हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 21 अगस्त, 2025

11 भक्ति एवं समाज का संगम, 101 दिवसीय...

12 ऑनलाइन ट्रांसफर के विरोध में एएचपीसी...

शिक्षिका मनीषा हत्याकांडः दूसरे दिन भी अधिकारियों का ढिगावा में डेरा

प्रशासन से इंसाफ दिलाने की मांग व परिवार के प्रति संवेदना व्यक्त की

चप्पे-चप्पे पर भारी पुलिस बल तैनात, निष्पक्ष न्याय की मांग को लेकर लोहारू बाजार व निजी विद्यालय रहे बंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी/लोहारू

भिवानी जिले की शिक्षिका की संदिग्ध मौत मामले में न्याय दिलाने की मांग को लेकर बुधवार को आपातकालीन सेवाओं को छोड़कर पूरा बाजार बंद रहा। बुधवार सुबह व्यापारी एवं गणमान्य लोग शिक्षिका की मौत मामले की निष्पक्ष जांच कर न्याय दिलाने की मांग की। पुलिस प्रशासन पूरी तरह से सतर्क रहा। किसी तरह की कोई अप्रिय घटना से बचने के लिए पुलिस प्रशासन ने ढिगावा मंडी में पड़ोसी जिलों की पुलिस तैनात कर दी। साथ ही पूरे क्षेत्र को छावनी में तब्दील कर दिया।

ढाणी लक्ष्मण निवासी अध्यापिका मामले में पीड़िता को इंसाफ दिलाने के लिए लोग लगातार आवाज बुलंद कर रहे हैं। इसी सिलसिले बुधवार को एक बार फिर लोहारू के बाजार और निजी विद्यालय बंद रहे। व्यापार मंडल और प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन ने प्रसाशन से पीड़िता को इंसाफ दिलाने की मांग की है और परिवार के प्रति संवेदना व्यक्त की है।

व्यापार मंडल प्रधान धनपत सैनी, सचिव संजय खंडेलवाल, प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन के ब्लॉक प्रधान नरेश ठुकराल, शहीद भगत सिंह समाज कल्याण समिति के प्रधान जगदीश जायलवाल, समस्या समाधान के प्रदीप सैनी सहित अनेक लोगों ने कहा है इस मामले में दूध का दूध और पानी का पानी होना चाहिए। जो भी दोषी है उनके चेहरे उजागर होने चाहिए और उनको कड़ी से कड़ी सजा मिलनी चाहिए। ताकि इस प्रकार की घटनाओं पर भविष्य में अंकुश लाग सके। बुधवार को सुबह से मुख्य बाजार, सूरजगढ़ रोड मार्केट, सब्जी मंडी सहित सभी बाजार बंद रहे। उधर, देर रात किसान नेता गुरनाम सिंह चंढूनी की मौजूदगी में आयोजित बैठक में यह फैसला लिया गया कि मृतका मनीषा के शव का पोस्टमार्टम एम्स के चिकित्सकों से करवाए जाने तथा पूरे मामले की सीबीआई से जांच करवाए जाने पर सहमति हुई। ये दोनों मांग सरकार के नुमाइंदों के पास रखी गई। अधिकारियों ने इन दोनों मांगों को सीएम के समक्ष भेजी गई तो उन्होंने रात को ढाई बजे मामले की सीबीआई से जांच करवाने की हामी भर दी। साथ ही अधिकारियों ने शव का फिर से एम्स के चिकित्सकों से पोस्टमार्टम की हां कर दी। साथ ही अधिकारियों ने तकनीकी अड़चन का हवाला देते हुए बताया कि अब शव का फिर से सैंपल लेकर जांच करवाया जाना संभव नहीं है। चूंकि शव की हालत खराब है। यह फैसला प्रतिनिधियों ने धरनास्थल पर आकर सुनाया तो कुछ लोग सहमत नजर आए तो कुछ लोगों ने लोगों ने मनीषा को न्याय दिलाने के लिए जोरदार नारेबाजी की व मांग की कि मामले के आरोपियों को अतिशीघ्र गिरफ्तार कर कड़ी से कड़ी सजा दे। इस दौरान ओबरा चौक से निकलने वाले ईशरवाल, भिवानी, लोहारू व बहल की तरफ चारों साइड में वाहनों की लाइनें लग गई। सूचना मिलने पर पहले बहल पुलिस मौके पर पहुंची तो लोगों ने जोरदार नारेबाजी शुरू कर दी। इस पर अतिरिक्त पुलिस बल बुलाया गया। पुलिस को देखकर लोग तितर बितर हो गए। पुलिस ने मौके से जाम खुलवाया। लोगों ने कहा कि वे मनीषा की मौत के मामले में पूरा न्याय चाहते हैं और प्रशासन व सरकार इस मामले को गंभीरता से लेकर दोषी लोगों को सख्त सजा देने का काम करें।

लोहारू। अध्यापिका प्रकरण में इंसाफ की मांग को लेकर बंद पड़े लोहारू के बाजार व धरने को संबोधित करते किसान नेता गुरनाम सिंह चंढूनी। फोटो : हरिभूमि

जो गाम राम करेगा वह हमें मंजूर होगा:दादा

सुबह गांव के लोगों ने एक कमेटी का गठन किया और उस कमेटी को यह जिम्मेदारी दी गई कि जो फैसला करेगी वह हम सभी को मंजूर होगा। पर मीटिंग में मृतका मनीषा का दादा कुछ बोल रहा है और पिता कुछ बोल रहा। इस बात को लेकर मंच से सुरेश कौथ ने माइक हाथ में संभाला और कहा कि बाप व बेटा दोनों एक हो जाओ। जब तक दोनों एक नहीं होंगे तो पंचायती लोग क्या कर सकते है। उनकी बात सुनकर मृतका के दादा व पिता मंच तक गए और दादा ने कहा कि यह बेटी का पिता है और हमारे साथ गाम व राम है और हम गाम व राम के साथ है। जो फैसला गाम व राम करेगा। वह उनको मंजूर होगा।

छावनी में तब्दील ढिगावा व ढाणी लक्ष्मण

समझौता के प्रयासों के बाद दूसरे दिन भी मनीषा के दाह संस्कार की बात नहीं बनी। कभी हां तो कभी ना नुकर होने के बाद पुलिस प्रशासन पूरी तरह से सतर्क हो गया। किसी तरह की कोई अप्रिय घटना से बचने के लिए पुलिस प्रशासन ने ढिगावा मंडी में पड़ोसी जिलों की पुलिस तैनात कर दी। साथ ही पूरे क्षेत्र को छावनी में तब्दील कर दिया। हर चौक चौराहा ही नहीं , हर मार्ग पर पुलिस की टुकड़ी नजर आई। कस्बे को जोड़ने वाले सभी मार्गों पर पुलिस के जवान तैनात रहे। दूसरी तरफ दूसरे दिन भी जिले के अनेक अधिकारी ढिगावा मंडी पहुंच गए। माहौल जांच के बाद सभी अधिकारियों ने ढिगावा मंडी के रेस्ट हाऊस में डेरा डाल लिया। अधिकारी पल पल के बदलते घटनाक्रम में नजर बनाए हुए है।

ओबरा के ग्रामीणों ने प्रदर्शन कर लगाया जाम

बहल। सिंघानी गांव की शिक्षिका मनीषा को न्याय दिलाने के लिए ओबरा गांव में ग्रामीणों ने ओबरा चौक पर प्रदर्शन किया और करीब आधा घंटा तक ओबरा से निकलने वाले सभी मार्गों को जाम कर दिया। सूचना मिलने पर भारी पुलिस बल मौके पर पहुंचा और लोगों को समझा कर जाम खुलवाया। बुधवार को दोपहर बाद करीब तीन बजे शिक्षिका मनीषा के हत्यारोपियों की गिरफ्तारी की मांग करते हुए भारी संख्या में लोग ओबरा चौक पर जमा हो गए। लोगों ने मनीषा की मौत के मामले में जो बातें निकलकर आई है, वो संतोषजनक नहीं है। न तो उनसे परिजन संतुष्ट है और न ही आमजन। इसलिए, यह जरूरी है कि मनीषा को न्याय दिलाने के लिए पुलिस प्रशासन उस हर पहलू को स्पष्ट करे जो लोगों के जेहन में है।

बहल। आरोपियों की गिरफ्तारी को लेकर ओबरा चौक पर जाम लगाते लोग।

लोहारूः कमेटी के निर्णयों को भी धरने पर बैठे लोगों ने नकारा

लोहारू। बहुचर्चित ढ़ाणी लक्ष्मण की अध्यापिका के मामले में संदिग्ध अवस्था में शव पाए जाने के सात दिन बाद भी शव का अंतिम संस्कार नहीं हो पाया है। इस मामले में गांव ढाणी लक्ष्मण में चल रही कमेटी के सदस्यों ने सारे मामले की सीबीआई जांच कराने तथा पोस्टमार्टम एक बार फिर से एम्स से कराने की मांग की थी। जिसको मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने मान लिया था तथा ट्वीट करके सीबीआई जांच करवाए जाने की बात कही थी। इस संबंध में प्रशासन व कमेटी सदस्यों के बीच मंगलवार रात्रि सहमति बनने के बाद बुधवार सुबह फिर से धरना दे दिया गया तथा अंतिम संस्कार नहीं हुआ। धरने पर भारी संख्या में लोग जमा हो गए तथा ऐम्स से विसरा रिपोर्ट की जांच की मांग करने लगे। इस मामले में मृतिका के पिता संजय, कमेटी के सदस्य एवं हरियाणा सरपंच एसोसिएशन के पूर्व प्रधान सोमेश व गांव के सरपंच जय सिंह ने बताया कि सरकार ने उनकी मांग मान ली है तथा वे अंतिम संस्कार करवाए जाने पर सहमत है तथा बुधवार सुबह इनका अंतिम संस्कार करवा दिया जाएगा, परन्तु सुबह होते-होते भारी भीड़ जमा हो गई। भीड़ के बीच मृतिका के दादा रामकिशन ने भावुक होते हुए कहा कि इस मामले में कमेटी के सदस्यों ने ग्रामीणों के बीच में आए बगैर अंतिम संस्कार का फैसला ले लिया है। ऐसी स्थिति में वे कुछ भी कह पाने में सक्षम नहीं है तथा सारे मामले का निर्णय जनता पर छोड़ते है तथा वे डैड बॉडी लेकर गांव में पहुंचेंगे तथा निर्णय गांव ले। वही इस धरने में पहुंचे सुरेश कौथ ने कहा कि उन्हे हरियाणा पुलिस पर व हरियाणा के डॉक्टरों पर विश्वास नहीं है। ऐसे में एम्स से तीसरी बार पोस्टमार्टम करवाया गया।

मुख्यमंत्री जांच को लेकर गंभीरः रेनू भाटिया

परिवार के सदस्यों को संतुष्ट कराना प्रशासन व सरकार की प्राथमिकता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

राज्य महिला आयोग की चेयरपर्सन रेनू भाटिया ने कहा कि मनीषा की मौत के मामले की जांच के प्रति प्रदेश सरकार गंभीर है। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने परिजनों की मांग को स्वीकार करते हुए इस मामले की जांच सीबीआई से करवाने का निर्णय लिया हैं। सरकार के साथ-साथ राज्य महिला आयोग मनीषा के परिवार के साथ खड़ा है।

रेनू भाटिया बुधवार को ढिगावा के रेस्ट हाउस में पत्रकारों से बातचीत कर रही थीं। इस दौरान ढाणी लक्ष्मण के सरपंच जयसिंह और पूर्व सरपंच महावीर भी मौजूद रहे। रेणु भाटिया ने कहा कि परिवार की मांग पर सीबीआई जांच करवाने के अलावा मृतका का एम्स में पुनः पोस्टमार्टम करवाने की मांग स्वीकार कर ली है। उन्होंने कहा वे मुख्यमंत्री के कहने से ही ढिगावा पहुंची हैं ताकि पीड़ित परिवार से मुलाकात कर सके और उनका दुखदर्द साझा कर सकें। उन्होंने कहा कि मनीषा के परिवार के सदस्यों को संतुष्ट कराना प्रशासन और सरकार की प्राथमिकता है। उन्होंने हाथ जोड़कर लोगों से बेटी के इस मामले में राजनीति नहीं करने की अपील भी की है। रेणु भाटिया ने बेटी मनीषा की मौत की घटना को बहुत ही दर्दनाक बताया और परिवार के प्रति गहरी संवेदना व्यक्त की। उन्होंने कहा कि इस मामले को लेकर सरकार और प्रशासन पूरी तत्परता से जांच का कार्य कर रहा है। उन्होंने कहा कि परिवार के लोगों से हाथ जोड़कर आग्रह है कि वे मृतका बेटी को सम्मान के साथ अंतिम विदाई देने का काम करें।

