

~~1/8~~

हर्षोल्लास के साथ मातृ सम्मेलन सम्पन्न



निर्स

तारानगर (नवयत्न)। स्थानीय श्री जगन्नाथ कंदोई बालिका उच्च माध्यमिक आदर्श विद्या मंदिर में आज हर्षोल्लास के साथ मातृ सम्मेलन संपन्न हुआ। कार्यक्रम के दौरान माताओं के लिए विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं, प्रश्नोत्तरी और विचार प्रकटीकरण सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें सभी माताओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। विचार प्रकटीकरण सत्र में माताओं ने बच्चों के सर्वांगीण विकास और संस्कारों में परिवार की भूमिका पर अपने विचार साझा किए। सम्मेलन में मुख्य अतिथि के रूप में एसडीएम प्रियंका कडेली उपस्थित रहीं। कार्यक्रम में सामाजिक कार्यकर्ता नीना देवी एवं भामाशाह परिवार से विम्वी देवी की विशेष गरिमामय उपस्थिति रही। इस अवसर पर विद्यालय की प्रधानाचार्या, मातृ भारती की समस्त सदस्याएं, प्रबंध समिति के पदाधिकारी तथा विद्यालय का पूरा स्टाफ उपस्थित रहा। कार्यक्रम के अंत में विजेता माताओं को प्रोत्साहित किया गया और आभार व्यक्त किया गया।

87 वर्षीय महिला ने किए अपने नेत्रदान



निर्स

बीदासर (नवयत्न)। कस्बे में पहली बार नेत्रदान हुआ। 87 वर्षीय संधारा साधिका किरण देवी सुराणा के संधारा पूर्वक देवलोकगमन के बाद परिजनों ने नेत्रदान की स्वीकृति देकर अनुकरणीय पहल की। तैरापथ युवक परिषद, बीदासर की प्रेरणा से हुए इस नेत्रदान से किसी दृष्टिहीन के जीवन में रोशनी आने की उम्मीद जगी है। किरण देवी ने सलेखना संधारे के 72वें और तिहवार संधारे के 50वें दिन संधारा पूर्वक देवलोकगमन किया। इसके बाद उनके बेटे नरेश सुराणा, बेटी बरखा गुगलिया सहित समस्त सुराणा परिवार ने नेत्रदान के लिए सहमति दी। सरदारशहर से पहुंची नेत्रदान टीम ने प्रक्रिया संपन्न करवाई। इस दौरान तैरापथ युवक परिषद के अध्यक्ष चिराग बेगानी, मंत्री रोहित बख्खत, कोषाध्यक्ष आलोक छाजेड़, एबीटीवाईपी समिति सदस्य पारस बैद और नेत्रदान प्रभारी लोकेश सेठिया मौजूद रहे। तैयु के नेत्रदान प्रभारी रितिक बोथरा ने बताया कि यह बीदासर का पहला नेत्रदान है।

कन्या पूजन कार्यक्रम 17 को तैयारी को लेकर बैठक आयोजित



अव्वकर बल्लू

लाडनू (नवयत्न)। नगर की प्रतिनिधि संस्था लाडनू विकास संस्थान के तत्वावधान में नवरात्र के अवसर पर इस वर्ष भी कन्या पूजन का कार्यक्रम आयोजन होगा। संस्था अध्यक्ष डॉ शंकर आकाश ने बताया कि कार्यक्रम की तैयारी को लेकर एक विशेष बैठक का आयोजन रेलवे स्टेशन के सामने स्थित वीर हनुमान मंदिर में वरिष्ठ समाजसेवी विनोद पटवारी की अध्यक्षता में आयोजन किया गया। जिसमें निर्णय लिया गया कि सर्व समाज की कन्याओं का पूजन कार्यक्रम 17 अक्टूबर को जैन विश्व भारती रोड स्थित भैया बगोची हनुमान मंदिर में श्याम 4 बजे आयोजित होगा। जिसमें इसमें नौ दुर्गा, चौंसठ योगिनी एवं बाबा भैरवनाथ की पूजा होगी। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम में किसी भी प्रकार का चंदा या अर्थ संग्रह नहीं किया जाएगा। बल्कि कन्या पूजन करने वाले व्यक्ति स्वयं अपने हाथों से कन्याओं को दी जाने वाली सामग्री समर्पित करेंगे। इसके अलावा इस कार्यक्रम में नवरात्रा में निराहार तपस्या तथा जैन धर्म की अठाई व मासखमण की तपस्या करने वाले लोगों का भी सम्मान किया जाएगा। कार्यक्रम में नशा मुक्ति संकल्प एवं कन्या धुण हत्या विरोधी शपथ दिलाई जाएगी। कार्यक्रम में आसपास के क्षेत्र से काफी संख्या में लोग भाग लेंगे तथा समितियां बनाकर लोगों को प्रभार सौंपा गया है। कार्यक्रम में गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

मूर्ति की स्थापना व भंडारा आयोजित



नवतरन वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ के स्थानीय चौधरी मुक्ति धाम में श्री बालाजी मंडल के तत्वावधान में रोशन गिरी महाराजा के स्थापित मूर्ति को सन्तोषगिरी महाराज टॉफी वाले बाबा की पुण्यतिथि पर पंडित सुरेश डिववानिया व गजेन्द्र महर्षि की पूजा अर्चना के साथ आज बुधवार को सन्तोष गिरी महाराज की मूर्ति स्थापना की गई। इस अवसर पर महाअरती की गई व सैंकड़ों साधु-संतोष ने भंडारे का प्रसाद ग्रहण किया। वहीं रात्रि को आयोजित जागरण में पारशनाथ, शोभासर व सुरजनाथ, शिव गोरक्ष आश्रम गंगाल जाहेड़ा सहित कई भजन गायककारों द्वारा भजनों की प्रस्तुति से देर रात्रि तक श्रोताओं को बांधे रखा। इस अवसर पर मस्तगिरी बाबा, राजगिरी महाराज, गोपाल गिरी महाराज, प्रहलाद सोनी, श्रवणनाथ काछवाल, मदनलाल पिपलवा, दिनदयाल सोनी, मुरारीदास चारण, राकेश गुजर गोड़, खुशाल ठेकेदार, रामकुमार शर्मा, मोहनलाल जोशी सहित कई गणमान्यजन उपस्थित थे।

पंचायत राज चुनाव को लेकर भाजपा की बैठक आयोजित

नवतरन वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में आगामी पंचायत समिति सदस्य एवं जिला परिषद सदस्य के चुनाव को लेकर भाजपा ने अपनी तैयारियां तेज कर दी हैं। इसी क्रम में पंचायत समिति चुनाव प्रभारी एडवोकेट सुमन शेखावत, सुजानगढ़ पंचायत समिति चुनाव प्रभारी कैप्टन घनश्याम सिंह एवं पूर्व विधायक अभिनेश महर्षि ने भाजपा के प्रमुख पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं की बैठक लेकर चुनावी तैयारियों की समीक्षा की तथा आगामी चुनावों में जीत हासिल करने को लेकर विस्तृत चर्चा की। बैठक में विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले सुजानगढ़ पंचायत समिति के ब्लॉक में पंचायत राज चुनाव की तैयारियों को लेकर भी विचार-विमर्श किया गया। भाजपा



पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने आगामी चुनाव में पार्टी की जीत सुनिश्चित करने के लिए अपने-अपने सुझाव साझा किए।

एडवोकेट सुमन शेखावत ने कहा कि आगामी पंचायत राज चुनाव में भाजपा की जीत सुनिश्चित करने के लिए सभी पदाधिकारियों एवं

कार्यकर्ताओं को एकजुट होकर काम करना होगा। कैप्टन घनश्याम सिंह ने कहा कि चुनाव में सफलता के लिए संगठन की

महाप्रज्ञ सभागार का लोकार्पण एवं हीरावत अभिनंदन समारोह आयोजित

नवतरन वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में महात्मा गांधी राजकीय विद्यालय पंडितपुर प्रांगण में भोजराज हीरावत परिवार द्वारा निर्मित नवनिर्मित महाप्रज्ञ सभागार का लोकार्पण एवं भामाशाह छत्र सिंह हीरावत का अभिनंदन समारोह का आरंभ मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन से आरंभ हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि अभिनेश महर्षि एवं विधायक ने शिक्षा सुधार से विकसित भारत की संकल्पना के बारे में विस्तार से बताया और भामाशाह जोधराज बैद एवं छत्र सिंह हीरावत को शिक्षा की नींव के पत्थर के रूप में परिभाषित किया। बैद और हीरावत ने अपने उद्बोधन में विद्यालयों के विकास के लिए



हरसंभव आर्थिक सहयोग का संकल्प दोहराया। मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी मुखेश महर्षि ने भामाशाहों के प्रति राज्य सरकार की ओर से आभार प्रदर्शित किया। मंजू हीरावत ने जीवन शैली पर आधारित गीत प्रस्तुत किया। कार्यक्रम को नगरपालिका अध्यक्ष सुनील शर्मा, चतुर्धुज गोस्वामी,

ब्लॉक शिक्षा अधिकारी संदीप व्यास, रामावतार शर्मा एवं कुलदीप व्यास ने भी संबोधित किया। इस अवसर पर युवक संघ पंडितपुर तथा विद्यालय परिवार की ओर से छत्र सिंह हीरावत का अभिनंदन किया गया। कार्यक्रम में भोजराज हीरावत परिवार के समस्त महिला पुरुष

सदस्य, युवक संघ अध्यक्ष विनोद चौमाल, जुराज हीरावत, भानु प्रकाश इंदौरिया, अशोक गौड़, ओमप्रकाश महर्षि, मुरलीधर महर्षि, नरेंद्र सांकृत्य, रामधन महर्षि, सुनील कम्मा, गोपाल पारीक आदि गणमान्यजन उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन युवक संघ सचिव भीष्म महर्षि ने किया।

नवान्हा पारायण महोत्सव में गूंजी बालकांड और अयोध्या कांड की चौपाइयां



निर्स

जयपुर (नवयत्न)। नवरात्र के अवसर पर नेहरू नगर पानीपेच स्थित श्री लक्ष्मीनारायण मंदिर में श्री राधे रानी प्रभात फेरी मंडल के तत्वावधान में चल रहे 32वें नवान्हा पारायण महोत्सव के चौथे दिन बुधवार को रामचरितमानस के बालकांड की 3 और अयोध्या कांड की 116 चौपाइयों का पाठ किया गया।

चौपाइयों की मधुर स्वर लहरियों से मंदिर परिसर सहित आसपास का क्षेत्र भक्तिमय हो गया। आयोजन से जुड़े मोहनलाल अग्रवाल और रामचरण पीतलिया ने बताया कि व्यास पीठ से

रामस्वरूप नाटाणी ने 251 आसनों पर श्रद्धालुओं को बालकांड की 3 और अयोध्या कांड की 116 चौपाइयों का पाठ कराया। इस दौरान मज्जन फल पेखिअ तत्काला, काक होहिं पिक ककड मराला, जब तैं रामु ब्याहि घर आए। नित नव मंगल मोद बधा और कहि न जाइ कछु नगर बिभूती, जनु एतनिअ बिर्चि करतूती जैसी चौपाइयों का पाठ हुआ। अंत में श्रद्धालुओं को प्रसादी वितरित की गई। आयोजकों ने बताया कि महोत्सव के तहत रामचरितमानस का पारायण 19 अक्टूबर तक प्रतिदिन शाम 6 से रात 9 बजे तक किया जाएगा।

निजी अस्पतालों और लैब की बनेगी डिजिटल आईडी आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन के तहत 30 अक्टूबर तक चलेगा विशेष सघन ड्राइव अभियान

सपना शर्मा

सीकर (नवयत्न)। आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन के तहत जिले में निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल व्यवस्था से जोड़ने के लिए 15 से 30 अक्टूबर तक विशेष सघन ड्राइव अभियान चलाया जा रहा है।

अभियान के तहत जिले के निजी स्वास्थ्य क्षेत्र को डिजिटल प्लेटफॉर्म से जोड़ने के साथ स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित संस्थानों और पेशेवरों की डिजिटल पहचान तैयार करने पर जोर दिया जा रहा है। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ अशोक महरिया ने बताया कि अभियान के दौरान निजी प्रैक्टिस करने वाले डॉक्टरों एवं अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों की एचपीआईडी (हेल्थकेयर प्रोफेशनल आईडी) बनाई जाएगी। वहीं पात्र निजी अस्पताल, क्लीनिक, फार्मसी, लैब और सोनोग्राफी सेंटर की एचएफआईडी (हेल्थकेयर

फैसिलिटी आईडी) बनाई जाएगी। इसके माध्यम से निजी स्वास्थ्य संस्थानों और उनमें सेवाएं देने वाले स्वास्थ्य पेशेवरों को आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन का डिजिटल व्यवस्था से जोड़ा जाएगा।

अभियान के दौरान निजी चिकित्सा संस्थानों में एचएमआईएस (हॉस्पिटल मैनेजमेंट इंफॉर्मेशन सिस्टम) सॉफ्टवेयर का एडॉप्शन भी सुनिश्चित कराया जाएगा। एचएमआईएस के माध्यम से अस्पतालों में स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित जानकारी के डिजिटल प्रबंधन को बढ़ावा दिया जा सकेगा। विभाग का प्रयास है कि जिले के अधिक से अधिक पात्र निजी स्वास्थ्य संस्थान और स्वास्थ्य पेशेवर अभियान के दौरान डिजिटल व्यवस्था में पंजीकृत हों। उन्होंने बताया कि अभियान के तहत निजी स्वास्थ्य संस्थानों एवं स्वास्थ्य पेशेवरों को पंजीकरण प्रक्रिया की जानकारी उपलब्ध कराने तथा तकनीकी समस्याओं

डिजिटल स्वास्थ्य व्यवस्था को मिलेगा विस्तार
सीएमएचओ डॉ महरिया ने बताया कि वर्तमान समय में स्वास्थ्य सेवाओं में डिजिटल तकनीक की भूमिका लगातार बढ़ रही है। ऐसे में जिले के निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को एबीडीएम से जोड़ना महत्वपूर्ण है। अभियान के माध्यम से पंजीकरण प्रक्रिया को गति देने के साथ पात्र संस्थानों को डिजिटल सुविधाओं को अपनाने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। विभाग की ओर से निजी स्वास्थ्य संस्थानों से अभियान के दौरान सक्रिय रूप से भाग लेने और निर्धारित अवधि में आवश्यक पंजीकरण प्रक्रिया पूरी करने का आग्रह किया जा रहा है। जिले में निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल व्यवस्था से जोड़ने की प्रक्रिया पूरी होने के बाद एबीडीएम के तहत डिजिटल स्वास्थ्य सेवाओं के नेटवर्क को और विस्तार मिलेगा।

के समाधान के लिए स्वास्थ्य भवन से जानकारी ली जा सकती है। संबंधित संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल पंजीकरण से जुड़ी प्रक्रिया के बारे में आवश्यक जानकारी उपलब्ध कराई जाएगी। तकनीकी स्तर पर आने वाली समस्याओं के समाधान के लिए भी सहायता प्रदान की जाएगी। उन्होंने बताया कि एबीडीएम के तहत निजी स्वास्थ्य क्षेत्र को



यात्रा के दौरान श्रद्धालुओं की सेवा एवं सुविधा के लिए संघ के सदस्य व्यवस्थाओं में जुटे हुए हैं। श्री करणी नवयुवक मंडल संघ का यह जत्था 18 अक्टूबर को सप्तमी के पावन अवसर पर माँ करणी के जन्मोत्सव के दिन देशनोक धाम पहुंचेगा। यहां

रामलीला में सीता स्वयंवर और परशुराम-लक्ष्मण संवाद का किया मंचन



निर्स

बीदासर (नवयत्न)। कस्बे के गांगोत्री चौक स्थित बाबा रामदेव मंदिर के पास श्रीबीदासर रामलीला कमेटी द्वारा मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान राम की लीला में तीसरी रात्रि मंगलवार को ताड़का वध, सीता स्वयंवर, रावण बाणासुर संवाद, लक्ष्मण-परशुराम संवाद क दृश्य दिखाए गए। ताड़का वध का रोचक दृश्य देखने दर्शकों की भीड़ लग गई। रामलीला में शिव का अभिनय श्याम मोदी, राम का

जतिन नामदेव, लक्ष्मण का ध्रुव चौहान, सीता का निरंजन राठोड़, रावण का अमित नामदेव, ताड़क का योगेश चौहान, परशुराम का राकेश शर्मा, बाणासुर का लालचंद जाट, जनक का लखन प्रजापत, मारीच का राधे प्रजापत, सुबाहू का राकेश सिहाग, मंत्री का शिवम सेन, हास्य कलाकार मयंक चौहान, धैर्य सारस्वत ने निर्देशक सुरेश चौहान के निर्देशन में किया गया। मेकअप डायरेक्टर कन्हैयालाल सुथार ने किया। मंच संचालन फुसरज गौड़ ने किया।

माँ करणी के जयकारों से गूंजा आबड़सर, 105 श्रद्धालुओं का जत्था देशनोक रवाना

ललित दाधीय

राजलदेसर (नवयत्न)। श्री करणी नवयुवक मंडल संघ, आबड़सर के नेतृत्व में बुधवार को प्रातः सवा 7 बजे 15वीं देशनोक पैदल यात्रा का भव्य शुभारंभ हुआ। माँ करणी के जयकारों और डीजे पर भजनों की धुन के बीच करीब 105 श्रद्धालुओं का पैदल संघ देशनोक धाम के लिए रवाना हुआ। यात्रा को लेकर श्रद्धालुओं में खासा उत्साह और भक्तिभाव देखने को मिला।

