हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, मंगलवार, 9 सितंबर 2025

तापमान

अधिकतम 33 .0 डिग्री
न्यूनतम 21.0 डिग्री

12 नाहड़ में फसलों को सौ फीसदी नुकसान...

12 नशा मुक्ति अभियान के तहत किया जागरूक

खबर संक्षेप

एक्साइज एक्ट के तहत एक आरोपी काबू

कुंड। थाना खोल पुलिस ने अगस्त माह में दर्ज एक्साइज एक्ट के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने गांव में अवैध शराब के मामले में 22 अगस्त को केस दर्ज किया था। उस पर अवैध शराब सप्लाई करने का आरोप था। केस दर्ज करने के बाद आरोपी फरार चल रहा था। इस मामले में पुलिस ने बुड़ौली निवासी कपिल को गिरफ्तार किया है। आरोपी को तफ्तीश में शामिल करने के बाद पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

सड़क हादसों के आरोपी चालक काबू

रेवाड़ी। पुलिस ने सड़क हादसों के बाद फरार दो वाहन चालकों को गिरफ्तार किया है। थाना धारूहेड़ा पुलिस ने गत 4 सितंबर को हुए हादसे में दर्ज मामले में गुरूग्राम के बालुदा निवासी विक्रम को गिरफ्तार कर लिया। इस हादसे में एक व्यक्ति की मौत हो गई थी। पुलिस ने 31 अगस्त को दर्ज किए गए मामले में राजस्थान के गुल्लाना निवासी रमेश चंद को गिरफ्तार किया है। बाद में दोनों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

लूट के मामले में फरार पीओ गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने लंबे समय से लूट के मामले में उद्घोषित अपराधी को गिरफ्तार किया है। तावडू के सालाका निवासी इकबाल के खिलाफ लंबे समय से लूट का केस चल रहा है। कोर्ट ने उसे पीओ घोषित किया हुआ था। आरोपी केस दर्ज होने के बाद से फरार चल रहा है। उसके दिल्ली रोड पर खड़ा होने की सूचना मिली थी। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने उसे मौके पर जाकर गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद उसे जेल भेज दिया गया।

महिला से मारपीट का आरोपी पति काबू

धारूहेड़ा। कस्बे की एक सोसायटी में पत्नी को प्रताड़ित करने के आरोपी पति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। मूल रूप से छत्तीसगढ़ के भिलाई की महिला ने पुलिस को दर्ज शिकायत में अपने पति पर शादी के बाद से ही मानसिक और शरीरिक रूप से प्रताड़ित करने का आरोप लगाया था। पुलिस ने महिला की शिकायत के आधार पर केस दर्ज किया था। आरोपी पति को गिरफ्तार करने के बाद पुलिस ने कोर्ट में पेश कर दिया।

बदहाल सड़क ठीक कराने की मांग

रेवाड़ी। चांदूवास गांव के पास टूटी सड़क से हादसों की आशंका बनी हुई है। मोहनुपर व आसपास के गांवों के लोगों ने बताया कि इन गांवों के लिंक रोड़ टूटकर बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो चुके हैं। बारिश होते ही सड़कों के गड्ढों में पानी भर जाता है, जिससे हादसों का डर बना रहता है। दुपहिया वाहन चालक गड्ढों में एकत्रित पानी के कारण गिरकर हादसों का शिकार हो रहे हैं।

सड़क हादसे का आरोपी चालक काबू

जाटूसाना। थाना जाटूसाना पुलिस ने सड़क हादसे के बाद फरार वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। थाना क्षेत्र में 28 अगस्त को हुए हादसे के बाद वाहन चालक मौके से फरार हो गया था। इस हादसे में एक युवक घायल हो गया था। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद आरोपी चालक की तलाश शुरू की थी। इस मामले में पुलिस ने भाकली निवासी गौरव को गिरफ्तार कर लिया। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

बिजली गुल रहने से ग्रामीण परेशान

बावल। क्षेत्र के गांवों में बिजली के अघोषित कटों ने लोगों को परेशान किया हुआ है। कालड़वास निवासी सुरेंद्र, अजीत, विनोद, विक्रम व सुनील आदि ने बताया कि रात के समय गांव में बिजली गुल हो जाती है। इसके बाद घंटों बिजली नहीं आती। गर्मी के मौसम में ग्रामीणों को बिजली के बना भारी परेशानी का सामना करना पड़ता है।

सैन्य पृष्ठभूमि से जुड़ा है परिवार, विजय नगर के सूबेदार भूपेंद्र चौहान शहीद

हरिभूमि न्यूज ⏭कुंड

कस्बे के साथ लगते राजस्थान के गांव गांव विजय नगर निवासी सूबेदार भूपेंद्र सिंह चौहान जम्मू-कश्मीर में शहीद हो गये। 45 वर्षीय सूबेदार का पार्थिव शरीर मंगलवार को पैतृक गांव में पहुंचेगा। जवान के बलिदान की सूचना के बाद गांव में गमगीन माहौल बना हुआ है तथा लोगों सूचना पा कर शोक संतप्त परिवार को सांत्वना दे रहे है। शहीद के पिता रामनिवास सिंह भी आर्मी में सूबेदार मेजर के पद से सेवानिवृत्त हुए थे। उनका भाई महेंद्र सिंह व भतीजा कैप्टन रामसिंह भी आर्मी में अपनी सेवा दे रहे हैं। शहीद को जनरल मुकेश चड्ढा उनकी उल्लेखनीय सेवाओं के चलते तीन बार सम्मानित भी कर चुके हैं।

खास बातें

- आज पार्थिव शरीर गांव पहुंचने की संभावना, राजकीय सम्मान से होगा अंतिम संस्कार

शहीद के पिता रामनिवास सिंह भी आर्मी में सूबेदार मेजर के पद से हुए थे सेवानिवृत्त

जम्मू-कश्मीर में तैनात थी तैनाती

उनके चाचा मनोज सिंह ने बताया कि उसका भतीजा भारतीय सेना में एएससी की 525 बटालियन में जम्मू-कश्मीर में तैनात था। जम्मू-कश्मीर के राजौरी-पुंछ में ड्यूटी के दौरान 7 सितंबर को शहीद हो गए। वह अपने पीछे एक लडका, एक लड़की, पत्नी, माता-पिता समेत भरा परिवार छोड़ गये हैं। उनके दादा दिवंगत ओमकवार सिंह गांव के नंबरदार रहे हैं। शहीद का पार्थिव शरीर 9 सितंबर को सुबह 10 बजे पहुंचेगा तथा सैनिक सम्मान के साथ अंतिम संस्कार होगा।

शहीद भूपेंद्र का फाइल फोटो।

कुंड। शहीद सूबेदार भूपेंद्र सिंह चौहान के घर के बाहर बैठे लोग। *फोटो : हरिभूमि*

दो बच्चों के पिता हैं शहीद भूपेंद्र

सैनिक परिवार से ताल्लुक रखने वाल भूपेंद्र चौहान बेंगलुरु में 2000 में भर्ती हुए थे। उनका विवाह 2003 में हुआ था। उनका बड़ा लड़का 12वीं में तथा छोटी लडकी पायल 11वीं में पढ़ती है। उनकी पत्नी भी सुशिक्षित एमए बीएड पास है। शहादत का समाचार सुनने के बाद परिवार के सदस्यों का बुरा हाल हो गया है।

कई सड़कों की मरम्मत के टेंडर प्रक्रिया पूरी, अगले दो-तीन दिनों में कार्य शुरू होने की उम्मीद

बरसात ने बिगाड़ी सड़कों की सूरत, पचास से ज्यादा सड़कें बदहाल, मरम्मत पर खर्च होंगे 100 करोड़

रेवाड़ी। बाइपास फ्लाईओवर के नीचे टूटी सड़क व टूटी सड़क पर भरा बारिश का पानी। *फोटो : हरिभूमि*

आफत की बारिश से जनजीवन अस्त-व्यस्त

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

मानसून के सीजन में हुई झमाझम बारिश ने पूरे जिले की सड़कों को बेहाल कर दिया है। कई सड़कें टूटकर खतरनाक हो चुकी हैं। मानसून की विदाई के आसार नजर आने लगे हैं। लोक निर्माण विभाग ने इन सड़कों की मरम्मत और निर्माण कराने की तैयारी शुरू कर दी है। लगभग पचास सड़कों को चिन्हित किया गया है, जिनके सुधार पर 100 करोड़ रुपये खर्च होने का अनुमान है। बारिश का सिलसिला थमने के बाद सड़कों का निर्माणकार्य शुरू हो जाएगा। लगातार होने वाली बारिश ने इस बार सड़कों को भारी नुकसान पहुंचाया है। कई सड़कों पर लंबे, चौड़े और गहरे गड्ढे बने हुए हैं। इन गड्ढों में बारिश का पानी एकत्रित होने के बाद एक ओर जहां हादसों की आशंका बनी रहती है, तो दूसरी ओर वाहन अचानक गड्ढों में जाने से खराब हो रहे हैं। लगभग सभी प्रमुख मार्गों की सड़कों की हालत बारिश के बाद खराब हो चुकी है। सबसे बदहाल बेरली और कोटकासिम रोड बने हुए हैं। इनके साथ-साथ ग्रामीण क्षेत्रों की सड़कों का भी बुरा हाल हो चुका है। जैसलमेर नेशनल हाइवे पर दो साल पहले बने फ्लाईओवर की सड़क में मोटे गड्ढे बन चुके हैं, तो एनएचएआई का आउटर बाईपास एक ओर से टूट चुका है। सड़क दोबारा बनवाने के लिए उसकी परत उखाड़ दी गई है, परंतु निर्माणकार्य अभी तक शुरू नहीं किया गया है। इससे बाईपास पर वाहनों की रफ्तार गति नहीं पकड़ पा रही है। बाईपास के झज्जर रोड को जोड़ने वाले हिस्से की हालत भी दयनीय हो चुकी है। यह झज्जर रोड के आसपास खस्ताहाल बना हुआ है।

लगातार कराया जा रहा काम

पेड़ों की ब्रांच कटिंग का कार्य नियमित रूप से कराया जा रहा है। जो पेड़ एचएसवीपी या पीडब्ल्यूडी के अधीन हैं, उनकी छंटाई का कार्य वही दोनों कराएंगे। मार्किंग वाले पेड़ों की कटिंग वन विभाग करा रहा है।
-जितेंद्र कुमार, आरओ, वन विभाग।

जल्द शुरू कराया जाएगा कार्य

सड़कों की मरम्मत का कार्य शुरू कराने के लिए कई टेंडर हो चुके हैं। बारिश थमने का इंतजार किया जा रहा है। अगर अगले दो-तीन दिनों तक मौसम साफ रहता है, तो निर्माण कार्य शुरू करा दिया जाएगा।
-सतेंद्र कुमार, एक्सईएन, पीडब्ल्यूडी।

रेवाड़ी। महेंद्रगढ़ रोड पर गहरे होकर सड़क पर झुके पेड़। *फोटो : हरिभूमि*

हाइवे का सर्विस रोड आफत

दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे पर बनीपुर चौक के पास सर्विस रोड आफत बन चुका है। फ्लाईओवर का निर्माण अधर में लटका होने के कारण हजारों वाहन सर्विस रोड से ही गुजरते हैं। बारिश के कारण इसकी हालत खराब हो चुकी है। सड़क में गड्ढों के कारण आए दिन हाइवे पर लंबा जाम लगा रहता है।

टेंडर की प्रक्रिया कर चुके पूरी: लोक निर्माण विभाग की ओर से बारिश के बाद क्षतिग्रस्त हुई लगभग 50 सड़कों को चिन्हित करने के बाद उनकी रिपेयर कराने के लिए टेंडर की प्रक्रिया पूरी की जा चुकी है। बेरली रोड के निर्माण पर 35 करोड़ रुपये खर्च होने का अनुमान है। इसकी फाइल मंजूरी के लिए सीएमओ को भेजी हुई है। गढ़ी बोलनी रोड की मरम्मत के लिए 12 करोड़ रुपये खर्च होने हैं।

