# 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

वर्ष: 17 | अंक 64 | सीकर, शुक्रवार 01 मई 2026 | Email : navyatndainik@gmail.com | मूल्य 1 रुपया | पृष्ठ 8


# जनगणना 2027 आज से शुरू

**जयपुर।** प्रदेश में जनगणना-2027 का प्रथम चरण 1 मई से शुरू होने जा रहा है. इस चरण में अगले 45 दिनों तक मकानों और उनमें रहने वाले परिवारों की विस्तृत गणना की जाएगी. प्रक्रिया की शुरुआत स्व-गणना से होगी, जिसके तहत 1 से 15 मई तक आमजन ऑनलाइन पोर्टल के माध्यम से स्वयं अपनी जानकारी दर्ज कर सकेंगे.

### स्व-गणना के लिए आधिकारिक पोर्टल

https://se.census.gov.in पर 1 मई से सक्रिय रहेगा और 15 मई तक खुला रहेगा. इस पोर्टल पर परिवार का कोई भी सदस्य मोबाइल नंबर के जरिए लॉग-इन कर सकता है और लगभग 15 से 20 मिनट में 33 सवालों के जवाब देकर प्रक्रिया पूरी कर सकता है. सही लोकेशन सुनिश्चित करने के लिए डिजिटल मैप पर घर मार्क करना होगा, जिसके लिए लैपटॉप या डेस्कटॉप अधिक सुविधाजनक रहेगा, हालांकि मोबाइल से भी यह कार्य किया जा सकता है. स्व-गणना के लिए एरिया पिनकोड अनिवार्य रहेगा.

### 16 मई से डोर-टू-डोर सर्वे शुरू.

स्व-गणना के बाद 16 मई से 14 जून तक प्रगणक घर-घर जाकर मकानों और परिवारों की जानकारी का सत्यापन करेंगे. इस दौरान वे मकान की स्थिति, उपलब्ध सुविधाएं, परिसंपत्तियां और परिवार की जीवनशैली से जुड़े विभिन्न बिंदुओं पर जानकारी जुटाएंगे. नागरिकों से अपेक्षा की गई है कि वे प्रगणकों का सहयोग करें और सही जानकारी उपलब्ध कराएं.

### 1.60 लाख से अधिक अधिकारी-कर्मचारी जुटेंगे.

जनगणना के प्रथम चरण इस चरण में प्रदेशभर में 1 लाख 60 हजार से अधिक अधिकारी-कर्मचारी लगाए गए हैं, जिनमें 1.33 लाख से अधिक प्रगणक (मुख्यत: ग्रेड थर्ड शिक्षक), 22,200 से अधिक पर्यवेक्षक और 15 हजार रिजर्व प्रगणक शामिल हैं. इनके अलावा 51 प्रमुख जनगणना अधिकारी, 759 चार्ज अधिकारी, 6 नेशनल ट्रेनर, 103 मास्टर ट्रेनर और 2550 फील्ड ट्रेनर भी प्रक्रिया में शामिल हैं. पूरी प्रक्रिया की निगरानी राज्य स्तर पर सांख्यिकी विभाग द्वारा की जा रही है.

### सुरक्षा और सावधानियां

-जनगणना से जुड़े अधिकारियों ने स्पष्ट किया है कि स्व-गणना के दौरान प्राप्त होने वाला ओटीपी किसी भी स्थिति में साझा न करें. प्रगणक या जनगणना विभाग का कोई भी कर्मचारी ओटीपी नहीं मांगेगा. केवल विभाग से प्राप्त मैसेज ही मान्य होंगे, अन्य किसी स्रोत से आए संदेश फर्जी हो सकते हैं. डोर-टू-डोर सर्वे के दौरान नागरिकों को प्रगणक का अधिकृत परिचय-पत्र अवश्य देखना चाहिए, जिसमें क्यूआर कोड अंकित होगा. इसे स्कैन कर प्रगणक की पहचान की पुष्टि की जा सकती है.

### डेटा रहेगा पूरी तरह गोपनीय

जनगणना विभाग ने आश्वस्त किया है कि सभी व्यक्तिगत जानकारी पूरी तरह गोपनीय रखी जाएगी. स्व-गणना के बाद प्राप्त एसई आईडी को सुरक्षित रखना जरूरी होगा, जिसे सत्यापन के समय प्रगणक को दिखाना होगा.

### सुधार का अवसर भी मिलेगा

ऑनलाइन फॉर्म भरने के बाद प्रीव्यू के जरिए जानकारी की जांच कर सुधार किया जा सकता है . फाइनल सबमिट के बाद ऑनलाइन बदलाव संभव नहीं होगा, लेकिन प्रगणक के सत्यापन के दौरान जानकारी में संशोधन कराया जा सकेगा . जनगणना का दूसरा चरण फरवरी 2027 में शुरू होगा . दोनों चरण पूरे होने तक संबंधित अधिकारियों और कर्मचारियों के स्थानांतरण पर रोक रहेगी . मुख्य सचिव वी . श्रीनिवास ने आमजन, सामाजिक संगठनों और संस्थानों से अपील की है कि वे स्व-गणना में सक्रिय भागीदारी निभाएं, ताकि सटीक और विश्वसनीय आंकड़े प्राप्त हो सकें .

# नया भारत आतंकवाद और उसका समर्थन करने वालों में कोई भेद नहीं करता : राजनाथ सिंह

नई दिल्ली

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने गुरुवार को कहा कि भारत के सैन्य-औद्योगिक परिसर ने बार-बार यह सिद्ध किया है कि वह न केवल शांति काल की जरूरतों को पूरा करने के लिए, बल्कि युद्धकाल में तीव्र आपूर्ति और लॉजिस्टिक्स की मांगों को पूरा करने के लिए भी तत्पर है। नई दिल्ली में आयोजित राष्ट्रीय सुरक्षा शिखर सम्मेलन को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा, ऑपरेशन सिंदूर के दौरान भारत ने छल या परमाणु हमले की धमकी के आगे घुटने नहीं टेके और निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त किया। उन्होंने कहा, यह 'नई विश्व व्यवस्था' है; इस नए वैश्विक युग का 'नया भारत' है। यह वह भारत है जो आतंकवाद और उसका समर्थन करने वालों में कोई भेद नहीं करता। यह हमारे प्रधानमंत्री की स्पष्ट नीति है, जिसने बदलते वैश्विक परिदृश्य के बीच भारत को बदल दिया है।

### ऑपरेशन सिंदूर को प्रतिरोध का प्रतीक

रक्षा मंत्री ने ऑपरेशन सिंदूर को प्रतिरोध का प्रतीक बताते हुए कहा कि हालांकि यह ऑपरेशन मात्र 72 घंटों में पूरा हो गया, लेकिन इससे पहले की तैयारियां व्यापक और लंबी थीं। उन्होंने बताया कि भारत की आपातकालीन क्षमता, संसाधनों को तेजी से जुटाने की क्षमता, रणनीतिक भंडार और स्वदेशी रूप से विकसित हथियारों की सिद्ध विश्वसनीयता, ये सभी प्रतिरोध की रणनीति के अभिन्न अंग बन गए हैं।

### आंकड़े खुद ही सब कुछ बयां करते हैं

राजनाथ सिंह ने आगे कहा कि ऑपरेशन सिंदूर के प्रत्यक्ष परिणाम स्वरूप स्वदेशी हथियारों और रक्षा उत्पादों की विश्वसनीयता के प्रति वैश्विक धारणा और सकारात्मक दृष्टिकोण में उल्लेखनीय बदलाव देखने को मिल रहा है। उन्होंने कहा, कई देशों ने भारत से हथियार और रक्षा उपकरण खरीदने में गहरी रुचि दिखाई है। आंकड़े खुद ही सब कुछ बयां करते हैं। वित्त वर्ष 2025-26 में रक्षा निर्यात रिकॉर्ड 38,424 करोड़ रुपये तक पहुंच गया, जो पिछले वित्त वर्ष की तुलना में 62.66 प्रतिशत की जबरदस्त वृद्धि है। हम इन मानकों को पार करने के अपने प्रयासों को और आगे बढ़ाने के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध हैं।

जर्मनी की अपनी हालिया यात्रा के दौरान रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि यूरोप भर की प्रमुख कंपनियां हमारी निजी रक्षा कंपनियों और सार्वजनिक क्षेत्र की इकाइयों के साथ सहयोग करने के लिए उत्सुक हैं, जो भारत की बढ़ती विश्वसनीयता का प्रमाण है। उन्होंने आगे कहा कि विश्व में भारत की मजबूत स्थिति न केवल उसकी सैन्य शक्ति से, बल्कि प्रतिरोध स्थापित करने की क्षमता से भी मजबूत हुई है।

### साइबर क्षेत्र, अंतरिक्ष युद्ध और सूचना प्रौद्योगिकी अभिन्न अंग

राजनाथ सिंह ने कहा कि साइबर क्षेत्र, अंतरिक्ष युद्ध और सूचना प्रौद्योगिकी अभिन्न अंग बन गए हैं, और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) इस प्रतिमान परिवर्तन के केंद्र में है। उन्होंने कहा, ऑपरेशन सिंदूर के दौरान इस्तेमाल की गई ब्रह्मोस जैसी अत्याधुनिक मिसाइल प्रणालियों से लेकर विभिन्न निगरानी प्लेटफार्मों तक, एआई को हर जगह अत्यंत प्रभावी ढंग से तैनात किया गया है। इसने हमारी सटीकता और आक्रमण क्षमताओं को बढ़ाया है। हालांकि प्रमुख अभियानों की जानकारी अक्सर सार्वजनिक हो जाती है, लेकिन अनगिनत छोटे अभियान और प्रक्रियाएं हैं जो खतरों को उनके वास्तविक रूप लेने से पहले ही बेअसर करने के लिए सक्रिय हो जाती हैं। ऐसे सभी मामलों में एआई का व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है।

### एआई के अनुप्रयोग की व्यावहारिकता पर जोर

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) के अनुप्रयोग की व्यावहारिकता पर जोर देते हुए कहा कि इससे आतंकवादियों का पता लगाने और निर्णायक जवाब देने में महत्वपूर्ण सहायता मिलती है। उन्होंने कहा, एआई का अर्थ 'संवर्धित पैदल सेना' भी है। यह हमारे सैनिकों की क्षमताओं को महत्वपूर्ण रूप से बढ़ा रही है। आधुनिक युद्ध की मांगों को ध्यान में रखते हुए, हम अपनी सेना को प्रौद्योगिकी-संचालित और एकीकृत युद्धक मशीन में बदलने की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहे हैं। इस उद्देश्य के लिए, सेना ने 'रुद्र' ब्रिगेड, 'भैरव' बटालियन, 'शक्तिबान' तोपखाना रेजिमेंट और 'दिव्यास्त्र' बैटरी जैसी चुस्त और आत्मनिर्भर लड़ाकू इकाइयां स्थापित की हैं, जो आधुनिक हाइब्रिड खतरों का तत्काल और सशक्त जवाब देने में सक्षम हैं। डीपफेक, साइबर युद्ध और स्वायत्त हथियार प्रणालियां से नई और गंभीर चुनौतियां

# ईरान बोला- किसी हाल में न्यूक्लियर प्रोग्राम नहीं छोड़ेंगे

## कहा : अमेरिकी ठिकाने खुद सुरक्षित नहीं

**तेहरान/वॉशिंगटन डीसी।** ईरान के सुप्रीम लीडर मुजतबा खामेनेई ने एक बयान जारी कर कहा कि उनका देश अपनी परमाणु और मिसाइल क्षमता से किसी भी हाल में पीछे नहीं हटेगा। उनका यह लिखित बयान ईरान के सरकारी टीवी पर पढ़कर सुनाया गया। खामेनेई ने कहा कि ईरान अपनी परमाणु और मिसाइल ताकत को देश की संपत्ति मानता है और हर हाल में उसकी रक्षा करेगा। उन्होंने यह भी कहा कि हॉर्मुज स्ट्रेट में अब एक नया दौर शुरू हो गया है, जो आगे चलकर इलाके में शांति, तरक्की और आर्थिक फायदा लाएगा। खामेनेई ने कहा कि अमेरिका के सैन्य ठिकाने (बेस) इतने कमजोर हैं कि वे खुद की सुरक्षा भी ठीक से नहीं कर सकते। ऐसे में वे इस इलाके के दूसरे देशों को सुरक्षा देने का दावा कैसे कर सकते हैं

### पिछले 24 घंटे के 5 बड़े अपडेट्स

1. **जंग में अमेरिका के 25 अरब खर्च :** अमेरिका ईरान युद्ध पर पिछले 2 महीने में अब तक 25 अरब डॉलर खर्च कर चुका है। अमेरिका ने पहली बार जंग में हुए खर्च की जानकारी दी है।
2. **ट्रम्प ने राइफल के साथ फोटो शेयर की:** ट्रम्प ने राइफल के साथ फोटो पोस्ट कर ईरान को चेतावनी दी। फोटो पर लिखा था- नो मोर मिस्टर नाइस गाइ (मैं नरमी नहीं बरतूंगा)।
3. **ईरान ने यूएन में अमेरिका की शिकायत की:** ईरान ने संयुक्त राष्ट्र में शिकायत कर अमेरिका पर जहाज जब्त करने और 38 लाख बैरल तेल कब्जाने का आरोप लगाया।
4. **लेबनान में 12 लाख लोगों पर भुखमरी का खतरा:** यूएन से जुड़ी रिपोर्ट में कहा गया कि युद्ध, विस्थापन और आर्थिक दबाव के कारण लेबनान में 12 लाख से ज्यादा लोग खाद्य संकट झेल सकते हैं।
5. **भारत-ईरान विदेश मंत्रियों की फोन पर बातचीत:** विदेश मंत्री एस. जयशंकर और ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने युद्धविराम, द्विपक्षीय रिश्तों और क्षेत्रीय हालात पर फोन पर चर्चा की।

# जयपुर समेत 4 जिलों में बारिश, कोटा में बिजली गिरी

## भरतपुर में ओले गिरे, अंधड़ से अजमेर हाईवे पर पेड़ गिरा; चित्तौड़गढ़ रहा सबसे गर्म

जयपुर।

राजस्थान में वेस्टर्न डिस्टर्बेंस (पश्चिमी विक्षोभ) का असर गुरुवार को भी देखने मिला। जयपुर, धौलपुर, अलवर, सीकर में बारिश हुई। भरतपुर के नदबई में ओले गिरे। जयपुर में खराब मौसम के चलते फ्लाइट्स का शेड्यूल गड़बड़ा गया।

जयपुर-अजमेर हाईवे पर किशनगढ़ के पास पेड़ गिर गया। बुधवार को प्रदेश के कई जिलों में बारिश के साथ ओले गिरे थे। कोटा में बारिश के बीच एक मकान पर बिजली भी गिर गई।

मौसम के इस बदलाव से लोगों को भीषण गर्मी और हीटवेव से राहत मिली है। वहीं, श्रीगंगानगर, सीकर और पिलानी समेत 10 से ज्यादा शहरों का पारा 40 डिग्री सेल्सियस से नीचे दर्ज किया गया। चित्तौड़गढ़ में सबसे ज्यादा तापमान 43.4 डिग्री रहा।

मौसम विज्ञान केंद्र, जयपुर ने 8 जिलों में बारिश और आंधी का यलो अलर्ट जारी किया है।

### गर्मी से जुड़े बड़े अपडेट्स

**गर्मी के कारण बदला समय:** चित्तौड़गढ़ में बीते 24 घंटे में सबसे ज्यादा तापमान रहा। भीषण गर्मी के कारण यहां की दो सेंचुरी में वन्यजीव गणना का टाइम चेंज किया गया। गणना की बजाए शाम से होगी। यहां वन्यजीवों के लिए अलग से 60 से ज्यादा वाटर होल्स भी बनाए गए हैं।

**तापमान गिरा, लू से मिली राहत:** बीते 24 घंटे बारिश-ओले गिरने के कारण दिन-रात के तापमान में तीन-चार डिग्री तक गिरावट हुई है। लू से भी थोड़ी राहत मिली है। हालांकि, आंधी के कारण कोटा में शादियों के टेंट उड़ गए। कैथून में एक मकान पर बिजली गिरने के कारण छत्त का बड़ा हिस्सा टूट गया। हालांकि, जान का नुकसान नहीं हुआ है।

**दोपहर तक साफ रहा मौसम:** बुधवार सुबह से दोपहर तक आसमान साफ रहा। सबसे ज्यादा गर्मी चित्तौड़गढ़ में रही, जहां का अधिकतम तापमान 43.4 डिग्री सेल्सियस दर्ज हुआ। बाड़मेर में 42, जैसलमेर में 42.6, कोटा में 41.3, बीकानेर में 41.4, जोधपुर में 41.3 में दर्ज हुआ।

# एमपी के जबलपुर में क्रूज डूबा, 6 शव मिले

## 15 से ज्यादा लापता, 18 को बचाया; तूफान के चलते नर्मदा के बरगी डैम में हादसा

**नई दिल्ली।** मध्यप्रदेश के जबलपुर में नर्मदा नदी पर बने बरगी डैम में गुरुवार शाम पर्यटकों से भरा एक क्रूज डूब गया। हादसा खमरिया टापू के पास हुआ। जानकारी के मुताबिक एमपी टूरिज्म के क्रूज में 29 पर्यटक सवार थे। 15 लोग तैरकर बाहर निकल आए हैं। सूचना मिलते ही एसडीआरएफ की टीम रेस्क्यू ऑपरेशन के लिए पहुंची। अब तक 6 शव मिलने की पुष्टि हुई है। इनमें दो महिलाएं हैं। वहीं 8 अब भी लापता है। वहां मौजूद लोगों ने बताया कि अचानक आए तूफान के कारण क्रूज संतुलन खो बैठा और डूब गया। बता दें कि पहले क्रूज में 30 से ज्यादा लोगों के होने की जानकारी आई थी। हादसे की सूचना मिलते ही एसपी संपत उपाध्याय और कलेक्टर राघवेंद्र सिंह मौके पर पहुंचे हैं। अंधेरा होने की वजह से रेस्क्यू ऑपरेशन में परेशानी आ रही है। हालांकि बड़े टॉर्च का

इस्तेमाल करके लोगों की तलाश की जा रही है। बरगी शहर के पुलिस अधीक्षक अंजुल मिश्रा ने बताया कि 6 शव बरामद किए गए हैं। 18 को सुरक्षित बचा लिया गया। 15 से ज्यादा अब भी लापता हैं। अधिकारी ने बताया कि अचानक आंधी के कारण क्रूज पलटने के समय करीब 35-40 लोग क्रूज पर सवार थे।

## कोबरी-सार

पाली में कन्या महाविद्यालय भवन का लोकार्पण समारोह

# हमारे कार्यकाल में सवा लाख युवाओं को मिली सरकारी नौकरी, एक भी पेपर लीक नहीं : सीएम शर्मा

जयपुर।

मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि बालिका शिक्षा के क्षेत्र में राजस्थान तेजी से आगे बढ़ रहा है। राज्य सरकार की दूरगामी नीतियों एवं निर्णयों के माध्यम से उच्च शिक्षा तक के स्तर पर आधारभूत संरचनाओं का विकास और विस्तार सुनिश्चित करते हुए बेटियों को सुलभ शिक्षा के अवसर प्रदान किए जा रहे हैं। मुख्यमंत्री गुरुवार को पाली के रोहट में श्री राजेश्वर भगवान आंजणी माता कन्या गुरुकुल संस्थान द्वारा नवनिर्मित कन्या महाविद्यालय के लोकार्पण कार्यक्रम तथा कन्या गुरुकुल के 10वें स्थापना दिवस समारोह को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि किसी भी क्षेत्र का विकास तभी संभव है जब युवाओं को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा मिले। इस दृष्टि से यह कन्या महाविद्यालय बेटियों को शिक्षा देने में अहम भूमिका निभाएगा। इस दौरान शर्मा ने स्थानीय क्षेत्र की जल आवश्यकता की पूर्ति के लिए डीपीआर बनवाने की घोषणा भी की।

### विकास के रौडमेप में पानी-बिजली प्राथमिकता-

शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की मंशानुरूप राज्य सरकार ने युवा, महिला, किसान एवं मजदूर के उत्थान को केन्द्र में रखकर प्रदेश के विकास का रौडमेप बनाया है। इस रौडमेप में बिजली-पानी सहित विभिन्न क्षेत्रों में विकास कार्य प्राथमिकता से किए जा रहे हैं। राम जल सेतु लिंक परियोजना, देवास परियोजना, यमुना जल समझौता, सोम-कमला-अम्बा आदि को तेजी से क्रियान्वित किया जा रहा है। उन्होंने पाली क्षेत्र की योजनाओं एवं विकास कार्यों का उल्लेख करते हुए कहा कि राज्य सरकार प्रत्येक क्षेत्र का समग्र विकास सुनिश्चित कर रही है।

### 24 जिलों में किसानों को दिन में बिजली-

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश के 24 जिलों में किसानों को दिन के समय में बिजली उपलब्ध करवाई जा रही है। जो वर्ष 2027 तक पूर प्रदेश में उपलब्ध होगी। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार युवाओं को निजी क्षेत्र में 6 लाख एवं सरकारी क्षेत्र में 4 लाख रोजगार के लक्ष्य पर कटिबद्ध होकर कार्य कर रही है। लगभग 1 लाख 25 हजार सरकारी पदों पर नियुक्ति दी जा चुकी है और 1 लाख 33 हजार पदों पर भर्ती प्रक्रिया में है। वहीं, सवा लाख पदों का भर्ती कैलेंडर भी जारी किया गया है। निजी क्षेत्र में 3 लाख रोजगार के अवसर सृजित हुए हैं।

### प्रधानमंत्री के नेतृत्व में महिलाओं को मिली शिक्षा एवं सुरक्षा-

श्री शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री ने महिलाओं को आर्थिक रूप से सशक्त करने एवं उनके सम्मान के लिए प्रभावी नीतियों एवं योजनाओं की रूपरेखा बनाई। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ अभियान प्रारम्भ किया जिससे बालिका लिंगानुपात बढ़ा। वहीं प्रधानमंत्री उज्जवला योजना के तहत रसोई गैस कनेक्शन और स्वच्छ भारत मिशन के तहत शौचालयों का निर्माण करवाकर महिलाओं की गरिमा सुनिश्चित की। जल जीवन मिशन के माध्यम से हर घर-नल से जल भी दिया। मुख्यमंत्री ने कहा कि जयपुर में 23 से 25 मई को ग्लोबल राजस्थान एग्रीटेक मीट (ग्राम)- 2026 का आयोजन किया जा रहा है। इसमें किसान, पशुपालक के साथ-साथ देश-विदेश के कृषि विशेषज्ञ, वैज्ञानिक और निवेशक भाग लेंगे। उन्होंने किसानों को इस आयोजन में अधिक से अधिक संख्या में हिस्सा लेने के लिए आमंत्रित किया।

# औद्योगिक प्रोत्साहन शिविर शुक्रवार को

निसं

**चूरू ( नवयत्न )।** जिला उद्योग एवं वाणिज्य केन्द्र द्वारा शुक्रवार, 01 मई, 2026 को सवेरे 11 बजे तारानगर पंचायत समिति सभागार में औद्योगिक प्रोत्साहन शिविर आयोजित किया जाएगा। उद्योग महाप्रबंधक नानुराम गहनोलिया ने बताया कि शिविर में तारानगर के शहरी तथा ग्रामीण क्षेत्र के युवाओं, उद्यमियों, बेरोजगारों को उद्योग विभाग की डॉ. भीमराव अम्बेडकर राजस्थान दलित आदिवासी उद्यम प्रोत्साहन योजना, विश्वकर्मा युवा उद्यमी प्रोत्साहन योजना, प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, मुख्यमंत्री युवा स्वरोजगार योजना, राजस्थान निवेश प्रोत्साहन योजना, राजस्थान एमएसएमई पॉलिसी, राजस्थान ओडीओपी पॉलिसी, राजस्थान एक्सपोर्ट प्रमोशन पॉलिसी, राजस्थान ट्रेड प्रमोशन पॉलिसी आदि विभागीय योजनाओं की जानकारी दी जाएगी। उन्होंने बताया कि उद्योगध्सेवा क्षेत्र व व्यवसाय के क्षेत्र में कार्य करने के इच्छुक व्यक्ति अधिक से अधिक संख्या में भाग लेकर विभागीय योजनाओं का लाभ उठा सकते हैं।

# सरकारी टेंकर्स से पेयजल आपूर्ति की मांग

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** भाजपा नगर मंडल अध्यक्ष विनय माटोलिया ने उपखंड अधिकारी ओमप्रकाश वर्मा को एक ज्ञापन सौंपकर पेयजल संकट वाले मोहल्लों में सरकारी टैंकरों से जलापूर्ति की मांग की है। ज्ञापन में बताया गया है कि भीषण गर्मी की शुरुआत के साथ ही सुजानगढ़ शहर के विभिन्न वार्डों में पीने के पानी की समस्या विकराल रूप धारण करने लगी है। पेयजल की भारी किल्लत को देखते हुए आमजन को राहत दिलाई जानी आवश्यक है। ज्ञापन में बताया गया है कि गर्मी के बढ़ते प्रभाव के कारण पाइपलाइन के माध्यम से होने वाली जलापूर्ति न केवल अनियमित हो गई है, बल्कि कई क्षेत्रों में तो पानी नाममात्र का आ रहा है। शहर की कई कॉलोनियों में स्थिति इतनी दयनीय है कि लोगों को बूंद-बूंद पानी के लिए दर.दर भटकना पड़ रहा है। पानी की कमी से लोगों के दैनिक कार्य बुरी तरह प्रभावित हो रहे हैं, जिसके कारण उन्हें महंगे दामों पर निजी टैंकर मंगवाने के लिए मजबूर होना पड़ रहा है। अत: बुरी तरह प्रभावित क्षेत्रों को चिन्हित कर वहां तुरंत निशुल्क सरकारी जल टैंकरों की व्यवस्था की जाए और पाइपलाइन से भी जलापूर्ति को सुचारू किया जाए।

