हरिभूमि
जीटी रोड भूमि
रोहतक, रविवार,28 अप्रैल 2024

तापमान
अधिकतम 37 .4 डिग्री
न्यूनतम 21.4 डिग्री

10 भाजपा प्रत्याशी बंतो कटारिया का दो जगह विरोध

10 नुक्कड़ नाटक से युवाओं को लोस चुनाव में वोट के लिए किया प्रेरित

खबर संक्षेप

सड़क हादसे में युवक की जान गई

अंबाला। नेशनल हाईवे 44 पर मोहड़ा बस स्टैंड के पास हुई सडक दुर्घटना में एक व्यक्ति की जान चली गई। शव की शिनाख्त नहीं हो पाई है। पुलिस ने शव को शिनाख्त हेतू 72 घंटे के लिए चंडीगढ सैक्टर 12 पीजीआई की मोर्चरी में रखा गया है। मुख्य सिपाही ने बताया कि करीब 25 साल का युवक मोहड़ा के पास हुए हादसे में जख्मी हो गया था। बाद में उसने उपचार के दौरान पीजीआई में दम तोड़ दिया।

हादसे में नंबरदार की दर्दनाक मौत

नारायणगढ़। ट्रक की चपेट में आने से नंबरदार की दर्दनाक मौत हो गई। हादसे में सहयोगी को गंभीर चोटें आई हैं। हादसा शुक्रवार देर शाम होटल ग्रेंड के पास हुआ। मृतक की शिनाख्त गांव पिंजोड़ी के भूपिंदर सिंह नंबरदार के रूप में हुई है। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर उसे पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस के मुताबिक शुक्रवार शाम साढ़े 7 बजे होटल ग्रेंड के पास बाइक व ट्रक का एक्सीडेंट हुआ। यहां बाइक सवार गांव पिंजोडी के नंबरदार भूपिंदर सिंह की मौके पर ही मौत हो गई है। उसके साथी विनोद कुमार को गंभीर चोटें आई हैं। पुलिस ने आरोपी ट्रक ड्राइवर के खिलाफ मामला दर्ज कर आगामी जांच शुरू कर दी है।

बिजली के खंभे से हो सकता है हादसा

पानीपत। पानीपत के जलालपुर प्रथम गांव के स्टेडियम के खेल ग्राउंड में 11 हजार वोल्टेज बिजली के खंभे खडे होने और स्टेडियम के बीच से बिजली की तार गुजरने से खिलाड़ियों को भारी समस्या का सामना करना पडता है, इतना ही नही बल्कि इस दौरान कभी भी किसी प्रकार का कोई अप्रिय हादसा हो सकता है। इधर, सरपंच प्रतिनिधि शिवकुमार ने बताया कि बिजली निगम के अधिकारियों ने जल्द उक्त समस्या का समाधान करने का आश्वासन दिया है।

पंचनद ट्रस्ट का कार्यक्रम आज

पानीपत। पंचनद स्मारक ट्रस्ट के प्रदेश अध्यक्ष सुभाष सुधा को हरियाणा सरकार में मंत्री बनाए जाने से हर्षित है। स्मारक अपने प्रदेश अध्यक्ष को मंत्री बनने पर आगामी 28 अप्रैल को सांय 6 बजे एंबियंस गार्डन में सुभाष सुधा का नागरिक अभिनंदन करेगा। ये जानकारी टीडीआई में एक प्रेस वार्ता के दौरान स्मारक के युवा जिला अध्यक्ष तथा कार्यक्रम संयोजक विक्की कत्याल तथा स्मारक के युवा प्रदेशअध्यक्ष जितेंद्र गेरा ने संयुक्त रूप से दी।

सैर कर रहे युवक की वाहन की टक्कर से मौत

यमुनानगर। यमुनानगर-कुरूक्षेत्र नेशनल हाईवे पर औरंगाबाद के नजदीक सैर कर रहे युवक पंकज कुमार को अज्ञात वाहन ने टक्कर मार दी। हादसे में घायल हुए युवक ने पीजीआई ले जाते हुए रास्ते में दम तोड़ दिया। सुशील कुमार की शिकायत पर केस दर्ज।

पीरियोडोंटोलॉजी रोग से ग्रस्त गर्भवती महिलाओं की जांच होगी अनिवार्य: डॉ. ग्रोवर

इंडियन सोसाइटी ऑफ पीरियोडोंटोलॉजी की मांग पर सरकार हुई सहमत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

■ डीएवी डेंटल कॉलेज यमुनानगर में तीन दिवसीय राष्ट्रीय समीक्षा कार्यक्रम का हुआ शुभारंभ

इंडियन सोसायटी ऑफ पीरियोडोंटोलॉजी के तत्वावधान में पीरियोडोंटोलॉजी विभाग द्वारा डीएवी डेंटल कॉलेज यमुनानगर में शनिवार को तीन दिवसीय राष्ट्रस्तरीय समीक्षा कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम में देश भर के राज्यों के अलावा नेपाल समेत करीब सौ विद्यार्थी भाग ले रहे हैं। विद्यार्थियों को जागरुक करने के लिए राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ख्याति प्राप्त विश्वविद्यालयों के विशेषज्ञ विद्यार्थियों का मार्ग दर्शन करेंगे। कार्यक्रम में मुख्यातिथि के रुप में इंडियन सोसायटी ऑफ पीरियोडोंटोलॉजी के आगामी राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. हरप्रीत सिंह ग्रोवर ने भाग लिया। जबकि अध्यक्षता डीएवी डेंटल कॉलेज के प्रिंसीपल डॉ. आईके पंडित ने की। मौके पर एसोसिएशन के वर्तमान राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉक्टर गोपालकृष्णन ने बताया कि हर वर्ष पोस्ट ग्रेजुएट के फाइनल ईयर के छात्रों की अब तक हुई पढ़ाई का इन तीन दिवसीय समीक्षा कार्यक्रम के तहत रिविजन करवाया जाता है। ताकि छात्र परीक्षा के लिए पूरी तरह तैयार हो सकें। मौके पर पांवटा साहिब डेंटल कॉलेज के प्राचार्य डॉ. राजन गुप्ता, डॉ. मनीष खत्री, डॉ. विशाखा ग्रोवर, डॉ. जीपी चहल, डॉ. मीनू व वैज्ञानिक संयोजक आईएसपी डॉ.दीपिका बाली, डॉ. शालिनी गुगनानी आदि मौजूद रहे।

यमुनानगर के डीएवी डेंटल कॉलेज में आयोजित राष्ट्रस्तरीय कार्यक्रम में मुख्यातिथि का स्वागत करते हुए मेजबान कॉलेज प्राचार्य डॉ. आईके पंडित व अन्य। फोटो : हरिभूमि

गलत खान पान से बढ़ रही बीमारियां

हरियाणा डेंटल ऑफ काउंसिल के प्रदेश अध्यक्ष डॉ. गौरव मुंजाल ने बताया कि हमारे गलत खान-पान के चलते दांतों की बीमारियां दिन प्रतिदिन बढ़ रही हैं। दांतों के साथ चिपकाने वाले मीठे खाद्य पदार्थ व मैदे की चीजों के ज्यादा सेवन करने से बीमारियों को बढ़ावा मिल रहा है। अगर हम शुरू से ही बच्चों को रात को ब्रश करवाने की आदत डालें तो निश्चित तौर पर बीमारियों से राहत मिल सकती है।

गर्भवती महिलाओं के दांतों का चेकअप कर फ्री इलाज किया जाएगा

मुख्यातिथि एवं सोसायटी के आगामी राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉक्टर हरप्रीत सिंह ग्रोवर ने कहा की साइंस ने भी सिद्ध कर दिया है कि पीरियोडोंटोलॉजी रोग के ठीक न होने के चलते हृदय रोग, किडनी संबंधी रोग, शुगर और गर्भवती महिलाओं का बच्चा जल्द होने व बच्चा कमजोर पैदा होने की संभावनाएं रहती हैं। इसी के चलते पीरियोडोंटोलॉजी एसोसिएशन ने केंद्र सरकार से मांग की थी कि जो भी गर्भवती महिलाएं पीरियोडोंटोलॉजी रोग से ग्रस्त है उनका राष्ट्रीय स्तर पर मुहिम चलाकर इलाज अनिवार्य और निःशुल्क किया जाए। सरकार से यह भी कहा गया था कि हर तीन महीने बाद गर्भवती महिला का चेकअप कर दांतों की सफाई की जाए। अब सरकार ने उनकी मांग को स्वीकार कर लिया है। अब जल्द ही गर्भवती महिलाओं के दांतों का चेकअप कर फ्री इलाज किया जाएगा। ऐसा होने पर पैदा होने वाले बच्चों में यह बीमारी नहीं पनप पाएगी।

