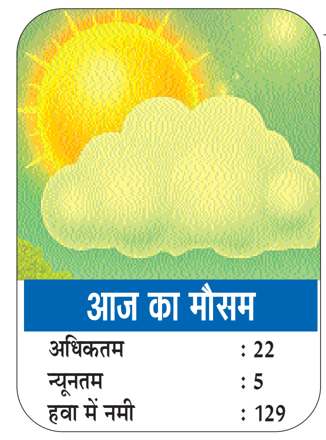
JANMARG news
Janmarg News Youtube Channel
जनमार्ग

केन्द्र व राज्य सरकार से विज्ञापनों के लिए स्वीकृत

RNI Registration No. 3773 / 58
e-mail :dainikjanmarg@gmail.com
Website:- www.janmarg.com

जनमार्ग

निष्पक्ष ◆ निर्भिक ◆ सांध्य दैनिक



वर्ष : 66 ● अंक: 75 ● श्रीगंगानगर, मंगलवार, 04.02.2025, मो. 94140-87692, 77421-86692, 0154-2970692 ● मूल्य: 2 रुपये ● पृष्ठ :8

पंचायतों के चुनाव स्थगित करने पर सरकार पेश करेगी जवाब

● हाईकोर्ट में आज होगी सुनवाई ● याचिकाकर्ता ने कदम को बताया गैर संवैधानिक

जनमार्ग न्यूज

जयपुर। राजस्थान की 6,759 ग्राम पंचायतों के चुनाव स्थगित करके उसमें मौजूदा सरपंचों को ही प्रशासक लगाने के मामले में आज राज्य सरकार को हाईकोर्ट में जवाब पेश करना है। पिछली सुनवाई (24 जनवरी) पर कोर्ट ने गिरिराज सिंह देवंदा व अन्य द्वारा दायर जनहित याचिका पर सुनवाई करते हुए पंचायतीराज विभाग, राज्य चुनाव आयोग व अन्य को नोटिस जारी करके जवाब मांगा था। याचिका में कहा गया था कि सरकार ने संविधान के प्रावधानों के खिलाफ जाकर अवैध और मनमाने तरीके से इन पंचायतों के चुनावों को स्थगित किया हैं। सरकार के इस फैसले पर रोक लगाई जानी चाहिए। वहीं, राज्य चुनाव आयोग को निर्देशित किया जाए कि वह तुरंत इन पंचायतों के चुनाव कराए। सरकार की ओर से कोर्ट में जवाब पेश करने के लिए दो सप्ताह का समय मांगा था। वहीं, दूसरी ओर आज सरकार के इस फैसले को लेकर सरपंच संघ मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा का अभिनंदन करने के लिए समारोह आयोजित कर रहा है। इस समारोह में सीएम भजनलाल शर्मा का धन्यवाद ज्ञापित किया जाएगा। याचिकाकर्ताओं के अधिवक्ता प्रेमचंद देवंदा ने कहा- राज्य सरकार ने 16 जनवरी 2025 को अधिसूचना जारी करके इन पंचायतों के चुनावों को स्थगित कर दिया। जो संविधान के अनुच्छेद 243ई, 243के और राजस्थान पंचायत राज अधिनियम 1994 की धारा 17 का उल्लंघन हैं।

सोने की कीमत ने तोड़े सारे रिकॉर्ड

जनमार्ग न्यूज

जयपुर। अंतरराष्ट्रीय बाजार में जारी उठा-पटक और डॉलर की मजबूती का असर कीमती धातुओं पर नजर आने लगा है। मंगलवार को भारतीय बाजार में स्टैंडर्ड सोने की कीमत ने सारे रिकॉर्ड तोड़ दिए। इसके बाद राजस्थान में 10 ग्राम सोने की कीमत 1100 रुपए बढ़कर 85,200 रुपए के ऑल टाइम हाई पर पहुंच गई है। वहीं चांदी प्रति किलो की कीमत भी 900 रुपए बढ़कर 96 हजार रुपए को पार कर गई है। सर्राफा व्यापारियों के अनुसार अंतर्राष्ट्रीय बाजार में बनी स्थिरता की वजह से कीमती धातुओं की कीमत में और इजाफा होने की प्रबल संभावना है। जयपुर के सर्राफा व्यापारी राकेश खंडेलवाल ने बताया कि दुनियाभर के बाजार में हो रहे बदलाव की वजह से सोने और चांदी की कीमत में भी लगातार बदलाव देखने को मिल रहा है। ऐसे में आने वाले एक सप्ताह में स्टैंडर्ड सोने की कीमत में जहां तेजी देखने को मिल सकती है। वहीं, चांदी प्रति किलो की कीमत फिर से एक लाख रुपए तक भी पहुंच सकती है।

दिल्ली विधानसभा की 70 सीटों पर वोटिंग कल

जनमार्ग न्यूज

नई दिल्ली। दिल्ली विधानसभा की 70 सीटों के लिए 5 फरवरी को सिंगल फेज में वोटिंग होगी। लोकसभा चुनाव में इंडिया ब्लॉक का हिस्सा रहीं 5 पार्टियां एक-दूसरे के खिलाफ मैदान में हैं। इनमें आम आदमी पार्टी (आप) और कांग्रेस सभी 70 सीटों पर आमने-सामने हैं। वहीं, कम्युनिस्ट पार्टी ऑफ इंडिया (सीपीआई) ने 6, कम्युनिस्ट पार्टी ऑफ इंडिया-मार्क्सिस्ट (सीपीएम) और कम्युनिस्ट पार्टी ऑफ इंडिया- मार्क्सिस्ट लेनेनिस्ट (सीपीआई-एमएल) ने 2-2 सीटों पर अपने प्रत्याशी उतारे हैं। भाजपा ने 68 सीटों पर कैंडिडेट उतारे हैं। दो सीटें सहयोगी पार्टियों को दी हैं। इसमें जनता दल- यूनाइटेड (रेडीयू) ने बुराड़ी और लोक जनशक्ति पार्टी- रामविलास (एलजेपी-आर) ने देवली सीट से प्रत्याशी उतारे हैं। महाराष्ट्र में भाजपा की सहयोगी राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (एनसीपी) 30 सीटों पर चुनाव लड़ रही है। शिवसेना प्रमुख और महाराष्ट्र के डिप्टी सीएम एकनाथ शिंदे ने सभी सीटों पर भाजपा को समर्थन दिया है। इसके अलावा बहुजन समाज पार्टी (बीएसपी) 70 और असदुद्दीन ओवैसी की ऑल इंडिया मजलिस-ए-इत्तिहादुल मुस्लिमीन (एआईएमआईएम) 12 सीटों पर चुनाव लड़ रही है।

राजस्थान विधानसभा सत्र के बीच आज कैबिनेट बैठक

❑ भजनलाल कैबिनेट से बड़े फैसलों की उम्मीद

जनमार्ग न्यूज

जयपुर। राजस्थान विधानसभा के बजट सत्र के बीच आज 4 फरवरी को शाम 4 बजे सीएम भजनलाल शर्मा की अध्यक्षता में कैबिनेट की बैठक होगी। इस कैबिनेट की बैठक में कई बड़े फैसले लिए जा सकते हैं। यह बैठक मंगलवार को मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के सीएम आवास पर होगी। पहले कैबिनेट और बाद में मंत्रिपरिषद की बैठक होगी। जानकारी के मुताबिक बैठक में उद्योग विभाग से जुड़ी कुछ पॉलिसी, कार्मिकों को लेकर नियमों में कुछ संशोधन और ऊर्जा अलावा अन्य कई विभागों से जुड़े मामले रखे जाएंगे। कैबिनेट बैठक को अभी तक आधिकारिक रूप से कोई एजेंडा जारी नहीं किया गया है, पर राजस्थान विधानसभा सत्र के बीच हो रही इस कैबिनेट की बैठक को बेहद अहम माना जा रहा है। ऐसे में माना जा रहा है कि भजनलाल सरकार इस कैबिनेट बैठक के जरिए विधानसभा क्षेत्र में रखे जाने वाले बिलों को अनुमोदित करेगी। कई विभागों के प्रस्ताव को इस कैबिनेट में मंजूरी मिलने की संभावना है। उधर, कैबिनेट बैठक से पूर्व दोपहर 12 बजे राजस्थान सरपंच संघ की ओर से सीएम भजनलाल का स्वागत अभिनंदन किया जाएगा। राजस्थान सरपंच संघ के प्रदेशाध्यक्ष बंशीधर गढ़वाल ने बताया कि राजस्थान सरपंच संघ के बैनर तले जयपुर पंचायतीराज सशक्तिकरण एवं अभिनंदन समारोह आयोजित किया जा रहा है। जानकारी के मुताबिक राज्य की भजनलाल सरकार विधायकों को कुंभ स्नान के लिए 8 फरवरी को कुंभ ले जाएगी। बताया जा रहे है कि स्पेशल विमानों से विधायक जाएंगे।

बजट सत्र में अखिलेश ने की महाकुंभ हादसे पर मौन की मांग

● डिजिटल कुंभ कराने वाले मृतकों के आंकड़े नहीं दे रहे, इंतजाम सेना को सौंपें: अखिलेश

जनमार्ग न्यूज

नई दिल्ली। संसद के बजट सत्र का आज (4 फरवरी) चौथा दिन है। लोकसभा में राष्ट्रपति के अभिभाषण पर धन्यवाद प्रस्ताव की चर्चा के दौरान सपा सांसद अखिलेश यादव ने चर्चा की शुरुआत की। अखिलेश ने महाकुंभ हादसे पर 2 मिनट मौन की मांग की। स्पीकर ने इससे इनकार कर दिया। अगर सत्ता पक्ष के मन में अपराध बोध नहीं है तो आंकड़े छिपाए क्यों जा रहे हैं। डिजिटल कुंभ कराने वाले मृतकों की मौत की डिजिट नहीं बता पा रहे हैं। खोया-पाया केंद्र ही नहीं मिल रहा है। सपा अध्यक्ष ने कहा कि वहां (महाकुंभ में) लोगों के चप्पलें-जूते और कपड़े बिखरे थे। यूपी के सीएम ने दुख नहीं प्रकट किया, जब सब जगह मौतों की बात आ गई तो उन्होंने 17 घंटे बाद इसे बताया।

दो मालगाड़ियों की टक्कर, दोनों लोको पायलट गंभीर

- ● रेड सिग्नल पर खड़ी थी एक ट्रेन
- ● पीछे से दूसरी ने टक्कर मारी

जनमार्ग न्यूज

फतेहपुर। उत्तर प्रदेश के फतेहपुर में दो मालगाड़ियों में भिड़ंत हो गई। एक मालगाड़ी ट्रैक पर खड़ी थी, तभी पीछे से दूसरी मालगाड़ी ने टक्कर मार दी। टक्कर इतनी तेज थी कि आगे खड़ी मालगाड़ी का इंजन और गार्ड का डिब्बा ट्रैक से नीचे जा गिरे। हादसे में दोनों ट्रेनों के लोको पायलट गंभीर रूप से घायल हो गए। घटना मंगलवार सुबह छ्स्न्रष्ट यानी डेडिकेटेड फ्रेट कॉरिडोर पर हुई। इस ट्रैक पर सिर्फ मालगाड़ियां ही चलती हैं। ऐसे में यात्री ट्रेनों पर घटना का असर नहीं हुआ। रेलवे के सीनियर अफसर मौके पर पहुंच गए हैं। दोनों ट्रेनों के लोको पायलटों को नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया। राहत और बचाव के लिए टीम पहुंच गई। ट्रैक को क्लियर किया जा रहा है। हादसा कानपुर-फतेहपुर के बीच खागा में पांभीपुर के पास अप लाइन पर हुआ। रेड सिग्नल पर खड़ी थी गाड़ी डीएफसी के अफसरों ने बताया कि ट्रैक पर रेड सिग्नल था। ऐसे में एक मालगाड़ी खड़ी थी। तभी अचानक पीछे से मालगाड़ी तेज रफ्तार में आई और उसने टक्कर मार दी। दोनों मालगाड़ी पर कोयला भरा हुआ था। हादसे के चलते फ्रेट कॉरिडोर की एक लाइन पर रेल यातायात प्रभावित है। कई मालगाड़ियों को रोक दिया गया है। कुछ के रूट बदले गए। रेलवे प्रशासन ने जांच के आदेश दिए हैं। पायलट की गलती से हुआ हादसा डीएफसी के एजीएम जोगिंदर सिंह मौके पर पहुंचे। उन्होंने कहा कि हादसे की जांच की जा रही है।

योगी और भूटान नरेश ने संगम में डुबकी लगाई

जनमार्ग न्यूज

प्रयागराज। सीएम योगी और भूटान नरेश जिग्मे खेसर नामग्याल वांगचुक ने संगम में डुबकी लगाई है। इसके बाद गंगा पूजन और आरती की, फिर अक्षयवट पहुंचे। वहां दर्शन-पूजन किया। योगी और भूटान नरेश के साथ लखनऊ से विमान से बमरौली एयरपोर्ट पहुंचे। वहां से सड़क मार्ग से महाकुंभ आए। अरैल घाट से बोट में सवार होकर संगम गए और स्नान किया। इस दौरान भूटान नरेश ने योगी के साथ पक्षियों को दाना खिलाया और फोटो भी खिंचवाई। योगी के दौरे को देखते हुए लेटे हनुमान मंदिर और अक्षयवट श्रद्धालुओं के लिए बंद कर दिया गया है। शाम 4 बजे के बाद खोला जाएगा। 5 फरवरी को पीएम मोदी महाकुंभ आ रहे हैं, ऐसे में योगी हेलीपैड से लेकर अरैल घाट और संगम नोज तक की व्यवस्था को भी देखेंगे।

राजस्थान बोर्ड एग्जाम टाइम टेबल में संशोधन

● 10वीं की एक अप्रैल और 12वीं की चार अप्रैल को होने वाली परीक्षा में बदलाव

जनमार्ग न्यूज

अजमेर। राजस्थान माध्यमिक शिक्षा बोर्ड प्रशासन ने आगामी 1 अप्रैल को 10वीं और 4 अप्रैल को की जाने वाली 12वीं परीक्षा की तिथियों में बदलाव किया है। बोर्ड ने 15 जनवरी को सैकण्डरी और सीनियर सैकण्डरी परीक्षा का टाइम टेबल जारी किया था। बोर्ड सचिव कैलाश चन्द्र शर्मा ने बताया कि बोर्ड द्वारा माध्यमिक, माध्यमिक व्यावसायिक एवं प्रवेशिका परीक्षा के जारी किए गए टाइम टेबल के अनुसार मंगलवार 1 अप्रैल को तृतीय भाषा- संस्कृत/उर्दू /गुजराती/सिन्धी/पंजाबी, संस्कृत (द्वितीय प्रश्न पत्र) की परीक्षा होनी थी। संशोधित टाइम टेबल के अनुसार यह परीक्षा अब शुक्रवार 4 अप्रैल को आयोजित की जाएगी। इसी कडी में उच्च माध्यमिक, उच्च माध्यमिक व्यावसायिक एवं वरिष्ठ उपाध्याय परीक्षा के जारी किए गए टाइम टेबल के अनुसार शुक्रवार 4 अप्रैल को कम्प्यूटर विज्ञान/इन्फोरमेटिक्स प्रेक्टिसेस की परीक्षा होनी थी। संशोधित टाइम टेबल के अनुसार यह परीक्षा अब सोमवार 7 अप्रैल को आयोजित की जाएगी।

For Rent

Vacant for Rent, from March 25 onwerd, 20 Vinayak Vihar, 30×60 hall, Ground floor, Commercial Hall , Baba Ramdev Road.
Please Contact 8005763176

रविदास जयंति पर1 दिन की सरकारी छुट्टी

जनमार्ग न्यूज

चंडीगढ़। पंजाब में श्री गुरु रविदास जी महाराज के प्रकाशोत्सव यानी 12 फरवरी को छुट्टी रहेगी। इस दिन सरकारी स्कूल, सरकारी ऑफिस और अन्य हर प्रकार के बोर्ड ऑफिस बंद रहेंगे। सरकार द्वारा लिए गए इस फैसला का समाज के लोगों ने स्वागत किया है। बता दें कि 12 फरवरी को देशभर में श्री गुरु रविदास महाराज जी की जयंती धूमधाम से मनाई जा रही है। इसी को लेकर यह फैसला लिया गया है। प्रकाश पर्व को लेकर पंजाब के विभिन्न जिलों में 11 फरवरी को शहर में भव्य शोभायात्रा निकाली जाएगी। श्री गुरु रविदास जी महाराज के प्रकाशोत्सव को लेकर 11 और 12 फरवरी को मीट और शराब की दुकानें बंद रखने का ऐलान किया गया था।

सरस बूथ के लिए यूआईटी कर रही है लोगों को अटकाने, लटकाने और भटकाने का काम

● सालों से लगा रहे हैं लोग सरस बूथ की मंजूरी के लिए यूआईटी के चक्कर

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। सरकारी कार्यालयों में किसी काम को किस प्रकार अटकाया, लटकाया और भटकाया जाता है इसकी बानगी अगर आपको देखनी है तो श्रीगंगानगर की नगर विकास न्यास इसका एक बड़ा उदाहरण है। दरअसल श्रीगंगानगर में सरस बूथ पार्लर लोगों के रोजगार का एक बड़ा साधन है परंतु नगर विकास न्यास के अधिकारी एक सरस बूथ की मंजूरी देने के लिए भी सालों तक लोगों को चक्कर कटवाते रहते हैं। यह अलग बात है कि नगर विकास न्यास क्षेत्र में सरकारी जमीन पर लोगों द्वारा अतिक्रमण करना आम बात है और नगर विकास न्यास के अधिकारी उस संबंध में अपनी आंखें मूंदे रहते हैं परंतु अगर सरस बूथ के लिए इस विभाग की मंजूरी लेनी है तो फिर बिना चढ़ावे के आपको यह मंजूरी नहीं मिल सकती है। ताजे मामले में हास्यास्पद बात यह भी है की नगर विकास न्यास ने स्वीकृति के बाद भी प्रार्थी द्वारा चाही गई जगह पर किसी और व्यक्ति को सरस बूथ आवंटित कर दिया । प्रार्थी ने जब नगर विकास न्यास के अधिकारियों से इस बारे में जानकारी चाही तो उन्होंने संबंधित व्यक्ति की पत्रावली ही गुम होने का कहकर उसे टरकाने की कोशिश की। प्रार्थी ने जब सूचना के अधिकार के तहत जानकारी मांगी तो विभाग के अधिकारियों ने आनन-फानन में पत्रावली ढूंढने के लिए एक टीम का गठन कर दिया और इस पत्रावली को ढूंढने के लिए सर्च वारंट तक जारी कर दिया। इस सारी कवायद का नतीजा भी वहीं निकला जो आमतौर पर सरकारी कार्यालयों में निकलता है, यहां भी ढ़ाक के तीन पात वाली बात रही । बड़ी बात यह है कि एक तरफ तो नगर विकास न्यास के अधिकारीयों की पूरी टीम इस पत्रावली को ढूंढने में लगी रही और दूसरी तरफ किसी दूसरे व्यक्ति को उस स्थान पर सरस बूथ आवंटित कर दिया गया । अब संबंधित व्यक्ति ने जिला कलक्टर को ज्ञापन देखकर अपने साथ हुई इस ज्यादती की शिकायत की है। हैरानी वाली बात यह भी है की प्रार्थी द्वारा सरस बूथ आवंटन के लिए दिए गए प्रार्थना पत्र से लेकर अब तक नगर विकास न्यास में जिला कलक्टर ही प्रशासक है। अब यह देखने वाली बात होगी कि पीडति को किस प्रकार से न्याय मिल सकता है। आपको बता दें की प्रार्थीया जुगुनू सैनी निवासी 03 ई छोटी ने दिनांक 23-03-2022 को श्रीगंगानगर जिला दुग्ध उत्पादक सहकारी संघ लि. के तहत एक सरस बूथ जिसका स्थान मेडिकल कॉलेज श्रीगंगानगर के मुख्य द्वार के पास था, के लिए नगर विकास न्यास में आवेदन किया था । प्रार्थीया के इस आवेदन को नगर विकास न्यास द्वारा स्वीकृत कर दिया गया था लेकिन प्रार्थीया को इसका स्वीकृति प्रमाण पत्र जारी नहीं किया गया जिस पर प्रार्थीया ने काफी बार विभाग में जाकर इस संबंध में जानकारी प्राप्त करनी चाही। प्रार्थीया को इस संबंध में बोला गया कि आपकी फाइल विभाग कार्यालय में गुम हो गई है। जिस पर विभाग द्वारा एक सर्च वारंट क्रमांक भू0वि0/2023-24 दिनांक 31.03.2024 जारी किया गया। बड़ी बात यह है कि तब से लेकर आज तक इस संबंध में नगर विकास न्यास के अधिकारियों ने प्राथिया को कोई संतोषजनक जवाब नहीं दिया। प्रार्थीया ने अनेकों बार इस संबंध में संबंधित अधिकारी से संपर्क किया किंतु प्रार्थीया को हर बार कोई ना कोई बहाना बनाकर टाल दिया गया। इसके बाद प्रार्थीया जुगनु सैनी ने इस संबंध में सूचना के अधिकार 2005 धारा 6 (1) के तहत आरटीआई भी लगाई जिस पर अभी कार्रवाई चल रही है। इसी दौरान नगर विकास न्यास के अधिकारियों ने किसी दूसरे व्यक्ति को इस जगह बूथ का आवंटन कर दिया और जुगनू सैनी द्वारा चाहे गये स्थान मेडिकल कॉलेज के मुख्य द्वार पर किसी अन्य व्यक्ति ने सरस बूथ स्थापित भी कर लिया। नगर विकास न्यास के अधिकारियों की कारस्तानी देखिये की एक व्यक्ति को सरस बूथ की कार्यवाही में उलझाए रखा और उस व्यक्ति द्वारा उक्त निर्धारित स्थान पर किसी अन्य व्यक्ति को सरस बूथ स्थापित करने की स्वीकृति दे दी। अब नगर विकास न्यास के अधिकारी यह भी नहीं बता रहे हैं कि अगर उक्त निर्धारित स्थान पर किसी अन्य व्यक्ति को सरस बूथ की स्वीकृति दी गई है तो उसका आधार क्या है और अगर प्रार्थीया को इसकी स्वीकृति नहीं दी गई है तो उसका कारण क्या रहा।

सम्पादकीय

बेखौफ घूम रहे अपराधी

अयोध्या के सहनवां गांव में दलित पृष्ठभूमि की एक युवती के साथ जैसी बर्बरता की खबर आई है, वह किसी भी संवेदनशील व्यक्ति को दहला देने के लिए काफी है। उत्तर प्रदेश सरकार जिस चीज को अपनी सबसे बड़ी उपलब्धि बता कर लगातार प्रचारित करती है, वह है अपराध और अपराधियों पर लगाम कसना। मगर वहां आए दिन जिस तरह की आपराधिक घटनाएं सुर्खियों में आती रहती हैं, उससे यही लगता है कि अपराध को पूरी तरह रोक देने के सरकारी दावों के बरक्स जमीनी हकीकत बिल्कुल अलग है। राज्य में अयोध्या के सहनवां गांव में दलित पृष्ठभूमि की एक युवती के साथ जैसी बर्बरता की खबर आई है, वह किसी भी संवेदनशील व्यक्ति को दहला देने के लिए काफी है। गौरतलब है कि युवती गुरुवार को रात दस बजे एक धार्मिक आयोजन में कथा सुनने निकली थी, लेकिन उसके बाद वह नहीं लौटी। उसके परिजनों ने गांव में खोजने के बाद पुलिस के पास गुमशुदगी की रपट भी दर्ज कराई। मगर खबरों के मुताबिक, पुलिस तुरंत सक्रिय होकर उसकी तलाश करने के बजाय महज खानापूर्ति करने में लगी रही। नतीजा यह हुआ कि दो दिन बाद उसके रिश्तेदारों को उसकी लाश मिली। शव की हालत से साफ था कि उसके साथ बेहद बर्बरता की गई थी। मामले के तूल पकड़ने के बाद पुलिस ने तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया। मगर सवाल है कि अगर राज्य में कानून-व्यवस्था को लेकर सरकार का दावा सच है तो अपराधियों के भीतर इस हद तक बर्बर हिंसा करने की हिम्मत कहां से और कैसे आई। वे किन वजहों से इतने आश्वस्त थे कि बेखौफ होकर पहले युवती का अपहरण किया, फिर सारी हदें पार करते हुए उसके साथ बर्बरता की और उसकी हत्या कर दी? गुमशुदगी का मामला दर्ज कराए जाने के बावजूद पुलिस तत्काल क्यों सक्रिय नहीं हुई? अगर पुलिस ने समय पर जरूरी सक्रियता बरतती और कार्रवाई करती, तो क्या युवती को नहीं बचाया जा सकता था? अफसोसनाक यह है कि एक ओर राज्य सरकार लगातार अपराध पर काबू पा लेने की दुहाई देती रहती है, दूसरी ओर अयोध्या जैसे शहर से भी बर्बर अपराधों की खबरें आ रही हैं और अपराधी बेखौफ घूम रहे हैं।

'यमुना में जहर' की राजनीति डरावनी

राजनीति में नेता और पार्टियां एक दूसरे के विरुद्ध आरोप लगाते हैं, नेताओं की आपसी दुश्मनी भी हुई किंतु कभी ऐसा आरोप नहीं लगा कि एक प्रदेश की सरकार दूसरे प्रदेश में चुनाव न जीतने के कारण पानी में जहर मिलाकर वहां के लोगों को मारना चाहती है। बाद में भले आम आदमी पार्टी और दिल्ली की मुख्यमंत्री आतीशी ने पानी में अमोनिया की अधिकता की बात की, लेकिन केजरीवाल के वक्तव्य में अमोनिया का नाम तक नहीं था। विधानसभा चुनाव में किसकी जीत या हार होगी यह अलग विषय है। पर क्या आप की तरफ से इस तरह के जघन्य और घृणित आरोपों की राजनीति होनी चाहिए?

