हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार 29 जनवरी 2026

तापमान

अधिकतम 18 .5 डिग्री
न्यूनतम 12 .2 डिग्री

11 कोर्ट परिसर में वकीलों में चले लात घूंसे, बीमा क्लेम के कमीशन को लेकर विवाद

12 बाम्बड़ में लगा प्रशासन का दरबार, ग्रामीणों ने सड़क, बिजली, पानी निकासी व अवैध कब्जे सहित अनेक समस्याएं रखी

आरपीएस महेंद्रगढ़ के कृष्ण कुमार ने क्लैट में ऑल इंडिया कैटेगरी रैंक-1 प्राप्त कर इतिहास रचा

-कानूनी शिक्षा के शिखर पर आरपीएस के सितारे

क्लैट व एलेट 2026 में ऐतिहासिक प्रदर्शन

कृष्ण कुमार

महेंद्रगढ़ । आरपीएस विद्यालय खातोद महेंद्रगढ़ के छात्र कृष्ण कुमार ने वर्ष 2026 की प्रतिष्ठित राष्ट्रीय विधि प्रवेश परीक्षा क्लैट में अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-1 प्राप्त कर इतिहास रच दिया। वहीं पीयूष ने हरियाणा कैटेगरी में स्टेट रैंक-1, महक, रौनक, अक्षिता व ज्योति चनेजा ने विभिन्न राज्यों में स्टेट रैंक-2, जबकि श्रेयसी और नव्या ने स्टेट रैंक-4 हासिल कर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। वहीं नेशनल लॉ यूनिवर्सिटी दिल्ली द्वारा आयोजित एलेट परीक्षा में भी आरपीएस की छात्रा महक ने अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-3 तथा स्पंदन ने ऑल इंडिया रैंक-27 प्राप्त कर पूरे क्षेत्र का गौरव बढ़ाया। बता दें कि आरपीएस सीनियर सेकेंडरी स्कूल ने प्रतिष्ठित राष्ट्रीय विधि प्रवेश परीक्षाओं क्लैट और एलेट में ऐतिहासिक सफलता दर्ज कर शिक्षा जगत में नया कीर्तिमान स्थापित किया है। विद्यालय के विद्यार्थियों ने न केवल देशभर में बल्कि विभिन्न राज्यों में भी टॉप रैंक हासिल कर क्षेत्र, जिला और प्रदेश का नाम रोशन किया है। हाल ही में घोषित क्लैट में आरपीएस महेंद्रगढ़ के कृष्ण कुमार ने अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-1, छात्र पीयूष ने हरियाणा कैटेगरी में स्टेट रैंक-1, महक,रौनक, अक्षिता व ज्योति चनेजा ने विभिन्न राज्यों में स्टेट रैंक-2, श्रेयसी और नव्या ने स्टेट रैंक-4 तथा श्रेयसी कंबोज, कुसुमलता, अंशु, पीयूष, शिखा, लक्षिता, प्रतीक्षा, उषा, वल्लिका, प्राशी गुप्ता, वैभवी सुरेरिया, माही राव, स्पंदन, हंशिका सहित अन्य विद्यार्थियों ने टॉप रैंकों में स्थान बनाते हुए आरपीएस की शैक्षणिक श्रेष्ठता सिद्ध की। उधर नेशनल लॉ यूनिवर्सिटी दिल्ली द्वारा आयोजित एलेट परीक्षा में भी आरपीएस के छात्रा महक ने अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-3 तथा स्पंदन ने ऑल इंडिया रैंक-27 प्राप्त कर पूरे क्षेत्र का गौरव बढ़ाया। इस वर्ष आरपीएस के 100 से अधिक विद्यार्थियों ने क्लैट व एलेट क्वालिफाई किया, जो अपने आप में एक बड़ी उपलब्धि है। इसके अलावा आरपीएस के छह विद्यार्थियों कृष्ण कुमार, महक, पीयूष, श्रेयसी, अक्षिता धीमान, रौनक को नेशनल लॉ यूनिवर्सिटी बेंगलुरु में मिला दाखिला।

इस ऐतिहासिक उपलब्धि पर आरपीएस ग्रुप के सीईओ इंजीनियर मनीष राव ने कहा कि न्यायपालिका समाज की सेवा और संविधान की रक्षा का सशक्त माध्यम है और आरपीएस के ये विद्यार्थी भविष्य के सशक्त न्याय प्रहरी बनेंगे। आरपीएस के विद्यार्थी अब तकनीकी, चिकित्सा के साथ-साथ विधि और वाणिज्य के क्षेत्र में भी राष्ट्रीय स्तर पर इतिहास रच रहे हैं। ग्रुप की चेयरपर्सन डॉक्टर पवित्रा राव ने कहा कि आरपीएस की शिक्षण प्रणाली विद्यार्थियों को राष्ट्रीय स्तर की प्रतिस्पर्धाओं के लिए तैयार करने में सक्षम है, जिसका परिणाम क्लैट और एलेट में यह अभूतपूर्व सफलता है। उन्होंने कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों की मेहनत, अभिभावकों के विश्वास और शिक्षकों के समर्पण का प्रतिफल है। ग्रुप के डिप्टी सीईओ कुनाल राव ने बताया कि विद्यालय द्वारा राष्ट्रीय व राज्य स्तरीय विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए छात्रों को नवीनतम परीक्षा पैटर्न पर अध्ययन सामग्री उपलब्ध करवाई जाती है। परीक्षा के तनाव को दूर करने के लिए समय-समय पर 'मोटिवेशनल सेशन' और काउंसलिंग का आयोजन किया जाता है, जिससे कि विद्यार्थियों का आत्मविश्वास बना रहे।

सफल विद्यार्थियों ने कहा कि यह सफलता आरपीएस परिवार की दूरदर्शी सोच और अटूट परिश्रम का परिणाम है। विद्यालय द्वारा विद्यार्थियों को राष्ट्रीय स्तर की इन प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए तैयार करने के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए गए। अनुभवी शिक्षकों और कानूनी विशेषज्ञों द्वारा नियमित कक्षाओं के साथ-साथ कठिन विषयों पर विशेष सत्र आयोजित किए गए।

(ADVT.)

खबर संक्षेप

मारपीट मामले में दो आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना सदर पुलिस ने रामगढ़ में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में दो लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ित के बयान पर गत 24 जनवरी को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। पीड़ित ने मारपीट करने और धमकी देने के आरोप लगाए थे। इस मामले में जांच के बाद पुलिस ने रामगढ़ निवासी जयपाल और गुरूग्राम के राजेंद्रा पार्क निवासी निखिल को गिरफ्तार किया है। आरोपियों के कब्जे से मारपीट में प्रयुक्त लकड़ी के डंडे भी बरामद किए गए हैं। दोनों आरोपियों को बाद में पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

सड़क हादसों के आरोपी दो चालक गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने अलग-अलग स्थानों पर हुए सड़क हादसों के बाद फरार दो वाहन चालकों को गिरफ्तार किया है। बावल थाना पुलिस ने हादसे के बाद 24 जनवरी को वाहन चालक के खिलाफ के खिलाफ केस दर्ज किया था। उसने पिकअप की टक्कर से बिजली का पोल तोड़ दिया था। यूपी के मुबारिकपुर सराय निवासी अखिलेश को इस मामले में गिरफ्तार किया गया है। थाना खाले पुलिस ने 6 जनवरी को हुए हादसे में आरोपी बासुधा निवासी नवीन को कैंपर गाड़ी सहित गिरफ्तार किया है। बाद में दोनों आरोपियों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

बदनीयती से घर में सेंध लगाने का प्रयास

बावल। जैतपुर में बदनीयती से घर में सेंध लगाने का प्रयास करने के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने गांव के एक व्यक्ति की शिकायत के आधार पर गत 27 जनवरी को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। जांच के बाद पुलिस ने जैतपुर निवासी सचिन और मोनू को गिरफ्तार कर लिया। उन पर चोरी की नीयत से घर में घुसने का प्रयास करने का आरोप है। दोनों आरोपियों को बुधवार को कोर्ट में पेश किया गया, जहां से न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

एक्साइज एक्ट का आरोपी किया काबू

रेवाड़ी। थाना धारूहेड़ा पुलिस ने एक्साइज एक्ट के तहत दर्ज मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने सूचना के आधार पर छापा मारकर आबकारी अधिनियम की उल्लंघना करने के मामले में राजस्थान के कालाका निवासी हजूरा सिंह के खिलाफ केस दर्ज किया था। पुलिस की छापेमारी के दौरान वह फरार हो गया था। उसके खिलाफ 18 जनवरी को एक्साइज एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया था।

दहेज उत्पीड़न मामलों में चार गिरफ्तार

कोसली। पुलिस ने दहेज की मांग पर विवाहिताओं को प्रताड़ित करने के दो मामलों में चार आरोपियों को गिरफ्तार किया है। विवाहिता की शिकायत के आधार पर पुलिस ने 17 जनवरी को ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। इस मामले में जांच के बाद पुलिस ने बव्वा निवासी संदीप और संजय को गिरफ्तार किया है।

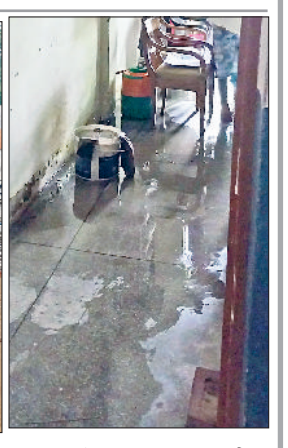
पीडब्ल्यूडी विभाग की ओर से शुरू किया गया मरम्मत का कार्य, करीब 79 लाख रुपये किए जाएंगे खर्च

सचिवालय के कार्यालयों को टपकती छत से मिलेगी निजात, बिल्डिंग की रिपेयरिंग का काम शुरू हुआ

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

करीब पांच साल के बाद जिला सचिवालय के भवन की मरम्मत को कार्य शुरू कर दिया गया है। जो की आगामी मई-जून तक पूरा कर लिया जाएगा। पीडब्ल्यूडी विभाग की ओर से शुरू किए गए मेंटेनेंस कार्य में 79 लाख रुपये खर्च किए जाएंगे, जिसके लिए टेंडर पहले ही कर दिया गया था। सचिवालय की छत से कार्यालयों में पानी टपकने के कारण कर्मचारियों को ज्यादा परेशानी का सामना करना पड़ रहा था। जिला सचिवालय भवन की ऊपरी मंजिल पर स्थित कार्यालयों की छतों से पानी टपकने से ज्यादा दिक्कत आ रही थी। भवन की छत से टपकते पानी, दीवारों की दरारें, प्लास्टर झड़ना और शौचालयों की खराब स्थिति से कर्मचारी और सरकारी कार्यों को लेकर आने वाले हजारों लोगों को लगातार दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है, अब मरम्मत का कार्य शुरू होने से कर्मचारियों व आमजन को जल्द ही राहत मिलेगी।

सचिवालय की बिल्डिंग में खराब हो चुकी पानी की टंकियों व पाइपलाइन को भी बदला जाएगा। सभी कार्यों के पूरे होने के बाद सचिवालय की पूरी बिल्डिंग की पेंटिंग का कार्य किया जाएगा।



रेवाड़ी। सचिवालय की छत से हटाया गया सोलर सिस्टम व मरम्मत का कार्य शुरू व तीसरी मंजिल के कार्यालय में जमा बरसात का पानी।

तीसरी मंजिल पर थी सबसे ज्यादा समस्या

सचिवालय में सबसे ज्यादा समस्या तृतीय तल पर खाद्य एवं आपूर्ति विभाग, पुलिस विभाग, डीआईपीआरओ कार्यालय व बैंक सहित अन्य कार्यालयों की छतों से बारिश के दौरान पानी टपकने से दीवारें क्षतिग्रस्त हो चुकी हैं। कई कार्यालयों का तो प्लास्टर भी झड़ने लगा था, लेकिन अब मरम्मत का कार्य शुरू हो चुका है। सचिवालय के तृतीय तल की पूरी छत की मरम्मत की जाएगी। सचिवालय में आमजन के लिए बने शौचालय की भी मरम्मत की जाएगी। सचिवालय की बिल्डिंग में खराब हो चुकी पानी की टंकियों व पाइपलाइन को भी बदला जाएगा। सभी कार्यों के पूरे होने के बाद सचिवालय की पूरी बिल्डिंग की पेंटिंग का कार्य किया जाएगा।

बरसात के दिनों में कामकाज था ठप

गत वर्ष बरसात के दौरान लघु सचिवालय के तृतीय मंजिल पर स्थित कार्यालयों की छत टपकने से कर्मचारियों की परेशानी बढ़ गई थी। कार्यालयों के अंदर व बाहर गैलरी में पानी जमा हो गया। यहां तक की कार्यालयों की दिवारें गीली होने से करंट भी दौड़ने लग गया। सचिवालय स्थित एसबीआई के स्टोर रूम का तो प्लास्टर ही झड़कर गिर गया था। फूड एंड सप्लाई विभाग, डीआईपीआरओ कार्यालय व पुलिस कार्यालय सहित ज्यादातर कार्यालयों की छत टपकने से अंदर पानी जमा हो गया, जिससे कामकाज ठप हो गया था।

सोलर पैनल सिस्टम से पैदा हुई समस्या

सचिवालय की छत पर लगाए गए सोलर पैनल समस्या का कारण बने हुए थे। छत पर सोलर पैनल लगाने के लिए पहले लोहे के एंगल लगाने के लिए किए गए ड्रिलिंग के कार्य के चलते छत में छेद हो गए थे, जिससे बारिश के मौसम में कार्यालयों कर छत से पानी टपकने लगता है। इससे विभागों में लगे पंखे खराब हो चुके हैं और दीवारों में दरारें आ गई हैं, लेकिन अब मरम्मत से पहले छत पर लगे सोलर पैनल्स को हटा दिया गया है। अब जल्द ही छत की मरम्मत का कार्य शुरू किया जाएगा।