कार्यक्रम बच्चों के लिए मील का पत्थर साबित होंगे

कार्यक्रम में विशिष्ठ अतिथि एवं उद्योगपति रमन सलूजा ने कहा की ऐसे कार्यक्रम निश्चित तौर पर फाइनल ईयर के बच्चों के लिए मील का पत्थर साबित होंगे। उन्होंने कहा कि प्रतिस्पर्धा के इस दौर में जितना भी ज्यादा सीखने को मिले सीखना चाहिए । क्योंकि इसी से आगामी जीवन में और अच्छा करने में मदद मिलती है। उन्होंने डेंटल कॉलेज प्राचार्य की तारीफ करते हुए कहा कि कॉलेज में समय-समय पर कार्यक्रम करवा कर बच्चों की प्रतिभा को भी निखारने का अवसर प्रदान किया जाता है । कॉलेज प्राचार्य डॉ. आईके पंडित ने देश भर से आए हुए वक्ताओं एवं विद्यार्थियों का स्वागत किया। उन्होंने कहा कि इस तीन दिवसीय कार्यक्रम से निश्चित तौर पर विद्यार्थियों में नई ऊर्जा का संचार होगा। उन्होंने कहा कि वह अपने आप को गौरवान्वित मानते हैं कि पिछले पांच वषोर् से यह राष्ट्रीय स्तर का कार्यक्रम हमारे कॉलेज में करवाया जा रहा है।

एयर कंडीशन का कंप्रेशर फटा, मैकेनिक समेत चार जख्मी, एक पीजीआई रेफर

अंबाला। एयर कंडीशन का कंप्रेशर फटने से चार लोग जख्मी हो गए। एक जख्मी की हालत गंभीर बताई जा रही है। उसे पीजीआई चंडीगढ़ रेफर कर दिया गया है। हादसा रामपुर गांव मोड पर स्थित एक दुकान में एसी रिपेयर करते हुआ है। जानकारी के मुताबिक दुकान पर मैकेनिक कुलवंत एसी की रिपेयर कर रहा था। इसके साथ ही एक अन्य मैकेनिक और 2 हेल्पर भी वहां उपस्थित थे। अचानक एसी का कंप्रेशर फट गया। हादसे में कुलवंत को ज्यादा गंभीर चोटें आई हैं। उसे पीजीआई चंडीगढ़ रेफर किया गया है। सिविल अस्पताल के डॉक्टर के मुताबिक कुलवंत की एक बाजू की नस कटी है। इसी वजह से उसे रेफर किया गया है। मैकेनिक राजकुमार के शरीर पर भी कई जगह चोटें आई है। हेल्पर चंदपुरा के गुरजीत और अकबरपुर के गौरव को भी चोटों की वजह से नागरिक अस्पताल में दाखिल करवाया गया है। हादसे की सूचना मिलने के बाद भी पुलिस मौके पर पहुंच गई थी।

भारत-जापान के हैं सदियों पुराने रिश्ते : डॉ. काटो

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

■ कुवि में भाषा परंपरा एवं आत्म गौरव पर हुई विचार संगोष्ठी

कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट ऑफ इंटीग्रेटेड एंड ऑनर्स स्टडीज के संस्कृत विभाग एवं शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास हरियाणा के संयुक्त तत्वाधान में भाषा परंपरा एवं आत्म गौरव विषय पर शनिवार को विचार संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर जापान के टोक्यो विश्वविद्यालय के संकाय सदस्य एवं दर्शनशास्त्र के विद्वान डॉ. ताकाहिरो काटो मुख्य वक्ता के रूप में सम्मिलित हुए। डॉ. काटो ने शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि जापान में भाषा के गौरव का बहुत महत्व है। उन्होंने कहा कि गूगल के इस क्षेत्र में हिंदी के लिए प्रयास को सफल हैं परंतु संस्कृत के क्षेत्र में अभी गूगल को पूरी सफलता नहीं मिली है। अगले एक-दो वर्षों के बाद ओसीआर की पूर्ण सफलता के बाद संस्कृत की किसी भी पांडुलिपि को प्रामाणिक रूप से तुरंत अंकित करना आसान हो जाएगा। इस अवसर पर प्रो. पूनम, डॉ तेलू राम, राजीव, दीपक कुमार, मनदीप, गुंजन, दीपिका, वंदना, वंशिका सहित बड़ी संख्या में शोधार्थी एवं छात्र सम्मिलित हुए।

नकाबपोशों ने बिजलीकर्मियों को दौड़ा-दौड़ा कर पीटा

गांव मतलौडा के 132 केवी सब स्टेशन में जमकर तोड़-फोड़ की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पानीपत

■ रात्रि लगभग तीन बजे बाइक पर सवार होकर आए बदमाशों ने बिजलीघर में कोहराम मचाया

पानीपत के गांव मतलौडा स्थित 132 केवी सब स्टेशन पर तीन नकाबपोश बदमाशों ने जमकर तोड़फोड़ की और कर्मचारियों को लोहे की रोड व डंडों से दौड दौडा कर पीटा। कर्मचारियों ने पावर हाउस से भागकर जान बचानी पड़ी। इधर, जेई रामभज ने बताया कि शुक्रवार रात को स्विफ्ट अटेंडेंट राजेंद्र, ग्रिड सबस्टेशन आपरेटर शिवकुमार व लाइनमैन दीपक ड्यूटी पर थे। रात्रि लगभग तीन बजे तीन बदमाश बाइक पर सवार होकर बिजलीघर पहुंचे। रात होने के कारण बिजलीघर के मेन गेट का दरवाजा बंद था। वो सभी दरवाजा खुलवाने की बजाय दरवाजा तोड़कर अंदर घुस गए।

उन्होंने अंदर घुसकर कर्मचारियों के साथ मार पीट व बिजली घर में जमकर तोड़फोड़ की। जिनमें से एक युवक की पहचान संजीत पुत्र रामनिवास उर्फ राजू वासी गांव नारा जिला पानीपत के रूप में हुई। इस मामले की शिकायत थाना मतलौडा पुलिस से की गई है। जबकि राजेंद्र ने बताया कि बदमाश लगभग तीन बजे पावर हाउस में अंदर घुसे। उन्होंने कंट्रोल रूम में खिड़की, दरवाजे, कुर्सी, मेज व अन्य समान की तोड़फोड़ की। वहां पर खड़ी कर्मचारियों की मोटरसाइकिल को भी तोड़ दिया और कर्मचारियों को जमकर पीटा। इधर, पुलिस की जांच में पता चला कि तीनों बदमाशों ने गांव गांव नारा स्थिति 33 केवी सब स्टेशन पर पहुंचे वहां नियुक्त कर्मियों को अपशब्द कहे।

पानीपत। मतलौडा बिजली घर में टूटे शीश व उलटी मेज।

डीएवी पब्लिक स्कूल में इंग्लिस डे मनाया

रादौर। रादौर के डीएवी पब्लिक स्कूल में शनिवार को इंग्लिस डे मनाया गया। जिसमें कक्षा तीसरी से 8वीं तक के बच्चों ने भाग लिया। ा र्यक्रम में विद्यार्थियों ने गीत, कविता, नाटक मंचन, भाषण, पहेली, क्विज आदि विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। इस दौरान मीनाक्षी शर्मा ने बच्चों को पर्सनालिटी एंड डवेलपमेंट के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दी। मौके पर स्कूल के प्रिंसीपल रमन शर्मा ने बताया कि अंग्रजी भाषा पूरे विश्व की भाषा है। यह पूरे विश्व में समझी व बोली जाती है। इस अवसर पर साक्षी पांडे. अंजू बैनीवाल व प्रीति वर्मा आदि मौजूद रहे।

पिस्तौल के बल पर महिला को बंधक बनाकर लूटे गहने व तीन मोबाइल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

सीसीटीवी कैमरे में कैद हुए घर में घुसे बदमाश।

जगाधरी की सुभाष नगर कॉलोनी में देर शाम मुंह पर मास्क लगाए दो बदमाशों ने एक घर में घुसकर महिला से पिस्तौल के बल पर सोने की चेन, बालियां व तीन मोबाइल लूट लिए। घटना के समय आरोपियों ने घर में काम कर रहे एक मजदूर, किराएदार महिला व उसके बच्चों को एक कमरे में बंद कर दिया। यह घटना घर में लगे सीसीटीवी कैमरों में कैद हो गई। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर महिला की शिकायत पर अज्ञात बदमाशों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार सुभाष नगर कॉलोनी निवासी महिला नीरज गुप्ता ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह शुक्रवार शाम साढ़े सात बजे वह घर के मंदिर में पूजा करने बैठी थी। तभी दो बदमाश मास्क लगाए हुए घर में घुस गए। आरोपियों ने उसे पीछे से पकड़ लिया और उसके साथ मारपीट करने लगे। इस दौरान आरोपियों ने उस पर पिस्तौल तान दी और उसके गले से सोने की चेन, कानों से बालियां व तीन मोबाइल लूट लिए। इस दौरान आरोपी उससे पांच लाख रुपये की मांग करने लगे। जब उसने आरोपियों को कहा कि उसके पास पैसे नहीं है तो आरोपी वहां से फरार हो गए।