सड़क किनारे पेड़ भी आफत बने

सड़कों के किनारे खड़े पेड़ मानसून के मौसम में बारिश के कारण तेजी से बढ़े हैं। पेड़ों टहनियां सड़कों पर झुकने लगी हैं। पत्तों के वजन से भारी टहनियां भी झुक रही हैं। इससे सड़क हादसों की आशंका बन रही है। कई रूटों पर भीड़ की स्थिति में यात्री बसों की छतों पर यात्रा करते हैं। ऐसे में पेड़ों की टहनियों के कारण हादसों की पूरी आशंका बनी रहती है। लोक निर्माण विभाग बिना मार्किंग वाले पेड़ों की ब्रांच कटिंग तो करा देता है, परंतु मार्किंग वाले पेड़ों की छंटाई वन विभाग ही करा सकता है। कई जगह तो पेड़ों की मोटी टहनियां सड़कों की ओर झुक गई हैं।

रात दस बजे के बाद नहीं बजेगा डीजे, होगी कार्रवाई

- एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने दिए थाना प्रबंधकों व चौकी प्रभारियों को निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने ध्वनि प्रदूषण से आमजन को होने वाली परेशानियों पर कड़ा संज्ञान लेते हुए रात 10 बजे के बाद डीजे व लाउडस्पीकर बजाने पर रोक लगाने के आदेश दिए हैं। इसकी पालना सुनिश्चित करवाने के लिए उन्होंने सभी थाना प्रबंधकों व चौकी इंचार्जों को आदेश दिए है।

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा।

सभी थाना प्रबंधकों द्वारा सामुदायिक केंद्र, बैक्वेट हाल व डीजे संचालकों के साथ बैठक कर इसकी जानकारी दी जा रही है। नियमों का उल्लंघना करने वालों के खिलाफ अब कानूनी कार्रवाई होगी। एसपी ने बताया कि जिले में कुछ सामुदायिक केंद्र व बैंक्वेट हाल आवासीय कॉलोनियों में स्थित हैं।

नियमों का करें सख्ती से पालन

एसपी ने कहा कि निर्धारित नियमों कि पालना नहीं करने पर पर्यावरण संरक्षण अधिनियम के तहत सजा हो सकती है। आमजन शादी समारोह व अन्य खुशी के माहौल मे ऐसा कोई कार्य न करें जिससे किसी दूसरे को परेशानी का सामना करना पड़े। उन्होंने कहा कि ध्वनि प्रदुषण के कई दुष्परिणाम है, रक्तचाप का बढ़ना, सुनने की क्षमता कमजोर होना इत्यादी।

बैंक्वेट हॉल संचालकों को लगाना होगा बोर्ड

एसपी ने कहा कि बैंक्वेट हाल में डीजे व हर्ष फायरिंग के संबंध में बैक्वेट हाल के संचालकों की भी जिम्मेदारी निर्धारित की गई। बैंक्वेट हाल के मालिक को अब गेट के बाहर जानकारी से अंकित बोर्ड लगाने होगें। जिसमें साफ तौर पर मोटे अक्षरों में लिखना होगा कि हथियार के साथ कोई भी व्यक्ति शादी या अन्य समारोह में बैंक्वेट हॉल में प्रवेश नहीं करेंगा।

बारिश और जलभराव से प्रभावित गांवों के किसानों को मौका

अब 15 तक खुला 107 गांवों के लिए क्षतिपूर्ति पोर्टल, उठाएं लाभ

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

प्रदेश सरकार ने किसान हित में हाल ही में भारी बारिश और जलभराव से प्रभावित गांवों के किसानों को फसल क्षति का दावा दर्ज करने के लिए सुविधा प्रदान करने हेतु ई-क्षतिपूर्ति पोर्टल 15 सितंबर तक खुला रखने का निर्णय लिया है। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि जिला रेवाड़ी के 107 गांव प्रभावित हैं, जिसमें पाल्हावास तहसील के 29 गांव, धारूहेड़ा कि 37 गांव, बावल तहसील के 23 तथा डहीना तहसील के 2 गांव शामिल हैं। इन सभी गांवों के किसानों के लिए 15 सितंबर तक पोर्टल खोल दिया गया है और किसान अपनी फसल खराबे की जानकारी अपलोड कर सकते हैं। डीसी ने बताया कि जिला राजस्व अधिकारियों द्वारा ई-क्षतिपूर्ति पोर्टल पर प्राप्त दावों का विशेष गिरदावरी के रूप में सत्यापन किया जाएगा और आकलन के आधार पर निर्धारित मानकों के अनुसार मुआवजा जारी किया जाएगा। प्रभावित किसान द्वारा दावा दर्ज करने के बाद, संबंधित राजस्व अधिकारी/कर्मचारी जैसे पटवारी, कानूनगो, सर्कल राजस्व अधिकारी, जिला राजस्व अधिकारी, उप मंडल अधिकारी, उपायुक्त नुकसान का आकलन करेंगे।

डीसी अभिषेक मीणा।

- बारिश से जिलेभर में 107 गांव प्रभावित हुए है प्रभावित

शिविरों में शिकायतों का निवारण करते हुए लोगों को राहत प्रदान की जा रही

जिले में प्रत्येक सोमवार व गुरुवार को लगाए जा रहे समाधान शिविर

जनसमस्याओं का समाधान प्रशासन की प्राथमिकता: अभिषेक मीणा

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

जनसेवा को समर्पित समाधान शिविर नागरिकों की समस्याओं के समाधान के लिए कारगर साबित हो रहे हैं। जिला प्रशासन द्वारा प्रत्येक सोमवार व गुरुवार को लगाए जा रहे समाधान शिविर में शिकायतों का निवारण करते हुए लोगों को राहत प्रदान की जा रही है। डीसी अभिषेक मीणा ने सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में प्रशासनिक अधिकारियों के साथ आमजन की शिकायतों को सुनते हुए समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर निराकरण किया। डीसी ने गांव नांगलिया में हो रहे अवैध कब्जे के संबंध में संबंधित अधिकारियों को उचित जांच करते हुए अवैध कब्जा हटवाने के निर्देश दिए। गांव छुरियावास व गुडियानी गांव ट्यूबल कनैक्शन के ट्रांसफार्मर की रिपेरिंग करवाने के संबंध में डीसी ने डीएचबीवीएन के अधिकारियों को इसकी जांच करते हुए ट्रांसफार्मर रिपेयर व बदलने के निर्देश दिए। विजयनगर में सडक पर हो रहे कब्जे की शिकायत पर डीसी ने नगर परिषद के अधिकारियों को इसकी जांच करते हुए अवैध कब्जा हटवाने के निर्देश दिए। नसियाजी रोड़ की साफ-सफाई व छोटे उद्योगों की जांच करने के लिए डीसी ने नगर परिषद व एचएसवीपी के अधिकारियों को निर्देश दिए ताकि प्रदूषण जैसी कोई समस्या न हो।

रेवाड़ी। शिविर में लोगों की समस्याएं सुनते हुए डीसी अभिषेक मीणा।

समयबद्ध तरीके से होगा समाधान

डीसी ने शिकायतकतार्ओं को आश्वासन दिया कि समस्याओं का समाधान समयबद्ध तरीके से किया जाएगा और भविष्य में भी समाधान शिविरों के माध्यम से जनता की सीधी भागीदारी को प्राथमिकता दी जाएगी। उन्होंने कहा कि शिविर के माध्यम से नागरिकों को अपनी शिकायतों के समाधान के लिए दफ्तरों के चक्कर नहीं लगाने पड़ते बल्कि वे एक ही स्थान पर अधिकारियों से सीधे संवाद कर सकते हैं।

कोसली। लेफ्टिनेंट शुभम कुमार अपने माता-पिता के साथ।

लेफ्टिनेंट बनने पर शुभम को दी बधाई

कोसली। आस्था कालोनी निवासी तथा मूल रूप से झज्जर जिले के बिरड़ गांव निवासी शुभम कुमार ने भारतीय सेना में लेफ्टिनेंट बन कर अपने गांव व क्षेत्र का नाम रोशन किया है। शुभम कुमार ने चेन्नई स्थित अफसर प्रशिक्षण अकादमी में एक साल का प्रशिक्षण पूर्ण कर लेफ्टिनेंट का पद हासिल करने के साथ बल्कि श्रेष्ठ अकेडमिक का पदक भी प्राप्त किया। शुभम कुमार ने कठोर परिश्रम, अनुशासन और समर्पण की मिसाल पेश करते हुए साबित किया कि लगन और मेहनत से हर मुकाम हासिल किया जा सकता है।उनकी उपलब्धि पर परिजन व गणमान्य लोगों ने उन्हें बधाई दी है

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

हरिभूमि सहेली

रोहतक, मंगलवार
9 सितंबर 2025

लैट रिलेशनशिप
दूर रह कर साथ रहने का अहसास

लैट रिलेशन यानी दूर रहकर भी करीब रहने के अहसास के साथ रिश्ता बनाए रखने का चलन, तकनीकी सुविधाएं बढ़ने के बाद अपने देश-समाज में बढ़ रहा है। हालांकि इस तरह रिश्ते निभाने में कई तरह की सहूलियतें मिलती हैं लेकिन इसमें कुछ चुनौतियों का भी सामना करना पड़ता है। ऐसे में यह रिश्ता तभी सहज ढंग से चल सकता है, जब पति-पत्नी दोनों इसके लिए मानसिक रूप से तैयार हों।

कवर स्टोरी
सरस्वती रमेश

हमारे समाज में शादी के बाद पति-पत्नी अमूमन साथ रहते हैं। अगर पति शहर के बाहर नौकरी या बिजनेस करता है तो शादी होते ही या कुछ समय बाद पत्नी भी उसके पास जाकर रहने लगती है। चाहे पत्नी को इसके लिए अपनी नौकरी ही क्यों न छोड़नी पड़े। कम से कम 90 प्रतिशत मामले में ऐसा ही होता रहा है। असल में शादी का मतलब ही होता है एक-दूसरे के साथ रहना और साथ निभाना। लेकिन आज के दौर में विवाह की यह पारंपरिक सोच बदल रही है। इस नई सोच के मुताबिक पति-पत्नी एक-दूसरे का साथ जरूर निभा रहे हैं, लेकिन एक-दूसरे के साथ रहे बिना। जी हां, लिविंग अपार्ट टुगेदर (लैट) यानी दूर रह कर साथ रहना, आजकल के शादी-शुदा कपल्स के बीच तेजी से बढ़ता ट्रेंड है। वैसे तो यह अवधारणा पश्चिमी देशों से आयातित है। लेकिन हमारे देश में भी यह तेजी से बढ़ रहा है।

क्या है लैट रिलेशन: जब शादीशुदा जोड़े शारीरिक रूप से एक साथ रहने की बजाय दूसरे शहर, राज्य या देश में रहकर भी दांपत्य रिश्ते में बंधे रहना स्वीकार करते हैं तो इसे लैट रिलेशनशिप कहा जाता है। अब तो कपल्स एक ही शहर में अलग-अलग घरों में रहने का विकल्प भी चुन रहे हैं। कई बार साथ रहने की सुलभता के बावजूद दूर रहना वो स्वेच्छा से चुन रहे हैं। इसके पीछे का तर्क यह दिया जा रहा है कि इससे उनके रिश्ते में नई ऊर्जा मिलती रहेगी। किसी से कभी-कभी मुलाकात होने पर हम उससे अतिरिक्त उत्साह से मिलते हैं, जबकि रोज मिलने वालों के साथ मिलने का उत्साह खत्म-सा हो जाता है। लेकिन यह लैट रिलेशन का कोई अकेला कारण नहीं है, और भी वजहें हैं।