जब दिल्ली के पूर्व मुख्यमंत्री और आम आदमी पार्टी के प्रमुख अरविंद केजरीवाल ने कहा था कि यमुना से हमको वोट नहीं मिलता यह मैं समझ गया हूं तब उन्हें इसका आभास नहीं रहा होगा कि यमुना का पानी भी दिल्ली विधानसभा चुनाव का बड़ा मुद्दा हो सकता है। स्वयं उन्हीं के अकल्पनीय वक्तव्य से दिल्ली में यमुना का पानी इस समय बहुत बड़ा मुद्दा बन गया है। उन्हें अपने भयावह वक्तव्य के वर्तमान परिणतियों की भी आशंका नहीं रही होगी। भाजपा द्वारा शिकायत के बाद चुनाव आयोग ने उनसे नोटिस जारी कर विस्तृत विवरण मांगा और उनके उत्तर से स्वाभाविक ही संतुष्ट होने का कोई कारण नहीं था तो फिर दोबारा नोटिस भेजा गया है। इनमें अनेक प्रश्नों का उत्तर उनके लिए देना कठिन है। चुनाव आयोग ने साफ-साफ कहा है कि गोलमोलल जवाब देने की बजाय सीधे-सीधे उत्तर दें अन्यथा उन्हें पता है कि उनके विरुद्ध क्या कार्रवाई हो सकती है। इसी तरह हरियाणा में भीउनके विरुद्ध मुकदमा दर्ज कराया है। केजरीवाल और उनकी पार्टी चुनाव आयोग भाजपा कांग्रेस को ही कह रही है कि वह अमोनिया वाला पानी पीकर दिखाएं मानो दिल्ली में यमुना पानी की उनकी नहीं, इनकी जिम्मेवारी है। निश्चित रूप से उनके विरुद्ध मुकदमा दर्ज हो सकता है। मुकदमे की परिणति जो भी हो उन्होंने जिस तरह की बातें कीं वैसा स्वतंत्र भारत के इतिहास में किसी भी नेता ने नहीं किया। इस आरोप से कि दिल्ली में आ रहे यमुना के पानी में हरियाणा सरकार ने जहर मिला दिया है, देश में सनसनी फैल गई। उन्होंने डिजिटल पेनिट्रेशन व उनके पार्टी ने इसे बायोलॉजिकल वीपन या जैव हथियारों से तुलना करते हुए जल आतंकवाद तक कह दिया।

राजनीति में नेता और पार्टियां एक दूसरे के विरुद्ध आरोप लगाते हैं, नेताओं की आपसी दुश्मनी भी हुई किंतु कभी ऐसा आरोप नहीं लगा कि एक प्रदेश की सरकार दूसरे प्रदेश में चुनाव न जीतने के कारण पानी में जहर मिलाकर वहां के लोगों को मारना चाहती है। बाद में भले आम आदमी पार्टी और दिल्ली की मुख्यमंत्री आतीशी ने पानी में अमोनिया की अधिकता की बात की, लेकिन केजरीवाल के वक्तव्य में अमोनिया का नाम तक नहीं था। अगर वे कहते कि हरियाणा से दिल्ली आ रहे पानी में अमोनिया की मात्रा ज्यादा है और उनसे जानलेवा भयानक बीमारियां दिल्ली के लोगों को हो सकती है तो इसका उत्तर दूसरे तरीके से दिया जा सकता था। दिल्ली जल बोर्ड की ओर से इसका खंडन करते हुए बताया गया कि यमुना में इस मौसम में अमोनिया की मात्रा हमेशा ज्यादा रही है। चूंकि यहां उसके शोध की क्षमता नहीं है इसलिए पानी को दिल्ली आने से रोका जाता है। पहले आप की ओर से कहा गया कि जल बोर्ड ने राज्यपाल के दबाव में इस तरह खंडन किया है। अचानक उनकी रणनीति बदली और आप के नेता और प्रवक्ता जल बोर्ड के खंडन को ही अपने पक्ष में प्रमाण के रूप में प्रस्तुत करने लगे। तर्क यह दिया गया कि देखो, अरविंद केजरीवाल जी ने गलत तो कुछ कहा नहीं है जल बोर्ड भी वही कह रहा है जबकि जल बोर्ड ने इस समय हरियाणा द्वारा जहर डालने और उसके कारण पानी की कमी के आरोपों का खंडन किया था।

सच है कि केजरीवाल के आरोपों और दिल्ली के यमुना जल में अमोनिया की उपलब्धता की कोई तुलना नहीं है।

हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने इसकी आलोचना करते हुए आपराधिक मानहानि के मुकदमे के कारण भी दांव उल्टा पड़ा है। वैसे इसे अच्छा ही मनाना चाहिए कि लोगों के बीच यमुना जल की स्वच्छता निर्मलता आदि पर इसके कारण बहस चल रही है और लोग उसमें भाग ले रहे हैं। नायब सिंह सैनी ने पहले चुनौती दी कि मैं यमुना का जल पी कर दिखाऊंगा, केजरीवाल दिल्ली के यमुना जल को पीकर दिखाएं। सैनी ने पिया। आम आदमी पार्टी ने आधा वीडियो निकाल कर बताना शुरू किया कि ये तो मुंह में डालकर फेंक रहे हैं। पूरा वीडियो देखने वाले बता सकते हैं कि पहले पानी को उन्होंने कुल्ला किया और उसके बाद पीकर शरीर पर छिड़का है। कोई भी नेता दिल्ली के यमुना जल को मुंह में भी डालने का साहस नहीं दिखा सकता। यह कहना गलत नहीं होगा कि अरविंद केजरीवाल जैसे चालाक और क्षण में हावभाव बदलकर हर विषय को अपने प्रति सहानुभूति में बदलने में माहिर केजरीवाल को इस समय लेने के देने पड़ते दिख रहे हैं।

विधानसभा चुनाव में किसकी जीत या हार होगी यह अलग विषय है। पर क्या इस तरह के जघन्य और घृणित आरोपों की राजनीति होनी चाहिए? क्या कोई भी पार्टी या सरकार इस कारण किसी राज्य की जनता को मारना चाहेगी कि उनका बहुमत उसे वोट नहीं दे रहा? इसी दिल्ली की जनता ने लोकसभा चुनाव में सभी सातों सीट भाजपा को दिया है। अगर दिल्ली की जनता को जहर दिया जाएगा तो उसमें बीजेपी के सदस्य, नेता और कार्यकर्ता भी मरेंगे। दिल्ली में हरियाणा के लोग भी भारी संख्या में होंगे। केजरीवाल की शैली ऐसी है कि वह जो बोलेंगे तो कुछ ऐसे लोग हैं जो उनकी बातों पर विश्वास कर लेते हैं। दुखद सच है कि अरविंद केजरीवाल और उनकी पार्टी को काम करना नहीं आता। जब आपको काम करना नहीं आता तो आप अपने दायित्व से पल्ला झाड़ने के लिए दूसरों को दोषी ठहराते हैं। आरोप लगाते हैं कि उपराज्यपाल काम करने नहीं देता, केंद्र काम करने नहीं देता, हमारे पैसे नहीं देते, हमको झूठे मुकदमों में फंसा कर जेल में डालती है आदि -आदि। अभी कह रहे हैं कि चुनाव आयोग भी अब हमको जेल में डालने वाला है। समूची दिल्ली की सड़कें गड्ढों में बदल चुकी है। लूटियन दिल्ली को छोड़ दें तो शायद ही दिल्ली में कोई सड़क हो जहां आपकी गाड़ी या सवारी सरपट चल सके। इस कारण ट्रैफिक जाम से लेकर गाड़ी के मेंटेनेंस के खर्च पड़ रहा है एवं प्रदूषण वृद्धि में भी इसका योगदान है। पानी की हालत यह है कि बहुत बड़ा वर्ग पानी खरीद कर पी रहा है। झोपड़ियां तक पानी के बड़े-बड़े कैन आ रहे हैं। 10 वर्ष के कार्यकाल में दिल्ली में किसी एक फ्लाईओवर और फुट ओवर ब्रिज की मरम्मत तो छोड़िए पेंटिंग भी नहीं हुई है।

यह तो नहीं माना जा सकता हरियाणा या उत्तर प्रदेश या पंजाब की नदियां पूरी तरह स्वच्छ व निर्मल हैं। हरियाणा के यमुना जल में कारखाने से निकलने वाले कचरे नहीं गिरते हैं यह भी नहीं कह सकते, पर दिल्ली जैसी यमुना में सड़ांध कहीं नहीं है। दिल्ली में पूरी यमुना की लंबाई का 2% है लेकिन इसके प्रदूषण का 80% अंशदान इसी का होता है। इसके लिए हम दूसरे सरकार को जिम्मेदार नहीं मान सकते। यमुना शुद्धिकरण की योजना पर तरीके से काम नहीं किया गया। यमुना स्वच्छता से लेकर नमामि गंगे आदि के तहत दिल्ली सरकार को पूरे पैसे और सहयोग मिले हैं। यहां निर्धारित 12 सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट निर्मित होकर चालू नहीं हुए। इसके लिए किसे दोषी माना जाएगा? जहां के जल का मुख्य स्रोत यमुना नदी हो वहां किस तरह का पीने का पानी और वातावरण मिल रहा होगा इसकी कल्पना करिए। किसी परिस्थिति में दूसरी सरकार को पूरे राज्य की जनता की हत्या की कोशिश करने वाला बता देना क्षमा योग्य राजनीति नहीं है।

खेलो इंडिया अब हर एथलीट की यात्रा का बड़ा हिस्सा क्यों

सात वर्ष पूर्व, हमने 2018 में खेलो इंडिया स्कूल गेम्स (केआईएसजी) के शुभारंभ के साथ एक आंदोलन की ज्योति प्रज्वलित की थी। आज जब मैं देखता हूं कि हम इस मामले में कितना आगे निकल चुके हैं, तो मुझे बेहत गर्व होता है, न केवल उन पदकों के लिए जो हमने जीते हैं, बल्कि जिस तरह से खेलो इंडिया ने हमारे देश में खेलों के मूल स्वरूप में बदलाव किया है, उसको देखते हुए भी यह अनुभूति होती है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व में संकल्पित, खेलो इंडिया कभी भी केवल पदक जीतने के संदर्भ से जुड़ा नहीं था, सही मायने में यह खेलों के लिए एक राष्ट्रव्यापी आंदोलन को प्रज्वलित करने के साथ-साथ एक ऐसी संस्कृति को बढ़ावा देने की परिकल्पना थी, जहां हर बच्चे को खेलने व समग्र रूप से विकसित होने का अवसर मिले। आज, यह आंदोलन खेलो इंडिया गेम्स के 16 संस्करणों में विस्तारित एक बहुआयामी राष्ट्रीय कार्यक्रम के रूप में विकसित हो चुका है, यह एक ऐसी पारिस्थितिकी व्यवस्था बना रहा है जो युवा प्रतिभाओं का पोषण करती है, विश्व स्तरीय बुनियादी ढांचा तैयार करती है और खेलों में समावेशिता को बढ़ावा देने के साथ-साथ भारत के एक प्रमुख वैश्विक खेल राष्ट्र बनने के महत्वाकांक्षी लक्ष्य की आधारशिला भी रखती है। खेलो इंडिया स्कूल गेम्स (केआईएसजी) के उद्घाटन ने भारत में जमीनी स्तर की खेल क्रांति की दिशा तय की है। विद्यालय स्तर की प्रतियोगिताओं में अपार संभावनाओं को पहचानते हुए, केआईएसजी ने युवा एथलीटों के लिए अंतर-स्कूल प्रतियोगिताओं से राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय खेल आयोजनों में शामिल होने के लिए एक व मार्ग बनाया। पिछले कुछ वर्षों में, इस पहल ने हजारों एथलीटों की पहचान की है और उनका पोषण किया है, जिनमें से कुछ ओलंपिक और एशियाई खेलों में भारत का प्रतिनिधित्व कर चुके हैं। इस व्यवस्था का सबसे बड़ा उदाहरण खेल रत्न पुरस्कार विजेता मनु भाकर हैं, जिन्होंने स्कूल गेम्स से यूनिवर्सिटी गेम्स में पदार्पण किया और वह पेरिस ओलंपिक में दोहरी कांस्य पदक विजेता बनीं।

खेलो इंडिया गेम्स के व्यापक ढांचे में केआईएसजी के विस्तार के साथ, जमीनी स्तर पर प्रतिभाओं की पहचान अधिक मजबूत हो चुकी है। विद्यालय, छोटी आयु की प्रतिभाओं के केंद्र बने हुए हैं और खेलो इंडिया ने यह सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है कि इन युवा एथलीटों को विश्व स्तरीय प्रशिक्षण के साथ बुनियादी सुविधाएं और प्रदर्शन करने के अवसर मिलें। आज, खेलो इंडिया के विद्यालय और विश्वविद्यालय स्तर के चैंपियन उच्चतम स्तर पर पदक जीत रहे हैं और यह कार्यक्रम की प्रभावशीलता का प्रमाण है। अपनी स्थापना के बाद से, खेलो इंडिया ने अपने खेलों के 16 संस्करण आयोजित किए हैं, जिनमें छह युवा खेल, चार विश्वविद्यालय खेल, पांच शीतकालीन खेल और एक पैरा-खेल शामिल हैं।

स्कूली खेल व उसके बाद के युवा खेल अब युवा एथलीटों के लिए प्रमुख प्रतियोगिता और भारत के भावी ओलंपियनों के लिए एक महत्वपूर्ण प्रतिभा-खोज कार्यक्रम बन चुके हैं। इस विस्तार ने प्रतिस्पर्धा के विभिन्न स्तरों पर एथलीटों के लिए एक सहज प्रोत्साहन मार्ग सुनिश्चित किया है, जिससे भारत की खेल श्रृंखला मजबूत हुई है। खेलो इंडिया सिर्फ़ एथलीट पहचान कार्यक्रम से कहीं आगे बढ़ चुका है। अब इसमें कॉर्पोरेट, राज्य सरकारें, निजी अकादमियां और जमीनी स्तर के संगठन समेत कई हितधारक शामिल हैं। निजी क्षेत्र की भूमिका काफ़ी बढ़ गई है, जिसमें निगम प्रायोजन, बुनियादी ढांचा परियोजनाओं और एथलीट मेंटरशिप कार्यक्रमों के माध्यम से खेल विकास में निवेश कर रहे हैं। सरकार, राष्ट्रीय खेल महासंघों (एनएसएफ) और कॉर्पोरेट संस्थाओं के साथ भागीदारी के ज़रिए लक्षित समर्थन सुनिश्चित करके खेलों में कॉर्पोरेट जुड़ाव को और बढ़ाने के लिए 'एक कॉर्पोरेट, एक खेल' पहल शुंभारभ कर रही है। राज्य सरकारों ने भी पहल की है, क्षेत्रीय खेल प्राथमिकताओं के आधार पर खेलो इंडिया केंद्र (केआईसी) का प्रस्ताव दिया है, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि खेल विकास स्थानीय जरूरतों के अनुरूप हो। इसके अलावा, देश के विभिन्न क्षेत्रों में ओलंपिक प्रशिक्षण केंद्र (ओटीसी) स्थापित करने की योजनाएं हैं। ये विश्व स्तरीय उच्च प्रदर्शन केंद्र पैरा-स्पोर्ट्स और स्वदेशी खेलों सहित शीर्ष एथलीट प्रशिक्षण प्रदान करेंगे और अत्याधुनिक खेल बुनियादी ढांचे, खेल विज्ञान और खेल चिकित्सा सुविधाओं से लैस होंगे। इसके अलावा, प्रशिक्षण देने के लिए राज्य उत्कृष्टता केंद्र (एससीओई) स्थापित किए जाएंगे।

श्रीकृष्ण का क्रिया योग

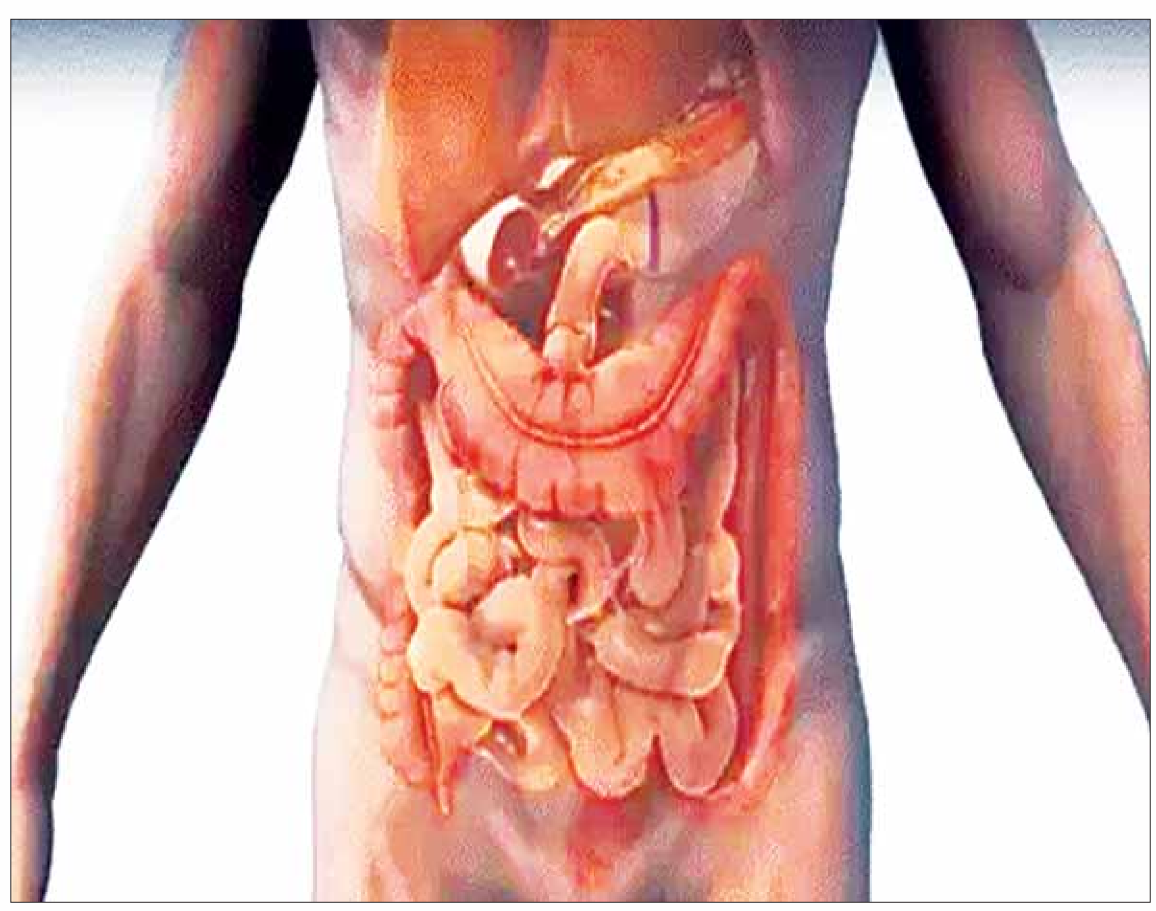
योगदा सत्संग सोसाइटी के संस्थापक और 'योगी कथामृत' के लेखक श्री श्री परमहंस योगानंद की श्रीमद्भगवद्गीता पर व्याख्या 'ईश्वर-अर्जुन संवाद' के अनुसार, कृष्ण शब्द की अनेक व्युत्पत्ति में हैं। इनमें 'श्याम' सर्वाधिक प्रचलित है, जो उनके रंग-रूप की ओर संकेत करता है। उन्हें चित्रों में प्रायः गाढ़े नीले रंग का दिखाया जाता है, जो देवत्व का प्रतीक है। नीला रंग दिव्य नेत्र में (भ्रूमध्य के बीच) दिखने वाले नीले प्रकाश का भी प्रतीक है, जो योग में चेतना की कूटस्थ चैतन्य अवस्था को दर्शाता है। मतलब कृष्ण का रंग आध्यात्मिकता का भी प्रतीक है और एक गूढ़ अर्थ की ओर संकेत करता है। योगानंद जी के अनुसार, इंद्रिय जनित लिप्स ग्रस्त संसार दिव्य प्रेम की शुद्धता को नहीं समझ पाता। शाब्दिक अर्थों से परे गोपियों संग कृष्ण लीलाओं का प्रतीकात्मक अर्थ, ब्रह्म और सृष्टि के उस रास से है, जो ईश्वरीय लीला को संसार में व्यक्त करता है। कृष्ण की वंशी की मधुर तान भक्तों को ध्यान जनित समाधि के मंडप में आने को पुकारती है, ताकि वह आनंददायक ईश्वरीय प्रेम का पान कर सकें। कृष्ण के जीवन का दर्शन हमें भौतिक जीवन के दायित्वों के निर्वहन और उन्हीं के बीच ईश्वर का सानिध्य पाने के प्रयासों के मध्य सामंजस्य साधना सिखाता है। कृष्ण सिखाते हैं कि परिवेश कुछ भी हो, ईश्वर को वहीं ले आओ, जहां उसने तुम्हें रखा है। कृष्ण ने अपने राजसी दायित्व निभाने हेतु दुष्ट शासकों के विरुद्ध कई अभियान किए, जिनमें कौरव-पांडवों के बीच हुए महाभारत युद्ध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

शिव जी के अंशावतार हैं हनुमान जी

शिव जी के 19 अवतारों में से एक अवतार है हनुमान। इसे शिव जी का अंशावतार माना जाता है। त्रेता युग में जब रावण का आतंक बढ़ गया, तब विष्णु जी राम अवतार लेने वाले थे। उस समय सभी देवताओं ने श्रीराम की सेवा और मदद करने के लिए अलग-अलग अवतार लिए थे। शिव जी ने श्रीराम के परमभक्त हनुमान जी के रूप में अवतार लिया था। जब श्रीराम अश्वमेध यज्ञ कर रहे थे। उनका यज्ञ घोड़ा घूमते-घूमते देवपुर नगर पहुंचा। उस नगर के राजा थे वीरमणि। वीरमणि शिव भक्त थे। राजा के पुत्र रुक्मांगद ने यज्ञ के घोड़े को बंदी बना लिया था। जब ये बात जब श्रीराम के भाई शत्रुघ्न को मालूम हुई तो उन्होंने देवपुर पर आक्रमण कर दिया। शत्रुघ्न और वीरमणि की सेना का युद्ध शुरू हुआ तो हनुमान जी भी वीरमणि की सेना खत्म करने लगे। राजा की हार होती देखकर शिव जी राजा की ओर से युद्ध करने लगे। युद्ध में जब शिव जी और हनुमान जी का सामना हुआ तो हनुमान जी ने उनसे पूछा कि आप तो राम भक्त हैं। फिर हमसे युद्ध क्यों कर रहे हैं। शिव जी ने कहा कि मैंने राजा वीरमणि को उसके राज्य की रक्षा करने का वचन दिया है इसलिए मुझे राजा की ओर से युद्ध करना पड़ रहा है, वह मेरा प्रिय भक्त है। शिव जी और हनुमान जी के बीच युद्ध हुआ, लेकिन जब शिव जी पराजित नहीं हुए तो उन्होंने श्रीराम का स्मरण किया। जब श्रीराम युद्ध में पहुंचे तो शिव जी राजा वीरमणि के साथ श्रीराम की शरण में चले गए। इस तरह ये युद्ध शांत हो गया।

