तापमान
अधिकतम 24.0 डिग्री
न्यूनतम 7.0 डिग्री

हरिभूमि
जींद-कैथल भूमि

रोहतक, गुरुवार, 11 दिसंबर 2025

11 बच्चों की सुरक्षा ही सर्वोच्च प्राथमिकताः अनिल कुमार

11 छात्रों ने भाषाई विविधता का सुंदर प्रदर्शन किया

खबर संक्षेप

जिला कष्ट निवारण समिति की बैठक आज

जींद। नगराधीश मोनिका रानी ने बताया कि जिला परिवेदना कष्ट निवारण समिति की मासिक बैठक का आयोजन 11 दिसंबर को सायं तीन बजे होगा। डीआरडीए के सभागार में होने वाली इस बैठक की अध्यक्षता जिला कष्ट निवारण समिति के चेयरमैन एवं हरियाणा के शिक्षा एवं संसदीय कार्य मंत्री महिपाल ढांडा करेंगे।

अविश्वास प्रस्ताव पर विचार के लिए बैठक 26 को होगी

कैथल। एडीसी सुरेश राविश ने बताया कि पंचायत समिति कलायत के उप चेयरमैन के खिलाफ 17 सदस्यों ने मांग पत्र सौंपते अविश्वास प्रस्ताव पर विचार के लिए हाउस की बैठक बुलाने की मांग की है। हरियाणा पंचायती राज की धारा 1995 की शक्तियों का प्रयोग करते अविश्वास प्रस्ताव पर विचार के लिए 26 दिसंबर को दोपहर 12 बजे बैठक बुलाई है।

जींद:चीनी मिल के पिराई सत्र का शुभारंभ आज

जींद। नगराधीश मोनिका रानी ने बताया कि वीरवार 11 दिसंबर को प्रातः साढ़े दस बजे नरवाना रोड़ स्थित सहकारी चीनी मिल जींद के पिराई सत्र 2025-26 का शुभारंभ किया जाएगा। इस दौरान आयोजित कार्यक्रम में प्रदेश के सहकारिता, कारागार, निर्वाचन, विरासत एवं पर्यटन मंत्री डा. अरविंद शर्मा बतौर मुख्यातिथि शिरकत करते हुए पिराई सत्र का शुभारंभ करेंगे।

नशा तस्कर से 11.45 ग्राम स्मैक बरामद

कैथल। थाना गुहला पुलिस ने नशा तस्कर को काबू कर लिया गया, जिसके कब्जे से 11.45 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एसएचओ थाना गुहला एसआई रेखा की अगुवाई में एएसआई संदीप कुमार की टीम ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन तहत गस्त दौरान सुल्तानिया बस अड्डा के पास मौजूद थी।

क्रेडिट कार्ड जारी करवा हड़पे 3.83 लाख, केस

जींद। साइबर ठगों ने एक व्यक्ति के नाम से क्रेडिट कार्ड बनवा कर तीन लाख 83 हजार रुपये का चूना लगा दिया। साइबर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर अज्ञात लोगों के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। सुंदरपुरा निवासी विशाल ने शिकायत में बताया कि किसी व्यक्ति ने उसके दस्तावेजों का दुरूपयोग कर उसके नाम से क्रेडिट कार्ड जारी करवा कर तीन लाख 83 हजार रुपये निकलवा लिए।

दहेज प्रताड़ना के आरोप में पति के खिलाफ केस

कैथल। जिले में गुहला थाना के तहत आने वाले एक गांव में करीब 25 वर्षीय विवाहिता को दहेज के लिए प्रताड़ित करने का मामला सामना आया है। विवाहिता ने लोकल थाना में शिकायत दी है। शिकायत में उसने आरोप लगाया कि उसका पति उसके साथ मारपीट करता था और उसे दहेज के रूप में रुपए लाने और बाइक आदि लाने के लिए कहता था।

दो पिस्तौल के साथ चढ़ा पुलिस हत्थे, पूछताछ जारी

जींद। डिटेक्टिव स्टाफ ने गांव जाजवान के निकट एक युवक को काबू कर उसके कब्जे से दो पिस्तौल बरामद किए हैं। सदर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर आरोपित के खिलाफ शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर पूछताछ शुरू कर दी है।

गोदाम से 243 गेहूं की बोरी चोरी, मामला दर्ज

कैथल। कस्बा चीका से चोर हजारों की गेहूं चुरा कर ले गए। इस संबंध में सतीश ने चीका पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 9 दिसंबर को चोर उसकी कैथल रोड स्थित गोदाम का ताला तोड़ते हुए उसमें रखी 243 गेहूं की बोरी चुरा कर ले गए। गेहूं की कीमत 250000 रुपये बताई है। मामले के जांच अधिकारी पुलिस के मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

जींद में हड़ताल के चलते नहीं लग पाया दिव्यांग जांच शिविर, उठानी पड़ रही परेशानी

डॉक्टरों की हड़ताल पड़ने लगी आमजन पर भारी

स्पेशलिस्ट चिकित्सकों के नाम से पर्ची काटने पर एसोसिएशन ने जताया रोष

पोस्टमार्टम रिपोर्ट व मृत्यु प्रमाण पत्र न मिलने पर रोष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

हरियाणा सिविल मेडिकल सर्विस एसोसिएशन के आह्वान पर चिकित्सकों की हडताल अब आमजन पर भारी पडने लगी है। बुधवार को हडताल के चलते न तो दिव्यांग जांच शिविर का आयोजन हो पाया और न ही इमरजेंसी में आए लोगों को उपचार मिल पाया। इसके अलावा स्पेशलिस्ट चिकित्सकों के नाम से पर्ची काटी गई जबकि स्पेशलिस्ट चिकित्सक हडताल पर हैं। हालांकि स्वास्थ्य प्रशासन के अनुसार चिकित्सकों की व्यवस्था इमरजेंसी में की गई है लेकिन वो भी सिर्फ पूछ कर उपचार दे रहे हैं जबकि इलाज नही मिल पा रहा है। इमरजेंसी में प्रशिक्षु बच्चे टीके लगा रहे हैं। ऐसे में आमजन ने अब अस्पतालों पर ताला लगाने की बात तक कह डाली है। एसोसिएशन ने स्पष्ट किया कि जब तक उनकी मांगों को पूरा नही किया जाता है तब तक उनकी हडताल जारी रहेगी। हालांकि एसोसिएशन से जुड़ी एक महिला चिकित्सका ने अपनी हाजिरी लगा कर काम किया। जैसे ही चिकित्सका की जानकारी एसोसिएशन सदस्यों को पता चली तो उन्होंने रोष जताया। नागरिक अस्पताल में बुधवार को विशेषज्ञ चिकित्सकों के नाम से पर्ची कटी जबकि विशेषज्ञ चिकित्सक हडताल पर रहे। जैसे ही मामले का एसोसिएशन सदस्यों को पता चला तो उन्होंने इस पर ऐतराज जताया। एसोसिएशन का कहना था कि जब वो हडताल पर हैं तो उनके नाम से पोर्टल पर पर्ची क्यों काटी जा रही है। गर्भवतियों व सामान्य मरीजों को भी अल्ट्रासाउंड सेवा ठप होने के चलते भटकते देखा गया। अस्पताल में सर्जन विशेषज्ञ डॉक्टर की सेवाएं पूर्ण बंद हैं। जिसके कारण ऑपरेशन भी नहीं हुए।

जींद। नागरिक अस्पताल के बाहर उपचार के लिए परेशान परिजन।

पहले की तरह मिल रहा उपचार

सीएमओ डा. सुमन कोहली ने कहा कि अलग-अलग ओपीडी में सभी मरीजों का उपचार पहले की तरह ही किया जा रहा है। बीपीएस खानपुर, आयुष, एनएचएम, ईएसआई के तहत चिकित्सकों की ड्यूटी लगाई गई हैं। पोस्टमार्टम के लिए अलग से ड्यूटी लगाई गई है। उपचार को लेकर आमजन को किसी तरह की परेशानी नही आने दी जा रही है।

तिमारदार वापस लौटने को मजबूर

चिकित्सकों की हड़ताल का असर प्रशासनिक कार्यों पर तो पड़ ही रहा है। साथ ही पोस्टमार्टम रिपोर्ट व मृत्यु प्रमाण पत्र लेने में भी लोगों को परेशानी आ रही है। बस रटारटाया जवाब मिल रहा है कि चिकित्सक हडताल पर हैं। वहीं हड़ताल के कारण नागरिक अस्पताल में सुबह से ही मरीज उपचार के लिए पहुंच जाते हैं। कमरों के बाहर बैठे कर्मियों द्वारा चिकित्सकों के हडताल पर होने की बात कही जाती है। जिस पर मरीज व उनके तिमारदार वापस लौटने को मजबूर होते हैं।

गर्भवतियों के अल्ट्रासाउंड नहीं

गर्भवतियों को अल्ट्रासाउंड करवाने के लिए बाहर प्राइवेट सेंटरों में 800 रुपये से लेकर 2100 रुपये तक देने पड़ रहे हैं। वहीं एचसीएमएस के डॉक्टरों की हड़ताल के कारण अस्पताल के काफी प्रशासनिक कार्य भी प्रभावित रहे। नागरिक अस्पताल में प्रति सप्ताह बुधवार व वीरवार को दिव्यांग जांच शिविर का आयोजन किया जाता है। चिकित्सकों की हडताल के चलते बुधवार को लगने वाला दिव्यांग जांच शिविर पूरी तरह से प्रभावित रहा। हालांकि दिव्यांग जांच के लिए पहुंचे लेकिन उन्हें वापस भेज दिया गया। जिससे दिव्यांगों व परिजनों को मानसिक व आर्थिक परेशानी उठानी पड़ी।

जींद। खाली पड़ा ओपीडी स्लिप काउंटर व शिविर न लगने से परेशान दिव्यांग।

राष्ट्रीय कार्यकारिणी के चार सदस्य आमरण अनशन पर बैठे

मांगों को लेकर स्वास्थ्य मुख्यालय पर राष्ट्रीय कार्यकारिणी से चार सदस्यों ने अपनी आमरण हडताल भी शुरू कर दी है। चिकित्सकों की मांगों में एसएमओ भर्ती में सुधार और एसीपी शामिल है। जिसे सरकार द्वारा मान भी लिया गया है लेकिन मानी गई मांगों को ही लागू नही किया जा रहा है। हरियाणा सिविल मेडिकल सर्विस एसोसिएशन के राज्य संयोजक और जिला प्रधान डा. बिजेंद्र ढांडा व डा. राजेश भोला ने बताया कि हडताल पर जाने से पहले सरकार को सभी परिस्थितियों से अवगत करवा दिया गया था। जनभावनाओं को समझने की बजाए सरकार हठधर्मिता को अपना रही है। जिसका खामियाजा चिकित्सकों के साथ-साथ आमजन को भुगतना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि पिछले वर्ष सरकार ने वादा किया था कि डायरेक्ट एसएमओ की भर्ती बंद की जाएगी और सभी एसएमओ पद प्रमोशन से ही भरे जाएंगे। सर्विस रूल्स में संशोधन के लिए सहमति भी बनी थी लेकिन आज तक न नियम बदले गए और न ही भर्ती प्रक्रिया में कोई सुधार हुआ। उन्होंने मांग की कि एसएमओ को सीधी भर्ती पर रोक लगाई जाए। स्पेशलिस्ट को कंपनसेशन दिया जाए। एसपी का स्ट्रक्चर पांच, दस, 15 पर मिल रहा है। यह 4, 9, 13, 20 वर्ष पर एसीपी मिले या फिर सरकार द्वारा पिछले साल मानी गई मॉडिफाइड एसीपी सरकार जल्द से जल्द लागू करे।

कैथल। नागरिक अस्पताल से बाहर एकत्रित मरीज। फोटो :हरिभूमि

कैथलः चिकित्सकों की अनिश्चितकालीन हड़ताल, 4 डॉक्टर अपनी ड्यूटी पर लौटे

महिलाओं को अल्ट्रासाउंड के लिए प्राइवेट सेंटरों पर भेजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

जिले में डॉक्टरों ने हड़ताल को अनिश्चितकालीन कर दिया है। तीसरे दिन बुधवार को भी नागरिक अस्पताल के 38 डॉक्टर हड़ताल पर रहे। जबकि चार डॉक्टर ड्यूटी पर वापस लौट आए। बुधवार को हड़ताल का असर केवल कुछ विभागों की ओपीडी पर दिखाई दिया। अस्पताल में गर्भवतियों को अल्ट्रासाउंड करवाने के लिए काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ा। महिलाओं को अल्ट्रासाउंड करवाने के लिए प्राइवेट सेंटरों पर भेजा गया। हालांकि अल्ट्रासाउंड फ्री में हुए, लेकिन पहले डॉक्टर से पर्ची लेने, बाद में अल्ट्रासाउंड करवाने और फिर दोबारा रिपोर्ट डॉक्टरों को दिखाने के लिए महिलाओं को काफी धक्के खाने पड़े। नागरिक अस्पताल में बीते दो दिनों की अपेक्षा मरीजों की भी भी कम देखने को मिली। फिजिशियन ओपीडी और रजिस्ट्रेशन काउंटर पर जितनी भीड़ सामान्य दिनों में रहती है। उनकी अपेक्षा करीब तीन गुणा कम मरीज बुधवार को अस्पताल में दिखाई दिए। आंखों की ओपीडी जैसी कई तरह की ओपीडी सेवाएं प्रभावित रही, तो कुछ सेवाएं सामान्य रही।