कर्मचारियों व लोगों को राहत मिलेगी

जिला सचिवालय की जर्जर छत व दीवारों की मरम्मत का कार्य शुरू कर दिया गया है। भवन की रिपेयरिंग का कार्य पूरा होने के कर्मचारियों व लोगों को राहत मिलेगी।

-सत्येंद्र कुमार, एक्सईएन, पीडब्ल्यूडी।

डीटीपी का शहबाजपुर खालसा में एक्शन,तीन एकड़ की अवैध कॉलोनी जमींदोज

रेवाड़ी। अवैध कॉलोनी का निर्माण तोड़ती जेसीबी।

रेवाड़ी। डीटीपी विभाग की टीम ने बुधवार को शहरी क्षेत्र की राजस्व सीमा में अवैध निर्माणों पर तोड़फोड़ की कार्रवाई की। डीटीपी की कार्रवाई से प्लॉटिंग करने वाले लोगों में खलबली मची हुई है। पुलिसबल की मौजूदगी में डीटीपी की कार्रवाई का कहीं विरोध नहीं हुआ। डीटीपी की लगातार कार्रवाई के बाद भी कॉलोनाइजर व डीलर नई कॉलोनियां विकसित करने में लगे हुए हैं। डीटीपी के निर्देश पर बुधवार को पुलिसबल व इयूटी मजिस्ट्रेट के साथ टीम रेवाड़ीसे धारूहेड़ा बाईपास पर गांव शहबाजपुर खालसा में पहुंची। जहां डीटीपी की टीम ने करीब 3 एकड़ जमीन पर विकसित की जा रही अवैध कॉलोनी का ध्वस्त कर दिया। टीम ने 9 डीपीपी, 3 परिकासट चारदिवारी व कच्चे रोड नेटवर्क को जमींदोज कर दिया। पुलिस बल की मौजूदगी के चलते डीटीपी की इस कार्रवाई का कोई विरोध नहीं हुआ।

नियमित कॉलोनियों में ही प्लॉट या मकान खरीदें : सिहाग

डीटीपी मंदीप सिहाग ने कहा कि अनियमित कॉलोनियों में अवैध निर्माणों पर विभाग की कार्रवाई जारी रहेगी। डीटीपी ने कहा कि लोगों को बार-बार बताया जा रहा है कि वं प्लॉट खरीदने से पहले उनके कार्यालय में आकर पूछताछ जरूर करें। लोग प्रॉपर्टी डीलरों में चंगुल में फंसकर अवैध कॉलोनियों में प्लॉट खरीदते हैं। जब वह निर्माण शुरू करते हैं, तो विभाग की ओर से उन्हें गिराने की कार्रवाई की जाती है। इससे प्लॉट खरीदकर निर्माण करने वाले लोगों को दोहरा नुकसान उठाना पड़ता है। लोगों को चाहिए कि वह नियमित कॉलोनियों में ही प्लॉट या मकान खरीदें, ताकि उन्हें आर्थिक नुकसान का सामना नहीं करना पड़े।

डीटीपी मंदीप सिहाग

सीजेएम ने आस्था कुंज का किया निरीक्षण

रेवाड़ी। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी कम जिला विधिक सेवा प्राधिकरण सचिव अमित वर्मा ने बुधवार को आस्था कुंज का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान सचिव अमित वर्मा ने बच्चों से बातचीत की तथा उनके खानपान तथा पढ़ाई के बारे में जानकारी ली। सीजेएम ने आस्था कुंज के कर्मचारियों को बच्चों से संबंधित उचित दिशा निर्देश भी दिए। सीजेएम वर्मा ने कहा कि सभी को कानूनी सहायता और उनकी सेवाओं के बारे में सभी को जागरूक किया जाए। उन्होंने कहा कि जिला विधिक सेवा प्राधिकरण समाज के गरीब और कमजोर वर्गों को सहायता और समर्थन प्रदान करने के लिए कार्यरत है। सीजेएम ने बताया कि लीगल एड द्वारा सीनियर सिटीजन, महिलाएं, बच्चों, अनुसूचित जाति व जनजाति के लोगों व तीन लाख से कम वार्षिक आय वाले सभी व्यक्तियों को निशुल्क में कानूनी सहायता दी जाती है। उन्होंने नालसा हेल्पलाइन नंबर 15100 के बारे में भी जानकारी दी।

सामाजिक कार्यकर्ता प्रकाश यादव ने कार्रवाई को लेकर प्रधानमंत्री व पर्यावरण मंत्रालय को लिखा पत्र

धारूहेड़ा क्षेत्र की ओर बढ़ रहा खुशखेड़ा औद्योगिक क्षेत्र से निकल रहा दूषित पानी

हरिभूमि न्यूज ⏭ धारूहेड़ा

राजस्थान के खुशखेड़ा औद्योगिक क्षेत्र से निकल रहा रासायनिक और जहरीला दूषित पानी अब गंभीर पर्यावरणीय संकट का रूप लेता जा रहा है। इस प्रदूषण के चलते न केवल आसपास की कृषि भूमि और भूजल प्रभावित हो रहा है, बल्कि इसके हरियाणा के गांव नंदरामपुर बास, जड़थल और साहबी नदी क्षेत्रों व मसानी बैराज तक पहुंचने की आशंका भी जताई जा रही है। इस मामले को लेकर गांव खरखड़ा निवासी सामाजिक कार्यकर्ता प्रकाश यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, केंद्रीय पर्यावरण मंत्री, केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड, मुख्यमंत्री राजस्थान, राजस्थान प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड तथा डीसी खैरथल को पत्र लिखकर तत्काल हस्तक्षेप की मांग की है। प्रकाश यादव ने बताया कि 22 जनवरी को खुशखेड़ा औद्योगिक क्षेत्र के आगमन के दौरान शनि मंदिर के पास बड़ी मात्रा में बिना उपचारित, रसायनयुक्त और जहरीला औद्योगिक पानी खुलेआम सड़कों पर बहता हुआ देखा गया। यह दूषित पानी आगे खेतों और खाली जमीन की ओर बह रहा था, जिसके साहबी नदी कैचमेंट एरिया तक पहुंचने की पूरी संभावना है। स्थानीय लोगों के अनुसार यह कोई एक दिन की घटना नहीं है, बल्कि लंबे समय से औद्योगिक इकाइयों की ओर से गंदे रसायनिक पानी की खुले में निकासी की जा रही है, जिसके दुष्परिणाम भी सामने आने लगे है। दूषित पानी से उपजाऊ कृषि भूमि खराब हो रही है। भूजल के प्रदूषित होने का खतरा बढ़ गया है। इंसानों और पशुओं के स्वास्थ्य पर गंभीर असर पड़ रहा है।

रेवाड़ी। राजस्थान से हरियाणा की ओर आ रहा कंपनियों का दूषित पानी।

पर्यावरण कानूनों का खुला उल्लंघन

दूषित पानी के खुले में छोड़े जाने से पर्यावरण संरक्षण अधिनियम 1986 और जल (प्रदूषण निवारण एवं नियंत्रण) अधिनियम 1974 का सीधा उल्लंघन हो रहा है। सामाजिक कार्यकर्ता ने खुशखेड़ा औद्योगिक क्षेत्र का तुरंत स्थलीय निरीक्षण कराने, दूषित पानी के वैज्ञानिक नमूने लेकर लैब जांच कराने, दोषी औद्योगिक इकाइयों की पहचान कर दंडात्मक कार्रवाई करने व जहरीले पानी को खेतों व नदी से जुड़े क्षेत्रों में जाने से रोकने की मांग की है। प्रकाश यादव ने कहा कि यदि समय रहते कार्रवाई नहीं हुई तो इस मामले को नेशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल यानि एनजीटी और अन्य न्यायिक मंचों पर उठाया जाएगा।

बूंदाबांदी के बाद दिन भर छाए रहे बादल, जल्द मौसम साफ होने के आसार नहीं

दिन-रात के तापमान में अंतर हुआ कम, ठंड का प्रकोप बढ़ा

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

जनवरी के आखिरी सप्ताह में बारिश के बाद कड़ाके की ठंड ने जमकर परेशान करना शुरू कर दिया है। दिन-रात के तापमान में अंतर कम होने से लोगों को दिन भर हाड़ कंपाने वाली ठंड का सामना करना पड़ा। बूंदाबांदी के बाद शाम तक बादल छाए रहे, जिससे मौसम में ठिठुरन बढ़ गई। लगभग सप्ताह तक मौसम में बार-बार बदलाव देखने को मिल सकता है। बुधवार को सुबह से ही आसमान में बादल छाए रहे। कुछ इलाकों में बूंदाबांदी हुई। बादल छाए रहने के कारण ठंड का प्रकोप बढ़ गया। अधिकतम तापमान 1.5 डिग्री सेल्सियस कम होकर 18.5 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। न्यूनतम तापमान 4.2 डिग्री की वृद्धि के साथ 12.2 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। दिन और रात के तापमान का अंतर 6.3 डिग्री रहा। दोनों तापमान का अंतर कम होने के कारण ठंड का असर ज्यादा रहता है, जिस कारण लोग दिन भर ठंड से ठिठुरते रहे। ज्यादा जरूरी काम नहीं होने की स्थिति में लोगों ने घरों से बाहर निकलना जरूरी नहीं समझा। इससे बाजार में ग्राहकों की भीड़ कम रही। सड़कों पर वाहनों की संख्या भी कम देखने को मिली। 12 किलोमीटर प्रति घंटा की रफ्तार से बर्फीली हवाएं चलीं, जिससे जनजीवन काफी प्रभावित हुआ। मौसम विभाग का अनुमान है कि 29 जनवरी को भी आसमान में आंशिक या घने बादल छा सकते हैं। इससे अगले दिन एक बार फिर बूंदाबांदी या हल्की बारिश की संभावना जताई जा रही है। इस दौरान ओलावृष्टि की आशंका भी बनी रहेगी।

रेवाड़ी। बुधवार को सुबह शहर में छाए बरसात के बादल। फोटो : हरिभूमि

ओलावृष्टि की आशंका कर रही परेशान

अभी तक मौसम रबी फसलों के लिए अनुकूल बना हुआ है। अगेती सरसों की फसल में दाना बनकर तैयार होने लगा है। गेहूं की बालियां भी निकलनी शुरू हो गई हैं। हाल ही में हुई बारिश से फसलों को अच्छा फायदा मिला है। जिले के आसपास लगते एरिया में बीते दिनों हुई ओलावृष्टि को देखते हुए आसमान में बादल छाते ही किसानों की चिंता बढ़ जाती है। इस समय अगर ओलावृष्टि होती है, तो इससे फसलों को भारी नुकसान हो सकता है।

हवा में नमी से बढ़ने लगा प्रदूषण का स्तर

बारिश के बाद हवा में नमी का स्तर 88 प्रतिशत हो गया है। प्रदूषण के कारक तत्व कम बारिश के चलते पूरी तरह साफ नहीं हो पाए हैं। प्रदूषक तत्व नमी के कारण भारी होकर जमीन के आसपास ही मंडराते हैं, जिससे प्रदूषण का स्तर बढ़ जाता है। बुधवार को धारूहेड़ा का एक्यूआई एक बार फिर 200 के पार पहुंच गया। इससे पहले बरसात होते हो यह 150 से भी नीचे आ गया था। बारिश नहीं होती है, तो प्रदूषण का स्तर एक बार फिर खतरनाक स्तर पर पहुंच सकता है।

बुजुर्ग ने मालगाड़ी के आगे कूदकर जान दी

कोसली। भिवानी-रेवाड़ी रेलमार्ग पर नांगल पठानी के पास बुधवार दोपहर एक 62 वर्षीय बुजुर्ग ने मालगाड़ी के आगे कूदकर जान दे दी। जीआरपी ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए अस्पताल भिजवा दिया। नांगल पठानी निवासी शिव भगवान बुधवार सुबह बिना बताए घर से कहीं चला गया। काफी देर तक वापस नहीं आने पर परिजनों ने तलाश शुरू की, लेकिन बुजुर्ग का कोई पता नहीं चल सका। इसी दौरान जीआरपी को सूचना मिली कि एक व्यक्ति ने भिवानी की ओर जा रही मालगाड़ी के आगे कूदकर जान दे दी है। जीआरपी ने मौके पर जाकर शव कब्जे में ले लिया। इसी दौरान शिव भगवान के परिजन भी वहां पहुंच गए। उन्होंने शव की शिनाख्त कर दी। इसके बाद जीआरपी ने शव पोस्टमार्टम के लिए अस्पताल भेज दिया। आत्महत्या के कारणों की जांच की जा रही है।