कैंसर क्यों होता है, भारत में हर साल 9 लाख मौतें

साइंटिफिक जर्नल नेचर में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, भारत में साल 2021 में ब्रेस्ट कैंसर के 1.25 करोड़ मामले थे। इसका मतलब है कि भारत की कुल आबादी के लगभग 1 प्रतिशत लोग ब्रेस्ट कैंसर से जूझ रहे थे। इसमें 99 प्रतिशत मामले महिलाओं के थे। ब्रेस्ट कैंसर के कारण 2021 में भारत पर लगभग 69 हजार करोड़ रुपये का आर्थिक बोझ पड़ा। जितनी तेजी से ब्रेस्ट कैंसर के मामले बढ़ रहे हैं, अनुमान है कि साल 2030 तक इसके कारण भारत पर 1 लाख 20 हजार करोड़ रुपए का आर्थिक बोझ पड़ेगा। अगर सभी तरह के कैंसर की बात करें तो विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के मुताबिक, भारत में साल 2022 में कैंसर के कुल 14.1 लाख नए मामले सामने आए और कुल 9.1 लाख लोगों की मौत हुई। हमारे शरीर में लगभग 30 खरब यानी 30 लाख करोड़ कोशिकाएं हैं। ये सभी एक निश्चित पैटर्न में नियंत्रित तरीके से बढ़ती हैं और एक समय के बाद खुद ही नष्ट हो जाती हैं। इनकी जगह नई कोशिकाएं आ जाती हैं। कैंसर होने पर ये सामान्य कोशिकाएं कैंसर सेल्स में बदल जाती हैं और अनियंत्रित तरीके से कई गुना बढ़ने लगती हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के मुताबिक, साल 2022 में कैंसर के कारण लगभग 1 करोड़ लोगों की मौत हुई। इसका मतलब है कि दुनिया में किसी भी कारण से हुई हर 6 मौत में से एक मौत का कारण कैंसर था। इसमें सबसे ज्यादा मौतों का कारण लंग, लिवर और ब्रेस्ट का कैंसर है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक, स्मोकिंग या किसी दूसरे रूप में तंबाकू का सेवन कैंसर का प्रमुख कारण है। अमेरिका में एक तिहाई कैंसर के मामलों के लिए स्मोकिंग जिम्मेदार है। इसके अलावा अनहेल्दी फूड और लो फिजिकल एक्टिविटी भी कैंसर की बड़ी वजह है। किसी व्यक्ति को शरीर के किस हिस्से में कैंसर हुआ है और यह कितना बढ़ चुका है, इस आधार पर इसे चार स्टेज में बांटा जाता है। स्टेज के आधार पर ट्रीटमेंट का तरीका तय होता है। कैंसर के मामले में इसका पता जितनी जल्दी चलता है, मरीज के ठीक होने की संभावना भी उतनी ही ज्यादा होती है। साथ ही ट्रीटमेंट में खर्च भी कम आता है। कैंसर के ज्यादातर मामले तीसरी-चौथी स्टेज में जाकर पता चलते हैं। इसलिए इलाज मुश्किल हो जाता है और पेशेंट के बचने की संभावना भी कम हो जाती है। अगर समय पर स्क्रीनिंग टेस्ट करवाए जाएं तो अधिकतर मामले शुरुआती स्टेज में ही पकड़ में आ सकते हैं। हर किसी को अपनी उम्र और जेंडर के हिसाब से ये स्क्रीनिंग टेस्ट करवाने चाहिए। अगर डॉक्टर को कैंसर के लक्षण दिख रहे हैं तो ज्यादातर मामलों में बायोप्सी की जाती है। इसके अलावा ब्लड टेस्ट, सीटी स्कैन, एमआरआई और



एक्स-रे जैसे टेस्ट भी किए जा सकते हैं। कैंसर से बचाव किया जा सकता है। इससे बचने का सबसे अच्छा तरीका ये है कि लाइफस्टाइल अच्छी होनी चाहिए, सिगरेट-शराब जैसी बुरी आदतें नहीं होनी चाहिए, टॉक्सिन एक्सपोजर से बचना चाहिए और एक निश्चित उम्र के बाद कैंसर स्क्रीनिंग टेस्ट करवाना चाहिए। सिगरेट न पिएं और तंबाकू का सेवन न करें। शराब का सेवन सीमित करें या बेहतर होगा कि बिलकुल न करें। शरीर पर चर्बी न चढ़ने दें, हेल्दी वेट मेंटेन करें। नियमित रूप से एक्सरसाइज करें। अपने भोजन में ज्यादा मात्रा में फल-सब्जियों को शामिल करें। सभी रंग की सब्जियां और फल खाएं। प्रदूषण वाले क्षेत्र में मास्क लगाकर जाएं। खुली धूप में पूरे बाजू के कपड़े पहनें। सेफ सेक्स के लिए कंडोम जरूर पहनें। कीमोथेरेपी एक तरह का सिस्टमेटिक ट्रीटमेंट है। इसकी मदद से शरीर में तेजी से बढ़ रही कैंसरस सेल्स को खत्म किया जाता है। पेशेंट की हेल्थ कंडीशन और कैंसर की स्टेज के आधार कई बार केवल कीमोथेरेपी दी जाती है, जबकि कुछ मामलों में इसके साथ सर्जरी, रेडिएशन या हॉर्मोन थेरेपी की भी जरूरत होती है। यह एक तरह का मिथ है। सभी दवाओं के कुछ-न-कुछ साइड इफेक्ट्स होते हैं। जब सामान्य बुखार में इस्तेमाल हो रही पैरासिटामॉल के साइड इफेक्ट्स होते हैं तो कीमोथेरेपी के भी दुष्प्रभाव हो सकते हैं। चूंकि यह कैंसर जैसी गंभीर बीमारी के इलाज में दी जाने वाली थेरेपी है तो इसके प्रभाव भी गंभीर हो सकते हैं। किसी पेशेंट के लिए कीमोथेरेपी सही है या नहीं, डॉक्टर इसका फैसला पेशेंट की उम्र और उसकी ओवरऑल हेल्थ को ध्यान में रखकर करते हैं।

जनमार्ग सिटी न्यूज
JANMARG news
जनमार्ग
श्रीगंगानगर, मंगलवार, 04 फरवरी 2025
» रायसिंहनगर » गजसिंहपुर » सादुलशहर » अनूपगढ़ » रामसिंहपुर » जैतसर » पक्कासहारणा » केसरीसिंहपुर » पदमपुर » लालगढ़ » मांझूवास » फकीरवाली » श्रीबिजयनगर

महात्मा गांधी विद्यालय, पुलिस लाईन में जिला व ब्लॉक स्तरीय सूर्य नमस्कार कार्यक्रम

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। शिक्षा विभाग श्रीगंगानगर की ओर से सूर्य सप्तमी के अवसर पर जिला व ब्लॉक स्तरीय सूर्य नमस्कार कार्यक्रम का आयोजन महात्मा गाँधी विद्यालय नं. 5 पुलिस लाईन में किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि विष्णु खत्री अतिरिक्त जिला पुलिस अधीक्षक एससीएसटी सैल व गृजेशकांत शर्मा जिला शिक्षा अधिकारी श्रीगंगानगर थे। कार्यक्रम संयोजकअरविन्द्र सिंह मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी, सह-संयोजक मुकेश मल्होत्रा व वेद जलंधरा अतिरिक्त जिला शिक्षा अधिकारी थे। मुख्य वक्ता सुनील भाटिया मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी एवं अजय योगी योगाचार्य थे। विशिष्ठ अतिथि के रूप में जगीरचन्द फरमा, विक्रम ज्याणी, ओमप्रकाश मीना, फूसाराम, महावीर प्रसाद, इन्दूभूषण चावला, श्रीमती सरोज, निर्मला, गोल्डी पाहूजा उपस्थित रहे। कार्यक्रम में एसडीएमसी, एसएमसी के सदस्य व अभिभावकगण महात्मा गाँधी विद्यालय इन्द्रा चौक का स्टॉफ संतोष कुमारी, चित्रलेखा, बलवंत, लक्ष्मी एवं विद्यार्थी विशेष रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथियों, अभिभावकों का विद्यालय की प्रधानाचार्या रिम्पा तलवार ने विद्यालय परिवार की ओर से स्वागत एवं अभिनन्दन किया।

कार्यक्रम संयोजक अरविन्द्र सिंह ने कहा कि सूर्य नमस्कार 12 शक्तिशाली योग अपनाने का एक समन्वय है जो एक उत्तम कार्डियो वस्क्यूलर व्यायाम है और स्वास्थ्य के लिए अत्याधिक लाभकारी है। विष्णु खत्री ने सभी को सूर्य नमस्कार करने के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि सूर्य नमस्कार के नियमित अभ्यास से शरीर में रक्त संचरण बेहतर होता है, स्वास्थ्य बना रहता है और शरीर रोग से मुक्त रहता है। गिरजेश कांत शर्मा ने कहा कि सूर्य नमस्कार के नियमित अभ्यास से शरीर में शक्ति और ओज की वृद्धि होती है। सुनील भाटिया ने कहा कि हमें सूर्य नमस्कार को जीवन में अपनाना चाहिए । ऊँ.रविये नमः जो प्रकाशवान और सदा उज्जवलित है, तीसरे मंत्र अंधकार को मिटाने वाला व जीवन को गतिशील बनाता है। चौथा मंत्र - जो सदैव प्रकाशवान है इस प्रकार प्रत्येक मंत्र हमें कुछ न कुछ शिक्षा प्रदान करता है जिससे हमारी सोच सकारात्मक बनती है।

मुकेश मल्होत्रा ने सूर्य नमस्कार द्वारा होने वाले शारीरिक लाभ के विषय में बताया। वेद जलंधरा ने सूर्य नमस्कार की विभिन्न स्थितियों के बारे में बताया जिसमें बारह स्थितियों-प्रणामासन, हस्त उत्तानासन, पादहस्तासन, अश्व संचालनासन, अष्टांग नमस्कार, भुजगासान, पर्वतासान, अश्व संचालनासन, पादहस्तासन,हस्त उत्तानासन व प्राणामासन की जानकारी दी।

योगाचार्य अजय योगी द्वारा विभिन्न स्थितियों पर अभ्यास करवाया जिसमें विद्यालय के विद्यार्थियों जैसमीन, भारती, आरूषी, चारू व अध्यापक मनीभद्र, मधुसुदन का विशेष सहयोग रहा। विक्रम ज्याणी द्वारा नशामुक्ति की शपथ दिलाई।

प्रधानाचार्या एवं स्वागताध्यक्ष रिम्पा तलवार ने कहा कि सूर्य नमस्कार से हमारा शरीर स्वस्थ और मन शांत रहता है । इसलिए सभी योग विशेषज्ञ सूर्य नमस्कार के नियमित अभ्यास पर विशेष बल देते हैं। उन्होंने कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए सभी सहयोगकर्ताओं का धन्यवाद ज्ञापित किया।

जनमार्ग पढ़ें
ताजा खबरें
ज्यादा खबरें

दहेज हत्या का मुक़दमा दर्ज कर आरोपियों के खिलाफ कानूनी कार्यवाही करने की मांग

परिवारजनों के साथ ग्रामीणों ने सदर थानाधिकारी को ज्ञापन

जनमार्ग न्यूज

हनुमानगढ़ । दहेज हत्या का मुक़दमा दर्ज कर आरोपियों के खिलाफ़ सख्त कानूनी कार्यवाही करने की मांग को लेकर सोमवार परिवारजनों के साथ ग्रामीणों ने सदर थानाधिकारी को ज्ञापन सौंपा प्रतिनिधि मंडल में शामिल ओंकार सिंह ने बताया कि पीलीबंगा निवासी राकेश पुत्र नायक की बहन मंजू की शादी सन् 2016 में हनुमान पुत्र लिखमाराम जाति नायक निवासी चक 1 एलजी डब्लोवाला हैड के साथ हिन्दू रिति रिवाज के साथ हुई थी मंजू की शादी में परिजनों ने हैंसियत से बढ़-चढ़कर दान यहेज दिया था किन्तु पति हनुमान सास भागवती, ससुर लिखमाराम उक्त दिये गये दहज से खुश नहीं हुए और आये दिन मंजू के साथ दहेज की मांग को लेकर मोटरसाईकिल की मांग करने मंजू अपने घर बसाने की गर्ज से सब कुछ सहन करती रही लेकिन मंजू के पति व सास-ससुर उक्त दहेज की मांग को लेकर मंजू को प्रताड़ित करते रहे लेकिन मंजू के सास-ससुर अपनी नाजायज मांग को लेकर अड़े रहे पता चलने पर परिवार द्वारा पंचायत कर मजू को घर भेज दिया। पंचायत में मदनलाल, राकेश, ओमकार, नजू के पिता बेगराज मौजूद थे जिन्होने पंचायत कर मजू का घर बसाया। 29 जनवरी की रात्रि मंजू के साथ मारपीट की व मंजू की हत्या कर घर में बनी पानी की डिग्गी में डाल दियो 30 जनवरी को सुबह ससुराल पक्ष का फोन आया कि मंजू ज्यादा बीमार है आप जल्दी आओं राकेश, मदनलाल, सीताराम, ओमकार भाइनलाल, पोहलारान आदि मौका पर मंजू के ससुराल पहुंचे तो ससुराल वालो ने मंजू के शव को घर के आगंन में रख रखा था। उसके बाद परिजनो ने मोका स्थल ` पर पुलिस को बुलाया। जिस पर पुलिस मंजू के शव को राजकीय चिकित्सालय हनुमानगढ टाउन ले गयी । ज्ञापन में मुलजिमान हनुमान, भागवती व लिखमाराम के खिलाफ दहेज हत्या का मुकदमा दर्ज कर सख्त कानूनी कार्यवाही की मांग की गयी है। प्रतिनिधि मंडल में मदन लाल, सीताराम, बूटा सिंह, सुनील कुमार, भोला सिंह आदि शामिल थे।

संगीतमय श्रीमद् भागवत कथा का वाचन 10 को

जनमार्ग न्यूज

सूरतगढ़। श्री बालाजी मित्र मंडली के तरफ से संकट मोचन श्री हनुमान मंदिर में श्रीमद् भागवत कथा सप्ताह ज्ञान यज्ञ एवं शिव परिवार मूर्ति स्थापना समारोह का आयोजन किया जाएगा। पुजारी रामानंदन, पुजारी पंडित तपेश्वर ने बताया 4 से 10 फरवरी तक आयोजित श्रीमद् भागवत कथा सप्ताह ज्ञान यज्ञ एवं शिव परिवार मूर्ति स्थापना के उपलक्ष में मंगलवार 4 फरवरी को सुबह 10ः15 बजे प्राचीन श्री गणेश मंदिर ढाब मंदिर में विधिवत पूजा अर्चना करके कलश यात्रा निकाली जाएगी। दोपहर 12:15 बजे से शाम को 4:15 बजे तक रोजाना पंडित अमृत सारस्वत कृष्णामृत संगीतमय श्रीमद् भागवत कथा का वाचन करेंगे। 10 फरवरी को सुबह 11:15 बजे देव पूजन एवं मूर्ति प्राण प्रतिष्ठा स्थापना के बाद प्रसाद वितरण किया जाएगा।

डीएवी कॉलेज के विज्ञान विद्यार्थियों ने किया

'राजस्थान स्टेट गंगानगर शुगर मिल्स' का शैक्षणिक भ्रमण

श्रीगंगानगर (जनमार्ग न्यूज)। एम.जी.एस. विश्वविद्यालय, बीकानेर द्वारा लागू की गई सेमेस्टर शिक्षा प्रणाली के अंतर्गत प्रोजेक्ट हेतु डी.ए.वी कॉलेज, श्रीगंगानगर के विज्ञान के विद्यार्थियों द्वारा राजस्थान स्टेट गंगानगर शुगर मिल्स की विभिन्न इकाइयों का भ्रमण कर शर्करा उत्पादन , शर्करा का शुद्धिकरण , क्रिस्टीलीकरण व गन्ने के अवशेष उत्पाद से विद्युत उत्पादन जैसी विधियों से छात्रों को अवगत करवाया गया।आरएसजीएसएम राजस्थान सरकार की सबसे पुराना सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रम (पी एस यू) है, जो स्वतंत्र भारत की विरासत है। विज्ञान संकाय सदस्यों के द्वारा विज्ञान विद्यार्थियों को शैक्षणिक भ्रमण पर ले जाया गया । जहाँ पर श्री त्रिलोक कुमार जैन तथा श्री किशन देव गुप्ता के नेतृत्व में विद्यार्थियों को शुगर मिल की प्रत्येक यूनिट से अवगत कराया गया । भ्रमण दल के कॉलेज पधारने पर प्रिंसिपल डॉ मीनू पूनिया ने कहा ' विज्ञान के विद्यार्थियों के लिए शैक्षणिक भ्रमण विशेष रूप से उपयोगी है क्योंकि ऐसे भ्रमण विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास में विशेष महत्व रखते हैं ' । भ्रमण दल के विद्यार्थियों ने भ्रमण को यादगार बताते हुए महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. मीनू पूनिया तथा विज्ञान संकाय के सदस्यों के प्रति हार्दिक प्रसन्नता व आभार व्यक्त किया।

सतीपुरा ग्राम पंचायत को नगर परिषद में शामिल करने का विरोध

जनमार्ग न्यूज

हनुमानगढ़। ग्राम पंचायत सतीपुरा के ग्रामीणों ने जिला कलेक्टर को ज्ञापन सौंपकर अपने गांव को नगर परिषद हनुमानगढ़ में शामिल न करने की मांग की। ग्रामीणों का कहना है कि सतीपुरा पिछले 150 वर्षों से एक समृद्ध और विकसित गांव है, जहां सभी बुनियादी सुविधाएं उपलब्ध हैं। नगर परिषद में शामिल होने से ग्रामीणों पर आर्थिक बोझ बढ़ जाएगा और उनकी कृषि आधारित आजीविका पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ेगा।

ग्रामीणों ने ज्ञापन में उल्लेख किया कि उनके मकान खसरा रजिस्टर में दर्ज हैं, और अगर नगर परिषद में शामिल किया गया, तो पट्टे बनवाने में लाखों रुपये का खर्च आएगा, जो कि मध्यम वर्गीय किसानों के लिए वहन करना संभव नहीं होगा। इसके अलावा, बिजली, पानी और अन्य करों में वृद्धि से ग्रामीणों पर अतिरिक्त वित्तीय भार पड़ेगा।

गांव के किसानों और मनरेगा मजदूरों की चिंताओं को भी ग्रामीणों ने उजागर किया। उन्होंने बताया कि वर्तमान में मनरेगा मजदूर कृषि कार्यों, जैसे कि खालों की सफाई आदि में संलग्न हैं, लेकिन अगर गांव नगर परिषद में शामिल हुआ, तो वे शहरी कार्यों में लग जाएंगे, जिससे कृषि उत्पादन प्रभावित होगा। इसके अतिरिक्त, चक 45 एनजीसी और चक 50 एनजीसी क्षेत्र पूरी तरह से कृषि भूमि है, जिसे नगर परिषद में शामिल करने से खेती पर बुरा असर पड़ेगा।

ग्रामीणों का यह भी कहना है कि उनके गांव में उच्च माध्यमिक विद्यालय, पक्की गलियां, पशु चिकित्सालय, किसान सेवा केंद्र, वाटर वर्क्स और पंचायत घर जैसी सभी बुनियादी सुविधाएं पहले से ही उपलब्ध हैं। ऐसे में नगर परिषद में शामिल होने से उन्हें कोई अतिरिक्त लाभ नहीं मिलेगा, बल्कि उन्हें दस्तावेजों में बदलाव करवाने की प्रक्रिया से गुजरना पड़ेगा, जिससे सरकारी योजनाओं का लाभ लेने में कठिनाइयों का सामना करना पड़ेगा। ग्रामीणों ने प्रशासन से अपील की कि उनकी समस्याओं को गंभीरता से लिया जाए और ग्राम पंचायत सतीपुरा को नगर परिषद में शामिल न किया जाए। उन्होंने चेतावनी दी कि अगर उनकी मांगों पर विचार नहीं किया गया तो वे आगे आंदोलन करने को मजबूर होंगे। इस मौके पर पूर्व सरपंच सिद्धार्थ बलिहारा, सुरेंदर बलिहारा, गुरुद्वारा प्रधान निर्मल सिंह, हरचरण सिंह, बलजिंदर सिंह, सोहनलाल बलिहारा, रंजीत सिंह, गुरदित्ता सिंह, वेद प्रकाश, कालूराम, छोटूराम, उग्रसेन, रणवीर, विनोद , संदीप बलिहारा मौजूद थे।

सब जूनियर हॉकी प्रतियोगिता के स्थान में परिवर्तन

श्रीगंगानगर (जनमार्ग न्यूज)। जिला हॉकी संघ श्रीगंगानगर की तरफ से आयोजित जिला स्तरीय मिनी सब जूनियर हॉकी प्रतियोगिता मंगलवार 4 फरवरी को जो पूर्व निर्धारित स्थान शहीद कैप्टन नवपाल सिंह सिद्धू स्टेडियम पदमपुर आयोजित की जानी थी वह अपरिहार्य कारणों से मानकसर गाँव स्थित हॉकी ग्राउण्ड में आयोजित होगी। जिला हॉकी संघ के सचिव देवेन्द्र सिंह ने बताया कि जिला स्तरीय मिनी सब जूनियर हॉकी प्रतियोगिता भाग लेने वाले खिलाड़ियों में से चयनित श्रीगंगानगर हॉकी टीम 8-10 फरवरी को अजमेर में आयोजित राज्य स्तरीय हॉकी प्रतियोगिता में भाग लेगी।

इस प्रतियोगिता में भाग लेने वाले खिलाड़ियों की आयु 1 जनवरी 2025 को 14 वर्ष से कम होनी चाहिए। जिन क्लबों या स्कूल की स्वयं की टीम नहीं है व कुछ खिलाड़ी हैं वे भी अपने खिलाड़ियों को भेज सकते हैं उनका भी ट्रायल लिया जाएगा ताकि कोई खिलाड़ी वंचित न रहे।

सूर्य नमस्कार कार्यक्रम का आयोजन

नशामुक्त जीवन के लिए सूर्य नमस्कार अति आवश्यक : डॉ. कौशिक

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। 7 जैड मिर्जेवाला रोड स्थित नई जिन्दगी नशामुक्ति एवं पुनर्वास संस्थान में सूर्य सप्तमी के अवसर पर नशामुक्त जीवन और मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देन के उद्देश्य से सूर्य नमस्कार कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमे संस्थान में नशा छोड़ रहे सदस्यों व कर्मचारियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम में योग विशेषज्ञ डॉ. विजय कौशिक व पवन अग्रवाल द्वारा सूर्य नमस्कार के विभिन्न आसनों का अभ्यास कराया गया और इसके स्वास्थ्य लाभों के बारे में बताया गया। उन्होंने समझाया कि नियमित रूप से सूर्य नमस्कार करने से मानसिक शांति, आत्म संयम और सकारात्मक ऊर्जा का विकास होता है जो कि नशे की बीमारी से बाहर निकलने में सहायक सिद्ध हो सकता है। संस्थान के निदेशक अनिल वधवा ने कहा कि योगा और ध्यान से आत्म नियंत्रण की शक्ति बढ़ती है जिससे नशे की आदत को छोड़ने में सहायता मिलती है। इस अवसर पर उपस्थित सभी सदस्यों ने इस पहल की सराहना की और इसे अपने जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लिया।

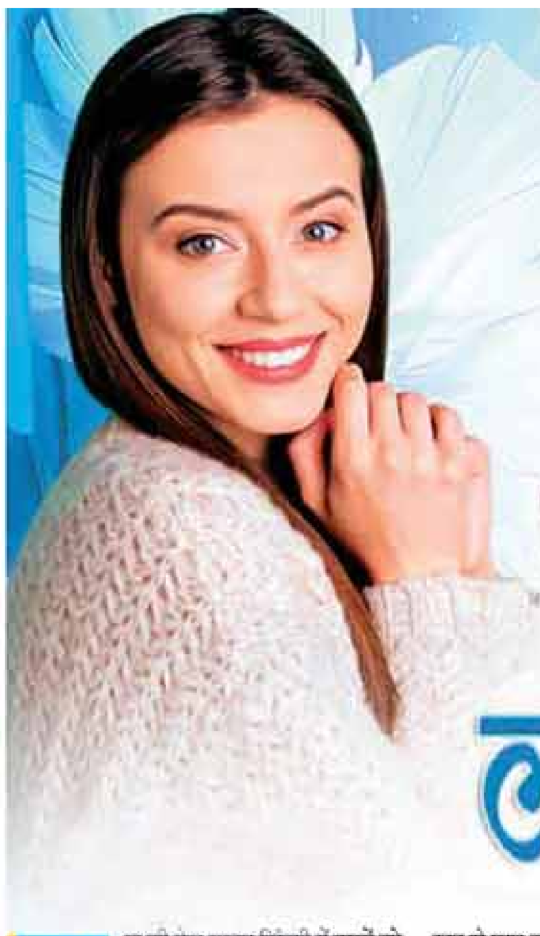
रोटरी क्लब हनुमानगढ़ सेंट्रल की बैठक संपन्न, नई कार्यकारिणी गठित

