हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार 26 मार्च 2026

तापमान

अधिकतम 34 .5 डिग्री
न्यूनतम 14 .5 डिग्री

12 कंपनी का प्लास्टिक दाना बेचने के दो आरोपी काबू

12 एलपीजी वितरण के संशोधित नियम लागू, उज्जवला योजना का सिलेंडर 45 दिन बाद

खबर संक्षेप

मारपीट मामले में आठ आरोपी गिरफ्तार

बावल। पुलिस ने वाल्मीकि मोहल्ले में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के आरोप में 8 लोगों को गिरफ्तार किया है। पीड़ित पक्ष की शिकायत के आधार पर पुलिस ने गत 22 मार्च को कई आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज किया था। एक पक्ष के लोगों को पुलिस ने पहले अन्य मामले में गिरफ्तार किया था। अब इस मामले में पुलिस ने वाल्मीकि मोहल्ला निवासी पुष्प कुमार, अमित, राकेश, महेश, सौदागर उर्फ संतलाल, गजराज, राजेश और विकास को गिरफ्तार कर लिया। सभी आरोपियों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

सड़क हादसे का आरोपी चालक गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना धारूहेड़ा पुलिस ने सड़क हादसे को अंजाम देने के बाद फरार हुए वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। गत 16 मार्च को हुए हादसे में वाहन की चपेट में आने से एक व्यक्ति घायल हो गया था। चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया था। पुलिस ने घायल के बयान पर केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। इस मामले में पुलिस ने नूंह जिले के पलला निवासी मोहम्मद आरिफ को गिरफ्तार किया है। उसका वाहन भी पुलिस ने अपने कब्जे में ले लिया। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

हुड़दंगबाजी करने के दो आरोपी दबोचे

रेवाड़ी। मॉडल टाउन एरिया में सार्वजनिक स्थान पर हुड़दंगबाजी करने के आरोप में पुलिस ने दो लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस को सूचना मिली थी कि दो लोग शराब के नशे में हुड़दंगबाजी कर रहे हैं। इससे आसपास के लोगों की शांति भंग हो रही है। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर जाकर दोनों आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया। आरोपी भैरामपुर भडंगी निवासी अजय और जाटूवास निवासी रामबीर बताए गए हैं। पुलिस ने दोनों के खिलाफ केस दर्ज कर लिया। बाद में उन्हें निजी मुचलके के आधार पर रिहा कर दिया गया।

आर्म्स एक्ट का आरोपी किया गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना धारूहेड़ा पुलिस ने हथियार उपलब्ध कराने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने यूपी के एक युवक को दो दिन पहले देशी कट्टा व जिंदा कारतूस के साथ गिरफ्तार किया था। उसके खिलाफ आर्म्स एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया था। पूछताछ के दौरान उसने बताया कि उसे हथियार यूपी के बिजनौर के पुराना बरंडा निवासी अभिषेक ने मुहैया कराया था। इसके बाद पुलिस ने आरोपी अभिषेक को भी गिरफ्तार कर लिया। उसे कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया।

कोर्ट से घोषित पीओ भेजा गया जेल

रेवाड़ी। मॉडल टाउन थाना पुलिस ने कोर्ट से घोषित किए गए एक पीओ को गिरफ्तार कर लिया। मोतला कलां निवासी सुरेंद्र के खिलाफ अदालत में मामला चल रहा है। मामले के चलते वह कोर्ट में पेशी पर नहीं पहुंच रहा था। नोटिस जारी करने के बाद कोर्ट ने उसे पीओ घोषित कर दिया था। उसके खिलाफ केस दर्ज करने के आदेश दिए गए थे। पुलिस ने कोर्ट के आदेश पर आरोपी के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद उसे गिरफ्तार कर लिया। उसे कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

घर में घुसकर मारपीट करने के आरोपी काबू

बावल। पुलिस ने घर में घुसकर मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। अस्पताल में उपचाराधीन घायल के बयान पर पुलिस ने 8 मार्च को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था।

अनाजमंडी में गांव सुलखा के किसान धन सिंह को सरसों के ओपन में मिले 6850 प्रति क्विंटल के दाम

सरकारी एजेंसियों को सरसों मिलने की उम्मीद कम अपनी मिलों के लिए करनी पड़ेगी प्राइवेट खरीद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मौसम साफ रहने के बाद अनाजमंडी में सरसों की आवक एक बार फिर बढ़ते लगी है। बदलते मौसम को लेकर किसान खेतों में भी फसल कटाई करने में जुटे हुए है। इस बार सरसों के ओपन में एमएसपी से अधिक भाव होने के कारण सरकारी एजेंसियों को सरसों मिलने की उम्मीद कम नजर आ रही है। एजेंसियों को अपनी मिलों के लिए प्राइवेट खरीद करनी पड़ सकती है, क्योंकि हैफेड मिलों के लिए हर बार एमएसपी पर खरीद करती है, लेकिन ओपन में भाव अधिक हो तो एजेंसी को आढ़तियों के माध्यम से प्राइवेट खरीद करनी पड़ती है। अनाजमंडी में फरवरी से अब तक 45674 क्विंटल से अधिक सरसों की आवक हो चुकी है। किसान को इस बार ओपन में सरसों के अच्छे भाव मिल रहे है। अनाजमंडी में मंगलवार को अब तक सबसे ज्यादा भाव में एक किसान की सरसों 6850 रुपये क्विंटल तक बिक चुकी है। बुधवार को भी आढ़तियों की ओर से 6770 रुपये क्विंटल के भाव से सरसों खरीदी गई। अनाजमंडी में सरसों के ओपन में न्यूनतम भाव 6000 रुपये प्रति क्विंटल चल रहे है, सरकार की ओर से निर्धारित किए गए न्यूनतम समर्थन मूल्य 6200 रुपये प्रति क्विंटल से महज 200 कम है। सरसों की एमएसपी पर सरकारी खरीद 28 मार्च और गेहूं की एक अप्रैल से शुरू होने की संभावना है। प्रशासन की ओर से फसल खरीद व्यवस्था को लेकर व्यवस्था कर ली गई है।

रेवाड़ी। अनाजमंडी के फड पर सरसों सुखाते मजदूर। फोटो : हरिभूमि

मंडी में अब तक 45674 क्विंटल से अधिक हो चुकी सरसों की आवक

रेवाड़ी। बुधवार को सरसों से सरोबार अनाजमंडी का फड। फोटो : हरिभूमि

चार खरीद केंद्रों पर की जा रही व्यवस्था

जिले में गेहूं व सरसों की खरीद के लिए अनाज मंडी रेवाड़ी, कोसली, बावल व कंवाली में खरीद केंद्र बनाए गए हैं। जिले में हैफेड, खाद्य आपूर्ति विभाग और वेयर हाउस की ओर से फसल की खरीद की जाएगी। सरकार की ओर से गेहूं 2585 रुपए प्रति क्विंटल और सरसों 6200 रुपए प्रति क्विंटल न्यूनतम समर्थन मूल्य निर्धारित किया गया है। डीसी अभिषेक मीणा ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे निर्धारित मापदंडों के अनुसार मंडियों में फसल खरीद करें। साथ ही नमी मापने वाले मॉइस्चर मीटर की उपलब्धता भी सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि मंडी में आने वाले किसानों के लिए पेयजल, शौचालय व छाया सहित सभी आवश्यक प्रबंध किए जाएं। मंडियों में बारदाने की पूरी व्यवस्था के साथ-साथ लिफ्टिंग का कार्य भी सुचारू रूप से करें, ताकि किसानों किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े।

रेवाड़ी। बुधवार को अनाजमंडी में सरसों की बोली लगाते हुए आढ़ती।

इन किसानों की अच्छे भाव में बिकी सरसों

अनाजमंडी में फरवरी से अब तक 45674 क्विंटल से अधिक सरसों की आवक हो चुकी है। नमी होने के बावजूद किसानों को ओपन में सरसों के अच्छे भाव मिल रहे है। अनाजमंडी में 24 मार्च को गांव सुलखा के किसान धनसिंह की सरसों 6850 रुपये प्रति क्विंटल के भाव से बिकी। वही व्यापारियों ने गांव घासेड़ा के किसान हरि सिंह की सरसों 6819 रुपये क्विंटल तथा गांव मोहम्मदपुर के किसान महेन्द्र की सरसों 6800 रुपये प्रति क्विंटल के भाव से खरीदी। मंडी में ज्यादातर किसानों को सरसों के 6000 से ऊपर ही भाव मिल रहे है।

नए नियमों से होगी फसलों की खरीद

हरियाणा सरकार की ओर से इस बार मंडियों में रबी फसल खरीद को लेकर नए मापदंड निर्धारित किए है। किसानों का मेरी फसल मेरा ब्यौरा पोर्टल पर पंजीकरण अनिवार्य है। इसी के साथ सरकार ने मंडियों में गेट पास फोटो सत्यापन के लिए वाहन की फ्रंट नंबर प्लेट अनिवार्य है। गेट पास के लिए किसान का बायोमैट्रिक सत्यापन भी आवश्यक होगा। जिले में इस बार 80 हजार हेक्टेयर में सरसों की बिजाई की गई थी। गत वर्ष में जिले की रेवाड़ी, कोसली व बावल अनाजमंडी में 8 लाख क्विंटल से अधिक सरसों खरीदी गई थी, जिसमें रेवाड़ी अनाजमंडी में 481574 क्विंटल सरसों की खरीद की गई।

ओयो महाकाल होटल में पुलिस की रेड

देह व्यापार के आरोप में मैनेजर दबोचा

- पुलिस होटल मालिक की तलाश कर रही

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मॉडल टाउन थाना पुलिस ने उत्तम नगर के ओयो महाकाल होटल में छापा मारकर मैनेजर को देह व्यापार कराने के आरोप में गिरफ्तार किया है। पुलिस होटल मालिक की तलाश कर रही है। पुलिस को सूचना मिली थी कि आयो महाकाल होटल में देह व्यापार का धंधा चलता है। सूचना मिलने के बाद बुधवार दोपहर एसपी के निर्देश पर डीएसपी के नेतृत्व में एक टीम का गठन किया गया। इस टीम ने बोगस ग्राहक बनाकर होटल पर भेज दिया। ग्राहक से सौदा तय होने के बाद इशारा मिलते ही पुलिस की टीम ने होटल पर दबिश दे दी। वहां से एक महिला भी पकड़ी गई, जिसे देह व्यापार के लिए बुलाया हुआ था। पुलिस होटल मैनेजर शुक्रपुरा निवासी विक्की को मौके पर ही गिरफ्तार कर लिया। होटल मालिक पुलिस के हत्थे नहीं चढ़ पाया। बाद में पुलिस ने होटल मैनेजर और मालिक के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज कर लिया। पुलिस होटल मालिक की तलाश में जुट गई।

अनैतिक गतिविधियां बर्दाश्त नहीं

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने होटल संचालकों को चेतावनी दी है कि वह होटलों में अनैतिक कार्य को बढ़ावा देने का प्रयास नहीं करें। पुलिस ऐसे होटलों पर लगातार नजर रखे हुए है। पकड़े जाने वाले ऐसा कार्य करने वाले लोगों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने आमजन से अपील की है कि इस तरह की गतिविधियों के बारे में जानकारी मिलने पर पुलिस को तुरंत इसकी सूचना दें, ताकि समय रहते आरोपियों को काबू किया जा सके।

कुकिंग गैस के दुरुपयोग पर विभाग सख्त

- नौ स्थानों पर हुई छापेमारी 24 घरेलू सिलेंडर किए जब्त
- घरेलू सिलेंडरों का इस्तेमाल करने वाले दुकानदारों में हड़कंप
- टीम ने अवैध रूप से छोटे सिलेंडरों की रिफिलिंग भी पकड़ी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

