हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार 25 जून 2026

11 1.81 करोड़ रुपये से चकाचक होगा राव तुलाराम...

12 घुसपैठियों की पहचान करें और उनके वोट कटवाएं: डा. अर्चना

हरियाणा सीईटी ग्रुप-सी फेज-2 भर्ती का विज्ञापन जारी, आवेदन प्रक्रिया शुरू

युवाओं के लिए बड़ी खुशखबरी: बिना किसी आवेदन शुल्क के भर्ती प्रक्रिया में शामिल होने का अवसर

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग ने कॉमन एलिजिबिलिटी टेस्ट ग्रुप-सी फेज-2 भर्ती के लिए विज्ञापन संख्या 06/2026 जारी कर दी है। आयोग की ओर से जारी अधिसूचना के अनुसार ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया 24 जून से शुरू कर दी है। अभ्यर्थी 30 जून रात्रि 11:59 बजे तक आवेदन कर सकेंगे। खास बात यह है कि किसी भी पद के लिए उम्मीदवारों से कोई आवेदन शुल्क नहीं लिया जाएगा।

आयोग ने स्पष्ट किया है कि यह भर्ती केवल उन उम्मीदवारों के लिए है, जिन्होंने सीईटी ग्रुप-सी परीक्षा उत्तीर्ण की है और निर्धारित पात्रता मानदंडों को पूरा करते हैं। आवेदन केवल ऑनलाइन माध्यम से स्वीकार किए जाएंगे। आवेदन पत्र में संशोधन या सुधार की सुविधा एक जुलाई से दो जुलाई तक उपलब्ध रहेगी।

इस भर्ती के अंतर्गत जेल विभाग में विभिन्न पदों को शामिल किया गया है। इनमें असिस्टेंट सुपरिंटेंडेंट जेल (पुरुष एवं महिला) तथा प्रिजन वार्डर (पुरुष एवं महिला) के पद प्रमुख हैं। उपलब्ध पदों की संख्या के अनुसार प्रिजन वार्डर पुरुष के 1093 पद, प्रिजन वार्डर महिला के 112 पद, असिस्टेंट सुपरिंटेंडेंट जेल पुरुष के 30 पद तथा असिस्टेंट सुपरिंटेंडेंट जेल महिला के तीन पद शामिल हैं। असिस्टेंट सुपरिंटेंडेंट जेल पद के लिए किसी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से स्नातक डिग्री आवश्यक है, जबकि प्रिजन वार्डर पद के लिए 10+2 या समकक्ष योग्यता निर्धारित की गई है। सभी पदों के लिए हिंदी या संस्कृत विषय का ज्ञान अनिवार्य रखा गया है।

परीक्षा का स्वरूप

भर्ती प्रक्रिया के तहत 100 अंकों की लिखित परीक्षा आयोजित की जाएगी, जिसमें 100 बहुविकल्पीय प्रश्न पूछे जाएंगे। परीक्षा की अवधि एक घंटा 45 मिनट होगी। सामान्य वर्ग के उम्मीदवारों के लिए न्यूनतम 50 प्रतिशत अंक तथा आरक्षित वर्ग के लिए 40 प्रतिशत अंक प्राप्त करना आवश्यक होगा। प्रश्न पत्र हिंदी व अंग्रेजी दोनों भाषाओं में उपलब्ध रहेगा। आयोग ने परीक्षा में एक विशेष व्यवस्था लागू की है। गलत उत्तर देने पर कोई नकारात्मक अंकन नहीं होगा, लेकिन यदि कोई प्रश्न छोड़ा जाता है और अभ्यर्थी निर्धारित पांचवां गोला नहीं भरता है, तो एक अंक काट लिया जाएगा।

नारनौल। आवेदन करता सीएससी सेंटर संचालक। फोटो: हरिभूमि

शारीरिक दक्षता भी होगी जरूरी

जेल विभाग के इन पदों के लिए शारीरिक मापदंड व शारीरिक दक्षता परीक्षा भी निर्धारित की गई है। पुरुष अभ्यर्थियों को 2.5 किलोमीटर दौड़ 12 मिनट में पूरी करनी होगी, जबकि महिला उम्मीदवारों को एक किलोमीटर दौड़ छह मिनट में पूरी करनी होगी। पूर्व सैनिकों के लिए एक किलोमीटर दौड़ पां मिनट में पूरी करने का प्रावधान रखा गया है।

युवाओं में उत्साह : हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग की ओर से जारी इस भर्ती विज्ञापन से प्रदेश के हजारों युवाओं में उत्साह का माहौल है। बिना आवेदन शुल्क के आयोजित की जा रही इस भर्ती प्रक्रिया को रोजगार की दिशा में एक महत्वपूर्ण अवसर माना जा रहा है। अभ्यर्थियों को सलाह दी गई है कि वे आयोग की ओर से जारी विज्ञापन का अध्ययन कर समय पर आवेदन प्रक्रिया पूरी करें और परीक्षा की तैयारी में जुट जाएं।

अभ्यर्थियों के लिए महत्वपूर्ण निर्देश

आयोग ने उम्मीदवारों को अंतिम तिथि का इंतजार न करते हुए समय रहते आवेदन करने की सलाह दी है। आवेदन पत्र के साथ सभी आवश्यक दस्तावेज अपलोड करना अनिवार्य होगा। आवेदन जमा होने के बाद किसी प्रकार का संशोधन स्वीकार नहीं किया जाएगा। साथ ही आयोग ने परीक्षा में मोबाइल फोन, ब्लूटूथ, स्मार्ट वॉच, इलेक्ट्रॉनिक उपकरण और अन्य प्रतिबंधित वस्तुएं ले जाने पर कड़ी कार्रवाई की चेतावनी दी है। नकल या अनुचित साधनों का प्रयोग करने वाले अभ्यर्थियों पर पांच वर्ष तक प्रतिबंध लगाया जा सकता है।

खबर संक्षेप

शराब तस्करी का प्रयास विफल, आरोपित काबू

नारनौल। पुलिस की ओर से अवैध शराब तस्करी के विरुद्ध चलाए जा रहे अभियान के तहत थाना शहर द्वारा कार्रवाई करते हुए एक वाहन से अवैध देशी शराब बरामद की है। जांच के दौरान संदिग्ध बिना नंबर प्लेट की बोलेरो गाड़ी को रोककर तलाशी ली गई, जिसमें से कुल 10 पेटी (कुल 500 पव्वे) अवैध देसी शराब बरामद हुई। मौके पर आरोपित धर्मेंद्र को गिरफ्तार कर लिया।

गांव निम्बहेडा में जागरण आज

महेंद्रगढ़। गांव निम्बहेडा स्थित बाबा सुरतानंद महाराज की 75वीं पुण्यतिथि पर जागरण व भंडारे का आयोजन किया जाएगा। मंदिर कमेटी प्रधान सुरेंद्र सिंह फौजी व कर्ण सिंह फौजी ने बताया कि हर साल की भांति इस वर्ष भी 25 जून को जागरण व 26 जून को मंदिर में विशाल भंडारे का आयोजन किया जा रहा हैं। कार्यक्रम में विधायक कंवर सिंह यादव मुख्यातिथि होंगे। बाहर की पार्टी जागरण में बाबा की महिमा का गुणगान करेंगे।

प्रशिक्षण कार्यक्रमों के लिए रजिस्ट्रेशन 29 से

नारनौल। पीएनबी ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान नसीबपुर में विभिन्न प्रशिक्षण कार्यक्रमों के लिए 29 जून से छह जुलाई तक रजिस्ट्रेशन करवा सकते हैं। संस्थान के निदेशक एचआर सभरवाल ने बताया कि इस सत्र में कंप्यूटर कोर्स, डेयरी फार्मिंग व जूट बैग निर्माण जैसे रोजगारपरक प्रशिक्षण आयोजित किए जाएंगे। इन कोर्सेज में 18 से 50 वर्ष की आयु के कोई भी बेरोजगार महिला या पुरुष दाखिला ले सकते हैं। प्रशिक्षण पूरी तरह निःशुल्क प्रदान किया जाता है। प्रशिक्षणार्थियों के रहने-खाने, ट्रेनिंग मटेरियल और स्टेशनरी की व्यवस्था भी मुफ्त की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने की नसीबपुर स्मारक परियोजना की प्रगति की समीक्षा

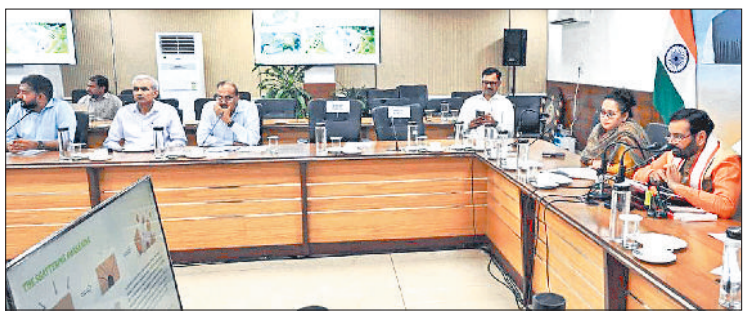
अहीरवाल क्षेत्र के शौर्य की गाथा संजोएगा नसीबपुर स्मारक: आरती

आरती सिंह राव ने कहा कि मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को स्मारक परिसर के सौंदर्यीकरण हरित क्षेत्र विकास व आगंतुकों की सुविधाओं पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए हैं

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने कहा कि राज्य सरकार की ओर से अहीरवाल क्षेत्र के वीर शहीदों के अदम्य साहस, संघर्ष और बलिदान को चिरस्थायी सम्मान देने के लिए नसीबपुर में भव्य शहीद स्मारक का निर्माण किया जाएगा। यह स्मारक न केवल क्षेत्र के गौरवशाली इतिहास को सहेजेगा, बल्कि आने वाली पीढ़ियों में राष्ट्रभक्ति और देश सेवा की भावना को भी जागृत करेगा।

स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की अध्यक्षता में आयोजित महत्वपूर्ण समीक्षा बैठक में नसीबपुर स्मारक परियोजना की प्रगति पर विस्तृत चर्चा की गई। बैठक में स्मारक के प्रस्तावित डिजाइन, अवधारणा और निर्माण कार्यों की वर्तमान स्थिति की गहनता से जानकारी ली गई तथा अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। उन्होंने बताया कि लगभग 42 कनाल 10 मरला क्षेत्र में विकसित किए जा रहे इस भव्य स्मारक परिसर में ओपन एयर थिएटर, लाइट एंड साउंड शो, आधुनिक गैलरी, ऑडिटोरियम, प्रशासनिक भवन सहित कई अत्याधुनिक सुविधाएं विकसित की जाएंगी। स्मारक परिसर को इस प्रकार तैयार किया जाएगा कि आगंतुकों को अहीरवाल के वीर शहीदों के इतिहास, शौर्य और बलिदान की प्रेरणादायक जानकारी मिल सके।



नारनौल। बैठक में मौजूद मुख्यमंत्री व स्वास्थ्य मंत्री। फोटो: हरिभूमि

आरती सिंह राव ने कहा कि मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को स्मारक परिसर के सौंदर्यीकरण, हरित क्षेत्र विकास व आगंतुकों की सुविधाओं पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए हैं। साथ ही पर्याप्त पार्किंग, सुगम आवागमन और अन्य आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के लिए भी कहा गया है, ताकि पर्यटकों और श्रद्धालुओं को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि मुख्यमंत्री और मंत्रिमंडल द्वारा दिए गए सुझावों के अनुरूप परियोजना के डिजाइन एवं अन्य पहलुओं को और अधिक आकर्षक एवं प्रभावी बनाया जाएगा। नसीबपुर स्मारक अहीरवाल क्षेत्र की वीरता, बलिदान और राष्ट्रभक्ति का एक जीवंत प्रतीक बनकर उभरेगा तथा प्रदेश के प्रमुख प्रेरणास्थलों में अपनी विशेष पहचान स्थापित करेगा।

कृष्णावती नदी के पुनर्जीवन के लिए 2.76 करोड़ रुपये मंजूर: स्वास्थ्य मंत्री

नारनौल। हरियाणा की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने बताया कि राज्य सरकार ने कृष्णावती नदी के पुनर्जीवन, जल संरक्षण तथा भूजल स्तर सुधार की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए गांव राता कलां से गांव मानपुरा तक विभिन्न विकास कार्यों के लिए दो करोड़ 76 लाख 66 हजार रुपये की प्रशासनिक अनुमति प्रदान की है। आरती सिंह राव ने बताया कि इस परियोजना के अंतर्गत कृष्णावती नदी में नाला खुदाई, चैनल सुधार, जल संरक्षण उपाय, हंप रेगुलेटरों का निर्माण तथा प्रवाह नियंत्रण एवं भूजल पुनर्भरण के लिए जलाशय विकसित किए जाएंगे। यह कार्य नारनौल ब्रांच से आरसीसी पाइपलाइन के माध्यम से कृष्णावती नदी के पुनर्भरण की मूल योजना में हुई बचत राशि से कराया जाएगा। उन्होंने बताया कि हरियाणा सरकार के सिंचाई एवं जल संसाधन विभाग की ओर से इस परियोजना को स्वीकृति प्रदान कर दी गई है और कार्य अलग निविदा प्रक्रिया के माध्यम से शीघ्र शुरू किया जाएगा। इस योजना के पूरा होने से क्षेत्र में वर्षा जल के संरक्षण को बढ़ावा मिलेगा, भूजल स्तर में सुधार होगा तथा किसानों को भी दीर्घकालिक लाभ मिलेगा। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार जल संरक्षण को सर्वोच्च प्राथमिकता दे रही है। कृष्णावती नदी क्षेत्र में किए जाने वाले ये कार्य न केवल पर्यावरण संरक्षण में सहायक होंगे बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए जल संसाधनों को सुरक्षित रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे। आरती सिंह राव ने क्षेत्रवासियों को आश्वस्त किया कि विकास कार्यों में किसी प्रकार की कमी नहीं आने दी जाएगी और जनहित से जुड़े प्रत्येक मुद्दे पर सरकार पूरी गंभीरता से कार्य कर रही है।

