हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार 9 जुलाई 2026

11 शहर में सीवर लाइनों के ब्लॉकेज ने बढ़ाई...

12 स्वास्थ्य मंत्री ने अटेली में 20 करोड़ के विकास कार्यों की दी सौगात

दोपहर अचानक छाई काली घटाएं, रुक-रुककर हल्की बारिश से मौसम सुहावना

दिन में पसीने से तरबतर रहे लोगों को बारिश के बाद मिली उमस भरी गर्मी से राहत

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल/महेंद्रगढ़

बुधवार दोपहर बाद अचानक आसमान में काली घटाएं छा गईं और शहर सहित आसपास के क्षेत्रों में रुक-रुक कर हल्की बारिश हुई। बारिश से पहले तेज धूप और उमस के कारण लोग पसीने से तरबतर हो रहे थे, लेकिन बूंदाबांदी शुरू होते ही मौसम सुहावना हो गया और लोगों ने राहत महसूस की। हल्की बारिश के चलते तापमान में गिरावट दर्ज की गई, वहीं ठंडी हवाएं चलने से वातावरण खुशनुमा हो गया। कई लोग घरों और कार्यालयों से बाहर निकलकर मौसम का आनंद लेते दिखाई दिए। हालांकि कुछ स्थानों पर हल्की फिसलन और जलभराव की स्थिति भी बनी, लेकिन बारिश अधिक देर तक नहीं चली। मौसम में आए इस बदलाव से किसानों के साथ-साथ आम लोगों के चेहरों पर भी राहत नजर आई। मौसम विभाग के अनुसार आगामी दिनों में भी बादल छाने और कहीं-कहीं हल्की से मध्यम बारिश होने की संभावना बनी हुई है।

महेंद्रगढ़। बारिश से होकर गुजरती महिला। फोटो : हरिभूमि

मौसम में आई ठंडक ने लोगों के चेहरों पर मुस्कान लौटाई

जिले में शहर व आसपास के क्षेत्रों में बुधवार को मौसम ने अचानक करवट ली। सुबह से ही भारी उमस के कारण लोगों का हाल बेहाल रहा। दिनभर वातावरण में नमी अधिक होने से लोग पसीने से तरबतर रहे। घरों से लेकर बाजारों और कार्यालयों तक हर जगह लोग उमस भरी गर्मी से परेशान दिखाई दिए। हालांकि दोपहर में मौसम ने अचानक करवट बदली और आसमान में काले बादल छा गए। देखते ही देखते तेज हवाओं के साथ बादलों की आवाजाही शुरू हो गई, जिससे लोगों को गर्मी से राहत मिलने की उम्मीद जगी। कुछ ही देर बाद शहर के विभिन्न हिस्सों में रुक-रुक कर बारिश शुरू हो गई। बारिश के कारण तापमान नीचे आया और पूरे क्षेत्र में ठंडी हवाएं चलने लगी। इससे मौसम काफी सुहावना हो गया और लोगों ने राहत की सांस ली। कई दिनों से लगातार पड़ रही उमस भरी गर्मी के कारण लोग परेशान थे। बारिश के बाद मौसम में आई ठंडक ने लोगों के चेहरों पर मुस्कान लौटा दी।

बच्चे बारिश में भीगते और खेलते आए नजर

वहीं बच्चों में बारिश को लेकर खासा उत्साह देखने को मिला। कई स्थानों पर बच्चे बारिश में भीगते और खेलते नजर आए। पार्कों और सार्वजनिक स्थलों पर भी मौसम का आनंद लेने के लिए लोगों की भीड़ दिखाई दी। दिनभर की उमस के कारण बिजली की खपत भी अधिक रही। लोग लगातार पंखे, कूलर और एयर कंडीशनर का उपयोग कर रहे थे, लेकिन उमस के कारण उन्हें अपेक्षित राहत नहीं मिल रही थी। बारिश के बाद तापमान में गिरावट आने से लोगों को प्राकृतिक ठंडक का एहसास हुआ। शाम के समय बाजारों में भी रौनक बढ़ गई और लोग घरों से बाहर निकलकर सुहावने मौसम का आनंद लेते दिखाई दिए। वहीं चाय और पकौड़ों की दुकानों पर भी लोगों की अच्छी खासी भीड़ देखने को मिली।

आज व कल बारिश की संभावना

मौसम विशेषज्ञ डॉ. चन्द्र मोहन ने बताया कि वर्तमान परिदृश्य में मौसम प्रणालियों के संयुक्त असर से हरियाणा, एनसीआर दिल्ली में आने वाले दो दिनों तक मानसून गतिविधियां, तेज गति की हवाओं के साथ हल्की से मध्यम बारिश व बूंदाबांदी की सम्भावना बन रही है।

खबर संक्षेप

लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने का लगाया आरोप

महेंद्रगढ़। सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक शाखा रिवासा के साथ लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने और बैंक में गिरवी रखी गई जमीन को मिलीभगत कर बेचने का एक गंभीर मामला सामने आया है। बैंक के अधिकृत पावर ऑफ अटॉर्नी होल्डर एवं मैनेजर कृष्ण कुमार ने इस संबंध में शहर थाना के सिटी इंचार्ज को नामजद आरोपितों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई के लिए शिकायत दर्ज कराई है। शिकायत के अनुसार 20 अप्रैल 2015 को किसान क्रेडिट कार्ड स्कीम के तहत सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक से आरोपित ने 2,20,000 रुपये का लोन लिया था।

परीक्षा केंद्रों के पास रहेगी निषेधाज्ञा लागू

नारनौल। जिलाधीश एवं उपायुक्त अनुपमा अंजली ने बुधवार को एक आदेश पारित कर जिले के सभी परीक्षा केंद्रों के आसपास शांति, कानून-व्यवस्था बनाए रखने और नकल रहित परीक्षाओं का संचालन सुनिश्चित करने के लिए भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 के तहत कड़े निषेधाज्ञा आदेश जारी किए हैं। यह आदेश नौ जुलाई को होने वाली वरिष्ठ माध्यमिक व 10 जुलाई से 18 जुलाई तक चलने वाली माध्यमिक कंपार्टमेंट और अतिरिक्त विषय की परीक्षाओं को ध्यान में रखकर जारी किए गए हैं।

एनएच 152 डी पर कट बनाने में देरी से रोष

नारनौल। राष्ट्रीय राजमार्ग 152 डी पर बाघोत-सेहलंग के बीच में चढ़ने व उतरने के लिए कट बनाने में सरकार व राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण की ओर से की जा रही देरी को लेकर इलाके के लोगों में रोष बढ़ता जा रहा है। इस सम्बन्ध में बहुजन समाज पार्टी के नेता प्रमुख समाजसेवी अतरलाल एडवोकेट ने स्थानीय विधायक एवं मंत्री आरती सिंह राव व केन्द्रीय सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी को ज्ञापन भेजकर कट का काम तत्काल शुरू कराने की मांग की है। कट बनाने की घोषणा केन्द्रीय सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी ने की थी।

कानूनगो व पटवार सर्किलों के पुनर्गठन के बाद योजना को लागू करने की तैयारी

जिला कैडर समाप्त करने की आहट से पटवारियों में असमंजस

पूरे प्रदेश में बढ़ेंगे कानूनगो एवं पटवार सर्किल

पटवारियों के लिए जिला की बजाय स्टेट कैडर व्यवस्था लागू करने की योजना पर शीघ्रता से काम किया जा रहा है

हरिभूमि न्यूज ⏭ कनीना

हरियाणा सरकार भू-राजस्व प्रशासन को और अधिक पारदर्शिता तथा जवाबदेही बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण बदलाव की तैयारी में है। जिसके चलते पटवारियों के लिए जिला की बजाय स्टेट कैडर व्यवस्था लागू करने की योजना पर शीघ्रता से काम किया जा रहा है। नई व्यवस्था लागू होने के बाद पटवारियों की सेवाएं किसी एक जिले तक सीमित नहीं रहेंगी, बल्कि आवश्यकता के अनुसार उनका तबादला प्रदेश के किसी भी जिले में किया जा सकेगा। इस व्यवस्था से प्रशासनिक दक्षता बढ़ाने, भू-राजस्व सेवाओं में सुधार लाने और लंबे समय से एक ही स्थान पर तैनाती से उत्पन्न होने वाली समस्या कम हो सकेगी।

वर्तमान समय में हरियाणा में पटवारियों की नियुक्ति जिला स्तरीय कैडर के मुताबिक होती रही है। इसी कारण अधिकांश कर्मचारी वर्षों तक एक ही जिले या क्षेत्र में कार्यरत रहते थे। कई बार यह व्यवस्था चुनौतियां भी पैदा करती रही है। स्टेट कैडर लागू करने की आहट से प्रदेशभर के पटवारी असमंजस की स्थिति में हैं। उनका मानना है कि इससे जिला कैडर की व्यवस्था समाप्त हो जाएगी और सभी पटवारी राज्य सरकार के अधीन एकीकृत कैडर का हिस्सा बन जाएंगे। इससे जरूरत के अनुसार विभिन्न जिलों में उनका स्थानांतरण करना आसान होगा।

पटवार कानूनगो एसोसिएशन ने जताई आपत्ति

इस बारे में पटवार कानूनगो एसोसिएशन के जिला प्रधान शमशेर सिंह पटवारी ने कहा कि स्टेट कैडर व्यवस्था लागू करने से पटवारियों को असुविधाओं का सामना करना पड़ेगा। उन्होंने कहा कि जिला कैडर के चलते सम्बंधित जिले का पटवारी घटना-दुर्घटना, बाढ़-भूकंप आदि के समय तत्काल मौके पर पहुंचकर हालात के मुताबिक स्थिति पर काबू पाया जा सकता है, जबकि प्रदेश स्तर पर बदली होने से लंबे समय के बाद उन्हें भौगोलिक जानकारी होगी। अधिक समय से कार्यरत पटवारियों को जिले की अन्य तहसील में स्थानांतरित किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि कनीना में 19 पटवार सर्किल के स्थान पर 33 पटवार सर्किल तथा दो कानूनगो सर्किल के स्थान पर चार कानूनगो सर्किल की सूची सरकार को भेजी गई है। पूरे प्रदेश में कानूनगो एवं पटवार सर्किल बढ़ेंगे।

कानूनगो व पटवार सर्किलों का भी हो रहा पुनर्गठन

राज्य सरकार ने हाल ही में कानूनगो एवं पटवार सर्किलों के पुनर्गठन की प्रक्रिया भी शुरू की है। नई व्यवस्था के तहत अब केवल भूमि क्षेत्रफल को आधार नहीं बनाया जाएगा, बल्कि संबंधित क्षेत्र की आबादी और कार्यभार को भी ध्यान में रखते हुए नए पटवार सर्किल निर्धारित किए जा रहे हैं। लगभग 1500 से 2500 एकड़ के दायरे व स्थानीय आवश्यकताओं के अनुरूप नए सर्किल तैयार किए जा रहे हैं, जिससे राजस्व कार्यों का बेहतर प्रबंधन संभव हो सके।

कार्यप्रणाली में पारदर्शिता की उम्मीद

सरकार का मानना है कि नियमित तबादला व्यवस्था लागू होने से भू-राजस्व विभाग की कार्यप्रणाली और अधिक पारदर्शी बनेगी। लंबे समय तक एक ही स्थान पर तैनाती के कारण उत्पन्न होने वाली शिथिलता और स्थानीय स्तर पर प्रभाव की गुंजाइश भी कम होगी। नई व्यवस्था से विभाग में जवाबदेही बढ़ने के साथ-साथ आम नागरिकों को मिलने वाली सेवाओं की गुणवत्ता में भी सुधार आने की उम्मीद जताई जा रही है।

नवनियुक्त पटवारियों को भी मिलेगा लाभ

हरियाणा में हाल ही में लगभग 2700 नवनियुक्त पटवारियों ने अपनी सेवाएं शुरू की हैं। प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी पहले ही घोषणा कर चुके हैं कि पटवारियों की एक वर्ष की प्रशिक्षण अवधि को उनकी नियमित सेवा का हिस्सा माना जाएगा। साथ ही प्रशिक्षण के दौरान समय पर वेतन भुगतान सुनिश्चित करने के निर्देश भी जारी किए गए हैं।

ताऊ का हत्यारा भतीजा रोहतक से गिरफ्तार

तिगरा में हुई हत्या की सनसनीखेज वारदात

पुलिस मामले से जुड़े अन्य पहलुओं की कर रही गहनता से जांच

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

अटेली क्षेत्र के गांव तिगरा में हुई हत्या की सनसनीखेज वारदात का पुलिस ने खुलासा कर दिया है। पारिवारिक विवाद के चलते अपने ही ताऊ की जान लेने वाले आरोपित भतीजे धर्मवीर को पुलिस ने रोहतक से गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है।

गांव तिगरा में मामूली पारिवारिक अनबन ने उस समय खूनी रूप ले लिया, जब धर्मवीर ने अपने ही ताऊ पर जानलेवा हमला कर दिया, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गया। जिसके बाद परिजन उसे पहले महेंद्रगढ़ फिर इलाज के लिए रोहतक लेकर गए। वहीं आरोपित भी अपने ताऊ के इलाज के लिए उनके साथ गया हुआ था। जहां इलाज के दौरान ताऊ की मौत हो गई। अटेली पुलिस ने तकनीकी साक्ष्यों व सूचनाओं के आधार पर मुख्य आरोपित धर्मवीर को रोहतक से दबोच लिया।

