हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार 21 मई 2026

11 युवा शक्ति फाउंडेशन सेका ने यशवीर मौर्य...

12 जन जागरूकता अभियान: टीमों ने 95 उपभोक्ताओं...

नागरिकों ने की विजिलेंस जांच की मांग

रेवाड़ी-बीकानेर रेलवे लाइन पर कनीना में बनाए जा रहे आरओबी में बड़ा घालमेल

बनने से पहले ही दरकने लगी दीवारें, ठेकेदार व अधिकारियों पर मिलीभगत का आरोप

हरिभूमि न्यूज ⏭ कनीना

रेवाड़ी बीकानेर रेलवे लाइन पर कनीना रेलवे स्टेशन के समीप फाटक नंबर 87 पर 2023 से बनाए जा रहे रेलवे ओवरब्रिज चालू होने से पूर्व ही विवादों में घिर गया है। जनता को जाम से मुक्ति दिलाने के लिए करोड़ों रुपये की लागत से बनाए जा रहे आरओबी की रिटेनिंग वॉल और सर्विस रोड के बीच में किए जा रहे नाले निर्माण में घटिया सामग्री के इस्तेमाल का गंभीर मामला सामने आया है।

निर्माण कार्य पूरा होने से पहले ही दीवारों और नाले में दरारें पड़नी शुरू हो गई हैं, जिससे परियोजना की मजबूती पर बड़े सवालिया निशान खड़े हो गए हैं। स्थानीय निवासियों सुरेश कुमार, सुधीर कुमार, राहुल कुमार, हर्ष कुमार, ईश्वर सिंह, दिनेश कुमार, प्रकाशचंद, मनीष कुमार सहित राहगीरों ने लोक निर्माण विभाग के एक्सईएन, एसडीओ व जेई पर ठेकेदार से मिलीभगत के आरोप लगाए हैं। उन्होंने कहा कि साईट पर जेई की उपस्थिति में ही कार्य किया जाना होता है, लेकिन कागजों में उनकी उपस्थिति दिखाकर रिकार्ड पूरा कर दिया जाता है। धरातल पर सच्चाई नहीं होती।

इसके निर्माण में निम्न स्तर के क्रेसर, रोड़ी, सीमेंट व स्टील का इस्तेमाल किया जा रहा है। उनका आरोप है कि ठेकेदार की ओर से कंक्रीट व सीमेंट के निर्धारित मानकों को ताक पर रखकर बेहद निम्न गुणवत्ता वाले मटेरियल का प्रयोग किया जा रहा है, जो अधिकारियों और ठेकेदार की आपसी मिलीभगत तथा बड़े भ्रष्टाचार की ओर इशारा करता है। नागरिकों ने चेतावनी दी है कि यदि इस घटिया निर्माण को तुरंत रोककर इसकी उच्च स्तरीय, विजिलेंस जांच कराई जाए। मौजिज लोगों ने जिला प्रशासन व मुख्यमंत्री से मांग की है कि इस पूरे प्रोजेक्ट के मटेरियल की लैब टेस्टिंग कराने तथा दोषी ठेकेदार व लापरवाह अधिकारियों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की मांग की है।

कनीना। बनाए जा रहे पुलिया में दिखाई दे रही दरार व सर्विस रोड के बीच में खुदाई किए गए हैवी ड्यूटी डेन।

कमी मिलने पर कराया जाएगा दोबारा से निर्माणः जेई

इस बारे में लोक निर्माण विभाग के जेई नवल कुमार ने बताया कि पिछले सप्ताह भर से छुट्टी पर था, रिटेनिंग वाल व नाला निर्माण में कोई कमी मिलती है, तो उसकी जांच कर पुनः निर्माण करवा दिया जाएगा।

उच्च तापमान से आई दरारों को रिमूव कर दिया जाएगा

इस बारे में आरओबी का निर्माण कर रही एटी कन्टेक्सन कम्पनी के जेई अभिमन्यू पूनिया ने बताया कि उनकी ओर से हैवी ड्यूटी डेन का निर्माण कार्य किया जा रहा है, अत्यधिक तापमान होने से उसमें कुछ दरारे दिखाई दे रही हैं, रिटेनिंग वाल को सेट करते समय कमोबेश क्रैक हुई है, उसे रिमूव कर दिया गया है। उनकी ओर से लोकनिर्माण विभाग के जेई की उपस्थिति में मानकों के अनुरूप कार्य कराया जा रहा है।

आठ माह का समय हुआ एक्स्टेंड

अभिमन्यू पूनिया ने बताया कि आरओबी का निर्माण कार्य अब तक पूरा हो जाना चाहिए था, लेकिन पेड़ों के कटाई की अनुमति न मिलने के चलते आठ माह का समय और बढ़ाया गया है। अगस्त माह तक इसका कार्य पूरा होने की उम्मीद है। उन्होंने बताया कि अटेली की साईड 342 मीटर तथा कनीना की साईड 417 मीटर लंबे तथा 11 मीटर चौड़े पुलिया का निर्माण किया जा रहा है। इसके साथ ही साढ़े तीन मीटर मीटर चौड़ा सर्विस रोड बनाया जाएगा। जिसके नीचे करीब डेढ़ मीटर गहरा नाला बनाया जाएगा।

नए मतदान केंद्र बनाने के लिए 113 प्रस्ताव तैयार

नारनौल। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त अनुपमा अंजली ने कहा कि स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन (एसआईआर) के तीसरे चरण के तहत हरियाणा में आगामी 15 जून से 22 सितंबर तक मतदाताओं के विवरणों का विशेष सत्यापन किया जाएगा। इसके लिए अधिकारी पूरी ताकत के साथ जुट जाएं। डीसी बुधवार इसी विषय पर प्रदेश के मुख्य निर्वाचन अधिकारी ए. श्रीनिवास द्वारा राज्य के सभी जिला उपायुक्तों के साथ वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से समीक्षा बैठक के बाद अधिकारियों को संबोधित कर रही थी। बैठक में जिला महेंद्रगढ़ की ओर से प्रगति रिपोर्ट पेश करते हुए उपायुक्त ने बताया कि जिले के चारों विधानसभा क्षेत्रों में चुनावी अमले की तैनातियों को लगभग पूरा कर लिया गया है। जिले के सभी चारों विधानसभा क्षेत्रों में 82 बीएलओ सुपरवाइजरों और कुल 772 बीएलओ (बूथ लेवल अधिकारियों) की तैनाती की जा चुकी है। उपायुक्त ने बताया कि आगामी 5 जून से 14 जून के बीच जिले के सभी बीएलओ को विशेष प्रशिक्षण दिया जाएगा। जिले में ऐसे 175 मतदान केंद्र चिह्नित किए गए थे जहां मतदाताओं की संख्या 1200 से अधिक है।

सिहमा कॉलेज में स्नातक प्रथम वर्ष के दाखिले शुरू, 31 मई अंतिम तिथि

मंडी अटेली। महंत खेतानाथ राजकीय महाविद्यालय। फोटो: हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

महंत खेतानाथ राजकीय महाविद्यालय सिहमा में स्नातक प्रथम वर्ष में प्रवेश प्रक्रिया शुरू हो गई है। महाविद्यालय प्रशासन ने विद्यार्थियों से समय रहते आवेदन कर अपना दाखिला सुनिश्चित करने की अपील की है। महाविद्यालय में बीए प्रथम वर्ष में 160 सीटें तथा बीकॉम प्रथम वर्ष में 80 सीटें निर्धारित की गई हैं। महाविद्यालय में विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के साथ साथ कौशल आधारित प्रशिक्षण और आधुनिक शिक्षण सुविधाएं उपलब्ध कराई जाती हैं, जिससे उनके सर्वांगीण विकास को बढ़ावा मिलता है। विद्यार्थियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए महाविद्यालय परिसर में ही एडमिशन फॉर्म भरने की निःशुल्क व्यवस्था की गई है, ताकि ग्रामीण व दूरदराज क्षेत्रों से आने वाले छात्रों को किसी प्रकार की परेशानी न हो।

अधिक से अधिक संख्या में प्रवेश लेने का आह्वान

महाविद्यालय प्रशासन के अनुसार प्रवेश की अंतिम तिथि 31 मई निर्धारित की गई है। इच्छुक विद्यार्थी समय रहते आवेदन कर अपना प्रवेश सुनिश्चित करें। प्राचार्य डॉ. सुनील कुमार ने कहा कि वर्तमान प्रतिस्पर्धात्मक दौर में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और कौशल विकास अत्यंत आवश्यक है। महाविद्यालय विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास और रोजगारपरक शिक्षा के लिए लगातार प्रयासरत है। उन्होंने विद्यार्थियों व अभिभावकों से अधिक से अधिक संख्या में प्रवेश लेने का आह्वान किया।

बढ़ते तापमान की वजह से कई ऐसे बैक्टीरिया, फंगस एक्टिव हो जाते हैं, जो फूड प्वॉइजनिंग की वजह बनते हैं। ऐसे में यह जानना बहुत जरूरी है कि इसके होने के क्या कारण हैं, इसके प्रमुख लक्षण क्या हैं और इससे बचने के क्या उपाय हो सकते हैं।

इस सीजन में बढ़ता है फूड प्वॉइजनिंग का रिस्क

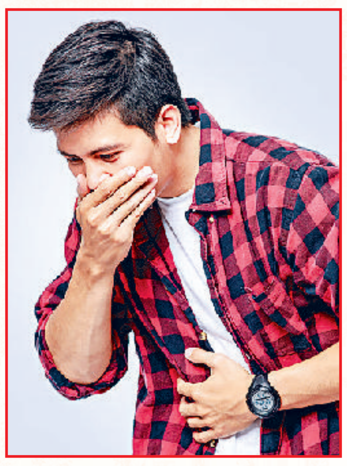
प्रिकॉशन

डॉ. माजिद अलीम

इन दिनों प्रचंड गर्मी पड़ रही है। मौसम के बदलते मिजाज ने अचानक फूड प्वॉइजनिंग की समस्या पिछले सालों के मुकाबले कहीं ज्यादा बढ़ा दी है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक इसका कारण यह है कि सुबह तेज धूप होती है, दोपहर में जबर्दस्त उमस और बीच-बीच में अचानक बारिश हो जाती है। जिस कारण खाने-पीने की चीजें जल्दी खराब हो रही हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ चेतावनी दे रहे हैं कि यह मौसम बैक्टीरिया और वायरस के पनपने का बेहद अनुकूल मौसम है। इसलिए इन गर्मियों में पिछले सालों के मुकाबले कहीं ज्यादा सावधानी से रहने की जरूरत है।

रोग के कारण: लोग अकसर सोचते हैं कि फूड प्वॉइजनिंग बाहर के खाने से होती है। सच यह है कि गर्मियों में घर का खाना भी जरा सी लापरवाही से संक्रमित हो जाता है। खासकर दूध, दही, कटे फल, चावल, मांसाहारी भोजन आदि। सड़क किनारे बिकने वाले खाद्य पदार्थ भी इस मौसम में बहुत जल्दी खराब होते हैं। वास्तव में गर्मी और नमी का मेल बैक्टीरिया के लिए आदर्श वातावरण तैयार करता है। ऐसे में यदि भोजन लंबे समय तक खुले में रखा रहा, तो उसमें संक्रमण होने की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। इस मौसम में सबसे ज्यादा खतरा उन खाद्य पदार्थों को लेकर होता है, जो लंबे समय तक बाहर रखे रहते हैं, बार-बार गर्म किए जाते हैं, बाहर खुले में बिक रहे होते हैं और गंदे पानी से बनाए गए होते हैं। इन दिनों सड़क किनारे मिलने वाले चाट, कटे फल, ठंडे पेय में इस्तेमाल पानी आमतौर पर सही नहीं होता। इस कारण ये संक्रमण का स्रोत बन जाते हैं।

