हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार, 27 फरवरी 2025

11 दिनभर शिवालयों में गूंजते रहे बम-बम भोले के जयकारे

12 अखिल भारतीय सिविल सेवा एथलेटिक्स स्पर्धाओं में खिलाड़ियों ने जीते मेडल

खबर संक्षेप

स्टेशन के नीचे से बाइक चोरी

बहादुरगढ़। शहर में दोपहिया वाहना चोरी के मामले नहीं थम रहे। अब ब्रिगेडियर होशियार सिंह मेट्रो स्टेशन के नीचे से एक और बाइक चोरी हो गई। वाहन मालिक ने पुलिस को शिकायत दे दी है। नयागांव के निवासी रवि सैनी का कहना है कि गत 25 फरवरी को अपी बाइक ब्रिगेडियर होशियार सिंह मेट्रो स्टेशन के नीचे खड़ी करके ड्यूटी पर चला गया। रात को वापस आया तो बाइक नहीं मिली। कोई अज्ञात शख्स चुरा ले गया है। सेक्टर छह थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

किसान-मजदूरों का आभार जताया

बहादुरगढ़। पंचकूला में 25 फरवरी को हुए धरना-प्रदर्शन कार्यक्रम की सफलता पर ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन ने किसानों, खेत मजदूरों का आभार प्रकट किया है। संगठन के प्रदेश अध्यक्ष अनूप सिंह मातनहेल और सचिव जयकरण मांडौठी ने कहा कि प्रदेश भर के किसान और खेत मजदूर सरकार द्वारा हाल ही में जारी की गई कृषि बाजार नीति के मसौदे को रद्द कराने और लागत से डेढ़ गुना एमएसपी गारंटी का कानून बनवाने आदि प्रमुख मांगों को उठाने के लिए बड़ी संख्या में कार्यक्रम में गए थे। किसान नेताओं ने कहा कि प्रदेश के गरीब किसान, खेत मजदूर अपना काम छोड़कर, भारी कष्ट उठाकर और अपने कष्ट कमाई में से खर्च लगाकर चंडीगढ़ में मुख्यमंत्री तक अपनी बात कहने के लिए गए थे बीजेपी सरकार ने धरना स्थल को एक पिंजरे में बदल दिया।

परिजनों ने आरोपियों को गिरफ्तार कर जल्द न्याय दिलाने की मांग की

हत्या की आशंका, पुलिस ने शुरू की छानबीन

- सुमित के शरीर पर किसी तरह की चोट के निशान न होने की बात सामने आई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

जसोरखेड़ी में फैली युवक की हत्या की खबर, अफवाह नहीं बल्कि सच निकली। वारदात के बाद से परिजनों में रोष पनपा हुआ है। इस संबंध में आसौदा थाने में हत्या सहित अन्य धाराओं के तहत केस दर्ज किया गया है। परिजनों की ओर से कुछ लोगों पर शक भी जताया गया है। पुलिस की कई टीमें मामले को सुलझाने में जुटी हैं। जल्द ही वारदात सुलझाने की बात कही जा रही है। दरअसल, जसोरखेड़ी का निवासी सुमित 22 फरवरी को घर से बाहर गया था लेकिन वापस नहीं लौटा। इसके बाद परिजनों ने तलाश शुरू की लेकिन वह नहीं मिला।

इसी बीच गांव में यह खबर फैल गई कि हत्या करने के बाद सुमित को नहर में फेंक दिया गया है। प्रारंभिक तौर पर इस इनपुट को अफवाह माना गया लेकिन परिजनों के बयान पर गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज करने के बाद पुलिस ने तलाश शुरू की। सर्च अभियान के दौरान गांव के निकट माइनर से सुमित का शव और उसकी बाइक बरामद हुई। प्रारंभिक तौर पर सुमित के शरीर पर किसी तरह की चोट के निशान न होने की बात सामने आई है लेकिन हत्या के बाद शव को माइनर में डालने की आशंका जताई जा रही है। हत्या कैसे और किसने की, यह फिलहाल जांच का विषय है। गत 22 फरवरी की रात को हरीश नाम के युवक की कॉल आने के बाद ही सुमित से घर से बाहर गया था। तभी से उसका फोन बंद था। लिहाजा पुलिस के शक की सूईं कॉल करने वाले शख्स पर है। मामले में कुछ लोगों पर शक भी जताया गया है। इस वारदात के बाद से परिजनों में रोष है। परिजनों का कहना है कि आरोपियों को गिरफ्तार कर जल्द ही मामले को सुलझाया जाए।

बहादुरगढ़। मृतक के परिजनों और परिचितों से बातचीत करती पुलिस।

युवक 22 तारीख से लापता था

उधर, जांच अधिकारी अशोक कुमार का कहना है कि जसोरखेड़ी का निवासी सुमित 22 तारीख से लापता था। तीन दिन बाद उसका शव माइनर से बरामद हुआ है। फिलहाल परिजनों के बयान के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट से मौत के असल कारणों की पुष्टि हो सकेगी। मामले में जांच की जा रही है। जल्द ही वारदात को सुलझाने का प्रयास रहेगा।

यूएसडीटी वेरिफाई कराने का झांसा देकर ठगे दो लाख 73 हजार

झज्जर। क्षेत्र के गावं उखलचना कोट मे एक व्यक्ति के साथ करीब पौने तीन लाख रुपये की धोखाधड़ी का मामला सामने आया है। पुलिस को दी शिकायत में पीड़ित व्यक्ति ने बताया कि उसने यूएसडीटी को बेचने के लिए पीटूपी पर आर्डर डाल रखा था। बीती ग्यारह फरवरी को उसके मोबाइल पर व्हाट्सअप कॉल करते हुए एक ने कहा आपने जो यूएसडीटी का आर्डर डाला हुआ है उस यूएसडीटी को वेरिफाई कराएं। शिकायत के अनुसार इसके बाद जब उसने अंजान व्यक्ति द्वारा बताए गए प्रोसेस को फोलो किया तो उसकी कुल 3001 यूएसडीटी बीएनबी चेन के माध्यम से अन्जान व्यक्ति के पास ट्रांसफर हो गई जिसके कारण उसके साथ करीब 2 लाख 73 हजार रुपये का फ्रोड हुआ है। पुलिस ने पीड़ित की शिकायत पर मामला दर्ज कर नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

माइनर में मिले किशोर के शव ने खड़े किए कई सवाल

- सप्ताहभर पहले पाई से लापता हुआ लक्ष्य, मंगलवार को रोहद एनसीआर माइनर में मिला
- हाथ, पांव व गर्दन में बंधी डोरी, पुलिस ने की जांच शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

रोहद स्थित एनसीआर माइनर में मिले किशोर के शव का पोस्टमार्टम बहादुरगढ़ के नागरिक अस्पताल में नहीं हो सका। कई घंटे के बाद बुधवार की दोपहर को शव पोस्टमार्टम के लिए पीजीआई रोहतक रेफर किया गया। किशोर के हाथ, पांव व गर्दन पर डोरी बंधी हुई थी। हत्या के के बाद शव को खुर्द बुर्द करने के मकसद से माइनर में डाला गया है। मामले में आगामी कार्रवाई खरखोदा पुलिस करेगी। मृतक की पहचान करीब 16 वर्षीय लक्ष्य के रूप में हुई है। लक्ष्य ग्यारहवीं कक्षा का छात्र था। जानकारी के अनुसार, वह खरखोदा के पाई गांव में अपने मामा रवींद्र के पास रहता था। करीब सप्ताहभर पहले वह संदिग्ध परिस्थितियों में लापता हो गया था। गत 17 फरवरी को परिजनों ने खरखोदा थाने में गुमशुदगी की सूचना दी थी। तब से खरखोदा पुलिस और परिजन तलाश कर रहे थे लेकिन लक्ष्य नहीं मिला। इधर, मंगलवार की सुबह रोहद में पुल के निकट एनसीआर माइनर में शव पाया गया। शव के हाथ, पांव और गर्दन में डोरी बंधी हुई थी। एक हाथ भी टूटा हुआ था। मामले को हत्या का केस देखते हुए आसौदा पुलिस ने शव को नागरिक अस्पताल में रखवा कर पहचान के प्रयास शुरू किए। इस दौरान जब खरखोदा पुलिस से यहां की पुलिस का संपर्क हुआ तो मृतक लड़के की शिनाख्त हो गई। बुधवार को पुलिस ने परिजनों के बयान लेकर पोस्टमार्टम की कार्रवाई शुरू कराई। लेकिन यहां से शव को पीजीआई रोहतक रेफर कर दिया गया। लक्ष्य की हत्या किसने, कहां, कैसे और किन कारणों से की, ये फिलहाल सवाल बने हुए हैं। शव बिलकुल सड़ी हुई अवस्था में मिला, लिहाजा लापता होने के दौरान ही लक्ष्य की हत्या हुई होगी। वारदात के बादसे परिजनों में रोष है। परिजनों के बयान के आधार पर पुलिस ने मामले में हत्या की धारा जोड़ दी है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने और जांच पूरी होने के बाद ही मामले की हकीकत सामने आ सकेगी। परिजनों ने पुलिस से न्याय की गुहार लगाई है। उधर, पुलिस तफ्तीश में जुटी है।

बहादुरगढ़। अस्पताल में मौजूद मृतक के परिजन। फोटो :हरिभूमि

बहादुरगढ़। परिजनों के बयान लेती पुलिस। फोटो :हरिभूमि

मृतक लक्ष्य

स्पेशलः वर्ल्ड ओबेसिटी-डे, 4 मार्च

बढ़ते वजन के साथ बढ़ती हैं अनेक बीमारियों की आशंका

पूरी दुनिया में ओवरवेट होना यानी मोटापा, एक बड़ी हेल्थ प्रॉब्लम बन कर उभर रहा है। मोटापे की समस्या किसी भी व्यक्ति को रातों-रात यानी अचानक उत्पन्न नहीं होती है। लंबे समय तक गलत जीवनशैली और अस्वास्थ्यकर खान-पान, मोटापे की समस्या उत्पन्न करते हैं। यह स्थिति कई अन्य बीमारियों की वजह बनती है। इस बारे में जानना सभी के लिए जरूरी है

डॉक्टर एडवाइस
डॉ. प्रतीक पोरवाल
जी.आई. सर्जन
कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