स्पेशल वर्ल्ड कैंसर डे 4 फरवरी

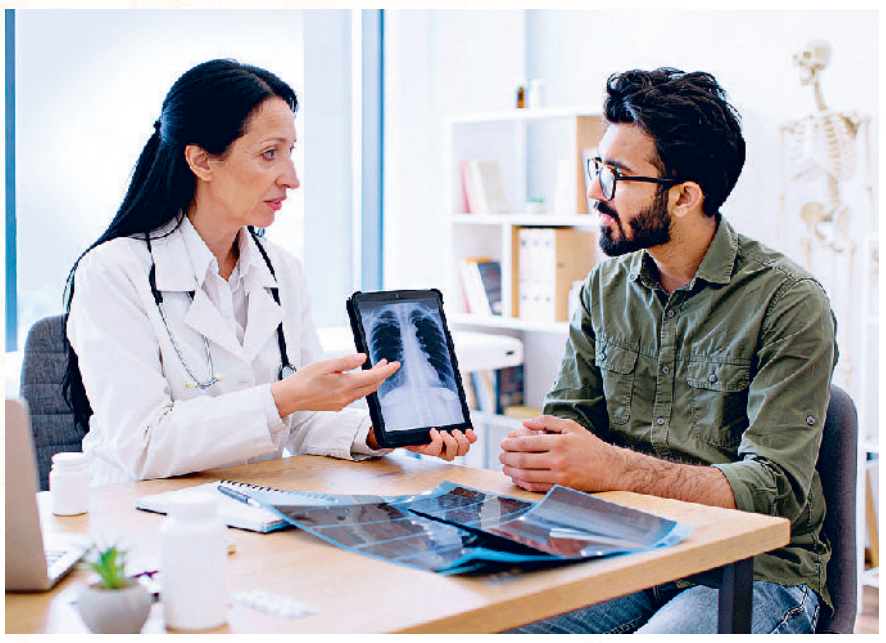
विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, कैंसर दुनिया भर में होने वाली मौतों का हृदय रोगों के बाद दूसरा सबसे बड़ा कारण है। इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च और नेशनल सेंटर फॉर डिजीज इंफॉर्मेटिक्स एंड रिसर्च, बेंगलुरु के अनुसार 13.9 लाख व्यक्ति सन 2020 में भारत में कैंसर से ग्रस्त थे और दुनिया भर में 7.5% कैंसर मरीज भारतीय हैं। ऐसे आंकड़े कैंसर को लेकर हमारी चिंता बढ़ाते हैं। लेकिन सुखद है कि नए रिसर्च के अनुसार इसे कंट्रोल करना और समय रहते पता चलने पर ट्रीटमेंट संभव है। कैंसर से जुड़ी बहुत यूजफुल इंफॉर्मेशंस यहां दे रहे हैं।

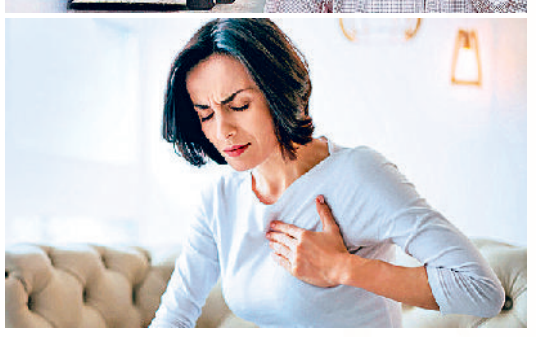
अवेयरनेस-प्रिकॉशन से संभव है कैंसर से बचाव

डॉक्टर्स एडवाइस
विवेक शुक्ला

अमेरिकन सोसायटी ऑफ क्लिनिकल ऑन्कोलॉजी के अनुसार, वे दिन अब बीत चुके हैं, जब कैंसर को मृत्यु की पूर्व-चेतावनी माना जाता था। ऐसा इसलिए है क्योंकि पिछले दो दशकों में कैंसर की जांच और उपचार के क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति हुई है, जिसके कारण इससे छुटकारा पाने और पुनः स्वस्थ होने की संभावनाएं पहले की तुलना में काफी बढ़ गई हैं।

इसके बावजूद भारत के संदर्भ में आज भी विभिन्न प्रकार के कैंसर के तीसरे और चौथे चरण में पहुंचे अधिकांश मरीज असमय मृत्यु का शिकार हो रहे हैं। साथ ही, देश के ग्रामीण और दूरदराज क्षेत्रों में कैंसर से जुड़े अनेक मामले आज भी रिपोर्ट नहीं हो पाते। स्पष्ट है कि यह एक गंभीर समस्या है।





कैंसर क्यों होता है

अमेरिकन कैंसर सोसायटी के अनुसार, कैंसर सामान्यतः कोशिकाओं के डीएनए में होने वाले म्यूटेशन के कारण होता है। डीएनए में मौजूद जीन कोशिकाओं को यह निर्देश देते हैं कि उन्हें कैसे बढ़ना है, कितनी बार विभाजित होना है और किस प्रकार कार्य करना है। जब डीएनए में कोई गड़बड़ी उत्पन्न हो जाती है, तो कोशिकाएं अनियंत्रित रूप से बढ़ने लगती हैं, जो आगे चलकर कैंसर का कारण बनती हैं।

लक्षणों पर दें ध्यान

जिस अंग में कैंसर होता है, उससे संबंधित लक्षण प्रकट होते हैं। उदाहरण के लिए, फेफड़ों के कैंसर में सांस लेने में तकलीफ होती है, जबकि यकृत (लिवर) कैंसर में भूख न लगना और पाचन संबंधी समस्याएं होती हैं। हालांकि कुछ सामान्य लक्षण भी हो सकते हैं-

किसी घाव या जख्म का लंबे समय तक न भरना। बिना कारण वजन घटना (6 महीनों में 10% से अधिक)। त्वचा के भीतर गांठ महसूस होना, जो तेजी से बढ़ रही हो (ध्यान रखें, हर गांठ कैंसर नहीं होती है)। शरीर के किसी हिस्से में लगातार सूजन होना। खून की कमी (एनीमिया)। बार-बार बुखार आना। मल या मूत्र में रक्त आना। लंबे समय तक थकान या अस्वस्थता महसूस होना। मस्सों या तिलों के रंग, आकार या बनावट में बदलाव। भूख में लगातार कमी होना। इन लक्षणों के दिखने पर तुरंत डॉक्टर से परामर्श लें।

कैंसर के कारण

लगभग 10% कैंसर आनुवंशिक होते हैं, जबकि शेष 90% कैंसर अस्वास्थ्यकर जीवनशैली के कारण उत्पन्न होते हैं, जो जीन में म्यूटेशन का कारण बनती है। रिस्क फैक्टर्स में शामिल हैं- जंक फूड का सेवन अधिक करना। लंबे समय तक जंक और पैकेज्ड फूड का सेवन पेट व बड़ी आंत (कोलन) के कैंसर का खतरा बढ़ाता है, क्योंकि इनमें पोषक तत्व कम और वसा, नमक व तेल अधिक होते हैं। धूम्रपान से फेफड़ों में हानिकारक रसायन पहुंचते हैं, जो जीन में विकृति पैदा करते हैं। फेफड़ों के कैंसर का यह प्रमुख कारण है। किसी भी रूप में तंबाकू का सेवन मुंह, जीभ, गाल और गले के कैंसर का खतरा बढ़ाता है। नियमित व्यायाम न करने से मोटापा बढ़ता है, जो स्तन, गर्भाशय और बड़ी आंत के कैंसर का कारण बन सकता है। बढ़ता वायु प्रदूषण, खासकर वाहनों से निकलने वाला धुआं, फेफड़ों के कैंसर का खतरा बढ़ाता है। अधिक और नियमित शराब सेवन कोशिकाओं की जेनेटिक संरचना को नुकसान पहुंचाता है और कैंसर के जोखिम को बढ़ाता है। ऐसे में स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर और नशे की आदतें छोड़कर कैंसर से काफी हद तक बचाव संभव है।

उपचार के तरीके

पिछले कुछ वर्षों में कैंसर उपचार में उल्लेखनीय प्रगति हुई है। पहले जहां चौथे चरण के कैंसर में औसत जीवन अवधि लगभग 6 महीने थी, वहीं अब यह 4–5 वर्ष या उससे अधिक हो सकती है। यदि कैंसर का पता पहले या दूसरे चरण में चल जाए, तो अधिकांश मामलों में पूर्ण उपचार संभव है। कई उपचार पद्धतियां कारगर हो सकती हैं। पहले की तुलना में कीमोथेरेपी में साइड इफेक्ट्स कम होते हैं। ह्यूमन जीनोम प्रोफाइलिंग और टारगेटेड थेरेपी और इम्यूनोथेरेपी, जो शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को सक्रिय करता है, भी कारगर हैं।

महिलाओं में होने वाले प्रमुख कैंसर

भारत में महिलाओं में सबसे अधिक पाए जाने वाले कैंसरों में स्तन कैंसर, गर्भाशय ग्रीवा (सर्वाइकल) कैंसर, अंडाशय (ओवेरियन) कैंसर तथा गर्भाशय का कैंसर प्रमुख हैं। समय पर जांच और जागरूकता से इन कैंसरों की पहचान शुरुआती अवस्था में संभव है।

स्तन कैंसर: स्तन कैंसर के संभावित कारणों में देर से रजोनिवृत्ति (मेनोपॉज) होना, लंबे समय तक हार्मोनल गर्भनिरोधक गोलियों का सेवन कुछ मामलों में जोखिम बढ़ा सकता है, हार्मोनल असंतुलन, शारीरिक गतिविधि की कमी, मोटापा तथा कम अवधि तक स्तनपान कराना, बीआरसीए-1, बीआरसीए-2 तथा पी-53 जैसे जीन में उत्परिवर्तन (म्यूटेशन), शामिल हैं।

प्रमुख लक्षण: स्तन या बगल के पास कठोर गांठ, जो प्रायः दर्द रहित होती है। स्तन की त्वचा में लालिमा, मोटापन या सिकुड़न। निप्पल से तरल का स्राव, जिसमें कभी-कभी खून भी हो सकता है। निप्पल का अंदर की ओर धंसना या उसमें जलन। स्तन के आकार या बनावट में बदलाव

रोकथाम: चिकित्सक से परामर्श लेकर नियमित रूप से स्तन की स्व-परीक्षा करना, आवश्यकतानुसार मैमोग्राफी कराना, स्वस्थ जीवनशैली अपनाना और वजन नियंत्रित रखना, नियमित व्यायाम एवं प्राणायाम करना, अधिक समय तक स्तनपान कराने से स्तन कैंसर का जोखिम कम होता है।

उपचार: जांचों के बाद रोग की अवस्था के अनुसार कैंसर विशेषज्ञ सर्जरी, रेडिएशन थेरेपी, कीमोथेरेपी, हार्मोनल थेरेपी, टार्गेटेड थेरेपी अथवा इम्यूनोथेरेपी में से उपयुक्त उपचार का चयन करते हैं।

सर्वाइकल कैंसर: गर्भाशय के निचले हिस्से को गर्भाशय ग्रीवा कहा जाता है। इसी भाग से उत्पन्न होने वाले कैंसर को सर्वाइकल कैंसर कहा जाता है।

कारण: सर्वाइकल कैंसर का मुख्य कारण ह्यूमन पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) का लंबे समय तक शरीर में बना रहना है, जो यौन संपर्क के माध्यम से फैलता है।

लक्षण: माहवारी के बीच या बाद में असामान्य रक्तस्राव, शारीरिक संबंध के बाद रक्तस्राव या दर्द, रजोनिवृत्ति के बाद रक्तस्राव, पेशाब करते समय दर्द या जलन।

उपचार: प्रारंभिक अवस्था में सर्जरी या रेडिएशन थेरेपी की जाती है। उन्नत अवस्था में कीमोथेरेपी के साथ रेडिएशन थेरेपी दी जाती है।

रोकथाम: एचपीवी संक्रमण से बचाव के लिए टीके उपलब्ध हैं। कैंसर-पूर्व परिवर्तनों की पहचान हेतु पैप स्मीयर एवं एचपीवी टेस्ट किए जाते हैं। नियमित जांच से सर्वाइकल कैंसर का समय रहते पता लगाया जा सकता है।

ओवेरियन कैंसर: ओवेरियन कैंसर अंडाशय में होता है, जिसमें असामान्य गांठ या ट्यूमर विकसित हो सकता है, जो कई बार सिस्ट के रूप में दिखाई देता है।

लक्षण: पेट में सूजन या लगातार दर्द। भूख न लगना या जल्दी पेट भर जाना। पेट के निचले हिस्से में भारीपन। बार-बार पेशाब की इच्छा। कब्ज या पाचन संबंधी परेशानी।

संभावित कारण: कम उम्र में माहवारी का शुरू होना। देर से रजोनिवृत्ति होना, मोटापा, लगभग 10% मामलों में आनुवांशिक कारण, बीआरसीए-1 और बीआरसीए-2 जीन में उत्परिवर्तन होने पर जीवनकाल में ओवेरियन कैंसर का खतरा 40–50% तक बढ़ सकता है।

बचाव: जिन महिलाओं के परिवार में स्तन, ओवेरियन, कोलोन या पैंक्रियाज कैंसर का इतिहास हो, उन्हें विशेषज्ञ से परामर्श लेकर नियमित जांच करानी चाहिए। नियमित व्यायाम एवं वजन नियंत्रण से जोखिम कुछ हद तक कम किया जा सकता है।

उपचार: रोग की अवस्था के अनुसार सर्जरी, कीमोथेरेपी, हार्मोन थेरेपी, टार्गेटेड थेरेपी, इम्यूनोथेरेपी तथा कुछ मामलों में रेडियोथेरेपी का उपयोग किया जाता है।

फेफड़ों का कैंसर: विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, विभिन्न प्रकार के कैंसर से होने वाली कुल मौतों में फेफड़ों का कैंसर सबसे प्रमुख कारण है।

कारण: फेफड़ों के कैंसर का सबसे मुख्य कारण धूम्रपान और तंबाकू का सेवन है। इसके अतिरिक्त, जो लोग धूम्रपान करने वालों के संपर्क में रहते हैं, उन्हें भी कैंसर होने का खतरा रहता है। ऐसे व्यक्तियों को पैसिव स्मोकर कहा जाता है। इसके अलावा, लंबे समय तक प्रदूषित वातावरण, धुआं, धूल और वायु प्रदूषण के संपर्क में रहना भी फेफड़ों के कैंसर का कारण बन सकता है।

लक्षण: सांस लेने में तकलीफ, बार-बार खांसी आना, सीने में घरघराहट, सीने में दर्द, खांसी या थूक में खून आना।

जांच: छाती का एक्स-रे, सीटी स्कैन/ पैट-सीटी स्कैन, एमआरआई, रक्त एवं मूत्र परीक्षण, बायोप्सी, ब्रोंकोस्कोपी।