फूड प्वॉइजनिंग के लक्षण: जब भोजन या पानी में वायरस, फंगस या जहरीले पदार्थों से संक्रमित हो जाता है, तो उसके खाने के बाद कोई व्यक्ति बीमार पड़ जाता है, इसे फूड प्वॉइजनिंग कहते हैं। इसके सामान्य लक्षण हैं- उल्टी और मितली, दस्त, पेट दर्द और ऐंठन, बुखार, कमजोरी और चक्कर। कुछ मामलों में स्थिति इतनी बिगड़ जाती है कि मरीज को अस्पताल में भर्ती करना पड़ता है। फूड प्वॉइजनिंग यूं तो हर उम्र के लोगों को हो सकती है, लेकिन बच्चों और बुजुर्गों के लिए ये बहुत खतरनाक होती है।



सावधानी है जरूरी: फूड प्वॉइजनिंग केवल पेट खराब तक सीमित नहीं रहता बल्कि डिहाइड्रेशन, कमजोरी, ब्लड प्रेशर लो, किडनी पर असर, जैसी स्थितियां भी पैदा करता है। फूड प्वॉइजनिंग के चलते अगर मरीज को बार-बार उल्टी, दस्त हो रहे हों, मुंह सूख रहा हो या पेशाब कम आ रही हो, तो साफ संकेत है कि शरीर में पानी की खतरनाक कमी हो गई है। ऐसे में तुरंत ओआरएस, नीबू पानी, नारियल पानी और हल्का तरल भोजन दिया जाना चाहिए। लेकिन डॉक्टर की सलाह के बिना एंटीबायोटिक लेना खतरनाक हो सकता है। क्योंकि कई बार गलत दवा संक्रमण को और ज्यादा बढ़ा देती है। फूड प्वॉइजनिंग होने पर दही-चावल, खिचड़ी और केला जैसे भोजन सुरक्षित रहते हैं। इस दौरान मसालेदार, बाजारू और तले-भुने खाने से पूरी तरह से बचना चाहिए।

बचाव के उपाय: फूड प्वॉइजनिंग से बचने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखें।

- खाना हमेशा ढंककर रखें।
- बाजार से खरीदकर लाई गई सब्जियां और फल पहले अच्छी तरह धोएं, पोंछें तब फ्रिज में रखें।
- बासी भोजन बार-बार गर्म कर न खाएं।
- कटे फल देर तक खुले में न रखें।
- खाने से पहले हाथ अच्छी तरह धो लें।
- पीने के लिए साफ, उबला या फिल्टर पानी इस्तेमाल करें।
- उल्टी, दस्त शुरू होते ही शरीर में पानी की कमी न होने दें। *

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. आकाश शाह
यूरो ऑन्कोलॉजिस्ट-रोबोटिक सर्जन
कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

हाल के वर्षों में मूत्राशय कैंसर (ब्लैडर कैंसर या यूरिनरी ब्लैडर कैंसर) के मामले दुनिया भर में बढ़ रहे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार यूरिनरी ब्लैडर कैंसर, दुनिया भर में नौवां सबसे आम कैंसर है। उपलब्ध आंकड़ों के अनुसार 2022 में दुनिया भर में ब्लैडर कैंसर के 6 लाख से अधिक नए मामले सामने आए थे और इनमें से 2 लाख से अधिक मौतें हुईं थीं।

क्या है यह कैंसर

जब मूत्राशय (पेशाब की थैली) की कोशिकाओं के डीएनए में उत्परिवर्तन (म्यूटेशन) होता है, तब वे अनियंत्रित होकर बढ़ने लगती हैं और ट्यूमर बनाती हैं। इस स्थिति को यूरिनरी ब्लैडर का कैंसर कहा जाता है। यूरिनरी ब्लैडर (मूत्राशय या पेशाब की थैली) पेट के निचले हिस्से में स्थित एक लचीला और गुब्बारे के आकार जैसा अंग है। इसका मुख्य कार्य किडनी से आए मूत्र को शरीर से बाहर निकलने से पहले अस्थाई रूप से जमा (स्टोर) करना है। कैंसर आमतौर पर यूरिनरी ब्लैडर की अंदरूनी परत में शुरू होता है। हालांकि कैंसर शब्द डरावना है, लेकिन सच यह है कि अगर जल्दी पता चल जाए, तो ब्लैडर कैंसर का सफलतापूर्वक इलाज किया जा सकता है।

धूम्रपान एक प्रमुख कारण

यूरिनरी ब्लैडर (मूत्राशय या पेशाब की थैली) कैंसर का मुख्य कारण धूम्रपान है, जिसके कारण लगभग 50 प्रतिशत मामले सामने आते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि तंबाकू के हानिकारक रसायन (जिन्हें कार्सिनोजेन कहा जाता है) खून में मिलकर और फिर किडनी द्वारा फिल्टर होकर यूरिन के रास्ते ब्लैडर में जमा हो जाते हैं। यह स्थिति ब्लैडर की परत को नुकसान पहुंचाती है।

अधिकांश लोगों की यह धारणा है, तंबाकू युक्त धूम्रपान से उत्सर्जित होने वाले रसायनों से केवल मुंह या फेफड़े के ही कैंसर होने का जोखिम होता है, जो सही भी है। इस धारणा का दूसरा पहलू भी है। वह यह कि जब हम धूम्रपान करते हैं, तब तंबाकू में मौजूद कैंसर पैदा करने वाले रसायन (कार्सिनोजेन) रक्त में घुल जाते हैं और फिर पेशाब के माध्यम से मूत्राशय में एकत्र हो जाते हैं। इसके परिणामस्वरूप मूत्राशय की परत में जलन और सूजन होती है, जिससे मूत्राशय का कैंसर विकसित होने का जोखिम बढ़ जाता है।

ये भी हो सकते हैं कारण

स्मोकिंग करने के अलावा ब्लैडर कैंसर होने के कुछ अन्य कारण भी हो सकते हैं।

- 55-60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में ब्लैडर कैंसर के मामले कहीं ज्यादा सामने आते हैं। उम्र बढ़ने के साथ इस कैंसर का खतरा बढ़ता है। पुरुषों में महिलाओं की तुलना में ब्लैडर कैंसर होने की संभावना अधिक होती है।
- पेशाब की थैली यूरिनरी ब्लैडर में बार-बार संक्रमण होना भी कैंसर की वजह बन सकता है, जिसे मेडिकल भाषा में यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन कहते हैं।
- औद्योगिक रसायनों का एक्सपोजर यानी केमिकल एक्सपोजर भी कुछ मामलों में ब्लैडर कैंसर का कारण बन सकता है। उदाहरण के तौर पर रबर, चमड़ा, डाई, कपड़ा और पेंट उद्योगों में काम करने वाले लोग ऐसे माहौल में काम करते हैं, जहां नुकसानदेह रसायन मौजूद होते हैं। ऐसे रसायनों के संपर्क में आने से इस कैंसर के होने का खतरा अधिक बढ़ जाता है।
- ब्लैडर में पथरी या संक्रमण भी कैंसर होने का रिस्क बढ़ा सकते हैं।

स्पेशल: वर्ल्ड ब्लैडर कैंसर अवेयरनेस मंथ (मई)

मुख्य रूप से स्मोकिंग करने और कई अन्य वजहों से ओल्ड एज में यूरिनरी ब्लैडर कैंसर होने का रिस्क बढ़ जाता है। हर साल लाखों लोग इसकी चपेट में आते हैं। इससे बचने के लिए जरूरी है कि हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाने के साथ इसके रिस्क फैक्टर्स से खुद को बचाया जाए। साथ ही ब्लैडर कैंसर के शुरुआती लक्षणों को भी इग्नोर न किया जाए। इस बारे में और भी डिटेल में जानिए।

ब्लैडर कैंसर न करें लक्षणों को इग्नोर

इन लक्षणों को न करें इग्नोर

ब्लैडर कैंसर बीमारी के ज्यादा फैलने से पहले इसके लक्षणों को पहचानना जरूरी है।

यूरिन म खून आना: यूरिन गुलाबी, लाल या गहरे रंग का दिख सकता है। बहुत से लोग इस लक्षण को नजरअंदाज कर देते हैं। खासकर अगर दर्द न हो, तो यह मानकर कि यह समस्या किसी मामूली इंफेक्शन से संबंधित है। हालांकि यूरिन में खून का एक बार भी आना कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। इसकी डॉक्टर से जांच करवानी चाहिए।

बार-बार पेशाब आना: सामान्य से ज्यादा जल्दी-जल्दी वाशरूम जाने की जरूरत पड़ना, जिसे अकसर सिर्फ बहुत ज्यादा पानी पीने के नाम पर नजरअंदाज कर दिया जाता है।

अचानक पेशाब आने की इच्छा: अचानक से बहुत ज्यादा पेशाब करने की जरूरत, जिसे अकसर ओवर एक्टिव ब्लैडर समझ लिया जाता है।

यूरिन में जलन: पेशाब करते समय दर्द, जिसे अकसर एक आम यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन (यूटीआई) समझ लिया जाता है।

हालांकि उपरोक्त लक्षण यूरिन से जुड़ी समस्या का संकेत देते हैं और कई मरीजों में आम हैं, ये अपने आप में कैंसर के पक्के संकेत नहीं हैं। इनके लिए मेडिकल जांच की जरूरत होती है।

डायग्नोसिस के तरीके

अगर किसी व्यक्ति को ये लक्षण महसूस होते हैं, तो घबराएं नहीं। इसके लिए यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट शायद एक रुटीन यूरिन टेस्ट (यूरिन साइटोलॉजी), यूरिन कल्चर, अल्ट्रासाउंड और अगर जरूरत हो तो सीटी स्कैन टेस्ट करवा सकते हैं। अगर जरूरी हुआ तो विशेषज्ञ डॉक्टर एक सिस्टोस्कोपी करवा सकते हैं, जो एक ऐसा प्रोसीजर है, जिसमें एक सूक्ष्म कैमरा ब्लैडर में डाला जाता है- जिससे क्लीयर डायग्नोसिस हो जाता है।

ब्लैडर कैंसर का इलाज

ब्लैडर कैंसर के उपचार की प्रक्रिया डायग्नोसिस के बाद उसके स्टेज पर निर्भर करती है। शुरुआती स्टेज के कैंसर का इलाज अकसर एंडोस्कोपिक सर्जरी से किया जा सकता है। एडवांस्ड स्टेज के लिए इलाज में कीमोथेरेपी के साथ-साथ यूरिनरी ब्लैडर के ट्यूमर की सर्जरी भी शामिल हो सकती है।

सर्जरी से पहले ट्यूमर को छोटा करने या बाद में बचे हुए कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए कीमोथेरेपी की जाती है।

यदि सर्जरी संभव नहीं है या कैंसर फैल चुका है, तो कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए रेडिएशन थेरेपी का सहारा लिया जा सकता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

बचाव के उपाय

यूरिनरी ब्लैडर कैंसर से बचाव का सबसे जरूरी कदम है अतिशीघ्र धूम्रपान से छुटकारा पाना। शरीर से नुकसानदेह विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने के लिए लगातार हाइड्रेट रहें। अगर आप इंडस्ट्रियल केमिकल्स का इस्तेमाल करते हैं तो वर्कप्लेस प्रोटेक्शन का ध्यान रखें। रेग्युलर हेल्थ चेक-अप बहुत जरूरी हैं, खासकर उन लोगों के लिए जिनमें रिस्क फैक्टर हैं। लक्षणों के सामने आने पर डॉक्टर के पास जाने में देरी न करें।

