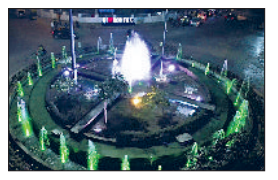
हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, गुरुवार, 11 दिसंबर 2025

तापमान

अधिकतम 27 .3 डिग्री
न्यूनतम 5 .5 डिग्री

11 पारदर्शिता व गुणवत्ता के साथ पूरे करें ग्राम ...

12 नगर निगम क्षेत्र में सौन्दर्यीकरण का कार्य जारी.



वारदात के समय फैक्ट्री के अंदर 10 लोग कर रहे थे काम

हिसार रोड पर फैक्ट्री में बड़ा हादसा, बॉयलर फटने से एक मजदूर जिंदा जला, दूसरा गंभीर रूप से झुलसा, मालिक मौके से फरार

फैक्ट्री मालिक के फरार होने से स्थानीय लोगों में भारी आक्रोश

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

हिसार रोड स्थित एक निजी औद्योगिक इकाई में बुधवार दोपहर भयावह दुर्घटना हो गई। दोपहर करीब 2 बजे फैक्ट्री में लगे बॉयलर में अचानक विस्फोट हो गया, जिससे वहां काम कर रहे दो मजदूर उसकी चपेट में आ गए। हादसा इतना भीषण था कि एक कर्मी की मौके पर ही जलकर दर्दनाक मौत हो गई, जबकि दूसरा गंभीर रूप से झुलसकर जिंदगी और मौत के बीच संघर्ष कर रहा है। हादसे के तुरंत बाद फैक्ट्री मालिक पर ताला लगाकर फरार होने का आरोप लगा है, जिससे स्थानीय लोगों में भारी आक्रोश है।

रोहतक। झुलसे राजेश कुमार। फोटो : हरिभूमि

मृतक की पहचान सतवीर के रूप में हुई

पुलिस के अनुसार, इस हादसे में जान गंवाने वाले व्यक्ति की पहचान रोहतक जिले के बहु अकबरपुर निवासी सतवीर सिंह (54) के रूप में हुई है। वह लंबे समय से यूनिक्विक फास्टनर प्राइवेट लिमिटेड में कार्यरत था। वहीं गंभीर रूप से झुलसे मजदूर की पहचान बिहार के छपरा जिले के रहने वाले राजेश कुमार (35) के रूप में हुई है। राजेश को प्राथमिक उपचार के बाद गंभीर हालत में पीजीआईएमएस रोहतक रेफर किया गया।

आसपास के घरों में महसूस हुई कंपन

फैक्ट्री के पास रहने वाले स्थानीय निवासी दीपक ने बताया कि दोपहर लगभग 2 बजे अचानक जोरदार धमाका हुआ। आवाज इतनी तेज थी कि आसपास के घरों की दीवारें हिल गईं। लोग तुरंत घरों से बाहर निकल आए और फैक्ट्री की ओर दौड़ पड़े। लेकिन अंदर अफरातफरी के कारण मजदूरों को प्रवेश नहीं करने दिया जा रहा था। दीपक का कहना है कि हादसे के वक्त फैक्ट्री में लगभग 10 लोग काम कर रहे थे । जिस मशीन पर बॉयलर लगा हुआ था, उसके निकट दो कर्मचारी मौजूद थे, सतवीर और राजेश।

पाइप पहले लीक हुआ, फिर लगी आग

गंभीर रूप से झुलसे राजेश कुमार ने अस्पताल में बयान देते हुए बताया कि सतवीर मशीन में लोहा पिघला रहा था। उसी दौरान बॉयलर से जुड़ा एक पाइप अचानक लीक होने लगा। पहले तो कुछ गर्म हवा और भाप निकली, लेकिन कुछ ही सेकेंड बाद उस स्थान पर आग भड़क उठी। सतवीर ने जैसे ही लीक की तरफ देखा, पाइप से निकली आग और भाप ने आसपास का तापमान असाधारण रूप से बढ़ा दिया। राजेश के अनुसार, सतवीर पाइप के बहुत निकट था, जबकि वह कुछ दूरी पर खड़ा था। जैसे ही पाइप में आग पकड़ने लगी, बॉयलर ने तेज विस्फोट किया और पिघले हुए लोहे के तीखे छींटे तेजी से उछले।

फैक्ट्री अधिकारी जिम्मदारी से भागे

स्थानीय लोगों और मजदूरों का आरोप है कि दुर्घटना के तुरंत बाद फैक्ट्री प्रबंधन ने फैक्ट्री गेट पर ताला लगा दिया। सभी कर्मचारियों को घर भेज दिया गया। किसी भी अधिकारी ने घायलों को अस्पताल पहुंचाने में मदद नहीं की और न ही पुलिस को घटना की सूचना दी मजदूरों का आरोप है कि यह फैक्ट्री पहले भी कई बार बॉयलर हादसों का केंद्र रह चुकी है, लेकिन सुरक्षा मानकों में कोई सुधार नहीं किया गया।

बिना सुरक्षा के हो रहा था संचालन

लोगों ने बताया कि फैक्ट्री में ऊंचे तापमान और भारी मशीनरी से जुड़े काम होने के बावजूद सुरक्षा उपकरणों की भारी कमी है। मजदूरों के पास सेफ्टी जैकेट, हीट-रिजिस्टेंट ग्लव्स, हेलमेट और बॉयलर सुरक्षा किट जैसे मानक उपकरण उपलब्ध ही नहीं थे। लोगों का कहना है कि यदि सुरक्षा उपाय समय पर किए जाते, तो यह हादसा टाला जा सकता था।

मजदूरों में रोष, प्रशासन से कार्रवाई की मांग

दुर्घटना के बाद मजदूरों और उनके परिजनों में भारी गुस्सा है। उनका कहना है कि फैक्ट्री प्रबंधन को तुरंत गिरफ्तार किया जाए और मृतक के परिवार को उचित मुआवजा दिया जाए। साथ ही घायल मजदूर के इलाज का पूरा खर्च फैक्ट्री से दिलवाया जाए।

शहर में आज

- अंबेडकर चौक पर रक्तदान शिविर का आयोजन।
- सेना भर्ती कार्यालय द्वारा राजीव गांधी खेल परिसर में अग्निवीर भर्ती की जाएगी।
- रोडवेज डिपो में कर्मचारी यूनियन की मीटिंग।

खबर संक्षेप

नागरिकों के लिए मेंटल हेल्थ हेल्पलाइन शुरू

रोहतक। उपायुक्त सचिन गुप्ता ने कहा है कि स्वास्थ्य विभाग द्वारा नागरिकों के मानसिक स्वास्थ्य को दुरुस्त रखने के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल स्थित मनोरोग एवं नशा मुक्ति केंद्र में मेंटल हेल्थ हेल्पलाइन शुरू की गई है। इस हेल्पलाइन नंबर 8295474838 पर सोमवार से शनिवार तक सुबह 9 से शाम 3 बजे तक संपर्क किया जा सकता है। नागरिक मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें, क्योंकि स्वस्थ मन ही स्वस्थ जीवन का आधार है।

बार एसो. भवनों की छतों पर वॉटरप्रूफिंग कार्य शुरू

रोहतक। जिला बार एसोसिएशन में भवन की छतों पर वॉटरप्रूफिंग कार्य का विधिवत शुभारंभ किया गया। जिला बार एसोसिएशन के प्रधान दीपक हुड्डा, महासचिव राजकरण पंघाल, रवि ठाकुर, सुरेंद्र लौरा, दीपक हुड्डा किलोई , दीपक अरोड़ा ,संदीप हुड्डा, रॉब सिंह , वरुण कौशिक, कुशल कुंडू, दीपक सहरावत आदि मौजूद रहे।

डॉक्टरों की हड़ताल: मुख्यालय ने मांगी रिपोर्ट, वेतन रोकने के आदेश जारी

मांगें पूरी न होने पर डॉक्टरों में रोष, दे सकते हैं सामूहिक इस्तीफा

172 चिकित्सकों में से 62 ड्यूटी से नदारद रहे मरीजों को न उपचार मिला और न ही टेस्ट हो पाए

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

मांगें पूरी न होने पर एचसीएमएसए में रोष बढ़ता ही जा रहा है। एसोसिएशन के बैनर तले चिकित्सकों ने बुधवार को तीसरे दिन भी हड़ताल की। सामान्य अस्पताल रोहतक सहित, कलानौर, महम, चिड़ी व सांपला में हड़ताल की वजह से स्वास्थ्य सेवाएं प्रभावित हुई। कई जगह मरीजों को काफी असुविधाओं का सामना करना पड़ा। मरीजों को न समय पर उपचार मिला और न ही उनके टेस्ट हो पाए। सामान्य अस्पताल में मरीजों का उपचार करने के लिए ओपीडी में अतिरिक्त डाक्टर्स तैनात किए गए। जिले के 172 चिकित्सकों में से 62 ड्यूटी से नदारद रहे। हड़ताल में शामिल रहने वाले डॉक्टर का डाटा सरकार को भेजा गया है। उनका वेतन रोकने के आदेश जारी हुए हैं। एसोसिएशन का दावा है कि 99% डॉक्टर्स हड़ताल में शामिल हैं। ओपीडी, आपातकालीन सहित इंडोर सेवाओं में ड्यूटी नहीं दी गई। वहीं स्वास्थ्य विभाग की तरफ से पीजीआईएमएस और अन्य जगहों से डॉक्टरों को सामान्य अस्पतालों में लगाया गया। इसके बावजूद स्वास्थ्य सेवाएं चरमराई हुई हैं। बृहस्पतिवार को भी पूरे प्रदेश में हड़ताल जारी रहेगी। एचसीएमएसए ने प्रदेश में सोमवार से हड़ताल की शुरूआत की थी। इस दौरान चिकित्सकों ने ओपीडी, आपातकालीन, पोस्टमार्टम सहित अन्य ड्यूटी का बहिष्कार किया हुआ है।

रोहतक। बच्चें की जांच करते डॉक्टर। फोटो : हरिभूमि

महम में भी हड़ताल का असर, मरीजों की लंबी लाइन

महम में हड़ताल की वजह से स्वास्थ्य सेवाएं काफी हद तक प्रभावित रही। एसएमओ को खुद मोर्चा सम्भालना पड़ा।यहां कई चिकित्सक ड्यूटी से नदारद रहे। जिसकी वजह से मरीजों को उपचार करवाने में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ा। इसके अलावा चिकित्सकों की अनुपस्थिति की वजह से आयुर्वेदिक चिकित्सकों ने मरीजों का उपचार किया। दोपहर तक यहां हड़ताल का काफी असर देखने को मिला।

पीजी डॉक्टर्स की सिविल अस्पतालों में ड्यूटी लगाना नियमों के विरुद्ध

डेमोक्रेटिक मेडिकल एसोसिएशन (डीएमए इंडिया) ने हरियाणा में चल रही हड़ताल के दौरान पीजी रेजिडेंट्स को सिविल अस्पतालों में भेजने के आदेश को "गंभीर अकादमिक नुकसान, रोगी-सुरक्षा संकट और डीआरपी उल्लंघन" बताते हुए कड़ी आपत्ति दर्ज कराई है। इसके लिए डीएमए इंडिया के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ अमित व्यास, राष्ट्रीय महासचिव डॉ शुभ प्रताप सोलंकी, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ भानु कुमार एवं राष्ट्रीय महिला विंग सचिव डॉ प्रियांशु शर्मा ने हरियाणा के मुख्यमंत्री एवं नेशनल मेडिकल काउंसिल के चेयरमैन से तुरंत हस्तक्षेप की अपील की है। डीएमए इंडिया के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ अमित व्यास ने स्पष्ट कहा है कि पीजी रेजिडेंट्स को बिना सुपरविजन सिविल अस्पतालों में काम कराने का निर्णय न अकादमिक रूप से स्वीकार्य है और न ही चिकित्सकीय दृष्टि से सुरक्षित।

डिस्ट्रिक रेजीडेंसी प्रोग्राम का खुला उल्लंघन

डीएमए इंडिया ने कहा कि डीआरपी के तहत पीजी रेजिडेंट्स को सिविल अस्पतालों में केवल सीनियर मेडिकल ऑफिसर/कंसल्टेंट की निगरानी में काम करने की अनुमति है। लेकिन वर्तमान स्थिति में-पीजी को बिना किसी सीनियर सुपरविजन कार्य करने के लिए भेजा जा रहा है, जो कि मेडिको-लीगल जोखिम, प्रशिक्षण हानि और मरीज-सुरक्षा खतरे को जन्म देता है। डीएमए इंडिया ने इसे अनुचित, असुरक्षित और नियमों के प्रतिकूल निर्णय बताया है।

