हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, मंगलवार 28 जुलाई 2026

तापमान

अधिकतम 37 .5 डिग्री
न्यूनतम 27 .4 डिग्री

11 एसडीएम के तबादले की मांग को लेकर धरना जारी, वकील आज निकालेंगे जुलुस

12 लिवर सिरोसिस और लिवर कैंसर का प्रमुख कारण हेपेटाइटिस-बी व हेपेटाइटिस-सी का संक्रमणः डा. तंवर

खबर संक्षेप

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में आरोपी।

ट्यूबवेलों से केबल चोरी के दो आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना खोल पुलिस ने ट्यूबवेलों से बिजली की केबल चोरी करने के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। उनके कब्जे से चोरी की केबल बरामद की गई है। आरोपियों को कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया। पुलिस शिकायत में पाडला निवासी राजीव कुमार ने बताया कि जब वह अपने ट्यूबवेल पर गया तो उसे बिजली की केबल गायब मिली। पूछताछ के दौरान मनेठी निवासी राजेश ने बताया कि चोर उसके ट्यूबवेल से भी बिजली की केबल चोरी कर ले गए हैं। कुंड पुलिस चौकी ने 26 जुलाई को चोरी का केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में पाडला निवासी कुलदीप उर्फ अंकित और धीरज को गिरफ्तार कर लिया।

सट्टा खाईवाली करते हुए एक गिरफ्तार

रेवाड़ी। मोहल्ला नई आबादी में सट्टा खाईवाली करने के आरोप में पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार किया है। पुलिस को सूचना मिली थी कि नई आबादी निवासी योगेश सट्टा खाईवाली कर रहा है। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने बोगस ग्राहक बनाकर उसके पास भेज दिया। सट्टे का नंबर लगाते हुए पुलिस ने उसे काबू कर लिया। उसके कब्जे से सट्टे के 1450 रुपये और पर्चियां बरामद हुई। बाद में पुलिस ने आरोपी के खिलाफ गैंबलिंग एक्ट के तहत केस दर्ज कर लिया। आरोपी को निजी मुचलके पर छोड़ दिया गया।

दहेज प्रताड़ना मामले का आरोपी काबू

धारूहेड़ा। थाना पुलिस ने दहेज की मांग पर विवाहिता को प्रताड़ित करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। क्षेत्र के एक गांव निवासी महिला ने पुलिस शिकायत में पति सहित ससुराल पक्ष के लोगों पर मारपीट करने और दहेज नहीं लाने पर जान से मारने की धमकी देने के आरोप लगाए थे। पुलिस ने दोनों पक्षों के बीच सुलहनामा कराने के प्रयास किए थे। पुलिस ने 9 जून को केस दर्ज किया था। इस मामले में पुलिस ने राजस्थान के कबूलपुर निवासी अरुण को गिरफ्तार कर लिया।

सड़क हादसे का आरोपी चालक गिरफ्तार

धारूहेड़ा। थाना धारूहेड़ा पुलिस ने दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे पर हुए हादसे के बाद फरार वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। गत 25 जुलाई को ट्रक की चपेट में आकर बाइक चालक की मौत हो गई थी। हादसे के बाद चालक मौके से फरार हो गया था। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद चालक की तलाश शुरू की थी। इस मामले में पुलिस ने नूंह जिले के गांव रंगाला राजपुर निवासी अमजद खान को गिरफ्तार कर लिया। बाद में उसे पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

बाइक की टक्कर लगने से महिला घायल

कुंड। बैरियर बस स्टैंड के पास सोमवार सुबह बाइक की टक्कर लगने से एक महिला घायल हो गई। राजस्थान के मांढण की रहने वाली सुनीता देवी किसी काम से कस्बा कुंड आई थी। कुंड बैरियर बस स्टैंड के पास एक बाइक ने उसे टक्कर मार दी, जिससे वह घायल हो गई। बाइक चालक मौके से फरार हो गया। आसपास के लोगों ने महिला को एक निजी अस्पताल पहुंचाया, जहां से प्राथमिक उपचार के बाद उसे घर भेज दिया गया।

अनियमितताओं से भरा कलेक्शन का टेंडर, पुराने मॉडल के ट्रैक्टरों से कचरा डंपिंग यार्ड तक पहुंच रहा

कचरा कलेक्शन में नियम ताक पर, खुलकर हो रहा ट्रैक्टरों का इस्तेमाल, वाहनों पर नंबर प्लेट तक नहीं

नरेन्द्र वत्स ▶▶| रेवाड़ी

कचरा कलेक्शन के नाम पर नगर परिषद की ओर से करोड़ों रुपये का ठेका दिया हुआ है, परंतु ठेकेदार वाहनों की व्यवस्था भी नियमानुसार नहीं कर सका है। खेती के लिए इस्तेमाल होने वाले यूरो-4 व इससे भी पुराने मॉडल के ट्रैक्टरों से कचरा डंपिंग यार्ड तक पहुंच रहा है। पुराने ट्रैक्टरों पर नंबर प्लेट तक नजर नहीं आती। बिना ढके कचरा डंपिंग यार्ड तक पहुंचाया जा रहा है, जो रास्ते में पीछे चलने वाले दुपहिया व दूसरे वाहनों पर गिरता रहता है। नगर परिषद की ओर से डोर-टू-डोर कचरा कलेक्ट कराने के बाद एमआरएफ सेंटर पर डलवाया जाता है। एमआरएफ सेंटर से रामसिंहपुरा तक कचरा पहुंचाने के लिए 10 साल का टेंडर 12 करोड़ रुपये में दिया हुआ है। इसके बावजूद ठेका लेने वाली एजेंसी कचरा उठान के लिए पर्याप्त वाहनों की व्यवस्था तक नहीं कर पाई है। सेंटर पर नियमानुसार गीला और सूखा कचरा अलग करने के बाद रामसिंहपुरा डंपिंग यार्ड तक पहुंचाना होता है। कचरे को अलग किए बिना ही वहां तक पहुंचाया जाता है। सबसे बड़ी बात यह है कि जिन ट्रैक्टरों का इस्तेमाल सिर्फ कृषि कार्य तक सीमित होता है, उन्हीं ट्रैक्टरों का खुलकर व्यावसायिक इस्तेमाल किया जा रहा है। कचरा उठान के लिए अन्य वाहनों के साथ-साथ 12 ट्रैक्टर लगाए हुए हैं। इनमें से अधिकांश ट्रैक्टर पुराने हैं, जिन पर नंबर तक अंकित नहीं हैं। सड़क पर चलने के लिए आवश्यक फिटनेस, परमिट या टैक्स भुगतान के नाम पर कुछ नहीं होता।

अलग खबर

रेवाड़ी। सीएसआई कार्यालय परिसर में खड़ा बिना नंबर प्लेट का डंपर। फोटो : हरिभूमि

जल्द शुरू की जाएगी कार्रवाई

ट्रैक्टरों का कमर्शियल यूज पूरी तरह नियमों के विरुद्ध है। हमें इस बात की जानकारी मिली है कि नगर परिषद के कचरा कलेक्शन में इस्तेमाल किए जाने वाले कई ट्रैक्टर मालिकों के पास उनके कागजात तक नहीं है। ऐसे ट्रैक्टरों के खिलाफ जल्द कार्रवाई की जाएगी।
-विकास यादव, टीआई, आरटीए।

हमें नॉर्म्स की जानकारी नहीं

डंपिंग यार्ड तक कचरा ट्रैक्टरों से ही भेजा जाता है। मुझे इस तरह के नॉर्म्स की जानकारी नहीं है कि ट्रैक्टरों का इस कार्य में इस्तेमाल नहीं किया जा सकता। अगर ऐसा पाया जाता है, तो इस मामले में आवश्यक कदम उठाए जाएंगे।
-कुशल राव, सीएसआई।

अफसरों के आने शुरू हो जाते है फोन

ट्रैक्टरों के व्यावसायिक इस्तेमाल पर कार्रवाई का अधिकार आरटीए स्टाफ के हाथों में हैं। जानकार सूत्रों के अनुसार जब भी आरटीए स्टाफ की ओर से ऐसे ट्रैक्टरों को रुकवाकर दस्तावेज मांगे जाते हैं, तो उसी समय अधिकारियों के फोन घनघनाने शुरू हो जाते हैं। सरकारी मामला होने के कारण आरटीए स्टाफ भी ऐसे ट्रैक्टरों पर 'मेहरबानी' को मजबूर हो जाता है।

प्रदूषण को भी बढ़ावा दे रहे ट्रैक्टर

एनजीटी और सुप्रीम कोर्ट के सख्त आदेशों के बाद एनसीआर में पुराने वाहनों के संचालन पर पूरी तरह से रोक लगी हुई है। कचरा कलेक्शन में ज्यादातर पुराने ट्रैक्टरों का इस्तेमाल हो रहा है, जो प्रदूषण बढ़ाने का कार्य कर रहे हैं। ट्रैक्टर चालकों के पास पर्याप्त कागजात तक नहीं हैं, जिससे कोई हादसा होने पर ऐसे वाहनों की पहचान तक करना आसान नहीं होता।

बिना ढके सड़कों से हो रहा संचालन

ट्रैक्टर ट्रालियों से कचरा ले जाते समय कचरे को ढका तक नहीं जाता। स्टेट हाइवे से नेशनल हाइवे तक से गुजरते हुए ट्रैक्टर डंपिंग यार्ड तक पहुंचते हैं। इनमें पीछे चलने वाले वाहनों पर तो कचरा उड़कर गिरता ही है, साथ ही वातावरण को उड़ता हुआ कचरा प्रदूषित करता रहता है। सूखे और गीले कचरे को अलग करने की दिशा में भी कोई कदम नहीं उठाया जा रहा।

खुद के डंपर से भी नंबर प्लेट गायब

कचरा उठाने वाली एजेंसी को नगर परिषद की ओर से अपना एक डंपर मुहैया कराया हुआ है। बताया जा रहा है कि लंबे समय से इस डंपर के टैक्स तक का भुगतान नहीं किया गया है। टैक्स के बिना फिटनेस सर्टिफिकेट नहीं मिलती। डंपर को इंपाउंड होने से बचाने के लिए रात के अंधेरे में ही निकाला जाता है। कार्रवाई से बचने के लिए डंपर की नंबर प्लेट तक गायब की हुई है।

पेड़ से टकराई अनियंत्रित कार कंपनी कर्मी गंभीर रूप से घायल

- पुलिस ने हादसे की जांच शुरू कर दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल मूंदी

सोमवार सुबह नांगल मूंदी के पास एक अनियंत्रित कार पेड़ से टकराकर बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गई। इस हादसे में कार चालक कंपनी कर्मचारी गंभीर रूप से घायल हो गया। पुलिस ने हादसे की जांच शुरू कर दी। गोठड़ा निवासी अनिल एक कंपनी में कार्यरत है। सोमवार सुबह वह अपनी कार से कंपनी जा रहा था। बुड़ौली से निकलने के बाद जब उसकी कार नांगल मूंदी सती मंदिर के पास पहुंची, तो किसी वाहन को बचाने के चक्कर में कार अनियंतित्र होकर पेड़ से टकरा गई। हादसे में कार बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गई। कार चालक अनिल हादसे में गंभीर रूप से घायल हो गया। सड़क से गुजरने वाले वाहन चालकों ने उसे कार से बाहर निकाला। बाद में उसे एंबुलेंस की मदद से अस्पताल पहुंचाया गया, जहां उसकी हालत खतरे से बाहर बताई गई है।