उपचार: फेफड़ों के कैंसर के उपचार के प्रमुख तरीके निम्नलिखित हैं। प्रारंभिक अवस्था में कैंसर का इलाज सर्जरी द्वारा संभव है। रेडिएशन थेरेपी में फोटॉन थेरेपी एवं प्रोटॉन थेरेपी शामिल हैं। उच्च ऊर्जा विकिरण द्वारा कैंसर कोशिकाओं को नष्ट किया जाता है। एक्सटर्नल बीम रेडिएशन थेरेपी से अच्छे परिणाम सामने आ रहे हैं। जब कैंसर फेफड़ों से अन्य अंगों में फैल चुका हो, तब कीमोथेरेपी, इम्यूनोथेरेपी एवं टार्गेटेड थेरेपी की आवश्यकता होती है।

बचाव के उपाय: प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने वाला संतुलित आहार लें। हरी सब्जियाँ, मौसमी फल और साबुत अनाज का सेवन करें। जंक फूड से बचें। धूम्रपान न करें। प्रदूषित वातावरण में मास्क का उपयोग करें।

मुंह-गले का कैंसर: मुंह और गले का कैंसर विश्व में होने वाले कैंसरों में छठे स्थान पर आता है। यह कैंसर मुंह से लेकर गले तक के किसी भी हिस्से में हो सकता है।

लक्षण: मुंह में घाव जो लंबे समय तक ठीक न हो, भोजन या पानी निगलने में कठिनाई, खाने में दर्द, दांतों का जीभ में लगना, आवाज में बदलाव, मुंह कम खुलना, जीभ बाहर निकालने में परेशानी, गले में दर्द या गांठ महसूस होना।

कारण: तंबाकू, बीड़ी, सिगरेट और अत्यधिक शराब का सेवन इस कैंसर के मुख्य कारण हैं। पान, गुटखा और सुपारी के सेवन से मुंह में बार-बार छाले होना कैंसर के खतरे को बढ़ा देता है।

उपचार: यदि मुंह एवं गले के कैंसर का प्रारंभिक अवस्था में निदान हो जाए, तो बायोप्सी के बाद सर्जरी द्वारा इलाज संभव है। दूसरी या तीसरी अवस्था में कीमोथेरेपी और रेडिएशन थेरेपी दी जाती है। आधुनिक तकनीकों जैसे रोबोटिक सर्जरी, इम्यूनोथेरेपी और टार्गेटेड थेरेपी ने उपचार को अधिक सटीक और सफल बनाया है। *

(डॉ. राजेश मिस्त्री, सीनियर डायरेक्टर (ग्रुप)-ऑन्कोलॉजी, कोकिलाबेन अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई और डॉ. सभ्यता गुप्ता, चेयरपर्सन-डिपार्टमेंट ऑफ गायनेकोलॉजी, गायनी ऑन्कोलॉजी एंड रोबोटिक सर्जरी, मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम से बातचीत पर आधारित)

सजेशन
डॉ. माजिद अलीम

इन दिनों अगर बढ़ जाए गैस-एसिडिटी की समस्या

सर्दी के दिनों में ठंड लगने से, खाने के न पचने से पेट में गैस की समस्या बढ़ जाती है। इससे पेट में मरोड़ उठती है, कई बार दर्द असहनीय हो जाता है। वैसे कई लोगों के लिए तो यह हर मौसम की समस्या होती है। लेकिन सर्दी के दिनों में यह कुछ ज्यादा ही बढ़ जाती है, जिसकी वजह है बार-बार चाय-कॉफी पीना, पकौड़े खाना, टमाटर सूप में बटर डालकर पीना आदि। इन तमाम वजहों के अलावा लाइफस्टाइल से जुड़ी आदतों के कारण भी एसिडिटी और गैस की समस्या होती है। इससे बचने के लिए ये उपाय आजमा सकते हैं।

लिक्विड: सर्दी हो या गर्मी पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए क्योंकि पानी ही हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त रखता है। पानी हमें कब्ज से बचाता है और भोजन को वेस्ट में बदलता है। लेकिन भोजन के साथ पानी न पिएं। भोजन से 10 मिनट पहले और आधे घंटे बाद पानी पीना चाहिए। जिससे पेट में गैस नहीं बनती। पानी के अलावा प्रतिदिन ताजा जूस पिएं। पेट में गैस बनने की स्थिति में नीबू पानी पीना भी फायदेमंद होता है। कैफीनयुक्त ड्रिंक्स जैसे कोल्ड ड्रिंक, चाय, कॉफी ये सभी हमारी पाचनक्रिया पर बुरा असर डालते हैं और इनकी वजह से अपच की समस्या में इजाफा होता है। इन ड्रिंक्स की बजाय हर्बल टी, दूध या सादा पानी अपच की समस्या से काफी राहत दिलाता है।

फाइबर्स: रेशेदार भोज्य पदार्थ हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त करते हैं। मैदे की बजाय गेहूं की ब्रेड, ब्राउन राइस, ज्वार, बाजारा, मक्का, जौ, बींस, फल और सब्जियों को अपने नियमित आहार में शामिल करें।

प्रो-बायोटिक्स: प्रो-बायोटिक्स ऐसे प्राकृतिक बैक्टीरिया हैं जो हमारे शरीर में मौजूद होते हैं। आजकल बाजार में प्रो-बायोटिक्स दूध, ड्रिंक्स, दही और आइसक्रीम मिलती है, जिनके सेवन से अपच की समस्या को दूर किया जा सकता है।

वसा: पिज्जा, बर्गर के बजाय लो फैट फूड्स खाने से अपच से होने वाले दर्द से तो बच सकते हैं, साथ ही वजन बढ़ने की समस्या से भी निजात पा सकते हैं।

मसाले: ज्यादा मसालेयुक्त खाने से भी सीने में जलन और पेट में गैस होती है। अपच की समस्या होने पर इन्हें खाने से परहेज रखें।

जीवनशैली: इन दिनों वही भोजन करें, जो आसानी से पच जाए। अपने मेटाबॉलिज्म, आयु, वजन और काम की शैली के अनुरूप भोजन करना चाहिए ताकि आप फिट रह सकें। नियमित व्यायाम करें। *

प्रिकॉशन
रेखा देशराज

ठंडी के मौसम में ही नहीं जाती हुई सर्दियों में भी बच्चों और बुजुर्गों का विशेष ध्यान रखना चाहिए। जरा सी लापरवाही से वे निमोनिया से ग्रस्त हो सकते हैं। इसके संक्रमण से बचाव कैसे संभव है, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

जरा सी लापरवाही से हो सकता है निमोनिया

निमोनिया फेफड़ों की एक ऐसी बीमारी है, जिससे विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक हर साल 6.5 करोड़ से ज्यादा लोग प्रभावित होते हैं। 25 लाख लोगों की मौत हो जाती है, जिनमें लगभग 07 लाख बच्चे होते हैं। भारत में यह स्थिति इसलिए चिंताजनक है, क्योंकि पांच साल से कम उम्र के हजारों बच्चे हर साल इसकी वजह से असमय मौत का शिकार हो जाते हैं। निमोनिया एक ऐसी बीमारी है, जो सजगता से रोकी जा सकती है। बावजूद इसके यह दशकों से दुनिया के लिए गंभीर चिंता का विषय बनी हुई है। हर साल 50 लाख से अधिक बच्चों की मौत होती है, जिनमें से 15 प्रतिशत बच्चे निमोनिया के कारण असमय मौत के मुंह में समा जाते हैं। निमोनिया से मरने वाले ज्यादातर बच्चे निम्न और मध्यम आय वाले देशों जैसे- भारत, पाकिस्तान, नाइजीरिया और कांगो के होते हैं।

क्या है निमोनिया: निमोनिया, फेफड़ों का संक्रमण है, जिसमें फेफड़ों के एल्वियोली यानी वायु कोषों में पस या द्रव भर जाता है, जिसके कारण शरीर को पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिलती। निमोनिया का यह संक्रमण बैक्टीरिया, वायरस या फंगस से हो सकता है। सबसे सामान्य कारण स्ट्रेप्टोकोकस न्यूमोनिया नामक बैक्टीरिया है। बच्चों में यह रेस्पिरेटरी सिंकाइटियल वायरस (आरएसवी) या इंफ्लूएंजा वायरस के कारण भी हो जाता है।

हमारे देश में यह दूसरे देशों के मुकाबले चिंता का कारण ज्यादा है, क्योंकि भारत में वायु प्रदूषण की स्थिति बेहद खराब है। इसके अलावा कुपोषण तथा धुएं के कारण भी निमोनिया होने की आशंका बढ़ जाती है। अमेरिका और यूरोप जैसे देशों में बूढ़े या पहले से बीमार, डायबिटीज या हृदय रोगी ही आमतौर पर निमोनिया से प्रभावित होते हैं।

जागरूकता है जरूरी: निमोनिया से बचाव जागरूकता से संभव है। वैक्सीन, स्वच्छ पर्यावरण, पौष्टिक खान-पान और जनजागरूकता की बदौलत इससे आसानी से लड़ा जा सकता है। अगर बच्चों और बुजुर्गों की सजगता से देख-रेख की जाए तो उन्हें निमोनिया से बचाना आसान है।

निमोनिया के प्रारंभिक लक्षण: इसके लक्षण अकसर सर्दी या बुखार के रूप में सामने आते हैं। लेकिन अगर ध्यान न दिया गया तो यह धीरे-धीरे गंभीर होने लगते हैं। निमोनिया के सामान्य लक्षण इस प्रकार है-

- तेज बुखार, साथ में कंपकंपी।
- खांसी, जो कभी-कभी कफ या पस के साथ भी आती है।
- सांस लेने में धीरे-धीरे तकलीफ होनी शुरू होती है और फिर तेज-तेज सांसें आने लगती हैं।
- छाती में लगातार दर्द या भारीपन बना रहता है।
- थकान, कमजोरी महसूस होना।
- बच्चों में नाक फड़कना, पसीना आना, दूध या खाना छोड़ देना। बुजुर्गों में यह भ्रम और मानसिक सुस्ती का कारण बनती है।

बचने के उपाय: निमोनिया एक गंभीर बीमारी है। लेकिन इससे कुछ उपायों से बचा जा सकता है-

- टीकाकरण बच्चों को निमोनिया से बचाता है। इसी तरह इंफ्लूएंजा वैक्सीन से बुजुर्गों की सेहत सुरक्षित रहती है।
- घर में धुआंरहित चूल्हों का इस्तेमाल किया जाए, प्रदूषण से बचा जाए, धूम्रपान से दूरी बनाई जाए और बच्चों को स्वच्छ तथा खुले वातावरण में रखा जाए, तो निमोनिया से बचाव संभव है।
- पर्याप्त पोषण जरूरी है। छोटे बच्चों को मांएं स्तनपान जरूर कराएं, वह बच्चों को निमोनिया से बचाव के लिए प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है। विटामिन-ए, सी और डी की कमी से बचना चाहिए।
- निमोनिया के शुरूआती लक्षणों पर डॉक्टर से तुरंत संपर्क करना चाहिए तथा उचित एंटीबायोटिक या एंटीवायरल इलाज शुरू कर देना चाहिए। *

डॉक्टर्स सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब सुबह के समय जोड़ों में हो दर्द

मेरी उम्र 38 वर्ष है। सुबह सोकर उठने और देर तक बैठने के बाद उठने पर घुटनों और शरीर के अन्य जोड़ों में जकड़न महसूस होती है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-अंकुर, रायपुर

इस तरह की समस्या आपको सर्दियों में होती है या गर्मियों में भी, क्योंकि सर्दी के मौसम में हड्डियों संबंधी समस्या काफी देखी जाती है। आपको नियमित रूप में सुबह-शाम एक्सरसाइज शुरू कर देनी चाहिए। साथ ही एक बार आप कैल्शियम और विटामिन डी की जांच करवा लें और अगर कमी हो तो डॉक्टर से संपर्क कर इसकी दवा शुरू कर सकते हैं। पर आपको एक्सरसाइज जरूर करनी चाहिए।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। कुछ समय से मुझे जबड़े में अकड़न लगती है और यह पूरी तरह खुलता भी नहीं है। मैं कई वर्षों से स्मोकिंग करता हूं। कृपया बताएं, ये लक्षण किसी गंभीर बीमारी के संकेत तो नहीं हैं?

-कल्पेश, बिलासपुर

आप स्वयं बता रहे हैं कि लंबे समय से स्मोकिंग कर रहे हैं, लेकिन आपने यह नहीं बताया क्या आप गुटखा भी खातें हैं? क्योंकि समान्य तौर पर स्मोकिंग का सीधा असर जबड़े पर नहीं पड़ता। लेकिन इसके लिए आपको एक बार डॉक्टर से जरूर संपर्क कर लेना चाहिए, क्योंकि जबड़ा ना खुलने का कारण पता लगने पर उसका ट्रीटमेंट शुरू हो सकेगा।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। मुझे भूख बहुत कम लगती है। कुछ भी खाने के बाद खट्टी डकारें आने लगती हैं। कभी-कभी पेट में दर्द भी होने लगता है। ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए, कृपया समाधान बताएं।

-अमरेंद्र, महेंद्रगढ़

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लगता है कि आपका डाइजेस्टिव सिस्टम गड़बड़ है। यानी, खाना ठीक से पच नहीं रहा है। इस वजह से खट्टी डकार आती है, आप अपनी लाइफस्टाइल और खान-पान, पहले चेंज करिए। खाने में फाइबर जरूर शामिल करें। दोपहर में दही सलाद लें। और एक फल नियमित रूप से खाएं। रात में ज्यादा भारी खाना नहीं खाएं, हल्का खाना खाए और कोशिश करें कि सोने से 3 घंटे पहले डिनर कर ले। इस तरह चेंज करने से आपको आराम मिलेगा। साथ ही बाजार का तला भुना, ऑयली खाना फिलहाल बंद कर दें।

मेरी उम्र 44 वर्ष है। मुझे सर्वाइकल की समस्या है। अकसर चक्कर आता है, कभी-कभी सिर दर्द भी होता है। कृपया बताइए, मुझे क्या करना चाहिए?