सतनाली सीएचसी भवन का निर्माण शीघ्र पूर्ण करने की मांग

सतनाली मंडी। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सतनाली का निर्माण कार्य जल्द पूर्ण करवाने एवं सतनाली में महाराव शेखाजी बहुद्देशीय सामुदायिक भवन बनवाने की मांग को लेकर मार्केट कमेटी महेंद्रगढ़ चेयरमैन भागीरथ सिंह शेखावत ने स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव से मुलाकात की। चेयरमैन भागीरथ सिंह शेखावत ने बताया कि उन्होंने स्वास्थ्य मंत्री आरती राव को मांग पत्र सौंपा, जिसमें बताया कि सतनाली राजपूत बाहुल्य इलाका है और सतनाली के अलावा सात गांव व क्षेत्र के लोगों की बैठक आदि कार्य समय-समय पर आयोजित होते हैं, लेकिन सतनाली में बैठक आदि कार्य हेतु जगह नहीं होने से भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने सतनाली में सात गांव की साझी विरासत महाराव शेखाजी भवन निर्माण करने की मांग की। उन्होंने बताया कि इसके अलावा उन्होंने स्वास्थ्य मंत्री से सतनाली सीएचसी भवन के शेष निर्माण कार्य को शीघ्र पूर्ण करवाने व स्वास्थ्य केंद्र में आवश्यक उपकरण एवं स्टाफ आदि मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध करवाने की भी मांग की।

सतनाली मंडी। स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव के साथ मार्केट कमेटी चेयरमैन भागीरथ सिंह।

मंडी अटेली। कृष्ण देव चौक से भिवानी जाती मिड-डे-मील वर्कर्स। फोटो: हरिभूमि

भिवानी रैली के लिए अटेली से मिड-डे-मील वर्कर्स रवाना

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

मिड डे मील कार्यकर्ता यूनियन (एआईयूटीयूसी) खंड अटेली से सैकड़ों कुक कम हेल्पर बुधवार को अपनी प्रमुख मांगों को लेकर भिवानी में आयोजित रैली में शामिल होने के लिए अटेली के कृष्ण देव चौक से रवाना हुए। सभी कार्यकर्ता बसों के माध्यम से भिवानी के लिए निकले और रैली को सफल बनाने का संकल्प लिया।

इस मौके पर खंड प्रधान प्रेमलता, एआईयूटीयूसी के जिला प्रधान मास्टर सुबे सिंह और पूर्व राज्य प्रधान पुष्पा कांटी के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने एकजुट होकर अपनी आवाज बुलंद करने की बात कही। पूर्व जिला प्रधान बिमला देवी ने भिवानी के नेहरू पार्क में आयोजित सभा में भाग लेते हुए प्रदर्शन किया और मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नाम ज्ञापन सौंपा।

ज्ञापन में कुक कम हेल्पर की विभिन्न मांगों को प्रमुखता से उठाया गया। इनमें कर्मचारियों को पक्का करना, न्यूनतम वेतन लागू करना, रिटायरमेंट पर पेंशन व पांच लाख रुपये की सहायता राशि देना।रिटायरमेंट की उम्र 65 वर्ष तक करना, ड्यूटी के दौरान मृत्यु होने पर परिवार को पांच लाख रुपये की सहायता, पोषण राशि बढ़ाना तथा ठेका प्रथा समाप्त करना शामिल है। इन सभी मुद्दों को लेकर 10 सूत्रीय मांग पत्र सरकार को सौंपा गया।

मंडी अटेली: सड़क किनारे शव मिलने से फैली दहशत

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

क्षेत्र में बुधवार को उस समय सनसनी फैल गई जब खोड़ व ताजपुर बाईपास के पास सड़क किनारे एक युवक का शव संदिग्ध परिस्थितियों में पड़ा मिला। अचानक हुई इस घटना से क्षेत्र में दहशत का माहौल बन गया और मौके पर लोगों की भारी भीड़ जुट गई। नारनौल-रेवाड़ी नेशनल हाईवे पर ताजपुर बाईपास के समीप राहगीरों ने सड़क किनारे एक अज्ञात युवक का शव देखा, जिसके बाद तुरंत पुलिस को सूचना दी गई। सूचना मिलते ही अटेली थाना पुलिस मौके पर पहुंची। प्रारंभिक तौर पर शव की पहचान नहीं हो सकी थी। लोग घटना को लेकर अलग-अलग आशंकाएं जताते रहे। कुछ घंटों की मशक्कत के बाद मृतक की पहचान नारनौल क्षेत्र के गांव हमीदपुर निवासी करीब 42 वर्षीय रमेश पुत्र अतर सिंह के रूप में हुई। पहचान के बाद परिजनों को सूचना दी गई। शव को पोस्टमार्टम के लिए नारनौल नागरिक अस्पताल भेज दिया गया है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के वास्तविक कारणों की स्थिति स्पष्ट हो सकेगी।

अधिकारियों ने समाधान का दिया आश्वासन

कर्मचारियों की 17 सूत्रीय मांगों पर हुई चर्चा

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन (रजि. नंबर 41) संबंधित सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा की जिला कमेटी महेंद्रगढ़ की बैठक बुधवार को सिंचाई एवं जल संसाधन विभाग मंडल (नारनौल) के अधीक्षक अभियंता कार्यालय में आयोजित की गई। बैठक में कर्मचारियों की विभिन्न समस्याओं एवं 17 सूत्रीय मांगों पर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक का संचालन जिला सचिव विजेंद्र शर्मा ने किया, जबकि अध्यक्षता जिला चेयरमैन सुनील यादव ने की। बैठक में सिंचाई एवं जल संसाधन विभाग के अधीक्षक अभियंता अमित कुमार रघुवंशी, कार्यकारी अभियंता (मैकेनिकल) आशुतोष यादव तथा कार्यकारी अभियंता (सिविल) भी उपस्थित रहे। यूनियन पदाधिकारियों ने अधिकारियों के समक्ष कर्मचारियों की 17 सूत्रीय मांगें रखते हुए कहा कि सरकार द्वारा कच्चे कर्मचारियों को प्रत्येक माह की सात तारीख तक वेतन देने का दावा किया जाता है, लेकिन अधिकांश मामलों में समय पर वेतन नहीं मिल पाता। अधिकारियों से समय रहते बजट की मांग भेजने का आग्रह किया गया ताकि कर्मचारियों को निर्धारित समय पर वेतन मिल सके।

यूनियन ने कर्मचारियों के लिए लाइट, पानी, टूल किट, ड्रेस, इंसुलेटेड शूज, ग्लव्स सहित अन्य सुरक्षा उपकरण उपलब्ध कराने, जर्जर हो चुके पंप हाउसों के रेस्ट रूमों की मरम्मत कराने, शौचालयों की व्यवस्था करने तथा कैशलेस चिकित्सा सुविधा लागू करने की मांग रखी।

अधिकारियों ने यूनियन प्रतिनिधियों को आश्वस्त किया कि कर्मचारियों की सभी मांगों एवं समस्याओं पर सकारात्मक विचार कर उनका जल्द समाधान करने का प्रयास किया जाएगा। बैठक में जिला ऑडिटर ओमबीर सिंह, ब्रांच प्रधान परमवीर सिंह, ब्रांच प्रधान अनिल कुमार, प्रचार सचिव सुरेंद्र कुमार, ऑपरेटर अनिल कुमार, ऑपरेटर अशोक कुमार, सुरेंद्र सहित अन्य कर्मचारी भी उपस्थित रहे।

नारनौल। अधिकारी के साथ मीटिंग करती कर्मचारी यूनियन। फोटो: हरिभूमि

सरकार की औद्योगिक नीतियों और बेहतरीन इनसेंटिव्स का लाभ उठाएं युवा

पावर लूम व टेक्सटाइल उद्योग को लेकर समीक्षा बैठक

जिले में हाईवे का जाल बिछाने के बाद पावर लूम क्षेत्र में अपार संभावनाएं

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

पावरलूम व टेक्सटाइल उद्योग को मजबूत करने और रोजगार सृजित करने के लिए सरकार ने हरियाणा एंटरप्राइजेज एंड एंप्लॉयमेंट पॉलिसी 2020 लागू की है। जिले में अब हाईवे का जाल बिछाने के बाद इस क्षेत्र में बहुत संभावनाएं हैं। ऐसे में अधिकारी इस पर विशेष फोकस करें।

यह निर्देश जिला परिषद के सीईओ निर्मल नागर ने बुधवार को इसी विषय पर लघु सचिवालय में आयोजित अधिकारियों की बैठक में दिए। उन्होंने कहा कि सरकार का मुख्य फोकस पावरलूम व टेक्सटाइल उद्योग को मजबूत बनाना है। उन्होंने बताया कि सरकार इस क्षेत्र को बढ़ावा देने के लिए उद्यमियों को बेहद आकर्षक और बेहतरीन इनसेंटिव प्रदान कर रही है, जिसमें सबसे बेहतरीन योजना बिजली शुल्क में छूट और पूंजी निवेश सब्सिडी योजना है।

रोजगार सृजन सब्सिडी योजना के तहत स्थानीय युवाओं, विशेषकर महिलाओं व अनुसूचित जाति के नागरिकों को रोजगार देने वाली इकाइयों को सरकार की ओर से वित्तीय मदद दी जा रही है। इसके साथ ही टेक्सटाइल इकाइयों के आधुनिकरण के लिए पूंजी निवेश सब्सिडी और ब्याज सब्सिडी जैसे कई बड़े लाभ उपलब्ध हैं। जिले के युवाओं को इस योजना के साथ जोड़ा जाए।

ये रहे मौजूद

मौके पर तहसीलदार लक्ष्मीराम, डिप्टी डायरेक्टर संदीप सिंह, उद्योग विस्तार अधिकारी अजय यादव व संजीव, एक्शईएन डीएचबीवीएन शिवराज सिंह, एलडीएम जेपी यादव, जिला रोजगार अधिकारी रंजीत रावत, इंडस्ट्रियल एसोसिएशन कृष्ण अवतार, एईटीओ मोहित शर्मा अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

नारनौल। अधिकारियों की बैठक लेते सीईओ जिला परिषद निर्मल नागर।

ये हैं हरियाणा एंटरप्राइजेज एंड एंप्लॉयमेंट पॉलिसी 2020 के लाभ

स्टांप ड्यूटी रिफंड : औद्योगिक उपयोग की भूमि खरीद के पांच वर्ष के भीतर व्यावसायिक उत्पादन शुरू करने पर 'डी' श्रेणी के ब्लॉकों में 100 प्रतिशत और 'सी' श्रेणी के ब्लॉकों में 75 प्रतिशत स्टांप ड्यूटी वापस की जाएगी।

बिजली शुल्क में छूट : थ्रस्ट सेक्टर के उद्योगों को 'डी' श्रेणी के ब्लॉकों में 20 वर्ष, 'सी' श्रेणी में 15 वर्ष और 'बी' श्रेणी में 10 वर्ष के लिए बिजली शुल्क से पूरी छूट मिलेगी।

गुणवत्ता प्रमाणन सहायता योजना : विभिन्न गुणवत्ता श्रेणियों में प्रमाणन प्राप्त करने व माल ढुलाई खर्चों के लिए कुल खर्च का 75 प्रतिशत (अधिकतम पांच लाख से 10 लाख रुपये तक) प्रति प्रमाणन वापस किया जाएगा।

बाजार विकास सहायता योजना : अंतर राष्ट्रीय प्रदर्शनियों में भाग लेने के लिए स्टॉल निर्माण और हवाई किराये सहित अधिकतम चार लाख से एक लाख रुपये तक तथा घरेलू प्रदर्शनियों के लिए अधिकतम तीन लाख रुपये तक का खर्च वापस दिया जाएगा।

रोजगार सृजन सब्सिडी योजना : हरियाणा के मूल निवासियों को कुशल या अकुशल श्रेणी में सीधे वेतन पत्रक या अनुबंध पर रखने पर 'बी', 'सी' और 'डी' श्रेणी के ब्लॉकों में सात वर्षों के लिए सामान्य वर्ग के लिए 30 हजार रुपये तथा अनुसूचित जाति व महिला वर्ग के लिए 36 हजार रुपये प्रति व्यक्ति सालाना सब्सिडी दी जाएगी।

हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

कुछ समयांतराल पर जब बार-बार हो फीवर

मेरी उम्र 28 वर्ष है। पिछले एक हफ्ते से शाम ढलते ही मुझे ठंड के साथ बुखार आ जाता है। दवा लेने पर ठीक हो जाता है, लेकिन अगली शाम फिर ऐसा होता है। कृपया बताएं इसके लिए मुझे क्या करना चाहिए?

-आशुतोष, रायपुर

जैसा आप बता रहे हैं कि आपको रोज शाम को बुखार आ जाता है और दवा लेने के बाद ठीक हो जाता है। इससे ऐसा लग रहा है कि आपको टाइफाइड हो सकता है, लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। टाइफाइड को ही मियादी बुखार बोलते हैं, जो एक तय समय पर आता है और उतर जाता है। बेहतर होगा कि आप एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे जांच करके यह पता लगाने की कोशिश करेंगे कि फीवर होने का कारण क्या है, और फिर उसके बाद ट्रीटमेंट ठीक से हो सकेगा।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मेरी जीभ पर अकसर फफोले निकल आते हैं, जिससे खाने-पीने में काफी तकलीफ होती है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और इसे होने से कैसे रोका जा सकता है?

-मनीष, बलौदा बाजार

कई बार इस तरह की समस्याएं अधिक गर्म खाना खाने से होती हैं, अगर ऐसा आप कर रहे हैं तो उसमें बदलाव करें और अधिक गर्म खाना ना खाएं। अगर ऐसा नहीं है तो जरूर आपको एक बार ईएनटी विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। वे जांच करने के बाद कारण के बारे में बता पाएंगे। फिलहाल आप अधिक मिर्च-मसाले वाली चीजें बिल्कुल ना खाएं।

मेरी उम्र 62 वर्ष है। 10-15 दिन के अंतराल पर मुझे लूज मोशन या वॉमिटिंग होती है। जिससे काफी कमजोरी महसूस होती रहती है। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-हरीश, महेंद्रगढ़

जैसा आप बता रहे हैं, इससे लगता है कि आपको डाइजेशन की समस्या है। इसलिए सबसे पहले आप खान-पान में सुधार करें। अधिक तेल और मिर्च-मसाले वाला खाना ना खाएं। साथ ही साफ पानी पिएं। कई बार बाहर का पानी पीने से भी इंफेक्शन हो जाता है, जिससे इस तरह की समस्याएं दिखती है। आप घर से निकलते समय पानी की बोतल लेकर निकलें। इस तरह बदलाव से आपको आराम मिल सकता है। अगर फिर भी आराम ना मिले तो जरूर आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 37 वर्ष है। पिछले कुछ समय से मेरी गर्दन और कंधे पर बार-बार दाद निकल आता है। इसमें काफी ईचिंग होती है। प्लीज बताएं कि इससे कैसे निजात मिलेगी?

