हरिभूमि

हिसार भूमि

रोहतक, गुरुवार, 16 अक्टूबर, 2025

तापमान

अधिकतम 33 .7 डिग्री

न्यूनतम 15 .5 डिग्री

12 इंफोसिस के साथ गुजवि में ऑन कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव

12 राष्ट्रीय एकता शिविर में 200 स्वयंसेवकों ने लिया भाग

खबर संक्षेप

नशीले पदार्थों के साथ दो महिलाएं गिरफ्तार

हिसार। नशीले पदार्थों के अवैध कारोबार पर प्रभावी कार्रवाई जारी रखते हुए, स्पेशल स्टाफ की पुलिस टीम ने एयरपोर्ट चौक से दो महिलाओं को काबू कर उनके कब्जे से 440 ग्राम अफीम और 19 किलो 754 ग्राम डोडा पोस्त बरामद किया है। पुलिस टीम गश्त के दौरान सूचना के आधार पर एयरपोर्ट चौक पहुंची, जहां दो संदिग्ध महिलाएं दिखाई दीं। पुलिस ने दोनों को काबू किया और उन्होंने अपना नाम राजस्थान के भरतपुर निवासी राजो बाई व छम्मो उर्फ भजनों बताया।

जबरन ब्याज वसूली के मामले में एक गिरफ्तार

आदमपुर। पुलिस ने क्षेत्र के गांव सदलपुर अजय उर्फ अज्जू को गिरफ्तार किया है। आरोपी पर जबरन ब्याज वसूली, धोखाधड़ी, धमकी और ब्लैंक चेक व दस्तावेज़ों के दुरुपयोग का गंभीर आरोप है। मामले में जांच अधिकारी एएसआई रोहताश ने बताया कि शिकायतकर्ता केयर हॉस्पिटल, आदमपुर के मालिक ने पुलिस को बताया कि आरोपी अजय ने एक अगस्त 2024 को अस्पताल के खर्चों के लिए पांच लाख का लोन दिया। इस दौरान आरोपी ने दो ब्लैंक चेक, सादा कागज और स्टांप पेपर पर हस्ताक्षर के रूप में सुरक्षा वसूल की।

लाखों के आभूषण चोरी के मामले में आरोपी काबू

हिसार। अर्बन एस्टेट थाना पुलिस ने न्यू मॉडल टाउन एक्सटेंशन स्थित मकान में हुई आभूषण चोरी के मामले का पर्दाफाश करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने उससे लगभग 8 लाख के आभूषण बरामद करके अदालत में पेश किया, जहां से उसे दो दिन के पुलिस रिमांड पर भेज दिया गया।
अर्बन एस्टेट थाना प्रभारी ने बताया कि इस संबंध में न्यू मॉडल टाउन एक्सटेंशन निवासी रेखा रानी ने शिकायत दी थी कि गत एक अक्टूबर को दोपहर लगभग एक बजे वह अपना मकान बंद कर सिलाई सीखने गई थीं।

जिला युवा महोत्सव की आयोजन तिथि बदली

हिसार। युवा अधिकारिता एवं उद्यमिता विभाग हरियाणा द्वारा जिला युवा महोत्सव-2025 के पंजीकरण व आयोजन की तिथियों में बदलाव किया गया है। अब मुख्य आयोजन 3 व 4 नवंबर को किया जाएगा। प्रतिभागी 2 नवंबर तक अपने पंजीकरण करवा सकते है। प्रतिभागियों को माई भारत पोर्टल पर 2 नवंबर तक पंजीकरण करने उपरांत रजिस्ट्रेशन फार्म की हार्ड कॉपी के साथ दसवीं मार्कशीट, आधार कार्ड, फैमिली आईडी और बैंक डिटेल की कॉपी लगाना अनिवार्य होगा। जो हिसार में अध्ययनरत हैं, वे अपने संस्थान का आईडी कार्ड साथ में संलग्न करें।

आज से बाजारों में नहीं जा पाएंगे चार पहिया वाहन, अतिक्रमण रोकने व सफाई व्यवस्था बनाने में जुटा निगम

सुरक्षा प्रबंध

शहर में 10 नाके और 9 पेट्रोलिंग रूट पर पुलिस टीमें तैनात

पुलिस और नगर निगम ने बाजारों में व्यवस्था बनाने के लिए कसी कमर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

त्योहारी सीजन नजदीक आते आते पुलिस व निगम प्रशासन ने विभिन्न बाजारों में व्यवस्था बनाने को कमर कस ली है। पुलिस प्रशासन के निर्देश पर पुलिस कर्मचारी राइडर व पैदल गश्त करके व्यवस्था बनाने के प्रयास में है, वहीं नगर निगम का प्रयास है कि त्योहारी सीजन में बाजार में किसी तरह का अतिक्रमण न होने पाए। निगम के कर्मचारी व्यापारियों व दुकानदारों को अतिक्रमण न करने व सफाई व्यवस्था बनाए रखने की अपील कर रहे हैं और अवहेलना पर चालान भी काट रहे हैं। बुधवार को मार्केट में व्यवस्था बनाने पहुंची निगम टीम और रेहड़ी संचालक के बीच विवाद हो गया। टीम ने रेहड़ी संचालक को रेहड़ी हटाने की बात कही तो रेहड़ी संचालक ने रेहड़ी हटाने की बजाय रेहड़ी पलटने की धमकी दी। आरोप है कि रेहड़ी संचालक ने टीम के साथ दुर्व्यवहार भी किया।

बाद में व्यापारियों ने मामले को शांत करवाया। इसी बीच पुलिस प्रशासन ने गुरुवार से बाजारों में चार पहिया वाहनों के आवागमन पर रोक लगाने का निर्णय लिया है। हालांकि मंगलवार से ये चौपहिया वाहन बंद किए जाने थे लेकिन व्यापारियों व दुकानदारों ने इतना पहले इस रोक का विरोध जताया तो इसे दो दिन टाल दिया, जो अब गुरुवार से प्रभावी होगा जो दीवाली तक लागू रहेगा।

हिसार। लोगों को जागरूक करती नगर निगम की टीम व राजगुरु मार्केट में खरीदारी करते लोग।

फोटो : हरिभूमि

भीड़भाड़ वाले स्थानों पर पुलिस बल तैनात

पुलिस ने आने वाले त्योहारी समय को देखते हुए सुरक्षा के कड़े प्रबंध किए हैं। इसके तहत विभिन्न स्थानों पर 10 नाके व 9 प्रेट्रोलिंग रूट लगाए गए हैं। शहर सबसे व्यस्त राजगुरु मार्केट और जिले में ट्रैफिक व्यवस्था और सुरक्षा के पुख्ता प्रबंध किए गए है। पुलिस प्रबंध का मुख्य उद्देश्य आमजन के जान मॉल की रक्षा करना, धार्मिक सद्भावना और कानून एवं व्यवस्था को बनाए रखना है। त्योहारी समय में आमजन बाजारों में खरीददारी करते है और बाजारों में काफी भीड़ रहती है। कुछ असामाजिक तत्व इसका फायदा उठाने को फिराक में रहते है। इस त्योहारी समय पर मुख्य बाजारों में भीड़ के दौरान सुरक्षा की दृष्टि से पुलिस सुरक्षा प्रबन्ध किया गया है। भीड़भाड़ वाले स्थानों पर अतिरिक्त पुलिस बल तैनात किया गया है।

यातायात एवं सुरक्षा व्यवस्था कड़ी

पुलिस ने यातायात को सुचारू रूप से चलाने के लिए बाजार के मुख्य मार्गो पर 10 पुलिस के नाके गुलाब सिंह चोक, गांधी चोक, तेलियान पुल चौक, मदन कुल्फी कट, पारिजात चौक, पड़ाव चौक, नागोरी गेट, राम चाट भंडार के सामने, सिटी थाना पार्किंग और श्रवण चप्पल स्टोर के सामने टी प्वाइंट पर लगाए गए, जहां से मार्केट में चार पहिया वाहनों का प्रवेश वर्जित होगा। इसके साथ ही आमजन की सुरक्षा के लिए मार्केट में 9 पुलिस पेट्रोलिंग के रूट बनाए गए है जिन पर पुलिस की पैदल गश्त पार्टियों की भी नियुक्ति की गई ह, जो मार्केट में गस्त के साथ असमाजिक तत्वों पर भी नजर रखेंगे ताकि किसी भी प्रकार की अप्रिय घटना न हो।

यहां रहेंगी पार्किंग

प्रबंधों के तहत मार्केट में चार पहिया वाहनों का प्रवेश वर्जित किया जाएगा। मार्केट में खरीददारी करने आने वाले नागरिकों के साथ दुकानदारों के लिए पार्किंग की भी व्यवस्था भी की गई है। पार्किंग के लिए के लिए ग्रोवर मार्केट, रैड स्कवेयर मार्किट, ग्रीन स्कवेयर मार्केट और नजदीक थाना शहर के सामने के स्थान को चिन्हित किया गया है। मार्केट में आने वाले नागरिक और दुकानदार इन जगहों पर अपने वाहन पार्क कर सकेंगे।

बाजारों में भीड़ उमड़ने लगी है। व्यवस्था बनाने व किसी तरह की अप्रिय घटना पर रोक लगाने के लिए पुलिस को कड़ी मशक्कत करनी पड़ रही है। पुलिस प्रशासन ने विभिन्न बाजारों में पैदल गश्त, राइडर व पीसीआर गश्त के अलावा सादी वर्दी में पुलिस तैनात करने का निर्णय लिया है। नगर निगम के कर्मचारी भी पुलिस के साथ व्यवस्था बनाने में लगे हैं।

नियमों के उल्लंघन पर 15 दुकानदारों के काटे चालान

नगर निगम ने सफाई व्यवस्था को बेहतर बनाने के साथ-साथ नियमों के उल्लंघन पर सख्त रुख अपनाया है। इसी क्रम में नगर निगम की टीम ने राजगुरु मार्केट, जैन गली और आईटीआई तोशाम रोड क्षेत्र में निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान खुले में कचरा डालने और डस्टबिन का प्रयोग न करने जैसे मामलों में 15 दुकानदारों पर चालान किए गए। राजगुरु मार्केट में 7 दुकानदारों को खुले में कचरा फेंकने पर जुर्माना किया गया, जबकि जैन गली में डस्टबिन न रखने पर कार्रवाई की गई। इसी तरह आईटीआई तोशाम रोड क्षेत्र में भी 7 दुकानदारों पर डस्टबिन का उपयोग न करने के चलते चालान काटा गया। टीम का नेतृत्व कर रहे एएसआई राहुल सैनी ने बताया कि चालान के साथ-साथ दुकानदारों और स्थानीय लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक भी किया गया। निरीक्षण टीम में सीटीएल प्रदीप जाखड़, तकनीकी विशेषज्ञ जसबीर कुंडू, एक्सपर्ट हरिराम गुज्जर, एएसआई विजेता और एएसआई राहुल शामिल रहे।

नाके लगाने की अपील की

राजगुरू मार्केट एसोसिएशन के पदाधिकारियों का कहना है कि हर बार दीवाली से चार दिन पहले नाके लगाए जाते हैं लेकिन इस बार सप्ताह पहले ही नाके लगाने के आदेश जारी कर दिए गए। इस पर एसोसिएशन पदाधिकारी निगम आयुक्त से मिले थे और डीएसपी से भी बात की थी। इस पर हमारी मांग मान ली गई ताकि हमारा भी कामकाज प्रभावित न हो। पदाधिकारियों ने कहा कि हम निगम व पुलिस प्रशासन के साथ मिलकर व्यवस्था बनाने में पूरा सहयोग करेंगे। हमें भी निगम व पुलिस का पूरा सहयोग मिल रहा है।

शिक्षक राम लाल ने पाया प्रथम स्थान

प्रिंट रिच प्रतियोगिता के विजेता अध्यापकों को किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बरवाला

खंड परियोजना समन्वय इकाई मास अक्टूबर की बैठक का आयोजन खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय के प्रांगण में किया गया। इस बैठक की अध्यक्षता खंड शिक्षा अधिकारी मनोज कुमार गुप्ता ने की। इस बैठक में क्लस्टर हैड, बीआरपी, एबीआरसी व स्टार टीचर ने भाग लिया। इस बैठक में एफएलएन कोऑर्डिनेटर दीपक कुमार और कप्तान गुज्जर ने अपने संबोधन में शिक्षा विभाग द्वारा संचालित महत्वाकांक्षी कार्यक्रम बुनियादी साक्षरता एवं संख्या ज्ञान के अंतर्गत खंड स्तर पर की जा रही पहल व रणनीति के बारे में बताया। इस दौरान एफएलएन कार्यक्रम के तहत प्रिंट रिच प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

खंड शिक्षा अधिकारी मनोज गुप्ता विजेता अध्यापकों को प्रशस्ति पत्र प्रदान करके सम्मानित करते हुए

