RNI Regn.No.- 54447/78 स्थापित: 1978 Postal Reg. No. UA/NTL- 08/ 2024-26

पिघलता हिमालय

वर्ष 40 अंक 35 हल्द्वानी सम्वत् 2081 सोमवार 3 फरवरी 2025 एक प्रति 5 रु., वार्षिक-200 रु. आजीवन 2000 रु.

संस्थापक- स्व.आनन्द बल्लभ उप्रेती
स्व.दुर्गा सिंह मर्तोलिया,
स्व.श्रीमती कमला उप्रेती

editorpighaltahimalay@gmail.com
Website-
www.pighaltahimalay.com

सम्पादक : श्रीमती गीता उप्रेती
संरक्षक : फली सिंह दत्ताल
मंगल सिंह मर्तोलिया

हमर काम वोट दिण रैगो बस

मतदाता फिर वहीं जहाँ से चले थे

निकाय परिणामों के बाद चर्चा का दौर

कार्यालय प्रतिनिधि

'चुनाव में हमार की काम, जितणी वाल जित गईं। अब करल अपणि मनैकि। हमर काम वोट दिण रैगो बस'। ऐसा जैसा कहते बसर रहे हैं आम मतदाता। हालांकि जिस प्रकार से बड़े नेताओं, विधायकों, मंत्रियों को निकाय चुनाव में आईना दिखाया गया है वह उन्हें सोचने पर मजबूर करेगा। फिलहाल, नागर निकाय चुनाव के बाद मतदाता फिर से वहीं हैं, जहाँ ये चले थे लेकिन चर्चाओं का दौर जारी है। चुनाव के दौरान मतताओं को लुभाने के लिये हर तरह के उपाय नेताओं ने किये और अपने पक्ष में मतदान के लिये कहा। परिणामों के बाद 'किसकी हार किसकी जीत' को लेकर नगर पंचायत, नगर पालिका, नगर निगम क्षेत्रों में राजनीति का गणित समझने का प्रयास किया जा रहा है। साथ ही अपनी हार को आश्चर्य मानने वाले यह अनुमान लगा रहे हैं कि आखिर मतदाता चाहता क्या है? जीतने वाले भी इस भ्रम में हैं कि मतदाताओं ने उनकी समाजसेवा और योग्यता को देखते हुए उन्हें चुना है।

बड़े नेताओं, विधायकों मंत्रियों को आईना दिखाया है

सबको पता है कि चुनाव का सारा दारोमदार स्थानीय राजनीति, व्यवहार, जुगाड़, छलबल और तेज-तर्रारी के संयोग पर टिका था। वार्ड सदस्य से लेकर चैयरमैन तक वोटरों को साधने के लिये बेचैन थे। ऐसे में पार्टी के तय वोटरों के वोट के अलावा अपनी जीत के लिये अतिरिक्त वोट का जादू लोभ-लुभावन बना रहा। वोटर भी चतुर हो चुका है और सभी से 'हाँ' कहते हुए अपना काम करता रहा। वोट देने का काम कौन कर रहा है, क्यों कर रहा है, किसके लिये कर रहा है, वोट देकर क्या जो होने वाला है, वोट की चोट किस प्रकार की होती है? इन सारे सवालों से अधिकांश मतदाता अनभिज्ञ हैं और वह मात्र वोट देना जानते हैं। इन्हीं कारणों से मुद्दों का खेल न होकर खेला हो जाता है। कुर्सी की घेराबाड़ी करने वाले कितने ईमानदार हैं यह तो उनके कार्यकाल में पता चल ही जाता है लेकिन मतदाता 'बेचारा' बनकर हर बार की तरह ठगा जाता है।

इस बार निकाय चुनाव में जिस प्रकार के प्रवचन प्रत्याशियों ने किये और आरोप लगाए, उस पर जनता की नज़र है। देखना यह भी है कि पिछली बोर्डों, निगमों के कार्यों पर आरोप लगाने वाले जो कुर्सी पा चुके हैं क्या जाँच करवाएंगे? कितना बजट नगर पंचायत/नगरपालिका परिषद/ नगर निगम के लिये आया था और निर्माण सम्बन्धी कार्यों के अलावा अन्य खर्चे किस प्रकार से हुए थे?

देखना यह भी है कि पिछली बोर्डों, निगमों के कार्यों की जाँच होगी या नहीं

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

पिघलता हिमालय

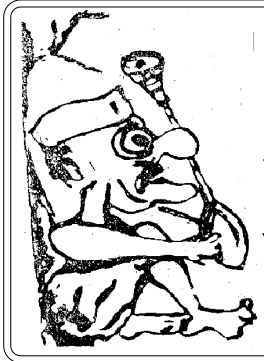
याद रखो- निकाय

जनप्रतिनिधियों का रोजगार नहीं है

उत्तराखण्ड में नागर निकाय चुनाव निपटने के बाद अब आरोप-प्रत्योप लगाये जा रहे हैं। जीतने-हारने के कारणों पर नेताओं और छुटभैय्यों का मंथन जारी है। लाखों-करोड़ों रुपये खर्च होने का अनुमान इनके द्वारा लगाया गया है। आंखिर इतना सब क्यों किया जाता है? निकाय जनप्रतिनिधि हो या सदन में जाने वाले अन्य पद यह काई रोजगार नहीं है। जन सेवा के लिये जनता इनका चुनाव करती है। यह जानते हुए भी कि जन सेवा के लिये जाना है और कमाई का रास्ता नहीं होगा, लाखों-करोड़ों खर्च और पार्टी टिकट के लिये हाय-तौबा क्यों?

असल में होने यह लगा है कि निकाय के सभासद हों या चैयरमैन, विधानसभा के विधायक हों या संसद के सांसद, मंत्री सभी को जिस प्रकार का सम्मान मिलता है उस किसी की भी चाहत हो सकती है। इसके अलावा वेतन-भत्ते का लाभ भी होता है। पद में आने के बाद कई प्रकार के वाद-विवाद निपटाने की ताकत इन लोगों के पास होती है। कई तरह के प्रस्ताव अपने हक में करवा सकते हैं। कारोबारियों के साथ मिलकर अन्य कार्य भी इनके द्वारा किये जाने लगे हैं। जबकि जनप्रतिनधि जनता के बीच का वह व्यक्ति होना चाहिये जो जनहित के लिये सजग रहे। अपने समाज को अन्याय से मुक्ति दिलाये और भ्रष्टाचार न होने दे। इन जनप्रतिनधियों को ध्यान रखना चाहिये कि जनता की सेवा के लिये उन्हें आदर मिलता है न कि अपना घर भरने के लिये।

