हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, गुरुवार, 21 अगस्त 2025

तापमान
अधिकतम 36 .2 डिग्री
न्यूनतम 20 .8 डिग्री

11 देश में एमडीयू शिक्षक प्रशिक्षण का बनेगा ...

12 लम्बित कार्यों को निपटाने में लापरवाही न करें ...

शहर में आज

- माता धनपति देवी चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा 15 वें वार्षिक उत्सव एवं पारितोषिक वितरण समारोह के लिए
- सेठ बिमल प्रसाद जैन मैमोरियल हाल में 12 बजे प्रेसवार्ता का आयोजन

खबर संक्षेप

90 लाख की ठगी में तीन आरोपी गिरफ्तार

रोहतक। पुलिस की साइबर थाना की टीम ने शेयर मार्केट में इंवेस्ट करने के नाम पर 90 लाख रुपये की ठगी में 3 आरोपियों को गिरफ्तार किया। आरोपियों को कोर्ट में पेश किया गया। साइबर क्राइम प्रभारी कुलदीप सिंह ने बताया कि ओमक्स सिटी निवासी यशवीर की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके जांच शुरु की गई। जांच के दौरान 18 अगस्त को आरोपी मोहित निवासी नारायण विहार, जयपुर, राहुल निवासी मुरली विहार, जयपुर व रामजीलाल निवासी जयपुर को गिरफ्तार किया गया है।

8.86 लाख की ठगी के मामले में आरोपी काबू

रोहतक। पुलिस की साइबर थाना की टीम ने टास्क के नाम पर हुई करीब 8 लाख 86 हजार रुपये की ठगी की वारदात में आरोपी को गिरफ्तार किया। आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया। साइबर क्राइम थाना प्रभारी कुलदीप सिंह ने बताया कि बालंद निवासी प्रवीण की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके जांच शुरु की गई। जांच में सामने आया कि 26 अप्रैल को प्रवीण के पास व्हाटसअप पर कॉल आई। प्रवीण से टास्क के नाम पर कुल 8,85,703 रुपये ट्रांसफर करवा लिए। जांच के दौरान 18 अगस्त को आरोपी विश्राम निवासी धोलपुर, राजस्थान को गिरफ्तार किया गया है।

जिला जेल से मुकदमों की सुनवाई के बाद 3 कैदी रिहा

रोहतक। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा जेल में प्राधिकरण की सचिव एवं सीजेएम डॉ. तरन्नुम खान की अध्यक्षता में मंगलवार को आयोजित जेल लोक अदालत में 4 मुकदमों की सुनवाई की गई तथा तीन बंदियों को रिहा किया गया। सीजेएम डॉ. तरन्नुम खान ने बताया कि अगस्त माह की पहली जेल लोक अदालत में कुल तीन मुकदमों की सुनवाई की गई थी, जिनमें दो बंदियों को रिहा किया गया था। इस तरह इस महीने में कुल सात मुकदमों की सुनवाई की गई, जिनमें पांच बंदियों को रिहा किया गया। सीजेएम डॉ. तरन्नुम खान ने कहा कि प्राधिकरण द्वारा 13 सितंबर को कोर्ट परिसर में राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा।

युवक को अवैध हथियार सहित किया गिरफ्तार

रोहतक। पुलिस ने गाड़ी सवार युवक को अवैध हथियार सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी को कोर्ट में पेश किया जाएगा। आईएमटी थाना प्रभारी पंकज कुमार ने बताया कि गश्त के दौरान सूचना मिली कि काले रंग की टम्परेरी नंबर की गाड़ी में सवार युवक भारी मात्रा में अवैध हथियारों सहित किसी वारदात को अंजाम देने की फिराक में घूम रहा है। सूचना पर तुंरत कार्यवाही करते हुए मारुती फैक्ट्री के पास नाकाबंदी करते हुए वाहनों की चैकिंग करनी शुरु की। एशियन पेंट की तरफ से आ रही काली गाड़ी में सवार युवक को शक के आधार पर काबू किया गया।

जगमग योजना

दस साल में 172 गांवों में से 70 के मीटरों को घरों से बाहर निकाल पाया निगम

म्हारा जगमग गांव योजना में घरों के बाहर मीटर लगाकर 24 घंटे की जानी थी बिजली आपूर्ति, अधिकतर गांवों के लोगों ने जताया था मीटर बाहर निकालने का विरोध

नीरज वर्मा ▶▶| रोहतक

म्हारा गांव जगमग गांव योजना बिजली वितरण निगम अफसरों की लचर कार्यप्रणाली के चलते सिरे नहीं चढ़ पा रही है। वर्ष 2015 में तत्कालीन मुख्यमंत्री मनोहर लाल ने प्रदेश के गांवों में जहां बिजली चोरी नहीं होती है वहां पर 24 घंटे बिजली आपूर्ति शुरू कराने के लिए इस योजना की घोषणा की थी। योजना लागू हुए 10 साल बीत चुके हैं। इस योजना को रोहतक सर्कल के तीन डीविजनों में बाटा गया था। लेकिन यह योजना सब डीविजन नंबर एक में ही लागू हो पाई है। इसके अलावा रोहतक सर्कल में योजना के तहत चयनित गांवों में ग्रामीणों के विरोध के चलते यह योजना फाइलों में दब गई है। योजना के तहत चयनित 172 गांव में बिजली मीटर कनेक्शनों को घरों से बाहर निकालकर पोल पर लगाया जाना था, ताकि बिजली चोरी के साथ लाइनलॉस को रोका जा सके। लेकिन 10 साल में बिजली निगम के अफसरों द्वारा महज 70 गांव में मीटर को घरों के बाहर लगाने में सफलता मिल सकी। वहीं, 75 गांव में काम चल रहा है और 27 गांव में बिजली उपभोक्ताओं ने विरोध कर मीटर को घरों से बाहर लगाने नहीं दिया है। ऐसा नहीं है कि बिजली निगम ने इन गांव से खराब मीटर बदलकर नए मीटर लगाने का काम नहीं किया गया हो। लेकिन अब बिजली निगम के उच्चाधिकारियों का कहना है कि योजना को सफल बनाने के लिए एक्शन प्लान बनाकर सख्ती बरती जाएगी।

27 गांवों ने किया विरोध

बिजली निगम के अधिकारियों की मानें तो 27 गांवों में उपभोक्ता मीटर बाहर लगवाने को तैयार ही नहीं हैं। ऐसा नहीं है कि अधिकारी इन गांवों में मीटर बाहर लगाने के लिए न गए हों, बिजली निगम की टीम तो इन गांवों में गई लेकिन गांव वालों ने कर्मचारियों को मीटर बाहर नहीं लगाने दिए। इस दौरान नोंक-झोंक और झगड़े तक बात पहुंच गई और सरकारी काम में बाधा डालने पर लोगों पर केस भी दर्ज किए गए हैं। बरहाल विभाग इन गांवों में मीटर बाहर लगाने को लेकर तैयारी कर रहा है।

75 गांवों में चल रहा है कार्य

वहीं योजना 70 गावों में सिरे चढ़ चुकी है यानी इन गावों में सभी उपभोक्ताओं के घर के बाहर मीटर लगाए जा चुके हैं। इसके अलावा 75 अन्य गावों में मीटर बाहर लगाने का कार्य जोरों पर चल रहा है और बहुत जल्द सभी घरों के बाहर मीटरों को शिफ्ट कर दिया जाएगा। ऐसे में जहां लाइनलॉस रुकेगा वहीं बिजली चोरी के मामलों पर भी अंकुश लगेगा।

मीटर खराब होने की थी शिकायत, बदले

योजना में गांवों के ग्रामीणों ने खराब मीटर होने की शिकायत की थी, जिस पर निगम ने तत्काल एक्शन लेते हुए मीटर बदल दिए। अफसर बताते हैं कि ग्रामीणों की ओर से सकारात्मक रुझान न मिलने की वजह से योजना को सफल नहीं बना पा रहे। वहीं ग्रामीणों का आरोप है कि बिजली निगम की ओर से पर्याप्त बिजली सप्लाई नहीं दी जा रही, इसलिए वे उनके आदेशों को क्यों माने।

ग्रामीण योजना के साथ आएं

म्हारा गांव-जगमग गांव योजना सीएम प्रोजेक्ट में शामिल है। योजना के तहत चयनित गांवों को 24 घंटे बिजली सप्लाई देने की प्लानिंग है। ग्रामीणों से अपील है कि वह मीटर घरों से बाहर लगवाकर म्हारा गांव-जगमग गांव योजना को सफल बनाने में मदद करें, ग्रामीण यदि मीटर घर से बाहर निकालने का विरोध करेंगे तो फिर कानूनी कार्रवाई के जरिए निपटा जाएगा। **-बिजेंद्र नरवाल**, एसई, रोहतक सर्कल

बाइक चोरी और शराब के ठेके पर लूट के मामले में आरोपी

आंवल के पास पुलिस और बदमाशों के बीच मुठभेड़, दो को लगी गोली

- पुलिस ने आरोपियों को पकड़ने का प्रयास किया, लेकिन जवाबी कार्रवाई में गोली लगी
- घायल दोनों बदमाशों को उपचार के लिए पीजीआई के ट्रॉमा सेंटर में भर्ती किया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

गांव आंवल के पास एवीटी स्टाफ और बदमाशों के बीच मुठभेड़ हुई, जिसमें दो बदमाश गोली लगने से घायल हो गए। दोनों बदमाशों के पैर में गोली लगी है और उनका उपचार पीजीआई के ट्रॉमा सेंटर में चल रहा है। घायल बदमाशों की पहचान सोमबीर निवासी लाखनमाजरा और सुमित निवासी सुनारियां कलां के रुप में हुई है। बताया जा रहा है कि पुलिस को सूचना मिली थी कि बाइक चोरी और शराब के ठेके पर लूट की वारदात करने वाले बदमाश गांव आंवल पास घूम रहे हैं। सूचना के बाद एवीटी इंचार्ज इंस्पेक्टर अश्विनी की टीम मौके पर पहुंची। पुलिस को देखकर बदमाशों ने फायरिंग शुरू कर दी। पुलिस ने जवाबी कार्रवाई शुरू कर दी। इस दौरान फायरिंग में सोमबीर निवासी लाखनमाजरा के पैर में और सुमित निवासी सुनारियां कलां के घुटने में गोली लगी। दोनों घायलों को पीजीआई के ट्रॉमा सेंटर में भर्ती करवाया गया है, जहां दोनों का उपचार चल रहा है।

कई मामले दर्ज

बदमाशों ने हाल ही में रोहतक से एक बाइक चोरी की है। साथ ही मुरादपुर टेकना गांव से शराब के ठेके पर भी लूटपाट की वारदात को अंजाम दिया था। वहीं, लाखनमाजरा से 2 लाख रुपये लूट की वारदात को अंजाम दिया गया था।

पुलिस ने गुप्त सूचना पर आरोपियों को पकड़ने का प्रयास किया, जिसके दौरान मुठभेड़ हुई और दो बदमाशों के पैर में गोली लगी। एफएसएल एक्सपर्ट डॉ सरोज दहिया ने भी मौके का निरीक्षण किया और साक्ष्य एकत्र किए।

पीजीआई के ट्रामा सेंटर में भर्ती बदमाश

एफएसएल एक्सपर्ट डॉ सरोज दहिया जांच करती हुईं

आरोपियों से पूछताछ की जाएगी

पुलिस ने गुप्त सूचना पर आरोपियों को पकड़ने का प्रयास किया, जिसके दौरान मुठभेड़ हुई। पुलिस मामले में आरोपियों से पूछताछ करेगी और उनके आपराधिक रिकॉर्ड भी खंगाले जा रहे हैं। दोनों बदमाशों को पीजीआई के ट्रॉमा सेंटर में भर्ती करवाया गया है, जहां उनका उपचार चल रहा है। **-अश्वनी कुमार, प्रभारी एवीटी स्टाफ**

रोहतक। आग से नष्ट हुआ सामान। फोटो : हरिभूमि

झज्जर रोड पर टूल के गोदाम में आग लगने से भारी नुकसान

- दमकल विभाग की पांच गाड़ियों ने कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

झज्जर रोड स्थित टूल के गोदाम में आग लगने से लाखों का माल स्वाहा हो गया। सूचना मिलने पर दमकल केंद्र के कर्मचारी गाड़ियां लेकर मौके पर पहुंचे और आग पर काबू पाया। माना जा रहा है कि शार्ट सर्किट की वजह से आग लगी है।

