तापमान
अधिकतम 36 .5 डिग्री
न्यूनतम 19 .6 डिग्री

हरिभूमि
सोनीपत भूमि

रोहतक, गुरुवार, 28 मार्च 2024

13 हरिनगर कालोनी की गली में भरा दूषित पानी

12 श्याम बाबा की महिमा अपरंपार : शर्मा

खबर संक्षेप

अवैध हथियारों की सप्लाई करने के आरोपित काबू

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस ने एक युवक को अवैध हथियारों की सप्लाई देने के मामले में आरोपित उत्तरप्रदेश में गौतमबुद्ध नगर के पुनीत उर्फ मिंटी व बागपत के शिवम उर्फ छोटू को गिरफ्तार किया। आरोपितों को न्यायालय के आदेश पर न्यायिक हिरासत में भेजा गया। हवलदार गुलाब ने 23 मार्च को चोपड़ा कालोनी के अंकित को दो अवैध पिस्तौल और 10 जिंदा कारतूस के साथ गिरफ्तार किया था। उसके विरुद्ध शहर थाना गोहाना में मामला दर्ज किया गया।

झगड़े में महिला घायल खानपुर पीजीआई रेफर

खरखौदा। पारिवारिक झगड़े में एक महिला घायल हो गई। जिसे उपचार के लिए पीजीआई खानपुर रेफर किया गया है। वार्ड संख्या दो निवासी चंद्रपति ने बताया कि उसके देवर का लड़का उससे काफी दिन से रंजिश रखे हुए था। जिसके चलते देवर के बच्चों ने लाठी डंडों से उस पर हमला कर दिया। जिससे वह घायल हो गई। उसकी बेटी व उसकी पुत्र वधू के साथ भी मारपीट की गई है। घायल अवस्था में उसे खरखौदा के सरकारी अस्पताल में लाया गया।

खेतों में लगी सोलर मोटर व तार चोरी

खरखौदा। ओलावृष्टि के कारण हुए नुकसान से किसान पहले ही आहत थे अब क्षेत्र के गांवों के खेतों से आए दिन सोलर मोटर व उसके तारों की चोरी ने किसानों की नींद हराम कर दी है। विभिन्न गांवों में खेतों में लगी सोलर मोटर व उसके तार चोरी होने का सिलसिला रुकने का नाम नहीं ले रहा है। गत 26 मार्च की रात्रि को भी गढ़ी सिसाना गांव में सोलर मोटर व उसके तार चोरी किए गए हैं। प्रीति देवी ने बताया कि उनके खेत में लगे ट्यूबवेल की सोलर मोटर व उसके तार चोरों द्वारा चोरी किए गए हैं। हलालपुर गांव में भी रात्रि को खेतों से पांच युवक तारों की चोरी कर रहे थे। हलालपुर गांव निवासी राज सिंह व अन्य ग्रामीणों द्वारा पांच युवकों में से एक युवक को पकड़कर सैदपुर चौकी पुलिस के हवाले किया गया है। जिसमें अन्य चार युवक भागने में कामयाब हो गए।

ट्रेन से यात्री का लैपटॉप और नकदी चोरी

सोनीपत। अंबाला-दिल्ली रेलमार्ग पर ट्रेन में यात्रा कर रहे यात्री का लैपटॉप व नकदी सहित सामान चोरी होने का मामला सामने आया है। नोयडा निवासी मनप्रीप ने बताया कि वह कालका से दिल्ली जाने के लिए ट्रेन में यात्रा कर रहा था। वह एसी कोच में ए-2सीट पर बैठा हुआ था। उसके डिब्बे से सीट से बैग चोरी कर लिया। बैग में लैपटॉप सहित अन्य सामान था।

नमी की मात्रा जांचने के बाद सरकारी रेट पर खरीदी गई फसल

वेरिफिकेशन पूरी होने से किसानों को राहत, 170 क्विंटल सरसों की खरीद

सोनीपत। सरसों को ट्राली से उतारते हुए श्रमिक।

सोनीपत। फसल में नमी की मात्र को चेक करते हुए खरीदार।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

सोनीपत-खरखौदा सड़क मार्ग पर स्थित नई अनाज मंडी में सरकारी खरीद दूसरे दिन शुरू होने से किसानों ने राहत की सांस ली है। मंडी में फसल लेकर पहुंचे किसानों की सरसों को सुबह 10 बजे के बाद नमी की मात्रा जांचने के बाद सरकारी दरों पर खरीदा गया। मिली जानकारी के अनुसार दिन भर में 170 क्विंटल सरसों की फसल खरीदी गई। रजिस्ट्रेशन में आ रही समस्या के चलते किसानों को कम दामों पर सरसों की फसल को बेचने पर मजबूर होना पड़ रहा था। जिसके चलते किसानों में नाराजी बढ़ती जा रही थी। वहीं जिला प्रशासन की तरफ से किसानों की वेरिफिकेशन का डाटा मिस होना बताया जा रहा था। उक्त समस्या को प्रशासन की तरफ से दूर कर दिया गया है।

बता दें कि रबी खरीद सीजन के दौरान सरकार द्वारा गेहूं और सरसों की फसल को न्यूनतम समर्थन मूल्य में खरीदा जाता है। सरकार द्वारा सरसों के लिए जहां 5650 रुपए प्रति क्विंटल न्यूनतम समर्थन मूल्य निर्धारित किया है, वहीं गेहूं के लिए 2250 रुपए प्रति क्विंटल न्यूनतम समर्थन मूल्य निर्धारित किया गया है।

प्रदेश सरकार की तरफ से मंडियों में स्थित सरकारी केंद्रों पर सरसों की खरीद प्रक्रिया 26 मार्च से शुरू हो गई थी, लेकिन काफी किसानों का डाटा मिस मैच मिलने के कारण गेट पास नही कट पाए थे। जानकारी के अनुसार गत दिनों पहले मांगों को लेकर पटवारी हड़ताल पर बैठ गए थे। जिसके चलते किसानों की फसल का डेटा अपलोड नहीं हो पाया था। मंडी में फसल लेकर पहले दिन पहुंचे किसानों को निराशा हाथ लगी थी। उन्हें फसल को वापिस लेकर जाने पर मजबूर होना पड़ा था। दूसरे दिन जिला प्रशासन की तरफ से डाटा को ठीक करने के बाद फसल प्रक्रिया सुचारू रूप से शुरू हो सकी।

हैफेड ने मंडी में खरीद केंद्र बनाया

वहीं दूसरी तरफ सोनीपत अनाज मंडी में सरसों की सरकारी खरीद प्रक्रिया शुरू होने के बाद किसानों ने राहत की सांस ली है। सोनीपत अनाज मंडी में हैफेड द्वारा दुकान नम्बर 100 में खरीद केन्द्र स्थापित किया गया है। जहां किसानों के सैम्पल लेकर सरसों की खरीद की गई। सरकारी गाइडलाइन के हिसाब से सरसों में नमी की मात्रा 12 से अधिक नहीं होनी चाहिए।

गोहाना में खरीद शुरू करने को ज्ञापन सौंपा

गोहाना। बुधवार को भारतीय किसान यूनियन का प्रतिनिधिमंडल शहर में सोनीपत रोड स्थित लघु सचिवालय में पहुंचा। वहां एसडीएम विवेक आर्य को सरसों की सरकारी खरीद जल्दी शुरू करवाने के लिए ज्ञापन दिया गया। भाकियू कार्यकताअरं ने रोष व्यक्त किया कि सरसों की सरकारी खरीद प्रारंभ करवाने में देरी की जा रही है। भाकियू के प्रतिनिधिमंडल का नेतृत्व सोनीपत जिला इकाई के जिला अध्यक्ष अशोक लठवाल ने किया। अशोक लठवाल ने कहा कि जिन किसानों की सरसों कट चुकी है, सरकारी खरीद न होने के चलते उनके पास इस के सिवा कोई दूसरा विकल्प नहीं है कि वे अपनी फसल को औने-पौने दामों पर बेच दें।

बाधित रहा रेलवे यातायात, घंटों की देरी से चली ट्रेनें

सोनीपत। दिल्ली-अंबाला रेलवे लाइन पर अलग-अलग चल रहे मरम्मत कार्य के चलते बुधवार को रेलवे यातायात प्रभावित रहा। रेलवे लाइन पर चल रहे कार्यों के कारण जहां एक सवारी गाड़ी को रद्द कर दिया गया, वहीं मेल व एक्सप्रेस ट्रेनों को अलग-अलग स्टेशनों पर रोका गया। जिससे यात्रियों को परेशानियों का सामना करना पड़ा। रेलवे स्टेशन पर बैठे यात्री घंटों तक ट्रेन आने का इंतजार करते रहे। ट्रेन आने के बाद ही यात्रियों ने राहत की सांस ली। दिल्ली अंबाला रेलवे लाइन पर बुधवार को होलंबी कलां, नरेला, सांदल कलां और पानीपत से तरावड़ी के बीच अलग-अलग स्थानों पर मैंटेनेंस का कार्य किया गया। जिस कारण दोपहर के समय अप व डाउन लाइन पर दौड़ने वाली ट्रेनों को पीछे के स्टेशनों पर ही रोकना पड़ा। इनमें गाड़ी संख्या 04452 कुरुक्षेत्र-दिल्ली मेमू को रद्द कर दिया गया। वहीं गाड़ी संख्या 15708 आम्रपाली एक्सप्रेस 2:39 घंटे, 12926 पश्चिम एक्सप्रेस 2:40 घंटे, 22430 दिल्ली सुपर फास्ट एक्सप्रेस 3:15 घंटे, 04583 दिल्ली-पानीपत मेमू 2:00 घंटे व 14507 बठिंडा एक्सप्रेस 1:15 घंटे की देरी से चली। जिससे यात्रियों को खासी परेशानी उठानी पड़ी।

ये बोले अधिकारी : दिल्ली मंडल के मुख्य जनसंपर्क अधिकारी दीपक कुमार का कहना है कि रेलवे लाइन पर चल रहे कार्य के चलते ट्रेनों को पीछे के स्टेशन पर रोकना पड़ा था। जिससे यात्रियों को थोड़ी परेशानी हुई है। यात्रियों को बेहतर सुविधाएं देने के उद्देश्य से ही लाइनों पर काम किया जा रहा है।

बुल्डोजर लेकर पहुंचा अमला किसानों ने किया विरोध

- नाहरा के खेतों में पावर ग्रिड की लाइन बिछाने का मामला
- पांच अप्रैल को उपायुक्त से मुलाकात करेंगे किसान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

गांव नाहरा के खेतों में पावर ग्रिड की लाइन बिछाने को किसानों के धरनास्थल पर बुलडोजर लेकर पहुंचे प्रशासनिक अमले व पावर ग्रिड कंपनी के अधिकारियों के सामने किसानों ने विरोध कर दिया। वह बुलडोजर के सामने खड़े हो गए। उन्होंने मुआवजा देने व उपायुक्त से मुलाकात कराने की मांग की। बाद में टीम वापस लौट गई।

ये है मामला

गुजरात के कच्छ से शुरू हुई हाई ट्रांसमिशन लाइन के हिस्से में औचंदी से माहरा तक एक लाइन बिछाई जा रही है। जिसका गांव नाहरा के किसान विरोध कर रहे हैं। किसानों को हिरासत में लेकर कंपनी ने टावर लगाने का काम भी शुरू करा दिया था, लेकिन उसके बाद से किसान धरने पर बैठे हुए हैं। अब बुधवार को नाहरा धरने पर पावर ग्रिड कॉरपोरेशन प्राइवेट लिमिटेड इंडिया के कर्मचारी बुलडोजर लेकर गड्डा खोदने पहुंच गए।

अधिकारियों से नोकझोंक

उनके साथ पुलिस व प्रशासनिक अधिकारी भी थे। इस पर ग्रामीण बुलडोजर के सामने खड़े हो गए। जिस पर प्रशासनिक अधिकारियों और किसानों में बहस भी हुई। पुलिस ने रास्ता खुलवाने की कोशिश की तो किसानों ने कहा कि जब तक उनकी मांग पूरी नहीं होगी वह काम शुरू नहीं होने देंगे। प्रशासन की तरफ से पहुंचे नायब तहसीलदार राहुल व पावर ग्रिड कंपनी के अधिकारी एसके अरोड़ा व कुंडली थाना प्रभारी संग गांव नाहरा के सरपंच एवं दहिया चौबीसी के प्रधान अधिवक्ता उमेश दहिया, राकेश दहिया, दिल्ली के गांव औचंदी से सत्येंद्र लोहचब व हलालपुर के जय भगवान के बीच बातचीत की गई। किसानों ने कहा कि वह 5 अप्रैल से पहले उनकी उपायुक्त से बैठक करा दें और फसल का मुआवजा पहले दिया जाए। हालांकि इस पर सहमति नहीं बन सकी। जिस पर टीम बैरंग लौट गई। किसानों ने कहा कि मांग पूरी नहीं होने तक वह डटे रहेंगे।