प्रिंट रिच प्रतियोगिता में शिक्षक राम लाल राजकीय प्राथमिक पाठशाला खरकड़ा ने प्रथम स्थान प्राप्त किया और शिक्षक कृष्ण कुमार राजकीय प्राथमिक पाठशाला धिकताना ने दूसरा स्थान प्राप्त किया तथा रामगोपाल गवर्नमेंट मॉडल संस्कृति प्राइमरी स्कूल सरसोद व रुचि राजकीय कन्या प्राथमिक पाठशाला बालक ने तृतीय स्थान प्राप्त करके गौरव हासिल किया। विजेताओं को बीईओ गुप्ता ने सम्मानित किया। इस अवसर पर अंजना पूनिया, मंजू, कृष्ण कुमार, मनोज कुमार, राजकुमार, ऋतु सैनी, अंजू बाला, नीरज कुमार, नरेंद्र कुमार, दिलबाग सिंह, डॉ.पूनम शर्मा, सरजीत, प्रदीप कुमार, रामलाल, कृष्ण कुमार, रामगोपाल व रुचि आदि मौजूद रहे।

कम्युनिटी साइंस की मनीषा ने मारी बाजी

हिसार। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए कार्यविधि चार्ट तैयार करवाया गया है। कार्यविधि चार्ट के अनुसार विश्वविद्यालय में प्रत्येक मास विद्यार्थियों की गतिविधियां करवाई जा रही हैं। छात्र कल्याण निदेशक डॉ एसके पाहुजा ने बताया कि कार्यविधि चार्ट के अनुसार छात्र कल्याण निदेशालय की लिटरेरी एंड डिबेटिंग सोसाइटी और यंग जर्नलिज्म सेल द्वारा विद्यार्थियों की प्रश्नोत्तरी व भाषण प्रतियोगिता आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने भाग लिया। भाषण प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार इंदिरा चक्रवर्ती कम्युनिटी साइंस महाविद्यालय की बीएससी ऑनर्स कम्युनिटी साइंस की द्वितीय वर्ष की छात्रा मनीषा और द्वितीय पुरस्कार कृषि महाविद्यालय बावल की बीएससी ऑनर्स एग्रीकल्चर की पांचवें वर्ष की छात्रा प्रकृति यादव ने प्राप्त किया।

राजकीय महाविद्यालय में स्वरोज़गार मेले का आयोजन

स्वरोजगार और उद्यमिता विद्यार्थियों के लिए स्वर्णिम अवसर : प्रो. काम्बोज

> उच्चतर शिक्षा अधिकारी ने विद्यार्थियों को स्वरोजगार के लिए प्रोत्साहित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

गुरु गोरखनाथ जी राजकीय महाविद्यालय के प्लेसमेंट प्रकोष्ठ के तत्वावधान में स्वरोजगार मेला लगाया गया।

मेले का शुभारंभ जिला की उच्चतर शिक्षा अधिकारी डॉ. कमलेश दुहन, स्वावलंबी भारत अभियान हरियाणा के समन्वयक प्रोफेसर वेदप्रकाश लुहाच और महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. विवेक कुमार सैनी ने सरस्वती मां की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित करके किया। डॉ. कमलेश दुहन ने विद्यार्थियों को स्वरोजगार के लिए प्रोत्साहित किया।

हिसार। मेले के समापन पर प्रतिभागियों व कॉलेज स्टाफ के साथ मुख्य अतिथि।

भविष्य की योजना बनाने में सहायता मिलेगी

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सैनी ने कहा कि प्लेसमेंट प्रकोष्ठ द्वारा लगाए गए मेले से विद्यार्थियों को अपना रोजगार शुरू करने और भविष्य की योजना बनाने में सहायता मिलेगी। समापन समारोह में प्राचार्य ने मुख्य अतिथि एवं हरियाणा हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफ़ेसर बीआर काम्बोज और मुख्य वक्ता डॉ. वेद प्रकाश लुहाच का स्वागत किया। प्लेसमेंट प्रकोष्ठ के समन्वयक डॉ. सतीश वर्मा ने स्वरोजगार मेले की संक्षिप्त रिपोर्ट प्रस्तुत की। मुख्य अतिथि डॉ. काम्बोज ने कहा हमें युवाओं को समर्थ और व्यावहारिक बनाना होगा और भारत को आत्मनिर्भर, समृद्ध व स्वावलंबन बनाना होगा। उन्होंने विद्यार्थियों से स्वरोजगार और उद्यमिता अपनाने का आह्वान किया। मुख्य अतिथि ने सभी प्रतिभागियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान किए। डॉ. सतीश वर्मा ने प्लेसमेंट प्रकोष्ठ की तरफ से धन्यवाद ज्ञापित किया।

विद्या देवी जिंदल स्कूल में कैरियर मेले का आयोजन

छात्रों को उच्च शिक्षा एवं करियर से जुड़ी संभावनाओं के बारे में जागरूक किया

> 50 प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों के प्रतिनिधियों ने मेले में सहभागिता की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

विद्या देवी जिंदल स्कूल में कैरियर मेले का भव्य आयोजन किया गया। इस आयोजन का शुभारंभ विद्यालय की प्रधानाचार्या नैना ढिल्लों ने किया। इस कैरियर मेले का उद्देश्य विद्यार्थियों को उच्च शिक्षा एवं करियर से जुड़ी संभावनाओं के बारे में जागरूक करना, आवेदन प्रक्रिया, छात्रवृत्ति तथा शैक्षणिक विकल्पों पर उचित मार्गदर्शन प्रदान करना था। विद्यार्थियों को देश-विदेश के प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों के प्रतिनिधियों से सीधे संवाद करने का अवसर मिला।

हिसार। कैरियर मेले में जानकारी लेती छात्राएं।

उच्च शिक्षा संस्थानों की दी जानकारी

मेले में विद्यार्थियों को विश्वभर के उच्च शिक्षा संस्थानों के कोर्स, पात्रता मानदंड एवं करियर संभावनाओं की जानकारी दी गई। इस आयोजन के माध्यम से विद्यालय ने छात्रों को समय पर सही दिशा में मार्गदर्शन देकर उनके भविष्य निर्माण में एक सशक्त कदम उठाया है। इस मेले में विद्यालय की छात्राओं के साथ-साथ उनके अभिभावकों तथा दिल्ली पब्लिक स्कूल एवं ओ.पी. जिंदल मॉडर्न स्कूल के विद्यार्थियों ने भी उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस कैरियर मेले में देश-विदेश के लगभग पचास प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों के प्रतिनिधियों ने सहभागिता की।

धर्म-कर्म | **तिरुपति धाम में पुष्पक विमान की सवारी शोभायात्रा से ब्रह्मोत्सव का समापन**

> पुष्पक विमान की अद्भुत सवारी देखने के लिए भक्तों की भीड़ उमड़ी

प्रभु की आराधना करते हुए धर्मसम्मत और जनकल्याणकारी कार्य करें : नारायणाचार्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

विभिन्न संस्कृतियों में सामंजस्य स्थापित करने वाले श्री तिरुपति बालाजी धाम में सात दिवसीय ब्रह्मोत्सव विधि विधान से संपन्न हुआ। इस दौरान अन्नत श्री विभूषित सर्वश्री नारायणाचार्य जी महाराज के सान्निध्य में निकाली गई पुष्पक विमान की अदभुत सवारी देखने के लिए भक्तों की भीड़ उमड़ पड़ी। भगवान जी के विग्रह को पूजा-पाठ करके एवं आराधना के उपरांत पूरे विधि-विधान से पुष्पक विमान की सवारी में विराजमान किया गया। इसके बाद रथ पर शोभायमान इस सवारी को श्रद्धालुओं ने अपने हाथों से खींचकर धाम की परिक्रमा करके अपने इष्ट के प्रति आस्था जताई। इस दौरान पूरा धाम परिसर जय भगवान वेंकटेश, जय तिरुपति बालाजी, जय श्रीमन्ननारायण और जय गोविंदा के उदघोष से गूंज उठा। विशेष बात यह रही कि ब्रह्मोत्सव में हरियाणा के साथ-साथ अन्य राज्यों से भी श्रद्धलुओं ने हिस्सा लिया और भगवान के दरबार में माथा टेककर मन्नत मांगी। पुष्पक विमान की सवारी शोभा यात्रा में विपिन गोयल, सीतादेवी गोयल, चंद्रभान सोनी, वेदप्रकाश गर्ग, बिमल प्रसाद, अशोक गर्ग तिलकधारी, सज्जन लावट, बजरंग सिंगला भट्ठे वाले, संजय सातरोडिय़ा, बजरंग सिंगला, अनिल महत्ता, डॉ. साकेत शर्मा व चंचल गोयल सहित काफी संख्या में ट्रस्टीगण व सदस्यण मौजूद रहे।

हिसार। तिरुपति धाम के ब्रह्मोत्सव में अंतिम दिन निकाली गई पुष्पक विमान की सवारी शोभायात्रा में उपस्थित अर्चक व श्रद्धालुगण।

प्रेरित किया

ब्रह्मोत्सव के दौरान नारायणाचार्य जी महाराज ने सदकार्य करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि हमेशा प्रभु की आराधना करते हुए धर्मसम्मत व जनकल्याणकारी कार्य करने चाहिए। उन्होंने कहा कि हिसार के तिरुपति धाम में आयोजित किए गए ब्रह्मोत्सव में भक्तों ने बढ़-चढकर हिस्सा लिया। इस दौरान भक्तों की आस्था व प्रभु के प्रति निष्ठा देखने लायक रही।

होम क्लीनिंग या घरेलू काम के दौरान पानी और डिटर्जेंट के संपर्क में ज्यादा रहने से पेरोनाइकिया इंफेक्शन होने का रिस्क रहता है। इसकी क्या वजहें हैं, इसके लक्षण, बचाव और उपचार के बारे में बता रहे हैं विस्तार से।

होम क्लीनिंग के दौरान ना बरतें लापरवाही

प्रिकॉशन

शिखर चंद जैन

दीपावली से पहले हर घर में साफ-सफाई, बरतन, कपड़े आदि धोने के लिए बार-बार पानी का इस्तेमाल करना पड़ता है। इस कारण हाथ या पैर की अंगुलियों में फंगल और बैक्टीरियल इंफेक्शन होने का खतरा उत्पन्न हो जाता है। इस इंफेक्शन के कारण होने वाला रोग है पेरोनाइकिया। चूंकि होम क्लीनिंग के काम ज्यादातर महिलाएं करती हैं, इसलिए इससे महिलाओं के इंफेक्टेड होने की आशंका अधिक होती है।

क्या है पेरोनाइकिया: पेरोनाइकिया या पेरोनिसिया त्वचा का इंफेक्शन है, जो नाखूनों के चारों तरफ होता है। इस इंफेक्शन का कारण बैक्टीरिया या यीस्ट का एक प्रकार (जिसे कैंडिडा कहा जाता है) है। यह इंफेक्शन बैक्टीरिया और यीस्ट के मेल से भी होता है।

पेरोनाइकिया के प्रकार: यह मूल रूप से दो प्रकार का होता है।

एक्यूट पेरोनिसिया: इस तरह के पेरोनिसिया एकदम से होता है और लंबे समय तक रहता है, खासतौर पर यह अंगुलियों में होता है।

क्रॉनिक पेरोनिसिया: क्रॉनिक पेरोनिसिया, अंगुलियों और अंगूठे दोनों में हो सकता है। यह या तो जल्दी ठीक नहीं होता या होकर फिर हो जाता है।

रोग का कारण: इस समस्या के कई कारण हो सकते हैं। इस समस्या का एक कारण अपने नाखूनों को काटना या चबाना है लेकिन अधिकतर यह समस्या गीले में यानी पानी के संपर्क में अधिक समय रहने या केमिकल की उपस्थिति में काम करने के कारण होती है। पानी, डिटर्जेंट, साबुन, सोडा, तेल, मसाला और इरिटेंट चीजों के संपर्क में ज्यादा समय तक रहने पर हाथ, पैर की अंगुली के नाखून के पास क्युटिकल का धीरे धीरे क्षरण हो जाता है। कभी-कभी पूरा क्युटिकल समाप्त हो जाता है। क्युटिकल किरेटिन नामक प्रोटीन की एक सीलिंग होती है। यह नेल प्लेट और नेल फोल्ड के अग्रभाग को जोड़ता है। यह नाखून की जड़ों में किसी भी हानिकारक केमिकल, बैक्टीरिया, अवयव आदि को जाने से रोकता है। इसके क्षरण से केमिकल, बैक्टीरिया, फंगस आदि जमा होने लगते हैं। इससे त्वचा लाल होकर सूज जाती है। कई बार वहां मवाद भी भर जाता है। इसे पेरोनाइकिअस एब्सेस कहते हैं। इसके बढ़ जाने पर पायोजेनिक ग्रेनुलोमा होता है। इन कारणों से कभी हल्का तो कभी तेज दर्द होता है।