मंडी अटेली। पुलिस की गिरफ्त में आरोपित धर्मवीर। फोटो : हरिभूमि

गिरफ्तारी के बाद पुलिस ने आरोपित को स्थानीय अदालत में पेश किया। जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया है। पुलिस ने इससे पूर्व मृतक के शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सौंप दिया था। फिलहाल पुलिस मामले से जुड़े अन्य पहलुओं की गहनता से जांच कर रही है, ताकि घटना के कारणों का पूर्ण खुलासा किया जा सके।

इस बार शनिवार-रविवार को भी काम निपटाएगा राजस्व विभाग

पेपरलेस रजिस्ट्री सर्वोच्च प्राथमिकताः डीसी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

उपायुक्त अनुपमा अंजली ने कहा कि पेपरलेस रजिस्ट्रेशन मुख्यमंत्री की सर्वोच्च प्राथमिकताओं में शामिल है। अभी जल्द ही इसकी समीक्षा होगी। ऐसे में अधिकारी सभी पेंडिंग काम जल्द से जल्द निपटाएं। डीसी बुधवार को लघु सचिवालय में राजस्व से जुड़े मामलों की समीक्षा के दौरान अधिकारियों को दिशा निर्देश दे रही थी। उन्होंने स्पष्ट किया कि सरकार के इस सबसे अहम प्रोजेक्ट को लेकर जिला में काफी सजगता से काम हो रहा है। वर्तमान में जिला में 48 घंटे के अंदर-अंदर ही पेपरलेस रजिस्ट्रेशन की प्रक्रिया को पूरा किया जा रहा है। मुख्यमंत्री के विजन के अनुरूप आमजन के काम समय पर और पारदर्शी तरीके से पूरे हों। उन्होंने बताया कि जिले में ऑटो म्यूटेशन का कार्य काफी सराहनीय रहा है और महेंद्रगढ़ इस मामले में पूरे राज्य में तीसरे स्थान पर बना हुआ है। इस रैंकिंग को और ऊपर ले जाने तथा आम जनता के काम को सुगम बनाने के लिए प्रशासन की ओर से अब विशेष कदम उठाए जाएंगे। इसी कड़ी में आने वाले शनिवार व रविवार को भी राजस्व विभाग की टीमें लंबित पड़े इंतकाल तथा म्यूटेशन से जुड़े सभी मामलों को प्राथमिकता के आधार पर निपटाएंगी। इस बैठक में एसडीएम अनिरुद्ध यादव, डीएमसी रणवीर सिंह, जिला राजस्व अधिकारी राकेश कुमार मौजूद थे।

---

77 दवा दुकानों का निरीक्षण, 10 के लाइसेंस किए निलंबित

- **नशाखोरी के खिलाफ सरकार की मुहिम** नशा तस्करों की गुप्त सूचना देने के लिए डायल करें हेल्पलाइन नंबर 1933
- युवाओं को नशे के चंगुल से बचाने के लिए जिला प्रशासन सतर्क : एडीसी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा सरकार ने युवा पीढ़ी को नशे जैसी सामाजिक बुराई से दूर रखने के लिए व्यापक अभियान चला रखा है। खुद मुख्यमंत्री समय-समय पर विभिन्न जागरूकता कार्यक्रमों में हिस्सा लेकर समाज का मार्गदर्शन कर रहे हैं। सरकार की मंशा के अनुरूप जिला प्रशासन भी लगातार इस अभियान में जुटा हुआ है। यह बात अतिरिक्त उपायुक्त तरुण कुमार पावरिया ने बुधवार को लघु सचिवालय में आयोजित नशा मुक्त भारत अभियान तथा नार्कोड की बैठक में कही। इस बैठक में पुलिस अधीक्षक दीपक भी मौजूद रहे।

नारनौल। बैठक लेते एडीसी तरुण कुमार पावरिया। फोटो : हरिभूमि

उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया है कि नागरिक नशा तस्करी, अवैध बिक्री या संदिग्ध स्थलों से जुड़ी किसी भी प्रकार की जानकारी तुरंत हेल्पलाइन नंबर 1933 पर कॉल करके साझा कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि अंतर-राज्यीय बॉर्डर पर स्थित होने के कारण यह क्षेत्र संवेदनशील है। जिला प्रशासन द्वारा नशीली दवाओं के अवैध व्यापार पर अंकुश लगाने के लिए की गई कार्रवाई का ब्यौरा देते हुए उन्होंने बताया कि जून में चलाए गए एक विशेष चेकिंग अभियान के अंतर्गत कुल 71 दवा दुकानों का सघन औचक निरीक्षण किया गया है। इस दौरान नियमों की गंभीर अवहेलना और अनियमितताएं पाए जाने पर 10 दवा दुकानों के लाइसेंस तुरंत प्रभाव से निलंबित कर दिए गए हैं। इसके बाद एडीसी ने चिन्हित अपराधों को लेकर भी एक बैठक ली। उन्होंने बताया कि नशा मुक्त भारत अभियान को जमीनी स्तर पर सफल बनाने के उद्देश्य से जिला प्रशासन ने विस्तृत कार्यसूची जारी की है।

महाविद्यालय और विद्यालयों में होंगे रचनात्मक कार्यक्रम

जिले के प्रत्येक महाविद्यालय और विद्यालय द्वारा समय-समय पर छात्र-छात्राओं के बीच नशा मुक्ति को प्रोत्साहित करने वाली भाषण प्रतियोगिताएं, ज्ञानवर्धक नाट्य मंचन, रंगोली प्रतियोगिता और पोस्टर निर्माण जैसे रचनात्मक कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे, ताकि भविष्य की पीढ़ी में इस लत के खिलाफ जागृत हो। ग्रामीण अंचलों में इस अभियान को प्रभावी ढंग से संचालित करने हेतु खंड विकास एवं पंचायत अधिकारियों को प्रत्येक गांव में नशा रोकथाम कार्यक्रम चलाने की सीधी जिम्मेदारी सौंपी गई है। इसके अलावा माई युवा भारत विभाग के माध्यम से गांवों तथा कस्बों में युवक-युवतियों के विशेष समूह गठित किए जाएंगे। इस दौरान जिला समाज कल्याण अधिकारी अमित शर्मा ने विभाग द्वारा इस बारे में उठाए गए कदमों की जानकारी दी। इस बैठक में एसडीएम अनिरुद्ध यादव, जेल अधीक्षक संजय बांगड़, डीए गुलदेव कुमार के अलावा अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

संबंधित विभाग या ठेकेदार की ओर से नहीं दी जा रही कोई स्पष्ट जानकारी

दो हफ्तों से ठप फैजाबाद-मोहनपुर सड़क निर्माण, परेशानी

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

फैजाबाद से वाया सिहमा से मोहनपुर तक बनाए जा रहे सड़क मार्ग का निर्माण कार्य पिछले करीब दो हफ्तों से बाधित है। निर्माण कार्य अचानक रुक जाने से क्षेत्र के लोगों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। खंड विकास एवं पंचायत कार्यालय सिहमा से लेकर खासपुर तक सड़क को पूरी तरह उखाड़ दिया गया है, जिससे इस मार्ग पर आवागमन बेहद कठिन हो गया है।

ग्रामीणों का कहना है कि सड़क की हालत ऐसी हो गई है कि पैदल चलना भी मुश्किल हो गया है, जबकि दोपहिया और चारपहिया वाहन चालकों को रोजाना जोखिम उठाकर गुजरना पड़ रहा है। यह सड़क मार्ग क्षेत्र का एक महत्वपूर्ण संपर्क मार्ग है, जहां से प्रतिदिन हजारों की संख्या में छोटे-बड़े वाहन गुजरते हैं। ग्रामीणों के अनुसार पिछले दो हफ्तों से निर्माण कार्य बंद पड़ा है, लेकिन संबंधित विभाग या ठेकेदार की ओर से कोई स्पष्ट जानकारी नहीं दी जा रही है। न तो काम शुरू होने की कोई तारीख बताई जा रही है और न ही देरी का कारण स्पष्ट किया जा रहा है।

मंडी अटेली। सिहमा में टूटी सड़क को दिखाते हुए ग्रामीण। फोटो : हरिभूमि

यह कहते हैं एसडीओ

लोक निर्माण विभाग के एसडीओ जितेंद्र ने बताया कि तारकोल की सप्लाई में दिक्कत आने के कारण निर्माण कार्य प्रभावित हुआ था। अब ठेकेदार से बातचीत हो चुकी है। एक से दो दिनों के भीतर काम फिर से शुरू कर दिया जाएगा। यह पुरानी सड़क है जिसे तोड़कर दोबारा दो लेयर में तैयार किया जा रहा है। जहां तक कार्य पूरा हो चुका है, वहां दो लेयर डाली जा चुकी हैं। इस निर्माण कार्य को पूरा करने के लिए ठेकेदार को छह माह का समय दिया गया है।

13 करोड़ में तैयार हो रही सड़क

फैजाबाद से मोहनपुर तक इस सड़क का निर्माण लगभग 13 करोड़ रुपये की लागत से किया जा रहा है। इसके लिए ठेकेदार को छह माह का समय निर्धारित किया गया है। हालांकि जहां तक कार्य पूरा हो चुका है वहां सड़क की दो लेयर तैयार कर उसे लगभग अंतिम रूप दिया जा चुका है, लेकिन बीच के हिस्सों में अधूरा काम लोगों के लिए बड़ी समस्या बना हुआ है। ग्रामीणों का कहना है कि यदि काम चरणबद्ध तरीके से किया जाता तो इतनी परेशानी नहीं होती, लेकिन पूरी सड़क को एक साथ उखाड़कर छोड़ देने से आवागमन लगभग ठप हो गया है। ग्रामीणों ने चेतावनी दी है कि यदि शीघ्र ही इस समस्या का समाधान नहीं किया गया तो वे मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नाम शिकायत पत्र भेजेंगे।

सीआईए ने 70.300 किलो चूरापोस्त सहित दो आरोपित किए गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

सीआईए ने नशा तस्करों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत सफलता हासिल करते हुए ट्रक से 70 किलो 300 ग्राम चूरापोस्त सहित दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। जिनकी पहचान रशपाल व गुरुबाज निवासी महस थाना नाभा जिला पटियाला (पंजाब) के रूप में हुई है। जिसमें एनडीपीएस एक्ट के तहत थाना नांगल चौधरी में मामला दर्ज किया गया है। पुलिस ने आरोपितों के कब्जे से 70 किलो 300 ग्राम चूरापोस्त बरामद किया है। बरामद मादक पदार्थ एवं वाहन को नियमानुसार कब्जे में लेकर आगामी कानूनी कार्रवाई की जा रही है। दोनों आरोपितों को नियमानुसार गिरफ्तार कर अदालत में पेश किया जाएगा, जहां से आगे की पूछताछ एवं कानूनी प्रक्रिया अमल में लाई जाएगी। पुलिस ने आमजन से अपील की है कि नशा तस्करी जैसी किसी भी अवैध गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें। सूचना देने वाले व्यक्ति की पहचान गोपनीय रखी जाएगी।

नारनौल। चूरापोस्ट के साथ गिरफ्तार आरोपित। फोटो : हरिभूमि

हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब कमर में हो अकड़न और दर्द

मेरी उम्र 28 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी कमर और बैक बोन में अकड़न रहती है और हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-साकेत, रायपुर

आजकल युवाओं में इस तरह की समस्याएं काफी देखी जाती हैं। इसका कारण लंबी सिटिंग है। अगर आपका प्रोफेशन भी ऐसा है तो जरूर आपको लाइफस्टाइल थोड़ी चेंज करनी पड़ेगी। रेगुलर तौर पर सुबह और शाम कमर की एक्सरसाइज करें। ऑफिस में काम करते वक्त थोड़ी-थोड़ी देर के अंतराल में कुछ चहलकदमी करें। इसके अलावा विटामिन-डी और कैल्शियम की भी जांच कर लें। इसकी कमी भी दर्द की वजह बनती है।

मेरी उम्र 48 वर्ष है। बरसात के मौसम में मैं अकसर बीमार पड़ जाता हूं। गला खराब रहता है, लूज मोशंस और उल्टियों की समस्या बनी रहती है। प्लीज बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-सुशील, भोपाल

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको पानी से इंफेक्शन हो सकता है, जिससे डाइजेशन सिस्टम गड़बड़ हो जाता है। सबसे पहले आप घर के बाहर जाते समय पीने का पानी साथ लेकर निकलें। गला खराब होने की वजह ठंडा पानी होता है। कई बार लोग गर्मी से आते हैं और तुरंत ठंडा पानी पी लेते हैं। इस मौसम में अचानक ठंडा पानी पीना भी नुकसानदेय हो सकता है। इससे बचना चाहिए।

मेरी उम्र 54 वर्ष है। मैं जब भी सीढ़ियां चढ़ता-उतरता हूं मेरी सांस फूलने लगती है। जबकि प्लेन सरफेस पर चलने-फिरने से ऐसा नहीं होता। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-रमेश, कटनी

सांस फूलने की एक वजह दिल संबंधी परेशानी हो सकती है, लेकिन जांच कराए बिना कुछ भी कहना ठीक नहीं है। हालांकि कई बार फेफड़े संबंधित रोग से भी ऐसा होता है। इसलिए बेहतर होगा कि आप एक बार डॉक्टर से संपर्क करें। वह कुछ जांच कराएंगे, जिससे इसकी वजह पता चलेगी और उसका इलाज हो सकेगा। फिलहाल आप जल्दी डॉक्टर से संपर्क करें।

मेरी उम्र 62वर्ष है। एक साल पहले मैंने प्रोस्टेट का ऑपरेशन करवाया था। पिछले कुछ हफ्तों से यूरिनेशन में प्रॉब्लम हो रही है। कृपया बताएं कि अब मुझे क्या करना चाहिए?