अपशब्द बोलने से रोका तो कुल्हाड़ी से बोला हमला

सोनीपत। बहालगढ़ थाना क्षेत्र के गांव पलड़ा कलां में घर के बाहर बैठे युवक ने गाली-गलौच करने का विरोध किया तो उस पर कुल्हाड़ी से हमला कर युवक को घायल करने व जान से मारने की धमकी देने का मामला सामने आया है। घायल के बयान पर पुलिस ने आरोपितों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है।

गांव पलड़ी कलां निवासी सुमित ने बताया कि वह कुडली में प्राइवेट नौकरी करता है। देर शाम को वह अपने घर के बाहर बैठा हुआ था। उसी समय गांव का साहिल, रोहित, मन्नू, शिवम वहा पर आए। उसके साथ गाली-गलौच करने लगे। गाली का विरोध करने पर उस पर कुल्हाड़ी से हमला कर दिया। उसे लात घुस्से मारना शुरू कर दिया। शोर मचाने पर लोग इक्ट्ठा होने लगे। उन्हें आता देखकर उसे जान से मारने की धमकी देकर फरार हो गए। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

सिख धर्म में गुरुद्वारा श्री करतारपुर साहिब का बड़ा धार्मिक महत्व

श्री करतारपुर साहिब के लिए श्रद्धालुओं का जत्था रवाना

- मेयर निखिल मदान ने रेलवे स्टेशन पर पहुंचकर श्रद्धालुओं को दी शुभकामनाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

बुधवार सुबह सोनीपत रेलवे स्टेशन से करतारपुर साहिब गुरुद्वारा के लिए श्रद्धालुओं का जत्था रवाना हुआ। इस मौके पर नगर निगम मेयर निखिल मदान रेलवे स्टेशन पर पहुंचे और उन्होंने मौके पर मौजूद सभी श्रद्धालुओं को सरोपा भेंट कर सुःखद यात्रा की शुभकामनायें दी।

मेयर निखिल मदान ने कहा कि सिखों के प्रथम गुरु नानक देव ने अपना अंतिम समय गुरुद्वारा करतारपुर साहिब में गुजारा था। लगभग 18 साल गुरु नानक देव करतारपुर साहिब में रहे और वहीं उन्होंने अपने देह का त्याग किया, इसीलिए करतारपुर साहिब का सिख धर्म में बड़ा धार्मिक महत्व है।

मेयर निखिल मदान ने कहा कि सिक्ख सम्प्रदाय के संस्थापक और प्रथम गुरु नानक देव का जीवन एक धर्म विशेष के लिए ही नही अपितु समस्त मानव जाति के लिए मानवता और करुणा का उत्कृष्ट उदाहरण है। गुरु नानक ने सदैव दीन दुःखियों की सहायता करने की सीख दी और सद्कर्म पर चलने की राह दिखाई। मेयर निखिल मदान ने कहा कि आज हम सब को गुरु नानक के संदेशों को अपने जीवन मे अपनाने की बेहद आवश्यकता है ताकि हम सब एक दूसरे के काम आ सकें।

सोनीपत। श्रद्धालुओं को शुभकामनाएं देने पहुंचे मेयर निखिल मदान।

गुरु नानक ने भाईचारे का संदेश दिया

गुरु नानक देव ने सदैव समानता और भाईचारे का संदेश दिया जो आज के जीवन मे बेहद जरूरी है। इस मौके पर रमेश अरोड़ा, प्रेम नारंग, महेंद्र खुराना, पवन शर्मा, सुरेश अरोड़ा, वीरेंद्र, हरनाम सिंह, रमेश सुनेजा, प्रेम बत्रा, सुरेंद्र चुघ, राजिंदर भाटिया, दिनेश तनेजा, जुगल ज्योति, रोहित नारंग आदि मौजूद रहे।

हिमाचल प्रदेश के कुल्लू से मादक पदार्थ लेकर आए थे दोषी युवक

चरस तस्करी के पांच दोषियों को चार-चार साल की सजा, चार पर तीस-तीस हजार रुपये जुर्माना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश अजय पराशर की अदालत ने मादक पदार्थ तस्करी के मामले में सुनवाई करते हुए चार तत्कालीन छात्रों सहित पांच आरोपियों को दोषी करार दिया है। दोषियों को मादक पदार्थ तस्करी में चार-चार साल कैद की सजा सुनाई है। मामले में चार दोषियों पर 30-30 हजार रुपये व पांचवें पर 60 हजार रुपये जुर्माना लगाया है।

सीआईए स्टाफ में नियुक्त एसआई प्रेम सिंह ने 24 सितंबर, 2017 को मुरथल थाना पुलिस को बताया था कि वह अपनी टीम के साथ कुमासपुर के पास जीटी रोड पर गश्त कर रहे थे। इसी दौरान उन्हें सूचना मिली थी कि चार युवक इनोवा गाड़ी में मादक पदार्थ लेकर यहां से गुजरने वाले हैं। पुलिस ने जाल बिछाकर चारों युवकों को काबू कर लिया था। पुलिस ने उनकी गाड़ी की तलाशी ली थी तो प्रत्येक के कब्जे से 250-250 ग्राम चरस मिली थी। उनकी पहचान गुरुग्राम के सेक्टर-43 निवासी अंचित, डीएलएफ फेज दो गुरुग्राम निवासी कनिष्क, पंचकूला के सेक्टर-2 निवासी आदित्य प्रताप व दिल्ली के द्वारका स्थित वृंदावन गार्डन क्षेत्र निवासी सरीश के रूप दी थी। उन्होंने पुलिस को बताया कि वह राठधना रोड स्थित निजी विवि में विधि विभाग के छात्र हैं। पुलिस ने आरोपियों को रिमांड पर लिया था। उन्होंने पूछताछ में पुलिस को बताया था कि वह हिमाचल प्रदेश के कुल्लू से चरस लेकर आए थे। पुलिस ने मामले में कार्रवाई करते हुए बाद में कुल्लू के गांव मलाना के राजू राम को भी गिरफ्तार कर लिया था। उसे हिमाचल से गिरफ्तार करने के दौरान उसके पास से 120 ग्राम चरस मिला था। उसे भी अदालत में पेश कर दिया गया था।

- अदालत ने एक दोषी पर 60 हजार रुपये जुर्माना लगाया

चार को एनडीपीएस एक्ट की धारा 20 के तहत सुनाई सजा

मामले की सुनवाई के बाद अब एएसजे अजय पराशर की अदालत ने पांचों को दोषी करार दिया। अदालत ने अंचित, कनिष्क, आदित्य प्रताप व सरीश को 20 एनडीपीएस एक्ट में दोषी करार दिया। चारों को चार-चार कैद व 30-30 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है। वहीं राजू राम को 20 व 29 एनडीपीएस एक्ट में दोषी करार दिया है। उसे दोनों मामलों में चार-चार साल कैद व 30-30 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है। दोनों सजा एक साथ चलेंगी।

कुकर्मी को उम्रकैद व जुर्माना

- बच्चे के साथ की घिनौनी हरकत, जून 2023 मामला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश सुरुचि अतरेजा सिंह ने बालक के साथ कुकर्म करने के मामले में सुनवाई के बाद आरोपित को दोषी करार दिया है। अदालत ने दोषी को उम्रकैद व 52 हजार रुपये जुमार्ने की सजा सुनाई है। जुमार्ना राशि में से 25 हजार रुपये पीड़ित को देने के आदेश दिए गए हैं। जुमार्ना अदा न करने पर 14 माह अतिरिक्त कैद की सजा भुगतनी होगी।

गन्नौर निवासी व्यक्ति ने 27 जून, 2023 को पुलिस को बताया था कि उनका बेटा 26 जून, 2023 की शाम को खेलने के लिए घर से बाहर गया था।

देर रात उन्हें बेटे के कराहने की आवाज सुनाई दी थी। वह बाहर गए थे तो बेटा अर्धनग्न पड़ा था। उन्होंने बेटे से बात की थी। उनके बेटे ने बताया था कि उसके साथ गन्नौर के ही भोलू ने गलत काम किया है। साथ ही उसे दांतों से काटा है। जिस पर पुलिस को अवगत कराया था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर लिया था। मामले में तत्कालीन थाना प्रभारी रवि कुमार व जांच अधिकारी अशोक कुमार की टीम ने आरोपित भोलू उर्फ गुरमेहर को गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने उसे अदालत में पेश कर जेल भेज दिया था। साथ ही मामले का चालान तैयार कोर्ट में दाखिल करा दिया था।

पॉक्सो एक्ट के तहत सजा: मामले में सुनवाई के बाद एएसजे सुरुचि अतरेजा सिंह ने आरोपित को दोषी करार दिया। अदालत ने दोषी को 6 पॉक्सो एक्ट में उम्रकैद व 25 हजार रुपये जुमार्ना, कुकर्म में भी उम्रकैद व 25 हजार रुपये जुमार्ना, पिटाई में एक साल कैद व एक हजार रुपये जुमार्ना व घर में घुसने के मामले में एक साल कैद व एक हजार रुपये जुमार्ने की सजा सुनाई है। सभी सजा एक साथ चलेंगी।

मुंडलाना खंड के बीडीपीओ ऑफिस व दुकानों में चोरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

शहर में जींद रोड स्थित मुंडलाना खंड के बीडीपीओ कार्यालय के साथ चोरों ने दुकानों में सेंध लगा दी। चोरों ने तीन दुकानों के ताले तोडकर नकदी व सामान चोरी कर लिया। यह घटना सीसीटीवी में कैद हो गई। दो चोरों ने दुकानों में सेंध लगाई। शहर थाना गोहाना की पुलिस जांच कर रही है।

गांव जागसी के पवन ने बीडीपीओ कार्यालय के साथ महादेव सीसीटीवी एंड वाइफाइ सर्विस के नाम से दुकान कर रखी है। उनके साथ में ही गांव खंदराई के महावीर ने चाय की दुकान कर रखी है। इसके निकट ही एक टाइलों की दुकान है। मंगलवार शाम को तीनों दुकानदार अपनी दुकानों को ताले लगाकर अपने-अपने घर चले गए थे। बुधवार सुबह दुकानों पर आए तो ताले टूटे मिले। पवन ने बताया कि चोर उसकी दुकान से दस्तावेजों से भरे बैग को उठा ले गए। चोरों ने बाइक चोरी करने की कोशिश की लेकिन ताला लगा हुआ था। चोरों ने महावीर की दुकान से लगभग पांच हजार रुपये नकद और सामान चोरी किया। टाइलों की दुकान से भी नकदी चोरी की गई। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

- वारदात सीसीटीवी कैमरे में कैद, पुलिस ने केस दर्ज किया

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

डाइट में बदलाव करने से पेट दर्द में मिलेगा आराम

मेरी उम्र 46 वर्ष है। कुछ दिनों से पेट में ऐंठन होती रहती है। कुछ खाने का मन नहीं होता है। ऐसा क्यों हो रहा है, प्लीज बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-अभिजीत, डोंगरगढ़

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित हो गई है। सबसे पहले काम यह करें कि आप तला-भुना खाना बंद कर दें और बाजार के खाने से परहेज करें। इसके साथ ही लंच में दही या छाछ शामिल करें और सलाद जरूर खाएं। रात में कोशिश करें कि खाना हल्का खाएं और सोने से 3 घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह खान-पान में बदलाव करने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 64 वर्ष है। मुझे बार-बार यूरिन इंफेक्शन हो जाता है। ऐसा क्यों होता है? इससे बचाव के लिए क्या करना चाहिए?

-जगदीप, करनाल

आपको सबसे पहले कोशिश यह करनी चाहिए कि किसी भी जगह यूरिन पास नहीं करना चाहिए। कई बार गंदी जगह यूरिन पास करने से भी इंफेक्शन हो जाता है। इसके साथ ही रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए विटामिन-सी यानी खट्टे फल खाएं। इसके बाद भी आराम न मिले तो जरूर आपको एक बार नेफ्रोलॉजिस्ट से संपर्क करना चाहिए।

मेरी उम्र 57 वर्ष है। हर साल बदलते मौसम में मुझे खांसी, जुकाम जैसी समस्या हो जाती है। इसका क्या उपचार है और इससे बचाव के लिए क्या सावधानियां बरतनी चाहिए?

