दैनिक
नवयत
केन्द्र व राज्य सरकार द्वारा विज्ञापनों के लिए स्वीकृत
RNI No. RAJHIN/2010/31619
Post.Reg No. sikar/041/2016-2018
खबरें सड़क से संसद तक
वर्षः 16 | अंक 315 | सीकर, रविवार 11 जनवरी 2026 | Email : navyatndainik@gmail.com | मूल्य 1 रुपया | पृष्ठ 8

कांस्टेबल नव नियुक्ति समारोह

'बिना सिफारिश और बिना खर्चे के युवाओं को मिल रही नौकरी' : अमित शाह

'भजनलाल सरकार ने पेपरलीक से राजस्थान को दिलाई निजात', तीन नए कानून शरीर, संपत्ति और सम्मान की रक्षा की गारंटी

सुरेन्द्र शर्मा

जयपुर। केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह ने कहा है कि पारदर्शी तरीके से लोकसेवकों की भर्ती करने से ही कोई प्रदेश आगे बढ़ सकता है और मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा की सरकार ने पूर्ववर्ती सरकार का पेपरलीक का सिलसिला खत्म कर राजस्थान को इससे निजात दिलाई है। उन्होंने कहा कि हमारी राज्य सरकार भर्ती प्रक्रिया में पारदर्शिता रखते हुए भ्रष्टाचार का उन्मूलन और योग्यता का सम्मान करते हुए राजस्थान के युवाओं को 'बिना सिफारिश और बिना खर्चे' के नौकरी दे रही है।

श्री शाह शनिवार को आरपीए में कांस्टेबल नव नियुक्ति समारोह को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि अच्छी कानून व्यवस्था से ही प्रदेश का विकास संभव है। इसे ध्यान में रखते हुए मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा की सरकार ने पेपरलीक पर रोक लगाने के साथ-साथ कानून व्यवस्था को मजबूत बनाया और प्रधानमंत्री के नेतृत्व में राजस्थान को पूरे देश में निवेश का अग्रणी राज्य बनाने का काम भी किया है। इसी का परिणाम है कि आज देशभर के निवेशक राजस्थान की ओर आने की स्पर्धा कर रहे हैं। केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि इन कानूनों के पूरी तरह लागू होने के बाद जो भी एफआईआर पंजीकृत होंगी उनमें तीन साल में ही सुप्रीम कोर्ट तक न्याय मिलने की व्यवस्था हो जाएगी। उन्होंने कहा कि इन कानूनों से राजस्थान पुलिस द्वारा दोष सिद्धि दर 41 प्रतिशत से बढ़कर 60 प्रतिशत पहुंच गई है और आने वाले समय में यह दर 85 प्रतिशत तक पहुंचने की उम्मीद है। मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि वर्तमान कालखंड देश की आजादी के बाद का अभूतपूर्व कालखंड है, जिसमें देश को यशस्वी प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी और केन्द्रीय गृह मंत्री श्री अमित शाह का मजबूत और कुशल नेतृत्व मिल रहा है। धारा 370 को हटाकर जम्मू-कश्मीर को देश की मुख्यधारा से जोड़ते हुए देश की एकता एवं अखंडता को मजबूती देने का काम किया गया। श्री शर्मा ने कहा कि जम्मू-कश्मीर का पुनर्गठन देश के एकीकरण में असाधारण योगदान देने वाले लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल एवं डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी को सच्ची श्रद्धांजलि है।

केन्द्रीय गृह मंत्री ने नक्सलवाद का सफाया कर मजबूत की आंतरिक सुरक्षा–श्री शर्मा ने कहा कि केन्द्रीय गृह मंत्री ने नक्सलवाद का सफाया करते हुए देश की आंतरिक सुरक्षा को सुदृढ़ करने का काम किया। देश में औपनिवेशिक मानसिकता वाले कानूनों को समाप्त कर लाए गए तीन नए कानूनों से देश की न्याय प्रणाली को अधिक लोकतांत्रिक बनाया गया है। सीएए कानून के माध्यम से पाकिस्तान, बांग्लादेश और अफगानिस्तान में धार्मिक उत्पीड़न झेलने वाले अल्पसंख्यकों को भारतीय नागरिकता देने की राह खोली है। साथ ही, पूर्वोत्तर में महत्वपूर्ण शांति समझौतों से बड़ी संख्या में युवा हथियार छोड़कर मुख्यधारा में लौटे हैं जिससे देश का पूर्वोत्तर भाग शांति और विकास के मार्ग पर तेजी से आगे बढ़ रहा है।

राजस्थान पुलिस देश का अग्रणी पुलिस बल-

केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि राजस्थान पुलिस बल देश के अग्रणी और सक्षम पुलिस बलों में स्थान रखता है। उन्होंने नव चयनित कांस्टेबलों को नियुक्ति पत्र मिलने की बधाई देते हुए कहा कि जिन युवाओं को आज वर्दी मिली है वे स्थिर चित्त के साथ पूरा ध्यान अपने प्रशिक्षण पर लगाएं और इसके उपरांत अपने काम से जनता की सेवा और सुरक्षा को सुनिश्चित करते हुए सुरक्षित राजस्थान के संकल्प को चरितार्थ करें। उन्होंने चयनित कांस्टेबलों में 2,500 से ज्यादा महिलाओं के शामिल होने पर प्रसन्नता व्यक्त की। श्री शाह ने कहा कि पाकिस्तान से लगती एक हजार किलोमीटर से अधिक लंबी सीमा, चंबल के दुर्गम बीहड़, थार का मरूस्थल, अजमेर में दरगाह शरीफ, पुष्कर, नाथद्वारा, चित्तौड़, उदयपुर, जोधपुर, जयपुर जैसे पर्यटक स्थलों तथा रणथंभौर, सरिस्का, केवलादेव जैसे प्राकृतिक स्थलों वाले इस प्रदेश में भौगोलिक परिस्थिति के कारण पुलिस की चुनौती और बढ़ जाती हैं।

दो साल में राजस्थान पुलिस बनी आधुनिक-

केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि दो साल में राजस्थान पुलिस में एंटी गैंगस्टर टास्क फोर्स का गठन, पुलिस के आधुनिकीकरण के लिए अभय कमांड सेंटर से 112, सीसीटीएनएस और इंटर-ऑपरेबल क्रिमिनल जस्टिस सिस्टम (आईसीजेएस) को एकीकृत करने, कालिका पेट्रोलिंग यूनिट की शुरूआत, एंटी नार्कोटिक्स टास्क फोर्स के गठन की शुरूआत जैसी कई महत्वपूर्ण पहल की गई हैं।
इसी क्रम में साइबर अपराधों को रोकने के लिए राजस्थान साइबर क्राइम को-ऑर्डिनेशन सेंटर की स्थापना का अहम कदम उठाया गया है। श्री शाह ने कहा कि देश के यशस्वी प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में 150 साल पहले बने अंग्रेजों के कानूनों को समाप्त कर भारतीय न्याय संहिता सहित तीन नए कानून लाए गए हैं। ये संहिताएं संविधान द्वारा प्रदत्त शरीर, संपत्ति और सम्मान की रक्षा की गारंटी को सुनिश्चित करने के लिए बनाई गई हैं।

गहलोत बोले- बिगड़ती कानून व्यवस्था पर जवाब दें अमित शाह

आप कन्हैयालाल मामले में भ्रम फैलाने के चैंपियन थे, न्याय कब मिलेगा?

जयपुर।

पूर्व सीएम अशोक गहलोत ने केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह पर निशाना साधा है। अशोक गहलोत ने उदयपुर के कन्हैयालाल टेलर मर्डर केस में अब तक न्याय नहीं मिलने और राजस्थान की कानून व्यवस्था को लेकर सवाल उठाए हैं। गहलोत ने एक्स पर लिखा- गृह मंत्री अमित शाह से अपेक्षा है कि वे आज अपनी राजनीतिक चुप्पी तोड़ेंगे और बताएंगे कि कन्हैयालाल के परिवार को न्याय कब मिलेगा? आपके गृह मंत्रालय के अधीन नेशनल इन्वेस्टिगेशन एजेंसी ने घटना की रात ही यह केस राजस्थान पुलिस से ले लिया था, पर एनआईए के पास ये केस होने के बावजूद अभी तक न्याय क्यों नहीं मिला है? उनका परिवार अभी तक न्याय के लिए क्यों भटक रहा है।

आप भ्रम फैलाने के चैंपियन थे

गहलोत ने आगे लिखा- आप तो चुनाव में 5 लाख बनाम 50 लाख का असत्य बोलकर भ्रम फैलाने के चैंपियन थे। कन्हैयालाल के परिवार ने आपके झूठ को एक्सपोज कर बता दिया है कि उनके परिवार को 50 लाख रुपए का मुआवजा और दोनों पुत्रों को सरकारी नौकरी मिली थी।

राजस्थान में कानून का इकबाल खत्म हो चुका, बिगड़ती कानून व्यवस्था पर जवाब दीजिए

गहलोत ने लिखा- आज राजस्थान में कानून का इकबाल खत्म हो चुका है। रंगदारी, रेप और माफियाराज से जनता त्रस्त है। बजरी माफिया रोज हत्याएं कर रहा है। हद तो तब हो गई जब दूसरे राज्यों की पुलिस यहां आकर एक्शन करती है। मुख्यमंत्री जी कहते हैं राजस्थान पुलिस को जानकारी ही नहीं है। गृह मंत्री जी, भाषणों से परे हटकर राजस्थान की बिगड़ती कानून व्यवस्था पर जवाब दीजिए।

रिपोर्ट-वेनेजुएला का तेल भारत को देगा अमेरिका

ट्रम्प दुनिया की बड़ी ऑयल कंपनियों के अफसरों से मिले; रिलायंस भी तेल खरीद सकती है

वॉशिंगटन डीसी।

अमेरिका, भारत को वेनेजुएला से तेल खरीदने की इजाजत दे सकता है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक ट्रम्प प्रशासन के एक सीनियर अधिकारी ने इसकी जानकारी दी है। अधिकारी के मुताबिक यह सब अमेरिका की निगरानी और शर्तों के साथ होगा। हालांकि इससे जुड़ी शर्तें क्या हैं, इसकी जानकारी अभी नहीं मिल पाई है। इसका मतलब यह है कि अमेरिका के प्रतिबंधों की वजह से जो व्यापार रुका हुआ था, वह अब फिर से शुरू हो सकता है। वहीं, रॉयटर्स की रिपोर्ट के मुताबिक, रिलायंस भी चाहती है कि अमेरिका उसे वेनेजुएला का तेल खरीदने की इजाजत दे दे। दूसरी ओर ट्रम्प ने शुक्रवार को व्हाइट में दुनिया की बड़ी तेल कंपनियों के शीर्ष अधिकारियों से मुलाकात की। यहां उन्होंने वेनेजुएला के तेल क्षेत्र में करीब 9 लाख करोड़ रुपए के निवेश की बात कही। वेनेजुएला पेट्रोलियम एक्सपोर्टिंग कंट्रीज का सदस्य है। उसके पास दुनिया का सबसे बड़ा तेल भंडार है, लेकिन वह वैश्विक सप्लाई का सिर्फ करीब 1% ही देता है। अमेरिका ने 2019 में वेनेजुएला पर बहुत कड़े आर्थिक प्रतिबंध (सेंक्शंस) लगा दिए थे, अमेरिका ने सेकेंडरी सेंक्शंस भी लगा दिए, यानी जो भी देश या कंपनी वेनेजुएला से तेल खरीदती है, उसे अमेरिकी बाजार में व्यापार करने या बैंकिंग सुविधाओं से रोक दिया जा सकता था।

राजस्थान-कोहरे के कारण गाड़ियां भिड़ीं

4 पुलिसवालों सहित 24 घायल, फ्लाइट कैंसिल

गलन भरी सर्दी के कारण 13 जिलों में स्कूल बंद, हवा हुई जहरीली

जयपुर।

राजस्थान के 10 से ज्यादा जिले आज सुबह भी घने कोहरे की चपेट में रहे। जैसलमेर और कोटपूतली-बहरोड़ जिले में हुए दो एक्सीडेंट में 24 लोग घायल हो गए। इनमें एक एसएचओ सहित 4 पुलिसवाले भी शामिल हैं। वहीं, धुंध के कारण उदयपुर में इंडिगो की दो फ्लाइट कैंसिल हो गई। सीकर, नागौर, जैसलमेर सहित कई जिलों कोहरे के कारण विजिबिलिटी 50 मीटर से भी कम रही। लगातार चल रही शीतलहर के कारण गलन भरी सर्दी और तापमान में गिरावट भी लोगों को परेशान कर रही है। आज भी राजस्थान के 13 जिलों में 8वीं तक के बच्चों की छुट्टी रही। मौसम विभाग ने आज 13 जिलों में कोल्डवेव की चेतावनी जारी की है। तेज सर्दी के बीच कई जिलों में पॉल्यूशन भी खतरनाक स्तर पर पहुंच गया है। वहीं, मौसम विभाग ने राज्य में अगले एक सप्ताह मौसम साफ रहने और अगले दो-तीन कोहरा और सर्द हवा चलने का पूर्वानुमान जारी किया है।

पुलिस वैन के परखच्चे उड़े

जैसलमेर के पोकरण में शनिवार सुबह घने कोहरे के कारण मोहनगढ़ थाना पुलिस की गाड़ी और स्लीपर बस में भिड़ंत हो गई। पुलिस वैन का अगला हिस्सा खत्म हो गया। हादसे में थानाधिकारी बाबूराम सहित तीन कॉन्स्टेबल घायल हो गए।

वहीं, कोटपूतली-बहरोड़ जिले के प्रागपुरा थाना क्षेत्र में हुए एक्सीडेंट में 20 से ज्यादा लोग घायल हो गए। पुलिस के अनुसार ड्राइवर सहित तीन लोगों की हालत गंभीर है। जिन्हें जयपुर रेफर किया गया है। वहीं, घने कोहरे का असर उदयपुर में भी रहा। यहां दिल्ली से आने वाली और दिल्ली जाने वाली इंडिगो की फ्लाइट कैंसिल हो गई। कोहरे के साथ बर्फीली हवा से भी सर्दी बढ़ गई है। शेखावाटी एरिया के जिलों में धुंध-सर्दी का असर सबसे अधिक है। सीकर में रात का तापमान तीन डिग्री से ज्यादा गिर गया।

सर्दी से एक सप्ताह राहत नहीं–मौसम केन्द्र जयपुर के निदेशक राधेश्याम शर्मा ने बताया- राज्य में अगले एक सप्ताह फिलहाल इसी तरह की सर्दी रहने की संभावना है। अगले दो-तीन दिन राज्य में घना कोहरा रहने की संभावना है, जबकि शेखावाटी के अलावा जयपुर, भरतपुर संभाग के एरिया में शीतलहर का प्रकोप रहेगा, जिससे इन शहरों में कहीं-कहीं तापमान में 2 से 3 डिग्री तक की गिरावट हो सकती है।

भिवाड़ी की हवा सबसे ज्यादा जहरीली–शनिवार सुबह 7 बजे राजस्थान के भिवाड़ी का एयर क्वालिटी इंडेक्स 354 के करीब रहा। जो कि हवा की क्वालिटी का सबसे खतरनाक स्तर होता है। इसके अलावा बूंदी, कोटा में भी एक्यूआई 300 या इससे ज्यादा रिकॉर्ड हुआ। राजस्थान के 10 से ज्यादा शहरों में एक्यूआई शनिवार सुबह 200 से ज्यादा रहा।

जयपुर में ऑडी का कहर,16 को रौंदा, एक की मौत

10 से ज्यादा ठेले-थड़ियों को उड़ाया, पेड़ से टकराकर रुकी

जयपुर।

जयपुर में शुक्रवार रात रेसिंग कर रहे एक ऑडी कार ने कहर मचा दिया। मानसरोवर के भीड़भाड़ वाले इलाके में 120 की रफ्तार से दौड़ रही ऑडी कार पहले बेकाबू होकर डिवाइडर से टकराई, फिर सड़क किनारे लगी फूड स्टॉल्स में घुस गई। इस दौरान वहां 50 से ज्यादा लोग मौजूद थे। कार करीब 16 लोगों को रौंदते हुए एक पेड़ से टकराकर रुकी। हादसे में एक युवक की मौत हो गई। वहीं, चार लोग गंभीर घायल हैं। आरोपी ड्राइवर सहित तीन लोग फरार हैं। इनमें जयपुर पुलिस का सिपाही भी है। कार सवार एक युवक को भीड़ ने पकड़ लिया। जानकारी के अनुसार चारों लोग नशे में थे। हादसा रात करीब 9:30 बजे पत्रकार कॉलोनी थाना क्षेत्र स्थित खराबास सर्किल के पास हुआ।

दो कारों में हो रही थी रेस

मौके से पकड़े गए कार सवार रेनवाल निवासी पप्पू ने पुलिस को बताया कि ऑडी कार चूरू का रहने वाला दिनेश रणवां चला रहा था। दिनेश ने उसे शुक्रवार रात खराबास सर्किल के पास बुलाया था। पप्पू ने बताया है कि ऑडी में दो और लोग बैठे थे। इसके बाद दिनेश ने एक और कार के साथ रेसिंग शुरू कर दी। आरोपी करीब 120 की स्पीड पर ऑडी को दौड़ा रहा था। कार बेकाबू होकर डिवाइडर से टकराई तो, पीछे वाले कार वापस घूम गई।

हादसे में ज्यादातर घायल स्टॉल संचालक और खाना खाने आए लोग

डिवाइडर से टकराने के बाद दिनेश ने कार सड़क किनारे की तरफ की फूड स्टॉल्स में घुसा दी। उस दौरान वहां करीब 50 लोग मौजूद थे। दिनेश ने कार की स्पीड और बढ़ा दी और उसने 10 से ज्यादा थड़ी-स्टॉल्स को टक्कर मार दी। ऑडी की स्पीड इतनी ज्यादा थी कि उसकी टक्कर से एक और कार पलट गई। आरोपी ने 16 से ज्यादा लोगों को रौंद दिया। करीब 100 मीटर दूर एक पेड़ से टकराकर उनकी कार रुकी।

एक युवक की मौत, 4 गंभीर घायल

पत्रकार कॉलोनी पुलिस थाने के एसएचओ गुंजन सोनी ने बताया कि हादसे में 16 से ज्यादा लोग घायल हुए थे। इनमें ज्यादातर घायल स्टॉल संचालक और खाना खाने वाले लोग हैं। पुलिस ने स्थानीय लोगों की मदद से घायलों को जयपुरिया अस्पताल पहुंचाया। जहां एक को मृत घोषित कर दिया।

सीजेआई बनने के बाद पहली बार पैतृक गांव पहुंचे सूर्यकांत

हांसी/हिसार। चीफ जस्टिस ऑफ इंडिया सूर्यकांत के हरियाणा दौरे के दूसरे दिन खुली जीप में सवार होकर हांसी जिले में अपने पैतृक गांव पेटवाड़ पहुंचे। यहां उनके सम्मान में एक समारोह रखा गया था। उनके साथ कानून मंत्री अर्जुन राम मेघवाल भी मौजूद रहे।

कोबरी-सार

पौष बड़ा महोत्सव आयोजित

निसं

साण्डवा (नवयत्न)। गांव साण्डवा के वार्ड नंबर 4 में मलमास में हर साल की भांति इस बार भी पौष बड़ा का आयोजन किया गया। पौष बड़ा में मोठ की दाल के बड़े व बेसन की दाल के बड़े बनाये जाते है व गुलगुले निकाले गए और बाबा रामदेवजी के भोग लगाने के बाद पौष बड़ों का भक्तो में प्रसाद के रूप में वितरण किया गया। पौष बड़ा आयोजन में सैकड़ों ग्रामीणों ने पौष बड़ा का प्रसाद ग्रहण किया गया। यह पौष बड़ा का आयोजन हर मलमास में किया जाता है जिसमें कई ग्रामीण इस आयोजन में सहयोग करते है और बड़ी खुशी से लोग प्रसाद ग्रहण करते दिखाई दिए। यह आयोजन पिछले कई सालों से ग्रामीणों के सहयोग से आयोजित किया जाता है। इस अवसर पर शिवप्रकाश बोहरा, नन्दकिशोर माली, श्यामसुंदर सोनी, रामनिवास माली, श्रीराम माली, अशोककुमार नाई, राजकुमार माली, मूलचंद माली आदि लोग उपस्थित रहे।

जांगिड़ के नेतृत्व में बैठक में कार्यकर्ताओं ने भाग लिया

निसं

नवलगढ़ (नवयत्न)। राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी के पर्यावरण प्रकोष्ठ द्वारा जयपुर में पर्यावरण बचाओ संकल्प दिवस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में पीसीसी अध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा, पूर्व केबिनेट मंत्री प्रताप सिंह खाचरियावास, पूर्व खेल मंत्री एवं विधायक अशोक चांदना, आदर्श नगर विधायक रफीक खान सहित अनेक वरिष्ठ नेता व कार्यकर्ता उपस्थित रहे। इस अवसर पर पर्यावरण संरक्षण को लेकर संकल्प लिया गया तथा पर्यावरण बचाने के लिए सामूहिक प्रयासों पर जोर दिया गया। कार्यक्रम के सफल आयोजन पर पर्यावरण प्रकोष्ठ के प्रदेश अध्यक्ष सुशील पारीक एवं उनकी पूरी टीम को हार्दिक बधाई दी गई। कार्यक्रम के बाद जयपुर में जिला अध्यक्षों एवं प्रदेश पदाधिकारियों की महत्वपूर्ण बैठक भी आयोजित की गई जिसमें लोकेश जांगिड़ के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। संगठनात्मक मजबूती और आगामी कार्यक्रमों को लेकर चर्चा की गई।

बैंक खाता किराया पर देने वाले दो युवक गिरफ्तार

निसं

खेतड़ी नगर (नवयत्न)। खेतड़ी पुलिस ने साइबर अपराध के खिलाफ कार्रवाई करते हुए देर शाम को दो युवक को गिरफ्तार किया है। युवकों द्वारा अपना बैंक खाता किराए पर देने की बात सामने आई है। थानाधिकारी मोहनलाल ने बताया कि साईबर पुलिस पोर्टल के अनुसार जिलों में स्थित विभिन्न बैंक शाखाओं द्वारा जारी किए गए संदिग्ध बैंक खाता की सूची प्राप्त हुई थी। बैंक खातों के संबंध में राष्ट्रीय साइबर अपराध रिपोर्टिंग पोर्टल पर विभिन्न शिकायते दर्ज है। जिस पर भिन्न भिन्न बैंक खातो के खाताधारको की बैंक से डिटेल प्राप्त की गई। पुलिस द्वारा चलाए जा रहे अभियान में सदिग्ध बैंक खाताधारको के खिलाफ कार्यवाही करते हुये खाताधारक द्वारा अपना खाता किराए पर देने वार्ड 22 खेतड़ी निवासी सुरेंद्र, बंधा की ढ़ाणी पपुरना निवासी शिवकुमार को हिरासत में लेकर पुछताछ की गई तो उनका बैंक खाता साइबर अपराधियो को किराए पर देने की बात सामने आई। जिस पर पुलिस ने कार्रवाई करते हुए उसको गिरफ्तार कर लिया है। थानाधिकारी ने बताया कि पुलिस द्वारा संदिग्ध गतिविधियों पर विशेष नजर रखी जा रही है, इस दौरान कोई भी व्यक्ति संदिग्ध गतिविधियों में शामिल पाया गया तो उसके खिलाफ प्रभावी कार्रवाई की जाएगी। पुलिस गिरफ्तार आरोपियों से गहनता से पूछताछ की जा रही है। इस दौरान टीम में थानाधिकारी मोहनलाल, एचसी धर्मवीर, कांस्टेबल ख्याली राम, रामवतार आदि शामिल थे।

सेवानिवृत्त शिक्षक रणवीरसिंह बने जलदाता, खुद भी की पेयजल सप्लाई

अब पेंशन से कर्मचारी को रखा

निसं

चिड़ासन (नवयत्न)। यदि व्यक्ति सरकार के भरोसे रहने की बजाय खुद मेहनत करे तो कई समस्याओं का समाधान हो सकता है। चिड़ासन गांव में सेवानिवृत्त शिक्षक रणवीर सिंह ने ऐसा ही कर दिखाया है। उन्होंने गांव में जल सप्लाई की व्यवस्था संभाल रखी है। अपनी पेंशन से एक व्यक्ति को हर महीने मानदेय देकर जल सप्लाई करवा रहे हैं। गांव के सेवानिवृत्त अध्यापक रणवीर सिंह गांव में पेयजल संकट से ग्रामीणों की पीड़ा से व्यथित थे। उन्होंने सेवानिवृत्ति के बाद पेयजल समस्या के समाधान के लिए अधिशासी अभियंता व अधिकारियों को कई पत्र लिखे। समाधान नहीं हुआ तो मुख्यमंत्री को भी पत्र लिखा एवं मिलकर ज्ञापन सौंपा। मुख्यमंत्री ने कलेक्टर को आदेश देकर चिड़ासन में जल जीवन मिशन के तहत हर घर नल से जल योजना में कनेक्शन करवाने के आदेश दिए। जलदाय विभाग के अधिकारियों ने चिड़ासन गांव में जलाशय का निर्माण पहले से किया हुआ था। जलदाय विभाग के अधिकारियों के सहयोग से रणवीर सिंह ने स्वयं पाइप लाइन डालकर सहयोग किया घर-घर जाकर घरों में कनेक्शन करवा दिए। जलाशय का संचालन करने वाला कोई नहीं था। तब अध्यापक रणवीर सिंह खुद इसके लिए तैयार हो गए। पिछले साल दिसंबर में खुद पेयजल सप्लाई करने लगे। नियमित एवं सूचारु रूप से हर घर नल से जल सप्लाई नियमित व सूचारू रूप होती है। शिक्षक रणवीर सिंह जलाशय की सार संभाल करते है।

बोर्ड कक्षाओं में टॉपर विद्यार्थियों को देते हैं चांदी का सिक्का

शिक्षक रणवीर सिंह चिड़ासन, मानोता जाटान, घरड़ाना एवं भूकाना के सरकारी स्कूलों में 10वीं व 12वीं बोर्ड परीक्षाओं में स्कूल स्तर पर टॉपर विद्यार्थियों को चांदी के सिक्के भेंटकर प्रोत्साहित करते रहते हैं। इसके साथ ही बच्चों को कृष्णभोग भी कराते हैं। वे बताते हैं कि सरकारी सेवा के दौरान से ही वे प्रतिभावान बच्चों को चांदी के सिक्के दे रहे हैं।