स्वास्थ्य सेवाएं जारी

सीएमओ सिविल सर्जन डॉक्टर रेनू चावला ने कहा कि मरीजों का इलाज सुचारू रूप से करवाया जा रहा है। उन्होंने बताया कि सभी स्वास्थ्य सेवाएं रोजाना की तरह जारी हैं। अस्पताल प्रबंधन का प्रयास रहा कि मरीजों का किसी प्रकार की दिक्कतों का सामन न करना पड़े। आज अस्पताल के चार डॉक्टर हड़ताल से लौट आए हैं। उम्मीद है कि जल्द ही अन्य डॉक्टर भी आ जाएंगे।

अज्ञात वाहन की चपेट में आने से युवक की मौत

कैथल। जिले के गांव ग्योंग में सड़क पर जा रहे एक करीब 22 वर्षीय युवक को अज्ञात वाहन ने टक्कर मार दी, जिससे युवक की मौत हो गई। युवक गांव ग्योंग में कैथल के कुरुक्षेत्र रोड से होकर जा रहा था। घटना देर रात को हुई। राहगीरों ने तुरंत इसकी सूचना सदर थाना पुलिस को दी। मामले की सूचना पाकर मौके पर पहुंची पुलिस मृतक युवक के शव को पोस्टमॉर्टम के लिए नागरिक अस्पताल में पहुंचाया।हालांकि अभी तक मृतक की पहचान नहीं हो पाई है। पुलिस ने उसकी पहचान के लिए शव को 72 घंटे के लिए अस्पताल के शव गृह में रखा है। सदर थाना के जांच अधिकारी शक्ति सिंह ने बताया कि घटना की सूचना मिलते ही उनकी टीम मौके पर पहुंच गई थी। राहगीरों की सहायता से मृतक के शव को पोस्टमॉर्टम के लिए नागरिक अस्पताल में पहुंचाया। प्रथम दृष्टया अनुमान लगाया जा रहा है कि किसी तेज गति से जा रहे वाहन न उसे टक्कर मारी है और टक्कर मारने के बाद मौके से फरार हो गया।

जमीन की सौदेबाजी कर 51 लाख हड़पे

जींद। गांव मुआना में जमीन की सौदेबाजी कर 51 लाख रुपये हड़पने और जमीन की रजिस्टरी कराने से मना करने पर शहर थाना सफीदों पुलिस ने चार लोगों के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज किया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है। गांव सिठाना निवासी जयकुमार ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसने गत दस जुलाई को सफीदों के प्रोपर्टी डीलर किस्मत की मार्फत गांव मुडलाना निवासी सोनू, श्रीभगवान, सफीदों निवासी विकास से जमीन का सौदा किया था। जमीन गांव मुआना में दिखाई गई थी। जिसके साथ जमीन का रेट भी तय कर लिया गया। आरोपितों को 49 लाख का चैक तथा एक लाख रुपये नगद देकर एग्रीमेंट कर लिया गया। एक लाख कमीशन भी दिया । जिसके साथ तीस अक्टूबर को रजिस्टरी का दिन निर्धारित कर दिया । स्टाम्प पेपर फीस वैगरहा भर दी। बावजूद इसके आरोपित रजिस्टरी करवाने नही पहुंचे। सौदे के दौरान जो दस्तावेज दिखाए गए थे, वे सब फर्जी मिले। जब आरोपितों से रुपये वापस मांगे तो उन्होंने राशि लौटाने से मना कर दिया। शहर थाना सफीदों पुलिस ने जयकुमार की शिकायत पर आरोपित किस्मत, सोनू, श्रीभगवान, विकास के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

जींद से दिल्ली जाने वाली तीन ट्रेन शकूरबस्ती से वापस आई व दो रद्द

- शकूरबस्ती और दिल्ली के बीच मालगाड़ी के डिब्बे नीचे उतरे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

शकूरबस्ती और दिल्ली के बीच बुधवार को एक माल गाड़ी के तीन डिब्बों के पहिए पटरी से उतर गए। इस कारण जींद से दिल्ली की ओर जाने वाली तीन ट्रेन शकूरबस्ती से वापस आई और दो ट्रेन रद्द रही। जींद से दिल्ली की ओर काफी संख्या में यात्री सफर करते हैं। ऐसे में यात्रियों को परेशानी का सामना करना पड़ा। ट्रेन नंबर 12481-82 श्री गंगानगर इंटरसिटी एक्सप्रेस व ट्रेन नंबर 14024 दिल्ली-डीएमयू एक्सप्रेस शकूरबस्ती से ही वापस लौटी। वहीं ट्रेन नंबर 64932-15 जींद-दिल्ली मेमू रद रही। बतां दे कि ट्रेन नंबर 64915 दिल्ली-जींद मेमू ट्रेन नौ बजकर 40 मिनट दिल्ली से चलती है, जो दयाब स्ती, शकूरबस्ती, नांगलोई, मुंढका, सांपला, रोहतक होते हुए दोपहर एक बजकर दस मिनट पर जींद पहुंचती है। वहीं ट्रेन 64932 दो बजकर 30 मिनट पर जींद से चलकर शाम छह बजे दिल्ली पहुंचती है, जो रद्द है। इसके अलावा ट्रेन नंबर 12481 श्री गंगानगर इंटरसिटी एक्सप्रेस शकूरबस्ती से होते हुए सांपाल, रोहतक होते हुए दोपहर बाद सवा तीन बजे जींद पहुंचती है।

कंटेनर व पिकअप गाड़ी में टक्कर, सहायक की मौत, चालक गंभीर

जींद। गांव निडानी के निकट जींद-गोहाना मार्ग पर कंटेनर तथा पिकअप गाड़ी के बीच हुई भिडंत में पिकअप सहायक की मौत हो गई। जबकि उसका चालक गंभीर रूप से घायल हो गया। जिसे पीजीआई रोहतक रेफर किया गया है। सुनाम संगरूर पंजाब निवासी शक्ति अपने सहयोगी शमशेर (75) के साथ पिकअप गाड़ी लेकर बुधवार को गोहाना की तरफ जा रहा था। गांव निडानी के निकट जींद-गोहाना मार्ग पर सामने से आ रहे तेजरफ्तार कटेनर से टक्कर हो गई। घटना में कंटेनर भी सड़क पर पलट गया। चालक कंटेनर को मौके पर छोड़ कर फरार हो गया। पिकअप में फंसे चालक शक्ति तथा उसके सहायक शमशेर को लोगों ने बाहर निकल नागरिक अस्पताल पहुंचाया। जहां पर चिकित्सकों ने शमशेर को मृत घोषित कर दिया।

स्वदेशी अपनाने से ही आत्मनिर्भर बनेगा भारत : मोहनलाल बड़ौली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बडौली ने कहा कि देशहित में चल रहे देशव्यापी स्वदेशी अभियान में हमें महत्वपूर्ण भूमिका निभानी है। हमें खुद भी स्वदेशी अपनाना है और लोगों को भी स्वदेशी उत्पाद खरीदने के लिए जागरूक करना है। इससे ही हमारा प्रदेश, हमारा भारत समृद्ध होगा। सिर्फ रोजाना की खरीदारी में ही नहीं बल्कि तकनीक से लेकर हर क्षेत्र में स्वदेशी को बढ़ावा देना चाहिए। मोहनलाल बडौली बुधवार को स्वदेशी अपनाने को लेकर देशव्यापी मुहिम के तहत सीआरएसयू में भारतीय जनता युवा मोर्चा द्वारा आयोजित मॉक पार्लियामेंट को संबोधित कर रहे थे। विवि के ऑडिटोरियम में भाजयुमो प्रदेश अध्यक्ष योगेंद्र और संयोजक कैप्टन योगेश बैरागी के निर्देशन में आयोजित मॉक पार्लियामेंट में जींद के आसपास के 14 जिलों के युवा कार्यकर्ताओं नें पक्ष और विपक्ष की भूमिका निभा कर स्वदेशी अपनाने को लेकर चर्चा की।

जींद। कार्यक्रम को संबोधित करते भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली।

इन उपायों से कंट्रोल रहेगी थायरॉइड की प्रॉब्लम

अस्त-व्यस्त जीवनशैली और खान-पान से आजकल अनेक लोग थायरॉइड संबंधी समस्या से ग्रस्त हो रहे हैं। ऐसे में अगर आप अपनी जीवनशैली सुधारने के साथ आयुर्वेदिक उपचार करवाएं तो आपको काफी राहत मिल सकती है। इस बारे में जानिए।

रोगोपचार
संध्या रानी

हालांकि थायरॉइड ग्रंथि की कम या अधिक सक्रियता कोई गंभीर बीमारी नहीं है, लेकिन इससे निकलने वाले हार्मोन कई शारीरिक क्रियाओं को संतुलित रखते हैं। जब हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं, तो कई तरह की समस्याएं शुरू हो जाती हैं और रोजमर्रा की जिंदगी प्रभावित होती है। थायरॉइड गले में मौजूद तितली के आकार की एक ग्रंथी होती है, जो जरूरी हार्मोन बनाती है। इसके असंतुलन होने से ही यह समस्या पैदा होती है। आजकल थायरॉइड संबंधी समस्या तेजी से बढ़ रही है। हर दूसरे-तीसरे घर में कोई न कोई इसका रोगी मिल जाता है। खास बात यह है कि पुरुषों की तुलना में महिलाएं इससे ज्यादा प्रभावित होती हैं, क्योंकि महिलाओं के शरीर में कई अन्य हार्मोन उनके पीरियड्स, गर्भावस्था संबंधी प्रक्रियाओं को कंट्रोल करते हैं।

दो प्रकार की समस्या: थायरॉइड की समस्या दो तरह की होती है। एक हाइपरथायरॉइडिज्म और दूसरा हाइपोथायरॉइडिज्म। दोनों ही स्थितियों में शरीर का हार्मोन स्तर प्रभावित होता है।

हाइपरथायरॉइडिज्म: इसमें सबसे पहले रोगी का वजन कम होने लगता है, घबराहट बढती है, चिड़चिड़ापन होता है, दिल की धड़कन तेज हो जाती है, पसीना अधिक आता है, गर्मी ज्यादा लगती है, हाथ-पैर कांपने लगता है, नींद कम होने लगती है। जब इस तरह के लक्षण दिखाई देने लगे तब जांच जरूर कराना चाहिए।

हाइपोथायरॉइडिज्म: इसमें लगातार थकान रहती है, वजन बढ़ने लगता है, दिल की धड़कन धीमी हो जाती है, ठंड ज्यादा लगती है और कभी-कभी मूड भी स्विंग करता है। इसके अलावा बालों का झड़ना, त्वचा का रूखा होना, डिप्रेशन होना आदि लक्षण दिखाई दें, तो ऐसी स्थिति में डॉक्टर से जरूर कंसल्ट करें।

आयुर्वेद उपचार में यह देखा जाता है कि रोगी की उम्र क्या है? यह बीमारी कितने साल से है? वह नौकरी किस तरह की करते हैं? इनकी जीवनशैली कैसी? इनका पेट साफ रहता है या नहीं, तनाव में तो नहीं रहते हैं? इनके आधार पर रोगी की जांच की जाती है।

क्या खाएं-क्या न खाएं: इस समस्या से राहत पाने के लिए यह जानना बेहद आवश्यक है कि भोजन में क्या खाना चाहिए और क्या नहीं? थायरॉइड संबंधी रोग में मेटाबॉलिज्म कमजोर हो जाता है, इसलिए वही चीजें खानी चाहिए, जो आसानी से पच जाएं। खाने में गेंहू की रोटी की जगह जौ की रोटी खाएं। इससे पेट भी हल्का रहेगा और यह आसानी से पच भी जाता है। सफेद चावल की जगह भूरे चावल खाएं। टोफू और सोयाबीन न खाएं। इसके साथ ही पनीर, चीज, मोयोनेज से दूरी रखें। जहां तक हो सके तला, भुना खाने से परहेज करें। भोजन के लिए समय जरूर निश्चित करें और हमेशा समय पर ही भोजन कर लें। भोजन हमेशा हल्का लें। इसके अलावा अपनी दिनचर्या को नियंत्रित रखें। रात में 10 बजे तक सोने की आदत डालें।