ट्रेंड बढ़ने की वजहें: कई शोधों से यह साबित हो चुका है कि आज की पीढ़ी में सहन करने की क्षमता कम हुई है। उनमें छोटी-छोटी बातों को लेकर एग्रेशन बढ़ा है। पति-पत्नी को भी गीला तौलिया बेड पर रखने, एसी का टेंपरेचर कम/ज्यादा करने या घर के छोटे-मोटे कामों के बंटवारे को लेकर झगड़ते हुए देखा जा सकता है। पश्चिमी देशों में लैट रिलेशन की यह भी एक बड़ी वजह है, लेकिन हमारे देश में इसकी बड़ी वजह है, पति-पत्नी के करियर और जॉब से जुड़ी जरूरतें। ज्यादातर मामलों में पति और पत्नी अलग-अलग प्रोफेशन से जुड़े होते हैं। उनकी जरूरतें, ऑफिस टाइमिंग, वर्किंग फील्ड सब कुछ अलग होता है। एक समय ऐसी परिस्थिति में पत्नी सहजता से अपनी नौकरी छोड़ कर अपने पति के साथ रहना स्वीकार कर लेती थी। आज भी अधिकतर मामलों में ऐसा ही होता है, लेकिन अपने करियर के लिए समर्पित महिलाएं शादी के बाद भी अब जॉब छोड़ना स्वीकार नहीं कर रही हैं। बल्कि पति से दूर रहकर अपने सपनों को पूरा करने में लगी हुई हैं। पति भी अपने जीवन साथी की भावनाओं को समझते हुए उन्हें ऐसा करने में सहयोग कर रहे हैं। रिश्तों को निभाने के लिए पारंपरिक शर्तें अब कोई शर्त नहीं रही। जोड़े अब अपनी सुविधा से अपने नियम बना रहे हैं। विशेषज्ञ भी मानते हैं कि दूरी एक-दूसरे के प्रति लगाव और प्रशंसा की भावना बढ़ाती है।

खुद पर फोकस: ज्यादातर मामलों में पति-पत्नी का नेचर, पसंद, हॉबीज, जिंदगी के प्रति नजरिया सब अलग-अलग होते हैं। शादी के बाद अमूमन हर व्यक्ति को अपने पार्टनर का ख्याल रखना पड़ता है, चाहे वह स्त्री हो या पुरुष। जैसे पसंद का खाना, हॉबीज, मत, जरूरतें आदि। ऐसे में खुद की इच्छा कहीं पीछे छूट जाती है। लेकिन लैट रिलेशन में व्यक्ति खुद पर पूरा फोकस करता है, साथ ही अपने पार्टनर को खुद पर फोकस करने का पूरा मौका भी देता है। इसके अलावा आज की पीढ़ी के लिए पर्सनल स्पेस एक बड़ी जरूरत बन चुकी है। संयुक्त या एकल परिवारों में रह रहे महिला और पुरुष भी अब पर्सनल स्पेस चाहते हैं। थोड़ा या कुछ ज्यादा समय, जो सिर्फ उनका हो। ऐसी परिस्थितियां जिनमें शारीरिक या भावनात्मक रूप से किसी की टोका-टोकी या खलल न हो, वे अपनी मर्जी से जी सकें। व्यक्तित्व के समुचित विकास के लिए आज यह पर्सनल स्पेस काफी महत्वपूर्ण बन चुका है। लैट रिलेशन में रह रहे जोड़ों की बिन मांगे यह मुराद पूरी हो रही है।

विदेश में शादियां: अब मध्यवर्ग की लड़कियां भी एनआरआई दूल्हे के सपने देख रही हैं। लेकिन यदि लड़की अपने देश में ही किसी अच्छी जॉब में है तो शादी के बाद भी यहीं रुकना उसकी मजबूरी है। ऐसे कपल्स दूर रहकर भी लैट रिलेशन में अपने रिश्ते को बनाए रखते हैं। बीच-बीच में कुछ समय साथ बिताते हैं और फिर अलग हो जाते हैं। ऐसे संबंधों का सबसे बड़ा फायदा यह है कि जब जीवन साथी साथ न रहे, तो जिम्मेदारियों, काम के बंटवारे को लेकर बार-बार की एडजस्टमेंट नहीं करनी पड़ती। इससे किटपिट कम होती है। साथ ही यदि कोई लड़की शादी के बाद भी अपने माता-पिता के साथ रहकर उनकी देखभाल करना चाहे तो इस रिलेशन में रहकर वह कर सकती है।

चुनौतियां: अलग-अलग रहकर साथ होने के अपने नुकसान भी हैं। लैट रिलेशन कुछ खास तरह के जोड़ों के लिए उपयोगी हो सकता है, लेकिन ज्यादातर के लिए नहीं।

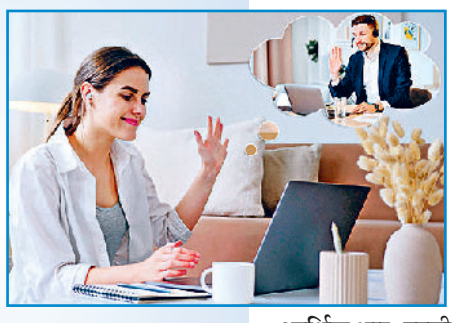
आर्थिक भार: पहली बात तो यह कि ऐसी अवधारणा को मूर्त रूप सिर्फ अमीर लोग ही दे सकते हैं। दो घर यानी दो अलग-अलग गृहस्थियां चलाना महंगा पड़ता है। लैट रिलेशन में पति-पत्नी अपने इनकम को पूरी तरह अपने मुताबिक खर्च कर सकते हैं, लेकिन आगे परिवार बढ़ाने की प्लानिंग और बचत जैसे मुद्दों पर एक-दूसरे का आर्थिक सहयोग और साथ चाहिए होता है। दूसरी बात, इस तरह लंबे समय तक रहना व्यावहारिक नहीं जान पड़ता।

भावनात्मक दूरी: कहते हैं पति-पत्नी के बीच छोटी-मोटी तकरार उनके संबंध को और गहरा बनाती है, लेकिन जब मिलना ही नहीं होगा तो तकरार और दांपत्य की छोटी-छोटी खुशियां और गम भी एक-दूसरे से साझा नहीं हो पाएंगे। इस तरह लंबे समय तक अलगाव भावनात्मक दूरी भी बढ़ा सकती है।

अकेलेपन की समस्या: देखा जाए तो लैट रिलेशन अकेलेपन या अलगाव की भावनाओं को और बढ़ा सकता है। खासकर यदि व्यक्ति किसी अपरिचित स्थान पर हो और उसका कोई मजबूत सामाजिक दायरा न हो। वैसे भी आजकल की पीढ़ी काम की अधिकता और जीवन की जटिलताओं के कारण डिप्रेशन में चली जा रही है। अकेले रहने से पति-पत्नी एक-दूसरे को भावनात्मक संबल नहीं दे पाते हैं। इससे उनका आपसी जुड़ाव कमजोर होता है।

कब-कैसे हुई लैट रिलेशन की शुरुआत

सुनने में लैट रिलेशन टर्म हमें जितना नया लग रहा है, असल में यह इतना नया है नहीं। इसकी शुरुआत 1970 के दशक में नीदरलैंड में हुई थी। सबसे पहले इस टर्म को 'फ्रैंक एन इवा' फिल्म में दिखाया गया था। फ्रैंक और इवा न तो साथ रह पा रहे थे, न ही अलग होना चाहते थे। तब दोनों ने रिश्ते में रहते हुए दूर-दूर रहने का फैसला किया। अंग्रेजी भाषा में यह फिल्म 'लिविंग अपार्ट टुगेदर' नाम से रिलीज हुई थी। वहीं से यह शब्द मिला। लैट रिलेशन में पति-पत्नी शारीरिक रूप से दूर रहने के बावजूद भावनात्मक रूप से दांपत्य बंधन में बंधे हुए होते हैं। विज्ञान और तकनीक की प्रगति ने इस चलन को बढ़ावा दिया है। चूंकि आज हजारों किलोमीटर दूर रहते हुए भी मोबाइल इंटरनेट के माध्यम से जुड़े रहना संभव हो गया है, इसलिए ऐसे संबंधों को जरूरी ईंधन मिलता रहता है। भारतीय समाज में देखें तो यह शब्द अभी नया है, प्रचलन में नहीं है। अनेक पुरुष अपनी पत्नियों को गांव, कस्बे में छोड़कर रोजगार के लिए शहरों में चले जाते हैं। कई बार तो वो विदेशों में कमाने के लिए चले जाते हैं, कई वर्षों बाद वापस आते हैं। मतलब दूर रहते हुए भी अपने रिश्ते को जीवित रखते हैं।



खिलौनों को लेकर रहें सजग

आजकल बाजार में मिलने वाले प्लास्टिक या धातु के खिलौने बच्चों के स्वास्थ्य के लिए घातक साबित हो रहे हैं। ये खिलौने ऑटिज्म को बढ़ा रहे हैं। इसलिए जरूरी हो गया है, बच्चों को पैरेंट्स लकड़ी, मिट्टी, कपड़े और धागे से बने परंपरागत देसी खिलौने दें, जो बच्चों के स्वास्थ्य के लिए हानिकारक नहीं हैं।

बच्चे और आप
डॉ. मोनिका शर्मा

बीते दिनों एम्स द्वारा किए गए रिसर्च में सामने आया कि ऑटिज्म पीड़ित बच्चों के शरीर में लेड, क्रोमियम, मर्करी, मैंगनीज, कॉपर, आर्सेनिक, कैडमियम जैसे भारी धातु पाए गए हैं, जो कि बच्चों में ऑटिज्म बीमारी बढ़ने का कारण बन रहे हैं। पैरेंट्स को ध्यान देना होगा कि स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाली ये धातुएं प्रदूषित भोजन, सिगरेट के धुएं, प्रदूषित हवा, औद्योगिक कचरे और खिलौनों के जरिए बच्चों के शरीर में पहुंच रही हैं। यहां ध्यान देने वाली बात यह है कि अध्ययन में ऑटिज्म से पीड़ित 3 से 12 साल के 180 बच्चों और 180 स्वस्थ बच्चों को शामिल किया गया। इनमें 32 प्रतिशत ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों में 7 तरह के हेवी मेटल्स ज्यादा पाए गए, जबकि स्वस्थ बच्चों में यह समस्या नहीं मिली। ऐसे में पैरेंट्स का बच्चों के शरीर में पहुंचते नुकसानदेह रसायनों और धातुओं को लेकर जागरूक रहना आवश्यक है। देखने में आता है कि खिलौनों से बढ़ते स्वास्थ्य जोखिमों को लेकर आज भी अवेयरनेस की कमी है।

ट्रेडिशनल खिलौने दें: बच्चों को खिलौनों से दूर नहीं किया जा सकता। बालमन के मनोरंजन और खेलने के लिए खिलौने जरूरी हैं। ऐसे में जागरुकता के साथ, जज्बाती जुड़ाव के इस मोर्चे पर हमारा परंपरागत खिलौनों की ओर लौटना जरूरी है। लकड़ी, मिट्टी, कपड़े और धागे जैसे सामानों से बने देसी खिलौने ना केवल परंपरा वाहक हैं। बल्कि भारतीय संस्कृति और जीवनशैली को समझने का जरिया भी हैं। इनसे बच्चों के स्वास्थ्य को कोई खतरा नहीं होता। वहीं प्लास्टिक और अन्य सामानों से बने विदेशी खिलौनों में मौजूद रसायन बच्चों की सेहत के लिए बेहद खतरनाक होते हैं। बच्चों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाते हैं। यही वजह है कि सेहत सहेजने और बच्चों को सहज और संवेदनशील जीवनशैली का पाठ पढ़ाने के लिए परंपरागत खिलौनों की बहुत अहमियत है। हमारे अधिकतर देसी खिलौने ग्रामीण जन-जीवन की झलक और प्रकृति से जुड़ाव का सबक लिए होते हैं। ट्रेडिशनल खिलौने बच्चों के लिए मनोरंजन के साथ ही जमीनी जुड़ाव और समझ को पोषित करने वाले साथी बन सकते हैं।

स्वास्थ्य के लिए कैसे हानिकारक हैं खिलौने: परवरिश के कई संजीदा पक्ष खिलौनों से जुड़े हैं। बाल स्वास्थ्य से जुड़े अनगिनत जोखिमों के बावजूद प्लास्टिक या धातु के खिलौने बच्चों के हाथ में थमा दिए जाते हैं। अब तो बाजार इलेक्ट्रॉनिक खिलौनों से भी अटा पड़ा है। देखने में आता है कि नुकसानदेह रसायन ही नहीं, कई तरह की तकनीक से लैस स्वचालित खिलौने बच्चों की मनः स्थिति पर भी दुष्प्रभाव डालते हैं। खिलौने बच्चों की शारीरिक-मानसिक सेहत को कई तरह से प्रभावित करते हैं। इसीलिए इस विषय में डॉक्टर से भी चर्चा करनी चाहिए। कई बार तो कुछ खास तरह के इंफेक्शन का कारण मुंह में डाले जाने वाले खिलौने भी होते हैं। दांत निकलने के समय तो बच्चे खिलौने को खूब चबाते हैं। मुंह में डालने से कई तरह के वायरस और बैक्टीरिया के बच्चों के शरीर में जाते हैं। ऐसे में गंदे खिलौनों से पेट और मुंह के इंफेक्शन ही नहीं, स्किन इंफेक्शन की समस्या भी हो सकती है। बीमार होने पर बच्चों के टॉयज की डॉक्टर को भी जानकारी दें। घर में भी खिलौनों की साफ-सफाई को लेकर सजग रहें। स्वच्छ रखें और कभी-कभी धूप भी दिखाएं।

बागवानी
अनु आर.

