हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार, 13 जून 2024

13 लंबित शिकायतों व मामलों का जल्द करें...

12 हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल ने सीटीएम...

47 खेल नर्सरियां अलॉट, इनमें 4 ही सरकारी स्कूल, सर्वाधिक प्राइवेट स्कूलों पर मेहरबानी

नारनौल। खिलाड़ियों की नई पौध तैयार करने के लिए खेल विभाग ने इस साल 47 खेल नर्सरियां अलॉट की है। इनमें सबसे कम चार सरकारी स्कूल है। करीब 30 प्राईवेट स्कूलों को खेल नर्सरी दी गई है। आम धारणा है कि प्राईवेट स्कूल में पढ़ने वाले विद्यार्थियों से वैसे भी मोटी फीस वसूली जाती है। जिसमें खेल गतिविधियां शामिल होती है। अगर यह खेल नर्सरियां उन्हें ना भी मिले तो भी उन्हें खेल गतिविधियां करवानी ही होती है। इन्हें खेल नर्सरियां मिलने से दोनों काम हल होंगे। खिलाड़ी तैयार होंगे, उनका पैसा प्राइवेट स्कूल संस्थान खेल विभाग से लेगी और खेल नर्सरी में तैयार होने वाले अव्वल परिणाम को प्राइवेट संस्था खुद भुनाएगी। अगर सरकारी स्कूलों में यह खेल नर्सरियों की संख्या बढ़ती तो गरीब वर्ग के बच्चे भी अच्छे खिलाड़ी बनने की ओर अग्रसर होते। सबसे अच्छी बात यह भी है कि इस बार ग्राम पंचायत व गांव में युवाओं की ओर से बनाए गए क्लबों को भी खेल नर्सरी अलॉट की है। खेल विभाग की ओर से मंगलवार हरियाणा भर में 976 खेल नर्सरियां अलॉट की गई है। इस पत्र में खेल विभाग के प्रधान सचिव नवदीप सिंह विर्क ने बताया है कि इन सभी सरकारी/निजी शिक्षण संस्थान, निजी खेल संस्थान व ग्राम पंचायतों को निर्देश दिए जाते है कि वे खेल नर्सरी हिदायतानुसार आवंटित खेल नर्सरियों में खिलाड़ियों का चयन करने उपरांत चयनित खिलाड़ियों की वांछित सूचना व नर्सरी में नियुक्त किए गए प्रशिक्षक की सूचना खेल नर्सरी पोर्टल पर अपलोड करना सुनिश्चित करें। संबंधित दस्तावेजों की सत्यापित प्रति अपने जिला खेल कार्यालय में जमा करवाएं और खेल नर्सरी हिदायतानुसार सभी औपचारिकताएं पूर्ण करने उपरांत आवंटित खेल नर्सरियों को 15 जून से संचालित करना सुनिश्चित करें।

इस बार ग्राम पंचायत व क्लबों को भी मिली नर्सरी, 15 जून से शुरू

क्या कहते हैं खेल अधिकारी

जिला खेल अधिकारी मनोज कुमार ने बताया कि महेंद्रगढ़ जिला को 47 खेल नर्सरियां अलार्ट की गई है। खेल नर्सरी हिदायतानुसार सभी औपचारिकताएं पूर्ण करने उपरांत आवंटित खेल नर्सरियों को 15 जून से संचालित करने के लिए कहा जा रहा है।

इन संस्थानों को अलॉट की नर्सरी

स्थान	खेल	बॉयज/गर्ल्स
एसबीजेआरडी फिजिकल एकेडमी पाली	एथलेटिक्स	दोनों
मैट्रिक्स बोर्डिंग स्कूल	एथलेटिक्स	दोनों
ओजस स्पोर्ट्स एकेडमी महेंद्रगढ़	एथलेटिक्स	दोनों
गर्व. सी. सै. स्कूल कमानियां	एथलेटिक्स	बॉयज
जीएसएसएस कांवी	एथलेटिक्स	दोनों
ग्राम पंचायत गुवानी	एथलेटिक्स	दोनों
राव प्रहलाद सिंह सी. सै. स्कूल	बैडमिंटन	बॉयज
यदुवंशी स्कूल सतनाली	बास्केटबॉल	दोनों
भारती पब्लिक सी. सै. स्कूल	बॉस्केटबॉल	बॉयज
आरपीएस पब्लिक सी. सै. स्कूल	बॉस्केटबॉल	दोनों
राव प्रहलादसिंह सी. सै. स्कूल	बॉस्केटबॉल	बॉयज
एसडी सी. सै. स्कूल	बॉक्सिंग	दोनों
गोल्डन स्टार क्लब खेड़ी तलवाना	फुटबॉल	बॉयज
एसएमएफ सी धनौंदा	फुटबॉल	बॉयज
ग्राम पंचायत छिथरोली आरजीकेपी	हैंडबॉल	दोनों
एमएलएस डीएवी पब्लिक स्कूल	हैंडबॉल	बॉयज
राव मानसिंह जनसेवा समिति	जूडो	बॉयज
लॉड कृष्णा पब्लिक स्कूल सिहमा	जूडो	दोनों
ग्राम पंचायत पाथेड़ा	कबड्डी	बॉयज
मांडोला	कबड्डी	बॉयज
जीएसएसएस दौंगड़ा अहीर	कबड्डी	दोनों
संस्कार शिक्षा भारती कॉन्वेंट स्कूल	कबड्डी	बॉयज
यदुवंशी डिग्री कॉलेज	कबड्डी	बॉयज
राव नेतराम पब्लिक स्कूल	कबड्डी	दोनों
स्वामी विवेकानंद स्पोर्ट्स क्लब कलवाड़ी विंग	कबड्डी	बॉयज
बीजेआरडी सी. सै. स्कूल	शूटिंग	दोनों
एकलव्य स्पोर्ट्स शूटिंग एकेडमी	शूटिंग	दोनों
हरियाणा पब्लिक स्कूल	ताइक्वांडो	दोनों
डीवीएस एंड एएएफ धौलेड़ा, आरजीकेपी	वॉलीबॉल	बॉयज
ाॅड कृष्णा पब्लिक स्कूल	वॉलीबॉल	दोनों
शहीद संजय ग्रामीण विकास समिति	वॉलीबॉल	बॉयज
पं. सूरजभान पब्लिक स्कूल	वॉलीबॉल	बॉयज
ग्राम पंचायत कारोली	वॉलीबॉल	बॉयज
बाबा जोधादास स्पोर्ट्स एकेडमी महरमपुर	वॉलीबॉल	गर्ल्स
ग्राम पंचायत डेरोली जाट	वॉलीबॉल	बॉयज
जीएसएसएस आजमाबाद मौखूता	वॉलीबॉल	बॉयज
केजीबीवी नियामतपुर	वॉलीबॉल	गर्ल्स
आरपीएस सी.सै. स्कूल खातोद	वॉलीबॉल	बॉयज
यदुवंशी स्कूल सतनाली	वॉलीबॉल	बॉयज
आरपीएस पब्लिक सी. सै. स्कूल	वॉलीबॉल	बॉयज
कोयल पब्लिक सी. सै. स्कूल खटोटी कलां	वॉलीबॉल	दोनों
बाबा गौसाई व्यायामशाला सतनाली	कुश्ती	दोनों
इंडस वैली पब्लिक स्कूल दौंगड़ा अहीर	कुश्ती	दोनों
जय भगवान कुश्ती अखाड़ा बाघोत	कुश्ती	बॉयज
बालाजी व्यायामशाला	कुश्ती	दोनों
एसडी सी. सै. स्कूल	कुश्ती	गर्ल्स
सरदार पटेल स्पोर्ट्स एकेडमी	कुश्ती	बॉयज

खबर संक्षेप

संत कबीरदास 627वीं जयंती 16 को

नारनौल। स्लम जागृति समिति पटीकरा के तत्वावधान में संत शिरोमणी कबीरदास की 627वीं जयंती 16 जून को सुबी 10 बजे डा. भीमराव आंबेडकर भवन व संत कबीरदास पुस्तकालय पटीकरा में मनाई जाएगी। समिति के प्रधान भागीरथमल खनगवाल ने बताया कि जयंती समारोह में सिंचाई मंत्री डा. अभय सिंह यादव मुख्य अतिथि होंगे। कार्यक्रममें अतिविशिष्ट अतिथि के पूर्व मंत्री राज्यमंत्री व विधायक ओमप्रकाश यादव, ऑल इंडिया एक्स सर्विस मैन वेलफेयर सोसायटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष धर्मपाल चौधरी, भाजपा जिला अध्यक्ष यादराम यादव, चेयरपर्सन नगर परिषद कमलेश सैनी, पूर्व चेयरपर्सन भारती सैनी, वासुदेव व प्रो. रोशनलाल होंगे।

सुभाष शारीरिक शिक्षक संघ जिला प्रधान बने

नारनौल। बुधवार को बैठक करते संघ के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। जिला शारीरिक शिक्षक संघ की बैठक बुधवार को हुई। जिसकी अध्यक्षता संघ के सचिव श्यामप्रकाश डीपीई ने की। इस अवसर पर सभी ने विचार-विमर्श कर सुभाष सोनी डीपीई को सर्वसहमति से जिला शारीरिक शिक्षक संघ का जिला प्रधान चुना। जिस पर सुभाष सोनी से सभी शारीरिक शिक्षक साथियों का धन्यवाद किया। इस बैठक में हंसराज गुर्जर, मुकेश वर्मा, सुरेंद्र सिंह, रामस्वरूप, सतपाल चौधरी, दयाराम गुर्जर, रमेश सोनी, राजवीर सिंह, अखिलेश तंवर, रामसिंह, पंकज राठी, सहेंद्र यादव, सुभाष सोनी, सुशीला देवी, अखिलेश तंवर, सुमेर सिंह, अरूण शर्मा आदि मौजूद थे।

कनीनाः गांव से मां-बेटी लापता, मामला दर्ज

कनीना। शहर थाना अंतर्गत अलग-अलग गांव से एक युवक व एक मां-बेटी लापता हो गए। करीरा गांव निवासी राजेश कुमार ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसका 20 वर्षीय पुत्र 10 जून को किसी कार्य से कनीना गया था, जो वापस लौटकर नहीं आया। परिजनों ने अपने स्तर काफी खोजबीन की, लेकिन कोई सुराग नहीं लगा। पुलिस ने केस दर्ज कर युवक की तलाश शुरू कर दी है। इसी प्रकार एक अन्य गांव से एक महिला अपनी पुत्री को पेपर दिलाने के लिए कनीना गई थी। मां-बेटी शाम तक घर नहीं पहुंची तो परिजनों को चिंता हुई। परिजनों ने उन्हें अपने स्तर पर खोजने के प्रयास किए, जो विफल रहे। पुलिस ने गुमशुदगी का केस दर्ज कर तलाश शुरू कर दी है।

2 साल था समय, 5 वर्ष बीते, एस्टीमेट राशि बढ़ी फिर भी अधूरा छलक नाला

शहर के बीचों-बीच करीब तीन किमी लंबा बनना है छलक नाला, सड़क व पार्क का भी होना है निर्माण

अभी आधा अधूरा, शहर के लोग हो रहे परेशान, अब भाजपा के लोग ही पीड़ा लेकर पहुंच गए डीसी दरबार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

दो दशक पुरानी मांग भाजपा ने शहरवासियों की पूरी करते हुए जुलाई-2019 में छलक नाले का निर्माण शुरू करवाया था। उस वक्त इसकी अनुमानित लागत 28.51 करोड़ आंकी गई थी। काम धीमी गति से चला।

फिर कोरोना काल आ गया। इसके बाद सामग्री के दाम बढ़ गए तो अनुमानित लागत भी 35 करोड़ तक पहुंच गई। जिस कार्य को दो साल में पूरा कर देना चाहिए था, वह अब पांच साल बीतने के बाद भी अधूरा है। इसका खामियाजा सत्ता पक्ष को तो भोगना पड़ ही रहा है, साथ ही आमजन आए दिए चोटिल हो रहा है।

हताश होकर अब भाजपा से जुड़े लोग ही आंदोलन करने की मंशा पाल रहे है। इसी वजह से यह मुद्दा मंगलवार समाधान शिविर में उपायुक्त मोनिका गुप्ता के समक्ष भी उठा। उपायुक्त से भी स्पष्ट कर दिया कि लापरवाही बरतकर अगर ठेकेदार काम नहीं कर रहा है तो नगर परिषद प्रशासन उस पर कार्रवाई करें। अब देखना होगा कि नगर परिषद प्रशासन इस शिकायत पर कितना अमल कर पाता है।

नारनौल। उपायुक्त मोनिका गुप्ता को समाधान शिविर में शिकायत देतीं सरोज बाला। *फोटो : हरिभूमि*

