हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार, 4 दिसंबर 2025

11 जिलास्तरीय विज्ञान प्रदर्शनी में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

12 नाले की सफाई न होने से उठ रही दुर्गंध, दुकानदार...

खबर संक्षेप

अवैध हथियार सहित आरोपी गिरफ्तार

बहादुरगढ़। ऑपरेशन हॉट स्पॉट डोमिनेशन के तहत सीआईए-2 बहादुरगढ़ की टीम ने लाइनपार क्षेत्र से एक आरोपी को अवैध हथियार सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी के खिलाफ लाइनपार थाने में केस दर्ज किया गया है। सीआईए-2 प्रभारी निरीक्षक अमित कुमार ने बताया कि पुलिस टीम नाहरा-नाहरी रोड के पास मौजूद थी। इसी दौरान एक युवक को शक के आधार पर टीम ने रोककर पूछताछ की तो उसने अपना नाम गौरव निवासी बराही बताया। तलाशी लेने पर उसके कब्जे से एक अवैध देसी पिस्तौल और एक कारतूस बरामद हुआ। जांच में सामने आया कि गौरव पर जानलेवा हमला, छीना-झपटी, लड़ाई-झगड़ा सहित आधा दर्जन से अधिक गंभीर धाराओं में पहले से ही केस दर्ज हैं।

बाइक चोरी मामले में एक आरोपी पकड़ा

झज्जर। पुलिस की एक टीम द्वारा ऑपरेशन हॉट स्पॉट डोमिनेशन के तहत कार्रवाई करते हुए बाइक चोरी करने मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस थाना प्रभारी बेरी विकास कुमार ने बताया कि साहिल निवासी गोच्छी की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया था। मामले में कार्रवाई करते हुए मुख्य सिपाही अनूप कुमार की टीम ने एक आरोपी को पकड़ा गया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान सुरेंद्र निवासी सुंडाना के तौर पर की गई है। आरोपी से चोरी की गई बाइक बरामद की गई है। आरोपी के खिलाफ नियमानुसार कार्यवाई करते हुए स्थानीय अदालत में पेश किया गया।

मकान के बाहर से वाहन ले उड़े चोर

बहादुरगढ़। शहर में वाहनों की चोरी नहीं थम रही। आए दिन कहीं न कहीं वारदात हो रही हैं। अब बैंक कॉलोनी में मकान के बाहर से ई रिक्शा चोरी हो गई। पीड़ित ने पुलिस को शिकायत दे दी है। प्रदीप का कहना है कि उसने कुछ दिन पहले मकान के सामने रिक्शा खड़ी की थी। बाद में देखा तो नहीं मिली। अपने स्तर पर जांच की लेकिन कुछ पता नहीं चला। कोई अज्ञात शख्स चुरा ले गया है। पुलिस तलाशने में मदद करे।

जिले में आज लगेंगे समाधान शिविर

झज्जर। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने बताया कि आमजन की समस्याओं के त्वरित समाधान और सरकारी सेवाओं को और अधिक सुगम बनाने के उद्देश्य से वीरवार सुबह 10 बजे से दोपहर 12 बजे तक जिला एवं उपमंडल स्तर पर समाधान शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। जिला स्तरीय समाधान शिविर लघु सचिवालय के कॉन्फ्रेंस रूम में आयोजित होगा, जबकि उपमंडल बहादुरगढ़, बेरी और बादली में संबंधित लघु सचिवालयों में एसडीएम नागरिकों की शिकायतें और मांगें सुनेंगे। उन्होंने आमजन से अपील करते हुए कहा कि वे अपनी समस्याओं के निवारण के लिए अधिक से अधिक संख्या में शिविरों में पहुंचे और आवश्यक दस्तावेज साथ लाएं।

महिला पुरस्कार के लिए आवेदन 15 तक

झज्जर। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने बताया कि हरियाणा राज्य स्तरीय महिला पुरस्कार के लिए जिला की महिलाएं 15 दिसंबर तक अपने आवेदन जमा करा सकती हैं। यह पुरस्कार आठ मार्च को अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर प्रदान किया जाएगा। उन्होंने बताया कि इंदिरा गांधी महिला शक्ति पुरस्कार के लिए डेढ़ लाख रुपए, कल्पना चावला शौर्य पुरस्कार के लिए एक लाख रुपए, बहन शन्नो देवी पंचायती राज पुरस्कार के लिए एक लाख रुपए, लाइफ टाइम अचीवर्स पुरस्कार राशि इक्कीस हजार रुपए व इक्यावन हजार रुपए की राशि दी जाएगी। उन्होंने बताया कि समाजसेवी पुरस्कार, महिला उद्यमी पुरस्कार भी दिया जाएगा।

एक फैक्ट्री में बिजली कनेक्शन काटने की कार्रवाई भी शुरू

सोलधार-सिद्दीपुर में एल्युमिनियम पिंघलाने वाली 4 फैक्ट्रियों पर छापा, 10 भट्ठियां तोड़ीं

बीते कुछ समय से लगातार प्रदूषण का कारण बनने वाली अवैध इकाइयों पर बोर्ड ने की कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

इलाके में प्रदूषण की स्थिति गंभीर है। इससे निपटने के लिए हरियाणा राज्य प्रदूषण कंट्रोल बोर्ड की ओर से लगातार कार्रवाई की जा रही है। इसी कड़ी में बुधवार को बोर्ड की टीम ने सोलधा-सिद्दीपुर लोवा में एल्युमिनियम गलाने वाली चार अवैध फैक्ट्रियों पर छापा मारा। मौके पर ही दस भट्ठियां ध्वस्त कर दी गई। एक फैक्ट्री में लगे बिजली कनेक्शन को काटने की कार्रवाई भी शुरू कर दी गई है।

दरअसल, बीते कुछ समय से लगातार प्रदूषण का कारण बनने वाली अवैध इकाइयों पर बोर्ड की ओर से कार्रवाई की जा रही है। बोर्ड को सिद्दीपुर लोवा व सोलधा में भी अवैध फैक्ट्रियों में एल्युमिनियम गलाने की सूचना मिली। इस पर आरओ आशीष कौशिक के निर्देश पर सहायक पर्यावरण अभियंता अजय बूरा की अगुवाई में टीम ने वहां दस्तक दी। इस दौरान सिद्दीपुर व सोलधा में चार अवैध फैक्ट्रियों में एल्युमिनियम पिंघलाने का काम चालू मिला। जिस पर टीम ने एक्शन लेते हुए दस भट्ठियां मौके पर ही ध्वस्त कर दीं। ये सभी फैक्ट्री अवैध हैं और इनमें से एक इकाई में तो बिजली कनेक्शन तक लगा हुआ था, जिसे कटवाने की प्रक्रिया भी शुरू करा दी गई है।

बहादुरगढ़। टीम द्वारा मौके पर ही तुड़वाई जा रही भट्ठी व अवैध फैक्ट्री में कार्रवाई करने पहुंचे अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

आम नागरिक जागरूकता दिखाएं

आरओ आशीष कौशिक का कहना है कि प्रदूषण फैलाने वालों को किसी भी सूरत में बख्शा नहीं जाएगा। प्रदूषण का कारण बनने वाली काफी अवैध इकाइयां बंद कराई जा चुकी है और यह कार्रवाई आगे भी जारी रहेगी। आम नागरिक जागरूकता दिखाएं। यदि आसपास कोई अवैध फैक्ट्री या प्रदूषण संबंधित गतिविधि नजर आए तो तुरंत सूचित करें ताकि समय रहते उचित कार्रवाई हो सके।

बहादुरगढ़। अवैध कॉलोनी में स्ट्रक्चर को गिराती जेसीबी। फोटो : हरिभूमि

अवैध कॉलोनी में चला डीटीपी का पीला पंजा

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

एक प्रॉपर्टी डीलर के आफिस सहित बाउंड्री वॉल को ढहाया

जिला नगर योजनाकार विभाग की ओर से बुधवार को अवैध कॉलोनियों के खिलाफ अभियान चलाया गया। इसके तहत डीटीपी टीम ने पुलिस बल के साथ सेक्टर-9 चौकी एरिया में बाईपास के निकट विकसित की जा रही अवैध कॉलोनी में तोड़फोड़ की। यहां करीब साढ़े पांच एकड़ क्षेत्र में काटी जा रही अवैध कॉलोनी में पीला पंजा चला दिया गया। एक प्रॉपर्टी डीलर के आफिस सहित बाउंड्री वॉल ढहा दी गई। वहीं रोड नेटवर्क भी ध्वस्त किया गया। पुलिस बल की मौजूदगी के चलते कार्रवाई में किसी तरह की अड़चन उत्पन्न नहीं हुई। इस संबंध में विभाग को शिकायतें मिल रही थी, जिस आधार पर कार्रवाई की गई। अधिकारियों ने आम नागरिकों को जमीन खरीदते वक्त सतर्क रहने की अपील की है।

नप चेयरमैन ने किया नई सीवरेज पाइप लाइन बिछाने के कार्य का शुभारंभ

आमजन को जल भराव की समस्या से मिलेगी राहत

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

बुधवार को नप चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने शहर के कुलदीप सिंह चौक से सिलानी गेट क्षेत्र तक बिछाई जाने वाली सीवरेज की नई पाइप लाइन कार्य का शुभारंभ किया।

इस कार्य के पूरा होने पर आमजन को सीवरेज व्यवस्था में सुधार और जल भराव की समस्या से राहत मिलेगी। नप चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने कहा कि यह कार्य बहुत महत्वपूर्ण है। इससे जलभराव और सीवरेज समस्याओं को दूर किया जाएगा। उन्होंने बताया कि इसके अलावा राव तुलाराम चौक से यादव धर्मशाला मार्ग और अन्य मार्गो पर भी सीवरेज की नई पाइप लाइन बिछाने का कार्य किया जाएगा।

उन्होंने कहा कि यह सिर्फ एक सीवरेज पाइपलाइन बिछाने का कार्य नहीं है, बल्कि यह हमारी विकास की दिशा में एक कदम और बढ़ता हुआ है। प्रयास यहीं है कि शहर साफ, सुंदर बने और चहूंमुखी विकास हो।

झज्जर। सीवरेज की नई पाइप लाइन बिछाने कार्य का शुभारंभ करते हुए नप चेयरमैन जिले सिंह सैनी। फोटो : हरिभूमि

केस दर्ज करवाने के लिए फिर थाने पहुंचे अमन के परिजन

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

- पुलिस एफआईआर नहीं करेगी तो वे अदालत का दरवाजा खटखटाकर न्याय मांगेंग

बास्केटबॉल प्लेयर अमन को न्याय दिलाने के लिए परिजन लगातार संघर्ष कर रहे हैं। बुधवार को एक बार फिर परिजन सिटी थाने पहुंचे और एफआईआर दर्ज करने की मांग की। परिजनों ने ये भी कहा कि अगर पुलिस एफआईआर नहीं करेगी तो वे अदालत का दरवाजा खटखटाकर न्याय मांगेंगे।