रेवाड़ी। दुर्घटना में क्षतिग्रस्त कार व घायल को उठाते हुए लोग। फोटो : हरिभूमि

एटीएम कार्ड बदलकर खाते से निकाले 96 हजार रुपये

रेवाड़ी। धारूहेड़ा चुंगी के पास एटीएम से पैसे निकालने के लिए गए एक किशोर का कार्ड बदलकर शातिर ठग ने खाते से 96 हजार रुपये निकाल लिए। पुलिस ने किशोर की मां की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू कर दी। मॉडल टाउन थाना पुलिस को दर्ज शिकायत में पूर्ण नगर निवासी सरिता देवी ने बताया कि उसका बेटा पेट्रोल पंप के पास एटीएम बूथ से पैसे निकालने के लिए गया था। एटीएम बूथ के अंदर पहले से एक व्यक्ति खड़ा हुआ था। उसने बताया कि एटीएम मशीन खराब है। इसके बाद उसके बेटे ने मशीन में कार्ड डालकर 20 हजार रुपये निकालने का प्रयास किया। इसी दौरान बातों में उलझाकर वहां मौजूद व्यक्ति ने उसका कार्ड बदल लिया। किशोर अपने घर वापस आ गया। बाद में मोबाइल फोन पर 96 हजार रुपये निकलने के मैसेज आए, तो उसने बैंक जाकर पूछताछ की। इसके बाद कार्ड बदलने की जानकारी मिली। पुलिस ने उसकी शिकायत पर केस दर्ज करने के बाद आरोपी का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए। पुलिस एटीएम बूथ के अंदर लगे सीसीटीवी कैमरों की मदद से आरोपी का पता लगाने के प्रयास कर रही है।

रेलवे ट्रैक पर मिला युवक का शव

बावल। अलवर रेल मार्ग पर बावल व अजरका की सीमा के पास सोमवार दोपहर करीब 30 वर्षीय युवक का शव मिला है। जीआरपी ने शव को पहचान के लिए सिविल अस्पताल की मोर्चरी में रखवा दिया। जीआरपी के एसएचओ कृष्ण कुमार ने बताया कि एसएस ऑफिस की ओर से अलवर रेल मार्ग पर बावल व अजरका की सीमा के पास शव पड़ा होने की सूचना मिली थी। जीआरपी ने सूचना मिलने के बाद मौके पर जाकर शव की शिनाख्त कराने के प्रयास किए, लेकिन सफलता नहीं मिली। बाद में शव को पहचान के लिए मार्चरी में रखवा दिया गया।

ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों और साइबर अपराध के खतरों से करवाया अवगत

रेवाड़ी। पुलिस की नशा मुक्ति टीम ने सोमवार को अभियान के दौरान गांव मांढिया खुर्द व रसूली में ग्रामीणों व युवाओं को नशे के दुष्प्रभावों, साइबर अपराधों व ट्रैफिक नियमों को लेकर जागरूक किया। इस मौके पर एएसआई जितेन्द्र कुमार ने कहा कि नशा न केवल स्वास्थ्य को बर्बाद करता है, बल्कि युवाओं का भविष्य भी अंधकारमय कर देता है। विद्यार्थी देश का भविष्य है, इसलिए उन्हे पढ़ाई, खेल और अपने सपनों में ध्यान लगाकर नशे जैसी बुरी आदतों से हमेशा दूर रहना चाहिए। उन्होंने ग्रामीणों को साइबर अपराध के खतरों से भी अवगत कराया। उन्होंने बताया कि अपराधी फोन कॉल, सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों से व्यक्तिगत जानकारी जैसे ओटीपी व पासवर्ड आदि हासिल करने की कोशिश करते हैं। ऐसे में आप सभी को सतर्क रहकर किसी भी अनजान व्यक्ति से अपनी निजी जानकारी साझा नहीं करनी चाहिए। साइबर ठगी होने पर साइबर राष्ट्रीय हेल्पलाइन नंबर 1930 पर कॉल करें।

बिजली निजीकरण के विरोध व कर्मचारियों की मांगों को लेकर 29 जुलाई को प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कोसली

कोसली की एचएसईबी वर्कर्स यूनियन की बैठक सोमवार को यूनिट प्रधान जयप्रकाश की अध्यक्षता में हुई। बैठक का संचालन यूनिट सचिव सुरेन्द्र सिंह ने किया। बैठक में मुख्य अतिथि सर्किल सचिव विक्रम यादव, केंद्रीय परिषद के उप प्रधान शमशेर सिंह यादव, रेवाड़ी यूनिट प्रधान सोमदत्त, मनोज कुमार मौजूद रहे। विक्रम यादव ने सभी कर्मचारियों की समस्याएं सुनी और जल्द ही पूर्ण कराने का आश्वासन दिया। 29 जुलाई को सर्किल रेवाड़ी में बिजली निजीकरण के विरोध व कर्मचारियों की मांगों के लिए उपायुक्त को ज्ञापन देने के लिए पहुंचने का आह्वान किया। बैठक में महेंद्र सिंह जेई, धर्मेंद्र सिंह, विक्रम, प्रमोद, जयसिंह, महेश, कृष्ण कुमार, चन्द्रजीत, दीपक कुमार, करमबीर, गौरव जेई, संदीप, नितबल, आशीष व अरुण सहित अन्य कर्मचारी मौजूद थे।

बैठक में मौजूद कर्मचारी नेताओं का स्वागत करते यूनिट सदस्य।

मेघवाल उत्थान समिति का अनुसूचित जाति समरसता सम्मेलन 23 अगस्त को, मुख्यमंत्री करेंगे शिरकत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मेघवाल उत्थान समिति हरियाणा के तत्वावधान में अनुसूचित जाति समाज के उत्थान, शिक्षा और सामाजिक समरसता को समर्पित सम्मेलन का आयोजन 23 अगस्त को बावल में किया जाएगा। कार्यक्रम में हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करेंगे। मेघवाल उत्थान समिति के पदाधिकारियों ने गत दिवस गुरुग्राम में मुख्यमंत्री नायब सैनी से मुलाकात कर बावल कार्यक्रम में आने का आग्रह किया। मुख्यमंत्री नायब सैनी ने समिति के पदाधिकारियों को सहमति दी। संस्था के संयोजक ने बताया कि कार्यक्रम मे जिले से हजारों की संख्या में मेघवाल समाज के बंधु, सामाजिक कार्यकर्ता व अनुसूचित जाति के गणमान्य लोग उपस्थित रहेंगे।

रेवाड़ी। मुख्यमंत्री से मुलाकात करते समिति के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

मौके पर ये मौजूद रहे

इस अवसर पर कैबिनट मंत्री राव नरबीर सिंह, विधायक लक्ष्मण यादव, समिति के संयोजक वेद प्रकाश, समाज सेवी एडवोकेट रजवंत डहिनवाल, सचिव भूपेन्द्र मेघवाल शेखपुर, समिति सलाहकार पूर्व सरपंच सांवत सिंह, सहसचिव अशोक मेघवाल, प्रभारी परमेश्वर दयाल, जिला प्रधान मेघवंशी महेन्द्र सिंह, खोरी ब्लॉक प्रधान मानसिंह, भूपसिंह, फतेसिंह, हीरासिंह, महिपाल सिंह, विनोद व भगवान सिंह मेघवाल तिहाड़ा सहित अनेक लोग मौजूद थे।

शराब पीकर गाड़ी चलाना सड़क दुर्घटनाओं की बड़ी वजह

पुलिस ने ट्रैफिक नियम तोड़ने वालों पर कसा शिकंजा, 1181 वाहन चालकों के काटे चालान

- पुलिस ने ड्रिंक एंड ड्राइव अभियान के तहत शराब पीकर वाहन चलाने वाले 6 चालकों के चालान किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिला पुलिस की ओर से ट्रैफिक नियम तोड़ने वाले वाहन चालकों के खिलाफ विशेष अभियान चलाया जा रहा है। पुलिस की ओर से गत 20 जुलाई से 26 जुलाई तक ड्रिंक एंड ड्राइव, वाहन में तेज डीजे-प्रेशर हॉर्न बजाने, लेन चेंज नियमों की अवहेलना करने व बुलेट बाइक में पटाखा छोड़कर हवाबाजी करने वाले चालकों पर शिकंजा कसा गया। पुलिस की ओर से गत सप्ताह ट्रैफिक नियमों का उल्लघंन करने पर 1181 चालकों के चालान काटे गए। पुलिस ने ड्रिंक एंड ड्राइव अभियान के तहत शराब पीकर वाहन चलाने वाले 6 चालकों के चालान किए। एसपी हेमेंद्र मीणा ने कहा कि अक्सर देखने में आता है कि रात्रि के समय काफी वाहन चालक नशे में धुत होकर वाहन चलाते हैं, जिससे वे अपने आप को तो खतरे में डालते ही हैं साथ में सड़क पर चल रहे अन्य वाहन चालक के लिए भी खतरा बन जाते है। शराब पीकर गाड़ी चलाना सड़क दुर्घटनाओं की बड़ी वजह बनता है और यह मोटर वाहन अधिनियम, 1988 की धारा 185 के तहत दंडनीय अपराध है। वही कुछ लोग गाड़ी में तेज डीजे-प्रेशर हॉर्न बजाकर ध्वनि प्रदूषण करने के साथ-साथ लोगों में दहशत और असुविधा पैदा करते है। पुलिस ने ध्वनि प्रदूषण करने पर एक वाहन चालक पर शिकंजा कसा। इनके अलावा लेन चेंज से संबंधित नियम की अवहेलना पर 1174 वाहन चालकों के चालान किए गए।

पुलिस हेमेंद्र मीणा ने कहा कि शहर में कानून-व्यवस्था और सुरक्षा के साथ कोई समझौता नहीं किया जाएगा। जो भी व्यक्ति नियमों का उल्लंघन करेगा, उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने नागरिकों से अपील करते हुए कहा कि गाड़ियार् में ब्लैक फिल्म का प्रयोग न करें। नशे की हालत में वाहन चलाकर अपनी और दूसरों की जान जोखिम में न डालें। बुलेट मोटरसाइकिल पर पटाखा छोड़ने व ध्वनि प्रदूषण करने से बचें।

रेवाड़ी। वाहन चालकों में शराब की मात्रा चैक करती पुलिस। फोटो : हरिभूमि

माजरा के पास ट्रॉले की टक्कर से गाय की मौत

रेवाड़ी। माजरा मोड़ के पास सोमवार सुबह ट्रॉले की चपेट में आकर एक गाय की मौत हो गई, जबकि दो गाय जख्मी हो गई। दोनों गायों को बावल गोशाला में भिजवा दिया गया। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद ट्रॉला चालक की तलाश शुरू कर दी। सुबह के समय एक ट्रॉला नारनौल से रेवाड़ी की ओर आ रहा था। उसी दौरान सड़क पर कई गाएं चल रही थीं। अचानक गायों के ट्राले के आगे आने के बाद चालक ने बचाने का काफी प्रयास किया, लेकिन ढलानी होने के कारण ट्रॉला अनियंत्रित हो गया। ट्रॉले ने तीन गायों को टक्कर मार दी। सूचना मिलने के बाद कुंड पुलिस चौकी स्टाफ तुरंत मौके पर पहुंच गया। इसी दौरान एक गाय ने दम तोड़ दिया। पुलिस ने पशु एंबुलेंस की मदद से दोनों गायों को बावल गोशाला भिजवा दिया।

हरिभूमि
रोहतक, मंगलवार
28 जुलाई 2026

सहेली

स्पेशल
फ्रेंडशिप-डे, 2 अगस्त

साझी खिलखिलाहटों का प्यारा रिश्ता

कवर स्टोरी
डॉ. मोनिका शर्मा

महिलाओं के लिए सहेलियों से जुड़ा भाव-चाव बहुत आत्मीय होता है। ऐसा स्नेहपूर्ण संबंध, जो सुख-दुःख में साथ देने वाला ही नहीं, बिना औपचारिकता के मन की सुनने का कोना भी बनता है। जो अपनों से भी नहीं कहा जाता, वह सखियों से कहा जाता है। पीड़ा की जो पोटली सगे-संबंधियों के समक्ष नहीं खोली जाती, वह किसी सहेली के आगे सहजता से खुल जाती है। सुखद यह भी है, कभी सहेलियों से सही सलाह मिलती है तो कभी भावनात्मक सहारा, दोनों ही बातें मानवीय जीवन को मजबूती देने वाली बुनियाद बनती हैं।