शिकायत में दावा...नौ माह से नहीं हो रहा निर्माण, अधूरा पड़ा छलक नाला

भाजपा महिला मोर्चा में प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य सरोज बाला ने उपायुक्त मोनिका गुप्ता को मंगलवार समाधान शिविर में शिकायत दी है। शिकायत में बताया गया है कि नारनौल शहर के बीचों बीच निकलने वाले छलक नाले पर निर्माण कार्य पिछले कई वर्ष से चल रहा है। जोकि इतना समय बीतने के बाद भी इसका निर्माण कार्य पूरा नहीं हुआ है। इस नाले के निर्माणाधीन समय में इसी नाले पर अनेक दुर्घटनाएं हो गई, जिसमें मौत भी हुई है। शहर के बीचों-बीच नाला होने के कारण से इस पर लगने वाले पुलों को निर्माण भी बीच में अधूरा छोड़ दिया गया, जिससे आसपास के लोगों के आवागमन में परेशानी हो रही है। इसका ठीक से निर्माण न होने के कारण से बरसात के समय जल भराव के कारण से जीवन अस्त-व्यस्त हो जाएगा। इसकी स्थिति कितनी भयंकर होगी, इसका अंदाजा लगाने से ही रूह कांपने लगती है। इस नाले पर पिछले नौ माह से कोई निर्माण कार्य नहीं हो पा रहा है। इस नाले के निर्माण में व्यक्तिगत निगरानी कर संबंधित पक्षों को निर्देश दिया जाए, जिससे इसका काम शीघ्र पूरा हो। सरकारी और प्रशासन दोनों स्तर पर अपने संबंध में बैठाकर इस अधूरे काम को पूरा करवाने का कष्ट करें। शहर के लोगों की भी यहीं मांग है कि छलक नाले के अधूरे निर्माण को पूरा करवाएं। इस मौके पर संजय शर्मा, पवन कुमार शर्मा, गोबिंद, विकास, मोतीलाल, पवन, सुरेश कुमार, रमेशचंद्र, यादराम, सीताराम, जयप्रकाश व राज यादव मौजूद रहे।

छोटे बड़े चार पार्कों का निर्माण भी होगा

आपको बता दें कि छलक नाले का निर्माण निजामपुर रोड-कोरियावास मोड के पुल से आरम्भ किया गया। यहां से मौहल्ला सलामपुरा की भूप कॉलोनी के साथ एमएएसडी स्कूल, छोटा-बड़ा तालाब, वाल्मीकि बस्ती, पुल बाजार होते हुए शनि मंदिर के पास से तालाब बहादुरसिंह, पुल होते हुए पुलिस डीएवी स्कूल दीवार के साथ गोशाला रोड के साथ रेवाड़ी रोड़ पुल तक जाकर यह प्रोजेक्ट खत्म होना है। शहर के बीचों बीच से गुजर रहे इस नाला के दोनों ओर जहां भी नगर परिषद की जमीन है, वहां पार्क बनाए जाने का प्रस्ताव है। करीब तीन किलोमीटर के इस छलक नाला के साथ छोटे बड़े चार पार्कों का निर्माण भी होना है।

पुल बाजार पार करने के बाद शनि मंदिर से पहले नाले को पूरी तरह कवर करके इस पर सड़क का निर्माण करना है। दोनों तरफ स्ट्रीट लाइट भी लगेगी। फुटपाथ भी जगह के हिसाब से तैयार होगा। जब टेंडर छोड़ा गया तब कहा गया था कि इस प्रक्रिया को पूरा होने में करीब दो साल का समय लगेगा। अब पांच साल बीतने को है।

रेलवे ने पुरानी ट्रेनों का विशेष दर्जा किया खत्म

पुराने नंबरों से एक जुलाई से संचालन

इन ट्रेनों के बदले गए नंबर

गाड़ी	महेंद्रगढ़ पहुंचने का समय
दिल्ली-हिसार	सुबह 8.40 बजे
हिसार-दिल्ली	सुबह 8.58 बजे
रेवाड़ी-हिसार	शाम 9.30 बजे
हिसार-रेवाड़ी	शाम 6.39 बजे
सीकर-रेवाड़ी	सुबह 11.11 बजे
रेवाड़ी-सीकर	शाम 4.11 बजे
बीकानेर-रेवाड़ी	रात 8.50 बजे
रेवाड़ी-बीकानेर	सुबह 5.27 बजे

- पुराने नंबरों से संचालन शुरू होने के बाद 30 फीसदी तक बढ़ा हुआ किराया होगा कम, दिव्यांग सहित अन्य कैटेगरी को मिलने वाली छूट भी होगी बहाल
- महेंद्रगढ़ से होकर जाने वाली 8 गाड़ियां चलेगी पुराने नंबर से

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

रेलवे बोर्ड ने कोरोना के दौरान ट्रेनों के नंबर के पहले जीरो लगाकर उनको स्पेशल ट्रेनों का दर्जा खत्म कर पुराने नंबरों से चलाने का निर्णय लिया हैं। एक जुलाई से पुनः नियमित ट्रेन नंबर से संचालित किया जाएगा। स्पेशल ट्रेन का दर्जा समाप्त होने के साथ ही ये ट्रेनें अब पैसेंजर हो जाएंगी।

बता दें कि रेलवे बोर्ड ने कोरोना के दौरान ट्रेनों के नंबर के पहले 0 लगाकर उनको स्पेशल ट्रेनों का दर्जा दिया गया था। अब रेलवे ने ट्रेनों के इस नंबरिंग सिस्टम को समाप्त कर दिया है।

स्पेशल ट्रेन का दर्जा समाप्त होने के साथ ही ये ट्रेनें अब पैसेंजर हो जाएंगी। हालांकि रेलवे फरवरी से ही किराया कम कर चुका है। रेलव बोर्ड के दिशा निदेर्शानुसार सभी आईसीएफ व पैसेंजर ट्रेनें एक जुलाई से नियमित नंबर के साथ चलेंगी। इन ट्रेनों के संचालन समय और ठहराव में कोई बदलाव नहीं किया गया है। महेंद्रगढ़ स्टेशन से होकर चलने वाली 8 ट्रेन को एक जुलाई से अपने पुराने नंबरों से चलेगी। ट्रेनों में 30 फीसदी तक बढ़ा किराया वापस हो गया है। दिव्यांग, बीमार, बुजुर्ग और छात्रों को मिलने वाली छूट भी बहाल कर दी है।

अब पुराने नंबरों को लागू किया गया है। ऐसे में जिन यात्रियों ने पुराने नंबर यानी जीरो नंबर वाली ट्रेनों में रिजर्वेशन कराया है और उनकी यात्रा आगे की तारीख में है तो उन्हें उसी टिकट पर यात्रा की अनुमति होगी। अभी कोविड स्पेशल ट्रेनों में जो किराया बढ़ाया गया था और दूसरी सुविधाएं खत्म हो गई थीं, उनमें कुछ छूट मिली है। हालांकि इन मेल एक्सप्रेस में लगने वाले जनरल श्रेणी के कोच अनारक्षित नहीं होंगे।

बहकावे में आकर न खरीदें और न अवैध निर्माण करें

कनीना में 7 एकड़ में विकसित हो रही अवैध कॉलोनी पर पीला पंजा, प्रॉपर्टी डीलर ऑफिस भी किया धराशायी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

जिला नगर योजनाकार की टीम ने बुधवार को कनीना शहरी क्षेत्र में अटेली, महेंद्रगढ़ व रेवाड़ी रोड पर लगभग सात एकड़ क्षेत्र में विकसित की जा रही तीन अवैध कॉलोनियों में तोड़फोड़ की कार्रवाई की।

- इस कार्रवाई के दौरान अनिल शर्मा बतौर ड्यूटी मैजिस्ट्रेट तैनात रहे

राजस्व सम्पदा कनीना व उन्हानी में कुछ लोगों की ओर से लगभग सात एकड़ में नगर एवं ग्राम आयोजना विभाग हरियाणा चंडीगढ़ के महानिदेशक से बिना लाइसेंस अनुमति लिए अवैध कॉलोनियां बनाई जा रही थी व रोड नेटवर्क बिछाए जा रहे थे। इस कार्रवाई में लगभग एक प्रॉपर्टी डीलर का ऑफिस व 13 डीपीसी के साथ-साथ सभी रोड नेटवर्क उखाड़ दिए गए। यह पूरी कार्रवाई जिला नगर योजनाकार मंदीप सिंह सिहाग, सहायक नगर योजनाकार सतेंद्र, योजनाकार सहायक पवन गुप्ता, एफआई अशोक, योगेंद्र, विकास व भारी पुलिस बल की मौजूदगी में अमल में लाई गई। इस कार्रवाई के दौरान अनिल शर्मा बतौर ड्यूटी मैजिस्ट्रेट तैनात रहे। इस बारे में जिला नगर योजनाकार मंदीप सिंह सिहाग ने लोगों से कहा है कि नियंत्रित क्षेत्र/शहरी क्षेत्र में कोई भी निर्माण बिना विभागीय अनुमति के न करें। नगर एवं ग्राम आयोजना विभाग हरियाणा चण्डीगढ़ के महानिदेशक से लाइसेंस अनुमति लेने उपरांत ही कृषि भूमि को रिहायशी अथवा वाणिज्यिक उपयोग के लिए परिवर्तित करे अन्यथा चूककर्ताओं के खिलाफ विभागीय कार्रवाई की जाएगी। इसीलिए आमजन से बार-बार कहा भी गया है कि किसी भी अवैध कॉलोनी में कोई प्लाट प्रॉपर्टी डीलर्स के बहकावे में आकर न खरीदें और न ही अवैध निर्माण करें।

नारनौल। अवैध निर्माण हटाती जेसीबी मशीन। फोटो : हरिभूमि

इसके अतिरिक्त कोई भी प्लाट खरीदने से पहले कॉलोनी की वैधता के बारे में व निर्माण करने से पूर्व नियमानुसार अनुमति लेने के बारे में जिला नगर योजनाकार कार्यालय में किसी भी कार्यदिवस में पता किया जा सकता है। जिला नगर योजनाकार ने बताया कि भविष्य में जिले में अन्य स्थानों पर विकसित की जा रही अवैध कॉलोनियों व अवैध निर्माण के खिलाफ कार्रवाई जारी रहेगी।

जान से मारने की धमकी देने के मामले में 5 गिरफ्तार, भेजा जेल

महेंद्रगढ़। गाड़ी तोड़ने, फायर करने और पत्थर व लाठी-डंडों से हमला कर जान से मारने की धमकी देने के मामले में थाना सदर पुलिस टीम ने एक और आरोपित को गिरफ्तार किया है, जिसकी पहचान दीपक वासी डेरोली अहीर के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपित को पचेरी क्षेत्र से गिरफ्तार किया। इस मामले में पुलिस द्वारा चार आरोपित डेरोली अहीर निवासी अनिश, दीपक, नितिश और सुखदर्शन को पहले गिरफ्तार किया था और न्यायालय में पेश कर पुलिस रिमांड पर लिया था। पुलिस ने आरोपितों के पास से एक देसी कट्टा और बुलेरो गाड़ी बरामद की थी। पुलिस ने आरोपितों से कैंपर गाड़ी और डंडा बरामद किया है। आपस में हुई कहासुनी को लेकर आरोपितों ने वारदात की थी। सभी आरोपितों को बुधवार को कोर्ट ने न्यायिक हिरासत में भेज दिया। शिकायतकर्ता प्रदीप कुमार वासी डेरोली अहीर ने थाना सदर में दी शिकायत में बताया कि वह घर पर सो रहा था, रात में समय करीब 10:45 से 11 बजे के आसपास जोर-जोर से आवाज आने लगी, वह कमरे से बाहर गया तो देखा कि कुछ लोग बुलेरे व कैंपर गाड़ी से उसकी गाड़ी पर हमला कर रहे थे, जिससे गाड़ी खत्म हो गई। शिकायतकर्ता ने बताया कि उन्होंने उसके और उसके परिवार वालों पर हमला करने की कोशिश की और तीन-चार राउंड फायर किए। इसके बाद उन्होंने घर के कमरे के गेट पर पत्थर व लाठी-डंडों से हमला किया और जान से मारने की धमकी दी और रात को उठा ले जाने की धमकी दी।

महेंद्रगढ़। पुलिस गिरफ्त में पांच आरोपित। फोटो : हरिभूमि

फिटनेस फंडा / यश पंडित

मेरी हेल्थ-फिटनेस का सीक्रेट न्यूट्रिशस डाइट-वॉकिंग-अच्छी नींद

कई फिल्मों और हिट टीवी शोज में नजर आ चुके, यश पंडित हाल में ही सोनी सब टीवी के शो 'आंगन अपनो का' में राकेश की भूमिका में दिखे थे। यहां **हरिभूमि** से अपना फिटनेस फंडा शेयर कर रहे हैं यश पंडित।

हम सभी को अपनी हेल्थ का बहुत ख्याल रखना चाहिए। कहते भी हैं-हेल्थ इज़ वेल्थ। मैं अपने फैंस से यही कहूंगा कि हेल्थ-फिटनेस को लेकर लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए।

मेरा फिटनेस सीक्रेट

न्यूट्रिशस डाइट, तेज गति से वॉक, खूब पानी पीना और अच्छी नींद लेना। ये चार मेरे फिटनेस सीक्रेट्स हैं। इन चारों को मैं अपनी दिनचर्या में शामिल करता हूं। आप भी इन्हें शामिल करें फिर देखें आपकी हेल्थ कितनी बढ़िया हो जाएगी।