जनमार्ग न्यूज

हनुमानगढ़। रोटरी क्लब हनुमानगढ़ सेंट्रल की महत्वपूर्ण बैठक को होटल ग्रैंड इन में आयोजित की गई। इस बैठक की अध्यक्षता रो. सुरेंद्र सैनी ने की। बैठक के दौरान क्लब की आगामी कार्यकारिणी का गठन किया गया, जिसमें रो. डॉ बी के चावला को अध्यक्ष पद के लिए नियुक्त किया गया। इसके साथ ही सचिव पद के लिए रो. बलजिंदर सिंह के नाम पर सहमति बनी, जबकि कोषाध्यक्ष के रूप में रो. सीए विनय जिंदल को जिम्मेदारी सौंपी गई। बैठक में उपस्थित सभी सदस्यों ने नवनिर्वाचित पदाधिकारियों को हार्दिक बधाई दी और आशा व्यक्त की कि उनके नेतृत्व में क्लब समाज सेवा के कार्यों को और अधिक मजबूती से आगे बढ़ाएगा। सदस्यों ने कहा कि रोटरी क्लब हमेशा से समाज कल्याण के कार्यों में अग्रणी रहा है और नई कार्यकारिणी के गठन से संगठन और अधिक प्रभावशाली तरीके से कार्य करेगा। इस अवसर पर क्लब के वरिष्ठ सदस्य रो. कमल जैन, रो. एडवोकेट जे पी गर्ग, रो. नरेश गर्ग, रो. राजेंद्र प्रसाद, रो. चिमन मित्तल, रो. सुरेश गुप्ता, रो. सीए विनय जिंदल और रो. वीरेंद्र गोयल सहित अन्य गणमान्य सदस्य मौजूद रहे। सभी ने अपने विचार व्यक्त करते हुए क्लब की भावी योजनाओं और समाज सेवा की दिशा में उठाए जाने वाले कदमों पर चर्चा की। बैठक के दौरान यह निर्णय लिया गया कि आने वाले महीनों में क्लब विभिन्न सामाजिक, शैक्षिक और स्वास्थ्य से संबंधित सेवा परियोजनाओं को लागू करेगा, जिससे हनुमानगढ़ जिले के लोगों को लाभ मिल सके। विशेष रूप से गरीब और जरूरतमंद लोगों की सहायता के लिए विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा।

सुनील अरोड़ा के नेतृत्व में 120 लॉयन सदस्य 7 फरवरी को वियतनाम जाएंगे

श्रीगंगानगर (जनमार्ग न्यूज)। लायंस इंटरनेशनल (प्रांत 3233 ई प्रथम)के प्रांतपाल पीएमजेएफ सुनील के नेतृत्व में 7 फरवरी को प्रांत के 120 लायन सदस्यों का समूह वियतनाम की 9 दिवसीय सद्भावना यात्रा पर जाएंगे। प्रांतीय जन संपर्क अधिकारी आशीष अरोड़ा ने बताया कि सद्भावना यात्रा के कॉर्डिनेटर पूर्व प्रांतपाल एमजेएफ अशोक ठाकुर व कन्वीनर पीएमजेएफ नरेंद्र चांगिया, एमजेएफ ओपी मंगल, पीएमजेएफ रामकुमार गुप्ता व एमजेएफ प्रमोद खारीवाल होंगे। पूर्व प्रांतपाल अशोक ठाकुर ने बताया कि वियतनाम जाने वाले लॉयन सदस्यों में एकरूपता दिखने के लिए प्रांत की और काले रंग की एक विशेष जैकेट जिस पर प्रांतीय लायंस लोगो के साथ राधे राधे लिखा है, उपहार स्वरूप दी जाएगी। प्रांतीय सचिव पीएमजेएफ केसी शर्मा ने बताया कि प्रांत से विदेश भ्रमण करने वाला ऐसा प्रथम दल है, जिसमें 120 की रिकार्ड संख्या को छुआ है। सीटें सीमित होने के कारण बीस से अधिक लॉयन सदस्य अभी भी प्रतीक्षा में रह गए हैं। वियतनाम जा रहे प्रांतीय कोषाध्यक्ष एमजेएफ प्रभू पाटिल ने बताया कि भिवाड़ी प्रांत के एक कोने में स्थित है। प्रांतपाल पीएमजेएफ सुनील अरोड़ा प्रांत की खुशबू को वियतनाम में फैलाएंगे। प्रशांत वाजपेई (पीआरओ मध्यप्रदेश) ने बताया कि जर्किन पहनकर जब 120 सदस्य एक ही विमान पर सवार होंगे तो एक अलग ही दृश्य दिखाई देगा। लॉयनवाद की ब्रांडिंग तो होगी ही वियतनाम में सर्दी व बारिश से भी बचाव होगा। डिस्ट्रिक मीडिया चेयरपर्सन एमजेएफ मीनू भारती के अनुसार भिवाड़ी में आयोजित प्रांतपाल सुनील अरोड़ा ने अपनी आधिकारिक यात्रा के दौरान इस जर्किन को लांच किया है। इस अवसर पर प्रांत की प्रथम महिला एमजेएफ काजल अरोड़ा, एमजेएफ मुकेश शर्मा, अनुराधा प्रभु पाटिल सहित अनेक वरिष्ठ लॉयन सदस्य भी उपस्थित रहे।



अपने फैमिली मेंबर्स, अपने रिलेटिव्स और फ्रेंड्स से तो हम सब प्यार करते ही हैं। लेकिन इनके साथ खुद से भी प्यार करना बहुत जरूरी है। सेल्फ लव, हमें कॉन्फिडेंट, मेंटली स्ट्रॉन्ग बनाता है, लाइफ को बैलेंस करता है। कुछ छोटी-छोटी बातों पर अमल करके हम खुद से प्यार करना सीख सकते हैं, अपनी लाइफ को लवली-हैप्पी बना सकते हैं।

खुद से भी करिए प्यार लाइफ बनेगी लवली

आज की तेज रफ्तार जिंदगी में दूसरों को खुश रखने की कोशिश करते, अपनों के प्रति जिम्मेदारियां निभाते-निभाते हम में से बहुत लोग अकसर खुद को ही भूल जाते हैं। या कहें खुद से प्यार करना भूल जाते हैं। यह इसलिए होता है, क्योंकि हममें सेल्फ लव की फीलिंग ही नहीं होती है। लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि खुद से प्यार करना भी कितना जरूरी है?

सेल्फ लव का मतलब

सेल्फ लव या खुद से प्यार करने का मतलब, सिर्फ अपने आपको प्राथमिकता देना नहीं है बल्कि यह मानसिक-शारीरिक और भावनात्मक रूप से स्वस्थ रहने का एक तरीका भी है। अगर आप खुद से प्यार नहीं करती हैं, तो आप दूसरों से प्यार नहीं कर सकतीं, दूसरों से प्यार नहीं पा सकती हैं। अपने आपको प्यार करना खुद के विकास में इंवेस्टमेंट करने जैसा होता है।

सेल्फिश होना नहीं सेल्फ लव

कुछ लोगों को लगता है कि खुद के बारे में सोचना सेल्फिश होना है, लेकिन ऐसा नहीं है। दूसरों के बारे में सोचने के साथ यह बहुत जरूरी है, खुद को भी प्रायोरिटी दें। कोई भी अच्छा काम करने के बाद कोई भले ही आपको वेरी गुड या थैंक यू कहे या ना कहे लेकिन आप खुद को वेरी गुड या थैंक यू जरूर कहें और इसके लिए आप सेल्फ ट्रीट भी ले सकती हैं। जब भी आप कोई लक्ष्य हासिल करें या कोई अच्छा काम करें तो स्वयं को ट्रीट दें। ऐसे लोग जिनमें सेल्फ लव की कमी होती है, वे खुद को बार-बार यह महसूस कराते हैं कि उन्होंने अपनी जिंदगी में कुछ भी हासिल नहीं किया है। वे दूसरों की छोटी-सी कामयाबी को बहुत बड़ा और खुद की कामयाबी को कुछ नहीं समझते हैं। खुद से प्यार करने का एक मतलब यह भी है कि आप जैसे भी हैं, उसी रूप में खुद को स्वीकारें। खुद से प्यार करने वाले खुद को अपनी खूबियों और कमियों के साथ स्वीकार करते हैं।

जरूरी है खुद से प्यार

प्यार को हमेशा दूसरे व्यक्ति से जुड़े एहसास के रूप में ही परिभाषित किया जाता है। प्यार की अपेक्षा हमेशा दूसरों से ही की जाती है, जो गलत है। यह समझने की जरूरत है कि कोई भी आपको तभी प्यार करेगा, जब आप खुद को प्यार करेंगी। ध्यान रखें, ऐसे लोग जो खुद को प्यार नहीं करते हैं, वो कभी दूसरे व्यक्ति को भी प्यार नहीं कर पाते हैं और न उसका प्यार हासिल कर पाते हैं। उनके अंदर एक खालीपन होता है, जिसे दूसरा व्यक्ति कितनी भी कोशिश कर ले, भर नहीं पाता है।

सेल्फ लव के लिए अपनाएं ये तरीके

अकसर लोग दूसरों से उम्मीद करते हैं कि वो उन्हें प्यार दे और खुश रखे। लेकिन जब तक आप खुद से प्यार नहीं करेंगी, खुद को खुश नहीं रखेंगी, तब तक आप दूसरों से प्यार नहीं पा सकती हैं। खुद को खुश रखने की जिम्मेदारी आपकी है। सेल्फ केयर, सेल्फ अवेयरनेस और सेल्फ एक्सेप्टेंस, सेल्फ लव को दर्शाता है। अपनी बॉडी से लेकर माइंड तक हर चीज को बैलेंस तभी किया जा सकता है, जब आप खुद से प्यार करती हैं।

रखें हेल्थ-फिटनेस का ध्यान: खुद से प्यार करने के लिए जरूरी है कि सेल्फ केयर करें। डेली रूटीन में कुछ समय अपनी फिटनेस के लिए जरूर निकालें। सुबह या फिर शाम कुछ देर वॉक, जॉगिंग या हल्की-फुल्की एक्सरसाइज, योगा, मेडिटेशन जरूर करें। अपने खाने पर खास ध्यान रखें। जो लोग दिन भर दूसरों के बारे में सोचने और उनके लिए काम करने के अलावा खुद के लिए समय निकालते हैं तो यह सेल्फ लव की निशानी है। अगर आप अपनी पसंद-नापसंद को महत्व देती हैं तो इसका अर्थ है कि आप खुद से बहुत प्यार करती हैं।

करें अपनी पसंद के काम: सेल्फ लव के लिए जरूरी है कि अपनी पसंदीदा चीजों या हॉबीज पर ध्यान दें। अपने लिए कुछ समय निकालें और कोई ऐसा काम करें, जो आपकी पसंद का हो, जिसे करने में आपको अच्छा लगता हो जैसे कुकिंग, गार्डनिंग, म्यूजिक लिसनिंग, पेंटिंग, राइटिंग या बुक रीडिंग आदि। अगर आप ये काम कर रही हैं, जो आपको पसंद हैं तो ये सेल्फ लव की निशानी है।

लाइफ में बनाएं बाउंड्री: खुद से प्यार करने के लिए जरूरी है कि अपनी लाइफ में ऐसे लोगों से दूरी बनाएं, जो आपकी जिंदगी में टॉक्सिसिटी और नेगेटिविटी फैलाते हैं। अगर कोई ऐसा रिश्ता है, जिसे छोड़ा नहीं जा सकता है तो ऐसे में उनसे इतनी दूरी जरूर रखें कि वे लोग आपकी निजी जिंदगी में दखल न दें और आपकी मानसिक शांति को भंग न करें, क्योंकि कोई भी किसी को तभी हर्ट कर सकता है, जब वे अपनी बाउंड्री सेट नहीं कर पाते हैं। लेकिन जब कोई खुद को प्यार करता है तो वह यह समझेगा कि उसे किन चीजों को स्वीकार करना है, और किन्हें नहीं। इस तरह से सेल्फ लव से आपको बाउंड्री बनाने में मदद मिलेगी।

न करें दूसरों की परवाह: खुद से प्यार करना सीखने के लिए इस बात की चिंता या परवाह करना छोड़ दें कि लोग आपके बारे में क्या सोचते हैं या आपसे क्या अपेक्षा करते हैं? क्योंकि आप हर किसी को खुश नहीं कर सकती हैं। इसलिए हमेशा, हर काम में दूसरों की परवाह न करें।

कॉन्फिडेंस बनाए रखें: जो लोग खुद से प्यार नहीं करते, उनको अपने पर कॉन्फिडेंस नहीं होता और वे खुद में कमियां निकालते रहते हैं। इससे कई बार डिप्रेशन और एंग्जायटी जैसी बीमारियों का शिकार हो जाते हैं। इसलिए सेल्फ कॉन्फिडेंस बनाए रखें।

परफेक्ट बनने की कोशिश न करें: कोई भी परफेक्ट नहीं होता है। हर इंसान में कुछ न कुछ कमी होती ही है। इसलिए खुद को परफेक्ट बनाने की कोशिश न करें और अपनी कमियों के साथ स्वयं को स्वीकारें।

सोलो ट्रैवलिंग: सेल्फ लव के लिए यह बहुत जरूरी है कि कुछ समय अकेला रहा जाए। खुद के साथ समय बिताया जाए, बेहतर तरीके से जाना जाए। खुद के साथ समय बिताने के लिए कुछ दिनों के अंतराल पर कहीं अकेले घूमने जाएं यानी सोलो ट्रैवलिंग करना सीखें। यह एक अलग ही अनुभव होगा। इससे आप भागदौड़ से भरी जिंदगी से कुछ टाइम के लिए दूर तो होंगी ही, खुद को भी समय दे पाएंगी और आपको खुद से प्यार होगा।

इस तरह कह सकते हैं कि खुद से प्यार करना कोई फीलिंग नहीं बल्कि लाइफस्टाइल का हिस्सा होना चाहिए। इससे हमें अपनी लाइफ हमेशा लवली-हैप्पी महसूस होगी। a

खुद से प्यार करने के फायदे

खुद से प्यार करने के कई फायदे होते हैं, जो हमारी रोजमर्रा की जिंदगी में सकारात्मक बदलाव लाते हैं और जीवन को प्यारा-खुशहाल बनाते हैं।

मेंटल हेल्थ में सुधार: खुद को प्यार करने से मेंटल हेल्थ में सुधार होता है। स्ट्रेस और टेंशन जैसी भावनाओं को दूर रखने में मदद मिलती है। सेल्फ लव, मेंटली रिलैक्स रहना भी सिखाता है, जिससे आप अपनी कमियों पर अच्छे से काम भी कर पाती हैं। इससे आपको गुस्से और एंग्जाइटी को कंट्रोल रखने में मदद मिलती है।

कॉन्फिडेंस बढ़ता है: खुद को प्यार करने से हमें अपनी वैल्यू समझ में आती है। इससे सेल्फ रेस्पेक्ट और सेल्फ कॉन्फिडेंस बढ़ता है। जब हम अपने आपको स्वीकार करते हैं और अपनी क्षमताओं पर विश्वास करते हैं तो हम किसी भी चुनौती का सामना करने के लिए तैयार होते हैं।

बढ़ती है डिसीजन पावर: खुद से प्यार करने वाले लोग अपने लिए बेहतर निर्णय ले पाते हैं, क्योंकि वे जानते हैं कि उनके लिए क्या सही है?

बच्चों के सवालों को न करें इग्नोर

आजकल के बच्चों की तर्क करने, हर बात के बारे में ढेरों सवाल पूछने की आदत से ज्यादातर पैरेंट्स परेशान रहते हैं। लेकिन ऐसे में इग्नोर करने या डांटने के बजाय प्यार से उनकी जिज्ञासाओं को शांत करना चाहिए।

अनीता अकसर इस बात से परेशान रहती है कि उसका पांच वर्षीय बेटा हर चीज के बारे में ढेरों सवाल करता रहता है। अपनी जिज्ञासा को शांत करने के लिए या अपनी कोई भी बात मनवाने के लिए तरह-तरह के तर्क करता रहता है। किसी का भी लिहाज नहीं करता है। दूसरी तरफ निरुपमा कहती रहती है कि उसकी बेटी नूपुर किसी के सामने कुछ बोलती ही नहीं, नमस्ते तक नहीं करती। कहो तो चुपचाप खड़ी हो जाती है।

बच्चे होते हैं भरपूर जिज्ञासु: हर मां-बाप की अलग सोच, अलग नजरिया, समझने और समझाने के अलग तरीके होते हैं। सच्चाई यह है कि बाल सुलभ मन हर बात के लिए जिज्ञासु होता है। सीधी-सपाट तरह से कोई बात स्वीकार नहीं करता। लेकिन अधिकांश माता-पिता अपने बच्चों की जिज्ञासाओं को बहस और तर्क मानकर टाल देते हैं। उनकी जिज्ञासा को संतुष्ट नहीं करते, जिससे बच्चा और कंफ्यूज हो जाता है।

सही तर्क से सिखाएं: मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि बच्चे की तर्क-शक्ति को दबाना या टालना नहीं बल्कि बढ़ावा दिया जाना चाहिए। प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक डॉ. नतालिया वेलोपोल्स्काया के अनुसार, बच्चे को तर्क से सोचना सिखाना चाहिए। उसका ध्यान और ऑब्जर्वेशन स्किल बढ़ाने की प्रैक्टिस करानी चाहिए। एग्जांपल के तौर पर कार्टून और लोककथाओं के द्वारा बच्चों के माइंड में गाजर खाते या उसे पकड़े खरगोश का चित्र बैठा होता है। ऐसे में जब बच्चों से पूछिए, 'खरगोश क्या खाता है?' तुरंत जवाब मिलेगा, 'गाजर।' उसके ज्ञान और तर्कशक्ति को बढ़ाने के लिए उसे और बातें बताना जारी रखना चाहिए। आपको आगे पूछना चाहिए 'जानते हो खरगोश कहां रहता है?'

वो जवाब देगा 'जंगल में।' फिर आप पूछें, 'क्या जंगल में गाजर उगती है?' इस पर बच्चा कुछ सोचकर जवाब देगा, 'नहीं।'

'तो वहां खरगोश क्या खाते हैं?' इस प्रश्न पर बच्चा और सोचेगा, उसकी लॉजिक सीरीज बनी रहेगी, वह सही उत्तर समझने का प्रयास करेगा और अंत में समझ जाएगा कि खरगोश घास-पत्ते भी खाते हैं। इस तरह लॉजिक से समझना बच्चे के लिए बहुत महत्वपूर्ण बात है। बच्चा स्वयं ही सही निष्कर्ष पर पहुंचे तो उसे हमेशा याद रहता है।

स्टोरी बुक्स से लें हेल्प: अधिकतर परिवारों में देखा जाता है कि छोटे-छोटे बच्चे भी दिन भर टी.वी. या मोबाइल देखते रहते हैं। इससे बच्चे के मानसिक विकास पर बुरा प्रभाव पड़ता है। उसकी नजरें भी कमजोर होती हैं। इससे बचाने के लिए बच्चों के संग स्टोरी बुक्स पढ़ें।

उन्हें कहानियां पढ़कर सुनाएं। जब उनके मन में कहानी को लेकर सवाल उठें तो उसे पूरे लॉजिक के साथ जवाब दें। पैरेंट्स के लिए इस बात का ध्यान रखना भी जरूरी है कि बच्चा किस तरह के तर्क करता है? क्या ज्यादातर टीवी के विज्ञापनों को लेकर ही सवाल और तर्क करता है? ऐसी स्थिति में प्रयास करके पैरेंट्स को बच्चे की तर्क-शक्ति को नॉलेज की तरफ मोड़ना होगा। इसके लिए बच्चे को ड्रॉइंग और बाल कहानियों की पुस्तकें लाकर दें। इससे उनकी मेंटल और क्रिएटिव स्किल बढ़ेगी।

दिन भर की गतिविधि के बारे में जानें: बच्चे से उसके स्कूल की सारी दिनचर्या पूछें, बच्चा बताएगा कि दिन भर उसके साथ क्या-क्या हुआ? क्लास में दूसरे बच्चों ने क्या किया? क्या बातें कीं? टीचर ने क्या-कैसे सिखाया? उनकी हर बात को पूरे ध्यान से पैरेंट्स को सुनना और समझना चाहिए। इससे एक तो आपको उसकी दिन भर की एक्टिविटी के बारे में पता चलेगा, दूसरा बच्चे की क्रमबद्ध बातें बनाने की क्षमता बढ़ेगी। ध्यान रखने की आदत बनेगी। a

डाइट एडवाइस

रेग्युलर लें राइट डाइट कैंसर से होगा बचाव

अगर आप रेग्युलर न्यूट्रीशस डाइट लें तो हेल्दी तो रहेंगी ही कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी से भी काफी हद तक बची रहेंगी। आज वर्ल्ड कैंसर-डे के मौके पर जानिए ऐसी डाइट के बारे में, जो न केवल कैंसर के खतरे को कम करते हैं, शरीर में कैंसर सेल्स को नष्ट करने में भी सहायक होते हैं। इस बारे में एक्शन कैंसर हॉस्पिटल, दिल्ली में डायरेक्टर-मेडिकल ऑन्कोलॉजी, **डॉ. समित पुरोहित** बताते हैं-

एंटी-कैंसरस डाइट: एंटी-कैंसरस डाइट में वे खाद्य पदार्थ शामिल होते हैं, जो कैंसर कोशिकाओं को बढ़ने से रोकने और इम्यूनिटी को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।

फल और सब्जियां: फल और सब्जियां एंटी-कैंसर आहार का एक प्रमुख हिस्सा हैं, क्योंकि ये एंटीऑक्सीडेंट्स, विटामिंस और मिनरल्स से भरपूर होती हैं, जो शरीर में फ्री

रेडिकल्स को खत्म करके कैंसर सेल्स के विकास को रोकने में मदद करती हैं। विशेष रूप से, बेरीज जैसे ब्लूबेरी, स्ट्रॉबेरी और रास्पबेरी एंथोसायनिन जैसे यौगिक प्रदान करते हैं, जो डीएनए को डैमेज होने से बचाते हैं। सिट्रस फ्रूट्स जैसे संतरा और नीबू में विटामिन-सी भरपूर मात्रा में होता है, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत करके कैंसर के खतरे को कम करता है। इसके अलावा, क्रूसिफेरस सब्जियां जैसे ब्रोकली, फूलगोभी और बंदगोभी में सल्फोराफेन नामक यौगिक पाया जाता है, जो कैंसर सेल्स को बढ़ने से रोक सकता है। टमाटर में मौजूद लाइकोपीन, कैंसर के जोखिम को कम करता है।

अनाज और दालें: फाइबर युक्त खाद्य पदार्थ, जैसे अनाज और दालें, पाचन तंत्र को स्वस्थ रखते हैं और कोलन कैंसर से बचाव में सहायक होते हैं। ब्राउन राइस, जौ और ओट्स जैसे साबुत अनाज फाइबर, विटामिन-बी और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं, जो शरीर को कैंसर से बचाने में मदद करते हैं। चना, राजमा और दालों में मौजूद फाइटोकेमिकल्स और प्रोटीन शरीर को कैंसर सेल्स से लड़ने में सहायक होते हैं।

ड्राय फ्रूट्स: अखरोट और बादाम जैसे नट्स ओमेगा-3 फैटी एसिड और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं, जो शरीर में सूजन को कम करने और कैंसर के खतरे को घटाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

अन्य महत्वपूर्ण खाद्य पदार्थ: कैंसर से बचाव में हेल्पफुल अन्य फूड्स के बारे में, अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली में डाइटीशियन **दीक्षा अरोड़ा** बताती हैं हल्दी में करक्यूमिन होता है, जो सूजन को कम करने और कैंसर सेल्स को बढ़ने से रोकने में सहायक है। अदरक में मौजूद जिंजरॉल और ग्रीन टी में पाए जाने वाले कैटेचिन, कैंसर-रोधी गुण प्रदान करते हैं। a

