





हेल्थ वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब शरीर के सभी ज्वाइंट्स में हो पेन

मेरी उम्र 48 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरे घुटने, कोहनी, अंगुलियों के सभी ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। आंखों के पीछे भी दर्द होता रहता है। कृपया बताएं कि मेरी यह समस्या कैसे ठीक होगी ?

—कुलदीप, रोहतक
जैसा आप बता रहे हैं कि ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। सामान्य तौर पर यह लक्षण अर्थराइटिस का हो सकता है। पर आप बता रहे हैं कि आंख के पीछे भी दर्द हो रहा है। इसलिए जांच कराए। बेहतर होगा कि आप किसी ऑर्थोपेडिक से संपर्क कर लें। वह एक्स-रे समेत कुछ जांच कराएंगे, जिसके बाद पता पाएगा कि वजह क्या है, उसके बाद ट्रीटमेंट शुरू हो पाएगा। बगैर जांच कराए किसी तरह की दवा फिलहाल न लें। मेरी उम्र 62 वर्ष है। थोड़ा-सा खाना खाते ही मेरा पेट फूलने लगता है। गैस, भारीपन की वजह से परेशानी होने लगती है। इसकी क्या वजह है ? कहीं यह पेट की किसी बीमारी का संकेत तो नहीं ?

—दीपनारायण, रायपुर
उम्र बढ़ाने के साथ इस तरह की समस्याएं देखा जाती हैं। आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है, जिस वजह से यह समस्या आ रही है। सबसे पहले आप अधिक तला-भुना भोजन खाना छोड़ दें। साथ में दौपहर के खाने में दही या छाछ लें और सलाद भी खाएं। रात में खाना हल्का लें और कोशिश करें कि सोने से 3 घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह बदलाव करने से अगर राहत मिल जाती है तो ठीक है, नहीं तो आपको एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क करना पड़ेगा। मेरी उम्र 40 वर्ष है। मैंने सुना है कि ब्लड प्रेशर अक्सर बिना लक्षणों के बढ़ता रहता है। ऐसे में हमें कैसे पता चलेगा कि बीपी कम है या ज्यादा ?

—संबित, बिलासपुर
अगर सिर में भारीपन है और घबराहट होती है तो सामान्य तौर पर यह लक्षण अधिक ब्लड प्रेशर का होता है और अगर थकान लगने के साथ सुस्ती लगती है तो यह ब्लड प्रेशर कम होने का लक्षण है। लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। अगर आपको ऐसा फील हो रहा है तो आप रेग्युलर एक हफ्ते तक सुबह और शाम ब्लड प्रेशर जांच कराएं। इससे पता चल जाएगा कि ब्लड प्रेशर आपको है या नहीं। अगर ऐसा है तो आपको डॉक्टर से संपर्क करके दवा लेनी चाहिए। दवा आपको रेग्युलर लेनी पड़ेगी। मेरी उम्र 37 वर्ष है। मैं यह जानना चाहता हूं कि साल में कौन-कौन से हेल्थ टेस्ट मुझे

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

अवेयरनेस

उम्र बढ़ने के साथ चीजें भूलना सामान्य माना जाता है। कभी चरमा कहाँ रखा, किसी का नाम याद न आना या कोई जरूरी सामान भूल जाना, हम सभी के साथ होता है। लेकिन जब भूलने की समस्या लगातार बढ़ने लगे, रोजमर्रा के काम प्रभावित होने लगें और व्यक्ति अपने परिचित लोगों, जगहों या बातों को भी भूलने लगे तो इसे केवल उम्र का असर मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह अल्जाइमर डिजीज के शुरुआती संकेत हो सकते हैं।
अल्जाइमर क्या है: श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली में डायरेक्टर-न्यूरोलॉजी, डॉ. राजुल अग्रवाल बताते हैं, 'अल्जाइमर एक ऐसी बीमारी है जो धीरे-धीरे दिमाग की कार्यक्षमता को प्रभावित करती है। इसका सबसे ज्यादा असर मेमोरी, सोचने-समझने, बोलने और रोजमर्रा के फैसले लेने की क्षमता पर पड़ता है। यह बीमारी आमतौर पर धीरे-धीरे बढ़ती है और शुरुआती दौर में इसके लक्षण काफी सामान्य लग सकते हैं। यहीं वजह है कि कई बार परिवार के लोग इन्हें उम्र बढ़ने का सामान्य हिस्सा समझकर नजरअंदाज कर देते हैं।'
शुरुआती लक्षण: अल्जाइमर का सबसे आम शुरुआती लक्षण याददाश्त कमजोर होना है। व्यक्ति हाल में हुई बातचीत या घटना भूल सकता है और एक ही सवाल बार-बार पूछ सकता है। सामान किसी जगह रखकर भूल जाना, परिचित रास्ते में भटक जाना, सही शब्द खोजने में परेशानी होना या रोज किए जाने वाले कामों को करने में दिक्कत भी इसके संकेत हो सकते हैं। समय के साथ व्यक्ति को लोगों को पहचानने, पैसे का हिसाब रखने, दवाएं समय पर लेने या अपने जरूरी काम व्यवस्थित करने में

बढ़ती उम्र में मेमोरी लॉस को कॉमन मानते हैं। ऐसा अल्जाइमर डिजीज के कारण भी हो सकता है। लोगों को अल्जाइमर के प्रति जागरूक करने के लिए 21 सितंबर को वर्ल्ड अल्जाइमर-डे मनाया जाता है। इस बीमारी के होने के कारण, लक्षण और उपचार के बारे में आपके लिए यूजफुल सजेरांश।

ओल्ड एज में मेमोरी लॉस हो सकता है अल्जाइमर



परेशानी हो सकती है। कुछ लोगों के व्यवहार और मूड में भी बदलाव देखने को मिलता है। वे ज्यादा चिड़चिड़े, परेशान या दूसरों पर निर्भर हो सकते हैं।'
हर भूलने की समस्या अल्जाइमर नहीं: अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, कानपुर में सीनियर कंसल्टेंट-न्यूरोलॉजी, डॉ. जुबेर सरकार क्लीयर करते हैं, 'यह समझना भी जरूरी है कि हर तरह की भूलने की समस्या

अल्जाइमर नहीं होती। तनाव, नींद की कमी, कुछ दवाओं का असर, टिफाइन की कमी, डिप्रेशन और दूसरी स्वास्थ्य समस्याएं भी मेमोरी को प्रभावित कर सकती हैं। इसलिए खुद से बीमारी का निष्कर्ष निकालने के बजाय लगातार या बढ़ती हुई समस्या होने पर डॉक्टर से सलाह लेना बेहतर होता है। इन्हें है अधिक रिस्क: उम्र बढ़ने के साथ अल्जाइमर का रिस्क बढ़ता है। इसके

दिमाग को बनाए रखें एक्टिव

जिस तरह शरीर को स्वस्थ रखने के लिए एक्सरसाइज जरूरी है, उसी तरह दिमाग को एक्टिव रखना भी फायदेमंद माना जाता है। पढ़ना, नई चीजें सीखना, पहेलियां हल करना, संगीत सुनना, बातचीत करना और परिवार व दोस्तों के साथ समय बिताना मानसिक रूप से एक्टिव रहने में मदद कर सकता है। इसके साथ नियमित वॉक या एक्सरसाइज, पर्याप्त नींद और संतुलित डाइट को अपनी लाइफस्टाइल का हिस्सा बनाना चाहिए। ब्लड प्रेशर, डायबिटीज और कोलेस्ट्रॉल जैसी समस्याओं को कंट्रोल में रखना भी ओवरऑल बेत हेल्थ के लिए महत्वपूर्ण है।

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. आकाश शाह
यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट, यूरोलॉजिस्ट
कोकिलाबेन आंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

जब घर में कोई उम्रदराज पुरुष रात में दो-तीन बार या इससे अधिक बार पेशाब करने के लिए उठने लगे या शिकायत करें कि उसे पेशाब करने में दिक्कत होती है, तो अमुक व्यक्ति और उसके परिजनों के मन में सबसे पहला सवाल अकसर यही आता है, 'कहीं यह प्रोस्टेट कैंसर तो नहीं है?' यह चिंता बिल्कुल स्वाभाविक है, लेकिन अच्छी बात यह है कि ज्यादातर मामलों में ऐसा नहीं होता है।