-सौरभ, बिलासपुर

जिन लोगों को अधिक पसीना निकलता है और देर तक सूख नहीं पाता है, उनको इस तरह की समस्याएं हो सकती हैं। अगर आपके साथ भी ऐसा है तो आपको जहां इचिंग होती है, उस हिस्से में लगातार पसीना पोंछते रहना चाहिए, क्योंकि पसीने की नमी में फंगल इंफेक्शन से ही दाद होती है, जिससे खुजली शुरू होती है। अधिक दिक्कत हो रही हो तो डॉक्टर से संपर्क कर ऑइंटमेंट लिखवा लें, इससे आराम जल्दी से मिल जाएगा।

मेरी उम्र 52 वर्ष है। मेरे ब्लड टेस्ट में आयरन और विटामिन डी कम है, जबकि विटामिन बी 12 और कोलेस्ट्रॉल बढ़ा हुआ है। इसकी क्या वजह हो सकती है? ऐसे में मुझे कैसी डाइट लेनी चाहिए?

-कुलदीप, दुर्ग

विटामिन-डी की कमी शहरों में रहने वाले लोगों को अधिक होती है, क्योंकि उनका धूप में एक्सपोजर कम होता है। अगर आपके साथ भी ऐसा है तो आपको विटामिन-डी और बी-12 की दवा लेनी चाहिए। साथ ही आप बता रहे हैं कि कोलेस्ट्रॉल बढ़ा हुआ है और आयरन कम है। बेहतर होगा कि आप डॉक्टर से संपर्क कर लें, वे आपको इसकी मेडिसिन बता देंगे। साथ में डाइटिशियन से भी आपको संपर्क कर लेना चाहिए, वो आपका डाइट चार्ट तैयार कर देंगे, जिसके अनुसार आप डाइट लेंगे तो भविष्य में विटामिन-डी, बी-12 और आयरन बैलेंस रहेंगे। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. नवदीप सिंह
प्रिंसिपल-इंडस कॉलेज ऑफ नर्सिंग खांडा खेड़ी, हिसार

हाल के वर्षों में यंग और मिड एज की महिलाओं में पीएमओएस (पूर्व नाम पीसीओएस) की समस्या काफी देखने को मिल रही है। हालांकि इसके पीछे कई तरह के कारण हो सकते हैं लेकिन अनबैलेंस्ड लाइफस्टाइल की वजह से यह समस्या ज्यादा बढ़ती है। ऐसे में इससे ग्रस्त महिलाओं को बिना चिंता और डर के इसके स्पेशलिस्ट डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए, ताकि इसे कंट्रोल किया जा सके। इस बारे में यहां दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारियां।

सही ट्रीटमेंट-बैलेंस्ड लाइफस्टाइल से पीएमओएस को कर सकते हैं कंट्रोल

बहुसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम, जिसे पहले पॉलिसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) के नाम से जाना जाता था, अब वैश्विक सहमति के बाद आधिकारिक रूप से पॉलिएंडोक्राइन मेटाबॉलिक ओवेरियन सिंड्रोम (पीएमओएस) कहलाया जा रहा है। यह नाम परिवर्तन इस तथ्य को रेखांकित करता है कि यह स्थिति केवल ओवरी की सिस्ट तक सीमित नहीं, बल्कि बहुग्रंथि (पॉलिएंडोक्राइन) हार्मोनल असंतुलन और व्यापक मेटाबॉलिक गड़बड़ी से जुड़ी लॉन्ग पीरियड बीमारी है।

काफी महिलाएं होती हैं प्रभावित

पीएमओएस आज प्रजनन-आयु की महिलाओं में सर्वाधिक पाए जाने वाले हार्मोनल और मेटाबॉलिक रोगों में प्रमुख माना जा रहा है। उपलब्ध वैज्ञानिक साक्ष्य बताते हैं कि विश्व-स्तर पर लगभग हर आठ में से एक महिला इससे प्रभावित हो सकती है, जबकि भारतीय अध्ययनों में इसका प्रचलन कई समुदायों में लगभग 3.7 से 22.5 प्रतिशत तक दर्ज किया गया है, जो सार्वजनिक स्वास्थ्य की दृष्टि से गंभीर चेतावनी है।

ऐसे होता है डायग्नोज

2023 की अंतरराष्ट्रीय साक्ष्य आधारित पीएमओएस गाइडलाइन के अनुसार इस स्वास्थ्य समस्या के निदान के लिए अनियमित या अनुपस्थित ओवुलेशन, एंड्रोजन हार्मोन की अधिकता के लक्षण तथा अल्ट्रासाउंड में स्पेसिफिक ओवरी इमेज, इन तीन में से कम से कम दो क्राइटेरिया की उपस्थिति आवश्यक मानी जाती है, बशर्ते अन्य कारणों को वैज्ञानिक रूप से जांच कर उन्हें अलग कर दिया गया हो। पीएमओएस को अब केवल एक स्त्री रोग नहीं, बल्कि व्यापक मेटाबॉलिक स्थिति के रूप में स्वीकार किया जा रहा है, जो टाइप 2 डायबिटीज, हाई बीपी, हृदय रोग, फैटी लिवर और कुछ विशिष्ट कैंसरों के बढ़े रिस्क से भी जुड़ी है।

रोग होने के कारण

पीएमओएस के लगातार बढ़ते मामलों के पीछे आनुवंशिक प्रवृत्ति और इंसुलिन रेजिस्टेंस जैसे जैविक कारणों के साथ-साथ आधुनिक जीवनशैली की अनेक अस्वास्थ्यकर आदतें भी जिम्मेदार हैं। इंसुलिन रेजिस्टेंस को पीएमओएस की रोग जनन प्रक्रिया का मेन फैक्टर माना जाता है, जो सामान्य बॉडी मास इंडेक्स (नॉर्मल बीएमआई) वाली महिलाओं में भी पाया जा सकता है। मोटापे और पेट की अधिक चर्बी से यह और अधिक गंभीर हो जाता है। तीव्र शहरीकरण, शारीरिक गतिविधि में कमी, एनर्जीफुल और शुगर रिच डाइट, फास्ट फूड हैबिट, कार्यस्थल और पारिवारिक तनाव, देर रात तक जागने की आदत और अपर्याप्त नींद लेने जैसे कारण, भारतीय शहरी और अर्ध शहरी युवतियों में पीएमओएस होने की आशंका को और बढ़ा रहे हैं।

रोग का उपचार

मेडिकली पीएमओएस का पर्मानेंट ट्रीटमेंट अभी उपलब्ध नहीं है। लेकिन इसमें संदेह नहीं है कि समुचित मेडिसिनल ट्रीटमेंट और डिसिप्लींड लाइफस्टाइल के माध्यम से इसे प्रभावी रूप से नियंत्रित किया जा सकता है। अधिकांश महिलाएं प्रॉपर लाइफ मैनेजमेंट के साथ नॉर्मल लाइफ जी सकती हैं और मातृत्व सुख भी प्राप्त कर सकती हैं।

ट्रीटमेंट प्रोसीजर

पीएमओएस के ट्रीटमेंट का प्रोसीजर हमेशा व्यक्तिगत होना चाहिए। इसमें पेशेंट की आयु, उसके प्रमुख लक्षण, मेटाबॉलिक रिस्क और प्रेग्नेंसी की इच्छा जैसे प्वाइंट्स को ध्यान में रखा जाना चाहिए। पीरियड्स को नियमित करने और एंड्रोजन स्तर को नियंत्रित करने के लिए हार्मोनल गर्भनिरोधी मेडिसिंस या प्रोजेस्टिन, इंसुलिन रेजिस्टेंस और वेट मैनेजमेंट के लिए मेटफॉर्मिन समूह की दवाएं, अनचाहे बाल और मुंहासों के लिए एंटी एंड्रोजन और त्वचा संबंधी उपचार, प्रेग्नेंसी की इच्छा होने पर ओवुलेशन प्रेरित करने वाली दवाएं और आवश्यकता पड़ने पर सहायक रिप्रोडक्शन तकनीक जैसे आज के समय में कई ऑप्शंस उपलब्ध हैं। इन सभी का प्रयोग केवल योग्य स्त्री रोग विशेषज्ञ या एंडोक्राइनोलॉजिस्ट की निगरानी में ही किया जाना चाहिए।

प्रभावी है लाइफस्टाइल मैनेजमेंट

इंटरनेशनल गाइडलाइंस में लाइफस्टाइल मैनेजमेंट यानी जीवनशैली प्रबंधन में विशेष रूप से डाइट, फिजिकल एक्टिविटी और व्यावहारिक परिवर्तन को पीएमओएस का फर्स्ट लेवल ट्रीटमेंट माना गया है। खासकर तब जब पेशेंट का बॉडी वेट सामान्य से अधिक हो। एविडेंस बेस्ड स्टडीज से यह स्पष्ट है कि ओवर बॉडी वेट में मात्र 5-10 प्रतिशत की कमी से भी पीरियड्स की रेग्युलेरिटी, नॉर्मल ओवुलेशन, इंसुलिन सेंसिटिविटी और लिपिड प्रोफाइल में महत्वपूर्ण सुधार प्राप्त किया जा सकता है।

बैलेंस्ड डाइट है लाभकारी

बैलेंस्ड, हाई फाइबर और लो ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाला डाइट, जिसमें साबुत अनाज, दालें, ताजी सब्जियां, विभिन्न फल, मेवे (ड्राय फ्रूट्स), बीज और स्वस्थ असंतृप्त वसा (हेल्दी अनसैचुरेटेड फैट) शामिल हों, पीएमओएस कंट्रोल करने में विशेष रूप से लाभकारी सिद्ध हुआ है, जबकि रिफाइंड मैदा, अत्यधिक चीनीयुक्त खाद्य पदार्थ, मीठे पेय, तले-भुने और प्रोसेस्ड फूड्स, इंसुलिन रेजिस्टेंस और निम्न स्तरीय सूजन को बढ़ाते हैं।

महत्वपूर्ण हैं फिजिकल एक्टिविटीज

नियमित शारीरिक गतिविधि, पीएमओएस के लगभग सभी क्लीनिकली रिलेटेड इश्यूज जैसे-बॉडी वेट, पेट की चर्बी, इंसुलिन रेजिस्टेंस, ब्लड प्रेशर, कार्डियो मेटाबॉलिक रिस्क और मेंटल हेल्थ पर सकारात्मक प्रभाव डालती है। उपलब्ध मेटा विश्लेषण, प्रति सप्ताह कम से कम 150 मिनट मीडियम से फास्ट एरोबिक वर्कआउट के साथ सप्ताह में दो या अधिक दिन प्रतिरोधात्मक (रेजिस्टेंस) व्यायाम की सिफारिश करते हैं। संरचित, पर्यवेक्षित व्यायाम कार्यक्रमों (स्ट्रक्चर्ड, सुपरवाइज्ड एक्सरसाइज प्रोग्राम) और उच्च तीव्रता अंतराल प्रशिक्षण (एचआईआईटी) ने कमर की माप, इंसुलिन सेंसिटिविटी और कार्डियो रेस्पिरेट्री फिटनेस में विशेष लाभ दिखाए हैं।

समग्र रूप से पीएमओएस, 'होल पर्सन केयर' की आवश्यकता को रेखांकित करता है, जिसमें जैविक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक सभी आयामों को समन्वित रूप से शामिल किया जाना चाहिए। इसके लिए डॉक्टर्स, नर्सेज और एलाइड हेल्थ प्रोफेशनल्स को सहानुभूतिपूर्ण परामर्श के माध्यम से यह संदेश देना चाहिए कि पीएमओएस किसी व्यक्तिगत गलती का परिणाम नहीं है। यह कई फैक्टर्स पर निर्भर करने वाली मेडिकल कंडीशन है, जिसे मैनेज-कंट्रोल किया जा सकता है। यदि पेशेंट को समय पर, सही ट्रीटमेंट दी जाए और उसके साथ संतुलित आहार, नियमित व्यायाम तथा मानसिक स्वास्थ्य संबंधी उपायों को अपनाया जाए तो पीएमओएस के अधिकांश नेगेटिव प्रभावों को सफलतापूर्वक नियंत्रित किया जा सकता है। *

मेंटल-इमोशनल हेल्थ का रखें ध्यान

आहार और व्यायाम के अतिरिक्त मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य (मेंटल-इमोशनल हेल्थ) पर ध्यान देना भी पीएमओएस (होल पर्सन केयर) प्रबंधन का अभिन्न अंग बनता जा रहा है। तुलनात्मक अध्ययनों में पीएमओएस से प्रभावित महिलाओं में अवसाद (डिप्रेशन), चिंता (स्ट्रेस), विकृत भोजन आचरण (बैड फूड हैबिट) और नेगेटिव बॉडी इमेज की दर, सामान्य महिलाओं की तुलना में अधिक पाई गई है। इससे उपचार अनुपालन तथा जीवन गुणवत्ता दोनों प्रभावित होती हैं। योग, प्राणायाम, ध्यान और संज्ञानात्मक व्यावहारिक उपचार (कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी) जैसे तरीके तनाव घटाने, नींद सुधारने में सहायक सिद्ध हो रहे हैं। हालांकि उनके रुटीन क्लीनिकल प्रैक्टिस में स्थान को डिफाइन करने के लिए, हाई क्वालिटी रिसर्च की आवश्यकता बनी हुई है।

