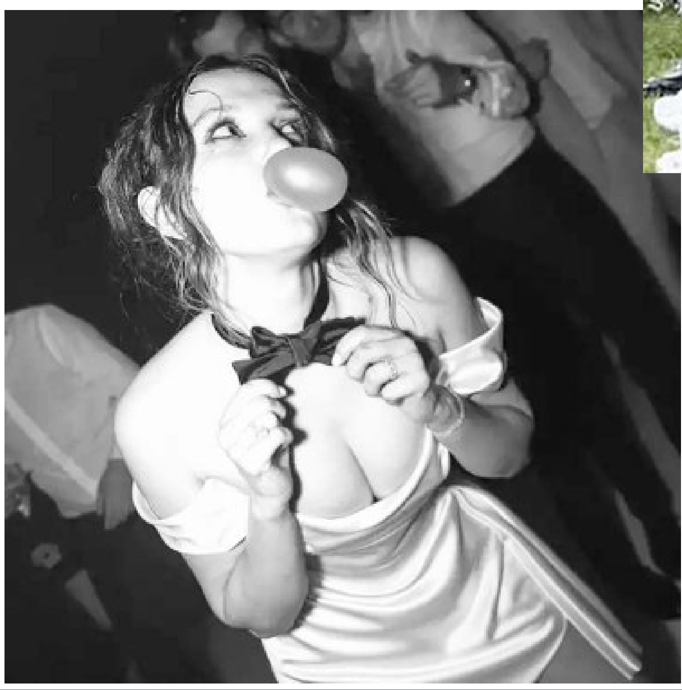
स्ट्रेंजर थिंग्स की एक्ट्रेस मिली बॉबी ब्राउन ने सोशल मीडिया पर तब तहलका मचा दिया, जब उन्होंने बॉयफ्रेंड जेक बोंगियोवी के साथ शादी की खूबसूरत तस्वीरें शेयर कीं। उनके पोस्ट पर बध ाइयों का सिलसिला जारी है। दुल्हन के लिबास में मिली बेहद खूबसूरत दिखीं। पति संग उनकी केमिस्ट्री की भी जमकर तारीफ हो रही है।

फोटोज शेयर कर फैंस को चौंकाया

मिली बॉबी ब्राउन ने इंस्टाग्राम पर शादी और रिसेप्शन की कई फोटोज शेयर की हैं। व्हाइट कलर के कॉर्सेट वेडिंग गाउन में वो बहुत सुंदर लग रही हैं। मिली ने अपने आउटफिट को लॉन्ग ट्रेन वेल के साथ कंप्लीट किया। जेक ने भी व्हाइट टक्स सूट पहना है और कम हैंडसम नहीं लग रहे।

शादी के बाद रिसेप्शन पार्टी में हुई जमकर मस्ती

मिली बॉबी ब्राउन ने एक तस्वीर रिसेप्शन पार्टी की भी शेयर की है। फोटो में मस्ती का माहौल साफ दिख रहा है। मिली सफेद मिनी ड्रेस में पसीने से लथपथ हैं। उनका मेकअप पूरी तरह से बिगड़ गया है। उन्होंने पति जैक की बो टाई भी अपने गले में पहन ली है। वो च्युंगम से बबल फुलाती नजर आ रही हैं और पूरी तरह से मस्ती में डूबी हुई हैं।



मई में ही कर ली थी सीक्रेट वेडिंग!

कुछ रिपोर्ट्स के मुताबिक, मिली और जेक ने इटली में दूसरी शादी की है। इन्होंने मई में सीक्रेट वेडिंग भी की थी। लेकिन इस बार फैमिली–रिश्तेदारों के सामने ग्रैंड वेडिंग की। इटली जाने से पहले दोनों ने ब्रिटेन में शादी के जश्न की शुरुआत की।

सोशल मीडिया पर बधाइयों का लगा तांता

मिली ने इंस्टाग्राम पर फोटोज शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, हमेशा–हमेशा के लिए, आपकी पत्नी। फैंस उन्हें दिल से बधाई दे रहे हैं। एक ने लिखा कि वो उनके लिए बहुत खुश हैं, क्योंकि उन्हें उनके सपनों का राजकुमार मिल गया है।

ये रिश्ता की रूही या 34 साल की निया शर्मा!

मलाइका अरोड़ा के पिता ने 11 सितंबर को घर की बालकनी से कूदकर खुदकुशी कर ली थी। मलाइका बुरी तरह सदमे में थीं और सोशल मीडिया से दूरी बना ली थी। पर अब मलाइका न सिर्फ सोशल मीडिया पर नजर आईं, बल्कि अपना मेकओवर भी करवा लिया।

ये रिश्ता क्या कहलाता हैश टेलीविजन पर सबसे पसंदीदा शोज में से एक है। गर्विता सधवानी शो में रूही का रोल प्ले करती हैं जिसे पहले प्रतीक्षा होनमुखे ने किया था। उन्हें इससे पहले, शो बातें कुछ अनकही सीश में देखा गया था जहां उन्होंने मृणाल सूद का रोल किया था। वो रूही के ग्रे शेड के किरदार के बाद से ही बहुत मशहूर हुईं और फैंस उन्हें इस रोल में बेहद पसंद करते हैं। अपने एक्टिंग करियर के अलावा, वह एक फैशनिस्टा भी हैं, जो अक्सर सोशल मीडिया पर अपने शानदार आउटफिट और स्टाइल से लोगों का दिल चुरा लेती हैं।

गर्विता सधवानी ने अदाओं से किया घायल

फैशन के प्रति उनकी समझ और स्टाइल ने पहले ही लोगों को उनका दीवाना बना दिया है, जिससे वह फैशन जगत में भी एक बड़ी हस्ती बन गई हैं। चाहे वह ट्रेडिशनल कपड़े हों या नए लुक, गर्विता अपनी अदाओं से सभी को घायल करती हैं। उन्होंने हाल ही में ग्रे कलर के कपड़े पहने हुए अपनी सबसे हॉट तस्वीरें शेयर कीं, जिसमें साड़ी जैसी स्कर्ट और ऑफ–द–शोल्डर कटआउट ब्लाउज है। गर्विता इन फोटोज में बेहद स्टाइलिश लग रही हैं।

