RNI No. RAJHIN/2010/31619
Post.Reg No. sikar/041/2016-2018

दैनिक नवयत्न

केन्द्र व राज्य सरकार द्वारा विज्ञापनों के लिए स्वीकृत

खबरें सड़क से संसद तक

वर्ष: 17 | अंक 112 | सीकर, शनिवार 20 जून 2026 | Email : navyatndainik@gmail.com | मूल्य 1 रुपया | पृष्ठ 8

राहुल 56 साल के हुए, कांग्रेस मुख्यालय में जन्मदिन मनाया

प्रियंका और खड़गे के साथ केक काटा; कार्यकर्ताओं ने पोस्टर को दूध से नहलाया

नई दिल्ली।

कांग्रेस सांसद राहुल गांधी आज 56 साल के हो गए। वह प्रियंका गांधी के साथ दिल्ली स्थित कांग्रेस मुख्यालय इंदिरा भवन पहुंचे। यहां उन्होंने कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे, प्रियंका, कांग्रेस नेताओं और कार्यकर्ताओं की मौजूदगी में केक काटकर जन्मदिन मनाया। उनका जन्म 19 जून 1970 को दिल्ली में हुआ था। राहुल के जन्मदिन पर पीएम नरेंद्र मोदी, कांग्रेस नेता शशि थरूर, मल्लिकार्जुन खड़गे और इंडिया ब्लॉक के कई नेताओं ने शुभकामनाएं दीं। दिल्ली में कांग्रेस मुख्यालय के बाहर बर्थ-डे के पोस्टर लगाए गए। वाराणसी में कार्यकर्ताओं ने उनकी तस्वीर पर दूध चढ़ाया।

खड़गे बोले- राहुल ने हमेशा कमजोर वर्गों की आवाज उठाई

कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने कहा कि राहुल गांधी संविधान के आदर्शों के प्रति समर्पित हैं। उन्होंने हमेशा उन लोगों की आवाज उठाई है, जिन्हें अक्सर नजरअंदाज कर दिया जाता है। खड़गे ने कहा कि लोगों के बीच लगातार रहने और सत्ता से सच बोलने के साहस के जरिए राहुल गांधी ने समाज के सबसे कमजोर और वंचित तबकों के लिए लगातार संघर्ष किया है। समावेशिता, सामाजिक न्याय, सद्भाव और करुणा जैसे कांग्रेस के मूल्यों की झलक राहुल गांधी के सार्वजनिक जीवन और नेतृत्व में दिखाई देती है।

पीएम मोदी ने 15 लाख युवाओं को 2400 करोड़ दिए

कहा-विकसित भारत रोजगार योजना ने 70 लाख जॉब दिए, भविष्य की वर्कफोर्स तैयार हो रही

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी शुक्रवार को प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना के तहत 15 लाख से ज्यादा लाभार्थियों को 2400 करोड़ रुपए की प्रोत्साहन राशि दी। यह राशि डायरेक्ट बेनिफिट ट्रांसफर के जरिए खातों में भेजी गई। नई दिल्ली के विज्ञान भवन में हुए इस इवेंट में प्रधानमंत्री ने युवाओं और उन्हें नौकरियां देने वाले उद्यमियों से संवाद भी किया। पीएम बोले कि यह योजना पहली बार नौकरी खोजने वाले युवाओं और इंडस्ट्री के बीच एक पुल का काम करती है। इसके जरिए हम भविष्य के लिए एक मजबूत वर्कफोर्स तैयार कर रहे हैं। इंटेंसिव ट्रांसफर करने का कार्यक्रम देशभर के 200 औद्योगिक क्लस्टर में हुआ। इस कर्मचारियों को नियुक्ति पत्र भी बांटे गए, क्योंकि नए लेबर कोड के तहत अपॉइंटमेंट लेटर देना अनिवार्य है। गौरतलब है कि पीएम-वीबीआरवाई के तहत सरकार ने कुल 99,446 करोड़ रुपए का बजट रखा है। इसके तहत 2 साल में 3.5 करोड़ नौकरियां पैदा करने का लक्ष्य रखा है।

पीएम मोदी की स्पीच की 5 बातें...

- मैं कुछ ही घंटे पहले फ्रांस और स्लोवाकिया की यात्रा से आया हूं और जी7 में विकसित देशों के दिग्गज नेताओं से मिला हूं दुनिया आज भारत की युवा शक्ति की चर्चा कर रही है। भारत के टैलेंट, स्किल और सशक्त की चर्चा सब दूर तक हो रही है।
- हमारी कोशिश है कि भारत का युवा अपनी क्षमता को अवसर में बदल सके और इसी सोच के साथ पीएम विकसित भारत रोजगार योजना शुरू हुई है। यह बहुत आगे बढ़कर पहली नौकरी पाने वाले युवा के सपनों को शक्ति देनी वाली योजना है।
- करीब 2 मिलियन युवाओं ने अपनी पहली नौकरी में छह महीने पूरे कर लिए हैं, और आज, इनमें से करीब 1 मिलियन युवाओं को अपनी पहली नौकरी में छह महीने पूरे करने के बाद इस स्कीम के बेनिफिशियरी के तौर पर इंसेंटिव मिला है।
- एक समय था जब देश में केवल 500 के करीब स्टार्टअप थे। आज, 2 लाख से ज्यादा रजिस्टर्ड स्टार्टअप हैं, और वे देश के हर जिले में मिल जाएंगे। ये आंकड़े भरोसा दिलाते हैं कि आने वाले वर्षों में भारत के युवा दुनिया की ग्रोथ, इनोवेशन और एंटरप्रेन्योरशिप का नेतृत्व करेंगे।
- दुनिया भविष्य की तकनीक की ओर बढ़ रही है, और भारत अपने युवाओं को भविष्य के लिए तैयार करने का काम कर रहा है। यह भारत के युवाओं के लिए सबसे बड़ा अवसर है, और हमें इस अवसर का पूरा लाभ उठाना चाहिए।

पीएम-विकसित भारत रोजगार योजना की विशेषताएं

- पहली बार नौकरी करने वाले कर्मचारियों को 15,000 रुपए तक दिए जाते हैं।
- नियोक्ताओं को भी इस योजना के तहत प्रति नए कर्मचारी तहत हर महीने 3,000 रुपए तक मिलते हैं।
- रोजगार को बढ़ावा देने के लिए योजना के तहत चार साल तक के लिए अतिरिक्त लाभ दिए जा रहे हैं।
- अगस्त 2025 से पहली बार नौकरी करने वाले कर्मचारियों को औपचारिक वर्कफोर्स में शामिल किया गया है। इसमें 30% महिलाएं हैं।

मुख्यमंत्री का सख्त रुख, जनसुविधाओं के कार्यों में प्रशासनिक देरी मंजूर नहीं

परियोजनाओं की स्वीकृतियों से लेकर कार्यादेश तक सभी प्रक्रियाओं को किया जाए स्ट्रीमलाइन : मुख्यमंत्री शर्मा

जयपुर।

मुख्यंमत्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि पानी, बिजली, चिकित्सा, सड़क सहित जनसुविधाओं से जुड़े किसी भी काम में प्रशासनिक शिथिलता के कारण देरी बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने शुक्रवार को मुख्यमंत्री कार्यालय में राज उन्नति की छठी बैठक में कहा कि आमजन को योजनाओं और विकास परियोजनाओं का निरन्तर लाभ मिलना चाहिए। निविदा प्रक्रिया में देरी या किसी भी अन्य कारण से इनमें रुकावट आई तो अधिकारियों की जिम्मेदारी तय कर सख्त कार्रवाई की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने सांगानेर में सीईटीपी के पम्पिंग स्टेशन और पाइप-लाइन के काम में देरी पर नाराजगी व्यक्त करते हुए कहा कि अधिकारी मौके पर जाकर मुआयना करें और शीघ्रता से काम पूरा करवाएं। उन्होंने कहा कि देखने में आया है कि बड़ी परियोजनाओं में स्वीकृतियां, भूमि अधिग्रहण, निविदा प्रक्रिया और कार्यादेश जारी करने में लम्बा समय लगता है। उन्होंने मुख्य सचिव को इन प्रक्रियाओं को स्ट्रीमलाइन कर परियोजनाओं में लगने वाले समय को कम करने के निर्देश दिए।

यूआईटी सचिव सहित अन्य कार्मिकों पर निलंबन की कार्रवाई

मुख्यमंत्री ने श्रीगंगानगर जिले में एक ही भूमि के दो पट्टे जारी करने पर तथा जनसुविधा हेतु आरक्षित भूमि पर व्यावसायिक पट्टे जारी किए जाने के प्रकरण में यूआईटी सचिव सहित इस प्रकरण में आधा दर्जन से अधिक कार्मिकों को निलंबित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि आमजन की परिवेदनाओं का समय पर समाधान करना राज्य सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने अधिकारियों को सम्पर्क पोर्टल पर प्राप्त शिकायतों के निस्तारण की जिलेवार रिपोर्ट तैयार करने के निर्देश दिए।

40 साल पुराना सरकारी रास्ता अतिक्रमण मुक्त, सीएम का जताया आभार-

वीसी के दौरान हनुमानगढ़ के दानसिंह शेखावत ने मुख्यमंत्री से बात करते हुए कहा कि राज्य सरकार ने 40 साल पुराने सरकारी रास्ते का अतिक्रमण हटा कर ऐतिहासिक कार्य किया है। उन्होंने इसके लिए मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया। इस दौरान मुख्यमंत्री ने कहा कि जिला कलक्टर्स सेवा शिविरों के माध्यम से अतिक्रमण एवं राजस्व प्रकरणों का निस्तारण करें ताकि आमजन को वर्षों पुरानी समस्याओं से भी राहत मिल सके। उन्होंने मानसून को देखते हुए जिला कलक्टर्स को आवश्यक तैयारियां सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि बारिश से पहले नालों की साफ-सफाई तथा सड़कों के पेचवर्क संबंधी कार्य पूरे कर लिए जाएं। साथ ही, मौसमी बीमारियों से बचाव की तैयारियां पहले ही कर ली जाएं। उन्होंने मुख्य सचिव को बड़ी परियोजनाओं की मासिक समीक्षा करने तथा सरकारी अस्पतालों में दवाइयों की खरीदारी एवं उपलब्धता के संबंध में कमेटी के गठन के निर्देश दिए।

खाटूश्यामजी में पर्यटकों को उपलब्ध कराएं आधुनिक सुविधाएं-

मुख्यमंत्री ने 7 विभागों की 8 परियोजनाओं की समीक्षा करते हुए निर्देश दिए कि इन परियोजनाओं को मिशन मोड पर पूर्ण जिम्मेदारी से तय समय सीमा में पूरा किया जाए। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार प्रदेश के महत्वपूर्ण मंदिरों को भव्यता प्रदान कर रही हैं, जिससे पर्यटकों को आधारभूत एवं आधुनिक सुविधाएं उपलब्ध होंगी। उन्होंने कहा कि पर्यटन विभाग और आरएसआरडीसी के अधिकारी निर्धारित ब्लू प्रिंट के अनुसार कार्य करते हुए खाटूश्यामजी मंदिर को भव्य स्वरूप प्रदान करें। उन्होंने अधिकारियों को मौके पर जाकर समय-समय पर निरीक्षण करने के निर्देश देते हुए कहा कि इंटरप्रेटेशन सेंटर, कथा पांडाल, ओपन एयर थिएटर, लाइट एण्ड साउंड शो, मेला ग्राउंड का विकास, प्रतीक्षा हॉल, कैफेटेरिया, फूड कोर्ट, पार्किंग और मुख्य प्रवेश द्वार के निर्माण कार्यों को पूर्ण गुणवत्ता के साथ पूरा किया जाए।

बेनीवाल बोले-मंत्री अपने विभाग में सचिव भी नहीं बदल सकते

चुनाव में हमारी हार का कारण आर्थिक तंगी, अपना नुकसान मैं खुद ही कर रहा

सीकर। राष्ट्रीय लोकतांत्रिक पार्टी के सुप्रीमो हनुमान बेनीवाल ने कहा- शेखावाटी और राजस्थान की जनता का प्यार मुझे सत्ता से दूर लेकर जा रहा है। जब भी सत्ता मेरे करीब होती है, तो इनका प्यार उमड़ पड़ता है। लोग कहते हैं- भाईसाहब, आपकी सरकार बना देंगे... आ जाओ, आंदोलन शुरू हो गया है। इसलिए मैं सत्ता से दूर हो जाता हूं, वरना मैं तो कब का ही सरकार में शामिल हो जाता (घुस जाता)। उन्होंने आगे कहा- आज राजस्थान में कई लोगों के काम मेरे नाम से हो रहे हैं। कोई कहता है कि हनुमान जी यह कर देंगे, इसलिए किसी के दो ट्रांसफर कर दिए जाते हैं, किसी को राज्यसभा में भेज दिया जाता है, तो किसी को उपराष्ट्रपति बना दिया जाता है। मेरे नाम से लोगों का भला ही हो रहा है। लेकिन अपना नुकसान मैं खुद ही कर रहा हूं, वरना अब तक तीन-चार बार मंत्री बनकर बड़ा नेता बन गया होता। मैं मंत्रियों को नेता इसलिए नहीं मानता क्योंकि मंत्री अपने खुद के महकमे (विभाग) में सेक्रेटरी (सचिव) तक चेंज नहीं करवा सकते। राजस्थान के दो-तीन मंत्रियों की यही पीड़ा है। वे मुझे बोलते हैं कि आप उस कमरे में लड़के (छोरे) भेजकर धमकवा दो।

राजस्थान में बारिश के कहर से भीगेगा कोना-कोना!

28 जिलों में ऑरेंज और येलो अलर्ट जारी

नई दिल्ली

पश्चिमी विक्षोभ के असर से 19 जून 2026 को राजस्थान के कई जिलों में आंधी, गरज-चमक और बारिश का अलर्ट जारी है. ऑरेंज और येलो अलर्ट के तहत तेज हवाएं, ओलावृष्टि और मध्यम से तेज बारिश की संभावना है. अगले 48 घंटे मौसम सक्रिय रहेगा.

राजस्थान में शुक्रवार 19 जून 2026 की शाम होते-होते मौसम ने फिर करवट ले ली. पश्चिमी विक्षोभ के असर से प्रदेश के कई जिलों में बादलों की आवाजाही बढ़ गई है और मौसम विभाग ने कई इलाकों में गरज-चमक, आंधी, बारिश और ओलावृष्टि की चेतावनी जारी की है. खासकर पूर्वी राजस्थान के जिलों में मौसम ज्यादा सक्रिय रहने की संभावना जताई गई है. कई जगहों पर तेज हवाओं के साथ मध्यम से तेज बारिश का दौर देखने को मिल सकता है.

मौसम विभाग ने नागौर, डीडवाना-कुचामन, ब्यावर, अजमेर, भीलवाड़ा, सलूम्बर, डूंगरपुर, प्रतापगढ़, बांसवाड़ा, झालावाड़, बारां, कोटा, बूंदी, सवाई माधोपुर, टोंक, जयपुर, दौसा, करौली, भरतपुर, धौलपुर और चित्तौड़गढ़ जिलों के लिए ऑरेंज अलर्ट जारी किया है. इन जिलों में कुछ स्थानों पर 40 से 60 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से तेज हवाएं चल सकती हैं. इसके साथ धूलभरी आंधी, ओलावृष्टि, तेज मेघगर्जन और मध्यम से भारी बारिश होने की संभावना है.

वहीं अलवर, कोटपूतली-बहरोड़, सीकर, राजसमंद, उदयपुर, डीग, खैरथल-तिजारा और झुंझुनूं जिलों के लिए येलो अलर्ट जारी किया गया है. इन इलाकों में 30 से 40 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से हवाएं चल सकती हैं. साथ ही गरज-चमक, वज्रपात और हल्की से मध्यम बारिश की गतिविधियां देखने को मिल सकती हैं. लोगों को खुले मैदानों, पेड़ों और बिजली के खंभों से दूर रहने की सलाह दी गई है.

टेलीग्राम पर नीट का फर्जी पेपर बेचने वाला गिरफ्तार

राजस्थान में अमेरिकी नेटवर्क यूज कर रहा था; दिल्ली हाईकोर्ट बोला- टेलीग्राम पर रोक जारी रहेगी

नई दिल्ली।

टेलीग्राम पर रोक के बाद भी राजस्थान के भीलवाड़ा से नीट का फर्जी पेपर बेचने की कोशिश की गई है। इस मामले में पुलिस एक स्टूडेंट को हिरासत में लिया है। आरोपी टेलीग्राम का इस्तेमाल अमेरिका के वर्चुअल प्राइवेट नेटवर्क के जरिए कर रहा था। उसके टेलीग्राम चैनल का नाम पेपर माफिया है।

उधर, टेलीग्राम पर नीट री-एग्जाम तक रोक जारी रहेगी। दिल्ली हाईकोर्ट ने टेलीग्राम की केंद्र सरकार के फैसले के खिलाफ लगाई याचिका खारिज कर दी। केंद्र ने 16 जून को टेलीग्राम पर 22 जून तक रोक लगाने का आदेश दिया था।

वहीं, नीट री-एग्जाम को ध्यान में रखते हुए वेस्टर्न रेलवे ने परीक्षा केंद्रों पर जाने वाले स्टूडेंट्स के लिए तीन स्पेशल ट्रेनें चलाने की घोषणा की है। ये स्पेशल ट्रेनें गुजरात और महाराष्ट्र के मुख्य रूटों पर चलेंगी, जिनमें स्लीपर और जनरल कोच होंगे।

नीट परीक्षा को सुरक्षित बनाने के लिए शनिवार सुबह 9 बजे से लेकर रात तक मॉक ड्रिल चलाई जाएगी। एनटीए ने सभी एग्जाम सेंटर्स को पहले ही अपने हैंडओवर में ले लिया है। इस मॉक ड्रिल में देशभर के करीब 2.5 लाख सुरक्षाकर्मी शामिल रहेंगे।

कोलकाता से अगरतला जा रही इंडिगो की फ्लाइट पर गिरी बिजली, 147 लोग विमान पर थे सवार

नई दिल्ली।

भारतीय विमानन प्राधिकरण के एक अधिकारी ने बताया कि शुक्रवार को आंधी-तूफान के चलते कोलकाता हवाई अड्डे पर खड़े एक इंडिगो विमान पर बिजली गिर गई।

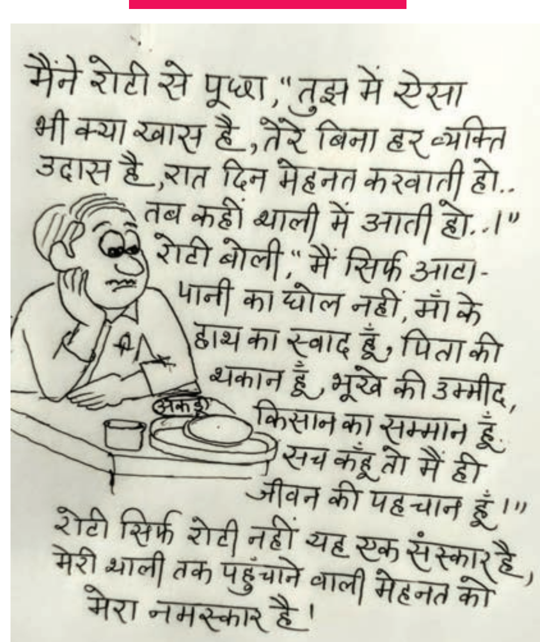
समाचार एजेंसी के अनुसार, घटना तब हुई जब इंडिगो की फ्लाइट 6ई6068 एयरोब्रिज 56एल पर खड़ी थी। एयरपोर्ट ऑपरेशन्स कंट्रोल सेंटर ने पहले ही मौसम को लेकर अलर्ट जारी कर दिया था, क्योंकि इलाके में आंधी-तूफान और भारी बारिश हो रही थी।

विमान में 147 लोग सवार थे

अधिकारी ने बताया कि इस घटना में कोई यात्री घायल नहीं हुआ है। एहतियात के तौर पर विमान में सवार सभी 141 यात्री और 6 क्रू सदस्यों को उतार लिया गया। बाद में उन्हें दूसरे विमान वीटी-आईसीडी में बिठाया गया, जिसने अगरतला के लिए उड़ान भरी।

इंडिगो के अनुसार, बिजली गिरने से रनवे पर काम करने वाले दो कर्मचारी को मामूली चोटे आई हैं उन्हें मेडिकल जांच के लिए अस्पताल ले जाया गया। शुक्रवार सुबह से ही कोलकाता और उसके आस-पास के कई जिलों में आंधी-तूफान और बारिश हो रही है, जिससे कई इलाकों में जलजमाव हो गया है और ट्रैफिक की समस्या आ रही है।

कोबरी-सार



मोहर्रम पर्व से पहले प्रशासन सतर्क जुलूस मार्ग की व्यवस्थाओ को लेकर आवश्यक दिशा निर्देश दिए

निसं

मुकुंदगढ़ (नवयत्न)। पुलिस थाना में मोहर्रम पर्व को देखते हुए सीएलजीए शांति समिति एवं ग्राम रक्षक सदस्यों की बैठक थानाधिकारी ताराचंद यादव की अध्यक्षता में आयोजित हुई। बैठक मे मोहर्रम के जुलूस के दौरान मार्ग को लेकर जानकारी ली एवं व्यवस्थाओ को लेकर आवश्यक दिशा निर्देश दिए। बैठक मे अल्पसंख्यक विभाग के मुकुंदगढ़ ब्लॉक अध्यक्ष इकबाल कुरेशी ने मोहर्रम के जुलुश मार्ग में आने वाले बिजली के ढीले तारो को ऊँचा करवाने एवं पेड़ो पर लगे घोड़ा मक्खी के छत्तो को हटवाने की मांग उठाई। थानाधिकारी यादव ने सदस्यों की मांग को संबंधित अधिकारी को अवगत करवाकर समस्या का समाधान करवाने का आश्वासन दिया। इस मौके पर मुकेश पारीक, हुसैन खान डूंडलोद, कयूमए रशीद, असगर, राशिद खोखर, बजरंग कुमावत, सुरेंद, हरफूल सिंह कसेरू, संदीप सैन, संपत मौजूद रहे।

बालिका ने गौसेवा के साथ मनाया जन्मदिन, गौशाला में लगाए पौधे

निसं

बुगाला (नवयत्न)। पंडित गणेश नारायण नेत दादा सुरभि गौशाला में एक नई पहल के तहत बालिका भव्या का जन्मदिन गौसेवा और पर्यावरण संरक्षण के संदेश के साथ मनाया गया। इस अवसर पर इन्होंने गौमाताओं को गुड़ और केले खिलाकर उनका आशीर्वाद प्राप्त किया। कार्यक्रम के दौरान गोशाला परिसर में पौधारोपण भी किया गया तथा गोसेवा के लिए आर्थिक सहयोग राशि भेंट की गई। गोशाला समिति के सदस्यों ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि बच्चों को जन्मदिन जैसे विशेष अवसरों पर गौसेवा एवं सामाजिक कार्यों से जोड़ना प्रेरणादायक कदम है। समिति ने बालिका एवं उसके परिवार का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि बच्चों के गोशाला आगमन से नई ऊर्जा और सकारात्मक वातावरण का अनुभव होता है। इस अवसर पर विजयपाल सिंह शेखावत, पवन सिंह, राकेश, महावीर स्वामी, सुनील, कपिल, दीपक बुगालिया सहित अन्य गौभक्त उपस्थित रहे।