यात्रा प्रारंभ होने से पहले श्रद्धालुओं ने माँ करणी का स्मरण कर मंगल कामना की। इसके बाद हाथों में धर्म ध्वजा लिए श्रद्धालु जय माँ करणी के जयघोष करते हुए देशनोक की ओर आगे बढ़े। संघ की ओर से श्रद्धालुओं को सुविधा को ध्यान में रखते हुए यात्रा मार्ग में रहने, भोजन, पानी सहित आवश्यक व्यवस्थाएं की गई हैं।

श्रद्धालु माँ करणी के दरबार में हाजिरी लगाकर दर्शन करेंगे तथा परिवार, समाज और क्षेत्र की सुख-समृद्धि एवं खुशहाली की कामना करते हुए माँ का आशीर्वाद प्राप्त करेंगे। इस अवसर पर गजराज सिंह, रोहितारा सिंह, रघुवीर सिंह, रविंद्र सिंह, पंकज

शर्मा, सरदीप सिंह, सुभाष सेन, महिपाल सिंह, भवानी सिंह, रोबिन सिंह, विजेंद्र सिंह, राजेश प्रजापत, हड़मान सिंह, संजय सिंह शेखावत, रूपेश सिंह, अर्जुन सिंह एवं नारायण सुथार सहित बड़ी संख्या में श्रद्धालु पैदल यात्रा में शामिल हैं।

कांग्रेस नेता सैनी ने जन्मदिन पर दी अनूठी मिसाल, बांटे 51 हेलमेट



निर्स

तारानगर (नवयत्न)। तारानगर में लगातार बढ़ रहे सड़क हादसों के बीच कांग्रेस नेता मानसिंह सैनी ने अपने 50वें जन्मदिन पर एक अनूठी और प्रेरणादायक पहल की है। सैनी ने अपना जन्मदिन केक काटने की बजाय सड़क सुरक्षा को समर्पित करते हुए 51 हेलमेट का वितरण किया। साहवा रोड स्थित चंगाई चौराहे पर आयोजित कार्यक्रम में मानसिंह सैनी ने बिना हेलमेट दुपहिया वाहन चला रहे वाहन चालकों को रोक-रोक कर हेलमेट वितरित किए और उन्हें यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया। मानसिंह सैनी ने कहा कि क्षेत्र में पिछले कुछ महीनों में सड़क हादसों में कई युवाओं की

जान गई है। ज्यादातर हादसों की वजह हेलमेट न पहनना है। उन्होंने कहा जन्मदिन पर फिजूल खर्च करने से बेहतर है किसी की जान बचाई जाए। मेरा संदेश है- जान है तो जहान है, बिना हेलमेट पर से बाहर न निकलें। उन्होंने आमजन और अभिभावकों से भी अपील की कि वे अपने बच्चों को बिना हेलमेट वाहन न चलाने दें और खुद भी हेलमेट पहनने की आदत डालें। इस मौके पर पालिका ईओ अजय प्रताप सिंह, यातायात प्रभारी सुरजाराम, सुरमेश सिंह, कांस्टेबल कालाराम, हरलाल, पार्षद बाबू हुसैन कुरेशी, बुद्धि खां लुहार, बलदेव सैनी, साजिद टाक, शरीफ लुहार, प्रमेश सैनी सहित कांग्रेस के कई कार्यकर्ता व स्थानीय लोग मौजूद रहे।

● विशेष आलेख

चिकित्सा क्षेत्र में बढ़ते बाजारीकरण का संकट



मरीज का क्रय चयन सीमित हो जाता है और हॉस्पिटल की कमाई बढ़ जाती है।

पिछले 18 महीनों में मोटापा कम करने वाली दवाओं की बढ़ती मांग इस तनाव को दिखाती है। जीएलपी-1 रिसेप्टर एगोनिस्ट और उनसे जुड़ी दवाओं का फायदा सही में चुने गए मरीज को हो सकता है। फिर भी, सम्मेलनों और मेडिकल प्रचार शिविरों के जरिए की जाती इनकी आक्रामक मार्केटिंग पर सोचना जरूरी है। एक मेडिकल विशेषज्ञ ब्रांड एंबेसडर बनने की बजाय सुबुतों को समझने और व्याख्या करने वाला हो। उनकी भूमिका केवल यह बताना नहीं है कि दवा क्या कर सकती है, बल्कि यह बताना भी है कि किस इस्की जरूरत नहीं है, क्या अनिश्चितताएं हैं, क्या-क्या बुरे असर और लागत है, कितने समय तक वास्तव में इलाज की जरूरत है, और दवा के बगैर कौन से उपचार ढंग का महत्व कायम है। कॉर्पोरेट स्वास्थ्य क्षेत्र में दवाएं तेजी से मुख्य भूमिका में आ रही हैं।

ये चिंताएं लंबे समय से चली आ रही हैं। 2018 में, समीरन नंदी, केशव देशिराजु और संजय नागराल ने 'स्वास्थ्य सेवा रक्षक या भक्षक? भारत में स्वास्थ्य सेवाओं में भ्रष्टाचार' नामक पुस्तक संपादित की थी। इसमें हितों का टकराव, कॉर्पोरेट अस्पतालों के तौर-तरीके, दवा उत्पादक कंपनियों का प्रभाव, मेडिकल नियमन और व्यावसायिक नैतिकता की जांच की गई थी। आज भी इसकी प्रासंगिकता चिंताजनक है। चिकित्सा जगत ने बार-बार इस समस्या की शिनाख्त तो की, लेकिन सुधार सीमित ही रहा।

कमजोर नियमन मुख्य समस्या है। भारत में डॉक्टरों के लिए नैतिकता संहिता और दवा उत्पादन की मार्केटिंग का नियंत्रण करने वाले नियम हैं। रेफरल कमीशन, गलत प्रोत्साहन और व्यापारिक प्रभावों के नाना तरीकों पर रोक है। फिर भी, क्रियाव्यवण एक समान नहीं और अक्सर कार्रवाई शिकायतों या घोटालों के बाद होती है, न कि व्यवस्थित निगरानी के जरिए। जब क्रियाव्यवण ही अनिश्चित हो, तो नैतिक संहिता का कोई खास मतलब नहीं। फिर भी, भारत में हम दिखावे पर ज्यादा ध्यान देते हैं। 2022 में, राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग ने मेडिकल पढ़ाई शुरू करने वाले छात्रों के लिए नई 'चरक शपथ' की

देश में स्वास्थ्य सेवाओं के बढ़ते कॉर्पोरेटीकरण से नैतिक संकट उपजा है। मुनाफे की सोच से जहां डॉक्टर-मरीज संबंधों पर असर पड़ा, वहीं मेडिकल नैतिकता पर भी। दवा कंपनियों और संस्थानों का दबाव है। प्राथमिकता डॉक्टरी पेशे की स्वायत्तता और मरीज का हित हो।

भारतीय निजी स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र पिछले चार दशकों में बने सामाजिक और नैतिक संकट का सामना कर रहा है। इसकी शुरुआत अस्पताल क्षेत्र में कॉर्पोरेट घरानों के प्रवेश से हुई और विदेशी प्रत्यक्ष निवेश, वैचर कैपिटल एवं निजी निवेश से इसने रफ्तार पकड़ी। यह संकट ढांचागत है। निजी स्वास्थ्य सेवा के विकास ने ऐसी व्यवस्थाएं बनाई हैं, जिनमें डॉक्टरों से अस्पतालों, दवा कंपनियों और संबंधित हितधारकों के लिए मुनाफा कमाने की अपेक्षा की जाती है। उपचार निर्णय, जोकि रोगी की जरूरत से निर्धारित होना चाहिए, उस पर व्यावसायिक प्रोत्साहनों और चिकित्साकरण का प्रभाव हावी हो गया है। इस परिवर्तन ने डॉक्टर-रोगी संबंध को बदल डाला। चिकित्सक अब मात्र स्वतंत्र पेशेवर नहीं रह गया जो रोगी के प्रति जवाबदेह हो। कई डॉक्टर नैतिक बने हुए हैं और कई कॉर्पोरेट अस्पताल भी उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा प्रदान कर रहे हैं, तथापि 'प्रोत्साहन रूपी लालच' पेशेवर आजादी कायम रखना मुश्किल कर देता है। मसलन कॉर्पोरेट अस्पतालों में डॉक्टरों को वेतन तो मिलता है, लेकिन मालिकों की अपेक्षा होती है कि वे अधिकाधिक कमाई कर दिखाएं, रोगी संख्या बढ़ाएं, जांच, भर्ती और इलाज प्रक्रियाओं में अधिक मुनाफा बनवाएं। भारत में स्वास्थ्य सेवा के कॉर्पोरेटीकरण पर एक शोध में उपार्जन लक्ष्य, डॉक्टरों सलाह को अस्पताल भर्ती में परिवर्तित करने या एक-दो दिन वाले इलाज को लंबा खींचने को दबाव बनाने और घटती स्वायत्तता को दर्ज किया है।

ऐसे रंग-ढंग ने 'अच्छे' डॉक्टर की परिभाषा बदल दी है। जो चिकित्सक मरीजों को नेक डॉक्टरी सलाह देते हैं, बीमारी पर सावधानी भरा इंतजार करने की सलाह देते हैं या किसी महंगी प्रक्रिया से बचने की सलाह देते हैं, वे अधिक टेस्ट और उपचार करवाने वाले डॉक्टर की तुलना में कम पैसा कमाते हैं। एक बार जब व्यावसायिक उत्पादकता कार्य क्षमता का पैमाना बन जाए तो नेक इरादे वाले डॉक्टर भी मरीजों के हितों के विपरीत 'प्रोत्साहनों' के लालच में फंस सकते हैं। कई चिकित्सकों का इलाज के दाम तय करने,बिल बनाने या व्यावसायिक रणनीति पर दखल नगण्य होता है, इसलिए विशेषज्ञता तो है लेकिन घटती स्वायत्तता के साथ। दवा उत्पादन उद्योग में भी इसी किस्म की चिंताएं उपजी हैं। कंपनियां उत्तरोत्तर ऐसी रणनीतियां अपना रही हैं जिनसे बाजारीकरण और नेक चिकित्सा शिक्षा के बीच भेद करना मुश्किल हो रहा है। सम्मेलन, सलाहकार बोर्ड, वक्ता कार्यक्रम और आतिथ्य सत्कार जैसे तरीकों ने इस लकीर को धुंधला कर रखा है। दवा उत्पादकों के लिए बिज्जी संबंधी संहिता में उपहार, यात्रा और आतिथ्य सत्कार जैसी सुविधाओं से डॉक्टरों को प्रभावित करने संबंधी निर्देश हैं, फिर भी यह गोरखधंधा सूक्ष्म तरीकों से काम करता है। अस्पताल को निजी दवा विक्रेता दुकानें इस इकोसिस्टम का उदाहरण हैं। कई अस्पताल चुनिंदा ब्रांडों से भरी आंतरिक फार्मसियां संचालित करते हैं, डॉक्टरों को वहां रखी दवाएं ही लिखने को कहा जाता है। इससे

सिफारिश की। मकसद इसे नए चिकित्सकों को ऐतिहासिक रूप से दिलाई जाने वाली 'हिप्पोक्रेटिक शपथ' की जगह लेना था। हालांकि, दोनों सेवा व मरीज की भलाई को चिकित्सा पेशे के केंद्र में रखती हैं। पर शपथ तब दिखावा बनकर रह जाती है जब युवा डॉक्टर ऐसी जगह ट्रेनिंग लेते हों जहां व्यापारिक ध्येय, हितों का टकराव और गैर-जरूरी दखल का सामान्यीकरण हो चुका है। शपथ से ज्यादा अहम है कि क्या संस्थान चिकित्सक को सिद्धांतों के अनुसार इलाज करने देते हैं। अन्य घटनाओं ने भी इन दबावों को बढ़ाया। देश में विशेषज्ञता वाली चिकित्सा शिक्षा तेजी से बढ़ने के मद्देनजर भारत खुद को मेडिकल टूरिज्म के मुकाम के तौर पर रख रहा है। दोनों के फायदे हैं, लेकिन इनसे अस्पताल नेटवर्क की आर्थिक ताकत ज्यादा मजबूत हो सकती है। विशेषज्ञता वाले डॉक्टर आधारभूत ढांचा, रोग पहचान तंत्र, मरीज प्रवाह और अपनी व्यावसायिक पहचान के लिए संस्थानों पर निर्भर हो रहे हैं, जिससे क्लिनिक आधारित इलाज से कमाई की ताकत घट रही है। मकसद पुराने दौर को बढ़िया बताकर पेश करना नहीं। स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र में सदा ही धन, पदानुक्रम और हितों का टकराव बना रहा है। न ही कॉर्पोरेट अस्पताल और न ही दवा उत्पादक कंपनियां अपने आप में अनैतिक होती हैं। चिंता यह है कि स्वास्थ्य सेवा का मतलब अब ज्यादातर दवाएं, टेस्ट, सर्जिमेंट्स, प्रोसीजर और ज्यादा खर्च बन गया है। डॉक्टर ऐसी चीजें सही ठहराने लगे हैं जिनको बहुत ज्यादा जरूरत नहीं, और मरीजों को ऐसे इलाज भुगताने पड़ते हैं। अनिवार्य प्रश्न है कि क्या व्यापारिक लाभ चिकित्सकीय निर्णयों के अधीन बने रहें या उन पर हावी हो जायें।

सभी तरह की शपथ का ध्येय है- चिकित्सा का वजुद सर्वप्रथम मरीज के हित में हो। पेशेवर आजादी, सही इलाज और जनता के भरोसे के लिए इस सिद्धांत को बनाए रखना जरूरी है। जब मरीजों को शक हो जाए फिर परीक्षणों, दवा की पर्ची, इलाज प्रक्रिया में किसी ओर के पास भेजने या उपचार क्रिया के पीछे छिपे आर्थिक मकसद हैं, तो इससे डॉक्टरों की नैतिक साख कमजोर होती है और स्वास्थ्य देखभाल मंडी सरीखा व्यापार बन जाता है।

सम्पादकीय विपक्ष का विचित्र रवैया



राहुल गांधी ने विपक्षी नेताओं संग मार्च निकालकर सुप्रीम कोर्ट में जो याचिका दायर की थी, उस पर सुनवाई इसलिए नहीं हो सकी, क्योंकि उसमें अनेक कमियां मिलीं। इनके दूर होने के बाद उनकी याचिका पर तो सुनवाई होगी ही, इसी के साथ मतदाता सूचियों को शुद्ध करने की प्रक्रिया यानी एसआईआर पर दायर अन्य याचिकाओं पर भी। यह भी तय है कि राहुल गांधी ने अपनी याचिका में जिन बिंदुओं का उल्लेख किया है, उन पर भी सुप्रीम कोर्ट विचार करेगा। इसके बाद राहुल और उनके साथियों को सुनवाई की प्रतीक्षा करनी चाहिए, लेकिन वे धरना-प्रदर्शन के साथ शक्ति प्रदर्शन भी कर रहे हैं। वे इसे जारी रखने की भी बात कर रहे हैं।

आखिर ऐसे में राहुल गांधी के यह कहने का क्या मतलब कि उन्हें सुप्रीम कोर्ट पर भरोसा है, क्योंकि वे तो उसके फैसले की प्रतीक्षा करने को तैयार ही नहीं। क्या वे यह चाहते हैं कि सुप्रीम कोर्ट उनके हिसाब से निर्णय दे या फिर उनकी दिलचस्पी उन बिंदुओं पर उसकी राय जानने की है ही नहीं, जो उन्होंने अपनी याचिका में उठाए हैं? यह प्रश्न इसलिए, क्योंकि वे अंतिम लक्ष्य पाने तक चैन से न बैठेंगे की बात कर रहे हैं और यह संकेत देने में संकोच भी नहीं कर रहे हैं कि उनका अंतिम लक्ष्य मुख्य चुनाव आयुक्त समेत मोदी सरकार को हटाना है। क्या वे यह काम सड़कों पर उतरकर और यह झूठ फैलाकर करना चाहते हैं कि लोकतंत्र खत्म हो गया है? लोकतंत्र में तो सत्ता परिवर्तन चुनाव के जरिये होता है। क्या राहुल गांधी अन्य कोई तरीका आजमाना चाह रहे हैं?