निया शर्मा का तहलका

दूसरी तरफ, गर्विता को टक्कर दे रही हैं निया शर्मा। वह कई टेलीविजन शोज में नजर आ चुकी हैं और उन्हें एक हजारों में मेरी बहना है में मानवी चौधरी के रोल के बाद से पहचान मिली। निया अक्सर ऐसी फोटोज शेयर करती हैं जो सोशल मीडिया पर तहलका मचाती हैं और झट से वायरल भी हो जाती हैं। उन्होंने हाल ही में काले रंग की ड्रेस में ऐसा कहर बरपाया कि लोग उन्हें देखकर हैरान रह गए। जहां तक उनके ओटीटी प्रोजेक्ट्स की बात है, उन्होंने 2017 में ट्विस्टेड के साथ डिजिटल स्पेस में कदम रखा, जहां उन्होंने एक बोल्ड रोल किया। निया फिलहाल लाफ्टर शेफ्स में नजर आ रही हैं और कुछ दिन बाद वो बिग बॉस 18 में दिखाई देंगी। इसके अलावा, निया अपने बोल्ड लुक और स्टाइलिश कपड़ों के लिए भी जानी जाती हैं। जैसी कि उनकी इंस्टा पर हालिया पोस्ट हैं।

अपनायें स्लीप हाइजीन टेक्नीक, नींद की गोली से भी ज्यादा है असरदार

रात को अच्छी नींद की चाहत रखते हैं तो आप कुछ स्लीप हाइजीन टेक्नीक अपना सकते हैं। स्लीप हाइजीन की तकनीक से शरीर को पर्याप्त नींद मिलती है और तनाव या चिंता कम होते हैं। आपको यह समझना जरूर है कि एक उचित नींद आपके पूरे शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बेहद महत्वपूर्ण है। यदि इन उपायों से भी आपको सही तरह से नींद नहीं आती तो एक्सपर्ट की सलाह लेना भी जरूरी है।

निश्चित समय पर सोएं

गौतम हॉस्पिटल की मनोचिकित्सक डॉ. अनीता गौतम का कहना है कि अच्छी नींद के लिए सबसे जरूरी है सोने और जागने का समय निश्चित रखना। आप अपनी सुविधा के अनुसार एक निश्चित समय बनाएं और उसपर सोने जाएं। साथ ही टाइम से सुबह उठ जाएं। ऐसा करने से आपकी बॉडी और ब्रेन दोनों इस क्लॉक के अनुसार अपने आप को ढाल लेंगे। कुछ दिन बाद आपको उसी समय नींद आने लगेगी।

सही समय पर करें डिनर

स्लीप हाइजीन टेक्नीक अपनाने का एक महत्वपूर्ण कदम है समय से रात का भोजन खाना। अगर आप लेट नाइट डिनर करते हैं और तुरंत सोने जाते हैं तो यह आपकी फिजिकल और मेंटल दोनों हेल्थ के लिए खराब है। क्योंकि आपका पेट भोजन पचाने में बिजी हो जाता है और दिमाग को भी आराम नहीं मिल पाता है। जिससे भारीपन महसूस हो सकता है और नींद उड़ जाती है।

स्क्रीन टाइम करें कम

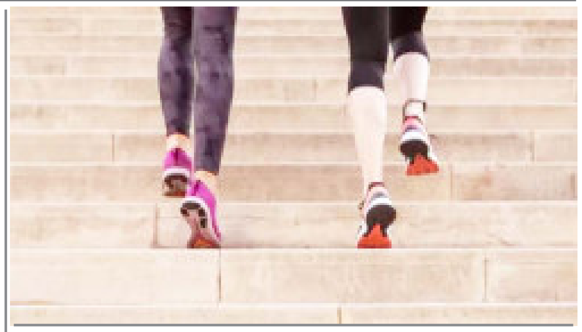
मोबाइल, लैपटॉप, टीवी आज सभी की जिंदगी का हिस्सा हैं, लेकिन ये सभी नींद के दुश्मन हैं। डॉ. अनीता गौतम का कहना है कि सबसे बड़ी गलती लोग ये करते हैं कि नींद न आने पर मोबाइल देखने लगते हैं। लेकिन असल में इससे नींद में बाधा आती है। क्योंकि ब्रेन लगातार एक्टिव बना रहता है। सोने से करीब दो घंटे पहले आपको सभी स्क्रीन से दूरी बना लेनी चाहिए।

गुनगुने पानी से स्नान

अगर आपको अनिद्रा की शिकायत ज्यादा रहती है तो आप सोने से पहले गुनगुने पानी से स्नान करें। इससे आपकी दिनभर की थकान उतर जाएगी। आप फ्रेश फील करेंगे और शरीर व दिमाग दोनों ही रिलेक्स होंगे। इन सबसे आपको गहरी नींद आएगी।

सही किताबें चुनें

स्लीप हाइजीन टेक्नीक का एक असरदार तरीका है अच्छी किताबें पढ़ना। आप रोज रात को रीडिंग की आदत डालें। ध्यान रखें कि कभी भी सस्पेंस और थ्रिल वाली किताबें न पढ़ें। क्योंकि इससे भी आपका ब्रेन ज्यादा उत्साहित होता है और नींद दूर भागती है।



जवानी में ही सीढियां चढ़ने से फूल रही है सांस तो खुद को ऐसे रखें सुपरचार्ज

तेज चलने, दौड़ने या अधिक भागदौड़ के कारण हमारी सांस फूलने लगती है जो की सामान्य है। कुछ लोगों को सीढियां चढ़ते समय भी ऐसी समस्या होती है। हालांकि उम्र के बढ़ने के साथ इस तरह की परेशानियां होती है लेकिन कम उम्र में ही यदि ऐसा होने लगे तो यह चिंता का विषय होता है। यदि कुछ सीढियां चढ़ते ही आपकी सांस फूलने लगती है तो इसका मतलब आपको अपनी लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करने की जरूरत है। इस तरह की परेशानी लो एनर्जी लेवल या फिर फिजिकली कम एक्टिव रहने की वजह से भी हो सकती है। यह किसी बीमारी का संकेत भी हो सकता है। ऐसे में आइए जानते हैं किस तरह इससे छुटकारा पाया जा सकता है। यदि थोड़ी बहुत फिजिकल एक्टिविटी के बाद आपकी सांस फूलने लगती है तो आपको तुरंत सतर्क हो जाना चाहिए। सांस फूलने के कई कारण हो सकते हैं जैसे एनीमिया, मोटापा, डायबिटीज, स्ट्रेस, नींद की कमी या फिर शरीर में पोषक तत्वों की कमी से भी यह परेशानी हो सकती है। आप चाहें तो अपनी लाइफ स्टाइल में बदलाव करके इस समस्या से छुटकारा पा सकते हैं लेकिन परेशानी बढ़ने पर आपको अपने हेल्थ एक्सपर्ट से सलाह लेनी चाहिए। अगर आपको रोजाना सुबह देर से उठने की आदत है तो आपको फौरन अपनी यह आदत बदलने की जरूरत है। आप रात को तय समय पर सोने की कोशिश करें और रोजाना सुबह जल्दी उठें।