योग फॉर हेल्दी एजिंग का संदेश लेकर निकली एनआईए की योग रैली

21 को जंतर-मंतर पर होगा राज्य स्तरीय मुख्य योग कार्यक्रम

जयपुर (नवयत्न)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2026 के तहत राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान एनआईए जयपुर ने शुक्रवार को जुम्बा एवं योग रैली निकालकर आमजन को स्वस्थ जीवनशैली और निरोगी जीवन का संदेश दिया। संस्थान परिसर से बड़ी चौपड़ तक आयोजित रैली का नेतृत्व कुलपति प्रोफेसर संजीव शर्मा ने किया, जिसमें चिकित्सकों, अधिकारियों, कर्मचारियों और विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रोफेसर शर्मा ने बताया कि आयुष मंत्रालय के 100-दिवसीय काउंटडाउन अभियान के अंतर्गत एनआईए ने देशभर में 30 से अधिक योग, स्वास्थ्य और जन-जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए हैं। भारतीय सेना, वायुसेना, नौसेना, बीएसएफ, सीआरपीएफ, सीआईएसएफ, राजस्थान पुलिस, रेलवे और विभिन्न विश्वविद्यालयों में भी योग एवं तनाव प्रबंधन से जुड़े कार्यक्रम आयोजित किए गए। उन्होंने कहा कि संस्थान में आमजन और रोगियों के लिए नियमित निःशुल्क योग कक्षाएं संचालित की जा रही हैं। योग को स्वस्थ वृद्धावस्था, निवारक स्वास्थ्य देखभाल और समग्र स्वास्थ्य का प्रभावी माध्यम बनाने के लिए एनआईए प्रतिबद्ध है। स्वस्थवृत्त एवं योग विभागाध्यक्ष प्रोफेसर दुर्गावती देवी ने बताया कि 21 जून को जयपुर के ऐतिहासिक जंतर-मंतर में राज्य स्तरीय सामूहिक योग प्रोटोकॉल कार्यक्रम आयोजित होगा। इसी दिन एनआईए की विशेष टीम वायुसेना स्टेशन जयपुर में भी योग सत्र आयोजित करेगी। इस कार्यक्रम का विशेष आकर्षण एनआईए में अध्ययनरत 18 देशों के 74 अंतरराष्ट्रीय विद्यार्थियों की सहभागिता होगी। नेपाल, थाईलैंड, ब्राजील, फ्रांस, अमेरिका, श्रीलंका सहित विभिन्न देशों के विद्यार्थी जंतर-मंतर से योग, आयुर्वेद और वैश्विक स्वास्थ्य का संदेश देंगे। यह सहभागिता वसुधैव कुटुम्बकम की भावना को साकार करते हुए योग और आयुर्वेद की वैश्विक स्वीकार्यता को भी प्रदर्शित करेगी।

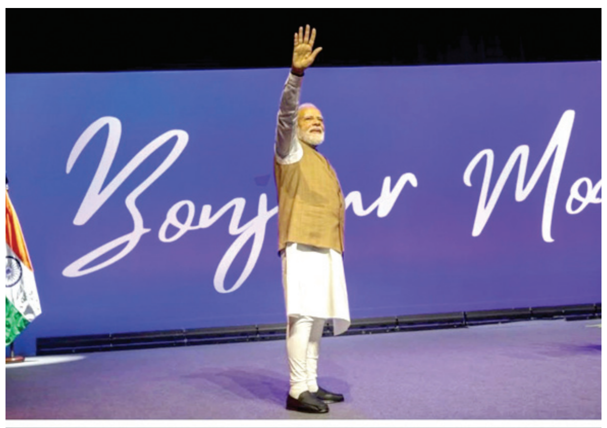
सीए बनने पर जितेंद्र सैनी का किया सम्मान

नवलगढ़ (नवयत्न)। क्षेत्र के सैनीपुरा गांव के होनहार युवक जितेंद्र सैनी ने चार्टर्ड अकाउंटेंट सीए परीक्षा उत्तीर्ण कर गांव का नाम गौरवान्वित किया। उनकी सफलता पर गांव में खुशी का माहौल रहा। इस अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में शुक्रवार को अमित सैनी एवं सचिन सैनी के नेतृत्व में जितेंद्र सैनी का माल्यार्पण कर सम्मान किया गया तथा मिठाई बांटकर खुशी मनाई गई। समारोह में किशन सैनी, संदीप, अंकित, रामस्वरूप सैनी, रघुनाथ सैनी, गणेश सैनी, दिनेश सैनी, राहुल सैनी, सुरेश सैनी, ताराचंद, बाबूलाल सहित कई ग्रामीण मौजूद रहे।

रहीस भारती ने बिखेरी राजस्थानी संस्कृति की खुशबू पेरिस में गूंजा आओ नी पधारो म्हारे देस

निसं

जयपुर (नवयत्न)। राजस्थान की समृद्ध लोक-सांस्कृतिक विरासत ने एक बार फिर अंतरराष्ट्रीय मंच पर अपनी पहचान दर्ज कराई है। फ्रांस की राजधानी पेरिस में भारतीय दूतावास द्वारा प्रतिष्ठित कॉन्सर्ट हॉल साले प्लेयेल में आयोजित प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के स्वागत समारोह बानजोर मोदी में राजस्थान के प्रसिद्ध लोक कलाकार रहीस भारती और उनके धोद ग्रुप ऑफराजस्थान ने अपनी शानदार प्रस्तुति से दर्शकों का दिल जीत लिया। भारतीय दूतावास पेरिस द्वारा आयोजित इस प्रतिष्ठित कार्यक्रम में राजस्थान की सांस्कृतिक विरासत का प्रतिनिधित्व करने के लिए धोद ग्रुप का चयन किया गया। रहीस भारती और उनकी टीम ने लोक संगीत, लोक नृत्य और पारंपरिक वाद्य यंत्रों के माध्यम से राजस्थान की रंग-बिरंगी संस्कृति को विश्व मंच पर जीवंत कर दिया। विशेष सांस्कृतिक प्रस्तुति के दौरान कलाकारों ने राजस्थान के लोकप्रिय लोकगीत केसरिया बालम, आओ नी पधारो म्हारे देस, भगवान श्रीराम को समर्पित भजन मेरी झोपड़ी के भाग आज खुल जाएंगे तथा विश्वविख्यात राजस्थानी लोक नृत्य घूमर की मनमोहक प्रस्तुतियां दीं। राजस्थानी संगीत और नृत्य की रंगत से पूरा सभागार सराबोर हो गया। इस कार्यक्रम में मौजूद भारतीय समुदाय, राजनयिकों, गणमान्य अतिथियों और अंतरराष्ट्रीय दर्शकों ने प्रस्तुति का भरपूर आनंद लिया। कलाकारों की प्रस्तुति से प्रभावित होकर दर्शकों ने खड़े होकर उनका अभिनंदन किया तथा तालियों की गड़गड़ाहट से उत्साहवर्धन किया। रहीस भारती और धोद ग्रुप के लिए यह अवसर विशेष महत्व का रहा, क्योंकि उन्हें प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आधिकारिक स्वागत समारोह में राजस्थान का प्रतिनिधित्व करने का अवसर मिला। कलाकारों ने अपनी प्रस्तुति के माध्यम से न केवल राजस्थान बल्कि पूरे भारत की सांस्कृतिक विविधता और समृद्ध परंपराओं का परिचय विश्व समुदाय को कराया। पेरिस में सफल प्रस्तुति के बाद रहीस भारती और उनका धोद ग्रुप फ्रांस के प्रतिष्ठित मोंट्रेय फेस्टिवल में प्रस्तुति देंगे। इसके बाद विश्व संगीत दिवस के अवसर पर पेरिस में विशेष कार्यक्रम आयोजित करेंगे। उनका सांस्कृतिक दौरा आगे इटलीए जर्मनी, स्पेन और स्विट्ज़रलैंड तक जारी रहेगा। उल्लेखनीय है कि रहीस भारती और धोद ग्रुप पिछले दो



दशकों से अधिक समय से दुनिया के अनेक प्रतिष्ठित मंचों पर राजस्थान की लोक परंपराओं, संगीत और नृत्य का प्रदर्शन कर भारतीय संस्कृति का गौरव बढ़ा रहे हैं। पेरिस में बानजोर मोदी कार्यक्रम में उनकी प्रस्तुति राजस्थान की सांस्कृतिक पहचान को वैश्विक स्तर पर नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने वाली साबित हुई।

अंतर्राष्ट्रीय सेमिनार में डॉ. जुल्फिकार ने प्रस्तुत किया शोध पत्र

भीमसर (नवयत्न)। गांव के युवा लेखक एवं चिंतक डॉ. जुल्फिकार ने मॉरीशस के वाकोस शहर में 15 जून को आयोजित अंतर्राष्ट्रीय सेमिनार में अपना शोध पत्र प्रस्तुत किया। शोध पत्र का विषय स्वामी विवेकानंद चिंतन और रामकृष्ण मिशन मॉरीशस का अध्ययन था। सेमिनार की अध्यक्षता प्रोफेसर एस. रामरत्नम, प्रोफेसर एम. मंजूर दाऊहू तथा स्वामी स्वरूपानंद ने की। इस दौरान विभिन्न देशों के शोधार्थियों ने अपने शोध कार्य प्रस्तुत किए। डॉ. जुल्फिकार के शोध पत्र में मॉरीशस में रामकृष्ण मिशन के इतिहास, विकास तथा समाज पर उसके प्रभाव का विश्लेषण किया गया। साथ ही यह भी दर्शाया गया कि स्वामी विवेकानंद के विचार आज भी वैश्विक स्तर पर प्रासंगिक बने हुए हैं और विभिन्न देशों में सामाजिक एवं आध्यात्मिक चेतना को प्रेरित कर रहे हैं। उनका यह मॉरीशस दौरा भारतीय संस्कृति, अध्यात्म और विवेकानंद दर्शन को अंतर्राष्ट्रीय मंच पर प्रस्तुत करने की दिशा में महत्वपूर्ण माना जा रहा है। उल्लेखनीय है कि इससे पूर्व भी डॉ. जुल्फिकार बांग्लादेश, श्रीलंका तथा सिंगापुर में स्थित रामकृष्ण मठ एवं रामकृष्ण मिशन संस्थाओं पर शोध कार्य कर चुके हैं। इस अंतर्राष्ट्रीय सेमिनार में अनेक देशों के विद्वानों और शोधार्थियों ने भाग लिया।

कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने मनाया राहुल गांधी का 56वां जन्मदिन

निसं

तारानगर (नवयत्न)। कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने शुक्रवार को कस्बे के गांधी पार्क में लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष एवं कांग्रेस के वरिष्ठ राष्ट्रीय नेता राहुल गांधी के 56वां जन्मदिन मनाया। कार्यकर्ताओं ने केक काटकर व एक-दूसरे को मिठाई खिलाकर कांग्रेस नेता गांधी के स्वस्थ व दीर्घायु की कामना की। इस मौके पर हरिसिंह बेनीवाल, मोहर सिंह ज्याणी, विमला कालवा, कुंदन सैनी, दिनेश खंडेलवाल, बाबूलाल सैनी, अर्जुन सैनी, ओमप्रकाश कालवा, अदरिश सैय्यद, अब्दुला खोखर आदि कार्यकर्ता मौजूद थे।

95 वें पाटोत्सव पर 16 बटुकों का हुआ यज्ञोपवीत संस्कार

निसं

जयपुर (नवयत्न)। टोंक रोड स्थित एसएमएस अस्पताल परिसर के निकट स्थित प्राचीन श्री रामचंद्र मंदिर का 95वां पाटोत्सव श्रद्धा, भक्ति और धार्मिक अनुष्ठानों के साथ धूमधाम से मनाया गया। पाटोत्सव के अवसर पर दिनभर विभिन्न धार्मिक कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिनमें बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लिया। मंदिर के महंत जसवंत शर्मा ने बताया कि कार्यक्रम की शुरुआत प्रातःकाल ठाकुर जी के पंचामृत एवं विभिन्न तीर्थ स्थलों के पवित्र जल से अभिषेक के साथ हुई। अभिषेक के बाद भगवान श्रीराम को नवीन पोशाक धारण कराई गई तथा आकर्षक फूल बंगला झांकी सजाई गई, जिसने श्रद्धालुओं को मंत्रमुग्ध कर दिया।

पाटोत्सव के अवसर पर भक्तों ने भगवान श्रीराम की विशेष पूजा-अर्चना कर लड्डुओं का भोग अर्पित किया। इसके साथ ही ठाकुरजी को ऋतु अनुसार व्यंजनों से सुसज्जित छप्पन भोग भी अर्पित किया गया। मंदिर प्रांगण में सामूहिक यज्ञोपवीत संस्कार का आयोजन भी किया गया, जिसमें 16 ब्राह्मण बटुकों को वैदिक मंत्रोच्चार और विधि-विधान के साथ यज्ञोपवीत धारण कराया गया। इस धार्मिक आयोजन में संत-महंतों और श्रद्धालुओं की विशेष सहभागिता रही। कार्यक्रम के दौरान रामराज दास महाराज, बद्रीनारायण गौड़, गोपाल शर्मा, हंसराज सहित संत-महंतों एवं भक्तों ने भगवान की महाआरती में भाग लिया। मंदिर से जुड़े विनिश शर्मा और तपीश शर्मा ने संत-महंतों का माला, दुपट्टा, प्रसाद एवं शॉल ओढ़ाकर सम्मान किया। पाटोत्सव का समापन सामूहिक प्रसादी वितरण के साथ हुआ, जिसमें बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने पंगत प्रसादी ग्रहण कर धर्म लाभ प्राप्त किया।

आक्रोशित व्यापारियों ने रास्ता बंद कर की सड़क जाम

निसं

सुजानगढ़ (नवयत्न)। शहर में दिनों दिन जलभराव की समस्या गहराती जा रही है। अगर किसी को गंदे काले पानी की झील देखनी हो तो वह गांधी चौक से लेकर पुलिया चौक की तरफ जा सकता है। सिंघी मंदिर के पीछे स्थित इस सड़क मार्ग के व्यापारियों ने शुक्रवार की दोपहर को आक्रोशित होकर अपने व्यापारिक प्रतिष्ठान बंद कर दिए और सड़क मार्ग को जाम करते हुए नगर परिषद प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की। इस दौरान लोगों ने कांग्रेस, भजपा, विधायक मनोज मेघवाल बीजेपी नेता संतोष मेघवाल, खेमाराम मेघवाल, तहसीलदार व आयुक्त के खिलाफनारेबाजी करते हुए अपना आक्रोश जाहिर किया। लोगों ने बताया कि चार दिन हो गए हैं। लेकिन यहां पर काला गंदा पानी पड़ा है और प्रशासन किसी प्रकार की सुध नहीं ले रहा है। जिसके कारण इस सड़क पर व्यापारियों का व्यापार चौपट हो गया है, इसलिए हमारी प्रशासन से मांग की जल्द से जल्द समस्या का समाधान किया जावे। इस दौरान बड़ी संख्या में व्यापरीकरण मौजूद रहे जिन्होंने प्रशासन के खिलाफ प्रदर्शन करते हुए जन समस्या का समाधान किए जाने की मांग की। दूसरी ओर दो घंटे बाद करीब सवा तीन बजे जेटिंग मशीन मौके पर पहुंची और नगरपरिषद के कार्मिक भी पहुंचे, लेकिन आक्रोशित लोगों ने उनको कीचड़ नहीं उठाने दिया। उसके बाद सफाई निरीक्षक ओमप्रकाश स्वामी भी पहुंचे, उनको लोगों ने काफी खरी खोटरी सुनाई और उनको भारी आक्रोश का सामना करना पड़ा। दूसरी ओर नगरपरिषद के सफाई कर्मी भी मौके पर पहुंचे, लेकिन लोगों ने कहा कि एक जेटिंग मशीन के भरोसे ये पानी नहीं उठेगा। लोगों ने जेटिंग मशीन से पानी नहीं उठाने दिया और न ही मशीन को वापस जाने दिया, जिसके कारण पुलिस मौके पर पहुंची। सब इंस्पेक्टर राम स्वरूप विश्नोई मौके पर पहुंचे, जिसके बाद लोगों ने जेटिंग मशीन को जाने दिया। दूसरी ओर प्रदर्शन का नेतृत्व कर रहे अरविंद विश्वेन्द्रा ने बताया कि शाम तक समाधान नहीं हुआ है, जिसके कारण करीब 6 बजे रास्ता खोल दिया गया है और अब व्यापारियों और व्यापार मंडलों से संपर्क कर बाजार बंद करवाने की रूप रेखा तैयार की जा रही है। वहीं प्रदर्शन के दौरान रिजवान कूकड़ा, अजय शर्मा, गोपाल, राहुल, प्रशांत, पूसाराम सहित अनेक लोग मौजूद रहे। अरविंद ने बताया कि विधायक और भाजपा से प्रत्याशी रहे नेता से बात हुई है, लेकिन दोनों ने आश्वासन के अलावा और कुछ नहीं दिया।

देवमाता गायत्री पाटोत्सव : खोले के हनुमानजी मंदिर में गूंजे गायत्री मंत्र

निसं

जयपुर (नवयत्न)। दिल्ली रोड स्थित श्री खोले के हनुमानजी मंदिर में आयोजित भगवान सियाराम के 29वें पाटोत्सव महोत्सव के अंतर्गत शुक्रवार को वेदमाता, विश्वमाता एवं देवमाता गायत्री का 20वां पाटोत्सव श्रद्धा और भक्तिभाव के साथ मनाया गया। श्री नरवर आश्रम सेवा समिति प्रन्यास के अध्यक्ष गिरधारी लाल शर्मा, महामंत्री बृजमोहन शर्मा एवं अन्य पदाधिकारियों ने वेद मंत्रोच्चार के बीच मां गायत्री का पंचामृत एवं विभिन्न औषधीय द्रव्यों से अभिषेक किया। इस दौरान श्रद्धालुओं ने सामूहिक रूप से गायत्री मंत्र का जाप कर विश्व कल्याण और उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

षोडशोपचार पूजन के बाद मां का आकर्षक पुष्प श्रृंगार किया गया। राजभोग झांकी के पश्चात विशेष उत्सव आरती आयोजित हुई। मध्याह्न में वैद्य अशोक कुमार शर्मा के संयोजन में गुरुकृपा सत्संग मंडल द्वारा सामूहिक सुंदरकांड पाठ किया गया, जबकि शाम को बृजबिहारी अग्रवाल के संयोजन में राधा ब्रजचंद बिहारी सत्संग मंडल ने बधाई गायन प्रस्तुत किया। समिति के अनुसार शनिवार को शिव सत्संग मंडल रामनिवास बाग की ओर से हरिनाम संकीर्तन एवं भजन होंगे, वहीं रात में महेश रामायण सत्संग मंडल द्वारा सामूहिक सुंदरकांड पाठ और भजन-कीर्तन आयोजित किया जाएगा। रविवार को त्रिवेणी धाम के पीठाधीश्वर स्वामी रामरिछपाल दास महाराज के सानिध्य में हरिनाम संकीर्तन, बधाई गायन और सम्मान समारोह होगा। महोत्सव के अंतर्गत 22 जून को शाम 6 बजे शुक सम्प्रदाय के पीठाधीश्वर अलबेली माधुरीशरण के सानिध्य में सियाराम का छठी उत्सव आयोजित होगा। वहीं 23 जून को अन्नपूर्णा माता का नवम पाटोत्सव मनाया जाएगा, जिसमें अभिषेक, षोडशोपचार पूजन, राजभोग, आरती, भजन, बधाई गायन और सांस्कृतिक प्रस्तुतियां होंगी।

कांग्रेसियों ने राहुल गांधी के जन्मदिन को न्याय दिवस के रूप में मनाया

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी अन्य पिछड़ा वर्ग ओबीसी विभाग के आह्वान पर लोकसभा नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी का जन्मदिन पूरे प्रदेश में न्याय दिवस के रूप में मनाया। इसी कड़ी में स्थानीय सुजानगढ़ रोड मेगा हाईवे स्थित बालाजी मंदिर परिसर में ओबीसी विभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष अनिल जय हिंद और प्रदेश अध्यक्ष हर सहाय यादव के निर्देशानुसार आयोजित इस कार्यक्रम की अध्यक्षता स्थानीय विधायक पूसाराम गोदारा ने की। कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने बालाजी महाराज के दरबार में सामूहिक रूप से हनुमान चालीसा का श्रद्धापूर्वक पाठ किया और राहुल गांधी की दीर्घायु व उत्तम स्वास्थ्य की मंगल कामना की। इसके साथ ही पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए मंदिर परिसर में 51 फलदार और छायादार पौधे रोपे गए। विधायक पूसाराम गोदारा ने कहा कि राहुल गांधी देश के लोकतंत्र में एक ऐसी सशक्त और बुलंद आवाज हैं, जो बिना डरे निरंतर संघर्ष और समर्पण के साथ आगे बढ़ रहे हैं। राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी के प्रदेश महासचिव रामवीर सिंह राईका ने कहा कि शीर्ष नेतृत्व के निर्देश पर आज का यह पावन दिन न्याय दिवस के रूप में मनाकर कार्यकर्ताओं ने एकजुटता का संदेश दिया है। उन्होंने युवाओं से आह्वान किया कि वे राहुल गांधी के संघर्षों से प्रेरणा लेंए क्योंकि वे आज देश में सामाजिक न्याय के सबसे प्रखर पक्षधर बनकर उभरे हैं। कार्यक्रम में शहर ब्लॉक कांग्रेस कमेटी के पूर्व अध्यक्ष अरविंद चाकलान, पूर्व प्रधान गिरधारी लाल बागड़वा, अन्य पिछड़ा वर्ग विभाग के शहर ब्लॉक कांग्रेस कमेटी अध्यक्ष सुनील मारोठिया, निवर्तमान पार्षद मुख्तयार अहमद खान, राजकुमार बुरड़क, संदीप सिंह भोजासर, तैयब कुरैशी, ज्ञान सिंह राईका, माधो सिंह राईका, भेराराम गोदारा, सतीश शर्मा, सचिन हरितवाल, कमलेश प्रजापत, शंकरलाल सैनी व तेजपाल पुनिया सहित कांग्रेसजन उपस्थित थे।

शहरी सेवा शिविर का विधायक गोदारा ने किया निरीक्षण

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ नगरपालिका द्वारा टाउन हॉल में आयोजित शहरी सेवा शिविर का विधायक पूसाराम गोदारा ने निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान विधायक ने शिविर की कार्यप्रणाली एवं व्यवस्थाओं का जायजा लेते हुए बताया कि शिविर में केवल एक-दो पट्टे जारी कर औपचारिकता निभाई जा रही है एवं अन्य विभागीय कार्यों में अपेक्षित प्रगति दिखाई नहीं दी। शिविर में कर्मचारियों के अलावा लाभार्थी आमजन एवं जनप्रतिनिधियों की उपस्थिति भी नगण्य रही। विधायक ने कहा कि जनभावना से प्रतीत होता है कि राज्य सरकार ने बिना पर्याप्त तैयारी के जल्दबाजी में शहरी सेवा शिविर प्रारंभ कर दिए हैं, जिसके कारण

नगरपालिका सहित अन्य विभागों के कार्यों में अपेक्षित प्रगति नहीं हो पा रही है। उन्होंने यह भी कहा कि आज भी नगरपालिका के कार्यों पर दलालों की नजर बनी हुई है, जिससे आमजन को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। कैंप असफल व समय की बर्बादी है । निरीक्षण के दौरान अंबेडकर नगर के निवासी जलभराव की समस्या को लेकर विधायक से मिले। इस पर विधायक पूसाराम गोदारा ने बताया कि क्षेत्र से पानी की निकासी के लिए सराफवेल का विद्युत कनेक्शन करवा दिया गया है तथा शीघ्र ही अंबेडकर नगर में जलभराव की समस्या का स्थायी समाधान सुनिश्चित किया जाएगा। इस अवसर पर नगरपालिका अधिशासी अधिकारी सहदेव चारण, पूर्व प्रधान गिरधारी लाल बांगड़वा, पूर्व कांग्रेस शहर ब्लॉक अध्यक्ष अरविंद चाकलान, रामवीर सिंह राईका, सुनील मारोठिया, चरण सिंह कोका, भीमराव प्रजापत सहित नगरपालिका के कर्मचारी उपस्थित रहे।