आमतौर पर मोटापा वह शारीरिक स्थिति है, जिसमें व्यक्ति के शरीर में वसा की मात्रा बढ़ जाती है। जब किसी व्यक्ति की लंबाई के अनुपात में उसका वजन एक निश्चित मानक सीमा से अधिक हो जाता है तो उसे मोटापे की स्थिति कहा जाता है।

क्या है मॉर्बिड ओबेसिटी

मॉर्बिड ओबेसिटी या रुग्ण रोगिष्ठ मोटापा एक ऐसी स्थिति है, जहां किसी व्यक्ति के शरीर में अत्यधिक मात्रा में वसा संचित होती है, जो उसके स्वास्थ्य पर अत्यंत प्रतिकूल प्रभाव डालती है। ऐसा मोटापा गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकता है। इसे आमतौर पर 40 या उससे अधिक के बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) द्वारा परिभाषित किया जाता है।

मोटापा और बीएमआई

मोटापे के आकलन की सबसे प्रमुख विधि बॉडी मास इंडेक्स संक्षेप में बीएमआई है। कमर की माप से भी मोटापे का अंदाजा लगाया जा सकता है, लेकिन मान्य और प्रचलित विधि बीएमआई ही है। बीएमआई की गणना के लिए पहले किसी व्यक्ति के वजन को किलोग्राम में मापा जाता है और फिर उसे उसकी लंबाई के मीटर वर्ग से विभाजित किया जाता है।

मॉर्बिड ओबेसिटी के लक्षण

- थोड़ा शारीरिक श्रम करने पर सांस फूलने लगती है। बैठने और चलने-फिरने में दिक्कत महसूस करना।
- जोड़ों और कमर में दर्द की समस्या के मामले ऐसे लोगों में ज्यादा होते हैं।
- जरा सा भी शारीरिक श्रम करने पर थकान महसूस करना।
- सोते समय खर्राटे लेना और रात में अचानक घबराहट होने पर उठ जाना (स्लीप एपनिया)।

ओबेसिटी के कारण

व्यायाम न करनाः जो लोग नियमित रूप से व्यायाम नहीं करते या कम शारीरिक श्रम करते हैं, उनके मोटे होने की संभावना बढ़ जाती है। मोटापे के अधिकांश मामलों में एक व्यक्ति जितनी कैलोरी बर्न करता है, उससे बहुत अधिक कैलोरी ग्रहण करता है। शरीर द्वारा इस्तेमाल न की जाने वाली कैलोरी वसा के रूप में संचित हो जाती है।

जंक फूड्सः लगभग हर दिन अत्यधिक चिकनाई युक्त आहार ग्रहण करना या फिर अकसर जंक फूड्स लेना मोटापे से ग्रस्त कर देता है। इसके अतिरिक्त जो लोग अपने खान-पान में फलों और सब्जियों को वरीयता नहीं देते हैं, वे भी मोटापे से ग्रस्त हो सकते हैं।

मानसिक तनावः कालांतर में यह नकारात्मक मानसिक अवस्था भी मोटापे का कारण बन सकती है। ऐसा इसलिए क्योंकि तनाव से शरीर में हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं। हार्मोंस के असंतुलन की स्थिति से मोटापा बढ़ सकता है।

वंशानुगत कारणः इनसे भी मोटापा बढ़ सकता है। जैसे अगर मां-बाप अपने जीवन काल में मोटापे की समस्या से ग्रस्त हैं तो उनकी संतानों में भी मोटापा बढ़ना संभव है।

थायरॉइड ग्रंथि के विकारः इस ग्रंथि के असंतुलन या विकार से भी मोटापा बढ़ने की संभावना रहती है।

मोटापे से होने वाली समस्याएं

जो लोग अत्यधिक मोटापे से ग्रस्त हैं, उनमें इन स्वास्थ्य समस्याओं के होने की आशंकाएं बढ़ जाती हैं। जैसे- उच्च रक्त चाप, हृदय की बीमारियां, डायबिटीज टाइप 2, स्ट्रोक, अर्थराइटिस, सोते समय खर्राटे भरना या स्लीप एपीनिया, मोटापे से ग्रस्त लोगों में आंतों और स्तन कैंसर होने के मामले कहीं ज्यादा हो सकते हैं। गर्भवती महिलाओं में अत्यधिक वजन के बढ़ने से उनके गर्भस्थ शिशु को भी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इसके अलावा जो लोग पहले से ही उपरोक्त बीमारियों से ग्रस्त हैं, उन्हें अपने वजन नियंत्रण पर डॉक्टर से परामर्श लेकर विशेष ध्यान देना चाहिए, तभी वे उपरोक्त समस्याओं को नियंत्रित कर सकते हैं।

मनोवैज्ञानिक समस्याएंः जो नवयुवक या नवयुवतियां अत्यधिक मोटापे से ग्रस्त हैं, उनके अंदर कुछ मनोवैज्ञानिक समस्याएं भी उत्पन्न हो सकती हैं। जैसे वे शारीरिक रूप से हीनता ग्रंथि के शिकार हो सकते हैं। उन्हें लोगों से मिलने-जुलने में अच्छा महसूस नहीं होता।

इनफर्टिलिटीः मोटापा और बांझपन (इनफर्टिलिटी) के बीच एक गहरा संबंध है। अधिक वजन और मोटापा महिलाओं और पुरुषों दोनों में प्रजनन क्षमता को प्रभावित कर सकते हैं।

ऐसे करें वेट कंट्रोल

पहली बात तो यह समझ लें कि मोटापे को किसी भी दवा या किसी मेडिकल चमत्कार से चंद घंटों या दिनों में दूर नहीं किया जा सकता। मोटापे को नियंत्रित करने के संदर्भ में किसी भी व्यक्ति की उम्र, शारीरिक स्थिति और उसकी मेडिकल कंडीशन के बारे में जानना आवश्यक है।

कब लें डॉक्टर से परामर्शः जिन लोगों का वजन बीएमआई के मानकों से परे जाकर बढ़ता जा रहा है या जो लोग पहले से ही मोटापे से ग्रस्त हैं, उन्हें अपने डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। डॉक्टर आपको अपनी जीवनशैली में सकारात्मक परिवर्तन करने और स्वास्थ्यकर खान-पान के संदर्भ में समुचित जानकारी देंगे। इस संदर्भ में डॉक्टर आप से कुछ सवाल भी पूछ सकते हैं। जैसे आप डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर अन्य किसी रोग से पीड़ित तो नहीं हैं, फिलहाल आप क्या दवाएं ले रहे हैं, शराब या धूम्रपान के तलबगार तो नहीं हैं। आप व्यायाम या शारीरिक गतिविधियों में भाग लेते हैं या नहीं। इसके अलावा डॉक्टर आपकी बीएमआई भी चेक कर सकते हैं और अगर आपको कोई बीमारी है तो उससे संबंधित जांच भी करवा सकते हैं। डॉक्टर आपको डायटिशियन के पास भी रेफर कर सकते हैं और इस संदर्भ में व्यायाम या योगासन के लिए किसी विशेषज्ञ को भी रेफर कर सकते हैं। अत्यधिक मोटापाग्रस्त होने की स्थिति में वे आपको बैरियाट्रिक सर्जन से परामर्श लेने की भी राय भी दे सकते हैं।

तब करवाएं बैरियाट्रिक सर्जरी

बैरियाट्रिक सर्जरी एक प्रकार की सर्जरी है, जिसका उद्देश्य अत्यधिक मोटापे का इलाज करना है। यह सर्जरी विशेष रूप से उन व्यक्तियों के लिए होती है, जिनका बीएमआई 40 या उससे अधिक होता है, या जिनका बीएमआई 35-39.9 होता है और उन्हें मोटापे से संबंधित गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं होती हैं, जैसे कि डायबिटीज, हृदय रोग, उच्च रक्तचाप आदि। इसके अलावा यदि किसी व्यक्ति ने आहार और व्यायाम के माध्यम से वजन घटाने की कोशिश की है, लेकिन उसे सफलता नहीं मिली, तो बैरियाट्रिक सर्जरी का विकल्प दिया जा सकता है।

ऐसे निर्धारित करते हैं मोटापा

यदि किसी व्यक्ति का बीएमआई 18.5 या उससे नीचे है, तो इसका आशय है कि उसका वजन सामान्य से कम है, वह

अंडरवेट है। ऐसा व्यक्ति कुपोषण का शिकार हो सकता है। किसी व्यक्ति का बीएमआई 18.5 से 24.9 के मध्य है तो उसका वजन सामान्य है, जिसे नॉर्मल वेट कहते हैं। अगर किसी व्यक्ति का बीएमआई 25 से 28 के मध्य है, तो उसका वजन अधिक है, उसे ओवरवेट कहा जाता है। बीएमआई 28 से 30 के मध्य है तो उसे ग्रेड-1 मोटापे की श्रेणी में रखा जाता है। अगर बीएमआई 31 से 40 के मध्य है तो उसे ग्रेड-2 मोटापा माना जाता है। अगर बीएमआई 40 से अधिक है तो उसे अत्यधिक गंभीर मोटापा (रुग्ण रोगिष्ठ मोटापा) माना जाता है।

आमतौर पर पुरुषों में 94 सेमी. या फिर इससे अधिक और महिलाओं में 80 सेमी. या इससे अधिक कमर की माप को स्वास्थ्य के प्रतिकूल माना जाता है।

वेट कंट्रोल का डाइट प्लान

मोटापे को नियंत्रित करने में खान-पान का व्यायाम की तुलना में कहीं ज्यादा महत्व है। मोटापे को कम करने में 90% स्वास्थ्यकर खान-पान और 10% वर्कआउट व्यायाम की स्थिति आदर्श मानी जाती है। वजन को नियंत्रित करने के लिए कई डाइट प्लान हैं, जिन पर अपने डॉक्टर या डाइटिशियन से परामर्श लेकर ही अमल करना चाहिए। जैसे पैलियो डाइट प्लान। इसके अंतर्गत आहार में टमाटर, प्याज, लहसुन और गाजर को शामिल किया जाता है। इसके अलावा फलों, नट्स, मछली, फलियां, अनाज और डेयरी उत्पादों को भी शामिल किया जाता है।