-शुभम, महासमुंद

सर्वाइकल की समस्या का स्थाई इलाज नियमित एक्सरसाइज है। इसके लिए आपको फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर सर्वाइकल की एक्सरसाइज सीख लेना चाहिए। अगर बहुत ज्यादा दर्द हो रहा है तो डॉक्टर से संपर्क कर पेनकिलर ले सकते हैं, लेकिन इससे फौरी तौर पर आराम मिलेगा। अगर आपका लंबी सिटिंग वाला काम है तो आपको काम के दौरान बीच-बीच में थोड़ी बहुत सर्वाइकल एक्सरसाइज करते रहना चाहिए।

मेरी उम्र 41 वर्ष है। कुछ दिनों से मुझे किसी भी खाने में स्वाद महसूस नहीं हो रहा है। इसीलिए डाइट बहुत कम हो गई है। इसकी क्या वजह हो सकती है और मुझे क्या करना चाहिए?

-संजय, कोरबा

आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर अपनी जांच करा लेनी चाहिए, कई बार हल्का फीवर होता है जो महसूस नहीं होता, पर उसके लक्षण दिखते हैं। जैसा आप बता रहे हैं कि खाने का स्वाद नहीं आ रहा है, इसलिए आप किसी जनरल फिजिशियन से संपर्क कर जांच कराएं और जरूरत होने पर ट्रीटमेंट शुरू कराएं। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

खबर संक्षेप

सरकार तत्काल दे फसल का मुआवजा

नारनौल। हरियाणा में हाल ही में हुई बेमौसम ओलावृष्टि ने किसानों की मेहनत पर पानी फेर दिया है। राज्य के कई जिलों में गेहूं, सरसों सहित रबी की फसलें भारी नुकसान की चपेट में आ गई हैं। खेतों में खड़ी फसलें पूरी तरह बर्बाद हो चुकी हैं, जिससे हजारों किसानों के सामने गंभीर आर्थिक संकट खड़ा हो गया है। हरियाणा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह ने इस प्राकृतिक आपदा पर गहरी चिंता व्यक्त करते हुए राज्य सरकार से प्रभावित किसानों को तत्काल राहत देने की मांग की है। उन्होंने कहा कि ओलावृष्टि से किसानों को जो नुकसान हुआ है, वह बेहद गंभीर है।

कनीना विकास खंड में आई 'पीले सोने' की बहार

कनीना। कनीना विकास खंड में इस बार गेहूं की बजाय 'पीला सोना' कहे जाने वाली फसल सरसों की बुआई अधिक रकबे में की गई है, जिसमें बूंदाबांदी के बाद बाहर आई हुई है। हाल ही में हुई बूंदाबांदी के बाद सरसों की बेहतर फसल खड़ी होने से किसान खुश मिजाज हैं। फिलहाल सरसों पर पीले फूल खिलने से धरती पीत रंग में रंगी हुई प्रतीत हो रही है। कृषि विभाग के उपमंडल अधिकारी डॉ अजय यादव ने बताया कि कनीना खंड में करीब 33 हजार हेक्टेयर कृषि योग्य भूमि में से करीब 18 हजार हेक्टेयर भूमि पर सरसों की बिजाई की गई है जबकि उससे आधे रकबे, करीब नौ हजार हेक्टेयर भूमि पर गेहूं की बिजाई मानी जा रही है।

लाला लाजपत राय की जयंती मनाई

नारनौल। यदुवंशी डिग्री कॉलेज पटीकरा में प्रातःकालीन सभा में पंजाब केसरी लाला लाजपत राय की जयंती मनाई गई। इस दौरान प्राचार्य बजरंग लाल ने बताया कि आज हम सभी यहां भारत माता के वीर सपूत, महान स्वतंत्रता सेनानी लाला लाजपत राय की जयंती पर एकत्रित हुए हैं। यदुवंशी ग्रुप के चेयरमैन व पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने बताया कि जब ब्रिटिश सरकार ने भारत में साइमन कमीशन भेजा, तब लाला लाजपत राय ने पूरे साहस के साथ उसका विरोध किया।

बीमा क्लेम के कमीशन को लेकर विवाद

कोर्ट परिसर में वकीलों में जमकर चले लात घूंसे

रेवाड़ी। कोर्ट परिसर में आपस में मारपीट करते वकील। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

कोर्ट परिसर में बीमा क्लेम के कमिशन को लेकर वकीलों में विवाद इस कदर बढ़ा कि दो पक्षों के बीच जमकर लात-घूंसे चले। बाद में अन्य वकीलों ने बीच-बचाव करते हुए मामला शांत करा दिया। वकीलों के बीच मारपीट का वीडियो तेजी से वायरल हो गया। बताया जा रहा है कि बीमा क्लेम के कमिशन को लेकर दो वकीलों ने अपना-अपना दावा कर दिया। एक वकील ने बिना वकालतनामा दायर किए ही पार्टी को अच्छा क्लेम दिलाने का वादा किया हुआ था। वकालतनामा नहीं होने के कारण दूसरे वकील ने कमिशन का विरोध किया तो दोनों पक्षों में विवाद बढ़ गया। इसके बाद दोनों पक्षों के बीच जमकर लात घूंसे चले। काफी देर तक लोग कोर्ट परिसर में वकीलों की भिड़ंत देखने और वीडियो बनाने में मशगूल रहे। बाद में यह वीडियो सोशल मीडिया पर जबरदस्त वायरल हो गया। बार प्रधान विश्वामित्र के अनुसार दोनों पक्षों के वकीलों को समझा-बुझाकर मामला शांत कर दिया गया। यह मामला लोगों में चर्चा का विषय बना रहा।

डाबला बने अखिल भारतीय धानक आदिवासी समाज के प्रदेश अध्यक्ष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कोसली

अखिल भारतीय धानक आदिवासी समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष रतनलाल निर्माण ने ओमप्रकाश डाबला को अखिल भारतीय धानक आदिवासी समाज का हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त किया है। राष्ट्रीय अध्यक्ष ने कहा कि डाबला जल्द ही प्रदेश व जिला का र्य का रि णी गठित कर राष्ट्रीय कार्यालय में सूचना देंगे। नव नियुक्त प्रदेश अध्यक्ष ओमप्रकाश डाबला ने कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष की ओर से दी गई जिम्मेदारी का वे निष्ठा व ईमानदारी से निर्वाह करेंगे।

ओमप्रकाश डाबला।

डाबला ने बताया कि अखिल भारतीय धानका आदिवासी समाज एक पंजीकृत संस्था है, जो धानक, धनुक और धानका समुदायों सहित भारत के अन्य दबे-कुचले वर्गों के उत्थान और उनके अधिकारों के लिए कार्य कर रही है।

भारत की जनसंख्या के अनुसार धानक समाज की जनसंख्या साढ़े 5 करोड़ से अधिक है। इस जनसंख्या का 80 प्रतिशत हिस्सा आज भी गरीबी रेखा से नीचे जीवन व्यतीत कर रहा है।

अधिकतम सीमा 10 लाख रुपये निर्धारित

पीएमएफएमई योजना में 35% तक दिया जा रहा अनुदान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

केंद्र सरकार की ओर से सूक्ष्म खाद्य प्रसंस्करण उद्यमों के विकास एवं सुदृढ़ीकरण के उद्देश्य से प्रधानमंत्री सूक्ष्म खाद्य उद्योग उन्नयन योजना यानि पीएमएफएमई के अंतर्गत विशेष पहल की गई है।

योजना के तहत इच्छुक लाभार्थी अपने नए अथवा मौजूदा सूक्ष्म खाद्य प्रसंस्करण उद्यम की स्थापना, विस्तार एवं उन्नयन के लिए आवेदन कर सकते हैं। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि पीएमएफएमई योजना के अंतर्गत पात्र लाभार्थियों को ऋण पूंजी पर 35 प्रतिशत तक कैपिटल सब्सिडी प्रदान की जाती है, जिसकी अधिकतम सीमा 10 लाख रुपये निर्धारित है। योजना का लाभ नए व मौजूदा निजी तथा समूह आधारित सूक्ष्म उद्यमों को दिया जा रहा है। योजना के लिए 18 वर्ष से अधिक आयु के सभी भारतीय नागरिक पात्र हैं।

व्यक्तिगत उद्यमी, गैर-सरकारी संगठन, सरकारी समितियां, प्रोपराइटरशिप फर्म, साझेदारी फर्म, स्वयं सहायता समूह, किसान उत्पादक संगठन तथा प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के रूप में भी आवेदन किया जा सकता है। अन्य सरकारी योजनाओं के लाभार्थी भी इस योजना का लाभ लेने के लिए पात्र हैं।

■ योजना के लिए 18 वर्ष से अधिक आयु के सभी भारतीय नागरिक पात्र

डीसी अभिषेक मीणा।

आवेदन करें

डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि पीएमएफएमआई योजना का लाभ लेने के लिए 18 वर्ष से ऊपर की आयु का भारतीय नागरिक होना चाहिए। इसके अलावा व्यक्तिगत, गैर सरकारी संगठन, सरकारी समिति, प्रोपराइटरशिप फर्म, साझेदारी फर्म, एसएचजी-एफपीओ तथा एकल इकाई के तौर पर व्यक्तिगत तथा एसएचजी/एफपीओ/प्राइवेट लिमिटेड कंपनी आवेदन कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि अन्य योजनाओं के लाभार्थी भी इस योजना का लाभ ले सकते हैं।

दूसरे दिन हुआ निधि के शव का पोस्टमार्टम पति पर प्रताड़ना का केस दर्ज

निधि का शव उसके कमरे से हुआ था बरामद

■ बेटी ने परिजनों की मर्जी के बिना सितंबर 2024 में मोहित से अंतरजाती प्रेम विवाह किया था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

भोतवास अहीर में गत 27 जनवरी को महिला के सुसाइड मामले में पुलिस ने बुधवार को शव का पोस्टमार्टम करा दिया। मृतका के पिता के बयान पर पुलिस ने प्रेम विवाह करने वाले पति के खिलाफ प्रताड़ना केस दर्ज कराया है। निधि का शव उसके कमरे से बरामद होने के बाद पुलिस ने पोस्टमार्टम के लिए मोर्चरी में रखवाया था। उसके मायके पक्ष के लोगों को सुसाइड की सूचना दी थी। सूचना मिलने के बाद निधि का पिता खेतावास निवासी धनपत व परिवार के अन्य सदस्य अस्पताल पहुंच गए। धनपत ने बताया कि उसकी बेटी ने परिजनों की मर्जी के बिना सितंबर 2024 में मोहित से अंतर्जातीय प्रेम विवाह किया था। वह मोहित के साथ ही रही थी। निधि ने एक दिन पहले ही फोन पर बताया था कि मोहित उसके साथ शराब के नशे में मारपीट करता है। उसकी आए दिन की मारपीट से वह तंग आ चुकी है। उसे इस बात का पता नहीं था कि उसकी बेटी को इस तरह से टार्चर किया जाता था।

दोस्त के पास गया हुआ था मोहित

जिस समय निधि ने फांसी लगाकर आत्महत्या की, मोहित अपने दोस्त के पास गया हुआ था। उसकी निधि से फोन पर बात बात भी हुई थी। निधि शादी के बाद शहर के एक कॉलेज में पढ़ती थी। उसके पिता का यह भी आरोप है कि मोहित उस पर मायके से पैसे लाने का दबाव बनाता था। वह कार किराए पर चलाता था। पुलिस ने मृतका के पिता के बयान आरोपी मोहित के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज कर लिया।

जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान डाइट की ओर से आयोजित करवाई गई प्रतियोगिता

गवर्नमेंट स्कूल संगवाड़ी ने जिला स्तरीय मॉक युवा संसद में पाया तीसरा स्थान

■ प्राचार्या डा. ज्योत्स्ना यादव ने इस उपलब्धि पर विद्यार्थियों व स्टाफ को बधाई दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय संगवाड़ी ने जिला स्तरीय मॉक युवा संसद प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए तृतीय स्थान प्राप्त किया। यह प्रतियोगिता जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान डाइट की ओर से आयोजित करवाई गई।

डाइट प्राचार्य प्रदीप दहिया और जिला शिक्षा अधिकारी बिजेंद्र हुड्डा ने विद्यार्थियों को पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया। विद्यालय की कार्यवाहक प्राचार्या डा. ज्योत्स्ना यादव ने इस उपलब्धि पर विद्यार्थियों व स्टाफ को बधाई दी तथा इसे बच्चों की मेहनत और शिक्षकों के मार्गदर्शन का परिणाम बताया। इस अवसर पर डा. अनीता, सतीश, सरिता, गजेंद्र, अरुण, नरेंद्र, जगदीप, संजुक्ता, ओमवती, मीरू, ममता, मीनू, मोनिका तथा नरेश सहित सभी स्टाफ सदस्य उपस्थित थे।

