हरिभूमि
सोनीपत भूमि
रोहतक, गुरुवार 4 जून 2026

तापमान
अधिकतम 42.1 डिग्री
न्यूनतम 22.8 डिग्री

11 मुरथल विवि में13 योजनाओं पर खर्च होंगे 3.39 करोड़

12 भाजपा प्रदेश अध्यक्ष डॉ. गुप्ता का किया स्वागत

खबर संक्षेप

अवैध हथियार रखने के आरोप में तीन गिरफ्तार

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस ने अवैध हथियार रखने के तीन अलग-अलग मामलों में तीन आरोपितों को गिरफ्तार किया है। आरोपितों की पहचान देवीपुरा कॉलोनी निवासी सुमित उर्फ चंद्रमोहन, प्रिंस तथा आदर्श नगर निवासी चेतराम उर्फ हिटलर के रूप में हुई है। पुलिस ने नाकाबंदी के दौरान तीनों को काबू किया। तलाशी में सुमित के पास से एक देशी पिस्तौल और कारतूस, जबकि प्रिंस और चेतराम के पास से एक-एक देशी पिस्तौल बरामद हुई। तीनों के खिलाफ संबंधित धाराओं के तहत केस दर्ज कर अदालत में पेश किया गया, जहां से उन्हें न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया।

घर में घुसकर हमला करने का आरोप, केस

सोनीपत। रामनगर निवासी एक चालक ने दो युवकों पर घर में घुसकर हमला करने का आरोप लगाया है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मारपीट का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पीड़ित सूरज ने बताया कि 31 मई की रात गोलू और कनु नामक युवक उसके घर में घुस आए और नुकीले हथियार व लाठी से हमला कर घायल कर दिया। सूरज ने आरोप लगाया कि आरोपित नकदी और आभूषण भी ले गए, लेकिन पुलिस जांच में इसकी पुष्टि नहीं हो सकी। पुलिस का कहना है कि फिलहाल मारपीट का मामला दर्ज किया गया है और जांच जारी है।

चोरी का आरोपी गिरफ्तार आभूषण व नकदी बरामद

सोनीपत। क्राइम यूनिट सेक्टर-27 की पुलिस ने घर से आभूषण और नकदी चोरी करने के मामले में एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। आरोपित की पहचान कैलाश कॉलोनी निवासी जतिन उर्फ गोली के रूप में हुई है। पुलिस ने उसके कब्जे से चोरी किए गए आभूषण और 1,500 रुपये बरामद किए हैं। पुलिस के अनुसार कैलाश कॉलोनी निवासी रोहतास ने 28 मई को शिकायत दी थी कि घर का ताला तोड़कर चोर आभूषण और 20 से 22 हजार रुपये नकदी चोरी कर ले गए। शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज किया था। मामले की जांच के दौरान पुलिस ने आरोपित को गिरफ्तार कर अदालत में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया।

डेंगू-मलेरिया से बचाव का पाठ पढ़ा रहा विभाग, अस्पताल में ही पनप रहे मच्छर

नागरिक अस्पताल के मेडिकल स्टोर, नेत्र रोग और फिजियोथेरेपी ओपीडी के पास कई दिनों से जलभराव

विभाग कर रहा लार्वा नष्ट करने के दावे अस्पताल परिसर की व्यवस्था पर उठे सवाल

जिले में डेंगू के पांच मरीज मिलने के बाद भी अस्पताल परिसर में नहीं सुधरी स्थिति

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

हरिभूमि सरोकार

स्वास्थ्य विभाग जहां एक ओर शहर ही नहीं, बल्कि ग्रामीण अंचल में भी घर-घर जाकर अभियान के तहत डेंगू-मलेरिया की रोकथाम का संदेश देकर लोगों को जागरूक करने का काम कर रहा है, वहीं विभाग के घर रूपी दिल्ली रोड स्थित नागरिक अस्पताल में सीवरेज व्यवस्था जाम होने से हुए जलभराव में मच्छर पनप रहे हैं। अस्पताल परिसर में मेडिकल स्टोर के पास कई दिनों से जलभराव की स्थिति बनी हुई है। इतना ही नहीं, नेत्र रोग व फिजियोथेरेपी ओपीडी के समक्ष खुला सीवर भी बीमारियों को न्योता दे रहा है। यहां जलभराव होने से मच्छरों की भरमार है। ऐसे में अस्पताल में इलाज के लिए आने वाले मरीजों की परेशानी बढ़ सकती है।

संक्रमण का खतरा

विभाग का दावा है कि अस्पताल परिसर में हुए जलभराव पर हर सप्ताह दवा का छिड़काव किया जा रहा है। उधर, मरीजों का कहना है कि प्रबंधन को लोगों की समस्या को देखते हुए जल्द समाधान करवाना चाहिए। लोगों ने नाम प्रकाशित न करने की शर्त पर बताया कि नागरिक अस्पताल परिसर में हुआ जलभराव और खुले सीवर स्वास्थ्य विभाग की व्यवस्थाओं पर सवालिया निशान खड़े कर रहे हैं। अस्पताल में मेडिकल स्टोर, नेत्र रोग व फिजियोथेरेपी ओपीडी के पास जमा दूषित पानी में बड़ी संख्या में मच्छर पनप रहे हैं। इससे इलाज कराने आए मरीजों और उनके परिजनों में संक्रमण फैलने का खतरा बढ़ गया है।

सोनीपत। नागरिक अस्पताल परिसर में सीवर जाम होने से हुए जलभराव में पनप रहे मच्छर

रोजाना करीब 1800 ओपीडी

बता दें कि नागरिक अस्पताल में रोजाना करीब 1800 से अधिक लोग स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ ले रहे हैं। ऐसे में अस्पताल परिसर में ही पनप रहे मच्छर मरीजों में संक्रमण का खतरा बढ़ा सकते हैं। आशंका है कि खुले सीवर और जलभराव के कारण पैदा हो रहे मच्छर डेंगू, मलेरिया जैसी बीमारियों को बढ़ावा दे सकते हैं। मरीज अस्पताल में बीमारियों का इलाज कराने पहुंचते हैं, जबकि परिसर में फैली गंदगी और मच्छरों के कारण उन्हें अन्य बीमारियों का अंदेशा बना रहता है। खुले और जाम सीवर से फैले दूषित पानी पर कीड़े-मकोड़े मंडराने से स्वास्थ्य सेवाओं के उचित प्रबंध नजर नहीं आ रहे हैं।

अलर्ट पर होने का दिखावा

बता दें कि मौसम के अनुसार जिले में अब तक डेंगू के 5 मरीज सामने आ चुके हैं। इस बीच अस्पतालों व स्वास्थ्य केंद्रों में तैयारियों को दिखाकर अलर्ट होने का दावा किया जा रहा है, जबकि जागरूकता बढ़ाने वाले अधिकारियों व कर्मचारियों के घर में ही स्थिति विपरीत नजर आ रही है। उच्च अधिकारियों को दिखावे के नाम पर विभिन्न क्षेत्रों में डोर-टू-डोर सर्वे कर मच्छरों के लार्वा नष्ट करने के दावे किए जा रहे हैं, लेकिन अस्पताल परिसर में जलभराव और सीवरेज जाम की स्थिति पर कोई ध्यान नहीं है।

सीवरेज को जल्द ठीक करवाया जाएगा

अस्पताल परिसर में सीवरेज जाम व जलभराव के बारे में जानकारी नहीं है। अगर कहीं सीवरेज जाम व जलभराव की स्थिति है, तो जल्द समस्या का समाधान करवाकर पानी निकलवाया जाएगा। मच्छरों को पनपने से रोकने के लिए जल्द दवाई का छिड़काव करवाएंगे। इस बारे में तुरंत कर्मचारियों को बोला जाएगा। अस्पताल में इलाज के लिए आने वाले मरीजों की सुविधाओं के लिए उचित भरसक प्रयास किए जा रहे हैं।
-**डॉ. योगेश गोयल**, उप सिविल सर्जन, नागरिक अस्पताल, सोनीपत

हर सप्ताह दवाई का छिड़काव करवा रहे

अस्पताल में हुए जलभराव में हर सप्ताह दवाई का छिड़काव करवाया जा रहा है। फिलहाल अस्पताल परिसर में विभिन्न निर्माण संबंधी कार्य चल रहे हैं। इसी के चलते सीवर जाम होने से जलभराव की स्थिति उत्पन्न हुई है। अगर ज्यादा जलभराव हो गया है, तो कल दोबारा दवाई का छिड़काव करवाया जाएगा।
-**बलबीर सिंह**, हेल्थ इंस्पेक्टर, नागरिक अस्पताल, सोनीपत

ऑनलाइन अपॉइंटमेंट और शेयर ट्रेडिंग के झांसे में फंसे दो लोग 51.97 लाख की साइबर ठगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

जिले में साइबर ठगों ने दो अलग-अलग मामलों में दो लोगों से कुल 51.97 लाख रुपये की ठगी कर ली। एक मामले में अस्पताल में ऑनलाइन अपॉइंटमेंट दिलाने के नाम पर किसान को निशाना बनाया गया, जबकि दूसरे मामले में शेयर बाजार में निवेश पर मोटे मुनाफे का लालच देकर लाखों रुपये हड़प लिए गए। दोनों मामलों में साइबर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

गांव मटिंडू निवासी किसान जितेंद्र ने पुलिस को बताया कि वह 24 मई को कृष्णावती अस्पताल में ऑनलाइन अपॉइंटमेंट लेना चाहते थे। उन्होंने गूगल पर अस्पताल का नंबर खोजकर संपर्क किया। फोन उठाने वाले व्यक्ति ने खुद को अस्पताल कर्मचारी बताते हुए पांच रुपये शुल्क जमा कराने की बात कही। इसके बाद वीडियो कॉल के जरिए मोबाइल पर कुछ प्रक्रिया करवाई गई। इसी दौरान ठग ने पीड़ित के खाते से 4 लाख 58 हजार 594 रुपये निकालकर चार अलग-अलग खातों में ट्रांसफर कर दिए।

निवेश पर 20 से 30 प्रतिशत तक लाभ का झांसा दिया

दूसरे मामले में शहर निवासी अनिल को शेयर ट्रेडिंग में निवेश पर 20 से 30 प्रतिशत तक लाभ का झांसा दिया गया। ठगों ने खुद को एक कंपनी का कर्मचारी बताकर पहले मुफ्त ऑनलाइन क्लास दी और फिर निवेश के लिए प्रेरित किया। विश्वास में आने के बाद अनिल ने 15 अप्रैल से 25 मई के बीच 17 अलग-अलग बैंक खातों में 47 लाख 39 हजार 220 रुपये ट्रांसफर कर दिए। बाद में कोई लाभ नहीं मिलने पर उन्हें ठगी का पता चला। दोनों पीड़ितों ने राष्ट्रीय साइबर हेल्पलाइन 1930 पर शिकायत दर्ज कराई। इसके बाद साइबर थाना पुलिस ने संबंधित धाराओं के तहत प्राथमिकी दर्ज कर बैंक खातों और मोबाइल नंबरों के आधार पर जांच शुरू कर दी है।

खरखौदा में बिजली निगम का खुला दरबार आज

खरखौदा ग्रामीण क्षेत्रों में बिजली संबंधी समस्याओं के समाधान और प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से बुधवार को खंड कार्यालय खरखौदा में विशेष शिविर आयोजित किया जाएगा। शिविर सुबह 10 बजे शुरू होगा। खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी सुरेंद्र आर्य ने बताया कि शिविर के दौरान प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना की विस्तृत जानकारी दी जाएगी। साथ ही बिजली आपूर्ति, बिल, ट्रांसफार्मर, बिजली पोल, तारों तथा अन्य विद्युत संबंधी समस्याओं की सुनवाई कर उनके समाधान के लिए आवश्यक कार्रवाई की जाएगी। पंचायत समिति चेयरमैन सतेंद्र दहिया उर्फ सत्ते रोहट ने सभी सरपंचों से अपील की है कि वे लोगों को इसकी जानकारी दें।

एशियन चैंपियनशिप में नाहरा के दीपांशु का स्वर्णिम दांव

वियतनाम में अंडर-17 कुश्ती चैंपियनशिप में 92 किलोग्राम वर्ग में जीता स्वर्ण पदक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

- लगातार तीसरे वर्ष अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पदक जीतकर बढ़ाया देश का मान

गांव नाहरा के युवा पहलवान दीपांशु ने वियतनाम के दा नांग शहर में आयोजित 23वीं अंडर-17 एशियन कुश्ती चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक जीतकर देश, प्रदेश और जिले का नाम रोशन किया है। 28 से 31 मई तक आयोजित इस प्रतियोगिता में दीपांशु ने 92 किलोग्राम भार वर्ग में शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम किया। स्वदेश लौटने पर दिल्ली एयरपोर्ट पर उनका जोरदार स्वागत किया गया। उनकी इस उपलब्धि से क्षेत्र में खुशी की लहर है और युवा खिलाड़ियों में नया उत्साह देखने को मिल रहा है।

