तापमान
अधिकतम 42.9 डिग्री
न्यूनतम 27.7 डिग्री

हरिभूमि
हिसार भूमि
रोहतक, गुरुवार, 24 अप्रैल 2025

12 गुजवि के विद्यार्थी अब सीधे जुड़ेंगे देश के 4500 से...

11 विकास कार्यों को गति प्रदान करने के लिए सभी विभागों...

खबर संक्षेप

रोडवेज बस व कार की टक्कर में चालक की मौत

हांसी। बास मुंढाल रोड़ पर बास गांव के बुधवार दोपहर बाद हुई हरियाणा परिवहन की बस व ईको गाड़ी की टक्कर में ईको गाड़ी चालक की मौत हो गई। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच शव को अपने कब्जे में लेकर मृतक के परिजनों के बयान पर हरियाणा परिवहन के बस चालक के खिलाफ लापरवाही से वाहन चलाने तथा गैर इरादतन की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मृतक का गुरुवार को पोस्टमार्टम करवाया जाएगा।

मन्दिर में चोरी करने का दूसरा आरोपी काबू

हांसी। चोरी के अपराधों पर लगाम लगाते हुए एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ पुलिस ने मन्दिर में चोरी करने वाले दूसरे आरोपी रामायण निवासी विशाल को गिरफ्तार किया है। पुलिस के अनुसार पकड़े गए आरोपी ने 7 अक्टूबर की रात को अपने दोस्त के साथ मिलकर ढंढेरी गांव के मोतीलाल मन्दिर में से दान पात्र व मन्दिर का सामान चोरी कर लिया था। एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ हांसी पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया है। पुलिस इस मामले में एक आरोपी को पहले ही गिरफ्तार कर जेल भेज चुकी है।

पेयजल की किल्लत से हिसार की जनता परेशान

हिसार। इनेलो जिला प्रवक्ता रमेश चुघ ने कहा कि शहर में पिछले करीब 1 महीने से पानी की किल्लत के कारण हिसार की जनता को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है, लेकिन शासन व प्रशासन कुंभकर्णी नींद में है। उन्होंने कहा कि शहर में पानी की किल्लत नहीं होने देने को लेकर प्रशासन व जनप्रतिनिधियों ने बड़े बड़े दावे किए थे जो पूरी तरह से खोखले साबित हुए हैं, जिसका खामियाजा हिसार की जनता को भुगतना पड़ रहा है। लोग पानी खरीदने को मजबूर हैं।

योग से होता है व्यक्ति का संपूर्ण विकास

बरवाला। गांव मुगलपुरा में स्थित आरोही मॉडल स्कूल के प्रांगण में राष्ट्रीय आर्य छात्र सभा हिसार के तत्वावधान में योग से व्यक्तित्व विकास पर एक दिवसीय सेमिनार का आयोजन स्कूल के प्रधानाचार्य सुरेंद्र पाल द्वारा किया गया । इस सेमिनार का संचालन शारीरिक शिक्षक लवीश कुमार ने किया। योग शिक्षक अनिल आर्य खेदड़ ने गायत्री मंत्र के साथ इस सेमीनार का शुभारम्भ किया। आर्य खेदड़ ने कहा कि योग से शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक विकास होता है। इस अवसर पर अध्यापक राजेश भ्याण, पवन ढिल्लो, राजेश गर्ग आदि रहे।

बेसमेंट में खड़े चार वाहन जले, दमकल गाड़ियों ने पहुंचकर पाया आग पर काबू

चार दिन बाद सिल्वर अपार्टमेंट में फिर लगी आग, मची अफरा-तफरी

आग लगने पर प्रशासन ने अपार्टमेंट करवाया खाली | सप्ताह में दूसरी बार हुई आगजनी की घटना को लोग बता रहे साजिश | डीसी ने एसडीएम की अध्यक्षता में कमेटी गठित कर जांच के दिए आदेश

हरिभूमि न्यूज | हिसार

शहर के अर्बन एस्टेट स्थित सिल्वर अपार्टमेंट में चार दिन बाद फिर से आग लग गई। सुबह जिस समय आग लगी, उस समय लोग घर पर ही थे। बेसमेंट में आग की सूचना पाते ही अपार्टमेंट में रहने वाले परिवारों में अफरा-तफरी मच गई और वे सभी अपनी जान बचाने के लिए सीढ़ियों से नीचे की ओर दौड़ने लगे। इसी बीच पुलिस व दमकल विभाग को भी सूचना दे दी गई।

■ आग लगते ही अपार्टमेंट के आस पास मची खलबली, भागे लोग

सूचना मिलने के बाद मौके पर पहुंची फायर ब्रिगेड की 5 गाड़ियों ने आग पर काबू पाया। इस दौरान तीन गाड़ियों व एक मोटरसाइकिल जल गई। सूचना मिलने पर एसडीएम ज्योति मित्तल, तहसीलदार अनिल कुमार, मेयर प्रवीण पोपली, पार्षद संजय डालमिया मौके पर पहुंचे और अपार्टमेंट में रहने वाले परिवारों से मुलाकात की । इस दौरान कुछ लोगों ने आरोप लगाया कि एक सप्ताह में दो बार आग लगने की इतनी बड़ी वारदात को होने किसी बड़ी साजिश की तरफ संकेत कर रहा है। उधर, मामले को गंभीरता से लेते हुए डीसी ने एसडीएम ज्योति मित्तल की अध्यक्षता में एक पांच सदस्यीय कमेटी गठित की है, जोकि अपार्टमेंट काम्पलैक्स में अग्नि सुरक्षा प्रबंधों की उपलब्धता के साथ-साथ इस चीज का भी मूल्यांकन करेंगे कि बिल्डिंग का डिजाइन और ढांचा सक्षम प्राधिकारी द्वारा मंजूर किए गए नियमों के अनुरूप है या नहीं। कमेटी सदस्य निर्माण के नियमों, सुरक्षा प्रबंधों के संबंध में कारणों तथा उल्लघनाओं का भी पता लगाएंगे। बता दें कि गत शनिवार की अलसुबह अपार्टमेंट के बाहर खड़े वाहनों में अचानक आग लग गई थी और 14 से अधिक वाहनों जल गए थे। अभी तक उस मामले में भी कोई खुलासा नहीं हो पाया है कि आखिर आग कैसे लगी। महज चार दिन के बाद ही अपार्टमेंट के बेसमेंट में पार्किंग में खड़े वाहनों में आग लगने को लेकर कई सवाल उठाने लगे हैं।

प्राप्त जानकारी के अनुसार अर्बन एस्टेट स्थित सिल्वर अपार्टमेंट में बुधवार सुबह आग लग गई है। सुबह बिल्डिंग के बेसमेंट से किसी ने अचानक धुआं उठता देखा तो बिल्डिंग में रहने वालों को इसकी सूचना दी। आग देखकर अपार्टमेंट में रह रहे लोग चिल्लाने लगे फायर बिग्रेड को फोन कर बुलाया गया। कुछ ही समय में दमकल की 5 से ज्यादा गाड़ियां मौके पर पहुंच गई और आग बुझाने में लग गई। दमकल विभाग ने बिल्डिंग में रखे सिलेंडरों को बाहर निकालकर पार्क में फेंका ताकि कोई बड़ा हादसा न हो। दमकल विभाग ने पूरे अपार्टमेंट को खाली करवाया।

हिसार। सिल्वर अपार्टमेंट में आग बुझाने पहुंची दमकल विभाग की गाड़ियों और मौके पर मौजूद भीड़ व अपार्टमेंट के बेसमेंट में आग लगने के जली गाड़ी व प्रभावित लोगों से बातचीत करती एसडीएम ज्योति मित्तल। फोटो : हरिभूमि

हिसार। सामान लेकर अपार्टमेंट से बाहर आते लोग व अपार्टमेंट से बाहर निकाले गए सिलेंडर।

चार दिन पहले जले थे 14 वाहन

इससे चार दिन पहले भी इस बिल्डिंग के बेसमेंट में खड़े वाहनों में लगी थी, जिससे 14 वाहन आग की चपेट में आ गए थे। इस दौरान लोगों ने दो कारों के शीशे तोड़े और उन्हें पीछे धकेल दिया। इससे ये कारें जलने से बच गईं, लेकिन तीन कारों और 11 बाइक व स्कूटी को नहीं बचा पाए। फायर ब्रिगेड की टीम ने मौके पर पहुंचकर आग पर काबू पाया था।

एक भी सीसीटीवी कैमरा नहीं

खास बात यह है कि इस घटना के बाद भी अपार्टमेंट में रह रहे लोगों की सुरक्षा का कोई ध्यान नहीं रखा गया। यहां तक की सोसायटी में एक भी सीसीटीवी कैमरा नहीं लगा है। अपार्टमेंट में लगी लिफ्ट भी बंद पड़ी है। अपार्टमेंट में रहने वाले परिवारों से मैंटेनेस चार्ज तो वसूला जा रहा है, लेकिन किया कुछ नहीं जा रहा। लोगों का कहना है कि इस आग के पीछे शरारती तत्वों का हाथ हो सकता है। पुलिस भी मौके पर पहुंची हुई है और जांच कर रही है।

घटना के बाद सहमे लोग

बुधवार सुबह करीब आठ बजे लगी आग से अपार्टमेंट में रहने वाले परिवार डर के मारे सहम गए है। अपार्टमेंट में रहने वाली अधिकतर महिलाओं को रो-रोकर बुरा हाल था। मौके पर पहुंची एसडीएम ज्योति को भी महिलाएं ने अपनी पीड़ा बताई और कहा कि अब तक अपाटमेंट में अंदर जाते ही भी कंपकंपी छूट रही है। पता नहीं कौन साजिश रचने में लगा है।

पूजा करते समय आई आग लगने से जलने की तेज स्मेल

अपार्टमेंट के प्रथम फ्लोर पर रहने वाले राकेश सिंगला के अनुसार सुबह के आठ बजे थे और मैं पूजा कर रहा था। इस दौरान आग लगने के बाद जलने वाले कैमिकल की तेज स्मेल आई और फिर उसने बेसमेंट से धुंसा निकालता दिखाई दिया। इस पर वह आग-आग चिल्लाने लगा। इस बीच अपार्टमेंट में रहने वाले सभी परिवार भी अपने घरों से बाहर निकल आए और सीढ़ियों से नीचे सड़क की ओर दौड़ने लगे। अपार्टमेंट में कई बुजुर्ग सदस्य भी थे, जिन्हें बड़ी मुश्किल से नीचे उतारा गया।

अलग-अलग जगहों पर खड़ी गाड़ियां जली

आग से बेसमेंट में खड़ी तीन गाड़ियां जल गई। जो तीन गाड़ियां आग की चपेट में आई है वे दूर-दूर खड़ी थी और उनके बीच में अन्य गाड़ियां भी खड़ी थी। ऐसे में यह भी कयास लगाए जा रहे हैं कि आग की घटना को अंजाम देने में किसी शरारती तत्व का भी हाथ हो सकता है।

मामले की जांच करवाई जाएगी

सिल्वर अपार्टमेंट में चार दिन में दूसरी बार लगी आग के मामले की जांच करवाई जाएगी। जिस तरह दूर-दूर खड़ी तीन गाड़ियों में आग लगी है, उससे इस घटना में किसी शरारती तत्व के हाथ होने से भी इंकार नहीं किया जा सकता। जांच में दोषी मिलने वाले को बख्शा नहीं जाएगा। - प्रवीण पोपली, मेयर।

सात दिन में देनी होगी जांच रिपोर्ट

अर्बन एस्टेट के समीप सिल्वर अपार्टमेंट में आगजनी की घटनाओं पर संज्ञान लेते हुए जिला प्रशासन ने एक पांच सदस्यीय जांच टीम का गठन किया है। जन सुरक्षा सुनिश्चित करने तथा घटना के कारणों का पता करने के लिए उपमंडलाधीश ज्योति मित्तल की अध्यक्षता में कमेटी गठित करते हुए व्यापक जांच के निर्देश दिए हैं। जांच के दौरान कमेटी के सदस्य अपार्टमेंट काम्पलैक्स में अग्नि सुरक्षा प्रबंधों की उपलब्धता के साथ-साथ इस चीज का भी मूल्यांकन करेंगे की बिल्डिंग का डिजाइन और ढांचा सक्षम प्राधिकारी द्वारा मंजूर किए गए नियमों के अनुरूप है या नहीं। कमेटी सदस्य निर्माण के नियमों, सुरक्षा प्रबंधों के संबंध में कारणों तथा उल्लघनाओं का भी पता लगाएंगे। जांच कमेटी की अध्यक्ष एसडीएम हिसार के अलावा डीएसपी मुख्यालय, नगर निगम तथा लोक निर्माण विभाग (भवन एवं सडक़े) हिसार के कार्यकारी अभियंता व फायर स्टेशन ऑफिसर को भी कमेटी में सदस्य के रूप में लिया गया है। कमेटी को हिदायत दी है कि वे विभिन्न पहलुओं पर विस्तृत जांच करने के उपरांत 7 दिन के भीतर अपनी रिपोर्ट प्रस्तुत करेंगे। अनीश यादव, डीसी