डायबिटिक पेशेंट को ज्यादा खतरा: डायबिटीज रोगियों मे यह समस्या सेलुलाइटिस का रूप ले सकती है। यह समस्या स्टेफाइलोकोकस और कोरिनेफॉर्म बैक्टीरिया और कैंडाइडा फंगस के कारण होती है। अंगुली के बीच में पानी लगने के कारण कैंडिडा फंगस के कारण ही अंगुलियों के बीच में लाल सफ़ेद चकत्ते हो जाते हैं। इसमें तेज खुजली भी होती है।

सावधानी है जरूरी: इस समस्या से बचने के लिए आप यहां बताई जा रही सावधानियां बरत सकते हैं।

- ज्यादा पानी के संपर्क में ना रहें।
- कपड़ा धोने और बरतन धोने के लिए दस्तानों का प्रयोग करें।
- शुरू में ही नेल क्युटिकल डैमेज को पहचान कर एंटी फंगल और एंटीबायोटिक क्रीम का उपयोग करें।
- नाखून मजबूत करने के लिए बायोटीन पोषक तत्व वाले फूड्स का सेवन करें।

ट्रीटमेंट: ऐसे इंफेक्शन के मामलों में डॉक्टर ओफ्लॉक्सासिन, ओरनीडाजॉल, एमॉक्सीक्लेम आदि एंटीबायोटिक दवाएं खाने के लिए देते हैं। ओरल एंटी-फंगल जैसे इंट्राकोनाजॉल, फ्लूकोनाजॉल आदि भी दी जाती है। इसके साथ ही एंटीबायोटिक और एंटी फंगल क्रीम भी दे सकते हैं। कोई भी दवा डॉक्टर की सलाह से ही सेवन करें। *

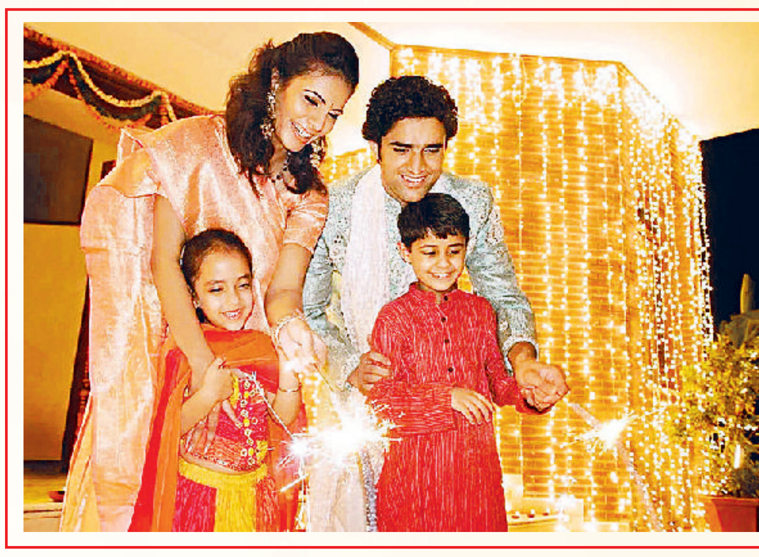
(त्वचा रोग विशेषज्ञ डॉ. किंशुक सामंत से बातचीत पर आधारित)

दीपावली स्पेशल

अवेयरनेस

बच्चे, युवा हों या बुजुर्ग सभी दीपावली पूरे उत्साह से सेलिब्रेट करते हैं। लेकिन सेलिब्रेशन के साथ अपनी सुरक्षा और हेल्थ केयर के बारे में कॉन्शस रहना जरूरी है। ऐसा न करने से आपको चोट लग सकती है या आपकी हेल्थ बिगड़ सकती है। खासतौर पर बच्चे और बुजुर्गों की हेल्थ को लेकर अधिक अवेयर रहना चाहिए। इस बारे में एक्सपर्ट डॉक्टर्स आपको दे रहे हैं कुछ यूजफुल सजेशंस।

दीपावली जरूर करें सेलिब्रेट हेल्थ की भी करें प्रॉपर केयर



दीपावली का त्योहार खुशियों और रोशनी का प्रतीक है। घरों में मिठाइयों और पटाखों की रौनक हर उम्र के लोगों को उत्साह से भर देती है। लेकिन इस दौरान पटाखों से होने वाले धुएं और ध्वनि प्रदूषण से स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ सकता है। इसलिए दीपावली में सुरक्षा और स्वास्थ्य का ध्यान रखना उतना ही जरूरी है, जितना उत्सव का आनंद लेना। खासतौर पर बच्चों और बुजुर्गों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।

स्किन-आइज की सुरक्षा

दीपावली में की जाने वाली आतिशबाजी से स्किन और आइज की सुरक्षा कैसे करें, इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-डर्मेटोलॉजी, **डॉ. संदीप अरोड़ा** कहते हैं, 'दीपावली पर फुलझड़ियों, रॉकेट, चकरी और अनार जैसी तमाम आतिशबाजियों से निकलने वाला धुआं, तेज चमक और उच्च ताप बच्चों और बुजुर्गों की आंखों और त्वचा दोनों के लिए हानिकारक हो सकता है। छोटे बच्चों की आंखें नाजुक होती हैं और बुजुर्गों की आंखें उम्र के साथ संवेदनशील हो जाती हैं, इसलिए इस दौरान विशेष सावधानी रखना बेहद जरूरी है। बच्चों को पटाखे जलाते समय सुरक्षात्मक चश्मा पहनने को कहें। जब वे पटाखे जलाएं या आतिशबाज़ी देख रहे हों तो इसमें लापरवाही ना बरतें, इसके लिए पैरेंट्स उनके साथ रहें। बुजुर्गों को भी धुएं और तेज रोशनी आवाज वाले क्षेत्रों से दूर रहने को कहें। अगर किसी की आंखों में धुआं, धूल या पटाखों की चमक से जलन, खुजली या लालिमा हो जाए तो तुरंत ठंडे पानी से आंखों को धोएं और लगातार समस्या बनी रहने पर डॉक्टर से संपर्क करें। इसके

साथ ही, पटाखों और धुएं से निकलने वाली गर्मी और रसायन बच्चों और बुजुर्गों की त्वचा को प्रभावित कर सकते हैं। खासकर अधजले हुए पटाखों के संपर्क में आने से जलन, लालिमा या सूखापन हो सकता है। इसलिए हाथों और खुले हिस्सों पर हल्का मॉयश्चराइज़र या हैंड क्रीम लगाना जरूरी है। पटाखे जलाने के बाद हाथों और चेहरे को अच्छे से धोना न भूलें। यदि त्वचा में लालिमा, खुजली या जलन बनी रहे तो तुरंत ठंडे पानी से साफ करें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर की सलाह लें। इस तरह सावधानी बरतकर बच्चों और बुजुर्गों की आंखें और स्किन सुरक्षित रहेंगे और दीपावली का उत्सव बिना किसी स्वास्थ्य जोखिम के मनाया जा सकता है।'

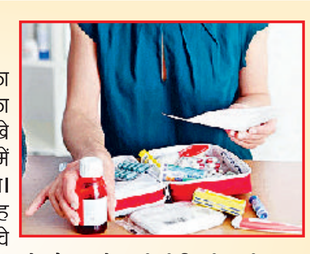
वायु प्रदूषण से करें बचाव

दीपावली पर पटाखों से निकलने वाला धुआं न केवल वातावरण में प्रदूषण बढ़ाता है, बल्कि बच्चों और बुजुर्गों की सांस की सेहत पर भी असर डाल सकता है। इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, कानपुर में सीनियर कंसल्टेंट-पल्मोनोलॉजी, **डॉ. संदीप कटियार** कहते हैं, 'छोटे बच्चों की फेफड़ों की क्षमता अभी पूरी तरह विकसित नहीं होती और बुजुर्गों के फेफड़े उम्र के साथ कमजोर हो सकते हैं। इसलिए इन दोनों को विशेष सावधानी बरतना जरूरी है। घर में हमेशा खिड़कियां और दरवाजे बंद रखें ताकि बाहर का धुआं अंदर न आए और घर के अंदर के वायु प्रदूषण को कम किया जा सके। अगर बाहर जाना अनिवार्य हो तो मास्क पहनना बेहद जरूरी है, खासकर बच्चों और बुजुर्गों के लिए, ताकि हवा में मौजूद हानिकारक कण फेफड़ों में न जाएं। इसके साथ ही, दिनभर पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए। भोजन हल्का और पचने वाला होना चाहिए, जैसे दलिया, खिचड़ी, सलाद और फल, ताकि शरीर हाइड्रेटेड रहे और पाचन बेहतर हो। इस तरह की सावधानी से दीपावली के उत्सव का आनंद लेने के साथ-साथ सांस और फेफड़ों की सुरक्षा भी सुनिश्चित की जा सकती है।'

खान-पान और हाइड्रेशन

दीपावली में मिठाइयों और तली-भुनी चीजों का ज्यादा सेवन पाचन और शुगर लेवल को प्रभावित कर सकता है। इसलिए डाइट को लेकर कॉन्शस रहना जरूरी है। इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, जयपुर में कंसलटेंट-इंटरनल मेडिसिन, **डॉ. रोहित शर्मा** सलाह देते हैं, 'बच्चों को कम मात्रा में मिठाई दें और तली-भुनी चीजों के बजाय भुने चने, मखाने या ड्राय फ्रूट्स खिलाएं। बुजुर्गों को भी सीमित मात्रा में मीठे और तले भुने व्यंजन खाने चाहिए। उनके लिए हल्का भोजन जैसे दाल, खिचड़ी, सलाद और फल बेहतर विकल्प हैं। उनके लिए दिनभर में 6-8 गिलास पानी पीना और नींद पूरी करना भी जरूरी है।'

पटाखे जलाते समय रहें सावधान



पटाखे दीपावली का अहम हिस्सा हैं और हर उम्र के लोग इनका आनंद उठाते हैं। लेकिन इन्हें जलाते समय कुछ सुरक्षा नियमों का पालन करना बेहद जरूरी है। बच्चों को कभी भी अकेले पटाखे जलाने न दें और हमेशा जिम्मेदार वयस्क की निगरानी में आतिशबाजी करने को कहें ताकि कोई दुर्घटना या चोट न लगे। फर्स्ट एड किट रेडी रखें। आतिशबाज़ियों को हमेशा खुली जगह और सुरक्षित दूरी पर जलाएं, ताकि आस-पास मौजूद लोग, बच्चे या घर के सामान सुरक्षित रहें। जलते पटाखों को हाथ में सीधे न पकड़ें और उन्हें कभी भी किसी सूखी घास, लकड़ी या ज्वलनशील वस्तु के पास न जलाएं, क्योंकि इससे आग लगने का गंभीर खतरा हो सकता है। बुजुर्गों और छोटे बच्चों को धुएं के सीधे संपर्क से बचाना बहुत जरूरी है, क्योंकि पटाखों का धुआं सांस की तकलीफ, एलर्जी और अस्थमा जैसी समस्याओं को बढ़ा सकता है। इसके अलावा, पटाखे जलाने के बाद जले हुए अवशेषों को तुरंत साफ कर देना चाहिए ताकि कोई गलती से उन पर पैर न रख दे या आग न लग जाए। इन सावधानियों का पालन करने से न केवल दीपावली का उत्सव सुरक्षित और आनंदमय बनता है, बल्कि बच्चों और बुजुर्गों के स्वास्थ्य का भी पूरा ध्यान रखा जा सकता है।

इनका भी रखें ध्यान

दीपावली पर बच्चों और बुजुर्गों की सुरक्षा पर विशेष ध्यान देना बेहद जरूरी है। बच्चों को पटाखे जलाते समय सावधान रहने को कहें और हमेशा सुरक्षित दूरी पर रहें, इसके लिए पैरेंट्स एलर्ट रहें। बुजुर्गों को भीड़ और धुएं वाले इलाकों से दूर रहने को कहें। पटाखों और धुएं वाले क्षेत्र में संयम रखना जरूरी है ताकि कोई दुर्घटना या स्वास्थ्य

समस्या न उत्पन्न हो। किसी भी आकस्मिक चोट या जलन से निपटने के लिए घर में हमेशा फर्स्ट-एड किट, ठंडा पानी और बर्फ के पैक रखना चाहिए। अगर किसी को पटाखों या धुएं से जलन, या हल्की चोट लग जाए तो तुरंत गुनगुने पानी से प्रभावित हिस्से को धोएं और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से संपर्क करें। बच्चों को किसी भी स्थिति में डॉक्टर की सलाह के बिना दवा न दें, क्योंकि गलत दवा गंभीर परेशानी पैदा कर सकती है।

दीपावली का असली मजा तभी है, जब रोशनी के साथ सेहत भी बनी रहे। बच्चों और बुजुर्गों की आंखों और फेफड़ों की सुरक्षा, स्किन का ख्याल और संतुलित खान-पान का ध्यान रखना उतना ही जरूरी है, जितना पटाखों और मिठाइयों का आनंद लेना। सावधान रहें-सुरक्षित दीपावली मनाएं। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. सुदीप जैन

डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया, दिल्ली

स्पेशल: स्पाइन-डे, 16 अक्टूबर

हमारे शरीर का पूरा ढांचा रीढ़ की हड्डी यानी स्पाइन पर टिका होता है। लेकिन हाल के वर्षों में स्पाइन प्रॉब्लम्स के मामले बहुत तेजी से बढ़े हैं। इसकी वजहें, इसके रोगों के प्रकार, इनके लक्षण, उपचार और बचाव के तरीकों के बारे में यहां जानिए विस्तार से।

स्पाइन हेल्थ के लिए लाइफस्टाइल रखें सही

रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) की समस्याओं के तमाम कारण हो सकते हैं, लेकिन अस्वास्थ्यकर जीवनशैली भी स्पाइन संबंधी समस्या का एक प्रमुख कारण है। दिनों-दिन रीढ़ से संबंधित समस्याएं दुनिया भर में बढ़ती जा रही हैं और भारत भी इसका अपवाद नहीं है। सच तो यह है कि रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) पर हमारे शरीर की बुनियाद खड़ी होती है। स्पाइन के तीन प्रमुख भाग हैं। पहला, सर्वाइकल (गर्दन), दूसरा थोरेसिक (छाती) और लंबर (कमर का निचला भाग)। स्पाइन में स्थित तंत्रिकाएं (नर्व) दिमाग से संपूर्ण शरीर तक संदेश पहुंचाती हैं। बावजूद इसके, आमतौर पर लोग स्पाइन के स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं देते।

स्पाइन प्रॉब्लम्स के लक्षण: कमर में दर्द और जकड़न महसूस करना। अधिकतर मामलों में यह दर्द कमर के निचले हिस्से यानी लंबर में ज्यादा होता है। गर्दन में जकड़न या दर्द। अनेक लोगों में कमर और गर्दन से संबंधित दर्द दिन की बजाय रात में ज्यादा होता है। कुछ लोग दर्द की समस्या कमर से लेकर कूल्हों तक महसूस करते हैं। अनेक लोगों में व्यायाम करने के बाद या फिर चलने-फिरने की स्थिति में कमर व गर्दन दर्द की समस्या बढ़ जाती है।

समस्याओं के कारण: अस्वास्थ्यकर जीवनशैली, जिसके अंतर्गत व्यायाम न करना, मोटापा और गलत खान-पान आदि कई कारण शुमार हैं। इन दिनों स्पाइन संबंधी समस्याओं का एक प्रमुख कारण है गलत पोस्चर्स में बैठना, लेटना। आमतौर पर लोग लैपटॉप या कंप्यूटर पर कार्य करते समय या टेलीविजन देखते वक्त रीढ़ की हड्डी को नेचुरल कर्व में नहीं रखते। एक उम्र के बाद हड्डियों में क्षरण प्रक्रिया शुरू हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति का चलना-फिरना और उसकी सक्रियता कम होने लगती है। दिनों-दिन बढ़ती सड़क दुर्घटनाएं और आनुवंशिक कारण भी हो सकते हैं।

साइटिका या सियाटिका: रीढ़ की हड्डी की यह समस्या शरीर की सबसे लंबी नस (नर्व), साइटिक से संबंधित है। साइटिका से संबंधित दर्द कमर के निचले हिस्से से शुरू होकर पैरों तक उतर जाता है। यह दर्द आमतौर पर मरीज के शरीर के एक तरफ वाले भाग जैसे बाएं भाग या दाहिने भाग को प्रभावित करता है। बेशक साइटिका का दर्द दूर हो सकता है। इसे दवाओं के अलावा बर्फ से सिंकाई करने, गर्म सेंक, स्ट्रेचिंग और फिजियोथेरेपी आदि से दूर किया जा सकता है। जब इन सब से मरीज को राहत नहीं मिलती तब सर्जरी का सहारा लिया जाता है।

स्पाइनल कॉर्ड इंजरी: जब किसी चोट, आघात या दुर्घटना के कारण 'स्पाइनल कैनाल' में स्थित नसों और कोशिकाओं को नुकसान पहुंचता है तो इसे स्पाइनल कॉर्ड इंजरी कहा जाता है।

स्पाइनल अर्थराइटिस: इस प्रकार के स्पाइनल ऑस्टियोअर्थराइटिस में कार्टिलेज को नुकसान पहुंचता है, जिसके कारण प्रभावित वर्टिब्रा, स्पाइन की अन्य वर्टिब्रा के संपर्क में आती है। नतीजतन, पीड़ित व्यक्ति को दर्द महसूस होता है।

हर्निएटेड डिस्क: प्रत्येक वर्टिब्रा के बीच डिस्क होती है, जिसके कारण एक वर्टिब्रा दूसरी से आपस में टकराती नहीं है। बावजूद इसके, कुछ कारणो से डिस्क पर प्रभाव पड़ता है और बहुत ज्यादा दबाव पड़ने पर डिस्क क्षतिग्रस्त हो सकती है। इसके कारण रीढ़ की हड्डी में दर्द उत्पन्न होता है।

स्पाइनल स्टेनोसिस: जब रीढ़ की हड्डी में मौजूद नसों की जगह सिकुड़ जाती है, तब इस स्थिति में नसों पर दबाव पड़ता है। इसके परिणामस्वरूप मरीज को दर्द, सुन्नता, झुनझुनी, हाथ व पैरों में कमजोरी आदि का एहसास होता है।

स्कोलियोसिस: इस समस्या में रीढ़ की हड्डी की बनावट में बदलाव आ जाता है। आमतौर पर बच्चों पर इसका प्रभाव ज्यादा पड़ता है।

एंकिलोसिंग स्पॉन्डिलाइटिस: इस समस्या में कमर के निचले भाग और कूल्हों की तरफ दर्द महसूस होता है। इसके अलावा यह दर्द शरीर के अन्य भागों में भी फैल सकता है।

इन समस्याओं से बचने के लिए यहां बताई जा रही बातें मददगार हो सकती हैं।

संतुलित-पौष्टिक खाना: हरी पत्तेदार सब्जियों को अपने आहार में वरीयता दें। पत्तेदार सब्जियों में विटामिंस और मैग्नीशियम पर्याप्त मात्रा में पाए जाते हैं, जिनसे आपकी रीढ़ की हड्डी के समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत होती हैं और रीढ़ की हड्डियां सशक्त बनी रहती हैं। जंक फूड्स और अत्यधिक चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थ रीढ़ की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं।

डेयरी उत्पादों का सेवन: अपने खान-पान में दूध, दही, पनीर, बटर, छाछ आदि को शामिल करें। दूध और इससे निर्मित उत्पादों में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है, जो रीढ़ को मजबूत रखने में सहायक हैं। इसके अलावा खट्टे फल, बींस, नट्स और ड्राई फ्रूट्स का सेवन करें।

फिश ऑयल: फिश ऑयल ओमेगा-3 फैटी एसिड से भरपूर होता है, जो आपकी रीढ़ और इससे संबंधित नाड़ियों (नर्व) को शक्ति प्रदान करता है और इसके साथ ही यह विटामिन-डी का भी अच्छा स्रोत है।

जरूरी है योग-व्यायाम: विभिन्न प्रकार के व्यायामों से स्पाइन में लचीलापन बना रहता और इनके समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत रहती हैं। अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार व्यायाम करें। इस क्रम में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लें। अपनी क्षमता के अनुसार नियमित रूप से टहलें, साइकिल चलाएं, स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज करें और तैराकी भी कर सकते हैं। योगासन भी रीढ़ की हड्डी को लचीला और सशक्त बनाने में मदद करते हैं, किंतु इनकी शुरूआत किसी योग विशेषज्ञ के परामर्श से ही करें।

ऐसी समस्याओं से बचने के लिए कुछ और बातों पर गौर करें।

- ज्यादा समय तक सीधा खड़े रहने का प्रयास करें।
- अगर आपकी डेस्क जॉब है तो थोड़ी देर के बाद उठकर आस-पास टहल लें।
- बैठने के दौरान पीठ को सहारा दीजिए और पीठ के पीछे गद्दी रखें।
- देर तक सोफे पर या किसी अन्य फर्नीचर पर झुककर बैठने से बचें।
- खड़े होते समय कंधे झुके हुए न रहें, इन्हें सीधा रखें। गर्दन सीधी हो और सिर सीधा सामने की ओर रहे। ऐसी स्थिति में रीढ़ की हड्डी पर खिंचाव और दबाव नहीं पड़ता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

अधिकांश लोग सुबह के समय सबसे पहले चाय या कॉफी पीते हैं। लेकिन यह नुकसानदेय होता है। इसके बजाय अगर आप सुबह सबसे पहले पानी पिएं तो दिन भर फ्रेश-एनर्जेटिक रहेंगे।

सुबह सबसे पहले पिएं पानी आप रहेंगे फ्रेश-एनर्जेटिक

हेल्थ सजेशन

राजकुमार 'दिनकर'

अगर आप भी उन लोगों में शामिल हैं, जो सुबह सबसे पहले उठकर ब्रश करके चाय या कॉफी पीते हैं, तो सावधान हो जाना चाहिए, क्योंकि विभिन्न स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि सुबह-सुबह खाली पेट सीधे चाय या कॉफी पीना बेहद नुकसानदेय साबित हो सकता है। कैफीनयुक्त इन दोनों चीजों से पेट में एसिडिटी होती है और रात सोने से लेकर सुबह उठने तक लगातार कई घंटे पानी न पीने के कारण हमें जो डिहाइड्रेशन की समस्या होती है, वह और ज्यादा बढ़ जाती है। इसलिए आहार विशेषज्ञ सुबह उठते ही सबसे पहले गर्म पानी पीने की सलाह देते हैं। दरअसल, रात में हमारे शरीर में होने वाली आंतरिक प्रक्रियाओं में पानी की खपत ज्यादा होती है। यदि रात में हम कई बार उठकर यूरिन के लिए जाते हैं, तो उस समय भी शरीर को पानी की जरूरत होती है। इसलिए सुबह-सुबह सबसे पहले पानी ही पीना चाहिए। इससे शरीर को डी टॉक्सिफाइ तो कर ही सकते हैं। पानी की कमी को भी पूरा कर सकते हैं।

कितना पिएं पानी: अब सवाल पैदा होता है कि हमें सुबह के समय कितना पानी पीना चाहिए? यह पूरी तरह से किसी की पानी पीने की आदत पर निर्भर करता है कि सुबह के समय उसे पानी पीना कितना अच्छा लगता है। यदि एक गिलास पानी से वह संतुष्ट हो जाता है, तो उसके लिए उतना ही पर्याप्त है। वैसे भी सुबह के समय 200 से 300 मिलीलीटर पानी, हमारी शरीर की जरूरत को पूरा करता है। यह सुबह के समय फ्रेश होने में मदद करता है।

पानी कैसा हो: कुछ लोगों को सुबह के समय गर्म पानी अच्छा नहीं लगता, तो कुछ लोगों को मटके के पानी का स्वाद बुरा लगता है। बहरहाल, पानी चाहे मिट्टी के बर्तन में रखें या तांबे के बर्तन में। लेकिन

हां, ब्लड प्रेशर के रोगियों को तांबे के बर्तन में रखा पानी नहीं पीना चाहिए। आप ये विकल्प आजमा सकते हैं। किसी को सादा पीना अच्छा लगता है, तो किसी को नीबू या फिर लेमन ग्रास डालकर या किसी को शहद वाला पानी पीना अच्छा लगता है। कुछ लोग इसमें रात में दालचीनी डालकर भी सुबह उसे छानकर पीते हैं। तो कुछ मेथी दाना भिगोकर उसका पानी पीते हैं। बहरहाल, अगर किसी को लीवर की परेशानी है तो गुनगुने पानी में आधा चम्मच हल्दी मिलाकर भी पीया जा सकता है।

पानी गर्म हो या ठंडा: सर्दी के मौसम में ज्यादा ठंडा पानी पीना नुकसानदेय हो सकता है। अगर सूर्योदय के समय से पहले पानी पी रहे हैं तो गुनगुने पानी में नीबू मिलाकर पीया जा सकता है। सूर्योदय के बाद पी रहे हैं तो सिर्फ गुनगुना पानी ही पीना चाहिए। इस मौसम में अदरक गले की खराश को मिटाती है। इसलिए अदरक और तुलसी की पत्तियों को उबालकर बने गुनगुने पानी को पीने से फायदा होता है। गर्मी के मौसम में कमरे के तापमान पर रखा पानी या फिर घड़े का पानी सही रहता है। आप चाहें तो पानी में 8-10 हरे धनिया के पत्ते, जीरा, दालचीनी, छोटी इलायची, अदरक इनमें से किसी एक को मिलाकर या पानी में उबालकर गुनगुना पानी पीएं। ऐसे पानी को पीने से आपकी कब्ज की शिकायत भी दूर होती है। *

खबर संक्षेप

गेम खिलाने के नाम पर धोखाधड़ी, आरोपी काबू

हांसी। जिला भर में अपराधों पर लगाम लगाते हुए थाना साइबर क्राइम हांसी पुलिस ने ऑन लाइन गेमिंग के पर 50,000 रुपये की धोखाधड़ी करने वाले मुम्बई के उधमपुर पीरा के पंतनगर निवासी आरोपी सुरज को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी ने कुछ दिन पहले गांव मसुदपूर निवासी साधूराम के साथ ऑन लाइन गेम खिलाने के नाम पर 50 हजार रुपये की धोखाधड़ी की थी। थाना साइबर क्राइम हांसी ने आरोपी को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश करके 4 दिन के पुलिस रिमांड पर लिया है।