सोनीपत। पहलवान दीपांशु का स्वागत करते खेल प्रेमी।

ग्रामीणों ने दीपांशु की सफलता का श्रेय उनकी कड़ी मेहनत, अनुशासन और समर्पण को दिया।

दीपांशु के पिता रविंद्र किसान हैं, जबकि उनके दादा मेहताब दिल्ली पुलिस से सेवानिवृत्त हैं। परिवार के सहयोग से उन्होंने कम उम्र में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बनाई है। दीपांशु ने कहा कि एशियन चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक जीतना उनके लिए गर्व की बात है, लेकिन उनका अंतिम लक्ष्य भारत के लिए ओलंपिक पदक जीतना है। दीपांशु के चाचा रोबिन दहिया ने बताया कि वह 2023 में जॉर्डन में रजत और 2024 में थाईलैंड में कांस्य पदक जीत चुके हैं। उनकी इस उपलब्धि के सम्मान में जल्द ही गांव में अभिनंदन समारोह आयोजित किया जाएगा।

नीट की परीक्षा 21 को, तैयारियों को लेकर प्रशासन अलर्ट

पेपर से दो दिन पहले सभी परीक्षा केंद्रों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

- 8 केंद्रो पर 2668 परीक्षार्थी देंगे पेपर

राष्ट्रीय पात्रता सह प्रवेश परीक्षा (नीट) की तैयारियों को लेकर प्रशासन अलर्ट है। बुधवार को उपायुक्त नेहा सिंह ने परीक्षा की तैयारियों को लेकर प्रशासन की उच्च स्तरीय बैठक लेकर आवश्यक दिशा निर्देश दिए। गौरतलब है कि पेपर लीक होने से रद हुई परीक्षा अब 21 जून को होगी। परीक्षा के शांतिपूर्ण, पारदर्शी और सफलतापूर्वक संपन्न कराने के लिए जिला प्रशासन द्वारा व्यापक तैयारियां कर रहा है। उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी परीक्षा केंद्रों पर निर्धारित मानक संचालन प्रक्रियाओं (एसओपी) की कड़ाई से पालना सुनिश्चित की जाए। कैंप कार्यालय में आयोजित समीक्षा बैठक में उपायुक्त ने बताया कि जिले में 8 परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं, जहां 2668 परीक्षार्थी परीक्षा देंगे। उन्होंने निर्देश दिए कि परीक्षा से दो दिन पहले सभी केंद्रों पर सीसीटीवी कैमरे स्थापित किए जाएं तथा फ्लाइंग स्क्वॉड और ड्यूटी मजिस्ट्रेट की नियुक्ति सुनिश्चित की जाए। परीक्षा केंद्रों पर पेयजल, छाया, बिजली, शौचालय, चिकित्सा सहायता और बैठने की समुचित व्यवस्था करने के भी निर्देश दिए गए। उपायुक्त ने बताया कि परीक्षार्थी केवल हाफ बाजू के कपड़े पहनकर परीक्षा केंद्र में प्रवेश कर सकेंगे। मोबाइल फोन, ब्लूटूथ, इयरफोन, घड़ी, गहने, बेल्ट और हैंडबैग ले जाने की अनुमति नहीं होगी। परीक्षार्थी अपने साथ एडमिट कार्ड, वैध पहचान पत्र तथा पारदर्शी पानी की बोतल ला सकते हैं।

बैठक में एसडीएम सोनीपत सुभाष चंद्र, नगराधीश सिमरन, एसीपी अमित धनखड़, जीएम रोडवेज संजय कुमार, जिला शिक्षा अधिकारी नवीन गुलिया सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

सोनीपत। तैयारियों को लेकर समीक्षा बैठक लेतीं उपायुक्त नेहा सिंह।

इन दिनों सोनी सब चैनल के शो 'यादें' में दिग्विजय यानी डिग्गी के किरदार में अर्जुन पुंज नजर आ रहे हैं। वे फिटनेस को लाइफ के लिए बहुत इंपॉर्टेंट मानते हैं। यहां अपनी फिटनेस, डाइट प्लान और मेंटल हेल्थ के बारे में अर्जुन बता रहे हैं अपनी जुबानी।

फिटनेस सिर्फ बॉडी नहीं सोच-जिंदगी भी बदलती है

फिटनेस फंडा

अर्जुन पुंज

मेरा मानना है कि अच्छी जिंदगी के लिए हेल्दी और फिट रहना बहुत जरूरी है। फिटनेस सिर्फ अच्छे दिखने के लिए नहीं होती, बल्कि अंदर से स्वस्थ रहना भी उतना ही जरूरी है। शरीर एक मंदिर की तरह होता है। अगर लगातार खुद को फिट रखा जाए, तो यही शरीर बढ़ती उम्र में सबसे ज्यादा साथ देता है। हो सकता है कि अभी उसका असर तुरंत दिखाई न दे, लेकिन आगे चलकर वही फिटनेस काम आती है।

सलमान खान से मिली प्रेरणा: मेरे लिए हमेशा से सबसे बड़े फिटनेस आइडल सलमान खान रहे हैं। जब मैं पांचवीं या छठी क्लास में था, तब उनकी फिल्म 'प्यार किया तो डरना क्या' आई थी। उसमें 'ओ ओ जाने जाना' गाने में उन्हें देखकर मैं बहुत इंस्पायर हुआ था। तभी मैंने सोच लिया था कि बड़ा होकर खुद को जरूर फिट रखूंगा। और भी कलाकार फिट रहे हैं, लेकिन सलमान खान ने जिस तरह जिम और बॉडी बिल्डिंग कल्चर को लोगों के बीच लोकप्रिय बनाया, वह शानदार है। आज भी बड़ी संख्या में युवा उनको फॉलो कर रहे हैं।

एनर्जेटिक रहना भी है जरूरी: यदि प्रोफेशन की बात करें, तो टीवी इंडस्ट्री में फिट दिखना जरूरी होता है। लेकिन आम लोगों के लिए सबसे जरूरी चीज है एनर्जेटिक महसूस करना। सिर्फ दिखने के लिए खुद को भूखा रखना, बहुत ज्यादा डाइटिंग करना या हर पसंद की चीज छोड़ देना सही नहीं है। इससे इंसान बाहर से फिट दिख सकता है, लेकिन अंदर से अच्छा महसूस नहीं करता। 12-12 घंटे काम करने वाले लोगों के लिए खुद को एनर्जेटिक रखना सबसे जरूरी है। यदि इंसान अंदर से खुश और एनर्जेटिक रहेगा, तो उसका असर उसके काम और आस-पास के माहौल पर भी दिखाई देगा।

डाइट प्लान: मैं सुबह नाश्ता नहीं करता। इसे इंटरमिटेंट फास्टिंग कहते हैं। रात को सवा आठ बजे तक खाना खा लेता हूं और फिर अगले दिन सीधे लंच करता हूं। इससे शरीर को थोड़ा आराम मिलता है। हर चीज जो 24 घंटे लगातार चलती रहती है, उसे थोड़ा ब्रेक मिलना चाहिए, दिल को छोड़कर। मैं नॉन-वेजिटेरियन हूं, इसलिए लंच में दाल, रोटी, सब्जी, सलाद के साथ कभी-कभी फिश या चिकन भी शामिल होता है। शाम को ओटमील, नट्स और फल लेता हूं और रात में अच्छा डिनर करता हूं। मुझे लगता है कि अच्छा डिनर करके आराम से इंटरमिटेंट फास्टिंग करना ज्यादा बेहतर है। फिट रहने के लिए मैं खुद को किसी चीज से दूर नहीं रखता। सब खाता हूं, लेकिन लिमिट में। यदि जरूरत से ज्यादा खाएंगे, तो सिर्फ वर्कआउट से फर्क नहीं पड़ेगा। संडे को छोले-भटूरे भी खाता हूं और चीट-डे पर पिज्जा, पास्ता, बर्गर भी चलता है। जिंदगी को एंजॉय करना भी जरूरी है। अच्छा खाना नहीं मिलेगा, तो इंसान थोड़ा मायूस रहेगा और फिर काम में भी मजा नहीं आएगा।

वर्कआउट में बैलेंस जरूरी: मेरा वर्कआउट वेट ट्रेनिंग और बॉडी वेट एक्सरसाइज दोनों का मिश्रण है। डंबल्स के साथ-साथ पुशअप्स, पुलअप्स जैसी एक्सरसाइज भी करता हूं। लंबे समय तक शरीर को मजबूत रखने के लिए दोनों चीजें जरूरी हैं। यदि लगातार शरीर से काम लिया जाए, तो बढ़ती उम्र में भी हर दिन के काम आसानी से होते हैं और सहारे की जरूरत कम पड़ती है।

मेंटल हेल्थ प्लानिंग: मेंटली स्ट्रॉन्ग रहने के लिए अंदर से मजबूत होना जरूरी है। अच्छे समय में तो हर इंसान खुश रहता है, लेकिन असली परीक्षा तब होती है, जब जिंदगी में मुश्किल समय चल रहा हो। जब काम नहीं हो, चीजें समझ नहीं आ रही हों और जिंदगी उलझी हुई लगे, तब भी पॉजिटिव बने रहना बहुत जरूरी है। खुद पर और ऊपर वाले पर भरोसा रखना चाहिए कि जो होगा, अच्छे के लिए होगा। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. प्रणव घोड़गांवकर

लीड न्यूरो-सर्जन एंड ऑन्को-ब्रेन सर्जन, कोकिलाबेन अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

- *10वां बड़ा कारण है ब्रेन ट्यूमर भारत में विभिन्न रोगों से होने वाली मौतों का।*
- *आंकड़ों के अनुसार 3.2 लाख से अधिक लोगों की मौतें दुनिया भर में हर साल ब्रेन ट्यूमर के कारण होती हैं।*

स्पेशल: वर्ल्ड ब्रेन ट्यूमर-डे, 8 जून

हर वर्ष दुनिया में कई लाख लोग ब्रेन ट्यूमर की वजह से अपनी जान गंवा देते हैं। आमतौर पर इसे लाइलाज माना जाता है, जबकि सच्चाई यह है कि अगर समय रहते इसका पता चल जाए तो पूरा ट्रीटमेंट संभव है। इसलिए जरूरी है कि इसके प्रति अवेयर रहें और इसके लक्षण दिखने पर प्रॉपर डायग्नोसिस और ट्रीटमेंट करवाया जाए। इस बारे में डिटेल में जानिए।

घबराएं नहीं-सजग रहें क्योरेबल है ब्रेन ट्यूमर

आधुनिक मेडिकल साइंस में हुई चमत्कारिक प्रगति के कारण मस्तिष्क या ब्रेन ट्यूमर के संदर्भ में अब घबराने की नहीं बल्कि जागरूक होने की जरूरत है। ऐसे ट्यूमर से ग्रस्त लोगों और उनके परिजनों को यह बात याद रखनी चाहिए कि समय रहते पता चलने पर ब्रेन ट्यूमर का अब समुचित उपचार संभव है।

क्या है ब्रेन ट्यूमर

जैसे शरीर के अन्य भागों में कोशिकाओं की असामान्य व अनियंत्रित वृद्धि के कारण कैंसर पनपता है, ठीक वैसे ही मस्तिष्क की कोशिकाओं (जिन्हें न्यूरॉन्स कहा जाता है) में अनियंत्रित व असामान्य वृद्धि होने से जो गांठ बन जाती है, उसे ब्रेन ट्यूमर कहते हैं। ब्रेन कैंसर का एक स्वरूप है- ब्रेन ट्यूमर। एक अध्ययन से पता चला है कि समस्त प्रकार के ब्रेन कैंसर, ट्यूमर होते हैं, किंतु सभी ब्रेन ट्यूमर कैंसर नहीं होते हैं।

ब्रेन ट्यूमर के प्रकार

मस्तिष्क में स्थित जो ट्यूमर कैंसर रहित होते हैं, उन्हें बिनाइन ब्रेन ट्यूमर कहा जाता है और जिन ट्यूमर्स में कोशिकाओं की अनियंत्रित वृद्धि से गांठ पड़ जाती है, उन्हें मैलिग्नेंट या 'कैंसरस' ब्रेन ट्यूमर कहते हैं। ब्रेन ट्यूमर में मस्तिष्क के टिश्यूज असामान्य रूप से तेजी से बढ़ते हैं, जिसके परिणामस्वरूप मस्तिष्क के आंतरिक भाग में दबाव बढ़ता है। नतीजतन सिरदर्द आदि समस्याएं शुरू हो जाती हैं।