टेलीग्राम टास्क के नाम पर 5 लाख 35 हजार की ठगी

हिसार। साइबर थाना पुलिस ने टेलीग्राम टास्क के जरिए 5 लाख 35 हजार 700 रुपए की ठगी मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। इनमें प्रताप नगर जयपुर निवासी हरिप्रकाश और दौसा निवासी आलोक को नारायण विहार जयपुर से गिरफ्तार किया गया है।

जांच अधिकारी उप निरीक्षक हरिओम ने बताया कि इस संबंध में साइबर थाना में हिसार निवासी एक महिला ने टेलीग्राम घर बैठे पैसे कमाने का झांसा दे 5 लाख 35 हजार 700 रुपये की ठगी होने के बारे में शिकायत दी थी। शिकायत में उसने बताया वह प्राइवेट नौकरी करती है। पिछले वर्ष 16 दिसंबर को उसके व्हाट्सएप पर घर बैठे पैसे कमाने को लेकर एक लिंक आया जिस पर क्लिक करते ही वह टेलीग्राम पेज पर पहुंच गई। साथ ही उसे कहा कि ज्यादा पैसे कमाने चाहते हो तो एक लिंक पर क्लिक करने को कहा। लिंक पर क्लिक करते ही शिकायतकर्ता के बैंक अकाउंट से तीन हजार रूपये कट गए। इसी प्रकार शिकायतकर्ता के बैंक अकाउंट से 12 ट्रांजेक्शन में टास्क पूरा करने के नाम पर कुल 5 लाख 35 हजार 700 रुपये हड़प लिए गए। जांच अधिकारी ने बताया कि पुलिस ने दी गई शिकायत पर साइबर थाना में केस दर्ज करके कार्रवाई करते हुए जयपुर से उपरोक्त दोनों आरोपियों हरिप्रकाश और आलोक को गिरफ्तार किया है।

डाबर कंपनी से कांट्रेक्ट के नाम पर हड़पे 4.26 लाख

■ पुलिस शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर जांच में जुटी

हरिभूमि न्यूज | हांसी

बड़ी कंपनी के साथ कांट्रैक्ट तथा बड़ी मात्रा में शहद खरीदने के नाम पर सुल्तानपुर में मधुमक्खी पालक से शातिर ने 4.26 लाख रुपये ठग लिए। शातिर ने उसे बताया कि वह डाबर कंपनी के लिए शहद खरीदता है। कंपनी के साथ एग्रीमेंट करने व दस्तावेज तैयार करवाने के नाम पर शातिर ठग ने मधुमक्खी पालक सुल्तानपुर निवासी विरेंद्र से रुपये अपने खाते में डलवाए। इस पर वीरेंद्र ने शाकिब के दिए हुए मोबाइल नंबर पर संपर्क किया। तो उसने बताया कि वह डाबर कंपनी के लिए शहद खरीदता है। उसने मुझसे कंपनी के 2 लाख किलोग्राम शहद खरीदने के लिए कहा। 27 फरवरी को शाकिब ने कुछ जरूरी कागजात बनवाने की बात कहकर मुझसे पांच हजार रुपये अपने खाते में डलवा लिए। उसके बाद उसने पांच मार्च को डाबर कंपनी के साथ एग्रीमेंट करवाया बता कर इसकी एवज में उससे साढ़े तीन लाख रुपये अपने खाते में डलवा लिए। बाद में उसने 71 हजार रुपये और खाते में जमा करवाए। वीरेंद्र ने बताया कि उसने शाकिब की बातों और झांसे में आकर कुल 4.26 लाख रुपये उसके बताए बैंक खाते में जमा करवा दिए।

पुलिस ने जांच की शुरू

साइबर थाना पुलिस ने विरेंद्र की शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को गई शिकायत में सुल्तानपुर निवासी विरेंद्र ने बताया कि वह मधुमक्खी पालन का काम करता है और उसने शहद बेचने के लिए एक साइट पर ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन करवा रखा है। वह 25 फरवरी को शहद बेचने के लिए साइट पर खरीदार देख रहा था। तभी उसने देखा कि एक व्यक्ति शाकिब ने उससे शहद खरीदने के लिए मांग कर रखी है।

एचएयू में नौकरी दिलाने के नाम पर 20 लाख ठगे

■ अदालत ने आरोपी को एक दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा

हिसार। सदर थाना पुलिस ने एचएयू में नौकरी दिलाने के नाम पर की गई 20 लाख की ठगी मामले में मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी की पहचान बुगाना निवासी अजय के रूप में हुई है, जिससे पुलिस पूछताछ कर रही है। पुलिस ने मुख्य आरोपी अजय को अदालत में पेश करके एक दिन के पुलिस रिमांड पर लिया है।

जांच अधिकारी एएसआई विक्रम ने बताया कि इस संबंध में 11 जुलाई 2024 को उक्त आरोपी अजय सहित चार नामजद आरोपियों पर एचएयू में नौकरी के नाम पर 20 लाख ठगने की शिकायत पर केस दर्ज किया गया था। शिकायतकर्ता के अनुसार वह जून 2021 में बुगाना निवासी अजय और नसीब से एक फ्लेक्स की दुकान पर मिला जहां आरोपी नसीब और अजय ने कहा कि उनकी बहुत जान पहचान है वे उन्हें सरकारी नौकरी पर लगवा देंगे। जुलाई माह में आरोपियों ने उसे एक अन्य व्यक्ति से मिलवाया और कहा कि यह एचएयू के वीसी का रिश्तेदार है और 15-15 लाख रुपए में दोनों को एचएयू में नौकरी लगवा देगा और एडवांस के रूप में 20 लाख रुपये ले लिए। साथ ही व्हाट्सएप पर दोनों के कागजात भी ले लिए।

पहलगाम में पर्यटकों पर हुआ आतंकी हमला बेहद निंदनीय और कायराना

हिसार। भिवानी रोहिल्ला स्थित महारानी लक्ष्मीबाई कॉलेज में जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में कायराना आंतकी हमले में मृत हुए लोगों को संवेदनापूर्ण श्रद्धांजलि देते हुए दो मिनट का मौन रखकर उनकी आत्मा की शान्ति के लिए प्रार्थना की गई। जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में मंगलवार दोपहर हुए आतंकवादी हमले में 27 पर्यटकों की मौत हो गई जबकि इस हमले में 20 से ज्यादा लोग घायल हुए हैं। महाविद्यालय चेयरमैन भारत भूषण प्रधान ने कहा कि जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में पर्यटकों पर हुए आतंकी हमला बेहद निंदनीय और कायराना हरकत है। महाविद्यालय डायरेक्टर डॉ नीलम प्रभा ने कहा कि आंतकवाद के खिलाफ देश एकजुट है और महाविद्यालय परिवार पीड़ित परिवारों के प्रति गहरी संवेदनाएं और घायलों के शीघ्र स्वास्थ्य होने की प्रार्थना करता है। महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. शमीम शर्मा ने पहलगाम के आंतकी हमले में अपनों को खोने का दर्द हर भारतीय को है। इस दुख को शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता है।

पहलगाम में पर्यटकों की हत्या की निंदा

हिसार। भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. आशा खेदड़ ने जम्मू के पहलगाम में आतंकी हमला करके पर्यटकों की हत्या किए जाने की निंदा करते हुए इसे अमानवीय कृत्य बताया है। उन्होंने कहा कि आतंकियों ने निरपराध पर्यटकों की हत्या करके जो कायरना काम किया है, उसकी सजा उन्हें जरूर मिलेगी।

डॉ. आशा खेदड़ ने कहा कि आंतकियों ने जो कृत्य किया है, उससे कायरना कोई काम नहीं हो सकता। उन्होंने पर्यटकों की मौत पर दुख व्यक्त करते हुए पीड़ित परिजनों के प्रति संवेदना व्यक्त की और कहा कि केन्द्र सरकार इस घटना पर नजर रखे हुए हैं और केन्द्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने घटना के तुरंत बाद स्थिति की रिपोर्ट लेकर आतंकवादियों पर कड़ी कार्रवाई करने के निर्देश दिए हैं। जिला मीडिया प्रभारी राजेन्द्र सपड़ा एवं अन्य पदाधिकारियों ने भी इस घटना की निंदा कर रोष जताया।

जताय रोष | आतंकी घटना में लिप्त जिम्मेदार लोगों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग

हमले में मारे गए मृतकों की आत्मिक शांति के लिए दो मिनट का मौन रखकर श्रद्धांजलि दी

आतंकी हमले के मृतकों को श्रद्धांजलि और देश की सुरक्षा के लिए कैंडल मार्च आज

हरिभूमि न्यूज | हिसार

जम्मू के पहलगाम में मंगलवार को हुए आतंकी हमले के मृतकों को श्रद्धांजलि देने और देश की सुरक्षा के सवाल को लेकर सद्भावना मंच हिसार द्वारा गुरुवार को शाम पांच बजे एचएयू गेट चार से फव्वारा तक कैंडल मार्च निकालकर शोक सभा आयोजित की जाएगी। उक्त कार्यक्रम की रूपरेखा को लेकर सद्भावना मंच की मीटिंग स्थानीय जवाहर नगर स्थित सूबे सिंह स्मारक में होशियार सिंह खान की अध्यक्षता और संचालन डॉ. हितेश ने किया। उक्त घटना में मारे गए मृतकों की आत्मिक शांति के लिए दो मिनट का मौन रखकर श्रद्धांजलि दी। उक्त आतंकी घटना में लिप्त जिम्मेवार लोगों के खिलाफ सख्त कार्रवाई अमल में लाने की अपील की।

मीटिंग में शहर के विभिन्न जन संगठनों सर्व कर्मचारी संघ से नरेश गौतम, ओमप्रकाश माल, किसान सभा के जिला सचिव दिनेश सिवाच, मुस्लिम कल्याण समिति से होशियार खान, डॉ. प्रेम बब्बर, जनवादी महिला समिति से बबली लांबा, रिटायर्ड कर्मचारी संघ के मनोहर लाल जाखड़, अनिल शर्मा, सीटू के मनोज सोनी, ज्ञान विज्ञान समिति से डॉ. धर्म सिंह, डॉ. हितेश, मास्टर प्रमोद, कैप्टन रफीक, डेविड विक्टर, स्वास्थ्य विभाग से नूर मोहमद, प्रवीण सरोहा, मास्टर वीरेंद्र, विनोद प्रभाकर आदि मौजूद रहे।

हिसार। सद्भावना मंच की बैठक में शोक जताते विभिन्न संगठनों के प्रतिनिधि।

गुप्ता ने की पहलगाम में हुए आतंकी हमले की निंदा

हिसार। आर्ट ऑफ लिविंग के स्टेट मीडिया कोऑर्डिनेटर नीरज गुप्ता ने कहा कि जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में आतंकवादियों द्वारा पर्यटकों पर कायराना हमला बेहद ही कष्टदायी व निंदनीय है। आर्ट ऑफ लिविंग इस आतंकी हमले की कड़ी निंदा करता हैं और जिन लोगों ने अपने प्रियजनों को खो दिया है, उनके प्रति संवेदनाएं प्रकट करते हुए प्रार्थना करते है कि हमले में घायल हुए लोग जल्द से जल्द ठीक हो जाएं।

पूरा देश आतंकवाद के खिलाफ एकजुट : दलबीर किरमारा

हिसार। आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं पूर्व जिला अध्यक्ष दलबीर किरमारा ने पहलगाम में आतंकी हमला करके पर्यटकों की हत्या किए जाने की कड़ी निंदा की है। उन्होंने कहा कि यह समय राजनीति का नहीं है और पूरा देश आतंकवाद के खिलाफ एकजुट है। ऐसे में केन्द्र सरकार को आतंकवाद के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करनी चाहिए। दलबीर किरमारा ने कहा कि पहलगाम में आतंकी हमला निंदनीय है। इससे भी गंभीर व निंदनीय बात यह है कि पर्यटकों को जाति व धर्म पूछकर निशाना बनाया गया।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

लॉन्ग सिटिंग जॉब से जब हो कमर में दर्द

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरी सिटिंग जॉब है। पिछले कुछ दिनों से मेरी कमर में दर्द हो रहा है। यह दर्द खड़े होने और चलने-फिरने पर अधिक बढ़ जाता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-केतन, रोहतक

जैसा आप बता रहे हैं कि आपकी लंबी सीटिंग वाली जॉब है। इस तरह की जॉब वाले कई लोगों को ऐसी समस्या से रूबरू होना पड़ता है। इसका स्थाई समाधान पाने का तरीका है कि सबसे पहले आप एक साथ लंबी सिटिंग ना करें। सिटिंग के दौरान कुछ-कुछ समय के गैप पर सीट से उठकर चलते-फिरते रहें। साथ ही आप किसी फिजियोथैरेपिस्ट से संपर्क कर लें। वह आपको कुछ कमर की एक्सरसाइज बताएंगे, उसे नियमित रूप में आप सुबह-शाम करिए। एक्सरसाइज से ही स्थायी समाधान मिल पाएगा। वजन उठाने वाला और आगे झुकने वाला काम बिल्कुल ना करें। ज्यादा समस्या हो रही हो तो जरूर आप एक बार हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर सकते हैं।

मेरी उम्र 24 वर्ष है। गर्मी आते ही मेरे चेहरे पर कील-मुंहासे, दाने निकलने लगते हैं। कृपया कुछ ऐसा उपाय बताएं, जिससे इस बार मेरी स्किन कील-मुंहासों से बची रहे।

-सूरज, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको धूप और गर्मी से एलर्जी है। जिस वजह से आपको ऐसी समस्या होती है। कोशिश करें कि आप धूप और गर्मी में कम से कम बाहर निकलें। एक बार आप त्वचा रोग विशेषज्ञ से भी संपर्क कर लें। वह आपको कोई क्रीम और साबुन बता देंगे, जिनका उपयोग आप नियमित रूप में करें। बगैर डॉक्टर से सलाह लिए बाजार से कोई भी क्रीम या साबुन का इस्तेमाल ना करें।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। तीन साल पहले मैंने पाइल्स का ऑपरेशन करवाया था। पहले तो ठीक था, लेकिन पिछले कुछ दिनों से मुझे फिर दर्द हो रहा है। क्या मुझे फिर से इसका ऑपरेशन करवाना पड़ सकता है?