हर घर नल से जल योजना सफल

काम की अधिकता होने पर रणवीर सिंह ने अपनी पेंशन राशि से गांव के ही एक व्यक्ति अनूप महला को अपने साथ काम पर रख लिया। दोनों गांव की पेयजल सप्लाई को संभाले हुए हैं। समय पर ट्यूबवैल को चालू करने और समय पर बंद करने से गांव में पेयजल सप्लाई में सुधार हुआ। उनके प्रयासों का ही परिणाम रहा है कि जल जीवन मिशन योजना में 332 घरों में पानी के कनेक्शन के लक्ष्य के मुकाबले 400 कनेक्शन हो गए। योजना में चिड़ासन गांव प्रथम पायदान पर आकर अन्य गांवों के लिए प्रेरणा बन गया।

दादी मां बनी प्रेरणा

रणवीर सिंह बताते हैं कि आज से लगभग 70 वर्ष पहले दादी माॅ अपने खुद के खेत में कच्चे घर बना कर रामदास वाले जोहड़ के पास रहती थी । उनके घर के पास से चिड़ासन से किठाना जाने का रास्ता गुजरता था । वहां से गुजरने वाले राहगीरों एवं जोहड़ में पशु चराने वाले पशु पालकों को चिड़ासन गांव जो खेत घर से एक किलोमीटर दूर था। मेरी दादी रस्सी से कुएं में पानी निकाल कर मटके भरकर अपने सिर पर मटके रखकर पानी लाकर आने जाने राहगीरों एवं पशु चराने वाले ग्वालों को पानी पिलाती थी। उस जमाने में पानी के जल स्रोत नहीं के बराबर थे। दादी विकट परिस्थितियों में पानी पिलाती थी। इसलिए दादी माँ की प्रेरणा से ही वे भी गांव को पानी पिलाने की सेवा करने में जुट गए। चिड़ासन में जल जीवन मिशन योजना के तहत उच्च जलाशय की स्वीकृति 2022-23 में हुई थी। इसके लिए 157.75 करोड़ रुपए मंजूर हुए। गांव ढाणियों में 12385 मीटर पाइप लाइन डाली गई। रणवीर सिंह को मलाल है की लम्बी दूरी व ऊंचाई पर बसी आबादी को पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा है। यदि जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग चिड़ासन गांव में टीएसएस योजना में बने गांव के सभी ट्यूबवेल को उच्च जलाशय से जोड़ दें तो प्रत्येक घर में आसानी से पर्याप्त मात्रा में पानी उपलब्ध हो सकेगा।

ऑडी हादसे मामले में लापरवाह अफसरों पर कार्रवाई नहीं तो होगा जन आंदोलन : खाचरियावास

निसं

जयपुर (नवयत्न)। पूर्व मंत्री व कांग्रेस नेता प्रताप सिंह खाचरियावास ने कहा कि जयपुर सहित पूरे राजस्थान में ट्रैफिक व्यवस्था पूरी तरह ध्वस्त हो चुकी है और कानून-व्यवस्था नाम की कोई चीज नहीं बची है। उन्होंने आरोप लगाया कि राजधानी की सड़कों पर सरकार नहीं, बल्कि अराजकता और जंगलराज चल रहा है। खाचरियावास ने शुक्रवार देर रात जयपुर में तेज रफ्तार ऑडी कार से 16 लोगों के कुचले जाने की घटना को भाजपा सरकार की घोर लापरवाही बताते हुए कहा कि यह हादसा नहीं, बल्कि सरकारी नाकामी से हुई सामूहिक हत्या है, जिसकी पूरी जिम्मेदारी राज्य सरकार की है। उन्होंने आरोप लगाया कि पुलिस आमजन की सुरक्षा छोड़कर केवल चौथ वसूली और ऑनलाइन चालान काटने में लगी है। गरीब और मध्यम वर्ग को डरा कर लूटा जा रहा है, जबकि नशे में वाहन चलाने वालों, रेसिंग करने वालों और रसूखदार अपराधियों पर कोई सख्त कार्रवाई नहीं होती। खाचरियावास ने कहा कि भाजपा सरकार ने ट्रैफिक सुधार को कमाई का जरिया बना लिया है.

ज्ञापन : कॉलेज परीक्षाओं का समय बदलने की मांग

निसं

खेतड़ी (नवयत्न)। खेतड़ी कस्बे के स्वामी विवेकानंद गर्वनमेंट कालेज के युवाओं ने परीक्षाओं का समय बदलने की मांग की है। युवाओं ने शनिवार को कुलगुरू के नाम प्राचार्य को ज्ञापन देकर समय सारिणी में संशोधन करवाने की मांग की है। छात्र संगठन एसएफआई की ओर से प्राचार्य महिपाल को ज्ञापन देकर बताया कि शेखावाटी विश्वविद्यालय ने स्नातक परीक्षाओं की टाइम टेबल जारी किया है उसमें स्नातक प्रथम सेमेस्टर के परीक्षा का टाइम सुबह 8 बजे से 11 बजे तक का रखा है । वर्तमान समय में सर्दी अधिक होने से विद्यार्थी ग्रामीण परिवेश से चलकर अपने-अपने परीक्षा केंद्रों तक रोजाना नहीं पहुंच सकते। ग्रामीण परिवेश से यातायात की समस्या रहती है और एक तरफ सर्दी इतनी ज्यादा है की जहां पर जिला कलेक्टर स्कूलों की तो सर्दी की वजह से छुट्टी करते हैं और इधर कॉलेज में विधार्थियों को सुबह 8 बजे से परीक्षा के लिए बुलाया जा रहा है। आठ बजे का समय निर्धारित होने के कारण विधार्थियों को सात बजे परीक्षा केंद्रों के अंदर प्रवेश बंद हो जाता है, जो कि हर हाल में इस कड़ाके की ठंड में एक चुनौती से कम नहीं। पूर्व छात्रसंघ सचिव दिनेश बबेरवाल ने बताया कि ग्रामीण परिवेश से आने वाले प्रत्येक विद्यार्थी इतना सक्षम नहीं है कि वह अपने व्यक्तिगत साधन से परीक्षा देने पहुंच सके। यह समस्या केवल राजकीय महाविद्यालय खेतड़ी की ही नहीं है बल्कि शेखावाटी विश्वविद्यालय के अधिकार क्षेत्र में आने वाले सभी महाविद्यालय के बच्चों की समस्या है तो जल्द से जल्द परीक्षा का समय दस बजे से शुरू किया जाए। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि शेखावाटी यूनिवर्सिटी ने जल्द समय सारिणी में संशोधन नहीं किया तो छात्र संगठन एसएफआई सोमवार से अनिश्चितकालीन धरना प्रदर्शन शुरू करेगा। इस मौके पर दिनेश बबेरवाल पुर्व छात्रसंघ सचिव, इशिका प्रजापति, लक्ष्मी शेखावत, प्रियंका कुमावत, प्रज्ञा, रुखसार, पुष्पेंद्र सिंह, जानू सैनी, राहुल नायक, ललित कुमार, तेजपाल सहित अनेक विधार्थी उपस्थित रहे।

खेल सप्ताह का समापन, आईपीएल सितारा मुकुल चौधरी आए वर्धमान स्कूल

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। शहर के बजाज रोड़ स्थित वर्धमान विद्या विहार में चल रहे खेल सप्ताह का भव्य समापन शनिवार को हुआ। समारोह प्रात: स्कूल के प्रांगण में दीप प्रज्ज्वलन एवं मोकार मंत्र के साथ प्रारंभ हुआ। संस्था के अध्यक्ष दीपक संगही ने बताया कि खेल सप्ताह समारोह के मुख्य अतिथि क्रिकेटर मुकुल चौधरी आईपीएल 2026 में लखनऊ सुपर जायंट्स में विकेटकीपर बल्लेबाज के रूप में शामिल हैं जो घरेलू क्रिकेट में राजस्थान की टीम और राजस्थान प्रीमियर लीग क्रिकेट में जयपुर इंडियन की टीम से अपना जलवा दिखा चुके हैं । समारोह में विशिष्ठ अतिथि के रूप में उनके पिता दिलीप चौधरी एवं कोच कमलेश रोहेला, राजस्थान क्रिकेट एसोसिएशन के देवेन्द्र सिंह तथा स्टेट पेनल एम्पायर व राजस्थान क्रिकेट एसोसिएशन एवं समाजसेवी आलोक सेठी सम्मिलित हुएस संस्था के सचिव संजय संगही ने बताया कि राजस्थान के झुंझुनू जिले के छोटे से कस्बे गुढ़ागौड़जी से जुड़े शेखावाटी के लाडले युवा क्रिकेटर मुकुल चौधरी ने आईपीएल 2026 की नीलामी में अपनी अलग पहचान बनाई है। लखनऊ सुपर जाइंट्स ने उन्हें बेस वैल्यू से लगभग दस गुणा अधिक बोली लगाकर खरीदा है। मुकुल चौधरी अपनी विस्फोटक पारी के लिए जाने जाते हैं। संस्था उपाध्यक्ष आशीष जयपुरिया ने बताया कि खेल सप्ताह के अंतर्गत विद्यालय के विद्यार्थियों में आयोजित किए गए विभिन्न खेलों खो-खो, 400 मीटर दौड़, रिले रेसए टू एवं थ्री-लेग रेस, बाधा दौड़, कबड्डी, रस्सा-कस्सी, बैडमिंटन, क्रिकेट, बन्नी जम्पिंग, मार्बल रेस तथा विभिन्न प्रकार की खेल प्रतियोगिताओं में जीतने वाली टीमों एवं खिलाड़ियों को मुकुल चौधरी एवं प्रबंध समिति द्वारा मोमेंटो, ट्रॉफी एवं सर्टिफिकेट देकर उत्साहवर्धन किया गया। संस्था के सह-सचिव रितेश रारा ने बताया कि आयोजन से पूर्व राजस्थान के गौरव, सभी के चहेते शेखावाटी के लाडले मुकुल चौधरी का समाज द्वारा देवीपुरा, अहिंसा सर्किल एवं जैन भवन में स्वागत किया गया। समारोह के दौरान विद्यालय के बच्चों से रुबरु होते हुए मुकुल चौधरी ने अपने करियर से जुडी कुछ विशेष बातों को याद करते हुए बताया कि शुरुआत में उनका करियर काफी उतार चढ़ाव वाला और बेहद संघर्षपूर्ण रहा। उन्हें फास्ट बॉलर बनना थाए फिर विकेट कीपिंग को उन्होंने चुना । करीब 10 साल पहले सीकर क्रिकेट अकादमी में बतौर मीडियम फास्ट बॉलर भर्ती हुए। यहां पूर्व इंटरनेशनल क्रिकेटर दिनेश मोंगिया ने उन्हें कोच किया। उनका सपना दुनिया का बेस्ट बॉलर बनना था। मुकुल ने बताया कि एक मैच में टीम को विकेटकीपर की जरूरत पड़ी, तो ग्लव्स पहनकर विकेटकीपिंग करने उतरा, इसके बाद विकेट कीपिंग ही मेरी जिंदगी बन गई। कड़ी मेहनत से राजस्थान की एज ग्रुप टीमों में जगह मिली। शुरुआती सेटबैक के बाद अंडर-23 और सैयद मुश्ताक अली ट्रॉफी एसएमएटी टी-20 में मौका मिला। आईपीएल ट्रायल्स के प्रदर्शन में अपनी पूरी जान लगाकर बेस्ट देने का प्रयास कियाए इसी कारण लखनऊ सुपर जायंट्स एलएसजी ने उन्हें चुना। इसके बाद जयपुर शिफ्ट हो गए और अरावली क्रिकेट अकादमी में ट्रेनिंग करने लगे। यहां राजस्थान के साथी खिलाड़ी कार्तिक शर्मा और अशोक शर्मा के साथ प्रैक्टिस करते थे। उनके पिता दिलीप सिंह क्रिकेट के दीवाने हैस मुकुल का जन्म 6 अगस्त 2004 को झुंझुनू में हुआ। उनके पिता ने बताया की हमारा परिवार साधारण किसान परिवार है। समारोह में संस्था के कोषाध्यक्ष सुशील काला, सदस्यगण सुनील पहाड़िया, प्रियंक गंगवाल, मनोज जैन, अमित पिराका, कैलाश जयपुरिया, निखिल अजमेरा सहित समस्त शिक्षकगण उपस्थित रहे।

फिल्म बावलियो पंडित का प्रदर्शन आज

बुगाला (नवयत्न)। परमहंस पंडित गणेश नारायण (बावलिया बाबा) की जीवन गाथा एवं चमत्कारों पर आधारित राजस्थानी फिल्म बावलियो पंडित का प्रदर्शन हैदराबाद में आज रविवार को किया जा रहा है। अमित मोदी ने बताया कि गणेश फाउंडेशन व चिड़ावा नागरिक परिषद के तत्वावधान में एलवी प्रसाद आई हॉस्पिटल के पास, जुबली हिल्स स्थित एक निजी थियेटर में दोपहर 3 बजे क्षितिज कुमार कृत फिल्म बावलियो पंडित पर्दे पर दिखाई जाएगी। गौरतलब है कि यहां भी बाबा का भव्य मंदिर बनाया गया है जिसमें 23 जनवरी को मूर्ति प्राण प्रतिष्ठा होगी।

घर में सो रहे युवक पर लेपर्ड ने किया हमला

निसं

खेतड़ी (नवयत्न)। खेतड़ी उपखंड के राजोता पंचायत की ढ़ाणी लगरिया वाली में अल सुबह एक लेपर्ड आबादी क्षेत्र में घुस गया। इस दौरान लेपर्ड ने घर में सो रहे युवक पर हमला कर दिया। जिससे बीच.बीच करने आया उसका भाई गंभीर रूप से घायल हो गया। घटना को लेकर ग्रामीणों में भय का माहौल बना हुआ है। जानकारी के अनुसार लगरिया की ढाणी निवासी गोकुलचंद 40 पुत्र जमनाराम ने बताया कि उनके गांव में रात के समय बिजली विभाग द्वारा लाइट की कटौती की जाती है। वह अपने परिवार के साथ अपने घर में सो रहा था। पास ही बने कमरे में उसका छोटा भाई हो रहा था। सुबह करीब तीन बजे उसके भाई के कमरे में लेपर्ड घुस। गया। जब उसके भाई ने शोर शराबा किया तो वह दोडकर उसके कमरे में गया तो वहां लेपर्ड घुसा हुआ था। जब उसने भाई को बचाने का प्रयास किया तो लेपर्ड ने उस पर हमला कर दिया। इस दौरान जब उसने लेपर्ड से बचने का प्रयास किया तो लेपर्ड उसके दोनों हाथ चबा दिए। इस दौरान शोर शराबा होने पर आसपास के ग्रामीण मौके पर पहुंचे तो लेपर्ड अंधेरे का फायदा उठाकर पहाड़ी क्षेत्र की ओर भाग गया। इस दौरान घायल गोकुलचंद को उपचार के लिए अस्पताल ले जाया गया। इसके बाद लेपर्ड पास ही बने कृषि फार्म में घुस गए, जहां पहले से मौजूद कुत्ते पर हमला कर घायल कर दिया। ग्रामीणों ने बताया कि वन विभाग ने बांसियाल रिजर्व कंजर्वेशन में जंगली जानवर तो छोड़ दिए, लेकिन इनको कंजर्वेशन में रोकने के लिए प्रभावी कदम नहीं उठाए गए। वन विभाग द्वारा केवल चार फीट की दिवार बनाई गई है, जिसे पार कर जंगली जानवर आबादी क्षेत्र में घुस जाते है। पहले भी कई बार जंगली जानवर आबादी क्षेत्र में घुस कर मवेशियों व ग्रामीणों पर हमला कर चुके है, लेकिन वन विभाग द्वारा आजतक किसी को मुआवजा नहीं दिया गया है। घटना की सूचना पर रेंजर पवन सिंह शेखावत मय टीम के साथ मौके पर पहुंचे तथा घटनास्थल का मौका मुआयना कर आवश्यक जानकारी जुटाई।

इस दौरान ग्रामीणों ने जंगली जानवरों को कंजर्वेशन में रोकने के लिए प्रभावी कदम उठा, जाने तथा इनका शिकार होने वाले लोगों को आर्थिक सहायता देने की मांग की। इस मौके पर सरपंच गोपीराम, रामनिवास लादी, भागीरथमल, बनवारी लाल, रतिराम, योगेश, विक्रम, दिनेश, मुकेश, छोटेलाल, भीखाराम धायल सहित अनेक लोग मौजूद थे।

गौ चिकित्सा सेवा कक्ष का लोकार्पण 14 को

रामावतार सोनी

बुगाला (नवयत्न)। मेरा संकल्प जाखल द्वारा बाबा सुन्दरदास गोपाल गौशाला जाखल में नव-निर्मित गौ चिकित्सा सेवा केंद्र का लोकार्पण 14 जनवरी को होगा। अध्यक्ष प्रताप सिंह मूंड ने बताया कि नेवरी स्थित टोडी वाले बालाजी महंत नीकुदास मुख्य अतिथि रहेंगे। यहां बीमार एवं पीड़ित गौ वंश के उपचार हेतु स्वच्छ, हवादार एवं सुव्यवस्थित कक्ष तैयार किया गया है ताकि उपचार के दौरान गौ माता को सुरक्षा, सुविधा और सुकून का अनुभव हो। इसमें शीतकाल में गर्म पानी के लिए गीजर की व्यवस्था व ग्रीष्मकाल में पंखे एवं कूलर की सुविधाएं की गई हैं। साथ ही सुव्यवस्थित दवा व चिकित्सक कक्ष, दैनिक एवं आपात उपचार हेतु आवश्यक चिकित्सा उपकरणों की समुचित व्यवस्थाएं की गई हैं। इस सेवा केंद्र से अब गौ वंश को बेहतर, त्वरित एवं संवेदनशील चिकित्सा सुविधा एक ही स्थान पर उपलब्ध होगी।

रामलीला कमेटी ने मनाया स्नेह मिलन समारोह

निसं

खेतड़ी नगर (नवयत्न)। केसीसी के सुभाष मार्केट स्थित शीव धर्मशाला में शनिवार को रामलीला कमेटी ने न्यू ईयर स्नेह मिलन समारोह मनाया। समारोह के दौरान रामलीला में हुए आय-व्यय के बारे में चर्चा की गई। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि केसीसी कार्यपालक निदेकश जीडी गुप्ता थे। विशिष्ट अतिथि के रूप में केसीसी महाप्रबंधक खदान पीडी बोहरा, एस शिवदर्शी, मयूख चटर्जी, मनीष गवई, विपिन शर्मा, हसरत हुसैन, अभिषेक पारीक, राजेश डाढ़ेल, जितेंद्र सोनी, समाज सेवी हरीराम गुर्जर, रविंद्र फौजी, बाबूलाल सैनी, जयंत सोनी मौजूद थे। अध्यक्षता सवाईसिंह सिराधना ने की। मुख्य अतिथि जीडी गुप्ता ने संबोधित करते हुए कहा कि केसीसी प्रोजेक्ट की रामलीला को काफी लोग देखने आते है इसका पुरा श्रेय स्थानि, कलाकारों, समिति के पदाधिकारियों की कड़ी मेहनत व भामाशाहों के सहयोग को जाता है। उन्होंने कहा कि आप सब के सहयोग से ही पिछले कई सालों से रामलीला का मंचन हो रहा है जिससे आने वाली पिढ़ियों को भगवान श्री राम के जिवन से प्रेरणा मिल रही। कोषाध्यक्ष घनश्यामदास ने रामलीला के आय व्यय ब्यौरा प्रस्तुत किया। श्री सनातन धर्म समिति का काफी समय से अध्यक्ष का पद खाली चल रहा था, मुख्य अतिथि जीडी गुप्ता ने सवाई सिंह सिराधना को अध्यक्ष, एलएम जोशी को उपाध्यक्ष, संतोष कुमार बारी को कोषाध्यक्ष नियुक्त किया साथ ही नई कार्यकारिणी का विस्तार करने के निर्देश दिए। अभिषेक पारीक ने आगंतुकों का आभार प्रकट किया। संचालन विमल शर्मा ने किया। इस मौके पर जितेंद्र सोनीए समाज सेवी हरीराम गुर्जर, रविंद्र फौजी, बाबूलाल सैनी, जयंत सोनी, एनके कौशिक, श्यामसिंह चौहान, रमेश पांडे, आलोक जैदिया, नारू, चुन्नीलाल, राजकुमार टेलर, नेमीचंद, राधाकृष्ण, नरेश मीण, हरीश शर्मा, राजेश नारवाल, मनोहर लाल, विकाश शर्मा, पंडित सुमन तिवाड़ी आदि मौजूद थे।

राहगीरों व लोगों को खिलाया गर्मा-गर्म पौषबड़ा का प्रसाद

निसं

तारानगर (नवयत्न)। मलमास के अवसर पर कस्बे के राजगढ़ मार्ग पर वाटर वर्क्स के सामने पौष बड़ा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में राहगीरों व लोगों को गर्मा-गर्म पौषबड़ा का प्रसाद खिलाया गया। इस अवसर पर विक्रम वालिया, लीलाधर वालिया, मुरारी शर्मा, कैलाश राजपुरोहित, रामकुमार लुहार, नौरंगलाल शर्मा, लिछमण, प्रकाश शर्मा, पूर्णाराम सरोवा, धर्मवीर वालिया, जीताराम वालिया, ईश्वर शर्मा, ओम कस्वां, कृष्ण वर्मा, नरेश कस्वा, संजू आचार्य, केशव झेडू, रोहन वर्मा आदि दुकानदारों तथा लोगों ने पौषबड़ा का प्रसाद खिलाने में सहयोग किया।

खेल से संस्कार, नशे से दूरी स्वस्थ भारत की ओर बढ़ता एक सशक्त कदम : लिम्बा

निसं

नोखा (नवयत्न)। आज का भारत युवाओं का देश है, लेकिन यह भी सच है कि तेजी से बदलती जीवनशैली, मोबाइल और स्क्रीन पर बढ़ती निर्भरता, तथा नशे की ओर आकर्षण ने बच्चों और युवाओं के शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य के सामने गंभीर चुनौती खड़ी कर दी है। ऐसे समय में खेल केवल प्रतियोगिता नहीं, बल्कि संस्कार, अनुशासन और स्वस्थ जीवन का सबसे सशक्त माध्यम बनकर सामने आता है। निशा लिम्बा ने कहा कि एक खिलाड़ी

और कोच के रूप में मेरा अनुभव रहा है कि जो बच्चा खेल के मैदान से जुड़ जाता है, वह स्वत: ही नशे से दूर हो जाता है। खेल बच्चों को लक्ष्य देता है, आत्मविश्वास सिखाता है और टीम भावना विकसित करता है। यही कारण है कि स्पोर्ट को बढ़ावा-नशे से दूरी आज केवल एक नारा नहीं, बल्कि समाज की आवश्यकता बन चुका है। पिछले वर्ष आयोजित खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में सक्रिय भूमिका निभाने का अवसर मिला। इस आयोजन में देशभर से आए खिलाड़ियों, प्रशिक्षकों और अतिथियों को देखकर यह स्पष्ट हुआ कि भारत सरकार खेलों को जन-आंदोलन का रूप देने की दिशा में गंभीर है। विशेष रूप से युवाओं और बच्चों को खेलों से जोड़ने के लिए इस तरह के आयोजनों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। यदि हम आंकड़ों की बात करें तो विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार शारीरिक गतिविधि की कमी के कारण दुनिया भर में हर वर्ष लगभग 50 लाख से अधिक असमय मौतें होती हैं। वहीं भारत में मोटापा, मधुमेह और हृदय रोग जैसी बीमारियां तेजी से बढ़ रही हैं, जिनका सीधा संबंध निष्क्रिय जीवनशैली से है। इसका समाधान केवल अस्पतालों में नहीं, बल्कि खेल के मैदानों में है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर देखें तो फिनलैंड, जापान और ऑस्ट्रेलिया जैसे देशों ने स्कूल स्तर पर खेलों को अनिवार्य बनाकर बच्चों के स्वास्थ्य और अनुशासन में उल्लेखनीय सुधार किया है। भारत में भी नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति खेलों को शिक्षा का अभिन्न हिस्सा मानती है, जो एक सकारात्मक और दूरदर्शी कदम है। मेरा मानना है कि यदि हम छोटे बच्चों को प्रारंभिक उम्र से ही खेलों से जोड़ें, तो न केवल वे शारीरिक रूप से मजबूत होंगे, बल्कि मानसिक तनाव, अवसाद और नशे जैसी प्रवृत्तियों से भी सुरक्षित रहेंगे। खेल बच्चों को हार-जीत को स्वीकारना, मेहनत करना और नियमों का सम्मान करना सिखाता है ये गुण जीवनभर साथ रहते हैं। बीकानेर जैसे शहरों में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है। आवश्यकता है माता-पिता, शिक्षकों और समाज के संयुक्त प्रयास कीए ताकि हर बच्चा मोबाइल से मैदान की ओर आए। जब खेल संस्कृति मजबूत होगी, तभी हम एक स्वस्थ, अनुशासित और नशामुक्त भारत की कल्पना को साकार कर पाएंगे। अंत मैं यही संदेश देना चाहूंगी-बच्चे को मोबाइल नहीं, मैदान दीजिए, नशे से नहीं, खेल से जोड़िए बीमारी से नहीं ऊर्जा से भरिए। यही आज का नयाए सकारात्मक और राष्ट्रनिर्माण का संदेश है।

पौष बड़ा महोत्सव मनाया

निसं

डूंडलोद (नवयत्न)। राम अवतार भूत की स्मृति में उनके परिवारजनों की ओर से कुमावत मोहल्ले में स्थित गोगाजी मंदिर मे पौष बड़ा महोत्सव मनाया गया। आयोजन समिति के महेश भूत एवं अशोक भूत ने बताया कि महोत्सव पर संगीतमय सुंदर कांड पाठ का आयोजन हुआ। भीम सिंह बड़गुर्जर, सुरेश नुआवाला एंड पार्टी की ओर से संगीतमय सुंदरकांड पाठ का वाचन किया। आरती कर श्रद्धालुओं में भोग लगाकर श्रद्धालुओं मे प्रसाद वितरण किया गया। इस अवसर पर सुरेश पूनिया, रामजीलाल जांगिड़, दिनेश यादव, राधेश्याम कुमावत, मनोज जांगिड़, मामराज गढ़वाल, दौलतराम, कप्तान एनथमल वर्मा, सुमेर बडगुजर, सातू सिंह, सचिन सैनी सहित बड़ी संख्या मे श्रद्धालु जन मौजूद रहे।

