

हरिभूमि

मिवानी-दादरी मूवि

रोहतक, गुरुवार 17 सितंबर 2026

15

पर्यावरण को बचाना ही आज के समय की बड़ी जरूरत

16

स्वाइन फ्लू: दादरी से जुड़े दो मरीजों की दूसरे जिले में



GEETA NIKETAN COLLEGE OF NURSING

Recognised by HNRC Panchkula (Govt. of Haryana) Affiliated by Pt. B.D. Sharma U.H.S. Rohtak

REGISTRATION OPEN

Session 2026-27

AC HOSTEL Facility Available

P.B. B.Sc. NURSING

2 Years GNM Pass

GNM

3 Years 12th Any Stream

No Fees for S.C. Students

ANM

2 Years 12th Any Stream

No Fees for S.C. Students

B.Sc. NURSING

4 Year | 10+2 (Medical)

Loharu Road, Charkhi Dadri

M. 9812538777, 9034669933

खबर संक्षेप

17 को आईटीआई में लगेगा रोजगार मेला
भिवानी। सेवा संकल्प अभियान के तहत आईटीआई में 17 सितंबर को जिला स्तरीय रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। रोजगार मेले में हरियाणा सरकार के शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत करेंगे जबकि कार्यक्रम की अध्यक्षता डीसी सहिल गुप्ता करेंगे। इंटरव्यू के बाद चयनित अभ्यर्थियों को शिक्षा मंत्री द्वारा जॉब ऑफर लेटर प्रदान किए जाएंगे। मेले में करीब 20 राष्ट्रीय एवं बहुराष्ट्रीय कंपनियां युवाओं के चयन के लिए भाग लेंगी।

दो मोटरसाइकिल की टक्कर में दंपति घायल
लोहारू। डिगावा के नजदीक लोहारू-भिवानी मुख्य सड़क मार्ग पर एक मोटरसाइकिल की कथित टक्कर से दूसरी मोटरसाइकिल पर सवार दंपति घायल हो गए। घायल की शिकायत पर लोहारू थाना पुलिस ने अज्ञात दूसरी मोटरसाइकिल के चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में तोशाम के बिजलावावास गांव निवासी अनिल ने बताया कि वह अपनी पत्नी मोनिका के साथ मोटरसाइकिल के माध्यम से चिड़ावा गया था।

कपड़े धोते समय करंट लगने से महिला की मौत चरखी दादरी। कस्बा बौंदकला में मंगलवार को कपड़े धोते समय करंट लगने से 21 वर्षीय महिला की मौत हो गई। मृतका की पहचान पूजा के रूप में हुई है। वह दो वर्षीय बेटे की मां थी और करीब चार माह की गर्भवती थी। हादसे के बाद परिवार में मातम का माहौल है। परिजनों के अनुसार पूजा घर पर कपड़े धो रही थी। कपड़े धोने के बाद वह मशीन का प्लग निकाल रही थी और इसी दौरान उसे करंट लग गया। परिजन उसे उपचार के लिए लेकर गए, जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया। मृतका का मायका गुरुग्राम की शीतला कॉलोनी में है।

639 ग्राम अफीम के साथ दो युवक गिरफ्तार भिवानी। सीआईए स्टाफ-2 ने गाड़ी सवार दो युवकों को अफीम सहित गिरफ्तार किया है। उप निरीक्षक अजय कुमार अपनी पुलिस टीम के साथ दिनेश रोड, नजदीक हनुमान मंदिर, भिवानी मौजूद थे। इसी दौरान पुलिस टीम को विश्वसनीय सूत्रों से सूचना प्राप्त हुई कि चारा मंडी गेट के सामने एक गाड़ी में दो युवक बैठे हैं, जिनके पास मादक पदार्थ अफीम है। पुलिस टीम ने बताए गए स्थान पर पहुंचकर नियमानुसार कार्रवाई करते हुए गाड़ी सवार दोनों युवकों को काबू किया। आरोपियों के कब्जे से 639 ग्राम अफीम बरामद किया।

अपहरण के आरोपी को पांच वर्ष का कारावास
भिवानी। अदालत ने एक नाबालिग के अपहरण करने के आरोप में एक युवक को पांच साल कैद की सजा सुनाई है और साथ में आरोपी को 20000 रुपये का जुर्माना भी किया है। जुर्माना अदा न करने की सूरत में आरोपी को अतिरिक्त सजा भुगतनी होगी। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार एक नाबालिग लड़की के पिता द्वारा पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई थी। शिकायतकर्ता ने पुलिस को बताया कि आरोपी उसकी नाबालिग लड़की को घर से अपहरण करके ले गया है।

कर्मचारी 24 अक्टूबर को कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा के आवास का करेंगे घेराव

रेशनेलाइजेशन के नाम पर पद खत्म करने का विरोध, कर्मियों ने किया प्रदर्शन

नगरपालिका जैसी हड़ताल की राह पर कर्मचारी, सरकार को दी आर-पार की चेतावनी
हरिमूमि न्यूज ▶▶ मिवाजी

भिवानी। मांगों को लेकर धरने पर बैठे कर्मचारी।

फोटो : हरिमूमि

नियमितीकरण के आधार पर बने पॉलिसी

कर्मचारी नेताओं ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट द्वारा अनुमोदित तीन वर्ष की नियमितीकरण नीति के आधार पर सरकार तुरंत पॉलिसी बनाए। जॉब सिक्योरिटी का आश्वासन कर्मचारियों के साथ महज एक छलावा साबित हो रहा है। इसके अलावा लंबे समय से रुकी हुई पदेन्यति सूची जारी करने, ग्रुप सी व ग्रुप डी कर्मचारियों के वेतन विसंगतियों को दूर करने और सेवा नियमों को दुरुस्त करने की मांग भी प्रमुखता से उठाई गई। कर्मचारी नेताओं ने चेतावनी दी कि यदि सरकार और विभाग ने जल्द ही मानी गई मांगों के परिपत्र जारी नहीं किए और यूनियन को बातचीत का समय नहीं दिया, तो वे भिवानी स्थित मंत्री के कैप कार्यालय का घेराव करेंगे। उन्होंने दो टूक कहा कि जिस तरह नगरपालिका कर्मचारियों ने सैतिस दिन लंबा आंदोलन लड़कर अपनी बात मनवाई थी, उसी तर्ज पर पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन के तीनों विभागों का हर कर्मचारी सदस्य को पर उतरकर अनिश्चितकालीन आंदोलन व हड़ताल करवा, जिसकी पूरी जिम्मेदारी सरकार व विभागों के अधिकारियों की होगी।

बताया कि गत जुलाई माह में मंत्रियों के साथ यूनियन की करीब साढ़े तीन घंटे तक विस्तृत व सकारात्मक वार्ता हुई थी। वार्ता के दौरान कर्मचारियों की प्रमुख मांगों पर सहमति बनी थी, लेकिन प्रशासनिक अधिकारियों की हठधर्मािता के चलते अब तक कोई आधिकारिक आदेश या परिपत्र जारी नहीं किया। कर्मचारी नेताओं ने कहा कि सरकार

भिवानी। सब्जी मंडी के बाहर खड़े वाहन।

नई सब्जी मंडी में ऑक्शन प्लेटफॉर्म पर अवैध कब्जे का आरोप, उपायुक्त को सौंपी शिकायत

भिवानी। नई सब्जी मंडी में नियमों को ताक पर रखकर बड़े स्तर पर अवैध कब्जे, अवैध निर्माण और शूटाचार का मामला सामने आया है। मंडी में ऑक्शन प्लेटफॉर्म और आम रास्तों पर अतिक्रमण के कारण आम उपभोक्ताओं को रोजाना भारी परेशानियों से जूझना पड़ रहा है। कायला गांव निवासी सुबे सिंह ने उपायुक्त को शिकायत सौंपकर मंडी प्रशासन और व्यापारियों की मिलीभगत पर गंभीर सवाल उठाए हैं और मामले की निष्पक्ष जांच कराने की मांग की है। उपायुक्त को सौंपी शिकायत में सुबे सिंह ने आरोप लगाया गया है कि दुकानों के सामने बने करीब 200 वर्ग गज के ऑक्शन प्लेटफॉर्म, जो किसानों की फसल की नीलामी और माल की लोडिंग-अनलोडिंग के लिए विधारित हैं, उन पर व्यापारियों ने पक्का कब्जा कर लिया है। सेल डीड की शर्तों के अनुसार इन स्थानों को खुला रखना अनिवार्य है, लेकिन मार्केट कमिटी के अधिकारियों की मिलीभगत से यहां टीन शेड और लोहे के जाल लगा दिए गए हैं।