दरअसल, गत 16 नवंबर को ब्रिगेडियर होशियार सिंह स्टेडियम में बास्केट पोल गिरने से लाइनपार निवासी 15 वर्षीय अमन की मौत हो गई थी। अमन उभरता खिलाड़ी था। उसकी मौत के लिए परिजन स्टेडियम में संसाधनों की अनदेखी और पीजीआई में डॉक्टरों द्वारा बरती गई लापरवाही को ठहरा रहे हैं। मामला लगातार तूल पकड़ता जा रहा है। शहर में प्रदर्शन हो रहे हैं और लोग अमन को न्याय दिलाने की मांग उठा रहे हैं। परिजनों की ओर से सिटी थाने में शिकायत देकर जिम्मेदारों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराने की मांग की जा चुकी है। बुधवार को एक बार फिर अमन के पिता सुरेश सहित अन्य परिजन थाने में पहुंचे। परिजनों ने पुलिस से एफआईआर दर्ज कराने की मांग दोहराई। पुलिस ने तर्क दिया कि मामले में प्रशासन जांच कर रही है। जांच कमेटी की रिपोर्ट अभी नहीं आई है। पुलिस के आश्वासन के बाद परिजन लौट गए। अमन के पिता सुरेश का कहना है कि स्टेडियम में खेल संसाधनों की देखरेख में हुई लापरवाही ने उनके बेटे की जिंदगी छीन ली और रही सही कसर पीजीआई में डॉक्टरों की लापरवाही ने पूरी कर दी। अभी तक यह भी पता नहीं चल पाया है कि हादसे का कारण बनने वाले पोल का जिम्मेदार अधिकारी, कर्मचारी कौन हैं। उन्होंने कहा कि जब तक न्याय नहीं मिलता, वे लड़ते रहेंगे। पुलिस एफआईआर नहीं दर्ज करेगी तो कोर्ट का दरवाजा खटखटाकर न्याय मांगेंगे।

बहादुरगढ़। सिटी थाने में पहुंचे अमन के परिजन व परिचित। फोटो : हरिभूमि

बीज विधेयक व बिजली बिल के खिलाफ प्रदर्शन करेगा संगठन

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

बीज विधेयक 2025 को वापस लेने और बिजली संशोधन बिल 2025 को निरस्त करने की मांग

ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के कार्यकर्ता आठ दिसंबर को गांव-गांव में विरोध प्रदर्शन करेंगे। संगठन द्वारा बीज विधेयक 2025 को वापस लेने और बिजली संशोधन बिल 2025 को निरस्त करने की मांग की जा रही है। संयुक्त किसान मोर्चे के आह्वान पर दोनों बिलों की प्रतियां भी प्रतीकात्मक रूप से जलाई जाएंगी।

संगठन के प्रदेश सचिव जयकरण मांडोठी और अध्यक्ष अनूप सिंह मातनहेल ने बताया कि केंद्र सरकार द्वारा जारी बीज विधेयक 2025 का ड्राफ्ट छोटे किसानों के हितों के विपरीत है। यह विधेयक बीज उत्पादन पर बहुराष्ट्रीय कंपनियों का नियंत्रण बढ़ाने का मार्ग खोलता है, जिससे बीजों के दाम बढ़ेंगे, खेती की लागत और ज्यादा होगी तथा किसानों का कर्ज़ और संकट गहराएगा। उन्होंने कहा कि बिजली संशोधन बिल 2025 से बिजली उत्पादन व वितरण निजी कंपनियों के हाथों में चला जाएगा। इससे बिजली सेवा लाभ कमाने वाली वस्तु बन जाएगी, सब्सिडी चरणबद्ध तरीके से खत्म होगी और उपभोक्ताओं पर भारी आर्थिक बोझ बढ़ेगा। डीबीटी प्रणाली का प्रभाव भी वही होगा जैसा रसोई गैस पर देखने को मिला।

नेताओं ने कहा कि स्वतंत्रता के बाद बिजली सेवा को जन-कल्याणकारी माना गया था, लेकिन निजीकरण की नीतियों ने इसे बाज़ारू वस्तु में बदल दिया है। प्रस्तावित कानून लागू हुआ तो बिजली आम जनता, किसानों और गरीब वर्ग की पहुंच से बाहर होती जाएगी, जैसे शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं का हाल हुआ है।

गांव लौटने से पहले ही चली गई 60 वर्षीय प्रवासी की जान

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

हृदयाघात से गणेश की मौत होने की आशंका

परिवार का पेट पालने के घर छोड़कर एक हजार किलोमीटर दूर यहां दिहाड़ी मजदूरी करने आया और जब वापस जाने का समय आया तो रास्ते में ही दम तोड़ दिया। बिहार मूल के करीब 60 वर्षीय गणेश के साथ कुछ ऐसा ही घटनाक्रम हो गया।

दरअसल, गणेश कुछ समय पहले यहां गांव महराणा में फसल कटाई की मजदूरी करने आया था। इस दौरान शिद्दत से मेहनत की और कुछ रुपये कमाए। मंगलवार को वह घर लौट रहा था। बस स्टैंड से यहां मेट्रो स्टेशन पर उतरा। यहां से दिल्ली जाने के लिए मेट्रो पकड़ता और फिर आगे से बिहार की ट्रेन, लेकिन कुदरत को कुछ और ही मंजूर था। जैसे ही यहां बस से उतरा तो अचानक उसकी तबीयत बिगड़ गई। साथी उसे नजदीक अस्पताल में लेकर गए तो डॉक्टर ने मृत घोषित कर दिया। सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। परिचितों के बयान पर पोस्टमार्टम की कार्रवाई शुरू कराई। हृदयाघात से गणेश की मौत होने की आशंका है।

लंबित मांगों को लेकर ग्रामीण सफाई कर्मचारियों का आज होगा प्रदर्शन

अपने वायदों व घोषणाओं से बार-बार मुकर रही सरकार

जींद में आयोजित डीएससी समाज के महासम्मेलन में मुख्यमंत्री ने सफाई कर्मचारियों का वेतन बढ़ाने की घोषणा की जो अब तक लागू नहीं हो पाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

ग्रामीण सफाई कर्मचारियों द्वारा वीरवार को अपनी लंबित मांगों को लेकर विरोध प्रदर्शन किया जाएगा। ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन के जिला सचिव संदीप कुमार मारौत ने बताया कि विरोध प्रदर्शन के बाद जिला प्रशासन के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन भी भेजा जाएगा। उन्होंने बताया कि सरकार अपने वायदों व घोषणाओं से बार-बार मुकर रही है। बीते वर्ष जींद में आयोजित डीएससी समाज के महासम्मेलन में मुख्यमंत्री द्वारा सफाई कर्मचारियों का वेतन बढ़ाने की घोषणा की जो अब तक लागू नहीं हो पाई। यहां तक कि कई बार उनका वेतन भी समय पर नहीं मिल पाता। उनकी मुख्य मांगों में पॉलिसी बनाकर सभी सफाई कर्मियों को पक्का करना, मुख्यमंत्री द्वारा की गई घोषणा के अनुसार ग्रामीण क्षेत्र के सफाई कर्मियों का 26 हजार और शहरी क्षेत्र के सफाई कर्मियों का 27 हजार वेतन लागू करना, वेतन को महंगाई भत्ते के साथ जोड़ना, एक्ससग्रेसिया नीति लागू करना, कर्मचारी की मृत्यु उपरांत उसके परिवार को 10 लाख का मुआवजा और नौकरी, सेवानिवृत्ति लाभ, ग्रामीण सफाई कर्मियों को ग्राम पंचायत की बजाय बीपीपीओ के पे-रोल पर लिया जाना, ऑनलाइन हाजिरी पर पूर्ण रूप से रोक लगाना, सुपरवाइजर भर्ती कर ऑफलाइन हाजिरी का प्रावधान करना, वेतन का भुगतान हर माह की सात तारीख को, ईपीएफ व ईएसआई की सुविधा, वर्ष 2023 की हड़ताल के दौरान का बकाया वेतन का भुगतान करना, वर्दी भत्ता, सफाई भत्ता और औजारों के भत्ते में वृद्धि करना, दीपावली पर बोनस व अनाज खरीदने के लिए बगैर ब्याज के 24 हजार रुपए की राशि मुहैया कराए जाना शामिल है।

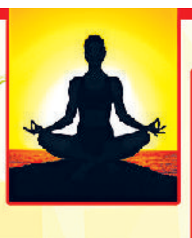
अंतिम चेतावनी के बावजूद अधिकारियों ने नहीं ली कनिष्ठ अभियंताओं की सुध, रोष

सभी विभागों के कनिष्ठ अभियंता सिंचाई विभाग के प्रांगण में चल रही अनिश्चितकालीन हड़ताल में पुरजोर समर्थन के साथ शामिल होंगे

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

डिप्लोमा इंजीनियर्स एसोसिएशन द्वारा अंतिम चेतावनी देने के बाद भी सिंचाई विभाग के मुख्य अधिकारियों ने उनकी कोई सुध नहीं ली गई। जिससे कर्मचारियों में रोष व्याप्त है। पब्लिक हेल्थ इंजीनियरिंग विभाग के ब्रांच सैक्रेटरी सुमित गहलावत, विकास एवं पंचायती राज विभाग के ब्रांच सैक्रेटरी राजबीर धनखड़, भवन एवं मार्ग निर्माण विभाग के ब्रांच सैक्रेटरी ओमबीर और हरियाणा राज्य कृषि एवं मार्केटिंग बोर्ड के ब्रांच सैक्रेटरी विनय कुमार ने सुनिश्चित किया कि इन सभी विभागों के कनिष्ठ अभियंता सिंचाई विभाग के प्रांगण में चल रही अनिश्चितकालीन हड़ताल में पुरजोर समर्थन के साथ शामिल होंगे। बता दें कि एसोसिएशन द्वारा पहले ही सिंचाई विभाग के अधिकारियों को अंतिम चेतावनी दे दी गई थी, लेकिन बुधवार को एसोसिएशन ने पूर्ण मोर्चा संभालते हुए अधिकारियों को चेताया है कि अब स्थानीय बिजली निगम, सीवरेज, घरेलू पानी सप्लाई आदि सभी जनहित कार्य बाधित किए जाएंगे। आमजन को होने वाली इस परेशानी की जिम्मेवारी संबंधित अधिकारियों की होगी। अनिश्चितकालीन हड़ताल पर बैठे कनिष्ठ अभियंताओं ने कहा कि अधिकारियों द्वारा की जा रही मनमानी व वादाखिलाफी का जवाब डिप्लोमा इंजीनियर्स एसोसिएशन द्वारा डंके की चोट पर दिया जाएगा।

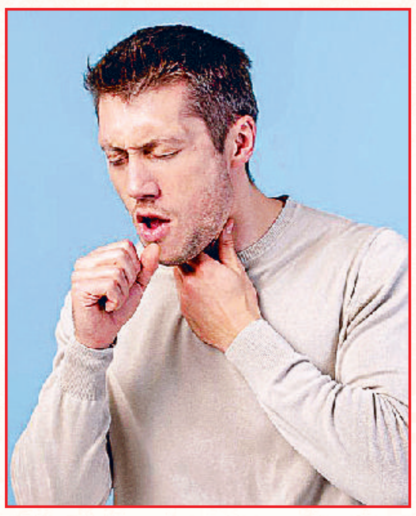
झज्जर। सिंचाई विभाग कार्यालय परिसर में हड़ताल पर बैठे कनिष्ठ अभियंता। फोटो : हरिभूमि



डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

खाते-पीते समय जब महसूस हो गले में दर्द



मेरी उम्र 32 वर्ष है पिछले कुछ दिनों से कुछ भी खाते-पीते समय मेरे गले में दर्द होता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हो रहा है और मेरी यह प्रॉब्लम कैसे ठीक होगी?

-राजन, रायपुर

इस समय गले में दर्द जैसी समस्या का एक बड़ा कारण मौसम चेंज होना है। इसके साथ ही कई शहरों में प्रदूषण भी इसकी बड़ी वजह बन गई है। इसके लिए सबसे पहले आप सुबह और शाम को गर्म पानी में नमक डालकर गरारा करें। इसके साथ ही इस बात का भी ध्यान रखें कि फ्रिज में रखी कोई भी ठंडी चीज बिल्कुल ना खाएं। वहीं प्रदूषण से बचने के लिए जब आप घर के बाहर निकलें तो मास्क लगाकर निकलें। इस तरह थोड़ा चेंज करने से आपको लाभ मिलेगा।

मेरी उम्र 27 वर्ष है। कुछ दिन पहले मेरे नाक से अचानक खून रिसने लगा था। पिछले एक महीने में ऐसा दो बार हो चुका है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हुआ, यह कोई चिंता की बात तो नहीं?