रेवाड़ी। संगवाडी की टीम को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

पशुओं में बीमारी रोकथाम की उपाय पर व्याख्यान आयोजित

महेंद्रगढ़। आरपीएस वेटरनरी कॉलेज बलाना में वीएलडीडी के विद्यार्थियों के लिए वैज्ञानिकों द्वारा व्याख्यान आयोजित किया गया, जिसमें विद्यार्थियों को पशुओं में बांझपन, कृत्रिम गर्भाधान की चुनौतिया व सावधानियां तथा पशु में होने वाले थनैला रोग के कारण व रोकथाम के उपाय पर विस्तृत जानकारी दी गई। कॉलेज रजिस्ट्रार डॉ. देवेन्द्र यादव ने बताया कि कॉलेज के वैज्ञानिक एवं प्रोफेसर डॉ. प्रेम सिंह यादव, डॉ. सुभाष जांगड़ा व डॉ. संदीप गेरा द्वारा कॉलेज छात्र-छात्राओं को पशुओं से संबंधित रोग, समस्या व निदान के बारे में ग्रामीण आंचल में पशुपालकों को होने वाली परेशानियों की जानकारी दी। प्रो. प्रेम सिंह यादव ने बताया कि पशु किसानों की जीवनरेखा होते हैं तथा उचित जानकारी के अभाव मे पशु पालकों को भारी आर्थिक नुकसान उठाना पड़ता है। प्रो. यादव ने मुख्य रुप से पशुओं में बांझपन जिसमें पशु मे गर्मी के लक्षण देर से दिखाई देना, बार-बार गर्भाधान फेल होना व प्रसव के बाद अगले प्रजनन चक्र में देर होना होता है। पशुओं को संतुलित आहार देकर, गर्मी की सही पहचान व पशु चिकित्सक की सही सलाह से इस समस्या का समाधान किया जा सकता है।

चोरी की घटनाओं पर अंकुश न लगने से किसान और ग्रामीण चिंतित

कनीना। क्षेत्र में घटित होने वाली चोरी की घटनाओं पर अंकुश न लगने से ग्रामीण एवं किसान चिंतित हैं। अज्ञात चोरों ने खेतों में फसल सिंचाई के लिए रखे गए एल्यूमीनियम पाइप चोरी की ओर रुख किया हुआ था। जिसके चलते उच्चत, कनीना व करीरा के खेतों से पाइप व टी-बैंड आदि चोरी किए जा रहे थे। सरसों की फसल बड़ी होने तथा किसानों की सतर्कता के चलते पाइप चोरी की घटनाओं पर कुछ हद तक विराम लगने के बाद अब चोरों द्वारा घरों में दबिश देकर चोरी की घटना को अंजाम दिया जा रहा है। इसी कड़ी में कनीना विकास खंड के गांव ढाणा में अज्ञात चोरों ने एक घर में दबिश देकर 40 हजार रुपये की नकदी सहित जेवरात चोरी कर लिए। इस बारे में गृह स्वामी संदीप वासी ढाणा ने कनीना सदर थाना पुलिस को शिकायत देकर चोरों को काबू करने की मांग की है। दूसरी ओर सुंदरह गांव निवासी जगराम ने दोगडा अहीर पुलिस चौकी में दी शिकायत में बताया कि उसका भतीजा कर्ण सिंह जो पिछले करीब तीन वर्ष से सपरिवार बेंगलौर में रहता है। वह करीब तीन माह पूर्व घर की देखरेख कर गया था। उन्होंने बताया कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ मिला। अंदर जाकर देखा तो सामान भी अस्त-व्यस्त पड़ा मिला। जांच करने पर मालूम हुआ कि संदूक से एक लाचा, 11 हजार रुपये की माला व तीन हजार रुपये की नकदी व चांदी की अंगूठी गायब मिली।

सीजेएम ने आमजन से की अवसर का लाभ उठाने की अपील

राष्ट्रीय लोक अदालत 14 मार्च को, आपसी समझौते से निपटाएं जाएंगे लंबित मामले

रेवाड़ी। जिला न्यायिक परिसर में 14 मार्च को राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा, जिसमें दोनों पक्षों की सहमति से मामलों का निपटारा कराया जाएगा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं सीजेएम अमित वर्मा ने बताया कि राष्ट्रीय लोक अदालत का मुख्य उद्देश्य लंबित मामलों का आपसी समझौते के माध्यम से त्वरित निपटारा कराना है। लोक अदालत में ट्रैफिक चालान, बैंक रिकवरी, मोटर वाहन दुर्घटना अधिनियम, पारिवारिक विवाद, दीवानी एवं फौजदारी मामले, श्रम विवाद, भूमि अधिग्रहण, बिजली-पानी के बिलों तथा राजस्व के मामलों का निपटारा किया जाएगा। सीजेएम वर्मा ने आमजन से राष्ट्रीय लोक अदालत के अवसर का लाभ उठाने की अपील की है। सीजेएम ने कहा कि कोर्ट में अपने लंबित मामलों को आपसी सहमति से हल करवा लेने में ही फायदा है, जिससे कि समय कम लगे और मामूली खर्च में ही विवाद का निपटारा हो जाए। उन्होंने कहा कि कोई भी केस में कोर्ट में चलता है तो लोगों को उसके लिए बार-बार चक्कर लगाने पड़ते हैं और धन व समय भी खर्च होता है। लोक अदालत में सुलझा विवाद, वहीं समाप्त हो जाता है।

■ मामूली खर्च में ही विवाद का हो जाता है निपटारा

सीजेएम अमित वर्मा।

दुरंतो का ठहराव करने को लेकर रेलमंत्री को भेजा ज्ञापन

महेंद्रगढ़। दैनिक रेलयात्री महासंघ ने गाड़ी संख्या 12259-60 हावड़ा-सियालदाह-दुरंतो-बीकानेर गाड़ी का ठहराव महेंद्रगढ़ स्टेशन पर करने को लेकर बुधवार को प्रधानमंत्री, रेलमंत्री व रेलवे के उच्च अधिकारी के नाम स्टेशन अधीक्षक निरंजन कुमार को सौंपा हैं। दैनिक रेलयात्री महासंघ के अध्यक्ष रामनिवास पाटोदा ने कहा कि गाड़ी संख्या 12259-60 का ठहराव लोहारू स्टेशन पर है, जिस कारण क्षेत्र के लोगों को इस ट्रेन की सुविधा पाने के लिए लोहारू जाना पड़ रहा है। पाटोदा ने कहा कि महेंद्रगढ़ रेलवे स्टेशन पर इस गाड़ी का ठहराव की मांग पूरी नहीं होने से क्षेत्र के लोगों में काफी रोष है। इस गाड़ी में यात्रा करने के लिए महेंद्रगढ़ क्षेत्र के लोगों को लोहारू स्टेशन जाना पड़ रहा है। दैनिक रेल यात्री महासंघ कई साल मांग उठा रहे है कि महेंद्रगढ़ में हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के साथ-साथ यहां के बड़े-बड़े शिक्षण संस्थानों में हरियाणा ही नहीं, पूरे देशभर के छात्र-छात्राएं पढ़ने आ रहे हैं। उनकी सुविधा को देखते हुए इस गाड़ी का ठहराव अति आवश्यक है।

86 सम्मेलन की योजना बनाई गई

जिले में एक से 22 फरवरी तक होंगे 86 हिंदू सम्मेलन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिले में 1 फरवरी से 22 फरवरी तक हिंदू समाज की ओर से हिंदू सम्मेलन आयोजित किए जा रहे हैं। जिले के शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में 86 सम्मेलन की योजना बनाई गई है। इस दौरान जिले की विभिन्न बस्तियों और अन्य स्थानों पर धार्मिक एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम भी होंगे। आयोजकों ने बताया कि इन सम्मेलनों का उद्देश्य समाज में सांस्कृतिक एकता, धार्मिक जागरूकता और सामाजिक सौहार्द को बढ़ावा देना है। स्थानीय स्तर पर विभिन्न समितियां इन कार्यक्रमों की तैयारियों में जुटी हुई हैं। ये सम्मेलन न केवल धार्मिक दृष्टि से महत्वपूर्ण होंगें, बल्कि सामाजिक और सांस्कृतिक एकता का भी प्रतीक बनेंगे। शहर की 22 बस्तियों में 22 सम्मेलन होंगे, जबकि धारूहेड़ा में 10 स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इसके अलावा ग्रामीण क्षेत्रों में 54 स्थानों पर सम्मेलन होंगे। राजकुमार यादव ने बताया कि हिंदू सम्मेलन की श्रंखला में 30 जनवरी को खंड के मीरपुर गांव में आर्य समाज मंदिर दोपहर 2 बजे, 1 फरवरी को जाटूसाना के खेल ग्राउंड आईटीबीपी कैंप के पास प्रातः 10 बज तथा 1 फरवरी को शहर के हंस नगर में सरस्वती इंटरनेशनल स्कूल में प्रातः 10:15 से कार्यक्रम होगा। बैठक में हिन्दू सम्मेलन जिला संचालन समिति के सदस्य अजय मित्तल, डा.राम बाबू, राजकुमार व योगेश उपस्थित थे।

■ जिले की विभिन्न बस्तियों और अन्य स्थानों पर धार्मिक एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम होंगे

कृषि विज्ञान केंद्र बावल में मशरूम उत्पादन तकनीक पर चार दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन

जिले में तेजी से लोकप्रिय हो रही मशरूम की खेती: डा. नरेन्द्र यादव

मशरूम में उच्च गुणवत्ता का प्रोटीन पाया जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है

■ कंपोस्ट बनाने की विधि, केसिंग मिश्रण, जैविक एवं अजैविक प्रकारों की जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर बीआर कांबोज के निर्देशानुसार फसल विविधीकरण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से कृषि विज्ञान केंद्र बावल में मशरूम उत्पादन तकनीक विषय पर चार दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्रशिक्षण विस्तार शिक्षा निदेशक डा. रमेश कुमार यादव के मार्गदर्शन में सम्पन्न हुआ, जिसमें 30 युवाओं व किसानों ने भाग लिया। केंद्र के वरिष्ठ संयोजक डा. बलबीर सिंह ने बताया कि कृषि विज्ञान केंद्र में समय-समय पर बेरोजगार युवाओं एवं युवतियों के लिए स्वरोजगार से जुड़े प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। उन्होंने कहा कि मशरूम उत्पादन ऐसा व्यवसाय है, जिसे भूमिहीन युवा भी आसानी से कर सकते हैं, क्योंकि इसके लिए कृषि भूमि की आवश्यकता नहीं होती। कार्यक्रम के संयोजक डा. नरेंद्र कुमार यादव ने बताया कि जिले में मशरूम की खेती तेजी से लोकप्रिय हो रही है और इसके लिए बाजार की भी अच्छी उपलब्धता है।

रेवाड़ी। प्रशिक्षण कार्यक्रम में मौजूद कृषि अधिकारी व किसान। फोटो : हरिभूमि

प्रशिक्षित किया

डा. नरेश कुमार यादव ने सपान यानि बीज मिलाने की विधि के साथ-साथ मशरूम में लगने वाली बीमारियों और कीटों के नियंत्रण व उपचार के बारे में बताया। डा. प्रीति ने आयस्टर मशरूम और दूधिया मशरूम की उत्पादन तकनीक पर प्रतिभागियों को प्रशिक्षित किया। प्रशिक्षण के दौरान प्रतिभागियों का शैक्षणिक भ्रमण क्षेत्रीय अनुसंधान केंद्र बावल की जीवाणु तथा मिट्टी-पानी जांच प्रयोगशाला में भी कराया गया, जहां उन्हें आधुनिक परीक्षण विधियों की जानकारी दी गई।

मशरूम में उच्च गुणवत्ता का प्रोटीन पाया जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है। उन्होंने कंपोस्ट बनाने की विधि, केसिंग मिश्रण, जैविक एवं अजैविक प्रकारों की जानकारी भी दी।

अंतरराष्ट्रीय हिंदी ओलंपियाड में मॉडर्न स्कूल ने जीते मेडल

महेंद्रगढ़। अंतर्राष्ट्रीय हिंदी ओलंपियाड प्रतियोगिता मॉडर्न विद्यालय भोजावास में 28 नवंबर को आयोजित करवाई गई थी। इस अंतर्राष्ट्रीय हिंदी ओलंपियाड प्रतियोगिता में मॉडर्न स्कूल ने 14 गोल्ड, 15 सिल्वर व 12 ब्रॉन्ज मेडल प्राप्त किए। कक्षा दूसरी से हनी पुत्री पवन कुमार, नव्या पुत्री रविंद्र, लक्षिता पुत्री विजय कुमार, युविका पुत्री राकेश कुमार, नक्ष पुत्र कबुल यादव, भावी पुत्री प्रवीन व जीविका पुत्री अशोक ने गोल्ड मेडल प्राप्त किया।

सूचना

मैं, निहाल सिंह पुत्र श्री बलवन्त सिंह निवासी गांव ततारपुर तहसील व जिला रेवाड़ी बयान करता हूं कि मेरा पुत्र विकास व पुत्रवधु प्रिया मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

सूचना

मैं, राजबाला पत्नी स्व. श्री राजेश निवासी मौहल्ला जटवाड़ा बावल, तहसील बावल, जिला रेवाड़ी बयान करती हूं कि मेरा पुत्र चन्द्रकान्त उर्फ चिन्टू मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करती हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

डीएवी महिला कॉलेज में एनएसएस कैंप संपन्न

कोसली। डीएवी महिला कॉलेज कोसली में चल रहे राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर का बुधवार को समापन हो गया। एनएसएस अधिकारी विधाता ने बताया कि शिविर के दौरान छात्राओं ने कॉलेज परिसर के अतिरिक्त कोसली के बाबा मुक्तेश्वरपुरी मठ व शिव मंदिर में सफाई अभियान चलाया तथा रैली निकालकर स्वच्छता का संदेश दिया। प्राचार्य डा. जयसिंह ने कहा कि सेवा कार्य शिक्षा का ही एक हिस्सा है। इसके अलावा सहचार व मिलजुल कर कार्य करने की भावना विकसित होती है।