राहुल गांधी एसआईआर को वोट चोरी का नाम देकर न केवल जनता को गुमराह करने की कोशिश कर रहे हैं, बल्कि उसके विरोध में लोकतांत्रिक तौर-तरीकों से इतर रास्ता भी अपना रहे हैं। इसके लिए वे एसआईआर की कमियों, जटिलताओं और उसके चलते लोगों को हो रही परेशानी को अपनी ढाल बना रहे हैं। अब जब वे झूठ को भी बनाकर उसे आग में डालने का काम कर रहे हैं, तब फिर चुनाव आयोग को यह सुनिश्चित करना होगा कि कोई भी पात्र मतदाता झूटने न पाय।

इसके लिए एसआईआर प्रक्रिया तब तक जारी रहनी चाहिए, जब तक चुनाव नहीं आ जाते। उसकी ओर से लोगों को अपना सही विवरण और दस्तावेज देने के लिए जो पत्र जारी होते हैं, उन्हें नोटिस का नाम देने से कुछ ऐसा संदेश निकलता है कि उनका नाम वोटर लिस्ट से कटने का रहा है। संदेश तो यह जाना चाहिए कि एसआईआर के जरिये उन्हें उनका नाम वोटर लिस्ट में दर्ज कराने की सुविधा दी जा रही है। चुनाव आयोग को जितना ध्यान अपात्र लोगों को वोटर लिस्ट से बाहर करने पर देना चाहिए, उतना ही पात्र लोगों को मतदाता बनाने का। इससे ही लोगों का भरोसा बढ़ेगा और वे विपक्ष के बहकावे में आने से बचेंगे।

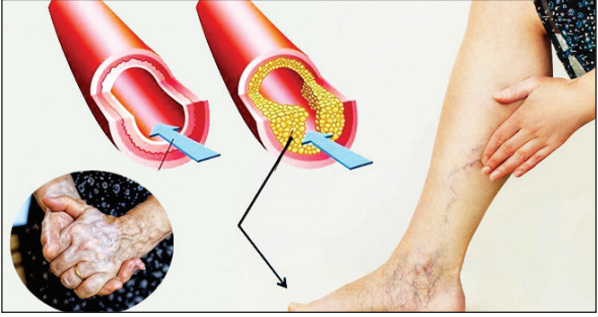
नसों में ब्लॉकेज होने पर दिखते हैं यह लक्षण

आपने सुना होगा कि हमारे शरीर में नसों का जाल फैला हुआ है। ये अलग-अलग तरह की नसों आपके शरीर के सभी अंगों तक खून और जरूरी पोषक तत्वों को पहुंचाने का काम करता है। इन नसों में किसी तरह की परेशानी होने पर आपके शरीर के कई अंग प्रभावित हो सकते हैं। साथ ही इससे स्ट्रोक, ब्रेन फंक्शन में परेशानी और अन्य नसों संबंधित परेशानियां हो सकती है। नसों की ब्लॉकेज के कई कारण हो सकते हैं जैसे स्मोकिंग, कोलेस्ट्रॉल, फैट या किसी तरह की गंदगी जमा होने के कारण आपको नसों में सूजन और दर्द की दिक्रत हो सकती है। इससे आपको नसों के अनेक अंगों से परेशानी हो सकती है।

छाती या सीने में दर्द महसूस होना

कई बार आपने काम करने के दौरान या ऐसे भी महसूस किया होगा कि आपको सीने या छाती में दर्द का अनुभव होता है। कई बार सोते समय या अधिक दूर तक काम के दौरान भी आपको सीने के लेप्ट साइड में दर्द का अनुभव होता है।

ये दर्द कभी-कभार हार्ट अटैक का संकेत भी हो सकता है। नसों के जाम या ब्लॉक हो जाने पर आपको हार्ट अटैक का खतरा भी हो सकता है। इसके अलावा दिल की घबराहट, कमजोरी या चक्कर



आना, जी मिचलाना या पसीना आना जैसी समस्याएं हो सकती है।

पीठ के निचले हिस्से में दर्द

नसों की ब्लॉकेज के कारण कई लोगों को पीठ के निचले हिस्से में भी दर्द की समस्या हो सकती है। ब्लॉकेज के कारण पीठ के निचले हिस्से में ब्लड सर्कुलेशन की दिक्रत की वजह से डिस्क कमजोर हो सकती है। साथ ही कई बार शरीर का निचला हिस्सा सूखने या सूजन के कारण फूलने लगता है। इससे आपको नसों के दर्बने की दिक्रत हो सकती है।

स्ट्रोक का खतरा

नसों के ब्लॉक होने पर आपको हार्ट स्ट्रोक की दिक्रत हो सकती है। इसे भी आप ब्लॉकेज के एक लक्षणों में से एक मान सकते हैं। इससे आपको ब्रेन तक जाने वाली नसें जाम हो जाती है और ब्लड सर्कुलेशन के कमी के कारण आपको परेशानी बढ़ सकती है।

ऑक्सीजन के अभाव में मस्तिष्क की कोशिकाओं को काफी नुकसान पहुंचता है। कई बार आपको बेहोशी और थकान का अनुभव भी हो सकता है।

सांस लेने में तकलीफ

नसों में फैट या ब्लॉकेज जमा होने के कारण आपको सीने में तेज दर्द के साथ सांस लेने में भी तकलीफ हो सकती है। दरअसल फैट या ब्लॉकेज के कारण नसों में गंदगी जमा हो जाती है और इसकी वजह से ब्लड फ्लो कम हो जाता है और ऑक्सीजन की कमी होने के कारण आपके फेफड़ों को ऑक्सीजन की आपूर्ति नहीं हो पाती है। साथ ही आपको अंदर से कमजोरी और लेप्ट साइड में दर्द का अनुभव हो सकता है।

थकान और नौंद की कमी

कई लोगों को नसों में ब्लॉकेज के कारण थकान और नौंद की कमी का अनुभव हो सकता है। इसकी

वजह से आप छोटा-बड़ा काम करके भी थक जाते हैं और सोते समय भी आपकी हृदय की गति तेज हो सकती है और साथ ही बेचैनी का अनुभव भी हो सकता है। अगर आपको भी ऐसे लक्षण लंबे समय से नजर आ रहे हैं, तो आपको तुरंत अपने डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।

हाथ-पैर ठंडा होना

अगर आपके हाथ-पैर बराबर ठंडे रहते हैं और हाथ-पैर में हमेशा दर्द की शिकायत रहती है। अच्छे से सोने के बाद भी आपको शरीर में दर्द की शिकायत रहती है, तो आपको इन चीजों को बिल्कुल इग्नोर नहीं करना चाहिए। यह आपके शरीर में नसों की ब्लॉकेज का कारण हो सकता है।

कारण

आपके नसों और धमनियों में ब्लॉकेज के कई कारण हो सकते हैं। ऐसा स्मोकिंग, शराब पीने, डायबिटीज, कोलेस्ट्रॉल, तनाव, मोटापा और हाई ब्लड प्रेशर की समस्याओं में भी हो सकता है। इससे नसों में गंदगी जमा हो सकती है या फिर नसों में सूजन के कारण भी ऐसा हो सकता है। जिसकी वजह से नसों में रक्त प्रवाह अच्छे से नहीं हो पाता है और ऑक्सीजन का प्रवाह भी प्रभावित होता है। शरीर में पोषक तत्वों की कमी की वजह से भी कमजोरी महसूस हो सकती है।

पतली-दुबली लड़कियां ऐसे बढ़ाएं वजन मसल्स और हड्डियों में आएगी मजबूती

अक्सर माना जाता है कि लड़कियां वजन कम करने को लेकर परेशानी रहती है लेकिन सच्चाई ये है कि कई लड़कियां अपने कम वजन को लेकर भी बहुत परेशान रहती हैं। कम वजन के कारण कई बार वे अपने पसंदीदा कपड़े नहीं पहन पाती है। साथ ही उनमें आत्मविश्वास की कमी भी देखने को मिलती है, जिसकी वजह से वह दूसरों से बात करने में भी झिझकती हैं। वजन बढ़ाने के लिए लड़कियां अधिक खाना या वसा से भरपूर खाना खाने की कोशिश करती हैं। ताकि तेजी से उनका वजन बढ़े लेकिन इससे आपकी मुसीबतें और बढ़ सकती है। क्योंकि केवल सही डाइट लेने से या डाइट में फैट की मात्रा बढ़ाने में आपका वजन तो बढ़ सकता है लेकिन शरीर सूखील नजर नहीं आता है। बल्कि ऐसे भोजन में आपका पेट निकल सकता है और हाथ-पैर के मसल्स बढ़ सकते हैं। लेकिन अगर आप स्वस्थ रूप से वजन बढ़ना चाहती है, तो आपको सही डाइट के साथ एक्ससाइज भी करने की जरूरत होती है।

प्रोटीन और कार्ब्स को शामिल करें : कई बार हम वजन बढ़ाने की कोशिश में सही डाइट को फाली नहीं करते हैं लेकिन पतली लड़कियों को वजन बढ़ने के लिए अपने आहार में प्रोटीन और कार्ब्स की मात्रा शामिल करनी चाहिए। प्रोटीन के लिए आप दूध, अंडे, सोयाबीन और चिकन आदि का सेवन कर सकते हैं। मसल्स गेन करने के लिए आप विटामिन बी12 से भरपूर खाद्य पदार्थ जैसे मटन, लीन मीट, पोल्ट्री, बीज, फलियां और नट्स को भोजन में शामिल कर सकते हैं।

हेल्दी श्रेक और स्मूदी पिएं : हाई कैलोरी स्मूदी और हेल्दी ड्रिंक्स की मदद से पतली



लड़कियां अपना वजन बढ़ा सकती है। ये न केवल आपका स्वास्थ्य रूप से वजन बढ़ाने में मदद करता है बल्कि शरीर को भरपूर पोषण भी प्रदान करता है। स्ट्रॉबेरी एवोकैडो स्मूदी और स्ट्रॉबेरी केला पीनट बटर स्मूदी कुछ उच्च कैलोरी वाली स्मूदी, जिनका सेवन आपके लिए फायदेमंद हो सकता है।

खाना पकाने के लिए स्वस्थ तेल का चुनाव : शरीर में प्रोसेस्ड तेल की मात्रा काफी नुकसान पहुंचा सकती है। वजन बढ़ाने के लिए लड़कियां स्वस्थ तेलों का चुनाव कर सकती है। आप चाहे तो ऑलिव ऑयल, नारियल तेल और एवोकाडो तेल का इस्तेमाल भी कर सकते हैं। इससे शरीर को भी काफी पोषण मिलता है।

व्यायाम करें : वजन बढ़ाने के लिए केवल अच्छा आहार लेना ही महत्वपूर्ण नहीं है बल्कि नियमित व्यायाम करना भी अहम होता है। यह अतिरिक्त कैलोरी की मदद से मांसपेशियों को बढ़ाने में मदद करता है। इससे शरीर टॉड होता है और आप आत्मविश्वास से भरे नजर आते हैं।



रोकने में मदद मिलती है। रोजाना संतरे का सेवन करने से ग्लोइंग बनती है।

रोजाना एक संतरा खाने से सेहत को होंगे यह बेहतरीन लाभ, मोटापा समेत कई गंभीर बीमारियां होंगी दूर

संतरा न केवल एक स्वादिष्ट फल है बल्कि हमारे सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। संतरे को सुपरफूड कहा जाता है क्योंकि इसमें ऐसे गुण मौजूद होते हैं जो स्वास्थ्य के लिए जरूरी होते हैं। संतरे में विटामिन सी, विटामिन ए, विटामिन बी, आयोडीन, कैल्शियम और मिनरल्स जैसे पोषक तत्व मौजूद होते हैं। रोजाना एक संतरा खाने या संतरे का जूस पीने से कई बीमारियों में लाभ होता है।

इम्यूनिटी बूस्ट होती है : रोजाना संतरा खाने से शरीर को इम्यूनिटी मजबूत होती है। इससे सर्दी जुकाम और अन्य संक्रमण को रोकने

में मदद मिलती है। संतरे में भरपूर मात्रा में विटामिन सी होता है जिससे शरीर की इम्यूनिटी बूस्ट होती है।

कैंसर से बचाव : संतरे में भरपूर मात्रा में एंटी ऑक्सिडेंट मौजूद होते हैं। इसमें बीटा कैरोटीन और एस्कॉर्बिक एसिड पाया जाता है जो कैंसर से बचाव करने में मदद करता है। रोजाना संतरा खाने से शरीर को प्रॉस्टैट्स से होने वाले नुकसान से बचाने में मदद मिलती है।

ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने में मदद : बीपी के मरीजों को रोजाना संतरे का सेवन करना चाहिए। इसमें कई ऐसे गुण पाए जाते हैं जो

ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में मदद करते हैं। संतरे का सेवन करने से ब्लड प्रेशर का स्तर कंट्रोल करने में मदद मिलती है।

आंखों की रोशनी बढ़ती है : संतरे का सेवन करना हमारी आंखों के लिए भी फायदेमंद माना जाता है। रोजाना संतरा खाने या संतरे का जूस पीने से आंखों की रोशनी बढ़ती है।

दिमाग की सेहत के लिए लाभकारी : संतरे को सुपर फूड भी कहा जाता है। रोजाना संतरा खाने से दिमाग की सेहत को लाभ होता है। इससे मस्तिष्क से संबंधित बीमारियां होने का खतरा कम होता है।

गठिया में फायदेमंद

गठिया के मरीजों के लिए संतरे का सेवन फायदेमंद होता है। यह शरीर में मौजूद यूरिक एसिड को कम करने में मदद करता है। रोजाना संतरे का सेवन करने से जोड़ों में सूजन और गठिया के रोग से राहत मिलती है।

बढ़ती उम्र के लक्षणों को रोकें

संतरा खाने से त्वचा पर भी निखार आता है। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन सी मौजूद होता है जिससे झुर्रियां और बढ़ती उम्र के लक्षणों को

मेघ

आज आपकी आय और व्यापार में वृद्धि होने के योग हैं। व्यापार में नए लाभदायक संपर्क होंगे। परिजनों और मित्रों के साथ हंसी-खुशी के पल बिताने का अवसर मिलेगा।

वृष

आज का दिन थोड़ी सी प्रतिकूलताओं से भरा रहेगा। स्वास्थ्य के संबंध में आपको विशेष ध्यान रखना होगा। बाहर खाने- पीने से बचें। नकारात्मक विचार मन पर हावी होंगे।

मिथुन

मन की दुविधाओं से आप में निर्णयशक्ति का अभाव होगा। तबीयत थोड़ी नर्म रहेगी। वाणी पर संयम बरतें अन्यथा वाद-विवाद के कारण स्वजनों के साथ मनमुटाव होगा।

कर्क

शारीरिक और मानसिक रूप से आज दिनभर प्रसन्न रहेंगे। व्यवसायिक क्षेत्र में काम की प्रशंसा होने से उत्साह भी बढ़ेगा। सामाजिक क्षेत्र में भी मान-सम्मान मिलेगा।

सिंह

आज का दिन अत्यंत सावधानीपूर्वक व्यतीत करने की सलाह दी जाती है। धर्म करने में धन लूटने जैसी परिस्थिति निर्मित होगी, इसलिए संभलकर रहें।

कन्या

अनुकूल परिस्थिति निर्मित होने पर आप सभी काम आज सरलतापूर्वक पूरा कर सकेंगे। मन में प्रसन्नता रहेगी। व्यापार-धंधे में आर्थिक लाभ प्राप्त कर सकेंगे।

तुला

आप कोई कहानी-कविता लिखने के लिए योजना बना सकते हैं। आज किसी सामाजिक या राजनीतिक चर्चा में भाग ले सकते हैं। नौकरीपेशा लोग कुछ अच्छा काम कर पायेंगे।

वृश्चिक

आज आप में शारीरिक और मानसिक स्फूर्ति और ताजगी का अभाव रहेगा। परिवार में कलेश, कलह का वातावरण रहने से आपका मन उदास रहेगा। अनिदा सताएगी।

धनु

आज आप आनंद, उत्साह और प्रसन्नता का अनुभव करेंगे। नए काम की शुरुआत लाभदायक साबित होगी। मित्रों, स्वजनों के साथ भोजन का आनंद उठाने का अवसर प्राप्त होगा।

मकर

आज का दिन आप धर्म, ध्यान तथा देवदर्शन में व्यतीत करेंगे। किसी तीर्थ स्थान पर जा सकते हैं। शारीरिक और मानसिक रूप से खुश रहेंगे। भाग्यवृद्धि के अवसर मिलेंगे।

कुंभ

आज नौकरीपेशा लोगों के लिए अत्यंत लाभदायक दिन है। नौकरी वालों को उनके काम में यश और सफलता मिलेगी। परिवारिक वातावरण अच्छा रहेगा।

मीन

सामाजिक और सार्वजनिक क्षेत्र में लाभ मिलेगा। दायित्वजीवन में परमसुख के पलों का अनुभव होगा। नए वस्त्र और आभूषणों की खरीदारी तथा पहनने का अवसर मिलेगा।

हर्षोल्लास के साथ मातृ सम्मेलन सम्पन्न



जिस

तारानगर (नवयत्न)। स्थानीय श्री जगन्नाथ कंदोई बालिका उच्च माध्यमिक आदर्श विद्या मंदिर में आज हर्षोल्लास के साथ मातृ सम्मेलन संपन्न हुआ। कार्यक्रम के दौरान माताओं के लिए विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं, प्रश्नोत्तरी और विचार प्रकटीकरण सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें सभी माताओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। विचार प्रकटीकरण सत्र में माताओं ने बच्चों के सर्वांगीण विकास और संस्कारों में परिवार की भूमिका पर अपने विचार साझा किए। सम्मेलन में मुख्य अतिथि के रूप में एसडीएम प्रियंका कड़ैला उपस्थित रहीं। कार्यक्रम में सामाजिक कार्यकर्ता नीना देवी एवं भामाशाह परिवार से विमी देवी की विशेष गरिमामय उपस्थिति रही। इस अवसर पर विद्यालय की प्रधानाचार्या, मातृ भारती की समस्त सदस्याएं, प्रबंध समिति के पदाधिकारी तथा विद्यालय का पूरा स्टाफ उपस्थित रहा। कार्यक्रम के अंत में विजेता माताओं को प्रोत्साहित किया गया और आभार व्यक्त किया गया।

87 वर्षीय महिला ने किए अपने नेत्रदान



जिस

बीदासर (नवयत्न)। कस्बे में पहली बार नेत्रदान हुआ। 87 वर्षीय संधारा साधिका किरण देवी सुराणा के संधारा पूर्वक देवलोकगमन के बाद परिजनों ने नेत्रदान की स्वीकृति देकर अनुकरणीय पहल की। तैरापंथ युवक परिषद, बीदासर की प्रेरणा से हुए इस नेत्रदान से किसी दृष्टिहीन के जीवन में रोशनी आने की उम्मीद जगी है। किरण देवी ने सलेखना के कर 72वें और तिबिहार संधारे के 50वें दिन संधारा पूर्वक देवलोकगमन किया। इसके बाद उनके बेटे नरेश सुराणा, बेटी बरखा पुगलिया सहित समस्त सुराणा परिवार ने नेत्रदान के लिए सहमति दी। सरदारशहर से पहुंची नेत्रदान टीम ने प्रक्रिया संपन्न करवाई। इस दौरान तैरापंथ युवक परिषद के अध्यक्ष चिराग बेगानी, मंत्री रोहित बछावत, कोषाध्यक्ष आलोक छाजेड़, एबीटीवाईपी समिति सदस्य पारस बैद और नेत्रदान प्रभारी लोकेश सेठिया मौजूद रहे। तैयुप के नेत्रदान प्रभारी रितिक बोथरा ने बताया कि यह बीदासर का पहला नेत्रदान है।