योग को अपनाएं: अपनी दिनचर्या में योग को जरूर जगह दें, ताकि शरीर के साथ आपका मन भी स्वस्थ रहे, क्योंकि मन और शरीर एक-दूसरे से जुड़े होते हैं। अगर आपका मन मजबूत है, तो आप किसी भी बीमारी से आसानी से उबर सकते हैं। जीवन में चाहे जितनी भी व्यस्तता हो, पर अपने लिए दस मिनट का समय निकालना मुश्किल नहीं होना चाहिए। थायरॉइड में उज्जयी, भस्त्रिका, कपालभाति और भ्रामरी प्राणायाम बहुत मदद करते हैं। इसके अलावा हलासन भी करें। अपने को स्वस्थ रखने के लिए जीवन में कुछ संयम और नियम रखना बेहद जरूरी होता है।

मौसमी फल-सब्जियां खाएं: हमेशा मौसम के अनुसार ही पके फल और पकी सब्जियां खाएं। कच्ची सब्जियां और सलाद पाचन पर अधिक जोर डालते हैं, इसलिए इन्हें खाने से जहां तक हो सके बचें। दही की जगह छाछ का प्रयोग करें। इसके अलावा घी को अपने भोजन में जरूर शामिल करें, क्योंकि इसमें कई विटामिन होते हैं और यह आसानी से पच भी जाता है। इसके साथ ही सौंफ, पिपली और काली मिर्च को बराबर मात्रा में मिलाकर पीस लें और थोड़ी मात्रा में लेते रहें, यह पाचन के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है। *

(आयुर्वेद विशेषज्ञ डॉ. अमृता शर्मा से बातचीत पर आधारित)

पंचकर्मा उपचार

इसे मानस प्रकृति परीक्षण भी कहा जाता है। सात प्रकार की प्रकृति होती है। आयुर्वेद में यह एक डिटॉक्स थेरेपी है। इस उपचार के द्वारा शरीर के विषाक्त पदार्थों को बाहर निकाल कर शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जाता है। जब मौसम बदलता है तब यह क्रिया की जाती है। यह उपचार कोई भी करवा सकता है।

अवेयरनेस
डॉ. मोनिका शर्मा

जाड़े के मौसम में देश के अनेक शहरों में वायु प्रदूषण की समस्या गंभीर रूप धारण कर लेती है। एक्यूआई इतना खराब हो जाता है कि सांस लेने में परेशानी होने लगती है। ऐसे में केवल बच्चे, बूढ़े और बीमार लोगों को ही नहीं स्वस्थ लोगों को भी कुछ सावधानियां बरतनी जरूरी है। यहां बताए जा रहे उपायों को अपनाकर आप वायु प्रदूषण के दुष्प्रभावों से काफी हद तक बचे रह सकते हैं।

बरकरार है वायु प्रदूषण का संकट कारगर उपायों से मिलेगी राहत

दमघोंटू हवा, इन दिनों देशभर के कई राज्यों में स्वास्थ्य से जुड़ा बड़ा संकट बनी हुई है। प्रदूषण की मार बच्चों से लेकर बड़ों तक, सभी झेल रहे हैं। सेहत से जुड़ा हर पहलू हवा की गुणवत्ता से प्रभावित होता है। तकलीफदेह है कि सर्दियों में तो एयर क्वालिटी और खराब हो जाती है। हमें चारों ओर से घेरते धूल और धुएं के गुबार को काबू करने के लिए कई मोर्चों पर प्रभावी कदम उठाने की दरकार है, पर ठंड के इस मौसम में प्रदूषण के वार से अपनी सेहत को बचाने के लिए छोटे-छोटे सहज से तौर-तरीके जरूर कारगर साबित हो सकते हैं।

स्वच्छता का रखें ध्यान

घर के बाहर सांस लेने लायक हवा को बनाए रखना मुश्किल है। लेकिन घर के भीतर साफ-सफाई का ध्यान रखकर हवा को शुद्ध रखा जा सकता है। इसके लिए इन दिनों जितना अधिक संभव हो अपने घर की खिड़कियां और दरवाजे बंद रखने चाहिए। इससे बाहर की धूल, धुआं और प्रदूषक तत्व घर में प्रवेश नहीं कर पाएंगे। साथ ही सफाई के लिए ज्यादा झाड़-पोंछ भी न करें। ठंड से राहत पाने के लिए घर के भीतर कोयला आदि जलाने से भी बचें। घर के भीतर हवा शुद्ध करने वाले पौधे यानी एयर प्यूरीफाइंग प्लांट्स लगाना भी काफी कारगर उपाय हो सकता है।

इन उपायों पर भी करें अमल

बार-बार अच्छे से हाथ भी धोते रहें। खासकर जब घर के बाहर से आएं तो अच्छे से हाथ धोना जरूरी है। हाथों को साफ रखने की यह सजगता स्किन पर जमे प्रदूषण के कण यानी पार्टिकुलेट मैटर (पीएम) को हटाने के लिए बहुत जरूरी है। असल में पीएम कण हवा में मौजूद सूक्ष्म ठोस कण या तरल बूंदें होती हैं। ये कण सांस के जरिए तो शरीर में जाते ही हैं, गंदे हाथों से खाना खाने और शरीर के दूसरे अंगों को छूने पर भी नुकसानदेह साबित होते हैं। यहां तक कि स्किन इंफेक्शन होने का भी खतरा रहता है। इन दिनों गरम पानी से गरारे कर गले को साफ करने की एक्टिविटी को भी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। इससे भी हवा में मिले धूल और धुएं के कणों के शरीर में पहुंचने पर बहुत हद तक काबू पाया जा सकता है।

रेग्युलर एक्सरसाइज करना है बहुत फायदेमंद

ठंड के मौसम में शारीरिक सक्रियता से दूरी न बनाएं। हालांकि स्मॉग से ढंकी सुबह या शाम कसरत करने के लिए सही नहीं पर घर के अंदर योगाभ्यास, ट्रेडमिल, इंडोर साइक्लिंग आदि के जरिए खुद को एक्टिव रखें। विशेष रूप से सुबह और शाम के समय हवा की गुणवत्ता अनहेल्दी हो तो स्वास्थ्य जोखिम बढ़ाने वाली होती है। ऐसे में प्रदूषण के समय घर के बाहर जाकर एक्सरसाइज करने के बजाय, घर के अंदर ही व्यायाम, योग या किसी भी तरह की कसरत करना सही रहता है।

ये एक्टिविटीज करने से बचें

प्रदूषित हवा में तेज दौड़ने या हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज जैसे जंप स्क्वैट्स, माउंटेन क्लाइंबर्स, स्प्रिंट्स और पुश-अप्स जैसे व्यायाम करने से बचें। असल में हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज करते हुए व्यक्ति बहुत तेज और गहरी सांस भरता है। इस कंडीशन में समझना मुश्किल नहीं कि सामान्य की तुलना में फेफड़ों में ज्यादा प्रदूषक तत्व पहुंचते हैं। तकनीकी सुविधाओं के इस दौर में कसरत के लिए बाहर निकलने से पहले अपने क्षेत्र की एयर क्वालिटी यानि एक्यूआई को भी जांचें। पार्क में सैर या सहज रूप से वॉक पर जाने के लिए अच्छी क्वालिटी के मास्क का उपयोग करना भी आपकी सेहत सहेजने में मददगार बनेगा।

खान-पान भी हो पौष्टिक

शरीर की अच्छी रोग प्रतिरोधक क्षमता, प्रदूषण से लड़ने में भी मदद करती है।

इसीलिए इन दिनों फल और सब्जियों का भरपूर मात्रा में सेवन करें। परंपरागत रूप से भी इन दिनों खाया जाने वाला भोजन इम्यूनिटी बढ़ाने वाला ही लेना चाहिए। हरी पत्तेदार सब्जियां, मोटे अनाज, घी, आंवला आदि का सेवन अधिक करें। ऐसी सभी चीजें शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाती हैं। खासकर विटामिन-सी के सेवन से शरीर को मिलने वाले एंटी-ऑक्सीडेंट्स इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं। इसके लिए संतरा, गाजर और आंवला जैसे फल जरूर खाएं। इससे आपकी इम्यूनिटी बूस्ट होगी और प्रदूषण के दुष्प्रभावों का सामना करने की शक्ति आपके भीतर उत्पन्न होगी।

इनका सेवन है लाभकारी

ठंड के मौसम में तुलसी, अदरक, कच्ची हल्दी या दूसरी हर्बल चीजों से बनी चाय भी गले को साफ रखने में मदद करती हैं। साथ ही सूप, दूध और नीबू-शहद का गर्म पानी जैसे गर्म पेय प्रदूषण और स्मॉग के असर को कम करने में मददगार बनते हैं। इन ड्रिंक्स के साथ दालचीनी, काली मिर्च और सोंठ जैसे मसालों का संतुलित मात्रा में उपयोग करना तो इन्हें स्वास्थ्य रक्षा करने वाले पेय पदार्थ बना देता है। साथ ही इनके नियमित सेवन से आपका शरीर हाइड्रेटेड भी रहता है। यहां बताए गए परंपरागत तौर-तरीकों और मौजूदा समय की जरूरत के अनुसार जागरूकता का यह मेल प्रदूषण के घेरे में भी बहुत हद तक आपका स्वास्थ्य सहेजने में सहायक होगा। *

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. दीपक भंगाले
गैस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट-कोकिलाबेन
धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, नवी मुंबई

पाचन तंत्र के बिगड़ने से कब्ज की समस्या होती है। इससे बचाव के लिए जीवनशैली और खान-पान की आदतों में सुधार करना जरूरी है। कब्ज जागरूकता माह (दिसंबर) के अवसर पर आपको इस बारे में दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारियां।

कब्ज की समस्या से ऐसे मिलेगा छुटकारा

वास्तव में कब्ज अपने में कोई बीमारी नहीं है लेकिन यह पाचन तंत्र संबंधी कई स्वास्थ्य समस्याओं को बुलावा दे सकती है।

कभी-कभार होने वाली कब्ज की समस्या विभिन्न उपायों पर अमल करने से दूर हो जाती है, लेकिन अगर कब्ज की समस्या काफी दिनों तक लगातार बनी रहती है तो उसे पुराना कब्ज (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन) कहा जाता है। ऐसा कब्ज व्यक्ति के स्वास्थ्य और उसके जीवन की गुणवत्ता पर प्रतिकूल असर डालता है। इसलिए कब्ज को हल्के में लेना सही नहीं है।

इसलिए होता है कब्ज: कब्ज होने की कई वजहें हो सकती हैं। भोजन में साबुत अनाजों के स्थान पर मैदा निर्मित खाद्य पदार्थों को वरीयता देना, जीवनशैली में शारीरिक श्रम और व्यायाम को महत्व न देना और जंक फूड्स और चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थों को आहार में वरीयता देना, पर्याप्त मात्रा में पानी न पीना, फाइबर युक्त डाइट (जैसे- फल, ड्राई फ्रूट्स, हरी सब्जियां और बींस आदि) कम लेना या फिर न लेना, एक निश्चित समय पर भोजन न करना, देर रात खान-पान। अक्सर तनावग्रस्त या चिंतित रहने वाले लोग कब्ज के शिकार होते हैं, क्योंकि तनावपूर्ण स्थिति में जो हार्मोन रिलीज होते हैं, वे आंतों के मूवमेंट पर प्रतिकूल असर डालते हैं। उम्र बढ़ने के साथ खासकर वृद्धों में आंतों का मूवमेंट स्वाभाविक रूप से कम होने लगता है। हाइपर थायरॉइडिज्म होना या फिर शरीर में हार्मोंस का असंतुलन। लिवर या पेट से संबंधित किसी बीमारी से ग्रस्त होना। मधुमेह की समस्या भी कब्ज उत्पन्न कर सकती है। गर्भवती महिलाएं और ऐसी महिलाएं जिनकी गायनेकोलॉजिकल सर्जरी हो चुकी है, उनके पेट की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं, जिसके कारण वे अकसर कब्ज की समस्या से ग्रस्त हो सकती हैं। रक्त में कैल्शियम की मात्रा कम होना, धूम्रपान, मद्यपान या फिर अन्य मादक पदार्थों का सेवन करना, रोज लगभग 6 से 8 घंटे की गहरी नींद न लेना, कुछ एंटीबायोटिक्स और पेनकिलर्स लेने वालों में कब्ज की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं। भूख से कम मात्रा में खाना। स्वाद के फेर में भूख न होने के बावजूद कई बार खाना-पीना। डाइटिंग करना। रात में खाने के तुरंत बाद सोना।

कब्ज के लक्षण: ये लक्षण कब्ज के हो सकते हैं।

- पेट का फूलना और पेट दर्द।
- भूख न लगना।
- पेट में गैस बनना या भारीपन होना।
- मल के बहुत कड़ा हो जाने के कारण टॉयलेट सीट पर बैठकर पेट पर बहुत ज्यादा जोर लगाना।
- आलस्यग्रस्त होना।
- किसी कार्य में मन न लगना।
- 7 से 8 घंटे की नींद न ले पाना।
- सिर दर्द होना या सिर भारी होना।
- जीभ के ऊपर सफेद या मटमैली परत होना, छाले पड़ना।
- थकान या कमजोरी महसूस करना।
- चक्कर आना या जी मिचलाना।
- सीने में जलन महसूस करना।