-अंकुर, बिलासपुर

इस तरह की परेशानी आमतौर पर गर्मियों में लोगों को देखी जाती है लेकिन इस मौसम में भी ऐसा हो रहा है तो एक बार डॉक्टर से संपर्क करना पड़ेगा। कई बार इसकी वजह ब्लड प्रेशर का अधिक होना भी पाया गया है। आप एक बार ईएनटी विशेषज्ञ से संपर्क करें। वह जांच कर इसका सही कारण पता लगाएंगे और ट्रीटमेंट करेंगे।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मुझे खांसी आ रही है। ज्यादा खांसी की वजह से कभी-कभी सांस लेने में भी दिक्कत होती है। प्लीज इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-रवि, दुर्ग

लंबे समय से खांसी कई बार चेस्ट में इंफेक्शन की वजह से भी हो जाती है। लेकिन यह बगैर डॉक्टर के चेक करवाए नहीं बताया जा सकता है। आप आस-पास किसी डॉक्टर से एक बार चेस्ट की जांच करा लें। अगर इंफेक्शन होगा तो उसकी दवा चलेगी। इसके बाद भी अगर आराम ना मिले तो एक बार टीबी की जांच भी करानी चाहिए। लोगों में कई बार यह भी खांसी की वजह होती है। फिलहाल आप गुनगुना पानी पिएं और सुबह शाम नमक वाले पानी से गरारा जरूर करें।

मेरी उम्र 39 वर्ष है। मेरे पैर अकसर ही सुन्न हो जाते हैं। इसमें कोई सेंसेशन नहीं होता। कई बार इस वजह से चलने-फिरने में लड़खड़ाहट होती है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है?

-सुमित, भोपाल

हालांकि आपकी उम्र अभी कम है, लेकिन फिर भी आप एक बार न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क करें। क्योंकि आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको न्यूरो से संबंधित कुछ प्रॉब्लम हो सकती है। हालांकि कई बार नर्वस सिस्टम भी इसकी वजह बनता है लेकिन बगैर जांच किए कोई भी ट्रीटमेंट शुरू नहीं किया सकता है।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। पिछले कुछ समय से मैं नींद की गोलियां ले रहा हूं। इससे रात को नींद तो अच्छी आती है, लेकिन पूरे दिन सुस्ती बनी रहती है। कृपया बताएं कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-मधुसूदन, महेंद्रगढ़

नींद की गोलियां कहीं ना कहीं साइड इफेक्ट जरूर करती हैं, इसलिए कोशिश करें कि नींद की गोलियां न खाई जाएं तो बेहतर है। आपको योग और मेडिटेशन करना चाहिए। रात में सोने से पहले हल्का गर्म दूध पीना चाहिए और पैर धोकर बेड पर जाना चाहिए। इस तरह कुछ बदलाव कर देखें। आपको आराम मिल सकता है। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com पर ई-मेल कर सकते हैं।

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. अतीक वासदेव
वाइस चेयरमैन-ऑर्थोपेडिक्स
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

सर्दियों में अन्य ऋतुओं की तुलना में जोड़ों की समस्याएं कहीं ज्यादा बढ़ जाती हैं। आमतौर पर जोड़ों में दर्द का प्रमुख कारण अर्थराइटिस (गठिया) होता है। जोड़ों में सूजन और दर्द को अर्थराइटिस कहते हैं। इस दर्द के बढ़ने की क्या वजहें हैं, इनसे कैसे बचाव हो सकता है और इनसे राहत के लिए क्या करना चाहिए, विस्तार से यहां बता रहे हैं।

सर्दियों में ज्वॉइंट्स प्रॉब्लम बरतें सावधानी-मिलेगी राहत

बढ़ती उम्र के लोगों में जोड़ों के दर्द की समस्या जाड़े में बढ़ जाती है। जो लोग पहले से ही अर्थराइटिस या जोड़ों से संबंधित समस्याओं से ग्रस्त हैं, उनमें सर्दी के मौसम में जोड़ों से संबंधित समस्याएं इसलिए बढ़ जाती हैं क्योंकि तापमान के कम होते जाने से जोड़ों के अंदर मौजूद साइनोवियल फ्लूड गाढ़ा होने लगता है। इस कारण जोड़ों में जकड़न महसूस होती है, जिसके परिणामस्वरूप चलने-फिरने में दिक्कत महसूस होती है, खासकर सुबह के वक्त।

सर्दियों में तापमान के कम होने के कारण जोड़ों की धमनियां (आर्टरीज) सिकुड़ जाती हैं। धमनियों के सिकुड़ने से जोड़ों में रक्त संचार की प्रक्रिया समुचित रूप से संचालित नहीं होती। इसके परिणामस्वरूप जोड़ों में जकड़न या अकड़न और दर्द होने लगता है। ठंडे तापमान में मांसपेशियों में ऐंठन अधिक होती है, जिससे जोड़ों में सूजन, दर्द और अकड़न बढ़ जाती है।

इनको होता है ज्यादा रिस्क: जो लोग पहले से ही अर्थराइटिस के किसी प्रकार से ग्रस्त हैं, उनकी समस्याएं कहीं ज्यादा बढ़ जाती हैं। वैसे तो अर्थराइटिस के बहुत प्रकार हैं, लेकिन जो लोग ऑस्टियोअर्थराइटिस (ओए), रूमेटॉइड अर्थराइटिस (आरए), गाउटी अर्थराइटिस, ट्रामेटिक अर्थराइटिस और स्पाइनल अर्थराइटिस से पीड़ित हैं, उनकी समस्याएं आमतौर पर सर्दियों के दौरान बढ़ सकती हैं। इसी तरह जो किशोर और बच्चे क्रमशः जुवेनाइल अर्थराइटिस और रूमेटिक अर्थराइटिस से ग्रस्त रह चुके हैं, उनकी परेशानी भी सर्दियों के मौसम में बढ़ सकती हैं।

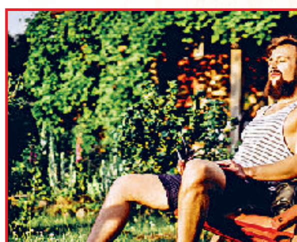
वहीं जो लोग अतीत में किसी दुर्घटना का शिकार हो चुके हैं, जिसके कारण उनकी हड्डियां और लिगामेंट आदि क्षतिग्रस्त हो चुके थे। ऐसे लोगों को ठीक हो जाने के बाद भी जाड़े के मौसम में जोड़ों में दर्द की समस्या उत्पन्न हो सकती है।

ऑस्टियो अर्थराइटिस पेशेंट सावधानी बरतें: ऑस्टियो अर्थराइटिस (गठिया) का दुष्प्रभाव आमतौर पर प्रमुख जोड़ घुटनों पर पड़ता है। घुटने पर ही शरीर के भार का दबाव सर्वाधिक पड़ता है। देश में सबसे ज्यादा लोग नी ऑस्टियो अर्थराइटिस (घुटने की गठिया) से ग्रस्त हैं। जोड़ों के मध्य स्थित कार्टिलेज (जो जोड़ों के मध्य कुशन का काम करती है) बढ़ती उम्र खासकर 50 वर्ष के बाद गलत जीवनशैली के कारण घिसने लगती हैं। इस कारण जोड़ आपस में रगड़ते हैं और कालांतर में धीरे-धीरे क्षीण होते रहते हैं। एक ऐसी स्थिति आती है, जब पीड़ित व्यक्ति को चलने-फिरने और सीढ़ियां चढ़ने-उतरने में दिक्कत महसूस होती है। लोग अपने सामान्य दिनचर्या के कार्यों को नहीं कर पाते।

ऐसे करें रोकथाम: ऑस्टियोअर्थराइटिस से पीड़ित व्यक्ति सर्दी की शुरुआत में ही अस्थि रोग विशेषज्ञ से परामर्श लें और उनके परामर्श के अनुसार ही दवाएं, फिजियोथेरेपी और अन्य व्यायाम करें। खान-पान में कैल्शियम युक्त आहार को वरीयता दें। अगर मरीज को असहनीय दर्द हो रहा है, तो विशेषज्ञ डॉक्टर, पीड़ित व्यक्ति को अस्थाई राहत देने के लिए इंट्रा आर्टिकुलर इंजेक्शन रिफर कर सकते हैं।

रूमेटाइड अर्थराइटिस पेशेंट रहें सजग: यह अर्थराइटिस का एक विशेष प्रकार है, जिसके कारणों पर मेडिकल शोध अभी तक जारी हैं। रूमेटाइड (आरए) का उम्र बढ़ने या कार्टिलेज के क्षीण होने या फिर खान-पान से कोई लेना-देना नहीं है। इसमें शरीर का इम्यून सिस्टम अपने ही शरीर के खिलाफ लड़ाई छेड़ देता है और इस लड़ाई का पहला हमला जोड़ की झिल्ली (सायनोवियम) पर पड़ता है।

मिल सकती है राहत: समय रहते रूमेटाइड अर्थराइटिस का समुचित इलाज न होने पर आगे चलकर प्रभावित हड्डी क्षीण होने लगते हैं, लेकिन फिजियोथेरेपी, योग और व्यायाम करने से पीड़ित व्यक्ति को अस्थाई राहत मिलती है। रूमेटाइड अर्थराइटिस का कोई स्थाई इलाज है। इसके साथ ही शरीर के इम्यून सिस्टम में आई गड़बड़ी को दूर करने या नियंत्रित करने के लिए जो दवाएं दी जाती हैं, उन्हें इम्यूनोमॉड्यूलेटर्स कहते हैं। रूमेटाइड अर्थराइटिस शरीर के अन्य जोड़ों को भी प्रभावित करता है, लेकिन इसकी शुरुआत हाथों की उंगलियों में सूजन से होती है, सूजन के साथ मरीज को तेज दर्द होता है। इसलिए सर्दियों में रूमेटाइड अर्थराइटिस वाले डॉक्टर से परामर्श लेते रहें।



डॉक्टर के परामर्श से ही दवाएं लें। जोड़ों का दर्द कम करने के लिए इंट्रा आर्टिकुलर इंजेक्शन के अलावा कभी-कभी डॉक्टर स्टेरॉयड के इंजेक्शन भी पीड़ित मरीज को रिफर कर सकते हैं। ऐसे इंजेक्शंस के अपने लाभ भी हैं और इनके साइड और आफ्टर इफेक्ट भी। इसलिए स्टेरॉइड दवाओं को योग्य चिकित्सक की देख-रेख में ही लेना चाहिए, क्योंकि ऐसी दवाओं को लंबे समय तक लेने से फायदा कम नुकसान ज्यादा हो सकता है।

कंधों का पोस्चर सही रखें: कंधे भी आपके शरीर के प्रमुख जोड़ हैं। सर्दियों में इनमें भी दर्द और जकड़न की समस्या उत्पन्न हो सकती है। इस संदर्भ में इन बातों पर ध्यान दें।

- चलते समय कंधों को झुकाकर न चलें और न ही इन्हें उठाकर चलें।
- कंधे से संबंधित व्यायाम करें।
- झटके से वेट न उठाएं।
- बिना वार्म अप के किसी भी खेल की प्रैक्टिस न करें।
- उपरोक्त बातों पर ध्यान देने पर आप कंधों में दर्द की समस्या से बचे रहेंगे।

ज्वाइंट्स पेन से ऐसे मिलेगी राहत: विशेषज्ञ से परामर्श, जोड़ों में दर्द, सूजन, अकड़न और मांसपेशियों में कमजोरी जैसे लक्षणों के मद्देनजर अस्थि रोग विशेषज्ञ से परामर्श लें। ऑस्टियोअर्थराइटिस के जिन मरीजों को दवाओं, खान-पान और व्यायाम आदि से राहत नहीं मिल पा रही है, तो ऐसे व्यक्तियों को ऑर्थोपेडिक स्पेशलिस्ट परामर्श दे सकते हैं।