हल्की एक्सरसाइज़

कोरोना के बाद चूंकि अधिकांश लोगों की इम्यूनिटी पर नेगेटिव असर पड़ा है इसलिए अब वह स्थिति नहीं रही, जब आप तीन-चार घंटे लगातार जिम में जाकर बहुत टफ वर्कआउट करें। आज के समय में हल्का वर्कआउट ही बेहतर है। अब आप शरीर को जरूरत से ज्यादा थकाते हैं तो वह झेल नहीं पाता है। ऐसी खबरें हम अकसर पढ़ते हैं या अपने आस-पास देखते हैं कि कोई जिम में एक्सरसाइज करते हुए गिर गया तो कोई डांस करते हुए। इसलिए शारीरिक क्षमता के अनुसार हल्की एक्सरसाइज ही करना सही है।

डाइट का रखें ख्याल

हल्की एक्सरसाइज के साथ-साथ अपनी डाइट का पूरा ख्याल हमें रखना चाहिए। न्यूट्रिशस डाइट लें। मैं भी रेग्युलर डाइट में प्रोटीन के अलावा सब्जियों, दालों, फलों को जरूर शामिल करता हूं। ध्यान रहे आपको डेली हैवी ब्रेकफास्ट, न्यूट्रिशस लंच और डिनर लेना है। डाइट का बैलेंस होना जरूरी है।

डिनर लेने में ना करें देरी

आजकल बहुत सारे लोग लेट नाइट डिनर करते हैं, जो सही नहीं है। हालांकि हेल्थ कॉन्शस लोग शाम सात बजे तक अपना डिनर ले लेते हैं। यह बहुत अच्छी आदत है। इससे खाने को पचने के लिए पर्याप्त समय मिल जाता है और सुबह आप बहुत अच्छा फील करते हैं। जहां तक संभव होता है मैं भी डिनर जल्द ही कर लेता हूं। हालांकि जब शूटिंग चल रही होती है तब हम लोगों के लिए समय से लंच, डिनर करना और बैलेंस डाइट ले पाना बहुत मुश्किल हो जाता है। लेकिन जितना बेस्ट मैं कर सकता हूं, उस स्थिति में करने की कोशिश करता हूं। एक अच्छी बैलेंस डाइट लेने की पूरी कोशिश करता हूं।

हमेशा खुश रहता हूं

मैं हमेशा खुश रहता हूं। मेरा मानना है कि फिट रहने के लिए जिंदगी में यह भी बहुत जरूरी है कि आप हर स्थिति में खुश रहें, मस्त रहें और अपने काम में व्यस्त रहें।

अच्छी नींद जरूरी

फिट रहने के लिए खूब काम करना और उसके बाद रात को अच्छी गहरी नींद लेना बहुत जरूरी है। अच्छी नींद, अच्छी हेल्थ के लिए बहुत जरूरी होती है। इसलिए कितने ही व्यस्त रहें लेकिन नींद से समझौता न करें।

पानी खूब पीता हूं

मैं खूब पानी पीता हूं। आपसे भी कहूंगा दिन भर में जितना हो सके पानी पीजिए। नारियल पानी, नीबू पानी, लस्सी, छाछ, दूध, फ्रूट जूस को भी शामिल करें। यानी, खूब लिक्विड अपनी बॉडी को दें।

वॉकिंग है जरूरी

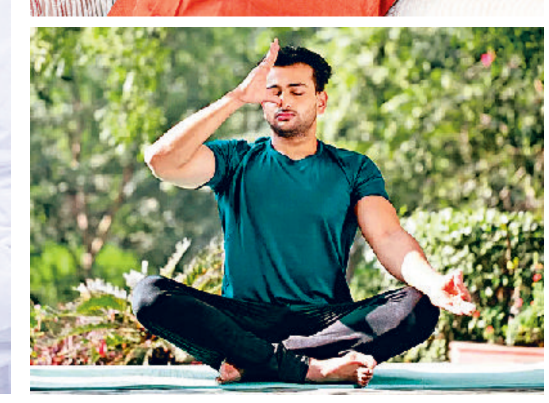
रोज कुछ समय वॉक पर जाएं। कोशिश करें कि जितना पैदल चल सकें चलें। सुबह की सैर या ईवनिंग वॉक जो कर सकते हैं करें। पैदल चलना बहुत अच्छा व्यायाम है, इसे अपनी रुटीन में शामिल करें। अगर हर इंसान 24 घंटे में से आधा घंटा भी तेज पैदल चले तो वह फिट रह सकता है। *

प्रस्तुतिः रेणु खंतवाल

किसी रोग से ग्रस्त होने के बावजूद, अगर आप अच्छा-पॉजिटिव सोचेंगे तो न केवल अच्छा महसूस करेंगे, बल्कि इससे आपके स्वास्थ्य में भी तेजी से सुधार होगा। इसके विपरीत नेगेटिव विचारों, चिंता या भय से स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ता है। ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे अपना बचाव करें, आपको जरूर जानना चाहिए।

हेल्थ एडवाइस/ विनीता

पॉजिटिव सोचें-हेल्दी रहें



आपने इस बात पर गौर किया होगा कि जब भी घर में कोई बीमार होता है, तो परिवार के बुजुर्ग सदस्य यही कहते हैं, कोई बात नहीं चिंता न करो, दवा समय पर लेते रहो, आराम करो, जल्द ही ठीक हो जाओगे। ऐसी बातें केवल बीमार को झूठा दिलासा देने या उसका मन बहलाने के लिए नहीं कही जातीं, बल्कि इसके पीछे यह मनोवैज्ञानिक तथ्य छिपा होता है कि अच्छा और पॉजिटिव सोचने पर सब कुछ अच्छा ही होता है। दरअसल, ब्रेन ही हमारी सभी शारीरिक-मानसिक क्रियाओं को नियंत्रित करता है, इसलिए जब हम अच्छा सोचते हैं तो हमें अच्छा महसूस भी होता है। फिर हमारी सारी गतिविधियां भी पॉजिटिव दिशा की ओर अपने आप बढ़ने लगती हैं।

शोध से हो चुका प्रमाणित

वर्षों पहले वैज्ञानिक अध्ययन से भी इस तथ्य की पुष्टि हो चुकी है कि पॉजिटिव सोचने वाले अधिक हेल्दी रहते हैं। अमेरिकी वैज्ञानिक वाल्टर पी. कैनेडी ने 1961 में सबसे पहले नोसेबो इफेक्ट शब्द का प्रयोग किया था। इस टर्म की उत्पत्ति लैटिन शब्द 'नोसेरे' से हुई थी, जिसका अर्थ होता है-नुकसान पहुंचाना। उपचार के दौरान बीमार व्यक्ति के मनोदशा पर उसके सकारात्मक विचारों का क्या असर होता है, यह जानने के लिए वैज्ञानिकों ने जब उन पर अध्ययन किया तो उन्हें पता चला कि अच्छे परिणाम के बारे में सोचकर दवाओं का सेवन करने वाले लोगों की हेल्थ में तेजी से सुधार होता है। इस प्रभाव का नाम प्लेसिबो इफेक्ट दिया गया, जिसका अर्थ होता है, मैं शीघ्र स्वस्थ हो जाऊंगा। इसी अध्ययन के अपोजिट इफेक्ट को समझने के दौरान नोसेबो इफेक्ट का प्रभाव सामने आया। इन दोनों ही तरह के अध्ययनों में कई रोचक परिणाम सामने आए। जैसे मामूली सिरदर्द होने पर वैज्ञानिकों ने लोगों को दर्द निवारक रहित टॉफी जैसी कोई सादी गोली दी, जिसे लेने के बाद लोगों ने कहा कि उन्हें आराम महसूस हो रहा है, जबकि वास्तव में उन्हें कोई दवा दी ही नहीं गई थी। इसी तरह कोविड काल के दौरान प्रयोग के तौर पर कुछ लोगों को यह बताकर विटामिन के कुछ ऐसे हल्के इंजेक्शन दिए गए कि उन्हें कोविड से बचाव का वैक्सीन लगाया जा रहा है। चूंकि लोगों को पहले से इसके साइड इफेक्ट के बारे में मालूम था, इसलिए उन्हें सिरदर्द, नॉजिया और बुखार का भ्रम होने लगा। जबकि वास्तव में उन्हें कोई वैक्सीन नहीं लगाया गया था। टीके के असर के बारे में नकारात्मक बातें सोचने के कारण लोगों को ऐसी तकलीफ महसूस हो रही थी।

नेगेटिव सोच का इफेक्ट

जो लोग अपनी हेल्थ के प्रति जरूरत से ज्यादा सचेत होते हैं, उनमें भी नोसेबो इफेक्ट के लक्षण नजर आते हैं। अब तक किए गए अध्ययनों से यह तथ्य सामने आया है कि जब कोई व्यक्ति लगातार यही सोचे कि मुझे दर्द हो रहा है, मुझे अमुक बीमारी है तो कुछ समय के बाद वाकई उसे दर्द होने लगता है। हालांकि वास्तव में वह शारीरिक रूप से पूरी तरह स्वस्थ होता है, लेकिन मनोवैज्ञानिक कारणों से उसके शरीर में बीमारियों जैसे लक्षण भी प्रकट होने लगते हैं।

इंटरनेट नॉलेज भी है वजह

आजकल किसी भी स्वास्थ्य समस्या का नाम सुनते ही लोग सबसे पहले इंटरनेट पर उसके बारे में सर्च करना शुरू कर देते हैं। उसके लक्षणों से अपना मिलान करने लगते हैं। सच्चाई यह है कि इंटरनेट पर मौजूद हर जानकारी पूरी तरह सही नहीं होती है। कई बार किसी स्वास्थ्य समस्या का विवरण कुछ इस तरह दिया जाता है कि उस जानकारी से लोग भयभीत हो जाते हैं और बीमार न होने पर भी खुद को गंभीर रोग का मरीज समझने लगते हैं।

गैजेट्स के ओवरयूज से बचें

खुद को बीमार मानने की सोच से उबरने के लिए 24 घंटे स्मार्ट वॉच जैसे गैजेट्स से दूर रहना भी जरूरी है। अनेक हेल्थ एप्स का इस्तेमाल करने वाले लोग हमेशा इसी चिंता से त्रस्त रहते हैं कि आज दस हजार कदम चलने का मेरा टारगेट पूरा नहीं हुआ, कल रात मैं आठ घंटे की नींद नहीं ले पाया, मेरा ब्लड प्रेशर बढ़ रहा है, नाड़ी तेज गति से चल रही है। इस तरह से कई बार गैजेट्स और हेल्थ एप्स भी लोगों को हेल्थ एंग्जायटी का मरीज बना देते हैं, इनकी वजह से स्वस्थ व्यक्ति भी स्वयं को थका हुआ और बीमार महसूस करने लगता है। बीमार होने की सोच वाली समस्या से बचाव के लिए गैजेट्स का सीमित इस्तेमाल करें और इंटरनेट पर मौजूद हर जानकारी पर भरोसा ना करें। अपनी हेल्थ के बारे में हमेशा अच्छा और पॉजिटिव सोचें तो हेल्दी, एक्टिव और एनर्जेटिक रहेंगे।

ऐसे करें बचाव

बीमार होने की नेगेटिव सोच से बचने के लिए थॉट रिप्लेसमेंट का तरीका अपनाएं। जब भी आपके मन में सेहत के प्रति कोई नकारात्मक विचार आए तो सचेत तरीके से उसी वक्त उन बातों से अपना ध्यान हटाकर अच्छी बातें सोचना शुरू कर दें कि मैं शीघ्र स्वस्थ हो जाऊंगा। मैं लगातार ठीक हो रहा हूं। तार्किक ढंग से सोचें और अपने जीवन की वास्तविकता को पहचानें। जब हेल्थ को लेकर मन में कोई डर या चिंता महसूस हो तो इस बात पर विचार करें कि हर बीमारी उपचार संभव है तो फिर परेशान नहीं होना चाहिए। इसके अलावा नकारात्मक बातों से ध्यान हटाने के लिए मनपसंद संगीत सुनें, प्रेरक किताबें पढ़ें या अपनी रुचि से जुड़े कार्यों में स्वयं को व्यस्त रखें। ध्यान और योग को नियमित रूप से अपनी दिनचर्या में शामिल करें। *

(मनोवैज्ञानिक सलाहकार विचित्रा दर्गन आनंद से बातचीत पर आधारित)

आहार/ राजकुमार 'दिनकर'

गर्मी में पाचन सही रखे छाछ

सदियों से हमारे देश के ग्रामीण इलाकों के खान-पान का सबसे अहम हिस्सा दूध, दही और छाछ रहे हैं। लेकिन हाल के वर्षों में मई-जून के महीने में, जिस तरह की आग बरसाती गरमी पड़ने लगी है, उससे दही और छाछ की खपत शहरों में भी काफी बढ़ जाती है। ऐसा होना स्वाभाविक है, क्योंकि छाछ इन तपते दिनों में दिल से लेकर दिमाग तक को तृप्त कर देता है।

बढ़ी है डिमांड-सप्लाई: इस वर्ष भी अप्रैल के बाद से ही पूरे देश में बहुत तेजी से छाछ या मट्ठा की मांग बढ़ गई है। इसका कारण है तेज गरमी। छाछ के स्वाद और स्वास्थ्य को इससे होने वाले लाभ के कारण आज अनेक दुग्ध-उत्पादक कंपनियां पैकेटबंद अलग-अलग स्वाद की छाछ बाजार में बेच रही हैं। इन्हें खरीदकर पीने वाले ग्राहकों की संख्या में भी लगातार इजाफा हो रहा है। दरअसल, दही से बनने वाली छाछ में कई स्वास्थ्यवर्धक गुण मौजूद होते हैं।