गैस संकट को देखते घरेलू सिलेंडरों का इस्तेमाल करने वाले लोगों पर खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने शिकंजा कसना शुरू कर दिया है। विभाग की टीम ने बुधवार को छोपमारी के दौरान 9 प्रतिष्ठानों की जांच करते हुए 24 घरेलू गैस के सिलेंडर जब्त किए। इस दौरान छोटे सिलेंडरों में गैस रिफिल करने का मामला भी पकड़ा गया। विभाग की इस कार्रवाई से घरेलू सिलेंडरों वाणिज्यिक का इस्तेमाल करने वाले लोगों में हड़कंप मच गया। बुधवार को विभाग की टीम एएफएसओ एसपी महता के नेतृत्व में शहर के साथ-साथ पाल्हावास व रोहड़ाई आदि क्षेत्रों में चेकिंग के लिए निकली। टीम में सप्लाई इंचार्ज रविंद्र यादव, सब इंस्पेक्टर जितेंद्र यादव व अमित यादव शामिल थे। टीम ने पहले शहर और उसके बाद ग्रामीण क्षेत्रों में उन प्रतिष्ठानों की चेकिंग करना शुरू किया, जहां गैस का इस्तेमाल होता है। 9 प्रतिष्ठानों पर जांच के दौरान घरेलू गैस का इस्तेमाल करते हुए 24 सिलेंडरों को जब्त किया गया। इस कार्रवाई की सूचना मिलने के बाद कई हलवाई दुकानें बंद करके फरार हो गए। चाय विक्रेता भी सिलेंडर जब्त होने के डर से दुकानें बंद करके इधर-उधर हो गए। एक जगह टीम ने बड़े गैस सिलेंडर से छोटे सिलेंडर भरने का मामला भी पकड़ा। उसके बाद सिलेंडर जब्त कर लिए गए। विभाग की इस कार्रवाई से दिन भर हड़कंप मचा रहा। विभाग ने आम नागरिकों से भी अपील की है कि यदि कहीं इस प्रकार की अवैध गतिविधि की जानकारी मिले तो तुरंत विभाग को सूचित करें, ताकि समय रहते प्रभावी कार्रवाई की जा सके।

रेवाड़ी। जिला खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की टीम जब्त सिलेंडरों के साथ।

अनियमितताएं नहीं की जाएंगी बर्दाश्त

जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक नितिश सिंगला ने कहा कि विभाग इस प्रकार की अनियमितताओं के प्रति पूर्णतः सख्त और प्रतिबद्ध है। उन्होंने बताया कि विभाग संकट की स्थिति में भी निरंतर निगरानी एवं कार्रवाई कर रहा है, जिससे यह सुनिश्चित किया जा सके कि गैस की आपूर्ति आम जनता तक सुचारू रूप से पहुंचे। उन्होंने चेतावनी दी कि घरेलू गैस सिलेंडरों का व्यावसायिक उपयोग एवं अवैध रीफिलिंग गंभीर अपराध है। ऐसे दोषियों के विरुद्ध आवश्यक वस्तु अधिनियम के तहत कार्रवाई की जाएगी।

अभी तक जब्त किए जा चुके 81 सिलेंडर

एलपीजी संकट शुरू होने के बाद से विभाग की ओर से पूरे जिले में लगातार प्रभावी कार्रवाई की जा रही है। अब तक विभाग की टीमों ने कुल 81 सिलेंडर विभिन्न स्थानों से जब्त किए हैं। विभाग की इस सतत और सक्रिय कार्रवाई से अवैध गतिविधियों पर प्रभावी अंकुश लगा है तथा आम उपभोक्ताओं को राहत पहुंचाने में सफलता मिली है।

रेवाड़ी। दुकानदारों को नोटिस देते हुए विभाग की टीम। फोटो : हरिभूमि

कोसली के बाजार से अतिक्रमण हटवाने की कार्रवाई शुरू, दुकानदारों को दिए नोटिस

कोसली। बुधवार को कोसली के बाजार में अतिक्रमण हटाने के लिए दुकानदारों और रेहड़ी चालकों को लोक निर्माण विभाग की ओर से नोटिस दिए गए। दुकानदारों को विभाग की सड़कों से एक सप्ताह में अवैध कब्जे हटाने का समय दिया गया है। एसडीएम विजय कुमार यादव ने कहा कि लोक निर्माण विभाग के एसडीओ वीरेंद्र सिंह को मार्केट में अतिक्रमण हटवाने के लिए ड्यूटी मैजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया है। कोसली के बस अड्डे से लेकर रेलवे रोड तक अवैध कब्जा धारकों को नोटिस दे दिए गए हैं। शुक्रवार तक नाहड़ रोड और साल्हावास रोड सहित सभी मुख्य मार्गों पर ये नोटिस दे दिए जाएंगे। इस बारे में मुनादी कराई जा चुकी है। कार्य में पुलिस विभाग को सहयोग करने के निर्देश दिए जा चुके हैं। उन्होंने कहा कि समाधान शिविर में बाजार में अवैध कब्जों से संबंधित शिकायत दो-तीन बार आ चुकी है, जिस पर कार्रवाई की जा रही है। एसडीएम ने कहा कि अतिक्रमण के कारण शहर का यातायात प्रभावित हो रहा है तथा लोगों को आवागमन में परेशानी होती है। इसलिए रेहड़ी वालों को चाहिए कि वे मेन रोड से अपना सामान हटा लें। दुकानों के सामने सड़क पर कोई लकड़ी का तख्त या साइन बोर्ड नहीं होने चाहिए।

एक बार फिर यू-टर्न ले सकता है मौसम, आज भी बादल छाने की संभावना

मौसम से लगातार दूसरे दिन भी राहत, बढ़ने लगा गर्मी का असर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

लगातार दूसरे दिन भी आसमान साफ रहने से किसानों को बड़ी राहत मिली है। बादल छंटने के बाद पारा चढ़ना शुरू हो गया है, जिससे एक बार फिर से पंखे चलने शुरू हो गए हैं। मौसम पूरी तरह साफ होने में अभी समय लग सकता है। बार-बार मौसम में बदलाव आने का पूर्वानुमान लगाया जा रहा है।

बुधवार को सुबह से ही आसमान साफ बना रहा। सुबह के समय मौसम ठंडा बना रहा। दोपहर तक तेज धूप के कारण गर्मी का असर बढ़ गया। पंखे और एसी चलने शुरू हो गए। अधिकतम तापमान 2.0 डिग्री की वृद्धि के साथ 34.5 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। न्यूनतम तापमान 1.5 डिग्री की कमी के साथ 14.5 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। हवाओं की गति 10 किलोमीटर प्रति घंटा रही, जबकि नमी का स्तर 35 प्रतिशत तक रहा। दिन का तापमान 10 दिन बाद इस स्तर पर आया है, जिससे एक बार फिर गर्मी का असर शुरू हो गया है। रात का मौसम अभी भी ठंडा बना हुआ है। उतार-चढ़ाव के बाद तापमान सामान्य स्तर पर आ गया है। मौसम विभाग के अनुसार कमजोर विक्षोभ की सक्रियता के चलते मौसम एक बार फिर करवट ले सकता है। आसमान में आंशिक या घने बादलों के बीच हल्की बूंदाबांदी दो-तीन दिन में देखने को मिल सकती है। अभी तापमान में ज्यादा गिरावट आने की संभावना नहीं है। इसमें मामूली उतार-चढ़ाव देखने को मिल सकता है।

रेवाड़ी। बुधवार सुबह छाए बरसात के बादल। फोटो : हरिभूमि

खुला मौसम रहने की कर रहे कामना

इस समय सरसों की कटाई का कार्य अंतिम चरण में चल रहा है। गेहूं की अगेती फसल भी कटाई के लिए तैयार है। मौसम में बदलाव से कटाई कार्य भी प्रभावित होता है। किसान इस समय कुछ दिन तक मौसम साफ रहने की कामना कर रहे हैं, ताकि समय से फसल निकालकर उसे घर और मंडियों तक पहुंचा सकें। सरसों निकालने का कार्य भी मौसम साफ होते ही जोर पकड़ने लगा है। मंडियों में भी सरसों की आवक बढ़नी शुरू हो गई है।

बिजली की खपत में होने लगी वृद्धि

पांच दिन पहले बारिश और ओलावृष्टि के बाद मौसम ठंडा पड़ने से बिजली की खपत कम होकर 55 लाख यूनिट तक आ गई थी। घरेलू और कृषि क्षेत्र में बिजली की मांग कम हो गई थी। मौसम गर्म होते ही बिजली की दैनिक खपत में लगभग 5 लाख यूनिट तक की वृद्धि दर्ज की गई है। निगम सूत्रों के अनुसार बिजली की मांग तापमान बढ़ने के साथ बढ़ती चली जाएगी। अप्रैल के अंत तक यह 80 लाख यूनिट के पार पहुंच सकती है।

सीहा में 2 अप्रैल को धूमधाम से मनाया जाएगा हनुमान जन्मोत्सव

नांगल मूंदी। गांव सीहा के राधा कृष्ण मंदिर में आगामी 2 अप्रैल को हनुमान जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया जाएगा। संकरदास महाराज ने बताया कि अस्थल भाड़ावास गद्दी के महंत बाबा महावीर दास महाराज के सानिध्य में आयोजित होने वाले कार्यक्रम के लिए 31 मार्च से अखंड पाठ शुरू होंगे और 1 अप्रैल को झांकी निकाली जाएगी तथा रात्रि को जागरण किया जाएगा। जागरण में लोक गायक सुरेश प्रजापति बीबीरानी अपनी पार्टी के साथ बाबा की महिमा का गुणगान करेंगे। 2 अप्रैल को सुबह के समय हवन के बाद भंडारे का आयोजन होगा। इसी दिन हरदेवा एंड पार्टी मांढ़न भजन प्रस्तुत करेंगे।

स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस बहुत पेनफुल समस्या है। इसके अलावा सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस और लंबर स्पॉन्डिलाइटिस जैसी स्पाइन रिलेटेड समस्याओं के ट्रीटमेंट में ईएसडीएस काफी इफेक्टिव हो सकती है। किस तरह की जाती है यह सर्जरी और नॉर्मल सर्जरी से कैसे है यह अलग, जानिए।

स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस के ट्रीटमेंट में इफेक्टिव ईएसडीएस

ट्रीटमेंट

डॉ. सुदीप जैन
डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया
नई दिल्ली

रीढ़ की गठिया यानी स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस की समस्या के इलाज के अंतिम विकल्प के रूप में एंडोस्कोपिक स्पाइनल डिब्राइडमेंट सर्जरी (ईएसडीएस) से मरीजों को अच्छे रिजल्ट मिल रहे हैं। इसके साथ ही सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस और लंबर स्पॉन्डिलाइटिस की समस्या दूर करने में भी ईएसडीएस कारगर साबित हो रही है। ईएसडीएस की सफलता दर 95 प्रतिशत से ज्यादा है। इस तरह की सर्जरी के लिए इंट्राऑपरेटिव कंप्यूटर नेविगेशन सिस्टम, व्-आर्म और 3डी प्रिंटिंग का इस्तेमाल करके इंट्राऑपरेटिव 3डी रिकंस्ट्रक्शन इमेजिंग और रोबोट का प्रयोग किया जाता है।

क्या है यह सर्जरी: ईएसडीएस की प्रक्रिया के तहत सर्जन रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) के प्रभावित भाग पर एक सूक्ष्म चीरा या कट लगाते हैं। फिर इस कट के जरिए वह एंडोस्कोप को मरीज के प्रभावित भाग जैसे रीढ़ की वर्टिब्रा या डिस्क के समीप ले जाते हैं। एंडोस्कोप एक ट्यूब सदृश होती है, जिसमें लाइट और कैमरा फिट होते हैं, जिनकी मदद से सर्जन ईएसडीएस की प्रक्रिया को अंजाम देते हैं।

नहीं होती कटिंग: इस सर्जरी का नाम एंडोस्कोपिक स्पाइनल डिब्राइडमेंट सर्जरी (ईएसडीएस) तो है लेकिन खास बात यह है कि इसमें चीरफाड़ के स्थान पर रेडियो फ्रीक्वेंसी वेव्स, शॉक वेव्स, अल्ट्रासोनिक वेव्स और 'कोल्ड लेजर' का इस्तेमाल किया जाता है। इसके अलावा ओजोन का तरल रूप में इस्तेमाल भी करते हैं। रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) के एब्नॉर्मल टिशूज को फ्रीज करके हटा दिया जाता है। स्पाइन के एब्नॉर्मल भाग को निकाल कर उसे वैक्यूम के जरिए सक कर निकाल लिया जाता है। ऐसा प्रोसीजर ट्रेडिशनल सर्जरी में नहीं होता।

सर्जरी प्रोसीजर: सर्जरी से पहले एंडोस्कोपी के जरिए विकारग्रस्त हड्डी की सटीक एनाटॉमी अत्यधिक सुस्पष्ट, बड़े (इनलार्ज) रूप में सर्जन को पता चल जाती है। जब कीहोल के जरिए एंडोस्कोपी को स्पाइन के प्रभावित भाग तक पहुंचाया जाता है, तब उस भाग की बड़ी और स्पष्ट छवि नजर आती है, जिससे सर्जन को सटीक ऑपरेशन करने में मदद मिलती है। ये विशेषताएं पारंपरिक सर्जरी के संदर्भ में लागू नहीं होतीं।