भिवानी। पत्रकारों से बातचीत करती राज्य महिला आयोग की चेयरपर्सन रेणू भाटियां।

मामले को तूल न दें

रेणु भाटिया ने कहा कि इस मामले में मनीषा के परिवार के लोगों को संतुष्टि दिलाने के लिए पहले भिवानी सामान्य अस्पताल में, फिर रोहतक पीजीआई में चिकित्सकों के बोर्ड पोस्टमार्टम करवाया गया। बावजूद इसके परिवार के कहने पर ही मृतका का शव का एम्स में पुनः पोस्टमार्टम करवाया जा रहा है। बेटी की मौत के मामले में प्रशासन, सरकार, सरपंच पीड़ित परिवार के साथ है, बेटी मनीषा मामले को तूल नहीं दिया जाना चाहिए। इस मौके पर भाजपा नेता जवाहर सैनी, डीएसपी संजीव कुमार, शंकर धूपड़, विजय शेखावत,रोहतास चौहान, आरती शर्मा, सरपंच जय सिंह, पूर्व सरपंच महावीर, मास्टर नरेश, सुनील शर्मा, सुनील सिरसी, रोहतास आर्य, डॉ सुमन व अधिकारी उपस्थित थे।

- बाहरी लोग बिगाड़ सकते है माहौल,रास्ते किए सभी अवरूद्ध

बाहरी लोग घूम रहे लाठी और डंडे लेकर ग्रामीणों में जबरदस्त भय : सरपंच

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

बुधवार को जिस तरह से दिन चढना शुरू हुआ मनीषा मौत मामले में नए नए मोड़ आने लगे। रात को कुछ फैसला हुआ तो दिन निकलने के बाद फैसला पलट गया। मामले की जानकारी मिलते ही महिला आयोग की अध्यक्षा भी मौके पर पहुंची। इसी दौरान गांव के सरपंच जयसिंह व पूर्व सरपंच भी ढिगावा में पहुंच गए।

वहां पहुंचकर उन्होंने महिला आयोग की अध्यक्षा के सामने बाते बताई। इस दौरान पत्रकारों से बातचीत करते हुए सरपंच जयसिंह ने बताया कि मृतक मनीषा के परिजनों ने एम्स से पोस्टमार्टम कराए जाने की कही थी। उसके बाद उन्होंने उपायुक्त से बात की और उपायुक्त ने हां कर दी। अब मृतका का आखरी बार पोस्टमार्टम होगा। इससे बड़ा कोई संस्थान नहीं है, जहां से पोस्टमार्टम कराया जा सके। परिजन दाह संस्कार के लिए तैयार है। बशर्ते एम्स की रिपोर्ट आ जाए। साथ ही उन्होंने गांव में बाहरी तत्व होने का आरोप लगाया। उन्होंने बताया कि गांव में बाहर के युवा लाठी व डंडे लेकर घुम रहे है। जिससे ग्रामीणों में भय है। लोग घरों में ही है। प्रशासन को सूचना दिए जाने के बारे में पूछे जाने पर उन्होंने बताया कि उन्होंने प्रशासन से गुजारिश की है कि वे गांव में आए और उनकी मदद करें। अगर प्रशासन गांव में नहीं आता तो कोई भी अनहोनी हो सकती है।

लोहारू। रास्ता अवरूद्ध करने के लिए सड़क पर डाले गए पत्थर व रास्ता अवरूद्ध करने के लिए काटकर गिराए गए बड़े पेड़।

रास्ते किए ब्लाक,बाहरी लोगों पर बंदिश

ढाणी लक्ष्मण गांव के सभी रास्तों पर पत्थर व लकड़ी तथा हरे पेड़ काट कर अवरूद्ध किया गया है। ये रास्ते अवरूद्ध किसने किए। ग्रामीण रास्तों को अवरूद्ध करने की बात को पूरी तरह से नकार रहा है,लेकिन गांव में केवल बाइक से ही जाना संभव है। बाकी धरनास्थल तक पैदल ही जाना पड़ेगा।

गांव के जोड़ने वाली मुख्य सड़क से लेकर कच्चे रास्तों तक को अवरूद्ध किया हुआ है। रास्तों पर बड़े बड़े हरे पेड़ काटकर डाले गए है। वे हरे पेड़ केवल जेसीबी की मदद से ही हटाए जा सकते है। लोगों की बस की बात नहीं है। अभी लोगों के लिए यह रास्ते अवरूद्ध करने की पहेली बनी हुई है। कई जगहों पर पहाड़ी पत्थर डाल कर रास्ता रोका गया है।

अवैध खनन करने वालों पर कार्रवाई, चार वाहनों के काटे 16 लाख रुपये के चालान

- ओवरलोड वाहनों पर पूरी तरह शिकंजा कसा जाएगा

चरखी दादरी। जिला में अवैध खनन करने वालों के खिलाफ बड़ी कार्रवाई शुरू हो गई है। अब फर्जी ई रवाना और ओवरलोड वाहनों पर पूरी तरह शिकंजा कसा जाएगा। विभाग पहाड़ी में अवैध खनन पर भी लगाम कसने जा रहा है। बीती रात चार वाहनों पर गलत ई रवाना व ओवरलोड पर कार्रवाई करते हुए 16 लाख रुपये के चलाना किए।

उपायुक्त मुनीश शर्मा ने कहा कि जिला में अवैध तरीके से खनन पर कड़ी कार्रवाई की जा रही है और संबंधित अधिकारियों एवं कर्मचारियों को लगातार चैकिंग के निर्देश दिए हुए हैं। विभाग के महानिदेशक केएम पांडुरंग स्वयं अवैध खनन को लेकर मोनिटरिंग कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि जिला में कहीं भी अवैध माइनिंग की जा रही है तो खनन विभाग उस मामले में तत्काल प्रभाव से कार्रवाई करते हुए माइनिंग को बंद करवाए। खनन अधिकारी सांची ने बताया कि विभाग की टीम लगातार चैकिंग अभियान चला रही है और इसी दौरान टीम को चार वाहन अवैध तरीके से खनन करते मिले।

इनमें से तीन वाहनों के पास ई रवाना तो रोड बनाने वाले सामग्री के मिले और उनमें डस्ट भरी हुई मिली। एक वाहन में ई रवाना से ज्यादा माल भरा हुआ मिला। इन चारों वाहनों के 16 लाख रुपये के चालाना काटे गए हैं।

चरखीदादरी। निर्माण सामग्री से भरे ट्रक की कागजात जांचते अधिकारी।

आंबेडकर मेधावी छात्र संशोधित योजना के लिए चार लाख वार्षिक सीमा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

हरियाणा सरकार ने शिक्षा के क्षेत्र में निरंतर बढ़ रही प्रतिस्पर्धा को ध्यान में रखते हुए अनुसूचित जाति, घुमंतु, अर्धघुमंतु, पिछड़े वर्ग एवं सामान्य वर्ग के विद्यार्थियों के लिए डॉ. बीआर आंबेडकर मेधावी छात्र संशोधित योजना के अंतर्गत वर्ष 2025-26 के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए हैं। उन्होंने बताया कि सरकार ने योजना का लाभ उठाने वाले विद्यार्थियों कर पारिवारिक वार्षिक आय को चार लाख रुपये तक कर दी गई है। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि आवेदन प्रक्रिया 15 अगस्त से शुरु हो चुकी है और आगामी 31 जनवरी तक जारी रहेगी।

योजना का लाभ वही विद्यार्थी उठा सकेंगे, जिनके परिवार की वार्षिक आय चार लाख रुपये से अधिक न हो।

मुसीबत दूषित पानी की निकासी की भी समस्या

ग्रामीण झेल रहे मूलभूत सुविधाओं का टोटा

हड़ौदी गांव में चौपाल व पंचायत भवन खस्ताहाल, शिकायतों पर कार्रवाई नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

गांव हड़ौदी के ग्रामीण लंबे समय से मूलभूत सुविधाओं की कमी झेल रहे हैं। करीब 29 सौ की आबादी वाले गांव में सार्वजनिक भवन की भी कमी खल रही है। लंबा समय बीतने के बाद भी गांव में दूषित पानी की निकासी और कच्ची गलियों की समस्या बनी हुई हैं।

इसके अलावा गांव में चौपाल और पंचायत भवन कंडम हो चुका है। ग्रामीणों ने सरकार व प्रशासन से समस्याओं एवं सेवाओं की कमी पर संज्ञान लेते हुए समाधान करने की मांग की है। बता दें कि हड़ौदी बाढ़ड़ा उपमंडल का गांव है। गांव की कई गलियां लंबे समय से कच्ची पड़ी हैं और ग्रामीण लगातार इनके निर्माण की मांग उठा रहे हैं। इतना ही नहीं गांव में दूषित पानी की निकासी के भी पुख्ता प्रबंध नहीं और गलियों में दूषित पानी जमा है। जलभराव के चलते ग्रामीणों को आवागमन में परेशानियों से दो-चार होना पड़ रहा है। वहीं वातावरण भी दुर्गंधमय बना रहता है। ग्रामीण जगवीर, ईश्वर, राजेश, धर्मपाल, पवन, संदीप, सुरेश व संजय आदि ने बताया कि गांव के लोगों को मूलभूत सुविधाओं और दूषित पानी की निकासी जैसी समस्याओं से झूलना पड़ रहा है। लंबा समय बीतने के बाद भी सरकार और प्रशासन गांव में बनी सार्वजनिक भवनों की कमी दूर नहीं कर पाया है, जिसका खामियाजा ग्रामीण भुगत रहे हैं। गांव में दूषित पानी के लिए जो तालाब बनाया गया है, वह पिछले काफी समय से ओवरफ्लो हो चुका है, जिससे हर समय दुर्गंध बनी रहती है। उन्होंने प्रशासन से समस्याओं पर संज्ञान लेकर समाधान करवाने की मांग की है।

बाढ़ड़ा। गांव हडोदी में जर्जर हालात में पंचायत भवन। फोटो : हरिभूमि

समाधान एवं सुविधाएं मुहैया करवाने की अधिकारियों से करेंगे मांग

गांव की समस्याओं के समाधान एवं सुविधाएं मुहैया करवाने की अधिकारियों व प्रशासन से मांग करेंगे। वे गांव की समस्याओं और सुविधाओं की कमी को प्रमुखता से अधिकारियों के संज्ञान में लाएंगे और उनका प्रयास रहेगा कि जल्द समस्याओं का समाधान कर मूलभूत सुविधाओं मुहैया करवाई जाए, जिससे ग्रामीणों को राहत मिल सकें। *-सुनील कुमार, सरपंच, गांव हड़ौदी।*

ओथेलो सिंड्रोम जब बेवजह साथी पर होने लगे संदेह

जब कोई पुरुष या स्त्री बिना किसी ठोस कारण या प्रमाण के अपने साथी पर विश्वासघात करने का संदेह करने लगे तो ऐसा ओथेलो सिंड्रोम नामक मनोरोग के कारण हो सकता है। इसकी होने की कई वजहें हैं। लेकिन इसके लक्षण सामने आने पर ट्रीटमेंट करवाने में देर नहीं करनी चाहिए। इस रोग के बारे में विस्तार से जानिए।

मेंटल हेल्थ
डॉ. गौरव गुप्ता
वरिष्ठ मनोचिकित्सक
तुलसी हेल्थकेयर, नई दिल्ली-गुरुग्राम

ओथेलो सिंड्रोम एक ऐसा मनोविकार है, जिसके कारण व्यक्ति भ्रमित होकर इस गलत धारणा का शिकार हो जाता है कि उसका जीवनसाथी या साथी बेवफा है, भले ही उस बेवफाई का कोई सुबूत मौजूद न हो। इससे ग्रस्त होकर कई बार व्यक्ति असामान्य या आपराधिक घटनाओं को भी अंजाम दे सकता है। इस मनोरोग को ओथेलो सिंड्रोम का नाम अंग्रेजी भाषा के महान साहित्यकार शेक्सपियर के एक नाटक के पात्र ओथेलो के नाम पर रखा गया है, जो ईर्ष्या से ग्रस्त था। ओथेलो सिंड्रोम के बारे में यहां जानकारी देने का उद्देश्य लोगों को इस मनोरोग के प्रति जागरूक करना है। इसकी आड़ में किसी भी तरह के अपराध को कदापि उचित नहीं ठहराया जा सकता।