क्या है प्रोस्टेट ग्लैंड प्रॉब्लम

प्रोस्टेट पुरुषों में मूत्राशय (यूरिनरी ब्लैडर) के ठीक नीचे स्थित अखरोट के आकार की एक छोटी ग्रंथि है। उम्र बढ़ने के साथ इसमें स्वाभाविक रूप से बदलाव आते हैं और इनमें से अधिकांश बदलाव कैंसर से संबंधित नहीं होते हैं। यह शरीर का सामान्य बदलाव है, जिस पर थोड़ा ध्यान देने की जरूरत होती है।

हो सकती हैं ये प्रॉब्लम्स

प्रोस्टेट से जुड़ी अधिकांश समस्याओं के पीछे दो गैर-कैंसरकारी (बेनाइन) स्थितियां होती हैं। **बेनाइन प्रोस्टेटिक हाइपरप्लासिया:** बीपीएच उम्र बढ़ने के साथ प्रोस्टेट के स्वाभाविक रूप से बढ़ने की स्थिति है। जब प्रोस्टेट बड़ा होता है, तो यह मूत्रमार्ग (यूरेथ्रा) पर दबाव डाल सकता है। इससे ये समस्याएं हो सकती हैं:

- पेशाब की धार रुक-रुक कर आना।
- पेशाब शुरू करने में परेशानी।
- बार-बार पेशाब लगना।
- ऐसा महसूस होना कि मूत्राशय पूरी तरह खाली नहीं हुआ है।

प्रोस्टेटाइटिस: यह प्रोस्टेट में सूजन या संक्रमण की स्थिति है। बीपीएच के विपरीत, यह कम उम्र के पुरुषों को भी हो सकती है। इसके लक्षणों में शामिल हो सकते हैं:

- पैल्विस या कमर के निचले हिस्से में दर्द।
- पेशाब करते समय परेशानी या दर्द।
- कभी-कभी बुखार होना।

शुरुआती संकेतों पर दें ध्यान

- रात में कई बार पेशाब करने के लिए उठना।
- पेशाब की धार का कमजोर, रुक-रुक कर या शुरू होने में देर से आना।
- अचानक तेज पेशाब लगना और उसे रोकने में परेशानी होना।
- पेट के निचले हिस्से या पैल्विस में लगातार हल्का दर्द।
- किसी भी समय पेशाब में खून आना। इसे कभी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।
- इन लक्षणों को नजरअंदाज न करें। यूरोलॉजिस्ट से सलाह लेना उचित है।

क्या है पीएसए टेस्ट

पीएसए जांच प्रोस्टेट की देखभाल में बहुत

उम्र बढ़ने के साथ पेशाब से जुड़ी समस्याएं बहुत आम हैं। ऐसा प्रोस्टेट ग्लैंड में प्रॉब्लम की वजह से हो सकता है। आपकी प्रॉब्लम न बढ़े और उसका प्रॉपर ट्रीटमेंट हो सके, इसके लिए बिना घबराए जल्द से जल्द जांच करवाना जरूरी है। प्रोस्टेट कैंसर अवेयरनेस मंथ (सितंबर) के मौके पर आपको यहां डिटेल में बता रहे हैं प्रोस्टेट से जुड़ी कई प्रॉब्लम्स के बारे में।

प्रोस्टेट प्रॉब्लम घबराएं नहीं कराएं प्रॉपर चेकअप-ट्रीटमेंट



उपयोगी है, लेकिन इसे अकसर गलत समझा जाता है। यह प्रोस्टेट द्वारा बनाए जाने वाले एक प्रोटीन को मापती है। डॉक्टर पीएसए के परिणाम को शारीरिक जांच और कभी-कभी एमआरआई जैसी इमेजिंग जांच के साथ देखकर पूरी स्थिति समझते हैं। केवल पीएसए के आधार पर यह तय नहीं किया जा सकता कि कैंसर है या नहीं।

आमतौर पर 50 वर्ष से अधिक उम्र के पुरुषों को अपने डॉक्टर से पीएसए स्क्रीनिंग के बारे में बात करनी चाहिए। यदि परिवार में प्रोस्टेट कैंसर का इतिहास है, तो 40-45 वर्ष की उम्र से ही डॉक्टर से स्क्रीनिंग के समय और आवश्यकता के बारे में सलाह लेना उचित हो सकता है।

बढ़े हुए प्रोस्टेट का इलाज

इलाज पूरी तरह इस बात पर निर्भर करता है कि लक्षण आपको कितनी परेशानी दे रहे हैं।
हल्के लक्षण: हल्के लक्षणों में अकसर तुरंत

इलाज की जरूरत नहीं होती। डॉक्टर की निगरानी में कुछ सरल बदलाव मदद कर सकते हैं।

- शाम के समय अधिक मात्रा में पानी पीने से बचना।
- कैफ़ीन और शराब का सेवन कम करना।
- समय-समय पर लक्षणों की निगरानी करना।

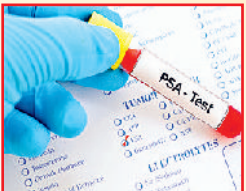
जब लक्षण ज्यादा परेशान करने लगें, तो ऐसी स्थिति में दवाएं मदद कर सकती हैं। अल्फा-ब्लॉकर्स दवाएं प्रोस्टेट और मूत्राशय के आसपास की मांसपेशियों को रिलैक्स करती हैं, जिससे पेशाब का प्रवाह बेहतर हो सकता है। कुछ अन्य दवाएं कई

महीनों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

गंभीर लक्षण: गंभीर लक्षणों की स्थिति में प्रक्रिया या सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है।
टीयूआरपी- (ट्रांस्युरेथ्रल रीसेक्शन ऑफ द प्रोस्टेट) में पेशाब के रास्ते को रोकने वाले अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है।
लेजर तकनीक होलेप- हॉलमियम लेजर

मिथ और उससे रिलेटेड फैक्ट

मिथ: पेशाब करने में कोई भी बदलाव प्रोस्टेट कैंसर का संकेत है।
तथ्य: पेशाब से जुड़ी अधिकांश समस्याएं बीपीएच या संक्रमण जैसी गैर-कैंसरकारी स्थितियों के कारण होती हैं, कैंसर के कारण नहीं। सही अंतर केवल उचित चिकित्सकीय जांच से ही पता चल सकता है। इसलिए शुरुआती बदलाव देखकर घबराने की जरूरत नहीं है।
मिथ: पीएसए का स्तर बढ़ा है, इसका मतलब निश्चित रूप से कैंसर है।
तथ्य: पीएसए (प्रॉस्टेट-स्पेसिफिक एंटीजन) एक रक्त जांच है, यह अपने आप में कैंसर का कंफर्मेशन नहीं है। पीएसए का स्तर कुछ कारणों से भी बढ़ सकता है। पीएसए बढ़ने का मतलब केवल इतना है कि डॉक्टर को आगे और जांच की जरूरत हो सकती है, जैसे दोबारा पीएसए जांच, इमेजिंग या कभी-कभी बायोप्सी। इसका मतलब यह नहीं है कि कैंसर की पुष्टि हो गई है।



महीनों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

फिटनेस
अजेश कुमार

आज की डिजिटल जीवनशैली में, ऑफिस में काम करने वाले पेशेवरों, छात्रों और यहां तक कि गृहस्थों में भी गर्दन और कंधे का दर्द आम होता जा रहा है। कंप्यूटर और मोबाइल फोन पर लंबे समय तक झुके रहना, खराब मुद्रा (पोस्चर), शारीरिक गतिविधि की कमी और मानसिक तनाव, गर्दन और कंधों की मांसपेशियों, अस्थिवंध और जोड़ों पर निरंतर दबाव डालते हैं।

शुरुआती लक्षणों पर दें ध्यान: समस्या की शुरुआत में ये लक्षण गर्दन के आस-पास हल्का खिंचाव, भारीपन, सिर के पिछले हिस्से में दर्द या कंधे की हड्डियों के बीच तनाव के रूप में दिखाई दे सकते हैं। यदि इन्हें नजरअंदाज किया जाए, तो ये समस्याएं निम्नलिखित विकारों में बदल सकती हैं-

- कंधों और बांहों तक दर्द फैलना।
- मांसपेशियों में ऐंठन होना।
- डिस्क से जुड़ी समस्याएं।
- नसों पर दबाव महसूस होना।
- सर्वाइकल स्पोंडिलाइसिस की समस्या।