कई तरह से लाभकारी: छाछ में मौजूद जीवाणु, आंतों में क्रियाशील हानिकारक कीटाणुओं को समाप्त कर देता है। यह हमारी रोग-प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। गर्मी के दिनों में तो यह एक औषधि जैसा काम करता है। आयुर्वेद में बताया गया है कि गर्मी के दौरान दोपहर के भोजन के अंत में छाछ पीना, स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक होता है।

पाचन करे सही: दूध और दही दोनों की अपेक्षा छाछ हल्का और सुपाच्य होता है। गर्मी के मौसम में अगर इसे रोज पिया जाए तो यह शरीर में आलस्य पैदा नहीं करता और इससे पेट में भारीपन भी महसूस नहीं होता है। कमजोर पाचनशक्ति वालों के लिए यह विशेष रूप से उपयोगी होता है। यह भोजन को जल्दी पचाने में भी सहायक होता है। इससे कब्ज और दस्त दोनो ही समस्याएं सही हो जाती हैं।

कई रोगों से बचाए: हृदय रोगियों के लिए छाछ विशेषतौर पर लाभदायक होता है, क्योंकि इसमें दूध की तुलना में चिकनाई कम होती है। इसके अलावा ब्लड प्रेशर, दमा, गठिया आदि बीमारियां मट्ठे के सेवन से पास नहीं फटकती हैं।

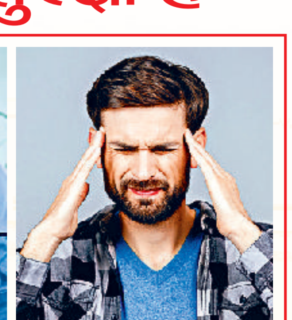
रखें ध्यान: छाछ का सेवन जहां तक हो सके, सुबह नाश्ते के समय और दोपहर के भोजन में ही करना चाहिए। छाछ हमेशा ताजा ही पीना चाहिए। इसे मिट्टी या कांच के बर्तन में पीना अधिक फायदेमंद होता है।

- बुखार आने पर, सर्दी के मौसम में या जुकाम होने की वजह से अगर कफ बन रहा हो तो इसका सेवन नहीं करना चाहिए।
- बारिश के मौसम में भी इसे नहीं पीना चाहिए या बहुत कम मात्रा में पीना चाहिए।
- बहुत ज्यादा खट्टा छाछ पीना भी शरीर को नुकसान पहुंचा सकता है। *

डिजीज
डॉ. माजिद अलीम

ब्रेन ट्यूमर की समस्या किसी भी उम्र में और किसी को भी हो सकती है। ऐसे में इससे बचाव का एक ही तरीका है कि समय रहते इसे डायग्नोज कर ट्रीटमेंट शुरू कर दिया जाए। इसके लिए लोगों में अवेयरनेस होना जरूरी है।

ब्रेन ट्यूमर सजगता ही सबसे बड़ी सुरक्षा है



विशेषज्ञों के मुताबिक ब्रेन ट्यूमर के चार स्टेज होते हैं और अगर तीसरे स्टेज के शुरुआत में भी इसका पता चल जाए तो बीमार व्यक्ति को बचाया जा सकता है। इस बात से यह महत्वपूर्ण तथ्य निकलता है कि अगर हम समय रहते ब्रेन ट्यूमर की पहचान कर लें, तो इस घातक बीमारी से हर हाल में बचा जा सकता है।

किसी को भी हो सकता है: हर साल दुनिया में ब्रेन ट्यूमर के 300000 से ज्यादा मामले सामने आते हैं। यह समझना भी जरूरी है कि कोई भी इसकी गिरफ्त में आ सकता है। एक जमाने में माना जाता था कि 20 साल की उम्र तक के लोगों को ब्रेन ट्यूमर की समस्या नहीं होती, लेकिन बदले खान-पान, प्रदूषण में हुए भारी इजाफे और अन्य कारणों के चलते आज 21 से 85 साल की उम्र समूह के किसी भी शख्स को इसकी समस्या हो सकती है। 40 साल से ज्यादा की उम्र वालों में इसकी आशंका इससे कम उम्र के लोगों के मुकाबले 20-21 फीसदी बढ़ जाती है।

क्या है ब्रेन ट्यूमर: वास्तव में जब मस्तिष्क में या इसके आस-पास की कोशिकाओं के डीएनए में खामी आ जाती है या वो बदल जाते हैं तो ये ब्रेन कैंसर के खतरे को जन्म देते हैं। दरअसल, डीएनए परिवर्तन के चलते जब ट्यूमर कुछ खास रसायनों के संपर्क में आता है तो इनका प्रभाव बहुत घातक हो जाता है। सवाल है, आखिर किसी को ब्रेन ट्यूमर किन वजहों से होता है और किन वजहों से इसमें लगातार तेजी आती जा रही है? सच्चाई यही है कि ब्रेन ट्यूमर की एक बड़ी वजह धरती में नियमित रूप से प्रदूषण का बढ़ना है। दरअसल निकिल, कैडमियम, विनाइल क्लोराइड, रेडान, बेंजीन ऐसे रसायन हैं कि अगर इन रसायनों के लगातार संपर्क में रहा जाए तो ब्रेन ट्यूमर की आशंका बढ़ जाती है। धूम्रपान भी इसकी दूसरी एक बड़ी वजह है। सिर में चोट लगने पर अगर सही से उसका इलाज न करवाया जाए तो एक स्थिति के बाद यह चोट भी मस्तिष्क ट्यूमर की वजह भी बन सकती है। लगातार तनाव में रहना, नींद न आना, बार बार चोट लगना इससे भी ब्रेन ट्यूमर की आशंका बढ़ जाती है।

पहचानें शुरुआती लक्षण: ब्रेन ट्यूमर को समय रहते पकड़ना मुश्किल नहीं है बशर्ते हम सजग हों। जब सुबह के समय सिर में तेज दर्द हो और इसी दर्द की वजह से कई बार रात को जागना भी पड़े तो यह सामान्य सिरदर्द नहीं। ऐसे में तुरंत न्यूरोलॉजिस्ट को दिखाना चाहिए कि कहीं यह ब्रेन ट्यूमर की निशानी तो नहीं। रात में और सुबह तेज सिरदर्द के अलावा ब्रेन ट्यूमर के जो अन्य महत्वपूर्ण लक्षण हैं उनमें-बोलने और सोचने में कठिनाई का महसूस होना, आंखों में धुंधला दिखना, अचानक सुनने की क्षमता में कमी हो जाना, चेहरे का सुन्न हो जाना, थूक को निगलने में कठिनाई होना, किसी चीज में मन न लगना, विभिन्न तरह की गंधों का पता न लगना यानी उनका एहसास न होना। ये सब ब्रेन ट्यूमर के लक्षण हो सकते हैं।

संभव है ट्रीटमेंट: ब्रेन ट्यूमर लाइलाइज नहीं है। लेकिन अगर समय रहते इस बीमारी को पकड़ने में आप चूक गए तो यह लाइलाज हो सकता है। इसलिए सबसे जरूरी यही है कि आप इसे लेकर सजग रहें। अगर आप के माता-पिता ब्रेन ट्यूमर के सर्वाइवर रहे हैं तो आपको और भी ज्यादा सावधान रहना चाहिए क्योंकि आपके इसकी चपेट में आने की आशंका और ज्यादा है। *

हर्बल जोन
रेखा देशराज

भृंगराज एक ऐसी जड़ी-बूटी है, जिसका कई तरह की शारीरिक समस्याओं में उपयोग किया जा सकता है। शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने और बालों को हेल्दी रखने के साथ ही गर्मी में यह विशेष रूप से उपयोगी होता है। इसके गुणों के बारे में जानिए।

कई समस्याओं में कारगर भृंगराज

भृंगराज का पौधा, इंसान को ज्ञात सबसे पुरानी और उपयोगी जड़ी-बूटियों में से एक है। आयुर्वेद में इसके अनेक उपयोग दर्ज हैं। सबसे ज्यादा तो यह जड़-बूटी ठंडे भृंगराज तेल के लिए जानी जाती है,जो सिरदर्द भगाने में रामबाण की तरह होता है। भृंगराज उन गिनी-चुनी हर्बल में से भी एक है, जिसका हर हिस्सा औषधीय दृष्टि से उपयोगी होता है। इसके इस्तेमाल से लिवर और आंतों के स्वास्थ्य में जबरदस्त सुधार होता है।

कई नामों से लोकप्रिय: भृंगराज को वनस्पतिशास्त्र में एक्लिप्टा अल्बा कहते हैं। इसके अन्य नामों में भांगड़ा, थिसल्स, माका, अंगारक, बंगरा, केसुती, बाबरी आदि हैं। इसे अलग अलग क्षेत्रों की बोली भाषाओं में अलग-अलग नाम से पुकारा जाता है। इसमें तीखी गंध होती है और ये उस जगह बारिश के दिनों में अपने आप उग आता है, जहां नमी होती है।

गर्मी में विशेष लाभकारी: भृंगराज की तासीर ठंडी होती है, इसलिए अगर गर्मी के मौसम में पेट संबंधी कोई भी समस्या मसलन अपच, गैस बनना और कब्ज से पीड़ित हों तो बहुत आसानी से इसके इस्तेमाल से इन समस्याओं से छुटकारा पाया जा सकता है। आयुर्वेद के मुताबिक अगर गर्मियों में भृंगराज का तीन महीने तक शर्बत पीया जाए, तो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है।

बालों के लिए वरदान: भृंगराज पौधे की पत्तियों में विशेष गुण होते हैं। जिन लोगों के सिर के बाल झड़ रहे हों, वो लोग अगर भृंगराज के पौधे की हरी पत्तियों को पीसकर अपने सिर में लगा लें तो बाल झड़ने तुरंत बंद हो जाते हैं। झड़ते बालों को रोकने ही नहीं बल्कि उन्हें काला करने के बारे में भी इसको ख्याति हासिल है।

होते हैं कई गुण: भृंगराज में अनेक प्रकार के एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं जैसे- फ्लेवोनॉयड और एल्कलॉइड। ये एंटीऑक्सीडेंट्स शरीर को नुकसान पहुंचाने वाले हानिकारक पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने का काम करते हैं और विभिन्न प्रकार के हानिकारक चीजों से लिवर की रक्षा करते हैं। लिवर की रक्षा के लिए भृंगराज बहुत उपयोगी माना जाता है। इसमें एंटीमाइक्रोबियल गुण भी होते हैं, जो लिवर को हैपेटाइटिस सी जैसे वायरल संक्रमण से बचाता है। भृंगराज शरीर में होने वाली सूजन को असरदार ढंग से रोकता है और इसके अंदर जो पोषक तत्व होते हैं, उन्हीं से बालों की गुणवत्ता और उनकी लंबाई में इजाफा होता है। त्वचा के कटने, छीलने या घाव आदि हो जाने पर भी यह असरदार तरीके से काम करता है। यह कफ और वात विकार को भी कम करता है। लिवर के साथ किडनी के स्वास्थ्य के लिए भी यह बेहद उपयोगी है। फैटी लिवर और पीलिया जैसी समस्याओं में यह बेहद असरकारी होता है। त्वचा के संक्रमण से भी यह बचाता है।

एक्सपर्ट की राय से करें यूज: इसकी पत्तियों का पेस्ट बनाकर और उसमें तेल मिलाकर इस्तेमाल कर सकते हैं। या फिर बाजार से मिलने वाले भृंगराज हर्बल के विभिन्न प्रोडक्ट्स जैसे कैप्सूल आदि का सेवन किया जा सकता है। भृंगराज का उपयोग हमेशा किसी आयुर्वेद एक्सपर्ट की सलाह और देख-रेख में ही करना चाहिए, वरना नुकसान भी हो सकता है। *

आमंत्रित हैं लेख...