जर्जर विद्युत पोल से मंडरा रहा खतरा

निसं

लाडनूं (नवयत्न)। शहर से सटे हुए गांव मंगलपुरा के वार्ड नंबर 8, दुलेबास में बिजली के जर्जर पोल हादसे को न्यौता दे रहे हैं। स्थानीय निवासी मुकेश प्रजापत, कालु राम, मनोज, पंचराम, मनीष सैनी और रामु राम आदि ने बताया कि पिछले करीब एक वर्ष से इलाके में हाइटेंशन लाइन के दो विद्युत पोल जर्जर अवस्था में खड़े हैं, लेकिन निगम द्वारा अब तक कोई ठोस कार्रवाई नहीं की गई है। ग्रामीणों ने बताया कि इन पोलों से 11 हजार केवी की हाईटेंशन लाइन गुजर रही है। बिजली के इन खंभों में गहरी दरारें पड़ चुकी हैं, जिससे उनके कभी भी टूटकर गिरने का खतरा बना हुआ है। ऐसे में किसी बड़े हादसे से इनकार नहीं किया जा सकता। लोगों ने कई बार संबंधित विभाग को इस समस्या से अवगत करवाया, लेकिन अब तक केवल आश्वासन ही मिले हैं। जर्जर पोल के नीचे से लोगों का दिनभर आना.जाना भी लगा रहता है, जिससे बच्चों और राहगीरों की जान को हर समय खतरा बना हुआ है।

केरियर काउंसलिंग का आयोजन कल

निसं

लोसल (नवयत्न)। परमहंस बाबा परमानंद की पावन धरा पर राष्ट्रीय युवा दिवस के सुअवसर पर स्वामी विवेकानंद जी के सपने श्भारत का हर युवा आगे बढे को लेकर केरियर काउंसलिंग का आयोजन किया गया है। भामाशाह आर.पी.पंसारी कोलकाता द्वारा कम्पुटेक स्कील्स एकेडमी एवं आर.पी.पंसारी जन सेवा ट्रस्ट कोलकाता के तत्वावधान में लोसल के छात्र छात्राओं जिसमें कक्षा 10 व 12 के छात्र छात्राओं को उनके केरियर से संबंधित विशेष मार्गदर्शन दिया जायेगा। यह कार्यक्रम देश की शिक्षानगरी के नाम से विख्यात कोटा शहर से पधार रही विशेषज्ञों की अनुभवी संस्था की टीम द्वारा संपन्न किया जाएगा । कार्यक्रम 12 दिसंबर को सुबह 10 बजे से अग्रवाल समाज भवन में शुरू होगा जिसमें कक्षा 10 एवं 12 के विद्यार्थियों के लिए अलग अलग सत्र में सुबह के सत्र में कक्षा 10 तथा दोपहर के सत्र में कक्षा 12 के विद्यार्थियों के लिए विशेष सेमिनार का आयोजन होगा। तत्पश्चात 12 की शाम एवं 13 को पूरे दिन कम्पुटेक स्कील्स एकेडमी 2 के परिसर में जो कि डेडराज खेतान विद्यालय के सामने स्थित है, चयनित विद्यार्थियों को उनकी व्यक्तिगत प्रतिभा एवं अन्य सभी आवश्यक जानकारियों का गहन मूल्यांकन कर उनके अभिभावकों की उपस्थिति में वन टु वन मार्गदर्शन दिया जायेगा, जिससे विद्यार्थी स्वयं तथा उसके अभिभावक यह अनुभव कर सकेंगे कि उनका नौनिहाल किस दिशा में आगे बढ़ कर देश के युवाओं कि प्ररेणा का स्तोत्र बन सकता है। आशा है कि इस प्रयास से छात्र सही दिशा में बहुत आगे बढ़ सकेगा तथा भविष्य में इस सम्बंध में उसके मार्ग में उलझन की स्थिति उत्पन्न नहीं होगी।

सेमिनार एवं व्यक्तिगत मार्गदर्शन के इस दो दिवसीय कार्यक्रम से लोसल के विद्यार्थियों को विशेषज्ञों द्वारा दिए जाने वाले मार्गदर्शन से एक नई दिशा उत्पन्न होगी जिससे विद्यार्थी वर्ग सम्पूर्ण आत्मविश्वास के साथ अपने एवं अपने परिवार तथा गांव के उज्जवल भविष्य के लिए आगे बढ़ सकेगा। स्वामी विवेकानंदजी युवाओं को देश की रीढ़ मानते थे, वैसे ही आर.पी.पंसारी जी का मानना है कि मेरी जन्म भूमि लोसल के युवाओं को शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से सशक्त बना कर तथा उनमें आत्मविश्वास जगा कर राष्ट्र के निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए इस माध्यम से प्रेरित किया जाए।

प्रदेश उपाध्यक्ष दाधीच का किया स्वागत

निसं

उदयपुरवाटी (नवयत्न)। निकटवर्ती सिविल न्यायालय तहसील परिसर के सामने भाजपा शहर मंडल अध्यक्ष एडवोकेट लक्ष्मण राम सैनी के नेतृत्व में प्रदेश उपाध्यक्ष मुकेश दाधीच का साफा व माला पहना कर भाजपा शहर मंडल की तरफ से स्वागत एवं अभिनंदन किया गया। इस दौरान भाजपा के सभी श्रेष्ठ वरिष्ठ कार्यकर्ता उपस्थित रहे। पूर्व मंडल अध्यक्ष महेश सैनी महामंत्री राजेन्द्र ढ़ेनवाल, अशोक सैनी, लीलाधर डूडी, राजेंद्र मेघवाल, अजय भालोठिया, बसंत चौधरी, सतपाल मावलिया, गिरधारी लाल राठी, रोहिताश मेघवाल, बीरबल सैनी ठेकेदार, उपाध्यक्ष शिंभू दयाल सैनी, रतन शर्मा, घनश्याम स्वामी, दिनेश सैनी, मंगल चन्द खारड़िया, मुकेश मीणा, अमित सैनी, हरिश शर्मा, ओमप्रकाश सैनी, कैलाश सैनी, प्रभुदयाल सैनी, प्रदीप सैनी, दौलतराम चांवरिया, गिरधारी लाल कनवा, जगदीश सैनी, रमाकांत महाराज, कालूराम सामोता आदि थे।

खनन माफियाओं के संग मिला हुआ है प्रशासन : मूण्ड

निसं

उदयपुरवाटी (नवयत्न)। ग्राम हुकुमपुरा, बामलास, खेदड़ों की ढ़ाणी एवं खरबासों की ढ़ाणी में जारी अवैध खनन के विरुद्ध ग्रामीणों का ठिठुरती ठंड में भी 13 दिन से धरना जारी है। धरने पर बड़ी संख्या में बुजुर्ग एवं महिलाएं मौजूद है वही आक्रोश भी लगातार बढ़ता जा रहा है।

धरना स्थल से मरुसेना फाउंडेशन के एडवोकेट जयन्त मूंड ने कहा कि लोकतंत्र में जनता ही सर्वोपरी होती है एवं सरकार को जनता की मांगों पर ध्यान देना चाहिए। कड़ाके की ठंड में ग्रामीण जायज मांग मनवाने के लिए धरना दे रहे है एवं प्रशासन के कान में जूं भी नही रेंक रही। जिला प्रशासन एवं उदयपुरवाटी प्रशासन की खनन माफियाओं के साथ सांठगांठ होने से इतने दिन से ग्रामीणों की सुनवाई नही हो रही है। खुलेआम पहाड़ियों में अवैध खनन एवं ब्लास्टिंग हो रही है जिससे ग्रामीणों के मकानो में दरार एवं कुवों की मोटरे जमीन में धराशायी हो गयी।

इसको लेकर धरने में निर्णय लिया गया कि आगे के क्रम में तहसील कार्यालय का घेराव करेंगे एवं मुख्यमंत्री के नाम पुनः ज्ञापन दिया जाएगा। जब तक इन लीजों की जांच नही होगी, अवैध खनन बंद नही होगा एवं खनन माफियाओं पर जुर्माना नही होगा तब तक संघर्ष जारी रहेगा। धरनार्थी कैप्टन विनोद सिंह ने कहा कि हम पहले भारत माता की रक्षा के लिए पढ़े और अब हमारी जमीन, हमारे घरों एवं खेत. खलियान के लिए लड़ रहे है। इसके लिए जान भी कुर्बान करनी पड़ी तो पीछे नही हटेंगे। तहसील मुख्यालय घेराव के लिए घर घर पीले चावल बांटकर आमंत्रण देंगे और हजारों की संख्या में तहसीलदार का घेराव करके हमारी मांगो को रखेंगे। इस धरने में पूर्व सरपंच दारासिंह मेघवंशी, पूर्व जिला परिषद सदस्य वीरेन्द्र सिंह, एबीवीपी अध्यक्ष गुढ़ा गणेश सैन, युवा नेता प्रदीप यादव कॉमरेड हरिराम सीथल, सूबेदार गिरधर सिंह, सवाई सिंह मीणा, सज्जन कुमार, सुरेन्द्र सिंह शेखावत, आकाश मीणा, बाबुलाल मीणा, छोटे लाल मेघवाल, सुरेश खेदड़, पूर्ण सिंह मेघवाल, रोहिताश सोहु, पवन मेघवाल, अमीलाल मेघवाल, जीवनी देवी, शिमला देवी, जीवनी देवी, सिलोचना देवी, सुमन देवी, मनमोहन सिंह, केसरी देवी, छाजू सिंह सहित सैकड़ों ग्रामीण उपस्थित रहे।

स्पोर्ट्स जॉन एकेडमी के खिलाड़ी करेंगे भारत का प्रतिनिधित्व

जयशंकर जांगिड़

झुंझुनू (नवयत्न)। बगड़ स्पोर्ट्स जॉन एकेडमी के खिलाड़ी 10 से 12 जनवरी को उत्तराखंड देहरादून में नेशनल परेड ग्राउंड में 6वीं वर्ल्ड, मेच्योर कराटे प्रतियोगिता आयोजित होगी। डायरेक्टर राकेश सैनी ने बताया कि भारत का प्रतिनिधित्व करते हुए बगड़ स्पोर्ट्स जॉन एकेडमी के खिलाड़ी भाग लेंगे। इस प्रतियोगिता में एकेडमी से 9 खिलाड़ी रमन वर्मा, धर्मवीर कुमार, रुपेश, वर्षा मान, दीपिका डांगी, वासु सोमरा, आर्यन कुमावत, योगेश चौधरी, सूर्यांश कटेवा इस प्रतियोगिता में भाग लेंगे। इस अवसर पर एकेडमी डायरेक्टर राकेश सैनी, सीआईएसएफ इंस्पेक्टर कपिल, रिंकू सैनी, एकेडमी अकाउंटेंट पूनम कुमावत, क्रिकेट कोच निखिल सैनी, मुस्कान भारद्वाज आदि मौजूद रहे।

स्काउट गाइड का तृतीय सोपान प्रशिक्षण शिविर आयोजित

निसं

राजलदेसर (नवयत्न)। राजस्थान राज्य भारत स्काउट व गाइड स्थानीय संघ, रतनगढ़ के तत्त्वावधान में श्री गणेश बाल निकेतन संस्थान माध्यमिक विद्यालय फ्रेन्डस सोसायटी में आयोजित द्वितीय तृतीय सोपान स्काउट गाइड प्रशिक्षण व जांच शिविर का अवलोकन राजलदेसर युवा विकास समिति के पदाधिकारियों द्वारा किया गया। स्काउट के प्रणेता डाक्टर बेडेन पावेल के चित्र के समक्ष पुष्पार्चन से शुरू हुए कार्यक्रम में मंच पर राजलदेसर युवा विकास समिति के अध्यक्ष रतनलाल बारूपाल, मंत्री मदन दाधीच, विनोद भाटिया, शिव भगवान सोनी अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। स्थानीय संघ रतनगढ़ के सचिव राकेश नायक ने शिविर संबंधी जानकारी देते हुए शाब्दिक स्वागत् भाषण प्रस्तुत किया। शिविर संचालक ओमप्रकाश मेघवाल ने बताया कि

शिविर में 22 गाइड व 41 स्काउट उपस्थित है, जो निर्धारित दिनचर्या का पालन करते हुए प्राथमिक चिकित्सा एपायनरिंग एकम्पास, स्काउट इतिहास, हाइक, खोज चिह्नों की जानकारी सहित विभिन्न विषयों का प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे हैं। शिविर में रतनलाल बारूपाल को स्थानीय संघ रतनगढ़ के उप प्रधान के रूप में मनोनीत किया गया व प्रतीक चिह्न देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर संस्था प्रधान रोहित प्रजापत, ट्रेनिंग काउंसलर मनीराम स्वामी, प्रशिक्षक मोहन राम प्रजापत, क्वाटर मास्टर रामचंद्र प्रजापत, डूंगरमल प्रजापत, विजेन्द्र मीणा, सूर्य प्रकाश एपूनम सैन, विमला सहारण सहित स्काउट व गाइड उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन अध्यापक सत्यनारायण टेलर ने किया।

ब्लाइंड बच्चों के जीवन में प्रज्ञा योग से अंतर मन में आई रोशनी

निसं

पिलानी (नवयत्न)। भारतीय जीवन शैली को संवारने में यहां के ऋषि मुनियों का बहुत बड़ा योगदान रहा है। ऐसा ही एक उदाहरण कोलकात्ता के एक ब्लाइंड स्कूल में देखने को मिला है। स्कूल में ब्लांइड बच्चों के लिए लगाए गए प्रज्ञा योग प्रशिक्षण शिविर के सुखद परिणाम आए हैं। प्रशिक्षण लेने के बाद ब्लाइंड बच्चे दैनिक जीवन में आत्म निर्भर हो गए हैं। प्रशिक्षण के बाद जन्मजात पूर्ण रूप से ब्लांइड बच्चे भी रंगों की पहचान करने लगे हैं, बिना किसी सहारे के खुद चल पा रहे हैं तथा बिना ब्रेल लिपि के पुस्तक भी पढने् लगे हैं। प्रज्ञा योग योग की एक विधा है इस के माध्यम से बच्चों को अंतर आत्मा की आवाज या खुद के अंदर की अनुभूति करवाई जाती है। जिसके माध्यम से बच्चे बिना किसी के सहयोग के तर्क या प्रमाण के किसी बात को जान या समझने लगते हैं। इस के माध्यम से बच्चों को तर्क वितर्क से दूर बालक की अंतरआत्मा को जाग्रत किया जाता है। प्रशिक्षण में ब्लांइड बच्चों सरल एवं प्रभावशाली तकनीकों के माध्यम से जन्मजात अंतरज्ञान क्षमता को जाग्रत, विकसित करना रखना सीखाते हैं। प्रशिक्षण में प्रतिभागी विद्यार्थियों को योग, प्राणायाम, ध्यान के साथ साथ पढना, रंग भरना, चलना, खेल सहित विभिन्न ब्लाइंडफोल्ड गतिविधियों के माध्यम से अभ्यास करवा कर आंतरिक अनुभूति को जाग्रत किया जाता है। नियमित अभ्यास से इन बच्चों में एकाग्रता, यादास्त, आत्मबल, प्रतिभा निखार एवं साहश के साथ सकारात्मकत ऊर्जा का संचार होने लगता है। जिस के चलते बच्चों की क्षमताओं में वृद्धि होती है तथा इसका सकारात्मक प्रभाव जीवन के सभी क्षेत्रों में देखने को मिलता है।

इनका कहना है

प्रज्ञा योग से दृष्टि बाधित बच्चों की अंतर आत्मा को जाग्रत किया जाता है जिससे उनके मन का डर खत्म हो जाता है तथा वे बिना ब्रेल की सहायता के रंगों की पहचान करना, पढने, अकेले चलने में सक्षम हो पाते हैं। **संगीता पालीवाल, प्रशिक्षक, द आर्ट ऑफलिविंग**

इस ध्यान का अभ्यास करने से मैंने अपने भीतर बहुत बड़ा सकारात्मक बदलाव महसूस किया है। इसके पहले जब भी मैं पढने् बैठता था, तो मुझे चिड़चिड़ापन महसूस होता था पढ़ाई में ध्यान नहीं लगा पाता था। लेकिन अब पढाई में मन लग रहा है। **गोपी, प्रशिक्षित छात्र**

प्रशिक्षण से मेरा मानसिक विकास हुआ है। अब मैं मानसिक विकास के कारण मन की पहली सोच को पहचानने लगह हूं। जिसे मैं पहले कभी समझ नहीं पाती थी। पहले मैं पूरे दिन बहुत .सी कल्पनाएँ करती थी अब मन की कल्पनाओं को पहचान कर मुझे बहुत खुशी हो रही है। दृष्टिबाधित होने के नाते कभी यह विचार भी नहीं किया था कि मैं चित्र बना कर उस में अच्छे रंग भर पाउंगी। **मुस्कान प्रशिक्षित छात्रा।**

राठौड़ की पुण्यतिथि पर गौवंश को खिलाया गुड़

निसं

तारानगर (नवयत्न)। भाजपा कार्यकर्ताओं ने पूर्व नेता प्रतिपक्ष राजेन्द्र राठौड़ के पिताजी स्वर्गीय उत्तम सिंह राठौड़ की 13वीं पुण्यतिथि पर कस्बे में साहवा रोड स्थित श्री बालाजी गौ सेवा समिति में गौवंश को गुड़ खिलाकर श्रद्धांजलि दी। इस अवसर पर नगर अध्यक्ष अनूप खण्डेलवाल, तारानगर विधानसभा संयोजक अजीत सिंह राठौड़, मोहम्मद तैयब, लिलाधर बागोरिया, पार्षद अशोक जांगिड़, पार्षद शिवकुमार शर्मा, मोहम्मद सलीम, पवन स्वामी अध्यक्ष बालाजी गौ सेवा समिति, नरेश झाझडिया, जुल्फीकार हिसारिया, मुकेश महर्षि, सेठी पेंटर, मोहम्मद समीर, मुकेश शर्मा, मोहम्मद फारूक, सुभाष सहारण सहित कार्यकर्ता मौजूद रहे।

चाइनीज मांझे के खिलाफ कार्रवाई, 28 चरखी जब्त

निसं

लाडनूं (नवयत्न)। जिला कलेक्टर महेंद्र खडगावत के निर्देशानुसार लाडनूं शहर में लंबे समय से धड़ल्ले से बिक रहे चाईनीज मांझे के खिलाफ अभियान चलाया गया जिसमें नगर पालिका टीम ने एक दर्जन दुकानों पर छापामार कार्रवाई की। सहायक प्रशासनिक अधिकारी नंदकिशोर चौधरी ने बताया कि अधिशासी अधिकारी हरेंद्र चौधरी के नेतृत्व में शहर के मुख्य बाजार में पतंग की दुकानों पर कार्रवाई करते हुए चाइनीज मांझे की 28 चर्खियां जप्त की गई है। कार्रवाई के दौरान स्वास्थ्य निरीक्षक रामचंद्र पूनिया, कनिष्ठ सहायक अरविंद धवल, जमादार महेंद्र कुमार, भागचंद और गणेश आदि शामिल रहे। इस कार्रवाई से एक बार चाईनीज डोर विक्रेताओं में हड़कंप मच गया। गौरतलब रहे कि जिला कलेक्टर के जारी आदेश अनुसार शहर में अवैध मांझे के साथ-साथ पॉलिथीन जप्त की कार्रवाई निरंतर करने के सख्त निर्देश दिए गए हैं।

संत नामदेव लीला का किया मंचन

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में भाईजी हनुमान प्रसाद पोद्दार के नोहर में हो रही रासलीला के तीसरे दिवस शुक्रवार रात्रि को भगवान श्री कृष्ण का महारास, मानव कल्याण का संदेश देने वाले जीव मात्र में सर्वत्र ईश्वर को देखने वाले संत नामदेव, संत जनाबाई चरित्र की लीलाओ का संजीव मंचन किया गया। रासलीला के संयोजक कुंजबिहारी शर्मा ने भाईजी के जीवन पर बताते हुए कहा कि उनकी देशभक्ति, सादगी, भगवान

की भक्ति ही हमारे जीवन के मार्गदर्शन का कार्य करती हैं। पोद्दारजी युगपुरुष थे। आज सनातन धर्म का साहित्य छोटी ढाणी से लेकर विश्व स्तर के सभी हिंदू परिवारों में मिलता है। इसी क्रम में आज शनिवार की सुबह पद रत्नाकर के पदों का संगीतमय सामूहिक गान संत चितरंजनदास महाराज के सानिध्य में किया गया। महाराज ने कहा कि व्यक्ति के मन में शांति और हृदय की प्रसन्नता ही भगवत प्राप्ति है। रासलीला शुरू होने से पूर्व ट्रस्ट के रसेन्द्र फोगला, विश्वनाथ सोनी, आनंदकुमार चौधरी, पवन चोटिया, पवन जोशी, रामगोपाल चौधरी, भवानीसिंह राजपुरोहित, नरोत्तम सोनी, कुलदीप चौधरी, हर्ष अजीतसरिया ने भगवान राधा कृष्ण की पूजा अर्चना की। रासलीला में नगर के किशनलाल पंसारी, रामरतन प्रजापत, सुरेश गोयल, सावरमल माटोलिया, निरंजन सिंधी, विष्णुदत्त चौधरी, ललित चौधरी, प्रेमकुमार सराफ, रामगोपाल मुरारका, गोपाल दर्जी, ओम सारस्वत सहित अनेकों धर्म श्रद्धालु जन उपस्थित थे।

कार्यालय जिला परिवहन अधिकारी, झुन्झुनू

क्रमांक : स.सू./झुन्झुनूं/2026/591 दिनांक 09/01/2026

आम सूचना

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि जिला परिवहन कार्यालय झुन्झुनू के वाहन पोर्टल पर पांच सीट या पांच से कम सीट के गैर परिवहन वाहनों के लिए नई सीरीज RJ18CL को ऑपन किया गया है इच्छुक वाहन स्वामी अपने नये वाहन के लिए एडवांस नम्बर हेतु आवेदन कर सकता है। सूचना जनहित में जारी है।

जिला परिवहन अधिकारी
झुन्झुनूं

सम्पादकीय

दूषित पेयजल

यह विडंबना ही है कि हमारे नागरिक प्रशासन का नियामक तंत्र आग लगने पर कुआं खोदने की मानसिकता से मुक्त नहीं होता। यदि समय रहते संवेदनशील या फिर घातक साबित होने वाली स्थिति व परिस्थिति पर नजर रखी जाए तो जनधन की हानि टाली भी जा सकती है। हाल ही में दूषित पेयजल से इंदौर में हुई जन हानि के बाद रोहतक और झज्जर की उन चेतावनियों की अनदेखी नहीं की जा सकती,जिसमें नागरिक घरों में आने वाले गंदे व बदबूदार पानी की शिकायत करते रहे हैं। निश्चय ही इस स्थिति को जन स्वास्थ्य से जुड़े आपातकाल के रूप में देखा जाना चाहिए। इसके साथ ही नागरिकों की शिकायत की जांच-पड़ताल कर अविलंब कार्रवाई भी होनी चाहिए। लेकिन इसके बावजूद जवाबदेही न निभाने और एक-दूसरे विभाग पर दोष मढ़ने का पुराना सिलसिला ही अकसर सामने आता है। उल्लेखनीय है कि इंदौर की हालिया दूषित पेयजल की त्रासदी में नगरपालिका द्वारा सप्लाई किए जा रहे पानी के सेवन से कई लोगों की जान चली गई और बड़ी संख्या में लोगों को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। विडंबना यह है कि वहां भी नागरिकों की शुरुआती चेतावनियों को सामान्य शिकायतों के रूप में देखकर खारिज कर दिया गया था। लेकिन एक दर्जन से अधिक लोगों की मौत के बाद अधिकारियों ने स्वीकार किया कि इंदौर में पेयजल पाइपलाइनों में सीवेज का रिसाव हुआ था। यह स्वीकारोक्ति भी तब सामने आई जब बड़ा नुकसान हो चुका था। लगता है कि रोहतक व झज्जर भी इसी तरह के आसन्न खतरे के मुहाने पर खड़े हैं। वैसे देखा जाए तो देश के विभिन्न हिस्सों में सामने आने वाले ऐसे मामले न तो रहस्यमय हैं और न ही ये कोई नई बात ही है। बुनियादी ढांचागत व्यवस्था का जर्जर होना, सीवर लाइनों में रिसाव, अनियोजित शहरी विस्तार और नागरिक एजेंसियों के बीच आवश्यक समन्वय का अभाव, अकसर ऐसी स्थिति पैदा कर देता है, जहां सीवेज और पीने का पानी खतरनाक रूप से एक-दूसरे के करीब आ जाते हैं। गाहे-बगाहे देश के विभिन्न भागों में स्थानीय नागरिक जब-तब आरोप लगाते हैं कि पीने के पानी में सीवर का पानी मिलने की आशंका है। ऐसे में शासन-प्रशासन की पहली प्रतिक्रिया, इसके सत्यापन, पाइप लाइन की मरम्मत और वैकल्पिक पेयजल उपलब्ध कराने की होनी चाहिए। ऐसे में स्वास्थ्य संकट को दूर करने और अपनी बात मनवाने के लिये यदि नागरिकों को सड़कों पर उतरना पड़ता है तो यह शासन-प्रशासन की विफलता को ही दर्शाता है। विडंबना यह है कि जल प्रदूषण का सबसे बुरा असर समाज के कमजोर वर्ग पर ही पड़ता है। ऐसे में बच्चे, बुजुर्ग और कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली वाले लोग इसकी चपेट में आते हैं। निर्विवाद रूप से दूषित जल से डायरिया, हेपेटाइटिस और अन्य दूषित जल जनित बीमारियों का प्रभाव तेजी से फैलता है। जिसके चलते अफरा-तफरी के बीच अक्सर स्थानीय स्वास्थ्य व्यवस्था चरमरा जाती है। ऐसे में तंत्र की निष्क्रियता की कीमत आम लोगों को न केवल अस्पताल के भारी-भरकम बिलों के रूप में, बल्कि जानमाल के नुकसान और प्रशासन के प्रति जनता के विश्वास में आई कमी के रूप में भी चुकानी पड़ती है। निश्चित रूप से दूषित पाइपलाइनों को तुरंत बंद किया जाना चाहिए। व्यापक स्तर पर प्रभावित क्षेत्र में जल स्रोतों का परीक्षण होना चाहिए। साथ ही यह भी जरूरी है कि प्रभावित क्षेत्र में व्यापक स्तर पर लिए गए पानी के नमूनों की जांच के परिणाम भी सार्वजनिक किए जाएं। इसके अलावा आवश्यक है कि दूषित सिस्टम के सुरक्षित प्रमाणित होने तक सुरक्षित वैकल्पिक जल आपूर्ति सुनिश्चित की जानी चाहिए। इससे भी महत्वपूर्ण बात यह है कि जिम्मेदारी तय की जाए, न कि बांटी जानी चाहिए।