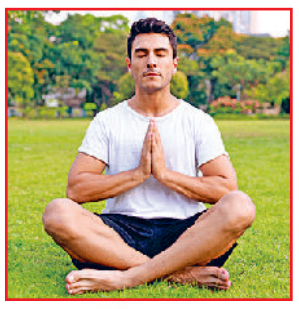
फिटनेस

संध्या सिंह

इन दिनों के लिए परफेक्ट फिटनेस मंत्रा

जून महीने के इन अंतिम दिनों में जब जमकर बारिश शुरू नहीं हुई है और वातावरण में उमस भरी बेचैन करने वाली गर्मी है, ऐसे में अपनी फिटनेस को मेंटेन रखने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए। सूर्योदय के समय से कुछ देर बाद तक हल्की शारीरिक गतिविधि करें। दिन के समय हर 30-40 मिनट में कुछ घूंट पानी पीएं। दोपहर 11 से 4 बजे के बीच ज्यादा देर तक लगातार धूप में न रहें।

इन दिनों अगर आप यहां बताए जा रहे नियमों का पालन करें तो पूरी तरह से फिट रह सकते हैं। यह नियम न केवल गर्मी के दुष्प्रभावों से बचाता है बल्कि पूरी तरह से फिट और एक्टिव रखता है। इन दिनों अगर आप सर्दियों जैसी ही हैवी एक्सरसाइज जारी रखते हैं तो शरीर में पानी की कमी हो सकती है, लगातार थकान बनी रहती है, चक्कर आने लगते हैं, मांसपेशियों में खिंचाव जैसी समस्याएं बढ़ जाती हैं। इसलिए इस मौसम में फिटनेस का अर्थ केवल कैलोरी बर्न करना नहीं बल्कि शरीर को ठंडा रखना, ऊर्जावान रखना और सुरक्षित रखना भी होता है। इसलिए कुछ बातों का ध्यान रखें।



सुबह जल्दी व्यायाम करें: इन दिनों बेहतर है कि आप सुबह पांच बजे व्यायाम के लिए तैयार हो जाएं और साढ़े छ-सात बजे तक व्यायाम पूरा कर लें। इस समय तापमान कम तो रहता ही है, शरीर पर अतिरिक्त दबाव भी नहीं पड़ता। इस दौरान तेजगति से चलना, कुछ आसन, प्राणायाम, हल्की स्ट्रेचिंग और साइकिलिंग फिट रहने के लिए पर्याप्त व्यायाम हैं। इस मौसम में भारी जिम वर्कआउट के बजाय कुछ आसन करना बेहतर विकल्प होता है। खास तौर पर ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, शवासन, अनुलोम-विलोम, शीतली और शीतकारी प्राणायाम इन दिनों शरीर और मन दोनों को स्वस्थ रखते हुए ठंडक प्रदान करते हैं।

पीते रहें पानी: दिन के समय प्यास लगने का इंतजार न करें बल्कि हर 30-40 मिनट में कुछ घूंट पानी पिएं। सादा पानी, नीबू पानी, छाछ, नारियल पानी, बेल या सत्तू का शर्बत इन दिनों शरीर में इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बनाकर रखते हैं।

हल्का आहार: इस मौसम में फिटनेस बनाए रखने के लिए आहार भी हल्का लेना चाहिए। इसलिए खीरा, ककड़ी, खरबूजा, लौकी, तोरी और दही का इस्तेमाल जरूर करना चाहिए। इन दिनों तले हुए, ज्यादा मसाले वाले और अत्यधिक मीठे खाद्य पदार्थों से बचना चाहिए। *

प्रिकॉशन

डॉ. मोनिका शर्मा

केवल डायबिटीज के पेशेंट्स ही नहीं कई हेल्थ कॉन्शस लोग भी आर्टिफिशियल स्वीटनर्स का इस्तेमाल करने लगे हैं। कई शुगरफ्री प्रोडक्ट्स में भी इनका यूज किया जा रहा है। लेकिन एक रिसर्च स्टडी में इसके अधिक सेवन के दुष्प्रभावों के बारे में बताया गया है।

हार्मफुल हो सकता है आर्टिफिशियल स्वीटनर

अब से कुछ समय पूर्व 'जर्नल फ्रंटियर्स इन न्यूट्रिशन' में छपे चिली विश्वविद्यालय की प्रमुख शोधकर्ता फ्रांसिस्का कानचा सेल्यू के नेतृत्व में हुए शोध के परिणाम आर्टिफिशियल स्वीटनर्स के इस्तेमाल को लेकर चेताने वाले हैं। शोधकर्ताओं के अनुसार समाज में आर्टिफिशियल स्वीटनर्स का इस्तेमाल बढ़ने के बावजूद मोटापा और इंसुलिन रेजिस्टेंस जैसी समस्याएं कम नहीं हो रही हैं। इस अध्ययन में शोधकर्ताओं द्वारा हर पीढ़ी का 'ग्लूकोज ओरल टॉलरेंस टेस्ट' किया गया।

क्या कहती है रिसर्च: इस टेस्ट से डायबिटीज का एक चेतावनी संकेत माने जाने वाले इंसुलिन प्रतिरोध का पता चलता है। साथ ही आंतों के स्वास्थ्य से जुड़े माइक्रोबायोम और 'शॉर्ट चेन फैटी एसिड' के स्तर की जांच के परिणाम भी हैरान-परेशान करने वाले रहे। चूहों को लेकर किए गए इस अध्ययन में आर्टिफिशियल स्वीटनर्स का असर अगली पीढ़ी तक देखा गया। अध्ययन में स्पष्ट रूप से देखा गया कि मां द्वारा आर्टिफिशियल स्वीटनर्स के सेवन से बच्चों में इंसुलिन प्रतिरोध और मेटाबॉलिज्म से जुड़ी बीमारियां विकसित हो सकती हैं। आंतों के स्वास्थ्य और जीन पर आर्टिफिशियल स्वीटनर्स का बुरा असर पड़ा, जो कि एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी में ट्रांसफर हो गया। प्रमुख लेखिका फ्रांसिस्का कानचा स्पष्ट करती हैं कि इस अध्ययन का मतलब यह नहीं है कि सभी मेटाबॉलिक बीमारियों की इकलौती जड़ सिर्फ मिठाइयां या आर्टिफिशियल स्वीटनर हैं, लेकिन यह अध्ययन इस बात पर एक बड़ा सवाल जरूर उठाता है कि क्या ये 'शुगर-फ्री' विकल्प हमारे मेटाबॉलिज्म को उन तरीकों से नुकसान पहुंचा रहे हैं, जिन्हें विज्ञान अभी तक पूरी तरह से समझ ही नहीं पाया है।

सवाल से जुड़ी सजगता: इस शोध अध्ययन से जुड़ा यह सवाल आम लोगों की सजगता से भी जुड़ा है। मीठे की जगह आर्टिफिशियल स्वीटनर इस्तेमाल करने को लेकर बेहतर स्वास्थ्य से जुड़ा लाइफस्टाइल बदलाव, कहीं नुकसानदेह तो नहीं? वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन की रिसर्च एजेंसी इंटरनेशनल एजेंसी फॉर रिसर्च ऑन कैंसर के अनुसार भी आर्टिफिशयल स्वीटनर यानी एस्पार्टेम, कैंसर का जोखिम पैदा कर सकता है। इसीलिए एस्पार्टेम, जिसे आम भाषा में शुगर-फ्री कहा जाता है, के इस्तेमाल में सजगता आवश्यक है, क्योंकि यह डाइट कोला, कोल्ड ड्रिंक्स, च्यूइंगम और कई तरह की शुगर-फ्री मिठास सभी में पाया जाता है। खासकर 95 प्रतिशत कार्बोनेटेड सॉफ्ट ड्रिंक में तो स्वीटनर के तौर पर एस्पार्टेम का ही उपयोग होता है। कैंसर जैसी जानलेवा बीमारी के अध्ययन से जुड़ी विश्व स्वास्थ्य संगठन की इस एजेंसी ने नकली मिठास के इस्तेमाल के संभावित असर का आकलन करने के बाद लोगों को चेताया है। इसकी विस्तृत रिपोर्ट में एस्पार्टेम के यूज को व्यक्तियों के लिए कैंसरकारी चीजों की लिस्ट में शामिल किया जा सकता है। यही वजह है कि आर्टिफिशियल स्वीटनर्स को आम दिनचर्या में खान-पान का हिस्सा बनाना बेहद खतरनाक हो सकता है। शुरुआत में डायबिटीज जैसी कुछ समस्याओं के मरीजों को ही नकली मीठे के इस्तेमाल की सलाह दी गई थी, पर बहुत सारे पूरी तरह से फिट और एक्टिव लोग भी इनका इस्तेमाल करने लगे हैं। घर हो या बाहर आर्टिफिशियल स्वीटनर्स वाले फूड आइटम खाना या पीना उन्हें अपनी सेहत सहेजने का तरीका लगने लगा है। जरूरी है कि इनके सेवन से होने वाले नुकसान के प्रति सचेत रहा जाए।

बेहतर विकल्प ढूंढ़ेः कुछ समय पहले डब्लूएचओ ने अपनी गाइडलाइन में कहा था कि आर्टिफिशियल स्वीटनर का उपयोग हृदय रोग और डायबिटीज का खतरा बढ़ा सकते हैं। इसीलिए जरूरी है कि इनके बेहतर विकल्प तलाशे जाएं। कोल्ड ड्रिंक्स की जगह नारियल पानी, गन्ने का जूस, नीबू पानी आदि सेवन करने की आदत बनाना चाहिए। घरेलू कुकिंग में भी शुगर की जगह गुड़, शहद और खजूर जैसी चीजों का इस्तेमाल करना सही है। घर पर बने खाने को प्राथमिकता देना भी सेहत सहेजने वाला कदम है। *

अवेयरनेस

डॉ. मोलिशा भंडारी
डर्मेटोलॉजिस्ट, पेसिफिक वन हेल्थ हॉस्पिटल, नई दिल्ली

विटिलिगो एक प्रकार की ऑटोइम्यून डिजीज है, जिसमें स्किन कलर को कंट्रोल करने वाले मेलेनोसाइट्स नष्ट होने लगते हैं। इससे व्हाइट स्पॉट्स दिखने लगते हैं। **वर्ल्ड विटिलिगो डे (25 जून)** के अवसर पर जानिए, इससे जुड़ी बहुत इंपॉर्टेंट इंफॉर्मेशंस।

विटिलिगो को कर सकते हैं कंट्रोल

विटिलिगो को सफेद दाग या ल्यूकोडर्मा भी कहते हैं। यह ऐसी बीमारी है, जिसमें त्वचा की रंगत चली जाती है, जिससे सफेद धब्बे बन जाते हैं। विटिलिगो को ऑटोइम्यून बीमारी माना जाता है, जिसका आशय है कि यह समस्या शरीर की अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली द्वारा त्वचा की मेलेनोसाइट्स पर हमला करने के कारण होती है। दूसरे शब्दों में कहें तो यह तब होता है, जब त्वचा में मेलेनिन नामक पिगमेंट बनाने वाली कोशिकाएं नष्ट हो जाती हैं।

क्या हैं कारण: विटिलिगो के होने का सटीक कारण अज्ञात है। लेकिन कुछ फैक्टर्स इससे रिलेटेड हो सकते हैं।

आनुवंशिक कारक: ऐसे लोगों में विटिलिगो होने की संभावना अधिक होती है, जिनके परिवार में विटिलिगो हो चुका है।

तनाव: कुछ मामलों में अत्यधिक तनाव विटिलिगो को ट्रिगर कर सकता है या इसे और बदतर बना सकता है।

अन्य बीमारियां: थायरॉइड संबंधी समस्याएं, टाइप 1 डायबिटीज और एडिसन रोग आदि भी विटिलिगो की समस्या बढ़ा सकते हैं या उत्पन्न कर सकते हैं।

प्रमुख लक्षण: त्वचा पर सफेद या हल्के रंग के धब्बे शरीर के किसी भी भाग पर हो सकते हैं। आमतौर पर चेहरे, गर्दन, हाथों और पैरों पर सफेद धब्बे अधिक दिखाई देते हैं। धब्बे आमतौर पर शरीर के दोनों तरफ दिखाई देते हैं। त्वचा का रंग पैच में बदल जाता है। ऐसे लक्षण दिखने पर डर्मेटोलॉजिस्ट से मिलें।

इलाज के बारे में: विटिलिगो का स्थाई इलाज नहीं है, लेकिन विभिन्न उपचार विधियों से इस त्वचा रोग को नियंत्रित व प्रबंधित किया जा सकता है, जिनसे त्वचा के रंग को वापस लाया जा सकता है। विटिलिगो के उपचार के विकल्पों में शामिल हैं-

टॉपिकल उपचार: विशेषज्ञ डॉक्टर आमतौर पर टॉपिकल 'कार्टिकोस्टेरॉयड्स' या नॉन-स्टेरॉयडल इम्यूनोसप्रेसेंट आदि से उपचार शुरू करते हैं। टॉपिकल 'कार्टिकोस्टेरॉयड्स' दवाएं सूजन को कम करने और त्वचा के रंग को वापस लाने में मदद करती हैं। वहीं गैर-स्टेरॉयडल दवाएं, लंबे समय तक उपयोग के लिए बेहतर होती हैं, क्योंकि स्टेरॉयड्स की तुलना में उनके कम दुष्प्रभाव होते हैं, खासकर बच्चों के लिए या शरीर के संवेदनशील भागों के उपचार में।

फोटोथेरेपी: इस थेरेपी के अंतर्गत विशेष प्रकाश किरणों का उपयोग करके त्वचा के विकारों या खामियों को दूर किया जाता है।

दवाएं: अतीत में उपचार के विकल्प काफी कम थे, लेकिन अब ओरल कॉर्टिकोस्टेरॉइड्स से लेकर नए गैर-स्टेरॉयडल इम्यूनोसप्रेसिव और इम्यूनोमॉडुलेटरी दवाओं की लॉन्ग रेंज दवाएं उपलब्ध हैं। दवा का चयन पूरी तरह से त्वचा रोग विशेषज्ञ पर निर्भर करता है। इन दवाओं को नियमित रूप से लेना जरूरी है।