इन लक्षणों पर दें ध्यान : ओथेलो सिंड्रोम से ग्रस्त व्यक्ति में अपने साथी के प्रति ईर्ष्या और संदेह का भाव बहुत प्रबल होता है। सबूतों के अभाव के बावजूद यह भ्रामक यकीन कि उसका साथी विश्वासघाती है, अत्यधिक ईर्ष्या और संदेह को जन्म देता है। एक-दूसरे के विवाहेतर संबंधों के संदर्भ में किसी प्रमाण के बगैर शक करना। मरीज अपने साथी की बेवफाई की जांच-पड़ताल करने या उसे रोकने के लिए आक्रामक या जुनूनी व्यवहार कर सकता है। मरीज अपने साथी के प्रति आक्रामक हो सकता है और वह हत्या या आत्महत्या भी कर सकता है। व्यक्ति अपने साथी या खुद को नुकसान पहुंचा सकता है। छोटी सी बात पर भयंकर क्रोध करना और अपने साथी पर बिल्कुल भरोसा न करना। ऐसा व्यक्ति सामाजिक मेल-मिलाप से दूर हो सकता है। इस सिंड्रोम से ग्रस्त मरीज अपने साथी पर अत्यधिक निगरानी करने लगता है और उस पर धोखा देने का आरोप लगाने लगता है। साथी की गतिविधियों पर लगातार पैनी नजर रखना, उसके फोन कॉल और सोशल मीडिया की जांच करना जैसे कार्यों को अंजाम दे सकते हैं।

संभव हैं अनेक कारण: ओथेलो सिंड्रोम रोग होने के कई कारण हो सकते हैं। इलाज से पूर्व इसके कारणों के बारे में जानना जरूरी होता है।

अन्य मनोरोग: ओथेलो सिंड्रोम अन्य मनोरोगों जैसे सिजोफ्रेनिया, बाइपोलर डिसऑर्डर या एंग्जाइटी आदि के कारण हो सकता है। ओथेलो सिंड्रोम न्यूरोलॉजिकल स्थितियों जैसे मनोभ्रंश या डिमेंशिया और मस्तिष्क या ब्रेन ट्यूमर के कारण भी हो सकता है। ब्रेन ट्यूमर के दुष्प्रभाव के कारण व्यक्ति की सोच एब्नॉर्मल हो सकती है।

मस्तिष्क में असामान्यता: मस्तिष्क के किसी भाग में संरचनात्मक खराबी या एब्नॉर्मेलिटी के कारण भी ओथेलो सिंड्रोम की समस्या हो सकती है।

मादक पदार्थों का इस्तेमाल: शराब और अन्य मादक पदार्थों की लत एक अरसे बाद इस सिंड्रोम के खतरे को बढ़ा सकती है।

मस्तिष्क की चोटें या अन्य कारण: मस्तिष्क पर लगी गहरी चोटें या कुछ मस्तिष्क रसायनों यानी न्यूरोकेमिकल्स) में असंतुलन की स्थितियां भी ओथेलो सिंड्रोम का कारण ट्रिगर कर सकती हैं।

न्यूरोडीजेनेरेटिव डिजीज: अल्जाइमर या पार्किंसंस जैसी न्यूरोडीजेनेरेटिव बीमारियां, ओथेलो सिंड्रोम की समस्या को ट्रिगर कर सकती हैं।

ऐसे करते हैं ट्रीटमेंट: मनोचिकित्सक ओथेलो सिंड्रोम के मरीज की स्थिति और उसके लक्षणों के आधार पर इस मनोरोग का इलाज करते हैं। इस समस्या का कोई विशिष्ट उपचार नहीं है। हां, समुचित उपचार से इस रोग को नियंत्रित और प्रबंधित किया जा सकता है। जैसे-

मनोचिकित्सा: संज्ञानात्मक-व्यवहार थेरेपी (कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी संक्षेप में-सीबीटी) या अन्य प्रकार की मनोचिकित्सा व्यक्ति को ईर्ष्या से संबंधित विचारों, उसके असामान्य विचारों और व्यवहारों से निपटने में मदद करती है।

दवाएं: एंटीसाइकोटिक्स आदि दवाएं लक्षणों को कम करने में सहायक हैं। ऐसी दवाएं न्यूरो केमिकल्स को संतुलित करने में मदद करती हैं।

नशा मुक्ति उपचार: यदि नशीले पदार्थ के दुरुपयोग के कारण यह सिंड्रोम ट्रिगर होता है, तब इन लतों का उपचार आवश्यक है।

अन्य मानसिक समस्याओं का उपचार: यदि रोगी को ओथेलो सिंड्रोम के साथ-साथ अन्य मानसिक स्वास्थ्य विकार भी हैं, तो उनका भी इलाज किया जाता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजीशियन
सर गंगाराम अस्पताल, नई दिल्ली

जब पैरों में मौजूद नसों से ब्लड फ्लो सही तरीके से हार्ट तक नहीं हो पाता है उसे क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी कहते हैं। इससे नसों में सूजन आ जाती है, जो बहुत पेनफुल होता है। इससे बचने के लिए अपनी लाइफस्टाइल और डाइट में किन बातों का ध्यान रखें, यहां बता रहे हैं।

बहुत पेनफुल डिजीज है क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप इन दिनों पैरों की नसों से जुड़ी गंभीर बीमारी क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी (सीवीआई) से ग्रसित हैं। यह एक ऐसी बीमारी है, जिसका असर पेशेंट के रूटीन वर्क पर भी पड़ता है।

क्या है यह बीमारी: क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी एक ऐसी बीमारी है, जिसमें पैरों की नसें सही तरीके से खून को वापस हार्ट तक नहीं पहुंचा पाती हैं। असल में ब्लड हार्ट से पंप होने के बाद वेंस के माध्यम पूरे शरीर में सर्कुलेट होता है। हमारे शरीर में वेंस के दो चैनल होते हैं- डीप और सुपरफिशियल। डीप वेंस हमारे शरीर की मसल्स के अंदर गहराई में होती हैं, जो ब्लड का फ्लो हार्ट से पैरो तक बनाने में मदद करती हैं। दूसरी सुपरफिशियल वेंस स्किन के नीचे होती हैं, जो दूषित ब्लड को पैरों से हार्ट तक वापस ले जाती हैं। ताकि वहां ब्लड फिल्टर होकर साफ हो जाए और साफ ब्लड शरीर के अन्य अंगों तक जा सके। सामान्य रूप से नसों में छोटे-छोटे वाल्व होते हैं, जो खून को हार्ट की तरफ फ्लो में मदद करते हैं। लेकिन कभी-कभी कई कारणों से ब्लड वेंस के वॉल्व खराब या कमजोर पड़ जाते हैं। इससे वेंस में रुकावट आ जाती है और ब्लड सर्कुलेशन ठीक तरह से नहीं हो पाता है। यानी ब्लड हार्ट की तरफ नहीं जाता है और धीरे-धीरे पैरों के अंदर इकट्ठा होने लगता है। जिसकी वजह से नसों में दबाव बढ़ जाता है। पैरों में सूजन और दर्द रहता है। कई मामलों में नसों में ब्लीडिंग भी हो सकती है, जो घाव या अल्सर का रूप ले लेती है। व्यक्ति को चलने या रोजमर्रा के काम करने में दिक्कत होने लगती है।

क्या हैं कारण: पैरों की नसों में होने वाली वेरिकोस वेंस समस्या, क्रोनिक वेनस इनसफिशिएंसी का बड़ा कारण है। ये वेंस स्किन के नीचे नीले रंग के गुच्छे के रूप में दिखाई देती हैं। नजरअंदाज करने पर ये धीरे-धीरे मोटी होती जाती हैं और हार्ट तक ब्लड ले जाने वाली वेंस पर दबाव डालती हैं। दबाव पड़ने से वेंस में रुकावट आ जाती है और ब्लड सर्कुलेशन बाधित हो जाता है। इस स्थिति के लिए कई और कारण भी जिम्मेदार हो सकते हैं-

- 60 साल की उम्र के बाद ब्लड वेसल्स में कमजोरी आना।
- फैमिली हिस्ट्री या आनुवांशिक रक्त विकार होना।
- गर्भावस्था में बच्चे के विकास के कारण पेट की नसों में प्रेशर रहने से पैरों से दिल की तरफ वापस रक्त प्रवाह में बाधा आना।
- आरामपरस्त जीवनशैली की वजह से मोटापे का शिकार होना। मोटापे से पैरों की नसों पर दबाव पड़ना।
- ऐसे प्रोफेशंस, जिसमें लंबे समय तक खड़े रहने का काम होता है। जैसे पुलिस, टीचर या बस कंडक्टर्स, आर्मी पर्सनल्स जैसे प्रोफेशन के लोग जिन्हें लंबे समय तक खड़ा रहना पडता है। देर तक खड़े होकर काम करने से वेंस की वॉल्व पर प्रेशर पड़ना।
- काम करते वक्त अधिक देर तक बैठे रहना या लंबी यात्रा पर कार या एयरोप्लेन से जाते हुए देर तक एक पोजिशन में बैठे रहना।
- दुर्घटना या ट्रामा होने पर पैरों की नसों में चोट लगना।
- किसी बीमारी या सर्जरी की वजह से मरीज का लंबे समय तक बेड रेस्ट पर होना।
- धूमपान करने से ब्लड वेंस की वॉल्व का कमजोर होना।

रोग के प्रमुख लक्षण: इसके प्रमुख लक्षणों में शामिल हैं-

- पैरों में नीले रंग की पतली-पतली नसों का गुच्छा या छोटे-छोटे घाव दिखना।
- पैर की पिंडलियों में वेरिकोस वेंस होना यानी नसों का फूलना या सूजन आना। सूजन सुबह न होना, दिन के साथ-साथ यानी शाम तक बढ़ जाना।
- पैर और पिंडलियों की मसल्स में असहनीय दर्द होना। ज्यादा खड़े होने या चलने में मुश्किल आना, जबकि लेटने या सोने पर तकलीफ न होना।
- पैर का रंग बदलना यानी लाल या नीला होना।
- पैर में बहुत खुजली होना।
- पैरों की त्वचा अधिक गर्म होना।

कैसे होता है डायगनोज: कलर वेंस डॉप्लर अल्ट्रासाउंड किया जाता है, जो पैरों की वेंस और इनके वॉल्व की जांच करता है। इससे वेंस में ब्लड सर्कुलेशन की स्थिति का भी पता चल जाता है।

न करें इग्नोर: वैसे तो क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी बीमारी जानलेवा नहीं है, लेकिन काफी दर्दनाक होती है। अगर समय रहते इसका इलाज नहीं किया जाए तो स्थिति गंभीर हो सकती है। ब्लड थ्रंबोसिस ऑर्गेनाइजेशन के अनुसार दुनिया की तकरीबन 10 प्रतिशत आबादी वेरीकोस वेंस की समस्या का सामना कर रही है। भारत में हर चौथी महिला और हर सातवें पुरुष को वेरीकोस वेंस की समस्या है। आमतौर पर यह बीमारी उम्रदराज लोगों को ज्यादा होती है, लेकिन वर्तमान आधुनिक आरामपरस्त जीवनशैली और स्टेंडिंग जॉब करने वाले युवाओं में भी देखने को मिलती है। अकसर इसे इगनोर किया जाता है। समय पर उपचार न करवाने पर कई बार पैरों की नसों में सूजन आ जाती है और छोटी-छोटी नसें घाव का रूप ले लेती हैं।

कैसे किया जाता है उपचार: क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी का कोई डायरेक्ट ट्रीटमेंट नहीं है। नसों की वॉल्व में खराबी आने, वेरिकोस वेंस होने या ब्लड फ्लो सुचारू न होने पर मिनिमल इंवेसिव तकनीक यानी छोटी-सी लेजर सर्जरी की जाती है। प्रभावित जगह पर बाहर से पिन होल करके लेजर ग्लू आरएफए द्वारा नस बंद कर दी जाती है या निकाल दी जाती है।

मरीज को पैरों में कंप्रेशन स्टॉकिंस पहनने के लिए दी जाती हैं। खून पतला करने के लिए ब्लड थिनर मेडिसिन दी जाती हैं या इंजेक्शन लगाए जाते हैं। जो ब्लड सर्कुलेशन को ठीक करने में मदद करते हैं। दर्द से राहत पहुंचाने के लिए पेनकिलर मेडिसिन भी दी जाती हैं।

ऐसे करें बचाव: सीवीआई की समस्या को लाइफस्टाइल में बदलाव करके कंट्रोल किया जा सकता है।