रेशनेलाइजेशन के नाम पर विभागों को सिकोडने और हजारों पद समाप्त करने की साजिश रच रही है। राजन गुप्ता कमेट्री की सिफारिशों का हवाला देते हुए बताया गया कि

सिंचाई विभाग में कैनाल गार्ड, बेलदार, प्लंबर, पेंटर और सुपरवाइजर जैसे लगभग सात हजार से अधिक पदों को समाप्त करने की तैयारी की जा रही है।

संस्कार शब्द संस्कृति की देन : सांसद

- वैश्य कालेज में सांसद निधि से निर्मित 'सांस्कृतिक गतिविधि एवं अभ्यास केंद्र' का उद्घाटन।

भिवानी। विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में शिक्षा के साथ-साथ सांस्कृतिक गतिविधियों की भी महत्वपूर्ण भूमिका है। सांसद निधि से तैयार यह केंद्र विद्यार्थियों को अपनी प्रतिभा को पहचानने और उसे निखारने के लिए बेहतर मंच प्रदान करेगा। यह बात वैश्य महाविद्यालय भिवानी में सांसद निधि से नवनिर्मित 'सांस्कृतिक गतिविधि एवं अभ्यास केंद्र' का उद्घाटन करने के पश्चात आयोजित सांस्कृतिक समारोह को बतौर मुख्य अतिथि भिवानी महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से सांसद चौधरी धर्मवीर सिंह ने कही। उन्होंने कहा कि बेहतर स्वास्थ्य के लिए मनुष्य का शारीरिक, मानसिक एवं सर्वांगीण

भिवानी। 'सांस्कृतिक गतिविधि एवं अभ्यास केंद्र' का उद्घाटन करते हुए।

विकास आवश्यक है। उन्होंने कहा कि संस्कार शब्द संस्कृति की देन है और संस्कृति को जिया रखने के लिए सांस्कृतिक गतिविधियां आवश्यक हैं उन्होंने युवा वर्ग से आह्वान किया कि वे नरेश से दूर रहते हुए केवल डिग्री तक सीमित ना रहकर लक्ष्य निर्धारित करते हुए आगे बढ़ें। उद्घाटन करने के पश्चात ,समारोह अध्यक्ष वैश्य महाविद्यालय प्रबंध समिति के अध्यक्ष अजय गुप्ता,अति विशिष्ट अतिथि वैश्य महाविद्यालय ट्रस्ट के अध्यक्ष शिवरतन

गुप्ता,विशिष्ट अतिथि वैश्य महाविद्यालय प्रबंध समिति के उपाध्यक्ष डॉ. पवन बुवानीवाला, प्रबंध समिति के कोषाध्यक्ष बृजलाल सर्राफ,प्राचार्य डॉ संजय गायल, सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ हरिकेश पंथाल द्वारा मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित किया।प्राचार्य डॉ.संजय गायल ने सभी अतिथियों का स्वागत एवं आभार व्यक्त करते हुए कहा कि महाविद्यालय प्रबंधन विद्यार्थियों की प्रतिभाओं को मंच देने के लिए निरंतर प्रयासरत है।

सीजेएम पवन कुमार ने किया जिला कारागार का निरीक्षण

भिवानी। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के चेयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश डॉ. गगनदीप कौर सिंह के निर्देशानुसार सीजेएम-कम-सचिव पवन कुमार ने स्थानीय जिला कारागार का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने जेल में बंद कैदियों व हवालातियों से सीधे संवाद कर उनकी समस्याएं सुनीं और समाधान के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। सीजेएम पवन कुमार ने निरीक्षण के दौरान जेल की विभिन्न बैरिकों का दौरा किया और वहां की व्यवस्था का जांचा लिया। उन्होंने कैदियों से उनके मामलों की प्रगति, कानूनी सहायता की उपलब्धता और अन्य सुविधाओं के बारे में जानकारी ली। कई कैदियों ने अपने मामलों में आ

रही दिक्कतों को साझा किए। उन्होंने जेल परिसर में स्थापित कानूनी सहायता क्लिनिक का भी निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने क्लीनिक में उपलब्ध सुविधाओं और वहां कार्यरत पैरा लीगल वालंटियर्स के कार्यों की समीक्षा की। उन्होंने निर्देश दिए कि जरूरतमंद कैदियों को समय पर कानूनी सहायता उपलब्ध कराई जाए ताकि वे न्यायिक प्रक्रिया में पीछे न रहें। सीजेएम ने जेल अस्पताल का भी दौरा किया। उन्होंने वहां उपलब्ध चिकित्सा सुविधाओं, दवाइयों की उपलब्धता और डॉक्टरों की उपस्थिति की जांच की। अधिकारियों ने निर्देश दिए कि कैदियों के स्वास्थ्य के साथ किसी भी प्रकार की लापरवाही न बरती जाए और समय पर इलाज उपलब्ध कराया जाए।

■ सीजेएम ने कैदियों की समस्याएं सुनीं

कार से 17 बोटल अवैध शराब बरामद

दादरी-रोहतक रोड पर रातभर रही नाकाबंदी, 91 वाहनों की सघन जांच की

चरखी दादरी। नशा तस्करी, अवैध शराब की तस्करी और आपराधिक गतिविधियों पर अंकुश लगाने के लिए हरियाणा पुलिस महानिदेशक के निर्देशानुसार चलाए जा रहे विशेष नाका चेकिंग अभियान के तहत दादरी पुलिस ने दादरी-रोहतक रोड स्थित नहरपुल नाके पर रातभर सघन वाहन जांच अभियान चलाया। बीती रात चलाए गए अभियान के दौरान पुलिस टीम ने जिले की सीमा से गुजरने वाले 91 वाहनों की जांच की। पुलिस के अनुसार नाकाबंदी के दौरान बौंद कलां की ओर से कलानौर की तरफ जा रही सफेद रंग की टाटा पंच कार को जांच के लिए रुकवाया गया। तलाशी लेने पर कार की पिछली

सीट से शराब की पेटियां बरामद हुईं। जांच में देशी व अंग्रेजी शराब की कुल 17 बोटलें बरामद हुईं। पुलिस द्वारा शराब रखने संबंधी परमिट और लाइसेंस प्रस्तुत करने के लिए कहा गया, लेकिन चालक कोई वैध दस्तावेज पेश नहीं कर सका। इसके बाद पुलिस ने बरामद शराब को नियमानुसार कब्जे में लेकर सील किया और आरोपित को गिरफ्तार कर लिया। शराब तस्करी में प्रयुक्त टाटा पंच कार को भी पुलिस ने कब्जे में लिया है। डीएसपी धीरज कुमार के नेतृत्व में कमांडो दस्ते सहित करीब 25 पुलिसकर्मियों की टीम रातभर नहरपुल नाके पर तैनात रही। टीम ने जिले की सीमा में प्रवेश करने और बाहर जाने वाले वाहनों की जांच की।

पंचायत

पीएम मोदी ने हरियाणा से की थी बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान की शुरुआत

हरिमूमि न्यूज ▶▶ मिवाजी

संसदीय कार्य मंत्रालय भारत सरकार व एससीईआरटी गुरुग्राम के निर्देशन में गांव धनाना स्थित वीर शहीद हवलदार हुकमी राम राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को जिला स्तरीय युवा ग्राम सभा व ग्राम पंचायत का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में राज्य महिला आयोग की उपाध्यक्ष मीना परमार ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। विद्यालय में पहुंचने पर प्राचार्या सुदेश चौहान, धनाना प्रथम की सरपंच ममता शर्मा, द्वितीय के सरपंच वेदपाल जांगडा, तृतीय के

गांव धनाना में हुई जिला स्तरीय युवा ग्राम सभा व ग्राम पंचायत

बेटियां हैं राष्ट्र का मान, हर क्षेत्र में अपनी प्रतिभा का मनवा रहीं लोहा: मीना परमार

भिवानी। छात्राओं के बीच महिला आयोग की प्रदेश उपाध्यक्ष मीना परमार।

सरपंच राजेश चौहान , विद्यालय प्रबंधन समिति, अध्यापिका व अध्यापकों ने बुक्के व फूल मालाओं से स्वागत किया। मीना परमार ने बेटियों को संबोधित करते हुए कहा बेटियां राष्ट्र का मान होती हैं। विभिन्न क्षेत्रों में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा कर बेटियों ने देश, प्रदेश का नाम शिखर तक