हर सुख-दुख सखियों के साथ साझा

स्त्रियां मायका हो या ससुराल, वे मन की बात खुलकर नहीं कह पातीं। एक तयशुदा शिष्टाचार कुछ कहने ही नहीं देता। कह दें तो ग्लानि और अपराधबोध आ घेरता है। उनकी क्या छवि बनेगी। यह सोचकर ही पछतावा होने लगता है। फ्रेंड्स के सामने महिलाओं को इस अनकहे से प्रोटोकॉल से नहीं जूझना पड़ता। तभी तो सखियों के सामने दुःख आंखों से बह निकलता है। सुख की मुस्कुराहटें सहजता से साझी हंसी बन जाती हैं। बिना किसी मलाल के सच्ची भावनाएं साझा करने से ही समय के साथ यह रिश्ता और गहरा होता है। आपसी विश्वास बढ़ता है। असल में देखा जाए तो भावनाओं का खुला आदान-प्रदान ही मित्रता की सच्ची पूंजी है। महिलाओं के लिए तो फ्रेंडशिप का यह संचित धन और भी महत्वपूर्ण है। यह स्त्रीमन की संवेदनाओं को साझा करने का ऐसा सुरक्षित कोना है, जहां बिना अपराधबोध के अनुभूतियों का सच बताया जा सके।

संकट से जूझने की शक्ति

हर संकट में साथ देने वाली सहेलियां टूटते-बिखरते मन को संभाल लेती हैं। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया के शोधकर्ताओं ने एक अध्ययन में पाया कि जिन महिलाओं को तनावपूर्ण हालातों में सखियों का साथ मिलता है, उनका जीवन अकेले चुनौतियों से जूझने वाली महिलाओं की तुलना लंबा होता है। सखियों का साथ हर परिस्थिति में मनोबल मजबूत करता है। देखने में आता है कि घर-परिवार में संकट के समय भी महिलाओं को आरोप-प्रत्यारोप झेलने पड़ते हैं। किसी सुखद अवसर पर भी मीनमेख निकालने की प्रवृत्ति दिखती है। कुछ नया करने पर अजीब-सी सलाहें दी जाती हैं, सफलता को लेकर आशंका जताई जाती है। जबकि सहेलियां इमोशनल फ्रंट पर हालातों को समझती हैं। सखियां बस चुपचाप साथ देती हैं। हर हाल में अपनी मौजूदगी का एहसास कराती हैं। साइकोसोमेटिक मेडिसिन मैगजीन में छपे अध्ययन के मुताबिक स्त्रियां बिना कोई सलाह दिए एक-दूसरे की बातें सुनती हैं। सकारात्मक भावों से भरा यह व्यवहार तकलीफदेह हालातों से जूझ रही स्त्री को बहुत संबल देता है। समझना मुश्किल नहीं, जब कोई महिला मित्र यूं साथ देती है तो जिंदगी के हर पहलू पर सकारात्मक असर पड़ता है।

जिंदादिल जिंदगी की संगी-सखियों के साथ अपनी कमजोरियां स्वीकार करने में भी संकोच नहीं होता। सामाजिक-पारिवारिक जीवन में बहुत सी भूमिकाएं निभाती स्त्रियों को 'जैसी हूं वैसी हूं और खुश हूं' के भाव को जीने का मौका केवल सहेलियों के साथ ही मिलता है। यह स्वीकार्यता मनोभावों को जीवंत बनाती है। बिना किसी दबाव के सहज रूप से एक-दूसरे की परवाह करने के चलते ही इस रिश्ते की बॉन्डिंग मजबूत होती है। इसी कनेक्ट से बहुत सकारात्मक और सुरक्षित महसूस होता है। हर परिस्थिति में खिलखिलाहट बिखेरने वाली सहेलियां एक-दूसरे की सबसे बड़ी चीयरलीडर कही जाती हैं। हंसी-खुशी और ऊर्जा से भरा सखियों का साथ जीवन को नीरस होने से बचाता है। हालिया बरसों में महिलाएं अब सहेलियों के साथ ग्रुप ट्रैवल भी करने लगी हैं। अपना शहर हो या कोई दूर-दराज का पर्यटन स्थल, ऐसी आउटिंग उन्हें हौसला देती है। सखियों के साथ के भरोसे पर ही महिलाएं आम जीवन की जद्दोजहद से दूर यूं जिंदादिली के साथ जीवन जीने की राह चुनने लगी हैं।

आत्म-सम्मान का आधार

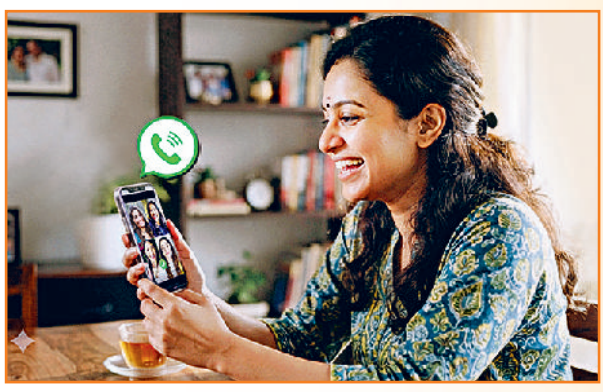
सहेलियों का साथ केवल हंसी-मजाक या घूमने-फिरने तक ही सीमित नहीं होता। एक-दूसरे के मन को मजबूती देने वाली सखियां सही मायने में स्त्री सशक्तिकरण को भी बल देती हैं। डर या आशंका के बजाय आत्मसम्मान के भाव को पोसती हैं। गलती होने पर फिर उठ खड़े होने के लिए सहारा देने को हाथ आगे बढ़ाती हैं। सहेली की सफलता पर सच्ची प्रशंसक बनती हैं। यह जुड़ाव सचमुच असाधारण है, जो स्त्रियों को अपने अस्तित्व से प्रेम करना सिखाता है। अपने भीतर छिपी योग्यता को निखारने की राह सुझाता है। बिना किसी स्वार्थ के एक-दूसरे का समर्थन करते हुए खुद अपने जीवन-अपने सपनों का मोल समझने की भावना को पोसता है। सबसे अहम यह है कि ऐसी हर बात स्त्रियों के आत्म-सम्मान और आत्मविश्वास का पक्का आधार बनाती है। उनके जीवन में खुशियां बिखेरती हैं। ❁

जिंदगी की डगर में अगर सहेलियां साथ हों तो रास्ता आसान हो जाता है। लड़खड़ाने पर वे हमें संभालती हैं, भटकने पर सही राह दिखाती हैं। ये सहेलियां ही होती हैं, जिनसे हर बात बेहिचक साझा की जा सकती है, सलाह ली जा सकती है। हमें असली खुशी सहेलियों के बीच ही मिलती है। सहेलियां हैं तो जिंदगी में बहार है।

महिलाओं की फ्रेंडशिप को व्हाट्सएप ग्रुप दे रहा नई पहचान

तकनीक का इस्तेमाल केवल जीवनशैली को ही नहीं हमारे आपसी संबंधों को भी प्रभावित कर रहा है, उसे नई दिशा दे रहा है। व्हाट्सएप ग्रुप ऐसी ही सुविधा है, जो महिलाओं की दोस्ती को प्रगाढ़ बना रही है, उसे नए आयाम दे रही है।

टेक्नो लाइफ
नम्रता नदीम



महिलाओं की फ्रेंडशिप को एक समय तक गली-मुहल्ले की बैठकों, रिश्तेदारों से मिलने या किट्टी पार्टियों-त्योहारों पर होने वाले मेल-मिलाप तक ही सीमित माना जाता था। लेकिन अब सिनेरियो बिल्कुल बदल गया है। आज के दौर में टीनएज, यंगएज से लेकर मिडएज तक की महिलाओं की आपसी दोस्ती नए रूप में सामने आ रही है। इसे आगे बढ़ाने और हाईटेक बनाने में व्हाट्सएप ग्रुप का बड़ा और महत्वपूर्ण योगदान है।

शेयरिंग का नया अंदाजः व्हाट्सएप ग्रुप में महिलाएं आपस में भावनात्मक अनुभवों को साझा करती हैं। एक-दूसरे से सलाह लेती-देती हैं। अपनी रेसिपी दूसरों को बताती हैं और दूसरों द्वारा बताई गई रेसिपी को आजमाने की कोशिश करती हैं। रेसिपी बनाने या अपने किसी नए अनुभव को साझा भी करती हैं। अपनी व्यक्तिगत उपलब्धियां, स्वास्थ्य संबंधी जानकरियां, ये सब व्हाट्सएप ग्रुप में उनके द्वारा खूब शेयर किए जाते हैं। कहने का मतलब है कि व्हाट्सएप ग्रुप ने हर उम्र की महिलाओं के लिए एक नई दुनिया रच दी है।

बदला दोस्ती का स्वरूपः आज के डिजिटल दौर में दोस्ती केवल मिलने-जुलने तक सीमित नहीं होती है। सोशल मीडिया, उसमें भी सबसे ज्यादा व्हाट्सएप ग्रुप में सुबह की शुभकामना से लेकर रात की बातचीत तक दिन भर कोई न कोई इंगेजमेंट बनी ही रहती है। फैमिली, ओल्ड फ्रेंड्स, कॉलोनी या सोसाइटी, ऑफिस कुलीग्स, योगा क्लासमेट्स, किट्टी ग्रुप या बुक क्लब, अपनी सहूलियत के हिसाब से महिलाएं भी अलग-अलग व्हाट्सएप ग्रुप में एक्टिव रहती हैं। इन ग्रुप्स ने महिलाओं की दोस्ती का दायरा ही नहीं बढ़ाया बल्कि उनके स्वरूप को भी बदला है।

कम हुआ है अकेलापनः संबंध विशेषज्ञों के मुताबिक व्हाट्सएप ग्रुप में डिजिटल संवाद काफी हद तक महिलाओं में अकेलेपन की भावना को कम करने में अहम भूमिका निभा रहा है। हालांकि देखने में यह भी आया है कि डिजिटल इंगेजमेंट ने एक-दूसरे से मिलने की संभावना को कम किया है। लेकिन इसके जरिए अपनी तरह की सोच-समझ रखने वाली महिलाओं के बीच जरूर महिलाओं की पहुंच बढ़ी है। क्योंकि व्हाट्सएप ग्रुप्स में लगभग सभी सदस्य एक-दूसरे को जानने वाले दोस्त होते हैं, इसलिए यह पूरी तरह से अभासी या अवास्तविक नहीं है।

सोशल लाइफ का महत्वपूर्ण हिस्साः व्हाट्सएप ग्रुप्स की सबसे बड़ी उपयोगिता तो यह है कि इसके जरिए अपनी व्यस्त दिनचर्या के बावजूद, महिलाएं अपने दोस्तों से संपर्क बनाए रख पाती हैं। महिलाएं अपने ग्रुप से जुड़ी दूसरी महिलाओं को अपना नजदीकी ही समझती हैं। इसलिए छोटी से छोटी सूचनाएं भी साझा करती हैं और अपने लिए तथा दूसरों के लिए एक ऐसा सपोर्ट सिस्टम विकसित करती हैं, जिससे बीमारी, तनाव, बच्चों की पढ़ाई, रिश्तों की समस्याएं या किसी खास उपलब्धि की खुशी को आपस में बांटने का भरपूर सुख हासिल कर पाती हैं। महिलाओं की सोशल लाइफ के लिए व्हाट्सएप ग्रुप की फ्रेंडशिप महत्वपूर्ण रोल निभा रहे हैं।