- स्वस्थ और सक्रिय जीवनशैली अपनाएं।
- एक जगह ज्यादा देर तक बैठे या खड़े न रहें। बीच-बीच में पैर ऊपर करके बैठें। हर एक घंटे बाद अपनी सीट से उठकर 5-10 मिनट टहलें। व्यायाम या छोटे-मोटे काम करें। बैठते या लेटते हुए भी एंकल एक्सरसाइज करें।
- यथासंभव लेट जाएं और लेटते वक्त पैरों के नीचे तकिया रखकर ऊपर उठाएं, पैरों को हिलाते रहें या एक्सरसाइज करें।
- रेगुलर एक्सरसाइज करें। मोटापा नियंत्रित करें।
- खान-पान का ध्यान रखें। पौष्टिक और संतुलित आहार लें। प्रिजर्वेटिव, डीप फ्राइड, जंक फूड, अधिक चीनी-नमक वाली चीजों से परहेज करें। रोजाना तीन लीटर तक पानी या लिक्विड डाइट लें ताकि शरीर में रक्त प्रवाह सुचारू रहे।
- सोने-जागने का शेड्यूल ठीक रखें। मोटापे से बचने के लिए दिन में सोना अवॉयड करें।
- धूमपान, एल्कोहल या किसी तरह के नशीले पदार्थ के सेवन से परहेज करें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

नवजात बच्चों में पीलिया प्रॉपर ट्रीटमेंट है जरूरी

प्रिकॉशन

नवजात बच्चों में पीलिया होना कॉमन समस्या है, लेकिन इसे इग्नोर नहीं करना चाहिए। इसका कारण बच्चे के ब्लड में बिलीरुबिन नामक पदार्थ का बढ़ जाना होता है। अगर इसका समय पर सही इलाज न किया जाए तो यह उसके दिमाग को भी नुकसान पहुंचा सकता है या बच्चे के विकास में रुकावट डाल सकता है। इस बारे में नोएडा (नई दिल्ली-एनसीआर) स्थित मदरहुड अस्पताल के सीनियर कंसल्टेंट नियोनेटोलॉजी-पीडियाट्रिक्स **डॉ. अक्षय मेहता** कहते हैं, 'लोग सोचते हैं कि बच्चे को केवल धूप दिखाने से पीलिया ठीक हो जाता है। लेकिन ऐसा नहीं है। धूप से बच्चे को सही तरह की नीली लाइट नहीं मिलती। बल्कि धूप में रहने से बच्चे का टेंप्रेचर बढ़ सकता है, उसे डिहाइड्रेशन या स्किन बर्न भी हो सकता है। अगर बच्चे को पीलिया ज्यादा है तो उसका इलाज जरूरी होता है। यह भी गलत धारणा है कि पीलिया अपने आप ठीक हो जाएगा। अगर इसका स्तर ज्यादा है तो डॉक्टर से प्रॉपर इलाज करवाना जरूरी है। देरी करने से बच्चे के दिमाग पर असर पड़ सकता है। कुछ लोग मानते हैं कि सिर्फ त्वचा का पीला होना ही पीलिया का संकेत है, जबकि गहरे रंग के बच्चों में आंखों, मसूड़ों या पैरों में भी पीलिया का लक्षण दिख सकता है। फोटोथेरेपी को लेकर भी लोगों में भ्रम है कि यह हानिकारक होता है, जबकि यह बहुत सुरक्षित और असरदार इलाज है। इसमें बच्चे को स्पेसिफिक लाइट दी जाती है, जिससे बिलीरुबिन कम होता है। पैरेंट्स को ध्यान रखना चाहिए कि पीलिया की समय पर पहचान और सही इलाज से ही बच्चे की जान बचाई जा सकती है।'*

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

योगोपचार
दिव्यज्योति 'नंदन'

अगर आप योगाभ्यास की शुरुआत करने वाले हैं तो त्रिकोणासन करना बहुत लाभदायक सिद्ध हो सकता है। इसे करना आसान होता है और इससे कई शारीरिक फायदे भी होते हैं। इसकी विधि और सावधानियों के बारे में जानिए।

शुरुआती योगाभ्यासियों के लिए सबसे अच्छा है त्रिकोणासन

योगासनों के अभ्यास की शुरुआत करने वालों के लिए त्रिकोणासन सबसे अच्छा माना जाता है। क्योंकि इसमें योग की तीनों बुनियादी बातें जैसे स्ट्रेच, बैलेंस और श्वसन नियंत्रण एक साथ सीखने को मिलते हैं। साथ ही यह आसन बाकी कई आसनों से अपेक्षाकृत आसान और सुरक्षित होता है, क्योंकि इससे शरीर पर कम दबाव पड़ता है। इसमें शरीर जमीन के करीब जाता है, लेकिन घुटनों और हाथों पर ज्यादा वजन नहीं पड़ता। इस आसन से हड्डियों, जोड़ों और मांसपेशियों को धीरे-धीरे खिंचाव मिलता है, अचानक से झटका नहीं लगता। साथ ही यह आसन कमर, कूल्हे, जांघ, हैमस्ट्रिंग और कंधों को खींचता है। यह आसन शुरुआत में हाथ, घुटने या जांघ पर रखकर किया जा सकता है। बाद में जमीन तक झुकने की क्षमता बढ़ जाती है। इस आसन में शरीर का वजन दोनो पैरों पर बराबर बांटना पड़ता है, जिससे शुरुआत में लोग संतुलन बनाना और सही मुद्रा बनाना सीख जाते हैं। दूसरे आसनों के मुकाबले इस आसन से सांस पर ध्यान केंद्रित करना आसान होता है। साथ ही इस आसन में चोट लगने का खतरा सबसे कम होता है। लेकिन इस एक ही आसन में रीढ़, पेट, पैर, हाथ और गर्दन को सक्रिय किया जा सकता है, जिससे नए लोग भी जल्द आसन के परिणाम महसूस करते हैं।

त्रिकोणासन के शारीरिक फायदे: त्रिकोणासन या ट्रायएंगल पोज के बहुत महत्वपूर्ण शारीरिक फायदे होते हैं। मसलन- यह रीढ़ और कमर के लिए बहुत उपयोगी आसन है। इससे रीढ़ की हड्डी में लचीलापन बढ़ता है और कमर की अकड़न कम होती है। यह आसन करने से जांघें और पैर मजबूत होते हैं। इस आसन से जांघ, घुटनों और पिंडलियों की मांसपेशियों में खिंचाव आता है, जिससे जांघें और पैर मजबूत होते हैं। यह आसन कंधे और छाती को खोलता है। इससे फेफड़ों की क्षमता बढ़ती है और श्वसन तंत्र बेहतर होता है। यह आसन पेट की मांसपेशियों को सक्रिय करता है, जिससे कब्ज और गैस की समस्या में राहत मिलती है तथा पाचन में सुधार होता है। यह आसन शरीर और मन के बीच तालमेल बढ़ाता है, जिससे संतुलन सधता है और एकाग्रता बढ़ती है। यह आसन हल्के दर्द में फायदा पहुंचाता है, जिससे साइटिका और पीठ दर्द में राहत मिलती है। लेकिन अगर दर्द गंभीर हो, तो बिना डॉक्टर से पूछे यह आसन न करें।

आसन करने का सही तरीका: त्रिकोणासन सही तरीके से किया जा सके, इसके लिए जरूरी है कि सुबह आसन किया जाए। लेकिन यदि किसी वजह से शाम को आसन करें तो सुनिश्चित करें कि कम से कम साढ़े चार से पांच घंटे पहले भोजन किया हो। यह आसन सही तरीके से करने के लिए कदम दर कदम यह तरीका अपनाएं।

सबसे पहले सीधे खड़े हों और दोनों पैरों के बीच आपस में तीन से साढ़े तीन फुट का फासला रखें। अब दोनों हाथों को कंधों के समानांतर फैलाएं और ध्यान रहे कि इस समय हथेलियां नीचे की तरफ हों। अब दाहिने पैर को 90 डिग्री बाहर और बाएं पैर को 15 डिग्री अंदर की ओर मोड़ें। इसके बाद दाहिनी ओर झुकें, इस समय दाहिना हाथ, पैर, टखने या जमीन पर रखें। जहां रखना आपको ज्यादा सुविधाजनक लगे। इसके बाद श्वास छोड़ते हुए धीरे- धीरे झुकें। अब बाएं हाथ को आसमान की ओर सीधा करें और नजरें ऊपर बाएं हाथ की अंगुलियों की ओर घुमाएं। इस स्थिति में 20 से 30 सेकेंड रहें, फिर धीरे-धीरे सांस लेते हुए वापस आएं। दूसरी प्रक्रिया भी इसी क्रम में दोहराएं।

कब न करें त्रिकोणासन: हाल में अगर गर्दन, पीठ, घुटने या कूल्हे में कहीं चोट लगी हुई है तो त्रिकोणासन करने से बचें। स्लिप डिस्क, वर्टिको या गंभीर कमर दर्द की स्थिति हो तो भी त्रिकोण आसन से दूर रहें। लो ब्लड प्रेशर की शिकायत हो या गर्भावस्था दूसरे या तीसरे महीने में चल रही हो तो बिना प्रशिक्षक की देख-रेख में यह आसन न करें।

त्रिकोणासन के पहले और बाद में क्या करें: त्रिकोणासन के पहले हल्का वार्मअप करें। इसके तहत गर्दन घुमाएं, कंधे ढीले करें, पैरों में स्ट्रेच करें। त्रिकोणासन करने के पहले कभी भी भारी खाना न खाएं। मन शांत रखें। इसी तरह त्रिकोणासन करने के बाद एक से दो मिनट शवासन करें। *

डाइट सजेशन
बुशरा फातमा

मिलेट्स यानी मोटे अनाज को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। आप भी इन्हें अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं। इनके सेवन से होने वाले फायदों के बारे में जानिए।

मिलेट्स को बनाएं डेली डाइट का हिस्सा

अपना देश जिस तेजी से डायबिटीज कैपिटल बनने की कगार पर है वह चिंता का विषय है। हमारे खान-पान की गलत आदतें, इस तरह पश्चिमी देशों से प्रभावित होती दिखाई दे रही हैं कि यहां मोटापा, हाई ब्लड प्रेशर, शुगर जैसी बीमारियां लगभग हर दूसरे घर में मिलनी शुरू हो गई हैं। बढ़ते हार्ट अटैक ने लोगों की चिंताएं बढ़ा दी हैं। ऐसे में हेल्थ को लेकर लापरवाही अब भारी पड़ सकती है। खान-पान की आदतें हमें समय रहते बदलनी जरूरी है। ऐसे में मिलेट्स को आज के दौर में खान-पान का जरूरी हिस्सा बनाना चाहिए। मिलेट्स बहुत सी खूबियों से भरा है, जिससे ये हमें बहुत सी बीमारियों से भी बचाने में मदद करता है।

पाचनतंत्र को मजबूत बनता है: मिलेट्स जैसे रागी, ज्वार, बाजरा आदि में फाइबर की प्रचुर मात्रा पाई जाती है, जिससे डाइजेशन अच्छा होता है। साथ ही ग्लूटेन फ्री होने की वजह से इसे पचाना आसान है। हर मिलेट में अलग-अलग पोषक तत्व होते हैं, इसलिए अपने शरीर की प्रकृति के अनुसार ही मिलेट्स का चुनाव करना चाहिए। जिन्हें कब्ज की समस्या हो, उन्हें मिलेट्स को अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए।

हृदय को रखे स्वस्थ: इन दिनों जिस तेजी से हार्ट अटैक की समस्या बढ़ रही है, उसमें खान-पान में लापरवाही इसके रिस्क रेट को और भी बढ़ा सकती है। मिलेट्स में मौजूद मैगनीशियम और पोटेशियम, ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में मदद करता है। इसलिए मिलेट्स से बनी कोई भी डिश दिन भर में एक समय की डाइट में जरूर शामिल करनी चाहिए। ज्वार या बाजरे की रोटी, चावल या गेहूं की रोटी की जगह इस्तेमाल कर सकते हैं।

डायबिटीज को कंट्रोल करता है: जिनका शुगर लेवल बॉर्डर पर हो या जिन्हें डायबिटीज की समस्या है, उन्हें मिलेट्स को अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। चूंकि मिलेट्स का ग्लायसेमिक इंडेक्स कम होता है, जो ब्लड शुगर को कंट्रोल करने में बहुत मदद करता है। ऐसे में ब्रेकफास्ट में रागी, इडली, डोसा या मिलेट्स फ्लेक्स से बना उपमा एक अच्छा ऑप्शन है। इससे आपकी डायबिटीज कंट्रोल रहेगी।

ब्रेन फूड है मिलेट्स: चूंकि आजकल बच्चों के खान-पान में जंक फूड ने इस तरह जगह बना ली है कि उन्हें सही न्यूट्रिशन नहीं मिल पाता। अच्छे दिमागी विकास के लिए बच्चों के डाइट में मिलेट्स का होना बहुत जरूरी है। इनमें आयरन और विटामिन बी कॉम्प्लेक्स भरपूर मात्रा में होते हैं, जो बच्चों के मानसिक विकास और एकाग्रता बढ़ाने में मदद करते हैं। बच्चों को मिलेट्स से बने लड्डू, स्नैक्स खिलाने से वो बाहर बिकने वाले जंक फूड से बचेंगे और ये उनके संपूर्ण विकास में सहायक भी होगा।