पुराने कब्ज से होने वाली जटिलताएं: इससे कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। कब्ज की पुरानी समस्या (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन)बवासीर के अलावा गुदा संबंधी अन्य रोगों जैसे भगंदर और फिसर के जोखिम को बढ़ा देती है। इससे आंतों में एक विशेष प्रकार का उभार (बल्ज) बन जाता है, जिसे मेडिकल भाषा में 'आउटपाउचिंग' कहते हैं। ऐसी स्थिति में आंतों में संक्रमण हो सकता है या फिर ये सिकुड़ सकती हैं। कई लोग डॉक्टर के परामर्श के बगैर कब्ज दूर करने वाली दवाएं लैक्सेटिव्स या जुलाब लेने लगते हैं। ऐसी दवाओं के साइड या आफ्टर इफेक्ट्स हो सकते हैं। अकसर लोग लैक्सेटिव्स के आदी बन जाते हैं। पुराने कब्ज की समस्या आंतों या कोलन कैंसर का कारण बन सकती है।

ऐसे होगी रोकथाम: उपरोक्त जिन कारणों से कब्ज उत्पन्न होता है, उन कारणों को दूर करना ही कब्ज की रोकथाम करना है। जैसे- जंक फूड्स से परहेज करें। अपने आहार में फाइबर्स (मौसमी फलों, हरी पत्तेदार सब्जियों और बींस) को वरीयता दें।

अपनी शारीरिक क्षमता और उम्र के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करें। व्यायाम करने से पूर्व अपने डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना हितकर है। प्यास लगने के अलावा भी पानी पीने की आदत डालें। कोई भी मौसम हो लगभग 2 लीटर पानी और तरल पदार्थ जैसे सूप आदि लें। कब्ज दूर करने में पपीता किसी वरदान से कम नहीं। इसके अलावा अमरूद, संतरा और सेब पौष्टिक होने के साथ कब्ज दूर करने में भी सहायक हैं। भूख से कम भी न खाएं और भूख से ज्यादा भी न खाएं। भोजन को अच्छी तरह चबाकर तरल रूप में निगलें। देर रात भोजन से परहेज करें। रात में भोजन करने के बाद तुरंत न सोएं। सोने से पूर्व लगभग 200-250 कदम टहलें। मैदा और अत्यधिक चिकनाईयुक्त आहार के स्थान पर साबुत अनाजों को वरीयता दें।

उपचार: कब्ज की गंभीर और जटिल स्थिति में डॉक्टर कुछ समय के लिए दवाएं, लैक्सेटिव्स देते हैं। प्रत्येक रोगी की समस्या के मद्देनजर उसके लक्षणों के आधार पर इलाज सुनिश्चित किया जाता है। जैसे पेटदर्द और सिरदर्द आदि के लिए अलग-अलग दवाएं देते हैं। लेकिन कभी भी कोई दवा अपने मन से नहीं लेनी चाहिए। कब्ज खासकर पुराने कब्ज की समस्या दूर करने में एनिमा लेना अत्यंत लाभप्रद है। आंतों में एकत्र मल की सफाई करने में एनिमा काफी कारगर है, लेकिन एनिमा लेने से पहले चिकित्सक से परामर्श लें। कब्ज की समस्या का स्थाई इलाज सकारात्मक जीवनशैली में निहित है। सकारात्मक जीवनशैली के अंतर्गत प्रमुख तौर पर समुचित शारीरिक श्रम, नियमित व्यायाम और उपयुक्त खानपान को शामिल किया जाता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

केयर
शिखर चंद जैन

सर्दी के मौसम में कम तापमान, रूखी हवाओं की वजह से पैरों की स्किन में कई समस्याएं होने लगती हैं। इनसे राहत पाने के लिए आप यहां बताए जा रहे कुछ सरल लेकिन कारगर उपायों को आजमा सकते हैं।

सर्दियों में भी आपके पैरों में नहीं होंगी स्किन प्रॉब्लम्स

शरीर का पूरा भार उठाने वाले पैर अकसर देखभाल से उपेक्षित रहते हैं। आमतौर पर एक आदमी रोज 3000 से 10,000 कदम चलता है और अपने जीवनकाल में 77,000 मील की यात्रा करता है। इससे पता चलता है कि पैर कितना श्रम करते हैं। लेकिन ध्यान न देने पर कई समस्याएं हो जाती हैं। खासतौर पर सर्दी के मौसम में पैरों में कई प्रकार की समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं। ये समस्याएं और उनके निदान के बारे में यहां बता रहे हैं।

फटी एड़ियां: जाड़े के दिनों में ड्रायनेस की वजह से पैर के तलवों पर जमा डेड सेल्स को प्यूमिक स्टोन से हटाएं तथा कैस्टर ऑयल से मालिश करें। नहाने के बाद एड़ियों पर जैतून का तेल लगाएं। रात को सोते समय पैरों पर कोल्ड क्रीम लगाकर मोजे पहन कर सोएं।

एड़ियों में खुजली: सर्दी का प्रकोप बढ़ने पर पैरों की एड़ियों के आस-पास लाली तथा खुजली होने लगती है। ऐसा खून का संचार सही प्रकार से न होने के कारण भी हो सकता है। इसके लिए गर्म पानी में शैंपू अथवा नमक डालकर पैर डुबोएं और पंद्रह मिनट पश्चात बाहर निकालकर जैतून के तेल या किसी अच्छे लोशन से मालिश करें।

एथलीट फुट: यह फंगल इंफेक्शन है, जो एक संक्रामक रोग है। इसमें अंगुलियों के अंदरूनी तथा निचले हिस्से में फंगस बैठ जाती है जो ज्यादा कोमल त्वचा को काट देती है। फलस्वरूप पैरों से दुर्गंध आना शुरू हो जाती है। इसके लिए यहां बताए जा रहे उपाय आजमा सकते हैं।

- पैरों की अंगुलियों को बीच से सुखाकर ही मोजे पहनें।
- एंटी फंगल पावडर या सॉल्यूशनका प्रयोग करें।
- रोज धुले हुए मोजे पहनें।

ड्राय-हार्ड तलवे और एड़ियां: जाड़े के मौसम में यह समस्या भी कई लोगों को होती है। इसके लिए नियमित व्यायाम करें तथा फुटबाथ लें। उसके पश्चात अच्छी तरह पेट्रोलियम जैली लगाएं और कोई पुराने साफ मोजे पहन लें।

नाखूनों की देखभाल: नाखूनों की सेहत का पता उनके गुलाबी रंग एवं चमक से चलता है। नाखूनों की संरचना किरेटिन नामक एक प्रोटीन से होती है। पौष्टिक आहार न लेने से, चोट लगने से या थायरॉइड ग्लैंड के असंतुलन से नाखूनों की सेहत पर बुरा असर पड़ता है। प्रोटीन की कमी से नाखून कच्चे होकर टूट जाते हैं। भोजन में हरी सब्जियां, गाजर, दही आदि नाखूनों के लिए बहुत उपयोगी होते है। इससे नाखून सुंदर और मजबूत बनते हैं।

कुछ उपयोगी टिप्स: यहां बताए जा रहे टिप्स भी कारगर हैं।

- थके हुए पैरों के लिए गर्म पानी में नीम या पुदीने की पत्ती डालकर पैरों को कुछ देर उस पानी में डुबाकर रखें।
- पैरों से बदबू आए, तो पैर धोते समय कुछ बूंद लौंग का तेल इस्तेमाल करें फिर सुखा लें।
- पांवों में जलन या खुजली महसूस होने पर तुलसी के पत्ते गर्म पानी में डालकर 15 मिनट तक पैर भिगोएं।
- महिलाएं ऊंची हील की सैंडिल से परहेज करें। इससे पीठ तथा पैरों में दर्द हो सकता है।
- डेड स्किन हटाने के लिए दही में सिरका मिलाकर मालिश करें।
- नाखून काटते रहें, ताकि उनमें मैल न जमा हो सके। *

(डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. किंशुक सामंता से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

बच्चों ने निकाली विशेष जागरूकता रैली

जींद। राष्ट्रीय मानव अधिकार दिवस एवं एंटी ड्रग कैंपेन के उपलक्ष्य में बुधवार को पीएम सीनियर सेकेंडरी स्कूल लोधर गांव में जागरूकता कार्यक्रम एवं रैली का आयोजन जिला विधिक सेवा प्राधिकरण जींद द्वारा किया गया। राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण व जिला एवं सत्र न्यायाधीश एवं अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण पूनम सुनेजा के मार्गदर्शन में यह कार्यक्रम आयोजित किया गया।

बाड़े से तीन भैंस तथा दो कटड़ी चोरी, मामला दर्ज

जींद। गांव ललितखेडा में बीती रात चोरों ने पशुबाड़े से तीन भैंस तथा दो कटडियों को चोरी कर लिया। सदर थाना पुलिस ने गांव के सरपंच की शिकायत पर चोरी का मामला दर्ज किया है। ललितखेड़ा के सरपंच जोगेंद्र ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि बीती रात चोरों ने गांव के ही राकेश के बाड़े से तीन भैंस तथा दो कटड़ियों को चोरी कर लिया।

जत्थे ने पिल्लूखेड़ा और सफीदों में की बैठक

जींद। विभिन्न निर्माण मजदूर यूनियनों के संयुक्त निर्माण मोर्चा के राज्य स्तरीय जत्थे ने सफीदों और पिल्लूखेड़ा ब्लॉक के गांव भम्भेवा, गांगोली, ढाठरथ, हाट, करसिंधु, छापर, सिंघाना आदि गांव में पहुंचा। इन गांवों में आयोजित जनसभाओं में निर्माण मजदूर कारीगरों ने बढ़.चढ़ कर हिस्सा लिया और सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की।

संदिग्ध हालात में युवती लापता, मामला दर्ज

जींद। गांव रत्ताखेड़ा से युवती के संदिग्ध हालात में गायब होने पर सदर थाना सफीदों पुलिस ने अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। गांव रत्ताखेड़ा निवासी एक व्यक्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि गत दिवस उसकी बेटी घर से गायब हो गई। पूछताछ करने पर कोई सुराग नही लगा। सफीदों पुलिस ने शिकायत के आधार पर अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

प्रश्नोत्तरी में रिया प्रथम शिवानी द्वितीय रही

अलेवा। राजकीय महाविद्यालय अलेवा में कानूनी साक्षरता प्रकोष्ठ द्वारा मानव अधिकार दिवस के अवसर पर जागरूकता शिविर तथा मौलिक अधिकार और कर्तव्य विषय पर प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य मुनीश कुमार ने की तथा संचालन कार्यक्रम संयोजक डा. प्रदीप सहारण ने किया। इस प्रतियोगिता में रिया ने प्रथम, शिवानी ने द्वितीय तथा मीना ने तृतीया स्थान प्राप्त किया।

राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन 13 दिसंबर को

जींद। राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के निर्देशानुसार आगामी 13 दिसंबर को जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा स्थानीय न्यायिक परिसर व उपमंडल स्तर पर नरवाना व सफीदों में राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी मोनिका ने बताया कि जिला एवं सत्र न्यायाधीश एवं अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण जींद पूनम के नेतृत्व में 13 दिसंबर को जींद, नरवाना व सफीदों में राष्ट्रीय लोक अदालत व प्रत्येक कार्य दिवस को लोक अदालत का आयोजन होगा।

सराहनीय कार्य करने वाली बालिकाएं होंगी सम्मानित

कैथल। महिला एवं बाल विकास विभाग की कार्यक्रम अधिकारी गुरजीत कौर ने बताया हर वर्ष की भांति राज्य स्तर पर बालिका दिवस पर विभिन्न क्षेत्रों में सराहनीय कार्य करने वाली बालिकाओं को नकद पुरस्कार एवं प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया जाएगा।

31 दिसंबर तक करवाएं अपनी फसल का बीमा

कैथल। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डॉ. सुरेंद्र कुमार यादव ने बताया कि प्राकृतिक आपदाओं से किसानों को सुरक्षित करने के लिए प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना एक महत्वपूर्ण योजना है। जिसमें किसानों की फसलों के नुकसान की भरपाई की जाती है। सुरक्षित फसल-सुरक्षित खलिहान फसल बीमा है।

राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के सदस्य की अध्यक्षता में बैठक

