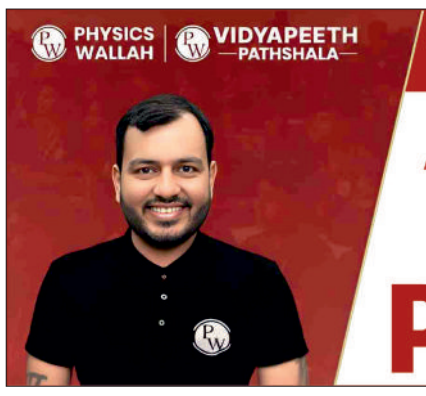
तापमान
अधिकतम 32.0 डिग्री
न्यूनतम 18.0 डिग्री

हरिभूमि
जींद-कैथल भूमि

रोहतक, गुरुवार 26 मार्च 2026

11 50 से अधिक समस्याओं पर की सुनवाई, ज्यादातर....

11 अधिकारियों को समय रहते तैयारियां पूरी करने के....



Now at WOODSTOCK PUBLIC SCHOOL
ADMISSIONS OPEN 2026-27
अब आपके जींद शहर में अब
PHYSICS WALLAH JIND
IIT-JEE | NEET
FOUNDATION
Class 8th to 12th
ASHRAFGARH, GOHANA ROAD, JIND | M. 7988579792

खबर संक्षेप

टीम हरियाणा के चयन के लिए कैंप 27 मार्च से

उचाना। 11 अप्रैल से उचाना के 40 फूटा रोड पर स्थित बाबा प्रेमनाथन खेल अकादमी में सीनियर नेशनल कबड्डी चैंपियनशिप का आयोजन होगा। कबड्डी फैडरेशन ऑफ इंडिया द्वारा इसका आयोजन किया जाएगा। कबड्डी फैडरेशन ऑफ इंडिया के सचिव सतीश शर्मा ने बताया कि 27 मार्च से 31 मार्च तक हरियाणा कबड्डी टीम की लड़कियों का कैंप बाबा प्रेमनाथ खेल अकादमी में आयोजित होगा। कैंप में टीम हरियाणा का चुना जाएगा। ये टीम 11 अप्रैल को होने वाली सीनियर नेशनल कबड्डी चैंपियनशिप का हिस्सा बनेगी।

पर्याप्त मात्रा में गैस सिलेंडर उपलब्धः सिंह

उचाना। उचाना गैस एजेंसी के मालिक बलकार सिंह ने कहा कि गैस सिलेंडर की किसी तरह की कमी नहीं है। पर्याप्त मात्रा में गैस सिलेंडर उपलब्ध है। गैस सिलेंडर उपभोक्ता जल्दबाजी न करें। जिन गैस सिलेंडर की कापी में नंबर दर्ज नहीं है, केवाईसी नहीं है वो उपभोक्ता करवाएं ताकि उन्हें परेशानी न हो। हर रोज गैस सिलेंडर उपभोक्ताओं को नियमानुसार दिए जा रहे है। किसी तरह की कमी नहीं है। किसी की अफवाह में उपभोक्ता न आए।

कैथलः अवैध देसी कट्टे सहित आरोपी गिरफ्तार

कैथल। एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ द्वारा एक आरोपी को 315 बोर के एक अवैध देसी कट्टे सहित काबू कर लिया गया। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ प्रभारी एसआई प्रदीप कुमार की अगुवाई में एएसआई अशोक कुमार की टीम गश्त दौरान सिरटा रोड़ कैथल पर मौजूद थी। जहां पर पुलिस टीम को सहयोगी सुत्रो से गुप्त जानकारी मिली की महादेव कॉलोनी कैथल निवासी गौरव अपने पास अवैध असला लिए है। जो सिरटा रोड़ ड्रैन पुल के पास किसी के इंतजार में खड़ा हुआ है। जिसको दबिश देकर अवैध असले सहित काबू किया जा सकता है।

20 ग्राम अफीम सहित आरोपी गिरफ्तार

कैथल। कैथल पुलिस ने 2.75 बोतल हथकड़ी शराब व 20 ग्राम अफीम बरामद कर ली गई। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि थाना गुहला पुलिस के पीएसआई रोहित की टीम सांयकालीन गस्त दौरान गांव मटकालियां क्षेत्र में मौजूद थे, जहां एक गुप्त सूचना मिलने उपरांत खरकां से गुहला मैन रोड़ दुसेरपुर में नाकाबंदी शुरु की गई। कुछ समय बाद दुसेरपुर की तरफ से बाइक पर सवार होकर आए संदिग्ध गांव दाबन खेड़ी निवासी कुका सिंह को काबु कर लिया गया। जांच दौरान आरोपी के कब्जे में कोल्ड ड्रिंक बोतल से 2.75 बोतल हथकढ़ी शराब व प्लास्टिक पन्नी से 20 ग्राम अफीम बरामद हुई।

विवाहिता से दुष्कर्म के आरोप में मामला दर्ज

कैथल। शहर थाना पुलिस कैथल ने एक महिला से दुष्कर्म करने के आरोप में एक व्यक्ति के खिलाफ मामला दर्ज किया है। कैथल की एक कालोनी की करीब 31 वर्षीय महिला ने अपनी शिकायत में बताया कि वर्ष 2023 में उसकी जान पहचान शमशेर नामक व्यक्ति से हो गई थी। आरोपी ने उसे बहल फुसला कर घर पर ले गया तथा उसके साथ दुष्कर्म किया। बाद में इस बारे में किसी को बताने पर जान से मारने की धमकी देते हुए डरा धमकाकर उसके साथ बार-बार दुष्कर्म करता रहा।

जिला लोक संपर्क एवं कष्ट निवारण समिति की बैठक में नहीं पहुंचे शिक्षा मंत्री, डीसी ने की अध्यक्षता

रोहतक रोड के गड्ढों-एनएच 152 पर लाइट व्यवस्था की जांच के लिए समितियां गठित

14 में से छह शिकायतों का मौके पर ही किया समाधान

प्रत्येक अधिकारी आमजन की समस्याओं को लें गंभीरता से : उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। शिकायतें सुनते डीसी व जिला लोक संपर्क एवं परिवेदना समिति की बैठक में शिकायत रखते शिकायतकर्ता। *फोटो :हरिभूमि*

जिला परिवेदना समिति की बैठक बुधवार को उपायुक्त मोहम्मद इमरान रजा की अध्यक्षता में संपन्न हुई। शिक्षा मंत्री महिपाल सिंह ढांडा के न आने के कारण बैठक की अध्यक्षता उपायुक्त द्वारा ही की गई। बैठक में कुल 14 शिकायतों को एजेंडा में शामिल किया गया। जिनमें से छह शिकायतों का निपटान मौके पर ही कर दिया गया जबकि आठ शिकायतें लंबित रखी गईं। बैठक में पुलिस, पब्लिक हेल्थ और पीडब्ल्यूडी विभाग से संबंधित शिकायतें प्रमुख रूप से शामिल रही। जिन शिकायतों में खामियां पाई, उनसे संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए गए हैं। संवेदनशील मामलों को लंबित रखते हुए निर्देश दिए गए हैं कि अगले महीने तक अधिकतम शिकायतों का समाधान सुनिश्चित किया जाए। रोहतक रोड पर गड्ढों को लेकर लगातार मिल रही थी शिकायतों पर विशेष ध्यान दिया गया। डीसी ने बताया कि सड़क पर गड्ढों के कारण दुर्घटनाओं की आशंका बनी रहती है। पीडब्ल्यूडी विभाग को पूर्व में भी गड्ढे भरने के निर्देश दिए गए थे। विभाग द्वारा 50 प्रतिशत गड्ढे भरने का दावा किया गया लेकिन समिति के गैर सरकारी सदस्यों ने इस पर असहमति जताई है। शिकायतकर्ता रामफल शर्मा ने कहा कि रोहतक रोड पर गड्ढों के कारण हादसों में मौत हो रही है। इस पर एक्सईएन आरके नैन ने बताया कि पेचवर्क का काम तो चल रहा है। शिकायतकर्ता बोले कि आज दस बजे से पहले तो नही पेचवर्क का काम चल रहा था। इस पर डीसी ने कहा कि यदि रोहतक रोड पर 50 प्रतिशत से कम गड्ढे भरे मिले एक्सईएन के खिलाफ कार्रवाई होगी। बाकायदा इस पर अतिरिक्त उपायुक्त की अध्यक्षता में एक समिति का गठन किया गया है, जो कि मौके पर निरीक्षण कर वास्तविक स्थिति की जांच करेगी। यदि विभाग के दावे में कमी पाई गई तो नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। बैठक में राष्ट्रीय राजमार्ग 152 पर स्ट्रीट लाइट्स न होने की शिकायत भी सामने आई। इस संबंध में सीटीएम की अध्यक्षता में एक समिति गठित की गई है, जो मौके पर जाकर लाइटों, रेन वाटर हार्वेस्टिंग सिस्टम और अन्य व्यवस्थाओं की जांच कर रिपोर्ट प्रस्तुत करेगी। वहीं नरवाना क्षेत्र में एक नाले की 2012 से सफाई न होने का मामला सामने आने पर उपायुक्त ने गंभीर चिंता जताई। जांच में पाया गया कि नाले पर स्लैब और अतिक्रमण के कारण सफाई कार्य बाधित है। उपायुक्त ने स्पष्ट कहा कि जनहित को प्राथमिकता देते हुए अतिक्रमण हटाया जाएगाए भले ही इसके लिए सख्त कदम उठाने पड़ें। उन्होंने निर्देश दिए कि नाले की सफाई करवाई जाए आवश्यकतानुसार स्लैब या लोहे की जाली लगाकर आवागमन सुचारु किया जाए। डीसी के समक्ष विजय कुमार निवासी शास्त्री नगर के द्वारा श्रम विभाग में लेबर कॉपी के रजिस्ट्रेशन न करने से संबंधित शिकायत रखी गई। शिकायत का पूरा ब्यौरा और विभागीय नॉर्मश की तपसील देख डीसी ने बताया कि यह मामला सरकार के स्तर का है लिहाजा इसे लंबित रखा गया है। बैठक में अतुल कुमार ने अपनी शिकायत में बताया कि उसके खेत के पास नगर पालिका ने कूडा, कर्कट डाल कर डंपिंग यार्ड बना दिया गया है। जिससे उसको भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है, जिस पर संज्ञान लेते हुए डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने जिला नगर आयुक्त को बनाए गए कलस्टर की दीवार ऊंची करने के निर्देश दिए और आगामी बैठक के लिए लंबित रखा गया। परिवेदना समिति की बैठक में नरवाना के रेलवे रोड पर बने नाले की सफाई बारे आई शिकायत पर डीसी ने संज्ञान लेते लोक निर्माण विभाग, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग तथा नगर परिषद नरवाना को नाले की मुक्कमल सफाई करने और यथा संभव समाधान कर इसकी रिपोर्ट अगली बैठक में प्रस्तुत करने के लिए कहा। मूर्ति देवी द्वारा दी गई शिकायत पर सुनवाई करते हुए डीसी ने कहा कि जांच पुलिस विभाग के आला अधिकारियों द्वारा की जा रही है जोकि अभी लंबित है। परिवेदना समिति के सदस्य रामफल शर्मा द्वारा रोहतक रोड पर सीटी रेलवे स्टेशन से अनाज मंडी तक सड़क को दुरूस्त करवाने रखी शिकायत पर संज्ञान लेते हुए डीसी ने मामले की गहनता से जांच करने के लिए एडीसी की अध्यक्षता में कमेटी का गठन किया। जिसमें एसडीएम जींद तथा कार्यकारी अभियंता पंचायती राज को बतौर सदस्य नियुक्त किया गया तथा शिकायत को अगली बैठक के लिए लंबित रखा गया है। इसी प्रकार नेशनल हाईवे पर लाईटों की संख्या बढ़ाने और एनएचएआई के नॉर्मज अनुसार कार्य करने के सम्बन्ध में एक शिकायत पर डीसी ने नगराधीश को मौका निरीक्षण कर जांच रिपोर्ट अगली बैठक में प्रस्तुत करने के लिए कहा।

ये रहे मौजूद

बैठक में पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह, एडीसी प्रदीप कुमार, एसडीएम जींद सत्यवान सिंह मान, एसडीएम नरवाना जगदीश चंद्र, एसडीएम सफीदों पुलकित मल्होत्रा, एसडीएम उचाना दलजीत सिंह, एसडीएम जुलाना होशियार सिंह, डीएमसी सुरेंद्र दूहन, नगराधीश मोनिका रानी, एमडी शुगर मिल प्रवीण कुमार, जिला राजस्व अधिकारी राजकुमार, डीडीपीओ संदीप भारद्वाज सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी एवं जिला ग्रीवेंस कमेटी के गैर सरकारी सदस्य उपस्थित रहे।

जांच रिपोर्ट प्रस्तुत करने के निर्देश

गांव बेरीखेड़ा निवासी राजेश बुरा के खिलाफ आई शिकायतों के मामले में डीसी ने बताया कि अभी इसकी जांच जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी द्वारा की जा रही है। इसलिए जांच मुक्कमल होने तक इसे अगली बैठक के लिए लम्बित रखा गया है। कलावती निवासी दलसिंह की शिकायत पर डीसी ने कार्यकारी अभियंता सिंचाई विभाग, कार्यकारी अभियंता जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग तथा कार्यकारी अभियंता को मामले पर निष्पक्षता से जांच रिपोर्ट अगली बैठक में प्रस्तुत करने को कहा।

प्रवेशोत्सव की तैयारियों का लिया जायजा

उप-जिला शिक्षा अधिकारी ने किया स्कूल का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| राजौंद

ये रहे मौजूद

प्राचार्य अजय मलिक ने बताया कि प्रवेशोत्सव के प्रथम चरण के अंतर्गत 23 मार्च से 1 अप्रैल 2026 तक स्टाफ एवं एसएमसी सदस्यों की ड्यूटी लगाई गई है ताकि नए प्रवेश के लक्ष्य को पूर्ण किया जा सके। अंत में अधिकारियों ने विद्यालय की कार्यप्रणाली एवं टीम वर्क की सराहना की। इस अवसर पर एसएमसी प्रधान सुमन देवी, रामफल, ममता कुमारी सहित विद्यालय का समस्त स्टाफ उपस्थित रहा।