वेलेंटाइन वीक में डेटिंग एप से सावधान

मध्य प्रदेश में ऑनलाइन डेटिंग एप्स, इंस्टाग्राम और टेलीग्राम पर चैटिंग के जरिए ठगी के मामले बढ़ रहे हैं। पुलिस को सिर्फ इंदौर में वर्ष 2024 में इससे जुड़ी 158 शिकायतें मिलीं। हैरान करने वाली बात यह है कि इनमें से 60 प्रतिशत पीड़ित सीनियर सिटिजन हैं, जबकि 20 प्रतिशत की उम्र 55 साल से ज्यादा है। आजकल ऑनलाइन डेटिंग एप्स पर स्कैम और ब्लैकमेलिंग के मामले बढ़ रहे हैं, जिनकी वजह से लोग डिप्रेशन का शिकार हो रहे हैं और सुसाइड जैसे कदम तक उठा रहे हैं। सिर्फ मध्य प्रदेश में अब तक ऑनलाइन डेटिंग एप के जाल में फंसकर बदनामी के डर से 8 लोग सुसाइड कर चुके हैं। इंटरनेट के जरिए अपने लिए पार्टनर तलाशना ऑनलाइन डेटिंग है। इसके लिए डेटिंग एप या वेबसाइट पर अकाउंट बनाना होता है। अकाउंट के लिए व्यक्ति की उम्र 18 साल से ऊपर होनी चाहिए। कुछ डेटिंग एप्स फ्री सर्विस के साथ-साथ पेड प्रीमियम सर्विस भी देते हैं। इस स्कैम में स्कैमर पहले डेटिंग एप पर एक फेक प्रोफाइल बनाते हैं। इसके बाद वे प्रोफाइल को विश्वसनीय दिखाने के लिए आकर्षक तस्वीरों के साथ फेक नाम का इस्तेमाल करते हैं। इनका मुख्य टारगेट सोशल मीडिया पर एक्टिव सीनियर सिटिजन या बिजनेसमैन होते हैं। स्कैमर पहले व्यक्ति से चैटिंग शुरू करते हैं और धीरे-धीरे उनसे इमोशनली कनेक्ट होते हैं। जब एक बार वह व्यक्ति का विश्वास जीत लेते हैं तो किसी इमरजेंसी का बहाना बनाकर पैसे की डिमांड करते हैं। इसके अलावा वे लोगों को ठगने के लिए कुछ अन्य हथकंडे भी अपनाते हैं। इंदौर में डेटिंग एप से जुड़ी शिकायतों में देखा गया कि कुछ लड़कियां युवाओं व सीनियर सिटिजन को अपने जाल में फंसाने के लिए उन्हें उसी बार, पब या रेस्टोरेंट में ले जाती थीं, जहां संचालक के साथ उनकी मिलीभगत होती थी। इसके बाद में बिल में हेरफेर कराती थीं, या फिर उनका फोटो या वीडियो बनाकर उन्हें ब्लैकमेल करती थीं। स्कैमर्स ऑनलाइन चैटिंग के बाद कॉल पर एआई जनरेटिव और डीपफेक जैसी एडवांस टेक्नोलॉजी की मदद से आवाज बदलकर बात करते हैं। यह आवाज इतनी सटीक होती है कि एआई और वास्तविक आवाज के बीच अंतर कर पाना मुश्किल है। इसके बाद वे व्यक्ति को अपने झांसे में लेकर उसे ठगी का शिकार बनाते हैं। इसके अलावा स्कैमर्स सोशल मीडिया या डेटिंग एप पर व्यक्ति को फंसाने के लिए उसे डीपफेक न्यूड वीडियो कॉल करते हैं। कॉल के दौरान वे स्क्रीन रिकॉर्ड कर लेते हैं। बाद में वीडियो को सोशल मीडिया पर वायरल करने की धमकी देकर ब्लैकमेल करते हैं और पैसे की मांग करते हैं। स्कैमर्स लोगों को अपने जाल में फंसाने के लिए हर दिन नए-नए तरीके अपनाते हैं।

किचन में मौजूद हल्दी चेहरे को सॉफ्ट-ग्लोइंग बनाने में बहुत इफेक्टिव है। यहां आपको हल्दी से बनने वाले कुछ ऐसे फेस पैक्स के बारे में बता रहे हैं, जो आपकी स्किन रिलेटेड कई प्रॉब्लम्स को दूर कर देंगे।

स्किन बनेगी सॉफ्ट-ग्लोइंग यूज करें हल्दी फेस पैक

अगर आपकी स्किन डल और बेजान दिखती है या चेहरे पर कई तरह के दाग, धब्बे या कील-मुंहासे हो गए हैं, तो इसके लिए ब्यूटी पार्लर्स में जाने या केमिकल बेस्ड प्रोडक्ट्स लगाने की बजाय हल्दी का अलग-अलग तरीके से यूज करके कहीं बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। इसका कोई साइड इफेक्ट भी नहीं होता है।

होते हैं कई औषधीय गुण: हल्दी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स और एंटी इंफ्लेमेटरी गुण, स्किन को हेल्दी रखते हैं और अनेक समस्याओं को दूर करते हैं। यह हमारी स्किन में मौजूद मेलेनिन पिगमेंट के प्रोडक्शन को रेग्युलेट करती है, जिससे त्वचा की रंगत को निखारने, नेचुरल स्किन टोन को बनाए रखने में मदद मिलती है। इसके अलावा हल्दी के नियमित उपयोग से त्वचा साफ-सुथरी, बेदाग और खिली-खिली नजर आती है। हल्दी का फेस पैक आप कई तरीके से बना सकती हैं।

हल्दी-दूध फेस पैक: हल्दी और दूध का फेस पैक बनाने के लिए आधा छोटा चम्मच हल्दी पावडर में दो छोटे चम्मच दूध मिलाएं। इसे अच्छी तरह से मिक्स करके फेस पैक की तरह चेहरे पर अप्लाई करें। फेस पैक को सूखने दें। फिर हल्के हाथों से रब करते हुए पानी से फेस को साफ कर लें। बेहतर परिणाम के लिए इस पैक को हफ्ते में दो या तीन बार लगाएं।

इसके अलावा एक चम्मच दूध में दो चुटकी हल्दी पावडर मिलाकर बने मिश्रण को रात को सोने से पहले कॉटन या साफ हाथों से चेहरे पर अप्लाई करें। फिर अंगुलियों को सर्कुलर मोशन में घुमाते हुए कुछ देर तक त्वचा को मसाज दें। सुबह सामान्य पानी से त्वचा धोएं। 2-3 हफ्तों में ही आपको अंतर नजर आना शुरू हो जाएगा।

हल्दी-शहद फेस पैक: अगर आपकी त्वचा रूखी और बेजान रहती है तो हल्दी और शहद का फेस पैक आपके लिए बेहतर विकल्प हो सकता है। इसे लगाने से स्किन सॉफ्ट बनती है और उसमें नमी भी बनी रहती है। इसे बनाने के लिए कांच की कटोरी में 1 चम्मच शहद लीजिए, इसमें 2 चुटकी हल्दी पावडर मिक्स कर लीजिए। अब इसमें नीबू के रस की कुछ बूंदें मिलाएं। इस मिश्रण को चेहरे पर लगाकर कुछ देर छोड़ दें। जब यह सूख जाए तो ठंडे पानी से धो लें। इससे आपके फेस पर इंस्टेंट ग्लो आएगा।

हल्दी-दही-शहद फेस पैक: हल्दी-दही-शहद का फेस पैक लगाने से त्वचा को पोषण मिलता है। यह आपकी स्किन को मॉयश्चराइज करता है। इसके इस्तेमाल से चेहरे पर टैनिंग की समस्या दूर होती है और उस पर निखार भी आता है। साथ ही इससे डेड-सेल्स को हटाने में भी मदद मिलती है।

यह फेस पैक बनाने के लिए आधा कप दही में आधा चम्मच हल्दी पावडर और आधा चम्मच शहद मिलाकर एक स्मूद पेस्ट बनाएं। इसे अपने फेस पर लगाएं। 15-20 मिनट बाद साफ और ठंडे पानी से चेहरे को धो लें। यह एक नेचुरल क्लींजर की तरह भी काम करता है। दही में मौजूद न्यूट्रिएंट्स आपकी स्किन को अंदर से पोषण देते हैं और लैक्टिक एसिड स्किन को एक्सफोलिएट करके उसे ग्लोइंग बनाता है।

हल्दी-बेसन-दही फेस पैक: हल्दी के साथ बेसन, दही का फेस पैक बनाने के लिए कांच की कटोरी में 2 चम्मच बेसन लें। इसमें 2 चम्मच दही और एक चुटकी हल्दी पावडर डालकर अच्छी तरह मिक्स कर लें। अब इसे अपने चेहरे पर लगाएं और सूखने के लिए छोड़ दें। करीब 30 मिनट बाद चेहरे को पानी से धो लें। इससे आपका चेहरा कुछ ही देर में भरपूर दमकने लगेगा। a

आरएसजीएल का बूंदी रोड पर सीएनजी का 12 वां फीलिंग स्टेशन शुरु

❑ साढ़े सात हजार किग्रा सीएनजी उपलब्ध होगी प्रतिदिन ❑ ग्रीन एनर्जी की दिशा में आरएसजीएल का बढ़ता कदम ❑ कोटा में सीएनजी स्टेशनों से अब प्रतिदिन 37 हजार किलोग्राम से अधिक सीएनजी बिक्री

जनमार्ग न्यूज

जयपुर। राज्य सरकार के संयुक्त उपक्रम राजस्थान स्टेट गैस ने कोटावासियों की सुविधा के लिए बूंदी रोड कोटा पर 12 वां सीएनजी फीलिंग स्टेशन शुरु कर दिया है। आरएसजीएल के प्रबंध निदेशक श्री रणवीर सिंह ने बताया कि नए राजकमल फीलिंग स्टेशन से कोटावासियों को 24 गुणा 7 सेवाएं उपलब्ध होगी। कोटा में ग्रीन एनर्जी को बढ़ावा देने की दिशा में आरएसजीएल का यह बढ़ा कदम है।

आरएसजीएल एमडी श्री रणवीर सिंह ने बताया कि आरएसजीएल के इस नए फीलिंग स्टेशन से साढ़े सात हजार किलोग्राम कंप्रेस्ड नेचुरल गैस सीएनजी प्रतिदिन उपलब्ध कराई जा सकेगी। यहां वाहनों को सीएनजी भरवाने की 24 घंटें सेवाएं उपलब्ध होगी। इससे पहले कोटा

में आरएसजीएल द्वारा इस नए स्टेशन सहित 12 सीएनजी स्टेशनों के माध्यम से सीएनजी वाहनों को कंप्रेस्ड नेचुरल गैस उपलब्ध कराई जा रही है। उन्होंने बताया कि कोटा में सीएनजी पीएनजी के लिए आधारभूत ढांचा विकसित करने के काम में तेजी लाई गई है। आरएसजीएल के डीजीएम श्री सीपी चौधरी ने बताया कि कोटा में अब तक सीएनजी स्टेशनों के माध्यम से आरएसजीएल द्वारा औसतन 37 हजार किलोग्राम से अधिक सीएनजी प्रतिदिन बिक्री की जा रही है। श्री चौधरी ने बताया कि आरएसजीएल द्वारा कोटा में सीएनजी के साथ ही घरेलु उपभोक्ताओं को पाईप लाईन से गैस सुविधा पीएनजी सेवाएं भी उपलब्ध कराई जा रही है। आमलोगों को पीएनजी कनेक्शन उपलब्ध कराने के साथ ही व्यावसायिक व औद्योगिक इकाइयों के लिए भी सीएनजी पीएनजी सुविधा उपलब्ध

मां ने खाने के लिए डांटा, यूट्यूबर ने दी जान: मां-बहन के कपड़े पहनकर रील्स बनाता था

बेगूसराय। बेगूसराय में शनिवार को 17 साल के यूट्यूबर अंकित कुमार ने फंदे से लटककर अपनी जान दे दी। अंकित ने 13 साल की उम्र से रील बनाना शुरू किया था। वह हमेशा लड़कियों के गेटअप में रील बनाता था, जिससे उसे काफी अच्छे व्यूज और लाइक्स मिलते थे। वहीं उसकी मौत के बाद से ही पूरा परिवार गम में डूबा है। इस घटना के बाद मीडिया ने अंकित के परिजनों से बात की। बेटे की मौत के बाद मां अनीता देवी 2 दिन से बेड पर बेसुध पड़ी है। पिता शंभू पंडित भी कुछ नहीं बोल रहे हैं। वहीं, पड़ोसियों का कहना है कि वह लड़की के गेटअप में सुंदर दिखता था।

भाई बोला- मां ने खाने के लिए डांटा था

अंकित के बड़े भाई आदर्श ने बताया, हम 2 भाई और एक बहन हैं। अब तो सिर्फ हम और एक बहन बची है। हम दिल्ली में थे, मम्मी ने फोन किया तो पता चला कि भाई नहीं रहा। मम्मी ने उसे सिर्फ खाने के लिए डांटा था।

पड़ोसी बोले- हम लोग अभी भी उसी की रील देखते हैं

पड़ोसी रेखा देवी कहा, अंकित स्वभाव से काफी अच्छा था। घर के आसपास खूब वीडियो बनाता था, लेकिन ज्यादातर वह लड़की बनकर रील बनाता था। घर से लड़की के गेटअप में तैयार होकर कहीं भी निकल जाता था। हम लोग अभी भी उसका रील देखते हैं, उसकी किसी से दुश्मनी नहीं थी। पता नहीं उसने क्यों आत्महत्या कर ली।

पड़ोसी भुना देवी ने कहा, अंकित अच्छे-अच्छे कपड़ा पहनकर वीडियो बनाता था। हम लोग देखते थे, नाचता था। बहुत दिन से वीडियो बना रहा था। एकदम लड़की जैसा ही लगता था। हम तो लड़की वाला ही देखते थे। लड़की बनकर नाचते हुए खूब अच्छा लगता था। कभी इस छत पर तो कभी उस छत पर जाकर नाचते रहता था।

छात्रों ने अच्छे स्वास्थ्य के लिये लिया नशा मुक्त जीवन का वचन

श्रीगंगानगर (जनमार्ग न्यूज)। महात्मा गांधी विद्यालय पुलिस लाइन में आयोजित जिला स्तरीय सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के दौरान हजारों विद्यार्थियों ने स्वस्थ जीवन तथा नशामुक्त समाज के लिए शपथ लेते हुए नए जोश के साथ भाग लिया, जिसमें मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी श्री अरविंदर सिंह, जिला शिक्षा अधिकारी गिरिजेश कांत, ब्लॉक शिक्षा अधिकारी सुनील भाटिया, अतिरिक्त जिला शिक्षा अधिकारी मल्होत्रा, एससी/एसटी महिला अपराध शाखा के उप जिला पुलिस अधीक्षक विष्णु खत्री, प्राचार्य रिंपा तलवार और अजय योगाचार्य समेत वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित रहे; अजय योगाचार्य द्वारा सभी को प्रेरक सूर्य नमस्कार करवाकर स्वस्थ रहने का संदेश दिया गया और फिर नशा मुक्त गंगानगर अभियान ऑपरेशन सीमा के सहप्रभारी, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग के विक्रम ज्याणी ने संबोधित करते हुए बताया कि नशे ने किसी का बेटा, किसी का भाई और किसी का मित्र छीनकर हम सबका भविष्य अंधकारमय कर दिया है, इसलिए इस दुश्मन के खिलाफ एकजुट होकर लड़ना अनिवार्य हो गया है; जिला कलेक्टर डॉ. मंजू और जिला पुलिस अधीक्षक श्री गौरव यादव के समन्वय में, जिला प्रशासन एवं जिला पुलिस के संयुक्त प्रयास से काउंसलिंग वर्कशॉप, शपथ समारोह, नाटक और अन्य विविध गतिविधियों का आयोजन किया जा रहा है, ताकि यह संदेश स्पष्ट किया जा सके कि यदि हमारे बच्चे नशे के जाल में फंस गए तो हमारा आने वाला कल अनिश्चित हो जाएगा—इसलिए आइए हम सब मिलकर कहें, स्वस्थ रहो, नशा मुक्त रहो, क्योंकि स्वस्थ जीवन ही उज्जवल भविष्य की कुंजी है! कार्यक्रम के अंत में मिलकर सभी युवाओं ने नशा मुक्त रहने की शपथ ली और दूसरों को भी नशे से बाहर लाने का वचन दिया।

विश्व कैंसर दिवस 2025 : जागरूकता बढ़ाना और कैंसर मुक्त भविष्य की कल्पना करना

हर साल 4 फरवरी को विश्व कैंसर दिवस मनाया जाता है, जो सिर्फ एक तारीख नहीं, बल्कि एक ऐसा अभियान है जो हमें इस घातक बीमारी के प्रति जागरूक करता है। यह दिन न केवल कैंसर से लड़ने वालों की ताकत और हौसले को सलाम करने का है, बल्कि उन छोटी-छोटी बातों को समझने का भी है जो कैंसर से बचाव और समय पर इलाज में मददगार हो सकती हैं। क्या आप जानते हैं कि सही जानकारी और शुरुआती पहचान से कैंसर जैसी बीमारी को हराया जा सकता है? तो क्यों न इस दिन को एक अवसर के रूप में देखा जाए, जहां हम जागरूकता फैलाकर, अपने जीवनशैली में छोटे-छोटे बदलाव लाकर, और जरूरतमंदों को सही समय पर मदद पहुंचाकर इस लड़ाई का हिस्सा बनें। कैंसर रोग के प्रति जागरूक करने, इसके लक्षणों, बचाव के तरीकों, और इलाज की नई तकनीकों के बारे में जानकारी देंन के साथ ही, हम आपको यह भी बताएंगे कि कैसे यह दिन हमारे जीवन में एक उम्मीद की किरण लेकर आता है। तो आइए, मिलकर इस अभियान को मजबूत करें और एक स्वस्थ भविष्य की नींव रखें।

वर्ल्ड कैंसर डे का इतिहास: वर्ल्ड कैंसर डे को मनाने की शुरुआत साल 2000 में पेरिस में हुई थी। 4 फरवरी 2000 को पेरिस में वर्ल्ड समिट अगेंस्ट कैंसर कार्यक्रम का आयोजन किया गया था। इस आयोजन को करने वाले अंतर्राष्ट्रीय कैंसर नियंत्रण संघ का कहना था कि साल में एक दिन ऐसा होना चाहिए, जब दुनिया के हर कोने में कैंसर की रोकथाम, कैंसर के लक्षणों की पहचान और इलाज के प्रति जागरूकता लाने एक दिन होना चाहिए। यूआईसीसी की शुरुआत के बाद हर साल 4 फरवरी वर्ल्ड कैंसर डे मनाया जाता है। इस दिन स्कूल, गैर सरकारी संगठन, अस्पतालों में शिविर लगाए जाते हैं, और जन जागरूकता के कार्यक्रम आयोजित किए जाते है ताकि ज्यादा से ज्यादा लोगों को कैंसर के प्रति जागरूक किया जा सके।

पौष्टिक आहार अपनाएं, शरीर को स्वस्थ बनाएं: संतुलित और पोषक तत्वों से भरपूर आहार न केवल हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है बल्कि कैंसर के खतरे को भी कम करता है। ताजे फल, हरी सब्जियां, साबुत अनाज और प्रोटीन से भरपूर आहार शरीर को स्वस्थ रखने में सहायक होते हैं। वहीं, जंक

फूड, प्रोसेस्ड फूड और अधिक मीठे खाद्य पदार्थों का सेवन सीमित करना भी बेहद ज़रूरी है।

नियमित व्यायाम करें, सक्रिय जीवनशैली अपनाएं: शारीरिक गतिविधि शरीर के वजन को नियंत्रित करने, हार्मोन संतुलन बनाए रखने और रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करने में मदद करती है। रोजाना कम से कम 30 मिनट तक टहलना, साइकिल चलाना, योग करना या कोई अन्य व्यायाम करना कैंसर के जोखिम को काफी हद तक कम कर सकता है।

तंबाकू और शराब से दूरी बनाएं: धूम्रपान और तंबाकू का सेवन कैंसर का एक बड़ा कारण है, विशेष रूप से फेफड़ों, गले और मुंह के कैंसर के मामलों में। इसी तरह, अत्यधिक शराब का सेवन भी कैंसर के खतरे को बढ़ा सकता है। इन आदतों को छोडकर न केवल कैंसर से बचा जा सकता है, बल्कि संपूर्ण स्वास्थ्य में भी सुधार किया जा सकता है।

समय-समय पर हेल्थ चेकअप कराएं: कैंसर का समय पर पता लगना उपचार के लिए बेहद महत्वपूर्ण होता है। नियमित स्वास्थ्य जांच और कैंसर स्क्रीनिंग जैसे मैमोग्राफी, पैप स्मीयर और कोलोनोस्कोपी करवाने से बीमारी के शुरुआती लक्षण पहचाने जा सकते हैं, जिससे इलाज आसान और प्रभावी हो जाता है। कैंसर एक गंभीर बीमारी है, लेकिन सही जीवनशैली अपनाकर इसके खतरे को काफी हद तक कम किया जा सकता है। इस वर्ल्ड कैंसर डे पर, हम सभी को स्वस्थ आहार, नियमित व्यायाम, तंबाकू और शराब से दूरी और समय-समय पर मेडिकल चेकअप जैसे महत्वपूर्ण कदम उठाने चाहिए। यह छोटे-छोटे बदलाव हमें और हमारे प्रियजनों को कैंसर से बचाने में मदद कर सकते हैं।

उपचार की नई तकनीकें : विज्ञान और चिकित्सा के क्षेत्र में उन्नति के चलते कैंसर के इलाज में कई नई तकनीकें विकसित हुई हैं। इनमें शामिल हैं :-

इम्यूनोथेरेपी : यह उपचार शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाकर कैंसर कोशिकाओं से लड़ने में मदद करता है।

कीमोथेरेपी और रेडिएशन थेरेपी : यह पारंपरिक उपचार कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करता है और उनके फैलाव को रोकता है।

सर्जरी : प्रारंभिक अवस्था में ट्यूमर को हटाने के लिए सर्जरी एक प्रभावी तरीका है।

जीन थेरेपी : यह तकनीक कोशिकाओं के डीएनए में बदलाव करके कैंसर को ठीक करने का प्रयास करती है।

कैंसर के प्रति जागरूकता फैलाने और इसके बचाव के उपायों को अपनाने की आवश्यकता है। यह दिन हमें यह याद दिलाता है कि कैंसर एक ऐसी बीमारी है जिसे यदि समय रहते पहचान लिया जाए, तो इसका उपचार संभव है। जीवनशैली में सुधार, स्वस्थ आहार, नियमित व्यायाम, और धूम्रपान व शराब से बचाव जैसे कदम इस जानलेवा बीमारी से बचाव में सहायक हो सकते हैं। इसके अलावा, नियमित स्वास्थ्य जांच और डॉक्टरी सलाह के माध्यम से हम कैंसर के लक्षणों को शुरुआती चरण में ही पहचान सकते हैं। हम सभी को मिलकर कैंसर के बारे में जागरूकता बढ़ानी चाहिए और इसके खिलाफ एक सशक्त लड़ाई लडनी चाहिए। साथ ही, कैंसर से पीडि़त व्यक्तियों के लिए मानसिक और भावनात्मक समर्थन प्रदान करना भी बेहद महत्वपूर्ण है। आइए, हम सभी इस विश्व कैंसर दिवस पर संकल्प लें कि हम कैंसर से लडने् के लिए हर संभव प्रयास करेंगे और दूसरों को भी इसके बारे में जागरूक करेंगे।

दीपक शर्मा
काउन्सलर, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र,
सूरतगढ़ जिला श्रीगंगानगर

एमपी में दिन गर्म...पहली बार तापमान 34ए डिग्री पार

भोपाल-इंदौर समेत 14 शहरों में 30 डिग्री से ज्यादा; 2 दिन बाद फिर लुढ़केगा

भोपाल। मध्यप्रदेश में अब दिन गर्म हो गए हैं। सोमवार को सीजन में पहली बार पारा 34 डिग्री के पार पहुंच गया। मंडला और सिवनी सबसे ठंडे रहे। वहीं, भोपाल, इंदौर-उज्जैन समेत 14 शहरों में पारा 30 डिग्री से ज्यादा रहा। हालांकि, 2 दिन बाद पारे में फिर से गिरावट हो सकती है। मौसम विभाग के मुताबिक, फरवरी में सुबह और रात में ही ठंड का असर देखने को मिलेगा। 20 फरवरी से यह असर और कम हो जाएगा। इससे पहले सोमवार को ग्वालियर-चंबल और उज्जैन संभाग के कुछ जिलों में कोहरा रहा। मंगलवार को भी कुछ जिलों में कोहरा छाया रहेगा। दूसरी ओर, दो दिन में पारे में गिरावट हो सकती है, पर सोमवार को कई शहरों में पारा 5 डिग्री तक ऊपर चला गया। ऐसे में गर्मी का एहसास हुआ।