# पुलिस ने सुने मकानों से चोरी करने के आरोपी को किया गिरफ्तार

निसं

**खेतड़ी ( नवयत्न )।** खेतड़ी पुलिस के सूने मकानों में चोरी करने के मामले एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। इस दौरान पुलिस ने आरोपी के कब्जे से चोरी किया गया सामान भी बरामद किया है। थानाधिकारी मोहनलाल ने बताया कि 12 अप्रैल को देवेन्द्र शर्मा ने रिपोर्ट दी कि वह 27 मार्च को पिता के घुटनों का आपरेशन करवाने के लिए परिवार के साथ जयपुर गया था, 11 अप्रैल की रात वापस घर पर खेतडी वापस पहुंचे तथा घर पहुंच कर देखा घर के कमरों के ताले टुटे हुये मिले, अलमारी, बेड, ड्रेसिग और सभी जगह लॉक टुटे हुये मिले, घर का सारा किमती सामान सोना-चांदी और नगद सब चोरी हुआ मिला। एसपी कावेंद्र सिंह सागर ने मामले को गंभीरता से लेते हुए आरोपी की तलाश के लिए एक विशेष टीम का गठन किया गया। गठित टीम द्वारा आसूचना संकलन व तकनिकी की सहायता से अथक प्रयास कर आरोपी असलम खान पुत्र गुल्लु नारिया निवासी वार्ड नं 08 को खेतडी बस स्टेण्ड से गिरफ्तार किया कर लिया। इस दौरान आरोपी से सख्ती से पुछताछ करने पर उसने चोरी की वारदात करना कबूल कर लिया। इस दौरान पुलिस ने आरोपी की निशानदेही से चोरी किए गए सोने चांदी के जेवरातए मोबाईल, घडी आदि सामान बरामद कर लिया। थानाधिकारी ने बताया कि गिरफ्तार आरोपी से गहनता से पूछताछ की जा रही है तथा ओर भी वारदातें खुलने की संभावना है। इस दौरान टीम में थानाधिकारी मोहनलाल, एएसआई धर्मवीर सिंह, महिपाल सिंह, एचसी पवन, कांस्टेबल राजवीर डीएसटी टीम चिडावा, अनिल आदि शामिल थे। वारदात का खुलासा करने में डीएसटी टीम के राजवीर सिंह का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

# हर्षिता शर्मा ने पाया राज्य मैरिट में आठवां स्थान

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** डॉ. बी.आर. अम्बेडकर विधि विश्वविद्यालय, जयपुर द्वारा घोषित एलएलबी तृतीय वर्ष के परीक्षा परिणाम में बीकानेर स्थित ज्ञान विधि पीजी महाविद्यालय की छात्रा एवं सुजानगढ़ निवासी हर्षिता शर्मा ने राज्य स्तरीय मैरिट में आठवां स्थान प्राप्त कर अपने परिवार, समाज और सुजानगढ़ का नाम रोशन किया है। हर्षिता शर्मा का उसके पिता परमानंद सुरोलिया, ताऊ बृज मोहन सुरोलिया, प्रेमशंकर सुरोलिया आदि ने उसका स्वागत करते हुए मिठाई खिलाई। महाविद्यालय प्रबंध समिति के अध्यक्ष एवं वरिष्ठ अधिवक्ता प्रमोद खन्ना ने कहा कि हर्षिता की यह सफलता उसके अथक परिश्रम, अनुशासन और अटूट संकल्प का परिणाम है। वहीं महाविद्यालय के प्राचार्य बी.एल. बिश्नोई ने हर्षिता को बधाई देते हुए उसके उज्वल भविष्य की कामना की। हर्षिता की माता प्रेमलता, बहन कामना और भाई मुकुंद ने भी खुशी जताते हुए इस उपलब्धि को परिवार के लिए गौरवपूर्ण क्षण बताया।

# तेज अंधड़ से कई जगह उड़े टीन छप्पर

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** रिमझिम बारिश के साथ आए तेज अंधड़ के कारण क्षेत्र में अनेक लोगों को नुकसान उठाना पड़ा है। कई जगहों पर टीन शेड के छप्पर उड़ जाने के समाचार मिले हैं। वहीं छापर रोड़ पर स्थित फोर लेन सड़क पर लगा विज्ञापन होर्डिंग टूटकर सड़क पर गिर गया, जिससे यातायात बाधित हुआ। इस विज्ञापन बोर्ड की चपेट में आने से एक विद्युत पाल व डीपी भी टूट गए। वहीं क्रेन की सहायता से बाद में सड़क को खाली किया गया। वहीं ठरड़ा क्षेत्र में भी आंधी के कारण छप्पर उड़ जाने की जानकारी मिली है। कई कारखानों के छप्पर भी उड़ने की जानकारी मिली है। बारिश के कारण लोगों को गर्मी से राहत जरूर मिली है।

# जी.बी. मोदी विद्या मन्दिर में आर.ए.एस. आंचल रूंगटा का भव्य स्वागत

सुरेन्द्र शर्मा

**झुंझुनू ( नवयत्न )।** जी बी मोदी विद्या मंदिर, अम्बेडकर नगर, झुंझुनू में गुरुवार, 30 अप्रैल 2026 को राजस्थान प्रशासनिक सेवा आरएएस 2024 में सफलता प्राप्त करने वाली विद्यालय की पूर्व छात्रा आंचल रूंगटा के सम्मान में एक भव्य समारोह आयोजित किया गया। यह कार्यक्रम विद्यालय परिसर में बड़े उत्साह और गरिमा के साथ सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम की शुरुआत स्वागत एवं तिलक से हुई। इसके बाद मंच पर दीप प्रज्ज्वलन और माल्यार्पण का कार्यक्रम सम्पन्न हुआ। तत्पश्चात विद्यालय के सचिव श्री श्रवण कुमार केजरीवाल ने अपने विचार व्यक्त करते हुए आंचल रूंगटा की उपलब्धि की सराहना की और विद्यार्थियों को उनसे प्रेरणा लेने का संदेश दिया। विद्यालय की प्रशासनिक अधिकारी श्रीमती अनीता बंसल तथा प्राचार्य मनीष माटोलिया की उपस्थिति में आयोजित इस समारोह का मुख्य आकर्षण आंचल रूंगटा का संबोधन रहा। उन्होंने अपनी सफलता की यात्रा साझा करते हुए विद्यार्थियों को कठिन परिश्रम, अनुशासन और निरंतर प्रयास के महत्व के बारे में बताया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक प्रश्न पूछे, जिनके आंचल रूंगटा ने सरल और प्रेरणादायक उत्तर दिये। आंचल ने सफलता के लिए निरंतरता, समर्पण, एकाग्रता और मेहनत को आवश्यक बताया। उन्होंने प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए महत्व और एक उत्पादक दिनचर्या अपनाने पर जोर दिया। कठिन समय में भी आगे बढ़ते रहने और स्वयं के प्रति ईमानदार रहने की सलाह दी। उन्होंने सह-पाठ्यक्रम गतिविधियों में भाग लेने, पढ़ाई और अन्य गतिविधियों में संतुलन बनाए रखने, डूम-स्क्रोलिंग से बचने और जीवनी पढ़ने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि केवल प्रतिभा पर्याप्त नहीं होती, उसे निरंतर मेहनत और लगन का साथ जरूरी है। अंत में 'राजपूताना शिक्षा मंडल' के पदाधिकारी विनोद गाडिया, उमेश मोदी, सचिव श्रवण कुमार केजडीवाल, दिनेश अग्रवाल व अन्य सदस्यों की ओर से बधाई व धन्यवाद ज्ञापित किया। यह समारोह विद्यार्थियों के लिए अत्यंत प्रेरणादायक रहा और उन्हें अपने लक्ष्यों के प्रति समर्पित रहने की प्रेरणा मिली।

# चूरू जिला कलक्टर को लिखा पत्र

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** कांग्रेस नेता मोहम्मद इदरीश गौरी ने चूरू जिला कलक्टर के पत्र लिखकर चांद बास के लोगों के पानी के बिल माफ करने की मांग की है। ज्ञापन में बताया गया है कि चांद बास में नई टंकी व पाइप लाइन के अभाव के कारण पानी की सप्लाई नहीं आती। इसलिए यहां के लोगों के बिल माफ किए जावें। इसी प्रकार बैद हॉस्पिटल, आर के गार्डन पीछे बस्ती में पाइप लाइन टूटी हुई हैं। जिसके कारण लोगों को कई महीनों से पानी की सप्लाई नहीं हो रही है, इसलिए इन क्षेत्रों में पानी के टैंकर्स की व्यवस्था करवाई जावे।

# शिविर में हुई 125 लोगों की चिकित्सकीय जांच

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** स्थानीय नया बास क्लब के सामने राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के तहत न्यामत अब्दुम करीम खिची राजकीय शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र चांद बास की ओर से चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया।

हेल्थ मैनेजर ओमप्रकाश परिहार ने बताया कि शिविर में डॉ. बजरंगलाल वर्मा द्वारा मोहल्ले के करीब 125 लोगों की जांच कर चिकित्सकीय परामर्श दिया गया और नि:शुल्क दवा वितरण किया गया। सामाजिक कार्यकर्ता दिनेश चांडक ने बताया कि शिविर में शुगर, बीपी, एएनसी जांचे भी की गई। शिविर को सफल बनाने में नर्सिंग ऑफिसर रामप्रताप बांसुड़ा, लैब टेक्नीशियन गौरव शर्मा, एएनएम मुनीदेवी, संजू कुमारी, पूजा सैन, प्रकाश सोनी आदि ने योगदान दिया। भामाशाह अब्दुल करीम खिची ने बताया कि प्रत्येक माह इस प्रकार के कैंपों का आयोजन अलग-अलग स्थानों पर किया जाता है।

# विधिक सेवा प्राधिकरण ने वेलफेयर कैंप के जरिए जगाई जन-चेतना

जयशकर जांगिड़

**झुंझुनू ( नवयत्न )।** जिला विधिक सेवा प्राधिकरण झुंझुनू द्वारा आज दिनांक 30.04.2026 को नगर पालिका भवन खेतड़ी में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण झुंझुनू व प्रशासनिक विभागों के संयुक्त तत्वावधान में एक लोक कल्याणकारी शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में मंचस्थ अतिथि डॉ. महेन्द्र के. सिंह सोलंकी सचिव जिला विधिक सेवा प्राधिकरण झुंझुनू अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश, प्रेमसिंह धनवाल अध्यक्ष तालुका विधिक सेवा समिति खेतड़ी अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश, सरिता चौधरी अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश संख्या-02 खेतड़ी, सीमा कुमारी अतिरिक्त मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट, विनोद कुमार न्यायिक मजिस्ट्रेट, सुनील कुमार तहसीलदार खेतड़ी, नागरमल गुर्जर अधिशाषी अधिकारी आदि उपस्थित थे। इस अवसर पर सचिव, जिला विधिक सेवा प्राधिकरण महेंद्र के. सिंह सोलंकी ने बताया कि इस प्रकार के जनकल्याणकारी शिविरों का उद्देश्य समाज के अंतिम व्यक्ति तक न्याय एवं सरकारी योजनाओं का लाभ पहुंचाना है।

उन्होंने आमजन से अपील की कि वे ऐसे शिविरों में अधिक से अधिक संख्या में भाग लेकर योजनाओं का लाभ उठाएं। शिविर में स्वास्थ्य विभाग, शिक्षा विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग, श्रम विभाग, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग सहित अन्य विभागों की सक्रिय भागीदारी रही। कार्यक्रम के दौरान आमजन को विधिक जागरूकता, स्वास्थ्य जांच एवं विभिन्न योजनाओं की जानकारी प्रदान की गई। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में आमजन की उपस्थिति रहीए जिससे शिविर सफल एवं प्रभावी रहा। अंत में आयोजकों द्वारा सभी विभागों का आभार व्यक्त किया गया। सभी विभागों द्वारा आमजन को राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी प्रदान की गई तथा पात्र व्यक्तियों को योजनाओं से लाभान्वित किया गया। सचिव ने बताया कि न्याय केवल अदालत तक सीमित नहीं न्याय केवल अदालतों तक सीमित नहीं है, बल्कि हर पात्र व्यक्ति तक सरकारी योजनाओं का लाभ पहुँचाना भी न्याय का ही एक रूप है। प्राधिकरण निरंतर ऐसे प्रयास करता रहेगा ताकि समाज का अंतिम व्यक्ति भी जागरूक और सशक्त बन सके। श्विधिक सेवा प्राधिकरण का यह प्रयास है कि कोई भी व्यक्ति जानकारी के अभाव में अपने अधिकारो से वंचित न रहे। सचिव जिला विधिक सेवा प्राधिकरण ने आमजन को नि:शुल्क विधिक सहायता, मध्यस्थता 2.0 अभियान, नालसा हेल्पलाईन नं. 15100, साइबर अपराध के प्रति जागरूकता, स्थाई लोक अदालत एवं प्राधिकरण की योजनाओं के बारे में जागरूक किया एवं सभी से अपील की कि वे ऐसे शिविरों में अधिकाधिक भाग लेकर सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएँ।

# मंडी में समर्थन मूल्य पर चने की खरीद तेज, 333 किसानों की फसल की हुई तुलाई

निसं

**सरदारशहर ( नवयत्न )।** कृषि उपज मंडी सरदारशहर में समर्थन मूल्य पर चना और सरसों की खरीद जारी है। चने का बाजार भाव समर्थन मूल्य से कम होने के कारण किसान बड़ी संख्या में अपनी फसल समर्थन मूल्य केंद्र पर बेच रहे हैं, जबकि सरसों के ऊंचे बाजार भाव के चलते किसान उसे खुले बाजार में बेचने को प्राथमिकता दे रहे हैं। समर्थन मूल्य खरीद केंद्र के इंचार्ज कुलदीप जोशी और ठेकेदार रफीक खान ने बताया कि चने की तुलाई के लिए अब तक 1,010 किसानों ने रजिस्ट्रेशन करवाया है, जिनमें से 333 किसानों की फसल की तुलाई हो चुकी है। साथ ही 810 किसानों को टोकन जारी किए जा चुके हैं और उन्हें केंद्र पर आकर फसल तुलाई कराने के लिए सूचित किया गया है। रजिस्ट्रेशन प्रक्रिया अभी भी जारी है। वहीं सरसों की फसल के लिए 1,420 किसानों ने रजिस्ट्रेशन कराया है, जिनमें से 1,323 किसानों को टोकन जारी किए जा चुके हैं।

इसके बावजूद अब तक केवल 17 किसानों ने ही सरसों की तुलाई करवाई है। अधिकारियों के अनुसार सरसों का समर्थन मूल्य 6,200 रुपये प्रति क्विंटल है, जबकि बाजार में इससे अधिक भाव मिल रहा है, जिससे किसान मंडी के बजाय बाजार में बिक्री कर रहे हैं। अधिकारियों ने बताया कि चने का समर्थन मूल्य 5,875 रुपये प्रति क्विंटल है, जबकि बाजार में इसका भाव करीब 5,100 रुपये प्रति क्विंटल चल रहा है। इसी वजह से किसान चने की फसल समर्थन मूल्य केंद्र पर अधिक बेच रहे हैं। मंडी में फसल बेचने आए किसानों ने बताया कि समर्थन मूल्य केंद्र पर व्यवस्था सुचारू है।

फसल की तुलाई तुरंत की जा रही है और 10 से 12 दिनों के भीतर भुगतान भी मिल रहा है। किसानों ने संतोष जताते हुए कहा कि इस बार उन्हें किसी प्रकार की परेशानी का सामना नहीं करना पड़ रहा है।

# विद्यार्थियों को साइबर सुरक्षा की जानकारी दी

निसं

**रींगस ( नवयत्न )।** बुधवार को एक विशेष जागरूकता कार्यशाला का आयोजन हुआ। इसमें रींगस थाना इंचार्ज दिलीप सिंह ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। कार्यक्रम के दौरान थाना इंचार्ज ने विद्यार्थियों को कानून की बारीकियों, यातायात नियमों और साइबर सुरक्षा के प्रति विस्तार से जानकारी दी।

उन्होंने छात्रों को संबोधित करते हुए कहा कि एक जागरूक नागरिक ही सशक्त समाज की नींव रखता है। कार्यशाला के दौरान विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपने सवाल पूछे, जिनका थाना इंचार्ज ने सरल और प्रभावी तरीके से समाधान किया।

इस दौरान हेड कांस्टेबल सुनील कुमार मीणा कांस्टेबल कमलेश कुमार शाहिद संस्थान के कई लोग मौजूद थे संस्थान निदेशक सुनील कुमावत ने सभी का आभार जताया।

# केवी स्कूल को गार्डनिंग मशीन भेंट की

निसं

**खेतड़ी नगर ( नवयत्न )।** केंद्रीय विद्वालय स्कूल में अध्यन करने वाले बच्चों ने स्कूल को गार्डनिंग मशीन भेंट की। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि ब्रदर्स ग्रुप ऑफकंपनी के चैयरमेन सुरेंद्र थे। अध्यक्षता प्राचार्य केएल मीणा ने की। रविंद्र फौजी ने बताया कि केवी स्कूल में असंभव, नियति व जियान ने की पढाई पुरी होने पर स्कूल प्रशासन को ब्रदर्स ग्रुप ऑफकंपनी के चैयरमेन सुरेंद्र द्वारा गार्डनिंग मशीन भेंट की। प्राचार्य केएल मीणा ने भामाशाह का आभार जताते हुए कहा कि गार्डनिंग मशीन द्वारा स्कूल में उगी हुई घास काटने, खरपतवार हटाने, छंटाई और पानी देने जैसे कार्यों के लिए काफी मददगार साबित होगी। उन्होंने बताया कि पहले बागवानी करने में काफी समस्या होती थी।

# शिव मंदिर को बनाया चोरों ने निशाना : ताला तोड़ दान पात्र से नकदी चोर कर हुए फरार

निसं

**खेतड़ी ( नवयत्न )।** खेतड़ीनगर थाना क्षेत्र के श्योलपुरा के शिव मंदिर में चोरी की वारदात सामने आई है, जिससे ग्रामीणों में रोष व्याप्त हो गया। देर रात अज्ञात चोरों ने मंदिर के मुख्य गेट का ताला तोड़कर अंदर प्रवेश किया और वहां रखा दान पात्र चोरी कर ले गए। मंदिर जैसी आस्था के केंद्र को निशाना बनाए जाने से लोगों में आक्रोश और चिंता दोनों देखने को मिली। चोर दान पात्र को अपने साथ ले गए तथा मंदिर से दूर ले जाकर तोड़ दिया। दान पात्र को तोड़कर उसमें रखी नकदी निकाल ली गई और खाली पात्र को सड़क किनारे फेंक दिया गया। ग्रामीणों को इसकी जानकारी मिलने पर मौके पर पहुंचकर देखा। मंदिर के पुजारी पूजा के लिए पहुंचे तो मंदिर के अंदर दान पात्र गायब मिला। इसके बाद उन्होंने तुरंत गांव में सूचना दी। सूचना मिलते ही बड़ी संख्या में ग्रामीण मौके पर एकत्रित हो गए और घटना पर नाराजगी जताई। ग्रामीणों ने इस घटना को गंभीर मानते हुए पुलिस को सूचना दीए जिसके बाद मामले की जांच की मांग की गई। ग्रामीणों ने बताया कि मंदिर में रखा दान पात्र पिछले काफी दिनों से नहीं खोला गया था। ऐसे में उसमें अच्छी-खासी राशि होने की संभावना थी। चोरों ने सुनियोजित तरीके से मंदिर को निशाना बनाया, जिससे यह स्पष्ट होता है कि उन्हें मंदिर की गतिविधियों की जानकारी थी। ग्रामीणों ने प्रशासन से मांग की है कि मंदिरों और सार्वजनिक स्थलों की सुरक्षा व्यवस्था मजबूत की जाए, ताकि भविष्य में इस प्रकार की घटनाओं पर रोक लगाई जा सके। साथ ही पुलिस से मामले की जांच कर जल्द आरोपियों को पकड़ने की भी मांग की गई है। खेतड़ीनगर पुलिस ने घटनास्थल का मौका मुआयना कर आवश्यक जानकारी जुटाई।

# अवैध शराब की ब्रांच पर छापा मारकर जब्त की करीब 250 लीटर शराब व बीयर

**तारानगर (नवयत्न)।**

पुलिस ने रोडवेज बस स्टैंड के पीछे चल रही अवैध शराब की ब्रांच पर छापा मारकर करीब 250 लीटर अंग्रेजी/देशी शराब व बीयर जब्त की है। तारानगर थाना प्रभारी आरपीएस स्वाति बूरी ने बताया कि महानिरीक्षक पुलिस बीकानेर रैंज द्वारा चलाये जा रहे अवैध गतिविधियों के खिलाफ विशेष अभियान के तहत पुलिस अधीक्षकचूरू निश्चय प्रसाद एम द्वारा अवैध शराब तस्करी के खिलाफ प्रभावी कार्यवाही करने के आदेश प्रदान किये गये। जिस पर तारानगर पुलिस टीम ने रिछपाल सिंह चारण, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक सेक्टर राजगढ़, रोहित सांखला, आरपीएस वृत्ताधिकारी वृत तारानगर, चूरू के निकट सुपर विजन में अवैध शराब सुरागरशी के खिलाफ कार्यवाही करते हुये बुधवार रात्रि को तारानगर के रोडवेज बस स्टैण्ड के पिछे बिना लाईसेंस ध्परमीट के चल रही अवैध ब्रांच में अलग-अलग ब्राण्डों की अंग्रेजी व देशी शराब तथा बीयर कुल 131 लीटर अंग्रेजी शराब, 90 लीटर बीयर व 27 लीटर देशी शराब राजस्थान निर्मित जब्त की व ब्रांच से शराब बिक्री की राशि के कुल 19100/- रूपये बरामद किये। पुलिस को देखकर अवैध शराब ब्रांच संचालक मौके से फरार हो गया। पुलिस ने अज्ञात व्यक्ति के खिलाफ आबकारी अधिनियम-1950 में प्रकरण दर्ज करके तफ्तीश सत्य प्रकाश उप निरीक्षक, पीएस तारानगर को सौंपी है। सम्पूर्ण कार्यवाही में जिला पुलिस अधीक्षक चूरू का नजदीकी सुपरविजन रहा।

# प्रदेश में तेज आंधी और बारिश की चेतावनी

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** प्रदेश में आंधी-बारिश की गतिविधियों के चलते गर्मी से आंशिक राहत मिली है। पिछले दो-तीन दिनों में कई क्षेत्रों में अधिकतम तापमान में 2 से 3 डिग्री सेल्सियस की गिरावट दर्ज की गई है। फिलहाल अधिकांश जिलों में तापमान 40 से 42 डिग्री सेल्सियस के आसपास बना हुआ है, जो सामान्य स्तर के करीब है। मौसम विभाग के अनुसार एक नए पश्चिमी विक्षोभ के सक्रिय होने और बंगाल की खाड़ी से आ रही पूर्वी हवाओं के प्रभाव से आगामी चार से पांच दिनों तक प्रदेश में दोपहर बाद तेज आंधी, मेघगर्जन और हल्की से मध्यम बारिश की संभावना है। इस दौरान 40 से 50 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से तेज हवाएं चल सकती हैं। जयपुर मौसम केंद्र के निदेशक राधेश्याम शर्मा ने बताया कि प्रदेश के कुछ हिस्सों में हीट वेव और उष्ण रात्रि की स्थिति भी दर्ज की गई है, जबकि कई स्थानों पर मेघगर्जन के साथ हल्की बारिश हुई है। पिछले 24 घंटे में सर्वाधिक 13 मिलीमीटर वर्षा हनुमानगढ़ में दर्ज की गई। प्रदेश में सर्वाधिक तापमान फलोदी में 43.8 डिग्री सेल्सियस और चित्तौड़गढ़ में 43.4 डिग्री सेल्सियस रिकॉर्ड किया गया। वहीं न्यूनतम तापमान सीकर में 21 डिग्री सेल्सियस दर्ज हुआ। आगामी दिनों में दक्षिण-पश्चिमी भागों में तापमान 43 से 45 डिग्री सेल्सियस तक पहुंचने की संभावना है, जबकि अन्य क्षेत्रों में यह 40 से 43 डिग्री के बीच रह सकता है। मई के पहले सप्ताह में कहीं-कहीं हीट वेव की स्थिति भी बन सकती है।