उप-जिला शिक्षा अधिकारी कैथल जयभगवान एवं खंड शिक्षा अधिकारी, राजौंद संदीप नैन द्वारा राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, राजौंद का निरीक्षण किया गया। इस अवसर पर अधिकारियों ने सत्र 2026–27 के प्रवेशोत्सव की तैयारियों का जायजा लिया। विद्यालय के प्राचार्य अजय मलिक ने विद्यालय प्रबंधन समिति एवं स्टाफ सदस्यों के साथ अधिकारियों का स्वागत किया। निरीक्षण के दौरान कक्षा 6 में नामांकन हेतु 63 छात्राओं का प्रवेश सुनिश्चित किया गया, जबकि कक्षा 9 के लिए 66 आवेदन प्राप्त हुए हैं। अधिकारियों ने विद्यालय में कंप्यूटर लैब, विज्ञान प्रयोगशाला, गणित लैब, भाषा लैब, पुस्तकालय एवं किचन गार्डन का निरीक्षण किया। मिड-डे मील, स्वच्छता व्यवस्था एवं पेयजल सुविधाओं को संतोषजनक पाया गया। साथ ही विद्यालय परिसर में स्थित बास्केटबॉल मैदान का भी अवलोकन किया गया। उप-जिला शिक्षा अधिकारी ने सत्र 2026–27 में 100% नामांकन सुनिश्चित करने हेतु विद्यालय स्टाफ एवं एसएमसी सदस्यों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने अभिभावकों एवं स्थानीय गणमान्य व्यक्तियों से संपर्क कर अधिक से अधिक विद्यार्थियों के नामांकन पर जोर देने को कहा।

आभा आईडी बनाने के लिए कर्मचारी की लगाई ड्यूटी

जींद। स्वास्थ्य विभाग ने आभा आईडी से उपचार में रफ्तार की कवायद को तेज करना शुरू कर दिया है। प्रत्येक व्यक्ति की आभा आईडी हो, इसके लिए अस्पताल में आभा आईडी बनाने के लिए स्पेशल कर्मी की ड्यूटी लगा दी है। आभा आईडी 14 अंकों की एक यूनिक डिजिटल हेल्थ आईडी है, जो मरीजों के सभी मेडिकल रिकॉर्ड्स लैब रिपोर्ट, पर्चे, को डिजिटल रूप से स्टोर और शेयर करती है। यह आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन का हिस्सा है, जिसका उद्देश्य सरकारी अस्पतालों में लाइन कम करना और इलाज को सुलभ व कागज रहित बनाना है। आमजन को सही समय पर बेहतर स्वास्थ्य सुविधा मिल सके इसके लिए अस्पताल में प्रतिदिन आने वाले लोगों की आभा आईडी बनाई जा रही हैं। इससे मरीज का रिकॉर्ड एक ही जगह दर्ज रहेगा। डॉक्टर को बीमारी और पुराने इलाज की जानकारी तुरंत मिल जाएगी। स्वास्थ्य सेवाओं को डिजिटल और आसान बनाने के लिए सरकार ने आभा आईडी को अनिवार्य किया गया है।

कैथल के गांव करोड़ा के युवक की अमेरिका में हार्टअटैक आने से मौत

सुनील तीन साल पहले डंकी रूट से गया था अमेरिका

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

मृतक सुनील की फाइल फोटो।

कैथल जिले के गांव करोड़ा के 27 वर्षीय सुनील की अमेरिका में हार्टअटैक आने से मौत हो गई। सुनील करीब तीन साल पहले डंकी रूट से अमेरिका गया। युवक रात को अपनी मां से बातचीत करते हुए सो गया था, जो अन्य युवक उसके साथ रह रहे थे, वे किसी काम से बाहर गए हुए थे। जैसे ही वे अपने रूम पर पहुंचे, तो सुनील बेड से नीचे पड़ा हुआ मिला। वे तुरंत उसे अस्पताल में लेकर गए, जहां पर डॉक्टरों ने उसकी मौत की पुष्टि कर दी। सुनील के चाचा विजेंद्र ने बताया कि सुनील मई 2023 में डंकी के रास्ते अमेरिका गया था और वह कैलिफोर्निया में रह रहा था। वहां पर वह गाड़ी चलाता था। परिवार ने करीब 40 लाख रुपए लगाकर इस उम्मीद से उसे अमेरिका भेजा था कि वहां पर कमाई कर परिवार के हालात को सुधरेगा, लेकिन वहां पर उसकी मौत से परिवार की उम्मीदें टूट गई। उन्होंने बताया कि सुनील की अभी शादी नहीं हुई थी। परिवार में उसका बड़ा भाई और मां है। पिता की पहले ही मृत्यु हो चुकी है। अंतिम बार उसकी अपनी मां से बातचीत हुई थी, जिसमें उसने परिवार के बारे में पूछने के बाद कहा था कि रात ज्यादा हो गई अब वह सो रहा है, उसके बाद उसने कॉल काट दी थी।

गांव में पसरा मातम

युवक की मौत की सूचना पर गांव में मातम पसरा हुआ है। परिजनों ने बताया कि सुनील को विदेश भेजने के लिए कुछ रुपये अपनी ओर से लगाए, तो कुछ जानकारों से कर्ज लिए थे। अब परिवार ने सरकार से सहायता की गुहार लगाई है ताकि सुनील का यहां लाकर अंतिम संस्कार किया जा सके।

कागजों में लड़की निकली 15 वर्ष की, बाल विवाह निषेध अधिकारी कार्यालय टीम की कार्रवाई

लोन में नाबालिग लड़की बालिका वधु बनने से बची

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। मौके पर पहुंची टीम। *फोटो :हरिभूमि*

बाल विवाह निषेध अधिकारी कार्यालय टीम की सर्तकता से लोन गांव में एक बालिका को वधु बनने से बचाया गया। टीम ने बाल विवाह की सूचना पर तत्परता से कार्रवाई करते नाबालिग की शादी को रूकवाया और साथ ही परिजनों को विवाह न करने के लिए चेताया। इसके अलावा बाल विवाह अधिनियम की जानकारी भी दी जिस पर परिजनों ने आश्वासन दिया कि अब वह बालिग होने पर ही विवाह करेंगे। बाल विवाह निषेध अधिकारी सुनीता को सूचना मिली थी कि गांव लोन में एक नाबालिग लडक़ी की शादी करवाई जा रही है और बारात जिले के ही गांव सुदकैन खुर्द से आने वाली है। इस पर कार्रवाई करते हुए रवि लोहान, महिला सिपाही आरती, मोनिका, नीलम, प्रवीन धमतान साहिब पुलिस चौकी के साथ मौके पर पहुंचे। टीम द्वारा लड़की के परिवार वालों से लड़की के जन्म से संबंधित कागजात मांगे तो परिजनों ने पहले तो टाल मटोल करने की कोशिश की और शादी ना होने की बात कही लेकिन जब उनसे अलग-अलग बातचीत की गई तो लगभग तीन घंटे के बाद जो सबूत दिखाए गए जिसमें लड़की की उम्र मात्र साढ़े 15 वर्ष पाई गई और बारात लेकर आया दुल्हा बालिग निकला। इस पर उसके परिजनों द्वारा बताया गया कि लड़की के माता-पिता अनपढ़ है और उन्हें किसी कानून की कोई जानकारी नही है, इसलिए वह गलती से ऐसा कर रहे थे। इस पर परिजनों को समझाया गया कि आपकी लड़की नाबालिग है।

अधिकारियों को लिखित बयान दिए

इसलिए आप उसके बालिग होने तक का इंतजार करें ताकि कोई कानूनी अड़चन न आए। इसके बावजूद भी अगर आप नाबालिग लडक़ी की शादी करते हैं तो आप सभी के खिलाफ भी कानूनी कार्रवाई की जाएगी। इस पर परिवार सहमत हो गया तथा शादी को स्थगित कर दिया गया। इसके बाद परिजनों ने महिला संरक्षण एवं बाल विवाह निषेध विभाग के अधिकारियों को लिखित बयान दिए कि वह कानून की पालना करेंगे तथा लड़की के बालिग होने पर ही उसकी शादी करेंगें।

छात्रों को निःशुल्क किताबों के लिए 45.05 करोड़ की मंजूरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पूंडरी

हरियाणा में शिक्षा व्यवस्था को मजबूत करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए कक्षा 1 से 8 तक के सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों को फ्री पाठ्यपुस्तकें उपलब्ध करवाई जाएंगी। इस संबंध में हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद् द्वारा समग्र शिक्षा अभियान के तहत वित्त वर्ष 2026–27 के लिए केंद्र सरकार ने 45.05 करोड़ की राशि स्वीकृत की है। विधायक सतपाल जाम्बा ने इस निर्णय का स्वागत करते कहा कि इससे प्रदेश के लाखों विद्यार्थियों को सीधा लाभ मिलेगा और आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्राप्त करने में सहायता मिलेगी। बताया कि सरकार द्वारा 15 अप्रैल तक सभी स्कूलों में पाठ्यपुस्तकों की आपूर्ति सुनिश्चित की जाएगी, ताकि विद्यार्थियों की पढ़ाई बिना किसी बाधा के समय पर शुरू हो सके। विधायक जाम्बा ने कहा कि "शिक्षा हमारे समाज की सबसे मजबूत नींव है। बच्चों को समय पर किताबें मिलना उनके भविष्य निर्माण के लिए अत्यंत आवश्यक है। सरकार का यह निर्णय गरीब और जरूरतमंद परिवारों के लिए बहुत राहत देने वाला है।

स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस बहुत पेनफुल समस्या है। इसके अलावा सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस और लंबर स्पॉन्डिलाइटिस जैसी स्पाइन रिलेटेड समस्याओं के ट्रीटमेंट में ईएसडीएस काफी इफेक्टिव हो सकती है। किस तरह की जाती है यह सर्जरी और नॉर्मल सर्जरी से कैसे है यह अलग, जानिए।

स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस के ट्रीटमेंट में इफेक्टिव ईएसडीएस

ट्रीटमेंट

डॉ. सुदीप जैन
डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया
नई दिल्ली

रीढ़ की गठिया यानी स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस की समस्या के इलाज के अंतिम विकल्प के रूप में एंडोस्कोपिक स्पाइनल डिब्राइडमेंट सर्जरी (ईएसडीएस) से मरीजों को अच्छे रिजल्ट मिल रहे हैं। इसके साथ ही सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस और लंबर स्पॉन्डिलाइटिस की समस्या दूर करने में भी ईएसडीएस कारगर साबित हो रही है। ईएसडीएस की सफलता दर 95 प्रतिशत से ज्यादा है। इस तरह की सर्जरी के लिए इंट्राऑपरेटिव कंप्यूटर नेविगेशन सिस्टम, व्-आर्म और 3डी प्रिंटिंग का इस्तेमाल करके इंट्राऑपरेटिव 3डी रिकंस्ट्रक्शन इमेजिंग और रोबोट का प्रयोग किया जाता है।

क्या है यह सर्जरी: ईएसडीएस की प्रक्रिया के तहत सर्जन रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) के प्रभावित भाग पर एक सूक्ष्म चीरा या कट लगाते हैं। फिर इस कट के जरिए वह एंडोस्कोप को मरीज के प्रभावित भाग जैसे रीढ़ की वर्टिब्रा या डिस्क के समीप ले जाते हैं। एंडोस्कोप एक ट्यूब सदृश होती है, जिसमें लाइट और कैमरा फिट होते हैं, जिनकी मदद से सर्जन ईएसडीएस की प्रक्रिया को अंजाम देते हैं।

नहीं होती कटिंग: इस सर्जरी का नाम एंडोस्कोपिक स्पाइनल डिब्राइडमेंट सर्जरी (ईएसडीएस) तो है लेकिन खास बात यह है कि इसमें चीरफाड़ के स्थान पर रेडियो फ्रीक्वेंसी वेव्स, शॉक वेव्स, अल्ट्रासोनिक वेव्स और 'कोल्ड लेजर' का इस्तेमाल किया जाता है। इसके अलावा ओजोन का तरल रूप में इस्तेमाल भी करते हैं। रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) के एब्नॉर्मल टिशूज को फ्रीज करके हटा दिया जाता है। स्पाइन के एब्नॉर्मल भाग को निकाल कर उसे वैक्यूम के जरिए सक कर निकाल लिया जाता है। ऐसा प्रोसीजर ट्रेडिशनल सर्जरी में नहीं होता।

सर्जरी प्रोसीजर: सर्जरी से पहले एंडोस्कोपी के जरिए विकारग्रस्त हड्डी की सटीक एनाटॉमी अत्यधिक सुस्पष्ट, बड़े (इनलार्ज) रूप में सर्जन को पता चल जाती है। जब कीहोल के जरिए एंडोस्कोपी को स्पाइन के प्रभावित भाग तक पहुंचाया जाता है, तब उस भाग की बड़ी और स्पष्ट छवि नजर आती है, जिससे सर्जन को सटीक ऑपरेशन करने में मदद मिलती है। ये विशेषताएं पारंपरिक सर्जरी के संदर्भ में लागू नहीं होतीं।

नर्व्स रहती हैं सुरक्षित: ईएसडीएस की प्रक्रिया के दौरान स्पाइन के इर्द-गिर्द स्थित नसें (नर्व) सुरक्षित रहती हैं और इनके साथ कोई छेड़छाड़ नहीं होती। नसों के सुरक्षित रहने की स्थिति में मरीज तंत्रिका तंत्र (नर्वस सिस्टम) से संबंधित कई आशंकित समस्याओं से सुरक्षित रहता है। जबकि यह बात पारंपरिक सर्जरी के संदर्भ में लागू नहीं होती।

मधुमेह और हृदय रोगियों को राहत: पारंपरिक सर्जरी की तुलना में ईएसडीएस में सर्जिकल टाइम कम होता है। इस कारण मरीज को एनेस्थीसिया भी कम दी जाती है। इस कारण मधुमेह और हृदय रोगों से ग्रस्त लोगों या फिर बढ़ती उम्र में होने वाली जटिलताओं से गुजर रहे व्यक्तियों में सर्जिकल प्रक्रिया के दौरान होने वाला जोखिम बहुत कम हो जाता है।

यूज करते हैं लोकल एनेस्थीसिया: अनेक मरीज बेहोशी शब्द सुनकर डर जाते हैं, लेकिन ईएसडीएस के अधिकतर मरीजों में लोकल एनेस्थीसिया से ही काम चल जाता है। इस सर्जरी में ज्यादातर लोकल एनेस्थीसिया देने से ज्यादातर मरीजों को बेहोश करने की जरूरत नहीं होती।