प्राइमरी और मेटास्टेटिक ट्यूमर: जो ब्रेन ट्यूमर मस्तिष्क में उत्पन्न होते हैं, उन्हें प्राइमरी ब्रेन ट्यूमर कहा जाता है और जो ट्यूमर मस्तिष्क से परे शरीर के दूसरे अंगों जैसे किडनी, लिवर और फेफड़ों आदि के जरिए मस्तिष्क तक पहुंचते हैं, उन्हें सेकेंडरी या मेटास्टेटिक ब्रेन ट्यूमर कहते हैं।

ब्रेन ट्यूमर के कारण

ब्रेन ट्यूमर होने का कोई एक निश्चित व विशिष्ट कारण अभी तक ज्ञात नहीं हो सका है। हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार व्यक्ति की जेनेटिक प्रोग्रामिंग की सीक्वेंसिंग में होने वाली गड़बड़ी या जींस से संबंधित गड़बड़ियों के कारण ज्यादातर ट्यूमर उत्पन्न होते हैं। बावजूद इसके कुछ ऐसी स्थितियां हैं, जिनके परिणामस्वरूप इसके होने का जोखिम बढ़ सकता है। जैसे-

विकिरण (रेडिएशन) युक्त अनहेल्दी माहौल: जिस माहौल में आप रहते हैं, वहां पर किसी रासायनिक या अन्य विषाक्त गैसों का रेडिएशन रिस्की हो सकता है। अगर किसी वस्तु या स्थान से रेडिएशन हो रहा है तो कालांतर में ऐसे माहौल में रहने से ब्रेन ट्यूमर का जोखिम बढ़ सकता है।

ब्रेन ट्यूमर के सामान्य लक्षण

ब्रेन ट्यूमर के कोई स्पेसिफिक लक्षण नहीं होते हैं। सिर में लगातार दर्द रहना, लेकिन कालांतर में तेज सिरदर्द होना। ब्रेन ट्यूमर का दर्द आमतौर पर सुबह के वक्त ज्यादा होता है। सिरदर्द के साथ उल्टी होना। उल्टी के बाद सिरदर्द में तात्कालिक तौर पर राहत मिल जाती है। शरीर के किसी भाग जैसे दाएं हाथ व पैर या बाएं हाथ और पैर में कमजोरी महसूस करना। बोलने में दिक्कत महसूस होना। किसी बात को समझने या फिर भाषा को समझने में दिक्कत। ट्यूमर न्यूरॉन्स को दबाते हैं, जिसके कारण मिर्गी के दौरे पड़ते हैं। नेत्र ज्योति का कम होते जाना या धुंधला दिखाई पड़ना। मेमोरी कमजोर होना। पढ़ने या लिखने में परेशानी महसूस करना। हर वस्तु का दोहरा (डबल) स्वरूप दिखाई पड़ना। शारीरिक संतुलन खोना या चक्कर आना। स्वाद व सूंघने की शक्ति का कमजोर होना जैसे लक्षण दिख सकते हैं।

डायग्नोसिस के तरीके

सीटी स्कैन (ब्रेन): इसकी सहायता से मस्तिष्क के आंतरिक भागों की फोटो देखकर मर्ज की स्थिति का आकलन किया जाता है।

एमआरआई (ब्रेन): इसके अंतर्गत रेडियो सिग्नल की मदद से मस्तिष्क की संरचना से संबंधित जानकारियां ली जाती हैं।

फंक्शनल एमआरआई (ब्रेन): फंक्शनल एमआरआई की जांच से ब्रेन ट्यूमर की सर्जरी अब कहीं ज्यादा बेहतर हो चुकी है। इसका कारण यह है कि इस विशिष्ट एमआरआई से मस्तिष्क के आंतरिक भाग की गतिविधियों और ट्यूमर के कारण मस्तिष्क के अमुक भाग में हुई क्षति का सटीक आकलन किया जा सकता है।

इलाज के तरीके

सर्जरी: जांचों के आधार पर न्यूरो सर्जन यह बात सुनिश्चित करते हैं कि ब्रेन ट्यूमर का आकार और उसकी स्थिति क्या है। इसके बाद ही ट्यूमर की सर्जरी का निर्णय लिया जाता है।

एंडोस्कोपिक सर्जिकल प्रक्रिया: ब्रेन ट्यूमर को हटाने में इस प्रक्रिया का भी सहारा लिया जाता है।

विकिरण (रेडिएशन) थेरेपी: इन दिनों प्रचलन में जारी लगभग सभी रेडिएशन थेरेपीज 'फोकस्ड' या 'टारगेटेड' होती हैं। फोकस्ड या टारगेटेड से यहां आशय ऐसी रेडिएशन थेरेपी से है, जिससे कैंसरग्रस्त कोशिकाओं या ट्यूमर के अलावा आसपास स्थित अन्य स्वस्थ टिश्यूज और कोशिकाओं को कोई नुकसान नहीं पहुंचता। कैंसरग्रस्त ट्यूमर को हटाने के लिए विकिरण चिकित्सा का सहारा लेते हैं।

गामा नाइफ: यह एडवांस रेडियोथेरेपी प्रोसीजर है। इस आधुनिक प्रोसीजर से ट्यूमर को खत्म करते हैं।

साइबर नाइफ रेडिएशन थेरेपी: अगर ट्यूमर का आकार टेढ़ा है या फिर अंडाकार है, तो ऐसे मामलों में साइबर नाइफ बेहतर साबित होता है।

प्रोटॉन बीम थेरेपी: कैंसर के इलाज में यह सबसे आधुनिक चिकित्सा पद्धति है। इसमें ब्रेन ट्यूमर को हटाने के लिए प्रोटॉन की किरणों का उपयोग करते हैं, जबकि ज्यादातर रेडिएशन थेरेपी में एक्स-रे का उपयोग होता है।

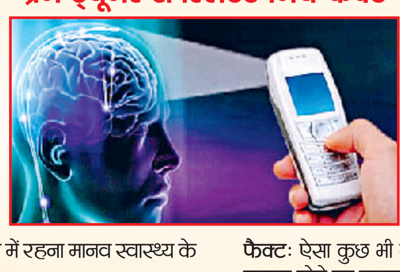
कीमोथेरेपी: इसके अंतर्गत ट्यूमर को समाप्त करने के लिए दवाओं का उपयोग किया जाता है।

ब्रेन ट्यूमर से बचाव

फिलहाल किसी वैक्सीन या दवा से ब्रेन ट्यूमर से बचाव संभव नहीं है। हालांकि धूम्रपान, शराब या अन्य नशों से दूर रहकर आप काफी हद तक स्वस्थ बने रह सकते हैं, लेकिन ये सब बातें प्राइमरी ब्रेन ट्यूमर्स से बचाव के संदर्भ में लागू नहीं होतीं। हां, सेकेंडरी ब्रेन ट्यूमर्स (मेटास्टेटिक) को परोक्ष रूप से स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल कर रोका जा सकता है।*

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

ब्रेन ट्यूमर से रिलेटेड मिथ-फैक्ट



मिथ: तमाम लोगों का ऐसा मानना है कि मोबाइल फोन का अधिक इस्तेमाल कालांतर में ब्रेन ट्यूमर का कारण बन सकता है।

फैक्ट: ब्रिटेन के यूनिवर्सिटी कॉलेज, लंदन में हुए एक अध्ययन के अनुसार अभी तक दुनिया भर में जो शोध, अध्ययन हुए हैं, उनसे यह बात प्रमाणित नहीं होती कि मोबाइल फोन से ब्रेन ट्यूमर होता है। बावजूद इसके तस्वीर का दूसरा पहलू यह है कि लंबे समय तक विकिरण (रेडिएशन) के प्रभाव में रहने से शरीर पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। इसलिए विकिरण रहित स्वच्छ पर्यावरण व वातावरण में रहना मानव स्वास्थ्य के लिए बहुत सुरक्षित होता है।

मिथ: तनावग्रस्त रहने से ब्रेन ट्यूमर होता है।

फैक्ट: इस तरह की धारणा बेबुनियाद है। ऐसे किसी शोध व अध्ययन से फिलहाल यह जानकारी नहीं मिली है कि तनावग्रस्त रहने से व्यक्ति ब्रेन ट्यूमर से ग्रस्त होता है।

मिथ: युवाओं को ब्रेन ट्यूमर नहीं होता।

फैक्ट: ब्रेन ट्यूमर सभी आयु वर्ग के लोगों को अपनी गिरफ्त में ले सकता है। चाहे वे युवा हों, वयस्क या फिर बुजुर्ग। इसका उम्र से कोई संबंध नहीं होता है।

मिथ: उम्र बढ़ने पर ब्रेन ट्यूमर के मामले भी बढ़ते जाते हैं। यानी ओल्ड एज में इसकी आशंका बढ़ जाती है।

फैक्ट: ऐसा कुछ भी नहीं है। किसी भी व्यक्ति के जीवनकाल में मैलिग्नेंट ब्रेन ट्यूमर होने का खतरा 1 प्रतिशत से कम होता है।

डाइट सजेशन

शिखर चंद जैन

आज की फास्ट लाइफस्टाइल में लोग अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड यानी रेडी टू ईट या फ्रोजेन या पैक्ड फूड्स का सेवन काफी करने लगे हैं। इससे फिजिकल हेल्थ पर तो कई तरह से बुरा असर पड़ता ही है, कई मेंटल प्रॉब्लम्स भी हो सकती हैं। एक स्टडी में इस बात का खुलासा हुआ है। इसलिए इस बारे में जानना बहुत जरूरी है।

मेंटल हेल्थ को प्रभावित करता है अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड

अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड के सेवन से लिवर फैट, कोलेस्ट्रॉल बढ़ने, मोटापा, माइग्रेन, हाई ब्लड प्रेशर जैसी समस्याएं तो होती ही हैं। इसके अलावा इससे मानसिक स्वास्थ्य पर भी प्रतिकूल असर पड़ता है। इस संबंध में कई शोध ऐसे हो चुके हैं जिनसे यह बात प्रमाणित होती है। ऐसे कुछ शोध अमेरिका की संस्था सैपियन लैब्स में हुए, जो वैश्विक मानसिक स्वास्थ्य और मानव मस्तिष्क की कार्यप्रणाली का अध्ययन करती है। इसका मुख्य उद्देश्य मानसिक स्वास्थ्य में गिरावट के कारणों को समझना और 'ग्लोबल माइंड प्रोजेक्ट' के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य भागफल का डेटा एकत्र करना है। यह 'मेंटल हेल्थ मिलियन प्रोजेक्ट' द्वारा मानसिक स्वास्थ्य का आकलन भी करती है। सेपियन लैब्स की 2025 की 'ग्लोबल माइंड हेल्थ' रिपोर्ट में यह पाया गया कि 18-34 वर्ष के युवाओं में मानसिक स्वास्थ्य बिगड़ने का एक मुख्य कारण अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड का अधिक सेवन है। भारत में इस आयु वर्ग के 44 प्रतिशत युवा इसका सेवन कर रहे हैं, जो अवसाद और कम भावनात्मक नियंत्रण से जुड़ा है।

क्या कहती है लेटेस्ट रिसर्च

अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड और मानसिक स्वास्थ्य के बीच के संबंध पर हालिया रिसर्च काफी चौंकाने वाली है। मानसिक स्वास्थ्य सूचकांक में गिरावट के कारणों से संबंधित रिसर्च में पाया गया कि जो लोग दिन में 3 बार या उससे अधिक अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड (जैसे चिप्स, सोडा, इंस्टेंट नूडल्स, फ्रोजन मील) खाते हैं, उनका 'मेंटल हेल्थ कोशेंट' उन लोगों की तुलना में बहुत कम होता है, जो इसे कभी-कभार खाते हैं।

युवाओं पर गहरा असर

संस्थान के द्वारा किए गए अध्ययन में पाया गया है कि भारत में 18-34 वर्ष के लगभग 44 प्रतिशत युवा भारी मात्रा में अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड का सेवन कर रहे हैं। इस समूह में डिप्रेशन (अवसाद), एंग्जायटी (घबराहट) और इमोशनल कंट्रोल की कमी के मामले सबसे अधिक देखे गए। इनका अधिक सेवन मस्तिष्क के उन हिस्सों को प्रभावित करता है, जो भावनाओं को नियंत्रित करते हैं।

मेंटल हेल्थ पर दुष्प्रभाव

अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड्स के मेंटल हेल्थ पर पड़ने वाले असर के बारे में वैज्ञानिकों ने इस शोध में तीन मुख्य कारण बताए हैं-