इन्हीं सब बातों को सोचते हुए निकाय के लिये चुने गये प्रतिनिधियों ने अपने कार्य पर अमल करना चाहिये। तभी यह बधाई के पात्र होंगे अन्यथा लगे दाग झाग से छूटते नहीं। जनता द्वारा किया गया भरोसा इनके लिये बड़ा अवसर होता है। उम्मीद है समाज को संवारने में यह समय लगायेंगे।



फसक

दाज्यू, ढीठ जमाना लट्ठपेल के चल रहा ठैरा

चुनाव में प्राथमिकताएं गिनाने का दस्तूर निभाना ही होता है बल

दाज्यू, जमाना निकाय चुनाव में हमारा झप्पू सभासद बन चुका है। बहुत खुशी है। कह रहा है- 'मोहल्ले में नल, बिजली के खम्बे और नाली का काम होना है।' दाज्यू, चुनाव जीतने के बाद दस-बारह दिन का यह भी तूफान हुआ। चुनाव में प्राथमिकताएं गिनाने का दस्तूर निभाना ही होता है बल। हमने तो नहीं देखा आजतक उटल-पुलट कैसे होता है। गाड़-गदेरे तक कब्जे में हैं। लक्कड़-पत्थर चोर आगे वाली लाइन में दिखाई देते हैं।

सरकारी विभागों में बिजली बिल वसूलने के लिए यूपीसीएल ने 17 अफसरों की टीम बना दी है। 700 करोड़ का बकाया वूसलने के लिये यह टीमें काम करेंगी बल। भगवान जाने अब क्या जो हो जाएगा? सबको पता है बिजली वाले क्या कर लेंगे। दाज्यू, ढीठ जमाना लट्ठपेल के चल रहा है। बड़े-बड़े नेताओं की टांग फंसी रहती है.....सब एक-दूसरे को हलकट कह देने वाले ठैरे। देखा नहीं निकाय चुनाव में लम्बे-चौड़े संकल्प पत्र जनता के बीच बांटे गये। अब अपनी खुचांग निकाल रहे हैं। नैनीताल भाजपा युवा मोर्चा के वट्सएप ग्रुप में अश्लील फोटो शेयर करने पर हंगामा हो गया। कार्यवाई होगी बल।

दाज्यू, हरक सिंह आफत में फंसे हुए हैं। ईडी ने अपनी जाँच-पड़ताल के बाद कहा है- 'हरक सिह रावत ने कुछ अन्य लोगों के साथ मिलकर देहरादून में दो भूखण्डों को हड़पने की साजिश रची।' दाज्यू, हरक धांकड़ नेता ठैरा। तभी तो ईडी ने सहसपुर स्थित 101 बीघा के दो भूखण्डों को अटैच किया है। भगवान जाने आगे क्या होने वाला है।

दाज्यू, प्रणव चैम्पियन और खानपुर विधायक उमेश के बीच फिर से झड़प हुई है। मादर-फादर जैसी गाली वाले वीडियो सोशल मीडिया पर खूब चल रहे हैं। मूंछों को ताव देता पूर्व विधायक प्रणव के आगे पुलिस-प्रशासन भी..... .....दाज्यू, क्या होगा? विधायक उमेश कुमार भी चकरघन्न है बल। नन्हेखाँ भी फन्नेखाँ हो जाने वाले ठैरे। पं.दीनदयाल उपाध्याय विश्वविद्यालय गोरखपुर के बीएड का फर्जी प्रमाण पत्र लेकर 15 साल से रुद्रपुर में नौकरी कर रहा शिक्षक बर्खास्त किया गया है। दाज्यू, अब तो यूसीसी लागू हो गई है और रंगत देखते रहो। -तुम्हारा भुली झकरुवा

फायर ब्रांड नेता के रूप में गजराज बने हैं हल्द्वानी के मेयर

देखना है कि शहर को कैसे उधेड़ा और बुना जायेगा

हल्द्वानी-काठगोदाम नगर निगम में भाजपा की लगातार जीत ने पार्टी को गदगद कर दिया है लेकिन पार्टी के नेताओं का गणित नए समीकरण बना रहा है। पहले ओबीसी सीट होने के बाद सामान्य सीट बनने तक हुए घमसान में जिस प्रकार से गजराज बिष्ट को पार्टी ने प्रत्याशी बनाया वह सीधे से टकराव के रूप में देखा जा रहा था। टिकट लेने के लिये गजराज का रुख देखते हुए अन्ततः भाजपा ने उन्हें टिकट दिया। टिकट मिलने के बाद कालाढूंगी विधायक बंशीधर भगत, लालकुआ विधायक मोहन सिंह बिष्ट, निवर्तमान मेयर डॉ.जोगेन्दर पाल सिंह रौतेला सहित अन्य नेताओं पर जिम्मेदारी बढ़ चुकी थी। दूसरी ओर गजराज ने साफ ऐलान कर दिया कि वह सनातन का मत लेना चाहते हैं। जो मुसलमान राष्ट्र की बात करता है उसी का वोट उन्हें चाहिये। गजराज के भाषणों और उनकी चाल से यह अनुमान लगाना कठिन हो गया था कि वह हल्द्वानी मेयर का चुनाव जीत पाएंगे या नहीं। दूसरी ओर कांग्रेस टिकट पर लड़ रहे ललित जोशी ने चतुरता के साथ रुठे-टूटे सभी कांग्रेस नेताओं को मना लिया और पूरा माहौल अपने लिया बना लिया था। गजराज के सामने एक ओर चुनौती थी कि भाजपा टिकट पर चुनाव लड़ने वाले या उन्हें किनारे बैठा देखने वाले क्या कर रहे हैं यह किसी को पता नहीं था। इन सबके बावजूद गजराज बिष्ट ने जिस प्रकार से मेयर पद के लिये 71962 मत प्राप्त किये जबकि ललित जोशी को 68068 वोट पड़े। उन्होंने ललित को 3894 मतों से हराया।

मेयर बनने के बाद गजराज को हर कोई बधाई दे रहा है और देख रहा है कि शहर को कैसे उधेड़ा और बुना जायेगा क्योंकि सड़क चौड़ीकरण, चौराहों का सुन्दरीकरण सहित कई निर्माण कार्य जारी हैं। साथ ही गजराज खुद भी घोषणा कर चुके हैं कि शहर को संवारने में और इससे जुड़े ग्रामीण क्षेत्रों के नए वार्डों में सुविधाएं बढ़ाई जाएंगी। उन्होंने यह भी कहा है कि सड़क चौड़ीकरण आदि में सभी जगह सहयोग मिलता रहा है लेकिन बनभूलपुरा में दंगा हुआ था। आगे से यह सब नहीं होने देंगे। फायर ब्राण्ड नेता के रूप में उभर चुके गजराज का रुख आने वाले दिनों में साफ होगा।