-एक पाठक, ईमेल से

एक बार आपको सर्जन से संपर्क करना चाहिए क्योंकि बगैर जांच किए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। कई बार ऑपरेट किए गए मस्से में फिर से परेशानी हो जाती है। जिस डॉक्टर ने ऑपरेशन किया था उसी से संपर्क करें तो बेहतर होगा।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। मेरा पेट हमेशा भरा-भरा सा महसूस होता है। तय समय के हिसाब से खाना खा तो लेता हूं, लेकिन ठीक से भूख नहीं लगती। ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-राज किशोर, बेमेतरा

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है। सबसे पहले आप अपना खान-पान सुधारें। खाने में अधिक तला-भुना और मिर्च-मसाले वाला खाना ना खाएं। दोपहर के खाने में सलाद, दही और पपीता जरूर शामिल करें। रात का खाना हल्का लें। पानी भी पर्याप्त मात्रा में पिएं। इससे आपको राहत मिलेगी। इससे भी राहत ना मिले तो एक बार गेस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट डॉक्टर से कंसल्ट कर लें।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मेरे पेट में दाईं तरफ अकसर बहुत तेज दर्द होने लगता है। पेनकिलर लेने पर तत्काल राहत तो मिल जाती है, लेकिन फिर यह दर्द कभी भी शुरू हो जाता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है?

-अक्षय, बिलासपुर

बगैर जांच किए इस संबंध में कुछ भी कहना ठीक नहीं है। आप डॉक्टर से संपर्क करें और पेट का अल्ट्रासाउंड करा लें, जिससे इस दर्द का कारण पता चलेगा। क्योंकि कई बार स्टोन की वजह से भी इस तरह की समस्या आती है। इसलिए बेहतर होगा कि आप डॉक्टर से संपर्क कर लें। कारण जानने के बाद ही इलाज करना संभव होगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

डॉक्टर एडवाइस

डॉ. नरेश कुमार
सीनियर फिजीशियन
एलएनजेपी अस्पताल, दिल्ली

स्पेशलः वर्ल्ड मलेरिया डे, 25 अप्रैल

हालांकि पहले के मुकाबले देश-दुनिया में मलेरिया का प्रकोप कम हुआ है लेकिन अभी भी हर साल लाखों लोग इससे ग्रसित होते हैं। इसके प्रति जागरूकता फैलाने के लिए ही हर वर्ष मलेरिया दिवस मनाते हैं। इस अवसर पर हम आपको यहां विस्तार से बता रहे हैं कि यह रोग कैसे होता है, इसके लक्षण क्या हैं, इसका उपचार कैसे होता है और इससे बचने के क्या तरीके हैं?

मच्छरजनित खतरनाक रोग मलेरिया बरतें पूरी सावधानी-रहें सुरक्षित

गर्मी के मौसम में मच्छरों का प्रकोप बढ़ जाता है। उनमें से कुछ मच्छरों के काटने से खतरनाक बीमारियां हो सकती हैं। जिनके उपचार में कोताही बरतने पर ये बीमारियां जानलेवा भी साबित होती हैं। मादा एनोफिलीज मच्छर के काटने से होने वाली एक संक्रामक बीमारी है-मलेरिया। सही समय पर उपचार ना कराने से यह रोग भी जानलेवा साबित हो सकता है।

ऐसे होता है मलेरिया संक्रमण

मलेरिया रोग, मादा एनोफिलीज मच्छर के सलाइवा में मौजूद प्लाज्मोडियम परजीवी के संक्रमण से होता है। प्लाज्मोडियम की कई किस्में होती हैं- प्लाज्मोडियम वाइवेक्स, प्लाज्मोडियम फैल्सीफेरम, प्लाज्मोडियम ओवेल, प्लाज्मोडियम मलेरी। इनमें प्लाज्मोडियम फैल्सीफेरम से होने वाला मलेरिया बहुत खतरनाक और जानलेवा हो सकता है। मलेरिया के इन परजीवियों के संक्रमण का एक निश्चित चक्र होता है। मलेरिया पीड़ित व्यक्ति से एनोफिलीज मच्छर में और संक्रमित मच्छर से स्वस्थ व्यक्ति में। मादा एनोफिलीज मच्छर जब किसी मलेरिया के रोगी को काटती है तो उस व्यक्ति के खून में मौजूद मलेरिया के प्लाज्मोडियम परजीवियों को भी चूस लेती है और खुद भी संक्रमित हो जाती है। मच्छर के शरीर में पहुंचे मलेरिया के परजीवी 8-10 दिन में मलेरिया फैलाने में सक्षम हो जाते हैं। जब ये संक्रमित मच्छर किसी स्वस्थ व्यक्ति को काटते हैं, तो अपनी लार के साथ मलेरिया परजीवी उस व्यक्ति को संक्रमित कर देते हैं। ये परजीवी स्वस्थ व्यक्ति के लीवर में पहुंच कर तेजी से फैलने लगते हैं और ब्लड में पहुंच कर रेड ब्लड सेल्स को प्रभावित कर नष्ट करने लगते हैं। जिससे ब्लड प्लेटलेट्स कम होने लगते हैं और संक्रमित व्यक्ति मलेरिया की चपेट में आ जाता है। मच्छरों के काटने के अलावा मलेरिया के ये परजीवी गर्भवती महिलाओं के ब्लड से नवजात शिशुओं को भी संक्रमित कर सकते हैं। ब्लड ट्रांसप्लांट या डिस्पोजेबल इंजेक्शन का इस्तेमाल ना करने की स्थिति में भी एक स्वस्थ व्यक्ति को अपना शिकार बना सकते हैं।

प्रमुख लक्षणः मलेरिया के लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि पीड़ित व्यक्ति को इंफेक्शन किस मच्छर से और किस लेवल का हुआ है? अपने देश में ज्यादातर मलेरिया, प्लाज्मोडियम वाइवेक्स से फैलता है। एनोफिलीज मच्छर के काटने के 10 से 14 दिन बाद मलेरिया के लक्षण दिखने शुरू हो जाते हैं। ये लक्षण फ्लू से मिलते-जुलते हो सकते हैं। इनमें शामिल हैं-

- बहुत तेज बुखार आना, विशेषकर ठंड लगकर कंपकंपी के साथ 3-4 घंटे के लिए 102-103 डिग्री फारेनहाइट तक बुखार आना। बुखार उतरते समय मरीज को बहुत अधिक पसीना आना। यह साइकिल 24 घंटे में दो-तीन बार रिपीट होता है और कुछ को 48 घंटे में। इस तरह बुखार का उतार-चढ़ाव व्यक्ति के इम्यून सिस्टम को प्रभावित करता है।
- शरीर में खून की कमी होना।
- बहुत ज्यादा कमजोरी और थकान महसूस होना।
- शरीर की मांसपेशियों में दर्द होना।
- पेट में दर्द होना और उल्टी आना।
- हाथ-पैर में ऐंठन होना।
- स्थिति गंभीर होने पर तेज सिर दर्द होना।
- उल्टी, दस्त, डायरिया होना।
- सांस लेने में दिक्कत होना।
- बेहोशी आना।
- लो ब्लड शुगर और यूरिन में खून आना।
- दिमागी सूजन से झटके आना, दौरे पड़ना, बेहोश होना।

ना बरतें लापरवाहीः अकसर मलेरिया के बुखार को साधारण फ्लू समझकर अनदेखा कर दिया जाता है। इससे मलेरिया का पता तब चलता है, जब इंफेक्शन बहुत ज्यादा बढ़ चुका होता है। ऐसे में शुरुआती लक्षणों को नजरअंदाज करने पर मलेरिया जानलेवा हो सकता है।

जांच का तरीकाः मलेरिया की जांच के लिए मूलतया माइक्रोस्कोपिक ब्लड टेस्ट किया जाता है। मरीज की मलेरिया स्क्रीनिंग के लिए रैपिड डायग्नोस्टिक टेस्ट किया जाता है, जिससे मलेरिया कंफर्म हो जाता है। ब्लड पैरीफेरल स्मीयर टेस्ट किया जाता है यानी माइक्रोस्कोप के माध्यम से ब्लड में मलेरिया पैरासाइट की किस्म की जांच की जाती है, जिसके मुताबिक इलाज किया जाता है। मलेरिया की जांच के लिए कार्ड टेस्ट (गर्भवती महिलाओं), पॉलीमेरास चेन रिएक्शन टेस्ट (डीएनए की जांच), कंप्लीट ब्लड काउंट टेस्ट (ब्लड प्लेटलेट्स की जांच), इम्यून-लॉजिकल ऑप्टिमल टेस्ट (परजीवी द्वारा बनाए गए एंटीजेन) भी कराए जाते हैं। अगर रोगी के ब्लड प्लेटलेट्स डेढ़ लाख से कम हैं और मलेरिया के लक्षण हैं, तो ट्रीटमेंट तुरंत शुरू कर दिया जाता है।

कैसे किया जाता है ट्रीटमेंटः अगर समय रहते उपचार शुरू कर दिया जाए, तो मलेरिया पर काबू पाना मुश्किल नहीं है। स्थिति के आधार पर मरीज को मेडिसिन दी जाती हैं। शुरुआती अवस्था में 3-5 दिन के लिए एंटी मलेरियल मेडिसिन दी जाती हैं, जैसे- क्लोरोक्विन, प्राइमाक्विन, डोक्सीसीलाइन एमेफ्लोक्विन। स्थिति गंभीर होने पर मरीज को आईसीयू में एडमिट करना पड़ सकता है और एसिंप्टोमैटिक उपचार किया जाता है। मलेरिया के लिए आरटीसुनेट और क्विनिन मेडिसिन दी जाती हैं। सेरेब्रल मलेरिया के कारण दिमाग में सूजन और झटकों को कम करने की दवाइयां भी दी जाती हैं। गर्भवती महिला को मलेरिया की पुष्टि होने पर स्त्री रोग विशेषज्ञ की सलाह पर तुरंत उपचार शुरू कर दिया जाता है। इम्यूनिटी मजबूत करने के लिए उन्हें आयरन और विटामिंस की अतिरिक्त खुराक देनी पड़ती है।

कैसे करें बचावः चूंकि मलेरिया से बचने के लिए फिलहाल कोई वैक्सीन उपलब्ध नहीं है। जरूरी है, मलेरिया के कारक मच्छरों से बचा जाए और मच्छरों से बचाव के लिए खुद पर ध्यान देने के साथ आस-पास के वातावरण पर भी ध्यान देना जरूरी है-