-जगताप, रोहतक

जितनी जल्दी हो आपको डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। जांच करने के बाद ही पता चलेगा कि इसकी वजह क्या है? इस बात का ध्यान रखें कि बगैर जांच कराए आप कोई भी दवा ना लें। ऐसा करना नुकसानदायक हो सकता है।

मेरी उम्र 33 वर्ष है। मेरी आंखों के नीचे डार्क सर्कल्स हो गए हैं। और स्किन भी सूजी हुई है। कई तरह की होम-रेमिडीज ट्राई करने पर भी कोई असर नहीं हुआ। कृपया इस समस्या का कोई इफेक्टिव सॉल्यूशन बताएं।

-सोहम, बिलासपुर

आंखों के नीचे डार्क सर्कल कई बार शरीर में खून की कमी से भी हो सकते हैं। दूसरी बात आप बता रहे हैं कि स्किन में स्वेलिंग भी है तो यह लक्षण शुगर बढ़ने की वजह से भी होता है। ऐसे में बगैर जांच कराए कुछ भी नहीं कहा जा सकता है। इसलिए बेहतर होगा कि आप एक बार डॉक्टर से संपर्क करके जांच करा लें, जिससे परेशानी का कारण पता चलेगा और प्रॉपर उपचार किया जा सकेगा। फिलहाल आप मीठा खाना बिल्कुल बंद कर दें।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। मुझे लंबे समय से साइनस की प्रॉब्लम है। काफी दवाइयां लेने और घरेलू उपचारों के बाद भी यह ठीक नहीं हुआ। कृपया बताएं, क्या करूं कि यह प्रॉब्लम ठीक हो जाए।

-नीरज, हिसार

आपको ईएनटी विशेषज्ञ से मिलना चाहिए, वे जांच कर बताएंगे कि इसकी वजह क्या है? कई बार नाक की हड्डी बढ़ने से भी ऐसी समस्या आती है और उसे ठीक किया जा सकता है, लेकिन बगैर जांच किए कुछ भी नहीं कहा जा सकता है, इसलिए डॉक्टर से संपर्क करें। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

मानसून के दौरान पाचन तंत्र से संबंधित समस्याएं अन्य ऋतुओं की तुलना में कहीं ज्यादा बढ़ जाती हैं। समस्या की गंभीरता का अंदाजा इस तथ्य से लगा सकते हैं कि प्रतिवर्ष देश में लगभग तीन लाख बच्चों की मौतें डायरिया के कारण होती हैं, जिनमें सबसे ज्यादा मामले मानसून के दौरान दर्ज होते हैं। बारिश के मौसम में किस तरह की समस्याएं हो सकती हैं, इनसे बचने के लिए क्या सावधानियां बरतें, यहां एक्सपर्ट डॉक्टर डिटेल में बता रहे हैं।

बारिश के मौसम में बढ़ जाता है पाचन संबंधी संक्रमण का रिस्क

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. बी. ए. चौरसिया
कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन
कोकिलाबेन अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

अधिकतर हेल्थ एक्सपर्ट्स अब इस तथ्य पर एकमत हैं कि अच्छे स्वास्थ्य की बुनियाद सशक्त पाचन तंत्र पर आधारित है, लेकिन यही तंत्र लापरवाही बरतने पर बारिश के मौसम में तेजी से बिगड़ जाता है। ऐसे में इस मौसम में एक्स्ट्रा केयर और प्रिकॉशन बरतने की जरूरत होती है।

इसलिए बढ़ती हैं समस्याएं

मानसून में अत्यधिक उमस भरे वातावरण के कारण व्यक्ति की पाचन क्रिया धीमी हो जाती है। बारिश होने पर वातावरण में नमी व्याप्त हो जाती है और बारिश थमने पर धूप निकलने के बाद मौसम अत्यधिक उमस भरा, चिपचिपा हो जाता है। यह स्थिति शरीर की पाचन क्रिया को धीमा करती है। पाचन क्रिया के धीमा पड़ने से अपच (बदहजमी), गैस, एसिडिटी, पेट में दर्द, मरोड़ व ऐंठन आदि गैस्ट्रो इंटेस्टाइनल (पेट और आंतों से संबंधित) समस्याएं होने का खतरा बढ़ जाता है।

स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार बारिश के मौसम में नमी और उमस के अलावा गंदगी के बढ़ने के कारण जीवाणु तेजी से पनपते हैं। ये जीवाणु व्यक्ति को विभिन्न बीमारियों का शिकार बनाते हैं। अशुद्ध पेयजल और दूषित खाद्य पदार्थ ग्रहण करने से होने वाली इन जीवाणुजनित बीमारियों में प्रमुख तौर पर गैस्ट्रोएंटेराइटिस, डायरिया, पेचिश, पेट और आंतों में संक्रमण, फूड प्वॉइजनिंग और हैजा शामिल हैं। इसके अलावा मानसून में हेपेटाइटिस ए और हेपिटाइटिस ई के मामले भी बढ़ जाते हैं, लेकिन हेपेटाइटिस वायरस जनित रोग है।

गैस्ट्रोएंटेराइटिसः पेट और आंतों में संक्रमण की स्थिति को गैस्ट्रोएंटेराइटिस कहते हैं। इस समस्या में पेट में मरोड़, ऐंठन, दर्द, उल्टी, दस्त और बुखार के लक्षण प्रकट होते हैं। कुछ लोगों में सिर दर्द की समस्या भी होती है।

डायरियाः इसमें भी गैस्ट्रोएंटेराइटिस सरीखे लक्षण प्रकट होते हैं, लेकिन दस्त अनेक बार और जल्दी-जल्दी होते हैं। देश में 5 वर्ष तक के बच्चों में डायरिया के मामले बहुत ज्यादा होते हैं, जो मानसून में तेजी से बढ़ते हैं।

पेचिश (डिसेंट्री): जब दस्त के साथ खून भी आने लगे तो उस स्थिति को पेचिश या डिसेंट्री कहते हैं। इस मर्ज के अन्य लक्षण गैस्ट्रोएंटेराइटिस की तरह ही होते हैं।

अपच (बदहजमी)-गैस-एसिडिटीः भूख से अधिक मात्रा में गरिष्ठ और अधिक चिकनाईयुक्त पदार्थों को खाना, इन समस्याओं का एक कारण है।

चूंकि मानसून में पाचन क्रिया धीमी रहती है, इसलिए गरिष्ठ खाद्य पदार्थों को पचाने में पाचन तंत्र पर अतिरिक्त भार पड़ता है, नतीजतन अपच, गैस और एसिडिटी के मामले मानसून में बड़े पैमाने पर सामने आते हैं।

हेपेटाइटिस ए और ईः लिवर में सूजन और इन्फ्लेमेशन (इस स्थिति में सूजन के अलावा मरीज की लिवर कोशिकाएं भी क्षतिग्रस्त होने लगती हैं) को हेपेटाइटिस कहते हैं। मानसून के दौरान हेपेटाइटिस ए और हेपेटाइटिस ई के मामले काफी बढ़ जाते हैं। हेपेटाइटिस में पीड़ित व्यक्ति को पहले बुखार आता है और इसके बाद वह पीलिया (जॉन्डिस) से ग्रस्त हो जाता है। पीलिया के लक्षणों के अंतर्गत पीड़ित व्यक्ति की आंखों का रंग पीला हो जाता है, उन्हें यूरिन पीली होती है और वे भूख महसूस नहीं करते। गौरतलब है कि पीलिया, हेपेटाइटिस का लक्षण है।

फूड प्वॉइजनिंगः ई.कोली और सैलमॉनेला नामक जीवाणु बरसात के मौसम में तेजी से पनपते हैं। ये जीवाणु अशुद्ध पेयजल और दूषित खाद्य पदार्थों के जरिए शरीर में पहुंचते हैं। पेट खराब होना और उल्टी होना, इस समस्या के प्रमुख लक्षण हैं।

हैजाः मानसून के दौरान वाइबरियो कॉलेरी नामक जीवाणु तेजी से पनपता है, जो हैजा (कॉलरा) का कारण है। प्रदूषित खाद्य और अशुद्ध पेय पदार्थों को लेने से इसके जीवाणु शरीर में प्रवेश कर पाचन तंत्र को गड़बड़ कर देते हैं। लगातार उल्टियां और दस्त होना इस रोग के प्रमुख लक्षण हैं।

इलाज के बारे में

- गैस्ट्रोएंटेराइटिस, डायरिया और डिसेंट्री के इलाज में जरूरत पड़ने पर डॉक्टर के परामर्श से एंटीबायोटिक दवाएं दी जाती हैं।
- ओरल रिहाइड्रेशन थेरेपी का भी प्रयोग होता है।
- अनेक मामलों में लक्षणों के आधार पर चिकित्सा की जाती है। जैसे मरीज को उल्टी होने पर इसे दूर करने की दवा, पेट में मरोड़ और दर्द होने पर इसे दूर करने वाली दवा और सिर दर्द होने पर इससे राहत दिलाने वाली दवा पेशेंट को दी जाती है।
- हेपेटाइटिस ए और हेपेटाइटिस ई में एंटीबायोटिक दवाओं का प्रयोग नहीं किया जाता। हेपेटाइटिस के इन दोनों प्रकारों में लक्षणों के आधार पर इलाज किया जाता है। बावजूद इसके, जो महिलाएं प्रेग्नेंट हों, उन्हें डॉक्टर के परामर्श की आवश्यकता होती है।
- बदहजमी, गैस और एसिडिटी की समस्या को ज्यादातर मामलों में घर पर रहकर ही डॉक्टर के परामर्श से खानपान में संयम बरतकर और दवाओं से दूर किया जा सकता है।
- फूड प्वॉइजनिंग का इलाज लक्षणों के आधार पर किया जाता है। जैसे उल्टियां होने पर इसे रोकने की दवाएं दी जाती हैं।
- हैजा के इलाज में उल्टी और दस्त को रोकने की दवाएं दी जाती हैं। यह बहुत जरूरी होता है कि मरीज के शरीर में पानी की कमी न हो पाए, इसलिए उसे हाइड्रेशन थेरेपी दी जाती है।

तब न करें लापरवाही

पाचन तंत्र से संबंधित समस्याओं को गंभीर स्थिति में पहुंचने से पहले ही सावधान हो जाना चाहिए। जैसे मानसून में डायरिया के मामले बढ़ जाते हैं, वैसे तो यह एक आम समस्या है, लेकिन लापरवाही बरतने पर डायरिया आपको गंभीर हालत में पहुंचा सकता है। रोगी अगर पर्याप्त मात्रा में पानी पीता है, ओआरएस लेता है तो स्थिति कंट्रोल में रहेगी। लेकिन अगर यहां बताए जा रहे कुछ लक्षण दिखें तो तुरंत हॉस्पिटल जाकर डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए। जैसे-अगर मरीज को लगातार कई दिनों से बुखार जारी है। उसे यूरिन कम हो रही हो। मल (स्टूल) से खून आ रहा हो। पीड़ित व्यक्ति की उल्टियां और दस्त बंद न हो रहे हों। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

मानसूनी संक्रमण से बचाव के उपाय

- शुद्ध पेयजल की उपलब्धता सुनिश्चित करें। अगर आपके पास वाटर फिल्टर, वॉटर प्यूरीफायर या आरओ उपलब्ध नहीं है तो फिर पानी को उबालकर और फिर ठंडा कर पिएं।
- दस्त और उल्टी होने पर शरीर में पानी की कमी हो जाती है। शरीर में पानी की कमी से डिहाइड्रेशन की समस्या उत्पन्न हो जाती है। इस स्थिति की रोकथाम के लिए पर्याप्त मात्रा में पानी पीते रहना चाहिए और ओआरएस भी लेना चाहिए।
- हल्का सुपाच्य भोजन करें। स्वाद के लालच में ओवर ईटिंग से बचें।
- जहां तक संभव हो, घर के बाहर खाने से परहेज करें।
- जंक फूड्स और फास्ट फूड्स से दूरी बनाए रखें।
- कुछ भी खाने से पहले सैनिटाइजर या एंटीबैक्टीरियल साबुन से हाथ जरूर धोएं।

- बाजार में मिलने वाले पकौड़ों, कचौड़ियों, चाट, समोसे आदि गरिष्ठ खाद्य पदार्थों की बजाए कभी-कभार घर में बनाकर खाना बेहतर है।
- बासी खाद्य पदार्थों से परहेज करें।
- ताजी सब्जियों और ताजे फलों को ही ग्रहण करें। इन्हें अच्छी तरह से धोकर खाएं।
- इन दिनों जूस के स्थान पर सूप का सेवन स्वच्छता के लिहाज से अच्छा है। जूस, चाय और कॉफी की मात्रा घटाएं और सूप की मात्रा बढ़ाएं।
- नॉनवेज और सीफूड्स से दूरी बनाए रखना आपके लिए लाभप्रद रहेगा।
- पीने का पानी स्वच्छ और शुद्ध होना चाहिए। संक्रमित पानी पीने से हेपेटाइटिस ए, हेपेटाइटिस ई और डायरिया आदि समस्याओं का रिस्क बढ़ता है।