स्वयं डॉक्टर्स या लेखक, स्पेशलिस्ट डॉक्टरों से बातचीत पर आधारित लेख हमें इस पृष्ठ में प्रकाशनार्थ भेज सकते हैं। लेख इस पते पर भेजें

हरिभूमि- संपादक-सेहत

129, ट्रांसपोर्ट सेंटर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035
या मेल करें- sehatharibhoomi@gmail.com

खबर संक्षेप

योगासनों को दिनचर्या में शामिल करें : महेश

नांगल चौधरी। अनाज मंडी में तीन दिवसीय योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण शिविर का कोर्डिनेटर डा. ललित मोहन जोशी की अगुवाई में समापन हो गया। कार्यक्रम में सामाजिक शिक्षा एवं पंचायत अधिकारी महेश कुमार मुख्य रूप से मौजूद रहे। उन्होंने युवाओं से योगासनों को दैनिक दिनचर्या में शामिल करने का आह्वान किया।

उन्होंने कहा कि भागदौड़ भरी जीवनशैली में दैनिक दिनचर्या मशीनों व सुविधाजनक संसाधनों पर निर्भर हो गई है। खानपान की पौष्टिकता भी कम हो गई तथा जिंक फूड का प्रचलन बढ़ गया। जिससे मोटापा, बीपी, शुगर व हार्ट संबंधी बीमारियों का ग्राफ बढ़ गया।

मालड़ा की बेटी केंद्रीय विवि में क्लर्क नियुक्त

नारनौल। गांव मालड़ा बास निवासी रिया यादव का केंद्रीय विश्वविद्यालय जाट-पाली में लोअर

डिवीजनल क्लर्क के पद पर चयन हुआ है। इस उपलब्धि पर परिजनों व क्षेत्र के गणमान्य लोगों ने खुशी जताते हुए उन्हें बधाई दी है। केंद्रीय विश्वविद्यालय जाट-पाली की ओर से लोअर डिवीजनल क्लर्क के ओबीसी कैटेगरी में एक मात्र पद पर घोषित किए गए परिणामों में रिया यादव का चयन हुआ है। रिया यादव ने लोअर डिवीजनल क्लर्क के पद पर ज्वाइन कर अपनी उपलब्धि का श्रेय अपनी माता सरोज यादव, पिता राजेश यादव, दादा सूबेदार रतीराम यादव, ताऊ इंस्पेक्टर रमेश यादव, चाचा राकेश यादव को दिया है। वहीं रिया यादव के लोअर डिवीजनल क्लर्क के पद पर चयन होने पर हरियाणा के पूर्व शिक्षामंत्री प्रो. रामबिलास शर्मा, विधायक व पूर्व राज्यमंत्री ओमप्रकाश यादव, गौड़ ब्राह्मण सभा के प्रधान राकेश महता एडवोकेट, बॉक्सर चेतन सैनी पिलानी, पूर्व चेयरमैन इंद्रपाल बोहरा ने उन्हें बधाई देते हुए उज्वल भविष्य की कामना की है।

एसपी ने डीएसपी, थाना प्रबंधकों के साथ की बैठक, प्रभावी गश्त के दिए निर्देश

लंबित शिकायतों व मामलों का जल्द करें निपटान: एसपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा ने अपने कार्यालय में डीएसपी, थाना प्रबंधकों के साथ बैठक की। बैठक में उन्होंने उच्चाधिकारियों की ओर से दिए गए निर्देशों के बारे में अवगत करवाया और उनकी पालना करने के निर्देश दिए। बैठक के दौरान उन्होंने सभी डीएसपी, थाना प्रभारियों को निर्देश दिए कि रात के समय में ईआरवी, पीसीआर, राइडर की चैकिंग करें और उन पर तैनात पुलिस कर्मचारियों से प्रभावी ढंग से गश्त करवाएं। इसके लिए रजिस्टर लगाएं और उसको मेंटेन करते रहे। उन्होंने अपराधियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करते हुए आपराधिक गतिविधियों पर अंकुश लगाने के निर्देश दिए।

बैठक में पुलिस अधीक्षक ने कड़े निर्देश देते हुए कहा कि अवैध शराब की बिक्री करने वाले, अवैध खुर्दे/अहाते चलाने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करें और नशा तस्करों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करें। नशीले पदार्थ बेचने वालों की पहचान कर उन पर कार्रवाई करें। नशा मुक्ति अभियान के तहत नशा करने वालों की पहचान कर समय-समय उनकी काउंसिलिंग करें और नशा ना करने के प्रति जागरूक करें। जिले में किसी प्रकार का अवैध नशा ना बिकने दिया जाए। युवाओं को नशे के खिलाफ जागरूक करें, उन्हें शिक्षा, खेलों के प्रति प्रेरित करें। उन्होंने पूर्व में नशा बेचने वालों की भी जानकारी ली और उन पर निगरानी रखने के निर्देश दिए। ग्रामीण, शहरी क्षेत्रों में समय-समय पर खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन कर युवाओं को खेलों व शिक्षा के प्रति प्रेरित करें। थाना प्रभारियों को सख्त निर्देश दिए कि लंबित शिकायतों/मामलों का जल्द से जल्द निपटान करें।

नारनौल। बैठक को संबोधित करते एसपी अर्श वर्मा। फोटो : हरिभूमि

बैठक में महिला सुरक्षा को लेकर चर्चा करते हुए उन्होंने चिन्हित किए गए हॉटस्पॉट पर मनचलों के खिलाफ नियमानुसार कड़ी कार्रवाई करने के निर्देश दिए और हॉटस्पॉट की जानकारी ली, उन्होंने इनके संबंध में थाना प्रबंधकों से जानकारी ली और इन हॉटस्पॉट पर क्या कार्रवाई की गई, इसकी भी समीक्षा की। इसके साथ ही मनचलों पर क्या कार्रवाई की गई, इसकी भी समीक्षा की और रजिस्टर को मेंटेन रखने के निर्देश दिए। बैठक में पर्यवेक्षण अधिकारियों को निर्देश दिए कि महिला सुरक्षा को लेकर वे स्वयं हॉटस्पॉट की जांच कर आवश्यक कार्रवाई करवाएं। पुलिस अधीक्षक ने थाना प्रबंधकों को शहरी, ग्रामीण क्षेत्रों में दबंग प्रवृति के व्यक्तियों की पहचान कर नियमानुसार आवश्यक कार्रवाई करने के निर्देश दिए।

इसके अलावा पुलिस अधीक्षक ने सख्त निर्देश दिए कि अपने थाना परिसर, कार्यालय में साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें, नियमित रूप से पावर सप्लाई, इंटरनेट कनेक्शन को चेक करें। पीने के पानी के लिए वाटर कूलर को भी समय-समय पर साफ करते रहे। उन्होंने थाना प्रबंधकों से ग्राउंड स्तर पर आने वाली समस्याओं की जानकारी ली और उनके संबंध में सुझाव भी लिए। इस मौके पर डीएसपी हरदीप सिंह, डीएसपी मोहम्मद जमाल, सभी थाना प्रबंधक व संबंधित ब्रांच इंचार्ज मौजूद थे।

महेंद्रगढ़। राष्ट्रीय संगोष्ठी के समापन सत्र में शिक्षकों व प्रतिभागियों के साथ समकुलपति प्रो. सुषमा यादव। फोटो : हरिभूमि

हकेंवि में दो दिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठी का समापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में शिक्षक शिक्षा एवं राष्ट्रीय शिक्षा नीतिः संभावनाएं और चुनौतियां विषय पर केंद्रित दो दिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठी का समापन हो गया। विश्वविद्यालय के शिक्षक शिक्षा विभाग के द्वारा आयोजित इस राष्ट्रीय संगोष्ठी के समापन सत्र में विश्वविद्यालय की समकुलपति प्रो. सुषमा यादव मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित रहीं। आयोजन में पंजाब विश्वविद्यालय चंडीगढ़ की प्रो. नंदिता शुक्ला व प्रो. लतिका तथा नि.ई.पा दिल्ली के प्रो. प्रदीप मिश्रा ऑनलाइन माध्यम से उपस्थित रहे।

समापन सत्र को संबोधित करते हुए मुख्यातिथि प्रो. सुषमा यादव ने कार्यक्रम के आयोजकों को बधाई दी और राष्ट्रीय शिक्षा नीति की संकल्पना के महत्त्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने शिक्षकों के गुणों व कार्यों पर अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि आज के शिक्षक को नवीन तकनीकों का ज्ञान और अपने विषय की विशेषज्ञता में कुशलता, प्रवीणता, दक्षता व क्षमता को बढ़ाना चाहिए।

प्रो. यादव ने कहा कि शिक्षक राष्ट्र निर्माता हैं और राष्ट्र निर्माण में उन्हें और अधिक मेहनत के साथ जुटने की आवश्यकता है। आयोजन में मंच का संचालन व कार्यक्रम की रिपोर्ट डॉ. रेनू यादव ने प्रस्तुत की। अंत में शिक्षक शिक्षा विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. प्रमोद कुमार ने कार्यक्रम को आयोजित करने वाले आयोजक प्रो. दिनेश चहल, आयोजन समिति, मुख्य अतिथियों और देश भर से उपस्थित विषय विशेषज्ञों व प्रतिभागियों के प्रति आभार व्यक्त किया। समापन सत्र में प्रतिभागियों को प्रमाण-पत्र भी प्रदान किए गए।

सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक की शाखा पाली नए भवन में शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक की शाखा पाली को बुधवार को अपने नए भवन में स्थानांतरित कर दिया गया हैं। नवनिर्मित भवन का उद्घाटन रेवाड़ी क्षेत्र के क्षेत्रीय प्रबंधक सीजे खुराना ने किया। मुख्य प्रबंधक सुनील मलिक भी मौजूद रहे। गांव पाली सरपंच देशराज व अमित के अलावा अनेक ग्राहक समारोह में मौजूद रहे। शाखा पाली प्रबंधक जितेंद्र यादव, रिवासा प्रबंधक नितिन, वरिष्ठ प्रबंधक राजेश गुर्जर, क्षेत्रीय कार्यालय रेवाड़ी प्रबंधक रवि यादव, बसई शाखा प्रबंधक दीपक, शाखा आकोदा प्रबंधक राम अवतार, शाखा दुलोठ अहीर सहायक प्रबंधक राजकुमार गांगुली, पूर्व एरिया मैनेजर जेसी शर्मा और वित्तीय साक्षरता सलाहकार गिरीश कुमार कानोडिया भी उपस्थित रहे। कार्यक्रम में बाबा जयराम दास समिति के पदाधिकारियों ने मुख्यातिथि सीजे खुराना और सुनील मलिक को बाबा की प्रतिमा भेंटकर सम्मानित किया। इसके बाद पाली और धोली सरपंचों ने साफा पहनाकर अतिथियों का स्वागत किया।

महेंद्रगढ़। नई शाखा का रिबन काटकर शुभारंभ करते हुए। फोटो : हरिभूमि

क्षेत्रीय प्रबंधक खुराना ने बैंक की सभी योजनाओं का भरपूर लाभ उठाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि वे किसान क्रेडिट कार्ड के साथ-साथ अपनी अन्य जरूरतों यथा ट्रैक्टर, कृषि यंत्रों की खरीद, सिंचाई, ग्रामीण भंडारण, कोल्ड स्टोरेज, डेयरी विकास इत्यादि गतिविधियों के लिए भी ऋण प्राप्त कर सकते हैं। एसएमएसई क्षेत्र पर चर्चा करते हुए उन्होंने कहा कि सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्योगों के क्षेत्र में रोजगार की अपार संभावनाएं मौजूद हैं। अतः ऐसे ऋण प्राप्त कर वे रोजगार सृजन के क्षेत्र में अपनी विशेष भागीदारी सुनिश्चित करें। उन्होंने जानकारी दी कि उनके बैंक ने जीएसटी एक्सप्रेस और ट्रेड ग्रोथ नाम से ग्राहक उन्मुख योजनाएं बनाई हैं, जिनमें सरल औपचारिकताओं के साथ आसान शर्तों पर व्यापार और उद्योगों के लिए ऋण सुविधा उपलब्ध कराई जाती है। इसी प्रकार बैंक के पास व्यापारी क्रेडिट कार्ड और जनरल क्रेडिट कार्ड जैसी सरल योजनाएं भी उपलब्ध हैं।

मुख्य प्रबंधक सुनील मालिक ने बताया कि उनका बैंक प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, कृषि संरचात्मक निधि, राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन के अंतर्गत स्वयं सहायता समूह, संयुक्त देयता समूह, प्रधानमंत्री स्वनीधि इत्यादि सभी योजनाओं को सफलतापूर्वक लागू करने में सदैव अग्रणी रहा है। इसके अतिरिक्त गृह ऋण, कार ऋण, व्यक्तिगत ऋण, पेंशन ऋण, गृह ऋण के साथ-साथ ओवरड्राफ्ट सीमा, टोपअप ऋण, शिक्षा ऋण सभी में बैंक का महती योगदान है। कार्यक्रम में मंच संचालन वरिष्ठ प्रबंधक रवि यादव और राजेश गुर्जर ने किया।

आना पवन कुमार हमारे हरी कीर्तन में भजन पर झूमे जमकर श्रद्धालु

- कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की

हरिभूमि न्यूजःनारनौल। श्रीराम हनुमान गुणगान प्रचार मंडल एवं श्रीराम मेहंदीपुर बालाजी सेवा संघ के तत्वावधान में मंगलवार रात मोहल्ला खड़खड़ी में संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की। सर्वप्रथम यजमान दिनेश खुराना से सपरिवार पूजन करवा बाबा की ज्योति प्रज्वलित करवाई। इसके बाद गायत्री मंत्र व रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। जिसमें पंडित महेश शर्मा, पंडित दीपक शर्मा, गौरीशंकर शर्मा, नवीन जैन, कांशीराम पार्षद व दिनेश बारी ने सुंदरकांड पाठ के दौहे व चौपाइयों का अपने मधुर स्वर से गायन किया। पाठ समापन के बाद भजनों का दौर शुरू हुआ। जिसमें गौरीशंकर शर्मा ने लहर-लहर लहराए रे झंडा बजरंग बली का, महेश शर्मा ने आना पवन कुमार हमारे हरी कीर्तन में व आचार्य क्रांति निर्मल ने धमाल सुनाकर सभी को झूमने पर विवश कर दिया। अंत में यजमान को बालाजी का चित्र भेंट कर मंडल की ओर से सम्मानित किया गया। इस मौके पर वासुदेव खुराना, विकास अग्रवाल, सुरेंद्र सैनी, महेश सोनी, ललित सैनी, नमन खुराना, सोनिया खुराना, सचिन तनेजा, सुनीता, म्यूजिक मास्टर सुनील कुमार, हरप्रसाद आदि सहित काफी संख्या में मौजूद थे।

नारनौल। सुंदरकांड पाठ करते श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