सर्जिकल प्रोसेस: अनेक मामलों में सर्जरी का उपयोग किया जा सकता है, जहां अन्य उपचार असरदार नहीं होते। स्थिर विटिलिगो वाले मरीजों के लिए, पंच ग्राफ्टिंग, सक्शन ब्लिस्टर ग्राफ्टिंग और एडवांस्ड नॉन-कल्चर्ड मेलेनोसाइट सस्पेंशन तकनीक सहित कई सर्जिकल उपचार उपलब्ध हैं। ये सभी प्रोसेस काफी कारगर हैं। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

गलतफहमियों से रहें दूर

मिथ: एक गंभीर बीमारी है विटिलिगो।
तथ्य: विटिलिगो गंभीर बीमारी नहीं है, लेकिन यह व्यक्ति के शारीरिक सौंदर्य को प्रभावित कर सकती है।
मिथ: विटिलिगो एक संक्रामक रोग है।
तथ्य: विटिलिगो संक्रामक नहीं है। इस कारण यह एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में नहीं फैलता।
मिथ: विटिलिगो कैंसर का कारण बनता है।
तथ्य: विटिलिगो का कैंसर से कोई संबंध नहीं है।
मिथ: विटिलिगो केवल गोरी त्वचा वाले लोगों को होता है।
तथ्य: विटिलिगो किसी भी उम्र या किसी भी रंग की त्वचा वाले व्यक्ति को हो सकता है।

खबर संक्षेप

महेंद्रगढ़। आर्यन को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

आर्यन की जेईई एडवांस्ड में 265वीं रैंक

महेंद्रगढ़। गांव सिसोठ निवासी सेवानिवृत्त वन रक्षक सुभाष चंद के पौत्र एवं फौजी नवनीत सिंह के पुत्र आर्यन ने जेईई एडवांस्ड 2026 में अखिल भारतीय स्तर पर 265वीं रैंक प्राप्त कर परिवार, गांव व क्षेत्र का गौरव बढ़ाया है। इस उपलब्धि की खुशी में बुधवार को माता भूरा भवानी मंदिर परिसर में ग्राम पंचायत एवं मिशन जनसेवा समिति सिसोठ के संयुक्त तत्वावधान में सम्मान समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता सरपंच वीरेन्द्र कुमार विक्की एवं समिति अध्यक्ष मुकेश चौहान ने की। कार्यक्रम में पूर्व सरपंच विजय सिंह फोरमैन, धीरेपाल फौजी, मुकेश यादव, कृष्ण चेयरमैन और डॉ. कैलाश ने आर्यन को पगड़ी पहनाकर सम्मानित किया।

नारनौल। यजमान को स्मृति चिह्न भेंट करते मंडल सदस्य। फोटो : हरिभूमि

जयकारा गूंजे गली-गली भजन पर झूमे श्रद्धालु

नारनौल। श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात को सागरमल गुप्ता व सुनील गुप्ता के निवास स्थान पुरानी मंडी में सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। आचार्य अश्वनी शर्मा ने यजमान सावरमल गुप्ता से पूजा अर्चना करवा गणेश वंदना, हनुमान चालीसा व रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल ने की। राजेश सोनी ने रंग बिरंगी फूल से बालाजी महाराज का भव्य दरबार सजाया। गौरीशंकर शर्मा, महावीर प्रसाद अग्रवाल, संजय अग्रवाल, राजेश सोनी, नवीन जैन आदि ने भजन सुनाया।

शहरवासियों को उम्मीद : वर्षों से खराब पड़ी सड़क की जल्द बदल जाएगी तस्वीर

1.81 करोड़ रुपये में चकाचक होगा राव तुलाराम चौक से सीएसडी कैंटीन मार्ग

डेढ़ किलोमीटर लंबी इस सड़क का निर्माण कार्य मानसून समाप्त होने के बाद शुरू होने की संभावना है

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। जर्जर अवस्था में सड़क। फोटो : हरिभूमि

शहर के लोगों के लिए राहत भरी खबर है। लंबे समय से जर्जर हालत में पड़ी राव तुलाराम चौक से सीएसडी कैंटीन तक की सड़क का जल्द पुनर्निर्माण किया जाएगा। राज्य सरकार ने इस महत्वपूर्ण मार्ग के पुनर्निर्माण के लिए 1.81 करोड़ रुपये की प्रशासनिक मंजूरी प्रदान कर दी है। करीब डेढ़ किलोमीटर लंबी इस सड़क का निर्माण कार्य मानसून समाप्त होने के बाद शुरू होने की संभावना है। सड़क के पुनर्निर्माण से क्षेत्र के हजारों लोगों को बेहतर यातायात सुविधा मिलेगी और लंबे समय से बनी आ रही परेशानी का समाधान होगा।

यह सड़क शहर के प्रमुख मार्गों में शामिल है और प्रतिदिन बड़ी संख्या में वाहन चालक, स्थानीय निवासी, सैन्य क्षेत्र से जुड़े कर्मचारी तथा आसपास के ग्रामीण क्षेत्र के लोग इसका उपयोग करते हैं। पिछले कुछ वर्षों में सड़क की हालत लगातार खराब होती गई। जगह-जगह गड्ढे बनने और सड़क की ऊपरी परत उखड़ने के कारण वाहन चालकों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा था। बरसात के दिनों में स्थिति और अधिक खराब हो जाती है, क्योंकि गड्ढों में पानी भरने से दुर्घटना का खतरा बढ़ जाता है।

जानकारी के अनुसार नगर पालिका ने करीब चार वर्ष पहले इस सड़क को मॉडल सड़क के रूप में विकसित किया था। उस समय सड़क के दोनों ओर सौंदर्यीकरण के कार्य भी किए गए थे और इसे शहर की बेहतर सड़कों में गिना जाता था। हालांकि समय के साथ बढ़ते यातायात दबाव, जल निकासी की समस्याओं और रखरखाव की कमी के कारण सड़क तेजी से जर्जर हो गई। वर्तमान में सड़क की स्थिति ऐसी है कि कई स्थानों पर डामर पूरी तरह उखड़ चुका है और वाहन चालकों को धीमी गति से गुजरना पड़ता है। स्थानीय नागरिकों और सामाजिक संगठनों द्वारा लंबे समय से सड़क के पुनर्निर्माण की मांग की जा रही थी। विभिन्न मंचों पर इस मुद्दे को उठाया गया और जनप्रतिनिधियों को भी सड़क की खराब स्थिति से अवगत कराया गया। लोगों का कहना था कि यह मार्ग शहर के महत्वपूर्ण हिस्सों को जोड़ता है, इसलिए इसकी अनदेखी नहीं की जानी चाहिए। लगातार मिल रही शिकायतों और मांगों के बाद सरकार ने सड़क के पुनर्निर्माण के प्रस्ताव को मंजूरी प्रदान की है। अधिकारियों के अनुसार स्वीकृत राशि से सड़क का पूरी तरह पुनर्निर्माण किया जाएगा। निर्माण कार्य के दौरान सड़क की आधार परत को मजबूत किया जाएगा तथा नई गुणवत्ता युक्त परत बिछाई जाएगी, ताकि सड़क लंबे समय तक टिकाऊ बनी रहे।

तेजी से कराया जाएगा निर्माण

अधिकारियों का कहना है कि सभी औपचारिकताएं समय पर पूरी होने पर सड़क निर्माण का कार्य तेजी से कराया जाएगा, ताकि लोगों को जल्द राहत मिल सके। स्थानीय व्यापारियों और वाहन चालकों ने सरकार के इस निर्णय का स्वागत किया है। उनका कहना है कि सड़क की खराब स्थिति के कारण वाहनों की मरम्मत पर अतिरिक्त खर्च करना पड़ रहा था। कई बार छोटे-बड़े हादसे भी हो चुके हैं। सड़क के पुनर्निर्माण से न केवल आवागमन सुगम होगा बल्कि क्षेत्र में व्यापारिक गतिविधियों को भी बढ़ावा मिलेगा।

परियोजना पर टिकी निगाहें

शहरवासियों को अब उम्मीद है कि वर्षों से खराब पड़ी इस सड़क की तस्वीर जल्द बदल जाएगी। 1.81 करोड़ रुपये की लागत से होने वाला यह पुनर्निर्माण कार्य क्षेत्र के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है। मानसून के बाद जैसे ही निर्माण कार्य शुरू होगा, लोगों की निगाहें इस परियोजना पर टिकी रहेंगी, ताकि लंबे समय से चली आ रही सड़क संबंधी समस्या का स्थायी समाधान हो सके।

महेंद्रगढ़। कैंप के लिए रवाना होते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

मॉडर्न विद्यालय के विद्यार्थी एनसीसी कैंप के लिए रवाना

दस दिवसीय कैंप 24 जून से 3 जुलाई तक रहेगा

प्रमाण पत्रों की पात्रता सुनिश्चित करना कैंप का उद्देश्य

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

मॉडर्न वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोमला रोड भोजावास के विद्यार्थी दस दिवसीय एनसीसी कैंप के लिए रवाना हुए। संस्था निदेशक राजकुमार यादव ने कैंप में भाग लेने वाले एनसीसी प्रशिक्षुओ को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। मॉडर्न स्कूल भोजावास प्राचार्य अनिल कुमार ने बताया कि यह दस दिवसीय कैंप 24 जून से 3 जुलाई तक रहेगा।

इस दस दिवसीय कैंप का आयोजन आईपीएस कॉलेज बलाना महेंद्रगढ़ में किया जाएगा। इस कैंप में भाग लेने के लिए मॉडर्न स्कूल भोजावास के 24 विद्यार्थी रवाना हुए है। प्राचार्य ने बताया कि इस कैंप का उद्देश्य प्रमाण पत्रों की पात्रता सुनिश्चित करना, सामुदायिक जीवन, सामाजिक सेवा, एनसीसी प्रशिक्षुओं के शारीरिक स्तर में सुधार, भाषण कौशल में सुधार, राइफल फायरिंग का अनुभव, व्यक्तित्व विकास, सीओसी शिविरों के लिए प्रशिक्षण आदि की जानकारी देना है।

संस्था निदेशक राजकुमार यादव ने सभी एनसीसी प्रशिक्षकों को निर्देश देते हुए कहा कि आप सभी को कैंप में अनुशासन, समय की पाबंदी, ईमानदारी, एकाग्रता, स्वच्छता आदि बातों का पूरी तरह से ध्यान रखना है। कैंप में अधिकारियों द्वारा बताए गए नियमों व दिशा निर्देशों का पालन पूरी निष्ठा व लगन पूर्वक करना है। इस अवसर पर निदेशक हवा सिंह यादव, एनसीसी इंचार्ज दीपक कुमार, परिवहन इंचार्ज सुरेंद्र कुमार व अनेक अभिभावक उपस्थित थे।

भाजपा प्रदेश अध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता का भालखी टोल प्लाजा पर किया स्वागत

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

हरियाणा भाजपा की प्रदेश अध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता के महेंद्रगढ़ स्थित भालखी टोल प्लाजा आगमन पर भाजपा कार्यकर्ताओं एवं क्षेत्रवासियों द्वारा उनका गर्मजोशी से स्वागत किया गया। इस अवसर पर भाजपा महिला मोर्चा हरियाणा की प्रदेश मंत्री डॉ. अर्चना ठाकुर ने क्षेत्र की जनता की ओर से डॉ. अर्चना गुप्ता का स्वागत एवं अभिनंदन करते हुए उन्हें नई जिम्मेदारी के लिए शुभकामनाएं दी। डॉ. अर्चना ठाकुर ने कहा कि डॉ. अर्चना गुप्ता एक मेहनती, ईमानदार, मृदुभाषी एवं ओजस्वी नेतृत्वकर्ता हैं। उनके नेतृत्व में हरियाणा भाजपा संगठन और अधिक सशक्त एवं मजबूत होकर जनता की अपेक्षाओं पर खरा उतरेगा। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि प्रदेश अध्यक्ष के मार्गदर्शन में पार्टी का जनाधार निरंतर बढ़ेगा तथा संगठन की गतिविधियां प्रदेश के प्रत्येक क्षेत्र तक प्रभावी रूप से पहुंचेंगी। डॉ. अर्चना ठाकुर ने कहा कि भाजपा का उद्देश्य समाज के प्रत्येक वर्ग का विकास और उत्थान सुनिश्चित करना है।

महेंद्रगढ़। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष की स्वागत करते हुए।

सघन राष्ट्रीय एकता शिविर का भव्य शंखनाद

आरपीएस स्कूल में छत्तीसगढ़ सहित 11 राज्यों की टीमें पहुंचीं, एसडीएम ने किया उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

शिक्षा सदन पंचकूला के निदेशालय उच्चतर शिक्षा विभाग, हरियाणा के निर्देशानुसार आरपीएस सीनियर सेकेंडरी स्कूल खातोद में सात दिवसीय राज्य प्रायोजित+2 काउंसिल राष्ट्रीय एकता शिविर का बुधवार को भव्य और रंगारंग आगाज हो गया। 30 जून तक चलने वाले इस गरिमामयी शिविर की ओपनिंग सेरेमनी में महेंद्रगढ़ के एसडीएम योगेश सैनी आईएएस ने बतौर मुख्यातिथि व विशिष्ट अतिथि आरपीएस ग्रुप की चेयरपर्सन डॉक्टर पवित्रा राव ने शिरकत की, जबकि एनएसएस समन्वयक अशरफी विशेष रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम की शुरुआत हरियाणवी लोक संस्कृति और विभिन्न राज्यों की सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के साथ हुई। शिविर में भाग लेने के लिए छत्तीसगढ़ सहित देश के विभिन्न राज्यों की टीमें महेंद्रगढ़ पहुंचीं, जहां मेजबान आरपीएस विद्यालय की ओर से पारंपरिक तिलक लगाकर और ढोल-नगाड़ों के साथ उनका भव्य स्वागत किया गया। 'यूथ फॉर माय भारत एवं यूथ फॉर डिजिटल लिटरेसी' थीम पर आधारित इस राष्ट्रीय शिविर में दिल्ली, गुजरात, बिहार, राजस्थान, हिमाचल प्रदेश, पंजाब, चंडीगढ़, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ सहित कुल 11 राज्यों के स्वयंसेवक हिस्सा ले रहे हैं।