मिडएज में बढ़ती है समस्या: 40 वर्ष से अधिक आयु के लोगों में, विशेष रूप से डायबिटीज से पीड़ित लोगों में, कंधे के जोड़ का अकड़ जाना, जिसे आमतौर पर फ्रोजन शोल्डर कहा जाता है, अकसर देखा जाता है, जो दैनिक गतिविधियों को काफी हद तक सीमित कर सकता है।
आयुर्वेदिक उपचार का तरीका: आयुर्वेद इन विकारों को मुख्य रूप से वात असंतुलन के अंतर्गत रखता है, जो मांसपेशियों, हड्डियों, स्नायु तथा संधियों को प्रभावित करता है। इसलिए, आयुर्वेदिक दृष्टिकोण केवल अस्थायी दर्द से राहत पाने तक सीमित नहीं है। इसका उद्देश्य उचित जीवनशैली, पोषिक और संतुलित आहार, औषधियों और विशेषकर पंचकर्म चिकित्सा के माध्यम से मूल

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

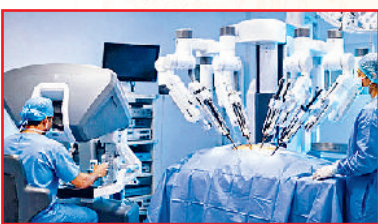
एनुक्लिशन ऑफ द प्रोस्टेट में भी अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है और कई मामलों में रक्तस्राव कम तथा अस्पताल में रहने का समय कम हो सकता है।

अगर कंफर्म हो प्रोस्टेट कैंसर

यदि प्रोस्टेट कैंसर कंफर्म हो जाता है तो यह समझना जरूरी है कि हर मरीज को तुरंत इलाज की जरूरत नहीं होती है। इसमें नियमित पीएसए-जांच, स्कैन और जरूरत पड़ने पर दोबारा बायोप्सी के माध्यम से कैंसर की निगरानी की जाती है।

रोबोटिक सर्जरी: जब सक्रिय इलाज की जरूरत होती है, तो प्रोस्टेट कैंसर के लिए नई तकनीकों से युक्त अस्पतालों में रोबोटिक-असिस्टेड रॉडिकल प्रोस्टेक्टोमी के जरिए उपचार किया जाता है। इस सर्जरी के संभावित लाभों में शामिल हैं:

- सर्जरी के दौरान काफी कम रक्तस्राव।
- ऑपरेशन के बाद जल्दी घाव भरना।
- अस्पताल में कम समय रुकना और दैनिक गतिविधियों में जल्दी वापसी।
- पेशाब पर नियंत्रण और यौन क्षमता से जुड़ी



महत्वपूर्ण नसों को बचाने की बेहतर संभावना।
एचआईएफ्यू और फोकल थेरेपी: इसके अंतर्गत केवल जरूरत वाले हिस्से का इलाज किया जाता है। पूरे प्रोस्टेट को निकालने के बजाय एचआईएफ्यू में केंद्रित अल्ट्रासाउंड ऊर्जा का इस्तेमाल करके प्रोस्टेट के केवल कैंसर वाले हिस्से को गर्म करके नष्ट करने का प्रयास किया जाता है, ताकि आसपास के स्वस्थ टिश्यू को बचाया जा सके।

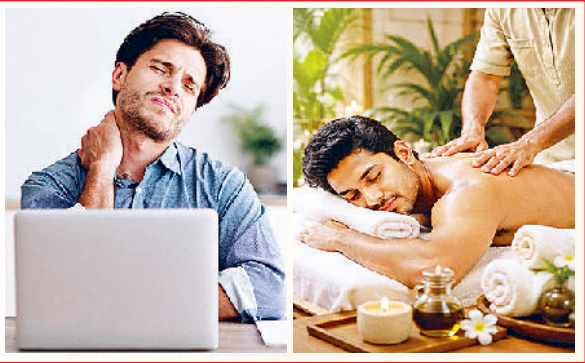
प्रोस्टेट कैंसर से बचाव

प्रोस्टेट की बीमारी को रोकने का कोई 100 प्रतिशत निश्चित तरीका नहीं है, लेकिन स्वस्थ जीवनशैली निश्चित रूप से प्रोस्टेट कैंसर से बचाव में मदद कर सकती है। इसके लिए सब्जियों, फलों और साबुत अनाज से भरपूर भोजन करें। नियमित रूप से व्यायाम करें। अत्यधिक चिकनाई युक्त या अत्यधिक वसायुक्त खाद्य पदार्थों का कम से कम सेवन करें। धूम्रपान से दूर रहें। ये आदतें लंबे समय तक प्रोस्टेट और पूरे शरीर के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हैं। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

आज के दौर में टीन, मिड और ओल्ड एज के लोगों में गर्दन और कंधे के दर्द की समस्या सामान्य होती जा रही है। इससे राहत पाने के लिए आप आयुर्वेदिक उपचार का सहारा ले सकते हैं। यह उपचार कैसे काम करता है, जानिए।

गर्दन-कंधे में लगातार दर्द आयुर्वेदिक उपचार है प्रभावी



असंतुलन को ठीक करना है।

दैनिक आदतें और प्राकृतिक देखभाल: इस अवस्था में सरल दैनिक आदतें दर्द को रोकने और प्रबंधित करने में महत्वपूर्ण प्रभाव ला सकती हैं।

सही मुद्रा बनाए रखें: काम करते समय सीधी मुद्रा बनाए रखें, अपने कंप्यूटर स्क्रीन को आंखों के स्तर पर रखें और मोबाइल फोन का उपयोग करते समय गर्दन को लंबे समय तक झुकाने से बचें।

कार्य के बीच में आराम: गर्दन, कंधों और ऊपरी पीठ की हल्की स्ट्रेचिंग के लिए हर 30-40 मिनट में 2-3 मिनट का ब्रेक लें। आयुष मंत्रालय द्वारा सुझाए गए 5 मिनट योग प्रोटोकॉल की इसमें महत्वपूर्ण भूमिका है।

अपनाएं स्वस्थ जीवनशैली: पर्याप्त जल का सेवन, अच्छी नींद, नियमित शारीरिक गतिविधि और तनाव प्रबंधन भी समस्या से राहत दिलाने में बहुत महत्वपूर्ण हैं।

पंचकर्म द्वारा राहत: उचित मार्गदर्श में आयुर्वेदिक औषधीय

तैलों, जैसे-महानारायण तैलम से 5-10 मिनट की हल्की मालिश कठोर मांसपेशियों को आराम देने और लक्षणों से राहत दिलाने में मदद कर सकती है। साथ ही ग्रीवा बस्ति के द्वारा इसमें दीर्घकालीन लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

कब लें चिकित्सा सहायता: लगातार रहने वाले दर्द को कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यदि गर्दन या कंधे के दर्द के साथ झुनझुनी, सुनपन, हाथों में कमजोरी, बांह उठाने में कठिनाई, कंधे की गति में गंभीर प्रतिबंध, या बांह में दर्द का फैलना जैसे लक्षण जुड़े हैं, तो चिकित्सीय सलाह आवश्यक है। समय पर निदान और चिकित्गत उपचार के साथ, आयुर्वेद गतिशीलता को बहाल करने, दर्द को कम करने, उसके दोबारा होने को रोकने और जीवन की समग्र गुणवत्ता को बढ़ाने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। *

(वरिष्ठ चिकित्साधिकारी-आयुर्वेद, डॉ. अमित भट्ट से बातचीत पर आधारित)



खबर संक्षेप

पुलिस ने की अवैध शराब बरामद

मंडी अटेली। गांव गद्दी रूथल में पुलिस ने अवैध शराब के खिलाफ कार्रवाई करते हुए एक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उसके कब्जे से 58 पखे व छह बोतल अवैध देशी शराब बरामद की है। मुखबिर से सूचना मिली कि गद्दी रूथल निवासी सत्यवीर अपने घर के सामने सफेद प्लास्टिक के कट्रे में अवैध शराब रखकर बेचने की तैयारी कर रहा है। सूचना के आधार पर पुलिस ने मौके पर पहुंचकर कार्रवाई की। तलाशी के दौरान उसके पास रखे प्लास्टिक के कट्रे से 58 पखे व छह बोतल अवैध देशी शराब बरामद हुई। अटेली पुलिस ने आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