बच्चों की सुरक्षा ही सर्वोच्च प्राथमिकता: अनिल कुमार

पोक्सो, जेजे एक्ट, चाइल्ड सेफ्टी पर दिए महत्वपूर्ण निर्देश

चुनौतियों और सुधार की आवश्यकताओं पर अपने विचार सांझा किए

हरिभूमि न्यूज ⏩ जींद

जिले में बच्चों की सुरक्षा, संरक्षण और कानून प्रवर्तन की व्यवस्था को और मजबूत बनाने के उद्देश्य से लघु सचिवालय के सभागार में स्पेशल जुवेनाइल पुलिस ऑफिसर्स (एसजेपीओ) की समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता हरियाणा राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग पंचकूला के सदस्य अनिल कुमार ने की। बैठक में जिले के विभिन्न थानों के अधिकारियों ने भाग लेते हुए वर्तमान स्थिति, चुनौतियों और सुधार की आवश्यकताओं पर अपने विचार सांझा किए। आयोग सदस्य अनिल कुमार ने निर्देश देते कहा कि बच्चों की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है। इसलिए पोक्सो, जेजे एक्ट और अन्य चाइल्ड प्रोटेक्शन कानूनों के तहत की जाने वाली कार्रवाई पूरी सतर्कता, संवेदनशीलता और समयबद्धता के साथ सुनिश्चित होनी चाहिए।

मीटिंग की अध्यक्षता करते राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के सदस्य अनिल कुमार।

सुरक्षा उपाय सुनिश्चित किए जाएं

और जिले के संवेदनशील क्षेत्रों की नियमित मॉनिटरिंग करना भी सुनिश्चित किया जाए। आयोग सदस्य अनिल कुमार ने सभी एसजेपीओ को निर्देश दिए कि कानून और व्यवस्था का पूर्ण पालन सुनिश्चित करना उनकी प्राथमिक जिम्मेदारी है। जिले में ऐसे संवेदनशील क्षेत्र, जहां बच्चों से जुड़े मामले अधिक आते हैं, उन्हें विशेष रूप से चिन्हित कर वहां की स्थिति की निगरानी की जाए। ऐसे क्षेत्रों में कौनदृकौन से बच्चे जोखिम में हैं, उनके परिवार की स्थिति क्या हैए केस वहां अधिक क्यों होते हैं। इनके मूल कारण को समझना और उस पर कार्य करना अत्यंत आवश्यक है। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि जिले में रहने वाले माइग्रेंट परिवारों, झुग्गी, झोपडियों और अस्थायी बस्तियों का पूरा डेटा अपडेट रूप में होना चाहिए। इन क्षेत्रों में समय-समय पर निरीक्षण करें, यह सुनिश्चित करें कि कहीं भी बच्चों से संबंधित कोई गैर कानूनी गतिविधि, शोषण, बाल मजदूरी या जोखिमपूर्ण स्थिति नहीं हो। उन्होंने कहा कि सभी संबंधित अधिकारियों और अपने-अपने क्षेत्र का सटीक डेटा, वहां की स्थिति, अपराध की प्रवृत्ति, सामाजिक, आर्थिक स्थितियां, क्राइम रेट बढने के कारण आदि की जानकारी होनी चाहिए ताकि समय रहते आवश्यक कार्रवाई की जा सके। उन्होंने साफ कहा कि बच्चों की सुरक्षा सर्वोपरि है। इसलिए संवेदनशील इलाकों को चिन्हित कर सुरक्षा उपाय सुनिश्चित किए जाएं।

रिकार्ड पूरी तरह सही और व्यवस्थित होना चाहिए

निर्देश देते कहा कि सभी डॉक्यूमेंटेशन और रिकार्ड पूरी तरह सही और व्यवस्थित होनी चाहिए। किसी भी प्रकार की लापरवाही नहीं होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि पोक्सो से जुड़े मामलों में गोपनीयता, संवेदनशीलता और समयबद्ध कार्रवाई अनिवार्य है। किसी भी शिकायत, चाइल्ड लेबर, शोषण या जोखिमपूर्ण स्थिति की सूचना मिलने पर तुरंत कार्रवाई करे और संबंधित विभागों के साथ समन्वय बनाकर काम करें। उन्होंने कहा कि बच्चों की सुरक्षा एक सामूहिक जिम्मेदारी है। सभी सबंधित अधिकारियों को अपने क्षेत्रों में सक्रिय रहकर, डेटा आधारित कार्ययोजना बनाकर और संवेदनशीलता के साथ कार्य करते हुए बच्चों के हितों की रक्षा करनी होगी। बैठक में सीडब्लूसी चेयरपर्सन सतीश कुमार, डीसीपीओ सुजाता, डीएसपी संदीप कुमार, एसआई कुलदीप सिंह, एसआई मुकेश कुमार, एसआई सुरेंद्र, एसआई सुरेश, एसआई नरेंद्र आदि मौजूद रहे।

विद्यार्थियों को पढ़ाया कानून का पाठ

हरिभूमि न्यूज ⏩ सीवन

पीएम श्री राजकीय कन्या वमावि में कानूनी शिक्षा प्रकोष्ठ की ओर से एक विशेष जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य छात्रों को संविधान में दिए मौलिक अधिकारों बारे में जागरूक करना था। कार्यक्रम की अध्यक्षता कानूनी शिक्षा प्रकोष्ठ की इंचार्ज डॉ. भूपेंद्र कौर ने की, जिन्होंने छात्राओं को सरल और रोचक तरीके से उनके अधिकारों के महत्व और उपयोगिता के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। डॉ. कौर ने बताया कि भारतीय संविधान प्रत्येक नागरिक को कई प्रकार के मौलिक अधिकार प्रदान करता है।

सीवन। कन्या स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में भाग लेती छात्राएं।

अधिकारों का ज्ञान सभी के लिए जरूरी

जिनमें स्वतंत्रता का अधिकार, सांस्कृतिक और शिक्षा संबंधी अधिकार, तथा संवैधानिक उपचारों का अधिकार विशेष रूप से महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने इन अधिकारों की आवश्यकता, संरक्षण और इनके सही उपयोग के बारे में व्यवहारिक उदाहरणों के साथ समझाया। कार्यक्रम के दौरान विद्यालय में भाषण प्रतियोगिता भी आयोजित की , जिसमें छात्राओं ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। प्रतियोगिता में 12वीं कक्षा की छात्रा अंजू रानी ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए मौलिक अधिकारों की विस्तृत व्याख्या प्रस्तुत की। बताया कि अधिकारों का ज्ञान हर नागरिक के लिए जरूरी है, क्योंकि ये अधिकार न केवल हमें स्वतंत्र रूप से जीने की शक्ति देते हैं बल्कि हमें अपने हितों की रक्षा करने का अधिकार भी प्रदान करते हैं। भाषण के बाद छात्राओं ने अंजू रानी और डॉ. कौर से कई प्रश्न पूछे, जिनका दोनों ने धैर्यपूर्वक और स्पष्ट रूप से उत्तर दिया। छात्राओं ने कहा कि इस कार्यक्रम से उन्हें संविधान और उनके अधिकारों को समझने का एक नया दृष्टिकोण मिला है।

सुपर 100 कार्यक्रम के दौरान जिला शिक्षा अधिकारी सुरेश कुमार के साथ अन्य अधिकारी

मिशन बुनियाद बच्चों के सपनों को लगा रहा पंख

कैथल। राजकीय आदर्श संस्कृति वमावि पुंडरी में मिशन बुनियाद एवं सुपर–100 कार्यक्रमों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए एक प्रेरणादायक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि खंड शिक्षा अधिकारी सुरेश कुमार रहे। जिला शिक्षा अधिकारी सुरेश ने कहा "मिशन बुनियाद हर विद्यार्थी की मजबूत शैक्षिक नींव तैयार करने का अभियान है। केवल कार्यक्रम नहीं, बल्कि बच्चों की सीखने की क्षमता को वास्तविक रूप से बढ़ाने की दिशा में किया जा रहा एक सशक्त प्रयास है। हमारा लक्ष्य है कि हर बच्चा भाषा, गणित और बुनियादी कौशलों में दक्ष बने। विद्यालयों में शिक्षकों, अभिभावकों और छात्रों की संयुक्त सहभागिता से मिशन नई ऊँचाइयाँ छू रहा है।" जिला विज्ञान विशेषज्ञ सुशील ने सभी अतिथियों, अभिभावकों व शिक्षकों का हार्दिक स्वागत किया।

भक्ति का अर्थ हृदय में बसे अहंकार को करता है समाप्त

कैथल। नारायण सेवा संस्थान उदयपुर शाखा कैथल द्वारा आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के तृतीय दिवस बुधवार का आयोजन भक्ति, ज्ञान और आध्यात्मिक ऊर्जा से परिपूर्ण वातावरण में संपन्न हुआ। दोपहर 3 से 6 बजे तक आयोजित कथा में श्रद्धालुओं ने एकाग्र मन से अमृत-रस का श्रवण किया। परम श्रद्धेय श्री श्री 1008 श्री यमुना पुरी जी महाराज ने आज के प्रवचन में भक्तों को जीवन-उपयोगी संदेश देते कहा कि "भागवत केवल पुस्तक नहीं, जीवन को प्रकाश एवं ज्ञान देने वाला दिव्य मार्गदर्शक है। जो व्यक्ति भागवत को हृदय से सुनता है, उसके जीवन में शांति, करुणा, सेवा और सत्य का प्रकाश स्वयं फैल जाता है।" आगे कहा "भक्ति का अर्थ केवल पूजा नहीं, बल्कि हृदय में बसे अहंकार को समाप्त कर सेवा की भावना अपनाना ही सच्ची भगवत-भक्ति है।"प्रेरणादायी वचनों ने उपस्थित सभी श्रद्धालुओं को गहराई से प्रभावित किया और वातावरण में भक्ति की पवित्रता भर दी। नारायण सेवा संस्थान द्वारा सामाजिक सेवा कार्यक्रम के अंतर्गत टोहाना से आए पवन ने जरूरतमंद लोगों को कंबल वितरित किए।

विवेकानंद विद्या निकेतन में सेमिनार

जींद। विवेकानंद विद्या निकेतन जींद में छोटे बच्चों में डर को दूर करने हेतू एक महत्वपूर्ण सेमिनार का आयोजन किया गया। जिसमें मनोवैज्ञानिक नरेश जागलान ने बताया कि बच्चों के मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास में भय एक बड़ी चुनौती बनकर सामने आता है। आज भी छोटे बच्चों में अंधेरे से डर, अकेले रहने का डर, परीक्षा, पानी, आग या ऊंचाई का डर जैसे कई प्रकार के भय देखे जाते हैं। जो न केवल उनकी दिनचर्या बल्कि आत्मविश्वास और सीखने की क्षमता को भी प्रभावित करते हैं। छह से 12 वर्ष तक के छोटे बच्चों में डर का विकसित होना स्वाभाविक है लेकिन उचित मार्गदर्शन और सहयोग से इस गंभीर समस्या से निजात पा सकते हैं। डर बच्चों की कल्पना से पैदा होता है और सही समझ से इसे खत्म किया जा सकता है। नरेश ने बच्चों में भय के विभिन्न प्रकारों की पहचान, उनके लक्षण और कारणों पर विस्तृत चर्चा की। बच्चों में डर के प्रमुख संकेत जैसे घबराहट, अकेले सोने से परहेज, चिड़चिड़ापन, पढ़ाई में मन न लगना, बार-बार वही प्रश्न पूछना या अति संवेदनशील प्रतिक्रिया देना है।

जींद। बच्चों से बातचीत करते नरेश जागलान। फोटो :हरिभूमि

जींद। कार्यक्रम को संबोधित करते प्रधानाचार्य। फोटो :हरिभूमि

नशा मुक्ति जागरूकता सेमिनार आयोजित

जींद। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में एड्स एवं नशा मुक्ति जागरूकता सेमिनार का आयोजन किया। अध्यक्षता संस्थान के प्रधानाचार्य नरेश कुमार पांचाल ने की। सेमिनार में श्री साईं वेलफेयर सोसाइटी जींद से आए प्रोजेक्ट मैनेजर ईशा व प्रोजेक्ट काउंसलर विवेक तथा उनकी टीम ने विद्यार्थियों को जागरूक करने के लिए विस्तृत जानकारी प्रदान की। एड्स एवं ड्रग्स काउंसलर रवि कुमार ने संबोधन में बताया कि एड्स के प्रारंभिक लक्षण क्या हो सकते हैं और इससे बचाव के लिए कौन-कौन से उपाय अपनाने जरूरी हैं। जोर देकर कहा कि आज का युवा वर्ग नशे के दुष्प्रभावों से गंभीर रूप से प्रभावित हो रहा है। नशे की लत न केवल शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को नष्ट करती है बल्कि एड्स जैसी गंभीर और जानलेवा बीमारी का कारण भी बन सकती है। बताया कि नशे की प्रवृत्ति में बढ़ोत्तरी के कारण युवा नशे के इंजेक्शन का उपयोग करने लगे हैं। जिससे एचआईवी संक्रमण का खतरा कई गुना बढ़ जाता है। संस्थान के अधीक्षक जोगेंद्र सिंह, वर्ग अनुदेशक सोनू शर्मा मौजूद रहे।