अगर आप चाहती हैं कि आने वाली सर्दियों में अपने गार्डन में उगी ताजी, ऑर्गेनिक और तरह-तरह की सब्जियों का आनंद लें तो इसी महीने कुछ सब्जियों के बीज बो दें। आप कौन सी सब्जियां कैसे लगा सकती हैं, दे रहे हैं कुछ उपयोगी सलाह।

इसी महीने बो दें इन सब्जियों के बीज

मानसून का अंतिम महीना माना जाता है सितंबर माह को, जब वातावरण में नमी बढ़ने लगती है और मौसम ठंडा होने लगता है। कई सारी सब्जियों को उगाने के लिए यह सबसे अनुकूल मौसम होता है। ऐसे में हम आपको बताते है, कुछ ऐसी सब्जियों के बारे में, जिन्हें आप इस माह अपने गार्डन में उगा सकती हैं। इस माह में आप अपने गार्डन में हरी मटर, फूलगोभी, गाजर, टमाटर, ब्रोकली और मूली जैसी सब्जियों को लगा सकती हैं। इस मौसम में लगाई गई ये सब्जियां सर्दी के मौसम में तैयार हो जाएंगी।

फूल गोभी: फूल गोभी हमारे देश में पूरे साल उपलब्ध होती है और किसान इसकी खेती पूरे साल करते हैं। लेकिन मुख्य तौर पर ठंडे मौसम की फसल है। इस महीने में इसे लगाकर सर्दियों में आप अपने बगीचे में उगी गोभी का स्वाद ले सकती हैं। फूल गोभी 6 से 7 के बीच पीएच मान वाली और अच्छी निकास वाली कार्बनिक पदार्थों से भरपूर मिट्टी में अच्छी तरह पनपती है। इसकी मिट्टी को लगातार नम रखें और ज्यादा नाइट्रोजन वाली खाद डालकर इसको अच्छी तरह उगा सकती हैं।

टमाटर: सर्दी के मौसम में ताजे टमाटर खाने के लिए इसी महीने टमाटर के बीज बो दें। इसे ग्रो बैग में लगाएं, गमले में या जमीन पर। इसके लिए दोमट मिट्टी सबसे अनुकूल होती है। टमाटर की फसल बहुत जल्द तैयार हो जाती है।

ब्रोकली: हरी फूल गोभी की तरह दिखने वाली ब्रोकली की सर्दी के मौसम में बहुत मांग बढ़ जाती है। कैल्शियम और आयरन से भरपूर यह सब्जी अगर आप इस महीने में अपने घर के गार्डन में लगाती हैं तो पूरी सर्दियां आप इसका स्वाद ले सकेंगी। ब्रोकली के पौधे को कम गीली मिट्टी में ऐसी जगह पर लगाएं जहां अच्छी धूप आती हो।

हरी मिर्च: भोजन में स्वाद जगाने वाली और सेहत से भरपूर हरी मिर्च को इस माह गमलों में लगा सकती हैं। इसके दो-चार पौधों से ही काफी मात्रा में हरी मिर्च प्राप्त हो जाती हैं। इसके लिए दोमट मिट्टी बेहतरीन होती है और कुछ ही दिनों बाद पौधे में खूब सारी हरी मिर्च लगना शुरू हो जाती हैं।

मूली: मूली को अगर गमले में लगाना हो तो मिट्टी में खाद डालकर उसमें अच्छी-सी नमी लाकर गमले की मिट्टी में ऊपर से इसके बीज बिखेरें और इसमें समय-समय पर पानी देती रहें। 40 से 60 दिन के बाद मूली की फसल तैयार हो जाएगी।

गाजर: सर्दी के मौसम में सब्जी के रूप में, सलाद के तौर पर गाजर खूब खाई जाती है। इसका हलवा भी लोग चाव से खाते हैं। इसके लिए आपको इसी महीने में गाजर के बीज बो देने चाहिए। बीज बोने से पहले मिट्टी को अच्छी तरह से तैयार कर लें। इसे ऐसी जगह पर रोपें, जहां अच्छी धूप आती हो।

हरी मटर: सर्दी के दिनों में अपने गार्डन में उगी ताजा और मीठी मटर खाने का मजा ही अलग होता है। इसके लिए आपको इन्हीं दिनों में मटर बो देना चाहिए। मटर उगाने के लिए इन्हें कार्बनिक पदार्थों से भरपूर अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी में बोएं। बारिश के बाद जब मौसम सूखा हो, तो इनकी बेलों को चढ़ाने के लिए डंडे या दीवार का सहारा जरूर दें। पौधों को चूहों से बचाने के लिए इन्हें जाल से कवर कर सकती हैं।

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सूखे नीबू से स्किन बनेगी सॉफ्ट-ग्लोइंग

नीबू के छिलकों में विटामिन-सी, कैल्शियम, पोटेशियम और मैग्नीशियम जैसे कई मिनरल्स के अलावा एंटी-बैक्टीरियल गुण भी पाए जाते हैं। ये स्किन को सॉफ्ट बनाने के साथ-साथ स्किन से फाइन लाइंस, झुर्रियों, टैनिंग, मुंहासों और दाग-धब्बों को कम करने जैसी कई समस्याओं से राहत दिलाने में मदद करते हैं। ताजे नीबू की तरह ही सूखे हुए नीबू के छिलकों को भी अपने ब्यूटी रुटीन में आप अलग-अलग तरीके से शामिल कर सकती हैं। नीबू के छिलके का पावडर बनाने के लिए सबसे पहले इसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट कर धूप में सूखा लें और मिक्सर में डालकर पीस लें। अब इस मिश्रण को स्टोर करने के लिए किसी एयर टाइट कंटेनर में रख दें। आप इस मिश्रण का इस्तेमाल लिप बाम, क्लींजर या फिर फेस मास्क के लिए कर सकती हैं।

फेस पैक: नीबू के छिलके से बने फेस पैक ऑयली स्किन वाली महिलाओं को काफी राहत मिलती है। फेस पैक बनाने के लिए एक चम्मच बेसन में एक छोटा चम्मच नीबू के छिलके का पावडर और गुलाब जल मिक्स करके लगा लें और जब यह मिश्रण स्किन पर नेचुरल तरीके से सूख जाए तो इसे ताजे पानी से धो लें। इस मिश्रण के साथ आप दही का यूज भी कर सकती हैं। इस फेस पैक से आपकी स्किन और भी सॉफ्ट और अट्रैक्टिव दिखेगी।

स्क्रब: बॉडी और फेस स्क्रब बनाने के लिए आप एक मिक्सर में थोड़ी सी चीनी, शहद और नारियल के दूध के साथ सूखे नीबू के छिलकों के पावडर को अच्छी तरह मिक्स कर लें। शहद, एक्सफोलिएशन में मदद करता है, जबकि नारियल का दूध स्किन को फ्रेश और सॉफ्ट बनाता है। चेहरे की थकावट को दूर करने के लिए येह फेस स्क्रब काफी मददगार साबित हो सकता है। नीबू में साइट्रिक एसिड होता है, जिसकी वजह से यह स्किन की ड्राई सेल्स में जमी परत को एक्सफोलिएट करता है। इसे लगाने से त्वचा मुलायम और चमकदार दिखती है। शहद में पाए जाने बाले एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेट्री गुण मुंहासों के उपचार के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं।

हर्बल टी भी है कारगर: लेमन हर्बल टी बनाने के लिए सूखे नीबू को छोटे टुकड़ों में काटकर उनके छिलकों को रातभर पानी में छोड़ दें। सुबह इनके छिलकों को पानी में थोड़ी देर के लिए उबालकर इसे छान लें। इसके बाद इसे चीनी या शहद से मीठा कर सकती हैं। आप इस चाय में अदरक, तुलसी और इलायची के साथ या फिर किसी जड़ी-बूटी को भी डाल सकती हैं। इसे पीने से आपकी स्किन ग्लो करेगी और एक्सट्रा बॉडी वेट को घटाने में भी मदद मिलेगी

मेडिकल एडवाइस
डॉ. रवींद्र गुप्ता
एचओडी-इंटरनल मेडिसिन
सी. के. बिड़ला हॉस्पिटल, एनसीआर

ऐसे रहेगा कंट्रोल बैड कोलेस्ट्रॉल

अस्त-व्यस्त लाइफस्टाइल और अनहेल्दी डाइट के कारण हमारे शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ने लगती है। इससे हार्ट अटैक और ब्रेन स्ट्रोक का रिस्क बढ़ने लगता है। क्या हैं बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के कारण, इसके लक्षणों के साथ ही इससे बचाव के बारे में जानिए।

हमारे शरीर के सेल्स में पाया जाने वाला कोलेस्ट्रॉल नामक पदार्थ पिघले मोम की तरह चिपचिपा और वसा का ही एक रूप है। यह इतना ऑयली होता है कि पानी में नहीं घुल पाता, जिससे लिपोप्रोटीन पार्टिकल्स ब्लड फ्लो की मदद से इसे शरीर के सभी भागों में पहुंचता है। लेकिन बैड कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से हार्ट अटैक, ब्रेन स्ट्रोक, नजर कमजोर होना, अल्जाइमर और शरीर में दर्द-अकड़न जैसी समस्याएं देखने को मिलती हैं।

कोलेस्ट्रॉल के प्रकार: हमारे शरीर में दो तरह के कोलेस्ट्रॉल मौजूद होते हैं। पहला हाई डेंसिटी लिपोप्रोटीन (एचडीएल), यानी गुड कोलेस्ट्रॉल। यह हार्मोंस के स्राव को नियंत्रित करना, नर्वस सिस्टम के न्यूरांस को बनाना, विटामिन की पाचन क्रिया के साथ नई सेल्स की दीवारों और विटामिन डी को बनाने में भी मदद करता है।

दूसरा लो डेंसिटी लिपोप्रोटीन (एलडीएल), यानी बैड कोलेस्ट्रॉल। यह ब्लड वेसेल्स के अंदर की दीवारों में चिपककर उन्हें संकरा बना देता है, जिससे ब्लड फ्लो में रुकावट पैदा होने की वजह से हार्ट अटैक, ब्रेन स्ट्रोक, नजर का कमजोर होना और शरीर के कुछ भागों में हमेशा दर्द रहता है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के कारण : हमारे शरीर में 20 प्रतिशत बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा डायटरी, सैचुरेटेड और ट्रांस फैट से आती है, जैसे, रेड मीट, तेल, मक्खन और घी का अधिक मात्रा में सेवन करने से बढ़ता है। इसके अलावा 80 प्रतिशत फैट लिवर में तैयार होता है। मैदा, चीनी, चावल, सूजी, ओट्स, एल्कोहल, सॉफ्ट ड्रिंक्स और जंक फूड जैसी चीजों में कार्ब की मात्रा अधिक होने से लिवर इनमें मौजूद कार्ब्स को बैड कोलेस्ट्रॉल में बदल देता है। एक्सरसाइज न करना भी इसकी मात्रा बढ़ने की बड़ी वजह है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के लक्षण : शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने पर आपको अलग-अलग लक्षण देखने को मिल सकते हैं। आंखों के सफेद हिस्से पर काले या भूरे रंग का घेरा नजर आना, शरीर में अकड़न, पसीना आना, दिल की धड़कन बढ़ने के साथ सीने, कंधे और गर्दन में दर्द होने जैसे लक्षण नजर आते हैं। बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा जरूरत से अधिक बढ़ने पर यह ब्लड वेसेल्स में जमा होकर प्लाक बनाता है, जिससे ब्लड फ्लो में रुकावट के कारण दिल का दौरा और ब्रेन स्ट्रोक होने का रिस्क बढ़ सकता है।