कई बीमारियां तोड़ का कद्दू के बीज, खाली पेट खा लिया तो मिलेंगे फायदे

हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में योग का बड़ा रोल है। योग न केवल तनाव को कम करने में मदद करता है बल्कि शरीर और मन को शांत भी करता है, जो ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने के लिए जरूरी है। हिमालय सिद्ध अक्षर, लेखक, कॉलमिस्ट, फाउंडर अक्षर योग केंद्र के अनुसार, योग ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मदद कर सकता है। योग में शरीर की मुद्राएं, सांस को कंट्रोल करना और ध्यान शामिल है। इससे तनाव कम होता है, ब्लड फ्लो में सुधार होता है और शरीर को आराम मिलता है। नीचे कुछ योगासन और प्राणायाम बताए गए हैं, जो हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मददगार हो सकते हैं। फॉरवर्ड फोल्ड पोज ब्लड फ्लो को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। ये पीठ, हैमस्ट्रिंग और पैरों की मांसपेशियों को धीरे-धीरे खींचते हैं और गहरी सांस लेने को बढ़ावा देते हैं। इन्हें करने से तनाव और चिंता को कम करने में भी मदद मिलती है। यह मुद्रा तनाव कम करती है और ब्लड फ्लो में सुधार करती है। दीवार के साथ पैर उठाने से दिल पर दबाव कम होता है और शरीर में ब्लड बेहतर होता है।

50 की उम्र में ब्लड शुगर का लेवल कंट्रोल रखेंगे तरीके

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

डायबिटीज एक ऐसी बीमारी है जिसके होने पर व्यक्ति को दूसरी कई बीमारियां आसानी से घेर लेती हैं। पहले डायबिटीज का खतरा एक उम्र के बाद रहता था, लेकिन आजकल कम उम्र वालों में भी यह समस्या देखने को मिलती है। तनाव या डिप्रेशन, हाई कोलेस्ट्रॉल लेवल, मोटापा, शुगर का पारिवारिक इतिहास, बढ़ती उम्र आदि के कारण डायबिटीज होता है। शुगर के मरीजों को अपने ब्लड शुगर लेवल की जांच नियमित रूप से करते रहना चाहिए। इसके अलावा अपने ब्लड शुगर लेवल को नॉर्मल रखने के लिए उन्हें हेल्दी लाइफस्टाइल मेंटेन करना चाहिए। खासतौर पर बढ़ती उम्र में आपके लिए इन बातों का खयाल जरूरी होता है। इस आर्टिकल में हम आपको बताएंगे कि 50 की उम्र में व्यक्ति का ब्लड शुगर लेवल कितना होना चाहिए और इस उम्र में शुगर लेवल को कंट्रोल रखने के लिए साथ ही खुद को एक्टिव रखने के लिए क्या करना चाहिए।

50 की उम्र में ब्लड शुगर लेवल

ब्लड शुगर लेवल चेक करने का समय आपकी उम्र और बीमारी पर भी निर्भर करता है। टाइप 2 डायबिटीज वालों को दिन में कई बार अपने ब्लड शुगर लेवल की जांच करनी होती है। नॉर्मल ब्लड शुगर का लेवल 90 से 100 एमजी/डीएल तक होना चाहिए। हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार व्यक्ति को अपना ब्लड शुगर लेवल 8 घंटे खाली पेट रहने के बाद करना चाहिए। 50 से 60 साल की उम्र में फास्टिंग के दौरान ब्लड शुगर का स्तर 90 से 130 उहध्क्स होता है। वहीं खाने के बाद 140 एमजी/डीएल और रात को सोने से पहले 150 एमजी/डीएल से कम होना चाहिए।

रोजाना करें एक्सरसाइज

मधुमेह के रोगियों को रोजाना अपने दिन की शुरुआत व्यायाम से करनी चाहिए। इससे आपका ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल रहेगा, साथ ही आप काफी एक्टिव भी रहेंगे। अगर आप टाइप 2 डायबिटीज के मरीज हैं तो रोजाना एक्सरसाइज करने से आपका ब्लड शुगर लेवल नॉर्मल रहेगा और आपको अपना वजन कंट्रोल करने में भी मदद मिलेगी। एक्सरसाइज करने से दिल के दौरे और स्ट्रोक के जोखिम कम होते हैं। इसके अलावा हृदय से जुड़ी बीमारियों के रिस्क को भी यह कम करता है।

डाइट का रखें ध्यान

50 की उम्र में आपको अपनी डाइट का भी पूरा ध्यान रखना चाहिए। खान-पान में गड़बड़ी के कारण भी आपके ब्लड शुगर के स्तर में उतार-चढ़ाव हो सकता है। ऐसे में आप रोजाना हेल्दी चीजों का ही सेवन करें। आप ताजा फल, हरी सब्जियां, साबुत अनाज, नट्स और सीड्स को अपनी डाइट में शामिल करें।

वेट मैनेजमेंट

डायबिटीज में वजन बढ़ने से भी कई तरह की समस्याएं होती हैं। ऐसे में 50 की उम्र में भी आपको वेट मैनेजमेंट करने की जरूरत है। मोटापे की वजह से आपको दूसरी बीमारियां भी हो सकती है जैसे हार्ट डिजीज, हाई कोलेस्ट्रॉल लेवल, स्लीप एपनिया आदि। पेट की चर्बी ज्यादा होने पर आपको गंभीर टाइप 2 डायबिटीज भी हो सकता है। फिट रहने के लिए आपको हेल्दी लाइफस्टाइल फॉलो करना चाहिए।

