हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, गुरुवार, 27 मार्च 2025

तापमान
अधिकतम 39.7 डिग्री
न्यूनतम 14.6 डिग्री

शॉट पुट में स्वीटी, हर्डल रेस में दिव्या और 3000... 11

महम अनाज मंडी में सुचारू रूप से नहीं हो रही खरीद ... 12

शहर में आज

- आंबेडकर चौक पर रक्तदान शिविर सुबह 9 बजे से
- मांगों को लेकर रोडवेज कर्मचारियों की बैठक
- बिजली निगम के कर्मचारियों की बैठक
- बिजली निगम कार्यालय में सुबह 11 से 1 बजे तक खुलादरबार

खबर संक्षेप

डॉ. कृष्णा कुमारी का एनआईटी दिल्ली में चयन

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के एमडीयू-सीपीएएस, गुरुग्राम की एलुमनी डॉ. कृष्णा कुमारी का चयन एनआईटी दिल्ली में बतौर सहायक प्रोफेसर हुआ है। एफडीसी उप निदेशिका डॉ. माधुरी हुड्डा ने बताया कि डॉ. कृष्णा कुमारी ने डा. निधि के दिशा-निर्देशन में एमडीयू-सीपीएएस से पीएचडी की डिग्री की है। बुधवार को एमडीयू के फैकल्टी हाउस में प्राध्यापकों ने डॉ. कृष्णा कुमारी को उपलब्धि के लिए बधाई एवं शुभकामनाएं दी।

कुश्ती अकादमी के लिए ट्रायल 29 को होगा

रोहतक। उपायुक्त धीरेंद्र खडग़टा ने बताया कि सर छोटूराम स्टेडियम में लड़कियों की कुश्ती खेल की आवासीय खेल अकादमी संचालित की जा रही है। वर्ष 2025-26 के लिए 12 से 19 वर्ष आयुवर्ग की कुश्ती खेल की खिलाड़ियों के लिए अब 29 मार्च को सुबह 9 बजे सर छोटूराम स्टेडियम में चयन के लिए ट्रायल होगा। डीसी ने कहा कि आवासीय खेल अकादमी में मान्यता प्राप्त अंतर राष्ट्रीय/ राष्ट्रीय प्रतियोगिता में पदक व प्रतिभागिता तथा राज्य एवं जिला स्तर की प्रतियोगिताओं में पदक प्राप्त करने वाले खिलाड़ियों का चयन ट्रायल के आधार पर किया जाएगा।

फौजी ढाबा पर फायरिंग करने का आरोपी काबू

रोहतक। पुलिस ने दिल्ली रोहतक रोड चुलियाना मोड़ के नजदीक स्थित फौजी ढाबे पर हुई फायरिंग की वारदात में आरोपी को गिरफ्तार किया है।

आरोपी को कोर्ट में पेश करके एक दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। सीआईए-1 प्रभारी कुलदीप सिंह ने बताया कि 20 दिसंबर 2023 को पुलिस को सूचना मिली कि फौजी ढाबे पर फायरिंग हुई है। पुलिस ने मौके पर पहुंच कर जांच शुरू की।

सख्ती: प्रशासन पहले ही 86 अवैध कॉलोनियों की लिस्ट जारी कर चुका

40 एकड़ में बनी अवैध कॉलोनियों में रोड नेटवर्क, सीवरेज लाइन व खंभों को हटाया

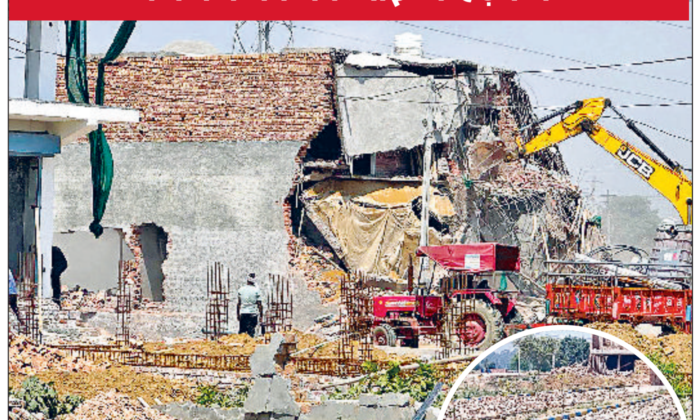
- डीसी खुद कर रहे निगरानी, किसी के साथ भेदभाव नहीं होगा
- 20 से ज्यादा कालोनियों में यह अवैध निर्माण को तोड़ा जा चुका

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

जिला नगर योजनाकार द्वारा अवैध कॉलोनियों में हो रहे निर्माण के कार्य को ढहाने का कार्य निरंतर जारी है। बुधवार को सेक्टर-7 में 40 एकड़ में बनी अवैध कॉलोनियों में तोड़फोड़ अभियान चलाया गया। अभी तक 20 से ज्यादा कालोनियों में यह अवैध निर्माण को तोड़ा जा चुका है। डीसी खुद तोड़फोड़ अभियान की निगरानी कर रहे हैं और भविष्य में भी यह अभियान जोरशोर से जारी रखा जाएगा। प्रशासन की तरफ से 86 अवैध कॉलोनियों की लिस्ट जारी की जा चुकी है।

जानकारी के अनुसार, विभाग की टीम ने कच्चा रोड नेटवर्क, 15 नींव, 14 निर्माण, सीवरेज लाइन व इंटरलॉक टाइल रोड व बिजली के खंबों को हटाया गया। इस अभियान के दौरान जिला नगर योजनाकार के साथ भारी पुलिस बल भी तैनात रहा। ताकि किसी भी तरह की घटना से तुरंत निपटा जा सके। हालांकि इस दौरान कुछ लोगों ने तोड़फोड़ कार्रवाई को लेकर एतराज जताया। लेकिन विभाग ने स्पष्ट किया कि कार्रवाई जारी रहेगी। भविष्य में भी नोटिस देकर तोड़फोड़ अभियान चलाए जाएंगे। अधिकारियों ने इस दौरान कहा कि आमजन अपनी जमा पूंजी को अवैध निर्माण या कॉलोनी में निवेश न करें। जिला प्रशासन द्वारा विभिन्न राजस्व संपदाओं में चिन्हित की गई अवैध कॉलोनियों में किसी तरह की खरीद-फरोख्त न करें। अवैध कॉलोनियों व निर्माण के विरुद्ध तोड़-फोड़ अभियान लगातार जारी रहेगा।

निगम की कार्रवाई से हड़कंप



कार्यालय से ले सकते हैं जानकारी

जिला नगर योजनाकार सुमनदीप ने नागरिकों से अपील की है कि वे अपनी जीवन की पूंजी अवैध निर्माणों में या डीलर/भू-मालिकों के द्वारा काटी जा रही अवैध कालोनियों में निवेश न करें क्योंकि इस तरह की विभागीय कार्रवाई समय-समय पर प्रशासन द्वारा अमल में लाई जायेगी। उन्होंने कहा है कि आमजन अपनी पूंजी को निवेश करने से पहले उनके कार्यालय में किसी भी कार्य दिवस में आकर पूछताछ कर सकते हैं।

अवैध कॉलोनी विकसित नहीं होने दी जाएगी

जिला उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा ने कहा कि जिले में अवैध निर्माण व कॉलोनी विकसित नहीं होने दी जाएगी। जहां भी भू माफिया अवैध कॉलोनी का कार्य करेंगे, वहां सख्त कार्रवाई की जाएगी। आमजन की सुविधा के लिए प्रशासन द्वारा 86 अवैध कॉलोनियों की लिस्ट जारी की गई है। जिसे पढ़कर लोग खुद की कमाई को सुरक्षित बचा सकते हैं।

नए बजट में स्वास्थ्य सेवाएं बढ़ाने पर फोकस

सामान्य अस्पताल में बढ़ेंगी सुविधाएं मरीजों के लिए अब 200 बेड होंगे

- हर बीमारी का टेस्ट शुरू करवाने की तैयारी में राज्य सरकार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

सामान्य अस्पताल में सुविधाएं बढ़ाने के लिए तैयारियां शुरू हो गई हैं। नए आदेशों के तहत यहां 200 मरीजों के लिए बेड उपलब्ध होंगे। मरीजों को प्राइवेट अस्पताल और पीजीआई नहीं भागना पड़ेगा। यहां उपचार की सभी सुविधाएं मुहैया करवाई जाएंगी। इसके अलावा सभी बीमारियों के टेस्ट के लिए भी यहां लैब को अपडेट किया जाएगा। हाल ही में सरकार द्वारा वित्तीय वर्ष 2025-26 के बजट जारी किया गया है, जिसमें अस्पताल में सुविधाएं बढ़ाने के लिए विशेष ध्यान दिया गया है। सरकार ने सामान्य अस्पताल को अपग्रेड करते हुए 100 से 200 बैड करने की मंजूरी दे दी है।

प्राइवेट लैब जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी

नई तैयारियों के तहत सिविल अस्पताल में मरीजों को प्राइवेट लैब और पीजीआई में जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी। सामान्य अस्पताल के अंदर ही सीटी स्कैन, एमआरआई, अल्ट्रासाउंड, ब्लड एनालाइजर, डिजिटल एक्स-रे की सुविधा मिलेगी। इसके बाद मरीजों को उपचार में काफी लाभ होगा। बजट में राज्य सरकार ने मेडिकल कॉलेजों में एमबीबीएस की सीटें बढ़ाने की भी घोषणा की है। जिसके बाद रोहतक में सरकारी अस्पतालों में डॉक्टरों की कमी दूर हो जाएगी। बजट में सरकार ने एमबीबीएस की 1482 सीट बढ़ाने का प्रावधान किया है।

उपचार के लिए और सुविधाएं दी जाएंगी

सिविल अस्पताल के अंदर मरीजों के उपचार के लिए और सुविधाएं दी जाएंगी। यहां मॉडर्न उपकरण उपलब्ध करवाए जाएंगे। इसके साथ ही 50 बैड का क्रिटिकल केयर यूनिट व नई एम्बुलेंस की सुविधा भी मरीजों को दी जाएगी। अस्पताल में मरीजों को बेहतर उपचार देने के लिए पूरे प्रयास किए जा रहे हैं। **-डॉ. रमेश कुमार, सिविल सर्जन**

50 बेड की क्रिटिकल केयर यूनिट बनेगी

नई योजना के तहत अस्पताल में 50 बेड की क्रिटिकल केयर यूनिट बनाई जाएगी। इसमें मरीजों को इंसेटिव केयर यूनिट, आइसोलेशन वार्ड, आइसोलेशन रूम, एमसीएच, हाई डिपेंडेंस यूनिट, आपातकालीन यूनिट, ऑपरेशन थिएटर, लेबर डिलीवरी रिकवरी रूम की सुविधाएं दी जाएंगी।

बहलबा गांव: मकान में आग, घर का सामान जला

महम। आग की घटना की जानकारी देता पीड़ित परिवार व अन्य ग्रामीण।

- आग लगने का कारण शॉर्ट सर्किट बताया जा रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महम