जिले में विभिन्न ग्राम पंचायतों में आयोजित होंगे ग्रामीण सेवा शिविर

निसं

चूरू (नवयत्न)। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के नेतृत्व में आमजन तक जन कल्याणकारी योजनाओं का लाभ सुनिश्चित करने के लिए प्रत्येक ग्राम पंचायत में ग्रामीण सेवा शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। इसी क्रम में जिला कलक्टर अभिषेक सुराणा के निर्देशन में जिले के सभी ब्लॉकों में निर्धारित शेड्यूल के अनुसार ग्राम पंचायतों में ग्रामीण सेवा शिविर आयोजित किए जाएंगे। सीईओ श्वेता कोचर ने बताया कि 22 जून को चूरू उपखंड की बालरासर अथूणा व जसरासर, राजगढ़ उपखंड की सुलखणिया छोटा व महलाना उतरादा, रतनगढ़ उपखंड की भानूदा व पाबूसर, सरदारशहर उपखंड की राजासर पंवारान व हरियासर घड़सोतान, तारानगर उपखंड की रैयाटुण्डा व बनियाला, बीदासर उपखंड की लालगढ़ तथा सुजानगढ़ उपखंड की बाधसरा आथूणा ग्राम पंचायत में ग्रामीण सेवा शिविर आयोजित किए जाएंगे। इसी प्रकार 23 जून को चूरू उपखंड की दूधवामीठा व पीथीसर, राजगढ़ उपखंड की सुरतपुरा व रामसराताल, रतनगढ़ उपखंड की हुडेरा अगुणा व भरपालसर, सरदारशहर उपखंड की तोलासर व रंगाईसर, तारानगर उपखंड की धीरवास व मेघसर, बीदासर उपखंड की उंटालड तथा सुजानगढ़ उपखंड की मून्दड़ा ग्राम पंचायत एवं 24 जून को चूरू उपखंड की देपालसर व श्योपुरा, राजगढ़ उपखंड की ताबाखेड़ी व हरपालू कुशाला, रतनगढ़ उपखंड की नौसरिया व गोलसर, सरदारशहर उपखंड की घड़सीसर व साडासर, तारानगर उपखंड की लुणास व रेड़ी, बीदासर उपखंड की बालेरा तथा सुजानगढ़ उपखंड की धातरी व रणधीसर ग्राम पंचायत में ग्रामीण सेवा शिविर आयोजित किए जाएंगे। इसी क्रम में 25 जून को चूरू उपखंड की जासासर व सिरसला, राजगढ़ उपखंड की भोजाण व राधा छोटी, रतनगढ़ उपखंड की गोगासर व लधासर, सरदारशहर उपखंड की बुकनसर छोटा व खेजड़ा दिखणादा, तारानगर उपखंड की हडियाल व ढिंगी, बीदासर उपखंड की बम्बू व अमरसर तथा सुजानगढ़ उपखंड की जोगलिया व जैतासर ग्राम पंचायत में ग्रामीण सेवा शिविर आयोजित किए जाएंगे।

पूर्व चेयरमैन के नेतृत्व में कांग्रेसियों ने मनाया राहुल गांधी का जन्मदिन

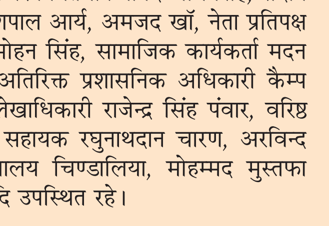
निसं

सूरजगढ़ (नवयत्न)। पूर्व चेयरमैन सुरेश शर्मा के नेतृत्व में कांग्रेसियों ने राहुल गांधी का जन्मदिन मनाया। शुक्रवार को पूर्व पालिकाध्यक्ष सुरेश शर्मा के नेतृत्व में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने बाजार स्थित कार्यालय में मिठाई बांटकर न्याय यौद्धा राहुल गांधी का जन्मदिन मनाया व उनके दीर्घायु होने की कामना की। इस मौके पर राजेश कुमार जोशी, दिनेश शर्मा, उमेद टेलर, बृजमोहन, योगेश सोनी, मुकेश बाकोलिया, लीलाधर मिस्त्री, मदनलाल सैनी, रामदेव सैनी, किशोरी लाल गोगावत, इन्द्र चेतीवाल, जुगल पहाड़िया, अशोक ओला, सौरभ शर्मा, राजेन्द्र नायक, सुनील डालमिया, लक्ष्मण बाकोलिया, गजानंद डीलर, विष्णु भार्गव अजीज इलाही, कालूराम चंदेलिया, विनय कुमावत, विरेन्द्र यादव, रामजीलाल, मनोहर लाल सहित गणमान्य लोग उपस्थित थे।

शहरी सेवा शिविर मे आमजन की समस्याओं का शीघ्र निस्तारण किया जाए : हरेंद्र चौधरी

लाडनूं (नवयत्न)। नगर पालिका सभागार में शुक्रवार को वार्ड नं. 09 व 10 के लिए शिविर का आयोजन किया गया है। शिविर मे पशुपालन विभाग, सामाजिक न्याय एवं अधिकारीता विभाग, जलदाय विभाग एवं चिकित्सा विभाग द्वारा आमजन को विभिन्न योजनाओं की जानकारी प्रदान की गई। इस दौरान नगरपालिका ने 69-ए का 02 पट्टा व 02 कृषि भूमि का पट्टा वितरण किया। साथ ही 04 विवाह पंजीयन व जन्म-मृत्यू के 18 प्रमाण पत्र जारी किये । शिविर में नवाचार करते हुए आयुर्वेद विभाग की ब्लॉक स्तरीय चिकित्सा अधिकारी डॉ रेणु शर्मा ने 21 जून 2026 को होने वाले योग दिवस पर उपखण्ड स्तरीय कार्यक्रम दशहरा मेला मैदान करंट बालाजी के पास लाडनूं के बारे मे विस्तृत जानकारी देते हुए ज्यादा से ज्यादा सहभागिता सुनिश्चित करने का आहवान किया। अधिशाषी अधिकारी हरेन्द्र चौधरी द्वारा सभी विभागो को प्राप्त प्रतिवेदनों का शीघ्र निस्तारण कर पालना रिपोर्ट प्रस्तुत करने के निर्देश दिए गए। इस अवसर पर निवर्तमान पार्षद ओम सिंह, संदीप प्रजापत, नदीम बल्खी, यशपाल आर्य, अमजद खॉ, नेता प्रतिपक्ष लूणकरण शर्मा बच्छराज, मोहन सिंह, सामाजिक कार्यकर्ता मदन मोहन सहित पालिका के अतिरिक्त प्रशासनिक अधिकारी कैम्प प्रभारी अखिलेश पारीक, लेखाधिकारी राजेन्द्र सिंह पंवार, वरिष्ठ सहायक शुभकरण, कनिष्ठ सहायक रघुनाथदान चारण, अरविन्द धवल, संगीता कंवर, हिमालय चिण्डालिया, मोहम्मद मुस्तफा हसन, विकास लोहिया आदि उपस्थित रहे।

योग दिवस के तहत एमजेडी महाविद्यालय में हुई प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता



तारानगर (नवयत्न)। माँ जालपा देवी राजकीय महाविद्यालय, तारानगर में शुक्रवार को रोवर, रेंजर, राष्ट्रीय सेवा योजना व राष्ट्रीय कैडेट कौर इकाईयों के संयुक्त तत्वावधान में 12वें अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम समिति प्रभारी प्रो. राजेन्द्र प्रसाद कस्वा ने बताया कि आयोजित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में वंदना व सीता मेघवाल प्रथम व निकिता शर्मा व सानिया द्वितीय रही। आयोजित प्रतियोगिता में निर्णायक की भूमिका प्रो. अंकिता चौधरी व प्रो. अन्नु महला ने निभाई।

यातायात नियम तोड़े तो घर पहुंचेगा ई-चालान जयपुर में 47 कैमरों से हो रही 24 घंटे निगरानी

निसं

जयपुर (नवयत्न)। राजधानी जयपुर में यातायात नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहन चालकों पर अब अत्याधुनिक तकनीक के जरिए कड़ी नजर रखी जा रही है। शहर में सुरक्षित एवं सुगम यातायात व्यवस्था बनाए रखने के लिए जयपुर पुलिस कमिश्नर सचिन मित्तल के निर्देश पर इंटेलिजेंट ट्रैफिक मैनेजमेंट सिस्टम आईटीएमएस के माध्यम से नियम तोड़ने वालों के खिलाफ लगातार कार्रवाई की जा रही है। मोटर यान अधिनियम-1988 एवं संशोधित मोटर वाहन अधिनियम-2019 के तहत उल्लंघनकर्ताओं के ऑनलाइन चालान काटे जा रहे हैं। पुलिस उपायुक्त यातायात योगेश गोयल ने बताया कि शहर के 15 प्रमुख स्थानों पर लगाए गए 47 अत्याधुनिक कैमरों के जरिए यातायात नियमों की निगरानी की जा रही है। कैमरों से प्राप्त जानकारी के आधार पर ई-चालान पोर्टल के माध्यम से वाहन मालिकों के पंजीकृत पते पर ऑनलाइन चालान भेजे जा रहे हैं। इन स्थानों पर तेज रफ्तार वाहनों पर नजर योगेश गोयल ने बताया कि आईटीएमएस के तहत पिंजरापोल गोशाला, नेहरू गार्डन, कॉमर्स कॉलेज, सरस पार्लर, पोदार कॉलेज और वैशाली नगर क्षेत्र में ओवरस्पीड वाहनों पर विशेष निगरानी रखी जा रही है। साथ ही निर्धारित गति सीमा से अधिक रफ्तार से वाहन चलाने वालों के खिलाफऑनलाइन कार्रवाई की जा रही है।

रेड लाइट जंप करने वालों पर भी सख्ती

योगेश गोयल ने बताया कि गवर्नमेंट हॉस्टल चौराहा, पांच बत्ती, यादगार, न्यू गेट और सांगानेरी गेट सहित प्रमुख चौराहों पर लगे कैमरों से रेड लाइट जंप करने वाले वाहन चालकों की पहचान कर ई.चालान जारी किए जा रहे हैं।

रात के समय सबसे ज्यादा नियमों की अनदेखी

पुलिस उपायुक्त यातायात ने बताया कि आईटीएमएस कैमरों से प्राप्त आंकड़ों के विश्लेषण में एक चौंकाने वाला तथ्य सामने आया है। यातायात पुलिस के अनुसार शहर में होने वाले कुल यातायात उल्लंघनों में 50 प्रतिशत से अधिक मामले रात 11 बजे से सुबह 5 बजे के बीच दर्ज किए जा रहे हैं। इसे देखते हुए पुलिस ने वाहन चालकों से अपील की है कि रात के समय भी यातायात नियमों का पूरी जिम्मेदारी के साथ पालन करें।

पेंडिंग चालान का समय पर करें निस्तारण

यातायात पुलिस ने वाहन स्वामियों को लंबित चालानों की अनदेखी नहीं करने की सलाह दी है। वाहन चालक अपने बकाया चालान की जानकारी एवं भुगतान के लिए ई-चालान पोर्टल और वर्चुअल कोर्ट की सुविधा का उपयोग कर सकते हैं। इसके अलावा शहर के प्रमुख चौराहों पर तैनात यातायात पुलिसकर्मियों के पास उपलब्ध पीओएस मशीनों के माध्यम से भी चालान राशि का भुगतान किया जा सकता है। पुलिस अधिकारियों ने कहा कि आईटीएमएस प्रणाली का उद्देश्य केवल चालान काटना नहीं, बल्कि सड़क सुरक्षा को बढ़ावा देना और दुर्घटनाओं में कमी लाना है। इसलिए वाहन चालक यातायात नियमों का पालन करें और सुरक्षित यात्रा सुनिश्चित करें।

मोती डूंगरी गणेश मंदिर में पूजा के साथ कीर्ति पाठक ने संभाली नई जिम्मेदारी

निसं

जयपुर (नवयत्न)। आम आदमी पार्टी राजस्थान की नवनियुक्त कार्यकारी प्रदेश अध्यक्ष कीर्ति पाठक के जयपुर में प्रथम आगमन पर पार्टी पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं और स्वयंसेवकों ने उनका भव्य स्वागत किया। अपने पहले कार्यक्रम के तहत उन्होंने मोती डूंगरी गणेश मंदिर में पूजा-अर्चना कर प्रदेश की खुशहाली, समृद्धि और जनसेवा के संकल्प को मजबूत करने की कामना की। इसके बाद पार्टी कार्यालय में आयोजित प्रेस वार्ता में आम आदमी पार्टी के मुख्य प्रवक्ता दीपक मिश्रा ने कहा कि कीर्ति पाठक पार्टी की स्थापना काल से जुड़ी समर्पित कार्यकर्ता रही हैं और उन्होंने जिला, प्रदेश तथा राष्ट्रीय स्तर पर विभिन्न जिम्मेदारियों का सफलतापूर्वक निर्वहन किया है। उन्होंने संगठन को मजबूत बनाने और विभिन्न चुनावों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। कीर्ति पाठक ने कहा कि वे राजस्थान के आमजन की आवाज को मजबूती से उठाने का कार्य करेंगी तथा विकास, सुशासन और जनहित के मुद्दों को प्राथमिकता देंगी। उन्होंने कहा कि आम आदमी पार्टी किसानों, महिलाओं, युवाओं, शिक्षा और स्वास्थ्य जैसे मुद्दों पर जनता के साथ खड़ी रहेगी।

उन्होंने कहा कि उन्हें गर्व है कि वे राजस्थान में आम आदमी पार्टी की पहली महिला प्रदेश अध्यक्ष हैं और इस जिम्मेदारी का निर्वहन पूरी निष्ठा एवं ईमानदारी से करेंगी। कीर्ति पाठक ने प्रदेश में सामने आए पेपर लीक मामलों पर चिंता व्यक्त करते हुए निष्पक्ष एवं समयबद्ध जांच की मांग की। उन्होंने कहा कि भर्ती परीक्षाओं में बार-बार हो रहे फर्जीवाड़े से लाखों युवाओं का भविष्य प्रभावित हुआ है। उन्होंने वर्तमान भाजपा सरकार पर शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार और भ्रष्टाचार जैसे मुद्दों पर विफल रहने का आरोप लगाया। साथ ही कहा कि आम आदमी पार्टी ने जिन राज्यों में सरकार बनाई है वहां शिक्षा, स्वास्थ्य, बिजली और पानी के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य किए हैं और राजस्थान की जनता भी अब परिणाम आधारित राजनीति चाहती है।

दो के स्थान पर एक मोटर चालू, कैसे हो बाजारों से पानी की निकासी

सुजानगढ़ (नवयत्न)।

अखिल भारतीय किसान सभा के एक प्रतिनिधिमंडल ने गेनाणी पर जाकर पानी निकासी की व्यवस्था का अवलोकन किया। अध्यक्ष तेजपाल गोदारा, जिला संयुक्त सचिव रामनारायण रूलाणिया, पूर्व पार्षद सिराज खान कायमखानी, साबिर अली चौहान, एडवोकेट रामकुमार मेघवाल आदि मौजूद रहे। मौके पर पाया गया कि दो मोटरें हर वक्त चलनी चाहिए, जबकि यहां पर तो एक मोटर का फाउण्डेशन सही नहीं है और ना ही मोटर चलाने के लिए पूर्णतया लगी हुई है। जिसके कारण मात्र एक मोटर चलाकर ही बाजार के पानी निकासी का इंतजार किया जा रहा है। कॉमरेड रामनारायण रूलाणिया ने कहा कि बरसात का सीजन फिक्स है, लेकिन फिर भी अधिकारी पानी निकासी के लिए समय पर मोटर नहीं लगवा पाते, इससे बड़ी क्या विडम्बना हो सकती है। इसके बाद प्रतिनिधिमंडल उपखंड अधिकारी ओमप्रकाश वर्मा, नगरपरिषद एटीपी उदयसिंह, सहायक अभियंतास चारवी से मिलाए जहां पर उन्हें जल्द समस्या समधान का आश्वासन मिला।

संविदा नर्सों की बहाली और मुआवजे की मांग को लेकर जयपुरिया अस्पताल में किया नर्सेज ने विरोध प्रदर्शन

जयपुर (नवयत्न)। राजस्थान नर्सेज संयुक्त संघर्ष समिति के आह्वान पर संविदा नर्स दीपक खारवाल को सेवा से हटाए जाने के विरोध और उनके परिजनों को मुआवजा व सरकारी नौकरी देने की मांग को लेकर नर्सिंगकर्मियों का आंदोलन लगातार तेज होता जा रहा है। शुक्रवार को सवाई मानसिंह मेडिकल कॉलेज के मुख्य द्वार पर धरना सातवें दिन भी जारी रहा, वहीं जयपुरिया चिकित्सालय में नर्सेज ने जोरदार विरोध प्रदर्शन किया। संघर्षरत नर्सेज की मांग है कि दीपक खारवाल की पत्नी एवं बच्चों को आर्थिक सहायता और सरकारी नौकरी दी जाए तथा प्रदेशभर के विभिन्न अस्पतालों में वर्षों से कार्यरत उन संविदा नर्सिंगकर्मियों को पुन: सेवा में लिया जाए, जिन्हें हाल ही में हटाया गया है। आंदोलन को कर्मचारी महासंघ एकीकृत के प्रदेश प्रमुख महेंद्र सिंह चौधरी तथा राजस्थान शिक्षक संघ सियाराम के प्रशासनिक प्रदेश अध्यक्ष सियाराम शर्मा ने समर्थन दिया। दोनों नेताओं ने धरनास्थल पहुंचकर मुख्यमंत्री से नर्सेज की मांगों का समाधान करने की अपील की।

धरने से पूर्व जयपुरिया चिकित्सालय में संयोजक महेंद्र शर्मा, पवन बेनीवाल, ममता शर्मा और मुरारीलाल मीणा के नेतृत्व में नियमित और संविदा नर्सेज ने अस्पताल के मुख्य द्वार पर प्रदर्शन किया। संघर्ष समिति के प्रदेश संयोजक राजेंद्र राणा, पवन मीणा, पुरुषोत्तम कुम्भज, जे.पी. कसवां, भूदेव धाकड़, जितेंद्र कटारा, बी.पी. सिंह और के.के. यादव ने आरोप लगाया कि सरकार की संवेदनहीनता के कारण आंदोलन प्रदेशभर में फैलता जा रहा है। उन्होंने चेतावनी दी कि आगामी चरण में नर्सेज शोक दिवस मनाते हुए सामूहिक अवकाश पर जाएंगे।

सीकर में रेलमंत्री का स्वागत, झुंझुनू जंक्शन की मांग होगी प्रमुख

चिड़ावा के पेड़े के साथ जन्मदिन निमंत्रण, नई रेल सेवाओं का सौंपेंगे ज्ञापन

जयशकर जांगिड़

झुंझुनू (नवयत्न)। रेलमंत्री अश्विनी वैष्णव 21 जून को बीकानेर से स्पेशल ट्रेन द्वारा चूरू-सीकर होते हुए जयपुर पहुंचेंगे। रेलमंत्री के प्रस्तावित दौरे को लेकर शेखावाटी रेल विकास संघर्ष समिति ने सीकर जंक्शन पर उनके भव्य स्वागत की तैयारी शुरू कर दी है। समिति के अध्यक्ष प्रदीप अग्रवाल ने बताया कि रेलमंत्री के सीकर आगमन पर बैण्ड-बाजों की मधुर धुन के बीच उनका साफा व दुपट्टा पहनाकर पारंपरिक स्वागत किया जाएगा। इस अवसर पर समिति द्वारा उन्हें चिड़ावा के विश्व प्रसिद्ध पेड़े खिलाकर विशेष रूप से तैयार किया गया बर्थडे इंविटेशन लेटर भेंट किया जाएगा। इसके माध्यम से 18 जुलाई 2026 को झुंझुनू रेलवे स्टेशन पर आयोजित किए जाने वाले जन्मदिन समारोह में पधारने का निमंत्रण दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि स्वागत कार्यक्रम के दौरान रेलमंत्री को झुंझुनू मांगे रेलवे जंक्शन अभियान के तहत झुंझुनू को रेलवे जंक्शन बनाने की मांग प्रमुखता से रखी जाएगी। इसके साथ ही क्षेत्र में नई रेल सेवाएं शुरू करने, ट्रेनों के ठहराव बढ़ाने तथा रेल सुविधाओं के विस्तार को लेकर विस्तृत मांग पत्र भी सौंपा जाएगा। संघर्ष समिति के पदाधिकारियों का कहना है कि शेखावाटी क्षेत्र लंबे समय से रेल सुविधाओं की अनदेखी का सामना कर रहा है, ऐसे में रेलमंत्री का यह दौरा क्षेत्र की उम्मीदों को नया बल देगा। समिति ने अधिक से अधिक लोगों से सीकर पहुंचकर स्वागत कार्यक्रम में भाग लेने की अपील भी की है।

जिला कलक्टर ने किया 12 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2026 के पोस्टर का विमोचन

निसं

चूरू (नवयत्न)। जिला कलक्टर अभिषेक सुराणा ने शुक्रवार को जिला कलक्टर कार्यालय में आगामी 21 जून, 2026 को आयोजित होने वाले 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम के पोस्टर का विमोचन किया। जिला कलक्टर ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है। योग शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य जन-जन तक योग के महत्व को पहुंचाना तथा स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली को बढ़ावा देना है। उन्होंने जिलेवासियों से आह्वान किया कि वे अपने निकटतम योग स्थल पर पहुंचकर योग दिवस के कार्यक्रमों में सक्रिय भागीदारी निभाएं तथा योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाएं। उन्होंने चूरू जिला मुख्यालय पर जिला खेल स्टेडियम में 21 जून, 2026 को आयोजित होने वाले जिला स्तरीय कार्यक्रम में सभी नागरिकों, युवाओं, विद्यार्थियों, महिलाओं एवं वरिष्ठजनों से अधिकाधिक संख्या में उपस्थित होकर कार्यक्रम को सफल बनाने की अपील की। इस दौरान आयुर्वेद उपनिदेशक डॉ सत्यवीर सिंह, रामकृष्ण शर्मा सहित अन्य उपस्थित रहे।

25 जून को मनाई जाएगी निर्जला एकादशी : भगवान विष्णु की विशेष पूजा-अर्चना होगी

निसं

जयपुर (नवयत्न)। सनातन धर्म में वर्ष की सबसे महत्वपूर्ण और कठोर एकादशियों में शामिल निर्जला एकादशी का व्रत इस वर्ष 25 जून को रखा जाएगा। पंचांग के अनुसार निर्जला एकादशी तिथि 25 जून को रात्रि 8 बजकर 10 मिनट तक रहेगी। उदया तिथि के आधार पर श्रद्धालु 25 जून, गुरुवार को व्रत एवं पूजा-अर्चना करेंगे। पंडित राजेश कुमार शर्मा ने बताया कि निर्जला एकादशी को भीमसेनी एकादशी के नाम से भी जाना जाता है। धार्मिक मान्यता है कि इस व्रत को विधि-विधान से करने पर वर्षभर की सभी एकादशियों के समान पुण्य फल प्राप्त होता है। इस दिन श्रद्धालु बिना अन्न और जल ग्रहण किए भगवान विष्णु की आराधना करते हैं। उन्होंने बताया कि इस बार निर्जला एकादशी गुरुवार को पड़ने से भगवान विष्णु के साथ देवगुरु बृहस्पति की विशेष पूजा का भी महत्व रहेगा। श्रद्धालु भगवान विष्णु को पीले पुष्प, तुलसी दल, पंचामृत एवं पीले वस्त्र अर्पित कर पूजा करेंगे। मंदिरों एवं धार्मिक स्थलों पर विष्णु सहस्त्रनाम पाठ, श्रीमद्भागवत गीता पाठ तथा भजन-कीर्तन जैसे धार्मिक आयोजन भी होंगे। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार निर्जला एकादशी पर जल, अन्न, वस्त्र, पंखा और छाता दान करना अत्यंत पुण्यदायी माना गया है। गर्मी के मौसम को देखते हुए जरूरतमंदों को शीतल जल एवं उपयोगी वस्तुओं का दान विशेष फलदायी बताया गया है। शर्मा ने बताया कि व्रत का पारण 26 जून को विधि पूर्वक किया जाएगा। इस अवसर पर श्रद्धालु भगवान विष्णु से सुख, समृद्धि और आरोग्य की कामना करेंगे।

ग्रामीण सेवा शिविर : लिछमा को मुख्यमंत्री कन्यादान योजना के तहत स्वीकृत हुए 31 हजार