विशेष आलेख

एआई मॉडल और कॉपीराइट कंटेंट के दुरुपयोग का सवाल

जैसे ही साल खत्म हो रहा था, उद्योग और आंतरिक व्यापार संवर्धन विभाग ने 'जेनरेटिव एआई एंड कॉपीराइट' पर एक कार्यपत्र प्रकाशित किया। यह अप्रैल, 2025 में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के युग में कॉपीराइट सुरक्षा के जटिल सवाल की जांच के लिए गठित की गई एक विशेषज्ञ समिति की रिपोर्ट है, और इसके निष्कर्षों से निकट भविष्य में कॉपीराइट और जेनरेटिव एआई के संबंध में भारत की आधिकारिक नीति का आधार बनने की सर्वाधिक संभावना है।

एआई कंपनियां कॉपीराइट वाले कंटेंट के उपयोग से एलएलएम मॉडल प्रशिक्षित कर बिजनेस कर रही हैं जो सवालों के घेरे में है। बेशक एलएलएम व अन्य मॉडल तकनीकी नवोन्मेष का नतीजा है, लेकिन यह दशकों से लाखों रचनाकारों द्वारा निर्मित काम की डिजिटल चोरी पर टिका है। प्रस्तावित कॉपीराइट फ्रेमवर्क में रचनाकारों के हितों को प्राथमिकता देनी चाहिए।

जेनरेटिव एआई उत्पाद जैसे कि चैटजीपीटी, जेमिनी, परप्लेक्सिटी इत्यादि लार्ज लैंग्वेज मॉडल (एलएलएम) हैं, जो यूजर्स द्वारा दिए गए प्रॉम्प्ट्स (निर्देश) के आधार पर कंटेंट उत्पन्न करके देते हैं। मसलन, कोई व्यक्ति चैट जीपीटी को कहे कि आरके नारायण या मुंशी प्रेमचंद की शैली में एक लघु कहानी लिखकर दो, और वह उसे उत्पन्न कर दे। इसी तरह, डाल-ई, मिडजर्नी (और इस जैसे टेक्स्ट-टू-इमेज और टेक्स्ट-टू-वीडियो जेनरेशन मॉडल) दिए गए विषय पर पेंटिंग बनाकर पेश कर सकते हैं, जिसके लिए निर्देश दिए जाएं कि इनकी शैली जैमिनी रॉय या एमएफ हुसैन जैसी हो। या फिर सत्यजीत रे की शैली में एक लघु फिल्म क्लिप बनाने को कहा जाए। जेनरेटिव एआई मॉडल से उत्पन्न होने वाली सामग्री उनके प्रशिक्षण पर आधारित होती है, जिसमें विभिन्न प्रकार के स्रोत (जैसे नारायण के उपन्यास या हुसैन और अन्य की पेंटिंग) से प्राप्त डेटा का उपयोग किया जाता है। एआई मॉडल को प्रशिक्षित करने के लिए उपयोग किया जाने वाला डेटा विभिन्न श्रेणियों वाला हो सकता है- कॉपीराइटेड, कॉपीराइट-समाप्त और सार्वजनिक डोमेन में 'उचित उपयोग' की अनुमति वाला उपलब्ध डेटा। जब से प्रौद्योगिकी फर्मों ने जेनरेटिव एआई उत्पादों के व्यावसायिक संस्करण लॉन्च किए हैं, किताबों, शोधपत्रों, तस्वीरों, फिल्मों और रचनात्मक अभिव्यक्तियों के विभिन्न रूपों जैसी कॉपीराइटेड सामग्री में उनके उपयोग का सवाल एआई बहस का केंद्र बन गया है। इसने जटिल कानूनी, नैतिक और औचित्य संबंधी प्रश्न खड़े कर दिए। एक और अनसुलझा मुद्दा एआई-जनित आउटपुट की कॉपीराइट-योग्यता और लेखक का अधिकार है। कई देशों में सरकारें और अदालतें इस नए चलन -एआई मॉडल का डेटा प्रशिक्षण- से निपटने के लिए जूझ रही हैं। भारत सहित दुनियाभर की प्रौद्योगिकी कंपनियों की दलील है कि एआई मॉडल कॉपीराइट कानूनों का उल्लंघन नहीं करते क्योंकि वे कॉपीराइटेड किताबों, तस्वीरों आदि की नकल या साहित्यिक चोरी नहीं कर रहे हैं, बल्कि केवल अलग डेटासेट के रूप में एल्गोरिद्म को प्रशिक्षित करने के लिए पैटर्न, शैलियों, संरचनाओं का उपयोग करके सांख्यिकीय संबंध के संदर्भ में उन्हें नई सामग्री उत्पन्न करने में सक्षम बनाने को कर रहे हैं। उनका दावा है कि यह रचनात्मक कार्यों का 'उचित उपयोग' वाले सर्वमान्य सिद्धांत के अनुरूप है।

यह तर्क देना कि एआई मॉडल मूल कामों की 'नकल' नहीं कर रहे, बल्कि उनसे सिर्फ़ 'सीख' रहे हैं, सही नहीं। क्योंकि एक एआई सिस्टम को प्रशिक्षित करने की प्रक्रिया में कई चरण होते हैं, जिसमें डेटा (मूल सामग्री) की कॉपी करना और स्टोर करना शामिल है, जो वस्तुतः कॉपीराइट का उल्लंघन है। जबकि एआई उद्योग का कहना है कि इसे 'तकनीकी उल्लंघन' माना जा सकता है, कानूनी नहीं। यह धारणा खारिज करते हुए कि किसी कॉपीराइट लाइसेंसिंग की ज़रूरत नहीं, दुनिया के दूसरे हिस्सों में इस पर चल रही चर्चा या लागू किए जा चुके अलग-अलग मॉडलों का अध्ययन करने के बाद, विशेषज्ञ समिति ने भारत के लिए हाइब्रिड फ्रेमवर्क की सिफारिश की है।

इसने एआई डेवलपर्स को एआई सिस्टम को प्रशिक्षित करने में कानूनन एक्सेस किए गए कॉपीराइट-सुरक्षित कामों के इस्तेमाल के लिए एक ब्लैंकेट लाइसेंस दिए जाने का सुझाव दिया है, बशर्ते कॉपीराइट धारकों को रॉयल्टी का भुगतान किया जाए। लेकिन अधिकार धारकों के पास एआई सिस्टम को प्रशिक्षित करने में अपने कामों का इस्तेमाल करने से रोकने का विकल्प नहीं होगा। अधिकार धारक संगठनों की उपस्थिति और सरकार द्वारा नामित एक केंद्रित नॉन-प्रॉफिट संस्था एआई डेवलपर्स से पेमेंट उगाहने के लिए ज़िम्मेदार होगी। इस संस्था में कॉपीराइट सोसायटी और उद्योग संगठन इसके सदस्य होंगे, और निजी रचनाकारों तक रॉयल्टी पहुंचाने के काम के लिए इस प्रकार के सदस्य-संगठन ज़िम्मेदार होंगे। कॉपीराइट सामग्री से प्रशिक्षित कर बने एआई सिस्टम से कमाई का एक निश्चित प्रतिशत बतौर रॉयल्टी देय होगा और दरें एक सरकारी समिति तय करेगी। तकनीक विकसित करने वाली कंपनियों का तर्क है कि रचनात्मक कामों के उपयोग को नियंत्रित करना व लाइसेंसिंग को अनिवार्य बनाने के लिए नए कॉपीराइट कानून लागू करना तकनीकी नवाचार में बाधा डालेगा। वे एआई मॉडल को प्रशिक्षण मुमकिन बनाने को कॉपीराइट कानूनों में टेक्स्ट और डेटा माइनिंग (टीडीएम) को छूट देने की मांग करते हैं। उद्योग संस्थानों के प्रतिनिधि, नैसकॉम, ने विशेषज्ञ कमेटी में इसकी सिफारिशों से असहमति जताई। एआई मॉडल से कमाई पर आधारित कॉपीराइट सिस्टम के बजाय वह कॉपीराइटेड कंटेंट का इस्तेमाल करने को एक लेयर्ड सिस्टम चाहता है। नैसकॉम ने सुझाव दिया कि टीडीएम के लिए सार्वजनिक उपलब्ध अपने काम का इस्तेमाल रोकने की जिम्मेवारी राइट्स होल्डर्स की थी, और इसके लिए, उन्हें अपने काम की उपलब्धता के समय 'ऑप्ट आउट' का विकल्प दिया जाए। जो कंटेंट सार्वजनिक उपलब्ध नहीं, उसके लिए राइट्स होल्डर्स कॉन्ट्रैक्ट या लाइसेंस शर्तों के ज़रिए अपने हकों की रक्षा कर सकते हैं। ये सब अधिकारधारकों पर अपने काम की रक्षा का जिम्मा डालता है, जो मौजूदा हालात में होना बेहद मुश्किल है क्योंकि कॉपीराइट का खुलेआम उल्लंघन जारी है व संरक्षित सामग्री अवैध रूप से ऑनलाइन उपलब्ध है। तकनीक निर्माण कंपनियों ने ऑनलाइन उपलब्ध लाखों किताबों से डेटा पहले ही कॉपी कर लिया। इस परिदृश्य में 'ऑप्ट आउट' ऑप्शन भी अव्यावहारिक लगता है। दोनों सूरतों में, जो लोग नूतन काम उत्पन्न करते हैं (राइट्स होल्डर्स) नुकसान उन्हें ही होगा। विशेषज्ञ पैनल एआई सिस्टम के प्रशिक्षण हेतु कॉपीराइट-संरक्षित कामों की स्वचालित उपलब्धता चाहता है और यह एआई इंडस्ट्री की मदद के लिए इसे कानूनी निश्चिंतता देगा, जबकि कॉपीराइट धारकों के पास टीडीएम सिस्टम से ऑप्ट आउट करने का अधिकार नहीं होगा। दूसरी ओर, एआई उद्योग सरकार द्वारा प्रस्तावित रॉयल्टी-आधारित सिस्टम स्वीकार करने को तैयार नहीं, बल्कि कॉपीराइट धारकों को 'ऑप्ट आउट' या निजी कॉन्ट्रैक्ट जैसे तरीकों से अपने कामों की रक्षा खुद करने के लिए ज़िम्मेदार बनाना चाहता है।

स्वास्थ्य समाचार

सीजनल फ्लू भी बन सकता है हार्ट फेलियर का कारण

फ्लू के कारण होने वाली गंभीर समस्याएं

मौसम में बदलाव और वायरल संक्रमण आदि की वजह से होने वाला फ्लू शरीर में कई बीमारियों का कारण बन सकता है। गंभीर स्थिति में सीजनल फ्लू की वजह से मरीज को कई ऐसी समस्याएं हो सकती हैं जिन्हें मेडिकल एमरजेंसी माना जाता है। अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन द्वारा पब्लिश एक रिपोर्ट के मुताबिक फ्लू की वजह से हार्ट के मरीजों में दिल का दौरा पड़ने की संभावना बढ़ जाती है। फ्लू की वजह से मरीजों में हार्ट फेलियर का खतरा कई गुना अधिक हो जाता है। इसके फ्लू की समस्या के कारण शरीर में सूजन हो सकती हैं जो न सिर्फ हृदय बल्कि शरीर के अन्य हिस्सों को भी गंभीर रूप से प्रभावित कर सकती है।

क्या फ्लू की वजह से हो सकती है हार्ट फेलियर की समस्या

सर्दी, बुखार, ठंड लगना और मांसपेशियों में दर्द की समस्या जैसे लक्षण फ्लू में दिखाई देते हैं। कई लोगों में फ्लू की समस्या सामान्य रूप से होती है उनमें ये लक्षण कुछ दिन के लिए रहते हैं और थोड़ी सी सावधानी बरतने पर यह अपने आप ठीक हो जाते हैं। लेकिन जिन लोगों में फ्लू की समस्या में दिखाई देने वाले लक्षण काफी समय तक बने रहते हैं और कई दिनों तक फ्लू बना रहता है उन्हें काफी गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। फ्लू की समस्या में हार्ट की बीमारी वाले मरीजों पर अधिक असर होता है। जिन लोगों में अनियमित दिल की धड़कन या कोरोनरी हार्ट डिजीज हैं उनमें फ्लू या इन्फ्लूएंजा जैसा इन्फेक्शन काफी गंभीर और जानलेवा हो सकता है। हार्ट के इन मरीजों में फ्लू की समस्या परेशानियों को बढ़ा देती है जिसकी वजह से उन्हें हार्ट फेलियर और हार्ट अटैक जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

फ्लू की वजह से हार्ट के मरीजों में समस्याएं

फ्लू का संक्रमण होने पर शरीर में कई समस्याएं तो होती ही हैं लेकिन इसकी वजह से हार्ट का स्ट्रेस बढ़ जाता है। इसकी वजह से हृदय गति में वृद्धि, ब्लड प्रेशर की समस्या और कोलामाइंस नामक आंतरिक तनाव हार्मोन में वृद्धि हो जाती है। ऐसी स्थिति में दिल की पुरानी समस्याओं से पीड़ित व्यक्तियों में परेशानियां बढ़ जाती हैं। इसके साथ ही फ्लू की समस्या में सूजन के कारण प्लाक टूटने की वजह से हार्ट अटैक और हार्ट फेलियर की समस्या ट्रिगर हो जाती है। फ्लू और इन्फ्लूएंजा का वायरस हार्ट की मांसपेशियों पर भी नकरात्म प्रभाव डालता है जिसकी वजह से मायोकार्डिटिस (हृदय की मांसपेशियों की सूजन) जैसी गंभीर समस्या हो सकती है।

कंजेस्टिव हार्ट फेलियर

कंजेस्टिव हार्ट फेलियर हृदय में होने वाली वह स्थिति है, जिसमें आपके दिल तक रक्त का संचार होने में बाधा आने लगती है। इस स्थिति में दिल की जरूरत के अनुसार रक्त नहीं पहुंचता है। जिस कारण हार्ट अटैक आने की भी संभावनाएं बढ़ जाती हैं। इस स्थिति में आपका दिल अपनी कार्यक्षमता दिखाने में असमर्थ हो जाता है। लेकिन दिल कार्य करना बंद नहीं करता है। हृदय में मौजूद चैंबर का प्रेशर सामान्य रूप से 10 से 12 मिलिमीटर मर्करी होता है। लेकिन कंजेस्टिव हार्ट फेलियर की स्थिति मे आपके हृदय का प्रेशर सामान्य से बढ़कर काफी अधिक हो जाता है। इस स्थिति में रेलेक्सेशन का प्रेशर 20 से 25 यानि कि दुगना भी हो सकता है, जिससे मरीज की तकलीफें बढ़ सकती हैं।

कैसे बढ़ती है मरीज की तकलीफें

मरीज की श्वासन प्रणाली प्रभावित हो सकती है। इसमें मरीज को सांस संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इस एसोसिएशन के मुताबिक 4 ग्रेड्स में मरीज की सांस फूलती है, जिसमें मरीज आमतौर पर किए जाने वाले कार्यों को तो कर सकता है, लेकिन शारीरिक श्रम वाले कार्यों को करने में असमर्थ हो जाता है। जैसे दौड़ने में समस्या या तेज चलने से भी सांस ज्यादा फूलना आदि।

फ्लू से कैसे करें बचाव

फ्लू या इन्फ्लूएंजा जैसी समस्याओं से बचाव के लिए आपको साफ-सफाई और बीमार व्यक्तियों में संक्रमण का ध्यान रखना चाहिए। अगर आप हार्ट के मरीज हैं तो आपको फ्लू की वजह से कई गंभीर समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है इसलिए ऐसे मरीजों को विशेष ध्यान रखना चाहिए। फ्लू की समस्या से ग्रसित लोगों के संपर्क में न जाना, नियमित रूप से हाथों को सफाई करने से आप फ्लू से संक्रमित होने से बच सकते हैं। इसके अलावा अगर आप दिल के मरीज हैं तो हार्ट अटैक की समस्या जैसी गंभीर जानलेवा स्थिति से बचने के लिए नियमित रूप से व्यायाम, संतुलित आहार का सेवन और दवा आदि का समय पर सेवन करते रहें।

खराब गले को ठीक करेंगे यह जबरदस्त घरेलू उपाय

गले में खराश एक आम समस्या है, खासकर सर्दियों के दौरान। इससे पहले कि आप एंटीबायोटिक दवाओं की ओर रुख करें।

नीबू और शहद लें

नीबू के रस और शहद को हल्के गर्म पानी में मिलाकर पीना भी गले में आराम दे सकता है। शहद में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-माइक्रोबियल गुण होते हैं, जो बलगम को निकालने में मदद करता है और खांसी को कम करता है। आप चाहें तो सिर्फ एक चम्मच शहद भी ले सकते हैं। यह गले में खराश में तुरंत आराम देगा। वहीं नीबू अपने एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण के कारण गले की खराश को जल्दी ठीक होने में मदद करता है। नीबू में विटामिन सी भी उच्च मात्रा में होता है, जो इम्यूनिटी को बढ़ाने के साथ गले को नम रखने में मदद करने के लिए लार बढ़ाता है। इसमें आप एंटी-ऑक्सीडेंट युक्त अदरक का रस भी मिला सकते हैं।

पुदीने की चाय

आमतौर पर पाचन में सुधार के लिए इसे पिया जाता है। लेकिन इसके और भी कई लाभ हैं, जिसमें सर्दी के लक्षणों को कम करना भी शामिल है। इस चाय में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो सूजन में मदद कर सकते हैं और गले को आराम दे सकते हैं। इसके अलावा जब आप संक्रमण से लड़ रहे हों, तो अपने आप को अच्छी तरह से हाइड्रेट रखना भी जरूरी होता है।

सर्दियों में अदरक का काढ़ा पीने से होते है कई फायदे

अदरक का इस्तेमाल कर कई स्वास्थ्य समस्याओं का इलाज किया जा सकता है। घरेलू नुस्खों और उपचार के रूप में इसका इस्तेमाल सबसे ज्यादा किया गया है। अदरक को उबलते पानी में मिलाकर काढ़ा तैयार किया जाता है। अदरक न केवल अपने अलग स्वाद और तेज गंध के लिए जाना जाता है, बल्कि इसके कई स्वास्थ्य लाभ भी हैं। इसलिए इस कड़ा को सर्दियों में पीने से आपको काफी मदद मिल सकती है।

दर्द से राहत

कई बार एक्सरसाइज के दौरान मांसपेशियां खिंच जाती हैं और स्ट्रेस्ड हो जाती हैं। जिसकी वजह से तनाव बढ़ने लगता है। इससे शरीर में दर्द और थकान होने लगती है। इस दर्द से छुटकारा पाने के लिए अद्रक का काढ़ा पीना सुनिश्चित करें क्योंकि यह दर्द को कम करने के लिए जाना जाता है।

एंटी इंफ्लामेटरी और एंटी एलर्जी

अदर में मांसपेशियों में सूजन को कम करने और इससे जुड़ी पुरानी परेशानियों को ठीक करने की ताकत होती है, जैसे ऑस्टियोपोरोसिस। इसके अलावा, इसमें एंटी-एलर्जी गुण भी होते हैं जो अपनी जड़ों पर काम करके एलर्जी को ठीक करने में मदद करते हैं।

पेट के अल्सर से करता है सुरक्षित

अदरक कई सक्रिय यौगिकों जैसे जिंजरोल और शोगोल से समृद्ध होता है जो पेट के लिए सुरक्षित होते हैं और अल्सर को रोकने के लिए जाने जाते हैं।

अदरक शहद, और नींबू काढ़ा

यह काढ़ा गले की खराश को ठीक करने के लिए बनाया गया है। सूजन को शांत करने के लिए अदरक, शहद और नींबू का मिक्सर काफी अच्छा होता है।

काढ़े में मिलाएं कुछ तुलसी के पत्ते

आपकी सर्दी और खांसी में तुरंत राहत के लिए, यह काढ़ा अपने इम्यूनिटी-बढ़ाने वाले गुणों के लिए जाना जाता है।

काली मिर्च, लौंग और अदरक का काढ़ा

यह काढ़ा आपकी स्वास्थ्य समस्याओं से निपटने और पुराने दर्द से राहत पाने का शानदार तरीका है।

आज का राशिफल

मेष

घर-बाहर प्रसन्नतादायक वातावरण रहेगा। नौकरी में चैन महसूस होगा। व्यापार से संतुष्टि रहेगी। संतान की चिंता रहेगी। प्रतिद्वंद्वी तथा शत्रु हानि पहुंचा सकते हैं। मित्रों का सहयोग व मार्गदर्शन प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। यात्रा की योजना बनेगी। प्रसन्नता रहेगी।

वृष

भूले-बिसरे साथी तथा आगंतुकों के स्वागत तथा सम्मान पर व्यय होगा। आत्मसम्मान बना रहेगा। उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। बड़ा काम करने का मन बनेगा। परिवार के सदस्यों की उन्नति के समाचार मिलेंगे। प्रसन्नता रहेगी। किसी व्यक्ति की बातों में न आएं, लाभ होगा।

मिथुन

पार्टी व पिकनिक का कार्यक्रम बनेगा। स्वादिष्ट व्यंजनों का लाभ मिलेगा। व्यापार-व्यवसाय मनोनुकूल रहेंगे। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। काम में मन लगेगा। शेयर मार्केट में लाभ रहेगा। नौकरी में सुविधाएं बढ़ सकती हैं। व्यस्तता के चलते स्वास्थ्य का ध्यान रखें। धन प्राप्ति सुगमता से होगी।

कर्क

स्थायी संपत्ति के कार्य बड़ा लाभ दे सकते हैं। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे। आय में वृद्धि तथा उन्नति मनोनुकूल रहेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। पार्टनरों का सहयोग समय पर प्राप्त होगा। यात्रा की योजना बनेगी। घर-बाहर कुछ तनाव रहेगा। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

सिंह

यात्रा मनोनुकूल मनोरंजक तथा लाभप्रद रहेगी। भेंट व उपहार की प्राप्ति संभव है। व्यापार-व्यवसाय से मनोनुकूल लाभ होगा। घर-बाहर सफलता प्राप्त होगी। परिवार में सुख-शाति बनी रहेगी। काम में लगन तथा उत्साह बने रहेंगे। मित्रों के साथ प्रसन्नतापूर्वक समय बीतेगा।

कन्या

दु:खद सूचना मिल सकती है, धैर्य रखें। फालतू खर्च होगा। कुसंगति से बचें। बेकार की बातों पर ध्यान न दें। अपने काम पर अधिक ध्यान देने की आवश्यकता है। वाणी पर नियंत्रण रखें। चिंता तथा तनाव रहेंगे। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। व्यवसाय ठीक चलेगा। आय में निश्चितता रहेगी।

तुला

स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। बनते कामों में विघ्न आएंगे। चिंता तथा तनाव रहेंगे। जीवनसाथी से सामंजस्य बैठाएं। फालतू खर्च होगा। कुसंगति से बचें। बेवजह लोगों से मनमुटाव हो सकता है। बेकार की बातों पर ध्यान न दें। आय में निश्चितता रहेगी। मित्रों का सहयोग मिलेगा।

वृश्चिक

प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। किसी वरिष्ठ व्यक्ति के सहयोग से कार्य की बाधा दूर होकर लाभ की स्थिति बनेगी। परिवार के लोग अनुकूल व्यवहार करेंगे। व्यवसाय ठीक चलेगा। नए लोगों से संपर्क होगा। आय में वृद्धि तथा आरोग्य रहेगा। चिंता में कमी होगी। जल्दबाजी न करें।

धनु

बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। नौकरी में सुकून रहेगा। जल्दबाजी में कोई आवश्यक वस्तु गुम हो सकती है। कानूनी अड़चन आ सकती है। विवाद न करें। व्यवसाय ठीक चलेगा। घर-बाहर प्रसन्नता बनी रहेगी।

मकर

नई योजना लागू करने का श्रेष्ठ समय है। कार्यप्रणाली में सुधार होगा। सामाजिक कार्य सफल रहेंगे। मान-सम्मान मिलेगा। कार्यसिद्धि होगी। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। घर-बाहर प्रसन्नता का माहौल रहेगा। पारिवारिक सहयोग प्राप्त होगा। बड़ा कार्य करने का मन बनेगा।

कुंभ

किसी जानकार प्रबुद्ध व्यक्ति का सहयोग प्राप्त होने के योग हैं। तंत्र-मंत्र में रुचि रहेगी। किसी राजनयिक का सहयोग मिल सकता है। लाभ के दरवाजे खुलेंगे। चोट व दुर्घटना से बचें। व्यस्तता रहेगी। थकान व कमजोरी महसूस होगी। विवाद से बचें। धन प्राप्ति होगी। प्रमाद न करें।

मीन

स्वास्थ्य का ध्यान रखें। चोट व दुर्घटना से बचें। आय में कमी रह सकती है। घर-बाहर असहयोग व अशांति का वातावरण रहेगा। अपनी बात लोगों को समझा नहीं पाएंगे। ऐश्वर्य के साधनों पर बड़ा खर्च होगा। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। हितैषी सहयोग करेंगे। धनार्जन संभव है।

तेजी से शुगर बढ़ाते हैं रोजाना खाए जाने वाले ये फूड्स

कई लोग अपने सुबह की शुरूआत चाय पीकर करते हैं और रात के खाने के बाद मीठा खाना पसंद करते हैं। इसके अलावा दिनभर में कभी भी थकान महसूस होने पर लोग चाय या कॉफी पीना पसंद करते हैं। इससे उन्हें कम थकान महसूस होती है। लेकिन क्या आपको पता है कि चाय, कॉफी और मिठाई के बहाने आप दिनभर में कितनी चीनी की मात्रा का सेवन करते हैं? इन कारणों से आपकी सेहत पर असर पड़ सकता है और इससे रक्त में शुगर की मात्रा बढ़ सकती है। दरअसल, सुबह से लेकर रात तक आप काफी मात्रा में शुगर खाते हैं, भले ही आप उसे किसी भी रूप में खाएं।