जानकारी के अनुसार, अंकुर बंसल का झज्जर रोड पर टुल का गोदाम है। जहां सुबह पांच बजे लोगों ने आग लगे हुए देखी। इसके बाद गोदाम मालिक को सूचना दी गई। पीड़ित ने डायल 112 को सूचना दी, जिसके बाद फायर कर्मी मौके पर पहुंचे। करीब पांच गाड़ियों की मदद से आग पर काबू पाया गया।

कन्हेली और सुनारिया कलां में दो अवैध कॉलोनियों में निर्माण ढहाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

उपायुक्त सचिन गुप्ता ने कहा कि जिला प्रशासन द्वारा रोहतक नियन्त्रित एवं शहरी क्षेत्र में अवैध रूप से किये जा रहे निर्माणों/कालोनियों को गिराने का निरंतर अभियान जारी है। इस अभियान के तहत जिला के गांव कन्हेली व सुनारिया कलां में लगभग 10.2 एकड़ में विकसित की जा रही दो अवैध कॉलोनियों में 6 नींव, इंटरलॉक टाईल रोड़ नेटवर्क, सीवरेज पाईपलाईन तथा कच्चा रोड़ नेटवर्क तोड़ा गया। यह अभियान भविष्य में भी जारी रहेगा। गुप्ता ने कहा कि जिला में अवैध निर्माण अथवा अवैध कॉलोनियों को नहीं पनपनें दिया जाएगा। अभियान में जिला नगर योजनाकार कार्यालय के अधिकारी तथा कर्मचारी मौजूद रहे तथा कानून व्यवस्था बनाए रखने व किसी भी अप्रिय घटना से निपटने के लिए पर्याप्त पुलिस बल तोड़ फोड़ अमले के साथ मौजूद रहा। उन्होंने नागरिकों का आह्वान किया है कि वे अपने जीवन की कमाई को अवैध निर्माण या कॉलोनी में निवेश न करें। जिला प्रशासन द्वारा नियमित अंतराल पर अवैध निर्माण/कॉलोनी को गिराने का अभियान चलाया जाता है। जिला नगर योजनाकार सुमनदीप ने नागरिकों से अपील की है कि वे अपने जीवन की पूंजी अवैध निर्माणों या डीलर/भू-मालिकों द्वारा काटी जा रही अवैध कालोनियों में निवेश न करें क्योंकि इस तरह की विभागीय कार्यवाही समय-समय पर प्रशासन द्वारा अमल में लाई जाएगी।

प्रवीण हत्याकांड में आरोपी गिरफ़्तार

रोहतक। पुलिस ने टिटौली निवासी प्रवीण के ब्लाइंड मर्डर की हत्या की वारदात का खुलासा करते हुए वारदात में आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी को कोर्ट में पेश करके दो दिन के पुलिस रिमांड पर हासिल किया गया है। सदर थाना प्रभारी सुरेंद्र सिंह ने बताया कि टिटौली निवासी प्रदीप की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके जांच शुरु की गई। जांच में सामने आया कि प्रदीप का भाई प्रवीण पराली का काम करता है। खोखराकोट निवासी सुभाष प्रवीण का हेल्पर है। 13 अगस्त को प्रवीण व सुभाष इकट्ठे प्लॉट में थे। रात 10 बजे सुभाष घर से अपना व प्रवीण का खाना लेकर गया। खाना खाकर सुभाष अंदर कमरे में व प्रवीण गली में सो गया। सुबह के समय प्रवीण नहीं मिला। जांच के दौरान 15 अगस्त को गांव आंवल कटेसरा माइनर में लाश बहती हुई मिली।

नई जिम्मेदारी

नवनियुक्त उपायुक्त सचिन गुप्ता ने किया पदभार ग्रहण

जिले का विकास, प्रशासनिक कार्यों में तेजी लाना और सरकार की सभी योजनाओं के प्रभावी तरीके से क्रियान्वयन पर जोर

- 2018 बैच के आईएएस अधिकारी है डीसी सचिन गुप्ता
- उपायुक्त सचिन गुप्ता ने उच्चाधिकारियों के साथ जिला के विकास व अन्य विषयों पर किया विचार-विमर्श

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

नवनियुक्त उपायुक्त सचिन गुप्ता ने पदभार ग्रहण कर लिया है। उन्होंने पदभार ग्रहण करने उपरांत जिला प्रशासन के उच्चाधिकारियों के साथ विकास परियोजनाओं, स्वच्छता व समाधान शिविर बारे विचार विमर्श किया। उन्होंने कहा कि जिला के विकास, स्वच्छता गतिविधियों और प्रशासनिक कार्यों में तेजी लाना, सरकार की सभी योजनाओं का प्रभावी तरीके से क्रियान्वयन तथा नागरिकों की शिकायतों को तत्परता के साथ निपटाना उनकी प्राथमिकताओं में शामिल हैं। उन्होंने नागरिकों का आह्वान किया कि वे संबंधित क्षेत्र में बेहतर प्रदर्शन कर देश व प्रदेश के विकास में हर संभव योगदान करें। उपायुक्त सचिन गुप्ता का स्थानीय लघु सचिवालय परिसर पहुंचने पर अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार, जिप के मुख्य कार्यकारी अधिकारी प्रदीप कौशिक, उपमंडलाधीश आशीष कुमार, मुकुंद तंवर, नगराधीश अंकित कुमार, जिला राजस्व अधिकारी प्रमोद चहल ने पुष्पगुच्छ भेंटकर स्वागत किया। नगर निगम आयुक्त डॉ. आनंद कुमार शर्मा, सांपला के उपमंडलाधीश उत्सव आनंद, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल ने भी उपायुक्त कार्यालय में नवनियुक्त उपायुक्त का पुष्पगुच्छ भेंट कर स्वागत किया। 2018 बैच के आईएएस अधिकारी सचिन गुप्ता इससे पूर्व हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण पंचकूला के प्रशासक एवं पंचकूला शहरी सम्पदा के अतिरिक्त निदेशक के पद पर कार्यरत थे। उपायुक्त सचिन गुप्ता ने कहा कि वे अधिकारियों के साथ मिलकर जिला के विकास की गति को बढाएंगे तथा जिला में आधारभूत ढांचे को मजबूत करने की दिशा में कार्य करेंगे। जिला प्रशासन द्वारा नागरिकों की समस्याओं व शिकायतों का प्राथमिकता के आधार पर निपटारा किया जाएगा। उन्होंने सभी अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि अधिकारी मिलकर कार्य करें तथा हर क्षेत्र में जिला को आगे बढ़ाए। प्रशासनिक उच्चाधिकारियों से जिला के बारे में जानकारी हासिल करने के साथ-साथ उन्हें आवश्यक हिदायतें भी दी। उन्होंने जिला में जलभराव के बारे में अधिकारियों से जानकारी लेते हुए जल निकासी के प्रबंधों की समीक्षा की। उन्होंने राजस्व विभाग के इंतकाल व जमाबंदी आदि के बारे भी अधिकारियों से जानकारी ली।

रोहतक। नवनियुक्त उपायुक्त सचिन गुप्ता का स्वागत करते अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार।

अधिकारियों की बैठक लेते उपायुक्त सचिन गुप्ता।

बिजली निगम की लापरवाही से मसूदपुर में फसल हो रही खराब

कलानौर। खंड के गांव मसूदपुर में बारिश का पानी भारी मात्रा में भर गया है। ग्रामीणों ने बताया कि बारिश के समय पर अन्य गांव का पानी भी हमारे क्षेत्र में छोड़ दिया जाता है जिससे हमारे गांव की फसल नष्ट हो जाती है। ग्रामीणों ने बताया कि बारिश के पानी की निकासी के पम्प सेट लगाए गए हैं परन्तु बिजली ट्रांसफार्मर खराब होने से पानी की निकासी रुकी हुई है, अब ग्रामीण बिजली निगम के बार बार चककर लगा रहे हैं लेकिन उनकी तरफ से कोई समाधान नहीं किया जा रहा है। ग्रामीण हरेंद्र, जयकुवार, पुनीत, रणबीर,बिजेंद्र, प्रदीप ,सौरभ आदि ने बताया कि सरकार को जल्द से जल्द ट्रांसफार्मर लगाकर पानी की निकासी का प्रबंध करवाना चाहिए।

ओथेलो सिंड्रोम जब बेवजह साथी पर होने लगे संदेह

जब कोई पुरुष या स्त्री बिना किसी ठोस कारण या प्रमाण के अपने साथी पर विश्वासघात करने का संदेह करने लगे तो ऐसा ओथेलो सिंड्रोम नामक मनोरोग के कारण हो सकता है। इसकी होने की कई वजहें हैं। लेकिन इसके लक्षण सामने आने पर ट्रीटमेंट करवाने में देर नहीं करनी चाहिए। इस रोग के बारे में विस्तार से जानिए।

मेंटल हेल्थ

डॉ. गौरव गुप्ता
वरिष्ठ मनोचिकित्सक
तुलसी हेल्थकेयर, नई दिल्ली-गुरुग्राम

ओथेलो सिंड्रोम एक ऐसा मनोविकार है, जिसके कारण व्यक्ति भ्रमित होकर इस गलत धारणा का शिकार हो जाता है कि उसका जीवनसाथी या साथी बेवफा है, भले ही उस बेवफाई का कोई सुबूत मौजूद न हो। इससे ग्रस्त होकर कई बार व्यक्ति असामान्य या आपराधिक घटनाओं को भी अंजाम दे सकता है। इस मनोरोग को ओथेलो सिंड्रोम का नाम अंग्रेजी भाषा के महान साहित्यकार शेक्सपियर के एक नाटक के पात्र ओथेलो के नाम पर रखा गया है, जो ईर्ष्या से ग्रस्त था। ओथेलो सिंड्रोम के बारे में यहां जानकारी देने का उद्देश्य लोगों को इस मनोरोग के प्रति जागरूक करना है। इसकी आड़ में किसी भी तरह के अपराध को कदापि उचित नहीं ठहराया जा सकता।

इन लक्षणों पर दें ध्यान : ओथेलो सिंड्रोम से ग्रस्त व्यक्ति में अपने साथी के प्रति ईर्ष्या और संदेह का भाव बहुत प्रबल होता है। सबूतों के अभाव के बावजूद यह भ्रामक यकीन कि उसका साथी विश्वासघाती है, अत्यधिक ईर्ष्या और संदेह को जन्म देता है। एक-दूसरे के विवाहेतर संबंधों के संदर्भ में किसी प्रमाण के बगैर शक करना। मरीज अपने साथी की बेवफाई की जांच-पड़ताल करने या उसे रोकने के लिए आक्रामक या जुनूनी व्यवहार कर सकता है। मरीज अपने साथी के प्रति आक्रामक हो सकता है और वह हत्या या आत्महत्या भी कर सकता है। व्यक्ति अपने साथी या खुद को नुकसान पहुंचा सकता है। छोटी सी बात पर भयंकर क्रोध करना और अपने साथी पर बिल्कुल भरोसा न करना। ऐसा व्यक्ति सामाजिक मेल-मिलाप से दूर हो सकता है। इस सिंड्रोम से ग्रस्त मरीज अपने साथी पर अत्यधिक निगरानी करने लगता है और उस पर धोखा देने का आरोप लगाने लगता है। साथी की गतिविधियों पर लगातार पैनी नजर रखना, उसके फोन कॉल और सोशल मीडिया की जांच करना जैसे कार्यों को अंजाम दे सकते हैं।

संभव हैं अनेक कारण: ओथेलो सिंड्रोम रोग होने के कई कारण हो सकते हैं। इलाज से पूर्व इसके कारणों के बारे में जानना जरूरी होता है।

अन्य मनोरोग: ओथेलो सिंड्रोम अन्य मनोरोगों जैसे सिजोफ्रेनिया, बाइपोलर डिसऑर्डर या एंग्जाइटी आदि के कारण हो सकता है। ओथेलो सिंड्रोम न्यूरोलॉजिकल स्थितियों जैसे मनोभ्रंश या डिमेंशिया और मस्तिष्क या ब्रेन ट्यूमर के कारण भी हो सकता है। ब्रेन ट्यूमर के दुष्प्रभाव के कारण व्यक्ति की सोच एब्नॉर्मल हो सकती है।