रक्त की कम हानि: पारंपरिक सर्जरी की तुलना में ईएसडीएस में रक्त का कम से कम नुकसान होता है। ऐसी स्थिति में मरीज के ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।

अगले दिन डिस्चार्ज: सर्जरी के अगले दिन व्यक्ति अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया जाता है, जबकि पारंपरिक सर्जरी में ऐसा नहीं होता। सर्जरी के लगभग एक हफ्ते के बाद व्यक्ति अपने कार्य पर वापस जा सकता है। जो लोग वजन उठाने या शारीरिक श्रम से संबंधित कार्यों से जुड़े हैं, वे लोग भी अपने कार्य कर सकते हैं। आमतौर पर ट्रेडिशनल ओपन सर्जरी के बाद लगभग 20 से 25 प्रतिशत ऐसे मामले सामने आते हैं, जिनमें दोबारा सर्जरी करनी पड़ती है, जिन्हें मेडिकल भाषा में 'फेल्ड बैक सर्जरी सिंड्रोम' कहते हैं। इसके विपरीत ईएसडीएस में अधिकतम 1 से 2 प्रतिशत मामलों में ही रिवीजन सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

डाइट सजेशन

शिखर चंद जैन

लंच, डिनर या ब्रेकफास्ट के समय या दिन में एक दो बार खाने का विचार आना सामान्य है, लेकिन ऐसा जब दिन में कई बार या कहें बार-बार आने लगे तो ऐसा फूड नॉइज के कारण हो सकता है। इसकी कई वजहें हो सकती हैं। इसका आपके सामान्य जीवन पर गहरा असर हो सकता है। इसके कारण, लक्षणों के साथ बचाव के बारे में भी जानिए।

फूड नॉइज जब दिमाग में हर वक्त आए सिर्फ खाने का विचार

कई लोगों के मन में हमेशा या कुछ कुछ देर के बाद खाने का विचार आता रहता है। कई बार तो एक समय का खाना खाने के दौरान ही दूसरे वक्त के खाने के बारे में खयाल आने लगते हैं। खाने के विचारों पर इस तरह का अनियंत्रण फूड नॉइज की वजह से हो सकता है।

क्या है फूड नॉइज

जब आपके दिमाग में बार-बार लगातार सिर्फ भोजन की बातें गूंजने लगती हैं या कभी व्हाट्सएप, कभी यू-ट्यूब या कभी इंस्टाग्राम अथवा फेसबुक के माध्यम से अच्छे-बुरे फूड, नए-पुराने फूड या पौष्टिक-जंक फूड की चर्चा आपके जेहन में पहुंचाई जाती हैं तो यह सिचुएशन फूड नॉइज कहलाती है। फूड नॉइज का अर्थ है, भोजन के बारे में लगातार और अकसर परेशान करने वाले विचार। यह केवल 'भूख' लगने जैसा नहीं है। यह मन में चलने वाली एक ऐसी रेडियो फ्रीक्वेंसी की तरह है, जो आपको हर समय खाने, अगले भोजन की योजना बनाने या विशिष्ट खाद्य पदार्थों की लालसा के बारे में बताती रहती है। वास्तव में यह एक मेंटल स्टेट होती है। लेकिन अगर सही तरीके से मैनेज किया जाए तो इस समस्या का समाधान हो सकता है।

फूड नॉइज के मुख्य लक्षण

फूड नॉइज महसूस करने वालों में इस तरह के लक्षण दिख सकते हैं।

- पेट भरा होने के बावजूद भोजन के बारे में सोचना। हर वक्त भोजन की योजना बनाना, जैसे रात के खाने में क्या होगा? या कल दोपहर क्या खाएंगे? इस तरह के विचारों का बार-बार आना।

- खाने पर नियंत्रण की कमी। यानी, खाने की इच्छा को नजरअंदाज करना लगभग असंभव लगना।
- खाने से भावनात्मक संबंध महसूस होना। किसी प्रकार के तनाव या बोरियत महसूस होने पर तुरंत खाने के बारे में सोचना।

सामान्य भूख से अलग

जैविक भूख तो शरीर की जरूरत होती है। पेट में गुड़गुड़ाहट होना, ऊर्जा कम महसूस होना और खाना खाने के बाद यह शांत हो जाना, यह सब सामान्य है। लेकिन फूड नॉइज एक मानसिक समस्या है। खाना खाने के तुरंत बाद भी व्यक्ति यह सोच सकता है कि फ्रिज में रखी मिठाई या कोई डिश कब खानी है?

फूड नॉइज के मुख्य कारण

मस्तिष्क का रिवॉर्ड सिस्टम इसमें बड़ी भूमिका निभाता है। जब हम भोजन देखते हैं या उसके बारे में सोचते हैं, तो मस्तिष्क डोपामाइन रिलीज करता है। जिन लोगों में फूड नॉइज अधिक होता है, उनका मस्तिष्क भोजन के संकेतों (जैसे विज्ञापन या गंध) के प्रति अधिक संवेदनशील होता है। हार्मोनल असंतुलन भी इसकी एक वजह है। शरीर के कुछ हार्मोन भूख और तृप्ति को नियंत्रित करते हैं। जैसे लेप्टिन मस्तिष्क को बताता है कि पेट भर गया है, जबकि घ्रेलिन यह भूख लगने का संकेत देता है। फूड नॉइज से ग्रस्त लोगों में इन हार्मोंस का संचार ठीक से नहीं होता, जिससे मस्तिष्क को कभी 'फुल' होने का संकेत नहीं मिलता। इनके अलावा कुछ दवाओं के सेवन ने भी फूड नॉइज शब्द को लोकप्रिय बनाया है। ये दवाएं मस्तिष्क में जी एक पी-1 रिसेप्टर्स पर काम करती हैं, जो न केवल पाचन को धीमा करती हैं बल्कि मस्तिष्क में उस 'शोर' को भी शांत कर देती हैं। कई लोग इन दवाओं को लेने के बाद पहली बार महसूस करते हैं कि बिना भोजन के विचार के भी रहा जा सकता है।

इसके अलावा तनाव और चिंता इसकी बड़ी वजह है। तनावपूर्ण स्थितियों में मस्तिष्क 'सर्वाइवल मोड' में चला जाता है और कैलोरी-युक्त भोजन की मांग करता है। प्रतिबंधित डाइटिंग भी इसकी वजह हो सकती है। जब हम किसी चीज को खाने से खुद को सख्ती से रोकते हैं, तो मस्तिष्क उस चीज के प्रति अधिक 'शोर' पैदा करता है।

फूड नॉइज का जीवन पर प्रभाव

फूड नॉइज समस्या के कई तरह के मानसिक प्रभाव दिख सकते हैं। इनमें शामिल हैं-

मानसिक थकान: हर समय भोजन के बारे में सोचना मानसिक रूप से आपको थका देने वाला होता है।

अपराध बोध: बार-बार खाने के विचारों के कारण व्यक्ति खुद को कमजोर इच्छाशक्ति वाला मानने लगता है।

एकाग्रता में कमी: फूड नॉइज से ग्रस्त व्यक्ति का काम या पढ़ाई के दौरान भी ध्यान भोजन पर ही बना रहता है। *

(डाइटिशियन पिंकी गोयल से बातचीत पर आधारित)

फूड नॉइज को कैसे रोकें

इस समस्या के समाधान के लिए आप कुछ उपाय कर सकते हैं।

माइंडफुल ईटिंग: खाते समय पूरी तरह से भोजन पर ध्यान देना और उसके स्वाद को महसूस करना।

पर्याप्त प्रोटीन और फाइबर: ये लंबे समय तक पेट भरा होने का एहसास कराते हैं, जिससे मानसिक लालसा कम हो सकती है।

नींद: नींद की कमी भूख बढ़ाने वाले हार्मोंस को सक्रिय कर देती है।

प्रोफेशनल मदद: यदि यह ईटिंग डिसऑर्डर का रूप ले ले, तो मनोवैज्ञानिक या डाइटिशियन से सलाह लेना आवश्यक है।

मेरा मेन फोकस बैलेंस्ड डाइट पर रहता है

फिटनेस फंडा

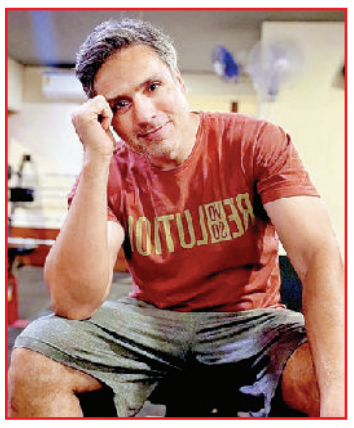
विकास सालगोत्रा

एक्टर विकास सालगोत्रा इन दिनों सोनी सब पर टेलिकास्ट हो रहे सीरियल 'गाथा शिव परिवार की-गणेश कार्तिकेय' में भगवान विष्णु की भूमिका में नजर आ रहे हैं। सीरियल में उनकी बॉडी काफी फिट और टोंड दिख रही है। वे अपनी हेल्थ और फिटनेस को मेंटेन करने के लिए क्या कुछ करते हैं, बता रहे हैं अपनी जुबानी।

डाइट प्लान: मैं प्योर वेजिटेरियन हूं, इसलिए कोशिश करता हूं कि सभी जरूरी न्यूट्रिएंट्स मुझे वेजिटेरियन फूड से ही मिलें। इसीलिए अपनी डाइट में मैं प्रोटीन, फाइबर को प्रचुर मात्रा में शामिल करता हूं। मेरा मेन फोकस बैलेंस्ड डाइट पर रहता है।

वर्कआउट रूटीन: अपनी फिजिकल फिटनेस को मेंटेन करने के लिए मैं हफ्ते में कम से कम 5 दिन वर्कआउट जरूर करता हूं। मेरा वर्कआउट रूटीन-हार्डकोर हैवी वेट ट्रेनिंग और कार्डियो का कॉम्बिनेशन होता है। इसके अलावा मुझे जॉगिंग करना भी बहुत पसंद है। इसलिए जॉगिंग भी करता हूं।

बिजी शेड्यूल में टाइम: यह सही है कि मेरा शेड्यूल बिजी रहता है। लेकिन मैं अपने



फिटनेस को लेकर समझौता नहीं करता, उसके लिए टाइम जरूर निकालता हूं। इसके लिए मैं कोशिश करता हूं कि ज्यादा ना सोऊं, ताकि अपने फिटनेस रूटीन के लिए समय निकाल सकूं। हेल्थ के लिए जितनी देर सोना जरूरी है, उतना ही सोता हूं। आलस में बेड पर पड़े रहकर टाइम वेस्ट नहीं करता हूं।

मेंटल हेल्थ: मेंटली हेल्दी रहने के लिए हमेशा पॉजिटिव सोचता हूं। इसके अलावा मेडिटेशन और योगाभ्यास भी करता हूं। अच्छी किताबें पढ़ता हूं और म्यूजिक इंस्ट्रूमेंट्स भी बजाता हूं। इससे मुझे काफी संतुष्टि मिलती है।

फिटनेस आइडल: मेरे फिटनेस आइडल अक्षय कुमार हैं। उनकी फिटनेस और एनर्जी लेवल मुझे बहुत इंस्पायर करते हैं।

रीडर्स के लिए मैसेज: अपने फैंस और रीडर्स से यही कहना चाहूंगा कि फिटनेस दिमाग से शुरू होती है। अपने बारे में और दूसरों के लिए हमेशा अच्छा सोचिए, यही असली फिटनेस का मंत्र है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

आने वाले महीनों में गर्मी का प्रकोप बढ़ेगा। ऐसे में सुस्ती, थकान और डिहाइड्रेशन की समस्या बढ़ सकती है। इससे बचने के लिए आप अभी से कुछ योगासनों का नियमित अभ्यास शुरू कर दें। इससे आप गर्मी के मौसम में भी ऊर्जावान महसूस करेंगे।

नियमित करें ये योगासन गर्मी में भी रहेंगे ऊर्जावान

गर्मियों में शरीर जल्दी थक जाता है। पानी की कमी हो जाने से सुस्ती और बेचैनी से भी घिर जाता है। ऐसे में कुछ योगासन हैं जो न केवल शरीर को तरोताजा और स्फूर्तिदायक बनाते हैं बल्कि हमारी कार्यक्षमता को भी बढ़ाते हैं। गर्मी में होने वाली समस्याओं से बचने के लिए कुछ शारीरिक प्रयास करने होंगे। आइए जानते हैं, कौन से वो योगासन हैं, जो हमें इन गर्मियों में तरोताजगी देंगे।

भुजंगासन

शशांकासन

शवासन

भुजंगासन: भुजंगासन को कोबरा आसन भी कहते हैं। कोई सतर्क काला नाग जिस मुद्रा में होता है, उसे ही भुजंगासन कहते हैं। इसे करने के लिए सबसे पहले पेट के बल लेटें, हथेलियों को कंधे के पास रखें और धीरे-धीरे अपनी छाती को ऊपर उठाएं तो जो पोज बनेगा, वो भुजंगासन का होगा। भुजंगासन करने के जो त्वरित फायदे मिलते हैं, उनमें रीढ़ की हड्डी मजबूत होती है। फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ती है और शरीर में ऊर्जा तथा रक्त का संचार बढ़ता है। गर्मियों के मौसम में भुजंगासन इसलिए फायदेमंद होता है, क्योंकि इससे शरीर की जकड़न दूर हो जाती है और उसे करते ही सुस्ती खत्म हो जाती है।

शशांकासन: शशांकासन की सबसे बड़ी खूबी यह है कि यह आसन शरीर और दिमाग को तुरंत शांत करता है। इसलिए शशांकासन गर्मियों से होने वाली थकान को दूर करने के लिए बेहद उपयुक्त है। इसे नियमित करने से दिमाग को ठंडक मिलती है। ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है। मानसिक तनाव और बेचैनी कम होती है। जहां तक सवाल है कि शशांकासन कैसे करें तो सबसे पहले वज्रासन में बैठें, फिर सांस छोड़ते हुए आगे की तरफ झुकें और इतना धीरे-धीरे झुकें कि माथा जमीन पर लग जाए और अब हाथ आगे की तरफ फैला दें। कुछ देर इस अवस्था में रहें।