सूने घर से नकदी व आभूषण की चोरी

यमुनानगर। जिले के बिलासपुर की गणपति कॉलोनी में चोरों ने सूने घर में घुसकर 50 हजार रुपये की नकदी व आभूषण चोरी कर लिए। पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार गांव लेदी निवासी आदित्य अंगरिश ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह गणपति कॉलोनी बिलासपुर में किराए के मकान में रहता है। वह और उसकी पत्नी नौकरी करते हैं। गत 26 अप्रैल को वह और उसकी पत्नी ड्यूटी पर गए थे। बच्चे स्कूल गए हुए थे। दोपहर को जब उनके बच्चे स्कूल से घर आए तो उन्होंने देखा कि घर का सामान बिखरा पड़ा है। बच्चों ने फोन कर उसे घटना के बारे में बताया। सूचना मिलते ही वह घर पहुंचा तो घर में सामान बिखरा पड़ा था। जांच करने पर घर से अलमारी में रखे 50 हजार रुपये, सोने की बालियां, सोने के नग, एक अंगूठी व अन्य सामान गायब था। उसने चोरी की सूचना पुलिस को दी। पुलिस ने मामले की जांच के बाद अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

श्रद्धांजलि

रोटरी क्लब रादौर ने श्रद्धांजलि कार्यक्रम का किया आयोजन

इमली के पेड़ पर फांसी पर लटका दिए गए 51 देशभक्तों की शहीदी को किया नमन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रादौर

रोटरी क्लब रादौर ने शनिवार को श्रद्धांजलि कार्यक्रम आयोजित कर उत्तर प्रदेश के फतेहपुर जिले के बिंदकी उपखंड में खजूआ कस्ब के नजदीक पाराधान में ईमली के पेड़ पर 51 देशभक्तों को फांसी पर लटकाकर शहीद कर दिए गए शहीदों को श्रद्धासुमन अर्पित कर उन्हें नमन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता रोटरी क्लब के प्रधान मंजीत सिंह पंजेटा ने की।

क्लब के प्रधान मंजीत सिंह पंजेटा ने बताया कि 27 अप्रैल 1858 को कर्नल क्रिस्टाइल की सेना ने स्वतंत्रता संग्राम में अग्रणीय ठाकुर जोधा सिंह व उनके 51 अन्य साथियों को घेर कर पकड़ा था। जिसके बाद अंग्रेजों ने इन देशभक्तों को ईमली के पेड़ पर लटका कर फांसी पर लटका कर शहीद किया गया था। अंग्रेजों ने देशभक्तों के शवों को कई दिनों तक पेड़ पर लटकाए रखा। शव पेड़ पर झूलते रहे। चार मई की रात को अपने सशस्त्र साथियों के साथ नरेश बावनी व उनके साथियों ने शवों को पेड़ से उतारकर शिवराजपुर के गंगा घाट में उनकी अंतेष्टियां की। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय दिवस पर 23 मार्च को शहीद भगत सिंह, सुखदेव व राजगुरु को याद किया जाता है। लेकिन बहुत कम लोग जानते हैं कि 27 अप्रैल को देश के 52 क्रांतिकारियों को फांसी पर लटका कर शहीद किया गया था। पंजेटा ने कहा कि इस देश को आजाद करवाने में हमारे असंख्या बलिदानियों ने बलिदान दिया है। जिसे कभी भी भूलाया नहीं जा सकता है।

यमुनानगर के रादौर में आयोजित कार्यक्रम में शहीदों को नमन करते रोटरी क्लब के सदस्य।

कोर्ट परिसर में फर्जी स्टांप पेपर बेचने का मामला आया सामने

दो मकानों के बयाने में इस्तेमाल एक लाख 13 सौ रुपये का स्टांप पेपर निकला 101 रुपये का

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

■ स्टांप पेपर के प्रिंट में अंतर पाए जाने से पकड़ में आया फर्जीवाड़ा

जगाधरी कोर्ट परिसर में फर्जी स्टांप पेपर बेचने का मामला सामने आया है। शहर के विश्वकर्मा मोहल्ला निवासी रवि कुमार ने दो मकानों के बयाने में इस्तेमाल के लिए किए गए एक लाख 13 सौ का स्टांप पेपर मात्र 101 रुपये का निकला। स्टांप पेपर के प्रिंट में अंतर पाए जाने पर फर्जीवाडा पकड़ में आया। पुलिस ने आरोपी स्टांप पेपर विक्रेता के खिलाफ धोखाधड़ी के आरोप में केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी। पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार विश्वकर्मा मोहल्ला निवासी रवि कुमार ने जगाधरी के हुड्डा सेक्टर-17 पुलिस थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसका एक मकान आजाद नगर गली नंबर 10 में है। इसका बयाना 27 सितंबर 2023 को विश्वकर्मा मोहल्ला निवासी महिंद्र सिंह के साथ हुआ था। महेंद्र सिंह का जो मकान विश्वकर्मा मोहल्ला में है। वह उसको खरीदना था। जब वह इन दोनों मकानों की रजिस्ट्री कराने के लिए महिंद्र सिंह के पास गया तो उसने उसे जगाधरी कोर्ट परिसर में प्रवीण गर्ग को स्टांप पेपर निकलवाने के लिये पैसे देने के लिये कहा। 15 दिसंबर 2023 को उन्होंने प्रवीण कुमार गर्ग को एक लाख 13 सौ और एक लाख 98 हजार के स्टांप पेपर निकलवाने कि एवज में तीन लाख रुपये नकद दिए। जब वह महिंद्र सिंह के पास रजिस्ट्री कराने के लिए गए, तब वह रजिस्ट्री कराने में आनाकानी करने लगा। जब उन्हें लगा कि अभी रजिस्ट्री नहीं हो सकती तो दोबारा अपने स्टांप निकलवाने के लिए तीन लाख रुपये नकद दिए। उससे अपने स्टांप पेपर मांगे तो उसने उसे एक लाख 1300 रुपये और एक लाख 98 हजार के स्टांप पेपर दिए। स्टांप पेपर के राशि के प्रिंट में कुछ बदलाव के कारण उस स्टांप पेपर पर शक हुआ। उन्होंने दूसरे स्टांप विक्रेता से जांच कराई तो पता चला कि उन्होंने जो एक लाख 1300 रुपये का स्टांप दिया गया था वो मात्र 101 रुपये का था। यह स्टांप प्रवीण कुमार गर्ग ने अपने मोबाईल नंबर पर ओटीपी मंगवाकर निकलवाया गया था। जो कि स्टांप पेपर पर भी चिन्हित है। जबकि दूसरे स्टांप पेपर मूल्य 19 हजार 800 के बारे मे जानकारी प्राप्त करनी चाही तो उन्हें उस स्टांप पेपर की कोई जानकारी हरियाणा सरकार के स्टांप पेपर पोर्टल पर नहीं थी।

ये कहते हैं जांच अधिकारी

जगाधरी के हुड्डा सेक्टर 17 थाना के जांच अधिकारी एएसआई विक्रम ने बताया कि मामले में आरोपी स्टांप विक्रेता प्रवीण गर्ग के खिलाफ केस दर्ज कर लिया गया है। मामले की जांच की जा रही है। जांच के बाद आगामी कार्रवाई की जाएगी।

खबर संक्षेप

पृथ्वी सिंह तुर्क के निधन पर व्यक्त किया शोक

कुरुक्षेत्र। हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह ने भाजपा के जिलाध्यक्ष रवि बतान के ससुर पृथ्वी सिंह तुर्क के निधन पर शोक व्यक्त किया है। शनिवार को मुख्यमंत्री नायब सिंह व शहरी स्थानीय निकाय मंत्री सुभाष सुधा स्वर्गीय पृथ्वी सिंह तुर्क के आवास पर पहुंचे। मुख्यमंत्री नायब सिंह ने स्वर्गीय पृथ्वी सिंह तुर्क के बेटे विद्या भारती के क्षेत्र प्रचार प्रमुख एवं हम फाउंडेशन के अध्यक्ष संजय चौधरी, दामाद भाजपा जिलाध्यक्ष रवि बतान सहित अन्य परिजनों के साथ दुख साझा किया और परमपिता परमात्मा से दिवंगत आत्मा की शांति और परिजनों को दुख सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना भी की है। म

एडवोकेट अंकित को मिली डॉक्टरेट की मानद उपाधि

कुरुक्षेत्र। ऑल इंडिया लॉयर्स फोरम के प्रदेश महासचिव, कानूनविद् एवं समाजसेवी अधिवक्ता एडवोकेट अंकित गुप्ता को विश्व मानवाधिकार सुरक्षा आयोग द्वारा दिल्ली में डॉक्टरेट की मानद उपाधि से सम्मानित किया । कार्यक्रम में भारतीय विदेश मंत्रालय से संबंद्ध आयोग के संसदीय सचिव व गोवा के पूर्व मुख्यमंत्री व संसदीय सदस्य फ्रांसिस्को सारदीन्हा, आयोग के राष्ट्रीय अध्यक्ष तपन कुमार राऊतरे ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की तथा बॉलीवुड एक्ट्रेस एवं डायरेक्टर दिया मिर्जा ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की।