-नरेश, भोपाल

इस तरह की समस्या काफी लोगों में देखी जाती है, उनको मौसम बदलते ही सर्दी, जुकाम या खांसी शुरू हो जाती है। वास्तव में यह एलर्जी होती है। इससे बचने के लिए आप अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता यानी इम्यूनिटी बढ़ाएं। साथ ही इस मौसम में जितना संभव हो सुबह- शाम की ठंड में एक्स्पोजर कम से कम करें। कूलर, एसी से दूर रहें। अधिक परेशानी होने पर आप डॉक्टर से संपर्क कर एंटी एलर्जिक दवा खा सकते हैं।

मेरे पिता की उम्र 81 वर्ष है। उनकी डाइट तो नॉर्मल है लेकिन कुछ दिनों से बहुत गुमसुम रहते हैं। पहले वॉकिंग पर जाते थे, अब नहीं जाते। कृपया बताएं हमें क्या करना चाहिए?

- दीपचंद, भिलाई

आप यह जानने की कोशिश करें कि पिछले कुछ समय में ऐसा क्या हुआ है, जिसकी वजह से वो गुमसुम रहने लगे हैं? इसका कारण जानने की कोशिश करें और उसका समाधान निकालें। अगर बातचीत से कारण पता ना चल रहा हो तो जरूर आपको एक बार मनोरोग चिकित्सक से संपर्क कर लेना चाहिए। वह समस्या का कारण जानकर सही ट्रीटमेंट शुरू करेंगे।

मेरी उम्र 39 वर्ष है। कुछ दिनों से रात के समय मेरे सीने में हल्का दर्द और जलन महसूस होती है। इसकी क्या वजह हो सकती है? प्लीज बताएं।

-नीतेश, जबलपुर

आप दो तरह की समस्या बता रहे हैं, सीने में दर्द होने का अलग कारण हो सकता है और जलन होने का अलग कारण हो सकता है। कई बार पाचन क्रिया ठीक न होने से जलन संबंधी समस्या होती है लेकिन आप बता रहे हैं कि सीने में दर्द है, इसलिए आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए और कुछ शुरुआती जांच करा कर दर्द का कारण पता लगाना चाहिए। अगर कोई परेशानी है तो उसका तुरंत उपचार करना चाहिए।

मेरी उम्र 28 वर्ष है। मेरी डाइट बहुत कम है, वीकनेस लगती है। हालांकि वेट 60 केजी है। क्या मुझे ज्यादा खाना चाहिए? हेल्दी रहने के लिए डाइट में क्या चीजें शामिल करूं?

-अविरल, जींद

सबसे पहले आप यह देखें कि आपको काम के दौरान थकान तो नहीं लगती, सुस्ती तो नहीं आती? अगर ऐसा नहीं है तो आपको चिंता की कोई बात नहीं है। अगर ऐसी समस्या आ रही है तो जरूर आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। वे कुछ जांच कराकर भूख कम लगने का कारण पता लगाएंगे, इसके साथ ही आप डायटिशियन से संपर्क कर अपने खाने का चार्ट बनवा लें, उसके अनुसार ही नियमित रूप में खाना खाएं। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

स्पेशलः 2 अप्रैल-वर्ल्ड ऑटिज्म अवेयरनेस डे

डब्ल्यूएचओ के अनुसार दुनिया के कुल बच्चों में से एक प्रतिशत ऑटिज्म से ग्रस्त होते हैं, लेकिन इनकी संख्या करोड़ों में है। ऐसे में जरूरी है कि पैरेंट्स और सोसाइटी ऐसे बच्चे की उनकी जरूरत के अनुसार प्रॉपर केयर करें। इस बारे में बचपन में ही कुछ लक्षणों को पहचानना बहुत जरूरी है। यहां जानिए, इससे जुड़ी बहुत महत्वपूर्ण बातें।

ऑटिस्टिक बच्चे स्मार्ट केयर की है जरूरत

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. इमरान नूरानी
कंसल्टेंट चीफ साइकोलॉजिस्ट-सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

ऑटिज्म बचपन से ही पाया जाने वाला न्यूरो-बिहेवियरल डेवलपमेंट स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर है, जो बच्चे में मस्तिष्क के विकास में विकार होने की वजह से होता है और जिंदगी भर बना रहता है। यह विकार बच्चे के मानसिक विकास को अवरुद्ध कर देता है, उसके व्यवहार और रोजमर्रा की गतिविधियों को प्रभावित करता है। इसकी वजह से इन बच्चों के लिए जिंदगी जीना बहुत चुनौतीपूर्ण हो जाता है। नॉर्मल बच्चों की अपेक्षा इनका व्यवहार अलग होता है, जिसकी वजह से दूसरों के साथ ये तालमेल नहीं बिठा पाते। ऑटिज्म के बारे में जानकर अकसर पैरेंट्स परेशान होने लगते हैं। लेकिन अगर वे उनके अलग व्यवहार को पहचान लेते हैं और यथाशीघ्र उपचार शुरू करवाते हैं तो समुचित कदम उठाने पर ऑटिस्टिक बच्चे को आत्मनिर्भर बनाया जा सकता है।

पैरेंट्स रहें अवेयर

ऐसे विशिष्ट बच्चों और उनकी समस्याओं के प्रति माता-पिता को ही नहीं, समाज को भी जागरूक करने की जरूरत है, ताकि ऑटिस्टिक बच्चे उनके साथ सामंजस्य बिठा पाएं और अच्छा जीवन जी सकें। इसी उद्देश्य से प्रतिवर्ष 2 अप्रैल को वर्ल्ड ऑटिज्म अवेयरनेस डे मनाया जाता है। डब्ल्यूएचओ के अनुसार, बच्चों में पाई जाने वाली विकासात्मक विकलांगता के प्रमुख कारणों में ऑटिज्म डिसऑर्डर तीसरे स्थान पर आता है। 2018 के आंकड़ों के हिसाब से दुनिया भर में 59 बच्चों में से एक बच्चा ऑटिज्म से पीड़ित है। हमारे देश में करीब एक करोड़ बच्चों में यह विकार मौजूद है। इस बारे में कुछ बातों को समझना जरूरी है।

इन लक्षणों पर करें गौर

आमतौर पर 2-3 साल की उम्र के बच्चों में ऑटिज्म का पता चलने लगता है, जब वे दूसरों के साथ बोलना और इंटरैक्ट होना शुरू करते हैं। लेकिन इनमें बचपन से ही कुछ विशिष्ट व्यवहार देखने को मिलने लगते हैं, जिन्हें पैरेंट्स को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

डेवलपमेंट माइलस्टोंस न दिखनाः पैरेंट्स को अपने 1-2 साल के बच्चे के डेवलपमेंट माइलस्टोंस के बारे में जानकारी होना जरूरी है। अगर बच्चा इन माइलस्टोंस पर खरा न उतर रहा हो, तो उन्हें डेवलपमेट इंटरवेंशन के लिए जल्द ले जाना चाहिए। जैसे- उम्र के हिसाब से बच्चा बोलना, उठना-बैठना-चलना जैसी एक्टिविटीज को नहीं कर पा रहा हो या ग्रोथ के हिसाब से अपनी समझ, बोलने या भाषाई विकास और दूसरों के साथ कम्यूनिकेशन न कर पा रहा हो।

सोशल कम्यूनिकेशन रेस्पॉन्सः सोशल कम्यूनिकेशन में अगर 3-5 महीने का बच्चा आई कॉन्टेक्ट नहीं करता या उन्हें देख नहीं रहा या पैरेंट्स के पुचकारने के बावजूद स्माइल नहीं देता। या फिर जब बच्चा पैरेंट्स के साथ ठीक तरह से ट्रैकिंग नहीं करता यानी, बच्चे के साथ खेलने पर वह मूवमेंट पर ध्यान नहीं देता, दूसरी तरफ देखता रहता है। इसी तरह 12-16 महीने का होने पर जब बच्चा कोई नई चीज या खिलौना देने पर कोई रेस्पॉन्स नहीं देता, खुशी जाहिर नहीं करता या स्माइल तक नहीं करता।

कम्यूनिकेशन प्रॉब्लमः पैदा होने के साथ ही बच्चा भूख लगने पर चिल्लाने या रोने के रूप में पैरेंट्स के साथ कम्यूनिकेशन करता है। 6 महीने का होते-होते कुछ आवाजें (म या ब) निकालना या बड़बड़ाना शुरू करता है। लेकिन ऐसा न करने के साथ ही 12-16 महीने तक अगर अपने पैरेंट्स को पहचानकर मम्मा-पापा जैसे 20-30 मीनिंगफुल शब्द बोलना शुरू नहीं करता है। अपनी दुनिया में ही खोया रहता है। अगर बच्चा आपको देखकर या आपके बुलाने पर कोई प्रतिक्रिया नहीं देता, किसी तरह की आवाज नहीं निकालता या बड़बड़ाता नहीं है या कोई मीनिंगफुल शब्द नहीं बोल पाता तो यह ऑटिज्म होने का संकेत हो सकता है।

रिपीटिटिव बिहेवियर या रिस्ट्रिक्टिव पैटर्नः आमतौर पर बच्चे किसी भी खिलौने से खेलते वक्त पूरे खिलौने के साथ खेलते हैं। जबकि ऑटिस्टिक बच्चे पूरे खिलौने के साथ न खेलकर उसके किसी हिस्से के साथ खेलते रहते हैं जैसे खिलौने में बनी आंख या कान के साथ। या फिर खिलौने के साथ एक पैटर्न में ही खेलता रहता है। कुछ बच्चे अपनी अंगुलियों के साथ ही खेलते रहते हैं। सबसे बड़ी बात कि वो इतना ध्यानमग्न होकर खेलता है कि उसे आस-पास होने वाली एक्टिविटीज या हमारे बुलाने का भी पता नहीं चलता।

लिमिटेड इंटरेस्टः ऑटिस्टिक बच्चे किसी एक खिलौने के साथ ही खेलना पसंद करते हैं या फादर-मदर में से किसी एक के पास रहना पसंद करते हैं। अगर पैरेंट उससे वो खिलौना बदल देते हैं या बहला-फुसला कर दूसरे पैरेंट के पास जाने के लिए कहते हैं, तो वह उसका प्रतिरोध करता है। किसी भी तरह के बदलाव को स्वीकार नहीं करता, रोने-चिल्लाने लगता है।

एबनॉर्मल सेंसिटिविटीः ऑटिस्टिक बच्चे या तो हाइपो-सेंसिटिव होते हैं या हाइपर सेंसिटिव। उनके सेंस ऑर्गन इतने सेंसिटिव होते हैं कि वो तेज आवाज या तेज रोशनी को बर्दाश्त नहीं कर पाते। डरने या रोने लगते हैं।

क्या हैं कारण

हालांकि अभी तक ऑटिज्म होने के पीछे कोई मेडिकल मार्कर नहीं हैं, जिससे सामान्य जांच से इसका पता चल सके। फिर भी अध्ययनों से पता चला है कि ऑटिज्म के पीछे जेनेटिक या जींस में क्रोमोसोम की गड़बड़ी की वजह से होता है। न्यूरोइमेजिंग अध्ययनों से पता चला है कि ऑटिज्म, बच्चों में ब्रेन वॉल्यूम में गड़बड़ी की वजह से होता है। बच्चे की बिहेवियरल-डेवलपमेंटल मूल्यांकन करके ही ऑटिज्म की स्थिति का पता चलता है।

कैसे होता है डायगनोज

मेडिकल प्रोटोकॉल के हिसाब से बच्चों में ऑटिज्म सिंड्रोम डायगनोज करने के लिए डॉक्टरों की मल्टीडिस्पलिनरी टीम होनी जरूरी है, जिसमें डेवलपमेंटल पीडियाट्रिशियन, साइकोलॉजिस्ट, स्पेशल एजुकेटर, ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट, स्पीच थेरेपिस्ट और काउंसलर को शामिल करना जरूरी है। सबसे पहले ऑटिज्म की आशंका वाले बच्चे की स्क्रीनिंग की जाती है। उसके बाद बच्चे के विकासात्मक विलंब और अलग व्यवहार को विभिन्न तरीकों से परखा जाता है। डॉक्टरों की टीम के मूल्यांकन के बाद यह पता चलता है कि ऑटिज्म किस स्टेज (माइल्ड, मॉडरेट या सीवियर) पर है। ये विशेषज्ञ विभिन्न थेरेपी के जरिए बच्चे के व्यवहार, सीखने-बोलने की क्षमता में सुधार लाकर उसे समाज के साथ सामंजस्य स्थापित करने योग्य बनाते हैं। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