डाइट

राजकुमार दिनकर

जब नाश्ते के बाद फील हो सुस्ती

बहुत से लोगों को सुबह नाश्ता करने के बाद शरीर में भारीपन महसूस होता है, आलस छाने लगता है, थकान महसूस होती है, काम करने के लिए बैठो तो काम में मन नहीं लगता। यह एक आम समस्या है। नाश्ते में आप क्या लेते हैं, आपका खान-पान कैसा है और आपका लाइफस्टाइल कैसा है, यह बहुत मायने रखता है। सुबह के नाश्ते के बाद नींद या सुस्ती आना इसे फूड कोमा भी कहा जाता है।

हो सकती हैं कई वजहः तमाम दूसरी वजहों के अलावा एक सबसे बड़ी समस्या होती है, नाश्ते में कार्बोहाइड्रेट या वसायुक्त फूड्स खाना। खाना कम मात्रा में न खाकर ज्यादा खाने से भी यह समस्या होती है, क्योंकि अत्यधिक कैलोरी, रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट या वसायुक्त नाश्ता शरीर को सुस्त बनाता है। जो लोग सुबह 4 या 5 बजे सोकर जगते हैं, उन्हें भी इस समस्या का ज्यादा सामना करना पड़ता है, क्योंकि अगर हमारी नींद पूरी न हो तो नाश्ता करने के बाद शरीर में सुस्ती आने लगती है। इसके अलावा जो भोजन हम खाते हैं, उनमें अगर विटामिन-डी, बी, बी-12 या आयरन की कमी होती है तो इससे भी नाश्ता करने के बाद नींद आने लगती है।

सही फूड न चुननाः सुबह के समय परांठा, सफेद ब्रेड, तली हुई चीजें खाने से रक्त में शुगर लेवल बढ़ जाता है। अगर ज्यादा खा लिया जाए तो भोजन को पचाने में शरीर को अतिरिक्त मेहनत करनी पड़ती है। इसके लिए बड़ी वजह नाश्ते में फाइबर से भरपूर चीजों का कम सेवन करना, एक्सरसाइज न करना, फिजिकल एक्टिविटी से दूर रहना, फास्ट फूड और ज्यादा नमक, मसाले और मैदे से बनी चीजें खाना और लंबे समय तक एक ही जगह बैठे रहने से भी नींद आती है।

डाइट में करें बदलावः नाश्ते में कुछ बदलाव करने से आपको नींद या सुस्ती नहीं आएगी। सुबह 7 बजे फल और भीगे हुए मेवे खाने के बाद 10 बजे संतुलित नाश्ता करें। दही को नाश्ते के बजाय दोपहर के भोजन में लें। सुबह के समय मौसम के अनुसार फलों का सेवन करें। हल्का और पोषक नाश्ता जैसे ओट्स या मल्टीग्रेन रोटी, उबले अंडे, अंकुरित अनाज, फल और सलाद आदि लें। रात के समय हल्का खाएं। सुबह के समय नाश्ते में ज्यादा मीठा या तला-भुना फूड न खाएं। सुबह नाश्ता हल्का रखें। नाश्ते में ज्यादा मात्रा में प्रोटीन और ज्यादा कार्बोहाइड्रेटयुक्त फूड लेने से भी नींद और सुस्ती महसूस होती है। *

ट्रीटमेंट

डॉ. देवेंद्र कुमार
दंत चिकित्सक, एम्स-दिल्ली

आरसीटी के बाद जब प्राकृतिक दांत का बहुत ज्यादा हिस्सा ऊपर की ओर नहीं बचे या कुछ समय बाद किसी कारणवश वह टूट जाए, तब दंत चिकित्सक 'पोस्ट एंड कोर' की सलाह देते हैं। क्या है यह प्रोसेस, जानिए।

आरसीटी के बाद दांत को सुरक्षित बनाए पोस्ट एंड कोर

दांतों में गंभीर इंफेक्शन होने पर डेंटिस्ट रूट कैनाल ट्रीटमेंट (आरसीटी) करते हैं। 'पोस्ट एंड कोर', डेंटल रेस्टोरेशन की वह प्रक्रिया है, जिसका प्रयोग ऐसे दांत को सुरक्षित रखने के लिए किया जाता है, जिसमें आरसीटी के बाद दांत का प्राकृतिक ढांचा ज्यादा नहीं बच पाता। ऐसे में क्राउन, ब्रिज, इंप्लांट या रिमूवर बेंचर के लिए यह सहारा बनता है।

क्या है पोस्ट एंड कोर

पोस्टः इस प्रक्रिया में धातु या फाइबर की एक पतली छड़ (रॉड) को रूट कैनाल की जड़ खाली करके उसमें डाला जाता है।

कोरः यह पोस्ट के चारों ओर बनाया जाने वाला आधार है, जो क्राउन रेस्टोरेशन को मजबूती और स्थिरता देता है।

क्यों पड़ती है इसकी जरूरत

आरसीटी के बाद पोस्ट एंड कोर की जरूरत कुछ कंडीशंस में पड़ती है।

- दांत का ढांचा पर्याप्त न होने पर, क्राउन ढीले हो सकते हैं, अपनी जगह से हट सकते हैं या आरसीटी किए गए दांत को सही सुरक्षा नहीं दे पाते। ऐसे में पोस्ट एंड कोर प्रक्रिया एक मजबूत आधार बनकर इस ढांचागत कमी को दूर करती है, जो दांत के मूल आंतरिक ढांचे जैसा ही होता है।
- कई बार दांतों के ढांचे के नुकसान की सीमा ट्रीटमेंट से पहले दांत की स्थिति पर भी निर्भर करती है। जिन दांतों में बहुत ज्यादा सड़न होती है या पहले से बड़ी फिलिंग होती है, उनमें आरसीटी के बाद बहुत कम स्वस्थ ढांचा बच जाता है। ऐसे में, दांत की बची हुई दीवारें भोजन चबाने की प्रक्रिया का दबाव भी नहीं झेल पातीं।
- आरसीटी के बाद दांत में लगातार बेचैनी या सेंसिटिविटी, खासकर कुछ काटते या चबाते समय, महसूस हो या लगे कि स्ट्रक्चरल सपोर्ट सही नहीं है या टेंपररी रेस्टोरेशन में कोई दिक्कत है या टेंपररी फिलिंग या क्राउन ढीला हो जाए या निकल जाए या ट्रीटमेंट किए गए दांत के रूप-रंग में बदलाव दिखने लगे, तो डॉक्टर यह प्रोसीजर कर सकते हैं।

क्या होता है इस प्रक्रिया में

पोस्ट एंड कोर की यह प्रक्रिया आरसीटी के कई हफ्तों बाद की जाती है, ताकि ट्रीटमेंट के बाद दांत को ठीक होने का पर्याप्त समय मिल सके। इसकी आवश्यकता किसी मरीज को है या नहीं, यह भी चिकित्सक आरसीटी के बाद तय करते हैं।

इस प्रक्रिया के दौरान रूट कैनाल फिलिंग मैटीरियल के एक हिस्से को सावधानी से हटाया जाता है ताकि पोस्ट के लिए जगह बन सके, साथ ही जड़ के सिरे पर सही सील बनी रहे। इसके बाद पोस्ट को या तो सीमेंट से अपनी जगह पर लगाया जाता है या कुछ मामलों में, कोर स्ट्रक्चर के हिस्से के तौर पर कास्ट किया जाता है। पोस्ट के चारों ओर कोर मैटीरियल लगाकर दांत के खोए हुए हिस्से को फिर से बनाया जाता है, ताकि फाइनल क्राउन को सहारा देने के लिए सही आकार और बनावट तैयार कर सकें। पोस्ट एंड कोर के लिए कई जगह कंपोजिट कोर के साथ फाइबर ग्लास पोस्ट या पारंपरिक कास्ट मेटल पोस्ट और कोर का भी प्रयोग करते हैं।

इन बातों का रखें ध्यान

आरसीटी के बाद जरूरी इलाज में देरी से समस्या बढ़ सकती है, क्योंकि बिना सुरक्षा वाले दांतों के टूटने या उनमें दोबारा इंफेक्शन होने का खतरा बना रहता है। ऐसे में जरूरी है कि मरीज आरसीटी के बाद रेग्युलर फॉलोअप कराते रहें। *

प्रस्तुतिः सुषमाश्री

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

स्लीप योगा योगासनों के जरिए नींद पाने का एक ऐसा जरिया है, जो गहरी नींद का अनुभव करा सकती है। इसलिए आज लाखों लोग स्वस्थ नींद के लिए, नींद योग कर रहे हैं। इसे कैसे करते हैं, इसके क्या फायदे हैं, आप जरूर जानना चाहेंगे।

अच्छी नींद के लिए कारगर है स्लीप योगा

दिनभर की भाग-दौड़, बढ़ती प्रतिस्पर्धा, काम का दबाव और डिजिटल सक्रियता ने अधिकांश लोगों की सुकून भरी नींद छीन ली है। हालात ये हो गए हैं कि लोग थकान से चूर रहते हैं, लेकिन फिर भी बिस्तर पर इधर से उधर करवट बदलते रहते हैं, उन्हें नींद नहीं आती। इन दिनों ऐसी एक नहीं अनेक वजहें हैं, जिनसे लोगों को भरपूर नींद नहीं आती है। ऐसे में स्लीप योगा कारगर उपचार के रूप में सामने आया है। यह केवल नींद लाने का उपाय नहीं है बल्कि इससे शरीर की जैविक घड़ी को भी संतुलित किया जा सकता है। मानसिक तनाव कम करने और नींद की गुणवत्ता सुधारने का यह एक समग्र माध्यम है। यही कारण है कि इन दिनों बेहतर स्वास्थ्य, मानसिक संतुलन और भरपूर नींद की तलाश में लोग स्लीप योगा को अपना रहे हैं।

क्या है स्लीप योगाः यह एक ऐसी प्राचीन भारतीय पद्धति है, जो बिना अतिरिक्त श्रम किए शरीर को विश्राम की अवस्था में ले जाने की क्षमता रखती है। गहरी श्वास, ध्यान और विश्रामकारी आसनों के जरिए बड़ी सहजता से योग निद्रा हासिल की जा सकती है।

स्लीप योगा के स्टेप्सः स्लीप योगा उन योग तकनीकों का समूह है, जो सोने से पहले शरीर और मन को शांत करने के लिए जरूरी होती है। इसमें मुख्य रूप से शामिल हैं- गहरी श्वास का अभ्यास यानी डीप ब्रीदिंग, योग मुद्रा, हल्के स्ट्रेचिंग आसन, मेडिटेशन, माइंडफुलनेस तकनीकें। दरअसल, इन तमाम तकनीकों का उद्देश्य शरीर को आराम देना और नर्वस सिस्टम को विश्राम के लिए संकेत देना है। विशेषज्ञ कहते हैं कि स्लीप योगा शरीर की प्राकृतिक नींद की प्रक्रिया को विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से स्वस्थ और सहज बना देता है।

पहला अभ्यास विपरीतकरणी का है। इसके लिए दीवार के सहारे पैरों को ऊपर उठाकर एक सरल अभ्यास किया जाता है। इससे दिनभर की थकान कम होती है।

- स्लीप योगा में शामिल दूसरी गतिविधि शवासन है। यह वास्तव में स्लीप योगा का ही एक हिस्सा है। इसके तहत शरीर को पूरी तरह से ढीला छोड़ दिया जाता है, जिस कारण यह अभ्यास मानसिक तनाव कम करने में सहायक साबित होता है।
- अनुलोम-विलोम और गहरी श्वास, भी स्लीप योगा के कंप्लीट पैकेज का हिस्सा है। इसके तहत धीमी और नियंत्रित श्वास तंत्रिका तंत्र को शांत करने में मदद मिलती है, जिससे सोने की तैयारी आसान हो जाती है।

और भी हैं कई फायदेः यह आसन सिर्फ बुजुर्गों के लिए नहीं है। सभी उम्र के व्यक्ति इन दिनों नींद से पीड़ित हैं, ऐसे में हर उस व्यक्ति के लिए स्लीप योगा बहुत कारगर तरीका है, जो नींद संबंधी परेशानियों का सामना कर रहे हैं। यही कारण है कि स्लीप योगा सभी आयु और वर्गों के लिए बेहद उपयोगी है। इसके और भी कई फायदे हैं। जैसे- बेहतर एकाग्रता पाने का जरिया है। इससे स्मरण शक्ति तेज होती है। भावनात्मक संतुलन बेहतर होता है। कार्यक्षमता बढ़ती है और समग्र स्वास्थ्य लाभ होता है यानी जब नींद सुधरती है, तो जीवन के कई अन्य पहलुओं पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

इन पर करे अमलः स्लीप योगा के जरिए भरपूर नींद पाने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखें। सोने से 30 मिनट पहले मोबाइल, लैपटॉप और सभी तरह के गैजेट व इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों से पूरी तरह से अपनी दूरी बना लें। रात में भारी भोजन करने से बचें। बिस्तर में लेटकर 5 से 10 मिनट तक गहरी श्वास का अभ्यास करें। योग निद्रा या शवासन को अपने रोजमर्रा की दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। हर दिन एक ही समय पर सोने और एक ही समय पर जगने की आदत डालें। अत्यधिक चाय, कॉफी का सेवन देर शाम के बाद न करें, इससे नींद खराब होती है। *

दुकानदारों में मची अफरा-तफरी, दुकानों के आगे सड़क और फुटपाथ तक सामान फैलाकर कर रखा था कब्जा

अधिकारी बोले..सार्वजनिक हित में चलाया अभियान, किसी भी प्रकार का अवैध कब्जा नहीं किया जाएगा बर्दाश्त

नगर पालिका ने महेंद्रगढ़ में चलाया अतिक्रमण हटाओ अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