हरियाणा कमेटी के मैंबर दुनियामाजरा का निधन

कुरुक्षेत्र। हरियाणा सिख गुरुद्वारा मैनेजमैंट कमेटी के मैंबर जसवंत सिंह दुनियामाजरा का गत देरसाय आकस्मिक देहांत हो गया। वे पिछले कुछ समय से अस्वस्थ चल रहे थे। शहर के श्रीबाला जी आरोग्यम अस्पताल में उपचार के दौरान उन्होंने शुक्रवार देरसायं आखिरी सांस ली। उनके निधन पर हरियाणा सिख गुरुद्वारा मैनेजमैंट कमेटी के प्रधान जत्थेदार भूपिंदर सिंह असंध, वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुदर्शन सिंह सहगल, शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी श्री अमृतसर के वरिष्ठ उपाध्यक्ष जत्थेदार हरभजन सिंह मसाना, संयुकत सचिव गुलाब सिंह मुनक, धर्म प्रचार विंग के चेयरमैन जत्थेदार बलजीत सिंह दादूवाल, स्पोकसमैन कवलजीत सिंह अजराना, मैंबर टीपी सिंह सहित कई शैक्षणिक, धार्मिक, सामाजिक एवं राजनीति दलों के प्रतिनिधियों ने शोक प्रकट किया।

प्रदेश स्तरीय सामाजिक उत्थान समारोह में 5 को

कुरुक्षेत्र। पांचाल समाज का प्रदेश स्तरीय सामाजिक उत्थान समारोह पांच मई को करनाल में आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम के बारे में जानकारी देते हुए अखिल भारतीय पांचाल महासभा,करनाल के प्रधान चमन लाल व राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य एवम कार्यक्रम प्रभारी कृष्ण चन्द पांचाल ने बताया कि समाज के इस कार्यक्रम में हरियाणा भर से पांचाल समाज के लोग शामिल होंगे। जिसमें अखिल भारतीय विश्वकर्मा पांचाल महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष समाज रत्न, डॉक्टर वेद प्रकाश पांचाल मुख्य अतिथि होंगे और अजय पांचाल राष्ट्रीय महासचिव विशिष्ट अतिथि एवम हुकुमचंद पांचाल प्रदेश अध्यक्ष विशेष अतिथि और समस्त राष्ट्रीय व राज्य कार्यकारिणी सदस्यों की गरिमामय उपस्थिति रहेगी।

प्रताप पब्लिक स्कूल में पारितोषिक समारोह का आयोजन

अंतरराष्ट्रीय ओलंपियाड परीक्षा में छात्रों ने स्वर्ण, रजत और कांस्य पदक प्राप्त किए

तरावड़ी। स्कूल के बच्चें अपने अपने पदकों के साथ व स्कूल स्टाफ।

विद्यालय के चेयरपर्सन ने छात्रों को पदक पहना कर और प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया

हरिभूमि न्यूज ⏭तरावड़ी

प्रताप पब्लिक स्कूल में अंतरराष्ट्रीय ओलंपियाड परीक्षा के बेहतरीन परिणाम के फलस्वरूप पारितोषिक समारोह का आयोजन किया गया। इस परीक्षा में छात्रों ने विभिन्न विषयों में बहुत अच्छे अंक प्राप्त कर स्वर्ण ,रजत और कांस्य पदक प्राप्त किए। इस परीक्षा में अंग्रेजी विषय में सात छात्रों ने स्वर्ण , पांच ने रजत और दो ने कांस्य पदक प्राप्त किए। तार्किक (रीजनींग) विषय में दो छात्रों ने स्वर्ण और एक ने रजत पदक, सामाजिक अध्ययन में एक छात्र ने स्वर्ण पदक, सामान्य ज्ञान में दो छात्रों ने स्वर्ण पदक, एक छात्र ने रजत पदक, हिंदी विषय में पांच छात्रों ने स्वर्ण पदक, दो ने रजत पदक एवं दो ने कांस्य पदक, विज्ञान विषय में सात छात्रों ने स्वर्ण पदक, चार ने रजत तथा तीन ने कांस्य पदक और गणित विषय में छह छात्रों ने स्वर्ण पदक, तीन ने रजत पदक तथा तीन ने कांस्य पदक प्राप्त कर अपने विद्यालय एवं अपने माता-पिता का नाम रोशन किया। विद्यालय के चेयरपर्सन हन्नी चौधरी एवं निर्देशिका पिथी चौधरी ने छात्रों को पदक पहना कर और प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया। विद्यालय के प्रधानाचार्य विकास उत्तरेजा ने इस सफलता के लिए छात्रों एवं उनके माता-पिता को बधाई दी । उन्होंने छात्रों को संबोधित करते हुए कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिता परीक्षाएं देने से न केवल बौद्धिक एवं तार्किक ज्ञान की वृद्धि होती है बल्कि आत्मविश्वास भी बढ़ता है । उन्होंने अन्य छात्रों को भी इस प्रकार की परीक्षाएं देने के लिए प्रेरित किया और अपने भविष्य को संवारने के लिए प्रोत्साहित किया। अंत में इन छात्रों की सफलता के लिए विद्यालय की अध्यापकों के योगदान की भी सराहना की।

गवर्नमेंट गर्ल्स स्कूल की मेघावी छात्राओं को मिला स्टूडेंट एक्सीलेंस अवार्ड

करनाल। एंटी करप्शन फाउंडेशन ऑफ़ इंडिया एंव ह्यूमन राइट्स इंटरनेशनल फेडरेशन द्वारा गवर्नमेंट गर्ल्स मॉडल संस्कृति सीनियर सेकेंडरी स्कूल में करप्शन फ्री इंडिया अभियान के अंतर्गत स्टूडेंट एक्सीलेंस अवार्ड समारोह का आयोजन किया गया। जिसके अंतर्गत स्कूल की छठी कक्षा से लेकर बारहवीं कक्षा की मेधावी छात्राओं को सर्टिफिकेट एंव ट्रॉफी प्रदान की गई। कार्यक्रम की अध्यक्षता राष्ट्रीय सुप्रीमो नरेंद्र अरोड़ा एंव नेशनल चेयरमैन व्यापार प्रकोष्ठ पवन शर्मा ने की। इस अवसर पर कक्षा छठी से शिवांगी, लक्ष्मी, रिया, कक्षा सातवीं से खुशी, जागृति, अन्नू, कक्षा आठवीं से लक्ष्मी, हिमांशी, गुंजन, कक्षा नौवीं से प्राची, कुमुद, हिमांशी एंव कक्षा ग्यारहवीं से पूर्ती, रिया, मनसीरत, शिवानी को स्टूडेंट्स एक्सीलेंस अवार्ड से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर नरेंद्र अरोड़ा ने कहा कि विद्यार्थियों को सच्चाई एंव ईमानदारी से अपनी पढ़ाई करनी चाहिए। उन्होंने कहा की फाउंडेशन द्वारा सच्चाई एंव ईमानदारी का प्रचार प्रसार किया जा रहा है। प्रिंसिपल मोहिंदर सिंह ने फाउंडेशन का आभार व्यक्त किया और कहा की फाउंडेशन समय समय पर स्कूल की जरूरतमंद छात्राओं की सहायता करता है। इस अवसर पर मुख्य रूप से जिला निदेशक रविंद्र कुमार मदान एंव रमा तिवारी आदि उपस्थित रहे।

निगम की टीमें डोर टू डोर कर रही सम्पत्तियां सत्यापित

हरिभूमि न्यूज ⏭करनाल

नगर निगम आयुक्त अभिषेक मीणा ने बताया कि निगम क्षेत्र की सम्पत्तियां शत प्रतिशत सत्यापित करने के लिए निगम कर्मी घर-घर जाकर लोगों की सम्पत्तियां स्व-प्रमाणित करने में जुटे हैं। प्रत्येक वार्ड में नगर निगम की टीमें इस कार्य को कर रही हैं। उन्होंने शहर वासियों से अपील करते कहा है कि नागरिक अपनी प्रॉपर्टी आई.डी. को स्व-प्रमाणित करवाने के लिए निगम कर्मचारियों का सहयोग करें। उन्होंने बताया कि अब तक 25 हजार 890 प्रॉपर्टी आई.डी. स्व-प्रमाणित हो चुकी हैं। उन्होंने कहा कि सभी सम्पत्ति धारकों की सम्पत्ति का स्व-प्रमाणित होना आवश्यक है और यह उन्हीं के हित में भी है। प्रॉपर्टी आई.डी. स्व-प्रमाणित होने के बाद केवल सम्पत्ति मालिक ही उस डाटा को देख सकता है, कोई ओर नहीं। क्योंकि ऐसा करने से आई.डी. लॉक हो जाती है। इस कारण कोई अन्य व्यक्ति न तो उस डाटा को देख पाएगा और न ही उसमें किसी प्रकार की छेड़खानी कर सकता है। उन्होंने कहा कि सेल्फ सर्टिफिकेशन का कार्य नागरिकों की भागीदारी से ही पूर्ण होगा, इसलिए ज्यादा से ज्यादा नागरिक अपनी प्रॉपर्टी आई.डी. को स्व-प्रमाणित करें।