याद रखें यूरिन में एक बार भी खून आना एक मेडिकल इमरजेंसी है। इसके दोबारा होने का इंतजार न करें। तुरंत किसी यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट से मिलें। किसी भी कैंसर का सफल इलाज करने का तरीका है कि उसका जल्दी पता चल जाए और ट्रीटमेंट शुरू कर दिया जाए।

अवेयरनेस

डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजिशियन
सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

कोरोना वायरस संक्रमण की महामारी के लगभग पांच साल बाद हंता वायरस संक्रमण से जुड़ी एक खबर ने दुनिया को चिंतित कर दिया है। ऐसे में घबराने के बजाय इस वायरस से संबंधित पूरी जानकारी लेना और सावधानी बरतना जरूरी है। इस बारे में डिटेल में जानिए।

बहुत संक्रामक है हंता वायरस

हाल ही में एमवी हॉन्डियस क्रूजशिप पर हंता वायरस के मल्टीकाउंटर आउटब्रेक की खबर सुर्खियों में है, जिसमें कई लोग संक्रमित हुए और कुछ मौतें भी हुईं। इसने पूरी दुनिया की स्वास्थ्य एजेंसियों को अलर्ट कर दिया है। वैज्ञानिकों को शक है कि इसमें हंता वायरस का नया एंडीज स्ट्रेन शामिल हो सकता है, क्योंकि कुछ मामलों में मानव-से-मानव ट्रांसमिशन की संभावना है। डब्ल्यूएचओ, सीडीसी और कई देशों की स्वास्थ्य एजेंसियां इसकी निगरानी कर रही हैं। कई देशों में यात्रियों की ट्रेसिंग और आइसोलेशन प्रक्रिया जारी है।

कैसा है वायरस: हंता वायरस आर्बो वायरस फैमिली की कैटेगरी में आने वाला जूनोटिक वायरस है, जो मूलतः चूहों और रोडेंट्स से इंसानों में फैलता है। लेकिन हंता वायरस का एक वैरिएंट है, एंडीज स्ट्रेन जो ज्यादा खतरनाक है। इसमें संक्रमण चूहों से नहीं, बल्कि चूहों के मल, मूत्र या स्लाइवा से संक्रमित हुए व्यक्ति के करीबी संपर्क में आने पर दूसरे व्यक्ति को भी हो सकता है। इसकी मृत्यु दर लगभग 40 प्रतिशत है। मेडिकल साइंस की मानें तो हंता वायरस खास किस्म के चूहे, डीआर रैट्स में होते है। यानी ये संक्रमित चूहे हंता वायरस कैरियर होते हैं और वायरस उनके शरीर में मल्टीप्लाई होता रहता है। संक्रमित चूहे अपने मल, मूत्र और स्लाइवा के जरिए हंता वायरस को लगातार अपने शरीर से बाहर निकालते रहते हैं। यह मल, मूत्र जमीन या वस्तुओं की सतह पर सूख जाता है। जब कोई व्यक्ति उस जगह की साफ-सफाई करता है। झाड़ू लगाता है, वैक्यूम करता है या झाड़-पोंछ करता है। तो सतह पर सूखे हंता वायरस के छोटे-छोटे कण धूल के साथ हवा में घुल-मिल जाते हैं। उस हवा में सांस लेने पर हंता वायरस के कण अनजाने में उस व्यक्ति के शरीर में पहुंच जाते हैं और कुछ समय बाद व्यक्ति को संक्रमित कर देते हैं। इस प्रक्रिया को एरोसोलाइजेशन कहते हैं।

कैसे फैलता है संक्रमण: एरोसोलाइजेशन प्रक्रिया से। संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में रहने पर। खांसने-छींकने के साथ बाहर निकले ड्रॉपलेट के संपर्क में आने पर। खाने-पीने की संक्रमित चीजों के सेवन से। संक्रमित वस्तुओं या सतह के संपर्क में आने और बिना हाथ धोए, गलती से आंख, नाक या मुंह छूने पर। चूहे के मरने के बाद बाहर निकले वायरस के संपर्क में आने पर।

संक्रमण के लक्षण: हंता वायरस का इंक्यूबेशन पीरियड काफी लंबा है। यानी व्यक्ति के शरीर में वायरस पहुंचने के 3-4 सप्ताह बाद संक्रमण के लक्षण दिखाई देते हैं। शुरुआती लक्षण सामान्य फ्लू जैसे होते हैं। बुखार, मांसपेशियों में दर्द, सिर दर्द, थकान, मितली और ठंड लगना। लेकिन समुचित उपचार न मिलने पर मरीज की हालत गंभीर हो जाती है। हंता वायरस फेफड़ों और किडनी पर अटैक करता है। हंता वायरस पल्मोनरी सिंड्रोम (एचपीएस) में वायरस रेस्पिरेटरी ट्रेक से होता हुआ फेफड़ों की ब्लड वैसल्स पर अटैक करता है। फेफड़ों में पानी भरने लगता है, जिससे सांस लेना बेहद मुश्किल हो जाता है। वेंटिलेटर सपोर्ट न मिलने पर व्यक्ति की मौत हो सकती है। हंता वायरस रीनल सिंड्रोम (एचएफआरएस) में किडनी संक्रमित हो जाती है। मरीज को हेमरेजिक बुखार आता है, किडनी में अचानक ब्लीडिंग होने लगती है, पेशाब में खून आने लगता है। कई बार किडनी फेलियर हो जाने पर रोगी की मौत भी हो सकती है।

रहें सतर्क: तेज बुखार, अत्यधिक थकान, घबराहट, सांस लेने में तकलीफ, छाती में भारीपन या चेस्ट कंजंक्शन, सांस लेने में दिक्कत महसूस हो रही हो तो डॉक्टर को जरूर कंसल्ट करें।

कैसे होता है इलाज: फिलहाल इसका कोई विशेष उपचार नहीं है लेकिन समय पर अस्पताल में भर्ती होने से जीवित बचने की संभावना काफी बढ़ जाती है। इलाज मुख्य रूप से सपोर्टिव केयर पर आधारित है जैसे- ऑक्सीजन सपोर्ट, आईसीयू केयर, हाइड्रेशन, ब्रीदिंग सपोर्ट। मरीज के ब्लड में प्लेटलेट्स कम हो जाते हैं। ऑक्सीजन दिया जाता है, वेंटिलेटर पर रखा जाता है। प्लेटलेट्स ट्रांसफ्यूज किया जाता है।

बचाव है जरूरी: हंता वायरस के संक्रमण से बचाव के लिए सबसे महत्वपूर्ण है, चूहों से दूरी रखना। चूहों की एंट्री घर में न होने पाए। खाने-पीने का सामान खुला न छोड़ें। एयर-टाइट डिब्बों में पैक करें। फल-सब्जियां पानी में अच्छी तरह धोकर इस्तेमाल करें। कोल्ड ड्रिंक कैन लें। उनके ऊपरी हिस्से को अच्छी तरह धो लें। संभव हो तो गिलास में पिएं। रात के वक्त किचन में बचा हुआ खाना या फिर पालतू जानवरों का खाना बिल्कुल खुला न छोड़ें। कूड़ेदान का ढक्कन कसकर बंद रखें ताकि चूहों के आने की आशंका न हो।

ज्यादा गंदगी या चूहों के मल-मूत्र की संदिग्ध जगह की सफाई के लिए झाड़ू या वैक्यूम क्लीनर के बजाय डिसइंफेक्टेंटयुक्त गीला पोंछा लगाएं। जहां तक हो सके, सफाई के दौरान सुरक्षा उपकरणों का उपयोग करें जैसे- रबर के दस्ताने, अच्छी क्वालिटी का मास्क पहनें। साफ-सफाई के बाद, खाना बनाने या खाने से पहले, भीड़ भरी जगह से आने के बाद साबुन से हाथ अच्छी तरह धोएं। घर के आस-पास की साफ-सफाई का भी ध्यान रखें। हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाएं। इम्यूनिटी मजबूत बनाने के लिए रोजाना घर का बना ताजा, पोषक आहार का सेवन करें, हाइड्रेशन का ध्यान रखें, भरपूर नींद (6-7 घंटे) और रेग्युलर एक्सरसाइज (कम से कम 30 मिनट) करें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

डायग्नोसिस के तरीके

हंता वायरस से संक्रमण होने की आशंका होने पर मरीज का डायग्नोसिस जल्द से जल्द किया जाना जरूरी है। इसके लिए पीसीआर टेस्ट से संक्रमण की पुष्टि की जा सकती है। इसमें रोगी के ब्लड और यूरिन का टेस्ट किया जाता है।

सजेशन

मधु सिंह

आज के दौर में अनिद्रा और अच्छी नींद न आने से काफी लोग परेशान रहते हैं। इसके लिए अपनी लाइफस्टाइल और डाइट प्लान में बदलाव के साथ कुछ आसान तरीके भी कारगर हो सकते हैं। हाथ-पैरों को गर्म रखना भी उनमें से एक तरीका है।

अच्छी नींद के लिए हाथ-पैरों को रखें गर्म

अनेक स्थितियों में पैरों का ठंडा हो जाना बेचैनी, परेशानी और असहजता का कारण बन जाता है और इसमें वह स्थिति भी शामिल है, जब हम सोने के लिए अपने बिस्तर में जाते हैं। दरअसल, हमारे शरीर का तापमान हमारी नींद के चक्र को प्रभावित करता है।

ताप से प्रभावित होती है नींद

ऑस्टिन की यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्सास में बायोमेडिकल इंजीनियरिंग के प्रोफेसर केनेथ डिलर के अनुसार, 'आपका शरीर उस समय सबसे अच्छा काम करता है, जब उसका केंद्रीय हिस्सा ठंडा होता है और सिरों या किनारों का हिस्सा गर्म रहता है।' दशकों के शोध से मालूम हुआ है कि जिन लोगों के हाथ व पैर गर्म रहते हैं, वे जल्दी और आराम से सो जाते हैं, उन लोगों की तुलना में जिनके शरीर के ये अंग ठंडे रहते हैं।

सोने का ताप से संबंध

जब आप सोने के लिए तैयारी कर रहे होते हैं तो आपके शरीर को कूल डाउन करने की जरूरत होती है, यह संकेत देने के लिए कि आराम करने का समय हो गया है। दिलचस्प यह है कि ऐसा करने के लिए हाथों व पैरों को गर्म करने से मदद मिलती है क्योंकि आपका शरीर इनका प्रयोग गर्मी-निकालने (हीट-रिलीज) के क्षेत्र के रूप में करता है। डिलर के अनुसार, जब आपके हाथ व पैर गर्म होते हैं तो त्वचा की ओर रक्त संचार आसानी से होने लगता है, जिससे आपके शरीर के केंद्र से अतिरिक्त गर्मी बाहर निकल जाती है। जब आपके शरीर के केंद्रीय हिस्से का तापमान कम हो जाता है तो आपके दिमाग को संदेश मिलता है कि सोने का समय हो गया है। लेकिन अगर आपके हाथ व पैर ठंडे रहते हैं तो वह गर्मी (हीट) बाहर नहीं निकल पाती, जिससे नींद का आना कठिन हो जाता है। डिलर कहते हैं, 'हाथों व पैरों को गर्म करने से आपका शरीर प्रभावी ढंग से सोने की अवस्था में आ जाता है, वर्ना आप बेचैनी में ही करवटें बदलते रहते हैं, इससे नींद का आना कठिन हो जाता है।'