प्यार से रखें बच्चे का ध्यान

चूंकि ऑटिज्म एक सिंड्रोम है। अर्ली डायगनोज होने पर मल्टी-डिसिप्लिनरी इंटरवेंशन थेरेपी की मदद से उपचार शुरू किया जाता है, तो ये बच्चे आत्मनिर्भर हो सकते हैं। खासकर जिन बच्चों में 0-3 साल की उम्र में ऑटिज्म डायगनोज हो जाता है, और जल्दी उपचार शुरू हो जाता है, तो बहुत अच्छे परिणाम मिल सकते हैं, क्योंकि इस उम्र में बच्चे के मस्तिष्क का विकास हो रहा होता है, उनमें बड़े बच्चों की तुलना में सुधार की गुंजाइश ज्यादा होती है। बच्चे का डेवलपमेंट लेवल और ऑटिज्म की गंभीरता के आधार पर टारगेट तय किया जाता है। मल्टी-डिसिप्लिनरी एप्रोच अपनाई जाती है। बच्चे की उम्र, स्थिति और जरूरत के हिसाब से लक्ष्य निर्धारित किए जाते हैं। उनके हिसाब से वैज्ञानिक तरीके से अलग-अलग पैटर्न अपनाए जाते हैं। बच्चे के एक-एक बिहेवियर में सुधार लाकर अगली स्किल सिखाई जाती है। धीरे-धीरे डेवलपमेंट-माइलस्टोन प्राप्त करने में मदद की जाती है। इसके लिए ऑक्यूपेशनल, स्पीच थेरेपी, बिहेवियरल, एजुकेशनल थेरेपी की मदद ली जाती है।

बच्चे को ऑटिज्म की स्थिति से निकालने के लिए स्मार्ट केयर जरूरी है। हालांकि ऑटिस्टिक बच्चे का लालन-पालन करना पैरेंट्स के लिए चुनौतीपूर्ण होता है। भावनात्मक रूप से कमजोर पड़ने के बजाय उनके लिए पहले अपना ध्यान रखना और मानसिक रूप से मजबूत होना जरूरी है। सकारात्मक रवैया अपनाते हुए पैरेंट्स को बच्चे की देखभाल के लिए समुचित कदम उठाने चाहिए। पूरे धैर्य के साथ बच्चे के साथ समय बिताना चाहिए और छोटी-छोटी चीजें सिखानी चाहिए ताकि वह आत्मनिर्भर हो सके और समाज में सामंजस्य स्थापित करने योग्य बन सके।

औषधीय फल

खीरा एक लाभ अनेक

खीरा किसी परिचय का मोहताज नहीं है। आमतौर पर सलाद में तो खीरा शामिल होता ही है। ठंडी तासीर वाले खीरे का गर्मियों में सेवन भरपूर किया जाता है। ऐसा करना बहुत लाभकारी है। दरअसल, गर्मियों में आमतौर पर शरीर में पानी की कमी हो जाती है, जो कई बार गंभीर समस्या का रूप भी ले सकता है। लेकिन खीरा का सेवन शरीर में पानी की कमी नहीं होने देता यानी डिहाइड्रेशन से हमें बचाता है। इसका सेवन दोपहर के भोजन के साथ करना हितकर है। क्षेत्रीय भाषाओं में यह भिन्न-भिन्न नामों से जाना जाता है, जैसे काकड़ी, काकरी, ककनाई, संतेक, वैलारीकायी, डोसाकायी, वेल्लारी, सासा और अंग्रेजी में ककुंबर आदि। खीरे में मिलने वाले प्रमुख तत्व हैं-विटामिन ए, बी1,बी6, सी, डी, पोटेशियम, फास्फोरस और आयरन।

जब गर्मियों में लू चलती है, तब इसका सेवन बहुत लाभकारी होता है। इसे कच्चा ही खाया जाता है। यह शीतल, मधुर, और गर्मी को शांत करने में सक्षम है। कुछ लोग इसको छिलके सहित खाना लाभकारी मानते हैं। 90% पानी का भंडार वाला खीरा पाचनतंत्र को मजबूत करता है। अब

जानिए खीरे के औषधीय गुणों के बारे में-

- शीतलता का भंडार होने के कारण शरीर को डिहाइड्रेशन (पानी की कमी) से बचाता है।
- मोटापे से परेशान लोग इसका सेवन करें तो लाभ मिलेगा।
- डायबिटीज (मधुमेह) के रोगियों के लिए इसका सेवन हितकर है।
- इसमें पानी की मात्रा अधिक और कैलोरी कम होने के कारण लंबे समय तक भूख नहीं लगती, इस कारण शरीर का बढ़ता वजन नियंत्रित होता है।
- स्वस्थ त्वचा के लिए और चमकते चेहरे के लिए इसको खाना और चेहरे पर लगाना लाभकारी है।
- इसका नियमित सेवन (डिप्रेशन) अवसाद और कैंसर जैसी घातक बीमारी में रोकथाम करता है।
- खीरे के जूस का सेवन शरीर को अंदर और बाहर से मजबूत बनाता है। पुरानी कब्ज से छुटकारा दिलाने में सक्षम है। एसिडिटी, गैस और छाती पेट की जलन में भी इसका सेवन हितकर है।
- इसका सेवन (ब्लड प्रेशर) रक्तचाप को नियंत्रण करने में मददगार है।
- नियमित रूप से मुंह से आने वाली बदबू को समाप्त करने के लिए इसका एक टुकड़ा मुंह में रखना फायदेमंद है।*

-वैद्य हरिकृष्ण पांडे 'हरीश'

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

बढ़ती उम्र में कई लोग घुटनों के दर्द से परेशान रहते हैं। इससे राहत दिलाने में त्रिकोणासन बहुत कारगर है। इस आसन को करने के कई फायदे हैं। यहां विस्तार से बता रहे हैं इसे करने की सही विधि और सावधानियों के बारे में।

कई समस्याओं का कारगर समाधान त्रिकोणासन

एक उम्र के बाद ज्यादातर लोगों को घुटनों का दर्द परेशान करता है। लेकिन सर्दियों और बदलते मौसम में तो यह दर्द उम्र का भी ख्याल नहीं रखता। इस दौरान बहुत से लोग घुटनों के दर्द से परेशान रहते हैं। ऐसे में अगर हर दिन महज 15 से 20 मिनट तक त्रिकोणासन किया जाए तो घुटनों के दर्द से तो राहत मिलेगी ही, इससे और भी कई तरह के फायदे होंगे। मसलन, यह आसन नियमित करने पर गर्दन, पीठ, कमर और पैर के स्नायु को मजबूत करता है। इससे शरीर का संतुलन ठीक रहता है। एसिडिटी से छुटकारा मिलता है। रीढ़ की हड्डी को यह लचीला बनाता है। छाती और कंधों को फैलाता है। यह शरीर को फ्लैक्सिबल करता है और मसल्स की स्ट्रेंथ बढ़ाता है। कुल मिलाकर त्रिकोणासन बहुत तरह से फायदेमंद होता है।

आसन करने का तरीका

त्रिकोणासन सही तरह से करने के लिए सबसे पहले यह जानें कि त्रिकोणासन क्या है? यह हठ योग की श्रेणी का आसन है, जो दो शब्दों से मिलकर बना है, त्रिकोण और आसन। त्रिकोण का मतलब है तीन कोण वाला और आसन का मतलब है मुद्रा। मतलब यह कि त्रिकोणासन करने पर शरीर त्रिकोण की जैसी मुद्रा अख्तियार करता है।

पहला चरणः सही तरीके से त्रिकोणासन करने के लिए सबसे पहले किसी खुले और स्वच्छ स्थान पर योगा मैट बिछाकर खड़े हो जाएं। खड़े होने के दौरान ध्यान दें कि आपके पैरों के मध्य दो फुट की दूरी हो और इस दौरान अपने हाथों से शरीर को साधकर रखें। अब अपनी बाहों को शरीर से दूर कंधे तक फैलाएं। इस दौरान सांस अंदर की तरफ खींचें और दाएं हाथ को ऊपर की तरफ उठाकर कान से सटा लें।

अब बाएं पैर को बाहर की ओर मोड़ दें तथा अपने घुटनों को बिना मोड़े दायां हाथ कान से सटाकर रखें। इसके अगले चरण में दाएं हाथ को जमीन के समानांतर लाएं, साथ ही बाएं हाथ से बाएं टखने को छूने की कोशिश करें।

दूसरा चरणः सही तरीके से इस आसन को करने के दूसरे चरण में 10 से 30 सेकेंड तक उस मुद्रा में रहें, जो मुद्रा पहले चरण के अंत में त्रिकोणासन के रूप में बनाई थी। और हां, इस समय सामान्य रूप से सांस लेने की प्रक्रिया को जारी रखें। कुछ देर तक इस स्थिति में रहने के बाद फिर सांस लेते हुए अपनी पहली अवस्था में आ जाएं और कुछ क्षणों का विराम देकर दोबारा से इसी क्रिया को दूसरी तरफ से दोहराएं। त्रिकोणासन के इस चक्र को 3 से 4 बार करें, लेकिन अगर इसे करने में परेशानी हो तो न करें।

इन बातों का ध्यान रखें

पहली बार त्रिकोणासन करने वाले कुछ खास बातों का ध्यान रखें। मसलन, आसन गलत तरीके से नहीं करना चाहिए, इसलिए पहली बार किसी जानकार व्यक्ति यानी अनुभवी योग प्रशिक्षक की देखरेख में आसन करें। साथ ही योगासन करने के दौरान शरीर के किसी भी दूसरे हिस्से पर अनावश्यक दबाव न बनाएं। आसन करते समय अपनी सांसों पर पूरी तरह से नियंत्रण करने की कोशिश करें। अगर योगासन करते समय कठिनाई हो रही हो तो बिल्कुल न करें। बीमारी या शारीरिक दुर्बलता की स्थिति में भी यह आसन न करें। आसन करने का सबसे सही समय सुबह है, लेकिन अगर सुबह कोई बाधा हो तो शाम को कर सकते हैं, लेकिन पेट बिल्कुल साफ हो तभी करें। रक्तचाप बढ़ा हो तो कतई त्रिकोणासन न करें। कमर में तेज दर्द हो, स्लिप डिस्क की समस्या हो तो भी इससे बचें। बार-बार चक्कर आ रहे हों तो भूलकर भी इसे न करें और तब भी इसे न करें, जब गर्दन और पीठ की किसी समस्या से जूझ रहे हों और साइटिका नर्व की समस्या वाले लोग भी इसे कभी न करें।*

घरेलू उपचार

शिखर चंद जैन

आमतौर पर कोई भी दर्द होने पर लोग तुरंत पेन किलर खा लेते हैं। लेकिन इससे कई अन्य समस्याएं जन्म ले सकती हैं। ऐसे में आप कुछ औषधियों का सेवन कर सकते हैं। यहां बता रहे हैं कुछ उपयोगी औषधियों के गुणों के बारे में।

हर्ब मिटाए कई तरह के दर्द

अकसर रिसर्च में दावा किया जाता है कि दर्द निवारक एलोपैथिक दवाओं के कई साइड इफेक्ट होते हैं। इनका किडनी पर भी प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। इसलिए अकसर इनका सेवन न करने या बहुत कम करने की सलाह दी जाती है। आयुर्वेद शास्त्र में गठिया, जोड़ों के दर्द, पेट दर्द से लेकर तरह-तरह के अन्य दर्द के निवारण के लिए विभिन्न हर्ब्स का सेवन करने को प्रभावी बताया गया है।

सोंठः सूखी हुई अदरक को ही सोंठ कहा जाता है। अपने एंटीइन्फ्लेमेटरी गुणों के कारण यह दुनिया भर के आयुर्वेद विशेषज्ञों की प्रिय हर्ब है। लोग इसको मसाले और औषधि के रूप में तो इस्तेमाल करते ही हैं, चाय में डालकर भी पीते हैं ताकि सर्दी-जुकाम की रोकथाम की जा सके। दर्द निवारक और एंटीइन्फ्लेमेशन के रूप में आयुर्वेद विशेषज्ञ इसका इस्तेमाल करने की सलाह देते हैं। इसमें कई विटामिन और मिनरल भी होते हैं। इसके सेवन से जोड़ों और मसल्स के दर्द में राहत मिलती है।

अश्वगंधाः अश्वगंधा का प्रयोग भारतीय ही नहीं पारंपरिक चीनी चिकित्सा में भी बहुतायत से किया जाता है। मेडिकल साइंस के एक्सपर्ट भी नपुंसकता के मामलों में इसके चमत्कारिक असर की बात मानते हैं। साथ ही इसका उपयोग स्ट्रेस, कब्ज, रुमेटिज्म जैसी अन्य कई क्रॉनिक बीमारियों के इलाज में भी किया जाता है। जोड़ों के दर्द में होने वाली परेशानी से इसके सेवन से इन्फ्लेमेटरी तत्व काफी कम हो जाते हैं। इतना ही नहीं इसके सेवन से थकान, स्ट्रेस और कमजोरी जैसी समस्याओं में भी काफी फायदा मिलता है।