बिजली का शॉर्ट सर्किट हो जाने से बहलबा गांव के एक मकान में अचानक आग लग गई। आग इतनी तेजी से फैली की घर में रखा सारा सामान जलकर राख हो गया। आग की सूचना मिलते ही महम से दमकलकर्मी पवन कुमार व अन्य फायरमैन दमकल वाहन लेकर मौके पर पहुंचे। अग्निशमन केंद्र महम की टीम ने आग पर बड़ी मुश्किल से काबू पाया। आग इतनी भयानक थी की बंद रखे संदूक में रखा सामान भी जल गया। गनीमत यह रही कि आग पर जल्द ही काबू पा लिया गया। वरना आग से आस पड़ोस के मकानों में भी नुकसान हो सकता था। पीड़ित मकान मालिक कृष्ण पुत्र रामदिया ने बताया कि आग लगने से उसका लाखों रुपए का सामान जल गया। वह दिहाड़ी मजदूरी करके परिवार का गुजारा चलाता है। बड़ी मुश्किल से उसने थोड़े थोड़े पैसे बचाकर सामान खरीदा था। अब वह पूरी तरह जल गया है। पीड़ित ने प्रशासन से आर्थिक मदद की गुहार लगाई है।

महम बार एसो. के पूर्व प्रधान रवि शंकर सोनी के खिलाफ केस

महम। बार एसोसिएशन महम के पूर्व प्रधान रवि शंकर सोनी के खिलाफ महम थाने में बुधवार को एससी एसटी एक्ट के तहत केस दर्ज हुआ है। उन पर क्लाइंट को केस की फाइल वापस करने और जाती सूचक गालियां देने का आरोप है। पुलिस को दी शिकायत में कस्बा महम के वार्ड 10 निवासी सोनू पुत्र राजेंद्र सिंह ने बताया कि वह चमार जाति से संबंध रखता है। उसके व नरवाना के भीखेवाला के रहने वाले संदीप पुत्र प्रताप के खिलाफ महम में केस दर्ज करवाया गया था। उसने एक इस्तगासा अदालत में दायर कर रखा है। दोनों केसों में उसने और संदीप ने रवि शंकर सोनी को वकील किया था। 24 जनवरी को बार बार आवाजें होने के बाद भी रविशंकर सोनी अदालत में पेश नहीं हुए। सोनू का कहना है कि वकील ने कहा कि उसने जज साहब से दो लाख रुपए में बात कर रखी है। जबकि हमने वकील को बात करने के लिए नहीं कह रखा था। हमने वकील से कहा कि वे अदालत में बहस करें।

बढ़ेगी दिक्कत नहर से अभी 5 दिन के बाद छोड़ा जाना है पानी

सांपला: गर्मी का मौसम शुरू होते ही पानी की खपत बढ़ी, जलघर पड़े खाली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सांपला

गर्मी का मौसम शुरू होते ही पानी की खपत भी बढ़ गई है। नहरों में पानी कम आने की वजह से जल घरों में सिर्फ एक-दो दिन का पानी बचा है। कई जल घर तो सूख चुके हैं। जिनमें बच्चे क्रिकेट खेलते हैं। कस्बे के सभी तालाबों का पानी खत्म हो चुका है इसके अलावा इलाके के 22 गांव के जल घरों के तालाबों का पानी समाप्त हो गया है। ऐसे में कस्बे के अलावा ग्रामीण क्षेत्र में भी पानी की कटौती शुरू हो गई है। ऐसे में लोगों को जरूरत के हिसाब से पानी खर्च करना होगा ,नहीं तो उनके सामने और भी समस्या खड़ी हो जाएगी। कस्बे में लोग कैंपर का पानी खरीद कर पी रहे हैं। अधिकारियों का कहना है कि शेड्यूल के अनुसार 2 अप्रैल को पानी आना है। नहर में अभी 5 दिन के बाद पानी छोड़ा जाना है।

सांपला। खाली पड़ा हुआ जलघर। फोटो : हरिभूमि

आपको बता दे कि जन स्वास्थ्य विभाग पिछले एक सप्ताह से पानी की सप्लाई को लेकर चिंतित है। जल घरों का पानी खत्म हो चुका है और पंप से सप्लाई दी जा रही है।

जन स्वास्थ्य विभाग के एसडीओ अनिल कुमार का कहना कि शहर व ग्रामीण क्षेत्र के लोगों को पानी की कोई दिक्कत ना हो इसके लिए पूरे प्रयास किया जा रहे हैं। ट्यूबवेल से पानी एकत्रित कर सप्लाई दी जा रही हैं। सिंचाई विभाग द्वारा नहरों में 2 अप्रैल को पानी छोड़ने की बात कही गई है।

1400 कयूसेक पानी की मांग

2 अप्रैल को नहरों में पानी छोड़ा आएगा। 1400 कयूसेक की डिमांड की गई है। ताकि जल घरों को भरा जाएगा।
-उदयभान सांगवान, एसडीओ सिंचाई विभाग रोहतक।

नहरों पर निर्धारित सप्लाई

जल घरों की सप्लाई नेहरों पर निर्भर करती है। क्योंकि ट्यूबवेल कई बार जवाब दे जाते हैं। पानी स्टोर करने के टैंकों की क्षमता एक महीने की नहीं है। जिसकी वजह से ट्यूबवेल से सप्लाई दी जाती है।

अगर पानी समय पर आ गया तो टैंकों में एकत्रित किया जाएगा और फिर उसकी रूटीन में सप्लाई चल जाएगी।

पब्लिक प्लेस पर जब फील हो एलर्जी

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह
सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

मेरी उम्र 29 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे लगातार छींकें आने लगती हैं। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे बचा जाए?

-रितेश, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है, आपको धूल से एलर्जी है, क्योंकि आप जब घर से बाहर भीड़-भाड़ वाले स्थान पर जाते हैं तो वहां जो धूल उड़ती है, उससे आपको छींकें आना शुरू हो जाती हैं। यह समस्या तमाम लोगों में देखी जाती है। इससे बचाव के लिए बेहतर होगा कि आप जब ऐसे स्थान पर जाएं तो मास्क लाकर ही जाएं। इस उपाय को अपनाने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 32 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी गर्दन से लेकर कंधे तक अकड़न बनी रहती है, साथ ही हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, बिलासपुर

यह समस्या उन लोगों को ज्यादा होती है, जिनकी लंबी सिटिंग होती हैं यानी, ऑफिस में एक ही पोश्चर में लंबे समय तक बैठे रहते हैं। इसके स्थाई समाधान के लिए आपको रेग्युलर एक्सरसाइज करना पड़ेगा। सर्वाइकल की एक्सरसाइज कौन-कौन सी होती हैं यह जानने के लिए बेहतर होगा कि आप किसी फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर लें। वे आपको बताएंगे, उसके बाद नियमित रूप से सुबह-शाम एक्सरसाइज करें। साथ ही ऑफिस में लंबे समय तक एक ही पोश्चर में ना बैठें। बीच-बीच में मूवमेंट करते रहें। इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। दो-तीन महीने से बहुत स्ट्रेस फील कर रहा हूं। न अच्छी भूख लगती है, न ठीक से सो पाता हूं। कृपया बताएं कि मुझे क्या करना चाहिए?

-कामेश्वर, भोपाल

आप अपनी परेशानी का कारण खुद ही बता रहे हैं। आप यह जानने की कोशिश करें कि जब से यह समस्या शुरू हुई है, उसके आस-पास जीवन में क्या ऐसा घटित हुआ है, जिससे स्ट्रेस हो रहा है। इसकी वजह क्या है? अगर जरूरत पड़े तो आप मनोचिकित्सक से संपर्क कर सकते हैं। इसे तरह स्ट्रेस से मुक्ति मिलेगी और आपको नींद भी आने लगेगी।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मैं हेयर ट्रांसप्लांट करवाना चाहता हूं। क्या यह सेफ है? इसके लिए मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए? कृपया सजेस्ट करें।

-विभूति, रोहतक

आजकल हेयर ट्रांसप्लांट करने का चलन बढ़ा हुआ है, लेकिन आपके लिए कितना सेफ रहेगा, यह तो जांच करने के बाद ही पता चलेगा। आपकी स्किन कैसी है, आपको किसी चीज से एलर्जी तो नहीं है, जांच के बाद तय किया जा सकता है। बेहतर होगा कि आप किसी स्किन स्पेशलिस्ट डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे आपको जांच के बाद बताएंगे कि आपके लिए ट्रांसप्लांट करवाना कितना उचित रहेगा।

मेरी उम्र 54 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मुझे भूख बिल्कुल नहीं लगती है। पेट हमेशा भरा-भरा सा लगता है। कभी-कभी खट्टी डकारें भी आती हैं। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-सखाराम, जींद

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित हो रही है। जिस वजह से आपको खट्टी डकार आती है और भूख कम लगती है। इसके लिए आप दोपहर के खाने में दही और सलाद जरूर शामिल करें। साथ ही तली-भुनी और ऑयली चीजें खाने से बचें। रात में हल्का खाना जैसे दलिया या खिचड़ी खाएं। साथ ही सुबह-शाम सैर जरूर करें। इससे आपको आराम मिलेगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

स्पेशलः वर्ल्ड बाइपोलर-डे, 30 मार्च

बाइपोलर डिसऑर्डर हेल्दी लाइफस्टाइल सही मेडिकल ट्रीटमेंट से मिलती है राहत

बाइपोलर डिसऑर्डर एक जटिल मेंटल डिजीज है। इसके होने की कई वजहें हो सकती हैं। लेकिन अगर इसके लक्षणों को ध्यान में रखते हुए सही लाइफस्टाइल को फॉलो किया जाए और जरूरत पड़ने पर मेडिकल ट्रीटमेंट करवाया जाए, साथ ही फैमिली सपोर्ट मिले तो इसे कंट्रोल किया जा सकता है। इस रोग के बारे में आप भी विस्तार से जानिए।

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. गौरव गुप्ता
डायरेक्टर-तुलसी हेल्थ केयर
नई दिल्ली-गुरुग्राम

अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार द्विध्रुवीय विकार (बाइपोलर डिसऑर्डर) एक मनोरोग है, जिसमें पीड़ित व्यक्ति के मूड, ऊर्जा और उसकी कार्यक्षमता में बदलाव आता है। दूसरे शब्दों में कहें तो बाइपोलर डिसऑर्डर एक ऐसी मानसिक स्थिति है, जिसमें मूड में अत्यधिक उतार-चढ़ाव होते हैं। इस मनोरोग में उन्माद (मेनिया) और अवसाद (डिप्रेशन) सरीखी स्थितियां (मूड एपिसोड्स) भी शामिल हैं। ऐसे मूड एपिसोड कई दिनों से लेकर हफ्तों तक रह सकते हैं।

क्या हैं कारण

बाइपोलर डिसऑर्डर के कई संभावित कारण हो सकते हैं, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं।

न्यूरोकेमिकल में असंतुलनः मस्तिष्क रसायनों (न्यूरोकेमिकल्स) जैसे डोपामाइन और सेरोटोनिन आदि में असंतुलन बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं।