### जयपुर में बदला मौसम, मिली राहत

इसी बीच गुरुवार को जयपुर में मौसम ने अचानक करवट ली। दोपहर बाद तेज अंधड़ के साथ हल्की बारिश होने से तापमान गिरकर करीब 35 डिग्री सेल्सियस रह गया। दिन में घने बादल छा जाने से अंधेरा सा माहौल बन गया और तेज हवाओं के बाद बारिश से लोगों को भीषण गर्मी से राहत मिली।

### इन संभागों में बारिश के आसार

मौसम विभाग ने आगामी दिनों में भरतपुर, अजमेर, कोटा, जोधपुर, बीकानेर और जयपुर संभाग में आंधी-बारिश की संभावना जताई है। कई जिलों में मेघगर्जन, तेज हवाओं और बारिश को लेकर येलो अलर्ट जारी किया गया है, जहां 30 से 40 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से हवाएं चल सकती हैं।

### प्रमुख शहरों का तापमान ;डिग्री सेल्सियस मेंद्ध :

अजमेर 40.4, भीलवाड़ा 41, वनस्थली 40.7, अलवर 39.5, जयपुर 41, पिलानी 38.9, सीकर 38, कोटा 41.3, चित्तौड़गढ़ 43.4, डबोक 40.5, बाड़मेर 42, पाली 40.4, जैसलमेर 42.6, जोधपुर 41.3, फलोदी 43.8, बीकानेर 41.4, चूरू 40.8, श्रीगंगानगर 38.6, धौलपुर 40, नागौर 39.9, हनुमानगढ़ 36.9, जालौर 39.1, सिरोही 36, सवाई माधोपुर 40, फतेहपुर 38.5, करौली 39। मौसम विभाग के अनुसार आंधी-बारिश की गतिविधियों के चलते अगले कुछ दिनों में तापमान में स्थिरता बनी रहेगी और हीट वेव से राहत मिलने की संभावना है।

# राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा रत्न अवार्ड श्याम स्वर्णकार को

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** अंतर्राष्ट्रीय माहेश्वरी कपल क्लब भारत द्वारा राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा रत्न अवार्ड 2026 सुजानगढ़ निवासी टीम हारे का सहारा के संयोजक श्यामसुंदर स्वर्णकार को दिया जाएगा। संस्कार के साथ सुरक्षा अभियान के अंतर्गत स्वर्गीय मृणाल राठी स्मृति आईएमसी राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा रत्न अवार्ड के लिए स्वर्णकार का चयन जन जागृति भूषण के रूप में किया गया है। क्लब के जिला अध्यक्ष शशि कला राम अवतार मंत्री ने बताया सड़क दुर्घटनाओं की रोकथाम, यातायात नियमों के प्रति जन जागरूकता, घायलों के त्वरित सहायता एवं सुरक्षित यात्रा संस्कृति के निर्माण में योगदान के लिए स्वर्णकार को यह सम्मान दिया जायेगा।

## जयपुर पुलिस कमिश्नर कल करेंगे जनसुनवाई

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** आमजन में विश्वास और अपराधियों में भय कायम रखने के लिए जयपुर पुलिस कमिश्नर सचिन मित्तल 2 मई शनिवार को दोपहर 11:30 से 01:30 बजे तक पुलिस थाना आमेर पर जनसुनवाई करेंगे। इस दौरान आमेर सर्किल के आमेर, ब्रह्मपुरी एवं जयसिंहपुरा खोर थानों के परिवादियों की जनसुनवाई की जाएगी। जनसुनवाई का उद्देश्य संबंधित क्षेत्र के परिवादियों की समस्याओं का तुरंत निस्तारण करते हुए आमजन को राहत पहुँचाना है । गौरतलब है कि इससे पूर्व पुलिस कमिश्नर द्वारा एसीपी कार्यालय झोटवाड़ा, सामुदायिक भवन सांगानेर, पुलिस थाना शिप्रापथ, विद्याधर नगर, भांकरोटा, शिवदासपुरा एवं बस्सी में जनसुनवाई कर परिवादियों की समस्याओं का मौके पर निस्तारण किया जा चुका है।

# विधानसभा अध्यक्ष वासुदेव देवनानी लाडनूं पहुंचे

## युवा आलोक में युवाओं को किया संबोधित

निसं

**लाडनूं ( नवयत्न )।** राजस्थान विधानसभा अध्यक्ष वासुदेव देवनानी गुरुवार दोपहर लाडनूं पहुंचे। लाडनूं आगमन पर प्रवेश द्वार पर ही भाजपा नेता करणी सिंह के नेतृत्व में उनका पारंपरिक तरीके से साफा एवं माला पहनाकर भव्य स्वागत किया गया। इसके बाद देवनानी जैन विश्व भारती पहुंचे जहां आचार्य श्री महाश्रमण के दर्शन कर उनसे धर्मलाभ प्राप्त किया। युवा आलोक में अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के तत्वावधान में आयोजित कार्यक्रम में उन्होंने युवाओं को संबोधित किया। अपने संबोधन में देवनानी ने युवाओं को अपना लक्ष्य निर्धारित कर आगे बढ़ने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि देश के विकास में युवाओं की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है और यदि युवा संकल्प लेकर आगे बढ़ें तो भारत को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया जा सकता है। कार्यक्रम के पश्चात विश्व भारती यूनिवर्सिटी के वीसी कार्यालय में बच्छराज दुगड़ द्वारा उनका अभिनन्दन किया गया। तत्पश्चात देवनानी का जेविभा सचिवालय में अध्यक्ष अमरचंद लुंकड़, मंत्री सलील लोढ़ा और डॉ. विजयश्री शर्मा के द्वार शॉल ओढ़ाकर एवं प्रतीक चिन्ह भेंट कर सम्मान किया गया। इसके बाद युवालोक पहुंचने पर

राजेंद्र खटेड़ ने देवनानी को अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के कार्यों के बारे में जानकारी प्रदान की। इस अवसर पर भाजपा नेता गजेन्द्र सिंह ऑडिट, एसडीएम मीनू वर्मा, डिप्टी जितेंद्र सिंह, तहसीलदार अनिरु पांडे, लोकेंद्र सिंह नरूका आदि मौजूद रहे।

# एसडीएम ने शिक्षा विभाग अधिकारियों ओर संस्था प्रधानों के साथ बैठक

निसं

**खेतड़ी ( नवयत्न )।** खेतड़ी पंचायत समिति सभागार में गुरुवार को चिकित्सा विभाग व शिक्षा अधिकारियों के अधिकारियों के साथ बैठक का आयोजन किया। एसडीएम सुनील कुमार चौहान की अध्यक्षता में हुई बैठक में एचपीवी वैक्सीनेशन महाअभियान को सफल बनाने का आह्वान किया गया। इस दौरान एसडीएम ने राजकीय स्कूलों व निजी स्कूलों में संस्थान प्रधानों के साथ बैठक में आवश्यक दिशा निर्देश दिए। एसडीएम सुनील कुमार चौहान ने बैठक में कहा कि राज्य सरकार की ओर से बालिकाओं को सर्वाइकल कैंसर से बचाव को लेकर इस

अभियान का शुभारंभ किया गया है। इस अभियान के तहत 14 से 15 वर्ष की बालिकाओं को सर्वाइकल कैंसर की वैक्सीन लगाई जाएगी। उन्होंने बताया कि देश में महिलाओं को होने वाली कैंसर की बिमारी से बचाने के लिए इस अभियान का संचालन किया गया है, किसी प्रकार के रोग से बचाने के लिए सबसे पहले टीकाकरण होना बहुत जरूरी है। एसडीएम चौहान ने कहा कि वैक्सीनेशन को लेकर नकारात्मक भ्रांतियां फैलाई जा रही है, जो प्रत्येक व्यक्ति के लिए सही नहीं है। बेटियों के भविष्य को बेहतर बनाने के लिए इस वैक्सीनेशन का सफल होना बहुत जरूरी है। अभिभावक को किसी प्रकार की भ्रांती होने पर अपने क्षेत्र के नजदीक अस्पताल में जाकर विशेषज्ञ डॉक्टर से इसकी जानकारी लेकर उसे दूर किया जा सकता है। इस दौरान उन्होंने अफवाहों से दूर रहकर बेटियों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का आह्वान किया गया है। इस अभियान के तहत खेतड़ी ब्लाक के सभी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र व उपजिला अस्पताल पर वैक्सीनेशन किया जा रहा है। इस मौके पर बीसीएमओ डॉ. हरीश यादव, डॉ. महेंद्र सैनी, सीबीईओ अनुकंपा अरडावतिया, राजेंद्र यादव, मनोज कुमार सहित चिकित्साए शिक्षा विभाग के अधिकारी मौजूद थे।

# निराश्रित गौवंश के लिए की चारे-पानी की व्यवस्था

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** यहां अखिल भारतीय मारवाड़ी महिला संगठन की ओर से कान्हा गो सेवा समिति के तत्वावधान में निराश्रित गोवंश के लिए चारे व पेयजल की व्यवस्था की गई। संगठन की अध्यक्ष सुषमा बजाज ने बताया कि इस भीषण गर्मी के मद्देनजर संगठन द्वारा एक पेयजल टेंकर एवं पशुचारे की व्यवस्था करने का निर्णय लिया गया। जिससे निराश्रित गोवंश को राहत मिल सके।

इस अवसर पर सचिव सरोज राठी, सह सचिव मीनू शर्मा, प्रिया राठी, अंजू हीरावत, मंजू हीरावत, सरिता झंवर, शांति मूंधड़ा आदि ने व्यवस्था में सहयोग किया।

## भीषण गर्मी में प्यासों को पानी पिलाना ही सच्ची मानव सेवा : फर्गोड़िया

निसं

**तारानगर ( नवयत्न )।** युवादल के द्वारा हर साल की भांति भीषण गर्मी के दौरान पेयजल वितरण की व्यवस्था शुरू की गई है। युवादल के मुकेश फगेड़िया ने बताया कि क्षेत्र में पड़ रही भीषण गर्मी को देखते हुवे युवादल के कार्यकर्ताओं द्वारा आवारा ओर बेसहारा पशुओं के लिए खेलों को साफकर उनमें टैंकरों के द्वारा साफ पेयजल की आपूर्ति की जा रही है वंही झुगी झोपड़ी में रहने वाले लोगों जिन तक पेयजल नही पहुंच पा रहा है वंहा टैंकरों से पेयजल आपूर्ति की जा रही है। जो निरन्तर पूरी गर्मी जारी रहेगी। इस अवसर पर भामाशाह अमरसिंह चारण ने बताया कि सक्षम व्यक्ति तो पैसे देकर पानी के टैंकर गिरवाने में

समर्थ है, परंतु झुग्गी पट्टी ओर आवारा पशुओं को पेयजल की आपूर्ति करवाना हमारा नैतिक धर्म है और यही मानवता की निशानी है। वंही फगेड़िया ने कहा किभीषण गर्मी में प्यासों को पानी पिलाना ही सच्ची मानव सेवा है। इस अवसर पर युवादल के अनेक कार्यकर्ता मोजूद रहे।

# विकास गुप्ता मेंटर ऑफ द ईयर इन एकेडमिक एक्सीलेंस अवार्ड से सम्मानित

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** पंजाब विधानसभा चंडीगढ़ में भारत विभूषण सम्मान 2026 का आयोजन किया गया। जिसमें जयपुर स्थित सिरेमिक एकेडमी के मेंटर विकास गुप्ता को यह सम्मान दिया गया। उन्हें इस वर्ष के मेंटर ऑफ द ईयर इन ऐकडेमिक एक्सीलेंस के सम्मान से पुरस्कृत किया गया है। यह सम्मान उन्हें विधानसभा अध्यक्ष सरदार कुलतार सिंह संधावां ने दिया। दरअसल इस वर्ष 12वीं कक्षा के परिणाम के बाद सिरेमिक संस्थान ने घोषणा की है, कि जो भी विद्यार्थी साधन के अभाव की वजह से यदि

सिविल परीक्षाओं की तैयारी नहीं कर पा रहा है। तो संस्थान उनके लिए नि:शुल्क तैयारी, कंटेंट और गाइडेंस जैसी हर आवश्यक सुविधा उपलब्ध करवाएगा। जिस भी विद्यार्थी ने सरकारी स्कूल से 12वीं कक्षा पास की है वे विद्यार्थी इस योजना के लिए योग्य होंगे एवं निजी विद्यालय के वे विद्यार्थी जो 40 प्रतिशत तक दिव्यांग है या जिनका परिवार गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन कर रहा है उन्हें संस्थान ऑनलाइन प्लेटफार्म उपलब्ध करवाएगा। यह सुविधा पूर्णतया नि:शुल्क होगी और उन्हें संस्थान के मार्फत सम्पूर्ण मार्गदर्शन भी उपलब्ध करवाया जाएगा। पूरे प्रदेश भर से एक हजार विद्यार्थियों के लिए यह सुविधा उपलब्ध रहेगी। संस्थान ने यह मुहिम संस्थान के मेंटर विकास गुप्ता की प्रेरणा से प्रारंभ की है एवं उन्हीं की देख रेख में इस मुहिम को आगे बढ़ाया जा रहा है।

संस्थान की मुहिम को पंजाब सरकार ने सराहा है एवं शुभकामनाओं के साथ मेंटर विकास गुप्ता को यह सम्मान प्रदान किया है। मेंटर विकास गुप्ता ने सम्मान प्राप्ति के बाद कहा की ऐसे सम्मान हमें जीवन भर ऊर्जा प्रदान करते है। समाज के अभावग्रसित बच्चों के लिए संस्थान सदैव समर्पित भाव से कार्य करता रहेगा।

# राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान में कार्यशाला में 30 चिकित्सकों ने लिया प्रशिक्षण

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान में श्कौशलम 2.0 कार्यक्रम के तहत आयुर्वेद शिक्षकों एवं चिकित्सकों की कार्यकुशलता, व्यवहार कौशल और नेतृत्व क्षमता के विकास के लिए एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला में 30 चिकित्सकों ने सक्रिय भागीदारी निभाई। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एवं संस्थान के कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए कहा कि समय से पहले और भाग्य से ज्यादा उन्हें ही मिलता है जो निरंतर मेहनत करते हैं। उन्होंने चिकित्सकों को ज्ञान के साथ-साथ व्यवहारिक और नेतृत्व कौशल विकसित करने पर जोर दिया, ताकि मरीजों को

बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान की जा सकें। विशेष बात यह रही कि पूरे कार्यक्रम की रूपरेखा स्वयं कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने तैयार की और उसका संचालन भी किया, जिससे कार्यशाला अधिक व्यावहारिक और प्रभावी बनी। कार्यशाला में विशेषज्ञों ने प्रभावी संवाद, टीम वर्क, समय प्रबंधन और नेतृत्व विकास जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर क्रिएटिव व रोचक सत्र आयोजित किए। प्रतिभागियों ने विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से अपने कौशल और नेतृत्व क्षमता को सशक्त बनाया। कौशलम 2.0 पहल का उद्देश्य आयुर्वेदिक चिकित्सा क्षेत्र में गुणवत्ता सुधार लाना और चिकित्सकों को नई चुनौतियों के लिए तैयार करना है। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र वितरित किए गए। साथ ही भविष्य में भी ऐसे प्रशिक्षण कार्यक्रम निरंतर आयोजित करने की बात कही गई।

## 4 करोड़ की लागत से बनेगा अटल प्रगति पथ

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** नोखा के भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष बिहारीलाल बिश्नोई के प्रयासों से समीपवर्ती गांव रोड़ा व काकड़ा में 4 करोड़ की लागत से नवीन अटल प्रगति पथ स्वीकृत हुए हैं। भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष बिहारीलाल बिश्नोई ने बताया कि मुख्यमंत्री बजट घोषणा के तहत रोड़ा में 1.4 किलोमीटर एवं काकड़ा में 1.70 किलोमीटर में 2.2 करोड़ रुपए की लागत से इन सड़कों का निर्माण किया जाएगा। इन सड़कों के निर्माण से आवागमन में सुगमता होगी। मुख्यमंत्री द्वारा दी गई इस स्वीकृति के लिए भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष बिहारीलाल बिश्नोई ने मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा एवं उप मुख्यमंत्री दिया कुमारी का आभार व्यक्त किया है।

# वन मंडल में वन्यजीव गणना आज से प्रारम्भ

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** जयपुर वन मंडल के अधीन वन क्षेत्रों में वैशाख पूर्णिमा के अवसर पर वॉटरहोल पद्धति से 24 घंटे की वन्यजीव गणना शुक्रवार और शनिवार को लगातार की जाएगी। उप वन संरक्षक वन्यजीव विजय पाल सिंह ने बताया कि इस गणना का मुख्य उद्देश्य जयपुर वन क्षेत्र में वन्यजीवों की वर्तमान संख्या का सही आकलन करना है, जिससे उनके संरक्षण एवं प्रबंधन के लिए बेहतर एवं वैज्ञानिक योजना बनाई जा सके।

सिंह ने बताया कि गणना स्थल पर कुल 59 जल स्रोतों-पॉइंट्स को चिह्नित किया गया है। इनमें नाहरगढ़ जैविक उद्यान में 9, नाहरगढ़ अभयारण्य में 19 तथा प्रादेशिक रेंज में 31 पॉइंट शामिल हैं। इसके अलावा गणना विधि के लिए वॉटरहोल पद्धति अपनाई जा रही है, जिसमें पूर्णिमा की रात्रि में वन्यजीवों के जल स्रोतों पर आने के स्वाभाविक व्यवहार का उपयोग कर गणना की जाती है। इसके अलावा निगरानी व्यवस्था के लिए सटीक आंकड़े एकत्रित करने के लिए सभी 59 जल स्रोतों के समीप मचान बनाए गए हैं। साथ ही वैज्ञानिक निगरानी के लिए कैमरा ट्रैप भी स्थापित किए गए हैं। इसके लिए वन विभाग का प्रशिक्षित स्टाफ तथा चयनित वॉलंटियर्स भाग लेंगे। दल द्वारा बाघ, बघेरे लेपर्ड सहित समस्त वन्यजीवों की गणना की जाएगी। वन विभाग जयपुर आमजन से अपील करता है कि गणना अवधि में वन क्षेत्रों में अनावश्यक आवागमन से बचें एवं वन्यजीव संरक्षण में सहयोग करें।

# नोखा में निजी बस चालकों की मनमानी, गली-गली में बना रहे स्टैंड

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** नोखा में एक और गंभीर मुद्दा निजी बस संचालकों की मनमानी का तेजी से सामने आ रहा है। शहर में व्यवस्थित बस स्टैंड की कमी ने हालात को और बिगाड़ दिया है, और इसका खामियाजा आम जनता को भुगतना पड़ रहा है। निजी बस चालक अपनी सुविधा के अनुसार कहीं भी बस खड़ी कर देते हैं।

चौराहों पर, बाजार के बीच, संकरी गलियों एवं मुख्य सड़क के किनारे बसों को खड़ा कर देने की वजह से पहले से ही जाम की स्थिति का सामना कर रहे रास्तों पर और भी अधिक दबाव बढ़ जाता है। जहां सड़कें पहले ही पुल निर्माण के कारण सिकुड़ चुकी हैं, वहां इस तरह की लापरवाही स्थिति को पूरी तरह बेकाबू बना रही है।

### अवैध वाहन पार्किंग व ओवरलोड वाहनों से आवागमन की राह कठिन

नोखा के मुख्य स्थानों तहसील रोड, आम्बेडकर सर्किल, घण्टाघर, सुजानगढ़ रोड, सलुण्डिया रोड, कटला चौक, मरोठी चौक सहित शहर के मुख्य स्थानों पर बड़े वाहन चालकों द्वारा मनमाने तरीके से वाहनों की पार्किंग लम्बे समय तक की जाती है। इसके चलते राहगीरों को समस्या का सामना करना पड़ता है। आने-जाने के रास्ते बंद होने की वजह से दिनभर में कई बार जाम की स्थिति बनी रहती है, जो कि घण्टों तक जारी रहती है। यातायात पुलिसकर्मी नियुक्त नहीं होने से आमजन द्वारा ही अपना रास्ता निकाला लिया जाता है। यही नहीं, इसके अलावा शहर के अन्दर से गुजरते भारी ओवरलोड वाहनों की वजह से भी जाम की स्थिति बनती है।

चूंकि एक ओर वाहनों की अवैध पार्किंग और दूसरी ओर भारी ओवरलोड वाहनों का कस्बे के बीच से गुजरने से राहगीरों व छोटे वाहन चालकों को आवागमन में भयंकर समस्या का सामना करना पड़ रहा है। यह सब कुछ देखकर प्रतीत होता है, कि नोखा की ट्राफिक व्यवस्था का कोई घणी-घोरी नहीं है। सबसे ज्यादा परेशानी पैदल चलने वालों को होती है। बसें अचानक बीच सड़क पर रुक जाती हैं, जिससे पीछे आने वाले वाहन भी रुक जाते हैं और लंबी कतार लग जाती है। कई बार लोग बस में चढ़ने-उतरने के लिए सड़क के बीच खड़े हो जाते हैं, जिससे दुर्घटना का खतरा और बढ़ जाता है। बच्चों और बुजुर्गों के लिए यह स्थिति बेहद खतरनाक बन चुकी है।

### यातायात पुलिस की आवश्यकता

यातायात पुलिसकर्मी नहीं होने से खुलेआम यातायात के नियमों की अनदेखी हो रही है, लेकिन कार्रवाई नाम की कोई चीज नजर नहीं आती। न तो निजी बसों के लिए तय स्टॉप हैं, न ही कोई सख्त निगरानी।

ऐसा लगता है जैसे हर चालक अपने हिसाब से नियम बना रहा हो। इस स्थिति ने एक बड़ा सवाल खड़ा कर दिया है, कि क्या शहर में एक व्यवस्थित बस स्टैंड बनाना इतना मुश्किल है। अगर बस स्टैंड होता, तो बसों का संचालन नियंत्रित तरीके से होता और इस तरह की अव्यवस्था से बचा जा सकता था। जनता की मांग अब साफऔर सख्त है। शहर में जल्द से जल्द एक उचित बस स्टैंड बनाया जाए, ताकि निजी बसों के लिए निश्चित स्टॉप तय किया जा सके।

सड़क पर कहीं भी बस खड़ी करने पर सख्त जुर्माना भी लगाया जाना चाहिए। ट्रैफिक पुलिस की निगरानी बढ़ाई जाए, जिससे निजी बस संचालकों की दादागिरी पर अंकुश लगाया जा सके।

चूंकि पुलिस का खौफ नहीं होने से निजी बस संचालक यात्रियों व आमजन के साथ दुर्व्यवहार करते हैं तथा मनमाने तरीके से किराया वसूल करते हैं। अगर इस समस्या पर तुरंत ध्यान नहीं दिया गया, तो हालात और बिगड़ते जाएंगे। पुल निर्माण से पहले ही परेशान जनता के लिए यह नई मुसीबत किसी सजा से कम नहीं है।

अंत में व्यवस्था तभी बनती है, जब नियमों का पालन हो और जिम्मेदारी तय हो। वरना नोखा में यह अव्यवस्था यूं ही आम लोगों की जिंदगी को मुश्किल बनाती रहेगी।

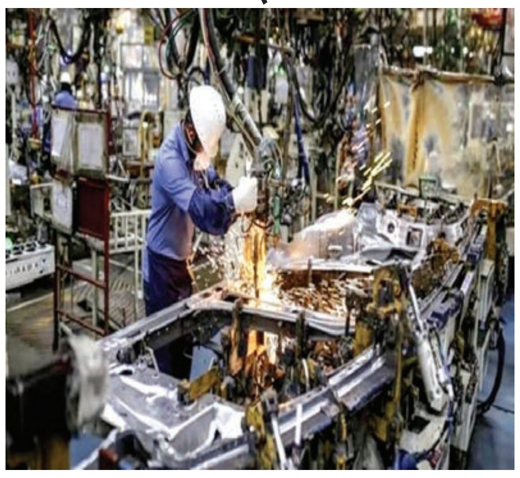
## नि:शुल्क साइकिल वितरण कार्यक्रम आयोजित

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** यहां हीरादेवी गट्टाणी राजकीय बालिका उगा माध्यमिक विद्यालय में नौवीं कक्षा की छात्राओं को साइकिलें वितरित की गई। इस अवसर पर प्रधानाचार्य रिछपाल बिश्नोई, प्रहलाददान रामजीवन शर्मा, दिनेश भार्गव, उषा नायका, मुकेश कटेव सहित शाला स्टाफ ने छात्राओं के उज्जवल भविष्य की शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम के दौरान शाला की 101 बालिकाओं को साइकिलों का वितरण किया गया। जिससे बालिकाओं को आवागमन एवं शिक्षा में सहयोग मिलेगा।

## सम्पादकीय

# पश्चिम एशिया के संकट ने भारत की औद्योगिक रफ्तार को झटका दिया



पिछले वर्ष विनिर्माण क्षेत्र में अच्छे प्रदर्शन से औद्योगिक उत्पादन की जो लुभावनी तस्वीर दिखाई दे रही थी, वह इस साल पश्चिम एशिया में उपजे संकट की वजह से फीकी पड़ गई है। सरकार की ओर से मंगलवार को जारी आंकड़ों में बताया गया कि औद्योगिक उत्पादन वृद्धि मार्च में घटकर पांच महीने के निचले स्तर 4.1 फीसद पर आ गई। इसका कारण विनिर्माण क्षेत्र में कमजोर प्रदर्शन को माना जा रहा है, जिसके पीछे अमेरिका-इजराइल और ईरान के बीच संघर्ष से उपजे हालात भी एक बड़ी वजह है।