नर्व्स रहती हैं सुरक्षित: ईएसडीएस की प्रक्रिया के दौरान स्पाइन के इर्द-गिर्द स्थित नसें (नर्व) सुरक्षित रहती हैं और इनके साथ कोई छेड़छाड़ नहीं होती। नसों के सुरक्षित रहने की स्थिति में मरीज तंत्रिका तंत्र (नर्वस सिस्टम) से संबंधित कई आशंकित समस्याओं से सुरक्षित रहता है। जबकि यह बात पारंपरिक सर्जरी के संदर्भ में लागू नहीं होती।

मधुमेह और हृदय रोगियों को राहत: पारंपरिक सर्जरी की तुलना में ईएसडीएस में सर्जिकल टाइम कम होता है। इस कारण मरीज को एनेस्थीसिया भी कम दी जाती है। इस कारण मधुमेह और हृदय रोगों से ग्रस्त लोगों या फिर बढ़ती उम्र में होने वाली जटिलताओं से गुजर रहे व्यक्तियों में सर्जिकल प्रक्रिया के दौरान होने वाला जोखिम बहुत कम हो जाता है।

यूज करते हैं लोकल एनेस्थीसिया: अनेक मरीज बेहोशी शब्द सुनकर डर जाते हैं, लेकिन ईएसडीएस के अधिकतर मरीजों में लोकल एनेस्थीसिया से ही काम चल जाता है। इस सर्जरी में ज्यादातर लोकल एनेस्थीसिया देने से ज्यादातर मरीजों को बेहोश करने की जरूरत नहीं होती।

रक्त की कम हानि: पारंपरिक सर्जरी की तुलना में ईएसडीएस में रक्त का कम से कम नुकसान होता है। ऐसी स्थिति में मरीज के ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।

अगले दिन डिस्चार्ज: सर्जरी के अगले दिन व्यक्ति अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया जाता है, जबकि पारंपरिक सर्जरी में ऐसा नहीं होता। सर्जरी के लगभग एक हफ्ते के बाद व्यक्ति अपने कार्य पर वापस जा सकता है। जो लोग वजन उठाने या शारीरिक श्रम से संबंधित कार्यों से जुड़े हैं, वे लोग भी अपने कार्य कर सकते हैं। आमतौर पर ट्रेडिशनल ओपन सर्जरी के बाद लगभग 20 से 25 प्रतिशत ऐसे मामले सामने आते हैं, जिनमें दोबारा सर्जरी करनी पड़ती है, जिन्हें मेडिकल भाषा में 'फेल्ड बैक सर्जरी सिंड्रोम' कहते हैं। इसके विपरीत ईएसडीएस में अधिकतम 1 से 2 प्रतिशत मामलों में ही रिवीजन सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

डाइट सजेशन

शिखर चंद जैन

लंच, डिनर या ब्रेकफास्ट के समय या दिन में एक दो बार खाने का विचार आना सामान्य है, लेकिन ऐसा जब दिन में कई बार या कहें बार-बार आने लगे तो ऐसा फूड नॉइज के कारण हो सकता है। इसकी कई वजहें हो सकती हैं। इसका आपके सामान्य जीवन पर गहरा असर हो सकता है। इसके कारण, लक्षणों के साथ बचाव के बारे में भी जानिए।

फूड नॉइज जब दिमाग में हर वक्त आए सिर्फ खाने का विचार

कई लोगों के मन में हमेशा या कुछ कुछ देर के बाद खाने का विचार आता रहता है। कई बार तो एक समय का खाना खाने के दौरान ही दूसरे वक्त के खाने के बारे में खयाल आने लगते हैं। खाने के विचारों पर इस तरह का अनियंत्रण फूड नॉइज की वजह से हो सकता है।

क्या है फूड नॉइज

जब आपके दिमाग में बार-बार लगातार सिर्फ भोजन की बातें गूंजने लगती हैं या कभी व्हाट्सएप, कभी यू-ट्यूब या कभी इंस्टाग्राम अथवा फेसबुक के माध्यम से अच्छे-बुरे फूड, नए-पुराने फूड या पौष्टिक-जंक फूड की चर्चा आपके जेहन में पहुंचाई जाती हैं तो यह सिचुएशन फूड नॉइज कहलाती है। फूड नॉइज का अर्थ है, भोजन के बारे में लगातार और अकसर परेशान करने वाले विचार। यह केवल 'भूख' लगने जैसा नहीं है। यह मन में चलने वाली एक ऐसी रेडियो फ्रीक्वेंसी की तरह है, जो आपको हर समय खाने, अगले भोजन की योजना बनाने या विशिष्ट खाद्य पदार्थों की लालसा के बारे में बताती रहती है। वास्तव में यह एक मेंटल स्टेट होती है। लेकिन अगर सही तरीके से मैनेज किया जाए तो इस समस्या का समाधान हो सकता है।

फूड नॉइज के मुख्य लक्षण

फूड नॉइज महसूस करने वालों में इस तरह के लक्षण दिख सकते हैं।

- पेट भरा होने के बावजूद भोजन के बारे में सोचना। हर वक्त भोजन की योजना बनाना, जैसे रात के खाने में क्या होगा? या कल दोपहर क्या खाएंगे? इस तरह के विचारों का बार-बार आना।

- खाने पर नियंत्रण की कमी। यानी, खाने की इच्छा को नजरअंदाज करना लगभग असंभव लगना।
- खाने से भावनात्मक संबंध महसूस होना। किसी प्रकार के तनाव या बोरियत महसूस होने पर तुरंत खाने के बारे में सोचना।

सामान्य भूख से अलग

जैविक भूख तो शरीर की जरूरत होती है। पेट में गुड़गुड़ाहट होना, ऊर्जा कम महसूस होना और खाना खाने के बाद यह शांत हो जाना, यह सब सामान्य है। लेकिन फूड नॉइज एक मानसिक समस्या है। खाना खाने के तुरंत बाद भी व्यक्ति यह सोच सकता है कि फ्रिज में रखी मिठाई या कोई डिश कब खानी है?

फूड नॉइज के मुख्य कारण

मस्तिष्क का रिवॉर्ड सिस्टम इसमें बड़ी भूमिका निभाता है। जब हम भोजन देखते हैं या उसके बारे में सोचते हैं, तो मस्तिष्क डोपामाइन रिलीज करता है। जिन लोगों में फूड नॉइज अधिक होता है, उनका मस्तिष्क भोजन के संकेतों (जैसे विज्ञापन या गंध) के प्रति अधिक संवेदनशील होता है। हार्मोनल असंतुलन भी इसकी एक वजह है। शरीर के कुछ हार्मोन भूख और तृप्ति को नियंत्रित करते हैं। जैसे लेप्टिन मस्तिष्क को बताता है कि पेट भर गया है, जबकि घ्रेलिन यह भूख लगने का संकेत देता है। फूड नॉइज से ग्रस्त लोगों में इन हार्मोंस का संचार ठीक से नहीं होता, जिससे मस्तिष्क को कभी 'फुल' होने का संकेत नहीं मिलता। इनके अलावा कुछ दवाओं के सेवन ने भी फूड नॉइज शब्द को लोकप्रिय बनाया है। ये दवाएं मस्तिष्क में जी एक पी-1 रिसेप्टर्स पर काम करती हैं, जो न केवल पाचन को धीमा करती हैं बल्कि मस्तिष्क में उस 'शोर' को भी शांत कर देती हैं। कई लोग इन दवाओं को लेने के बाद पहली बार महसूस करते हैं कि बिना भोजन के विचार के भी रहा जा सकता है।

इसके अलावा तनाव और चिंता इसकी बड़ी वजह है। तनावपूर्ण स्थितियों में मस्तिष्क 'सर्वाइवल मोड' में चला जाता है और कैलोरी-युक्त भोजन की मांग करता है। प्रतिबंधित डाइटिंग भी इसकी वजह हो सकती है। जब हम किसी चीज को खाने से खुद को सख्ती से रोकते हैं, तो मस्तिष्क उस चीज के प्रति अधिक 'शोर' पैदा करता है।

फूड नॉइज का जीवन पर प्रभाव

फूड नॉइज समस्या के कई तरह के मानसिक प्रभाव दिख सकते हैं। इनमें शामिल हैं-

मानसिक थकान: हर समय भोजन के बारे में सोचना मानसिक रूप से आपको थका देने वाला होता है।

अपराध बोध: बार-बार खाने के विचारों के कारण व्यक्ति खुद को कमजोर इच्छाशक्ति वाला मानने लगता है।

एकाग्रता में कमी: फूड नॉइज से ग्रस्त व्यक्ति का काम या पढ़ाई के दौरान भी ध्यान भोजन पर ही बना रहता है। *

(डाइटिशियन पिंकी गोयल से बातचीत पर आधारित)

फूड नॉइज को कैसे रोकें

इस समस्या के समाधान के लिए आप कुछ उपाय कर सकते हैं।

माइंडफुल ईटिंग: खाते समय पूरी तरह से भोजन पर ध्यान देना और उसके स्वाद को महसूस करना।

पर्याप्त प्रोटीन और फाइबर: ये लंबे समय तक पेट भरा होने का एहसास कराते हैं, जिससे मानसिक लालसा कम हो सकती है।

नींद: नींद की कमी भूख बढ़ाने वाले हार्मोंस को सक्रिय कर देती है।

प्रोफेशनल मदद: यदि यह ईटिंग डिसऑर्डर का रूप ले ले, तो मनोवैज्ञानिक या डाइटिशियन से सलाह लेना आवश्यक है।

मेरा मेन फोकस बैलेंस्ड डाइट पर रहता है

फिटनेस फंडा

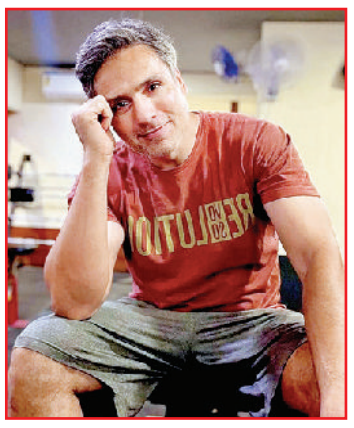
विकास सालगोत्रा

एक्टर विकास सालगोत्रा इन दिनों सोनी सब पर टेलिकास्ट हो रहे सीरियल 'गाथा शिव परिवार की-गणेश कार्तिकेय' में भगवान विष्णु की भूमिका में नजर आ रहे हैं। सीरियल में उनकी बॉडी काफी फिट और टोंड दिख रही है। वे अपनी हेल्थ और फिटनेस को मेंटेन करने के लिए क्या कुछ करते हैं, बता रहे हैं अपनी जुबानी।

डाइट प्लान: मैं प्योर वेजिटेरियन हूं, इसलिए कोशिश करता हूं कि सभी जरूरी न्यूट्रिएंट्स मुझे वेजिटेरियन फूड से ही मिलें। इसीलिए अपनी डाइट में मैं प्रोटीन, फाइबर को प्रचुर मात्रा में शामिल करता हूं। मेरा मेन फोकस बैलेंस्ड डाइट पर रहता है।

वर्कआउट रूटीन: अपनी फिजिकल फिटनेस को मेंटेन करने के लिए मैं हफ्ते में कम से कम 5 दिन वर्कआउट जरूर करता हूं। मेरा वर्कआउट रूटीन-हार्डकोर हैवी वेट ट्रेनिंग और कार्डियो का कॉम्बिनेशन होता है। इसके अलावा मुझे जॉगिंग करना भी बहुत पसंद है। इसलिए जॉगिंग भी करता हूं।

बिजी शेड्यूल में टाइम: यह सही है कि मेरा शेड्यूल बिजी रहता है। लेकिन मैं अपने



फिटनेस को लेकर समझौता नहीं करता, उसके लिए टाइम जरूर निकालता हूं। इसके लिए मैं कोशिश करता हूं कि ज्यादा ना सोऊं, ताकि अपने फिटनेस रूटीन के लिए समय निकाल सकूं। हेल्थ के लिए जितनी देर सोना जरूरी है, उतना ही सोता हूं। आलस में बेड पर पड़े रहकर टाइम वेस्ट नहीं करता हूं।