इन शहरों में दिन में गर्मी रही

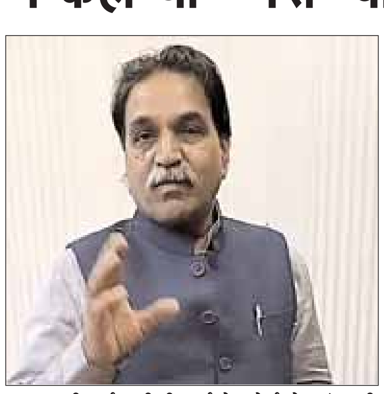
सोमवार को कई शहरों में गर्मी का असर देखा गया। सिवनी में 34.2 डिग्री और मंडला में 34 डिग्री दर्ज किया गया। इसी तरह बैतूल में 33.2 डिग्री, इंदौर में 32.5 डिग्री, भोपाल में 32.1 डिग्री, रतलाम में 32 डिग्री, उज्जैन में 31.5 डिग्री, खरगोन-नर्मदापुरम में 31.4 डिग्री, धार में 31.9 डिग्री, मलाजखंड में 30.3 डिग्री, रायसेन में 30.2 डिग्री, खंडवा में 30.1 डिग्री, उमरिया-सागर में 30 डिग्री रहा।

सेक्स सीडी कांड में 7 साल बाद सुनवाई: रायपुर कोर्ट में पेश होंगे 6 आरोपी, मूणत ने कहा था- मेरा न्याय जनता कर चुकी है

जनमार्ग न्यूज

रायपुर। छत्तीसगढ़ के पूर्व मंत्री राजेश मूणत की फर्जी सेक्स सीडी कांड केस में 7 साल बाद आज रायपुर कोर्ट में सुनवाई होगी। सीबीआई ने दूसरे राज्य में सुनवाई का आवेदन सुप्रीम कोर्ट से वापस ले लिया था, जिसके बाद इस मामले में सुनवाई रायपुर में ही होगी। सेक्स सीडी कांड में कोर्ट ने सभी 6 आरोपियों को आज पेशी में बुलाया है। बता दें कि इस मामले में सीबीआई ने 2018 में चार्ज शीट पेश की थी। लेकिन इस पर आगे कोई सुनवाई नहीं हुई थी। इस मामले में पूर्व मंत्री राजेश मूणत ने कहा था कि मेरा न्याय जनता कर चुकी है। सुप्रीम कोर्ट ने निचली अदालत में चल रही सुनवाई पर रोक लगाई थी।

सुनवाई पर सुप्रीम कोर्ट ने लगाई थी रोक: छत्तीसगढ़ के बहुचर्चित सेक्स सीडी कांड की सुनवाई दूसरे राज्य में ट्रांसफर करने सीबीआई ने सुप्रीम कोर्ट में याचिका लगाई थी। सीबीआई का कहना था कि निचली अदालत में चल रहे ट्रायल में गवाहों को धमकाने और झूठे केस में फंसाने की



बात कही गई। सीबीआई ने कोर्ट से मांग की गई कि थी इस केस के दिल्ली या फिर किसी दूसरे राज्य में ट्रांसफर कर देना चाहिए। जिसके बाद याचिका पर सुनवाई करते हुए कोर्ट ने निचली अदालत में चल रही सुनवाई पर रोक लगा दी।

2017 में सामने आई थी सेक्स सीडी

अक्टूबर 2017 में छत्तीसगढ़ में एक सेक्स सीडी सामने आई थी। इसे कथित रूप से तत्कालीन भाजपा सरकार के लोक निर्माण मंत्री राजेश मूणत का बताया जा रहा था। रायपुर के सिविल लाइन थाने में इसका मुकदमा दर्ज हुआ। बाद में पुलिस दिल्ली से पत्रकार विनोद वर्मा को गिरफ्तार कर लाई थी। कांग्रेस इसे तत्कालीन सरकार की साजिश बताती रही। सितंबर 2018 में कांग्रेस के तत्कालीन प्रदेश अध्यक्ष भूपेश बघेल को भी गिरफ्तार किया गया था। उन पर साजिश रचने का आरोप था। भूपेश बघेल ने जमानत लेने से इनकार कर दिया। इसके बाद कांग्रेस प्रदेश भर में भाजपा सरकार के खिलाफ स?कों पर उतर गई। इस गिरफ्तारी ने कांग्रेस कार्यकर्ताओं को नया जोश दिया। नवंबर 2018 में हुए विधानसभा चुनाव में जीतकर भूपेश बघेल मुख्यमंत्री बने थे।

कुछ समय पहले पूर्व मंत्री राजेश मूणत ने दैनिक भास्कर से खास बातचीत की थी। अब सीडी कांड की सुनवाई छत्तीसगढ़ में होगी। क्या राजेश मूणत को न्याय मिल पाएगा? इसके जवाब में उन्होंने कहा था मेरा न्याय जनता कर चुकी है और जो दोषी हैं उन्हें सजा मिले। किसी पर उंगली उठाने से पहले यह देख लेना चाहिए कि तीन उंगली अपनी तरफ भी आती है। वे विश्लेषण करते रहें लेकिन ऊपर वाला बैठा है न्याय जरूर मिलेगा।

हरियाणा के अस्पतालों का बकाया 400 करोड़ देगी सरकार: 31 मार्च तक का मांगा टाइम, आईएमए सहमत

चंडीगढ़ (जनमार्ग न्यूज)। हरियाणा इंडियन मेडिकल एसोसिएशन और हरियाणा सरकार के बीच कई घंटे चली बैठक के बाद बकाया राशि को लेकर आईएमए और सरकार के बीच सहमति बन गई है। 600 अस्पतालों की बकाया राशि का भुगतान 31 मार्च तक करने पर आईएमए मान गई है।

सरकार के साथ बैठक के बाद आयुष्मान भारत की सीईओ संगीता तेतरवाल और आईएमए के पदाधिकारी मीडिया से हुए रूबरू हुए, उन्होंने बताया कि, इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के साथ आज डॉक्टरों के भुगतान को लेकर बातचीत हुई थी। 31 मार्च तक डॉक्टर सारा बकाया दे दिया जाएगा। डॉक्टरों के भुगतान के लिए सरकार ने वित्त विभाग से करीबन 2500 करोड़ रिवाइज बजट मांगा है। बजट मिलते ही चालू की वर्ष का सारा बकाया भुगतान कर दिया जाएगा। इसके अलावा इंडियन मेडिकल एसोसिएशन की पोर्टल से जुड़ी भी कुछ मांग थी। उसका भी समाधान कर दिया गया है। अब पोर्टल में पारदर्शिता से काम होगा। केंद्र सरकार ने 2018 में एक वर्ष में प्रति परिवार 5 लाख रुपए तक की मुफ्त स्वास्थ्य सेवा देने के लिए आयुष्मान योजना की शुरुआत की थी। इसका लाभ 2.5 लाख रुपए से कम वार्षिक आय वाले परिवार और बुजुर्ग उठा सकते हैं।

न्यायालय उपतहसीलदार (भूअ.) समेजा

क्रमांक / व.प्र./ भूअ / 2025 / 130 दिनांकः 3-2-2025

सार्वजनिक सूचना

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है प्रार्थीगण जसकरण सिंह - बलकरण सिंह - गुरजन्ट सिंह पुत्र दलीप सिंह जाति जटसिख निवासी 40 पीएस तहसील रायसिंहनगर ने प्रार्थना पत्र प्रस्तुत कर निवेदन किया है कि प्रार्थीगण के ताया जी गुरदेव सिंह पुत्र जंगीर सिंह जाति जटसिख निवासी 40 पीएस ने अपने जीवनकाल में आराजी चक 40 पीएस के मु.नं. 36 प0न0 276 / 305 कि.नं. 12 ता 25 में 3.542 हैक. बारानी खातेदारी भूमि की वसीयत अपने हकीकी भतीजों जसकरण सिंह - बलकरण सिंह - गुरजन्ट सिंह पुत्र दलीप सिह के पक्ष में बहिस्सा बराबर-बराबर वसीयत दिनांक 09.02.2018 को निष्पादित करवाई है, जो उप पंजीयक रायसिंहनगर से पजिबद्ध है, के आधार पर प्रार्थीगण वसीयत का इन्तकाल दर्ज करवाना चाहते है। वसीयत कर्ता गुरदेव सिंह पुत्र जंगीर सिंह जाति जटसिख का देहान्त दिनांक 29.11.2019 को हो चुका है।

इस वसीयत पर इन्तकाल दर्ज किये जाने पर किसी को कोई आपत्ति / एतराज हो तो वह इस सूचना के प्रकाशन के 15 दिवस के अन्दर अपनी आपत्ति अद्योहस्ताक्षरकर्ता के समक्ष कार्यालय समय में असालतन / वकालतन उपस्थित होकर प्रस्तुत कर सकता है। मियाद बाद गुजरने कोई उजर एतराज काबिले गौर नहीं होगा व प्रकरण विधिसम्मत तरीके से निर्णित कर दिया जावेगा । यह सूचना आज दिनांक. 3-2-2025 को मेरे कार्यालय की मुद्रा व हस्ताक्षर से जारी की गई ।

(सलिन्द्र कुमार)
उप तहसीलदार (भूअ.) समेजा कोठी

क्रमांक / सम / 130 **दिनांकः 3/2/2025**

महात्मा गांधी विद्यालय नं. 5 पुलिस लाईन विधायक निधि से कक्षा कक्ष का शिलान्यास

❑ विधायक जयदीप बिहाणी के प्रतिनिधि हिमांशु बिहाणी ने किया शिलान्यास

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। महात्मा गाँधी विद्यालय नं. 5 पुलिस लाईन श्रीगंगानगर के विद्यालय परिसर में विधायक निधि से निर्मित कक्षा कक्ष का शिलान्यास विधायक जयदीप बिहाणी के प्रतिनिधि हिमांशु बिहाणी के कर कमलों से सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि विधायक प्रतिनिधि हिमांशु बिहाणी, अध्यक्षता प्रधानाचार्या रिम्पा तलवार, विशिष्ठ अतिथि बलराम जांगिड़ कनिष्ठ अभियन्ता यूआईटी, संतलाल, बंटी मौर्य, अवतार सिंह मल्होत्रा, जगीरचन्द फरमा, ओमप्रकाश मीना, फूसाराम, महावीर प्रसाद, इन्दूभूषण चावला, श्रीमती सरोज, श्रीमती निर्मला, अभिभावकगण, एसएमसी व एसडीएमसी सदस्य उपस्थित थे। कार्यक्रम का शुभारंभ माँ सरस्वती के चित्र के समक्ष दीप प्रज्जवलित कर किया गया। विधालय परिवार की ओर से आए हुए अतिथियों का अभिनन्दन किया गया। मुख्य अतिथि हिमांशु बिहाणी ने गुप्त नवरात्रों के शुभअवसर पर कक्षा कक्ष के शिलान्यास की नींव से विद्यालय में विद्यार्थियों को खुला व हवादार कक्षा कक्ष मिलने से अच्छी तरह से अध्ययन कर सकेंगे कमरों की कमी दूर होगी। विद्यायक द्वारा विद्यार्थियों की संख्यानुसार और भी कमरे बनाए जाएंगें। बालकों के सर्वोंगीण विकास के लिए सुविधाएँ उपलब्ध कराई जाएंगी। विद्यार्थियों को परीक्षाओं में कड़ी मेहनत करने के लिए प्रेरित किया। प्रधानाचार्या रिम्पा तलवार ने विधायक द्वारा विद्यालय में कक्षा कक्ष के शिलान्यास से विद्यालय में कमरों की जरूरत पूरी होगी। विद्यालय परिवार, अभिभावकगण विधायक द्वारा किए जा रहे कार्यो की भूरि-भूरि प्रशंसा की।

सूर्य नमस्कार का आयोजन

हनुमानगढ़ (जनमार्ग न्यूज)। सरस्वती कन्या उच्च माध्यमिक विद्यालय में सूर्य सप्तमी के अवसर पर विशेष योग सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस कार्यक्रम के दौरान विद्यालय की शारीरिक शिक्षक कोच मीनू ने छात्राओं को सूर्य नमस्कार की समस्त क्रियाओं का अभ्यास कराया और इसके लाभों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। कोच मीनू ने बताया कि सूर्य नमस्कार न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी अत्यंत लाभकारी है। नियमित रूप से इसका अभ्यास करने से शरीर की मांसपेशियां मजबूत होती हैं, रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और मन की एकाग्रता बनी रहती है। उन्होंने छात्राओं को सूर्य नमस्कार के प्रत्येक चरण को सही ढंग से करने की विधि भी सिखाई। विद्यालय की प्रिंसिपल प्रेरणा रस्तोगी ने इस अवसर पर कहा कि जो व्यक्ति प्रतिदिन सूर्य नमस्कार करता है, वह सदैव स्वस्थ और ऊर्जावान बना रहता है। उन्होंने छात्राओं को अपने दैनिक जीवन में योग को अपनाने के लिए प्रेरित किया और कहा कि यह न केवल शरीर को फिट रखता है, बल्कि मन को भी शांत करता है। कार्यक्रम में छात्राओं ने पूरे अनुशासन और श्रद्धा के साथ सूर्य नमस्कार किया। विद्यालय परिसर में योगाभ्यास के दौरान उत्साहपूर्ण वातावरण बना रहा।

विश्वकर्मा मार्बल राज मिस्त्री मजदूर संघ की बैठक में नई कार्यकारिणी गठित करने का प्रस्ताव पारित

सर्वसम्मति से पुरानी कार्यकारिणी को भंग किया गया

श्रीगंगानगर। भारतीय मजदूर संघ से सम्बद्ध विश्वकर्मा मार्बल राज मिस्त्री मजदूर संघ, श्रीगंगानगर की बैठक जवाहर नगर स्थित इंदिरा वाटिका में आयोजित की गई। भारतीय मजदूर संघ जिला मंत्री राजीव वर्मा ने बताया कि इस बैठक में श्रमिक हित में विभिन्न मुद्दों पर चर्चा की गई।

बैठक में विचार-विमर्श के पश्चात् सर्वसम्मति से वर्तमान कार्यकारिणी को भंग किया गया तथा नई कार्यकारिणी गठित करने का प्रस्ताव पारित किया गया। आगामी बैठक में नवीन कार्यकारिणी गठन का निर्णय लिया गया। इस अवसर पर भारतीय मजदूर संघ जिलाध्यक्ष कुलविन्द्र सिंह ग्रेवाल, कार्यकारी अध्यक्ष जीपी सिंह, संरक्षक श्रवण सिंह, जिला मंत्री राजीव वर्मा गंगानगर राज मिस्त्री मजदूर संघ अध्यक्ष ताराचंद माहर सहित अनेक पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता उपस्थित थे।

अप्रैल में 10 दिवसीय नि :शुल्क आयुर्वेद क्षारसूत्र शल्य चिकित्सा शिविर का होगा आयोजन

शिविर को लेकर हुई बैठक

अनूपगढ़। अनूपगढ़ सुखप्रीत सिंह की समाजसेवी संस्था महक फाउंडेशन सोसायटी पिछले 5 सालों से क्षेत्र में नशे के विरुद्ध युवाओं को जागरूक करने और स्वास्थ्य संबंधी समाज सेवा के कार्य कर रही है। महक फाउंडेशन सोसायटी के द्वारा आगामी कार्यक्रम को लेकर आज एक बैठक आयोजित की गई। सोसायटी के सचिव प्रेम नागपाल ने बताया कि बैठक में सर्वसम्मति से प्रस्ताव पारित किया गया है कि अप्रैल महीने में आयुर्वेद विभाग और महक फाउंडेशन सोसाइटी के संयुक्त तत्वाधान में 10 दिवसीय अंतरंग निशुल्क अर्श (मस्सा-बवासीर), भगंदर (नासूर), क्षार सूत्र शल्य चिकित्सा शिविर का आयोजन किया जाएगा। उन्होंने बताया कि यह शिविर अनूपगढ़ की कामरा धर्मशाला में आयोजित किया जाना प्रस्तावित है।

सोसायटी के कोषाध्यक्ष विपिन बजाज ने बताया कि इस शिविर में बवासीर (खूनी और बादी), भगन्दर (नासूर), फिशर और गुदा सम्बन्धी रोगों की चिकित्सा, आयुर्वेद पद्धति के क्षार सूत्र (धागा विधि) द्वारा बिना चीर-फा? के आयुर्वेद विशेषज्ञ चिकित्सको द्वारा नि:शुल्क किया जाना प्रस्तावित है। उन्होंने बैठक में सर्वसम्मति से निर्णय पारित हुआ है कि शिविर में भर्ती रोगियों को आवास, दवाइयां और भोजन सहित अन्य व्यवस्थाएं सोसायटी की ओर से निशुल्क उपलब्ध करवाई जाएगी। उन्होंने बताया कि अप्रैल में प्रस्तावित शिविर को लेकर तैयारियां शुरू कर दी गई है। आज बैठक में अध्यक्ष दीपक अग्रवाल, सचिव प्रेम नागपाल, कोषाध्यक्ष विपिन बजाज, उपाध्यक्ष रीना धालीवाल, राधा भाटी, सुखविंदर सिंह मक्कड़, कान्ता, दिनेश सेतिया, प्रवीण तायल, पवन मौजूद रहे।

दो केएनजे के ग्रामीणों ने किया जिला परिषद कार्यालय पर प्रदर्शन

ग्राम पंचायतों को नगर परिषद में शामिल करने का विरोध, सीईओ को सौंपा ज्ञापन

हनुमानगढ़ (जनमार्ग न्यूज)। नगर परिषद में शामिल करने के विरोध में सोमवार को दो के एन जे ग्रामीणों ने तीन किलोमीटर तक पैदल मार्च कर जिला परिषद कार्यालय के समक्ष प्रदर्शन किया। प्रदर्शन में दो के एन जे ग्राम पंचायत से सैकड़ों की संख्या में ग्रामीण महिलाएं व पुरुष शामिल रहे। प्रदर्शन व सभा के बाद जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी को मांग के संबंध में ज्ञापन सौंपा गया। ग्राम पंचायत दो केएनजे बचाओ संघर्ष समिति के शेरसिंह शाक्य, रणवीर, रतन, शीशपाल कर्षण लाल ने कहा कि जिला मुख्यालय की निकटतम ग्राम पंचायत दो केएनजे को राज्य सरकार की ओर से जारी अधिसूचना के आधार पर नगर परिषद से जोड़ा जाना है। उक्त ग्राम पंचायत को पिछली ही योजना के अन्तर्गत नई ग्राम पंचायत बनाया गया था। अर्थात उक्त ग्राम पंचायत को बने हुए अभी 5 वर्ष ही पूर्ण हुए हैं। दो केएनजे ग्राम पंचायत में निवास करने वाले लोग ज्यादातर गरीब, मजदूर वर्ग से हैं, जो दिहाड़ी-मजदूरी कर अपना व अपने परिवार का पालन-पोषण करते हैं। यहां की ज्यादातर जनता मनरेगा में कार्य कर अपना व अपने परिवार का पालन-पोषण करती है। अगर उक्त ग्राम पंचायत का विलय नगर परिषद में कर दिया जाता है तो सबसे पहले तो मनरेगा में कार्य करने वाले मजदूर वर्ग के लोगों को राज्य सरकार की ओर से चलाई जा रही शहरी रोजगार योजना में मजदूरी करने के लिए शहर में आना पड़ेगा। चूंकि उक्त पंचायत की दूरी नगर परिषद मुख्यालय से करीब 5 किलोमीटर है। इसलिए लोगों को छोटे-छोटे दस्तावेजी कार्यों के लिए नगर परिषद आना पड़ेगा। इससे आमजन को भारी परेशानी होगी। उन्होंने कहा कि ग्राम पंचायत बनने के बाद से दो केएनजे पंचायत में विकास कार्य बड़ी तेजी से हो रहे हैं। अगर दो केएनजे पंचायत नगरपरिषद में चली जाती है तो खुंजा, सुरेशिया, बरकत कॉलोनी, टाउन रेलवे स्टेशन के सामने स्थापित बस्ती की तरह दो केएनजे क्षेत्र का विकास भी रूक जाएगा तथा लम्बे समय तक पक्की सड?ों, गलियों व नालियों के निर्माण के लिए इंतजार करना पड़ेगा। नगर परिषद में आने के बाद बिजली बिलों में बढ़ोतरी हो जाऐगी। इससे इस क्षेत्र में निवास करने वाले ज्यादातर मजदूर वर्ग के लोगों को मजबूरन महंगी बिजली का उपभोग करना पड़ेगा। इसका सीधा असर इन गरीब लोगों की जेब पर पड़ेगा। इस सम्बन्ध में ग्रामीणों की ओर से जिला कलक्टर के समक्ष लिखित में आपत्तियां भी दर्ज करवाई गई हैं। उन्होंने मांग की कि ग्राम पंचायत दो केएनजे को नगर परिषद में शामिल न करने का आदेश दिया जाए। इस मौके पर भूपेन्द्र, कुलदीप, विनोद कुमार, गंगाराम, अशोक कुमार, हरनेक सिंह, सोनू तरसेम सिंह रणवीर सिहाग पुष्पा शाक्य कान्हा सिंह बबलू चन्नू कालूराम पूर्व उप सरपंच ओम प्रकाश मदन लाल सुखदेव सिंह सुखा सिंह सोनी कमल प्रभात करिषन लाल नरायण राम विनोद खाती बलराम राजू भाठ भंगा सिंह रामचंद्र विक्रम जग्गा सिंह हेपी पारो देवी मलकीत कौर मंगो देवी जसवीर कौर सतवीर पवन भाठ वकील सिंह मगतू राम संदीप मंजु देवी सर्व जीत कौर कर्मजीत कौर सतपाल, दीनदयाल नाई, प्रमिला, गुरप्रीत, संगीता, बलराम, वेद प्रकाश, कालूराम, गुरनायब, नारायण राम, चमकौर सिंह, विनोद कुमार, मदनलाल, सोहन सिंह, सुखदेव सिंह सहित कई अन्य ग्रामीण मौजूद रहे।

गुरुग्राम-फरीदाबाद में 2 दिन शराब ठेके बंद रहेंगे दिल्ली चुनाव के चलते आदेश

वोटिंग के दिन हरियाणा में छुट्टी

जनमार्ग न्यूज

चंडीगढ़। दिल्ली विधानसभा चुनाव को देखते हुए हरियाणा में 2 दिन शराब की दुकानें बंद रहेंगी। यह फैसला हृष्टक्रमें आते सूबे के 2 जिलों गुरुग्राम और फरीदाबाद में लागू होगा। इस दिन सुबह 6 बजे से लेकर शाम 6 बजे तक शराब की दुकानें बंद रहेंगी। बुधवार, 5 फरवरी को वोटिंग के दिन और 8 फरवरी को काउंटिंग के दिन यह फैसला लागू होगा। चुनाव प्रचार सोमवार शाम 5 बजे समाप्त हो गया और दिल्ली की जनता कल 5 फरवरी को मतदान करेगी। भारतीय चुनाव आयोग ने हरियाणा और उत्तर प्रदेश की सरकारों को निर्देश दिया हैं कि दिल्ली की सीमा से सटे क्षेत्रों जैसे- नोएडा, गाजियाबाद, गुरुग्राम, फरीदाबाद में शराब की दुकानें बंद की जाएं। यह प्रतिबंध 5 फरवरी की शाम 6 बजे तक लागू रहेगा। 8 फरवरी को काउंटिंग के दिन भी यही पाबंदी रहेगी। हरियाणा सरकार ने दिल्ली में विधानसभा चुनाव के मद्देनजर सभी सरकारी कार्यालयों, शैक्षणिक संस्थानों, बोर्डों और निगमों में 5 फरवरी को सवेतन छुट्टी घोषित की है। इस छुट्टी से राज्य सरकार के कर्मचारियों, जो दिल्ली के पंजीकृत मतदाता हैं, उन्हें अपने मताधिकार का प्रयोग करने का अवसर मिलेगा।

रोटरी क्लब सिटी द्वारा सरकारी स्कूलों में स्वेटर वितरण व नेत्र जांच शिविर आयोजित

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। रोटरी क्लब श्रीगंगानगर सिटी द्वारा राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय उधोग विहार में विधार्थियो को स्वेटर वितरित किये गए व आँखो की निशुल्क जाँच की गई इस अवसर पर क्लब के अध्यक्ष डॉ. सुरेन्द्र ढाका, दीनदयाल गुप्ता, नागर मित्तल, संजय अग्रवाल, हरीश गुप्ता वं जी पी सिंह उपस्थित रहे। आँखों की नि:शुल्क जांच में जिन्दल आई हॉस्पिटल के डॉक्टर संजीव जिंदल व चश्मे वितरण मे अजय गुप्ता का विशेष सहयोग रहा। ज्ञात रहे कि रोटरी क्लब सिटी द्वारा लगभग 700 स्वेटर विभिन्न विधालयो में वितरित किये गए है जिनमे राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय सिहागावली, राजकीय उच्च प्राथमिक दुलापुर केरी महात्मा गांधी गवर्नमेंट स्कूल ओढकी,राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय 1 ए छोटी,राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय 1 ई छोटी बारहमासी, राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय कालूवाला व राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय उद्योग विहार शामिल है क्लब के सचिव राहुल जैन ने बताया कि क्लब विधार्थियो के आँखों की नि:शुल्क जाँच व चश्मा वितरण कार्यकर्म को निरंतर जारी रखेगा