एनडीसी पोर्टल पर प्रॉपर्टी आईडी को कैसे करें स्व-प्रमाणित

उन्होंने बताया कि नागरिक सबसे पहले एन.डी.सी. पोर्टल (प्रॉपर्टी डॉट यूएलबी हरियाणा डॉट जीओवी डॉट इन) साईट पर जाएं। इसके बाद अगर किसी व्यक्ति ने साईट पर रजिस्ट्रेशन किया हुआ है तो ठीक, नहीं तो न्यू रजिस्ट्रेशन का बटन क्लिक कर उस पर अपना ब्यौरा दर्ज करें। इसके पश्चात अपने रजिस्टर्ड मोबाईल नम्बर से लॉगिन करें तथा सर्च फील्ड में जाकर प्रॉपर्टी आई.डी. को सर्च करें। फिर प्रॉपर्टी का ब्यौरा पर क्लिक कर उसे चेक करें। प्रत्येक ब्यौरा के आगे येस व नो, दोनो विकल्प मिलेंगे। उसे ध्यान से पढ़ने के बाद, सारा डाटा ठीक दिखाई दे, तो उसे येस कर दें। सारी जानकारी को येस करने के बाद अंत में परिवार पहचान पत्र या आधार नम्बर डालकर सब्मिट करें, उसके पश्चात प्रॉपर्टी आई.डी. स्व-प्रमाणित हो जाएगी।

अधिकारियों को दिया प्रशिक्षण

- जिला परिषद के सीईओ विवेक चौधरी ने दी चुनाव संबंधी हर पहलू की जानकारी
- चुनावी प्रक्रिया की हर गतिविधि को पारदर्शी तरीके से अपनाने की जरूरत

हरिभूमि न्यूज ⏭करनाल

उपायुक्त उत्तम सिंह के मार्गदर्शन में लोकसभा और करनाल विधानसभा उपचुनाव की तैयारियां जोरों पर हैं। शांतिपूर्ण एवं निष्पक्ष चुनाव संपन्न करवाने में अहम भूमिका निभाने वाले पीठासीन(पीओ) और सहायक पीठासीन अधिकारियों(एपीओ) की ट्रेनिंग निरंतर जारी है। लगातार पांचवें दिन शनिवार को भी स्थानीय डा. मंगलसेन सभागार में पीठासीन(पीओ) और सहायक पीठासीन अधिकारियों(एपीओ)के नौवें और दसवें समूह को ट्रेनिंग दी गई। ट्रेनिंग में सीईओ जिला परिषद विवेक चौधरी ने उपस्थित पीठासीन (पीओ) और सहायक पीठासीन अधिकारियों (एपीओ) को चुनाव संबंधी हर पहलू पर विस्तृत जानकारी दी। श्री चौधरी ने कहा कि दुनिया के सबसे बड़े प्रजातंत्र में निष्पक्ष एवं शांतिपूर्ण चुनाव संपन्न करवाने की जिम्मेवारी हमारे कंधों पर है। ऐसे में हमारी भूमिका पूर्णतः निष्पक्ष ही रहनी चाहिए। किसी भी राजनीतिक दल से हमारी नजदीकियां चुनाव को प्रभावित कर सकती हैं। ऐसे में हमें भारत निर्वाचन आयोग की प्रत्येक गाइडलाइन का पालन करते हुए चुनाव को निष्पक्षता के साथ संपन्न करवाना है और इसके लिए हमारे द्वारा चुनावी प्रक्रिया की हर गतिविधि को पारदर्शी तरीके से अपनाना है। उन्होंने कहा कि चुनाव शुरू होने से पहले किया जाने वाला मॉक पोल चुनाव को पारदर्शी बनाने की सबसे अहम कसौटी है। विभिन्न राजनीतिक दलों के पोलिंग एजेंटों के समक्ष अपनाई जाने वाली इस प्रक्रिया की अहमियत को बताते हुए उन्होंने कहा कि इस प्रक्रिया को अपनाने से चुनाव करवाना बेहद सरल हो जाता है और ड्यूटी के दौरान चुनाव आयोग के निर्देशानुसार हमारे द्वारा अपनाए जा रहे हर प्रोसेस की विश्वसनीयता बढ़ती है।

रियलमी पी सीरीज़ में 5जी स्मार्टफोन लांच

करनाल। रियलमी ने अपनी लेटेस्ट रियलमी पी सीरीज़ में 5जी स्मार्टफोन - रियलमी पी1 प्रो 5जी और रियलमी पी1 5जी लॉन्च किए हैं। नई पी सीरीज़ के साथ रियलमी अपना रियलमी पैड 2, वाई-फाई वैरिएंट और रियलमी टी110 बड्स भी लॉन्च करेगा।इस लॉन्च के बारे में रियलमी के प्रवक्ता ने कहा, "हमें रियलमी पी सीरीज़ 5जी पेश करने की खुशी है।

रियलमी पी सीरीज़ 5जी के साथ हमने अत्याधुनिक टेक्नोलॉजी और आधुनिक फीचर्स पेश किए हैं, जो मिड-रेंज सेगमेंट की परिभाषा बदल देंगे। साथ ही हमने नई पी सीरीज़ के साथ रियलमी पैड 2, वाई-फाई वैरिएंट और रियलमी टी110 बड्स भी लॉन्च किए हैं।

पशुपालकों को किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ⏭करनाल

रैड रिबन युवा क्लब की ओर से विश्व पशु चिकित्सा दिवस पर हरियाणा पशु विज्ञान केन्द्र (लुवास) उचानी में एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में हरियाणा रत्न अवार्डी जोगिन्द्र रांवर ने पहुंचकर सिनियर साईंटिस्ट डॉ. हरप्रीत सिंह बराड, साईंटिस्ट डॉ. संदीप पोटिल्य, साईंटिस्ट डॉ. अंकित कुमार, साईंटिस्ट डॉ. बी.आर. महाराणा, वैटरनरी सर्जन डॉ. प्रदीप कुमार को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। डॉ. हरप्रीत बराड ने पशुपालकों व आमजन से अपील करते हुए कहा कि स्वंय व अपनो के स्वास्थ्य के लिए पशुपालन जरूर करें। डॉ. संदीप पोटिल्य ने भी लोगो से अपील करते हुए कहा कि आज बदलते हुए परिवेश में लोगो को आज अच्छा दूध उपलब्ध नही हो पा रहा है। इसके लिए लोगो को चाहिए कि वे पशुपालन की ओर विशेष ध्यान दें और समय-समय पर सरकार द्वारा चलाई जा रही नीतियों का भी भरपूर लाभ उठाएं। डॉ. बी.आर. महाराणा ने कहा कि पशुओं के प्रति प्यार व संवेदना रखें और पशुओं के कल्याण के लिए कार्य करें। इस अवसर पर अमित कुमार वीएलडीए, विवेक कुमार वीएलडीए, परवीन बांगड, सेठपाल कश्यप, शिव कुमार, कृष्ण, आनन्द, राकेश कुमार, जयदीप, प्रतीक, गौरव, रिषि आदि मौजूद रहे।

योग में सूक्ष्म व्यायाम का अति महत्वः गुलाटी

करनाल। योग के प्रचार ,प्रसार के लिए योग शिक्षक दिनेश गुलाटी ,मेरा मिशन स्वस्थ भारत के साथ, हर व्यक्ति तक योग को पहुंचने के लिए प्रयासरत है ।योग की अलख को घर घर तक पहुंचने की मुहिम जारी है।विभिन्न योग कक्षाएं शहर भर में लगाई जाती है ताकि लोग निकटतम कक्षा में जाकर स्वास्थ्य लाभ ले सकें। फवॉरा पार्क में साधकों ने योग प्राणायाम का अभ्यास किया ।कक्षा में दिनेश गुलाटी ने पहले सूक्ष्म व्यायाम करवाए और कहा कि यदि शारीरिक और मानसिक सेहत को बेहतर बनाना है तो रोज योग करना होगा।तत्पश्चात आसनों तथा प्राणायाम का अभ्यास भी करवाया।दिनेश गुलाटी ने साधकों को बताया कि सूक्ष्म व्यायाम शरीर के अंदरूनी अव्वायों की संचालित करते है इसलिए इन्हें सूक्ष्म व्यायाम कहा जाता है।योग में सूक्ष्म व्यायाम का अति महत्व है ।सूक्ष्म व्यायाम करने से योग और प्राणायाम स्वतः ही हो जाता है। कक्षा में योग शिक्षिका वीना धीर , एनएफ चौधरी और अन्य साधक कमल सुरेंद्र पूजा रजनी राम रिंकी नीलम रितु बबीता सुमन नेहा दीपिका मौजूद रहे।