सांपला में कम दिखा असर

सांपला में सामान्य अस्पताल में हड़ताल का कम असर देखने को मिला। यहां सुबह से दोपहर तक मरीजों का उपचार किया गया। इससे पहले भी यहां दो दिन तक मरीजों के उपचार में कोई बाधा नहीं पहुंची।

जो डॉक्टर ड्यूटी पर नहीं पहुंचे रिपोर्ट मुख्यालय भेजी गई

रोहतक के सरकारी अस्पतालों में मरीजों को कोई असुविधा नहीं होने दी गई। इसके लिए अतिरिक्त डॉक्टर की तैनाती की गई थी। ओपीडी और आपातकालीन वार्ड में भी मरीजों का उपचार किया गया। इसके अलावा जो डाक्टर ड्यूटी पर नहीं पहुंचे। उनकी जानकारी मुख्यालय को भेज दी गई है। -डॉ रमेश चंद्र, सिविल सर्जन रोहतक

आज भी सरकारी अस्पतालों में डॉक्टर हड़ताल पर रहेंगे

तीसरे दिन भी 99 प्रतिशत डॉक्टर्स हड़ताल में शामिल रहे। जब तक सरकार उनकी मांगें पूरी नहीं करेगी वह हड़ताल पर रहेंगे। पूरे प्रदेश में हड़ताल चल रही है। अभी तक सरकार की तरफ से कोई सकारात्मक पहल नहीं की गई है। बृहस्पतिवार को भी सरकारी अस्पतालों में डाक्टर हड़ताल पर रहेंगे।
-डॉ विश्वजीत राठी, जिला प्रधान एचसीएमएसए

रोहतक। बैठक कर रणनीति बनाते डॉक्टर्स।

रैपिड एक्शन फोर्स ने फ्लैग मार्च निकाला

रोहतक। गृह मंत्रालय, भारत सरकार की गाइडलाइन के तहत 194 बटालियन रैपिड एक्शन फोर्स ने रोहतक में फ्लैग मार्च निकाला। पूरे अभियान का पर्यवेक्षण कमांडेंट किशोर कुमार सिंह द्वारा किया गया, जबकि फ्लैग मार्च की अगुवाई सहायक कमांडेंट एमएल मीणा ने की। फ्लैग मार्च अर्बन एस्टेट और पीजीआईएमएस क्षेत्रों में थाना अर्बन एस्टेट प्रभारी उप निरीक्षक कमलजीत, थाना पीजीआईएमएस प्रभारी रोशनलाल और जिला पुलिस की संयुक्त टीम के साथ निकाला गया।

परीक्षा नियंत्रक ने परीक्षाओं की व्यवस्था का लिया जायजा

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के परीक्षा नियंत्रक प्रो. राहुल ऋषि और चीफ कंसल्टेंट एग्जामिनेशन प्रो. महाबीर धनखड़ ने आज पं नेकी राम शर्मा राजकीय महाविद्यालय का औचक निरीक्षण किया। अधिकारियों ने स्नातक स्नातकोत्तर परीक्षाओं के दौरान कॉलेज में की गई व्यवस्थाओं और सुरक्षा उपायों का गहन जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान परीक्षा कक्षों, बैठने की व्यवस्था, सीसीटीवी निगरानी, फ्रिस्किंग पॉइंट्स और समग्र अनुशासन व्यवस्था का विस्तृत आकलन किया गया। अधिकारियों ने कॉलेज प्रशासन की तैयारियों पर संतोष व्यक्त करते हुए आवश्यक दिशा-निर्देश भी दिए। इस अवसर पर विश्वविद्यालय अधिकारियों ने दोहराया कि एमडीयू नकल के प्रति अपनी जीरो टॉलरेंस नीति पर सख्ती से अमल कर रहा है। किसी भी प्रकार की अनियमितता पर कठोर कार्रवाई होगी।

कामयाबी

पुलिस की तत्परता से टली बड़ी वारदात

आरोपी पर 7-8 मामले में केस दर्ज, करनाल की अल्फा कंपनी पर चलाई थी 50 गोलियां

गांव कथूरा के सरपंच पर हमला करने निकला था मोहित, मुठभेड़ के बाद दबोचा, पैर में लगी गोली

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

एवीटी-3 टीम ने मंगलवार देर शाम एक विशेष ऑपरेशन में कथूरा निवासी कुख्यात मोहित को मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार कर लिया। आरोपी कथूरा गांव के सरपंच की हत्या की नीयत से निकला था, लेकिन उससे पहले ही पुलिस ने घेराबंदी कर उसे पकड़ लिया।

मुठभेड़ के दौरान आरोपी के दाएं पैर में गोली लगी, जिसके बाद उसे गंभीर हालत में पीजीआई में भर्ती करवाया गया। आरोपी की पहचान मोहित उर्फ मोहित कथूरा (32) पुत्र जयभगवान निवासी गांव कथूरा जिला सोनीपत के रूप में हुई है। उसके खिलाफ सोनीपत, करनाल और रोहतक में 7 से 8 गंभीर आपराधिक मुकदमे दर्ज हैं, जिनमें हत्या का प्रयास, अवैध हथियार रखना, फायरिंग, धमकी व मारपीट जैसे मामले शामिल हैं। पुलिस के अनुसार, आरोपी बेहद शातिर और खतरनाक प्रवृत्ति का है, और कई बार पुलिस की पकड़ से बच चुका है। पुलिस को पुख्ता सूचना मिली हैकि वह अपने गांव के सरपंच पर हमला करने के लिए निकला था। एसपी सुरेंद्र भौरिया ने बताया कि रोहतक पुलिस को कामयाबी मिली है। शातिर आरोपी मोहित को मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार किया गया है।

पीजीआई में उपचारधीन मोहित।

रोहतक। मौके पर जांच करती पुलिस। फोटो : हरिभूमि

उसने करनाल में 50 गोलियां चलाई थी।इसके अलावा उस पर कई मामले दर्ज हैं। जिसके बाद कई जिलों की पुलिस उसकी तलाश कर रही थी। एवीटी-3 के अधिकारियों ने बताया कि यह ऑपरेशन बेहद संवेदनशील था क्योंकि आरोपी हथियारबंद था और पहले भी पुलिस पर हमला कर चुका है। टीम ने बिना किसी नागरिक को नुकसान पहुंचाए उसे काबू में लिया, जो बड़ी उपलब्धि है। एवीटी उसकी बाइक, हथियार और मोबाइल फोन को कब्जे में लेकर जांच कर रही है। मोबाइल डाटा से पता लगाना है कि वह किसके संपर्क में था और सरपंच के खिलाफ हमले में किसी ने साथ तो नहीं दिया। गांव कथूरा के सरपंच ने पुलिस का धन्यवाद करते हुए कहा कि यदि समय पर कार्रवाई न होती, तो बड़ा हादसा हो सकता था। सरपंच ने बताया कि मोहित गांव में लोगों को डराता-धमकाता था और कई युवा उसकी गतिविधियों से प्रभावित होकर गलत रास्ते पर चल पड़ते थे।

विवाद के चलते सरपंच को दी जान से मारने की धमकी

एवीटी-3 के इंचार्ज अश्वनी अहलावत को गुप्त सूचना मिली थी कि मोहित कथूरा सरपंच के साथ पुरानी रंजिश के चलते हमला करने की योजना बना रहा है। बताया जाता है कि कुछ दिन पहले आरोपी का सरपंच से विवाद हुआ था, जिसके बाद उसने उसे सबक सिखाने की धमकी दी थी। मंगलवार को सूचना मिली कि आरोपी सरपंच को निशाना बनाने के लिए बाइक पर निकला है और उसके पास अवैध हथियार है। इस सूचना के बाद टीम ने तत्काल टीम गठित कर उसे ट्रैक करना शुरू किया।

खरावड़-आईएमटी के पास हुआ आमना-सामना

देर शाम करीब 8 बजे पुलिस ने गांव खरावड़ के पास आईएमटी सेक्टर-33 की सड़क पर मोहित को घेरने की कोशिश की। पुलिस की गाड़ी देखते ही आरोपी ने भागने की कोशिश की और फायर कर दिया। मोहित ने पुलिस पर सीधे दो गोलियां चलाईं। इंचार्ज अश्वनी अहलावत ने भी जवाबी कार्रवाई करते हुए तीन फायर किए। मुकाबला लगभग 3 से 4 मिनट चला, जिसके दौरान मोहित के दाएं पैर में गोली लगी और वह जमीन पर गिर गया। इसके बाद पुलिस ने उसे काबू कर लिया। घायल अवस्था में उसे पीजीआई ले जाया गया, जहां उसका इलाज चल रहा है। पुलिस उसके बयान दर्ज करने की कोशिश कर रही है। उसके पास से बाइक, देशी पिस्तौल सहित चार कारतूस बरामद हुए हैं।

ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन

अलग-अलग स्थानों से अवैध शराब सहित तीन युवक काबू

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

पुलिस ने ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन अभियान के तहत अलग–अलग स्थानों से अवैध शराब तस्करी में शामिल तीन युवकों को काबू किया है। पुलिस ने इनके कब्जे से कुल 41 बोतल देसी शराब बरामद की। तीनों आरोपियों के खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत अलग-अलग मुकदमे दर्ज कर गिरफ्तार किया गया है। इसके अलावा पुलिस टीम ने सार्वजनिक स्थान पर सट्टा खाईवाली करते एक युवक को भी पकड़ा है।

महम में कार्रवाई

महम थाना प्रभारी सुभाष कुमार ने बताया कि पुलिस टीम ने मदीना–भराण रोड पर गांव भराण के पास से एक युवक को अवैध शराब सहित पकड़ा। आरोपी की पहचान अमित निवासी गांव भराण के रूप में हुई। उसके कब्जे से 12 बोतल देसी शराब बरामद हुई। मामले में थाना महम में दर्ज किया गया है।

आईएमटी थाने की कार्रवाई

आईएमटी थाना प्रभारी पंकज कुमार ने बताया कि मुख्य सिपाही रोहित की टीम ने अमूल टी-प्वाइंट के पास से मंजीत निवासी गांव खेड़ी साध को काबू किया। उसके पास से 16 बोतल देसी शराब बरामद हुई। इस संबंध में केस दर्ज किया गया है।

रुपया चौक पर पकड़ा

शिवाजी कॉलानी थाना प्रभारी राकेश सैनी ने बताया कि पीएसआई मनीष की टीम रुपया चौक के पास गश्त के दौरान शंकर पुत्र छोटे लाल निवासी पालिका कॉलोनी को अवैध शराब सहित पकड़ा। आरोपी के पास से 13 बोतल देसी शराब बरामद हुई।

इन उपायों से कंट्रोल रहेगी थायरॉइड की प्रॉब्लम

अस्त-व्यस्त जीवनशैली और खान-पान से आजकल अनेक लोग थायरॉइड संबंधी समस्या से ग्रस्त हो रहे हैं। ऐसे में अगर आप अपनी जीवनशैली सुधारने के साथ आयुर्वेदिक उपचार करवाएं तो आपको काफी राहत मिल सकती है। इस बारे में जानिए।

रोगोपचार

संध्या रानी

हालांकि थायरॉइड ग्रंथि की कम या अधिक सक्रियता कोई गंभीर बीमारी नहीं है, लेकिन इससे निकलने वाले हार्मोन कई शारीरिक क्रियाओं को संतुलित रखते हैं। जब हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं, तो कई तरह की समस्याएं शुरू हो जाती हैं और रोजमर्रा की जिंदगी प्रभावित होती है। थायरॉइड गले में मौजूद तितली के आकार की एक ग्रंथी होती है, जो जरूरी हार्मोन बनाती है। इसके असंतुलन होने से ही यह समस्या पैदा होती है। आजकल थायरॉइड संबंधी समस्या तेजी से बढ़ रही है। हर दूसरे-तीसरे घर में कोई न कोई इसका रोगी मिल जाता है। खास बात यह है कि पुरुषों की तुलना में महिलाएं इससे ज्यादा प्रभावित होती हैं, क्योंकि महिलाओं के शरीर में कई अन्य हार्मोन उनके पीरियड्स, गर्भावस्था संबंधी प्रक्रियाओं को कंट्रोल करते हैं।