कन्या पूजन कार्यक्रम 17 को तैयारी को लेकर बैठक आयोजित



अबूबकर बल्लू

लाडनू (नवयत्न)। नगर की प्रतिनिधि संस्था लाडनू विकास संस्थान के तत्वावधान में नवरात्रा के अवसर पर इस वर्ष भी कन्या पूजन का कार्यक्रम आयोजन होगा। संस्था अध्यक्ष डॉ शंकर आकाश ने बताया कि कार्यक्रम की तैयारी को लेकर एक विशेष बैठक का आयोजन रेलवे स्टेशन के सामने स्थित वीर हनुमान मंदिर में वरिष्ठ समाजसेवी बिनोद पटवारी की अध्यक्षता में आयोजन किया गया। जिसमें निर्णय लिया गया कि सर्व समाज की कन्याओं का पूजन कार्यक्रम 17 अक्टूबर को जैन विश्व भारती रोड स्थित भैया बगीची हनुमान मंदिर में श्याम 4 बजे आयोजित होगा। जिसमें इसमें नौ दुर्गा, चौंसठ योगिनी एवं बाबा भैरवनाथ की पूजा होगी। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम में किसी भी प्रकार का चंदा या अर्थ संग्रह नहीं किया जाएगा। बल्कि कन्या पूजन करने वाले व्यक्ति स्वयं अपने हाथों से कन्याओं को दी जाने वाली सामग्री समर्पित करेंगे। इसके अलावा इस कार्यक्रम में नवरात्रा में निराहार तपस्या तथा जैन धर्म की अठाई व मासखमण की तपस्या करने वाले लोगों का भी सम्मान किया जाएगा। कार्यक्रम में नशा मुक्ति संकल्प एवं कन्या धृण हत्या विरोधी शपथ दिलाई जाएगी। कार्यक्रम में आसपास के क्षेत्र से काफी संख्या में लोग भाग लेंगे तथा समितियां बनाकर लोगों को प्रभार सौंपा गया है। कार्यक्रम में गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

मूर्ति की स्थापना व भंडारा आयोजित



नवयत्न वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ के स्थानीय चौधरी मुकी धाम में श्री बालाजी मंडल के तत्वावधान में रोशन गिरी महाराजा के सान्निध्य में संतोषगिरी महाराज टॉफी वाले बाबा की पुण्यतिथि पर पंडित सुरेश डिवडानिया व गजेन्द्र महर्षि की पूजा अर्चना के साथ आज बुधवार को संतोष गिरी महाराज की मूर्ति स्थापना की गई। इस अवसर पर महाआरती की गई व सैंकड़ों साधु-संतोष ने भंडारे का प्रसाद ग्रहण किया। वहीं रात्रि को आयोजित जागरण में पारशनाथ, शोभासर व सुरजनाथ, शिव गोरक्ष आश्रम गंगल जाहेड़ा सहित कई भजन गायककारों द्वारा भजनों की प्रस्तुति से देह रात्रि तक श्रोताओं को बांधे रखा। इस अवसर पर मस्तीगिरी बाबा, राजगिरी महाराज, गोपाल गिरी महाराज, प्रह्लाद सोनी, श्रवणनाथ काछवाल, मदनलाल पिपलवा, दिनदयाल सोनी, मुरारीदान चारण, राकेश गुजर गोड़, खुशाल ठेकेदार, रामकुमार शर्मा, मोहनलाल जोशी सहित कई गणमान्यजन उपस्थित थे।

पंचायत राज चुनाव को लेकर भाजपा की बैठक आयोजित

नवयत्न वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में आगामी पंचायत समिति सदस्य एवं जिला परिषद सदस्य के चुनाव को लेकर भाजपा ने अपनी तैयारियां तेज कर दी हैं। इसी क्रम में पंचायत समिति चुनाव प्रभारी एडवोकेट सुमन शेखावत, सुजानगढ़ पंचायत समिति चुनाव प्रभारी कैप्टेन घनश्याम सिंह एवं पूर्व विधायक अभिनेश महर्षि ने भाजपा के प्रमुख पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं की बैठक लेकर चुनावी तैयारियों की समीक्षा की तथा आगामी चुनावों में जीत हासिल करने को लेकर विस्तृत चर्चा की। बैठक में विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले सुजानगढ़ पंचायत समिति के ब्लॉक में पंचायत राज चुनाव की तैयारियों को लेकर भी विचार-विमर्श किया गया। भाजपा



पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने आगामी चुनाव में पार्टी की जीत सुनिश्चित करने के लिए अपने-अपने सुझाव साझा किए।

एडवोकेट सुमन शेखावत ने कहा कि आगामी पंचायत राज चुनाव में भाजपा की जीत सुनिश्चित करने के लिए सभी पदाधिकारियों एवं

कार्यकर्ताओं को एकजुट होकर काम करना होगा। कैप्टेन घनश्याम सिंह ने कहा कि चुनाव में सफलता के लिए संगठन की

महाप्रज्ञ सभागार का लोकार्पण एवं हीरावत अभिनंदन समारोह आयोजित

नवयत्न वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ में महात्मा गांधी राजकीय विद्यालय पंडितपुर प्रांगण में भोजराज हीरावत परिवार द्वारा निर्मित नवनिर्मित महाप्रज्ञ सभागार का लोकार्पण एवं भामाशाह छत्र सिंह हीरावत का अभिनंदन समारोह का आरंभ मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन से आरंभ हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि अभिनेश महर्षि एवं विधायक ने शिक्षा सुधार से विकसित भारत की संकल्पना के बारे में विस्तार से बताया और भामाशाह जोधराज बैद एवं छत्र सिंह हीरावत को शिक्षा की नींव के पत्थर के रूप में परिभाषित किया। बैद और हीरावत ने अपने उद्बोधन में विद्यालयों के विकास के लिए



हरसंभव आर्थिक सहयोग का संकल्प दोहराया। मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी संतोष महर्षि ने भामाशाहों के प्रति राज्य सरकार की ओर से आभार प्रदर्शित किया। मंजू हीरावत ने जीवन शैली पर आधारित गीत प्रस्तुत किया। कार्यक्रम को नगरपालिका अध्यक्ष सुनील शर्मा, चतुर्भुज गोस्वामी,

ब्लॉक शिक्षा अधिकारी संदीप व्यास, रामावतार शर्मा एवं कुलदीप व्यास ने भी संबोधित किया। इस अवसर पर युवक संघ पंडितपुर तथा विद्यालय परिवार की ओर से छत्र सिंह हीरावत का अभिनंदन किया गया। कार्यक्रम में भोजराज हीरावत परिवार के समस्त महिला पुरुष

सदस्य, युवक संघ अध्यक्ष विनोद चौमाल, जुगराज हीरावत, भानु प्रकाश ईंदौरिया, अशोक गौड़, ओमप्रकाश महर्षि, मुरलीधर महर्षि, नरेंद्र सांकृत्य, रामधन महर्षि, सुनील कम्मा, गोपाल पारीक आदि गणमान्यजन उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन युवक संघ सचिव भीष्म महर्षि ने किया।

माँ करणी के जयकारों से गूंजा आबड़सर, 105 श्रद्धालुओं का जत्था देशनोक रवाना

ललित दाधीय

राजलदेसर (नवयत्न)। श्री करणी नवयुवक मंडल संघ, आबड़सर के नेतृत्व में बुधवार को प्रातः सवा 7 बजे 15वीं देशनोक पैदल यात्रा का भव्य शुभारंभ हुआ। माँ करणी के जयकारों और डीजे पर भजनों की धुन के बीच करीब 105 श्रद्धालुओं का पैदल संघ देशनोक धाम के लिए रवाना हुआ। यात्रा को लेकर श्रद्धालुओं में खासा उत्साह और भक्तिभाव देखने को मिला।

यात्रा प्रारंभ होने से पहले श्रद्धालुओं ने माँ करणी का स्मरण कर मंगल कामना की। इसके बाद हाथों में धर्म ध्वजा लिए श्रद्धालु जय माँ करणी के जयघोष करते हुए देशनोक की ओर आगे बढ़े। संघ की ओर से श्रद्धालुओं की सुविधा को ध्यान में रखते हुए यात्रा मार्ग में रहने, भोजन, पानी सहित आवश्यक व्यवस्थाएं की गई हैं।



यात्रा के दौरान श्रद्धालुओं की सेवा एवं सुविधा के लिए संघ के सदस्य व्यवस्थाओं में जुटे हुए हैं। श्री करणी नवयुवक मंडल संघ का यह जत्था 18 अक्टूबर को ससमी के पावन अवसर पर माँ करणी के जन्मोत्सव के दिन देशनोक धाम पहुंचेगा। यहां

श्रद्धालु माँ करणी के दरबार में हाजिरी लगाकर दर्शन करेंगे तथा परिवार, समाज और क्षेत्र की सुख-समृद्धि एवं खुशहाली की कामना करते हुए माँ का आशीर्वाद प्राप्त करेंगे। इस अवसर पर गजराज सिंह, रोहिताश सिंह, रघुवीर सिंह, रविंद्र सिंह, पंकज

शर्मा, सरदीप सिंह, सुभाष सेन, महिलापाल सिंह, भवानी सिंह, रोबिन सिंह, विजेंद्र सिंह, राजेश प्रजापत, हड़मान सिंह, संजय सिंह शेखावत, रूपेश सिंह, अर्जुन सिंह एवं नारायण सुथार सहित बड़ी संख्या में श्रद्धालु पैदल यात्रा में शामिल हैं।

कांग्रेस नेता सैनी ने जन्मदिन पर दी अनूठी मिसाल, बांटे 51 हेलमेट



जिस

तारानगर (नवयत्न)। तारानगर में लगातार बढ़ रहे सड़क हादसों के बीच कांग्रेस नेता मानसिंह सैनी ने अपने 50वें जन्मदिन पर एक अनूठी और प्रेरणादायक पहल की है। सैनी ने अपना जन्मदिन केक काटने की बजाय सड़क सुरक्षा को समर्पित करते हुए 51 हेलमेट का वितरण किया। साहवा रोड स्थित चंगाई चौराहे पर आयोजित कार्यक्रम में मानसिंह सैनी ने बिना हेलमेट दुपहिया वाहन चला रहे वाहन चालकों को रोक-रोक कर हेलमेट वितरित किए और उन्हें यातायात नियमों के प्रति जगरूक किया। मानसिंह सैनी ने कहा कि क्षेत्र में पिछले कुछ महीनों में सड़क हादसों में कई युवाओं की

जान गई है। ज्यादातर हादसों की वजह हेलमेट न पहनना है। उन्होंने कहा जन्मदिन पर फिजूल खर्च करने से बेहतर है किसी की जान बचाई जाए। मेरा संदेश है- जान है तो जहान है, बिना हेलमेट घर से बाहर न निकलें। उन्होंने आमजन और अधिभावकों से भी अपील की कि वे अपने बच्चों को बिना हेलमेट वाहन न चलाने दें और खुद भी हेलमेट पहनने की आदत डालें। इस मौके पर पालिका ईओ अजय प्रताप सिंह, यातायात प्रभारी सुरजाराम, सुमेरसिंह, कांस्टेबल कलुराम, हरलाल, पार्षद बाबू हुसेन कुरेशी, बुद्धि खां लुहार, बलदेव सैनी, साजिद टाक, शरीफ लुहार, धनेश सैनी सहित कांग्रेस के कई कार्यकर्ता व स्थानीय लोग मौजूद रहे।

निजी अस्पतालों और लैब की बनेगी डिजिटल आईडी आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन के तहत 30 अक्टूबर तक चलेगा विशेष सघन ड्राइव अभियान

सपना शर्मा

सीकर (नवयत्न)। आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन के तहत जिले में निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल व्यवस्था से जोड़ने के लिए 15 से 30 अक्टूबर तक विशेष सघन ड्राइव अभियान चलाया जा रहा है। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ अशोक महरिया ने बताया कि अभियान के दौरान निजी प्रैक्टिस करने वाले डॉक्टरों एवं अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों की एचपीआईडी (हेल्थकेयर प्रोफेशनल आईडी) बनाई जाएगी। वहीं पात्र निजी अस्पताल, क्लीनिक, फॉर्मसी, लैब और सोनोग्राफी सेंटर भी आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन के तहत डिजिटल स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित जानकारी के डिजिटल प्रबंधन को बढ़ावा दिया जा सकेगा। विभाग का प्रयास है कि जिले के अधिक से अधिक पात्र निजी स्वास्थ्य संस्थान और स्वास्थ्य पेशेवर अभियान के दौरान डिजिटल व्यवस्था में पंजीकृत हों। उन्होंने बताया कि अभियान के तहत निजी स्वास्थ्य संस्थानों एवं स्वास्थ्य पेशेवरों को पंजीकरण प्रक्रिया की जानकारी उपलब्ध कराने तथा तकनीकी समस्याओं

फैसिलिटी आईडी) बनाई जाएगी। इसके माध्यम से निजी स्वास्थ्य संस्थानों और उनमें सेवाएं देने वाले स्वास्थ्य पेशेवरों को आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन को डिजिटल व्यवस्था से जोड़ा जाएगा। अभियान के दौरान निजी चिकित्सा संस्थानों में एचएमआईएस (हॉस्पिटल मैनेजमेंट इंफॉर्मेशन सिस्टम) सॉफ्टवेयर का एडॉप्शन भी सुनिश्चित कराया जाएगा। एचएमआईएस के माध्यम से अस्पतालों में स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित जानकारी के डिजिटल प्रबंधन को बढ़ावा दिया जा सकेगा। विभाग का प्रयास है कि जिले के अधिक से अधिक पात्र निजी स्वास्थ्य संस्थान और स्वास्थ्य पेशेवर अभियान के दौरान डिजिटल व्यवस्था में पंजीकृत हों। उन्होंने बताया कि अभियान के तहत निजी स्वास्थ्य संस्थानों एवं स्वास्थ्य पेशेवरों को पंजीकरण प्रक्रिया की जानकारी उपलब्ध कराने तथा तकनीकी समस्याओं

डिजिटल स्वास्थ्य व्यवस्था को मिलेगा विस्तार
सीएमएचओ डॉ महरिया ने बताया कि वर्तमान समय में स्वास्थ्य सेवाओं में डिजिटल तकनीक की भूमिका लगातार बढ़ रही है। ऐसे में जिले के निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को एबीडीएम से जोड़ना महत्वपूर्ण है। अभियान के माध्यम से पंजीकरण प्रक्रिया को गति देने के साथ पात्र संस्थानों को डिजिटल सुविधाओं को अपनाने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। विभाग की ओर से निजी स्वास्थ्य संस्थानों से अभियान के दौरान सक्रिय रूप से भाग लेने और निर्धारित अवधि में आवश्यक पंजीकरण प्रक्रिया पूरी करने का आग्रह किया जा रहा है। जिले में निजी स्वास्थ्य संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल व्यवस्था से जोड़ने की प्रक्रिया पूरी होने के बाद एबीडीएम के तहत डिजिटल स्वास्थ्य सेवाओं के नेटवर्क को और विस्तार मिलेगा।

के समाधान के लिए स्वास्थ्य भवन से जानकारी ली जा सकती है। संबंधित संस्थानों और स्वास्थ्य पेशेवरों को डिजिटल पंजीकरण से जुड़ी प्रक्रिया के बारे में आवश्यक जानकारी उपलब्ध कराई जाएगी। तकनीकी स्तर पर आने वाली समस्याओं के समाधान के लिए भी सहायता प्रदान की जाएगी। उन्होंने बताया कि एबीडीएम के तहत निजी स्वास्थ्य क्षेत्र को

डिजिटल व्यवस्था से जोड़ना अभियान का प्रमुख उद्देश्य है। निजी अस्पतालों, क्लीनिक, फार्मसी, लैब और सोनोग्राफी सेंटर सहित पात्र स्वास्थ्य संस्थानों की डिजिटल पहचान तैयार होने से स्वास्थ्य क्षेत्र में डिजिटल रिकॉर्ड और सेवाओं को बढ़ावा देने में मदद मिलेगी। इसी तरह स्वास्थ्य पेशेवरों की एचपीआईडी तैयार होने से उन्हें भी डिजिटल हेल्थ इकोसिस्टम से जोड़ा जा सकेगा।

रामलीला में राम-जानकी विवाह का प्रसंग, लक्ष्मण-परशुराम संवाद ने बांधा समां



निखं

जयपुर (नवयत्न)। आदर्श नगर स्थित श्रीराम मंदिर में चल रही रामलीला में पुष्प वाटिका, गिरिजा पूजन, धनुष यज्ञ, लक्ष्मण-परशुराम संवाद और श्रीराम-जानकी विवाह की लीलाओं का मंचन किया गया। कलाकारों ने प्रभावशाली अभिनय के माध्यम से रामायण के प्रसंगों को जीवंत कर दिया। समिति के सचिव अनिल खुराना ने बताया कि गुरु विश्वामित्र की आज्ञा पाकर भगवान श्रीराम और लक्ष्मण पुष्प

लेने वाटिका पहुंचे। इसी दौरान माता सीता अपनी सखियों के साथ गिरिजा पूजन के लिए वहां आईं। सीता जी ने लता की ओट से भगवान श्रीराम के दर्शन किए और माता गौरी के मंदिर में प्रार्थना की कि उन्हें श्रीराम पति के रूप में प्राप्त हों। माता गौरी ने उन्हें आशीर्वाद दिया। इसके बाद मिथिला में सीता स्वयंवर का प्रसंग प्रस्तुत किया गया। स्वयंवर की शर्त भगवान शिव के धनुष पिनाक पर प्रत्यंचा चढ़ाने की थी। अनेक राजा-महाराजाओं ने धनुष उठाने का प्रयास किया,