इस लीला में नजूल के मसले पर कौन बोलेगा

हल्द्वानी नगर निगम के नये बोर्ड बनने के बाद फिर से क्षेत्र के नजूल का मामला चर्चा में है। नजूल जैसे गम्भीर मसले पर आंखिर कौन बोलेगा? नजूल भूमि को लेकर जिस प्रकार भय हमेशा से रहा है उससे लोग चाहते हैं कि इसका न्यायपूर्ण समाधान हो और जन प्रतिनिधि इस प्रकरण को समझते हुए सुलझाएं।

असल में होने यह लगा है कि शहर बसासत के समय से ही हल्द्वानी में रहने वाले भी इस बात को लेकर भयभीत हैं कि उन्हें कोई नियम दिखाकर परेशानी का सामना न करना पड़े। सवाल यह है कि जो लोग 50 साल से भी अधिक समय से जिस स्थान पर सकून से रह रहे हैं और उसका टैक्स, बिजली-पानी बिल सब भुगतान होता रहा है, ऐसे में उन्हें एकाएक यह कहकर कि वह नजूल में हैं हटना भी पड़ सकता है, परेशान करने वाली बात है। नजूल को किस रूप जनहित पर किया जाए यह कानूनी पेंच भी है। इसके लिये नजूल भूमि के फेर में फंसे लोग पहले भी विचार करते रहे हैं और चाहते हैं कि सरकार कोई राहत दे। अब जबकि डबल से ट्रिपल इन्जन सरकार भाजपा की बन चुकी है, लोगों का मेयर गजराज बिष्ट से आश करना जायज है। देखना है मेयर शहरवासियों की किस प्रकार सुनवाई करते हैं।

समाजसेवी राधा बहन को पद्मश्री मिलना जन आन्दोलन को सम्मान है

बागेश्वर। समाजसेवी राधा बहन को पद्मश्री सम्मान की घोषणा से जन जागरण में लगे लोगों में अति उत्साह है। उनका यह सम्मान जन आन्दोलन का सम्मान है।

राधा बहन (भट्ट) का सामाजिक जीवन जगजाहिर है। 18 साल की उम्र में घर छोड़कर समाजसेवा को समर्पित राधा दीदी को कई पुरस्कार मिले हैं, जिसमें जमुनालाल बजाज सम्मान भी शामिल है। कौसानी के लक्ष्मी आश्रम से जुड़ी राधा बहन की सरलता और उनका जुझारूपन बेमिसाल है। वह पहाड़ के आन्दोलनों व संस्थाओं से जुड़ी हैं। पिघलता हिमालय की सम्पादक व राज्य आन्दोलनकारी स्व. श्रीमती कमला उप्रेती को कई अवसर इनके साथ मिले जब वह लक्ष्मी आश्रम गईं। राधा बहन भी अपनी यात्रा के दौरान पिघलता हिमालय कार्यालय में आती रही हैं। इनका स्वभाव अत्यन्त निर्मल है जो सभी को अपने से जोड़ने वाला है।

16 अक्टूबर 1933 को अल्मोड़ा जिले के धुरका गाँव में कमलापति और

रेवती भट्ट के घर जन्मी राधा बहन युवावस्था में घर छोड़ कौसानी आ गई थी और बालिका शिक्षा पर जुटीं। 1957 में भूदान आन्दोलन के साथ उनकी पदयात्रा शुरू हुई। वन संरक्षण, चिपको आन्दोलन, शराब विरोध, ग्राम स्वराज की स्थापना के लिये जागरूकता हेतु वह लगातार यात्राओं में रही हैं। अपने 75वें जन्मदिन पर भी उन्होंने 75 दिन की लम्बी यात्रा की। अपने सफर में सरला बहन ने 40 बालवाड़ी, 30 महिला संगठन, 12 गाँव के लोगों को कृषि के लिये प्रेरित किया। 1980 में उन्होंने खनन के खिलाफ आवाज उठाई। 2006 से 2010 तक प्रदेश के हिमालय और नदियों का सर्वेक्षण करते हुए हाइड्रो पावर परियोजनाओं का विरोध किया।

राधा बहन केवल आन्दोलनकारी नहीं हैं, उनकी चिन्ता पहाड़ को बचाने, नदियों, जंगल को सुरक्षित रखने व प्रकृति के साथ लोगों के बेहतर रिश्तों में विश्वास है। जीवन के उत्तरार्द्ध में भी वह समाज के कार्यों में सक्रिय हैं। बड़ौदा के बाद बर्धा सेवाग्राम से वह जल्द ही कौसानी लौटने वाली हैं।

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

उपेक्षा

गुणकारी है गूलर का पेड़

डॉ.हरीश चन्द्र अन्डोला

गूलर वृक्ष शुक्र का प्रतिनिधि वृक्ष है। इसमें नियमित रूप से जल अर्पित करने से शुक्र की अनुकूलता प्राप्त होती है। शुक्र भौतिक सुख-सुविधाओं, प्रेम, सौंदर्य, आकर्षण, लावण्य, यौन सुख, प्रेम विवाह आदि का प्रतिनिधि ग्रह है। इसलिए शुक्र को अनुकूल बनाने के लिए गूलर के वृक्ष में नियमित जल अर्पित करना महत्वपूर्ण है। जन्मकुण्डली में शुक्र अशुभ स्थिति में हो तो गूलर के प्रयोग से शुक्र की पीड़ा को शांत किया जा सकता है। गूलर एक प्रकार की जड़ी-बूटी होता है और इसके फूल का सेवन सब्जी के रूप में भी किया जाता है। इसका वानस्पतिक नाम फाइकस रेसीमोसा है। जैसा कि ये कई औषधीय गुणों से भरपूर होता है, खासतौर पर मस्कुलर पेन, डायबिटीज, हड्डियों के रोग और त्वचा रोग में भी।

गूलर का फूल कई पोषक तत्वों से भी भरपूर होता है और इसके कई स्वास्थ्य लाभ भी हैं। गूलर में एंटीऑक्सीडेंट और एंटी-कैंसर प्रापर्टीज होती हैं। इसमें कई ऐसी प्रापर्टीज होती हैं, जो कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी के खतरे को भी कम करती हैं। गूलर के फल में कैल्शियम और फास्फोरस पाया जाता है, जो हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करता है। इसके सेवन से आस्टियोपोरोसिस जैसी हड्डियों से सम्बन्धित समस्याओं का खतरा भी कम होता है। गूलर के फूल फाइबर की उच्च पायी जाती है, जो पाचन तंत्र को स्वस्थ बनाए रखने में मददगार है। यह कब्ज की समस्या को दूर करने में भी सहायक है। गूलर का फल शुगर के मरीजों के लिए फायदेमंद हो सकता है क्योंकि यह शरीर में रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने मदद करता है। गूलर के फल में विटामिन सी और अन्य एंटी आक्सीडेंट्स होते हैं, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद करते हैं और कई इंफेक्शन से बचाव में भी मददगार है। धार्मिक और पारम्परिक मान्यताओं के अलावा, अगर हम वैज्ञानिक दृष्टिकोण से देखें तो गुलर का पेड़ पर्यावरण और मानव स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद होता है। यह पेड़ हवा को शुद्ध करता है और कय्र प्रकार की बीमारियों से लड़ने में मदद करता है।