गट-ब्रेन एक्सिस: अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड में मौजूद प्रिजर्वेटिव्स और आर्टिफिशियल स्वीटनर्स, पेट के अच्छे बैक्टीरिया को खत्म कर देते हैं। चूंकि 90 प्रतिशत सेरोटोनिन (हैप्पी हार्मोन) पेट में बनता है, इसलिए खराब पाचन सीधे तौर पर खराब मूड और तनाव का कारण बनता है।

न्यूरो-इंफ्लेमेशन: अल्ट्रा प्रोसेस्ड खाद्य पदार्थों में मौजूद 'इमल्सीफायर्स' मस्तिष्क में सूजन पैदा कर सकते हैं, जिससे सोचने-समझने की क्षमता और याददाश्त पर बुरा असर पड़ता है।

पोषक तत्वों की कमी: इस शोध में यह भी पाया गया कि अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड खाने वाले लोगों के मस्तिष्क को जरूरी ओमेगा-3 और विटामिन नहीं मिल पाते, जिससे मानसिक थकान बढ़ती है।

व्यवहार में आए बदलाव

अधिक अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड खाने वाले लोगों में 'कॉग्निटिव डिक्लाइन' (मानसिक क्षमताओं में गिरावट) के लक्षण जल्दी देखे गए हैं। इनमें छोटी-छोटी बातों पर चिड़चिड़ापन और ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई यानी ब्रेन फॉग भी शामिल होता है।

समस्या का समाधान

इस रिसर्च से जुड़े वैज्ञानिकों का सुझाव है कि आहार में 70 प्रतिशत से अधिक हिस्सा 'होल फूड्स' (फल, सब्जियां, दालें, अनाज) का होना चाहिए। यदि अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड का सेवन दिन में एक बार से कम कर दिया जाए, तो मानसिक स्वास्थ्य स्कोर में 15-20 प्रतिशत तक सुधार देखा जा सकता है।

हार्मफुल अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड

शुगरी ड्रिंक्स और सोडा: कोला, एनर्जी ड्रिंक्स और पैकेट वाले 'फ्रूट जूस' (जिनमें चीनी/रंग ज्यादा होता है), सीधे तौर पर मानसिक सुस्ती और चिड़चिड़ापन बढ़ाते हैं।

इंस्टेंट नूडल्स और सूप: इनमें 'एमएसजी' यानी मोनो सोडियम ग्लूकानेट और अत्यधिक सोडियम होता है, जो मस्तिष्क की नसों पर दबाव डाल सकता है और 'ब्रेन फॉग' (मानसिक धुंधलापन) पैदा करता है।

फ्रोजन और रेडी-टू-ईट मील: फ्रोजन पिज्जा, बर्गर पेटीज और पैकेट बंद स्नैक्स आदि में 'इमल्सीफायर्स' होते हैं, जो पेट की परत को नुकसान पहुंचाकर मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

स्वीट ब्रेकफास्ट सीरियल्स: इनमें रिफाइंड शुगर बहुत ज्यादा होती है, जिससे 'शुगर क्रैश' होता है और थकान बढ़ती है।

प्रोसेस्ड मीट: प्रोसेस्ड मीट में मौजूद 'नाइट्रेट्स' शरीर में सूजन बढ़ाते हैं।

बरतें सावधानी

यदि किसी फूड पैकेट के पीछे 5 से ज्यादा सामग्री लिखी हैं, या ऐसे नाम लिखे हुए हैं, जिन्हें आप पढ़ या समझ नहीं पा रहे तो इस बात की संभावना अधिक है कि वह फूड आइटम अल्ट्रा-प्रोसेस्ड है। *

ये हैं हेल्दी डाइट ऑप्शंस

नारियल पानी, नीबू पानी या छाछ पीने की आदत डालें। इनमें नेचुरल इलेक्ट्रोलाइट्स होते हैं, जो मूड सुधारते हैं। व्हाइट ब्रेड या मीठे सीरियल्स के बजाय ओट्स, दलिया या पोहा खाना फायदेमंद है क्योंकि ये धीरे-धीरे एनर्जी रिलीज करते हैं, जिससे बॉडी में शुगर लेवल स्थिर रहता है। आलू के चिप्स या कुरकुरे की बजाय भुने हुए मखाने, चने या नट्स (बादाम, अखरोट) आदि लें। नट्स में मौजूद ओमेगा-3 फैटी एसिड मस्तिष्क के लिए सुपरफूड जैसा काम करता है। इंस्टेंट नूडल्स के विकल्प के रूप में सूजी की सिंवइयां या घर का बना पास्ता खाएं। इनमें प्रिजर्वेटिव्स नहीं होते और ये सुपाच्य होते हैं। बिस्किट या कुकीज नहीं, ताजे फल या डार्क चॉकलेट (70 प्रतिशत कोको) खाएं। कई स्टडीज में सामने आया है कि डार्क चॉकलेट तनाव कम करने वाले हार्मोन रिलीज करती हैं।

केयर

रेखा देशराज

प्रदूषण, तनाव, नींद की कमी, अनहेल्दी डाइट जैसी वजहों से इन दिनों अधिकांश लोग हेयर प्रॉब्लम्स से परेशान रहते हैं। वास्तव में हेयर प्रॉब्लम्स की वजह हमारे स्कैल्प से जुड़ी होती है। इसलिए हेयर के साथ स्कैल्प हेल्थ पर पूरा ध्यान देना जरूरी है।

जब स्कैल्प हेल्थ रहेगी सही नहीं होगी कोई हेयर प्रॉब्लम

घने, काले, मजबूत और चमकदार बालों की चाह हर कोई करता है। बालों को सुंदरता, आत्मविश्वास और व्यक्तित्व का महत्वपूर्ण हिस्सा माना जाता रहा है। लेकिन दिलचस्प यह है कि अब ब्यूटी इंडस्ट्री का फोकस केवल बालों की लंबाई, कालेपन और उनकी चमक तक नहीं रहा बल्कि 'स्कैल्प हेल्थ' ही बालों की असली सुंदरता और मजबूती की वजह माना जाने लगा है। कई हेल्थ एक्सपर्ट्स भी स्कैल्प हेल्थ को बालों की अच्छी सेहत के लिए जरूरी मानते हैं।

हाल के सालों में पुरुषों का गंजापन पहले से बहुत ज्यादा बढ़ गया है। डैंड्रफ और हेयर क्लीनिंग की समस्या से पुरुष और महिलाएं समान रूप से परेशान रहते हैं। स्कैल्प हेल्थ कोई ब्यूटी ट्रेंड नहीं बल्कि सिर की त्वचा को लेकर बढ़ी सजगता है। क्योंकि लोग अब इस बात को समझने लगे हैं कि बालों की असली खूबसूरती इनकी बाहरी चमक में नहीं बल्कि उनकी मजबूत जड़ों में छिपी है।

क्या है स्कैल्प हेल्थ: स्कैल्प हमारे सिर की त्वचा को कहते हैं, जहां पर बाल उगते हैं। इसलिए अगर त्वचा साफ है, संतुलित है, नमीयुक्त है और स्वस्थ है, तो गारंटी है कि बाल मजबूत होंगे और घने होंगे। लेकिन यदि सिर की त्वचा में अत्यधिक तेल रहेगा, डैंड्रफ का कब्जा होगा, सूखापन होगा और संक्रमण होगा या ब्लड सर्कुलेशन की कमी होगी, तो निश्चित रूप से बालों की कई तरह की समस्याएं सामने आएंगी। ऐसे में बालों की जड़ें कमजोर होने लगती हैं और तमाम दूसरी समस्याएं भी उभरकर सामने आती हैं। इसलिए अब विशेषज्ञ बालों की समस्याओं को हेयर प्रॉब्लम की बजाय स्कैल्प प्रॉब्लम के रूप में देखने लगे हैं और इसके निवारण के लिए सिर की त्वचा को स्वस्थ बनाने के संबंध में कई तरीके बता रहे हैं।

इसलिए बढ़ी अवेयरनेस: स्कैल्प हेल्थ को लेकर सजगता इसलिए बढ़ी है क्योंकि युवाओं में हेयर फॉल की समस्या, तनाव, प्रदूषण, खराब खान-पान और हार्मोनल असंतुलन के कारण काफी ज्यादा बढ़ गई है और साधारण शैंपू के यूज से ये प्रॉब्लम दूर नहीं होती हैं। जिस तरह लोग चेहरे की त्वचा के लिए क्लीनिंग, मॉयश्चराइजिंग और सन प्रोटेक्शन का सहारा ले रहे हैं, उसी तरह अब स्कैल्प केयर जैसी सोच बालों के लिए भी जरूरी हो गई है। इसलिए एक्सपर्ट्स के अनुसार अब बालों को केवल धोना काफी नहीं रहा बल्कि स्कैल्प की सफाई, पोषण और संतुलन भी जरूरी हो गया है। आज की तेज रफ्तार जिंदगी, नींद की कमी, तनाव, मानसिक थकान, इस सबके मिले-जुले प्रभाव के कारण बालों पर घातक असर पड़ रहा है। इसलिए स्कैल्प मसाज इन दिनों काफी लोकप्रिय हो रही है।

बैलेंस्ड माइक्रोबायोम: हमारी स्कैल्प पर लाखों सूक्ष्म जीव होते हैं, जो संतुलित रहें तो स्कैल्प स्वस्थ रहता है और अगर अधिक केमिकल, बार-बार की जाने वाली स्टाइलिंग या गलत उत्पादों से इनका संतुलन बिगड़ जाता है, तो बालों की तमाम समस्याएं पैदा हो जाती हैं। इसलिए अब माइल्ड और स्कैल्प फ्रेंडली उत्पादों की मांग बढ़ गई है। साथ ही स्कैल्प की नियमित सफाई, तेल की हल्की मसाज के साथ-साथ बालों की सेहत के लिए स्वस्थ भोजन भी जरूरी है, जिसमें प्रोटीन, आयरन, विटामिन शामिल हों। *

ऐसे हेल्दी रहेगा स्कैल्प

- हफ्ते में दो से तीन बार हल्के शैंपू से बालों की सफाई करें।

- बालों को कभी भी बहुत गर्म पानी से न धोएं।
- सप्ताह में एक बार हल्की तेल मालिश जरूर करें।
- तनाव और नींद की कमी से बचें।
- स्वस्थ और पौष्टिक भोजन करें।
- जरूरत से ज्यादा केमिकल प्रोडक्ट का इस्तेमाल न करें।
- अत्यधिक हेयर फॉल हो तो विशेषज्ञ से सलाह लें।

आठ तक टेंडर अलॉट करवाकर मरम्मत व नवीनीकरण कार्यों के श्रीगणेश का लिया निर्णय

मुरथल विवि की कई बार किरकिरी के बाद 13 योजनाओं पर खर्च होंगे ₹3.39 करोड़

छात्रवास भवनों से लेकर पुस्तकालय, डाइनिंग हॉल की छत, जेसीबी ब्लॉक सी-टाइप फ्लैटों, एसी-वाटर कूलर जैसी सुविधाओं का होगा विस्तार

सोनीपत। मुरथल विश्वविद्यालय में खस्ताहाल कैमिकल ब्लॉक भवन, क्रिकेट अकादमी में कमरे, टूटे दरवाजे व खिड़की, छात्रवास भवन में जर्जर लेंटर, दीवारें व परिसर में अधूरा पड़ा पार्किंग क्षेत्र का निर्माण।

रविंद्र ठाकुर ▶▶| सोनीपत

मुरथल स्थित दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विवि (डीसीआरयूएसटी) में लंबे समय से बनी अव्यवस्थाओं के जल्द दिन फिरने वाले हैं। विवि प्रबंधन ने परिसर में विभिन्न 13 योजनाओं पर 3.39 करोड़ रुपये की राशि कर सुधार लाने की रणनीति तैयार की है। योजनाओं में छात्रवास भवनों से लेकर डाइनिंग हॉल की छत, 22 बी प्रकार के मकानों, जेसीबी ब्लॉक, 36 सी-टाइप फ्लैटों की मरम्मत सहित विभिन्न भवनों में स्थापित एसी-वाटर कूलर के रखरखाव पर राशि खर्च करने का निर्णय लिया है। प्रबंधन ने सभी योजनाओं को लेकर 1 जून को टेंडर प्रक्रिया शुरू कर दी है। साथ ही 8 जून तक टेंडर आवंटित करवाकर मरम्मत कार्यों को शुरू करवाने का निर्णय लिया है।बता दें कि मुरथल विवि लंबे समय से विभिन्न अव्यवस्थाओं को लेकर समय-समय पर कर्मचारियों व विद्यार्थियों के धरने-प्रदर्शन का सामना करता आया है।

अलग खबर

स्टाफ-विद्यार्थी 12 सितंबर 2025 को विधानसभा विषय समिति के निरीक्षण के दौरान विवि के मुद्दों को उठा चुके हैं। विवि की बढ़ती फजीहत को देख प्रबंधन ने मरम्मत व नवीनीकरण संबंधी कार्य करवाने का निर्णय लिया है।