शवासन: शवासन गर्मियों में शरीर के तापमान को संतुलित रखने में सहयक होता है। मानसिक थकान दूर करता है और पूरे योग सत्र के बाद इसे किया जाए तो यह शरीर को फिर से ऊर्जा से भर देता है। इस तरह गर्मियों में शरीर को तुरंत आराम देने वाला शवासन सबसे प्रभावी आसन है। इसे करने के लिए जमीन पर मैट बिछाकर पीठ के बल सीधा लेटें। हाथ-पैर ढीला छोड़ दें और अपनी सांसों पर ध्यान दें। कुछ देर इसी अवस्था में रहें।

बरतें सावधानियां: योगासन करते समय कुछ सावधानियां बरतें-

- योगासन हमेशा सुबह या शाम के समय ही करें। तेज धूप के समय भूलकर योगाभ्यास न करें। बहुत श्रम वाले योगासन भी न करें।
- योगासन करने से पहले पर्याप्त पानी पीएं और योगा खत्म करने के बाद भी पानी पीना जरूरी है।
- सबसे जरूरी बात, पहली बार कोई भी योगासन, योग प्रशिक्षक से सीखकर ही करें। *

हर्बल जोन

रेखा देशराज

बदलते मौसम में शारीरिक रोगों के होने की आशंका बढ़ जाती है। इनसे बचाव के लिए अन्य सावधानियों के साथ ही आप नीम की कोमल पत्तियों का सेवन भी कर सकते हैं। ये किस तरह फायदेमंद है, बता रहे हैं विस्तार से।

मौसमी रोगों से बचाती हैं नीम की कोमल पत्तियां

अपने देश में ऋतुओं के बदलने के साथ ही हमारी जीवनशैली भी बदल जाती है। इस तरह देखें तो हमारा शरीर बहुत कुछ प्राकृतिक बदलाव के साथ बदलता है। अगर हम इस बदलाव के अनुकूल नहीं चलते तो हमें कई तरह की शारीरिक परेशानियों का सामना करना पड़ता है और अगर इस बदलाव को प्रकृति के साथ बदल लेते हैं, तो निरोग रहते हैं। इन दिनों के वसंत ऋतु के दौरान वातावरण में हल्की गर्मी शुरू हो जाती है। ऐसे में हवा में पराग कणों की संख्या भी बढ़ जाती है। ऐसे में इस दौरान अगर सावधानी न बरती तो कई तरह की मौसमी बीमारियों के चंगुल में आ सकते हैं। इन समस्याओं से बचने के लिए नीम की कोमल पत्तियों का सेवन बहुत कारगर होता है। आयुर्वेद में नीम की कोमल पत्तियों को 'सर्वरोग निवारणी' कहा गया है। वसंत ऋतु में नीम के पेड़ों पर नई कोमल और हल्की कड़वी पत्तियां निकलती हैं, तब उन्हें विशेष रूप से औषधीय माना जाता है। यही कारण है कि इस मौसम में बहुत से स्वास्थ्य के प्रति सजग लोग नीम की कोमल पत्तियों को चबाकर खाते हैं।

कम करे विषैले पदार्थ: आयुर्वेद के मुताबिक वसंत ऋतु में शरीर में जमा हुआ कफ पिघलने लगता है। क्योंकि शीत ऋतु में हम प्रायः दूसरे मौसमों के मुकाबले ज्यादा और गरिष्ठ भोजन करते हैं। इस मौसम में मेहनत भी दूसरो मौसमों के मुकाबले कम करते हैं। यही कारण है कि सर्दी के दौरान खूब खाया गया कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं के रूप में हमारे सामने आता है। एलर्जी, जुकाम, त्वचा रोग, सुस्ती और पाचन संबंधी गड़बड़ियों का नाता कहीं न कहीं इस मौसम की परिस्थितियों से होता है। ऐसे में नीम की पत्तियों का खाना बहुत लाभकारी होता है। नीम की पत्तियों का कड़वा स्वाद शरीर के भीतर जमा कफ और विषैले तत्वों को कम करने में सहायक होता है। इसलिए आयुर्वेद में वसंत को शोधन यानी सफाई का मौसम कहा जाता है और इस प्रक्रिया में ही नीम की पत्तियों का सबसे बड़ा योगदान होता है।

बढ़ाए प्रतिरोधक क्षमता: नीम की पत्तियों में कई प्रकार के जैव सक्रिय तत्व पाए जाते हैं जैसे-निंबिन, निमगिन और एंटीऑक्सीडेंट यौगिक। ये तत्व हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। आज के समय जब प्रदूषण, असंतुलित खान-पान और तनाव, हमारी प्रतिरक्षा क्षमता कमजोर कर रहा है, तब नीम की पत्तियां पहले से कहीं ज्यादा लाभकारी साबित होती हैं। सबसे बड़ी बात यह है कि ये सस्ती और सुलभ प्राकृतिक औषधि के रूप में हमें उपलब्ध होती है। अगर हम इस मौसम में नियमित रूप से नीम की पत्तियों का प्रतिदिन सेवन कर लें तो एक महीने का सेवन पूरे साल हमें कई तरह के शारीरिक संक्रमणों से बचाता है।

त्वचा की सुरक्षा-रक्त शुद्धि: वसंत ऋतु में त्वचा संबंधी समस्याएं भी बढ़ जाती हैं, जैसे दाने निकलना, खुजली, फुंसियां होना तथा एलर्जी होना। नीम को इन सभी तरह की समस्याओं से छुटकारा देने वाली प्राकृतिक औषधि माना जाता है। इसके अलावा नीम की पत्तियों वाले उबले पानी से नहाएं तो हमें कई तरह की त्वचा संबंधी परेशानियां नहीं होंगी। रक्त शुद्धि करने वाला नीम इसीलिए सदियों से भारतीय समाज में एक औषधीय पेड़ के रूप में ही उगाया जाता रहा है।

करे पाचन में सुधार: नीम की कड़वाहट हमारी पाचनशक्ति को भी सक्रिय बनाने में अहम भूमिका निभाती है। कोमल नीम की पत्तियां कुछ दिनों तक सेवन करने से शरीर में मौजूद विषैले तत्वों को बाहर निकालने में सहायक होती हैं। यही नहीं इस मौसम में नीम की पत्तियां सेवन करने से हमारा पाचनतंत्र बेहतर और मजबूत होता है। *

पद्मासन

यह ध्यान का आसन है, लेकिन तन व मन दोनो को शीतलता प्रदान करता है। गर्मियों में नियमित रूप से पद्मासन करने से हम अपने तनाव पर काबू पाते हैं। शरीर की ऊर्जा को संतुलित कर पाते हैं। प्राणायाम और ध्यान के लिए यह खास आसन है। जिन्हें गर्मियों के आते ही चिड़चिड़ापन सताने लगता है, उन्हें तो पद्मासन से दोस्ती कर ही लेनी चाहिए। पद्मासन करने के लिए जमीन पर बैठकर दोनो पैरों को विपरीत जांघों पर रखें, रीढ़ को सीधी रखें और आंखें बंद करके गहरी सांसें लें।

खबर संक्षेप

51 लोगों ने किया स्वेच्छा से रक्तदान

जींद। भारतीय रैडक्रास सोसायटी हरियाणा राज्य शाखा चंडीगढ़ के वाइस चेयरमैन अंकुश मिगलानी के जन्मदिन पर बुधवार को रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इसमें 51 लोगों ने स्वेच्छा से रक्तदान किया। रैडक्रास सोसायटी जींद ब्रांच के सचिव रामजीलाल के अनुसार सोसायटी द्वारा लगातार रक्तदान शिविरों का आयोजन किया जाता है। पिछले दिनों महामहिम राज्यपाल के जन्मदिन पर भी रक्तदान शिविर लगाया गया था। जींद में रैडक्रास सोसायटी डीसी मोहम्मद इमरान रजा, एडीसी प्रदीप कुमार और प्रदेश महासचिव डा. सुनील कुमार के नेतृत्व में काम कर रही है।

उचाना: एनएसएस कैंप का किया शुभारंभ

उचाना। स्वामी गणेशानंद सनातन धर्म शिक्षण महाविद्यालय उचाना कलां के अंतर्गत चल रही एनएसएस इकाई के द्वारा सात दिवसीय कैंप का आयोजन किया गया। शुभारंभ एनएसएस गीत के द्वारा किया। विनोद कुमार वशिष्ठ संस्था निदेशक मुख्य अतिथि के तौर पर पहुंचे। अध्यक्षता बीएड प्राचार्य डॉ. महावीर सिंह ने की। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी सुरेंद्र कुमार ने एनएसएस के उद्देश्य एवं कैंप के नियोजन पर प्रकाश डाला। डॉ. महावीर सिंह ने बताया कि समाज में सबसे अग्रणी व्यक्ति वह है जो निस्वार्थ भाव से से कार्य करता है।

एनएसयूआई ने रजिस्ट्रार को भेंट की संविधान की प्रति

जींद। नैशनल स्टूडैंट्स यूनियन ऑफ इंडिया एनएसयूआई के प्रतिनिधिमंडल ने विश्वविद्यालय की नव नियुक्त रजिस्ट्रार सीमा गुप्ता से शिष्टाचार भेंट की। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने उन्हें भारतीय संविधान की प्रति भेंट कर लोकतांत्रिक मूल्यों एवं छात्र हितों की रक्षा के प्रति प्रतिबद्धता व्यक्त की। एनएसयूआई प्रतिनिधिमंडल ने रजिस्ट्रार को विश्वविद्यालय में व्याप्त विभिन्न छात्र समस्याओं से भी अवगत करवाया।

परामर्श के महत्व के बारे में जानकारी दी

जींद। जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत राजकीय कन्या महाविद्यालय में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। यह कार्यक्रम डा. सुमन कोहली सिविल सर्जन जींद के मार्गदर्शन तथा नोडल अधिकारी डा. संकल्प जिला नोडल अधिकारी की देखरेख में लगाया गया। इस अवसर पर डिस्ट्रिक्ट मॉनिटरिंग एंड इवैल्यूएशन ऑफिसर रवि उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान छात्राओं को विभिन्न मानसिक विकारों, उनके लक्षणों, कारणों तथा समय रहते उपचार और परामर्श के महत्व के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई।

कमरे से गैस सिलेंडर व सामान चोरी, केस दर्ज

कैथल। गांव शिमला में खेत में बने कमरे को निशाना बनाकर अज्ञात चोरों ने एक सिलेंडर, बर्तन और 100 फीट मोटर की तार चुरा ली है। कलायत थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी गई शिकायत में गांव शिमला निवासी अमित ने बताया कि 23 मार्च की रात चोरों ने उसके खेत में बने कोठे/कमरे से एक गैस सिलेंडर, एक हुक्का, बर्तन व करीब 100 फीट मोटर की केबल चोरी कर ली। चोरी हुए सामान की कीमत लगभग 25 हजार रुपए बताई है। जांच अधिकारी हेड कांस्टेबल दिनेश कुमार ने अज्ञात आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

टावर से बीबीयू उपकरण चोरी का आरोपी दबोचा

कैथल। टावर से बीबीयू उपकरण चोरी करने के मामले की जांच थाना ढांड पुलिस के एचसी संदीप सिंह की टीम द्वारा करते हुए आरोपी भाणा ब्राह्मण जिला जींद निवासी मंदीप सिंह को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस प्रवक्ता ने बताया आरएस सिक्योरिटी कंपनी में सुपरवाईजर दालमवाला जिला जींद निवासी रणबीर सिंह की शिकायत अनुसार गांव पबनावा व बरोट में लगे इंडस कंपनी के मोबाइल टावर से 28 जुलाई की सुबह करीब 4/5 बजे अज्ञात व्यक्ति बीबीयू उपकरण चोरी करके ले गए।

डीसी ने कलावती में प्रशासन के रात्रि ठहराव में सुनी समस्याएं

50 से अधिक समस्याओं पर की सुनवाई, ज्यादातर का समाधान

कार्यक्रम प्रशासन-आमजन के बीच संवाद एवं समस्याओं के समाधान का बेहतर मंच

सरकार व प्रशासन का दायित्व आमजन तक मूलभूत सुविधाएं पहुंचाना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में शिकायतें रखते महिलाएं। फोटो :हरिभूमि

डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने सफीदों उपमंडल के गांव कलावती में रात्रि ठहराव कार्यक्रम के दौरान जन समस्याएं सुनी। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में 50 से ज्यादा शिकायतें एवं जनसमस्याएं प्राप्त हुई। इनमें से अधिकतर का मौके पर निपटारा किया । यह रात्रि ठहराव कार्यक्रम मंगलवार को गांव के शहीद एसपीओ कप्तान सिंह राजकीय प्राथमिक पाठशाला में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में जींद के पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह भी मौजूद रहे। डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने कहा कि राज्य सरकार के निर्देशानुसार जिला प्रशासन द्वारा रात्रि ठहराव कार्यक्रम किए जा रहे हैं। यह एक अच्छी पहल है। जिसमें ग्रामीणों को सीधे जिला प्रशासन के तमाम अधिकारियों से संवाद का बेहतरीन अवसर मिलता है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य जनसाधारण से उनके घर द्वार जाकर जनसमस्याएं जानना, समझना और उनका यथासंभव समाधान करना है। डीसी ने बताया कि जिला प्रशासन द्वारा सप्ताह के प्रत्येक सोमवार तथा वीरवार को जिला मुख्यालय एवं उपमंडल स्तर पर समाधान शिविर निरंतर आयोजित किए जा रहे हैं। साथ ही हर महीना जिला के किसी भी चयनित एक गांव में रात्रि ठहराव कार्यक्रम भी आयोजित किया जा रहा है। इन दोनों कार्यक्रमों में सभी विभागों के अधिकारी मौजूद रहते हैं। जिससे ऐसी समस्या जो अंतर विभागीय स्तर की है उसका भी निपटान संभव हो जाता है। डीसी ने ग्रामीणों से रूबरू होते कहा कि सरकार व प्रशासन का दायित्व आमजन तक मूलभूत सुविधाएं और सेवाएं पहुंचाना है और इस दिशा में ईमानदारी से प्रयास हो रहा है। उन्होंने ग्रामीणों, जनप्रतिनिधियों तथा ग्राम पंचायतों का आह्वान किया कि वे भी अपने स्तर पर सरकारी योजनाओं की जानकारी रखें और इनका अधिकाधिक लाभ उठाएं। डीसी ने तमाम अधिकारियों को भी सख्त निर्देश दिए कि वे समाधान शिविर और रात्रि ठहराव कार्यक्रम में आने वाली समस्याओं को हल्के में ना लें बल्कि अपनी कार्यकुशलता और विभागीय निपुणता के आधार पर उनका समाधान करना अपनी जिम्मेदारी समझें। डीसी ने यह भी बताया कि इन दोनों कार्यक्रमों की मॉनिटरिंग स्वयं मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा की जा रही है। किसी भी समस्या के समाधान में बरती गई कोताही के लिए संबंधित अधिकारी जवाबदेह होगा। डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने बताया कि उपमंडल सफीदों के गांव कलावती में लगभग 50 से अधिक समस्याओं को सुना गया और संबंधित अधिकारियों को समस्याओं का त्वरित समाधान के निर्देश दिए गए है। कहा कि ज्यादातर समस्याओं का मौके पर ही समाधान किया गया तथा अन्य समस्याओं का समाधान के लिए निर्धारित समय सीमा तय की गई। कहा कि कुछ समस्याएं एक से अधिक विभागों से संबंधित थी तथा अन्य लोक निर्माण विभाग, काडा, पुलिस विभाग, पब्लिक हैल्थ, सिंचाई विभाग, बिजली विभाग से संबंधित थी। जिनके समाधान के लिए संबंधित अधिकारियों निर्देश दिए गए है। ग्राम पंचायत द्वारा भी डीसी के समक्ष खेल स्टेडियम निर्माण, स्कूल में सौलर प्लेट तथा गांव के फिरनी पक्की करवाने बारे आवेदन किया गया। डीसी ने पंचायत द्वारा रखी सभी मांगों पर गंभीरता से सुनवाई की और उन्हें पूरा करवाने का आश्वासन भी दिया।