महेंद्रगढ़। अतिथि का स्वागत करते हुए। फोटो : हरिभूमि

सांस्कृतिक आदान-प्रदान और डिजिटल साक्षरता पर रहेगा जोर

कार्यक्रम के बारे में जानकारी देते हुए अनूप कुमार ने बताया कि इस सात दिवसीय शिविर के दौरान युवाओं के सर्वांगीण विकास के लिए विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा। इनमें क्विज, नुक्कड़ नाटक, वाद-विवाद, पोस्टर मेकिंग, लोक नृत्य, देशभक्ति गीत और खेलकूद गतिविधियां शामिल हैं। इस बार शिविर का विशेष फोकस युवाओं को डिजिटल रूप से साक्षर बनाने पर है, ताकि वे आधुनिक युग की चुनौतियों का सामना करते हुए देश के विकास में अपना तकनीकी योगदान दे सकें।

नारनौल। कन्या जन्म पर कुआं पूजन करने जाती महिलाएं। फोटो : हरिभूमि

नवजात कन्या के जन्म पर किया कुआं पूजन

नारनौल। रामपुरा गांव में नवजात पुत्री के जन्म की खुशी में भव्य कुआं पूजन व प्रीतिभोज का आयोजन कर परिवार की ओर से समाज को बेटा-बेटी एक समान का प्रेरणादायक संदेश दिया गया। रामपुरा निवासी शिक्षक जगदीश प्रसाद यादव के परिवार में उस समय खुशियों की बरसात हो गई, जब उनके पुत्र अरविंद कुमार राव की पत्नी पूनम यादव ने 17 मई को पुत्री वामिका राव को जन्म दिया। पुत्री के जन्म की खुशी में परिवार ने पारंपरिक रीति-रिवाजों व धार्मिक विधि-विधानों के साथ कुआं पूजन समारोह का आयोजन किया।

आरपीएस स्कूल में एबीवीपी संगठन का कार्यक्रम संपन्न

महेन्द्रगढ़। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद (एबीवीपी) हरियाणा प्रांत द्वारा 21 जून से 24 जून तक राव प्रहलाद सिंह सीनियर सेकेंडरी स्कूल खातोद में आयोजित चार दिवसीय प्रांत अभ्यास वर्ग का बुधवार को सम्पन्न हुआ। सत्र में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ हरियाणा प्रांत प्रचारक सुरेंद्रपाल, अभाविप उत्तर क्षेत्रीय संगठन मंत्री गौरव अत्री, एबीवीपी हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष डॉ. सुशील मेहता, प्रदेश मंत्री लवप्रताप राणा और प्रदेश संगठन मंत्री संजय कस्वां उपस्थित रहे। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ प्रांत प्रचारक हरियाणा सुरेंद्रपाल ने कार्यकर्ता व्यवहार विषय पर अपने विचार रखते हुए कहा कि किसी भी संगठन की पहचान उसके कार्यकर्ताओं के व्यवहार, अनुशासन और कार्यशैली से होती है। एक कार्यकर्ता को सदैव विनम्र, सकारात्मक एवं समाज के प्रति संवेदनशील होना चाहिए। कार्यकर्ता का आचरण ऐसा हो कि समाज में संगठन के प्रति विश्वास और सम्मान का वातावरण बने। उन्होंने कहा संगठन का विस्तार केवल कार्यक्रमों से नहीं, बल्कि कार्यकर्ताओं के उत्तम व्यवहार और समाज के साथ उनके जीवंत संपर्क से होता है। इसलिए प्रत्येक कार्यकर्ता को अपने व्यक्तित्व और व्यवहार को निरंतर परिष्कृत करते हुए संगठन की विचारधारा को समाज तक पहुंचाने का कार्य करना चाहिए।

प्रभु राम का सजा है दरबार भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

नारनौल। धार्मिक संस्था श्रीराम हनुमान गुणगान प्रचार मंडल एवं श्रीराम मेहंदीपुर बालाजी सेवा संघ के तत्वावधान में मंगलवार रात मोहल्ला सिलाखाना स्थित गोयल निवास पर संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की, जबकि मंडल के संरक्षक पंडित महेश शर्मा विशेष रूप से मौजूद रहे। सर्वप्रथम पंडित अजय शर्मा ने यजमान रामनिवास गोयल व संजय गोयल से परिवार सहित पूजन करवा ज्योति प्रज्वलित की। इसके बाद हनुमान चालीसा व रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया गया, जिसमें पंडित महेश शर्मा, दीपक शर्मा, पंडित अजय शर्मा, दिनेश बारी व विजय जैन आदि ने सुंदरकांड पाठ के दौहे व चौपाइयों का गायन किया। जिसमें अजय शर्मा ने निर्जला एकादशी को लेकर बाबा श्याम की महिमा का गुणगान करते हुए हारे के सहारे आजा व लो आ गया अब तो श्याम मैं शरण तेरी, महेश शर्मा ने प्रभु राम का सजा है दरबार पवन सुत आ जाना आदि भजन सुनाकर भक्तों को भाव-विभोर कर दिया।

नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप ने किया साथियों के सहयोग से 461वां कन्यादान

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

शहर की अग्रणी एवं सामाजिक संस्था नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप की मुहिम गरीब सुकन्या विवाह के अंतर्गत राधे क्रॉकरी एंड जनरल स्टोर नियर मार्केट कमेटी ऑफिस के सामने प्रतिष्ठान पर कन्यादान समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि प्रमुख गोसेवक अमित मित्तल रहे। वहीं विशिष्ट अतिथि एडवोकेट राजुकमार चौधरी रहे।

कार्यक्रम की अध्यक्षता संस्था के संस्थापक मनीष गोगिया ने की। कार्यक्रम संयोजक मनीष गर्ग, अनिल शर्मा व हिमांशु संघी रहे। मुख्य अतिथि ने बताया कि जहां आज कल लोगों के पास अपने परिवार के लिय समय नहीं है, वहीं संस्था के साथी मिलकर अंजान परिवार के लिए इस तरह के कार्यकम का आयोजन कर रहे है, यह बहुत बड़ी बात है।

तुलसी गोयल, सुनील गोयल ने बताया कि संस्था के साथियों व सहयोगियों से आज 461वां कन्यादान किया गया। इस नेक कार्य को भविष्य में भी निरंतर करते रहेंगे। डॉक्टर प्रदीप कुमार एडीओ ने सभी शहर वासियों से अपील की कि वे ऐसे आयोजन में हर सम्भव मदद करें तथा ज्यादा से ज्यादा लोग इस तरह के आयोजन करें, ताकि जरूरतमंद परिवार को मदद मिल सकें। संस्था के मार्गदर्शक मोहर सिंह प्रजापति ने लोगों से आह्वान किया कि हमें जितना हो सके अपने पड़ोस में रहने वाले जरूरतमंद की मदद करनी चाहिए व साफ सफाई का भी ध्यान रखना चाहिए, ताकि बीमारी फैलने का डर न हो। मोहित नासा व जयप्रकाश गोयल ने बताया कि उनकी संस्था की कोशिश रहती है।

नारनौल। शादी में दिए जाने वाले सामान के साथ ग्रुप सदस्य। फोटो : हरिभूमि

सरपंच ग्राम पंचायत आदलपुर
खण्ड व जिला-महेन्द्रगढ़ (हरि०)
नीलामी सूचना
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत आदलपुर, ब्लॉक महेन्द्रगढ़ में 29 सूखे पेड़ों की नीलामी दिनाक 30.06.2026 वार मंगलवार को प्रातः 10:30 बजे पंचायत घर आदलपुर में की जानी है। बोली की शर्तें व नियम मौके पर बता दी जावेंगी। अतः इच्छुक बोलीदाता दिनांक 30.06.2026 को समय पर पहुंचकर बोली में भाग लेवें।
पूनम रानी, ग्राम सचिव, ग्राम पंचायत आदलपुर मो. 9050436287
मनोज कुमार यादव, सरपंच, ग्राम पंचायत आदलपुर मो. 9466416460

मेडिकल कॉलेज में मरीजों को घुटना एवं कूल्हा प्रत्यारोपण की मिलेगी सुविधा, स्टाफ ने किया सम्मानित

राव तुलाराम अस्पताल कोरियावास के अस्थि रोग विशेषज्ञ डॉ. अशुतोष यादव की ऑर्थोपेडिक फेलोशिप पूरी

युवा चिकित्सकों को चिकित्सा अनुसंधान करने के लिए होंगे प्रेरित

हरिभूमि न्यूज ⏭ नांगल चौधरी

महर्षि च्यवन सरकारी मेडिकल कॉलेज एवं राव तुलाराम अस्पताल के अस्थि रोग विशेषज्ञ डॉ. अशुतोष यादव ने राष्ट्रीय स्तर पर एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल करते हुए बंगलुरु स्थित तेजस्विनी हॉस्पिटल से प्रतिष्ठित ऑर्थोपेडिक फेलोशिप सफलतापूर्वक पूर्ण की है। डॉ. अशुतोष यादव ने यह विशेष प्रशिक्षण भारत के शीर्ष अस्थि रोग विशेषज्ञों डॉ. अजीत कुमार, डॉ. शांता राम शेट्टी और डॉ. शैलेश पई के मार्गदर्शन में प्राप्त किया। इस फेलोशिप के दौरान उन्होंने घुटना एवं कूल्हा प्रत्यारोपण (जॉइंट रिप्लेसमेंट) के साथ-साथ जटिल ट्रॉमा सर्जरी के क्षेत्र में उन्नत तकनीकों और आधुनिक उपचार पद्धतियों का गहन प्रशिक्षण हासिल किया।

नांगल चौधरी। आर्थोपेडिक फेलोशिप होल्डर चिकित्सक को सम्मानित करता स्टाफ। फोटो : हरिभूमि

डॉ. विकास यादव ने बताया कि नांगल नूनिया निवासी डॉ. अशुतोष यादव ने महर्षि च्यवन मेडिकल कॉलेज एवं राव तुलाराम अस्पताल में बतौर अस्थि रोग विशेषज्ञ ज्वानिंग किया था, लेकिन ग्रामीण मरीजों को शहरों तक तर्ज पर आधुनिक इलाज मुहैया कराने की जुनून था, जिसके चलते उन्होंने एमडी व अन्य डिग्री हासिल करने के बाद आर्थोपेडिक में फेलोशिप करने का संकल्प लिया। विभागीय अनुमति मिलने पर उन्होंने बंगलुरू स्थित अस्पताल में प्रशिक्षण लिया। मेडिकल कॉलेज के अधीक्षक डॉ. लोकवेंद्र तथा संस्थान के निदेशक डॉ. बृजेंद्र सिंह ढिल्लों ने डॉ. यादव को बधाई दी।

उन्होंने कहा कि उनका यह प्रशिक्षण क्षेत्र के मरीजों के लिए बेहद लाभकारी साबित होगा। अब जटिल हड्डी रोगों के उपचार के लिए मरीजों को बड़े शहरों जैसे दिल्ली और जयपुर का रुख करने की आवश्यकता कम पड़ेगी तथा उन्हें बेहतर चिकित्सा सुविधाएं स्थानीय स्तर पर ही उपलब्ध हो सकेंगी। एमएस व डीएनबी (ऑर्थोपेडिक्स) की योग्यता रखने वाले डॉ. अशुतोष यादव की इस सफलता से युवा चिकित्सकों को भी प्रेरणा मिलेगी। उनकी मेहनत, समर्पण और निरंतर सीखने की भावना ने उन्हें राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाई है। उन्होंने कहा कि मेडिकल कॉलेज में निरंतर बढ़ रही सुविधाओं ने ग्रामीण मरीजों को राहत मिलेगी। उन्होंने कहा कि प्रतिभाशाली चिकित्सक ने पैतृक गांव नांगल नूनिया पहुंचने पर अभिनंदन किया जाएगा।

नशे के बढ़ते प्रचलन पर व्यक्त की चिंता

नारनौल। समाज कल्याण विभाग की ओर से नशा मुक्त भारत अभियान के तहत रेडक्रॉस भवन में जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का उद्देश्य युवाओं एवं आमजन को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करना तथा समाज को नशा मुक्त बनाने के लिए सामुहिक प्रयासों को बढ़ावा देना है। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता इन्वेस्टिगेटर अरूण कुमार व सहायक विनोद कुमार उपस्थित रहे। उन्होंने उपस्थित लोगों को सम्बोधित करते हुए कहा कि नशा न केवल व्यक्ति के स्वास्थ्य को प्रभावित करता है, बल्कि उसके परिवार, सामाजिक जीवन और आर्थिक स्थिति पर भी गम्भीर असर डालता है। युवाओं को नशे की लत से दूर रखने के लिए परिवार, विद्यालय और समाज सभी की महत्वपूर्ण भूमिका जरुरी है। इन्वेस्टिगेटर अरूण कुमार ने नशे के बढ़ते प्रचलन पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि जागरूकता ही इस समस्या से निपटने का सबसे प्रभावी माध्यम है।

खबर संक्षेप

भारतीय मजदूर संघ ने जताया रोष

नारनौल। भारतीय मजदूर संघ के जिलाध्यक्ष महेंद्रगढ़ आशीष गोरा ने कहा कि कच्चे कर्मचारियों को लेकर मुख्यमंत्री द्वारा अगस्त 2024 में चुनाव के दौरान की गई घोषणा अब तक धरातल पर नहीं उतर सकी है। यह घोषणा केवल चुनावी घोषणा बनकर रह गई है, क्योंकि लगभग दो वर्ष बीत जाने के बाद भी एक लाख 20 हजार कर्मचारियों में से किसी को भी जॉब सिक्योरिटी एक्ट के तहत जॉइनिंग लेटर नहीं मिला है और न ही संगठन की ओर से सौंपे गए मांग पत्र पर कोई वार्ता की गई है। उन्होंने कहा कि यदि सरकार ने जल्द कोई ठोस कदम नहीं उठाया तो एक जुलाई को प्रदेश के सभी जिला मुख्यालयों पर बड़े स्तर पर प्रदर्शन किया जाएगा।

जिला स्तरीय सतर्कता और निगरानी कमेटी की बैठक

नारनौल। जिला परिषद के सीईओ निर्मल नागर ने बुधवार को लघु सचिवालय में अनुसूचित जाति जनजाति अत्याचार निवारण अधिनियम 1989 (संशोधित 2016) के तहत जिला स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी कमेटी की बैठक ली। इसमें इस एक्ट के तहत दर्ज मामलों की समीक्षा की गई। सीईओ ने बताया कि अनुसूचित जाति जनजाति अत्याचार निवारण अधिनियम के तहत पीड़ित व्यक्तियों को दी गई राहत और पुनर्वास सुविधाओं के लिए सतर्कता एवं निगरानी कमेटी गठित की गई है।

आर्यव्रत सेवा न्यास ने लगाया शीतल जल प्याऊ

नारनौल। महेंद्रगढ़ रोड पर आमजन की सुविधा को ध्यान में रखते हुए आर्यव्रत सेवा न्यास की ओर से स्वच्छ एवं शीतल पेयजल उपलब्ध कराने के लिए एक आधुनिक वाटर कूलर (प्याऊ) स्थापित किया गया। क्षेत्र में लंबे समय से किसी सार्वजनिक प्याऊ की व्यवस्था नहीं होने के कारण राहगीरों, श्रमिकों, विद्यार्थियों तथा स्थानीय लोगों को विशेष रूप से गर्मी के मौसम में पेयजल की समस्या का सामना करना पड़ता था। इसी आवश्यकता को देखते हुए न्यास ने यह जनहितकारी पहल की। प्याऊ का उद्घाटन आर्यव्रत सेवा न्यास के संस्थापक विनीत पिलानिया के पुत्र वंश पिलानिया ने किया। उपस्थित लोगों ने न्यास की इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि सार्वजनिक स्थानों पर स्वच्छ पेयजल की उपलब्धता समाजसेवा का महत्वपूर्ण कार्य है।

ट्रेनिंग' के नाम पर युवाओं के भविष्य से खिलवाड़ कब तक?