गिलोयः अमृता, गिलोय, गुडुची आदि कई नाम हैं इस औषधीय जड़ी के। अपने नाम के मुताबिक ही यह अमृत सरीखे गुणों से भरी होती है। कोरोना कल में इम्यूनिटी बूस्टर के रूप में इसकी पहचान दुनिया भर में स्थापित हो गई। जाने-माने आयुर्वेद विशेषज्ञ गठिया और आर्थराइटिस जैसे ऑटोइम्यून डिसऑर्डर के इलाज के लिए इसका उपयोग करने की सलाह देते हैं। जोड़ों के दर्द में गिलोय के तने के चूर्ण को दूध में उबालकर पीने से तुरंत राहत मिल जाती है। रूमेटाइड अर्थराइटिस के इलाज के लिए इसका सेवन अदरक के साथ करने की सलाह दी जाती है।

शल्लकीः शल्लकी के नियमित सेवन से हार्ट डिजीज, कोलेस्ट्रॉल और आर्थराइटिस के दर्द में काफी आराम मिलता है। इसमें एंटी स्क्लेरोटिक गुण होते हैं यानी, इसके सेवन से धमनियों में कड़ापन नहीं आता। मांसपेशियों में तीव्र दर्द या रूमेटाइड अर्थराइटिस, गठिया, स्पॉन्डिलाइटिस, ओस्टियोआर्थराइटिस आदि में इसके सेवन से आराम मिलता है।

अरंडीः मूत्राशय, स्नायुतंत्र, स्त्रियों के प्रजनन और पाचन तंत्र में किसी प्रकार की इन्फ्लेमेशन या दर्द के लिए अरंडी यानी कैस्टर का प्रयोग करना फायदेमंद बताया जाता है। इसमें दर्द निवारक, ठंडक देने वाले गुण होते हैं। अरंडी का तेल लगाने से बढ़े हुए वात, दर्द और सूजन से आराम मिलता है। साइटिका और आर्थराइटिस के दर्द में भी इसके तेल की मालिश की जाती है। इसे वात विकारों का राजा कहते हैं। यह ज्यादातर वात रोगों के इलाज में असरकारक है।

यहां बताई गई औषधियों का सेवन निश्चित ही कई तरह के दर्द में लाभकारी है। लेकिन किसी औषधि का सेवन करने से पहले आयुर्वेद विशेषज्ञ या अनुभवी वैद्य से सलाह जरूर कर लें।*

(वैद्य प्रमोद शर्मा से बातचीत पर आधारित)

आमंत्रित हैं लेख...

स्वयं डॉक्टर्स या लेखक, स्पेशलिस्ट डॉक्टरों से बातचीत पर आधारित लेख हमें इस पृष्ठ में प्रकाशनार्थ भेज सकते हैं। लेख इस पते पर भेजें

हरिभूमि- संपादक-सेहत

129, ट्रांसपोर्ट सेंटर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035
या मेल करें- sehatharibhoomi@gmail.com

खबर संक्षेप

29 से 31 तक मलखंब प्रतियोगिता होगी

रोहतक। 34वीं मिनी एवं सब जूनियर मलखंब प्रतियोगिता 29 से 31 मार्च तक महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के खेल परिसर में होंगी। यह जानकारी मलखंब फेडरेशन के सचिव रवि परिहार ने दी। इन्होंने बताया कि स्पर्धा में 20 प्रदेश की टीम भाग लेंगी।

व्यापार मंडल कार्यकारिणी का गठन कल होगा

महम। हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल महम की नई कार्यकारिणी का गठन शुक्रवार 29 मार्च को किया जाएगा। इसके लिए इस दिन दोपहर दो बे एक समारोह आयोजित किया जाएगा। समारोह में हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रदेश अध्यक्ष बजरंग दास गर्ग मुख्य अतिथि होंगे, जबकि प्रदेश महासचिव एडवोकेट रमेश खुराना समारोह के विशिष्ट अतिथि होंगे। व्यापार मंडल महम के नव नियुक्त प्रधान जोगिंद्र गिरोत्रा ने बताया कि यह कार्यक्रम शहर की पंजाबी धर्मशाला में आयोजित किया जाएगा। इस दौरान महम इकाई के अन्य पदाधिकारियों की नियुक्तियां की जाएंगी।

पॉलिटेक्निकल कॉलेज में एनएसएस शिविर शुरू

सांपला। सर छोटू राम पॉलिटेक्निकल कॉलेज में बुधवार से सात दिवसीय एनएसएस शिविर शुरू किया गया। पहले दिन विद्यार्थियों ने रंगोली व पोस्टर मेकिंग कर पर्यावरण बचाने व स्वच्छता का संदेश दिया। प्राचार्य डॉक्टर गीता गुलिया ने विद्यार्थियों को राष्ट्र सेवा के लिए प्रेरित किया। एनएसएस कमेटी के सदस्य डॉ राकेश कुमार ने बताया कि कैंप एक सप्ताह चलेगा। जिसमें स्वयं सेवक कस्बे के अलावा आसपास के गांव में लोगों को सामाजिक बुराइयों से बचने पर्यावरण व स्वच्छता के प्रतीक जागरूक करेंगे।

दंत स्वच्छता विषय पर पखवाड़ा आयोजित

रोहतक। विश्व मौखिक स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष्य में, सार्वजनिक स्वास्थ्य दंत चिकित्सा विभाग दंत स्वच्छता और निवारक उपायों को बढ़ावा देने पर केंद्रित एक पखवाड़ा कार्यक्रम आयोजित कर रहा है। पेडोडॉन्टिक्स विभाग से रेफर किए गए बच्चों पर गड्ढे और दरार सीलेंट लगाए जा रहे हैं। पब्लिक हेल्थ डेंटिस्ट्री विभाग अध्यक्ष डॉ. मंजूनाथ बीसी और प्रोफेसर आदर्श रोहिल्ला की अगुवाई में इस पहल का उद्देश्य बच्चों में निवारक दंत चिकित्सा देखभाल को बढ़ाना और समुदाय के भीतर बेहतर मौखिक स्वास्थ्य प्रथाओं को बढ़ावा देना है।

भाजपा ने महंगाई से तोड़ी जनता की कमर

रोहतक। बसपा के पूर्व जिलाध्यक्ष अड़ीचंद निम्बड़ियां ने कहा कि भाजपा ने महंगाई पर रोक नहीं लगाई। युवाओं को पर्याप्त नौकरियां नहीं दी गई जिससे बेरोजगारी बढ़ रही है। उन्होंने कहा कि भाजपा की नीतियों की वजह से हर वर्ग दुखी हो गया है।

भाजपा पर आचार संहिता के उल्लंघन का आरोप

रोहतक। विधायक भारत भूषण बत्तरा ने चुनाव आयोग को पत्र लिखकर भाजपा पर आदर्श आचार संहिता के उल्लंघन का आरोप लगाया है। शहर में जिस तरह से भाजपा ने सार्वजनिक संपत्ति पर पोस्टर और फ्लेक्स लगाए हैं उनकी तस्वीरें भी सबूत के रूप में आयोग को भेजी गई हैं। चुनाव आयोग को लिखे पत्र में कांग्रेस विधायक दल के चीफ विहिप भारत भूषण बत्तरा ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी द्वारा आचार संहिता का उल्लंघन किया जा रहा है।

तस्करों पर रोक लगाने के लिए सौंपा ज्ञापन

रोहतक। देश और प्रदेश में बढ़ रहे नशे पर रोक लगाने के लिए हरियाणा यूनियन ऑफ वर्किंग जर्नलिस्ट के पदाधिकारियों ने रोहतक में पुलिस अधीक्षक हिमांशु गर्ग को ज्ञापन सौंपा। यूनियन के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन कथूरिया ने ज्ञापन में बताया कि देश के विभिन्न राज्यों में नशा तेजी से फैल रहा है। मुख्य रूप से विद्यार्थी खासतौर पर वे विद्यार्थी जो अपने घरों से दूर छात्रावास में रहकर शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं, वे नशे की गिरफ्त में आ रहे हैं।

हरिनगर के लोगों की नहीं ले रहा कोई भी सुध

नालियों में पाइप दबाने के बाद गली में भरा गंदा पानी

विरोध करते रहे लेकिन नहीं की अधिकारियों ने उनकी सुनवाई, अब बढ़ गई दिक्कत, बीमारियां फैलने का सता रहा डर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

वार्ड 6 हरिनगर कालोनी की श्रीकृष्ण प्रणामी मंदिर वाली गली में दूषित पानी निकासी के लिए नगरपालिका द्वारा दबवाए जा रहे पाइप स्थानीय लोगों के लिए परेशानी का कारण बन गए हैं। लोगों का कहना है कि दूषित पानी की निकासी के लिए उनकी गली में दबवाए गए पाइपों की लेवलिंग ठीक से नहीं की गई है। उस समय उन्होंने इस मांग को भी उठाया था लेकिन किसी अधिकारी ने कोई ध्यान नही दिया। जब से ये पाइप दबाए गए है, उसके बाद से नालियों को गंदा पानी गली में भरने लगा है। जिससे हरिनगर के लोगों में प्रशासन के प्रति रोष है। श्रीकृष्ण प्रणामी गोशाला समिति के प्रधान सतपाल शर्मा, स्थानीय लोगो ने बताया कि गली में नगरपालिका द्वारा नालियों की जगह पर 12 इंची के पाइप दबवाए गए हैं। नगरपालिका के अधिकारियों की अनदेखी के कारण निकासी के पाईप गलत तरीके से लाईन दबाई गई है। जब तक लेवल ठीक नहीं होगा, इसी तरह से गली में गंदे पानी का जमाव होता रहेगा। दूषित पानी अब आगे जाने की बजाय बैक मारने लगा है। इससे लोगों में सरकार व प्रशासन के प्रति रोष है।

गन्नौर। गली में भरे नालियों के गंदे पानी से निकलता हुआ गली का बच्चा।

ठीक नहीं करवाया तो करेंगे प्रदर्शन

स्थानीय लोगों ने बताया कि नाली में पाइप बनाने के लिए उनकी गली में मकानों के रैंप भी तोड़ दिए गए थे, उन्हें उम्मीद थी कि पाइप लगने से दूषित पानी की निकासी का स्थाई समाधान हो जाएगा है, लेकिन समस्या और गंभीर हो गई। दूषित पानी आगे जाने की बजाय गली में भरने लगा है। ऐसे में बरसात के समय तो उनके घरों की नींव में पानी घुसने का खतरा बन गया है। यदि उनकी समस्या का समाधान नही करवाया गया तो वे नगरपालिका कार्यालय में प्रदर्शन करेंगे।

दांतों की बीमारियों को हल्के में न लें : निधि

- लाठ गांव में स्थित पीएचसी की दंत रोग ने की दांतों की जांच

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

आप दांतों के रोगों को हलके में न लें। ये बीमारियां शरीर में अन्य गंभीर बीमारियों को न्योता दे सकती हैं। लाठ गांव में स्थित पीएचसी की दंत रोग विशेषज्ञ डॉ. निधि खर्ब ने यह चेतावनी बीधल गांव के ग्रामीणों को दी।

पीएचसी द्वारा ग्राम पंचायत के सहयोग से बीधल गांव में ओरल कैंसर स्क्रीनिंग तथा ओरल हेल्थ अवेयरनेस कैंप लगाया गया। यह कैंप बीधल गांव में स्थित हेल्थ सब सेंटर में लगाया गया। कैंप का शुभारंभ गांव की सरपंच पूनम ने किया। डॉ. निधि खर्ब ने कहा कि मुख का स्वास्थ्य सीधे तौर से शरीर के स्वास्थ्य से जुड़ा हुआ है। कैंप में ओरल कैंसर की स्क्रीनिंग की गई तथा ग्रामीणों को विस्तार से बताया गया कि ओरल कैंसर जैसी जानलेवा बीमारी से कैसे सुरक्षित रहा जा सकता है। कैंप में एमपीएचडब्ल्यू आनंद, सीएचओ प्रवेश, एएनएम नीलम, डेंटल असिस्टेंट ज्योति का विशेष सहयोग रहा।

गोहाना। रोगियों के दांतों की जांच करते हुए डॉ. निधि। फोटो : हरिभूमि

सपेरा बस्ती के लोगों ने मुरथल थाना पुलिस के खिलाफ दी शिकायत

सोनीपत। सपेरा बस्ती के रहने वाले लोगों ने मुरथल थाना पुलिस पर बेवजह परेशान करने का आरोप लगाते हुए राजीव गांधी एजुकेशन सिटी स्थित पुलिस आयुक्त कार्यालय के बाहर विरोध प्रदर्शन किया। प्रदर्शन का नेतृत्व सिविल सोसायटी के प्रधान राज सिंह दलाल ने किया। इस दौरान लोगों ने बताया कि मुरथल थाना पुलिस के कर्मी सपेरा बस्ती के रहने वाले लोगों को बेवजह परेशान कर रहे हैं। उदाहरण देते हुए बताया कि नीरज, टोंडी नाम के दो युवकों पर पुलिस 17 मार्च को चोरी का इल्जाम लगाया था। आरोप लगाया कि इस मामले में पुलिस कर्मी ने 15 हजार की रिश्वत ली थी। इसके अतिरिक्त कई बार बाहर जाते समय भी यहां के युवकों को पुलिस उठा लेती है और रिश्वत लेकर ही छोड़ती है। आरोप लगाया कि पुलिस द्वारा कॉलोनी में महिलाओं को भी परेशान किया जाता है। इस दौरान एसपी ईस्ट गौरव राज पुरोहित को शिकायत देकर कार्रवाई की मांग उठाई गई।