ये रहे मौजूद

कार्यक्रम में गांव के होनहार बच्चों कुश्ती की नैशनल सिल्वर मैडलिस्ट खिलाड़ी काजल, कुश्ती में स्टेट सिल्वर मैडलिस्ट मुस्कान, स्टेट लेवल में नृत्य में अच्छा प्रदर्शन करने पर कोमल को डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने मोमेंटो देकर बच्चों का हौंसला बढ़ाया। इस मौके पर एसपी कुलदीप सिंह, एडीसी प्रदीप कुमार, एसडीएम पुलकित मल्होत्रा, सीटीएम मोनिका रानी, जिला राजस्व अधिकारी राजकुमार, डीडीपीओ संदीप भारद्वाज, डीएसपी सफीदों गौरव शर्मा, सरपंच मोनिका, पूर्व सरपंच बलराज कुंडू सहित गांव के गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

हमला करने वालों के खिलाफ हो कानूनी कार्रवाई : राजेंद्र

कैथल। लाल झंडा भट्ठा मजदूर यूनियन कैथल की बैठक हनुमान वाटिका पार्क में प्रधान राजेंद्र दूधरेडी की अध्यक्षता में संपन्न हुई। यूनियन के बैनर तले सैकड़ो भट्ठा मजदूरों ने अनेको भट्ठों से अपनी हिस्सेदारी दर्ज करवाई। प्रेस को दी जानकारी में जिला प्रधान राजेंद्र व उपप्रधान साहब सिंह ने बताया 13 मार्च को बजरंग ईट भट्ठा कोटडा पर मालिक संजय व उसके साथियों ने यूनियन जिला सचिव पर जानलेवा हमला किया जिसकी यूनियन कड़े शब्दों में निंदा करती है और प्रशासन से यह भी मांग करती है की 12 दिन बीत जाने के बाद भी आरोपी पर कानूनी कार्रवाई नहीं हुई केवल आज राजोंद थाने से पुलिस द्वारा फोन पर कारवाही करने का खाली आश्वासन दिया गया जो प्रशासन की लापरवाही को ही दर्शाता है अगर ऐसे यूनियन नेताओं पर हमले कर आरोपी खुले घूम सकते है तो आम मजदूर की सुरक्षा की गारंटी कैसे संभव हो पाएगी।

सीएम सैनी के दरबार में पहुंचा सेरधा के राजकीय कन्या महाविद्यालय का मामला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

सेरधा कॉलेज को लेकर हायर एजुकेशन के डायरेक्टर से चंडीगढ़ में मिलते सुरेंद्र ढूल।

जिले में लंबे समय से लंबित पड़ी विभिन्न विकास परियोजनाओं को लेकर सर छोटू राम विचार मंच ने एक बार फिर सक्रियता दिखाई है। मंच के जिलाध्यक्ष सुरेंद्र ढुल ने इन मुद्दों को गंभीरता से उठाते चंडीगढ़ में संबंधित विभागों के चीफ इंजीनियरों, निदेशक और एसीएस आदि से मुलाकात कर लंबित कार्यों को शीघ्र पूरा करवाने की मांग की। इससे पहले वे मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से भी मिले और पूरे मामले को उनके संज्ञान में रखा, जिस पर मुख्यमंत्री ने उच्च अधिकारियों को त्वरित कार्रवाई के निर्देश दिए हैं। बातचीत करते जिलाध्यक्ष सुरेंद्र ढुल ने बताया कि प्रदेश के तत्कालीन मुख्यमंत्री और वर्तमान केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल द्वारा स्वीकृत कई महत्वपूर्ण परियोजनाएं आज भी जमीनी स्तर पर अधूरी पड़ी हैं, जिससे आमजन को भारी असुविधा का सामना करना पड़ रहा है। कहा कि इन परियोजनाओं का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों का समग्र विकास और बुनियादी सुविधाओं को सुदृढ़ करना था, लेकिन समय पर कार्य पूरा न होने के कारण लोगों को इसका लाभ नहीं मिल पा रहा। इन विषयों को लेकर सुरेंद्र ढुल ने जे. नारायण (आईएफएस) डायरेक्टर हायर एजुकेशन हरियाणा से मुलाकात की और भगत फूल सिंह राजकीय कन्या महाविद्यालय सेरधा के विषय को लेकर चर्चा की।

भाषण प्रतियोगिता में दृष्टि ने मारी बाजी

जींद। हिंदू कन्या कालेज में बुधवार को समाजशास्त्र विभाग द्वारा समाज पर सोशल मीडिया का प्रभाव विषय पर भाषण प्रतियोगिता का आयोजन प्राचार्या डा. पूनम मोर की अध्यक्षता में किया गया। कार्यक्रम का संचालन समाजशास्त्र की प्राध्यापिका डा. ज्योति ने किया। प्राचार्या डा. पूनम मोर ने अपने संबोधन में कहा कि सोशल मीडिया समाज को जोडने और जानकारी सांझा करने का शक्तिशाली माध्यम है लेकिन इसके नकारात्मक प्रभावों को भी नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। कहा कि सोशल मीडिया हमें एक दूसरे के करीब लाया है लेकिन हमें इसके उपयोग में सावधानी बरतनी होगी। हमें सकारात्मक और सत्य जानकारी सांझा करनी चाहिए और नकारात्मक प्रभावों से बचना चाहिए। डा. ज्योति ने छात्राओं को कहा कि सोशल मीडिया शिक्षा के क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। विद्यार्थी ऑनलाइन वीडियो, ब्लॉक और शैक्षणिक सामग्री के माध्यम से जानकारी प्राप्त कर सकते हैं उससे जागरूकता बढ़ती है और सीखने के नए अवसर मिलते है सोशल मीडिया ने डिजिटल, मार्केटिंग, कंटेंट, क्रिएशन और ऑनलाइन बिजनेस को बढ़ावा दिया है।

कैथल। भ्रमण के दौरान आरकेएसडी कालेज के विद्यार्थी।

वाणिज्य विभाग के विद्यार्थियों का शैक्षणिक भ्रमण

कैथल। आरकेएसडी कॉलेज, के वाणिज्य विभाग के विद्यार्थियों ने अपने अकादमिक अध्ययन को व्यावहारिक अनुभव से जोड़ने के उद्देश्य से चंडीगढ़ का शैक्षणिक भ्रमण किया। इस दौरान विद्यार्थियों ने एक समाचार पत्र के कार्यालय में चंडीगढ़ का दौरा किया, जहाँ उन्हें मीडिया, विपणन संचार तथा समाचार पत्र के संपादन और मुद्रण (प्रिंटिंग) प्रक्रिया की विस्तृत जानकारी प्रदान की गई। विद्यार्थियों ने आधुनिक मुद्रण तकनीकों को प्रत्यक्ष रूप से देखा और समझा कि किस प्रकार समाचार पत्र का निर्माण, विज्ञापन प्रबंधन तथा विपणन संचार के माध्यम से मीडिया संस्थान कार्य करते हैं। इसके पश्चात विद्यार्थियों ने हरियाणा विधानसभा चंडीगढ़ का भी भ्रमण किया, जहाँ उन्हें विधानसभा की कार्यवाही को प्रत्यक्ष रूप से देखने का अवसर प्राप्त हुआ। विद्यार्थियों ने सामान्य बजट पर चल रही चर्चा को देखा और यह समझा कि किस प्रकार जनहित से जुड़ी नीतियाँ बनाई जाती हैं तथा राज्य के विकास के लिए बजट तैयार किया जाता है। इस अनुभव से विद्यार्थियों को लोकतांत्रिक व्यवस्था, शासन प्रणाली तथा सार्वजनिक नीति निर्माण की प्रक्रिया की व्यावहारिक समझ प्राप्त हुई। इस शैक्षणिक भ्रमण के दौरान वाणिज्य विभाग से डॉ. विशाल आनंद, डॉ पूजा गुप्ता विद्यार्थियों के साथ उपस्थित रहे और उन्होंने विद्यार्थियों का मार्गदर्शन किया।

सतचंडी पाठ श्रद्धा-भक्ति के वातावरण में निरंतर जारी

राजौंद। नगर स्थित बाबा बहादुर वन मंदिर में चल रहे आठ दिवसीय सतचंडी यज्ञ के सातवें दिन विधि-विधान के साथ पूजा-अर्चना कर हवन यज्ञ सम्पन्न किया गया। 19 मार्च से सात ब्राह्मणों द्वारा सतचंडी पाठ का शुभारंभ किया गया था, जो श्रद्धा और भक्ति के वातावरण में निरंतर जारी है। इस संबंध में मंदिर के महंत तेजगिरी जी व आचार्य बृज भूषण हरित ने बताया कि यह यज्ञ आठ दिनों तक चलेगा, जिसमें नगरवासी बढ़-चढ़कर भाग ले रहे हैं। बताया कि दुर्गा अष्टमी के दिन हवन के साथ यज्ञ का विधिवत समापन किया जाएगा तथा कन्या पूजन भी किया जाएगा। महंत तेजगिरी जी ने कहा कि इस धार्मिक आयोजन का मुख्य उद्देश्य नगर में सुख-शांति, समृद्धि और आपसी भाईचारे को बढ़ावा देना है। उन्होंने बताया कि प्रत्येक वर्ष चैत्र नवरात्र के अवसर पर इस प्रकार के धार्मिक आयोजन किए जाते हैं।

कैथल। बैठक करते पंचनाथ शोध संस्थान, कैथल के सदस्य।

विजन डॉक्यूमेंट हरियाणा 2047 पर मंथन

कैथल। पंचनाथ शोध संस्थान, कैथल द्वारा मासिक बैठक का सफलतापूर्वक आयोजन स्वामी विवेकानंद जिला पुस्तकालय, कैथल में किया गया। डॉ. मनोज कुमार भाम्बू, प्राचार्य, डॉ. भीमराव अंबेडकर महाविद्यालय, कैथल ने "विजन डॉक्यूमेंट हरियाणा 2047: अवसर एवं चुनौतियां" विषय पर विस्तृत, सारगर्भित एवं तथ्यपरक व्याख्यान प्रस्तुत किया। डॉ. भाम्बू ने बताया कि हरियाणा सरकार द्वारा वर्ष 2047 तक राज्य को विकसित बनाने के उद्देश्य से एक व्यापक विजन तैयार किया गया है। इस विजन के अंतर्गत हरियाणा की अर्थव्यवस्था को 1 ट्रिलियन डॉलर तथा भारत की अर्थव्यवस्था को 30 ट्रिलियन डॉलर तक पहुंचाने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। डॉ. भाम्बू ने हरियाणा को भविष्य में ग्लोबल इन्वेस्टर हब, एआई इनोवेशन सेंटर एवं स्टार्टअप हब के रूप में विकसित करने की योजनाओं पर भी प्रकाश डाला। गुरुग्राम एवं पंचकूला को एआई गतिविधियों के प्रमुख केंद्र के रूप में विकसित किया जा रहा है। औद्योगिक विस्तार के लिए 10 औद्योगिक मॉडल टाउनशिप प्रस्तावित हैं, जिनमें से 6 पर कार्य प्रगति पर है। मासिक बैठक में डॉ. मनोज कुमार भाम्बू, डॉ. कृष्णचंद पांडे, डॉ. गोविंद बल्लभ, डॉ. मोनिका जाखड़, डॉ. अशोक अत्री आदि मौजूद रहे।

मुख्यमंत्री की सफीदों में प्रस्तावित रैली को लेकर डीसी ने किया नई अनाज मंडी का दौरा

अधिकारियों को समय रहते तैयारियां पूरी करने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। रैली स्थल पर दिशा-निर्देश देते हुए डीसी। फोटो :हरिभूमि

डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने सफीदों की नई अनाज मंडी का दौरा किया और आगामी चार अप्रैल को प्रस्तावित मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की धन्यवाद एवं विकास रैली की तैयारियों के संबंध में मौजूद अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह भी इस मौके पर मौजूद रहे। सभा स्थल के निरीक्षण के दौरान डीसी ने अधिकारियों को कहा कि वे प्रस्तावित रैली के लिए सभी आवश्यक प्रबंध एवं तैयारियां समय रहते पूरा करें। उन्होंने बताया कि निर्धारित तिथि को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी जनसभा को संबोधित करेंगे साथ ही विभिन्न विकास परियोजनाओं का उद्घाटन एवं शिलान्यास भी करेंगे। डीसी ने सभी अधिकारियों को विशेषकर जिन विभागों की परियोजनाओं का उद्घाटन एवं शिलान्यास किया जाना हैए वे सभी औपचारिकताएं निर्धारित तिथि से पहले पूरी कर लें। डीसी ने मौके पर मौजूद अधिकारियों को रैली में आने वाले लोगों की सुविधा अनुसार आवश्यक प्रबंध करने के लिए कहा। उन्होंने कहा कि सभा स्थल पर अस्थायी तौर पर सुलभ शौचालय की व्यवस्था तथा पर्याप्त पेयजल का प्रबंध सुनिश्चित रखा जाए। साथ ही पंडाल में महिलाओं एवं पुरुषों के लिए अलग-अलग बैठने की समुचित व्यवस्था भी सुनिश्चित की जाए। उन्होंने कहा कि सभी विभाग आपसी समन्वय के साथ कार्य करें और अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन पूरी तत्परता से सुनिश्चित करें। रैली स्थल पर पार्किंग व्यवस्था और सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए जाएं ताकि आमजन को किसी प्रकार की असुविधा न हो।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर एसडीएम पुलकित मल्होत्रा, डीएसपी गौरव शर्मा, तहसीलदार राजेश गर्ग, सिटी एसएचओ पूरण दास, नायब तहसीलदार संजय, बीडीओ जयपाल, मार्केट कमेटी सचिव अनिल कुमार, सुपरवाइजर मंडी सोमबीर जोगी, भाजपा युवा जिला उपाध्यक्ष सक्षम भाटिया, एसडीओ अजय कटारिया सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