नोखा (नवयत्न)। पांचू के साधुना ग्राम पंचायत की लिछमा पत्नी गोविंद राम मेघवाल के लिए शुक्रवार को आयोजित ग्रामीण सेवा शिविर राहत की खबर लाया। उसे मुख्यमंत्री कन्यादान योजना के तहत 31 हजार रुपए की राशि स्वीकृत हुई। शिविर के दौरान इसका स्वीकृति पत्र प्राप्त कर उसने मुख्यमंत्री भजन लाल शर्मा की इस पहल का आभार जताया। उसने बताया कि उसने तीन माह पूर्व इसके लिए आवेदन किया था, लेकिन कुछ दस्तावेजों के अभाव और तकनीकी खामियों के कारण उसे इसका लाभ नहीं मिल सका। शुक्रवार को वह शिविर स्थल पहुंची और आवश्यक कमियों का निस्तारण करवाया।

वीआईपी कल्चर और यातायात नियम तोड़ने वालों पर पुलिस का शिकंजा

निसं

जयपुर (नवयत्न)। प्रदेश में यातायात व्यवस्था सुधारने और वीआईपी कल्चर के नाम पर नियमों की अनदेखी करने वालों के खिलाफ राजस्थान पुलिस का विशेष अभियान लगातार जारी है। पुलिस मुख्यालय के निर्देश पर महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा के नेतृत्व में चलाए जा रहे इस अभियान में 4 जून से 18 जून 2026 तक कुल 1 लाख 24 हजार 384 वाहनों के विरुद्ध कार्रवाई की गई है। पुलिस महानिदेशक यातायात अनिल पालीवाल ने बताया कि अभियान के दौरान सबसे अधिक 46,958 चालान अवैध ब्लैक फिल्म लगे वाहनों के किए गए। इसके अलावा 31,961 मामलों में नियम विरुद्ध नंबर प्लेट, 17,209 मामलों में वाहनों पर अनाधिकृत शब्द, चिन्ह एवं लेखन, 12,232 मामलों में वाहन संरचना में अवैध परिवर्तनए, 9,271 मामलों में अनाधिकृत लाल-नीली बत्ती, फ्लैशर एवं हूटर तथा 6,753 मामलों में प्रेशर व एयर हॉर्न के खिलाफ कार्रवाई की गई। उन्होंने बताया कि गुरुवार को प्रदेशभर में एक दिन में 7,447 वाहनों के खिलाफ कार्रवाई की गई। इनमें 2,577 ब्लैक फिल्म, 1,813 नियम विरुद्ध नंबर प्लेट, 1,173 अनाधिकृत शब्द एवं चिन्ह, 849 अवैध संशोधन, 603 अनाधिकृत लाल-नीली बत्ती, फ्लैशर एवं हूटर तथा 432 प्रेशर व एयर हॉर्न के मामले शामिल हैं। जिलावार आंकड़ों में दौसा सबसे आगे रहाए जहां 553 वाहनों के खिलाफकार्रवाई हुई। इसके बाद जयपुर पश्चिम 534, अजमेर 492, जयपुर यातायात 369, जयपुर ग्रामीण 353, चित्तौड़गढ़ 347 और बांसवाड़ा 303 में कार्रवाई दर्ज की गई। डीजी ट्रैफिक पालीवाल ने कहा कि सड़क सुरक्षा पुलिस की सर्वोच्च प्राथमिकता है और भविष्य में भी यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ सख्त अभियान जारी रहेगा। उन्होंने वाहन चालकों से अपील की कि वे ब्लैक फिल्म, अवैध हूटर, प्रेशर हॉर्न, नियम विरुद्ध नंबर प्लेट और अनाधिकृत संशोधनों से बचें तथा यातायात नियमों का पालन कर सुरक्षित एवं व्यवस्थित यातायात व्यवस्था में सहयोग करें।

सम्पादकीय

अमेरिका-ईरान में शांति

अमेरिका और ईरान के बीच स्विट्जरलैंड के बजाय फ्रांस में समय से पहले अंतरिम शांति समझौते पर हस्ताक्षर होने से उसके लागू होने का रास्ता तो साफ हो गया, लेकिन यह भविष्य ही बताएगा कि यह समझौता पश्चिम एशिया में स्थायी शांति का मार्ग वास्तव में प्रशस्त कर पाएगा या नहीं? यह प्रश्न इसलिए, क्योंकि इजरायल इस समझौते से खुश नहीं। यह कहना भी कठिन है कि इजरायल के साथ ईरान भी समझौते के अनुरूप आचरण करेगा।

यदि ईरान हिजबुल्ला और हाउती जैसे संगठनों को इजरायल को निशाना बनाने के लिए उकसाता है तो इस समझौते का टूटना तय है। यह अमेरिका की कमजोरी का ही प्रमाण है कि वह ईरान पर इसके लिए दबाव नहीं बना पाया कि वह इजरायल के लिए खतरा बने हिजबुल्ला और हाउती जैसे संगठनों की मदद करना बंद करे। ये दोनों संगठन एक तरह से ईरान की छद्म सेनाएं ही हैं। अंतरिम समझौते पर हस्ताक्षर के बाद अमेरिका और ईरान की ओर से अपनी-अपनी जीत का दावा करना स्वाभाविक है, क्योंकि दोनों पक्षों को अपनी जनता को भी संतुष्ट करना है, लेकिन फिलहाल ईरान अधिक लाभ में दिख रहा है। अमेरिका और इजरायल ने जिन उद्देश्यों के लिए बीती 28 फरवरी को ईरान पर हमला किया, वे उन्हें हासिल होते नहीं दिख रहे हैं। ईरान में न तो सत्ता परिर्वतन हो सका और न ही उसकी घातक मिसाइल क्षमता नष्ट हो पाई। उलटे उसने खाड़ी के देशों में अमेरिकी ठिकानों पर हमले कर इन देशों के मन में अपनी सुरक्षा के लिए डर पैदा करने का काम किया।

इन हमलों से ईरान ने यही संदेश दिया कि खाड़ी के देश अमेरिकी सैन्य छतरी तले सुरक्षित नहीं। यदि अमेरिका और इजरायल के लिए संतोष की कोई बात है तो केवल यही कि ईरान ने परमाणु हथियार न बनाने का वादा किया है, लेकिन इसमें संदेह है कि वह अपने इस इरादे का सदैव के लिए परित्याग करेगा। 14 बिंदुओं वाले अंतरिम समझौते के तहत यह भी तय हुआ है कि ईरान 60 दिनों के लिए होर्मुज समुद्री मार्ग खोल देगा, लेकिन यह प्रश्न अनुत्तरित है कि इसके बाद क्या होगा? यदि वह 60 दिनों बाद इस समुद्री मार्ग से निकलने वाले जहाजों से टैक्स वसूलने लगता है तो इससे अमेरिका की हेठी ही होगी।

अमेरिका-इजरायल और ईरान के बीच युद्ध के पहले यह समुद्री मार्ग सबके लिए खुला था, लेकिन अब ईरान उस पर आधिपत्य चाहता है। यदि वह इसमें सफल हो जाता है तो खाड़ी देशों के साथ अमेरिका को तो झटका लगेगा ही, विश्व अर्थव्यवस्था को भी नुकसान होगा, क्योंकि तेल और गैस के दाम बढ़ सकते हैं। ईरान को यह लाभ मिलता भी दिख रहा है कि अब वह अपना तेल बेचने के लिए स्वतंत्र होगा। साफ है कि अमेरिका के लिए दुनिया को यह बताना कठिन होगा कि उसे ईरान पर हमले से हासिल क्या हुआ?

विशेष आलेख

सौ वर्षों से राष्ट्रसेवा में लीन आरएसएस का पंजीकरण प्रमाणपत्र मांग रहे कांग्रेस नेताओं से कुछ सवाल

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ को लेकर कांग्रेस और उसके वैचारिक सहयोगियों ने एक बार फिर वही पुराना शोर उठाया है कि संघ पंजीकृत क्यों नहीं है? कर्नाटक के मंत्री प्रियांक खरगे का पत्र और उसके बाद खड़ा किया गया राजनीतिक कोलाहल इस बात का प्रमाण है कि संघ विरोधियों के पास न तथ्य बचे हैं, न तर्क। वह केवल विवाद पैदा करना चाहते हैं, क्योंकि जिस संगठन को जनता का भरोसा और समाज का समर्थन हासिल हो, उसे बदनाम करने का सबसे आसान तरीका संदेह फैलाना होता है। लेकिन इस बार संघ ने भी स्पष्ट और सीधा उत्तर दिया है। मोहन भागवत ने साफ कहा, हिंदू धर्म भी पंजीकृत नहीं है। यह उस पूरी मानसिकता पर प्रहार है जो मानती है कि भारत की हर सांस्कृतिक चेतना को सरकारी मुहर से ही वैधता मिलेगी। भागवत ने कहा कि संघ 1925 में स्थापित हुआ था। क्या तब अंग्रेजों से जाकर पंजीकरण कराया जाता? साथ ही स्वतंत्रता के बाद भी भारत के संविधान ने कभी यह अनिवार्य नहीं किया कि हर स्वैच्छिक संगठन सरकारी रजिस्टर में दर्ज हो तभी वह अस्तित्व में रह सकता है। असल में कांग्रेस की समस्या संघ के पंजीकरण से नहीं, संघ के प्रभाव से है। जिस संगठन ने बिना सरकारी धन, बिना विदेशी सहायता और बिना सत्ता के सहारे सौ वर्षों तक राष्ट्रजीवन को दिशा दी हो, उससे कांग्रेस की बेचैनी स्वाभाविक है। संघ ने चरित्र निर्माण किया, अनुशासन दिया, समाज को जोड़ा, सेवा का संस्कार दिया और राष्ट्रवाद को जीवन का व्यवहार बनाया। दूसरी ओर कांग्रेस का एक हिस्सा वर्षों तक विदेशी शक्तियों के सामने वैचारिक समर्पण करता रहा। चीन की कम्युनिस्ट पार्टी के साथ समझौते करने वाली राजनीति आज संघ से राष्ट्रभक्ति का प्रमाण मांग रही है। यह विडंबना नहीं तो और क्या है? भारतीय संविधान का अनुच्छेद 19 नागरिकों को संगठन बनाने की स्वतंत्रता देता है। यह नागरिकों का मौलिक अधिकार है। संविधान कहीं नहीं कहता कि हर सामाजिक संगठन को पहले सरकार के सामने सिर झुकाकर अनुमति लेनी होगी। सोसाइटी कानून, न्यास कानून और अन्य व्यवस्थाएं केवल कानूनी सुविधाओं के लिए हैं, अस्तित्व के लिए नहीं। संघ के पंजीकरण प्रमाणपत्र को देखने की चाह रखने वाले प्रियांक खरगे, पवन खेड़ा और कांग्रेस के नेताओं को यह समझना होगा कि लोकतंत्र में मंत्री होना कानून से ऊपर होना नहीं होता। किसी मंत्री की व्यक्तिगत इच्छा कानून नहीं बन जाती। यदि कानून में अनिवार्यता नहीं है, तो केवल राजनीतिक नफरत के कारण किसी संगठन को कटघरे में खड़ा नहीं किया जा सकता। यही विधि का शासन है, यही संविधान की आत्मा है।

संघ को समझने के लिए उसकी मूल प्रकृति को समझना आवश्यक है। संघ कोई पारंपरिक कार्यालयी संस्था नहीं, बल्कि समाज आधारित आंदोलन है। डॉक्टर केशव बलिराम हेडगेवार ने इसे सदस्यता कार्ड, शुल्क और कागजी ढांचे की बजाय शाखा, संस्कार और स्वयंसेवा के आधार पर खड़ा किया। आज भी कोई व्यक्ति शाखा में जाकर स्वयंसेवक बन सकता है। यही कारण है कि संघ समाज के बीच रहता है, किसी फाइल में बंद नहीं रहता। संघ अपने आरम्भकाल से ही सामाजिक और सांस्कृतिक आंदोलन के रूप में आगे बढ़ता रहा है। संघ में औपचारिक सदस्यता और कठोर संस्थागत नियंत्रण नहीं होता। शाखाएं अपने संसाधनों से चलती हैं और संगठन का संचालन सामाजिक सहभागिता से होता है। इतिहास यह भी बताता है कि संघ को बार-बार राजनीतिक दमन का सामना करना पड़ा। महात्मा गांधी की हत्या के बाद प्रतिबंध लगाया गया, आपातकाल में हजारों स्वयंसेवक जेल भेजे गए, बाबरी प्रकरण के बाद भी हमला हुआ। लेकिन हर बार संघ और अधिक मजबूत होकर निकला। इसका कारण यह था कि संघ की जड़ें सत्ता में नहीं, समाज में हैं। मोहन भागवत ने भी याद दिलाया कि सरकारें संघ पर प्रतिबंध लगाती रहीं, इसका अर्थ ही यह है कि सरकारें संघ के अस्तित्व और प्रभाव को मानती रही हैं। देखा जाये तो संघ विरोधी बार बार पारदर्शिता और कराधान का मुद्दा उठाते हैं। लेकिन वह जानबूझकर न्यायालयों के निर्णयों को नजरअंदाज करते हैं। गुरु दक्षिणा को लेकर न्यायालयों ने पारस्परिकता के सिद्धांत को स्वीकार किया था। पटना उच्च न्यायालय ने स्पष्ट माना कि स्वयंसेवकों का स्वैच्छिक योगदान करयोग्य आय नहीं माना जा सकता। संघ ने कभी कानून से छूट नहीं मांगी। उसने केवल वही स्वीकार किया जो कानून कहता है। कानून जहां लागू होता है, वहां संघ के सहयोगी संगठन विधिवत पंजीकृत हैं, लेखा परीक्षण कराते हैं और अपने प्रतिवेदन भी प्रकाशित करते हैं।

यही वह बिंदु है जहां कांग्रेस का पाखंड खुलकर सामने आता है। दशकों तक सत्ता में रहने वाली पार्टी आज संघ से पारदर्शिता मांग रही है, जबकि स्वयं उसके इतिहास पर आपातकाल, भ्रष्टाचार, परिवारवाद और विदेशी प्रभाव के आरोप लगे हुए हैं। जो दल लोकतंत्र को कुचलने के लिए आपातकाल थोप सकता है, वह आज लोकतांत्रिक मूल्यों का उपदेश दे रहा है। यह राजनीतिक हास्य से अधिक कुछ नहीं।

मोहन भागवत ने बिल्कुल सही कहा कि संघ खुलकर काम करता है, किसी गुप्त संगठन की तरह नहीं। लाखों शाखाएं, हजारों सेवा प्रकल्प, शिक्षा, ग्राम विकास, आपदा राहत, सामाजिक समरसता, वनवासी कल्याण, गौ सेवा, पर्यावरण संरक्षण, संघ का हर कार्य समाज के सामने है। यदि संघ में कुछ छिपा होता तो वह सौ वर्षों तक सार्वजनिक जीवन में इतने व्यापक रूप से स्वीकार नहीं किया जाता। दरअसल संघ की सबसे बड़ी शक्ति यही है कि उसने राष्ट्रवाद को केवल नारों तक सीमित नहीं रखा। जब भी देश पर संकट आया, स्वयंसेवक सबसे पहले खड़े दिखाई दिए। विभाजन के समय राहत कार्य हो, प्राकृतिक आपदाएं हों, महामारी का दौर हो या सीमा पर सैनिकों के परिवारों की सहायता, संघ के कार्यकर्ता हर जगह सक्रिय रहे। यही कारण है कि भारत का सामान्य नागरिक संघ को कागजी संस्था नहीं, राष्ट्रीय चेतना का प्रहरी मानता है।

संघ को लेकर सबसे अधिक भ्रम उन लोगों में है जो भारत को केवल सत्ता और चुनाव की नजर से देखते हैं। संघ सत्ता के लिए नहीं, समाज के लिए काम करता है। यही कारण है कि वह राजनीतिक उतार चढ़ाव से अप्रभावित रहता है। मोहन भागवत ने हाल में कहा था कि संघ दुनिया का सबसे बड़ा स्वयंसेवी संगठन है, लेकिन सबसे अधिक गलत समझा जाने वाला संगठन भी है। यह कथन बिल्कुल सही है। जिन लोगों ने कभी शाखा देखी ही नहीं, वह संघ पर सबसे अधिक आरोप लगाते हैं। देखा जाये तो आज आवश्यकता इस बात की है कि संघ को राजनीतिक चश्मे से नहीं, उसके कार्यों से देखा जाए। यदि कोई संगठन बिना सरकारी सहायता के, बिना विदेशी धन के और बिना सत्ता के दबाव के सौ वर्षों तक राष्ट्रसेवा करता है, तो उसकी वैधता किसी सरकारी रजिस्टर से नहीं, जनता के विश्वास से तय होती है। कांग्रेस और संघ विरोधियों को यह समझ लेना चाहिए कि संघ को डराकर, बदनाम करके या कानूनी भ्रम फैलाकर कमजोर नहीं किया जा सकता। संघ की शक्ति कागजों से नहीं, करोड़ों स्वयंसेवकों के समर्पण से आती है। उसका अस्तित्व किसी मंत्री की कृपा पर नहीं, भारत की सांस्कृतिक आत्मा पर आधारित है। जो सौ वर्षों से राष्ट्र को सब कुछ दे रहा हो, उसे अपना परिचय देने की जरूरत नहीं पड़ती। राष्ट्र स्वयं उसका परिचय बन जाता है। साथ ही संघ को किसी वंशवादी राजनीति से चरित्र प्रमाणपत्र लेने की आवश्यकता नहीं है। जिस संगठन ने सौ वर्षों तक बिना सत्ता, बिना सरकारी संरक्षण और बिना विदेशी सहारे के राष्ट्रजीवन को दिशा दी हो, उसकी पहचान किसी सरकारी मुहर से नहीं होती।

आज का राशिफल

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

स्वास्थ्य समाचार

पेट पर जमा मोटी चर्बी को पिघलाने में मदद करेंगे यह योगासन

आज हर दूसरे व्यक्ति की परेशानी की वजह पेट के पास जमा होने वाली चर्बी है। पेट पर जमा इस जिद्दी चर्बी की वजह से न तो व्यक्ति अपनी पसंद का खाना खा पाता है और न ही पसंद के कपड़े खरीदने की हिम्मत करता है। बैली फैट न सिर्फ आपकी पर्सनालिटी खराब करता है बल्कि आपके आत्मविश्वास को भी गहरी चोट देता है।

उत्तान पादासन

उत्तान पादासन का अभ्यास करना बेहद सरल है। इस आसन को करने के लिए सबसे पहले पीठ के बल मैट पर लेटकर अपनी दोनों हथेलियों को जांघों के बराबर में रखते हुए दोनों पैरों के घुटनों, एडियों और अंगूठों को मिलाएं। ऐसा करते हुए अपनी टांगों को सीधा तानकर रखें। अब गहरी सांस लेते हुए दोनों पैरों को 45 डिग्री पर ले जाएं। हो सकता है आपको शुरूआत में थोड़ा दर्द महसूस हो लेकिन धीरे-धीरे इस आसन का लगातार अभ्यास करने पर ऐसा नहीं होगा। आसन करते समय जैसे-जैसे आपका पैर ऊपर उठेगा उसे 90 डिग्री तक ले जाने की कोशिश करें। इस योगासन को करने से पहले कोई भी स्ट्रेचिंग व्यायाम जरूर करें। इस योग को करने से आपकी कमर, कुल्हों और जांघों की चर्बी को खत्म करने में मदद मिलती है।

भुंजगासन

बैली फैट कम करने के लिए आप भुंजगासन को भी अपने वर्कआउट का हिस्सा बना सकते हैं। भुजंगासन को कोबरा पोज के नाम से भी जाना जाता है। इस आसन को करने के लिए पेट के बल जमीन पर लेटकर अपने निचले शरीर को जमीन से लगाकर रखें लेकिन ऐसा करते हुए कमर से ऊपर तक के हिस्से को ऊपर उठाते हुए पीछे की तरफ मोड़ें और हाथों को सामने की तरफ रखें।

सुबह की इन आदतों से पेट एक ही बार में होगा साफ

एक ही बार में पेट का साफ होना कुछ लोगों के लिए परेशानी का सबब बन गया है। बेटाइम खाना और सोना इन दिनों ज्यादातर लोगों का लाइफस्टाइल बन गया है, जिसकी वजह से लोगो को तमाम परेशानी हो रही हैं। ऐसे में एक बार में पेट साफ ना होना एक कॉमन समस्या बन गया है। खराब खानपान के तौर तरीकों के चलते पाचन से जुड़ी समस्याएं जैसे सीने में जलन, खट्टी डकार आना वगैराह भी हो रही है। अगर आप चाहते हैं कि पेट एक बार में साफ हो जाए और पाचन भी दुरुस्त बना रहे तो आपको सुबह के समय कुछ आदतों को फॉलो करना चाहिए।

गुनगुने पानी से मिलेगा समस्या से छुटकारा

सुबह के समय गर्म पानी पीने के बारे में आपने कई बार सुना होगा। लेकिन अगर आप अभी तक इसके फायदों को नहीं समझे हैं, तो अब समय है कि आप बिस्तर से उठने के तुरंत बाद एक गिलास गर्म पानी पीना शुरू कर दें। गुनगुने पानी में आप नींबू के रस की कुछ बूंदें मिलाएं, इससे पाचन बेहतर होता है। आप अदरक या अदरक पाउडर, तुलसी के पत्ते, तेज पत्ते, लौंग, दालचीनी, इलायची, अजवायन जैसी चीजों को भी पानी में मिला सकते हैं। इन चीजों को डालकर पानी उबाल लें और फिर जब पानी की मात्रा आधी हो जाए, तो इसे ठंडा करें और पी लें।

रिलैक्स रहने से मिलेगी मदद

जब आप सुबह के समय शांत मन से उठते हैं तो इससे सुबह की पाचन क्रिया आराम से होती है। सब कुछ ठीक हो जाता है और शरीर नैचुरली काम करता है। अगर आप अपने मोबाइल फोन पर तेज अवाज और एक तड़कते गाने के अलार्म बजने से जागते हैं। तो इससे बचें, क्योंकि ये हमारी धड़कनों को तेज कर देता है और पेट को भी पूरी तरह से हिला देता है।

खुद को दें समय

लाइफस्टाइल और खूब जिम्मेदारियों के चलते हर कोई अपने रूटीन में व्यस्त रहता है। हालांकि, आपको अपने लिए समय निकालना चाहिए। सुबह के समय खुद को समय दें, और कुछ संगीत सुनें, योग, ध्यान, जैसी चीजों को करें। ऐसा करने पर आपको आराम मिलेगा और आपको खुशी महसूस होगी। जब हम शांत और स्ट्रेस फ्री होते हैं, तो हमारा पाचन तंत्र बेहतरीन तरीके से काम करता है। यह आंत के अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है।

नाश्ते पर करें फोकस

भागदौड़ में लोग नाश्ते को या तो स्किप कर देते हैं, या फिर बहुत तेजी से खाकर भागने की सोचते हैं। पाचन बेहतर बनाए रखने के लिए अपना नाश्ता आराम से करें। एक कुर्सी पर बैठें और टीवी, मोबाइल फोन, अखबार आदि जैसी ध्यान भटकाने वाली चीजों से दूर रहें। इस दौरान बस अपने खाने पर फोकस करें, इसका स्वाद, खुशबू और रंग ठीक से चबाएं।

जब आप अपना नाश्ता खाने का आनंद लेते हैं, तो यह आपके सुबह के पाचन को एक अच्छी शुरुआत देगा।

इन बातों का रखें ख्याल

- धीमी आवाज वाला अलार्म सेट करें जिसकी इंटेंसिटी हर मिनट के साथ बढ़ती जाए।
- रात को जल्दी सो जाएं, ज्यादा से ज्यादा 11 बजे तक। वैसे सोने का सबसे अच्छा समय रात 10 बजे से 11 बजे के बीच है। अच्छी नींद के बाद, सुबह अलार्म बजने से काफी पहले उठना आपके लिए आसान होगा।
- अगर आप अनिद्रा से पीड़ित हैं, तो आपको डॉक्टर को दिखाना चाहिए, क्योंकि अच्छे स्वास्थ्य के लिए पर्याप्त नींद सबसे ज्यादा जरूरी है।