पहुंचाया है। गांव धनाना की बेटी मुक्केबाज नीतू, साक्षी व प्रिया ने स्वर्ण पदक जीतकर देश व प्रदेश का नाम रोशन किया है। उन्होंने कहा कि बेटियां किसी भी क्षेत्र में बेटों से कम नहीं हैं। उन्होंने बेटियों को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक करते हुए कहा कि देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने हरियाणा से बेटी

नाट्य प्रस्तुति से दी जानकारी

उन्होंने कहा कि दीन दयाल लाडो लक्ष्मी योजना, सुकन्या समृद्धि योजना, लक्ष्मिपति दीदी, आपकी बेटी हमारी बेटी, लाडली सामाजिक सुरक्षा भत्ता, हरियाणा मातृ शक्ति उद्यमिता योजना, मुख्यमंत्री महिला निर्माण श्रमिक रजिस्ट्रार योजना, कन्यादान योजना, वाहन चालक प्रशिक्षण व झोन दीदी आदि कल्याणकारी योजनाओं के माध्यम से प्रदेश सरकार महिला व बेटियों के हित पर काम कर रही है। उन्होंने प्रतिगोठिता में भाग ले रही सभी बेटियों की सराहनाय प्रस्तुति पर अपने उद्बोधन में कहा कि बेटियों ने पंचायत व गामसभा की नाट्य प्रस्तुति से पंचायतों के कामकाज का बखूबी रणन किया है। इस दौरान उन्होंने विद्यालय का निरीक्षण कर अध्यापकों को आवश्यक दिशा निर्देश भी दिए। विद्यालय की कार्यप्रणाली, स्वच्छता, हरियाली व अध्यापन पद्धति की का अवलोकन कर विद्यालय परिवार की सराहना की।

बचाओ बेटी पढ़ाओ की शुरुआत करके महिला अधिकारों को बढ़ावा दिया है। केन्द्र में प्रधानमंत्री श्री मोदी व राज्य में मुख्यमंत्री नायब सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार

बेटियों व महिलाओं के कल्याण पर कार्य कर रही है। पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं को 50 प्रतिशत आरक्षण देकर उनकी प्रतिष्ठा को बढ़ावा दिया है।



हेल्थ वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब शरीर के सभी ज्वाइंट्स में हो पेन

मेरी उम्र 48 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरे घुटने, कोहनी, अंगुलियों के सभी ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। आंखों के पीछे भी दर्द होता रहता है। कृपया बताएं कि मेरी यह समस्या कैसे ठीक होगी ?

—कुलदीप, रोहतक
जैसा आप बता रहे हैं कि ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। सामान्य तौर पर यह लक्षण अर्थराइटिस का हो सकता है। पर आप बता रहे हैं कि आंख के पीछे भी दर्द हो रहा है। इसलिए जांच कराए। बेहतर होगा कि आप किसी ऑर्थोपेडिक से संपर्क कर लें। वह एक्स-रे समेत कुछ जांच कराएंगे, जिसके बाद पता पाएगा कि वजह क्या है, उसके बाद ट्रीटमेंट शुरू हो पाएगा। बगैर जांच कराए किसी तरह की दवा फिलहाल न लें। मेरी उम्र 62 वर्ष है। थोड़ा-सा खाना खाते ही मेरा पेट फूलने लगता है। गैस, भारीपन की वजह से परेशानी होने लगती है। इसकी क्या वजह है ? कहीं यह पेट की किसी बीमारी का संकेत तो नहीं ?

—दीपनारायण, रायपुर
उम्र बढ़ाने के साथ इस तरह की समस्याएं देखा जाती हैं। आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है, जिस वजह से यह समस्या आ रही है। सबसे पहले आप अधिक तला-भुना भोजन खाना छोड़ दें। साथ में दौपहर के खाने में दही या छाछ लें और सलाद भी खाएं। रात में खाना हल्का लें और कोशिश करें कि सोने से 3 घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह बदलाव करने से अगर राहत मिल जाती है तो ठीक है, नहीं तो आपको एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क करना पड़ेगा।

मेरी उम्र 40 वर्ष है। मैंने सुना है कि ब्लड प्रेशर अक्सर बिना लक्षणों के बढ़ता रहता है। ऐसे में हमें कैसे पता चलेगा कि बीपी कम है या ज्यादा ?

—संबित, बिलासपुर
अगर सिर में भारीपन है और घबराहट होती है तो सामान्य तौर पर यह लक्षण अधिक ब्लड प्रेशर का होता है और अगर थकान लगने के साथ सुस्ती लगती है तो यह ब्लड प्रेशर कम होने का लक्षण है। लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। अगर आपको ऐसा फील हो रहा है तो आप रेग्युलर एक हफ्ते तक सुबह और शाम ब्लड प्रेशर जांच कराएं। इससे पता चल जाएगा कि ब्लड प्रेशर आपको है या नहीं। अगर ऐसा है तो आपको डॉक्टर से संपर्क करके दवा लेनी चाहिए। दवा आपको रेग्युलर लेनी पड़ेगी। मेरी उम्र 37 वर्ष है। मैं यह जानना चाहता हूं कि साल में कौन-कौन से हेल्थ टेस्ट मुझे

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

अवेयरनेस

उम्र बढ़ने के साथ चीजें भूलना सामान्य माना जाता है। कभी चरमा कहाँ रखा, किसी का नाम याद न आना या कोई जरूरी सामान भूल जाना, हम सभी के साथ होता है। लेकिन जब भूलने की समस्या लगातार बढ़ने लगे, रोजमर्रा के काम प्रभावित होने लगें और व्यक्ति अपने परिचित लोगों, जगहों या बातों को भी भूलने लगे तो इसे केवल उम्र का असर मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह अल्जाइमर डिजीज के शुरुआती संकेत हो सकते हैं।
अल्जाइमर क्या है: श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली में डायरेक्टर-न्यूरोलॉजी, डॉ. राजुल अग्रवाल बताते हैं, 'अल्जाइमर एक ऐसी बीमारी है जो धीरे-धीरे दिमाग की कार्यक्षमता को प्रभावित करती है। इसका सबसे ज्यादा असर मेमोरी, सोचने-समझने, बोलने और रोजमर्रा के फैसले लेने की क्षमता पर पड़ता है। यह बीमारी आमतौर पर धीरे-धीरे बढ़ती है और शुरुआती दौर में इसके लक्षण काफी सामान्य लग सकते हैं। यहीं वजह है कि कई बार परिवार के लोग इन्हें उम्र बढ़ने का सामान्य हिस्सा समझकर नजरअंदाज कर देते हैं।'
शुरुआती लक्षण: अल्जाइमर का सबसे आम शुरुआती लक्षण याददाश्त कमजोर होना है। व्यक्ति हाल में हुई बातचीत या घटना भूल सकता है और एक ही सवाल बार-बार पूछ सकता है। सामान किसी जगह रखकर भूल जाना, परिचित रास्ते में भटक जाना, सही शब्द खोजने में परेशानी होना या रोज किए जाने वाले कामों को करने में दिक्कत भी इसके संकेत हो सकते हैं। समय के साथ व्यक्ति को लोगों को पहचानने, पैसे का हिसाब रखने, दवाएं समय पर लेने या अपने जरूरी काम व्यवस्थित करने में

बढ़ती उम्र में मेमोरी लॉस को कॉमन मानते हैं। ऐसा अल्जाइमर डिजीज के कारण भी हो सकता है। लोगों को अल्जाइमर के प्रति जागरूक करने के लिए 21 सितंबर को वर्ल्ड अल्जाइमर-डे मनाया जाता है। इस बीमारी के होने के कारण, लक्षण और उपचार के बारे में आपके लिए यूजफुल सजेरांश।

ओल्ड एज में मेमोरी लॉस हो सकता है अल्जाइमर



परेशानी हो सकती है। कुछ लोगों के व्यवहार और मूड में भी बदलाव देखने को मिलता है। वे ज्यादा चिड़चिड़े, परेशान या दूसरों पर निर्भर हो सकते हैं।

हर भूलने की समस्या अल्जाइमर नहीं: अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, कानपुर में सीनियर कंसल्टेंट-न्यूरोलॉजी, डॉ. जुबेर सरकार क्लीनर करते हैं, 'यह समझना भी जरूरी है कि हर तरह की भूलने की समस्या

अल्जाइमर नहीं होती। तनाव, नींद की कमी, कुछ दवाओं का असर, टिफाइन की कमी, डिप्रेशन और दूसरी स्वास्थ्य समस्याएं भी मेमोरी को प्रभावित कर सकती हैं। इसलिए खुद से बीमारी का निष्कर्ष निकालने के बजाय लगातार या बढ़ती हुई समस्या होने पर डॉक्टर से सलाह लेना बेहतर होता है। इन्हें है अधिक रिसर्क: उम्र बढ़ने के साथ अल्जाइमर का रिसक बढ़ता है। इसके