नागरिक अस्पताल उचाना में मनाया विश्व टीबी दिवस

उचाना। नागरिक अस्पताल उचाना में वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. सुशील गर्ग की अध्यक्षता में विश्व क्षय रोग दिवस मनाया गया। टीबी बीमारी के बारे में विश्व के लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से इसे हर साल इमनाया जाता है। इसका उद्देश्य लोगों को टीबी के लक्षण ,जांच व इलाज तथा इस बीमारी से बचने बारे जागरूक करना है। वर्ष 2026 विश्व टीबी दिवस की थीम हां हम टीबी को खत्म कर सकते हैं है। टीबी एक संक्रामक लेकिन पूर्णतः इलाज योग्य बीमारी है, जो फेफड़ों को प्रभावित करती है। सही समय पर जांच, लगातार इलाज, पौष्टिक आहार और जन-जागरूकता ही भारत को टीबी मुक्त बनाने की कुंजी है। डॉ. राजेश, जगबीर चहल एसटीएस, जगबीर सिंह एचआई, कमलेश एलएचवी एवं अन्य कर्मचारी मौजूद थे।

रूही-अवनी ने राज्य स्तरीय स्पर्धा में लहराया परचम

जुलाना। जुलाना क्षेत्र के गांव करसोला स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की छात्राओं ने वाद, विवाद प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन करते हुए राज्य स्तर पर छठी से आठवीं कक्षा वर्ग में अवनी और रूही प्रथम स्थान प्राप्त किया है। इस उपलब्धि से विद्यालय और पूरे क्षेत्र में खुशी का माहौल है। विद्यालय के प्रधानाचार्य राजकुमार ने छात्राओं को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों की मेहनतए शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का परिणाम है। विजेता छात्राओं ने अपनी सफलता का श्रेय अपने अभिभावकों के विश्वास और मार्गदर्शन को दिया। इंचार्ज पिंकी ने बताया कि दोनों छात्राओं ने ब्लॉक स्तर से लेकर राज्य स्तर तक लगातार प्रथम स्थान प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया है। कहा कि विद्यार्थियों को पढ़ाई के साथ अन्य गतिविधियों में भी बढ़.चढ़कर भाग लेना चाहिएए जिससे उनका सर्वांगीण विकास होता है।

शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार लाने के उपायों पर विचार-विमर्श

जुलाना। जुलाना क्षेत्र के लजवाना कलां गांव स्थित राजकीय स्कूल में क्लस्टर स्तर की एक बैठक का आयोजन किया गया। बैठक की अध्यक्षता जिला शिक्षा प्रशिक्षण संस्थान ईक्कस की प्राचार्या मुन्नी देवी ने की। इस बैठक में क्लस्टर के अंतर्गत आने वाले विभिन्न राजकीय स्कूलों के मुखियाओं ने भाग लिया। बैठक का मुख्य उद्देश्य सरकारी स्कूलों में छात्र, छात्राओं की संख्या बढ़ाने तथा शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार लाने के उपायों पर विचार-विमर्श करना रहा। प्राचार्या मुन्नी देवी ने उपस्थित शिक्षकों को संबोधित करते हुए कहा कि आज के समय में अभिभावकों को सरकारी स्कूलों के प्रति जागरूक करना बेहद जरूरी है। इसके लिए शिक्षकों को घर-घर जाकर संपर्क करना चाहिए और स्कूलों में उपलब्ध सुविधाओं की जानकारी देनी चाहिए। उन्होंने कहा कि आधुनिक शिक्षा पद्धति को अपनाकर विद्यार्थियों को बेहतर माहौल उपलब्ध कराया जा सकता है। स्मार्ट क्लास, डिजिटल माध्यमों और खेलकूद गतिविधियों के माध्यम से बच्चों की रुचि बढ़ाई जा सकती है।

सिद्धांतों का पालन करने के लिए किया प्रोत्साहित

जींद। छोटू राम किसान महाविद्यालय में कानूनी साक्षरता प्रकोष्ठ के तत्वावधान में राष्ट्रीय हरित न्यायाधिकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कॉलेज प्राचार्य डा. जगबीर सिंह ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए विद्यार्थियों का पर्यावरण संरक्षण के संदर्भ में प्राकृतिक न्याय के सिद्धांतों का पालन करने के लिए प्रोत्साहित किया। कानूनी साक्षरता प्रकोष्ठ की संयोजिका डा. मीनाक्षी के द्वारा राष्ट्रीय हरित न्यायाधिकरण के 21 वें अनुछेद व 48वें अनुछेद 48 के बारे में विस्तृत जानकारी देते हुए बताया कि 18 अक्टूबर 2010 को स्थापित किया और इसका उद्देश्य पर्यावरण से संबंधित मामलों को तेजी से निपटाना, जिससे अदालतों का बोझ कम हो। इसके क्षेत्राधिकार में पर्यावरण, वन और प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण। इसका मुख्यालय नई दिल्ली (क्षेत्रीय कार्यालय भोपाल, पुणे कोलकाता, चेन्नई) राष्ट्रीय हरित न्यायधिकरण 21 वें अनुच्छेद से प्रेरणा लेता है।

मां को पुकारो अबोध शिशु बनकर : आचार्य पवन

जींद। आचार्य पवन शर्मा ने कहा कि मां को पुकारो अबोध शिषु बनकर, मां को आना ही होगा, उन्हें हमें अपने आंचल में छिपाना ही होगा। आचार्य पवन शर्मा ने मंगलवार की रात माता वैष्णवी धाम में आयोजित नवार्ण महायज्ञ के छठे दिन श्रद्धालुओं के समक्ष अपने प्रवचन में कहे। डा. बनीश गर्ग, डा. नताशा गर्ग, डा. कमल गिरोतरा, डा. सविता गिरोतरा, आरके कोहली, शिवदत्त शर्मा, सतीश जैन, राजीव गर्ग ने सपरिवार मां कात्यायनी की पूजा-अर्चना कर महायज्ञ में आहुति अर्पित की। आचार्य ने कहा कि बच्चा यदि खिलौनों में लगा रहे तो मां निश्चिंत होकर अपना घर का काम समेटती रहती है । किंतु बच्चा यदि उन खिलौनों को पटक कर एकमात्र मां के लिए व्याकुल होकर रोने लगे, केवल मां-मां पुकारे और किसी बात को सुनना ही ना चाहे तब मां भी अपना सब काम छोड़ दौड़ी चली आती है और उसके आंसू पौंछकर उसे तुरंत अपने आंचल में छिपा लेती है। हां बच्चा जब खिलौनों से खेल भी रहा हो और झूठ-मूठ का रोने का नाटक भी कर रहा हो तब मां उसे गोद में नहीं लेती। ठीक यही बात जगजननी मां भवानी की भी है।

विधायक ने सीएम की विकास रैली का दिया निमंत्रण

जींद। सफीदों के विधायक रामकुमार गौतम ने कहा कि आगामी चार अप्रैल को सफीदों की नई अनाज मंडी में आयोजित होने वाली मुख्यमंत्री की विकास रैली क्षेत्र के विकास के लिए एक नई दिशा तय करेगी। उन्होंने बताया कि इस रैली में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत करेंगे और क्षेत्र को करोड़ों रुपये की विकासात्मक परियोजनाओं की सौगात देंगे। उन्होंने विश्वास जताया कि यह रैली ऐतिहासिक होगी और विकास के नए आयाम स्थापित करेगी। विधायक रामकुमार गौतम बुधवार को जन सम्पर्क कार्यक्रम के दौरान विधानसभा क्षेत्र के विभिन्न गांवों अमरावली खेड़ा, भूरायण, पिल्लूखेड़ा, धड़ौली, भिड़ताना, लुदाना, भम्भेवा, मालसरी और मोरखी सहित लगभग 10 गांवों में पहुंचे। इस दौरान उन्होंने ग्रामीणों से सीधा संवाद किया और समस्याएं सुनी और मांग पत्र एकत्रित किए। साथ ही सभी गांव वासियों को चार अप्रैल को सफीदों में आयोजित विकास रैली में पहुंचने का निमंत्रण भी दिया।

सीएम के गृह जिले में बेधड़क हो रहा अवैध खनन

नरवाना। हरियाणा भाजपा सरकार के शासनकाल में अवैध खनन वन खनिज संपदा की लूट और नशे के कारोबार का बोलबाला है। कैथल से विधायक आदित्य सुरजेवाला ने बुधवार को नरवाना में अपने आवास पर कार्यकर्ताओं से कुशलक्षेम जाना जनसमस्याओं को सुना और उनका मौके पर निवारण किया। इस मौके पर विधायक आदित्य सुरजेवाला ने हरियाणा भाजपा सरकार पर प्रहार करते हुए कहा कि प्रदेश सरकार के संरक्षण में अवैध खनन और वन तस्करी के माध्यम से बहुमूल्य खनिज संपदा की दोनों हाथों से लूट निरंतर जारी है। हरियाणा में भाजपाई साठगांठ से अवैध खनन का धंधा अंधाधुंध जारी है और नदियां पहाड़ वन क्षेत्र भी सुरक्षित नहीं हैं। यमुना नदी के पोबारी घाट जठलाना क्षेत्र गुमथला सढ़ौरा व्यासपुर की सड़कों पर लंबे समय से अवैध खनन और खनन माफियाओं की मनमानी चरम पर है।

निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर में 41 को जांचा

उचाना। धर्मनगरी बनभौरी में वैदिक भूमि फाउंडेशन बनभौरी धाम द्वारा ब्रह्मचारी महाराज के मंगल वार्षिक महोत्सव जय माता शिक्षण संस्थान बनभौरी में श्रद्धा पूर्वक मनाया गया। वैदिक भूमि फाउंडेशन बनभौरी धाम के संस्थापक महंत सुरेंद्र कौशिक ने कहा कि धर्मनगरी बनभौरी से देश, प्रदेश में सनातन का संदेश संत समागम के माध्यम से गया है। दिव्य संत समागम के अलावा विशाल निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। वरिष्ठ चिकित्सकों ने जरूरतमंद मरीजों के हार्ट, कैंसर, आंखों की जांच की। शिविर में लगभग 241 मरीजों ने अपने रक्त एवं स्वास्थ्य की जांच करवा कर स्वास्थ्य लाभ लिया। जरूरतमंद मरीजों को संस्था की तरफ से मुफ्त उपचार करवाया जाएगा। इस मौके पर संत महात्मा, नगर के गणमान्य व्यक्ति विशेष रूप से उपस्थित रहे। पूरे कार्यक्रम में धाम के पुजारीगण की अध्यक्षता रही। इसके अलावा मौके पर धाम से जुड़े सेवादारों ने उपस्थित रह कर सेवाएं दी।

नवरात्रि आस्था, शक्ति और साधना का अनुपम महापर्व

उचाना। भारत की सनातन संस्कृति में चैत्र नवरात्रि आस्था, शक्ति और साधना का अनुपम महापर्व है। यह केवल नौ दिनों का उत्सव नहीं, बल्कि आत्मा के जागरण, मन के शुद्धिकरण और जीवन में नई ऊर्जा के संचार का पावन अवसर है। इन दिनों में भक्त अपनी श्रद्धा को दीप की लौ की तरह प्रज्वलित कर देवी शक्ति के चरणों में समर्पित करते हैं और संकल्प लेते हैं कि वे अज्ञान के अंधकार से निकलकर ज्ञान और सकारात्मकता के प्रकाश की ओर अग्रसर होंगे। यह बात देवभूमि बनभौरी स्थित माता बनभौरी धाम के पुजारी सुरेश कौशिक ने श्रद्धालुओं को कही। उन्होंने कहा कि जब भक्ति भाव अपने उत्कर्ष पर होता है और जन-जन के हृदय में जय माता दी की गूंज नई आशा, नई शक्ति और नवआरंभ का संदेश बनकर फैलती है। वास्तव में, भारत की सनातन परंपरा में चैत्र नवरात्रि केवल तिथियों का क्रम नहीं, बल्कि जीवन के नवोदय, आत्मशुद्धि और शक्ति-आराधना का दिव्य संगम है।

अंकुश के जन्मदिवस पर लगाया रक्तदान शिविर

कैथल। भारतीय रेडक्रॉस सोसाइटी हरियाणा राज्य शाखा के उपाध्यक्ष अंकुश मिगलानी के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में जिला रेडक्रॉस सोसाइटी कैथल द्वारा जिला नागरिक अस्पताल स्थित रक्त केंद्र में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर का शुभारंभ जिला रेडक्रॉस सोसाइटी के सचिव रामजी लाल ने किया रामजी लाल ने कहा कि रक्तदान सबसे बड़ा दान है, जिससे किसी जरूरतमंद को नया जीवन मिल सकता है। उन्होंने युवाओं को प्रेरित करते हुए बताया कि रक्तदान से शरीर में किसी प्रकार की कमजोरी नहीं आती और यह स्वास्थ्य के लिए भी लाभकारी है।

खबर संक्षेप

गहने व 10 हजार रुपये की नकदी चुराई

कैथल। शहर की बाल सेठ कॉलोनी में चोरों ने एक बंद मकान को निशाना बना हजारों रुपए के सोना व चांदी के गहन व 10 हजार रुपए की नकदी चुरा ली। सिटी थाना पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में बाल सेठ कॉलोनी निवासी राजेश कुमार ने बताया कि 22 मार्च की रात वह अपने परिवार सहित घर से बाहर गए हुए थे। 23 मार्च की शाम करीब 6 बजे जब वह वापस लौटे तो घर का मुख्य दरवाजा टूटा हुआ मिला। अंदर जाकर देखा तो सारा सामान बिखरा पड़ा था और अलमारी भी खुली हुई थी।