स्वस्थ मुख ही स्वस्थ जीवन का आधार : डॉ सुरेखा

- विश्व मौखिक दिवस पर मुंह की बीमारियों की जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज . खरखौदा

गांव सिसाना स्थित पीएचसी में विश्व मौखिक स्वास्थ्य दिवस पर आशा वर्करों को मौखिक स्वास्थ्य को अच्छा रखने व लोगों को तंबाकू सेवन न करने के बारे में मेडिकल अधिकारी डॉ नितिन द्वारा शपथ दिलाई गई। इस अवसर पर दंतक सर्जन डॉ सुरेखा ने कहा कि जिस प्रकार हमारे शारीरिक स्वास्थ्य का प्रभाव मौखिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। इस प्रकार मौखिक स्वास्थ्य का प्रभाव हमारे शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। स्वस्थ मुख ही स्वस्थ जीवन का आधार है। हमें अपने दांतों में दिन में दो बार अवश्य ब्रश करनी चाहिए। मुंह की दुर्गंध से बचने के लिए प्रतिदिन जीभ को साफ करना चाहिए। 3 महीने के दौरान एक बार दंत चिकित्सक से मुंह की जांच करानी चाहिए। मुंह के कैंसर से बचने के लिए तंबाकू का सेवन नहीं करना चाहिए। तंबाकू के सेवन करने से मुंह का कैंसर हो सकता है। उन्होंने आंगनबाड़ी केंद्र में जाकर मुंह के कैंसर के प्रति लोगों को जागरूक किया और वहां पर उपस्थित लोगों के मुंह के कैंसर की स्क्रीनिंग की।

आशा वर्कर को शपथ दिलाते डॉ. नितिन व डॉ. सुरेखा। फोटो : हरिभूमि

खरखौदा। मुंह के कैंसर की स्क्रीनिंग करते हुए डॉ. सुरेखा। फोटो : हरिभूमि

हवन यज्ञ करके कार्यालय के शुभारम्भ पर, बड़ौली ने किया संबोधित

राई। प्रत्याशी मोहनलाल बड़ौली ने अपने कार्यालय का हवन यज्ञ में पदाधिकारियों व नेताओं के साथ आहुति डालते हुए।

राई। भाजपा के सोनीपत लोकसभा से प्रत्याशी मोहनलाल बड़ौली ने अपने कार्यालय का हवन यज्ञ करके शुरू किया। हवन यज्ञ कार्यक्रम में भाजपा के जिला के सभी पदाधिकारी मौजूद रहे। प्रत्याशी मोहनलाल बड़ौली ने संबोधित करते हुए कहा कि सोनीपत लोकसभा में पिछले 6 बार भाजपा के प्रत्याशी जीत चुके है और दावा किया कि इस बार सबसे ज्यादा वोट से जीत हासिल करेंगे। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा किए गए जनहित के कार्य व बनाई गई नीतियों से देश की जनता खुश है। जितना विकास भाजपा के कार्यकाल में हुआ है, उतना विकास किसी पार्टी के कार्यकाल में नहीं हुआ। भाजपा नेता राजीव जैन, पूर्व मंत्री कविता जैन, नवीन मंगला, तरूण देवीदास, योगेश पाल, आजाद नेहरा, योगेश जठेड़ी के अलावा पार्टी के गणमान्य लोग मौजूद थे।

लोगों को मतदान के प्रति किया जागरूक

- गांव कटवाल में मतदाता जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया
- मतदान के प्रति लोगों को जागरूक करते हुए लोकतंत्र का महत्व बताया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा गांव कटवाल में बुधवार को मतदाता जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। गोहाना खंड की बाल विकास परियोजना अधिकारी सुशीला देवी ने महिलाओं को चुनाव में अपने मत का प्रयोग करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि चुनाव में एक-एक मत महत्वपूर्ण होता है। हमें अपने मत की कीमत का समझाना चाहिए। हम अपने मत का प्रयोग करके अपनी मनपसंद के उम्मीदवार का चयन करते हैं। उन्होंने कहा कि महिलाएं जाति, धर्म व क्षेत्रवाद से ऊपर उठकर देशहित में मतदान करें। अच्छी छवि की प्रत्याशियों का चयन करें। अगर हम अच्छी छवि के प्रत्याशियों का चयन करेंगे तो अधिक विकास होगा। उन्होंने महिलाओं से कहा हो चुके हैं उनके वोट जरूर बनवाएं। चुनाव में सभी अपने मत का प्रयोग जरूर करें। इस मौके पर सर्कल सुपरवाइजर इंद्रावती, आंगनबाड़ी वर्कर पूजा, निर्मला, भावनती मौजूद रही।

मनरेगा मजदूरों ने मांगी 600 रुपये दिहाड़ी

- बकाया मेहनताने का भुगतान करने की भी मांग की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

मनरेगा मजदूरों ने सरकार से काम की मजदूरी बढ़ाकर 6 सौ रुपये करने की मांग की है। मजदूरों ने सरकार से पिछले कई महीने की बकाया मजदूरी का भुगतान करने की भी मांग की।

हरियाणा मनरेगा मजदूर मेट संघ के प्रदेश अध्यक्ष नवीन कुमार ने कहा कि मनरेगा मजदूरों को 257 रुपये मजदूरी मिलती है। इतनी कम मजदूरी में मजदूरों के घर का गुजारा नहीं चल पा रहा है। एक तो इतनी कम मजदूरी, दूसरे इसी मजदूरी में से किराया देकर काम पर जाना। ऐसे में भला एक मजदूर के पास कितने पैसे बचते हैं। प्रवक्ता सतपाल टांक ने कहा कि मजदूरों को एक साल में सौ दिन काम मिलता है बाकी 265 दिन मजदूरों के पास कोई काम नहीं होता है। ऐसे में मजदूरों को बेरोजगारी का दंश झेलना पड़ रहा है। सचिव कृष्ण और रविंद्र ने कहा कि मजदूरों को एक साल में कम से कम 200 दिन काम दिया जाए और उनकी मजदूरी का समय पर भुगतान किया जाए। मनरेगा मजदूरों ने बीपीएल सर्वे करवाकर पात्रों के बीपीएल कार्ड बनवाने और काम पर किसी मजदूर की मौत होने पर परिजनों को 15 लाख रुपये मुआवजा व एक सदस्य को सरकारी नौकरी देने की भी मांग की।

गोहाना। अपनी मांगों को पूरा करने की मांग करते हुए मनरेगा मजदूर। फोटो : हरिभूमि

किसानों को बताए आमदनी बढ़ाने के तरीके

रोहतक। गांव टिटौली में हरकोफैड द्वारा मंगलवार को किसान सहकारिता जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। इसमें 200 महिला व पुरुष किसानों ने भाग लिया। कैंप में हरकोफेड की शिक्षा अधिकारी अर्चना ने किसानों को सहकारिता के बारे में जानकारी दी। सहकारिता से जुड़कर किसान अपनी आमदनी कैसे बढ़ा सकते हैं, इसकी जानकारी दी। इन्होंने किसानों का आह्वान किया कि सहकारी क्षेत्र से जुड़े। डॉ. सिंह ने प्रतिभागियों किसानों पशुपालकों को पशुपालन में नस्लों का चुनाव व नस्ल सुधार कार्यक्रम नवजात पशु की देखभाल व खीस पिलाने का महत्व आरामदायक गृह व्यवस्था व बीमारियों से बचाव के लिए मौसम के अनुसार प्रबंध व टीकाकरण के बारे में जागरूक किया।

मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए प्रबंध समिति के पदाधिकारी।

शत-प्रतिशत रहा परीक्षा परिणाम, विद्यार्थी सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

आर्य समाज शांति नगर सोनीपत द्वारा संचालित दयानंद आदर्श माध्यमिक विद्यालय के शैक्षणिक सत्र 2023-2024 का परीक्षाफल घोषित कर दिया गया। जिसमें परीक्षा परिणाम सर्वोत्तम अंकों सहित शत प्रतिशत रहा। परीक्षा परिणाम की घोषणा के पश्चात सर्वाधिक अंक प्राप्त करने वाले प्रतिभाशील और मेधावी छात्र और छात्राओं को पाठ्य सामग्री प्रदान करके सम्मानित किया गया। विद्यालय प्रबंध समिति से हरिचंद स्नेही पाठ्य विद्यालय प्रधान, किशन चन्द डुडेजा प्रबंधक, श्याम लाल मुखी कोषाध्यक्ष, मनोज कुमार चावला प्रधानाचार्य और स्टॉफ सदस्यों द्वारा विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया।

कार्यकर्ता संगठन की करें चिंता : मनीष

रोहतक। भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ नेता और पूर्व सहकारिता मंत्री मनीष कुमार ग्रोवर ने कहा है कि किसी भी संगठन की गतिविधियों के लिए एक दूसरे का सहयोग जरूरी है, इसलिए माइक्रो डोनेशन के माध्यम से कार्यकर्ता संगठन की मजबूती के लिए बढ़ चढ़कर भाग लें। बूथ स्तर से लेकर शक्ति केंद्र तक इस अभियान में बढ़ चढ़कर काम करें। हुडा कॉम्प्लेक्स स्थित रोहतक विधानसभा के कार्यालय में आयोजित बैठक को संबोधित करते हुए पूर्व मंत्री ग्रोवर ने कहा कि किसी भी संगठन की गतिविधियों से संगठन की नीतियों का प्रचार प्रसार होता है और वह तभी संभव है, जब सभी कार्यकर्ता मिलकर संगठन के लिए तन मन धन से काम करें। संगठन किसी भी कार्यकर्ता के लिए सब कुछ होना चाहिए। हमें बेहद खुशी है कि हम एक ऐसे संगठन का हिस्सा है, जो विश्व का सबसे बड़ा राजनीतिक दल है। आने वाले समय में संगठन के प्रचार प्रसार के लिए सभी कार्यकर्ता माइक्रो डोनेशन अभियान को पूरे गंभीरता से लें।

नाराजगी | लघु सचिवालय में किसानों का धरना लगातार जारी

खराब फसलों का मुआवजा न मिलने के कारण सरकार से खफा हैं किसान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

अपनी खराब फसलों के मुआवजे के लिए दो महीने से गोहाना के लघु सचिवालय में अनिश्चितकालीन जिलास्तरीय धरने पर बैठे सोनीपत जिले के किसान बुधवार को तब भड़क गए जब सोनीपत संसदीय सीट के भाजपा प्रत्याशी की इस धरने को ले कर एक विवादास्पद टिप्पणी सोशल मीडिया पर वायरल हो गई।

पीएम फसल बीमा योजना में रिलायंस बीमा कम्पनी ने मुआवजे की पॉलिसियां ही रद्द कर दीं। कम्पनी पर एफ.आई.आर. दर्ज करवाने और मुआवजे के भुगतान के लिए सोनीपत जिले के किसानों ने 29 जनवरी से गोहाना में डेरा डाल रखा है तथा वे लघु सचिवालय में अनिश्चितकालीन धरने पर बैठे हैं। भाकियू पहले ही घोषणा कर चुकी है कि मुआवजा न मिलने के विरोध में सत्तारूढ़ दल के प्रत्याशी को गांवों में नहीं घुसने दिया जाएगा। बुधवार को भाकियू के प्रदेश उपाध्यक्ष सत्यवान नरवाल ने धरना स्थल पर भाजपा प्रत्याशी की सोशल मीडिया पर वायरल हो रही एक बाइट पत्रकारों को दिखाई और नेता की टिप्पणी को अन्नदाता के खुले अपमान की संज्ञा दी। सत्यवान नरवाल ने कहा कि भाजपा प्रत्याशी की टिप्पणी से साफ हो गया है कि वह और उनकी पार्टी की किसानों को ले कर सोच कितनी शोचनीय है। उन्होंने भाजपा प्रत्याशी ने अपने शब्द वापस लेने और बिना शर्त किसानों से तुरंत माफी मांगने की मांग की। धरने पर पाले राम, राम किशन, रमेश, करमबीर, जोगेंद्र, सतीश, बिजेंद्र, राजू, धर्मेंद्र, सूरजभान, सत्य नारायण, आजाद मोर आदि बैठे।