डाइटिंग के नाम पर अपनी भूख मारना या कम से कम खाना अपने शरीर के साथ अत्याचार करने जैसा है। अनेक ऐसे लोग हैं जिनके दिमाग में यह गलत धारणा बैठ चुकी है कि मोटापे को कम करने के लिए डाइटिंग एक सशक्त माध्यम है, जबकि सच्चाई इसके विपरीत है। याद रखें, डाइटिंग से मोटापा कम नहीं होता।

मोटापा और दवाएं

इस संदर्भ में महत्वपूर्ण बात यह है कि मोटापा कम करने वाली दवाओं का सेवन अपने डॉक्टर या डाइटिशियन से परामर्श लिए बगैर नहीं करना चाहिए। मॉर्बिड ओबेसिटी को नियंत्रण करने में दवाओं का एक सीमित योगदान है।

वजन घटाने की दवाएं विशेष रूप से उन लोगों के लिए होती हैं, जो आहार और व्यायाम के साथ भी वजन कम करने में सफल नहीं हो पाते। ये दवाइयां डॉक्टर की निगरानी में ली जाती हैं। ऐसा इसलिए, क्योंकि ऐसी दवाओं के साइड और आफ्टर इफेक्ट भी होते हैं। इन दवाओं का उद्देश्य शरीर में वसा को जलाना या बर्न करना, भूख को कम करना और शरीर के ऊर्जा के उपयोग को बढ़ाना होता है। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इन बातों पर दें ध्यान

वजन नियंत्रण के लिए आपको अपनी जीवनशैली में लगातार सकारात्मक परिवर्तन करने होंगे। जैसे अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करना, खान-पान में मौसमी फलों और हरी सब्जियों को वरीयता देना आदि। इसके अलावा इन सुझावों पर भी अमल करना लाभप्रद रहेगा।

- डॉक्टर या डायटिशियन से परामर्श लेकर अपनी शारीरिक स्थिति और मेडिकल कंडीशन के अनुसार खान-पान का एक चार्ट बनवा लें और फिर उस पर अमल करें।

- नियमित रूप से व्यायाम करें, लेकिन इस संदर्भ में याद रखें कि प्रत्येक व्यक्ति की उम्र और उसकी मेडिकल कंडीशन के अनुसार ही व्यायाम और उसका समय निर्धारित किया जाता है। इसलिए इस संदर्भ में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लें।
- जीवन के प्रति सकारात्मक सोच रखें और तनाव को स्वयं पर हावी न होने दें। ऐसा इसलिए क्योंकि तनाव से भी मोटापा या वजन बढ़ सकता है। तनाव से शरीर में हार्मोन संबंधी असंतुलन उत्पन्न होता है, जिसके कारण कालांतर में मोटापा बढ़ सकता है। तनाव को नियंत्रित करने के लिए मेडिटेशन करें।
- अत्यधिक चिकनाईयुक्त खाद्य पदार्थों से परहेज करें।
- खाद्य पदार्थों में ऊपर से नमक न छिड़कें। नमक का कम से कम सेवन करना लाभप्रद है।
- खाना खाते समय टीवी न देखें।

घरेलू औषधि

बहुत लाभकारी है जैतून नमक

आमतौर पर लोग साधारण नमक, काला नमक और सेंधा नमक के बारे में तो जानते हैं। लेकिन एक अन्य लाभकारी नमक जैतून नमक के बारे में कम ही लोग जानते हैं। यह एक विशेष नमक है, जो कई रोगों के उपचार में कारगर है।

क्या होता है जैतून नमकः इस नमक को बनाने के लिए साधारण नमक को जैतून के साथ मिलाकर एक निश्चित विधि से तैयार किया जाता है। इसके लिए पूरे पके हुए जैतून को मोटे नमक (डली वाला साधारण नमक) के साथ मिलाकर ढंक कर लगभग दो महीने के लिए रख दिया जाता है। निर्धारित समय के बाद उस नमक में विशेष गुणों का समावेश प्राकृतिक रूप से होता है। जिससे एक औषधि बन जाती है, जो कई स्वास्थ्य संबंधी परेशानियों में लाभकारी होता है। इसमें मिलने वाले प्रमुख तत्व हैं- विटामिन ई, लोहा, तांबा और कैल्शियम आदि। जैतून नमक की तासीर ठंडी होने के कारण सर्दियों में इसका सेवन कम करना चाहिए।

इन रोगों में कारगरः जैतून नमक को कई रोगों के उपचार में

उपयोग किया जा सकता है।

- इसका प्रयोग शरीर के बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने के लिए किया जाता है।
- पेट संबंधी अजीर्ण, गैस, अपच, भूख न लगना या कम लगना आदि समस्याओं में यह हितकर है।
- डायबिटीज (रक्तशर्करा) और उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर) के उपचार में जैतून नमक का सेवन उपयोगी है।
- यह शारीरिक क्षमता में बढ़ोत्तरी करता है।
- हृदय को स्वस्थ रखने के लिए यह लाभकारी है।
- कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करता है।
- बढ़ते वजन से परेशान लोगों का वजन कम करने में मददगार है।
- यकृत (लिवर) को स्वस्थ बनाने में सहायक है।
- किडनी की समस्या में इसका सेवन लाभकारी है।
- बढ़ती आयु में हड्डियों को स्वस्थ रखने में इसका सेवन मददगार है।

कुछ लोगों को जैतून से एलर्जी होती है, उन्हें इसका सेवन नहीं करना चाहिए। इसकी कितनी मात्रा कैसे लेनी है, इसका निर्धारण स्वयं न करें, विशेषज्ञ से सलाह के आधार पर करें।

यहां बताए गए उक्त सभी उपाय-उपचार सामान्य हैं। प्रयोग करने से पहले अपने वैद्यजी या आयुर्वेद विशेषज्ञ से सलाह अवश्य करें। *

-वैद्य हरिकृष्ण पांडे 'हरीश'

मेडिकल रिसर्च
माहिया

कुछ समय पहले खबरें आईं कि रूस के वैज्ञानिकों ने कैंसर ट्रीटमेंट के लिए वैक्सीन बनाने में सफलता हासिल कर ली है। क्या है यह वैक्सीन, कैसे करेगी यह वर्क और इससे कितना प्रभावी होगा ट्रीटमेंट, आप जरूर जानना चाहेंगे।

बना ली गई कैंसर वैक्सीन कितना प्रभावी होगा इलाज

हाल में रूस ने घोषणा की है कि उनके वैज्ञानिकों ने कैंसर की रोकथाम के लिए एक नई एमआरएनए-आधारित वैक्सीन विकसित की है, जो जल्द ही रोगियों को मुफ्त उपलब्ध कराई जाएगी। गमालेया नेशनल रिसर्च सेंटर फॉर एपिडेमोलोजी एंड माइक्रोबायोलॉजी के निदेशक एलेक्जेंडर गिंट्सबर्ग का कहना है कि इस वैक्सीन के क्लिनिकल ट्रायल्स से मालूम हुआ है कि यह रसौली को बढ़ने से रोकती है और उसके आशंकित रूप-परिवर्तन को भी। एमआरएनए या मैसेंजर आरएनए वैक्सीन, वह जेनेटिक सूचना उपलब्ध कराती है, जो शरीर की कोशिकाओं को एंटीजन (प्रोटीन या अन्य पदार्थ जो इम्यून या प्रतिरोधात्मक प्रतिक्रिया आरंभ करते हैं) के विरुद्ध इम्यून सिस्टम को एंटीबॉडीज उत्पादन के लिए प्रेरित करता है। जब ये एंटीजन, कैंसर कोशिकाओं पर पहचान लिए जाते हैं तो इम्यून सिस्टम उनके खिलाफ हमला शुरू कर देता है।

ऐसे करेगी एक्शनः एमआरएनए कैंसर वैक्सीन, इम्युनोथेरेपी का एक रूप है। कैंसर कोशिकाएं अकसर ऐसा तरीका विकसित कर लेती हैं कि वो एंटीबॉडीज द्वारा पहचान में आने से बच जाएं। फलस्वरूप इम्यून सिस्टम (शरीर की प्रतिरोधात्मक क्षमता) उन्हें नष्ट नहीं कर पाता। इस बचाव के तरीके को अब समझ लिया गया है। अब प्लानिंग यह है कि वैक्सीन के जरिए शरीर की प्रतिरोधात्मक क्षमता को इस प्रकार मजबूत कर दिया जाए कि वह कैंसर कोशिकाओं को तलाश करके उन्हें नष्ट कर दे और उनको फैलने से रोके। इस उपचार का लाभ यह है कि कीमोथेरेपी के विपरीत इसमें अन्य कोशिकाओं के बजाय केवल कैंसर कोशिकाओं को ही नष्ट किया जाता है, नतीजतन ट्रीटमेंट के साइड-इफेक्ट्स कम हो जाते हैं। वैक्सीन के अतिरिक्त भी इम्युनोथेरेपी के अन्य अनेक तरीके हैं। जैसे कार टी सेल थेरेपी, इम्यून चेकपॉइंट इन्हिबिटर्स आदि।

अन्य वैक्सीन से है अलगः अन्य वैक्सीनों की तरह एमआरएनए कैंसर वैक्सीन, रोग को रोकने के लिए स्वस्थ व्यक्तियों के लिए नहीं है कि टीकाकरण करा लिया और रोग होगा ही नहीं। इन्हें उन रोगियों पर इस्तेमाल किया जाता है, जिन्हें पहले से ही कैंसर है ताकि रसौली को निशाना बनाकर उसका उपचार किया जा सके। यह उपचार विधि इस तरह से तैयार की गई है कि हर रोगी की रसौली में जो विशिष्ट एंटीजन होते हैं, उन्हें निशाना बनाया जाए, जिससे यह वैक्सीन व्यक्तिगत हो जाती है और अधिक प्रभावी भी। कैंसर एमआरएनए वैक्सीन को इस तरह से भी डिजाइन किया जा सकता है कि अनेक प्रकार के एंटीजन को निशाना बनाया जा सके।