देशी ही नहीं, विदेशी छात्र भी संवार रहे भविष्य

मुरथल रोड पर करीब 275 एकड़ में फैले मुरथल विवि में विभिन्न पाठ्यक्रमों के माध्यम से करीब 4500 विद्यार्थी विज्ञान, इंजीनियरिंग, वास्तुकला, प्रबंधन, मानविकी, बायोटैक, बायोमेडिकल की पढ़ाई कर अपना भविष्य सुधार रहे हैं। इनमें हरियाणा, दिल्ली, उत्तर प्रदेश, पंजाब, हिमाचल प्रदेश सहित विदेशों से आए कई विद्यार्थी भी शामिल हैं। विश्वविद्यालय में अत्याधुनिक लैब, डिजिटल लाइब्रेरी, इंडस्ट्री-अकादमिक सहयोग, एआई एवं 3डी प्रिंटिंग लैब जैसी सुविधाओं के साथ विद्यार्थियों को आधुनिक तकनीकी शिक्षा दी जा रही है। जर्जर होती इमारतों, पुस्तकालय में छत से प्लास्टर गिरने, एसी बंद होने, शोरनुमा पंखे लगाने, हादसे को न्योता देती कैमिकल ब्लॉक की दीवार, खस्ताहाल छात्रवास से लेकर स्टाफ क्वार्टर जैसी समस्याओं पर विश्वविद्यालय की किरकिरी हो चुकी है।

किस कार्य पर कितनी राशि होगी खर्च

1.	डीक्रस्ट में लड़कों के छात्रावास संख्या 1 की मरम्मत	28.76 लाख
2.	लड़कों के छात्रावास संख्या 2 की मरम्मत	27.05 लाख
3.	लड़कों के छात्रावास संख्या 3 की मरम्मत	34.75 लाख
4.	लड़कों के छात्रावास संख्या 4 की मरम्मत	24.49 लाख
5.	डीक्रस्ट के बीएच-1 और बीएच-2 के डाइनिंग हॉल की छत की टाइल वाली टेरेस का नवीनीकरण	13.65 लाख
6.	डीक्रस्ट में 22 बी प्रकार के मकानों का वार्षिक रखरखाव (डिस्टेंपरिंग और पेंटिंग)	34.43 लाख
7.	लड़कों के छात्रावास संख्या 1 और 2 में टाइल के अग्रभागों की विशेष मरम्मत	58.63 लाख
8.	डीक्रस्ट में जेसीबी ब्लॉक की मरम्मत	29.07 लाख
9.	डीक्रस्ट में 36 सी-टाइप फ्लैटों (सी-75 से सी-110) का वार्षिक रखरखाव	21.31 लाख
10.	जी-टाइप हाउस (1-20) का वार्षिक रखरखाव	12.69 लाख
11.	डीक्रस्ट में सीवीआर ब्लॉक की मरम्मत	23.93 लाख
12.	विक्रम सरबाही ब्लॉक (मैकेनिकल ब्लॉक) की मरम्मत	18.17 लाख
13.	विभिन्न भवनों में स्थापित एसी-वाटर कूलर के लिए व्यापक वार्षिक रखरखाव अनुबंध	12.19 लाख

टेंडर प्रक्रिया शुरू

विश्वविद्यालय में दाखिलों की बढ़ती संख्या को देख विद्यार्थियों व स्टाफ सदस्यों के लिए सुविधाओं में सुधार लाने का प्रयास किया जा रहा है। परिसर में छात्रावास भवनों, डाइनिंग हॉल की छत, 22 बी प्रकार के मकानों, जेसीबी ब्लॉक, 36 सी-टाइप फ्लैटों की मरम्मत जैसी 13 योजनाओं पर मरम्मत व नवीनीकरण के कार्य करवाने का निर्णय लिया गया है। इसके लिए प्रबंधन ने करीब 3.39 करोड़ रुपये का बजट तैयार टेंडर प्रक्रिया शुरू कर दी है। जल्द ही टेंडर प्रक्रिया पूरी करवाकर निर्माण कार्यों को शुरू करवाया जाएगा।

- प्रो. प्रकाश सिंह, कुलपति, डीसीआरयूएसटी, मुरथल

जॉब सिक्योरिटी लेटर पंद्रह तक नहीं मिलने पर आंदोलन

सोनीपत। बैठक के दौरान मौजूद यूनियन के पदाधिकारी एवं सदस्यगण।

- कौशल रोजगार निगम कर्मचारियों के रिकॉर्ड सत्यापन में देरी पर जताई चिंता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

हरियाणा संयुक्त कर्मचारी मंच से संबद्ध हुडा जन स्वास्थ्य कर्मचारी यूनियन की जिला कार्यकारिणी सभा यूनियन कार्यालय, एचएसवीपी कॉम्प्लेक्स सेक्टर-15 में आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता जिला प्रधान सुरेंद्र सिंह ने की, जबकि संचालन राज्य कार्यालय सचिव समेश कुमार ने किया। सभा को संबोधित करते हुए प्रदेश अध्यक्ष आरके नागर ने बताया कि मुख्य प्रशासक एचएसवीपी पंचकूला ने 29 मई को सभी कार्यकारी अभियंताओं को कौशल रोजगार निगम कर्मचारियों के ईपीएफ, शैक्षणिक प्रमाणपत्र और अन्य लंबित दस्तावेज 1 जून तक मुख्यालय भेजने के निर्देश दिए थे। उन्होंने आरोप लगाया कि एचएसवीपी सोनीपत के दोनों मंडलों से अब तक किसी कर्मचारी का रिकॉर्ड दोबारा सत्यापन के लिए मुख्यालय नहीं भेजा गया है, जिससे कर्मचारियों में चिंता बनी हुई है।

ये रहे मौजूद

आरके नागर ने कहा कि नव नियुक्त कार्यकारी अभियंता एवं अधीक्षक अभियंता अजीत सिंह ने सोनीपत आने और लंबित मांगों पर आदेश जारी करने का आश्वासन दिया था, लेकिन अब तक संबंधित पत्र जारी नहीं हुए हैं। उन्होंने कहा कि हरियाणा सरकार और एचआरडी द्वारा कौशल रोजगार निगम कर्मचारियों को 15 जून तक जॉब सिक्योरिटी लेटर जारी किए जाने हैं, जबकि रिकॉर्ड सत्यापन की प्रक्रिया अधूरी है। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि दस्तावेजी कमी या रिकॉर्ड समय पर मुख्यालय नहीं पहुंचने के कारण कर्मचारियों को जॉब सिक्योरिटी लेटर नहीं मिले, तो राज्यभर में एचएसवीपी अधिकारियों और हरियाणा सरकार के खिलाफ धरना-प्रदर्शन शुरू किया जाएगा। बैठक में राकेश त्यागी, सुरेश रोहिल्ला, जोगिंदर सिंह, ध्रुव कुमार, सुरेंद्र रंगा, विनोद कुमार, राजकुमार, बंसीलाल, सुनील कुमार, शमशेर सिंह, राकेश चावरिया, अरुण कुमार, सुरेंद्र सिंह और समेश कुमार सहित अन्य सदस्य मौजूद रहे।

खबर संक्षेप

मशरूम फार्म में घुसकर कर्मचारियों से मारपीट

खरखौदा। जटोला-फिरोजपुर मार्ग स्थित एक मशरूम फार्म में देर रात कुछ युवकों द्वारा कर्मचारियों के साथ मारपीट करने और मोबाइल फोन गायब होने का मामला सामने आया है। शिकायत के आधार पर पुलिस ने विभिन्न धाराओं में मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। रोहतक निवासी अनुज कुमार ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि जटोला-फिरोजपुर रोड स्थित उनके बालाजी मशरूम फार्म हाउस में रात करीब डेढ़ बजे पांच-छह दीवार फांदकर अंदर घुस आए।

पंचायत की सहमति से राजबीर बने अध्यक्ष

गोहाना। जाट महासभा गोहाना के अध्यक्ष पद को लेकर विवाद बुधवार को नए मोड़ पर पहुंच गया। सेक्टर सात स्थित निर्माणाधीन जाट भवन में पूर्व अध्यक्ष विनोद सहरावत की ओर से बुलाई गई पंचायत में गठित 11 सदस्यीय कमेटी की सिफारिश पर राजबीर ठेकेदार को सर्वसम्मति से महासभा का नया अध्यक्ष घोषित कर दिया गया। उनकी घोषणा के साथ ही उपस्थित लोगों ने जाट भवन निर्माण के लिए करीब सवा करोड़ रुपए की आर्थिक सहायता देने की घोषणा भी की।

पीड़ित परिवारों को मिलेगी आर्थिक सहायता: नेहा सिंह

सोनीपत। उपायुक्त नेहा सिंह ने कहा कि आवारा पशुओं या कुत्तों के काटने से हुई आकस्मिक मृत्यु अथवा स्थायी विकलांगता की स्थिति में पात्र परिवारों को दीन दयाल उपाध्याय अंत्योदय परिवार सुरक्षा (दयालु-2) योजना के तहत आर्थिक सहायता प्रदान की जा रही है। योजना का लाभ उन परिवारों को मिलेगा जिनकी वार्षिक आय 1.80 लाख से कम है और संबंधित व्यक्ति का नाम परिवार पहचान पत्र (फैमिली आईडी) में दर्ज है।

विश्व साइकिल दिवस पर लोगों को किया जागरूक

सोनीपत। विश्व साइकिल दिवस के अवसर पर सोशल वर्कर एवं एक्स आर्मी स्पेशल पुलिस ऑफिसर मुकेश ने लोगों को साइकिल के महत्व के प्रति जागरूक किया। इस अभियान में होमगार्ड कुलदीप वत्स और सब इंस्पेक्टर गोवर्धन सिंह ने भी सहयोग किया। मुकेश ने कहा कि जिन लोगों की ड्यूटी या कार्यस्थल उनके घर से 4 से 6 किलोमीटर के दायरे में है, उन्हें साइकिल का अधिक से अधिक उपयोग करना चाहिए।

सोनीपत: त्रिकोणासन से फेफड़े मजबूत व मेरुदंड बनता है लचीला: लक्ष्मीनारायण

- विश्व योग दिवस के सामान्य प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

सोनीपत। योग करते हुए साधक। फोटो : हरिभूमि

मिशन फिट सोनीपत अभियान के तहत लक्ष्य स्वस्थ सोनीपत समिति ने आईटीआई सोनीपत परिसर में 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के सामान्य प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया।

इस दौरान उपस्थित साधकों को त्रिकोणासन का विशेष अभ्यास भी कराया गया। समिति के प्रधान इंजीनियर लक्ष्मीनारायण ने बताया कि त्रिकोणासन मेरुदंड को लचीला बनाने, पिंडली, जांघों और कटि भाग की मांसपेशियों को मजबूत करने तथा फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ाने में सहायक है। कहा कि स्लिप-डिस्क, साइटिका तथा पेट की सर्जरी कराने वाले लोगों को कम से कम तीन माह तक इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए। अभ्यास के दौरान यदि हाथ जमीन तक नहीं पहुंचता है तो घुटनों को छूने का प्रयास करना चाहिए। त्रिकोणासन की विधि बताते कहा कि दोनों पैरों के बीच लगभग तीन फुट की दूरी रखकर, हाथों को कंधों के बराबर फैलाकर और शरीर को एक ओर झुकाकर इस आसन का अभ्यास किया जाता है।

सोनीपत। प्रशिक्षण शिविर में अधिकारी साथ में प्रतिभागी। फोटो :हरिभूमि

पांच दिवसीय प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न

सोनीपत। युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय के तत्वावधान में माई भारत और भारतीय खाद्य निगम सोनीपत के सहयोग से आयोजित पांच दिवसीय प्रशिक्षण शिविर का बुधवार को सफलतापूर्वक समापन हो गया। शिविर का उद्देश्य युवाओं को देश की खाद्य सुरक्षा व्यवस्था और सार्वजनिक वितरण प्रणाली की कार्यप्रणाली से अवगत कराना था। माई भारत सोनीपत की उप निदेशक रितु रानी ने कहा कि इस प्रकार के प्रशिक्षण कार्यक्रम युवाओं के व्यक्तित्व विकास, नेतृत्व क्षमता और रोजगारोन्मुखी कौशल को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। शिविर के दौरान प्रतिभागियों ने खाद्यान्न खरीद, गुणवत्ता परीक्षण, भंडारण, स्टॉक प्रबंधन और राशन वितरण प्रक्रिया की विस्तृत जानकारी प्राप्त की। वेयरहाउस भ्रमण के दौरान युवाओं ने किसानों से खरीदे गए खाद्यान्न के सुरक्षित भंडारण और उसके वितरण की प्रक्रिया का प्रत्यक्ष अवलोकन किया। समापन समारोह में प्रतिभागियों को प्रमाण-पत्र वितरित किए गए।