मेंटल हेल्थ: मेंटली हेल्दी रहने के लिए हमेशा पॉजिटिव सोचता हूं। इसके अलावा मेडिटेशन और योगाभ्यास भी करता हूं। अच्छी किताबें पढ़ता हूं और म्यूजिक इंस्ट्रूमेंट्स भी बजाता हूं। इससे मुझे काफी संतुष्टि मिलती है।

फिटनेस आइडल: मेरे फिटनेस आइडल अक्षय कुमार हैं। उनकी फिटनेस और एनर्जी लेवल मुझे बहुत इंस्पायर करते हैं।

रीडर्स के लिए मैसेज: अपने फैंस और रीडर्स से यही कहना चाहूंगा कि फिटनेस दिमाग से शुरू होती है। अपने बारे में और दूसरों के लिए हमेशा अच्छा सोचिए, यही असली फिटनेस का मंत्र है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

आने वाले महीनों में गर्मी का प्रकोप बढ़ेगा। ऐसे में सुस्ती, थकान और डिहाइड्रेशन की समस्या बढ़ सकती है। इससे बचने के लिए आप अभी से कुछ योगासनों का नियमित अभ्यास शुरू कर दें। इससे आप गर्मी के मौसम में भी ऊर्जावान महसूस करेंगे।

नियमित करें ये योगासन गर्मी में भी रहेंगे ऊर्जावान

गर्मियों में शरीर जल्दी थक जाता है। पानी की कमी हो जाने से सुस्ती और बेचैनी से भी घिर जाता है। ऐसे में कुछ योगासन हैं जो न केवल शरीर को तरोताजा और स्फूर्तिदायक बनाते हैं बल्कि हमारी कार्यक्षमता को भी बढ़ाते हैं। गर्मी में होने वाली समस्याओं से बचने के लिए कुछ शारीरिक प्रयास करने होंगे। आइए जानते हैं, कौन से वो योगासन हैं, जो हमें इन गर्मियों में तरोताजगी देंगे।

भुजंगासन

शशांकासन

शवासन

भुजंगासन: भुजंगासन को कोबरा आसन भी कहते हैं। कोई सतर्क काला नाग जिस मुद्रा में होता है, उसे ही भुजंगासन कहते हैं। इसे करने के लिए सबसे पहले पेट के बल लेटें, हथेलियों को कंधे के पास रखें और धीरे-धीरे अपनी छाती को ऊपर उठाएं तो जो पोज बनेगा, वो भुजंगासन का होगा। भुजंगासन करने के जो त्वरित फायदे मिलते हैं, उनमें रीढ़ की हड्डी मजबूत होती है। फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ती है और शरीर में ऊर्जा तथा रक्त का संचार बढ़ता है। गर्मियों के मौसम में भुजंगासन इसलिए फायदेमंद होता है, क्योंकि इससे शरीर की जकड़न दूर हो जाती है और उसे करते ही सुस्ती खत्म हो जाती है।

शशांकासन: शशांकासन की सबसे बड़ी खूबी यह है कि यह आसन शरीर और दिमाग को तुरंत शांत करता है। इसलिए शशांकासन गर्मियों से होने वाली थकान को दूर करने के लिए बेहद उपयुक्त है। इसे नियमित करने से दिमाग को ठंडक मिलती है। ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है। मानसिक तनाव और बेचैनी कम होती है। जहां तक सवाल है कि शशांकासन कैसे करें तो सबसे पहले वज्रासन में बैठें, फिर सांस छोड़ते हुए आगे की तरफ झुकें और इतना धीरे-धीरे झुकें कि माथा जमीन पर लग जाए और अब हाथ आगे की तरफ फैला दें। कुछ देर इस अवस्था में रहें।

शवासन: शवासन गर्मियों में शरीर के तापमान को संतुलित रखने में सहयक होता है। मानसिक थकान दूर करता है और पूरे योग सत्र के बाद इसे किया जाए तो यह शरीर को फिर से ऊर्जा से भर देता है। इस तरह गर्मियों में शरीर को तुरंत आराम देने वाला शवासन सबसे प्रभावी आसन है। इसे करने के लिए जमीन पर मैट बिछाकर पीठ के बल सीधा लेटें। हाथ-पैर ढीला छोड़ दें और अपनी सांसों पर ध्यान दें। कुछ देर इसी अवस्था में रहें।

बरतें सावधानियां: योगासन करते समय कुछ सावधानियां बरतें-

- योगासन हमेशा सुबह या शाम के समय ही करें। तेज धूप के समय भूलकर योगाभ्यास न करें। बहुत श्रम वाले योगासन भी न करें।
- योगासन करने से पहले पर्याप्त पानी पीएं और योगा खत्म करने के बाद भी पानी पीना जरूरी है।
- सबसे जरूरी बात, पहली बार कोई भी योगासन, योग प्रशिक्षक से सीखकर ही करें। *

हर्बल जोन

रेखा देशराज

बदलते मौसम में शारीरिक रोगों के होने की आशंका बढ़ जाती है। इनसे बचाव के लिए अन्य सावधानियों के साथ ही आप नीम की कोमल पत्तियों का सेवन भी कर सकते हैं। ये किस तरह फायदेमंद है, बता रहे हैं विस्तार से।

मौसमी रोगों से बचाती हैं नीम की कोमल पत्तियां

अपने देश में ऋतुओं के बदलने के साथ ही हमारी जीवनशैली भी बदल जाती है। इस तरह देखें तो हमारा शरीर बहुत कुछ प्राकृतिक बदलाव के साथ बदलता है। अगर हम इस बदलाव के अनुकूल नहीं चलते तो हमें कई तरह की शारीरिक परेशानियों का सामना करना पड़ता है और अगर इस बदलाव को प्रकृति के साथ बदल लेते हैं, तो निरोग रहते हैं। इन दिनों के वसंत ऋतु के दौरान वातावरण में हल्की गर्मी शुरू हो जाती है। ऐसे में हवा में पराग कणों की संख्या भी बढ़ जाती है। ऐसे में इस दौरान अगर सावधानी न बरती तो कई तरह की मौसमी बीमारियों के चंगुल में आ सकते हैं। इन समस्याओं से बचने के लिए नीम की कोमल पत्तियों का सेवन बहुत कारगर होता है। आयुर्वेद में नीम की कोमल पत्तियों को 'सर्वरोग निवारणी' कहा गया है। वसंत ऋतु में नीम के पेड़ों पर नई कोमल और हल्की कड़वी पत्तियां निकलती हैं, तब उन्हें विशेष रूप से औषधीय माना जाता है। यही कारण है कि इस मौसम में बहुत से स्वास्थ्य के प्रति सजग लोग नीम की कोमल पत्तियों को चबाकर खाते हैं।

कम करे विषैले पदार्थ: आयुर्वेद के मुताबिक वसंत ऋतु में शरीर में जमा हुआ कफ पिघलने लगता है। क्योंकि शीत ऋतु में हम प्रायः दूसरे मौसमों के मुकाबले ज्यादा और गरिष्ठ भोजन करते हैं। इस मौसम में मेहनत भी दूसरो मौसमों के मुकाबले कम करते हैं। यही कारण है कि सर्दी के दौरान खूब खाया गया कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं के रूप में हमारे सामने आता है। एलर्जी, जुकाम, त्वचा रोग, सुस्ती और पाचन संबंधी गड़बड़ियों का नाता कहीं न कहीं इस मौसम की परिस्थितियों से होता है। ऐसे में नीम की पत्तियों का खाना बहुत लाभकारी होता है। नीम की पत्तियों का कड़वा स्वाद शरीर के भीतर जमा कफ और विषैले तत्वों को कम करने में सहायक होता है। इसलिए आयुर्वेद में वसंत को शोधन यानी सफाई का मौसम कहा जाता है और इस प्रक्रिया में ही नीम की पत्तियों का सबसे बड़ा योगदान होता है।

बढ़ाए प्रतिरोधक क्षमता: नीम की पत्तियों में कई प्रकार के जैव सक्रिय तत्व पाए जाते हैं जैसे-निंबिन, निमगिन और एंटीऑक्सीडेंट यौगिक। ये तत्व हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। आज के समय जब प्रदूषण, असंतुलित खान-पान और तनाव, हमारी प्रतिरक्षा क्षमता कमजोर कर रहा है, तब नीम की पत्तियां पहले से कहीं ज्यादा लाभकारी साबित होती हैं। सबसे बड़ी बात यह है कि ये सस्ती और सुलभ प्राकृतिक औषधि के रूप में हमें उपलब्ध होती है। अगर हम इस मौसम में नियमित रूप से नीम की पत्तियों का प्रतिदिन सेवन कर लें तो एक महीने का सेवन पूरे साल हमें कई तरह के शारीरिक संक्रमणों से बचाता है।

त्वचा की सुरक्षा-रक्त शुद्धि: वसंत ऋतु में त्वचा संबंधी समस्याएं भी बढ़ जाती हैं, जैसे दाने निकलना, खुजली, फुंसियां होना तथा एलर्जी होना। नीम को इन सभी तरह की समस्याओं से छुटकारा देने वाली प्राकृतिक औषधि माना जाता है। इसके अलावा नीम की पत्तियों वाले उबले पानी से नहाएं तो हमें कई तरह की त्वचा संबंधी परेशानियां नहीं होंगी। रक्त शुद्धि करने वाला नीम इसीलिए सदियों से भारतीय समाज में एक औषधीय पेड़ के रूप में ही उगाया जाता रहा है।

करे पाचन में सुधार: नीम की कड़वाहट हमारी पाचनशक्ति को भी सक्रिय बनाने में अहम भूमिका निभाती है। कोमल नीम की पत्तियां कुछ दिनों तक सेवन करने से शरीर में मौजूद विषैले तत्वों को बाहर निकालने में सहायक होती हैं। यही नहीं इस मौसम में नीम की पत्तियां सेवन करने से हमारा पाचनतंत्र बेहतर और मजबूत होता है। *

पद्मासन

यह ध्यान का आसन है, लेकिन तन व मन दोनो को शीतलता प्रदान करता है। गर्मियों में नियमित रूप से पद्मासन करने से हम अपने तनाव पर काबू पाते हैं। शरीर की ऊर्जा को संतुलित कर पाते हैं। प्राणायाम और ध्यान के लिए यह खास आसन है। जिन्हें गर्मियों के आते ही चिड़चिड़ापन सताने लगता है, उन्हें तो पद्मासन से दोस्ती कर ही लेनी चाहिए। पद्मासन करने के लिए जमीन पर बैठकर दोनो पैरों को विपरीत जांघों पर रखें, रीढ़ को सीधी रखें और आंखें बंद करके गहरी सांसें लें।

खबर संक्षेप

मार्केट फीस समय पर जमा करवाएं आढ़तीः चेयरमैन

नारनौल। मार्केट कमेटी के प्रधान बाबूलाल यादव ने मंडी के सभी आढ़तियों एवं व्यापारियों से मार्केट फीस का समय पर पूरा भुगतान करने की अपील करते हुए प्रशासन को सहयोग देने का आह्वान किया है। इस संबंध में आयोजित एक महत्वपूर्ण बैठक में क्षेत्र के विभिन्न मील संचालकों और व्यापारियों ने भाग लिया। बैठक के दौरान व्यापारियों ने चेयरमैन बाबूलाल यादव और वाइस चेयरमैन सुरेश चंद चौधरी का पगड़ी पहनाकर स्वागत किया और उनके नेतृत्व पर विश्वास जताया।

बेवल में निःशुल्क नेत्र जांच शिविर आयोजित

नारनौल। गांव बेवल में समाजसेवी स्वर्गीय उमराव यादव की स्मृति में निःशुल्क नेत्र जांच एवं ऑपरेशन शिविर लगाया गया। मुख्य अतिथि प्रमुख समाजसेवी अतरलाल एडवोकेट ने रिबन काटकर शिविर का शुभारम्भ किया। शिविर में मिश्रीदेवी आई हॉस्पिटल नीमराणा बहरोड़ के प्रसिद्ध नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. बिरेन्द्र सिंह यादव की टीम ने 450 लोगों की नेत्र जांच कर जरूरतमंद रोगियों को निःशुल्क दवाइयां वितरित की। टीम ने 60 नेत्र रोगियों का ऑपरेशन के लिए चयन किया।