क्षमता संवर्धन कार्यशाला का आयोजन

- विभिन्न स्कूलों के लगभग 60 प्रतिभागियों ने भाग लिया

हरिभूमि न्यूज ⏭करनाल

डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल मधुबन में सीबीएसई द्वारा नई शिक्षा नीति 2020 की सिफारिशों को ध्यान में रखते हुए 27 अप्रैल को शिक्षकों के लिए एक दिवसीय क्षमता संवर्धन कार्यशाला का आयोजन किया गया।

इसमें विभिन्न स्कूलों के लगभग 60 प्रतिभागियों ने भाग लिया।कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य नीति की मुख्य विशेषताओं, इसके उद्देश्यों और विभिन्न तरीकों से परिचित कराना था ताकि उसे प्रभावी ढंग से लागू किया जा सके।

कार्यक्रम का शुभारंभ प्रधानाचार्य श्री मंतोष पाल सिंह द्वारा दीप प्रज्वलित एवं विषय विशेषज्ञ मैडम मनीषा सिंह तथा श्री ऋषभ मोंगा का पौधा भेंट कर स्वागत किया गया। विषय विशेष ज़ोनेइंट्रेक्टिववव सूचनात्मक सत्र से सभी को बांधे रखा साथ ही नीति संबंधित शंकाओं का समाधान किया उन्होने बताया कि नई शिक्षा नीति के अंतर्गत बच्चों के संज्ञानात्मक, भावात्मक एवं सामाजिक विकास के लिए मातृभाषा तथा अन्य भाषाओं को बढ़ावा देनेकीबातकही। अंत में प्रधानाचार्य मंतोष पाल सिंह ने विषय विशेषज्ञों का धन्यवाद किया।

मतदान के लिए नहीं करना पड़ेगा लंबा इंतजार

हरिभूमि न्यूज ⏭करनाल

निर्वाचन आयोग द्वारा जारी की गई वोटर इन क्यू एप के माध्यम से चुनाव के दिन मतदान केन्द्रों पर लगने वाली भीड़ की जानकारी ली जा सकेगी। एप पर जानकारी लेकर मतदाता अपनी सुविधा के अनुसार वोट डालने जा सकेंगे। ऐसे में इस एप से मतदान प्रतिशत बढ़ाने में भी मदद मिलगी। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त उत्तम सिंह ने बताया कि निर्वाचन आयोग लोकसभा चुनाव के दौरान मतदान प्रतिशत को बढ़ाने के लिए अहम कदम उठा रहा है। आगामी 25 मई को होने वाले चुनाव के लिए आयोग की ओर से महत्वपूर्ण निर्णय लेते हुए वोटर इन क्यू नामक एप संचालित की गई है। इससे मतदाता चुनाव के दिन मतदान केन्द्रों पर लगने वाली भीड़ को लाइव देख सकते हैं, जिससे मतदाता अपनी सुविधा अनुसार मतदान करने के लिए केन्द्र पर जा सकते हैं। कई बार मतदाता भीड़ को देखकर बगैर वोट डाले ही वापिस चले जाते हैं। लेकिन अब इस ऐप के माध्यम से मतदान केन्द्रों की जानकारी मिल सकेगी। उन्होंने बताया कि वोटर इन क्यू मोबाइल एप को भारत निर्वाचन आयोग ने भी प्रयोग के तौर पर अपनी स्वीकृति प्रदान कर दी है।

घरौंडा क्षेत्र में टीबी के काफ़ी मरीज

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में टीबी की दवा का टोटा

- मरीजों को मेडिकल स्टोर से दवाई खरीदनी पड़ रही
- पिछले एक महीने से मरीजों के हिसाब से दवाइया नहीं आ रही

हरिभूमि न्यूज ⏭घरौंड

स्थानीय सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में टीबी की दवाइयां कम होने से मरीजों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। मरीजों को मेडिकल स्टोर से दवाई खरीदनी पड़ रही है, लेकिन वहां पर दवाइयों की पूर्ति नहीं हो रही है। अस्पताल के डॉक्टरो का कहना है कि टीबी की दवाइयों की सप्लाई कम आ रही है। घरौंडा क्षेत्र में टीबी के काफ़ी मरीज है। सरकार की हिदायतों के अनुसार टीबी के मरीजों को सरकारी अस्पताल से ही मिलती है ओर इलाज का पूरा कोर्स तैयार किया जाता है,लेकिन लगभग पिछले एक महीने से मरीजों के हिसाब से दवाइया नहीं आ रही है। मरीजों का कहना है कि अस्पताल में काफ़ी दिनों से टीबी की दवाइयां नहीं आ रही है। जिससे उनको काफ़ी परेशानी का सामना करना पड़ रहा।

मेडिकल स्टोर पर नहीं मिल रही दवाइयां

मरीजों ने बताया कि मेडिकल स्टोर के संचालक भी दवाइया नहीं मंगवा रहे है, क्योंकि मरीजों का पूरा कोर्स सरकारी अस्पताल से होता है। संचालकों का कहना है कि टीबी की दवाइया मंगवाने से उन्होंने पूरा मरीज का लेखा जोखा तैयार करना पड़ता है, दूसरी ओर अगर सरकार से पूरी सप्लाई भेज दी तों उनकी दवाइया एक्सपायरी हो जाएगी।

उन्होंने बताया कि मेडिकल स्टोरो पर भी पूरी दवाई नहीं मिल पाती। उन्होंने सरकार से मांग की है कि टीबी की दवाइया मरीजों को उपलब्ध करवाई जाए ताकि उनका इलाज समय पर हो सकें। मरीजों का कहना है कि टीबी की दवाई लगातार खानी पड़ती है अगर बीच में कोर्स टूट जाता है तों उनको इलाज करवाने में दिक्कत आती है।

कमी

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र के एसएमओ मुनीष कुमार ने बताया कि टीबी की दवाइयों की पिछले दिनों से कमी चल रही है। जब दवाइया आती है तों मरीजों को वितरित की जाती है।

अपोलो इंटरनेशनल में खेलों का आयोजन

- सभी सदनों के छात्र-छात्राओं ने प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया

हरिभूमि न्यूज ⏭तरावड़ी

अपोलो इंटरनेशनल दादूपुर खुर्द करनाल में अंतर सदनीय प्रतियोगिता आयोजित की गई। सभी सदनों के छात्र-छात्राओं ने प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। सबसे पहले बच्चों ने आत्म परिचय दिया तथा बाद में खेल प्रतियोगिता आयोजित की गई।

इस दौरान क्रिकेट प्रतियोगिता में अचीवर टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया एवं खो - खो में चैंपियन टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया प्रतियोगिता में सभी सदन आपस में एक दूसरे को कड़ी चुनौती प्रस्तुत करते नजर आए । खेल प्रशिक्षको ने बच्चों को अपने दिशा निर्देशन में उचित प्रशिक्षण दिया तथा बच्चों का उत्साह बढ़ाया। प्रधानाचार्या रजनी शर्मा ने विजेता टीम को बधाई देते हुए कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिताओं में अधिक से अधिक बच्चों को बढ़-चढ़कर भाग लेना चाहिए। ये प्रतियोगिताएं बच्चों को भविष्य में आगे बढ़ाने के लिए सदा प्रेरित करती हैं। अंत में राष्ट्रगान के साथ इस प्रतियोगिता का समापन हुआ।

तरावड़ी। स्कूल के बच्चें खेलों मे भाग लेते हुये। फोटो: हरिभूमि

खबर संक्षेप

निबंध लेखन में सिमरनजीत प्रथम

पानीपत। आईबी स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वाणिज्य तथा प्रबंधन विभाग द्वारा बी.कॉम तृतीय वर्ष में निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने विभिन्न विषयों पर विचार प्रकट किए जैसे डिजिटल इन्नोवेशन व ई-कॉमर्स। वही, प्रतियोगिता में सिमरनजीत ने प्रथम, प्रेरणा द्वितीय, निखिल ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्रतियोगिता का संचालन प्रो. अजयपाल सिंह व पूजा डूडेजा ने किया।

मुलतानी फिल्म दिखाई जाएगी

पानीपत। अंकन साहित्यिक मंच की आर्य पीजी कॉलेज में हर माह के अंतिम रविवार को होने वाली कवि गोष्ठी में इस बार मुलतानी लघु फिल्म सजा भी दिखाई जाएगी। साहित्यकार, कवि व मुलतानी एक्टर कमल नयन वर्मा द्वारा निर्मित बहुचर्चित मुलतानी लघु फिल्म सजा को प्रोजेक्टर की मदद से बड़ी सक्रीन पर दिखाया जाएगा। यह कार्यक्रम आर्य कालेज में रविवार को होगा। फिल्म के सभी कलाकार, लेखक, गायक, संगीतकार व निर्देशक देव वर्मा इस अवसर पर उपस्थित रहेंगे।