इसके औषधीय गुणों की वजह से इसका घर के पास होना सेहत के लिए लाभदायक हो सकता है। हमारे देश में अनगिनत वनस्पतियों को खजाना है। जिनमें कई बेहतरीन औषधीय गुण छिपे होते हैं। इन्हीं से एक गूलर के पेड़ पर लगने वाला फल है। गूलर के फल, पत्ते, छाल और जड़ों को औषधियों को खजाना माना जाता है। करोना संकट के समय भी लोग इसके तने, पत्ते और फल का जमकर सेवन किए थे। इसके फल, पत्ते और छालों में संक्रमण से लड़ने की काफी ताकत होती है। गूलर का वैज्ञानिक नाम फिकस साइकोमोरस है जो 20 मीटर की ऊँचाई और 6 मीटर की चौड़ाई तक बढ़ता है, इसकी शाखाएं बहुत मोटी होती हैं, इसके पत्ते दिल के आकार के होते हैं और इसकी नोक गोल होती है, पत्तियों की सतह चिकनी नहीं होती और खुरदरी होती है, डंठल की लम्बाई 0. 5-3 सेमी होती है जो मुलायम बालों से ढकी होती है। फल अपने आकार में बड़ा होता है और 2-3 सेमी व्यास का होता है, पकने के बाद फल हल्के हरे रंग का हो जाता है और बाद में पीला या लाल भी हो जाता है। फूल उत्पादन और फल उत्पादन की प्रक्रिया पूरे वर्ष चलती रहती है, अधिकतम उपज जुलाई और दिसम्बर के बीच के महीनों में प्राप्त होती है। इसके औषधीय महत्व के बारे में डाक्टर का कहना है कि इसके फलों को खाने से गजब की ताकत मिलती है, और बुढ़ापा थम सा जाता है। मतलब अंजीर की तरह ही इसे भी प्रयोग किया जाता है। इसकी छाल को जलाकर राख को कंजई के तेल के साथ पाइल्स के उपचार में प्रयोग करते हैं। दूध का प्रयोग चर्म रोगों में रामबाण माना जाता है। दाद होने पर उस स्थान पर इसका ताजा दूध लगाने से आराम मिलता है। वहीं कच्चे फल मधुमेह को समाप्त करने की ताकत रखते हैं। पेट खराब हो जाने पर इसके 4 पके फल खा लेना इलाज की गारंटी माना जाता है। आयुर्वेद के अनुसार, पूरी तरह से विकसित फलों को कच्चा खाया जा सकता है, उबाला जा सकता है, सुखाया जा सकता है और कुछ समय बाद उपयोग के लिए स्टोर भी किया जा सकता है। इसके पत्ते और छाल को काढ़ा के रूप में उपयोग किया जाता है। इसके जड़ को भी कई तरह की बीमारियों के इलाज के लिए इस्तेमाल किया जाता है। पेड़ की छाल स्क्रोफुला की जटिलताओं को हल करने में सहायता करती है जो टीबी का एक रूप है, गले और छाती से सम्बन्धित समस्याएं भी इसके काढ़े से ठीक हो सकता है. पौधे में पाया जाने वाला दूधिया द्रव पेचिश और छाती से सम्बन्धित कुछ बीमारियों को ठीक करने में सहायता करता है। त्वचा में जलन, त्वचा में दाद भी छाल और पौधे में मौजूद दूधिया द्रव के मिश्रण को लगाने से ठीक हो जाते हैं। पौधे की पत्तियां पीलिया के उपचार में मदद करती हैं और सांप के काटने की समस्या के लिए मारक के रूप में सहायक होती हैं, उनकी जड़ों में रेचक और कृमिनाशक गुण होते हैं, पेड़ के अन्य औषधीय अनुप्रयोग फेफड़ों की बीमारियों, गले में खराश, सूजन और दस्त को ठीक करना है, गूलर में अच्छे एंटीऑक्सीडेंट और कैंसर रोधी गुण होते हैं। अगर इस पेड़ से निकाले गए जूस का सेवन दवा के तौर पर किया जाए तो इसके गुण कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने में हमारी मदद कर सकते हैं। गूलर के पेड़ में ब्लड शुगर को कम करने के गुण होते हैं। इसके लिए आप गूलर के पेड़ की छाल का काढ़ा इस्तेमाल कर सकते हैं. गूलर की छाल ब्लड शुगर को कम करने में फायदेमंद हो सकती है। अनियमित दिल की धड़कनों को नियंत्रित करने में गूलर फायदेमंद अनियमित दिल की धड़कनों को नियंत्रित करने के लिए मैग्नीशियम बहुत लाभकारी होता है। मांसपेशियों में तनाव और आक्सीडेटिव तनाव के कारण अनियमित दिल की धड़कन हो सकती है। गूलर के फलों में मैग्नीशियम की अच्छी मात्र मौजूद होती है जो इन सभी लक्षणों को दूर करने के साथ-साथ आपके पाचन को भी ठीक रखता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाए गूलर के पेड़ में कॉपर की अच्छी मात्रा होती है, जो एनीमिया से बचने में हमारी मदद करता है। यह हमारे शरीर में एंजाइमेटिक प्रक्रियाओं के लिए आवश्यक है जो एंडोथेलियल विकास या ऊतक उपचार प्रक्रिया में मदद करता है। कापर हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए आवश्यक है। गूलर के वृक्ष में कॉपर अच्छी मात्र में होता है। जो एनिमिया से बचाने में हमारी मदद करता है। आज इसके संरक्षण की आवश्यकता है।

ज्योतिष की बातें- 215

24 फरवरी 2025 को अभी तक पिछले चार महीने से वक्री चल रहा गुरु वृषभ राशि में मार्गी हो जाएगा। अत: गुरु के शुभाशुभ फल अब सामान्य रूप से सभी जातकों को प्राप्त होंगे।