विश्व मानवाधिकार दिवस मनाया

जींद। राजकीय महिला महाविद्यालय में विश्व मानवाधिकार दिवस उत्साहपूर्वक मनाया गया। इस अवसर पर मौलिक अधिकारों एवं मौलिक कर्तव्यों पर आधारित क्विज प्रतियोगिता आयोजित की गई। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य जयनारायण गहलावत ने की। आयोजन लीगल लिटरेसी सेल की इंचार्ज डा. प्रतिमा तथा असिस्टेंट प्रोफेसर अंग्रेजी डा. अमरजीत कौर के नेतृत्व में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में रेडक्रॉस, अंग्रेजी विभाग ने भी महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान किया। जिससे आयोजन और अधिक प्रभावशाली बन सका। कुल सात टीमों ने प्रतियोगिता में भाग लिया और मौलिक अधिकारों व कर्तव्यों से संबंधित प्रश्नों का उत्साहपूर्वक उत्तर दिया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान टीम ए, द्वितीय स्थान पर टीम सी तथा तृतीय स्थान पर टीम ई रही। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में मानवाधिकारों तथा भारतीय संविधान में वर्णित अधिकारों एवं कर्तव्यों के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। प्राचार्य ने विजेता टीमों को बधाई दी और सभी प्रतिभागियों के उत्साह एवं ज्ञान की सराहना की।

जींद। प्रतियोगिता में भाग लेते टीमें। फोटो :हरिभूमि

अलेवा। राजकीय कालेज में छात्राओं को जागरूक करती मेडिकल आफिसर डा. पिंकी।

खानपान का रखें ख्याल : डा. पिंकी

अलेवा। राजकीय महाविद्यालय अलेवा में महिला प्रकोष्ठ के तत्वाधान में एक दिवसीय कार्यशाला एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य मुनीश कुमार ने की तथा संचालन महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डा. सुनेत रानी ने किया। मुख्य रूप से आयुष विभाग अलेवा से मेडिकल आफिसर डा. पिंकी ने भाग लिया। कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य जागरूकता, पीसीओडी, पीसीओस एंड मेंस्ट्रूअल हाइजीन रहा। इस दौरान डा. पिंकी ने बताया कि पीसीओडी एक गंभीर हार्मोनल असंतुलन है जो मेटाबालिक समस्याओं और अन्य जटिलताओं का कारण बनती है। इसके प्रमुख लक्षण मासिक धर्म में अनियमिता, वजन बढना, चेहरे पर मुहासें, सिर के बालों का झडना आदि होते हैं। इसके लिए संतुलित और पोष्टिक आहार, नियमित शारीरिक व्यायाम, योग, प्राणायाम के अलावा डा. द्वारा सुझाई जांच जरूरी है। महिला प्रकोष्ठ प्रभारी ने सुनेत रानी बताया कि कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य महिलाओं विशेषकर किशोरियों के स्वास्थ्य संबंधित जानकारी उपलब्ध करवाना था।

नरवाना। बच्चों को सम्मानित करते हुए। फोटो :हरिभूमि

रिक्रिएशन मैथमेटिक्स मॉडलिंग में नवीन प्रथम

नरवाना। राजकीय कन्या वमावि जींद में जिला स्तरीय विज्ञान प्रतियोगिता में विभिन्न विद्यालयों के 128 विद्यार्थियों ने भाग लिया जिसमें सात थीम पर मॉडल प्रस्तुत किए गए ।जिसमें से रिक्रिएशन मैथमेटिक्स मॉडलिंग में नवीन ने प्रथम ए इमर्जिंग टेक्नोलॉजी में शिवम ने प्रथम हेल्थ तथा हाइजीन में देव ने द्वितीय तथा ग्रीन एनर्जी में आर्यन ने तृतीय स्थान प्राप्त किया । इसमें प्रथमए द्वितीय स्थान पर आने वाले सभी विद्यार्थी राज्य स्तर पर होने वाली प्रतियोगिता में भाग लेंगे । इस अवसर पर खंड शिक्षा अधिकारी राजेंद्र आजाद ने व स्कूल के प्रधानाचार्य अशोक कुमार ने विज्ञान संकाय के सभी अध्यापकों व विद्यार्थियों की भूरि.भूरि प्रशंसा की । शिवकरण,संगीता जेठी, संतोष जेठी, दीपिका, रितु, सज्जन कुमार, सीमा, लक्ष्मी, जगदीश, ईश्वर, जितेंद्र, मक्खन सिंह आदि मौजूद रहे।

जुलानाः 100 एकड़ पर सिंचाई का संकट

हरिभूमि न्यूज ⏩ जुलाना

जुलाना कस्बे के वाटर ट्रीटमेंट प्लांट के पास स्थित करीब 100 एकड़ कृषि भूमि पर इन दिनों सिंचाई का गंभीर संकट खड़ा हो गया है। किसानों का कहना है कि जब वाटर ट्रीटमेंट विभाग के पास गंदे पानी को छोडऩे के लिए कोई स्थान नहीं होता था, तब उस पानी को जनस्वास्थ्य विभाग की ओर से उनके खेतों में डाला जाता था। इससे सिंचाई भी हो जाती थी और विभाग को भी सुविधा रहती थी लेकिन किसानों के मुताबिक अब परिस्थितियां बदल गई हैं। गेहूं की बिजाई के बाद खेतों को पानी की आवश्यकता है, वहीं जनस्वास्थ्य विभाग खेतों में पानी छोडऩे के बजाय उसे गतौली ड्रेन में डाल रहा है। इससे किसानों के सामने सिंचाई का संकट गहरा गया है। समस्या को लेकर किसान नपा चेयरमैन डा. संजय जांगड़ा के पास पहुंचे और अपनी पीड़ा साझा की। मौके की गंभीरता को देखते हुए चेयरमैन तुरंत संबंधित स्थल पर पहुंचे और स्थिति का जायजा लिया। इसके बाद उन्होंने जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों से बातचीत कर समाधान की मांग की। जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने किसानों को आश्वासन दिया है कि जल्द ही समस्या का समाधान किया जाएगा और सिंचाई के लिए आवश्यक पानी खेतों तक पहुंचाने की व्यवस्था की जाएगी। किसानों का कहना है कि यदि समय पर सिंचाई नहीं हुई तो उनकी गेहूं की फसल गंभीर नुकसान झेल सकती है।

मौके पर पहुंचे नपा चेयरमैन जनस्वाथ्य विभाग के अधिकारियों से बात करते हुए।

जुलाना। बीडीपीओ कार्यालय में धरना देते मनरेगा मजदूर। फोटो :हरिभूमि

मनरेगा मजदूरों का धरना जारी

जुलाना। जुलाना कस्बे के बीडीपीओ कार्यालय में मनरेगा के मजदूरों ने काम की मांग को लेकर अनिश्चितकालीन धरना दुसरे दिन भी जारी रहा। मजदूरों ने कहा कि उन्हें मनरेगा के तहत 100 दिन का रोजगार नही मिल रहा है। जिसके चलते उन्हें काफी परेशानियों से होकर गुजरना पड़ रहा है। धरने की अध्यक्षता वजीर नंदगढ़ ने की तथा संचालन सुरेश कुमार ने किया।धरने को संबोधित करते हुए मनरेगा मेट एवं मजदूर यूनियन हरियाणा के सदस्यों ने कहा कि मजदूर काम मांग रहे है लेकिन सरकार और खंड अधिकारी काम नहीं दे रहे। मजदूरों को काम की मांग करते एक महीना हो चुका है। कानून के मुताबिक 15 दिन के अंदर अंदर काम मिल जाना चाहिए था लेकिन आजतक ना काम मिला और ना ही बेरोजगारी भत्ता दिया गया। मजदूरों को काम बंद होने का हवाला दिया जा रहा है। कुछ गांवों में काम चल रहा है लेकिन नंदगढ़ गांव में बार बार गुहार लगाने बाद भी मजदूरों को काम नही मिल रहा है। मजदूरों ने चेतावनी दी कि सभी गाँवों में काम दिया जाए अन्यथा ये धरना जारी रहेगा।

भाषाओं में बसे भारत का स्वर' कार्यक्रम का आयोजन

छात्रों ने भाषाई विविधता का सुंदर प्रदर्शन किया

- विभिन्न भारतीय भाषाओं में अपनी अपनी कहानियां भी सुनाई

हरिभूमि न्यूज ⏩ कैथल

आरोही स्कूल ग्योंग में शिक्षा विभाग के दिशा निर्देशानुसार 'भारतीय भाषा उत्सव 2025 : भाषाओं में बसे भारत का स्वर' कार्यक्रम आयोजित किया गया। हिंदी प्राध्यापक डॉ विजय चावला ने बताया कि आज विद्यालय के विद्यार्थियों ने हिंदी भाषा लैब में भारतीय भाषा उत्सव के संदेश - विविध भाषाओं का उत्सव मनाना, एक-दूसरे की भाषा सीखना, और भाषा के माध्यम से एकता का संदेश फैलाना आदि को ध्यान में रखते खेल-खेल में भाषा-वृक्ष गतिविधि के आधार पर भारत की 22 भाषाओं के बारे में जाना। इस अवसर पर फलैस काड्र्स के माध्यम से विद्यार्थियों को 22 भाषाओं में अभिवादन कैसे किया जाता है के बारे में जानकारी प्रदान की गई। विद्यार्थियों ने 'नमस्कार' शब्द को बंदनवार से जोड़ते भाषाई विविधता का सुंदर प्रदर्शन किया। इसके पश्चात विद्यार्थियों ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 तथा राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2023 विद्यालयी शिक्षा के अनुसार अपनी-अपनी मातृभाषा के प्रति सम्मान और देश की भाषाई विरासत के प्रति जागरूकता को ध्यान में रखते कविताओं का वाचन किया। भारतीय भाषा उत्सव के तहत छात्रों ने कला समेकन और बहु-भाषावाद के सिद्धांतों का प्रयोग करते विभिन्न भारतीय भाषाओं में अपनी-अपनी कहानियां भी सुनाईं।

कैथल। आरोही मॉडल स्कूल ग्योंग की छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

सहयोग करने का आह्वान

हिंदी प्राध्यापक डॉ विजय चावला ने बताया कि भारतीय भाषा उत्सव के तहत कहानी और कविता सुनाने से विद्यार्थियों को अनेक शैक्षिक, सांस्कृतिक और भावनात्मक लाभ हुए। उनके भाषाई कौशलों का विकास हुआ, संवाद कौशल और सहयोग की भावना का भी विकास हुआ। विद्यार्थियों ने शब्द पिटारा खेल के माध्यम से विभिन्न भाषाओं में लिखे शब्दों के बारे अपना ज्ञान विस्तृत किया। इसके उपरांत आज विद्यार्थियों को कहावतों में व्यक्त एकता के संदेश के बारे में भी बताया गया। उन्हें यह भी बताया गया कि विभिन्न भाषाओं और संस्कृतियों में कहावतों के माध्यम से हमें एकजुट होकर रहने, मिलकर काम करने और सहयोग करने की शिक्षा मिलती है। भारतीय भाषा उत्सव के आयोजन से विद्यार्थियों में बहुभाषी सम्मान का भाव विकसित हुआ। विद्यार्थियों ने यह भी जाना कि विविध भाषाएँ मिलकर 'विविधता में एकता' का वास्तविक रूप दिखाती हैं।

जींद। कार्यक्रम में भाग लेते कर्मी। फोटो :हरिभूमि

रेलवे पावर हाउस में मनाया विद्युत संरक्षण सप्ताह

जींद। रेलवे पावर हाउस जींद में विद्युत संरक्षण सप्ताह आयोजित किया जा रहा है। यह 14 दिसम्बर तक चलेगा। संरक्षण सप्ताह का आगाज दिल्ली मंडल के सीनियर डिविजनल इलैक्ट्रिकल इंजीनियर मोनू धनखड़ की देखरेख में किया गया। इसका उद्देश्य कर्मचारियों व कालोनीवासियों को बिजली बचाने व सुरक्षित उपयोग के सम्बन्ध में जानकारी दी गई।

सूचना

मैं, सुरेन्द्र कुमार पुत्र श्री ओम प्रकाश निवासी बुढा बाबा बस्ती भिवानी रोड जीन्द बयान करता हूं कि मेरा पुत्र कमल मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

कलायत में सुनसान जगह पर नशेड़ी नशा करते मिले

कैथल। जिला पुलिस द्वारा समाज को नशे से मुक्त करने के उद्देश्य से लगातार जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। एसपी उपासना के नेतृत्व में पुलिस टीमें गांवों, कस्बों और शहरी क्षेत्रों में पहुंचकर आमजन को नशे के दुष्परिणामों से अवगत करवाते हुए नशा छोड़ने तथा नशा न करने के लिए प्रेरित कर रही हैं। डीएसपी कुलदीप बेनीवाल की अगुवाई में एसआई कर्मबीर, एचसी सुनील कुमार, महिला सिपाही किस्मत व सोनिया तथा एसपीओ राजपाल, प्रदीप कुमार और जसविंदर की संयुक्त टीम ने कलायत क्षेत्र तथा कैथल शहर में विशेष जागरूकता अभियान चलाया।