बचाव और उपचार के तरीके

बैड कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से संबंधित कोई भी लक्षण नजर आए तो लिपिड प्रोफाइल नामक जांच अवश्य कराएं। इससे शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल का पता लगाया जा सकता है। आमतौर पर स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल का लेवल 130 से कम होना चाहिए, अगर किसी की हार्ट की सर्जरी हुई है तो शरीर में इसका लेवल 100 से कम होना चाहिए। अगर किसी तरह के लक्षण नजर नहीं भी आते तब भी चालीस पार के लोगों को साल में एक से दो बार कोलेस्ट्रॉल लेवल की जांच जरूर करवानी चाहिए। बैड कोलेस्ट्रॉल के लेवल को कंट्रोल में रखने के लिए नियमित एक्सरसाइज और वॉकिंग करें। घी, तेल, मक्खन, मैदा और बाजार में बिकने वाले जंक फूड्स जैसी चीजों को अवॉयड करें। डॉक्टर की सलाह पर दवाओं की मदद से भी इसे कंट्रोल किया जा सकता है।

प्रस्तुति: विनीता

खबर संक्षेप

आवास योजना सहमति कल तक करें प्रस्तुत

रेवाड़ी। हरियाणा सरकार की ओर से हाउसिंग फॉर ऑल विभाग के माध्यम से शहरी क्षेत्रों में गरीबी रेखा से नीचे बसर कर रहे परिवारों को मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना के तहत के अंतर्गत अफोर्डेबल फ्लैट दिए जा रहे है। एडीसी राहुल मोदी ने बताया कि योजना के अंतर्गत प्राप्त आवेदन के सर्वे का काम विभाग ने पूर्ण कर लिया है। योजना के अंतर्गत जिन आवेदनकतार्ओं से सम्पर्क नहीं हो पाया है, वह सहमति 10 तक खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी रेवाड़ी के कार्यालय में प्रस्तुत करना सुनिश्चित करें।

बाबा मुक्तेश्वर पुरी मठ में मेला व भडारा 14 को

कोसली। हर साल की तरह इस वर्ष भी बाबा मुक्तेश्वर पुरी मठ में भंडारे एवं जागरण का आयोजन किया जाएगा। जिला पार्षद एडवोकेट जीवन हितेषी ने बताया कि मठाधीश महंत शिवपुरी महाराज के सानिध्य में यह धार्मिक आयोजन किया जा रहा है। कार्यक्रम का 13 सितम्बर को रात्रि 9 बजे से भव्य जागरण के साथ होगा। अगले दिन 14 सितम्बर को हवन का आयोजन किया जाएगा।

नशीला पदार्थ स्मैक के साथ एक आरोपी काबू

रेवाड़ी। एचएसएनसीबी की जिला यूनिट ने सोमवार को बड़ा तालाब के पास एक व्यक्ति को मादक पदार्थ स्मैक के साथ गिरफ्तार किया है।पुलिस टीम ने आरोपी जितेंद्र सोनी उर्फ सोनू निवासी मोहल्ला बास सिताब राय को मौके पर ही धर दबोचा। आरोपी की तलाशी एक राजपत्रित अधिकारी की मौजूदगी में ली गई, जिसमें उसके पास से 9.38 ग्राम स्मैक बरामद हुई। आरोपी के खिलाफ केस दर्ज करा दिया गया।

प्रशासन ने हटवाया नया गांव में अवैध कब्जा

रेवाड़ी। प्रशासन की टीम ने सोमवार को नया गांव दौलतपुर में अवैध कब्जा हटवा दिया। पुलिस बल की मौजूदगी के कारण कब्जा हटाने की कार्रवाई का कोई विरोध नहीं हुआ। गांव के आम रास्ते पर प्रभावशाली व्यक्ति ने कब्जा किया हुआ था। कब्जा हटवाने के लिए प्रशासन को पूर्व में शिकायत दर्ज कराई गई थी। प्रशासन की ओर से कब्जा हटवाने के आदेश जारी किए गए थे। सोमवार को प्रशासन की टीम पुलिस बल के साथ जेसीबी मशीन लेकर गांव पहुंची। इसके बाद जेसीबी मशीन से कब्जा तुड़वाकर रास्ते को साफ करा दिया गया।

सोमवार को कई लोगों के किए गए चालान

शहर को साफ-सुथरा बनाने की मुहिम तेज, लापरवाह लोगों के काटे चालान

इस अभियान में प्रशासनिक अधिकारियों को जिम्मेदारी सौंपते हुए वार्ड वाइज नोडल अधिकारी नियुक्त किया गए

■ म्हारा रेवाड़ी-स्वच्छ रेवाड़ी मुहिम के तहत जिला नगर आयुक्त ब्रह्म प्रकाश के मार्गदर्शन में अनेक जागरूकता गतिविधियां आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

स्वच्छता अभियान के तहत शहरी क्षेत्र में जन आंदोलन के साथ कार्य करते हुए शहर का सौंदर्यकरण व सुधारीकरण किया जा रहा है। म्हारा रेवाड़ी-स्वच्छ रेवाड़ी मुहिम के तहत डीसी अभिषेक मीणा के निदेर्शानुसार व जिला नगर आयुक्त ब्रह्म प्रकाश के मार्गदर्शन में जिला में अनेक जागरूकता गतिविधियां आयोजित कर आमजन की भागीदारी सुनिश्चित करते हुए सफाई अभियान को बढ़ावा दिया जा रहा है।

इस अभियान में प्रशासनिक अधिकारियों को जिम्मेदारी सौंपते हुए वार्ड वाइज नोडल अधिकारी नियुक्त किया गए हैं ताकि शहर में सफाई अभियान के तहत हो रही कार्यवाही पर नजर रखी जा सके। यदि कोई नागरिक कूड़ा ईधर उधर सडकों पर फेंकता दिखाई देता है उस पर पूरी निगरानी रखते हुए कार्यवाही की जा रही है और उनको सफाई के प्रति जागरूक किया जा रहा है। जिला में शहर को स्वच्छ बनाने की दिशा में सुधार के लिए अतिक्रमण भी हटवाया जा रहा है। साथ ही कूडा करकट ईधर-उधर फेंकने व पॉलिथीन का उपयोग करने वालों के चालान भी किए जा रहे हैं।

रेवाड़ी। लोगों को स्वच्छता के लिए जागयक करते अधिकारी व अतिक्रमण पर चालान की कार्रवाई करते हुए अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

शहर को स्वच्छ बनाने का किया आह्वान

डीसी अभिषेक मीणा ने रेवाड़ी शहर को स्वच्छ बनाने की दिशा में आमजन से आह्वान किया कि जनहितकारी कदम में आमजन का सहयोग रेवाड़ी जिला के शहरी क्षेत्र के सौंदर्यकरण व सुधारीकरण में अहम है, ऐसे में सभी नागरिक सभ्य समाज के रूप में इस सफाई अभियान में अपनी भागीदारी निभाएं। उन्होंने कहा कि रेवाड़ी, बावल व धारूहेड़ा शहरी क्षेत्र में शहरी स्वच्छता अभियान के तहत सफाई व्यवस्था बनाये रखने के लिए प्रशासन की ओर से वार्ड स्तर पर नियुक्त नोडल अधिकारी स्वच्छता दूत के रूप में फील्ड में पहुंचकर गणमान्य लोगों के साथ मेरा वार्ड-सबसे साफ वार्ड करने के लिए सक्रियता बरत रहे हैं। वहीं नगर परिषद व नगर पालिका द्वारा शहर में साफ सफाई के प्रति लोगों को जागरूक करते हुए शहरी क्षेत्र को स्वच्छ बनाया जा रहा है। वार्ड की गलियों में कूड़ा उठान प्रक्रिया, कूड़े करकट के ढेर को साफ करने, आमजन को पॉलिथीन का उपयोग न करने सहित अन्य मूलभूत सुविधाओं को आमजन तक पहुंचाने के लिए नोडल अधिकारियों द्वारा आवश्यक कदम उठाएं जा रहे हैं।

नोडल अधिकारी संभाल रहे शहर में मोर्चा

डीसी ने कहा कि 11 सप्ताह तक चलने वाले विशेष सफाई अभियान में शहर के सभी वार्डों में नालियों की साफ-सफाई की जा रही है और नगर वासियों को सफाई रखने के लिए जागरूक किया जा रहा है। गलियों व कॉलोनियों में जहां भी गंदगी देखने को मिलती है वहीं नियुक्त नोडल अधिकारी टीम के साथ गणमान्य लोगों की उपस्थिति में सफाई करवाना सुनिश्चित कर रहे हैं ताकि शहर को साफ व सुंदर बनाया जा सके। उन्होंने कहा कि संबंधित अधिकारी नगर परिषद और नगर पालिका क्षेत्र में लगातार फिल्ड में रहकर सफाई व्यवस्था प्रबंधन पर कार्य कर रही हैं। सडक से लेकर बाजारों, पार्कों, सार्वजनिक स्थानों पर निरंतर साफ-सफाई अभियान जारी है।

रेवाड़ी। लोगों को स्वच्छता की शपथ दिलाते हुए डीएमसी। फोटो : हरिभूमि

सफाई के लिए व्हाट्सअप नंबर पर दें सूचना

डीएमसी ब्रह्म प्रकाश ने बताया कि हरियाणा शहरी स्वच्छता अभियान के तहत रेवाड़ी जिला के शहरी क्षेत्रों को स्वच्छ और सुंदर बनाने की दिशा में नगर परिषद द्वारा हेल्पलाइन नंबर 8572827322 जारी किया है। उन्होंने बताया कि कोई भी नागरिक शहर में कूड़ा करकट इधर-उधर फेंकते दिखाई देता है तो सभ्य नागरिक के रूप में कोई भी व्यक्ति वाट्सअप नंबर 8572827322 पर वीडियो भेजकर जानकारी दे सकता है। सूचना देने वाले की जानकारी गुप्त रखी जाएगी। इसके अलावा कूड़ा करकट फेंकने वालों के चालान किए जा रहे हैं।

डीएमसी ने मांगा शहर के लोगों का सहयोग

जिला नगर आयुक्त ब्रह्मप्रकाश ने कहा कि शहर को साफ-सुथरा बनाने के लिए शहरी स्वच्छता अभियान शुरू किया हुआ है। इस अभियान के तहत परिषद के अधिकारी और कर्मचारी वार्डों में जाकर लोगों को सफाई के प्रति जागरूक कर रहे हैं और उन्हें खुले में कूड़ा फेंकने से रोक रहे हैं। डोर-टू-डोर कूड़ा संग्रह करते हुए नगर परिषद के कर्मचारी लोगों को अपने घर का कूड़ा बाहर सडकों या नालियों में न फेंकने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि हमारा लक्ष्य है नगर परिषद द्वारा रेवाड़ी क्षेत्र के सभी 31 वार्डों व नगर पालिका क्षेत्र धारूहेड़ा व बावल को गंदगी मुक्त बनाना। नगरपरिषद ईओ सुशील कुमार ने बताया कि इस मुहिम में पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी दिया जा रहा है और स्वच्छता अपनाने की शपथ भी सार्वजनिक स्थलों पर दिलवाई जा रही है।

रेवाड़ी। स्पेशल कैंप में शिकायतों का समाधान करते हुए एडीसी। फोटो : हरिभूमि

पीपीपी से संबंधित शिकायतों का किया गया निपटारा

रेवाड़ी। परिवार पहचान पत्र की शिकायतों एवं परिवार पहचान पत्र में किए जाने वाले सुधार के लिए जिला सचिवालय के कमरा नंबर-202 ए में स्पेशल कैंप का आयोजन किया जा रहा है। एडीसी राहुल मोदी ने क्रीड कर्मचारियों के साथ परिवार पहचान पत्र की शिकायतों का समाधान किया जा रहा है। सोमवार को 7 शिकायतें प्राप्त हुई जिसमें एडीसी ने सभी शिकायतों का मौके पर ही समाधान करवाया। एडीसी ने बताया कि प्रत्येक सोमवार व गुरुवार को परिवार पहचान पत्र से संबंधित शिकायतों के लिए लघु सचिवालय के कमरा नंबर-202 ए में स्पेशल कैंप लगाकर समाधान किया जाएगा ताकि किसी भी नागरिक को परेशानी न हो।