- मलेरिया फैलाने वाले मच्छर गंदे पानी में पनपते हैं। इसलिए गमलों, कूलर में या घर के आस-पास पानी इकट्ठा न होने दें और साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें। गड्ढे वगैरह हों तो मिट्टी, पत्थर से भर दें। जमा हुए पानी में मच्छरों को पनपने से रोकने के लिए ऑयल स्प्रिंकल करें। नालियों, गटर में नियमित तौर पर डीडीटी, बीएचसी पाउडर जैसे कीटनाशक दवाइयों या फिर केरोसिन का छिड़काव करें।
- दरवाजे, खिड़कियों, रोशनदानों या एग्जॉस्ट फैन चिमनियों पर जाली वाले दरवाजें लगवाएं ताकि मच्छर घर में ना आ सकें।
- मॉस्किटो-रेप्लेंट, कॉयल या वेपराइजर्स का इस्तेमाल करें।
- फुल स्लीव्स और फुल लेंथ के कपड़े पहनें। बच्चों का खास ध्यान रखें। शाम को बाहर या पार्क में खेलते समय ऐसे ही कपड़े पहनाएं।
- मुंह, हाथों या शरीर के दूसरे खुले अंगों पर एंटी मॉस्किटो क्रीम या सरसों, नीम, नीबू, लैवेंडर जैसे तेल लगाएं।
- सोते समय केमिकलयुक्त मॉस्किटो-कॉयल या रेप्लेंट इस्तेमाल करने के बजाय यथासंभव मच्छरदानी का इस्तेमाल करें। छोटे-बड़े सभी को मच्छरदानी लगाकर सोने की आदत डालें।
- घर के अंदर तुलसी, पुदीना, अजवायन, मेहंदी, लेमनग्रास, गेंदा, चमेली जैसे औषधीय पौधे लगाएं। इनकी महक से मच्छर दूर भागते हैं।
- ऐसी जगह पर जाने से बचें, जहां पर मच्छर ज्यादा हों। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

कारगर घरेलू उपचार

मलेरिया होने पर शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए कई किस्म की जड़ी-बूटियों का सेवन कारगर होता है।

नीम की पत्तियों का काढ़ाः 4-5 नीम की पत्तियों को पानी में उबालकर पीएं। यह संक्रमण से लड़ने में मदद करता है।

गिलोय का रसः यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है, दिन में एक बार 10-15 एमएल गिलोय का रस पी सकते हैं।

तुलसी-अदरक की चायः तुलसी, अदरक और काली मिर्च डालकर बनी चाय मलेरिया में बहुत लाभकारी होती है।

पपीते के पत्तों का रसः पपीते के पत्तों का रस, प्लेटलेट्स बढ़ाने और शरीर को डिटॉक्स करने में मदद करता है। **-डॉ. माजिद अलीम**

आहार

शिवचरण चौहान

वैसे तो दही और छाछ का सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता ही है। लेकिन गर्मी के मौसम में दही का सेवन पाचन के लिए विशेष रूप से फायदेमंद होता है। पाचक, शीतल दही के स्वास्थ्यकर गुणों के बारे में जानिए।

इस मौसम में खाएं दही आपका पेट रहेगा सही

आमतौर पर गाय या भैंस के दूध से दही जमाया जाता है। दही को मथकर मही यानी मट्ठा या छाछ बनता है। गर्मी के मौसम में दही और मट्ठा दोनों का सेवन हमारे स्वास्थ्य, विशेष रूप से पाचन तंत्र के लिए बहुत लाभप्रद होता है।

उपस्थित पोषक तत्वः वैज्ञानिकों के अनुसार दही के रासायनिक संगठन में 89.1 प्रतिशत पानी तथा 9 प्रतिशत ठोस भाग होता है। ठोस हिस्से में फैट 4%, लेक्टोज 2.9 प्रतिशत, प्रोटीन 0.8 प्रतिशत तथा कैल्शियम, फॉस्फोरस, आयरन, विटामिन ए, बी और सी के भी पर्याप्त अंश पाए जाते हैं।

गुणों का भंडारः दही एक पूर्ण पौष्टिक आहार है और हर कहीं आसानी से उपलब्ध हो सकता है। आयुर्वेद के अनुसार दही रुचिकर, भूख बढ़ाने वाला, स्निग्धता प्रदान करने वाला, पाचन में सहायक, वात नाशक, विषनाशक, यकृत की शक्ति बढ़ाने वाला, बवासीर और अन्य उदर रोगों के लिए लाभप्रद होता है। दही, हृदय और मस्तिष्क को शक्ति प्रदान करने वाला और आंतों की सफाई करने में भी सहायक होता है। अमेरिका के प्रो. जार्ज बी. मान ने अनेक शोधों के बाद निष्कर्ष निकाला कि दही में एक ऐसा तत्व भी मौजूद होता है, जो रक्त में कोलेस्ट्रॉल को कम करके दिल के दौरे को रोकता है। इसीलिए हृदयरोगियों को प्रो. जार्ज सलाह देते हैं कि दही पर्याप्त मात्रा में नियमित खाना चाहिए।

पाचन रखे सहीः दही में दूध के सभी गुण मौजूद रहते हैं। दूध में पाए जाने वाले जीवाणु ही गर्मी पाकर जब बढ़ने लगते हैं। वे दूध में उपस्थित शर्करा को लैक्टिक अम्ल में तब्दील कर देते हैं। इससे दूध का प्राकृतिक मीठा स्वाद तो खट्टे स्वाद में परिवर्तित हो जाता है। लेकिन दूध में कमी आ जाती है। इससे भोजन का पाचन सही रूप से नहीं हो पाता। दही में यह गुण होता है कि वह इन बैक्टीरिया को पुनः सक्रिय बना देता है, जिससे पाचन तंत्र सुचारु रूप से कार्य करने लगता है। दही शरीर की अतिरिक्त चर्बी को कम करने में भी सहायक होता है। कुछ वैज्ञानिकों का तो ऐसा भी कहना है कि दही के नियमित सेवन करने से कैंसर को प्रारंभिक अवस्था में ही रोका जा सकता है।

स्वस्थ-दीर्घायु जीवनः माना जाता है कि दही के नियमित सेवन से व्यक्ति दीर्घायु होता है। रूस के जॉर्जिया प्रदेश की 50 लाख की आबादी में कई हजार लोग सौ वर्ष से अधिक की आयु में भी स्वस्थ-प्रसन्नचित्त रहते हैं। बुल्गारिया में भी हजारों लोग वृद्धावस्था में पूरे तौर पर सेहतमंद रहते हैं। माना जाता है कि वहां के लोग अनुशासित जीवनशैली, पौष्टिक आहार अपनाने के अलावा भरपूर मात्रा में दही का नियमित सेवन भी करते हैं।

ये भी हैं फायदेः दही को बहुत प्राचीनकाल से सिर धोने के लिए भी इस्तेमाल किया जाता रहा है। इससे केश मुलायम, घने, काले और लंबे होते हैं। बालों की जड़ों में दही को अच्छी तरह लगाकर स्नान करना चाहिए। दही की ठंडी मलाई पलकों पर लेप करने से गर्मी और जलन कम होती है। वजन कम होने की शिकायत होने पर दही में छुहारा, किशमिश, बादाम, पिस्ता, चिरौंजी आदि मिलाकर नियमित रूप से सेवन करने से वजन में पर्याप्त वृद्धि होती है। दही की इतनी उपयोगिता को देखते हुए दही का सेवन नियमित रूप से किया जाना बहुत ही फायदेमंद है। लेकिन मिलावटी दूध से बना दही नुकसान करता है, इसलिए दही की गुणवत्ता की जांच परख कर इसका सेवन करना चाहिए। *

छाछ भी है लाभदायक

गर्मियों में दही की लस्सी या छाछ का सेवन करना भी लाभकारी है। यह तृप्तिदायक शीतल पेय है। छाछ में दही के समान ही स्वास्थ्यवर्धक गुण पाए जाते हैं। छाछ के विभिन्न रोग-निवारक गुणों के कारण ही आयुर्वेद और यूनानी उपचार चिकित्सा पद्धति में इससे मंदाग्नि, आंतों की कमजोरी, पेचिश और दस्त आदि रोगों का उपचार किया जाता है। कब्जियत से छुटकारा पाने के लिए दही से बनी छाछ का नियमित रूप से सेवन करना चाहिए। इस छाछ में चुटकी भर काला नमक और पिसी अजवाइन भी डाला जा सकता है।

मेंटल हेल्थ

आज की जीवनशैली ऐसी हो गई है कि बच्चे, किशोर, युवा और वृद्ध हर उम्र के लोग तनाव और अवसाद से ग्रस्त हो रहे हैं। ऐसे में इसकी वजहें और इनसे बचने के तरीकों के बारे में जानना बहुत जरूरी है।

हर उम्र के लोगों में बढ़ रही मेंटल प्रॉब्लम्स

आज के दौर में दुनिया भर में हर उम्र के लोगों में मेंटल हेल्थ प्रॉब्लम्स लगातार बढ़ती जा रही हैं। इसकी प्रमुख वजहों के बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-काउंसिल एंड साइकोथेरेपी, **डॉ. नीलशा भेरवानी** बताती हैं, 'मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ने की प्रमुख वजहें तनाव, अनियमित दिनचर्या, सामाजिक दबाव, आर्थिक अस्थिरता, डिजिटल ओवरलोड और अकेलापन हैं। नींद की कमी, असंतुलित आहार, नशे की लत और शारीरिक गतिविधियों की कमी भी मानसिक बीमारियों को बढ़ावा देती हैं।' मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देना आवश्यक है, इसके लिए सही दिनचर्या, योग-ध्यान, संतुलित आहार और संवाद को बढ़ावा देना जरूरी है। जागरूकता और समय पर इलाज से मेंटल हेल्थ को बेहतर बनाया जा सकता है।

कॉमन मेंटल प्रॉब्लम्सः आजकल लोग कई तरह की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे हैं, जिनमें प्रमुख रूप से डिप्रेशन, एंग्जायटी डिसऑर्डर, बाइपोलर डिसऑर्डर, ओसीडी (ऑब्सेसिव कंपल्सिव डिसऑर्डर), पोस्ट-ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (पीटीएसडी) और इंसोम्निया (अनिद्रा) शामिल हैं। लंबे समय तक तनाव, अकेलापन, असंतुलित जीवनशैली और डिजिटल एडिक्शन इन समस्याओं को बढ़ा रहे हैं। युवाओं में सोशल मीडिया की वजह से आत्मविश्वास की कमी और एंग्जायटी बढ़ रही है, जबकि वयस्कों में वर्क-प्रेशर और आर्थिक चिंताओं से डिप्रेशन आम होता जा रहा है।

प्रमुख लक्षणः कोई व्यक्ति किसी मेंटल हेल्थ प्रॉब्लम से ग्रस्त है, इसकी पहचान के बारे में मेरठ स्थित छत्रपति शिवाजी सुभारती हॉस्पिटल में कंसल्टेंट-साइकेट्रिस्ट, **डॉ. रितिका** बताती हैं- किसी व्यक्ति के मानसिक रूप से अस्वस्थ होने की पहचान उनके व्यवहार, भावनाओं और शारीरिक लक्षणों से की जा सकती है। लगातार उदासी, चिंता, चिड़चिड़ापन, आत्मविश्वास में कमी, बिना कारण डर लगना, अत्यधिक नकारात्मक सोच, एकांतवास पसंद करना आदि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के संकेत हो सकते हैं। नींद न आना या ज्यादा सोना, भूख में कमी या वृद्धि, ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और रोजमर्रा के कार्यों में रुचि खत्म होना भी लक्षण हो सकते हैं। बार-बार सिरदर्द, थकान और दिल की धड़कन तेज होना भी संकेत देते हैं। अगर ये लक्षण लंबे समय तक बने रहें, तो तुरंत विशेषज्ञ से परामर्श लेना चाहिए।

बचाव के तरीकेः मेंटली हेल्दी रहने के लिए संतुलित जीवनशैली अपनाना बेहद जरूरी है। नियमित योग, ध्यान और एक्सरसाइज मानसिक तनाव को कम करने में मदद करते हैं। संतुलित और पौष्टिक आहार शरीर के साथ दिमाग को भी स्वस्थ रखता है। पर्याप्त नींद (7-8 घंटे), सोशल कनेक्शन बनाए रखना, स्क्रीन टाइम कम करना और अपने शौक के लिए समय निकालना, मानसिक शांति बढ़ाता है। नकारात्मक सोच से बचें और जरूरत पड़ने पर दोस्तों, परिवार या मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से बात करें। अत्यधिक कैफीन, नशे और जंक फूड से दूरी बनाना भी मानसिक स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होता है।

ऐसे करें उपचारः मेंटल प्रॉब्लम्स के उपचार के लिए श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-साइकोलॉजी, **डॉ. प्रशांत गोयल** सलाह देते हैं, 'मेंटली अनफिट व्यक्ति के उपचार में थेरेपी जैसे काउंसलिंग, मेडिटेशन, दवाएं और लाइफस्टाइल चेंज मददगार हो सकते हैं। परिवार और दोस्तों का सहयोग बेहद जरूरी है। वे भावनात्मक सहारा देकर, बिना जज किए बात सुनकर और सकारात्मक माहौल देकर मरीज की रिकवरी में मदद कर सकते हैं। अगर कोई व्यक्ति लगातार उदास, चिंतित, अकेला महसूस कर रहा हो, रोजमर्रा के काम करने में असमर्थ हो या आत्मघाती विचार आ रहे हों, तो तुरंत मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से परामर्श लेना चाहिए।' मेंटल हेल्थ समस्या भी शारीरिक बीमारी की तरह गंभीर हो सकती है, इसलिए इलाज में देरी नहीं करनी चाहिए।