आनुवांशिक कारकः अगर परिवार के किसी सदस्य को बाइपोलर डिसऑर्डर रहा है, तो परिवार के अन्य सदस्य में इसके होने का जोखिम बढ़ जाता है। एक अध्ययन के अनुसार बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लगभग 60% मरीज ऐसे हैं, जिन्हें डिप्रेशन या बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या जेनेटिक कारणों से मिली है।

तनावपूर्ण घटनाएंः इसके अंतर्गत जीवन की गंभीर तनावपूर्ण घटनाएं जैसे किसी रिश्ते का टूटना, गंभीर बीमारी या कोई भावनात्मक समस्या आदि शामिल की जाती हैं, जो बाइपोलर डिसऑर्डर का कारण बन सकती हैं। भावनात्मक समस्या में आपसी संबंधों का बिगड़ना, पति-पत्नी के बीच तलाक होना, परिवार में किसी प्रियजन की मृत्यु होना आदि को शामिल किया जा सकता है।

मस्तिष्क की संरचना में बदलावः ब्रेन इमेजिंग अध्ययनों से पता चला है कि बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त लोगों के मस्तिष्क में संरचनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षण

पीड़ित व्यक्ति कभी-कभी बहुत ज्यादा निराश, उदास और दुखी महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग अवसाद (डिप्रेशन) से मिलते-जुलते होते हैं। कभी-कभी वह बहुत ज्यादा प्रफुल्लित और स्वयं को असाधारण रूप से ऊर्जावान महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग उन्माद (मेनिया) सरीखे होते हैं। उन्माद और अवसाद की स्थितियों (एपिसोड्स) के बीच मूड में अचानक और तीव्र बदलाव होना। इस स्थिति को मनोचिकित्सकीय भाषा में 'मूड स्विंग्स' कहते हैं। इनके अलावा अपनी क्षमताओं के बारे में गलतफहमी रखना, तेज गति से सोचना और बोलना, गलत फैसले लेना, नींद बहुत कम आना, चिड़चिड़ापन महसूस करना, स्वयं को बहुत ज्यादा महत्व देना या फिर अपने को श्रेष्ठ समझना भी इसके लक्षणों में शामिल हो सकता है।

ऐसे करते हैं डायग्नोसिस

बाइपोलर डिसऑर्डर का पता लगाने के लिए विशेषज्ञ डॉक्टर सबसे पहले मरीज से बात करते हैं, उसके बाद उसके परिजनों से भी। इसके अलावा डॉक्टर मरीज की अन्य बीमारियों का पता लगाने के लिए कंप्लीट फिजिकल टेस्ट भी करवा सकते हैं ताकि उसके लक्षणों का पता लगाया जा सके। साथ ही, मरीज की मेडिकल हिस्ट्री और फैमिली हिस्ट्री आदि के जरिए भी डॉक्टर मर्ज का पता लगाते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

यह सच है कि फिलहाल बाइपोलर डिसऑर्डर का कोई स्थाई इलाज नहीं है, लेकिन विशेषज्ञ डॉक्टरों द्वारा सुझाई गई दवाएं लेने और उनके परामर्श पर अमल करने से बाइपोलर डिसऑर्डर का प्रबंधन और नियंत्रण जरूर किया जा सकता है, जिससे मरीज के जीवन की गुणवत्ता में सुधार होता है। विशेषज्ञ डॉक्टर विशेषकर मनोचिकित्सक कुछ दवाओं के सेवन का सुझाव दे सकते हैं, जिन्हें 'मूड स्टेबलाइजर्स' के रूप में जाना जाता है। इसके अलावा चिकित्सक के परामर्श से एंटीडिप्रेसेंट दवाएं भी मूड स्विंग को नियंत्रित करने में मदद कर सकती हैं।

मनोचिकित्सा (साइकोथेरेपी)ः मनोचिकित्सक मरीज की स्थिति के अनुसार साइकोथेरेपी का सहारा लेते हैं। मरीज के अलावा वे परिवार के सदस्यों की भी काउंसलिंग करते हैं। इसके अलावा कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (सीबीटी) बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षणों को प्रबंधित करने में सहायक है।

जीवनशैली में बदलावः यूरोपियन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के मुताबिक बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लोगों को जहां तक संभव हो सके, स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करना चाहिए। ऐसा करने से उन्हें अपनी समस्या को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। यही नहीं, जो लोग बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त नहीं हैं, वे भी अगर स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करें तो इससे उनमें भी इस समस्या के भविष्य में होने का जोखिम काफी हद तक कम हो सकता है। स्वास्थ्यकर जीवनशैली के अंतर्गत संतुलित पौष्टिक खान-पान, नियमित रूप से व्यायाम, 6 से 8 घंटे की पर्याप्त नींद लेना और तनाव का समुचित प्रबंधन आदि बातें शामिल हैं।

नियमित व्यायाम करेंः नियमित व्यायाम, बाइपोलर डिसऑर्डर पेशेंट्स के मूड को स्थिर करने में मदद कर सकता है। किस व्यक्ति को कितने समय तक और किस-किस प्रकार के व्यायाम करना चाहिए, इस संदर्भ में पीड़ित व्यक्ति को डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना चाहिए। इसके अलावा मेडिटेशन भी फायदेमंद हो सकता है।

पर्याप्त नींद जरूरीः बाइपोलर डिसऑर्डर किसी व्यक्ति की नींद उड़ा सकता है। ऐसा व्यक्ति बहुत कम सोता है। नींद पूरी न होने से मूड में बदलाव ज्यादा आता है। इसलिए मूड को प्रबंधित करने के लिए पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है। इसके लिए नियमित समय पर बिस्तर पर जाने और सुबह एक निश्चित समय पर उठने की आदत डालें। सोने से पहले स्क्रीन टाइम यानी टेलीविजन देखने, स्मार्टफोन और कंप्यूटर के इस्तेमाल से दूर रहें। जिन लोगों को सोने में कठिनाई होती है, उन्हें डॉक्टर से बात करनी चाहिए। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इन बातों का रखें ध्यान

- परिवार और दोस्तों के साथ समय बिताएं और उनसे मदद लें।
- सकारात्मक सोच रखें।
- तनाव और चिंता को नियंत्रित करने के लिए योग और ध्यान का सहारा लें।
- शराब और अन्य मादक पदार्थों का सेवन न करें, क्योंकि वे आपकी समस्या को बढ़ा सकते हैं।

स्पेशलः वर्ल्ड ऑटिज्म अवेयरनेस डे, 2 अप्रैल

ऑटिज्म एक विकास संबंधी एब्नॉर्मलिटी है, जिससे पीड़ित व्यक्ति को बातचीत करने, पढ़ने-लिखने और दूसरों से घुलने-मिलने में परेशानी होती है। ऐसे बच्चों की केयर पैरेंट्स को बहुत सावधानी से करने की जरूरत होती है। इस बारे में बहुत जरूरी सजेशंस।

ऑटिज्म पेशेंट के लिए जरूरी सही ट्रीटमेंट-इमोशनल सपोर्ट

अवेयरनेस
शिखर चंद जैन

ऑटिज्म को ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर भी कहते हैं। यह एक ऐसी स्थिति है, जिससे पीड़ित व्यक्ति का दिमाग अन्य लोगों के दिमाग की तुलना में अलग तरीके से काम करता है। इस बीमारी के बारे में अभी तक बहुत ज्यादा जानकारी उपलब्ध नहीं है और न ही वर्तमान में इसका कोई परफेक्ट ट्रीटमेंट उपलब्ध है। हालांकि इस बीमारी से पीड़ित लोग नौकरी करने, परिवार और दोस्तों के साथ मेल-मिलाप करने में सक्षम होते हैं, लेकिन कई बार उन्हें दूसरों की मदद लेनी पड़ती है। फैमिली मेंबर्स, टीचर्स या दोस्तों के सहयोग से ये लोग भी नई स्किल्स सीख लेते हैं और बिना किसी सपोर्ट के अपने काम भी कर लेते हैं। सही डायग्नोसिस और इंटरवेंशन ट्रीटमेंट की मदद से ऑटिस्टिक लोगों को सामाजिक व्यवहार और नई स्किल्स सीखने में मदद मिलती है, जिससे वे अपना जीवन बेहतर तरीके से जी पाते हैं।

ऑटिज्म की वजह से बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर आ जाता है, जो यह तय करता है कि वह अपने आस-पास की दुनिया के साथ कैसे रिस्पॉन्स करता है। यह अंतर कुछ ऐसा है जिसके साथ वे पैदा होते हैं-इसका उनके पालन-पोषण के तरीके, भोजन, टीके या जन्म के बाद बच्चे के साथ हुई किसी भी अन्य एक्टिविटी से कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

क्या है ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डरः ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर, एक न्यूरोलॉजिकल और डेवलपमेंटल डिसऑर्डर है, जो लोगों के दूसरों के साथ बातचीत करने, संवाद करने, सीखने और व्यवहार करने के तरीके को प्रभावित करता है। इसके लक्षण आमतौर पर जीवन के पहले दो वर्षों यानी बचपन में दिखाई देते हैं। ऑटिज्म बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर लाता है, जो उन्हें सामाजिक रूप से घुलने-मिलने और अनोखे तरीके से व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है।

प्रमुख लक्षणः इसके प्रमुख लक्षणों में लिमिटेड आइज कॉन्टेक्ट, एब्नॉर्मल बॉडी लैंग्वेज और रिपीटेटिव बिहेवियर या बातें शामिल होते हैं। इसके अलावा अकेले रहना, दूसरे बच्चों के साथ ना खेलना, बोलने के बजाय इशारों से ज्यादा रिस्पॉन्स करना। खुद को चोट लगाना या नुकसान पहुंचाने के प्रयास करना। इस स्थिति के शुरुआती लक्षण माता-पिता या बाल रोग विशेषज्ञों द्वारा बच्चे के एक वर्ष की आयु तक पहुंचने से पहले ही देखे जा सकते हैं। कुछ मामलों में, ऑटिज्म से संबंधित समस्याएं हल्की हो सकती हैं और तब तक स्पष्ट नहीं होती हैं जब तक कि बच्चा स्कूल जाना शुरू नहीं करता।

इससे बढ़ता है रिस्कः नई मेडिकल स्टडीज के अनुसार कई आनुवंशिक कारक ऑटिज्म के जोखिम को जटिल तरीके से बढ़ा सकते हैं। फ्रेजाइल एक्स सिंड्रोम और ट्यूबरस स्क्लेरोसिस जैसी कुछ विशिष्ट आनुवंशिक स्थितियों वाले लोगों में ऑटिज्म के निदान के लिए जोखिम अधिक होता है। ये दो स्थितियां ऑटिज्म के सैकड़ों अलग-अलग दुर्लभ आनुवंशिक कारणों के साथ मिलकर 30% से अधिक मामलों की व्याख्या करती हैं। इसके अलावा गर्भावस्था के दौरान मां द्वारा ली जाने वाली कुछ दवाइयां जैसे कि वैल्प्रोइक एसिड और थैलिडोमाइड, ऑटिज्म के हाई रिस्क से भी जुड़ी हुई हैं। गर्भावस्था के समय माता-पिता का अधिक उम्र का होना भी ऑटिज्म के अधिक जोखिम से जुड़ा हुआ है।