मस्तिष्क में असामान्यता: मस्तिष्क के किसी भाग में संरचनात्मक खराबी या एब्नॉर्मेलिटी के कारण भी ओथेलो सिंड्रोम की समस्या हो सकती है।

मादक पदार्थों का इस्तेमाल: शराब और अन्य मादक पदार्थों की लत एक अरसे बाद इस सिंड्रोम के खतरे को बढ़ा सकती है।

मस्तिष्क की चोटें या अन्य कारण: मस्तिष्क पर लगी गहरी चोटें या कुछ मस्तिष्क रसायनों यानी न्यूरोकेमिकल्स) में असंतुलन की स्थितियां भी ओथेलो सिंड्रोम का कारण ट्रिगर कर सकती हैं।

न्यूरोडीजेनेरेटिव डिजीज: अल्जाइमर या पार्किंसंस जैसी न्यूरोडीजेनेरेटिव बीमारियां, ओथेलो सिंड्रोम की समस्या को ट्रिगर कर सकती हैं।

ऐसे करते हैं ट्रीटमेंट: मनोचिकित्सक ओथेलो सिंड्रोम के मरीज की स्थिति और उसके लक्षणों के आधार पर इस मनोरोग का इलाज करते हैं। इस समस्या का कोई विशिष्ट उपचार नहीं है। हां, समुचित उपचार से इस रोग को नियंत्रित और प्रबंधित किया जा सकता है। जैसे-

मनोचिकित्सा: संज्ञानात्मक-व्यवहार थेरेपी (कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी संक्षेप में-सीबीटी) या अन्य प्रकार की मनोचिकित्सा व्यक्ति को ईर्ष्या से संबंधित विचारों, उसके असामान्य विचारों और व्यवहारों से निपटने में मदद करती है।

दवाएं: एंटीसाइकोटिक्स आदि दवाएं लक्षणों को कम करने में सहायक हैं। ऐसी दवाएं न्यूरो केमिकल्स को संतुलित करने में मदद करती हैं।

नशा मुक्ति उपचार: यदि नशीले पदार्थ के दुरुपयोग के कारण यह सिंड्रोम ट्रिगर होता है, तब इन लतों का उपचार आवश्यक है।

अन्य मानसिक समस्याओं का उपचार: यदि रोगी को ओथेलो सिंड्रोम के साथ-साथ अन्य मानसिक स्वास्थ्य विकार भी हैं, तो उनका भी इलाज किया जाता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजीशियन
सर गंगाराम अस्पताल, नई दिल्ली

जब पैरों में मौजूद नसों से ब्लड फ्लो सही तरीके से हार्ट तक नहीं हो पाता है तो उसे क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी कहते हैं। इससे नसों में सूजन आ जाती है, जो बहुत पेनफुल होता है। इससे बचने के लिए अपनी लाइफस्टाइल और डाइट में किन बातों का ध्यान रखें, यहां बता रहे हैं।

बहुत पेनफुल डिजीज है क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप इन दिनों पैरों की नसों से जुड़ी गंभीर बीमारी क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी (सीवीआई) से ग्रसित हैं। यह एक ऐसी बीमारी है, जिसका असर पेशेंट के रूटीन वर्क पर भी पड़ता है।

क्या है यह बीमारी: क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी एक ऐसी बीमारी है, जिसमें पैरों की नसें सही तरीके से खून को वापस हार्ट तक नहीं पहुंचा पाती हैं। असल में ब्लड हार्ट से पंप होने के बाद वेंस के माध्यम पूरे शरीर में सर्कुलेट होता है। हमारे शरीर में वेंस के दो चैनल होते हैं- डीप और सुपरफिशियल। डीप वेंस हमारे शरीर की मसल्स के अंदर गहराई में होती हैं, जो ब्लड का फ्लो हार्ट से पैरो तक बनाने में मदद करती हैं। दूसरी सुपरफिशियल वेंस स्किन के नीचे होती हैं, जो दूषित ब्लड को पैरों से हार्ट तक वापस ले जाती हैं। ताकि वहां ब्लड फिल्टर होकर साफ हो जाए और साफ ब्लड शरीर के अन्य अंगों तक जा सके। सामान्य रूप से नसों में छोटे-छोटे वाल्व होते हैं, जो खून को हार्ट की तरफ फ्लो में मदद करते हैं। लेकिन कभी-कभी कई कारणों से ब्लड वेंस के वॉल्व खराब या कमजोर पड़ जाते हैं। इससे वेंस में रुकावट आ जाती है और ब्लड सर्कुलेशन ठीक तरह से नहीं हो पाता है। यानी ब्लड हार्ट की तरफ नहीं जाता है और धीरे-धीरे पैरों के अंदर इकट्ठा होने लगता है। जिसकी वजह से नसों में दबाव बढ़ जाता है। पैरों में सूजन और दर्द रहता है। कई मामलों में नसों में ब्लीडिंग भी हो सकती है, जो घाव या अल्सर का रूप ले लेती है। व्यक्ति को चलने या रोजमर्रा के काम करने में दिक्कत होने लगती है।

क्या हैं कारण: पैरों की नसों में होने वाली वेरिकोस वेंस समस्या, क्रोनिक वेनस इनसफिशिएंसी का बड़ा कारण है। ये वेंस स्किन के नीचे नीले रंग के गुच्छे के रूप में दिखाई देती हैं। नजरअंदाज करने पर ये धीरे-धीरे मोटी होती जाती हैं और हार्ट तक ब्लड ले जाने वाली वेंस पर दबाव डालती हैं। दबाव पड़ने से वेंस में रुकावट आ जाती है और ब्लड सर्कुलेशन बाधित हो जाता है। इस स्थिति के लिए कई और कारण भी जिम्मेदार हो सकते हैं-

- 60 साल की उम्र के बाद ब्लड वेसल्स में कमजोरी आना।
- फैमिली हिस्ट्री या आनुवांशिक रक्त विकार होना।
- गर्भावस्था में बच्चे के विकास के कारण पेट की नसों में प्रेशर रहने से पैरों से दिल की तरफ वापस रक्त प्रवाह में बाधा आना।
- आरामपरस्त जीवनशैली की वजह से मोटापे का शिकार होना। मोटापे से पैरों की नसों पर दवाब पड़ना।
- ऐसे प्रोफेशंस, जिसमें लंबे समय तक खड़े रहने का काम होता है। जैसे पुलिस, टीचर या बस कंडक्टर्स, आर्मी पर्सनल्स जैसे प्रोफेशन के लोग जिन्हें लंबे समय तक खड़ा रहना पडता है। देर तक खड़े होकर काम करने से वेंस की वॉल्व पर प्रेशर पड़ना।
- काम करते वक्त अधिक देर तक बैठे रहना या लंबी यात्रा पर कार या एयरोप्लेन से जाते हुए देर तक एक पोजिशन में बैठे रहना।
- दुर्घटना या ट्रामा होने पर पैरों की नसों में चोट लगना।
- किसी बीमारी या सर्जरी की वजह से मरीज का लंबे समय तक बेड रेस्ट पर होना।
- धूमपान करने से ब्लड वेंस की वॉल्व का कमजोर होना।

रोग के प्रमुख लक्षण: इसके प्रमुख लक्षणों में शामिल हैं-

- पैरों में नीले रंग की पतली-पतली नसों का गुच्छा या छोटे-छोटे घाव दिखना।
- पैर की पिंडलियों में वेरिकोस वेंस होना यानी नसों का फूलना या सूजन आना। सूजन सुबह न होना, दिन के साथ-साथ यानी शाम तक बढ़ जाना।
- पैर और पिंडलियों की मसल्स में असहनीय दर्द होना। ज्यादा खड़े होने या चलने में मुश्किल आना, जबकि लेटने या सोने पर तकलीफ न होना।
- पैर का रंग बदलना यानी लाल या नीला होना।
- पैर में बहुत खुजली होना।
- पैरों की त्वचा अधिक गर्म होना।

कैसे होता है डायगनोज: कलर वेंस डॉप्लर अल्ट्रासाउंड किया जाता है, जो पैरों की वेंस और इनके वॉल्व की जांच करता है। इससे वेंस में ब्लड सर्कुलेशन की स्थिति का भी पता चल जाता है।

न करें इग्नोर: वैसे तो क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी बीमारी जानलेवा नहीं है, लेकिन काफी दर्दनाक होती है। अगर समय रहते इसका इलाज नहीं किया जाए तो स्थिति गंभीर हो सकती है। ब्लड थ्रंबोसिस ऑर्गेनाइजेशन के अनुसार दुनिया की तकरीबन 10 प्रतिशत आबादी वेरीकोस वेंस की समस्या का सामना कर रही है। भारत में हर चौथी महिला और हर सातवें पुरुष को वेरीकोस वेंस की समस्या है। आमतौर पर यह बीमारी उम्रदराज लोगों को ज्यादा होती है, लेकिन वर्तमान आधुनिक आरामपरस्त जीवनशैली और स्टेंडिंग जॉब करने वाले युवाओं में भी देखने को मिलती है। अकसर इसे इगनोर किया जाता है। समय पर उपचार न करवाने पर कई बार पैरों की नसों में सूजन आ जाती है और छोटी-छोटी नसें घाव का रूप ले लेती हैं।

कैसे किया जाता है उपचार: क्रॉनिक वेनस इनसफिशिएंसी का कोई डायरेक्ट ट्रीटमेंट नहीं है। नसों की वॉल्व में खराबी आने, वेरिकोस वेंस होने या ब्लड फ्लो सुचारू न होने पर मिनिमल इंवेसिव तकनीक यानी छोटी-सी लेजर सर्जरी की जाती है। प्रभावित जगह पर बाहर से पिन होल करके लेजर ग्लू आरएफए द्वारा नस बंद कर दी जाती है या निकाल दी जाती है।

मरीज को पैरों में कंप्रेशन स्टॉकिंस पहनने के लिए दी जाती हैं। खून पतला करने के लिए ब्लड थिनर मेडिसिन दी जाती हैं या इंजेक्शन लगाए जाते हैं। जो ब्लड सर्कुलेशन को ठीक करने में मदद करते हैं। दर्द से राहत पहुंचाने के लिए पेनकिलर मेडिसिन भी दी जाती हैं।

ऐसे करें बचाव: सीवीआई की समस्या को लाइफस्टाइल में बदलाव करके कंट्रोल किया जा सकता है।

- स्वस्थ और सक्रिय जीवनशैली अपनाएं।
- एक जगह ज्यादा देर तक बैठे या खड़े न रहें। बीच-बीच में पैर ऊपर करके बैठें। हर एक घंटे बाद अपनी सीट से उठकर 5-10 मिनट टहलें। व्यायाम या छोटे-मोटे काम करें। बैठते या लेटते हुए भी एंकल एक्सरसाइज करें।
- यथासंभव लेट जाएं और लेटते वक्त पैरों के नीचे तकिया रखकर ऊपर उठाएं, पैरों को हिलाते रहें या एक्सरसाइज करें।
- रेगुलर एक्सरसाइज करें। मोटापा नियंत्रित करें।
- खान-पान का ध्यान रखें। पौष्टिक और संतुलित आहार लें। प्रिजर्वेटिव, डीप फ्राइड, जंक फूड, अधिक चीनी-नमक वाली चीजों से परहेज करें। रोजाना तीन लीटर तक पानी या लिक्विड डाइट लें ताकि शरीर में रक्त प्रवाह सुचारू रहे।
- सोने-जागने का शेड्यूल ठीक रखें। मोटापे से बचने के लिए दिन में सोना अवॉयड करें।
- धूमपान, एल्कोहल या किसी तरह के नशीले पदार्थ के सेवन से परहेज करें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