टाईगर क्लब के मुख्य सलाहकार बने सतपाल नारनौल

सतपाल यादव प्रधान बिजली व्यापार मंडल टाईगर क्लब परिवार के मुख्य सलाहकार बनाए गए है। उन्हें टाईगर क्लब परिवार के संरक्षक गजेंद्र नम्बरदार व प्रधान राकेश यादव ने माता रानी का पटका पहनाकर क्लब का सदस्य बनाया व मुख्य सलाहकार की जिम्मेदारी शोपी। इस मौके पर क्लब के संरक्षक गजेंद्र यादव नंबरदार, सतपाल यादव, प्रधान राकेश यादव, सज्जन सिंह, किरोड़ी आदि सदस्य मौजूद थे।

20 मरीजों को मिला निक्षय मित्र का सहारा

मंडी अटेली। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र अटेली में क्षय रोग (टीबी) के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान लोगों को टीबी के लक्षण, जांच, उपचार व पोषण के महत्व के बारे में जानकारी दी। आरआर आयुर्वेदिक अस्पताल अटेली की ओर से 20 टीबी मरीजों को निक्षय मित्र के रूप में अपनाया गया है। इस पहल के लिए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र के एसएमओ डॉ. अशोक कुमार ने आरआर आयुर्वेदिक अस्पताल को प्रशंसा पत्र प्रदान कर प्रोत्साहित किया।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

वाहनों की नंबर प्लेट से छेड़छाड़ करने वाले वाहन चालकों पर जिला पुलिस ने शिकंजा कसना शुरू कर दिया है। डीजीपी अजय सिंघल के आदेश पर एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने ट्रैफिक पुलिस को नंबर प्लेटों से छेड़छाड़ करने वाले वाहन चालकों के खिलाफ विशेष ड्राइव शुरू करने के निर्देश दिए थे। पहले तीन दिन के दौरान पुलिस ने जांच के दौरान 121 ऐसे वाहनों को इंपाउंड किया है, जिन पर या तो नंबर प्लेट नहीं मिली या फिर नंबर प्लेटों से छेड़छाड़ की हुई मिली।

इस अभियान के तहत जिला पुलिस द्वारा सभी थाना क्षेत्रों, प्रमुख चौराहों एवं अंतरराज्यीय व अंतरजिला मार्गों पर विशेष नाकाबंदी कर वाहनों की सघन



रेवाड़ी। वाहनों की चेकिंग करते हुए पुलिसकर्मियों व थाने में इंपाउंड किए गए वाहन।

फोटो : हरिभूमि

चेकिंग की जा रही है। एसपी ने यातायात पुलिस एवं जिले के सभी थाना प्रभारियों को स्पष्ट निर्देश दिए हैं कि यातायात नियमों की अवहेलना करने वालों और संदिग्ध वाहनों पर पैनी नजर रखी जाए। विशेष रूप से बिना नंबर प्लेट,

अधुरी या अस्पष्ट नंबर प्लेट, अथवा अंकों/डिजाइन से छेड़छाड़ कर वाहन चलाने वालों के खिलाफ तुरंत और सख्त कानूनी कार्रवाई अमल में लाई जाए।

तीन दिन में बड़े पैमाने पर कार्रवाई: एसपी दीपिका

अग्रवाल ने बताया कि कई आपराधिक मामलों में यह बात सामने आई है कि वारदात को अंजाम देने के लिए अपराधी बिना नंबर प्लेट या अस्थायी नंबर प्लेट वाली गाड़ियों का इस्तेमाल करते हैं। इसी की रोकथाम के लिए



सड़क पर आए वाहनों की पहचान जरूरी

दीपिका अग्रवाल ने कहा कि सड़कों पर चलने वाले प्रत्येक वाहन की पहचान स्पष्ट होनी चाहिए। नियम तोड़ने वालों और वाहन की पहचान छिपाने का प्रयास करने वालों को किसी भी स्वरूप में बख्शा नहीं जाएगा। उनके वाहन तो जब्त किए ही जाएंगे, साथ ही नियमानुसार जुर्माना भी वसूल किया जाएगा।



बिना नंबर प्लेट वाले वाहनों पर एक्शन

एसपी ने लोगों से अपील की है कि वह बिना नंबर प्लेट या अधूरी नंबर प्लेट वाले वाहनों को सड़कों पर न उतारें और न ही उनका उपयोग करें। यदि आपके पास अस्थायी नंबर वाली प्लेट का वाहन है, तो समय सीमा पूरी होने पर नियमानुसार उसका स्थायी रजिस्ट्रेशन नंबर लगवाएं। गाड़ियों पर लगाई गई ब्लैक फिल्म, बुलेट पटाखों वाले साइलेंसर तथा अन्य मॉडिफाइड साइलेंसर तुरंत हटवाएं।

गोरक्षा दल ने सौ से अधिक बेसहारा गोवंशों को लंपी की वैक्सिन लगाई

- कोसली क्षेत्र में नाहड़ ब्लॉक गोरक्षा दल ने चलाया अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कोसली

नाहड़ ब्लॉक गोरक्षा दल की ओर से लंपी बीमारी से बेसहारा गोवंशों को बचाने के लिए कोसली क्षेत्र में वैक्सिनेशन लगाने का अभियान शुरू किया है। अभियान के तहत टीम ने गांवों एवं सड़कों पर घूमते 100 से अधिक बेसहारा गोवंश को लंपी से बचाव की वैक्सिन लगाई। गोरक्षा दल के अध्यक्ष मोहित यादव ने बताया कि लंपी जैसी गंभीर बीमारी से पीड़ित बेसहारा गोवंशों के बचाव के लिए कोसली सरकारी अस्पताल के पीछे विशेष उपचार



रेवाड़ी। गोवंश का उपचार करते गोरक्षा दल की टीम के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

केंद्र बनाया हुआ है। जहां गोवंश को लाकर उनकी निःशुल्क चिकित्सा एवं देखभाल की जा रही है। टीम ने आमजन से अपील की कि कोई बेसहारा गोवंश बीमार, घायल

गोवंश व अन्य जीव अथवा लंपी बीमारी से प्रभावित दिखाई दे तो तुरंत गोरक्षा दल के फोन नंबर पर सूचना दें, जिससे उन्हें समय पर उपचार दिया जा सके।

सुंदरकांड पाठ में मनमोहक भजनों से किया भावविभोर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

सेक्टर-1 सोलहराही स्थित प्राचीन इच्छापूर्ण चोले वाले हनुमान मंदिर में मंगलवार रात्रि 38वें सुंदरकांड पाठ व भंडारे का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य यजमान अजय भित्तल एवं ललित भित्तल थे। मंदिर के पुजारी पंडित बिजेंद्र भारद्वाज मेहंदीपुर बालाजी धाम वाले ने पूजा कराकर पाठ का शुभारंभ कराया। मंदिर संस्थापक व राष्ट्रीय व्यापार सेवा संघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष एडवोकेट भूपेन्द्र सिंह गुप्ता के बताया कि सुंदरकांड पाठ प्रति माह भक्तों के सहयोग से कराया जा रहा है। इस मौके पर गायक गोपाल वर्मा ने अपने भजनों से सभी भक्तों को मंत्रमुग्ध किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एडवोकेट सौरभ राव नवनिर्गुप्त प्रधान जिला बार एसोसिएशन थे।



ये रहे मौजूद

इस मौके पर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के जिला संघपालक रामोतार गौतम, भाजपा नेता दीपक मंगला, राष्ट्रीय व्यापार सेवा संघ के प्रदेश महासचिव सुरेन्द्र वशिष्ठ, उपाध्यक्ष अंकित लोहिया, प्रधान बिल्लू पोसवाल, उपप्रधान चरण सिंह, नगर पार्षद रंजना भारद्वाज व रीना गुप्ता, पूर्व बार प्रधान रविंद्र यादव एडवोकेट, नवीन सेनी एडवोकेट, राहुल एडवोकेट, प्रदीप यादव, संजय चौहान, भीम सेन अग्रवाल, सुनील, प्रोफेसर विजय शर्मा, संजय चौहान व हेमंत कुमार उपस्थित रहे।