अवैध हथियार व कारतूस सप्लायर वारंट पर लिया

हांसी। पुलिस द्वारा जिला भर अवैध हथियार रखने व सप्लायर के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के दौरान हांसी सीआईए पुलिस अवैध हथियार व एक जिंदा कारतूस सप्लाई करने वाले आरोपी सप्लायर जींद जिले के अलेवा गांव निवासी रविन्द्र को प्रोडक्शन वारंट पर लिया है। हांसी सीआईए पुलिस में तैनात एएसआई सम्मत कुमार ने बताया कि प्रोडक्शन वारंट पर लिए गए आरोपी ने कुछ दिन पहले गांव गुराणा निवासी रजत को एक अवैध देशी कट्टा व 1 जिन्दा कारतूस सप्लाई किया था।

हत्या प्रयास मामले में दो आरोपी प्रोडक्शन वारंट पर

हांसी। सीआईए पुलिस ने हत्या प्रयास मामले में मुख्य आरोपियों को अवैध हथियार करने वाले दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान मध्यप्रदेश के मंदसौर निवासी तूफान व लाल सिंह को प्रोडक्शन वारंट पर लिया गया है। सब इंस्पेक्टर कपिल ने बताया कि आरोपियों ने 24 अप्रैल को जींद जिले के बीबीपुर निवासी संदीप पर गांव खांडा में हुए हत्या प्रयास मामले के मुख्य आरोपियों को अवैध हथियार सप्लाई किए थे। पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दोनों आरोपियों को गिरफ्तार कर चार दिन के रिमांड पर लिया गया है।

चेक बाउंस मामले में उद्घोषित आरोपी काबू

हांसी। जिला भर में उद्धघोषित अपराधी, बेल जंपर के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत किला बाजार पुलिस चौकी ने चेक बाउंस मामले में उद्धघोषित अपराधी दिल्ली के हैदरपुर निवासी सावन को गिरफ्तार किया गया। किला बाजार चौकी में तैनात एएसआई रमेश कुमार ने बताया कि पकड़े गए आरोपी अदालत द्वारा चेक बाउंस मामले में उद्धघोषित आरोपी करार दिया हुआ था। पुलिस चौकी पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है।

सीएचसी सेंटर चलाने वाला संचालक गिरफ्तार

नारनौंद। थाना बास पुलिस ने बिना प्रमिशन व बिना लाइसेंस सीएचसी सेंटर चलाने वाले संचालक को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी की पहचान पुठ्ठी निवासी सरवर के रूप में हुई है। सब इंस्पेक्टर महेन्द्र कुमार ने बताया कि पकड़े गए आरोपी ने गांव पुठ्ठी में बिना प्रमिशन व बिना लाइसेंस के सीएचसी सेन्टर खोल रखा था और सेंटर में गांव पुठ्ठी के मौजूदा सरपंच की जाली मोहर व साइन करता था। थाना बास पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश करके न्यायालय के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

सड़क सुरक्षा जागरूकता को लेकर हुई परीक्षा

बरवाला। राजकीय महाविद्यालय में सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से सड़क सुरक्षा लिखित परीक्षा का आयोजन किया गया। यह परीक्षा सड़क सुरक्षा क्लब के तत्वावधान में आयोजित की गई, जिसमें विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। परीक्षा में सड़क संकेतों, यातायात नियमों, सुरक्षित वाहन संचालन एवं आपातकालीन स्थिति में अपनाई जाने वाली सावधानियों से संबंधित प्रश्न पूछे गए। कार्यकारी प्राचार्य डॉ. अनूप सिंह ने कहा कि सड़क सुरक्षा नियमों का पालन करना प्रत्येक नागरिक का नैतिक कर्तव्य है।

यातायात नियमों पर आधारित ब्लॉक स्तरीय परीक्षा

हांसी में 472 स्कूलों के 79747 विद्यार्थियों ने दी परीक्षा

पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन ने किया निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

पुलिस जिला हांसी व स्थानीय प्रशासन के सहयोग से बुधवार को यातायात नियमों पर पुलिस जिला हांसी में स्कूली स्तर की परीक्षा का आयोजन किया गया। इस परीक्षा में पुलिस जिला हांसी के करीब 472 स्कूलों के 79747 विद्यार्थियों ने यातायात नियमों पर आधारित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता परीक्षा में भाग लिया। पुलिस अधीक्षक ने विभिन्न स्कूलों का दौरा कर ब्लॉक स्तरीय परीक्षा का निरीक्षण किया।

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि परीक्षा को लेकर स्कूली बच्चे काफी उत्साहित दिखाई दिए। उन्होंने कहा कि बचपन के समय सीखी हुई बाते बच्चे जिंदगी भर याद रखते हैं। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि बचपन में यदि बच्चों को अच्छी शिक्षा दी जाएं तो वे भविष्य में अच्छे नागरिक साबित हो सकते हैं, क्योंकि बचपन का समय स्वर्णिम कॉल होता है तथा सीखने और सिखाने का सही समय होता है।

उन्होंने बताया कि यातायात नियमों पर आधारित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता परीक्षा का सफलतापूर्वक सम्पन्न करवाने में शिक्षा विभाग का काफी योगदान रहा है।

पुलिस अधीक्षक ने जिला भर के सभी स्कूल व कालेजों के विद्यार्थियों से आह्वान किया है कि वे यातायात नियमों की स्वयं पालना कर अपने आसपास के लोगों को यातायात नियमों की पालना करने के लिए प्रेरित करें ताकि यातायात व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ बनाया जा सके।

हांसी। यातायात नियमों पर आधारित परीक्षा का निरीक्षण करते पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन । फोटो : हरिभूमि

सड़क सुरक्षा प्रतियोगिता आयोजित

आदमपुर। सड़क सुरक्षा के प्रति विद्यार्थियों में जागरूकता बढ़ाने और यातायात नियमों के प्रति जिम्मेदारी का भाव विकसित करने के उद्देश्य से शांति निकेतन पब्लिक स्कूल में बुधवार को सड़क सुरक्षा क्विज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम शिक्षा विभाग एवं पुलिस विभाग के दिशा-निर्देशों के तहत किया गया। इस अवसर पर विद्यालय में कक्षा 3 से 12 तक के विद्यार्थियों को तीन स्तरों में विभाजित कर प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता कराई गई। प्रश्नों में यातायात संकेतों, सड़क सुरक्षा नियमों, हेलमेट और सीट बेल्ट के महत्व, सड़क पार करने के सुरक्षित तरीके तथा वाहन चलाने के अनुशासन से संबंधित विषयों को शामिल किया गया। छात्रों ने बड़ी उत्सुकता और आत्मविश्वास के साथ प्रश्नों के उत्तर दिए। विद्यालय के चेयरमैन पपेंद्र ज्याणी और डायरेक्टर अनिरुद्ध बिश्नोई ने कहा कि सड़क सुरक्षा केवल एक नियम नहीं, बल्कि जीवन की रक्षा का माध्यम है।

जनता अपने ही शहर के दुकानदारों से खरीदे सामान : बजरंग गर्ग

व्यापार मंडल ने ऑनलाइन सामान की खरीद न करने के लिए चलाया अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हिसार। व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग साथियों सहित बाजार में सामान खरीदते हुए। फोटो : हरिभूमि

हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल ने हरियाणा में ऑनलाइन सामान की खरीद न करने के लिए अभियान चलाया है। व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग ने बाजार में जाकर सामान की खरीदारी की। बजरंग गर्ग ने देश व प्रदेश की जनता से आग्रह किया है कि समान अपने ही शहर के दुकानदारों से खरीदें जबकि ऑनलाइन व्यापार से छोटे, मध्यम व रेहड़ी फड़ी वाले व्यापारी बर्बादी के कगार पर है। ऑनलाइन व्यापार के कारण रेहड़ी फड़ी वाले, गली मोहल्ला बाजारों में छोटे व मध्यम दुकान दारों का व्यापार लगातार ठप्प हो रहा है, जिसके कारण उनका हर त्यौहार फीका रह जाता है।मार्च 2025 में कई राज्यों में ऑनलाइन व्यापार वालों के वेयरहाउस में भारतीय मानक ब्यूरो द्वारा रेड में काफी बड़ी मात्रा में नकली माल बरामद हुआ था मगर ऑनलाइन व्यापार करने वाली वह कंपनियां जिसके यहां रेड पड़ी थी वह जो की तो ऑनलाइन व्यापार कर रहे है।

एफजीएम कॉलेज के छात्रों ने पूर्व राष्ट्रपति कलाम को दी श्रद्धांजलि

आदमपुर। पूर्व राष्ट्रपति डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम को श्रद्धांजलि देते कॉलेज के पूर्व छात्र।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ आदमपुर

एफजीएम राजकीय महाविद्यालय में छात्रों द्वारा पूर्व राष्ट्रपति डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम की जयंती के उपलक्ष्य में कॉलेज प्रांगण में एक सभा कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। मुख्य वक्ता के रूप में कॉलेज के प्राचार्य डॉ. सत्यपाल सिंह ने डॉ. कलाम के जीवन पर प्रकाश डालते हुए विद्यार्थियों से उनके आदर्शों पर चलने का आह्वान किया। विशिष्ट वक्ता के रूप में बोलते हुए एलुमनी एसोसिएशन के अध्यक्ष पालाराम करीर, महाविद्यालय के पूर्व प्रधान मांगेराम सिंगल, पुरुषोत्तम राणा व नरषोत्तम मेजर ने कहा कि डॉ. कलाम ने सही मायनो में युवा व छात्रों को जीवन के हर क्षेत्र में प्रगति के लिए बेहतरीन रास्ता बतलाया है। कार्यक्रम के बाद छात्रों की एक सभा हुई जिसमें विद्यार्थियों की समस्याओं व छात्र संघ के गठन के बारे में भी चर्चा हुई। इस अवसर पर भविष्य, सुनील नैण, सोनू, रोहित, गोविंद, अमिता, दीक्षा, सकीला, कोमल, पिंकी, किरण, गरिमा, आस्था, मनीषा, सुमित, मोहित, हर्ष, जतिन सहित काफी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित थे।

विद्यार्थियों को स्काउट-गाइड नियम नेतृत्व कौशल के बारे में दी जानकारी

स्वामी विवेकानंद स्कूल में हिंदुस्तान स्काउट एंड गाइड प्रवेशिका शिविर संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौंद

क्षेत्र के गांव खेड़ी जालब में हिंदुस्तान स्काउट एंड गाइड का प्रवेशिका शिविर उत्साहपूर्वक संपन्न हुआ। यह शिविर जिला संगठन स्काउट-गाइड की ओर से नरेश कुमार एवं उनकी टीम के नेतृत्व में स्वामी विवेकानंद वरिष्ठ विद्यालय खेड़ी जालब में आयोजित किया गया। शिविर के दौरान विद्यार्थियों को स्काउट-गाइड नियम, अनुशासन, प्राथमिक चिकित्सा, सामाजिक उत्तरदायित्व एवं नेतृत्व कौशल के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी गई। छात्रों ने विभिन्न गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लिया और टीम वर्क, सेवा भावना तथा अनुशासन जैसे गुण आत्मसात किए। स्कूल के संचालक जयबीर सिंह स्कूल ने ध्वजरोहण किया। स्कूल के प्राचार्य सुशील कुमार ने विद्यार्थियों को एकता के साथ कार्य करने की प्रेरणा दी। सभी प्रतिभागी विद्यार्थियों को प्रमाण-पत्र देकर व स्काउटिंग टीम को एक-एक स्कूल का स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया।

नारनौंद। स्कूल में कार्यक्रम पेश करते हुए स्कूली छात्र। फोटो : हरिभूमि

जिंदल की स्लैग प्रोसेसिंग क्षमता हुई दोगुनी

प्राकृतिक संसाधनों की होगी बचत, नौकरियां भी हो सकेंगी सृजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

सर्कुलर उत्पादन की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए भारत की सबसे बड़ी स्टेनलेस स्टील निर्माता कंपनी, जिंदल स्टेनलेस अपने ओडिशा स्थित जाजपुर संयंत्र में एक नई वेट मिलिंग इकाई स्थापित कर रही है, जिसके साथ वह अपनी स्लैग प्रोसेसिंग क्षमता को दोगुना करने जा रही है। इस पहल के तहत औद्योगिकी अपशिष्ट से धातु को निकाला जाएगा, जिससे कंपनी की उत्पादन क्षमता बढ़ने के साथ-साथ दीर्घकालिक सर्कुलरिटी लक्ष्य हासिल होंगे। इसके अलावा प्राकृतिक संसाधानों की बचत भी होगी। इससे क्षेत्र में लगभग 140 नौकरियां भी सृजित होंगी।