गांव की गली में दबंगों का अतिक्रमण लोग कर रहे परेशानी का सामना

■ ग्रामीणों ने डीसी से अतिक्रमण हटवाने की मांग की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। गांव की गली में लगे गोबर के ढेर। फोटो : हरिभूमि

भाड़ावास गांव के भगतजी मोहल्ला से मेन रोड पर जाने वाले लोगों ने गोबर डालकर अतिक्रमण किया हुआ है, जिससे मोहल्ले के लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। ग्रामीणों ने डीसी से अतिक्रमण हटवाने की मांग की है। प्रमोद कुमार, राकेश, जयसिंह, दिनेश कुमार व प्रदीप आदि ने बताया कि गांव के प्रभावशाली लोगों ने गली में गोबर डालकर कुर्डियां बना दी हैं। इसे गली संकीर्ण होकर छोटी सी रह गई है। बारिश के मौसम में गोबर बुरी तरह दुर्गंध छोड़ रहा है, जिससे पूरे मोहल्ले का माहौल दूषित बना हुआ है। मोहल्ले में गंदगी के चलते मच्छरों का प्रकोप बना हुआ है, जिससे संक्रामक रोगों के फैलने की आशंका बनी हुई है। ग्रामीण प्रमोद कुमार ने बताया कि वह अतिक्रमण साफ कराने के लिए सरपंच से लेकर डीसी तक को शिकायत कर चुके हैं, परंतु अभी तक उनकी समस्या का समाधान नहीं हुआ है। बस स्टैंड से गांव की ओर आवागमन करने वाले लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। ग्रामीणों ने प्रशासन से जल्द अतिक्रमण हटवाने की मांग की है।

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद स्कूल स्टाफ व अन्य। फोटो : हरिभूमि

साक्षरता दिवस पर बनीपुर स्कूल में कार्यक्रम, बच्चों ने दिखा उत्साह

रेवाड़ी। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बनीपुर में सोमवार को अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस के उपलक्ष में अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य 15 वर्ष या अधिक आयु के निरक्षरों या असाक्षरों को चिन्हित कर बुनियादी साक्षरता प्रदान कर उन्हें साक्षरता प्रमाण पत्र दिलवाना है। इस कार्यक्रम में विद्यालय की प्राचार्या डा. शालिनी पुरोहित ने वरिष्ठ शिक्षार्थियों को प्रमाण पत्र वितरित किए। कक्षा छठी व सातवीं के बच्चों ने शिक्षा के महत्व पर नाटक प्रस्तुत किया। सभी ने नाटक में भाग लेने वाले बच्चों के अभिनय की प्रशंसा की। प्रधानाचार्या ने सभी उल्लास के सर्वेयर के कार्यों की प्रशंसा की। इस कार्यक्रम में सभी स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे।

रिटायर्ड कर्मचारी संगठन ने सौंपा उद्योग मंत्री राव को मांगपत्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। उद्योग मंत्री राव नरबीर से मुलाकात करते हुए संगठन के पदाधिकारी।

रिटायर्ड कर्मचारी संगठन के प्रदेश अध्यक्ष बाबूलाल यादव के नेतृत्व में रिटायर्ड कर्मचारियों के प्रतिनिधिमंडल ने उद्योग एवं वाणिज्य मंत्री राव नरबीर सिंह को 7 सूत्री मांगपत्र सौंपा। मंत्री ने आश्वासन दिया कि वह मांगपत्र को सीएम नायब सिंह सैनी को देकर उनकी जायज मांगों को पूरा कराने का प्रयास करेंगे। संगठन के प्रवक्ता देवेंद्र तिवाड़ी ने बताया कि मंत्री को सौंपे गए मांगपत्र में रिटायर्ड कर्मचारियों को कैशलैस मेडिकल सुविधा उपलब्ध कराने, मेडिकल भत्ता बढ़ाकर 3 हजार रुपये करने, पेंशनर की विधवा को एलटीसी सुविधा दिलाने, कोरोना काल के 18 माह के एरियर का भुगतान कराने, कामुटेशन पेंश की रिकवरी 15 साल की बजाय 10 साल तक काटने, उम्र के हिसाब से पेंशन में वृद्धि करने, बोर्डों और निगमों में सर्वोच्च न्यायालय के कर्मचारियों के हितों में दिए गए निर्णय लागू कराने आदि मांगों को शामिल किया गया है।

सैशन जज ने किया जिला जेल का निरीक्षण

रेवाड़ी। माननीय उच्चतम न्यायालय के आदेश अनुसार एवं हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के निदेर्शानुसार सोमवार को जिला एवं सत्र न्यायाधीश एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के जिलाध्यक्ष एस वाधवा, डीसी अभिषेक मीणा, जिला विधिक सेवा प्राधिकरण सचिव अमित वर्मा व सिविल सर्जन डॉ नरेंद्र दहिया सहित अन्य अधिकारियों ने जिला जेल का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने जेल में सफाई व्यवस्था का जायजा लिया तथा कैदियों को दिए जाने वाले भोजन की भी जांच की। उन्होंने जिला जेल रेवाड़ी में चलाए जा रहे लीगल एड क्लीनिक में रजिस्टर भी जांचें।

मुआवजे की मांग को लेकर तहसीलदार को ज्ञापन

■ सरकार को खराब फसलों का मुआवजा देना चाहिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बावल

बावल। तहसीलदार को ज्ञापन सौंपते किसान नेता।

भारतीय किसान यूनियन राकेश टिकैत गुरप की ओर से सोमवार को तलसीलदार को ज्ञापन देकर बारिश से खराब हुई फसलों का उचित मुआवजा देने की मांग की। किसान नेताओं ने जल्द फसलों के नुकसान का आकलन कराने की मांग भी उठाई। यूनियन के प्रदेश महासचिव रामकिशन महलावत की अध्यक्षता में ब्लॉक प्रधान महेंद्र सिंह, भजनलाल, अतरसिंह, सुमरे सिंह व सूरत सिंह सहित यूनियन के पदाधिकारी और सदस्य अंबेडकर पार्क में एकत्रित हुए।

इस मौके पर रामकिशन महलावत ने कहा कि इस बार मानसून के सीजन में सामान्य से अधिक वर्षा होने के कारण किसानों की बाजरा, कपास और दूसरी फसलें बुरी तरह खराब हो गई हैं। फसल उत्पादन में भारी कमी आने की आशंका है, जिससे किसानों की आर्थिक स्थिति पर विपरीत प्रभाव पड़ेगा। ऐसे में प्रदेश सरकार को किसानों को तुरंत राहत देते हुए खराब फसलों का मुआवजा देना चाहिए। उन्होंने बाद में तहसीलदार

डीसी को सौंपा मांगों को लेकर ज्ञापन

रेवाड़ी। भारतीय किसान यूनियन चढूनी ने सोमवार को जिलाध्यक्ष समयसिंह की अध्यक्षता में डीसी अभिषेक मीणा को ज्ञापन दिया। ज्ञापन में यूनियन ने मांग की कि सरकार 20 सितंबर से अनाजमंडियों में बाजरे की सरकारी खरीद शुरू कराए। गत वर्ष हुई ओलावृष्टि की बकाया मुआवजा राशि का तुरंत भुगतान करे। वर्ष 2023 की भावांतर योजना की राशि का भुगतान तत्काल करे। यूनियन ने चेतावनी दी कि अगर 12 सितंबर तक उनकी मांगों पर विचार नहीं किया गया, तो धरना-प्रदर्शन किया जाएगा।

अशोक कुमार को सीएम नायब सिंह सैनी के नाम का ज्ञापन भी दिया।

पोर्टल खुलवाने की मांग पर जय किसान आंदोलन का ज्ञापन

रेवाड़ी। जिले के सभी गांवों के लिए ई-क्षतिपूर्ति पोर्टल खुलवाने को लेकर जय किसान आन्दोलन की जिला इकाई ने डीसी के नाम का ज्ञापन डीआरओ को सौंपा। ज्ञापन में कहा गया है कि अत्यधिक वर्षा होने के कारण किसानों की फसल कपास, बाजरा, सब्जी पूर्ण रूप से नष्ट हो चुकी है फसल खराब होने के कारण किसान अवसाद में है जिसे तुरन्त प्रभाव से खराब हुई फसल का मुआवजा मिलना चाहिए। स्वराज इंडिया पार्टी के घटक दल जय किसान आंदोलन रेवाड़ी के कार्यकतार्ओं ने उपायुक्त के नाम ज्ञापन देकर मांग की कि पूरे जिले के किसानों कि सहायता के लिए फसल क्षति पोर्टल तुरन्त प्रभाव से खोला चालू किया जाए।

जिला और उपमंडल स्तर तक अधिकारियों को सख्त निर्देश दिए गए

जनसमस्याओं के तुरंत निपटारे को प्रतिबद्ध सरकार: डा. सतीश

मुख्यमंत्री स्वयं सप्ताह में एक बार सीधे फीडबैक लेकर सुनिश्चित कर रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। अपने कार्यालय में लोगों की समस्याएं सुनते हुए डा. सतीश खोला। फोटो : हरिभूमि

स्टेट कोऑर्डिनेटर परिवार पहचान प्राधिकरण, हरियाणा डा. सतीश खोला ने कहा कि प्रदेश सरकार आमजन की समस्याओं के त्वरित समाधान और सुशासन को सर्वोच्च प्राथमिकता दे रही है। मुख्यमंत्री नायब सैनी स्वयं सप्ताह में एक बार अधिकारियों से सीधे फीडबैक लेकर सुनिश्चित कर रहे हैं कि जनता की शिकायतें गंभीरता से सुनी जाएं और उनका समाधान निर्धारित समय सीमा में हो। मुख्यमंत्री का स्पष्ट संदेश है कि यह आमजन की सरकार है और किसी भी प्रकार की लापरवाही अथवा उदासीनता को कतई बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। खोला सोमवार को अपने कार्यालय में लोगों की समस्याएं सुनते हुए बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि जनसमस्याओं के निवारण के लिए प्रदेश स्तर से लेकर जिला और उपमंडल स्तर तक अधिकारियों को सख्त निर्देश दिए गए हैं। शासन ने स्पष्ट किया है कि अधिकारियों की कार्यप्रणाली की नियमित मॉनिटरिंग की जाएगी। भ्रष्टाचार या लापरवाही पाए जाने पर तुरंत प्रभाव से कार्रवाई की जाएगी। शासन की प्राथमिकता है कि जनता को पारदर्शी और जवाबदेह व्यवस्था मिले। परिवार पहचान पत्र योजना को प्रदेशभर में विशेष अभियान के रूप में चलाया जा रहा है। इस पहचान पत्र से प्रत्येक परिवार की सामाजिक-आर्थिक स्थिति और शासकीय योजनाओं का वास्तविक लाभार्थी स्पष्ट रूप से चिन्हित होगा। इससे योजनाओं की पारदर्शिता बढ़ेगी और पात्र परिवारों को समय पर लाभ मिल सकेगा। प्रदेश में फैमिली आईडी अभियान को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ाने के लिए विशेष शिविर, जनसंपर्क कार्यक्रम और सूचना प्रसार गतिविधियाँ आयोजित की जा रही हैं। इस महीने से इस अभियान को और अधिक गति देने का निर्णय लिया गया है, ताकि अधिक से अधिक परिवार इस योजना से जुड़ सकें।

अधिकारी गंभीरता से लें लोगों की शिकायतें

डॉ. खोला ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि जन शिकायतों को गंभीरता से लेकर उनका त्वरित निवारण किया जाए। उन्होंने कहा कि फैमिली आईडी को लेकर चलाए जा रहे अभियान में सभी को सक्रिय भागीदारी निभानी होगी। परिवार पहचान पत्र केवल सरकारी योजनाओं के लाभ से जोड़ने का माध्यम नहीं है, बल्कि यह सामाजिक सुरक्षा और विकास योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन की आधारशिला है। सरकार का संकल्प है कि आमजन को पारदर्शी, संवेदनशील और जवाबदेह शासन प्रदान किया जाए। मुख्यमंत्री नायब सैनी के नेतृत्व में प्रशासनिक सुधारों की श्रृंखला चलाई जा रही है।