जैन दशलक्षण महापर्व का आगाज



रेवाड़ी। बुधवार को दिगम्बर जैन समाज के 10 दिवसीय दशलक्षण महापर्व का नगर में विराजमान परमपूज्य आर्यिका सरस्वती माता भूषण माता के सान्निध्य में शुभारंभ हुआ। नगर के सभी जैन मंदिरों को इस महापर्व पर सुसज्जित किया गया था। 10 दिनों तक चलने वाले धार्मिक कार्यक्रमों की व्यापक तैयारियां की गई हैं। दशलक्षण महापर्व के प्रथम दिन को श्रद्धालुओं ने उत्तम क्षमा के रूप में मनाया और मंदिरों में पूजा-अर्चना की। नगर के मॉडल टाउन स्थित भगवान आदिनाथ मंदिर में श्रद्धालुओं ने भक्तिभाव से भगवान का अभिषेक, शांति धारा व पूजा अर्चना की। इस मौके पर बड़ी संख्या में महिला श्रद्धालुओं ने भी बद्ध चढ़ कर हिस्सा लिया। मंदिर प्रबंधन समिति के प्रधान दिनेश जैन लोहिया ने कहा कि महापर्व को लेकर श्रद्धालुओं में भारी उत्साह है। प्रातः पूजा-अर्चना व सायं को धार्मिक कार्यक्रम रखे गए हैं।

बाबू बालमुकुंद गुप्त स्मृति समारोह कल, कई पुस्तकों का होगा विमोचन

रेवाड़ी। जिले के गांव गुड़ियांनी में जन्मे साहित्यकार एवं मूर्धन्य पत्रकार स्व. बाबू बालमुकुंद गुप्त की 119वीं पुण्यतिथि पर राज्य स्तरीय स्मृति समारोह का आयोजन झज्जर का संवाद भवन में किया जाएगा, जिसमें बाबू बालमुकुंद गुप्त पुरस्कार, पुस्तक लोकार्पण तथा विचार गोष्ठी मुख्य आकर्षण होंगे। हरियाणा साहित्य एवं संस्कृति अकादमी पंचकूला की ओर से होने वाले साहित्यिक महोत्सव में प्रदेशभर से साहित्यकार भाग लेंगे। आयोजन समिति बाबू बालमुकुंद गुप्त पत्रकारिता और साहित्य संरक्षण परिषद के अध्यक्ष ऋषि सिंहल ने बताया कि महोत्सव में पांच साहित्यकार स्व. हरिराम आर्य, डा. लालचंद गुप्त मंगल, दर्शना शर्मा जिज्ञासु, डा.दयानंद कादयान तथा अशोक दोरिया को उनके साहित्यिक



स्व. बाबू बालमुकुंद गुप्त।

ये करेंगे शिरकत

अध्यक्ष ने बताया कि समारोह में वरिष्ठ साहित्यकार डा. जयभगवान शर्मा, रोहित यादव, सख्यवीर नाहड़िया, डा. अनिल कुमार, राम कुमार गहलावत, दर्शन शर्मा, शुभराम शास्त्री, नेमीचंद शांडिल्य तथा त्रिलोकचंद फलहपुरी की करीब एक दर्जन पुस्तकों का लोकार्पण भी किया जाएगा। उन्होंने बताया कि समारोह संयोजक परिषद के महासचिव डा. प्रवीण खुराना के संयोजन में होने वाली गोष्ठी में विधाओं के प्रखर हस्ताक्षर शामिल होंगे, जिनमें पद्मश्री डा. संतराम देशवाल साहित्य, डा. धर्मदेव विद्यार्थी अकादमी, केबी पंडित पत्रकारिता, डा. वीरेंद्र सिंह चौहान संस्कृति, अशोक छाबड़ा मुख्यमंत्री कार्यालय प्रतिनिधि, रिसेंट सिंह शिक्षा, बिमल गुप्त बाबू बालमुकुंद गुप्त के वंशज, डा. महिपाल यादव विश्वविद्यालय, रोहित यादव परिषद, सरपंच नरेंद्र कुमार तथा कृष्ण भगवान गोयल गुड़ियांनी शामिल हैं।

योगदान के लिए बाबू बालमुकुंद गुप्त पुरस्कार से अलंकृत किया जाएगा।

- स्थानीय समस्याओं के समाधान में भूमिका निभाने का आह्वान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नीरपुर

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. असीम मिंगलानी की अध्यक्षता में एनएसएस सलाहकार समिति की बैठक आयोजित की गई। इस मौके पर कुलपति प्रो. मिंगलानी ने एनएसएस गतिविधियों को सामाजिक सरोकारों और जनकल्याण से जोड़ने पर बल दिया। उन्होंने कहा कि एनएसएस केवल एक सह-पाठ्यक्रम गतिविधि नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों में सामाजिक उत्तरदायित्व, सेवा भावना और नेतृत्व क्षमता विकसित करने का महत्वपूर्ण माध्यम है। उन्होंने एनएसएस इकाइयों को स्थानीय समस्याओं के समाधान में सक्रिय योगदान देने के लिए प्रेरित किया। कुलसचिव प्रो. दिलबाग सिंह ने



रेवाड़ी। आईजीयू में बैठक लेते हुए कुलपति।

फोटो : हरिभूमि

विश्वविद्यालय तथा सम्बद्ध महाविद्यालयों में एनएसएस गतिविधियों को सुचारू एवं सुदृढ़ रूप से संचालित करने पर अपने विचार व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि युवाओं को समाज सेवा से जोड़कर ही एक सशक्त राष्ट्र का निर्माण संभव है। बैठक के दौरान विश्वविद्यालय एवं सम्बद्ध महाविद्यालयों में संचालित एनएसएस की विभिन्न गतिविधियों, स्वयंसेवकों की सहभागिता तथा एनएसएस के विश्वविद्यालय स्तरीय पुरस्कारों से संबंधित विषयों पर

चर्चा की गई। एनएसएस कार्यक्रम समन्वयक डा. मुकेश कुमार ने सभी का आभार व्यक्त किया। बैठक में डा. दिनेश कुमार राज्य एनएसएस अधिकारी एसएमओ पंचकूला, वित्त अधिकारी आईजीयू प्रो. दीपक गुप्ता, प्रो. सतीश कुमार, डा. स्नेहलता, डा. कविता गुप्ता, डा. अनिल कुमार, डा. उर्मिला शर्मा, डा. प्रियंका रांग, डा. नवीन कुमार, आशीष, करिश्मा कुमारी, देशराज शर्मा तथा डा. कंचन यादव सहित समिति के अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

सेवा संकल्प अभियान की तैयारियां पूरी, 29 स्थानों पर होगा आशीर्वाद का दीया कार्यक्रम



रेवाड़ी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के सार्वजनिक सेवा के 25 वें पूरे होने के उपलक्ष्य में उनके जन्मदिन पर 17 सितंबर को शुरू होने जा रहे सेवा संकल्प अभियान को मनाने के लिए जिला प्रशासन ने सभी तैयारियां पूरी कर ली हैं। यह अभियान ग्राम व नगर स्तर पर 17 अक्टूबर तक जारी रहेगा। मुख्यमंत्री नारायण सिंह सैनी के साथ हुई वीसी में डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव 17 सितंबर की शाम को माजरा एक्स में दीप प्रज्ज्वलित करेंगे। आशीर्वाद का दीया नाम से यह कार्यक्रम जिले में 29 स्थानों पर आयोजित किया जाएगा,

जिसमें सामाजिक, धार्मिक, गोशाला सेवा समिति आदि संस्थाओं को भी आमंत्रित किया जाएगा। उन्होंने कहा कि अभियान का उद्देश्य जनसेवा और राष्ट्र निर्माण की भावना को प्रोत्साहन देना है। अभियान के अंतर्गत रंगोली, भाषण स्पर्धा, अनेक कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे, जिनमें सभी विभागों की सक्रिय भूमिका रहेगी। डीसी मीणा ने अधिकारियों को सेवा संकल्प अभियान को सुचारू रूप से चलाने के लिए दिशा-निर्देश दिए। इस अवसर पर एडीसी राहुल मोदी, सीटीएस जितेंद्र कुमार व डीआईओ सचिन मौजूद रहे।

पहल

नशा मुक्त भारत पखवाड़ा अभियान के तहत भगत फूल सिंह महिला कॉलेज में हुआ कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कोसली