आपके यूट्रस को हेल्दी बनाकर फर्टिलिटी में करते हैं सुधार यह योगासन

योग न सिर्फ आपके मन को शांत रखता है बल्कि इसके नियमित अभ्यास से कई स्वास्थ्य समस्याओं को भी बड़ी आसानी से ठीक किया जा सकता है। महिलाओं को तो खासकर योग को अपनी लाइफस्टाइल में शमिल करना चाहिए। ऐसी महिलाएं जिन्हें कंसीव करने में परेशानी होती है, योग की मदद से अपनी फर्टिलिटी को बूस्ट करने के साथ गर्भाशय यानि यूट्रस को भी हेल्दी बना सकती हैं।

तितली आसन : तितली आसन को अंग्रेजी भाषा में बटरफ्लाई पोज के नाम से भी जाना जाता है। तितली आसन गर्भाशय को मजबूत बनाए रखने के लिए बेहद फायदेमंद माना जाता है। इसके नियमित अभ्यास से न सिर्फ गर्भाशय हेल्दी रहता है बल्कि आसानी से कंसीव भी किया जा सकता है। यह आसन पैरों को मजबूत बनाता है। इस आसन को करते समय व्यक्ति के शरीर की मुद्रा तितली जैसी होनी चाहिए। तितली आसन करते समय अपने दोनों पैरों को सामने की ओर फैलाकर बैठें।

इसके बाद घुटनों को मोड़कर पैरों के पंजों को आपस में मिलाकर हाथों को घुटनों पर रखें और घुटनों को ऊपर की ओर उठा लें। इसके बाद घुटनों को उठाने के बाद आपस में मिलाने का प्रयास करें। ऐसा करने के बाद घुटनों को नीचे लाएं और जमीन से सटाने की कोशिश करें। ऐसा 4 से 5 बार करें। जब घुटने जमीन से छूने लगें तो हाथों से पैरों के पंजों को पकड़कर घुटनों को जल्दी-जल्दी ऊपर नीचे करने की कोशिश करें, जिस तरह तितली अपने पंख फड़फड़ाती है। इस आसन को करते समय अपनी सांस की गति सामान्य रखें।

सेतुबंधासन : सेतुबंधासन करते समय में व्यक्ति का शरीर एक पुल के समान नजर आता है। इस आसन को करने से पीठ, पेट, पैर, हड्डियों और हाथों की मांसपेशियों को मजबूत मिलती हैं। इतना ही नहीं यह आसन महिला के गर्भाशय को भी मजबूत बनाकर कंसीव करने में मदद करता है। सेतुबंधासन करने के लिए सबसे पहले योग मैट पर पीठ के बल लेटकर अपनी सांसों को सामान्य रखते हुए अपने दोनों हाथों को बगल में रखें और अपने दोनों पैरों को घुटनों से मोड़कर तलवों को जमीन पर रखें। अब अपनी दोनों हथेलियों को इंटरलॉक करते हुए अपने हिप्स को ऊपर उठाने की कोशिश करें और कंधों तक अपने शरीर को उठाएं। ऐसा करते हुए हाथों को जमीन पर ही रखें।

एक लीटर में 75 किलोमीटर एवरेज की बाईक लांच हुई

निसं

नोखा (नवयत्न)। नोखा के ऑटोमोबाइल बाजार और हीरो बाइक प्रेमियों के लिए एक बेहतरीन और बड़ी खबर है। नोखा के धारणीया मोटर्स में सुपर स्प्लेंडर ग्जमब 2.0 का यह लॉन्च स्थानीय ग्राहकों के लिए नए और बेहतर विकल्प लेकर आएगा। शो रूम के मैनेजर बाकिर अली ने बताया की इस नई मोटरसाइकिल की मुख्य विशेषताएं और लॉन्च की खास बात है की बाइक की मुख्य विशेषताएं शानदार माइलेज, मैनेजर बाकिर अली के अनुसार यह बाइक 1 लीटर पेट्रोल में 75 किलोमीटर का बेहतरीन एवरेज देगी। एडवांस अपग्रेडरू इसे पुरानी सुपर स्प्लेंडर के मुकाबले ज्यादा आधुनिक और नए फीचर्स गजब तकनीक के साथ अपग्रेड किया गया है। लॉन्च इवेंट के मोके पर मैनेजर बाकिर अली ने बताया की उन्होंने ग्राहकों को बाइक की तकनीकी खूबियों और इसके दमदार माइलेज की जानकारी दी। ओनर राहुल धारनीया ने बताया की शोरूम पहुंचे सभी मेहमानों का स्वागत किया और बाइक की खूबियों के बारे मे विस्तृत जानकारी दी गई और धरानिया मोटर्स की बेहतरीन कार्यप्रणाली व कस्टमर सर्विस का भरोसा दिया।

युवा विकास समिति ने भावनदेसर स्थित होशियार नाथ महाराज की बगीची में भेंट किए तीन पंखे

निसं

राजलदेसर (नवयत्न)। राजलदेसर युवा विकास समिति द्वारा समाजसेवा एवं जनहित के कार्यों की श्रृंखला को आगे बढ़ाते हुए भावनदेसर स्थित सिद्ध योगी संत होशियार नाथ महाराज की बगीची में तीन पंखे भेंट किए गए। ये पंखे स्वर्गीय मुरारीलाल पुजारी सालासर की पुण्य स्मृति में उनके परिवारजनों के सहयोग से प्रदान किए गए हैं समिति के पदाधिकारियों ने बगीची के भगत शंकर धेतरवाल को सुपुर्द किए। इस अवसर पर समिति के उपमंत्री ने कहा कि समाज के सहयोग से किए जाने वाले ऐसे कार्य न केवल धार्मिक स्थलों पर आने वाले श्रद्धालुओं को सुविधा प्रदान करते हैं, बल्कि समाज में सेवा एवं सहयोग की भावना को भी मजबूत करते हैं।

उन्होंने स्वर्गीय मुरारीलाल पुजारी के परिवारजनों के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि उनकी प्रेरणा से यह सेवा कार्य संभव हो पाया। साथ ही राजलदेसर निवासी अमित शर्मा का भी विशेष धन्यवाद ज्ञापित किया, जिनके प्रयासों से बगीची में तीन पंखों की व्यवस्था करवाई गई। समिति के पदाधिकारियों ने बताया कि राजलदेसर युवा विकास समिति द्वारा लगातार जनहित, सामाजिक सरोकार एवं सेवा कार्यों को प्राथमिकता दी जा रही है। भविष्य में भी जरूरतमंद स्थानों पर इसी प्रकार के सेवा कार्य जारी रखे जाएंगे। इस अवसर पर समिति के पूर्व मंत्री मदन दाधीच सहित अन्य सदस्य भी उपस्थित रहे।

पंचायती राज मंत्रालयिक कर्मचारी उतरे सड़को पर, जिला परिषद सभागार के आगे किया सद्बुद्धि यज्ञ

निसं

चूरू (नवयत्न)। अपनी 16 सूत्रीय मांगों को लेकर लम्बे समय से संघर्षरत पंचायती राज मंत्रालयिक कर्मचारी अब सड़को पर उतर प्रदर्शन कर रहे है और अपनी मांगो के समर्थन में सरकार का ध्यान आकर्षित करने के लिए शुक्रवार को कर्मचारी संगठन के बैनर तले जिला परिषद सभागार के आगे सद्बुद्धि यज्ञ किया गया। इस दौरान मंत्रालयिक कर्मचारियो ने प्रदर्शन करते हुए नारेबाजी कर अपना आक्रोश व्यक्त किया। संगठन से जुड़े जितेंद्र शेखावत ने बताया पिछले लम्बे समय से पंचायती राज संस्थाओं के लगभग 16 हजार मंत्रालयिक कर्मचारियों की जायज मांगों को कनिष्ठ लिपिक भर्ती-2013 की जांच का हवाला देकर लंबित रखा गया है। संगठन का कहना है कि किसी भर्ती प्रक्रिया की जांच के नाम पर कर्मचारियों की सेवा संबंधी मांगों पर विचार नहीं करना कर्मचारियों के साथ अन्याय है। संगठन ने विभाग पर मंत्रालयिक कर्मचारियों के प्रति पक्षपातपूर्ण रवैया अपनाने का आरोप लगाते हुए कहा कि उनकी मौलिक एवं न्यायोचित मांगों पर तत्काल कार्रवाई की जानी चाहिए। संगठन का यह भी कहना है कि विभिन्न जांचों के नाम पर कर्मचारियों के हितों की अनदेखी की जा रही है। इसी के विरोध में संगठन ने स्वाभिमान बचाओ आंदोलन-ध्यानाकर्षण से जल समाधि तक कार्यक्रम की घोषणा की है। आंदोलन के तहत चरणबद्ध कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे, जिनके माध्यम से सरकार का ध्यान कर्मचारियों की मांगों की ओर आकर्षित किया जाएगा।

ग्रामीण सेवा शिविर में काश्तकारों को मिली राहत

निसं

लाडनूं (नवयत्न)। शुक्रवार को गेनाणा एवं साँवराद ग्राम पंचायत में ग्रामीण सेवा शिविरों का आयोजन किया गया। जिसमें विभिन्न विभागीय योजनाओं की जानकारी आमजन तक पहुंचाई गई। सांवराद में राजस्थान सरकार द्वारा संचालित ग्रामीण सेवा शिविर में पहुंचे काश्तकारों को भूमि विभाजन का त्वरित लाभ प्रदान किया गया। तहसीलदार अनिरुद्ध पांडे ने बताया कि शिविर के दौरान ग्राम दताउ के खसरा नम्बर 4, 158, 173, 176 में 65 वर्ष पूर्व विरास्त से प्राप्त खातेदारी भूमि शामिल होने का प्रकरण सामने आया। काश्तकार गिरधारी और खींवाराम ने शिविर में पहुंचकर प्रभारी उपखण्ड अधिकारी ममता लहुआ और सहायक शिविर प्रभारी अनिरूद्ध देव पाण्डेय को भूमि का विभाजन करने का निवेदन किया। काश्तकारों ने बताया कि भूमि का विभाजन नहीं होने के कारण सरकारी योजनाओं का लाभ प्राप्त नहीं हो रहा है तथा अनावश्यक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। जिला कलक्टर अवधेश मीणा एवं उपखण्ड अधिकारी ममता लहुआ के निर्देशन में सहायक शिविर प्रभारी ने भू अभिलेख निरीक्षक आर्यन ढालिया व हल्का पटवारी दुलीचंद को विभाजन प्रस्ताव तैयार कर पेश करने हेतु निर्देशित किया। हल्का पटवारी ने विभाजन प्रस्ताव तैयार करवाकर सहायक शिविर प्रभारी के समक्ष पेश किया। सहायक शिविर प्रभारी ने अविलंब विभाजन स्वीकार कर काश्तकारों को राहत प्रदान की। काश्तकारों ने अपनी खातेदारी भूमि के विभाजन होने पर खुशी जाहिर करते हुये शिविर प्रभारी और उपखंड प्रशासन का आभार प्रकट किया। इस दौरान शिविर में ग्रामीणों को जागरूक करने में प्रशासक सुधीर चोटिया का विशेष सराहनीय योगदान रहा।

राज्य हैंडबॉल रेफरी कोर्स में फिटनेस, तकनीकी ज्ञान और रेफरिंग कौशल पर जोर

निसं

जयपुर (नवयत्न)। राजस्थान राज्य हैंडबॉल संघ द्वारा 17 से 21 जून 2026 तक आयोजित राज्य स्तरीय हैंडबॉल रेफरी कोर्स के तीसरे दिन प्रतिभागियों की शारीरिक क्षमता, तकनीकी ज्ञान और व्यावहारिक रेफरिंग कौशल के विकास पर विशेष फोकस किया गया। सुबह के सत्र में अंतरराष्ट्रीय हैंडबॉल महासंघ आईएचएफ के मानकों के अनुरूप रेफरी प्रतिभागियों की शारीरिक दक्षता का आकलन करने के लिए मल्टीस्टेज फिटनेस टेस्ट बीप टेस्ट आयोजित किया गया। इसके बाद खेल मैदान पर आधिकारिक हैंड सिग्नलों का अभ्यास और प्रदर्शन कराया गया। थ्योरी सत्र में आईएचएफ नियम पुस्तिका के नवीनतम संस्करण का अध्ययन कराया गया। इसमें विशेष रूप से नियम-8 फाउल एवं असभ्य आचरण तथा नियम-16 दंड पर विस्तार से चर्चा की गई। दूसरे सत्र में प्रतिभागियों को आईएचएफ की नवीनतम व्याख्याओं और संशोधनों से संबंधित वीडियो क्लिप्स दिखाए गए, जिनमें गोलकीपर के सिर पर हिट और थ्रो-ऑफ क्षेत्र से जुड़े उल्लंघनों की व्याख्या प्रमुख रही। शाम के सत्र में रेफरी प्रतिभागियों को मैच परिस्थितियों के अनुरूप नियमों के अनुप्रयोग का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया गया। कोर्स विशेषज्ञों ने उनके प्रदर्शन का मूल्यांकन कर त्रुटियों की पहचान की और सुधार के लिए आवश्यक सुझाव दिए। इसके साथ ही प्रतिभागियों को आधिकारिक स्कोर शीट को सही एवं व्यवस्थित तरीके से भरने का प्रशिक्षण भी प्रदान किया गया। राजस्थान राज्य हैंडबॉल संघ के मानद सचिव यश प्रताप सिंह ने बताया कि यह कोर्स प्रतिभागियों को आईएचएफके नवीनतम मानकों के अनुरूप शारीरिक तैयारी, सैद्धांतिक ज्ञान और व्यावहारिक अनुभव उपलब्ध करा रहा है, जिससे वे भविष्य में उत्कृष्ट रेफरी के रूप में अपनी भूमिका निभा सकेंगे।

नशा तस्करों पर एएनटीएफका चौतरफा प्रहार

अफीम, स्मैक और गांजा सहित पांच आरोपी दस्तयाब

जयपुर (नवयत्न)। प्रदेश को नशा मुक्त बनाने के अभियान के तहत एंटी नारकोटिक्स टास्क फोर्स एएनटीएफ ने शुक्रवार को जालोर, ब्यावर और जयपुर में एक साथ चार बड़ी कार्रवाई कर नशा तस्करों के नेटवर्क पर करारा प्रहार किया। महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा के निर्देशन में एएनटीएफऔर स्थानीय पुलिस की संयुक्त टीमों ने अफीम, स्मैक, गांजा तथा नशे की कमाई से अर्जित नकदी बरामद कर पांच आरोपियों को दस्तयाब किया। एएनटीएफके महानिरीक्षक विकास कुमार ने बताया कि पहली कार्रवाई जालोर जिले के भीनमाल थाना क्षेत्र के जेरण गांव में की गई। सूचना के आधार पर जुठाराम देवासी 48 के मकान पर छापा मारकर रसोईघर में छिपाकर रखी गई 938 ग्राम अवैध निर्मित अफीम बरामद की गई। पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। दूसरी कार्रवाई ब्यावर सिटी थाना क्षेत्र में कंचन पेट्रोल पंप के पास की गई। यहां स्कूटी से स्मैक की सप्लाई करने पहुंचे पति-पत्नी को घेराबंदी कर पकड़ा गया। स्कूटी की डिग्गी से 24.88 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पुलिस ने सांसी बस्ती छावनी निवासी दीपक कुमार 45 और उसकी पत्नी लक्ष्मी देवी 43 को गिरफ्तार कर स्कूटी जब्त कर ली। तीसरी कार्रवाई जयपुर ग्रामीण के शिवदासपुरा थाना क्षेत्र में पूर्णिमा कॉलेज के पीछे महात्मा गांधी पुलिया के पास झुग्गी-झोंपड़ियों में की गई। यहां पुलिस को देखकर भागने का प्रयास कर रही टोंक निवासी शरबत देवी 55 को दस्तयाब किया गया। तलाशी में उसके कब्जे से 335 ग्राम गांजा, 0.71 ग्राम स्मैक तथा नशे की बिक्री से अर्जित 21,500 रुपए नकद बरामद हुए। चौथी कार्रवाई जयपुर शहर के नारायण विहार

प्रथम कार्रवाई छायाचित्र-

थाना क्षेत्र की जयशंकर कॉलोनी में हुई। यहां संदिग्ध अवस्था में खड़ी महिला लाली देवी 32 पत्नी नेमीचंद सांसी को पकड़कर तलाशी ली गई। उसके बैग से 142 ग्राम गांजा और 2,000 रुपए नकद बरामद किए गए। आईजी विकास कुमार ने बताया कि सभी मामलों में संबंधित थाना पुलिस द्वारा एनडीपीएस एक्ट के तहत प्रकरण दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। उन्होंने अभियान में शामिल एएनटीएफ, भीनमाल, ब्यावर सिटी, शिवदासपुरा और नारायण विहार थाना पुलिस की सराहना करते हुए घोषणा की कि कार्रवाई में शामिल अधिकारियों और जवानों को सम्मानित किया जाएगा।

नगर परिषद आयुक्त ने अन्नपूर्णा रसोई का चखा स्वाद, परखी हकीकत

संजय सोनी

झुंझुनू (नवयत्न)। शहर में कोई भी भूखा नहीं सोए के संकल्प के साथ संचालित अन्नपूर्णा रसोई का शुक्रवार को नगर परिषद आयुक्त रविन्द्र कुमार मीणा ने औचक निरीक्षण किया। उनके साथ जिला परियोजना अधिकारी अरुण कुमार जायखड़ व राजस्व अधिकारी अंगिश कुमावत भी मौजूद रहे। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों ने न केवल व्यवस्थाओं का जायजा लिया, बल्कि लाभार्थियों के साथ बैठकर स्वयं भोजन कर उसकी गुणवत्ता भी परखी। अन्नपूर्णा रसोई में मात्र 8 रुपये में गरीब एवं जरूरतमंदों को शुद्ध, ताजा व पौष्टिक भोजन सम्मानपूर्वक एक स्थान पर बैठाकर परोसा जाता है। अधिकारियों ने टोकन व्यवस्था, भोजन की गुणवत्ता और साफसफाई की स्थिति की बारीकी से जांच की। इस दौरान आयुक्त ने रसोई संचालक को सख्त निर्देश दिए कि स्वायत्त शासन विभाग की गाइडलाइन के अनुसार ही भोजन वितरण सुनिश्चित किया जाए और किसी भी प्रकार से भोजन दूषित नहीं होना चाहिए। उन्होंने कहा कि योजना का उद्देश्य जरूरतमंदों को सम्मानजनक तरीके से भोजन उपलब्ध कराना है, इसलिए गुणवत्ता और स्वच्छता में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

शहरी समस्या समाधान शिविर में लोग हुए लाभान्वित

निसं

सुजानगढ़ (नवयत्न)। शहरी समस्या समाधान शिविर 2026 के तहत शुक्रवार को वार्ड नं. 13, 14, 15 का शिविर नगरपरिषद कार्यालय में आयोजित किया गया। शिविर में कृषि भूमि पट्टा 5, नवीनीकरण 2, तथा लीज होल्ड से फ्री होल्ड पट्टे 4 पत्रावलियों का मौके पर निस्तारण किया गया। यू.डी. टैक्स के आवेदन 2, जीवीपी. 7, सीवर कनेक्शन 17, नाली मरम्मत 02, जन्म-मृत्यु व विवाह पंजीयन पत्र 42, स्ट्रीट लाईट 03, ई.डब्ल्यू.एस प्रमाण पत्र 5, जन आधार अद्यतन/संशोधन, नये जोडे गये सदस्य 44, वृक्षारोपण 17 के प्रकरण प्राप्त हुए, जिनको मौके पर निस्तारित किये गये। इसी प्रकार विद्युत सप्लाई में व्यवधान 4, ढीले तारों को व्यवस्थित 7 प्रकरण प्राप्त हुए। चिकित्सा शिविर के अन्तर्गत 530 मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य 160 के प्रकरण प्राप्त हुए। एन.सी.डी. 375 प्रकरण प्राप्त हुऐ जिनको मौके पर निस्तारण किया गया। शिविर में उपखंड अधिकारी ओमप्रकाश वर्मा द्वारा औचक निरीक्षण किया गया और लाभार्थियों को पट्टा पत्रावली प्रदान की गई। पूर्व सभापति एवं निवर्तमान पार्षद बाबूलाल कुलदीप, निवर्तमान पार्षद दीनदयाल पारीक, पंकज घासोलिया, मनोज पारीक तथा निवर्तमान पार्षद प्रतिनिधि प्रदीप तोदी, पन्नालाल सोनी, सौरभ पिपलवा आदि ने उपस्थित होकर आमजन को शिविर का अधिक से अधिक लाभ लेने हेतु प्रेरित किया। इस मौके पर शिविर प्रभारी सहायक अभियंता चारवी, सहायक नगर नियोजक उदय सिंह, राजस्व निरीक्षक मुन्नालाल मीणा, वरिष्ठ लिपिक गौतम पारीक, लोकेश जांगिड तथा कनिष्ठ लिपिक लोकेश सियोता फायरमैन देविका, बबीता मीणा व कम्प्यूटर ऑपरेटर नगर परिषद तथा चिकित्सा विभाग के नर्सिंग अधिकारी पंकज कुमारी, विष्णु कुमार, ए.एन.एम. सुमन कुमारी, समाज कल्याण विभाग के सहायक लेखाधिकारी प्रहलाद शर्मा तथा अन्य विभागों के कार्मिक उपस्थित रहे।

ग्राम सेवा शिविर में पात्र लाभार्थियों को वितरित किए सरकारी योजनाओं के प्रमाण पत्र

निसं

तारानगर (नवयत्न)। राजस्थान सरकार द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में चल रहे ग्रामीण सेवा शिविर 2026 के निमित शुक्रवार को तारानगर के ग्राम पंचायत सोमसीसर एवं सारायण में शिविर आयोजित हुआ। शिविरों में भाजपा नेता महावीर पूनियाँ एवं भाजपा जिला उपाध्यक्ष नरेश सहारण मंडल अध्यक्ष रणजीत सिंह तंवर, रातूसर मंडल अध्यक्ष महेंद्र स्वामी, तारानगर तहसीलदार हनुमान मेघवाल, साहवा नायब तहसीलदार चंद्रशेखर यादव, विकास अधिकारी छगन छींपा, सारायण सरपंच निर्मलनाथ एसोमसिसर सरपंच सपना शर्मा, पीईओ रामस्वरूप धायल आदि ने सहभागिता कर पात्र लाभार्थियों को आवासीय पट्टे, पालनहार योजना, खाता विभाजन, राजस्व त्रुटि सुधार सहित राज्य सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के प्रमाण-पत्र वितरित किए गए। इस अवसर पर भाजपा नेता महावीर पूनिया ने प्रदेश सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में उपस्थित लोगों को विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि इन शिविरों के माध्यम से राज्य सरकार के बाईस विभागों के कार्य सम्पादित हो रहे सरकार आपके द्वार है। प्रदेश की भाजपा सरकार का नेतृत्व कर रहे मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा की मंशा है कि अंतिम पंक्ति में बैठे हर व्यक्ति को सरकार की जनकल्याण कारी योजनाओं का लाभ मिले। शिविर प्रभारी तहसीलदार एव विकास अधिकारी ने शिविर में उपस्थित सभी विभागों के अधिकारियों व कर्मचारियों को आमजन की समस्याओं सुन कर उनकी समस्याओं त्वरित समाधान करने के लिए आवश्यक निर्देश भी दिए गए। शिविर में विभिन्न विभागों के अधिकारी, कर्मचारी, जनप्रतिनिधि, पार्टी पदाधिकारी एवं बड़ी संख्या में ग्रामीणजन उपस्थित रहे।

गुरुदेव चम्पालाल महाराज के जन्मदिवस पर हुए अनेक सेवा प्रकल्प

निसं

सुजानगढ़ (नवयत्न)। श्री मसाणिया भैरव धाम राजगढ़-अजमेर के मुख्य उपासक गुरुदेव चम्पालाल महाराज के 61वें जन्मोत्सव पर सेवा, संस्कार और पर्यावरण संरक्षण का अनूठा आयोजन स्थानीय भक्तों द्वारा किया गया।