वजन कंट्रोल करने में भी है मददगार: मिलेट्स में मौजूद फाइबर की वजह से पेट लंबे समय तक भरा रहता है, जिससे खाने की क्रेविंग कम हो जाती है। इससे व्यक्ति कम खाना खाता है। अगर बढ़ते वजन से परेशान हैं तो उन्हें मिलेट्स से बने डिशेज वजन कंट्रोल करने में मदद करेंगे।

बरतें सावधानी: मिलेट्स खाने के फायदे तो बहुत हैं लेकिन इसे खाने में थोड़ी सावधानी भी बरतनी चाहिए। चूंकि इसमें फाइबर की प्रचुर मात्रा होती है इसलिए जिन लोगों को डाइजेस्टिव ब्लॉटिंग जैसी समस्या है, उन्हें मिलेट्स को पकाने से पहले पानी में सोक यानी भिगोने के बाद इस्तेमाल करना चाहिए। साथ ही अंकुरित और फर्मेंटेड मिलेट्स का सेवन करना चाहिए। *

(होम्योपैथ डॉ. अश्वनी कानेटकर से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

बस की टक्कर से बाइक सवार व्यक्ति की मौत

जींद। गांव ईक्कस के निकट तेजरफ्तार बस की टक्कर से बाइक सवार व्यक्ति की मौत हो गई। सदर थाना पुलिस ने मृतक के साले की शिकायत पर फरार बस चालक के खिलाफ मामला दर्ज किया है। गांव सेरदा निवासी सुरेश ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसका जीजा गांव रामराये निवासी बिजेंद्र बाइक पर सवार हो कर शहर से गांव की तरफ जा रहा था।

अमेरिका भेजने के नाम पर धोखाधड़ी आरोपी काबू

कैथल। ठगी करने वालों पर एसपी आस्था मोदी के निर्देशानुसार जिला पुलिस द्वारा शिकंजा कसा जा रहा है। ऐसे ही अमेरिका भेजने के नाम पर 24 लाख ठगी करने के मामले की जांच आर्थिक अपराध शाखा प्रभारी इंस्पेक्टर ओमप्रकाश की अगुवाई में एएसआई सुरेंद्र सिंह की टीम द्वारा करते जिला जींद के गांव बडौद निवासी जितेंद्र पाल उर्फ सोनु को गिरफ्तार कर लिया गया।

एप के माध्यम से खाते से उड़ाए 1. 86 लाख रुपये

जींद। साइबर ठगों ने एप के माध्यम से व्यक्ति के फोन को हैक कर खाते से एक लाख 86 हजार 253 रुपये ट्रांसफर कर लिए। साइबर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर अज्ञात के खिलाफ मामला दर्ज किया है। ग्रीन सिटी निवासी सुखदेव ने साइबर पोर्टल पर दी शिकायत में बताया कि जून माह ने उसने व्हाट्सअप पर आए लिंक को क्लिक कर लिया।

दुकान से नकदी व सामान चोरी करने वाला पकड़ा

हिसार। शहर पुलिस ने चोरी की वारदात को अंजाम देने वाले एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। मुख्य सिपाही नवीन कुमार ने बताया कि तलाकी गेट स्थित जूस व फास्ट फूड की दुकान से नकदी और सामान चोरी होने की शिकायत दुकान संचालक सुरेंद्र सचदेवा ने शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायत में बताया गया कि 15-16 जुलाई की रात दुकान से लगभग 50 हजार रुपये की नकदी व सामान चोरी हो गया था।

मोबाइल चोरी करने के दो आरोपित गिरफ्तार

जींद। सदर थाना पुलिस ने गांव बिश्रपुरा से मोबाइल फोन चोरी करने के दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। पुलिस आरोपितों से पूछताछ कर रही है। गांव बिश्रपुरा निवासी महिपाल ने गत 14 को पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि बीती रात चोरों ने मकान से दो मोबाइल चोरी कर ले गए थे।

हजारों का हजारों रुपये का सामान-नकदी चोरी

कैथल। कस्बा चीका से चोर सैनेटरी हार्डवेयर स्टोर की दुकान से हजारों रुपए का सामान व नकदी चुरा कर ले गए। चीका के राजेश ने चीका पुलिस को दी शिकायत में आरोप लगाया कि चोर 18 अगस्त की रात को उसकी सैनेटरी हार्डवेयर स्टोर की दुकान में घुसते हुए वहां पर रखा सामान व नकदी चुरा कर ले गए। चुराए गए सामान की कुल कीमत करीब 60000 बताई गई है।

भिवानी में सद्भावना दिवस के रूप में मनाई पूर्व प्रधानमंत्री की जयंती

राजीव गांधी ने देश को आधुनिक तकनीक एवं सूचना क्रांति की ओर किया अग्रसर

आश्रम में रह रहे प्रभुजनों को भोजन करवाकर जयंती को सेवा दिवस के रूप में मनाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भारत के पूर्व प्रधानमंत्री और भारत रत्न से सम्मानित राजीव गांधी की 81वीं जयंती 20 अगस्त को कांग्रेस पार्टी द्वारा सद्भावना दिवस के रूप में मनाई। इस अवसर पर देशभर के कांग्रेस नेताओं ने उन्हें वीरभूमि में बनी उनकी समाधि पर भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए उनके महान योगदान को याद किया। इसी कड़ी में जिला कांग्रेस कमेटी के जिला अध्यक्ष प्रदीप गुलिया की अध्यक्षता में पूर्व प्रधानमंत्री भारत रत्न राजीव गांधी की जयंती बुधवार को श्रीकृष्ण प्रणामी आश्रम में श्रद्धापूर्वक मनाई। इस अवसर पर कांग्रेस कार्यकर्ताओं एवं सामाजिक कार्यकर्ताओं ने उनके चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी। आश्रम में रह रहे प्रभुजनों को भोजन करवाकर जयंती को सेवा दिवस के रूप में मनाया। जिला कांग्रेस कमेटी के जिला अध्यक्ष प्रदीप गुलिया ने कहा कि राजीव गांधी ने भारत को आधुनिक तकनीक और सूचना क्रांति की ओर अग्रसर किया। पंचायतीराज व्यवस्था को मजबूत बनाने, युवाओं को 18 वर्ष की आयु में मताधिकार देने तथा शिक्षा और रोजगार क्षेत्र में नई सोच लाने का श्रेय राजीव को जाता है, उनकी नीतियों और विचारों से आज भी देश दिशा प्राप्त करता है। पंचायती राज को मजबूती देने और युवाओं की लोकतंत्र में भागीदारी सुनिश्चित करने जैसे कार्यों को हमेशा याद किया जाएगा। मौके पर कांग्रेस नेता धीरज सिंह, अमन तंवर राघव, सुरेश प्रजापति, पूर्व पार्षद शीला गोरा, विरेंद्र सिवाच, पूर्व पार्षद अशोक जोगी, रमेश ढिगावा, कृष्ण प्रजापत, वेद मास्टर, अजय धनाना, रविंद्र धनाना, शिवकुमार बोस, रोबिन जोगी, सुनील शर्मा व रणदीप सिंह आदि मौजूद रहे।

पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय राजीव गांधी को श्रद्धांजलि देते कांग्रेस जिलाध्यक्ष प्रदीप गुलिया व अन्य कार्यकर्ता।

युवाओं को एकता एवं समाजिक एकजुट रहने की दिलवाई शपथ

भिवानी। जिला युवा अधिकारी नित्यानंद यादव और लेखा प्रभार जितेंद्र सैनी के मार्गदर्शन में सद्भावना दिवस पर माय भारत भिवानी एवं युवा विकास क्लब मिताथल के संयुक्त तत्वावधान में विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम के मुख्यतिथि मिताथल सरपंच नरेश कुमार तथा विशेष अतिथि मास्टर पवन कुमार उपस्थित रहे। मुख्यतिथि नरेश कुमार ने कहा कि गांवों और समाज में सौहार्द, भाईचारे और आपसी एकता को बनाए रखना हर नागरिक का कर्तव्य है। युवाओं को शांति और सद्भावना के मार्ग पर चलते हुए समाज को नई दिशा देनी चाहिए। माइ भारत राष्ट्रीय स्वयंसेवक मोहित ने युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि भारत की सबसे बड़ी शक्ति उसकी एकता में विविधता है और एकता और समाजिक एकजुट रहने की शपथ दिलाई। मास्टर पवन ने युवाओं से शिक्षा और संस्कारों के माध्यम से समाज में सकारात्मक बदलाव लाने का आह्वान किया। कार्यक्रम में उपस्थित सभी लोगों ने सामूहिक रूप से ये संकल्प लिया कि वे समाज में भाईचारा, राष्ट्रीय एकता, अहिंसा सद्भावना की भावना को आगे बढ़ाएंगे। युवा विकास क्लब एवं माय भारत भिवानी ने मिलकर निर्णय लिया कि भविष्य में ऐसे सामाजिक एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम लगातार आयोजित किए जाएंगे। कार्यक्रम पर नरेश सरपंच, अशोक कुमार, मास्टर पवन कुमार, सुरेंद्र सिंह, श्रीभगवान पहलवान, युवा विकास क्लब अध्यक्ष मिताथल हितेस कुमार, सुरेश व आशीष आदि मौजूद रहे।

तोशाम। पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय राजीव गांधी के जन्म दिवस पर पुष्पाजंलि अर्पित करते हुए। फोटो :हरिभूमि

राजीव गांधी के जन्म दिवस पर अर्पित की श्रद्धांजलि

हरिभूमि न्यूज,तोशाम

पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय राजीव गांधी के जन्म दिवस पर बुधवार को कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने कांग्रेस के भिवानी ग्रामीण जिला अध्यक्ष अनिरुद्ध चौधरी के निवास स्थान पर एकत्रित होकर अनिरुद्ध चौधरी के नेतृत्व में राजीव गांधी को पुष्पांजलि अर्पित की। भिवानी जिले की बेटी अध्यापिका मनीषा की संदिग्ध मौत के चलते यह कार्यक्रम कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने सूक्ष्म रूप से आयोजित किया।

इस दौरान कांग्रेस के भिवानी जिला अध्यक्ष अनिरुद्ध चौधरी ने उपस्थित कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कहा कि पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी बहुत ही नेक दिल के इंसान थे और उन्होंने अपना सर्वस्व जीवन भारत देश की उन्नति, तरक्की एवं खुशहाली के लिए लगाया। अनिरुद्ध चौधरी का कहना था कि हमें पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी के पद चिन्हों पर चलकर भारत देश को आगे बढ़ाना चाहिए और युवाओं को उनके आदर्श को अपने जीवन में ग्रहण करना चाहिए। इस मौके पर मौजूद सभी कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी। इस मौके पर देवराज महता, अमन राघव, सेवादल के प्रधान वीरेंद्र, अशोक ढोला, भूप मान, सुबे सिंह, बलवान एमसी, डॉ. फूल सिंह, दया गांधी, रामकुमार, जयवीर, राजकुमार धनखड़, कामरेड रवि, अशोक जोगी एमसी, कंवर वीर सिंह आदि सहित अनेक कार्यकर्ता मौजूद थे।

नहरों में न डालें पूजा सामग्री या अन्य कोई पदार्थ: उपायुक्त

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने नागरिकों से नहरों का पानी दूषित न करने का आह्वान किया है। उपायुक्त शर्मा ने कहा कि नहरों के पानी के माध्यम से ही हम सभी के घरों में पेयजल आपूर्ति होती है, ऐसे में नहरों को साफ रखना बेहद जरूरी है। डीसी शर्मा ने कहा कि नहरों और नदियों का पानी दूषित करना एक गंभीर समस्या है, जिससे स्वास्थ्य, पर्यावरण व अर्थव्यवस्था पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। नहरों के पानी को साफ रखने के लिए सामूहिक प्रयास करने चाहिए। नहरों में पूजा-सामग्री या अन्य किसी भी प्रकार का कचरा न डालें। उन्होंने कहा कि अंधविश्वास से ऊपर उठकर अपने कर्तव्यों का पालन करें।

भक्ति एवं समाज का संगम, 101 दिवसीय धार्मिक और सामाजिक परिक्रमा 90वें दिन भी रही जारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हनुमान जोहड़ी मंदिर धाम व युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट द्वारा बालयोगी महंत चरणदास महाराज के सान्निध्य में शुरू की गई 101 दिवसीय धार्मिक और सामाजिक परिक्रमा बुधवार को 90वें दिन में जारी रही।