कृष्ण नगर गांव स्थित भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय के रीजनल सेंटर की छात्राओं की ओर से नशा मुक्त भारत पखवाड़ा अभियान के अंतर्गत बुधवार को जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। छात्रा आरती, मनीषा, किस्मत, मोहिनी, दीक्षा सेन व अंशु की टीम ने सतीश मस्तान और मदन डागर के निर्देशन में नुकड़ नाटक के माध्यम से नशे के दुष्प्रभावों, जैसे स्वास्थ्य का नाश, परिवार का बिखराव, आर्थिक बर्बादी और युवा पीढ़ी के भविष्य पर पड़ने वाले घातक प्रभावों को प्रस्तुत किया। छात्राओं ने बताया



रेवाड़ी। नुकड़ नाटक के माध्यम से नशा मुक्ति का संदेश देती छात्राएं।

फोटो : हरिभूमि

कि एक व्यक्ति का नशा पूरे परिवार और समाज को अंधकार में धकेल देता है और इससे बाहर निकलने के लिए इच्छाशक्ति,

परिवार का सहयोग और समाज की जागरूकता कितनी आवश्यक है। निदेशक डा. यशपाल शर्मा ने कहा कि नशा आज के समय की

सबसे गंभीर सामाजिक समस्या बन चुका है। सरकार का यह अभियान केवल एक सरकारी कार्यक्रम नहीं, बल्कि एक स्वस्थ,

सशक्त और विकसित भारत के निर्माण का अंदोलन है। उन्होंने कहा कि बेटियों समाज की सबसे बड़ी जागरूकता वाहक हैं, और जब वे इस अभियान से जुड़ती हैं तो इसका प्रभाव दोगुना हो जाता है। डा. अनिल कुमार ने कहा कि नशा मुक्ति के लिए पुलिस और प्रशासन के साथ-साथ समाज के हर वर्ग, विशेषकर युवाओं और महिलाओं की भागीदारी अनिवार्य है। इस अवसर पर डा. सोनिया यादव, अंजलि पांचाल, धीरज यादव, अजयपाल, बिन्दु यादव, अंजू शर्मा, बिरेन्द्र, रविन्द्र, जयभगवान, सुखबीर, राजेश, आशीष, निर्मला व सुशीला उपस्थित रहे।

प्रतिभा सम्मान समारोह 20 को

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के गांव दौंगड़ा जाट स्थित स्कूल खेल मैदान में 20 सितंबर को आयोजित होने वाले जिला स्तरीय प्रजापति प्रतिभा सम्मान समारोह को लेकर दस्तावेज जमा कराने की अंतिम तिथि 17 सितंबर निर्धारित की गई है। प्रजापति विकास समिति कनीना एवं समस्त प्रजापति समाज की ओर से आयोजित समारोह में मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित किया जाएगा। बलवान सिंह ठेकेदार ने बताया कि सत्र 2025-26 में कक्षा 10वीं व 12वीं में 80 प्रतिशत एवं इस्से अधिक, स्नातक एवं स्नातकोत्तर में 60 प्रतिशत तथा इस्से अधिक अंक प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों के अलावा नीट, आईआईटी, जेईई, एनडीए, पीएचडी, नेट, जेआरएफ में सफलता प्राप्त करने वाले तथा खेलों में पदक जीतने वालों को सम्मानित किया जाएगा।

NOTICE

I, ANKITA D/o AKSHAY KUMAR R/o village LADAIN (158), LADAIN, JHAJJAR, HARYANA-124146 do hereby solemnly affirm and declare That the name of my father has been wrongly written as AKSHAY in my 10th and 12th class educational documents. While the actual name of my father is AKSHAY KUMAR. That wrong name of my father may be amended accordingly.

खबर संक्षेप

जेपीएस के निमिश ने राज्य स्तरीय टीटी में जीता सिल्वर

रेवाड़ी। सरकुलर रोड स्थित जैन पब्लिक स्कूल के खिलाड़ी निमिश ने राज्य स्तरीय टेबल टेनिस प्रतियोगिता में बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए सिल्वर मेडल पर कब्जा किया। विद्यालय पहुंचने पर खिलाड़ी को प्रोत्साहित किया गया। इस उपलब्धि



पर प्रबंधन समिति एवं शिक्षकों ने छात्र व अभिभावकों को शुभकामनाएं दीं। विद्यालय के मीडिया प्रभारी गोपाल शर्मा ने बताया कि फरीदाबाद में स्टेट स्कूल गेम्स फाउंडेशन ऑफ इंडिया की ओर से आयोजित टेबल टेनिस प्रतियोगिता में विद्यालय के छात्र ने शानदार प्रदर्शन किया। टीटी प्रशिक्षक रजनी गुप्ता के मार्गदर्शन में स्कूल की टीम ने प्रदेश स्तरीय प्रतियोगिता में भाग लिया। प्रतियोगिता में नौवां कक्षा के छात्र निमिश ने सिल्वर मेडल प्राप्त किया। इस उपलब्धि पर प्रबंधन समिति के प्रधान सीए मोहित जैन, उपप्रधान सीमा जैन, सचिव अमित जैन, प्रबंधक प्रवीण जैन, कोषाध्यक्ष सचिन जैन, शासकीय निकाय सदस्य विजय जैन, रविंद्र जैन, प्रद्युम्न जैन व निपुण जैन, प्रधानाचार्या सौनल छाबड़ा व उप प्रधानाचार्या विजय गुप्ता सहित सभी शिक्षकों ने छात्र को शुभकामनाएं दीं।

लगातार चल रही कार्रवाई के बाद भी विकसित हो रही अवैध कॉलोनियां

साढ़े 6 एकड़ में की तोड़फोड़

जिला प्रशासन की ओर से नियुक्त ड्यूटी मजिस्ट्रेट की देखरेख में पूरी कार्रवाई को अंजाम दिया

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रेवाड़ी

जिला नगर योजनाकार विभाग ने अवैध कॉलोनियां विकसित करने वालों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए बुधवार को रेवाड़ी-झंजर रोड पर दो स्थानों पर तोड़फोड़ की कार्रवाई की। डीटीपी की पिछले एक महीने से लगातार चल रही कार्रवाई के बाद भी जिले में अवैध कॉलोनियां विकसित हो रही हैं। बुधवार को डीटीपी की कार्रवाई से प्रॉपर्टी डीलरों व कालोनाइजर्स में हड़कंप मच गया। विभाग की टीम ने करीब साढ़े 6.5 एकड़ भूमि पर विकसित की जा रही दो अवैध कॉलोनिनों में बनाई गई पक्की चारदीवारी, डीपीसी और कच्चे रोड नेटवर्क को ध्वस्त कर दिया। कार्रवाई के दौरान भारी पुलिस बल तैनात रहा और जिला प्रशासन की ओर से नियुक्त ड्यूटी मजिस्ट्रेट की देखरेख में पूरी कार्रवाई को अंजाम दिया गया।



रेवाड़ी। अवैध कॉलोनी का निर्माण तोड़ती जेसीबी। अवैध कॉलोनी में निर्माण तोड़ते हुए जेसीबी।



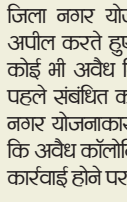
फोटो : हरिभूमि

यहां की गई तोड़फोड़ की कार्रवाई



डीटीपी की टीम की ओर से गांव मौकलगाढ़ की राजस्व संपदा में करीब 2.5 एकड़ भूमि पर बिना अनुमति विकसित की जा रही अवैध कॉलोनी में 4 पक्की चारदीवारी और कच्चे रोड नेटवर्क को तोड़ा गया। इसी तरह दूसरी जगह 4 एकड़ में काटी जा रही अवैध कॉलोनी में 15 डीपीसी, 4 पक्की चारदीवारी और कच्चे रोड नेटवर्क को समतल किया गया। पुलिस बल की मौजूदगी में इस कार्रवाई का विरोध नहीं हुआ।

प्लॉट खरीदने से पहले कॉलोनी की जांच करें



जिला नगर योजनाकार नरेन्द्र नैन ने आमजन से अपील करते हुए कहा कि नियंत्रित एवं शहरी क्षेत्र में कोई भी अवैध निर्माण न करें और प्लॉट खरीदने से पहले संबंधित कॉलोनी की वैधता की जानकारी जिला नगर योजनाकार कार्यालय से जरूर लें। उन्होंने कहा कि अवैध कॉलोनिनों में प्लॉट खरीदने के बाद विभागीय कार्रवाई होने पर लोगों को आर्थिक नुकसान उठाना पड़