मीठे का अधिक मात्रा में सेवन क्यों है खतरनाक : बहुत अधिक चीनी या मीठे चीजों का सेवन करने से आपका वजन अचानक बढ़ सकता है और आप मोटापे का शिकार हो सकते हैं। इससे आपको डायबिटीज, टाइप-2 डायबिटीज और हार्ट संबंधी समस्याएं हो सकती है। साथ ही इससे आपका मेटाबॉलिक रेट, हार्मोनल संतुलन और ब्लडप्रेशर जैसी बीमारियां हो सकती है। इसलिए जितना संभव हो, उतना आप चीनी के सेवन से बचें, इससे आपकी सेहत को नुकसान हो सकता है और आप कई बीमारियों के शिकार हो सकते हैं।

फ्रूट और दही : मार्केट में कई तरह की रेडिमेड फ्रूट दही मिलती है, जिनमें शुगर की मात्रा अधिक होती है। इसके अलावा अगर आप दही में बहुत अधिक चीनी डालकर उसका सेवन करते हैं, तो इससे भी आपकी सेहत खराब हो सकती है। कई लोग बाजार से खरीदी गई मीठी दही का सेवन भी करते हैं। ये भी आपके लिए नुकसानदायक हो सकता है। इसलिए, हमेशा फलों की नैचुरल मिठास का सेवन करने की कोशिश करें।

ब्रेड : व्हाइट ब्रेड में भी चीनी की मात्रा मिली होती है। व्हाइट की जगह आप ब्राउन ब्रेड का सेवन कर सकते हैं। इससे शरीर को एनर्जी मिलती है और वजन कम करने में ये काफी कारगर है। सबसे बड़ी बात ये है कि इससे आपका शुगर लेवल नहीं बढ़ता है। जबकि व्हाइट ब्रेड में चीनी की कुछ मात्रा मिलाई जाती है और इससे आपको नुकसान हो सकता है। इसलिए आप बेकरी या बाजार से फ्रेश ब्राउन ब्रेड ले सकते हो।

हॉट चॉटकलेट : लोगों को तरह-तरह के चॉकलेट और कप केक खाना पसंद करते हैं। यह खाने में स्वादिष्ट भी होते हैं, जिससे आपके मूड रिफ्रेश हो जाता है। हालांकि अगर आप हफ्ते में एक या दो बार हॉट चॉकलेट खाते हैं, तो इससे कोई नुकसान नहीं होता है लेकिन अगर आप रोज हॉट चॉकलेट का सेवन करते हैं या हफ्ते में 5-6 बार भी खाते हैं, तो इससे आपके शरीर में शुगर लेवल बढ़ सकता है। इससे बेहतर ये होगा कि आप कुछ मीठा खाने का मन करे, तो घर में कोई अच्छी सी डिश बना लें। यह आपकी सेहत के लिए भी फायदेमंद हो सकता है।

फास्ट फूड : आजकल की व्यस्त दिनचर्या में ऑफिस के काम और थकान के बाद लोगों के पास समय नहीं बचता है कि वे घर जाकर अपने लिए कुछ हेल्दी खाना पका सकें। इसकी बजाय वे बाहर से खाना ऑर्डर करना या खरीद लेना बेहतर समझते हैं। लेकिन, इसकी बजाय आपको कुछ हेल्दी विकल्प तलाशने की कोशिश करनी चाहिए ताकि आपको मेहनत भी कम लगे और सेहत पर भी असर न पड़े। अगर आप बहुत थक गए है, तो दलिया या खिचड़ी बनाकर खा सकते हैं।

जूस : इन दिनों पैकेज्ड जूस का काफई चलन है। लोगों अपने घरों में फलों से निकले ताजे जूस की जगह बाहर मिलने वाले जूस को पीना आसान समझते हैं। दरअसल इसमें समय और मेहनत नहीं लगती है। इसलिए, हम पैकेज्ड जूस पीना सही समझते हैं लेकिन इससे अधिकतम कैलोरी शुगर की मात्रा होती है, जो कई समस्याओं को न्योता दे सकती है।

अदरक, लहसुन और शहद एक साथ खाने से मिलते हैं ये फायदे

अदरक, लहसुन और शहद तीनों ही चीजें आयुर्वेद में औषधि के रूप में इस्तेमाल की जाती हैं। आमतौर पर भोजन बनाने के लिए मसाले के रूप में अदरक और लहसुन का इस्तेमाल भी लगभग हर भारतीय रसोई में किया जाता है। लहसुन में मौजूद गुण कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी के खतरे को कम करने के लिए भी प्रभावी माने जाते हैं। अदरक, लहसुन और शहद का एक साथ सेवन करने से हार्ट से जुड़ी बीमारियों का खतरा भी कम होता है और शरीर में मौजूद विषाक्त पदार्थ भी बाहर निकलते हैं। सर्दी-जुकाम, फ्लू और बुखार जैसी समस्या में भी इसका सेवन बहुत फायदेमंद होता है। ऑस्टियोअर्थराइटिस, और प्रोस्टेट बढ़ने की समस्या में भी लहसुन, अदरक और शहद का एकसाथ सेवन बहुत फायदेमंद होता है। अदरक, लहसुन और शहद में मौजूद गुण शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने का काम करते हैं और शरीर को कई तरह के इन्फेक्शन से भी बचाते हैं। अदरक के साथ शहद और लहसुन का सेवन करने से इसमें मौजूद गुण और बढ़ जाते हैं। इसका सेवन करने से कैंसर जैसी घातक और जानलेवा बीमारी में भी फायदा मिलता है। कीमोथेरेपी के दौरान शरीर पर पड़ने वाले रेडिएशन के प्रभाव को भी कम करने के लिए अदरक, लहसुन और शहद का सेवन बहुत फायदेमंद होता है।

इम्यूनिटी बढ़ाने में फायदेमंद : शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए अदरक, लहसुन और शहद का सेवन बहुत फायदेमंद माना जाता है। रोजाना खाली पेट इसका सेवन करने से आपके शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और इन्फेक्शन आदि की समस्या में फायदा मिलता है। रोजाना लहसुन, अदरक और शहद को एक साथ मिक्स करके संतुलित मात्रा में सेवन कर सकते हैं।

शरीर को डिटॉक्स करने में फायदेमंद : लहसुन, अदरक और शहद में मौजूद गुण शरीर में मौजूद विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में बहुत फायदेमंद होते हैं। इसका सेवन करने से किडनी को भी फायदा मिलता है। अदरक, लहसुन और शहद का सेवन करने से शरीर को डिटॉक्स करने के साथ-साथ शरीर को इन्फेक्शन आदि से बचाने के लिए फायदेमंद होता है। इनमें एंटी-फंगल, एंटी-वायरल और एंटी -बैक्टीरियल गुण पाए जाते हैं, जो शरीर को इन्फेक्शन और फ्लू आदि से बचाने का काम करते हैं।

हार्ट को हेल्दी रखने में फायदेमंद : दिल की सेहत के लिए अदरक, लहसुन और शहद का मिश्रण बहुत फायदेमंद होता है। इसका सेवन करने से दिल की धमनियों में मौजूद फैट को कम करने में फायदा मिलता है और ब्लड सर्कुलेशन भी ठीक होता है। शरीर में बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने के लिए भी अदरक, लहसुन और शहद का सेवन बहुत फायदेमंद होता है।

सर्दी-जुकाम और फ्लू में फायदेमंद

सर्दी-जुकाम और फ्लू की समस्या में अदरक, लहसुन और शहद का सेवन बहुत फायदेमंद होता है। इसका सेवन करने से मौसम के बदलाव की वजह से होने वाले इन्फेक्शन में बहुत फायदा मिलता है। इसका सेवन करने से साइनस की समस्या में भी फायदा मिलता है।

डायरिया में फायदेमंद

बच्चों में डायरिया या दस्त की समस्या में अदरक, लहसुन और शहद का सेवन बहुत फायदेमंद होता है। अदरक, लहसुन और शहद का सिरप बनाकर बच्चों को एक चम्मच पिलाने से फायदा मिलता है।

उल्टी और मतली की समस्या में फायदेमंद

उल्टी और मतली की समस्या में अदरक, लहसुन और शहद का सेवन करने से बहुत फायदा मिलता है। एनसीबीआई की एक स्टडी में भी इस बात की पुष्टि की गयी है। अदरक में मौजूद गुण उल्टी और मतली रोकने में बहुत प्रभावी होते हैं।

रोजाना सुबह उठते ही खाएं ये चीजें, पूरे दिन रहेगी भरपूर एनर्जी

अगर सुबह अच्छी हो तो सारा दिन अच्छा जाता है। हालांकि, अधिकतर लोगों को सुबह उठने के बाद थकान महसूस होने लगती है। ऐसा कई बार न्यूट्रिशन की कमी के कारण हो सकता है। जब हम गलत लाइफस्टाइल को फॉलो करते हैं, तब ऐसा ज्यादा होता है। ऐसे में सुबह की इस थकान को दूर करने के लिए आप कुछ चीजों को सुबह खाने की आदत बना सकते हैं।

कद्दू के बीज : कद्दू के बीज में मेग्नीशियम, कॉपर, जिंक होता है। इस बीज में हाइपोग्लाइसेमिक प्रॉपर्टीज होती हैं, जिसकी वजह से आपका शुगर लेवल कम हो सकता है। हालांकि, इनमें ट्रिप्टोफन होता है, जो एक एमिनो एसिड ये आपके शरीर में हैप्पी हार्मोन सेरोटोनिन बनाता है। ऐसे में आप अपने सुबह इन बीजों को भी खा सकते हैं।

अखरोट : सुबह उठकर अखरोट खाने से आपकी एनर्जी को बूस्ट करने में मदद मिल सकती है। अखरोट में मौजूद ओमेगा-3, जिंक, सेलेनियम, प्रोटीन और विटामिन बी की भरपूर मात्रा भी आपके इम्यून सिस्टम को बूस्ट करती है।

खजूर : खजूर खाने के कई सारे फायदे होते हैं। इन्हें खाने से आपको हेल्दी शुगर मिलती है। वहीं इसमें डायट्री फाइबर और एंटीऑक्सिडेंट होते हैं। इन्हें खाने से पाचन में मदद मिलती है। ऐसे में आप सुबह खजूर खाकर भी अपनी एनर्जी को बूस्ट कर सकते हैं।

बादाम : वेट लॉस के साथ बादाम हड्डियों और आपके मूड के लिए भी अच्छा होता है। यही वजह है कि इसे सुपरफूड कहा जाता है। यह ब्लड फ्लो में एंटीऑक्सिडेंट के स्तर को काफी बढ़ाता है, ब्लड प्रेशर को कम करता है और ब्लड फ्लो में सुधार करता है। आप भीगे हुए बादाम को सुबह खा सकते हैं।

मशरूम पाउडर खाने के फायदे-नुकसान

मशरूम पाउडर के सेवन से आपको कई तरह के लाभ होते हैं। मशरूम पाउडर में कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो आपके इम्यून सिस्टम को मजबूत करने में आपकी मदद करता है। इसे आप कई तरह से खा सकते हैं। जैसे - सब्जी, दलिया, सूप और सलाद में भी आप मशरूम पाउडर का इस्तेमाल कर सकते हैं। यह आपके इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के साथ-साथ ब्लड शुगर को कम करने में भी मददगार साबित हो सकता है। इसमें मौजूद सेलेनियम फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद करता है। मशरूम पाउडर के सेवन से आपका ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है और हृदय रोगों के लक्षणों को भी कम करने में मदद मिल सकती है।

डायबिटीज की समस्या में : मशरूम पाउडर में उच्च घुलनशील फाइबर बीटा-ग्लूकन पाए जाते हैं, जो डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर वाले मरीजों के लिए काफी फायदेमंद हो सकता है। इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स बहुत कम होता है और इसमें कार्ब्स की मात्रा भी बहुत कम होती है, जो अन्य उच्च-कार्ब खाद्य पदार्थों की तुलना में शुगर स्पाइक को नहीं बढ़ाता है।

विटामिन डी से भरपूर : मशरूम पाउडर विटामिन डी से भरपूर होते हैं, जो कि इम्यूनिटी बढ़ाने में मददगार साबित हो सकता है और आपको हेल्दी रखता है। इनमें विटामिन डी2 होता है, जो खाने के बाद विटामिन डी3 में बदल जाता है। यह हड्डियों के स्वास्थ्य, इम्यून सिस्टम और पाचन तंत्र को बढ़ावा देने में मदद करता है।

वेट लॉस में फायदेमंद : अगर आप वजन कम करना चाहते हैं, तो आपके लिए मशरूम पाउडर एक अच्छा विकल्प हो सकता है। ये कैलोरी कम करने में मददगार है और इसमें मौजूद फाइबर पेट को लंबे समय तक भरा रखने में मदद करता है और भूख को नियंत्रित रखने में मदद करता है। इसके अलावा मशरूम में कार्ब्स की मात्रा भी कम होती है। ये कैलोरी और वसा में कम होते हैं और इनमें पानी, प्रोटीन और फाइबर की मात्रा अधिक होती है। मशरूम पाउडर में कॉपर, पोटैशियम, सेलेनियम, ग्लूटाथियोन और विटामिन सी भी होते हैं। जो सेहत के लिए फायदेमंद होते हैं।

इम्यून सिस्टम मजबूत बनाए : मशरूम पाउडर का सेवन करने से इम्यूनिटी को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इसे एक नैचुरल एंटीबायोटिक माना जाता है, जो माइक्रोबियल और अन्य फंगल इंफेक्शन को भी ठीक करता है। इसमें पाए जाने वाले गुण शरीर की कोशिकाओं की मरम्मत में भी मदद करते हैं।

मशरूम पाउडर का इस्तेमाल

- मशरूम पाउडर का इस्तेमाल आप रोजाना बनने वाली सब्जियों में कर सकते हैं।
- इसके अलावा आप दलिया में मशरूम पाउडर डालकर खा सकते हैं।
- सलाद में भी मशरूम पाउडर डालकर खा सकते हैं।

सुबह उठकर मोबाइल चेक करने की आदत सेहत के लिए है खराब

ज्यादातर लोग सुबह उठते ही मोबाइल चेक करते हैं। इन दिनों ये सभी की आदत में शुमार है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि आपकी ये आदत परेशानी का सबब बन सकता है। ये कई तरह से आपकी सेहत पर बुरा असर छोड़ता है। जरूरी नहीं की मोबाइल चलाने का मतलब सोशल मीडिया चेक करना हो, आप अलार्म बंद करने, टाइम चेक करने आदि के जरिए भी मोबाइल यूज करते हैं।

मूड पर पड़ता है असर : सुबह उठ कर लोग जब सबसे पहले मोबाइल चेक करते हैं तो वह ये देखते हैं कि उन्होंने क्या मिस किया या फिर पूरे दिन क्या किया जा सकता है। ऐसे में इस बात का असर आपके मूड पर पड़ता है।

बढ़ जाता है स्ट्रेस : सुबह उठकर किसी भी सोशल मीडिया नेटवर्क का इस्तेमाल करने से आपके दिमाग में निगेटिव असर पड़ता है। कई रिपोर्ट्स कहती हैं कि ज्यादा मोबाइल फोन का इस्तेमाल पुरुषों और महिलाओं दोनों में डिप्रेशन का कारण बनता है।

आपका समय और ध्यान होता है यूज : जागने के ठीक बाद सोशल मीडिया, ईमेल या मैसेजिंग चेक करने पर आप अन्य लोगों की राय, रिक्वेस्ट और एड को अपने दिमाग में आने देते हैं, जो आपकी सोच को खराब करता है। आपके ध्यान के अलावा आपका समय भी खराब होता है।

यूं करें दिन की शुरुआत : अपने दिन की शुरुआत अच्छे से करने के लिए अपने लक्ष्यों पर ध्यान दें। अगर आप अपने दिन की शुरुआत जल्दबाजी, तनाव और चिंता से बचना चाहते हैं, तो जागने के तुरंत बाद अपने स्मार्टफोन को चेक करना बंद कर दें।

वजन करना है कम? इन तरीकों से लौकी का करें सेवन

गर्मी के सीजन में लौकी की सब्जियां काफी ज्यादा खाई जाती हैं। यह सेहत के लिए बहुत ही फायदेमंद होती है। इसलिए कई हेल्थ एक्सपर्ट्स नियमित रूप से लौकी खाने की सलाह देते हैं। लौकी खाने से मोटापा, कब्ज और पाचन से जुड़ी परेशानियों को दूर किया जा सकता है। अगर आप अपने बढ़ते वजन से परेशान हैं, तो लौकी को अपने आहार में शामिल करें। लौकी का सेवन करने से वजन काफी तेजी से कम होगा। साथ ही यह बॉडी को डिटॉक्स करने में भी मददगार हो सकती है। वजन कम करने के लिए लौकी का सूप, लौकी का जूस इत्यादि पिया जा सकता है।

लौकी का सूप : बढ़ते वजन को घटाने के लिए लौकी के सूप का सेवन कर सकते हैं। घर पर इसे आप बहुत ही आसान तरीकों से तैयार कर सकते हैं।

लौकी का सूप तैयार करने के लिए सबसे पहले प्रेशर कुकर में 250 ग्राम के करीब लौकी काटकर डालें। इसमें 1 प्याज, टमाटर, शिमला मिर्च डालकर अच्छे से पकाएं। इसके बाद सभी उबली हुई सब्जियों को ब्लेंडर की मदद से ब्लेंड करें। नियमित रूप से इस सूप के सेवन से बढ़ता वजन कम हो सकता है।

लौकी की स्मूदी : लौकी की स्मूदी आपके स्वास्थ्य के लिए काफी हेल्दी हो सकती है। वजन को घटाने के लिए आप इस स्मूदी का सेवन कर सकते हैं। लौकी की स्मूदी तैयार करने के लिए सबसे पहले 1 मध्यम आकार के लौकी को छील लें। इसके बाद इसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें। अब ग्राइंडर में लौकी के टुकड़े और पुदीने की कुछ पत्तियां डालकर पीस लें। इसके बाद तैयार स्मूदी में जीरा पाउडर मिक्स कर लें। स्वाद बढ़ाने के लिए आप इसमें काली मिर्च और काला नमक डाल सकते हैं। ये स्मूदी वजन कम करने के साथ-साथ स्वास्थ्य के लिहाज से भी काफी हेल्दी हो सकती है।

लौकी की सब्जी

लौकी की सिंपल सब्जी बनाकर भी आप खा सकते हैं। इसके लिए लौकी को छोटे-छोटे पीस में काट लें। इसके बाद एक कुाई में 1 चम्मच तेल, जीरा और हरी मिर्च डालें। इसके बाद कटी हुई लौकी डालकर इसे पकाएं। जब सब्जी अच्छे से पक जाए, तो इसमें 1 चुटकी हल्दी डालकर थोड़ी देर के लिए पकाएं। यह सब्जी स्वाद और सेहत के लिए काफी हेल्दी होती है। डिनर या लंच के समय आप इसे खा सकते हैं।

बनाना शेक पीने से हो सकते है ये नुकसान

केला स्वास्थ्य के लिए काफी हेल्दी विकल्प माना जाता है। यह कई तरह के विटामिन्स और पोषक तत्वों से भरपूर होता है। खासतौर पर मसल्स बनाने वाले लोग नियमित रूप से बनाना शेक पीना पसंद करते हैं, इससे मसल्स की ग्रोथ अच्छी होती है। लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि बनाना शेक से स्वास्थ्य को कुछ नुकसान भी हो सकते हैं? जी हां, अगर आप अधिक मात्रा में बनाना शेक का सेवन करते हैं, तो इससे आपके शरीर को कई नुकसान हो सकते हैं।

पाचन क्रिया में गड़बड़ी

रिसर्च के मुताबिक, केला और दूध का एक साथ सेवन करने से पाचन क्रिया बिगड़ सकती है, क्योंकि यह काफी भारी आहार माना जाता है। ऐसे में अगर आप काफी ज्यादा बनान शेक का सेवन करते हैं, तो यह पाचन संबंधी परेशानी को उत्पन्न करता है। इससे आपको उल्टी, दस्त जैसी समस्या हो सकती है।

एलर्जी का कारण

बनाना शेक का अधिक सेवन करने से साइनस बाधित होता है। इसकी वजह से आपको साइनस कंजेशन की परेशानी हो सकती है। साइनस कंजेशन होने पर सर्दी-खांसी, जुकाम और स्किन पर रैशेज जैसी अन्य एलर्जी की समस्या हो सकती है।

विषाक्तता की स्थिति

आयुर्वेद के अनुसार, सोलिड और लिक्विड आहार को एक साथ मिलाना स्वास्थ्य के लिए हेल्दी नहीं होती है। इस सिद्धांत के आधार पर अगर आप केला और दूध एक साथ मिलाकर खाते हैं, तो यह शरीर में विषाक्तता उत्पन्न कर सकता है। इसके साथ ही आयुर्वेद के अनुसार केला और दूध का सेवन करने से शरीर में भारीपन उत्पन्न होती है, जिससे शरीर की कई गतिविधियां बाधित होती हैं।

बढ़ा सकता है वजन

दूध और केला काफी पौष्टिक माना जाता है। इससे आपके शरीर को कैलोरी और कार्ब्स प्राप्त होता है। अगर आप वजन बढ़ाना चाहते हैं तो इसे अपने आहार में शामिल करना एक हेल्दी विकल्प हो सकता है। हालांकि, अगर आप वजन कम करने का सोच रहे हैं, तो इससे आपका वजन बढ़ सकता है।

शरीर में हो सकता है दर्द

आयुर्वेद के मुताबिक, अगर आप काफी ज्यादा बनाना शेक पीते हैं, तो यह आपके शरीर के दर्द को बढ़ा सकता है। खासतौर पर अगर आप किसी एलर्जी से जूझ रहे हैं, तो आपको इस स्थिति का अधिक सामना करना पड़ सकता है।

साबुत मूंग दाल खाने से सेहत को मिलते हैं ये फायदे

मूंगदाल स्वास्थ्य के लिए काफी हेल्दी होती है। खासतौर पर साबुत मूंगदाल का नियमित रूप से सेवन करने से शरीर की कई तरह की परेशानियों को दूर किया जा सकता है। इसका सेवन आप सूप से लेकर सलाद तक, कई रूप में कर सकते हैं। यह कई तरह के पोषण तत्वों से भरपूर होती है, जो बीमारियों से आपको दूर रख सकते हैं।

एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर

साबुत मूंगदाल एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होती है। इसमें कई तरह के एंटीऑक्सीडेंट, जैसे- फेनोलिक एसिड, फ्लेवोनोइड्स, कैफिक एसिड आदि पाए जाते हैं। ये एंटीऑक्सीडेंट्स आपको फ्री रेडिकल्स से सुरक्षित रख सकते हैं। एंटीऑक्सीडेंट्स युक्त आहार के सेवन से क्रॉनिक इंफ्लेमेशन, हार्ट डिजीज, कैंसर और अन्य गंभीर बीमारियों को दूर किया जा सकता है।

खराब कोलेस्ट्रॉल के स्तर को करता है कम

शरीर में खराब कोलेस्ट्रॉल का स्तर बढ़ने से कई तरह की बीमारियां बढ़ने का जोखिम होता है। खासतौर पर इसकी वजह से हृदय रोग होने का खतरा रहता है। ऐसे में मूंगदाल आपके स्वास्थ्य के लिए काफी हेल्दी हो सकती है, क्योंकि इसमें खराब कोलेस्ट्रॉल का स्तर कम करने का गुण होता है।

ब्लड प्रेशर को करे कंट्रोल

साबुत मूंगदाल के सेवन से ब्लड प्रेशर को कंट्रोल किया जा सकता है। हाई ब्लड प्रेशर मरीजों के लिए मूंगदाल काफी हेल्दी है। साबुत मूंगदाल पोटैशियम, मैग्नीशियम और फाइबर का काफी अच्छा स्त्रोत होता हैं। यह सभी पोषक तत्व हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में असरदार हो सकते हैं।

पाचन के लिए हेल्दी

पाचन को स्वस्थ रखने के लिए साबुत मूंगदाल का सेवन करें। यह गट हेल्थ के लिए हेल्दी होता है। दरअसल, मूंगदाल में पेक्टिन नामक सॉल्यूबल फाइबर होता है, जो पाचन शक्ति के लिए काफी फायदेमंद है। इसके अलावा इसमें कई अन्य तरह के तत्व होते हैं, जो पाचन को स्वस्थ रखने के फायदेमंद हैं।

ब्लड शुगर करे कंट्रोल

मूंगदाल का सेवन करने से ब्लड शुगर को भी कंट्रोल किया जा सकता है। यह प्रोटीन और फाइबर का अच्छा स्त्रोत होता है, जो ब्लड शुगर को कंट्रोल कर सकता है। साथ ही यह एंटीऑक्सीडेंट्स का अच्छा स्त्रोत होता है।

विप्र एवं सर्व समाज ने भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष का किया अभिनंदन

निसं

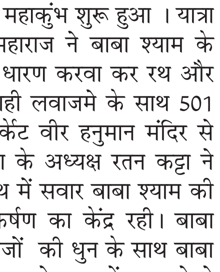
श्रीमाधोपुर (नवयत्न)। भारतीय जनता पार्टी प्रदेश उपाध्यक्ष मुकेश दाधीच ने कहा कि सामाजिक जीवन में समरसता प्रथम आवश्यकता है। दाधीच श्रीमाधोपुर बाइपास पर विप्र समाज एवं सर्व समाज के प्रतिनिधियों के द्वारा आयोजित अभिनंदन समारोह को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण, शिक्षा व अन्य सामाजिक सेवा के क्षेत्र में सर्व समाज को अपनी भूमिका का निर्वाह करना चाहिए। यह जानकारी देते हुए बताया कि श्रीमाधोपुर बाइपास पर विप्र समाज के विभिन्न सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि के साथ-साथ अन्य जाति बिरादरियों के प्रमुख लोगों ने मुकेश दाधीच का अभिनंदन किया। इस अवसर पर विप्र सेना के तहसील अध्यक्ष मुकेश शर्मा के नेतृत्व में संस्था के कार्यकर्ताओं ने दुपट्टा व प्रतीक चिह्न भेंटकर सम्मान किया। कार्यक्रम में पूर्व पार्षद नंदकिशोर शर्मा, चेतन खांडल, उपभोक्ता आयोग के पूर्व सदस्य अशोक पारीक, एडवोकेट कमलेश शर्मा आसपुरा, श्रीमाधोपुर गौड़ विप्र समिति के मंत्री डॉक्टर सीपी व्यास, पूर्व प्रधानाध्यापक रामावतार महर्षि, कन्हैयालाल चौरसिया, गौ रक्षक मनोज लोकनाथका, पूर्व नगर पालिका उपाध्यक्ष प्रतिनिधि कृष्ण गोपाल शर्मा सैठी, शिक्षाविद् विनोद कुमार शर्मा, भाजपा नेता महेश ढाणीवाला, श्रीमाधोपुर बार एसोसिएशन के पूर्व पदाधिकारी एडवोकेट दीपेंद्र भारद्वाज, एडवोकेट विजय शर्मा, एडवोकेट मुकेश शर्मा, एडवोकेट दीपक चोटिया आदि सहित समाज बंधु उपस्थित रहे। इसी प्रकार बार एसोसिएशन के पुस्तकालयाध्यक्ष एडवोकेट रामकिशन सैनी, उद्यमी नरोत्तम हलवाई, विद्यार्थी परिषद के पूर्व अध्यक्ष हरीश जीनगर, पूर्व नगर मंत्री अरविंद सतीजा, सुंदर चौहान आदि ने भी प्रदेश उपाध्यक्ष दाधीच का सम्मान किया।