पंडित गणपत राम की 15वीं पुण्यतिथि पर आयोजित होगा कवि सम्मेलन

- अध्यक्षता पंडित गणपतराम लोक संस्कृति मंच के अध्यक्ष महाशय रविदत मांडोला ने की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

पंडित गणपतराम लोक संस्कृति मंच गढ़ी एवं ग्रामीणों की एक बैठक आशुकवि पंडित गणपतराम शर्मा स्मृति स्थल गढ़ी पर आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता पंडित गणपतराम लोक संस्कृति मंच के अध्यक्ष महाशय रविदत मांडोला ने की। मंच के सचिव मनोज गौतम ने बताया कि यह बैठक 24 जून को आशुकवि पंडित गणपत राम की 15वीं पुण्यतिथि के अवसर पर विशाल लोककवि सम्मेलन आयोजित करने के लिए की गई। बैठक में उपस्थित गढ़ी गांव के सरपंच कर्मवीर सैनी, मंच कोषाध्यक्ष हनुमान गौतम, संरक्षक रोशनलाल शर्मा, गांव बिजणा चरखी दादरी से सेवानिवृत सूबेदार सतनारायण शास्त्री और कपिल शास्त्री, पूर्व पंच बलवीर शर्मा आदि लोगों ने विचार-विमर्श करके निर्णय लिया कि 24 जून को आशु कवि पंडित गणपत राम की 15वीं पुण्यतिथि को धूमधाम से मनाया जाए। हरियाणा राजस्थान के विभिन्न अखाड़ों से कवियों को आमंत्रित किया जाए। सचिव मनोज गौतम ने कहा कि इस लोक कवि सम्मेलन में भारतीय संस्कृति का प्रचार प्रसार करने वाले हरियाणा व राजस्थान के प्रसिद्ध लोक गायकों को सम्मानित भी किया जाएगा। महाशय रविदत मांडोला ने बताया कि आशु कवि पंडित गणपत राम हरियाणा राजस्थान ही नहीं बल्कि कई प्रदेशों में अपनी आशु कविता के लिए प्रसिद्ध रहे। उन्होंने ताउम्र भारतीय संस्कृति और संस्कारों को बढ़ावा देने के लिए समाज को प्रेरित करने वाली कविताओं से लाभान्वित किय। इस विशाल लोक कवि सम्मेलन में हरियाणा, राजस्थान, दिल्ली के सुप्रसिद्ध कवि एवं साहित्य प्रेमी मौजूद रहेंगे।

महेंद्रगढ़। पंडित गणपतराम स्मृति स्थल गढ़ी पर बैठक में उपस्थित गणमान्य।

इस अवसर पर सरपंच कर्मवीर सैनी, पंडित गणपत राम लोक संस्कृति मंच के संरक्षक रोशन लाल शर्मा, कोषाध्यक्ष हनुमान गौतम, सचिव मनोज गौतम, पूर्व पंच बलवीर शर्मा, महाशय रविदत मांडोला, कपिल शास्त्री, पूर्व सूबेदार सत्यनारायण शास्त्री, गजानन सेन, नवरत्न, नरेंद्र शर्मा आदि मौजूद रहेंगे।

कांग्रेसी कार्यकर्ताओं ने साहस व संघर्ष की मिशाल कायम की

नांगल चौधरी। कार्यकर्ताओं को विधानसभा चुनावों की तैयारी में जुटने का आह्वान करते राव दानसिंह।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

लोकसभा चुनावों में कांग्रेस के प्रत्याशी रहे राव दानसिंह ने जाट धर्मशाला में कार्यकर्ताओं की बैठक ली। जिसमें उन्होंने टीम वर्क की सराहना की, कहा कि 15 दिनों में भाजपा की जीत का मार्जिन 10 गुणा घटाकर मात्र 40 हजार पर सिमटा दिया। अक्टूबर महीने में विधानसभा के चुनाव होने हैं, इसके लिए अभी से जनता के बीच जाने की हिदायत दी है। जिले की चारों सीटों पर कांग्रेस का परचम फहराएगा।

उन्होंने कहा कि चुनावों में हार या जीत एक रूटीन प्रक्रिया होती है। जनता का निर्णय सवार्ेपरी होता है, जिसे स्वीकार करना नैतिक दायित्व है, लेकिन पार्टी के निष्ठावान कार्यकर्ताओं ने मात्र 15 दिनों में चुनावी गणित उथल-पुथल करने का काम किया है। उन्होंने कहा कि 2019 के चुनावों में भाजपा ने करीब 4.44 लाख वोटों से जीत हासिल की थी। अबकी बार छह लाख वोटों से जीत के दावे किए गए थे, लेकिन कार्यकर्ताओं ने घर-घर जाकर भाजपा के झूठे जुमलों से जागरूक किया, विकास कायार्ें में क्षेत्र के साथ हुए भेदभाव से अवगत करवाया।

न्यूज डायरी

चेतावनी के बाद अनुसूचित जाति के प्लॉट धारकों को कब्जा दिलाने का काम शुरू

महेंद्रगढ़। गांव माधोगढ़ में अनुसूचित जाति के लोगों को वर्ष 2008 में मिले बीपीएल प्लॉट में कब्जा दिलाने की चेतावनी के बाद करीब छह एकड़ जमीन पर लेवलिंग काम कार्य शुरू कर दिया हैं। इस संबंध में बलवान फौजी ने बताया कि एक ओर प्रदेश के सीएम नायब सिंह महात्मा गांधी ग्रामीण बस्ती योजना के लाभार्थियों को प्लॉट का कब्जा प्रमाण पत्र देकर वाहवाही लूट रही हैं। वहीं दूसरी तरफ सतनाली क्षेत्र के गांव माधोगढ़ में वर्ष 2008 में दिए गए बीपीएल प्लॉट धारकों को प्लॉट का कब्जा अभी तक नहीं दिया गया हैं। उन्होंने बताया कि वर्ष 2008 में अनुसूचित जाति के बीपीएल परिवार को 100-100 वर्ग गज के प्लॉट दिए गए थे। लेकिन सरकार ने अभी तक धारकों को कब्जा नहीं दिया गया हैं। सतनाली क्षेत्र के माधोगढ़ में ग्रामीणों को 208 प्लॉट काटे गए थे। इसके अलावा 2012 में बीपीएल प्लॉट धारकों की रजिस्ट्री भी की गई थी। हैरानी की बात यह है कि सरकार द्वारा दिए प्लॉट टिब्बे में दिए गए थे। जगह उबड़-खाबड़ होने के चलते बीपीएल परिवार के लोग कैसे मकान बना पाएंगे। इसके अलावा सरकार द्वारा बीपीएल परिवारों के प्लॉट धारकों को अभी तक इंतकाल भी नहीं किया गया हैं।

विहिप और बजरंग दल कार्यकर्ताओं ने आतंकी हमले के विरोध में राष्ट्रपति के नाम सौंपा ज्ञापन

सतनाली मंडी। विश्व हिन्दू परिषद एवं बजरंग दल के कार्यकर्ताओं ने जम्मू-कश्मीर में वैष्णों देवी जा रहे श्रद्धालुओं की बस पर आतंकवादियों की ओर से किए गए हमले के विरोध में आतंकवादियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग को लेकर महामहिम राष्ट्रपति के नाम सतनाली उपतहसील में ज्ञापन सौंपा। विहिप के जिला सहमंत्री प्रवीण कुमार ने बताया कि नायब तहसीलदार रघुवीर सिंह को महामहिम राष्ट्रपति के नाम सौंपे ज्ञापन में बताया कि नौ जून को जम्मू कश्मीर में धार्मिक यात्रा पर निकले श्रद्धालुओं पर माता वैष्णों देवी कटरा से शिव खोड़ी दर्शन को जाते समय आतंकवादियों ने घात लगाकर शिव खोड़ी के निकट बस पर गोलीबारी कर बस चालक सहित 10 तीर्थ यात्रियों की हत्या कर दी, जिससे देशभर में भारी आक्रोश है। उन्होंने कहा कि इस आतंकी घटना में जो बर्बरता की गई है, हम इसका विरोध करते है और महामहिम राष्ट्रपति से ज्ञापन के माध्यम से आग्रह करते हैं की इन आतंकवादियों पर कड़ी से कड़ी कार्रवाई की जाए।

मिड-डे-मील कर्मियों का आजीविका का कोई और स्रोत नहीं

मांगों को लेकर मिड-डे-मील वर्कर ने किया प्रदर्शन, सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

मिड-डे-मील कार्यकर्ता यूनियन हरियाणा खंड अटेली संबंधित एआईयूटीयूसी के बैनर तले बुधवार खंड की मिड-डे-मील कर्मियों ने खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय पर अपनी मांगों को लेकर प्रदर्शन कर बीईओ को ज्ञापन सौंपा। प्रदर्शन का नेतृत्व एआईयूटीयूसी जिला प्रधान मास्टर सुबेसिंह, खंड प्रधान प्रेमलता, सचिव मंजू देवी, पूर्व जिला प्रधान बिमला देवी, पुष्पा देवी ने किया।

इस अवसर पर वक्ताओं ने कहा कि मिड-डे-मील कार्यकर्ता स्कूलों में बेहद मामूली मानदेय पर नौनिहालों के लिए खाना बनाने का काम करती है, जो केंद्र सरकार व राज्य सरकार की पौषाहार नीति को लागू कर बच्चों को कुपोषण से बचाने का काम करती है। मिड-डे-मील कर्मियों का आजीविका का कोई और स्रोत नहीं है। मिड-डे-मील कार्यकर्ता लम्बे समय से स्कूलों में खाना बना रही है, लेकिन मिड-डे-मील कर्मियों को सरकार ना ही अपने कर्मचारी मान रही है और ना ही श्रमिक का दर्जा दिया जा रहा। ज्ञापन के माध्यम से मांग की गई है कि मिड-डे-मील कर्मियों के लम्बे समय से कार्य के मध्य नजर नियमित बनाने की नीति बनाकर नियमित कर्मचारी का दर्जा दिया जाए, रिटायरमेंट उम्र 65 वर्ष की जाए, रिटायरमेंट पर अन्य स्कीम वर्कर्स की तरह पांच लाख एकमुश्त लाभ प्रदान किया जाए, 15 बच्चों पर एक मिड-डे-मील कार्यकर्ता को लगाया जाए, स्कूल बन्द होने की स्थिति में मिड-डे-मील कर्मियों को समीपवर्ती स्कूल में समायोजित किया जाए, साल में 20 दिन का अवकाश लागू किया जाए, वेतन हर महीने पहली तारीख को दिया जाना सुनिश्चित किया जाए।

मंडी अटेली। मांगों के प्रदर्शन करतीं मिड-डे-मील वर्कर। फोटो : हरिभूमि

इसके अलावा पिछले तीन महीनों से वेतन नहीं मिलने से गंभीर आर्थिक स्थिति का सामना कर रही, मिड-डे-मील कर्मियों को पिछले तीन महीनों का बकाया वेतन भुगतान तत्काल किया जाए। जिस पर खंड शिक्षा अधिकारी देवेंद्र कुमार ने मांगों पर सहानुभूतिपूर्वक विचार कर सकारात्मक कार्रवाई का आश्वासन दिया।

इस अवसर पर चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी यूनियन के जिला उपप्रधान मुकेश कुमार ने मिड-डे-मील कुक व हेल्पर्स की मांगों का समर्थन करते हुए मिड-डे-मील कर्मियों की मांगों को स्वीकार करने की मांग की। इस मौके पर पिस्ता, मनीषा, मंजू, कांता, बीना, लीला, रेखा, बनीता, रेनू, निर्मला, सुनीता, गीता, सुशीला, कविता, माला, सुनीता आदि मिड-डे-मील वर्कर मौजूद थीं।

आर्य समाज का पताका फहराने वाले स्वामी ब्रह्मानंद सरस्वती का निधन, शोक की लहर

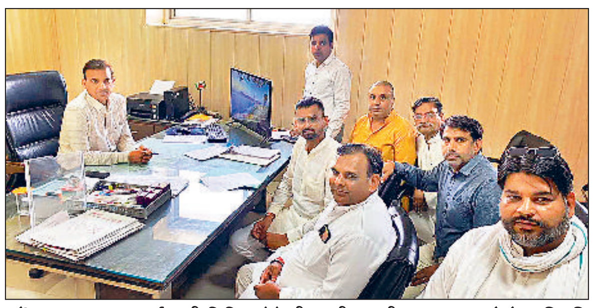
नारनौल। जिले में आर्य समाज का पताका फहराने वाले व जनजागृति अभियान के पुरोधा ऋषि दयानंद के अनन्य भक्त तथा पीजी कॉलेज की प्राचार्या डा. पूर्णप्रभा के पिता स्वामी ब्रह्मानंद सरस्वती का बुधवार स्वर्गवास हो गया है। इनके अंतिम दर्शन 13 जून सुबह 6:15 से 7:15 बजे तक डा. शिव शर्मा ब्रह्मदेव चौक निवास स्थान पर किए जा सकेंगे। अंतिम यात्रा सुबह उनके दर्शनों के पश्चात ब्रह्मदेव चौक से शुरू होकर शहर के मुख्य बाजार आजाद चौक, मसानी चौक व उनके की ओर से स्थापित योग स्थली आश्रम से होते हुए श्मशान घाट बुचोली रोड तक जाएगी। जहां उनका दाह संस्कार विधि आर्य गुरुकुल झज्जर के अधिष्ठाता व आचार्यों, ब्रह्मचारियों के मार्गदर्शन में वैदिक रीति रिवाजों से किया जाएगा। इनके निधन पर डा. शिव शर्मा, डा. हेमंत शर्मा, डा. आदित्य, डा. कपिल व समस्त आर्य समाज तथा वेद प्रचार मंडल दुःख जताया है।