शहर में लंबे समय से सड़क और सार्वजनिक स्थानों पर बढ़ते अतिक्रमण को लेकर मिल रही शिकायतों के बाद नगर पालिका ने बुधवार को व्यापक अतिक्रमण हटाओ अभियान चलाया। इस कार्रवाई के दौरान मुख्य बाजार, व्यस्त सड़कों और सार्वजनिक मार्गों पर किए गए अवैध कब्जों को हटाया गया। अभियान शुरू होते ही उन दुकानदारों में अफरा-तफरी मच गई, जिन्होंने अपनी दुकानों के आगे सड़क और फुटपाथ तक सामान फैलाकर कब्जा कर रखा था। जानकारी के अनुसार नगर पालिका की टीम दोपहर निर्धारित समय पर शहर के प्रमुख बाजार क्षेत्र में पहुंची।

टीम ने सबसे पहले उन दुकानों के बाहर रखे गए सामान, टीन शेड, अस्थायी ढांचे और अन्य अवैध निर्माणों को हटाने की कार्रवाई शुरू की, जो सड़क और फुटपाथ पर अतिक्रमण कर रहे थे। कई दुकानदारों ने कार्रवाई का विरोध करने का प्रयास किया, लेकिन अधिकारियों ने स्पष्ट किया कि यह अभियान सार्वजनिक हित में चलाया जा रहा है और किसी भी प्रकार का अवैध कब्जा बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

महेंद्रगढ़। बाजार में रेहड़ी उठाकर ट्राली में डालते कर्मचारी।

स्थानीय लोगों का कहना है कि बाजार क्षेत्र में लंबे समय से अतिक्रमण की समस्या बनी हुई थी। कई दुकानदारों ने अपनी दुकानों की सीमा से बाहर तक सामान फैला रखा था, जिससे सड़क की चौड़ाई कम हो गई थी। इसके कारण वाहन चालकों, पैदल राहगीरों और स्कूली बच्चों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ता था। कई बार जाम की स्थिति भी बन जाती थी, जिससे लोगों का समय बर्बाद होता था और दुर्घटना की आशंका बनी रहती थी।

चेतावनी के बाद भी नहीं हटाया अतिक्रमण

नगर पालिका अधिकारियों ने बताया कि अतिक्रमण हटाने से पहले संबंधित दुकानदारों को कई बार चेतावनी जारी की थी। इसके बावजूद कई लोगों ने कब्जा नहीं हटाया, जिसके चलते मजबूरन अभियान चलाना पड़ा। अधिकारियों ने कहा कि सार्वजनिक मार्गों और फुटपाथों पर किसी भी व्यक्ति को कब्जा करने की अनुमति नहीं दी जा सकती। शहर को व्यवस्थित और यातायात सुगम बनाने के लिए इस तरह की कार्रवाई आगे भी जारी रहेगी। अभियान के दौरान ट्रैक्टर की मदद से सड़क किनारे रखे सामान हटाया गया। नगर पालिका कर्मचारियों ने दुकानों के बाहर रखे गए सामान को भी हटवाया। कुछ दुकानदारों ने स्वयं ही अपना सामान समेट लिया, जबकि कई स्थानों पर टीम को सख्ती भी दिखानी पड़ी। स्थानीय नागरिकों ने नगर पालिका की इस कार्रवाई का स्वागत किया है। लोगों का कहना है कि लंबे समय से अतिक्रमण के कारण बाजार क्षेत्र में आवागमन प्रभावित हो रहा था। अब सड़कें खुलने से यातायात व्यवस्था बेहतर होगी और लोगों को राहत मिलेगी। कई नागरिकों ने मांग की कि नगर पालिका समय-समय पर ऐसे अभियान चलाती रहे ताकि दोबारा अतिक्रमण न हो सके। aनगर पालिका के अधिकारियों ने दुकानदारों को चेतावनी देते हुए कहा कि यदि भविष्य में फिर से सड़क या फुटपाथ पर कब्जा किया गया तो संबंधित लोगों के खिलाफ जुर्माने सहित कानूनी कार्रवाई की जाएगी। अधिकारियों ने शहरवासियों से भी सहयोग की अपील की और कहा कि सार्वजनिक स्थानों को अतिक्रमण मुक्त रखना सभी की जिम्मेदारी है।

अतिक्रमण करने वाले के खिलाफ होगी कार्रवाई

अभियान के बाद बाजार क्षेत्र में सड़कें पहले की तुलना में अधिक खुली नजर आईं। प्रशासन का मानना है कि इस कार्रवाई से यातायात व्यवस्था में सुधार होगा और आम लोगों को होने वाली परेशानियों से राहत मिलेगी। नगर पालिका ने स्पष्ट किया है कि शहर को अतिक्रमण मुक्त बनाने के लिए आगे भी नियमित रूप से अभियान चलाए जाएंगे और नियमों का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

खबर संक्षेप

स्वयंसेवकों की टीम ने पौधे वितरित किए

नारनौल। मिशन महेन्द्रगढ़ अपना जल अभियान एवं लोकसंस्कृति संरक्षण प्रकोष्ठ, महिला योग समिति सदस्यों ने एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत हुडा सेक्टर में 101 पौधों का वितरण व सामुदायिक स्थानों पर रोपण किया। प्रकोष्ठ अध्यक्ष डॉ. कृष्णा आर्या के संयोजन में आयोजित इस पौधा वितरण कार्यक्रम में स्वयंसेवकों की टीम ने लहरोदा नर्सरी से पौधे लाकर हुडा सेक्टर में योग साधकों, राहगीरों व प्रातःकालीन घूमने वालों को वितरित किए। आर्या ने बताया कि उनके द्वारा लगभग 22 हजार 800 पौधे अभी तक लगाए जा चुके हैं और इस बरसात के मौसम में एक हजार पौधे और लगाने का लक्ष्य रखा गया है।

यदुवंशी कॉलेज ने सीए इंटरमीडिएट में रचा इतिहास

नारनौल। यदुवंशी डिग्री कॉलेज की वाणिज्य संकाय के छात्र आयुष शर्मा पुत्र प्रदीप शर्मा ने सीए इंटरमीडिएट. 2026 में किया क्वालीफाई। वाणिज्य संकाय के प्रमुख देवेन्द्र कुमार ने बताया कि सीए इंटरमीडिएट का पेपर हर वर्ष राष्ट्रीय स्तर आईसीएआई की ओर से आयोजित करवाया जाता है। जिसमें यदुवंशी के एक छात्र ने क्वालीफाई किया। संस्था के चैयरमेन व पूर्व विधायक नांगल चौधरी राव बहादुर सिंह ने बच्चों को बधाई दी। सीईओ तनीष राव, संस्था निदेशिका सुरेश यादव, डॉ. प्रदीप यादव आदि मौजूद रहे।

पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का दिया संदेश

नारनौल। हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से जारी दिशा निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के तहत अधिवक्तागण, योगा ग्रुप एवं सीनियर सिटीजन के सहयोग से पर्यावरण को स्वच्छ और हरा-भरा बनाने के उद्देश्य से बुधवार को सुभाष पार्क में पौधरोपण कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में जिला एवं सत्र न्यायाधीश डॉ. रितु वाईके बहल ने पौधरोपण कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी व न्यायाधीशगण एवं जिला प्रशासन से एसडीएम अनिरुद्ध यादव ने पौधारोपण किया।

दूषित वातावरण में लोगों को सांस लेना दुर्भर, संक्रमित बीमारियों का बढ़ा खतरा

शहर में सीवर लाइनों के ब्लॉकेज ने बढ़ाई आमजन की परेशानी

सार्वजनिक टंकियों व मंदिर मार्ग पर सीवर का पानी भरने से लोगों में आक्रोश

- समाधान की प्रक्रिया विभागीय फाइलों में अटकी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

नगर पालिका में सीवर लाइन के ब्लॉकेजों ने शहर वासियों की परेशानी बढ़ा दी है। धार्मिक स्थल व शैक्षणिक संस्थानों के रास्तों पर सीवर का पानी भरा हुआ है। जिससे दुर्गंधमयी वातावरण की स्थिति उत्पन्न हो गई, लोगों को सांस लेना दुर्भर हो गया तथा संक्रमित बीमारियां पनपने की चिंता सताने लगी है। समस्या से विभागीय अधिकारियों को अवगत करवा दिया।

इसके बावजूद बीते छह महीने से स्थिति यथावत बनी हुई है। ऐसे में बारिश के पानी के साथ गंदगी घरों में घुसने का बना हुआ है। आपको बता दें कि नांगल चौधरी को 13 वार्डों में विभाजित किया गया है। प्रत्येक वार्ड में पाइप दबाकर लोगों को सीवर की सुविधा मुहैया करवा दी। गंदगी का निकास कृष्णावती नदी में किया गया है, ताकि पाइप ब्लॉकेज की समस्या नहीं रहे, लेकिन पाइपों पर्याप्त ढलान नहीं दिया, जिस कारण पानी का निकास प्रेशर से नहीं होती। होदी में थोड़ा कचरा पड़ते ही पानी का बहाव रूक जाता है तथा गंदगी बाहर आने लगती है। शहर के वार्ड-10, वार्ड-11, वार्ड-पांच समेत कई प्वाइंटों पर सीवर लाइन ब्लॉकेज है। नोलाजा-नांगल चौधरी सड़क मार्ग पर लाइन धंसने तथा सीवर ओवरफ्लो होने की समस्या बनी हुई है। इसी रास्ते पर गर्ल्स स्कूल, सरस्वती स्कूल, बाबा मुकुंददास मंदिर, पैक्स कार्यालय, शनि मंदिर व कई कोचिंग सेंटर संचालित हैं।

नांगल चौधरी। शहर के वार्ड-10 में भरा सीवर ब्लॉकेज का दूषित पानी व नोलाजा सड़क मार्ग पर बहता सीवर ओवरफ्लो का पानी।

रोजाना दो हजार से अधिक विद्यार्थी आवागमन करती हैं, इस दौरान फिसलन के चलते गिरने व कपड़े खराब होने का खतरा बना रहता है। मंदिर में पूजा-अर्चना करने के लिए श्रद्धालू इसी टंकी से पानी भरते हैं, यहां दूषित पानी भरा होने के कारण पवित्रता प्रभावित होती है।

परेशान दुकानदारों ने नपा व पब्लिक हेल्थ विभाग को समस्या से अवगत करवा दिया, लेकिन 20 दिन बीतने के बावजूद उन्होंने अभी तक सीवर के पाइप की ब्लॉक को दुरुस्त नहीं कराया। अब बारिश में रास्तों का पानी भी सीवर में ही जाएगा, ऐसे में ओवरफ्लो गंदगी लोगों के घरों में घुस सकती है। परेशान शहरवासियों ने तत्परता पूर्वक समाधान की गुहार लगाई है।

होदी में थोड़ा कचरा पड़ते ही रूक जाता पानी का बहाव व बाहर आने लगती गंदगी

बुजुर्ग व महिलाओं की बढ़ी परेशानी

पूर्व पार्षद प्रतिनिधि सोनू तंवर, बाबूलाल नसीर, प्रीतम कुमार, मोनू कुमार, संजय शर्मा ने बताया कि सार्वजनिक टंकियों के पास सीवर ब्लॉक होने के कारण पूरी सड़क पर जलभराव रहता है। इसी सड़क से स्कूल व कॉलेज जाने वाली छात्राओं का आवागमन रहता है, वाहनों की स्पीड से कीचड़ उछलने उनके कपड़े खराब होने की समस्या बढ़ गई। कई छात्राएं व बुजुर्ग लोग जलभराव में फिसलकर चोटिल हो चुके हैं। समाधान के लिए लोग कभी नपा कार्यालय, तो कभी जनस्वास्थ्य विभाग के चक्कर लगा रहे हैं।

सीवर व्यवस्था खराब होना संज्ञान में जल्द कराएंगे समाधान

पब्लिक हेल्थ विभाग के कार्यकारी अभियंता प्रदीप कुमार ने बताया कि नांगल चौधरी के कई वार्डों में सीवर लाइन ब्लॉकेज होने की शिकायत संज्ञान में है। समाधन के लिए संसाधनों का प्रबंध किया जा रहा है। जल्द ही शहरवासियों को दुरुस्त व्यवस्था मिल जाएगी। उन्होंने बताया कि एसटीपी निर्माण की प्रक्रिया चल रही है।

भारत विकास परिषद ने बच्चों को बांटी स्टेशनरी

नारनौल। भारत विकास परिषद शाखा की ओर से बुधवार को राजकीय प्राथमिक पाठशाला पुरानी मण्डी में स्टेशनरी किट वितरण समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य जरूरतमंद विद्यार्थियों को शिक्षा के लिए प्रोत्साहित करना और उन्हें पढ़ाई की सामग्री उपलब्ध कराना था। कार्यक्रम की शुरूआत दीप प्रज्वलन व भारत माता के वंदन के साथ हुई। इसके बाद परिषद के पदाधिकारियों ने विद्यालय के करीब 80 से अधिक विद्यार्थियों को कॉपी, पेन, पेंसिल, रबर, ज्यामिति बॉक्स युक्त स्टेशनरी किट वितरित की। परिषद के अध्यक्ष मुकेश जैन ने कहा कि शिक्षा से ही सशक्त समाज का निर्माण होता है। इस मौके पर एडवोकेट राजकुमार यादव, मुख्य अध्यापक सतबीर सिंह, संदीप शुक्ला, भगत सिंह सैनी, नरेश गोगिया, नवीन गुप्ता, सुभाष कश्यप, भीम शर्मा, विजय जिंदल, मोहित अग्रवाल, सुचेता गोगिया, मुकेश देवी आदि मौजूद रहे।