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर घोषणाओं की बौछार, धरातल पर स्थाई रोजगार के लिए भटक रहे लाखों डिग्रीधारक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के मंच से हर साल होने वाली लोकलुभावन घोषणाएं क्या सिर्फ कागजी साबित हो रही हैं? यह सवाल एक बार फिर हरियाणा के लाखों योग डिग्री और डिप्लोमा धारक युवाओं के दिलों में टीस बनकर उभरा है। इस वर्ष भी उसी परंपरा को कायम रखते हुए मुख्यमंत्री ने घोषणा की कि प्रदेश के स्कूलों में कक्षा तीसरी से 12वीं तक योग को एक अनिवार्य विषय के रूप में शामिल किया जाएगा, लेकिन पिछले 11 वर्षों से लगातार सुनी जा रही ऐसी ही घोषणाओं की कड़वी हकीकत यह है कि आज भी स्कूलों में न तो योग विषय की सुचारू पढ़ाई हो रही है और न ही इसके लिए स्थाई शिक्षकों की नियुक्ति की गई है।

अलग खबर

इस बार युवाओं के आक्रोश का सबसे बड़ा कारण मुख्यमंत्री का वह बयान है, जिसमें उन्होंने कहा कि इस फैसले को लागू करने के लिए सरकार नए योग शिक्षकों की भर्ती नहीं करेगी। इसके बजाय पहले से कार्यरत डीपीई, पीटीआई, पीआरटी, पीजीटी शिक्षकों को ही योग की विशेष ट्रेनिंग देकर काम चलाया जाएगा।

सरकार के इस कदम ने वर्षों से सरकारी नौकरी की आस लगाए बैठे और उम्र सीमा पार करने की कगार पर खड़े युवाओं को हताशा के गर्त में धकेल दिया है। युवाओं का एक ही तार्किक सवाल है यदि स्कूलों में मौजूदा शिक्षकों से ही योग पढ़वाना है, तो प्रदेश की यूनिवर्सिटी और कॉलेजों में योग के स्पेशल कोर्स, डिप्लोमा और डिग्रियां क्यों करवाई जा रही हैं?

आज भी स्कूलों में न तो योग विषय की सुचारू पढ़ाई हो रही है और न ही इसके लिए स्थाई शिक्षकों की नियुक्ति की गई

संगठनों की मुख्य मांगें व आंदोलन की चेतावनी

स्कूली बच्चों को योग के मूल सिद्धांतों को गहराई से, वैज्ञानिक और सही तरीके से सिखाने के लिए केवल प्रमाणित योग डिग्रीधारकों की ही स्थाई नियुक्ति की जाए। अन्य विषयों के शिक्षकों पर योग का अतिरिक्त बोझ न डाला जाए, क्योंकि वे इसके साथ पूर्ण न्याय नहीं कर सकते। सरकार अपने इस अव्यवहारिक फैसले पर तुरंत पुनर्विचार करे। सामाजिक और योग संगठनों ने साफ शब्दों में कहा है कि यदि सरकार ने अपनी नीति नहीं बदली और योग डिग्रीधारकों को उनका हक नहीं दिया, तो जल्द ही इस अन्याय के खिलाफ प्रदेश स्तर पर एक बड़ा और निर्णायक आंदोलन छेड़ा जाएगा।

मानदेय के नाम पर केवल 'ऊंट के मुंह में जीरा'

वर्तमान में प्रदेश की व्यायामशालाओं में योग सहायक के नाम पर कुछ युवाओं को अस्थाई तौर पर रोजगार जरूर मिला हुआ है, लेकिन उनकी उच्च शैक्षणिक योग्यता के मुकाबले उन्हें मिलने वाला मानदेय बेहद कम व अपमानजनक है। हरियाणा योग आयोग का गठन हुए भी पांच वर्ष से अधिक का समय बीत चुका है, इसके बावजूद स्कूल, कॉलेज, यूनिवर्सिटी और अस्पतालों में स्थाई भर्ती का ढांचा तैयार क्यों नहीं हो पाया, इसका जवाब देने को कोई तैयार नहीं है। अबकी बार देश-दुनिया में 12वां योग दिवस मनाया जा चुका है, लेकिन हरियाणा के भावी योग शिक्षक आज भी अंधकारमय भविष्य के बीच खड़े हैं। सरकार के इस फैसले के खिलाफ विभिन्न सामाजिक व योग संगठनों ने मोर्चा खोल दिया है। दिलचस्प और हैरान करने वाली बात यह है कि विरोध की सबसे पहली और बुलंद आवाज योग गुरु बाबा रामदेव के गृह जिले महेंद्रगढ़ से उठी है। स्थानीय योग संगठनों ने सरकार के इस रवैए को युवाओं के साथ अन्यायपूर्ण और धोखा करार दिया है।

जिला स्तरीय नागरिक अभिनंदन समारोह में बोली भाजपा प्रदेशाध्यक्ष

घुसपैठियों की पहचान करें और उनके वोट कटवाएं: डा. अर्चना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

जो मतदाता मृत हो चुके हैं या फिर बाहर जाकर दूसरे राज्यों में बस गए हैं, विदेश रहने लग गए हैं, डबल वोट बनवा रखे हैं या फिर बूथ छोड़ गए हैं, भाजपा कार्यकर्ता ऐसे मतदाताओं की पहचान करें। इतना नहीं, जो घुसपैठिये यहां आकर बस गए हैं, उन लोगों की भी पहचान करें और उन मतदाताओं के वोट कटवाएं, क्योंकि भारतीय संविधान केवल भारतीयों को ही वोट डालने का अधिकार देता है। उक्त आह्वान भारतीय जनता पार्टी की नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष डा. अर्चना गुप्ता ने किया। वह रेवाड़ी रोड स्थित सीएल फार्म में नारनौल आगमन पर जिले के भाजपा कार्यकर्ताओं की ओर से आयोजित नागरिक अभिनंदन समारोह को संबोधित कर रही थी। कार्यक्रम में विधायक ओमप्रकाश यादव, विधायक कंवर सिंह यादव, रेवाड़ी के विधायक लक्ष्मण यादव, पूर्व मंत्री डा. अभयसिंह यादव, पूर्व डिप्टी स्पीकर संतोष यादव एवं नगर परिषद की चेयरपर्सन कमलेश सैनी अनेक जनप्रतिनिधियों ने उनका फूलों के गुलदस्ते आदि भेंटकर उनका सम्मान किया। डा. अर्चना गुप्ता ने शुरूआत से ही कार्यकर्ताओं में नई ऊर्जा भरते हुए कहा कि भाजपा का कार्यकर्ता ही पार्टी की असली रीढ़ है। आज यह जो सम्मान हो रहा है, यह सब उन्हीं कार्यकर्ताओं की ही बदौलत है। जब कार्यकर्ता जमीन से जुड़कर चुनाव में एक–एक वोट डलवाता है, तब ही बूथ जीता जाता है। जब बूथ जीता जाता है तो चुनाव जीता जाता है। पार्टी विजयी बनती है और सरकार बनती है। जिले में 4 में से 3 विधायक एवं एक सांसद आप ही की बदौलत हैं। यदि हमें अगले 20 साल और राज करना है तो हमें यहां की चारों की चारों सीटें जीतनी होंगी।

नारनौल। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष डा. अर्चना गुप्ता का बड़ी फूल माला से सम्मान करते हुए।

एसआईआर वोटर लिस्ट का शुद्धिकरण

एसआईआर पर डा. गुप्ता ने कहा कि चुनाव आयोग इन दिनों हरियाणा में एसआईआर करवा रहा है। नौ दिन बीत चुके हैं। यह एसआईआर ही वोटर लिस्ट का शुद्धिकरण है। कार्यकर्ता मतगणना जरूर करें और नल एंड वाइड चेक करें और वोटर लिस्ट का ठीक करवाएं। उन्होंने कहा कि जो युवा 18 साल के हो चुके हैं, उनके वोट बनवाएं और जो वोटर हैं, वो भी मतगणना फार्म बीएल 2 के जरिए बीएलओ तक पहुंचाए। उन्होंने कहा कि कार्यकर्ता लिस्ट में एक–एक नाम चेक करें। उन्होंने हॉल में मौजूद कार्यकर्ताओं से हाथ खड़े करवाकर पूछा कि वे एसआईआर के लिए फील्ड में जाएंगे या नहीं। जिस पर उनकी हां में हां मिलाई।

आपातकालीन काला अध्याय

डा. अर्चना गुप्ता ने कहा कि कल 25 जून है और इस दिन को भाजपा काले अध्याय के रूप में काले दिवस के रूप में मनाती है। उन्होंने राहुल गांधी को आड़े हाथों लेते हुए कहा कि वे लाल किताब संविधान लेकर देश की जनता को भ्रामक प्रचार से गुमराह करते रहते हैं। उन्हें सत्ता का लालच है। जबकि उन्हें पता होना चाहिए कि 25 जून 1975 को संविधान की हत्या कर दी गई थी और देश में आपातकाल लागू किया गया था। लोगों को जबरदस्ती जेलों में डाल दिया था। यहां से प्रो. रामबिलास शर्मा एवं गोबिंद भारद्वाज जैसे वरिष्ठ नेता इसके गवाह हैं। तब लोकतंत्र के चौथे स्तंभ मीडियों को भी अपमानित किया गया था और मीडिया हाउसों के बिजली कनेक्शन तक काट दिए थे।

किसान दूसरों की प्लेट का भी रखें ध्यान

भाजपा प्रदेशाध्यक्ष डा. अर्चना गुप्ता ने खाने की प्लेट में परोसे जा रहे जहर को लेकर काफी चिंता जताई और किसानों से प्राकृतिक खेती का आह्वान करते हुए कहा कि वे खुद की ही नहीं, दूसरों के खाने की प्लेट का भी ध्यान रखें और उस प्लेट में जहर न परोसने दें। उन्होंने कहा कि किसान बेइंतहा जरूरत से ज्यादा यूरिया खाद एवं कीटनाशकों का उपयोग कर रहे हैं। उत्पादन बढ़ाने के चक्कर में पेस्टीसाइड की वजह से फसलें जहरीली बन रही हैं और लोग गंभीर बीमारियों के शिकार हो हैं। उन्होंने कहा कि फसलों में अधिकाधिक खाद, कीटनाशक एवं जहरीली दवाओं का इस्तेमाल करने से यह जहर पशु के दूध से लेकर खाने पीने की हर चीज में फैल गया है और गेहूं, दाल, चावल, अंडा, मुर्गा आदि कुछ भी नहीं बचा है। इसलिए प्राकृतिक खेती को बढ़ावा दें और स्वस्थ खाने की प्लेट तैयार करें।

इन्होंने भी किया संबोधित

इस कार्यक्रम को विधायक कंवर सिंह यादव, विधायक ओमप्रकाश यादव, जिलाध्यक्ष यतेंद्र राव आदि ने संबोधित किया तथा कार्यकर्ताओं का उत्साह बढ़ाया। इस कार्यक्रम में वरिष्ठ भाजपा नेता गोविंद भारद्वाज, पूर्व जिला अध्यक्ष दयाराम यादव, प्रदेश मीडिया प्रभारी अरविंद सैनी, पूर्व जिलाध्यक्ष एडवोकेट राकेश शर्मा, महेंद्रगढ़ प्रभारी मुकेश गौड, सांसद पुत्र मोहित चौधरी, महामंत्री किशन लाल बौहरा व योगेश शास्त्री, उपाध्यक्ष महीपाल सिंह मंढाना, सुगन चंद सैनी, जिला मीडिया प्रभारी विकास अग्रवाल, मार्केट कमेटी अध्यक्ष बाबूलाल यादव, महेंद्रगढ़ नगर परिषद अध्यक्ष रमेश सैनी, बैंक चेयरमैन राजेंद्र शर्मा, पूर्व चेयरमैन जेपी सैनी, विजय सांगवान, अजीत सिंह कलवाड़ी, डा. अर्चना ठाकुर एवं कार्यालय सचिव संजय अमन समेत सैकड़ों कार्यकर्ता एवं नेता मौजूद रहे।