दो साल बीतने के बावजूद शहर में नहीं हुए विकास कार्य

2 साल बीतने पर भी शहर में विकास कार्य नहीं, अब डीएमसी ने अधिकारियों, प्रधान व पार्षदों की ली मीटिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ

नारनौल के डीएमसी ऑफिस में नगर पालिका महेंद्रगढ़ के विकास कार्यो संबंधित महत्वपूर्ण मीटिंग जिला नगर आयुक्त महावीर प्रसाद की अध्यक्षता में हुई हैं। बैठक में नगर पालिका चेयरमैन रमेश सैनी, सचिव प्रशांत पराशर, एसडीओ दिनेश कुमार, जेई मनोज कुमार के अलावा शहर के सभी पार्षद मौजूद रहें। बता दें कि 19 जून 2022 को महेंद्रगढ़ नगरपालिका के 15 वार्ड पार्षद व प्रधान पद के लिए चुनाव संपन्न हुआ था। इसके बाद 14 जुलाई 2022 को जब शपथ ग्रहण कर शहर की सरकार पूरी हुई तो लोगों को भी शहर में विकास कायार्ें की उम्मीद जगी थी, दो साल बीतने के बावजूद भी शहर में अभी तक कोई विकास कार्य देखने को नहीं मिले हैं। शहर की अधिकतर सड़कें जर्जर हालत में हैं। इन सड़कों पर पैचवर्क तक नहीं कराया जा रहा। नपा प्रधान रमेश सैनी की अगुवाई में शहर के सभी 15 पार्षदों की तरफ से शहर के विकास के लिए हर संभव कार्यों का दावा भी किया जा रहा है। यहां तक कि हाउस की मिटिंग में सभी पार्षदों ने सर्वसम्मति से प्रस्ताव भी पास कर भेजे जा चुके हैं। लेकिन अभी तक शहर के विकास कार्यों पर ब्रेक लगा हुआ हैं। इस मौके पर पार्षद सोनू सैनी, पार्षद सुरेंद्र फौजी, पार्षद प्रतिनिधि चेतन यादव, पार्षद प्रतिनिधि अश्वनी सोनी, पार्षद अशोक सैनी, पार्षद प्रतिनिधि हरिराम खन्ना व पार्षद विष्णु बाल्मीकि सहित अनेक पार्षद मौजूद रहे।



महेंद्रगढ़। प्रधान व पार्षद की मिटिंग लेते डीएमसी महाबीर प्रसाद। फोटो: हरिभूमि

शहर की प्रमुख समस्या: शहर में विकास कार्य शुरू नहीं होने से जनता के साथ-साथ पार्षदों में भी रोष है। शहर में इन दिनों डोर-टू-डोर कचरा प्रबंधन, शहर में सर्वे करवाकर स्ट्रीट लाइट लगाने का टेंडर, मसानी चौक से 11 हट्टा बाजार होते हुए हाइप जिम तक की सड़क, राव बहादुर सिंह की कोठी से लेकर सब्जी मंडी गेट तक सड़क, वाल्मीकि मंदिर से 11 हट्टा बाजार तक सड़क, साईं मंदिर से पुराना राजकीय महिला कॉलज के गेट तक, प्रजापति चौपाल से सीवर प्लांट तक, वाल्मीकि मंदिर से विजय पार्षद के मकान तक, भाई राम सिंह की कोठी से मौहल्ला सराय होते हुए नारनौल रोड तक, भाई राम सिंह की कोठी से मोड़ा वाली आश्रम तक, कबाड़ी से करंट बालाजी मंदिर के सामने से मोडवाली आश्रम तक सड़क, मोडावाली आश्रम के पास टूरिस्ट कॉम्पलैक्स, देवीलाल पार्क को विकसित करना, ऑटो मार्केट के पास शॉपिंग कॉम्प्लैक्स बनाना, बालाजी चौक से प्याऊ तक शॉपिंग कॉम्प्लैक्स की सड़क व डिवाइडर का सौंदर्यकरण सहित अनेक विकास कार्य होने हैं।

मेघोत बिंजा में किया पौधारोपण

नारनौल। मेघोत बिंजा में पौधारोपण करते हुए। फोटो: हरिभूमि

नारनौल। गांव मेघोत बिंजा स्थित राजकीय प्राथमिक पाठशाला के खेल परिसर में नेहरू युवा केंद्र व रेडक्रॉस सोसायटी के संयुक्त तत्वाधान में रिटायर्ड लेक्चरर लीलाराम के पौत्र कनिष्क कैलोरिया के जन्मदिवस के अवसर पर हर वर्ष की भांति पौधारोपण किया गया। विदित है कि प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के लिए पेड़ लगाना आवश्यक है। पेड़ ऑक्सीजन का महत्वपूर्ण स्त्रोत हैं। उपस्थित जनसमूह को पौधे वितरित किए गए। कनिष्क के पिता असिस्टेंट प्रोफेसर सुभाष कैलोरिया ने ऐसे अवसरों पर पौधे लगाने की परम्परा शुरू करने पर बल दिया। वर्ष में एक पौधा लगाने की शपथ दिलाई। मौके पर विजयपाल, माया देवी, रामेश्वरी, सुखदेव हवलदार, मनजीत, मोहित, नरसी, निक्कू, सौरव, उत्तम, दिशा, पर्व आदि मौजूद थे।

खबर संक्षेप

नारनौल। पुलिस गिरफ्त में आरोपित।

भैंस चोरी के मामले में आरोपित गिरफ्तार

नारनौल। भैंस चोरी के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना नांगल चौधरी की पुलिस ने एक आरोपित पटवारी उर्फ रहीस वासी बातरौली थाना देहांत खुर्द यूपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपित को प्रोडक्शन वारंट पर लाकर गिरफ्तार किया है। आरोपित पशु चोरी के मामले में राजस्थान में जेल में बंद था। पुलिस ने आरोपित को न्यायालय से पुलिस रिमांड पर लिया है। पुलिस प्रवक्ता सुमित कुमार ने बताया कि शिकायतकर्ता बसंताराम निवासी थनवास ने थाना नांगल चौधरी में भैंस चोरी की शिकायत दर्ज करवाई। शिकायत में बताया कि वह जमींदारा व पशुपालन का काम करता है। रात के करीब दो बजे के बाद अज्ञात व्यक्ति उसकी देसी नस्ल की भैंस चोरी कर ले गया।

वाहन चोरी के मामले में बाइक की बरामद

नारनौल। वाहन चोरी के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर पुलिस ने एक बाल अपचारी को अभिरक्षा में लिया। जिससे पूछताछ में पुलिस ने उससे चोरी की बाइक बरामद की है। पुलिस ने पता लगाया कि बाल अपचारी पर पहले भी वाहन चोरी का मामला दर्ज है। शिकायतकर्ता मुकेश वासी गांवड़ी जाट ने थाना शहर में वाहन चोरी की शिकायत दर्ज करवाई। उसने बताया कि वह केशव नगर गली नंबर एक में किराये पर रहता है। उसने बताया कि उसने अपनी मोटरसाइकिल मकान के सामने लोक करके खड़ी की थी।

निर्जला एकादशी पर धनौंदा में भंडारा 17 को

कनीना। निर्जला एकादशी के अवसर पर आगामी 17 जून को धनौंदा में प्याऊ गोशाला के समीप भंडारे का आयोजन किया जाएगा। सुबह 11 बजे से दोपहर तीन बजे तक आयोजित होने वाले इस समारोह में श्रद्धालुओं को प्रसाद वितरित किया जायेगा। सेवानिवृत्त डीएसपी बनवारी लाल ने बताया कि समारोह की सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

वाटर ट्रीटमेंट प्लांट के लिए मोहनपुर में चौदह एकड़ जमीन चिन्हित की

नगर पालिका ने स्वीकृति प्रस्ताव पारित करके विभाग को भेजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

नगर पालिका बोर्ड की बैठक चेयरपर्सन प्रिया सैनी की अध्यक्षता में संपन्न हुई। जिसमें सचिव सौरभ जैन ने वाटर ट्रीटमेंट प्लांट की आवश्यकता से अवगत करवाया। जिसके निर्माण को लेकर मोहनपुर में चिन्हित जमीन पर विचार-विमर्श किया गया। इसके बाद सहमति प्रस्ताव पारित करके डीएमसी कार्यालय नारनौल भेजा गया। साथ ही दमकल केंद्र के रास्ते को चौड़ा बनाने के लिए जमीन तबादले की प्रक्रिया को हाउस ने सर्वसम्मति से मंजूरी दी। उन्होंने बताया कि कैनाल बेस्ड नहरी पानी का नसीबपुर के पास स्टॉक किया जाता है। यहां पानी को फिल्टर करके ग्रामीण वाटर टैंकों को सप्लाई किया जाता है। पानी का स्टॉक डिमांड के अनुसार नहीं हो पाता है, जिस कारण विभाग को महीने में 15 दिन राशनिंग प्रणाली के अंतर्गत सप्लाई मुहैया करवाई जाती है। आपूर्ति नहीं होने के कारण गांव व शहर में रोष-प्रदर्शन की समस्या निरंतर बढ़ रही है। शिकायत मिलने पर विभाग ने नांगल चौधरी में भी नहरी पानी का स्टॉक करने तथा यहीं से पानी को फिल्टर करके ग्रामीणों को सप्लाई करने की योजना बनाई है। प्रशानिक निर्देशों पर नपा प्रशासन ने मोहनपुर के पास 14 एकड़ जमीन चिन्हित की है, जो कि नहरी पानी का स्टॉक करने के लिए उपयुक्त है। इस जमीन को जन स्वास्थ्य विभाग के सुपुर्द करने के लिए नपा बोर्ड की विशेष बैठक बुलाई गई, जिसमें सर्वसम्मति से प्रस्ताव पारित करके जमीन पर वाटर ट्रीटमेंट प्लांट निर्माण का आग्रह किया गया है। इसके अलावा दमकल केंद्र के रास्ते को चौड़ा करने पर विचार किया गया। सचिव ने कहा कि रास्ता संकरा होने के कारण फायर ब्रिगेड का आवागमन प्रभावित रहेगा। समाधान के लिए नपा प्रशासन ने निजी मलकियत के साथ जमीन तबादला करने की मंजूरी दी है। तर्क दिया कि सड़क के साथ लगती जमीन के मालिक को पीछे की तरफ जमीन मुहैया करवाई जाएगी, जिससे संकरे रास्ते की समस्या का निवारण संभव है। बैठक में वाइस चेयरमैन मुकेश शर्मा, छविकांत, धर्मेंद्र, अनिता जाटीवाल, अनिता मीणा, रिंकू सैनी, विकास शर्मा, ममता शर्मा, धर्मबीर मौजूद रहे।

नांगल चौधरी। तहसील प्रांगण में वाटर कूलर का निरीक्षण करते एसडीएम मयंक भारद्वाज। फोटो: हरिभूमि

पेयजल संकट की समस्या से मिलेगी राहत

नपा के पार्षद कवर सिंह जाखड़ ने बताया कि नांगल चौधरी व ब्लॉक के अधिकतर गांवों में पेयजल संकट की समस्या बनी हुई है। मोहनपुर के पास वाटर ट्रीटमेंट प्लांट निर्माण होने के बाद लोगों को डिमांड के अनुसार पेयजल सप्लाई हो सकेगा। जन स्वास्थ्य विभाग को 14 एकड़ जमीन देने का प्रस्ताव सर्वसम्मति से पारित किया गया है। प्रस्ताव को अंतिम स्वीकृति उच्च स्तर पर मिलनी है, इसके बाद टैंक निर्माण संभव हो पाएगा।

एसडीएम ने तहसील प्रांगण के वाटर कूलर का किया निरीक्षण

एसडीएम मयंक भारद्वाज ने तहसील प्रांगण में लगे वाटर कूलर का निरीक्षण किया। इस दौरान टंकी की पाइप में ब्लॉकेज तथा टोंटी में खराबी मिली। उन्होंने नपा प्रशासन को वाटर कूलर की तुरंत रिपेयर करवाने के निर्देश दिए। इसके बाद पार्षद कवर सिंह जाखड़ ने पलंबर को बुलाकर वाटर कूलर को चालू करवाया। एसडीएम ने अधिकारियों को विभिन्न फाइलें समय पर निपटाने की हिदायत दी।

योग प्रोटोकॉल शिविर का समापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

विश्व योग दिवस के उपलक्ष्य में आयुष विभाग की ओर से राजकीय महिला महाविद्यालय के प्रांगण में आयोजित तीन दिवसीय योग प्रोटोकॉल ट्रेनिंग शिविर बुधवार को सम्पन्न हुआ। इस तीन दिवसीय शिविर में 45 मिनट का योग प्रोटोकॉल ट्रेनिंग का अभ्यास योग साधकों को करवाया गया। योग प्रोटोकॉल का अभ्यास व मंच संचालन आयुष योग सहायक पवन कौशिक ने किया।