रथ सप्तमी- माघ शुक्लपक्ष सप्तमी उदयव्यापिनी तिथि तदनुसार मंगलवार 4 फरवरी 2025 को रथ सप्तमी का पर्व मनाया जाएगा। इस दिन रथ पर विराजमान भगवान सूर्य की पूजा अर्चना की जाती है।

भीष्माष्टमी- माघ शुक्ल अष्टमी मध्याहनव्यापिनी तिथि तदनुसार बुधवार 5 फरवरी 2025 को भीष्माष्टमी होगी। भीष्म पितामह ने आजीवन अविवाहित रहकर ब्रह्मचर्य व्रत का पालन किया था। उन्होंने उत्तरायण आने पर माघ शुक्लपक्ष अष्टमी के दिन ही स्वेच्छानुसार प्राण त्याग किए थे। महाभारत के अनुसार जो मनुष्य माघ शुक्ल अष्टमी को भीष्म के निमित्त तर्पण, जलदान आदि करता है उसके वर्ष भर के पाप नष्ट हो जाते हैं।

शुभं भवतु !! **-ओंकार नाथ कोष्टा** ज्योतिर्विद् एवं आयुर्विद्

सम्यक् विचार- 106

कुम्भ मेले में भीड़

सन् 1954 में प्रयाग के कुम्भ मेले में 10 लाख लोगों ने अर्थात् देश की कुल आबादी के केवल 0.25 प्रतिशत लोगों ने स्नान किया था। सन् 2013 के कुम्भ मेले में 10 करोड़ लोग पहुँचे थे। उसके 6 वर्ष बाद 2019 में अर्धकुम्भ मेले में ही उसके ढाई गुने 24 करोड़ लोग कुम्भ में पहुँचे और इस बार अनुमान से 50 करोड़ लोगों के कुम्भ मेले में पहुँचने की सम्भावना है जोकि देश की सम्पूर्ण आबादी का लगभग एक तिहाई हिस्सा है । इतने अधिक लोगों के पहुँचने पर सड़कें, पानी, बिजली, शौचालय आदि की भी व्यवस्था करनी पड़ती है। लोगों को भोजन मिल सके और लोगों के स्वास्थ्य के लिए भी अस्पतालों की व्यवस्था करनी पड़ती है। यह सारी व्यवस्थाएं सरकार तो करती ही है, साथ में अन्य सामाजिक संस्थाएं और आश्रमों के द्वारा भी की जाती है। जब करोड़ों लोगों की भीड़ एक ही स्थान पर हो जमा जाती है तो संगम तक सभी लोग अपनी गाड़ी लेकर तो जा नहीं सकते इसलिए 20-25 किलोमीटर दूर गाड़ी खड़ी करके पैदल ही जाना पड़ता है। जब व्यवस्था में कोई चूक हो जाती है जो लोग सीधे सरकार को ही गाली देना शुरू कर देते हैं। लेकिन जब चार-पांच करोड़ों लोग एक ही समय में, एक ही स्थान पर पहुँच जाते हैं तो सारी सरकारी व्यवस्थाएं धराशाई हो जाती हैं। इतनी अधिक भीड़ करने का क्या औचित्य है? क्या ये सभी लोग सनातन धर्म में आस्था रखने वाले हैं? ऐसा वास्तव में नहीं है। आवागमन, पर्यटन, होटल आदि की सुविधा हो जाने के कारण लोग अपने पूरे परिवार के साथ फोटो, वीडियो, रील बनाकर व्हाट्सएप, फेसबुक पर डालने के लिए मेले में पहुँचते हैं। एक बात ध्यान रखना चाहिए कि कुम्भ स्नान अलग बात है और मेले में घूमने जाना अलग बात है तथा सनातन धर्म में आस्था होना तो बिलकुल ही अलग बात है। **-ओंकार नाथ कोष्टा**

कहानी

बस एकबार आशीर्वाद

दीवान सिंह कठायत

पुत्र द्वारा नगर में मकान बनाने तथा पत्नी के निधन के पश्चात् खीम सिंह, गाँव छोड़कर परिवार के अन्य सदस्यों के साथ नगर में निवास करने लगे। नगरीय सभ्यता पहले-पहल तो उन्हें अटपटी सी लगी लेकिन धीरे-धीरे वह उसी माहौल में रमने लगे। सुबह शाम घर से सड़कों पर घूमने निकल जाते। नगर की रौनक व चकाचौंध उन्हें बोर नहीं होने देती। कभी -कभार गाँव के लोगों से भी मुलाकात हो जाती और वहाँ के समाचार मिल जाते। डर था तो केवल धड़धड़ाते फर्राटा मारते गरियाते हुए बाइक वालों से कि, जाने कब अपनी तेज रफ्तार फटफटिया से ठोकर न मार दें और बुढ़ापे में घायल कर तड़पने को मजबूर न कर दें।