होर्मुज जलमार्ग के बंद होने से जहां तेल और गैस आपूर्ति की वैश्विक श्रृंखला बाधित हुई है, वहीं देश का निर्यात भी प्रभावित हुआ है, जिसका सीधा असर औद्योगिक उत्पादन पर पड़ा है। गौरतलब है कि समग्र औद्योगिक उत्पादन में विनिर्माण क्षेत्र की बड़ी हिस्सेदारी है और इसमें गिरावट देश के आर्थिक विकास की रफ्तार के लिए चिंताजनक है। अगर पश्चिम एशिया में हालात सामान्य होने में ज्यादा समय लगा, तो स्थिति और ज्यादा बिगड़ सकती है।

आंकड़ों के मुताबिक, मार्च में बिजली उत्पादन लगभग स्थिर रहा, इसमें वृद्धि दर महज 0.8 फीसद रही, जो पिछले वर्ष के मुकाबले काफी कम है। जाहिर है कि इससे भी समग्र औद्योगिक वृद्धि दर पर दबाव बढ़ा है। देश में एक ओर बढ़ती महंगाई की चुनौतियां हैं, तो दूसरी ओर वैश्विक स्तर पर ऊर्जा संकट और अनिश्चितता के माहौल का असर औद्योगिक उत्पादन पर पड़ रहा है। यह स्वाभाविक है कि अगर देश में उत्पादन घटेगा, तो विकास की रफ्तार कमजोर पड़ती जाएगी।

इससे पहले अमेरिका की ओर से भारत पर लगाए गए शुल्क की वजह से औद्योगिक क्षेत्र प्रभावित हुआ था। पश्चिम एशिया में संघर्ष से पैदा हुआ संकट कब तक हल हो पाएगा, इस संबंध में अभी कुछ कहा नहीं जा सकता, इसलिए इसका असर दूरगामी न हो और देश में विकास की गति धीमी न पड़े, इसके लिए सरकार को वैकल्पिक उपायों पर ध्यान केंद्रित कर नए रास्ते तलाशने होंगे। अगर समय रहते इस पर गंभीरता से विचार नहीं किया गया, तो आने वाले दिनों में जो हालात पैदा होंगे, उनसे निपटना आसान नहीं होगा।

## विशेष आलेख

# कोशिका स्तर पर जैविक उम्र बढ़ाती गर्मी

एक नया अध्ययन बताता है कि बहुत ज्यादा गर्मी कोशिका स्तर पर उम्र बढ़ने की प्रक्रिया में तेजी ला सकती है। यह हमें अच्छी तरह से ज्ञात है कि बहुत अधिक तापमान शरीर पर दबाव डाल सकता है। लेकिन अब इस बात के सबूत बढ़ रहे हैं कि लंबे समय तक गर्मी में रहने से आयु-वृद्धि की प्रक्रिया तेज हो सकती है।

तेजी से गर्म होती दुनिया में गर्मी का मौसम अब ज्यादा सताने लगा है। गर्मी पहले से कहीं ज्यादा लंबी और जानलेवा हो गई है। बहुत ज्यादा गर्मी के स्पष्ट प्रभाव डिहाइड्रेशन, हीट स्ट्रोक और थकावट के रूप में दिखाई देते हैं लेकिन वैज्ञानिकों का दावा है कि तेज गर्मी उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को भी तेज कर सकती है। सदर्न कैलिफोर्निया यूनिवर्सिटी द्वारा किया गया एक नया अध्ययन बताता है कि बहुत ज्यादा गर्मी कोशिका स्तर पर उम्र बढ़ने की प्रक्रिया में तेजी ला सकती है। यह हमें अच्छी तरह से ज्ञात है कि बहुत अधिक तापमान शरीर पर दबाव डाल सकता है। लेकिन अब इस बात के सबूत बढ़ रहे हैं कि लंबे समय तक गर्मी में रहने से आयु-वृद्धि की प्रक्रिया तेज हो सकती है। किसी व्यक्ति की तारीख के अनुसार गिनी जाने वाली उम्र से भी ज्यादा महत्वपूर्ण उसकी जैविक उम्र होती है। यही स्वास्थ्य का असली पैमाना है। जैविक उम्र यह दिखाती है कि हमारी कोशिकाएं, ऊतक और अंग कितनी अच्छी तरह काम करते हैं। जब जैविक उम्र तिथि आधारित उम्र से ज्यादा होती है, तो बीमारी का खतरा बढ़ जाता है। अध्ययन की वरिष्ठ लेखक जेनिफर एलशायर का कहना है कि गर्म इलाकों में रहने वाले लोगों में ठंडे इलाकों के लोगों की तुलना में जैविक उम्र बढ़ने की प्रक्रिया ज्यादा तेज होती है।

गर्मी और उम्र बढ़ने के बीच संबंध की जांच करने के लिए शोधकर्ताओं ने 56 साल और उससे अधिक उम्र के 3,600 से ज्यादा लोगों के डेटा की जांच की, जो स्वास्थ्य और सेवानिवृत्ति से संबंधित अध्ययन में शामिल थे। वैज्ञानिकों ने छह साल की अवधि में रक्त के नमूने लिए और जीन संबंधी बदलावों का पता लगाने के लिए उनका विश्लेषण किया। ये ऐसे रासायनिक परिवर्तन हैं जो जीन के काम करने के तरीके पर असर डालते हैं। इस क्षेत्र में एक बड़ी प्रक्रिया 'डीएनए मिथाइलेशन' है, जिसमें एक रसायन डीएनए में जुड़ता है। यह प्रक्रिया आनुवंशिक कोड में बदलाव किए बिना जीन को चालू या बंद कर सकती है। शोधकर्ताओं ने इन आणविक परिवर्तनों पर नजर रखने के लिए एक जैव-रासायनिक टूल (एपिजेनेटिक घड़ी) का इस्तेमाल किया। यह टूल मिथाइलेशन पैटर्न का पता लगाकर जैविक उम्र का अनुमान लगाता है। शोधकर्ताओं ने 2010 से 2016 तक के पुराने गर्मी सूचकांक डेटा के साथ जैविक उम्र बढ़ने की दरों की तुलना की, जिससे गर्मी और आयु-वृद्धि के बीच एक मजबूत संबंध का पता चला। तापमान और आर्द्रता के मिश्रण से यह तय होता है कि गर्मी कितनी ज्यादा है। बहुत ज्यादा गर्मी को तीन श्रेणियों में बांटा गया है। सतर्कता स्तर 27 सेल्सियस 32 सेल्सियस तक होता है। बहुत ज्यादा सावधानी वाली श्रेणी 32 सेल्सियस से 40 सेल्सियस तक होती है। सबसे खतरनाक स्तर 40 सेल्सियस से शुरू होता है और 51 सेल्सियस तक जाता है। इस अध्ययन में यह देखा गया कि हर स्तर की गर्मी के बार-बार संपर्क में आने से जैविक उम्र पर कितना असर पड़ता है। बहुत ज्यादा गर्मी के ज्यादा दिनों का मतलब था कोशिका स्तर पर तेजी से उम्र बढ़ना। कुछ क्षेत्रों में लंबे समय तक भीषण तापमान बना रहता है, और इसका वहां के निवासियों की जैविक उम्र बढ़ने की प्रक्रिया पर प्रभाव चौंकाने वाला होता है। बहुत ज्यादा गर्मी अब लोगों को रोजाना के आसान काम भी नहीं करने दे रही है। तेज गर्मी में चलना, सफाई करना या बाहर काम करना मुश्किल होता जा रहा है।

वैज्ञानिकों ने एक अन्य अध्ययन में पाया कि 1950 के दशक से, हर साल उन घंटों की संख्या में तेजी से बढ़ोतरी हुई है जब गर्मी सामान्य गतिविधियों के लिए खतरनाक हो जाती है। एरिजोना स्टेट यूनिवर्सिटी और कई दूसरे संगठनों के शोधकर्ताओं ने यह अध्ययन किया कि तापमान और आर्द्रता का इंसान के शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है। नतीजों से पता चलता है कि बहुत ज्यादा गर्मी दैनिक जीवन के लिए, खासकर बुजुर्गों के लिए एक चुनौती बनती जा रही है।

अध्ययन की सह-लेखक जेनिफर वैनोस ने कहा कि गर्मी के बारे में ज्यादातर अध्ययन इस बात पर फोकस करते हैं कि गर्मी कितनी लगती है। नया अध्ययन एक अलग सवाल पूछता है कि इंसान का शरीर उस गर्मी में सुरक्षित रूप से क्या कर सकता है। सिर्फ तापमान मापने के बजाय अध्ययन में यह देखा गया कि गर्मी और आर्द्रता शरीर की खुद को ठंडा करने की क्षमता पर कैसे असर डालती हैं। शरीर आमतौर पर पसीना निकलने से ठंडा होता है। लेकिन ज्यादा नमी इस प्रक्रिया को धीमा कर देती है। इससे त्वचा से गर्मी को बाहर निकलने में मुश्किल होती है।

शोधकर्ताओं ने एक खास मॉडल का इस्तेमाल करके यह अंदाजा लगाया कि कोई इंसान अलग-अलग मौसम में कितनी गतिविधि सुरक्षित रूप से कर सकता है। यह मॉडल स्टडी करता है कि शरीर वातावरण मिलने वाली से गर्मी और शारीरिक गतिविधि के दौरान पैदा होने वाली गर्मी के बीच कैसे संतुलन बनाता है। अगर शरीर तेजी से गर्मी नहीं निकाल पाता तो शरीर का अंदरूनी तापमान बढ़ जाता है और इससे हीटस्ट्रोक हो सकता है। हल्की गर्मी में हल्के काम शरीर को ज्यादा गर्म किए बगैर सुरक्षित रूप से किए जा सकते हैं लेकिन जब गर्मी बहुत ज्यादा हो जाती है तो यह एक्टिविटी असुरक्षित हो जाती है।

टीम ने पाया कि कुछ जगहों पर मौसम साल के सबसे गर्म घंटों में ही ऐसे हालात बना सकता है जो रहने लायक नहीं होते। इन हालात में, छाया में चुपचाप बैठने से भी शरीर का तापमान बढ़ सकता है। शोधकर्ताओं ने 1950 से 2024 तक वैश्विक तापमान और आर्द्रता डेटा का विश्लेषण किया। इससे वैज्ञानिकों को यह ट्रैक करने में मदद मिली कि पिछले 75 सालों में गर्मी के संपर्क में आने का तरीका कैसे बदला है। नतीजे बताते हैं कि खतरनाक गर्मी आम होती जा रही है। 18 से 40 साल के युवा अब बीसवीं सदी के बीच की तुलना में हर साल लगभग दोगुने घंटे ऐसे समय का सामना करते हैं जब गर्मी की वजह से सामान्य गतिविधि असुरक्षित हो जाती है।

वर्ष 1950 और 1970 के दशक के बीच, युवा हर साल लगभग 25 घंटे इस तरह के समय का अनुभव करते थे। आज यह संख्या बढ़कर सालाना लगभग 50 घंटे हो गई है। बुजुर्गों के लिए यह बढ़ोतरी और भी ज्यादा है। पहले, 65 साल से अधिक उम्र के लोगों को हर साल लगभग 600 घंटे ऐसे समय का अनुभव होता था जब गर्मी की वजह से सामान्य गतिविधि सीमित हो जाती थी। अब यह संख्या बढ़कर हर साल लगभग 900 घंटे हो गई है। बुजुर्गों को ज्यादा खतरा होता है क्योंकि उम्र बढ़ने के साथ शरीर को पसीने और स्वस्थ रक्त संचार से खुद को ठंडा रखना मुश्किल हो जाता है। बुजुर्गों का शरीर जवान लोगों की तरह अच्छे से ठंडा नहीं हो पाता।

## आज का राशिफल

### मेष

प्रयास सफल रहेंगे। सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। नौकरी में कार्य की प्रशंसा होगी। व्यापार-व्यवसाय मनोनुकूल लाभ देगा। लाभ देगा। कोई बड़ा काम करने का मन बनेगा। प्रतिद्वंद्विता में वृद्धि होगी। शेयर मार्केट व म्युचुअल फंड इत्यादि में जल्दबाजी न करें। लाभ होगा।

### वृष

एकाएक स्वास्थ्य खराब हो सकता है, लापरवाही न करें। दूर से दु:खद समाचार प्राप्त हो सकता है। व्यर्थ दौड़धूप होगी। विवाद से स्वाभिमान को चोट पहुंच सकती है। काम में मन नहीं लगेगा। नौकरी में कार्यभार रहेगा। लेन-देन में जल्दबाजी न करें। आय में निश्चितता रहेगी।

### मिथुन

फिजूलखर्ची ज्यादा होगी। शत्रु भय रहेगा। शारीरिक कष्ट से बाधा उत्पन्न होगी। दूर से शुभ समाचार प्राप्त होंगे। आत्मविश्वास में वृद्धि होगी। नए काम करने का मन बनेगा। दूर यात्रा की योजना बनेगी। व्यापार से लाभ होगा। नौकरी में चैन रहेगा। जोखिम न लें। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे।

### कर्क

अप्रत्याशित लाभ हो सकता है। रोजगार प्राप्ति के प्रयास सफल रहेंगे। व्यावसायिक यात्रा लाभदायक रहेगी। निवेश शुभ रहेगा। नौकरी में अधिकार बढ़ने के योग हैं। कोई बड़ी समस्या का अंत हो सकता है। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। लेन-देन में सावधानी रखें।

### सिंह

कोई बड़ा खर्च एकाएक सामने आएगा। कर्ज लेना पड़ सकता है। कुसंगति से बचें। किसी व्यक्ति के काम की जवाबदारी न लें। स्वयं के काम पर ध्यान दें। बनते काम बिगड़ सकते हैं। विवाद को बढ़ावा न दें। चिंता तथा तनाव रहेंगे। व्यापार ठीक चलेगा। कार्यकुशलता कम होगी।

### कन्या

घर के छोटे सदस्यों संबंधी चिंता रहेगी। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। कोई बड़ा काम करने का मन बनेगा। भाग्य का साथ मिलेगा। व्यापार मनोनुकूल रहेगा। निवेश शुभ रहेगा। जल्दबाजी न करें।

### तुला

नई योजना बनेगी। कार्यप्रणाली में सुधार होगा। सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। सुख के साधन जुटेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। व्यवसाय लाभदायक रहेगा। निवेश शुभ रहेगा। नौकरी में अधिकारी प्रसन्न रहेंगे। धनहानि हो सकती है। सावधानी आवश्यक है। थकान महसूस होगी।

### वृश्चिक

वैवाहिक प्रस्ताव मिल सकता है। शारीरिक कष्ट संभव है। अज्ञात भय सताएगा। चिंता तथा तनाव रहेंगे। तंत्र-मंत्र में रुचि जागृत होगी। किसी जानकार व्यक्ति का मार्गदर्शन प्राप्त हो सकता है। कोर्ट व कचहरी के कार्य मनोनुकूल रहेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे।

### धनु

स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। वाहन, मशीनरी व अग्नि आदि के प्रयोग में सावधानी रखें। विवाद से क्लेश हो सकता है। लेन-देन में जल्दबाजी न करें। पार्टनरों से कहासुनी हो सकती है। भागदौड़ होगी। व्यवसाय ठीक चलेगा। आय बनी रहेगी। लाभ के लिए प्रयास करें।

### मकर

कानूनी अड़चन दूर होकर स्थिति अनुकूल बनेगी। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। कोई ऐसा कार्य न करें जिससे कि अपमान हो। व्यापार-व्यवसाय अनुकूल रहेगा। निवेश सोच-समझकर करें। नौकरी में चैन रहेगा। मित्रों का सहयोग मिलेगा।

### कुंभ

नौकरी में अधिकार मिल सकते हैं। सुख के साधन जुटेंगे। भूमि व भवन संबंधी योजना बनेगी। बड़े सौदे बड़ा लाभ दे सकते हैं। उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे। स्वास्थ्य संबंधी चिंता बनी रहेगी। आशंका व कुशंका रहेगी। कार्य में बाधा संभव है। किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का मौका मिलेगा।

### मीन

विवेक का प्रयोग करें। समस्याएं कम होंगी। शारीरिक कष्ट संभव है। अज्ञात भय रहेगा। यात्रा मनोरंजक रहेगी। स्वादिष्ट भोजन का आनंद प्राप्त होगा। विद्यार्थी वर्ग सफलता प्राप्त करेगा। किसी प्रबुद्ध व्यक्ति का मार्गदर्शन प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। उत्साह बना रहेगा।

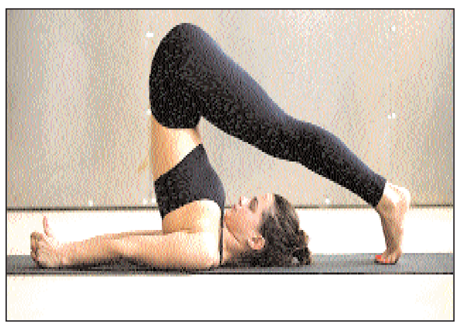
## स्वास्थ्य समाचार

# आंखों के नीचे काले घेरे को हटाने के लिए करें यह योगासन

योगा आपके संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होता है। शरीर की अलग-अलग समस्याओं के लिए अलग-अलग तरह के योगासन होते हैं। योगासन न सिर्फ आपकी बीमारियों को दूर करने में मददगार होते हैं, बल्कि इससे स्किन की परेशानियां भी दूर हो सकती हैं। अगर आप आंखों के नीचे काले घेरे को दूर करना चाहते हैं, तो योग आपके लिए काफी बेहतर उपाय हो सकता है।

### लायन पॉश्चर

आंखों के नीचे काले घेरे को दूर करने में लायन पॉश्चर योग आपके लिए काफी फायदेमंद हो सकता है। इस योगासन को करने के लिए सबसे पहले योगा मैट पर घुटनों के बल बैठ जाएं। उसके बाद बच्चे के रेंगने (घुटनों के बल चलने की स्थिति) की स्थिति में आने की कोशिश करें। इस दौरान आप गहरी सांस लें और अपनी पीठ को फैलाते हुए ऊपर की ओर झुकें। फिर आप अपने मुंह को शेर की तरह दहाड़ते हुए खोले।



### सांभवी मुद्रा आसन

डार्क सर्कल्स की परेशानी को दूर करने के लिए सांभवी मुद्रा आसन लाभकारी हो सकता है। इस आसन को करने के लिए सबसे पहले आसन पर बैठें जाएं। इस दौरान आपकी पीठ सीधी होनी चाहिए। इसके बाद आप अपने कंधे और हाथ को बिल्कुल फ्री छोड़ दें। अब हाथों को घुटनों पर ज्ञान मुद्रा में रखें। अब आप सामने की ओर किसी एक बिंदु पर फोकस करें। इसके बाद ऊपर देखने का प्रयास करें। ध्यान रखें कि इस दौरान आपका सिर स्थिर होना चाहिए। वहीं, इस दौरान आप अपने विचारों को भी कंट्रोल करने की कोशिश करें। इस दौरान आपके मन में ज्यादा विचार नहीं आने चाहिए। वहीं, आपकी आंखो नीचे नहीं आनी चाहिए। इस स्थिति में कम से कम 2 मिनट रहने की कोशिश करें। करीब 5 बार इस प्रक्रिय को दोहराएं। इससे आपको काफी लाभ मिलेगा।

### सर्वांगासन आसन

इस आसन की मदद से आप डार्क सर्कल्स की समस्या को दूर कर सकते हैं। इस आसन को करने के लिए सबसे पहले योगा मैट बिछा कर पीठ के बल लेट जाएं। अब अपनी दोनों आंखें बंद कर लें। अब अपने संपूर्ण शरीर को शिथिल छोड़ दें। अब शरीर के अंदर गहरी सांस लें और अपने शरीर को सामान्य गति से ऊपर की ओर उठाने की कोशिश करें। अपने पैरों को उठाते हुए अपनी कमर को भी धीरे धीरे ऊपर उठाएं। पैरों को ऊपर खड़े करते वक्त 90 डिग्री का ओर बनाएं। इसके बाद अपनी कमर और पीठ को ऊपर की ओर उठाएं। इस दौरान आप अपने हाथों का सहाला ले सकते हैं। दोनों हाथों की कोहनियों को जमीन पर टिकाकर के कमर को सपोर्ट दें। सर्वांगासन करते समय अपने पैरों, कमर और पीठ को इतना ऊपर ले जाए की आपका सिर और गर्दन का पिछला हिस्सा जमीन पर ही रहे। इस स्थिति में कम से कम 1 से 2 मिनट रहने की कोशिश करें। करीब 5 बार इस प्रक्रिया को दोहराएं। इससे डार्क सर्कल से छुटकारा पाने में आपको काफी मदद मिलेगी।

### फेस योगा-6

फेस योगा-6 की मदद से डार्क सर्कल्स की समस्या दूर कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले अपने दोनों हाथों की तर्जनी उंगली से अंडर आइज पर हल्के हाथों से अंदर से बाहर की ओर मसाज करें। इस दौरान आप अपनी आंखें खुली रख सकते हैं। हालांकि, बंद आंखों से आपको अधिक रिलैक्स फील हो सकता है।

### पर्वतासन मुद्रा

डार्क सर्कल की परेशानी को दूर करने के लिए पर्वतासन मुद्रा भी आपके लिए असरकारी हो सकता है। इस आसान को करने के लिए आपको पहाड़ जैसी स्थिति बनानी होती है। इसके लिए सबसे पहले योगा मैट पर बैठ जाएं। अब अपने दोनों हाथों को जोड़ते हुए ऊपर की ओर ले जाएं। इस आसन में सिर्फ शरीर के मध्य भाग को अधिकतम स्तर तक उठाने की कोशिश की जाती है। साथ ही आपको अपनी एड़ियों को जमीन पर टिकाकर रखना चाहिए। इस मुद्रा में करीब 3 मिनट तक रहें। इस दौरान यह सुनिश्चित करें कि आपका श्वास सामान्य रहे।

### त्राटक योग

योगा मैट बिछाकर बज्रासन स्थिति में बैठ जाएं। इस दौरान मोमबत्ती जलाकर अपने से दो फीट की दूरी पर रखें। अब अपनी नजरों को बिना पलक झपकाएं मोमबत्ती की लो पर रखें। इस दौरान आपका पूरा फोकस मोमबत्ती की लौ पर होनी चाहिए। अगर आप चाहें, तो कुछ धार्मिक मंत्रों का उच्चारण भी कर सकते हैं या फिर संख्याओं को भी गिन सकते हैं। आप मोमबत्ती पर जितनी देर तक अपनी निगाहें टिकाकर रखते हैं, आपको उतना ही अधिक लाभ मिलेगा।

# हाई ब्लड प्रेशर रोगी रोज खाएं यह ड्राई फ्रूट्स, कंट्रोल रहेगी बीपी

ड्राई फ्रूट्स का सेवन संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होता है। ड्राई फ्रूट्स में हेल्दी फैट्स के साथ ही ओमेगा-3 फैटी एसिड, पोटैशियम, मैग्नीशियम, डाइट्री फाइबर, कैल्शियम, कॉपर, आयरन, विटामिन ए, सी, ई, के जैसे जरूरी पोषक तत्वों से भी भरपूर होते हैं। एंटीऑक्सीडेंट्स और फाइटोन्यूट्रिएंट्स भी अच्छी मात्रा में होते हैं। जिससे यह न सिर्फ शरीर को जरूरी पोषण प्रदान करने में मदद करते हैं, कई सेहत को कई लाभ प्रदान करने के साथ ही कई गंभीर बीमारियों के जोखिम को कम करने में मदद करते हैं।

**सूखे आलूबुखारा :** आलूबुखारा में पोटेशियम प्रचुर मात्रा में मौजूद होता है। जिससे यह ब्लड प्रेशर को कंट्रोल रखने में बहुत लाभकारी है। आप रात भर भीगे हुए सूखे आलूबुखारे का सुबह सेवन कर सकते हैं। आप ब्रेकफास्ट या सुबह खाली पेट दूध के साथ सूखे आलूबुखारा का सेवन कर सकते हैं।

**सूखे अंजीर :** सूखे अंजीर में डाइट्री फाइबर, मैग्नीशियम, पोटैशियम की भरपूर मात्रा होती है। जिससे यह ब्लड प्रेशर रोगियों के लिए बहुत लाभकारी है। आप रात भर सूखे अंजीर का सेवन सुबह कर सकते हैं।

**काजू :** काजू खाने से खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करने और अच्छे कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाने में मदद मिलती है। साथ ही इसमें सोडियम का स्तर कम होता है और पोटेशियम की अच्छी मात्रा में मौजूद होते है।

**बादाम :** बादाम में अल्फा टोकोफेरोल नामक यौगिक मौजूद होते हैं, जिन्हें शरीर में ब्लड प्रेशर के सामान्य स्तर को बनाए रखने के लिए जाना जाता है। इसके अलावा ये हेल्दी फैट्स और विटामिन ई का बेहतरीन स्रोत हैं। इसलिए हाई ब्लड प्रेशर रोगियों के लिए बादाम का सेवन बहुत लाभकारी है।