कैंसर का करेगा ट्रीटमेंटः कई डॉक्टरों का कहना है कि कैंसर की रोकथाम के लिए 'वैक्सीन' शब्द का प्रयोग करना भ्रामक है, क्योंकि संक्रमित रोगों की तरह कैंसर आमतौर से किसी एक कीटाणु से नहीं फैलता है। जहां तक कैंसर के रोकथाम की बात है तो ह्यूमन पपील्लोमावायरस (एचपीवी) वैक्सीन से सर्वाइकल कैंसर को होने से रोका जा सकता है, क्योंकि इस सिलसिले में 90 प्रतिशत से अधिक केस इस वायरस के कारण होते हैं। लेकिन डॉक्टर्स इस बात पर बल देते हैं, 'रोगियों को यह समझना चाहिए कि इम्युनोथेरेपी उपचार से कैंसर को होने से नहीं रोका जा सकता। यह रोग होने के बाद का इलाज है।' *

डॉक्टर सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब नींद के लिए लेनी पड़े दवा

मेरी उम्र 66 वर्ष है। मुझे अकसर रात को नींद नहीं आती। पिछले कुछ समय से मैं नींद की गोलियां ले रहा हूं। इससे रात को नींद तो अच्छी आती है, लेकिन पूरे दिन सुस्ती बनी रहती है। समझ नहीं आता, क्या करूं? कृपया उचित मार्गदर्शन करें।

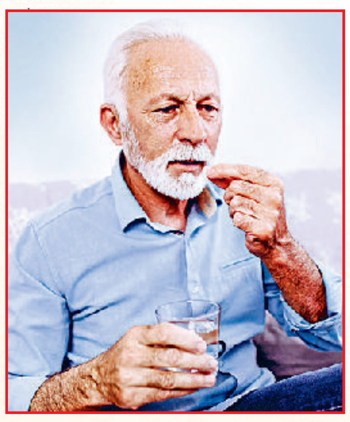
-वीरपाल, महेंद्रगढ़

नींद की दवा खाकर सोना, यह अच्छी बात नहीं है। सबसे पहले आप कोशिश करें कि नींद की दवा लेना बंद करें और इसके बगैर कैसे नींद आए, इसका रास्ता खोजें। इसके लिए सबसे जरूरी है कि नींद न आने की वजह ढूंढ़ने की, यानी किस वजह से नींद नहीं आती है? यह समस्या आपको कब से है यानी इस बीच में ऐसा क्या हुआ है, जो बात बार-बार आपके मन में आती है, जिससे नींद नहीं आ रही हो। अगर आप स्वयं से ऐसा न कर पाएं तो जरूर आपको एक बार मनोरोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए, लेकिन नींद की दवा आपको लेना बिल्कुल बंद कर देना चाहिए।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। जब भी मैं कुछ दूर पैदल चलता हूं, मेरे पैरों में सूजन आ जाती है। रेस्ट करने पर यह सूजन अपने-आप ही ठीक हो जाती है। ऐसा क्यों होता है? मुझे क्या करना चाहिए?

-अभिनव, दुर्ग

पैरों में सूजन दो कारणों से होती है, पहले मसल्स का वीक होना और दूसरा



डायबिटीज। आप पहले जनरल फिजिशियन से संपर्क करें, वो आपकी शुगर और कुछ अन्य जांच कराएंगे, जिससे पता चलेगा कि आपको किस वजह से सूजन आ रही है? इसके बाद उसका उपचार होगा। फिलहाल, बगैर डॉक्टर से कंसल्ट किए कोई भी दवा आप ना खाएं। ज्यादा दिक्कत होने पर आप सिंकाई कर सकते हैं।

मेरी उम्र 28 वर्ष है। मेरे फेस पर बहुत अधिक झाइयां हो रही हैं। कई तरह की क्रीम और दवाइयां लेने के बाद भी यह ठीक नहीं हो रही। मेरी इस प्रॉब्लम का कोई इफेक्टिव सॉल्यूशन बताएं।

-सुकेश, रायपुर

अभी आप की उम्र अधिक नहीं है इसलिए आपको दवा खाने की जरूरत नहीं पड़नी चाहिए। दवा के अधिक सेवन से आपको अभी भले ही आराम मिल जाए, लेकिन आगे और परेशानी बढ़ सकती है। सबसे पहले आप अपनी तरफ से इस्तेमाल की जाने वाली दवाइयां बंद करें और एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क करें। वो इसका कारण बताएंगे और उसका ट्रीटमेंट भी। लेकिन आप अभी पानी अधिक से अधिक पिएं। शरीर में पानी की कमी न होने दें। कई बार यह भी त्वचा रोग का कारण बन जाता है।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। तीन हफ्ते पहले बाथरूम में पैर स्लिप करने की वजह से मेरी कमर में चोट आई थी। अभी भी कमर में चोट वाली जगह पर रह-रहकर दर्द होता रहता है। ऐसे में क्या करूं, जिससे मुझे कमर दर्द से राहत मिले?

-अर्णव, बिलासपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको स्पाइन में चोट लगी है, जिसमें किसी तरह की फ्रेक्चर नहीं हुआ होगा। इस तरह की चोट में थोड़ा लंबे समय तक दर्द रहता है। कोशिश करें कि आप झुकने वाले काम बिल्कुल न करें, वजन न उठाएं। सोने के लिए हार्ड बेड का इस्तेमाल करें। अगर अधिक दर्द हो रहा है तो जरूर आपको एक बार हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए, क्योंकि दर्द हो रहा है इसलिए किसी तरह की एक्सरसाइज भी न करें।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। अकसर खड़े होने पर मेरे पैरों में थरथराहट शुरू हो जाती है, जिसकी वजह से चलते वक्त लड़खड़ाने लगता हूं। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-कौशल किशोर, भोपाल

इस बात पर ध्यान दें कि आपका वजन अधिक तो नहीं है? कई बार वजन अधिक होने पर इस तरह की समस्याएं बढ़ती उम्र में देखी जाती हैं। लेकिन एक बार आप मस्तिष्क रोग विशेषज्ञ संपर्क से कर लें, क्योंकि इस तरह की समस्याएं न्यूरो से जुड़ी भी हो सकती हैं। ऐसे में बगैर जांच किए कुछ भी कहना मुश्किल है। लेकिन आप जैसा बता रहे हैं, तो ज्यादा चलने की कोशिश न करें। गिर सकते हैं और चोट लग सकती है। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

खबर संक्षेप

लाइनपार से बुजुर्ग महिला लापता

बहादुरगढ़। लाइनपार के छोटूराम नगर से प्रवासी मूल की एक बुजुर्ग महिला लापता हो गई है। कई दिन बीत जाने के बाद भी उसका कुछ अता पता नहीं है। परिजनों ने पुलिस को सूचना देकर तलाश की गुहार लगाई है। बिहार मूल के भुवरबिन का कहना है कि वह यहां छोटूराम नगर में रहता है। उसकी 70 वर्षीय मां शनिचरी कुंवर भी साथ रहती है। गत 19 फरवरी को उसकी मां घर से बाहर गई थी लेकिन वापस नहीं आई। काफी देर तक नहीं लौटी तो तलाश शुरू की। तब से लेकर अब तक तमाम संभावित ठिकानों पर तलाश चुके हैं लेकिन कुछ अता पता नहीं है। उधर, लाइनपार पुलिस थाने से जांच अधिकारी सुशीला का कहना है कि गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर ली है। महिला की तलाश की जा रही है।

मोबाइल की दुकान में चोरी की वारदात

बहादुरगढ़। एमआईई पार्ट बी में स्थित एक दुकान में चोरी की वारदात हो गई। छत उखाड़कर चोर दुकान में घुसे और वारदात कर गए। इस संबंध में पुलिस को शिकायत दे दी गई है। पुलिस ने मामले में जांच शुरू कर दी है।
छोटूराम नगर के निवासी विकास का कहना है कि एमआईई में उसकी मोबाइल की दुकान है। रात को किसी ने दुकान को निशाना बना लिया। सुबह करीब दस बजे दुकान में पहुंचा तो शटर का कुंडा टूटा हुआ था। इसके बाद अंदर गया तो छत के एक कोने में सीमेंटेड टीन उखड़ी हुई थी। जांच करने पर दुकान में से एक लेपटाप, फोल्डर के 50 डिब्बे, 12 चार्जर, 100 बैट्री, पुराने दस फोन, ब्लूटूथ सहित अन्य सामान गायब था। उधर, सूचना पाकर एमआईई चौकी से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। विकास की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। आसपास सीसीटीवी फुटेज चेक की जा रही है।

राज्यस्तरीय खो-खो टीम का चयन दो मार्च को

झज्जर। दुर्गा वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय महराणा में आगामी दो मार्च को राज्यस्तरीय खो-खो प्रतियोगिता के लिए खिलाड़ियों का चयन किया जाएगा। स्कूल संचालक रामचंद्र शर्मा ने बताया कि हरियाणा राज्य खो-खो संघ की तरफ से 44वीं राज्य स्तरीय पुरुष एवं महिला खो-खो प्रतियोगिता चरखी दादरी के आर्य हिंदी संस्कृत महाविद्यालय में होगी। इसके लिए जिले की महिला व पुरुषों की खो-खो टीमों का चयन किया जाएगा। राहुल बूरा एवं सत्येन्द्र शर्मा ने बताया कि राज्य स्तरीय खो-खो प्रतियोगिता का आयोजन आठ व नौ मार्च को होगा। टीम का चयन रामचन्द्र शर्मा, अशोक, दिनेश , अरुण दलाल और कोच नवीन कुमार की देख-रेख में किया जाएगा।

खाटू श्याम धाम के लिए एक पदयात्रा रवाना होगी

बहादुरगढ़। गुभाना गांव से चार मार्च को खाटू श्याम धाम के लिए एक पदयात्रा रवाना होगी। लोकहित समिति के अध्यक्ष नरेश कौशिक ने बताया कि गुभाना के श्रीश्याम बालाजी मंदिर से सतबीर के नेतृत्व में श्याम भक्तों का एक जत्था मंगलवार को खाटू श्याम के लिए रवाना होगा। इस पदयात्रा में बड़ी संख्या में श्याम भक्त शामिल होंगे।