दिमाग को बनाए रखें एक्टिव

जिस तरह शरीर को स्वस्थ रखने के लिए एक्सरसाइज जरूरी है, उसी तरह दिमाग को एक्टिव रखना भी फायदेमंद माना जाता है। पढ़ना, नई चीजें सीखना, पहेलियां हल करना, संगीत सुनना, बातचीत करना और परिवार व दोस्तों के साथ समय बिताना मानसिक रूप से एक्टिव रहने में मदद कर सकता है। इसके साथ नियमित वॉक या एक्सरसाइज, पर्याप्त नींद और संतुलित डाइट को अपनी लाइफस्टाइल का हिस्सा बनाना चाहिए। ब्लड प्रेशर, डायबिटीज और कोलेस्ट्रॉल जैसी समस्याओं को कंट्रोल में रखना भी ओवरऑल बेत हेल्थ के लिए महत्वपूर्ण है।



डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. आकाश शाह
यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट, यूरोलॉजिस्ट
कोकिलाबेन आंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

जब घर में कोई उम्रदराज पुरुष रात में दो-तीन बार या इससे अधिक बार पेशाब करने के लिए उठने लगे या शिकायत करें कि उसे पेशाब करने में दिक्कत होती है, तो अमुक व्यक्ति और उसके परिजनों के मन में सबसे पहला सवाल अकसर यही आता है, 'कहीं यह प्रोस्टेट कैंसर तो नहीं है?' यह चिंता बिल्कुल स्वाभाविक है, लेकिन अच्छी बात यह है कि ज्यादातर मामलों में ऐसा नहीं होता है।

क्या है प्रोस्टेट ग्लैंड प्रॉब्लम

प्रोस्टेट पुरुषों में मूत्राशय (यूरिनरी ब्लैडर) के ठीक नीचे स्थित अखरोट के आकार की एक छोटी ग्रंथि है। उम्र बढ़ने के साथ इसमें स्वाभाविक रूप से बदलाव आते हैं और इनमें से अधिकांश बदलाव कैंसर से संबंधित नहीं होते हैं। यह शरीर का सामान्य बदलाव है, जिस पर थोड़ा ध्यान देने की जरूरत होती है।

हो सकती हैं ये प्रॉब्लम्स

प्रोस्टेट से जुड़ी अधिकांश समस्याओं के पीछे दो गैर-कैंसरकारी (बेनाइन) स्थितियां होती हैं। **बेनाइन प्रोस्टेटिक हाइपरप्लासिया:** बीपीएच उम्र बढ़ने के साथ प्रोस्टेट के स्वाभाविक रूप से बढ़ने की स्थिति है। जब प्रोस्टेट बड़ा होता है, तो यह मूत्रमार्ग (यूरेथ्रा) पर दबाव डाल सकता है। इससे ये समस्याएं हो सकती हैं:

- पेशाब की धार रुक-रुक कर आना।
- पेशाब शुरू करने में परेशानी।
- बार-बार पेशाब लगना।
- ऐसा महसूस होना कि मूत्राशय पूरी तरह खाली नहीं हुआ है।

प्रोस्टेटाइटिस: यह प्रोस्टेट में सूजन या संक्रमण की स्थिति है। बीपीएच के विपरीत, यह कम उम्र के पुरुषों को भी हो सकती है। इसके लक्षणों में शामिल हो सकते हैं:

- पैल्विस या कमर के निचले हिस्से में दर्द।
- पेशाब करते समय परेशानी या दर्द।
- कभी-कभी बुखार होना।

शुरुआती संकेतों पर दें ध्यान

- रात में कई बार पेशाब करने के लिए उठना।
- पेशाब की धार का कमजोर, रुक-रुक कर या शुरू होने में देर से आना।
- अचानक तेज पेशाब लगना और उसे रोकने में परेशानी होना।
- पेट के निचले हिस्से या पैल्विस में लगातार हल्का दर्द।
- किसी भी समय पेशाब में खून आना। इसे कभी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।
- इन लक्षणों को नजरअंदाज न करें। यूरोलॉजिस्ट से सलाह लेना उचित है।

क्या है पीएसए टेस्ट

पीएसए जांच प्रोस्टेट की देखभाल में बहुत

उम्र बढ़ने के साथ पेशाब से जुड़ी समस्याएं बहुत आम हैं। ऐसा प्रोस्टेट ग्लैंड में प्रॉब्लम की वजह से हो सकता है। आपकी प्रॉब्लम न बढ़े और उसका प्रॉपर ट्रीटमेंट हो सके, इसके लिए बिना घबराए जल्द से जल्द जांच करवाना जरूरी है। प्रोस्टेट कैंसर अवेयरनेस मंथ (सितंबर) के मौके पर आपको यहां डिटेल में बता रहे हैं प्रोस्टेट से जुड़ी कई प्रॉब्लम्स के बारे में।

प्रोस्टेट प्रॉब्लम घबराएं नहीं कराएं प्रॉपर चेकअप-ट्रीटमेंट



उपयोगी है, लेकिन इसे अकसर गलत समझा जाता है। यह प्रोस्टेट द्वारा बनाए जाने वाले एक प्रोटीन को मापती है। डॉक्टर पीएसए के परिणाम को शारीरिक जांच और कभी-कभी एमआरआई जैसी इमेजिंग जांच के साथ देखकर पूरी स्थिति समझते हैं। केवल पीएसए के आधार पर यह तय नहीं किया जा सकता कि कैंसर है या नहीं।

आमतौर पर 50 वर्ष से अधिक उम्र के पुरुषों को अपने डॉक्टर से पीएसए स्क्रीनिंग के बारे में बात करनी चाहिए। यदि परिवार में प्रोस्टेट कैंसर का इतिहास है, तो 40-45 वर्ष की उम्र से ही डॉक्टर से स्क्रीनिंग के समय और आवश्यकता के बारे में सलाह लेना उचित हो सकता है।

बढ़े हुए प्रोस्टेट का इलाज

इलाज पूरी तरह इस बात पर निर्भर करता है कि लक्षण आपको कितनी परेशानी दे रहे हैं।

हल्के लक्षण: हल्के लक्षणों में अकसर तुरंत

मिथ और उससे रिलेटेड फैक्ट

मिथ: पेशाब करने में कोई भी बदलाव प्रोस्टेट कैंसर का संकेत है।

तथ्य: पेशाब से जुड़ी अधिकांश समस्याएं बीपीएच या संक्रमण जैसी गैर-कैंसरकारी स्थितियों के कारण होती हैं, कैंसर के कारण नहीं। सही अंतर केवल उचित चिकित्सकीय जांच से ही पता चल सकता है। इसलिए

शुरुआती बदलाव देखकर घबराने की जरूरत नहीं है।

मिथ: पीएसए का स्तर बढ़ा है, इसका मतलब निश्चित रूप से कैंसर है।
तथ्य: पीएसए (प्रोस्टेट-स्पेसिफिक एंटीजन) एक रक्त जांच है, यह अपने आप में कैंसर का कंफर्मेशन नहीं है। पीएसए का स्तर कुछ कारणों से भी बढ़ सकता है। पीएसए बढ़ने का मतलब केवल इतना है कि डॉक्टर को आगे और जांच की जरूरत हो सकती है, जैसे दोबारा पीएसए जांच, इमेजिंग या कभी-कभी बायोप्सी। इसका मतलब यह नहीं है कि कैंसर की पुष्टि हो गई है।



इलाज की जरूरत नहीं होती। डॉक्टर की निगरानी में कुछ सरल बदलाव मदद कर सकते हैं।

- शाम के समय अधिक मात्रा में पानी पीने से बचना।
- कैफेन और शराब का सेवन कम करना।
- समय-समय पर लक्षणों की निगरानी करना।

जब लक्षण ज्यादा परेशान करने लगें, तो ऐसी

स्थिति में दवाएं मदद कर सकती हैं। अल्फा-ब्लॉकर्स दवाएं प्रोस्टेट और मूत्राशय के आसपास की मांसपेशियों को रिलैक्स करती हैं, जिससे पेशाब का प्रवाह बेहतर हो सकता है। कुछ अन्य दवाएं कई

महीनों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

गंभीर लक्षण: गंभीर लक्षणों की स्थिति में प्रक्रिया या सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है।
टीयूआरपी- (ट्रांस्युरेथ्रल रीसेक्शन ऑफ द प्रोस्टेट) में पेशाब के रास्ते को रोकने वाले अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है।