यह अनूठी परिक्रमा न केवल भक्ति का मार्ग प्रशस्त कर रही है, बल्कि समाज एवं संस्कृति को भी नई दिशा दे रही है। इस परिक्रमा के दौरान श्रद्धालु शहर के विभिन्न मंदिरों के दर्शन कर रहे हैं, जिससे उन्हें छोटी काशी के आध्यात्मिक महत्व के बारे में गहन जानकारी मिल रही है। महंत चरणदास ने बताया कि यात्रा का उद्देश्य सिर्फ धार्मिक अनुष्ठान नहीं है, बल्कि हमारी प्राचीन सामाजिक एवं सांस्कृतिक परंपराओं को भी मजबूती दे रही है। यात्रा में प्रतिदिन बड़ी संख्या में श्रद्धालु भाग ले रहे हैं, जो आयोजन की सफलता को दर्शाती है। परिक्रमा के अंतिम 11 दिन विशेष रूप से महत्वपूर्ण होंगे। इन दिनों में देश में सुख-शांति और समृद्धि की कामना के लिए परिक्रमा के साथ-साथ उपवास, उपासना व यज्ञ अनुष्ठान जैसे कार्यक्रम भी आयोजित किए जाएंगे। सभी कार्यक्रम 31 अगस्त को परिक्रमा के भव्य समापन के साथ समाप्त होंगे।

भिवानी। परिक्रमा जत्थे में शामिल श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

पिछले एक माह से नहीं हो रहे इंतकाल किसानों ने डीआरओ से की मुलाकात

समस्याओं का समाधान करना सरकार और प्रशासन की जिम्मेदारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

पिछले एक माह से लंबित पड़े इंतकाल एवं फसलों से जुड़ी राजस्व रिकॉर्ड संबंधी प्रक्रिया को लेकर किसानों में रोष बढ़ता जा रहा है, जिसको लेकर किसानों ने भारतीय किसान यूनियन के जिला प्रधान हरपाल भांडवा के नेतृत्व में डीआरओ से मुलाकात की और समस्याओं का शीघ्र समाधान करने की मांग रखी। किसानों ने बताया कि लंबे समय से इंतकाल दर्ज नहीं हो रहे, जिसकारण खरीद-बिक्री, लोन, मुआवजा व अन्य सरकारी योजनाओं से जुड़ी प्रक्रियाएं अटकी पड़ी हैं। किसानों को सरकारी दफ्तरों के चक्कर लगाने पड़ रहे हैं, लेकिन समस्या का समाधान नहीं निकल पा रहा। भांडवा ने कहा कि जल्द ही इंतकाल शुरू नहीं किए तो किसान आंदोलन का रूख अपनाने को मजबूर होंगे। उन्होंने प्रशासन को चेतावनी दी कि किसानों की समस्याओं का समाधान करना सरकार और प्रशासन की जिम्मेदारी है, अन्यथा व्यापक आंदोलन खड़ा किया जाएगा। इस संबंध में डीआरओ ने किसानों को आश्वासन दिया और कहा कि वीरवार को जिन किसानों का इंतकाल बकाया है, वे आकर अपना इंतकाल करवा लें, क्योंकि पिछले काफी समय से लोग परेशान हैं।

भाकियू जिला प्रधान हरपाल भांडवा।

ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विवि की रूद्रा कॉलोनी शाखा में रक्तदान शिविर 23 को लगेगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय रूद्रा कॉलोनी के दिव्य भवन में शाखा संचालिका बीके रजनी बहन ने बताया कि ब्रह्माकुमारी संस्था पूरे भारतवर्ष में और नेपाल मे विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन कर रही है, जो संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणि के 18 में पुण्य स्मृति दिवस के उपलक्ष्य में देशभर के सभी ब्रह्माकुमारी संस्था की शाखाओं में 22 से 25 अगस्त तक किया जा रहा है। ब्रह्माकुमारी संस्था का उद्देश्य एक लाख यूनिट रक्त एकत्रित करके सरकार के कार्यों में सहयोग देने व सामाजिक कार्यों में अपना सहयोग देकर गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड में दर्ज करने का लक्ष्य है। रजनी बहन ने कहा इस महान कार्य में ब्रह्माकुमारी की शाखा रूद्रा कॉलोनी में 23 अगस्त को भारत सरकार के स्वास्थ्य मंत्रालय मुख्य हेड ऑफिस माउंट आबू के समाजसेवा प्रभाग एम्स बाढ़सा के सहयोग से विशाल रक्तदान शिविर आयोजित किया जाएगा, जिसमें सामाजिक संस्थाओं का सहयोग अपेक्षित है।

110 पशु मृत मिलने से मचा हड़कंप

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

गांव साहनपुर में रात को संदिग्ध हालात में 110 भेड़ व बकरियों की अचानक मौत से हडकंप मच गया। बाड़े में 155 भेड़ व बकरियां थी। सूचना मिलते ही पशु चिकित्सक मौके पर पहुंच गए और हालातों का जायजा। पशुओं में किसी बीमारी के लक्षण भी नही मिले । चिकित्सकों ने मृत भेड़, बकरियों का पोस्टमार्टम करवा उन्हें दफना दिया और बिसरे को जांच के लिए लैबोरट्री भेज दिया। रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के कारणों का खुलासा हो सकेगा।

■ तीन चिकित्सकों की टीम ने किया पोस्टमार्टम, बिसरा लैबारेट्री भेजा

अचानक भेड़ें तथा बकरियों के मारे जाने से पालक को भी काफी नुकसान हुआ है। गांव साहनपुर निवासी शिवम ने मकान के साथ अपनी भेड़, बकरियों का बाडा बनाया हुआ है। रात को शिवम ने 140 भेडों तथा 15 बकरियों को ठीक ठाक छोड़ा था। जिसमें से बुधवार सुबह 101 भेड़ तथा नौ बकरियां मृत पाई गई। एक साथ 110 भेड़ व बकरियों के अचानक मरने से हडकंप मच गया। सूचना मिलते ही पशुपालन विभाग के चिकित्सक मौके पर पहुंच गए और हालातों का जायजा लिया। छानबीन में ऐसा कुछ सामने नही आया कि एक साथ इतनी संख्या में भेड़, बकरियों की मौत हो सके। कोई बिमारी के लक्षण भी नही दिखाई दिए। देर रात तक सब कुछ ठीक था।

जींद में मलेरिया का एक डेंगू के सात केस मिले

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जिला में डेंगू और मलेरिया दस्तक दे चुका है। स्वास्थ्य विभाग को डेंगू के सात और मलेरिया का एक केस मिल चुका है। डेंगू और मलेरिया के केस सामने आने के बाद स्वास्थ्य विभाग ने जांच अभियान को और गहन कर दिया है। स्वास्थ्य विभाग की 200 से अधिक टीमें फिल्ड में हैं जो लोगों को लगातार जागरूक करने का काम कर रही है। वहीं अबतक एक लाख 20 हजार लोगों की मलेरिया जांच की जा चुकी है। जिनमें से केवल एक केस मलेरिया का मिला है। वहीं 20 लाख घरों में लारवा की जांच हुई। जिले में सबसे ज्यादा वर्ष 2015 में 668 डेंगू के मामले सामने आए थे। इसके बाद स्वास्थ्य विभाग द्वारा चलाए गए जागरूकता अभियान से साल दर साल डेंगू का प्रकोप कम होता चला गया। विभाग की तरफ से सितंबर व अक्टूबर माह डेंगू के लिए पीक सीजन माना जाता है। डेंगू का मच्छर साफ पानी पर पनपता है। यह मौसम मच्छरों के पनपने लिए पूरी तरह से अनुकूल है।

बीके विद्यालय में क्वांटम विज्ञान का आरंभ, निर्णायक मंडल की भूमिका संजय व रेणु ने निभाई

प्रतियोगिता में दसवीं की नैना प्रथम और तनुष्का द्वितीय स्थान पर रही

हरिभूमि न्यूज,बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा के बी के॰ वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में ब्लॉक स्तर पर विज्ञान से संबंधित क्वांटम विज्ञान का आरंभ क्षमता व चुनौतियां' विषय पर सेमिनार आयोजित किया गया।

इस अवसर पर बवानी खेड़ा ब्लॉक के विभिन्न विद्यालयों से विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया, जिसमें गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल भैनी कुंगड़, पीएम श्री सीनियर सेकेंडरी स्कूल बवानी खेड़ा, आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस मिलकपुर, बीके॰ सीनियर सेकेंडरी स्कूल बवानी खेड़ा आदि शामिल रहे। इस सेमिनार में बच्चों ने क्वांटम विज्ञान का आरंभ रू क्षमता व चुनौतियों को पी.पी.टी. के माध्यम से समझाया। क्वांटम विज्ञान का चिकित्सा, कंप्यूटर विज्ञान, पर्यावरण आदि के माध्यम से भौतिक विज्ञान की न्यूनतम अविभाज्य इकाई से अवगत करवाया। इस सेमिनार में निर्णायक मंडल की भूमिका संजय व श्रीमती रेणु ने निभाई। ब्लॉक कोर्डिनेटर रेणु सैनी ने अपने भाषण में बच्चों को क्वांटम विज्ञान का आरंभ रू क्षमता व चुनौतियों के बारे में बताया और उन्हें प्रोत्साहित करते हुए कहा की आप सभी विजेता हैं क्योंकि आप सभी अपने प्रयाशों से यहाँ तक आए हैं। ब्लॉक स्तर पर आयोजित विज्ञान से संबंधित क्वांटम विज्ञान का आरंभ क्षमता व चुनौतियां विषय पर सेमिनार का परिणाम इस प्रकार रहा। बी के वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बवानी खेड़ा में दसवीं कक्षा से नैना प्रथम स्थान पर, पी.एम. श्री सीनियर सेकंडरी विद्यालय बवानी खेड़ा से तनुष्का द्वितीय स्थान पर, राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल भैनी कुंगड़ से तनु तृतीय स्थान पर रहे। ।बीके वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बवानी खेड़ा में ब्लॉक स्तर पर विज्ञान से संबंधित 'क्वांटम विज्ञान का आरंभ क्षमता व चुनौतियां' विषय पर सेमिनार आयोजित किया गया। इस अवसर पर बवानी खेड़ा ब्लॉक के विभिन्न विद्यालयों से विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया, जिसमें गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल भैनी कुंगड़, पी. एम. सीनियर सेकेंडरी स्कूल बवानी खेड़ा, आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस मिलकपुर, बीके सीनियर सेकेंडरी स्कूल बवानी खेड़ा आदि शामिल रहे। इस सेमिनार में बच्चों ने क्वांटम विज्ञान का आरंभ क्षमता व चुनौतियों को पी.पी.टी. के माध्यम से समझाया। क्वांटम विज्ञान का चिकित्सा, कंप्यूटर विज्ञान, पर्यावरण आदि के माध्यम से भौतिक विज्ञान की न्यूनतम अविभाज्य इकाई से अवगत करवाया। इस सेमिनार में निर्णायक मंडल की भूमिका संजय व रेणु ने निभाई। ब्लॉक कोर्डिनेटर रेणु सैनी ने अपने भाषण में बच्चों को क्वांटम विज्ञान का आरंभ ,क्षमता व चुनौतियों के बारे में बताया और उन्हें प्रोत्साहित करते हुए कहा की आप सभी विजेता हैं क्योंकि आप सभी अपने प्रयाशों से यहां तक आए हैं। ब्लॉक स्तर पर आयोजित विज्ञान से संबंधित क्वांटम विज्ञान का आरंभ क्षमता व चुनौतियां विषय पर सेमिनार का परिणाम इस प्रकार रहा । बीके वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बवानी खेड़ा में दसवीं कक्षा से नैना प्रथम स्थान पर, पी.एम. श्री सीनियर सेकंडरी विद्यालय बवानी खेड़ा से तनुष्का द्वितीय स्थान पर, राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल भैनी कुंगड़ से तनु तृतीय स्थान पर रहे। इस अवसर पर विद्यालय प्राचार्य पंकज कुमार मिश्रा जी ने सभी विद्यार्थियों की प्रशंसा की। उन्होंने अपने उद्बोधन में विद्यार्थियों को विज्ञान से संबंधित नए-नए तथ्य, नवीन आविष्कारों के बारे में अवगत करवाया।

इस अवसर पर विद्यालय प्रबंधन समिति सचिव योगेश शर्मा, वरिष्ठ विभाग संचालक योगेंद्र सिंह, कनिष्ठ विभाग संचालक मंजू मलिक, राहुल, कृष्ण कुमार, कृष्ण पंघाल, दिव्या, अन्नु सहित समस्त स्टाफ व विद्यार्थीगण उपस्थित रहे।