वजन संतुलित रखें: सर्दियों में आमतौर पर लोगों को ज्यादा भूख महसूस होती है और लोग अपना पसंदीदा खाना कुछ ज्यादा खाते हैं। जाड़े के कारण उनकी आउटडोर शारीरिक गतिविधियां कम हो जाती हैं। ऐसी स्थिति में वजन सर्दियों में बढ़ जाता है। अधिक वजन घुटनों और कूल्हों जैसे जोड़ों पर अतिरिक्त दबाव डालता है, जिसके परिणामस्वरूप जोड़ों में दर्द की समस्या का जोखिम बढ़ जाता है। इसलिए सही वजन बनाए रखने के लिए अपने आहार पर विशेष ध्यान दें और जोड़ों के अनुकूल व्यायाम करें।

हाइड्रेट रहें: जो लोग ज्यादा शारीरिक श्रम नहीं करते हैं और किडनी रोग से ग्रस्त नहीं हैं, उन्हें कम से कम प्रतिदिन दो-तीन लीटर पानी पीना चाहिए। पर्याप्त पानी पीने से आमतौर पर जोड़ों में दर्द की समस्या कम होती है। कुनकुने पानी से नहाने से भी आपको जोड़ों के दर्द में राहत मिल सकती है।

विटामिन-डी सप्लीमेंट: शरीर में विटामिन-डी की कमी से जोड़ों में दर्द की समस्या बढ़ सकती है। ऑस्टियोपोरोसिस (हल्का-सा आघात लगने पर हड्डियों का टूटना) का खतरा भी बढ़ जाता है। विटामिन-डी सप्लीमेंट लेने के लिए अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

ओमेगा-3 फैटी एसिड का सेवन: ओमेगा-3 फैटी एसिड्स सर्दियों के दिनों में होने वाली जोड़ों की सूजन, अकड़न और दर्द को कम करने में लाभप्रद हैं। अपने आहार में एवोकाडो, अलसी, अखरोट या फिश को शामिल करें।

सुबह की धूप: विटमिन-डी का एक अच्छा प्राकृतिक स्रोत है धूप। यह हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता भी बढ़ाती है। धूप में बैठने से जोड़ों के दर्द और सूजन में राहत मिलती है।

कंप्यूटर पर कार्य करने वाले ध्यान दें: लगातार कई घंटों तक एक ही कुर्सी और कंप्यूटर के आगे बैठे-बैठे आपके जोड़ अकड़ जाते हैं, इसलिए ऑफिस में लगभग डेढ़ घंटे में सीट छोड़कर पांच मिनट के लिए घूमे-फिरें, शरीर को स्ट्रेच करें।

राहत दे सकते हैं ये तरीके: प्रभावित जोड़ों पर गर्म और ठंडे पानी की पट्टियों के इस्तेमाल से जोड़ों के दर्द में राहत मिलती है। गर्म पानी की बोतल का इस्तेमाल किया जा सकता है। वहीं एक कपड़े में लपेटकर बर्फ के टुकड़ों (आइस क्यूब्स) को दर्द से प्रभावित स्थान पर इस्तेमाल कर सकते हैं। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

हर्बल जोन / रेखा देशराज

मौसमी रोगों से बचाए अदरक-तुलसी

अदरक और तुलसी यूं तो हर मौसम में शरीर के लिए अलग-अलग वजहों से फायदेमंद हैं। लेकिन सर्दियों की समस्याओं के लिए ये बहुत ही कारगर साबित होते हैं। सर्दियों की सबसे आम और परेशान करने वाली समस्याओं से छुटकारा दिलाने में इनका कोई सानी नहीं है। सर्दी के मौसम में शरीर की आंतरिक गर्मी घट जाती है। खून का प्रवाह धीमा पड़ जाता है और शरीर की प्रतिरोधक क्षमता कमजोर पड़ जाती है। इसलिए आयुर्वेद में सर्दियों का मुकाबला करने के लिए इनको सर्वोत्तम माना गया है। ये शरीर को बाहर से आने वाली ठंड और भीतर से पैदा होने वाली अशक्तता से हमें बचाते हैं।

नेचुरल हीटर अदरक: जब ठंडी हवा से शरीर का तापमान गिरने लगता है, तब अदरक का इस्तेमाल करने से तापमान गिरने से रुक जाता है। सर्दियों में अदरक के इस्तेमाल से, नाक जाम होने से, गला खराब होने से और बलगम बनने से रोकता है, ब्लड सर्कुलेशन बढ़ने से हाथ-पैर गर्म रहते हैं। यही नहीं अदरक इस मौसम में हमारे पाचन को भी सुधारता है और शरीर में एहसास होने वाले भारीपन को खत्म करता है। सवाल है, इसे कैसे ले सकते हैं? सुबह के समय अदरक वाली काली चाय या काढ़ा विशेष रूप से कारगर है। अगर यह नहीं लेते तो शहद के साथ अदरक का एक छोटा टुकड़ा मुंह में चूसने से भी शरीर को भरपूर गर्मी मिलती है। अदरक इस मौसम में हमारे रक्त संचार को तेज करता है और शरीर को गर्म रखता है। अदरक पाचन के लिए इस मौसम की सबसे कारगर दवा है।

रोगरोधी पौधा-तुलसी: आयुर्वेद में तुलसी को सर्दी के मौसम का सबसे शक्तिशाली रोगरोधी कवच माना जाता है। यह एंटीवायरल और एंटीबैक्टीरियल गुणों से भरपूर होती है। इसलिए इस मौसम में होने वाली खांसी और गले की सूजन को रोकती है। सांस की नली साफ रखती है और ठंड में फैलने वाले वायरस की रोकथाम करती है। इस तरह देखा जाए तो तुलसी सर्दियों में नाक, कान, गला तीनों की सुरक्षा करती है। जहां तक सवाल है कि इसे कैसे लें, तो इसका सबसे अच्छा तरीका तुलसी की सात से दस पत्तियां सुबह-सुबह चाय या काढ़े के साथ लें या चार पत्तियां उबालकर भाप भी ली जा सकती है। अदरक और तुलसी मिलकर सर्दी, जुकाम के वायरस को बढ़ने नहीं देते हैं। दोनों का एक साथ सेवन बहुत कारगर है। तुलसी गले को नेचुरल एंटीसेप्टिक की तरह साफ करती है और अदरक गर्माहट देकर गले की सूजन और दर्द कम करती है। इसलिए सर्दियों में ठंडी हवाओं के असर से वो लोग बचे रहते हैं, जो इस मौसम में इन दोनों का इस्तेमाल करते हैं। *

डाइट सजेशन

डॉ. माजिद अलीम

जरूरी नहीं कि हर हेल्दी फूड आपको फायदा ही पहुंचाए। अगर उसे आप सही तरीके से नहीं लेते तो फायदेमंद खाद्य पदार्थ भी कोई लाभ नहीं पहुंचाएगा या हो सकता है आपको नुकसान पहुचा दे। इसलिए यह जानना जरूरी है कि किसी फूड आइटम को कैसे ग्रहण करना चाहिए?

हेल्दी फूड्स लेने का तरीका भी हो सही

हमारे खान-पान में बहुत सारी ऐसी चीजें होती हैं, जिनके फायदेमंद होने में कोई शक नहीं होता, लेकिन अगर उन्हें सही तरीके से न लिया जाए तो उनके फायदों से ज्यादा नुकसान भी हो सकते हैं। आइए कुछ ऐसी ही बातें जानते हैं।

इन बातों को रखें ध्यान: ड्राय फ्रूट्स खाना बढ़िया होता है, इससे खूब फाइबर मिलता है। पर क्या आप जानते हैं, फल जो सुखा दिए जाते हैं, उनके भीतर अपने ताजे स्वरूप से तीन गुना से भी ज्यादा कैलोरी होती है। शुगर की मात्रा भी बढ़ जाती है।

मूंगफली छीलकर खाना लाभकारी है पर डिब्बा या पैकेट में नमक लगाकर तली मूंगफली खाना नुकसानदेह है। केले में फाइबर, पोटैशियम, विटामिन-सी और थोड़ा-सा फैट तथा थोड़ी कैलोरी मिलती है, पर इसके मुकाबले में इसके चिप्स में तीन गुना कैलोरी और 20 प्रतिशत अधिक फैट होता है। इसलिए सोच-समझकर सेवन करें।

फलों का जूस: फ्रूट जूस पीना बढ़िया है पर यह तब नुकसानदायक हो जाता है, जब यह ताजा न हो। इसमें बैक्टीरिया पनपने लगते हैं। बहुत से लोग फल खाने से ज्यादा जूस पीने को तरजीह देते हैं, जबकि सच्चाई यह है कि जूस के जरिए एक साथ आप खूब सारी शुगर ले रहे होते हैं और फल से मिलने वाले लाभदायक फाइबर से भी वंचित रह जाते हैं। ताजा जूस पी सकते हैं लेकिन फल खाने को तरजीह देनी चाहिए। हालांकि इसमें भी सावधानी की दरकार है। जो भी फल खाएं, खूब अच्छी तरह धोकर ही खाएं।

अंडे: हेल्थ बनाने के लिए ही नहीं मोटापा कम करने के लिए भी अंडे बहुत बढ़िया हैं, पर तभी जब ये देसी वाले हों। कहने का मतलब ऑर्गेनिक हों यानी बिना कृत्रिम खाद्य पदार्थों, शाकाहारी शुद्ध दानों पर पले मुर्गे-मुर्गियों के अंडे हों। जब ऑमलेट खाएं तो साथ में उबली सब्जियां भी लें, यह और फायदेमंद रहेगा।

मल्टीग्रेन ब्रेड: ब्राउन ब्रेड के अलावा आजकल बाजार में मल्टीग्रेन और होल ग्रेन ब्रेड की डिमांड है। बताया जाता है कि मल्टीग्रेन में कई तरह के अनाजों का आटा मिला हुआ होता है और यह होल ग्रेन यानी समूचे गेहूं के आटे से बना ब्रेड फाइबर से भरा तथा सेहत के लिए लाभकारी होता है। जबकि अधिकतर अनाज का रिफाइंड आटा ही इसमें होता है। इसके खाने से शुगर बढ़ सकती है। इस तरह यह मोटापे और डायबिटीज का रिस्क बढ़ा सकती है।

सोयाबीन: सोयाबीन प्रोटीन का खजाना है लेकिन कुछ पोषक तत्वों के अवशोषण में रुकावट भी पैदा करता है। सोयाबीन में फायटिक एसिड पाया जाता है, जो कैल्शियम, मैग्नीशियम, कॉपर, जिंक, लौह तत्वों को शरीर में सोखने से रोकता है। इसमें टिंप्सिन भी मिलता है, जो प्रोटीन के पाचन में दिक्कत करता है और अग्नाशय के कार्य में रुकावट डालता है। इससे बना टोफू हो या बड़ियां सीमित मात्रा में खाइए। आजकल फ्लेवर्ड सोया मिल्क पीने का फैशन है। हालांकि यह बुरा नहीं है पर जैसे ही वनीला या चॉकलेट फ्लेवर इसमें मिलाया जाता है, इसके हर कप में 50-60 कैलोरी और 5 ग्राम शुगर बढ़ जाती है। इसलिए इसका सेवन सीमित मात्रा में ही करें। *

अवेयरनेस

रेखा

एपिलेप्सी या मिर्गी मस्तिष्क संबंधी रोग है। यह घातक तो नहीं होता लेकिन इस वजह से रोगी को कई तरह की परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है। इसके कारण, इससे बचाव करने, इसे कंट्रोल करने के तरीकों के बारे में सभी को जागरूक होना चाहिए।