इधर अब उन्हें नगर में अधिक चहलपहल सी महसूस होने लगी। लोग झण्डे बैनर लिए नारे लगाते हुए नगर में चहलकदमी करने लगे थे। पता चला कि नगर पंचायत के चुनावों की घोषणा से यह सब होने लगा है। अब सुबह से देर रात तक उनके घर पर भी अनेक प्रत्याशी पूरे दल बल के साथ आने लगे। 'बुबू अपना आशीर्वाद देना, ताऊ जी अपने आशीर्वाद का हाथ मेरे सिर पर रख दो, बुबू एक बार आशीर्वाद दे दो' कहते हुए प्रत्याशी तथा उनके समर्थकों ने खीम लसह को झिझोड़ते रहते, जिससे उनका चैन से जीना दूभर हो गया। 'समधी इस बार जरूर अपना आशीर्वाद देकर मुझे एक मौका दे दो' का महिला स्वर सुनते हुए उसके कोमल कर-स्पर्श का अनुभव उन्हें अन्दर तक उद्वेलित कर गया आँखिर यह रिश्ता उस महिला से उनका कहाँ से हुआ होगा? पहले तो वह आशीर्वाद शब्द को सही से समझ ही नहीं पाए थे बाद में उन्होंने अनुमान लगाया कि अपने पक्ष में वोट करने की यह सुसंस्कारित नगरीय भाषा है। गाँव में तो सीधे-सीधे ही 'मुझे भोट देना हो' कहा-सुना था अब तक उन्होंने। किसम-किसम के लोग बच्चों से लेकर वृद्ध तक, बजारू गुण्डे टाईप से लेकर सम्भ्रान्त व्यक्ति तक, अब सभी बिना लाग लपेट के दर्जनों बार उनके पैर शालीनता पूर्वक छूते और उनसे आशीर्वाद की कामना करते तथा परिवार के लोगों का भी आशीर्वाद उनके पक्ष में करने का निवेदन पूर्ण दबाव डालते। अपने चुनाव चिन्ह के पर्चे पकड़ाते। कभी अध्यक्ष तो कभी वार्ड मेम्बर पद के कैंडिडेट एक सा ही चुनाव चिन्ह उन्हें पकड़ा जाते। बुढ़ापे की कमजोरी व विस्मृति से वह ढंग से उसे समझ भी नहीं पाते कौन किस पद का उम्मीदवार है। वह सभी को हाथ उठाकर शुभ आशीष की मुद्रा में आकृति बनाते हुए आशीर्वाद देते रहते। दिन भर प्रत्याशियों की चिक-चिक से खिन्न खीम सिंह अब सुकून की तलाश में घर से बाहर रहने का यत्न करने लगे लेकिन वहाँ भी पीछा न छूटता। जहाँ कोई मुझे नहीं पहचान पाएंगे, सोचकर जाते वहाँ पहले से ही चतुर कार्यकर्ता सुजान बनकर मिल जाते और उनके परिवार के सभी वोटरों के नाम पढ़ कर उनके प्रत्याशी को आशीर्वाद देने की याचना करते रहते। उनसे पीछा छुड़ाना मुश्किल हो जाता। गरियाते बाइकर्स व अंजान कार वाले भी आजकल उन्हें शालीनता पूर्वक अपनी सेवा देने को तत्पर रहते। चुनावी काल में हुआ नेता नुमा लोगों व उनके चापलूस कार्यकर्ताओं का हृदय परिवर्तन उन्हें अचम्भित कर रहा था। मतदान तिथि को परिवारी जनों ने उन्हें सुबह ही मत डालने बूथ पर भेज दिया ताकि बाद की भीड़ भाड़ से बच कर वह शीघ्र घर आ जाएं और अन्य लोग मत डालने जाएं लेकिन उनके पहुँचने से पहले ही वहाँ लोग लाईन लगाकर खड़े थे। खीम सिंह अपना परिचय पत्र पकड़ कर लाईन में खड़े हो गए। उन्हें ऐसा आभास होने लगा कि उनके द्वारा असंख्य लोगों को दिए गये आशीर्वादों के हाथ उनके ही सिर पर ऊपर से भारी दबाव बनाने लगे हैं और वह भारी तनाव के बीच स्वयं को असहज महसूस कर रहे हैं। तभी एकाएक वह धड़ाम से गिर पड़े। एक खाकी वर्दी?धारी ने उन्हें संभाला और अन्दर वालों से बात कर बुजुर्ग को पहले मत डालने के लिए कहा। खीम सिंह को भीतर ले जाकर उनकी अंगुली में स्याही लगा मतपत्र पकड़ा दिए गए। वह अर्द्ध चेतनावस्था में किस पर मुहर लगा गए खुद ही नहीं जान पाए और किसी तरह बाहर आकर अपनी चेतना में वापस आ सके। अब भारी कदमों से घर की ओर बढ़ने लगे कि तभी एक बाइक सवार फर्राटा मारते उनसे घिसटकर गरियाते हुए आगे निकल गया।

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

यूसीसी लागू करने वाला पहला राज्य उत्तराखण्ड

समान नागरिक संहिता (यूसीसी) लागू करने वाला उत्तराखण्ड पहला राज्य बन गया है। राज्य में विवाह से लेकर तलाक के मामलों में अब सभी धर्मों के लिए एक समान कानून हो गया है। वर्ग विशेष की ओर से यूसीसी के विरोध को ध्यान रखते हुए सीएम पुष्कर धामी ने कहा कि यह किसी धर्म या सम्प्रदाय के खिलाफ नहीं है।

यूसीसी नियमावली

दायरा- अनुसूचित जनजातियों को छोड़कर, सम्पूर्ण उत्तराखण्ड राज्य, साथ ही राज्य से बाहर रहने वाले उत्तराखण्ड के निवासियों पर लागू।

प्राधिकार- यूसीसी लागू करने के लिए ग्रामीण क्षेत्र में एसडीएम रजिस्ट्रार और ग्राम पंचायत विकास अधिकारी सब रजिस्ट्रार होंगे। जबकि नगर पंचायत-नगर पालिकाओं में सम्बन्धित एसडीएम रजिस्ट्रार और कार्यकारी अधिकारी सब रजिस्ट्रार होंगे।

इसी तरह नगर निगम क्षेत्र में नगर आयुक्त रजिस्ट्रार और कर निरीक्षक सब रजिस्ट्रार होंगे। छावनी क्षेत्र में सम्बन्धित CEO रजिस्ट्रार और रेजिडेंट मेडिकल आफिसर या सीईओ द्वारा अधिकृत अधिकारी सब रजिस्ट्रार होंगे। इन सबके उपर रजिस्ट्रार जनरल होंगे, जो सचिव स्तर के अधिकारी एवं इंस्पेक्टर जनरल ऑफ रजिस्ट्रेशन होंगे।

रजिस्ट्रार जनरल के कर्तव्य-

यदि रजिस्ट्रार तय समय में कार्रवाई नही कर पाते हैं तो मामला ऑटो फारवर्ड से रजिस्ट्रार जनरल के पास जाएगा। इसी तरह रजिस्ट्रार या सब रजिस्ट्रार के आदेश के खिलाफ रजिस्ट्रार जनरल के पास अपील की जा सकेगी, जो 60 दिन के भीतर अपील का निपटारा कर आदेश जारी करेंगे।

रजिस्ट्रार के कर्तव्य-

सब रजिस्ट्रार के आदेश के खिलाफ अपील पर 60 दिन में फैसला करना। लिव इन नियमों का उल्लंघन या विवाह कानूनों का उल्लंघन करने वालों की सूचना पुलिस को देंगे।

सब रजिस्ट्रार के कर्तव्य-

सामान्य तौर पर 15 दिन और तत्काल में तीन दिन के भीतर सभी दस्तावेजों और सूचना की जाँच, आवेदक से स्पष्टीकरण मांगते हुए निर्णय लेना समय पर आवेदन न देने या नियमों का उल्लंघन करने पर जुर्माना लगाने के साथ ही पुलिस को सूचना देना, साथ ही विवाह जानकारी सत्यापित नहह्ल होने पर इसकी सूचना माता-पिता या अभिभावकों को देना।

विवाह पंजीकरण-

26 मार्च 2010, से संहिता लागू होने की तिथि बीच हुए विवाह का पंजीकरण अगले छह महीने में करवाना होगा संहिता लागू होने के बाद होने वाले विवाह का पंजीकरण विवाह तिथि से 60 दिन के भीतर कराना होगा