करनाल में ईडी की बड़ी कार्रवाई : बैंक धोखाधड़ी मामले में 50 करोड़ की संपत्ति की कुर्क

❑ फर्जी दस्तावेज बनाकर लिया था लोन

करनाल। हरियाणा के करनाल में प्रवर्तन निदेशालय ने बड़ी कार्रवाई करते हुए बैंक धोखाधड़ी से जुड़े एक मामले में 50 करोड़ रुपए की संपत्ति कुर्क कर दी है। मामला श्री हरि हर ओवरसीज प्राइवेट लिमिटेड से जुड़ा है, जिसने फर्जीवाड़ा कर पंजाब नेशनल बैंक को 121.75 करोड़ रुपए की चपत लगाई थी। ईडी ने राजेश कुमार, चिराग गुप्ता, गौतम गुप्ता, अशोक कुमार और अमित कुमार गुप्ता की चल-अचल संपत्तियों को मनी लॉन्ड्रिंग रोकथाम अधिनियम के तहत अटैच कर लिया है। इसमें करनाल और गुरुग्राम में घर, फैक्ट्री, जमीन, मशीनरी और बैंक में जमा रकम भी शामिल है।

कैसे हुआ 121.75 करोड़ का घोटाला: ईडी ने इस मामले की जांच सीबीआई नई दिल्ली द्वारा दर्ज एफआईआर के आधार पर शुरू की थी। जांच में सामने आया कि श्री हरि हर ओवरसीज प्राइवेट लिमिटेड के निदेशकों ने 2013 से 2019 के बीच फर्जी तरीके से बैंक से लोन लिया और इसे गबन कर लिया। इसके लिए कंपनी ने जाली बैलेंस शीट और वित्तीय दस्तावेज तैयार किए। लोन के बदले गिरवी रखी गई मशीनरी और स्टॉक को गुपचुप तरीके से बेच दिया, जिससे बैंक को भारी नुकसान हुआ।

बैंक से लोन लिया, पैसा इधर-उधर घुमाया और संपत्ति अपने नाम कर ली: ईडी की जांच में पता चला कि एसएचएचओपीएल के डायरेक्टर राजेश कुमार ने इस पूरी साजिश को अंजाम दिया। उसने लोन के पैसों को सतीवा ग्लोबल एक्सपोर्ट्स और सुपीरियर सॉयल प्रोडक्ट्स नाम की कंपनियों के खातों में घुमाया, जो खुद राजेश कुमार के कंट्रोल में थीं। इस पूरे खेल में राजेश कुमार ने अपने परिवार वालों और कई अन्य लोगों के बैंक खातों का इस्तेमाल किया, ताकि पैसों का सही सोर्स छिपाया जा सके। बैंक से धोखाधड़ी करने के बाद राजेश कुमार ने एक और चाल चली। उसने बैंक की ई-नीलामी में उन्हीं गिरवी रखी गई संपत्तियों को खरीद लिया, जिन पर पहले से बैंक का लोन था। इस तरह, उसने न केवल बैंक को करोड़ों का चूना लगाया, बल्कि लोन की रकम से अपनी कंपनियों के नाम पर प्रॉपर्टी भी बना ली।

बेटों के नाम फ्लैट, एफडी में भी निवेश किया: इंवेस्टिगेशन में यह भी सामने आया कि राजेश कुमार के बेटों, चिराग गुप्ता और गौतम गुप्ता ने भी इस घोटाले से फायदा उठाया। इन दोनों ने गुरुग्राम में एक-एक फ्लैट खरीदा, जबकि चिराग गुप्ता ने इस पैसे से एक फिक्स्ड डिपॉजिट (स्न्नष्ठक्र) भी बनाई, जिसे ईडी ने अटैच कर लिया है।ईडी ने जिन संपत्तियों को कुर्क किया है, उनमें करनाल में दो घर, गुरुग्राम में दो फ्लैट, करनाल के निस्सिंग में फैक्ट्री, मशीनरी और जमीन, 10 लाख रुपये की फिक्स्ड डिपॉजिट 17.40 लाख रुपए की नकदी शामिल है।

ऑक्शन माइंस को जल्द परिचालन में लाने के लिए राज्य सरकार गंभीर, एसईआईएए चेयरमैन और प्रमुख सचिव माइंस ने की उच्च स्तरीय चर्चा

माइंस विभाग का पोस्ट ऑक्शन फेसिलिटेशन सेल निभायेगा समन्वयक की भूमिका

जनमार्ग न्यूज

जयपुर। राज्य सरकार ऑक्शन खानों को जल्द से जल्द परिचालन में लाने को लेकर गंभीर है। ऑक्शन माइंस को पर्यावरण स्वीकृति के कार्य में आने वाली बाधाओं को दूर कर जल्द से जल्द पर्यावरण स्वीकृति की औपचारिकताएं पूरी कराने के लिए सोमवार को स्टेट एन्वायरमेंट इंपेक्ट एसेसमेंट कमेटी सिया के चेयरमैन मुनीश गर्ग और प्रमुख शासन सचिव माइंस एवं पेट्रोलियम टी. रविकान्त के बीच पर्यावरण भवन में विस्तार से चर्चा हुई। प्रमुख सचिव माइंस टी. रविकान्त ने बताया कि राज्य सरकार ऑक्शन माइंस को जल्द से जल्द क्रियाशील करने पर फोकस कर रही है और इसके लिए माइंसधारकों को सहयोग, मार्गदर्शन और समन्वय के लिए राज्य सरकार द्वारा पोस्ट ऑक्शन फेसिलि टेशन सेल का गठन किया है।

रविकान्त ने आग्रह किया कि पर्यावरण स्वीकृतियों के मेजर व माइनर मिनरल्स के बजरी सहित अन्य लंबित प्रकरणों के निस्तारण के लिए सुनवाई सहित अन्य आवश्यक औपचारिकताओं को तय समय सीमा में पूरा कराया जाए ताकि ऑक्शन माइंस को पर्यावरण स्वीकृति जारी होने के बाद की अन्य औपचारिकताओं को भी पूरा कराकर उन खानों में खनन कार्य आरंभ करवाया जा सके। उन्होंने कहा कि इससे अवैध खनन गतिविधियां रुक सकेगी वहीं खनन कार्य आरंभ होने से उत्पादन, निवेश, रोजगार और रेवेन्यू प्राप्त होने लगेगी। स्टेट एन्वायरमेंट इंपेक्ट एसेसमेंट कमेटी एसईआईएए के चेयरमैन मुनीश गर्ग ने चर्चा के दौरान कहा कि पर्यावरण स्वीकृति के लिए प्राप्त प्रकरणों के शीघ्र निस्तारण के लिए सिया गंभीर है। उन्होंने बताया कि अब चार स्टेट लेबल एक्सपर्ट अप्रेजल कमेटी द्वारा आवश्यक कार्रवाई कर सिया के पास प्रस्ताव भेजे जा रहे हैं। उन्होंने पर्यावरण स्वीकृति के कार्य में और अधिक तेजी लाने का विष्वास दिलाया।

बैठक में पोस्ट ऑक्शन फेसिलिटेशन सेल के प्रभारी एसएमई विजिलेंस जयपुर प्रताप मीणा ने पर्यावरण स्वीकृति के लिए प्रस्तावित प्रस्तावों की विस्तार से जानकारी दी।

नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर लगाया

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। विश्व मानवाधिकार एसोसिएशन, टांटिया यूनिवर्सिटी जन सेवा हॉस्पीटल के संयुक्त तत्वावधान में नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर रविवार को प्रात: 10 बजे से 02 बजे तक हनुमान धाम धर्मशाला ब्रह्म कॉलोनी, जस्सा सिंह मार्ग पर लगाया गया। कार्यक्रम संयोजक विश्व मानवाधिकार एसोसिएशन की राष्ट्रीय अध्यक्ष रेणु अग्रवाल सह-संयोजक डॉ. पी.सी. आचार्य, टांटिया यूनिवर्सिटी के जन सम्पर्क अधिकारी थे। शंकी जसूजा, मोनू बजाज, सीमा गर्ग, सुरजीत कौर, कृष्णा सोनी, सीमा जांगिड़, गुरविन्द्र सिंह, रमेश नायक, मनोज,रमन वर्मा, मीना गौत्तम, रजनीश शर्मा, खुशी, गौरव गर्ग, रमेश बंसल, दीपक मिड्ढा, नरेश मोंगा, पंकज यादव, राजरमन, पवन गोयल थे। शिविर में हनुमान धाम मंदिर कमेटी का विशेष सहयोग रहा।

राष्ट्रीय अध्यक्ष रेणु अग्रवाल ने बताया कि इस स्वास्थ्य जांच शिविर में डॉ. मनोज गोदारा हड्डी एवं जोड़ रोग विशेषज्ञ, डॉ. निधि धींगड़ा स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ, डॉ. ललित सचदेवा नेत्र विशेषज्ञ, डॉ. संजय सोलंकी श्वास रोग विशेषज्ञ, डॉ. विजय हटिला कान,नाक, गला रोग विशेषज्ञ, डॉ. एस.बी. रूलानिया चर्म रोग विशेषज्ञ, डॉ. इन्द्रदीप कोचर शिशु रोग विशेषज्ञ, डॉ. मोहित जनरल मैडिसिन ने अपनी सेवाएँ दी। शिविर में 350 से अधिक लोगों ने स्वास्थ्य लाभ प्राप्त किया। उन्होंने टांटिया यूनिवर्सिटी के चिकित्सकीय स्टॉफ का आभार व्यक्त किया।

शिविर के दौरान सफल मंच संचालन पी.सी. आचार्य ने किया।

वाहेगुरु सिमरन जारी

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। पदमपुर रोड अमृत विहार कॉलोनी स्थित गुरुद्वारा धन-धन भाई मंझ जी के सालाना समागम के अवसर पर इन दिनों रोजाना शाम 7 बजे से रात्रि 9.30 बजे तक वाहेगुरु सिमरन किया जा रहा है, जोकि छः फरवरी, गुरूवार तक जारी रहेगा। इस दौरान गुरूद्वारा साहिब में आयोजित कार्यक्रमों में रोजाना सुबह-शाम गुरु का अटूट लंगर बरताया जा रहा है। गुरुद्वारा के हैड ग्रंथी भाई जतिन्दर सिंह ने बताया कि 7 फरवरी, शुक्रवार को गुरुद्वारा साहिब से आलौकिक नगर कीर्तन निकाला जाएगा, जोकि पदमपुर रोड स्थित आसपास की विभिन्न कालोनियों की परिक्रमा करते हुए शाम को वापिस गुरुद्वारा साहिब में पहुंचेगा।

असहयोग जिसके कारण आरयूबी निर्माण में आ रही है बाधा : मोनिका बंसल

जनमार्ग न्यूज

संगरिया। आरयूबी निर्माण के सम्बन्ध में स्थाई लोक अदालत हनुमानगढ़ की ओर से प्रकरण उपभोक्ता संरक्षण समिति बनाम राजस्थान राज्य व अन्य में दिए गए निर्णय दिनांक 16 जून 2022 की पालना हेतु न्यायालय वरिष्ठ सिविल न्यायाधीश संगरिया में सोमवार 03 फरवरी 2025 को कार्यवाहक अधिशाषी अधिकारी मोनिका बंसल तहसीलदार राजस्व संगरिया ने लिखित प्रगति प्रतिवेदन प्रस्तुत किया तथा न्यायालय को अवगत करवाया कि संवेदक द्वारा आरयूबी का लगभग 20 प्रतिशत कार्य पूर्ण हो चुका है जिसमें प्री-कास्ट आरसीसी 24 बॉक्स, बेस स्लैब, यू-वॉल निर्मित हो चुके है तथा शेष कार्य प्रगति पर है। आरयूबी अलाईनमेन्ट भगत सिहं चौक साइड में विद्युत विभाग की एचटी लाईन ढीली होने व पुलिस थाना संगरिया द्वारा जब्त वाहनों को रखे जाने के कारण खुदाई का कार्य नहीं हो पा रहा है। इस सम्बन्ध में सहायक अभियन्ता जोधपुर विद्युत वितरण निगम एवम् थानाधिकारी पुलिस थाना संगरिया को पत्राचार के माध्यम से ट्रांसफार्मर व ढीले तारों को कसने व पुलिस थाना द्वारा जब्त वाहनों को हटाने हेतु अवगत करवाया जा चुका है लेकिन इसके बावजूद दोनों विभाग कोई कार्यवाही नहीं कर रहे है। कार्यवाहक अधिशाषी अधिकारी मोनिका बंसल ने न्यायालय से निवेदन किया कि इस सम्बन्ध में दोनों विभागों को पाबंद करे। इस पर समिति की तरफ से उपस्थिति दे रहे एडवोकेट जसकरण सिहं व आशीष ने कहा कि कार्यवाही अधिशाषी अधिकारी मोनिका बंसल के पास सामान्य प्रशासन की शक्तियां भी है जो जोधपुर विद्युत वितरण निगम एवं पुलिस थाना को निर्देशित कर सकती है। नगरपालिका एवं राज्य सरकार की ओर से पैरवी कर रहे गुरलाल मान ने न्यायालय को आश्वस्त किया कि वह दोनों विभागों को निर्देशित कर आ रही बाधा को दूर करने का प्रयास करेगे। इस पर वरिष्ठ सिविल न्यायाधीश सुजीत कुमार तंवर ने राज्य सरकार के विभागों द्वारा न्यायालय के आदेश के निष्पादन में बाधा एवं देरी पर नाराजगी व्यक्त की तथा आगामी सप्ताह तक आ रही बाधाओं को दूर करने के निर्देश देते हुए प्रकरण में 13 फरवरी 2025 की तारीख निश्चित की।

सीटू की बैठक में 6 को प्रदर्शन का ऐलान

जनमार्ग न्यूज

हनुमानगढ़। राजस्थान मिड डे मील वर्कर यूनियन सीटू की एक महत्वपूर्ण बैठक आज भगत सिंह यादगार केंद्र, लाल चौक पर आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता यूनियन की जिला अध्यक्ष कामरेड चंद्र कला वर्मा ने की। सभी ने मिड डे मील वर्करों के अधिकारों के लिए एकजुट होकर संघर्ष करने का संकल्प लिया।

बैठक के अंत में यह निर्णय लिया गया कि 6 फरवरी 2025 को मिड डे मील वर्करों की समस्याओं के समाधान हेतु जिलाधीश कार्यालय पर प्रदर्शन किया जाएगा और एक ज्ञापन सौंपा जाएगा। इस प्रदर्शन का उद्देश्य सरकार का ध्यान मिड डे मील वर्करों की समस्याओं की ओर आकर्षित करना और उनके अधिकारों की मांग को मजबूती से उठाना है।

लिकर कॉन्ट्रैक्टर्स एसोसिएशन ने आबकारी नीति में संशोधन हेतु सौंपा ज्ञापन

जनमार्ग न्यूज

हनुमानगढ़। जिले के लिकर कॉन्ट्रैक्टर्स एसोसिएशन ने सोमवार को जिला कलेक्टर को आबकारी मध सयम नीति 2025-26 से संबंधित विभिन्न सुझावों एवं पूर्व के वित्तीय वर्षों में अनुज्ञाधारियों पर लगाए गए अनुचित दंडों को समाप्त करने हेतु ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में अनुज्ञाधारियों ने सरकार से शराब दुकानों के संचालन का समय रात 11 बजे तक करने की मांग की, ताकि अवैध शराब बिक्री पर रोक लगाई जा सके। एसोसिएशन का कहना है कि पड़ोसी राज्यों में यह समय सीमा पहले से ही लागू है, जिससे वहां अवैध शराब की समस्या कम है। इसके अलावा, अनुज्ञाधारियों ने कमीशन को 20त्न बढ़ाने की मांग रखी, ताकि उन्हें आर्थिक संतुलन बनाए रखने में सहायता मिले। उन्होंने अनुरोध किया कि जो अनुज्ञाधारी अपनी दुकानों का नवीनीकरण कराना चाहते हैं, उनकी एक्साइज ड्यूटी न बढ़ाई जाए। साथ ही, 5त्न वार्षिक लाइसेंस फीस का समायोजन एक्साइज ड्यूटी में करते हुए इसके भुगतान की एक निश्चित समय सीमा निर्धारित करने की मांग की गई। ज्ञापन में यह भी उल्लेख किया गया कि आईईएमएस -2 प्रणाली लागू होने के बाद अनुज्ञाधारियों को उनकी बकाया एक्साइज ड्यूटी का बैलेंस लौटाया जाए। उन्होंने यह भी कहा कि कुछ दुकानों की जनवरी माह की स्न्न को 29 तारीख को एक्साइज ड्यूटी में ट्रांसफर किया गया था, लेकिन 1 फरवरी को यह राशि शून्य हो गई, जिससे उन्हें वित्तीय नुकसान उठाना पड़ रहा है।

अनुज्ञाधारियों ने अक्टूबर माह में डीडी से उठाए गए माल को एक्साइज ड्यूटी में जोड़ने और सितंबर माह की स्न्न के चालानों का सत्यापन करवा कर माल जारी करने की मांग की। इसके अतिरिक्त, एडवांस ईपीए (श्वक्क) के एक्साइज ड्यूटी में समायोजन की भी मांग की गई। लिकर कॉन्ट्रैक्टर्स एसोसिएशन ने जिला प्रशासन से इन सभी बिंदुओं पर गंभीरता से विचार करने और उचित समाधान निकालने की अपील की है, ताकि शराब अनुज्ञाधारियों को अनावश्यक वित्तीय बोझ से राहत मिल सके और राज्य की आबकारी नीति अधिक सुचारू रूप से लागू हो सके। इस मौके पर एसोसिएशन के प्रदेश उपाध्यक्ष प्रदीप तिवाड़ी, गुरदीप सिंह बराड़ बब्बी, राधा सिंह खोसा, भूपेंदर सुड्डा, अंकुर गोदारा, पुनीत सहित अन्य सदस्य मौजूद थे।

मासिक विराट भजन संकीर्तन का आयोजन

जनमार्ग न्यूज

सूरतगढ़। श्री बालाजी श्री किशन पितर जी धाम मुखिया भक्त शिरोमणि प्रेमा बाई के पावन सानिध्य में मासिक विराट भजन संकीर्तन का आयोजन किया गया। भक्त शिरोमणि प्रेम बाई व मंदिर के भक्त लेखराम सैन, प्रबंधक ममता चौहान ने किशन पितर जी महाराज के दरबार में विधिवत पूजा अर्चना करके सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। सुंदरकांड समिति के हरिराम मोदी, रमेश दाधीच ने संगीतमय सुंदरकांड पाठ का वाचन करके आरती के बाद प्रसाद वितरण किया। मुख्य यजमान हनुमानगढ़ निवासी श्रीमती इंदिरा स्वामी के पुत्र हिमांशु स्वामी, पुत्री पूजा स्वामी, बजरंग स्वामी परिवार ने विशेष पूजा अर्चना करके लंगर भंडारे का भोग लगाकर भंडारे में ब्राह्मण भोजन करवाकर जागरण भंडारे का शुभारंभ किया। दिल्ली निवासी विजय भणभैरू परिवार ने फ्रूट की सवामणि का भोग लगाकर श्रद्धालुओं को प्रसाद वितरण किया। मंदिर की मुख्य भक्त शिरोमणि प्रेमा बाई, मंदिर प्रबंधन कमेटी की प्रबंधक ममता चौहान ने आरती करके लंगर भंडारे में मुख्य यजमानों के साथ प्रसाद वितरण किया। धर्म प्रेमी तोलाराम स्वामी ने बताया श्री पितर जी मंदिर में सुबह से लेकर शाम तक भव्य भजन संकीर्तन कार्यक्रम बड़ी धूमधाम से मनाया गया। श्री किशन पितर जी के राजस्थानी लोकभजन गायक ओम जी राठी, शिवजी ओझा, नीरु राणा सहित कलाकारों ने श्री किशन पितर जी महाराज के भजनों का यशगान किया । मंदिर प्रवक्ता आशीष स्वामी ने बताया मासिक संकीर्तन के भव्य कार्यक्रम में विदेश भारत के कोने कोने से आए श्रद्धालुओं ने मनोकामना पूर्ण के लिए भक्त शिरोमणि प्रेमाबाई का आशीर्वाद लिया।

व्यवस्था प्रभारी डॉ विशाल छाबड़ा, शिवजी ओझा की देखरेख में हर माह की तरह इस बार भी भव्य कार्यक्रम सूरतगढ़ धाम में बड़ी धूमधाम से मनाया गया। लंगर भंडारा प्रभारी प्रताप सिंह महला की देखरेख में इंदिरा स्वामी, हिमांशु स्वामी, पूजा स्वामी, बजरंग स्वामी, सुभाष सोनी, जसवंत, अनिल कुमार, कुलदीप, नरेंद्र कुमार सहित सेवादारों ने श्रद्धालुओं के लिए लंगर में प्रसाद वितरण की सेवाएं दी। लंगर भंडारा में ईमीलाल भाटिया, रूपराम वर्मा, मोहनलाल सुथार, परतूराम वर्मा, सुरेंद्र कुमार, अशोक राजपुरोहित, हवाई सोमपाल, महिपाल, अर्जुनसर के हंसराज वर्मा, बीझवायला के पवन कुमार सहित सेवादारों ने भोजन बनाने की व्यवस्थाओं में सेवाएं दी। पितर जी धाम पर लगाए गए भंडारे में भंडारा प्रभारी प्रताप सिंह महला की देखरेख में बद्री प्रसाद बिनानी, सत्यनारायण सारस्वत, कन्हैया लाल, हंसराज, अनिल कुमार, दिलीप कुमार, नरेंद्र कुमार, राजू सहित सेवादारों ने भंडारे में भोजन प्रसाद वितरण किया। प्रबंधक ममता चौहान ने बताया भक्त शिरोमणि प्रेमा बाई ने सभी श्रद्धालुओं के कल्याण हेतु एवं सभी श्रद्धालुओं के सुख समृद्धि के लिए आलोकिक जोत प्रज्वलित करके श्रद्धालुओं को आशीर्वाद दिया।

सीटू ने केन्द्रीय बजट को गरीब तथा मजदूर विरोधी बताया

श्रमिक वर्ग को कोई राहत नहीं देकर तथा न्यूनतम वेतन नहीं बढ़ाकर मजदूरों के साथ किया धोखा : का. वीएस राणा

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। भारतीय ट्रेड यूनियन केन्द्र (सीटू), श्रीगंगानगर ने केन्द्रीय वित्त मंत्री श्रीमती निर्मला सीतारमण द्वारा पेश मोदी सरकार 3.0 के पहले आम बजट को गरीब तथा मजदूर विरोधी बताया है। सीटू प्रदेश महामंत्री का. वीएस राणा ने कहा कि बजट में श्रमिक वर्ग को कोई राहत नहीं दी गई है तथा सरकार ने न्यूनतम वेतन नहीं बढ़ा कर मजदूरों के साथ धोखा किया है। बढ़ती महंगाई पर लगाम लगाने का कोई योजना नहीं है। सरकार के बजट में बेरोजगारों को रोजगार देने की भी कोई योजना नहीं है।

इन्कम टैक्स की सीमा बढ़ाकर मध्यम वर्ग को थोड़ी राहत दी गई है, लेकिन उससे कहीं ज्यादा आर्थिक बोझ पहले ही खाने-पीने व अन्य जरूरी सामानों पर जीएसटी लगाने से पड़ चुका है। असंगठित क्षेत्र के मजदूरों को रोजगार देने का कोई पुख्ता इंतजाम बजट में नहीं है। 60 साल की उम्र के बाद असंगठित क्षेत्र के मजदूरों के लिए पेंशन का प्रावधान बजट में नहीं किया गया है। देश के लाखों स्कीम वर्करों तथा निर्माण क्षेत्र के मजदूरों के लिए बजट में किसी राहत की घोषणा नहीं की गई है। किसानों की आय दोगुनी करने के लिए बजट में कोई प्रावधान नहीं है। बैंक ऋण को 3 लाख से 5 लाख करने से किसान कर्जायी होगा।

जिला सचिव का. जगसीर सिंह भट्टी ने बताया कि भारतीय ट्रेड यूनियन केन्द्र (सीटू), श्रीगंगानगर ने इस गरीब तथा मजदूर विरोधी बजट की निंदा करते हुए मोदी सरकार से मांग की है कि देश के असंगठित क्षेत्र के मजदूरों के लिए 30 हजार मासिक न्यूनतम वेतन तथा 60 वर्ष की आयु के पश्चात् प्रतिमाह 6 हजार पेंशन का प्रावधान किया जाए।