दो प्रकार की समस्या: थायरॉइड की समस्या दो तरह की होती है। एक हाइपरथायरॉइडिज्म और दूसरा हाइपोथायरॉइडिज्म। दोनों ही स्थितियों में शरीर का हार्मोन स्तर प्रभावित होता है।

हाइपरथायरॉइडिज्म: इसमें सबसे पहले रोगी का वजन कम होने लगता है, घबराहट बढती है, चिड़चिड़ापन होता है, दिल की धड़कन तेज हो जाती है, पसीना अधिक आता है, गर्मी ज्यादा लगती है, हाथ-पैर कांपने लगता है, नींद कम होने लगती है। जब इस तरह के लक्षण दिखाई देने लगे तब जांच जरूर कराना चाहिए।

हाइपोथायरॉइडिज्म: इसमें लगातार थकान रहती है, वजन बढ़ने लगता है, दिल की धड़कन धीमी हो जाती है, ठंड ज्यादा लगती है और कभी-कभी मूड भी स्विंग करता है। इसके अलावा बालों का झड़ना, त्वचा का रूखा होना, डिप्रेशन होना आदि लक्षण दिखाई दें, तो ऐसी स्थिति में डॉक्टर से जरूर कंसल्ट करें।

आयुर्वेद उपचार में यह देखा जाता है कि रोगी की उम्र क्या है? यह बीमारी कितने साल से है? वह नौकरी किस तरह की करते हैं? इनकी जीवनशैली कैसी? इनका पेट साफ रहता है या नहीं, तनाव में तो नहीं रहते हैं? इनके आधार पर रोगी की जांच की जाती है।

क्या खाएं-क्या न खाएं: इस समस्या से राहत पाने के लिए यह जानना बेहद आवश्यक है कि भोजन में क्या खाना चाहिए और क्या नहीं? थायरॉइड संबंधी रोग में मेटाबॉलिज्म कमजोर हो जाता है, इसलिए वही चीजें खानी चाहिए, जो आसानी से पच जाएं। खाने में गेंहू की रोटी की जगह जौ की रोटी खाएं। इससे पेट भी हल्का रहेगा और यह आसानी से पच भी जाता है। सफेद चावल की जगह भूरे चावल खाएं। टोफू और सोयाबीन न खाएं। इसके साथ ही पनीर, चीज, मोयोनेज से दूरी रखें। जहां तक हो सके तला, भुना खाने से परहेज करें। भोजन के लिए समय जरूर निश्चित करें और हमेशा समय पर ही भोजन कर लें। भोजन हमेशा हल्का लें। इसके अलावा अपनी दिनचर्या को नियंत्रित रखें। रात में 10 बजे तक सोने की आदत डालें।

योग को अपनाएं: अपनी दिनचर्या में योग को जरूर जगह दें, ताकि शरीर के साथ आपका मन भी स्वस्थ रहे, क्योंकि मन और शरीर एक-दूसरे से जुड़े होते हैं। अगर आपका मन मजबूत है, तो आप किसी भी बीमारी से आसानी से उबर सकते हैं। जीवन में चाहे जितनी भी व्यस्तता हो, पर अपने लिए दस मिनट का समय निकालना मुश्किल नहीं होना चाहिए। थायरॉइड में उज्जयी, भस्त्रिका, कपालभाति और भ्रामरी प्राणायाम बहुत

मदद करते हैं। इसके अलावा हलासन भी करें। अपने को स्वस्थ रखने के लिए जीवन में कुछ संयम और नियम रखना बेहद जरूरी होता है।

मौसमी फल-सब्जियां खाएं: हमेशा मौसम के अनुसार ही पके फल और पकी सब्जियां खाएं। कच्ची सब्जियां और सलाद पाचन पर अधिक जोर डालते हैं, इसलिए इन्हें खाने से जहां तक हो सके बचें। दही की जगह छाछ का प्रयोग करें। इसके अलावा घी को अपने भोजन में जरूर शामिल करें, क्योंकि इसमें कई विटामिन होते हैं और यह आसानी से पच भी जाता है। इसके साथ ही सौंफ, पिपली और काली मिर्च को बराबर मात्रा में मिलाकर पीस लें और थोड़ी मात्रा में लेते रहें, यह पाचन के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है। *

(आयुर्वेद विशेषज्ञ डॉ. अमृता शर्मा से बातचीत पर आधारित)

पंचकर्मा उपचार

इसे मानस प्रकृति परीक्षण भी कहा जाता है। सात प्रकार की प्रकृति होती है। आयुर्वेद में यह एक डिटॉक्स थेरेपी है। इस उपचार के द्वारा शरीर के विषाक्त पदार्थों को बाहर निकाल कर शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जाता है। जब मौसम बदलता है तब यह क्रिया की जाती है। यह उपचार कोई भी करवा सकता है।

अवेयरनेस

डॉ. मोनिका शर्मा

बरकरार है वायु प्रदूषण का संकट

कारगर उपायों से मिलेगी राहत

जाड़े के मौसम में देश के अनेक शहरों में वायु प्रदूषण की समस्या गंभीर रूप धारण कर लेती है। एक्यूआई इतना खराब हो जाता है कि सांस लेने में परेशानी होने लगती है। ऐसे में केवल बच्चे, बूढ़े और बीमार लोगों को ही नहीं स्वस्थ लोगों को भी कुछ सावधानियां बरतनी जरूरी है। यहां बताए जा रहे उपायों को अपनाकर आप वायु प्रदूषण के दुष्प्रभावों से काफी हद तक बचे रह सकते हैं।

दमघोंटू हवा, इन दिनों देशभर के कई राज्यों में स्वास्थ्य से जुड़ा बड़ा संकट बनी हुई है। प्रदूषण की मार बच्चों से लेकर बड़ों तक, सभी झेल रहे हैं। सेहत से जुड़ा हर पहलू हवा की गुणवत्ता से प्रभावित होता है। तकलीफदेह है कि सर्दियों में तो एयर क्वालिटी और खराब हो जाती है। हमें चारों ओर से घेरते धूल और धुएं के गुबार को काबू करने के लिए कई मोर्चों पर प्रभावी कदम उठाने की दरकार है, पर ठंड के इस मौसम में प्रदूषण के वार से अपनी सेहत को बचाने के लिए छोटे-छोटे सहज से तौर-तरीके जरूर कारगर साबित हो सकते हैं।

स्वच्छता का रखें ध्यान

घर के बाहर सांस लेने लायक हवा को बनाए रखना मुश्किल है। लेकिन घर के भीतर साफ-सफाई का ध्यान रखकर हवा को शुद्ध रखा जा सकता है। इसके लिए इन दिनों जितना अधिक संभव हो अपने घर की खिड़कियां और दरवाजे बंद रखने चाहिए। इससे बाहर की धूल, धुआं और प्रदूषक तत्व घर में प्रवेश नहीं कर पाएंगे। साथ ही सफाई के लिए ज्यादा झाड़-पोंछ भी न करें। ठंड से राहत पाने के लिए घर के भीतर कोयला आदि जलाने से भी बचें। घर के भीतर हवा शुद्ध करने वाले पौधे यानी एयर प्यूरीफाइंग प्लांट्स लगाना भी काफी कारगर उपाय हो सकता है।

इन उपायों पर भी करें अमल

बार-बार अच्छे से हाथ भी धोते रहें। खासकर जब घर के बाहर से आएं तो अच्छे से हाथ धोना जरूरी है। हाथों को साफ रखने की यह सजगता स्किन पर जमे प्रदूषण के कण यानी पार्टिकुलेट मैटर (पीएम) को हटाने के लिए बहुत जरूरी है। असल में पीएम कण हवा में मौजूद सूक्ष्म ठोस कण या तरल बूंदें होती हैं। ये कण सांस के जरिए तो शरीर में जाते ही हैं, गंदे हाथों से खाना खाने और शरीर के दूसरे अंगों को छूने पर भी नुकसानदेह साबित होते हैं। यहां तक कि स्किन इंफेक्शन होने का भी खतरा रहता है। इन दिनों गरम पानी से गरारे कर गले को साफ करने की एक्टिविटी को भी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। इससे भी हवा में मिले धूल और धुएं के कणों के शरीर में पहुंचने पर बहुत हद तक काबू पाया जा सकता है।

रेग्युलर एक्सरसाइज करना है बहुत फायदेमंद

ठंड के मौसम में शारीरिक सक्रियता से दूरी न बनाएं। हालांकि स्मॉग से ढंकी सुबह या शाम कसरत करने के लिए सही नहीं पर घर के अंदर योगाभ्यास, ट्रेडमिल, इंडोर साइक्लिंग आदि के जरिए खुद को एक्टिव रखें। विशेष रूप से सुबह और शाम के समय हवा की गुणवत्ता अनहेल्दी हो तो

स्वास्थ्य जोखिम बढ़ाने वाली होती है। ऐसे में प्रदूषण के समय घर के बाहर जाकर एक्सरसाइज करने के बजाय, घर के अंदर ही व्यायाम, योग या किसी भी तरह की कसरत करना सही रहता है।

ये एक्टिविटीज करने से बचें

प्रदूषित हवा में तेज दौड़ने या हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज जैसे जंप स्क्वैट्स, माउंटेन क्लाइंबर्स, स्प्रिंट्स और पुश-अप्स जैसे व्यायाम करने से बचें। असल में हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज करते हुए व्यक्ति बहुत तेज और गहरी सांस भरता है। इस कंडीशन में समझना मुश्किल नहीं कि सामान्य की तुलना में फेफड़ों में ज्यादा प्रदूषक तत्व पहुंचते हैं। तकनीकी सुविधाओं के इस दौर में कसरत के लिए बाहर निकलने से पहले अपने क्षेत्र की एयर क्वालिटी यानि एक्यूआई को भी जांचें। पार्क में सैर या सहज रूप से वॉक पर जाने के लिए अच्छी क्वालिटी के मास्क का उपयोग करना भी आपकी सेहत सहेजने में मददगार बनेगा।

खान-पान भी हो पौष्टिक

शरीर की अच्छी रोग प्रतिरोधक क्षमता, प्रदूषण से लड़ने में भी मदद करती है।

इसीलिए इन दिनों फल और सब्जियों का भरपूर मात्रा में सेवन करें। परंपरागत रूप से भी इन दिनों खाया जाने वाला भोजन इम्यूनिटी बढ़ाने वाला ही लेना चाहिए। हरी पत्तेदार सब्जियां, मोटे अनाज, घी, आंवला आदि का सेवन अधिक करें। ऐसी सभी चीजें शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाती हैं। खासकर विटामिन-सी के सेवन से शरीर को मिलने वाले एंटी-ऑक्सीडेंट्स इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं। इसके लिए संतरा, गाजर और आंवला जैसे फल जरूर खाएं। इससे आपकी इम्यूनिटी बूस्ट होगी और प्रदूषण के दुष्प्रभावों का सामना करने की शक्ति आपके भीतर उत्पन्न होगी।

इनका सेवन है लाभकारी

ठंड के मौसम में तुलसी, अदरक, कच्ची हल्दी या दूसरी हर्बल चीजों से बनी चाय भी गले को साफ रखने में मदद करती हैं। साथ ही सूप, दूध और नीबू-शहद का गर्म पानी जैसे गर्म पेय प्रदूषण और स्मॉग के असर को कम करने में मददगार बनते हैं। इन ड्रिंक्स के साथ दालचीनी, काली मिर्च और सोंठ जैसे मसालों का संतुलित मात्रा में उपयोग करना तो इन्हें स्वास्थ्य रक्षा करने वाले पेय पदार्थ बना देता है। साथ ही इनके नियमित सेवन से आपका शरीर हाइड्रेटेड भी रहता है। यहां बताए गए परंपरागत तौर-तरीकों और मौजूदा समय की जरूरत के अनुसार जागरूकता का यह मेल प्रदूषण के घेरे में भी बहुत हद तक आपका स्वास्थ्य सहेजने में सहायक होगा। *

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. दीपक भंगाले

गैस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट-कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, नवी मुंबई

पाचन तंत्र के बिगड़ने से कब्ज की समस्या होती है। इससे बचाव के लिए जीवनशैली और खान-पान की आदतों में सुधार करना जरूरी है। कब्ज जागरूकता माह (दिसंबर) के अवसर पर आपको इस बारे में दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारियां।

कब्ज की समस्या से ऐसे मिलेगा छुटकारा

वास्तव में कब्ज अपने में कोई बीमारी नहीं है लेकिन यह पाचन तंत्र संबंधी कई स्वास्थ्य समस्याओं को बुलावा दे सकती है।