आप 7-8 रातभर भीगे हुए बादाम का सेवन कर सकते हैं।

**पिस्ता :** पिस्ता में एंटीऑक्सिडेंट्स की भरपूर मात्रा होती है। इनमें कैलोरी कम होती है साथ ही ये फाइबर से भरपूर होते हैं।

## एसडीएम ने किया औचक निरीक्षण, मिली खामियां

निसं

**लाडनूं ( नवयत्न )।** एसडीएम मीनू वर्मा व लाडनूं तहसीलदार अनिरु पांडे गुरुवार को सरकारी दफ्तरों का औचक निरीक्षण करने पहुंचे जहां लोगों ने एसडीएम के समक्ष विभागों से जुड़ी अनेक शिकायतें रखी। उपखंड अधिकारी ने नगरपालिका का निरीक्षण किया जहां उन्होंने सफाई कर्मचारियों की नियमित उपस्थिति सुनिश्चित करने तथा वार्डवार सफाई कर्मचारियों पर एक अधिकारी की नियुक्ति कर समय समय पर सफाई व्यवस्था की मॉनिटरिंग करने के निर्देश दिए। इसके अलावा शहर की सफाई व्यवस्था को और बेहतर बनाने, नालों की नियमित सफाई, कचरा निस्तारण की प्रभावी व्यवस्था करने के निर्देश दिए है। इसके बाद वर्मा राजकीय चिकित्सालय में निरीक्षण करने पहुंची जहां पीएमओ डॉ. भरत कसेरा को अस्पताल में दवाइयों की पर्याप्त उपलब्धता बनाए रखने, चिकित्सकों एवं स्टाफ की निर्धारित समयानुसार उपस्थिति सुनिश्चित करनेए मरीजों को बेहतर उपचार सुविधा देने के निर्देश दिए गए। इसके अतिरिक्त अस्पताल परिसर में स्वच्छता, पेयजल व्यवस्था, गर्मी से बचाव हेतु पंखे,कूलर की समुचित व्यवस्था बनाए रखने तथा आपातकालीन सेवाओं को सुदृढ़ रखने के निर्देश दिए गए। उन्होंने चिकित्सकों को मरीजों के साथ मधुर व्यवहार रखने की हिदायत दी। इसके बाद जलदाय विभाग का भी निरीक्षण किया गया जहां एईएन को क्षेत्र में नियमित पेयजल आपूर्ति बनाए रखनेए पाईप लाईन लीकेज का समाधान करवाने एवं क्षेत्र में अवैध जल कनेक्शनों पर कार्रवाई करने से संबंधित निर्देश दिए।

## रोडवेज में फर्जी टिकिट वितरण करने का आरोपी पुलिस के शिकंजे में

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** नोखा पुलिस ने बड़ी कार्यवाही करते हुए रोडवेज बस कंडेक्टर को फर्जी टिकिट को असली टिकिट के रूप में वितरित करने के आरोप में अपने शिकंजे में लेकर पूछताछ शुरू की है। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार बीकानेर आगार मुख्य प्रबंधक इन्द्रा गोदारा ने आरोपी अंकित पुत्र सुभाष ज्याणी निवासी बिश्नोई बास अलाय के विरूद्ध रोडवेज बस में फर्जी टिकिटों को असली के रूप में यात्रियों को वितरण करने व राजस्व राशि का गबन करने के आरोप में मुकदमा दर्ज कराया था। इसके बाद से ही आरोपी फरार था।

आरोपी यूं आया शिकंजे में : पुलिस ने आरोपी को अपने शिकंजे में लेने के लिए एक विशेष अभियान बीकानेर पुलिस महानिरीक्षक ओमप्रकाश की ओर से चलाया गया। पुलिस निरीक्षक मृदुल कच्छावा के निर्देशानुसार वृत्ताधिकारी जनरैलसिंह के नेतृत्व में नोखा थानाधिकारी अरविन्द भारद्वाज के निर्देशों पर अनुसंधान अधिकारी पुलिस उप निरीक्षक कुशलाराम ने 19 वर्षीय आरोपी अंकित पुत्र सुभाष जाणी को गिरफ्तार करके गहनता से पूछताछ की जा रही है।

## आईपीएल मैच पर लग रहा था सट्टा सट्टा खेलते तीन आरोपी गिरफ्तार

### 10 हजार नकदी व रजिस्टर बरामद, लाखों के लेन-देन का हिसाब जब्त

**जयपुर ( नवयत्न )।** शहर में आईपीएल मैचों के दौरान सट्टेबाजी पर शिकंजा कसते हुए पुलिस थाना सुभाष चौक ने कार्रवाई करते हुए तीन सटोरियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस आरोपियों के कब्जे से नकदी, मोबाइल फोन और लाखों रुपए के लेन-देन का हिसाब-किताब भी बरामद किया गया है। फिलहाल आरोपितों से पूछताछ की जा रही है। पुलिस उपायुक्त उत्तर करन शर्मा ने बताया कि आईपीएल मैचों के दौरान अवैध गतिविधियों पर नजर रखने के निर्देश दिए गए थे। इसी क्रम में अतिरिक्त पुलिस उपायुक्त उत्तर प्रथम नीरज पाठक और सहायक पुलिस आयुक्त मानक चौक पीयूष कविया के निर्देशन में थानाधिकारी कृष्ण कुमार के नेतृत्व में टीम गठित की गई। जहां पुलिस को मुखबिर से सूचना मिली कि चौमूं हवेली स्थित जेसियाराम धर्मशाला के पास एक मकान में कुछ लोग मोबाइल के जरिए आईपीएल मैच पर सट्टा लगा रहे हैं। सूचना की पुष्टि के बाद टीम ने मौके पर दबिश दी। जहां तीन व्यक्तियों को सट्टेबाजी करते हुए पकड़ा गया। गिरफ्तार आरोपियों में पंकज सिंह 40, कल्पेश जायसवाल 37 और इरफान 36 शामिल हैं। तलाशी के दौरान इनके पास से 10 हजार रुपए की नकद सट्टा राशि, 5 मोबाइल फोन और लाखों रुपए के लेन.देन से संबंधित 3 रजिस्टर जब्त किए गए। पुलिस ने आरोपियों के खिलाफआरपीजीओ एक्ट की धारा 3/4 के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

## ग्राम रथ अभियान के माध्यम से दी जानकारी

निसं

**रतनगढ़ ( नवयत्न )।** ग्राम रथ अभियान ग्राम पंचायत परसनेऊ एवं आलसर सहित विभिन्न गांवों में पहुंचे रथ के माध्यम से राज्य सरकार की विभिन्न योजनाओं की जानकारी दी गई। गुरुवार को रथ क्षेत्र की ग्राम पंचायत परसनेऊ, आलसर पहुंचा। ग्रामीणों को एलईडी मोबाईल वेन के माध्यम से जन कल्याणकारी योजनाओं के बारे में बताया गया। पात्र लोगों को लाभ लेने के लिए प्रेरित किया गया। कला जत्था के माध्यम से विभिन्न प्रस्तुतियाँ दी गयी। इस अवसर पर सरपंच गोमती देवी, भानीराम, एडीओ लक्ष्मी नारायण, गिरदावर सुरेन्द्र कुमार, बीडीओ विमल, रोहित सिंह, नानूराम, मधाराम, विमल सुधार, भानीराम सहित ग्रामीणजन व विभिन्न विभागों के कर्मचारी व अधिकारी उपस्थित थे । कार्यक्रम का मंचिय संचालन कला जत्या प्रभारी मोहिदीन खान द्वारा किया गया।

# सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का समापन

निसं

**राजलदेसर ( नवयत्न )।** कस्बे के माली सैनी समाज भवन में स्व. ईसरराम एवं सुखी देवी खडोलिया की पुण्य स्मृति में आयोजित सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का अंतिम दिन श्रद्धा, भक्ति और उत्साह के साथ सम्पन्न हुआ। समापन दिवस पर पांडाल में भजन-कीर्तन, हरिनाम संकीर्तन और जयकारों की गूंज से पूरा वातावरण भक्तिमय हो उठा। कथा व्यास दण्डी स्वामी शिवेन्द्राश्रम महाराज ने अंतिम दिन भगवान श्रीकृष्ण के उपदेश, सुदामा चरित्र एवं भक्तिमार्ग का भावपूर्ण वर्णन करते हुए श्रद्धालुओं को भक्ति रस में सराबोर कर दिया। उन्होंने अपने प्रवचन में कहा कि भागवत कथा जीवन को सन्मार्ग पर ले जाने वाली आध्यात्मिक धारा है, जो मनुष्य को धर्म, सत्य, प्रेम और सेवा की प्रेरणा देती है। विगत सात दिनों तक भगवान श्रीकृष्ण के वात्सल्य और असीम प्रेम के साथ उनकी विविध लीलाओं का भावपूर्ण वर्णन किया गया। कथा के माध्यम से वर्तमान समाज में व्याप्त अत्याचार, अनाचार, कटुता और व्यभिचार जैसी कुरीतियों को दूर कर एक सुंदर व संस्कारित समाज के निर्माण हेतु विशेष रूप से युवाओं को प्रेरित किया गया। महाराज ने श्रीमद्भगवद्गीता के उपदेशों का उल्लेख करते हुए बताया कि मनुष्य को अपने जीवन में उन्हीं सिद्धांतों के अनुरूप आचरण करना चाहिए। उन्होंने कहा कि जो कार्य प्रेम और सद्भाव से संभव है, वह कभी भी हिंसा से संभव नहीं हो सकता। उन्होंने यह भी कहा कि समाज में वही लोग अपने श्रेष्ठ कर्मों के कारण सदैव चिरस्मरणीय बनते हैं। और इतिहास इस सत्य का साक्षी है। इस अवसर पर मुख्य यजमान बाबूलाल खडोलिया सहपत्नीक, दण्डी स्वामी जोगेंद्राश्रम महाराज, संत सोमनाथ महाराज, सुरजीत नाथ महाराज, नंदलाल, सांवरमल, शंकरलाल, बनवारी लाल खडोलिया, पूर्व पालिका अध्यक्ष हंसराज पारीक, चोरुलाल फोगला, प्रकाश, किशन खडोलिया, श्याम सेवा समिति के अध्यक्ष देवकिशन सुथार, समाजसेवी हेमराज सुथार, संतोष मीणा, मोतीलाल खडोलिया, देवकिशन तोदी, बाबूलाल दाधीच, पवन मारू, पूर्व सरपंच रितेश चौहान, राकेश शर्मा, विवेक सैनी, ललित दाधीच, ओमप्रकाश कटारिया, झाबरमल रेवाड़या, सुशील सोनी, बलदेव सैनी, गणेश रेवाडियां, सत्यनारायण दाधीच, सम्पतमल तिवाड़ी, सीताराम सांखला, इन्द्रचंद देवड़ा, भंवरलाल प्रजापत, लाभचंद सोनी, राजेंद्र टाक, महावीर फोगला, मुकेश श्रीमाल, जगदीश पारीक, मूलचंद दाधीच, जोराराम माली, मदनलाल खडोलिया, जगदीश पुरोहित सहित अनेकों श्रद्धालुगणों ने आरती कर महाराज श्री का आशीर्वाद प्राप्त किया ।

## रास्ते पर अतिक्रमण से भड़का आक्रोश : तीन दिन में कार्यवाई कर नहीं हटाया अतिक्रमण तो होगा उग्र प्रदर्शन

**जयपुर ( नवयत्न )।** शहर के सेज क्षेत्र के निकट स्थित दलित बहुल गांव बैरवों की ढाणी में आम रास्ते पर अतिक्रमण कर कॉलोनी काटने का मामला सामने आया है। आरोप है कि शिकायत के बावजूद कार्यवाई नहीं होने से ग्रामीणों में आक्रोश बढ़ गया है। भारत जोड़ो मिशन सोसायटी ने तीन दिन में कार्यवाई नहीं होने पर जयपुर विकास प्राधिकरण जेडीए अधिकारियों के खिलाफ विरोध प्रदर्शन और पुतला दहन की चेतावनी दी है। सोसायटी के प्रदेश अध्यक्ष अनीष कुमार नाडार ने बताया कि जेडीए के जोन-11 के अधिकारियों को कई बार शिकायत दी गई, लेकिन इसके बावजूद गांव के सार्वजनिक रास्ते को अतिक्रमण से मुक्त नहीं कराया गया। उन्होंने आरोप लगाया कि पिछले दो महीनों से ग्रामीण और संगठन के प्रतिनिधि लगातार जेडी, के चक्कर लगा रहे हैं, यहां तक कि विभाग द्वारा अतिक्रमण की पुष्टि करने वाली रिपोर्ट भी तैयार की जा चुकी है, फिर भी प्रभावी कार्यवाई नहीं हो रही।

## नींबू उधार नहीं देने पर दुकानदार से मारपीट करने वाले आरोपित गिरफ्तार

**जयपुर ( नवयत्न )।** शहर के जयसिंहपुरा खोर थाना क्षेत्र में सब्जी की दुकान में घुसकर दुकानदार के साथ लाठी-डंडों से मारपीट करने वाले आरोपियों को पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए 24 घंटे के भीतर गिरफ्तार कर लिया। पुलिस उपायुक्त उत्तर करण शर्मा ने बताया कि 28 अप्रैल 2026 की शाम को नींबू उधार देने को लेकर कुछ युवकों और दुकानदार के बीच कहासुनी हो गई थी। विवाद बढ़ने पर आरोपियों ने दुकान में घुसकर दुकानदार पप्पू लाल सैनी के साथ लाठी-डंडों से मारपीट की और मौके से फरार हो गए। घटना के संबंध में जयसिंहपुरा खोर थाने में दर्ज कर जांच शुरू की गई। वहीं मामले की गंभीरता को देखते हुए अतिरिक्त पुलिस उपायुक्त उत्तर प्रथम नीरज पाठक के सुपरविजन में सुरेंद्र सिंह राणावत के नेतृत्व में टीम गठित की गई। थानाधिकारी मुकेश कुमार के नेतृत्व में गठित टीम ने त्वरित कार्रवाई करते हुए आरोपी मोहित शर्मा 29, किशन सैनी 30, अमित सैनी 20 और शैलेन्द्र पांचाल 34 को गिरफ्तार किया है और सभी आरोपित जयसिंहपुरा खोर के रहने वाले है। पूछताछ में आरोपियों ने बताया कि दुकानदार द्वारा उधार में नींबू नहीं देने पर उन्होंने इलाके में भय पैदा करने के उद्देश्य से वारदात को अंजाम दिया था। पुलिस आरोपियों से गहन पूछताछ कर रही है। जयसिंहपुरा खोर थाना प्रभारी मुकेश मीणा ने बताया कि मुकदमा दर्ज होने के बाद पुलिस ने आरोपियों के जयसिंहपुरा खोर स्थित घरों पर दबिश दी थी। घटना का वीडियो सामने आने के बाद आरोपी घर से फरार होकर जयपुर दिल्ली रोड स्थित चंदवाजी में रुके हुए थे। पुलिस ने आरोपियों की मोबाइल लोकेशन ट्रैक कर चंदवाजी से गिरफ्तार किया।

गिरफ्तारी के बाद पुलिस ने आरोपियों को उसी इलाके में पैदल चलाया। जहां सब्जी वाले की पिटाई की थी। इस दौरान आरोपी लंगड़ाते हुए पैदल चलकर थाने तक पहुंचे। पुलिस द्वारा आरोपियों से गहन पूछताछ जारी है। मामले की आगे की जांच की जा रही है।

# 37,844 प्रवासियों ने उठाई आवाज मुंबई से रेलमंत्री को पोस्टकार्ड

संजय सोनी

**झुंझुनू ( नवयत्न )।** शेखावाटी रेल विकास संघर्ष समिति के अध्यक्ष प्रदीप अग्रवाल के नेतृत्व में चल रहे झुंझुनू मांगे रेलवे जंक्शन जन संघर्ष अभियान को मुंबई में व्यापक जनसमर्थन मिला है। अभियान के तहत प्रेलमंत्री को लिखो पोस्टकार्ड कार्यक्रम में अब तक 37,844 पोस्टकार्ड रेलमंत्री को भेजे जा चुके हैं। इस अभियान में झुंझुनू जिले के बिसाऊ निवासी एवं मुंबई प्रवासी प्रख्यात उद्योगपति व समाजसेवी अरुण कुमार महावीर प्रसाद जटिया सहित हजारों प्रवासी बंधुओं ने सक्रिय भागीदारी निभाई। वहीं, स्वर्गीय डॉ. सलाउद्दीन चोपदार के सुपुत्र, बॉलीवुड फिल्म अभिनेता सलीम दीवान तथा उद्योगपति एवं डॉ. एस.डी. चोपदार फाउंडेशन के अध्यक्ष डॉ. सत्तार दीवान चोपदार ने भी उत्साहपूर्वक पोस्टकार्ड लिखकर अभियान का समर्थन किया।

मुंबई में चले 10 दिवसीय अभियान के दौरान विरार, वसई रोड, भायंदर, मीरा रोड, बोरीवली, मालाड़, गोरेगांव, जोगेश्वरी, अंधेरी, विले पारले, बांद्रा, दादर, प्रभादेवी, कल्याण, भिवंडी, ठाणे और घाटकोपर सहित विभिन्न क्षेत्रों में प्रवासी बंधु सबसे आगे रहे। अभियान को सफल बनाने के लिए 5.5 सदस्यीय 10 टीमों का गठन कर घर-घर जाकर पोस्टकार्ड लिखवाए गए। फिल्म अभिनेता सलीम दीवान ने कहा कि झुंझुनू जिले में खेतड़ी, मंडावा, शाकम्भरी और लोहार्गल जैसे स्थान फिल्म शूटिंग की दृष्टि से महत्वपूर्ण हैं, इसलिए इन्हें बेहतर रेल सेवा से जोड़ना आवश्यक है। उन्होंने विश्वास जताया कि समिति के सतत प्रयासों से यह मांग भी जल्द पूरी होगी। अभियान में उद्योगपति एवं समाजसेवी सुनील रामस्वरूप गाडिया, सुभाष आर. गाडिया, झुंझुनू प्रगति संघ मुंबई के सचिव अनिल कुमार ढेढिया, मारवाड़ी कॉमर्शियल हाई स्कूल एवं जूनियर कॉलेज तथा मरुधरा संस्था के अध्यक्ष सुरेन्द्र ओमप्रकाश गाडियाए मुकुंद सेवा सदन के संस्थापक संजय मोहनलाल गाडिया एवं राजस्थान विद्यार्थी गृह के संयुक्त सचिव राकेश मुरारका सहित कई गणमान्य लोगों ने भाग लेते हुए अभियान की सराहना की और सरकार से झुंझुनू की इस लंबे समय से चली आ रही मांग को शीघ्र पूरा करने का आग्रह किया। मुंबई के युवा उद्योगपति प्रदीप पंसारी ने भी रेलमंत्री को पोस्टकार्ड लिखकर झुंझुनू रेलवे स्टेशन को जंक्शन का दर्जा देने की मांग का समर्थन किया। उन्होंने कहा कि झुंझुनू में स्थित विश्व प्रसिद्ध राणी सती दादी मंदिर में वर्षभर लाखों श्रद्धालु आते हैं, लेकिन सीधी रेल सेवाओं के अभाव में उन्हें आवागमन में कठिनाई का सामना करना पड़ता है। सरकार को इस दिशा में शीघ्र कदम उठाने चाहिए। अभियान के अगले चरण में 4 मई 2026 से सूरत में प्रेलमंत्री को लिखो पोस्टकार्ड कार्यक्रम शुरू किया जाएगा, जिससे इस जनआंदोलन को और अधिक मजबूती मिलने की उम्मीद है।

## अप्रैल माह में जन्मदिवस वाले पेंशनर्स का किया सम्मान

निसं

**रतनगढ़ ( नवयत्न )।** रतनगढ़ में पेंशनर समाज उप शाखा में अप्रैल माह में जन्म दिवस वाले पेंशनर्स का सम्मान समारोह सत्यनारायण सेवादा की अध्यक्षता में हुआ। ओमप्रकाश जांगिड़ विनोद जोशी और रामदेव शर्मा भी मंचासीन थे। अप्रैल माह में जन्मे बाबूलाल माली, भींवाराम मेघवाल, प्रताप सिंह, परमेश्वर लाल प्रजापत, कन्हैयालाल स्वामी, निरंजन लाल भार्गव, लियाकत अली, जगदीश प्रसाद मंडार आदि पेंशनर्स का तिलक लगाकर, माला पहनाकर और मिष्ठान खिलाकर जन्मदिन मनाया गया। उपाध्यक्ष ओमप्रकाश जांगिड़ ने राजस्थान सरकार की स्वास्थ्य सम्बन्धित आरजीएस योजना की जानकारी दी और इसमें हो रही अव्यवस्थाओं पर चिंता प्रकट की। विनोद कुमार वर्मा ने 2006 के पश्चात जून माह में सेवानिवृत्ति होने वाले पेंशनर्स को एक अतिरिक्त वेतन वृद्धि मिलने संबंधी वार्ता दी। प्रताप सिंह ने पेंशन समाज भवन में सुविधाओं के विस्तार पर चर्चा की और सभी सदस्यों से आव्हान किया कि वे आर्थिक सहयोग प्रदान करें।

पेंशन समाज में शुभकरण महर्षि का नए सदस्य बनने पर स्वागत किया गया। अध्यक्ष सत्यनारायण सेवदा ने सभी पेंशनर्स को आश्वासन दिया की उनकी समस्याओं समाधान के लिए वह सदैव तत्पर रहेंगे। कार्यक्रम का मंचिय संचालन मोहम्मद अनवर कुरैशी ने किया।

## विद्यालय के होनहारों का किया सम्मान

निसं

**रतनगढ़ ( नवयत्न )।** रतनगढ़ की धानुका आदर्श विद्या मन्दिर में कक्षा पंचमी व अष्टमी के सभी विषयों में श्रेणी प्राप्त करने वाले 130 छात्र/छात्राओं का सम्मान माला पहनाकर, मिठाई खिलाकर व प्रतिक चिह्न भेंट कर किया गया। कार्यक्रम में मंचस्थ अतिथि के रूप में रामगोपाल मुरारका, बेगराज महर्षि, लोकेश कुमार चौमाल व सुनील कुमार महर्षि थे। कार्यक्रम में विद्यालय के अध्यक्ष रामगोपाल मुरारका ने बताया कि विद्यालय शिक्षा के साथ-साथ बालकों का सर्वांगीण विकास करता है। इस अवसर पर प्रधानाचार्य ताराचन्द शर्मा, बालिका प्रधानाचार्य नरेन्द्र कुमार चौमाल, प्रभारी नागरमल प्रजापत, विनोद कुमार बालाण, प्रेम कुमार शर्मा, सरोज देवी, कृष्णकान्त टाक, मुरलीधर प्रजापत, हरिश कुमार भाटी, अमिता सांकृत्य, मोतीलाल, अनिरूद शर्मा, विवेकानन्द ताम्रायत, प्रदीप आत्रेय, राधिका हारित, ओम प्रकाश शर्मा एवं विद्यालय के निरंजन सैनी, ओमप्रकाश जोशी, सुरेश कुमार, गोविन्द कुमार, अनिता वर्मा, शिवलाल एवं समस्त स्टाप उपस्थित थे। संचालन श्रीमती रंजना इन्दौरिया ने किया।

# लायंस क्लब प्रेरणा के कन्दोई बने फिर अध्यक्ष

निसं

**रतनगढ़ ( नवयत्न )।** रतनगढ़ में लायंस क्लब प्रेरणा की बैठक लॉयन सुनील कुमार चोटिया की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई। इस अवसर पर नए सदस्य उमेश कुमार सैन का क्लब में स्वागत किया गया। कोषाध्यक्ष ओम प्रकाश चौहान ने वर्ष 25-26 का अब तक का लेखा जोखा प्रस्तुत किया। वर्ष 2026-27 हेतु नई पी एस टी का चयन उपस्थित सभी सदस्यों की सर्व सहमति से किया गया। जिसमें अध्यक्ष पद हेतु लॉयन संदीप कंदोई, सचिव पद हेतु लॉयन सुनील चोटिया एवं कोषाध्यक्ष पद हेतु लॉयन ओम प्रकाश चौहान के चयन पर उपस्थित सभी सदस्यों ने सहमति प्रकट की। नई पी एस टी का माल्यार्पण कर स्वागत किया गया। कार्यक्रम का मंचिय संचालन एडवोकेट डॉ जया कांत बिंवाल अपर लोक अभियोजक ने किया। आयोजित बैठक में में लॉयन रामावतार ठठेरा, वीरेंद्र बुनकर, लॉयन गोविंद प्रसाद गहलोत, लॉयन राजखान एलॉयन भँवर लाल शर्मा, लॉयन डॉ रमाकांत शर्मा, लॉयन सुधीर शर्मा, लॉयन कमल गोयनक, लॉयन भारती मुद्गल, लॉयन मंजू लता बिन्वाल, लॉयन अर्चना शर्मा, लॉयन नीलम कंदोई, लॉयन सरोज चोटिया, लॉयन अरुण शर्मा आदि उपस्थित रहे जी।