स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए विशेषज्ञ चिकित्सकों ने दिए सुझाव

सोनीपत। वरिष्ठ नागरिक परिषद सोनीपत द्वारा सेक्टर-14 स्थित सामुदायिक भवन में मासिक स्वास्थ्य जांच एवं परामर्श शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 35 वरिष्ठ सदस्यों के स्वास्थ्य की जांच कर उन्हें स्वस्थ जीवनशैली अपनाने संबंधी आवश्यक परामर्श दिया गया। शिविर का आयोजन संस्था के प्रधान बलदेव राज आहूजा की अध्यक्षता में किया गया। कार्यक्रम में डॉ. डीबी रावल के नेतृत्व में डॉ. हरीश कुमार, सविता कुमार, एमबीडी अरोड़ा, इंदु बाला कपूर तथा सहायक सुरेश रल्हन ने वरिष्ठ नागरिकों की स्वास्थ्य जांच की। चिकित्सकों ने सदस्यों के रक्त संचार, शुगर और वजन की जांच कर स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक निर्देश दिए तथा नियमित जांच कराने की सलाह दी। संस्था के संयोजक हर भगवान रहेजा ने बताया कि वरिष्ठ नागरिक परिषद अपने सदस्यों के स्वास्थ्य के प्रति निरंतर सजग रहती है।

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान मौजूद परिषद के पदाधिकारी एवं सदस्यगण।

स्प्रेड स्माइल फाउंडेशन ने मानसिक स्वास्थ्य के महत्व पर किया संवाद

- ग्लोबल मेंटल हेल्थ पर जागरूकता सत्र आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित फाउंडेशन के सदस्यगण।

स्प्रेड स्माइल फाउंडेशन द्वारा सेक्टर-12 कम्युनिटी सेंटर में ग्लोबल मेंटल हेल्थ विषय पर विशेष संवादात्मक सत्र का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में अमेरिका से आईं प्रोफेसर डॉ. सृष्टि मीरा सरदाना, डॉ. हेनरी रिनैड तथा उनके साथ अशोका यूनिवर्सिटी के छात्रों ने भाग लिया। डॉ. सृष्टि मीरा सरदाना ने मानसिक स्वास्थ्य को शारीरिक स्वास्थ्य जितना ही महत्वपूर्ण बताते हुए युवाओं और विद्यार्थियों को आत्म-देखभाल तथा भावनात्मक स्वास्थ्य पर ध्यान देने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने स्प्रेड स्माइल फाउंडेशन के संस्थापक नितिन जैन के प्रयासों की सराहना करते कहा कि संस्था समाज में ऐसे विषयों पर सार्थक संवाद को बढ़ावा दे रही है, जिन पर अक्सर पर्याप्त चर्चा नहीं होती। डॉ. हेनरी रिनैड ने भारत यात्रा के अपने अनुभव सांझा करते भारतीय संस्कृति और लोगों की आत्मीयता की प्रशंसा की।

न्यूज डायरी

मांगे पूरी न होने पर मैकेनिकल वर्कर्स में रोष

खरखौदा। हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन की बैठक ब्रांच प्रधान मुकेश देशवाल की अध्यक्षता में हुई। ककरोई नहर हेड के पास रेस्ट हाउस में बैठक का संचालन सुरेश कैनाल गार्ड ने किया। जबकि मुख्य वक्ता राज्य महासचिव राजेश धनखड़ रहे। बैठक में कर्मचारियों की लंबित मांगों को लेकर आगामी आंदोलन की रूपरेखा तय की गई। वक्ताओं का कहना था कि 24 नवंबर 2025 को सिंचाई एवं जल संसाधन मंत्री श्रुति चौधरी के साथ हुई बैठक में कई मांगों पर सहमति बनी थी, लेकिन अब तक कोई भी मांग लागू नहीं की गई। इससे कर्मचारियों में भारी रोष है। यूनियन ने निर्णय लिया कि 15 व 16 जून को कार्यकारी अभियंताओं के माध्यम से प्रमुख अभियंता को ज्ञापन सौंपे जाएंगे।

आरपीएस स्कूल में ब्लाक स्तरीय प्रतियोगिता आज

गन्नौर। योग दिवस के उपलक्ष्य में 4 जून को आरपीएस पब्लिक स्कूल में ब्लाक स्तरीय योगासन प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। प्रतियोगिता सुबह 8 बजे से शुरू होगी, जिसमें क्षेत्र के विभिन्न विद्यालयों के विद्यार्थी भाग लेंगे। ब्लाक रिसोर्स कार्डिनेटर आजाद सिंह ने बताया कि प्रतियोगिता में 10 से 14 वर्ष तथा 14 से 18 वर्ष आयु वर्ग के विद्यार्थी हिस्सा लेंगे। प्रत्येक विद्यालय से चार-चार विद्यार्थियों का चयन किया गया है। विद्यार्थियों के साथ एक अध्यापक या अध्यापिका भी उपस्थित रहेंगे, जो उनकी देखरेख और मार्गदर्शन करेंगे। बताया कि प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों में योग के प्रति रुचि बढ़ाना, स्वस्थ जीवनशैली को प्रोत्साहित करना व छिपी हुई प्रतिभाओं को मंच प्रदान करना है।

पर्यावरण संरक्षण के लिए साइकिल का उपयोग करें : दांगी

गोहाना। बुधवार को सेक्टर-7 में विश्व साइकिल दिवस मनाया गया। आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के तत्वावधान में आयोजित इस कार्यक्रम में नागरिकों ने साइकिल यात्रा निकालकर स्वास्थ्य और पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। मुख्य वक्ता आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के मुख्य संरक्षक एवं योग शिक्षक आजाद सिंह दांगी ने कहा स्वास्थ्य एवं पर्यावरण संरक्षण के लिए साइकिल का उपयोग करें। यदि हमें आने वाली पीढ़ियों के लिए स्वच्छ, स्वस्थ और सुरक्षित पृथ्वी छोड़नी है तो हमें अपने परिवहन के तौर तरीकों में बदलाव लाना होगा और साइकिल को जीवन का अभिन्न हिस्सा बनना होगा।

विश्व साइकिल दिवस पर निकाली जागरूकता रैली

सोनीपत। राजकीय आदर्श संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, मॉडल टाउन में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा विश्व साइकिल दिवस के अवसर पर एक साइकिल रैली और जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। संयुक्त राष्ट्र द्वारा घोषित इस दिवस का मुख्य उद्देश्य साइकिल को सस्ते, स्वच्छ और स्वास्थ्यवर्धक परिवहन के साधन के रूप में बढ़ावा देना है, जो 'लाइफस्टाइल फॉर @ 2047' के लक्ष्यों से भी जुड़ा है। यह रैली सुबह 7 बजे मॉडल टाउन से जिला एनएसएस कार्यक्रम समन्वयक पवन के मार्गदर्शन में शुरू हुई। रैली ओल्ड डीसी रोड, गीता भवन चौक और सुभाष चौक से होते हुए परशुराम चौक पहुंची और वापस मॉडल टाउन में संपन्न हुई।

कर्मियों की आवाज उठाने महासभा का गठन जरूरी

गोहाना। शहर में ओबीसी रोडवेज कर्मचारी महासभा हरियाणा के राज्य पदाधिकारियों की बैठक आयोजित हुई। बैठक में कर्मचारियों की लंबित मांगों को पूरा करवाने को लेकर विचारविमर्श किया गया। नेतृत्व राज्य वरिष्ठ उपाध्यक्ष जितेंद्र सेन ने किया। राज्य प्रधान सुभाष योगी ने बताया कि ओबीसी कर्मचारियों की मांगों को लेकर बहुत समय से आवाज उठाई जा रही है। लेकिन ऐसा कोई संगठन नहीं था ,जो पिछड़ा वर्ग के कर्मचारियों की लंबित मांगों को सरकार तक पहुंचाने का प्रयास करता। अपने मान, सम्मान और अधिकारों की सुरक्षा के लिए संगठन का होना आवश्यक है। इसी कड़ी में 4 जून को सिरसा डिपो में ओबीसी रोडवेज कर्मचारी महासभा का गठन किया जाएगा।

प्रात: 7 बजे से रात्रि 9 बजे तक मिलेगी जानकारी

मतदाता सहायता के लिए गोहाना में हेल्प डेस्क स्थापित

गोहाना के प्रत्येक विद्यालय में सूचना प्रदर्शित करने के निर्देश दिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

गोहाना। जानकारी देते हुए एसडीएम अंकित कुमार। फोटो : हरिभूमि

हेल्प डेस्क की जानकारी का व्यापक स्तर पर प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया जाए

भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार विशेष गहन पुनरीक्षण-2026 के अंतर्गत मतदाताओं की सुविधा एवं सहायता के लिए 33-बरोदा विधानसभा क्षेत्र के निर्वाचन पंजीकरण अधिकारी एवं एसडीएम गोहाना कार्यालय द्वारा एक विशेष हेल्प डेस्क स्थापित किया गया है। एसडीएम अंकित कुमार ने बताया कि लघु सचिवालय गोहाना के प्रथम तल स्थित कक्ष संख्या 16 में हेल्पडेस्क स्थापित किया गया है। इस हेल्प डेस्क का दूरभाष नंबर 01263-298001 है, जिस पर विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान की समाप्ति तक प्रतिदिन प्रातः 7 बजे से रात्रि 9 बजे तक संपर्क किया जा सकता है। हेल्प डेस्क के माध्यम से मतदाताओं को निर्वाचन संबंधी जानकारी एवं आवश्यक सहायता उपलब्ध करवाई जाएगी। एसडीएम ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि हेल्प डेस्क की जानकारी का व्यापक स्तर पर प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया जाए ताकि अधिक से अधिक नागरिक इसका लाभ उठा सकें। इसके लिए बीडीपीओ गोहाना, मुंडलाना व कथूरा, नगर परिषद गोहाना, विभिन्न राजनीतिक दलों के पदाधिकारियों, स्वास्थ्य विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग तथा शिक्षा विभाग को आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए गए हैं। निर्देशों के अनुसार स्वास्थ्य कर्मियों, आशा वर्कर्स, आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं तथा विद्यालयों के माध्यम से भी हेल्पडेस्क की जानकारी आमजन तक पहुंचाई जाएगी। प्रत्येक विद्यालय में हेल्प डेस्क संबंधी सूचना प्रदर्शित करने के निर्देश दिए गए हैं, ताकि नागरिकों को निर्वाचन प्रक्रिया से जुड़ी जानकारी आसानी से प्राप्त हो सके।

हर शुक्रवार को होगी प्रेस कॉन्फ्रेंस

एसडीएम अंकित कुमार ने नागरिकों से अपील की है कि वे निर्वाचन संबंधी किसी भी जानकारी, सहायता अथवा समस्या के समाधान के लिए हेल्प डेस्क से संपर्क करें तथा लोकतांत्रिक प्रक्रिया को मजबूत बनाने में अपना योगदान दें। इसके साथ ही एसडीएम ने बताया कि हर शुक्रवार को दोपहर 12 बजे एसआईआर से संबंधित प्रेस कॉन्फ्रेंस की जाएगी।

केक काटकर मनाया सुरजेवाला का जन्मदिन

सोनीपत। डॉ. सत्यवीर निर्माण ने अपने कार्यालय भीम नगर सोनीपत में साथियों के कांग्रेस पार्टी के महासचिव कर्नाटक के प्रभारी राज्यसभा सांसद रणदीप सिंह सुरजेवाला का जन्मदिन केट काटकर मनाया गया। इस अवसर पर धानक कबीर समाज जागृति मंच प्रधान हसराज, कुलदीप खासा, हरीश मदान, सतबीर जांगडा, एडवोकेट राहुल निर्माण, मोनू, हरीत, साहिल, मास्टर बिट्टु आदि उपस्थित हुए।

सरपंच ग्राम पंचायत जौली
खण्ड गोहाना, जिला सोनीपत

नीलामी सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत जौली में पक्की चौपाल को कण्डम घोषित करवाया गया है जिसके लिए खुली बोली दिनांक 16.06.2026 को प्रातः 10 बजे ग्राम पंचायत जौली बाल्मिकी चौपाल में करवाई जानी है, बोलीदाता को रु. 10,000/- की अग्रिम राशि बतौर सिक्योरिटी जमा करवानी होगी, नीलामी की शर्तें व नियम मौके पर बताएं जाएंगे।

हस्ता/- रेनू, सरपंच,
ग्राम पंचायत जौली
खण्ड गोहाना, जिला सोनीपत
फोन : 9992650776

नागरिक अस्पताल परिसर में 138.12 करोड़ रुपये से बन रहा 'मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र'