म्हारे घरा पधारो श्याम संस्था का महाकुंभ शुरू

निसं

जयपुर (नवयत्न)। कड़ाके की सर्दी के बीच मानसरोवर की धरती आस्था से पूरी तरह सरोबार नजर आई । शंखनाद, बैंड वादन की मधुर स्वर लहरियां और जय श्री श्याम के उद्घोष के साथ म्हारे घरा पधारो श्याम संस्था का महाकुंभ शुरू हुआ । यात्रा से पहले महामंडलेश्वर मनोहर दास महाराज ने बाबा श्याम के निशान की पूजा अर्चना कर मोरपंखी धारण करवा कर रथ और निशान की विशेष पूजा अर्चना की शाही लवाजमे के साथ 501 श्रद्धालु की निशान यात्रा थड़ी मार्केट वीर हनुमान मंदिर से रवाना होकर श्याम पार्क पहुंची संस्था के अध्यक्ष रतन कट्टा ने बताया की यात्रा का मुख्य आकर्षण रथ में सवार बाबा श्याम की झांकी देवी-देवताओं की झांकी आकर्षण का केंद्र रही। बाबा श्याम का निशान लेकर श्रद्धालु बैंड बाजों की धुन के साथ बाबा श्याम का जयकारे लगाते भजन कीर्तन करते यात्रा में चल रहे थे । यात्रा के मार्ग पर स्वागत द्वार बनाए गए जगह-जगह पुष्प वर्षा कर जगह.जगह उनका स्वागत कर बाबा श्याम की आरती उतारी कीर्तन स्थल श्याम पार्क में पहुंचकर यात्रा का समापन हुआ इस अवसर पर संस्था के पदाधिकारियों भक्तों ने बाबा श्याम की पूजा अर्चना कर महाआरती की इस मौके पर विशाल आतिशबाजी का भी आयोजन किया गया । 11 और 12 जनवरी को श्याम पार्क में बाबा श्याम का विशाल दरबार सजाकर भजन संध्या का आयोजन होगा । सत्संग स्थल को फुलों मालाओं, बाबा श्याम के पोस्टर, बैनरएरंगोली से आकर्षक रूप से सजाया गया है । लगातार दो दिनों तक महाकुंभ में देश के नाम चिन् भजन गायक बाबा श्याम के समक्ष अपनी भजनों की हाजिरी लगाएंगे ।

शातिर वाहन चोर गिरफ्तार



जयपुर (नवयत्न)। कानोता थाना पुलिस ने वाहन चोरी के एक मामले का खुलासा करते हुए लकड़ियों से भरा चोरी का ट्रैक्टर-ट्रॉली बरामद किया है। साथ ही पुलिस ने इस मामले में शातिर वाहन चोर और हिस्ट्रीशीटर राजेंद्र मीणा को गिरफ्तार किया है। जिसके खिलाफ पूर्व में 14 आपराधिक प्रकरण दर्ज हैं। फिलहाल आरोपित से पूछताछ की जा रही है। पुलिस उपायुक्त जयपुर पूर्व संजय नैन ने बताया कि कानोता थाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए लकड़ियों से भरा चोरी का ट्रैक्टर-ट्रॉली चोरी करने वाले शातिर वाहन चोर और हिस्ट्रीशीटर राजेंद्र मीणा निवासी कानोता को गिरफ्तार किया गया है। जिसके पास से चोरी किया गया ट्रैक्टर-ट्रॉली लकड़ियों सहित बरामद की है। जयपुर पूर्व एक शातिर वाहन चोर एवं हिस्ट्रीशीटर है। उसके खिलाफ कानोता, बस्सी, आमेर, आंधी और सुभाष चौक थानों में चोरी, नकबजनी व मारपीट सहित कुल 14 आपराधिक प्रकरण दर्ज हैं। जिसे न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक अभिरक्षा में भेज दिया गया।

गणतंत्र दिवस परेड हेतु प्रिंस कॉलेज के दो कैडेट्स का चयन

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। जयपुर-बीकानेर बाइपास, सीकर स्थित प्रिंस कॉलेज के कैडेट्स भूमि शर्मा एवं हिमांशु राठौड़ का चयन नई दिल्ली में 26 जनवरी को आयोजित होने वाली गणतंत्र दिवस परेड हेतु किया गया है। प्रिंस कॉलेज के एनसीसी अधिकारी लेफ्टिनेंट निरुपम सुण्डा ने बताया कि भूमि व हिमांशु को राजस्थान निदेशालय की ओर से गणतंत्र दिवस परेड हेतु आमंत्रित किया गया है। राष्ट्रीय स्तरीय कार्यक्रम में चयन होने पर प्रिंस एजुकेशन चेयरमैन डॉ पीयूष सुण्डा, प्रबंध निदेशक ब्रिगेडियर जय सिंह, प्राचार्य डॉ मनीष यादव एवं एनसीसी इंस्ट्रक्टर शंकरलाल ने भूमि, हिमांशु एवं अभिभावकों को बधाइयां दी।

स्टोन मार्ट इंडिया 2026 आयोजन से पूर्व मोती डूंगरी गणेश मंदिर में दिया निमंत्रण

निसं

जयपुर (नवयत्न)। स्टोन मार्ट इंडिया 2026 के आयोजन से पूर्व शनिवार को आयोजक गणेश निमंत्रण के लिए जयपुर स्थित मोती डूंगरी गणेश मंदिर पहुंचे। इस अवसर पर प्रथम पूज्य भगवान गणेश को आयोजन का औपचारिक निमंत्रण दिया गया और आयोजन के निर्विघ्न एवं सफल संपन्न होने की कामना की गई। गणेश निमंत्रण के दौरान लघु उद्योग भारती से जुड़े पदाधिकारियों ने परंपरागत रूप से भगवान गणेश से आशीर्वाद लिया। आयोजन से जुड़े प्रतिनिधियों ने स्टोन मार्ट इंडिया 2026 के सफल आयोजन, उद्योग जगत की व्यापक सहभागिता और राजस्थान के स्टोन सेक्टर के सतत विकास के लिए प्रार्थना की। इस अवसर पर लघु उद्योग भारती के संगठन मंत्री प्रकाश, राष्ट्रीय सह महामंत्री नरेश पारिक, राष्ट्रीय सचिव अंजू सिंह, प्रदेश उपाध्यक्ष महेंद्र खुराना, प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र मिश्रा सहित संगठन के अन्य पदाधिकारी उपस्थित रहे। राजस्थान में किसी भी महत्वपूर्ण कार्य की शुरुआत से पूर्व गणेश निमंत्रण की परंपरा को विशेष महत्व दिया जाता है। स्टोन मार्ट इंडिया 2026 जैसे बड़े औद्योगिक आयोजन से पहले किया गया यह गणेश निमंत्रण आस्था, परंपरा और सामूहिक संकल्प का प्रतीक माना जा रहा है। स्टोन मार्ट इंडिया 2026 राजस्थान के स्टोन उद्योग, खनन, प्रोसेसिंग और वैश्विक व्यापार से जुड़े व्यापक दृष्टिकोण को प्रस्तुत करता है। ऐसे में आयोजन से पूर्व गणेश निमंत्रण राज्य की सांस्कृतिक परंपरा और उद्योग जगत की आस्था को दर्शाता है।

सनातन धर्म परिषद् संत महंत सम्मेलन आज

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। विप्र सेना सीकर ईकाई द्वारा आयोजित सनातन धर्म परिषद् संत महंत सम्मेलन आज सवा 11 बजे बोलता बालाजी धाम मारू पार्क में होगा। विप्र सेना शहर अध्यक्ष गोपाल पुजारी ने बताया कि जिसमें नरहरी नाथजी महाराज अमृत आश्रम फतेहपुर, विधायक महंत बालमुकंदाचार्य महाराज जयपुर, दिनेश गिरी महाराज फतेहपुर, विक्रम नाथ महाराज पालवास, पाराशर नाथ महाराज सीकर, गो संत चंद्रमा दास महाराज, आकाशानंद महाराज लोसल, माधव दास महाराज दयालपुरा, मनोहर शरण दास महाराज पलसाना, महावीर जति महाराज गाड़ौदा, नवरत्न गिरी महाराज खासौली, विकास नाथ महाराज लक्ष्मणगढ़, ओम नाथ महाराज बऊ धाम, अमरदास महाराज अनपूर्णा आश्रम रघुनाथगढ़, अघोरी संत शैलेन्द्र नाथ महाराज मुकुंदगढ़, हेमंत दास महाराज चिराना, जुगल किशोर दास महाराज रेनवाल, अवधेशाचार्य महाराज लोहार्गल, अश्विनी दास महाराज वेंकटेश मंदिर लोहागर्ल, योगी दास महाराज लोहागर्ल, मुक्ति नाथ महाराज, मिरन मनहोर दास महाराज खीव आश्रम सवाईपुरा, निश्चल नाथ महाराज चुवास, विष्णु प्रपन्नाचार्य महाराज डीडवाना, शत्रुघ्न दास महाराज महरौली, घनश्याम दास महाराज चारोड़ा धाम खंडेला, रोशन नाथ महाराज फतेहपुर खाकी अखाड़ा सीकर, लड्डू गोपाल दास महाराज सवाईपुरा, पंचमनाथ नाथ महाराज बोदलासी, मोतीनाथ महाराज काछवा, चिमा बाबा फतेहपुर, शिवराज जति महाराज भोजासर, राम मुनि महाराज कांवट, महंत ईश्वर दास महाराज नेछवा, निवृत्ति नाथ महाराज गनेड़ी के सानिध्य में महंतों-पुजारियों की मांगो पर चर्चा होगी।

एस्पायर लीडरशिप ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यक्रम के तहत बैठक आयोजित

निसं

तारानगर (नवयत्न)। माँ जालपा देवी राजकीय महाविद्यालयए तारानगर में शनिवार को महाविद्यालय कार्यवाहक प्राचार्य हंसराज परिहार की अध्यक्षता में एस्पायर लीडरशिप ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यक्रम ;हार्वर्ड के संकाय और विश्व स्तरीय शिक्षकों द्वारा डिज़ाइन किया गया 9 सप्ताह का ऑनलाइन वैश्विक नेतृत्व कार्यक्रमद्ध के अन्तर्गत एक संक्षिप्त परिचयात्मक एवं रजिस्ट्रेशन बैठक का आयोजन किया गया। बैठक के मुख्य वक्ता डॉण् अजीत योगी रहे। एएलपी नोडल अधिकारी अंकिता चौधरी ने बताया कि एस्पायर इंस्टिट्यूट के सहयोग से तथा कॉलेज शिक्षा विभागए राजस्थान सरकारए जयपुर के साथ किये गये समझौता ज्ञापन ;डव्न्द्ध के अन्तर्गत एस्पायर लीडरशिप ऑनलाइन प्रशक्षिण कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। यह कार्यक्रम पूर्णतः निःशुल्क है एवं ऑनलाईन माध्यम से संचालित किया जायेगा। प्रशिक्षण कार्यक्रम की अवधि 04 फरवरी 2026 से 07 अप्रेल 2026 तक रहेगी। इस कार्यक्रम में 18 से 29 वर्ष आयु वर्ग के सभी इच्छुक विद्यार्थी पात्र है। इसके साथ ही इस आयु वर्ग के महाविद्यालय के पूर्व विद्यार्थी भी आवेदन कर सकते है। आवेदन की अन्तिम तिथि 21 जनवरी 2026 है। इस अवसर पर डॉ शंकर लाल, राजेन्द्र प्रसाद कस्वां, डॉ छगनदान, डॉ नेहा आदि उपस्थित रहे ।

कच्ची बस्ती में जरूरतमंदों को भोजन वितरित

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। अखिल भारतीय अग्रवाल सम्मेलन एवं लायंस क्लब सीकर लीजेंड्स के संयुक्त तत्वावधान में रानी सती, कच्ची बस्ती, सीकर में जरूरतमंद बच्चों एवं परिवारों के लिए भोजन वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस सेवा कार्य के दौरान बड़ी संख्या में जरूरतमंदों ने भोजन ग्रहण किया। भोजन प्राप्त करते ही बच्चों के चेहरों पर मुस्कान खिल उठी और पूरे क्षेत्र में खुशी व संतोष का माहौल देखने को मिला। बच्चों की प्रसन्नता ने आयोजन को भावनात्मक रूप से विशेष बना दिया। कार्यक्रम से वहां मौजूद स्थानीय लोग भी अत्यंत प्रसन्न नजर आए और उन्होंने इस प्रकार के सेवा कार्यों की मुक्त कंठ से सराहना की। कार्यक्रम संयोजक सज्जन अग्रवाल ने बताया कि समाज के अंतिम पंक्ति में खड़े व्यक्ति तक सेवा पहुंचाना ही इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य है। ऐसे सेवा कार्य सामाजिक समरसता को मजबूत करते हैं और मानवता का संदेश देते हैं। इस अवसर पर अखिल भारतीय अग्रवाल सम्मेलन के चेयरमैन अमित चिरानिया, जिलाध्यक्ष अनिल तोदी, जिला महामंत्री मणिशंकर खेतान, युवा जिला अध्यक्ष लोकेश हाजरिका, युवा जिला मंत्री शिवम पटवारी, मुरली मनोहर खेतान आदि मौजूद रहे।

डूंगरास अगुणा में हुआ लाइब्रेरी का उद्घाटन

निसं

सुजानगढ़ (नवयत्न)। निकटवर्ती ग्राम डूंगरास अगुणा में बाबासाहेब डॉ. भीमराव अंबेडकर भवन में नवनिर्मित लाइब्रेरी के उद्घाटन सुजानगढ़ विधायक मनोज मेघवालए रतनगढ़ विधायक पूसाराम गोदारा ने किया। अम्बेडकर युवा मंच डूंगरास अगुणा द्वारा आयोजित कार्यक्रम में विधायक मनोज मेघवाल ने कहा कि बाबा साहेब ने जिस प्रकार से वंचितों को समाज में उनका हक दिलाने के लिए का काम कियाए उसी प्रकार इस लाइब्रेरी के निर्माण से समाज में बच्चों को प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर आगे बढ़ने का अवसर मिलेगा। वहीं रतनगढ़ विधायक पूसाराम गोदारा ने कहा कि बाबा साहेब के जीवन सिद्धांतों और उनके संघर्ष से देश के प्रत्येक नागरिक को प्रेरणा लेने की आवश्यकता है। कार्यक्रम में चुन्नीलाल खिलेरी, सुरेश मोडसरा, हेतराम खिलेरी, एडवोकेट रामकुमार मेघवाल, अजित मण्डार, नारायण खिलेरी सहित अनेक ग्रामवासी मौजूद रहे।

अनहद श्रृंखला में अश्विनी भिड़े-देशपांडे ने बांधा सुरों का समां

निसं

जयपुर (नवयत्न)। कड़ाके की सर्दी के बावजूद शनिवार शाम जवाहर कला केंद्र के मध्यवर्ती प्रांगण में संगीत प्रेमियों का उत्साह देखते ही बना, जब स्पिकमैके व राजस्थान पर्यटन विभाग के तत्वावधान में चल रही अनहद श्रृंखला की पाँचवीं प्रस्तुति आयोजित हुई। मुंबई की विख्यात शास्त्रीय गायिका पद्मश्री डॉ. अश्विनी भिड़े-देशपांडे ने अपने सधे और भावपूर्ण स्वरों से श्रोताओं को रसविभोर कर दिया। डॉ. भिड़े ने संधिप्रकाश काल के राग श्री से कार्यक्रम की शुरुआत की। विलंबित तीन ताल में निबद्ध बंदिश कहां गुरु मैं ढूंढन जाऊं तथा द्रुत तीन ताल की बंदिश है तो आस ना गैली के माध्यम से उन्होंने राग के श्रृंगार और विरह भावों को प्रभावी ढंग से उकेरा। इसके बाद राग दुर्गा में साढ़े नौ मात्रा की बंदिश श्माता कालिका से वातावरण भक्तिमय हो उठा। समापन पर प्रस्तुत द्रुत तराना उनकी लयकारी और तानकारी का उत्कृष्ट उदाहरण रहा। हारमोनियम पर ध्यानेश्वर सोनावणे और तबले पर प्रणव गुरव की संगत ने प्रस्तुति को और समृद्ध किया। संयोजक अनु चंडोक व हिमानी खींची ने बताया कि शनिवार को आयोजित यह निःशुल्क कार्यक्रम खुले परिसर में हुआए जहां ठंड से राहत के लिए गैस अलाव की व्यवस्था की गई। जयपुर-अतरौली घराने की इस वरिष्ठ गायिका की प्रस्तुति ने अनहद श्रृंखला की शाम को यादगार बना दिया।

पौष बड़ा महोत्सव आयोजित

निसं

बीदासर (नवयत्न)। कस्बे में शनिवार को अनेक स्थानों पर पौष बड़े का आयोजन किया गया। कस्बे के मंडी बाजार शीलता चौक, बस स्टैंड सहित अनेक स्थानों पर पौष बड़े के हुए आयोजन में सैकड़ों की संख्या में नगरवासियों ने मोठ की दाल से बने गर्म बड़ों का आनंद लिया। मंडी बाजार में पौष बड़े के आयोजन में ब्राह्मण समाज के पूर्व अध्यक्ष मनोज शर्मा ने कहा कि मंदिरों और सार्वजनिक स्थानों पर आयोजित होने वाली एक लोकप्रिय धार्मिक और सामाजिक कार्यक्रम है। इस माह में विष्णु भगवान के दाल के बड़े का प्रसाद लगाया जाता है। इस अवसर पर गोगा भक्त शंकर सुथार, समाजसेवी जयकिशन शर्मा, राकेश कुमार सिहाग, धनराज मोदी, सुनील शर्मा सहित अनेक राहगीर उपस्थित थे।

सही रखरखाव से होगी सीवरेज परियोजना सफल

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में आरयूआइडीपी की ओर से जन जागरुकता कार्यक्रम के अन्तर्गत वार्ड संख्या 27 में जन सहभागिता इकाई के प्रवीण सिंह राठौड़ व काजल सांखला द्वारा महिलाओं के समूह को घरेलू सीवरेज कनेक्शन के लाभ एवं उपयोग के बारे में जानकारी देते हुए बताया की कनेक्शन के बाद किसी प्रकार की सीवरेज सम्बंधित समस्या आये तो टोल फ्री नम्बर 18003133800 पर सम्पर्क करे स शिकायत दर्ज होने के बाद विभाग के कर्मचारी समस्या का समाधान करेंगे। स्नानघर व रसोई में जाली जरूर लगाकर रखे स जाली नहीं लगाने से प्लास्टिक के पाउच व अन्य ठोस वस्तु से सीवरेज लाईन अवरुद्ध हो जाति है। महिलाओं को बताया गया की घर की सफाई तरह गली मोहल्ले की सफाई का ध्यान रखना होगा। प्लास्टिक की थैलियों का प्रयोग कर नालियों मे न डाले व किसी प्रकार का कच्चरा हो वो इकट्ठा कर कच्चरे वाली गाड़ी में डाले। काजल सांखला ने गर्भवती महिलाओं में तम्बाकू, गुटके से होने वाले दुष्प्रभाव के बारे में जानकारी दी व गुटका, तम्बाकू न खाने की सलाह दी गई।

कथा में कृष्ण रुक्मणी विवाह का प्रसंग हुआ साकार

निसं

जयपुर (नवयत्न)। माघ माह की पुण्य बेला में स्टेशन रोड स्थित श्री गंगा माता मंदिर में चल रही है श्रीमद्भागवत कथा में कथा वाचक आशीष व्यास ने रुक्मणी विवाह का प्रसंग सुनाया। इस मौके पर भक्तों की ओर से भगवान कृष्ण की बारात निकाली गई। श्रद्धालु झूमते गाते भजन करते हुए बारात में सम्मिलित हुए। भगवान कृष्ण और रुक्मणी की वरमाला का आयोजन हुआ। व्यास पीठ से आशीष महाराज ने कृष्ण रुक्मणी विवाह के प्रसंग में बताया कि जो भक्त कृष्ण रुक्मणी विवाह का मन लगाकर उसका श्रवण करते हैं उनके दांपत्य जीवन में खुशहाली आती है, मधुरता आती है, साथ ही व्यक्ति को भगवत प्राप्ति होती है, कुंवारी कन्याओं को अच्छे वर की प्राप्ति होती है। कथा में कृष्ण रुक्मणी की झांकी का मंचन हुआ । श्रद्धालुओं ने विवाह उत्सव पर बधाई गान भक्ति नृत्य कर के का ठाकुर जी के समक्ष अपनी हाजिरी लगाई।

जयपुर लैंटर्न फेस्टिवल का हुआ उद्घाटन

निसं

जयपुर (नवयत्न)। जयपुर शहर में रंग-रोशनी और उल्लास से भरपूर जयपुर लैंटर्न फेस्टिवल का भव्य शुभारंभ जयपुर क्लब में किया गया। यह उत्सव एक सप्ताह तक चलेगा। जिसका मुख्य आयोजन 12 तारीख को जयपुर क्लब में और 14 जनवरी को पूरे शहर में मनाया जाएगा। इस उद्घाटन समारोह में जयपुर क्लब के अध्यक्ष, अजीत सक्सेना, मानद सचिव, हिमांशु सहगल, कोषाध्यक्ष, संजय पाबुवाल, संजीव लखीरा, राजीव त्रिहान एवं सुरेश कुमावत सहित कई अतिथि उपस्थित रहे। जयपुर लैंटर्न फेस्टिवल के संस्थापक अरशद हुसैन ने इस अवसर पर सभी शहरवासियों से अपील की कि वे उत्सव के दौरान प्रशासनिक दिशा-निर्देशों का पालन करें और अपनी व अपने परिवार की सुरक्षा का विशेष ध्यान रखें। जयपुर लैंटर्न फेस्टिवल का उद्देश्य शहर में सकारात्मक ऊर्जा, सांस्कृतिक सौहार्द, सामूहिक उत्सव और आतिशबाजी से प्रदूषण कम करने की भावना को बढ़ावा देना है।

चिकित्सा विभाग में भर्ती नियम संशोधन की फाइल फिर अटकी

बाबूलाल शर्मा

झुंझुनू (नवयत्न)। चिकित्सा विभाग में होने वाली सभी भर्तियों को मेरिट व बोनस के स्थान पर लिखित परीक्षा के आधार पर कराने के लिए नियम संशोधन की प्रक्रिया एक बार फिर अटक गई है। विभाग द्वारा वर्ष 1965 के भर्ती नियमों में संशोधन को लेकर लगभग दो वर्ष पूर्व फाइल चलाई गई थी लेकिन कार्मिक विभाग द्वारा कमियां बताकर फाइल को पुन: चिकित्सा विभाग को लौटा दिया गया है। ऑल इंडिया मेडिकल स्टूडेंट एसोसिएशन यूनाइटेड के अध्यक्ष भरत बेनीवाल द्वारा पूर्व में मेरिट प्लस बोनस से करवाई गई भर्तियों के विरोध में बड़े स्तर पर आंदोलन किए गए थे। साथ ही इस संबंध में माननीय न्यायालय में याचिका भी दायर की गई थी। न्यायालय में विभाग द्वारा प्रस्तुत जवाब के बाद चिकित्सा विभाग ने लिखित परीक्षा से भर्तियां कराने के उद्देश्य से नियम संशोधन की फाइल आगे बढ़ाई थी। जानकारी के अनुसार कार्मिक विभाग से आपत्तियों के बाद फाइल दोबारा चिकित्सा विभाग में लौटने से अब इसके फिर से कार्मिक विभाग, वित्त विभाग और अंतत: कैबिनेट से अनुमोदन की प्रक्रिया में लंबा समय लगने की आशंका है। फाइल के अटकने के पीछे ठेका व संविदा कर्मियों का लगातार आंदोलन भी एक बड़ा कारण माना जा रहा है। पिछले दो महीनों से प्रदेश के लगभग सभी जिलों में संविदा व ठेका कर्मचारियों द्वारा मेरिट व बोनस आधार पर भर्ती की मांग को लेकर व्यापक विरोध प्रदर्शन किए जा रहे हैं। 180 से अधिक विधायक, कई सांसद, मंत्री, विभिन्न राजनीतिक दलों के संगठन पदाधिकारी, जिला कलेक्टरों एवं एसडीएम कार्यालयों को इस संबंध में पत्र व ज्ञापन भेजे जा चुके हैं। जयपुर स्थित शहीद स्मारक व स्वास्थ्य भवन पर बड़े स्तर पर आंदोलन किए गए, संभाग स्तर पर विशाल रैलियां निकाली गईं। अभ्यर्थियों द्वारा खून से पत्र लिखने, काली पट्टी बांधकर विरोध दर्ज कराने जैसे प्रतीकात्मक आंदोलनों के माध्यम से सरकार पर दबाव बनाया गया। मुख्यमंत्री के क्षेत्र भरतपुर में लगातार आंदोलन जारी रहा, वहीं चिकित्सा मंत्री के गृह जिले जोधपुर में चिकित्सा मंत्री और कानून मंत्री को भारी विरोध का सामना करना पड़ा। जोधपुर सर्किट हाउस में सैकड़ों अभ्यर्थियों से मुलाकात के दौरान कानून मंत्री जोगाराम पटेल ने मुख्यमंत्री से बात कर नियम संशोधन की प्रक्रिया को रोकने का आग्रह किया, जिसके बाद मंत्री द्वारा आपत्ति लगाते हुए फाइल को पुन: चिकित्सा विभाग को लौटा दिया गया। भाजपा कार्यालय में आयोजित सुनवाई के दौरान 40 से 50 ठेका व संविदा कर्मी मेरिट व बोनस आधार पर भर्ती की मांग को लेकर चिकित्सा मंत्री से मिले। इस दौरान चिकित्सा मंत्री ने स्पष्ट बयान देते हुए कहा कि किसी भी अभ्यर्थी के साथ अन्याय नहीं किया जाएगा। नई भर्तियों की प्रक्रिया जारी है तथा नियम संशोधन की प्रक्रिया भी चल रही है लेकिन फिलहाल नियमों में त्वरित बदलाव नहीं किया जाएगा। ऐसे में यदि निकट भविष्य में भर्ती नियमों में संशोधन नहीं होता है, तो जो भर्तियां प्रस्तावित हैं, उन्हें पुराने नियमों के तहत ही धरातल पर उतारा जाएगा।