नवजात बच्चों में पीलिया प्रॉपर ट्रीटमेंट है जरूरी

प्रिकॉशन

नवजात बच्चों में पीलिया होना कॉमन समस्या है, लेकिन इसे इग्नोर नहीं करना चाहिए। इसका कारण बच्चे के ब्लड में बिलीरुबिन नामक पदार्थ का बढ़ जाना होता है। अगर इसका समय पर सही इलाज न किया जाए तो यह उसके दिमाग को भी नुकसान पहुंचा सकता है या बच्चे के विकास में रुकावट डाल सकता है। इस बारे में नोएडा (नई दिल्ली-एनसीआर) स्थित मदरहुड अस्पताल के सीनियर कंसल्टेंट नियोनेटोलॉजी-पीडियाट्रिक्स **डॉ. अक्षय मेहता** कहते हैं, 'लोग सोचते हैं कि बच्चे को केवल धूप दिखाने से पीलिया ठीक हो जाता है। लेकिन ऐसा नहीं है। धूप से बच्चे को सही तरह की नीली लाइट नहीं मिलती। बल्कि धूप में रहने से बच्चे का टेंप्रेचर बढ़ सकता है, उसे डिहाइड्रेशन या स्किन बर्न भी हो सकता है। अगर बच्चे को पीलिया ज्यादा है तो उसका इलाज जरूरी होता है। यह भी गलत धारणा है कि पीलिया अपने आप ठीक हो जाएगा। अगर इसका स्तर ज्यादा है तो डॉक्टर से प्रॉपर इलाज करवाना जरूरी है। देरी करने से बच्चे के दिमाग पर असर पड़ सकता है। कुछ लोग मानते हैं कि सिर्फ त्वचा का पीला होना ही पीलिया का संकेत है, जबकि गहरे रंग के बच्चों में आंखों, मसूड़ों या पैरों में भी पीलिया का लक्षण दिख सकता है। फोटोथेरेपी को लेकर भी लोगों में भ्रम है कि यह हानिकारक होता है, जबकि यह बहुत सुरक्षित और असरदार इलाज है। इसमें बच्चे को स्पेसिफिक लाइट दी जाती है, जिससे बिलीरुबिन कम होता है। पैरेंट्स को ध्यान रखना चाहिए कि पीलिया की समय पर पहचान और सही इलाज से ही बच्चे की जान बचाई जा सकती है।' *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

डाइट सजेशन

बुशरा फातमा

मिलेट्स यानी मोटे अनाज को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। आप भी इन्हें अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं। इनके सेवन से होने वाले फायदों के बारे में जानिए।

मिलेट्स को बनाएं डेली डाइट का हिस्सा

अपना देश जिस तेजी से डायबिटीज कैपिटल बनने की कगार पर है वह चिंता का विषय है। हमारे खान-पान की गलत आदतें, इस तरह पश्चिमी देशों से प्रभावित होती दिखाई दे रही हैं कि यहां मोटापा, हाई ब्लड प्रेशर, शुगर जैसी बीमारियां लगभग हर दूसरे घर में मिलनी शुरू हो गई हैं। बढ़ते हार्ट अटैक ने लोगों की चिंताएं बढ़ा दी हैं। ऐसे में हेल्थ को लेकर लापरवाही अब भारी पड़ सकती है। खान-पान की आदतें हमें समय रहते बदलनी जरूरी है। ऐसे में मिलेट्स को आज के दौर में खान-पान का जरूरी हिस्सा बनाना चाहिए। मिलेट्स बहुत सी खूबियों से भरा है, जिससे ये हमें बहुत सी बीमारियों से भी बचाने में मदद करता है।

पाचनतंत्र को मजबूत बनता है: मिलेट्स जैसे रागी, ज्वार, बाजरा आदि में फाइबर की प्रचुर मात्रा पाई जाती है, जिससे डाइजेशन अच्छा होता है। साथ ही ग्लूटेन फ्री होने की वजह से इसे पचाना आसान है। हर मिलेट में अलग-अलग पोषक तत्व होते हैं, इसलिए अपने शरीर की प्रकृति के अनुसार ही मिलेट्स का चुनाव करना चाहिए। जिन्हें कब्ज की समस्या हो, उन्हें मिलेट्स को अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए।

हृदय को रखे स्वस्थ: इन दिनों जिस तेजी से हार्ट अटैक की समस्या बढ़ रही है, उसमें खान-पान में लापरवाही इसके रिस्क रेट को और भी बढ़ा सकती है। मिलेट्स में मौजूद मैगनीशियम और पोटेशियम, ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में मदद करता है। इसलिए मिलेट्स से बनी कोई भी डिश दिन भर में एक समय की डाइट में जरूर शामिल करनी चाहिए। ज्वार या बाजरे की रोटी, चावल या गेहूं की रोटी की जगह इस्तेमाल कर सकते हैं।

डायबिटीज को कंट्रोल करता है: जिनका शुगर लेवल बॉर्डर पर हो या जिन्हें डायबिटीज की समस्या है, उन्हें मिलेट्स को अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। चूंकि मिलेट्स का ग्लायसेमिक इंडेक्स कम होता है, जो ब्लड शुगर को कंट्रोल करने में बहुत मदद करता है। ऐसे में ब्रेकफास्ट में रागी, इडली, डोसा या मिलेट्स फ्लेक्स से बना उपमा एक अच्छा ऑप्शन है। इससे आपकी डायबिटीज कंट्रोल रहेगी।

ब्रेन फूड है मिलेट्स: चूंकि आजकल बच्चों के खान-पान में जंक फूड ने इस तरह जगह बना ली है कि उन्हें सही न्यूट्रिशन नहीं मिल पाता। अच्छे दिमागी विकास के लिए बच्चों के डाइट में मिलेट्स का होना बहुत जरूरी है। इनमें आयरन और विटामिन बी कॉम्पलेक्स भरपूर मात्रा में होते हैं, जो बच्चों के मानसिक विकास और एकाग्रता बढ़ाने में मदद करते हैं। बच्चों को मिलेट्स से बने लड्डू, स्नैक्स खिलाने से वो बाहर बिकने वाले जंक फूड से बचेंगे और ये उनके संपूर्ण विकास में सहायक भी होगा।

वजन कंट्रोल करने में भी है मददगार: मिलेट्स में मौजूद फाइबर की वजह से पेट लंबे समय तक भरा रहता है, जिससे खाने की क्रेविंग कम हो जाती है। इससे व्यक्ति कम खाना खाता है। अगर बढ़ते वजन से परेशान हैं तो उन्हें मिलेट्स से बने डिशेज वजन कंट्रोल करने में मदद करेंगे।

बरतें सावधानी: मिलेट्स खाने के फायदे तो बहुत हैं लेकिन इसे खाने में थोड़ी सावधानी भी बरतनी चाहिए। चूंकि इसमें फाइबर की प्रचुर मात्रा होती है इसलिए जिन लोगों को डाइजेस्टिव ब्लॉटिंग जैसी समस्या है, उन्हें मिलेट्स को पकाने से पहले पानी में सोक यानी भिगोने के बाद इस्तेमाल करना चाहिए। साथ ही अंकुरित और फर्मेंटेड मिलेट्स का सेवन करना चाहिए। *

(होम्योपैथ डॉ. अश्वनी कानेटकर से बातचीत पर आधारित)

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

अगर आप योगाभ्यास की शुरुआत करने वाले हैं तो त्रिकोणासन करना बहुत लाभदायक सिद्ध हो सकता है। इसे करना आसान होता है और इससे कई शारीरिक फायदे भी होते हैं। इसकी विधि और सावधानियों के बारे में जानिए।

शुरुआती योगाभ्यासियों के लिए सबसे अच्छा है त्रिकोणासन

योगासनों के अभ्यास की शुरुआत करने वालों के लिए त्रिकोणासन सबसे अच्छा माना जाता है। क्योंकि इसमें योग की तीनों बुनियादी बातें जैसे स्ट्रेच, बैलेंस और श्वसन नियंत्रण एक साथ सीखने को मिलते हैं। साथ ही यह आसन बाकी कई आसनों से अपेक्षाकृत आसान और सुरक्षित होता है, क्योंकि इससे शरीर पर कम दबाव पड़ता है। इसमें शरीर जमीन के करीब जाता है, लेकिन घुटनों और हाथों पर ज्यादा वजन नहीं पड़ता। इस आसन से हड्डियों, जोड़ों और मांसपेशियों को धीरे-धीरे खिंचाव मिलता है, अचानक से झटका नहीं लगता। साथ ही यह आसन कमर, कूल्हे, जांघ, हैमस्ट्रिंग और कंधों को खींचता है। यह आसन शुरुआत में हाथ, घुटने या जांघ पर रखकर किया जा सकता है। बाद में जमीन तक झुकने की क्षमता बढ़ जाती है। इस आसन में शरीर का वजन दोनो पैरों पर बराबर बांटना पड़ता है, जिससे शुरुआत में लोग संतुलन बनाना और सही मुद्रा बनाना सीख जाते हैं। दूसरे आसनों के मुकाबले इस आसन से सांस पर ध्यान केंद्रित करना आसान होता है। साथ ही इस आसन में चोट लगने का खतरा सबसे कम होता है। लेकिन इस एक ही आसन में रीढ़, पेट, पैर, हाथ और गर्दन को सक्रिय किया जा सकता है, जिससे नए लोग भी जल्द आसन के परिणाम महसूस करते हैं।

त्रिकोणासन के शारीरिक फायदे: त्रिकोणासन या ट्रायएंगल पोज के बहुत महत्वपूर्ण शारीरिक फायदे होते हैं। मसलन- यह रीढ़ और कमर के लिए बहुत उपयोगी आसन है। इससे रीढ़ की हड्डी में लचीलापन बढ़ता है और कमर की अकड़न कम होती है। यह आसन करने से जांघें और पैर मजबूत होते हैं। इस आसन से जांघ, घुटनों और पिंडलियों की मांसपेशियों में खिंचाव आता है, जिससे जांघें और पैर मजबूत होते हैं। यह आसन कंधे और छाती को खोलता है। इससे फेफड़ों की क्षमता बढ़ती है और श्वसन तंत्र बेहतर होता है। यह आसन पेट की मांसपेशियों को सक्रिय करता है, जिससे कब्ज और गैस की समस्या में राहत मिलती है तथा पाचन में सुधार होता है। यह आसन शरीर और मन के बीच तालमेल बढ़ाता है, जिससे संतुलन सधता है और एकाग्रता बढ़ती है। यह आसन हल्के दर्द में फायदा पहुंचाता है, जिससे साइटिका और पीठ दर्द में राहत मिलती है। लेकिन अगर दर्द गंभीर हो, तो बिना डॉक्टर से पूछे यह आसन न करें।

आसन करने का सही तरीका: त्रिकोणासन सही तरीके से किया जा सके, इसके लिए जरूरी है कि सुबह आसन किया जाए। लेकिन यदि किसी वजह से शाम को आसन करें तो सुनिश्चित करें कि कम से कम साढ़े चार से पांच घंटे पहले भोजन किया हो। यह आसन सही तरीके से करने के लिए कदम दर कदम यह तरीका अपनाएं।

सबसे पहले सीधे खड़े हों और दोनों पैरों के बीच आपस में तीन से साढ़े तीन फुट का फासला रखें। अब दोनों हाथों को कंधों के समानांतर फैलाएं और ध्यान रहे कि इस समय हथेलियां नीचे की तरफ हों। अब दाहिने पैर को 90 डिग्री बाहर और बाएं पैर को 15 डिग्री अंदर की ओर मोड़ें। इसके बाद दाहिनी ओर झुकें, इस समय दाहिना हाथ, पैर, टखने या जमीन पर रखें। जहां रखना आपको ज्यादा सुविधाजनक लगे। इसके बाद श्वास छोड़ते हुए धीरे- धीरे झुकें। अब बाएं हाथ को आसमान की ओर सीधा करें और नजरें ऊपर बाएं हाथ की अंगुलियों की ओर घुमाएं। इस स्थिति में 20 से 30 सेकेंड रहें, फिर धीरे-धीरे सांस लेते हुए वापस आएं। दूसरी प्रक्रिया भी इसी क्रम में दोहराएं।

कब न करें त्रिकोणासन: हाल में अगर गर्दन, पीठ, घुटने या कूल्हे में कहीं चोट लगी हुई है तो त्रिकोणासन करने से बचें। स्लिप डिस्क, वर्टिको या गंभीर कमर दर्द की स्थिति हो तो भी त्रिकोण आसन से दूर रहें। लो ब्लड प्रेशर की शिकायत हो या गर्भावस्था दूसरे या तीसरे महीने में चल रही हो तो बिना प्रशिक्षक की देख-रेख में यह आसन न करें।

त्रिकोणासन के पहले और बाद में क्या करें: त्रिकोणासन के पहले हल्का वार्मअप करें। इसके तहत गर्दन घुमाएं, कंधे ढीले करें, पैरों में स्ट्रेच करें। त्रिकोणासन करने के पहले कभी भी भारी खाना न खाएं। मन शांत रखें। इसी तरह त्रिकोणासन करने के बाद एक से दो मिनट शवासन करें। *