लेजर तकनीक होलेप- हॉलमियम लेजर

एनुक्लिशन ऑफ द प्रोस्टेट में भी अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है और कई मामलों में रक्तस्राव कम तथा अस्पताल में रहने का समय कम हो सकता है।

अगर कंफर्म हो प्रोस्टेट कैंसर

यदि प्रोस्टेट कैंसर कंफर्म हो जाता है तो यह समझना जरूरी है कि हर मरीज को तुरंत इलाज की जरूरत नहीं होती है। इसमें नियमित पीएसए-जांच, स्कैन और जरूरत पड़ने पर दोबारा बायोप्सी के माध्यम से कैंसर की निगरानी की जाती है।

रोबोटिक सर्जरी: जब सक्रिय इलाज की जरूरत होती है, तो प्रोस्टेट कैंसर के लिए नई तकनीकों से युक्त अस्पतालों में रोबोटिक-असिस्टेड रॉडिकल प्रोस्टेक्टोमी के जरिए उपचार किया जाता है। इस सर्जरी के संभावित लाभों में शामिल हैं:

- सर्जरी के दौरान काफी कम रक्तस्राव।
- ऑपरेशन के बाद जल्दी घाव भरना।
- अस्पताल में कम समय रुकना और दैनिक गतिविधियों में जल्दी वापसी।
- पेशाब पर नियंत्रण और यौन क्षमता से जुड़ी



महत्वपूर्ण नसों को बचाने की बेहतर संभावना।

एचआईएफ्यू और फोकल थेरेपी: इसके अंतर्गत केवल जरूरत वाले हिस्से का इलाज किया

जाता है। पूरे प्रोस्टेट को निकालने के बजाय एचआईएफ्यू में केंद्रित अल्ट्रासाउंड ऊर्जा का इस्तेमाल करके प्रोस्टेट के केवल कैंसर वाले हिस्से को गर्म करके नष्ट करने का प्रयास किया जाता है, ताकि आसपास के स्वस्थ टिश्यू को बचाया जा सके।

प्रोस्टेट कैंसर से बचाव

प्रोस्टेट की बीमारी को रोकने का कोई 100 प्रतिशत निश्चित तरीका नहीं है, लेकिन स्वस्थ जीवनशैली निश्चित रूप से प्रोस्टेट कैंसर से बचाव में मदद कर सकती है। इसके लिए सब्जियों, फलों और साबुत अनाज से भरपूर भोजन करें। नियमित रूप से व्यायाम करें। अत्यधिक चिकनाई युक्त या अत्यधिक वसायुक्त खाद्य पदार्थों का कम से कम सेवन करें। धूम्रपान से दूर रहें। ये आदतें लंबे समय तक प्रोस्टेट और पूरे शरीर के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हैं। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

फिटनेस

अजेश कुमार

आज की डिजिटल जीवनशैली में, ऑफिस में काम करने वाले पेशेवरों, छात्रों और यहां तक कि गृहणियों में भी गर्दन और कंधे का दर्द आम होता जा रहा है। कंप्यूटर और मोबाइल फोन पर लंबे समय तक झुके रहना, खराब मुद्रा (पोस्चर), शारीरिक गतिविधि की कमी और मानसिक तनाव, गर्दन और कंधों की मांसपेशियों, अस्थिवंध और जोड़ों पर निरंतर दबाव डालते हैं।

शुरुआती लक्षणों पर दें ध्यान: समस्या की शुरुआत में ये लक्षण गर्दन के आस-पास हल्का खिंचाव, भारीपन, सिर के पिछले हिस्से में दर्द या कंधे की हड्डियों के बीच तनाव के रूप में दिखाई दे सकते हैं। यदि इन्हें नजरअंदाज किया जाए, तो ये समस्याएं निम्नलिखित विकारों में बदल सकती हैं-

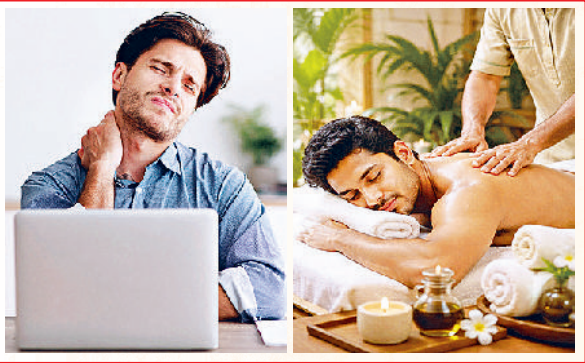
- कंधों और बांहों तक दर्द फैलना।
- मांसपेशियों में ऐंठन होना।
- डिस्क से जुड़ी समस्याएं।
- नसों पर दबाव महसूस होना।
- सर्वाइकल स्पोंडिलाइसिस की समस्या।

मिडएज में बढ़ती है समस्या: 40 वर्ष से अधिक आयु के लोगों में, विशेष रूप से डायबिटीज से पीड़ित लोगों में, कंधे के जोड़ का अकड़ जाना, जिसे आमतौर पर फ्रोजन शोल्डर कहा जाता है, अकसर देखा जाता है, जो दैनिक गतिविधियों को काफी हद तक सीमित कर सकता है।
आयुर्वेदिक उपचार का तरीका: आयुर्वेद इन विकारों को मुख्य रूप से वात असंतुलन के अंतर्गत रखता है, जो मांसपेशियों, हड्डियों, स्नायु तथा संधियों को प्रभावित करता है। इसलिए, आयुर्वेदिक दृष्टिकोण केवल अस्थायी दर्द से राहत पाने तक सीमित नहीं है। इसका उद्देश्य उचित जीवनशैली, पोषिक और संतुलित आहार, औषधियों और विशेषकर पंचकर्म चिकित्सा के माध्यम से मूल

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

आज के दौर में टीन, मिड और ओल्ड एज के लोगों में गर्दन और कंधे के दर्द की समस्या सामान्य होती जा रही है। इससे राहत पाने के लिए आप आयुर्वेदिक उपचार का सहारा ले सकते हैं। यह उपचार कैसे काम करता है, जानिए।

गर्दन-कंधे में लगातार दर्द आयुर्वेदिक उपचार है प्रभावी



असंतुलन को ठीक करना है।

दैनिक आदतें और प्राकृतिक देखभाल: इस अवस्था में सरल दैनिक आदतें दर्द को रोकने और प्रबंधित करने में महत्वपूर्ण प्रभाव ला सकती हैं।

सही मुद्रा बनाए रखें: काम करते समय सीधी मुद्रा बनाए रखें, अपने कंप्यूटर स्क्रीन को आंखों के स्तर पर रखें और मोबाइल फोन का उपयोग करते समय गर्दन को लंबे समय तक झुकाने से बचें।

कार्य के बीच में आराम: गर्दन, कंधों और ऊपरी पीठ की हल्की स्ट्रेचिंग के लिए हर 30-40 मिनट में 2-3 मिनट का ब्रेक लें। आयुष मंत्रालय द्वारा सुझाए गए 5 मिनट योग प्रोटोकॉल की इसमें महत्वपूर्ण भूमिका है।

अपनाएं स्वस्थ जीवनशैली: पर्याप्त जल का सेवन, अच्छी नींद, नियमित शारीरिक गतिविधि और तनाव प्रबंधन भी समस्या से राहत दिलाने में बहुत महत्वपूर्ण हैं।

पंचकर्म द्वारा राहत: उचित मार्गदर्श में आयुर्वेदिक औषधीय

तैलों, जैसे-महानारायण तैलम से 5-10 मिनट की हल्की मालिश कठोर मांसपेशियों को आराम देने और लक्षणों से राहत दिलाने में मदद कर सकती है। साथ ही ग्रीवा बस्ति के द्वारा इसमें दीर्घकालीन लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

कब लें चिकित्सा सहायता: लगातार रहने वाले दर्द को कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यदि गर्दन या कंधे के दर्द के साथ झुनझुनी, सुनपन, हाथों में कमजोरी, बांह उठाने में कठिनाई, कंधे की गति में गंभीर प्रतिबंध, या बांह में दर्द का फैलना जैसे लक्षण जुड़े हैं, तो चिकित्सीय सलाह आवश्यक है। समय पर निदान और चिकित्गत उपचार के साथ, आयुर्वेद गतिशीलता को बहाल करने, दर्द को कम करने, उसके दोबारा होने को रोकने और जीवन की समग्र गुणवत्ता को बढ़ाने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। *

(वरिष्ठ चिकित्साधिकारी-आयुर्वेद, डॉ. अमित भट्ट से बातचीत पर आधारित)