एपिलेप्सी नियंत्रण के साथ जागरूकता की है जरूरत

अनुमान के मुताबिक भारत में एक करोड़ से एक करोड़ 20 लाख के आस-पास मिर्गी (एपिलेप्सी) रोगी हैं, जबकि दुनिया में कुल मिर्गी रोगियों की संख्या करीब 5 करोड़ है। इस तरह देखा जाए तो दुनिया का हर पांचवां मिर्गी रोगी भारत में है। इसलिए विश्व स्वास्थ्य संगठन और लैंसेट न्यूरोलॉजी रिपोर्ट के मुताबिक भारत मिर्गी रोगियों का सबसे बड़ा देश है। दुनिया के करीब एक करोड़ 20 लाख से एक करोड़ 50 लाख के आस-पास मिर्गी रोगी अफ्रीका महाद्वीप में रहते हैं। मिर्गी रोगियों का एक बड़ा हब संयुक्त राज्य अमेरिका भी है, जहां 30 से 40 लाख मिर्गी रोगी रहते हैं। भारत में दुनिया के सर्वाधिक मिर्गी रोगी होने की बड़ी वजह यही है कि भारत दुनिया की सबसे अधिक आबादी वाला देश है, इसलिए यहां मिर्गी रोगी भी सबसे ज्यादा हैं। दूसरी बड़ी बात यह है कि भारत के ग्रामीण इलाकों और विशेषकर गरीब आबादी के पास इसके इलाज की पहुंच नहीं है।

रोग के कारण: मिर्गी अपने आपमें कोई बीमारी नहीं है बल्कि यह मस्तिष्क की विद्युत गतिविधियों में असंतुलन की स्थिति है और ऐसा कई वजहों से होता है। जन्म के समय या बचपन में मस्तिष्क को गंभीर चोट लग जाना, जिससे कुछ देर के लिए दिमाग के कुछ हिस्से में ऑक्सीजन की कमी हो जाती है। सिर की चोट, मस्तिष्क में ट्यूमर, लकवा यानी स्ट्रोक तथा आनुवांशिक कारण भी भारत में सर्वाधिक मिर्गी रोगियों के लिए अनुकूल स्थितियां बनाते हैं। ज्यादा शराब पीने वाले या बहुत कम नींद लेने वाले लोगों को भी यह समस्या हो जाती है। इसके अलावा 10 फीसदी लोगों के संबंध में मेडिकल साइंस कभी यह नहीं जान पाती कि उन्हें मिर्गी रोग होने का क्या कारण है? इसलिए तमाम लोगों को अस्पष्ट कारणों से भी मिर्गी होती है।

रिस्क को कर सकते हैं कम: विशेषज्ञों की मानें तो मिर्गी को तो पूरी तरह से रोका नहीं जा सकता, लेकिन सजग रहकर इसके जोखिम को कम किया जा सकता है। मिर्गी रोग से बचने के जो सजग उपाय हो सकते हैं, वो इस प्रकार हैं।

जन्म के समय सुरक्षित प्रसव जरूरी है ताकि बच्चे के स्वास्थ्य की देखभाल सही तरीके से हो सके और प्रसव के दौरान उसके मस्तिष्क में ऑक्सीजन की कमी की स्थितियां न पैदा हों। सिर की चोट से बचाव करना बहुत जरूरी है। इसके अलावा मैनिनजाइटिस और जापानी इंसेफेलाइटिस के टीके लगवाना भी जरूरी होता है। पर्याप्त नींद लें, नशे से दूर रहें, तनाव से बचें, ये कुछ ऐसे उपाय हो सकते हैं, जिनसे मिर्गी की चपेट में आने से बचा जा सकता है।

ऐसे कर सकते हैं कंट्रोल: अगर आप मिर्गी से ग्रस्त हो गए तो भी कुछ उपायों को अपनाकर इसे कंट्रोल कर सकते हैं। सबसे जरूरी है कि न्यूरोलॉजिस्ट से नियमित दवा लें, दवा अचानक लेना बंद न करें, इससे दौरे बढ़ सकते हैं। संतुलित जीवनशैली अपनाएं, ध्यान, योग और परिवार का सहयोग जैसे उपाय भी मिर्गी के इलाज और स्थिति पर नियंत्रण रखने की दृष्टि से मददगार हैं। मिर्गी के कुछ गंभीर मामलों में सर्जरी या वेगस नर्व स्टिमुलेशन (वीएनएस) जैसी तकनीकें भी कारगर होती हैं।

जागरूकता की है जरूरत: वास्तव में मिर्गी मस्तिष्क संबंधी बीमारियों से एक है और चूंकि भारत में मस्तिष्क स्वास्थ्य अभी गरीब और निम्न वर्ग तथा मध्यवर्ग के लोगों के बीच इससे बचाव की सुविधाएं और समझ सीमित है। ग्रामीण इलाकों में लोग इसे भूत-प्रेत या टोना टोटका से जोड़ देते हैं। इससे इलाज में देर होती है और रोगी की दशा बिगड़ती जाती है। इस बीमारी के कारण कई लोगों को रोजगार, विवाह या शिक्षा के अवसरों से वंचित होना पड़ता है। इसलिए अवेयरनेस फैलाने की भी जरूरत है। *

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ में प्रदर्शनी का आयोजन

जिला स्तरीय विज्ञान प्रदर्शनी में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

- जिले के विभिन्न स्कूलों के विद्यार्थियों ने विभिन्न विषयों से संबंधित मॉडल बनाए
- कार्यक्रम में सरपंच प्रतिनिधि उदय सिंह मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ में जिला स्तरीय विज्ञान प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। प्रदर्शनी में भाग लेते हुए जिले के विभिन्न स्कूलों के विद्यार्थियों ने विभिन्न विषयों से संबंधित मॉडल बनाए। कार्यक्रम में सरपंच प्रतिनिधि उदय सिंह मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने प्रदर्शनी का अवलोकन बेहतर मॉडल की सराहना की। प्रदर्शनी प्रतियोगिता परिणामों में स्थाई कृषि विषय में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ से कंवल ने प्रथम स्थान किया जबकि राजकीय माध्यमिक विद्यालय लकड़िया की यशिका ने द्वितीय व सर छोटूराम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय माजरा दूबलधन से तनवी ने तृतीय स्था हासिल किया। इसी प्रकार कचरा प्रबंधन में राजकीय स्कूल डीघल से दीपांश प्रथम, राजकीय स्कूल धांधलान से अंकुश द्वितीय व सर छोटूराम विद्यालय माजरा दूबलधन से आंशिक तृतीय रहा। हरित ऊर्जा विषय पर बनाए गए मॉडल्स में राजकीय विद्यालय वजीरपुर की छात्रा खुशी को पहला, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय माजरा दूबलधन के मुकुल को दूसरा व राजकीय विद्यालय पलड़ा के अंकित को तीसरा स्थान मिला। जल सरंक्षण और प्रबंधन में राजकीय स्कूल चिमनी की हिमांशी ने प्रथम, राजकीय स्कूल चमनपुरा के गौरव ने द्वितीय व राजकीय विद्यालय वजीरपुर के प्रिंस ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

झज्जर। विजेता प्रतिभागी को सम्मानित करते हुए विभागीय टीम। फोटो : हरिभूमि

विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया

स्वास्थ्य और स्वच्छता विषय में राजकीय कन्या विद्यालय मदाना खुर्द के यश को प्रथम, सर छोटूराम विद्यालय माजरा दूबलधन की तान्या को द्वितीय व राजकीय स्कूल धांधलान की अंजलि को तृतीय स्थान मिला। गणितीय मॉडलिंग में राजकीय स्कूल धांधलान की स्नेहा को पहला, सर छोटूराम विद्यालय माजरा दूबलधन की जोसिका को दूसरा व राजकीय विद्यालय बाकरा के प्रिंस को तीसरा स्थान मिला। उभरती हुई प्रौद्योगिकी विषय पर बनाए मॉडल्स में राजकीय मॉडल संस्कृति विद्यालय माजरा दूबलधन की स्नेहा को प्रथम, राजकीय स्कूल धांधलान के यश को द्वितीय व राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ के गीतेश को तृतीय स्थान मिला। स्कूल प्राचार्या डॉक्टर सुनीता व मुख्यातिथि उदय सिंह ने सभी विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया।

हास्य कवि महेंद्र कुमार ने अपने हरियाणवी चुटकलों से समां बांधा

दिव्यांग बच्चों ने मनमोहक सांस्कृतिक प्रस्तुति दी

- विद्यालय प्रबंधन समिति के संचालक सोमबीर ने सभी वक्ताओं व अतिथियों को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

बुधवार को अंतरराष्ट्रीय दिव्यांग दिवस के उपलक्ष्य में रेवाड़ी रोड स्थित नवोदया स्कूल ऑफ स्पेशल एजुकेशन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में एडीसी जगनिवास ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की जबकि गीता व्यास मानसमनि स्वामी उमानंद महाराज एवं प्राचीन गुरुकुल के अधिष्ठाता आचार्य विजयपाल योगार्थी मुख्य वक्ता के रूप में शामिल हुए। इनके अलावा जिप चेयरमैन कप्तान बिरधाना, रविंद्र सोनी, प्रोफेसर रवि किरण मदान विशिष्ठातिथि के रूप में उपस्थित रहे। समारोह के दौरान विद्यालय के दिव्यांग विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति देकर उपस्थित जनसमूह की तालियां बटौरी। मुख्यातिथि एडीसी जगनिवास ने विद्यार्थियों की प्रस्तुति की सराहना करते हुए कहा कि दिव्यांग विद्यार्थियों द्वारा दी गई।

झज्जर। दिव्यांग विद्यार्थियों के साथ मंच पर उपस्थित शिक्षक एवं अतिथि।

झज्जर। कार्यक्रम में सांस्कृतिक प्रस्तुति देते हुए दिव्यांग विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

बच्चों की सहायता के लिए आगे आएं

इस प्रकार की आकर्षक प्रस्तुति समाज के लोगों को नई दिशा प्रदान करती है। स्वामी उमानंद ने अपने वक्तव्य में दिव्यांग बच्चों को भगवान का रूप बताते हुए लोगों से आह्वान किया कि वे ऐसे बच्चों की सहायता के लिए आगे आएं। गुरुकुल के अधिष्ठाता आचार्य विजयपाल योगार्थी ने भी बच्चों द्वारा दी गई जोशपूर्ण प्रस्तुति की सराहना की। इस दौरान मंच संचालक के रूप में मौजूद हास्य कवि महेंद्र कुमार ने अपने हरियाणवीं चुटकलों से समां बांधा। विद्यालय प्रबंधन समिति के संचालक सोमबीर ने सभी वक्ताओं व अतिथियों को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया। इस मौके पर अशोक कुमार, सुभाष भाटिया, राजेश सैनी, सुशीला राठी, कुसुम वर्मा, सुबेदार रमेश कादियान, रामफूल सैनी सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

विजेता टीम के सभी विद्यार्थियों को मुख्यातिथि द्वारा पुरस्कृत किया गया

कंप्यूटर क्विज में राजकीय कन्या स्कूल झज्जर की टीम रही विजयी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय दादनपुर में बुधवार को कंप्यूटर क्विज का आयोजन किया गया। प्राचार्या सुदेश कुमारी की अध्यक्षता में आयोजित इस कार्यक्रम में साल्हावास खंड शिक्षा अधिकारी जयपाल दहिया ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। क्विज में रिवाड़ी खेड़ा, पाटौदा, शेरिया, दादनपुर, जहाजगढ़, झज्जर, गिरावड़, जौंधी व सरौला स्कूल की टीमों ने भाग लिया। प्रतियोगिता परिणामों में स्थानीय राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की टीम को प्रथम, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय दादनपुर की टीम द्वितीय व राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ की टीम तृतीय रही। विजेता टीम के सभी विद्यार्थियों को मुख्यातिथि द्वारा पुरस्कृत किया गया।

झज्जर। विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कृत करते हुए मुख्यातिथि। फोटो : हरिभूमि

ये मौजूद रहे

अन्य विद्यार्थियों को भी इस प्रकार की प्रतियोगिताओं में भागीदारी के लिए प्रेरित किया। इस मौके पर प्रदीप कुंडू, सुनील, मिथलेश, सुमन, अनीता, बिजेंद्र, रवि, संदीप यादव, लक्ष्मी, राजबाला, पूजा, नवीन, उपेंद्र, रविंद्र, प्रदीप कादियान, शीलम सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