हाथ-पैरों को गर्म करने के तरीके

बिस्तर में जाने से पहले हाथों व पैरों को अनेक तरहों से गर्म किया जा सकता है। इनमें से सबसे सरल है-गर्म पानी से स्नान या शावर कर लिया जाए। डिलर आमतौर से शाम को वर्कआउट करते हैं और फिर शावर लेते हैं। अंत में वह तापमान को बढ़ा देते हैं, जो शुरू में थोड़ा सा अधिक महसूस होता है, लेकिन फिर आपको उसकी आदत पड़ जाती है। लेकिन तापमान को 111 डिग्री फॉरेनहाइट से अधिक न बढ़ाएं क्योंकि इससे ऊपर के तापमान पर आपका शरीर जल सकता है। हॉट शावर में जब त्वचा लाल होने लगती है तो यह वास्तव में संकेत है कि रक्त हाथों व पैरों की विशिष्ट वेसल्स में पहुंच रहा है, जो गर्मी को बाहर निकालने के लिए अच्छी तरह से खुल जाती हैं। हीटिंग पैड्स का इस्तेमाल भी किया जा सकता है, लेकिन सोने से पहले उन्हें निकाल देना चाहिए। इसके अलावा आप अपना एक हाथ अपने तकिए के नीचे रख सकते हैं। कुछ देर के लिए इस अवस्था में रहने से तकिए में धंसा हुआ आपका सर्वाइकल स्पाइन का क्षेत्र गर्म होता रहेगा, जो शरीर के तापमान को नियंत्रित करने में मदद करता है। ऐसा करने से कुछ ही देर में हाथ व पैर गर्म हो जाएंगे। इसके अलावा अपने पसंदीदा मोजे पहनकर भी पैर के तापमान को गर्म किया जा सकता है। बहरहाल, आप तरीका चाहे जो अपनाएं, आपका लक्ष्य नींद में शरीर की सबसे बड़ी बाधा को दूर करना होना चाहिए। ठंडे हाथ व पैर नर्वस सिस्टम को सतर्क रखते हैं, गर्माहट उसे आराम करने के लिए प्रेरित करती है। *

बचपन प्ले स्कूल के बच्चों ने उठाया स्वीमिंग पूल का आनंद

महेंद्रगढ़। मौदाश्रम मंदिर के सामने मोहल्ला जवाहर नगर में स्थित बचपन प्ले स्कूल के नन्हे मुन्ने बच्चों ने भीषण गर्मी को देखते हुए विद्यालय प्राचार्या शालिनी गोयल की देखरेख में विद्यालय के स्विमिंग पूल में मौज मस्ती करके स्नान कर आनंद उठाया। विद्यालय चेयरमैन रमेश सैनी व चेयरपर्सन निशा सैनी ने बताया कि भीषण गर्मी के मद्देनजर स्वीमिंगपूल में स्नान करने से सिर से पैर तक बच्चों के पूरे शरीर का व्यायाम होकर शरीर तनाव मुक्त होता है। वहीं बच्चों का मनोरंजन व शरीर का विकास भी होता है और गर्मी से राहत मिलती है। इस दौरान विद्यालय की अध्यापिकाओं ने बच्चों को गोताखोरी, तैराकी, वाटर बोट, पानी में खेले जाने वाले विभिन्न खेलकूद, पानी के जीव जंतुओं व जलीय यातायात के बारे में भी बताया। उन्होंने कहा कि मौसम के अनुसार बच्चों के लिए सभी प्रकार की स्वास्थ्यवर्धक क्रियाएं, खेलकूद व मनोरंजन भी अतिआवश्यक है।

खालड़ा धाम में सम्मान सेवा, राष्ट्रभक्ति व पशु सेवा का दिखा अद्भुत संगम

युवा शक्ति फाउंडेशन सेका ने यशवीर मौर्य की दण्डवत यात्रा का किया स्वागत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

गोमाता को 'राष्ट्र माता' घोषित कराने के महासंकल्प के साथ 11वीं दण्डवत यात्रा पर निकले राष्ट्रभक्त यशवीर मौर्य का खालड़ा धाम में युवा शक्ति फाउंडेशन सेका की ओर से भव्य व ऐतिहासिक स्वागत किया गया। इस अवसर पर सेवा, सम्मान, राष्ट्रभक्ति, मानवता व पशु सेवा का अभूतपूर्व संगम देखने को मिला। भीषण गर्मी और कठिन परिस्थितियों में दण्डवत यात्रा कर रहे यशवीर मौर्य के अटूट संकल्प को देखकर पूरा क्षेत्र भावुक नजर आया। युवा शक्ति फाउंडेशन सेका की टीम ने फूल-मालाओं से स्वागत कर उनका उत्साहवर्धन किया। कार्यक्रम में उपस्थित युवाओं ने "विकसित भारत @2047" के संकल्प के साथ गोवंश संरक्षण, पशु सेवा व समाजसेवा का प्रण लिया। कार्यक्रम भारत सरकार की माय भारत पहल से प्रेरित रहा। इस दौरान पक्षी प्रेमी राहुल ने पक्षियों के लिए जगह-जगह मिट्टी के सकोरे रखने का संदेश दिया, वहीं पशु प्रेमी लालाराम ने बेसहारा पशुओं व गोवंश के लिए पानी की टंकियां रखवाकर जीव दया की मिसाल पेश की। कार्यक्रम में भारतीय सेना से छुट्टी पर आए नायसराना के चार फौजी भाइयों ने भी भाग लेकर युवाओं में राष्ट्रभक्ति का जोश भरा। साथ ही आईसीटीएम सोशल फाउंडेशन शांतिकुंज के प्रधान पवन कुमार, युवा साथी ग्रुप हरियाणा एवं उड़ान जनसेवा ट्रस्ट ढाणी सहित कई सामाजिक संस्थाओं ने अपनी टीमों के साथ कार्यक्रम में सक्रिय भागीदारी निभाई। स्वागत समारोह के बाद युवा शक्ति फाउंडेशन सेका व सहयोगी संस्थाओं की ओर से खालड़ा धाम मंदिर परिसर में श्रद्धालुओं व राहगीरों के लिए शीतल जल की छबील लगाई गई।

नारनौल। यशवीर मौर्य का स्वागत करते फाउंडेशन के सदस्य। *फोटो : हरिभूमि*

ये रहे मौजूद

कार्यक्रम में युवा शक्ति फाउंडेशन सेका के प्रधान वेदप्रकाश, उपप्रधान कमलजीत, मीडिया प्रभारी नवीन कुमार, कोषाध्यक्ष प्रदीप कुमार, राजवीर, लालाराम, इवेंट ऑर्गेनाइजर योगेश, फील्ड सुपरवाइजर आकाश कुमार, योगेश, जतिन, शंकर, कृष्ण कुमार, प्रसिद्ध गायक साहिल सैनी नारनौलिया व विनीत शर्मा सहित अनेक युवाओं ने विशेष भूमिका निभाई। संस्था पदाधिकारियों ने कहा कि युवा शक्ति फाउंडेशन सेका भविष्य में भी गोसेवा, पशुसेवा, मानव सेवा व राष्ट्रहित के कार्यों में निरंतर अग्रणी भूमिका निभाता रहेगा। वहीं दण्डवत पदयात्री यशवीर मौर्य ने कहा कि जब तक गोमाता को 'राष्ट्र माता' का सम्मान नहीं मिलता, उनकी यह अलख व संघर्ष लगातार जारी रहेगा।

फल खिलाकर दिया गोसवा का संदेश

इसके बाद सभी टीमें गोमाता उपचार गोशाला पहुंचीं। जहां बीमार, घायल व बेसहारा गोवंश के लिए सवामणी, फल व हरी सब्जियां अर्पित कर सेवा कार्य किया गया। सभी युवाओं ने अपने हाथों से गायों को प्रसाद व फल खिलाकर गोसेवा का संदेश दिया।

खबर संक्षेप

सिहमा में 11 धूणी अग्नि तपस्या आज से

मंडी अटेली। खंड सिहमा में 21 मई से 11 धूणी की अग्नि तपस्या शुरू होगी। इस तपस्या का आयोजन संजय भगत की ओर से किया जाएगा। जिसमें अग्नि की पवित्र ज्वाला में आहुति देकर समाज की सुख, समृद्धि, विश्व कल्याण व मानवता के उत्थान की कामना की जाएगी।

गौड़ ब्राह्मण सभा भवन निर्माण को दिया अनुदान

नारनौल। गौड़ ब्राह्मण सभा के प्रधान राकेश महता को उनके आवास पर पंडित विनोदी लाल शास्त्री ने अपने पुत्र नीरज के साथ मुलाकात कर 21 हजार रुपये की राशि का चेक भेंट किया। यह अनुदान गौड़ ब्राह्मण सभा के भवन निर्माण के लिए अपने निजी कोष से दिया गया। गौड़ ब्राह्मण सभा के प्रधान एवं वरिष्ठ अधिवक्ता राकेश महता ने कहा कि कोई भी भवन या संस्था जब बनकर तैयार हो जाती है, तो वह किसी एक व्यक्ति विशेष की न होकर समाज के हर वर्ग के लोगों के लिए उपयोगी बन जाती है।

कारोली गांव में नोकिया स्मार्टपुर सेंटर का शुभारंभ

नारनौल। गांव कारोली में जिले के 15 गांवों में संचालित नोकिया स्मार्टपुर परियोजना के तहत नोकिया स्मार्टपुर सेंटर का शुभारंभ किया गया। इस केंद्र का संचालन नोकिया सीएसआर प्रोजेक्ट के अंतर्गत ऋचा संस्था की ओर से किया जा रहा है। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी प्रमोद, ब्लॉक विकास अधिकारी अशोक, कृषि विकास अधिकारी हरिसिंह व डॉ. सतीश रहे।

पानी की कुंडी लगाने का अभियान शुरू

नारनौल। भीषण गर्मी व लगातार बढ़ते तापमान के बीच जहां इंसान ही नहीं बल्कि बेजुबान पशु पक्षी भी पानी की कमी से जूझ रहे हैं। वहीं अग्रवाल वैश्य समाज जिला इकाई ने मानवता व जीव सेवा का अनूठा उदाहरण प्रस्तुत करते हुए शहर के विभिन्न स्थानों पर बेजुबान पशुओं के लिए पानी की कुंडियां लगाने का अभियान शुरू किया है। अग्रवाल वैश्य समाज के जिला अध्यक्ष संदीप नूनीवाला ने जानकारी दी।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में 3 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर लगाया

अब निजी शिक्षण संस्थानों के डीपीई व पीटीआई अपने क्षेत्रों में कराएंगे योग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

आगामी 21 जून को मनाए जाने वाले 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में आयुष विभाग की ओर से आयोजित किया जा रहा तीन दिवसीय योग प्रशिक्षण प्रोटोकॉल कार्यक्रम बुधवार को संपन्न हुआ। उपायुक्त अनुपमा अंजलि के दिशानिर्देशानुसार आईटीआई में आयोजित इस विशेष शिविर का मुख्य उद्देश्य सरकारी और निजी शिक्षण संस्थानों के डीपीई तथा पीटीआई शिक्षकों को योग के विभिन्न आसनों और इसकी बारीकियों से पारंगत करना था। अब ये सभी अपने अपने क्षेत्र में तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम करवाएंगे। आईटीआई में 18 मई से शुरू होकर 20 मई तक चले इस प्रशिक्षण शिविर में सभी प्रतिभागियों ने पूरे अनुशासन के साथ भाग लिया। इस अवसर पर आईटीआई के प्रधानाचार्य विनोद खनगवाल ने कहा कि योग मात्र शारीरिक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह मनुष्य पैदा करता है और काम करने के नए कौशल सिखाता है। मानसिक शांति, कार्यकुशलता और एकाग्रता बढ़ाने में योग की भूमिका अतुलनीय है। आज के इस सफल समापन अवसर पर जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ. शशि बाला, डॉ. सतीश कुमार तथा डॉ. ललित जोशी सहित आयुष विभाग और जिला प्रशासन के अनेक अधिकारी उपस्थित रहे। योग दिवस की तैयारियों को लेकर आयुष विभाग का शेड्यूल जारी