युवक पर जानलेवा हमला, 9 पर केस

कैथल। गांव मानस में 8 आरोपियों ने एक युवक पर जानलेवा हमला कर दिया। इस हमले युवक घायल हो गया। कैथल सदर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर मारपीट का केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव मानस निवासी रामसुभाष निवासी ने बताया कि उसके बेटे अंकुश पर 4 मार्च की शाम करीब 7 से 8 बजे के बीच वह अपने साथियों के साथ कार में गांव लौट रहा था। जब वे पंचायत घर के पास पहुंचे तो आरोपियों ने बाइक लगाकर रास्ता रोक लिया। इसके बाद रजत, चेतन, रोहित व अन्य 4 से 6 आरोपियों ने मिलकर उस पर गंडासी व डंडों से हमला कर दिया।

सीआरएसयू में एबीवीपी इकाई की घोषणा

जींद। सीआरएसयू में अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद इकाई ने संगठन विस्तार को लेकर एक महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन किया गया। इस दौरान विश्वविद्यालय में एबीवीपी की नई इकाई की औपचारिक घोषणा की गई। इस अवसर पर लगभग 40 कार्यकर्ता उपस्थित रहे और सभी ने छात्र हितों के लिए सक्रिय रूप से कार्य करने का संकल्प लिया।इस इकाई की घोषणा जींद विश्वविद्यालय के अध्यक्ष सतविंद्र ढिल्लों द्वारा की गई। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद विश्व का सबसे बड़ा छात्र संगठन हैए जो हमेशा से राष्ट्र निर्माण और छात्र हितों के लिए कार्य करता आया है।

पूर्व केंद्रीय मंत्री बीरेंद्र सिंह का जन्म दिन मनाया

उचाना। राजीव गांधी महाविद्यालय उचाना में पूर्व केंद्रीय मंत्री चौ. बीरेंद्र सिंह के 81वें जन्म दिन को कार्यकर्ताओं ने मनाया। यहां पर हवन आयोजित कर भगवान से उनकी लंबी उम्र की कामना की। मार्केट कमेटी पूर्व चेयरमैन सज्जन सिंह की अध्यक्षता में हवन हुआ। सज्जन सिंह ने बताया कि कार्यकर्ताओं, युवाओं ने एकत्रित होकर हवन कर चौ. बीरेंद्र सिंह की लंबी उम्र, बेहतर स्वास्थ्य की कामना की। बीरेंद्र सिंह देश के उन नेताओं में शामिल है जिनको सक्रिय राजनीति में 50 साल से अधिक हो चुका है। ऐसे नेता पूरे देश में बहुत कम है। बीरेंद्र सिंह को राजनीति में ईमानदार, स्पष्टवादी नेता के तौर पर जाना जाता है।

डीसी अपराजिता ने ली टास्क फोर्स कमेटी की बैठक, अधिकारियों को दिए निर्देश

अवैध कॉलोनियों पर कार्रवाई के बाद दोबारा निर्माण किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं : डीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ केककूकेकू

कैथल। डीसी अपराजिता अधिकारियों की बैठक को संबोधित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज. कैथल

डीसी अपराजिता की अध्यक्षता में जिला टास्क फोर्स कमेटी की बैठक आयोजित की गई, जिसमें अवैध कॉलोनियों, अनधिकृत निर्माण और सड़कों पर अतिक्रमण हटाने को लेकर चल रही कार्रवाई की विस्तृत समीक्षा की गई। बैठक में विभिन्न विभागों के अधिकारियों को सख्त निर्देश देते हुए कहा गया कि कार्रवाई के बाद पुनः निर्माण या अतिक्रमण किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। सभी विभागों को आपसी समन्वय के साथ काम करें।

डीसी ने स्पष्ट निर्देश दिए कि जिन स्थानों पर अतिक्रमण हटाया गया है, वहां दोबारा कब्जा न हो, यह सुनिश्चित करना संबंधित अधिकारियों की जिम्मेदारी है। उन्होंने एसडीएम को निर्देश दिए कि वे स्वयं भी कालोनियों का निरीक्षण करे। उन्होंने कहा कि बिना बिल्डिंग प्लान मंजूरी के निर्माण करना म्युनिसिपल बायलॉज का उल्लंघन है। इसमें नियमानुसार कार्रवाई अमल में लाई जाए।

डीसी अपराजिता ने एनफोर्समेंट पुलिस तथा डीटीपी को पिछले साल व इस साल दर्ज की गई एफआईआर और उनसे संबंधित चालान की रिपोर्ट को व्यवस्थित कर नियमित अपडेट रखने के निर्देश दिए। इसी प्रकार नगर परिषद तथा सभी नगर पालिकाओं से अवैध निर्माण से संबंधित मामलों में की गई कार्रवाई की रिपोर्ट प्रस्तुत करने के निर्देश दिए गए।

डीसी ने कहा कि जब भी नगर परिषद, डीटीपी विभाग तथा नगर पालिका द्वारा कोई नोटिस जारी किया जाए या एफआईआर दर्ज की जाए, उसकी प्रति संबंधित एसडीएम को अनिवार्य रूप से भेजी जाए। इसी प्रकार उन्होंने एनएचएआई, पीडब्ल्यूडी, एनएचएआई और मार्केट कमेटी को निर्देश दिए गए कि वे अपनी अपनी सड़कों से अवैध निर्माण को हटाएं। उन्होंने स्पष्ट किया कि अवैध निर्माण और अतिक्रमण के खिलाफ अभियान आगे भी लगातार जारी रहेगा।

बैठक में डीटीपी प्रवीन कुमार ने जानकारी दी कि फरवरी और मार्च माह में 10 जगह पर तोड़फोड़ की कार्रवाई की लक्ष्य था, जिसमें से 8 में सफलतापूर्वक कार्रवाई की गई। यह कार्रवाई कैथल, पूंडरी, ढांड, चीका व कलायत के विभिन्न क्षेत्रों में की गई। इन मामलों में नियमित रूप से एफआईआर भी दर्ज करवाई जा रहा है।

ये अधिकारी रहे मौजूद

इस अवसर पर कैथल एसडीएम गुरविंद्र सिंह, गुहला चीका एसडीएम कैप्टन प्रमेश कुमार, डीएसपी बीरभान, डीटीपी प्रवीन कुमार, ईओ संदीप सोलंकी सहित संबंधित नगर पालिकाओं के सचिव व अन्य संबंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

कैथल। नौनिहालों को सम्मानित करते पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

दर्शन अकादमी में हुआ दीक्षांत समारोह

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कैथल

जगदीशपुरा स्थित दर्शन अकादमी में यूकेजी कक्षा के नन्हे-मुन्ने विद्यार्थियों का दीक्षांत समारोह बड़े ही उत्साह और उल्लास के साथ संपन्न हुआ। इस अवसर पर विद्यालय परिसर को सुंदर सजावट से सुसज्जित किया गया, जिससे कार्यक्रम का वातावरण अत्यंत आकर्षक और मनमोहक बन गया।

कार्यक्रम की शुरुआत मुख्य अतिथि दंत रोग विशेषज्ञ डॉ. कनिका ढाल द्वारा दीप प्रज्ज्वलन के साथ की गई। इसके पश्चात नन्हे विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से उपस्थित अभिभावकों एवं अतिथियों का मन मोह लिया। बच्चों ने नृत्य, गीत और नाटिका प्रस्तुत कर अपनी प्रतिभा का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। विद्यालय के प्राचार्य श्री सुशील कुमार ने अपने संबोधन में विद्यार्थियों को उनके उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं तथा अभिभावकों को बच्चों के सर्वांगीण विकास में उनके सहयोग के लिए धन्यवाद दिया। उन्होंने कहा कि यह दीक्षांत समारोह बच्चों के जीवन का एक महत्वपूर्ण पड़ाव है, जो उन्हें आगे की शिक्षा के लिए प्रेरित करता है।

विद्यालय के मैनेजर अशोक भारती इस अवसर पर उपस्थित रहे और उन्होंने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। समारोह के दौरान सभी विद्यार्थियों को ग्रेजुएशन कैप पहनाकर प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। इस भावनात्मक क्षण को देखकर अभिभावकों की आंखों में खुशी और गर्व स्पष्ट झलक रहा था।

बाल वाटिका 3 से लेकर पांचवीं तक के छात्रों के लिए एक अप्रैल को पीटीएम

जींद। राजकीय प्राथमिक विद्यालयों में बाल वाटिका 3 से लेकर कक्षा पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए एक अप्रैल को मेगा अभिभावक शिक्षक बैठक का आयोजन किया जाएगा। इसके लिए विद्यालय शिक्षा निदेशालय ने प्रदेश के सभी जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी, डाइट प्राचार्य, जिला परियोजना समन्वयक, खंड शिक्षा अधिकारी, खंड संसाधन समन्वयक, एफएलएन जिला समन्वयक व स्कूल मुखिया, प्रभारी के नाम पत्र जारी किया है। जारी पत्र में कहा गया है कि जैसा कि आपको विदित है कि राज्य के सभी राजकीय प्राथमिक विद्यालयों में 16 से 25 मार्च के दौरान बालवाटिका 3 से कक्षा पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए विभाग की ओर से वार्षिक परीक्षा आयोजित की जा रही है। इस संदर्भ में एक अप्रैल को प्रदेश के सभी राजकीय प्राथमिक विद्यालयों में पीटीएम का आयोजन किया जाएगा। इसका मुख्य उद्देश्य अभिभावकों के साथ वार्षिक मूल्यांकन परिणामों को कक्षा पहली से पांचवीं के विद्यार्थियों के लिए समग्र प्रगति कार्ड के माध्यम से साझा करना है।

जिला व खंड स्तर के अधिकारी स्कूलों का करेंगे निरीक्षण

पीटीएम की प्रभावी मानिटरिंग सुनिश्चित करने के लिए प्रत्येक राजकीय प्राथमिक विद्यालय के मुखिया को पीटीएम आयोजित करने के बाद गूगल फार्म भरना अनिवार्य होगा। जो 30 मार्च को निपुण हरियाणा व्हाट्सएप चैनल पर उपलब्ध होगा। प्रत्येक राजकीय प्राथमिक विद्यालय के मुखिया को पीटीएम आयोजित करने के बाद अपने क्लस्टर मुखिया को एक विस्तृत रिपोर्ट भेजनी होगीए और क्लस्टर मुखिया को ब्लॉक कार्यालयों को एक संयुक्त रिपोर्ट भेजनी होगी। सभी जिला व खंड एफएलएन जिला कोआर्डिनेटर राजेश वशिष्ठ ने बताया कि स्तर के अधिकारीए संकुल (कलस्टर) मुखिया, बीआरपी और एबीआरसी एक-एक विद्यालय का दौरा करेंगे व पीटीएम के दौरान अभिभावकों से बातचीत करेंगे और मानिटरिंग के बाद दिए गए निर्धारित गूगल फार्म को भरेंगें जोकि 30 मार्च को निपुण हरियाणा व्हाट्सएप चैनल पर उपलब्ध होगा।

समग्र प्रगति रिपोर्ट का व वार्षिक मूल्यांकन के बारे में होगी चर्चा : पीटीएम को लेकर विद्यालय शिक्षा निदेशालय ने निर्देश दिए हैं कि वार्षिक मूल्यांकन परिणाम के आधार पर कक्षा एक से तीन के लिए समग्र प्रगति रिपोर्ट का व वार्षिक मूल्यांकन के लिए विद्यार्थी का प्रदर्शन, विषयवार अंकित करें। कक्षा में यह सुनिश्चित करें कि विद्यार्थियों ने समग्र प्रगति रिपोर्ट के स्वयं मूल्यांकन और सहकर्मी मूल्यांकन अनुभाग को भर लिया है और जहां आवश्यक होए उन्हें पर्याप्त सहायता प्रदान करें।

जुलाना। बैठक में भाग लेते मार्केट कमेटी सदस्य।

नई अनाजमंडी में मार्केट कमेटी की बैठक

जुलाना। जुलाना कस्बे की नई अनाजमंडी में मार्केट कमेटी के सदस्यों की एक बैठक का आयोजन किया गया। जिसमें किसानों से जुड़ी विभिन्न समस्याओं पर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक की अध्यक्षता चेयरमैन मीनू शर्मा ने की। बैठक में मंडी की मौजूदा व्यवस्थाओंए अधूरे विकास कार्यों और किसानों को हो रही परेशानियों को लेकर विचार-विमर्श किया गया। चेयरमैन मीनू शर्मा ने कहा कि अनाज मंडी में काफी समय से तृतीय भाग का निर्माण कार्य अधूरा पड़ा हुआ है। जिससे किसानों को अपनी फसल लेकर आने और रखने में दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने बताया कि मंडी में मूलभूत सुविधाओं का अभाव है, खासकर जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा पानी की लाइनें नहीं बिछाई गई हैं। जिससे किसानों और आढ़तियों को परेशानी झेलनी पड़ रही है। उन्होंने यह भी मांग उठाई कि मंडी के गेट नंबर 4 से जींद-रोहतक बाईपास तक एक सड़क का निर्माण कराया जाएए ताकि मंडी क्षेत्र में जाम की समस्या से राहत मिल सके और आवाजाही सुगम हो। आगामी गेहूं खरीद सीजन को ध्यान में रखते हुए तीन एजेंसियों के माध्यम से खरीद व्यवस्था सुनिश्चित करने की बात भी कही गई। मीनू शर्मा ने आश्वासन दिया कि इन सभी मांगों और समस्याओं को लेकर जल्द ही प्रदेश के मुख्यमंत्री से मुलाकात की जाएगी और समाधान के प्रयास किए जाएंगे। इस अवसर पर उपप्रधान प्रवीन कश्यप, यशवंत शर्मा, हरिओम शर्मा, विरेंद्र दुहन, कृष्णा लाठर, सुरेश दलाल सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

न्यूज डायरी

नवरात्र में मां के मंदिरों में उमड़ रही आस्था

राजौंद। दुर्गा मंदिर, भद्रकाली मंदिर व बाबा बहादुरबण मंदिर में चैत्र नवरात्र के पावन अवसर पर क्षेत्र के मंदिरों में आस्था के साथ लोग मंदिरों में पहुंच रहे है। मंदिरों में प्रति दिन सुबह से ही श्रद्धालु शुरू हो जाती हैं। श्रद्धालु पूरे विधि-विधान के साथ मां भद्रकाली की पूजा-अर्चना कर सुख-समृद्धि की कामना कर रहे हैं।