लेकिन सफल नहीं हो सके। अंत में गुरु विश्वामित्र की आज्ञा से भगवान श्रीराम ने धनुष उठाया और प्रत्यंचा चढ़ाते समय वह भंग हो गया। इसके साथ ही सभा मंडप जय श्रीराम के उद्घोष से गुंज उठा। इसके बाद लक्ष्मण-परशुराम संवाद की लीला का मंचन हुआ। समिति के सचिव अनिल खुराना ने बताया कि गुरुवार को मंथरा-कैकेयी संवाद, दशरथ-कैकेयी संवाद, कौशल्य-श्रीराम संवाद और श्रीराम वन गमन की लीलाओं का मंचन किया जाएगा।

रोडियम पॉलिश की दुकान में नकबजनी करने वाला इनामी चोर गिरफ्तार

निखं

जयपुर (नवयत्न)। माणकचौक थाना पुलिस ने जौहरी बाजार के गोपाल का रास्ता स्थित रोडियम पॉलिश की दुकान में हुई नकबजनी का खुलासा करते हुए 10 हजार रुपए के इनामी आरोपी मोहम्मद मोसिन उर्फ लूंगी और चोरी का माल खरीदने वाले कबाड़ी संजय महरचंदानी को गिरफ्तार किया है। पुलिस आरोपियों की निशानदेही पर चोरी का माल बरामद करने के प्रयास कर रही है।

पुलिस उपायुक्त करण शर्मा ने बताया कि 20 जून को राजधानी रोडियम के संचालकों ने दुकान में चोरी की रिपोर्ट दर्ज कराई थी। दुकान शनिवार रात 9:30 बजे बंद की गई थी और रविवार को अवकाश था। सोमवार सुबह 10 बजे दुकान खोलने पहुंचे तो पीछे की खिड़की की जाली टूटी मिली। सीसीटीवी फुटेज की जांच में सामने आया कि रविवार शाम 5:20 से 5:37 बजे के बीच चोर दुकान में घुसे थे। आरोपी करीब 6 से 7 किलो चांदी का सामान और सोने की पॉलिश किए हुए लगभग 25 से 30 किलो तांबे के तार चोरी कर ले गए थे। जिस पर थानाधिकारी राकेश ख्यालिया के नेतृत्व में गठित टीम ने तकनीकी



विश्लेषण और मुखबिरों की सूचना के आधार पर मोहम्मद मोसिन उर्फ लूंगी 26 निवासी कटिहार विहार हाल शास्त्री नगर जयपुर और उसका साथी संजय महरचंदानी 41, निवासी कंवर नगर सुभाष चौक जयपुर को गिरफ्तार किया।

पुलिस पूछताछ में सामने आया कि मोसिन नशे का आदी है और साथी अशरफ के साथ कचरा बीनेने की आड़ में सूनी दुकानों व

मकानों की रैंकी करता था। बाजारों में रविवार को कम भीड़ का फायदा उठाकर वारदात करते और पकड़े जाने से बचने के लिए चोरी का सामान छोटे कबाड़ियों को बेच देते थे। पुलिस के अनुसार, दोनों आरोपी पहले भी कई बार जेल जा चुके हैं। जानकारी के अनुसार मोहम्मद मोसिन उर्फ लूंगी की गिरफ्तारी के लिए 10 हजार रुपए का इनाम घोषित था।

पुलिसकर्मियों के व्यवहार में सकारात्मक बदलाव के लिए तीन दिवसीय प्रशिक्षण आज से

निखं

जयपुर (नवयत्न)। राजस्थान पुलिस के अधिकारियों और कर्मचारियों के व्यवहार, कार्यशैली तथा नागरिकों के प्रति दृष्टिकोण में सकारात्मक बदलाव लाने के उद्देश्य से 15 से 17 अक्टूबर तक तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। पॉजिटिव बिहेवियर इन पुलिसिंग विषय पर होने वाला यह प्रशिक्षण जयपुर के सांगानेर स्थित आईआईएएमआर यूनिवर्सिटी में आयोजित होगा। कार्यक्रम का आयोजन उदय पारीक एचआरडी रिसर्च फाउंडेशन की ओर से किया जा रहा है। पुलिस महानिदेशक राजीव कुमार शर्मा उद्घाटन सत्र में शामिल होंगे। अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस प्रशिक्षण राघवेंद्र सुहास ने बताया कि 15 अक्टूबर को सुबह 9:30 बजे प्रतिभागियों के पंजीकरण के साथ कार्यक्रम शुरू होगा। सुबह 10 बजे फाउंडेशन के चेयरमैन अपूर्व कुमार स्वागत उद्घोधन करेंगे। इसके बाद पूर्व डीजीपी एम.के. देवरान प्रशिक्षण कार्यक्रम की रूपरेखा प्रस्तुत करेंगे। सुबह 10:15 बजे डीजीपी राजीव कुमार शर्मा उद्घाटन संबोधन देंगे। आईआईएएमआर यूनिवर्सिटी के अध्यक्ष पी.आर. सोडाणी धन्यवाद जातिप करेंगे। सुबह 11 बजे डीजीपी मीडिया को भी रूबरू होंगे। प्रशिक्षण के पहले दिन खुद को जानें, खुद का नेतृत्व करें विषय पर आत्म-जागरूकता, व्यावसायिक पहचान, नैतिक मूल्यों और सकारात्मक मानसिकता के विकास पर जोर दिया जाएगा। साथ ही समस्या-केंद्रित पुलिसिंग

के बजाय पुलिसकर्मियों की क्षमताओं और सकारात्मक पक्षों पर आधारित कार्यशैली अपनाने पर चर्चा होगी। दूसरे दिन दबाव की परिस्थितियों में पुलिसिंग विषय के तहत कार्यस्थल के तनाव को समझने, भावनात्मक परिस्थितियों में संयम बनाए रखने, प्राथमिकताएं तय करने और नागरिकों के प्रति सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार विकसित करने का प्रशिक्षण दिया जाएगा। नाराज शिकायतकर्ताओं और कठिन संवाद की स्थितियों से निपटने के लिए भूमिका-अभिनय तथा समूह अभ्यास भी होंगे। तीसरे दिन प्रशिक्षण में मिली सीख को व्यवहार में उतारने पर ध्यान दिया जाएगा। प्रभावी संवाद, सक्रिय रूप से सुनने, आपसी संबंध मजबूत करने और नागरिकों के साथ विश्वास कायम करने के व्यावहारिक तरीके बताए जाएंगे। प्रशिक्षण के समापन पर व्यक्तित्व और इकाई स्तर की कार्ययोजनाएं तैयार कर सकारात्मक बदलाव के लिए प्रतिबद्धता जताई जाएगी। वहीं कार्यक्रम में व्याख्यान के साथ केस स्टडी, भूमिका-अभिनय, समूह अभ्यास, आत्म-चिंतन और सहकर्मियों से सुझाव लेने जैसी गतिविधियां होंगी। इनका उद्देश्य वास्तविक परिस्थितियों में पुलिसकर्मियों की संवाद शैली, निर्णय क्षमता और व्यवहार को बेहतर बनाना है। प्रशिक्षण के दौरान पुलिसकर्मों अपनी क्षमताओं को पहचानने, दबाव में बेहतर प्रदर्शन करने, नागरिकों की समस्याओं को समझने और थानों में अधिक सकारात्मक एवं नागरिक-केंद्रित वातावरण विकसित करने के तरीके सीखेंगे।

पर सरकारी ई-मेल के लॉगिन विवरण बिकने और

लीक होने के मामले आए हैं। सरकारी ई-मेल का उपयोग विभागीय पत्राचार के साथ राजस्थान एसएसओ और अन्य महत्वपूर्ण सरकारी सेवाओं में भी होता है। ऐसे में लॉगिन विवरण लीक होने से गोपनीय दस्तावेजों और सरकारी डिजिटल संसाधनों तक अनधिकृत पहुंच का खतरा बढ़ जाता है। पुलिस के अनुसार कई कर्मचारी शॉपिंग, सोशल मीडिया, कैब बुकिंग और गेमिंग ऐप पर खाते बनाने के लिए सरकारी ई-मेल आईडी का इस्तेमाल करते हैं। यदि इन खातों पर भी सरकारी ई-मेल वाला ही पासवर्ड रखा जाता है, तो किसी निजी मंच का डेटा लीक होने पर सरकारी खाते की सुरक्षा भी खतरे में पड़ सकती है। इससे एसएसओ, सेकलैन और राजस्वेन जैसे सरकारी डिजिटल संसाधनों में मौजूद संवेदनशील सूचनाओं

100 कुंडीय अयुतचंडी महायज्ञ एवं श्रीमद् देवी भागवत कथा में उमड़ रहा श्रद्धा का सैलाब

श्रीराज तिवाड़ी

नोखा (नवयत्न)। धर्मनगरी नोखा में चातुर्मास सत्संग समिति की ओर से अंतर्राष्ट्रीय संत पूज्य दण्डी स्वामी ब्रह्मानंद सरस्वती महाराज के सान्निध्य में आयोजित भव्य चातुर्मास महोत्सव एवं धार्मिक अनुष्ठान के तहत मणिद्वीप महातीर्थ क्षेत्र में श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ रही है। राजकीय बाबा छोटूनाथ विद्यालय परिसर में आयोजित 100 कुंडीय अयुतचंडी महायज्ञ, श्रीमद् देवी भागवत कथा और काशी की तर्ज पर हो रही महाआरती श्रद्धालुओं के आकर्षण का केंद्र बनी हुई है। 11 अक्टूबर को भव्य मंगल कलश यात्रा के साथ धार्मिक आयोजन ने विशेष गति पकड़ी। विशाल पांडाल में अंतर्राष्ट्रीय संत डॉ गुणप्रकाश चैतन्य महाराज प्रतिदिन दोपहर 3 से शाम 6 बजे तक श्रीमद् देवी भागवत कथा का रसपान करवा रहे हैं। कथा के दौरान आचार्य आदर्श महाराज, वृंदावन, व्यासपीठ के समीप बैठकर श्रीमद् देवी भागवत का मूल पाठ कर रहे हैं।

हर घर-परिवार अंशदान देकर बने आयोजन का भागीदार

कथा व्यास डॉ गुणप्रकाश चैतन्य महाराज ने श्रद्धालुओं से आह्वान किया कि नोखा में हो रहा यह विशाल धार्मिक आयोजन पूरे समाज का है। उन्होंने आयोजन के लिए चातुर्मास सत्संग समिति की सराहना करते हुए कहा कि प्रत्येक सनातनी परिवार को अपनी सामर्थ्य के अनुसार अंशदान देकर इस आयोजन का सहभागी बनना चाहिए, चाहे अंशदान एक रुपये का ही क्यों न हो। महाराज ने कहा कि सामूहिक धार्मिक आयोजनों में सभी की सहभागिता से समाज में एकता और समर्पण की भावना मजबूत होती है। प्रत्येक व्यक्ति को अपनी श्रद्धा और सामर्थ्य के अनुसार योगदान देकर पुण्य लाभ प्राप्त करना चाहिए।

100 कुंडीय महायज्ञ में आहुतियों का क्रम जारी

मणिद्वीप महातीर्थ क्षेत्र में 150 गुणा 150 फुट क्षेत्र में विशाल यज्ञशाला का निर्माण किया गया है। यहां 100 यज्ञ कुंडों में देश के विभिन्न क्षेत्रों से आए 251 विद्वान आचार्य एवं ऋत्विज वैदिक विधि-विधान से आहुतियां दे रहे हैं। यज्ञ का आयोजन प्रतिदिन प्रातः 8 से 11 बजे और दोपहर 3 से शाम 6 बजे तक किया जा रहा है। आयोजक समिति

फर्जी ट्रैडिंग और आईपीओ में मुनाफे का लालच देकर ठगी करने वाला गिरफ्तार

निखं

जयपुर (नवयत्न)। ऑनलाइन

ट्रेडिंग, शेयर बाजार और आईपीओ में भारी मुनाफे का लालच देकर 61.77 लाख रुपए की साइबर ठगी के मामले में राजस्थान पुलिस की साइबर क्राइम शाखा ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस जांच में सामने आया कि ठगी की रकम में से पांच लाख रुपए आरोपी के बैंक खाते में ट्रांसफर हुए थे। यह राशि एटीएम और आईएमपीएस के माध्यम से निकाली गई थी। अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस साइबर क्राइम विजय कुमार सिंह ने बताया कि परिव्रादी ने 23 जनवरी 2025 को स्टेट साइबर क्राइम पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई थी। परिव्रादी गुगल पर शेयर बाजार और आईपीओ में निवेश के विकल्प तलाश रहा था। इसी दौरान वह विकास कैपिटल नामक ऑनलाइन निवेश पोर्टल के संपर्क में आया। यहां भारतीय और अमेरिकी शेयर बाजार के साथ आईपीओ में निवेश पर आकर्षक और सुनिश्चित मुनाफे का लालच दिया गया। आरोपियों ने व्हाट्सऐप और टेलीग्राम के जरिए लिंक



बैंक खाते में आए थे। बैंक स्टेटमेंट के अनुसार 16 और 17 जनवरी को यह रकम एटीएम और आईएमपीएस के जरिए निकाली गई। पुलिस के मुताबिक आरोपी दिल्ली के एक अन्य मामले में गिरफ्तार होकर जेल में बंद था। संबंधित न्यायालय से प्रोटेक्शन वॉरंट प्राप्त कर उसे पूछाछाड़ और अनुसंधान के लिए जयपुर लाया गया। बैंक खाते का इस्तेमाल ठगी की रकम प्राप्त करने और निकालने में होने के आधार पर उसे इस मामले में सुजीत दिनकर पाटील को गिरफ्तार किया गया।

पारिवारिक संकट दूर करने का झांसा देकर महिला से सोने के कड़े टगने वाला सरगना गिरफ्तार

निखं

जयपुर (नवयत्न)। विद्याधर नगर थाना पुलिस ने गणेश पार्क के पास एक महिला से सोने के कड़े टगने के मामले में अंतर्राज्यीय गिरोह के कथित सरगना मोहम्मद आबिद को उत्तर प्रदेश के मेरठ से गिरफ्तार किया है। आरोपी कड़ैथ थाने का हिस्ट्रीशीटर है। पुलिस के अनुसार, उसके खिलाफउत्तर प्रदेश और दिल्ली में चोरी, नकबजनी, आर्म्स एक्ट और ठगी के 15 से अधिक मामले दर्ज हैं। पुलिस उपायुक्त करण शर्मा ने बताया कि एक महिला ने रिपोर्ट दर्ज कराई थी कि वह घर के बाहर गणेश पार्क के पास घूम रही थी। इस दौरान दो लोगों ने उसे रोककर पारिवारिक समस्याएं दूर करने का झांसा दिया और उसके हाथों से सोने के दो कड़े उतरवा लिए। इसके बाद दोनों आरोपी फरार हो गए।

वहीं इस मामले की जांच के लिए थानाधिकारी सज्जन कुमार के नेतृत्व में विशेष टीम गठित की गई। पुलिस ने घटनास्थल के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों के फुटेज खंगाले और आरोपियों के आने-जाने के रास्तों का पता लगाया। तकनीकी जांच में उनकी लोकेशन मेरठ में मिलने पर पुलिस टीम वहां पहुंची और मुख्य आरोपी मोहम्मद आबिद 38 निवासी किठौर जिला मेरठ को गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में आरोपी ने साथी अमीर उर्फकल्लू के साथ वारदात करना स्वीकार किया है। पुलिस के अनुसार गिरोह के सदस्य अकेली महिलाओं को निशाना बनाते थे। वे पारिवारिक समस्याओं और दोष दूर करने का झांसा देकर महिलाओं का विश्वास जीतते और उनसे गहने उतरवा लेते थे। इसके बाद महिलाओं को आंखें बंद कर कुछ दूर चलने के लिए कहकर गहने लेकर फ्फार हो जाते थे।

यदि सरकारी ई-मेल आईडी किसी शॉपिंग या सोशल मीडिया ऐप पर इस्तेमाल की गई है, तो उस ऐप की प्रोफाइल से इसे हटाकर व्यक्तिगत ई-मेल आईडी दर्ज करें। पुलिस ने सरकारी ई-मेल का पासवर्ड अन्य खातों पर इस्तेमाल नहीं करने, निजी खातों की रिकवरी के लिए सरकारी ई-मेल नहीं देने, सरकारी दस्तावेजों को निजी ई-मेल या व्यक्तिगत गुगल ड्राइव पर फॉरवर्ड नहीं करने और पासवर्ड या ओटीपी किसी से साझा नहीं करने की भी हिदायत दी है। किसी अनधिकृत ऐप को सरकारी खाते का एक्सेस देने से भी बचने को कहा गया है। सरकारी ई-मेल खाते के दुरुपयोग या किसी संदिग्ध गतिविधि की जानकारी तत्काल संबंधित आईटी हेल्पडेस्क या सुरक्षा संचालन केंद्र को दें।

व एसएसओ खाते पर बहु-स्तरीय प्रमाणीकरण सक्रिय करने को कहा गया है।

भंडारे, वाय और छाछ की निःशुल्क व्यवस्था

आयोजन में प्रतिदिन शाम को भंडारा लगाया जा रहा है। भगवान गणेश, मां भगवती और यज्ञशाला में यज्ञनारायण को भोग अर्पित करने के बाद प्रसाद श्रद्धालुओं, कार्यकर्ताओं और श्रमिकों को परोसा जाता है। परिसर में पूरे दिन निःशुल्क चाय की व्यवस्था भी की गई है। वहीं, लोटस डेयरी कंपनी की ओर से श्रद्धालुओं को निःशुल्क शीतल छाछ के पाउच वितरित किए गए।