समस्याओं को लेकर वीसी को सौंपा ज्ञापन

कनीना। इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर से संबंधित सरकारी महाविद्यालयों के शिक्षकों की विभिन्न समस्याओं को लेकर शमशेर सिंह ने वीसी व कुलसचिव को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में उन्होंने शिक्षकों से जुड़े महत्वपूर्ण बिंदुओं को उठाया है। महिला महाविद्यालय उन्हाणी के प्राचार्य डॉ. विक्रम सिंह ने बताया कि वर्तमान समय में प्रस्तावित सेमेस्टर स्तरीय परीक्षाओं की तिथि 15 मई निर्धारित की गई है, जिसे संशोधित करते हुए एक मई किया जाना चाहिए।

सरसों खरीद की तैयारियों का लिया जायजा

नांगल चौधरी। मार्केट कमेटी के चेयरमैन रमाकांत शर्मा की अध्यक्षता में कर्मचारियों की बैठक संपन्न हुई। जिसमें सरसों खरीद की तैयारियों का जायजा लेने के बाद किसानों के लिए मूलभूत सुविधाओं का प्रबंध करने के निर्देश दिए। इस दौरान उन्होंने अटल सेवा केंद्र में किसानों के लिए भोजन व्यवस्था का निरीक्षण किया। उन्होंने कहा कि सरकार के निर्देशानुसार जिले की मंडियों में 28 मार्च से सरसों की खरीद आरंभ हो जाएगी।

एसडीएम ने किया सतनाली अनाज मंडी का निरीक्षण

महेंद्रगढ़। एसडीएम कनिका गोयल आईएएस ने बुधवार को सतनाली अनाज मंडी का निरीक्षण किया तथा वहां पर रबी फसल की खरीद को लेकर की जा रही तैयारियों का निरीक्षण किया। एसडीएम का प्रयास था कि मंडियों का निरीक्षण कर उनके हालात जानें जाएं कि वह खरीद के लायक स्थान हैं या नहीं। इस मौके उन्होंने मंडी एवं खरीद अधिकारियों से कहा कि फसल की सरकारी खरीद में किसानों को किसी प्रकार की परेशानी नहीं होने दी जाएगी।

सीजेएम ने किया जिला जेल का दौरा

नारनौल। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने न्याय एवं सम्मान अभियान के तहत जिला जेल का दौरा किया। सीजेएम नीलम कुमारी ने कहा कि यह अभियान मुख्य रूप से महिला कैदियों और बुजुर्ग कैदियों के अधिकारों व कल्याण पर केंद्रित है। इसका लक्ष्य जेल में बंद कैदी व संवेदनशील समूहों को उनके कानूनी अधिकारों के प्रति जागरूक करना और उन्हें समाज में न्याय और सम्मान के साथ रहने का भरोसा दिलाना है।

जिला जल एवं सीवरेज मिशन की बैठक आयोजित

शहरी क्षेत्र में 2082 में से 148 लाख और ग्रामीण क्षेत्र में 631 लाख में से महज 3.5 लाख राशि की रिकवरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

लघु सचिवालय स्थित सभागार में अतिरिक्त उपायुक्त तरुण कुमार पावरिया की अध्यक्षता में जिला जल एवं सीवरेज मिशन जिला महेंद्रगढ़ की पांचवीं बैठक आयोजित की गई। जिसमें जल जीवन मिशन के तहत जिले के ग्रामीण क्षेत्रों में पेयजल व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने के लिए आवश्यक निर्णय लिए गए। बैठक में मुख्य रूप से 10 एजेंडों पर चर्चा हुई, जिनमें जल अर्पण दिवस, जल महोत्सव, ग्रामीण व शहरी क्षेत्रों में पेयजल एवं सीवरेज के बकाया बिल, शिकायत निवारण, पेयजल की जांच, ग्राम जल एवं सीवरेज समिति सदस्यों के बैंक खाते खुलवाना, जल सेवा आंकलन, गर्मी के मौसम में विभाग की तैयारियां, पेयजल स्रोतों की सुरक्षा तथा जिला तकनीकी इकाई का गठन शामिल था, जो ग्रामीण क्षेत्रों में ग्राम जल एवं सीवरेज समिति व जिला जल एवं सीवरेज मिशन को तकनीकी सहयोग प्रदान करेगी। जिला सलाहकार मंगतुराम सरसवा ने पावर प्वाइंट प्रस्तुति के माध्यम से एजेंडों को विस्तार से बताया। अतिरिक्त उपायुक्त तरुण कुमार ने कहा कि उपभोक्ता अपने पेयजल बिलों का भुगतान विभाग की वेबसाइट, गूगल पे, फोन पे, भीम यूपीआई आदि माध्यमों से भी कर सकते हैं। शहरी क्षेत्र में 39195 उपभोक्ताओं के 2082 लाख रुपये में से 148 लाख रुपये का राजस्व एकत्रित हुआ, जबकि ग्रामीण क्षेत्र में 142608 उपभोक्ताओं के 631 लाख रुपये में से मात्र साढ़े तीन लाख रुपये ही वसूले गए।

नारनौल। बैठक लेते एडीसी तरुण कुमार पावरिया।

ये रहे मौजूद

मौके पर सिविल सर्जन डॉ. अशोक कुमार, अधीक्षक अभियंता एसपी जोशी, कार्यकारी अभियंता जितेंद्र हुड्डा, बीडीपीओ रेनू लता, प्रदीप कुमार, अमित जैन, जिला सलाहकार मंगतुराम सरसवा, जिला युवा अधिकारी नित्यानंद, डीओसी रमेश सोनी, सत्यवीर सिंह, महिला एवं बाल विकास विभाग से दिनेश कुमार, उपमंडल अभियंता जसबीर, नरेंद्र कुमार, मुकेश शर्मा आदि मौजूद थे।

अभियान चलाने के दिए निर्देश

एडीसी ने जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन तथा विकास एवं पंचायत विभाग को जल संरक्षण अभियान चलाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जो उपभोक्ता पेयजल की बर्बादी करते हैं, पीने के पानी से सिंचाई करते हैं, नलों पर टोंटी नहीं लगाते, नलों को खुला बहने देते हैं, बगीचों की सिंचाई पेयजल से करते हैं, अवैध कनेक्शन लेते हैं या बिना अनुमति मुख्य पाइप लाइन में कनेक्शन करते हैं, उन्हें चिन्हित कर उनके खिलाफ जुर्माना लगाया जाए।

कहा कि सभी ग्राम पंचायतों में गठित ग्राम जल एवं सीवरेज समितियों के लिए निकटतम इंडियन बैंक में 31 मार्च तक बैंक खाते खुलवाना सुनिश्चित करें, ताकि जल जीवन मिशन के तहत नई पेयजल संचालन एवं रखरखाव नीति को प्रभावी रूप से लागू किया जा सके। ग्रामीण क्षेत्रों में जल जीवन मिशन के तहत ई ग्राम स्वराज पोर्टल पर ग्राम सचिव के माध्यम से जल सेवा आंकलन किया जाएगा, जिसकी समीक्षा जिला तकनीकी इकाई की ओर से की जाएगी।

जितना धन पंचायत एकत्रित करेगी उतना ही फंड सरकार देगी

एडीसी ने कहा कि पंचायतें जितना धन एकत्रित करेंगी, उतना ही फंड सरकार की ओर से प्रदान किया जाएगा। संचालन एवं रखरखाव नीति के अनुसार एकल ग्राम योजना में शामिल पंचायतों में 1 अप्रैल 2026 से तथा मल्टी ग्राम योजना में शामिल पंचायतों में 1 अप्रैल 2027 से यह नीति लागू की जाएगी। साथ ही शिकायतों का निपटान राइट टू सर्विस एक्ट के तहत समयबद्ध तरीके से किया जाएगा। अधीक्षक अभियंता एसपी जोशी ने बताया कि जन स्वास्थ्य विभाग ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में पेयजल व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने के लिए निरंतर प्रयासरत है। उन्होंने कहा कि जिले में 12 नलकूपों के बिजली कनेक्शन लंबित हैं, जिनके लिए बिजली विभाग के साथ समन्वय किया जा रहा है।

नगर पालिका ने शहर में बनाए हैं पांच सार्वजनिक शौचालय

एजेंसी का ठेका समाप्त होने से शहर के शौचालय की हालत हुई दयनीय

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

शहर की स्वच्छता और सौंदर्यीकरण में घरों के टॉयलेट और सार्वजनिक शौचालय काफी महत्वपूर्ण स्थान है। सुलभ शौचालयों की समुचित व्यवस्था होने का असर शहर की सफाई पर भी पड़ती है। लेकिन महेंद्रगढ़ शहर में नगर पालिका द्वारा बनाए गए अधिकतर शौचालय पर या ताले ताले लटके हुए या फिर गंदगी का आलम हैं। बताया जा रहें है कि जिस एजेंसी ने शौचालय का साफ–सफाई का ठेका लिया हुआ था वह समाप्त हो चुका हैं। नगर पालिका द्वारा शहर में नागरिक अस्पताल के पास, आंबेडकर चौक, महिला आईटीआई, मोदाश्रम मंदिर व चौधरी रणबीर सिंह हुड्डा पार्क में सार्वजनिक शौचालय बनाए हुए हैं। इन शौचालयों पर इन दिनों या तो ताले लटके हुए या फिर गंदगी का आलम हैं। बाजार में आने वाले राहगीरों को शौच के लिए काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा हैं। इन शौचालयों में गंदगी और बदबू के कारण यहां जाने से लोग परहेज करते हैं। नतीजा जरूरत पड़ने पर शहर के कई लोग सड़क किनारे ही मल-मूत्र त्यागने को विवश है। जिस कारण शहर में गंदगी फैलती रहती है। शहर के कई इलाके में सड़क किनारे आज भी मल मूत्र और गंदगी दिख जाती है। इसका असर सफाई पर भी पड़ता है। इस स्थिति में हम स्वच्छता रैंकिंग में बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद नहीं कर सकते। शहर के बुद्धिजीवी वर्ग के लोगों का कहना है कि स्वच्छता सर्वेक्षण रैंकिंग में अगर दूसरा शहर टॉप पर है तो इसका कारण वहां की सफाई व्यवस्था भी है। अगर हमें स्वच्छता रैंकिंग में ऊपर जाना है तो सफाई व्यवस्था पर फोकस करना होगा। शहर के लोगों कहना है नगर पालिका द्वारा शौचालय की जल्द सफाई करवानी चाहिए।

महेंद्रगढ़। हुड्डा पार्क में बनाया गया शौचालय। फोटो: हरिभूमि

जल्द लगाया जाएगा टेंडर

नगर पालिका चेयरमैन रमेा सैनी ने कहा कि जल्द ही शहर की सफाई की तरफ ध्यान दिया जाएगा। सभी सार्वजनिक शौचालयों की सफाई की उचित व्यवस्था की जाएगी। एजेंसी का ठेका समाप्त होने से सफाई व्यवस्था प्रभावित हुई है। नगर पालिका सफाई कर्मचारियों से सुबह शाम शौचालय की सफाई करवाई जाएंगी, ताकि लोगों को परेशानी न हो। इसके अलावा शौचालय के रखरखाव को लेकर भी जल्द टेंडर लगाया जाएगा।

शहर में बढ़ी आबादी

शहर में फिलहाल करीब पचास हजार की आबादी हैं। इसके अलावा आसपास के गांव से आने वाले लोग भी बाजार में खरीददारी करने आते हैं। लेकिन बाजार में आने वाले लोग इन दिनों शौच के लिए काफी परेशानी उठानी पड़ रहीं हैं। सबसे अधिक परेशान महिलाओं को उठानी पड़ रहीं हैं।

कंपनी का प्लास्टिक दाना बेचने के दो आरोपी काबू

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में कंपनी से दाना बेचने के आरोपी। फोटो: हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

कसोला थाना पुलिस ने बावल आईएमटी की एक कंपनी का लगभग 11 लाख रुपये का सामान कबाड़ी को बेचने के आरोप में दो लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने इस मामले में पांच आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज किया था। अन्य आरोपियों की गिरफ्तारी जल्द करने के प्रयास किए जा रहे हैं। एक कंपनी के एचआर मैनेजर अंकुर ने पुलिस शिकायत में बताया कि कंपनी में गत 13 मार्च को प्लास्टिक दाना आया था। प्लास्टिक दाना कंपोनेंट बनाने के लिए दूसरी कंपनी के लिए भेजा गया था। जिस गाड़ी में प्लास्टिक दाना भेजा गया, उसमें चालक प्रवीन के साथ कंपनी कर्मचारी देवेंद्र भी साथ गया था। 18 मार्च को उसे पता चला कि प्लास्टिक दाना दूसरी कंपनी में पहुंचा ही नहीं। उसने देवेंद्र से पूछताछ की तो उसने बताया कि कंपनी के ही कर्मचारी उपकार के कहने पर प्लास्टिक दाना पुनीत नाम के कबाड़ी को बेच दिया गया। इस कार्य में पंकज नाम के युवक भी भूमिका भी रही। पुलिस ने उसकी शिकायत पर पांचों आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी।