बच्चे-किशोर भी हो रहे ग्रस्तः आज के दौर में बच्चे और किशोर भी स्ट्रेस और डिप्रेशन का खूब शिकार हो रहे हैं। दरअसल, पढ़ाई का दबाव, सोशल मीडिया की तुलना, करियर की चिंता और पारिवारिक तनाव के कारण उनमें स्ट्रेस और डिप्रेशन बढ़ रहा है। इससे बचाने के लिए खुला संवाद, संतुलित दिनचर्या और भावनात्मक सहयोग जरूरी है। माता-पिता को बच्चों पर अत्यधिक प्रेशर डालने के बजाय उनकी भावनाओं को समझना चाहिए। डिजिटल डिटॉक्स, फिजिकल एक्टिविटी और हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाने से मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है। स्कूल और समाज में मेंटल हेल्थ को लेकर जागरूकता बढ़ाई जानी चाहिए, ताकि बच्चे बिना डर अपने मन की बात साझा कर सकें और समय रहते मदद मिल सके। *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

खबर संक्षेप

डीवाईएफआई ने उठाई निष्पक्ष जांच की मांग

बरवाला। डेमोक्रेटिक युथ फेडरेशन ऑफ इंडिया जिला कमेटी हिसार ने जम्मू-कश्मीर के पहलगाम स्थित बायसरण घाटी में हुए बर्बर आतंकी हमले की कड़े शब्दों में निंदा की है। जिला प्रधान पंकज बगला और जिला सचिव जितेंद्र बूरा ने केंद्र सरकार से मांग की कि इस हमले की निष्पक्ष और गहन जांच कर दोषियों को सख्त से सख्त सजा दी जाए।

राजनीतिक व सामाजिक संगठनों ने निंदा की

मंडी आदमपुर। भाजपा नेता राजन ग्रोवर, पवन खारिया, मनीश इलाहाबादी, जयपाल बैदा तथा मानव कल्याण संगठन के सचिव मोतीलाल गोयल, बिश्नोई सभा के बुलसिह बिश्नोई, कांग्रेस नेता प्रदीप बैनीवाल, इनेलो नेता अशोक यादव, छिपा समाज के प्रधान गोलुराम मिस्त्री आदि ने पहलगाम में आतंकियों द्वारा पर्यटकों की हत्या किए जाने की निंदा करते हुए इसे अमानवीय कृत्य बताया है।

आतंकी हमले में मरने वालों को दी श्रद्धांजलि

हिसार। जम्मू-कश्मीर के पहलगाम शहर के पास 'मिनी स्विट्जरलैड' के नाम से पर्यटक स्थल पर मंगलवार को हुई आतंकी हमले में 26 बेगुनाह लोगों की हत्या कर दी गई। इसको लेकर नगर निगम के मुख्य सभागार में एक श्रद्धांजलि सभा हुई। मेयर प्रवीण पोपली, नगर निगम अधिकारी और कर्मचारियों द्वारा इस घटना पर 2 मिनट का मौन धारण किया।

सभी रूके हुए विकास कार्य जल्द करवाएं जांएगे पूरे

विकास कार्यों को लेकर एसडीएम ने ली बैठक

एसडीएम ने अधिकारियों को 15 जून तक उपमंडल को बेसहारा पशु मुक्त बनाने का दिया लक्ष्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

एसडीएम राजेश खोथ ने अधिकारियों को निर्देश दिए की विकास कार्यों को तेजी से पूरा करवाने के लिए आपसी तालमेल स्थापित रखें। एसडीएम खोथ बुधवार को संयुक्त कार्यालय परिसर में विभिन्न विभागों के अधिकारियों की एक संयुक्त बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। उन्होंने मोची मोहल्ला में बनने वाले स्कूल भवन का निर्माण कार्य जल्द शुरू करवा कर तेजी से पूर्ण करवाने के निर्देश दिए।

नागरिक अस्पताल भवन की करवाई जाएगी रिपेयरिंग

एसडीएम ने कहा कि नागरिक अस्पताल भवन की स्पेशल रिपेयरिंग करवाई जाएगी। इसके लिए स्वास्थ्य विभाग द्वारा भवन एवं सड़क निर्माण विभाग को चार करोड़ 61 लाख रुपए की राशि ट्रांसफर कर दी है। अगले दो-तीन दिन के अंदर टेंडर प्रक्रिया शुरू हो जाएगी। उन्होंने जन स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि वह तुरंत नागरिक अस्पताल का दौरा कर अस्पताल की सिवरेज व्यवस्था को दुरुस्त करना सुनिश्चित करें।

हांसी। विभिन्न विभागों के अधिकारियों की बैठक की अध्यक्षता करते एसडीएम राजेश खोथ। फोटो : हरिभूमि

15 जून तक होगा उपमंडल बेसहारा पशु मुक्त

एसडीएम ने उपमंडल को बेसहारा पशु मुक्त बनाने को लेकर की जा रहे कार्यों की समीक्षा करते हुए नगर परिषद के अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे आगामी 15 जून तक सभी बेसहारा पशुओं को पड़कर उचित स्थान पर पहुंचाने का काम पूर्ण करें। नगर परिषद के अधिकारियों ने एसडीएम को बताया कि अब तक 869 पशुओं तथा 2000 से अधिक बंदरों को पकड़ा जा चुका है, नगर परिषद द्वारा 2000 और बंदरों को पकड़ने के लिए जल्द टेंडर लगाया जाएगा।

बरसाती मौसम में किसानों को नहीं हो कोई परेशानी

एसडीएम खोथ ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि बरसाती मौसम में किसानों को किसी प्रकार की कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए। किसी भी खेत और गांव में जल भराव नहीं होना चाहिए इसके लिए ड्रेनों की साफ सफाई तथा अन्य कार्य तेजी से पूर्ण करवाए जाए। उन्होंने विकास एवं पंचायत विभाग, पंचायती राज विभाग, बिजली विभाग, सिंचाई विभाग व इस कार्य से संबंधित अन्य विभागों के अधिकारियों को एक संयुक्त बैठक करने के निर्देश दिए ताकि एक विस्तृत प्रभावी कार्य योजना तैयार हो सके। बता दें कि हांसी तथा नारनौंद उपमंडल में 40 ड्रेन है।

आनंद स्कूल में किया दा किंगडम ऑफ ग्रामर नाटक का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस मिलकपुर में बुधवार को इंग्लिश लैंग्वेज दिवस के उपलक्ष्य में कक्षा 11वीं व 12वीं कक्षा के विद्यार्थियों द्वारा "दा किंगडम ऑफ ग्रामर" नाटक का मंचन किया गया। इस नाटक का उद्देश्य अंग्रेज़ी व्याकरण के आठ प्रमुख भागों संज्ञा, सर्वनाम, क्रिया, विशेषण, क्रिया विशेषण, संबंधबोधक, संयोजन एवं विस्मयादिबोधक को रचनात्मक रूप से प्रस्तुत करना था। यह प्रस्तुति छात्रों एवं शिक्षकों द्वारा अत्यंत सराही गई और इसे भाषा सीखने के एक नवीन व रोचक माध्यम के रूप में देखा गया। इस नाटक ने सभी को व्याकरण की उपयोगिता का शैक्षिक एवं आनंददायक अनुभव प्रदान किया। इस अवसर पर विज्ञान शिक्षिका निधि यादव द्वारा पोषण पखवाड़ा विषय पर एक प्रेरणादायक संबोधन दिया गया।प्रिंसिपल नितीश मिश्र ने कार्यक्रम की सफलता के लिए छात्रों की रचनात्मकता और शिक्षकों के मार्गदर्शन की सराहना की। इस अवसर स्कूल के सभी विद्यार्थियों व अध्यापकों ने जम्मू-कश्मीर के पहलगाम की वैसरन घाटी मे आतंकवादियों द्वारा नागरिकों पर नृशंस तरीके से गोलियां बरसा कर हत्या किए जाने पर उनकी आत्मिक शांति के लिए दो मिनट का मौन रख श्रद्धांजलि अर्पित की।

हांसी। इंग्लिश लैंग्वेज दिवस पर दा किंगडम ऑफ ग्रामर नाटक प्रस्तुत करते स्कूली बच्चे। फोटो :हरिभूमि

ओएसजीयू में अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस का आयोजन कल, तैयारियां पूरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विश्वविद्यालय व बिंघम विश्वविद्यालय, नाइजीरिया के तत्वाधान में तेजी से विकसित हो रही दुनिया में नवाचार और स्थिरता: प्रौद्योगिकियों, शासन और प्रथाओं को जोड़ना से संबंधित विषय पर ऑनलाइन व ऑफलाइन माध्यम से दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस का आयोजन 25 व 26 अप्रैल को किया जाएगा। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉ पुनीत गोयल व प्रो चांसलर डॉ पूनम गोयल ने जानकारी देते हुए बताया कि इस प्रकार की अंतरराष्ट्रीय स्तर की कॉन्फ्रेंस पहले भी विश्वविद्यालय में आयोजित हो चुकी है और भविष्य में भी ये कड़ी चलती रहेगी। इस कॉन्फ्रेंस में देशी व विदेशी शोधार्थी भाग लेकर अपने अपने रिसर्च पेपर प्रस्तुत करेंगे। यह कॉन्फ्रेंस शोधार्थियो के लिए नए दृष्टिकोणों को जानने और अंतरराष्ट्रीय स्तर के विद्वानों से जुड़ने का अवसर प्रदान कर सकता है। इसी के साथ कॉन्फ्रेंस में विशेष विषयों पर चर्चा करने के लिए अलग अलग देशों से विशेषज्ञ मुख्य वक्ता के रूप में ऑनलाइन माध्यम से शामिल होंगे। विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ एन.पी. कौशिक व प्रति कुलपति डॉ राजेंद्र सिंह छिल्लर ने कहा कि यह सहयोग शिक्षा और अनुसंधान के क्षेत्र में दो महत्वपूर्ण संस्थानों को एक साथ लाता है, जो निश्चित रूप से ज्ञान के आदान-प्रदान और नए विचारों के सृजन को बढ़ावा देगा। इस कॉन्फ्रेंस के संचालक डॉ. कुलदीप सिंह, डॉ. शैलेश कुमार, डॉ. सुनील कुमार बैंदा और डॉ. राजीव कुमार होगें।

आतंकी हमले ने पूरे देश को झकझोरा : सावित्री जिंदल

- इस वीभत्स हमले में कई निर्दोष पर्यटकों की जान चली गई जो काफी असहनीय है

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में हाल ही में हुए आतंकी हमले ने पूरे देश को झकझोर कर रख दिया है। इस वीभत्स हमले में कई निर्दोष पर्यटकों की जान चली गई।

इस अमानवीय कृत्य के प्रति हिसार की विधायक सावित्री जिंदल ने गहरा शोक प्रकट करते हुए कहा कि पहलगाम के आतंकी हमले में अपनों को खोने का दर्द प्रत्येक भारतीय को है।

इस दुःख को शब्दों में नहीं कहा जा सकता। यह हमला सिर्फ एक भू-भाग पर नहीं, बल्कि पूरे भारत के दिल पर हुआ है। ये सिर्फ गोलियां नहीं चलीं, ये हमारी राष्ट्रीय आत्मा को छलनी करने की कोशिश थी। श्रीमती जिंदल ने इसे कायराना हरकत कहा है।

सावित्री जिंदल, विधायक।

पहलगांव के आतंकी हमले पर उन्होंने कहा कि भारत की एकता, अखंडता और शांतिप्रियता को इस तरह के कायरतापूर्ण हमलों से दबाया नहीं जा सकता।

सावित्री जिंदल ने पीड़ित परिवारों के प्रति अपनी संवेदना व्यक्त करते हुए केंद्र व राज्य सरकारों से मांग की कि दोषियों को कड़ी से कड़ी सज़ा दी जाए और सुरक्षा व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ किया जाए।