देवी-देवताओं की सजीव झांकियां भी आकर्षण

यज्ञशाला के समीप नवमिर्मित कृटिया में विभिन्न देवी-देवताओं की सजीव झांकियां सजाई गई हैं। श्रद्धालु झांकियों के दर्शन कर रहे हैं और धार्मिक आयोजन में उत्साहपूर्वक भाग ले रहे हैं। आयोजक चातुर्मास सत्संग समिति के प्रहलाद मोहता, गिरधारी पारीक, दामोदर तिवाड़ी, नारायण राठी और पवन वांडक सहित अनेक कार्यकर्ता व्यवस्थाओं में जुटे हैं। बृज मोहन डागा, जुगल लोहिया, मेघराज लाहोटी, राजू बाहेती, ओमप्रकाश तिवाड़ी, रामेश्वर छीपा गोपाल मोहता और सुनील भट्टर सहित अन्य कार्यकर्ता भी सहयोग कर रहे हैं। समिति के मीडिया प्रभारी इन्द्र चंद मोदी ने प्रेस विज्ञप्ति जारी कर आयोजन को जानकारी दी।

74 वर्षीय बुजुर्ग को 10 दिन डिजिटल अरेस्ट रखकर ठगे 1.74 करोड़

जयपुर (नवयत्न)। वैशाली नगर थाना इलाके में साइबर ठगी का बड़ा मामला सामने आया है। शांति ठाों ने 74 वर्षीय जितेंद्र नाथ भार्गव को डिजिटल अरेस्ट के नाम पर 10 दिन तक गिरफ्तारी और संपत्ति जब्त करने का डर दिखाकर 1 करोड़ 74 लाख रुपए ठग लिए। आरोपियों ने खुद को प्रवर्तन निदेशालय का अधिकारी बताकर बुजुर्ग को मनी लॉन्ड्रिंग के मामले में फंसाने की धमकी दी। पीड़ित की शिकायत पर वैशाली नगर थाना पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वैशाली नगर थानाधिकारी अरविंद सिंह शेखावत ने बताया कि आरोपियों ने बुजुर्ग को कथित तौर पर कहा कि उनके बैंक खाते में गलत लेन-देन हुआ है और उनके खिलाफमनी लॉन्ड्रिंग का मामला दर्ज है। इसके बाद उन्हें अलग-अलग लोगों से वीडियो कॉल के जरिए जुड़वाया गया। एक व्यक्ति की मोबाइल स्क्रीन पर सुप्रिम कोर्ट दिखाई दे रहा था, जबकि दूसरे व्यक्ति की दिल्ली का डीजीपी बताकर बात करवाई गई। आरोपियों ने अलग-अलग पदों और संस्थाओं का नाम लेकर पीड़ित पर दबाव बनाया और कानूनी कार्रवाई का भय दिखाया। आरोपियों ने बुजुर्ग को लगातार निगरानी में रखने का डर दिखाया और किसी से बात नहीं करने दी। गिरफ्तारी तथा संपत्ति जब्त करने की धमकी देकर अलग-अलग लेन-देन के माध्यम से उनसे कुल 1 करोड़ 74 लाख रुपए ट्रांसफर करवा लिए। पीड़ित अपनी पत्नी के साथ रहते हैं। उनका बेटा सिंगापूर में रहता है, जबकि बेटा राजस्थान से बाहर रहती है। ठगी का अहसास होने पर जितेंद्र नाथ भार्गव ने अपने एक परिचित को पूरी घटना बताई।

आम सूचना

Namdev Finvest Ltd. शाखा सरदारशहर द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि श्रीमती मीनाक्षी पत्नी रामचंद्र ब्रह्मण निवासी गांव सिमसिया पुरोहितान, तहसील राजसलदेसर, जिला चूरू अपनी आवासीय जायदाद तादादी 571.20 वर्ग मीटर वाके गांव सिमसिया पुरोहितान, तहसील राजलदेसर, जिला चूरू जो की उक्त सम्पत्ति का पट्टा ग्राम पंचायत सिमसिया द्वारा मेघाराम पुत्र किशनाराम जाट के नाम से पट्टा नंबर 70, बुक नंबर 02, पट्टा दिनांकित 23.11.2010 तादादी 571.20 वर्ग मीटर का जारी शुदा है उक्त पट्टे का पंजीयन दिनांकित 03.08.2011 को हो चुका है तत्पश्चात मेघाराम पुत्र किशनाराम जाट ने उक्त पट्टा जायदाद जरिये विक्रय पत्र दिनांकित 13.08.2026 को प्राथिनी को विक्रय की है। उक्त जायदाद को प्राथिनी Namdev Finvest Ltd. शाखा सरदारशहर में रहन रख कर वित्तीय सहायता प्राप्त करना चाहती है। उक्त जायदाद का मूल पट्टा पट्टा नंबर 70 प्राथिनी से कही गुम हो गया है अगर किसी व्यक्ति विशेष के पास उक्त मूल पट्टा हो तो Namdev Finvest Ltd. शाखा सरदारशहर में जमा कर्वा देवे। अतः सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि उक्त सम्पत्ति संबंधित किसी बैंक वित्तीय संस्थान या किसी व्यक्ति विशेष को कोई उत्र आपत्ति या उक्त संपत्ति के स्वामित्व संबंधित कोई वाद विवाद हो तो अगले 07 दिवस में Namdev Finvest Ltd. शाखा सरदारशहर के ब्रांच मैनेजर अथवा ब्रांच अधिवक्ता भरत व्यास एडवोकेट को लिखित में सूचना दें बाद गुजरे मियाद दी गई आपत्ति अमान्य समझी जाएगी।
भरत व्यास एडवोकेट, मो. 78774 80007, 78774 70007

सार्वजनिक सूचना

प्रकरण संख्या 673/2013, विद्याधर सिंह व अन्य बनाम विकास व अन्य में माननीय अधिकरण के आदेश दिनांक 19.05.2026 के अनुपालन में श्री विद्याधर सिंह एवं श्रीमती शारदा देवी की 4,00,000/- प्रत्येक की FDRs श्री गंगाधर पुत्र श्री किशनलाल, निवासी तोगड़ा कला, जिला झुंझनू के नाम संशोधित/पुनर्निर्मित की जानी हैं।
अतः संबंधित FDR धारक इस सूचना के प्रकाशन से 15 दिवस के भीतर बैंक ऑफ बड़ौदा, कोलसिया शाखा में मूल FDR रसीदों सहित उपस्थित हों। अन्यथा बैंक माननीय अधिकरण के आदेशानुसार आवश्यक कार्यवाही करने हेतु स्वतंत्र होगा।

शाखा प्रबंधक

बैंक ऑफ बड़ौदा, कोलसिया शाखा

कार्यालय नगरपालिका मण्डल रींगस जिला-सीकर (राजस्थान)		
क्रमांक : नपासी/निर्माण/2026-27/510	दिनांक : 12.10.2026	
ई – निविदा सूचना/2026-27/21		
नगर पालिका रींगस द्वारा उपर्युक्त श्रेणी में पंजीकृत ठेकेदारों/फर्मों से 02 कार्यों हेतु ऑनलाईन निविदा ई-प्रोक्यूमेंट प्रक्रिया द्वारा अल्पकालीन ऑनलाईन निविदा आमंत्रित की जाती है। निविदा ऑनलाईन दिनांक 13.10.2026 से 20.10.2026 तक प्राप्त की जावेगी। कार्य का विवरण निविदा http://sppp.rajasthan.gov.in पर भी देखी जा सकती है एवं सभी कार्य की ऑनलाईन निविदा http://eproc.rajasthan.gov.in पर प्राप्त की जावेगी।		
NIB CODE -DLB2627A8594		
UBN NO. -DLB2627WSOB22014,DLB2627WSOB22016 है।		
राज.संवाद / 26 / 11869		
अधिसापी अधिकारी नगर पालिका रींगस		

आचार्य बालमुकुंद ने किया रामलीला के पोस्टर का विमोचन

20 अक्टूबर को गुप्त वृंदावन धाम में होगा मंचन



निसं

जयपुर (नवयत्न)। गुप्त वृंदावन धाम में 20 अक्टूबर को रामलीला एवं दशहरा महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। आयोजन के पोस्टर का विमोचन हवामहल विधायक आचार्य बालमुकुंद ने किया। विजयदशमी के अवसर पर होने वाली रामलीला में रामायण के अरण्यकांड का मंचन किया जाएगा। इसमें भगवान श्रीराम के वनवास काल के प्रमुख प्रसंगों को जीवंत रूप में प्रस्तुत किया जाएगा। आयोजन की खास बात यह है कि रामलीला का मंचन व्यावसायिक कलाकारों के बजाय गुप्त वृंदावन धाम से लंबे समय से जुड़े भक्त करेंगे। ये भक्त सरकारी और निजी क्षेत्रों में सेवाएं देने के साथ भगवान श्री राम की लीलाओं के मंचन के लिए भी समय समर्पित कर रहे हैं। इसके लिए पिछले चार महीने से धाम में नियमित अभ्यास किया जा रहा है। भक्त प्रभावशाली संवादएं अभिनय और भाव-भंगिमाओं के माध्यम से रामायण के प्रसंगों को मंच पर साकार करने की तैयारी कर रहे हैं।

बेकाबू रोडवेज बस ने दो कारों और स्कूटी को मारी टक्कर

निसं

जयपुर (नवयत्न)। मुरलीपुरा थाना इलाके में सीकर रोड पर खेतान हॉस्पिटल के सामने बुधवार दोपहर तेज रफ्तार रोडवेज बस ने दो कारों और एक स्कूटी को टक्कर मार दी। हादसे में स्कूटी सवार का पैर फ्रैक्चर हो गया। टक्कर इतनी तेज थी कि स्कूटी बस के आगे के टायर के नीचे आ गई। हादसे के बाद मौके पर अफरा-तफरी मच गई। मुरलीपुरा थानाधिकारी वीरेंद्र कुरील ने बताया कि दुर्घटना दोपहर करीब 2:45 बजे हुई। तेज रफ्तार बस ने पहले दो कारों को टक्कर मारी और फिर स्कूटी को अपनी चपेट में ले लिया। टक्कर से एक कार पीछे की तरफसे क्षतिग्रस्त हो गई, जबकि दूसरी कार और स्कूटी को भी नुकसान पहुंचा। स्कूटी बस के आगे के टायर के नीचे आ गई, जिससे स्कूटी सवार व्यक्ति के पैर में गंभीर चोट आई और उसका पैर टूट गया। हादसे के बाद मौके पर मौजूद लोगों ने बस को पकड़ लिया और पुलिस के हवाले कर दिया। सूचना मिलने पर मुरलीपुरा थाना पुलिस मौके पर पहुंची और दुर्घटनाग्रस्त वाहनों को थाने ले गई। पुलिस के अनुसार, बस चालक राकेश कुमार 30 निवासी श्रीमाधोपुर, से पृछ्छलाह की जा रही है। पुलिस हादसे के कारणों की जांच कर रही है।

जयपुर सेंट्रल जेल में बंदियों के बीच मारपीट, बोतल में पानी भरने से मना करने पर पीटा

निसं

जयपुर (नवयत्न)। लालकोठी थाना इलाके में स्थित जयपुर सेंट्रल जेल में बंदियों के बीच मारपीट का मामला सामने आया है। यहां पानी की बोतल भरने से मना करने पर दंडित बंदी सोनू उर्फ बंटी ने विचाराधीन बंदी कमलेश उर्फगोलू के साथ कथित तौर पर मारपीट कर दी। घटना को लेकर पीड़ित की शिकायत पर 13 अक्टूबर को लालकोठी थाने में मामला दर्ज किया गया है। थाना प्रभारी श्याम सुंदर ने बताया कि कमलेश उर्फ गोलू पुत्र मुजालाल ठोंक के कोतवाली थाना क्षेत्र का निवासी है और वर्तमान में जयपुर सेंट्रल जेल में बंद है। शिकायत के अनुसार, 8 अक्टूबर को दोपहर करीब 3 बजे कमलेश जेल में शौचालय के पास बैठा था। इसी दौरान सोनू उर्फबंटी वहां आया और उससे पानी की बोतल भरकर देने के लिए कहा। कमलेश ने मना किया तो आरोपी ने कथित तौर पर उसके साथ मारपीट कर दी। घटना के संबंध में कमलेश की ओर से शिकायत दिए जाने के बाद पुलिस ने मामला दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

कारखाने से बाल श्रमिक को मुक्त करा किया मालिक को गिरफ्तार

निसं

जयपुर (नवयत्न)। हरमाड़ा थाना पुलिस और मानव तस्करी विरोधी इकाई ने संयुक्त कार्रवाई करते हुए न्यू लोहा मंडी माचेडा स्थित एक कारखाने से बाल श्रमिक को मुक्त कराया है। पुलिस ने नाबालिग से खतरनाक काम करवाने के आरोप में कारखाना मालिक भीम राजभर 28 को गिरफ्तार किया है। पुलिस उपायुक्त प्रशान्त किरण ने बताया कि बालश्रम के खिलाफचलाए जा रहे अभियान के तहत हरमाड़ा थानाधिकारी बाबूलाल और मानव तस्करी विरोधी इकाई के प्रभारी रामशरण के नेतृत्व में विशेष टीम गठित की गई थी। टीम ने 13 अक्टूबर को न्यू लोहा मंडी, माचेडा स्थित डेलमोर्स वेंचर्स के प्लॉट नंबर 55, पर दबिशा दी। पुलिस के अनुसार कारखाने में नाबालिग से स्टील के सामान से छत पर लगाए जाने वाले वेंटिलेटर पंखे बनाने का खतरनाक काम करवाया जा रहा था। बच्चे ने पृछ्छलाह में बताया कि उससे सुबह से देर रात तक काम कराया जाता था और इसके बदले 13 हजार रुपए प्रतिमाह नकद दिए जाते थे। गलती होने पर उसे डांटने और प्रताड़ित करने की बात भी सामने आई। पुलिस के अनुसार, कारखाना मालिक बच्चे के स्वास्थ्य और सुरक्षा का ध्यान नहीं रख रहा था। पुलिस ने बाल श्रमिक को मुक्त करके प्रयास जेएससी सोसायटी के समन्वयक सईद खान के संरक्षण में सौंपा है, ताकि उसे बाल कल्याण समिति, गांधीनगर के समक्ष पेश किया जा सके। गिरफ्तार आरोपी भीम राजभर मूल रूप से उत्तर प्रदेश के अम्बेडकर नगर जिले का निवासी है और जयपुर में डेलमोर्स वेंचर्स में ठेकेदार के रूप में काम कर रहा था।

महिला पर्यटकों की तस्वीरें खींचने और फक्तियां कसने वाला गिरफ्तार

निसं

जयपुर (नवयत्न)। हवामहल के सामने देशी-विदेशी महिला पर्यटकों और बालिकाओं की बिना अनुमति तस्वीरें खींचने तथा अशोभनीय टिप्पणियां करने के मामले में कालिका पेट्रेलिंग यूनिट ने आरोपी फिरोज खान 40 को पकड़कर माणकचौक थाना पुलिस के हवाले किया। पुलिस के अनुसार, आरोपी के मोबाइल में कई महिला पर्यटकों की तस्वीरें मिलीं, जिन्हें टीम ने डिलीट करवाया। पुलिस उपायुक्त अनुष्ठा कालिया ने बताया कि पर्यटकों की बढ़ती आवाजाही को देखते हुए पर्यटन स्थलों, शैक्षणिक संस्थानों, छात्रावासों, पीजी, मॉल और भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों में महिलाओं की सुरक्षा के लिए कालिका पेट्रेलिंग यूनिट की गश्त और निगरानी बढ़ाई गई है। जिस पर कालिका टीम की सदस्य लक्ष्मी, ज्योति, राकेश और कपिल माणकचौक थाना क्षेत्र में गश्त कर रहे थे। इसी दौरान हवामहल के सामने एक व्यक्ति मोबाइल से आने-जाने वाली महिला पर्यटकों की तस्वीरें खींचता और उनके पास से गुजरने पर अशोभनीय टिप्पणियां करता दिखाई दिया।

आने वाली सर्दियों में चेहरे पर निखार लाने के लिए इस्तेमाल करें किचन में मौजूद ये चीजें

सर्दियों के मौसम में कई तरह की स्किन संबंधी समस्याएं होने लगती हैं। सर्द हवाओं के प्रभाव से त्वचा बहुत अधिक ड्राई हो जाती है। सर्दियों में त्वचा डल और बेजान नजर आने लगती है। ऐसे में लोग सर्दियों में होने वाली परेशानियों से बचने के लिए महंगे क्रीम और लोशन का इस्तेमाल करते हैं। लेकिन, बहुत ज्यादा क्रीम लगाने

एलोवेरा

एलोवेरा हमारी सेहत के साथ-साथ त्वचा और बालों के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। इसमें विटामिन ई, सी, बीटा कैरोटीन और एंटीऑक्सीडेंट्स भरपूर मात्रा में होते हैं। ये स्किन सेल्स को रिपेयर करने में मदद करता है और त्वचा को डैमेज होने से बचाता है। यह सर्दियों में त्वचा को ड्राईनेस भी कम करता है। एलोवेरा जेल के इस्तेमाल से चेहरे पर मुंहासे, दाग-धब्बे और फाइन लाइन्स की समस्या दूर होती है। एलोवेरा के ताजे पत्तों से जेल निकालकर अपने चेहरे पर लगाएं। इससे आपकी त्वचा निखरी और बेदाग नजर आएगी।

शहद

सर्दियों में ड्राई स्किन की देखभाल करने के लिए आप शहद का इस्तेमाल कर सकते हैं। शहद में मॉइस्चराइजिंग गुण होते हैं, जिससे त्वचा का रूखापन दूर होता है। इसके अलावा, शहद में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जिसे सूजन और लालिमा को दूर होती है। चेहरे पर शहद लगाने से झुर्रियों, मुंहासों और टैनिंग की समस्या भी दूर होती है। आप शहद में नारियल का तेल मिलाकर चेहरे पर लगा सकते हैं। आप होठों का रूखापन दूर करने के लिए भी शहद का इस्तेमाल कर सकते हैं। सर्दियों में चमकदार स्किन पाने के लिए शहद का इस्तेमाल बहुत फायदेमंद साबित हो सकता है।