इलाज के तरीकेः ऐसे कई प्रभावी तरीके हैं, जो ऑटिस्टिक बच्चे को अपनी पूरी क्षमता तक पहुंचने में मदद कर सकते हैं।

अप्लाइड बिहेवियर एनालिसिसः इसमें बच्चे की कार्यात्मक चुनौतियों का व्यवस्थित अध्ययन शामिल है, जिसका उपयोग उनके स्किल में सुधार और मिसबिहेव को कम करने के लिए एक बिहेवियरल प्लानिंग बनाने के लिए किया जाता है।

सोशल स्किल ट्रेनिंगः ग्रुप या पर्सनल सेटिंग में किया गया यह प्रयास ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों को सामाजिक स्थितियों में नेविगेट करने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद करता है।

वर्बल-लैंग्वेज ट्रीटमेंटः बच्चे के बोलने के तरीके और उसकी भाषा की समझ में सुधार लाने का प्रयास किया जाता है।

पैरेंटल मैनेजमेंट ट्रेनिंगः इसमें पैरेंट्स को अपने ऑटिस्टिक बच्चे के एब्नॉर्मल बिहेव पर सही प्रतिक्रिया करने और अपने बच्चे में उचित व्यवहार को प्रोत्साहित करने के प्रभावी तरीके सिखाए जाते हैं। पैरेंटल हेल्प ग्रुप्स, पैरेंट्स को ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे की परवरिश के तनाव से निपटने में मदद करते हैं। *

(मनोचिकित्सक डॉ.संजय गर्ग और मनोविज्ञानी डॉ.रूपा तालुकदार से बातचीत पर आधारित)

पैरेंट्स रखें ध्यान

- ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिजीज के बारे में जितना संभव हो उतना जानें।
- ऑटिज्म से पीड़ित अपने बच्चे को अच्छी और बैलेंस्ड डेली रूटीन फॉलो करने के लिए इंस्पायर करें।
- ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों के अन्य पैरेंट्स और अपने समुदाय के रिर्सोसेस से जुड़ें।
- जरूरत पड़ने पर मेडिकल एक्सपर्ट से कंसल्ट करें।
- बच्चे के साथ बिताने के लिए पर्याप्त समय निकालें।
- अपने बच्चे की शिक्षा और उपचार से संबंधित अवेयरनेस को बढ़ाएं।

डाइट
राजकुमार 'दिनकर'

जब भी सूखे मेवे यानी ड्राय फ्रूट्स की बात आती है तो सबसे पहले बादाम का नाम लिया जाता है। वजह है इसमें मौजूद बेशुमार स्वास्थ्यवर्धक गुण। यह किस तरह से हमारे लिए फायदेमंद है, आपको जरूर जानना चाहिए।

हेल्थ के लिए भरपूर फायदेमंद नट है बादाम

बादाम के पोषण के स्तर को देखते हुए पाक कला में सदियों से इसका इस्तेमाल किया जाता रहा है। इसके सेवन का इतिहास हजारों साल पुराना है। बादाम मीठे और कड़वे दो तरह के होते हैं। कड़वे बादाम की कड़वाहट निकालने के बाद उसके तेल का इस्तेमाल खाने में किया जाता है। कड़वे बादाम के फूल सफेद होते हैं और मीठे बादाम के फूल गुलाबी होते हैं। कड़वे बादाम और मीठे बादाम की रासायनिक संरचना समान होती है। बादाम का फल जब पकता है तो यह खुद ही खुल जाता है और उससे यह नट बाहर आ जाता है। बादाम के बीज कठोर छिलकों के अंदर होते हैं।

होते हैं कई पोषक तत्वः पोषक तत्वों से भरपूर बादाम में विटामिन बी1, फोलेट, विटामिन बी3, नियासिन, बी कॉम्प्लेक्स और मैग्नीज भरपूर मात्रा में होता है। 28 ग्राम यानी एक औंस बादाम में 183 कैलोरी, 5.82 ग्राम प्रोटीन, 2.94 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, 16.4 ग्राम फैट, 3.4 ग्राम फाइबर, 7.3 मिलीग्राम विटामिन ई पाया जाता है।

कई तरह से लाभकारीः बादाम हमारी मस्तिष्क और तंत्रिका प्रणाली को मजबूत बनाकर याद्दाश्त को अच्छा बनाता है। बादाम में एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को कम करने का गुण होता है। यह एलडीएल और एचडीएल कोलेस्ट्रॉल के बीच संतुलन बनाकर रखता है। इसमें मौजूद फॉस्फोरस हमारी हृदय गति को सामान्य बनाए रखता है। इसका ग्लासेमिक इंडेक्स कम होता है। यह हमारी रक्त शर्करा के स्तर को बढ़ने से रोकता है। मैग्नीशियम और मैग्नीज से भरपूर होने के कारण यह हड्डियों और दांतों को मजबूती देता है। यह हमारे शरीर के वजन को भी नियंत्रित करके मोटापे के जोखिम को कम करता है। इसमें मौजूद आर्जीनिन एक ऐसा अमीनो एसिड है, जो रक्तप्रवाह को नियमित करता है और इससे हमारी मांसपेशियों को ऑक्सीजन और पोषक तत्व मिलते हैं। विटामिन-ई से भरपूर बादाम त्वचा की नमी को लॉक करके हमें जवां और खूबसूरत बनाता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स बालों की ग्रोथ को बढ़ाते हैं। फास्फोरस युक्त बादाम एसिडिटी को नियंत्रित करता है और शरीर में टीएच लेवल को बनाकर रखता है। आयरन से भरपूर बादाम हमारे शरीर की लाल रक्त कोशिकाओं के विकास को बढ़ाता है और एनीमिया में बहुत फायदेमंद होता है।

ऐसे करें सेवनः बादाम दुनिया में सबसे पुराना और सबसे ज्यादा उगाया जाने वाला नट है। बादाम को साबुत भूनकर या तलकर खाया जाता है। बादाम का छिलका पचाना चूंकि मुश्किल होता है, इसलिए आयुर्वेद इन्हें उबालकर पकाने के बाद खाने की सलाह देता है। इनको अगर भिगोकर खाया जाए तो यह जल्दी पचते हैं। इन्हें बिना भिगोए कच्चा नहीं खाना चाहिए। रात भर भिगोकर, छिलका उतारकर इन्हें खाना चाहिए। बादाम मिल्क शेक या बादाम को अन्य फ्रूट्स के साथ मिलाकर इनकी स्मूदी बनाई जा सकती है। अखरोट, सूरजमुखी के बीज, खजूर, मखाना, किशमिश के साथ मिलाकर अलग-अलग तरह के अनाजों के साथ खा सकते हैं। इसके अलावा बादाम का शीरा, बादाम का हलवा, बादाम की बर्फी, बादाम कतली, बादाम की चटनी, बादाम का दूध, बादाम-खजूर मिल्क शेक, बादाम केला स्मूदी का सेवन किया जा सकता है। *

खबर संक्षेप

प्रश्नोत्तरी में वैश्य कालेज की टीम रही प्रथम

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के गणित विभाग द्वारा आयोजित अंतरमहाविद्यालय प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में वैश्य महाविद्यालय की टीम ने प्रथम स्थान हासिल किया। इस प्रतियोगिता में दीपक, विकास और सिया ने प्रथम पुरस्कार जीतकर महाविद्यालय का नाम रोशन किया है। प्रतियोगिता में विभिन्न महाविद्यालयों की कुल 10 टीमों ने भाग लिया। वैश्य शिक्षण संस्था के महासचिव राजेंद्र बंसल, उपप्रधान दीपक जिंदल व कोषाध्यक्ष डॉ चंद्र गर्ग ने इस उपलब्धि के लिए प्राचार्य डॉ संजय गुप्ता, गणित विभाग के शिक्षक डॉ. दिनेश रानी बंसल, डॉ. मधु, डॉ. रीतू तथा विद्यार्थियों को बधाई दी।

सिरतार संस्थान में मनाया एपीलैप्सी अवेयरनैस डे

रोहतक। सिरतार संस्थान में बुधवार को वर्ल्ड एपीलैप्सी अवेयरनैस डे का आयोजन कराया गया। जिसकी अध्यक्षता संस्थान के निदेशक डॉ एडी पासवान ने की। जिसमें संस्थान के दिव्यांग छात्रों, उनके अभिभावकों, संस्थान में चलाए जा रहे विभिन्न कोर्स के विद्यार्थियों व सभी कर्मचारियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। डॉ एडी पासवान ने बताया कि वर्ल्ड एपीलैप्सी अवेयरनैस डे 2025 की थीम माई एपीलैप्सी जरनरी है, जिसका उद्देश्य मिर्गी से पीड़ित लोगों के व्यक्तिगत अनुभवों को साझा करने और जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करना है।

युज समाधौ धातुओं के अर्थ में अंतर स्पष्ट किया

रोहतक। एमडीयू के संस्कृत विभाग में योग के सैद्धांतिक पक्ष एवं व्यावहारिक पक्ष को लेकर दो विशिष्ट व्याख्यानों का आयोजन किया गया। विशिष्ट व्याख्यानों के विशिष्ट वक्ता संस्कृत विभाग के ही वरिष्ठ आचार्य प्रो. सुरेंद्र कुमार तथा फ्लोटिंग फैकल्टी के रूप में कार्यरत सेवानिवृत्त प्रो. बलवीर आचार्य रहे। प्रो. सुरेंद्र कुमार ने योग के सैद्धांतिक पक्षो का प्रतिपादन करते हुए योग के स्वरूप एवं परिभाषा को बतलाते हुए युजिर योगे तथा युज समाधौ धातुओं के अर्थ में अंतर भी स्पष्ट किया।

विश्व मौखिक स्वास्थ्य माह समारोह

रोहतक। विश्व मौखिक स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष्य में, पोस्ट ग्रेजुएट इंस्टीट्यूट ऑफ डेंटल साइंसेज के सार्वजनिक स्वास्थ्य दंत चिकित्सा विभाग ने डॉ. मन्जुनाथ बीसी , डॉ. आदर्श कुमार (प्रोफेसर), डॉ. विपुल यादव (एसोसिएट प्रोफेसर), और डॉ. भावना (एसोसिएट प्रोफेसर) के मार्गदर्शन में 24 मार्च को बस स्टैंड पर एक पैम्फलेट वितरण अभियान का आयोजन किया।