बवानीखेड़ा। के बीके वमावि में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थितजन

प्राचार्य ने सभी विद्यार्थियों की प्रशंसा की

इस अवसर पर विद्यालय प्राचार्य पंकज कुमार मिश्रा जी ने सभी विद्यार्थियों की प्रशंसा की। उन्होंने अपने उद्बोधन में विद्यार्थियों को विज्ञान से संबंधित नए-नए तथ्य, नवीन आविष्कारों के बारे में अवगत करवाया।इस अवसर पर विद्यालय प्रबंधन समिति सचिव योगेश शर्मा, वरिष्ठ विभाग संचालक योगेंद्र सिंह, कनिष्ठ विभाग संचालिका मंजू मलिक, राहुल, कृष्ण कुमार, कृष्ण पंघाल, दिव्या, अन्नु सहित समस्त स्टाफ व विद्यार्थीगण उपस्थित रहे

पुरानी व्यवस्था को वापस लागू करने की मांग दोहराई

ऑनलाइन ट्रांसफर के विरोध में एएचपीसी वर्कर्स यूनियन ने सीएम के नाम सौंपा ज्ञापन

■ सरकार की ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी कर्मचारियों के लिए है अमानवीय : सर्कल सचिव अशोक गोयत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी के विरोध में ऑल हरियाणा पावर कॉरपोरेशन (एएचपीसी) वर्कर यूनियन संबंधित सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा ने बुधवार को स्थानीय बीटीएम चौक स्थित बिजली कार्यालय में रोष जताया।

इस दौरान कर्मचारियों ने यूनियन के सर्कल सचिव अशोक गोयत, राज्य सचिव लोकेश, राज्य ऑडिटर धर्मबीर भाटी, राज्य के सीसी मैंबर चांदराम, और विजय जांगड़ा के नेतृत्व में सर्कल के अधीक्षक अभियंता (एसई) के माध्यम से मुख्यमंत्री के नाम एक मांगपत्र सौंपा, जिसमें पुरानी ट्रांसफर पॉलिसी को बहाल करने की मांग की गई है।

इस मौके पर राज्य सचिव लोकेश, सर्कल सचिव अशोक गोयत, यूनिट प्रधान रविंद्र दिनोद ने कहा कि बिजली निगम में कर्मचारियों की पुरानी ट्रांसफर पॉलिसी काफी कारगर थी, जिसमें मानवीय पहलुओं का ध्यान रखा जाता था।

भिवानी। मांगों को लेकर मांगपत्र सौंपते हुए। फोटो : हरिभूमि

पॉलिसी पूरी तरह से अमानवीय

उन्होंने बताया कि नई ऑनलाइन पॉलिसी में कर्मचारियों की व्यक्तिगत समस्याओं, जैसे कि स्वास्थ्य संबंधी परेशानियां या पारिवारिक जिम्मेदारियों, को अनदेखा किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि यह पॉलिसी पूरी तरह से अमानवीय है। कर्मचारियों को उनके गृह जिलों से सैकड़ों किलोमीटर दूर भेजा जा रहा है, जिससे उन्हें और उनके परिवारों को भारी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने यह भी बताया कि ट्रांसफर के बाद नए स्थान पर रहने और काम करने की व्यवस्था करना भी एक बड़ी चुनौती बन गया है। उन्होंने कहा कि मांगपत्र के माध्यम से मुख्यमंत्री से मांग की गई है कि वे ऑनलाई ट्रांसफर पॉलिसी को रद्द करें तथा पुरानी व्यवस्था को वापस लागू करें। उन्होंने चेतावनी दी कि अगर सरकार उनकी मांगों पर ध्यान नहीं देती है तो यूनियन भविष्य में बड़े आंदोलन शुरू करने के लिए मजबूर होगी। इस अवसर पर प्रैस प्रवक्ता अभिषेक शर्मा, सुखबीर, यूनिट सचिव राजेश दुल्हेड़ी, कमल प्रधान, दादरी से सतेंद्र प्रधान, विकास हरटिया, अनिल बामला, अमित, बवानीखेड़ा सब यूनिट प्रधान, सोमबीर अटेला, सहित अन्य कर्मचारी मौजूद रहे।

रेशनेलाइजेशन के खिलाफ हरियाणा गर्वमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन ने सौंपा ज्ञापन

■ यूनियन ने सिंचाई, जनस्वास्थ्य व लोक निर्माण विभाग के ईआईसी तथा एसीएस के नाम सौंपा मांगपत्र

■ रेशनेलाइजेशन से मौजूदा कर्मचारियों की नौकरी पर संकट के साथ भविष्य में रोजगार के अवसर भी होंगे कम : बागड़ी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा गर्वमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन रजि. नंबर-41 संबंधित सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा ने बुधवार को भिवानी में रेशनेलाईजेशन की नीति के खिलाफ कड़ा विरोध दर्ज कराया। यूनियन की जिला कमेटी ने सिंचाई विभाग, जनस्वास्थ्य विभाग और लोक निर्माण विभाग के अधीक्षक अभियंताओं के माध्यम से तीनों विभागों के ईआईसी तथा एसीएस के नाम मांगपत्र सौंपा। कर्मचारियों का नेतृत्व यूनियन के राज्य उपप्रधान सूरजभान जटासरा, जिला प्रधान अनिल बागड़ी, जिला कोषाध्यक्ष विनोद तंवर व जिला वरिष्ठ उपप्रधान रामशरण ने किया तथा मांगपत्र के जरिए सरकार की रेशनेलाईजेशन नीति की निंदा की।

भिवानी। मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपते हुए। फोटो : हरिभूमि

युवाओं के भविष्य के साथ खिलवाड़

मांगपत्र सौंपते हुए यूनियन नेताओं ने कहा कि सरकार की रेशनेलाइजेशन की नीति कर्मचारियों और प्रदेश के युवाओं के भविष्य के साथ सरासर खिलवाड़ है। इस नीति से ना केवल मौजूदा कर्मचारियों की नौकरी पर संकट आएगा, बल्कि भविष्य में सरकारी विभागों में रोजगार के अवसर भी कम होंगे। उन्होंने कहा कि इस नीति के विरोध में एक बड़ा आंदोलन छेडवे का फैसला किया है। इसकी शुरुआत 6 सितंबर को एक बड़े प्रदर्शन के साथ होगी तथा 6 सितंबर को यूनियन सिंचाई मंत्री श्रुति चौधरी के भिवानी स्थित आवास पर प्रदर्शन करेंगे और उन्हें ज्ञापन सौंपेंगे। इसके उपरांत हिसार में मंत्री रणबीर गंगवा के आवास पर भी विरोध प्रदर्शन कयिा जाएगा, ताकि रेशनेलाइजेशन नीति के खिलाफ अपनी आवाज को और बुलंद किया जा सके। राज्य उपप्रधान सूरजभान जटासरा, जिला प्रधान अनिल बागड़ी, जिला कोषाध्यक्ष विनोद तंवर व जिला वरिष्ठ उपप्रधान रामशरण ने कहा कि जब तक सरकार रेशनेलाइजेशन की नीति को वापस नहीं लेती, तब तक उनका आंदोलन जारी रहेगा।

राज्य स्तरीय कविता लेखन में श्रीमती उत्तमीबाई कन्या स्कूल की साक्षी प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

साक्षी।

■ साक्षी का राष्ट्रीय स्तरीय प्रतियोगिता के लिए चयन

तेरापंथ भवन कटला रामलीला हिसार में अणुव्रत समिति द्वारा अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के तहत विभिन्न राज्य स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन किया, जिसमें श्रीमती उत्तमीबाई आर्य कन्या वमा विद्यालय की साक्षी ने राज्य स्तरीय कविता लेखन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त कर विद्यालय व जिले का नाम रोशन किया। छात्रा साक्षी का अब राष्ट्र स्तर की प्रतियोगिता के लिए चयन हुआ है। संविधान का दीप जले मर्यादा की लौ रहे विषय पर स्वरचित कविता लेखन प्रतियोगिता में वरिष्ठ वर्ग में प्रथम स्थान पर रही। विद्यालय प्रबंध कारिणी समिति के अध्यक्ष सतप्रकाश गिरधर, सचिव सीपी चावला, सदस्या आशा अवस्थी, सूक्षा वधवा ने छात्रा साक्षी की शानदार उपलब्धि पर छात्रा एवं उसके माता-पिता को बधाई देते हुए उज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय प्राचार्या अनीता बासोतिया ने छात्रा साक्षी की सराहना करते हुए राष्ट्र स्तर की प्रतियोगिता में प्रथम आने के लिए प्रोत्साहित किया तथा छात्रा उसके अभिभावक एवं प्राध्यापिका कृष्णा सेन व विद्यालय की अध्यापिकाओं को बधाई दी।

बीपीएस की डिंपल ने जिला स्तरीय फैंसी ड्रेस में जीता प्रथम स्थान

■ छात्रा डिंपल की सफलता से विद्यालय में खुशी की लहर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में भाग लेती डिंपल। फोटो : हरिभूमि

भिवानी पब्लिक स्कूल की चौथी कक्षा की छात्रा डिंपल ने जिला स्तरीय फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में जिला स्तर पर प्रथम स्थान हासिल कर एक बार फिर से विद्यालय का नाम रोशन किया है। इस उपलब्धि के लिए विद्यालय ने छात्रा डिंपल को बधाई और शुभकामनाएं दी हैं। छात्रा डिंपल की सफलता से विद्यालय में खुशी की लहर है और सभी उसके उज्वल भविष्य की कामना कर रहे। इस तरह की प्रतियोगिताएं छात्रों की रचनात्मकता एवं आत्मविश्वास को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। छात्रा डिंपल की उपलब्धि से विद्यालय के अन्य छात्रों को भी प्रेरणा मिलेगी और वे अपनी प्रतिभा को प्रदर्शित करने के लिए प्रोत्साहित होंगे।

खबर संक्षेप

अवैध हथियार सहित युवक गिरफ्तार

चरखी दादरी। एसटीएफ यूनिट ने अवैध हथियार सहित युवक को चम्पापुरी कॉलोनी से गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान उत्तर प्रदेश के एटा जिला निवासी हिमांशु राठौड के रुप में हुई है। पुलिस प्रवक्ता योगेश ने बताया कि रविवार को एसटीएफ टीम अपराध नियन्त्रण के लिए दादरी में रोहतक फाटक पर मौजूद थी। उस दौरान सूचना मिली कि चम्पापुरी में एक युवक देशी पिस्तौल सहित किसी के इंतजार में खड़ा है। टीम ने चम्पापुरी में दबिश दी। जहां एक युवक बाइक पर बैठा हुआ था। पुलिस को तलाशी लेने पर उसके पास से एक देशी पिस्तौल बरामद हुआ।

शहर को साफ और सुंदर बनाने में स्वच्छता प्रहरियों का योगदान अहमः तायल

लोहारू। नगरपालिका कार्यालय में स्वच्छता प्रहरियों की सामग्री प्रदान करते हुए चेयरमैन प्रदीप तायल, सचिव तेजपाल सिंह और पार्षद रवि अग्रवाल।

लोहारू। नगरपालिका चेयरमैन प्रदीप तायल ने कहा कि शहर को सुंदर और साफ बनाए रखने में स्वच्छता प्रहरियों का योगदान अहम है। शहरवासियों को चाहिए कि वे शहर के सौंदर्यीकरण में योगदान देते हुए स्वच्छता प्रहरियों का हर संभव सहयोग करें। वे बुधवार को नगरपालिका कार्यालय परिसर में नगर पालिका सचिव तेजपाल सिंह की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में स्वच्छता प्रहरियों को साबुन तेल आदि वितरित कर रहे थे। प्रदीप तायल ने कहा कि सभी स्वच्छता प्रहरी ईमानदारीबोर कर्तव्य निष्ठा से शहर के सौंदर्यीकरण में योगदान दें। सचिव तेजपाल सिंह ने बताया कि शहर के सभी 14 वार्डों में सफाई व्यवस्था को बेहतर बनाने के लिए वार्ड अनुसार स्वच्छता प्रहरियों की ड्यूटी लगा रखीं है। शहर को साफ और सुंदर बनाए रखना प्रत्येक शहरवासी का प्रथम कर्तव्य है।

मुआवजे को लेकर किसानों का धरना जारी

■ किसानों का धरना 35वें दिन भी जारी रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