मेथी का पानी

डायबिटीज में रोजाना मेथी का पानी पीने से ब्लड शुगर का स्तर कंट्रोल रहता है। मेथी में प्रोबायोटिक गुण मौजूद होते हैं जो शरीर में गुड कोलेस्ट्रॉल को बढ़ावा देते हैं और बैड कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद करते हैं। मेथी का पानी पीने के लिए आप रात भर मेथी को पानी में भिगोकर छोड़ दें और फिर सुबह इसे उबालकर खाली पेट पी लें।

तेज छोड़ो, नॉर्मल काम भी नहीं करेगा दिमाग, अगर शरीर में मैंगनीज हो गया कम

लाइफस्टाइल खराब होने से दिमाग की शक्ति कम हो जाती है। याददाश्त कमजोर होने लगती है, कुछ नया सीखने में परेशानी होने लगती है। अपने दिमाग को तेज करने के लिए लोग ओमेगा फैटी एसिड, विटामिन ई, प्रोटीन पर ज्यादा ध्यान देते हैं। मगर उन्हें नहीं पता कि एक चीज की कमी के कारण दिमाग सामान्य तरीके से भी काम नहीं करेगा। इसे मैंगनीज कहा जाता है जो ब्रेन हेल्थ के लिए काफी महत्वपूर्ण होता है। शोध बताता है कि दिमाग के नॉर्मल विकास और कामकाज के लिए भी मैंगनीज की आवश्यकता होती है। अगर शरीर को यह पर्याप्त मात्रा में नहीं मिलता तो हड्डियां विकसित नहीं हो पाती, शारीरिक व दिमाग विकास रुक जाता है, फर्टिलिटी कम होती है, ग्लूकोज टॉलरेंस बिगड़ जाता है, कार्बोहाइड्रेट और फैट का इस्तेमाल ढंग से नहीं हो पाता। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ ने हर विटामिन और मिनरल की तरह मैंगनीज के बारे में सारी जानकारी दे रखी है। आप इसे इन फूड्स, साबुत अनाज, फ्रूट, नट्स, और वेजिटेबल को खाकर प्राप्त कर सकते हैं। 14 साल से बड़े हर पुरुष को 2.2-2.3एमजी मैंगनीज रोज लेना चाहिए। वहीं, महिलाओं को 1.6-1.8एमजी की जरूरत होती है। हालांकि गर्भवती और दूध पिला रही महिलाओं को थोड़ी ज्यादा मात्रा चाहिए, जिसकी जानकारी डॉक्टर से ले सकते हैं। वहीं, 14 साल से कम पुरुष और महिलाओं को भी अलग-अलग मात्रा में मैंगनीज चाहिए होता है।

मोहम्मद शमी का बेटी से मिलना हसीन जहां को नहीं आया पसंद

वापसी की कोशिश में जुटे शमी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम के स्टार तेज गेंदबाज मोहम्मद शमी ने हाल ही में अपनी बेटी आयरा से मुलाकात की थी। दिग्गज पेसर ने अपनी बेटी के साथ एक मॉल में शापिंग की और इसका वीडियो अपने सोशल मीडिया हैंडल्स पर शेयर किया था। शमी लंबे समय के बाद अपनी बेटी से मिले थे। उन्होंने वीडियो शेयर करते हुए भावुक पोस्ट लिखा। शमी ने लिखा, समय रुक गया जब मैंने लंबे समय के बाद उसे देखा। बेबो शब्द जो कह सकते हैं, उससे ज्यादा तुम्हें प्यार करता हूं। हालांकि, शमी से अलग रह रही पत्नी हसीन जहां ने आरोप लगाया कि क्रिकेटर ने अपनी बेटी आयरा के बारे में कोई खोज–खबर नहीं ली। हसीन ने कहा कि आयरा को गिटार और कैमरा खरीदना था, लेकिन शमी ने उसे नहीं खरीदकर दिलाया। इसकी जगह शमी बेटी को शोरूम के उस ब्रांड में ले गया, जिसको वो एंडोर्स करते हैं। हसीन जहां ने कहा, यह सब दिखावे के लिए कहा था। मेरी बेटी का पासपोर्ट एक्सपायर हो गया है। यही वजह थी कि बेटी अपने पिता से मिलने गई, लेकिन शमी ने हस्ताक्षर नहीं किए। शमी जिस कंपनी का विज्ञापन करता है, वहीं बेटी को ले गया।

बहरहाल, मोहम्मद शमी इस समय भारतीय टीम में वापसी की तैयारियों में जुटे हुए हैं। वह टखने की चोट से उबरने में जुटे हुए हैं। शमी ने 2023 वनडे वर्ल्ड कप फाइनल के बाद से कोई अंतरराष्ट्रीय मैच नहीं खेला है। वह एनसीए में अपनी गेंदबाजी का अभ्यास शुरू कर चुके हैं।

भारत के कप्तान रोहित शर्मा ने खोली नई क्रिकेट एकेडमी

16 अक्टूबर से एक बार फिर मैदान पर नजर आने वाले हैं रोहित शर्मा

क्रिकेट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय क्रिकेट टीम के कई प्रमुख खिलाड़ी अपने करियर के अंतिम दौर में हैं। कप्तान रोहित शर्मा और विराट कोहली टी20 से संन्यास ले चुके हैं। वनडे और टेस्ट में भी उनका करियर लंबा नहीं बचा है। रविंद्र जडेजा और रविचंद्रन अश्विन जैसे खिलाड़ियों के साथ भी कुछ ऐसा ही है। इस बीच भारतीय कप्तान रोहित शर्मा ने अपनी नई क्रिकेट अकादमी के उद्घाटन के मौके पर भारतीय क्रिकेट के भविष्य पर बात की। उन्होंने कहा कि अगला शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल और जसप्रीत बुमराह इसी अकादमी से निकलेगा।

रोहित शर्मा ने अपनी नई क्रिकेट अकादमी महाराष्ट्र के अहमदनगर जिले में खोली है। इसके उद्घाटन के दौरान उन्होंने फैंस को आश्वस्त किया कि उन्हें चिंता करने की जरूरत नहीं है। भारतीय टीम के टेस्ट और वनडे कप्तान ने कहा, मैं आपके सामने हूं, इस नयी अकादमी का उद्घाटन कर रहा हूं । मैं गारंटी देता हूं कि अगला शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल और जसप्रीत बुमराह यहीं से निकलेंगे।