कभी-कभार होने वाली कब्ज की समस्या विभिन्न उपायों पर अमल करने से दूर हो जाती है, लेकिन अगर कब्ज की समस्या काफी दिनों तक लगातार बनी रहती है तो उसे पुराना कब्ज (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन) कहा जाता है। ऐसा कब्ज व्यक्ति के स्वास्थ्य और उसके जीवन की गुणवत्ता पर प्रतिकूल असर डालता है। इसलिए कब्ज को हल्के में लेना सही नहीं है।

इसलिए होता है कब्ज: कब्ज होने की कई वजहें हो सकती हैं। भोजन में साबुत अनाजों के स्थान पर मैदा निर्मित खाद्य पदार्थों को वरीयता देना, जीवनशैली में शारीरिक श्रम और व्यायाम को महत्व न देना और जंक फूड्स और चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थों को आहार में वरीयता देना, पर्याप्त मात्रा में पानी न पीना, फाइबर युक्त डाइट (जैसे- फल, ड्राई फ्रूट्स, हरी सब्जियां और बींस आदि) कम लेना या फिर न लेना, एक निश्चित समय पर भोजन न करना, देर रात खान-पान। अकसर तनावग्रस्त या चिंतित रहने वाले लोग कब्ज के शिकार होते हैं, क्योंकि तनावपूर्ण स्थिति में जो हार्मोन रिलीज होते हैं, वे आंतों के मूवमेंट पर प्रतिकूल असर डालते हैं। उम्र बढ़ने के साथ खासकर वृद्धों में आंतों का मूवमेंट स्वाभाविक रूप से कम होने लगता है। हाइपर थायरॉइडिज्म होना या फिर शरीर में हार्मोंस का असंतुलन। लिवर या पेट से संबंधित किसी बीमारी से ग्रस्त होना। मधुमेह की समस्या भी कब्ज उत्पन्न कर सकती है। गर्भवती महिलाएं और ऐसी महिलाएं जिनकी गायनेकोलॉजिकल सर्जरी हो चुकी है, उनके पेट की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं, जिसके कारण वे अकसर कब्ज की समस्या से ग्रस्त हो सकती हैं। रक्त में कैल्शियम की मात्रा कम होना, धूम्रपान, मद्यपान या फिर अन्य मादक पदार्थों का सेवन करना, रोज लगभग 6 से 8 घंटे की गहरी नींद न लेना, कुछ एंटीबायोटिक्स और पेनकिलर्स लेने वालों में कब्ज की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं। भूख से कम मात्रा में खाना। स्वाद के फेर में भूख न होने के बावजूद कई बार खाना-पीना। डाइटिंग करना। रात में खाने के तुरंत बाद सोना।

कब्ज के लक्षण: ये लक्षण कब्ज के हो सकते हैं।

- पेट का फूलना और पेट दर्द।
- भूख न लगना।
- पेट में गैस बनना या भारीपन होना।
- मल के बहुत कड़ा हो जाने के कारण टॉयलेट सीट पर बैठकर पेट पर बहुत ज्यादा जोर लगाना।
- आलस्यग्रस्त होना।
- किसी कार्य में मन न लगना।
- 7 से 8 घंटे की नींद न ले पाना।
- सिर दर्द होना या सिर भारी होना।
- जीभ के ऊपर सफेद या मटमैली परत होना, छाले पड़ना।
- थकान या कमजोरी महसूस करना।
- चक्कर आना या जी मिचलाना।
- सीने में जलन महसूस करना।

पुराने कब्ज से होने वाली जटिलताएं: इससे कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। कब्ज की पुरानी समस्या (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन)बवासीर के अलावा गुदा संबंधी अन्य रोगों जैसे भगंदर और फिसर के जोखिम को बढ़ा देती है। इससे आंतों में एक विशेष प्रकार का उभार (बल्ज) बन जाता है, जिसे मेडिकल भाषा में 'आउटपाउचिंग' कहते हैं। ऐसी स्थिति में आंतों में संक्रमण हो सकता है या फिर ये सिकुड़ सकती हैं। कई लोग डॉक्टर के परामर्श के बगैर कब्ज दूर करने वाली दवाएं लैक्सेटिव्स या जुलाब लेने लगते हैं। ऐसी दवाओं के साइड या आफ्टर इफेक्ट्स हो सकते हैं। अकसर लोग लैक्सेटिव्स के आदी बन जाते हैं। पुराने कब्ज

की समस्या आंतों या कोलन कैंसर का कारण बन सकती है।

ऐसे होगी रोकथाम: उपरोक्त जिन कारणों से कब्ज उत्पन्न होता है, उन कारणों को दूर करना ही कब्ज की रोकथाम करना है। जैसे- जंक फूड्स से परहेज करें। अपने आहार में फाइबर्स (मौसमी फलों, हरी पत्तेदार सब्जियों और बींस) को वरीयता दें।

अपनी शारीरिक क्षमता और उम्र के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करें। व्यायाम करने से पूर्व अपने डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना हितकर है। प्यास लगने के अलावा भी पानी पीने की आदत डालें। कोई भी मौसम हो लगभग 2 लीटर पानी और तरल पदार्थ जैसे सूप आदि लें। कब्ज दूर करने में पपीता किसी वरदान से कम नहीं। इसके अलावा अमरूद, संतरा और सेब पौष्टिक होने के साथ कब्ज दूर करने में भी सहायक हैं। भूख से कम भी न खाएं और भूख से ज्यादा भी न खाएं। भोजन को अच्छी तरह चबाकर तरल रूप में निगलें। देर रात भोजन से परहेज करें। रात में भोजन करने के बाद तुरंत न सोएं। सोने से पूर्व लगभग 200-250 कदम टहलें। मैदा और अत्यधिक चिकनाईयुक्त आहार के स्थान पर साबुत अनाजों को वरीयता दें।

उपचार: कब्ज की गंभीर और जटिल स्थिति में डॉक्टर कुछ समय के लिए दवाएं, लैक्सेटिव्स देते हैं। प्रत्येक रोगी की समस्या के मद्देनजर उसके लक्षणों के आधार पर इलाज सुनिश्चित किया जाता है। जैसे पेटदर्द और सिरदर्द आदि के लिए अलग-अलग दवाएं देते हैं। लेकिन कभी भी कोई दवा अपने मन से नहीं लेनी चाहिए। कब्ज खासकर पुराने कब्ज की समस्या दूर करने में एनिमा लेना अत्यंत लाभप्रद है। आंतों में एकत्र मल की सफाई करने में एनिमा काफी कारगर है, लेकिन एनिमा लेने से पहले चिकित्सक से परामर्श लें। कब्ज की समस्या का स्थाई इलाज सकारात्मक जीवनशैली में निहित है। सकारात्मक जीवनशैली के अंतर्गत प्रमुख तौर पर समुचित शारीरिक श्रम, नियमित व्यायाम और उपयुक्त खानपान को शामिल किया जाता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

केयर

शिखर चंद जैन

सर्दी के मौसम में कम तापमान, रूखी हवाओं की वजह से पैरों की स्किन में कई समस्याएं होने लगती हैं। इनसे राहत पाने के लिए आप यहां बताए जा रहे कुछ सरल लेकिन कारगर उपायों को आजमा सकते हैं।

सर्दियों में भी आपके पैरों में नहीं होंगी स्किन प्रॉब्लम्स

शरीर का पूरा भार उठाने वाले पैर अकसर देखभाल से उपेक्षित रहते हैं। आमतौर पर एक आदमी रोज 3000 से 10,000 कदम चलता है और अपने जीवनकाल में 77,000 मील की यात्रा करता है। इससे पता चलता है कि पैर कितना श्रम करते हैं। लेकिन ध्यान न देने पर कई समस्याएं हो जाती हैं। खासतौर पर सर्दी के मौसम में पैरों में कई प्रकार की समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं। ये समस्याएं और उनके निदान के बारे में यहां बता रहे हैं।

फटी एड़ियां: जाड़े के दिनों में ड्रायनेस की वजह से पैर के तलवों पर जमा डेड सेल्स को प्यूमिक स्टोन से हटाएं तथा कैस्टर ऑयल से मालिश करें। नहाने के बाद एड़ियों पर जैतून का तेल लगाएं। रात को सोते समय पैरों पर कोल्ड क्रीम लगाकर मोजे पहन कर सोएं।

एड़ियों में खुजली: सर्दी का प्रकोप बढ़ने पर पैरों की एड़ियों के आस-पास लाली तथा खुजली होने लगती है। ऐसा खून का संचार सही प्रकार से न होने के कारण भी हो सकता है। इसके लिए गर्म पानी में शैंपू अथवा नमक डालकर पैर डुबोएं और पंद्रह मिनट पश्चात बाहर निकालकर जैतून के तेल या किसी अच्छे लोशन से मालिश करें।

एथलीट फुट: यह फंगल इंफेक्शन है, जो एक संक्रामक रोग है। इसमें अंगुलियों के अंदरूनी तथा निचले हिस्से में फंगस बैठ जाती है जो ज्यादा कोमल त्वचा को काट देती है। फलस्वरूप पैरों से दुर्गंध आना शुरू हो जाती है। इसके लिए यहां बताए जा रहे उपाय आजमा सकते हैं।

- पैरों की अंगुलियों को बीच से सुखाकर ही मोजे पहनें।
- एंटी फंगल पावडर या सॉल्यूशनका प्रयोग करें।
- रोज धुले हुए मोजे पहनें।

ड्राय-हार्ड तलवे और एड़ियां: जाड़े के मौसम में यह समस्या भी कई लोगों को होती है। इसके लिए नियमित व्यायाम करें तथा फुटबाथ लें। उसके पश्चात अच्छी तरह पेट्रोलियम जैली लगाएं और कोई पुराने साफ मोजे पहन लें।

नाखूनों की देखभाल: नाखूनों की सेहत का पता उनके गुलाबी रंग एवं चमक से चलता है। नाखूनों की संरचना किरेटिन नामक एक प्रोटीन से होती है। पौष्टिक आहार न लेने से, चोट लगने से या थायरॉइड ग्लैंड के असंतुलन से नाखूनों की सेहत पर बुरा असर पड़ता है। प्रोटीन की कमी से नाखून कच्चे होकर टूट जाते हैं। भोजन में हरी सब्जियां, गाजर, दही आदि नाखूनों के लिए बहुत उपयोगी होते है। इससे नाखून सुंदर और मजबूत बनते हैं।

कुछ उपयोगी टिप्स: यहां बताए जा रहे टिप्स भी कारगर हैं।

- थके हुए पैरों के लिए गर्म पानी में नीम या पुदीने की पत्ती डालकर पैरों को कुछ देर उस पानी में डुबाकर रखें।
- पैरों से बदबू आए तो पैर धोते समय कुछ बूंद लौंग का तेल इस्तेमाल करें फिर सुखा लें।
- पांवों में जलन या खुजली महसूस होने पर तुलसी के पत्ते गर्म पानी में डालकर 15 मिनट तक पैर भिगोएं।
- महिलाएं ऊंची हील की सैंडिल से परहेज करें। इससे पीठ तथा पैरों में दर्द हो सकता है।
- डेड स्किन हटाने के लिए दही में सिरका मिलाकर मालिश करें।
- नाखून काटते रहें, ताकि उनमें मैल न जमा हो सके। *

(डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. किंशुक सामंता से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

बॉक्सिंग में तनिषा सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी घोषित

रोहतक। खेलो इंडिया अशमिता महिला किक बॉक्सिंग सिटी लीग का आयोजन स्टार बॉक्सिंग स्पोर्ट्स क्लब में संपन्न हुआ। इसमें 8 जिलों ने भाग लिया। टूर्नामेंट में 100 से ज्यादा खिलाड़ी शामिल हुए। समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में न्यूरोथेरेपिस्ट मीना कुमारी बांगर उपस्थित रही। इसके अलावा विशिष्ट अतिथि के रूप में जेपी इंटरनेशनल स्कूल के चेयरमैन राजीव मलिक, समर्पण वेलफेयर ट्रस्ट की अध्यक्ष सुमन कथूरिया और कोच दीपक छिकारा शामिल हुए। टूर्नामेंट का "सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी पुरस्कार जिले की तनीषा कादयान को घोषित किया गया। इनका राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर उत्कृष्ट प्रदर्शन रहा था। टूर्नामेंट बतौर रेफरी एवं तकनीकी अधिकारियों की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