संजू ने जीता बेस्ट एथलीट का खिताब, पुरस्कार देकर किया सम्मान

शॉट पुट में स्वीटी, हर्डल रेस में दिव्या और 3000 मीटर रेस में इशिका प्रथम

वैश्य महिला महाविद्यालय में दो दिवसीय वार्षिक एथलेटिक मीट का समापन

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

वैश्य महिला महाविद्यालय में आयोजित दो दिवसीय वार्षिक एथलेटिक मीट का बुधवार को समापन हो गया। एथलेटिक मीट में संजू ने शानदार प्रदर्शन करते हुए बेस्ट एथलीट का खिताब अपने नाम किया। वैश्य शिक्षा समिति के महासचिव राजेंद्र बंसल ने छात्राओं को खेलों में सक्रिय भागीदारी के लिए प्रेरित किया और खेल भावना के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि खेल न केवल शारीरिक मजबूती प्रदान करते हैं, बल्कि मानसिक संतुलन, अनुशासन और टीम वर्क की भावना को भी विकसित करते हैं। जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए खेलों से मिलने वाले धैर्य और अनुशासन की अत्यंत आवश्यकता होती है। उन्होंने छात्राओं के उत्कृष्ट प्रदर्शन की सराहना की और कहा कि खेल के माध्यम से महिलाएं आत्मनिर्भरता और आत्मविश्वास प्राप्त कर सकती हैं।

प्रबंधकारिणी सदस्य ईश्वर चंद्र गुप्ता एवं नितिन तायल ने भी छात्राओं को खेलों के प्रति समर्पित रहने के लिए प्रेरित किया और कहा कि खेलों से आत्मअनुशासन और नेतृत्व क्षमता विकसित होती है, जो जीवन में आगे बढ़ने के लिए आवश्यक है। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. रश्मि गुप्ता ने सभी का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय हमेशा विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए प्रयासरत रहेगा। मुख्य अतिथि एवं प्राचार्या ने विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में स्थान प्राप्त करने वाली छात्राओं को पुरस्कार एवं उपहार भेंट कर सम्मानित किया। इस वार्षिक एथलेटिक मीट के आयोजन में शारीरिक शिक्षा विभाग की अध्यक्ष डॉ. सुर्जीत नीमा, अंतरराष्ट्रीय कोच मुन्नी जून एवं कोच पद्मा मित्तल की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

प्रतियोगिताओं में विजेता इस प्रकार रहे

मटकी दौड़ में निधि प्रथम, पूजा द्वितीय, प्रिया तृतीय। सैक रेस में मीनू प्रथम, पूजा द्वितीय, दिव्या तृतीय। फ्रॉग जंप रेस में शीना प्रथम, पूजा द्वितीय, इशिका तृतीय। शॉट पुट में स्वीटी प्रथम, दिव्या द्वितीय, निधि तृतीय। डिस्कस थ्रो में स्वीटी प्रथम, मीनू द्वितीय, कोमल तृतीय। हर्डल रेस में दिव्या प्रथम, प्रीति द्वितीय, मुनेश तृतीय। 3000 मीटर दौड़ में इशिका प्रथम, संजू द्वितीय, शीना तृतीय। टग ऑफ वॉर मेंमीनू एवं टीम विजेता रही।

लड़कों में रवि प्रथम एवं लड़कियों में मीनू प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

गौड़ ब्राह्मण शिक्षण महाविद्यालय में खेल विभाग के तत्वावधान में बैडमिंटन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्या डॉ. महाश्वेता ने कहा कि खेल हमारे जीवन का महत्वपूर्ण अंग है। खेल विभागाध्यक्ष डॉ. विनोद कुमार ने बताया कि महाविद्यालय में वार्षिक खेल कूद प्रतियोगिताएं आयोजित की जा रही हैं। जिनका समापन 28 मार्च को आउटडोर खेलों के साथ किया जाएगा। उन्होंने बताया कि यह आयोजन बीएड कॉर्स के पाठ्यक्रम का अभिन्न अंग है। इस प्रकार की गतिविधियां व्यक्तित्व विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। इस अवसर पर डॉ. गीता रानी, डॉ. सविता शर्मा, डॉ. मोना मल्होत्रा, डॉ. सोन किरण, डॉ. रानी देवी, पूनम अत्री, निधि, पवन, पूनम देवी, राखी आदि रहे।

ये है परिणाम

पुरुष (एकल)
प्रथमः रवि
द्वितीयः शेखर
तृतीयः नितिन
महिला (एकल)
प्रथमः मीनू
द्वितीयः ललिता
तृतीयः शिवानी
पुरुष (डबल्स)
प्रथमः रवि एवं नितिन
द्वितीयः शेखर एवं आकाश
महिला (डबल्स)
प्रथमः प्रीति एवं मीनू
द्वितीयः मोहिनी एवं ललिता

मदीना गिंधराण द्वितीय में एक व्यक्ति ने पार्क की दीवार तोड़ी, पंच ने रोका तो मारने को दौड़ा

- सरपंच अंजू शर्मा ने बहु अकबरपुर थाने में दी शिकायत

हरिभूमि न्यूज ▸▸ महम

एक व्यक्ति ने मदीना गिंधराण द्वितीय ग्राम पंचायत एरिया में बनाए गए पार्क की दीवार को तोड़ दिया। इस संबंध में सरपंच अंजु शर्मा ने बहु अकबरपुर थाने में शिकायत दी है। पुलिस को दी शिकायत में सरपंच ने बताया कि जयभगवान पुत्र ओमनारायण ने पार्क की चारदीवारी कस्सी व राफड़ा से तोड़ दी है। गांव के पंच सुनील कुमार पुत्र धर्मबीर ने उससे पूछा कि वह दीवार क्यों तोड़ रहा है, तो उसने कहा कि उसे वह ऐसा क्यों पूछ रहा है। साथ ही कहा कि वह यहां पर कब्जा करेगा। मना करने पर वह गाली गलौच करने लगा और पंच सुनील कुमार की ओर कस्सी व राफड़ा से जान से मारने की कोशिश की। जब पुलिस को शिकायत देने की बात कहीं तो उसने उसके साथ हाथापाई की और बोला कि पुलिस उसका कुछ नहीं बिगाड़ सकती। उसको उसने जान से मारने की धमकी दी। सरपंच अंजु शर्मा ने कहा है कि ग्राम पंचायत के पंच सुनील कुमार को जान का खतरा है, इसलिए आरोपित को तुरंत गिरफ्तार कर उसके खिलाफ सख्त कानूनी कार्रवाई की जाए।

महम। पार्क की दीवार तोड़ने के बाद मौका मुआयना करते सरपंच अंजु शर्मा के पति राजा शर्मा व अन्य ग्रामीण। *फोटो : हरिभूमि*

छात्रों ने इंडियन टैलेंट ओलंपियाड में किया उत्कृष्ट प्रदर्शन

रोहतक। लाढ़ौत रोड स्थित गुरुकुल विश्वभारती के छात्रों ने इंडियन टैलेंट ओलंपियाड में अपनी उत्कृष्टता का परिचय देते हुए विद्यालय का नाम गर्व से ऊंचा किया है। कक्षा 7 के छात्र वेदांश आर्य ने इंडियन आर्ट ओलंपियाड में शानदार प्रदर्शन करते हुए राज्य स्तर पर 5वीं रैंक हासिल की है। इसी तरह कक्षा 10वीं के छात्र साकेत विश्वकर्मा ने इंडियन साइंस ओलंपियाड में भी 5वीं रैंक प्राप्त की, जबकि कक्षा 7वीं के उदित गुलिया ने 22वीं रैंक हासिल की। आचार्य हरिदत्त उपाध्याय, निदेशक आचार्य नंदकिशोर और प्राचार्य संजय कौशिक ने इन मेधावी छात्रों को दी शुभकामनाएं दी।

शू डिजाइनिंग, फोटोशॉप, सेल्स मैनेजमेंट और फैशन डिजाइनिंग की जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कलानौर की छात्राओं ने एफडीडीआई रोहतक में चार दिवसीय ओजेटी प्रशिक्षण के दौरान रिटेल ट्रेड एवं आईटी संबंधी विभिन्न पहलुओं की ट्रेनिंग प्राप्त की। प्राचार्य देवेंद्र कटारिया के मार्गदर्शन में आईटी तथा रिटेल ट्रेड की 160 छात्राओं ने ऑन द जॉब ट्रेनिंग में भाग लिया। रिटेल अध्यापक विनोद ने बताया कि एनएसक्यूएफ के अंतर्गत कक्षा 9 से 12 की छात्राओं को शू डिजाइनिंग, फोटोशॉप, सेल्स मैनेजमेंट, स्टोर डिस्पले, फैशन डिजाइनिंग आदि का व्यावहारिक ज्ञान प्रदान किया गया। इस दौरान फील्ड विजिट के साथ-साथ कैरियर काउंसलिंग भी की गई। इस दौरान एनएसक्यूएफ ट्रेड से आईटी अध्यापिका अंजलि, रिटेल अध्यापक विनोद के साथ प्रवक्ता राजीव, लैब अटेंडेंट रेनू मौजूद रहे। एफडीडीआई के एक्जिक्यूटीव डायरेक्टर सरिता दूहन तथा फैकल्टी मेंबर केडी पांडे, अशोक, श्याम तथा अनिल द्वारा संस्थान में चल रहे विभिन्न प्रकार के कोर्स के विषय में अवगत करवाया गया तथा एडमिशन लेने के लिए पूरी प्रक्रिया भी समझाई गई। इन कोर्स के बाद किस प्रकार के करियर ऑप्शन उपलब्ध होंगे, इसकी जानकारी भी छात्राओं को दी गई।

छात्रों ने गांव लाहली में चलाया जागरूकता अभियान

रोहतक। सत जींदा कल्याणा महाविद्यालय कलानौर में बुधवार को कॉलेज के यूथ रेड क्रॉस-रेड रिबन क्लब के द्वारा गोद लिए गांव लाहली में जागरूकता रैली निकाली गई। रैली के माध्यम से विद्यार्थियों ने गांव वालो को नशा न करने, एचआईवी एड्स के प्रति जागरूकता व मलेरिया जैसी महामारी से बचने के बारे में लोगो को जागरूक किया। इस रैली को गांव की संरपच कशमीरी देवी ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया और इस कार्य की प्रशंसा की। कॉलेज प्राचार्य डॉ. नरेश कुमार दुआ ने विद्यार्थियों की सराहना की। डॉ. दुआ ने बताया कि इस प्रकार के कार्यक्रम विद्यार्थियों में जनकल्याण की भावना विकसित करते हैं और उनको एक जिम्मेवार नागरिक बनाते है। रैली का संचालन डॉ. सतीश नरवाल ने किया। इस अवसर पर उर्मिल दलाल, डॉ. रितू शर्मा, राहुल, सुनील कुमार मौजूद रहे। वहीं, दूसरी और गांव लाहली में ही भूगोल विभाग के विद्यार्थियों द्वारा ग्रामवासियों के घर-घर जाकर सामाजिक आर्थिक सर्वेक्षण किया। जिसमें महाविद्यालय के बीए व एमए के छात्र व छात्रओं ने भाग लिया। इस दौरान गांव लाहली की सरपंच कशमीरी देवी व उनकी टीम ने विद्यार्थियों का स्वागत किया।