अज्ञात वाहन की चपेट में आकर बाइक सवार की मौत

धारूहेड़ा। फ्लाईओवर पर किसी वाहन की चपेट में आकर बाइक सवार युवक की मौत हो गई। युवक बाइक लेकर कनीना से दिल्ली जा रहा था। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंप दिया। महेंद्रगढ़ के रसूलपुर निवासी 30 वर्षीय योगेश कुमार दिल्ली की एक कंपनी में कार्यरत था। वह दिल्ली ही रह रहा था। अनबन के चलते उसकी पत्नी ने पुलिस को शिकायत दर्ज कराई हुई थी। उसे पूछताछ के लिए कनीना डीएसपी ऑफिस बुलाया गया था। बाइक से कनीना आने के बाद वह अपने गांव में मां से मिलकर वापस दिल्ली जा रहा था। फ्लाईओवर के पास किसी वाहन ने बाइक को टक्कर मार दी, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गया। आसपास के लोगों ने उसे रेवाड़ी ट्रॉमा सेंटर पहुंचाया, जहां से उसे गंभीरावस्था में हायर सेंटर के लिए रेफर कर दिया गया। परिजन उसे गुरूग्राम के निजी अस्पताल ले गए, डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

जिलेभर में महाशिवरात्रि का पर्व धूमधाम से मनाया गया

दिनभर शिवालयों में गूंजते रहे बम-बम भोले के जयकारे

झज्जर। बाबा प्रसाद गिरी मंदिर में जलाभिषेक के लिए अपनी बारी का इंतजार करते हुए श्रद्धालु। फोटो: हरिभूमि

झज्जर। भगवान विश्वकर्मा मंदिर में जलाभिषेक करते हुए महिलाएं। फोटो: हरिभूमि

झज्जर। टैक्सी स्टैंड के नजदीक भंडारे में प्रसाद ग्रहण करते हुए लोग।

■ श्रद्धालुओं ने कतारबद्ध होकर किया जलाभिषेक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

बुधवार को जिलेभर में महाशिवरात्रि का पर्व धूमधाम से मनाया गया। लोगों ने व्रत रखा और मंदिरों में जाकर विशेष पूजा अर्चना करते हुए शिवलिंग पर जलाभिषेक किया। शिवालयों में दिनभर बम बम भोले के जयकारे गूंजते रहे। शहर के बाबा प्रसाद गिरी मंदिर, बाबा कांशी गिरी मंदिर, बूढ़ा महादेव मंदिर, शिव मंदिर, पंडित लेखराज मंदिर, सुनारों वाले मंदिर, गोपाल मंदिर, दुर्गा मंदिर, डाबरा वाला मंदिर, प्राचीन हनुमान मंदिर, विश्वकर्मा मंदिर श्री श्याम बाबा खाटू वाले मंदिर में सैकड़ों की संख्या में श्रद्धालुओं ने कतारबद्ध होकर पूजा अर्चना की। पंडित गुलशन शर्मा ने बताया कि सुबह से ही श्रद्धालुओं ने बिल्व पत्र, धतूरा, फूल माला, दूध, दही, शहद आदि से पूजा करने में जुटे रहे। महिलाओं और बच्चों ने दूध के साथ शिव का अभिषेक किया। जिन युवाओं व बच्चों की जन्म कुंडली में काल सर्प योग था उसे दूर करने के लिए भी कई मंदिरों में भगवान की विशेषपूजा-अर्चना कर जन्म कुंडली के इस दोष को ब्राह्मणों द्वारा दूर कराया गया। वहीं शहर में विभिन्न स्थानों पर श्रद्धालुओं ने भंडारे भी लगाए और खीर का प्रसाद वितरित किया। बेरी, दुजाना, बेरी, मातनहेल, छुछकवास और साल्हावास क्षेत्र में भी महा शिवरात्रि पर्व धूमधाम से मनाया गया। उधर, महाशिवरात्रि पर्व पर जिला पुलिस द्वारा मंदिरों के बाहर सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए गए। पीसीआर और राइडर भी निरंतर गश्त पर रहे।

श्रद्धा और उत्साह से मनाई महाशिवरात्रि

बहादुरगढ़। एक मंदिर में शिवलिंग का जलाभिषेक करते श्रद्धालु। फोटो: हरिभूमि

बहादुरगढ़। मंदिर में लगी भक्तों की कतार। फोटो: हरिभूमि

बहादुरगढ़। महाशिव रात्रि पर्व इलाके में श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया गया। इस उपलक्ष्य में शहर के विभिन्न मंदिरों में आयोजित विशिष्ट धार्मिक अनुष्ठानों में सारा दिन शिव महिमा का बखान होता रहा। मंदिरों में शिवभक्तों की भारी भीड़ उमड़ी, वहीं शिवभक्तों ने व्रत रखकर भोले नाथ की अराधना की। महाशिवरात्रि के पावन अवसर पर ऐसा प्रतीत हो रहा था मानों शहर का कंकर-कंकर जय शिवशंकर का घोष कर रहा हो। सुबह से ही शहर के मंदिरों में बम भोले, जय विश्वनाथ का घोष शुरु हो गया। शिवभक्ति में मगन श्रद्धालु शिवत्व का स्मरण करते रहे। महाशिवरात्रि पर क्षेत्र के शिव मंदिरों में सुबह से ही भक्तों का हुजूम उमड़ पड़ा। आस-पास के गांवों में भी मंदिरों के बाहर लंबी-लंबी कतार लगी हुई थी। शिवालयों को सजाया गया। सेक्टर-2 स्थित राज-राजेश्वरी मंदिर, परनाला रोड स्थित वेदांत आश्रम, झज्जर रोड पर स्थित श्रीश्याम विश्राम स्थल, शनि मंदिर, मेन बाजार के महाबीर मंदिर, जटवाड़ा मोहला स्थित तीन शक्ति मंदिर, रोहतक रोड स्थित हनुमान मंदिर, रेलवे रोड स्थित शिव बालाजी मंदिर, मुरली मनोहर मंदिर, सतनारायण मंदिर व शिव मंदिर में सुबह से ही शिवभक्तों का तांता लगा रहा। सबसे पहले कांवड़ियों ने गंगा जल चढ़ाया। शाम तक दर्शन-पूजन का यही सिलसिला चलता रहा। इसी तरह सभी शिवालयों में सुबह से ही अभिषेक पूजन चला। कीर्तन मंडलियों ने गीतों से शिव की महिमा का बखान किया।

शिव जयंती का आध्यात्मिक महत्व बताया

बहादुरगढ़। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के अग्रवाल कॉलोनी सेवा केंद्र पर शिव जयंती का पावन पर्व उमंग, उत्साह और आध्यात्मिक दिव्यता के साथ मनाया गया। भारतीय किसान संघ के प्रदेश अध्यक्ष सतीश छिकारा, भाजपा नेता दिनेश कौशिक, प्रदीप गुप्ता, पार्षद मनीषा धनखड़ आदि ने अतिथि के रूप में शिरकत की। बीके अंजलि ने शिव जयंती के आध्यात्मिक अर्थ पर प्रकाश डालते हुए बताया कि यह पर्व आत्मिक जागृति, दिव्यता का संदेश देता है। बीके विनीता ने शिव जयंती से जुड़ी आध्यात्मिक धारणाओं के विषय में विस्तार से समझाया। बीके अमृता तथा रेणु ने परमपिता परमात्मा की महिमा के नारे लगवाए। परमात्मा के जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में केक काटा गया व सभी उपस्थितजनों को परमपिता शिव के पटके पहनाए गए। कुमारी कशिश, कुमारी पलक, कनव ने अपनी सुंदर नृत्य और काव्य प्रस्तुतियों से समारोह को और भी उल्लासमय बना दिया। अंत में सभी उपस्थितजनों ने परमपिता परमात्मा शिव की याद में झूमते हुए 89वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती का भव्य उत्सव मनाया। इसके उपरांत सभी को प्रभु प्रसाद वितरित किया गया।

बहादुरगढ़। शिव जयंती के उपलक्ष्य में काटा जा रहा केक। फोटो :हरिभूमि

महाशिवरात्रि पर हुआ यज्ञ

बहादुरगढ़। थैंक्स भारत ट्रस्ट के सहयोग से आर्य समाज बैंक कॉलोनी में महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में मनीष आर्य के द्वारा यज्ञ किया गया। इसी के साथ वैदिक यज्ञ पद्धति को घर घर पहुंचाने के अभियान को भी एक वर्ष पूर्ण हुआ। महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में काफी संख्या में बच्चे उपस्थित रहे। ट्रस्ट के संचालक राहुल आर्य ने बताया कि आज देवाधिदेव महादेव, ओ*म के उपासक, महायोगी, वेदों के ज्ञाता, अस्त्र शस्त्रों को धारण करने वाले महाराजाधिराज शिव की रात्रि महाशिवरात्रि का मुख्य पर्व है। हमें भगवान शिव को समझने के लिए उनके गुण, कर्म और स्वभाव को आत्मसात करना होगा। आज भांग नशा आदि से जोड़कर हमारे सामने जिस शिव को प्रस्तुत किया जा रहा है, वह ओ*म के उपासक शिव के अंश मात्र के समान भी नहीं है। इसलिए हमें चाहिए कि हम पवित्र हृदय से शिव का गुणगान करें।

बहादुरगढ़। यज्ञ में आहुत डालते बच्चे। फोटो :हरिभूमि

मां सरस्वती की प्रतिमा स्थापित

झज्जर। स्थापना उपरांत मां सरस्वती का पूजन करते हुए स्कूल प्रबंधन समिति पदाधिकारी।

झज्जर। बुधवार को तक्षशिला विद्यापीठ स्कूल बेरी में मां सरस्वती की प्रतिमा की स्थापना की गई। कार्यक्रम के दौरान चेयरमैन सुखबीर डबास, निदेशक हरबीर डबास व प्राचार्य नसीब अहलावत ने स्कूल स्टाफ सदस्यों के साथ हवन में भाग लिया तथा प्रतिमा की स्थापना उपरांत मां सरस्वती का पूजन किया। इस दौरान स्कूल प्रबंधन समिति सदस्यों व स्कूल स्टाफ द्वारा सर्वमंगल की कामना की गई।