एमसीएच के निर्माण से महिलाओं और बच्चों को मिलेंगी आपातकालीन सेवाएं

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

शहर की महिलाओं व बच्चों को अगले साल से एक ही छत के नीचे स्वास्थ्य संबंधी सुविधाएं मुहैया हो सकेंगी। किसी भी गंभीर अवस्था में उन्हें शहर से बाहर पीजीआई या बड़े निजी अस्पतालों में रेफर करने की नौबत नहीं आएगी। इसके लिए लोक निर्माण विभाग की ओर से दिल्ली रोड स्थित नागरिक अस्पताल परिसर में करीब 138.12 करोड़ रुपये की राशि से मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र (एमसीएच भवन) का निर्माण करवाया जा रहा है। उक्त भवन में महिलाओं व बच्चों के लिए उच्च स्तर की स्वास्थ्य सुविधाएं एक ही छत के नीचे मुहैया होंगी। विभाग ने 100 बैड के अस्पताल का निर्माण पूरा करने के लिए अक्तूबर 2027 तक का लक्ष्य रखा है। विभाग ने अस्पताल परिसर में बनने वाले मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र का निर्माण अक्तूबर 2025 में शुरू किया था। हालांकि मुख्यालय से नक्शा मंजूर होने के साथ विभाग को 138.12 अरब रुपये का बजट भी मिल चुका है।

शहर को बड़ी स्वास्थ्य रूपी सौगात देने के उद्देश्य से केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने 3 अक्तूबर को वीडियो कांफ्रेंस के माध्यम से, मुख्य अतिथि के रूप में विधायक निखिल मदान ने मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र का शिलान्यास किया था। बता दें कि नागरिक अस्पताल में 7 मंजिला भवन तैयार कर 100 बेड की व्यवस्था की जाएगी, ताकि मातृ-शिशु मृत्यु दर में कमी लाई जा सके। एमसीएच भवन के निर्माण को लेकर अस्पताल में खस्ताहाल हो चुके क्वार्टरों की जगह को चिह्नित किया गया है, जहां निर्माण कार्य में तेजी लाने के प्रयास किए जा रहे हैं। क्वार्टरों की जमीन को समतल कराने के बाद कुछ जगह बेस तैयार कर लिया गया है, जबकि कई जगह खोदाई का कार्य जारी है।

सोनीपत। नागरिक अस्पताल परिसर में मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र की तैयार की जा रही बेसमेंट।

सिटी पल्स

सोनीपत 37 वर्ष से इस सुविधा से है वंचित

सोनीपत शहर में 26 जनवरी 1989 को नागरिक अस्पताल की सौगात मिलने के बाद समय-समय पर स्वास्थ्य सुविधाओं को बढ़ाया गया, लेकिन 37 वर्ष बाद भी नागरिक अस्पताल मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र की सुविधा से वंचित है। एमसीएच भवन के लिए दिसंबर 2022 में प्रशासनिक मंजूरी मिलने के बाद जून 2023 में मुख्यालय ने इसके नक्शे को मंजूरी प्रदान की थी। इसके बाद विभाग ने बजट तैयार कर मुख्यालय भेजा, तो उसे पास करने में थोड़ा इंतजार करना पड़ा। नक्शा पास होने के बावजूद एमसीएच का निर्माण करीब दो वर्ष तक योजना में ही सिमटा रहा था। अब इसके निर्माण को पंख लगते नजर आ रहे हैं।

एमसीएच भवन में यह होंगी व्यवस्थाएं

मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र में इलाज के लिए आने वाली महिलाओं व बच्चों को सभी आधुनिक सुविधाएं मुहैया करवाई जाएंगी। इनमें नवजात गहन चिकित्सा कक्ष, प्रसूति आईसीयू, प्रसूति कक्ष, प्रसव रिकवरी कक्ष, जच्चा-बच्चा वार्ड, बच्चों की नर्सरी, डीआईपीएचएल प्रयोगशाला व तीन ऑपरेशन थिएटर जैसी व्यवस्थाओं का प्रबंधन किया जाएगा। विभाग की ओर से एमसीएच के 7 मंजिला भवन की बेसमेंट में पार्किंग स्थल बनाया जाएगा।

5 लिफ्ट का प्रावधान, फायर फाइटिंग की भी व्यवस्था

निर्माणाधीन एमसीएच भवन के बेसमेंट सहित 8 मंजिला भवन में पांच लिफ्ट लगाने का भी प्रावधान रखा गया है। 100 बेड का प्रबंध व स्वास्थ्य सुविधाओं के साथ बिजली व फायर फाइटिंग जैसी व्यवस्थाएं भी शामिल की गई हैं। इसके अलावा भवन में स्वास्थ्य जांच व देखभाल के लिए पूर्ण रूप से नए उपकरण लगाए जाएंगे। सभी व्यवस्थाएं मुहैया करवाने की जिम्मेदारी लोक निर्माण विभाग की ओर से पूरी की जाएंगी।

लोगों की मांगों को पूरा करना प्राथमिकता

शहरवासियों की सभी मांगों को पूरा करना भाजपा सरकार की प्राथमिकता है। शहर में बनने वाला मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र आगामी समय में जिले के लिए सौगात बनकर उभरेगा। राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत गुणवत्तापूर्ण मातृ एवं नवजात स्वास्थ्य सेवाओं को बढ़ाने व मृत्यु दर को संख्यात्मक रूप से कम करने के लिए ठोस प्रयास होंगे। *-निखिल मदान, विधायक, सोनीपत*

क्या कहतें हैं शहरवासी

उच्च स्वास्थ्य सुविधाओं का मिल सकेगा लाभ

शहर में फिलहाल उच्च स्वास्थ्य सुविधाओं का अभाव है। यही कारण है कि नागरिक अस्पताल में चिकित्सक आपातकाल के दौरान मरीजों को पीजीआई का रास्ता दिखा देते हैं। अगर मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र का जल्द निर्माण हो जाता है, तो उच्च स्वास्थ्य सुविधाओं का लाभ मिल सकेगा। *-अशोक कुमार, शहरवासी*

घंटो इंतेजार की समस्या से मिलेगी निजात

शहर में आए दिन खड़े हो रहे बड़े-बड़े अस्पताल इलाज के नाम पर आमजन की जेबें ढीली करवा रहे हैं। इन अस्पतालों में प्रवेश करते ही अपने जांच करवाने के नाम पर मोटी फीस लेकर पर्ची काटी जा रही हैं। मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्र के निर्माण से शहरवासियों को बड़ी सुविधा होगी। *-ओम कुमार, शहरवासी*

न्यूज डायरी

विधायक कादियान ने करोड़ों के विकास कार्यों का किया शिलान्यास

गन्नौर। यमुना नदी के कटाव से प्रभावित पबनेरा गांव के किसानों को बरसात के दौरान यमुना के तेज बहाव से किसानों की कृषि भूमि को कटाव से राहत मिलेगी। इसके लिए ग्रामीणों की मांग पर गन्नौर विधायक देवेंद्र कादियान के प्रयासों से यमुना नदी पर ठोकर नंबर-10 के निर्माण को मंजूरी मिली है। इस परियोजना पर करीब 4 करोड़ रुपए खर्च किए जाएंगे। विधायक कादियान ने गांव में विभिन्न विकास कार्यों का नारियल फोड़कर शिलान्यास किया। उन्होंने कहा कि किसानों की जमीन को कटाव से बचाने और ग्रामीण क्षेत्रों में आधारभूत सुविधाएं मजबूत करने के लिए सरकार लगातार कार्य कर रही है। पबनेरा गांव में देवी वाले तालाब के जीर्णोद्धार पर 12.09 लाख रुपए खर्च होंगे। वहीं 6.30 लाख रुपए की लागत से खेतों तक पहुंचने वाले रास्ते का निर्माण कराया जाएगा। वहीं, शिव मंदिर के परिसर का सौन्दयकरण होगा। ग्रामीणों ने विधायक का फूलमाला से स्वागत किया। इस अवसर पर प्रवीण सरपंच प्रतिनिधि, पूर्व सरपंच हंसराज, सूरजभान, कलीराम, मुख्तार, लख्मी चौकीदार, श्याम, पलटूराम, देवेंद्र, घसौली सरपंच महेश त्यागी आदि मौजूद रहे।

भाजपा की नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता का किया स्वागत

राई। भारतीय जनता पार्टी हरियाणा की नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता से उनके स्थित निवास पर भाजपा जखोली मंडल के अध्यक्ष शेखर आंतिल ने भेंट कर उन्हें नई जिम्मेदारी मिलने पर शुभकामनाएं व बधाई दी। इस दौरान संगठन को मजबूत बनाने व पार्टी की नीतियों के प्रचार व प्रसार को लेकर लेकर विस्तृत चर्चा की गई। बूथ स्तर तक कार्यकर्ताओं को सक्रिय करने तथा आगामी कार्यक्रमों को सफल बनाने को लेकर भी विचार-विमर्श किया गया। मंडल अध्यक्ष शेखर आंतिल ने कहा कि डॉ. अर्चना गुप्ता के कुशल नेतृत्व में भाजपा हरियाणा संगठन को नई दिशा और मजबूती मिलेगी।

15 जून से घर-घर जाकर मतदाता सूची का सत्यापन करेंगे बीएलओ : सिमरन

सोनीपत। उप जिला निर्वाचन अधिकारी एवं सीटीएम सिमरन ने कहा कि भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार जिले में विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान चलाया जा रहा है। इसके तहत 15 जून से 14 जुलाई 2026 तक बीएलओ घर-घर जाकर मतदाता सूची का सत्यापन करेंगे। यह जानकारी उन्होंने लघु सचिवालय में आयोजित पत्रकार वार्ता में दी। इस दौरान एसडीएम सुभाष चंद्र भी मौजूद रहे। सिमरन ने बताया कि अभियान का उद्देश्य पात्र नागरिकों के नाम मतदाता सूची में शामिल करना, अपात्र नाम हटाना और आवश्यक संशोधन करना है। 5 जून से 14 जून तक बीएलओ और सुपरवाइजरों का प्रशिक्षण होगा, जबकि प्रारूप मतदाता सूची का प्रकाशन 21 जुलाई को किया जाएगा। दावे और आपत्तियां 21 जुलाई से 20 अगस्त तक ली जाएंगी तथा अंतिम मतदाता सूची 22 सितंबर 2026 को प्रकाशित होगी।

देश का नया ग्रोथ इंजन बनेगा हरियाणा प्रदेश : अरुण बड़ौक

गोहाना। भाजपा वरिष्ठ नेता एवं जिला कष्ट निवारण समिति सदस्य अरुण बड़ौक ने कहा कि भाजपा की केंद्र व प्रदेश सरकार की दूरदर्शी नीतियों से हरियाणा के विकास का नया दौर शुरू हो चुका है। सरकार की औद्योगिक और मैन्युफेक्चरिंग नीतियों से हरियाणा प्रदेश अब देश का नया ग्रोथ इंजन बनेगा। इस दिशा में सरकार ने नई नीतियों का निर्माण किया है। अरुण बड़ौक ने कहा कि हरियाणा प्रदेश अब केवल कृषि का केंद्र नहीं नहीं रहा है अपितु तकनीक और मैन्युफेक्चरिंग की नई नीतियों से अर्थव्यवस्था के विकास का इंजन बनेगा। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार दस नई नीतियां लेकर आई है। इनमें मेक इन हरियाणा औरद्योगिक नीति, खिलौना एवं खेल उपकरण विनिर्माण नीति, फार्मास्युटिकल एवं मेडिकल डिवाइसेज नीति, नई हरियाणा डेटा सेंटर नीति, ग्लोबल कैपेबिलिटी सेंटर (जीसीसी) नीति, आईटी-आईटीईएस, एआई एवं इमर्जिंग प्रौद्योगिकी नीति, ईएसडीएम नीति और एनीमेशन, विजुअल, इफेक्ट्स, गेमिंग, कॉमिक्स (एवीजीसी-एक्सआर) नीति शामिल हैं। इन नीतियों से इनोवेशन को बढ़ावा मिलने के साथ रोजगार के नए अवसर उपलब्ध होंगे।

अवैध गेट हटाने के विरोध में आज सौंपेंगे शिकायत

गन्नौर। बसंत विहार कालोनी की विभिन्न गलियों में नगरपालिका द्वारा लोहे के गेट हटाए जाने के विरोध में स्थानीय लोगों ने नाराजगी जताई है।