ग्रेनेडियर्स पूर्व सैनिकों की बैठक 14 दिसंबर को

रोहतक। ग्रेनेडियर्स रेजिमेंट के पूर्व सैनिकों की वार्षिक बैठक 14 दिसंबर को आयोजित की जाएगी। यह बैठक सुबह 10 बजे हरियाणा एक्स-सर्विस लीग भवन में संपन्न होगी। बैठक की अध्यक्षता ग्रेनेडियर्स रेजिमेंट से सेवामुक्त मेजर एचके साहू करेंगे, जो लंबे समय से पूर्व सैनिकों के हितों और कल्याण संबंधी गतिविधियों में सक्रिय भूमिका निभा रहे हैं। बैठक में सचिव द्वारा सभी सदस्यों को सैनिक कल्याण विभाग द्वारा संचालित विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं के बारे में विस्तृत जानकारी दी जाएगी। सचिव ने पूर्व सैनिकों को आवश्यक दस्तावेजों और पात्रता शर्तों की जानकारी भी देंगे, ताकि अधिक से अधिक लाभार्थी इन योजनाओं का फायदा उठा सकें। बैठक के दौरान संगठनात्मक मुद्दों पर भी चर्चा की जाएगी, जिनमें पूर्व सैनिकों के अधिकारों और सुविधाओं को मजबूत करना है।

खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में बीएमयू के चार खिलाड़ियों ने हासिल किए पदक

- प्रतियोगिता राष्ट्रीय खेल रैंकिंग प्रणाली के आधार पर हुई
- बॉक्सिंग और कुश्ती में बेहतरीन खेल का प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

रोहतक। पदक जीतने वाले खिलाड़ियों के साथ विश्वविद्यालय के कुलपति और अन्य स्टाफ। *फोटो : हरिभूमि*

बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय के खिलाड़ियों ने राजस्थान के भरतपुर स्थित लोहेगढ़ स्टेडियम में हुई 5वीं खेलों इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में शानदार प्रदर्शन करते हुए विश्वविद्यालय और प्रदेश का नाम रोशन किया।

यह प्रतियोगिता राष्ट्रीय खेल रैंकिंग प्रणाली के आधार पर आयोजित की गई, जिससे खिलाड़ियों के चयन और रैंकिंग में पूरी पारदर्शिता बनी रही। विश्वविद्यालय की टीम ने बॉक्सिंग और कुश्ती में बेहतरीन खेल का प्रदर्शन करते हुए कुल चार पदक जीते। खिलाड़ियों की मेहनत, अनुशासन और कोचिंग टीम के सहयोग ने इस उपलब्धि को और मजबूत बनाया। पदक विजेता खिलाड़ियों में नैना (बीए अंतिम वर्ष) ने बॉक्सिंग के 75–81 किलोग्राम श्रेणी में स्वर्ण पदक, सचिन (एमए अंतिम वर्ष) ने बॉक्सिंग के 60–63 किलोग्राम श्रेणी में रजत पदक, हिमांशु (बीए प्रथम वर्ष) बॉक्सिंग के 67–71 किलोग्राम श्रेणी में कांस्य पदक तथा तन्नू (बीए द्वितीय वर्ष) ने कुश्ती के 65 किलोग्राम श्रेणी में रजत पदक जीता। विश्वविद्यालय में खिलाड़ियों का प्रतियोगिता से लौटने पर खिलाड़ियों का स्वागत किया गया। इस अवसर पर कुलपति प्रोफेसर (डॉ.) बीएम यादव और कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार ने खिलाड़ियों को सम्मानित किया और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

छात्र लगातार राष्ट्रीय स्तर पर दिखा रहे प्रतिभा

कुलपति प्रोफेसर (डॉ.) बीएम यादव ने कहा कि विश्वविद्यालय के छात्र लगातार राष्ट्रीय स्तर पर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा रहे हैं। उन्होंने कहा कि हमारे खिलाड़ियों की यह उपलब्धि पूरे विश्वविद्यालय के लिए गर्व की बात है। खेल न केवल व्यक्तित्व का विकास करते हैं, बल्कि अनुशासन, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता भी बढ़ाते हैं। विश्वविद्यालय प्रशासन हर खिलाड़ी को बेहतर संसाधन और प्रशिक्षण वातावरण देने के लिए प्रतिबद्ध है।

राजस्थान भरतपुर के लोहेगढ़ स्टेडियम में खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में छाए खिलाड़ी

खिलाड़ियों की मेहनत और समर्पण को सराहा

कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार ने खिलाड़ियों की मेहनत और समर्पण की सराहना करते हुए कहा कि इन पदकों ने यह साबित किया है कि हमारे छात्र कठिन मेहनत और नियमित अभ्यास से किसी भी स्तर की प्रतियोगिता में उत्कृष्ट परिणाम दे सकते हैं। विश्वविद्यालय सभी खेल प्रतिभाओं को आगे बढ़ने के अवसर देता रहेगा। हम चाहते हैं कि आने वाले वर्षों में हमारे खिलाड़ी और भी बड़ी सफलता हासिल करें। डॉ. हरविंदर, अमित अत्री, डॉ. नवीन, डॉ. बिजेश, यूसीएम डॉ. सोनिका, डॉ. प्रीति सांगवान, डॉ. रिम्मी, डॉ. इशु खंगवाल, तथा कीर्ति ने खेलों को बढ़ावा देने और खिलाड़ियों को हर संभव सहायता उपलब्ध कराने में शानदार योगदान दिया है।

ग्राम पंचायत स्तर पर लोगों को मिलना चाहिए सरकारी योजनाओं का लाभ

पारदर्शिता व गुणवत्ता के साथ पूरे करें ग्राम विकास के कार्य : एडीसी

मनरेगा के तहत सभी मजदूरों की जल्द से जल्द ईकेवाईसी पूर्ण करने के बारे में सभी ग्राम सचिवों को सख्त निर्देश दिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

रोहतक। आयोजित कार्यक्रम में पौधरोपण करते अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार।

अतिरिक्त उपायुक्त एवं जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी नरेन्द्र कुमार की अध्यक्षता में बुधवार को खंड कलानौर और सांपला कार्यालय में बैठक का आयोजन किया गया। इसमें खंड के समस्त अधिकारी व कर्मचारी, सरपंच, ग्राम सचिव, चैयरमैन पंचायत समिति व अन्य विभागों के अधिकारी मौजूद रहे। नरेंद्र कुमार ने सरकार द्वारा चलाई जा रही विभिन्न स्कीमों जैसे मनरेगा, प्रधानमंत्री आवास योजना, जिला विकास योजना, एनआरएलएम और सोलर आदि के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई और ग्राम पंचायतों की आमदनी बढ़ाने बारे सुझाव दिए गए। सभी तकनीकी अधिकारियों व कर्मचारियों को पूरी पारदर्शिता के साथ विकास कार्य करवाने और कार्यों की गुणवत्ता को बेहतर बनाने के लिये कहा गया। उन्होंने कहा कि अगर किसी भी प्रकार की कार्य में गुणवता सम्बन्धित खामी पाई गई तो उसके लिये संबंधित अधिकारी और कर्मचारी के विरूद्ध प्रशासनिक कार्यवाही की जायेगी।

ग्राम सचिव जिम्मेदारी को निभाएं

अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने कहा कि सभी ग्राम सचिवों को पंचायतों में अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करके लोगों को पंचायत स्तर पर ही सभी सरकारी सुविधाएं उपलब्ध करवाने के प्रयास करने चाहिए। सभी सरपंचों की उनके गांव की समस्याओं को सुना और कुछ समस्याओं का मौके पर ही समाधान किया गया। मनरेगा स्कीम के तहत सभी मजदूरों की जल्द से जल्द ईकेवाईसी पूर्ण करने बारे सभी ग्राम सचिवों को सख्त निर्देश दिये गये। गांव में स्वच्छता बारे भी सरपंचों को जागरूक किया गया एवं स्वच्छता के महत्व को बताया गया। सभी सरपंचों को उनके गांव में लोगों के स्वास्थ्य के साथ पर्यावरण का भी ध्यान रखने के लिये अधिक से अधिक पौधारोपण करवाने और व्यायाम के प्रति जागरूक करने के लिये आगे आकर पहल करने के लिये कहा।

सरपंचों ने की लाइब्रेरी बनवाने की मांग

सरपंचों ने अपने गांवों में बच्चों के लिए लाइब्रेरी बनवाने बारे प्रशासन से मांग की और सभी गांवों में स्वच्छ पीने के पानी की व्यवस्था बनाने के लिये गुजारिश की। मनरेगा में सिंचाई के लिये माइनर, नहरों की सफाई के कार्य बन्द होने के कारण सभी सरपंचों ने किसानों के खेतों में फसल के लिये पानी न पहुंचने का मुद्दा सरकार को भेजने के लिये उठाया। सभी सरपंचों ने आश्वासन दिया कि वे प्रशासन के साथ मिलकर सभी वंचित लोगों को सरकार की स्कीमों का लाभ पहुंचाने में सहयोग करेंगे।

रोहतक। अपनी मांगों के लिए प्रदर्शन करते समस्त शिक्षक संगठन के सदस्य।

शिक्षक संगठनों ने मांगों को लेकर किया धरना-प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

शिक्षक संगठनों ने बुधवार को लघुसचिवालय में प्रदर्शन कर ज्ञापन की प्रतिया जलाई। इससे पूर्व शिक्षक संगठनों के सदस्य मानसरोवर पार्क में एकत्रित हुए और मांगों को लेकर नारेबाजी की।इसके बाद प्रदर्शन करते हुए सचिवालय पहुंचे। ज्ञापन में बताया गया है कि फरवरी महीने में हुए निगम चुनाव में ड्यूटी का पारिश्रमिक भी हमें अभी तक नहीं मिला है तथा टेबल पर जिन्होंने टेबल ड्यूटी दी थी उनका पारिश्रमिक भी अभी तक नहीं दिया गया है। वह हम कई बार जिला उपायुक्त से इस बारे में कई बार निवेदन कर चुके हैं। एचएसएससी द्वारा जुलाई में आयोजित सीटेट में टीचर्स ने एग्जाम ड्यूटी दी थी, उनका पारिश्रमिक भी अभी तक नहीं दिया गया है। जिला रोहतक के 80 प्रतिशत से अधिक स्कूलों में सफाई कर्मचारी नहीं है, यहां पर अध्यापक या तो स्वयं सफाई करते हैं या अपने पैसे एकत्रित करके सफाई कर्मचारी नियुक्त किए हुए हैं। शिक्षकों ने चेतावनी दी कि 1 जनवरी के बाद न तो वह सफाई करेंगे न ही अपने पैसे से सफाई कर्मचारी नियुक्त करेंगे। इस दौरान हसला जिला प्रधान राजीव दलाल, पूर्व मास्टर जिला प्रधान अजमेर हुड्डा, पेंशन बहाली संघर्ष समिति जिला प्रधान अनिल स्वामी, जिला कोषाध्यक्ष रविकांत धानक आदि रहे।

कॉलेज शिक्षा को बाजार की जरूरतों से जोड़ने के लिए अभियान शुरू

- कॉलेजों एवं औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों के प्राचार्यों के साथ उपायुक्त की मीटिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

उपायुक्त सचिन गुप्ता के नेतृत्व में जिला प्रशासन ने उच्च शिक्षा में व्यापक परिवर्तन की पहल करते हुए सभी सरकारी एवं निजी कॉलेजों को उनके शिक्षण, प्रशिक्षण तथा छात्र सहभागिता को वास्तविक बाजार और उद्योग की आवश्यकताओं के अनुरूप ढालने के निर्देश दिए हैं। सचिन गुप्ता लघु सचिवालय में कॉलेजों एवं औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों (आईटीआई) के प्राचार्यों के साथ आयोजित समीक्षा बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। उन्होंने युवाओं को उभरते रोजगार एवं प्रतिस्पर्धी अवसरों के लिए तैयार करने हेतु कौशल-केंद्रित और परिणाम-आधारित शिक्षण अपनाने पर बल दिया। इन्होंने दोहराया कि इस पहल का उद्देश्य रोहतक के प्रत्येक युवा को आधुनिक दुनिया में सफलता के लिए आवश्यक कौशलों से सशक्त बनाना है, चाहे वह प्रतियोगी परीक्षाए हों, रोजगार, उद्यमिता या उच्च शिक्षा हो।