समय पर नहीं हो पाते पोस्टमार्टम

बहादुरगढ़। नागरिक अस्पताल परिसर में शवों के पोस्टमार्टम के मामलों में कई बार अव्यवस्था हावी हो जाती है। समय पर पोस्टमार्टम न होने के कारण मृतकों के परिजनों को दिक्कतें उठानी पड़ती है। बुधवार को भी कुछ ऐसा ही देखने को मिला। घंटों तक परिजन शवों के पोस्टमार्टम का इंतजार करते रहे। दरअसल, मंगलवार को माइनर में मिले दो शव नागरिक अस्पताल में रखे गए थे। हत्या से जुड़े इन दोनों मामलों में बुधवार को पोस्टमार्टम की कार्रवाई होनी थी। सुबह करीब साढ़े 9 बजे पुलिस और मृतकों के परिजन अस्पताल में आ गए। कई घंटे बीत गए लेकिन शवों का पोस्टमार्टम नहीं हो सका। इसके बाद करीब एक बजे शव पीजीआई रोहतक के लिए रेफर कर दिए गए। बताया गया कि फॉरेंसिक विशेषज्ञ न होने के कारण पोस्टमार्टम नहीं हो सके। इस कारण मृतकों के परिजनों को काफी परेशानी झेलनी पड़ी। वे लगातार यहां मौजूद डॉक्टर व स्वास्थ्य कर्मियों से गुहार लगाते रहे। वहीं, एक पुलिस कर्मी ने बताया कि अक्सर यहां ऐसा देखने को मिलती है। कई बार समय पर पोस्टमार्टम नहीं हो पाता। माइनर में मिले शवों को तो आमतौर पर रेफर ही कर दिया जाता है। बता दें कि मंगलवार को भी यहां कई घंटे तक एक शव का पोस्टमार्टम नहीं हो सका था। अक्सर यहां ऐसी स्थित देखने को मिल जाती है।

छात्राओं ने नशे से दूर रहने का संदेश दिया

बहादुरगढ़। कैंप में योगाचार्यों व शिक्षकों के साथ स्वंयसेविका। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

राजकीय महिला महाविद्यालय में प्राचार्य अलका गुलाटी की अध्यक्षता में एनएसएस शिविर का आयोजन जारी है। छठे दिन प्रातः कालीन सत्र की शुरुआत प्राणायाम योगाभ्यास से हुई। आयुष विभाग से सुनील ने योग के जरिए सर्वाइकल सहित अन्य समस्याओं से मुक्ति पाने तरीके समझाए।
कार्यक्रम अधिकारी डॉ. ललिता द्वारा स्वयं सेविकाओं को ड्रग से होने वाले हानिकारक प्रभाव पर विस्तृत व्याख्यान देते हुए नशा न करने की शपथ दिलवाई गई। व्याख्यान के बाद गोद लिए गए गांव बालोर में नशा मुक्ति अभियान चलाते हुए स्वयं सेविकाओं द्वारा रैली निकली गई। स्वयंसेविकाओ ने जो करेगा नशा उसकी होगी दुर्दशा/" के नारे लगाते हुए समुदाय को नशा न करने का संदेश दिया। सायंकालीन सत्र में योगाचार्य जगदीश सहवाग ने स्वयंसेविकाओं को सच्ची देशभक्ति तथा सामुदायिक सेवा के माध्यम से अपने व्यक्तित्व का पूर्ण रूप से विकास करने के लिए प्रेरित किया।

विधायक राजेश जून ने टीन शेड का उद्घाटन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

विधायक राजेश जून ने बुधवार को गांव मुकुंदपुर के मंदिर में टीन शेड का रिबन काटकर उद्घाटन किया। विधायक जून का ग्राम वासियों ने फूलमालाएं पहनाकर जोरदार स्वागत किया तथा बुजुर्गों ने पगड़ी बांधकर सम्मान किया। राजेश जून ने कहा कि चुनाव प्रचार के दौरान महिलाओं ने मंदिर में भजन कीर्तन करने के लिए टीन शेड डलवाने की मांग की थी। मांग को पूरा करते हुए मंदिर के प्रांगण में टीन शेड डलवा दिया है ताकि मातृशक्ति इसके नीचे बैठकर आराम से भजन कीर्तन कर सकें। चुनाव प्रचार के दौरान हमने ग्रामीण व शहरी क्षेत्र में सभी समस्याएं नोट की थी और अब आप लोगों के आशीर्वाद से उन समस्याओं का समाधान कराया जा रहा है। बहादुरगढ़ हलके का विकास कराना ही उनका ध्येय है।

बहादुरगढ़। मुकुंदपुर के मंदिर में टीनशेड का उद्घाटन करते विधायक जून।

कर्मचारियों से मिलकर भविष्य की रणनीति तय की

रिटायर्ड कर्मचारी संघ ने चलाया संपर्क अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

रिटायर्ड कर्मचारी संघ के सदस्यों द्वारा संपर्क अभियान चलाकर बुधवार को शहर के विभिन्न क्षेत्रों दौरा कर रिटायर्ड कर्मचारियों से संपर्क किया। जिला महासचिव देवेंद्र यादव ने बताया कि कंवर कलोनी, प्रिया कालोनी तथा लालचंद कालोनी में संपर्क अभियान चलाया गया। कर्मचारियों से मिलकर भविष्य की रणनीति तय की जाएगी। उन्होंने बताया कि संघ की प्रमुख मांगों में कैशलेस मेडिकल सुविधा, क्रमिक पेंशन वृद्धि जिसमें पैंसठ वर्ष आयु होने पर 5 प्रतिशत, 70 की आयु पर 10 प्रतिशत, 75 पर 15 प्रतिशत और 80 वर्ष की आयु होने पर 20 प्रतिशत वृद्धि शामिल है। इनके अलावा बस यात्रा एवं रेल यात्रा सुविधा उपलब्ध कराना, बैंक, मेडिकल तथा अन्य सभी जगह पर वरिष्ठ नागरिकों के लिए उचित व्यवस्था का प्रबंध करना, कम्यूटेशन पर पुनर्विचार, कर्मचारी के मरणोपरांत उसके जीवनसाथी को एलटीसी की सुविधा प्रदान करना आदि शामिल है। इस दौरान झज्जर खंड प्रधान रमेश जाखड़, सचिव राजवीर राहड, कोषाध्यक्ष दिलीप रावत, धर्मवीर सहित अन्य भी मौजूद रहे।

झज्जर। संपर्क अभियान के दौरान रिटायर्ड कर्मचारियों से बातचीत करते हुए संघ के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

झज्जर। विद्यार्थियों को जल सरंक्षण का महत्व बताते हुए शिक्षक।

विद्यार्थियों को किया जल सरंक्षण के लिए जागरुक

झज्जर। जल संरक्षण मुहिम के अंतर्गत राजकीय वरिष्ट माध्यमिक विद्यालय डावला में एक व्याख्यान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्कूल प्राचार्या छोटी देवी ने की। कार्यक्रम में विद्यार्थियों को जल संरक्षण के महत्व बारे विस्तार से जानकारी दी गई। प्राचार्या छोटी देवी, डीपीई यशवीर सिंह, इतिहास प्रवक्ता भगत सिंह व विषय विशेषज्ञ सतीश कुमार ने विद्यार्थियों को जल है तो कल है, अन्यथा भविष्य का जीवन असफल है के नारे लगवाते हुए उन्हें जल सरंक्षण संबंधी शपथ दिलाई। उन्होंने विद्यार्थियों को पानी बर्बाद न करने व समाज के अन्य लोगों को भी जागरुक करने के लिए प्रेरित किया।

झज्जर। श्रीश्याम संकीर्तन के दौरान भजनों की प्रस्तुति देते हुए श्रद्धालु।

भक्ति भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

झज्जर। शहर के अंबेडकर चौक स्थित श्री अखंड ज्योति मंदिर में बाबा खाटू श्याम संकीर्तन का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में गायक कलाकारों व श्रद्धालुओं ने भजनों के माध्यम से बाबा की महिमा का गुणगान किया। श्रीश्याम संकीर्तन के दौरान पंडित गुलशन शर्मा ने मेरा आपकी कृपा से सब काम हो रहा है, करते हो तुम कन्हैया मेरा नाम हो रहा है व ओमप्रकाश सैनी ने राधे-राधे जपो चले आएंगे बिहारी आदि भजन सुनाकर भक्तों को भाव विभोर किया। इनके अलावा अमित गुप्ता, पंकज तलवार, मुकेश, अन्नु सिक्का, धीरज शर्मा आदि ने भी मधुर भजनों की प्रस्तुति दी।

लक्ष्मी नारायण मंदिर में बांटा प्रसाद

बहादुरगढ़। बादली रोड के लक्ष्मी नारायण मंदिर में महाशिवरात्रि पर्व धूमधाम से मनाया गया। सुबह से ही मंदिर में श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ी रही। शिव भक्तों ने शिवलिंग की पूजा अर्चना की। पं. सोहनलाल ने कहा कि सच्चे मन से जो भी श्रद्धालु भगवान शिव की अराधना करते हैं, उनकी सभी मनोकामनां पूरी करके उनके घर में सुख व समृद्धि के भंडार भर देते हैं। वहीं, इमली वाली गली स्थित प्राचीन पीपलेश्वर महादेव मंदिर में भी महाशिवरात्रि पर्व धूमधाम से मनाया गया।

अखिल भारतीय सिविल सेवा एथलेटिक्स प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने जीते मेडल

राजकुमार को 800 व 1500 मीटर दौड़ में स्वर्ण, अपनी उम्र में बनाया रिकार्ड

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

चंडीगढ़ के सेक्टर सात स्पोर्ट्स कॉम्पलेक्स में संपन्न हुई अखिल भारतीय सिविल सेवा एथलेटिक्स प्रतियोगिता में जिले के तीन खिलाड़ियों ने भाग लेकर क्षेत्र का रोशन किया है। सेक्टर छह निवासी शिक्षक अरूण नांदल ने जहां 100 मीटर की वेटरन कैटगरी में भाग लिया वहीं क्षेत्र के गांव उखलचाना निवासी वरिष्ठ एथलेटिक्स प्रशिक्षक पवन कुमार ने टीम मैनेजर के रूप में भाग लेते हुए पुरुष वर्ग में ओवरऑल तृतीय स्थान हासिल किया। पवन कुमार ने बताया कि प्रतियोगिता में देशभर से करीब 2400 एथलीट्स ने भाग लिया। बता दें कि हरियाणा टीम के सिलेक्टर कोच पवन कुमार फिलहाल तलाव गांव के खेल स्टेडियम में सेवाएं दे रहे हैं। इनके अलावा केंद्रीय सचिवालय दिल्ली की टीम में भागीदारी करने वाले एथलीट राजकुमार जौंधी ने 1500 मीटर रेस में भाग लेते हुए स्वर्ण पदक हासिल कर जहां अपने आयु वर्ग में रिकार्ड बनाया वहीं 800 मीटर स्पर्धा में भी स्वर्ण पदक जीता। वे पिछले चार वर्षों से इस प्रतियोगिता में पदक प्राप्त कर रहे हैं। बता दें कि उन्होंने पिछले माह गुजरात में हुई अड़ानी मैराथन व अलवर में हुई दस किलोमीटर रेस में भी अपने आयु वर्ग में प्रथम स्थान हासिल किया था। इस उपलब्धि पर सरपंच अनिल, कुश्ती कोच नरेंद्र, भीम सिंह, भूप सिंह, महासिंह, मिंटू, नीटू, प्रदीप व नवीन आदि ने तीनों खिलाड़ियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