सर्दियों में बालों को सॉफ्ट रखने के लिए लगाएं दालचीनी के ये हेयर मास्क

सर्दियां आते ही रुखे बालों की परेशानी शुरू हो जाती हैं। इसके साथ बालों का झड़ना, टूटना और दोमुंहे बालों की समस्या काफी ज्यादा होने लगती है। कई लोग इन समस्याओं से बचने के लिए कई तरह के प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल शुरू कर देते हैं। ये प्रोडक्ट्स कुछ दिन के लिए, तो सही रहते हैं। लेकिन नियमित इनका इस्तेमाल



नारियल तेल और दालचीनी हेयर मास्क बनाने का तरीका

इस हेयर मास्क को बनाने के लिए दोनों को मिलाकर मिश्रण तैयार करें। अब इस मिश्रण को स्कैल्प और बालों पर लगाकर अच्छे से मसाज करें। इस मास्क को बालों में आधे घंटे के लिए लगा रहने दें। उसके बाद हल्के गर्म पानी से बालों को वॉश करें। इस हेयर मास्क को बालों में 15 दिन में एक बार आसानी से लगाया जा सकता है। ये मास्क बालों को पोषण देकर बालों को बढ़ाने में मदद करेगा।

सामग्री

- 1 चम्मच दालचीनी का पाउडर
- 1 चम्मच नारियल का तेल
- 4 से 5 बूंद रोजमेरी एसेंशियल ऑयल

दालचीनी और कैस्टर ऑयल हेयर मास्क बनाने का तरीका

दालचीनी और कैस्टर ऑयल हेयर मास्क बनाने के लिए सभी सामग्री को मिलाकर गाढ़ा मिश्रण तैयार करें। फिर इस मिश्रण को बालों और स्कैल्प पर लगाकर मसाज करें। इस हेयर मास्क को बालों पर 30 मिनट तक लगा के रखें। उसके बाद बालों को शैंपू से वॉश करें। ये मास्क बालों को झड़ने से रोकने में मदद करेगा और बालों की ड्राईनेस दूर करेगा।

सामग्री

- 2 चम्मच दालचीनी पाउडर
- 3 चम्मच कैस्टर ऑयल

दालचीनी और शहद का हेयर मास्क बनाने का तरीका

दालचीनी और शहद का हेयर मास्क बनाने के लिए सभी चीजों को मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को बालों में 15 से 20 मिनट तक लगा के रखें। उसके बाद नॉर्मल पानी से वॉश करें। ये मास्क बालों को शाइन बनाने के साथ बालों को सॉफ्ट भी करेगा।

सामग्री

- 2 चम्मच दालचीनी पाउडर
- 1 चम्मच शहद
- 1 चम्मच ऑलिव ऑयल

की वजह से चेहरा चिपचिपा और काला नजर आ सकता है। इसके साथ ही, जरूरी नहीं है कि बाजार में मिलने वाले प्रोडक्ट्स आपकी स्किन को सूट करें। ऐसे में, आप किचन में मौजूद चीजों की मदद से स्किन की देखभाल कर सकते हैं। ये किचन इंग्रीडिएंट्स आपकी त्वचा को नेचुरल तरीके से मॉइस्चराइज करते हैं।



दूध

दूध हमारी सेहत के साथ-साथ स्किन के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। सर्दियों में रूखी-बेजान त्वचा से छुटकारा पाने के लिए आप कच्चे दूध का इस्तेमाल कर सकते हैं। दूध में प्रोटीन, फैट, विटामिन और मिनरल्स होते हैं, जिससे स्किन को पोषण मिलता है। चेहरे पर कच्चा दूध लगाने से कई फायदे मिलते हैं। चेहरे पर दूध लगाने त्वचा चमकदार और मुलायम बनती है। इसके लिए आप चेहरे पर कॉटन की मदद से कच्चा दूध लगाकर 10 मिनट के लिए छोड़ दें। इसके बाद पानी से चेहरे को धो लें। इसके अलावा, आप दूध में जैतून के तेल को 2-3 बूंदें मिलाकर भी लगा सकते हैं। सर्दियों में निखरी और मुलायम त्वचा के लिए यह एक बेहतरीन विकल्प है।

प्रेगनेंसी में अड़चन पैदा करते हैं ये फूड्स

प्रेगनेंसी महिला की जिंदगी का अहम समय होता है। कई बार, तो महिला नेचुरल तरीके से प्रेगनेंट हो जाती है। लेकिन कई बार खानपान की कमी, लाइफस्टाइल और गलत खानपान की वजह से प्रेगनेंसी प्लान करने में दिक्कत आती हैं। कई बार महिलाएं इस समस्या से परेशान होकर दवाइयों के सेवन करना शुरू कर देती हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं हमारे खानपान का सीधा असर हमारे प्रजनन क्षमता पर पड़ता है। अगर हम लगातार अनहेल्दी चीजों का सेवन करते रहते हैं, तो प्रेगनेंसी प्लान करने में दिक्कत हो सकती हैं। कई बार लाइफस्टाइल में कमी के कारण भी प्रेगनेंसी प्लान करने में दिक्कत हो सकती है।

प्रोसेस्ड फूड : ये, तो आपने हजारों बार सुना होगा कि प्रोसेस्ड फूड शरीर के लिए हानिकारक होता है। लेकिन क्या आप जानते हैं ये महिलाओं में प्रेगनेंट होने में भी अड़चन पैदा कर सकता हैं।



इन चीजों में कुछ ऐसे तत्व पाए जाते हैं, जो शरीर में सूजन पैदा करने के साथ मोटापे को भी तेजी से बढ़ाते है। ये फूड्स के नियमित सेवन से शरीर में सोडियम का लेवल काफी बढ़ जाता है। जिस कारण प्रेगनेंसी में दिक्कत आती है।

एल्कोहल के सेवन न करें : एल्कोहल के सेवन से प्रेगनेंसी में दिक्कत आ सकती है। क्योंकि एल्कोहल स्पर्म की गतिशिलता को कम कर देती है। जिससे

बच्चों को जरूर पिलाना चाहिए नारियल पानी, इसके ये खास फायदे

छोटे बच्चों के पेरेंट्स अक्सर उनके शारीरिक और मानसिक विकास सही तरीके से हो इसके लिए परेशान रहते हैं। पेरेंट्स बच्चों की डाइट में किसी भी तरह का बदलाव करने या किसी अन्य चीज को शामिल करने से पहले बहुत सारे सवाल पूछते हैं। इन्हीं सवालों में से एक है क्या छोटे बच्चों को नारियल पानी दिया जा सकता है? बच्चों को नारियल पानी देना बिल्कुल सुरक्षित है। नारियल पानी में पोटेसियम, मैग्नीज, विटामिन सी, कैल्शियम जैसे कई पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो बच्चों के विकास में मदद कर सकते हैं।

पाचन क्रिया को बनाता है बेहतर : छोटे बच्चों को अक्सर कब्ज, पेट में दर्द और उल्टी जैसी बीमारियां होती हैं। इन बीमारियों को नारियल पानी से दूर किया जा सकता है। नारियल पानी में हाई फाइबर पाया जाता है, जो पाचन क्रिया को सुधारने में मदद करता है। बच्चों को रोजाना नारियल पानी देने से ये बार-बार होने वाले एसिड रिफ्लक्स को कम करने में मदद करता है।

स्किन के लिए है फायदेमंद : नारियल पानी में एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-माइक्रोबियल और एंटीवायरल गुण पाए जाते हैं, जो स्किन को इंफेक्शन में बचाने में मदद करते हैं। बच्चों को नारियल पानी पिलाने से उनके स्किन का एक्स्ट्रा ऑयल खत्म करने में मदद मिलती है और उन्हें टीएनज में एक्ने और दाग-धब्बे कम होते हैं।



ओटमील

ओटमील का इस्तेमाल आमतौर पर नारते में किया जाता है। स्किन के लिए भी ओटमील बहुत फायदेमंद होता है। यह पोषक तत्वों से भरपूर होता है, जिससे त्वचा को पोषण मिलता है। आप सर्दियों में निखरी त्वचा पाने के लिए ओटमील का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसमें सैपोनिन होता है, जो एक नेचुरल व्लीजर के रूप में काम करता है। आप ओटमील में दूध मिलाकर चेहरे पर लगा सकते हैं। इससे त्वचा मॉइस्चराइज रहेगी और चेहरे पर निखार आएगा।

ऑलिव ऑयल

ऑलिव ऑयल यानि जैतून का तेल घरों में खाना पकाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन, आप अपनी स्किन के लिए भी ऑलिव ऑयल का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसमें एंटीऑक्सीडेंट और एंटीइंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो त्वचा के डैमेज सेल्स को रिपेयर करने में मदद करते हैं। यह त्वचा के लिए नेचुरल मॉइस्चराइजर का काम करता है। चेहरे पर ऑलिव ऑयल लगाने से त्वचा की नमी बरकरार रहती है और ववा चमकदार बनती है।

से पोषक तत्वों को खत्म भी कर देता हैं। डाइबिटीज होने पर प्रेगनेंसी प्लान करने में दिक्कत आ सकती हैं।

तनाव न लें : शरीर को हेल्दी रखने के लिए शारीरिक रूप के साथ मानसिक रूप में स्वस्थ होना भी जरूरी है। तनाव से बचने के लिए योग और मेडिटेशन करने की आदत डालें। तनाव से निपटने के लिए अपने मनपसंद म्यूजिक को सुनें। ज्यादा तनाव प्रेगनेंसी प्लान करने में दिक्कत कर सकता हैं।

इंफेक्शन से बचें : अगर आप भी प्रेगनेंसी प्लान कर रहे हैं, तो जिन फूड से इंफेक्शन होने का खतरा ज्यादा रहता हैं, उन्हें खाने से बचें।

जैसे मछली, कच्चा मांस, डेयरी प्रोडक्ट्स और सुशी आदि नहीं खाना चाहिए। ये फूड्स खाने से इंफेक्शन होने के साथ बच्चे का कम वजन बनने के कारण भी बन सकते हैं।



हड्डियों को बनाता है मजबूत : नारियल पानी में हाई कैल्शियम पाया जाता है, जो बच्चों की हड्डियों को मजबूत और हेल्दी बनाने में मदद कर सकता है। इसके साथ ही नारियल पानी के पोषक तत्व बच्चों के यूरिन इंफेक्शन को भी कम करने में मदद कर सकते हैं।

एनर्जी लेवल को बढ़ाता है : नारियल पानी में सोडियम और हेल्दी शुगर कंटेंट पाया जाता है। इन पोषक तत्वों की उच्च मात्रा से शरीर हाइड्रेट रहता है और पानी की कमी को

पूर्ति होती है। नियमित तौर पर बच्चों को नारियल पिलाने से उनके शरीर का एनर्जी लेवल बढ़ाने में मदद मिलती है।

पेट के कीड़ों को करता खत्म : कई बार छोटे बच्चों को अक्सर पेट में कीड़ों की समस्या हो जाती है। पेट के कीड़ों से निजात पाने में भी नारियल पानी मददगार साबित हो सकता है। पेट के कीड़ों को खत्म करने के लिए रोजाना सुबह नारियल पानी पिलाना चाहिए।

तिल में प्रोटीन, मिनरल्स, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन और कॉपर जैसे कई पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो दिमाग की ताकत बढ़ाते हैं। सर्दियों में रोजाना तिल का सेवन करने से याददाश्त कमजोर नहीं होती है।

कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मददगार : सर्दियों में तिल का सेवन करने से दिल की सेहत दुरुस्त रहती है। तिल का सेवन हमारे दिल के स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इसमें आयरन, मैग्नीशियम, सेलेनियम और जिंक जैसे पोषक तत्व मौजूद होते हैं, जो दिल को स्वस्थ रखने में मदद करते

जरूर खाएं तिल, सेहत को मिलेंगे ये जबरदस्त फायदे

आमतौर पर सभी घरों में तिल का इस्तेमाल तरह-तरह के व्यंजन बनाने के लिए किया जाता है। कई लोग खाना बनाने के लिए तिल के तेल का इस्तेमाल करते हैं। सर्दियों में तिल को तिल और गुड़ के लड्डू बनाए जाते हैं। तिल खाने में स्वादिष्ट होने के साथ-साथ हमारी सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। तिल दो तरह के होते हैं – सफेद तिल और काला तिल। ये दोनों ही तरह के तिल हमारे स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं। तिल में प्रोटीन, आयरन, विटामिन, ओमेगा 6, मैनीशियम और फॉस्फोरस जैसे कई

पोषक तत्व पाए जाते हैं। ये सभी पोषक तत्व हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। सर्दियों में तिल खाने से शरीर में गर्मी आती है और सेहत को कई लाभ मिलते हैं।

हड्डियां मजबूत बनती हैं : सर्दियों के मौसम में गठिया की समस्या काफी बढ़ जाती है। ऐसे में, तिल का सेवन करने से गठिया के मरीजों की तकलीफ कम हो सकती है। जोड़ों के दर्द से छुटकारा पाने के लिए तिल का सेवन फायदेमंद माना जाता है। तिल में

कैल्शियम और फॉस्फोरस जैसे पोषक तत्व मौजूद होते हैं, जो हड्डियों को

मजबूत बनाने में मदद करते हैं। सर्दियों में तिल का सेवन करने से जोड़ों के दर्द और सूजन से राहत मिलती है।

ब्लड प्रेशर कंट्रोल रहता है : हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों के लिए तिल का सेवन फायदेमंद साबित हो सकता है। दरअसल, तिल में मैग्नीशियम भरपूर मात्रा में होता है, जो ब्लड प्रेशर को कम करने में मदद करता है। सर्दियों में तिल का सेवन करने से ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने में मदद मिलती है।

दिमाग के लिए फायदेमंद : तिल का सेवन हमारे मस्तिष्क के स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद माना जाता है।

तिल में प्रोटीन, मिनरल्स, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन और कॉपर जैसे कई पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो दिमाग की ताकत बढ़ाते हैं। सर्दियों में रोजाना तिल का सेवन करने से याददाश्त कमजोर नहीं होती है।

कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मददगार : सर्दियों में तिल का सेवन करने से दिल की सेहत दुरुस्त रहती है। तिल का सेवन हमारे दिल के स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इसमें

आयरन, मैग्नीशियम, सेलेनियम और जिंक जैसे पोषक तत्व मौजूद होते हैं, जो दिल को स्वस्थ रखने में मदद करते

हैं। तिल का सेवन करने से कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल करने में भी मदद मिलती है। तिल में सेंसमिन और सेसमोलिन नामक तत्व मौजूद होते हैं। तिल का सेवन करने से दिल की मांसपेशियां मजबूत होती हैं और दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा कम होता है।

नींद अच्छी आती है : कई लोगों को सर्दियों में अनिद्रा की शिकायत हो जाती है। तिल का सेवन करने से अनिद्रा को शिकायत दूर करने में मदद मिलती है। दरअसल, तिल में कुछ ऐसे तत्व पाए जाते हैं, जो अच्छी नींद लाने में मदद करते हैं।

जिला अस्पताल को मिली दो व्हीलचेयर



नवयतन वर्मा

रतनगढ़ (नवयत्न)। रतनगढ़ के राजकीय जिला अस्पताल में मरीजों की सुविधा के लिए लुडो ग्रुप की ओर से दो व्हीलचेयर भेंट कीं। नर्सिंग ऑफिसर गौरीशंकर सैनी के आग्रह एवं प्रेरणा पर श्रवण कुमार प्रजापति ने यह सहयोग प्रदान लुडो ग्रुप द्वारा करवाया। पीएमओ डॉ. सुरेंद्र कुमार एवं डॉ. सुखवीर कखां के सानिध्य में व्हीलचेयर अस्पताल प्रशासन को सुपुर्द की गई। इस पहल से अस्पताल में आने वाले जरूरतमंद एवं चलने-फिरने में असमर्थ मरीजों को सुविधा मिलेगी। अस्पताल प्रशासन ने इस सहयोग के लिए लुडो ग्रुप एवं समाजसेवी श्रवण कुमार प्रजापति का आभार व्यक्त किया। इस दौरान ग्रुप के सदस्य नरेंद्र चौधरी, मुकेश नौहाल, लखन प्रजापत, तेजपाल जांगिड़, कोशल सैनी, छोट्टाराम सैनी, सुनील कंवल, समीर पटान, जावू खां, शेरू खां, मनीष सैनी एवं प्रदीप भोभारिया आदि उपस्थित थे।

नगरपरिषद में लगा सेवा सेतु अभियान शिविर



अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। सेवा सेतु अभियान 2026 के तहत वार्ड नं. 41 व 48 तक का शिविर नगर परिषद के वी.सी. रूम में आयोजित हुआ। आयुक्त महेन्द्र सिंह चारण ने बताया की कृषि भूमि पट्टे 3, पट्टा नवीनीकरण 1, 69, 2, लीज होल्ड से फ्री होल्ड पट्टे 1 पत्रावलिियों का मौके पर निस्तारण किया गया। यू.डी. टैक्स के आवेदन 1, जीवीपी. 5, सीवर कनेक्शन 3, नाली भरमत्त 1, जन्म-मृत्यु व विवाह पंजीयन पत्र 11, स्ट्रीट लाईट 15, ई.डब्ल्यू.एस. प्रमाण पत्र 1, पी.एम. स्व निधि 1, जन आधार अद्यतन, संशोधन, नये जोड़े गये सदस्य 7, वृक्षारोपण 45, जोड़े गये पेशनर्स की संख्या 3, शहरी रोजगार गारंटी योजनातन्तर्गत जॉबकार्ड 4, प्रकरण प्राप्त हुए, जिनको मौके पर निस्तारित किया गया। शिविर में सभापति मदनलाल गुलेरिया, पार्षद पुरुषोत्तम शर्मा, मनोज पारीक, दीनदयाल पारीक, ओमप्रकाश गुलेरिया, विजय कटारिया, भैराराम मेघवाल, कन्हैयालाल जाखड़ आदि ने उपस्थित होकर आमजन को शिविर का अधिक से अधिक लाभ लेने हेतु प्रेरित किया। इस मौके पर सहायक नगर नियोजक उदयसिंह, सहायक अभियंता चारवी, कनिष्ठ अभियंता कमलेश सावुनिया, कनिष्ठ लेखाकार ओमप्रकाश खीचड़ा, वरिष्ठ लिपिक गौतम पारीक, धनराज, फायरमैन बबीता मीणा, रामनिवास काला, देविका, रामनिवास जाट, प्रमोद विश्नोई, सुनील विश्नोई मुख्यमंत्री शहरी रोजगार गारंटी के जे.टी.ए. यतेन्द्र सिंह, लेखा सहायक सरिता बुडियायिए एम.आई.एस. मैनेजर कृष्ण कुमार शर्मा, रोजगार सहायक मनीषा व समस्त कम्प्यूटर ऑपरेटर नगर परिषद् तथा समाज कल्याण विभाग से महावीर प्रसाद तथा अन्य विभागों के कार्मिक उपस्थित रहे।