कालोनीवासियों का कहना है कि इन गेटों को सुरक्षा के दृष्टिगत लगाया गया था, जिससे बाहरी लोगों की अनावश्यक आवाजाही पर नियंत्रण रहता था और क्षेत्र में रहने वाले लोगों को सुरक्षा का एहसास होता था। स्थानीय निवासियों का आरोप है कि कुछ लोगों के आपसी विवाद के चलते पूरी कालोनी को इसका खामियाजा भुगतना पड़ रहा है। उनका कहना है कि अधिकांश लोग गेट लगाए जाने के पक्ष में थे और इससे क्षेत्र में चोरी तथा अन्य असामाजिक गतिविधियों पर भी अंकुश लगा हुआ था। इस संबंध में ओमप्रकाश पटेल, चिरंजी चांदना और कमल चांदना ने बताया कि उन्होंने पहले भी एसडीएम प्रवेश कादियान को पत्र सौंपकर गेट न हटवाने की गुजारिश की थी। उनका दावा है कि उस दौरान एसडीएम ने गेट न हटवाने का आश्वासन दिया था, लेकिन इसके बावजूद नगरपालिका ने कार्रवाई करते हुए विभिन्न गलियों से लोहे के गेट हटवा दिए।

युक्ति ने जीते दो स्वर्ण पदक, बनी योग चैंपियन

सोनीपत। ब्राइट स्कॉलर स्कूल की छात्रा युक्ति ने नॉर्थ इंडिया योगासन प्रतियोगिता 2026-27 में शानदार प्रदर्शन करते हुए दो स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय का नाम रोशन किया है। प्रतियोगिता का आयोजन 29 से 31 मई तक निजी स्कूल में किया गया, जिसमें विभिन्न राज्यों से करीब 500 प्रतिभागियों ने भाग लिया। युक्ति ने अपने आयु वर्ग में उत्कृष्ट योगासन प्रस्तुत कर निर्णायकों और दर्शकों को प्रभावित किया। कठिन अभ्यास, अनुशासन और निरंतर मेहनत के बल पर उन्होंने दो स्वर्ण पदक अपने नाम किए। आयु वर्ग 18 में शानदार प्रदर्शन के लिए उन्हें चैंपियन ऑफ चैंपियंस के खिताब से भी सम्मानित किया गया। विद्यालय पहुंचने पर प्राचार्या डॉ. किरण दलाल ने युक्ति का स्वागत करते हुए उनकी उपलब्धि पर बधाई दी। उन्होंने कहा कि युक्ति की सफलता अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणा है। इस अवसर पर प्रशिक्षक सरोज को भी उत्कृष्ट प्रशिक्षण के लिए बधाई दी गई।

एसडीएम ने आयुष औषधालय का किया औचक निरीक्षण

गोहाना। गोहाना के एसडीएम अंकित कुमार ने गांव माहरा स्थित आयुष औषधालय का औचक निरीक्षण कर स्वास्थ्य सेवाओं, दवाइयों की उपलब्धता, साफ-सफाई और रिकॉर्ड का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान सभी व्यवस्थाएं संतोषजनक मिलने पर उन्होंने अधिकारियों और कर्मचारियों के कार्य की सराहना की। एसडीएम ने कहा कि आयुष चिकित्सा पद्धति स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करती है। उन्होंने लोगों से नियमित योग करने का आह्वान करते हुए कहा कि योग तनाव कम करने, रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने तथा मधुमेह, उच्च रक्तचाप और मोटापे जैसी बीमारियों से बचाव में सहायक है।

डीसीआरयूएसटी में सुविधाओं पर फिर बवाल 16 जून को सड़कों पर उतरने की तैयारी

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय (डीसीआरयूएसटी), मुरथल में बुधवार को कर्मचारी संघ ने बैठक कर प्रबंधन की कार्यशैली, कर्मचारियों-छात्रों के प्रति बरती जा रही उपेक्षाओं पर चर्चा की। बैठक में सभी सदस्यों ने आरोप लगाया कि विवि प्रबंधन लंबे समय से कर्मचारी संघ की मांगों को अनसुना कर रहा है। केवल प्रक्रिया चलने की बात कहकर उनकी मांगों को अनदेखा किया जा रहा है। सभी सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि अगर विश्वविद्यालय प्रबंधन सभी लंबित मांगों को 10 जून पूरा नहीं करता है, तो 16 जून, मंगलवार को कर्मचारी कल्याण संघ की ओर से प्रदर्शन कर कुलपति कार्यालय का घेराव किया जाएगा। समस्त कर्मचारी सड़कों पर रोष मार्च निकालकर उपायुक्त को ज्ञापन सौंपेंगे।

ये हैं प्रमुख मांगें

कर्मचारी संघ के पदाधिकारियों ने बताया कि उनकी मुख्य मांगों में पदोन्नति, पे-फिक्स, पेंडिंग एसीपी क्लीयरेंस, जर्जर रिहायशी मकानों एवं छात्रवासों की मरम्मत, सड़कों के निर्माण, एंबुलेंस सुविधा, पार्किंग का अधूरा काम पूरा करवाना, स्विमिंग पूल चालू कराना, मकान आबंटन में पारदर्शिता, पात्र कर्मचारियों को मकान देना, पेंडिंग सेवानिवृत्ति के लाभ जारी करना, कच्चे कर्मचारियों की समय पर एक्सटेंशन देना शामिल है। कर्मचारियों ने ताजा उदाहरण देते हुए कहा कि विवि प्रबंधन की निष्क्रियता का सबसे बड़ा उदाहरण 28 मई को मेयर व पार्षदों के शपथ ग्रहण समारोह में देखने को मिला। सभागार में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की उपस्थिति में लंबे समय से सभागार का सेंट्रल एसी खराब होने के कारण गर्मी से परेशान लोगों ने आपत्ति जताई थी। इसके बाद मेयर ने मंच से कुछ देर गर्मी सहन करने का आह्वान किया था। यह विश्वविद्यालय की साख पर बड़ा धब्बा है।

यमुना घाट विकास परियोजना को गति देने की तैयारी

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

- एसएमडीए ने डीसीआरयूएसटी से मांगे प्रोजेक्ट के तकनीकी और वित्तीय दस्तावेज

मिमारपुर गांव में प्रस्तावित यमुना घाट विकास परियोजना को लेकर प्रशासनिक स्तर पर कार्रवाई तेज हो गई है। सोनीपत महानगर विकास प्राधिकरण (एसएमडीए) ने इस परियोजना से संबंधित विस्तृत तकनीकी और वित्तीय दस्तावेज उपलब्ध कराने के लिए दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय (डीसीआरयूएसटी), मुरथल को पत्र भेजा है। यह पत्र एसएमडीए के मुख्य अभियंता (इन्फ्रा-1) द्वारा विश्वविद्यालय प्रशासन को जारी किया गया है। मिमारपुर में यमुना घाट विकास परियोजना को लेकर 26 मई 2026 को आयोजित तीसरी एजेंडा बैठक में चर्चा और अनुमोदन किया गया था। इसके बाद परियोजना के विभिन्न तकनीकी पहलुओं की समीक्षा तथा आगामी प्रशासनिक कार्रवाई को आगे बढ़ाने के लिए एसएमडीए ने संबंधित सभी अभिलेखों की मांग की है। डीसीआरयूएसटी द्वारा इस परियोजना के लिए तकनीकी परामर्श, डिजाइन निर्माण, सर्वेक्षण और विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डीपीआर) तैयार करने में सहयोग किया गया है, जिसके चलते यह रिकॉर्ड मांगे गए हैं।

कमलदीप अत्री को अटल महेश्वरी पुरस्कार से किया सम्मानित

गोहाना। शहर की चोपड़ा कॉलोनी निवासी एवं गुरु जंभेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, हिसार के जनसंचार एवं पत्रकारिता विभाग के शोधार्थी कमलदीप अत्री को उनकी उत्कृष्ट शैक्षणिक उपलब्धि के लिए अटल महेश्वरी पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस सम्मान के अंतर्गत उन्हें 10 हजार रुपये की सम्मान राशि प्रदान की गई। कमलदीप अत्री ने विश्वविद्यालय के जनसंचार एवं पत्रकारिता विभाग से एमए (2021–2023 बैच) में प्रथम स्थान प्राप्त किया था। वर्तमान में वे इसी विभाग में पीएचडी कर रहे हैं। उनकी इस उपलब्धि ने न केवल विश्वविद्यालय, बल्कि गोहाना क्षेत्र का भी गौरव बढ़ाया है।

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 कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 9653530209, 9253681005, 9253681010

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

पेट्रोल कार्ड जारी होते ही सड़क पर उतरीं, अब मरीजों को नहीं करना पड़ेगा लंबा इंतजार

सिविल सर्जन कार्यालय में 7 माह धूल फांकने के बाद 4 एंबुलेंस मरीजों की सेवा में समर्पित

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

दिल्ली रोड स्थित नागरिक अस्पताल में 7 माह से धूल फांक रही चार नई एबुलेंस को पेट्रो कार्ड जारी होने के साथ हरी झंडी मिल गई है। इन्हें मरीजों की सेवा के लिए सड़कों पर उतार दिया गया है, जबकि इससे पहले यह चार एंबुलेस नागरिक अस्पताल परिसर में सिविल सर्जन कार्यालय में खड़ी बारिश, धूप में बिना पेट्रो कार्ड परीक्षा दे रही थी। पूर्व सांसद रमेश कौशिक ने पूर्व सांसद निधि कोटे से अक्तूबर 2025 में स्वास्थ्य विभाग को मरीजों की सहायता के लिए 4 एंबुलेंस मुहैया करवाई थी। हालांकि अब इनका अलग-अलग जगह बंटवारा कर दिया गया है। बता दें कि सांसद कोटे से मिली चारों एंबुलेंस को पेट्रोल कार्ड जारी होने के बाद अस्पताल प्रबंधन ने सड़कों पर उतार दिया है, इससे मरीजों और उनके परिजनों को बड़ी राहत मिलने की उम्मीद है। स्वास्थ्य विभाग के अनुसार 18 फरवरी को इन एंबुलेंस की पासिंग प्रक्रिया हुई थी। सभी एंबुलेंस को सड़क पर दौड़ाने के लिए एसडीएम कार्यालय से रजिस्ट्रेशन सर्टिफिकेट (आरसी) की मांग की गई थी। वहीं लंबे समय से आवश्यक औपचारिकताएं व पेट्रोल कार्ड की प्रक्रिया पूरी न होने के कारण एंबुलेंस अस्पताल परिसर में ही खड़ी थीं और उनका लाभ मरीजों को नहीं मिल पा रहा था। अब पेट्रो कार्ड जारी होने के बाद एंबुलेंस सेवा को तत्काल प्रभाव से मरीजों की सुविधा के लिए शुरू कर दिया गया है।

सोनीपत। नागरिक अस्पताल से रवाना की गई एंबुलेंस।

जिले में एंबुलेंस की स्थिति

एडवांस्ड लाइफ सपोर्ट (एएलएस)	07
बेसिक लाइफ सपोर्ट (बीएलएस)	06
पेशेंट ट्रांसपोर्ट एंबुलेंस (पीटीए)	11
किलकारी	03
कुल एंबुलेंस	27

अक्टूबर 2025 में मुहैया करवाई गई थी एंबुलेंस

दो महिला मेडिकल कॉलेज, एक-एक सिसाना-जाखौली में तैनात

स्वास्थ्य विभाग ने पूर्व सांसद निधि कोटे से मिली एंबुलेंस का बंटवारा करते हुए दो को खानपुर कलां स्थित बीपीएस महिला मेडिकल कॉलेज, जबकि एक-एक को सिसाना व जखौली क्षेत्र में तैनात किया है। एंबुलेंस की सेवाएं शुरू होने से ग्रामीण और दूरदराज के मरीजों को अस्पताल तक पहुंचने में काफी सहूलियत मिलेगी। गंभीर मरीजों को समय पर इलाज मिलने की संभावना बढ़ेगी। इससे पहले मरीजों को एंबुलेंस के लिए इंतजार करना पड़ता था, लेकिन अब अतिरिक्त एंबुलेंस उपलब्ध होने से आपातकालीन सेवाएं पहले से बेहतर होंगी।

कई बार मुसीबत में नहीं मिल पाती एंबुलेंस सेवा

जिला नागरिक अस्पताल के आपातकालीन वार्ड से कई बार गंभीर मरीजों को खानपुर कलां के महिला मेडिकल कॉलेज व रोहतक पीजीआइ के लिए रेफर कर दिया जाता है। कई बार मरीजों को समय पर एंबुलेंस सेवा उपलब्ध नहीं हो पाती। एंबुलेंस की संख्या जरूरत अनुसार नहीं होने के कारण मरीजों को इसका खामियाजा भुगतना पड़ता है। कई बार मरीजों को लंबा इंतजार करना पड़ता है। अब अस्पताल प्रबंधन का दावा है कि नई व्यवस्था के बाद मरीजों को समय पर अस्पताल लाने, रेफर करने में तेजी आएगी। इससे स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता में भी सुधार होगा।