इस साल भारत ने टी20 वर्ल्ड कप का खिताब जीता है। जून में बारबाडोस में साउथ अफ्रीका को हराकर टीम इंडिया चैंपियन बनी थी। एक समय साउथ अफ्रीका की जीत पक्की दिख रही थी लेकिन भारत ने असंभव को संभव किया। टी20 वर्ल्ड कप जीत को याद करते हुए रोहित शर्मा ने कहा, हमारा मुख्य लक्ष्य वर्ल्ड कप जीतना था। एक बार जब हमने वर्ल्ड कप जीत लिया, तो फिर जान में जान आई।

भारतीय टीम ने बांग्लादेश को टेस्ट सीरीज में 2–0 से हराया। रोहित का बल्ला फेल रहा लेकिन उनकी कप्तानी की खूब सराहना हुई। भारत को बांग्लादेश के खिलाफ तीन मैचों की टी20 सीरीज खेलनी है। रोहित इस फॉर्मेट से संन्यास ले चुके हैं। टी20 के बाद न्यूजीलैंड टीम का भारत दौरा शुरू होगा। 16 अक्टूबर से बेंगलुरु के एम चिन्नास्वामी स्टेडियम पर तीन मैच की सीरीज का पहला मुकाबला होगा।

बाबर आजम के इस्तीफे के बाद छलका पूर्व कप्तान का दर्द

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। पाकिस्तान की सीमित ओवरों की टीम इस समय अनाथ हो गई है क्योंकि टीम के कप्तान बाबर आजम ने अपने पद से इस्तीफा दे दिया है। इसके बाद से पहले से ही गर्द में दिख रही पाकिस्तानी क्रिकेट के और बुरे हाल हो गए हैं। हाल इतने बुरे हैं कि पूर्व कप्तान राशिद लतीफ को कहना पड़ा है कि उनके देश की क्रिकेट आईसीयू में है।

बीते कुछ सालों से पाकिस्तान क्रिकेट में लगातार बदलाव हो रहे हैं। कहीं मैनेजमेंट बदलता है तो कहीं कप्तान, कोच। पिछले साल भारत में खेले गए वनडे वर्ल्ड कप में भी टीम का प्रदर्शन अच्छा नहीं था। वहीं इसी साल टी20 वर्ल्ड कप में भी पाकिस्तान का प्रदर्शन अच्छा नहीं रहा था।

पाकिस्तान को अब नए कप्तान की तलाश

बाबर ने सोशल मीडिया पर कप्तानी छोड़ने का एलान किया। इसके 12 घंटे बाद पीसीबी की तरफ से इसे लेकर आधिकारिक बयान आया। पाकिस्तान क्रिकेट टीम के पूर्व कप्तान राशिद लतीफ का मानना है कि पाकिस्तान में इस समय नेतृत्व करने वालों की कमी है। उन्होंने समाचार एजेंसी एएफपी से बात करते हुए कहा, हमारे यहां नेतृत्व करने वालों की कमी है। पाकिस्तान क्रिकेट इस समय आईसीयू में है और उसे कोई स्पेशल ट्रीटमेंट नहीं मिल रहा है।

बाबर पहले तीनों फॉर्मेट में टीम के कप्तान थे, पिछले साल भारत में खेले गए वनडे वर्ल्ड कप में खराब प्रदर्शन के बाद उन्होंने इस्तीफा दे दिया था। इसके बाद शान मसूद को टेस्ट टीम का कप्तान बनाया गया था और शाहीन शाह अफरीदी को टी20 की कमान सौंपी गई थी। लेकिन अफरीदी की कप्तानी में पाकिस्तान को कोई फायदा नहीं हुआ था। इसलिए टी20 वर्ल्ड कप से पहले दोबारा बाबर को कप्तान बनाया गया था।

राशिद ने कहा कि बाबर को दोबारा कप्तानी नहीं लेनी चाहिए थी और अपनी बल्लेबाजी पर ही फोकस करना चाहिए था। उन्होंने कहा, उन्हें दोबारा कप्तानी नहीं करनी चाहिए थे। उनकी कप्तानी में न टीम अच्छा कर पा रही थी और न ही बाबर आजम रन बना पा रहे थे।

पाकिस्तान ने जीत के साथ किया वर्ल्ड कप का आगाज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

शारजाह। कप्तान फातिमा सना के ऑलराउंड खेल और स्पिनरों के उत्कृष्ट प्रदर्शन से पाकिस्तान ने श्रीलंका को 31 रन से हरा दिया। इसी के साथ पाकिस्तान ने महिला टी20 विश्व कप में अपने अभियान का शानदार आगाज किया। पाकिस्तान की टीम पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवर में 116 रन पर आउट हो गई। लेकिन उसके स्पिनरों ने श्रीलंका के लिए यह स्कोर भी पहाड़ जैसा बना दिया जिसकी टीम नौ विकेट पर 85 रन ही बना पाई। पाकिस्तान की टीम अगर तिहरे अंक में पहुंच सकी तो उसका श्रेय कप्तान फातिमा सना को जाता है जिन्होंने 20 गेंद पर 30 रन की पारी खेली। मध्यम गति से गेंदबाजी करने वाली फातिमा ने इसके बाद 10 रन देकर दो विकेट लिए। बाएं हाथ की स्पिनर सादिया इकबाल उनकी सबसे सफल गेंदबाज रही।

न्यूज डायरी

करीब आकर भी शतक से दूर रह गए ध्रुव जुरैल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टेस्ट टीम के सदस्य ध्रुव जुरैल इस समय ईरानी कप में रेस्ट ऑफ इंडिया की तरफ से खेल रहे हैं। ध्रुव ने मुश्किल समय में शानदार पारी खेल टीम को बचाया। वह जिस तरह से बल्लेबाजी कर रहे थे उससे लग रहा था कि शतक पूरा कर लेंगे, लेकिन अपनी एक गलती के कारण वह सैकड़ा बनाने से चूक गए। मुंबई ने ईरानी कप में रेस्ट ऑफ इंडिया के खिलाफ 537 रनों का विशाल स्कोर खड़ा किया। उसकी तरफ से सरफराज खान ने नाबाद 222 रन बनाए। इस स्कोर के जवाब में रेस्ट ऑफ इंडिया ने 416 रनों का स्कोर खड़ा किया जिसमें ध्रुव का बड़ा हाथ रहा, लेकिन वह शतक नहीं बना सके।