खबर संक्षेप

एंटी रैगिंग के खिलाफ विद्यार्थियों को शपथ दिलाई

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के रक्षा एवं सामरिक अध्ययन विभाग में शिक्षक-विद्यार्थी सवांद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में एंटी रैगिंग के खिलाफ विद्यार्थियों को शपथ दिलाई गई। प्रोग्राम के प्रारंभ में विभागाध्यक्ष प्रोफेसर शालिनी सिंह ने नवांगतुक विद्यार्थियों का स्वागत किया। विभागाध्यक्ष प्रो. शालिनी सिंह ने बताया की रैगिंग एक सामाजिक एवं शैक्षणिक बुराई है जिसमें विद्यार्थियों को मानसिक एवं शारीरिक तौर पर प्रताड़ित किया जाता है। यह न केवल पीड़ित की गरिमा व आत्मसम्मान को ठेस पहुंचाती है बल्कि शिक्षा के माहौल को भी दूषित करती है।

सैनी कॉलेज में दीक्षारंभ कार्यक्रम का आयोजन

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के रक्षा एवं सामरिक अध्ययन विभाग में शिक्षक-विद्यार्थी सवांद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में एंटी रैगिंग के खिलाफ विद्यार्थियों को शपथ दिलाई गई। प्रोग्राम के प्रारंभ में विभागाध्यक्ष प्रोफेसर शालिनी सिंह ने नवांगतुक विद्यार्थियों का स्वागत किया। विभागाध्यक्ष प्रो. शालिनी सिंह ने बताया की रैगिंग एक सामाजिक एवं शैक्षणिक बुराई है जिसमें विद्यार्थियों को मानसिक एवं शारीरिक तौर पर प्रताड़ित किया जाता है।

मनीषा हत्याकांड को लेकर गहराया आक्रोश

रोहतक। ऑल इंडिया डेमोक्रेटिक स्टूडेंट्स ऑर्गेनाइजेशन (एआईडीएसओ) ने भिवानी की बेटी मनीषा की हत्या पर गहरा शोक और संवेदना व्यक्त करते हुए सरकार और पुलिस प्रशासन की कार्यशैली की कड़ी निंदा की है। संगठन ने इस मामले की जांच सुप्रीम कोर्ट के सिटिंग जज से कराने की मांग की है। एआईडीएसओ के प्रदेश सचिव उमेश मौर्य ने कहा कि पुलिस की जांच, मेडिकल रिपोर्ट और घटनास्थल की वास्तविक स्थिति में गंभीर भिन्नताएं सामने आ रही हैं, जिससे हत्या का संदेह गहराता है।

केवीएम नर्सिंग कॉलेज में हुआ न्यूरोपैथी पर सेमिनार

रोहतक। केवीएम नर्सिंग कॉलेज में न्यूरोपैथी पर एक सेमिनार का आयोजन किया गया। इस सेमिनार का उद्देश्य छात्राओं को मेडिटेशन और प्राकृतिक उपचार के बारे में जानकारी प्रदान करना था। सेमिनार में डॉ. रीतू जैन ने मेडिटेशन के बारे में बताया तथा इससे होने वाले फायदे के बारे में बताया। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि न्यूरोपैथी एक प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति है। जो हमें प्रकृति के साथ जुड़ने और स्वस्थ रहने के लिए प्रेरित करती है। उन्होंने छात्राओं को बताया कि कैसे वे दैनिक जीवन में न्यूरोपैथी को अपनाकर अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि कैसे हम मेडिटेशन और न्यूरोपैथी से अपने शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रख सकते हैं। सेमिनार में एएनएम, जीएनएम व बीएससी नर्सिंग के सभी छात्राओं ने भाग लिया। अंत में डॉ. मनीषा मायना और ज्योति शर्मा ने डॉ. रीतू जैन और उनकी पूरी टीम को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया।

अभिनेता पवन मल्होत्रा ने साझा किए अभिनय के गुर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

दादा लखमी चंद स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ परफॉर्मिंग एंड विजुअल आर्ट्स (डीएलसी सुपवा) में सिने फाउंडेशन हरियाणा के सहयोग से आयोजित पांच दिवसीय फिल्म कार्यशाला के दूसरे दिन प्रतिभागियों ने अभिनय और छायांकन की बारीकियों को गहराई से समझा। इस दिन का मुख्य आकर्षण प्रसिद्ध अभिनेता पवन मल्होत्रा का मास्टरक्लास रहा, जिन्होंने अपने चार दशक लंबे फिल्मी करियर से जुड़े अनुभव और अभिनय के महत्वपूर्ण सूत्र छात्रों के साथ साझा किए।

पवन मल्होत्रा ने कहा कि अभिनय महज़ संवाद बोलना नहीं, बल्कि संवेदनशीलता और ईमानदारी से जुड़ी प्रक्रिया है। उन्होंने स्पष्ट किया, अभिनय सुनना भी है। जब आप सामने वाले किरदार को ध्यान से सुनते हैं, तभी आप अपनी प्रतिक्रिया सच्चाई से दे पाते हैं। अभिनय का मूल भाव है वर्तमान में उपस्थित रहना, ग्रहणशील होना और सच्चाई से जीना। उन्होंने अपने करियर की शुरुआत का ज़िक्र करते हुए बताया कि 1980 के दशक में 'नुक्कड़', 'बुनियाद' और 'हम लोग' जैसे धारावाहिकों ने उन्हें पहचान दिलाई। उनकी शुरुआती फ़िल्में 'सलीम लंगड़े पे मत रो' और 'बाघ बहादुर' ने राष्ट्रीय पुरस्कार जीता, जिसने उनके करियर को नई दिशा दी। आगे चलकर उन्होंने 'जब वी मेट', 'भाग मिल्खा भाग', 'डॉन', 'दिल्ली-6', 'रुस्तम' जैसी लोकप्रिय फिल्मों में यादगार भूमिकाएं निभाईं। कुलपति डॉ. अमित आर्य ने पवन मल्होत्रा की प्रशंसा करते हुए कहा कि उनकी यात्रा बताती है कि सच्ची कला अनुशासन, विनम्रता और लगन से जन्म लेती है। उनकी कहानी हमारे छात्रों के लिए एक सबक है कि महानता तात्कालिक सफलता नहीं, बल्कि निरंतर परिश्रम और विश्वास का परिणाम है। रजिस्ट्रार डॉ. गुंजन मलिक ने कहा कि आज युवाओं के पास सिनेमा में अवसर अधिक हैं, लेकिन सफलता की नींव हमेशा अनुशासन और कड़ी मेहनत पर ही टिकेगी। पवन मल्होत्रा जैसे कलाकारों से सीखने का अवसर छात्रों को न केवल कौशल बल्कि बड़े सपने देखने का साहस भी देता है।

कला ईमानदारी व कहानी के प्रति समर्पण की मांग करती

अभिनय की प्रक्रिया पर बात करते हुए मल्होत्रा ने कहा कि एक कलाकार को अपने व्यक्तिगत या वैचारिक पूर्वाग्रहों से ऊपर उठकर किरदार की मांग के अनुसार ढलना चाहिए। यह कला ईमानदारी, प्रतिबद्धता और कहानी के प्रति समर्पण की मांग करती है। मैंने कभी भूमिकाओं की लंबाई की परवाह नहीं की, बल्कि हमेशा ऐसे किरदार चुने जो मुझे लंबे समय तक संतुष्टि दें।

एमडीयू में टीचर ट्रेनिंग को नया आयाम

देश में एमडीयू शिक्षक प्रशिक्षण का बनेगा सशक्त केंद्र: प्रो. राजबीर

यूजीसी-एमएमटीटीसी की एकेडमिक एड्वाजरी समिति की बैठक में कई अहम फैसले

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के यूजीसी-मालवीय मिशन टीचर ट्रेनिंग सेंटर (एमएमटीटीसी) की एकेडमिक एडवाइजरी समिति की बैठक आज कुलपति प्रो. राजबीर सिंह की अध्यक्षता में आयोजित की गई। कुलपति कांफ्रेंस कक्ष में आयोजित इस बैठक में कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने शिक्षकों की क्षमता-विकास को नए आयाम देने और ट्रेनिंग प्रोग्राम को अधिक वाइब्रेंट और रिलेवेंट बनाने पर जोर दिया। बैठक में कुलसचिव डा. कृष्णकांत समेत अन्य समिति सदस्य मौजूद रहे। बैठक में यूजीसी की गाइडलाइन के अनुसार कई महत्वपूर्ण एडिशनल डोमेन्स पर ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित करने को मंजूरी दी गई। इनमें एकेडमिक लीडरशिप, रिसर्च मेथोडोलॉजी, क्लाइमेट चेंज, सस्टेनेबल डेवलपमेंट, नेट जीरो, एंटरप्रेन्योरशिप, डिज़ाइन थिंकिंग, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, साइबर सिक्योरिटी और स्टेम जैसे विषय शामिल होंगे। बैठक में यह भी तय किया गया कि ट्रेनिंग कार्यक्रमों में सो शि यो - इ को नॉ मि क ली डिसएडवांटेज्ड ग्रुप्स (पीडब्ल्यूडीज/दिव्यांग) की अधिकतम भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी। कुलपति ने कहा कि समावेशी समाज के लिए सभी वर्गों को समान अवसर मिलना चाहिए और इस दिशा में प्रशिक्षण कार्यक्रम विशेष रूप से मददगार साबित होंगे। अब तक प्रशिक्षण कार्यक्रम मुख्यतः शिक्षकों तक सीमित रहते थे, लेकिन बैठक में यह निर्णय लिया गया कि विश्वविद्यालय के नॉन-टीचिंग स्टाफ को भी इनसे जोड़ा जाएगा। कुलपति ने कहा कि इस पहल से न केवल प्रशासनिक कार्यकुशलता बढ़ेगी बल्कि संस्थागत माहौल भी अधिक प्रोफेशनल और आधुनिक होगा। बैठक के प्रारंभ में यूजीसी-एमएमटीटीसी के निदेशक प्रो. मुनीष गर्ग ने एजेंडा प्रस्तुत किया। उन्होंने कहा कि इन नए विषयों और कार्यक्रमों को चरणबद्ध तरीके से लागू किया जाएगा। उन्होंने यूजीसी-एमएमटीटीसी द्वारा आयोजित की गई गतिविधियों तथा भविष्य में आयोजित की जाने वाली गतिविधियों का ब्यौरा दिया। उप निदेशका डा. माधुरी हुड्डा ने बैठक का समन्वयन किया।

रोहतक। मीटिंग लेते कुलपति प्रो. राजबीर सिंह। *फोटो : हरिभूमि*

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर फोकस

कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने कहा कि एमडीयू का यूजीसी-एमएमटीटीसी राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए शिक्षकों को तैयार करेगा। उन्होंने कहा कि एनईपी 2020 शिक्षा को वैश्विक प्रतिस्पर्धा के स्तर तक ले जाने की दिशा में एक मजबूत कदम है और इसमें शिक्षक सबसे अहम कड़ी हैं। एमएमटीटीसी के प्रशिक्षण कार्यक्रम उन्हें इस बदलाव के लिए तैयार करेंगे।

एमएमटीटीसी बनेगा शिक्षक प्रशिक्षण का केंद्र

कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने कहा कि एमडीयू का एमएमटीटीसी आने वाले समय में देश में शिक्षक प्रशिक्षण का एक सशक्त केंद्र बनकर उभरेगा। विश्वविद्यालय प्रशासन का प्रयास है कि यहां से प्रशिक्षित शिक्षक न केवल अपने विषय में दक्ष हों बल्कि सामाजिक, आर्थिक और तकनीकी दृष्टि से भी समय के साथ कदम मिलाकर चलें।

सोशल कनेक्ट, एआई, साइबर सिक्युरिटी होंगे शामिल

कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने कहा कि शिक्षा के बदलते स्वरूप में अब सिर्फ परंपरागत विषयों से आगे बढ़ना होगा। इसी दृष्टि से फाइनेंसियल लिटरेसी, सोशल कनेक्ट, एआई, साइबर सिक्युरिटी जैसे नए विषय टीचर ट्रेनिंग में शामिल किए जाएंगे। उनका मानना है कि जब शिक्षक स्वयं वित्तीय रूप से जागरूक और सामाजिक सरोकारों से जुड़े होंगे, तभी वे विद्यार्थियों को भी जीवन-उपयोगी शिक्षा दे सकेंगे।