जिला आयुर्वेद अधिकारी ने बताया कि 11 से 13 जून तक कर्मचारियों, पंच, सरपंचों, पुलिस कर्मियों, एनसीसी व स्काउट्स कैडेट्स तथा आम जनमानस को तीन दिवसीय प्रशिक्षण दिया जाएगा। वहीं 15 जून को जिला प्रशासन के सहयोग से एक भव्य योग मैराथन का आयोजन होगा। इसके बाद 16 से 18 जून तक जिला स्तर पर मंत्रियों, सांसदों, विधायकों, प्रशासनिक अधिकारियों व आम जनता के लिए तीन दिवसीय विशेष प्रशिक्षण शिविर लगाया जाएगा। 19 जून को चिकित्सा महाविद्यालयों में योग संगोष्ठी का आयोजन होगा।

नियमित योग का अभ्यास शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी

नारनौल। योग प्रोटोकॉल का अभ्यास करते योगाचार्य। *फोटो : हरिभूमि*

पार्कों में योग शिविर

नारनौल। एडवांस योगा ग्रुप की ओर से योगाचार्य बजरंग जांगिड़ के नेतृत्व में शहर के विभिन्न पार्कों में निःशुल्क योग शिविर लगाए जा रहे हैं। जिनमें नेताजी सुभाष पार्क, राव बंसीसिंह पार्क, राधाकृष्ण पार्क में प्रातः पांच बजे से 6:30 तक नियमित योग शिविर चलते हैं। शिविरों में करवाए गए योग से बीपी, शुगर, माइग्रेन, संतुलित वजन, विशेषकर घुटनों के दर्द जैसी बीमारियों से लोगों को छुटकारा मिल रहा है।

योग प्रशिक्षण का शेड्यूल जारी

आयोजन को लेकर आयुष विभाग ने तैयारियां तेज कर दी हैं। जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ. शशि बाला ने बताया कि महानिदेशक आयुष हरियाणा के निर्देशानुसार जिले में योग प्रशिक्षण का पूरा शेड्यूल जारी कर दिया गया है। इसके तहत प्रशिक्षण व अन्य सभी गतिविधियों का समय सुबह और शाम छह बजे से 7:30 बजे तक निर्धारित किया गया है। डॉ. शशि बाला ने बताया कि कार्यक्रम की शुरूआत के तहत 18 मई से 20 मई तक जिले के स्टेडियमों व योग व्यायामशालाओं में सभी सरकारी व प्राइवेट स्कूलों के शारीरिक शिक्षा प्रवक्ताओं, पीटीआई और डीपीई को तीन दिवसीय प्रशिक्षण दिया जा चुका है। इसके बाद 21 से 23 मई तक जिले के सभी स्कूलों में योग विशेषज्ञों और ट्रेनर्स द्वारा प्रशिक्षण दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि ग्रामीण स्तर पर योग के प्रति अलख जगाने के लिए आठ से 10 जून के बीच प्रत्येक गांव में योग जागरण यात्रा निकाली जाएगी।

महेंद्रगढ़। प्रतियोगिता में भाग लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

हैप्पी एवरग्रीन स्कूल में विज्ञान प्रतिभाओं का शानदार संगम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हैप्पी एवरग्रीन सीनियर सेकेंडरी स्कूल में कक्षा नौवीं एवं 10वीं के विद्यार्थियों के मध्य साइंस क्विज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह ज्ञानवर्धक व रोमांचक कार्यक्रम विद्यालय के सभी विज्ञान अध्यापक-अध्यापिकाओं के कुशल मार्गदर्शन एवं सहयोग से संपन्न हुआ। प्रतियोगिता को रोचक एवं प्रेरणादायक बनाने के लिए विद्यार्थियों की पांच टीमों का गठन किया गया, जिनके नाम महान भारतीय वैज्ञानिकों के सम्मान में रखे गए। इन टीमों में सीवी रमन टीम, डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम टीम, विक्रम साराभाई टीम, जगदीश चंद्र बॉस टीम व सत्येन्द्र नाथ बॉस टीम शामिल रहीं। विद्यार्थियों ने पूरे उत्साह, आत्मविश्वास और वैज्ञानिक दृष्टिकोण के साथ प्रतियोगिता में भाग लिया। विद्यालय प्राचार्य डॉ. जेएस कुंतल व विंग प्रभारी ईश्वर सिंह ने मुख्यातिथि की भूमिका निभाई। उन्होंने कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिता विद्यार्थियों में जिज्ञासा, त्वरित सोच, आत्मविश्वास व वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास करती हैं। प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में कुल पांच रोचक राउंड आयोजित किए गए, जिनमें बजर राउंड, पासिंग राउंड, बोनस राउंड व नॉर्मल राउंड विशेष आकर्षण का केंद्र रहे। प्रतियोगिता के अंत में विद्यालय संचालक सुभाष चंद्र अग्रवाल, उपसंचालिका कौशल्या अग्रवाल, प्रबंधक निदेशक मनीष अग्रवाल, मैनेजर चंचल अग्रवाल व प्राचार्य डॉ. जेएस कुंतल ने कहा कि विद्यालय सदैव विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए इस प्रकार की ज्ञानवर्धक व प्रेरणादायक प्रतियोगिताओं का आयोजन करता रहेगा। प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाली विजेता टीमों को प्रमाण-पत्र व पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया।

सरस्वती स्कूल में विद्यार्थियों को बताए शारीरिक स्वास्थ्य के टिप्स

नांगल चौधरी। जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ. शशिबाला व कोर्डिनेटर डॉ. सतीश कुमार के दिशानिर्देशों में सरस्वती विद्या मंदिर सीनियर सेकेंडरी स्कूल में योग प्रोटोकॉल कार्यक्रम प्राचार्या वंदना यादव की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। जिसमें विभाग की योग सहायिका बेबी सोनी और योग सहायक अशोक सोनी ने विद्यार्थियों को योगाभ्यास करवाते हुए योग के महत्व की जानकारी दी। उन्होंने विद्यार्थियों को ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन सहित विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। कहा कि वर्तमान समय में बच्चों के लिए पढ़ाई के साथ शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना भी आवश्यक है। नियमित योग करने से शरीर स्वस्थ रहता है, मानसिक तनाव कम होता है तथा एकाग्रता बढ़ती है। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रतिदिन योग अपनाने के लिए प्रेरित किया। वहीं योग सहायक अशोक सोनी ने कहा कि प्रतिदिन कुछ समय योग करने से शरीर में ऊर्जा बनी रहती है और अनेक बीमारियों से बचाव संभव होता है। योग व्यक्ति के जीवन को अनुशासित और सकारात्मक बनाता है। विद्यालय की प्राचार्या वंदना यादव ने कहा कि योगासनों से बच्चों को मानसिक तनाव कम करने तथा एकाग्रता बढ़ाने में मदद मिलेगी।

बेटी बचाओ व कानून का सम्मान हमारा संकल्प : डा. महेश कुमार

महेंद्रगढ। राव तुलाचौक पर स्थित आस्था इमेजिंग सेंटर के संचालक डॉ. महेश कुमार ने कहा है कि उनके संस्थान में किसी भी प्रकार की लिंग जांच नहीं की जाती तथा सभी कार्य कानून एवं सरकारी विभागों की नीतियों के अनुसार ही किए जाते हैं। उन्होंने कहा कि उनका संकल्प समाज में बेटी बचाओं और कानून का सम्मान करने का है। डॉ. महेश कुमार ने कहा कि यदि किसी भी प्रकार का आरोप उनके विरुद्ध सिद्ध हो जाता है, तो वह अपना पेशा छोड़ देंगे। उन्होंने बताया कि आस्था इमेजिंग सेंटर लोगों के विश्वास का केंद्र बन चुका है, जहां मरीजों की जांच आधुनिक एवं नवीनतम उपकरणों द्वारा की जाती है। सेंटर में एमआरआई, सीटी स्कैन एवं अल्ट्रासाउंड जैसी सुविधाएं उपलब्ध हैं, जिनके माध्यम से मरीजों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान की जा रही हैं। उन्होंने कहा कि गरीब एवं जरूरतमंद लोगों के लिए भी सेंटर में किफायती दरों पर जांच की सुविधा उपलब्ध करवाई जाती है, ताकि हर वर्ग का व्यक्ति आधुनिक चिकित्सा सुविधाओं का लाभ उठा सके। डॉ. महेश कुमार ने बताया कि आस्था इमेजिंग सेंटर पूरी तरह सरकारी नीतियों के दिशा-निर्देशों के अनुरूप कार्य करता है। उन्होंने कुछ समाचार पत्रों में प्रकाशित खबरों पर अपनी प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि संस्थान की छवि खराब करने का प्रयास किया जा रहा है, जबकि सेंटर हमेशा पारदर्शिता एवं नियमों के पालन के साथ कार्य करता आया है। उन्होंने आमजन से अपील की है कि किसी भी प्रकार की अफवाहों पर ध्यान न दें और सत्य तथ्यों पर विश्वास करें।

मेधावी प्रतिभा सम्मान समारोह से प्रदर्शन निखारने की मिलेगी प्रेरणाः सुभाषचंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

गुरुकुलम सीनियर सेकेंडरी स्कूल में मेधावी प्रतिभा सम्मान समारोह संस्था के चेयरमैन अभय सिंह गुर्जर की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम में केएल मेमोरियल स्कूल इस्लामपुरा के चेयरमैन सुभाषचंद मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने विद्यालय के 10वीं और 12वीं कक्षा के टॉपर विद्यार्थियों तथा 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त करने वाले छात्र, छात्राओं को नकद पुरस्कार व स्मृतिचिन्ह देकर सम्मानित किया।

उन्होंने कहा कि गुरुकुलम स्कूल की प्रबंधन समिति ने विद्यार्थियों में प्रतिस्पर्धा की भावना विकसित करने और उन्हें बेहतर प्रदर्शन के लिए प्रेरित करने के उद्देश्य से ज्यादा अंक लाओ, पुरस्कार पाओ मुहिम शुरू की गई है। ऐसे सम्मान समारोह विद्यार्थियों के आत्मविश्वास को बढ़ाने का कार्य करते हैं और उन्हें भविष्य में और बेहतर प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित करते हैं। ओलंपियाड प्रतियोगिता में राज्य स्तर पर पहला तथा राष्ट्रीय स्तर पर दूसरा स्थान प्राप्त कर विद्यालय और क्षेत्र का नाम रोशन किया है। बोर्ड परीक्षा में विद्यालय का परिणाम शत प्रतिशत रहा तथा विद्यार्थियों ने जिला स्तर पर भी शानदार प्रदर्शन कर अपनी श्रेष्ठता साबित की है। कार्यक्रम में वाइस चेयरमैन धर्मबीर सिंह, निदेशक राजपाल यादव, प्राचार्या निर्मला आदि स्टॉफ मौजूद रहा।