हरिद्वार में होगा समागम

पानीपत। पानीपत के वार्ड नौ स्थित गुरूद्वारा शाह साहिब में बैठक गद्दीनशीन सरदार गुरविंदर शाह सिंह की अध्यक्षता में बुलाई गई। जिसमें 3, 4 व 5 मई को माता गुरुबख्श कौर धाम हरिद्वार में 17वां सालाना समागम मनाने का निर्णय लिया गया। बैठक में मनोहर लाल रेवड़ी, देवेन्द्र रेवड़ी, भारत भूषण, मुरलीधर, प्रदीप रेवड़ी, सतनाम सिंह, हरीश गंगवानी, सुंदर दास, जितेंद्र नारंग, लाल चंद व ईश्वर जुनेजा आदि मौजूद थे।

टैलेंट शो में छात्रों ने दिखाई प्रतिभा

पानीपत। पानीपत के तहसील कैंप के कृष्ण नगर स्थित विक्टर पब्लिक सीनियर सेकेंडरी स्कूल में टैलेंट शो का आयोजन हुआ। वही, डांस प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर ग्यारहवीं कक्षा का जसप्रीत व द्वितीय स्थान पर मन्नत रही। संगीत में प्रथम छठी कक्षा का राघव व द्वितीय स्थान पर चिराग व हर्ष रहे। ड्राइंग में प्रथम आठवीं कक्षा का छात्र वंश रहा। भाषण में प्रथम स्थान पर तलिश, द्वितीय हर्ष व तृतीय जसमीत रहे। कविता में प्रथम फराह, द्वितीय मायरा व तृतीय मान्य रहे। गायन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर केशव रहा।

जेईई मेन में छाई खुशी गोयल

पानीपत। ज्वाइंट एंट्रेंस एग्जाम जेईई मेन 2024 के दूसरे सत्र में पहले ही प्रयास में पानीपत निवासी खुशी गोयल ने 96.92 प्रतिशत अंक प्राप्त कर न केवल अपने माता-पिता व जिला का नाम रोशन करने का काम किया है। वहीं खुशी की इस उपलब्धि पर उनके घर पर उन्हें व उनके माता-पिता को बधाई देने वालों का तांता लगा हुआ है। जिससे खुशी के परिजन भी फुले नहीं समा रहे हैं।

छात्रा पलक सैनी ने जीता गोल्ड मेडल

पिहोवा। पिहोवा की बेटी एवम अक्षरा इंटरनेशनल स्कूल की छात्रा पलक सैनी ने अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर जूडो में गोल्ड मेडल हासिल कर पूरे एशिया में देश का नाम रोशन किया है।

यूपीएससी में चयनित युवाओं को सहकारी मंत्री ने सम्मानित किया

अनुशासित मेहनत के बल पर ही मिलती है सफलता : ढांडा

लक्ष्य को सामने रख मेहनत करें तो हर चुनौती पर पार पाया जा सकता है।

हरिभूमि न्यूज ▸▸ इसराना

पानीपत। सहकारी मंत्री महीपाल ढांडा यूपीएससी में चयनित युवाओं को सम्मानित करते हुए। फोटो :हरिभूमि

जाट सभा पानीपत के तत्वावधान में आरएनएम स्कूल इसराना में यूपीएससी में अव्वल रहे युवाओं के लिए सम्मान एवं प्रेरणा समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्यातिथि प्रदेश के पंचायत एवं विकास एवं सहकारिता मंत्री महीपाल ढांडा रहे। विशिष्ट अतिथि के तौर पर राई स्पोर्ट्स यूनिवर्सिटी सोनीपत के उपकुलपति एवं पूर्व डीजीपी उत्तराखंड अशोक कुमार गर्ग, सीआईएसएफ के डीआईजी जितेंद्र राणा व आयकर विभाग की अतिरिक्त आयुक्त मोनिका राणा रही। समारोह की अध्यक्षता जिला परिषद के पूर्व चेयरमैन जितेंद्र अहलावत ने की व मंच संचालन प्रदीप मलिक व कुमारी पंकज जागलान ने किया। इधर, मंत्री महीपाल ढांडा ने कहा कि यूपीएससी में मेहनत कर अव्वल रहे। जसवंत मलिक व कुहू गर्ग से युवाओं को प्रेरणा लेनी चाहिए। लक्ष्य को सामने रख मेहनत करें तो हर चुनौती पर पार पाया जा सकता है। युवा शार्ट कट के रास्ते छोड़ कर अपनी मेहनत के बलबूते से आगे बढ़े तो कामयाबी कदम चूमेगी। समारोह में यूपीएससी में 115 वां रैंक लेने वाले जसवंत मलिक, 178 वां रैक लेने वाली कुहू गर्ग के स्थान पर उनके पिता डॉ.अशोक कुमार गर्ग, पांच साल पहले देश में प्रथम रैंक लेने वाले प्रदीप मलिक तेपड़ी की जगह उसके पिता सुखबीर मलिक, आईआरएस सुरेंद्र जागलान के चाचा अंग्रेज सिंह जागलान व वाराणसी में हुए रेसलिंग फेडरेशन कप में सिल्वर पदक लाने वाली कीर्ति जागलान को सम्मानित किया गया। जितेन्द्र राणा व मोनिका राणा ने भी संबोधन कर छात्रों में जोश भरने का काम किया। समारोह में जाट सभा से जगबीर राणा, नौल्था चौबीसी प्रधान तेजबीर जागलान, बारह प्रधान राज सिंह आर्य, धर्मपाल जागलान, पूर्व सरपंच रामसरूप जागलान, मा. बलबीर जागलान, रणधीर जागलान, नरेश गर्ग, ईश्वर सिंह, बिमला देवी, हरेंद्र राणा, धर्मपाल चरण सिंह व जयभगवान फौजी शामिल रहे।

लोकसभा चुनाव में शत प्रतिशत मतदान की शपथ ली

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पानीपत

पानीपत। आईबी कॉलेज में शतप्रशित मतदान की शपथ लेते हुए विद्यार्थी व टीचर्स।

आईबी पीजी कॉलेज में हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार एनएसएस, एनसीसी और शारीरिक शिक्षा विभाग की तरफ से टीचर्स, गैर अध्यापक कर्मचारी व विद्यार्थियों को लोकसभा चुनाव में अधिक से अधिक संख्या में मतदान करने की शपथ दिलवाई गई। लेफ्टिनेंट राजेश कुमार के द्वारा स्टाफ सदस्यों और सभी विद्यार्थियों को यह शपथ दिलवाई गई। जबकि प्राचार्य डॉ अजय गर्ग ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज के युवा मतदान की एक मजबूत शक्ति है। मई में होने वाले मतदान में सभी युवा अपनी वोट का सही उपयोग करें। हमारी संस्था आईबी पीजी कॉलेज प्रशासन जनवरी महीने से अब तक युवा को मतदान के लिए जागरूक करने का प्रयास कर रहा है। एनएसएस अधिकारी डॉ जोगेश ने कहा कि हम बिना किसी प्रलोभन के सदा सर्वदा अपने मताधिकार का प्रयोग प्रजातंत्र को सशक्त बनाने हेतु करते रहेंगे । मतदान करने से ही हमारे देश का भविष्य बनेगा और जैसा चाहेंगे वैसा प्रजातंत्र बनेगा। इस अवसर को सफल बनाने में डॉ नीतू ने अहम भूमिका निभाई।

आग से खेतों में खड़ा गेहूं फांस व बिटोडे जले

पानीपत। पानीपत के गांव बापौली में सरकारी अस्पताल के सामने अचानक गेहूं की फांस में आग लग गई, आग इतनी भयानक थी कि उसने कई एकड़ गेहूं की फांस सहित खडी गेहूं की फसल को भी अपनी चपेट में ले लिया। इतना ही नहीं बल्कि सड़क किनारे खड़े बिटोडे भी जलकर राख हो गए। आग लेने की सूचना जैसे ही ग्रामीणों को लगी तो ग्रामीण आग बुझाने के लिए दौउे और इसकी सूचना पुलिस को दी। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची। तेज हवा के कारण आग ने उग्र रूप धारण कर लिया जिससे आग फैल गई कई एकड़ गेहूं की खड़ी फसल व फास जलकर खाक हो गई किसानों ने ट्रैक्टर हेरो से जुताई कर भारी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाने का प्रयास किया। आग इतनी भयानक थी कि अगर घटनास्थल के बीच में सड़क नहीं होती तो आग से भारी नुकसान का सामना करना पड सकता था।