ध्रुव ने इस मैच की पहली पारी में 121 गेंदों पर 93 रनों की पारी खेली जिसमें 13 चौके और एक छक्का मारा। उन्होंने अभिमन्यू ईश्वरन के साथ मिलकर 165 रनों की साझेदारी की। शम्स मुलानी ने इस साझेदारी को तोड़ा। लेकिन ध्रुव अगर थोड़ा सा धैर्य दिखाते तो शतक पूरा कर सकते थे। मुलानी ने लेग स्टंप के बाहर गेंद फेंकी। इस पर ध्रुव ने स्वीप शॉट खेला और गेंद उनके हाथ से लगकर विकेट के पीछे चली गई जहां विकेटकीपर हार्दिक तामोर ने उनका कैच लपका। ध्रुव अगर इस गेंद को छोड़ देते या डिफेंस कर लेते तो शायद अपना विकेट बचा लेते और शतक पूरा कर लेते।

मां पीतांबरा सिद्धपीठ पहुंचे गौतम गंभीर, वनखंडेश्वर महादेव का जलाभिषेक भी किया

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) ग्वालियर। भारत और बांग्लादेश के बीच टी20 सीरीज की शुरुआत 6 अक्टूबर से हो रही है। सीरीज का पहला मुकाबला ग्वालियर के नए माधवराव सिंधिया क्रिकेट स्टेडियम पर होना है। इस मैच के लिए दोनों ही टीमें ग्वालियर पहुंच चुकी हैं। मैच की तैयारी भी पूरी हो चुकी है। 14 साल बाद ग्वालियर में कोई इंटरनेशनल मैच खेला जा रहा है। आखिरी बार 2010 में यहां हुए मुकाबले में सचिन तेंदुलकर ने वनडे इतिहास का पहला दोहरा शतक लगाया था। भारतीय टीम के हेड कोच गौतम गंभीर ग्वालियर के पास स्थित दतिया के मां पीतांबरा सिद्धपीठ पहुंचे। नवरात्री की शुरुआत हो चुकी है और भारतीय हेड कोच ने मंदिर जाकर पूजा–अर्चना की। उन्होंने इस दौरा पीला कुर्ता पहन रखा था। इसके साथ ही उन्होंने भगवान वनखंडेश्वर महादेव का जलाभिषेक भी किया। मां पीतांबरा सिद्धपीठ की स्थापना 1935 में की गई थी। यहां मां के दर्शन के लिए कोई दरबार नहीं सजाया जाता बल्कि एक छोटी सी खिड़की है, जिससे मां के दर्शन का सौभाग्य मिलता है। मैच की सुरक्षा व्यवस्था के लिए 2000 से अधिक पुलिसकर्मियों को तैनात किया जा रहा है। सुरक्षा के मद्देनजर ग्वालियर के अलावा बाहर से भी पुलिस बल बुलाया गया है। खिलाड़ियों को एयरपोर्ट से होटल लाने और होटल से स्टेडियम तक ले जाने के लिए अलग–अलग टीमों का गठन किया गया है। स्टेडियम में भी सुरक्षा के कड़े इंतजाम रहेंगे। मैच शुरू होने से 3 घंटे पहले ही सुरक्षाकर्मी अपनी ड्यूटी पर तैनात हो जाएंगे। माधवराव सिंधिया इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में 30 हजार दर्शकों के बैठने की क्षमता है।

शादी के बंधन में बंधे अफगानिस्तान के लेग स्पिनर राशिद खान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। दुनिया के टॉप लेग स्पिनर में शामिल अफगानिस्तान के राशिद खान ने शादी कर ली है। 26 साल के राशिद ने 2015 में अफगानिस्तान के लिए डेब्यू किया था। जल्द ही वह दुनिया के सबसे बेहतरीन लेग स्पिनर में शामिल हो गए। राशिद टी20 लीग के दिग्गज खिलाड़ी हैं और लगभग दुनिया की सभी प्रमुख टूर्नामेंट में भी हिस्सा लेते हैं। अफगानिस्तान के मशहूर क्रिकेट खिलाड़ी राशिद खान ने 3 अक्टूबर को आयोजित एक भव्य समारोह में शादी कर ली। अफगानिस्तान की राजधानी काबुल में हुई शादी में राशिद ने पारंपरिक पश्तून रीति–रिवाजों को अपनाया। उनके साथ–साथ उनके तीन भाइयों जकीउल्लाह, नुमान और नसीम खान ने भी निकाह के लिए एक ही दिन चुना, जिससे उनके परिवार के लिए यह दोहरा उत्सव बन गया। यह शादी काबुल के इंपीरियल कॉन्टिनेंटल होटल में हुई। इस शादी में अफगानिस्तान के सीनियर टीम के खिलाड़ी मोहम्मद नबी और अजमतुल्लाह उमरजई के साथ ही नजीबुल्लाह जादरान, रहमत शाह और मुजीब उर रहमान जैसे उभरते हुए खिलाड़ी शामिल हुए।

पुलिस लाईन परेड का निरीक्षण करते हुए पुलिस कप्तान अजय सिंह।

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

भाजपा सरकार सायबर सुरक्षा में नाकाम रहीः कांग्रेस

संवाददाता देहरादून। कांग्रेस आईटी विभाग के प्रदेश अध्यक्ष विकास नेगी ने कहा कि भाजपा सरकार सायबर सुरक्षा करने में नाकाम साबित हुई है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में साइबर हमले से सरकारी कामकाम पिछले तीन दिनों से ठप पड़ा हुआ है। शुक्रवार को मीडिया को जारी बयान नेगी ने कहा कि राज्य में सरकारी कामकाज पूरी तरह अवरूद्ध हो रहे हैं। उन्होंने कहा आईटीडीए के डेरा सेंटर से होस्ट होनी वाली सभी 186 एप्लिशन और वेबसाइट बन्द हैं, जिसमें मुख्यमंत्री हेल्पलाइन पर दर्ज होने वाली शिकायतों के साथ सचिवालय में भी ई–फाईलिंग का भी काम पूरी तरह अवरूद्ध हुआ हैं। उन्होंने कहा पर्यटन विभाग सहित जनता के अपणी सरकार पोर्टल के तहत बनने वाले जरूरी प्रमाण पत्र भी पिछले तीन दिन से नहीं बन पा रहे हैं।