नांगल चौधरी। मेधावी प्रतिभाओं को पुरस्कार वितरित करते मुख्य अतिथि सुभाषचंद व चेयरमैन अभय सिंह गुर्जर। *फोटो : हरिभूमि*

कांग्रेस ने महंगाई व नीट पेपर लीक के विरोध में किया प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

जिला कांग्रेस कमेटी के नेतृत्व में पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में कांग्रेस पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता एकत्रित हुए। जहां केंद्र सरकार की जनविरोधी नीतियों, लगातार बढ़ती महंगाई, नीट परीक्षा पेपर लीक प्रकरण तथा हरियाणा कांग्रेस प्रदेशाध्यक्ष माननीय राव नरेंद्र सिंह के निवास पर हथियारबंद हमलावरों द्वारा किए गए हमले के विरोध में रोष व्यक्त किया गया। इसके पश्चात जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष सत्यवीर यादव झुकिया के नेतृत्व में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने पैदल मार्च निकालते हुए महावीर चौक पर जोरदार प्रदर्शन किया तथा केंद्र एवं राज्य सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। प्रदर्शन के दौरान कार्यकर्ताओं ने बढ़ती महंगाई, बेरोजगारी, युवाओं के भविष्य के साथ खिलवाड़ व प्रदेश में बिगड़ती कानून व्यवस्था को लेकर सरकार को कठघरे में खड़ा किया। प्रदर्शन के बाद कांग्रेस कार्यकर्ता पैदल मार्च करते हुए लघु सचिवालय पहुंचे, जहां उपायुक्त के माध्यम से राष्ट्रपति के नाम ज्ञापन सौंपा गया। उपायुक्त की ओर से एसडीएम ने कांग्रेस प्रतिनिधिमंडल से ज्ञापन प्राप्त किया। ज्ञापन में कांग्रेस नेताओं ने नीट परीक्षा पेपर लीक प्रकरण की निष्पक्ष एवं उच्चस्तरीय जांच करवाकर दोषियों व पेपर लीक माफिया को तुरंत गिरफ्तार कर कठोरतम सजा दिए जाने की मांग की। साथ ही पेट्रोल, डीजल व सीएनजी की लगातार बढ़ती कीमतों पर तत्काल अंकुश लगाने, महंगाई कम करने तथा किसानों, मजदूरों, व्यापारियों व मध्यम वर्गीय परिवारों को राहत प्रदान करने की मांग भी उठाई गई।

नारनौल। ज्ञापन सौंपते कांग्रेसी कार्यकर्ता। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। रोटरी रसोई पर भोजन वितरित करते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

वैवाहिक वर्षगांठ पर जरूरतमंदों को कराया भोजन

नारनौल। रोटरी क्लब की ओर से महावीर चौक पर संचालित रोटरी रसोई में पिछले सात वर्षों से अधिक समय से लगातार प्रतिदिन मात्र 10 रुपये में जरूरतमंद लोगों को भरपेट भोजन वितरित किया जा रहा है। इसी कड़ी में बुधवार को रोटरी रसोई में क्लब के पूर्व प्रधान विजय जिंदल व निर्मल जिंदल की वैवाहिक वर्षगांठ के पावन अवसर पर जरूरतमंद लोगों को प्रसाद स्वरूप भोजन वितरित किया गया। रोटेरियन विजय जिंदल ने अपनी पत्नी निर्मल जिंदल के संग मिलकर सभी भोजन करने वालों को अपने हाथों से भोजन वितरित कर रसोई में विशेष सहयोग दिया। क्लब प्रधान राजकुमार चौधरी ने विजय जिंदल परिवार को वर्षगांठ की बधाई दी। उन्होंने बताया कि रसोई पर प्रतिदिन करीब 300 से 350 लोग भोजन ग्रहण कर रहे हैं। वहीं भारत विकास परिषद के प्रकल्प आनंद रसोई के तहत बुधवार को महिला आईटीआई के सामने भगवान परशुराम चौक पर विशेष आनंद रसोई का आयोजन किया गया। यह आनंद रसोई परिषद के वरिष्ठ सदस्य विजय जिंदल व निर्मल जिंदल की वैवाहिक वर्षगांठ के अवसर पर उनके परिवार की ओर से लगाई गई।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर राजकुमार चौधरी, गोपाल मित्तल, प्रवीण संघी, राजकुमार यादव एडवोकेट, मधुर गर्ग, नवीन गुप्ता, हितेश वर्मा, हितेंद्र शर्मा, विनोद चौधरी, हितेंद्र मित्तल, विनय मित्तल, मनीष भारद्वाज, जितेंद्र जैन, विवेक अग्रवाल, संजय गर्ग, पवन गुप्ता, पवन यादव, गोपाल सर्राफ, डॉ. उषा यादव, प्रियंका संघी, गीतांजलि चौधरी, सुचेता गोगिया, बबीता गुप्ता, संगीता शर्मा, नीलम चौधरी, सत्यभामा मित्तल, पूनम चौधरी, जया बजाज, मुकेश देवी, अंजू, विधि मित्तल आदि उपस्थित रहे।

अटेली की श्रद्धा यादव ने नेशनल ओपन ताइक्वांडो चैंपियनशिप में जीता गोल्ड

मंडी अटेली। अटेली वार्ड नंबर एक निवासी लवली यादव की बेटी श्रद्धा यादव ने नेशनल ओपन ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में गोल्ड मेडल जीतकर क्षेत्र का नाम रोशन किया है। श्रद्धा की इस उपलब्धि पर बुधवार को अटेली में सम्मान समारोह आयोजित किया गया। जिसमें वार्ड पार्षद व विभिन्न संस्थाओं की ओर से गोल्ड मेडलिस्ट श्रद्धा व बोर्ड परीक्षा में मेरिट में स्थान प्राप्त करने वाली छात्रा वंशिका यादव को पगड़ी व स्मृति चिह्न भेंट कर सम्मानित किया गया। प्रतिभाशाली बेटियों को सम्मानित करते हुए पार्षद प्रतिनिधि आनंद शर्मा ने कहा कि ग्रामीण क्षेत्र में प्रतिभाओं की कमी नहीं है, आवश्यकता केवल उन्हें सही मंच और प्रोत्साहन देने की है। श्रद्धा जैसी बेटियां पूरे अटेली क्षेत्र के लिए मिसाल हैं। पार्षद प्रतिनिधि ने भविष्य में भी प्रतिभाशाली बच्चों को सम्मानित करने की घोषणा की। वहीं श्री गौड़ ब्राह्मण सभा अटेली की ओर से प्रधान धर्मेंद्र वशिष्ठ ने पगड़ी व स्मृति चिह्न भेंट कर श्रद्धा का अभिनंदन किया। मार्केट कमेटी के पूर्व चेयरमैन कमलेश सैनी ने श्रद्धा को अटेली का गौरव बताते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। सम्मान पाकर भावुक हुई श्रद्धा यादव ने अपनी उपलब्धि का श्रेय अपने दादा कृष्ण कुमार, दादी सुनीता यादव तथा कोच नरेंद्र कुमार को दिया। श्रद्धा ने कहा कि परिवार का आशीर्वाद और कोच की कड़ी मेहनत से ही यह सपना पूरा हो सका है। इस मौके पर मार्केट कमेटी के पूर्व चेयरमैन कमलेश सैनी, सूबेदार भूपसिंह, सुमित्रा यादव, रीना यादव, मंजू यादव व कोच नरेंद्र कुमार सहित मातृशक्ति मौजूद रही।

खबर संक्षेप

पुण्यतिथि पर रक्तदान शिविर आज

नारनौल। स्व. अतुल यादव की 11वीं पुण्यतिथि पर 21 मई प्रातः नौ बजे पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस (पानी की टंकी के पास) में रक्तदान शिविर आयोजित किया जाएगा। इस अवसर पर मुख्य अतिथि एसडीएम अनिरुद्ध यादव होंगे। यह शिविर राजेश यादव दौगड़ा वाले के सानिध्य में हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन व गोसेवा मंडल के संयुक्त तत्वावधान में लगाया जाएगा।

रक्तदान शिविर में 101 यूनिट रक्त एकत्रित

मंडी अटेली। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान डेरोली अहीर में बुधवार को रक्तदान शिविर व नशा मुक्ति जागरूकता अभियान आयोजन किया गया। इस अवसर पर युवाओं ने बढ़ चढ़कर भाग लिया और कुल 101 यूनिट रक्त एकत्रित कर नारनौल नागरिक अस्पताल को सौंपा। यह आयोजन गांव निवासी कपिल पुत्र घनश्याम की ओर से अपनी पुत्री व भांजे के जन्मदिन के उपलक्ष्य में किया गया। कार्यक्रम में मनीष गोगिया संस्थापक नेकी की दीवार हेल्प ग्रुप, भारत निर्माण युवा दल हरियाणा व जिला रेडक्रॉस सोसायटी का विशेष सहयोग रहा।

डेंटल चेकअप कैंप व किट वितरण कार्यक्रम कल

नारनौल। रोटरी क्लब रॉयल्स की ओर से डेंटल चेकअप कैंप व किट वितरण कार्यक्रम का आयोजन 22 मई को सिटी प्ले किड्स स्कूल में किया जाएगा। जिसका शुभारंभ प्रातः 10 बजे किया जाएगा। डेंटल सर्जन डॉ. अमित यादव अपनी सेवाएं प्रदान करेंगे। प्रधान दिनेश भार्गव ने बताया कि रोटरी क्लब रॉयल्स सदैव समाजहित व स्वास्थ्य जागरूकता से जुड़े प्रकल्पों को प्राथमिकता देता रहा है।

श्रीमद्भागवत सप्ताह जका आगाज आज से

महेंद्रगढ़। शहर के रेलवे रोड पर स्थित मास्टर कॉलोनी वार्ड नंबर एक के किशोरी कुंज में आज से मनाए जा रहे श्रीमद्भागवत सप्ताह ज्ञानोत्सव के दौरान कौशल्या देवी शिव मंदिर ट्रस्ट एवं कॉलोनी के समस्त भक्तों की ओर से सात दिवसीय संगीतमय श्रीमद्भागवत कथा का आगाज भव्य कलश यात्रा से किया जाएगा। यह कलश यात्रा शिव मंदिर मास्टर कॉलोनी से चलकर मुख्य मार्गों से होती हुई कथा स्थल किशोरी कुंज पहुंचेगी। कथा प्रबंधक मामनचंद चौधरी व वार्ड पार्षद सरिता राठी ने बताया कि यह सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा 21 से 27 मई तक प्रतिदिन शाम तीन से छह बजे तक होगी।

विकास कार्यों की हो रही विजिलेंस जांच

कनीना। खंड के गांव ककराला में वर्ष 2016 से 2022 के बीच हुए विकास कार्यों की गहन जांच शुरू हो गई है। निगरानी एवं सतर्कता विभाग ने इस मामले में कड़ा रुख अपनाते हुए आगामी 22 मई तक मौके पर रहकर जांच का कार्यक्रम तय किया है। अधीक्षक अभियंता पंचायती राज, सतर्कता एवं चौकसी सेल गुरुग्राम की ओर से जारी आदेश के अनुसार यह जांच पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय में दायर सिविल याचिका पर दिए गए निर्देशों के अनुपालन में की जा रही है।

जन जागरूकता अभियान : 95 उपभोक्ताओं के पेयजल कनेक्शनों का किया निरीक्षण, 8 अवैध कनेक्शन काटे