मंडी अटेली। बाईपास पर प्रदेश अध्यक्ष अर्चना गुप्ता कि स्वागत करते हुए।

अटेली बाईपास पर जुटे सैकड़ों समर्थक, गर्मजोशी से स्वागत

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मंडी अटेली

भारतीय जनता पार्टी की हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष अर्चना गुप्ता के नारनौल आगमन पर कार्यकर्ताओं में जबरदस्त उत्साह देखने को मिला। उनके स्वागत को लेकर पूरे मार्ग पर पहले से ही व्यापक तैयारियां की गई थीं। जगह-जगह स्वागत द्वार सजाए गए और कार्यकर्ताओं ने पुष्प वर्षा कर उनका जोरदार अभिनंदन किया। प्रदेश अध्यक्ष के काफिले के साथ बड़ी संख्या में स्थानीय नेता और कार्यकर्ता भी मौजूद रहे, जिससे माहौल पूरी तरह उत्सवमय बना रहा।

अटेली मंडी के बाईपास पर भी भव्य स्वागत कार्यक्रम आयोजित किया गया। जहां स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव के समर्थक सैकड़ों की संख्या में एकत्रित हुए। कार्यकर्ताओं ने प्रदेश अध्यक्ष को फूल-मालाएं पहनाकर और बुके भेंट कर उनका सम्मान किया। इस दौरान भाजपा के पक्ष में नारेबाजी भी की गई और कार्यकर्ताओं का उत्साह चरम पर नजर आया। कार्यक्रम में स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव के निजी सचिव विकास यादव, मार्केट कमेटी चैयरमैन दिनेश जैलदार, ग्रीवेंस कमेटी सदस्य एडवोकेट बबली यादव, मंडल महामंत्री इंद्रजीत यादव, पूर्व मंडल अध्यक्ष कृष्ण शर्मा बौचड़िया, अटेली मंडल अध्यक्ष मुकेश कुमार,पूर्व सरपंच विक्रम, सतीश डीएसपी, प्रदीप सारी तेज प्रकाश सहित कई प्रमुख लोग मौजूद रहे। अटेली के बाद सुजापुर के निकट भी प्रदेश अध्यक्ष का काफिला कुछ देर के लिए रुका जहां नगर पालिका चैयरमैन संजय गोयल एवं सरपंच सतवीर सिंह के नेतृत्व में स्थानीय कार्यकर्ताओं ने उनका गर्मजोशी से स्वागत किया। यहां भी बड़ी संख्या में कार्यकर्ता मौजूद रहे और प्रदेश अध्यक्ष के समर्थन में नारे लगाए गए।

घर बैठे पोर्टल पर अद्यतन करें मतदाता सूची में अपना नाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त अनुपमा अंजली के दिशा निर्देशानुसार जिले में लोकतंत्र की बुनियाद को और अधिक मजबूत व पारदर्शी बनाने के उद्देश्य से वर्तमान में विशेष गहन मतदाता सूची पुनरीक्षण अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान के तहत बूथ लेवल अधिकारियों द्वारा घर-घर जाकर प्रगणक फॉर्म वितरित किए जा रहे हैं। निर्वाचक पंजीयन अधिकारी एवं एसडीएम उदय सिंह ने विशेष गहन मतदाता सूची पुनरीक्षण अभियान के संबंध में विभिन्न गांवों का निरीक्षण कर बीएलओ को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। उन्होंने सभी मतदाताओं से इस अभियान में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया है। उन्होंने बताया कि लोकतंत्र की वास्तविक मजबूती न केवल मतदान करने से, बल्कि एक सही, शुद्ध और त्रुटिहीन मतदाता सूची से सुनिश्चित होती है। मतदाता सूची में अपना नाम सत्यापित और अद्यतन (अपडेट) रखने के लिए यह एक बेहद महत्वपूर्ण अवसर है। इसके अतिरिक्त, मतदाता अपनी सुविधा के अनुसार निर्वाचन आयोग के आधिकारिक पोर्टल पर लॉगिन करके भी अपना ईएफ (प्रगणक फॉर्म) ऑनलाइन भर सकते हैं।

नारनौल। निरीक्षण के दौरान बीएलओ को निर्देश देते एसडीएम उदय सिंह। फोटो: हरिभूमि

मतदाता एसआईआर के कार्य में बीएलओ का करें सहयोग: एसडीएम

महेंद्रगढ़। भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशों के अनुसार बुधवार को महेंद्रगढ़ में एसडीएम एव निर्वाचन पंजीयन अधिकारी योगेश सैनी की अध्यक्षता में सुपरवाइजरों और बीएलओ की एक बैठक आयोजित की गई। इस बैठक में एसडीएम ने सभी कर्मचारियों को निर्देश दिए कि घर-घर से इकट्ठा किए गए फॉर्मों की जांच करके उन्हें मोबाइल ऐप पर डिजिटल करने का काम समय पर पूरा करें। बैठक में मास्टर ट्रेनर ने सभी को इस काम की तकनीकी बारीकियों को समझाया। उन्होंने बताया कि आने वाली 21 जुलाई को मतदाता सूची का प्रारंभिक प्रकाशन होगा। इसके बाद नागरिक अपने दावे या आपत्तियां दर्ज करा सकेंगे और 22 सितंबर को इसका अंतिम प्रकाशन कर दिया जाएगा। एसडीएम ने क्षेत्र के सभी नागरिकों से विशेष अपील की है कि वे इस अभियान में बढ़-चढ़कर हिस्सा लें।

महेंद्रगढ़। बीएलओ की बैठक लेते एसडीएम। फोटो: हरिभूमि

डीसी ने की नगर परिषद के विकास कार्यों की समीक्षा, दिए कड़े निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा सरकार की जनहितैषी योजनाओं को धरातल पर उतारने व मुख्यमंत्री द्वारा की गई घोषणाओं के तहत किए जा रहे विकास कार्यों को और अधिक गति देने के लिए बुधवार को लघु सचिवालय के मीटिंग हॉल में उपायुक्त अनुपमा अंजली की अध्यक्षता में समीक्षा बैठक का आयोजन किया।

इस बैठक में मुख्य रूप से मुख्यमंत्री के दौरा कार्यक्रमों के दौरान की गई विभिन्न घोषणाओं, नगर परिषद के तहत चल रहे विकास कार्यों और शहर की प्रशासनिक व्यवस्थाओं की गहन समीक्षा की। उपायुक्त ने मुख्यमंत्री द्वारा क्षेत्र के लिए की गई घोषणाओं की वर्तमान स्थिति का जायजा लिया। उन्होंने अधिकारियों को सभी लंबित विकास परियोजनाओं को जल्द पूरा करने के निर्देश दिए। विभागों के बीच आपसी समन्वय की कमी के कारण कोई भी प्रोजेक्ट रूकना नहीं चाहिए। शहर की सुंदरता व नागरिकों के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए स्वच्छता व्यवस्था को सुदृढ़ करने पर सबसे अधिक जोर दिया। इस मौके पर एसडीएम अनिरुद्ध यादव, नगर परिषद चेयरपर्सन कमलेश सैनी, नगर आयुक्त रणवीर सिंह आदि अधिकारी मौजूद थे।

नारनौल। अधिकारियों की बैठक लेती डीसी अनुपमा अंजली। फोटो: हरिभूमि

श्रीअरोड़ा सभा के चुनाव निर्विरोध संपन्न, नरेश गोगिया बने प्रधान

नारनौल। श्री अरोड़ा सभा के त्रिवार्षिक चुनाव (2026-2029) निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार शांतिपूर्ण एवं सफलतापूर्वक संपन्न हो गए। चुनाव अधिकारी अधिवक्ता धीरज कालड़ा की ओर से जारी अंतिम रिपोर्ट के अनुसार तीनों प्रमुख पदों के लिए केवल एक-एक वैध नामांकन प्राप्त होने के कारण चुनाव निर्विरोध संपन्न हुआ। निर्धारित अवधि के दौरान प्रधान पद हेतु नरेश गोगिया, सचिव पद हेतु अश्वनी कटारिया तथा कोषाध्यक्ष पद हेतु पवन अरोड़ा का एक-एक वैध नामांकन पत्र प्राप्त हुआ।

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 डैंटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।
नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरुण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन : 8295738500, 9253681005

सीएम ने पेपरलेस रजिस्ट्रेशन 2.0 व ऑटो म्यूटेशन प्रणाली का किया था शुभारंभ

इंतकाल के लिए नहीं जाना पड़ेगा राजस्व विभाग, स्वतः इंतकाल प्रणाली लागू

विरासत, पारिवारिक बंटवारे व न्यायालय की डिक्री आधारित इंतकाल भी अधिकतम 10 दिनों में जाएंगे निपटाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नागरिकों को अब इंतकाल के लिए राजस्व विभाग नहीं जाना पड़ेगा। रजिस्ट्री होने के बाद इंतकाल अपने आप दर्ज हो जाएगा। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने वर्चुअल माध्यम से राजस्व विभाग से जुड़ी इन सेवाओं का लोकार्पण किया। इस कार्यक्रम के बाद इस विषय पर जानकारी देते हुए उपायुक्त अनुपमा अंजली ने बताया कि सरकार ने राजस्व सेवाओं को और अधिक पारदर्शी, सरल व नागरिक हितैषी बनाने के लिए ऑटो म्यूटेशन प्रणाली तथा पेपरलेस रजिस्ट्रेशन 2.0 को लागू कर दिया है। अब भूमि संबंधी कार्यों में तेजी आएगी और आम नागरिकों को राहत मिलेगी।

विशेष अभियान चलाकर किया जाएगा निपटान

उपायुक्त ने बताया कि विरासत, पारिवारिक बंटवारे तथा न्यायालय की डिक्री आधारित इंतकाल भी अधिकतम 10 दिनों में निपटाए जाएंगे। पूरी प्रक्रिया ऑनलाइन एवं पारदर्शी होगी। उन्होंने कहा कि राजस्व विभाग की ओर से विशेष अभियान चलाकर सभी लंबित इंतकालों का निपटान किया जाएगा तथा आगामी 15 दिनों के भीतर शेष लंबित मामलों के समाधान का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। उन्होंने बताया कि ऑटो म्यूटेशन प्रणाली लागू होने से नागरिकों को अलग से इंतकाल के लिए आवेदन करने की आवश्यकता नहीं होगी। रजिस्ट्री और इंतकाल की प्रक्रिया आपस में जुड़ जाएगी, जिससे तहसील कार्यालयों के चक्कर कम लगेंगे। नागरिक अपने इंतकाल की स्थिति ऑनलाइन देख सकेंगे तथा उसकी प्रति डाउनलोड और प्रिंट भी कर सकेंगे।

उन्होंने बताया कि पहले रजिस्ट्री होने के बाद भी कई मामलों में इंतकाल दर्ज होने में देरी होती थी। विभाग ने ऐसे मामलों की पहचान की, जिनमें रजिस्ट्री के बावजूद इंतकाल दर्ज नहीं हुआ था। इसके समाधान के लिए ऑटो म्यूटेशन प्रणाली को एक माह तक पायलट आधार पर चलाया गया तथा सुझावों के आधार पर इसे और प्रभावी बनाया गया।

प्रारंभिक चरण में करीब 50 हजार इंतकाल स्वतः दर्ज किए जा चुके हैं। डीसी ने बताया कि नई व्यवस्था के तहत रजिस्ट्री होते ही स्वतः इंतकाल दर्ज हो जाएगा तथा रजिस्ट्री के समय ही इंतकाल नंबर उपलब्ध हो जाएगा। जिन मामलों में खेवट विभाजन की आवश्यकता नहीं होगी, उनमें 24 घंटे के भीतर इंतकाल स्वीकृत हो जाएगा।

नई प्रणाली में आवेदन फॉर्म को बनाया सरल

उपायुक्त ने बताया कि अब पेपरलेस रजिस्ट्रेशन 2.0 लागू किया जा रहा है। नई प्रणाली में आवेदन फॉर्म को सरल बनाया गया है तथा प्रथम व द्वितीय पक्ष की आधार आधारित ई-केवाईसी अनिवार्य की गई है। कंपनियों एवं एनआरआई को अधिकृत व्यक्ति नियुक्त करने की सुविधा दी गई है। डीड को नागरिक स्वयं, डीड राइटर, अधिवक्ता अथवा हेल्पडेस्क के माध्यम से भर सकेंगे। इसके अलावा पूर्ण डिजिटल हस्ताक्षर एवं बायोमेट्रिक प्रक्रिया, ऑनलाइन स्टे सत्यापन, अतिरिक्त दस्तावेज अपलोड करने की सुविधा, क्यूआर कोड आधारित सत्यापन तथा अपॉइंटमेंट को तत्काल श्रेणी में परिवर्तित करने जैसी सुविधाएं भी जोड़ी गई हैं। उन्होंने बताया कि वर्तमान प्रणाली में अलग-अलग स्तरों पर किए जाने वाले आरसी-1 एवं आरसी-2 कार्यों को एकीकृत कर दिया गया है।

टीबी जागरूकता कैंप में 123 लोगों की स्क्रीनिंग

कनीना। प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र दौंगड़ा अहीर के डॉ. कुलदीप के मार्गदर्शन में गांव नानकवास के बाबा भैया मंदिर में टीबी जागरूकता व स्क्रीनिंग कैंप का आयोजन किया गया। जिसमें कुल 123 संभावित मरीजों की जांच की गई। इनमें से लक्षण वाले 10 व्यक्तियों के बलगम के नमूने एकत्रित कर जांच हेतु उप नागरिक अस्पताल की लैब में भेजे गए। इसके साथ-साथ जिन लोगों खांसी की ज्यादा दिक्कत थी, उन 55 मरीजों को एक्स-रे किए गए। एसटीएस पवन कुमार, टीबीएचवी युद्धवीर, सीएचओ निशा ने बताया कि यदि किसी को दो सप्ताह से अधिक समय से खांसी आ रही है, तो वह तुरंत बलगम की जांच कराए। टीबी केवल फेफड़ों तक सीमित नहीं है, यह गले में गांठ, हड्डियों और शरीर के अन्य अंगों में भी हो सकती है। उन्होंने कहा कि टीबी की पुष्टि होने पर मरीज को नियमित रूप से पूरा इलाज लेना चाहिए और प्रोटीनयुक्त पौष्टिक आहार पर ध्यान देना चाहिए।