इस पहल के लिए, कंपनी ने हार्सको एनवायरमेंटल के साथ साझेदारी की है, जो पर्यावरण को ध्यान में रखते हुए धातु उद्योग के लिए नए तरीके बताने वाली वैश्विक स्तर की एक बड़ी कंपनी है। जिंदल स्टेनलेस इस संयंत्र के निर्माण और संचालन के लिए 150 मिलियन अमेरिकी डॉलर खर्च करेगी। इस संयंत्र को हार्सको एनवायरमेंटल के साथ 15 साल की साझेदारी के तहत संचालित किया जाएगा, जिससे सर्कुलर उत्पादन को बढ़ावा देने के संबंध में दोनों कंपनियों के बीच पहले से चली आ रही साझेदारी और मजबूत होगी।

हिसार। जिंदल स्टेनलेस कंपनी के अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

पर्यावरण जागरूकता

प्रबंध निदेशक अभ्युदय जिंदल ने इस बारे में प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि भारत और वैश्विक स्तर पर स्टेनलेस स्टील की बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए हम अपनी क्षमता बढ़ा रहे हैं। हमारा पूरा ध्यान यह सुनिश्चित करने पर है कि जिम्मेदारीपूर्वक तरीके से और पर्यावरण के प्रति जागरूकता के साथ ऐसा किया जाए। हम हार्सको एनवायरमेंटल के साथ अपनी साझेदारी को और मजबूत बना रहे हैं, जो स्टेनलेस स्टील चक्रीय उत्पादन के प्रति हमारे संकल्प को दर्शाता है। नया वेट मिलिंग प्लांट धातु निकालने, अपशिष्ट के निपटान और स्लैग के लाभकारी उपयोग में मददगार साबित होगा।

छात्रों को करियर विकल्पों के प्रति जागरूक किया

- राजकीय महाविद्यालय में रोजगार के अवसर पर प्रेरक कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ उकलाना

राजकीय महाविद्यालय में प्लेसमेंट सेल के तत्वावधान में रोजगार के अवसर विषय पर एक विशेष जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

इस कार्यक्रम का संयोजन मनोविज्ञान विभाग की सहायक प्राध्यापक डॉ. इंदु ने किया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को बदलते रोजगार परिदृश्य और नए करियर विकल्पों के प्रति जागरूक करना था। मुख्य वक्ता के रूप में अर्थशास्त्र विभाग के सहायक प्राध्यापक मुकेश कुमार ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज के प्रतिस्पर्धी दौर में केवल सरकारी नौकरियों पर निर्भर रहना उचित नहीं है।

युवाओं को विभिन्न कौशलों का विकास कर स्वरोजगार एवं निजी क्षेत्र के अवसरों का लाभ उठाना चाहिए। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. रेखा सलूजा ने अपने संबोधन में विद्यार्थियों से कहा कि वे अपने विचारों में सृजनशीलता लाएं, नए कौशल सीखें और आत्मनिर्भर भारत के निर्माण में योगदान दें।

उपभोक्ताओं को किसी प्रकार की समस्या नहीं होने देंगे : अशोक गर्ग

शिविर में 160 शिकायतों की हुई सुनवाई, मौके पर किया समाधान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम के प्रबंध निदेशक अशोक कुमार गर्ग द्वारा आज बरवाला में समाधान शिविर लगाया गया। दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम द्वारा लगाए गए इस समाधान शिविर में 160 शिकायतों की सुनवाई की गई। जिनका मौके पर ही समाधान निर्धारित किया गया।

लोगों की मुख्य मांग बरवाला में बने सब स्टेशन को ऊंचा उठाना रही। प्रबंध निदेशक ने कहा कि बरवाला के 33 केवी सब स्टेशन को ऊंचा उठाया जाएगा। ढाणी गारण, ढाणी मिरदाद और ढाणी खान बहादुर के 2500 उपभोक्ताओं को लाभ देते हुए उन्हें उपमंडल बाड़ों पट्टी से उपमंडल बरवाला में स्थानांतरित करने के आदेश दिए।

बरवाला। लोगों की शिकायतें सुनते बिजली निगम के प्रबंध निदेशक।

ये रहे मौजूद

शिविर के दौरान बरवाला के एसडीम वेद प्रकाश बेनीवाल, बरवाला नगर पालिका के चेयरमैन रमेश बैटरी वाला, बिजली निगम के मुख्य अभियंता राजेंद्र सभरवाल, मुख्यालय सीबीओ के अधीक्षण अभियंता विजेंद्र लांबा, हिसार ऑपरेशन के अधीक्षण अभियंता एफ आर नकवी, कार्यकारी अभियंता विनीत कुमार, अन्य संबंधित कार्यकारी अभियंता और उपमंडल अधिकारी सहित विभिन्न जनप्रतिनिधि, अनेक गांव के सरपंच और अन्य वरिष्ठ मौजिज व्यक्ति मौके पर मौजूद रहे।

हिसार। लघु सचिवालय के गेट के सामने प्रदर्शन करते कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

आईजी सुसाइड केस में सफाई कर्मचारियों का प्रदर्शन

हिसार। एडीजीपी वाई. पूरन कुमार सुसाइड मामले को लेकर बुधवार को नगर पालिका कर्मचारी संघ के बैनर तले सफाई कर्मचारियों ने प्रदर्शन किया और बाद में लघु सचिवालय पहुंचकर राष्ट्रपति के नाम ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में आरोपियों की गिरफ्तारी और पूरे मामले की उच्च स्तरीय जांच की कराने की मांग की। मांग करते हुए लघु सचिवालय तक पैदल मार्च किया। इससे पूर्व बुधवार को हकृवि के चार नंबर गेट के सामने पार्क में बड़ी संख्या में सफाई कर्मचारी एकत्रित हुए और नारेबाजी करते हुए लघु सचिवालय पहुंचे। संघ के प्रधान सुरेंद्र ने कहा कि वाई. पूरन कुमार को कुछ वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा मानसिक रूप से प्रताड़ित किया गया, जिससे उन्हें आत्महत्या जैसा कदम उठाने के लिए मजबूर होना पड़ा। कर्मचारी नेता दीपक लोट ने आरोप लगाया कि यह घटना न सिर्फ व्यक्तिगत त्रासदी है, बल्कि दलित और पिछड़े वर्गों के खिलाफ गहराते सामाजिक भेदभाव का प्रतीक है। जब एक पढ़ा-लिखा उच्च पदस्थ अधिकारी इस कदर प्रताड़ित किया जा सकता है, तो सामान्य व्यक्ति की स्थिति की कल्पना करना भी मुश्किल है।

रोबोटिक पद्धति से ऑपरेशन को सुरक्षित सर्जरी बताया

घुटने के दर्द का मरीज दौड़ता हुआ जाएगा : डॉ. भुटानी

थोड़े समय में ही मरीज करता है राहत महसूस

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

अब घुटने का मरीज लाठी, बैसाखी के सहारे आएगा और अस्पताल से दौड़ते हुआ जाएगा। यह सब घुटने के इलाज की अत्याधुनिक वैलीस कंपनी (जोन्सन एंड जोन्सन) की रोबोटिक मशीन से संभव होगा।

यह बात घुटनों के हजारों सफल ऑप्रेशन कर चुके डॉ. अमित भुटानी, एमबीबीएस, एमएस (ओर्थो) ने अर्बन एस्टेट हिसार स्थित आरोग्य अस्पताल में पत्रकारों से कही। घुटनों के ऑप्रेशन की अत्याधुनिक रोबोटिक मशीन के बारे में जानकारी देते हुए डॉ. अमित भुटानी ने बताया कि इस मशीन की मदद से घुटनों की सर्जरी अब और आसान हो गई है। मशीन से सर्जरी के चलते घुटनों का ऑप्रेशन अब दर्द रहित होगा मरीज को महसूस भी नहीं होगा और परपंरागत ऑप्रेशन की बजाय रोबोटिक तकनीक से ऑप्रेशन एकदम सटीक होता है,और इसमें बिल्कुल छोटा चीरा लगता है और घुटने लंबे समय तक चलते हैं। डॉ. अमित भुटानी व उनकी टीम द्वारा आधुनिक एवं मोड्यूलर ऑप्रेशन थियेटर में स्पेस सूट पहनकर ही सर्जरी की जाती है।

हिसार। पत्रकारों से बातचीत में नई तकनीक बारे जानकारी देते डॉ. अमित भुटानी।

बेहतर मूवमेंट और दर्द कम

उन्होंने बताया कि रोबोटिक नी-सर्जरी पारंपरिक सर्जरी की तुलना में अधिक सटीकता प्रदान करती है। इस सर्जरी में हड्डियां व मासपेशियां पर कम आघात होता है तथा रिकवरी भी बहुत जल्द होती है। बेहतर मूवमेंट मिलती है, दर्द कम होता है।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर डॉ. अमित भुटानी एमबीबीएस, एमएस (ऑर्थो), डॉ. पूजा भूटानी एमबीबीएस, डीजीओ, डॉ. दीपक गुप्ता एमबीबीएस, डीए, डॉ. सचिन ठकराल बीपीटी, एमपीटी आदि मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

हांसी में बनने वाले मल्टीपर्पज हॉल की डिटेल एस्टीमेट रिपोर्ट भेजी चंडीगढ़ मुख्यालय

हांसी। शहर में अत्याधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित वातानुकूलित मल्टीपरपज हॉल का निर्माण किया जाएगा। इस संबंध में लोक निर्माण विभाग (पीडब्ल्यूडी) कार्यालय द्वारा निर्माण कार्य का डिटेल एस्टीमेट प्रस्ताव चंडीगढ़ मुख्यालय को भेज दिया गया है। प्रस्ताव को स्वीकृति मिलते ही टेंडर आवंटन की प्रक्रिया पूर्ण कर निर्माण कार्य शीघ्र आरंभ किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए विधायक विनोद भयाना ने बताया कि यह मल्टीपरपज हॉल पुराने कचहरी भवन की जगह बनाया जाएगा, जो आधुनिक तकनीक और सुविधाओं से युक्त होगा। लगभग 14835 वर्ग फुट क्षेत्र में बनने वाले इस हॉल में तीन कमरे, महिला, पुरुष एवं दिव्यांग जनों के लिए अलग-अलग शौचालय और वाहनों की पार्किंग की व्यवस्था भी रहेगी। विधायक भयाना ने बताया कि यह हॉल पूरी तरह वातानुकूलित और साउंड प्रूफ होगा। इसमें सिनेमाघर की तर्ज पर बालकनी का निर्माण किया जाएगा । मल्टीपरपज हॉल में 225 लोगों के बैठने की क्षमता होगी। इस सुविधा से हांसी शहर में सांस्कृतिक, सामाजिक, शैक्षणिक और सरकारी आयोजनों के लिए एक अत्याधुनिक स्थल उपलब्ध हो सकेगा। उन्होंने बताया कि राज्य सरकार द्वारा इस परियोजना के लिए 10 करोड़ 84 लाख रुपये की राशि स्वीकृत की जा चुकी है।

सूचना

मैं, राम किशन पुत्र श्री फूल सिंह निवासी गांव आदमपुर, तहसील आदमपुर, जिला हिसार बयान करता हूं कि मेरा पुत्र रोहित मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

18 उपभोक्ताओं को सोलर सिस्टम का मिला लाभ

हिसार। सब डिवीजन गंगवा के परिसर में बुधवार को एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें हिसार अधीक्षण अभियंता एफआर नकवी व कार्यकारी अभियंता डिवीजन नंबर-2 विनीत के आदेशानुसार प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना के अंतर्गत लाभार्थियों को राज्य सरकार द्वारा जारी सब्सिडी के चेक वितरित किए गए। इस अवसर पर उपमंडल अधिकारी प्रमोद कुमार द्वारा 18 उपभोक्ताओं को राज्य सरकार की ओर से सोलर सिस्टम की सब्सिडी के चेक सौंपे गए।

महाविद्यालय में फिजिकल काउंसलिंग 27 को

हिसार। छाजूराम शिक्षण महाविद्यालय में बी. एड.के दाखिले के लिए पहली व द्वितीय काउंसलिंग के उपरांत 16 अक्टूबर को प्रथम फिजिकल काउंसलिंग का आयोजन किया जाएगा। इस काउंसलिंग में वे विद्यार्थी हिस्सा ले सकते हैं जिन्होंने ऐडमिशन पोर्टल पर पहले से अपना रजिस्ट्रेशन करवा रखा है। प्राचार्या प्रोफेसर उर्मिला मलिक ने बताया कि 11 बजे के बाद किसी भी विद्यार्थी को फिजिकल काउंसलिंग में अपीयर नहीं होने दिया जाएगा।

पुलिस ने आरोपी को पकड़ा, अदालत ने पांच दिन के रिमांड पर भेजा

कंपनी और ग्राहकों के साथ हुई 43 लाख रुपये की वित्तीय धोखाधड़ी

- पूछताछ में आरोपी ने धोखाधड़ी की बात स्वीकार की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