गोहाना। धरने पर बैठे हुए किसान। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

शिव नगर में रक्तदान शिविर एक अप्रैल को

गोहाना। सोनीपत जिला परिषद की पूर्व चेयरपर्सन कमला भावड़ के मार्गदर्शन में 1 अप्रैल को सुबह 9 बजे वार्ड नंबर 4 में स्थित शिव नगर की धर्मशाला में 5वां वार्षिक रक्तदान शिविर लगाया जाएगा। शिविर के मुख्य अतिथि सोनीपत संसदीय सीट के पूर्व सांसद जीतेंद्र मलिक होंगे। इस रक्तदान शिविर का संयोजन पूर्व चेयरमैन के पुत्र जगदीश भावड़ और पौत्र कंवर भावड़ करेंगे। विशेष सहयोग गोहाना केमिस्ट एंड ड्रगिस्ट एसोसिएशन के अध्यक्ष प्रदीप चहल का रहेगा। पूर्व चेयरपर्सन का परिवार 5 साल से इसी धर्मशाला में एक अप्रैल को रक्तदान शिविर आयोजित कर रहा है।

बच्चों को भौतिक विज्ञान के सिद्धांत समझाए

रोहतक। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कलानौर में विद्यार्थियों के समक्ष विज्ञान की कुछ सरल गतिविधियां करवाई गई। इसमें रिसोर्स पर्सन असिस्टेंट प्रोफेसर भौतिक संकाय हिंदू कॉलेज सोनीपत डॉक्टर राजीव वत्स ने विज्ञान के बारे में जानकारी दी। इसमें नौवीं व दसवीं कक्षा के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया व डॉ. वत्स द्वारा करवाई गई गतिविधियों की विद्यार्थियों द्वारा पुनरावृति की गई। जिसके लिए प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान पर रहे विद्यार्थियों को नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के प्रधानाचार्य सुरेंद्र सिंह ने डॉक्टर राजीव वत्स का बच्चों को विज्ञान की इन सरल गतिविधियों से परिचित करवाने के लिए आभार प्रकट किया।

ग्रामीणों को स्वच्छता के प्रति किया जागरूक

रोहतक। सत जीन्दा कल्याणा कॉलेज कलानौर में एनएसएस यूनिट एक सुनील महेंद्रा की टीम ने स्वयंसेवकों को आत्मरक्षा के गुर सिखाए तथा उन्हें शारीरिक बल का महत्व भी बताया। गांव आवंल में डोर टू डोर अभियान चलाकर ग्रामीणों को स्वच्छता बनाए रखने एवं सामाजिक बुराईयों से दूर रहने के लिए जागरूक किया। साथ ही बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ, स्वच्छ भारत, स्वस्थ भारत, दहेज प्रथा अभिशाप है आदि नारों के माध्यम से ग्रामवासियों को जागरूक किया गया।

रद हुई परीक्षाओं के दोबारा संचालन के लिए शिक्षा बोर्ड ने जारी किया शेड्यूल

12वीं के विद्यार्थियों ने दिया गणित का पेपर, एक नकलची पकड़ा गया

- गोहाना में रद हुए पेपरों की 4 व 5 अप्रैल को फिर से होगी परीक्षा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की 10वीं और 12वीं की बोर्ड कक्षाएं लगभग 1 माह से चल रही हैं। बुधवार को बुधवार को जिले में बनाए गए विभिन्न परीक्षा केंद्रों पर 12वीं कक्षा का गणित विषय का पेपर हुआ। नकल पर अंकुश लगाने के लिए बोर्ड फ्लाइंग ने परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण किया। इस दौरान गोहाना के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय से एक नकलची पकड़ा। जिसका यूएमसी बनाया गया है। इससे पहले भी बोर्ड की परीक्षाओं में नकल के मामले सामने आते रहे हैं।

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. वीपी यादव के उड़नदस्ते ने सोनीपत जिले में बनाए गए विभिन्न परीक्षा केंद्रों का औचक निरीक्षण किया। इस दौरान गोहाना के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बनाए गए परीक्षा केंद्र से निरीक्षण के दौरान एक परीक्षार्थी को नकल करते पकड़ा। जिसके खिलाफ कार्रवाई करते हुए यूएमसी बनाया गया। अन्य परीक्षा केंद्रों पर परीक्षा शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न हुई। शिक्षा अधिकारियों ने बताया कि रद्द हुए 10वीं कक्षा के अंग्रेजी विषय की परीक्षा का संचालन 4 अप्रैल को और 12वीं कक्षा के हिंदी विषय की परीक्षा का संचालन 5 अप्रैल को संबंधित जिला मुख्यालयों पर करवाया जाएगा।

परीक्षा का समय दोपहर 12:30 बजे से 3:30 तक

परीक्षाओं का समय दोपहर 12:30 बजे से सायं 03:30 बजे तक रहेगा। परीक्षार्थी को परीक्षा से 30 मिनट पूर्व यानी दोपहर 12:00 बजे तक केंद्र पर पहुंचना होगा। अधिकारियों का कहना है कि जो परीक्षार्थी राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर के खेलों में भाग लेने व अन्य कारणों से परीक्षा में शामिल नहीं हो पाए, ऐसे परीक्षार्थियों की हिंदी, शारीरिक शिक्षा, अंग्रेजी व गणित विषय की परीक्षाएं बोर्ड मुख्यालय पर स्थित सर्वपल्ली राधाकृष्णन विद्यालय, भिवानी में 4 से 7 अप्रैल तक दे सकेंगे।

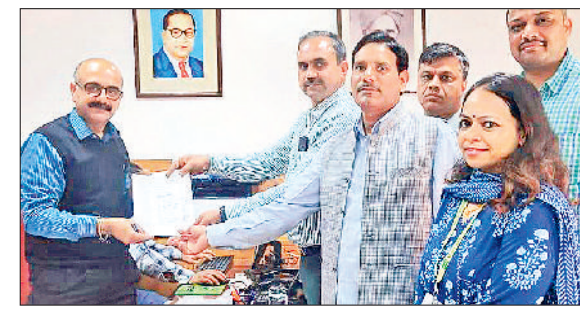
गोहाना में पेपर हुआ था आउट

सोनीपत जिले में 10वीं व 12वीं की बोर्ड परीक्षा को लेकर 84 परीक्षा केंद्र बनाए गए थे। परीक्षा को नकल रहित संचालित करने के लिए व्यापक कदम उठाए गए थे। उसके बावजूद गोहाना खंड के स्कूलों से पेपर आउट हो गए थे। 6 मार्च को गोहाना के गांव भावड़ में बनाए गए परीक्षा केंद्र से 12वीं कक्षा का हिंदी विषय का पेपर आउट हुआ था, वहीं अगले ही दिन 7 मार्च को गोहाना के गांव छतैहरा में बनाए गए परीक्षा केंद्र से 10वीं कक्षा का अंग्रेजी विषय का पेपर आउट हो गया था। बोर्ड अध्यक्ष डॉ. वीपी यादव ने संबंधित परीक्षा केंद्रों की दोनों ही दिन की परीक्षाएं रद्द कर दी थी।

पुराने रोल नंबर लेकर स्कूल ड्रेस में आएं परीक्षार्थी

बोर्ड अध्यक्ष ने बताया कि जिन परीक्षार्थी की कुछ विषयों की परीक्षाएं रद्द हुई हैं, ऐसे परीक्षार्थी शिक्षा बोर्ड की तरफ से पहले जारी किए गए रोल नंबर अनुसार ही निर्धारित तिथि व समय पर परीक्षा केंद्र पर पहुंचकर पेपर देंगे। नियमित परीक्षार्थियों को विद्यालय की पोशाक में आना होगा। परीक्षार्थी अपने साथ विद्यालय का पहचान पत्र, आधार कार्ड लेकर आना होगा।

विवि प्रबंधन को सौंपा अतिरिक्त कार्यभार का सामूहिक त्यागपत्र



सोनीपत। सामूहिक त्यागपत्र सौंपते हुए यूनियन के पदाधिकार एवं सदस्यगण।

- डीसीआरयूएसटी मुरथल में शिक्षकों ने जारी रखा विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, मुरथल के शिक्षकों ने अपना विरोध जारी रखते हुए बुधवार को अतिरिक्त कार्यभार का सामूहिक त्यागपत्र विश्वविद्यालय प्रशासन को सौंप दिया है। विश्वविद्यालय प्रशासन ने विद्यार्थियों के शैक्षणिक टूर को रोकने के लिए नया तुगलकी फरमान भी जारी कर दिया है। डीक्रूटा का आरोप है कि विश्वविद्यालय में अव्यवस्था का आलम है। विश्वविद्यालय के शिक्षक, कर्मचारी व विद्यार्थी स्वच्छ पानी के लिए तरस रहे हैं डीसीआरयूएसटी की शिक्षक यूनियन ने विश्वविद्यालय प्रशासन की नीतियों के खिलाफ अपना रोष जारी रखा है। डीक्रूटा ने विश्वविद्यालय प्रशासन को अतिरिक्त कार्यभार का सामूहिक त्यागपत्र सौंप दिया है। शिक्षक केवल विश्वविद्यालय के एक्ट के अनुसार पदों पर कार्य करेंगे, जिससे विद्यार्थियों के हितों के साथ किसी भी प्रकार का खिलवाड़ ना हो। विश्वविद्यालय प्रशासन से गुहार लगाई है कि शिक्षकों को केवल विद्यार्थियों को पढ़ाने तक ही सीमित रखा जाए व विश्वविद्यालय प्रशासन द्वारा प्रतिदिन बेवजह बनाई जा रही कमेटियों का हिस्सा न बनाया जाए। डीक्रूटा ने आरोप लगाया है कि विश्वविद्यालय प्रशासन आए दिन नए नए फरमान जारी कर रहा है।

लंबित केसों के निपटारे में बार-बेंच को मिलकर करनी चाहिए पहल : खेत्रपाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। न्यायाधीश का स्वागत करते हुए जिला बार प्रधान।

पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय के न्यायाधीश अनिल खेत्रपाल ने कहा कि लंबित केसों के निपटारे में बार-बेंच को मिलकर पहल करनी चाहिए। बार और बेंच के बीच संबंध हमेशा ही मधुर होने चाहिए, तभी न्याय प्रणाली सुचारू तरीके से चल पाएगी। यह प्रयास दोनों ही तरफ से किया जाना चाहिए।

जस्टिस अनिल खेत्रपाल बुधवार को जिला बार एसोसिएशन के मीटिंग रूम में अधिवक्ताओं को संबोधित कर रहे थे। उनका बार में पहुंचने पर प्रधान अनिल ढुल व अन्य कार्यकारिणी सदस्यों ने बुके देकर स्वागत किया। उनके साथ जिला एवं सत्र न्यायाधीश (सेशन जज) प्रमोद गोयल भी मौजूद रहे। न्यायाधीश ने कहा कि सभी अधिवक्ताओं को आम लोगों को न्याय दिलाने के लिए सदैव आगे रहकर निष्पक्ष कार्य करना चाहिए। उन्होंने कहा कि आम लोगों को न्यायपालिका पर अनेक उम्मीद है। न्यायाधीश अनिल खेत्रपाल के सामने एसोसिएशन प्रधान अनिल ढुल ने अधिवक्ताओं के चैंबर दिलवाने की मांग की। उन्होंने कहा कि नए चैंबर की आवश्यकता है। इसके साथ ही उन्होंने नई कोर्ट से पुरानी कोर्ट तक कॉरिडोर बनाने की मांग भी की। भूमि अधिग्रहण से संबंधित मामले लगातार बढ़ रहे हैं। साथ ही चेक बाउंस के मामलों में लगातार इजाफा हो रहा है। इनके जल्द निपटान के लिए अलग से कोर्ट होनी चाहिए। न्यायाधीश ने उनकी मांगों पर सार्थक कदम उठाने का आश्वासन दिया है।

कंफेक्शनरी संचालक से की मारपीट

गन्नौर। आमलेट देने से मना करने पर तीन युवकों ने एक कन्फेक्शनरी की दुकान संचालक को मारपीट कर गंभीर रूप से घायल कर दिया। घायल युवक के दोस्त ने मामले की शिकायत थाना गन्नौर में दी। शिकायत में हलदाना गांव के रहने वाले जयभगवान ने बताया कि 25 मार्च को अपने गांव के दोस्त अमित उर्फ मीता की गढी कला के पास स्थित कन्फेक्शनरी की दुकान के पास गया हुआ था। शाम 4 बजे एक मोटरसाइकिल पर तीन लड़के सवार होकर आए। उन्होंने अमित को आमलेट बनाने को कहा तो अमित ने समय न होने के चलते आमलेट बनाने से मना कर दिया। जिसके चलते पारस नाम के युवक ने फ्राई पैन उठाकर अमित पर हमला कर दिया। पारस के दोनों साथियों ने भी अमित के साथ मारपीट की। पास मौजूद लोगों ने झगड़ा शांत करवाया तो आरोपितों ने उसे जान से मारने की धमकी दी।