खबर संक्षेप

छात्रों ने किया तकनीकी संस्थान का भ्रमण

रेवाड़ी। शहीद हरलाल पीएम श्री राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बोडिया कमालपुर के विद्यार्थियों ने सोमवार को तकनीकी संस्थान लिसाना का भ्रमण किया। कार्यक्रम प्रभारी अध्यापक नरेंद्र सिंह तथा अंग्रेजी अध्यापिका सुशीला देवी के नेतृत्व में विद्यार्थियों का दल तकनीकी संस्थान पहुंचा। कार्यक्रम प्रभारी ने बताया कि हरियाणा शिक्षा विभाग के व्यवसायिक शिक्षा का अनुभव कार्यक्रम के तहत लिसाना स्थित तकनीकी संस्थान का भ्रमण किया जिसमें कक्षा छठी से आठवीं के

प्रिया मिस व ध्रुव मिस्टर फ्रेशर बने, किया स्वागत

डहीना। विवेकानंद डिग्री कॉलेज में फ्रेशर पार्टी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कॉलेज परिवार ने नये प्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों का हर्षोल्लास के साथ स्वागत किया। कार्यक्रम में जहां विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया, वहीं कॉलेज प्रबंधन और अतिथियों ने भी उन्हें उज्ज्वल भविष्य के लिए आशीर्वचन दिए। कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि जिला प्रमुख मनोज यादव, जिला पार्षद भूपेन्दर खोला, पार्षद भूपेन्दर यादव उप निरीक्षक रजनीश कुमार उपस्थित रहे।

बाढ़ प्रभावित लोगों को मदद के लिए राशि निर्धारित

रेवाड़ी। जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के अध्यक्ष एवं डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से बाढ़ प्रभावितों की मदद के लिए विभिन्न श्रेणियों में आर्थिक सहायता राशि निर्धारित की है। यह सहायता राशि बाढ़ प्रभावित लोगों को राहत पहुंचाने और पुनर्वास में मदद करने के उद्देश्य से दी जा रही है।

वृद्धजन सम्मान समारोह का किया आयोजन

कोसली। विश्वकर्मा कालोनी स्थित जांगिड़ धर्मशाला में सोमवार को युवा जांगिड़ सेवा समिति व ब्लाक जांगिड़ सभा की ओर से जांगिड़ परिवार स्मारिका विमोचन एवं वृद्धजन सम्मान समारोह का आयोजन किया गया । सोमवीर जांगिड़ के संयोजन में हुए समारोह की अध्यक्षता ठेकेदार रविदत्त जांगिड़ ने की। कवि गोष्ठी में महेंद्र सिंह बिलोटिया, दलबीर सिंह फूल, डा महावीर सिंह निर्दोष, राजबीर खोरड़ा, सत्यवान सत्य, अशोक कुमार ढोरिया, सोमवीर जांगिड़ व ललित जांगिड़ ने अपनी रचनाओं से समाज के उत्थान का संदेश दिया। अखिल भारतीय जांगिड़ ब्राह्मण महासभा के प्रदेशाध्यक्ष खुशी राम जांगिड़ आदि रहे।

कृषि विभाग ने तैयार की बारिश से फसल नुकसान की रिपोर्ट

नाहड़ में फसलों को सौ फीसदी नुकसान बावल व खोल में पूरी तरह खराब नहीं

बाजरे की 3 हजार एकड़ फसल को पूरी तरह नष्ट माना

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

रेवाड़ी। एक किसान के खेत में खराब हुई कपास की फसल। फोटो: हरिभूमि

मानसून सीजन के दौरान फसल नुकसान को लेकर कृषि विभाग की ओर से रिपोर्ट तैयार कर ली गई है। इस रिपोर्ट के मुताबिक फसलों को 100 फीसदी नुकसान सर्वाधिक नाहड़ खंड में हुआ है। बावल और खोल खंडों में पूरा खराबा नहीं हुआ है, जाटूसाना खंड ज्यादा खराबा होने के मामले में दूसरे नंबर पर है। बाजरे की लगभग 3 हजार एकड़ फसल को पूरी तरह नष्ट माना गया है। मानसून की विदाई के संकेत भी मिलने शुरू हो गए हैं। इसके बाद किसानों ने बाजरा कटाई का कार्य तेज कर दिया है। इस बार मानसून के सीजन में सामान्य से ज्यादा बारिश होने के कारण किसानों को भारी नुकसान का सामना करना पड़ा है। किसानों की बाजरा और कपास की फसलों को काफी नुकसान हुआ है। बारिश लगातार जारी रहने के कारण किसान तैयार खड़ी बाजरे की फसल कटाई शुरू नहीं कर पाए, जिससे सिरों में बने दाने अंकुरित होकर खराब हो गए। कपास की फसल भी ज्यादा बारिश के कारण गलकर काली पड़ गई, जिससे किसानों को नुकसान का सामना करना पड़ रहा है। खरीफ की दूसरी फसलों को भारी बारिश ने बर्बाद कर दिया है। प्रदेश सरकार की ओर से सितंबर माह में भी बारिश जारी रहने के कारण क्षतिपूर्ति पोर्टल 10 सितंबर तक के लिए खोल दिया था, ताकि प्रभावित किसान फसल नुकसान का ब्योरा उस पर दर्ज करा सकें। कृषि विभाग ने अपने तौर पर भी फसलों का सर्वे कराया है। इसकी रिपोर्ट तैयार करने के बाद सरकार को भेजी जा रही है, ताकि प्रभावित किसानों को समय पर मुआवजा मिल सके। कृषि विभाग की रिपोर्ट के अनुसार जिले में बाजरे की फसल को 3046 एकड़ में 100 प्रतिशत नुकसान हुआ है। वहीं कपास की फसल 972 एकड़ में पूरी तरह नष्ट हुई है।

पहली बार लंबे समय तक खिली धूप

एक महीने से भी ज्यादा समय बाद पहली बार सोमवार को सुबह से लेकर दोपहर बाद तक तेज धूप खिली रही। इससे मानसून की विदाई के संकेत मिलने शुरू हो गए हैं। सुबह से ही आसमान साफ रहने के कारण धूप निकल गई, जो दोपहर बाद तक बनी रही। शाम के समय आसमान में आंशिक बादल छा गए। धूप निकलने के कारण अधिकतम तापमान 1.0 डिग्री सेल्सियस बढ़कर 34.5 डिग्री पर पहुंच गया। न्यूनतम तापमान 1.0 डिग्री की गिरावट के साथ 20.5 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। हवा में नमी का स्तर कम होकर 65 प्रतिशत तक आ गया, जबकि हवा की गति 8 किलोमीटर प्रतिघंटा के आसपास रही।

सरकार को भेजी रही रिपोर्ट

यह रिपोर्ट 3 सितंबर तक जुटाए गए आंकड़ों के आधार पर तैयार की गई है। बाद में हुई बारिश से नुकसान को इसमें शामिल नहीं किया गया है। रिपोर्ट सरकार को प्रेषित की जा रही है।
दीपक यादव, सडीओ, एग्रीकल्चर।

किसानों ने तेज किया कटाई का कार्य

मौसम साफ होने के बाद किसानों ने बाजरा की कटाई का कार्य तेजी से शुरू कर दिया है। अगर मौसम साफ बना रहता है, तो जल्द ही मंडियों में बाजरे की आवक शुरू हो जाएगी। सरकारी खरीद को लेकर अभी तक स्थिति साफ नहीं हुई है। किसान जल्द से जल्द फसल काटने और निकालने पर जोर दे रहे हैं। कपास की चुगाई का कार्य भी किसानों ने शुरू कर दिया है। अगेती फसल को नुकसान जरूर हुआ है। मौसम विभाग के अनुसार मानसून कमजोर पड़ना शुरू हो गया है। सप्ताह के अंत तक आसमान में आंशिक या घने बादल छा सकते हैं। बीच-बीच में बौछारें भी गिर सकती हैं, लेकिन अभी भारी बारिश की संभावना नजर नहीं आ रही है।

बाजरे को कहां-कितना नुकसान प्रति एकड़

खंड	0 से 25	26 से 50	51 से 75	76 से 100
बावला	0	0	0	0
नाहड़	15857	7615	3889	2297
जाटूसाना	10155	11995	3340	745
खोल	3600	20035	0	0
रेवाड़ी	5395	10414	1532	4

कपास को प्रति एकड़ कहां-कितना नुकसान

खंड	0 से 25	26 से 50	51 से 75	76 से 100
बावल	695	170	150	0
नाहड़	2442	1564	1262	892
जाटूसाना	10155	11995	3340	745
खोल	200	401	1762	0
रेवाड़ी	5395	10414	1532	4

शिविर में ग्रामीणों को दी कानून की जानकारी

कार्यक्रम का उद्देश्य ग्रामीणों को अधिकारों के प्रति जागरूक करना रहा

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

रेवाड़ी। ढोकिया में लोगों को कानूनी जानकारी देते हुए प्राधिकरण के सदस्य।

हरियाणा राज्य विधिक सेवाएं प्राधिकरण पंचकूला के निदेर्शानुसार मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण रेवाड़ी सचिव अमित वर्मा के नेतृत्व में जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण द्वारा सोमवार को कानूनी जागरूकता शिविरों का आयोजन किया गया। इन कार्यक्रमों का उद्देश्य ग्रामीणों को उनके संवैधानिक और कानूनी अधिकारों के प्रति जागरूक करना तथा निःशुल्क विधिक सहायता, उनके मौलिक अधिकारों एवं सामाजिक न्याय से संबंधित विषयों पर जागरूक करना था। जागरूकता कार्यक्रमों में पैनल अधिवक्ताओं, पैरा लीगल वालंटियर्स, विधि कॉलेज के छात्रों और गैर-सरकारी संगठन एमडीडी इंडिया, शक्ति वाहिनी के सदस्यों ने सक्रिय भागीदारी निभाते हुए स्थानीय निवासियों, विशेषकर महिलाओं, बच्चों, वरिष्ठ नागरिकों एवं कमजोर वर्गों को विभिन्न महत्वपूर्ण कानूनी विषयों जैसे कि बाल अधिकार और यौन अपराधों से बच्चों का संरक्षण अधिनियम, साइबर सुरक्षा एवं ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचाव, किशोर न्याय अधिनियम, राष्ट्रद्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण हेल्पलाइन-15100 की जानकारी दी।

कर सकते हैं कानूनी सहायता प्राप्त

उन्होंने बताया कि कैसे वे जरूरत पड़ने पर नजदीकी जिला विधिक सेवा प्राधिकरण से कानूनी सहायता प्राप्त कर सकते हैं, और राष्टीय व राज्य सेवा प्राधिकरण द्वारा संचालित योजनाओं का लाभ ले सकते है। इसके साथ ही बाढ़ जैसी आपदा की स्थिति में नागरिकों की भूमिका पर जागरूक करते हुए कानूनी सहायता एवं सरकारी संसाधनों की जानकारी भी प्रदान की गई और राष्टद्रीय सेवा प्राधिकरण द्वारा चलाये गए हेल्पलाइन नंबर-15100 एवं संबंधित विधिक सहायता केंद्रों की जानकारी प्रदान की गई।

महिलाओं को सशक्त बनाने को लेकर कार्यशाला में दी विस्तार से जानकारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ मीरपुर

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय में सोमवार को उद्यमिता पखवाड़ा के अंतर्गत कौशल संवर्धन और व्यावसायिक विकास केंद्र ने महिला सेल और होटल और पर्यटन प्रबंधन विभाग, छात्र कल्याण विभाग के सहयोग से 'आतिथ्य क्षेत्र में उद्यमिता के माध्यम से 'महिलाओं को सशक्त बनानाः बाधाओं को तोड़ना और नेताओं का निर्माण' विषय पर एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। महिला प्रकोष्ठ की संयोजक प्रो. रश्मि पुंडीर ने मुख्य वक्ता जामिया हमदर्द, नई दिल्ली की शेफ अनुभा का स्वागत करते हुए उद्यमिता पुरस्कार से सम्मानित किया। अनुभव ने उद्यमिता से संबंधित महिलाओं के विकास के लिए बहुत से अवसरों के बारे में विस्तार से बताया। छात्र कल्याण विभाग के सहयोग से उद्यमिता पखवाड़े के दौरान विभिन्न कार्यक्रम और गतिविधियाँ आयोजित की गई। कार्यक्रम का संचालन प्रबंधन विभाग की डॉ. रितु बजाज ने किया। नारा लेखन, पोस्टर निर्माण और व्यावसायिक विचारों पर प्रतियोगिताएं आयोजित की गई थी। सभी गतिविधियों में 13-13 टीमें रही।