## हत्या के आरोपी को आजीवन कारावास

निसं

**तारानगर ( नवयत्न )।** अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश तारानगर संतोष कुमार मीणा ने साहवा थाने में दर्ज तीन वर्ष पुराने हत्या के मामले में आरोपी को आजीवन कारावास की सजा सुनाई है। तारानगर न्यायालय ने भाड़ँग हाल साहवा निवासी अभियुक्त कृष्ण कुमार पुत्र भींवाराम को साहवा थाने में दर्ज तीन वर्ष पुराने हत्या के मामले में धारा 302 भारतीय दंड सहिंता में दोषी मानते हुए आजीवन कठोर कारावास से दण्डित किया एवं 50 हजार रुपये के अर्थ दण्ड से भी दण्डित किया है। उक्त प्रकरण में अभियोजन की ओर से पैरवी अपर लोक अभियोजक एडवोकेट पंकज कुमार स्वामी ने की।

# केले से बनाएं ये एंटी-एजिंग फेस पैक

## केला और बेसन फेस पैक

केला की तरह ही बेसन का इस्तेमाल भी स्किन केयर के लिए प्राचीन काल से ही किया जाता रहा है। अगर आपकी त्वचा पर उम्र से पहले ही एजिंग के लक्षण नजर आने लगे हैं, तो आप इसे दूर करने के लिए केला और बेसन फेस पैक का यूज कर सकते हैं।

इसके लिए आप आधा पका केला लें, इसमें 1 चम्मच बेसन और आधा चम्मच नींबू का रस मिला लें। अब इस फेस पैक को अपने पूरे चेहरे और गर्दन पर 15 मिनट के लिए लगाएं। केला और बेसन फेस पैक लगाने से त्वचा की रंगत में सुधार होता है, साथ ही त्वचा की झुर्रियां, महीन रेखाएं भी कम होती हैं। एजिंग के लक्षण कम करने के लिए यह बेस्ट फेस पैक है।

## केला और एवोकाडो फेस पैक

केला और एवोकैडो में बेहतर पौष्टिक और मॉइस्चराइजिंग गुण होते हैं, जो त्वचा को हाइड्रेट करते हैं। शहद में त्वचा की मरम्मत और नमी बनाए रखने की क्षमता होती है। यह फटी और परतदार त्वचा को ठीक कर सकती है। केला और एवोकाडो फेस पैक बनाने के लिए एक पका केला और एवोकाडो लें। इसमें 1 चम्मच शहद मिलाएं। सभी को अच्छी तरह से मैश करें, अब इसे अपने चेहरे पर लगाएं। 20 मिनट बाद चेहरे को साफ पानी से धो लें। इससे त्वचा की रंगत में निखार आता है, चेहरे की झुर्रियां, महीन रेखाएं दूर होती हैं। त्वचा खूबसूरत, मुलायम और चमकदार बनती है।

## झुर्रियों और फाइन लाइन्स को कम करने में है कारगर

महिला हो या पुरुष, वे हर उम्र में जवां और खूबसूरत नजर आना चाहते हैं। लेकिन एक उम्र के बाद त्वचा पर बुढ़ापा नजर आना एक सामान्य प्रक्रिया है। कुछ लोगों में उम्र से पहले ही बुढ़ापे के लक्षण नजर आने लगते हैं, ऐसे में वे तरह-तरह के प्रोडक्ट्स, ब्यूटी ट्रीटमेंट लेते हैं। लेकिन इससे त्वचा अधिक खराब हो सकती है। अगर आप भी एजिंग के लक्षणों से परेशान हैं, तो केले से बने कुछ खास फेस पैक ट्राई कर सकते हैं। केला त्वचा को मुलायम, चमकदार और ग्लोइंग बनाता है। केला फेस पैक लगाने से समय से पहले आने वाले बुढ़ापे के लक्षणों में भी आराम मिलता है।

## केला और शहद फेस पैक

केला और शहद दोनों ही त्वचा के लिए काफी फायदेमंद होता है। इनमें मौजूद विटामिन ए, विटामिन ई स्किन के लिए जरूरी होते हैं। शहद त्वचा को हाइड्रेट करते हैं, इससे त्वचा मॉयश्चराइज होती है। केला और शहद का फेस पैक बनाने के लिए आप एक केले को मैश कर लें। इसमें 1 चम्मच शहद डालें। दोनों को अच्छी तरह से मिक्स करें, त्वचा पर लगाएं। 15 मिनट बाद त्वचा को साफ पानी से धो लें। इससे एंटी एजिंग के लक्षणों में कमी आएगी, त्वचा की रंगत में सुधार होगा और त्वचा में नमी भी बनी रहेगी।

## केला और पपीता फेस पैक

केला और पपीता सेहत के साथ ही त्वचा के लिए भी काफी लाभकारी होते हैं। आप चाहें तो एजिंग के लक्षणों को कम करने के लिए केला और पपीता फेस पैक का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए आप एक केला, पका हुआ पपीता अच्छा तरह से मैश कर लें। इसमें खीरे का रस मिलाएं, सभी को अच्छी तरह से मिला लें। इसे अपने पूरे चेहरे, गर्दन पर लगाएं और 15 मिनट बाद गुनगुने पानी से धो लें। इससे त्वचा की ड्रायनेस दूर होगी, त्वचा नरम और मुलायम बनेगी। केला और पपीता फेस पैक लगाने से चेहरे की झुर्रियां, फाइन लाइंस भी दूर होती हैं।

## केला और दही फेस पैक

केला और दही फेस पैक एजिंग स्किन के लिए काफी फायदेमंद होता है। दही झुर्रियों, महीने रेखाओं को कम करने में मदद करता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट गुण, मुक्त कणों से लड़ते हैं। इसके साथ ही इसमें लैक्टिक एसिड भी होता है, जो त्वचा को टोन करता है और एकसार बनाता है। केला और दही फेस पैक त्वचा के छिद्रों को कसता है। केला और दही फेस पैक बनाने के लिए आप आधे पके केले में 2 चम्मच दही मिला लें। इसे अच्छी तरह से मैश कर लें, अब इस पेस्ट को अपने पूरे चेहरे और गर्दन पर लगाएं। 15 मिनट बाद गुनगुने पानी से धो लें। आप इस फेस पैक को हफ्ते में 2-3 दिन इस्तेमाल कर सकते हैं।

# मुंहासे ज्यादा होते हैं तो कम कर दें इन फूड्स का सेवन

**त्वचा पर मुंहासे होना एक बेहद आम समस्या है। हम में ज्यादातर लोगों ने कभी न कभी त्वचा पर मुंहासों की समस्या का सामना जरूर किया है। त्वचा पर मुंहासों के लिए कई कारण जिम्मेदार हो सकते हैं जैसे त्वचा पर सीबम और केराटिन का उत्पादन, मुंहासे पैदा करने वाले बैक्टीरिया, हार्मोन, बंद रोम छिद्र और सूजन। लेकिन क्या आप जानते हैं आपके द्वारा खाए जाने वाले कुछ फूड्स भी मुंहासों को ट्रिगर कर सकते हैं और त्वचा पर पहले से मौजूद एक्ने और पिंपल्स को बढ़ाते हैं, खासकर पीसीओएस वाले मुंहासों की स्थिति में।**

## चीनी वाले फूड्स

जब आपको मुंहासे होते हैं तो आपको किसी भी रूप में चीनी के सेवन से बचना चाहिए, क्योंकि चीनी शरीर में आईजीएफ 1 नामक हार्मोन को बढ़ाती है जो मुहांसों को बढ़ाता है। हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार चीनी मुंहासे के दो प्रमुख कारणों को ट्रिगर करती है पहला हार्मोन और दूसरा सूजन। चीनी का सेवन करने से ब्लड शुगर लेवल में तेजी से वृद्धि होती है और आपका अग्न्याशय इंसुलिन जारी करता है। चीनी के सेवन को सीमित करने या अपनी डाइट से चीनी युक्त खाद्य पदार्थों को बाहर निकालने से इंसुलिन की मात्रा को कम करने में मदद मिल सकती है, जिसके कारण आपकी त्वचा पर अतिरिक्त तेल और मुंहासों का उत्पादन होता है।

## दूध से बने उत्पाद या डेयरी प्रोडक्ट्स

दूध से बने उत्पाद या सिर्फ दूध भी हार्मोन के स्तर में बदलाव का कारण बन सकता है और त्वचा पर मुंहासों का कारण बन सकता है। जब आप दूध या दूध से बने उत्पादों का सेवन करते हैं तो यह हार्मोन्स असंतुलन को बढ़ावा दे सकता है, जिससे त्वचा पर मुंहासे हो सकते हैं। हालांकि, सभी डेयरी प्रोडक्ट्स मुंहासों समान रूप से प्रभावित नहीं करते हैं। एक्सपर्ट्स के अनुसार स्किम मिल्क से बने उत्पाद ज्यादा मुंहासों को ट्रिगर करते हैं।

## हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाले फूड्स

मुंहासे होने पर हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाले फूड्स से बचना चाहिए। हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स जैसे- व्हाइट ब्रेड, कॉर्न फ्लेक्स, पफ्ड व्हीट सीरियल, आलू, शकरकंद, तरबूज, अनानास, केक, कुकीज, मिठाई, पैकेज्ड ब्रेकफास्ट सीरियल्स सभी शरीर में आईजीएफ 1 हार्मोन के स्तर को बढ़ाते हैं, जो मुंहासों का कारण बनता है। जब आप हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाले फूड्स का सेवन करते हैं तो ब्लड शुगर में वृद्धि होती है।

# ऑयल मसाज करने से बढ़ेगी इम्यूनिटी और कम होगा स्ट्रेस, मसाज का सही तरीका

**स्वस्थ रहने के लिए इम्यूनिटी का मजबूत होना बहुत जरूरी है। जब इम्यूनिटी मजबूत होती है, तो व्यक्ति को कोई भी बीमारी आसानी से नहीं घेरती हैं। कई लोग इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए कई तरह के सप्लीमेंट्स लेते हैं। लेकिन आप चाहें तो प्राकृतिक तरीके से भी प्रतिरोधक क्षमता बढ़ा सकते हैं। जी हां, मसाल एक ऐसा नैचुरल उपाय है जिससे इम्यूनिटी बढ़ाई जा सकती है। अगर तेल से सही समय, सही तरीके से मालिश की जाए तो इम्यूनिटी तेज हो सकती है।**

## मसाज करने का सही समय

वैसे तो आप दिन के किसी भी समय मसाज कर सकते हैं। लेकिन पूरा लाभ प्राप्त करने के लिए आपको मसाज तब करनी चाहिए, जब आप फ्री हो। इसके अलावा सुबह-सुबह मसाज करना सबसे बेस्ट माना जाता है। सुबह मसाज करने से आपके दिन की शुरुआत अच्छी होगी। आप पूरे दिन एनर्जेटिक और फ्रेश फील करेंगे। आप चाहें तो दोपहर में भी तेल से शरीर, बालों की मालिश कर सकते हैं।

## मसाज के लाभ

- मसाज करने से शरीर में ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है। इससे लिंफैटिक फ्लो में भी सुधार आता है।
- मसाज करने से खाद्य पदार्थों के पोषक तत्व शरीर को आसानी से मिल पाते हैं। इनका लाभ पूरे शरीर को मिल पाता है।
- मसाज से आपका दर्द, स्ट्रेस भी दूर होता है। साथ ही अनिद्रा की समस्या से भी छुटकारा मिलता है।
- शरीर की इम्यूनिटी को मजबूत बनाने में भी मसाज फायदेमंद हो सकता है।
- मसाज करने से मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है। इससे व्यक्ति हमेशा स्वस्थ महसूस करता है।
- मसाज से सेल्स में लिम्फोसाइट की संख्या बढ़ती है, जो इम्यूनिटी बढ़ाने में मदद करते हैं।

## इन बातों को जरूर रखें ध्यान

- आपको खाली पेट मसाज करने से बचना चाहिए। क्योंकि मसाज आपके डाइजेस्टिव सिस्टम को स्टिमुलेट करती है। इससे ब्लड ग्लूकोज लेवल कम हो सकता है।
- मसाज करने से पहले आप थोड़ा कुछ खा लें। आप फलों का सेवन कर सकते हैं।
- इसके अलावा हैवी मील खाने के बाद भी मसाज नहीं करवानी चाहिए। इससे ब्लोटिंग महसूस हो सकती है।

## मसाज के लिए बेस्ट ऑयल

जो एसेंशियल ऑयल पेड़ की पत्तियों, तने, फूलों से एक्सट्रेक्ट किए जाते हैं, मसाज के लिए उनका ही प्रयोग किया जाना चाहिए। एसेंशियल ऑयल आपके इम्यून सिस्टम को स्टिमुलेट करते हैं। इससे इम्युन सेल्स की एक्टिविटी बढ़ती हैं। सेल्स इन्फ्लेमेशन और दर्द को कम करने में मदद करती हैं। आप यूक्लेप्टस, क्लॉव, लेवेंडर और टी ट्री ऑयल जैसे एसेंशियल ऑयल का इस्तेमाल कर सकते हैं। ये तेल इम्युनिटी को बढ़ाने में भी मदद कर सकते हैं।

# बच्चों को बताएं गुड और बैड कार्बोहाइड्रेट्स का अंतर...

## चिप्स और बर्गर खाना क्यों है नुकसानदेह

**कार्बोहाइड्रेट ही शरीर को एनर्जी पहुचाते हैं। अगर आपके बच्चे कभी कभार थकान महसूस करते हैं तो आप उन्हें कुछ कार्ब्स से भरपूर चीज देकर वापिस एनर्जेटिक मोड में ला सकती हैं। लेकिन बहुत सी महिलाएं अब अपने बच्चों को कार्ब्स देने से भी कतराती हैं क्योंकि उन्हें लगता है यह बच्चों में मोटापा बढ़ाएंगे और उनके शरीर के लिए कई तरह से खतरनाक हो सकते हैं। आपको बता दें कि कार्बोहाइड्रेट कई प्रकार के होते हैं। कुछ शरीर के लिए जरूरी और लाभदायक तो कुछ शरीर के लिए हानिकारक। इसलिए बच्चों को कुछ भी देने या मना करने से पहले कार्ब्स के बारे में आवश्यक जानकारी जरूर प्राप्त करें।**

**क्या हैं कार्बोहाइड्रेट्स :** दरअसल हमारे शरीर को फंक्शन करने के लिए कुछ न्यूट्रिएंट्स की जरूरत होती है जिनमें से एक कार्बोहाइड्रेट होता है। हमारे शरीर को इन्हीं के कारण एनर्जी प्राप्त होती है। जो खाना हम खाते हैं, उसमें मौजूद स्टार्च और शुगर से कार्ब्स प्राप्त होते हैं। अपने केमिकल स्ट्रक्चर के आधार पर कार्ब्स सिंपल और कॉम्प्लेक्स हो सकते हैं।

**शरीर को एनर्जी देते हैं :** जो कार्बोहाइड्रेट्स खाने से मिलते हैं वह शुगर कंपाउंड्स में पेड़ होते हैं जैसे कि ग्लूकोज, फ्रूक्टोज सूक्रोस् और फिर यह ब्लड द्वारा अवशोषित होकर फूड को एनर्जी में बदलते हैं। इनमें से ग्लूकोज का एनर्जी में प्रयोग होता है जबकि बाकी पैंक्रियास में स्टोर हो जाते हैं। अक्सर नो कार्ब या लो कार्ब डाइट वाले लोग गुमसुम रहते हैं क्योंकि ब्रेन, ग्लूकोज से मिलने वाली एनर्जी पर निर्भर करता है। जब उसे एनर्जी ही नहीं मिलेगी तो वह ढंग से अपना कार्य नहीं कर पाएगा।

**गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल फंक्शन में सहायक :** कार्बोहाइड्रेट शरीर के अच्छे बैक्टीरिया के लिए इंधन का काम भी करते हैं। जिससे जरूरी बी कांपलेक्स विटामिंस का प्रोडक्शन होता है यही नहीं कार्बोहाइड्रेट्स कैल्शियम अवशोषण में भी सहायक है।

**फैट कम करने में सहायक :** कार्बोहाइड्रेट मेटाबॉलिज्म में भी अपनी भूमिका निभाते हैं। शरीर की अधिक एनर्जी फैट के रूप में स्टोर होती हैं। लो लेवल कार्बोहाइड्रेट्स फैट मैटाबॉलिज्म से बचाते हैं। जिसे कीटॉसिस कहा जाता है।

**कार्बोहाइड्रेट्स खाने का स्वाद बढ़ाते हैं :** जो खाद्य हम खाते हैं कार्बोहाइड्रेट्स उसमें फ्लेवर और टेस्ट ऐड करते हैं। यह आसानी से डाइजेस्ट भी हो जाते हैं, जबकि मैक्रोन्यूट्रिएंट्स को डाइजेस्ट होने में समय लगता है। इसी वजह से यह शरीर को तुरंत एनर्जी भी देते हैं।

**सिंपल कार्बोहाइड्रेट्स :** यह शुगर मॉलिक्यूल्स के द्वारा बनती है। यह बहुत आसानी से पच जाती है और एनर्जी प्राप्त करने का सबसे तेज स्रोत होती है। इस तरह के कार्ब्स कैंडी, स्वीट ड्रिंक्स, दूध, दही, शहद, ब्राउन शुगर आदि में पाए जाते हैं।

**कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट :** इनमें डाइट्री फाइबर और स्टार्च होते हैं जो शुगर से अधिक हेल्दी होते हैं और होल फूड्स से प्राप्त होते हैं। जिनमें मिनरल और पोषण तो होता ही है ये हेल्दी भी होते हैं। इनके स्रोत में हरी सब्जियां, अनाज, होल व्हीट ब्रेड, आलू, शकरकंद, कद्दू और मटर जैसी चीजें हैं।

**गुड कार्ब्स :** जो कार्ब्स हमें हेल्दी और प्राकृतिक खाने से प्राप्त होते हैं उन्हें गुड कार्ब्स कहा जाता है जैसे फल, सब्जियों और डेयरी से प्राप्त होने वाले कार्ब्स। यह शरीर द्वारा थोड़ा धीरे पचाए जाते हैं और इनके कारण शरीर का ब्लड शुगर लेवल या ग्लूकोज लेवल भी नहीं बढ़ता है। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि कॉम्प्लेक्स कार्ब्स ही गुड कार्ब्स होते हैं।

**बैड कार्ब्स :** जो कार्ब्स हमें मानव निर्मित चीजों से प्राप्त होते हैं और जिनमें शुगर होती हैं उन्हें बैड या फिर बुरे कार्ब्स कहा जाता है। यह आइस क्रीम, डोनट्स और अन्य मीठी चीजों में पाए जाते हैं जिन्हें शरीर के लिए हेल्दी नहीं माना जाता है।

# पीठ पर काले दाग होने के पीछे हो सकते हैं ये कारण....

**पीठ पर छोटे-छोटे काले दाग-धब्बे होने की परेशानी काफी आम है। यह किसी भी व्यक्ति को प्रभावित कर सकती है। हालांकि, इस तरह की समस्या वयस्कों और किशोरावस्था में काफी ज्यादा देखी जा सकती है। दरअसल, इस दौरान शरीर में होने वाले हार्मोनल बदलाव की वजह से पीठ पर काले दाग धब्बे हो सकते हैं। काले दाग-धब्बे होने पर काफी ज्यादा परेशानी होने लगती है। खासतौर पर इस दौरान आप अपने पसंदीदा कपड़े नहीं पहन सकते है। ऐसे में पीठ के दाग-धब्बों को मिटाना भी बहुत ही जरूरी है।**

## पीठ पर काले दाने या दाग होने के कारण

पीठ पर काले दाग-धब्बे होने का प्रमुख कारण शरीर में हार्मोनल बदलाव हो सकता है। इसके अलावा कई अन्य मेडिकल कंडीशन की वजह से भी इस तरह की समस्या हो सकती है। खासतौर पर अगर आपको कब्ज या पेट से जुड़ी समस्या है, तो पीठ पर दाग-धब्बे और दाने होने की संभावना अधिक रहती है। इसलिए टीनएजर लोगों को इस तरह की परेशानी काफी ज्यादा हो सकती है।

## मेथी के दानें है लाभकारी

पीठ से काले दाग-धब्बों को हटाने के लिए मेथी के दानों का इस्तेमाल किया जा सकता है। इससे आपको काफी आराम मिलेगा। इसका इस्तेमाल करने के लिए 1 बड़ा चम्मच सरसों या नारियल तेल लें। अब इस तेल में आधा चम्मच मेथी के दानों को डालकर इसे अच्छे से गर्म करें। इसका बाद इसमें लहसुन और थोड़ी सी अजवाइन डालें। जब तेल अच्छे से पक जाए, तो इसे ठंडा कर लें। इसके बाद तेल को किसी शीशी में छानकर रखें। जरूरत पड़ने पर इस तेल से पीठ की मालिश करें।

**दही और नींबू**-पीठ पर काले दाग धब्बे होने पर आप नींबू और दही का इस्तेमाल कर सकते हैं। इससे आपकी परेशानी जल्द से जल्द दूर हो जाएगी। दही और नींबू को लगाने के लिए सबसे पहले 1 बड़ा चम्मच दही लीजिए। इसमें नींबू का रस डालकर इसे अच्छे से मिक्स कर लें। आप चाहे, तो इसमें 1 चुटकी हल्दी भी मिक्स कर सकते हैं। इसके बाद इसे अपनी पीठ पर लगाइए। कुछ देर पास इसे साफ कर लें। सप्ताह में कुछ दिनों तक इसका इस्तेमाल करने से पीठ के दाग-धब्बों से छुटकारा मिल सकता है।

**एलोवेरा जेल**-एलोवेरा जेल का इस्तेमाल करने से भी पीठ के दाग-धब्बों से छुटकारा पाया जा सकता है। इसके लिए एलोवेरा जेल की कुछ पत्तियों से जेल निकाल लें। अब इसे अपनी पीठ पर अच्छे से मलें। सप्ताह में 2 से 3 बार इस जेल को लगाने से पीठ के दाग-धब्बों से राहत मिल सकता है।

**मलाई और हल्दी**-पीठ पर दाग-धब्बों की परेशानी से राहत पाने के लिए मलाई और हल्दी से भी मसाज किया जा सकता है। इससे आपको काफी लाभ मिलेगा। साथ ही पीठ की रंगत में भी सुधार हा सकता है। इसके लिए एक चम्मच दूध की मलाई लें। अब इसमें 1 चुटकी हल्दी डालकर अच्छे से मिक्स कर लें। इसके बाद इसे पीठ पर अच्छे से मलें। इससे पीठ के दाग-धब्बे दूर होंगे। साथ ही पीठ का मैल भी हटेगा।

# आईसीएसई 10वीं रिजल्ट में चमके फ्लोरेटो के होनहार 8 विद्यार्थी 95 प्रतिशत व 17 विद्यार्थी 90 प्रतिशत से ऊपर

सुरेन्द्र शर्मा

**सीकर ( नवयत्न )।** सीआईएससीई द्वारा घोषित आईसीएसई 10वीं रिजल्ट में जयपुर-बीकानेर बाईपास स्थित फ्लोरेटो वर्ल्ड स्कूल के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन किया है। फ्लोरेटो के कुल प्रविष्ठ 41 विद्यार्थियों में से 8 विद्यार्थियों ने 95 प्रतिशत तथा 17 अर्थात् 41.46 प्रतिशत विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किये हैं। फ्लोरेटो के गौरव ने 98 प्रतिशत, अंशुमान चौधरी ने 97.80 प्रतिशत, कृतिन करीर ने 97.60 प्रतिशत, नीति मित्तल ने 95.60 प्रतिशत, सूफियान खान ने 95.60 प्रतिशत, आर्यन खांडल ने 95.20 प्रतिशत, ध्रुव महला ने 95.20 प्रतिशत एवं यांशी बजाज ने 95.20 प्रतिशत अंक हासिल किये हैं। साथ ही हार्दिक मान ने 94.40 प्रतिशत, गर्वित अग्रवाल ने 93.20 प्रतिशत, अनामिका खंडेलवाल ने 93 प्रतिशत, यश चौधरी ने 93 प्रतिशत, हार्दिक सैनी ने 91.40 प्रतिशत, निखिल मील ने 91.40 प्रतिशत, मंताशा गौरी ने 91.20 प्रतिशत, दक्ष छापोला ने 90.80 प्रतिशत एवं नेहा चौधरी ने 90 प्रतिशत अंक हासिल किये हैं। शानदार परीक्षा परिणाम से फ्लोरेटो कैम्पस में जश्न का माहौल रहा। प्रिंस एजुहब चेयरमैन डॉ पीयूष सुण्डा, मुख्य प्रबंध निदेशक राजेश ढिल्लन, ब्रिगेडियर आरके बवलदा, प्रबंध निदेशिका डॉ मिनाली सुण्डा एवं प्रिंसिपल रिंकू शर्मा ने उत्कृष्ट अंक प्राप्त विद्यार्थियों का माल्यार्पण, साफा पहनाकर एवं स्मृति चिह्न देकर अभिभावकों सहित सम्मान किया। टॉपर तीन विद्यार्थियों को क्रमशः 51 हजार, 31 हजार एवं 11 हजार रू. का नकद पुरस्कार भी दिया गया है। डॉ पीयूष सुण्डा ने कहा कि फ्लोरेटो में एडवांस्ड आईसीएसई करिकुलम की पढ़ाई के साथ ही ढ़ेरो सहशैक्षणिक व खेलकूद गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों की ओवरऑल पर्सनैलिटी ग्रूमिंग पर सबसे ज्यादा ध्यान दिया जाता है।