रोहतक। लघु सचिवालय में कॉलेजों एवं औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों (आईटीआई) के प्राचार्यों के साथ आयोजित समीक्षा बैठक लेते उपायुक्त सचिन गुप्ता।

कथा में भक्ति मार्ग की गूढ़ता और सरलता का दिया संदेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

डेरा बाबा श्री लक्ष्मणपुरी महाराज, गोकर्ण तीर्थ में चल रही तीन दिवसीय भक्तमाल कथा के दूसरे दिवस का आयोजन बुधवार को अत्यंत श्रद्धा, भक्ति भाव और आध्यात्मिक उल्लास से सम्पन्न हुआ।

पावन कथा व्यास बाबा चित्र विचित्र बिहारीदास महाराज ने इस अवसर पर जगन्नाथ पुरी के महान भक्त माधवदास के प्रेरणादायी जीवन चरित्र का दिव्य वर्णन करते हुए उपस्थित श्रद्धालुओं को भक्ति मार्ग की गूढ़ता और सरलता दोनों का संदेश दिया। बाबा चित्र विचित्र बिहारीदास महाराज ने माधवदास के जीवन के उन प्रसंगों का उल्लेख किया, जिन्होंने समाज में सेवा, प्रेम, और निष्काम भक्ति की ज्योति प्रज्वलित की। कथा के दौरान उन्होंने बताया कि सच्चा भक्त वही है जो हर परिस्थिति में प्रभु का स्मरण करता है और दूसरों के कल्याण को अपनी साधना का हिस्सा मानता है। उनकी ओजस्वी वाणी, मधुर भजन, तथा भक्तिस्पर्शी प्रसंगों से डेरा परिसर में भावविभोर वातावरण निर्मित हो उठा। उप आचार्य महामंडलेश्वर गौकर्ण पीठाधीश्वर श्री श्री 1008 स्वामी कपिलपुरी महाराज के पावन सानिध्य में चल रही इस कथा में अनेक संत-महात्मा, साधु-संत और श्रद्धालु बड़ी संख्या में उपस्थित रहे। संत समाज की उपस्थिति ने आयोजन की गरिमा को और बढ़ा दिया। डेरा परिसर में भजनों की गूंज और शंखनाद से पूरा वातावरण भक्तिमय हो उठा।

भक्तों ने कथा व्यास द्वारा प्रस्तुत माधवदास के आदर्श जीवन से प्रेरणा ली और भक्ति, सेवा व त्याग के मार्ग पर चलने का संकल्प लिया। दूर-दूर से आए श्रद्धालु संतों के आशीर्वाद के लिए पंक्तिबद्ध दिखाई दिए। आयोजन समिति के सेवादारों ने सेवा, व्यवस्था और प्रसाद वितरण में पूरे समर्पण से योगदान दिया।

युवाओं में भक्ति भावना और धर्मपरायणता की जगाई अलख

इस अवसर पर संत समाज ने युवाओं में भक्ति भावना और धर्मपरायण जीवन के संस्कार जगाने की आवश्यकता पर बल दिया। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजनों से समाज में प्रेम, एकता और सद्भाव का संचार होता है। कार्यक्रम के समापन सत्र में सभी श्रद्धालुओं ने सामूहिक आरती में भाग लेकर परमात्मा से विश्व शांति, मानवता की रक्षा और समृद्ध समाज की कामना की। भक्ति रस से ओतप्रोत इस आयोजन ने श्रद्धालुओं के हृदय में प्रभु प्रेम का संदेश गहराई से अंकित कर दिया।

गोमाता की सेवा सबसे बड़े पुण्य का काम

रोहतक। याज्ञिक आचार्य धर्मवीर प्रसाद वेदपाठी एवं वीणा बहन कैलाश आश्रम के सानिध्य में बुधवार को मुख्य अतिथि सौम्या ग्रोवर, प्रदेश सचिव भाजपा रेणु डाबला एवं विशिष्ट अतिथि पार्षद नीरा भटनागर, डिंपल जैन सहित मुक्ता नागपाल ने व्यास पीठ का पूजन एवं आरती किया। आचार्य देव कृष्ण शौनक महाराज ने श्री कृष्ण जन्म एवं भगवान श्रीराम के अवतार की कथा का दिव्य वर्णन किया। उन्होंने धर्म की रक्षा करने के लिए भगवान प्रत्येक युग में अवतार लेते हैं। रावण व कंस जैसे अत्याचारियों का अंत करने के लिए कभी राम कभी श्याम बनकर प्रभु मानव लीला करते हैं। जब जब पृथ्वी पर पाप एवं अत्याचार बढ़ता है तब तब प्रभु मनुष्य का अवतार लेकर राक्षसों एवं राक्षसी प्रवृत्तियों का समूल नाश करते हैं। भगवान श्रीकृष्ण को तो गौ माता अत्यंत प्रिय है। कलयुग में गौमाता की सेवा से मनुष्य को प्रभु की कृपा प्राप्त होती है। गोपालन करने वाले मनुष्य भगवान कृष्ण को अति प्रिय हैं। गोमाता की कृपा से वंश की वृद्धि, सफलता, यश, एवं ऐश्वर्य की प्राप्ति होती है।

कथा में ये रहे मौजूद

कथा में रक्षक मंजुल पालीवाल, रचना पालीवाल, हर्षिता कुमार चुघ, निधि जैन, सीमा अग्रवाल, आशा रानी आहूजा, कल्पना, रजनी मलिक, वीना कौशिक, नीलम आहूजा, अंजू बाला, डॉ रिया सहगल, कीर्ति चुघ, ज्योति बत्रा, नीलम पसरेजा, कल्पना शर्मा, सुषमा ढल, राज बत्रा, पूनम मक्कड़, रुचि जैनआदि मौजूद रहे।

NOTICE

I, BHAVESH S/o Sh. Neeraj Kumar R/o H. No. 265 Ward No. 33 Kathmandi, Rohtak 124001. declare that previsouly I was known as Bhavesh but now I have changed my name from Bhavesh to Bhavesh Darolia. In future I maybe known as Bhavesh Darolia for all purposes.

मंडल-स्तरीय कला कार्यशाला का भव्य समापन, कला की बारीकियां बताईं

1500 से अधिक कलाकृतियों की प्रदर्शनी बनी आकर्षण का केंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

मंडल-स्तरीय टीजीटी कला अध्यापकों के लिए आयोजित 21 दिवसीय वृहद कला कार्यशाला का समापन 10 दिसंबर को हुआ। 20 नवंबर से शुरू हुई इस कार्यशाला में रोहतक, चरखी दादरी, सोनीपत, पानीपत और झज्जर जिलों के कला अध्यापकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यशाला के अंतिम दिन आयोजित प्रदर्शनी में प्रशिक्षु अध्यापकों द्वारा तैयार की गई 1500 से अधिक कलाकृतियां प्रदर्शित की गईं, जिनमें वारली कला, लिप्पन कला, रंगोली, स्लोगन आर्ट, लैंडस्केप तथा कैनवास पेंटिंग जैसी विविध कला शैलियां शामिल थीं। समापन समारोह के मुख्य अतिथि अतिरिक्त उपायुक्त नरेन्द्र कुमार ने प्रदर्शनी का अवलोकन किया और प्रशिक्षु कलाकारों के सृजनशील कार्यों की सराहना की। उन्होंने कहा कि ऐसी कार्यशालाएं न केवल कौशल को निखारती हैं, बल्कि कला शिक्षा के स्तर को भी ऊंचा उठाती हैं। कार्यक्रम में बिजेंद्र हुड्डा, दलजीत सिंह, राजबाला मलिक, जयभगवान तथा प्राचार्या अंजू डबास, सुनीता रांगी, मुकेश रानी, अशोक, अनिल दहिया, गीता रानी और बबीता सहित कई गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

कार्यशाला की सहयोगी टीम मीनाक्षी सैनी, सुंदर, जितेंद्र, सोनू सांगवान, मीना अहलावत, मनजीत, सतनारायण, सुमन ढाका, सुमन और रीना ने भी आयोजन को सफल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। 21 दिवसीय इस कार्यशाला ने न केवल कला शिक्षकों के कौशल को तराशा, बल्कि उन्हें नई कला विधाओं, तकनीकों और शिक्षण के आधुनिक दृष्टिकोण से भी समृद्ध किया। यह कार्यक्रम कला शिक्षा को नई दिशा देने वाला सिद्ध हुआ।

इनका रहा मार्गदर्शन

आयोजन प्राचार्या डॉ. सुनीता अहलावत के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। मास्टर ट्रेनर सरोज, डॉ. मीनाक्षी हुड्डा, डॉ. अमृता दलाल, डॉ. शोभना, सोनिया, सविता और परमिंदर द्वारा विभिन्न जिलों से आए कला अध्यापकों को प्रशिक्षण दिया। साथ ही, प्रसिद्ध कलाकार डॉ. शक्ति सिंह अहलावत, धर्म सिंह अहलावत और जगत मुनि ने समय-समय पर कार्यशाला में उपस्थित होकर प्रतिभागियों को विशेष मार्गदर्शन प्रदान किया।

कार्यशाला में नई कला विधाओं और तकनीकों की जानकारी दी

मानसरोवर हॉस्पिटल
REQUIRES
- Nursing Staff 4
- ICU Staff 6
- PRO/Marketing Executive 6
- Ward Boy 2
- Computer Operator (Male) 2

नजदीक पी.एन.बी. बैंक, विकास नगर के सामने, सोनीपत रोड, रोहतक
Tel. :- +91-1262-253500 Mobile: 9254302848, 9053005599

रस्म पगड़ी

बड़े दुःख के साथ सूचित किया जाता है कि हमारे पूज्य पिताजी श्री दीपचंद भड्डी का 2 दिसम्बर 2025 मंगलवार को निधन हो गया, उनकी रस्म पगड़ी (काज) दिनांक 12 दिसम्बर 2025 शुक्रवार को निज निवास स्थान गांव जेठपुर (तैमूरपुर) जिला रोहतक में होगी।

शोकाकुल परिवार

सतबीर भड्डी (पुत्र), राजेंद्र भड्डी (पुत्र), महेंद्र भड्डी (पुत्र), बहादर भड्डी (पुत्र), राजेश भड्डी (पुत्र), राकेश भड्डी (पुत्र), देवेंद्र व भीम (पौत्र), राजा व केशव (पौत्र), प्रदीप व कुलदीप (पौत्र), नवीन व सुमित (पौत्र), देवेश व वंश (पौत्र), परम व दक्ष (पड़पौत्र)

खबर संक्षेप

लाइब्रेरी और डैफिटेरिया का छात्रों ने किया भ्रमण

रोहतक। महर्षि दयानंद यूनिवर्सिटी के सेंटर फॉर डिसएबिलिटी स्टडीज के डीटीआईएसएल और डीआईएसएलआई (प्रथम वर्ष) के लगभग 40 छात्रों ने शैक्षणिक फील्ड विज़िट के तहत विवेकानंद लाइब्रेरी और डैफिटेरिया का भ्रमण किय। इस कार्यक्रम का समन्वयन नितेश शर्मा, रुपेश सिंह और अनुराग ने किया।

14 की रैली को लेकर सौंपी जिम्मेदारियां

सांपला। कांग्रेस की 14 दिसंबर को दिल्ली में होने वाली प्रस्तावित 'वोट चोर-गद्दी छोड़' रैली को सफल बनाने को लेकर नेताओं व कार्यकर्ताओं ने बैठक कर मंथन किया। बुधवार को भारतीय किसान कांग्रेस कोर्डिनेटर ओमप्रकाश खत्री ने कार्यकर्ताओं के साथ बैठक कर रैली की सफलता के लिए रणनीति तैयार की गई। उन्होंने कहा कि 14 दिसंबर की रैली जन-आक्रोश की आवाज बनेगी। जनता ने जिन वादों और उम्मीदों के साथ मौजूदा सरकार को सत्ता सौंपी थी।

हार पर संवैधानिक संस्थाओं पर कर रहे हैं हमले : शमशेर खरक

रोहतक। भाजपा के वरिष्ठ नेता एवं प्रदेश मीडिया सह-प्रभारी शमशेर सिंह खरक ने लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के हालिया बयान पर कड़ी प्रतिक्रिया देते हुए इसे "हताश राजनीति का चरम उदाहरण" बताया। चुनावी हारों ने राहुल गांधी को इस कदर विचलित कर दिया है कि वे अपनी राजनीतिक विफलताओं पर आत्ममंथन करने की बजाय संवैधानिक संस्थाओं पर हमले को ही अपनी नई राजनीति बना चुके हैं।