चीनी मिल के पेराई सत्र का शुभारंभ कल होगा

कैथल। कैथल सहकारी चीनी मिल लिमिटेड के एमडी कृष्ण कुमार ने बताया कि आगामी 12 दिसंबर को 11 बजे मिल के 35वें पेराई सत्र का शुभारंभ होगा। इसमें हरियाणा सरकार के सहकारिता, कारागार, निर्वाचन, विरासत एवं पर्यटन मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा बतौर मुख्य अतिथि शिकरत करेंगे। वहीं सांसद नवीन जिंदल विशिष्ट अतिथि के रूप में समारोह की शोभा बढ़ाएंगे। इस कार्यक्रम को लेकर मिल प्रबंधन और गन्ना किसानों में उत्साह का माहौल है। यह सत्र किसानों और मिल के बीच बेहतर समन्वय और समृद्धि की नई उम्मीदों के साथ शुरू हो रहा है।

कस्बा राजौंद को नहीं मिली लाइब्रेरी की सौगात

राजौंद। नगर में लाइब्रेरी बनाने की मांग लोग पिछले कई वर्षों से करते आ रहे है। परंतु प्रशासन इस ओर कोई ध्यान नही दे रहा। जिसे लेकर ग्रामीणों में भारी रोष पनप रहा है। नागरिक बलविंद्र, काका, कुलदीप, रमेश, रामचंद्र, प्रताप ने बताया कि नगर में लाइब्रेरी खोलने की मांग कर रहे है। इन लोगों ने बताया कि अगर यहां पुस्तकालय खोल दिया जाएं तो जहां नगर के युवकों में काफी रुचि बढ़ेगी वहीं वह आज के इस प्रतियोगिता के युग में भाग लेकर सामान्य ज्ञान के बल पर अच्छा प्रदर्शन करके नगर व अपने माता पिता का नाम रोशन करेंगे।

इंदिरा आवास कॉलोनी को गति अवरोधक की दरकार

राजौंद। जींद रोड पर स्थित इंदिरा आवास कॉलोनी के सामने गति अवरोधक बनाने की मांग पिछले लंबे समय से कॉलोनी वासियों द्वारा की जा रही है।लेकिन संबंधित विभाग इस और कोई ध्यान नहीं दे रहा। जिससे लोगों में भारी रोष है। इस बारे वार्ड नंबर 6 निवासी भीम, शिव कुमार, राजेश,रामकुमार,सनी, सुरेश ने बताया कि यहां छोटे.छोटे बच्चे हर समय सड़क से गुजरते हैं व कॉलोनी नगर से बाहर होने के कारण अक्सर यहां से बसे व अन्य छोटे बड़े वाहन बड़ी स्पीड से गुजरते हैं। जिससे हर समय हादसा होने का भय बना रहता है। लोगों ने प्रशासन से कई बार मांग कि लेकिन विभाग द्वारा यहां गति अवरोधक नहीं बनाया जा रहा।

कस्बा सीवन में सोसाइटी बैंक चौक पर प्रस्तावित है बोरवेल

पेयजल के लिए नए बोरवेल लगाने को लेकर हुआ विवाद

पहले दीवार गिराई, बाद में करवाई ठीक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सीवन

नगर में पेयजल आपूर्ति को सुदृढ़ करने हेतु नगर पालिका द्वारा चार नए बोरवेल लगाए जाने की योजना बनाई गई है। इनमें से एक बोरवेल सोसाइटी बैंक चौक में प्रस्तावित है, लेकिन इसका स्थान तय करने को लेकर नगर में नया विवाद खड़ा हो गया है। जिस जगह पर बोरवेल प्रस्तावित है, वह सोसाइटी बैंक (पैक्स) के परिसर के अंदर बताई जा रही है।

नगर पार्षदों का कहना है कि यह भूमि नगर पालिका की है, जिसे बाद में चारदीवारी बनाकर पैक्स परिसर में शामिल कर लिया गया था। उनका तर्क है कि वर्षों पहले यह स्थान पंचायत के नाम था और नगर पालिका क्षेत्र बनने के बाद यह जमीन स्वाभाविक रूप से पालिका के स्वामित्व में आ गई। वहीं, पैक्स अधिकारियों का कहना है कि समिति बेहद पुरानी है और यह स्थान बैंक परिसर की ही जमीन है।

यदि नगर पालिका या जन स्वास्थ्य विभाग यहां बोरवेल लगाना चाहता है, तो इसके लिए उच्च अधिकारियों से पूर्व अनुमति लेना अनिवार्य है।

बुधवार को पैक्स निदेशकों और नगर पार्षदों के बीच बैठक हुई। बैठक समाप्त होते ही पार्षदों ने पैक्स की मुख्य दीवार को गिरा दिया, जिसके बाद स्थिति तनावपूर्ण हो गई। तुरंत पुलिस मौके पर पहुंची और दोनों पक्षों को शांत कर स्थिति को नियंत्रित किया।

सीवन में गिराई गई पैक्स की दीवार ठीक करते कर्मचारी

नगर पार्षदों का कहना है

पार्षद विकास शर्मा, रामदास आर्य, जितेंद्र शर्मा और संजय कंसल ने संयुक्त रूप से कहा कि विवादित भूमि पर पहले कचरा डाला जाता था। कचरा समिति परिसर में न जाए, इसलिए सोसाइटी द्वारा अस्थायी रूप से चारदीवारी बनाकर इसे भीतर शामिल कर लिया गया था, जबकि इस पर किसी प्रकार का स्वामित्व परिवर्तन नहीं हुआ। पार्षदों ने बताया कि उन्हें केवल दस गुना दस फीट स्थान की आवश्यकता है, जहां बोरवेल लगाकर क्षेत्र में स्वच्छ पेयजल उपलब्ध कराया जा सके। उन्होंने समिति प्रबंधन को आश्वासन दिया कि बोरवेल लगने के बाद पुनः दीवार बनाकर परिसर को यथावत रूप में वापस कर दिया जाएगा।

समिति प्रबंधन का कहना है

पैक्स प्रबंधक रमेश कुमार ने कहा कि समिति की जमीन पुरानी रजिस्ट्री के आधार पर प्रमाणित है और यह स्थान सोसाइटी बैंक परिसर का हिस्सा है। उन्होंने स्पष्ट किया कि बिना उच्चाधिकारियों की अनुमति किसी भी विभाग को यहां बोरवेल लगाने का अधिकार नहीं है। साथ ही, पार्षदों द्वारा दीवार गिराने की घटना पर समिति ने पुलिस में शिकायत दर्ज करवाई है और नगर पालिका कार्यालय को भी लिखित रूप से अवगत कराया है।

लगातार हादसों को न्यौता दे रहे जर्जर जाल

सीवरेज के चेंबर में धान से लदा ट्रक का टायर धंसा, बड़ा हादसा टला

- किसानों और वाहन चालकों को झेलनी पड़ रही है परेशानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कलायत

कलायत अनाज मंडी में मंगलवार देर रात्रि सीवरेज के चेंबर में धान से लोडिड ट्रक का टायर बुरी तरह धंसने से बाल-बाल बड़ा हादसा टल गया। घटना के समय वाहन में चालक-परिचालक थे। कुछ दूरी पर मजदूर काम में लगे थे। जबकि व्यापारी दुकानों में मौजूद थे। इस दौरान ट्रक का पहिया खस्ता सीवरेज जाल में धंस गया। यदि चालक वाहन को नियंत्रित नहीं कर पाता तो यह पलटते हुए बड़े नुकसान को अंजाम दे सकता था। ट्रक ड्राइवरों ने बताया कि जर्जर जाल लगातार हादसों को न्यौता दे रहे हैं। इससे किसान, मजदूर, व्यापारी व वाहन चालकों को परेशानी झेलनी पड़ रही है।

कलायत। कलायत अनाज मंडी के सीवरेज चेंबर में धंसा ट्रक का टायर।

सो रहे अधिकारी

संबंधित अधिकारियों द्वारा हालातों पर ध्यान नहीं दिया जा रहा। ट्रक ड्राइवरों और व्यापारियों ने मार्किटिंग बोर्ड अधिकारियों से तुरंत समस्या निवारण की मांग की है। धान से भरे ट्रक के सीवरेज चैंबर में धंसने की सूचना मिलते ही मार्किट कमेटी चेयरमैन राजकिशन काका राणा ने संज्ञान लिया। उन्होंने अधिकारियों को सीवरेज व्यवस्था की समीक्षा करते हुए इसके सुधारीकरण की दिशा में काम करने के निर्देश दिए हैं।कलायत अनाज मंडी में वर्ष करीब 10 वर्ष बरसाती पानी की बेहतर निकासी के लिए अलग से सीवरेज पाइन लाइन बिछाने का कार्य किया गया था।

महिला व दो युवतियां बिना बताए लापता

कैथल। कैथल की शुगर मिल कॉलोनी से एक महिला अपनी तीन वर्षीय बेटी के साथ बिना बताए घर से लापता हो गई। शुगर मिल कॉलोनी कैथल के एक व्यक्ति ने सिविल लाइन कैथल पुलिस को दी 1 दिसंबर को उसकी पत्नी उसकी 3 वर्षीय बेटी के साथ बिना बताए घर से चली गई। उसने उसकी आसपास काफी तलाश की लेकिन कोई पता नहीं चला। दूसरे मामले में फतेहपुर की एक महिला ने आरोप लगाया कि 8 दिसंबर को दोपहर करीब 11:00 बजे उसकी बेटी बिना बताए घर से लापता हो गई। फरियारबाद के एक व्यक्ति ने आरोप लगाया कि 8 दिसंबर को उसकी बेटी बिना बताए घर से चली गई।

सरकारी विभागों की लापरवाही

बिना कनेक्शन के पानी बिल भेजे जाने पर माजरा खाप ने जताया रोष

जींद। सरकारी विभागों की लापरवाही को लेकर माजरा खाप ने रोष जताया है।

प्रधान गुरविंदर सिंह संधू ने बताया कि विभाग कागजों में विकास दिखा रहे हैं, जबकि धरातल पर कुछ भी नही दिखाई देता है। जनस्वास्थ्य विभाग की एक योजना पूर्व समय में आई थी कि हर घर में पानी दिया जाएगा। इसे लेकर लोगों ने कनेक्शन लेने पर सहमति भी दी लेकिन पानी आजतक नही आया। कुछ गांवों में तो पानी डिग्गी तक में नही है, न ही पानी देने का दूसरा स्रोत है। फिर भी सभी घरों में पानी के बिल 900 रुपये या अधिक टेलीफोन संदेश द्वारा भेज दिया गया है। 50 प्रतिशत के पास तो टच फोन ही नही है।

सफीदों रोड खस्ता

उन्होंने कहा कि सफीदों रोड की हालत किसी से छुपी नही है लेकिन इस रोड को ठीक करवाने में कोई कार्रवाई नही की जा रही है। सफीदों रोड को चौडा नही किया जा रहा है। यदि यह मार्ग चौड़ा नहीं किया जा सकता तो कम से कम रिपेयरिंग की जा सकती है लेकिन ऐसा भी नही हो

छात्रों को मानवाधिकार की जानकारी दी

कलायत। कलायत के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में मानवाधिकार दिवस पर जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के निर्देश पर जागरूक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसकी अध्यक्षता प्रधानाचार्य डा.राम गोपाल शर्मा ने की। उनके साथ मुख्य रूप से अर्थशास्त्र प्राध्यापक विश्व प्रताप सिंह राणा, राजनीति विज्ञान प्राध्यापक गुरनाम सिंह, सुरेन्द्र दहिया, कपिल देव शास्त्री, निर्मला, मंजू गोयल सहित अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे। प्रधानाचार्य ने सभा को संबोधित करते हुए 10 दिसंबर के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि इसी दिन 1948 में संयुक्त राष्ट्र संघ की महासभा द्वारा मानव अधिकारों की घोषणा की गई थी। जो अब आधुनिक समय का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बन चुके हैं।

संगतपुरा विद्यालय में स्थापित होगा परीक्षा केंद्र

शिक्षा केवल नौकरी पाने का साधन नहीं सर्वांगीण विकास का मूल : शाहपुर

जींद। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के उपाध्यक्ष सतीश शाहपुर ने कहा कि शिक्षा केवल नौकरी प्राप्त करने का साधन नही है बल्कि यह व्यक्ति के सर्वांगीण विकास की नींव है। विद्यार्थी ज्ञान के साथ-साथ नैतिक मूल्यों को भी आत्मसात करें। क्योंकि एक मजबूत चरित्र ही उन्हें जीवन में सफलता और सम्मान दिलाएगा। उपाध्यक्ष सतीश शाहपुर बुधवार को जिला के संगतपुरा गांव के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत करते हुए छात्रों और अध्यापकों को संबोधित कर रहे थे। कार्यक्रम के दौरान गांव के सरपंच प्रतिनिधि सुनील ढांडा और स्कूल की प्राचार्या गीता जैन ने बोर्ड उपाध्यक्ष से विद्यालय को आगामी बोर्ड परीक्षाओं के लिए परीक्षा केंद्र बनाने की मांग की। बोर्ड उपाध्यक्ष ने कहा कि आगामी बोर्ड परीक्षाओं में राजकीय विद्यालय संगतपुरा में परीक्षा केंद्र स्थापित करवाया जाएगा।