झज्जर। विजेता खिलाड़ियों को मेडल देकर सम्मानित करते हुए आयोजक समिति पदाधिकारी तथा बहादुरगढ़ के स्टेडियम के पास कचरे में लगी आग।

अपोलो मैराथन में सतीश कुमार का उत्कृष्ट प्रदर्शन

खिलाड़ी सतीश कुमार।

झज्जर। हाल ही में दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में आयोजित अपोलो मैराथन में जिले के खिलाड़ी सैकिंड इन कमांड टूआईसी सतीश कुमार ने भाग लेकर जिले का नाम रोशन किया है। श्रीनगर के जम्मू-कश्मीर में सीमा-सुरक्षा बल में एयर विंग में तैनात सतीश कुमार की यह दसवीं मैराथन थी। इससे पहले वे टाटा मुंबई, कश्मीर मैराथन, वेदांता दिल्ली, वीएस अमृतसर आदि में भाग लेते हुए उत्कृष्ट प्रदर्शन कर चुके हैं।

बहादुरगढ़ में स्टेडियम के पास जलाया जा रहा कूड़ा गंदगी का सही ढंग से उठान भी नहीं

बहादुरगढ़। शहर में सफाई व्यवस्था बदहाल है। जगह जगह गंदगी के ढेर लगे हैं व उठान भी सही तरीके से नहीं होता। अक्सर कचरे को आग के हवाले कर दिया जाता है। बादली रोड स्थित डॉ. भीमराव अंबेडकर स्टेडियम के पास कचरे का उठान होने के बजाय उसे आग लगाने से लोगों में रोष है। धर्मवीर सैनी ने कहा कि बहुत से लोग स्टेडियम के पास कचरा डाल रहे हैं। उठान भी नहीं हो रहा और न ही उपयुक्त कदम उठाए जा रहे बल्कि कचरे को आग के हवाले किया जा रहा है। इस वजह से प्रदूषण फैल रहा है। लोगों को कचरा कूड़े की गाड़ी में डालना चाहिए। वहीं अधिकारियों को भी मामले में संज्ञान लेना चाहिए।

बहादुरगढ़। गोष्ठी में मौजूद विभिन्न संस्थाओं से जुड़े सदस्य। फोटो: हरिभूमि

महाकुंभ पर विचार गोष्ठी का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

कलमवीर विचार मंच द्वारा सेक्टर-6 स्थित दहिया कांप्लेक्स में महाकुंभ से जुड़े विभिन्न पहलुओं पर एक विचार गोष्ठी का आयोजन किया गया।

सिक्सटी प्लस यंग एसोसिएशन के प्रधान धर्मप्रकाश दहिया, आरडब्ल्यूए सेक्टर-2 के पूर्व प्रधान गुलाब सिंह मलिक, जनता जनार्दन समिति के प्रधान सतवीर सिंह व मंच के संस्थापक कृष्ण गोपाल विद्यार्थी के सानिध्य में हुए इस कार्यक्रम का संचालन युवा समाजसेवी मुकेश व्यास ने किया। विचार गोष्ठी में उपस्थित वक्ताओं ने महाकुंभ के दौरान घटी भगदड़ व अग्निकांडों में हुई जान-माल की हानि को दुखद तथा दुर्भाग्यपूर्ण बताते हुए प्रभावित परिवारों के प्रति संवेदना व्यक्त करते हुए दिवंगत श्रद्धालुओं को भाव पुष्प अर्पित किए। सभी वक्ता इस बात पर एकमत नज़र आए कि सरकार को महाकुंभ की सफलता का गुणगान करने की बजाय इसकी तैयारियों के समय दलगत राजनीति से ऊपर उठकर सबको साथ लेकर नया इतिहास रचना चाहिए था। ऐसा होता तो विश्व समुदाय हमारी राष्ट्रीय एकता से और अधिक प्रभावित होता।

युवती ने फांसी लगाकर दी जान, दंपत्ति पर केस

झज्जर। शहर की यादव कालोनी में किराए के मकान में रहने वाली एक युवती ने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। युवती की पहचान राधा के तौर पर हुई है। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर पहुंच कर शव को फांसी के फंदे से उतरवाकर उसे पोस्टमार्टम के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल भिजवाया। परिजनों का आरोप है कि राधा को एक दंपत्ति द्वारा मानसिक व शारीरिक रूप से प्रताड़ित किया जा रहा था। इसी परेशानी के चलते उसने यह कदम उठाया है। पुलिस द्वारा युवती की बहन के बयान पर आरोपी दंपत्ति के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया। पुलिस द्वारा इस संबंध में नियमानुसार आगामी कार्यवाई अमल में लाई जा रही है।

- गांव बुपनिया की घटना, गांव के युवक पर ही लगाए जा रहे आरोप

फोन पर दी धमकी, शिकायत की तो पिता पर की फायरिंग

बोला, अपने घर जाकर गिन लेना गोलियों के खोल

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

गांव बुपनिया में एक युवक को फोन पर जान से मारने की धमकी दी गई। इतना ही नहीं, उसके पिता पर जान से मारने की नीयत से फायरिंग भी की गई। गनीमत रही कि हमले में कोई हताहत नहीं हुआ। गांव के ही एक युवक पर फायरिंग करने और फोन पर जान से मारने की धमकी देने का आरोप है।

बादली थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में दीपक ने कहा है कि मंगलवार की शाम करीब सात बजे उसके फोन पर कॉल आई। कॉलर ने अपना नाम नवीन बताते हुए मुझे जान से मारने की धमकी दी। इसके बाद मैं शिकायत देने के लिए थाने में गया तो दोबारा कॉल आई। कॉलर ने कहा कि अपने घर जाकर गोलियां के खोल गिन ले। फिर मैंने अपने पिता के पास फोन किया तो उन्होंने बताया कि मुझ पर जान से मारने की नीयत से किसी ने गोलियां चलाई है। फिर मैं तुरंत अपने प्लॉट पर गया। वहीं, सूचना पाकर बादली थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। उधर, जांच अधिकारी राकेश कुमार का कहना है कि बुपनिया में फायरिंग करने और एक युवक को फोन पर धमकी देने का मामला सामने आया है। सूचना मिलते ही मौके पर पहुंचकर जांच शुरू कर दी थी। मामले में विभिन्न पहलुओं को ध्यान में रखते हुए जांच आगे बढ़ाई जा रही है। एक युवक का नाम सामने आया है। उसे काबू कर पूछताछ की जाएगी। जल्द से जल्द मामले को सुलझाने की कोशिश रहेगी।

बेरी नपा चुनाव को लेकर चार ड्यूटी मजिस्ट्रेट व 8 सुपरवाइजर नियुक्त

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

- एसडीएम रेणुका नांदल को आरओ की जिम्मेदारी

प्रदीप दहिया, डीसी झज्जर।

जिलाधीश प्रदीप दहिया ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 16(1) और धारा 17(2) में प्रदत्त शक्तियों का प्रयोग करते हुए बेरी नगर पालिका आम निकाय चुनाव 2025 के दृष्टिगत चार ड्यूटी मजिस्ट्रेट व आठ सुपरवाइजर नियुक्त किए गए हैं। जबकि एसडीएम बेरी रेणुका नांदल को रिटर्निंग अधिकारी नियुक्त किया गया हैं। इसके अलावा ड्यूटी मजिस्ट्रेट व ड्यूटी सुपरवाइजर नियुक्त किए गए हैं। उन्होंने बताया कि बेरी नपा चुनाव को शांतिपूर्ण एवं निष्पक्ष करवाने के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट और सुपरवाइजरों की ड्यूटी लगाई गई हैं। यह ड्यूटियां पोलिंग स्टेशन और वार्ड अनुसार लगाई गई हैं। उन्होंने बताया कि वार्ड 1 से 7 के अंतर्गत आने वाले क्षेत्र के लिए बिजली निगम के कार्यकारी अभियंता अमित गर्ग को ड्यूटी मजिस्ट्रेट लगाया गया है, जबकि सहायक प्रोफेसर डॉक्टर अजय कुमार को वार्ड 1,2 3 के लिए ड्यूटी सुपरवाइजर लगाया गया है। इसी प्रकार सहायक प्रोफेसर डॉक्टर नरेंद्र दहिया को वार्ड संख्या 4,5,6 व 7 के लिए ड्यूटी सुपरवाइजर लगाया गया है।

पीडब्ल्यूडी के कार्यकारी अभियंता अनिल रोहिल्ला को वार्ड संख्या 8 से 14 के अंतर्गत आने वाले क्षेत्र के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया है जबकि आईटीआई मातनहेल के प्राचार्य अनिल कुमार को वार्ड संख्या 8,9,10 व 11 के लिए ड्यूटी सुपरवाइजर लगाया गया है। वहीं सहायक प्रोफेसर जितेंद्र सिंह को वार्ड संख्या 12,13 व 14 के लिए ड्यूटी सुपरवाइजर लगाया गया है। मिकाडा के कार्यकारी अभियंता मनीष कुमार व जनस्वास्थ्य एव अभ्यंत्रिकी विभाग के एक्सईएन अमन मोर को बतौर ड्यूटी मजिस्ट्रेट रिजर्व रखा गया है। इसी प्रकार पशु पालन विभाग के एसडीओ डॉक्टर ऋषिपाल व बिजली निगम के एसडीओ मोहित यादव व एसडीओ सौरभ कुमार और लोक निर्माण विभाग के एसडीओ आदिश मित्तल को ड्यूटी सुपरवाइजर के रूप में रिजर्व रखा गया है।