न्यूज डायरी

केंद्रीय सहकारी बैंक सभागार में हुआ प्रशिक्षण कार्यक्रम

रोहतक। केंद्रीय सहकारी बैंक के सभागार में एक दिवसीय क्षमता संबर्धन निर्माण प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम नवगठित बहुउद्देशीय कृषि सेवा सहकारी सभाओं के कर्मचारियों एवं प्रबंध समिति के सदस्यों को ध्यान में रखते हुए आयोजित किया गया। जिसमें क्षेत्रीय सहकारी प्रबंध संस्थान, चंडीगढ़ से आए संकाय सदस्य सुनील कुमार ने प्रशिक्षण सत्र का नेतृत्व किया। साथ ही इस कार्यक्रम में हरीश कौशिक, अध्यक्ष, जिला केंद्रीय सहकारी बैंक रोहतक भी उपस्थित रहे। उन्होंने सचिव एवं निदेशक मंडल के सदस्यों से आग्रह किया कि सहकारी मंत्रालय, भारत सरकार की नीतियों को एवं पहलों को जमीनी स्तर पर लागु करके जन कल्याण का आर्थिक एवं सामाजिक विकास किया जाए। इस कार्यक्रम में जिले की नवगठित सहकारी समितियों के प्रतिनिधियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया और सहकारिता क्षेत्तंर में नए अवसरों को लेकर गहन चर्चा की। कार्यक्रम का उद्देश्य सहकारी समितियों की कार्यक्षमता बढ़ाकर ग्रामीण क्षेत्रों में आत्मनिर्भरता को बढ़ावा देना रहा।

रोहतक। म. रोशनी बाई व वर्षा बाई जी बच्चों को पुस्तक सामग्री भेंट करती हुईं।

486 जरूरतमंद बच्चों को बांटी स्टेशनरी सामग्री

रोहतक। परम पूजनीय सदगुरुदेव सतपाल महाराज की प्रेरणा से मानव उत्थान सेवा समिति द्वारा पूरे भारतवर्ष में 1 अगस्त से 20 अगस्त 2025 तक चलाए गए मिशन एजुकेशन अभियान के तहत जिला रोहतक में निशुल्क स्टेशनरी सामग्री वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता पूज्य महात्मा रोशनी बाई ने की। मिशन एजुकेशन के अंतर्गत जिले के विभिन्न क्षेत्रों में कुल 486 जरूरतमंद बच्चों को कॉपी, पेन, पेंसिल सहित आवश्यक स्टेशनरी सामग्री वितरित की गई। इसमें रोहतक के 150, महम के 81, सांपला के 107, गिझी के 80 और दतोड़ के 68 बच्चों को लाभ मिला। स्कूल स्टाफ एवं उपस्थित अभिभावकों ने इस पुनीत कार्य के लिए मानव उत्थान सेवा समिति का आभार जताया और भविष्य में भी संस्था के साथ सहयोग बनाए रखने का आश्वासन दिया।

जॉन वेस्ले कॉन्वेंट के छात्र ने जीता स्वर्ण पदक

रोहतक। गोहाना रोड स्थित जॉन वेस्ले कॉन्वेंट के कक्षा 6 के छात्र नमन शर्मा ने विश्वकर्मा मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल, काठमंडी में फेंसिंग संगठन द्वारा आयोजित जिला स्तरीय तलवारबाजी चैम्पियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण और कांस्य पदक के साथ-साथ प्रशस्ति पत्र भी अर्जित किया। प्रधानाचार्या डॉ. ममता मलिक ने नमन की इस उपलब्धि के लिए उसके माता-पिता को भी बधाई दी।

रोहतक। कांग्रेस भवन में पूर्व प्रधानमंत्री की जयंती पर आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते पूर्व मंत्री आनंद सिंह दांगी। *फोटो : हरिभूमि*

कांग्रेसियों ने पूर्व प्रधानमंत्री को किया नमन

रोहतक। पूर्व मंत्री आनंद सिंह दांगी ने कहा कि स्वर्गीय राजीव गांधी ने आधुनिक भारत के नींव रखी। उन्होंने पंचायती राज संस्थाओं को मजबूत किया और कंप्यूटर युग की शुरुआत की। आनंद सिंह दांगी बुधवार को कांग्रेस भवन में जिला कांग्रेस कमेटी द्वारा पूर्व प्रधानमंत्री की जयंती पर आयोजित कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने राजीव गांधी के योगदान को याद करते हुए कहा कि वे दलितों और महिलाओं के हितैषी थे। उन्होंने देश में कंप्यूटर क्रांति की शुरुआत की। उनके कार्यकाल में सूचना क्रांति और विकास को नई दिशा मिली। वर्तमान का डिजिटल इंडिया उनकी ही संकल्पना का विस्तार है।

सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक ने चलाया वित्तीय समावेशन संतृप्ति अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक द्वारा बुधवार को जिला सोनीपत के दो गांवों-सिलाना और रोहट में वित्तीय समावेशन संतृप्ति अभियान का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य ग्रामीण जनता को औपचारिक बैंकिंग प्रणाली से जोड़ना, सामाजिक सुरक्षा योजनाओं की जानकारी देना, तथा उन्हें बीमा और पेंशन जैसी लाभकारी योजनाओं का लाभ दिलाना था। कार्यक्रम में सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक के अध्यक्ष संजीव कुमार धूपर तथा भारतीय रिजर्व बैंक के महाप्रबंधक पंकज सेतीया ने मुख्य अतिथियों के रूप में भाग लिया। इनके साथ पंजाब नेशनल बैंक के मंडल प्रमुख अभय सिंह, एलडीएम सोनीपत हरीश वर्मा तथा क्षेत्रीय प्रबंधक, सुधीर दहिया ने कार्यक्रम का संचालन और नेतृत्व किया। ग्राम पंचायत प्रतिनिधियों तथा बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने इस अभियान में उत्साहपूर्वक भाग लिया। विशिष्ट अतिथियों का पारंपरिक स्वागत पगड़ी पहनाकर और शाल भेंट कर किया गया। गांवों के लोगों ने बैंक अधिकारियों के प्रति आभार प्रकट किया और उनके प्रयासों की सराहना की। धूपर ने ग्रामीण नागरिकों को आर्थिक रूप से सशक्त बनने के लिए बैंकिंग सेवाओं से जुड़ने का आह्वान किया। उन्होंने बताया कि बैंक केवल वित्तीय संस्था नहीं, बल्कि ग्रामीण समृद्धि का माध्यम है।

जेपी इंटरनेशनल स्कूल में मेगा ट्री प्लांटेशन ड्राइव आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

रोहतक। एलपीएस बोसार्ड व रोटरी क्लब ऑफ रोहतक के तत्वावधान में सेक्टर-36 सनसिटी टाउनशिप स्थित जेपी इंटरनेशनल स्कूल में मेगा ट्री प्लांटेशन ड्राइव का आयोजन किया गया। इस मुहिम के तहत स्कूल के बच्चों व रोटरी क्लब के सदस्यों ने मिलकर 225 पौधे लगाए। इनमें से 90 पौधे स्कूल परिसर में रोपे गए, जबकि 135 पौधे बच्चों को घर ले जाकर लगाने के लिए वितरित किए गए। पौधों में बाटला, पाम, आंवला, जामुन, सिरोप, कनेर, नीम, अशोका आदि शामिल थे। मीडिया प्रभारी राजीव जैन ने कहा कि बच्चों ने वादा किया कि वे अपने घरों में पौधे लगाकर उनकी देखभाल करेंगे। स्कूल के प्राचार्य, स्टाफ व बच्चों ने पौधों को समय-समय पर पानी देने और बच्चों की तरह संवारने का संकल्प लिया ताकि भविष्य में स्वच्छ ऑक्सीजन मिल सके। कार्यक्रम में क्लब के प्रधान डॉ. एसएल वर्मा, सचिव डॉ. सुनील मुंजाल, डॉ. आरके चौधरी, स्कूल डायरेक्टर राजीव मलिक, गौरव मलिक सहित अन्य सदस्य मौजूद रहे।

जेपी इंटरनेशनल स्कूल में मेगा ट्री प्लांटेशन ड्राइव के दौरान अतिथि व स्टाफ।

पार्टी कार्यकर्ताओं ने फूल माला पहनाकर किया स्वागत

भाजपा महम विधानसभा प्रभारी विधायक सुनील सांगवान ने चौबीसी चबूतरे पर जलाया दीप, संभाली जिम्मेदारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महम

मुख्यमंत्री नायाब सैनी और भारतीय जनता पार्टी नें पिछले दिनों जिन सीटों पर भाजपा को शिकस्त का सामना करना पड़ा था, उन सीटों पर जीते हुए विधायकों को प्रभारी नियुक्त किया था। इसी कड़ी में महम विधानसभा के प्रभारी विधायक सुनील सांगवान प्रथम बार महम चैबीसी ऐतिहासिक चबूतरे पर पहुंचे और दीप प्रज्जवलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। महम के कार्यकर्ताओं द्वारा उनका जोरदार स्वागत किया गया। भाजपा जिला सह-मीडिया प्रभारी पं. लोकेश शर्मा ने जानकारी सांझा करते हुए बताया कि विधायक सुनील सांगवान ने महम, बैंसी, समरगोपालपुर और मोखरा की गौशालाओं में पहुंचकर एक पेड़ मां के नाम लगाया और साथ ही मुख्यमंत्री द्वारा जारी गौशाला फंड की दूसरी किस्त के चैक सौंपे। विधायक सुनील सांगवान ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने गौ माता की चिंता करते हुए दूसरी किस्त भेजी है। अब कोई भी गौ माता हरियाणा की सड़कों पर बेसहारा नहीं दिखेगी, इसकी चिंता सरकार कर रही है।

महम। चौबीसी चबूतरे पर दीप प्रज्ज्वलित करते भाजपा हलका महम प्रभारी विधायक सुनील सांगवान व अन्य पार्टी कार्यकर्ता। *फोटो : हरिभूमि*

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

185, Huda Complex, Near ZAD Global School, Rohtak
M. 7404288876, 7419488930
HARTRON SKILL CENTRE
NCVET Recognised
हारट्रोन से जुड़ने का सही समय यही है
Hartron Courses Are Aligned With NSQF
हारट्रोन से कंप्यूटर कोर्स करने के बाद SETC (Part-1) से छूट प्राप्त है
Website : www.hartron-rohtak.com

RADHA SWAMI NURSING COLLEGE
(Recognised/Affiliated by Haryana Govt/HN&NMC/INC)
Approved by NIILM University
VPO Kharkara, Distt. Rohtak M. 9812072127
Admission & Guidance (Session 2025-26)
हरियाणा सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त कोर्स करने के लिए संपर्क करें
Course | Duration | Eligibility
GNM (Nursing Officer) | 3 Years | 12th Any Stream
UNIVERSITY COURSE
X-Ray Technician | Physiotherapy | Fire Safety & Technician
Radiology & Imaging Technology | Medical Laboratory Technician
And many others Diploma/B.SC/M.SC Degree Course offered by University.
Rohtak Off.: Radha Swami Medical Institute
Shastri Nagar Hisar Road Bye Pass, Rohtak M. 9812072127

ADARSH COLLEGE OF EDUCATION
Adarsh School Of Nursing
MADINA, ROHTAK
Affiliated to Haryana Govt. HNRC & INC
ADMISSION OPEN
ANM 2 YEARS | GNM 3 YEARS | JBT 2 YEARS
LIMITED SEATS
SC/ST को सरकार से 100% फीस छात्रवृति
ELIGIBILITY: 10+2 in any stream with 45% Marks SC/BC with 40% Marks | AGE LIMIT: 17-35 Years.
Required Nursing Tutors
रोहतक और नजदीक के गांव से बस सुविधा उपलब्ध
Mob.: 8307117069, 9306840763, 9485578148
Email: adarshschoolmadina@gmail.com

S.V. COLLEGE
18 वर्षों से शिक्षा के क्षेत्र में कार्यरत
हेल्थकेयर क्षेत्र में अपना भविष्य बनाने का सुनहरा मौका
Courses:- Limited Seats
DMLT | HOSPITAL MANAGEMENT
DOTT | Radio & Medical Imaging Technology
Eligibilty 12th in any Stream
All Para Medical Course
(6 Month Certificate, 2/3 Years Programme)
UNDER UGC & MHRD (Govt. of India) Approved
Online Course
(नौकरी के साथ पढ़ाई)
BA - MA | B. COM - M. COM
BCA - MCA | LLB - LLM
BBA - MBA | & many more...
UGC-अप्रूव्ड कोर्स के साथ काउंसिलिंग रजिस्ट्रेशन भी करवाया जाता हैं।
Jind Hissar Bypass Railway Bridge, (Nehru Colony) Rohtak -124001
98126-69100, 94665-10173