मन्नत मांगने वाले भक्तों की मुराद पूरी करते हैं बाबा श्याम : शर्मा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| राई

- बाबा श्याम के दरबार में समाजसेवी प्रतिक शर्मा आशीर्वाद लेने पहुंचे

गांव जांटी कलां में फूलों की होली खेलते हुए श्याम बाबा का भव्य कीर्तन का आयोजन किया गया। आयोजनकर्ता श्री श्याम सेवा समिति के सदस्यों ने बाबा का आशीर्वाद लेने आए समाजसेवी प्रतीक राजकुमार शर्मा का स्वागत किया। कार्यक्रम में पंडित राकेश कौशिक को बच्चों की जान बचाने का बेहतर कार्य करने पर लिए समाजसेवी राजकुमार शर्मा ने सामाजिक तौर से पंडित राकेश कौशिक का सम्मान व पुरस्कृत किया। सम्मान किए जाने पर जांटी कलांवासियों ने राकेश कौशिक को बधाई दी। पंडित दीपक शर्मा प्रोग्राम में समा बाधते हुए बाबा श्याम का गुणगान कर अपने भजनों द्वारा सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। समाजसेवी प्रतिक शर्मा ने समिति द्वारा किए कार्य की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे धार्मिक कार्यक्रमों के आयोजन से लोगों में धार्मिक भावना बढ़ती है। बाबा श्याम भक्तों की मन्नत मांगने पर मुराद पूरी करते है। बाबा श्याम की कृपा भक्तों पर हमेशा बनी रहती है। उन्होंने कहा कि बाबा श्याम कलयुग के अवतार है। इस शुभ अवसर पर श्री श्याम सेवा समिति के सदस्य अशोक कुमार, रेणु कौशिक, अनिल तुषीर, निशांत कौशिक, अमित शर्मा एवं भजन गायक रिंकू श्याम दीवाना, गौरव कुशवाह, शुभम ठाकुर, इंशु गौड़ आदि ने अपनी प्रस्तुति दी।

राई। समाजसेवी प्रतीक राजकुमार शर्मा पंडित राकेश कौशिक को सम्मानित करते हुए।

फेडरेशन कप नेटबॉल में किया शानदार प्रदर्शन

सोनीपत। खरखौदा में 20 मार्च, 2024 से 24 मार्च 2024 तक आयोजित 15वीं फेडरेशन कप नेटबॉल में लिटल एंजल्स स्कूल के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन कर अपने विद्यालय का नाम रोशन किया। इस चैंपियनशिप में लिटल एंजल्स स्कूल की खुशी दहिया व हर्षिका मलिक ने हरियाणा की तरफ से खेलते हुए स्वर्ण पदक प्राप्त किया। हरियाणा ने 24/27 के स्कोर से कर्नाटक की टीम को हराकर यह जीत हांसिल की। इस चैंपियनशिप में विभिन्न राज्यों की आठ टीमों के लगभग 100 खिलाड़ियों ने भाग लिया। दोनों बच्चों की इस जीत ने अपने विद्यालय व जिले का नाम रोशन किया। विद्यालय के चेयरमैन तरसेम गर्ग, सेक्रेटरी डॉ. विशाल गर्ग, प्रधानाचार्या आशा गोयल व उपप्रधानाचार्या गीता अरोड़ा ने विजयी छात्रों को बधाई व शुभकामनाएं दीं। प्रधानाचार्या आशा गोयल ने खिलाड़ियों की खेल भावना को सराहा और भविष्य में बेहतर खेल प्रदर्शन के लिए प्रेरित किया।

नकदी छीनने का आरोपी गिरफ्तार

गोहाना। शहर थाना गोहाना की पुलिस ने फल विक्रेता से नकदी छीनने की घटना मे संलिप्त आरोपित शहर में वाल्मीकि बस्ती के शुभम उर्फ खोतिया व विष्णु नगर के सोनू को गिरफ्तार किया। पुलिस ने आरोपितों से छह हजार रुपये बरामद किए। न्यायालय के आदेश पर उनको न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया। मूल रूप से बिहार में समस्तीपुर के गढ़ी बिस्नपुर के दलीप गोहाना में गढ़ी सराय नामदार खां में रहते हैं। वे क्षेत्र में फल बेचते हैं। 20 मार्च को उसने पुलिस को शिकायत दी थी कि वह अनाज बेचकर घर जा रहा था। जब वह सोनीपत रोड स्थित ट्रैक्टर एजेंसी के निकट पहुंचा तो बाइक पर आए तीन युवक उससे 9500 रुपये छीन कर फरार हो गए। जांच अधिकारी सहायक उप निरीक्षक संदीप ने पुलिस टीम के साथ आरोपित शुभम व सोनू ो गिरफ्तार किया।

बेहतर प्रदर्शन करने वाले छात्र प्रशंसा पत्र और उपहार देकर सम्मानित किए

- बीआर ग्लोबल स्कूल में प्रधानाचार्य ने छात्रों के उज्जवल भविष्य की कामना की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

खेड़ी रोड स्थित बी आर ग्लोबल विद्यालय में प्री प्राईमरी से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों का वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित किया गया। विद्यार्थियों का परीक्षा परिणाम शत प्रतिशत रहा। कक्षा में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र,पदक और उपहार दे कर सम्मानित किया गया। अभिभावकों के साथ छात्र अपने परीक्षा परिणाम को लेकर बहुत उत्साहित और प्रदर्शन को लेकर संतुष्ट दिखाई दिए। अभिभावकों ने विद्यालय की कार्यप्रणाली और शिक्षकों के प्रति आभार प्रकट किया जिनके मार्गदर्शन और मेहनत से उनके बच्चे सफलता की ऊंचाई को छू रहे हैं। विद्यालय के निदेशक राकेश यादव और प्रधानाचार्या पूजा पहल ने सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कामना की कि भविष्य में भी वे और मेहनत करें जिससे अपने विद्यालय और माता पिता के नाम को रौशन कर सकें।

गन्नौर। मेधावी छात्रों को सम्मानित करते प्रधानाचार्या पूजा पहल व शिक्षक।

युवक का रास्ता रोककर मारपीट करने का आरोप

- घायल के बयान पर पुलिस ने आरोपित के खिलाफ किया मुकदमा दर्ज

सोनीपत। मोहाना थाना क्षेत्र में दोस्त को उसके घर छोड़कर वापिस आ रहे युवक का रास्ता रोककर लोहे की रॉड व सूओं से हमला कर घायल करने के आरोप का मामला सामने आया है। घायल ने मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस हमलावरों की तलाश कर रही है।

गांव माझरी निवासी इंद्रवेश ने बताया कि गत 25 मार्च को करीब पांच बजे वह अपने दोस्त लविश को मोहाना गांव में उसके घर छोड़ने के लिए गया था। उसे छोड़कर वापिस आ रहा था। वह जाजी रोड पर सरकारी अस्पताल मोहाना के पास पहुंचा। उसी दौरान मोहाना निवासी विनित, नवनीत, व शिवम् उर्फ गांधी निवासी नैना व उसके पांच सात दोस्त खड़े थे। जोकि मोटरसाइकिल व कार में सवार होकर पहुंचे थे। उसे रास्ते में रोक लिया। उसके बाद उसके साथ गाली-गलौच करने लगे। विरोध करने पर लोहे की रॉड, बिट्टों व सुओं से हमला कर घायल कर दिया। उसके बाद जान से मारने की धमकी देकर फरार हो गए। घायल अवस्था में उपचार के लिए अस्पताल में पहुंचा। जहां उपचार के बाद उसे रेफर कर दिया। परिजन उसे लेकर निजी अस्पताल में चले गए। जहां उसका उपचार चल रहा है। मामले को लेकर पुलिस को अवगत करवाया। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत आरोपितों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। जांच अधिकारी एचसी सुखबीर सिंह ने बताया कि मामले की गंभीरता से जांच की जा रही है। जल्द से जल्द आरोपितों के खिलाफ आगामी कार्यवाही अमल में लाई जायेगी।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो वह निम्न टेलीफोन नम्बरों पर कार्यालय समय पर सूचित करें :-
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 0130-2989288, 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. 2000/- रु. 2500/-

+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
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन 0130-4012310, 9253681028

अपराध व कानून व्यवस्था को लेकर समीक्षा गोष्ठी का आयोजन

लोकसभा चुनाव को लेकर दिए उचित दिशा-निर्देश

- नशे की तस्करी करने वालों के खिलाफ ठोस कार्य योजना तैयार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। बैठक के दौरान मौजूद पुलिस कर्मी।

जिले में अपराध व कानून एवं व्यवस्था बनाएं रखने के लिए समीक्षा गोष्ठी का आयोजन किया गया। बैठक में पुलिस विभाग में तैनात पूर्व जोन के सभी एसीपी, ईचार्जा अपराध शाखा, थाना प्रबंधक, व चौकी प्रभारी मौजूद रहे। विभाग के अधिकारियों की तरफ से चुनावों के मुद्देनजर रखते हुए गोष्ठी में चर्चा की गई। जिसमें जिले में घटित अपराध के आंकड़ों का विश्लेषण किया व कानून व्यवस्था को बेहतर बनाने हेतु विचार विमर्श किया। मीटिंग में उन्होंने अपराधिक आंकड़ों की तुलनात्मक समीक्षा करते हुए पिछली अपराध समीक्षा गोष्ठी में उठाए गए व पुलिस हेडक्वार्टर पंचकूला एवं पुलिस आयुक्तालय सोनीपत से प्राप्त हुए बिंदुओ पर थानावार चर्चा की। उन्होंने कहा कि हरियाणा पुलिस द्वारा सेफ सिटी कैंपेन चलाया हुआ है। उसके तहत हमे आमजन के साथ महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करनी है। महिला विरुद्ध अपराध में आरोपितों की गिरफ्तारी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। डीसीपी पूर्व जोन गौरव राजपुरोहित ने कहा कि थाना व चौकियों पर आने वाली शिकायतों का कानून के दायरे में रहते हुए प्राथमिकता के आधार पर निपटारा समय पर करना जरूरी है। थाने में आने वाले लोगों से प्रेम पूर्वक व्यवहार करें और उनकी शिकायतों का तुरंत प्रभाव से निपटारा कर पुलिस विभाग की छवि के लिए काम करें। साथ ही नशे की व्यापक स्तर पर तस्करी करने वालो के खिलाफ ठोस कार्य योजना तैयार की गई ताकि युवा पीढ़ी को इसकी गिरफ्त में आने हेतु उचित कदम उठाए जा सके। उन्होंने कहा कि हम सभी को टीम के तौर पर अच्छी नियत के साथ ईमानदारी से कार्य करें। सभी थाना प्रभारियों को निर्देश दिए कि अपने-अपने थाना के पेंडिंग केसों व केस प्रॉपर्टी का शीघ्र से शीघ्र निपटारा करवाए। पुराने वाहन जो थानों में खड़े हैं उनको डिस्पोज करने हेतु दिशा निर्देश दिए। उन्होंने सभी एसएचओ को निर्देश दिए की अपने अपने थाना क्षेत्र में नाकाबंदी कर वाहन चलाते समय मोबाइल फोन का प्रयोग करने वाले,ओवर स्पीड,बिना नंबर प्लेट तथा बुलेट वाहनों से पटाखे बजाने वालो वाहन चालकों के खिलाफ मोटर वाहन अधिनियम के तहत सख्त व प्रभावी कार्रवाई करें। कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए पुलिस पूरी तरह से मुस्तैद है।

भोगीपुर में आग से झुलसी महिला, रोहतक पीजीआई में दाखिल

गन्नौर। भोगीपुर गांव में एक महिला आग से बुरी तरह से झुलस गई। विवाहिता को रोहतक पीजीआई में दाखिल करवाया गया है। महिला के पिता ने महिला के पति व सास पर उसकी बेटी को आत्महत्या करने के लिए मजबूर करने का आरोप लगाया है। शिकायत में कामी गांव के जय भगवान ने बताया कि उसने अपनी बेटी आरती की शादी भोगीपुर गांव के महेश के साथ की थी। आरती ने उन्हें बताया था कि उसकी सास व पति महेश उसे दहेज के लिए प्रताड़ित कर रहे हैं। गत सोमवार को आरती ने उन्हें फोन कर कहा कि वह उसे घर ले जाएं नहीं तो उसका मुंह भी नहीं देख पाएंगे। बुधवार की सुबह उनके दामाद महेश ने उन्हें फोन पर बताया कि आरती बिजली से झुलस गई है। उसे अस्पताल ले जा रहे हैं।