खबर संक्षेप

गाड़ी में मिले 18 घरेलू गैस सिलेंडर, चालक नहीं दिखा सका दस्तावेज
चरखी दादरी। पुलिस ने एक ईको गाड़ी से 18 खाली घरेलू एलपीजी सिलेंडर बरामद किए हैं। इनमें 11 सिलेंडर भारत गैस और सात सिलेंडर इंडेन गैस कंपनी के हैं। वहीं गाड़ी चालक सिलेंडरों से संबंधित कोई दस्तावेज प्रस्तुत नहीं कर सका। चालक की पहचान गुरग्राम के जाटौली निवासी विकास के रूप में हुई है। पुलिस ने बरामद सभी 18 घरेलू गैस सिलेंडर व गाड़ी को कब्जे में ले लिया। निरीक्षक कृष्ण कुमार ने बताया कि चालक के खिलाफ आवश्यक कार्रवाई की सिफारिश की गई है।

17 को होगी भाजपा की बहल मंडल की बैठक

बहल। भाजपा बहल मंडल की संगठनात्मक विषयों एवं आगामी कार्यक्रमों को लेकर 17 सितंबर को एक बैठक का आयोजन किया जाएगा। बैठक में पूर्व मंत्री एवं वरिष्ठ भाजपा नेता जेपी देलाल मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित होंगे। यह जानकारी देते हुए पूर्व सरपंच गजानंद अग्रवाल ने बताया कि बैठक में कार्यकर्ताओं की भागीदारी महत्वपूर्ण रहेगी। बैठक का आयोजन अनाज मंडी के विश्राम गृह में सुबह 11 बजे किया जाएगा। बैठक में बहल ब्लॉक के भाजपा के वरिष्ठ कार्यकर्ता व भाजपा समर्थित कार्यकर्ता शामिल होंगे।

मंदौला में होगा जिला प्रशासन का रात्रि ठहराव
चरखी दादरी। जिला प्रशासन की ओर से बीरवार सांय 6 बजे से मंदौला गांव के सरकारी स्कूल में रात्रि ठहराव कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। रात्रि ठहराव में उपायुक्त मनदीप कौर और एसपी लीगेश कुमार पी ग्रामीणों से रूबरू होंगे और ग्रामीणों की समस्याओं को सुनकर उनका समाधान करवाएंगे। सीटीएम सुरेश कुमार ने बताया कि सरकार के निर्देशानुसार जिला प्रशासन द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में रात्रि ठहराव के दौरान ग्रामीणों से संवाद द्वारा अवगत हुई समस्याओं का निवारण मौके पर ही किया जाएगा।

भगवान कमी दुख नहीं देता वह सुख का सागर : मंजू तोशाम। प्रजपतिा ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय शाखा तोशाम के अंतर्गत गांव भुरटाना स्थित गीता पाठशाला में आध्यात्मिक ज्ञान सत्र का आयोजन किया गया। इस सत्र में तोशाम सेवा केंद्र प्रभारी बीके मंजू ने उपस्थित श्रद्धालुओं को ईश्वरीय ज्ञान एवं राजयोग का महत्व समझाया। कार्यक्रम में बीके संतोष, बीके शीला और बीके सुनीता ने बीके मंजू का पुष्पगुच्छ भेंटकर भावभीना स्वागत एवं अभिन्दन किया। बीके मंजू ने कहा कि परमात्मा किसी किसी को दुख नहीं देता वह तो सुख, शांति और आनंद का असीम सागर है।

सेवा संकल्प अभियान में लोगो को दे सेवाएं: डीसी भिवानी। डीसी साहिल गुप्ता की अध्यक्षता में बुधवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में सेवा संकल्प अभियान के तहत 17 सितंबर से 17 अक्टूबर तक आयोजित होने वाले विभिन्न कार्यक्रमों की तैयारियों को लेकर साइकल बैठक आयोजित हुई। उपायुक्त साहिल ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे इस अभियान के दौरान पूरी जिम्मेदारी के साथ नागरिकों को सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी व सेवाएं दें। उन्होंने कहा कि अधिकारी किसी भी स्तर पर लापरवाही ना बरतें।

ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचाव के लिए रहें सतर्क
चरखी दादरी। उपायुक्त मनदीप कौर ने कहा साइबर अपराधों से बचाव के लिए नागरिक जागरूक-सतर्क रहें या साइबर फ्राडम की घटना होने पर तुरंत 1930 हेल्पलाइन पर सूचना दें, क्योंकि साइबर धोखाधड़ी के मामलों में जितना जल्दी सूचना पुलिस व अन्य संबंधित एजेंसियों तक पहुंचती है, तभी साइबर अपराध को रोकने की संभावना ज्यादा जल्दी होती है। उन्होंने बताया कि साइबर अपराध की शिकायत करने के लिए1930 साइबर हेल्पलाइन उपलब्ध करवाई गई है, जहां अपनी शिकायत दर्ज करवा सकते हैं।

पर्यावरण प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में मॉडल संस्कृति स्कूल अत्वल पर्यावरण को बचाना ही आज के समय की बड़ी जरूरत : डॉ. दहिया

प्रतियोगिता में छात्रों ने पर्यावरण से जुड़े प्रश्नों का सटीक उत्तर देकर दिया प्रतिभा का परिचय



भिवानी। प्रतियोगिता में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागी।

फोटो : हरिभूमि



भिवानी। प्रतिभागियों के साथ शिक्षक व अन्य अधिकारी।

फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ►► भिवानी

जिला शिक्षा कार्यालय के मार्गदर्शन में राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, भिवानी में जिला स्तरीय पर्यावरणीय प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का भव्य आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का आयोजन जिला विज्ञान विशेषज्ञ रोहित इंदौरा की देखरेख में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. निर्मल दहिया ने शिरकत की। जबकि विद्यालय की प्राचार्या सविता घणघस ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। सर्वोच्च एकसपट की महत्वपूर्ण भूमिका प्राचार्य सुनील जैन ने निभाई। प्रतियोगिता में जिले भर के सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों ने बड़-चढ़कर भाग लिया और पर्यावरण से जुड़े कठिन प्रश्नों के सटीक उत्तर देकर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया।

मुख्य अतिथि डॉ. निर्मल दहिया ने कहा कि पर्यावरण को बचाना आज समय की सबसे बड़ी जरूरत है। ऐसी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिताएं बच्चों में प्रकृति के प्रति संवेदनशीलता और वैज्ञानिक सोच पैदा करती हैं। प्रतियोगिता के परिणाम इस प्रकार रहे प्रथम स्थान राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भिवानी, द्वितीय स्थान आरोही मॉडल स्कूल, सिवानी खेड़ा तथा तृतीय स्थान राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बवानी खेड़ा ने प्राप्त किया। विजेता विद्यार्थियों को मुखातिथि द्वारा सम्मानित किया गया। मंच संचालन प्रवक्ता अनिल अरोड़ा ने किया। पूरे कार्यक्रम का संचालन कुशल किंवज मास्टर प्रवक्ता नवल किशोर ने किया। पर्यावरण से जुड़े कठिन प्रश्नों ने प्रतियोगिता में रोमांच बनाए रखा।

साइंस ड्रामा प्रतियोगिता में शिवम स्कूल प्रथम

भिवानी। बुधवार को खंड स्तरीय साइंस ड्रामा प्रतियोगिता का आयोजन शिवम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहानी में खंड शिक्षा अधिकारी महेंद्र सिंह गिल की अध्यक्षता में हुआ। इस प्रतियोगिता में सुरेद्र, अमीना व बबीता की निर्णायक की भूमिका रही। इसमें शिवम स्कूल लोहानी प्रथम स्थान पर, एसआईएम कॉन्वेंट स्कूल पोहकर वास दूसरे स्थान पर व एसएचटी ग्लोबल स्कूल लोहानी तीसरे स्थान पर रहा। बेस्ट एक्टर का अवार्ड एम कॉन्वेंट स्कूल के छात्र आरव को, एसएचटी ग्लोबल स्कूल लोहानी की छात्रा भावी को बेस्ट एक्ट्रेस का अवार्ड व शिवम स्कूल लोहानी के संगीत अध्यापक आनंद को बेस्ट डायरेक्टर का अवार्ड दिया गया। इस अवसर पर विजेता बच्चों को रोमांच बनाए रखा।