आर्थिक अपराधों के विरुद्ध चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत अर्बन एस्टेट थाना पुलिस ने अश्वनी केबल्स प्राइवेट लिमिटेड में हुई बड़ी वित्तीय धोखाधड़ी के आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस ने उसे अदालत में पेश करके पांच दिन के रिमांड पर लिया है।

जांच अधिकारी एएसआई रविन्द्र ने बताया कि इस संबंध में कंपनी अश्वनी केबल्स प्राइवेट लिमिटेड की ओर से प्राप्त लिखित शिकायत में बताया गया था कि कंपनी में कार्यरत कर्मचारी सेक्टर 14 निवासी प्रदीप बिसला ने कंपनी की यूज़्ड कार डिवीजन में सेल्स मैनेजर के रूप में कार्य करते हुए मार्च 2025 से जुलाई 2025 के बीच लगभग कंपनी और ग्राहकों का करीब 43 लाख की राशि का गबन किया।

हिसार। वित्तीय धोखाधड़ी का आरोपी प्रदीप पुलिस गिरफ्त में। फोटो: हरिभूमि

जांच अधिकारी ने बताया कि आरोपी ने ग्राहकों से प्राप्त वाहन बिक्री की राशि कंपनी खाते में जमा न कर, अपने पास रख ली तथा बिना निर्धारित प्रक्रिया के कई वाहनों की डिलीवरी भी कर दी। शिकायत के बाद पुलिस ने जांच शुरू की तो जांच के दौरान प्राप्त साक्ष्यों के आधार पर पुलिस ने आरोपी प्रदीप बिसला को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस के अनुसार प्रारंभिक पूछताछ में आरोपी ने धोखाधड़ी की बात स्वीकार की गई है। पुलिस ने आरोपी को पांच दिन के पुलिस रिमांड पर लेकर आगे की जांच आरंभ कर दी है, ताकि धोखाधड़ी में संलिप्त अन्य संभावित तथ्यों एवं रकम की वसूली सुनिश्चित की जा सके।

नागरिकों के लिए महत्वपूर्ण सावधानियां

किसी अनजान व्यक्ति द्वारा भेजे गए क्यूआर कोड को कभी स्कैन न करें, पैसा प्राप्त करने के लिए पिन डालने की आवश्यकता नहीं होती, पिन केवल भुगतान (मनी सेंड) के समय ही डाला जाता है, किसी भी कॉल, एसएमएस या सोशल मीडिया चैट में मिले संदिग्ध लिंक या क्यूआर कोड पर क्लिक न करें, हमेशा यूपीआई ऐप (जैसे फोन पे, पेटीएम, गुगल पे आदि) पर नोटिफिकेशन को ध्यान से पढ़ें, 'मनी सेंट' और 'मनी रिसिवड' में फर्क समझें, अपने बैंक या यूपीआई ऐप की लॉगिन जानकारी, ओपीटी या पिन किसी को भी साझा न करें, किसी भी संदिग्ध गतिविधि की सूचना तुरंत हेल्पलाइन नंबर 1930 पर दें।

नागरिकों से ठगी कर रहे साइबर अपराधी

हिसार। डिजिटल लेनदेन के इस युग में जहां मोबाइल के माध्यम से पैसा भेजना और प्राप्त करना बेहद आसान हो गया है, वहीं साइबर अपराधियों ने लोगों को ठगने के लिए नए तरीके अपनाने शुरू कर दिए हैं। हाल के दिनों में यूपीआई क्यूआर कोड फ्रॉड के कई मामले सामने आए हैं, जिनमें अपराधी खुद को खरीदार या भुगतानकर्ता बताकर भोले-भाले लोगों से ठगी कर रहे हैं। पुलिस अधीक्षक शशांक कुमार सावन ने बताया कि अक्सर ठग किसी वस्तु को खरीदने, सेवा के बदले भुगतान करने या ऑनलाइन बुकिंग रद्द करने के बहाने पीड़ित को एक क्यूआर कोड भेजते हैं और कहते हैं कि इसे स्कैन कीजिए, आपको पैसे मिल जाएंगे।

हिसार। प्रतिभागी विद्यार्थियों के साथ कुलसचिव डा. विजय कुमार एवं अन्य अतिथिगण। फोटो: हरिभूमि

'बेहतर भविष्य के लिए हाथ से हाथ मिलाना'पर गुजवि में कार्यक्रम

पोष्टिक आहार स्वस्थ जीवन का आधार : कुलसचिव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के फूड टेक्नोलॉजी विभाग के सौजन्य से विश्व खाद्य दिवस के उपलक्ष्य पर 'बेहतर भोजन और बेहतर भविष्य के लिए हाथ से हाथ मिलाना' विषय पर दो दिवसीय कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। पहले दिन विभाग के विद्यार्थियों ने रैली निकाली तथा नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के मुख्यातिथि विश्वविद्यालय के कुलसचिव डा. विजय कुमार ने हरी झंडी दिखाकर रैली का शुभारंभ किया जबकि अध्यक्षता विभागाध्यक्षा प्रो. अराधिता बी.रे ने की। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के तकनीकी सलाहकार प्रो. विनोद छोकर व बायोटेक्नोलॉजी विभाग के प्रो. नीरज दिलबागी उपस्थित रहे।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर एमएसएमई भारत सरकार की सहायक निदेशक रचना त्रिपाठी, एमएसएमई हिसार के उप निदेशक जनक कुमार, एमएसएमई भिवानी की उपनिदेशक नीलिमा, डा. प्रमोद मलिक, जनेंद्र अनेजा, दिनेश एवं शहर के खाद्य संबंधित उद्योगों से प्रदीप डालमिया, वैभव मित्तल, नरेश कुमार व चेतन्य जैन उपस्थित रहे।

कुलसचिव ने अपने संबोधन में कहा कि पोष्टिक आहार स्वस्थ जीवन का आधार है। उन्होंने जंक फूड से बचने तथा पोष्टिक आहार का सेवन करने का संदेश दिया। विभागाध्यक्षा प्रो. अराधिता बी. रे ने बताया कि इस कार्यक्रम में 400 से अधिक प्रतिभागी विद्यार्थियों ने भाग लिया। विद्यार्थियों द्वारा निकाली गई रैली खाद्य प्रौद्योगिकी विभाग से कुलपति कार्यालय से होते हुए गेट नंबर 3 तक निकाली गई।

राष्ट्रीय एकता शिविर में विभिन्न 17 राज्यों के 200 स्वयंसेवकों ने लिया भाग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में छात्र कल्याण निदेशालय की ओर से आयोजित सात दिवसीय राष्ट्रीय एकता शिविर सम्पन्न हुआ। समापन समारोह में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज मुख्य अतिथि रहे। शिविर में विभिन्न प्रदेशों के 200 स्वयं सेवकों ने भाग लिया।

कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने स्वयंसेवकों से समाज सेवा के कार्यों में निरंतर आगे बढने का आह्वान किया। एनएसएस में सेवा, सम्पर्ण और सहयोग की अह्म भूमिका है। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को सामुदायिक सेवा के माध्यम से उनके व्यक्तित्व और चरित्र का विकास करना है। समाज एवं राष्ट्र के नवनिर्माण में युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। युवाओं में नेतृत्व, आत्मविश्वास,अनुशासन और टीम भावना विकसित करके ही भारत को एक विकसित राष्ट्र बना सकते हैं। एक भारत-श्रेष्ठ भारत के स्वप्न को साकार करने के लिए हमें एकजुटता के साथ कार्य करना होगा।

हिसार। स्वयंसेवकों को सम्मानित करते कुलपति प्रो. बीआर कम्बोज।

कुलपति ने कार्यक्रम के समापन अवसर पर स्वयंसेवकों को स्मृति चिन्ह व प्रमाण-पत्र वितरित किए। मंच पर कुलसचिव डॉ. पवन कुमार व डॉ. दीपक कौशिक भी उपस्थित रहे।

कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता एवं छात्र कल्याण निदेशक डॉ. एसके पाहुजा ने सभी का स्वागत करते हुए बताया कि देश के विभिन्न 17 राज्यों से आए 200 स्वयंसेवकों ने भाग लिया जिनमें कर्नाटक, बिहार, झारखंड, महाराष्ट्र, दिल्ली, जम्मू-कश्मीर, सिक्किम, गुजरात, राजस्थान, हिमाचल प्रदेश, पंजाब, चंडीगढ़, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़ व हरियाणा राज्य शामिल रहे। शिविर के दौरान स्वयंसेवकों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों में अपनी पारंपरिक वेशभूषा और संस्कृति का प्रदर्शन करके दर्शकों का मन मोह लिया।

हिसार। क्विज प्रतियोगिता में प्रथम आने वाली टीम के सदस्य रीतिका, राघव व रुद्राक्ष पुरस्कार ग्रहण करते हुए। फोटो: हरिभूमि

क्विज प्रतियोगिता में रीतिका की टीम प्रथम

हिसार। शहर के बीडी मॉडल सीनियर सैकेंडरी स्कूल में नौवीं व दसवीं कक्षा के विद्यार्थियों की हिंदी, अंग्रेजी, गणित, विज्ञान व सामान्य ज्ञान विषय पर क्विज प्रतियोगिता आयोजित की गई। प्रतियोगिता में पहले राउंड में लिखित परीक्षा करवाई गई। इसमें टॉप करने वाले 18 विद्यार्थी सैकंड राउंड में पहुंच गये। सैकंड राउंड में 6 टीमें बनाई गई। सभी टीमों से हिंदी, अंग्रेजी, सामान्य ज्ञान व विज्ञान विषय पर प्रश्न पूछे गये। प्रथम स्थान पर रीतिका, राघव व रुद्राक्ष की टीम रही। द्वितीय स्थान पर तनुष, भवेश व मोहित की टीम रही। प्रथम व द्वितीय स्थान पर रही टीमों को पुरस्कृत किया गया। विद्यालय की प्रधानाचार्या अंजू ने बताया कि इस तरह की प्रतियोगिताएं बच्चों की विश्लेषणात्मक सोच, तार्किक क्षमता, सामान्य ज्ञान को परखने के उद्देश्य से आयोजित की जाती है। इससे बच्चों की बौद्धिक क्षमता का विकास होता है। प्रधानाचार्या ने विजेता टीमों को पुरस्कार देते हुए बधाई दी।

विस्तार विशेषज्ञ डॉ. सुजॉय खन्ना ने किया विश्वविद्यालय का प्रतिनिधित्व

लुवास ने एफएओ रोम सम्मेलन में बुलंद किया अंतरराष्ट्रीय परचम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय (लुवास) ने एक बार फिर अंतरराष्ट्रीय मंच पर अपनी उत्कृष्टता का परचम लहराया है। विश्वविद्यालय के विस्तार शिक्षा निदेशालय के विशेषज्ञ, डॉ. सुजॉय खन्ना ने संयुक्त राष्ट्र के खाद्य एवं कृषि संगठन (एफएओ) के मुख्यालय, रोम (इटली) में आयोजित 'सतत पशुधन रूपांतरण पर वैश्विक सम्मेलन' में लुवास का प्रतिनिधित्व किया और संस्थान को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाई।

विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. (डॉ.) विनोद कुमार वर्मा ने इस उपलब्धि पर डॉ. सुजॉय खन्ना को हार्दिक बधाई देते हुए कहा कि यह लुवास के लिए अत्यंत गौरव का क्षण है। उन्होंने कहा कि एफएओ के इस विशिष्ट मंच पर लुवास की सक्रिय भागीदारी न केवल हमारे विश्वविद्यालय की वैश्विक पहचान को सशक्त करती है, बल्कि यह पशु चिकित्सा और पशु विज्ञान के क्षेत्र में हमारे समर्पण का भी प्रमाण है। डॉ. खन्ना ने लुवास का नाम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बुलंद किया है।

हिसार। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले डॉ. सुजॉन खन्ना। फोटो: हरिभूमि

सम्मेलन के दौरान, डॉ. खन्ना ने 'डेयरी क्षेत्र में महिलाओं को सशक्त बनाना–शिक्षार्थियों से उद्यमी बनने तक की यात्रा' विषय पर एक प्रभावशाली व्याख्यान प्रस्तुत किया। डॉ. खन्ना ने विशेष रूप से भारतीय डेयरी क्षेत्र में महिलाओं की महत्वपूर्ण भागीदारी, ग्रामीण अर्थव्यवस्था में उनके अपरिहार्य योगदान और शिक्षण से सफल उद्यमिता तक की यात्रा में लुवास विश्वविद्यालय द्वारा निभाई जा रही निर्णायक भूमिका पर प्रकाश डाला। इस तीन-दिवसीय महत्वपूर्ण सम्मेलन में डॉ. खन्ना ने केन्द्रीय पशुपालन, मत्स्य एवं डेयरी मंत्री राजीव रंजन सिंह, अतिरिक्त सचिव वर्षा जोशी, राष्ट्रीय डेयरी विकास बोर्ड (एनडीडीबी) के अध्यक्ष मीनिश शाह, तथा एफएओ के सहायक महानिदेशक डॉ. थनावत टिर्येंसिन जैसे कई प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय विशेषज्ञों और नीति-निर्माताओं से सार्थक विचार-विमर्श किया।