निःशुल्क शिक्षा अधिकार के बारे में बच्चों को दी जानकारी



अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। स्थानीय ताह्लुका विधिक सेवा समिति द्वारा राजकीय पीसीबी स्कूल में राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण चुरू के निर्देशानुसार दिनांक कानूनी साक्षरता व सवेदनीकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छोटे बच्चों को निःशुल्क शिक्षा की जानकारी प्रदान की गई और विद्यालय सरचना को मजबूती प्रदान करने पर चर्चा की गई। मुख्य अतिथि सिविल न्यायाधीश एवं न्यायिक मजस्ट्रेट विकास गजराज ने बच्चों को समझाया कि सुरक्षित स्थान, जहां सपनों को पंख मिलते हैं, के प्रति ध्यान दें। सूचना का अधिकार के लागू होने से आम नागरिकों और देश की शासन व्यवस्था को अनगिनत लाभ मिलें। प्रो पी एल बी रामप्रसाद शर्मा, पैनेल अधिवक्ता हरीश गुलरिया ने भी कार्यक्रम में विचार प्रवर्त किए। प्राचार्य रणवीर सिंह महरिया ने बच्चों को पर्यावरण की स्वच्छता, विद्यालय की सुरक्षा और पढ़ाई के प्रति सजगता के बारे में जानकारी देते हुए अगन्तुकों का आभार जताया। कार्यक्रम में करीब एक सौ पचास विद्यार्थी मौजूद रहे। उप प्रधानाचार्या सुनीता ने कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग किया।

नहर बचाओ सत्याग्रह 16 अक्टूबर को बिसाऊ तहसील पर धरना

यमुना जल समझौता लागू करने की मांग, गुरुद्वारों के नाम सौपेगे झापन

विनोद प्रजापति

बिसाऊ (नवयत्न)। यमुना जल समझौता-1994 लागू करने की मांग को लेकर अखिल भारतीय किसान सभा की ओर से 16 अक्टूबर को सुबह 11 बजे बिसाऊ तहसील मुख्यालय पर धरना दिया जाएगा। इसके बाद मुख्यमंत्री के नाम उपखंड अधिकारी को ज्ञापन सौंपा जाएगा। किसान सभा के तहसील महासचिव कॉमरेड संदीप सर्वा ने बताया कि नहर बचाओ सत्याग्रह के तहत शेखावाटी क्षेत्र के झुंझुनू, सीकर और चुरू जिलों को यमुना का पानी उपलब्ध कराने की मांग उठाई जा रही है। उन्होंने कहा कि समझौते के अनुसार क्षेत्र को पेयजल और सिंचाई के लिए पानी मिलना चाहिए। बिसाऊ तहसील के सभी गांवों को भी योजना में शामिल करने की मांग की जाएगी। धरने में किसान सभा के जिला पदाधिकारी और स्थानीय किसान शामिल होंगे। किसान सभा ने क्षेत्र के किसानों और आमजन से धरने में भाग लेने की अपील की है।

विधायक मनोज मेघवाल ने की चैतन्य देवी दर्शन झांकी कार्यक्रम में शिरकत

अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय केंद्र पर आयोजित त्रि-दिवसीय चैतन्य देवी दर्शन झांकी कार्यक्रम के दूसरे दिन मुख्य अतिथि के रूप में विधायक मनोज मेघवाल, निवर्तमान प्रशासक सविता राठी, उपसभापति सोनिका पीपलवा, समाजसेवी कमल तारपड़िया, पार्षद बजरंग सेन, डॉ. घनश्याम कच्छावा, समाजसेवी कमला सिंघी, मांगीलाल चैरडिया उपस्थित रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता केन्द्र संचालिका वी.के. सुप्रभा बहन ने की। बी.के. सुप्रभा ने अपने उद्बोधन में कहा कि निराकार परमपिता परमात्मा इस धरा पर तब आते हैं, जब चारों ओर से मनुष्य निराश हो जाता है। परमात्मा साधारण सी दिखने वाली नारी को अपनी शक्ति से संपन्न बनाते हैं। देवी के



अलंकार उनके अंदर के दिव्य गुण और शक्तियों के प्रतीक हैं। परमात्मा सभी साधारण तन का आधार लेकर इन साधारण सी दिखने वाली नारियों को योग सिखाकर दिव्य गुण और शक्ति संपन्न बनाने का कार्य

कर रहे हैं। मुख्य अतिथि विधायक मनोज मेघवाल ने कहा कि नवरात्र के 9 दिन सिर्फ उपवास रखने के नहीं हैं, बल्कि इन नौ दिनों में हमें इन देवियों से ऐसी शक्ति, ऐसी प्रेरणा लेनी है कि हम मानवता का गुण

पीसीबी स्कूल में हुआ बाल मेले का आयोजन



अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। स्थानीय राजकीय पीसीबी इंग्लिश मिडियम स्कूल में बाल मेला और पेंट-टीचर मीटिंग का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि सीबीईओ रणजीत सिंह भींचर रहे, जबकि प्रिंसिपल रणवीर सिंह महरिया ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। नर्सरी से कक्षा 8 तक के छात्रों ने गोपाल कंवर, राधा चंदन, एकता मीणा और पुनम प्रजापत के मार्गदर्शन में मेले में भाग लिया। नर्सरी से कक्षा 2 तक के छात्रों के लिए कौशल विकास जैसे भाषा कौशल, ग्री-मैथ तैयारी, बौद्धिक और शारीरिक विकास, ड्राइंग, चम्मच दौड़ और टुकड़े जोड़ कर चित्र बनाना, निशाना साधना, पतियों को क्रम में लगाना, चित्र देख कर नाम बताना, जानवरों की आवाज पहचानना से जुड़ी कई प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। पूजा, राघव, लावी, रुद्राक्षी, रोजी, गायत्री, आइना, युवराज, तेजस्वी, गरम, निर्विकार शाहिल थे। शिक्षिका एकता मीणा ने कार्यक्रम का संचालन किया।

बिसाऊ नगर पालिका में भाजपा पार्षदों ने जताई नाराजगी, बोले- शिविर में भी कर्मचारी सीटों से नदारद आमजन के काम अटकने का आरोप, ईओ से मिले पार्षद; वार्डों की समस्याओं के समाधान की मांग

विनोद प्रजापति

बिसाऊ (नवयत्न)। नगर पालिका में शिविर संचालित होने के बावजूद कर्मचारियों की कथित गैरमौजूदगी को लेकर भाजपा पार्षदों ने नाराजगी जताई। मंगलवार को नवनिर्वाचित भाजपा पार्षद नगर पालिका पहुंचे और अधिशासी अधिकारी (ईओ) सीताराम कुमावत से मुलाकात कर वार्डों की समस्याओं के साथ कर्मचारियों की अनुपस्थिति का मुद्दा उठाया।

पार्षदों का कहना था कि नगर पालिका में शिविर चलने के दौरान



भी कई कर्मचारियों की कुर्सियां खाली मिलती हैं। इससे आमजन को अपने काम करवाने में परेशानी होती है। लोगों को जरूरी कार्यों के

लिए नगर पालिका के चक्कर लगाने पड़ते हैं। इसके बावजूद समय पर समाधान नहीं मिल पाता। पार्षदों ने ईओ से कर्मचारियों की

पंचायत समिति में हुई ब्लॉक निष्पादन की बैठक

अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। पंचायत समिति सभागार में ब्लॉक निष्पादन की बैठक सीबीईओ रणजीत सिंह की अध्यक्षता में संपन्न हुई। ब्लॉक निष्पादन की बैठक में सुजानगढ़ ब्लॉक के सभी पीईईओए यूसीईओ ने भाग लिया। इस अवसर पर अतिरिक्त मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी धर्म सिंह मीणा ने कहा कि हम सबको शिक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय और अच्छे कार्य करने होंगे। मीना ने बैठक में ब्लॉक द्वारा दिए गए निर्देशों की पालना, जिला और प्रदेश द्वारा जारी की गई योजनाओं को सही तरीके से लागू करना, सभी छात्रों की ऑनलाइन उपस्थिति करना, सभी विद्यालयों में एफएलएनएए ओआरएफऔर पड़ो राजस्थान जैसी महत्वपूर्ण योजनाओं को क्रियान्वित व्यवस्थित रूप से करना, शाला दर्पण पर सभी कार्मिकों की नियमित उपस्थिति सुनिश्चित करने की अपील की। इसी प्रकार आर पी कैलाश चिनिया ने पीएम पोषण, एनडीएम पर विशेष सावधानी रखना,



साफ सफाई रखने और गुणवत्तापूर्ण पोषाहार उपलब्ध करवाने की बात कही। खारिया कनीमार को प्रचार्य मनोहर सिंह ने शिक्षा में गुणात्मक सुधार के लिए सुझाव दिए। वहीं अन्य प्रधानाचार्य ने भी अपने-अपने सुझाव शिक्षा के क्षेत्र में और अच्छे कार्य करने के लिए बैठक में दिए। इस

अवसर पर शिवपाल सिंह, रणवीर सिंह महरिया, केसरी सिंह राजपूत, कमला शर्मा, कमलेश सिंहल, शेरसिंह प्रजापत सहित कई प्राचार्य ने अपने-अपने विचार रखकर ब्लॉक को सभी क्षेत्र में आगे रखने की बात कही और बोर्ड परीक्षा परिणाम की अच्छा रिजल्ट देने की बात कही।

धारण कर समाज के लिए कुछ ऐसा करें जिससे हमारा समाज सुखद बने। उन्होंने ब्रह्मा कुमारीज के कार्यों की सराहना की। उपसभापति सोनिका पीपलवा ने कहा कि नवरात्र में हम नारी रूप में देवी की पूजा करते हैं। अगर समाज में नारी का सम्मान होगा तो यह समाज श्रेष्ठ बन जाएगा। सविता राठी ने कहा कि नवरात्रि में हम जिन नौ देवियों की पूजा करते हैं, उन देवियों के गुण हमारे अंदर ही हैं।

हम अपने दिन भर के कार्य में उन नौ स्वरूपों के द्वारा कार्य करते हैं, यह हमें अनुभव करना है। कार्यक्रम का मंच संचालन सीताराम शर्मा ने किया। बी.के. विनोद ने माता रानी के समक्ष सुंदर नृत्य की प्रस्तुति दी। तत्पश्चात सभी उपस्थित श्रद्धालुओं ने डांडिया नृत्य का आनंद लिया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में माताएं-बहनें एवं नगरवासी उपस्थित रहे।

कांस्टेबल बलराम मीणा का हृदसे में निधन



अमित प्रजापत

सुजानगढ़ (नवयत्न)। स्थानीय कोतवाली पुलिस थाने में कार्यरत सिपाही बलराम मीणा का सड़क हादसे में निधन हो गया है। बलराम तलाश और तामील के लिए दौरे पर थे, इसी दौरान विराटनगर के पास ये हादसा हो गया। जिसके तहत अज्ञात वाहन ने उनकी बाईक को टक्कर मार दी। बलराम की उम्र 35 साल थी और उन्होंने 2014-15 में पुलिस ज्वाईन की थी। बलराम के निधन से पुलिस महकमे में शोक की लहर है।

कराटे में झुंझुनूं के खिलाड़ियों ने जीते 10 पदक, कलेक्टर ने किया सम्मानित

3 रजत और 7 कांस्य पदक जीते, रजत पदक विजेताओं का राष्ट्रीय स्तरीय कैप के लिए चयन

अशोक साईका

झुंझुनूं (नवयत्न)। राज्य स्तरीय कराट प्रतियोगिता में झुंझुनूं के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 10 पदक जीते हैं। खिलाड़ियों ने 3 रजत और 7 कांस्य पदक हासिल कर जिले का नाम रोशन किया। इस उपलब्धि पर बुधवार को जिला मुख्यालय पर जिला कलेक्टर डॉ. अरुण गर्ग ने पदक विजेता खिलाड़ियों का सम्मान कर उनका उत्साहवर्धन किया। प्रतियोगिता में रजत पदक जीतने वाले तीनों खिलाड़ियों का राष्ट्रीय स्तरीय कैप के लिए चयन हुआ है। 70वां राज्य स्तरीय कराटे प्रतियोगिता का आयोजन 30 सितंबर से 7 अक्टूबर तक श्रीगंगानगर जिले के सादुलशहर में किया गया था। इसमें झुंझुनूं जिले के 48 खिलाड़ियों ने भाग लिया। खिलाड़ियों ने अलग-अलग मुकाबलों में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करते हुए 10 पदक अपने नाम किए। इस दौरान लोक सेवा की सहायक निदेशक शिवी चौधरी और सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी हिमांशु सिंह भी मौजूद रहे। शारीरिक शिक्षक रणवीर और कोच राकेश सैनी ने बताया कि खिलाड़ियों ने प्रतियोगिता में पूरी मेहनत और लगन के साथ भाग लिया। इस अवसर पर डॉ. गजानंद



सैनी, रिकू, अभिषेक सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

सात खिलाड़ियों ने कांस्य पदक जीते

प्रतियोगिता में वासु सोमरा, वर्षा मान, गौरव सैनी, नमन, मनीष, हनी वर्मा और चेतन ने कांस्य पदक हासिल किए। खिलाड़ियों को इस सफलता से जिले में खेल प्रतिभाओं को बढ़ावा मिलने की उम्मीद है।

राष्ट्रीय स्तर पर खेलने का मिलेगा मौका

रजत पदक विजेता तीनों खिलाड़ियों का राष्ट्रीय स्तरीय कैप के लिए चयन जिले के लिए महत्वपूर्ण उपलब्धि है। कैप में

तीन खिलाड़ियों ने जीते रजत पदक

प्रतियोगिता में अंतिम कुमारी, रिहान खान और भविष्य शर्मा ने रजत पदक हासिल किए। इन तीनों खिलाड़ियों का राष्ट्रीय स्तरीय कैप के लिए चयन हुआ है। कैप में बेहतर प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को राष्ट्रीय स्तर की कराटे प्रतियोगिता में भाग लेने का अवसर मिल सकता है। वहीं, कांस्य पदक जीतने वाले खिलाड़ियों ने भी अपने प्रदर्शन से जिले को गौरवान्वित किया।

कलेक्टर ने की खिलाड़ियों की सराहना

जिला कलेक्टर डॉ. अरुण गर्ग ने पदक विजेता खिलाड़ियों को सम्मानित करते हुए उनकी मेहनत, अनुशासन और खेल के प्रति समर्पण की सराहना की। उन्होंने खिलाड़ियों को भविष्य में भी इसी तरह बेहतर प्रदर्शन कर राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर जिले का नाम रोशन करने के लिए प्रेरित किया।

प्रदर्शन के आधार पर उन्हें राष्ट्रीय प्रतियोगिता में खेलने का अवसर मिल सकता है। खिलाड़ियों की

इस सफलता से अन्य युवा भी कराटे सहित विभिन्न खेलों में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित होंगे।

आयुर्वेद के 14 नए पीजी पाठ्यक्रमों को मंजूरी, जयपुर में बी. फार्मा की 20 सीटों पर प्रवेश

निर्ल

जयपुर (नवयत्न)। राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान मानद विश्वविद्यालय जयपुर के शैक्षणिक विस्तार की दिशा में दो महत्वपूर्ण उपलब्धियां जुड़ी हैं। भारतीय चिकित्सा पद्धति राष्ट्रीय आयोग एनसीआईएसएम ने संस्थान के पंचकूला स्थित परिसर में शैक्षणिक सत्र 2026-27 से आयुर्वेद के 14 नए स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम शुरू करने के लिए 70 सीटों की अनुमति दी है। वहीं, जयपुर परिसर में पहली बार चार वर्षीय बी.फार्मा आयुर्वेद पाठ्यक्रम शुरू किया जा रहा है, जिसमें 20 सीटों पर प्रवेश प्रक्रिया आरंभ हो गई है। राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान के कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने इन उपलब्धियों पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि जयपुर से पंचकूला तक संस्थान का शैक्षणिक विस्तार आयुर्वेद शिक्षा के विकास की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। प्रयास है कि विद्यार्थियों को आयुर्वेद और पारंपरिक ज्ञान के साथ आधुनिक शैक्षणिक और अनुसंधान सुविधाओं से युक्त गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराई जाए। पंचकूला में नए स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम शुरू होने से आयुर्वेद के विभिन्न विशेषज्ञता क्षेत्रों में उच्च शिक्षा के अवसर बढ़ेंगे। वहीं, जयपुर में बी.फार्मा आयुर्वेद की शुरुआत और पंचकूला में नए स्नातकोत्तर पाठ्यक्रमों की मंजूरी से आयुर्वेद शिक्षा, अनुसंधान और विशेषज्ञ चिकित्सक तैयार करने की दिशा में संस्थान की शैक्षणिक गतिविधियों का विस्तार होगा।