सिंह गिल ने सम्मानित किया तथा जिला स्तर पर होने वाली प्रतियोगिता के लिए शुभकामनाएं दी। बच्चों को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि जिन विद्यालयों ने इस प्रतियोगिता में भाग लिया है, वह सब बधाई के पात्र हैं। उन्होंने कहा कि इस प्रकार की खंड स्तर पर सरकारी व प्राइवेट स्कूलों के कक्षा 6 से 10वीं तक के बच्चों ने भाग लिया। इसमें शिवम स्कूल लोहानी प्रथम स्थान पर, एसआईएम कॉन्वेंट स्कूल पोहकर वास दूसरे स्थान पर व एसएचटी ग्लोबल स्कूल लोहानी तीसरे स्थान पर रहा। बेस्ट एक्टर का अवार्ड एम कॉन्वेंट स्कूल के छात्र आरव को, एसएचटी ग्लोबल स्कूल लोहानी की छात्रा भावी को बेस्ट एक्ट्रेस का अवार्ड व शिवम स्कूल लोहानी के संगीत अध्यापक आनंद को बेस्ट डायरेक्टर का अवार्ड दिया गया। इस अवसर पर विजेता बच्चों को रोमांच बनाए रखा।

शिशु भारती में धूमधाम से मनाया गणेश उत्सव

बच्चों की रंगारंग प्रस्तुतियों ने बांधा सभा, लावणी नृत्य ने जीता दर्शकों का दिल

हरिभूमि न्यूज ►► भिवानी

कृष्ण कॉलोनी स्थित शिशु भारती हाई स्कूल में गणेश उत्सव बड़े ही हर्षोल्लास और उत्साह के साथ मनाया गया। राजेंद्र पंडित द्वारा आयोजित गणेश उत्सव के पंडाल में विद्यालय के विद्यार्थियों ने विभिन्न रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियां देकर सभी का मन मोह लिया। कार्यक्रम में स्कूल के चेयरमैन विनोद मिर्ग, त्रिलोक चंद एवं हर्षदीप टुडेजा बतौर अतिथि उपस्थित रहे।



भिवानी। प्रतिभागियों को सम्मानित करते हुए।

श्रद्धा से मनाया महोत्सव

कार्यक्रम का संचालन करते हुए स्कूल के निदेशक करण मिर्ग ने कहा कि हर वर्ष शिशु भारती हाई स्कूल गाउंड में गणेश उत्सव का आयोजन किया जाता है और विद्यालय के विद्यार्थी इसमें विशेष सांस्कृतिक प्रस्तुतियां देते हैं। उन्होंने कहा कि बच्चे पूरे वर्ष इस कार्यक्रम का इंतजार करते हैं। गणेश उत्सव की शुरुआत भले ही महाश्राद्ध से हुई हो, लेकिन आज उत्तर भारत सहित देश के विभिन्न हिस्सों में भी यह पर्व श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया जाता है।

आकर्षक फॉर्मेशंस ने सभी को प्रभावित किया। बच्चों की प्रस्तुति पर पूरा पंडाल तालियों से गुंज उठा। वहीं 'गणपति बाप्पा मोरया' के जयघोष से पूरा वातावरण उत्साह और ऊर्जा से भर गया।



गणेश जन्मोत्सव में भक्तिमय प्रस्तुतियों ने मोहा भक्तों का मन

चरखी दादरी। स्थानीय विद्या विहार शंकर कॉलोनी में आयोजित 10वें श्री गणेश जन्मोत्सव के 12 दिवसीय कार्यक्रम के दूसरे दिन श्रद्धा और भक्ति का वातावरण बना रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ भगवान श्रीगणेश की आरती एवं विधिपूर्व पूजा-अर्चना से हुआ। पंडाल में गुंजे गणपति बाप्पा मोरया के जयघोष से माहौल भक्तिमय हो गया। अर्जुन लाल भक्त ने कहा कि भगवान गणेश को बुद्धि, ज्ञान, समृद्धि, सौभाग्य और सुख के देवता तथा विघ्नहर्ता के रूप में पूजा जाता है। सनातन परंपरा में शुभ कार्य से पहले भगवान गणेश का स्मरण किया जाता है। उन्होंने कहा कि जीवन में प्रगति के लिए सद्बुद्धि, धैर्य, संस्कार और सही कर्म जरूरी हैं। कार्यक्रम में बच्चों ने भक्तिमय गीतों पर मनमोहक नृत्य प्रस्तुत कर श्रद्धालुओं को तालियां बटोरीं। बच्चों को आकर्षक पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया।

अप्रेटिसशिप के लिए इच्छुक 18 सितंबर तक करें आवेदन

लाइनमैन, इलेक्ट्रिशियन, कोपा-9 व स्टेनो हिंदी-अंग्रेजी पदों पर होगी भर्ती

हरिभूमि न्यूज ►► भिवानी

दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम भिवानी के कार्यकारी अभियंता संजय रंगा ने बताया कि सत्र 2026-27 के लिए अप्रेंटिसशिप के तहत विभिन्न पदों पर आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। इच्छुक अभ्यर्थी 17 सितंबर से 18 सितंबर शाम 5 बजे तक अप्रेंटिसशिप पोर्टल पर ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि लाइनमैन, इलेक्ट्रिशियन-45, कोपा-9 तथा

स्टेनो अंग्रेजी एवं हिंदी पदों के लिए अभ्यर्थियों को निर्धारित पोर्टल पर आवेदन करना होगा। आवेदन के साथ फोटो, 10वीं, आईटीआई, आधार कार्ड, पैन कार्ड, जाति प्रमाण पत्र, हरियाणा डेमिस्ट्राइल प्रमाण पत्र, बैंक कॉपी सहित अन्य आवश्यक मूल दस्तावेज अपलोड करना अनिवार्य है। उन्होंने बताया कि ऑनलाइन आवेदन करने के बाद संबंधित आवश्यक दस्तावेजों की फोटो कॉपी निर्धारित तिथि तक कार्यालय में जमा करवानी होगी। ऑनलाइन पोर्टल पर आवश्यक दस्तावेज अपलोड नहीं किए जाने अथवा आवेदन में किसी प्रकार की कमी पाए जाने पर आवेदन बिना नोटिस रह दिया जा सकता है।

कांग्रेस डीएनटी टास्क फोर्स की बैठक संपन्न, मुकेश नायक बने जिला अध्यक्ष

बैठक में संगठन के विस्तार व नई कार्यकारिणी गठन पर हुई चर्चा

हरिभूमि न्यूज ►► भिवानी

रोहतक रोड़ स्थित कांग्रेस कार्यालय में बुधवार को कांग्रेस डीएनटी (विमुक्त, घुमंतू एवं अर्ध-घुमंतू जनजाति) टास्क फोर्स की एक बैठक का आयोजन किया गया। इस बैठक में संगठन के विस्तार और भिवानी जिले की नई कार्यकारिणी के गठन को लेकर विस्तृत चर्चा हुई। बैठक में मौजूद वरिष्ठ नेताओं और कार्यकर्ताओं की सहमति से मुकेश कुमार नायक को सर्वसम्मति से डीएनटी टास्क फोर्स कांग्रेस, जिला



भिवानी। नवनियुक्त पदाधिकारियों को माला पहनाकर सम्मानित करते हुए।

भिवानी का नया जिलाध्यक्ष नियुक्त किया गया है। इस बैठक में पार्टी में कांग्रेस शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप गुलिया जोगी, डीएनटी टास्क फोर्स के हरियाणा चेयरमैन डा. धनकुमार, प्रदेश वाईस चेयरमैन राजकुमार

नायक, प्रदेश सचिव व भिवानी-फतेहाबाद प्रभारी गोविंद सांसी, पूर्व जिला अध्यक्ष कृष्ण ठेकेदार, अनिल, कुलदीप, बलजीत राणा सहित अन्य पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद रहे।

दादी सती जाबदे मंदिर मेले में नारी संस्था ने की जलसेवा



भिवानी। मेले में श्रद्धालुओं को पानी की बोतल वितरित करते हुए।

जरूरतमंद की सेवा करना ही है धर्म व संस्कृति व वास्तविक अर्थ : निशा तंवर

हरिभूमि न्यूज ►► भिवानी

धार्मिक आस्था और मानवीय संवेदनाओं का एक सुंदर संगम खरक गांव स्थित प्रसिद्ध दादी सती जाबदे मंदिर परिसर में देखने को मिला। पंचमी के उपलक्ष्य में आयोजित मेले में जहां एक ओर श्रद्धालुओं का सैलाब उमड़ा, वहीं दूसरी ओर 21वीं सदी की नारी संस्था ने निःस्वार्थ जलसेवा का आयोजन कर धार्मिक उत्सव में समाजसेवा का एक प्रेरणादायी उदाहरण प्रस्तुत किया। मेले के दौरान भीषण गर्मी और श्रद्धालुओं की भारी भीड़ को ध्यान में रखते हुए संस्था की अध्यक्ष निशा तंवर के नेतृत्व में महिला कार्यकर्ताओं ने पूरे समय भाव से छड़ील लगाकर पेयजल सेवा की। सुबह से ही मंदिर परिसर के पास संस्था की सदस्याएं आने-जाने वाले श्रद्धालुओं, बुजुर्गों और बच्चों को शीतल एवं स्वच्छ