जनमार्ग पढ़ें
ताजा खबरें
ज्यादा खबरें

सेठ राधाकिशन बिहाणी विद्यालय में सूर्य सप्तमी दिवस पर हुआ सूर्य नमस्कार

हनुमानगढ़। सेठ राधाकिशन बिहाणी राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय, हनुमानगढ़ टाउन में सूर्य सप्तमी दिवस हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय प्रांगण में विशेष योग सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों सहित विद्यालय के शिक्षकों एवं प्रशासनिक अधिकारियों ने भाग लिया। कार्यक्रम में मुख्य रूप से सीडीईओ पन्नालाल क?ेला, सीबीईईओ सीमा भल्ला और विद्यालय की प्रधानाचार्य अनिता शर्मा उपस्थित रहीं। योगाचार्य अचला के निर्देशन में सभी ने सूर्य नमस्कार किया और योग के महत्व पर चर्चा की। योगाचार्य ने विद्यार्थियों को सूर्य नमस्कार के स्वास्थ्य लाभों के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने कहा कि सूर्य नमस्कार करने से न केवल शरीर ऊर्जावान रहता है, बल्कि यह मानसिक शांति और एकाग्रता ब?ाने में भी सहायक होता है।

सीडीईओ पन्नालाल कड़ेला ने कहा कि भारतीय संस्कृति में सूर्य की उपासना का विशेष महत्व है और योग इसका अभिन्न अंग है। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रतिदिन योग करने की प्रेरणा दी और कहा कि इससे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को मजबूती मिलती है। वहीं, सीबीईईओ सीमा भल्ला ने कहा कि सूर्य सप्तमी दिवस हमें प्रकृति से जु?ने और स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की सीख देता है। विद्यालय की प्रधानाचार्य अनिता शर्मा ने सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना चाहिए, जिससे विद्यार्थियों का शारीरिक और मानसिक विकास हो सके। उन्होंने इस आयोजन के सफल संचालन के लिए विद्यालय के समस्त शिक्षकों एवं छात्राओं को बधाई दी। कार्यक्रम के अंत में विद्यार्थियों ने सूर्य नमस्कार के विभिन्न आसनों का अभ्यास किया और योगाचार्य अचला के मार्गदर्शन में योगाभ्यास को सहजता से अपनाने का संकल्प लिया।

अनूपगढ़ में रोडवेज चलायेगी चार अतिरिक्त बसें

● रिवेन्यू शेयरिंग मॉडल पर होगी संचालित ● 23 ग्राम पंचायतों को मिलेगा फायदा

जनमार्ग न्यूज

अनूपगढ़। राज्य पथ परिवहन निगम की पहल के तहत अनूपगढ़ डिपो के चार ब्लॉक में चार बसें चलाई जाएंगी। यह सेवा निजी बस ऑपरेटरों के साथ रिवेन्यू शेयरिंग मॉडल पर संचालित की जाएगी, जिसे वित्त विभाग की मंजूरी मिल चुकी है। अनूपगढ़ डिपो के मुख्य प्रबंधक राजीव कुमार के अनुसार- कुल 1004 किलोमीटर के चार मार्गों पर यह सेवा शुरू होगी। इन मार्गों में अनूपगढ़ से ढाबा, 8 एसकेएम (सखी), श्री विजयनगर और रायसेन नगर शामिल हैं, जो 23 ग्राम पंचायतों को जोड़ेंगे। निजी ऑपरेटर्स के लिए टेंडर भरने की प्रक्रिया शुरू हो चुकी है, जो 3 मार्च 2025 तक चलेगी। टेंडर 5 मार्च को खोले जाएंगे। महत्वपूर्ण शर्तों के अनुसार, केवल

वही ऑपरेटर आवेदन कर सकते हैं जिनके पास 22 सीटर डीलक्स बस हो, जो 1 अप्रैल 2020 के बाद रजिस्टर्ड हो और बीएस-6 मानकों को पूरा करती हो। बसें निजी ऑपरेटरों की होंगी, लेकिन उनका संचालन और नियंत्रण रोडवेज के पास रहेगा। सभी बसें अनूपगढ़ रोडवेज बस स्टैंड से संचालित होंगी। यह पहल मुख्यमंत्री की बजट घोषणा का हिस्सा है, जिसका उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों में बेहतर परिवहन सुविधाएं उपलब्ध कराना है। अनूपगढ़ आगार प्रबंधक राजीव कुमार ने बताया कि ग्रामीण मार्गों पर बसें चलाने के लिए मुख्यालय को करीब डेढ़ साल पहले अनूपगढ़ डिपो की तरफ से चार रूट चिह्नित करते हुए प्रस्ताव भेजा गया था। इनमें अनूपगढ़ से ढाबा जिसके अंतर्गत ग्राम पंचायत 12 ए-बी, 4 एलएम, 9 एलएम, 11-12 एनडी, ढाबा के ग्रामीणों को लाभ मिलेगा। इसके अलावा अनूपगढ़ से 8 एसकेएम (सखी) रूट के अंतर्गत 17 एसटीआर, 17 एमडी, 13 एमडी, 19 जीडी, 8 एसकेएम (सखी) के ग्रामीणो को लाभ मिलेगा। अनूपगढ़ से श्रीविजयनगर रूट के अंतर्गत 4 बीएलडी, 5 बीएलएम, 8 एसटीबी, सुखचैनपुरा, भात्तीवाला, बिलोचिया व अनूपगढ़ से रायसिंहनगर रूट के अंतर्गत 36 एनपी, 6/8 एलपीएम, मोकमवाला, 8 एसटीबी, बाजूवाला, सतजण्डा और ठण्डी ठाकरी के ग्रामीणों को लाभ मिलेगा।

नोजगे में हुआ फैंसी ड्रेस कॉम्पिटिशन

● जिलेभर के विभिन्न स्कूलों के बच्चों ने लिया भाग

जनमार्ग न्यूज

श्रीगंगानगर। नोजगे पब्लिक स्कूल के ऑडिटोरियम में मिन्नी मार्वल्स (फैंसी ड्रेस) कॉम्पिटिशन का आयोजन किया गया। इस आयोजन में ज़िलेभर के विभिन्न स्कूलों के दर्जनों विद्यार्थी रंग बिरंगी वेशभूषा में नज़र आए। इस कॉम्पिटिशन में 2 से 6 आयुवर्ग के बच्चों ने भाग लिया। इस मौके पर केजी के टीचर्स ने ग्रुप डान्स भी किया। कार्यक्रम कन्वीनर ममता सेठी ने बताया कि इस फैंसी ड्रेस कॉम्पिटिशन में प्रथम, द्वितीय व तृतीय रहने वाले बच्चों को सम्मानित किया गया। इसके अलावा 10 कन्सोलेशन प्राइस भी दिए गए। उन्होंने बताया कि गोरांश सेठी ने प्रथम प्राइज़ के रूप में 5100 रुपये प्रोत्साहन राशि व ट्रॉफ़ी तथा गर्व मिड्ढा ने 3100 रुपये प्रोत्साहन राशि व ट्रॉफी तथा वान्या कामरा ने तृतीय स्थान पर रहते हुए ट्रॉफ़ी व 1100 रूपए व प्रोत्साहन राशि जीती। इसके अलावा बियांशी बलीहारा, वीवान डाबरा, केरा बिलंदी, गुरबाणी चड्ढा, गौरवी मदन, उर्वी, जीनल, नयंशी, निशा, विहान ने कन्सोलेशन प्राइस जीते। ममता सेठी ने बताया कि इस आयोजन का उद्देश्य अन्य स्कूल के विद्यार्थियों को अपनी प्रतिभा दर्शाने के लिए मंच प्रदान करना है। इन विद्यार्थियों को स्कूल डायरेक्टर डॉ. पी एस सूदन व एक्ज़ीक्यूटिव डायरेक्टर राजेश धींगडा ने इन विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए हौसला अफजाई की।

नहर में डूबा 15 वर्षीय बच्चा

● मूर्ति विसर्जन के दौरान हादसा हुआ, 8वीं कक्षा का छात्र

जनमार्ग न्यूज

फरीदाबाद। हरियाणा के फरीदाबाद में खेड़ी पुल पर आगरा नहर में मूर्ति विसर्जन के दौरान 15 वर्षीय बच्चे के डूबने का मामला सामने आया है। मामला सोमवार की शाम 7 बजे का है। पुलिस बच्चे के शव को नहर में तलाश कर रही है। पुलिस के द्वारा एसडीआरएफ की टीम को बुलाया गया है। जो पानी में उतरकर शव को तलाश रही है। खेड़ी पुल थाना पुलिस इंचार्ज सुरेन्द्र कुमार से मिली जानकारी के अनुसार फरीदाबाद के सरपंच कालोनी सेक्टर 20 ऐ फरीदाबाद का रहने वाला शिवम अपने कुछ दोस्तों के साथ मूर्ति विसर्जन करने के लिए खेड़ी पुल आया था। शिवम जब आगरा नहर में मूर्ति विसर्जन के लिए नीचे की तरफ उतर रहा था।

सोने का असली बिस्किट दिखाकर व्यापारी के साथ ठगी

जनमार्ग न्यूज

जोधपुर। जोधपुर पुलिस कमिश्नरेट के सरदारपुरा थाने में एक व्यक्ति ने सोने के बिस्किट देने के नाम पर नकली बिस्किट थमाने को लेकर मामला दर्ज करवाया है। आरोप है कि इसको लेकर आरोपियों ने 35 लाख रुपए की ठगी कर दी। फिलहाल पुलिस मामला दर्ज कर जांच में जुटी हुई है। सरदारपुरा थाने में दी रिपोर्ट में सुनील माहेश्वरी पुत्र रामकृष्ण महेश्वरी निवासी आडा बाजार पुलिस थाना सदर बाजार ने बताया कि वह होलसेल पर दुकानदारों से ज्वेलरी बनवाकर देने का काम करते हैं। उनका मसूरिया के बाबा रामदेव मंदिर के पास रहने वाले ज्वेलर्स मनोज सोनी से संपर्क है। उनसे कई बार ज्वेलरी भी तैयार करवा चुके हैं। सितंबर 2024 के बीच में उनके मोबाइल नंबर पर एक अनजान नंबर से फोन आया। उस व्यक्ति ने अपना नाम धनराज सोनी बताया। उसने कहा- आपके मोबाइल नंबर मनोज सोनी निवासी जोधपुर ने दिए हैं। जो आपको सस्ते भाव में सोना दे सकता है। उन्होंने सैंपल दिखाने को लेकर कहा तो सितंबर माह के अंतिम सप्ताह में व्यक्ति जोधपुर आया। उसे सोने का 100 ग्राम का एक असली

बिस्किट दिखाया। उसको चेक करने के बाद 500 ग्राम सोने का आर्डर दिया। इसके बदले में 35 लाख रुपए देना तय किया गया था। आरोपी ने पीड़ित को कहा कि सोने के लेनदेन को लेकर मनोज सोनी को जानकारी नहीं देना। उसने दो-तीन दिन बाद सोने की सप्लाई करने की बात कही। उसके बाद तीन दिन बाद खुद को धनराज सोनी बताने वाले व्यक्ति ने फोन किया और उसे चिल्ड्रन पार्क सरदारपुरा के पास पैसे लेकर आने को कहा। इस पर वह अपने लैपटॉप के बैग में 35 लाख रुपए लेकर अपने मिलने वाले तीन लोगों के साथ चिल्ड्रन पार्क सरदारपुरा आए।

ईडी ने कुर्क की 50 करोड़ की प्रॉपर्टी

जनमार्ग न्यूज

करनाल। हरियाणा के करनाल में प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने बड़ी कार्रवाई करते हुए बैंक धोखाधड़ी से जुड़े एक मामले में 50 करोड़ रुपए की संपत्ति कुर्क कर दी है। मामला श्री हरिहर ओवरसीज प्राइवेट लिमिटेड से जुड़ा है, जिसने फर्जीवाड़ा कर पंजाब नेशनल बैंक को 121.75 करोड़ रुपए की चपत लगाई थी। ईडी ने राजेश कुमार, चिराग गुप्ता, गौतम गुप्ता, अशोक कुमार और अमित कुमार गुप्ता की चल-अचल संपत्तियों को मनी लॉन्ड्रिंग रोकथाम अधिनियम के तहत अटैच कर लिया है। इसमें करनाल और गुरुग्राम में घर, फैक्ट्री, जमीन, मशीनरी और बैंक में जमा रकम भी शामिल है। ईडी ने इस मामले की जांच सीबीआई नई दिल्ली द्वारा दर्ज एफआईआर के आधार पर शुरू की थी।

बस खाई में गिरी, दस से ज्यादा यात्री घायल

जनमार्ग न्यूज

कैथल। कैथल में जींद रोड पर गांव कासन के पास एक बस अनियंत्रित होकर खाई में पलट गई। बस पलटने से दर्जनों यात्री घायल हो गए। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और घायलों को जिला नागरिक अस्पताल पहुंचाया। हादसा सुबह करीब साढ़े नौ बजे हुआ। यह बस यात्रियों को लेकर जींद की ओर जा रही थी। जैसे ही यह गांव कासन के पास पहुंची तो यह हादसा हो गया। बस में दर्जनों यात्री सवार थे। इनमें से कई को मामूली चोटें आने के कारण प्राथमिक उपचार के बाद छुट्टी दे दी गई, जबकि जिन्हें अधिक चोटें आई थीं, उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया। उधर, सुबह हुए हादसे के कारण अस्पताल के इमरजेंसी वार्ड में भीड़ जमा हो गई। अस्पताल स्टाफ ने तुरंत घायलों का उपचार शुरू कर दिया। घायलों को कई एंबुलेंस में अस्पताल लाया गया। पुलिस कर्मी भी मौके पर पहुंचे और जांच शुरू कर दी।

अमेरिका ने 205 भारतीयों को वापस भेजा

● यूएस मिलिट्री प्लेन अमृतसर के लिए रवाना

जनमार्ग न्यूज

न्यूयॉर्क। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प की तरफ से अवैध अप्रवासियों के खिलाफ कार्रवाई तेज हो गई है। सोमवार को अमेरिका से अवैध अप्रवासियों को लेकर एक सैन्य विमान भारत के लिए रवाना हुआ। न्यूज एजेंसी रॉयटर्स के मुताबिक स-एयरफोर्स का सी-17 ट्रांसपोर्ट एयरक्राफ्ट अवैध अप्रवासियों को लेकर भारत में अमृतसर के लिए उड़ान भर चुका है। सूत्रों के अनुसार इस एयरक्राफ्ट में 205 लोग सवार हैं। इन सभी की पहचान कर ली गई है। इस पूरी प्रकिया में भारत भी शामिल रहा। विमान को भारत पहुंचने में कम से कम 24 घंटे लगेंगे। विमान के उड़ान भरने का समय भी नहीं बताया। दरअसल, ट्रम्प ने अमेरिका के इतिहास का सबसे बड़ा डिपोर्टेशन करने का वादा किया था। इसके बाद इमिग्रेशन एंड कस्टम्स इन्फोर्समेंट (आईसीई) ने 15 लाख अवैध अप्रवासियों की लिस्ट तैयार की, जिसमें 18,000 भारतीय भी हैं। ट्रम्प के सत्ता संभालने के पहले 11 दिन में ही 25 हजार से ज्यादा अवैध अप्रवासी हिरासत में लिए गए। ट्रम्प की आइस टीम

(इमिग्रेशन एंड कस्टम इंफोर्समेंट) ने 12 राज्यों में छापे मारे। रिपोर्ट्स के मुताबिक ज्यादातर छापे की कार्रवाई रिपब्लिकन राज्यों में हुई हैं। इनमें 1700 अवैध अप्रवासी भारतीयों को हिरासत में लिया गया। इस दौरान मेक्सिको बॉर्डर से घुसपैठ की घटनाएं 94 प्रतिशत तक घटी हैं। बाइडेन के कार्यकाल में इस साल 1 जनवरी से 19 जनवरी के बीच हर दिन घुसपैठ की औसतन 2087 घटनाएं हुई जबकि ट्रम्प के सत्ता संभालने के बाद 20 जनवरी से 31 जनवरी तक यह आंकड़ा 126 पर आ गया।

ब्यूटीशियन हत्याकांड की जांच करेगी सीबीआई

जनमार्ग न्यूज

जोधपुर। जोधपुर के अनीता ब्यूटीशियन हत्याकांड में अब सीबीआई जांच करेगी। पिछले साल 30 अक्टूबर 2024 को हुई इस हत्याकांड की गूंज पूरे राजस्थान सुनाई दी थी। मामले में पुलिस ने 30 जनवरी 2025 को कोर्ट में चार्जशीट पेश की थी। इसमें पुलिस ने सिर्फ गुलामुद्दीन और उसकी पत्नी आबिदा को ही आरोपी माना था। सोमवार को सीबीआई की एफआईआर में तैयब अंसारी और अनीता की सहेली सुनीता को भी आरोपी बनाया गया है। अंसारी प्रोपर्टी डीलर है और परिवार आरोप है कि उसके राजनीतिक रसूख के कारण कार्रवाई नहीं की जा रही। संभवतया एक-दो दिन में सीबीआई की टीम जांच के लिए जोधपुर पहुंच सकती है। अनीता मर्डर केस की जांच सीबीआई से कराने की मांग को लेकर परिजनों ने कई दिनों तक शव नहीं उठाया था। आखिरकार, कई दिनों की जद्दोजहद के बाद जनप्रतिनिधियों की मौजूदगी में 19 नवंबर को हुई वार्ता में सहमति बनी थी। इसमें सीबीआई जांच की अनुशंषा की शर्त भी शामिल थी। 28 नवंबर 2024 को राज्य सरकार ने इस प्रकरण की जांच सीबीआई से कराने की अनुशंषा भेजी थी।

डोडा पोस्त तस्करी मामले में फरार आरोपी गिरफ्तार

● घड़साना पुलिस ने जालवाली गांव से पकड़ा, एक साल से फरार था

जनमार्ग न्यूज

अनूपगढ़। अनूपगढ़ के घड़साना में डोडा पोस्त तस्करी के मामले में फरार आरोपी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी 18 किलो डोडा पोस्त तस्करी के मामले में एक साल से फरार चल रहा था। जिसे घड़साना के जालवाली गांव से गिरफ्तार कर लिया है। घड़साना एसएचओ महावीर प्रसाद ने बताया कि 2 जनवरी 2024 को पुलिस ने 18 किलो 200 ग्राम डोडा पोस्त बरामद किया था। इस मामले में फलोदी के हिडोल निवासी मकसूद खान (34) पुत्र ताज मोहम्मद फरार चल रहा था। पुलिस ने विशेष टीम का गठन कर आरोपी की तलाश शुरू की और उसे

घडसाना के जालवाली गांव से गिरफ्तार कर लिया। पुलिस अधिकारियों ने बताया कि आरोपी से गहन पूछताछ की जा रही है। उन्होंने बताया कि श्रीगंगानगर पुलिस ने मादक पदार्थों के खिलाफ विशेष अभियान चलाया हुआ है। डीआईजी गौरव यादव के निर्देशन में चल रहे इस अभियान के तहत घडसाना पुलिस ने एनडीपीएस एक्ट में वांछित आरोपी को गिरफ्तार किया है। इस सफल कार्रवाई में कॉन्स्टेबल रामकृष्ण और कॉन्स्टेबल प्रेम कुमार की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

शहर में घूमने आई विदेशी पर्यटक को डॉग ने काटा

● स्थानीय लोगों ने पहुंचाया हॉस्पिटल

जनमार्ग न्यूज

जोधपुर। जोधपुर में इन दिनों आवारा डॉग का आतंक बढ़ता जा रहा है। नगर निगम की ओर से इसको लेकर प्रभावी कार्यवाही नहीं की जा रही है। नतीजा शहर में मंगलवार को घूमने के लिए आई विदेशी पर्यटक को डॉग ने काट दिया। इसके चलते पर्यटक रोने लग गई। पांव में डॉग के काटने की वजह से गहरा घाव हो गया। बाद में आसपास के लोगों की मदद से उन्हें अस्पताल ले जाया गया। डॉग बाइट की घटना के बाद शहर में विदेशी पर्यटकों की सुरक्षा को लेकर भी सवाल खड़े होने लगे हैं। भीतरी शहर जहां पर दिन भर विदेशी और देशी पर्यटकों की आवाजाही रहती है। ऐसी जगह पर आवारा डॉग पर्यटकों पर हमला कर रहे हैं। इसके वजह से जोधपुर शहर की साख पर भी बट्टा लग रहा है।

पाक से 400 हिंदुओं की अस्थियां भारत पहुंचीं

● आठ वर्षों से श्मशान में मोक्ष प्राप्ति के इंतजार में थीं ● महाकुंभ योग में वीजा मिला

जनमार्ग न्यूज

अमृतसर। पाकिस्तान में कराची के पुराने गोलिमार क्षेत्र के हिंदू श्मशान घाट में वर्षों से अस्थि कलशों में रखीं 400 हिंदू मृतकों की अस्थियां सोमवार (3 फरवरी) को अमृतसर के वाघा-अटारी बॉर्डर के रास्ते भारत पहुंचीं। ये अस्थियां करीब 8 साल से श्मशान में रखी थीं। परिजन को इन्हें गंगा में प्रवाहित करने का इंतजार था। महाकुंभ योग में भारत का वीजा मिलने के बाद रविवार (2 फरवरी) को कराची के श्री पंचमुखी हनुमान मंदिर में विशेष प्रार्थना सभा हुई। इसके बाद परिजन ने अस्थियों को अंतिम विदाई दी, ताकि मोक्ष के लिए इन्हें गंगा में विसर्जित किया जा सके। इससे पहले, बुधवार (29 जनवरी) को बड़ी संख्या में श्रद्धालु पुराने कराची के गोलिमार श्मशान घाट पहुंचे थे, जहां अस्थि कलशों के लिए विशेष प्रार्थना की गई।

जिन परिवारों को अपने प्रियजनों की अस्थियां हरिद्वार में विसर्जित करनी थीं, वे श्मशान घाट पहुंचे, क्योंकि भारत में अस्थि विसर्जन के लिए श्मशान घाट की पर्ची और मृतक का मृत्यु प्रमाणपत्र अनिवार्य था। कराची के निवासी सुरेश कुमार अपनी मां सील बाई की अस्थियों को हरिद्वार ले जाने का इंतजार कर रहे थे। उन्होंने बीते सप्ताह तब राहत की सांस ली, जब उन्हें पता चला कि भारत सरकार ने 400 हिंदू मृतकों की अस्थियों के लिए वीजा जारी कर दिया है। उनकी मां की मृत्यु 17 मार्च 2021 को हुई थी, और परिवार ने उसी समय भारत के वीजा के लिए आवेदन किया था।

बेटी को ससुराल छोड़ने गए पिता को चप्पलों से मारा

कोटपूतली। कोटपूतली में बेटी को ससुराल छोड़ने गए पिता को बेटी के ससुराल वालों ने लकड़ी के बांस बांधकर मारपीट कर दी। इस दौरान कुछ लोगों ने पीड़ित को जबरदस्ती लकड़ी के बांस से बांध दिया और महिलाओं ने चप्पल से पिटाई कर दी। जिसका एक वीडियो सामने आया है। वहीं पीड़ित व्यक्ति ने बड़ी मुश्किल से वहां से भाग कर अपनी जान बचाई और घटना की जानकारी कोटपूतली पुलिस को दी। घटना शनिवार शाम 7 बजे गोपालपुरा गांव में कंजरों की बस्ती की है। देवता गांव निवासी पीड़ित रोहिताश ने रिपोर्ट में बताया कि वह शनिवार को शाम 7 बजे अपनी बेटी संगीता को उसके बच्चों के साथ उसके ससुराल गोपालपुरा स्थित कंजरों की बस्ती में छोड़ने के लिए गया था। जहां पर उसके ससुराल के सदस्य गजराज, रबी, मनोज, बीना, रेखा, सुनिल व चार-पांच अन्य लोगों ने गाली गलौज कर मारपीट शुरू कर दी। इसके बाद उसे जबरदस्ती एक लकड़ी के बांस से बांध कर डंडों, चप्पलों और मुक्कों से पिटाई शुरू कर दिया। साथ ही उसके गले से चांदी की चेन, सोने की अंगूठी और जेब से 7 हजार रुपए भी निकाल लिए।

सालगिरह मुबारक

जनमार्ग न्यूज

हिसार। शंकर छींपा-ममता छींपा को शादी की 11वीं सालगिरह पर मम्मी-पापा राजमल छींपा-संतोष देवी, बहन-बहनोई आईआरएस प्रदीप कुमार-सुनीता रोहिल्ला, मंजू देवी, अजय अग्रोइया एवं यशिका रोहिल्ला समस्त परिवार रिश्तेदारों की और से हार्दिक बधाई शुभकामनाएं।

प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वत्वाधिकारी हरीसिंह मेहरा द्वारा राहुल ऑफसैट प्रिन्टर्स गुलजार भवन, 47 गणेश विहार द्वितीय, जस्सा सिंह मार्ग के पास श्रीगंगानगर 335001 से मुद्रित एवं प्रकाशित। संपादक : हरीसिंह मेहरा, 94140-87692, फैक्स : 0154-2970692