तीज-त्योहारों का सेलिब्रेशनः त्योहारों और विशेष अवसरों में तो व्हाट्सएप ग्रुप की भूमिका और भी बढ़ जाती है। करवा चौथ, तीज जैसे त्योहारों में महिलाएं अपनी सखी-सहेलियों को डिजिटल शुभकामनाएं देने के साथ-साथ आपस में मिलकर सजावट करके, फैशन, मेहंदी डिजाइन और रेसिपी को एक-दूसरे से साझा करके सेलिब्रेशन का आनंद उठाती हैं। इससे आपस में केवल दोस्ती ही मजबूत नहीं होती बल्कि इससे सांस्कृतिक जुड़ाव भी मजबूत होता है। ❁

आने वाले फ्रेंडशिप डे के मौके पर आप जरूर अपनी बेस्ट फ्रेंड को प्यारा सा, कोई यूनीक गिफ्ट देना चाहेंगी। इसीलिए हम यहां पर आपको कुछ डिफरेंट टाइप के गिफ्ट आइडियाज सजेस्ट कर रहे हैं। इनमें से कोई भी आप सेलेक्ट कर सकती हैं।

अपनी बेस्ट फ्रेंड के लिए लवली गिफ्ट आइडियाज

सजेशन
प्रतिभा अग्निहोत्री

बहुत प्यारा और सबसे अलग होता है दोस्ती का रिश्ता। इस खूबसूरत रिश्ते को सेलिब्रेट करने के लिए आप जरूर फ्रेंडशिप डे पर अपनी दोस्त को यूनीक गिफ्ट देकर स्पेशल फील कराना चाहेंगी। अगर आप डिसाइड नहीं कर पा रही हैं कि अपनी बेस्ट फ्रेंड को क्या गिफ्ट दें तो आपकी हेल्प के लिए दे रहे हैं कुछ गिफ्टिंग आइडियाज-

फीलिंग्स से भरे गिफ्ट्सः खुद के साथ अपनी दोस्त की अब तक की जर्नी की खूबसूरत यादों के सुंदर-सुंदर फोटो का कोलाज बनवाकर उसको गिफ्ट कर सकती हैं। हाथ से बनी स्क्रैप बुक भी गिफ्ट करने के लिए एक बहुत बेहतरीन आइडिया है। इसके अलावा आप अपने दोस्तों के साथ की फोटोज को कस्टमाइज करके कुशन कवर, की-चेन, ब्रेसलेट, बेडशीट, कप और टी-शर्ट भी गिफ्ट कर सकतीं हैं। कस्टमाइज करवाते समय आप अपनी फोटो के साथ किसी यादगार पल की कोई खास डेट भी लिखवा सकतीं हैं, जिससे आप दोनों की यादें तरोताजा हो जाएंगी। आप अपनी दोस्त को एक खूबसूरत से पेज पर पत्र लिखकर दे सकती हैं, जिसमें आप उनके प्रति अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के साथ-साथ वे आपके लिए क्या महत्व रखतीं हैं इसे भी लिखें। यह तोहफा बाजार से खरीदे गए तोहफों की अपेक्षा उनके लिए बहुत कीमती होगा।

यूजफुल गिफ्ट्सः अगर आपके दोस्त को लिखने, नोट्स बनाने का शौक है तो एक बहुत अच्छी क्वालिटी की लेदर डायरी या फिर स्मार्ट नोटबुक भी अच्छा विकल्प हो सकता है। पढ़ने की शौकीन दोस्त के लिए विभिन्न पत्र-पत्रिकाओं के सब्सक्रिप्शन भी उपहार में दिए जा सकते हैं, इससे वे एक दिन ही नहीं पूरे वर्ष अपनी दोस्ती को याद करती रहेंगी। प्रीमियम पेन सेट या उनकी पसंद की कुछ बुक्स भी गिफ्ट कर सकती हैं। यदि वह मूवीज की शौकीन हैं तो आप उन्हें डिजिटल प्लेटफार्म सब्सक्रिप्शन भी उपहार में दे सकतीं हैं।

डेकोरेटिव गिफ्ट्सः एगलोनिमा, एरिका पाम, क्रोटन जैसे पौधों को बहुत सुंदर से गमले में रखकर गिफ्ट दे सकती हैं। इस डिफरेंट गिफ्ट से उनका मन खुश हो जाएगा। पौधे घर में पॉजिटिविटी तो लाते ही हैं, साथ ही घर की खूबसूरती में भी चार चांद लगा देते हैं। टी कॉफी गिफ्ट हैंपर, सेंटेड कैंडल्स भी गिफ्ट करने के लिए बहुत अच्छे विकल्प हैं। यूं तो इस अवसर पर बाजार में कई तरह के फ्रेंडशिप बैंड्स भी मिलते हैं पर आप अपने हाथ से बैंगल्स पर रेशमी धागा लपेटकर या फिर क्रोशिए और सितारों से सजाकर फ्रेंडशिप बैंड बनाकर अपनी फ्रेंड को गिफ्ट कर सकती हैं, यकीन मानिए उनका दिल खुश हो जाएगा।

चॉकलेट गिफ्ट हैंपर या अपनी फ्रेंड की फेवरेट डिश के ऑनलाइन गिफ्ट से आप उन्हें सरप्राइज दे सकतीं हैं।

रखें ध्यानः अपनी फ्रेंड के लिए गिफ्ट लेते समय दोस्त की पसंद के साथ कुछ बातों का ध्यान रखना अत्यधिक आवश्यक है।

- गिफ्ट को बहुत सुंदर से गिफ्ट पेपर में रैप करके गिफ्ट करें इससे गिफ्ट की खूबसूरती और अधिक बढ़ जाती है।
- गिफ्ट चुनते समय अपनी दोस्त की भावनाओं का ध्यान रखें।
- यदि आप ऑनलाइन कोई उपहार मंगवा रही हैं तो उसका टैग न निकालें ताकि यदि वे एक्सचेंज करना चाहें तो आराम से किया जा सके। ❁

ऑयली स्किन के लिए अपनाएं ईजी होम रेमिडीज

स्किन केयर
ललिता गोयल

मानसून के मौसम के साथ आने वाली उमस के कारण स्किन ऑयली हो जाती है, जिससे चेहरे पर बार-बार पसीना और गंदगी जमा होने लगती है। इसका नतीजा पिंपल्स, डल स्किन, खुजली जैसे समस्याएं होने लगती हैं और चेहरे का नेचुरल ग्लो कहीं खो जाता है। ऐसे में समझ नहीं आता कि चेहरे को ऑयल-फ्री और ग्लोइंग रखने के लिए क्या किया जाए? यहां कुछ ऐसे असरदार तरीकों के बारे में जानते हैं, जिनकी मदद से स्किन को मानसून में भी फ्रेश और ग्लोइंग रखा जा सकता है।

कच्चा दूधः मानसून की चिपचिपाहट और टैनिंग से निपटने के लिए कच्चा दूध सबसे सुरक्षित घरेलू उपाय है। हाथों और चेहरे को अच्छी तरह साफ करके ताजे कच्चे दूध में एक साफ कॉटन पैड को डुबोएं और हल्के हाथों से सर्कुलर मोशन में चेहरे की मसाज करते हुए लगाएं। इसे 10 से 15 मिनट के लिए चेहरे पर लगाकर छोड़ दें और फिर गुनगुने पानी से धो लें। इसके बाद रेगुलर मॉयश्चराइजर लगा लें। इससे त्वचा को गहराई से नमी मिलती है और त्वचा की रंगत भी साफ होती है।

खीरे का रसः मानसून में खीरे का रस स्किन पर लगाने से न सिर्फ स्किन ठंडी और हाइड्रेट रहती है बल्कि यह एक्ने और पिंपल्स की समस्या को भी कम करता है। दिन में एक बार खीरे का रस कॉटन की मदद से चेहरे पर लगाएं और उसे 10 मिनट बाद ठंडे पानी से धो लें।

एलोवेरा जैलः एलोवेरा जैल के कूलिंग और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण स्किन को हाइड्रेट करने और सूजन को कम करने में भी मदद करते हैं।

मुल्तानी मिट्टीः मुल्तानी मिट्टी में थोड़ा-सा गुलाब जल मिलाकर हफ्ते में दो बार चेहरे पर लगाने से स्किन पर जमी गंदगी साफ होती है। यह स्किन से एक्स्ट्रा ऑयल को सोख कर स्किन को टाइट और ब्राइट करता है।

पपीताः मानसून में पपीते का पेस्ट चेहरे पर लगाने से स्किन की डेड सेल्स हटती है, हाइड्रेशन भी बना रहता है और रंगत भी निखरती है।

रखें ध्यानः इन बातों का भी ध्यान रखें-

- मानसून में भी चेहरे पर हल्का मॉयश्चराइजर और जैल बेस्ड क्रीम का इस्तेमाल करें ताकि स्किन हाइड्रेट रहे।
- चेहरा धोने के बाद एक कॉटन पैड में थोड़ा-सा गुलाब जल लें और हल्के हाथों से चेहरे पर लगाएं। यह त्वचा के पीएच लेवल को बैलेंस करता है। ❁

(ब्यूटी एक्सपर्ट रेनू माहेश्वरी से बातचीत पर आधारित)

फीडिंग पीरियड में मांएं डाइट का रखें पूरा ध्यान

मेडिकल एडवाइस
विनीता

स्पेशलः वर्ल्ड ब्रेस्ट फीडिंग वीक, 1-7 अगस्त

मां का दूध नवजात शिशु के लिए सर्वोत्तम आहार होता है। लैक्टेशन पीरियड यानी ब्रेस्ट फीड कराने की अवधि मां और बच्चे दोनों के लिए महत्वपूर्ण होती है। इस दौरान कैसी हो मांओं की डाइट, यह जानना बहुत जरूरी है।

जन्म के बाद शिशु को मां के दूध से पर्याप्त पोषण मिले, इसके लिए यह बहुत जरूरी है कि मां खुद भी स्वस्थ रहें और अपनी डाइट पर पूरा ध्यान दें। जब मां का शरीर स्वस्थ रहता है तो इससे उसके ब्रेस्ट में पर्याप्त मात्रा में दूध की मात्रा भी बढ़ती है और इससे शिशु का विकास सही ढंग से होता है। शिशु को फीड कराने वाली महिलाओं को प्रतिदिन 5000 अतिरिक्त कैलोरी की जरूरत होती है। आमतौर पर इस दौरान उनका वजन थोड़ा बढ़ जाता है, लेकिन यह सामान्य है। इस दौरान अच्छी सेहत और फिटनेस के लिए संतुलित आहार अपनाएं, नियमित वॉक करें और एक्सपर्ट की सलाह पर हल्की-फुल्की एक्सरसाइज भी करें।

क्या खाएंः फीड कराने वाली मांओं को अपनी डाइट में इन्हें शामिल करना चाहिए।

- अपनी डाइट में तरल पदार्थों की मात्रा बढ़ाएं। रोज लगभग 8-10 ग्लास पानी, शिकंजी, सूप और छाछ आदि पिएं।
- अपनी डाइट में प्रोटीन की मात्रा भी बढ़ाएं। इसके लिए हर तरह की दालें, पनीर, सोयाबीन स्प्राउट्स, नट्स जैसे-पिस्ता, अखरोट और बादाम आदि का संतुलित मात्रा में सेवन करें। अगर नॉन-वेजिटेरियन हैं तो अंडा, चिकन और ताजे पानी की मछली का सेवन करें।