सकता है। उन्होंने बताया कि कुछ प्रॉपर्टी डीलर कृषि भूमि पर कॉलोनी काटकर लोगों को प्लॉट बेच देते हैं और खरीदारों को जमीन की वैधता के संबंध में पूरी जानकारी नहीं होती। बाद में अवैध निर्माण शुरू होने पर विभाग की ओर से कार्रवाई की जाती है। ऐसे में लोगों को प्लॉट खरीदने से पहले कॉलोनी की वैधता की जानकारी जरूर लेनी चाहिए।

आज के डिजिटल युग में भी हिंदी बोलने वालों का दायरा निरंतर बढ़ रहा: अनिल

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रेवाड़ी

शहीद रामस्वरूप सीएमईईई राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कंवाली में हिंदी दिवस पखवाड़े का समापन किया गया। इस मौके पर प्राचार्य अनिल यादव के मार्गदर्शन व हिंदी विभाग की प्रवक्ता मिथिलेश कुमारी के संयोजन में विद्यार्थियों ने अनेक रंगारंग कार्यक्रम पेश किए। इस मौके पर प्राचार्य अनिल यादव ने कहा कि हिंदी हमारी परंपरा, संस्कृति, संस्कार के साथ ही देश के आम जनमानस की जनसंपर्क की भाषा भी है। आज के डिजिटल युग में भी हिंदी बोलने वालों का दायरा निरंतर बढ़ रहा है। विद्यार्थियों ने हिंदी की विभिन्न विधाओं जैसे लघु नाटिका, कहानी, नाटक, कविता-पाठ, नृत्य व समूह गान में अपनी प्रतिभा का



रेवाड़ी। प्रतियोगिता के विजेताओं को सम्मानित करते प्राचार्य व स्टाफ।

प्रदर्शन किया। वहीं जिला प्रशिक्षण एवं तकनीकी संस्थान हुसैनपुर में आयोजित जिला स्तरीय हिंदी पखवाड़ा कार्यक्रम में विद्यालय की छात्रा पायल ने स्व रचित कविता में प्रथम, नाजुक ने भाषण प्रतियोगिता में तीसरा, हिमांशी ने भाषण प्रतियोगिता में तीसरा तथा मुस्कान ने स्वरचित कहानी की विधा में द्वितीय स्थान प्राप्त किया। इस अवसर पर गांव की सरपंच शीलवती यादव, मोहनलाल शर्मा,

रमेश शर्मा व प्रवक्ता प्रदीप कुमार ने हिंदी भाषा के इतिहास, लोकप्रियता तथा मातृभाषा के रूप में हिंदी के भविष्य पर अपने विचार व्यक्त किए। इस अवसर पर स्टाफ सदस्य अनिल कुमार, श्री भगवान, सुनीता देवी, राम सिंह, पिंकी यादव, पूजा यादव, अदिति, करण सिंह, किरण देवी, दीपिका, विजेंद्र बाबू, राकेश, दिनेश कुमार, राकेश कुमार, जीतू, उपनिष व रमेश देवी उपस्थित थे।



रेवाड़ी। कार्यक्रम में महिलाओं को जानकारी देते हुए।

फोटो : हरिभूमि

बच्चों व गर्भवती महिलाओं के बेहतर स्वास्थ्य के लिए उचित पोषण बेहद जरूरी: योगेश

रेवाड़ी। गांव भाड़ावास में महिला एवं बाल विकास विभाग की ओर से पोषण अभियान के तहत जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर महिलाओं और बच्चों को बेहतर पोषण एवं स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया गया। विभाग की सुपरवाइजर योगेश कुमारी ने महिलाओं को संतुलित एवं पौष्टिक आहार के महत्व की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि बच्चों, गर्भवती महिलाओं और धात्री माताओं के बेहतर स्वास्थ्य के लिए उचित पोषण बेहद जरूरी है। उन्होंने दैनिक आहार में पौष्टिक खाद्य पदार्थों को शामिल करने तथा स्वच्छता का विशेष ध्यान रखने का आह्वान किया। कार्यक्रम में आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं एवं सहयोगिताओं सहित स्वास्थ्यकर्मी, आशा वर्कर्स व शिक्षक मौजूद थे।

20 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई

नाबालिग से दुष्कर्म के दोषी को 20 साल का कारावास

रेवाड़ी। एसजे फास्ट ट्रैक कोर्ट डा. मैनपाल रामावत की अदालत ने नाबालिग का अपहरण करने के बाद दुष्कर्म का शिकार बनाने के आरोपी को दोषी करार दिया है। अदालत ने उसे 20 साल के कारावास और 20 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है। मामले का फैसला महज सवा साल में आया है। धारूहेड़ा क्षेत्र के एक गांव निवासी व्यक्ति ने सेक्टर-6 थाना पुलिस को दर्ज शिकायत में बताया था कि गत वर्ष 11 जून को सुबह उसकी 14 साल की बेटी घर से बिना बताए कहीं चली गई। काफी तलाश करने के बाद भी उसकी बेटी का कोई पता नहीं चला। उसने अज्ञात व्यक्ति पर बेटी के अपहरण की आशंका जताई थी। पुलिस ने उसकी शिकायत पर केस दर्ज करने के बाद नाबालिग को गत वर्ष 14 जून को बरामद कर लिया था। पुलिस ने उसके कोर्ट में बयान दर्ज कराए थे। नाबालिग ने एक मनीष नाम के युवक पर उसे बहला-फुसला कर खाटूश्याम ले जाने तथा उसके साथ एक धर्मशाला में दुष्कर्म करने का आरोप लगाया था।



जांच के बाद दायर की चार्जशीट

पुलिस ने जांच पूरी होने के बाद अदालत में चार्जशीट दायर की। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ अदालत में साक्ष्य प्रस्तुत किए और गवाहों के बयान भी दर्ज कराए। साक्ष्यों और सभी पहलुओं पर सुनवाई के बाद फास्ट ट्रैक स्पेशल कोर्ट के एसजे डॉ. मैनपाल रामावत ने आरोपी मनीष को दोषी करार दिया। अदालत ने दोषी को 20 साल कैद और 20 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है। जुर्माना नहीं भरने पर दोषी को दो महीने की अतिरिक्त सजा भी भुगतनी होगी।

बयान दर्ज करने के बाद पुलिस ने इस मामले में पोक्सो एक्ट की धारा इजाद करके मामले में संलिप्त आरोपी युवक मनीष को गिरफ्तार कर लिया था।

खरसानकी व भाड़ावास मंदिर में पौधे लगाकर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

रेवाड़ी गांव खरसानकी स्थित प्राचीन मंदिर व भाड़ावास दूधधारी मंदिर में पर्यावरण संरक्षण और हरियाली को बढ़ावा देने के उद्देश्य से पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया गया। कार्यक्रम का आयोजन प्रताप सिंह पंच बखली ने अपने बेटे मनजीत कुमार इंजीनियर के जन्मदिन के उपलक्ष्य में किया। मंदिर परिसर में छायादार और फलदार पौधे लगाए गए। कार्यक्रम का शुभारंभ महंत कलिदास दूधधारी मंदिर भाड़ावास ने किया। इस मौके पर महंत ने कहा पौधे लगाना बड़ा धर्म है। सभी को अधिक से अधिक पौधे लगाकर पर्यावरण को शुद्ध रखना चाहिए। इस मौके पर हरदयाल, राजेश कुमार, अनिल, राकेश यादव, विकास इंजीनियर, कपिल यादव, नरेंद्र, अखिलेश, प्रीतम यादव, शशि यादव, विक्रम, उमंग राव, वैभव व निधान राव मौजूद रहे।



आईजीयू, कोसली व सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र बावल में आज लगाए जाएंगे रवतदान शिविर

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रेवाड़ी

एडीसी राहुल मोदी ने कहा कि सेवा संकल्प अभियान के कार्यक्रम में कोई अधिकारी, शिक्षक, विद्यार्थी या समाजसेवी विकसित भारत की परिकल्पना को साकार करते हुए कुछ भी नया प्रस्तुतिकरण कर सकते हैं। एडीसी राहुल मोदी बुधवार को लघु सचिवालय सभागार में सेवा संकल्प अभियान की तैयारियों को लेकर अधिकारियों की बैठक ले रहे थे। उन्होंने कहा कि वीरवार को सुबह 9 बजे सेवा संकल्प अभियान की शुरूआत करते हुए इंदिरा गांधी यूनिवर्सिटी मीरपुर, सामान्य अस्पताल कोसली एवं सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र बावल में रक्तदान शिविर लगाए जाएंगे। इसके बाद विगत 12 वर्षों में नवनिर्मित विकास परियोजनाओं