यूनियन ने मांगों को लेकर सौंपा ज्ञापन

कोसली। कोसली की एचएसईबी वर्कर यूनियन के कर्मचारियों ने अपनी लंबित मांगों को लेकर कार्यकारी अभियंता अनीश कुमार को ज्ञापन देकर अनुबंधित कर्मचारियों की ज्वाइनिंग डेट से डाटा उपलब्ध कराने, सभी टेक्निकल कर्मचारियों को सेफ्टी किट उपलब्ध कराने, जेई असिस्टेंट लाइनमैन व लाइनमैन का सेफ्टी कोड टेस्ट कराने व कर्मचारियों की एसीपी व अलाउंस की लंबित मांगों को जल्द से जल्द पूरा कराने की मांग की। इस मौके पर यूनिट प्रधान जयप्रकाश, सुरेंदर सिंह यूनिट सचिव, राजबीर यूनिट उपप्रधान, यशपाल यादव यूनिट आडिटर, प्रमोद कुमार यूनिट खजांची आदि मौजूद थे।

झगड़े की आशंका में दो आरोपी हवालात में

रेवाड़ी। थाना रोहड़ाई पुलिस ने रतनथल गांव में झगड़े की आशंका को देखते हुए दो आरोपियों को गिरफ्तार करने के बाद हवालात में बंद कर दिया। पुलिस को गांव में गुटबाजी के चलते झगड़े की आशंका की शिकायत मिली थी। पुलिस ने दोनों पक्षों के बीच समझौता कराने के प्रयास किए, लेकिन समझौता नहीं हुआ। बाद में पुलिस ने आकाश और रविंद्र को निवारक कार्यवाही के तहत गिरफ्तार कर लिया। दोनों को बुधवार को कोर्ट में पेश करने के बाद जमानत पर रिहा कर दिया गया।

पाड़ला में मारपीट मामले में तीन आरोपी गिरफ्तार

कुंड। पाड़ला गांव में गत 26 जनवरी को हुई मारपीट मामले में पुलिस ने तीन लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने घायल के बयान पर आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। गांव में हुए झगड़े के बाद पुलिस ने कई आरोपियों पर केस दर्ज किया था। इस मामले में थाना खोल पुलिस ने पाड़ला निवासी खुशबीर, ओविंद्र और कुलदीप को गिरफ्तार कर लिया। मामले की तफ्तीश में शामिल करने के बाद आरोपियों को पुलिस बेल पर छोड़ दिया गया।

गांव बाम्बड़ में जनसंवाद कार्यक्रम में उपायुक्त ने सुनीं जनसमस्याएं

ग्रामीणों ने सड़क, बिजली, पानी निकासी व अवैध कब्जे सहित अनेक समस्याएं रखी

- रात्रि ठहराव जन संवाद कार्यक्रम में विभागों ने स्टॉल लगाकर दी ग्रामीणों को अनेक योजनाओं की जानकारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

रेवाड़ी। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में लोगों की समस्याएं सुनते डीसी व एसपी।

जिला प्रशासन की ओर से गांव बाम्बड़ में रात्रि ठहराव जन संवाद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। डीसी अभिषेक मीणा ने एसपी हेमेंद्र मीणा व एसडीएम सुरेश कुमार सहित अन्य विभागीय अधिकारियों के साथ लोगों से सीधा संवाद किया और जन समस्याओं को सुनते हुए मौके पर ही राहत पहुंचाई। डीसी ने गांव के विकास से जुड़े ग्रामीणों के सुझावों को भी सुना। सरपंच सहित ग्रामीणों ने डीसी व एसपी का अभिवादन किया। डीसी मीणा ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की ओर से शुरू किए गए समाधान शिविर व रात्रि ठहराव कार्यक्रम का सभी वर्ग के लोगों को लाभ मिल रहा है। डीसी ने कहा कि कई समस्याओं का निवारण स्थानीय स्तर पर आपसी भाईचारे से भी संभव होता है। ऐसे में ग्रामीण एकजुटता के साथ ग्रामीण विकास में सहभागी बनते हुए ऐसी समस्याओं का स्वयं निपटान कराकर भाईचारे की मिसाल कायम करें। कार्यक्रम में बाम्बड़ गांव के अलावा आसपास के गांवों से आए ग्रामीणों ने सड़क, जल निकासी, अवैध कब्जा, खेल का मैदान बनवाने, सीवरेज लाइन डलवाने, रोडवेज बस के फेरे ज्यादा करने और बिजली से संबंधित मामले रखे। डीसी ने मौके पर आई शिकायतों में से कई समस्याओं का तुरंत समाधान कराया। ग्राम पंचायत की ओर से दिए गए मांग पत्र पर भी डीसी ने अधिकारियों को समाधान के निर्देश दिए।

राजकीय विद्यालय व आंगनवाड़ी का किया दौरा

कार्यक्रम के दौरान प्रशासनिक अधिकारियों ने राजकीय माध्यमिक विद्यालय का दौरा कर जायजा लिया। उन्होंने आंगनबाड़ी केंद्र का भी निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया। इस अवसर पर साफ सफाई व्यवस्था दुरुस्त रखने के निर्देश दिए गए। कार्यक्रम में विभिन्न विभागों की ओर से स्टॉल लगाकर ग्रामीणों को जनहितकारी योजनाओं की जानकारी दी गई। अधिकारियों और कर्मचारियों ने विभागीय योजनाओं की जानकारी देते हुए ग्रामीणों को उनका पूर्ण लाभ उठाने के लिए प्रोत्साहित किया। इस अवसर पर डीडीपीओ एचपी बंसल, बीडीपीओ शुभम, तहसीलदार रमन कुंडू और सरपंच मनीषा सहित अनेक गणमान्य जन मौजूद थे।

रेवाड़ी-रींगस रूट दो पर जोड़ी स्पेशल ट्रेनें चलेंगी

संचालन 20 से 28 फरवरी तक

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

रेलवे की ओर से अतिरिक्त यात्री यातायात को देखते हुए यात्रियों की सुविधा के लिए रेवाड़ी-रींगस-रेवाड़ी 2 जोड़ी एवं जयपुर-भिवानी-जयपुर एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवाओं का संचालन किया जा रहा है। उत्तर पश्चिम रेलवे के सीपीआरओ शशि किरण ने बताया कि गाड़ी संख्या 09633 रेवाड़ी-रींगस एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 20 फरवरी से 28 फरवरी तक रेवाड़ी से रात्रि 10:50 बजे रवाना होकर मध्यरात्रि 1:45 बजे रींगस पहुंचेगी। इसी प्रकार गाड़ी संख्या 09634 रींगस-रेवाड़ी एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 21 फरवरी से एक मार्च तक रींगस से मध्यरात्रि 2:05 बजे रवाना होकर सुबह 5:10 बजे रेवाड़ी पहुंचेगी। यह रेलसेवा मार्ग में अटेली, नारनौल, डाबला, नीम का थाना, कावंट व श्रीमाधोपुर स्टेशनों पर ठहराव करेगी। इस रेलसेवा में डेमू रैक के 16 डिब्बे होंगे। गाड़ी संख्या 09637 रेवाड़ी-रींगस एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 20 फरवरी से 28 फरवरी तक रेवाड़ी से सुबह 11 बजे रवाना होकर दोपहर 2:20 बजे रींगस पहुंचेगी। इसी प्रकार गाड़ी संख्या 09638 रींगस-रेवाड़ी एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 20 फरवरी से 28 फरवरी तक रींगस से दोपहर 2:55 बजे रवाना होकर शाम 6:20 बजे रेवाड़ी पहुंचेगी।

जयपुर-भिवानी एक्स. 16 फरवरी से

गाड़ी संख्या 09733 जयपुर-भिवानी एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 16 फरवरी से 28 फरवरी तक जयपुर से सुबह 7 बजे रवाना होकर दोपहर 2:20 बजे भिवानी पहुंचेगी। इसी प्रकार गाड़ी संख्या 09734 भिवानी-जयपुर एक्सप्रेस स्पेशल रेलसेवा 16 फरवरी से 28 फरवरी तक भिवानी से शाम 4:05 बजे रवाना होकर रात्रि 11:25 बजे जयपुर पहुंचेगी। यह रेलसेवा मार्ग में ढेहर का बालाजी, नींदर बैनाड, चौमू सामोद, गोविन्दगढ मलिकपुर, रींगस, श्रीमाधोपुर, कावंट, नीम का थाना, मांवडा, डाबला, निजामपुर, नारनौल,अटेली, कुंड, रेवाड़ी, कोसली, झाडली व चरखी दादरी स्टेशनों पर ठहराव करेगी। इस रेलसेवा में 9 साधारण श्रेणी व 2 गार्ड डिब्बों सहित 11 डिब्बे होंगे।

पार्सल डिलीवरी नाम पर ठगी, ऑनलाइन शॉपिंग के माध्यम से ठग बना रहे लोगों को शिकार

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने कहा कि आज के डिजिटल युग में ऑनलाइन शॉपिंग और कोरियर सेवाएं हर घर की सामान्य आवश्यकता बन चुकी हैं। लोग मोबाइल ऐप्स और वेबसाइट्स के माध्यम से सामान मंगवाते हैं, लेकिन इसी सुविधा का फायदा उठाकर साइबर अपराधी नागरिकों को ठगने में लगे हुए हैं। हाल ही में देशभर में पार्सल डिलीवरी स्कैम के कई मामले सामने आए हैं, जिनमें लोग लाखों रुपये गवां बैठे है। एसपी ने कहा कि ऐसे में आमजन को सतर्क रहने की जरूरत है।

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा।

महंगे गिफ्ट के नाम पर ठगे जा रहे लोग

एसपी ने कहा कि इस स्कैम में ठग खुद को कोरियर एजेंट, कस्टम अधिकारी या विदेशी मित्र बताकर दावा करते हैं कि आपके नाम से विदेश से कोई महंगा गिफ्ट आया है। कभी-कभी इसमें सोना, हीरे-जेवरात, नकद राशि या महंगे ब्रांडेड सामान का लालच दिया जाता है। इसके बाद कॉल, ईमेल या व्हाट्सएप संदेश भेजकर यह बताया जाता है कि पार्सल एयरपोर्ट के कस्टम विभाग में फंसा है और उसे छुड़ाने के लिए तुरंत टैक्स या शुल्क चुकाना होगा। शुरूआत में मामूली रकम मांगी जाती है, लेकिन एक बार भुगतान करने के बाद लगातार नए-नए चार्जेज की मांग शुरू हो जाती है।

एसपी मीणा ने बताया कि ऐसे स्कैम में ठग लालच और डर दोनों का इस्तेमाल करते हैं। वे कभी महंगे उपहार का लालच देकर तो कभी कानूनी कार्रवाई की धमकी देकर पीड़ितों पर दबाव बनाते हैं। इस तरह की ठगी में अनजान नंबर या ईमेल से गिफ्ट संदेश आना। केवल यूपीआई या ई-वॉलेट से पेमेंट की मांग होना। निजी बैंक अकाउंट में पैसे डालने का दबाव। बिना रसीद के कंपनी-कस्टम के नाम पर पैसे मांगे जाते है। ऐसे मामलों में सबसे महत्वपूर्ण सतर्क रहना है। किसी भी अनजान कॉल, ईमेल या लिंक पर भरोसा न करें और भुगतान से पहले पूरी तरह पुष्टि करें। यदि वास्तव में कोई पार्सल विदेश से आया हो, तो केवल अधिकृत वेबसाइट या कंपनी के कस्टमर केयर से ही संपर्क करें। व्यक्तिगत जानकारी जैसे आधार, पैन, बैंक अकाउंट नंबर या ओटीपी साझा न करें। इसके अलावा मोबाइल और ईमेल खातों पर टू-फैक्टर ऑथेंटिकेशन का इस्तेमाल करें और किसी भी दबाव में आकर तुरंत भुगतान करने से बचें। यदि कोई नागरिक इस तरह के स्कैम का शिकार हो जाए तो तुरंत थाने में शिकायत दर्ज कराएं। साथ ही साइबर अपराध की शिकायत राष्ट्रीय पोर्टल साइबरक्राइम.जीओवी.इन पर या राष्ट्रीय हेल्पलाइन नंबर 1930 पर दर्ज कराई जा सकती है। एसपी ने कहा कि लालच और डर में आकर कोई भी ऑनलाइन भुगतान न करें। साइबर ठग अपने हथकंडे बदलते रहते हैं, लेकिन यदि नागरिक सतर्क रहें तो किसी भी स्कैम से बचा जा सकता है।

रोहिंग्या व बांग्लादेशी नागरिकों की पहचान के लिए चलाया सर्च अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

जिला पुलिस ने स्वैत टीम के साथ बुधवार को थाना जाटूसाना व रोहड़ाई क्षेत्र में अनाधिकृत रूप से रहने वाले रोहिंग्या व बांग्लादेशी नागरिकों का पता लगाने के लिए सर्च अभियान चलाया। अभियान के दौरान पुलिस ने ईट-भट्ठों, झुग्गी-झोपड़ियों, होटल, पोल्ट्री फार्म व अन्य संदिग्ध स्थानों पर संदिग्ध लोगों की जांच की। पुलिस टीम ने बाहरी श्रमिकों की भी जानकारी ली तथा उनके पहचान पत्र व वाहनों के कागजातों की भी जांच की।

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने कहा कि जिले में अनाधिकृत रूप से किसी को भी रहने की छूट नहीं है। जिले में जो भी लोग बाहर से आकर रह रहे हैं, उनकी पहचान होना अत्यंत आवश्यक है। सुरक्षा की दृष्टि से यह कदम उठाए जा रहे हैं। एसपी ने जिला वासियों से अपील करते हुए कहा कि सभी अपने पास काम करने वाले या किराए पर रहने वाले प्रत्येक व्यक्ति की पुलिस वेरिफिकेशन कराएं। अगर भविष्य में कोई व्यक्ति ऐसा नहीं करता तो उसके खिलाफ भी पुलिस द्वारा कानूनी कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

रेवाड़ी। लोगों के पहचान पत्रों की जांच करते हुए पुलिस।

रेवाड़ी। लाला लाजपत राय को श्रद्धांजलि अर्पित करते शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