भावना और मोनिका ने राष्ट्रीय स्तर पर स्वर्ण पदक जीतकर दिखाई क्षेत्र की चमक

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ क्षेत्र की राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय लोहा की छात्राओं भावना और मोनिका ने पारौली चित्तौड़गढ़ में आयोजित राष्ट्रीय हैंडबॉल प्रतियोगिता में राजस्थान का प्रतिनिधित्व करते हुए अपने शानदार खेल कौशल से स्वर्ण पदक अपने नाम किया। सीमित संसाधनों के बावजूद इन बेटियों ने कड़ी मेहनत, अनुशासन और आत्मविश्वास के बल पर यह मुकाम हासिल किया है। 69 वीं राष्ट्रीय हैंडबॉल 14 वर्षीय के हुए फाइनल मुकाबले में राजस्थान की बेटियों ने हिमाचल प्रदेश की टीम को 15 के मुकाबले 18 गोल से हरा कर स्वर्ण पर कब्जा जमाया। संस्थाप्रधान शीला सोनी ने इस सफलता को भारतीय खेल प्राधिकरण की प्रशिक्षक सुमन पूनिया व शारीरिक शिक्षक अनुजा विश्नोई द्वारा खिलाड़ियों को निरंतर अभ्यास करवाते हुए दिए गए प्रशिक्षण का परिणाम बताया। खिलाड़ियों की इस स्वर्णिम सफलता पर राजस्थान हैंडबॉल संघ के उपाध्यक्ष शशिकुमार गौड, चूरू जिला हैंडबॉल संघ के अध्यक्ष संतोष कुमार इंदौरिया व सचिव रवि प्रकाश गौड, ग्राम पंचायत लोहा के सरपंच भंवरलाल पूनिया, उपसरपंच ओमप्रकाश, राष्ट्रीय स्तर पर सम्मानित शिक्षाविद् कुलदीप व्यास, पंचायत समिति सदस्य राजेश रूलानिया, भामाशाह जगदीशप्रसाद स्वामी, हरिराम बुडानिया, जितेंद्र प्रजापत, रामनिवास कड़वासरा, राजेंद्र शर्मा, विद्यालय विकास समिति सदस्य लक्ष्मी नारायण, दुर्गादास आदि ने खिलाड़ियों के उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामना करते हुए बधाई दी। लोहा के इसी विद्यालय की खिलाड़ी राजकंवर और सम्पत का चयन भी 17 वर्षीय राष्ट्रीय हैंडबॉल प्रतियोगिता के लिए हुआ है , दोनों खिलाड़ी राष्ट्रीय प्रशिक्षण शिविर में भाग ले रही हैं।

एसबीएन कॉलेज की सॉफ्टबॉल टीम लगातार तीसरी बार बनी चैंपियन

श्रीमाधोपुर (नवयत्न)। एसबीएन पीजी कॉलेज श्रीमाधोपुर की पुरुष सॉफ्टबॉल टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए लगातार तीसरी बार पंडित दीनदयाल उपाध्याय शेखावाटी विश्वविद्यालय अंतर महाविद्यालय सॉफ्टबॉल पुरुष प्रतियोगिता जीतकर हैट्रिक लगाई है। शेखावाटी विश्वविद्यालय स्तर की इस प्रतियोगिता में विजेता बनकर टीम ने कॉलेज व क्षेत्र का नाम रोशन किया है। चैंपियन बनने के बाद कॉलेज लौटने पर विजेता टीम का भव्य स्वागत किया गया। कॉलेज निदेशक डॉ मुकेश बल्डवाल, सचिव इंजी. प्रदीप धायल, प्राचार्य डॉ एसके जाट एवं समस्त स्टाफ सदस्यों श्रवण महला, प्रवीण कुमार शर्मा, जितेन्द्र निठारवाल, राजेन्द्र बिजारणियां, ओमप्रकाश वर्मा, कमलेश सैनी, झाबर मल चौधरी, रसना सैनी, ज्योति जाखड़, ज्योत्सना स्वामी, अनिता दुसाद ने खिलाड़ियों को मेडल, प्रशस्ति पत्र एवं श्याम दुपट्टा पहनाकर सम्मानित किया। इस अवसर पर कॉलेज प्रशासन ने खिलाड़ियों के अनुशासन, मेहनत और टीम भावना की सराहना करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। टीम की इस ऐतिहासिक सफलता में खेल प्रशिक्षक बनवारी लाल जितरवाल का विशेष योगदान रहा, जिनके कुशल मार्गदर्शन में टीम ने यह उपलब्धि हासिल की। कॉलेज परिसर में खिलाड़ियों की इस सफलता को लेकर हर्ष और उत्साह का माहौल देखने को मिला।

दिव्यांग सेवा संस्थान की मासिक बैठक संपन्न

निलेश मुद्गल

झुंझुनू (नवयत्न)। राजस्थान दिव्यांग सेवा संस्थान की 10 तारीख को आयोजित होने वाली नियमित बैठक का आयोजन सफलतापूर्वक किया गया। बैठक के दौरान नववर्ष की एक-दूसरे को हार्दिक शुभकामनाएं दी गई तथा सभी दिव्यांगजनों को मिठाई खिलाकर नववर्ष को हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। संस्थान के प्रदेश महामंत्री राकेश कुमार ने बताया कि कार्यक्रम की अध्यक्षता समाज कल्याण अधिकारी डॉ पवन पूनिया ने की। डॉ पूनिया ने दिव्यांगजनों को पेंशन से संबंधित विषयों एवं दिव्यांग स्कूटी योजना की जानकारी विस्तार से प्रदान की। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व जिला शिक्षा अधिकारी हरिराम महण रहे। वहीं विशिष्ट अतिथि के रूप में विजय गोपाल मोडसरा, समाजसेवी जयकरण गुर्जर एवं रमाकांत पारिक सहित अनेक गणमान्यजन उपस्थित रहे। बैठक के दौरान सामाजिक सरोकार के अंतर्गत सरिता को व्हीलचेयर प्रदान की गई, मनीष को एक माह की राशन किट दी गई, 25 गर्म कंबलों का वितरण किया गया साथ ही दो रबर ट्यूब भी वितरित की गई। इसके अतिरिक्त श्रीगंगानगर में आयोजित पैरा राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में पदक विजेता अंतर्राष्ट्रीय पैरा खिलाड़ी सुरेश कुमार तथा पावरलिफ्टिंग में पदक विजेता माया का सम्मान किया गया। संस्थान के अध्यक्ष पृथ्वीराज गुर्जर ने दिव्यांग कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी। कार्यक्रम का संचालन करते हुए संस्थान के सचिव बाबूलाल कुमावत ने सभी अतिथियों का स्वागत किया एवं कार्यक्रम के समापन की घोषणा की। इस अवसर पर सत्येंद्र, मुकेश कुमार सैनी, शोएब, खातून, नंदकिशोर सहित सैकड़ों दिव्यांगजन उपस्थित रहे। सभी महिला दिव्यांगजनों को भी मिठाई वितरित की गई। सभी अतिथियों ने अपने संबोधन में कहा कि झुंझुनू जिले में प्रत्येक माह की 10 तारीख को आयोजित होने वाली यह बैठक एक उल्लेखनीय और प्रेरणादायक कार्य है जो न केवल जिले बल्कि पूरे राजस्थान में एक मिसाल है। यह आयोजन वास्तव में महान पुण्य कार्य है।

चाइनीज मांझे की चपेट में आने से घायल बाज पक्षी

निसं

सरदारशहर (नवयत्न)। अशोक स्तंभ सर्कल के पास चाइनीज मांझे की चपेट में आने से एक बाज पक्षी घायल हो गया। आपको बता दे कि आसपास के क्षेत्र में बाज पक्षी विलुप्त हो चुके हैं। चाइनीज मांझे से बाज के घायल होने की सूचना कान्हा जीव रक्षक दल के सदस्यों को मिली। जिस पर कान्हा जीव रक्षक दल के सदस्य रोहित भोजक, विष्णु भोजक, गिरधारी भोजक और शेरु भोजक ने घायल बाज पक्षी का रेस्क्यू कर उसे चाइनीज मांझे से मुक्त किया। बाज चाइनीज मांझे की चपेट में आने से पूरी तरह से घायल हो चुका था। इसके बाद कान्हा जीव रक्षक दल के सदस्यों ने पशु चिकित्सक की सलाह पर बाज का प्राथमिक तौर पर उपचार किया। विष्णु भोजक ने बताया कि आसमान में पतंग के साथ चाइनीज मांझा पक्षियों की मौत बनकर उड़ रहा है और लगातार इसकी चपेट में आने से पक्षी घायल हो रहे हैं। प्रशासन द्वारा चाइनीज मांझे के खिलाफ कोई कार्रवाई नहीं की जा रही है जिसके चलते अनेक पक्षी प्रतिदिन चाइनीज मांझे की चपेट में आने से घायल हो जाते हैं और उनकी मौत हो जाती है। उन्होंने बताया कि हमारे द्वारा इस बाज का रेस्क्यू कर इसको चाइनीज मांझे से मुक्त किया गया है और इसका इलाज किया गया है। जब यह पूरी तरह से स्वस्थ हो जाएगा तब उसे वापस स्वतंत्र कर दिया जाएगा। वही आपको बता दे कि कान्हा जीव रक्षक दल के सदस्य लगातार जीवों के घायल होने की सूचना पर मौके पर पहुंचते हैं और तुरंत उनके रेस्क्यू कर इलाज करते हैं और उन्हें सुरक्षित स्थान पर पहुंचते हैं। वही आपको बता दे की कान्हा जीव रक्षक दाल की ऐसे कार्यों के लिए हर कोई शहर वासी प्रशंसा कर रहा है।

सूने मकानों में चोरी करने वाला हिस्ट्रीशीटर गिरफ्तार

निसं

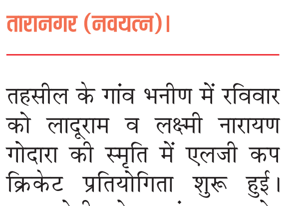
जयपुर (नवयत्न)। मुरलीपुरा थाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए चोरी के मामले में एक हिस्ट्रीशीटर को गिरफ्तार किया है। जो ऑटो रिक्शा में घूम कर रेकी के बाद सूने मकानों में चोरी की वारदात को अंजाम देता था। पुलिस जांच में सामने आया कि आरोपी के पास से चोरी के माल को दिल्ली में छूटकर व्यवसायी को बेच देता था। चुराए माल को बेचकर आए रुपयों से आरोपी हिस्ट्रीशीटर ने खुद का नया मकान बना लिया। पुलिस गिरफ्तार आरोपी से पूछताछ कर रही है। पुलिस उपायुक्त जयपुर पश्चिम हनुमान प्रसाद ने बताया कि मुरलीपुरा थाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए सूने मकानों में चोरी करने वाले आरोपी केशु उर्फ किशु सिंगीवाल 25 निवासी बगराना कानोता को गिरफ्तार किया है। आरोपित कानोता थाने का हिस्ट्रीशीटर है, जिसके खिलाफ चोरी-लूट के करीब 19 केस दर्ज हैं। पूछताछ में सामने आया है कि वह अपने ऑटोरिक्शा से दिन में गलियों में घूमकर चोरी करने वाले मकान को चिह्नित करता था। इसके बाद रात के समय आकर लॉक तोड़कर चोरी की वारदात को अंजाम देता था। इसी दौरान सीसीटीवी फुटेजों से बचने क लिए उस पर टोपी लगाकर दिशा बदल लेता था। चोरी की वारदात को अंजाम देकर ऑटो रिक्शा लेकर फरार हो जाता था। चोरी किए सोने-चांदी के गहने और कीमती सामान को दिल्ली और छुट कर बिजनेसमैन को बेचता था। चोरी के माल बेचकर मिले रुपयों से उनसे नया मकान बनाना बताया है। थानाधिकारी वीरेन्द्र कुरील ने बताया कि सौ से अधिक सीसीटीवी फुटेजों को खंगाल कर आरोपित चिह्नित कर उसे पकड़ा है और उसके पास से कब्जे से वारदात में प्रयुक्त ऑटोरिक्शा बरामद किया है।

प्रचंड सर्दी में 400 कंबलों का वितरण

निसं

सरदारशहर (नवयत्न)। तहसील क्षेत्र के जीवनमल नाहटा मेमोरियल ट्रस्ट दरियागंज नई दिल्ली की ओर से रेलवे स्टेशन पर स्थित फूसराजजी की कुटिया में मंगलमूर्ति हनुमान मंदिर परिसर में कंबल वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के तहत शीत ऋतु से बचाव के उद्देश्य से सप्तऋषि वेद वेदांग ऋषिकुल के बटुकों एवं अन्य जरूरतमंदों को 400 कंबल वितरित किए गए। कार्यक्रम में विधायक पं अनिल शर्मा, बंशीधर बोहरा, रामवतार जोशी, हुलासमल व्यास एवं दुर्गाराम पारीक ने कंबल वितरण किया। साथ ही श्रद्धालुओं के लिए प्रसाद का आयोजन भी किया गया। ट्रस्ट के प्रतिनिधि पूनमचंद पारीक ने बताया कि जीवनमल नाहटा मेमोरियल चैरिटेबल ट्रस्ट नई दिल्ली द्वारा प्रतिवर्ष जरूरतमंदों की सहायता के उद्देश्य से ऐसे सेवा कार्य किए जाते हैं। कंबल वितरण से पूर्व प्रात: 9 बजे मंदिर में सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। हनुमान महाराज से क्षेत्र में सुख-समृद्धि एवं खुशहाली की कामना की गई। इस अवसर पर उमरदीन सैयद, कल्याणसिंह मेलूसर, देवकरण जोशी, प्रहलादराय पाण्डिया, फारूक व्यापारी, मनफूल फौजी, तेजपाल मास्टर, सुरेश तिवाड़ी, रामप्रसाद बोहरा, श्रीनिवास पुरोहित, जयदेवसिंह, चम्पालाल सोनी, सत्यनारायण जांगिड़, मांगीलाल जोशी, मांगीलाल तिवाड़ी, भंवरलाल तिवाड़ी, भंवरलाल आसपालसर, राजेश जोशी पुजारी, ओमप्रकाश गोगासर, संजय दीक्षित, राजेन्द्र मोदी, महावीर माली, शोभाकान्त स्वामी, शम्भूदयाल पाण्डिया, रावत जांगिड़, मनोज माली, अब्दुल सतार, मुकेश राजपुरोहित, कमल आसोपा, गजेन्द्र तिवाड़ी, तरुण तिवाड़ी, नाहर सिंह, प्रदीप पांडिया नैयासर, नबाब ठेकेदार, शेर मोहम्मद, सत्यनारायण पुरोहित, प्रदीप पुरोहित सहित बड़ी संख्या में श्रद्धालु एवं गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे। संचालन पार्षद राजेश पारीक ने किया।

क्रिकेट प्रतियोगिता शुरू



तारानगर (नवयत्न)। तहसील के गांव भनीण में रविवार को लादूराम व लक्ष्मी नारायण गोदारा की स्मृति में एलजी कप क्रिकेट प्रतियोगिता शुरू हुई। समाजसेवी नरेन्द्र सांगवान गगोर व युवा भामाशाह राजेश कस्वा ने प्रतियोगिता का उद्घाटन किया। उद्घाटन मैच मीठडी व गांव भनीण के बीच खेला गया जिसमें मीठडी 21 रन से विजेता रहा। इस मौके पर आयोजन कमेटी के जयवीर भाकर, भंवरलाल नाई, अजीत सहारण, सुरेन्द्र सहारण, देवीलाल, जसवंत जांगिड़, केहर सिंह गोदारा, हरिसिंह गोदारा, उदमीराम नाई, जयप्रकाश कासनिया, भूपसिंह आदि अनेक ग्रामीण व खिलाड़ी मौजूद रहे।

प्ररूप-10
(नियम 6(7) देखिए)
प्राधिकृत अधिकारी का कार्यालय नगरपालिका मण्डावा

सं. :-4634 दिनांक :- 09/01/2026

लोक सूचना

श्री नरेन्द्र कुमार पुत्र श्री जगदीश प्रसाद जाति मेघवाल निवासी महरमपुर, तहसील चिड़ावा, जिला-झुन्झुनू राजस्थान ने इस कार्यालय में नीचे उल्लिखित भूमि का गैर-कृषिक आवासीय प्रयोजन के उपयोग हेतु ऐसी भूमि के अपने अभिधृति अधिकारों के निर्वापन के लिए आवेदन प्रस्तुत किया है, अर्थात :-

जिले सहित तहसील का नाम	ग्राम का नाम	खसरा सं.	क्षेत्र
मण्डावा	तेतरा	674/5 रकबा 0.2550 हेक्टेयर	2412.00 वर्गमीटर

इसलिए इसके द्वारा समस्त संबंधित व्यक्तियों को सूचित किया जाता है कि यदि किसी व्यक्ति को राजस्थान भू-राजस्व अधिनियम, 1956 की धारा 90-क और राजस्थान अभिधृति अधिनियम, 1955 की धारा 63 के अधीन पूर्वोक्त प्रयोजनों के लिए भूमि के उपयोग हेतु अनुज्ञा प्रदान करने और अभिधृति अधिकारों के निर्वापन पर कोई आक्षेप है तो वह इस नोटिस के प्रकाशन के 7 दिन के भीतर-भीतर किसी कार्य दिवस पर कार्यालय समय के दौरान अधोहस्ताक्षरकर्ता के समक्ष समर्थक दस्तावेजों के साथ अपने आक्षेप प्रस्तुत कर सकेगा। उपर्युक्त नियत समय के भीतर-भीतर किसी आक्षेप के अभाव में यह समझा जायेगा की किसी को आक्षेप नहीं है और तदनुसार मामले का निपटारा किया जायेगा। यह सूचना मेरे हस्ताक्षर और मुहर के अधीन आज दिनांक 09.01 2026 को जारी की गई।

प्राधिकृत अधिकारी, नगरपालिका मण्डावा

पोल लगाते समय पेयजल आपूर्ति लाइन क्षतिग्रस्त

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ तहसील के ग्राम बुधवाली में बिजली विभाग द्वारा दो सप्ताह पूर्व 11 हजार केवी लाइन का पोल लगाते समय पेयजल आपूर्ति लाईन क्षतिग्रस्त हो गई थी, जिसके चलते लगातार पानी का रिसाव हो रहा है तथा लगाया गया पोल अब गिरने के कगार पर है। ग्रामीणों ने बिजली विभाग को इस समस्या से अवगत भी करवाया है, लेकिन दो सप्ताह व्यतीत हो जाने के बाद भी समस्या समाधान नहीं हो पाया है। गांव के सद्दाम मलकान, नियाज मोहम्मद, आमीन खां ने बताया कि इस समस्या के संदर्भ में जलदाय एवं बिजली विभाग को समय रहते हुए सूचना दे दी गई है, लेकिन उसके बावजूद भी पेयजल आपूर्ति की लाईन की मरम्मत नहीं की गई है। पानी का रिसाव होने की वजह से लगाया गया बिजली पोल गिरने के कगार पर है, जिससे कभी भी बड़ा हादसा हो सकता है।

चौदह सौ नवनियुक्त पुलिसकर्मियों सहित साढ़े तीन हजार लोगों ने पाया पौष बड़ा प्रसाद

निसं

जयपुर (नवयत्न)। राजधानी के घाटगेट स्थित पुलिस दूरसंचार लाइन में शनिवार जनवरी को श्रद्धा और उल्लास का अनूठा नजारा देखने को मिला। यहाँ स्थित संचारेश्वर महादेव मंदिर में विशाल पौष बड़ा भोजन प्रसादी महोत्सव का आयोजन किया गया, जिसमें पुलिस महकमे के आला अधिकारियों से लेकर नवनियुक्त जवानों तक ने एक ही पंगत में बैठकर प्रसादी ग्रहण की। यह भव्य धार्मिक आयोजन पुलिस दूरसंचार आवासीय परिसर के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के सामूहिक सहयोग से संपन्न हुआ। कार्यक्रम को अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस साइबर क्राइम एवं तकनीकी वी.के. सिंह, निदेशक दौलतराम अटल और पुलिस अधीक्षक डॉ. हेमराज मीणा सहित अन्य उच्चाधिकारियों का कुशल मार्गदर्शन प्राप्त हुआ। पुलिस दूरसंचार विभाग के लिए दोहरी खुशी का अवसर रहा। एक ओर जहाँ गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह द्वारा कांस्टेबल भर्ती परीक्षा-2025 के अंतर्गत नियुक्ति पत्र वितरित किए गए, वहीं दूसरी ओर इन पुलिस दूरसंचार में नवनियुक्त 1 हजार 400 कांस्टेबलों ने सेवा की शुरुआत धार्मिक आशीर्वाद के साथ की। नियुक्ति पत्र पाकर सीधे प्रसादी कार्यक्रम में पहुंचे इन युवाओं में भारी उत्साह देखा गया। वहीं कार्यक्रम में केवल विभाग के कर्मचारी ही नहीं, बल्कि आवासीय परिसर में निवासरत उनके परिवारजन और आम नागरिक भी शामिल हुए। कुल मिलाकर लगभग 3 हजार 500 व्यक्तियों ने भोजन प्रसादी ग्रहण की। आयोजन के दौरान पुलिसकर्मियों का सेवा-भाव और अनुशासन देखते ही बन रहा था। संचारेश्वर महादेव के जयकारों के बीच संपन्न हुए इस आयोजन ने विभाग के भीतर एकता, अनुशासन और सामाजिक सरोकार की भावना को और अधिक सुदृढ़ किया।

अंजना लम्मानी तीन गोल्ड मेडल जीतकर बनी गोल्डन गर्ल

तारानगर (नवयत्न)। राजस्थान स्टेट मास्टर एथलेटिक्स चैंपियनशिप प्रतियोगिता में अंजना लम्मानी ने तीन गोल्ड मेडल जीतकर गोल्डन गर्ल का खिताब प्राप्त किया है। गोल्डन गर्ल लम्मानी ने 4 जनवरी को अलवर में आयोजित हुई राजस्थान स्टेट मास्टर एथलेटिक्स चैंपियनशिप प्रतियोगिता में 100 मीटर दौड़, 200 मीटर दौड़ व लम्बी कूद तीनों में गोल्ड मेडल लेकर हैट्रिक लगाते हुए चूरू जिले से पहली महिला खिलाड़ी बनी है जिसने एक साथ 3 गोल्ड मेडल लेकर गोल्डन गर्ल का खिताब प्राप्त कर चूरू जिले व तारानगर तहसील का नाम रोशन किया है। लम्मानी 27 जनवरी से 2 फरवरी तक केरल में नेशनल खेलने जाएगी और अपने राजस्थान राज्य का नाम रोशन करेगी।

Office Of The Gram Panchayat Khudania Panchayat Samiti Pilani

Sr.No.:- 03-06/2026 Date: 05/01/2026

Open Tender for Civil Works In Panchayati Raj Rules 181

NIB Code:- ZJU2526A0652

UBN Code:- ZJU2526WSOB01149 - 01150

For More Details of Works and Terms & Conditions See Web Site

https://sppp.rajasthan.gov.in/

प्रशासक ग्रा.पं. खुडानिया पं.स. पिलानी

ग्राम विकास अधिकारी ग्रा.पं. खुडानिया पं.स. पिलानी

कार्यालय ग्राम पंचायत बुडानियां पंचायत समिति चिड़ावा

क्रमांक :-SPL-01 दिनांक :- 10/01/2026

Open Tender for Civil Works In Panchayati Raj Rules 181

NIB Code:- ZJU2526A0659

UBN Code:- ZJU2526WSOB01161

For More Details of Works and Terms & Conditions See Web Site

https://sppp.rajasthan.gov.in/

प्रशासक ग्रा.पं. बुडानियां पं.स. चिड़ावा

ग्राम विकास अधिकारी ग्रा.पं. बुडानियां पं.स. चिड़ावा

कल आयोजित होंगे फुड लाइसेंस एवं रजिस्ट्रेशन शिविर

निसं

जयपुर (नवयत्न)। आयुक्तालय खाद्य सुरक्षा एवं औषधि नियंत्रण राजस्थान जयपुर के आदेशों की अनुपालना में और मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी जयपुर द्वितीय डॉ. मनीष मित्तल के निर्देशानुसार सोमवार को रामद्वारा गणगौरी बाजार फुलेरा और श्री श्याम पैराडाइज लिंक रोड सरकारी अस्पताल के पास बगरू में फुड लाइसेंस एवं रजिस्ट्रेशन शिविर का आयोजन किया जाएगा। शिविरों में खाद्य व्यापारियों के फुलाइसेंस एवं रजिस्ट्रेशन मौके पर ही बनाए जाएंगे। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी जयपुर द्वितीय डॉ. मनीष मित्तल ने बताया कि प्रात: 11 बजे से शाम 4 बजे तक आयोजित होने वाले शिविरों में खाद्य सुरक्षा अधिकारियों द्वारा खाद्य व्यापारियों के फुड लाइसेंस एवं रजिस्ट्रेशन बनाकर वितरित करने के साथ ही व्यापारियों को खाद्य सुरक्षा एवं मानक अधिनियम 2006 नियम एवं विनियम 2011 में निहित प्रावधानों की जानकारी प्रदान की जाएगी। इसमे खाद्य सुरक्षा अधिकारियों द्वारा किराना, मिठाई, होटल, डेयरी, रेस्टोरेंट, हलवाई, केटरिंग व्यापारियों, फास्ट फुड, चाट, पकौड़ी फल, सब्जी का ठेला, स्टॉल लगाने वाले विक्रेताओं के आवेदन ऑनलाइन कर मौके पर ही लाइसेंस-रजिस्ट्रेशन जारी किए जाएंगे। शिविरों के दौरान एमएफटीएल मोबाइल फुड टेस्टिंग लैब ऑन व्हील्स के माध्यम से आमजन को खाद्य पदार्थों की शुद्धता, गुणवत्ता एवं मिलावाट के संबंध मे जागरूक किया जाएगा। इसके साथ ही आमजन के लिए खाद्य पदार्थों की जाँच करवाने की सुविधा मौके पर ही उपलब्ध होगी। उन्होंने बताया कि शिविरों मे जिन खाद्य कारोबारकर्ता का वार्षिक टर्न ओवर 12 लाख से कम है, उनका फुड रजिस्ट्रेशन जारी किया जाएगा। उन्हें फूड रजिस्ट्रेशन हेतु आवश्यक दस्तावेज के रूप मे आधार कार्ड, पेन कार्ड की फोटो कॉपी एवं स्वयं की एक पासपोर्ट साइज की फोटो साथ लानी अनिवार्य है। जिन खाद्य कारोबारकर्ता का वार्षिक टर्न ओवर 12 लाख से ज्यादा हैए उन्हे फुड लाइसेंस के लिए आधार कार्ड की कॉपी, पेन कार्ड, बिजली बिल, जीएसटी रजिस्ट्रेशन की आवश्यकता होगी। उन्होंने अपील करते हुए कहा कि इन शिविरों का लाभ उठाकर कोई भी व्यापारी लाइसेंस और रजिस्ट्रेशन के बिना नहीं रहे। ध्यान रखें कि बिना लाइसेंस और रजिस्ट्रेशन खाद्य सामग्री बेचना गैर कानूनी है। इसके लिए सजा व जुर्माने का प्रावधान है।