खबर संक्षेप

बिजली कर्मियों ने मांगों को लेकर सौंपा ज्ञापन

रोहतक। बिजली कर्मचारी यूनियन ने मार्डन ऑनलाइन तबादला नीति के विरोध में तीसरे चरण में अधिकारियों को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन अधीक्षक अभियंता आप्रेशन रोहतक तथा अधिक्षक अभियंता हरियाणा विद्युत प्रसारण निगम के माध्यम से दिया गया। जिसे हरियाणा सरकार के मुख्यमंत्री तथा बिजली मंत्री सहित अतिरिक्त मुख्य सचिव बिजली विभाग को भेजा गया है। ज्ञापन ऑल हरियाणा पावर कार्पोरेशन वर्कर्स यूनियन के बैनर तले दिया गया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए राज्य के उपप्रधान कर्मबीर सिवाच ने कहा की सरकार हादसों को दावत देना चाहती है। विभाग में फैटल तथा नानफैटल हादसों की दर सबसे अधिक है। जिसमें युनियन की मांग जोखिम भत्ता देने की है। इसके अलावा एक्सग्रेशिया की नाजयाज शर्तो को हटाने की है।

भूगोल विभाग में एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन

रोहतक। महर्षि दयानंद विवि के भूगोल विभाग में आज एक एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के मुख्य वक्ता प्रो. बी.एस. चौधरी, चेयरमैन, भूभौतिकी विभाग, कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र रहे। कार्यक्रम की शुरुआत में विभागाध्यक्ष सीनियर प्रोफेसर प्रमोद कुमार एवं विभाग के अन्य प्राध्यापकों ने प्रो. चौधरी का पुष्प-गुच्छ देकर स्वागत किया। अपने व्याख्यान में प्रो. बी.एस. चौधरी ने जियोस्पेशियल टेक्नोलॉजी एवं संसाधन प्रबंधन विषय पर विस्तारपूर्वक जानकारी दी।

लम्बित कार्यों को निपटाने में लापरवाही न करें अधिकारी : रामअवतार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

नगर निगम मेयर रामअवतार वाल्मिकी ने बुधवार को निगम कार्यालय में सम्पत्तिकर एवं भवन शाखा के अधिकारियों व कर्मचारियों के साथ बैठक आयोजित की। बैठक का उद्देश्य शाखाओं के कार्यों की समीक्षा करना और लंबित आवेदनों के त्वरित निपटान को सुनिश्चित करना रहा। मेयर ने सम्पत्तिकर शाखा से जुड़े अधिकारियों को निर्देश दिए कि बकाया भुगतान एवं अदेय प्रमाण पत्र पोर्टल पर आमजन द्वारा प्राप्त आवेदनों को बिना किसी ठोस कारण के लंबित न रखा जाए और न ही लौटाया जाए। उन्होंने कहा कि नागरिकों के आवेदन नियमानुसार समय पर निपटाए जाने चाहिए। यदि किसी आवेदन में दस्तावेजों की कमी पाई जाती है तो संबंधित आवेदक से सीधा संपर्क कर दस्तावेज प्राप्त किए जाएं और आवेदन का समाधान किया जाए। उन्होंने सभी मेकर और चेकर कर्मचारियों को सख्त निर्देश दिए कि वे आमजन से गरिमापूर्ण व्यवहार करें और उनके आवेदनों पर तत्परता से कार्यवाही करें।

भवन शाखा के कार्यों की समीक्षा हुई

बैठक में भवन शाखा के कार्यों की भी समीक्षा की गई। मेयर ने कहा कि भवन योजनाओं की स्वीकृति और अन्य प्रक्रियाएं सरकार द्वारा निर्धारित समयावधि और नियमों के अनुसार ही पूरी की जाएं। उन्होंने अधिकारियों को यह सुनिश्चित करने के निर्देश दिए कि नागरिकों को किसी प्रकार की असुविधा न हो। भवन प्लान की स्वीकृति हेतु आवेदन करते समय सभी आवश्यक दस्तावेज पूरे करें, ताकि कार्य में किसी प्रकार की देरी न हो। नगर निगम का मुख्य उद्देश्य आमजन को सुविधाएं प्रदान करना है और इसके लिए निगम प्रशासन निरंतर प्रयासरत है।

मेयर ने ली सम्पत्तिकर व भवन शाखा की बैठक

सम्पत्तिकर शाखा में 2600 आवेदन लम्बित, इसी सप्ताह निपटान

बैठक में यह जानकारी भी दी गई कि पहले सम्पत्तिकर शाखा में लगभग 12,000 आवेदन लंबित थे। निरंतर समीक्षा और कार्यवाही के बाद इनकी संख्या घटकर अब लगभग 2,600 रह गई है। इन लंबित आवेदनों का निपटान भी इसी सप्ताह में प्राथमिकता के आधार पर किया जाए।

पारदर्शिता और त्वरित कार्रवाई निगम की प्राथमिकता

मेयर रामअवतार वाल्मिकी ने जोर देकर कहा कि पारदर्शिता और त्वरित कार्रवाई निगम की प्राथमिकता है। अधिकारी समय-समय पर समीक्षा बैठकें करते रहें और कार्य की प्रगति की रिपोर्ट प्रस्तुत करें। बैठक में संयुक्त आयुक्त मंजीत सिंह, उपनिगम आयुक्त जितेंद्र सिंह, सहायक नगर योजनाकार तिलकराज, क्षेत्रीय कराधान अधिकारी जागबीर सिंह, भवन निरीक्षक सहित सम्पत्तिकर शाखा से जुड़े सभी मेकर और चेकर उपस्थित रहे।

आज सुनी जाएंगी बिजली उपभोक्ताओं की समस्याएं

रोहतक। उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम के अधीक्षक अभियंता बिजेंद्र नरवाल ने बताया कि रोहतक जोन की उपभोक्ता शिकायत निवारण मंच द्वारा 21 अगस्त को सुबह 11 से 1 बजे तक स्थानीय राजीव गांधी विद्युत भवन में बैठक में 1 लाख रुपये से अधिक और 3 लाख रुपये तक की राशि के वित्तीय विवादों से संबंधित शिकायतों की सुनवाई की जाएगी। रोहतक जोन के अंतर्गत आने वाले जिलों (करनाल, पानीपत, सोनीपत, झज्जर और रोहतक) के उपभोक्ताओं की शिकायतों का निवारण रोहतक जोन की उपभोक्ता मंच द्वारा किया जाएगा।

आयुक्त ने सफाई व्यवस्था की समीक्षा की

स्वच्छता को लेकर प्रभावी रणनीति पर काम करें अधिकारी, चेकिंग टीमें गठित की जाएं : मीणा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

रोहतक मंडल के आयुक्त पीसी मीणा ने स्वच्छता को लेकर प्रभावी एवं निरंतर चलने वाली रणनीति अपनाने के निर्देश दिए हैं। मीणा मंगलवार को लघु सचिवालय के सभागार में स्वच्छता को लेकर मंडल स्तरीय बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वच्छता को लेकर उच्च प्रशासनिक अधिकारियों को फील्ड में उतरना होगा। उन्होंने कहा कि अधिकारी कूड़ा उठान को लेकर औचक निरीक्षण करें। उन्होंने कहा कि स्वच्छता को लेकर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व वाली राज्य सरकार गंभीर है। इस बारे मुख्य सचिव द्वारा भी सख्त हिदायतें जारी की जा चुकी है। उन्होंने निर्देश देते हुए कहा कि कूड़े के सभी सेकेंडरी पॉइंट्स को पक्का करके उनकी फेंसिंग की जाए। उन्होंने कहा कि जो संस्थान अधिक मात्रा में कचरा उत्पादन करते हैं, वे अपने स्तर पर ही कचरे का निष्पादन सुनिश्चित करें। खुले में कूड़ा डालने पर कड़ी कार्रवाई की जाएगी। आयुक्त ने निर्देश जारी करते हुए कहा कि सेकेंडरी पॉइंट व गार्बेज वल्नरेबल पॉइंट (जीवीपी) की चेकिंग के लिए अधिकारियों की टीम गठित की जाए। यह टीम नियमित अंतराल के बाद इन प्वाइंटों को चेक करें कि कूड़े का उठान सही तरीके से हो रहा है या नहीं। संबंधित टीम को इस बारे में रिपोर्ट भी प्रस्तुत करनी होगी। उन्होंने कहा कि रोजाना के आधार पर कूड़ा उठान की मॉनिटरिंग सुनिश्चित करनी होगी। ऐसी व्यवस्था गांव, कस्बों व शहरों में सुनिश्चित की जाए।

उन्होंने कूड़ा उठान को लेकर यह निर्देश दिए की टेंडर प्रक्रिया को समय पर आरंभ किया जाए। उन्होंने डोर टू डोर कूड़ा कलेक्शन के बारे में भी रिपोर्ट प्राप्त की और आवश्यक दिशा निर्देश जारी किए।बैठक में पहुंचने पर रोहतक के उपायुक्त सचिन गुप्ता सहित अन्य अधिकारियों ने मंडल आयुक्त पीसी मीणा का स्वागत किया। उपायुक्त सचिन गुप्ता, झज्जर के उपायुक्त स्वप्रिल रविन्द्र पाटिल, चरखी दादरी के उपायुक्त मुनीश शर्मा, रोहतक नगर निगम के आयुक्त डॉ. आनंद शर्मा, सोनीपत नगर निगम के आयुक्त हर्षित कुमार, सोनीपत के एडीसी लक्षित सरीन, जिला परिषद रोहतक के मुख्य कार्यकारी अधिकारी प्रदीप कौशिक, भिवानी जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी अजय चौपड़ा सहित पांचों जिलों के अधिकारी मीटिंग में मौजूद रहे।

रोहतक। लघु सचिवालय के सभागार में स्वच्छता को लेकर मंडल स्तरीय बैठक लेते मंडल आयुक्त पीसी मीणा।

अपने स्तर पर करें संस्थान कचरे का निष्पादन

आयुक्त ने निर्देश देते हुए कहा कि जो संस्थान अधिक मात्रा में कचरा उत्पादन करते हैं, वे अपने स्तर पर ही कचरे का निष्पादन सुनिश्चित करें। अगर ऐसे संस्थान खुले में कचरा डालते हैं तो उनके खिलाफ कार्रवाई करते हुए जुर्माना लगाया जाएं। उन्होंने मंडल के अंतर्गत आने वाले सभी जिलों के अधिकारियों से सेकेंडरी प्वाइंट्स, जीवीपी मैटिरियल रिकवरी फैसिलिटी (एमआरएफ) व बल्क वेस्ट जनरेटर आदि के बारे में रिपोर्ट प्राप्त कर आवश्यक दिशा निर्देश जारी किए। इसके साथ ही उन्होंने पुराना कचरा उठाने के बारे में भी रिपोर्ट मांगी और दिशा निर्देश जारी किए।

सलाह

अंतर विभागीय तालमेल जरूरी

मंडल आयुक्त ने स्वच्छता को लेकर अंतर विभागीय तालमेल को भी मजबूत करने के निर्देश दिए। उन्होंने ऐसे प्वाइंटों को भी चिन्हित करने के निर्देश दिए जहां पर सीवरेज अथवा पेयजल पाइप लाइन की लीकेज हो या फिर रोड टूटी हुई हो। इस प्रकार की समस्याओं की फोटोग्राफ संबंधित विभागों को भेज कर उनका समाधान सुनिश्चित करवाएं। उन्होंने अधिकारियों से कहा कि वे स्वच्छता को लेकर ऐसा कार्य करें कि राज्य स्तर पर उनके काम को पहचान मिले और स्वयं को भी संतुष्टि प्राप्त हो।

द आर्यन ग्लोबल स्कूल के विद्यार्थियों ने जिला योग चैंपियनशिप में लिया हिस्सा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