बीआर ज्ञानदीप विद्यालय में हुआ विज्ञान सेमिनार

महेंद्रगढ़। बीआर ज्ञानदीप विद्यालय सुरजनवास में विद्यार्थियों में वैज्ञानिक सोच, नवाचार एवं अनुसंधान की भावना को विकसित करने के उद्देश्य से विज्ञान सेमिनार आयोजित की गई। यह सेमिनार विज्ञान अध्यापक हरिओम तंवर एवं अविका यादव के कुशल नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। सेमिनार में विद्यार्थियों ने आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, रोबोटिक्स, अंतरिक्ष विज्ञान, जलवायु परिवर्तन, नवीकरणीय ऊर्जा, साइबर सुरक्षा, जैव प्रौद्योगिकी, डिजिटल इंडिया, ग्रीन टेक्नोलॉजी तथा पर्यावरण संरक्षण जैसे समसामयिक एवं वैज्ञानिक महत्व के विषयों पर शोधपरक और प्रभावशाली प्रस्तुतियां दीं। विद्यार्थियों ने चार्ट, मॉडल एवं डिजिटल प्रस्तुतीकरण के माध्यम से विज्ञान के जटिल विषयों को सरल एवं रोचक ढंग से प्रस्तुत कर सभी को प्रभावित किया। कार्यक्रम के दौरान प्राचार्य रामबीर यादव ने कहा कि विज्ञान केवल विषय नहीं, बल्कि जीवन को नई दिशा देने वाली सोच है। उन्होंने विद्यार्थियों से वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाने तथा नवाचार के क्षेत्र में निरंतर आगे बढ़ने का आह्वान किया। चेयरमैन रूपराम यादव ने कहा कि वर्तमान युग विज्ञान एवं तकनीक का युग है। ऐसे आयोजन विद्यार्थियों के ज्ञान, आत्मविश्वास, तार्किक क्षमता एवं प्रस्तुतीकरण कौशल को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने का कार्य करते हैं। अंत में विज्ञान अध्यापक हरिओम तंवर एवं अविका यादव ने सभी प्रतिभागी विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया तथा सफल आयोजन में सहयोग देने वाले सभी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों का आभार व्यक्त किया। विद्यालय परिवार ने इस ज्ञानवर्धक एवं प्रेरणादायी आयोजन की सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए भविष्य में भी ऐसे कार्यक्रमों के नियमित आयोजन का संकल्प लिया।

महेंद्रगढ़। सेमिनार में भाग लेता विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

एसएस हॉस्पिटल एवं ट्रॉमा सेंटर राष्ट्रीय गुणवत्ता मानकों पर उत्तीर्ण

नांगल चौधरी। शहर के एसएस हॉस्पिटल एवं ट्रॉमा सेंटर को नेशनल एक्रेडिटेशन बोर्ड फॉर हॉस्पिटल्स एंड हेल्थकेयर प्रोवाइडर्स की ओर से एंट्री लेवल प्रमाणन प्रदान किया गया है। यह प्रमाणन अस्पताल द्वारा मरीजों की सुरक्षा, उपचार की गुणवत्ता व स्वास्थ्य सेवाओं के राष्ट्रीय मानकों का सफलतापूर्वक पालन करने पर मिला है। जिससे मरीजों को जरूरत के अनुसार सूगमता पूर्वक इलाज मिल सकेगा। अस्पताल के संचालक डॉ. मनीष शर्मा ने बताया कि यह मान्यता पांच मई 2026 से चार मई 2028 तक प्रभावी रहेगी। एनएबीएच प्रमाणन मिलने के बाद अस्पताल अब राष्ट्रीय स्तर पर प्रमाणित स्वास्थ्य संस्थानों की श्रेणी में शामिल हो गया है। उन्होंने बताया कि एनएबीएच, क्वालिटी काउंसिल ऑफ इंडिया का एक मान्यता प्राप्त बोर्ड है, जो अस्पतालों में मरीजों की सुरक्षा, उपचार की गुणवत्ता, संक्रमण नियंत्रण, रिकॉर्ड प्रबंधन और स्वास्थ्य सेवाओं के मानकों का मूल्यांकन करता है। इसके प्रमाणन को देशभर में गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाओं का महत्वपूर्ण पैमाना माना जाता है। नांगल चौधरी एकमात्र अस्पताल को इस मान्यता का गौरव मिला है।

सीएल पब्लिक स्कूल में हाउसों के कप्तान चुने

नारनौल। हाउसों के कप्तान व उपकप्तान। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। हुडा स्थित सीएल पब्लिक स्कूल में नए शैक्षणिक सत्र की शुरुआत के साथ ही हाउस कप्तानों के चयन की प्रक्रिया पूरी की गई। स्कूल ने अकादमिक प्रदर्शन, नेतृत्व क्षमता, खेलकूद और अनुशासन के आधार पर कप्तानों का चुनाव किया गया। जिसमें एपीजे अब्दुल कलाम हाउस (रेड हाउस) की कप्तान हर्षिका, उपकप्तान जिया, आईजेक न्यूटन हाउस (येलो हाउस) की कप्तान वंशीका, उपकप्तान अकक्षांस, डॉ. सीवी रमन हाउस (ब्लू हाउस) की कप्तान नंदनी, उपकप्तान भव्य, आर्यभट्ट हाउस (ग्रीन हाउस) की कप्तान अनन्या, उपकप्तान प्रिया का चुनाव किया गया। सप्राचार्य रविन्द्र सिंह व मुख्याध्यापिका मौनिका कौशल ने सभी नवनियुक्त हाउस कप्तानों को उनके हाउस रंग के सैश व बैज लगाए। शपथ ग्रहण समारोह में स्कूल के हेड बॉय और हेड गर्ल के नेतृत्व में सभी हाउस कप्तानों ने स्कूल के नियमों का पालन करने, निष्पक्षता से काम करने और अपने हाउस को खेलकूद व सांस्कृतिक गतिविधियों में आगे ले जाने की शपथ ली।

मॉडर्न स्कूल में सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता

महेंद्रगढ़। चामधेड़ा रोड स्थित मॉडर्न सीनियर सेकेंडरी स्कूल में कक्षा छठी से आठवीं तक के विद्यार्थियों के लिए सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों के सामान्य ज्ञान, तार्किक क्षमता, टीम भावना तथा आत्मविश्वास का विकास करना था। प्रतियोगिता में कुल 10 टीमों ने भाग लिया। प्रत्येक टीम में तीन विद्यार्थियों को शामिल किया गया था। प्रतियोगिता को रोचक एवं ज्ञानवर्धक बनाने के लिए कुल आठ अलग-अलग राउंड आयोजित किए गए, जिनमें विद्यार्थियों ने पूरे उत्साह और प्रतिस्पर्धात्मक भावना के साथ भाग लिया। प्रतियोगिता के परिणामों में टीम एफ ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 370 अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। प्राचार्य प्रदीप तंवर ने कहा कि सामान्य ज्ञान केवल प्रतियोगिताओं तक सीमित नहीं है, बल्कि जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता का आधार है। कार्यक्रम के सफल आयोजन में कोर्डिनेटर भूपेन्द्र सैनी, सतीश मेहरा, अमन, अनुराधा, निकिता, स्नेहा, राखी तथा अन्य स्टाफ सदस्यों की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

उप स्वास्थ्य केन्द्र की मंजूरी से छापड़ा सलीमपुर में खुशी की लहर

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के गांव छापड़ा सलीमपुर में उस समय खुशी का माहौल देखने को मिला जब स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव द्वारा गांव में उप स्वास्थ्य केन्द्र की मंजूरी दी गई। इस खुशी के मौके पर ग्रामीणों ने बाबा रूपादास मंदिर परिसर में एकत्रित होकर लड्डू बांटे और एक-दूसरे का मुंह मीठा करवाकर अपनी प्रसन्नता जाहिर की।ग्रामीणों का कहना है कि उप स्वास्थ्य केन्द्र की स्थापना से गांव व आसपास के क्षेत्रों के लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं मिलेंगी और उन्हें इलाज के लिए दूर-दराज के शहरों में नहीं जाना पड़ेगा। इससे समय और धन दोनों की बचत होगी। आरती सिंह राव के समर्थक मेनपाल यादव ने कहा कि यह गांव के लिए एक बड़ी उपलब्धि है और इससे क्षेत्र की स्वास्थ्य व्यवस्था में सुधार आएगा। इस मौके पर सरपंच एकता यादव, सरपंच प्रतिनिधि सिंहराज, पूर्व सरपंच राजेन्द्र सिंह, रामरती देवी, दलीप, रामसिंह, रामचंद्र सौदागर, गुलाब नम्बरदार, ईश्वर मिस्त्री, सहीराम, लक्ष्मीनारायण, कुलदीप, शेरसिंह, हवासिंह, बहादुर, मंगल, संजय, विजय सिंह सहित गांव के अनेक गणमान्य नागरिक, बुजुर्ग व युवा बड़ी संख्या में मौजूद रहे।

कनीना। पीले वस्त्र में विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

आरआरसीएम पब्लिक स्कूल में जलक्रीड़ा

कनीना। आरआरसीएम पब्लिक स्कूल में बुधवार को पीला परिधान, भोजन गतिविधि तथा जलक्रीड़ा का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यालय के कक्षा चौथी के विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर उत्साह पूर्वक इस आयोजन में भाग लिया। विद्यालय की गतिविधि इंचार्ज शीतल यादव ने बताया कि इस गतिविधि में सभी विद्यार्थियों ने पूर्ण रूप से पीलेवस्त्र पहने हुए थे तथा अपने भोजन में भी सभी विद्यार्थी पीले स्वादिष्ट फल एवं पीले खाद्य पदार्थ लेकर आए। सभी बच्चों ने इस गतिविधि का भरपूर आनंद लिया। विद्यालय के स्विमिंग कोच अंकित की देखरेख में बच्चों ने जलक्रीड़ा का भी आनंद लिया और मनोरंजन किया। संस्था चेयरमैन रोशनलाल ने बच्चों को इस गतिविधि के बारे में कहा कि शिक्षा के साथ-साथ मनोरंजन का भी विद्यार्थी जीवन में बहुत महत्व है। समय-समय पर बच्चों को इस तरह के खेलकूद एवं मनोरंजन करने का अवसर मिलना चाहिए। इस मौके पर प्राचार्य हरिप्रकाश शर्मा, गतिविधि इंचार्ज शीतल यादव, स्विमिंग कोच अंकित सहित कक्षा चौथी के कक्षा अध्यापक सुनील कुमार एवं अध्यापिका मनीषा उपस्थित रही।

शिविर | लावन गांव में विशेष टीबी जांच शिविर लगाया

टीबी मुक्त भारत अभियान के तहत संभावित मरीजों को जांचा

- 149 ग्रामीणों की स्क्रीनिंग की 53 मरीजों के किए गए एक्स-रे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

टीबी मुक्त भारत अभियान को गति देने के उद्देश्य से स्वास्थ्य विभाग द्वारा आज गांव लावन में विशेष टीबी जांच शिविर आयोजित की गई। शिविर का आयोजन पीएचसी इंचार्ज डॉ. पिंकी जांगडा के मार्गदर्शन में किया गया। स्वास्थ्य विभाग नारनौल से पहुंची मोबाइल बस टीम ने जिला एसीएफ कॉर्डिनेटर अजय सिंह, फार्मासिस्ट नीरज, रेडियोग्राफर रजत चौहान, नर्सिंग ऑफिसर फूलचंद, लैब टैकनीशियन मनोज, चालक भीम सिंह ने शिविर में पहुंचे कुल 149 ग्रामीणों की स्क्रीनिंग की। इनमें से 53 मरीजों के एक्स-रे किए गए।

सीएचओ प्रदीप तथा स्वास्थ्य कर्मी अशोक देवनगर द्वारा टीबी के संभावित 14 मरीजों के बलगम के नमूने लेकर निक्षय पोर्टल पर अपलोड किए गए, जिन्हें जांच के लिए कनीना लैब भेजा गया है। शिविर में विशेष रूप से 60 वर्ष से अधिक आयु के बुजुर्गों, टीबी रोगियों के संपर्क में आए व्यक्तियों तथा शुगर व बीपी के मरीजों की जांच की गई। स्वास्थ्य कर्मी अशोक कुमार और सुनीता देवी ने बताया कि टीबी मुक्त भारत अभियान के तहत स्वास्थ्य कर्मी और आशा कार्यकर्ता घर-घर जाकर टीबी रोगियों की पहचान कर रही हैं। निक्षय पोषण योजना के अंतर्गत प्रत्येक टीबी मरीज को 6,000 रुपये की सहायता दी जाती है, जिसमें से 3,000 रुपये दवा शुरू होते ही पहली किस्त के रूप में दिए जाते हैं। उन्होंने कहा कि दो सप्ताह से अधिक खांसी, वजन का लगातार कम होना, लगातार बुखार और शरीर पर किसी प्रकार की गांठ टीबी के प्रमुख लक्षण हैं। ऐसे लक्षण दिखाई देने पर तुरंत जांच कराकर उपचार शुरू कराना चाहिए। एसटीएस पवन कुमार और टीवीएचवी युद्धवीर सिंह ने बताया कि नियमित 6 महीने का कोर्स पूरा करने पर मरीज पूर्णतः ठीक हो जाता है।