प्रो. रविंदर, डॉ. समृद्धि, डॉ. संदीप कुमार ने व्यावसायिक योजनाओं के लिए निर्णायक मंडल के सदस्यों के रूप में कार्य किया

रेवाड़ी। विजेता प्रतिभागियों के साथ यूनिवर्सिटी स्टाफ सदस्य।

जैन भक्तामर पाठ के आयोजन में सैकड़ों श्रद्धालुओं ने लिया हिस्सा, सात लोगों को मिले पुरस्कार

रेवाड़ी। आयोजकों को सम्मानित करते हुए समिति प्रधान कुलदीप जैन।

रेवाड़ी। जैनियों के प्रथम तीर्थंकर भगवान आदिनाथ को सच्चे मन से स्मरण मात्र से सभी कष्टों व दुखों का निवारण होता है। राजा भोज द्वारा 48 तालों की जेल में बंद किये गए जैनाचार्य मानतुंग द्वारा जब भगवान को स्मरण कर भक्तामर स्त्रोत की रचना की तो सभी ताले टूटते चले गए। इस अतिश्यकारी भक्तामर स्त्रोत का घर-घर व जन-जन तक प्रचार कर रही समाज की भक्तामर पाठ समिति ने सोमवार को अपने 500वें पाठ का आयोजन किया।
समिति के प्रधान कुलदीप जैन ने कहा कि सोमवार को 500वां भक्तामर पाठ नगर की जैनपुरी स्थित सुरेन्द्र जैन सर्राफ के निवास परिसर में हुआ। जिसमें सैकड़ों श्रद्धालुओं ने भक्ति भाव से कार्यक्रम में हिस्सा लेकर पुण्य लाभ अर्जित किया। उन्होंने कहा कि 500वें पाठ के शुभ अवसर पर उपस्थित श्रद्धालुओं के लिए एक ड्रॉ निकाला गया। जिसमें आशु जैन, रुचि जैन, मीनू जैन, प्रियांक जैन, रेखा जैन, देवी, प्रीति जैन को सुरेन्द्र जैन द्वारा प्रदत्त विशेष पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया।

अंतरराष्ट्रीय साक्षरता दिवस मनाया

साक्षरता दिवस पर वितरित किए प्रौढ़ शिक्षा के सर्टिफिकेट

हरिभूमि न्यूज ⏭ नाहड़

नाहड़। साक्षर हुए प्रौढ़ के साथ विद्यालय स्टाफ। फोटो: हरिभूमि

शहीद धर्मसिंह राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लुखी में सोमवार को अन्तर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस मनाया गया। इस अवसर पर साक्षरता के महत्व को इंगित करते हुए कई सांस्कृतिक कार्यक्रमों का मंचन किया गया। विद्यालय की प्राचार्या, उमा यादव ने साक्षरता के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने अपने कहा कि किसी भी राष्ट्र को पूर्ण रुप से विकसित होने के लिए उसके नागरिकों का साक्षर होना बेहद आवश्यक है। आज समस्त विश्व भारत की बढ़ती लोकप्रियता को देख रहा इसलिए विद्यालय एवं अन्य सभी को शत प्रतिशत साक्षरता के लक्ष्य को प्राप्त करने के प्रयासों में अपना योगदान देना चाहिए। उन्होंने स्कूली विद्यार्थियों को भी इस क्षेत्र में अपना योगदान देने के लिए प्रेरित किया। प्राचार्या उमा यादव ने सभी 40 नव-साक्षरों को विद्यालय की ओर से हार्दिक बधाईयां दी। इस मौके पर उन्होंने बताया कि 'उल्लास कार्यक्रम' के माध्यम से एवं विद्यालय के सहयोग से नवसाक्षर हुए 40 परिक्षार्थियों को मुक्त विद्यालयी संस्थान की ओर से प्रदत्त साक्षरता के प्रमाण पत्र भेंट किए।

यह रहे कार्यक्रम में मौजूद

इस मौके पर वरिष्ठ प्रवक्ता, श्रीभगवान बव्वा, अमित सोलंकी, अंजू बाला, कैलाश चंद, कविता शर्मा, आशा यादव, सन्नी कुमार, प्रेरणा यादव, सरोज यादव, उमेद सिंह, मुकेश कोहारड, संजय शर्मा, मधु यादव, मनोज नठेड़ा , जितेंद्र कुमार, कुलदीप यादव, हैप्पी सिंह, कुलदीप सिंह एवं स्कूल प्रबंधन समिति के प्रधान, प्रताप सिंह आदि मौजूद रहे।

आईटीआर के नाम पर साइबर ठगी लोगों को सतर्क रहने की सलाह

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

साइबर ठगों ने इनकम टैक्स रिफंड का झांसा देकर लोगों को अपने जाल में फंसाना शुरू कर दिया है। एसपी हेमंत कुमार मीणा ने लोगों से अपील की है कि वह ऐसे लोगों के झांसे में नहीं आएं। एसपी ने बताया कि हाल ही में यह शिकायतें सामने आई हैं कि लोग इनकम टैक्स रिफंड का झांसा देकर भेजे गए फर्जी लिंक पर क्लिक कर रहे हैं और उनकी व्यक्तिगत जानकारी साइबर अपराधियों के हाथ लग रही है। साइबर ठग ई-मेल, एसएमएस अथवा व्हाट्सऐप के माध्यम से नागरिकों को संदेश भेजते हैं जिनमें लिखा होता है कि आपका इनकम टैक्स रिफंड पेंडिंग है, लिंक पर क्लिक कर तुरंत प्राप्त करें। जैसे ही व्यक्ति लिंक पर क्लिक करता है, उसके मोबाइल/कंप्यूटर में मौजूद बैंक अकाउंट डिटेल, डेबिट/क्रेडिट कार्ड नंबर, ओटीपी, पासवर्ड व अन्य निजी जानकारी चोरी हो जाती है। कई बार तो ठग रिमोट एक्सेस ऐप डाउनलोड करवाकर खातों से रुपये उड़ा लेते हैं।

करें जागरूक

एसपी ने आमजन से अपील करते हुए कहा कि हर नागरिक का कर्तव्य है कि वह स्वयं जागरूक रहे और अपने परिवार, दोस्तों व समाज को भी समय-समय पर इस प्रकार की साइबर धोखाधड़ी से सावधान करता रहे। इस प्रकार की घटनाओं से बचने का सबसे कारगर उपाय है इस सतर्कता है। उन्होंने यह भी कहा कि बच्चों, बुजुर्गों और तकनीकी रूप से कम जानकार लोगों को विशेष रूप से जागरूक किया जाए ।

अध्यापक और सामाजिक कार्यकर्ता दिखाते बच्चों को सही दिशा : वीर कुमार यादव

कोसली। वरिष्ठ भाजपा नेता वीर कुमार यादव ने कहा कि शिक्षा और सामाजिक कार्य किसी भी राष्ट्र की प्रगति की मूलभूत आधारशिला हैं। यदि समाज में अध्यापक और सामाजिक कार्यकर्ता मिलकर बच्चों को सही दिशा दिखाते हैं तो देश की तरक्की को कोई नहीं रोक सकता। उन्होंने कहा कि राष्ट्र निर्माण में शिक्षकों की भूमिका सर्वोपरि है और जब यही शिक्षक सामाजिक उत्तरदायित्व भी निभाते हैं, तो यह कार्य और अधिक प्रभावशाली हो जाता है। वीर कुमार यादव सोमवार को नठेड़ा स्थित अपने निवास स्थान पर खालेटा निवासी मास्टर जयभगवान को स्मृति चिन्ह प्रदान करते हुए बोल रहे थे। मास्टर जयभगवान हाल ही में अंतरराष्ट्रीय साक्षरता दिवस एवं शिक्षक दिवस के अवसर पर दिल्ली सरकार और सिनेमा आज तक की ओर से आयोजित कार्यक्रम में सम्मानित किए गए थे।उल्लेखनीय है कि शाह ऑडिटोरियम, सिविल लाइंस, नई दिल्ली में 5 सितम्बर को आयोजित इस कार्यक्रम में मास्टर जयभगवान को उनके उत्कृष्ट लेखन एवं सामाजिक कार्यों के लिए विशेष रूप से सम्मानित किया गया।

कोसली। मास्टर जयभगवान को स्मृति चिन्ह प्रदान करते वीर कुमार यादव।

नशा मुक्ति टीम ने अब तक नशे से पीड़ित 120 लोगों की पहचान की

नशा मुक्ति अभियान के तहत किया जागरूक, नशा न करने की ली शपथ

डोर टू डोर जाकर ग्रामीणों के साथ बैठक की

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

रेवाड़ी। लोगों को नशे के प्रति जागरूक करते पुलिसकर्मी।

जिला पुलिस की नशा मुक्त टीम के ग्रामीण दौरे लगातार जारी हैं। सोमवार को निरीक्षक रामपाल के नेतृत्व में जिला पुलिस की नशा मुक्त टीम ने गांव बीकानेर, गंगायचा अहीर व गिन्दोखर में डोर टू डोर जाकर ग्रामीणों के साथ बैठक कर गांवों को नशा मुक्त करने तथा ग्रामीणों को नशे से दूर रखने को लेकर विचार-विमर्श किया। नशामुक्ति टीम ने आज एक नशा पीड़ति व्यक्ति की काउंसलिंग करवाकर रेवाड़ी के डी एडिक्शन सेंटर में भर्ती करवाया है। उसे इलाज के लिए प्रेरित किया गया है। नशा मुक्ति टीम द्वारा अब तक नशे से पीड़ति 120 लोगों की पहचान की है जो किसी न किसी प्रकार के नशे से पीड़ति है। इसके अलावा 33 नशा पीड़तिो का इलाज करवाया गया है। निरीक्षक रामपाल ने बताया कि पुलिस और आमजन अगर आपस में तालमेल के साथ कार्य करें तो नशे जैसी बुराई पर नियंत्रण पाया जा सकता है। नशा एक ऐसी बुराई है, जिससे व्यक्ति का अनमोल जीवन समय से पहले ही मौत का शिकार हो जाता है। नशा करने वाला व्यक्ति अपने साथ साथ पूरे परिवार का जीवन खराब कर देता है। उन्होंने कहा कि सबसे पहले युवा पीढ़ी को नशे से बचाना होगा। उन्होंने कहा कि पुलिस के इस अभियान से प्रेरित होकर जहां युवा शिक्षा और खेल गतिविधियों की ओर अग्रसर हो रहे हैं वहीं पर अनेक नशा ग्रस्त युवकों ने नशा छोड़ने की पहल भी की है, जिनका स्थानीय प्रशासन की मदद से इलाज करवाकर उन्हें फिर से समाज की मुख्यधारा में शामिल किया गया है। उन्होंने कहा कि नशा एक अभिशाप है इसका मिलकर बहिष्कार करें। अगर आपके पास किसी प्रकार की नशे संबंधी सूचना है कोई व्यक्ति नशे का प्रयोग करता है या नशे की सप्लाई इत्यादि करता है तो इस बारे पुलिस को टअठअर हेल्पलाइन नंबर 1933 या 112 नंबर पर सूचित करें।

नशे के खिलाफ लड़ाई में करें सहयोग

उन्होंने गांव के नौजवानों और बच्चों से अपील करते हुए कहा कि वे नशे के विरुद्ध इस युद्ध में पुलिस का सहयोग करे। गांव में किसी भी परिवार में कोई भी व्यक्ति नशे का सेवन करता है तो उसे नशा छोड़ने के लिए प्रेरित करें, जिला पुलिस इसमें पूरा सहयोग करेगी। उन्होंने बताया कि इस अभियान के तहत पुलिस अधीक्षक के मार्गदर्शन में जिले में नशे के खिलाफ जन जागरण अभियान चलाकर नशे के विरुद्ध चलाई जा रही मुहिम में अधिक से अधिक लोगों की भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी, ताकि इस अभियान को शत-प्रतिशत सफल बनाया जा सके।