**गौरव ने आईसीएसई में हासिल किए 98 प्रतिशत अंक**-आईसीएसई 10वीं रिजल्ट में फ्लोरेटो वर्ल्ड स्कूल के गौरव ने 98 प्रतिशत अंक हासिल किये हैं। गौरव के पिता सुभाष चंद्र सेना से रिटायर्ड है जबकि माता धापा देवी एएनएम हैं। गौरव भविष्य में कम्प्यूटर साइंस से इंजीनियरिंग करना चाहता है। पढ़ाई के साथ ही गौरव को स्वीमिंग एवं बैडमिंटन का भी शौक है। अपनी सफलता का श्रेय गौरव ने अपने मम्मी-पापा एवं फ्लोरेटो के शिक्षकों को दिया है।

## शौच के लिए गई महिला से दुष्कर्म का मामला

निसं

**नोखा ( नवयत्न )।** नोखा क्षेत्र के एक गांव में एक महिला ने दुष्कर्म का आरोप लगाते हुए थाने में शिकायत दर्ज कराई है। पीड़िता की रिपोर्ट पर बुधवार रात नोखा थाने में मुकदमा दर्ज किया गया। पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस को शिकायत में महिला ने बताया यह घटना 25 अप्रैल 2026 की रात करीब 10 बजे की बताई गई है। महिला एक धार्मिक कार्यक्रम में शामिल होने गई थी। वह लघुशंका के लिए ढाणी के पीछे खेत में गई थी। इसी दौरान आरोपी पीछे से आया और उसे जमीन पर पटक दिया। पीड़िता के अनुसार विरोध करने पर आरोपी ने उसके मुंह में गमछा डालकर आवाज दबा दी और जबरदस्ती दुष्कर्म किया।

### परिजनों के आते ही आरोपी मौके से फरार

महिला ने बताया इसी दौरान उसकी जेठाणी पीछे आती दिखाई दी जिसे देखकर आरोपी मौके से भाग गया। आरोप है कि जाते समय उसने महिला को जान से मारने की धमकी भी दी। पीड़िता के अनुसार आरोपी ने कहा कि यदि उसने घटना की जानकारी किसी को दी तो वह जान से मार देगा।

### पुलिस ने दर्ज किया मुकदमा

नोखा पुलिस ने महिला की शिकायत के आधार पर संबंधित धाराओं में मामला दर्ज कर लिया है। पुलिस का कहना है कि मामले की जांच की जा रही है और तथ्यों के आधार पर आगे की कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

## प्लाईवुड गोदाम में लगी भीषण आग से लाखों का सामान जलकर राख

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** दिल्ली रोड स्थित राई की कोठी क्षेत्र में बुधवार-गुरुवार की मध्यरात्रि एक प्लाईवुड गोदाम में भीषण आग लग गई। आग ने चंद मिनटों में ही विकराल रूप धारण कर लिया, जिससे गोदाम में रखा करीब 15 लाख रुपये का सामान जलकर पूरी तरह राख हो गया। गनीमत रही कि समय रहते दमकल विभाग ने मौके पर पहुंचकर आग पर काबू पा लिया, जिससे बड़ा हादसा टल गया।

### स्पार्किंग से शुरू हुई आग की लपटें

स्थानीय निवासी मोहन ने बताया कि गोदाम के ठीक ऊपर से बिजली के तार गुजर रहे हैं, जिनमें बुधवार-गुरुवार रात से ही लगातार स्पार्किंग हो रही थी। मोहन की पत्नी को सबसे पहले आग का अहसास हुआ, जिसके बाद उन्होंने शोर मचाकर परिजनों और आसपास के लोगों को जगाया। आग लगने की खबर फैलते ही इलाके में अफरा-तफरी मच गई और दूर-दूर तक धुएं के गुबार उठने लगे।

### दमकल की 12 गाड़ियों ने डेढ़ घंटे में पाया काबू

घटना की जानकारी मिलते ही आमेर पुलिस और दमकल की गाड़ियां तुरंत मौके पर पहुंच गईं। हालांकि स्थानीय लोगों ने शुरुआती 15 मिनट तक बाल्टी और उपलब्ध संसाधनों से आग बुझाने का प्रयास किया लेकिन आग की तीव्रता अधिक होने के कारण काबू पाना मुश्किल था। दमकल की 12 गाड़ियों ने करीब डेढ़ घंटे की कड़ी मशक्कत के बाद आग पर पूर्णतः काबू पाया।

### मालिक का लाखों का नुकसान

गोदाम मालिक ने बताया कि यह प्लाईवुड इवेंट का गोदाम था। आग इतनी भीषण थी कि अंदर रखा सारा स्टॉक जलकर स्वाहा हो गया। प्रारंभिक जांच में आग लगने का मुख्य कारण शॉर्ट सर्किट ही माना जा रहा है। फिलहाल आमेर पुलिस मामले की गहन जांच में जुटी है ताकि घटना के वास्तविक कारणों का पता लगाया जा सके।

## एनसीसी प्रशिक्षण शिविर आयोजित

निसं

**रींगस ( नवयत्न )।** शिक्षा और अनुशासन के क्षेत्र में अग्रणी एक्सीलेंस इंगलिश एकेडमी द्वारा एक महत्वपूर्ण पहल के तहत एनसीसी 3 राज बटालियन सीकर के साथ संयुक्त रूप से एनसीसी प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया जा रहा है। इस शिविर को लेकर तैयारियाँ पूर्ण हो चुकी हैं। शिविर आयोजन से पूर्व एनसीसी के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल जे.एस. लांबा सेना मेडल द्वारा विद्यालय परिसर का विस्तृत निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान कैंप साइट पर सभी व्यवस्थाएँ संतोषजनक पाई गई और स्थान को शिविर आयोजन के लिए उपयुक्त घोषित किया गया। इस विशेष एनसीसी कैंप में विभिन्न स्थानों एवं विद्यालयों से लगभग 600 कैडेट्स भाग लेंगे। विद्यालय परिसर में कुल दो शिविर आयोजित किए जाएंगे। पहला शिविर 5 मई से 14 मई तक तथा दूसरा शिविर 18 मई से 27 मई तक संचालित होगा। शिविर के दौरान कैडेट्स को फायरिंग, ड्रिल, अनुशासन प्रशिक्षण सहित अनेक प्रकार की गतिविधियों का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया जाएगा।

इसके साथ ही विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु विभिन्न कौशल आधारित कार्यक्रम एवं सांस्कृतिक गतिविधियाँ भी आयोजित की जाएगी। गर्मी के मौसम को ध्यान में रखते हुए शिविर में भाग लेने वाले विद्यार्थियों के स्वास्थ्य, खान-पान एवं पेयजल की विशेष व्यवस्था सुनिश्चित की गई है ताकि कैडेट्स को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। निरीक्षण के दौरान संस्था अध्यक्ष प्रदीप कुमार शर्मा, संस्था सचिव प्रबल शर्मा, डायरेक्टर आरती शर्मा तथा प्राचार्य राजेन्द्र कुमार शर्मा भी उपस्थित रहे और उन्होंने शिविर की तैयारियों का जायजा लिया। इस आयोजन को लेकर विद्यार्थियों एवं शिक्षकों में विशेष उत्साह देखने को मिल रहा है, वहीं यह शिविर क्षेत्र में अनुशासन, नेतृत्व और देशभक्ति की भावना को और अधिक सुदृढ़ करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

# राजनीति लड़ाई की ओर बढ़ता नगरपरिषद का ट्रेक्टर्स, लेबर का टेंडर...

## भाजपा नेता के नेतृत्व में सौंपा गया ज्ञापन, तो कांग्रेस नेता ने दी 4 मई से धरने की चेतावनी

निसं

**सुजानगढ़ ( नवयत्न )।** सुजानगढ़ नगरपरिषद में सफाई कार्य में लगने वाले ट्रेक्टर्स व लेबर का टेंडर अब राजनीतिक गर्मी का कारण बनता जा रहा है। इस टेंडर को लेकर रोज-रोज ज्ञापन लग रहे हैं और किसी न किसी बहाने इस टेंडर की चर्चा चारों तरफ हो रही है। और तो और इसी टेंडर को लेकर आगामी दिनों में धरने प्रदर्शन तक की तैयारियां हो चुकी हैं। लेकिन सोचने वाली बात ये है कि अधिकारी टेंडर प्रक्रिया पूरी करने के लिए किस बात का इंतजार कर रहे हैं। इस मामले को लेकर भाजपा नेता गंगाधर लाखन के नेतृत्व में वाल्मीकि समाज के लोगों ने गुरूवार को गणेश मंदिर से उपखंड कार्यालय तक रैली निकाली और नारेबाजी करते हुए प्रदर्शन किया। प्रदर्शन के बाद उपखंड अधिकारी व नगरपरिषद के प्रशासक ओमप्रकाश वर्मा को ज्ञापन सौंपकर मांग की गई कि शहर में 60 वार्ड हैं, इसलिए एक दो ठेकेदारों को कचरा उठाने का जिम्मा दिया जाना उचित नहीं है। इसके लिए 5-5 वार्ड के कुल 12 जॉन बनाकर इनके अलग-अलग टेंडर निकाले जावें, जिससे शहर की सफाई व्यवस्था और बेहतर हो सके। गंगाधर लाखन ने उपखंड अधिकारी को बताया कि ठेकेदारों के लिए काम करने वाले समस्त सफाई कार्मियों या संविदाकार्मिकों के लिए भुगतान की व्यवस्था बैंक खाते से की जावे और पीएफ आदि नियमानुसार काटे जावें। ज्ञापन पर दीनदयाल सियोता, प्रकाशचंद सियोता, आनंद लाखन, घनश्याम, दिलीप धवन, मुनालाल, प्रेमराज, विश्वनाथ, विक्की सहित बड़ी संख्या में लोगों के हस्ताक्षर हैं।

**कांग्रेस नेता ने की 4 मई से धरना देने की घोषणा**-दूसरी ओर कांग्रेस नेता अजय ढेनवाल ने इस मुद्दे को लेकर 4 मई से नगरपरिषद कार्यालय के सामने धरना शुरू करने की घोषणा कर दी है। उपखंड अधिकारी व नगरपरिषद के प्रशासक को भेजे गए ज्ञापन में अजय ढेनवाल ने बताया है कि 18 मार्च 2026 को ट्रेक्टर ट्रोली मय ड्राईवर डीजल श्रमिक औजार सहित निविदा लगाई गई थी। इसी निविदा को खुलने की तिथि 30 मार्च को तकनीकी निविदा खुलनी थी व 31 मार्च वित्तीय निविदा खोलने व दर स्वीकृत करने तिथि थी जबकि उक्त निविदा की तकनीकी बीड तो खोल दी गई है। लेकिन आज दिनांक तक वितीय निविदा नहीं खोली गई क्योंकि अधिकारियों ने इसे कैंसिल करने का कुप्रयास किया। इस बारे में 23 अप्रैल को दिशा की मीटिंग में जिला कलेक्टर के समक्ष भी ज्ञापन दिया गया था। लेकिन अब तक न्यायोचित परिणाम नहीं आया है। इसी प्रकार गांधी चौक स्थिति नेहरू पार्क में बाबा साहेब भीमराव अम्बेडकर, महाकवि कन्हैयालाल सेठिया की प्रतिमाएं लगाये जाने व इस पार्क को आम जन के लिए खुला रखे जाने व पार्क में नगर परिषद की सम्पति होने का बोर्ड लगाए जाने की मांग भी की गई है। नेहरू पार्क में पूर्व की भांति प्याऊ का संचालन नगर परिषद द्वारा कर आमजन को राहत देने की मांग की गई है। दोनों मांगे पूरी नहीं होने पर 4 मई से नगर परिषद कार्यालय के सामने अनिश्चितकालीन धरना शुरू किये जाने की जानकारी अजय ढ़ेनवाल द्वारा प्रशासन को दी गई है।

## कल से शुरू होगा ज्येष्ठ माह, 59 दिन तक भक्ति और सेवा का विशेष संयोग

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )** हिंदू कैलेंडर का तीसरे महीने ज्येष्ठ की शुरुआत 2 मई से हो रही है, जो 29 जून तक चलेगा। हिंदू धर्म में ज्येष्ठ माह का विशेष महत्व माना जाता है। यह महीना सिर्फ भीषण गर्मी के लिए ही नहीं, बल्कि भक्ति-सेवा के लिए भी जाना जाता है। पंडित बनवारी लाल शर्मा के अनुसार इस माह में भगवान विष्णु, सूर्य देव और हनुमानजी की उपासना करने से विशेष पुण्य फल की प्राप्ति होती हैं। साथ ही ज्येष्ठ माह में बड़ा मंगल, वट सावित्री व्रत और निर्जला एकादशी जैसे महत्वपूर्ण पर्व-त्योहार भी आएंगे। इस बार ज्येष्ठ माह और भी खास इसलिए है क्योंकि अधिक मास के संयोग से यह सामान्य दिनों से लंबा होकर 59 दिनों तक चलेगा। यह दुर्लभ योग भक्ति, साधना और दान-पुण्य के लिए एक विशेष अवसर प्रदान करेगा। इस माह में जगह-जगह प्याऊ लगाई जाएगी। प्रमुख मार्गों पर वाटर कूलर लगाए जाएंगे। श्रद्धालु मंदिरों में भी जल से भरे मटके दान करेंगे।

### आठ बड़ा मंगल

ज्येष्ठ माह में आने वाले मंगलवार को बड़ा मंगल या बुढ़वा मंगल कहा जाता है। इस दिन पर हनुमानजी की पूजा विशेष महत्व रखती है क्योंकि धार्मिक मान्यताओं के अनुसार ज्येष्ठ महीने के एक मंगलवार को ही भगवान राम और भगवान हनुमान की पहली भेंट हुई थी। अधिकमास होने के कारण इस बार ज्येष्ठ माह में 8 बड़े मंगल पड़ रहे हैं। पहला बड़ा मंगल 5 मई को पड़ रहा है। वहीं आखिरी यानी आठवें बड़े मंगल का व्रत 23 जून को किया जाएगा।

### वट सावित्री व्रत और शनि जयंती

ज्येष्ठ माह में आने वाली अमावस्या तिथि पर सुहागिन महिलाओं द्वारा वट सावित्री व्रत किया जाता है, जो इस बार 16 मई को किया जाएगा। माना जाता है कि सुहागिन महिलाओं द्वारा इस व्रत करने से उन्हें अखंड सौभाग्य का आशीर्वाद मिलता है। साथ ही इस दिन पर शनि अमावस्या भी पड़ रही है, जो हिंदू धर्म में विशेष महत्व रखती है।

### गंगा दशहरा

ज्येष्ठ माह में मनाए जाने वाला गंगा दशहरा एक महत्वपूर्ण तिथि है, जो इस बार 25 मई को मनाई जाएगी। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, ज्येष्ठ माह के शुक्ल की दशमी तिथि पर ही मां गंगा देवलोक से धरती पर अवतरित हुई थीं। इस तिथि को गंगा स्नान, दान, जप-तप, उपासना और उपवास के लिए उत्तम माना गया है।

### निर्जला एकादशी व्रत

ज्येष्ठ माह के शुक्ल पक्ष की एकादशी तिथि पर निर्जला एकादशी का व्रत किया जाएगा। इसे भीमसेनी एकादशी भी कहते हैं। इस बार यह व्रत गुरुवार, 25 जून को किया जाएगा। साल की सभी 24 एकादशियों में से निर्जला एकादशी सबसे ज्यादा महत्त्वपूर्ण मानी गई है क्योंकि इस दिन निर्जला व्रत करने से श्रद्धालु को साल की सभी चौबीस एकादशियों के उपवास रखने के समान फल मिलता है।

## आराध्य देव गोविंद देवजी मंदिर में वैशाखी पूर्णिमा से जलयात्रा महोत्सव प्रारंभ

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** श्री गोविंद देवजी मंदिर में वैशाखी पूर्णिमा एक मई से जलयात्रा महोत्सव का शुभारंभ होगा। ज्येष्ठ माह की एकादशी, पूर्णिमा, अमावस्या सहित विभिन्न तिथियों पर श्रद्धालुओं को जलयात्रा झांकी के दर्शन होंगे। गौड़ीय संप्रदाय की परंपरा के अनुसार आचार्य श्रील रूप गोस्वामी ने ठाकुर श्रीजी के प्राकट्य के बाद ज्येष्ठ मास की तीव्र गर्मी में उन्हें शीतलता प्रदान करने के लिए इस उत्सव की शुरुआत की थी। वर्तमान में यह उत्सव महंत अंजन कुमार गोस्वामी के सान्निध्य में पारंपरिक श्रद्धा के साथ मनाया जा रहा है। महोत्सव के दौरान ठाकुर श्रीजी को चांदी की कमलाकार होदी में विराजमान किया जाएगा। इसमें 10 फव्वारे है। इसके अलावा अतिरिक्त फव्वारों की व्यवस्था भी रहेगी। ठाकुर श्रीजी को सफेद धोती-दुपट्टा धारण कराकर पुष्पों के मुकुट एवं अलंकारों से श्रृंगारित किया जाएगा। केवड़ा और गुलाब जल युक्त शीतल जल के मध्य राधारानी के साथ स्वर्ण पिचकारी से जल क्रीड़ा के दर्शन श्रद्धालुओं को भावविभोर करेंगे। इस अवसर पर ठाकुरजी को रसाल भोग में ऋतु फल एवं पारंपरिक पूड़ी-सिकरन का प्रसाद अर्पित किया जाएगा। मंदिर के सेवाधिकारी मानस गोस्वामी ने बताया कि मौसम विभाग के निर्देशों को ध्यान में रखते हुए मंदिर प्रबंधन ने जलयात्रा झांकी के समय में परिवर्तन किया है। जलयात्रा झांकी सुबह 11:15 से 11:45 बजे तक होगी। ताकि अधिकाधिक भक्तजन झांकी दर्शन लाभ प्राप्त कर तेज धूप होने से पूर्व अपने घर-प्रतिष्ठान लौट सकें। अन्य सभी झांकियों के समय यथावत रहेंगे। पहले जल यात्रा झांकी का समय दोपहर 12:30 से 12:45 बजे तक रहता था।

## गौ चिकित्सालय में लगाया कूलर

**बुगाला ( नवयत्न )।** स्वर्गीय फूलचंद चौधरी की स्मृति में उनके पुत्र अजय चौधरी ने सराहनीय पहल करते हुए सौंथली स्थित अपना कर्म गौ चिकित्सालय में कूलर भेंट किया। भीषण गर्मी को देखते हुए यह कूलर वहां आने वाले पशुओं और स्टाफ के लिए राहत प्रदान करेगा। अरविंद अग्रवाल ने बताया कि इसके साथ ही इन्होंने एक ट्रॉली तरबूज भी गौशाला में भेंट किए गए, जिससे गौवंश को गर्मी से राहत मिल सके। इस सेवा कार्य की स्थानीय लोगों और गौभक्तों ने सराहना की। गौशाला प्रबंधन समिति ने अजय चौधरी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रकार के सहयोग से गौ सेवा कार्यों को मजबूती मिलती है और समाज में सकारात्मक संदेश जाता है।

## औद्योगिक प्रोत्साहन शिविर आज

**तारानगर ( नवयत्न )।** जिला उद्योग एवं वाणिज्य केन्द्र चूरू की ओर से शुक्रवार को सुबह 11 बजे तारानगर पंचायत समिति सभागार में औद्योगिक प्रोत्साहन शिविर का आयोजन किया जाएगा। उद्योग महाप्रबंधक नानुराम गहनोलिया ने बताया कि शिविर में तारानगर क्षेत्र के शहरी व ग्रामीण युवाओं, उद्यमियों एवं बेरोजगारों को उद्योग विभाग की विभिन्न योजनाओं की विस्तृत जानकारी दी जाएगी। इनमें डॉ भीमराव अम्बेडकर राजस्थान दलित आदिवासी उद्यम प्रोत्साहन योजना, विश्वकर्मा युवा उद्यमी प्रोत्साहन योजना, प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, मुख्यमंत्री युवा स्वरोजगार योजना, राजस्थान निवेश प्रोत्साहन योजना, राजस्थान एमएसएमई पॉलिसी, राजस्थान ओडीओपी पॉलिसी, राजस्थान एक्सपोर्ट प्रमोशन पॉलिसी एवं राजस्थान ट्रेड प्रमोशन पॉलिसी शामिल हैं। उन्होंने बताया कि उद्योग सेवा एवं व्यवसाय क्षेत्र में कार्य करने के इच्छुक व्यक्ति अधिक से अधिक संख्या में शिविर में भाग लेकर विभागीय योजनाओं का लाभ उठा सकते हैं।

**कार्यालय नगरपालिका नीमकाथाना राज0**

क्रमांकःन0पा0नीम0 / 2026-27 / 632 दिनांकः 29.04.2026

**ई निविदा सूचना क्रमांक 21/2026-27**

सर्वसाधारण पंजीकृत फर्म / ठेकेदारो को सूचित किया जाता है, कि नगरपालिका द्वारा वर्ष 2026-27 में आवश्यक सेवायें ली जाने / विभिन्न कार्य हेतु निर्धारित प्रपत्र में ई-प्रोक्यूरमेन्ट प्रक्रिया हेतु ऑनलाईन निविदायें आंमत्रित की जाती हैं। निविदा फार्म ऑनलाईन वेबसाईट http://eproc.rajasthan.gov.in/ से डाउनलोड एवं अपलोड http://sppp.raj.nic.in पोर्टल पर डाउनलोड किये जा सकते है। उक्त निविदा सूचना http://sppp.raj.nic.in पोर्टल पर दिनांक 29.04.2026 से देखी जा सकती है। उक्त कार्य की **NIB code DLB2627A1045** यूबीएन **DLB2627SLOB03004** हैं।

अधिशाषी अधिकारी
नगरपालिका नीमकाथाना

राज.संवाद / सी / 26 / 1842

**कार्यालय ग्राम पंचायत गिरधरपुरा शाहपुरा**
**पं.स. नवलगढ़, जिला झुन्झुनूं**

क्रमांक :- ग्रा.प./लेखा/निविदा/2026-27/67 दिनांक :- 30-04-2026

**ई-निविदा सूचना 2026-27**

कार्यालय विकास अधिकारी पंचायत समिति नवलगढ़ के अधीनस्थ ग्राम पंचायत गिरधरपुरा शाहपुरा में निर्माण कार्य हेतु राजस्थान पंचायतीराज नियम 1996 के नियमों के तहत नियम 181 में ग्राम पंचायत स्तर पर इच्छुक संवेदकों/निविदादाताओं से जी.एस.टी. पंजीकृत एवं सक्षम श्रेणी में पंचायतीराज विभाग, राजकीय विभाग एवं राजकीय उपक्रम में पंजिकृत फर्मो/संवेदकों से निर्माण कार्य करने हेतू ई निविदाएँ आमन्त्रित की जाती है।

निविदा आवेदन डाउनलोड करने की तिथि व समय — 30-04-2026, प्रातः 10:00 बजे से 11-05-2026, सांय 6:00 बजे तक।
निविदा ऑन लाईन प्रस्तुत करने की अंतिम तिथि व समय — 11-05-2026 सायं 6:00 बजे तक।
दस्तावेज भौतिक रूप से जमा कराने की तिथि व समय — 12-05-2026 दोपहर 12:00 बजे तक।
आनलाईन निविदा खोलने की तिथि व समय — 12-05-2026 दोपहर 02:00 बजे।

| ई-निविदा संख्या | NIB CODE | UBN CODE | TENDER ID |
|---|---|---|---|
| 1/2026-27 | ZJU2627A0109 | ZJU2627WSOB00177 | 2026_PRD_555154_1 |
| 2/2026-27 | ZJU2627A0110 | ZJU2627WSOB00178 | 2026_PRD_555163_1 |

निविदा प्रपत्र कार्यालय ग्राम पंचायत गिरधरपुरा शाहपुरा से व्यक्तिशः अथवा http://sppp.rajasthan.gov.in पोर्टल एवं http://eproc.rajasthan.gov.in से डाउनलोड किया जा सकता है।

प्रशासक
ग्राम पंचायत गिरधरपुरा शाहपुरा
पं.स. नवलगढ़, (झुन्झुनूं)

ग्राम विकास अधिकारी
ग्राम पंचायत गिरधरपुरा शाहपुरा
पं.स. नवलगढ़, (झुन्झुनूं)