नवरात्र के दौरान मंदिरों में लगातार जारी है, दिनभर भक्तों का आना-जाना लगा रहता है, वहीं शाम के समय मंदिरों की रौनक और भी बढ़ जाती है। रात के समय विशेष पूजा और आरती के दौरान श्रद्धालुओं की भारी भीड़ देखने को मिल रही है।

प्रतिदिन महिला संकीर्तन मंडली द्वारा भक्ति-भाव से ओतप्रोत धार्मिक भजनों का आयोजन किया जा रहा है।

लूट-झूठ और फूट की राजनीति में उलझी सरकार: देवेंद्र हंस

सीवन। हलका विधायक देवेंद्र हंस ने अपने कार्यालय में प्रतिदिन की तरह आमजन की समस्याएं सुनीं और संबंधित अधिकारियों को उनके त्वरित समाधान के निर्देश दिए। इस दौरान क्षेत्र के विभिन्न गांवों और शहर से पहुंचे लोगों ने अपनी समस्याएं रखीं, जिन पर विधायक ने गंभीरता से संज्ञान लेते हुए मौके पर ही कार्रवाई के आदेश जारी किए। इसके बाद आयोजित पत्रकार वार्ता में देवेंद्र हंस ने भाजपा सरकार पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि वर्तमान सरकार लूट, झूठ और फूट की राजनीति कर रही है और जनता को केवल वादों के सहारे गुमराह किया जा रहा है।

बढ़सीकरी कलां के विद्यार्थियों ने निकाली रैली

कलायत। गांव बढ़सीकरी कलां के राजकीय माडल संस्कृति प्राथमिक स्कूल में प्रवेश उत्सव के तहत विभिन्न कार्यक्रम हुए। इसके माध्यम से सरकारी स्कूलों के प्रति जागरूक करने के लिए बच्चों, अभिवावकों एवं शिक्षकों ने मुख्य अध्यापक रणधीर सिंह की अगुवाई में जागरूकता रैली निकाली। इसकी अध्यक्षता एसएमसी प्रधान मुकेश जांगड़ा ने की। उन्होंने हरी झंडी देकर रैली को रवाना किया। गली-गली से आओ बच्चों स्कूल चलें, शिक्षा हैं सबका अधिकार पढ़ कर करेंगे अपना उद्धार व बेटा बेटी एक समान शिक्षा सबका अधिकार नारों की आवाज गूंजी। प्रधान मुकेश जांगड़ा ने कहा कि गांव बढ़सीकरी कलां का संस्कृति माडल स्कूल कैथल जिला में शिक्षा और साफ-सफाई में पहले स्थान पर रहा। स्कूल में अनुभवी स्टाफ लगन मेहनत से काम करता है। इस अवसर पर मा. राममेहर भौसले, प्रदीप शर्मा, विनोद कुमार, जयभगवान, राजेंद्र सिंह, नीलम, जगदीप सिंह, कुलदीप सिंह, महेंद्रपाल, अनिल बिढाण, पुजा रानी, सुमन, रामभूल सिंह, फौजी कृष्ण धानियां व अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।

जींद। कार्यक्रम में मुख्यअतिथियों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

रोटरी जींद मिड टाउन का प्रशिक्षण कार्यक्रम

जींद। रोटरी जींद मिड टाउन ने तकनीकी शिक्षा के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण पहल करते हुए आधुनिक युग की चुनौतियों का सामना करने की दिशा में कदम बढ़ाया है। क्लब द्वारा रोटरी जींद मिड टाउन के तत्वावधान में हारट्रोन स्किल सेंटर जींद में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) और वैब 3.0 पर एक विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम का सफल आयोजन किया गया। जिसमें बड़ी संख्या में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। यह कार्यक्रम रोटरी क्लब के सचिव अशोक शर्मा के कुशल नेतृत्व में आयोजित किया गया। मुख्य वक्ता मनदीप गुप्ता ने विद्यार्थियों को एआई और ब्लॉक चैन से संबंधित नवीनतम तकनीकों की विस्तृत जानकारी प्रदान की। गुप्ता ने अपने सत्र में एआई टूल्स के दायरे, उनके वास्तविक जीवन में उपयोग तथा वर्तमान समय में उनकी बढ़ती भूमिका पर प्रकाश डाला। साथ ही उन्होंने वेब 3.0 की महत्ता, विकेंद्रीकरण के महत्व और भविष्य में इसके संभावित प्रभावों को भी विस्तार से समझाया।

इस बार आसान नहीं होगी गेहूं खरीद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ पाई

अब की बार गेहूं के सीजन में सरकार के नए निर्णयों से किसानों व आढ़तियों को परेशान का सामना करना पड़ेगा। खरीद एजेंसियों के पास न तो बारदाना है और न ही पाई अनाज मंडी में किसानों की गेहूं की फसल डालने के लिये जगह। सरकार के द्वारा वैसे तो मंडियों में खरीद एजेंसियां अलाट कर दी गई है, परन्तु अभी तक किसी खरीद एजेंसी के अधिकारी द्वारा मंडी में आकर आढ़तियों से विचार विमर्श तक नही किया गया। पाई अनाज मंडी के प्रधान ईश्वर सिंह उर्फ गेली ने बताया कि इन खरीद एजेंसियों के पास अब की बार बारदाने की भी कमी है। बार बार मांग के बाद अधिकार सुनते ही नही। उन्होंने कहा कि खरीद एजेंसियों को अब मंडियों में गेहूं की खरीद के लिये बारदाना भेजना चाहिए।

मंडी के अंदर ही डालनी होगी फसल

मंडी के प्रधान ने बताया कि पाई मंडी में जगह की काफी दिक्कत रहती है। हर साल आढ़तियों को मंडी से बाहर अपने किसानों की फसल डालनी पड़ती है। इस बारे में जब मार्किट कमटी सचिव से किराये पर जगह लेकर आढ़तियों को उपलब्ध करवाने के लिये कहां तो उन्होने इंकार करते हुये कहा कि अब की बार मंडी के अंदर ही किसानों की फसल डालनी पड़ेगी, चाहे किसी भी प्रकार से डाले। उन्होंने बताया कि जब मंडी में फसल आती ही नही तो फिर मंडी को कैसे बढ़ाया जाये। यह आढ़तियों के साथ ना इंसाफी हो रही है। उन्होंने कमेटी के चेयरमैन से भी मांग की है कि किसानों की गेहूं की फसल डालने का कुछ न कुछ इंतजाम करे।

गेट पास जार करने के भी गलत नियम : मंडी प्रधान ने बताया की सरकार द्वारा प्रात 6 से रात 8 बजे तक को जो समय गेट पास के लिये निश्चित किया गया वह भी गलत है। उन्होंने बताया कि कम्बाईने सारी सारी रात चलती है और किसान को बार बार ट्रक्टर- ट्राली की जरुरत होती है। रात 8 बजे से सुबह 6 बजे तक तो किसान अपने वाहन के कई चक्कर लगाते है। उन्होंने यह भी बताया कि एक ट्राली में कई छोटे किसानों की फसल आती है और उनको कई गेट पास कटवाने पड़ेगें, परन्तु नये नियम से एक ही गेट पास कट पायेगा।

तैयारी | निशानदेही के लिए ऑनलाइन आ रहे आवेदन

पटवारी और कानूनगो करेंगे रोवर मशीन से जमीन की पैमाइश

पटवारियों व कानूनगो को दी जा रही रोवर मशीन से ट्रेनिंग, अभी तक नहीं मिला पटवारियों व कानूनगो को प्रशिक्षण

- अब राजस्व विभाग 10 से 14 अप्रैल तक जिला स्तर पर इस मशीन को चलाने का प्रशिक्षण देगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

जिले में जमीन की पैमाइश आधुनिक तरीके से करने के लिए 12 रोवर मशीन आई हुई हैं। इनको चलाने का अभी तक पटवारियों व कानूनगो को प्रशिक्षण दिया जाएगा। प्रशिक्षण लेने के बाद पटवारी व कानूनगो इस मशीन के माध्यम से निशानदेही करेंगे। फिलहाल लोग पैमाइश को लेकर लगातार ऑनलाइन आवेदन कर रहे हैं। ऐसे में अब राजस्व विभाग 10 से 14 अप्रैल तक जिला स्तर पर इस मशीन को चलाने का प्रशिक्षण देगा।

जींद। रोवर मशीन, जिससे जमीन की पैमाइश की जाएगी। फोटो : हरिभूमि

यह प्रशिक्षण लेने के बाद ही पटवारी व कानूनगो इस मशीन को चला सकेंगे। जिले की हर तहसील को दे मशीन दी गई हैं। पटवारी व कानून प्रशिक्षण लेने के बाद ही इस मशीन का प्रयोग कर सकेंगे। इसके बाद ही लोगों को इसका लाभ मिलेगा।

गौरतलब है कि सरकार ने जमीन की पैमाइश को आधुनिक करने के लिए 300 रोवर मशीन खरीदी थी। यह मशीन लार्ज स्केल मैपिंग (एचएसएम) प्रोजेक्ट के तहत खरीदी गई थी। इनका मकसद चेन सर्वे को खत्म करके माडर्न टेक्नोलाजी का इस्तेमाल करके सही सीमांकन करना था। इस नए प्रोजेक्ट पर जो करोड़ों रुपये खर्च किए गए, वह मकसद अभी तक पूरा नहीं हुआ है। सरकार ने हर मशीन पर करीब आठ लाख रुपये खर्च किए। जिले में 12 मशीन हैं। इस हिसाब से जिले में 96 लाख रुपये की लागत से यह मशीन खरीद कर तहसीलों में भेजी गई हैं। आज तक इन मशीनों का इस्तेमाल नहीं हो रहा है।

10 से 14 अप्रैल तक होगा प्रशिक्षण कार्य

जिले में रोवर मशीन का प्रशिक्षण देने के लिए जिला स्तर पर 10 से 14 अप्रैल तक शिविर लगाया जाएगा। इसमें कानूनगो व पटवारियों को इस मशीन के संचालन का प्रशिक्षण दिया जाएगा। इसके बाद आधुनिक तरीके से जमीन की पैमाइश हो सकेगी। 14 अप्रैल तक कानूनगो व पटवारी प्रशिक्षण लेने के बाद ही इस मशीन का प्रयोग पैमाइश के लिए कर सकेंगे।

10 से 14 अप्रैल तक का शेड्यूल जारी : डीआरओ

जिला राजस्व अधिकारी राजकुमार ने बताया कि प्रशिक्षण के लिए 10 से 14 अप्रैल तक का शेड्यूल जारी कर दिया गया है। इन पांच दिनों में कानून व पटवारियों को इस मशीन का प्रशिक्षण दिया जाएगा। इसके बाद इस मशीन का उपयोग किया जा सकेगा। इन मशीनों से आधुनिक तरीके से स्टीक व सरल पैमाइश हो सकेगी।

इस बार लिए जा रहे आनलाइन आवेदन

जमीन की निशानदेही के लिए अब सरकार ने आनलाइन आवेदन प्रक्रिया शुरू कर दी है। जिले में 12 रोवर मशीन हैं। ऐसे में पहले आओ, पहले पाओ के आधार पर काम किया जाएगा। अभी तक कई लोगों द्वारा ऑनलाइन आवेदन किए जा चुके हैं। मशीनों का प्रशिक्षण लेने के बाद ही पटवारी व कानूनगो इन मशीनों का प्रयोग कर पाएंगे। ऐसे में जिन लोगों ने आवेदन किए हैं, उनको अप्रैल महीने तक इंतजार करना पड़ेगा।

डीसी उतरीं गेहूं के खेतों में...

स्वयं करवाई डिजिटल क्रॉप सर्वे की एंट्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कैथल

- **पटवारियों सहित राजस्व अधिकारियों को दिए 31 मार्च तक डिजिटल क्रॉप सर्वे का काम पूरा करने के निर्देश**

डीसी अपराजिता ने बुधवार को जिले के कुलतारन एवं उझाना गांव का दौरा कर रबी फसलों की गिरदावरी का मौके पर निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने राजस्व विभाग के अधिकारियों के साथ स्वयं गेहूं के खेतों में उतर कर डिजिटल क्रॉप सर्वे के तहत पटवारियों द्वारा की जा रही एंट्री का निरीक्षण किया और कई एकड़ की एंट्री स्वयं भी करके एप्प पर डाटा अपलोड किया। डीसी ने राजस्व विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि निर्धारित अवधि तक यह सर्वे पूरा किया जाए, ताकि किसानों को सर्वे अनुसार योजनाओं का लाभ मिल सके। दौरे के दौरान डीसी ने सबसे पहले गांव कुलतारन के रकबा क्षेत्र में पहुंचकर खेतों का निरीक्षण किया। उन्होंने मुख्य रास्ते से आगे बढ़कर पटवारियों द्वारा की गई गिरदावरी की जांच की। डीसी स्वयं गेहूं के खेतों में कई एकड़ तक पैदल चलीं और डिजिटल सर्वे में किल्ला नंबर के हिसाब से एंट्री का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने सजरा और टैब में दर्ज आंकड़ों का आपस में मिलान भी किया, जो कि सही पाया गया। इसके बाद

कैथल। डीसी अपराजिता गेहूं के खेतों में जाकर डिजिटल क्रॉप सर्वे एंटरी जांच करते हुए। फोटो : हरिभूमि

डीसी गांव उझाना के खेतों में पहुंची और वहां पर संबंधित पटवारी द्वारा की गई गिरदावरी सही पाई गई। डीसी ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि फसलों की रिपोर्ट पूरी सटीकता और पारदर्शिता के साथ तैयार की जाए। उन्होंने स्पष्ट कहा कि गिरदावरी केवल कागजी प्रक्रिया न रहकर वास्तविक स्थिति के आधार पर होनी चाहिए। डिजिटल क्रॉप सर्वे के निरीक्षण के दौरान उन्होंने देखा कि किस प्रकार पटवारी, नायब तहसीलदार और तहसीलदार की टीम खेतों में जाकर फसल का प्रकार, उसकी स्थिति और अन्य आवश्यक जानकारी एक विशेष ऐप के माध्यम से दर्ज कर रही है। डीसी ने कहा कि अधिकारियों को इस सर्वे कार्य को 31 मार्च तक हर हाल में पूरा करने के निर्देश गए हैं।