जरूरतमंदों की सेवा ही धर्म

संस्था की अध्यक्ष निशा तंवर ने कहा कि हमारी संस्कृति में धर्म का वास्तविक अर्थ केवल पूजा-पाठ या अनुष्ठानों तक सीमित नहीं है, बल्कि पण्डित और जरूरतमंद की सेवा करना ही सबसे बड़ा धर्म है। पंचमी जैसे पवित्र पर्व हमें ऋषियों के ज्ञान और उनके द्वारा दिखाए गए कल्याणकारी मार्ग पर चलने की प्रेरणा देते हैं। उन्होंने कहा कि धार्मिक आयोजनों में जब हम जनसेवा के कार्य जोड़ते हैं, तो पूजा की पवित्रता और अधिक बढ़ जाती है। किसी प्यासे को पानी पिलाने से जो आत्मिक शांति और तृप्ति मिलती है, उसकी तुलना किसी अन्य कार्य से नहीं की जा सकती। हमारी संस्था का मुख्य उद्देश्य भी यही है कि हम धार्मिक और सामाजिक मंकों के माध्यम से समाज में भातृत्वभावना को मजबूत करें। इस अवसर पर 21वीं सदी की नारी संस्था की कई अन्य प्रमुख सदस्याएं और स्वयंसेवक भी मौजूद रहे।

जल पिलाती नजर आई। संस्था का यह प्रयास न केवल श्रद्धालुओं के लिए बड़ी राहत साबित हुआ, बल्कि मेले के पूरे माहौल को सेवामयी ऊर्जा से भर दिया।

फायरिंग कर जानलेवा हमला करने के मामले में पांचवां आरोपित गिरफ्तार

चरखी दादरी। गांव खेड़ी बूरा बस अड्डे के पास फायरिंग कर जानलेवा हमला करने के मामले में दादरी पुलिस ने पांचवें आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित की पहचान दीपक निवासी नरेला, नॉर्थ वेस्ट दिल्ली के रूप में हुई है। पुलिस के अनुसार आरोपित ने वारदात में इस्तेमाल किए गए हथियार उपलब्ध करवाए थे। न्यायालय ने आरोपित को एक दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा है। पुलिस प्रमाण गोेश कुमार ने बताया कि गत 14-15 अगस्त की रात करीब तीन बजे खेड़ी बूरा निवासी मंजीत अपने दोस्त गौरव के साथ फॉर्नर गार्ड में सवार होकर गांव की ओर जा रहा था। जब वे गांव के बस अड्डे के पास पहुंचे तो वहां टीवू कुमार उर्फ टिटू मिला। दोनों आपस में बातचीत कर रहे थे। इसी दौरान दादरी की तरफ से सफेद रंग की हुईई और कार फेंक दी गई। कार से तीन युवक उतरे और उन्होंने फायरिंग कर दी। इस दौरान मंजीत को गोली लग गई, जबकि गौरव और टीवू बाल-बाल बच गए। सूचना मिलने पर पुलिस टीम मौके पर पहुंची और घायल मंजीत को उपचार के लिए अस्पताल पहुंचाया। चिकित्सकीय जांच के बाद उसे पीजीआईएमएस रोहतक रेफर किया गया। जांच के दौरान पुलिस ने महाबीर निवासी बोहला, जिला सोनीपत, हाल नरेला दिल्ली, योगेश निवासी खेड़ी बूरा, विक्रम निवासी टांडाहेड़ी जिला झज्जर, हाल नरेला दिल्ली तथा प्रदीप उर्फ सोनू निवासी जिजौली, जिला सोनीपत, हाल नरेला दिल्ली को गिरफ्तार किया था।

न्यूज डायरी

सेवा संकल्प अभियान का आज से होगा शुरु

चरखी दादरी। सेवा, जनभागीदारी और सुशासन के संदेश के साथ सेवा संकल्प अभियान का जिले में 17 सितंबर को शुभारंभ होगा। उपायुक्त मनदीप कौर ने अभियान की तैयारियों को अंतिम रूप देते हुए विभागीय अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि अभियान के माध्यम से समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंच बनाते हुए पात्र लाभार्थियों को जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ दिलाना और आमजन को सरकारी सेवाओं के प्रति जागरूक करना प्राथमिकता रहेगी। इससे पहले मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से प्रदेश के उपायुक्तों के साथ अभियान की तैयारियों की समीक्षा की।

श्री श्याम मंदिर में आशीर्वाद का दीया कार्यक्रम

तोशाम। एसडीएम संदीप कुमार ने कहा कि तोशाम में उपमंडल स्तरीय 17 सितंबर को श्री श्याम मंदिर में आशीर्वाद का दीया कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। इसके अलावा सभी गांवों में धार्मिक स्थलों पर आशीर्वाद के दीए जलाए जाएंगे। उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा जारी हिंदुत्वपूर्ण अनुभार सेवा का संकल्प अभियान के शुभारंभ अवसर पर उपमंडल के लाभार्थी परिवार भी 17 सितंबर को साथ सभी बुधों पर आशीर्वाद का दीया कार्यक्रमों करेंगे। एसडीएम बुधवार को अपने कार्यालय में आशीर्वाद का दीया कार्यक्रम के सफल संचालन के लिए अधिकारियों को निर्देश दे रहे थे।

17 से दो अक्टूबर तक चलेगा 'स्वच्छता ही सेवा'

भिवानी। ग्रामीण विकास विभाग द्वारा 17 सितंबर से दो अक्टूबर तक 'स्वच्छता ही सेवा' अभियान चलाया जाएगा। अभियान के दौरान बड़े बदलाव के लिए प्रत्येक ग्राम पंचायत से कम से कम एक ऐसा स्थान चिह्नित कर सफाई व्यवस्था को दुरुस्त किया जाएगा। नोडल अधिकारी रविन्द्र दलाल ने बताया कि इस अभियान के तहत पूर्व अभियान गतिविधियों के रूप में सभी ग्राम पंचायतों में पुराने कचरे के ढेर, कचरा जमा होने वाले संवेदनशील स्थानों तथा स्वच्छता से जुड़ी अन्य समस्याओं की भी पहचान की जाएगी।

प्रवीण हत्या मामले में तीन को जेल

लोहारू। पांच दिन पहले गांव गोठड़ा में युवक प्रवीण की हत्या के मामले में लोहारू पुलिस द्वारा गिरफ्तार किए गए कश्ति मुख्य आरोपी को दो दिन के पुलिस रिमांड के बाद न्यायालय में पेश किया। वहीं पूछताछ के दौरान दो और आरोपियों को भी पुलिस ने हिरासत में लिया है। तीनों आरोपियों को न्यायालय ने न्यायिक हिरासत में भिवानी जेल भेज दिया है। जानकारी के अनुसार गांव गोठड़ा निवासी रणबीर सिंह की शिकायत पर लोहारू पुलिस ने हत्या का मुकदमा दर्ज किया था। शिकायत में पांच लोगों पर बेटे प्रवीण की हत्या का आरोप लगाया था। पुलिस पूछताछ में सामने आया कि आरोपी जयकण्ठ और मृतक प्रवीण के बीच प्लाट पर बैठने के दौरान किसी बात को लेकर विवाद हुआ था। इसी दौरान आरोपी जयकण्ठ ने मृतक प्रवीण पर हमला किया था।

एक किलो अफीम मामले में सलायर गिरफ्तार

चरखी दादरी। नशे तस्करी के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत सीआईए स्टाफ ने एक किलो 10 ग्राम अफीम बरामदगी के मामले में इसके सलायर को राजस्थान से गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित की पहचान महादेव लाल निवासी सरसरी रीठ, जिला भीलवाड़ा, राजस्थान के रूप में हुई है। पुलिस प्रवक्ता योगेश कुमार ने बताया कि गत 13 सितंबर को एसएसआई जगजीत सिंह के नेतृत्व में सीआईए स्टाफ की टीम दादरी के महेंद्रगढ़ चौक के पास गश्त पर मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस टीम को सूचना मिली कि मदनलाल अफीम बेचने का काम करता है और बाइक पर महेंद्रगढ़ की ओर से दादरी आ रहा है। तलाशी के दौरान बाइक पर बंधे बैग से दो पॉलीथीन में कुल 1 किलो 10 ग्राम अफीम बरामद हुई।