नगर निगम क्षेत्र में सौन्दर्यीकरण का कार्य जारी, मुख्य स्थानों पर लगे फव्वारे शुरू

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

यहां परीक्षण के बाद शुरू

ताऊ देवी लाल पार्क, मॉडल पार्क सेक्टर-1, दिल्ली बाईपास चौक, सुभाष चौक, कैनाल रेस्ट हाउस चौक, मानसरोवर पार्क, महावीर पार्क, छोटूराम चौक, गौकरण पार्क, अम्बेडकर पार्क में फव्वारों को परीक्षण के बाद शुरू कर दिया गया।

नगर निगम द्वारा शहर को स्वच्छ, सुन्दर एवं आधुनिक स्वरूप प्रदान करने के उद्देश्य से विभिन्न सौन्दर्यीकरण के कार्य तेजी से किए जा रहे हैं। इसी क्रम में शहर के अनेक प्रमुख स्थलों, चौक-चौराहों तथा पार्कों में स्थापित फव्वारों की मरम्मत करवाकर उनका संचालन सुचारू रूप से प्रारम्भ कर दिया गया है। निगम आयुक्त डॉ आनंद कुमार शर्मा ने बताया कि निगम की तकनीकी शाखा की टीम को फव्वारों की तकनीकी जांच, मोटरों की सर्विसिंग, पाइपलाइन की सफाई तथा लाईट इत्यादि की व्यवस्था को भी दुरुस्त करवाया गया है, जिससे फव्वारे सुचारू, सुरक्षित और आकर्षक स्वरूप में निरंतर कार्य करें। फव्वारों के संचालन से शहर की सौन्दर्यात्मक छवि में महत्वपूर्ण वृद्धि होगी तथा नागरिकों को स्वच्छ एवं सुन्दर वातावरण मिलेगा। निगम आयुक्त डॉ आनंद कुमार शर्मा ने बताया कि शहर में अभी कुछ अन्य स्थानों पर भी फव्वारों का संचालन करवाया जायेगा। अभी सौन्दर्यकरण के काफी कार्य प्रगति पर है जिन्हे जल्द से जल्द पूर्ण करवाने के निर्देश दिए जा चुके हैं चाहे वह कार्य चौक-चौराहो के सौन्दर्यकरण का हो या ग्रीन एरिया डेवलपमेंट एवं वॉल पेंटिंग का कार्य हो। उन्होंने नागरिकों से अपील है कि पार्कों एवं सार्वजनिक स्थलों पर स्थापित फव्वारों और संरचनाओं को नुकसान न पहुंचाएं, स्वच्छता बनाए रखें तथा अपने रोहतक शहर को स्वच्छ व सुन्दर बनाने में सहयोग करें।

सेना ने खेल परिसर के आसपास सुरक्षा बढ़ाई

अग्निवीर भर्ती रैली शुरू, राजीव गांधी खेल परिसर में युवाओं में दिखा जोश

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

राजीव गांधी खेल परिसर में अग्निवीर भर्ती रैली की शुरुआत हो गई है। पांच दिन तक चलने वाली भर्ती प्रक्रिया में उन अभ्यर्थियों को शामिल किया जा रहा है जिन्होंने पहले चरण की लिखित परीक्षा उत्तीर्ण की है। पहले दिन झज्जर के उम्मीदवारों ने बड़ी संख्या में पहुंचकर सेना में शामिल होने का दमखम दिखाया। सुबह तड़के शुरू हुई दौड़ में युवाओं के जोश और अनुशासन ने पूरे मैदान का माहौल बदल दिया। भर्ती रैली के पहले दिन सुबह का नजारा बेहद उत्साहजनक रहा। भोर की हल्की ठंड के बावजूद अभ्यर्थी सुबह चार बजे से ही स्टेडियम के बाहर कतारों में दिखने लगे। निर्धारित समयानुसार ठीक 6 बजे दौड़ शुरू की गई। दौड़ में निर्धारित समय के भीतर क्वालीफाई करने वाले युवाओं को आगे की शारीरिक परीक्षण प्रक्रिया के लिए भेजा गया। पहले दिन हजारों युवाओं ने अपनी क्षमता परखने के लिए हिस्सा लिया।

रोहतक। सेना में भर्ती होने आए युवा। फोटो : हरिभूमि

फिजिकल टेस्ट पास करने वालों का अगले दिन मेडिकल परीक्षण

अग्निवीर भर्ती प्रक्रिया कई चरणों में पूरी होती है। पहला चरण में दौड़, जिसमें समय सीमा परखने के बाद उम्मीदवारों को लंबाई, सीना नाप, हाई-जंप, लंबी कूद जैसे मापदंडों के परीक्षण से गुजरना पड़ता है। इसके बाद अभ्यर्थियों के दस्तावेजो की जांच की जाती है। अनुराग सिंह ने बताया कि फिजिकल फिटनेस टेस्ट पास करने वाले उम्मीदवारों का मेडिकल परीक्षण अगले दिन किया जाता है। एक ही दिन में दौड़, माप-तोल, दस्तावेज जांच और इंटरव्यू कराए जाते हैं। इसके बाद अगले दिन अभ्यर्थियों का विस्तृत मेडिकल परीक्षण होता है। जो अभ्यर्थी मेडिकल में नहीं पहुंच पाते, उन्हें अंतिम दिन बुलाकर प्रक्रिया पूरी की जाती है।

भर्ती, सामान्य ड्यूटी से लेकर तकनीकी ट्रेड तक

अग्निवीर के विभिन्न पदों पर भर्ती की जा रही है। इनमें अग्निवीर जनरल ड्यूटी, अग्निवीर तकनीक, अग्निवीर कार्यालय सहायक व स्टोर कीपर तकनीक, अग्निवीर ट्रेड्समैन (10वीं और 8वीं पास) है। सभी अभ्यर्थियों को सुबह 4 से 6 बजे के बीच स्टेडियम पहुंचना अनिवार्य है, क्योंकि पूरा शेड्यूल इसी समय से शुरू होता है। इस दौरान उनकी उपस्थिति दर्ज करने के बाद उन्हें दौड़ के लिए भेजा जाता है।

सेना में जाने का सपना पूरा करने का बेहतर अवसर अग्निवीर योजना

भर्ती निदेशक ने अग्निवीर योजना को युवाओं के करियर के लिए एक बड़ा अवसर बताया। उन्होंने कहा कि 17 से 21 वर्ष की आयु के युवाओं के पास सेना में जाकर अनुशासन, नेतृत्व क्षमता और आत्मनिर्भरता सीखने का सुनहरा मौका है। उन्होंने कहा कि एक युवा जब 17 साल में अग्निवीर के रूप में भर्ती होता है और 21 साल में वापस आता है, तो वह पूरी तरह परिपक्व, आत्मविश्वासी और अनुशासित व्यक्ति बन चुका होता है। इसके बाद उसके लिए रोजगार की नई संभावनाएं और भी बढ़ जाती हैं। भर्ती रैली के पहले दिन सेना अधिकारियों और भर्ती कर्मियों की टीम ने पूरे कार्यक्रम की बारीकी से निगरानी की। दौड़ के दौरान मैदान में कई मेडिकल टीमें तैनात रहीं ताकि जरूरत पड़ने पर तुरंत प्राथमिक उपचार दिया जा सके। प्रशासन और पुलिस की टीमों ने कार्यक्रम को सुचारू रूप से चलाने में सहयोग दिया।

नशे का सेवन करने वालों पर सख्त कार्रवाई

भर्ती निदेशक अनुराग सिंह ने भर्ती स्थल पर बड़ी संख्या में युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि नशे का किसी भी रूप में इस्तेमाल करने वाले उम्मीदवार सेना में प्रवेश के योग्य नहीं होते। उन्होंने कहा कि कुछ युवा सोचते हैं कि नशा या इंजेक्शन उन्हें फिट दिखाने में मदद करेगा, लेकिन ऐसा करना उनकी सेहत को तो नुकसान पहुंचाता ही है, साथ ही वे भर्ती प्रक्रिया शुरू होने से पहले ही पकड़ लिए जाते हैं। ऐसे उम्मीदवारों पर सख्त कार्रवाई की जाएगी और उन्हें तुरंत बाहर कर दिया जाएगा। उन्होंने चेतावनी दी कि सेना में प्रवेश के लिए ईमानदारी और अनुशासन अनिवार्य है। किसी भी प्रकार की धोखाधड़ी बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

गांव खरक जाटान में कार्यक्रम आयोजित

नशा मुक्ति टीम ने विद्यार्थियों व आमजन को किया जागरूक

रोहतक। विद्यार्थियों और ग्रामीणों को नशे के दुष्परिणामों के बारे में जागरूक करते पुलिस अधिकारी।

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

जिला पुलिस की नशा मुक्ति टीम ने गांव खरक जाटान स्थित सरस्वती सीनियर सेकेंडरी स्कूल में विद्यार्थियों और ग्रामीणों को नशे के दुष्परिणामों के बारे में जागरूक किया। कार्यक्रम के दौरान सउपनि मोहन ने बताया कि बढ़ते नशे पर रोक लगाना पुलिस का प्रमुख उद्देश्य है। उन्होंने कहा कि नशा विशेष रूप से 40 वर्ष से कम उम्र के युवाओं में तेजी से फैल रहा है , जिसके लिए नशीली दवाइयों, ड्रग्स और अन्य नशीले पदार्थों का सेवन प्रमुख कारण है।

यह लत धीरे-धीरे युवाओं को मानसिक, शारीरिक और आर्थिक रूप से कमजोर बनाकर उन्हें अपराध की ओर धकेल देती है। उन्होंने विद्यार्थियों को समझाया कि किसी भी प्रकार का नशा व्यक्ति के जीवन को अंधकारमय बना देता है। नशे की लत लगने के बाद उसके दुष्परिणाम तब समझ आते हैं जब यह शरीर और जीवन पर गंभीर असर डाल चुका होता है। नशे के आदी लोग अपनी जरूरत पूरी करने के लिए कई बार अपराध का रास्ता अपना लेते हैं।

नशे से दूर रहें

स.उप.नि. मोहन ने ग्रामीणों और विद्यार्थियों से अपील की कि वे स्वयं भी नशे से दूर रहें और अपने परिवार, दोस्तों व आसपास के युवाओं को भी इसके लिए प्रेरित करें। जो लोग नशा छोड़ना चाहते हैं, उन्हें डॉक्टरों द्वारा काउंसलिंग तथा पीजीआईएमएस के नशा मुक्ति केंद्र की सहायता से उपचार उपलब्ध करवाया जाएगा। इसके साथ ही उन्होंने लोगों से आग्रह किया कि यदि किसी क्षेत्र में नशा बेचे जाने की जानकारी मिले तो इसकी सूचना डायल 112 पर दें। सूचना देने वाले का नाम और पहचान गोपनीय रखी जाएगी।

वैश्य कॉलेज ऑफ एजुकेशन में फ्रेशर पार्टी का आयोजन

रोहतक। वैश्य कॉलेज ऑफ एजुकेशन में में प्राचार्या डॉ तरूणा मल्होत्रा की अध्यक्षता में सांस्कृतिक कमेटी की संयोजिका डॉ ज्योति आहूजा व टीम सदस्य डॉ कमलेश,डॉ पूजा डॉ सुदेश, डॉ राखी के सहयोग से बीएड प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों द्वारा फ्रेशर पार्टी का आयोजन किया गया। पार्टी का शुभारंभ प्राचार्या डॉक्टर तरुणा मल्होत्रा व सांस्कृतिक कमेटी के सदस्य और विद्यार्थियों ने सरस्वती मां के समक्ष दीप प्रज्वलित कर के किया। विद्यार्थियों ने विभिन्न पंजाबी ,हरियाणवी व हिंदी गानों पर धमाल किया। मौके पर बी एड प्रथम वर्ष में मिस्टर हैंडसम राहुल खन्ना और राहुल, मिस ब्यूटीफुल सीमा रही और मिस फ्रेशर अमीषा औरसंजू और मिस्टर फ्रेशर कमल रहे। प्राचार्या डॉक्टर तरुणा मल्होत्रा ने कार्यक्रम में डॉ मधु साहनी, डॉ निधि, प्रीति, मीनू गुप्ता, डॉ अंजू सचदेवा, डॉ अंजू शर्मा, डॉ ज्योति गोयल, डॉ सुदेश, डॉ सुनीता , डॉ दिनेश, डॉ मोनिका और गैर शैक्षणिक स्टाफ मनजीत, परीक्षा, सीमा, राहुल, पूजा, मेघा, कंचन, नीतू, देविंदर आदि सभी सदस्य और बीएड,डीएलएड, एमएड के सभी विद्यार्थी उपस्थित रहे।