पीड़ितों को समय पर राहत पहुंचाना प्रशासन की प्राथमिकताः एसडीएम

पीड़ित को सरकार की ओर से आर्थिक मदद दी जाती है

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नांगल चौधरी

एसडीएम कार्यालय में बुधवार को उपमण्डल स्तरीय सतर्कता एवं मॉनिटरिंग कमेटी की बैठक आयोजित की गई। जिसकी अध्यक्षता एसडीएम उदय सिंह ने की। इस दौरान उन्होंने अनुसूचित जाति एवं जनजाति अत्याचार निवारण अधिनियम के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर प्रशासन की ओर से प्राप्त विभिन्न रिपोर्टों व अधिकारियों की भूमिका की विस्तार से समीक्षा की। उन्होंने स्पष्ट किया कि प्रशासन का मुख्य उद्देश्य इस अधिनियम के तहत आने वाले मामलों में पीड़ितों को त्वरित न्याय व नियमानुसार आर्थिक सहायता उपलब्ध कराना है। एसडीएम उदय सिंह ने बताया कि इस अधिनियम के अंतर्गत यदि किसी गैर अनुसूचित जाति के व्यक्ति द्वारा अनुसूचित जाति के व्यक्ति पर अत्याचार किया जाता है, तो पीड़ित को सरकार की ओर से आर्थिक मदद दी जाती है। यह सहायता राशि विभिन्न श्रेणियों जैसे ट्यूबवेल की हानि, चल अचल संपत्ति का नुकसान, स्थाई या अस्थाई अपंगता, बलात्कार और हत्या जैसे गंभीर मामलों में प्रदान की जाती है। एससी/एसटी अत्याचार निवारण अधिनियम 1989 एवं संशोधित नियमों के तहत, दर्ज एफआईआर के आधार पर पीड़ितों को राहत राशि देने का प्रावधान है। अंत में एसडीएम ने उपस्थित अधिकारियों को सख्त निर्देश दिए कि वे इस अधिनियम से जुड़े सभी मामलों का निपटारा प्राथमिकता के आधार पर करें। इस मौके पर तहसील कल्याण अधिकारी ममता, लिपिक शीशराम, कपिल, एसआई कृपाल सिंह, होशियार सिंह, श्यामसुंदर आदि मौजूद रहे।

नांगल चौधरी। सतर्कता एवं मॉनिटरिंग कमेटी की बैठक लेते एसडीएम उदय सिंह।

मंत्री आरती सिंह राव के हस्तक्षेप से खुला रास्ता

मंडी अटेली। कागजी अड़चनों में लंबे समय से फंसा अटेली का नाला प्रोजेक्ट अब जल्द जमीन पर उतरने जा रहा है। नए बस स्टैंड से उनींदा मल सोधन केंद्र तक प्रस्तावित इस नाले के निर्माण के लिए वन विभाग की मंजूरी का रास्ता साफ हो गया है, जिससे रुका हुआ कार्य शीघ्र शुरू होने की संभावना है। नगर पालिका द्वारा वन विभाग के खाते में 3,52,109 रुपये की आवश्यक राशि जमा कर दी गई है, जो अनुमति प्रक्रिया की अंतिम औपचारिकता मानी जा रही थी। मंजूरी के अभाव में पहले खुदाई का कार्य बीच में ही रोकना पड़ा था, जिसके चलते हर वर्ष बरसात के दौरान जलभराव की समस्या गंभीर रूप ले लेती थी। बस स्टैंड और आसपास के इलाकों में पानी भरने से यात्रियों, दुकानदारों और स्थानीय निवासियों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ता था। लगभग 3.50 करोड़ रुपये की लागत से बनने वाले इस नाला प्रोजेक्ट से क्षेत्र की जल निकासी व्यवस्था को मजबूत करने की उम्मीद है। इस परियोजना को गति देने में स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव की भूमिका अहम रही है। उनके हस्तक्षेप के बाद प्रशासनिक प्रक्रियाओं में तेजी आई और वर्षों से लंबित योजना आगे बढ़ पाई।

आईजीयू में दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन 8 व 9 अप्रैल को

उत्कृष्ट शोध कार्यों को मिलेगा सम्मान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मीरपुर

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय के कौशल संवर्धन और व्यावसायिक विकास केंद्र व वाणिज्य विभाग तथा पर्यटन एवं प्रबंधन विभाग के संयुक्त तत्वावधान में आगामी 8 व 9 अप्रैल को स्वदेशी शोध संस्थान के सहयोग से दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन किया जाएगा। सम्मेलन का उद्देश्य विजन-2047 के तहत आत्मनिर्भर, समृद्ध एवं सतत भारत के निर्माण के लिए नए विचार, नीतिगत सुझाव और व्यावहारिक समाधान प्रस्तुत करना है। सम्मेलन विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर असीम मिगलानी की अध्यक्षता में आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर एस एन सचदेवा और चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार के कुलपति प्रोफेसर बी आर कंबोज शिरकत करेंगे, जबकि सम्मेलन में अंतरराष्ट्रीय वक्ता के रूप में नॉर्वे के एगडर विश्वविद्यालय से प्रोफेसर मोहन कोल्हे उपस्थित रहेंगे। सह-संरक्षक के रूप में कुलसचिव प्रोफेसर दिलबाग सिंह और अधिष्ठाता शैक्षणिक मामले प्रोफेसर सुनील कुमार उपस्थित रहेंगे।

रेवाड़ी। बैठक में उपस्थित आईजीयू के प्रोफेसर। फोटो: हरिभूमि

31 मार्च तक कर सकते हैं रजिस्ट्रेशन

सम्मेलन में आर्थिक विकास, हरित भारत, महिला उद्यमिता, सामाजिक समानता, रणनीतिक शक्ति, भारतीय ज्ञान प्रणाली एवं भविष्य का शासन जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर चर्चा होगी। कार्यक्रम में देश-विदेश के शिक्षाविद, शोधार्थी, उद्योग विशेषज्ञ व नीति-निर्माता भाग लेंगे। सम्मेलन में शोध पत्र, केस अध्ययन और वैचारिक पत्र आमंत्रित किए गए हैं। इच्छुक प्रतिभागी ऑनलाइन पंजीकरण लिंक/क्यू आर कोड के माध्यम से 31 मार्च तक रजिस्ट्रेशन कर सकते हैं।

पुलिस टीम ने नशे के खिलाफ किया जागरूक

रेवाड़ी। नशा मुक्त अभियान के तहत पुलिस की नशा मुक्ति टीम ने बुधवार को गांव निंगानियावास, निखरी व ततारपुर खालसा का दौरा कर ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों, साइबर अपराधों से बचाव व यातायात के नियमों की जानकारी दी। इस अवसर पर एएसआई जितेन्द्र ने कहा 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। युवा देश का भविष्य है, जिन्हें पढ़ाई, खेल और अपने सपनों में ध्यान लगाकर नशे जैसी बुरी आदतों से हमेशा दूर रहना चाहिए। उन्होंने ग्रामीणों से अभियान से जुड़ने का आह्वान किया। पुलिस टीम ने ग्रामीणों को साइबर अपराध के खतरों से भी अवगत कराया तथा किसी भी अनजान व्यक्ति से अपनी निजी जानकारी साझा नहीं करने की अपील की। उन्होंने कहा कि साइबर ठगी होने पर साइबर राष्ट्रीय हेल्पलाइन नंबर 1930 पर कॉल करें। इस दौरान ग्रामीणों को यातायात नियमों की भी जानकारी दी गई। पुलिस टीमे न कहा कि वाहन चलाते समय हेलमेट, सीट बेल्ट का प्रयोग और यातायात संकेतों का पालन सुरक्षा के लिए अनिवार्य है। पुलिस टीम ने कहा कि यदि कोई भी असामाजिक तत्व, संदिग्ध व्यक्ति या वाहन दिखाई दे या आपातकालीन स्थिति हो तो तुरंत डायल 112 पर सूचना दें।

सीएमओ डा. नरेंद्र दहिया ने ली एंटी माइक्रोबियल रेजिस्टेंस समिति की बैठक

एंटीबायोटिक दवाओं के उचित उपयोग करने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

सिविल सर्जन डा. नरेंद्र दहिया की अध्यक्षता में बुधवार को नागरिक अस्पताल में एंटी माइक्रोबियल रेजिस्टेंस समिति की बैठक आयोजित की गई, जिसमें जिले में एंटीबायोटिक दवाओं के उचित उपयोग, संक्रमण नियंत्रण तथा एएमआर की रोकथाम बारे दिशा-निर्देश दिए गए। सिविल सर्जन डा. दहिया ने एएमआर के बढ़ते खतरे पर प्रकाश डालते हुए बताया कि एंटीबायोटिक दवाओं का अनावश्यक एवं बिना चिकित्सकीय परामर्श के उपयोग से बैक्टीरिया में दवा-प्रतिरोधक क्षमता विकसित होती है, जिससे सामान्य बीमारियों का उपचार भी जटिल हो जाता है। उन्होंने इसे एक गंभीर सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौती बताते हुए सभी विभागों के बीच समन्वय एवं सक्रिय भागीदारी की आवश्यकता पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि जिले के सभी सरकारी एवं निजी स्वास्थ्य संस्थानों में एंटीबायोटिक उपयोग की निगरानी को सुदृढ़ किया जाए। मेडिकल स्टोर्स पर बिना चिकित्सकीय पर्चे के एंटीबायोटिक दवाओं की बिक्री पर सख्ती से रोक लगाई जाए। स्कूलों, कॉलेजों एवं समुदाय स्तर पर जागरूकता अभियान चलाए जाएं तथा स्वास्थ्य कर्मियों को एएमआर एवं संक्रमण नियंत्रण के संबंध में नियमित प्रशिक्षण दिया जाए ताकि एंटीबायोटिक दवाओं के उचित उपयोग व संक्रमण पर नियंत्रण बढ़ाने, एंटीबायोटिक दवाओं के विवेकपूर्ण उपयोग को सुनिश्चित करने करने के निर्देश दिए।

रेवाड़ी। एएमआर समिति की बैठक की अध्यक्षता करते हुए सीएमओ डा. नरेंद्र दहिया।

संक्रामक रोगों की समय पर रिपोर्टिंग करें

जिला माइक्रोबायोलॉजिस्ट डा. जोगेंद्र तंवर ने एएमआर की वर्तमान स्थिति, लैब में होने वाली जांच प्रक्रिया तथा निगरानी प्रणाली के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि नियमित सैंपलिंग एवं रिपोर्टिंग के माध्यम से जिले में संक्रमण के पैटर्न की पहचान की जा रही है। डीएसओ डा. भंवर सिंह ने रोग निगरानी प्रणाली को मजबूत करने, संक्रामक रोगों की समय पर रिपोर्टिंग तथा फील्ड स्तर पर जागरूकता गतिविधियों को बढ़ाने पर बल दिया। उन्होंने कहा कि आशा कार्यकर्ताओं एवं स्वास्थ्य कर्मियों के माध्यम से ग्रामीण स्तर तक एएमआर के बारे में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित करना अत्यंत आवश्यक है। डीसीओ राजेश धालीवाल ने कहा कि मेडिकल स्टोर्स पर एंटीबायोटिक दवाओं की बिना प्रिस्क्रिप्शन बिक्री पर सख्ती से रोक लगाई जाएगी। इसके अलावा समय-समय पर निरीक्षण कर नियमों की पालना की जाएगी। डीक्यूसी डा. नीलम ने अस्पतालों में गुणवत्ता मानकों, संक्रमण नियंत्रण उपायों तथा एंटीबायोटिक नीति के प्रभावी क्रियान्वयन के बारे में जानकारी दी। अस्पतालों में हैंड हाइजीन, उपकरणों की स्वच्छता तथा मरीजों के उपचार में मानक प्रोटोकॉल का पालन एएमआर को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। बैठक में डायग्नोस्टिक लैब से डा. गजेंद्र यादव, डीएओ डा. बसंत कुमार, पशुपालन विभाग से डा. रुपिन यादव व अधीक्षक शिव कुमार मौजूद थे।