आवेदकों के अधिकार-

यदि सब रजिस्ट्रार-रजिस्ट्रार समय पर कार्रवाई नही करता है तो ऑनलाइन शिकायत दर्ज की जा सकती है।

सब रजिस्ट्रार के अस्वीकृति आदेश के खिलाफ 30 दिन के भीतर रजिस्ट्रार के पास अपील की जा सकती है।

रजिस्ट्रार के अस्वीकृति आदेश के खिलाफ 30 दिन के भीतर रजिस्ट्रार जनरल के पास अपील की जा सकती है।

अपीलें ऑनलाइन पोर्टल या ऐप के माध्यम से दायर हो सकेंगी।

(लिव इन)

संहिता लागू होने से पहले से स्थापित लिव इन रिलेशनशिप का, संहिता लागू होने की तिथि से एक महीने के भीतर पंजीकरण कराना होगा। जबकि संहिता लागू होने के बाद स्थापित लिव इन रिलेशनशिप का पंजीकरण, लिवइन रिलेशनशिप में प्रवेश की तिथि से एक महीने के भीतर पंजीकरण कराना होगा। लिव इन समाप्ति, एक या दोनों साथी आनलाइन या ऑफलाइन तरीके से लिव इन समाप्त करने कर सकते हैं। यदि एक ही साथी आवेदन करता है तो रजिस्ट्रार दूसरे की पुष्टि के आधार पर ही इसे स्वीकार करेगा।

यदि लिव इन से महिला गर्भवती हो जाती है तो रजिस्ट्रार को अनिवार्य तौर पर सूचना देनी होगी। बच्चे के जन्म के 30 दिन के भीतर इसे अपडेट करना होगा।

विवाह विच्छेद, तलाक या विवाह शून्यता के लिए आवेदन करते समय, विवाह पंजीकरण, तलाक या विवाह शून्यता की डिक्री का विवरण अदालत केस नम्बर, अन्तिम आदेश की तिथि, बच्चों का विवरण कोर्ट के अन्तिम आदेश की कापी।

वसीयत आधारित उत्तराधिकार-

वसीयत तीन तरह से हो सकेगी। पोर्टल पर फार्म भरके, हस्तलिखित या टाइप्ड वसीयड अपलोड करके या तीन मिनट की विडियो में वसीयत बोलकर अपलोड करने के जरिए।

यूसीसी की यात्रा-

27 मई 2022 यूसीसी पर विशेषज्ञ समिति का गठन

02 फरवरी 2024 ख़ यूसीसी पर विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत

08 फरवरी 2024 ख़ राज्य विधानसभा द्वारा अधिनियम अनुमोदित

08 मार्च 2024 भारत के राष्ट्रपति द्वारा अधिनियम अनुमोदित

12 मार्च 2024 यूसीसी उत्तराखण्ड अधिनियम 2024 जारी

18 अक्टूबर 2024 ख़ यूसीसी नियमावली प्रस्तुत 27 जनवरी 2025 यूसीसी लागू

यूसीसी के क्रियान्वयन की कार्ययोजना

-ऑनलाइन आवेदन के लिए पोर्टल (UCC uk-gov-in) विकसित

-कॉमन सर्विस सेन्टर (CSC) Training Partner के रूप में नामित

- क्रियान्वयन व प्रशिक्षण के लिए ज़िलों में नोडल अधिकारी नामित

-सहायता और तकनीकी परामर्श के लिए हेल्पडेस्क (1800-180-2525) स्थापित

- विधिक प्रश्नों के समाधान के लिए जिला स्तरीय अधिकारी नियुक्त

जौलीग्रांट एयरपोर्ट निजी कम्पनी को

देहरादून। अन्तर्राष्ट्रीय एयरपोर्ट जौलीग्रांट में संचालन व रखरखाव का काम निजी कम्पनी को देने की तैयारी है। नागरिक विमानन महानिदेशालय की अनुमति के बाद उत्तराखण्ड नागरिक उड्डयन विकास प्राधिकरण ने टेण्डर प्रक्रिया शुरू कर कम्पनियों से आवेदन मांगें हैं।

राज्य में तेंदुओं की गणना होगी

राज्य में बाघ की तरह तेंदुओं की गणना भी होगी। प्रमुख वन संरक्षक वन्यजीव रंजन मिश्रा ने बताया है कि बाघ की तरह तेंदुओं के आकलन की योजना है जो अपने तरह का पहला प्रयास होगा। उच्च हिमालयी क्षेत्र में स्नो लेपर्ड का आंकलन हो चुका है। इसके बाद अन्य क्षेत्रों में किए जाने की जरूरत है।

कैलास मानसरोवर यात्रा सीधी उड़ान

नई दिल्ली। भारत और चीन में करीब 5 साल बाद कैलास मानसरोवर यात्रा और दोनों देशों के बीच सीधी हवाई सेवा बहाल करने का निर्णय हुआ है। दोनों देशों के बीच एक-दूसरे के लोगों के बीच सम्बन्धों को आगे बढ़ाने व सुविधाजनक बनाने पर भी सहमति बनी है। बीलिंग में विदेश सचिव विक्रम मिसरी और चीन के विदेश सचिव सन वेइदोंग के बीच बातचीत के बाद विदेश मंत्रालय ने यह जानकारी दी।

परिक्रमा

30 अप्रैल से शुरू होगी चारधाम यात्रा

चमोली। प्रसिद्ध चारधाम यात्रा का शुभारम्भ 30 अप्रैल को होगा। धार्मिक परम्परा के अनुसार अक्षय तृतीया पर गंगोत्री व यमुनोत्री धाम के कपाट खुलने से यात्रा की शुरुआत होगी। बदरीनाथ केदारनाथ मन्दिर समिति मीडिया प्रभारी हरीश गौड़ ने बताया कि बद्री-केदार के कपाट खुलने के साथ ही परम्परागत तरीके से कार्यक्रम होंगे।

पूर्व विधायक चैम्पियन और विधायक उमेश क्या उत्तराखण्ड के दादा हैं?