बोर्ड परीक्षा केंद्र बनाए जाने को लेकर मांग पत्र सौंपते हुए स्कूल स्टाफ।

हरियाणा में महंगाई और बेरोजगारी चरम पर : सविता

जनवादी महिला समिति ने डीसी कार्यालय के पास दिया धरना

- महिलाओं के कर्जे माफ करने की मांग को लेकर दिया धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस के अवसर पर माइक्रो फाइनेंस कंपनियों की लूट के खिलाफ और महिलाओं के कर्जे माफ करने की मांग को लेकर डीसी कार्यालय के पास जनवादी महिला समिति ने धरना दिया।

इसकी अध्यक्षता जनवादी महिला समिति की जिला अध्यक्ष आशा रानी ने और संचालन जिला सचिव कोशिगन ने किया। मुख्य वक्ता के तौर पर बोलते हुए राज्य अध्यक्ष सविता ने कहा कि हमारे राज्य में महंगाई और बेरोजगारी चरम पर है।

हालात इतने खराब हैं कि महिला, पुरूष दोनों की कमाई से भी घर खर्च पूरे नही हो रहे, कमर तोड़ मेहनत के बावजूद खाना-पीना, आवास, शिक्षा, स्वास्थ्य, शादी आदि पर होने वाले खर्च जुट नही पा रहे। नतीजतन किसान, खेत मजदूर और मजदूर कजरों के बोझ तले दब रहे हैं। बिना गारंटी के सरकारी बैंकों से कर्ज मिलना मुश्किल होता है, परिणामस्वरूप बड़ी संख्या में महिलाएं माइक्रोफाइनेंस कंपनियों और प्राइवेट बैंकों के जाल में फंस रही हैं।

जींद। डीसी कार्यालय के पास धरने पर बैठी समिति पदाधिकारी। **फोटो : हरिभूमि**

गेहूं बीज अनुदान राशि में गड़बड़ी की आशंका

जींद। राज्य सतर्कता एवं भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो उपकेंद्र जींद के निरीक्षक दिनेश कुमार ने जानकारी देते हुए बताया कि वर्ष 2020 में जिला जींद में हरियाणा बीज विकास निगम के बीज बिक्री केंद्रों से किसानों द्वारा अनुदान पर खरीदे गए गेहूं के बीज में अनियमितताओं की आशंका पाई गई है। उस समय किसानों को 40 किलोग्राम के प्रति बैग पर 940 रुपये की दर से सब्सिडी सहित बीज उपलब्ध कराया गया था। निरीक्षक दिनेश कुमार ने बताया कि प्रारंभिक जांच की संभावना के अनुसार निगम के कुछ अधिकारियों, कर्मचारियों तथा अन्य लोगों द्वारा मिलीभगत करके गेहूं बीज की अनुदान राशि में फर्जीवाड़ा व गबन किया गया हो सकता है।

पूंडरी विधायक सहित प्रदेश के 40 विधायकों ने किया संसद भवन का दौरा

कैथल। हरियाणा विधानसभा के 40 विधायकों के एक प्रतिनिधिमंडल ने बुधवार को देश की राजधानी में पुराने और नए संसद भवन का भ्रमण किया, जो उनके लिए एक अत्यंत ज्ञानवर्धक और प्रेरणादायक अनुभव रहा। इस प्रतिनिधिमंडल में पूंडरी विधायक सतपाल जांबा भी शामिल रहे। इस प्रतिनिधिमंडल की अगुवाई हरियाणा विधानसभा अध्यक्ष हरविंद्र कल्याण ने की। विधायक सतपाल जांबा ने अपने अनुभव साझा करते हुए बताया कि हमने लोकतंत्र के इस सर्वोच्च मंदिर की भव्यता और गरिमा को करीब से देखा। विशेष रूप से नए संसद भवन की आधुनिक संरचना और भारतीय संस्कृति पर आधारित उत्कृष्ट कलाकृतियों का अवलोकन किया। भ्रमण के दौरान, संसद सत्र के तहत लोकसभा की कार्यवाही को देखने का अवसर मिला।

भारतीय बासमती चावल की विश्व बाज़ार में मजबूत पहचान

ट्रंप की टैरिफ धमकी बेअसर, भारतीय चावल निर्यात पर नहीं पड़ेगा असर : अमरजीत छाबड़ा

- हर वर्ष लगभग 60 लाख मीट्रिक टन बासमती चावल का निर्यात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप द्वारा भारतीय चावल, विशेषकर बासमती पर टैरिफ़ बढ़ाने की कथित धमकी पर हरियाणा प्रदेश राइस मिलर्ज़ एंड डिलर्स एसोसिएशन के प्रदेशाध्यक्ष व प्रमुख चावल निर्यातक अमरजीत छाबड़ा ने स्पष्ट किया कि इससे भारत के चावल निर्यात पर किसी प्रकार का नकारात्मक प्रभाव पडने वाला नहीं है। भारतीय बासमती की विश्व बाज़ार में एक मजबूत पहचान है और आने वाले समय में भी इसकी मांग स्थिर बनी रहेगी और प्रभुत्व बरकरार रहेगा। छाबड़ा ने बताया कि भारत से हर वर्ष लगभग 60 लाख मीट्रिक टन बासमती चावल विदेशों को भेजा जाता है।

भारतीय बासमती के विकल्प सीमित

यहां बातचीत करते हुए प्रदेशाध्यक्ष अमरजीत छाबड़ा ने कहा कि इतनी कम मात्रा पर टैरिफ़ बढ़ाने का असर भारतीय बाज़ार पर नहीं पड़ेगा, बल्कि इसका प्रत्यक्ष प्रभाव अमेरिकी उपभोक्ताओं को झेलना पड़ेगा। चावल कोई विलासिता का उत्पाद नहीं बल्कि दैनिक उपभोग की सामग्री है, इसलिए अमेरिका में भारतीय बासमती की मांग सहज रूप से बनी रहेगी। उन्होंने यह भी कहा कि यदि सीधा आयात महंगा होता है तो अमेरिकी बाज़ार में यह चावल कनाडा या अन्य देशों के माध्यम से पहुंचेगा। अमरजीत छाबड़ा का कहना है कि भारतीय बासमती चावल की गुणवत्ता, सुगंध और वैश्विक पहचान ऐसी है कि इसके विकल्प सीमित हैं।

योग के माध्यम से रह सकते हैं निरोग

राजौंद। गांव सोंगल के पीएम श्री राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में पांच दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। योग शिविर के दौरान सभी विद्यार्थियों ने शुरुआत में वार्म अप करके सूर्य नमस्कार किया व 16 प्रकार के पीटी के अभ्यास और अनेक प्रकार के आसन किए। जिसमें वज्रासन, उष्ट्रासन, मंडूकासन, शशांक आसन सहित बहुत से आसनों का अभ्यास किया। इसके अलावा कपालभाति, अनुलोम विलोम,भास्त्री प्राणायाम इत्यादि किए गए। इस योग प्रशिक्षण के लिए योगाचार्य अनिल आर्य और अभिषेक आर्य बच्चों को पूरी लगन के साथ निस्वार्थ भाव से योग की विभिन्न आसन और प्राणायाम के विभिन्न विधियां के बारे सीखा रहे हैं। विद्यालय के प्रधानाचार्य रमेश रवीश ने बच्चों को योग से होने वाले स्वास्थ्य लाभ और दैनिक जीवन में इसके उपयोग के बारे में विस्तार से समझाया । हिंदी प्राध्यापक सतवीर सिंह ने बच्चों को दैनिक जीवन में योग को अपनाने के अपने के लिए आग्रह किया।

जल्द चुनाव करवाने की मांग

छोटूराम किसान शिक्षा समिति चुनाव को लेकर नगराधीश से की मुलाकात

जींद। छोटूराम किसान शिक्षा समिति के चुनाव का रास्ता साफ होने के बाद खाप नेताओं ने बुधवार को नगराधीश मोनिका से मिले। नगराधीश से खाप नेताओं ने समिति के जल्द से जल्द चुनाव करवाने का अनुरोध किया। नगराधीश ने खाप प्रतिनिधियों से बातचीत की तथा जल्द से जल्द इस मामले में आगामी कार्रवाई करने का आश्वासन दिया। पिछले 11 साल से छोटूराम किसान शिक्षा समिति पर प्रशासक लगा हुआ है। आयुक्त ने छोटूराम किसान शिक्षा समिति के चुनाव को लेकर नगराधीश को चुनाव करने की जिम्मेदारी सौंप दी है। इसी को लेकर नौगामा खाप से उमेद सिंह जागलान, माजरा खाप के प्रधान गुरविंद्र सिंह, थुआ तपा से सोमदत्त शर्मा, दाडन खाप से सूरजभान घसो, कालवा बाराह से दिलबाग सिंह कुंडू, चहल खाप से बलबीर सिंह चहल, शामलो कलां से बिजेंद्र मलिक, कंडेला खाप प्रधान ओमप्रकाश कंडेला, आदि ने नगराधीश को ज्ञापन सौंपा।

सीटीएम को ज्ञापन सौंपते हुए।

सुविधा 935 करोड़ की लागत से गांव सांपन खेड़ी में बन रहा भगवान परशुराम मेडिकल कॉलेज

प्रदेश सरकार की ओर से कैथल जिले को जल्द मिलेगा मेडिकल कॉलेज का तोहफा

जून 2026 में होगा निर्माण कार्य पूरा

अब तक 74 प्रतिशत कार्य हुआ संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

आमजन को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं मुहैया करवाने के उद्देश्य से हरियाणा सरकार द्वारा जिले के गांव सांपन खेड़ी में बनाए जा रहे मेडिकल कॉलेज का निर्माण कार्य जून 2026 में पूरा होने की संभावनाएं हैं। भगवान परशुराम राजकीय मेडिकल कॉलेज के भवन का निर्माण कार्य तेजी से चल रहा है। इसका करीब 74 प्रतिशत काम पूरा हो चुका है। इसके शुरू हो जाने से कैथल सहित आस-पास के जिलों के लोगों को स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं में बड़ा लाभ होगा। इस समय जरूरत होने पर जिला अस्पताल से मरीजों को चंडीगढ़, रोहतक पीजीआई या फिर कल्पना चावला मेडिकल कॉलेज में रेफर किया जाता है। कैथल जिले के विकास को एक नई दिशा देते हुए करीब 935 करोड़ रुपये की अनुमानित लागत से यह मेडिकल कॉलेज बन रहा है। निर्माण कार्य में कई-कई मंजिला भवन बनकर तैयार हो चुके हैं। इसके बन जाने से न केवल कैथल जिले के स्वास्थ्य सेवाओं का कायाकल्प होगा, बल्कि छात्रों के लिए 100 एमबीबीएस सीटों पर डॉक्टरों की पढ़ाई का रास्ता भी खुलेगा। यह परियोजना हरियाणा सरकार की प्रदेश में गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सुविधाओं और मेडिकल शिक्षा को मजबूत करने की प्रतिबद्धता को दर्शाती है। वहीं जूनियर एवं सीनियर रेजिडेंट और क्लास 1 व 2 अधिकारियों के लिए आवास ब्लॉक बनाए जा रहे हैं।

कैथल। निर्माणाधीन भगवान परशुराम राजकीय मेडिकल कॉलेज।

पूर्व मुख्यमंत्री ने की थी घोषणा

बता दें कि पूर्व मुख्यमंत्री मनोहर लाल ने इस मेडिकल कॉलेज के निर्माण की घोषणा की थी। जिसे हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी गहन रूचि लेकर आगे बढ़ा रहे हैं। उनके निर्देशानुसार मेडिकल कॉलेज के निर्माण का कार्य तेजी से चल रहा है। यह मेडिकल कॉलेज कैथल-करनाल रोड पर ग्राम पंचायत सांपन खेड़ी की 20 एकड़ भूमि पर स्थापित किया जा रहा है। इस परियोजना पर सितंबर 2023 में संबंधित एजेंसी द्वारा कार्य शुरू किया गया था। परियोजना के तहत आधुनिक सुविधाओं से लैस कई इमारते शामिल हैं। मुख्य रूप से 530 बिस्तरों वाला अस्पताल भवन बनेगा।

आस-पास के क्षेत्रवासियों को होगा लाभ

कैथल की उपायुक्त अपराजिता ने बताया कि एक बार पूरी तरह से चालू हो जाने के बाद भगवान परशुराम राजकीय मेडिकल कॉलेज कैथल और आस-पास के क्षेत्रों के लिए स्वास्थ्य संबंधी लाभ मिलेगा। यह न केवल बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करेगा, बल्कि युवाओं को 100 एमबीबीएस सीटों के माध्यम से चिकित्सा शिक्षा प्राप्त करने का अवसर भी प्रदान करेगा।