एआई जेनेरेटिव फोटो

व धार्मिक स्थानों पर आशीर्वाद का दीया नाम से कार्यक्रम होगा। जिला स्तरीय मुख्य कार्यक्रम माजरा एम्स में आयोजित होगा, जिसमें स्वास्थ्य मंत्री आरती राव दीप शिरक करेंगी। जिले के सभी गांवों,

शहर के प्रमुख स्थलों, कोसली व बावल में वीरवार की शाम 7 से 8 बजे तक आशीर्वाद के दीये जलाए जाएंगे इस अवसर पर सीटीएम जितेंद्र कुमार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।



रेवाड़ी। महेश्वरी में लोगों को संबोधित करते हुए आरती राव।

फोटो : हरिभूमि

स्वास्थ्य विभाग की ओर से नागरिकों को पहले से बेहतर सेवाएं प्रदान की जा रही: आरती

■ स्वास्थ्य मंत्री ने गांव महेश्वरी में ग्रामीणों को किया संबोधित

हरिभूमि न्यूज़ ॥ धारूहेड़ा

स्वास्थ्य, आयुष एवं चिकित्सा शिक्षा मंत्री आरती राव ने कहा कि स्वस्थ नागरिक ही विकसित भारत के निर्माण का सपना साकार कर सकते हैं। इसलिए हर नागरिक को अपनी सहेत का ध्यान रखना चाहिए और नशीले पदार्थों से दूर रहना चाहिए। स्वास्थ्य मंत्री आरती राव बुधवार को गांव महेश्वरी में पंचायत समिति चैयरमैन दलबीर सिंह की ओर से आयोजित कार्यक्रम में लोगों को संबोधित कर रही थीं। सरकारी अस्पतालों में आधुनिक मशीनें चिकित्सा सेवा के लिए लगाई जा रही हैं। आम नागरिकों को स्वास्थ्य

विकास कार्यों का शुभारंभ किया

इस अवसर पर स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने गांव महेश्वरी में 40 लाख रुपये के विकास कार्यों का शुभारंभ भी किया। इसके उपरांत स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने गांव मीरपुर में ग्रामीणों की समस्याएं सुनी और अधिकारियों को समस्या का निराकरण करने के निर्देश दिए। कार्यक्रम में धारूहेड़ा नगर पालिका के चेयरमैन अजय जांगड़ा, को-ऑपरेटिव सोसायटी के चेयरमैन अजय पाटीदा, सरपंच मीनाक्षी देवी, जिला महामंत्री कुलदीप चौहान, मंडल अध्यक्ष हनुमान छावड़ी, देवराज व जयपाल यादव सहित अनेक गांवों के जनप्रतिनिधि एवं कार्यकर्ता उपस्थित थे।

विभाग की ओर से अब पहले से बेहतर सेवाएं प्रदान की जा रही हैं।



नवप्रवेशी छात्राओं को कॉलेज की विभिन्न गतिविधियों और सुविधाओं की दी जानकारी

रेवाड़ी। सेक्टर-18 स्थित प्रथम महिला शिक्षिका माता सावित्रीबाई फुले राजकीय कन्या महाविद्यालय में नवप्रवेशी छात्राओं के लिए ओरिएंटेशन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को महाविद्यालय की शैक्षणिक व्यवस्था, नई शिक्षा नीति-2020, विषय चयन एवं महाविद्यालय की विभिन्न गतिविधियों और सुविधाओं से परिचित कराना रहा। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्या डा. ज्योति यादव ने की। प्राचार्या ने नवप्रवेशी छात्राओं को महाविद्यालय की शैक्षणिक एवं सह-पाठ्यक्रम गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने माता सावित्रीबाई फुले के जीवन से प्रेरणा लेने का आह्वान करते हुए जीवन में आने वाली हर समस्या व चुनौती का डटकर सामना करने का आह्वान किया।

राव को बताया सभी जाति का सर्वमान्य नेता

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रेवाड़ी

कैबिनेट मंत्री आरती सिंह राव ने बुधवार को महेश्वरी और मीरपुर गांव में आयोजित सम्मान समारोह के दौरान अपने पिता के केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह के राजनीतिक विरोधियों को जमकर आड़े हाथों लिया। उन्होंने कहा कि राव इंद्रजीत सिंह को महज अहीर जाति से जोड़कर देखना पूरी तरह गलत है। अहीरवाल में वह अकेले नेता हैं, जो सभी जाति के लोगों के लिए सर्वमान्य हैं। उनके नाम का इस्तेमाल महज राजनीतिक लाभ के लिए किया जाता है। अपनी राजनीति चमकाने के लिए विरोधी उनके खिलाफ अनर्गल बयानबाजी करते



रेवाड़ी। रोड-शो के दौरान आरती राव व समर्थक।

फोटो : हरिभूमि

हैं, परंतु इलाके की जनता ने उन्हें एकजुट होकर लगातार पूरा सम्मान दिया है। दोनों गांवों में जनसभाओं को संबोधित करने के बाद आरती सिंह राव ने कहा कि किसी एक जाति की बदौलत न तो कोई नेता चुनाव जीत पाता है और न ही सरकार बन

सकती है। राव इंद्रजीत सिंह को 'गैर अहीर' मतदाताओं वाले गांवों में भी अच्छा बहुमत मिला था। उनके विरोधी अपनी राजनीति चमकाने के लिए उनके नाम का इस्तेमाल करते हैं। राव इंद्रजीत सिंह ने क्षेत्र में विकास करने के लिए कभी

जातिगत भेदभाव को महत्व नहीं दिया। माजरा में निर्माणधीन एम्स इसका सीधा उदाहरण है। एम्स में इलाज कराने के लिए आने वाले लोगों का इलाज जाति या धर्म पृष्ठक नहीं किया जाएगा। यह केंद्र सरकार का ऐसा प्रोजेक्ट है, जिससे दूर-दराज के लोगों को भी बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं मिल सकेंगी। उन्होंने गुरग्राम से लेकर समूचे अहीरवाल क्षेत्र में कई विकास परियोजनाओं को सिरें चढ़वाने में बड़ी भूमिका अदा की है। राव इंद्रजीत सिंह ही ऐसे नेता हैं, जो इलाके की भलाई के लिए किसी भी स्तर पर लड़ाई लड़ने को तैयार रहते हैं। यही कारण है कि क्षेत्र की जनता ने लगातार उनका साथ निभाया है।

बेहतरीन स्वास्थ्य सेवा सभी का अधिकार

आरती सिंह राव ने कहा कि प्रदेश सरकार पूरे राज्य के सरकारी अस्पतालों में बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने की दिशा में निरंतर प्रयास कर रही है। बेहतरीन स्वास्थ्य सेवाएं सभी नागरिकों का अधिकार है। उनका प्रयास है कि आम लोगों को सरकारी अस्पतालों में भी प्राइवेट की तर्ज पर बेहतर इलाज मिले। इसके लिए सरकार हरसंभव प्रयास कर रही है।

रोड शो के जरिए किया गया शक्ति प्रदर्शन

सहकारी बैंक के चेयरमैन अजय पाटीदा व धारूहेड़ा ब्लॉक समिति प्रधान दलबीर सिंह ने आरती राव के रोड शो का आयोजन कराया, जिसमें बड़ी संख्या में युवाओं और धारूहेड़ा क्षेत्र के लोगों ने हिस्सा लिया। धारूहेड़ा नगर पालिका के चेयरमैन अजय जांगड़ा भी इस मौके पर मौजूद रहे। मीरपुर में ठेकदार वेदप्रकाश की ओर से कार्यक्रम का आयोजन कराया गया।

हार नहीं मानने की प्रेरणा परिवार से मिली

उन्होंने कहा कि राजनीति उन्हें विरासत में मिली है। दादा और पिता से उन्हें काफी कुछ सीखने को मिला। परिवार से उन्हें हार नहीं मानने की प्रेरणा मिली। विधायक बनने के बाद उन्हें स्वास्थ्य बनने का मौका मिला है। यह विभाग आमजन की सेवा का सबसे बड़ा माध्यम है।