रायपुर गैंगरेप मामले को लेकर कांग्रेस ने किया प्रदर्शन

संवाददाता देहरादून। रायपुर गैंगरेप मामले में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने शुक्रवार को एस्लेहाल चौक पर प्रदर्शन किया। उन्होंने देहरादून समेत राज्य की कानून व्यवस्था को लेकर सवाल उठाए। साथ ही पुतला भी फूंका। कांग्रेस महानगर अध्यक्ष डॉ.जसविंदर सिंह गोगी ने प्रदर्शन के दौरान मीडिया से बातचीत में कहा कि राज्य में लगातार महिला अपराध बढ़ रहे हैं। रुद्रपुर में नर्स से रेप के बाद हत्या हो या फिर आईएसबीटी रेप का मामला। इस तरह की घटनाएं लगातार हो रही हैं। राज्य में अपराधी बेखौफ घूम रहे हैं। उन्होंने कहा कि जघन्य अपराधों में शामिल लोगों पर तत्काल कार्रवाई होनी चाहिए। लेकिन गुरुवार को हुई गैंगरेप की घटना में मुकदमा दर्ज करने में पुलिस लगातार देरी करती रही। कांग्रेस कार्यकर्ता ने कहा कि पीड़िता को न्याय मिलने तक वह चुप नहीं बैठेंगे।

स्कूल एजुकेशन और पेयजल निगम की जीत

संवाददाता देहरादून। सचिवालय की अंतर विभागीय क्रिकेट प्रतियोगिता (सचिवालय कप 2024) के प्री क्वार्टर फाइनल में स्कूल एजुकेशन और पेयजल विभाग ने जीत दर्ज की। महाराणा प्रताप स्पोर्ट्स कॉलेज रायपुर में शुक्रवार को मुकाबले खेले गए। महाराणा प्रताप क्रिकेट ग्राउंड में पहला मैच स्कूल एजुकेशन और एयरफोर्स के बीच खेला गया। स्कूल एजुकेशन ने पहले खेलते हुए 06 विकेट के नुकसान पर 155 रन बनाए। विपिन रघुवंशी ने 37 और शैलेंद्र रौथाण ने 32 रन की पारी खेली। जवाब में एयरफोर्स की टीम 08 विकेट पर 86 रन ही बना सकी। दीपक भट्ट ने सर्वाधिक 24 रन बनाए। गेंदबाजी में दीपक ने 03 विकेट लिए। स्कूल एजुकेशन ने मैच 69 रनों से जीत लिया।

किसान मेले किसान भाईयों की उन्नति में निभाते है बहुत महत्वपूर्ण भूमिका

शुभारंभ

■ सीएम ने 116वां अखिल भारतीय किसान मेला एवं कृषि उद्योग प्रदर्शनी का किया शुभारंभ

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पं.गोविन्द बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय पंतनगर पहुँचकर 116वां अखिल भारतीय किसान मेला एवं कृषि उद्योग प्रदर्शनी का शुभारंभ किया। इस अवसर पर उन्होंने विभिन्न स्टॉलों का निरीक्षण किया और हरेला उद्यान का वर्चुअल शुभारम्भ भी किया। कार्यक्रम में मुख्यमंत्री ने विभिन्न जनपदों से आये प्रगतिशील कृषकों को स्मृति चिन्ह एवं प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया।

मुख्यमंत्री धामी ने 116वां किसान मेला एवं कृषि उद्योग प्रदर्शनी की बधाई देते हुए कहा कि भारत में हरित क्रांति के अग्रदूत के रूप में अपनी एक अलग पहचान बनाने वाले गोविन्द बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में आकर उन्हें हर्ष का अनुभव हो रहा है। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के किसान मेले प्रदेश के किसान भाईयों की उन्नति में बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, क्योंकि इस प्रकार के कृषि मेलों के माध्यम से वैज्ञानिक, किसान एवं उद्यमी एक ही स्थान पर कृषि सम्बन्धी नवीनतम तकनीकों तथा विभिन्न जानकारियों का आदान–प्रदान कर सकते हैं। किसानों को उन्नत बीज, पौध, कृषि यंत्र और जैविक खाद सहित कृषि से जुड़ी सभी आवश्यक वस्तुएं एक ही स्थान पर मिल जाती हैं। उन्होंने आशा व्यक्त की कि इस मेले में उपलब्ध कराई जा रही तकनीकी जानकारियों से हमारे किसान अवश्य लाभान्वित होंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रतिवर्ष आयोजित होने वाला यह मेला वास्तव में कृषि का एक ऐसा कुंभ है, जो किसानों को आधुनिक तकनीकी का बोध कराकर उन्हें समृद्ध बनाने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश के किसानों को कुशल, समृद्ध और आधुनिक सुख–सुविधा युक्त बनाने के लिए व्यापक स्तर पर प्रयास किए जा रहे हैं। आज एक ओर उपज बढ़ाने के लिए तकनीकी के प्रयोग और नवाचार को बढ़ावा दिया जा रहा है, वहीं दूसरी ओर मोदी सरकार द्वारा किसानों को सभी प्रमुख फसलों पर बढ़ी हुई एम.एस.पी देकर किसानों की आय में बढ़ोत्तरी सुनिश्चित की जा रही है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि किसानों के प्रति पीएम मोदी की प्रतिबद्धता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि इस बार जब उन्होंने प्रधानमंत्री पद की शपथ ली तो सबसे पहले उन्होंने किसान भाईयों को किसान सम्मान निधि आवंटित करने वाली फाइल पर हस्ताक्षर किए। किसान सम्मान निधि की योजना के जरिए आज उत्तराखंड के भी लगभग 8 लाख से अधिक किसानों को आर्थिक संबल मिल रहा है, इतना ही नहीं, पीएम के नेतृत्व में केंद्र ने पिछले दिनों किसान भाईयों का जीवन स्तर बेहतर करने और उनकी आय बढ़ाने के उद्देश्य से करीब 14 हजार करोड़ रुपये की लागत वाली कुल सात नई योजनाओं को भी मंजूरी दी है। जिन योजनाओं से किसानों को बड़े पैमाने पर लाभ मिलेगा।