- लैक्टेशन पीरियड के दौरान इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के लिए विटमिन-सी युक्त फलों का पर्याप्त मात्रा में सेवन करें। इसके लिए आप संतरा, सेब, आंवला, नीबू के अलावा सभी मौसमी फलों का सेवन कर सकती हैं।
- डिलीवरी के बाद पहले महीने में महिलाओं को ज्यादा कैलोरी की जरूरत होती है, जिसकी पूर्ति के लिए अधिकतर परिवारों में पारंपरिक रूप से नई मां के लिए घर पर हल्दी-सोंठ का हलवा और ड्राई फ्रूट्स मिलाकर पंजीरी के लड्डू बनाए-खिलाए जाते हैं। हल्दी में मौजूद एंटी-ऑक्सीडेंट तत्व मां को इंफेक्शन से बचाने में मददगार साबित होते हैं। अन्य पौष्टिक तत्वों की वजह से रिकवरी तेजी से होती है और दूध की मात्रा भी बढ़ती है।

क्या न खाएंः लैक्टेशन पीरियड में मांओं को कुछ फूड्स से परहेज रखना चाहिए।

- ज्यादा मैदा, घी-तेल और मिर्च-मसाले से दूर रहें।
- डिब्बाबंद प्रोसेस्ड फूड मां और शिशु दोनों के लिए नुकसानदेह हो सकते हैं।
- खुले में बिकने वाली चाट-पकौड़ी, समोसा, चाउमीन, मोमोज जैसी चीजों से स्टमक इंफेक्शन का खतरा बढ़ता है।
- फ्रूट्स जूस न पिएं क्योंकि इससे फलों में मौजूद फाइबर नष्ट हो जाते हैं, जो पाचनतंत्र के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं, इसलिए बेहतर यही होगा जूस लेने के बजाय फलों का सेवन करें।
- अगर प्रेग्नेंसी के दौरान डायबिटीज रही हो, तो चीनी के बजाय गुड़ से बनी चीजों का सेवन करें और खानपान के मामले में डॉक्टर के सभी निर्देशों का पालन करें। ❁

(मेदांता हॉस्पिटल गुरुग्राम की सीनियर डाइटीशियन डॉ. संध्या पांडे से बातचीत पर आधारित)

एक सप्ताह से चल रहा धरना जारी, आज निकालेंगे जुलूस

एसडीएम का तबादला होने तक कोई वकील काम पर नहीं लौटेगा: यादव

अधिवक्ताओं ने एसडीएम की कार्यप्रणाली को बताया गलत, सरकार के खिलाफ की नारेबाजी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। एसडीएम के खिलाफ धरने पर बैठे वकील। फोटो : हरिभूमि

पिछले एक सप्ताह से चल रहा वकीलों का धरना प्रदर्शन सोमवार को भी जारी रहा। वकीलों ने अपनी मांग दोहराते हुए एसडीएम के तबादले की मांग उठाई। अधिवक्ताओं ने सरकार से मांग करते हुए जमकर नारेबाजी भी की। अधिवक्ताओं ने अपने अनुभव बताते हुए एसडीएम के कार्य प्रणाली को दुर्भाग्यपूर्ण बताया। कई वकीलों ने एसडीएम पर गंभीर आरोप भी लगाए। जिला बार एसोसिएशन के प्रधान विश्वामित्र यादव ने कहा कि यह राजनीतिक मंच नहीं है, केवल अधिवक्ताओं के लिए यह धरना प्रदर्शन चल रहा है।

उन्होंने कहा कि क्षेत्र के राजनीतिक प्रतिनिधित्व को भी पूरे मामले की जानकारी है। उन्होंने कहा कि जब तक एसडीएम का तबादला नहीं होगा, तब तक कोई भी वकील काम पर नहीं लौटेगा। उन्होंने कहा कि उनकी एकता ही सबसे बड़ा बल है। वकीलों के साथ उनके मुंशी व क्लर्क भी सोमवार को अदालत में पेश नहीं हुए। उन्होंने बताया कि मंगलवार को 11 बजे जुलूस निकाला जाएगा। प्रधान ने कहा कि शीघ्र ही अन्य बार एसोसिएशन से संपर्क करके पूरे हरियाणा में वकीलों का सहयोग मांगा जाएगा।

पिछले 16 अप्रैल से अधिवक्ताओं ने एसडीएम कोर्ट का पहले बहिष्कार किया हुआ था। उसके बाद 17 जुलाई से एसडीएम के तबादले को लेकर जिला न्यायिक परिसर में धरना प्रदर्शन चल रहा है। अधिवक्ताओं का कहना है कि एसडीएम का व्यवहार वकीलों के प्रति खराब रहा है और उनके निर्णय में भ्रष्टाचार पूर्ण रूप से साबित होता दिखाई दे रहा है। जब तक अधिकारी को ट्रांसफर नहीं किया जाएगा, वे अपना प्रदर्शन जारी रखेंगे।

ये रहे मौजूद

धरने पर उपाध्यक्ष सुमन यादव, सचिव मनोज कुमार, सह सचिव मोनू कुमार, कोषाध्यक्ष चिराग शर्मा, वरिष्ठ अधिवक्ता रजनीकांत सुनी, विष्णु दत्त शर्मा, एडवोकेट राजकुमार गेरा, कामरेड राजेंद्र सिंह, विनोद कुमार, विजय कुमार रंगा, अजय कुमार, पूर्व प्रधान सौरभ राव, मुकेश गुप्ता, राजवंत डहीनवाल, कवि अनपढ़, भाग्येश यादव, कुसुमलता, एडवोकेट अश्वनी तिवारी व भूपेंद्र यादव सहित सैकड़ों अधिवक्ता मौजूद थे।

विकास कार्यों को गुणवत्ता के साथ तय समय सीमा में पूर्ण कराएं अधिकारी : डॉ. कृष्ण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

रेवाड़ी। अधिकारियों की बैठक लेते विधायक डा. कृष्ण कुमार। फोटो : हरिभूमि

बावल के विधायक डा. कृष्ण कुमार ने सोमवार को बी एंड आर विश्राम गृह में विभागीय अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक की। बैठक में क्षेत्र में चल रहे विकास कार्यों, जनहित से जुड़ी योजनाओं के क्रियान्वयन तथा विभागीय कार्यों की प्रगति की विस्तार से समीक्षा की गई। विधायक ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ पात्र लोगों तक समयबद्ध और पारदर्शी तरीके से पहुंचाया जाए। उन्होंने कहा कि विकास कार्यों की गुणवत्ता से किसी प्रकार का समझौता नहीं होना चाहिए तथा सभी परियोजनाएं निर्धारित समय सीमा के भीतर पूरी की जाएं। उन्होंने विभागों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित कर लंबित कार्यों का शीघ्र निपटारा करने पर भी जोर दिया। विधायक ने कहा कि आमजन से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता के आधार पर पूरा किया जाए, ताकि लोगों को बेहतर प्रशासनिक सेवाएं मिल सकें।

उन्होंने विभागीय अधिकारियों से नियमित रूप से क्षेत्र का दौरा कर विकास कार्यों की निगरानी करने और समस्याओं के समाधान में सक्रिय भूमिका निभाने के निर्देश दिए। अधिकारियों ने अपने-अपने विभागों की प्रगति से विधायक को अवगत कराया तथा निर्धारित समय सीमा में कार्यों को पूरा करने का भरोसा दिया। इस अवसर पर एसडीएम संजीव कुमार, डीएसपी सुरेंद्र श्योराण व बीडीपीओ शुभम सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित थे।

महेन्द्र सिंह चौहान फिर बने राजपूत महासभा के जिलाध्यक्ष

रेवाड़ी। राजपूत महासभा की आमसभा सोमवार को गांव कुंडल के शिव मंदिर में सभा के संरक्षक मास्टर नाहार सिंह तंवर की अध्यक्षता में आयोजित की गई। इस अवसर पर राजपूत महासभा की नई जिला कार्यकारणी का गठन किया गया। इस मौके पर समाज के सभी लोगों ने पहली कार्यकारणी के अनुभव, नेतृत्व, संगठन के प्रति समर्पण, समाज में एकता व भाईचारे को लेकर विश्वास जताया और उन्हें पुनः आगामी कार्यकाल की जिम्मेदारी सौंपी गई तथा नई कार्यकारणी में जिले के सभी गांवों से एक-एक व्यक्ति को प्रतिनिधित्व दिया गया। कार्यकारिणी में महेन्द्र सिंह चौहान को पुनः जिलाध्यक्ष और राजेश चौहान को महासचिव नियुक्त किया गया। इस मौके पर राजपूत महासभा धारूहेड़ा के अध्यक्ष मेजर चरण सिंह छोकर, राजपूत सभा बावल के अध्यक्ष ठाकुर प्रताप सिंह चौहान अपनी टीम सहित मौजूद थे।

सच्ची देशभक्ति राष्ट्र की रक्षा करने में निहित: डॉ. सोलखे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से लायंस क्लब व किशन लाल पब्लिक कॉलेज के एनसीसी कैडेट्स के सहयोग से कारगिल विजय दिवस के उपलक्ष्य में पौधारोपण अभियान आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य कारगिल युद्ध में देश की रक्षा करते हुए सर्वोच्च बलिदान देने वाले वीर सैनिकों को हरित श्रद्धांजलि अर्पित करना तथा पर्यावरण संरक्षण के प्रति जन-जागरूकता बढ़ाना था। कार्यक्रम में एनसीसी कैडेट्स, प्राध्यापकों एवं अन्य प्रतिभागियों ने पौधे लगाए तथा पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया। इस अवसर पर सीजेएम डा. रेनू सोलखे ने कहा कि कारगिल के वीर सैनिकों का अद्वितीय साहस, त्याग और राष्ट्रभक्ति हम सभी के लिए प्रेरणास्रोत हैं।

सच्ची देशभक्ति केवल शहीदों को याद करने तक सीमित नहीं है, बल्कि राष्ट्र और प्रकृति की रक्षा का दायित्व निभाने में भी निहित है। आज लगाया गया प्रत्येक पौधा हमारे अमर शहीदों को एक जीवंत श्रद्धांजलि है, जो आने वाली पीढ़ियों को उनके बलिदान की याद दिलाता रहेगा।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में विद्यार्थियों को पॉक्सो एक्ट और कानूनी अधिकारों की दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद सीजेएम, शिक्षक व विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

सोमवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भाड़ावास में पोक्सो एक्ट 2012 के बारे में कार्यशाला का आयोजन किया गया। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी कम सचिव जिला विधिक सेवा प्राधिकरण डा. रेनू सोलखे ने कार्यशाला में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की तथा विद्यार्थियों को पोक्सो एक्ट 2012 के बारे में जानकारी दी। डा. सोलखे ने बताया कि पोक्सो एक्ट 2012 18 वर्ष से कम उम्र के बच्चों को यौन शोषण, उत्पीड़न और अश्लीलता से बचाने के लिए है। इस एक्ट के तहत पीड़ित बच्चे की पहचान मीडिया या सार्वजनिक रूप से करना कानूनी अपराध है। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण से पैनल अधिवक्ता विकास यादव ने बच्चों को कानूनी अधिकार एवं कर्तव्य तथा नालसा की मुफ्त कानूनी सहायता के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि जिला विधिक सेवा प्राधिकरण ककी ओर से एक हेल्पलाइन नंबर 01274-220062 चलाया हुआ है, जिस पर आम जन किसी भी प्रकार के कानूनी जानकारी प्राप्त कर सकते है। इसके अलावा उच्चतम न्यायालय द्वारा आमजन के लिए चलाए गए टोल फ्री नंबर 15100 पर कॉल करके फ्री कानूनी सहायता ली जा सकती है। इस मौके पर सीजेएम ने विद्यार्थियों तथा अध्यापकों के साथ मिलकर पौधारोपण भी किया। इस अवसर पर प्राचार्य हरीश चौहान, अध्यापक व विद्यार्थी उपस्थित थे।