देवेन्द्र बुड़िया की जमानत याचिका खारिज

- मामले की गंभीरता व पुलिस जांच में शामिल न होने पर हाईकोर्ट ने खारिज की याचिका

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय ने अखिल भारतीय बिश्नोई महासभा के पूर्व प्रधान देवेंद्र बुड़िया की अग्रिम जमानत याचिका खारिज कर दी है। हाईकोर्ट ने ऐसा मामले की गंभीरता को देखते हुए व बुड़िया द्वारा पुलिस जांच में शामिल न होने के चलते किया है। हाईकोर्ट में मामले की सुनवाई करते हुए न्यायमूर्ति अमरजोत भट्टी ने कहा कि मामले की गंभीरता को देखते हुए आरोपी को जमानत नहीं दी जा सकती। बुड़िया द्वारा अभी तक पुलिस जांच में शामिल न होने पर नाराजगी जताते हुए उन्होंने कहा कि यह गंभीर मामला है।

देवेंद्र बुड़िया।

इससे पहले हाईकोर्ट में देवेन्द्र बुड़िया की जमानत का विरोध करते हुए पीड़िता के वकील ने कोर्ट में याचिकाकर्ता देवेंद्र बुड़िया पर गंभीर आरोप लगाए। पीड़िता के वकील ने हाईकोर्ट को बताया कि देवेंद्र बुड़िया अभी भी फरार है और वह जांच में शामिल नहीं हुआ है। उसका मोबाइल फोन अभी तक बरामद नहीं हुआ है जिसमें उसने पीड़िता का अश्लील वीडियो रिकॉर्ड किया था। पीड़िता और उसके परिवार की जान को लगातार खतरा बना हुआ है। इसलिए अपराध की गंभीरता को देखते हुए याचिकाकर्ता द्वारा दायर अग्रिम जमानत याचिका खारिज करने योग्य है। देवेंद्र बुड़िया के खिलाफ इस वर्ष 24 जनवरी को हिसार जिले के आदमपुर पुलिस थाना में दुष्कर्म सहित विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया था। लगभग 58 वर्षीय देवेंद्र बुड़िया पर 20 वर्षीय एक युवती ने बलात्कार करने, अश्लील वीडियो बनाने, धमकी देने और जान से मारने का प्रयास करने का आरोप लगाया है। इससे पहले हिसार जिला अदालत भी देवेन्द्र बुड़िया की जमानत याचिका खारिज कर चुकी है। जिला अदालत में 5 फरवरी को देवेंद्र बुड़िया की जमानत याचिका खारिज कर दी गई थी। पुलिस की ओर से लुक आउट नोटिस भी जारी हो चुका है।

आईपीएस अमित यशवर्धन ने संभाला हांसी पुलिस अधीक्षक का कार्यभार

- कपुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन, भारतीय पुलिस सेवा 2018 बैच के अधिकारी हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

एडीसी गवर्नर हरियाणा व पुलिस अधीक्षक लोकायुक्त से स्थानांतरित होकर आए नव नियुक्त पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन ने बुधवार को पुलिस अधीक्षक का कार्यभार संभाल लिया। पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन, भारतीय पुलिस सेवा 2018 बैच के अधिकारी है। इस से पहले वे एडीसी गवर्नर हरियाणा, अतिरिक्त कार्यभार पुलिस अधीक्षक लोकायुक्त व जिला फरीदाबाद में डीसीपी ट्रैफिक के पद पर रहे है, एडीसी गवर्नर हरियाणा, अतिरिक्त कार्यभार पुलिस अधीक्षक लोकायुक्त से स्थानांतरित होकर पुलिस जिला हांसी के पुलिस अधीक्षक नियुक्त हुए है।

अमित यशवर्धन, पुलिस अधीक्षक।

कार्यभार ग्रहण करने उपरांत नव नियुक्त पुलिस अधीक्षक ने कहा कि पुलिस जिला हांसी में अपराध पर रोक लगाने के लिए प्रभावशाली प्रयास किये जाएंगे। जिले में नशा उन्मूलन, सड़क दुर्घटनाओं को रोकने सहित साइबर अपराधों पर नियंत्रण करने तथा महिला विरुद्ध अपराध सहित सभी तरह के अपराधों पर रोक लगाना उनकी प्राथमिकता रहेगी।

हिसार। सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री कैम्पस अभियान की शुरूआत करते कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई। फोटो :हरिभूमि

सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री कैंपस कैंपेन चलाया

हिसार। गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के वसुंधरा क्लब की ओर से विश्व पृथ्वी दिवस के उपलक्ष्य पर सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री कैंपस अभियान की शुरूआत की गई। मुख्य अतिथि कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने इस अभियान की शुरुआत की। कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए कहा कि हाल ही में विश्वविद्यालय के छठे दीक्षांत समारोह के सफल आयोजन एवं सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री, स्वच्छ एवं ग्रीन कैंपस के खिताब से विश्वविद्यालय को नवाजा गया है। इसी कड़ी को आगे बढ़ते हुए वसुंधरा क्लब द्वारा संचालित सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री कैंपस अभियान की शुरुआत एक सराहनीय प्रयास है। वसुंधरा क्लब के मेंटर डॉ. महावीर प्रसाद ने बताया कि विश्वविद्यालय ने इस सत्र से विद्यार्थी क्लब गठित किए हैं, जिनमें वसुंधरा क्लब भी शामिल है। इस अभियान के तहत स्वयंसेवक कैम्पस में सिंगल यूज प्लास्टिक के प्रयोग से होने वाले पर्यावरण प्रदूषण की जानकारी सभी विभागों, कार्यालयों व कैफेटेरिया में विद्यार्थियों, सुरक्षा कर्मियों, सुरक्षा अधिकारियों, सफाई कर्मचारियों आदि को अवगत कराएंगे। रीसाइकिल, रीयूज व रीडूस के सिद्धांत की जानकारी देते हुए जागरूकता फैलाएंगे।

पृथ्वी दिवस पर दिया पर्यावरण का संदेश

- पृथ्वी है तो हम हैं, इसकी रक्षा करना हमारा धर्म : डॉ. युद्धवीर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

रॉयल इंटरनेशनल रेजिडेंशियल स्कूल खारा खेड़ी में विश्व पृथ्वी दिवस मनाया गया। इस अवसर पर छात्रों के बीच पर्यावरण के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए विद्यालय में विभिन्न गतिविधियों की एक जीवंत और प्रेरणादायक श्रृंखला का आयोजन किया गया। कक्षा आठवीं के विद्यार्थियों द्वारा विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन किया गया जिसका विषय इस वर्ष के पृथ्वी दिवस की थीम पर आधारित था- 'हमारी शक्ति हमारा ग्रह'। कक्षा नर्सरी से पहली तक के विद्यार्थियों ने चित्रकला के माध्यम से प्रकृति को बचाने का संदेश दिया। कक्षा तीसरी से पांचवी तक के विद्यार्थियों के लिए अंतरसदनीय चित्रकला प्रतियोगिता और कक्षा छठी से बारहवीं तक के विद्यार्थियों के लिए अंतरसदनीय पोस्टर बनाओ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। चित्रकला प्रतियोगिता में नीरा ने प्रथम, नूर ने द्वितीय तथा गुंजन ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। कक्षा छठी से आठवीं तक की प्रतियोगिता में सुगंध ने प्रथम, प्रांजल ने द्वितीय तथा नियुष चौधरी और सना ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। स्कूल चेयरमैन डॉ. युद्धवीर सिंह ने कहा कि हमें पर्यावरण की रक्षा और संरक्षण करने का संकल्प लेना चाहिए क्योंकि पृथ्वी है तो हम हैं, इसकी रक्षा करना हमारा धर्म है।

हिसार। विजेताओं को सम्मानित करती स्कूल निर्देशिका डॉ. ज्योत्स्ना।

हिसार। महिला थाना में अधिकारियों से जानकारी लेते विद्यार्थी।

विद्यार्थियों ने किया महिला थाने का दौरा

हिसार। स्कूली विद्यार्थियों को स्कूल पुलिस कैडेट स्कीम के तहत महिला थाने के दौरा करवाया गया। इस दौरान विद्यार्थियों ने सुरक्षा व्यवस्था की बारीकियों सहित अन्य जानकारी ली। पुलिस उप अधीक्षक तनुज शर्मा ने बताया कि पुलिस कैडेट स्कीम के तहत डीएवी पब्लिक स्कूल के विद्यार्थियों को महिला थाना का दौरा करवाया गया। इस शैक्षणिक भ्रमण का उद्देश्य छात्रों को पुलिस की कार्यशैली, महिला सुरक्षा इंतजामों, सड़क सुरक्षा नियमों और नागरिकों के साथ पुलिस के व्यवहार को करीब से समझना था। विद्यार्थियों के समूह ने थाने के विभिन्न विभागों का निरीक्षण किया। डीएसपी ने बताया कि विद्यार्थियों ने महिला सहायता डेस्क, हवालात और शिकायत दर्ज करने की प्रक्रिया के बारे में जानकारी हासिल की। बच्चों ने खासकर सड़क सुरक्षा नियमों और महिलाओं व बच्चों से जुड़े मामलों में पुलिस की संवेदनशीलता और कार्रवाई पर सवाल पूछे।

भाषण प्रतियोगिता आयोजित

मंडी आदमपुर। शांति निकेतन पब्लिक स्कूल में राष्ट्रीय पुस्तक दिवस के उपलक्ष्य में एक प्रेरणादायक भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, कक्षाओं के विद्यार्थियों ने भाग लेकर पुस्तकों के महत्व समझा।

NOTICE

I, Rajesh S/o Sh. Suresh Sharma R/o H.No. 689, Urban Estate-II, Hisar, Haryana declare that I have change my name from Rajesh to Rajesh Sharma. In future I may be known as Rajesh Sharma for all purposes.

सूचना

मैं, रोशनी देवी पत्नी स्व. श्री बलवान सिंह निवासी मकान नं. 972, सेक्टर 15ए, हिसार बयान करती हूं कि मेरी पुत्री पूनम पत्नी संदीप कुमार निवासी वार्ड नं. 10, गांव जोगीवाला, जिला सिरसा मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करती हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

गांव में है जश्न का माहौल, ललीत बनेगा सैनीपुरा गांव का पहला आईपीएस

रिटायर्ड चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी के बेटे ने पास की यूपीएसी परीक्षा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

शहर के साथ सटे सैनीपुरा गांव के बेटे ने यूपीएससी की परीक्षा पास कर इतिहास रच दिया। सैनीपुरा निवासी 28 वर्षीय ललित ने अपने बुलंद हौसलों और कड़ी मेहनत से देश की प्रतिष्ठित यूपीएसी की परीक्षा पास कर गांव का नाम रोशन किया है। परीक्षा पास करने के उपरांत ललित का चयन भारतीय पुलिस सेवा में हुआ है, और वह अपने गांव में इस मुकाम तक पहुंचने वाले पहले युवक बन गया है।

ललित ने सामान्य ग्रामीण पृष्ठभूमि से होने के बावजूद कठिन परिश्रम, समर्पण और दृढ़ निश्चय के बल पर यह सफलता हासिल की। परिवार की आर्थिक स्थिति मजबूत न होने के बावजूद ललित ने कभी हार नहीं मानी और वह लगातार प्रयास करते रहे। ललित ने अपनी शुरुआती पढ़ाई गांव ढाणी पाल के सरकारी स्कूल से की और आगे की शिक्षा हांसी व दिल्ली से पूरी की। ललित का बचपन से सपना देश सेवा का था, जिसे अब उन्होंने सच कर दिखाया है। यूपीएससी परीक्षा का परिणाम घोषित होने के बाद गांव में ललित की सफलता की खबर मिलते ही जश्न का माहौल बन गया। ग्रामीणों और परिजनों ने मिलकर मिठाइयां बांटी और गांव के सरपंच प्रतिनिधि रविंद्र सैनी ने घर जाकर ललित को फूलों का बुका भेंट कर उनका स्वागत किया। ललित ने अपनी इस सफलता का श्रेय अपने माता-पिता, शिक्षकों और मित्रों को दिया है। उन्होंने युवाओं को संदेश देते हुए कहा कि अगर इरादे मजबूत हों और मेहनत सच्चे मन से की जाए, तो कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं। ललित ने कहा कि यह उनका पांचवा इंटरव्यू था। पहले की असफलताओं से हार ना मानते हुए उन्होंने आखिरकार इस परीक्षा को पास कर लिया।

हांसी। यूपीएसी परीक्षा पास करने पर ललित का फूलों का बुका भेंट कर स्वागत करते सरपंच प्रतिनिधि रविन्द्र सैनी व ग्रामीण।