बुकिंग का पैनिक कम होने के बाद नजर नहीं आ रही एजेंसियों पर भीड़

एलपीजी वितरण के संशोधित नियम लागू उज्जवला योजना का सिलेंडर 45 दिन बाद

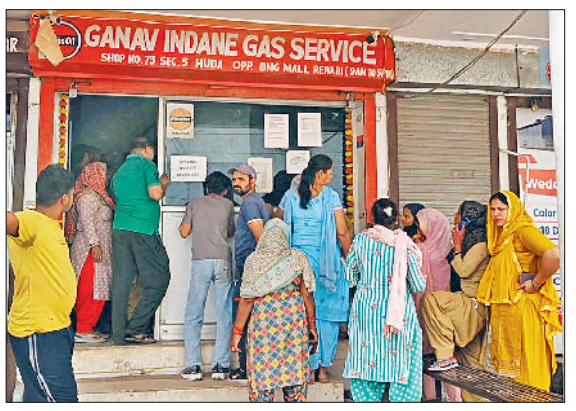
समय से पहले की गई बुकिंग तो सिस्टम ऑटोमैटिक कर देगा ब्लॉक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

अमेरिका-इजराइल व ईरान के बीच युद्ध के चलते देश में शुरू हुए गैस संकट को लेकर बढ़ी पैनिक बुकिंग का असर अब कम होना शुरू हो गया है। गैस बुकिंग के लिए अब पेट्रोलियम कंपनियों ने संशोधित नियम लागू किए हैं, जिसके तहत उज्जवला योजना के तहत कनेक्शनों वाले गैस सिलेंडर 45 दिन से पहले नहीं भरे जाएंगे। बुकिंग के लिए जो समय सीमा निर्धारित की गई है, उससे पहले बुकिंग कराने वाले उपभोक्ताओं की बुकिंग ऑटोमैटिक ब्लॉक कर दी जाएगी।

तेल कंपनियों ने गैस सिलेंडरों की बुकिंग के जो संसोधित नियम लागू किए गए हैं, उनके तहत उज्जवला योजना को छोड़कर अन्य सिंगल बोटल कनेक्शन वाले उपभोक्ता 25 दिन बाद सिलेंडर बुक करा सकेंगे। डबल बोटल यूनिट वाले उपभोक्ताओं को 35 दिन के बाद दूसरा सिलेंडर मिल सकेगा। यह नियम शहरी और ग्रामीण दोनों क्षेत्र के उपभोक्ताओं के लिए लागू होगा। बुकिंग पूर्व में हो चुकी सफल बुकिंग के दिन से निर्धारित दिनों के बाद ही हो सकेगी। गैस कंपनियों की ओर से संशोधित नियम लागू किए जाने के बाद एजेंसियों पर उपभोक्ताओं की भीड़ और कम होने के आसार बन गए हैं। इस समय पैनिक बुकिंग काफी हद तक कम हो चुकी है। अपने कोटे के सिलेंडर रिफिल करा चुके लोग अब लाइनों से दूर हो चुके हैं। ऐसे उपभोक्ताओं को अब निर्धारित अवधि के बाद ही सिलेंडर रिफिल कराने का मौका मिलेगा, जिस कारण गैस की मारा-मारी देखने को नहीं मिलेगी। एजेंसियों पर उमड़ने वाली भीड़ अब गायब होने लगी है। कई एजेंसियों पर बुधवार को चार-पांच उपभोक्ताओं से ज्यादा नजर नहीं आए।

रेवाड़ी। इंडियन गैस एजेंसी पर सिलेंडर रिफिल कराने के लिए लगी कतार। फोटो : हरिभूमि



रेवाड़ी। इंडियन गैस एजेंसी पर सिलेंडर के लिए खड़ी महिलाएं।

छोटे सिलेंडरों के नियम भी बदले गए

तेल कंपनियों ने छोटे गैस सिलेंडरों को लेकर भी नियमों में संशोधन किया है। इसके तहत 5 किलोग्राम के सिलेंडर शहरी क्षेत्र में 9 दिन बाद व ग्रामीण क्षेत्रों में 16 दिन बार रिफिल कराए जा सकेंगे। 10 किलोग्राम के कंपोजिट सिलेंडर शहरी क्षेत्र में 18 दिन बाद और ग्रामीण क्षेत्रों में 32 दिन बाद रिफिल कराए जा सकेंगे। इस अवधि से पहले छोटे सिलेंडर किसी भी सूरत में रिफिल नहीं कराए जा सकेंगे।

कमर्शियल का कोटा बढ़ने से राहत

केंद्र व प्रदेश सरकार के नियमानुसार जिले में कमर्शियल सिलेंडरों का कोटा बढ़ाकर लगभग 500 सिलेंडर कर दिया गया है। इसके तहत होटल, ढाबों और उद्योगों को भी कमर्शियल सिलेंडर जारी किए जाने लगे हैं। कमर्शियल सिलेंडर लेने के लिए उपभोक्ता को खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की ओर से दिया जाने वाला फार्म भरना होगा। इसके बाद ही सिलेंडर आवंटन पर निर्णय लिया जा सकेगा।

टी-स्टाल चलाने वाले ज्यादा परेशान

गैस सिलेंडरों को लेकर इस समय सर्वाधिक परेशानी चाय की दुकान चलाने वाले लोगों को हो रही है। बड़ी संख्या में टी-स्टाल चलाने वाले दुकानदार कमर्शियल की बजाय घरेलू गैस सिलेंडरों का इस्तेमाल ही करते हैं। उनके लिए गैस सिलेंडर की उपलब्धता मुश्किल बन चुकी है। 3 हजार रुपये तक में सिलेंडर मिलने से चार के रेट भी बढ़ा दिए गए हैं।

नए नियम तत्काल प्रभाव से लागू

पेट्रोलियम कंपनियों की ओर से गैस रिफिल कराने के संशोधित नियम लागू किए गए हैं। इन नियमों को तत्काल प्रभाव से लागू किया जा चुका है। जिले में गैस की कोई कमी नहीं है। विभाग की टीमें कालाबाजारी की आशंका को देखते हुए लगातार चेकिंग कर रही हैं।

- नितिश कुमार सिंगला, डीएफएससी।

हॉस्टल से नाबालिग छात्र लापता स्कूल प्रबंधन के छूटे पसीने

पुलिस ने सकुशल बरामद किया

रेवाड़ी। छात्र को परिजनों को सौंपते हुए पुलिस। फोटो : हरिभूमि

■ परिजनों के चेहरे पर लौटाई पुलिस ने मुस्कान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जाडरा के निकट एक प्राइवेट स्कूल प्रबंधन में मंगलवार की रात उस समय खलबली मच गई, जब हॉस्टल से एक 15 साल का छात्र लापता हो गया। स्कूल प्रबंधन ने पुलिस को सूचित करते हुए अपने स्तर पर भी नाबालिग की तलाश शुरू की। सूचना के बाद हरकत में आई पुलिस ने छात्र को रेलवे स्टेशन के पास बरामद कर लिया। बच्चे को सकुशल परिजनों के हवाले कर दिया गया। इसके बाद परिजनों के चेहरे पर 'मुस्कान' लौट आई। परिजनों ने बच्चा बरामद होने के बाद पुलिस का आभार जताया। रात को स्कूल के हॉस्टल से एक दसवीं कक्षा का छात्र अचानक लापता हो गया। हॉस्टल वार्डन को छात्र के लापता होने की सूचना मिलते ही उसने स्कूल संचालक को सूचना दी। स्कूल प्रबंधन में खलबली मच गई। प्रबंधन ने छात्र के परिजनों और पुलिस को सूचना दी। इससे परिजनों के भी होश उड़ गए। पुलिस ने सूचना मिलते ही छात्र की तलाश करने में पूरी ताकत झोंक दी। पुलिस की ईआरवी व रामपुरा पुलिस ने छात्र की तलाश शुरू की। आखिर छात्र रेलवे स्टेशन के पास घूमते हुए मिल गया। इसके बाद पुलिस, स्कूल प्रबंधन और परिजनों ने राहत की सांस ली।

कुछ दिन पहले ही करवाया था प्रवेश

छात्र गुरुग्राम के एक गांव के प्रतिष्ठित परिवार से संबंध रखता है। अभिभावकों ने उसका कुछ दिन पहले ही दसवीं कक्षा में प्रवेश करवाया था। उसे हॉस्टल में ही पढ़ाई कराने की व्यवस्था की गई थी। बताया जा रहा है कि हॉस्टल में छात्र का दिल नहीं लगा, इसलिए घर जाने के लिए वह बिना बताए ही हॉस्टल से निकलकर रेलवे स्टेशन की ओर चल पड़ा। संभवतया वह ट्रेन पकड़कर अपने घर जाने की फिराक में था।

खबर संक्षेप

खेड़ा मुरार के पास नहर में मिला युवक का शव

रेवाड़ी। खेड़ा मुरार के पास बुधवार सुबह नहर से एक युवक का शव बरामद हुआ। युवक एक दिन पहले ही घर से लापता हो गया था। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंप दिया। नहर में डूबने का कारण पैर फिसलना बताया जा रहा है। सुबह पुलिस को सूचना मिली कि खेड़ा मुरार गांव के पास नहर में एक शव पड़ा हुआ है। पुलिस ने मौके पर जाकर शव नहर से बाहर निकलवाया। सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया। पुलिस ने आसपास के गांवों में सूचना देकर मृतक की पहचान कराने के प्रयास शुरू किए। पातुवास निवासी लगभग 38 वर्षीय अनिल के परिजन भी वहां पहुंच गए।

रंजिश के चलते दंपति के साथ मारपीट, 6 लोगों के खिलाफ केस दर्ज

बावल। धारण गांव में दंपति के साथ मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के आरोप में पुलिस ने 6 लोगों के खिलाफ केस दर्ज किया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है। मामला फ्लैट की खरीद-फरोख्त को लेकर चल रही रंजिश से जुड़ा हुआ बताया जा रहा है। अस्पताल में उपचाराधीन महिला टीचर ने पुलिस बयान में बताया कि वह धारण की ढाणी में पति व बच्चों के साथ कई साल से रह रही है। उसने राजेश के साथ मिलकर एक फ्लैट लिया था। फ्लैट के लेकर उसका इन लोगों के साथ विवाद हो गया था। इसी विवाद के चलते उसे धमकियां दी जा रही थीं। राजेश तीन महिलाओं सहित 6 लोगों को लेकर उसके मकान पर आया।

बिल भुगतान के लिए भेजा लिंक, उड़ाए 5.50 लाख

रेवाड़ी। गांधी नगर निवासी एक दुकानदार को आईजीएल कंपनी का गैस का बिल भुगतान करने के लिए लिंक भेजकर उसका फोन है। कर लिया। बाद में साइबर ठगों ने उसके बैंक खाते से लगभग 5.50 लाख रुपये उड़ा दिए। साइबर क्राइम थाना पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू कर दी। पुलिस शिकायत में सोनू बंसल ने बताया कि उसकी ऑटो मार्केट में दुकान है। गत 3 मार्च को उसके मोबाइल फोन पर आईजीएल गैस का बिल भुगतान करने के मैसेज आया था। इसके बाद उसे एक लिंक मिला, जो बिल भुगतान के लिए एप का बताया गया। जब उसने लिंक पर क्लिक किया, तो उसका मोबाइल फोन हैग हो गया।

बिजली लाइन से प्रभावित किसान मिले एसडीएम से, उचित मुआवजे का भरोसा

■ एसडीएम के आश्वासन के बाद किसानों ने जताई खुशी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। एसडीएम से मुलाकात के बाद खुशी जताते हुए किसान। फोटो : हरिभूमि

राजस्थान के सीकर से दिल्ली नरेला तक बिछाई जा रही पावर ग्रिड की हाई टेंशन लाइन के टावर कोसली क्षेत्र के कई गांवों के खेतों से गुजर रहे हैं। टावर लगने से प्रभावित किसानों ने उचित मुआवजे की मांग को लेकर एसडीएम से मुलाकात की। एसडीएम के उचित मुआवजे के आश्वासन पर खुशी जाहिर करते हुए किसान लौट गए। बुधवार सुबह लिसान, झाड़ौदा, सहादत नगर, लूखी व नया गांव आदि गावों के कई किसान किसान नेता सत्येंद्र लोहचब के नेतृत्व में एसडीएम से मिलने के लिए पहुंचे। एसडीएम सुरेश कुमार ने किसानों की समस्याओं को गंभीरता से सुना। किसानों ने बताया कि पावर ग्रिड की हाई टेंशन लाइन के टावर उनके खेतों में लगाए जा रहा हैं। इससे उनकी काफी जमीन टावरों की चपेट में आ चुकी है। पावर ग्रिड की ओर से उन्हें उचित मुआवजा नहीं दिया जा रहा है। एसडीएम ने किसानों को बताया कि प्रदेश सरकार ने इसके लिए एक कमेटी का गठन किया है।