द आर्यन ग्लोबल स्कूल के विद्यार्थियों ने पांचवी जिला योग चैंपियनशिप में बढ़-चढ़कर भाग लिया और अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। अंडर-4 से 6 आयु वर्ग में मानिक, नक्श, विराज ने प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त किया। अंडर-6 से 8 आयु वर्ग में सुप्रीत ने द्वितीय और सियान ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। अंडर-8 से 10 आयु वर्ग में प्रियांशु ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। अंडर-10 से 12 आयु वर्ग में वंश ने प्रथम और देव ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। जूनियर श्रेणी में बैक बेंडिंग इवेंट में संजीव ने स्वर्ण पदक प्राप्त किया, सब जूनियर रिदमिक योग में शिवम और इशांत ने स्वर्ण पदक हासिल किया। सब जूनियर श्रेणी आर्टिस्टिक पेयर में जतिन और ऋषभ सचदेवा ने स्वर्ण पदक प्राप्त किया। सब जूनियर श्रेणी फॉरवर्ड बेंडिंग इवेंट में इशांत ने रजत पदक प्राप्त किया। सब जूनियर श्रेणी में बैक बेंडिंग इवेंट में शिवम ने रजत पदक प्राप्त किया। सब जूनियर श्रेणी फॉरवर्ड बेंडिंग इवेंट में आदित्य भरद्वाज ने कांस्य पदक प्राप्त किया। संजीव, इशांत, शिवम, ऋषभ सचदेवा और जतिन का स्टेट लेवल के लिए चयन हुआ। 4 से 6 आयु वर्ग में जीविका ने स्वर्ण पदक, आरवी चौधरी ने रजत पदक और मानवी ने कांस्य पदक प्राप्त किया। अंडर-8 से 10 आयु वर्ग में दक्षिता ने कांस्य पदक स्थान प्राप्त किया। अंडर-10 से 12 आयु वर्ग में वंश ने जिनिशा ने रजत पदक प्राप्त किया। जूनियर श्रेणी में ट्रेडिशनल इवेंट में लावण्या ने रजत पदक प्राप्त किया। उन्होंने योग शिक्षिका दुर्गा देवी के सान्निधय में प्रतियोगिता में हिस्सा लेकर साबित कर दिया है कि आर्यन्स पीछे नहीं रहते।

एसवीएम कॉलेज ऑफ नर्सिंग में हुआ सेमिनार, नौकरी के बारे में जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

एसवीएम कॉलेज ऑफ नर्सिंग बालंद में सेमिनार का आयोजन किया गया। जिसमें नामी कंपनी आई, जो उन विद्यार्थियों के लिए अवसर लेकर आई जो जर्मनी में नौकरी करने के इच्छुक है। कंपनी के प्रतिनिधियों ने विद्यार्थियों को जर्मनी में उपलब्ध नौकरी के क्षेत्रों, कार्य परिस्थितियों, आवश्यक योग्यताओं तथा वहां के जीवन-स्तर के बारे में विस्तार से जानकारी दी। सत्र के दौरान विद्यार्थियों को आवेदन प्रक्रिया, आवश्यक दस्तावेज, भाषा संबंधी योग्यता तथा वहां की वीजा प्रक्रिया के बारे में बताया गया। विद्यार्थियों ने पूरे उत्साह से इस सत्र में भाग लिया और प्रश्नोत्तर सब में अपनी जिज्ञासा रखी। यह अवसर विद्यार्थियों के लिए विदेश में करियर को आगे बढ़ाने के लिए एक महत्वपूर्ण साबित हो सकता है।

सैनी स्कूल में छात्रों को सम्मानित किया

रोहतक। सैनी सीनियर सेकेंडरी स्कूल में आयोजित एनसीसी-ए सर्टिफिकेट समारोह में 25 छात्रों को सम्मानित किया गया। इन छात्रों ने शारीरिक जांच, दौड़ और लिखित परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर यह सर्टिफिकेट प्राप्त किया। एनसीसी इंचार्ज प्रियंका ने ए सर्टिफिकेट प्राप्त करने वाले कैडेट को बताया कि सेना बहाली में वरीयता दी जाएगी और यह उनके भविष्य के लिए एक महत्वपूर्ण दस्तावेज होगा। इस अवसर पर हवलदार हेमराज ने भी कैडेट को बताया कि यह सर्टिफिकेट छात्रों को अनुशासन, नेतृत्व और जिम्मेदारी की भावना को बढ़ावा देने में मदद करता है। एनसीसी ए सर्टिफिकेट धारकों को नौकरियों में आरक्षण प्राप्त होता है। प्राचार्य डॉ. आरके सैनी ने छात्रों को बधाई दी।

एमडीएन में हुआ इंवेसचर सेरेमनी का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

एमडीएन विद्यालय में अलंकरण-समारोह का अनुपम आयोजन परम गरिमा एवं सौष्ठव के साथ सम्पन्न हुआ। समारोह का शुभारम्भ प्रबंधक रेनु नरवाल एवं प्राचार्या मिस मीनू टहल्यानी द्वारा संयुक्त रूप से मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप-प्रज्ज्वलन द्वारा सम्पन्न हुआ, जिसने सम्पूर्ण वातावरण को ज्ञानदीप की आभा से आलोकित कर दिया। विद्यालय के चारों सदनों, एनसीसी कैडेट्स, स्काउट एंड गाइड के विद्यार्थियों ने अनुशासन और देशभक्ति का परिचय देते हुए मार्च पास्ट किया। इस आयोजन की गरिमा को चार चांद लगाते हुए सांस्कृतिक कार्यक्रमों की अनुपम छटा ने सभी दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। प्रबंधक रेनु नरवाल एवं प्राचार्या मिस मीनू टहल्यानी ने नव प्रत्यायोजित प्रतिनिधियों को अलंकरण-चिह्न प्रदान कर उन्हें शील, संयम, अनुशासन, सेवा एवं नेतृत्व के परम आदर्शों का अनुसरण करने के लिए प्रेरित किया अपने प्रेरक उद्बोधन में प्राचार्या ने युवाओं की नैतिक कर्तव्य परायणता एवं समाजोत्कर्ष में उनकी भूमिका पर प्रकाश डालते हुए छात्र-समाज का आह्वान किया कि वे अनुशीलन के पथ पर गतिशील रहें।

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 नही 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

हेल्थ विवि के नव नियुक्त कुलसचिव डॉ.रूप सिंह बोले

विवि को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाएंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

इस विश्वविद्यालय ने हमें बहुत कुछ दिया है और इसके बदले हमें दिल से प्रयास करना चाहिए कि हम इसके लिए अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदान करें। सभी को मिलकर कार्य करना है और विश्वविद्यालय को नई ऊंचाइयों पर लेकर जाना है। यदि विश्वविद्यालय राष्ट्रीय ही नहीं अंतर राष्ट्रीय स्तर पर अपनी एक अलग पहचान बनाता है तो उससे हमारी भी एक अलग पहचान बनती है। यह कहना है पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय के नव नियुक्त कुलसचिव डॉ.रूप सिंह का। उन्होंने बुधवार को अपने कार्यालय में अपना पदभार संभाला।

इस अवसर पर कुलसचिव डॉ. रूप सिंह ने कहा कि वें कुलाधिपति और कुलपति डॉ.एचके अग्रवाल का तहे दिल से धन्यवाद व्यक्त करते हैं, जिन्होंने उन्हें इस महत्वपूर्ण पद के काबिल समझते हुए यह जिम्मेदारी प्रदान की है। वें कुलपति डॉ.एचके अग्रवाल के साथ कंधे से कंधा मिलाकर चलते हुए इस पद की गरिमा को बढ़ाने का भरपूर प्रयास करेंगे।

रोहतक। नव नियुक्त कुलसचिव डॉ.रूप का स्वागत करते डॉक्टर।

डॉ. रूप सिंह ने कहा कि उनकी प्राथमिकताओं में विश्वविद्यालय के उत्थान, पारदर्शिता और शिक्षा के स्तर में सुधार करना शामिल है। वे मेडिकल और पैरामेडिकल शिक्षा प्रणाली को सुव्यवस्थित करने पर भी जोर देंगे। डॉ. सिंह का उद्देश्य है कि विश्वविद्यालय को नई ऊंचाइयों पर ले जाया जाए और शिक्षा के क्षेत्र में उत्कृष्टता प्राप्त की जाए।

डॉ. रूप सिंह के बताया कि विश्वविद्यालय प्रशासन का उद्देश्य है कि छात्रों को उच्च गुणवत्ता वाली शिक्षा प्रदान की जाए और संस्थान को राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाई जाए। इसके लिए वे विभिन्न सुधारात्मक कदम उठाने की योजना बना रहे हैं। डॉ. रूप सिंह ने कहा कि वें अपनी इस उपलब्धि का श्रेय अपने दिवंगत माता-पिता और अपनी पत्नी डॉ. किरणप्रित को देते हैं जिन्होंने हमेशा उनका हौसला बढ़ाया और दिन-रात मरीजों की सेवा करने के लिए प्रेरित किया।

कुलपति डॉ.एचके अग्रवाल ने कहा कि डॉ. रूप सिंह की प्राथमिकताएं और योजनाएं संस्थान के उज्ज्वल भविष्य के लिए आशा जगाती हैं। हम डॉ. रूप सिंह के नेतृत्व में विश्वविद्यालय की उन्नति और छात्रों के बेहतर भविष्य की कामना करते हैं।

प्रतिभा के धनी

डॉ. आशीष देवगन ने बताया कि 8 जून 1964 को एक साधारण परिवार में कुरुक्षेत्र जिले के गांव लुखी में स्व. महमा सिंह के घर जन्मे डॉ. रूप सिंह बचपन से ही प्रतिभा के धनी रहे हैं। उन्होंने अपनी प्राथमिक पढाई गांव से ही की जहां सब उनके अच्छे व्यवहार और होशियारी के कायल थे। उन्होंने कुरुक्षेत्र से अपनी 12वीं की परीक्षा पास की और फिर वर्ष 1994 में संस्थान में एमबीबीएस में दाखिला लिया और यह संस्थान उनके दिल में बस गया। वर्ष 1991 में एमएस में दाखिला लिया और वर्ष 1995 में यहां नौकरी ग्रहण की। इसके बाद वें कई पदों पर रहते हुए वर्ष 2013 में पीएचडी भी की और विभागाध्यक्ष बने। जनसंपर्क विभाग के इंचार्ज एवं हड्डी रोग विभाग के प्रोफेसर डॉ. उमेश यादव ने बताया कि डॉ. रूप सिंह को अंतरराष्ट्रीय स्पाइनल कॉर्ड सोसायटी द्वारा वर्ष 2024 में लाइफ टाइम अचीवमेंट अवार्ड से भी नवाजा जा चुका है। डॉ. रूप सिंह के पास 5 से अधिक फैलोशिप हैं और उनके राष्ट्रीय व अंतर्राष्ट्रीय जरनल में 106 से अधिक रिसर्च छपी हुई हैं। वें 76 गेस्ट लेक्चर दे चुके हैं।

आईएमए हाउस में हुई बैठक

आयुष्मान कार्ड धारकों का उपचार 26 अगस्त तक नहीं किया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

आईएमए हाउस में एक कार्यकारी स्तर की बैठक आयोजित की गई, जिसकी अध्यक्षता , अध्यक्ष डॉ. आरती साहू और , सचिव डॉ. अर्जुन नारूला ने की। बैठक में निर्णय लिया गया कि आने वाली 26 अगस्त तक आयुष्मान कार्ड धारकों का प्राइवेट अस्पताल में उपचार नहीं किया जाएगा।

सभी मरीजों को पीजीआई रैफर किया जाएगा। क्योंकि सरकार ने लम्बे समय से निजी अस्पतालों को आयुष्मान योजना का भुगतान नहीं किया है। बैठक में वरिष्ठ संरक्षक डॉ. एसएल वर्मा, डॉ. अरुण नारूला, डॉ. रवीन्द्र चौधरी, साथ ही डॉ. अमित मान, अध्यक्ष-निर्वाचित, डॉ. रवीन्द्र हुड्डा, तात्कालिक पूर्व अध्यक्ष डॉ. करण सिवाज, समन्वयक (आयुष्मान) तथा अन्य आयुष्मान से संबद्ध अस्पताल प्रतिनिधि उपस्थित रहे।

बैठक का मुख्य एजेंडा आयुष्मान सेवाओं के चल रहे निलंबन पर विचार-विमर्श करना था। विस्तृत चर्चा के बाद सर्वसम्मति से यह निर्णय लिया गया कि आईएमए एकजुटता के साथ 26 अगस्त तक आयुष्मान संबंधित सेवाएं निलंबित रखेगी।