हिसार। अपने माता-पिता व परिजनों के साथ अभिमन्यु बैनीवाल।

डोभी का अभिमन्यु बेनीवाल बना लेफ्टिनेंट

हिसार। जिले के गांव डोभी के होनहार युवक अभिमन्यु बेनीवाल को आर्मी मेडिकल कोर में लेफ्टिनेंट के रूप में नियुक्ति मिली है। उन्होंने एएफएमसी पूणे से एमबीबीएस किया और अब आर्मी मेडिकल कोर में भर्ती होकर अपने पिता पूर्व वायु सैनिक एवं कन्या गुरुकुल डोभी के कुलपति बलजीत सिंह आर्य तथा माता राजबाला शास्त्री और चाचा परमजीत सिंह बैनीवाल का सपना साकार किया है। परिवारजनों ने बताया कि गुरुकुल कुरुक्षेत्र में अध्ययनरत रहते हुए सातवीं कक्षा में अभिमन्यु ने पहली बार जिम्नास्टिक नेशनल चैम्पियनशिप में प्रतिभागिता की और तीन बार जिम्नास्टिक खेल में राष्ट्रीय स्तर पर खेलते हुए स्वर्ण एवं कांस्य पदक जीत कर देश, प्रदेश व गांव का नाम रोशन किया। अभिमन्यु के लेफ्टिनेंट बनने से गांव में, परिवारजनों व रिश्तेदारों में खुशी का माहौल बना हुआ है।

THE HISAR CO-OPERATIVE MARKETING SOCIETY LTD., HISAR

सूचना

सभी मैम्बर्स दि हिसार सहकारी विपणन समिति लि. हिसार की सदस्य समितियां को सूचित किया जाता है कि दि हिसार सहकारी विपणन समिति लि. हिसार की चुनाव प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। जिसके जोन बनाए जा चुके हैं जिसमे जोन नं. 01 हिसार BC जाति के लिए आरक्षित है व जोन नं. 3 बालसमन्द व्यक्तिगत महिला के लिए आरक्षित व जोन 05 स्याहडवा पैकस अनुसूचित जाति के लिए आरक्षित है व जोन नं. 06 बालसमन्द पैक्स महिला के लिए आरक्षित है। तथा दोनों (2, 4) जोन सामान्य श्रेणी के है। इसलिए सभी / मैम्बर्स / सदस्य समितियों को वोट प्रस्ताव दिनाक 22-04-2025 से 22-05-2025 तक सायं 5 बजे तक समिति कार्यालय दुकान नं. 187 नई अनाज मण्डी हिसार में भिजवाने का कष्ट करे। समिति प्रस्ताव अपने संबंधित निरीक्षक से सत्यापित होना चाहिएं। दिनांक 22-05-2025 सायं 5:00 बजे के बाद कोई भी प्रस्ताव स्वीकार नहीं किया जाएगा।

हस्ता/- संजीव कुमार
चुनाव प्रबंधक / प्रबन्धक
दि हिसार सहकारी विपणन समिति लि. हिसार

खबर संक्षेप

अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस का आगाज़ कल से

हिसार। ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विश्वविद्यालय व बिंघम विश्वविद्यालय, नाइजीरिया के तत्वाधान में तेजी से विकसित हो रही दुनिया में नवाचार और स्थिरता: प्रौद्योगिकियों, शासन और प्रथाओं को जोड़ना से संबंधित विषय पर ऑनलाइन व ऑफलाइन माध्यम से दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस का आयोजन 25 व 26 अप्रैल को किया जाएगा। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉ पुनीत गोयल व प्रो चांसलर डॉ पूनम गोयल ने जानकारी देते हुए बताया कि इस प्रकार की अंतरराष्ट्रीय स्तर की कॉन्फ्रेंस पहले भी विश्वविद्यालय में आयोजित हो चुकी है और भविष्य में भी ये कड़ी चलती रहेगी। इस कॉन्फ्रेंस में देशी व विदेशी शोधार्थी भाग लेकर अपने अपने रिसर्च पेपर प्रस्तुत करेंगे।

शस्त्र लाइसेंस धारक फोन नंबर दर्ज करवाएं

सिवानी मंडी। सभी शस्त्र लाइसेंस धारकों को अति शीघ्र अपने-अपने मोबाइल नंबर एसडीएम कार्यालय में अतिशीघ्र दर्ज करवाने होंगे। इस बारे जानकारी देते हुए एसडीएम वीरेंद्र सिंह ने कहा कि गृह विभाग हरियाणा के निर्देशानुसार सभी शस्त्र लाइसेंस धारकों का विवरण मुख्यालय भेजा जाना है। इसलिए सभी लाइसेंस धारक का अपना अपडेट मोबाईल नम्बर अपने-अपने एसडीएम कार्यालय में दर्ज करवाएं। एसडीएम ने कहा कि आर्म्स लाइसेंस जिला भिवानी अर्थोरिटी से बना हुआ हैं अथवा जिलाधीश भिवानी द्वारा जारी शुदा है या जिला भिवानी में पुनः पंजीकरण किया हुआ है, वे सभी शस्त्र लाइसेंस धारक संबंधित एसडीएम के कार्यालय मे या टेलीफोन नम्बर पर अपने शस्त्र लाइसेंस का विवरण सहित मोबाइल नम्बर अपडेट करवाएं।

आढ़तियों ने मंडी के गेट पर लगाया ताला

नारनौंद। शहर की अनाज मंडी में समस्याओं को लेकर आढ़तियों ओर ट्रांसपोर्टरों ने अनाज मंडी के गेट पर ताला जड़कर सरकार के खिलाफ जमकर नारे बाजी की। मौके पर अधिकारियों ने पहुंचकर जल्द ही समस्या का समाधान करने का आश्वासन दिया। उसके बाद ताला खोला गया। ताला लगने से सड़क पर जाम लग गया और मंडी के गेट पर भी वाहनों की लंबी कतार लग गई। आढ़ती संगठन के प्रधान सुनील लोहान, विजयपाल, कृष्ण दुहन, मास्टर सतबीर सिंह,प्रदीप लोहान, काला पेटवाड़, राहुल माजरा, सतीश पेटवाड़, नरेंद्र सिवाच, वीरेंदर बैरवाल, धर्मबीर बुडाना, कृष्ण माजरा, प्रदीप गौतम, हरकेश माजरा, राममेहर ढांडा, दिनेश लोहान, कुकू बल्हारा आदि ने बताया कि पिछले काफी समय से एफसीआई का सरहेड़ा में जो सरकारी गोदाम है। हैफेड और वेयरहाउस द्वारा जो गेहूं की खरीद की जा रही है। इस गोदाम में जो धर्मकांटा है। उससे तोल करवाया जा रहा हैं। उसमें वजन की काफी कटौती आ रही है। इसके कारण आढ़तियों को भारी नुकसान हो रहा है। इस समस्या को लेकर अधिकारियों व विभाग के डीएम से भी मिल चुके हैं, लेकिन अब तक हमारी समस्या का कोई समाधान नहीं हुआ। इससे मंडी के गेट पर ताला जड़ दिया।

गुजवि और बीओएट के बीच हुआ एमओयू

गुजवि के विद्यार्थी अब देश के 4500 से अधिक उद्योगों से सीधे जुड़ेंगे

कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने इस एमओयू को बताया मील का पत्थर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। प्रो. नरसी राम बिश्नोई व बीओएटी के उपनिदेशक सुनील कुमार एमओयू का आदान-प्रदान करते हुए।

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के विद्यार्थी अब देश की 4500 से अधिक उद्योगों से सीधे जुड़ेंगे। विद्यार्थियों को इन उद्योगों में अप्रेंटिसशिप करने का मौका मिलेगा। योग्यता तथा कौशल के आधार पर ये विद्यार्थी इन उद्योगों में प्रतिष्ठित रोजगार भी हासिल करेंगे। इसके लिए गुजवि ने बोर्ड ऑफ अप्रेंटिसशिप ट्रेनिंग (उत्तरी क्षेत्र), कानपुर बीओएट (एनआर) के साथ मेमोरेंडम ऑफ अंडरस्टेंडिंग (एमओयू) किया है। गुजवि के कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने बताया कि एमओयू राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के अनुसार विद्यार्थियों के लिए शिक्षा को रोजगार से जोड़ने के लिए मील का पत्थर साबित होगा।

कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने बताया कि बीओएट (एनआर) केंद्र सरकार की एक स्वायत्त संस्था है। इसके साथ देशभर के 4500 से अधिक उद्योग पंजीकृत हैं। यह संस्था विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों को इन उद्योगों में मांग के अनुसार अप्रेंटिसशिप के अवसर उपलब्ध करवाएगी। अप्रेंटिसशिप के दौरान विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति भी मिलेगी और कौशल व प्रदर्शन के आधार पर संबंधित उद्योगों में स्थायी रोजगार पाने का अवसर भी मिलेगा।

विश्वविद्यालय की ओर से कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई व बीओएट (एनआर) की ओर से उप निदेशक संदीप कुमार ने एमओयू पर हस्ताक्षर किए। गुजवि की ओर से कुलसचिव डॉ. विजय कुमार व डीन इंटरनेशनल अफेयर्स प्रो. नमिता सिंह ने गवाह के रूप में हस्ताक्षर किए, जबकि बीओएट (एनआर) की ओर से उप निदेशक सुनील कुमार ने गवाह के रूप में हस्ताक्षर किए।

बीओएटी (एनआर) गुजवि के पात्र विद्यार्थियों का विवरण अपलोड करने और प्रतिष्ठान/उद्योगों में अप्रेंटिसशिप के अन्य पहलुओं का प्रबंधन करने के लिए अप्रेंटिसशिप अधिनियम, 1962 और अप्रेंटिसशिप नियम, 1992 के अनुसार एक प्रोफाइल प्रदान करेगा। एनएटीएस पोर्टल प्रशिक्षुता अनुबंध प्रबंधन, प्रदर्शन प्रबंधन, मासिक वजीफा प्रबंधन मॉड्यूल और प्रशिक्षण के सफल समापन के बाद प्रमाण पत्र प्रदान करने जैसी सभी सुविधाएं भी प्रदान करेगा। इस अवसर पर प्रो. संदीप आर्य, प्रो. ओमप्रकाश सांगवान, प्रो. कर्मपाल नरवाल, डा. प्रताप सिंह और प्रो. अर्चना कपूर उपस्थित रहे।

टैगोर स्कूल के छात्रों का जेईई मेंस में रहा बेहतरीन प्रदर्शन

अभिनव | रक्षित | अभिषेक | खुशी | कार्तिक

नारनौंद। शहर के टैगोर स्कूल की उपलब्धियों में एक और सुनहरा पन्ना जुड़ गया। राष्ट्रीय स्तर पर होने वाली जेईई मेंस की परीक्षा में देशभर के लाखों छात्र भाग लेते हैं। टैगोर स्कूल के पांच प्रतिभावान छात्रों ने जेईई मेंस की परीक्षा में शानदार प्रदर्शन किया है। इसमें अभिनव नारनौंद ने 98.6, रक्षित ढांडा 97.56 परसेंटाइल, अभिषेक कथूरिया 94.41 परसेंटाइल, खुशी नारनौंद 91.61 परसेंटाइल, कार्तिक 91.13 परसेंटाइल प्राप्त करके समूचे नारनौंद कस्बे को गौरवान्वित किया है।

स्कूल निदेशक तुषांत ने बताया कि विद्यालय प्रबंधन छात्रों को बिना कोचिंग या ट्यूशन के लिए प्रेरित करता है। छात्रों को एनसीआरटी पुस्तकों से ही प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करवाई जाती है। उन्होंने समस्त टैगोर परिवार को बधाई दी।

मेयर के प्रयासों से हिसार शहर होगा सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री

हिसार। शहर को सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री बनाने के उद्देश्य से नगर निगम के मुख्य सभागार में मेयर प्रवीण पोपली की अध्यक्षता में बैठक हुई। बैठक में नगर निगम के अधिकारी व शहर के मैरिज पैलेस और होटल संचालक एवं पदाधिकारी मौजूद रहे। इस दौरान अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल ने कहा कि सिंगल यूज प्लास्टिक के स्थान पर अन्य विकल्प का प्रयोग करें। उन्होंने सिंगल यूज प्लास्टिक से होने वाली हानि के बारे में भी बताते हुए कहा कि जिस प्रतिष्ठान में कचरे का सेग्रीगेशन नहीं हो रहा वे कचरे का सेग्रीगेशन करें। संयुक्त आयुक्त डॉ. प्रीतपाल सिंह ने बताया कि कुछ एजेंसियां वेस्ट के उठान से लेकर उसके प्रोसेसिंग का कार्य कर रही है, आप उनसे संपर्क कर सकते है। बैठक को संबोधित करते हुए मेयर प्रवीण पोपली ने कहा कि उनका प्रयास हिसार शहर को सिंगल यूज प्लास्टिक फ्री बनाना है। आप सब को मेरे और नगर निगम द्वारा सहयोग किया जाएगा।

ग्रामीणों को मुख कैंसर को लेकर किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। राष्ट्रीय मुख स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत जानकारी देते स्वास्थ्य विभाग के चिकित्सक डॉ उमा अग्रवाल।