बेटे के लग्न में धनखड़ के घर पहुंचे सीएम सैनी

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी बुधवार को क्षेत्र के गांव ढाकला में भाजपा के राष्ट्रीय सचिव औमप्रकाश धनखड़ के बेटे आशुतोष धनखड़ के लग्न टीका कार्यक्रम में पहुंचे। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का समारोह में पहुंचने पर राष्ट्रीय सचिव औमप्रकाश धनखड़, सांसद धर्मवीर, संगठन महामंत्री फणींद्र नाथ शर्मा, आदित्य धनखड़ सहित अन्य परिजनों ने स्वागत किया। मुख्यमंत्री ने आशुतोष को पुष्पगुच्छ भेंट करते हुए बधाई दीं। समारोह में प्रदेश प्रभारी सतीश पूनिया, कांग्रेस सांसद दीपेंद्र हुड्डा सहित विभिन्न दलों के जनप्रतिनिधि और पूर्व जनप्रतिनिधि, संगठन के नेता, खाप प्रधान व प्रतिनिधि, सामाजिक, धार्मिक ,खेल, कला, शिक्षा, जगत के प्रमुख लोग, अधिकारियों सहित आमंत्रित मेहमानों ने समारोह में पहुंचकर धनखड़ परिवार को बधाई दी।

झज्जर। आशुतोष को पुष्पगुच्छ भेंट कर शुभकामनाएं देते हुए सीएम नायब सिंह सैनी।

बच्चे की मौत पर युवक के खिलाफ केस दर्ज

बहादुरगढ़। डाबोदा में कुछ दिन पहले हुई बच्चे की मौत के मामले में नया मोड़ आया है। परिजनों ने गांव के ही एक युवक पर जानबूझ कर बच्चे पर गाड़ी चढ़ाने का आरोप लगाया है। आरोपों की सत्यता जांच का विषय है। फिलहाल सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। जानकारी के अनुसार, गत 10 फरवरी को डाबोदा खुर्द में करीब डेढ़ वर्षीय बच्चा तेजस एक गाड़ी की चपेट में आ गया था। तब उस शव का पोस्टमार्टम नहीं हो सका था। अगले दिन बच्चे के शव को दफना दिया गया। इसके बाद परिजनों ने पुलिस को शिकायत दी और गांव के एक युवक पर जबरन गाड़ी चढ़ाने का आरोप लगाया। अब अधिकारियों के संज्ञान में आने के बाद आरोपी युवक के खिलाफ संबंधित धाराओं के तहत केस दर्ज हो सका है। पुलिस को दी शिकायत में महेश ने कहा है कि दस फरवरी की शाम को वह अपने भतीजे तेजस के साथ गली में था। इसी दौरान गांव का एक युवक अपनी गाड़ी लेकर आया। उसने मुझे गाली दी और इसके बाद अपनी गाड़ी मेरे भतीजे पर चढ़ा दी। फिर वहां से भाग गया। हम अपने बेटे को अस्पताल में लेकर गए तो उसे मृत घोषित कर दिया गया। आरोपी के खिलाफ कार्रवाई की जाए। उधर, पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

झज्जर। भ्रमण के दौरान मातनहेल के जलघर परिसर स्थित स्वयंसेवक।

स्वयंसेवकों ने जानी जलघर की कार्य प्रणाली

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

- मातनहेल कॉलेज के एनसीसी कैडेटस का शैक्षिणक भ्रमण

राजकीय महाविद्यालय मातनहेल में राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा चलाए जा रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के चौथे दिन स्वयंसेवकों द्वारा नशामुक्ति को लेकर रैली निकालते हुए लोगों को जागरुक किया गया। एनएसएस प्रभारी पिंकी रानी ने बताया कि इसके अलावा स्वयंसेवकों को जलघर मातनहेल का भ्रमण कराते हुए उसकी विशेषताओं व कार्यप्रणाली बारे भी जानकारी दी गई।

सांयकालीन सत्र में अंग्रेजी प्राध्यापक डॉक्टर श्रीओम ने स्वयंसेवको को सिंगल यूज प्लास्टिक का उपयोग न करने और इससे होने वाले पर्यावरण प्रदूषण की जानकारी दी। उन्होंने स्वयंसेवकों को पर्यावरण सरंक्षण के लिए प्रेरित किया। इसके बाद स्वयंसेवकों द्वारा श्रमदान करते हुए महाविद्यालय परिसर की साफ-सफाई की गई। इस मौके पर डॉक्टर राकेश कुमार, सोनू रानी, प्रविंद्र ढिल्लों, सोमवीर सिंह सहित अन्य भी मौजूद रहे।

केएमपी पर पिस्तौल के बल पर की लूटपाट, चार बदमाश गाड़ी, मोबाइल, कैश व माल लूटकर फरार

बहादुरगढ़। केएमपी एक्सप्रेस-वे पर गांव डाबोदा के पास लूटपाट की वारदात हो गई। पहले बदमाशों ने ओवर टेक कर गाड़ी रुकवाई, फिर पिस्तौल के बल पर गाड़ी, नकदी व मोबाइल सहित अन्य सामान लूट लिया। चार बदमाशों ने इस वारदात को अंजाम दिया। पीड़ित की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात मुजफ्फरनगर के निवासी निजाकत के साथ हुई है। निजाकत का कहना है कि वह अपने साथी सलाईद्दीन के साथ मानेसर में माल सप्लाई करने जा रहे थे। जब केएमपी पर डाबोदा के निकट पहुंचे तो यहां सफेद गाड़ी हमारे आगे आकर रुकी। उस गाड़ी में से चार युवक निकले। हमारे पास आकर एक युवक ने पिस्तौल तान दी और कहा कि गाड़ी की चाबी देदे, वरना गोली मार देंगे। फिर हमें बाहर निकालकर हमसे गाड़ी के दस्तावेज, मोबाइल, करीब साढ़े तीन हजार रुपये व 40 हजार का माल छीन लिया। इतना ही नहीं, गाड़ी लेकर भाग गए। इसके बाद पुलिस को सूचना दी गई। सूचना पाकर पुलिस हरकत में आई और जांच शुरू की। सदर थाना पुलिस ने निजाकत की शिकायत पर अज्ञात बदमाशों के खिलाफ संबंधित धाराओं के तहत केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। अभी तक लुटेरों का कुछ सुराग नहीं लग पाया है। पुलिस द्वारा जल्द ही वारदात सुलझाने की बात कही जा रही 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 :-

बहादुरगढ़ : सूरजमल वाली गली, गणपति ट्रैवलर्स के ऊपर, नजदीक टैक्सी स्टैंड, बहादुरगढ़
झज्जर :- पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, झज्जर
फोन : 8295738500, 8814999142, 8295157800, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है

मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।

तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश

आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra

नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें

झज्जर : हरिभूमि कार्यालय, पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, फोन : 8295876400
बहादुरगढ़ : सुरजमल वाली गली, रोहतक रोड, गणपति ट्रैवल्स के ऊपर, 8295852900

अफीम सहित महिला तस्कर गिरफ्तार

बहादुरगढ़। नेपाल से लाकर हरियाणा में अफीम सप्लाई करने वाली एक महिला को पुलिस की अपराध जांच शाखा-2 ने गिरफ्तार किया है। आरोपी महिला के खिलाफ आसौदा थाने में केस दर्ज किया गया है। उससे पूछताछ की जा रही है। सीआईए को सूचना मिली थी कि हांसी इलाके की एक महिला नेपाल से अफीम लाकर हरियाणा में अवैध रूप से सप्लाई करती है। फिलहाल इसी मंशा से वह रोहद टोल प्लाजा के पास आई है। सप्लाई देने के लिए किसी जानकार का इंतजार कर रही है। इस पर टीम तुरंत वहां गई और महिला को काबू किया। ड्यूटी मजिट्रेट की मौजूदगी में महिला पुलिस द्वारा उसकी तलाशी ली गई। इस दौरान उसके बैग से एक किलो 775 ग्राम अफीम बरामद हुई। महिला को हिरासत में ले लिया गया।

संस्कारम यूनिवर्सिटी में एक विशेष कार्यक्रम का आयोजन

सह-शैक्षणिक गतिविधियां शिक्षा को बनाती हैं रुचिकर: डॉ. महिपाल

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देने के लिए संस्कारम यूनिवर्सिटी में एक विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में रेडियो सिटी 91.0 एफएम के रेडियो जॉकी समर्थ ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत करते हुए विद्यार्थियों को कई रोचक और ज्ञानवर्धक जानकारी दी। उन्होंने कहा कि शिक्षा को यदि रुचिकर और व्यावहारिक बनाया जाए तो बच्चे उसे अधिक आसानी से ग्रहण करते हैं। खेलों और इंटरएक्टिव गतिविधियों के माध्यम से बच्चों को नई चीजें सिखाना न केवल उन्हें आनंद देता है, बल्कि उनकी सीखने की क्षमता को भी बढ़ाता है। उन्होंने विद्यार्थियों से संवाद करते हुए कहा कि रेडियो केवल मनोरंजन का साधन नहीं, बल्कि सीखने और ज्ञानवर्धन का भी एक महत्वपूर्ण माध्यम बन सकता है। आज के दौर में बच्चों को पारंपरिक शिक्षा के साथ-साथ व्यवहारिक ज्ञान भी दिया जाना चाहिए। जब शिक्षा को खेलों और मनोरंजन से जोड़ा जाता है, तो बच्चे इसे बोझ नहीं, बल्कि आनंद के रूप में स्वीकार करते हैं।

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों से बातचीत करते हुए रेडियो जॉकी समर्थ। फोटो: हरिभूमि

शिक्षा में नवाचार पर दिया जोर

संस्कारम यूनिवर्सिटी के चांसलर डॉक्टर महिपाल ने कहा कि विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए सह-शैक्षणिक गतिविधियां अत्यंत आवश्यक है। खेलों और मनोरंजन के माध्यम से शिक्षा को रुचिकर बनाया जा सकता है। शिक्षा का उद्देश्य केवल किताबी ज्ञान देना नहीं, बल्कि बच्चों को व्यावहारिक जीवन के लिए तैयार करना भी है। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम शिक्षा और मनोरंजन के समावेश से भरपूर होते हैं जो विद्यार्थियों को नई चीजें सीखने के लिए प्रेरित करते हैं। इस दौरान विद्यार्थियों ने भी अपनी प्रतिक्रिया सांझा की।