बीबी बत्रा ने सदन में मुख्यमंत्री स्वामित्व योजना की दुकानों का उठाया मामला

- सरकार सहानुभूति पूर्वक विचार करें और लोगों को उनका हक दिलवाएं : बत्रा

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

कांग्रेस विधायक भारत भूषण बत्रा ने सदन में 20 सालों से रोहतक में विभिन्न सरकारी स्थल पर बतौर किराएदार रहने वाले दुकानदारों को मुख्यमंत्री स्वामित्व योजना का लाभ दिए जाने की मांग की। उन्होंने कहा कि सरकार इस बारे में लोगों को राहत दे।

सदन में उन्होंने कहा कि रोहतक के शिवाजी कॉलोनी मार्केट में 41 दुकान, कच्चा बेरी रोड मार्केट में 54 दुकान, गांधी कैंप मार्केट में 12 दुकान तथा सिविल रोड मार्केट रोहतक में 9 दुकानें बनाई गई थी। बत्रा ने कहा कि यहां 20 से 25 साल से लोग किराएदार हैं। इन सभी ने मुख्यमंत्री स्वामित्व योजना के तहत मालिकाना हक के लिए आवेदन भी किया, लेकिन उन्हें मलिकाना हक नहीं मिला। उन्होंने विभाग से जानना चाहा कि आखिर क्यों इन लोगों को उनका हक नहीं मिला तथा इस मामले में क्या समस्या विभाग को आ रही है। विभाग के मंत्री के जवाब से असंतुष्ट बत्रा ने तथ्यों का हवाला दिया। उन्होंने कहा कि यह सभी दुकानें नगर पालिका और अर्बन लोकल बॉडी ने बनाई।

वरिष्ठ पत्रकार अनुप चौधरी के निधन से शोक की लहर

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

मीडिया काउंसिल ऑफ जर्नलिस्ट्स के राष्ट्रीय अध्यक्ष संजय राठी ने अनुप चौधरी के निधन पर गहरा शोक व्यक्त करते हुए कहा कि अनूप चौधरी का जाना पत्रकारिता जगत के लिए अपूरणीय क्षति है। वे निडर पत्रकारिता के प्रतीक थे, जिन्होंने पत्रकारों के अधिकारों और हितों के लिए निरंतर संघर्ष कियावर्किंग जर्नलिस्ट ऑफ इंडिया के राष्ट्रीय अध्यक्ष और निर्भीक वरिष्ठ पत्रकार अनूप चौधरी के निधन से पत्रकारिता जगत को गहरा आघात पहुंचा है। अनूप चौधरी का मंगलवार शाम चंडीगढ़ पीजीआई में हार्ट फेल होने से निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार गुरुवार, 27 मार्च को रोहतक में किया जाएगा।

फरीदाबाद निवासी अनूप चौधरी ने पत्रकारिता के साथ-साथ पत्रकार हितों की रक्षा के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए। उन्होंने ट्रेड यूनियन आंदोलन को मजबूती दी और पत्रकारों के अधिकारों और सुरक्षा के लिए कई संघर्ष किए। उनकी निष्पक्ष लेखनी और साहसिक विचारधारा हमेशा याद की जाएगी। पत्रकारिता जगत से जुड़े विभिन्न संगठनों और सामाजिक कार्यकर्ताओं ने भी अनूप चौधरी के निधन पर गहरा शोक व्यक्त किया और उनकी आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना की।

समाधान शिविर में मिली 10 दिव्यांगों की सूची

31 वर्षीय दिव्यांग सुमन को जिला रेडक्रॉस सोसायटी ने घर जाकर भेंट की व्हीलचेयर

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

सोसायटी द्वारा समाधान शिविर में सहायक उपकरणों की मांग लेकर पहुंचने वाले दिव्यांगजन की सूची बनाकर उन्हें घर जाकर उपकरण उपलब्ध करवाए जा रहे हैं। जिला प्रशासन द्वारा आयोजित करवाए जा रहे समाधान शिविर में स्थानीय श्रीनगर कॉलोनी निवासी 31 वर्षीय दिव्यांग सुमन के बारे में पता चला, जो मूल रूप से नेपाल की रहने वाली है। उपायुक्त के निर्देश पर सोसायटी द्वारा सुमन को घर जाकर व्हीलचेयर उपलब्ध करवाई गई।

उपायुक्त धीरेंद्र खडग़टा ने सोसायटी के सचिव को निर्देश जारी किए है कि वह ऐसे दिव्यांगजन को घर जाकर सहायक उपकरण उपलब्ध करवाएं। जिला प्रशासन को जब दिव्यांग सुमन के बारे में जो पता चला कि वह चलने-फिरने में असमर्थ है और उसे व्हीलचेयर की आवश्यकता है, तो रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव श्याम सुंदर के नेतृत्व में प्रोजेक्ट प्रबंधक प्रीति, तान्या और आईआरसी वॉलिंटियर पिंकी ने सुमन के घर जाकर व्हीलचेयर उपलब्ध करवाई गई। अब तक 10 से अधिक ऐसे दिव्यांग जनों की सूची समाधान शिविर के माध्यम से प्राप्त हुई है।

रोहतक। दिव्यांग सुमन के घर व्हीलचेयर उपलब्ध करवाते रेडक्रॉस

रोहतक। लघु सचिवालय स्थित सभागार में आयोजित समाधान शिविर में नागरिकों की समस्याएं सुनते एडीसी नरेंद्र कुमार। *फोटो : हरिभूमि*

खरावड़ गांव में पीने के पानी की करें व्यवस्था

एडीसी नरेंद्र कुमार ने लघु सचिवालय स्थित सभागार में आयोजित समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनने के दौरान खरावड़ ग्राम पंचायत की पीने के पानी से संबंधित शिकायत के बारे जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल तथा जनस्वास्थ्य विभाग के उपमंडल अभियंता को समस्या का समाधान करने के निर्देश दिए। अंबेडकर बस्ती में पेयजल आपूर्ति पहुंचाने के लिए पाइप लाइन बिछवाने के प्रबंध भी किए जाए ताकि सभी नागरिकों को शुद्ध पेयजल उपलब्ध हो सके। इस अवसर पर पुलिस उपाधीक्षक रजनीश एवं महेश कुमार, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल, काडा के कार्यकारी अभियंता अंशुल कादयान, उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम के एसडीओ तवन सेढा, जिला खाद्य एवं पूर्ति नियंत्रक वरिंद्र सिंह, जिला समाज कल्याण अधिकारी महाबीर गोदारा, जिला कल्याण अधिकारी रेनू सिसोदिया आदि रहे।

सैंपल निवासी युवक की हत्या के मामले में दूसरा आरोपी गिरफ्तार

रोहतक पुलिस ने सैंपल निवासी युवक की हत्या की वारदात में दूसरे आरोपी को गिरफ्तार किया। आरोपी को कोर्ट में पेश कर एक दिन के पुलिस रिमांड पर हासिल किया गया है। कलानौर थाना प्रभारी सतपाल सिंह ने बताया कि सैम्पल निवासी कृष्ण की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके जांच शुरु की गई। जांच में सामने आया कि अशोक कृष्ण का रिश्तेदार था। 21 मार्च की रात को अशोक, रोहित व पवन गांव सैम्पल के डेयरी के पास शराब का सेवन कर रहे थे। किसी बात को लेकर तीनों को आपस में झगड़ा हो गया। पवन व रोहित ने अशोक की ईंट, डंडो व थप्पड मुक्को से चोटे मारकर हत्या कर दी। जांच के दौरान 25 मार्च को आरोपी पवन निवासी सैम्पल को गिरफ्तार किया गया है। वारदात में आरोपी रोहित को गिरफ्तार कर पुलिस ने रिमांड पर लिया।

सूचना

मैं, देवेन्द्र पुत्र श्री रघवीर सिंह निवासी गांव आसौदा टोडरान, तहसील बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरी पुत्री शीतल मेरे कहने–सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

कृत्रि बुद्धिमत्ता के अनुप्रयोग पर चर्चा की

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के माइक्रोबायोलॉजी विभाग में बुधवार को माइक्रोबियल बायोफ्यूल्स- फ्यूलिंग द फ्यूचर विषय पर विस्तार व्याख्यान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी, हिसार की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. चयनिका पुटाटुंडा ने बतौर मुख्य वक्ता यह व्याख्यान दिया। डा. चयनिका ने जैव ईंधन सहित माइक्रोबियल जैव ईंधन उत्पादन के क्षेत्र में हालिया प्रगति और कार्बन तटस्थता प्राप्त करने के लिए उनके विकास के लिए कृत्रि बुद्धिमत्ता के अनुप्रयोग पर विस्तार से चर्चा की। उन्होंने विद्यार्थियों को जैव ईंधन के विकास के लिए सरकारी पहलों के बारे में भी बताया।

TOP-IN-TOWN रोहतक बाजार
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

V.N. MEMORIAL PUBLIC SCHOOL
ASTHAL BOHAR, ROHTAK
(A Co-education English Medium Senior Secondary School, Affiliated to C.B.S.E. Delhi)
Mobile-8295774247
Email :- vnmpsrohtak@gmail.com
REQUIRES IMMEDIATELY
1. P.G.T. HINDI
2. T.G.T. - ENGLISH
3. P.R.T.-ENGLISH
4. MOTHER TEACHER
5. ART & CRAFT
6. MUSIC TEACHER
Candidates fluent in spoken English should apply upto 30th March, 2025 with detail bio-data along with photocopy of testimonials and a passport size photograph.
PRINCIPAL

SHORT AND LONG TERM NEW BATCHES
CUET DU/KU/IPU/MDU
IPM-IIMs (ROHTAK, INDORE, AMRITSAR, RANCHI, BANGALORE, JAMMU, BODHGAYA)
CAT-2025 IIMs
NDA
BBA
HM (HOTEL MANAGEMENT)
T.I.M.E. Triumphant Institute of Management Education Pvt. Ltd.
D-Park, Delhi Road Rohtak
M. 9254304337

खबर संक्षेप

छात्रों ने राष्ट्रपति भवन का दौरा किया

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के गणित विभाग के विद्यार्थियों के दल ने बुधवार को राष्ट्रपति भवन, अमृत उद्यान, उद्यम उत्सव और प्रधानमंत्री संग्रहालय का दौरा किया। गणित विभागाध्यक्ष प्रो. सुमित गिल ने बताया कि इस शैक्षणिक यात्रा में प्रो. सीमा मेहरा और डॉ. एकता नरवाल की अगुवाई में विभाग के 30 विद्यार्थियों शामिल रहे।

शिवानंद आश्रम खेड़ी में सुंदरकांड पाठ 4 को

महम। शिवानंद आश्रम खेड़ी महम में स्वामी निरंजन गिरी महाराज की सातवीं पुण्यतिथि 4 व 5 अप्रैल को धूमधाम से मनाई जाएगी। शिवानंद धर्मार्थ अस्पताल के डॉक्टर कृष्ण कुमार लांबा ने बताया कि 4 अप्रैल को दोपहर दो बजे सुंदर कांड का पाठ किया जागएा। रात को 8 बजे सत्संग होगा। शनिवार 5 अप्रैल को सुबह 8 बजे हवन होगा। सुबह 10 बजे संतों का व्याख्यान होगा। इस दिन सुबह 11 बजे भंडारा शुरू किया जाएगा।