आरपीएस स्कूल में मनाया हिंदी दिवस

निसं

चिड़ावा (नवयत्न)। राजस्थान शिक्षण संस्थान द्वारा संचालित आरपीएस सीबीएसई स्कूल में शिक्षाविद् संस्था निदेशक श्रीराम थालौर के सानिध्य में हिंदी दिवस मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने हिंदी भाषा के महत्व पर भाषण, कविता पाठ, निबंध लेखन एवं पोस्टर प्रतियोगिताओं के माध्यम से अपनी प्रतिभाओं का प्रदर्शन किया। इस अवसर पर शिक्षाविद् संस्था निदेशक थालौर ने कहा कि हिंदी दिवस मनाने का उद्देश्य विद्यार्थियों में हिंदी भाषा के प्रति प्रेम सम्मान जागरूकता विकसित करना है। संस्था सचिव संजय थालौर ने कहा कि हिंदी केवल एक भाषा नहीं बल्कि हमारी संस्कृति संस्कार और विचारों की अभिव्यक्ति का सशक्त माध्यम है। दैनिक जीवन में हिंदी भाषा का अधिक से अधिक प्रयोग करने का संकल्प लेना चाहिए। संस्था चेयरपर्सन नीतिका थालौर ने कार्यक्रम के अंत में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया। इस अवसर पर एमडी गोपीचंद जांगिड़, अंजना सोमरा, डॉ सुभाष बोला, डॉ विजेंद्र पूनिया, अरविंद भालोठिया, डॉ दिनेश गौतम, संगीता शर्मा एवं अन्य संस्थाओं का स्टाफ उपस्थित रहा।

बच्चों को कपड़े पहनाने को लेकर कहासुनी के बाद पत्नी ने लगाया फंदा

जयपुर (नवयत्न)। सेज थाना इलाके में बच्चों को कपड़े पहनाने की बात को लेकर पति-पत्नी के बीच हुई मामूली कहासुनी एक दर्दनाक हादसे में बदल गई। गुस्से में आकर पत्नी ने चुन्नी का फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। घटना के बाद घर में कोहराम मच गया। पुलिस ने मर्ग दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस के अनुसार मृतका विमला मूल रूप से मध्य प्रदेश की रहने वाली थी और अपने पति व दो बच्चों के साथ सेज थाना क्षेत्र के झाईं गांव में किराए के मकान में रहती थी। दिन में बच्चों को कपड़े पहनाने की बात को लेकर उसका पति से मामूली विवाद हुआ था। इसके बाद पति काम पर चला गया। शाम को जब पति घर लौटा तो विमला ने खाना नहीं बनाया था। इस पर दोनों बाहर खाना खाने जाने की बात कहकर घर से निकले लेकिन इसी दौरान विमला ने कमरे में जाकर चुन्नी का फंदा लगा लिया। कुछ देर बाद जब पति वापस लौटा तो कमरे का गेट अंदर से बंद मिला। काफी खटखटाने के बाद भी जब दरवाजा नहीं खुला तो वह किसी तरह अंदर गया, जहां विमला चुन्नी के फंदे से लटकी हुई मिली। पति ने पड़ोसियों की मदद से उसे नीचे उतारकर तुरंत अस्पताल पहुंचाया लेकिन वहां चिकित्सकों ने जांच के बाद उसे मृत घोषित कर दिया। मेडिकल सूचना मिलने पर पुलिस अस्पताल पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम की कार्रवाई करवाई। पुलिस ने मेडिकल बोर्ड से शव का पोस्टमार्टम करवाने के बाद शव परिजनों के सुपुर्द कर दिया। प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि आत्महत्या से पहले दिन में पति-पत्नी के बीच मामूली बात को लेकर कहासुनी हुई थी। फिलहाल पुलिस ने मर्ग दर्ज कर पूरे मामले की जांच शुरू कर दी है।

मनरेगा बचाओ व काम के अधिकारों की रक्षा के तहत कांग्रेस जन रखेंगे उपवास

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के आह्वान पर संपूर्ण भारत में मनरेगा बचाओ संग्राम व काम के अधिकार की रक्षा के तहत राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा के निर्देशानुसार सीकर जिला कांग्रेस द्वारा मनरेगा बचाओ संग्राम को लेकर प्रेस कॉफ्रेंस कर मनरेगा की कमियों के बारे में बताया। इस अवसर पर कांग्रेस जिलाध्यक्ष सुनीता गठाला ने कहा कि केंद्र सरकार के नए कानून के तहत काम के अधिकार की गारंटी छीन जाएगी व शहरों की ओर मजदूरों का पलायन बढ़ेगा। नए कानून के तहत ग्राम पंचायतों का अधिकार छीन जाएगा।

मनरेगा के नियम बदलकर मजदूरों के साथ छलावा किया है इसे बर्दाश्त नहीं करेंगे सरकार से मांग करते हैं कि वह अपनी नीति पर पुनर्विचार करें। नए कानून के तहत 60 : 40 का जो अनुपात किया गया है इसके तहत कई प्रदेश मजदूरों का भुगतान करने में सक्षम नहीं हो पाएंगे। इस कारण केंद्र सरकार पर आश्रित हो जाएंगे जिससे मजदूरों को काम नहीं मिल पाएगा। उन्होंने बताया कि नए कानून के विरोध में मनरेगा बचाओ संग्राम के तहत रविवार सुबह 11 बजे अंबेडकर पार्क में भारत रत्न डॉ भीमराव अंबेडकर की प्रतिमा के सामने प्रतीकात्मक उपवास रखकर भारत सरकार का विरोध करेंगे। इस दौरान शहर विधायक राजेंद्र पारीक ने कहा कि मनरेगा गरीब का एकमात्र सहारा था जिसको भी यह वर्तमान सरकार छिनने का काम कर रही है सिर्फ काम के नाम पर सिर्फ दिखावा करती है और गरीब का हक छीन रही है। सरकार के द्वारा मनरेगा में किए गए बदलाव की तुरंत वापसी की जाए।

केंद्र में अगर कांग्रेस की सरकार बनती है तो न्यूनतम 400 मजदूरी का प्रावधान किया जाएगा। इस दौरान कांग्रेस जिलाध्यक्ष सुनीता गठाला, कांग्रेस जिला प्रभारी विशाल जांगिड़, सीकर विधायक राजेंद्र पारीक, धोद कांग्रेस प्रत्याशी जगदीश दानोदिया, निवर्तमान सभापति जीवण खां, संगठन महासचिव एड पुरुषोत्तम शर्मा, निवर्तमान उपसभापति अशोक चौधरी, ब्लॉक अध्यक्ष राजेश सैनी, सेवादल जिलाध्यक्ष रविकांत तिवाड़ी, महिला कांग्रेस जिलाध्यक्ष संजू गोदारा, एनएसयूआई जिलाध्यक्ष ओमप्रकाश नागा, ओबीसी प्रकोष्ठ जिलाध्यक्ष नरेश सैनी, एससी प्रकोष्ठ जिलाध्यक्ष मदनलाल चीरानिया, अब्दुल रज्जाक, पूर्व पार्षद प्रेम सैनी, पार्षद अनिल चौधरी, गोकुल गोदारा, मोईन बिसायती, धर्मेंद्र गठाला सहित कई पदाधिकारी उपस्थित रहे।

भोमियाजी मंदिर पर हुआ पौषबड़ा का आयोजन

सुजानगढ़ (नवयत्न)। शहर के बाहर से निकलने वाले मेगाहाईवे पर स्थित भोमियाजी महाराज के मंदिर में मलमास में पोषबड़ा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। भोमियाजी मित्र मंडल द्वारा आयोजित कार्यक्रम में संत नेमीनाथ महाराज, उमानांद गिरी महाराज, कालिदास महाराज का सानिध्य प्राप्त हुआ। कार्यक्रम को सफल बनाने में छोटूराम भंवरिया, महेश नाई, रामदेव भंवरिया, बुधाराम नाथ, बाबूलाल, पवन, हनुमान, रामनारायण स्वामी, हीरालाल प्रजापत आदि ने योगदान दिया। कालूराम बाबरिया ने बताया गायों के लिए करीब 251 लापसी तैयार की गई है, जो गायों को खिलाई जाएगी।

जीवन ज्योति रक्षा समिति व पुलिस थाना के संयुक्त तत्वावधान में रक्तदान शिविर आयोजित

शिविर में 488 यूनिट रक्त हुआ एकत्रित

निसं

सूरजगढ़ (नवयत्न)। कस्बे के सामाजिक संगठन जीवन ज्योति रक्षा समिति व पुलिस थाना सूरजगढ़ के संयुक्त तत्वावधान में कस्बे के केडिया गेस्ट हाउस में आयोजित 21वें विशाल रक्तदान शिविर में 488 युनिट रक्त एकत्रित हुआ। शिविर का शुभारंभ माजरी आश्रम के महंत कृष्ण स्वरूप महाराज, समाजसेवी व समिति संरक्षक सज्जन अग्रवाल, अध्यक्ष प्राचार्य डॉ रवि शर्मा, सचिव बलवान भास्कर ने दीप प्रज्वलित कर किया। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि चेयरमैन पुष्पा सेवाराम गुप्ता, पुलिस उप अधिक्षक विकास धींधवाल व थानाधिकारी रणजीत सेवदा रहे। शिविर में क्षेत्र के युवाओं व लड़कियों ने बढ़ चढ़ कर हिस्सा लिया। शिविर के दौरान दुर्लभजी ब्लड बैंक जयपुर, जय दुर्गा ब्लड बैंक जयपुर, बिरला ब्लड बैंक पिलानी सहित पायल ब्लड बैंक चिड़ावा की अनुभवी टीम ने हिस्सा लिया। शिविर में भाग लेने वाले रक्तवीरों को अतिथियों द्वारा प्रशस्ति पत्र, मोमेंटो व दुपट्टा पहनाकर सम्मानित किया गया। क्षेत्र के भामाशाहों द्वारा समिति को किए गए आर्थिक सहयोग के लिए उन्हें सम्मानित किया गया। इस मौके पर पालीराम मुंशी, संचालक अशोक जांगिड़, युवा नेता तन्मय अहलावत, सुरेश भुकर, शर्मिला डैला, प्राचार्य सुमन वर्मा, विनोद खेतान, अनिल शर्मा अनमोल, विनोद शर्मा, वर्षा सोमरा, राधेश्याम जांगिड़, बालमुकुंद शर्मा, श्योराम कुमावत, ओमप्रकाश कौशिक, सज्जन वर्मा, रविन्द्र

सांगवान, एडवोकेट प्रदीप मान, मनीष जांगिड़, संजय चोटिया, डॉ सवाई सिंह, बबलु शर्मा, अजीत बिजौली, अशोक सिरोवा, रविन्द्र जांगिड़, सुमेर गुर्जर, बाबली शर्मा, एडवोकेट बिशनपाल सिंह, कुलदीप सिंह, सज्जन सैनी, जितेन्द्र कोठारी, नन्द किशोर बड़गुजर, डॉ अरूण पुष्करणा, ईश्वर यादव, अरूण भड़िया सहित सैंकड़ों की संख्या में युवा मौजूद रहे।

भामाशाह तेतरवाल ने की चौथी एम्बुलेंस देने की घोषणा

शिविर के दौरान भामाशाह दरिया सिंह तेतरवाल ने समिति को चौथी एम्बुलेंस देने की घोषणा की। समिति संरक्षक द्वारा बताया गया कि भामाशाह तेतरवाल द्वारा इससे पहले समिति को तीन एम्बुलेंस प्रदान की जा चुकी। शनिवार को आयोजित 21वें रक्तदान शिविर में भामाशाह तेतरवाल ने एक और एम्बुलेंस देने की घोषणा की। उन्होनें कहा कि समिति का विस्तार करते हुए देवरोड़ से पिलानी के लिए जल्द ही चौथी एम्बुलेंस सेवा शुरू की जाएगी।

भजन सम्राट गुलाबनाथ महाराज का धूमधाम से मनाया जन्मदिन

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। रुकनसर धाम रामगढ़ शेखावाटी के भजन सम्राट गुलाबनाथ महाराज के जन्मदिन पर भक्तों द्वारा गोसवामणी करवाई गई। रुकनसर धाम से महंत कैलाशनाथ महाराज ने बताया कि भजन सम्राट गुलाबनाथ महाराज के अवतरण दिवस पर काफी संख्या में भक्त गण आए जिन्होंने महाराज का आशीर्वाद लिया ।

सेवार्थ फाउंडेशन सदस्य समाजसेवी संतोष जांगिड़ के द्वारा गौशाला में गोसवामणी करवाई गई। इस अवसर पर गुलाबनाथ महाराज द्वारा सभी को आशीर्वाद दिया तथा नरसिंह मंदिर महंत दयालदास महाराज का स्वागत किया गया। इस अवसर पर सतीश शर्मा प्रदेश अध्यक्ष, छाजूराम मंगावा, सूरजभान भूरिया सहित अन्य गणमान्य उपस्थित रहे।

गौ सेवा ही महान कार्य : पूनम शर्मा

श्रीमाधोपुर (नवयत्न)। सनातन धर्म गौ रक्षा वाहिनी की राष्ट्रीय उपाध्यक्ष एवं हिन्दुत्व प्रचारक पूनम शर्मा ने कस्बे के वार्ड 23 स्थित गौशाला का निरीक्षण किया। उन्होंने गौसेवक राकेश शर्मा के द्वारा किए जा रहे गौ सेवा के कार्यो की भूरी भूरी सराहना की। इस अवसर पर सनातन धर्म के कार्यकर्ताओं ने श्रीकृष्ण गोपाल मंदिर में पहुंचने पर राकेश शर्मा के नेतृत्व में पूनम शर्मा दीदी का सम्मान किया। इस अवसर पर पूनम शर्मा दीदी ने कहा कि गौसेवा ही महान कार्य है क्योंकि यह सनातन संस्कृति का अभिन्न अंग है जो धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष प्रदान करती है, इसके द्वारा समस्त देवी देवताओं की पूजा और पर्यावरणीय लाभ मिलते है, जिसमें सुख समृद्धि और मानसिक शान्ती की प्राप्ति होती है। उन्होंने सभी

सनातनी धर्म प्रेमीयो से अपने-अपने घर में एक गोपालन के लिए आग्रह किया। इस अवसर पर अशोक शर्मा, नंद किशोर नागलका, सुभाष जांगिड़, कान्हा पटवा, अनुज शर्मा, राघव शर्मा, महिला शक्ति दुर्गा देवी, सरला देवी, अंजना देवी, सुमन देवी, अनीता देवी, संतोष शर्मा, अंजू शर्मा, ज्योति शर्मा सहित काफी संख्या में लोग उपस्थित रहे।

रामानंदाचार्य महाप्रभु जयंती : अभिषेक पूजा के हुए आयोजन

निसं

जयपुर (नवयत्न)। श्री रामानंद वैष्णव मंडल की ओर से गुलाबी नगरी में माघ मास में वैष्णव संप्रदाय के आराध्य जगद्गुरु स्वामी रामानंदाचार्य का 726वां जयंती समारोह धूमधाम से मनाया गया। उत्सव के पहले दिन सियाराम बाबा जी की बगीची, ढ़ेहर के बालाजी मंदिर, सीकर रोड के महंत हरिशंकर वेदांती महाराज एवं रामानंद वैष्णव मंडल के भक्तों मंदिर श्री सीताराम जी छोटी चौपड़ में स्वामी रामानंदाचार्य महाराज का विद्वानों के सान्निध्य में महामंत्रों के बीच 31 किलो दूध से अभिषेक किया और पूजा-अर्चना की। इस मौके पर वैष्णव मंडल भक्तों की ओर से बधाई गान करते हुए उत्सव मनाया गया। आयोजन में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लिया। मन्दिर के नन्द किशोर शर्मा ने रामानंदाचार्य महाराज का पुष्पों से श्रंगार किया और मन्दिर को बादरवाल.पताकाएं और फुलों से सजाया गया। इसके बाद सीताराम जी मंदिर में ही शोभायात्रा और कलश यात्रा ढ़ेहर के बालाजी मंदिर के महंत हरिशंकर दास महाराज के सानिध्य में निकाली गई। जिसमें सैकड़ों संत-महात्मा और श्रद्धालु शामिल हुए। सीताराम जी मंदिरपरिसर में शुरू हुई इस यात्रा में शामिल भक्त लोग श्री रामानंदाचार्य महाप्रभु के जयकारे लगाते हुए चल रहे थे। सीताराम सत्संग मण्डल के सत्यनारायण खंडेलवाल, मुकेश शर्मा के गाए बधाई गानों पर भक्त देर तक झूमें। रामबाबू झालानी ने रामानन्द वंश हमारो है, हम सीताराम उपासी, सब मिलि आवोरी सजनी मंगल गाइये, माता सुशीला के भये सूत, बेगी बधावो जाइये बधाई, गुरु देव की गावो मगन रस तोष सुख पांवों, प्रगट भये स्वामी श्रीरामानंद, बाजै छै नोबत बाजा थाकै पुन्य सदन महाराज, राजकुमारी अग्रवाल, प्रेम देवी, गायत्री, कृष्णा अग्रवाल, चन्द्र कांता, उर्मिला झालानी, सुशीला शर्मा, सुनीता अग्रवाल, मधु झालानी, सावत्री, कृष्णा दुसाद आदि सखियों ने सर पर कलश रखकर और बधाई के थाल सजाकर मन्दिर परिसर में नृत्यगान कर खुशियां मनाई। मण्डल के मंत्री लक्ष्मीनारायण काकडेवाले ने बताया कि 11 जनवरी को दक्षिण मुखी हनुमान आटोमोबाइल नगर पर बधाई उत्सव मनाया जाएगा। इस मौके पर फुलों से सजे भव्य रथ पर रामानंदाचार्य महाप्रभु की प्रतिमा आसीन की गई। वहीं आयोजन की कड़ी में 16 जनवरी को छठी महोत्सव सीताराम जी मंदिर छोटी चौपड़ में मनाया जाएगा। श्री रामानंदाचार्य महाराज की 726वीं जयंती के अवसर पर शनिवार को सियाराम बाबा की बगीची ढ़ेहर के बालाजी के महंत श्री हरि शंकर वेदांती महाराज ने भवानी निकेतन परिसर में 22 फरवरी को 108 कुंडीय श्री राम महायज्ञ के आयोजन की जानकारी दी। इस नव दिवसीय महायज्ञ में आहुतियां के माध्यम से देश-दुनिया के कल्याण की कामना की जाएगी। आयोजन में प्रदेश सहित देश भर के संत महंत और श्रद्धालु भाग लेंगे। वेदांती महाराज ने बताया कि इस नव दिवसीय श्री राम महायज्ञ से पूर्व कलश यात्रा 21 फ़रवरी को निकाली जाएगी और कार्यक्रम का समापन 1 मार्च को होगा। इसमें विद्वान वैदिक आचार्यों के द्वारा विधिवत रूप से महामंत्रों से यजमान आहुतियां देंगे।

विध्नेश्वर महोदव मंदिर में पौष बड़ा महोत्सव आयोजित

निसं

जयपुर (नवयत्न)। पत्रकार कॉलोनी के समीप रोड़ूराम नगर में स्थित विध्नेश्वर महादेव मंदिर में शनिवार को पौष बड़ा महोत्सव का आयोजन किया गया। जिसमें मंदिर प्रांगण को रंग-बिरंगे फुलों और विभिन्न प्रकार के वृक्षों के पत्तो से आकर्षण तरीके से सजाया गया। शनिवार सुबह करीब साढ़े 10 बजे ठाकुर जी को पौषबड़ो और हलूवे का भोग लगाया गया। जिसके पश्चात मंदिर परिसर में पंगत प्रसादी का आयोजन किया गया। इस पंगत प्रसादी में करीब साढ़े 5 से अधिक श्रद्धालु शामिल हुए। कार्यक्रम में पत्रकार कॉलोनी विकास समिति के अध्यक्ष अजय शुक्ला, पूर्व मंत्री महेश शर्मा, करणी सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष शिव सिंह समेंत पत्रकार कॉलोनी के धीरज व्यास, लव शर्मा, सुरेश जोशी, अरुण शर्मा ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। विध्नेश्वर महादेव मंदिर में सुबह सात बजे से सुंदकांड के पाठों का आयोजन किया गया। जिसमें सैकड़ों श्रद्धालुओं ने हाथ में सुंदरकांड की पुस्तक लेकर गायन मंडली के साथ एक सुर में सुंदरकांड की चौपाईयों का वाचन किया।

शारीरिक रूप से दिव्यांग क्रिकेटरों को सशक्त बनाने की चार माह की एक परिवर्तनकारी यात्रा

निसं

जयपुर (नवयत्न)। डिफरेंटली एबल्ड क्रिकेट काउंसिल ऑफ इंडिया डीसीसीआई ने एपीएल अपोलो फाउंडेशन के सहयोग से शारीरिक रूप से दिव्यांग क्रिकेटरों के लिए एक व्यापक क्रिकेट-आधारित सशक्तिकरण पहल प्रोजेक्ट सामर्थ्य के सफल समापन की घोषणा की। यह चार माह का आवासीय कार्यक्रम 1 सितंबर से 31 दिसंबर, 2025 तक जयपुरिया क्रिकेट अकादमी, जयपुर में आयोजित किया गया, जिसमें देशभर से चयनित 25 प्रतिभाशाली शारीरिक रूप से दिव्यांग क्रिकेटरों को विश्वस्तरीय प्रशिक्षण वातावरण प्रदान किया गया। प्रोजेक्ट सामर्थ्य की परिकल्पना उन खिलाड़ियों के लिए कच्ची प्रतिभा और पेशेवर अवसर के बीच की खाई को पाटने के उद्देश्य से की गईए जो शारीरिक दिव्यांगता के कारण अक्सर प्रणालीगत और आधारभूत ढ़ांचागत चुनौतियों का सामना करते हैं। डीसीसीआई ने खिलाड़ी पहचान, प्रशिक्षण संरचना, दैनिक संचालन, मेंटरशिप और एक्सपोजर अवसरों सहित कार्यक्रम के एंड.टू.एंड निष्पादन का नेतृत्व किया, जबकि एपीएल अपोलो फाउंडेशन ने खेल के माध्यम से सशक्तिकरण के अपने सीएसआर दायित्व के तहत इस पहल का समर्थन किया। कार्यक्रम को चरणबद्ध रूप में संचालित किया गया- शुरुआत में ऑनलाइन लर्निंग मॉड्यूल्स

के माध्यम से क्रिकेट नियम, डिजिटल साक्षरता, यूपीआई उपयोग और स्कोरिंग ऐप्स की जानकारी दी गई, इसके बाद जयपुर कैंप में ऑन-ग्राउंड कोचिंग कराई गई। सभी 25 लाभार्थियों को पूर्ण व्यक्तिगत क्रिकेट किट प्रदान की गई, जिसमें बैट, पैड्स, ग्लव्स, हेलमेट, जर्सी और आवश्यक एक्सेसरीज शामिल थीं- ताकि वे पेशेवर स्तर की प्रतियोगिताओं के लिए पूरी तरह तैयार रहें। खिलाड़ियों को खेल-विशेष फिजियोथेरेपी का लाभ मिला, जो चोट-निवारण और प्रदर्शन वृद्धि पर केंद्रित थी, साथ ही आत्मविश्वास, एकाग्रता और प्रतिस्पर्धात्मक दृढ़ता बढ़ाने के लिए साप्ताहिक मानसिक स्वास्थ्य एवं काउंसलिंग सत्र आयोजित किए गए। डीसीसीआई के एक प्रतिनिधि ने कहा कि प्रोजेक्ट सामर्थ्य केवल क्रिकेट तक सीमित नहीं है-यह गरिमा, अवसर और प्रतिनिधित्व की बात करता है। ऑन-ग्राउंड साझेदार के रूप में डीसीसीआई को गर्व है कि हमने न सिर्फ खिलाड़ियों को, बल्कि भविष्य के ऐसे नेताओं को भी संवारा है जो भारत भर में समावेशी क्रिकेट को प्रेरित करेंगे।

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक एवं मुद्रक सपना शर्मा के लिए उदय प्रिंटर्स 43-ए, माली कॉलोनी, चांदपोल के बाहर जयपुर में मुद्रित व प्लॉट नं. 88, तहसील के पीछे दांतारामगढ़, सीकर (राज.) से प्रकाशित संपादक सपना शर्मा
मो. 9783931239 मुख्य कार्यालय-जी-4, मान नगर, नगर परिषद के सामने, झुंझुनू, 01592-297190