उन्होंने बताया कि योग प्रोटोकॉल का अभ्यास आयुष विभाग की ओर से समय-समय पर विभिन्न स्कूलों, योग शालाओं व अन्य सार्वजनिक स्थानों पर करवाया जा रहा है। योग प्रोटोकॉल के अभ्यास का मुख्य उद्देश्य 21 जून को होने वाले विश्व योग दिवस को सफल बनाना व स्वस्थ भारत का निर्माण करना हैं। योग हमारी प्राचीन पद्धति है तथा योग को अपने जीवन का प्रमुख अंग बनाना ही पड़ेगा, क्योंकि आज हमारा पर्यावरण व खानपान विषैला होता जा रहा है। उन्होंने योग साधकों को जीवन में कन्या भ्रूण हत्या न करने की शपथ भी दिलवाई। इस मौके पर आयुष योग सहायक अमित रोहिल्ला चंदपुरा, अनिल बाछौद, बबीता कुमारी, नेहा, सुषमा, नेहा, सुनीता, रामनिवास व भूपेंद्र यादव आदि मौजूद थे।

मंडी अटेली। योग करवाते पवन कौशिक। फोटो: हरिभूमि

ट्रैक्टर चालक ने की धोखाधड़ी, दो पर केस

महेंद्रगढ़। सतनाली में ट्रैक्टर चालक एक दुकानदार से धोखाधड़ी कर 68 हजार 575 रुपये का सामान ले गया। पुलिस ने दो नामजद लोगों पर केस दर्ज किया है। दुकानदार नवल किशोर ने पुलिस थाने में दी शिकायत में बताया कि वह सतनाली का रहने वाला हैं। उसने पत्थर मार्केट रेलवे पार पर तुलसी स्टोन कंपनी के नाम से दुकान कर रखी है। 18 अप्रैल को सुबह दस बजे दुकान पर प्रीतम वासी नांधा ट्रैक्टर ट्रॉली लेकर आया। दुकान से उसने पांच पीस गाटर, 92 पीस पत्थर व दो गेट लेकर गया, जिसकी कीमत 68575 रुपये थी। बिल नंबर 815 व 816 में अंकित है। जब उसने रुपये मांगे तो प्रीतम ने कहा कि वह बैंक से रुपये निकलवाकर दे देंगा। फिर वह प्रीतम) बैंक चला गया। काफी समय इंतजार करने के बाद प्रीतम से फोन पर संपर्क किया तो उसने कहा कि बैंक में रुपये नहीं है।

केबल चोरी के मामले में आरोपिता गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

ट्यूबवेल से केबल चोरी के मामले में कार्रवाई करते हुए पुलिस टीम ने एक महिला आरोपिता को गिरफ्तार किया है, जिसकी पहचान कविता वासी पुठी सामन थाना सदर हांसी हिसार के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपिता को पुठी क्षेत्र से गिरफ्तार किया। पुलिस ने आरोपिता के पास से नकदी बरामद की। न्यायालय ने उसे न्यायिक हिरासत में भेज दिया। इस मामले में एक आरोपित विक्रम वासी पालड़ी थाना झोझू कलां चरखी दादरी को पहले गिरफ्तार किया गया था। मामले की शिकायत अजीत सिंह वासी आकोदा ने थाना सदर में दी शिकायत में बताया कि उसने गांव आदलपुर में जमीन मोल खरीदी हुई है। जिस पर ट्यूबवैल बनाया हुआ है। एक जून को दिन के समय वह ट्यूबवैल से घर चला गया, अगले दिन सुबह देखा तो लगभग 300 फुट केबल चोरी हो गई थी। इसी रात सतबीर के ट्यूबवैल से करीब 30 फुट केबल, अतर सिह के ट्यूबवैल से करीब 20 फुट केबल, सुमेर के ट्यूबवैल से करीब 250 फुट केबल, रमेश कुमार के ट्यूबवैल से करीब 150 फुट केबल व विजय कुमार के ट्यूबवैल से करीब 150 फुट केबल चोरी हुई है। शिकायतकर्ता ने एक नामजद पर शिकायत दर्ज कराई।

हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल ने सीटीएम को सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल संबंधित भारतीय मजदूर संघ ने बुधवार को सीटीएम मंजीत कुमार को सीएम के नाम ज्ञापन सौंपा। जिसमें कहा हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल संबंधित भारतीय मजदूर संघ कई वर्ष से अपनी मांगों को लेकर संघर्षरत है, लेकिन आज तक सरकार की ओर से किसी भी मांग को नहीं माना गया है। संगठन चाहता है कि डीआईटीएस के अधीन जितने भी कर्मी कार्यरत है, उन सभी को हरियाणा सरकार की रेगुलाईजेशन पॉलिसी बनाकर रेगुलर करें, जब तक हरियाणा सरकार की पॉलिसी नहीं बनती है, तब तक हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल को समान काम समान वेतन देते हुए 58 वर्ष की सेवा सुरक्षा प्रदान की जाए। ज्ञापन में कहा कि हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफेशनल संघ के आह्वान पर 23 को प्रदेशभ के कम्प्यूटर प्रोफेशनल कुरूक्षेत्र में एकत्रित होकर सीएम को ज्ञापन सौंपेंगे और फिर भी सरकार मांगों को नहीं मानती है, तो कुरूक्षेत्र में आंदोलन की घोषणा की जाएगी।

नारनौल। सीटीएम मंजीत कुमार को ज्ञापन सौंपते कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

158 शिकायतों में अधिकतर मौके पर निपटाईं

- शिकायतों को जल्द दूर करना सरकार व प्रशासन की प्राथमिकता: डीसी मोनिका गुप्ता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

उपायुक्त मोनिका गुप्ता ने कहा कि आमजन की शिकायतों को जल्द से जल्द दूर करना राज्य सरकार व जिला प्रशासन की पहली प्राथमिकता है। ऐसे में अधिकारी सुनिश्चित करें कि शिकायत मिलने के तुरंत बाद कारवाई शुरू हो।

डीसी बुधवार को राज्य सरकार के निर्देशानुसार लघु सचिवालय में आयोजित समाधान शिविर में जनसमस्याएं सुन रही थी। इस मौके पर एसपी अर्श वर्मा भी मौजूद थे। लगभग चार घंटे चले इस समाधान शिविर में कुल 158 शिकायतें आईर्। जिनमें से अधिकतर का मौके पर ही समाधान किया। डीसी ने बताया कि जिला मुख्यालय एवं उपमंडल स्तर पर हर रोज कार्य दिवस पर सुबह 9 से 11 बजे तक लोगों की शिकायतों के लिए समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। लोगों की समस्याओं को जल्द से जल्द निपटने के प्रयास किए जा रहे हैं। इन शिविरों की प्रगति रिपोर्ट भी हर दिन मुख्यालय पर बने समाधान प्रकोष्ठ को भेजी जाएगी। बुधवार को नारनौल में 102, नांगल चौधरी में 16, महेंद्रगढ़ में 22 तथा कनीना में 18 शिकायतें प्राप्त हुई। जिले में आई कुल 158 शिकायतों में से 69 शिकायतें परिवार पहचान पत्र से संबंधित थी। उन्होंने बताया कि समाधान शिविरों में प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, भूमि पंजीकरण, स्थानीय निकाय से अनापत्ति प्रमाण पत्र, नगर पालिकाओं से नक्शे की स्वीकृति, समाज कल्याण विभाग की विभिन्न पेंशन, राशन कार्ड एवं सार्वजनिक वितरण प्रणालीए अपराध से संबंधित शिकायतों, बिजली, सिंचाई, जनस्वास्थ्य से संबंधित शिकायतों की सुनवाई की जा रही है। उपायुक्त ने बताया कि इस समाधान शिविर में सभी संबंधित विभागों के अधिकारी मौके पर ही मौजूद रहते हैं।

शिकायत आते ही तुरंत प्रभाव से समाधान के लिए संबंधित विभाग के अधिकारी को निर्देश दिए जाते हैं तथा उन पर तुरंत कार्रवाई की जा रही है। डीसी ने बताया कि ज्यादातर शिकायतें परिवार पहचान पत्र के संबंध में मिल रही हैं। नागरिकों को इनके बारे में तुरंत कम्प्यूटर पर पूरा रिकॉर्ड दिखाकर संतुष्ट किया जा रहा है।

नारनौल। जनसमस्याएं सुनती डीसी मोनिका गुप्ता। फोटो: हरिभूमि

एसडीएम ने समाधान शिविर में सुनीं लोगों की समस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

एसडीएम संजीव कुमार ने बुधवार को एसडीएम कार्यालय में समाधान शिविर में 28 लोगों की शिकायतें सुनी। इनमें से अधिकतर शिकायतों का मौके पर ही निपटारा किया व बाकी शिकायतों को संबंधित विभागों को भेजकर जल्द निपटारा करने के निर्देश दिए। सरकार के निर्देश पर अब हर रोज सुबह नौ से 11 बजे तक उपमंडल स्तर पर इसी जगह समाधान शिविर लगाया जाएगा।

उन्होंने बताया कि इन शिविरों में पुलिस, राजस्व, नगर परिषद, समाज कल्याण आदि जन कल्याण की योजनाएं लागू करने वाले विभागों के अधिकारीगण उपस्थित रहेंगे। अब प्रॉपर्टी आईडी और परिवार पहचान पत्र की त्रुटियां दूर करने के लिए सुनवाई जिला और उपमंडल स्तर पर हो सकेंगी। इन शिविरों में जमीन की रजिस्ट्री, एनओसी प्राप्त करने, राशन कार्ड बनवाने, राशन वितरण, सामाजिक सुरक्षा पेंशन जैसे बुढ़ापा पेंशन, दिव्यांग व विधवा पेंशन से संबंधित मामलों की सुनवाई भी होगी। इस मौके पर नायब तहसीलदार प्रवीण कुमार, कृषि विभाग से गजानंद, सिंचाई विभाग से मंजीत सिंह, बिजली विभाग से अरुण कुमार, नगर पालिका से सोनू, खाद एवं आपूर्ति विभाग से प्रवीण कुमार, जिला समाज कल्याण विभाग से प्रदीप, जिला कल्याण विभाग से ममता, आशुलिपिक ब्रह्मानन्द, क्रीड विभाग से अनिता, रवि के अलावा अन्य अधिकारी मौजूद थे।

महेंद्रगढ़। लोगों की समस्याएं सुनते एसडीएम।

योजना जिनको हैप्पी कार्ड का एसएमएस मिला है वे बस डिपो से प्राप्त करें अपना कार्ड

कार्ड धारक को मिलेगा एक हजार किलोमीटर प्रति वर्ष बसों में मुफ्त सफर करने का मौका

जिले में 50 हजार ने किया हैप्पी कार्ड के लिए आवेदन, अब तक 7 हजार वितरित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हरियाणा अंत्योदय परिवार परिवहन योजना हैप्पी के जिला महेंद्रगढ़ के लाभार्थी बस डिपो पर आकर जल्द से जल्द अपना हैप्पी कार्ड बनवा लें। सरकार की योजना अनुसार हैप्पी कार्ड धारक को 1000 किलोमीटर प्रति वर्ष हरियाणा रोडवेज की बसों में मुक्त सफर करने का मौका मिलेगा। महेंद्रगढ़ जिला में करीब 50 हजार नागरिकों ने हैप्पी कार्ड के लिए आवेदन किया है। अब तक करीब सात हजार कार्ड वितरित कर दिए गए है। इसके लिए रोडवेज विभाग ने बस स्टैंड व कार्यशाला में नौ अलग-अलग बूथ बनाकर कार्ड वितरित कार्य करवाया जा रहा है।

इस संबंध में रोडवेज डिपो के जीएम अनित यादव ने बताया कि सरकार का यह बहुत ही महत्वपूर्ण निर्णय है। इससे प्रदेश के लाखों गरीब परिवारों को लाभ मिलेगा। उन्होंने बताया कि हरियाणा अंत्योदय परिवार परिवहन योजना (हैप्पी) लिए परिवहन विभाग की वेबसाइट पर ऑनलाइन आवेदन करना होता है। जीएम ने बताया कि ऑनलाइन आवेदन के बाद विभाग की ओर से पात्र नागरिक के पास एसएमएस जाएगा। एसएमएस जाते ही नागरिक तुरंत नारनौल बस स्टैंड पर बनाए बूथ पर अपना हैप्पी कार्ड ग्रहण कर सकते हैं।

एक स्मार्ट कार्ड जारी किया जाएगा

उन्होंने कहा कि जो पात्र परिवार इस योजना का लाभ उठाना चाहते हैं वे जल्द से जल्द इस कार्ड के लिए परिवहन विभाग की साइट पर आवेदन करें। इसके अलावा बस स्टैंड पर भी कार्ड जारी करने के लिए बूथ स्थापित किए गए हैं। उन्होंने बताया कि जिला महेंद्रगढ़ में 50 हजार नागरिकों ने हैप्पी कार्ड के लिए ऑनलाइन आवेदन किया है। अभी तक जिला में लगभग सात हजार से अधिक नागरिकों को हैप्पी योजना के कार्ड दिए जा चुके हैं। इस योजना के तहत लाभार्थियों को हरियाणा रोडवेज बसों में मुफ्त यात्रा करने के लिए ई-टिकटिंग प्रणाली से जुड़ा एक स्मार्ट कार्ड जारी किया जाएगा।