महेंद्रगढ़। मरीजों की जांच करते हुए। फोटो : हरिभूमि

इनका रहा सहयोग

शिविर को सफल बनाने में आशा फेसिलेटर मुन्नी देवी, शीला देवी, सुमन तथा सभी आंगनबाड़ी कार्यकर्ता एवं सहायिकाओं ने मरीजों को बुलाने और जांच करवाने में विशेष सहयोग दिया। स्वास्थ्य विभाग ने ग्रामीणों से अपील की है कि वे टीबी के लक्षणों को नजरअंदाज न करें और समय पर जांच कराकर टीबी मुक्त भारत के संकल्प को साकार करने में अपना सहयोग दिया।

निदेशालय ने 2300 पन्नों की इस सूची को कुल तीन अलग-अलग भागों में तैयार कर अपने आधिकारिक वेब पोर्टल पर सार्वजनिक किया

पीजीटी शिक्षकों की नई टेंटेटिव सीनियोरिटी लिस्ट जारी, 21 जुलाई तक मांगे गए ऐतराज

माध्यमिक शिक्षा निदेशालय ने वेब पोर्टल पर अपलोड की सूची, तय समय के बाद नहीं सुनीं जाएगी कोई आपत्ति

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

माध्यमिक शिक्षा निदेशालय ने 'रेस्ट ऑफ हरियाणा कैडर' के पीजीटी शिक्षकों की नई अनंतरिम वरिष्ठता सूची (टेंटेटिव सीनियोरिटी लिस्ट) जारी कर दी है। निदेशालय ने 2300 पन्नों की इस सूची को कुल तीन अलग-अलग भागों में तैयार कर अपने आधिकारिक वेब पोर्टल पर सार्वजनिक कर दिया है, ताकि संबंधित शिक्षक अपनी वरिष्ठता की जांच कर सकें और यदि कोई विसंगति हो तो समय रहते उस पर आपत्ति दर्ज करा सकें।

शिक्षकों के प्रतिवेदनों के बाद विभाग ने उठाया कदम

दरअसल, विभाग द्वारा इससे पहले चार सितंबर 2024 को एक संशोधित वरिष्ठता सूची प्रकाशित की गई थी, जिसमें एक जनवरी 2017 से पूर्व नियुक्त और पदोन्नत हुए पीजीटी शिक्षकों को शामिल किया गया था। उस सूची के आने के बाद प्रदेशभर से छूटे हुए शिक्षकों द्वारा लगातार निदेशालय को प्रतिवेदन भेजे जा रहे थे, जिनमें बाकी बचे हुए तमाम पीजीटी शिक्षकों के नाम भी वरिष्ठता सूची में शामिल करने की गुहार लगाई गई थी। शिक्षकों की इसी जायज मांग का संज्ञान लेते हुए विभाग ने अब यह नई समेकित टेंटेटिव सूची जारी की है। इसके साथ ही विभाग ने स्पष्ट कर दिया है कि शिक्षकों द्वारा पहले भेजे गए सभी पुराने प्रतिवेदनों का निपटारा इसी सूची के तहत माना जाएगा।

प्रिंसिपल के माध्यम से ई-मेल पर भेजनी होंगी आपत्तियां

निदेशालय की ओर से जारी आधिकारिक सूचना के अनुसार यदि किसी शिक्षक को इस नई टेंटेटिव सूची में अपने नाम, वरिष्ठता क्रम, जन्मतिथि या सेवा विवरण को लेकर कोई आपत्ति है तो वे आगामी 21 जुलाई 2026 तक अपने ऐतराज दर्ज करवा सकते हैं। शिक्षकों को अपनी आपत्तियां सीधे निदेशालय भेजने के बजाय अपने संबंधित स्कूल के प्रिंसिपल के माध्यम से निर्धारित प्रोफार्मा में सभी पुख्ता दस्तावेजों के साथ भेजनी होंगी। इसके लिए निदेशालय ने अपनी विशेष शाखा की आधिकारिक ई-मेल आईडी भी जारी की है। अधिकारियों ने दो टूक शब्दों में चेतावनी दी है कि तय तारीख और समय सीमा समाप्त होने के बाद किसी भी नए दावे या आपत्ति पर विचार नहीं किया जाएगा।

डीईओ को सभी शिक्षकों तक सूचना पहुंचाने के निर्देश

इस पूरी प्रक्रिया को पूरी तरह पारदर्शी और तय समय में मुकम्मल करने के लिए निदेशालय ने सभी जिला शिक्षा अधिकारियों को भी विशेष जिम्मेदारी सौंपी है। डीईओ को कड़े निर्देश दिए गए हैं कि वे तुरंत प्रभाव से इस नोटिस को अपने-अपने जिलों के सभी खंड शिक्षा अधिकारियों, स्कूल प्राचार्यों और विशेष रूप से हर एक पीजीटी शिक्षक के संज्ञान में लाएं ताकि कोई भी पात्र शिक्षक तकनीकी अज्ञानता के कारण अपना दावा पेश करने से वंचित न रह जाए। इसके साथ ही विभागीय आईटी विंग को भी आदेश जारी कर दिए गए हैं कि सूची को लगातार पोर्टल पर लाइव रखा जाए।

सनातन बोर्ड बनाने व गोहत्या पर प्रतिबंध लगाने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

■ मंदिरों को सरकार के नियंत्रण मुक्त करने का सुझाव दिया

हिंदू महासभा के प्रदेशाध्यक्ष सतीश रावत की अध्यक्षता में संपन्न हुई बैठक में प्रस्ताव पारित किया गया। जिसे प्रधानमंत्री को भेजकर सनातन धर्म की रक्षा करने की गुहार लगाई गई है। मंदिरों को सरकार के नियंत्रण मुक्त करने का सुझाव दिया है, जिससे सामाजिक स्तर पर धार्मिक अनुष्ठानों को पूरा करने में मदद मिलेगी। भारतीय संस्कृति में सनातन धर्म सबसे प्राचीन और पवित्र है, लेकिन पश्चिमी देशों की संस्कृति का प्रभाव बढ़ने तथा जागरूकता के आभाव में लोग उपयोगिता से अनभिज्ञ हैं। जागरूकता के लिए गांवों में शहरों में प्राचीन मंदिर हैं, जिनमें रोजाना लाखों श्रद्धालु पूजा-अर्चना करने आते हैं, लेकिन बड़े और प्राचीन मंदिरों पर सरकार का नियंत्रण है, जहां लोगों को सामाजिकता का संदेश देना संभव नहीं हो पाता। महासभा ने सर्व सम्मति से प्रस्ताव पारित करके सनातन बोर्ड बनाने, गोहत्या पर प्रतिबंद, हज यात्रियों का अनुदान बंद करने, अमरनाथ यात्रियों को अनुदान देने, मौलवियों की तर्ज पर मंदिर के पुजारियों को मानदेय देने, कावंड़ शिविर व रामलीला मंचन स्थल को बिजली-पानी उपलब्ध कराने के साथ मंदिर एक्ट को समाप्त करने की गुहार लगाई गई है।

नागरिक अस्पताल कनीना में शुरू होगी डायलिसिस सुविधा: आरती राव

स्वास्थ्य मंत्री ने अटेली में 20 करोड़ के विकास कार्यों की दी सौगात

» मुख्यमंत्री किसान एवं खेतीहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना के तहत पीड़ितों को दी सहायता राशि

» गांव करीरा में वीर सैनिक पार्क, राजा राव तुलाराम जिम तथा एससी चौपाल के नवीनीकरण का उद्घाटन किया

कनीना। विकास कार्यों का उद्घाटन एवं शिलान्यास करती एवं कार्यक्रम में संबोधित करती स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने अटेली विधानसभा क्षेत्र के धन्यवादी दौरे के दौरान विभिन्न गांवों का दौरा कर लगभग 20 करोड़ रुपये की लागत से होने वाले विकास कार्यों का उद्घाटन एवं शिलान्यास किया। उन्होंने कनीना बस स्टैंड, उन्हाणी में निर्माणाधीन फ्लाईओवर तथा नहर के पुल का निरीक्षण कर अधिकारियों को कार्यों में गुणवत्ता और समयबद्धता सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार समान विकास, बेहतर स्वास्थ्य सुविधाओं और आधुनिक आधारभूत ढांचे के निर्माण के संकल्प के साथ कार्य कर रही है।

स्वास्थ्य मंत्री ने गांव करीरा में वीर सैनिक पार्क, राजा राव तुलाराम जिम तथा एससी चौपाल के नवीनीकरण का उद्घाटन किया। इसके साथ ही उप स्वास्थ्य केंद्र का शिलान्यास, बीपीएल कॉलोनी के रास्तों तथा बीसी चौपाल का उद्घाटन भी किया गया। उन्होंने मुख्यमंत्री किसान खेत-खलिहान सड़क योजना के तहत करीरा से गोठड़ा काकड़ संपर्क मार्ग का शिलान्यास किया। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि कनीना सामान्य अस्पताल में शीघ्र ही डायलिसिस की सुविधा शुरू कराई जाएगी।

हरियाणा राज्य कृषि विपणन बोर्ड के माध्यम से करीरा-गोठड़ा तथा करीरा-लिसान संपर्क सड़कों के निर्माण कार्य कराए जाएंगे। वहीं लोक निर्माण विभाग (भवन एवं सड़कें) द्वारा मुख्य सड़क से जवाहर नवोदय विद्यालय तक सड़क चौड़ीकरण एवं सुदृढ़ीकरण, गांव से श्मशान घाट तक सड़क निर्माण तथा एससी चौपाल से स्कूल तक सड़क सुदृढ़ीकरण जैसे कार्य भी किए जाएंगे। इस अवसर पर मुख्यमंत्री किसान एवं खेतीहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना के तहत मार्केट कमेटी कनीना की ओर से पीड़ित किसान परिवारों को आर्थिक सहायता के चेक वितरित किए गए। गांव ईसराना के मोहित को 37500 रुपये, गांव खैराना की सरजीत कुमारी को उनके पति हरिसिंह की मृत्यु के उपरांत पांच लाख तथा गांव ईसराना के उदय सिंह को खेत में कार्य के दौरान दुर्घटना में घायल होने पर 1.25 लाख रुपये की सहायता राशि प्रदान की।

स्वास्थ्य मंत्री आज करेंगी अटेली का दौरा

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र में विकास कार्यों को गति देने के उद्देश्य से स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव नौ जुलाई को गांव बोचड़िया व सलीमपुर का दौरा करेंगी। इस दौरान वे विभिन्न विकास कार्यों का उद्घाटन करने के साथ-साथ क्षेत्रवासियों से सीधा संवाद भी करेंगी। जानकारी देते हुए ग्रीवेंस कमेटी सदस्य विजय सिंह उर्फ सोनू दौगड़ा अहीर ने बताया कि स्वास्थ्य मंत्री सुबह करीब साढ़े आठ बजे रामपुरा हाउस रेवाड़ी से रवाना होंगी और सुबह नौ बजे गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल बोचड़िया पहुंचेंगी। इसके पश्चात वे सुबह 10 बजे पंचायत भवन सलीमपुर में आयोजित कार्यक्रम में शिरकत करेंगी और जनसभा को संबोधित करेंगी। उन्होंने बताया कि अपने दौरे के दौरान स्वास्थ्य मंत्री सैदपुर में हरियाणा पुलिस के फिजिकल टेस्ट के दौरान पंचकूला में दिवंगत हुए कपिल के परिजनों से मुलाकात कर उन्हें सांत्वना देंगी। इसके बाद 11 बजे अटेली स्थित अपने कार्यालय में पहुंचकर आमजन की समस्याएं सुनेंगी।

दो मंजिला बनेगा कनीना बस स्टैंड: आरती राव

स्वास्थ्य मंत्री ने कनीना बस स्टैंड के निर्माण स्थल का निरीक्षण करते हुए बताया कि बस स्टैंड की टेंडर प्रक्रिया अंतिम चरण में है। 20 जुलाई तक प्रकिया पूरा करने का लक्ष्य रखा गया है। उन्होंने बताया कि नया बस स्टैंड आधुनिक सुविधाओं से युक्त दो मंजिला होगा। इसमें महिलाओं के लिए अलग प्रतीक्षा कक्ष एवं शौचालय, ड्राइवरों के लिए विश्राम कक्ष, आधुनिक कार्यालय, विशाल वेटिंग हॉल, हरित क्षेत्र एवं सौंदर्यीकरण की विशेष व्यवस्था होगी। बस स्टैंड परिसर भविष्य में क्षेत्र की पहचान बनेगा। उन्होंने कहा कि बस स्टैंड निर्माण के दौरान प्रभावित दुकानदारों के हितों की रक्षा के लिए सरकार ने हरसंभव प्रयास किए हैं। मामला न्यायालय में विचाराधीन होने के कारण आगे की कार्रवाई न्यायालय के निर्णय के अनुरूप की जाएगी।

गुढ़ा में दी इन विकास कार्यों की सौगात

स्वास्थ्य मंत्री ने गुढ़ा गांव में एचआरडीएफ योजना के तहत फिरनी निर्माण, डी-प्लान योजना के तहत कम्युनिटी हॉल का उद्घाटन, उप स्वास्थ्य केंद्र का शिलान्यास तथा एफएफसी योजना के तहत एससी बस्ती में रास्तों एवं शिविर लाइन निर्माण कार्य का उद्घाटन किया। इसके अतिरिक्त गुढ़ा-मोहनपुर सड़क, गुढ़ा-कोका मार्केटिंग रोड, गुढ़ा-नांगल हरनाथ रोड, गुढ़ा-चेलावास सड़क की मरम्मत, उप स्वास्थ्य केंद्र तथा अन्य आधारभूत विकास कार्यों को भी स्वीकृति प्रदान की गई।