भाषण में हिमानी व शिवानी रही प्रथम

- प्रतियोगिता में तीसरी से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

तक्षशिला विद्यापीठ स्कूल बेरी में बुधवार को हिंदी भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में तीसरी से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया।

दो समूहों में संपन्न हुई इस अंतर सदनीय प्रतियोगिता में पहला समूह तीसरी से पांचवीं कक्षा तक तथा दूसरा समूह छठी से आठवीं तक का रखा गया। विद्यार्थियों ने भाग्य और पुरूषार्थ, जीवन में खेल-कूद का महत्व, यदि मैं प्राचार्य होता, जंक फूड और स्वास्थ्य पर प्रभाव, मातृ शक्ति और शिक्षा आदि विषयों पर भाषण की प्रस्तुति दी। प्रतियोगिता परिणामों में छठी से आठवीं कक्षा तक के समूह में हिमानी को प्रथम, भावेश व हिमांशी को संयुक्त रूप से द्वितीय व खुशी को तृतीय स्थान मिला। तीसरी से पांचवीं कक्षा तक के समूह में शिवानी प्रथम, रिंकी द्वितीय व काव्या तृतीय रही। स्कूल निदेशक हरबीर डबास, चेयरमैन सुखबीर डबास व प्राचार्य नसीब अहलावत ने सभी विजेताओं को सर्टिफिकेट और मेडल पहनाकर सम्मानित किया।

झज्जर। शिक्षकों के साथ उपस्थित प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

फ्लाईओवर के पास मिला युवक का शव, शिनाख्त के लिए अस्पताल में रखवाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मंगलवार सुबह गढ़ी बोलनी रोड पर एनएच-71 के बाईपास पुल के नीचे एक युवक का शव पड़ा मिला। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर शिनाख्त के लिए सामान्य अस्पताल के शव गृह में रखवा दिया। पुलिस को सूचना मिली थी कि पुल के नीचे किसी व्यक्ति का शव पड़ा हुआ है। कसोला थाना पुलिस मौके पर पहुंच गई। शव को कब्जे में लेने के बाद सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया।

पुलिस ने आसपास के गांवों में सूचना देकर शव की शिनाख्त कराने का प्रयास किया, लेकिन मृतक की पहचान नहीं हो सकी। उसकी उम्र लगभग 48 वर्ष बताई जा रही है। मृतक के शरीर पर कोई चोट के निशान भी नहीं पाए गए हैं। मौत के कारणों का पता पोस्टमार्टम कराने के बाद ही चल पाएगा।

सीआईए धारूहेड़ा ने अंतरराज्यीय बाइक चोर गिरोह का किया पदार्फाश, तीन आरोपी काबू

- आरोपियों से अलग-अलग स्थानों से चोरी की गई 6 मोटरसाइकिल भी बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| धारूहेड़ा

सीआईए धारूहेड़ा प्रभारी निरीक्षक योगेश हुड्डा की टीम ने अंतरराज्यीय बाइक चोर गिरोह का पदार्फाश करते हुए तीन आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। सीआईए टीम ने जिला नूंह के गांव पंचगावा निवासी आकिल उर्फ डैनी, हासम उर्फ मुल्ली व साहिद उर्फ जिल्ली को काबू किया है। आरोपियों के कब्जे से चोरी की गई 6 मोटरसाइकिल भी बरामद की गई हैं। ये सभी बाइक रेवाड़ी, गुरुग्राम व राजस्थान से चोरी की गई थी। एसआई फखरुदीन ने बताया कि गांव मालपुरा निवासी संदीप चौधरी ने गत 22 नवंबर को अपनी बाइक घर के सामने खड़ी की थी, जिसे कोई व्यक्ति चोरी करके ले गया। पुलिस ने थाना सेक्टर-6 धारूहेड़ा में चोरी का मामला दर्ज करके जांच शुरू की थी। सीआईए धारूहेड़ा ने सोमवार को मामले में संलिप्त तीन आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपियों के कब्जे से चोरी की बाइक सहित 6 बाइक बरामद की गई। पुलिस की ओर से पूछताछ में आरोपियों ने बावल, टपूकड़ा, नीमराणा, भिवाड़ी, तावडू, नूहं व मानेसर से करीब 10 बाइक चोरी करना स्वीकार किया है। तीनों आरोपियों को बुधवार को अदालत में पेश करके न्यायिक हिरासत में भेज दिया है।

रेवाड़ी। सीआईए की गिरफ्त में बाइक चोर गिरोह। फोटो : हरिभूमि

माता के मंदिर में चोरी करने के लिए घुसा दानपात्र तोड़ते समय लोगों ने पकड़ा

रेवाड़ी। कुतुबपुर के चौगानन माता के मंदिर में बुधवार सुबह एक युवक चोरी करने के लिए घुस गया। दानपात्र तोड़ते समय आसपास के लोगों ने उसे मौके पर दबोच लिया। आरोपी को पुलिस के हवाले कर दिया गया। पुलिस ने आरोपी को काबू करने के बाद उसके खिलाफ केस दर्ज कर लिया। चौगानन माता के मंदिर में सुबह के समय एक युवक घुसा हुआ था। वह मंदिर में लगे दानपात्र को तोड़ने का प्रयास कर रहा था। इसी दौरान आसपास के लोगों को पता चल गया। लोगों ने उसे मौके पर ही काबू कर लिया। रामपुरा पुलिस को इसकी सूचना दी गई। पुलिस ने मौके पर जाकर आरोपी को काबू कर लिया। पूछताछ करने पर उसने अपना नाम यूपी के फतेहाबाद निवासी अभिषेक शर्मा बताया। पुलिस ने उसे गिरफ्तार करते हुए केस दर्ज कर लिया। आरोपी से पूछताछ की जा रही है।

मंदिर में चोरी के लिए घुसा आरोपी।

हरियाणा सुशासन पुरस्कार योजना के तहत 13 तक करें आवेदन

झज्जर। हरियाणा सरकार की ओर से शुरू की गई हरियाणा सुशासन पुरस्कार योजना के अंतर्गत आगामी 25 दिसंबर को वर्ष 2024-2025 में बेहतर कार्य करने वाले अधिकारियों और कर्मचारियों को 'गुड गवर्नेंस अवॉर्ड' दिए जाएंगे। आवेदन करने की अंतिम तिथि 13 दिसंबर निर्धारित की गई है। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से शुरू की गई हरियाणा सुशासन पुरस्कार योजना के अंतर्गत उन अधिकारियों व कर्मचारियों को पुरस्कृत कर शासन में उत्कृष्टता को बढ़ावा देना है, जिनके अभिनव, अभ्यास और असाधारण प्रयास पूरे राज्य में बेहतर शासन में योगदान करते हैं।

कोर्ट से घोषित पीओ चढ़ा पुलिस के हत्थे

बावल। पुलिस ने कोर्ट से घोषित किए गए एक पीओ को गिरफ्तार किया है। कोर्ट ने केस की सुनवाई के दौरान राजस्थान के श्रीगंगानगर के गोविंदपुर निवासी धर्मवीर को पीओ घोषित किया था। उसके खिलाफ केस दर्ज करने के आदेश जारी हुए थे। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद उसकी तलाश शुरू की थी। बावल थाना पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया।

NOTICE

I, Sunita w/o Pawan Kumar R/o 510/22 Barahi Road, Nehru Park Bahadurgarh, Jhajjar declare that I have changed my Name from Sunita Verma w/o Pawan Verma to Sunita w/o Pawan Kumar for all purposes. My Date of Birth is 08/08/1967.

PUBLICATION

IN THE HON'BLE COURT OF AC 1st GRADE, TEHSILDAR, BAHADURGARH, JHAJJAR

Satbir V/S Ravinder etc

Whereas in the above noted case it has been proved to the satisfactions of the court that respondents 1 to 46 namely 1. Ravinder S/o Om Parkash, 2. Rakesh Kumar, 3. Kuldeep Ss/o Shribhagwan, 4. Sunil S/o Ranbir, 5. Anita W/o Jagbir, 6. Rajbala, 7. Savitri Ds/o Deepchand, 8. Akshat Rathee S/o Sanjeet, 9. Parveen S/o Lilawati, 10. Kamla Wd/o Raj Singh, 11. Renu D/o Raj Singh, 12. Kuldeep, 13. Sandeep Ss/o Raj Singh, 14. Kamla W/o Hansraj, 15. Rambhateri W/o Ishwar, 16. Meena W/o Satpal, 17. Ravinder, 18. Parvender Ss/o Ramchander, 19. Rajrani W/o Surender, 20. Seema W/o Bhagwan, 21. Suman W/o Satish, 22. Harjeet W/o Jai Bhagwan, 23. Rajnish W/o Tilakraj, 24. Karamjeet W/o Sombir, 25 Sarita W/o Ramesh, 26 Munesh Devi W/o Joginder, 27 Usha W/o Hari Parkash, 28 Pinki W/o Surjeet, 29 Ravinder, 30 Jitender Ss/o Veerbhan, 31 Ganghadei W/o Veerbhan, 32 Roshani W/o Ram Darshan, 33 Anita Devi W/o Om Kanwar, 34 Kasturi W/o Tasvir, 35 Lilawati W/o Mahender Singh, 36. Sushila W/o Balbir, 37 Sangeeta W/o Sahil, 38. Monika W/o Anil Kumar, 39 Ashok Kumar S/o Inder Singh 40 Neetu W/o Pardeep, 41 Sanjeet S/o Ranbir, 42 Pushpa Devi W/o Suresh, 43 Salochana W/o Kashmir, 44 Renu W/o Satish, 45 Sunita Rathee W/o Virender, 46 Poonam W/o Nalkesh All R/o Village Kharhar, Tehsil Bahadurgarh, District Jhajjar are avoiding service of summons and cannot be served in the ordinary manner, therefore this publication is issued against the respondents named in the application attached to appear before this court on 30-12-2025 personally or through their counsel or failing which exparte proceedings shall be taken against them. Given under my hand the seal of the court.

Sd/- AC 1st Grade, Bahadurgarh

बाबा कांशीगिरी महाराज मंदिर में 280वां सुंदरकांड पाठ एवं भजन संध्या का आयोजन

दुनिया रचने वाले को भगवान कहते है...