कस्बे की अनाजमंडी में संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर बकाया मुआवजे की मांग को लेकर किसानों का धरना 35वें दिन भी जारी रहा। इस दौरान किसानों ने प्रदेश सरकार के खिलाफ नारेबाजी की। धरने की अध्यक्षता पहलाद सिंह भांडवा व जयसिंह ने संयुक्त रूप से की। धरने को संबोधित करते हुए श्योराण खाप 25 के प्रधान बिजेंद्र बेरला ने कहा कि भाजपा ने प्रदेश में सरकार बनने पर स्वामीनाथन आयोग को लागू करने की बात कही थी, लेकिन सरकार बनते ही किसानों के लिए सरकार तीन काले कानून लेकर आई, जिसके विरोध में किसानों ने दिल्ली में 13 माह तक धरना दिया और भाजपा नेताओं ने किसानों को आतंकवादी तक कह दिया था, लेकिन अंत में किसानों की जीत हुई और सरकार को काले कानून वापस लेने पड़े। समय लगेगा, लेकिन सरकार को किसानों को बकाया 150 सौ करोड़ रुपये का मुआवजा किसानों को देना पड़ेगा।

बाढ़ड़ा। कस्बे की अनाजमंडी में बकाया मुआवजे की मांग को लेकर धरना देते किसान।

घोटाले का आरोप

धरने पर किसानों ने कहा कि 2023 कपास बीमा क्लेम में कृषि विभाग के अधिकारियों ने सत्ताधारियों से मिलकर चुनाव आचार संहिता के चलते जिला भिवानी व चरखी-दादरी जिलों के 450 करोड़ रुपयों के कलेम को लगभग सौ करोड़ रुपये कर 350 करोड़ रुपयों का घोटाला किया। इतना ही नहीं हरियाणा भर में वर्ष 2022-23 में फसल बीमा क्लेम 2497 करोड़ रुपये मिला, चुनावी वर्ष 2023-24 में ये क्लेम सिर्फ 224 करोड़ रुपये किसानों को दिया गया, जो किसानों के साथ अन्याय हैं। धरने पर सुमेर सिंह भांडवा, रणधीर सिंह कुंगड़, मास्टर रघबीर सिंह काकडोली, सुरेश मान, ब्रह्मपाल बाढ़ड़ा, नरेश कादयान, सुमेरसिंह धारणी आदि मौजूद रहे।

मॉडल संस्कृति विद्यालय के छात्रों ने बैंक पहुंचकर ली जानकारी

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा स्थित वीर शहीद कपिल देव राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के दर्जनों विद्यार्थियों ने विद्यालय स्टाफ गोल्डी, गीता, मीनू एचडीएफसी बैंक पहुंचकर बैंकिंग प्रणाली की जानकारी ली। बैंक में जानकारी देते हुए पूनम ने विद्यार्थियों को बताया कि किसी प्रकार से बैंक खाता खोलना, नेटबैंकिंग, क्रेडिट कार्ड, पर्सनल लोन, गोल्ड लोन, एफडी, आरडी सहित अन्य सुविधाओं का लाभ लिया जा सकता है। बैंक प्रणाली में किस प्रकार से अलग अलग सेविंग की जा सकती है ताकि भविष्य में जमा राशि काम आ सके। बैंक मैनेजर दीपक गिरधर ने जानकारी दी।

नशे पर अंकुश लगाने के लिए प्रशासन गंभीर

चरखी दादरी। जिला प्रशासन नशे पर अंकुश लगाने को लेकर पूरी तरह से गंभीर है और इसके लिए आवश्यक कदम भी उठाए जा रहे हैं। सभी विभागों को नशे के विरुद्ध अभियान में सक्रियता से भाग लेने के निर्देश दिए गए हैं। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने कहा है कि नशे के मरीजों को समय पर दवाई और इलाज की सुविधाएं मिलनी चाहिए। नशे की बुराई को जड़ से खत्म करना राज्य सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकताओं में से एक है और उसी अनुसार जिला प्रशासन कार्य कर रहा है। किसी भी परिवार में कोई व्यक्ति नशे का आदी हो चुका है तो परिजन उसे उपचार के लिए नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केंद्र में ले जा सकते हैं, जहां मरीज को परामर्श दिए जाने के साथ उसका उपचार भी किया जाता है। नशे को छोड़कर खेल, लाइब्रेरी और संगीत में रुचि रखें।

किरण चौधरी ने राज्यसभा में उठाया प्रधान मंत्री फसल बीमा की असंगतियों का मुद्दा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

सांसद किरण चौधरी।

राज्यसभा सांसद किरण चौधरी ने प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना में राशि वितरण का मुद्दा राज्यसभा में जोरदार ढंग से उठाया है। सदन में किसानों की बात रखते हुए किरण चौधरी ने कहा कि हरियाणा में प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना हरियाणा के भिवानी और चरखी दादरी जिलों के हजारों किसानों की एक अत्यंत गंभीर समस्या की ओर आकृष्ट करना चाहती हैं, जो प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना के अंतर्गत पंजीकृत हैं। उन्होंने कहा कि खरीफ 2023 सीजन के दौरान, सरकार द्वारा निर्धारित फसल कटाई प्रयोगों के आधार पर इन जिलों में कपास की फसल में भारी नुकसान का आकलन किया गया और किसानों को 281.5 करोड़ रुपए का बीमा दावा देय पाया गया। किन्तु, बीमा कंपनी द्वारा दावों की समीक्षा की मांग के पश्चात मामला राज्य तकनीकी सलाहकार समिति को भेजा गया, जिसने तकनीकी उपज मूल्यांकन को अपनाने का निर्णय लिया। इसके परिणामस्वरूप दावा राशि घटाकर सिर्फ 80.6 करोड़ रूपये कर दी गई, जिससे किसानों में व्यापक असंतोष और निराशा फैल गई है।

योजना के क्रियान्वयन में एकरूपता पर प्रश्न खड़े किए

भिवानी जिले की डीएलएमसी ने सीसीई आधारित दावों को मंजूरी देकर बीमा कंपनी को भुगतान के निर्देश दिए थे, जिसे भी नजर अंदाज कर दिया गया। इसी प्रकार उन्होंने कहा कि इन घटनाओं ने योजना के क्रियान्वयन में पारदर्शिता और प्रक्रिया की एकरूपता पर गंभीर प्रश्न खड़े कर दिए हैं। जिन किसानों ने ईमानदारी से प्रीमियम अदा किया, अब वे अनिश्चितता और हताशा में हैं, विशेषकर तोशाम, सिवानी और लोहारू क्षेत्रों में, जहां सबसे अधिक नुकसान दर्ज किया गया था। उन्होंने कृषि मंत्री से आग्रह करते हुए कहा कि दावा राशि में की गई कटौती की पूरी प्रक्रिया की समीक्षा की जाए, विशेष रूप से स्टेक की भूमिका और उसकी वैधता के बाद की गई कार्रवाई पर ध्यान दिया जाए।

गोशालाओं, डेयरियों व संस्थागत इकाइयां बायोगैस संयंत्रों पर उठाएं सब्सिडी का लाभ

■ पशु अपशिष्ट संयंत्रों पर केंद्र सरकार देगी 15 से 40 हजार प्रति किलोवाट सब्सिडी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

हरियाणा अक्षय ऊर्जा विकास अभिकरण के सहयोग से बायोगैस उपयोग कार्यक्रम को ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में तेजी से प्रोत्साहित करने के लिए सब्सिडी प्रदान की जा रही है।

बायोगैस एक स्वच्छ, प्रदूषण रहित, धुंआ रहित और किफायती ईंधन है, जो 55 से 70 प्रतिशत मीथेन गैस से भरपूर होता है। इसे गोबर गैस संयंत्र के माध्यम से पशुओं के गोबर व जैविक पदार्थों से उत्पन्न किया जाता है।

राज्य में 114 संयंत्र लगाए जा चुके

उपायुक्त मुनीश शर्मा ने कहा है कि हरियाणा में लगभग 7.6 मिलियन पशुधन है, जिससे प्रतिदिन लगभग 3.8 मिलियन घन मीटर बायोगैस उत्पन्न करने की क्षमता है, जो लगभग 300 मेगावाट विद्युत उत्पादन में सहायक हो सकती है। इस गैस को शुद्ध कर बायो-गैस के रूप में भी प्रयोग में लाया जा सकता है। उन्होंने बताया कि संस्थागत बायोगैस कार्यक्रम गौशालाओं, डेयरियों और संस्थागत इकाइयों में बायोगैस संयंत्रों की स्थापना को प्रोत्साहित करने के लिए राज्य सरकार 40 प्रतिशत की आर्थिक सहायता दे रही है। अब तक राज्य में 114 संयंत्र लगाए जा चुके हैं। योजना के अंतर्गत 25 से 85 घन मीटर क्षमता वाले संयंत्रों के लिए 1 लाख 27 हजार से लेकर 3 लाख 95 हजार रूपए तक की सब्सिडी मिलेगी। इसी प्रकार बायोगैस पावर उत्पादन कार्यक्रम के तहत पशु अपशिष्ट से उत्पादित बायोगैस का उपयोग कर तीन किलोवाट से लेकर 250 किलोवाट तक की विद्युत उत्पादन क्षमता वाले संयंत्रों पर केंद्र सरकार द्वारा 15 से 40 हजार रुपये प्रति किलोवाट तक की सब्सिडी मिलती 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 :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8295157800, 8814999151, 9253681005

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 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+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
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

नारी शक्ति की दिशा एवं दशा पर डाला प्रकाश

■ स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में 15 से 21 अगस्त तक सीनियर सिटीजन सम्मान कार्यक्रम

भिवानी। शहीद रमेश कुमार राजकीय वमा विद्यालय लोहानी में डिस्ट्रिक्ट लीगल सर्विसेज ऑथोरिटी, डीएलएसए भिवानी और नालसा के तत्वावधान में स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में 15 से 21 अगस्त तक सीनियर सिटीजन सम्मान कार्यक्रम सम्मान से जीवन, अधिकार से रक्षा कार्यक्रम के अंतर्गत समारोह का आयोजन हुआ। कार्यक्रम में मुख्यतिथि सीजेएम एवं डीएलएसए सचिव पवन कुमार थे, जबकि अतिथि सीविल जज जूनियर डिवीजन भिवानी न्यायधीश सुखबीर सिंह, सीविल जज जूनियर डिजीजन अजयपाल सिंह उपस्थित रहे। सीजेएम पवन कुमार ने महिला सशक्तिकरण, महिलाओं की मसस्याएं और समाधान, वृद्धजनों का सम्मान, परिवारों का महत्व और राजेगार के अवसरों पर प्रकाश डाला। उन्होंने महिलाओं के लिए कानूनी प्रावधान और उनकी सुरक्षा व सम्मान के लिए संविधान में प्रावधानों की जानकारी दी। कार्यक्रम में छात्रा हिमांशी और छात्र कुणाल ने देशभक्ति पर अपनी रचनाएं प्रस्तुत की। पैनल अधिवक्ता सुनील ने सामाजिक और पारिवारिक मूल्यों, वृद्धजनों के सम्मान पर प्रकाश डाला। प्राचार्य भगत सिंह कोठारी ने अपने उदबोधन में विद्यालय में अनुशासन, साफ सफाइर और लीगल लिट्रेसी के गतिविधियों से अतिथियों को अवगत करवाया। कार्यक्रम में प्रवक्ता प्रवीण कुमार, मीनू, कमलेश, संध्या, रेखा व संजय कुमार ने अपने विचार व्यक्त किए।

शहीद रमेश कुमार राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहानी में कार्यक्रम

पढ़ाई के साथ खुश रहना भी जीवन की कसरतः भगत सिंह कोठारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शहीद रमेश कुमार राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहानी में 15 से 21 अगस्त तक सीनियर सिटीजन सम्मान सप्ताह-सम्मान से जीवन अधिकार से रक्षा विषय पर डलएसए भिवानी द्वारा प्राप्त निर्देशानुसार कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसके अंतगर्त फनी गेम्स, अन्ताक्षरी और कहानी कार्यक्रम हुए। कार्यक्रम में प्रधानाचार्य भगत सिंह कोठारी ने बताया कि फनी गेम्स और अन्ताक्षरी जैसे खेलों से विद्यार्थियों के दिमाग की कसरत होती है और ये उनके मानसिक विकास में सहायक होते हैं। फनी गेम्स जीवन में भी रंग भरने का कार्य करते हैं। कार्यक्रम में रेखा ने विद्यार्थियों से फनी गेम्स करवाए। इसमें कृष्ण, काजल, मीनू, शालिनी और सोनम ने भी विचार व्यक्त किए। ग्रामीण बाबूलाल, सरिता, जयकिशन ने अपनी कहानियों से कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। छात्रा अंतिमा ने फनी गेम्स प्रस्तुत किया। कार्यक्रम का संचालन जमना ने किया।

भिवानी। कार्यक्रम में उपस्थित बच्चे। फोटो : हरिभूमि