पेयजल से बाड़ी की सिंचाई करने वालों के बिना नोटिस के कनेक्शन काटने के आदेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग व जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन की ओर से पेयजल की बर्बादी रोकने के लिए चलाए जा रहे जन जागरूकता अभियान के तहत बुधवार को सभी तीन टीमों ने ग्रामीण क्षेत्रों का निरीक्षण किया। टीमों ने सिहमा खंड के मेई, कनीना खंड के खैराना तथा निजामपुर खंड के रामबास गांव का दौरा किया। जानकारी देते हुए जिला सलाहकार मंगतु राम सरसवा ने बताया कि टीमों की ओर से 95 उपभोक्ताओं के पेयजल कनेक्शनों की जांच की गई, जिनमें होटल, रेस्टोरेंट, पार्क तथा घरेलू उपभोक्ता शामिल थे। निरीक्षण के दौरान 33 पेयजल कनेक्शनों पर टोंटियां नहीं लगी मिलीं, जिनमें से आठ उपभोक्ताओं ने मौके पर ही अपने नलों पर टोंटी लगा ली। शेष उपभोक्ताओं को एक दिन का समय दिया गया है। यदि निर्धारित समय में टोंटी नहीं लगाई गई, तो पेयजल की बर्बादी करने के आरोप में उनके कनेक्शन काटे जा सकते हैं। मेई गांव में आठ उपभोक्ता अवैध कनेक्शन लेते हुए पाए गए, जो व्यर्थ में पानी बहा रहे थे। विभागीय टीम ने उनके कनेक्शन मौके पर ही काट दिए। कुछ उपभोक्ताओं ने मैन पाइप लाइन से अवैध कनेक्शन लेकर सिंचाई कार्य किया हुआ था। ऐसे कनेक्शनों को जेसीबी मशीन बुलाकर नवीन कुमार व धर्मेंद्र की अगुवाई में हटाया गया। खैराना गांव में अवैध कनेक्शन को चिन्हित किया जा रहा है, जिन्हें पंचायत व विभाग कि देखरेख में काटा जाएगा। जिला सलाहकार मंगतुराम सरसवा ने कहा कि उपायुक्त अनुपमा अंजलि के आदेशानुसार जिले में अवैध कनेक्शन लेने वाले तथा पानी की बर्बादी करने वाले उपभोक्ताओं के कनेक्शन काटे जा रहे हैं।

नारनौल। ग्राम पंचायत मेई में अवैध कनेक्शन काटती विभागीय टीम। फोटो : हरिभूमि

जून माह में अभियान होगा तेज सभी उपभोक्ता रहें सतर्क

कार्यकारी अभियंता प्रदीप कुमार ने कहा कि मई व जून माह में अत्यधिक गर्मी के कारण सभी जीवों को अन्य महीनों की तुलना में अधिक पेयजल की आवश्यकता होती है। विभाग का प्रयास है कि कोई भी उपभोक्ता पीने के पानी से वंचित न रहे। इसी उद्देश्य से विभाग की ओर से टीमों का गठन कर पेयजल की बर्बादी करने वालों पर कार्रवाई की जा रही है। कार्यकारी अभियंता ने कहा कि जो उपभोक्ता पेयजल से खेतीबाड़ी की सिंचाई करते पाए जाएंगे, उनके कनेक्शन बिना किसी नोटिस के काट दिए जाएंगे। इसके लिए सभी एसडीओ को मौखिक निर्देश जारी किए गए हैं। उन्होंने सभी उपभोक्ताओं से पेयजल संरक्षण अभियान में सहयोग करने तथा अपने बकाया जल बिलों का शीघ्र भुगतान करने की अपील की।

सभी लोग पीने के पानी की बर्बादी रोकें

उन्होंने कहा कि जल के बिना जीवन संभव नहीं है, इसलिए सभी लोग पीने के पानी की बर्बादी रोकें। सभी ग्राम पंचायतें भी ग्राम जल एवं सीवरेज समितियों के माध्यम से अपने स्तर पर जल संरक्षण अभियान चलाएं, ताकि हर घर तक समान मात्रा में पेयजल पहुंच सके। इस दौरान बीआरसी धर्मेंद्र, नवीन कुमार, मोहित कुमार, अशोक कुमार, सरपंच रतिराम, फिटर वीरेंद्र, विजय सिंह, फिटर हेल्पर मोनू, सुनील, अशोक कुमार सहित पंच व ग्रामीण उपस्थित रहे।

मांगों का समाधान नहीं होने पर दी आंदोलन की चेतावनी

ग्रामीण सफाई कर्मचारियों ने किया धरना-प्रदर्शन

समाज कल्याण मंत्री कृष्ण बेदी के विधानसभा कार्यालय पर ऐतिहासिक महापड़ाव 24-25 को

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन संबंधित सीआईटीयू के बैनर तले ब्लॉक नारनौल, ब्लॉक निजामपुर, ब्लॉक सिहमा के कर्मचारियों ने धरना प्रदर्शन किया। जिसकी अध्यक्षता निजामपुर ब्लॉक के प्रधान सीताराम की। मंच संचालन नारनौल के उपप्रधान अमित कुमार ने किया। इस धरना प्रदर्शन में मुख्य रूप से सीटू के जिला प्रधान हरिराम व ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन संबंधित सीटू के जिला सचिव बसंत कुमार शामिल रहे। जिला सचिव बसंत कुमार ने बताया कि ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन हरियाणा की राज्य कमेटी की गत रात्रि राज्य प्रधान बसाऊराम की अध्यक्षता में यूनियन की वर्चुअल बैठक सम्पन्न हुई। जिसमें ये निर्णय लिया गया कि मांगें नहीं मानने पर सभी जिलों में आंदोलन को तेज किया जाएगा।

बैठक में लिए निर्णयों की जानकारी देते हुए ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन के प्रधान बसाऊराम व महासचिव विनोद कुमार ने कहा कि ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की हड़ताल छठे दिन में प्रवेश कर गई है। भयंकर गर्मी के मौसम में प्रदेश सरकार ने 10 हजार ग्रामीण सफाई कर्मचारियों को आज ब्लॉकों व जिलों में धरनों पर बैठने के लिए विवश कर दिया है। मौके पर राज्य कमेटी बैठक में सीटू कोषाध्यक्ष सुखबीर सिंह, यूनियन उपमहासचिव देवीराम, वरिष्ठ उपाध्यक्ष जोगिंद्र सिंह, यूनियन कोषाध्यक्ष संदीप कुमार, उपाध्यक्ष नानक व पूनम राज्य सचिव राकेश कुमार, सुनील व सोहनलाल आदि ने संबोधित किया।

नारनौल। बैठक के दौरान नारेबाजी करते ग्रामीण सफाई कर्मचारी।

मंडी अटेली। प्रदर्शन करते ग्रामीण सफाई कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

कर्मचारियों की मुख्य मांगें

यूनियन नेताओं ने कहा कि सरकार ने 31 दिसंबर के उच्च न्यायालय का आदेश लागू नहीं किया, एक भी कच्चे ग्रामीण सफाई कर्मचारी को पक्का नहीं, पिछले 12 साल में एक भी सफाई कर्मचारी की पक्की भर्ती नहीं की, ग्रामीण सफाई कर्मियों के लिए 26 हजार वेतन की घोषणा करके आज तक लागू नहीं किया, दो साल पहले 1000 की आबादी पर एक कर्मचारी भर्ती करने वाली फाइल मुख्यमंत्री की टेबल पर धूल चाट रही है और पिछले दो साल से कोई वेतन बढ़ोतरी नहीं हुई, जबकि महंगाई लगातार बढ़ती चली जा रही है।

आज सरकार के पुतले किए जाएंगे दहन

यूनियन नेताओं ने कहा कि हड़ताल लगातार मजबूत होती जा रही है। पिछले तीन दिनों में ग्रामीण सफाई कर्मियों के आंदोलन अन्य यूनियनें भी हिस्सा बनती जा रही हैं। वहीं 21-22 मई को पूरे प्रदेश में हरियाणा सरकार के पुतले दहन किए जाएंगे। इसके अलावा 24-25 मई को समाज कल्याण मंत्री कृष्ण बेदी के विधानसभा कार्यालय पर ऐतिहासिक महापड़ाव किया जाएगा। जिसमें ग्रामीण सफाई कर्मचारी 19 साल से हो रहे शोषण, भाजपा सरकार की वायदाखिलाफी का जवाब मांगेंगे।

ग्रामीण सफाई कर्मियों ने निकाला जुलूस

मंडी अटेली। अपनी लंबित वाजिब मांगों को लेकर ग्रामीण सफाई कर्मचारियों का आंदोलन लगातार जारी है। बुधवार को ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन हरियाणा एआईयूटीयूसी ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन के संयुक्त तत्वावधान में अटेली मंडी में जोरदार प्रदर्शन किया गया। प्रदर्शन के दौरान कर्मचारी बीडीपीओ कार्यालय से चिलचिलाती धूप व भीषण गर्मी के बीच शहर के मुख्य मार्गों से होते हुए जुलूस निकालते हुए बीडीपीओ कार्यालय पहुंचे और वहां धरना दिया। जुलूस का नेतृत्व एआईयूटीयूसी के जिला प्रधान पवन कुमार बाल्मीकि व सीटू के ब्लॉक प्रधान ईश्वर सिंह ने किया। ग्रामीण पंचायत ट्यूबवेल ऑपरेटर यूनियन हरियाणा एआईयूटीयूसद्ध के जिला प्रधान महेंद्र सिंह चौहान, कृष्ण कुमार नम्बरदार, सुरेंद्र सिंह भौड़ी सहित कई जलकर्मी कर्मचारियों ने कर्मचारी एकता जिंदाबाद के नारे लगाते हुए आंदोलन में भाग लिया। उप प्रधान सुनीता ने कर्मचारियों को संबोधित किया और आंदोलन को मजबूत करने का आह्वान किया। अंत में पवन कुमार ने 24 मई को नरवाना में मंत्री कृष्ण बेदी के आवास पर होने वाले धरने में पहुंचने की अपील की।प्रदर्शन में अनिल पाली, पवन, अशोक, अनिल खेड़ा, सुभाष, नरेश, मुकेश, राजपाल, रामपाल, अनिल मास्टर, सुबेसिंह, रमेश कुमार नम्बरदार, राजपाल सिहमा, सुभाष आदि कर्मचारी मौजूद थे।

महेंद्रगढ़। गांव बवाना से जांट सड़क का कार्य चलता हुआ। फोटो : हरिभूमि

10.79 करोड़ से सुधरेगी गांव से गांव को जोड़ने वाली 16 सड़कों की हालत

- कार्य हुआ शुरू, तीन दर्जन गांवों के एक लाख लोगों को होगी सुविधा

महेंद्रगढ़। महेंद्रगढ़ एवं सतनाली क्षेत्र की गांव से गांव को जोड़ने वाली 16 सड़कों को नए सिरे से बनाया जाएगा। विकास एवं निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा ने बताया कि महेंद्रगढ़ एवं सतनाली क्षेत्र की गांव से गांव को जोड़ने वाली 16 सड़कों को नए सिरे से बनाए जाने का कार्य शुरू हो गया है। इन सड़कों के पुनर्निर्माण पर लगभग 10.79 करोड़ की लागत आएगी। ये सभी सड़कें जर्जर हो चुकी थी तथा इनपर आवागमन में किसानों के साथ-साथ आमजन को भी भारी असुविधा हो रही थी। संदीप मालड़ा ने बताया कि इन सड़कों की कुल लंबाई लगभग 58 किलोमीटर है तथा इनके पुनर्निर्माण से लगभग तीन दर्जन गांवों के लगभग एक लाख किसान एवं आमजन को सुविधा होगी। केंद्र एवं हरियाणा सरकार का ध्येय है कि गांवों में शहरों की ही तर्ज पर अच्छी सड़कों का नेटवर्क हो, जिससे किसान एवं आमजन को बेहतर सुविधा मिल सके। सरकार किसान के कल्याण के लिए कार्य कर रही है तथा किसान को हर प्रकार की सुविधा देने की दिशा में काम किया जा रहा है। महेंद्रगढ़ में नई अनाज मंडी का निर्माण भी जल्द ही होगा, जिससे किसान को और भी सुविधा होगी।