मसाणिया भैरव भक्त मंडल सुजानगढ़ के सदस्यों द्वारा पाबोलाव क्षेत्र स्थित माँ गायत्री री ढाणी में सेवा, धर्म और पर्यावरण संरक्षण से जुड़े प्रकल्प किए गए। कार्यक्रम की शुरुआत माँ भगवती गौशाला में गौसेवा से हुई, जहां भक्तों ने गायों को गुड़ खिलाकर पुण्य लाभ अर्जित किया। इसके पश्चात ढाणी परिसर में कार्यरत

श्रमिकों को फल वितरित कर उनका सम्मान किया गया। इसके बाद पाबोलाव मैदान में चींटियों के लिए सप्तधान एवं आटे का वितरण कर जीव मात्र के प्रति करुणा और संवेदनशीलता का संदेश दिया गया। सतीश डूंखवाल ने बताया कि ढाणी की व्यवस्थापिका डॉ. ईशा गुर्जर के मार्गदर्शन में महंत गुरुदेव के उत्तम स्वास्थ्य, दीर्घायु एवं जनकल्याण की कामना से गायत्री महायज्ञ का आयोजन किया गया। यज्ञ में उपस्थित श्रद्धालुओं एवं महाराज के अनुयायियों ने आहुतियां देकर विश्व शांति और मानव कल्याण की प्रार्थना की तथा 61 पौधे भी लगाए गए। डॉ. ईशा गुर्जर ने उपस्थित जनसमूह को ढाणी की अवधारणा एवं उद्देश्यों की जानकारी देते हुए बताया कि माँ गायत्री री ढाणी का निर्माण युवाओं को भारतीय संस्कृति, आध्यात्मिक मूल्यों और धर्म से जोड़ने के उद्देश्य से किया जा रहा है। इस अवसर पर गोपालपुरा पंचायत की प्रशासक सविता राठी, डॉ. ओमप्रकाश गुर्जर, दिनेश, पीपलवा, सैन समाज अध्यक्ष महावीर, राजेन्द्र सिंह, एडवोकेट सतीश सेन, गोपाल पारीक, चंद्रप्रकाश, पुष्पेंद्र, अनिल सहित अनेक श्रद्धालु मौजूद रहे।

मंगलपुरा चौराहे पर दो महीने से बंद हाईमास्ट लाइट, बाईपास हाईवे मार्ग पर अंधेरे से बढ़ी परेशानी

लाडनूं (नवयत्न)। शहर के व्यस्ततम हाईवे स्थित मंगलपुरा चौराहे पर कोर्ट के पास स्थापित हाईमास्ट लाइट करीब दो महीनों से बंद पड़ी है। शाम ढलते ही हाई मास्ट लाईट के खराब रहने से इस क्षेत्र में पर्याप्त रोशनी नहीं हो पाती इससे आमजन एवं वाहन चालकों को अंधेरे में भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। स्थानीय निवासी जयप्रकाश जेपी टाक, साहित्यकार डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल, सवाई सिंह राजपुरोहित आदि का कहना है कि यह चौराहा शहर के प्रमुख मार्गों में शामिल है, जहां दिनरात वाहनों एवं लोगों की आवाजाही बनी रहती है। लेकिन रात के समय हाईमास्ट लाइट बंद रहने से सड़क का बड़ा हिस्सा अंधेरे में डूब जाता है। ऐसे में आमजन और बसों के इंतजार में रुकने वाले राहगीरों को परेशानी उठानी पड़ती है। यहां पोल पर लगी सभी बंद लाईटों को स्थानीय लोगों ने नगर पालिका प्रशासन से जल्द तकनीकी जांच कर चालू करवाने की मांग की है।

डिलीवरी के बाद इन संकेतों को न करें नजरअंदाज, हो सकता है पोस्टपार्टम डिप्रेशन

मां बनना हर महिला के जीवन का सबसे सुखद पल होता है। लेकिन एक महिला को मां बनने के बाद कई तरह के शारीरिक और मानसिक समस्याओं से जूझना पड़ता है। डिलीवरी के बाद महिलाओं को थकावट या कमजोरी का अनुभव हो सकता है। इसके अलावा, कई महिलाओं का वजन भी तेजी से बढ़ने लगता है। इतना ही नहीं, कई महिलाएं डिलीवरी के बाद तनाव, चिंता या अवसाद से भी घिर जाती है। इस स्थिति में उन्हें उदासी, अकेलापन या निराशा महसूस हो सकती है। इसे पोस्टपार्टम डिप्रेशन के रूप में जाना जाता है। दरअसल, पोस्टपार्टम डिप्रेशन इसलिए होता है, क्योंकि बच्चे के बाद मां की जिम्मेदारियां काफी बढ़ जाती हैं। बच्चे के बाद उन्हें हार्मोनल, इमोशनल, सोशल और फाइनेंशियल बदलावों का अनुभव करना पड़ता है। इन सारे बदलावों और जिम्मेदारियों की वजह से महिलाएं डिप्रेशन में आ सकती हैं। लेकिन कई बार महिलाएं पोस्टपार्टम डिप्रेशन को समझ नहीं पाती हैं।

निराश रहना

अगर बच्चे को जन्म देने के बाद एक मां हमेशा ही निराश या उदास बैठी रहती है। उसका घर या ऑफिस के काम में मन नहीं लगता है, तो यह पोस्टपार्टम डिप्रेशन का एक आम संकेत हो सकता है। इतना ही नहीं, इस स्थिति में महिलाएं अपने नवजात शिशु के काम भी ठीक तरह से नहीं कर पाती हैं।

पोस्टपार्टम डिप्रेशन में महिलाएं बच्चे के रोने या तबियत खराब होने के लिए भी खुद को ही जिम्मेदार समझने लगती हैं। वे हर काम के लिए खुद को दोषी महसूस करती हैं। अगर आपको भी हर वक्त निराशा महसूस होती है, तो एक बार डॉक्टर से जरूर मिलें।

चिंता या तनाव में रहना

जब घर में नवजात शिशु आता है, तो सभी सदस्यों के चेहरे पर खुशी देखने को मिलती है। सभी उत्साहित होते हैं और उसके लिए तैयारियों में लग जाते हैं। एक मां अपने बच्चे के लिए सबसे ज्यादा उत्साहित होती है।

लेकिन अगर बच्चे को जन्म देने के बाद भी आपको चिंता या तनाव रहता है। आप अकेला महसूस करते हैं और हर वक्त दिमाग में कुछ नकारात्मक चलता रहता है, तो यह भी पोस्टपार्टम डिप्रेशन का संकेत हो सकता है। डिलीवरी के कुछ समय बाद अगर आप खुश होने के बजाय, तनाव में हैं, तो डॉक्टर से मिलना बहुत जरूरी है।

भूख कम या ज्यादा लगना

डिलीवरी के बाद महिलाओं को अपनी डाइट का खास ख्याल रखना जरूरी होता है। ऐसे में अगर महिलाएं समय-समय पर खाना खाती हैं और हेल्दी फूड्स का सेवन करती हैं। लेकिन अगर आपको भूख बहुत कम या ज्यादा लगती है, तो यह पोस्टपार्टम डिप्रेशन का संकेत हो सकता है। कई महिलाएं इस स्थिति में खाना तक नहीं खाती हैं। इस स्थिति में महिलाओं को ध्यान केंद्रित करने में भी दिक्कत होने लगती है।

कम या ज्यादा नींद आना

अगर डिलीवरी के बाद आपको हर वक्त नींद आती रहती है या फिर नींद ही नहीं आती है, तो ये भी पोस्टपार्टम डिप्रेशन के लक्षण माने जाते हैं। जब कोई व्यक्ति सही से नींद नहीं लेता है, तो वह थकावट महसूस कर सकता है। इससे तनाव और चिंता होने लगती है, जिससे वह परेशान हो सकता है। अगर आपको भी कम या ज्यादा नींद आती है, तो एक बार डॉक्टर से जरूर मिलें।

रुचि कम होना

अगर डिलीवरी के बाद आपका उन चीजों में रुचि कम हो गया है, जिन्हें करने में आपको सबसे ज्यादा आनंद आता था। या आपको अपने हॉबीज या मनपसंद काम करने में भी दिल नहीं लगता है, तो इस संकेत को भी नजरअंदाज न करें। शौक वाली चीजों में रुचि कम होने का मतलब है कि व्यक्ति डिप्रेशन से घिरा हो। पोस्टपार्टम डिप्रेशन से बचने के लिए आपको अपने हॉबीज पर ध्यान देना बहुत जरूरी है। यहां तक कि अपने नवजात शिशु में भी कम रुचि दिख सकती है।

वजन कम करने में बेहद असरदार हैं ये हरी पत्तियां, कुछ ही दिनों में महसूस करेंगे फर्क

आज बढ़ता वजन हर दूसरे व्यक्ति के लिए एक बड़ी समस्या बन गया है। जरूरत से ज्यादा मोटापा न सिर्फ आपकी पर्सनालिटी खराब करता है बल्कि आपके आत्मविश्वास को गहरी चोट पहुंचाकर आपके लिए अन्य रोगों का जोखिम भी बढ़ा देता है। मोटापे से बचने या वेट कंट्रोल करने के लिए लोग घंटों जिम में एक्सरसाइज और स्ट्रिक्ट डाइट फॉलो करते हैं। बावजूद इसके समस्या जस की तस बनी रहती है।

धनिया पत्ती

अगर आप वेट लॉस करना चाहते हैं तो अपनी रूटिन में धनिया पत्ती को जरूर शामिल करें। धनिया पत्ती बॉडी में वॉटर रिटेंशन की समस्या को कम करके सूजन से छुटकारा दिलाने में मदद कर सकती है। इतना ही नहीं धनिए की पत्तियां थायराइड, ब्लड शुगर, हाई बीपी की परेशानियों को कम करने में भी फायदेमंद हो सकती है।

पुदीना पत्ती

खाने की खुशबू और स्वाद बढ़ाने के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला पुदीना आपकी वेट लॉस जर्नी में भी मदद कर सकता है। यह खाने की क्रेविंग ही नहीं बल्कि शरीर में कैलोरी की मात्रा को भी तेजी से कम करने में मदद करता है।

अजवाइन के पत्ते

अजवाइन को ओरेगेनों के नाम से भी पहचाना जाता है। अजवाइन की पत्तियों में पॉलीफेनोल्स और फ्लेवोनोइड्स जैसे बायोएक्टिव गुण प्रचुर मात्रा में मौजूद होते हैं। जो बढ़ते वजन को कंट्रोल करने में मदद कर सकते हैं। अजवाइन की पत्तियां मेटाबॉलिज्म बूस्ट करके डायबिटीज को भी कंट्रोल करने में मदद कर सकती हैं।

जामुन की पत्तियां

रोजाना जामुन की पत्तियां चबाने से न सिर्फ आपका बढ़ता कोलेस्ट्रॉल और ब्लड शुगर कंट्रोल रहेगा साथ ही मोटापा कम करने में भी मदद मिलेगी। वेट लॉस के लिए अपने आहार में जामुन की पत्तियों को जरूर शामिल करें।

एसिडिटी से राहत ही नहीं वेट लॉस में भी मदद करता है हलासन, ये हैं फायदे

खराब जीवनशैली और खानपान की गलत आदतों की वजह से आज ज्यादातर लोग मोटापे से ही नहीं बल्कि एसिडिटी की समस्या से भी काफी परेशान रहते हैं। एसिडिटी होने पर व्यक्ति खाना खाते ही सीने में जलन, खट्टी डकार और पेट फूलने जैसी समस्याओं की शिकायत करने लगता है। जबकि मोटापा शुगर, बीपी जैसी अन्य समस्याओं को जन्म देता है। अगर आपको भी एसिडिटी या मोटापे की शिकायत है तो अपने रूटिन में हलासन को जरूर शामिल करें। इस आसन को करते समय शरीर हल की तरह दिखता है, इसलिए इसे हलासन कहते हैं। नियमित रूप से इसका अभ्यास करने से मोटापा, कब्ज, अपच और एसिडिटी की समस्या दूर हो सकती है।

हलासन करने का तरीका

हलासन करने के लिए सबसे पहले पीठ के बल लेटकर अपने दोनों हाथों को शरीर के पास रखें और हथेलियां को जमीन की तरफ रखें। इसके बाद सांस भीतर की तरफ खींचते हुए अपने पैरों को धीरे-धीरे उठाते हुए 90 डिग्री का कोण बनाएं। अब अपनी पीठ को भी ऊपर की तरफ उठाते हुए सांस को बाहर छोड़ते जाएं। अब धीरे-धीरे अपने पैरों के पंजों को जमीन से छूने की कोशिश करें।

हलासन करने के फायदे

- हलासन पाचन तंत्र के अंगों की मसाज करते हुए पाचन सुधारने में मदद करता है।
- हलासन मेटाबॉलिज्म बढ़ाता है और वजन घटाने में भी मदद करता है। -हलासन रीढ़ की हड्डी में लचीलापन बढ़ाकर कमर दर्द में आराम देता है। -हलासन का नियमित अभ्यास करने से स्ट्रेस और थकान से निपटने में भी मदद मिलती है।

डायबिटीज ही नहीं आयरन की कमी भी दूर करते हैं अरबी के पत्ते

आपने अरबी की सब्जी से लेकर उसके पकौड़ों तक का स्वाद कई बार चखा होगा लेकिन क्या आप जानते हैं, अरबी की सब्जी की ही तरह इसके पत्ते भी खाने में बेहद टेस्टी और सेहतमंद होते हैं। जी हां, अरबी के पत्तों में विटामिन ए, बी, सी, कैल्शियम, पोटैशियम और एंटी-ऑक्सीडेंट मौजूद होते हैं, जो आपकी सेहत के लिए बेहद फायदेमंद माने जाते हैं। इनका सेवन करने से व्यक्ति कई तरह की समस्याओं से निजात पा सकता है।

इम्यूनिटी के लिए बेहतर : अरबी के पत्तों में विटामिन सी प्रचुर मात्रा में मौजूद होता है। जो व्यक्ति की इम्यूनिटी को बूस्ट करने का काम करता है। व्यक्ति के शरीर को दिनभर में जितने विटामिन सी की जरूरत होती है, उसका 80 प्रतिशत विटामिन सी उसे 1 कप अरबी के पत्तों से मिल सकता है।

एसिडिटी में भी फायदेमंद : पेट से जुड़ी समस्या को दूर करने में अरबी के पत्ते मदद कर सकते हैं। इसके लिए, अरबी के पत्ते डंठल के साथ पानी में उबाल लें। अब इस पानी में थोड़ा घी मिलाकर 3 दिन तक कम से कम दो बार लें।

डायबिटीज : अगर आपको डायबिटीज है तो आपके लिए अरबी के पत्तों का सेवन करना फायदेमंद रहेगा। इन पत्तों का नियमित सेवन करने से ब्लड शुगर को नियंत्रित रखा जा सकता है। इसमें मौजूद प्रतिरोधी स्टार्च शरीर में आसानी से अवशोषित नहीं होता है।

आयरन की कमी करें दूर : अरबी के पत्तों में आयरन की प्रचूर मात्रा मौजूद होती है। जो लाल रक्त कोशिका के निर्माण में मदद करताहै। इसमें मौजूद विटामिन सी आयरन को अच्छी तरह से अवशोषित करने में मदद करता है।

वेट लॉस : अगर आप अपना बढ़ा हुआ वजन कम करना चाहते हैं तो अरबी के पत्ते काफी कारगार उपाय हो सकते हैं। इन पत्तों में मौजूद फाइबर मेटाबॉलिजम को सक्रिय बनाने में मदद करता है।

गर्मियों में पसीने की वजह से हो रही है खुजली? राहत के लिए अपनाएं ये घरेलू उपाय

गर्मियां आते ही लोगों को सन बर्न और ऑयली स्किन की समस्या होने लगती है। कुछ लोगों को बाहर निकलते ही पसीने की पसीना आने लगता है। वैसे तो पसीना आने से शरीर का तापमान नियंत्रित रहता है। लेकिन अधिक पसीने की वजह से लोगों को पानी की कमी का भी सामना करना पड़ सकता है, जबकि पसीने की वजह से कई लोगों को त्वचा पर इंफेक्शन हो जाता है। इस मौसम में पसीने की वजह से खुजली होना भी एक आम समस्या है। खुजली होने के कई कारण हो सकते हैं। लेकिन गर्मियों में यदि आपको अधिक पसीने के वजह से खुजली हो रही है, तो आप इस समस्या को घरेलू उपायों से दूर कर सकते हैं।

बेकिंग सोडा

घरों में आसानी से उपलब्ध होने वाला बेकिंग सोडा अत्यधिक पसीने के कारण होने वाली खुजली के लिए प्रभावी उपाय माना जाता है। बेकिंग सोडा त्वचा के पीएच स्तर को संतुलित बनाने में सहायक होता है। इसके साथ ही, खुजली और जलन को कम करने में मददगार हो सकता है। इसका उपयोग करने के लिए एक चम्मच बेकिंग सोडे में कुछ बूंद पानी की मिलाकर पेस्ट बना लें। इसके बाद आप पानी से खुजली वाली जगह को साफ कर इसे त्वचा पर लगाएं।

एलोवेरा से खुजली को करें दूर

एलोवेरा एक प्राकृतिक मॉइस्चराइजर है, जो त्वचा की अधिकतर समस्या को दूर करने में मदद कर सकता है। इसमें एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो खुजली और जलन को कम कर सकते हैं। इसके उपयोग के लिए आप फ्रेश एलोवेरा का करीब दो चम्मच जेल निकाल लें। इसके बाद जेल को सीधे प्रभावित क्षेत्र पर लगाएं और इसे करीब 15 से 20 मिनट बाद ठंडे पानी से धोने लें। बेहतर रिजल्ट के लिए आप इस उपाय को दिन में दो बार अपना कर सकते हैं।

कोल्ड कम्प्रेस

गर्मियों में कई बार घमौरियों की वजह से लोगों को खुजली की समस्या हो जाती है। ऐसे में आप एक कांच की बोतल में ठंडा पानी भरें और इसे सूती कपड़ें में लपेटकर घमौरियों वाले स्थान पर लगाएं। इससे आपको खुजली में आराम मिलने लगेगा। इस प्रक्रिया को आप दिन में दो बार कर सकते हैं।

नारियल का तेल

नारियल का तेल एक प्राकृतिक मॉइस्चराइजर है, जो त्वचा की एलर्जी को दूर करने का काम करता है। इसमें बैक्टीरियल गुण भी होते हैं, जो संक्रमण को रोकने में मदद कर सकते हैं। इसके उपयोग के लिए आप खुजली वाली जगह पर नारियल तेल की एक लेयर लगाएं। त्वचा में जलन हो रही हो, तो नारियल तेल से त्वचा पर मालिश न करें। रात के समय त्वचा पर नारियल तेल लगाने से आपको कुछ ही दिनों में आराम मिलने लगेगा।

वजन घटाना चाहते हैं, तो रोज सुबह करें सूर्य नमस्कार

आज के समय में लोग काम में इतना व्यस्त हो गए हैं कि उनको एक्सरसाइज व योग के लिए समय ही नहीं मिल पाता है। योग व एक्सरसाइज की कमी के कारण लोगों को मोटापा का शिकार होना पड़ रहा है। इसके अलावा, शारीरिक गतिविधियों में आई कमी के कारण लोगों को थकान होने लगी है। मोटापा बढ़ने के कारण शरीर कोलेस्ट्रोल और हाई बीपी की समस्या हो सकती है। इसके लिए मोटापे के कारण हार्ट संबंधी रोग होने के जोखिम भी बढ़ जाता है। लेकिन, कुछ आसान से आप वजन को तेजी से कम कर सकते हैं। इसमें सूर्य नमस्कार बेहद ही फायमंद होता है। इसको लाइफस्टाइल में शामिल करने से आप मोटापे को तेजी से कम कर सकते हैं।

डिटॉक्स करने में मिलती है मदद

आसनों के दौरान सांस साँस खींचना और छोड़ने से फेंफड़े तक हवा पहुंचती है। इससे खून तक ऑक्सीजन पहुंचता है जिससे शरीर में मौजूद कार्बन डाइऑक्साइड और बाकी जहरीली गैस से छुटकारा मिलता है।

दूर रहेगी हर चिंता

सूर्य नमस्कार करने से स्मरण शक्ति बढ़ती है और नर्वस सिस्टम शांत होता है जिससे आपकी चिंता दूर होती है। सूर्य नमस्कार से एंडोक्राइन ग्लैंड्स खासकर थॉयरायड ग्लैंड की क्रिया नॉर्मल होती है।

मासिक-धर्म रेगुलर होता है

अगर किसी महिला को अनियमित मासिक चक्र की शिकायत है, तो सूर्य नमस्कार के आसन करने से परेशानी दूर होगी। इन आसनों को रेगुलर करने से बच्चे के जन्म के दौरान भी दर्द कम होता है।

रीढ़ की हड्डी को मिलती है मजबूती

सूर्य नमस्कार के दौरान स्ट्रेचिंग से मांसपेशी और लीगामेंट के साथ रीढ़ की हड्डी मजबूत होती है और कमर लचीला होता है।

सूर्य नमस्कार से आप रहेंगे जवान

सूर्य नमस्कार करने से चेहरे पर झुर्रियां देर से आती हैं और स्किन में ग्लो आता है।

वजन कम करने के लिए सूर्य नमस्कार करने के फायदे

सूर्य नमस्कार में 12 आसन होते हैं, जो शरीर के अलग-अलग अंगों के लिए आवश्यक माने जाते हैं। सूर्य नमस्कार मेटाबॉलिज्म बूस्ट करता है। इसके नियमित अभ्यास से आप मांसपेशियों को लचीला बनाने में मदद मिलती है। इस आसन से शरीर की कैलोरी तेजी से बर्न होती है और मोटापा कम होने लगता है। इसके साथ ही सूर्य नमस्कार आपकी पाचन क्रिया को बेहतर करता है, इससे आहार से पोषण का अवशोषण सही तरह से होता है। साथ ही, शरीर के विषैले पदार्थ बाहर होते हैं। इससे कैलोरी तेजी से बर्न होती है, जिससे वजन कंट्रोल होने लगता है।

बढ़ाया लचीलापन और एनर्जी

सूर्य नमस्कार का प्रत्येक आसन शरीर की सभी मांसपेशी को स्ट्रेच करता है और लचीला बनाता है। इससे एनर्जी बूस्ट होती है। इससे शरीर का दर्द कम होता है, शारीरिक क्षमता बेतर होती है।

बेहतर पाचन

सूर्य नमस्कार में शामिल आसन पाचन तंत्र को बेहतर करते हैं। बेहतर पाचन और मेटाबॉलिज्म को बूस्ट होता है। यह कब्ज को रोकने में मदद करता है, सूजन को कम करता है और पेट के अंगों के कामकाज को बढ़ाता है।

ब्लड सर्कुलेशन होता है बेहतर

सूर्य नमस्कार में गहरी सांस लेने से शरीर में ऑक्सीजन का लेवल बढ़ता है और एनर्जी का लेवल बेहतर होता है। इसे करने से बाद आपकी थकान जल्द दूर होती है।

हार्मोन को बनाएं संतुलन

सूर्य नमस्कार हार्मोन को संतुलित करता है। हार्मोन उत्पादन और कार्य को नियंत्रित करता है। यह महिलाओं के लिए विशेष रूप से फायदेमंद हो सकता है, क्योंकि यह मासिक धर्म (पीरियड्स) की अनियमितता को कम कर सकता है और पीरियड्स के लक्षणों को कम कर सकता है।

वजन कम करने में मदद

सूर्य नमस्कार करने आप जितनी तेजी से वजन कम कर सकते हैं, उतनी जल्दी डायटिंग से भी फायदा नहीं होता। अगर इसे तेजी से किया जाए तो ये आपका बढ़िया कार्डियोवेस्कुलर वर्कआउट हो सकता है।