गाली-गोली से क्या बताना चाहते हैं यह नेता

खानपुर के पूर्व विधायक कुंवर प्रणव सिंह चैम्पियन और विधायक उमेश कुमार के बीच यदि कोई विवाद है तो वह उनका हो सकता है लेकिन जिस प्रकार से इनके द्वारा सार्वजनिक रूप से गाली और गोली की बात की जा रही है यह किसी को भी शोभा नहीं देता है। फिर, ये दोनों ही जनप्रतिनिधि हैं। उत्तराखण्ड की राजनीति को दूषित करने वाले कई और नेता भी हैं जो चोरी-छिपे कृत्य करते होंगे लेकिन सर्वाधिक चर्चा इनकी है। उमेश कुमार की राजनीति शुरू से ही चर्चा में रही है और प्रणव चैम्पियन तो जिस प्रकार की दबंगई हमेशा करते रहे हैं यह देवभूमि के लिये तो क्या कहीं के लिये भी शर्मनाक है। इस प्रकार के कृत्य माफ नहीं हो सकते।

उत्तराखण्ड की राजनीति में विधायक बनने वाले चेहरे कैसे हों, इस बात को जनता ने सोच समझकर तय करना होगा क्योंकि खानपुर के पूर्व और वर्तमान विधायक के बीच जिस प्रकार की तकरार हुई है वह शर्म की बात है। असल में इनके बीच अपशब्द कहने को लेकर विवाद हो गया था। पूर्व विधायक चैम्पियन अपने समर्थकों के साथ विधायक उमेश के कैम्प कार्यालय में पहुँचे और तोड़फोड़ और फायरिंग कर डाली। व्यक्तिगत हमलों की इस पूरी कहानी को सोशल मीडिया में खूब प्रचार-प्रसार मिला। किस प्रकार प्रणव चैम्पियन गाली-गलौच करते हुए अपने को मर्द बता रहे हैं। साथ ही उमेश कुमार का वीडियो भी जारी हुआ जिसमें वह कहते हैं- चैम्पियन ने उनके माता-पिता परिवार को गाली दी।

यह घटनाक्रम राजनीति के गिरते स्तर को दर्शा रहा है और बता रहा है कि चुने गए प्रतिनिधि अपनी मर्यादा भूलकर घटियापन में उतर चुके हैं।

इन दो दबंगों के मामले में जब सोशल मीडिया पर सवाल उठे उसके बाद पुलिस हरकत में है। निर्दलीय विधायक उमेश कुमार और पूर्व विधायक प्रणव चैम्पियन को हिरासत में लेकर सीजीएम कोर्ट में पेश किया गया। चैम्पियन के पुराने इतिहास को खंगालते हुए उन्हें 14 दिन की न्यायिक हिरासत में जेल भेजा और उमेश को जमानत मिल गई। पुलिस प्रशासन ने अब थोड़ा सख्ती दिखाते हुए चैम्पियन, उनकी पत्नी और बच्चों के नाम पर चल रहे नौ असलहों के लाइसेंस रद्द कर दिये हैं। इसके अलावा इन दोनों नेताओं को प्रदान की गई सुरक्षा हटाने के लिये शासन से कहा गया।

प्रणव और उमेश के बीच जिस प्रकार की गाली-गोली हुई है वह हर किसी के लिये सोचने की बात है कि आखिर हम किस तरह के लोगों को अपना जनप्रतिनिधि बनाते हैं। इनकी हरकतों का सीधा प्रभाव समाज पर पड़ रहा है। इसके अलावा इनकी लगातार पहाड़ विरोध गतिविधियों और गालियों ने वातावरण दूषित किया है। क्या यह लोग उत्तराखण्ड के दादा है? इनमें लगाम लगनी चाहिये। कानून व्यवस्था सबके लिये बराबर है।

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

बसन्त ऋतु का आगमन आप सभी के जीवन को उमंगित करे।
शुभकामनाओं के साथ-

रामा एग्रो इंडस्ट्रीज

झनकट

खटीमा

होटल माँ नन्दादेवी एण्ड बारातघर

मो.न.
8958525979,
9411134775

नानासेम, मुनस्यारी
गणेश सिंह मर्तोलिया एण्ड सन्स
हार्डवेयर, बिल्डिंग मैटीरियल, जनरल आर्डर सप्लायर्स

फोन सम्पर्क-
05961-222236

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

जय गंगा नाथ बाबा

प्रो० ललित वर्मा
(M) 9927094759
7277777101

ललित ज्वैलर्स

स्व0 शंकर लाल वर्मा, प्रो0 - ललित वर्मा

स्वर्ण आभूषण निर्माता
विश्वास एवं शुद्धता ही परम्परा है।

बसन्त पंचमी की शुभकामनाओं के साथ-

स्टेट बैंक के निकट
बेरीनाग

घर से बाहर अपनों का साथ

होटल लक्ष्य इन

मदकोट

सम्पर्क
7351285555

नरेन्द्र सिंह रावत

न तेरा न मेरा Thats

APNA GHAR चौकोड़ी

HOTEL RESTRO BANQUET

मो.- 9458920379, 6396098804

YOGA MEDITATION | LIVE MUSIC | HOMELY FOOD | BIRTHDAY WEDDING

Near by- (माँ कोटगाड़ी, नौलिंग देव, पातालभुवनेश्वर)

पितृछाया- स्वतंत्रता संग्राम सेनानी स्व. जोगासिंह मर्तोलिया

गिरीश जोशी

श्रुति निकुंज,
निकट- चिमसिया नौला

पिथौरागढ़

Hotel
Bala Paradise

Tiksain, Munsiari

Ph. 05961222237, 9412951678

धमोत
होम स्टे

धरमघर/चकोड़ी

(एडवेंचर जोन, ट्रेकिंग, माउंटेन वाइकिंग, स्थानीय व्यंजन)

www.mountainheights.in

मो. 9760007148

शकुन्तला दताल

समाजसेवी

जौलजीवी

Hayat Paradise

Bus Station
Munsiari

Ph. 09411556700, 9997733070

संजय
दताल जंग

(दारमा की सुन्दर वादियों में होमस्टे के लिये सम्पर्क करें)

जौलजीवी

माँ नन्दा आयरन एण्ड बिल्डिंग मैटेरियल

भोटिया पड़ाव, हल्द्वानी

(सीमेन्ट, सरिया, टाइल, पेण्ट, सेनेटरी, हार्डवेयर)

गोदाम- जोहार एसोसिएट्स, बच्चीनगर- १, कमलुवागांजा, हल्द्वानी

मो.- 7409440813, 7500619761

Enjoy Beauty of
Himalaya at

MARTOLIA LODGE

Family Guest House-
Sarmoly, Munsiyari
A Home Away From
Home & Home Stay

Phone: (05961) 222287

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक श्रीमती गीता उप्रेती द्वारा पिघलता हिमालय, जे०के०पुरम्, सेक्टर डी, छोटी मुखानी, हल्द्वानी (नैनीताल) उत्तराखण्ड से प्रकाशित एवं शक्ति प्रेस, जे०के०पुरम्, सेक्टर डी, छोटी मुखानी, हल्द्वानी(नैनीताल) से मुद्रित।

सम्पादकः श्रीमती गीता उप्रेती फोन/मोबाइल 9458961490, 9411770280, 9411301014,

editorpighaltahimalay@gmail.com

Website- www.pighaltahimalay.com

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)