रोहतक मंडी में सबसे कम तो सांपला मंडी में सरसों की ज्यादा खरीद

महम अनाज मंडी में सुचारू रूप से नहीं हो रही खरीद, आढ़ती व किसान परेशान

मंडी में किसानों को उपलब्ध करवाई जा रही सभी मूलभूत सुविधाएं

- महम में अब तक केवल 451 क्विंटल सरसों की हुई खरीदी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक\महम

जिले की मंडियों में सरसों की आवक जोरों पर है, लेकिन अभी तक रोहतक की मंडी में सबसे कम खरीद तो सांपला की मंडी में 6270 क्विंटल सबसे ज्यादा सरसों की खरीद हो पाई है। शहर की मंडी में अभी तक सरसों की आवक भी बहुत कम हो पाई है। लेकिन रोजाना 200 क्विंटल से ऊपर आवक भी हो रही है। हैफेड रोजाना इसकी खरीद के साथ-साथ उठान का कार्य भी कर रहा है। जबकि अनाज मंडी महम में सरसों की खरीद सुचारू रूप से नहीं चल रही, जिस वजह से यहां के आढ़ती व किसान परेशान हैं। अब तक अनाज मंडी में 5963 क्विंटल सरसों की आवक हो चुकी है। लेकिन अब तक महज 451 क्विंटल सरसों ही खरीद गई है। वह भी आढ़तियों की शिकायत पर डीसी ने संज्ञान लिया, तब जाकर सरसों की खरीद शुरू हो पाई है।

महम। अनाज मंडी महम में सरसों की ढेरी की जांच करते खरीद एजेंसी के अधिकारी व साथ मौजूद मंडी के आढ़ती।

2330 क्विंटल सरसों की हुई आवक

महम की अनाज मंडी फिलहाल 5558 क्विंटल सरसों बिक्री का इंतजार कर रही है। सरसों की खरीद न होने से किसान परेशान हैं और मंडी में पिछले कई दिन से दिन रात भूखे प्यासे डटे हुए हैं। वहीं आढ़तियों को भी परेशानी का सामना करना पड रहा है। बुधवार को मंडी में 2330 क्विंटल सरसों की आवक हुई। मंडी के आढ़तियों का कहना है कि नई नई शर्तें लगाई जा रही हैं। जिसमें सरसों की ढेरी में झरना लगाना शामिल है। नियमों का हवाला देकर सरसों की खरीद का काम अटका रखा है। हालांकि 15 मार्च से सरसों की खरीद शुरू हो गई थी। लेकिन अब तक सरसों नहीं खरीदी गई। हालांकि बुधवार को पहली बार सरसों की खरीद का काम शुरू कर दिया गया।

धर्मबीर सिवाच व टोनी ने बताया कि आढ़ती एसोसिएशन के सदस्य कई बार मंडी अधिकारियों से मिल चुके हैं। लेकिन सरसों की सुचारू रूप से खरीद नहीं की जा रही। रोजाना नए नए नियम थोपे जा रहे हैं। जबकि साफ सुथरी सरसों मंडी में आई हुई है। उन्हें लगता है कि सरकार और प्रशासन की नीयत में खोट है। सरसों की खरीद नियमित रूप से की जाए, ताकि किसानों और आढ़तियों को परेशानी न हो।

सुचारू रूप से जिले की मंडियों में किया जा रहा सरसों खरीद का कार्य : उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा

उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा ने बताया कि जिला की मंडियों में सरसों खरीद का कार्य सुचारू रूप से किया जा रहा है । उन्होंने बताया कि मंडियों में किसानों को सभी आवश्यक मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध करवाई जा रही है। मंडियों में बिजली-पानी की समुचित व्यवस्था की गई है। किसान सहायता केंद्र स्थापित किए गए हैं। उन्होंने कहा कि अधिकारियों को पहले ही निर्देश जारी किए जा चुके हैं कि मंडियों में आने वाले किसानों को किसी भी तरह की परेशानी न होने

कहां कितनी हुई खरीद

रोहतक, सांपला व कलानौर मंडियों में सरसों की खरीद का कार्य हैफेड द्वारा किया जा रहा है, जबकि महम मंडी में खरीद का कार्य हरियाणा वेयरहाउस कॉरपोरेशन द्वारा किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि अब तक रोहतक मंडी में 870 क्विंटल, महम मंडी में 451 क्विंटल, सांपला मंडी में 6270 क्विंटल तथा कलानौर मंडी में 4651 क्विंटल सरसों की खरीद की जा चुकी है। खरीद का कार्य लगातार जारी है।

महिलाओं के लिए वरदान सिद्ध हो रही है मैमोग्राफी बस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

एलपीएस बोसार्ड के एमडी राजेश जैन व अनिता नरूला चैरिटेबल ट्रस्ट के तत्वाधान बुधवार को सर्विसेज क्लब में वसुंदरा लेडीज क्लब द्वारा महिलाओं के लिए निशुलक मैमोग्राफी कैंप का आयोजन उमा शर्मा व सेक्रेटरी पूनम गुप्ता के नेतृत्व में किया गया। उमा शर्मा ने कहा कि एलपीएस बोसार्ड के एमडी राजेश जैन व अनिता नरूला चैरिटेबल ट्रस्ट का यह कदम बहुत सराहनीय है। यह बस रोहतक व आस पास के क्षेत्रों में जाकर महिलाओं के लिए निशुलक मैमोग्राफी कैम्प का आयोजन कर रही है। जिससे एक तरफ महिलाओं की ब्रैस्ट कैंसर स्क्रीनिंग हो रही है व दूसरी और महिलाओं में ब्रैस्ट कैंसर को लेकर जागरूकता बढ़ रही है। डॉ. अर्जुन नरूला ने बताया कि महिलाओं में ब्रैस्ट कैंसर के केस लगातार बढ़ रहे हैं। इस मैमोग्राफी बस के माध्यम से हम अधिक से अधिक महिलाओं तक ब्रैस्ट कैंसर जागरूकता पहुंचा रहे हैं व स्क्रीनिंग कर पा रहे हैं। इस अवसर पर विजय सांघी, शकुंतला मेहता, मोनिका जैन, रंजना आर्य, विजय गौतम, किरण गुप्ता, रेनू जैन, नीलम जैन, सुमन खन्ना, मोहिनी शर्मा, रमा मुंजाल आदि उपस्तिथ रहे।

निंदाना में सोची समझी साजिश के तहत हुई थी रविंद्र की हत्या, एसपी से मिले परिजन

महम। निंदाना गांव में 18 मार्च को रविंद्र पुत्र टेकराम की हत्या एक सोची समझी साजिश के तहत की गई थी। इस संबंध में रविंद्र के परिजनों ने रोहतक के एसपी को एक शिकायत दी है। जिसमें उन्होंने गांव के ही 8 लोगों के नाम दिए हैं। मृतक के परिजनों ने इन आरोपितों के खिलाफ सख्त से सख्त कानूनी कार्रवाई किए जाने की मांग की है। रविंद्र का भाई बिजेंद्र व उसके परिजन बुधवार को रोहतक में पुलिस अधीक्षक कार्यालय पहुंचे। इस दौरान उन्होंने कहा कि महम थाने के एसएचओ इस हत्याकांड की सही ढंग से जांच नहीं कर रहे हैं। इस हत्याकांड में जो साजिशकर्ता हैं और हत्यारे हैं, उनको एसएचओ द्वारा बचाया जा रहा है।

संयुक्त किसान मोर्चा 28 मार्च को जिला मुख्यालयों पर करेगा प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

संयुक्त किसान मोर्चा 28 मार्च को मांगों को लेकर प्रदेश के सभी जिला मुख्यालयों पर प्रदर्शन करेगा। ये निर्णय मोर्चा ने मीटिंग करके लिया है। निर्णयों की जानकारी साझा करते हुए मोर्चा के प्रवक्ता सुमित दलाल ने बताया कि भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली राज्य सरकार के निर्देश पर, पंजाब पुलिस ने जगजीत सिंह दल्लेवाल और श्रवण सिंह पंधेर सहित 350 किसान नेताओं और कार्यकर्ताओं को गिरफ्तार कर जेल में डाल दिया था। पुलिस ने खनौरी और शंभू सीमाओं पर आंदोलनकारी किसानों के तंबू और मंचों को बुलडोजर से गिरा दिया था और ट्रैक्टर ट्रेलरों, ट्रॉलियों और अन्य उपकरणों को जबरदस्ती हटा दिया था। 3 और 4 मार्च को पूरे पंजाब में इसी तरह का दमन किया गया।

800 से अधिक एसकेएम कार्यकर्ताओं को भेजा जेल

सुमित ने बताया कि 800 से अधिक एसकेएम कार्यकर्ताओं को गिरफ्तार करके जेल भी भेजा गया। ताकि 5 मार्च से चंडीगढ़ में एसकेएम द्वारा घोषित प्रदर्शन और सप्ताह भर के धरने को विफल किया जा सके। पुलिस दमन की ऐसी श्रृंखला का दृढ़ संदेश यह है कि आप के नेतृत्व वाली राज्य सरकार किसानों के जीवन और आजीविका में तबाही लाने वाली कॉरपोरेट नीतियों के खिलाफ विरोध करने के अधिकार का बलपूर्वक उल्लंघन कर रही है। किसान नेता सुमित ने कहा कि खनौरी और शम्भू की पंजाब की सीमाएं आंदोलनकारी किसानों द्वारा नहीं बल्कि केंद्र सरकार के आदेश पर हरियाणा के पुलिस और प्रशासन द्वारा बंद की गई थी। पंजाब में आप के नेतृत्व वाली राज्य सरकार कॉरपोरेट ताकतों के आगे झुक रही है।

28 मार्च को दिया जाएगा ज्ञापन

मीटिंग में चर्चा करते हुए किसानों ने कहा कि केंद्र ने गेहूं पर बोनस की घोषणा की है। हरियाणा सरकार को भी बोनस की घोषणा करनी चाहिए । इस मुद्दे पर भी 28 मार्च को ज्ञापन दिया जाएगा ।

ये रहे मौजूद: इंद्रजीत सिंह,बलबीर सिंह, रतन मान, रणबीर मलिक, जोगेंद्र नैन, सुरेश कोथ,जिया लाल ,जयकर्ण मांडोठी, बलराज, तेजेंद्र, कंवरजीत सिंह,आजाद सिंह,बाबा गुरदीप, सुखविंदर,मास्टर सतीश,तिलक राज,करनैल सिंह और प्रेम सिंह गहलावत बैठक में मौजूद रहे।