गवर्नमेंट ब्वायज स्कूल में मनाई लाला लाजपत राय जयंती

रेवाड़ी। राजकीय बाल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को शेर-ए-पंजाब लाला लाजपत राय की जयंती गरिमा और उत्साह के साथ मनाई गई। प्राचार्य विनोद यादव ने शिक्षकों और विद्यार्थियों सहित महान स्वतंत्रता सेनानी की मूर्ति पर पुष्पांजलि अर्पित कर नमन किया। इस मौके पर वरिष्ठ व्याख्याता डा. नम्रता सचदेवा ने कहा कि लाला लाजपत राय ने भारतीय राजनीति को याचिका के दौर से निकालकर अधिकार के दौर में पहुंचाया। उन्होंने बताया कि रेवाड़ी से लाहौर तक के उनके शैक्षिक सफर ने उन्हें लाल-बाल-पाल की अजेय त्रिमूर्ति का हिस्सा बनाया। पंजाब नेशनल बैंक की स्थापना से लेकर साइमन कमीशन के विरोध तक, उनका जीवन हर भारतीय के लिए प्रेरणास्रोत है। शिक्षाविद मनोज वशिष्ठ ने लाला लाजपत राय के जीवन और रेवाड़ी के ऐतिहासिक संबंध पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि रेवाड़ी की शैक्षिक विरासत लाला लाजपत राय के व्यक्तित्व निर्माण की आधारशिला रही है। 1880 के दशक में उनके पिता मुंशी राधाकृष्णन इसी विद्यालय में उर्दू शिक्षक थे और लालाजी ने अपनी कक्षा छठी की शिक्षा यहीं से प्राप्त की थी। राजपाल यादव, राजेश कुमारी, शालू व जितेन्द्र यादव ने बताया कि लाला लाजपत राय के अंदर नैतिकता, साहित्य प्रेम और स्वाभिमान का बीजारोपण इसी विद्यालय की चारदीवारी में हुआ था। प्राचार्य विनोद यादव ने कहा कि यह हमारे लिए गर्व का विषय है कि जिस विद्यालय प्रांगण में आज हम खड़े हैं, वहां कभी लाला लाजपत राय जैसे युगपुरुष ने शिक्षा प्राप्त की थी। इस विरासत को सहेजना और उनके आदर्शों पर चलना ही हमारी सच्ची श्रद्धांजलि होगी।

माघ माह की एकादशी आज खाटूश्याम धाम जाएंगे श्रद्धालु

- भगवान श्री कृष्ण ने युधिष्ठिर को एकादशी तिथि का महत्व बताते हुए कहा है कि जया एकादशी प्राणी के इस जन्म एवं पूर्व जन्म के समस्त पापों का नाश करने वाली उत्तम तिथि है

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

सनातन धर्म में एकादशी तिथि के व्रत-पूजन का सर्वाधिक महत्व बताया गया है। हिंदू पंचांग के अनुसार माघ माह की शुक्ल पक्ष की जया एकादशी 29 जनवरी को है। पुराणों में माघ माह को बड़ा ही पुण्यदायी कहा गया है। इस माह में स्नान, दान, व्रत का फल अन्य माहों से अधिक बताया गया है। माघ माह की शुक्ल पक्ष की एकादशी को जया एकादशी कहा जाता हैं। यह एकादशी बहुत ही पुण्यदायी है, इस एकादशी का व्रत करने से व्यक्ति को नीच योनि से मुक्ति मिलती है। एकादशी पर बड़ी संख्या में श्रद्धालु राजस्थान के खाटूश्याम मंदिर में माथा टेकने के लिए रवाना होंगे।

पदम पुराण के अनुसार भगवान श्री कृष्ण ने युधिष्ठिर को एकादशी तिथि का महत्त्व बताते हुए कहा है कि जया एकादशी प्राणी के इस जन्म एवं पूर्व जन्म के समस्त पापों का नाश करने वाली उत्तम तिथि है। इतना ही नहीं, यह ब्रह्महत्या जैसे जघन्य पाप तथा पिशाचत्व का भी विनाश करने वाली है। शास्त्रों के अनुसार इस एकादशी का व्रत करने से प्राणी को कभी भी पिशाच या प्रेत योनि में नहीं जाना पड़ता और मृत्यु के बाद मोक्ष की प्राप्ति होती है। धार्मिक मान्यता है कि जिसने जया एकादशी का व्रत किया है उसने सब प्रकार के दान दे दिए और सम्पूर्ण यंत्रों का अनुष्ठान कर लिया। इस व्रत को करने से व्रती को अग्निष्टोम यज्ञ का फल मिलता है। यह भी मान्यता है कि जो साधक इस व्रत को पूरे श्रद्धाभाव से करता है उसे भूत-प्रेत और पिशाच योनि की यातनाएं नहीं झेलनी पड़ती। व्रत रखकर पूरे विधि-विधान के अनुसार भगवान विष्णु की पूजा-अर्चना व्रती को करनी चाहिए।

ट्रेनों का संचालन बाधित होने से श्रद्धालुओं को परेशानी

खाटूश्याम धाम जाने के बड़ी संख्या में श्याम भक्त ट्रेनों से रिंगस तक जाते हैं। इस समय इस रेल मार्ग पर दोहरीकरण का कार्य चल रहा हैज इंटरलॉकिंग कार्य के चलते कुछ ट्रेनों को रद्द कर दिया जाता है, जबकि कुछ ट्रेनों का मार्ग परिवर्तित कर दिया जाता है। इससे रिंगस तक जाने वाले श्यामभक्तों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ता है। बुधवार को भी खाटूश्याम जाने वाले यात्रियों की स्टेशन पर काफी भीड़ रही।

नशा शरीर ही नहीं, बल्कि जीवन और समाज के लिए भी जहर: रामपाल

रेवाड़ी। जिला पुलिस की ओर से नशा मुक्ति और समाजिक जागरूकता की दिशा में निरंतर प्रयास किए जा रहे है। नशा मुक्ति टीम ने बुधवार को गवर्नमेंट स्कूल सुमाखेड़ा, लाला व इंडियन पब्लिक स्कूल में विद्यार्थियों को नशे के दुष्प्रभावों को लेकर जागरूक किया। निरीक्षक रामपाल ने कहा कि नशा व्यक्ति के शरीर, परिवार और समाज तीनों का सबसे बड़ा शत्रु है। यह न केवल स्वास्थ्य को बर्बाद करता है, बल्कि युवाओं का भविष्य भी अंधकारमय कर देता है। विद्यार्थी देश का भविष्य है, जिनकों पढ़ाई, खेल और अपने सपनों में ध्यान लगाकर नशे जैसी बुरी आदतों से हमेशा दूर रहना चाहिए। नशा मुक्ति टीम ने कहा कि नशा शरीर ही नहीं, बल्कि जीवन और समाज के लिए भी जहर है। उन्होंने युवाओं से अभियान से जुड़ने का आह्वान किया। पुलिस टीम ने विद्यार्थियों को साइबर अपराध के खतरों से भी अवगत कराया तथा यातायात के नियमों की भी जानकारी दी। उन्होंने बताया कि अपराधी फोन कॉल, सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों से व्यक्तिगत जानकारी जैसे ओटीपी व पासवर्ड हासिल करने की कोशिश करते हैं। ऐसे में सभी को सतर्क रहकर किसी भी अनजान व्यक्ति से अपनी निजी जानकारी साझा नहीं करनी चाहिए। पुलिस टीम ने कहा कि सड़क पर वाहन चलाते समय नियमों का पालन करना जरूरी है।

- नशा मुक्ति टीम ने विद्यार्थियों को नशे के दुष्प्रभावों के बारे में किया जागरूक

रेवाड़ी। लाला लाजपत राय को श्रद्धांजलि अर्पित करते शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

कैबिनेट मंत्री श्रुति चौधरी 8 फरवरी को जाट समाज के कार्यक्रम में करेंगी शिरकत

रेवाड़ी। श्रुति चौधरी से मिलते हुए जाट समाज के प्रतिनिधि। फोटो : हरिभूमि

रेवाड़ी। कैबिनेट मंत्री श्रुति चौधरी जाट समाज की ओर से 8 फरवरी को जाट धर्मशाला में आयोजित होने वाले प्रतिभा सम्मान समारोह में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करेंगी। जाट समाज के प्रधान सूरत सिंह, उप प्रधान धनपत सिंह बड़ेसरा, सचिव हंसराज कोच, सह सचिव भरत नंबरदार, सुरजीत पहलवान व युद्धबीर फोगाट रामकिशन महलावत ने मंत्री श्रुति चौधरी से तोशाम में मुलाकात की थी। मंत्री ने कार्यक्रम के लिए 8 फरवरी को सुबह 11 बजे का समय दिया है। कार्यक्रम की तैयारी के लिए जाट धर्मशाला में मीटिंग का आयोजन किया गया और सभी लोगों को जिम्मेदारियां सौंपी गई। जाट समाज के सचिव हंसराज कोच ने बतलाया कि प्रतिभा सम्मान समारोह में समाज के प्रतिभावान खिलाड़ियों, विद्यार्थियों, यूनिवर्सिटी टॉपर, यूपीएससी, एचसीएस, आरएएस, एनडीए, सीडीएस, आईआईटी, नीट, आईआईएम, क्लैट, असिस्टेंट कमांडेंट या अन्य किसी क्षेत्र में चयनित युवाओं को सम्मानित किया जाएगा।

राव इंद्रजीत सिंह खेमे के दावेदार आश्वस्त, राव विरोधी खेमे में माहौल अभी शांत

नप चुनाव की तारीख अभी फाइनल नहीं, 'आकाओं' के दरबार में दावेदार

नरेन्द्र वत्स ⏭ रेवाड़ी

नगर परिषद के चुनावों को लेकर अभी तक भले ही तारीख तय नहीं हुई हो, परंतु चेयरमैन का ड्रा होने के बाद चुनावी सरगर्मियां बढ़नी शुरू हो गई हैं। पिछले चुनावों की तरह इस बार भी टिकट की कमान केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह के हाथों में आ सकती है। एससी रिजर्व सीट आरक्षित होने के कारण राव के चहेते दावेदारों ने चुनाव लड़ने के लिए सक्रियता बढ़ा दी है, तो इस बार उनका विरोधी खेमा अभी तक खुलकर मैदान में नहीं आया है।

वर्ष 2020 के नगर परिषद के चुनावों में चेयरमैन पद के लिए टिकट के साथ शुरू हुआ घमासान चुनाव परिणाम आने तक शांत नहीं हुआ था। टिकट को लेकर भाजपा में जमकर जोर-आजमाइश हुई थी। केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह जहां अपनी समर्थक को टिकट दिलाने पर जोर दे रहे थे, वहीं भाजपा के पुराने और राव इंद्रजीत सिंह से दूरी बनाए रखने वाले नेता पार्टी की ही किसी कर्मठ कार्यकर्ता को टिकट दिलाने की कौशिश में लगे हुए थे। आखिरकार राव पूनम यादव को टिकट दिलाने में कामयाब हो गए थे। इसके बाद पूनम को हराने के लिए भाजपा के ही कई धुरंधरों में चुनाव मैदान में मोर्चा खोल दिया था। पूर्व विधायक रणधीर सिंह कापड़ीवास ने राव समर्थित प्रत्याशी का खुलकर विरोध किया था, जबकि कई अन्य नेताओं ने अंदरखाने पूनम को 'चारों खाने चित्त' कराने में कोई कसर नहीं छोड़ी थी। राव के प्रचार मैदान में खुद उतरना पड़ा था, जिस कारण पूनम को चेयरमैनी मिली थी। इस बार सीट आरक्षित होने के कारण सामान्य और बीसी वर्ग के चुनाव लड़ने के इच्छुक नेता ड्रा होते ही 'बैकफुट' पर आ चुके हैं। एससी वर्ग से जुड़े समर्थकों ने राव दरबार में हाजिरी बढ़ाना तेज कर दिया है। इस बार राव विरोधी भाजपा खेमे में माहौल पूरी तरह शांत नजर आ रहा है।

रेवाड़ी। नगर परिषद कार्यालय। फोटो : हरिभूमि

जिलाध्यक्ष की भूमिका भी रहेगी सक्रिय

भाजपा में टिकट के समय जिलाध्यक्ष की भूमिका भी सक्रिय भी रहती है। इस बार जिलाध्यक्ष डा. वंदना पोपली हैं, जिनके राजनीतिक संबंध राव के साथ काफी अच्छे हैं। इन दोनों की सहमति चेयरमैन की टिकट फाइनल कराने की स्थिति में होगी। यही कारण है कि टिकट के दावेदार डा. वंदना पोपली से भी लगातार संपर्क बढ़ा रहे हैं। 'शीर्ष नेतृत्व' के वरिष्ठ नेताओं से संपर्क रखने वाले भाजपाई अपने दम पर टिकट हासिल करने की जुगत में लगे हुए हैं।

नपा टिकट के लिए भी जोर-आजमाइश

नगर परिषद के साथ ही धारूहेड़ा नगर पालिका के चुनाव भी प्रस्तावित हैं। पिछले चुनावों में निर्दलीय प्रत्याशी के रूप में कंवर सिंह चेयरमैन निर्वाचित हुए थे। बाद में उनकी शैक्षिक योग्यता को मामला हाई कोर्ट तक पहुंच गया था। भाजपा प्रत्याशी मानसिंह को तीसरे नंबर पर संतोष करना पड़ा था। बाद में कंवर सिंह राव इंद्रजीत सिंह की शरण में चले गए थे। इस बार वह भाजपा की टिकट पर चुनाव लड़ने की तैयारी में हैं, जिसके लिए राव इंद्रजीत सिंह से ही टिकट की उम्मीद लगाए हुए हैं।