डीसी व एसपी ने समाधान शिविर में सुनीं नागरिकों की समस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि जिला में समाधान शिविर के माध्यम से जरूरतमंद लोगों की सार्वजनिक व व्यक्तिगत शिकायतों का प्राथमिकता से निदान किया जा रहा है। सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में डीसी अभिषेक मीणा व एसपी हेमेंद्र मीणा ने जिले के शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों से आए लोगों की समस्याएं सुनी। डीसी ने नागरिकों की समस्याओं पर सुनवाई करते हुए विभागों के अधिकारियों को तत्काल कार्रवाई करने के निर्देश दिए। समाधान शिविर में गांव नंदरामपुर बास में रास्ते पर कूड़ा डालने, निजी संस्थान की ओर से छात्र के दस्तावेज न दिए जाने व गांव जड़थल में बीपीएल प्लॉटों का इंतकाल न चढ़ाने की शिकायत पर अधिकारियों को समाधान के निर्देश दिए। इसके अलावा समाधान शिविर में परिवार पहचान पत्र, राशन कार्ड, पेंशन, और अन्य सरकारी योजनाओं तथा बिजली, पानी, सीवरेज व अवैध कब्जों से संबंधित शिकायतों की सुनवाई की गई। इस अवसर पर एडीसी राहुल मोदी, सीटीएम जितेंद्र कुमार व डीएसपी पवन कुमार सहित अन्य विभागों के अधिकारी मौजूद थे।

ग्राम पंचायत की भूमि पर 31 मार्च 2004 से पूर्व बने मकानों का होगा नियमितीकरण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से धारा 5ए(1ए), हरियाणा ग्राम सामान्य भूमि (विनियमन) अधिनियम, 1961 के तहत ग्राम पंचायत (शामलात) भूमि पर 31 मार्च 2004 से पूर्व निर्मित मकानों के नियमितीकरण के लिए समाधान पोर्टल के माध्यम से आवेदन आमंत्रित किए जा रहे हैं। उन्होंने बताया कि पात्र नागरिक समाधान.हरियाणाडीपी.जीओवी.इन पर ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। आवेदन के साथ शपथ पत्र/आवेदन पत्र, नवीनतम जमाबंदी, वर्ष 2004 अथवा उससे पूर्व की जमाबंदी, नवीनतम खसरा गिरदावरी, अक्स-सजरा, निशानदेही रिपोर्ट एवं फील्ड बुक, मकान के सभी दिशाओं से रंगीन फोटोग्राफ 31 मार्च 2004 से पूर्व कब्जा सिद्ध करने वाले दस्तावेज (जैसे बिजली या पानी का कनेक्शन अथवा अन्य वैध अभिलेख), वास्तुकार द्वारा तैयार साइट प्लान, मूल्य निर्धारण संबंधी दस्तावेज तथा आधार कार्ड सहित अन्य आवश्यक सहायक दस्तावेज संलग्न करना अनिवार्य है। पोर्टल पर अपलोड की जाने वाली सभी फाइलें स्पष्ट, पठनीय एवं पीडीएफ प्रारूप में होनी चाहिए। अधूरे अथवा त्रुटिपूर्ण आवेदन स्वीकार नहीं किए जाएंगे तथा ऐसे आवेदन वापस किए जा सकते हैं।

डीसी अभिषेक मीणा

समस्याओं का समाधान प्रशासन की प्राथमिकता

नागरिकों का सही मार्गदर्शन करें टालमटोल का रवैया नहीं चलेगा: डीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

डीसी अनुपमा अंजली ने कहा कि आमजन की समस्याओं का त्वरित समाधान करना प्रशासन की प्राथमिकता है। उन्होंने कहा कि समाधान शिविर सहित अन्य कार्य दिवसों में कार्यालय आने वाले प्रत्येक नागरिक की समस्या को संवेदनशीलता के साथ सुनना और समयबद्ध समाधान करना प्रशासन का दायित्व है। इस दौरान पुलिस अधीक्षक दीपक भी मौजूद रहे। पुलिस अधीक्षक ने इस दौरान पुलिस विभाग से संबंधित शिकायतें सुनीं। डीसी अनुपमा अंजली ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि नागरिकों की समस्या का समाधान समयबद्ध तरीके से करें। नागरिकों को सही मार्गदर्शन करें, टालमटोल का रवैया नहीं चलेगा।

वन स्टॉप सेंटर ने वृद्धा को परिवार से मिलाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। महिला को परिवार को सौंपते हुए टीम।

वन स्टॉप सेंटर के समन्वित प्रयासों से एक बुजुर्ग महिला का उसके परिवार से पुनर्मिलन कराया गया। लंबे समय बाद अपनों से मिलकर बुजुर्ग महिला एवं उनके परिजन भावुक हो उठे तथा उन्होंने पुलिस एवं वन स्टॉप सेंटर की टीम का आभार व्यक्त किया। वन स्टॉप सेंटर की संचालिका ललिता कालड़ा ने बताया कि रोहड़ाई थाना पुलिस को लगभग 62 वर्षीय एक बुजुर्ग महिला सावित्री (काल्पनिक नाम) लावारिस एवं परेशान अवस्था में मिली। महिला अपनी मानसिक स्थिति एवं घबराहट के कारण अपने घर का सही पता बताने में असमर्थ थी।

महिला की सुरक्षा को प्राथमिकता देते हुए पुलिस ने वन स्टॉप सेंटर में आश्रय एवं काउंसिलिंग के लिए भेजा। भाषा संबंधी कठिनाइयों के बावजूद महिला द्वारा दिए गए सीमित एवं धुंधले सुरागों के आधार पर सेंटर की टीम ने प्रयास किए। जानकारी प्राप्त हुई कि महिला मध्यप्रदेश के राजगढ़ के तलेन क्षेत्र की रहने वाली हैं। संबंधित थाना तलेन में महिला की गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज थी। इसके उपरांत राजगढ़ पुलिस के सहयोग से महिला के परिजनों का पता लगाया गया तथा उनके पुत्र को सूचना दी गई।

दिलाया भरोसा विधायक कंवर सिंह यादव की मध्यस्थता से बनी सहमति

अधिकारियों के आश्वासन के बाद समाप्त हुआ बार एसोसिएशन का कार्य बहिष्कार

एसडीएम और एएसपी ने अधिवक्ताओं व आमजन से सम्मानजनक व्यवहार का दिया भरोसा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। बार एसोसिएशन की मीटिंग में मौजूद वकील। फोटो : हरिभूमि

बार एसोसिएशन महेंद्रगढ़ और प्रशासन के बीच पिछले कुछ दिनों से चल रहा गतिरोध सोमवार को समाप्त हो गया। बार परिसर में आयोजित महत्वपूर्ण बैठक में अधिकारियों द्वारा भविष्य में अधिवक्ताओं एवं आम नागरिकों के साथ सम्मानजनक व्यवहार तथा न्याय प्रक्रिया में किसी प्रकार की बाधा नहीं आने देने का आश्वासन दिए जाने के बाद बार एसोसिएशन ने तहसील कार्यालय, उपमंडल अधिकारी कार्यालय तथा न्यायालय में चल रहा कार्य बहिष्कार तत्काल प्रभाव से समाप्त करने की घोषणा कर दी।

बार एसोसिएशन के प्रधान संदीप यादव की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में महेंद्रगढ़ के विधायक कंवर सिंह यादव, एसडीएम योगेश सैनी और एएसपी फैजल खान विशेष रूप से मौजूद रहे। बैठक के दौरान विधायक कंवर सिंह यादव ने बार एसोसिएशन और प्रशासन के बीच चल रहे विवाद को सुलझाने के लिए मध्यस्थता की।

बैठक में एसडीएम योगेश सैनी और एएसपी फैजल खान ने अधिवक्ताओं को आश्वस्त किया कि भविष्य में किसी भी अधिवक्ता या आम नागरिक को न्याय से वंचित नहीं होने दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि उपमंडल अधिकारी कार्यालय और पुलिस विभाग में आने वाले प्रत्येक व्यक्ति की बात सम्मानपूर्वक सुनी जाएगी तथा बेहतर संवाद और सहयोग की भावना के साथ उसकी समस्याओं का समाधान सुनिश्चित किया जाएगा। अधिकारियों ने यह भी भरोसा दिलाया कि अधिवक्ताओं के साथ गरिमापूर्ण व्यवहार बनाए रखा जाएगा। अधिकारियों के आश्वासन के बाद बार एसोसिएशन के अधिवक्ताओं ने सर्वसम्मति से कार्य बहिष्कार समाप्त करने का निर्णय लिया और नियमित रूप से न्यायिक एवं राजस्व कार्यों में भाग लेने की घोषणा की।

समयबद्ध समाधान सुनिश्चित करने का आह्वान

विधायक कंवर सिंह यादव ने कहा कि प्रत्येक अधिकारी का दायित्व है कि वह पीड़ित व्यक्ति और आमजन के साथ संवेदनशीलता एवं सकारात्मक व्यवहार अपनाए। उन्होंने कहा कि प्रत्येक नागरिक को यह विश्वास होना चाहिए कि प्रशासन और पुलिस के समक्ष रखी गई उसकी समस्या को गंभीरता से सुना जाएगा तथा उसे समय पर न्याय मिलेगा। उन्होंने अधिकारियों से सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाने तथा आमजन की समस्याओं का निष्पक्ष, पारदर्शी और समयबद्ध समाधान सुनिश्चित करने का आह्वान किया। बैठक में बार एसोसिएशन के पदाधिकारी, अधिवक्ता तथा प्रशासन एवं पुलिस विभाग के अधिकारी भी उपस्थित रहे।

फायर एनओसी के नाम पर बीस हजार रिश्वत लेते रंगे हाथ फंसा फायरमैन संदीप

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नारनौल। एसीबी की गिरफ्त में फायरमैन आरोपित संदीप यादव।

फायर सेफ्टी एनओसी जारी करने की प्रक्रिया में कथित रिश्वतखोरी का मामला सामने आने के बाद हरियाणा राज्य सतर्कता एवं भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो (एसवी एंड एसीबी) ने नारनौल फायर स्टेशन में तैनात फायरमैन संदीप यादव को 20 हजार रुपये की रिश्वत लेते हुए रंगे हाथ गिरफ्तार कर लिया। ब्यूरो ने आरोपी के खिलाफ भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। एंटी करप्शन ब्यूरो के अधिकारियों के अनुसार साहिल मेडिकल स्टोर एवं अस्पताल बाछोद के संचालक ने शिकायत दी थी कि उसके प्रतिष्ठान के लिए फायर सेफ्टी उपकरणों का निरीक्षण कर अनापत्ति प्रमाण पत्र (एनओसी) जारी किया जाना था। आरोप है कि इस कार्य को पूरा करने के बदले फायर स्टेशन में तैनात फायरमैन संदीप यादव ने 75 से 80 हजार रुपये की रिश्वत की मांग की। शिकायतकर्ता ने इसकी सूचना एसीबी को दी। शिकायत मिलने के बाद एसीबी की रेवाड़ी इकाई ने पहले पूरे मामले का गोपनीय सत्यापन किया। शिकायत सही पाए जाने पर टीम ने जाल बिछाया। योजना के अनुसार शिकायतकर्ता संदीप यादव के पास पहुंचा। जैसे ही आरोपी ने 20 हजार रुपये की रिश्वत ली, पहले से निगरानी कर रही एसीबी रेवाड़ी की टीम ने उसे रंगे हाथ गिरफ्तार कर लिया।

- मेडिकल स्टोर संचालक से 75-80 हजार रुपये मांगने का आरोप
- भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम के तहत केस दर्ज