हिसार के प्रदीप होंगे कुश्ती टीम के कोच

हिसार। समीपवर्ती गांव खारिया निवासी इंटरनेशनल कुश्ती कोच प्रदीप जांगड़ा को रैसलिंग फैडरेशन ऑफ इंडिया ने बहरीन में 22 से 31 अक्टूबर तक होने वाली यूथ एशियन गेम्स के लिए भारतीय कुश्ती टीम का चीफ कोच नियुक्त किया है। प्रदीप खारिया इस समय हरियाणा एग्रीकल्चरल यूनिवर्सिटी हिसार स्थित भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) के एस. टी. सी. गिरी सैंटर में कार्यरत हैं। इससे पहले प्रदीप खारिया अंडर-17, अंडर-20, अंडर-23 वर्ग की भारतीय टीम के कुश्ती कोच भी रहें हैं। वे वर्ष 2018, 2019, 2021, 2022, 2023 व 2024 में विश्व और एशियन चैम्पियनशिप के दौरान भी भारतीय टीम के कुश्ती कोच रह चुके हैं।

हिसार। सड़क सुरक्षा प्रतियोगिता में भाग लेती छात्राएं। फोटो: हरिभूमि

महिला कॉलेज में सड़क सुरक्षा प्रतियोगिता का आयोजन

हिसार। राजकीय महिला महाविद्यालय में सड़क सुरक्षा प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्य डॉ. सतबीर सिंह सांगा की अध्यक्षता में आयोजित इस प्रतियोगिता में महाविद्यालय की 100 छात्राओं ने हिस्सा लिया। इस प्रतियोगिता का संचालन सड़क सुरक्षा क्लब के प्रभारी डॉ. अमित कुमार की देखरेख में किया गया। इस प्रतियोगिता में महाविद्यालय की बीए प्रथम वर्ष की छात्रा दुर्गा ने प्रथम स्थान हासिल किया। बीए प्रथम वर्ष की छात्रा निशु व अंजलि ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया तथा बीए प्रथम वर्ष की छात्रा रश्मि व बीए तृतीय वर्ष की छात्रा हेनू ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इस प्रतियोगिता के अवसर पर सड़क सुरक्षा क्लब के सदस्य डॉ. अजय कुमार व सुमन लता ने सक्रिय भूमिका निभाई।

स्वास्थ्य एवं अध्यात्म प्रयोगशाला जारी

- तप, सेवा, सुमिरन की साधना मानव जीवन के समन्वित विकास की सरलतम वैज्ञानिक प्रविधि : डॉ. शास्त्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिार

अग्रसेन भवन ट्रस्ट व ध्यान सत्संग सभा द्वारा संयुक्त रुप से आयोजित स्वास्थ्य एवं अध्यात्म प्रयोगशाला के पांचवें दिन बदरी नारायण सेवाग्राम, मेरठ से आए डॉ. गोपाल शास्त्री ने साधकों को बताया कि भगवान शिव की रचना श्रीरामचरितमानस में वर्णित तप, सेवा, सुमिरन की साधना मानव जीवन के समन्वित विकास की सरलतम वैज्ञानिक प्रविधि है। इसे अपनाकर प्रत्येक मनुष्य अपने शरीर के रोगों, मन की चिंताओं एवं बुद्धि के भय एवं आवागमन के दुख से मुक्ति प्राप्त कर सकता है।

हिसार। अग्रसेन भवन में आयोजित स्वास्थ्य एवं अध्यात्म प्रयोगशाला में साधकों को संबोधित करते डॉ. गोपाल शास्त्री। फोटो: हरिभूमि

इंटरनेशनल एसोसिएशन फॉर साइंटिफिक स्प्रिच्युअलिज्म, मेरठ द्वारा लगातार इन धार्मिक सिद्धांतों पर वैज्ञानिक प्रयोग किए जा रहे हैं। डॉ. शास्त्री ने कहा कि जो भी व्यक्ति इस तप, सेवा, सुमिरन का जीवन में समझकर प्रयोग करेगा, उसे असाध्य त्रितापों से मुक्ति मिलेगी। हरियाणा प्रांत प्रमुख सत्यनारायण शर्मा एडवोकेट व ट्रस्ट के प्रधान अंजनी कुमार खारियावाला के संरक्षण में चल रहे इस शिविर में 300 से अधिक साधक आध्यात्मिक वातावरण में स्वास्थ्य लाभ ले रहे हैं।

इस अवसर पर ध्यान सत्संग सभा के वरिष्ठ साधक राकेश डालमिया, रवि कौशिक, हरीश जैन, गंगाधर बंसल, राकेश गर्ग, सुरेश जिंदल, दयानंद रहेजा, गुरचरण दास, सुनील मेहता, संजीव गुप्ता आदि भी उपस्थित रहे।

हिसार। विजेताओं खिलाड़ियों को सम्मानित करते मुख्य अतिथि व अन्य।

विद्या देवी जिंदल स्कूल में हुआ वार्षिक खेल-उत्सव

हिसार। विद्या देवी जिंदल स्कूल में वार्षिक खेल-उत्सव का आयोजन हुआ। मुख्य अतिथि के रूप में आर्मी पब्लिक स्कूल के अध्यक्ष, ब्रिग्रेडियर अमित प्रियव्रत व विशिष्ट अतिथि के रूप में मेजर यदुराज सिंह चौहान उपस्थित थे। एनसीसी की छात्राओं ने मुख्य अतिथि को गार्ड ऑफ़ ऑनर दिया। विद्यालय की प्रधानाचार्या नैना ढिल्लन ने पुष्प-गुच्छ भेंटकर मुख्य अतिथि व विशिष्ट अतिथि का स्वागत किया। खेल-दिवस का औपचारिक आरंभ खेल-मशाल के प्रज्वलन से हुआ। विद्यालय की खेल-प्रमुख छात्रा कीर्ति पालीवाल, निया रूद्रा व अन्य खेल कप्तानों के नेतृत्व में खेल-मशाल प्रज्वलित की। अंडर-12 की 200 मीटर दौड़ प्रतियोगिता में अनाया प्रथम, आल्या द्वितीय और सिद्धि तृतीय स्थान पर रहीं, अंडर-12 आयुवर्ग की बोरी दौड़ (सैक रेस) प्रतियोगिता में दीक्षा प्रथम, जीवांगी द्वितीय और एडविना तृतीय स्थान पर रहीं। अंडर-12 आयु वर्ग की 60 मीटर की दौड़ प्रतियोगिता में ऋषिका प्रथम, जीविषा द्वितीय और रूहानी तृतीय स्थान पर रहीं। अंडर-12 आयु वर्ग की 60 मीटर की बाधा-दौड़ में ऋषिका प्रथम, अतुलिका द्वितीय और एडविना तृतीय स्थान पर रहीं।

चौधरीवास बिजलीघर की आपूर्ति रहेगी बाधित

हिसार। 33 केवी चौधरीवास बिजलीघर से जुड़ी सभी फीडरों की बिजली आपूर्ति जरूरी मेंटन्स के चलते 16 अक्टूबर को सुबह 9 बजे से बाद दोपहर 3 बजे तक बाधित रहेगी। गंगवा सब डिवीजन के एसडीओ ने बताया कि बिजली निगम के अनुसार यह कटौती आवश्यक तकनीकी कार्य के चलते की जा रही है, जिससे क्षेत्र में भविष्य में बेहतर आपूर्ति सुनिश्चित की जा सके। एसडीओ ने बताया कि जिन क्षेत्रों में बिजली आपूर्ति बाधित रहेगी, उन फीडरों में 11 केवी पनिहार आरडीएस, मुकलान आरडीएस, किसान फॉस्फेट इंडस्ट्रीज, मेट्रो फ्यूल इंडस्ट्रीज, बिमला इंडस्ट्रीज, चौधरीवास वाटर वर्क्स, चौधरीवास एपी तथा बडवा एपी शामिल है।

कार्यक्रम | एप्टीट्यूट टेस्ट से हुई कार्यक्रम की शुरुआत, अंतिम चयन की आज होगी घोषणा

इंफोसिस के साथ गुजवि में ऑन-कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के ट्रेनिंग एंड प्लेसमेंट सेल के सौजन्य से बुधवार को 2026 पासिंग आउट बैच के विद्यार्थियों के लिए इंफोसिस प्राइवेट लिमिटेड के साथ दो दिवसीय ऑन-कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव की गई। इस प्रतिष्ठित भर्ती कार्यक्रम में विभिन्न विभागों के सैकड़ों प्रतिभाशाली अंतिम वर्ष के विद्यार्थी एक साथ आए, जिससे उद्योग-अकादमिक सहयोग को बढ़ाने के लिए विश्वविद्यालय की प्रतिबद्धता में एक और मील का पत्थर साबित हुआ।

कार्यक्रम की शुरुआत एप्टीट्यूड टेस्ट से हुई, जिसके बाद विश्वविद्यालय के चौधरी रणबीर सिंह सभागार के सेमिनार हॉल-1 में प्री-प्लेसमेंट टॉक का आयोजन किया गया।

हिसार। गुजवि में ऑन-कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव के उद्घाटन समारोह में इंफोसिस प्राइवेट लिमिटेड की सीनियर प्रैक्टिस लीड शान वत्स को सम्मानित करते कुलसचिव डॉ. विजय कुमार।

सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ. विजय कुमार उपस्थित रहे। इंफोसिस का प्रतिनिधित्व सीनियर प्रैक्टिस लीड (टैलेंट एक्विजिशन) शान वत्स तथा एसोसिएट लीड (टैलेंट एक्विजिशन) हर्षदीप सिंह बत्रा ने किया, जिन्होंने विशेष अतिथि के रूप में प्रतिभागियों को संबोधित किया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के डीन एफईटी प्रो. संदीप आर्य विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे।

मुख्य अतिथि कुलसचिव डॉ. विजय कुमार ने मजबूत उद्योग संबंध स्थापित करने में ट्रेनिंग एंड प्लेसमेंट सेल के निरंतर प्रयासों की सराहना की। प्री-प्लेसमेंट टॉक के दौरान शान वत्स ने गुजवि के अत्याधुनिक बुनियादी ढांचे और सुचारू आयोजन की सराहना की। हर्षदीप सिंह बत्रा ने इंफोसिस की कार्य संस्कृति, भर्ती प्रक्रिया और करियर में प्रगति के अवसरों का अवलोकन प्रदान किया। इस सत्र की अध्यक्षता ट्रेनिंग एंड प्लेसमेंट सेल के निदेशक डा. प्रताप सिंह ने संकाय सदस्यों और विद्यार्थी समन्वयकों की उपस्थिति में की।

ऑनलाइन योग्यता परीक्षा आयोजित

उन्मुखीकरण सत्र से पूर्व, विश्वविद्यालय की पीडीयूसीआईसी की कंप्यूटर प्रयोगशालाओं में कई स्लॉट में एक ऑनलाइन योग्यता परीक्षा आयोजित की गई, जिसमें विद्यार्थियों की गणितीय क्षमता, तर्कशक्ति, मौखिक कौशल, सूडो कोड, पजल समाधान और अंग्रेजी लेखन का मूल्यांकन किया गया। योग्यता परीक्षा में 200 विद्यार्थियों ने भाग लिया। परीक्षा में चयनित उम्मीदवार 16 अक्टूबर को निर्धारित साक्षात्कारों में शामिल होंगे, जिसके बाद अंतिम चयन की घोषणा की जाएगी।

नलवा धन्यवाद रैली 26 को सीएम होंगे मुख्य अतिथि

हिसार। प्रदेश सरकार के एक वर्ष का कार्यकाल पूर्ण होने के उपलक्ष्य में 26 अक्टूबर को नलवा में धन्यवाद रैली का आयोजन किया जाएगा। इस रैली में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी मुख्य अतिथि होंगे जबकि भाजपा वरिष्ठ नेता कुलदीप बिश्नोई अध्यक्षता करेंगे। भाजपा युवा मोर्चा के प्रदेश प्रभारी भव्य बिश्नोई सहित अन्य मंत्रीगण एवं विधायक शामिल होंगे। नलवा के विधायक रणधीर पनिहार ने बताया कि धन्यवाद रैली के लिए 17 से 22 अक्टूबर तक गांव-गांव जाकर लोगों को निमंत्रण दिया जाएगा। विधायक रणधीर पनिहार ने बताया कि 17 अक्टूबर को गांव लुदास, शाहपुर, न्योली कलां, मात्रश्याम, मिंगनी खेड़ा, रावलवास खुर्द, किरतान, सीसवाला, भिवानी रोहिल्ला, रावलवास कलां, धीरणवास, नथवाना, हिंदवान तथा आर्यनगर, 18 अक्टूबर को गांव भेरियां, पातन, टोकस, मुकलान, देवां, सिंघराण, मंगाली आकलान, मंगाली झारा, मंगाली आदि गांव में लोगों को रैली में जनसभाएं की जाएगी।