कैमला गांव में भी विकास कार्यों का लोकार्पण

स्वास्थ्य मंत्री ने कैमला गांव में बीसी चौपाल का पुनर्निर्माण, मिडिल स्कूल में प्रार्थना ग्राउंड, उन्हाणी रोड से धनौंदा रोड तक सड़क निर्माण, शिवधाम में टीनशेड, पार्क का नवीनीकरण, जीआई पाइपलाइन बिछाने, पानी के बोर, नालियों पर क्रॉसिंग जाल, आंगनवाड़ी भवन की मरम्मत, नई पानी की टंकी तथा विभिन्न संपर्क मार्गों के निर्माण एवं विकास कार्यों का लोकार्पण एवं निरीक्षण किया गया।

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह, भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. यतेन्द्र राव, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. अशोक कुमार, पीडब्ल्यूडी विभाग के कार्यकारी अभियंता अश्वनी कुमार, हरियाणा रोडवेज के जीएम देवदत्त, पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह, नायब तहसीलदार पायल, भाजपा नेता धीरज यादव, पूर्व अध्यक्ष दयाराम यादव, पंचायत समिति चेयरमैन जयप्रकाश, मार्केट कमेटी चेयरमैन जेपी कोटिया, करीरा की सरपंच सपना यादव, गुढ़ा के सरपंच बीरेंद्र दीक्षित, कैमला की सरपंच डिम्पल जांगड़ा आदि उपस्थित रहे।

नारनौल। वीडियो कांफ्रेंस में मौजूद उपायुक्त अनुपमा अंजली। फोटो : हरिभूमि

एसआईआर: मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने की उपायुक्तों के साथ बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हरियाणा के मुख्य निर्वाचन अधिकारी ए श्रीनिवास ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से एसआईआर अभियान की प्रगति की समीक्षा की। सभी उपायुक्तों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। जिला महेंद्रगढ़ की तरफ से जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त अनुपमा अंजली ने जिले की प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत की। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त अनुपमा अंजली ने बताया कि विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर)-2026 अभियान के तहत लगभग 99 प्रतिशत एन्यूमरेशन फॉर्म वितरित किए जा चुके हैं तथा 77 प्रतिशत डिजिटाइजेशन कार्य पूरा किया जा चुका है। उन्होंने बताया कि अटेली विधानसभा क्षेत्र में लगभग 77 प्रतिशत, महेंद्रगढ़ व नांगल चौधरी में 82 प्रतिशत तथा नारनौल विधानसभा क्षेत्र में 66 प्रतिशत डिजिटाइजेशन कार्य पूरा किया जा चुका है। बाकी कार्य को भी मिशन मोड़ पर लेकर पूरा किया जा रहा है, जिसे 14 जुलाई तक पूरा कर लिया जाएगा। उन्होंने बताया कि एसआईआर अभियान के प्रति आमजन को जागरूक करने के लिए ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में मुनादी, जनसंपर्क अभियान, सार्वजनिक घोषणाओं तथा अन्य माध्यमों का व्यापक उपयोग किया जा रहा है। लोगों को मतदाता सूची के गहन पुनरीक्षण की प्रक्रिया, आवश्यक दस्तावेजों तथा समय पर गणना प्रपत्र जमा कराने के बारे में लगातार जागरूक किया जा रहा है। इसके अलावा एसआईआर-2026 अभियान को सफल बनाने के लिए राजनीतिक दलों, बूथ लेवल एजेंट (बीएलए), सामाजिक संगठनों, जनप्रतिनिधियों तथा स्थानीय नागरिकों का भी सहयोग लिया जा रहा है। सभी के सहयोग से अभियान को अधिक प्रभावी और पारदर्शी बनाया जा रहा है, ताकि मतदाता सूची पूरी तरह शुद्ध एवं अद्यतन तैयार की जा सके।

उपायुक्त ने दिए निर्देश

उपायुक्त अनुपमा अंजली ने वीसी के बाद अधिकारियों को निर्देश दिए कि डिजिटाइजेशन कार्य को निर्धारित समय सीमा में पूरा किया जाए। उन्होंने कहा कि निर्वाचन आयोग का उद्देश्य मतदाता सूची को पूरी तरह त्रुटिरहित, अद्यतन एवं पारदर्शी बनाना है। इसलिए इस कार्य में किसी भी प्रकार की लापरवाही या ढिलाई स्वीकार नहीं की जाएगी। उन्होंने जिलावासियों से अपील की कि वे जल्द से जल्द अपने फार्म बीएलओ के पास जमा करवाएं। इस मौके पर एसडीएम अनिरुद्ध यादव, नगराधीश डॉ. मंगल सेन, डीएमसी रणवीर सिंह, निर्वाचन तहसीलदार सुरेंद्र सिंह के अलावा अन्य अधिकारी मौजूद थे।

भारत विकास परिषद ने लगाई गोमाता के लिए सवामणी

महेंद्रगढ़। भारत विकास परिषद शाखा की ओर से श्री गोपाल गोशाला बुचियावाली में गोमाता के लिए हरी सब्जियों की सवामणी का आयोजन किया गया। इस सेवा कार्य के अंतर्गत परिषद के सदस्यों ने 500 किलोग्राम से अधिक ताजी हरी सब्जियां गोशाला में समर्पित कर गोमाता के लिए भोजन की व्यवस्था की। परिषद के जिला उप समन्वयक नीरज मित्तल ने बताया कि भारत विकास परिषद समाज सेवा एवं गोसेवा के कार्यों के लिए निरंतर समर्पित है। उन्होंने कहा कि आने वाले कुछ दिनों में परिषद द्वारा इसी प्रकार की दो और हरी सब्जियों की सवामणी आयोजित की जाएगी, ताकि गोसेवा के इस अभियान को और अधिक गति मिल सके। कार्यक्रम के दौरान परिषद के बड़ी संख्या में सदस्य उपस्थित रहे।

पीएचसी मालड़ा बास में मनाया हरियाली महोत्सव

महेंद्रगढ़। राज्य सरकार के निर्देशानुसार हरियाली महोत्सव अभियान के तहत बुधवारको प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र मालड़ा बास के परिसर में पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता दंत चिकित्सक डॉ. अमिश गोदारा ने की। मुकेश चौहान और सतीश खैरवाल ने कहा कि बढ़ते प्रदूषण और ग्लोबल वार्मिंग के दौर में स्वच्छ वातावरण बनाना हमारी नैतिक जिम्मेदारी है। अस्पताल परिसर में हरियाली होने से मरीजों को शुद्ध ऑक्सीजन मिलेगी और उनका स्वास्थ्य भी जल्दी ठीक होगा। उन्होंने आमजन से अपील की कि वे भी अपने घरों और आसपास कम से कम एक-एक पौधा अवश्य लगाएं और उसकी देखभाल करें। कार्यक्रम में स्वास्थ्य विभाग के कर्मचारियों मुकेश चौहान, सतीश खैरवाल, महिपाल, कर्मवीर, उदय, सतीश सहित अन्य स्टाफ और स्थानीय ग्रामीणों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों ने पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया।

महेंद्रगढ़। पौधरोपण करते हुए। फोटो : हरिभूमि

सुपरवाइजर ने एसआईआर संबंधी गहन पुनरीक्षण कार्य का जायजा लिया

सतनाली मंडी। एसआईआर अभियान के तहत फार्म एकत्रित करते बीएलओ व सुपरवाइजर। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सतनाली मंडी

भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार चल रहा विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान के अंतर्गत महेंद्रगढ़ निर्वाचन अधिकारी योगेश सैनी के मार्गदर्शन में सुपरवाइजर विजय कुमार पारीक ने एसआईआर संबंधी गहन पुनरीक्षण कार्य का जायजा लिया। सुपरवाइजर विजय कुमार पारीक ने बताया कि इस दौरान उन्होंने सतनाली के बूथ नंबर 10, बूथ नंबर 11, बूथ नंबर 14 पर बीएलओ के साथ मिलकर घर-घर जाकर फार्म एकत्रित किए। इसके अलावा उन्होंने सतनाली के बूथ नंबर आठ, बूथ नंबर नौ, बूथ नंबर 10, बूथ नंबर 11, बूथ नंबर 12, बूथ नंबर 13, बूथ नंबर 14 और सतनाली बास के बूथ नंबर 20, 21 तथा बीरसिंह बास के बूथ नंबर 22 का दौरा कर जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने सभी बीएलओ के कार्य की प्रशंसा करते हुए आमजन और ग्रामीणों से अपील की कि जल्द से जल्द अपने फार्म व अपनी फोटो और संबंधी डॉक्यूमेंट अपने बीएलओ को जमा करवाएं, ताकि सत्यापन का कार्य तय समय सीमा में पूरा हो जाए। इस मौके पर बीएलओ विनोद कुमार, पतुसिंह, प्रेमपाल, योगेंद्र कुमार, सीमा, संतोष, प्रियंका व सुनील, संजय कुमार, राजसिंह आदि उपस्थित रहे।

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, तरुण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन : 8295738500, 9253681005

हरियाणा सरकार ने लंबित मांगों को लेकर आज बुलाई उच्चस्तरीय बैठक: आशीष

नारनौल। भारतीय मजदूर संघ के जिलाध्यक्ष आशीष गोरा ने बताया कि एक जुलाई को भारतीय मजदूर संघ के आह्वान पर पूरे हरियाणा के जिला मुख्यालयों पर कर्मचारियों की ओर से अपनी लंबित मांगों के समर्थन में किए गए शांतिपूर्ण व अनुशासित प्रदर्शन तथा मुख्यमंत्री के नाम सौंपे गए ज्ञापनों का सकारात्मक परिणाम सामने आने लगा है। कर्मचारियों की एकजुटता व भारतीय मजदूर संघ के निरंतर प्रयासों को गंभीरता से लेते हुए हरियाणा सरकार ने संगठन की लंबित मांगों पर विचार-विमर्श के लिए उच्चस्तरीय बैठक बुलाने का निर्णय लिया है। उन्होंने बताया कि नौ जुलाई प्रातः 11 बजे हरियाणा सिविल सचिवालय सेक्टर-1 चंडीगढ़ में हरियाणा सरकार के मुख्य सचिव की अध्यक्षता में भारतीय मजदूर संघ की लंबित मांगों पर उच्चस्तरीय बैठक आयोजित होगी।

जेजेपी युवा प्रदेशाध्यक्ष ने जीएनएम छात्राओं के भविष्य को लेकर उठाए सवाल

नर्सिंग कॉलेज की 17 छात्राओं का अंधकार में भविष्य, संज्ञान में होने पर भी कार्रवाई नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

आखिरकार मुख्यमंत्री और स्वास्थ्य मंत्री इस मामले में कॉलेज प्रबंधन के खिलाफ कोई कार्रवाई करेंगे या यह मामला भी ठंडे बस्ते में डाल दिया जाएगा।

जननायक जनता पार्टी के युवा प्रदेश अध्यक्ष दिग्विजय सिंह चौटाला ने बुधवार को प्रेस को जारी बयान में कहा कि कनीना में संचालित नर्सिंग कॉलेज में पढ़ने वाली 17 छात्राओं का भविष्य अंधकारमय हो गया है।

उन्होंने मुख्यमंत्री व स्वास्थ्य मंत्री से सवाल करते हुए कहा कि अब तक पूरे मामले की जानकारी होते हुए भी कॉलेज प्रबंधन के खिलाफ स्वास्थ्य मंत्री ने अब तक कोई कार्रवाई क्यों नहीं की। आखिरकार मुख्यमंत्री और स्वास्थ्य मंत्री इस मामले में कोई कार्रवाई करेंगे या यह मामला भी ठंडे बस्ते में डाल दिया जाएगा। बुधवार को कनीना में जब 17 जीएनएम छात्राएं अपनी बात रखने स्वास्थ्य मंत्री के सामने पेश हुई, तो स्वास्थ्य मंत्री के द्वारा यह कहना कि उनके संज्ञान में यह मामला है। जब स्वास्थ्य मंत्री के संज्ञान में मामला है, तो अब तक कार्रवाई क्यों नहीं की गई।

यूनिवर्सिटी को नहीं भेजी इंटरनल अंक सूची

दिग्विजय ने कहा कि पंडित भगवत दयाल शर्मा यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज रोहतक की ओर से 28 फरवरी 2026 को घोषित जीएनएम द्वितीय वर्ष परीक्षा परिणाम में महाविद्यालय द्वारा समय पर इंटरनल अंक सूची विश्वविद्यालय को उपलब्ध नहीं कराई गई। जिसके कारण कई छात्राओं को अनुत्तीर्ण घोषित कर दिया गया। उनका आरोप है कि यदि इंटरनल अंक समय पर भेज दिए जाते, तो उनका परिणाम भिन्न हो सकता था।

20 व 21 जुलाई को जीएनएम फाइनल परीक्षा प्रस्तावित

दिग्विजय सिंह चौटाला ने कहा कि आगामी 20 व 21 जुलाई को जीएनएम फाइनल ईयर की परीक्षा प्रस्तावित हैं, लेकिन उन छात्राओं का द्वितीय वर्ष का परिणाम विवाद होने के कारण उन्हें इन परीक्षाओं से वंचित रहना पढ़ सकता है। उन्होंने मांग की कि जब तक लंबित इंटरनल अंकों का सत्यापन कर संशोधित परिणाम घोषित नहीं किया जाता, तब तक प्रस्तावित फाइनल ईयर परीक्षाओं पर अंतरिम रोक लगाई जाए।