यह बोले शिकायतकर्ता

शिकायतकर्ता धन्नीराम वासी गांव जाडरा जिला रेवाड़ी ने बताया कि वह गत शुक्रवार को फायर ऑफिस में गया था और वहां संदीप से मिला था। उन्हें मेडिकल स्टोर के लिए फायर किट की जरूरत थी। मेडिकल में फायर का खतरा रहता है। इस पर संदीप ने कहा था कि किट वह लगा देंगे, लेकिन इसके 80 हजार रुपये लगेंगे। पूछने पर संदीप ने बताया था कि 20 हजार रुपये प्राइवेट वाले कल्शनटेंट लेंगे। बाकी का 60 हजार रुपये हम लेंगे।

सूचना

मैं, मितलेश पत्नी जेसी नंबर 784960एन रैंक एनबी एसयूबी सोमबीर सिंह निवासी गांव छव्वा तहसील कोसली जिला रेवाड़ी-123302 हरियाणा बयान करती हूं कि मेरे पति के सेवा रिकार्ड में मेरा नाम गलती से मितलेश दर्ज है। अब मैंने अपना नाम मितलेश से बदलकर मितलेश देवी कर लिया है। मेरी जन्मतिथि 13-09-1984 है। दोनों नाम मितलेश और मितलेश देवी मुझ एक ही व्यक्ति के नाम हैं। भविष्य में सभी उद्देश्यों के लिए मेरा नाम मितलेश देवी रहेगा।

हाई रिस्क ग्रुप को लक्षित कर स्वास्थ्य विभाग की ओर से लगाए गए जांच शिविर

लिवर सिरोसिस और कैंसर का प्रमुख कारण हेपेटाइटिस-बी और सी का संक्रमणः तंवर

रेवाड़ी। नागरिक अस्पताल में लगी मरीजों की कतार। फोटो : हरिभूमि

- हेपेटाइटिस बी से टीकाकरण द्वारा प्रभावी सुरक्षा प्राप्त की जा सकती है
- जिला नागरिक अस्पताल में जाकर अपनी जांच अवश्य कराएं

हेपेटाइटिस के बचाव के उपाय

राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम के जिला नोडल अधिकारी डा. जोगेंद्र तंवर ने बताया कि हेपेटाइटिस एक साइलेंट किलर है। विशेष रूप से हेपेटाइटिस-बी एवं हेपेटाइटिस-सी संक्रमण लिवर सिरोसिस तथा लिवर कैंसर के प्रमुख कारण हैं। उन्होंने बताया कि हेपेटाइटिस के बचाव के विभिन्न प्रकार के उपाय है। हेपेटाइटिस ए एवं ई दूषित भोजन एवं पानी के माध्यम से फैलता है। इससे बचाव के लिए स्वच्छ पानी का उपयोग करें, भोजन की स्वच्छता बनाए रखें तथा नियमित रूप से हाथ धोएं। हेपेटाइटिस बी असुरक्षित इंजेक्शन, संक्रमित रक्त चढ़ाने, असुरक्षित यौन संपर्क तथा संक्रमित मां से नवजात शिशु में फैल सकता है। इससे बचाव के लिए सुरक्षित एवं प्रभावी टीका उपलब्ध है। हेपेटाइटिस-सी मुख्यतः संक्रमित रक्त के संपर्क से फैलता है। इसकी समय पर जांच एवं उपचार अत्यंत आवश्यक है।

- **हेपेटाइटिस ए एवं ई दूषित भोजन एवं पानी के माध्यम से फैलता है**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

स्वास्थ्य विभाग ने विश्व हेपेटाइटिस दिवस के अवसर पर जिलावासियों से हेपेटाइटिस के प्रति जागरूक रहने तथा समय पर जांच, टीकाकरण और उपचार कराने की अपील की है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष विश्व हेपेटाइटिस दिवस की थीम 'आओ इसे तोड़ते हैं' रखी गई है, जिसका उद्देश्य लोगों को इस बीमारी के बारे में सही जानकारी देकर इसके प्रति जागरूक बनाना है और इसकी जांच, उपचार, टीकाकरण एवं स्वास्थ्य संबंधी बाधाओं को समाप्त करना है। सीएमओ डा. दहिया ने बताया कि विश्व हेपेटाइटिस दिवस प्रत्येक वर्ष 28 जुलाई को नोबेल पुरस्कार विजेता डा. बारूच ब्लंबर्ग के जन्मदिवस के अवसर पर मनाया जाता है। डा. ब्लंबर्ग ने वर्ष 1967 में हेपेटाइटिस-बी वायरस की खोज की तथा इसके टीके के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया। प्रतिवर्ष यह दिवस मनाकर वायरल हेपेटाइटिस के प्रति जन-जागरूकता बढ़ाने का प्रयास किया जाता है। स्वास्थ्य विभाग की ओर से हाई रिस्क ग्रुप को लक्षित करते हुए विशेष जांच शिविर एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए गए। इन जोखिम समूहों की समय पर पहचान एवं जांच से संक्रमण के प्रसार को रोका जा सकता है तथा गंभीर जटिलताओं से बचाव संभव है। हाई रिस्क ग्रुप में विशेष रूप से बार-बार रक्त या रक्त उत्पाद प्राप्त करने वाले व्यक्ति, डायलिसिस पर रहने वाले मरीज, इंजेक्शन से नशा करने वाले व्यक्ति, एचआईवी संक्रमित व्यक्ति, संक्रमित व्यक्ति के परिवार के सदस्य एवं यौन साथ, स्वास्थ्य कर्मी एवं अन्य जोखिम वाले व्यवसायों से जुड़े व्यक्ति आदि शामिल है।

सभी स्वास्थ्य केंद्रों में सुविधा उपलब्ध

डा. जोगेंद्र तंवर ने बताया कि जिले के सभी उप-स्वास्थ्य केंद्रों, पीएचसी, सीएचसी, उपमंडल नागरिक अस्पताल व जिला नागरिक अस्पताल में हेपेटाइटिस-बी एवं हेपेटाइटिस-सी की निःशुल्क जांच, हेपेटाइटिस-बी का निःशुल्क टीकाकरण उपलब्ध है। इसके अलावा हेपेटाइटिस-बी एवं हेपेटाइटिस-सी का निःशुल्क उपचार तथा गोपनीय परामर्श, फॉलोअप एवं रेफरल सेवाएं आदि सुविधाएं भी उपलब्ध है।

हाई रिस्क ग्रुप के व्यक्तियों से अपील

सिविल सर्जन डा. नरेंद्र दहिया ने कहा कि हाई रिस्क ग्रुप से संबंधित व्यक्ति अपने नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र, उपमंडल नागरिक अस्पताल तथा जिला नागरिक अस्पताल में जाकर अपनी जांच अवश्य कराएं। उन्होंने कहा कि समय पर पहचान और उपचार से हेपेटाइटिस-बी एवं हेपेटाइटिस-सी के दुष्प्रभावों से बचा जा सकता है तथा हेपेटाइटिस-बी से टीकाकरण द्वारा प्रभावी सुरक्षा प्राप्त की जा सकती है।

रेवाड़ी। शिक्षकों के साथ विजेता खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

डीएवी स्कूल के शतरंज खिलाड़ियों ने जीता गोल्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

- प्रतियोगिता डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल सेक्टर-30 फरीदाबाद में हुई

दिल्ली रोड पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल के विद्यार्थियों ने शतरंज प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया। डीएवी क्लस्टर स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता के अंतर्गत अंडर-19 बालक वर्ग की शतरंज प्रतियोगिता में विद्यालय की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम किया। यह प्रतियोगिता डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल सेक्टर-30 फरीदाबाद में आयोजित की गई। स्वर्ण पदक विजेता टीम में ऋषभ बंगडवा, निपुण खीची, कुणाल तथा सारांश किंजा शामिल रहे। खिलाड़ियों ने पूरे प्रतियोगिता क्रम में धैर्य, रणनीतिक सोच और उत्कृष्ट खेल कौशल का परिचय देते हुए यह उल्लेखनीय उपलब्धि अर्जित की। विद्यालय के प्राचार्य ने सभी खिलाड़ियों को इस शानदार सफलता पर बधाई दी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की यह उपलब्धि अनुशासन, नियमित अभ्यास और दृढ़ संकल्प का परिणाम है।

लड़कियों की तीन दिवसीय सीबीएसई क्लस्टर एथलेटिक्स मीट 31 से

रेवाड़ी। राव निहाल सिंह पब्लिक स्कूल दड़ौली में 31 जुलाई 2026 से 2 अगस्त तक लड़कियों की तीन दिवसीय सीबीएसई क्लस्टर एथलेटिक्स प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। प्रतियोगिता का शुभारंभ भगवत सेवा आश्रम दड़ौली के संचालक स्वामी समर्पणानंद करेंगे। स्कूल प्रवक्ता ने बताया कि खिलाड़ी अपना चेस्ट नंबर 30 जुलाई को शाम 3 बजे से 7 बजे तक विद्यालय से ले सकते हैं। विद्यालय के अध्यक्ष राय सिंह यादव ने बताया कि इस तरह के राज्य स्तरीय खेलों का आयोजन जिले में होना गर्व की बात है। सभी खिलाड़ियों को इस अवसर का भरपूर लाभ उठाना चाहिए।

बच्चों में प्रकृति के प्रति प्रेम और जिम्मेदारी की भावना विकसित करना बेहद जरूरीः सैनी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। स्कूल में पौधारोपण करते शिक्षक व बच्चे। फोटो : हरिभूमि

सोमवार को आरबीएस स्कूल में पर्यावरण संरक्षण को लेकर पौधरोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। अभियान का नेतृत्व एएम टीम फाउंडेशन की ट्रेजरर अनुराधा सैनी ने किया। इस अवसर पर स्कूल के नन्हे-मुन्ने बच्चों ने उत्साह के साथ आम, चीकू, मौसंबी व करौंदा सहित विभिन्न फलदार एवं छायादार पौधे लगाए। बच्चों को आम की गुठली से पौधा तैयार करने और उसे पेड़ बनाने का तरीका भी सिखाया गया, ताकि वे प्रकृति संरक्षण से जुड़कर पर्यावरण के प्रति अपनी जिम्मेदारी समझ सकें। विद्यार्थियों ने नुक्कड़ नाटक के माध्यम से प्रकृति बचाने और पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी दिया। इस मौके पर अनुराधा सैनी ने कहा कि बच्चों में प्रकृति के प्रति प्रेम और जिम्मेदारी की भावना विकसित करना बेहद जरूरी है। आज लगाए गए ये पौधे आने वाली पीढ़ियों के लिए स्वच्छ हवा, छाया और हरियाली का आधार बनेंगे। स्कूल की प्रिंसिपल रितु ओबरॉय ने कहा कि ऐसे अभियान बच्चों को प्रकृति से जोड़ने का बेहतरीन माध्यम हैं।

उन्होंने कहा कि स्कूल का पूरा स्टाफ पर्यावरण संरक्षण की इस पहल का समर्थन करता है और विद्यार्थियों को पौधों की देखभाल के लिए प्रेरित किया जाएगा।