# ट्रैक्टर चढ़ाकर छोटे भाई ने की बड़े भाई की हत्या

निसं

**खेतड़ी ( नवयत्न )।** पचेरी कलां थाना क्षेत्र के रसुलपुर गांव में पारिवारिक विवाद ने खौफनाक रूप ले लिया, जहां सगे भाई ने ही अपने ही बड़े भाई की जान ले ली। जानकारी के अनुसार रसुलपुर निवासी अनुप पुत्र कंवर सिंह दोपहर करीब दो बजे बाहर से अपने घर आया था। इसी दौरान उसके सगे भाई अजीत व अनूप में दोस्तों के साथ रहने को लेकर विवाद हो गया। इस दौरान दोनों ने आपस में मारपीट शुरू कर दी। घटना के दौरान अनुप ने अपने चाचा के बेटे कृष्ण यादव को फोन कर बताया कि उसके साथ मारपीट हो रही है। कृष्ण यादव के अनुसार जब वह मौके पर पहुंचा तो विवाद इतना बढ़ गया कि अजीत ने ट्रैक्टर चढ़ाकर अनुप को कुचल दिया, जिससे उसकी गंभीर हालत हो गई। इस दौरान बीच बचाव करने पर कृष्ण के साथ भी मारपीट की गई, जिससे उसके सिर में चोट लगने से घायल हो गया। ट्रैक्टर से कुचलने से घायल अनूप को परिजन उसे तुरंत पचेरी के एक निजी अस्पताल लेकर पहुंचे, जहां से उसे बुहाना रैफर कर दिया गया। इसके बाद उसे बुहाना के राजकीय अस्पताल ले जाया गया, जहां चिकित्सकों ने जांच के बाद अनुप को मृत घोषित कर दिया। मृतक अनूप शादीशुदा था तथा उसके कोई संतान नहीं है। पिता की काफी समय पहले हार्ट अटैक से मौत हो चुकी है। मृतक दिल्ली में कंपनी में काम करता था। वह बुधवार को ही अपने गांव आया था। घटना की सूचना पर पचेरीकलां पुलिस मौके पर पहुंची तथा घटनास्थल का मौका मुआयना कर आवश्यक जानकारी जुटाई। थानाधिकारी बनवारीलाल यादव ने बताया कि पुलिस को सूचना मिली थी कि अजीत ने ट्रैक्टर चढ़ाकर अपने ही भाई की हत्या कर दी है। पुलिस मौके पर पहुंचकर जांच में जुट गई है। शव का पोस्टमार्टम करवाने के बाद परिजनों को सौंपा जाएगा। पुलिस पूरे मामले की गहन जांच कर रही है और आरोपियों की भूमिका की पड़ताल की जा रही है।

# नशे में धुत कार चालक ने नाकाबंदी में कांस्टेबल से की मारपीट

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** बनीपार्क थाना इलाके में पुलिस के जवान को नाकाबंदी के दौरान शराब के नशे में धुत होकर कार चला रहे युवक को रोकना भारी पड़ गया। शराबी कार चालक ने पुलिस की कार्रवाई से नाराज होकर कांस्टेबल से जमकर गाली-गलौच की और उसके साथ हाथापाई करते हुए उसे सड़क पर पटक दिया। सूचना पर थाने से पहुंचे अतिरिक्त जाब्ते ने शराबी कार चालक को दबोच लिया और कार जब्त कर राजकार्य में बाधा डालने का मामला दर्ज कर लिया। एएसआई भंवर लाल ने बताया कि शास्त्री नगर के आरपीए निवासी सुरेश कुमार जयपुर कमिश्नरेट की रिजर्व पुलिस लाइन में कांस्टेबल के पद पर तैनात हैं। 29 अप्रैल को सुबह करीब 3 बजे चौमूं पुलिया के पास पानीपेच तिराहे पर नाकाबंदी में ड्यूटी कर रहा था। तभी चौमूं पुलिया की ओर से आ रही तेज रफ्तार कार को उसने रुकने का इशारा किया। कार रुकने पर सुरेश कुमार ने कार चालक को ब्रेथ एनालाइजर में फूक मारने के लिए कहा। इस पर कार चालक ने फूक मारने से मना कर दिया। पुलिस कांस्टेबल सुरेश कुमार ने कार जब्त करने के लिए कहा था कार चालक आवेश में आ गया और खुद को इंडियन आर्मी का अफसर बताकर गाली-गलौच करने लगा और कांस्टेबल सुरेश की कॉलर पकड़ कर उसे सड़क पर गिरा दिया। मारपीट के दौरान वर्दी फटने के साथ ही कांस्टेबल के दोनों हाथों व गले पर चोट आई। वहां मौजूद साथी पुलिसकर्मियों ने जैसे-तैसे कॉन्स्टेबल को छुड़ाया। बनीपार्क थाने में पीड़ित कॉन्स्टेबल की ओर से राजकार्य में बाधा का मामला दर्ज कर लिया है।

# कांस्टेबल ने लिफ्ट सर्विस करने वाले युवक को कंधे पर 45 मिनट तक बैठाकर बचाई जान

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** माणक चौक थाना इलाके में एक जाबांज पुलिस कॉन्स्टेबल की सूझबुझ से एक युवक की जान बच गई। जाबांज पुलिस कॉन्स्टेबल ने लगभग 45 मिनट तक लिफ्ट सही करने वाले युवक को अपने कंधे पर बैठाए रखा। जिसके बाद जैसे-तैसे युवक की गर्दन को लिफ्ट से बाहर निकाला गया। युवक को रेस्क्यू करने के बाद पुलिस ने उसे तुरंत उपचार के लिए सवाई मानसिंह अस्पताल भिजवाया। गौरतलब है कि थाना इलाके में स्थित मणिराम जी की कोठी के पास लिफ्ट सहीं करते वक्त कारीगर साहिल की गर्दन लिफ्ट में फंस गई। स्थानीय लोगों की सूचना पर मौके पर पहुंची पुलिस ने स्थिति का जायजा लिया। जिसके बाद कॉन्स्टेबल प्रधान ने अपनी सूझबूझ का परिचय देते हुए लिफ्ट सर्विस करने वाले साहिल को अपने कंधे पर बिठा लिया और 45 मिनट तक उसे कंधे पर बिठाया रख। करीब पौने घंटे बाद लिफ्ट सर्विस करने वाली कंपनी से अन्य कारीगर मौके पर पहुंचे और साहिल की गर्दन को लिफ्ट से बाहर निकाला। कांस्टेबल प्रधान ने बताया कि यदि समय रहते सहिल को कंधे पर नहीं बिठाया जाता तो उसकी गर्दन लिफ्ट में फंस कर टूट सकती थी और उसकी मौत हो सकती थी। लेकिन 45 मिनट इस नेक कार्य ने लिफ्ट सर्विस करने वाले साहिल की जान बचा ली।

# होटल में ठहरे युवक से साइबर ठगी, बैंक अकाउंट हैक कर 6 लाख निकाले

निसं

**जयपुर ( नवयत्न )।** सिंधी कैंप थाना इलाके में होटल में ठहरे एक युवक से साइबर ठगी का मामला सामने आया है। साइबर ठग ने बैंक अकाउंट हैक कर 6 लाख रुपए निकाल लिए। पीड़ित को वारदात की जानकारी उसके मोबाइल पर आए मैसेज से चली। जिसके बाद पीड़ित ने थाने पहुंच अज्ञात साइबर ठग के खिलाफ आईटी एक्ट के तहत धोखाधड़ी का मामला दर्ज कराया। पुलिस ने मामला दर्ज कर मैसेज में जांच शुरु कर दी है। पुलिस ने बताया कि बीकानेर के गजनेर में रहने वाला सतवीर उपाध्याय अपने किसी काम से 23 अप्रैल को जयपुर आया हुआ था और सिंधी कैंप इलाके में एक होटल में ठहरा। होटल में रुम लेने पर उसके मोबाइल पर किसी अज्ञात युवक का कॉल आया। शातिर बदमाश ने खुद को बैंक ऑफिसर बताया और पीड़ित को बातों में फंसा कर बैंक अकाउंट्स की डिटेल ले ली। जिसके कुछ ही देर बाद पीड़ित के चारों बैंक खातों से 6 लाख रुपए निकाल लिए। पीड़ित वारदात के बाद गजनेर थाने पहुंचा। जहां से पुलिस ने जीरों नंबर की एफआईआर दर्ज कर 29 अप्रैल को सिंधी कैंप थाना पुलिस के सुपुर्द कर दी। पुलिस मोबाइल नंबरों के आधार पर अज्ञात साइबर ठग के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज कर जांच शुरु कर दी है।

# भारतीय किसान संघ का शक्ति प्रदर्शन

## हर खेत को पानी की मांग को लेकर ट्रेक्टर रैली निकालकर सौंपा ज्ञापन

निसं

**तारानगर ( नवयत्न )।** भारतीय किसान संघ चूरू के नेतृत्व में गुरुवार को तारानगर में किसान जागृति रथ यात्रा के तहत विशाल शक्ति प्रदर्शन किया गया। जिला अध्यक्ष मुकेश रामपुरा ने कहा कि यह प्रदर्शन केवल एक रैली नहीं बल्कि इस मरुस्थलीय क्षेत्र की उपेक्षा के खिलाफ शंखनाद है। आजादी के 78 वर्ष पूर्ण होने के बाद भी 11 लाख हेक्टेयर कृषि योग्य भूमि वाले जिले में मात्र 30 हजार हेक्टेयर नहरी सिंचाई होना प्रशासन की विफलता को दर्शाता है।

### तहसील इकाई का गठन

रैली से पूर्व कृषि मंडी कार्यालय में बैठक कर सर्वसम्मति से तहसील इकाई का गठन किया गया। महावीर फौजी बुचावास को तहसील अध्यक्ष चुना गया। जिला कार्य के लिए इंद्राज नूईया, डॉ अंकुर कुलहरी एवं कुलदीप स्वामी का चयन हुआ। तहसील कार्यकारिणी में रेवंत लाटा राजपुरा, वीर सिंह झोथड़ा, कानाराम ढाणी कुमारान, हरिराम ढाणी आशा, रामचंद्र आनंद सिंहपुरा, गोपाल भाकर झाड़सर छोटा, गुगनाराम छिंपा और भीम बाय को शामिल किया गया।

### ट्रैक्टर रैली एवं ज्ञापन

बैठक के बाद ट्रैक्टरों के साथ किसान नारेबाजी करते हुए कृषि मंडी से गौरव पथ, कोर्ट, बस स्टैंड, थाना होते हुए एसडीएम कार्यालय पहुंचे। वहां उपखण्ड अधिकारी तारानगर को प्रधानमंत्री, केंद्रीय जल शक्ति मंत्री और राजस्थान के मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा गया।

### प्रमुख मांगे

नहरी पानी की चोरी पर रोक- साहवा लिफ्ट में पानी चोरी रोककर आपूर्ति ढाई गुना बढ़ाई जाए। पृथक नहर का निर्माण- झेलम, चिनाब, सिंधु नदियों के पानी या शारदा-यमुना लिंक प्रोजेक्ट से जिले के लिए अलग नहर बने। कृषि विस्तार कार्यालय- साहवा और

तारानगर क्षेत्र के लिए नए सहायक निदेशक कृषि विस्तार कार्यालय का निर्माण हो। परीक्षण प्रयोगशाला- नकली कीटनाशक, उर्वरक और बीज की जांच हेतु आधुनिक लैब बनाई जाए। खेत के रास्ते का अधिकार- कानून में बदलाव कर 30 दिन में रास्ते का समाधान सुनिश्चित हो। पारदर्शी फसल बीमा- एक्सीडेंटल क्लेम को पारदर्शी बनाया जाए। भावांतर भुगतान योजना- मध्यप्रदेश की तर्ज पर सीधा भावांतर किसान के खाते में जमा हो। दिन में बिजली आपूर्ति- खेती के लिए दिन में फुल वोल्टेज बिजली दी जाए। जैविक खेती को प्रोत्साहन- जैविक किसानों के लिए जिला स्तर पर विशेष रियायतें लागू हों। डीबीटी से अनुदान- डीएपी-यूरिया की सब्सिडी सीधे किसान के खाते में भेजी जाए। पर्यावरण संरक्षण-विलायती बबूल खत्म करने की योजना बने और वन्यजीव रक्षकों का सम्मान हो। अतिवृष्टि मुआवजा- खरीफ 2025 में अतिवृष्टि से खराब फसलों का बीमा क्लेम अतिशीघ्र दिलवाया जाए। किसानों ने पेयजल समस्या से भी उपखण्ड अधिकारी को अवगत करायाए जिस पर जल्द कार्रवाई का आश्वासन मिला। इस अवसर पर प्रांत जल संरक्षण मंत्री शंकर महर्षि, संभाग मंत्री रामविलास कांधलान, तहसील प्रभारी डॉ अंकुर कुलहरी, सहप्रभारी इंद्राज नूईया, मणिशंकर, कुलदीप एवं बड़ी संख्या में किसान उपस्थित रहे।

# आरजीएचएस में बढ़ती जटिलताएं, इलाज से पहले मंजूरी की बाधा

## अंशदान के बावजूद नहीं मिल रहा कर्मचारियों एवं पेंशनर्स को उपचार

निसं

**श्रीमाधोपुर ( नवयत्न )।** राज्य सरकार की महत्वाकांक्षी आरजीएचएस योजना कागजों में भले ही सुगम दिखाई देती हो लेकिन जमीनी स्तर पर बढ़ती औपचारिकताओं ने इसे जटिल से जटिल बना दिया है। इलाज से पहले मंजूरी की अनिवार्यता के कारण कर्मचारी और पेंशनभोगी खासे परेशान हैं। जानकारों के अनुसार योजना का उद्देश्य कर्मचारियों और पेंशनरों को कैशलेश चिकित्सा सुविधा उपलब्ध कराना है लेकिन वर्तमान कार्यप्रणाली में बढ़ती प्रक्रियाओं के चलते यह व्यवस्था जटिल हो गई है। गम्भीर बीमारियों के उपचार में भी मरीज की लाइव लोकेशन भेजने और स्वीकृति मिलने के बाद ही इलाज शुरू हो रहा है, जिससे आपात स्थिति में समय पर उपचार नहीं मिल पाता। कर्मचारी नेता अशोक तिवाड़ी एवं महेन्द्र प्रसाद सैनी ने बताया कि कर्मचारियों के वेतन से नियमित अंशदान कटने के बावजूद योजना का लाभ लेने में कठिनाई आ रही है। उन्होंने कहा कि जरुरत के समय कर्मचारी स्वयं को ठगा सा महसूस करने लगा है। अंशदान व्यवस्था या तो समाप्त की जाए या योजना को पूर्व की तरह सरल बनाया जाए। पेंशनभोगियों के लिए मौजूदा स्थिति और भी चुनौतीपूर्ण है। उम्रदराज होने के कारण वे तकनीकी प्रक्रियाओं और ऑनलाइन औपचारिकताओं को पूरा नहीं कर पाते, जिससे समय पर इलाज मिलना मुश्किल

हो जाता है। आरजीएचएस योजना के तहत प्रति परिवार लगभग 5 लाख रुपये तक के इनडोर इलाज और ओपीडी के लिए 20 हजार रुपये वार्षिक सीमा का प्रावधान है। इसके अलावा अधिकृत अस्पतालों में जांच और दवाएं भी कैशलेश उपलब्ध करवाई जाती हैं लेकिन जमीनी स्तर पर बढ़ती हुई जटिलताओं ने इसके मूल उद्देश्य को प्रभावित किया है। वयोवृद्ध पेंशनर्स घनश्याम पारीक, गोविन्द नारायण शर्मा, पूरणमल गोठवाल, बिरदीचंद सामोता, सत्यनारायण शर्मा, बद्रीनारायण शर्मा, गणपत सिंह भाटी, गोविन्द शर्मा, मालीराम सैनी, धूड़ाराम मूण्ड, मुरारीलाल स्वामी, मोहनलाल पारीक, जगदीश प्रसाद कारीगर, सुरजमल शिखवाल, गोविन्द सिंह नाथावत, कालूराम सैन, जगदीश प्रसाद शिखवाल, रमाकांत शर्मा, राधेश्याम शर्मा, गणेशराम नटवाड़िया, फूलाराम जाट, हनुमान सहाय सैनी, नानगराम सैनी, बजरंगलाल स्वामी, राजेश शर्मा, विनोद शर्मा, गोकुलचंद कनवंत, लालचंद रैगर, राजेश यादव, प्रदीप कुमार शर्मा, मूलशंकर शर्मा, रामजीलाल टेलर, शिवकुमार जोशी, कैलाश चंद्र शर्मा, ओमदत्त शर्मा, कैलाश वैद्य, श्रवणलाल चेजारा, हरिनारायण मीणा, रामकिशोर मीणा, बाबूलाल मीणा, बसंतीलाल शर्मा, विष्णु दत्त सेठी, नानगराम रुण्डला, रमेश प्रसाद शर्मा, रामावतार शर्मा, सुरेश कुमार शर्मा आदि ने सरकार से मांग की है कि आरजीएचएस की प्रक्रियाओं को सरल बनाया जाए, आपातकालीन स्थितियों में तत्काल इलाज की अनुमति दी जाए, पेंशनर्स के लिए विशेष व्यवस्था की जाए तथा तकनीकी औपचारिकताओं को न्यूनतम रखा जाए। आरजीएचएस के तहत वेतन से नियमित कटौती के बावजूद जरुरत के समय उपचार नहीं मिलने से कर्मचारियों में असंतोष बढ़ता जा रहा है वहीं पेंशनर्स अपने आपको ठगा हुआ सा महसूस करने लगे हैं। सरकारी व्यवस्था की गम्भीर खामी उजागर करने वाली इस महत्वाकांक्षी योजना में तत्काल हस्तक्षेप की जरुरत है वरना आक्रोश चरम पर पंहुच जाएगा। जानकारी के अनुसार अस्पतालों के बकाया भुगतान और समन्वय की कमी के कारण यह स्थिति उत्पन्न हुई है जिसे सरकार को प्राथमिकता से सुधारना चाहिए। कर्मचारी और पेंशनभोगी आंदोलन के लिए मजबूर हों उससे पहले ही सरकार को इस ओर ध्यान देना चाहिए।

# एकसाथ जलीं 16 चिताएं, एक चिता पर चार महिलाएं

## धार में 100 की रफ्तार में पिकअप का टायर फटा था; डीआईजी बोले- ओवर स्पीड बनी वजह

जलज नागदा।

मध्य प्रदेश के धार में बुधवार रात हुए पिकअप हादसे में नयापुरा के 9, सेमलीपुरा के 5 और रामपुरा के 2 लोगों की मौत हो गई। सभी का अंतिम संस्कार गुरुवार सुबह किया गया। 4 महिलाओं के शवों को एक ही चिता पर रखा गया। अपनों को खोने वाले परिजन का बुरा हाल है। कोई पत्नी की तस्वीर हाथ में लेकर बैठा है तो कोई उनके कपड़े एकटक देख रहा है। रिश्तेदारों की आंखें भी नम हैं। पूरे गांव में मातम छाया है। बता दें कि बुधवार रात करीब साढ़े 8 बजे 46 मजदूरों से भरा पिकअप वाहन टायर फटने से डिवाइडर पर चढ़कर पलट गया था। वाहन ने 3-4 बार पलटी खाई। फिर सड़क के रॉन्ग साइड जाकर स्कॉर्पियो से टकराया था। हादसे में 16 लोगों की मौत हो गई, 30 घायल हैं। मृतकों में 6 बच्चे शामिल हैं। एक्सीडेंट इंदौर-अहमदाबाद राष्ट्रीय राजमार्ग के चिकलिया फाटा पर जियो पेट्रोल पंप के पास हुआ। प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि पिकअप की रफ्तार करीब 100 किमी प्रतिघंटा रही होगी। इंदौर ग्रामीण डीआईजी मनोज कुमार सिंह ने गुरुवार सुबह घटनास्थल का मुआयना किया। उन्होंने कहा कि प्रारंभिक तौर पर हादसे की वजह ओवर स्पीड ही है। साथ ही रोड इंजीनियरिंग और नेशनल हाईवे ऑफ इंडिया (एनएचएआई) की गलती सामने आई है। यहां टर्न पर न तो साइन बोर्ड लगे हैं और न ही स्टॉप

सिग्नल। हम इन सभी बिंदुओं को लेकर एनएचएआई को पत्र लिखेंगे।

मृतकों के परिजन को 6-6 लाख रुपए की आर्थिक सहायता दी जाएगी। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने ङ्ग पर लिखा- मृतकों के परिवारजन को 4-4 लाख रुपए, गंभीर घायलों को 1-1 लाख रुपए और घायलों को 50-50 हजार रुपए की सहायता के निर्देश दिए हैं। सभी घायलों का इलाज मुफ्त किया जाएगा। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने ने एक्स पर लिखा- दुर्घटना में अपने प्रियजन को खोने वाले परिवारों के प्रति मेरी हार्दिक संवेदनाएं हैं। घायलों के शीघ्र स्वस्थ होने की प्रार्थना करता हूं। प्रधानमंत्री राष्ट्रीय राहत कोष से मृतकों के परिजन को 2-2 लाख रुपए दिए जाएंगे। घायलों को 50-50 हजार रुपए की सहायता दी जाएगी।

जयस के राष्ट्रीय संरक्षक और विधायक डॉ. हीरालाल अलावा ने मृतकों के परिजन को 50-50 लाख रुपए मुआवजा देने की मांग सरकार से की है। उन्होंने कहा कि आदिवासी क्षेत्रों में बेरोजगारी और अवैध परिवहन बड़ी समस्या है। ओवरलोड पिकअप वाहनों में मजदूरों को ठूंसकर ले जाया जाता है। कई बार शिकायत और सबूत देने के बावजूद कार्रवाई नहीं होती। इसे रोकने के लिए सरकार को गंभीर कदम उठाने होंगे।

# शारदा सीनियर सेकेंडरी स्कूल की छात्रा बनी डाक्टर

निसं

**लोसल ( नवयत्न )।** लोसल की बेटी एवं शारदा सीनियर सेकेंडरी स्कूल की छात्रा रही निशा स्वामी डाक्टर बनी है। विद्यालय की होनहार छात्रा का डाक्टर बनने पर विद्यालय सहित लोसल में खुशी का माहौल है। छात्रा ने डाक्टर बनकर यह साबित कर दिया है कि दृढ़ संकल्प और निरंतर प्रयास से किसी भी लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है। आज के युग में शिक्षा ही असली जिंदगी है इसके द्वारा व्यक्ति इच्छा अनुसार मंजिल हासिल कर सकता हैं। शारदा सीनियर सेकेंडरी स्कूल के निदेशक बनवारी लाल कुमावत ने बताया कि विद्यालय की छात्रा रही निशा स्वामी पुत्री महेश स्वामी की मंगल कामना करते हैं। कुमावत ने विश्वास जताया कि आप एक चिकित्सक के रूप में समाज और मानवता की सेवा करेगी।

# नि:शुल्क शिविर आयोजित

निसं

**श्रीमाधोपुर ( नवयत्न )।** लायंस क्लब श्रीमाधोपुर द्वारा प्रत्येक माह के अंतिम दिवस को आयोजित किए जाने वाले शिविरों की श्रृंखला में आयोजित 58 वें नि:शुल्क बीपी, शुगर एवं परामर्श शिविर में 30 लोगों की शुगर, ब्लड प्रेशर एवं वजन की नि:शुल्क जांच की गई। जांच में शिवपाल योगी, महेंद्र शर्मा और जितेंद्र कुमार शर्मा ने सहयोग दिया। इस अवसर पर क्लब के सीताराम सैनी और सागरमल सैनी आदि मौजूद रहे।

# शेखावत बने मानवाधिकार विकास संघ के जिला अध्यक्ष

निसं

**श्रीमाधोपुर ( नवयत्न )।** समाज में कमजोर, शोषित और पीड़ित वर्गो के अधिकारों की रक्षा जन जागरूकता, कानूनी सहायता और अन्याय व भ्रष्टाचार के खिलाफ संघर्ष करने वाला गैर राष्ट्रीय स्तर का सामाजिक संगठन मानवाधिकार विकास संघ है जिसके राष्ट्रीय अध्यक्ष राकेश तंवर ने सीकर जिला अध्यक्ष के रूप में सामाजिक संगठनों मे सक्रिय डॉक्टर दिलीप सिंह शेखावत को नियुक्त किया है। गौरतलब है की शेखावत रोटरी क्लब श्रीमाधोपुर सनराइज, हिन्दू जागरण मंच सहित अनेक धार्मिक सामाजिक संस्थाओं से जुड़े है। शेखावत को मिली नई जिम्मेदारी के लिए मानवाधिकार विकास संघ के समस्त जिला, प्रान्त एवं राष्ट्रीय पदाधिकारियों ने तथा विहिप, बजरंग दल, गौ सेवा संघ, विवेकानंद युवा संघटन पलसाना सहित जयपुर, सीकर, चोमू, खंडेला, श्रीमाधोपुर, खाटूश्याम से अनेक लोगों ने बधाई देकर प्रसन्नता व्यक्त की है। शेखावत ने सभी का आभार प्रकट कर जल्द जिला कार्यकारिणी के गठन के लिए कहा है।

# तेज रफ्तार कार ने बाइक सवारों को मारी टक्कर

**जयपुर ( नवयत्न )।** महेश नगर थाना क्षेत्र में करतारपुरा नाले के पास बुधवार देर रात एक भीषण सड़क हादसा हो गया, जिसमें तेज रफ्तार कार ने बाइक सवारों को टक्कर मार दी। हादसे में दो लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार तेज गति से आ रही कार ने बाइक को टक्कर मारने के बाद उसे करीब एक किलोमीटर तक घसीटते हुए ले गई। टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि बाइक सवार नाले के पास लगी रेलिंग से जा टकराई, जिससे उन्हें गंभीर चोटें आई। घटना के बाद मौके पर मौजूद लोगों ने तत्परता दिखाते हुए दोनों घायलों को तुरंत अस्पताल पहुंचाया, जहां उनका इलाज जारी है। हादसे की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और घटनास्थल का जायजा लेकर जांच शुरू कर दी है।

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