पं.गोविन्द बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विवि कुलपति डॉ. मनमोहन सिंह चौहान ने पंतनगर विश्वविद्यालय की प्रगति की जानकारी देते हुए कहा कि पूरे देश में दलहन की 28 बीज स्वीकृत हुए हैं जिसमें से 10 बीज पंतनगर विश्वविद्यालय के खाते में आये हैं।

उत्तराखंड ही नहीं बल्कि पूरे देश के किसानों को मिल रहा फायदा: सीएम

मुख्यमंत्री ने कहा कि पं. गोविन्द बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय "उन्नत कृषि–समृद्ध किसान" के संकल्प को साकार करने के लिए निरंतर काम कर रहा है। उन्होंने कहा कि यहां पर विकसित की गई फसलों, सब्जियों एवं फलों की विभिन्न प्रजातियां और अनेक उन्नत कृषि तकनीकें ना सिर्फ उत्तराखंड बल्कि पूरे देश के किसानों को फायदा पहुंचा रही हैं। आज आयोजित हो रहा यह किसान मेला निश्चित रूप से किसान भाईयों के उत्थान में अहम योगदान देगा।

धामी सरकार के तीन साल में बनाई 1481 किमी लंबी ग्रामीण सड़क

उपलब्धि

■इस अवधि में 519 नई सड़कों और 195 सेतुओं का किया गया निर्माण

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी की प्रेरणा से गांवों को सड़कों से जोड़ने के लिए प्रधानमंत्री ग्रामीण सड़क योजना पर तेजी से काम किया जा रहा है। सड़कें प्रगति का आधार होती हैं, इसलिए हमारी सरकार का संकल्प है कि प्रत्येक गांव तक सड़क पहुंचे। साथ ही सड़क मार्ग से वंचित शेष गांवों तक भी सड़क पहुंचाने के प्रयास किए जा रहे हैं।

पुष्कर सिंह धामी, मुख्यमंत्री उत्तराखण्ड।

संवाददाता

देहरादून। पुष्कर सिंह धामी सरकार के तीन साल बेमिसाल के दौरान पीएमजीएसवाई में उत्तराखण्ड में कुल 1481 किमी लंबाई युक्त 519 सड़कों का निर्माण किया गया, जिस कारण 250 सौ से अधिक आबादी वाले 35 नए गांवों तक सड़क पहुंच पाई।

धामी सरकार के तीन साल के कार्यकाल में जहां योजना के तहत कुल 1481 किमी लम्बाई युक्त 519 नई सड़कों और 195 सेतुओं का निर्माण किया गया, वहीं पहले से निर्मित 159 किमी लंबी 61 ग्रामीण सड़कों का भी अपग्रेडेशन किया गया। इन सड़कों और पुलों के निर्माण पर कुल 2310 करोड़ रुपए व्यय किए गए।

धामी सरकार के दौरान 250 से अधिक जनसंख्या की 35 बसावटों को सड़क से जोड़कर ग्रामीणों की आवाजाही सुगम की गई है। योजना के तहत प्रथम और दूसरे चरण के कार्य अब पूरे होने की स्थिति में पहुंच गए हैं, अब पीएमजीएसवाई तृतीय चरण के तहत पूर्व में निर्मित सड़कों के अपग्रेडेशन के लिए 1824 करोड़ रुपए की स्वीकृति भारत सरकार से मिल गई है, इसके तहत कुल 2288 किमी लंबी सड़कों का अपग्रेडेशन किया जाना है। इसके अलावा वाइब्रेंट विलेज योजना के तहत सड़क से वंचित आठ बसावटों को सड़क सम्पर्क से जोड़े जाने के लिए 119 करोड़ की स्वीकृति भारत सरकार से प्राप्त की गई है। इसके बाद प्रदेश में 150 से कम जनसंख्या की कुल 1796 बसावटें ही ऐसी रह गई हैं, जहां सड़क नहीं पहुंच पाई है।

प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना दिसम्बर, 2000 में केंद्र की तत्कालीन अटल बिहारी वाजपेई सरकार ने प्रारम्भ की थी। योजना का मुख्य उद्देश्य गांवों को सम्पर्क मार्गों से जोड़ना है। यह योजना 90 प्रतिशत केंद्र पोषित है, शेष दस प्रतिशत अंशदान राज्य सरकार का होता है। योजना के प्रारंभ होने से अब तक उत्तराखण्ड में कुल 2329 सड़कों और 312 पुलों का निर्माण पूरा कर लिया गया है।

पुलिस कप्तान ने किया पुलिस लाईन परेड का निरीक्षण

संवाददाता देहरादून। शुक्रवार को पुलिस कप्तान अजय सिंह द्वारा पुलिस लाईन में आयोजित शुक्रवार की परेड का निरीक्षण किया गया व सभी कर्मियों को फॉर्म में व एक्टिव बने रहने के लिए नियमित तौर पर परेड करने के आदेश दिए है। इस दौरान पुलिस कप्तान अजय द्वारा पुलिस लाईन परिसर में साफ सफाई व्यवस्था का भी जायजा लिया व परिसर के साथ ही आसपास, मैदान,सड़क, रोड किनारे साफ सफाई रखने को कहा। उनके द्वारा कर्मियों को नियमित रूप से आवासीय परिसर में फॉगिंग करवाने को कहा इस दौरान वह पुलिस लाईन परिसर में मौजूद जवानों की बैरिकों, सीपीसी कैंटीन, आवासीय परिसर में भी पहुँचे, जहां उन्होंने कर्मियों को बैरक में रहने के दौरान कोई परेशानी होने के सवाल किए व उनकी समस्या जान अधिकारियों को उनकी समस्याओं का एक निर्धारित समय मे हल करने को कहा। उनके द्वारा इस दौरान पुलिन लाईन में चल रहे निर्माण कार्यों का भी जायजा लिया।

In a Digital World Why
To wait for a Howker
Visit Us at https://www.page3news.co.
Supporting Devices
All Apple Touch Phones & Tablets
All Android Touch Phones & Tablets
All Window & BlackBerry Touch Phones 10+

Scan This Code
Read News
Watch News Channel

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के. प्रिंटर्स,74/9,आराघर,देहरादून से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड, पी.ओ–राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादकः प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालयः
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।