राष्ट्रीय मुख स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र कैमरी प्रभारी दंत चिकित्सक डॉ. उमा अग्रवाल के नेतृत्व में गांव के लोगों को मुख स्वास्थ्य संबंधी और उससे होने वाली स्वास्थ्य जटिलताओं से बचाव और रोकथाम की जानकारी प्रदान की। ओरल हेल्थ के विषय में जानकारी प्रदान करते हुए दंत चिकित्सक डॉ. उमा अग्रवाल ने बताया कि मुख कैंसर से पूर्व लाल और सफेद रंग के जख्म दिखाई देते हैं जिनको समय पूर्व पहचान कर कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी पर अंकुश लगाया जा सकता है और रोग फैलने से पहले निदान और ईलाज किया जा सकता है। इसके इलावा कैमरी में ग्राम स्वास्थ्य,स्वच्छता और पोषण समिति की मीटिंग भी आयोजित की गई जिसमें स्वच्छता,उचित पोषण संतुलित आहार और गर्भवतियों और नवजात शिशुओं के टीकाकरण के बारे में जानकारी प्रदान की गई। इस मौके पर आईसीडीएस सुपरवाइजर मनीषा बूरा, हैल्थ इंस्पेक्टर रमेश कुंडू, एलएचवी सुशीला, लक्की और संतोष शर्मा ने भाग लिया।

राष्ट्रीय पुस्तक दिवस पर भाषण प्रतियोगिता का भव्य आयोजन

- शांति निकेतन पब्लिक स्कूल में राष्ट्रीय पुस्तक दिवस पर कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी आदमपुर

मंडी आदमपुर। शांति निकेतन स्कूल में आयोजित प्रतियोगिता में भाग लेते बच्चे।

शांति निकेतन पब्लिक स्कूल में राष्ट्रीय पुस्तक दिवस के उपलक्ष्य में एक प्रेरणादायक भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यालय के विभिन्न कक्षाओं के विद्यार्थियों ने भाग लेकर पुस्तकों के महत्व, उपयोगिता और वर्तमान युग में उनकी प्रासंगिकता पर अपने विचार प्रस्तुत किए। कार्यक्रम की शुरुआत में प्रिंसिपल राजेन्द्र ने विद्यार्थियों को राष्ट्रीय पुस्तक दिवस का महत्व बताया। चेयरमैन पपेंद्र ज्याणी ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज के डिजिटल युग में भी पुस्तकों की उपयोगिता कम नहीं हुई है। डायरेक्टर अनिरुद्ध बिश्नोई ने कहा कि विद्यालय हमेशा से शिक्षा के साथ-साथ भाषा और साहित्यिक विकास को भी प्राथमिकता देता आया है।

लाला लाजपत राय विश्वविद्यालय में एक दिवसीय कार्यशाला हुई

हिसार। लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय ने विश्व रचनात्मकता और नवाचार दिवस पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर आईसीएआर-केंद्रीय बकरी अनुसंधान संस्थान (सीआईआरजी), मखदूम, मथुरा के निदेशक डॉ. एमके चेटली ने मुख्य अतिथि रहे। डॉ. नरेश कक्कड़ कार्यक्रम के सह-अध्यक्ष रहे जबकि डॉ. विशाल शर्मा ने रैपोर्टेयर रहे। डॉ. प्रियंका ने संगोष्ठी का समन्वयन किया।

मानव संसाधन प्रबंधन निदेशक डॉ. राजेश खुराना ने आईआईसी के अवलोकन के बारे में उद्घाटन भाषण दिया। कार्यक्रम में दो ज्ञानवर्धक व्याख्यान हुए। पहला व्याख्यान वेटरनरी माइक्रोबायोलॉजी विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. प्रवीन कुमार ने जैव सूचना विज्ञान विषय पर दिया।

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस में दा किंगडम ऑफ ग्रामर नाटक दिखाया

- नाटक से व्याकरण की उपयोगिता पर प्रकाश डाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

हांसी। इंग्लिश लैंग्वेज दिवस पर दा किंगडम ऑफ ग्रामर नाटक प्रस्तुत करते स्कूली बच्चे। फोटो : हरिभूमि

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस मिलकपुर में बुधवार को इंग्लिश लैंग्वेज दिवस के उपलक्ष्य में कक्षा 11वीं व 12वीं कक्षा के विद्यार्थियों द्वारा "दा किंगडम ऑफ ग्रामर" नाटक का मंचन किया गया। इस नाटक का उद्देश्य अंग्रेजी व्याकरण के आठ प्रमुख भागों संज्ञा, सर्वनाम, क्रिया, विशेषण, क्रिया विशेषण, संबंधबोधक, संयोजन एवं विस्मयादिबोधक को रचनात्मक रूप से प्रस्तुत करना था। यह प्रस्तुति छात्रों एवं शिक्षकों द्वारा अत्यंत सराही गई और इसे भाषा सीखने के एक नवीन व रोचक माध्यम के रूप में देखा गया। इस नाटक ने सभी को व्याकरण की उपयोगिता का शैक्षिक एवं आनंददायक अनुभव प्रदान किया। इस अवसर पर विज्ञान शिक्षिका निधि यादव द्वारा पोषण पखवाड़ा विषय पर एक प्रेरणादायक संबोधन दिया गया।प्रिंसिपल नितीश मिश्र ने कार्यक्रम की सफलता के लिए छात्रों की रचनात्मकता और शिक्षकों के मार्गदर्शन की सराहना की।

इस अवसर स्कूल के सभी विद्यार्थियों व अध्यापकों ने जम्मू-कश्मीर के पहलगाम की वैसरन घाटी मे आतंकवादियों द्वारा नागरिकों पर नृशंस तरीके से गोलियां बरसा कर हत्या किए जाने पर उनकी आत्मिक शांति के लिए दो मिनट का मौन रख श्रद्धांजलि अर्पित की।

दयानंद कॉलेज के विद्यार्थियों का कैंपस प्लेसमेंट में हुआ चयन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

ओम स्टर्लिंग यूनिवर्सिटी में आयोजित पूल कैंपस-2025 चयन प्रक्रिया में दयानंद कॉलेज के 6 विद्यार्थियों का कैंपस प्लेसमेंट में चयन हुआ है।

इस चयन प्रक्रिया में महाविद्यालय के बीकॉम के मयंक, निकिता रारा, पुलकित, बीबीए की सुमन, नैंसी तथा बीए के तुषार का चयन हुआ। इसी क्रम में दयानंद कॉलेज में आयोजित 'ड्रीम जॉब प्लेसमेंट' के तहत महाविद्यालय के तीन विद्यार्थियों का चयन किया गया जिसमें बीकॉम अंतिम वर्ष की छात्रा साक्षी, पारूल, पलक का चयन हुआ। बीसीए तृतीय वर्ष की भावना का गुजवि में आयोजित प्लेसमेंट ड्राइव में पुखराज हेल्थ केयर प्राइवेट लिमिटेड में चयन हुआ। महाविद्यालय की बीए मॉसकॉम तृतीय वर्ष के छात्र प्रेरणा मरवाह तथा विवेक मरवाह का चयन हुआ।

जिंदल स्टेनलेस के सौर संयंत्र के साथ बनाया नया कीर्तिमान

हिसार। जिंदल स्टेनलेस और स्वच्छ ऊर्जा समाधान क्षेत्र की अग्रणी कंपनी एबी एनर्जिया सॉल्यूशंस प्राइवेट लिमिटेड ने ओडिशा के जाजपुर में जिंदल स्टेनलेस की विनिर्माण इकाई में एक अग्रणी सौर ऊर्जा परियोजना की सफल स्थापना और कमीशनिंग की घोषणा की। इस अभूतपूर्व पहल की कुल क्षमता 30 मेगावाट से अधिक है, जो इसे ओडिशा में एक ही औद्योगिक परिसर में सबसे बड़ा कैप्टिव सौर ऊर्जा संयंत्र बनाती है।

जिंदल स्टेनलेस के मैनेजिंग डायरेक्टर अभ्युदय जिंदल ने कहा कि एबी एनर्जिया के साथ साझेदारी में जिंदल स्टेनलेस द्वारा अपनी जाजपुर इकाई में स्थापित सौर ऊर्जा संयंत्र में 7.324 मेगावाट का फ्लोटिंग सोलर प्लांट और 23.02 मेगावाट का रूफटॉप सोलर सिस्टम शामिल है। यह अत्याधुनिक संयंत्र प्रत्येक वर्ष लगभग 44.3 मिलियन यूनिट (एमयू) हरित ऊर्जा उत्पन्न करने में सक्षम है, जिसके परिणामस्वरूप जाजपुर इकाई की पारंपरिक ग्रिड बिजली पर निर्भरता में महत्वपूर्ण कमी आई है। यह उत्पादन क्षमता 12,000 से 15,000 घरों को बिजली देने या सालाना 32,208 मीट्रिक टन सीओ2 उत्सर्जन में कमी करने के बराबर है। एबी एनर्जिया सॉल्यूशंस के मैनेजिंग डायरेक्टर सिद्धार्थ भाटिया ने कहा कि जिंदल स्टेनलेस की जाजपुर इकाई में इस ऐतिहासिक परियोजना को सफलतापूर्वक पूरा करना प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

शोध वैज्ञानिकों ने अब तक 13 किस्म विकसित की, मिल चुका है अवार्ड, नई उपलब्धि हासिल

एचएयू के चारा अनुभाग ने विकसित की एक कटाई और अधिक मिठास वाली ज्वार की सीएसवी 64 एफ किस्म

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। ज्वार की सीएसवी 64 एफ किस्म विकसित करने वाले वैज्ञानिकों के साथ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज व अन्य।

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के चारा अनुभाग ने ज्वार की उन्नत किस्म सीएसवी 64एफ विकसित की है। चारा अनुभाग अब तक ज्वार की 13 किस्में विकसित कर चुका है। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने वैज्ञानिकों की सराहना करते हुए कहा कि विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों द्वारा विकसित उन्नत किस्मों व तकनीकों के कारण प्रदेश का देश के खाद्यान व चारा उत्पादन में अहम योगदान है। कुलपति ने बताया कि हकृवि के चारा अनुभाग द्वारा विकसित ज्वार की सीएसवी 64एफ एक कटाई वाली, पत्तेदार, मीठी व रसदार किस्म है जिसे पशु अधिक चाव से खाते हैं। उल्लेखनीय है कि ज्वार पर उत्कृष्ट कार्य करने के लिए भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद-भारतीय श्रीअन्न अनुसंधान संस्थान से 2021-22 व 2022-23 में सर्वश्रेष्ठ ज्वार अनुसंधान केन्द्र का अवार्ड भी मिल चुका है।

इन वैज्ञानिकों का रहा अहम योगदान

विश्वविद्यालय के अनुसंधान निदेशक डॉ. राजबीर गर्ग के अनुसार ज्वार की सीएसवी 64एफ किस्म को विकसित करने में इस विभाग के चारा अनुभाग के वैज्ञानिकों डॉ. पम्मी कुमारी, डॉ. एसके पाहुजा, डॉ. जीएस दहिया एवं डॉ. डीएस फोगाट, डॉ. सतपाल, डॉ. नीरज खरोड़, डॉ. बजरंग लाल शर्मा एवं डॉ. मनजीत सिंह की टीम की मेहनत रंग लाई है। अनुसंधान निदेशक ने बताया कि ज्वार की इस किस्म को विश्वविद्यालय के अनुवांशिकी एवं पौध प्रजनन विभाग के चारा अनुभाग द्वारा विकसित किया गया है। एचएयू में विकसित ज्वार की इस किस्म को उत्तरी राज्यों मुख्यतः हरियाणा, पंजाब, राजस्थान, उत्तरप्रदेश, उत्तराखंड एवं गुजरात में उगाने के लिए सिफारिश की गई है।

अन्य किस्मों के मुकाबले 32 प्रतिशत अधिक मिठास

चारे वाली ज्वार की सीएसवी 64एफ किस्म एक कटाई के लिए उपयुक्त है। इस किस्म में अन्य किस्मों की तुलना में मिठास अधिक है, जिसकी वजह से पशु इसे अधिक पंसद करते हैं व चाव से खाते हैं। इस किस्म में मिठास अन्य किस्मों के मुकाबले 31.9 प्रतिशत तक अधिक है। मिठास व प्रोटीन की अधिक मात्रा के कारण इस किस्म की गुणवत्ता और भी बढ़ जाती है। ज्वार में प्राकृतिक तौर पर पाया जाने वाला विषैला तत्व धूरिन इस किस्म में बहुत ही कम है। इस किस्म में धूरिन 67 पीपीएम है। सिफारिश किए गए उचित खाद व सिंचाई प्रबंधन के अनुसार यह किस्म अधिक पैदावार देने में सक्षम है। अधिक बारिश व तेज हवा चलने पर भी यह किस्म गिरती नहीं है।