- जो अपनी चिंता प्रभु पर छोड़ देता है, प्रभु हर पल उसकी चिंता करते है : कौशिक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

बाबा कांशीगिरी महाराज मंदिर में 280वां सुंदरकांड पाठ एवं भजन संध्या का आयोजन किया गया। पंडित पवन कौशिक ने कहा कि जो अपनी चिंता प्रभु पर छोड़ देता है, प्रभु हर पल उसकी चिंता करते है। संसार में सब कुछ भगवान की इच्छा के अनुसार ही चलता है। इंसान का ईश्वर में विश्वास होना चाहिए। कार्यक्रम में सुंदरकांड वाचक योगेश रंजन, पवन कौशिक, राजेंद्र वधवा, भारत भूषण नंदा, देवेश शर्मा, पंकज भारद्वाज, रमेश लखेरा, केवल अरोड़ा, प्रिंस सेठी, शिवम तनेजा, विनोद भूटानी, सुमन वधवा, प्रिया तनेजा, हर्ष चावला, वीना वर्मा, सीमा तनेजा, विशन वधवा, शांति कटारिया, हिमांशी अरोड़ा, कमल लता शर्मा, नारायणी सरदाना, शीला देवी चुघ सहित श्रद्धालुओं ने संगीतमयी श्री सुंदरकांड पाठ का सामूहिक गायन किया। भारत भूषण नंदा, पवन कौशिक, राजेंद्र वधवा ने बजरंग बली तेरी महिमा अजब महान तेरी तीन लोक में शान.., दुनिया रचने वाले को भगवान कहते है, संकट हरने वाले को हनुमान कहते है..योगेश रंजन ने मिलता है सच्चा सुख हनुमान तुम्हारे चरणों में...भजन प्रस्तुत कर श्रद्धालुओं को भाव विभोर कर दिया। इस मौके पर मंदिर समिति के उपप्रधान पदम खट्टर, वेद बहल पाशु, प्रदीप काठपालिया, निखिल, सुरेश गाबा, सतीश, जय प्रकाश सहित काफी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे।

झज्जर। बाबा कांशीगिरी मंदिर में भजनों का आनंद लेते हुए श्रद्धालु।

राहुल खटकड़ ने पर्यावरण विज्ञान में प्राप्त की पीएचडी की उपाधि

रेवाड़ी। विवि के कुलपति के साथ राहुल खटकड़। फोटो : हरिभूमि

मीरपुर। इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय के जीवन विज्ञान संकाय के प्रथम प्रवेशित शोधार्थी राहुल खटकड़ ने पर्यावरण विज्ञान विभाग में पीएचडी की उपाधि प्राप्त की है। उन्होंने पर्यावरण विज्ञान विभागाध्यक्ष डा. सुमन नागपाल के नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में उपाधि प्राप्त की है। राहुल को यह उपाधि उनके उत्कृष्ट अनुसंधान कार्य, समर्पण और वैज्ञानिक योगदान के आधार पर प्रदान की गई है। अपने शोधकाल के दौरान राहुल ने पर्यावरणीय प्रदूषकों के त्वरित, किफायती और सटीक विश्लेषण से संबंधित अनुसंधान पर विशेष ध्यान केंद्रित किया। इस दौरान उनके पांच शोधपत्र प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय जर्नलों में प्रकाशित हुए। राहुल के नवोन्मेषी वैज्ञानिक दृष्टिकोण का प्रमाण उनके दो पेटेंट भी हैं, जिनके शीर्षक नॉन-एंजाइमेटिक कैलोरीमैट्रिक मेथड फॉर डायरेक्ट डिटेक्शन एंड क्वांटिफिकेशन ऑफ नाइट्रेट इन डिफरेंट मैट्रिक्स एवं स्मार्ट ऑप्टिकल कैप्सूल फॉर ऑन द स्पॉट डिटेक्शन ऑफ फ्लोराइड है।

खबर संक्षेप

लोगों को दी पीएम सूर्य घर योजना की जानकारी

बहादुरगढ़। लाइनपार क्षेत्र में भाजपा नेता जसबीर सैनी ने बिजली निगम की टीम के साथ पीएम सूर्यघर योजना के बारे में विस्तृत जानकारी देकर लोगों को सौर ऊर्जा अपनाने का आह्वान किया। सैनी ने बताया कि योजना के तहत 1.80 लाख रुपये तक वार्षिक आय वाले परिवारों को दो किलोवाट सिस्टम पर केंद्र से 60,000 रुपये और राज्य से 50,000 रुपये की सब्सिडी मिलेगी। इससे औसतन 300 यूनिट प्रति माह बिजली मुफ्त उत्पन्न होगी। वहीं, 1.80 से 3 लाख रुपये आय वर्ग के लाभार्थियों को दो किलोवाट पर केंद्र सरकार से 60,000 और राज्य से 20,000 रुपये की सहायता मिलेगी।

बिजली उपभोक्ताओं की आज होगी सुनवाई

झज्जर। उपभोक्ताओं की बिजली एवं बिजली बिल से जुड़ी विभिन्न समस्याओं के निवारण के उद्देश्य से वीरवार सुबह 11 बजे से दोपहर एक बजे तक चेयरमैन जोनल फॉर्म उपभोक्ता कष्ट निवारण फोरम रोहतक द्वारा चीफ इंजीनियर ओपी, प्रवर्तन परिमण्डल, राजीव गांधी विद्युत सदन, पावर हाऊस, रोहतक स्थित कॉन्फ्रेंस हॉल में सुनवाई की जाएगी। प्रवक्ता ने बताया कि चेयरमैन, चीफ इंजीनियर जोनल फॉर्म रोहतक स्वयं उपभोक्ताओं की समस्याएं सुनेंगे तथा उनका त्वरित निवारण सुनिश्चित करेंगे। विशेष रूप से झज्जर जिले के उपभोक्ता भी अपने बिजली बिल संबंधी मामलों को बैठक में प्रस्तुत कर सकते हैं।

अंबेडकर चौक के नजदीक नालों की नहीं हो रही सफाई

नाले की सफाई न होने से उठ रही दुर्गंध, दुकानदार परेशान

अंबेडकर चौक से बेरी गेट तक जगह-जगह दुकानदारों ने रैंप बनाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

स्थानीय अंबेडकर चौक के नजदीक नालों की सफाई न होने से दुकानदारों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। दुकानदारों का कहना है कि नाले की सफाई न होने से यहां दिन भर दुर्गंध उठती रहती है जिस कारण दुकानों पर बैठना दूभर हो जाता है। यदि दुकानदारों की माने तो अंबेडकर चौक से बेरी गेट तक जाने वाले नाले की सफाई बरसाती सीजन से पहले हुई थी। उस दौरान भी कर्मचारियों ने खानापूर्ति करते हुए नाले से थोड़ी गंदगी निकाली थी। पूरी तरह से साफ न किए जाने के चलते नाला कुछ दिनों बाद ही बंद हो गया। निरंतर रुके हुए गंदे पानी के कारण बदबू आने लगी है। दुकानदार नरेश, डॉक्टर महेंद्र, सत्ते सैनी आदि ने बताया कि यहां अंबेडकर चौक से बेरी गेट तक जगह-जगह दुकानदारों द्वारा रैंप बनाए हैं। जिस कारण नाले की सफाई भली भांति नहीं हो पाती। दुकानदारों द्वारा बनाए गए पक्के चबूतरों व रैंप को उखाड़ कर नाले की सफाई की जानी चाहिए, तभी उन्हें समस्या से निजात मिल सकती है।

झज्जर। गंदगी से अटा नाला व नाले के ऊपर बनी सीढ़ियां। फोटो : हरिभूमि

संजीव

बीस दिन पहले भी आए थे कर्मचारी : संजीव ने बताया कि बार-बार कहने के बाद करीब बीस दिन पहले नप कर्मचारी आए थे। वे नाले की आधी-अधूरी सफाई करके चलते गए। कुछ दिनों के बाद ही फिर से वही स्थिति उत्पन्न हो गई।

अमित सिंह

सफाई के बाद ही मिलेगी राहत : दुकानदार अमित सिंह ने बताया कि वह कपड़े की दुकान पर कार्य करता है। कोने की दुकान होने से नाले से उठती दुर्गंध में उन्हें पूरा दिन बैठना पड़ता है। नाले की सफाई हो जाए तो कुछ राहत मिलेगी।

सोनू

टूटने चाहिए रैंप : दुकानदार सोनू ने कहा कि यहां कई दुकानदारों द्वारा नाले के ऊपर लंबे रैंप बनाए हुए हैं। ऐसे में सफाई कर्मचारी आते भी हैं तो वह जहां से जगह दिखे वहां से कचरा निकाल कर चले जाते हैं। रैंप तोड़ कर सफाई की जानी चाहिए।

सुरेंद्र सिंह

चाय-पानी वाली दुकानों पर भी पड़ रहा असर : दुकानदार सुरेंद्र ने बताया कि उसकी चाय की दुकान है। बदबूदार माहौल होने के कारण उसकी ग्राहकी पर भी विपरित असर पड़ रहा है। ग्राहकों की कमी होने के चलते अब वह केवल आर्डर पर चाय पहुंचाता है।

11 माह में अलग-अलग मामलों में 469 आरोपियों को पकड़ा

- चरस 14 .552 किलो ग्राम, पॉपी सीड्स 1.515 किलोग्राम व गांजा 210 .915 किलोग्राम जैसे नशीले पदार्थ बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

जिला पुलिस द्वारा बीते 11 माह में अवैध हथियार, अवैध शराब और नशीले पदार्थों की तस्करी करने मामले में कार्रवाई करते हुए 469 आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। प्रवक्ता ने बताया कि पुलिस आयुक्त डॉक्टर राजश्री सिंह के निर्देशानुसार चलाए गए अभियान के तहत अलग अलग टीमों ने अवैध हथियार रखने मामले में 206, अवैध रूप से शराब के मामले में 58 आरोपियों और नशीले पदार्थों की तस्करी मामले में विभिन्न स्थानों से 96 आपराधिक मामले दर्ज कर 135 आरोपियों को पकड़ा गया है। जिनसे चरस 14.552 किलो ग्राम, पॉपी सीड्स 1.515 किलोग्राम व गांजा 210.915 किलोग्राम जैसे नशीले पदार्थ बरामद हुए। वहीं अवैध हथियार रखने वालों पर कार्रवाई करते हुए अलग-अलग टीमों द्वारा विभिन्न थानों से करीब 153 अपराधिक मुकदमे दर्ज कर 206 आरोपियों को पकड़ा गया है। जिनसे 153 अवैध पिस्तौल व 268 कारतूस सहित सात अन्य हथियार बरामद हुए।

इसके अलावा अवैध रूप से शराब मामले में 58 आरोपियों को पकड़ा गया। जिनसे देसी शराब की 60798 बोतल, अंग्रेजी शराब की 15481 बियर की 5778 बोतल बरामद हुई। वहीं सट्टा खाई वाली करने के मामले में 37 अपराधिक मामले दर्ज करके 70 व्यक्तियों को पकड़ा गया। जिनके कब्जे से सट्टा पर्ची सहित करीब 338899 रुपये से ज्यादा की बरामद हुई।

शिफ्ट हुआ एक्साइज एवं जीएसटी कार्यालय

बहादुरगढ़। नए अस्थाई कार्यालय में मौजूद अधिकारी व उद्यमी।

- सोमवार से नियमित रूप से शुरू हो जाएगा कामकाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

एक्साइज एवं स्टेट जीएसटी कार्यालय को नई बिल्डिंग के निर्माण कार्य के चलते अस्थाई रूप से शिफ्ट कर दिया गया है। अब यह कार्यालय अपने शहीद स्थल स्थित सैनिक गेस्ट हाउस में स्थापित कर दिया गया है। आगामी सोमवार से यहां नियमित रूप से कामकाज शुरू हो जाएगा।

टिकरी बॉर्डर स्थित पुराने स्थान पर भव्य व आधुनिक भवन निर्माण की तैयारी चल रही है। आने वाले 2–3 वर्षों में तैयार होने की उम्मीद है। इसी उपलक्ष्य में अस्थाई नए कार्यालय परिसर में हवन का आयोजन किया गया।

हवन कार्यक्रम में डीटीसी सरोज, ईटीओ विजय भाटिया, अजय मेहता, शमशेर गिल सहित विभाग के अन्य अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहे। इनके अलावा बीसीसीआई की कार्यकारिणी से सुभाष जग्गा, विकास आनंद सोनी, पवन जैन, अजय खट्टर, अखिल मित्तल और नरेंद्र छिकारा ने भी उपस्थिति दर्ज कराई। बीसीसीआई व फुटवियर पार्क एसोसिएशन के वरिष्ठ उपाध्यक्ष नरेंद्र छिकारा ने सभी सदस्यों व हितधारकों को अवगत कराते हुए बताया कि नया कार्यालय सोमवार से पूरी तरह चालू हो जाएगा।

वकीलों ने डॉ. राजेंद्र प्रसाद को किया नमन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

देश के प्रथम राष्ट्रपति और भारत रत्न सम्मान से अलंकृत डॉ. राजेंद्र प्रसाद की जयंती अवसर पर अधिवक्ता विक्रम सिंह छिल्लर के नेतृत्व में बहादुरगढ़ बार एसोसिएशन के वकीलों ने उनके चित्र पर पुष्प अर्पित कर नमन किया। इस दौरान सभी अधिवक्ताओं को अधिवक्ता दिवस की शुभकामनाएं भी दी गईं।