अब बिना लेजर के बनेगी ऑस्मोटिक टैबलेट, तकनीक को मिला डिजाइन

■ महर्षि दयानन्द विवि ने किया बड़ा इनोवेशन

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

■ प्रिंसिपल इन्वेस्टिगेटर प्रो. मुनीष गर्ग के नेतृत्व में शोधार्थी किरपा शंकर तिवारी द्वारा विकसित नॉच्ड टूलिंग तकनीक से दवा निर्माण की लागत घटेगी, उत्पादन होगा तेज

दवा निर्माण के क्षेत्र में महर्षि दयानन्द विश्वविद्यालय ने एक बड़ी उपलब्धि हासिल की है। विश्वविद्यालय के फार्मास्यूटिकल साइंसेज विभाग के शोधार्थी किरपा शंकर तिवारी द्वारा प्रो मुनीष गर्ग के नेतृत्व में विकसित नॉच्ड टूलिंग तकनीक को डिजाइन पेटेंट मिला है।

यह तकनीक ऑस्मोटिक टैबलेट में छिद्र बनाने के लिए अब तक इस्तेमाल होने वाली महंगी लेजर ड्रिलिंग का किफायती विकल्प साबित हो सकती है। प्रिंसिपल इन्वेस्टिगेटर प्रो. मुनीष गर्ग तथा डीन रिसर्च एंड डेवलपमेंट प्रो. हरीश दूरजा के नेतृत्व और सहयोग से शोधार्थी किरपा शंकर तिवारी ने यह शोध कार्य किया। प्रो. मुनीष गर्ग ने बताया कि इस तकनीक के अनुसार, विशेष नॉच्ड टूल्स को मौजूदा टैबलेट कंप्रेशन मशीनों में सीधे फिट किया जा सकता है। इससे टैबलेट में सटीक छिद्र तैयार हो जाते हैं और अलग से लेजर ड्रिलिंग मशीन की जरूरत नहीं पड़ती। शोधकर्ताओं का कहना है कि इससे उत्पादन लागत कम होगी और बैच तैयार करने में कम समय लगेगा।

बाजार में किफायती दवाएं उपलब्ध हो सकेंगी: शोधार्थी

शोधार्थी किरपा शंकर तिवारी ने बताया कि यह तकनीक मशीन निर्माताओं और दवा कंपनियों के लिए बड़ा अवसर लेकर आई है। यदि निर्माता अपने उपकरणों में इन टूल्स का उपयोग शुरू करते हैं, तो उत्पादन प्रक्रिया और तेज व किफायती हो सकती है। उन्होंने बताया कि उद्योग, टूल डेवलपर्स और मशीन निर्माताओं के साथ मिलकर काम किया जाए तो इस तकनीक को बड़े पैमाने पर लागू किया जा सकता है। इससे ऑस्मोटिक टैबलेट्स का निर्माण आसान हो जाएगा और बाजार में किफायती दवाएं उपलब्ध हो सकेंगी।

फुटबॉलः हरियाणा की धमाकेदार जीत

■ कप्तान डॉ. नीरज मलिक के तीन गोलों ने शिमला को 6-0 से शिकस्त दी

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

8 से 15 दिसंबर तक गोवा में चल रही ऑल इंडिया सिविल सर्विसेज फुटबॉल टूर्नामेंट में हरियाणा टीम ने अपने बेहतरीन कौशल और दमदार खेल का शानदार प्रदर्शन करते हुए रिजर्व स्पोर्ट्स बोर्ड शिमला को 6-0 से एकतरफा मुकाबले में मात दी।

मीडिया संयोजक डॉक्टर जनक राज ने बताया कि हरियाणा टीम की इस प्रभावशाली जीत का केंद्र रहे टीम के कप्तान डॉ. नीरज मलिक, जिन्होंने अकेले तीन गोल दागकर मैदान पर अपनी जबरदस्त लीडरशिप और स्ट्राइकिंग क्षमता का प्रदर्शन किया। मैच की शुरुआत से ही हरियाणा ने आक्रामक रणनीति अपनाई-मिडफ़ील्ड ने पूरी तरह मैच को नियंत्रित करते हुए लगातार सटीक पासिंग की, जबकि फॉरवर्ड लाइन ने विपक्षी टीम पर लगातार दबाव बनाए रखा।

हरियाणा की डिफ़ेंस यूनिट भी बेहद मजबूत रही, जिसने शिमला टीम को गोल के किसी भी अवसर तक नहीं पहुंचने दिया और शानदार क्लीन शीट दर्ज की। टीम की फिटनेस, समन्वय और मैदान पर अनुशासन इस जीत की सबसे बड़ी खासियत रहे।

इस प्रचंड जीत के बाद टीम का आत्मविश्वास चरम पर है, और उम्मीद की जा रही है कि आगामी मुकाबलों में भी हरियाणा की ऑल इंडिया सिविल सर्विसेज फुटबॉल टीम इसी ऊर्जावान और उत्कृष्ट प्रदर्शन को जारी रखकर टूर्नामेंट में राज्य का नाम और भी ऊंचा करेगी।

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 X 8 सें.मी 10X 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

किसान सभा और सिंचाई विभाग के दावे अपनी-अपनी जगह सही, गेहूं की पछेती किस्मों की भी 15 दिसंबर तक ही होती है बिजाई

किसान सभा का दावा, महम के 13 गांवों की 3550 एकड़ में भरा बरसाती पानी, सिंचाई विभाग ने कहा-पूरे जिले में ही मात्र 420 है

अमरजीत एस गिल ⏭ रोहतक

महम सब डिविजन में मानसून सीजन में इस बार 664 एमएम बरसात हुई थी। भारी बारिश की वजह से जहां खरीफ तबाह हो गई थी,वहीं अब रबी की बिजाई करने का संकट काफी किसानों के सामने खड़ा हो गया है। किसान सभा का दावा है कि डिविजन के 13 गांवों की 3550 एकड़ में अभी भी बारिश का पानी भरा हुआ है। जिसके कारण रबी की बिजाई नहीं हो पाएगी। इधर सिंचाई विभाग का कहना है कि महम सब डिविजन क्या पूरे रोहतक जिले में ही मात्र 420 एकड़ में पानी भरा है। इसकी निकासी भी 15 दिसंबर तक करा दी जाएगी। किसान भी अपनी जगह सही हैं। क्योंकि जिस रकबे का पानी एक दो दिन पहले निकाला गया है, चार-पांच दिन बाद निकासी होगी, उसमें गेहूं बिजाई हो नहीं पाएगी। आमतौर पर हरियाणा में गेहूं की पछेती बिजाई 25 नवंबर से 15 दिसंबर तक की जा सकती है, जिसमें 25 नवंबर से 7 दिसंबर का समय सबसे अच्छा माना जाता है। ध्यान रहे कि जमीन सूखने में ही कम से कम पंद्रह बीस दिन लगते हैं। ऐसे में गेहूं की बिजाई नहीं हो पाएगी। क्योंकि पछेती किस्मों की बिजाई भी 15 दिसंबर तक ही होती है। सिंचाई विभाग भी अपनी जगह ठीक है कि जहां बरसाती पानी अभी भी भरा है, अब रकबा बहुत ही कम बचा है। किसान कई महीने से मुआवजे की मांग कर रहे हैं। लेकिन सरकार ने आज तक किसानों को मुआवजा नहीं दिया। मुआवजे की मांग को लेकर 12 दिसंबर को किसान सभा तहसील कार्यालय महम में धरना देगी।

■ किसान सभा 12 दिसंबर को महम तहसील कार्यालय में मुआवजे की मांग को लेकर देगी धरना

रोहतक। मुआवजे की मांग को लेकर महम तहसील कार्यालय में 12 दिसंबर के धरने को लेकर किसानों से संपर्क करते किसान सभा के पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

इस वजह से देरी

बरसात के बाद से सिंचाई विभाग लगातार पानी की निकासी करवा रहा है। लेकिन सबसे ज्यादा दिक्कत उन गांवों में हुई, जहां पानी की निकासी करने के लिए ड्रेन नहीं हैं। ड्रेन के विकल्प के तौर पर विभाग ने खुले में कई-कई किमी लंबी पाइप लाइन बिछाई। इस वजह से निकासी में देरी हो रही है। इस बार 20 सितंबर को प्रदेश से मानसून अलविदा हुआ था। आगमन से लेकर विदाई तक रुक-रुककर लगातार बारिश होती रही। जिले में मानसून में 693.7 एमएम बरसात हुई। जोकि सामान्य से 34 प्रतिशत अधिक है।

गांव	रकबा एकड़ में
सैमाण	800-900
बडाली	200
बेडवा	100
फरमाणा	400
भैणी महाराजपुर	400
भैणीभैरों	500
भैणी मातो	50
बहलंबा	60
मोखरा	400
मदीना	60
निंदाना	80
महम	200
कुल	

(नोट स्त्रोत : डाटा स्त्रोत किसान)

34 पम्पसेटों से 24 घंटे पानी की निकासी हो रही

तय तारीखों तक सिंचाई विभाग बरसाती पानी की निकासी हर हाल में करवा देगा। इसके लिए विभाग विभिन्न गांवों में 34 बिजली पम्पसेट चौबीस घंटे पानी की निकासी करवा रहे हैं।
राजेश भारद्वाज-कार्यकारी अभियंता सिंचाई विभाग रोहतक

गांव	जलभराव क्षेत्र	पानी की गहराई	निकासी टारगेट
सैमाण	80 एकड़	9 इंची	13 दिसंबर तक
भैरोभैणी	40 एकड़	1 फीट	15 दिसंबर
फरमाणा खास	100 एकड़	8 इंची	13 दिसंबर
जिंदरान	100 एकड़	1 फीट	15 दिसंबर
कलानौर निगाना	100 एकड़	1 फीट	15 दिसंबर

(नोट स्त्रोत : सिंचाई विभाग)

15 तक पानी की निकासी करवाई जाए: डीसी

पानी निकासी को लेकर बुधवार को डीसी सचिन गुप्ता ने अधिकारियों की मीटिंग ली। इसमें उन्होंने सिंचाई विभाग को निर्देश दिए है कि हर हाल में 15 दिसंबर तक पानी की निकासी करवाई जाए। उपायुक्त ने बैठक में कहा कि जिन गांवों में पानी की निकासी करवाई जा रही है, वहां बिजली की आपूर्ति चौबीस घंटे होनी चाहिए। उपायुक्त ने सिंचाई विभाग को नगर निगम के साथ मिलकर खेड़ी-साध लिंक ड्रेन पर प्रस्तावित आरसीसी ट्रफ के निर्माण कार्य को तेजी से आगे बढ़ाने के निर्देश बैठक में दिए। उन्होंने कहा कि कार्य में शीघ्रता सुनिश्चित की जाए, ताकि भविष्य के लिए जिले में एक मजबूत और स्थायी जल निकासी व्यवस्था विकसित की जा सके।

नहीं मिला मुआवजा देंगे धरना

जलभराव से बर्बाद फसलों के मुआवजे और जलभराव वाले गावों से पानी की निकासी के स्थाई प्रबंध की मांग को लेकर किसान सभा 12 दिसंबर को महम तहसील कार्यालय पर धरना देगी। धरने की तैयारियों को लेकर किसान सभा ने बुधवार को महम के गावों का दौरा किया। सभा पदाधिकारियों ने कहा कि पिछले लगभग 5 महीने से महम समेत रोहतक जिला के दर्जनों गावों में जलभराव से हजारों एकड़ में फसल बर्बाद हो चुकी थी। जिसके चलते किसान भारी आर्थिक नुकसान वहन करने को मजबूर हुए इन बर्बाद फसलों का किसानों को आज तक मुआवजा नहीं दिया गया। प्रशासन द्वारा पानी की निकासी के कोई स्थाई प्रबंध नहीं किए गए काफी गांव तो ऐसे है जहां जलभराव की समस्या स्थाई बन चुकी है। दौरे में किसान सभा के नेता प्रीत सिंह,शमशेर सिवाच,बलवान सिंह ,राय सिंह नेहरा और सुमित दलाल शामिल रहे।