नशीला पदार्थ मुहैया कराने का दूसरा आरोपी काबू

रेवाड़ी। सीआईए ने नशीला पदार्थ स्मैक मुहैया कराने के मामले में दूसरे आरोपी को भी गिरफ्तार कर लिया। इससे पहले पुलिस ने एक आरोपी को स्मैक के साथ गिरफ्तार किया था, जिससे पूछताछ के बाद दो अन्य आरोपियों को गिरफ्तार किया गया। गत 20 फरवरी को सीआईए धारूहेड़ा पुलिस टीम ने नशा गतिविधियों पर रोकथाम अभियान तहत ढालियावास स्कूल के नजदीक खाली प्लाट के पास एक नशा तस्कर धर्मबीर उर्फ मोटा निवासी गांव ढालियावास को 7 ग्राम स्मैक सहित काबू किया था। पुलिस पूछताछ में आरोपी ने बताया कि यह नशीला पदार्थ उसे इंद्रजीत उर्फ चुर्री निवासी गांव ढालियावास ने उपलब्ध करवाया था।

एम्स में शैक्षणिक सत्र से पहले क्लासरूम व हॉस्टल की समुचित व्यवस्था कराएं अधिकारी

■ डीसी अभिषेक मीणा ने एम्स निर्माण कार्य के संबंध में की समीक्षा बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। एम्स निर्माण कार्य व व्यवस्थाओं को लेकर समीक्षा बैठक करते हुए डीसी।

डीसी अभिषेक मीणा ने बुधवार को गांव माजरा भालखी में निमार्णाधीन एम्स के संबंध में अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक की। डीसी ने आगामी शैक्षणिक सत्र में एम्स में एमबीबीएस की कक्षाएं संचालित होने से पहले भवन, क्लासरूम और हॉस्टल सहित जरूरी व्यवस्था करने के निर्देश दिए। डीसी ने बताया कि स्वास्थ्य मंत्रालय केंद्र सरकार की ओर से आगामी शैक्षणिक सत्र 2026-2027 के लिए गांव माजरा भालखी के अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान में एमबीबीएस की 50 सीटों को मंजूरी दी गई है। एमबीबीएस विद्यार्थियों के लिए एम्स में सुव्यवस्थित भवन, क्लासरूम, हॉस्टल और फर्नीचर सहित जरूरी व्यवस्थाएं समय रहते पूरी की जाए। इस मौके पर सूचना, जनसंपर्क एवं भाषा विभाग के उपनिदेशक अमित पंवार, जिला राजस्व अधिकारी प्रदीप देशवाल व डीडीपीओ एचपी बंसल सहित अन्य अधिकारी, एजेंसी के प्रतिनिधि व कमेटी के सदस्य मौजूद थे।

रेवाड़ी। कार्यक्रम में छात्राओं को सम्मानित करते अतिथि। फोटो : हरिभूमि

प्रवेश उत्सव में जेएनवी में चयनित छात्राएं सम्मानित

रेवाड़ी। राजकीय प्राथमिक पाठशाला बिसोहा में बुधवार को प्रवेश उत्सव एवं प्रतिभा सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्यातिथि के रूप में उप जिला शिक्षा अधिकारी डा. राजेन्द्र यादव ने शिरकत की, जबकि अध्यक्षता खंड शिक्षा अधिकारी सुरेश कुमार कस्वां ने की। इस मौके पर मुख्य शिक्षक प्रवीण कुमार ने कहा कि विद्यालय विद्यार्थियों को गुणवत्ता परक शिक्षा देने के लिए हर संभव प्रयास कर रहा है। उन्होंने बताया कि विद्यालय ने नवोदय विद्यालय परीक्षा में विशेष स्थान प्राप्त किया है। विद्यालय से तन्नू, कनिका व अंशु तीन छात्राओं का चयन नवोदय विद्यालय में हुआ है। बीईओ सुरेश कस्वां ने कहा कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला बिसोहा नवोदय विद्यालय में दाखिले की नर्सरी के रूप में स्थापित हो गई है। इस मौके पर वरिष्ठ प्रवक्ता श्रीभगवान बव्वा, उमेद सिंह, डीपीई, सेवानिवृत्त प्रवक्ता, बाबूलाल यादव, विनोद पूनिया, योग आचार्य यशवंत शास्त्री, प्रकाश, अजीत सिंह व कृष्ण कुमार मौजूद थे।

भागवत कथा सुनने मात्र से जीव जन्म और मरण के बंधन से मुक्त हो जाता: आचार्य

■ धारूहेड़ा में भागवत कथा के शुभारंभ पर महिलाओं ने निकाली कलश यात्रा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ धारूहेड़ा

रेवाड़ी। धारूहेड़ा में कलश यात्रा निकालते हुए श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

कस्बे की मातादीन कॉलोनी में श्रीमद् भागवत कथा के शुभारंभ से पूर्व बुधवार को कलश यात्रा निकाली गई। हनुमानजी मंदिर परिसर से बैंडबाजों के साथ शुरू हुई कलश यात्रा में सैकड़ों महिलाओं ने सिर पर कलश धारण किए। कलश यात्रा कस्बे के मुख्य मार्गों से गुजरती हुई कार्यक्रम स्थल पर समन्न हुई। आचार्य शिवदत्त शर्मा ने श्रीमद् भागवत की पूजा अर्चना की और पूजन के बाद कलश की स्थापना की गई। कथा व्यास आचार्य शर्मा ने श्रद्धालुओं को श्रीमद् भागवत पुराण की जानकारी देते हुए कहा कि भागवत कथा का श्रवण करने से मानव जीवन में एक जन्म नहीं, अपितु कई जन्मों के पापों का नाश होने के साथ ही हमारे शुभ कर्मों का उदय होता है। कथा सुनने मात्र से जीव जन्म और मरण के बंधन से मुक्त हो जाता है। इस अवसर पर नपा उप प्रधान अजय जांगिड़, सुभाष भारद्वाज व राजेश शर्मा सहित अनेक लोग मौजूद थे।

गवर्नमेंट ब्वायज स्कूल के शिक्षकों ने चलाया नामांकन वृद्धि अभियान

रेवाड़ी। राजकीय बाल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में नए शैक्षणिक सत्र के लिए अधिकतम नामांकन मुहिम उत्साह और संकल्प के साथ शुरू हो चुकी है। प्राचार्य विनोद यादव ने कहा कि विद्यालय का प्रत्येक सदस्य नामांकन मुहिम में जी-जान से जुट गया है। उन्होंने अभिभावकों को आश्वस्त करते हुए कहा कि विद्यालय केवल शिक्षा का केंद्र नहीं, बल्कि प्रतिभाओं को तराशने की कार्यशाला है। अनुभवी शिक्षकों की टीम और आधुनिक संसाधनों के साथ स्कूल कक्षा छठी से बारहवीं तक के विद्यार्थियों को वह मंच प्रदान कर रहा है, जो उनके सर्वांगीण विकास के लिए आवश्यक है। शिक्षाविद मनोज वशिष्ठ ने बताया कि नामांकन में वृद्धि के लिए बनाई गई रणनीति के तहत शिक्षक गली-मोहल्लों और ढाणियों में घर-घर जाकर संवाद कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि राजकीय विद्यालयों में उपलब्ध सुविधाएं और विद्वान शिक्षक आज निजी संस्थानों को कड़ी टक्कर दे रहे हैं। बच्चे का भविष्य सरकारी विद्यालय में पूरी तरह सुरक्षित और उज्ज्वल है। नामांकन अभियान में व्याख्याता नम्रता सचदेवा, नीलम, राजेश कुमारी, जितेन्द्रा, राजपाल, राजेश, जितेन्द्र यादव व मनोज वशिष्ठ सहित समस्त स्टाफ योदान दे रहा है।

रेवाड़ी। स्कूल में बच्चे के दाखिले के लिए प्रेरित करते शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

अष्टमी पर मां महागौरी की पूजा के साथ कंजिकाओं को भोजन कराकर व्रतों का समापन भी करेंगे श्रद्धालु

श्रद्धालुओं ने सातवें नवरात्र पर की मां कालरात्रि की पूजा, आज निकलेगी माता की यात्रा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

चैत्र नवरात्रों के 7वें दिन बुधवार को शहर के मंदिरों में मां दुर्गा के 9 स्वरूपों में से 7वें स्वरूप मां कालरात्रि की विधि विधान से पूजा की गई। शहर के बारा हजारी दुर्गा मंदिर, नई बस्ती मंसा देवी मंदिर, बड़ा तालाब मंसा माता मंदिर, धारूहेड़ा चुंगी कालीमाता मंदिर, बारा पत्थर कालीमाता मंदिर सहित ग्रामीण क्षेत्रों के मंदिरों में मां दुर्गा के दर्शनों के लिए भारी भीड़ दिखाई दी। श्रद्धालुओं ने कतार में लगकर माता के दर्शन किए व अपने परिजनों के लिए मन्नतें भी मांगी। शहर के मुख्य बाजारों में भी नवरात्रों को लेकर काफी चहल-पहल दिखाई दे रही है। हालांकि व्रतियों की खाद्य सामग्री के दामों में वृद्धि देखने को मिल रही है। फलों व सब्जियों के दामों में भी गत वर्ष की अपेक्षा कुछ वृद्धि दिखाई दे रही है, लेकिन धार्मिक भावनाओं से जुड़े इस पर्व को मनाने के लिए महंगाई भी व्रतियों के आड़े नहीं आ रही है।

रेवाड़ी। सजी दुर्गा माता की भव्य प्रतिमा व आकर्षक लाइटों से जगमग मनसा देवी मंदिर।

यात्रा में मनमोहक झांकियां शामिल की जाएंगी

दुर्गा अष्टमी पर पर शहर के बारा हजारी दुर्गा मंदिर से मां दुर्गा की शोभा यात्रा निकाली जाएगी। शोभा यात्रा में भगवान गणेश, मां दुर्गा, शिव-पार्वति, राधा-कृष्ण सहित अनेक मनमोहक झांकियां शामिल की जाएंगी। नवरात्र की अष्टमी पर बहुत से व्रती मां दुर्गा की पूजा अर्चना करने के बाद कंजिकाओं का पूजन करेंगे। श्रद्धालु कंजिकाओं को भोजन कराने की तैयारियों में जुटे हुए हैं।

आज अष्टमी पर होगी महागौरी की उपासना

मां दुर्गा के 8वें नवरात्रे पर वीरवार को श्रद्धालु मां दुर्गा के 8वें स्वरुप मां महागौरी की पूजा अर्चना करेंगे, वहीं कुछ श्रद्धालु अष्टमी पर मां महागौरी की पूजा-अर्चना कर अपने व्रतों का समापन भी कंजिकाओं को भोजन कराकर करेंगे। धार्मिक ग्रंथों में उल्लेख है कि महागौरी का रंग पूर्णतः गौर है। उनके गौर रंग की उपमा शंख, चन्द्र और कुंद के फूल से की गई है। मां के समस्त वस्त्र एवं आभूषण आदि भी श्वेत हैं, इनकी 4 भुजाएं हैं और इनका वाहन वृषभ है, मां के ऊपर के दाहिना हाथ अभय मुद्रा में और नीचे वाले दाहिने हाथ में त्रिशूल है तथा ऊपर वाले बाएं हाथ में डमरू और नीचे वाला हाथ वर मुद्रा में हैं। मां की मुद्रा अत्यंत शांत है। कहा जाता है कि अपने पार्वती के रूप में मां महागौरी ने भगवान शिव को पति रूप में प्राप्त करने के लिए बड़ी कठोर तपस्या की थी, जिसके कारण इनका शरीर एकदम काला पड़ गया था। इनकी तपस्या से प्रसन्न और संतुष्ट होकर भोले शंकर महादेव ने इनके पवित्र शरीर को गंगा जी के पवित्र जल से मल कर धोया तब वह विद्युत के समान गौर हो उठा तभी से इन माता का नाम महागौरी पड़ा। मां की शक्ति अमोघ और फलदायिनी है, इनकी उपासना से भक्तों के सभी कलंक धुल जाते हैं और उनके पाप भी नष्ट हो जाते हैं।