अवैध पटाखा कारोबार पर सीएसटी का बड़ा प्रहार : दो गोदामों पर मारी रेड

3710 किलो से अधिक विस्फोटक सामग्री जब्त

निसं

जयपुर (नवयत्न)। राजधानी जयपुर में अवैध पटाखों और विस्फोटक सामग्री के कारोबार के खिलाफ जयपुर पुलिस कमिश्नरेट की स्पेशल टीम सीएसटी ने कार्रवाई करते हुए जयसिंहपुरा खोर थाना क्षेत्र में संचालित दो अवैध पटाखा गोदामों पर छापेमारी की। इस संयुक्त कार्रवाई में पुलिस ने 26 विभिन्न ब्रांड के 560 कार्टून अवैध विस्फोटक सामग्री और बारूद जब्त कर दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। बरामद विस्फोटक सामग्री का कुल वजन 3710 किलोग्राम से अधिक बताया गया है। पुलिस उपायुक्त अपराध संजीव नैन ने बताया कि सीएसटी को मित्तल कॉलेज रोड स्थित दुकान संख्या-18 भारती पटाखा गोदाम में अवैध रूप से विस्फोटक सामग्री रखे होने की सूचना मिली थी। सूचना पर पुलिस टीम ने छापा मारकर भारी मात्रा में पटाखे और बारूद जब्त किया। जहां मौके से दीपक खंडेलवाल 38 निवासी कांजी नगर आगरा रोड जामडोली को गिरफ्तार किया गया। पुलिस ने उसके कब्जे से 18 विभिन्न ब्रांड के 495 कार्टून विस्फोटक सामग्री, जिनका कुल वजन 1631.950 किलोग्राम है, तथा 3 से 4 किलोग्राम खुला बारूद बरामद किया। इस संबंध में जयसिंहपुरा खोर थाने में मामला दर्ज किया गया है। इसी कार्रवाई के दौरान पुलिस ने रूपा की नांगल नायला रोड स्थित ड्रीम पैराडाइज फार्म हाउस परिसर में बने एक स्टोर पर भी दबिश दी।

यहां पूर्णिमा पटाखा गोदाम के समीप अवैध रूप से भारी मात्रा में विस्फोटक सामग्री रखी हुई मिली। पुलिस ने मौके से राजू शर्मा 45 निवासी रूपा की नांगल जयसिंहपुरा खोर को गिरफ्तार किया। उसके कब्जे से 8 ब्रांड के 65 कार्टून अवैध विस्फोटक सामग्री बरामद की गई, जिनका कुल वजन 2078 किलोग्राम बताया गया है। पुलिस अधिकारियों के अनुसार रिहायशी और गैर-अधिकृत क्षेत्रों में इतनी बड़ी मात्रा में बारूद एवं विस्फोटक सामग्री का भंडारण किसी बड़े हादसे का कारण बन सकता था। प्राथमिक जांच में सामने आया है कि दोनों स्थानों पर बिना आवश्यक सुरक्षा मानकों और अनुमति के विस्फोटक सामग्री संग्रहित की जा रही थी। पुलिस अब गिरफ्तार आरोपियों से पूछताछ कर रही है कि इतनी बड़ी मात्रा में पटाखे और विस्फोटक सामग्री कहां से लाई गई थी तथा इसे किन क्षेत्रों में सप्लाई किया जाना था। मामले की विस्तृत जांच जारी है।

मणिपुर में हिंसा के बीच एनआईए का ऐक्शन, 10 आरोपी गिरफ्तार

नई दिल्ली. मणिपुर में बीते 2 सालों से जारी हिंसा के बीच सुरक्षा बल शांति स्थापित करने की लगातार कोशिश कर रहे हैं। इस कड़ी में शुक्रवार को राष्ट्रीय अन्वेषण अभिकरण (एनआईए) ने मणिपुर पुलिस और केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल के साथ मिलकर बड़ा ऑपरेशन चलाया। इस संयुक्त कार्रवाई के दौरान राज्य में जातीय हिंसा से जुड़े 6 अलग-अलग मामलों में 10 आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। एनआईए ने एक प्रेस विज्ञप्ति जारी कर इसकी सूचना दी है। प्रेस रिलीज के मुताबिक एजेंसी ने खुफिया जानकारी मिलने के बाद यह कार्रवाई की थी। राज्य के इंफाल ईस्ट, इंफाल वेस्ट, बिष्णुपुर, चुराचांदपुर, उखरुल, चंदेल और फेरज़ॉल जिलों में कई जगहों पर एक साथ तलाशी अभियान चलाकर इन आरोपियों को गिरफ्तार किया गया। अलग-अलग मामलों की जांच से यह खुलासा हुआ है कि गिरफ्तार किए गए इन सभी आरोपियों ने मणिपुर में जातीय अशांति के दौरान हुई हिंसक घटनाओं में बेहद सक्रिय भूमिका निभाई थी।

35 वर्षीय युवक ने खुद का काटा गला

निसं

चूरू (नवयत्न)। अपनी मां, पत्नी व बच्चों के साथ ननिहाल आये हुए 35 वर्षीय युवक ने जोहड़ के पास शुक्रवार को धारदार हथियार से खुद का गला काट लिया। जोहड़ के पास स्थित खेत मालिक की सूचना मिलने पर परिवार के लोग मौके पर पहुंचे। घायल हालत में युवक को निजी वाहन से पहले रामगढ़ के सरकारी अस्पताल पहुंचाया। जहां हालत गंभीर होने पर प्राथमिक ईलाज के बाद चूरू रैफर कर दिया। डीबी अस्पताल के इमरजेंसी वार्ड में मौजूद डॉक्टर व नर्सिंग स्टाफ ने घायल का ईलाज किया। अस्पताल में रामगढ़ रसूलपुरा निवासी भंवरलाल ने बताया कि उसकी भुआ का बेटा कल्याणपुरा नवलगढ़ निवासी 35 वर्षीय प्रकाश भोपा अपनी मां, पत्नी व बच्चों के साथ गुरूवार को रसूलपुरा आया हुआ था। शुक्रवार सुबह परिवार के लोगों को शौच जाने का कहकर घर से निकला था। जिसने गांव के पास स्थित जोहड़ में जाकर धारदार चाकू से खुद का गला काट लिया। चाकू के वार से प्रकाश के गले पर गहरा घाव हो गया। घायल को पहले रामगढ़ के सरकारी अस्पताल पहुंचाया। जहां घाव गहरा होने के कारण प्राथमिक ईलाज के बाद चूरू के डीबी अस्पताल रैफर किया गया। अस्पताल में डॉक्टर्स की एक टीम ने घायल का ईलाज किया। इमरजेंसी वार्ड स्टाफकी ओर से घटना की सूचना अस्पताल चौकी पुलिस को भी भिजवायी गयी हैं।

जयपुर पुलिस कमिश्नर आज जामडोली थाने पर करेंगे जनसुनवाई

निसं

जयपुर (नवयत्न)। आमजन में विश्वास और अपराधियों में भय कायम रखने के लिए जयपुर पुलिस कमिश्नर सचिन मित्तल बीस जून शनिवार को दोपहर 11:30 से 01:30 बजे तक जामडोली पुलिस थाने पर जनसुनवाई करेंगे। इस दौरान आदर्श नगर सर्किल के जवाहर नगर, आदर्श नगर, ट्रांसपोर्ट नगर एवं जामडोली थानों के परिवादियों की जनसुनवाई की जावेगी। जनसुनवाई का उद्देश्य संबंधित क्षेत्र के परिवादियों की समस्याओं का तुरंत निस्तारण करते हुए आमजन को राहत पहुँचाना है। इस अवसर पर विशेष पुलिस कमिश्नर ऑपरेशंस ओमप्रकाश, अतिरिक्त पुलिस कमिश्नर अपराध अजय सिंह, पुलिस उपायुक्त पूर्व रंजीता शर्मा, अतिरिक्त पुलिस उपायुक्त पूर्व आलोक सिंघल, सहायक पुलिस आयुक्त आदर्श नगर सहित संबंधित थाना प्रभारी एवं पुलिस अधिकारी उपस्थित रहेंगे। गौरतलब है कि इससे पूर्व पुलिस कमिश्नर द्वारा एसीपी कार्यालय झोटवाड़ा, सामुदायिक भवन सांगानेर, पुलिस थाना शिप्रापथ, विद्याधर नगर, भांकरोटा, शिवदासपुरा, आमेर, रामगंज, चित्रकूट, मालवीय नगर एवं बस्सी थाने में जनसुनवाई कर परिवादियों की समस्याओं का मौके पर निस्तारण किया जा चुका है।

अपने जीवन में अधिकतम पेड़ लगाएं : आर्य

निसं

लाडनूं (नवयत्न)। रीयल हेल्प ब्यूरो की महिला प्रदेशाध्यक्ष सुमित्रा आर्य ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण में वृक्षारोपण का अत्यंत महत्व होता है। हर व्यक्ति को अपने जीवन में जितने अधिक हो सके पेड़ लगाने चाहिए। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान एक पेड़ मां के नाम के अनुसार सबको पेड़ लगाने चाहिए। उन्होंने बरसात के मौसम को वृक्ष लगाने के लिए सबसे उत्तम समय बताते हुए यहां निःशुल्क पौधा वितरण कार्यक्रम का शुभारम्भ भी किया। कार्यक्रम में रीयल हेल्प ब्यूरो प्रदेश मीडिया प्रभारी जगदीश यायावर ने कहा कि हर घर के गुवाड़ी में नोहरे में जमीनों में पेड़ लगाए जाने चाहिए। पेड़ों से मिलने वाली ऑक्सीजन अन्य किसी स्रोत से संभव नहीं है। यह मनुष्य के स्वास्थ्य लाभ के लिए सबसे कीमती होती है। कार्यक्रम में शहतूत, अनार, नीम्बू, जामुन, अंजीर, बिल्व, सहजना, गुलाब, गुड़हल आदि विभिन्न फलों और फूलों वाले 1800 पौधों का वितरण आमजन को निःशुल्क किया जाना शुरू किया गया। पौधा वितरण कार्यक्रम के दौरान निर्मल आर्य, कृष्ण सैनी, विजय सिंह चौहान, गजराज सांखला, विनोद चौहान, पिंटु सैनी, मंजू देवी सांखला, विमला देवी सांखला, कुलदीप तंवर, सैफ अली बिसायती, सुनीता सांखला, आशा सांखला आदि उपस्थित रहे।

स्मार्ट आंगनबाड़ी केंद्र अवसंरचना पहल हेतु सीएसआर भागीदारी कार्यशाला का हुआ आयोजन

जयपुर।

उप मुख्यमंत्री तथा महिला एवं बाल विकास मंत्री दिया कुमारी के मुख्य आतिथ्य में तथा महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री डॉ. मंजू बाघमार के विशिष्ट आतिथ्य में शुक्रवार को महिला एवं बाल विकास विभाग, राजस्थान सरकार द्वारा राजस्थान इंटरनेशनल सेंटर, जयपुर में स्मार्ट आंगनबाड़ी केंद्र अवसंरचना पहल हेतु सीएसआर भागीदारी कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य मिशन सक्षम आंगनबाड़ी एवं पोषण 2.0 के अंतर्गत सीएसआर सहयोग जुटाना है। कार्यशाला में राजस्थान में आंगनबाड़ी केंद्र पर प्रदान की जा रही सेवाओं एवं आंगनबाड़ी केंद्रों की आधारभूत सुविधाओं में सुधार करने हेतु कॉरपोरेट सोशल रिस्पॉन्सिबिलिटी के फंड का उपयोग कर नवीन तकनीक युक्त एलजीएसएफ (लाइट गेज स्टील फ्रेम) प्री-फैब्रिकेटेड स्ट्रक्चर्स तथा कंटेनर आंगनबाड़ी के संचालन की रूपरेखा पर चर्चा की गई। साथ ही जानकारी दी गई कि भारत सरकार द्वारा पंखुड़ी पोर्टल 8 जनवरी 2026 को लॉन्च किया गया है।

विधायक गोदारा ने किया राजकीय चिकित्सालय का निरीक्षण

निसं

राजलदेसर (नवयत्न)। रतनगढ़ विधायक पूसाराम गोदारा ने शुक्रवार दोपहर राजलदेसर स्थित राजकीय चिकित्सालय का निरीक्षण कर चिकित्सा व्यवस्थाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने चिकित्सालय परिसर में विधायक कोष से चारदीवारी निर्माण कराने की घोषणा करते हुए भविष्य में भी अस्पताल के विकास एवं आवश्यक सुविधाओं के लिए हर संभव सहयोग का भरोसा दिलाया। विधायक गोदारा ने मानसून सीजन को देखते हुए बरसाती पानी की निकासी की व्यवस्थाओं पर विशेष ध्यान दिया। उन्होंने मौके से ही उपखंड अधिकारी मिथिलेश कुमार से मोबाइल पर वार्ता कर पंप हाउस में 60 एचपी क्षमता का पंप लगाने के निर्देश दिए। साथ ही कस्बे के उन स्थानों को चिन्हित करने को कहा, जहां बारिश के दौरान पानी भराव की समस्या रहती है, ताकि वहां अस्थायी पंप लगाकर पानी की निकासी सुनिश्चित की जा सके। उन्होंने यह भी कहा कि जिन घरों में बरसात का पानी प्रवेश करता है, वहां नगर पालिका द्वारा आवश्यक व्यवस्थाएं कर आमजन को राहत प्रदान की जाए। विधायक ने संबंधित अधिकारियों को मानसून पूर्व सभी आवश्यक तैयारियां पूर्ण करने के निर्देश दिए। इस दौरान कांग्रेस युवा नेता सांवरमल शर्मा ने ढोली बस्ती में बरसाती पानी के भराव की समस्या से विधायक को अवगत कराया तथा समाधान के लिए लिखित ज्ञापन सौंपा। विधायक ने मामले को गंभीरता से लेते हुए उपखंड अधिकारी को तत्काल प्रभाव से आवश्यक कार्रवाई कर समस्या के स्थायी समाधान के निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान चिकित्सा प्रभारी डॉ. प्रतिभा मीणा, कैलाश राजपुरोहित, राजेंद्र धायल, चैनरूप भाटिया, विवेक सैनी, कांग्रेस नेता एवं पूर्व सरपंच मनफूल टांडी सहित कई गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

पार्क में लगाया नगरपरिषद की सम्पति होने का बोर्ड

सुजानगढ़ (नवयत्न)। स्थानीय नगरपरिषद कार्यालय के बाहर कांग्रेस नेता अजय ढ़ेनवाल के नेतृत्व में चल रहा धरना लगातार 48 वें दिन शुक्रवार को भी जारी रहा। कांग्रेस नेता अजय ढ़ेनवाल ने बताया कि धरने की प्रमुख मांग नगरपरिषद की सम्पति होने सम्बंधी बोर्ड को गांधी चौक पार्क में लगा दिया गया है। निवर्तमान पार्षद ईकबाल खान कायमखानी ने बताया कि प्रशासनिक अधिकारियों से अन्य मांगों को माने जाने के बारे में भी संकेत मिले हैं और धरने के सकारात्मक परिणाम सामने आने लगे हैं। धरने पर शहर ब्लॉक कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष प्रदीप तोदी, तरूण सियोता, अनिल सियोता, नथमल सियोता, दिलीप, जाकिर क्याल, आनंद, बिलाल भूरान, रफीक खिलजी, नूर मोहम्मद खान पहाड़ियान, सलीम गौरी, वैभव सोनी आदि ने शिरकत की। ज्ञात रहे कि गांधी चौक स्थित पार्क में बाबा साहेब डॉ. भीमराव अम्बेडकर, स्वतंत्रता सेनानी गिरीशचन्द्र मिश्र, महाकवि कन्हैयालाल सेठिया की मूर्तियां लगाये जाने, पार्क पर बोर्ड लगाए जाने, पार्क को हर वक्त जनता के लिए खुला रखने की मांग को लेकर ये धरना दिया जा रहा है।

मां वैष्णो देवी मंदिर के पाटोत्सव पर होगा 29 वां विशाल भगवती जागरण

निसं

जयपुर (नवयत्न)। वैष्णो देवी सेवा समिति पंजीकृत राजा पार्क के तत्वावधान में मां वैष्णो देवी मंदिर के पाटोत्सव के उपलक्ष्य में 29वें विशाल भगवती जागरण का आयोजन शनिवार को पंचवटी सर्किल राजापार्क में किया जाएगा। धार्मिक आयोजन शाम 6 बजे से प्रारंभ होगा, जिसमें बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं के शामिल होने की संभावना है। समिति के अध्यक्ष राज भाटिया एवं महासचिव राजकुमार भाटिया ने बताया कि जागरण में सुप्रसिद्ध भजन गायक शिवा सागर अपनी भक्तिमय प्रस्तुतियों से मां भगवती का गुणगान करेंगे। कार्यक्रम में माता की आकर्षक झांकियां, भव्य दरबार एवं विशेष सजावट श्रद्धालुओं के लिए प्रमुख आकर्षण रहेगी। कोषाध्यक्ष इंद्रजीत शर्मा एवं उपसचिव योगेश खुराना ने बताया कि जागरण के दौरान माता की अठारह ज्योतियां प्रज्वलित की जाएंगी, जिससे पूरे परिसर में आध्यात्मिक वातावरण का सृजन होगा। समिति के उपाध्यक्ष कमलेश आसुदानी ने बताया कि पाटोत्सव के तहत रविवार, 21 जून को शाम 5 बजे से राजापार्क स्थित भाटिया भवन में विशाल भंडारे का आयोजन किया जाएगा। इस दौरान हजारों श्रद्धालु भोजन प्रसादी ग्रहण करेंगे। समिति पदाधिकारियों ने श्रद्धालुओं से सपरिवार कार्यक्रम में शामिल होकर मां वैष्णो देवी का आशीर्वाद प्राप्त करने का आग्रह किया है। पाटोत्सव के दोनों आयोजनों को लेकर तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

किसान का बेटा बना सेना में लेफ्टिनेंट, प्रिंस एनडीए के तरूण ने आईएमए, देहरादून में की पासिंग आउट परेड

सुरेन्द्र शर्मा

सीकर (नवयत्न)। सीकर स्थित प्रिंस एनडीए एकेडमी के छात्र तरुण धाकड़ ने भारतीय सैन्य एकेडमी, आईएमए, देहरादून से पासिंग आउट परेड पूर्ण की है। इस अवसर पर परेड की मुख्य अतिथि एवं रिव्यूइंग ऑफिसर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने एनडीए 158 रेगुलर कोर्स व एनडीए 141 टेक्निकल ग्रेजुएट कोर्स के कैडेट्स का निरीक्षण कर सम्बोधित किया। परेड के पश्चात् तरुण को भारतीय सेना में लेफ्टिनेंट के पद पर नियुक्ति मिलेगी। इससे पूर्व तरुण ने तीन साल तक एनडीए खड़कवासला एवं एक साल तक आईएमए, देहरादून में प्रशिक्षण पूर्ण किया है। तरुण के पिता प्रहलाद धाकड़ एवं माता धापू बाई किसान हैं।

तरुण ने प्रिंस सैनिक स्कूल एवं प्रिंस एनडीए एकेडमी में तीन वर्ष तक अध्ययन कर यह सफलता हासिल की है। तरुण की इस सफलता पर प्रिंस एनडीए एकेडमी के प्रबंध निदेशक ब्रिगेडियर बीबी जानू, एग्जिक्यूटिव डायरेक्टर एचएस पिलखवाल, एकेडमिक हेड पवन कुमावत, निरुपम सुण्डा आदि ने तरुण एवं अभिभावकों को बधाइयां दी।

फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. राकेश और डॉ. अनिता का राज्य स्तर पर सम्मान

निसं

पिलानी (नवयत्न)। मोदी यूनिवर्सिटी लक्ष्मणगढ़ में आयोजित फिजियोथेरेपी क्लीनिकल एक्सीलेंस कॉन्क्लेव 2026 में पिलानी के बिरला सार्वजनिक अस्पताल में कार्यरत वरिष्ठ फिजियोथेरेपिस्ट्स राकेश व अनिता ने क्षेत्र का मान बढ़ाया है। अस्पताल के फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. राकेश कुमार सैनी को क्लीनिकल एक्सीलेंस अवार्ड और फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. अनिता सैनी को श्विमेन लीडरशिप एक्सीलेंस अवार्ड से नवाजा गया है। कॉन्क्लेव के संयोजक डॉ. अंकित जैन ने बताया कि एक उच्च राज्य स्तरीय कमेटी के कड़े चयन के उपरांत ही इन दोनों फिजियोथेरेपिस्ट्स को इस सम्मान के लिए चुना गया है जो अस्पताल प्रबंधन और क्षेत्रवासियों के लिए गर्व और खुशी की बात है।

16 सालों से दे रहे हैं सेवाएं

डॉ. राकेश कुमार सैनी और डॉ. अनिता सैनी पिछले 16 वर्षों से चिड़ावा, पिलानी, सूरजगढ़ एवं आसपास के क्षेत्रों में अपनी उत्कृष्ट फिजियोथेरेपी सेवाएं प्रदान कर रहे हैं। अपने अनुभव, समर्पण और मरीजों के प्रति सेवा भाव के कारण उन्होंने क्षेत्र में एक विशेष पहचान बनाई है। लंबे समय से किए जा रहे उनके सराहनीय कार्यों और योगदान का ही परिणाम है कि उन्हें राज्य स्तर पर इस प्रतिष्ठित सम्मान से सम्मानित किया गया है।

योग से स्वस्थ शरीर, संतुलित मन और सकारात्मक जीवन दृष्टि का निर्माण होता है : देवनानी

जयपुर।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2026 के उपलक्ष्य में राजस्थान विधानसभा परिसर स्थित कर्तव्य द्वार पर शुक्रवार प्रातः 6 बजे सामूहिक योग कार्यक्रम योगोत्सव का आयोजन किया गया। राजस्थान विधानसभा अध्यक्ष श्री वासुदेव देवनानी के नेतृत्व में आयोजित इस कार्यक्रम में विधायकगण, विधानसभा सचिवालय के अधिकारी एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

इस अवसर पर विधानसभा अध्यक्ष श्री देवनानी ने कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा के बीच सामंजस्य स्थापित करने वाली भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है। योग स्वस्थ शरीर, संतुलित मन एवं सकारात्मक जीवन दृष्टि प्रदान करता है। शारीरिक समन्वय, मानसिक एकाग्रता और आत्मविश्वास को बढ़ाता है। श्री देवनानी ने कहा कि आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में योग तनावमुक्त जीवन, रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि तथा स्वस्थ समाज के निर्माण का प्रभावी माध्यम है। उन्होंने सभी नागरिकों से योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया।

सामूहिक योगाभ्यास की शुरुआत श्री देवनानी ने दीप प्रज्ज्वलन के साथ किया। कार्यक्रम में विधायक श्री गोपाल शर्मा, श्री गोपीचन्द मीणा, श्री हरि सिंह रावत, श्री शंकर सिंह रावत, श्री ताराचन्द जैन, श्रीमती गीता बरवड और श्रीमती शोभा रानी कुशवाहा मौजूद थे। वैदिक मंगलाचरण एवं प्रार्थना के साथ सूक्ष्म व्यायाम जैसी शिथिलीकरण क्रियाएं कराई गई।

योगाचार्य सत्यपाल सिंह और योगाचार्य मेघसिंह ने सामान्य योग प्रोटोकाल के अनुरूप योगासन, प्राणायम, ध्यान और शांतिपाठ कराया। ताड़ासन, वृक्षासन, अर्धचक्रासन, पादहस्तासन एवं त्रिकोणासन का अभ्यास खडे होकर कराया गया। भद्रासन, वज्रासन, उष्ट्रासन, शशकासन, उन्तानमंडूकासन, वक्रासन और अर्ध-उष्ट्रासन का अभ्यास बैठकर कराया गया। उदर के बल लेट कर मकरासन, भुजंगासन, शलभासन, वहीं पीठ के बल लेट कर किए जाने वाले आसनों में सेतुबंधासन, उत्तानपादासन, अर्ध-हलासन, पवनमुक्तासन एवं शवासन का अभ्यास कराया गया। योगाभ्यास के दौरान प्रतिभागियों ने प्राणायाम एवं ध्यान की विभिन्न विधियों का भी अभ्यास किया, जिससे शारीरिक स्फूर्ति, मानसिक शांति और आत्मिक संतुलन का अनुभव प्राप्त हुआ। कार्यक्रम का समापन श्री देवनानी ने सामूहिक संकल्प के साथ किया।