फायरिंग की सूचना मिलने से हड़कंप फॉरेंसिक टीम ने लिए खून के सैंपल

- पुलिस मौके पर पहुंची और इलाके में नाकाबंदी कर जांच शुरू की

महेंद्रगढ़। गांव छाजियावास में बीती रात फायरिंग की सूचना मिलने के बाद इलाके में हड़कंप मच गया। पुलिस कंट्रोल रूम को सूचना मिली कि गांव छाजियावास की बणी में कुछ व्यक्तियों ने एक व्यक्ति को गोली मार दी और उसे गाड़ी में डालकर फरार हो गए। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और इलाके में नाकाबंदी कर जांच शुरू कर दी। मौके से खून के निशान मिलने के बाद पुलिस ने आसपास के क्षेत्र की गहन तलाशी ली। घटना बीती रात करीब एक बजकर पंद्रह मिनट की बताई जा रही है। ग्रामीणों ने कंट्रोल रूम पर फोन कर सूचना दी कि एक सफेद रंग की गाड़ी गांव खैरौली की तरफ से छाजियावास की ओर आई और गांव से करीब सौ से डेढ़ सौ मीटर पहले रुक गई। इसी दौरान गोली चलने जैसी आवाज सुनाई दी और किसी व्यक्ति को गाड़ी में डालने जैसी गतिविधि दिखाई दी। करीब दो से तीन मिनट बाद वहीं गाड़ी वापस गांव खैरौली की तरफ चली गई। इसके बाद गांव के सरपंच नरेंद्र सिंह ने डायल 112 पर सूचना दी। सूचना मिलते ही डायल 112 टीम और स्थानीय पुलिस मौके पर पहुंची और घटनास्थल का निरीक्षण किया। जांच के दौरान पुलिस को झाड़ियों और सड़क पर खून के निशान मिले।

मान्यता के दस्तावेज जांचने विवादित स्कूल पहुंची टीम

- समय से पहले छुट्टी करके निकल गया संचालक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नांगल चौधरी

निजामपुर रोड पर संचालित एक निजी स्कूल की मान्यता संबंधी दस्तावेज जांचने के लिए बीईओ विकास जयदीप के नेतृत्व में विभागीय टीम स्कूल में पहुंची, लेकिन तब तक स्कूल की छुट्टी हो चुकी थी और संचालक कहीं निकल चुका था। बीईओ ने संचालक से मोबाइल पर संपर्क करके उपस्थित होकर पक्ष रखने की हिदायत दी, लेकिन उन्होंने असमर्थता जताते हुए इंकार कर दिया। इसके बाद टीम ने चेकिंग शेड्यूल दोबारा बनाने की कहकर रवाना हो गई। जानकारी के मुताबिक नांगल चौधरी निवासी अनिता देवी ने बच्चे का दाखिला उक्त निजी स्कूल में कराया था। विभिन्न कारणों के चलते स्कूल प्रबंधन की पढ़ाई व्यवस्था से संतुष्ट नहीं हुई तथा बच्चे का दूसरी संस्था में दाखिला कराने का निर्णय लिया। इसके लिए स्कूल संचालक ने पुराने स्कूल से रिलीज एसएलसी जमा कराने के लिए कहा। एसएलसी के आधार पर बच्चे का विभागीय पोर्टल पर पंजीकरण संभव हो पाएगा, लेकिन स्कूल संचालक ने फीस पेंडिंग होने का तर्क देकर एसएलसी देने से इंकार कर दिया। पीड़ति अभिभावक की शिकायत मिलने पर बीईओ विकास जयदीप ने स्कूल संचालक को तलब किया।

नांगल चौधरी। मान्यता के दस्तावेज जांचने पहुंची विभागीय कमेटी व पुलिस बल।

एसएलसी के आभाव में बच्चे का दाखिला अटका

बीईओ विकास जयदीप ने बताया कि एक निजी स्कूल संचालक के खिलाफ बच्चे की एसएलसी रोकने की शिकायत मिली थी। जिस पर संचालक को कार्यालय में तलब किया था, इसके बावजूद उन्होंने शिकायत का निवारण नहीं किया। इसके बाद स्कूल की मान्यता जांचने और एसएलसी के संदर्भ में विभागीय कमेटी स्कूल में पहुंची, लेकिन संचालक समय से पहले ही छुट्टी करके निकल गया। एक दो दिन में संचालक ने एसएलसी नहीं दी तो कार्रवाई करेंगे।

दो महिला पार्षदों के साइन बोर्ड लगाने को लेकर चल रहे विवाद का हुआ पटाक्षेप

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कनीना

नगर पालिका के वार्ड नंबर आठ में पिछले कई दिनों से मनोनीत पार्षद नीलम देवी व निर्वाचित पार्षद पूजा देवी के बीच साइन बोर्ड लगाने को लेकर चल रहा विवाद आखिरकार बुधवार को शांत हो गया। उपमंडल प्रशासन ने मुस्तैदी दिखाते हुए मौके पर दोनों ही पक्षों के साइन बोर्ड लगवाकर मामले का पटाक्षेप कर दिया। विवाद ने उस समय तूल पकड़ लिया था, जब बीती रात मनोनीत पार्षद नीलम देवी के बोर्ड को कटर से काटकर हटा दिया था। बोर्ड काटने की यह पूरी घटना पास में ही लगे एक सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई, जिसके बाद इलाके में तनाव और बढ़ गया था। पार्षद व समर्थकों ने कनीना सिटी थाने में शिकायत दर्ज कराई थी।

बुधवार को स्थिति की गंभीरता को देखते हुए डीएमसी रणवीर सिंह, एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत, नगर पालिका सचिव कपिल कुमार व एमई दिनेश कुमार भारी पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंचे। पुलिस बल की तैनाती की गई थी।

कनीना। साइन बोर्ड लगाते समय मौके पर उपस्थित अधिकारी व अन्य।

स्वास्थ्य जांच शिविर लगाया

महेंद्रगढ़। विश्व उच्च रक्तचाप दिवस पर उप-स्वास्थ्य केंद्र देवास में स्वास्थ्य जांच शिविर आयोजित किया गया। शिविर का नेतृत्व सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. हिमांशु ने किया। इस दौरान स्वास्थ्य कर्मी सतीश खैरवाल, रोशनी व शर्मिला एएनएम ने ग्रामीणों के ब्लड प्रेशर की जांच की। स्वास्थ्यकर्मी सतीश खैरवाल ने बताया कि हाईपरटेंशन को साइलेंट किलर कहा जाता है, क्योंकि इसके लक्षण जल्दी पता नहीं चलते। उन्होंने नमक कम खाने, रोजाना टहलने, तनाव से बचने और नियमित जांच कराने की सलाह दी।

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 :-

महेन्द्रगढ़ :- हरिभूमि कार्यालय, हुड्डा पार्क के सामने, डाक्टर भगत डेंटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।

नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरूण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल

फोन : 8295738500, 9253681005

सांसद का आज का दौरान रद्द, अब 23 को

महेंद्रगढ़। सांसद धर्मबीर सिंह के सतनाली एवं महेंद्रगढ़ क्षेत्र आज के दौरे रद्द हो गए हैं। विकास एवं निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा ने बताया कि किसी कारण से सांसद धर्मबीर सिंह आज के दौरे रद्द हो गए हैं। ये कार्यक्रम अब 23 मई को होगा। 23 मई को सांसद धर्मबीर सिंह सुबह 11 बजे डेरोली जाट, 12 बजे गांव खातीवास, एक बजे गांव जेरपुर, दो बजे गांव डिगरोता, तीन बजे गांव डालनवास व शाम चार बजे गांव जड़वा में विभिन्न विकास कार्यों के उद्घाटन व शिलान्यास करेंगे।

स्व.ओमप्रकाश चौटाला ने हमेशा 36 बिरादरी का सम्मान किया था : सुरेंद्र

रामकुमार गौतम का मानसिक संतुलन खराबः राधेश्याम शर्मा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा की राजनीति में इन दिनों सफीदों से भाजपा विधायक रामकुमार गौतम के एक बयान को लेकर विवाद गहराता जा रहा है। रामकुमार गौतम ने पूर्व मुख्यमंत्री स्वः चौधरी ओमप्रकाश चौटाला पर यह आरोप लगाया कि उन्होंने "भाजपा और ब्राह्मणों को खत्म कर दूंगा" जैसी टिप्पणी की थी। इस बयान के सामने आने के बाद राजनीतिक माहौल गरमा गया और इनेलो पार्टी के नेताओं ने इसे पूरी तरह झूठा और मनगढ़ंत करार दिया।

रामकुमार गौतम की इसी विवादित टिप्पणी को लेकर इनेलो नेशनल पार्लियामेंट्री बोर्ड के सदस्य एवं पूर्व विधायक राधेशयाम शर्मा ने बुधवार प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा कि ओमप्रकाश चौटाला ने अपने पूरे राजनीतिक जीवन में सभी वर्गों को साथ लेकर चलने की राजनीति की। पार्टी नेताओं ने आरोप लगाया कि रामकुमार गौतम भाजपा के इशारे पर समाज में जातीय तनाव पैदा करने और हरियाणा की भाईचारे की संस्कृति को बिगाड़ने की कोशिश कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि यह बयान केवल राजनीतिक लाभ लेने और लोगों को बांटने के उद्देश्य से दिया गया है। जांच और पुराने सार्वजनिक रिकॉर्ड खंगालने के बाद भी ऐसा कोई बयान सामने नहीं आया जिसमें पूर्व मुख्यमंत्री स्व. चौधरी ओमप्रकाश चौटाला ने ऐसी कोई बात कही हो।इस मौके पर सतबीर बडेसरा, नवनीत सिंह ढिल्लो, छोटेलाल गहली, नरसिंघ दायमा, जय सिंह सैनी, सत्यनारायण सैनी आदि पदाधिकारी उपस्थित थे।

नारनौल। पत्रकार वार्ता करते पूर्व विधायक राधेश्याम शर्मा। फोटो : हरिभूमि

ब्राह्मण नेताओं को मिली अहम जिम्मेदारियां

जिला प्रधान सुरेंद्र कौशिक ने यह भी याद दिलाया कि चौटाला परिवार का ब्राह्मण समाज के साथ हमेशा सम्मानजनक और मजबूत संबंध रहा है। ओमप्रकाश चौटाला के कार्यकाल में कई ब्राह्मण नेताओं को संगठन और सरकार में महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां दी गईं। चुनावों में ब्राह्मण समाज को पर्याप्त टिकट दिए गए और प्रशासनिक पदों पर भी योग्य ब्राह्मण अधिकारियों को अवसर मिला। कौशिक ने कहा की में ब्राह्मण समाज से सम्बन्ध रखता हूँ और मेरे को जिला प्रमुख चौधरी ओमप्रकाश चौटाला ने ही बनाया था और सामाजिक और धार्मिक आयोजनों में भी चौटाला परिवार लगातार ब्राह्मण समाज के साथ हमेशा साथ रहे है। चौधरी देवीलाल और ओमप्रकाश चौटाला की राजनीति हमेशा 36 बिरादरी को साथ लेकर चलने की रही है।