विक्रम सिंह छिल्लर ने कहा कि वकील समाज के वंचित, पीड़ित और कमजोर वर्गों को न्याय दिलाने में अग्रणी भूमिका निभाते हैं। उन्होंने डॉ. राजेंद्र प्रसाद के सरल जीवन, राष्ट्र समर्पण और संविधान निर्माण में उनके अमूल्य योगदान को याद करते हुए कहा कि उनका जीवन हर पीढ़ी के लिए प्रेरणास्रोत है।

बहादुरगढ़। डॉ. राजेंद्र प्रसाद को श्रद्धांजलि अर्पित करते अधिवक्ता।

स्वतंत्रता संग्राम में डॉ. प्रसाद की सहभागिता और संविधान सभा के अध्यक्ष के रूप में उनकी दूरदृष्टि ने देश को एक मजबूत लोकतांत्रिक ढांचा दिया। युवाओं को उनके जीवन से प्रेरणा लेकर राष्ट्र निर्माण में सक्रिय भूमिका निभानी चाहिए। कार्यक्रम में वकील अशोक अहलावत, वर्षा, श्वेता सोलंकी, कृष्ण मेहरा, राकेश राठी, सुमित देशवाल सहित कई अधिवक्ता उपस्थित रहे।

असिस्टेंट कमांडेंट बने निशांत वशिष्ठ का किया जोरदार स्वागत

- ग्रामीणों व अभिभावकों ने कार्यक्रम का आयोजन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

क्षेत्र के गांव शेखुपुर जट्ट निवासी निशांत वशिष्ठ का चयन असिस्टेंट कमांडेंट पद पर हुआ है। उसके इस चयन पर ग्रामीणों व अभिभावकों द्वारा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में निशांत को फूल व नोटों की माला तथा पगड़ी पहना कर सम्मानित किया। निशांत वशिष्ठ ने बताया कि उसने ग्यारहवें प्रयास में यह सफलता हासिल की है। वे बारहवीं कक्षा उत्तीर्ण के बाद से ही इसके लिए प्रयासरत हैं। अब पोस्ट

झज्जर। होनहार निशांत वशिष्ठ का स्वागत करते हुए ग्रामीण।

ग्रेजुएशन करने के बाद उन्हें सफलता मिली है। उन्होंने युवाओं को संदेश दिया कि वे जीवन में अपना लक्ष्य निर्धारित कर निरंतर प्रयास करते रहें। एक दिन सफलता अवश्य मिलेगी। इस दौरान निशांत ने बड़े बुजुर्गों का आशीर्वाद भी लिया। इस दौरान कुलदीप मैनपाल शर्मा, सतेंद्र वशिष्ठ रोशन लाल, पंडित महाबीर, बालकिशन, प्रवीन, परमजीत, सोमदत्त, आनंद सहित अन्य भी मौजूद रहे।

पीएम स्वनिधि योजना से जिले के 4190 स्ट्रीट वेंडर्स हुए लाभान्वित

झज्जर। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने बताया कि भारत सरकार द्वारा कोरोना महामारी के दौरान स्ट्रीट वेंडर्स की आजीविका के दृष्टिगत दोबारा व्यवसाय शुरू करने में आर्थिक सहायता उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से शुरू की गई पीएम स्वनिधि योजना कारगर साबित हो रही है। जिला में इस योजना के अंतर्गत अब तक 4190 स्ट्रीट वेंडर्स लाभावित हो चुके हैं। जिनमें बेरी में 305, बहादुरगढ़ में 2596 तथा झज्जर में 1289 स्ट्रीट वेंडर्स शामिल हैं। उन्होंने बताया कि पीएम स्ट्रीट वेंडर्स आत्मनिर्भर निधि योजना का उद्देश्य स्ट्रीट वेंडर्स को कार्यशील पूंजी ऋण उपलब्ध करवाना, नियमित पुनर्भुगतान को प्रोत्साहित करना तथा डिजिटल लेनदेन को बढ़ावा देना है।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
बहादुरगढ़ : सूरजमल वाली गली, गणपति ट्रैवलर्स के ऊपर, नजदीक टैक्सी स्टैंड, बहादुरगढ़
झज्जर :- पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, झज्जर
फोन : 8295738500, 8814999142, 8295157800, 9253681005

महिला कर्मियों को सुरक्षा के प्रति जागरूक किया

बहादुरगढ़। पुलिस कमिश्नर डॉक्टर राजश्री सिंह के कुशल नेतृत्व में कैंटाबिल कंपनी में एक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में महिलाओं की सुरक्षा, बच्चों के अधिकार तथा साइबर अपराधों की रोकथाम से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारियां दी गईं। महिला थाना प्रबंधक नीलम ने सबसे पहले महिला विरुद्ध अपराधों के प्रकार, उनसे बचाव तथा शिकायत दर्ज कराने की प्रक्रिया समझाई। इसके बाद पोक्सो एक्ट के तहत बच्चों की सुरक्षा, अपराधों की श्रेणियों तथा दंडात्मक प्रावधानों के बारे में विस्तार से बताया गया। कार्यक्रम में बाल विवाह की रोकथाम पर विशेष जोर दिया गया। महिलाओं को बताया गया कि बाल विवाह न केवल कानूनन अपराध है, बल्कि बच्चों के भविष्य, शिक्षा और स्वास्थ्य के लिए अत्यंत हानिकारक है। इसके साथ-साथ डायल-112 आपातकालीन सेवा की उपयोगिता, त्वरित पुलिस सहायता प्राप्त करने के तरीके और साइबर अपराध से बचने के उपाय भी बताए गए। कर्मचारियों को फिशिंग, ओटीपी धोखाधड़ी और सोशल मीडिया सुरक्षा के बारे में जागरूक किया गया।

शिविर में लोगों ने कराई नेत्र जांच

बहादुरगढ़। महाराजा अग्रसेन सत नारायण गुप्ता हॉस्पिटल नूना माजरा की ओर से गणपति धाम मंदिर में निःशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में काफी लोगों ने अपनी आंखों की जांच कराई। शिविर की शुरुआत गणपति धाम प्रधान अशोक गुप्ता ने दीप प्रज्वलित कर की। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचना आवश्यक है और ऐसे शिविर समाज व संस्थाओं के सहयोग से ही सफल हो पाते हैं। अस्पताल की विशेषज्ञ टीम ने मरीजों की विस्तृत जांच कर उन्हें आवश्यक दवाइयां और चश्मे निःशुल्क उपलब्ध कराए। जिन मरीजों में मोतियाबिंद या अन्य गंभीर नेत्र रोग मिले, उन्हें आगे के उपचार व ऑपरेशन के लिए महाराजा अग्रसेन सत नारायण गुप्ता हॉस्पिटल भेजा गया, जहां उनका इलाज पूरी तरह निःशुल्क किया जाएगा। अस्पताल प्रबंधन ने बताया कि लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराने के उद्देश्य से वह नियमित रूप से इस प्रकार के स्वास्थ्य शिविर आयोजित करता आ रहा है।

राहुल ने गोल्ड जीतकर यूनिवर्सिटी गेम्स में बनाया नया रिकॉर्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

गांव टांडाहेड़ी का लाल राहुल दलाल राजस्थान में चल रहे पांचवें खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में छाया रहा। राहुल दलाल ने 20 किलोमीटर वॉक रेस में न केवल गोल्ड जीता बल्कि नया रिकार्ड भी कायम किया है। राहुल के प्रदर्शन पर परिजनों और खेल प्रेमियों ने खुशी जताई है। राजस्थान के जयपुर में ये खेल चल रहे हैं। राहुल ने 20 किलोमीटर वॉक रेस में भाग लेकर जबरदस्त प्रदर्शन किया। राहुल के मुताबिक, पहले इस रेस में एक घंटा 26 मिनट और 44 मिनट का रिकार्ड था। जबकि उसने एक घंटा 25 मिनट 43 सेकेंड में रेस पूरी कर नया रिकार्ड बनाया है। करीब 25 वर्षीय

पदक विजेता खिलाड़ी राहुल दलाल।

राहुल टांडाहेड़ी के साधारण परिवार से ताल्लुक रखता है। उसके पिता ट्रक चलाते हैं। दो भाइयों में बड़ा राहुल बेहद प्रतिभाशाली खिलाड़ी है। पिछले करीब पांच साल से खेल क्षेत्र में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा रहा है। नेशनल में कई मेडल जीत चुका है।

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
झज्जर : हरिभूमि कार्यालय, पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, फोन : 8295876400
बहादुरगढ़ : सुरजमल वाली गली, रोहतक रोड, गणपति ट्रैवल्स के ऊपर, 8295852900

अंतरराष्ट्रीय दिव्यांग दिवस पर ऑटिज्म आश्रम व स्मार्ट क्लास की शुरुआत

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

आशा किरण और नक्षत्र स्पेशल स्कूल में अंतरराष्ट्रीय दिव्यांग दिवस उत्साह तथा गरिमा के साथ मनाया गया। इस दौरान बच्चों ने सांस्कृतिक गतिविधियों की प्रस्तुतियां दीं। वही, ऑटिज्म आश्रम का उद्घाटन, पुस्तक विमोचन के साथ स्मार्ट क्लास की शुरुआत भी की गई। प्रतिभाशाली बच्चों को प्रमाण पत्र वितरित किए गए। कार्यक्रम में पूर्व जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा, डॉ. ओमवीर सिंह राठी, कैप्टन रज़त, प्रधान संजय जून, विनोद जून, प्रधान जय भगवान नूना माजरा, रामधारी, हेमचंद, रामकिशन, रविंद्र दहिया, कविता दहिया, नरेश भारद्वाज, मुकेश कुमार, राम अहलावत और

बहादुरगढ़। पुस्तक विमोचन करते पदाधिकारी व अतिथि व कार्यक्रम में सांस्कृतिक प्रस्तुति देते विद्यार्थी। *फोटो : हरिभूमि*

संदीप राठी आदि ने शिरकत कर बच्चों का उत्साहवर्धन किया। संस्था अध्यक्ष नवीन देशवाल व अतिथियों ने संस्थान के कार्यों और विशेष बच्चों की उपलब्धियों पर आधारित पुस्तक का विमोचन किया। पुस्तक में बच्चों के विकास, कौशल प्रशिक्षण और संस्थान की उपलब्धियों का विस्तार से उल्लेख है। इसके साथ ही दिव्यांग बच्चों की समग्र देखभाल और विशेष शिक्षा को नई दिशा देने के लिए ऑटिज्म आश्रम का उद्घाटन हुआ। इसमें बच्चों को थेरेपी, काउंसलिंग और व्यक्तिगत सपोर्ट उपलब्ध कराया जाएगा। कैप्टन रज़त ने विद्यालय को स्मार्ट टीवी भेंट किया और आधुनिक सुविधाओं से लैस स्मार्ट क्लास का शुभारंभ किया। इसमें डिजिटल लर्निंग, प्रोजेक्टर और इंटरैक्टिव उपकरण उपलब्ध कराए गए हैं।

दिव्यांग बच्चों में होती है अपार प्रतिभा

देशवाल ने बताया कि दीपावली के अवसर पर मूक-बधिर बच्चों द्वारा बनाए गए दीयों और सजावटी उत्पादों की बिक्री से मिली कमाई की सराहना करते हुए अतिथियों ने बच्चों को प्रशंसा व सहभागिता प्रमाण पत्र प्रदान किए। उन्होंने कहा कि दिव्यांग बच्चों में अपार प्रतिभा होती है। समाज को उन्हें सम्मान और संसाधन उपलब्ध कराकर आगे बढ़ाना चाहिए। हमारे प्रयास इन्हें सामान्य धारा में ला सकते हैं। स्कूल इस दिशा में निरंतर कार्य कर रहा है। अंत में विद्यालय प्रबंधन ने सभी अतिथियों, अभिभावकों और सामाजिक संगठनों का आभार जताया। कार्यक्रम का समापन राष्ट्रगान के साथ हुआ।