आंशिक बादलों के बीच चढ़ा पारा, गर्मी ने किया परेशान

- मानसून के सीजन में अभी तक भारी बारिश देखने को नहीं मिली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मानसून कमजोर पड़ने के कारण तापमान में लगातार एक सप्ताह से वृद्धि दर्ज की जा रही थी। हवा में नमी के कारण उमस और चिपचिपाहट भरी गर्मी ने लोगों को जमकर परेशान किया। अच्छी बारिश के बिना उमस खत्म होने का नाम नहीं ले रही, लेकिन अब जल्द उमस भरी गर्मी से राहत की उम्मीद नजर आने लगी है। सोमवार रात से ही मौसम में बदलाव के बाद मानसून का जोर देखने को मिल सकता है, जिससे मंगलवार को अच्छी बारिश हो सकती है। सोमवार को सुबह के समय आंशिक बादल छाए रहे। दोपहर तक आसमान साफ होने के बाद तेज धूप खिली, तो हवा में नमी ने उमस बढ़ा दी। अधिकतम तापमान एक सप्ताह बाद 2.5 डिग्री की वृद्धि के साथ 37.5 डिग्री सेल्सियस पर पहुंच गया। रात के तापमान में भी वृद्धि दर्ज की गई। यह 1.4 डिग्री की बढ़ौतरी के साथ 27.4 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। हवा में नमी का स्तर 58 प्रतिशत तक रहने के कारण तेज धूप खिलते ही वातावरण में उमस बन गई, जिसने शाम तक लोगों के पसीने नहीं सूखने दिए। भारी गर्मी का प्रकोप दोपहर बाद तक बना रहा। शाम के समय बादल गहराने के बाद कई इलाकों में बौछारें गिरीं, जिससे मौसम का मिजाज कुछ हद तक ठंडा पड़ गया। बादल छाने के बाद रात को भी बारिश की संभावना नजर आने लगी। मानसून के सीजन में अभी तक भारी बारिश देखने को नहीं मिली है। कमजोर मानसून के चलते लोगों को लगातार उमस भरी गर्मी का सामना करना पड़ा है। जब तक अच्छी बारिश नहीं होगी, तब तक उमस भरी गर्मी से राहत नहीं मिलेगी।

रेवाड़ी। एक खेत में लहलहाती बाजरे की फसल। फोटो : हरिभूमि

आज से मौसम बदलने के आसार

मौसम विभाग के अनुसार 28 अप्रैल से मौसम में बड़ा बदलाव देखने को मिल सकता है। मानसून एक बार फिर सक्रिय होने की संभावना बनी हुई है, जिससे मंगलवार को हल्की से मध्यम बारिश होने का अनुमान है। इस दौरान कुछ इलाकों में भारी बारिश भी हो सकती है। इस सप्ताह के अंत तक रुक-रुककर बारिश हो सकती है, जबकि बीच-बीच में भारी बारिश का भी अनुमान लगाया जा रहा है। तापमान में भी जल्द गिरावट देखने को मिल सकती है, जिससे उमस भरी गर्मी का असर कम हो जाएगा।

बिजली की खपत 90 लाख यूनिट के पार

बीते सप्ताह बारिश होने के बाद बिजली की खपत में कमी दर्ज की गई थी। भारी गर्मी के चलते दो दिन से बिजली की खपत में वृद्धि दर्ज की गई है। यह एक बार फिर से 90 लाख यूनिट के पार पहुंच गई। लोगों को एक बार फिर से पावर कटों का सामना करना पड़ रहा है। अगर अच्छी बारिश होती है, तो बिजली की मांग में कमी आएगी। इससे लोगों को पावर कटों से भी राहत मिल सकेगी। बारिश के बाद किसानों को कुछ समय के लिए सिंचाई की आवश्यकता नहीं पड़ेगी।

नसियां जी में महावीराष्टक महामण्डल विधान शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। शांतिनाथ दिगंबर जैन अतिशय क्षेत्र नसियां जी में पूजा करते जैन समाज के लोग।

शांतिनाथ दिगंबर जैन अतिशय क्षेत्र नसियां जी में आषाढ़ अष्टान्हिका पावन पर्व के अवसर पर त्रिलोकतीर्थ प्रणेता पंचम पट्टाचार्य सन्मति सागर महाराज की शिष्या गणिनी आर्यिका डा. सरस्वती भूषण के सान्निध्य में महावीराष्टक महामण्डल विधान (बीजाक्षर सहित) का शुभारंभ श्रद्धा एवं भक्ति के साथ हुआ। कार्यक्रम का शुभारंभ महास्नात्रकाभिषेक, शांतिधारा, घटयात्रा, ध्वजारोहण, आचार्य निमंत्रण, मंडप शुद्धि, सकलीकरण, पात्र शुद्धि तथा नित्य नियम पूजन से हुआ। इसके पश्चात श्रद्धालुओं ने बीजाक्षर सहित महावीराष्टक महामण्डल विधान में उत्साहपूर्वक सहभागिता कर धर्मलाभ प्राप्त किया। विधान में प्रतिष्ठाचार्य पं. विजयकुमार जैन की ओर से विधि-विधान संपन्न कराया जा रहा है। संध्या समय भजन संध्या, गुरु भक्ति एवं सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन किया जा रहा हैं। यह धार्मिक आयोजन 31 जुलाई तक प्रतिदिन प्रातः 6:15 बजे धार्मिक अनुष्ठानों के साथ जारी रहेगा तथा 1 अगस्त को हवन एवं पूणार्हुति के साथ इसका समापन होगा। चातुर्मास समिति के प्रधान महेंद्र जैन ने बताया ध्वजारोहण सूरज भान जैन परिवार और शांति धारा का सौभाग्य विवेक अक्षत जैन एवं सोधर्म बनने का सौभाग्य अजय जैन को मिला। इस मौके पर जैन समाज के अनेक लोग मौजूद थे।

पर्यावरण प्रेमियों ने पौधे लगाकर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

रेवाड़ी। सोमवार को पर्यावरण प्रेमी सोनू जांगड़ा के नेतृत्व में पौधरोपण अभियान का आयोजन किया गया। इस अवसर पर अमित, सोनू, दीपक, अश्वनी व विकास सहित अनेक युवाओं ने पौधे लगाकर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। इस अवसर पर सोनू जांगड़ा ने कहा कि पौधरोपण केवल एक दिन का अभियान नहीं, बल्कि जीवनभर निभाई जाने वाली जिम्मेदारी है। उन्होंने सभी से जन्मदिन, विवाह वर्षगांठ तथा अन्य विशेष अवसरों पर पौधरोपण करने का आह्वान किया।

जुड्डी में आग लगने से मोटर व उपकरण जले

कोसली। जुड्डी गांव स्थित मंदिर के पीछे लगी मोटर व अन्य उपकरणों में किसी अज्ञात व्यक्ति ने आग लगा दी, जिसके कारण पाइप, मोटर व केबल इत्यादि सामान जल गया। गांव के सरपंच अजीत ने बीडीपीओ के माध्यम से नाहड़ पुलिस चौकी में शिकायत दर्ज कराई है। सरपंच ने बताया कि कोई अज्ञात व्यक्ति गांव में लगी दो सोलर स्ट्रीट लाईट भी चोरी कर ले गया। पुलिस ने अज्ञात के विरुद्ध चोरी का मामला दर्ज कर लिया है।

विक्रांत का केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो में सब इंस्पेक्टर के पद पर चयन

कोसली। सहादतनगर गांव निवासी विक्रांत ने कर्मचारी चयन आयोग की ओर से आयोजित प्रतिष्ठित संयुक्त स्नातक स्तरीय परीक्षा में अखिल भारतीय स्तर पर 86वां रैंक हासिल कर केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो में सब इंस्पेक्टर का पद प्राप्त किया है। परीक्षा में सफलता के बाद विक्रान्त यादव ने 26 जुलाई को उत्तर प्रदेश के गाजियाबाद स्थित सीबीआई अकेडमी में आधिकारिक रूप से अपनी ड्यूटी और गहन प्रशिक्षण प्राप्त करने के लिए ज्वाइन कर लिया। विक्रान्त के दादा राव दरियाव सिंह केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल से सेवानिवृत्त हैं। विक्रान्त यादव ने अपनी सफलता का श्रेय अपने दादा राव दरियाव सिंह दादी, माता पिता, गुरुजनों एवं बुजुर्गों के आशीर्वाद को दिया है। गांव के गणमान्य लोगों ने विक्रांत को बधाई दी है।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
रेवाड़ी कार्यालय : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, सेक्टर-1 वाला कच्चा रास्ता, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी सम्पर्क करें: 8053076211, 8295738500, 8291554800

समस्या समाजसेवी राजरानी ने उठाई डंपिंग यार्ड खत्म करने की मांग

फायर ब्रिगेड ऑफिस के पास सड़क पर फैल रहा डंपिंग यार्ड का कचरा, लोग परेशान

रेवाड़ी। फायर ब्रिगेड ऑफिस के पास फैला डंपिंग यार्ड का कचरा।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

शहर के रेलवे अंडरपास से नाईवाली जाने वाले मुख्य मार्ग पर फैले कचरे का ढेर लोगों के लिए परेशानी का सबब बना हुआ हैं। सड़क किनारे जमा कचरे से उठ रही तेज दुर्गंध के कारण राहगीरों, वाहन चालकों और आसपास के दुकानदारों का जीना मुश्किल हो गया है। बरसात के मौसम में कूड़े पर पनप रहे मच्छरों से डेंगू, मलेरिया और अन्य संक्रामक बीमारियों के फैलने की आशंका भी बनी हुई है। समाजसेवी राजरानी भटनागर ने बताया कि इस समस्या को लेकर क्षेत्र के दुकानदारों और स्थानीय लोगों ने कई बार नगर परिषद से शिकायत की, लेकिन अब तक कोई स्थायी समाधान नहीं किया गया। उन्होंने कहा कि नगर परिषद की ओर से फायर ब्रिगेड कार्यालय के पास बनाए गए डंपिंग यार्ड से कूड़ा बाहर निकलकर मुख्य सड़क तक फैला रहता है, जिससे लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है।

डंपिंग यार्ड को शहर से बाहर स्थानांतरित किया जाए

राजरानी ने कहा कि सड़क पर फैले कूड़े में दिनभर गोवंश मुंह मारते रहते है, जिससे दुर्घटनाओं का खतरा बना रहता है। शहर के व्यस्त मार्ग पर इस तरह की गंदगी नगर परिषद की कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े करती है। उन्होंने जिला प्रशासन और नगर परिषद से मांग की है कि जनहित को देखते हुए इस डंपिंग यार्ड को शहर से बाहर किसी उपयुक्त स्थान पर स्थानांतरित किया जाए। यदि तत्काल स्थानांतरण संभव नहीं है तो डंपिंग यार्ड के चारों ओर मजबूत चारदीवारी, मुख्य द्वार पर गेट तथा नियमित सफाई की व्यवस्था की जाए, ताकि कूड़ा सड़क पर न फैले और लोगों को गंदगी व दुर्गंध से राहत मिल सकें।

उन्होंने बताया कि जिला दमकल विभाग के कर्मचारी कई बार गंदगी और दुर्गंध की समस्या को लेकर नगर परिषद को शिकायत दे चुके है, लेकिन नप की ओर से अब तक कोई प्रभावी कदम नहीं उठाया गया है।

पौधों की बदौलत प्रत्येक प्राणी को शुद्ध प्राणवायु प्राप्त होतीः हुकुमचंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बुड़ौली की एसएमसी के पूर्व प्रधान हुकुमचंद व लीलाराम ने सोमवार को अपनी मां स्व. नाथी देवी की स्मृति में विद्यालय प्रांगण को कदम्ब और पिलखन के पौधे रोपित किए। उन्होंने कहा कि पेड़ प्रकृति का सच्चा श्रृंगार है और कई जीव जंतुओं का आश्रय स्थल है। पौधों की बदौलत प्रत्येक प्राणी को शुद्ध प्राणवायु प्राप्त होती है साथ ही एक बार आरोपित किया हुआ पौधा कई वर्षों तक समाज की सेवा करता है। आज बढ़ते प्रदूषण और विकृत होते हुए वातावरण के लिए पौधा रोपण बहुत जरूरी है। इस अवसर पर एसएमसी के वर्तमान उप प्रधान मुख्तार सिंह, डा. सुभाष ठेकेदार, नीरज सिंह, कविता, विद्यालय प्रभारी लेखराम, महेश शास्त्री, मीर सिंह, आशा कुमारी जलवा, अनीता यादव, सुनीता कुमारी व रेणु कुमारी उपस्थित थे।

रेवाड़ी। स्कूल में पौधरोपण करते एसएमसी के सदस्य व शिक्षक। फोटो : हरिभूमि