फिरौती मांगने और लाखों रुपये वसूलने का मामला, पुलिस थाने में दर्ज

निसं

रतनगढ़ (नवयत्न)। जिले के रतनगढ़ क्षेत्र के एक प्रॉपर्टी व्यवसायी को व्हाट्सएप कॉल और मैसेज के जरिए जान से मारने की धमकी देकर करीब 50 लाख रुपए की फिरौती मांगने और लाखों रुपये वसूलने का मामला सामने आया है। घटना को लेकर 43 वर्षीय पन्नाराम जाट निवासी लधासर हाल निवासी रतनगढ़ ने पुलिस में लिखित रिपोर्ट दी है, जिस पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच प्रारंभ कर दी है। पन्नाराम ने रिपोर्ट में लिखा है कि करीब आठ महीने पहले उसके व्हाट्सएप नंबर पर एक विदेशी नंबर से कॉल आया था। कॉल करने वाले व्यक्ति ने अपना नाम वीरेंद्र चारण बताया। उसने कहा कि जमीन का काम अच्छा चल रहा है और उसने बहुत पैसे कमाए हैं, इसलिए वह दो-तीन दिन में दस लाख रुपये की व्यवस्था करे, नहीं तो काम-धंधा बंद करवा दिया जाएगा और रुपए नहीं देने पर जान से हाथ धोना पड़ेगा। धमकी से डरकर पीडि़त ने जैसे-तैसे आठ लाख रुपये की व्यवस्था की। इसके बाद वीरेंद्र चारण के कहे अनुसारए पीड़ित ने लूंछ फाटा पर मुंह ढके हुए उसके एक आदमी को आठ लाख रुपयों से भरा थैला सौंप दिया। इसके बाद भी आरोपी लगातार व्हाट्सएप कॉल कर जान से मारने की धमकी देता रहा और रुपयों की डिमांड करता रहा। करीब पांच महीने पहले आरोपी के कहने पर पीड़ित ने मेगा हाईवे सड़क पर उसके आदमी को 70 हजार भी रुपये दिए थे। इसके बाद करीब डेढ़ महीने पहले फिर धमकी देकर दो लाख रुपये की मांग की गई, जिस पर पीड़ित ने आरोपी के आदमी केशव जाट निवासी कानसूनियों की ढाणी को दो लाख रुपये दिए। आरोपी का हौसला यहीं नहीं रुका, उसने 12 मई 2026 को फिर व्हाट्सएप पर कॉल और मैसेज कर पीड़ित को डराया-धमकाया कि वह 50 लाख रुपये की व्यवस्था करने की धमकी दी। बार.बार मिल रही धमकियों और लाखों रुपये गंवाने के बाद पीड़ित ने अपने परिजनों और समाज के लोगों को आपबीती बताई। परिजनों से हिम्मत मिलने के बाद पीडि़त पुलिस थाना पहुंचा तथा मामला दर्ज करवाया है। मामले की जांच थाना प्रभारी गौरव खिड़िया कर रहे हैं।

राकेश किलानिया बने जिलाध्यक्ष, राजस्थान शिक्षक संघ अम्बेडकर का चुनाव सम्पन्न

निसं

सरदारशहर (नवयत्न)। राजस्थान शिक्षक संघ अम्बेडकर जिला, चूरू कार्यकारिणी चुनाव आदर्श छात्रावास में चुनाव पर्यवेक्षक सुरेश कुमार वर्मा प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रांतीय संरक्षक एवं सलाहकार शीशराम माहिच एवं चुनाव अधिकारी बाबूलाल बुनकर की अध्यक्षता में संपन्न हुए। सुबह दस बजे आयोजित कार्यक्रम दो सत्रों में चला पहले सत्र में प्रतिवेदन एवं बजट सत्र हुआ तथा उपस्थित सदस्यों ने बजट और प्रतिवेदन पर चर्चा की। उसके बाद सभाध्यक्ष ने पुरानी कार्यकारिणी को भंग करके नई कार्यकारिणी हेतु चुनाव सत्र आहूत किया गया जिसमें सर्वसम्मति से निर्वाचन मंडल द्वारा राकेश किलानिया को जिलाध्यक्ष पद के लिए निर्वाचित किया वहीं जिला मंत्री पद पर भगवान सिंह दायमा, जिला कोषाध्यक्ष पद पर जैसाराम कँवल एवं जिला सभाध्यक्ष पद पर चरण सिंह का निर्वाचन किया गया। इस अवसर पर जिलाध्यक्ष राकेश किलानिया ने कहा कि राजस्थान शिक्षक संघ अम्बेडकर के जिलाध्यक्ष पद पर निर्वाचित कर आपने मुझ पर जो विश्वास जताया हैं। मैं आपको विश्वास दिलाता हूँ कि मैं सदैव शिक्षक हितार्थ तैयार रहूँगा ये जीत सिर्फमेरी नहीं आपके विश्वास की जीत हैं। लोकतंत्र की जीत हैं संविधान की जीत हैं। जिसे मैं संविधान निर्माता बाबा साहेब के चरणों में समर्पित करता हूँ । इस अवसर पर मोहन राम आर्य, सांवरमल गहनोलिया, नारायण कुमार मेघवाल, ओमप्रकाश बारूपाल, मानसिंह मेहरा, गुलाब चंद, सांवता राम बरोड़, शिवाराम मेघवाल, अशोक आलडिया, प्रकाश चंद्र, रामनिवास, महेंद्र सवालिया, रेणु, पूनम भाटी, हरि राम शीला, मुकेश मंडार, भानीराम बरोड़, श्रीचंद लखोटिया, शिवभगवान, खेताराम भोपाल सिंह, गजानंद खेड़ीवाल, लालचंद आलडिया, सुनील मीणा, ललिता चिरानियां, किरण भाटी, प्रेम, अनुराधा, रीना, मुरारी सांडेला, मनीराम रंगा, एवं समस्त ब्लॉक कार्यकारणी के पदाधिकारी एवं निर्वाचन समिति के सदस्य तथा उपस्थित रहे। इस अवसर पर सैंकड़ों की संख्या में शिक्षक साथी उपस्थित रहे और वातावरण जय भीम के नारों से गूंज उठा।

नवलडी में ग्रामीण सेवा शिविर का हुआ आयोजन

निसं

नवलगढ़ (नवयत्न)। कस्बे के नवलडी गांव के राजीव गांधी सेवा केंद्र में शुक्रवार को ग्रामीण सेवा शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में ग्रामवासियो के लम्बित प्रकरणों का मौके पर निस्तारण किया गया। वही विभाग के अधिकारियों व कर्मचारियों ने सरकार की फ्लैगशीप योजनाओं के बारे में ग्रामीणों को विस्तृत जानकारी दी। वही मौके पर ग्रामीणों को प्रमाण पत्र भी वितरित किये गए। इस दौरान एसडीएम कुलदीप सिंह शेखावत, तहसीलदार सीताराम कुमावत, विकास अधिकारी रितेश सांखला, नवलडी ग्राम पंचायत की प्रशासक सजना मीणा, ग्राम विकास अधिकारी योगेश जाखड़, सहायक विकास अधिकारी बलवीर ढाका सहित कई ग्रामीण मौजूद रहे। वही कैरू ग्राम पंचायत के राजीव गांधी सेवा केंद्र में भी शुक्रवार को ग्रामीण सेवा शिविर का आयोजन किया गया।

भाजपा पदाधिकारियों से वार्ता के बाद सुमन सामरिया का धरना समाप्त

निसं

सुजानगढ़ (नवयत्न)। भोजलाई बास के चैंबर चौक में डीपी नहीं लगाए जाने को मांग को लेकर चल रहा भाजपा नेता सुमन सामरिया का धरना पांचवें दिन समाप्त हो गया है। दरअसल भाजपा जिला अध्यक्ष बसंत शर्मा के निर्देशों पर सुजानगढ़ बीजेपी के वरिष्ठ नेता और जिले के पदाधिकारी धरना स्थल पर पहुंचे और धरनार्थी सुमन सामरिया और मोहल्ले के लोगों से वार्ता की। इस दौरान जिला मंत्री पवन माहेश्वरी, मंडल अध्यक्ष विनय मटोलिया, भाजपा नेता बुद्धि प्रकाश सोनी, विजय चौहान आदि ने जिला अध्यक्ष की ओर से आश्वासन देते हुए धरनार्थियों को कहा कि दोनों पक्षों के बीच में वार्ता होकर आम सहमति तैयार की जाएगी और आम सहमति तैयार होने तक चैंबर चौक में किसी भी प्रकार का विद्युत ट्रांसफार्मर नहीं लगाया जाएगा। जिस पर धरनार्थी सुमन सामरिया ने कहा कि मैं पार्टी के निर्देशों पर हम लोग धरना विसर्जित कर रहे हैं, लेकिन अगर वार्ता होने से पहले ही डीपी लग जाएगी तो क्या आप मेरे साथ खड़े रहोगे, इसका आश्वासन मुझे चाहिए। जिस पर पार्टी की ओर से पदाधिकारियों ने कहा कि अगर बीच में डीपी लगती है, तो हम सब लोग आपके साथ खड़े हैं और डीपी इतने अल्प समय में नहीं लग पाती, जितने समय में हम लोग फिर से एकत्रित हो जाएंगे और डीपी को रुकवा देंगे। भाजपा नेता जिला मंत्री पवन माहेश्वरी ने बताया कि पार्टी के निर्देश सर्वोपरि हैं और इन निर्देशों के तहत ही यह धरना आज खत्म करवाया गया।

इस दौरान भाजपा की ओर से समझाइश करने आए नेताओं ने जिला अध्यक्ष बसंत शर्मा से दूरभाष पर धरनार्थी सुमन सामरिया की बात करवाई, जिस पर उन्होंने आश्वासन दिया कि जब तक दोनों पक्षों में आम सहमति तैयार नहीं हो जाती, तब तक डीपी चैंबर चौक में नहीं लगने का में आश्वासन देता हूंए जिसका सभी लोगों ने स्वागत किया। इस दौरान वरिष्ठ भाजपा नेता वैद्य भंवरलाल शर्मा, रूपाराम गुलेरिया, गणेश मंडावरिया, नोरतन पुरोहित, रेवंतमल पंवार, प्रेम स्वामी, अमित सोनी, मदन भारी, लीलाधर शर्मा, विजय चौहान, बुद्धिप्रकाश सोनी, बसंत पारीक, पुखराज ढाका, विस्तारक महावीर सेन, राजकमल पारीक, प्रकाश भार्गव सहित अनेक लोग मौजूद रहे। दूसरी ओर लोगों ने धरनार्थी सुमन सामरिया, निवर्तमान पार्षद प्रतिनिधि प्रेम स्वामी का माल्यार्पण करके स्वागत किया और बीजेपी जिंदाबाद के नारों के साथ धरने का विसर्जन कर दिया गया। अब देखने वाली बात यह होगी क्या भाजपा आला कमान दोनों पक्षों को एक साथ बिठाकर एक राय ट्रांसफार्मर को लेकर तैयार कर पता है या नहीं। इस दौरान मोहल्ले के अशोक कुमार तिवाड़ी, भवानी शंकर पारीक, भागीरथ स्वामी, भगवती सामरिया, हीरालाल शर्मा, बनवारी ढाका, बसंत पारीक, भरत सामरिया, ताराचंद पांडिया, रवि पारीक चैनराज सामरिया आदि भी मौजूद रहे।

आज 6 घंटे विद्युत आपूर्ति बंद रहेगी

निसं

श्रीमाधोपुर (नवयत्न)। अजमेर विद्युत वितरण निगम लिमिटेड के सहायक अभियंता कार्यालय श्रीमाधोपुर से प्राप्त जानकारी के अनुसार क्षेत्र में 20 जून शनिवार को 6 घंटे बिजली कटौती रहेगी । बताया गया है कि 33 केवी लाइन पर शिफ्टिंग कार्य के चलते इस दिन सुबह 6 से दोपहर 12 बजे तक बिजली आपूर्ति बाधित रहेगी । बताया गया है कि सुबह 6 से दोपहर 12 बजे तक श्रीमाधोपुर शहर, भारनी, कल्याणपुरा, जोरावरनगर, हांसपुर, कोटड़ी, नांगलभीम, गोरिया और खेड़ी सहित आसपास के क्षेत्रों में बिजली आपूर्ति बंद रहेगी।

नगरपरिषद में आयोजित शहरी सेवा शिविर का अवलोकन

निसं

चूरू (नवयत्न)। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के नेतृत्व में आमजन तक जन कल्याणकारी योजनाओं का लाभ सुनिश्चित करने के लिए जिले के सभी नगरनिकायों में वार्डवार शहरी सेवा शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। इसी कड़ी में शुक्रवार को चूरू नगरपरिषद में आयोजित शहरी सेवा शिविर का चूरू विधायक हरलाल सहारण, संभागीय आयुक्त विश्राम मीणा एवं जिला कलक्टर अभिषेक सुराणा ने अवलोकन कर आमजन से संवाद किया। अतिथियों ने शिविर में लगाए गए विभिन्न विभागों के स्टॉलों पर पहुंचकर पंजीकरण रजिस्टर, दी जा रही सेवाओं, आवेदनों एवं उनके निस्तारण की स्थिति की जानकारी ली। उन्होंने सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग की पेंशन योजना तथा पालनहार योजना की प्रगति की समीक्षा की और पात्र लाभार्थियों को समय पर लाभ देने के निर्देश दिए। शिविर में लगाए गए स्वास्थ्य विभाग की स्टाल पर संभागीय आयुक्त ने खुद का बीपी एवं ब्लड शुगर जांच कराया तथा ओपीडी व्यवस्था की जानकारी ली। उन्होंने जारी किए जा रहे जन्म-मृत्यु प्रमाण-पत्र, सीवरेज कनेक्शन एवं जनाधार पंजीकरण से संबंधित कार्यों की भी प्रगति जानी। इस दौरान उन्होंने एलडीएम से बैंकिंग एवं ऋण योजनाओं से जुड़ी जानकारी ली। इस अवसर पर विधायक हरलाल सहारण ने कहा कि मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के नेतृत्व में प्रदेश में नागरिक सुविधाएं सुदृढ़ हो रही हैं। आमजन को सभी विभागों की सेवाएं सुलभ करवाने के लिए ग्रामीण और शहरी सेवा शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। इन शिविरों में विभागीय अधिकारी आमजन की समस्याएं सुनकर मौके पर ही निस्तारित कर रहे हैं। आमजन इन शिविरों का भरपूर लाभ लें और परिवेश के लोगों को भी जागरूक करते हुए लाभ हेतु प्रेरित करें। संभागीय आयुक्त विश्राम मीणा ने कहा कि सरकार का ध्येय है कि अंतिम छोर तक बैठे व्यक्ति की परेशानियों का त्वरित व गुणवत्तापूर्ण निस्तारण किया जाए। इसी कड़ी में आयोजित ग्रामीण व शहरी सेवा शिविरों से आमजन को काफी लाभ मिल रहा है। उन्होंने कहा कि शिविरों का व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाए ताकि अधिकाधिक पात्र लोग इनका लाभ उठा सकें। उन्होंने कहा कि विभागीय अधिकारी प्रतिबद्ध होकर बेहतरीन सेवाएं आमजन को दें। प्रयास करें कि आमजन की शिकायतों व परिवेदनाओं का मौके पर ही निस्तारण हो। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि हर दिन रजिस्टर का संधारण करें तथा नियमित शिविर प्रगति प्रतिवेदन तैयार किया जाए। जिला कलक्टर अभिषेक सुराणा ने अधिकारियों को शिविरों के समुचित व समयबद्ध संचालन, प्राप्त परिवादों के त्वरित निस्तारण तथा प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत करने के निर्देश दिए। इस अवसर पर अतिथियों ने कृषि भूमि नियमन अंतर्गत इंद्राज सिंह, सरोज फगेड़िया, नंदकिशोर सैनी एवं राजेंद्र सिंह को पट्टे प्रदान कर लाभान्वित किया। इस अवसर पर एडीएम अर्पिता सोनी, सीईओ श्वेता कोचर, एसडीएम धीरज झाझड़िया, पीआरओ सूर्यकान्त कुमावत, एक्सईएन पूर्णिमा यादव, सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी, कर्मचारी व आमजन उपस्थित रहे।

करो योग रहो निरोग प्राचीन विरासत से विकास की ओर बढ़ते कदम : बिहारी लाल

निसं

नोखा (नवयत्न)। करो योग रहो निरोग प्राचीन विरासत से विकास की ओर बढ़ते कदम ये विचार सुजानगढ़ रोड स्थित चाचा नेहरू बाल उद्यान में चल रहे योग शिविर में पूर्व विधायक नोखा एवं प्रदेश उपाध्यक्ष भाजपा बिहारी लाल बिश्नोई ने ये विचार व्यक्त किये। बिहारी लाल ने कहा कि यशस्वी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में पूरे देश में स्वदेशी परंपरा एवं प्राचीन संस्कृति के माध्यम से विकास की ओर आयाम शुरू किये जा रहे हैं, जो एक ऐतिहासिक कदम है।

नित्य प्रतिदिन प्रत्येक व्यक्ति को योग करने की अपील की। सामूहिक रूप से आयोजित किए जाने वाले 21 जून को पीएमश्री बाबा छोटूनाथ उच्च माध्यमिक विद्यालय के कार्यक्रम में नोखा की आम जनता को उपस्थित होने का आह्वान किया। योग शिक्षक रमेश कुमार व्यास ने बताया कि इस पार्क में वर्ष पर्यंत योग शिविर चलता है, वर्तमान में आयुष विभाग एवं पतंजलि योगपीठ के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित आयुर्वेद विभाग द्वारा जारी प्रोटोकॉल के पूर्वाभ्यास के 50 दिवसीय शिविर का आज 49 वा दिन है। शिविर आज योग प्राणायाम एवं प्रोटोकॉल की समस्त क्रिया, करते हुए पारंगता की ओर अग्रसर है। नोडल अधिकारी डॉ राजेंद्र कुमार सोनी ने बताया कि रविवार को पीएमश्री बाबा छोटूनाथ स्कूल के परेड मैदान में प्रात: 6:30 बजे से 8:00 बजे तक सामूहिक अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाएगा। पेंशनर्स समाज के वरिष्ठ उपाध्यक्ष शिवकिशन सोनी, पतंजलि योग समिति शाखा नोखा के चंपालाल एवं रणजीत गिरी ने शिविर की गतिविधियों की विस्तृत जानकारी दी। पतंजलि योग समिति के सुमन राठी, सरोज बजाज, रचना, राधा राठी एकोमल खत्री एवं मंजू बजाज ने योग दिवस के अवसर पर मुस्तेदी के साथ योग करवाने का संकल्प दोहराया। पूर्व विधायक बिहारीलाल में सभी योग साधकों के साथ रूबरू होकर योग एवं अभ्यास और चर्चा की।

महिला मोर्चा प्रदेश प्रभारी संतोष अहलावत की वैवाहिक वर्षगांठ पर किया पौधारोपण

सूरजगढ़ (नवयत्न)।

पूर्व सांसद व महिला मोर्चा प्रदेश प्रभारी संतोष अहलावत व शिक्षाविद् सुरेन्द्र अहलावत की वैवाहिक वर्षगांठ पर नगर मंडल अध्यक्ष कृष्ण सैनी के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। शुक्रवार को श्री श्याम दरबार मंदिर में श्याम बाबा के दरबार में केक काटकर व पौधारोपण कर महिला मोर्चा प्रदेश प्रभारी संतोष अहलावत व शिक्षाविद् सुरेन्द्र अहलावत की शादी की सालगिरह मनाई। व लोगों को पौधारोपण के लिए प्रेरित किया।

अमर कलम से लिखी जाएगी आपकी अमर कहानी : संत मोहन लाल जी का संदेश

जयपुर (नवयत्न)। गुलाबी नगरी स्थित अमरापुर स्थान में प्रेम प्रकाश मंडल के संस्थापक महान कर्मयोगी आचार्य सद्गुरु स्वामी टेऊँराम महाराज का 84वां पंचदिवसीय पुण्यतिथि महानिर्वाण दिवस वर्सी उत्सव श्रद्धा और भक्ति के साथ मनाया जा रहा है। उत्सव के दौरान संत-महात्माओं द्वारा प्रेम प्रकाश ग्रंथ की आध्यात्मिक वाणी, भजन, दोहे, छंद एवं सोलह शिक्षाओं का वाचन और गायन किया जा रहा है। संत स्वामी मोहन लाल महाराज ने अपने प्रवचन में कहा कि मनुष्य जीवन 84 लाख योनियों में सर्वश्रेष्ठ है और प्रभु नाम-स्मरण के माध्यम से ही जीवन को सार्थक बनाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि सद्गुरु टेऊँराम जी महाराज की शिक्षाएं मानव जीवन को आध्यात्मिक उन्नति का मार्ग दिखाती हैं। वर्सी उत्सव के अंतर्गत सेवा कार्यों के तहत संतों ने आश्रय केयर होम अनाथालय पहुंचकर बच्चों के साथ समय बिताया तथा उन्हें फल, बिस्कुट, मिष्ठान, शीतल पेय एवं सेवा राशि वितरित

की। इस दौरान बच्चों के चेहरों पर खुशी देखने को मिली। इससे पूर्व बांगड़ अस्पताल के बाहर पुलाव प्रसाद एवं छाछ वितरण तथा अमरापुर जल मंदिर में केरी पन्ना, शर्बत, छाछ और आमरस वितरण की सेवा भी की गई। उल्लेखनीय है कि अमरापुर स्थान पर चल रहा सद्गुरु टेऊँराम चालीहा महोत्सव आगामी 19 जुलाई को सद्गुरु टेऊँराम जयंती के अवसर पर संपन्न होगा।

चिराना में ट्यूबवेल बंद होने से पेयजल संकट गहराया, सुनवाई नहीं होने पर ग्रामीणों का फूटा गुस्सा

निसं

नवलगढ़ (नवयत्न)। उपखण्ड के चिराना क्षेत्र में जलदाय विभाग की लापरवाही के कारण पेयजल संकट लगातार गहराता जा रहा है। बार-बार शिकायत के बाद भी कोई कार्रवाई नहीं होने से नाराज ग्रामीणों ने शुक्रवार को चिराना में प्रशासन के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया। ग्रामीणों ने बताया कि चिराना में लगभग 4 महीने से जलदाय विभाग की ट्यूबवेल खराब पड़ी हुई है। मस्जिद के पास बनी जलदाय विभाग की ट्यूबवेल करीब चार महीनों से बंद पड़ी है। जलदाय विभाग ने ग्रामीणों की मांग पर इस ट्यूबवेल को गहरा करने का आश्वासन दिया था। इसके लिए विभाग के कर्मचारियों ने ट्यूबवेल से मोटर और पाइप बाहर निकाल लिए थे। लेकिन अभी तक इस ट्यूबवेल को सही नही किया है। ग्रामीणों ने बताया कि यदि विभाग की ओर से ट्यूबवेल को यदि शीघ्र सही नहीं करवाया तो जलदाय विभाग नवलगढ कार्यालय के बाहर भी धरना प्रदर्शन किया जाएगा। ग्रामीणो ने बताया कि लापरवाही का आलम यह है कि मोटर और पाइप निकालने के 4 महीने बीत जाने के बाद भी न तो ट्यूबवेल को गहरा किया गया और न ही मोटर-पाइप वापस डाले गए। इस भीषण गर्मी के मौसम में पानी की सप्लाई पूरी तरह ठप होने से ग्रामीणों में भारी आक्रोश है। उप सरपंच मोहम्मद इकबाल ने प्रशासन से पुरजोर मांग की है कि इस ट्यूबवेल को तुरंत सही करवा जाए। इस दौरान शमशेर काजी, दाऊद काजी, शब्बीर लोहार अख्तर काजी, नदीम, शकील लोहार, फजलुद्दीन काजी, अनवर व्यापारी, नीसार काजी, सराज लोहार अनेक ग्रामीण उपस्थित 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