योग शिविर का किया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

आगाज चैरिटेबल ट्रस्ट के सदस्यों द्वारा एक योग शिविर का आयोजन स्थानीय बाबा बालकपुरी मेमोरियल पार्क में लगाया गया। जिसका उद्घाटन महामंडलेश्वर बाबा करण पुरी ने किया। योग शिविर में अनेक लोगों ने भाग लिया। एडवोकेट ममता व सचिव नीरू ने बताया कि हमारे ट्रस्ट का मुख्य उद्देश्य लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना है तथा इसी कड़ी में आओ खुद से मिले मिशन के तहत लगातार योग शिविर लगाते रहेंगे। यह योग शिविर आगामी 30 मार्च तक चलेंगे । इस शिविर में उपाध्यक्ष नरेश खत्री, कोषाध्यक्ष एडवोकेट अजय सचदेवा, मुख्य सलाहकार प्रवीण मित्तल, महासचिव प्रवीण रोहिल्ला तथा सचिव निम्मी भी उपस्थित रहे।

माता दरवाजा स्थित शीतला माता मंदिर में भक्तजनों ने की पूजा अर्चना

अभय चौटाला बने इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष, कार्यकर्ताओं में खुशी की लहर

रोहतक। इंडियन नेशनल लोकदल पार्टी का नया संगठन विस्तार हुआ है। अभय सिंह चौटाला इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष बनाए गए है, वहीं पूर्व मंत्री रामपाल माजरा को दोबारा से प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त किया है, जिससे पूरे प्रदेश में इनेलो कार्यकर्ताओं में खुशी की लहर है। बुधवार को रोहतक स्थित इनेलो पार्टी कार्यालय में पदाधिकारियों एव कार्यकर्ताओं ने मिठाईयां बांटकर अपनी खुशी का इजहार किया। साथ ही नवनियुक्त पदाधिकारियों का भी स्वागत किया। जिला प्रवक्ता एडवोकेट कृष्ण कौशिक ने बताया कि इनेलो सुप्रीमों स्व. ओमप्रकाश चौटाला के निधन के बाद कार्यकर्ताओं में थोड़ी मायूसी आ गई थी, लेकिन अब चौधरी अभय सिंह चौटाला के राष्ट्रीय अध्यक्ष बनने के बाद कार्यकर्ताओं में नए जोश का संचार हुआ है। उन्होंने कहा कि ओमप्रकाश चौटाला ने अपने जीवनकाल में ही चौधरी अभय सिंह चौटाला को अपना उतराधिकारी घोषित कर दिया था।

ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी किकबॉक्सिंग में रोहतक की तनीषा कादयान ने जीता गोल्ड मेडल

रोहतक। पिछले दिनों उत्तर प्रदेश के स्वामी विवेकानंद सुभारती यूनिवर्सिटी मेरठ में हुई ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी किकबॉक्सिंग चैंपियनशिप में रोहतक की तनीषा कादयान छाई रही। इन्होंने अपने भार वर्ग में स्वर्ण पदक जीता। इस चैंपियनशिप में देशभर के विश्वविद्यालय से करीब एक हजार खिलाड़ियों ने भाग लिया। तनीषा कादयान ने वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल यूनिवर्सिटी की ओर से भाग लिया था। कादयान ने 70 किलो भार वर्ग में जबरदस्त प्रदर्शन करते हुए अपने तमाम मुकाबले जीते फाइनल में मोहन लाल सुखाड़िया विश्वविद्यालय की खिलाड़ी भावना शाहू को हरा कर गोल्ड पर अपना कब्जा किया। कोच दीपक सिवाच ने बताया कि तनीषा कादयान बेहद होनहार खिलाड़ी हैं। राष्ट्रीय स्तर पर अनेक मेडल जीत चुकी हैं।

कुलसचिव ने रक्तदाताओं का हौसला बढ़ाया

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के स्टूडेंट एक्टिविटी सेंटर में अंतर्राष्ट्रीय रक्तदान जागरूकता अभियान का आयोजन किया गया। एमडीयू की यूथ रेड क्रॉस समिति और यूनिवर्सिटी आउटरीच प्रोग्राम द्वारा एनआईएफएए के सहयोग से आयोजित इस रक्तदान कार्यक्रम में 58 यूनिट रक्त एकत्र किया गया। एमडीयू कुलसचिव डॉ. कृष्णकांत ने बतौर मुख्य अतिथि इस कार्यक्रम में शिरकत की। डॉ. कृष्णकांत ने रक्तदान को जीवनदान बताया। उन्होंने कहा कि दान किया गया रक्त किसी भी जरूरतमंद के लिए अमृत के समान है और उसे नया जीवन देता है।

रोहतक से सोनीपत रूट पर बसों की कमी के चलते जीएम को सौंपा ज्ञापन

छात्रों की मांग, बसों का संचालन ठीक ढंग से करवाया जाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

रोहतक से सोनीपत रूट पर बसों की कमी के कारण विद्यार्थियों को देरी से स्कूल पहुंचना पड़ रहा है। ऐसे में उनकी पढ़ाई तक प्रभावित हो रही है। इसी परेशानी के चलते बुधवार को छात्रों ने जीएम रोडवेज को परेशानी का समाधान करवाने के लिए ज्ञापन सौंपा है, ताकि इस रूट पर बसों का संचालन ठीक ढंग से करवाया जा सके। जीएम ने बसों की समस्याओं के समाधान के लिए उपयुक्त कार्रवाई का आश्वासन दिया है। छात्रों ने शिकायत में कहा कि इस रूट पर बसें नियमित रूप से नहीं चल रही हैं। जिससे उन्हें कॉलेज और विश्वविद्यालय जाने में कठिनाई हो रही है। पांच प्राइवेट बसों के बाद एक रोडवेज बस आती है। पत्र में छात्रों ने उल्लेख किया कि कई बार उन्हें बसों के लिए लंबा इंतजार करना पड़ता है। जिससे उनकी पढ़ाई प्रभावित हो रही है। छात्रों ने बताया कि समय पर कक्षाओं में पहुंचना उनके लिए मुश्किल हो गया है। सोनीपत-रोहतक रूट पर बसों की संख्या बढ़ाई जाए और समय सारणी में सुधार किया जाए। उन्होंने यह भी कहा कि समस्या का जल्द से जल्द समाधान किया जाए।

रोहतक। बसों की समस्याओं के लिए बस स्टैंड पर अधिकारी को ज्ञापन देते विद्यार्थी।

ये रहे मौजूद : इस अवसर पर ललित सैनी, हर्ष सैनी, अंकुश, आदित्य, विजय, अंकित, राहुल, साक्षी, सुमन, पूनम आदि छात्र मौजूद रहे।

आईबी स्मार्ट स्टार्ट में खेल प्रतियोगिता आयोजित

रोहतक। आईबी स्मार्ट स्टार्ट में कल्चरल फेस्ट में खेल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें विभिन्न दौड़ प्रतियोगिताएं करवाई गई। इनमें लेमन रेस, हर्डल रेस, क्रैब रेस शामिल रही। इस दौरान मुख्य अतिथि के रूप में जूली और रॉब ने शिरकत की। प्रतिभागियों ने बढ़ चढ़कर कार्यक्रम में हिस्सा लिया। इस प्रतियोगिता में सभी विद्यार्थियों को पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर स्कूल चैयरमैन अमजीत ढुल और मुख्य अध्यापिका प्रीती चौधरी भी मौजूद रहे। प्रतियोगिता के विजेताओं को स्वर्ण पदक, रजत पदक और कांस्य पदक से पुरस्कृत किया गया। मुख्याध्यापिका तथा विदेशी मेहमानों के द्वारा सभी प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया।

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 :-
हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
ऑफिस नं.: 9253681019-20,
फोन : 9253681010, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
सिटी कार्यालय :- हरिभूमि, कृषि विज्ञान केन्द्र के सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9996959400
मुख्य कार्यालय :- हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

योजना पीड़ितों के इलाज के लिए एक पायलट योजना की शुरुआत

सड़क हादसे में घायल व्यक्ति को मिलेगी 1.5 लाख तक कैशलेस उपचार की सुविधाः एएसपी

6 घंटो के अंदर-अंदर जांच की जाएगी की व्यक्ति सड़क दुर्घटना में घायल हुआ है या नहीं

- सरकार का लक्ष्य सड़क दुर्घटनाओं के कारण होने वाली मृत्यु को रोकना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय ने सड़क दुर्घटनाओं के पीड़ितों के इलाज के लिए कैशलेस उपचार उपलब्ध कराने के लिए एक पायलट योजना की शुरुआत की है। भारत सरकार का यह कदम सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों को कम करने और मोटर वाहन अधिनियम, 1988 की धारा 162 के तहत कानूनी प्रक्रिया के अनुरूप है। यह जानकरी एएसपी वाएवीआर शशि शेखर ने दी। उन्होंने बताया कि सड़क हादसे में घायल नागरिक को भारत सरकार की पायलट योजना के तहत पैनल के अस्पतालों में 1 लाख 50 हजार रुपये तक का कैशलेस इलाज का हकदार है। उन्होंने बताया कि सरकार का लक्ष्य सड़क दुर्घटनाओं के कारण होने वाली मृत्यु को रोकना है। इस प्रतिबद्धता को दोहराते हुए सरकार ने मोटर वाहन अधिनियम 1988 की धारा 162 के तहत मोटर वाहनों के उपयोग से होने वाली सड़क दुर्घटनाओं के पीड़ितों को नकद रहित उपचार प्रदान करने के लिए एक योजना शुरू की है। सड़क हादसे में कोई भी पीड़ित नागरिक केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय द्वारा जारी निर्देशो अनुसार दुर्घटना में घायल हुए व्यक्ति को दुर्घटना की तिथि से अधिकतम 7 दिनों की अवधि के लिए प्रत्येक दुर्घटना के लिए प्रति 1.5 लाख रुपये तक कैशलेस इलाज का हकदार है। उन्होंने बताया कि योजना का उद्देश्य सड़क दुर्घटनाओं के पीड़ितों को समय पर चिकित्सा देखभाल प्रदान करने के लिए एक पारिस्थितिकी तंत्र स्थापित करना है, जिसमें गोल्डन ऑवर भी शामिल हैं।

एएसपी वाएवीआर शशि शेखर

डाटा सॉफ्टेवर पर होगा अपडेट

राष्ट्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण (एनएचए) पुलिस व स्वास्थ्य विभाग आदि के साथ समन्वय से इस योजना का क्रियान्वयन करना सुनिश्चित किया जाएगा। इस योजना के तहत दुर्घटना की तिथि से अधिकतम सात दिनों की अवधि के लिए प्रत्येक दुर्घटना के लिए पीड़ितों को अधिकतम 1.5 लाख रुपये तक के कैशलेस उपचार का अधिकार मिलेगा। यह योजना किसी भी श्रेणी की सड़क पर मोटर वाहन के उपयोग के कारण होने वाली सभी सड़क दुर्घटनाओं पर लागू रहेगी। अस्पताल द्वारा सड़क दुर्घटना में घायल हुये व्यक्ति का डाटा सॉफ्टवेयर पर अपलोड किया जाएगा। संबंधित पुलिस द्वारा 6 घंटो के अंदर-2 जांच की जाएगी की व्यक्ति सड़क दुर्घटना में घायल हुआ है या नहीं, सड़क दुर्घटना में घायल होने पर व्यक्ति को 1 लाख 50 हजार रुपये तक का कैशलेस उपचार दिया जाएगा।