प्रदेश स्तरीय सामाजिक उत्थान समारोह 5 को

कुरुक्षेत्र। पांचाल समाज का प्रदेश स्तरीय सामाजिक उत्थान समारोह पांच मई को करनाल में आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम के बारे में जानकारी देते हुए अखिल भारतीय पांचाल महासभा,करनाल के प्रधान चमन लाल व राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य एवम कार्यक्रम प्रभारी कृष्ण चन्द पांचाल ने बताया कि समाज के इस कार्यक्रम में हरियाणा भर से पांचाल समाज के लोग शामिल होंगे। अखिल भारतीय विश्वकर्मा पांचाल महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष समाज रत्न, डॉ. वेद प्रकाश पांचाल मुख्य अतिथि होंगे और अजय राष्ट्रीय महासचिव विशिष्ट अतिथि एवम हुकुमचंद पांचाल प्रदेश अध्यक्ष विशेष अतिथि और समस्त राष्ट्रीय व राज्य कार्यकारिणी सदस्यों की गरिमामय उपस्थिति रहेगी।

विद्यार्थियों ने मेले में किया धमाल

- आसरा फाउंडेशन नौवीं से बाहरवीं कक्षा के बच्चों द्वारा चलाया गया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पानीपत

पानीपत। चेतना स्कूल के बच्चें, फिश वर्ल्ड कार्निवल की सैर करते हुए।

आसरा फाउंडेशन आज हनुमान कॉलोनी स्थित चेतना स्कूल के बच्चों को सेक्टर 13-17 में लगे फिश वर्ल्ड कार्निवल लेकर गया। चेतना स्कूल से लगभग 50 बच्चे 5 से 12 साल के थे।

जिन्होंने यहां खूब मस्ती की तथा कई प्रकार के झूलों का आनंद लिया।

जिसके बाद बच्चों ने दोबारा आसरा फाउंडेशन के बच्चों से मिलने की इच्छा जताई। चेतना स्कूल की टीचर्स सुमन व नीलम ने बच्चों का ध्यान रखा। फिश वर्ल्ड कार्निवल के अजमेर सिंह और सतीश कुमार ने आसरा फाउंडेशन का सहयोग किया। बता दें कि आसरा फाउंडेशन नौवीं से बाहरवीं कक्षा के बच्चों द्वारा चलाया गया फाउंडेशन है जो समाज सेवा के ऐसे बहुत से कार्य करता रहता है। आसरा टीम से अनवी शिंगला, राघव अरोड़ा, सहज गोयल, दुर्गेश रावल, विभूति आहूजा, सरगम सिंगला, कार्तिक सिंगला, आर्यन गेरा और नृप जिंदल बच्चों के साथ मौज मस्ती करने उपस्थित थे।

बेटियों का विवाह करवाएगी 'प्रांरभ एक नई शुरूआत'

- संस्था समय-समय पर सामाजिक व धार्मिक कार्यों में अग्रसर रहती है

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पानीपत

पानीपत। प्रारंभ एक नई शुरूआत संस्था के पदाधिकारीगण प्रेस वार्ता करते हुए।

प्रारंभ एक नई शुरूआत संस्था की बैठक दी एंबियंस गार्डन हुडा सेक्टर 25 में हुई। मीटिंग की अध्यक्षता प्रधान सिद्धार्थ गुप्ता ने करते हुए बताया कि संस्था समय-समय पर सामाजिक व धार्मिक कार्यों में अग्रसर रहती है। संस्थापक दीपक गोयल ने बताया कि एक बार फिर संस्था हिन्दू रीति अनुसार समाज के सभी जाति वर्ग के लिए 21 जोड़ों का सामूहिक विवाह समारोह 30 जून को आयोजित करने जा रही है। उन्होंने कहा कि विवाह के लिए बेटियों की उम्र 18 वर्ष से अधिक व बेटे की उम्र 21 वर्ष से अधिक हो, दोनों अविवाहित हो। महामंत्री अंकुश जिंदल ने बताया की इस सामुहिक विवाह कार्यक्रम हेतु हम केवल व्यवस्थापक के रूप में स्थान, वर पक्ष तथा वधु पक्ष के लिए अधिकतम 20 -20 कुल 40 व्यक्तियों के खान पान हेतु तथा शादी के बाद जीवन यापन करने हेतु आवश्यक घरेलू उपयोगी वस्तुओं को देने की व्यवस्था करेंगे। कोषाध्यक्ष कपिल गुप्ता ने बताया कि विवाह के लिए जन्म प्रमाण पत्र, आधार कार्ड, शपथ पत्र, चार पासपोर्ट साइज फोटो तथा एमसी, सरपंच के लेटर हैड पर प्रमाण पत्र जमा करवाने होंगे। इस मौके पर आशीष गर्ग, सुधांशु गोयल, लव कुश अग्रवाल, अशोक गर्ग, सन्नी गर्ग, साहिल मित्तल, सुनील जिंदल, शिशपाल गर्ग तथा महीपाल बंसल आदि मौजूद रहे। वहीं जरूरतमंद परिवार मोबाइल नंबर 7450000008 व 9729292727 संपर्क कर सते है।

मानवता, देश व समाज की सेवा करें विद्यार्थी : तायल

पानीपत। पाइट के चेयरमैन हरिओम तायल के साथ मिस्टर व मिस पर्सनैलिटी अवार्डी विद्यार्थी। फोटो :हरिभूमि

पानीपत। पाइट में बीबीए अंतिम वर्ष के विद्यार्थियों को जूनियर छात्र-छात्राओं ने विदाई पार्टी दी। सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। पाइट कॉलेज में आयोजित फेयरवेल पार्टी में निखिल खरबंदा और टीशा ने मिस्टर व मिस पर्सनैलिटी का अवार्ड जीता। कार्यक्रम का शुभारंभ चेयरमैन हरिओम तायल, सचिव सुरेश तायल, वाइस चेयरमैन राकेश तायल, बोर्ड सदस्य शुभम तायल, निदेशक डॉ.जेएस सैनी, विभाग अध्यक्ष डॉ. रोहित गर्ग ने दीप प्रज्वलित करके किया। छात्र-छात्राओं ने रैंप वॉक भी किया। निखिल और नाम्या ने मिस्टर ईव व मिस ईव का खिताब जीता। चाहत को मिस फेयरवेल और रजनत पूनिया को मिस्टर फेयरवेल का ताज पहनाया गया। चेयरमैन हरिओम तायल ने कहा कि जो स्टूडेंट्स विदा हो रहे हैं वे कॉलेज से जुड़े रहें। कॉलेज हमेशा उनका ही रहेगा। वहीं उन्होंने विद्यार्थियों से देश, समाज, मानवता की सेवा करनी की अपील की।

विद्यार्थियों ने प्राकृतिक खेती का व्यवहारिक ज्ञान लिया

- प्राकृतिक खेती में लागत कम व उत्पादन अधिक होता है

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पानीपत

पानीपत। राजकीय स्कूल गांव मनाना के विद्यार्थी, प्राकृतिक खेती की जानकारी लेते हुए। फोटो : हरिभूमि

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, मनाना के छात्रों का शैक्षाणिक टूर सांझा नैचुरल फार्म नरायणा रोड पर गया। जहां पर विद्यार्थियों को नैचुरल खेती के व वर्मीकम्पोस्ट बनाने के बारे में जानकारी दी गई व छात्रों को मधुमक्खी पालन से संबंधित जानकारी भी दी गई। छात्रों ने कार्यक्रम में बढ़ चढ कर भाग लिया। इस मौके पर विरेन्द्र सिंह ने छात्रों को जैविक खेती व वर्मी कम्पोस्ट बनाने की जानकारी देते हुए कहा कि विद्यार्थियों को अपने परिजनों, दोस्तों, रिश्तेदारों, आसपडोसियों आदि को प्राकृतिक खेती के प्रति जागरूक करना चाहिए। प्राकृतिक खेती में लागत कम व उत्पादन अधिक होता है। इस मौके पर प्रधानाचार्य सरिता देवी व अध्यापक अशोक कुमार आदि उपस्थित रहे।

बाबा श्याम के दर्शन किए

पानीपत। पानीपत के गांव चुलकाना स्थित बाबा श्याम धाम में सैंकड़ों श्रद्धालुओं ने बाबा के दर्शन किए। इधर, जननायक जनता पार्टी के प्रदेश उपाध्यक्ष देवेंद्र कादियान ने चुलकाना धाम में परिवार के साथ बाबा श्याम के दर्शन करके सभी की सुख शांति की प्रार्थना की। इस अवसर पर सतीश छोकर, सुभाष धीमान, रोशन लाल छोकर, रामपाल छोकर, संदीप इंदौरा आदि श्रद्धालु उपस्थित रहे।

स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में स्नेहा रही प्रथम

कुरुक्षेत्र। कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के यूथ रेडक्रॉस आईआई एंड एच एस द्वारा पोस्टर एवं नारा लेखन प्रतियोगिता नशा मुक्ति शीर्षक के तहत करवाई गई । मुख्य अतिथि प्राचार्य प्रो रीटा दलाल ने प्रतिभागियों की गतिविधियों को सराहा और नशा मुक्ति अभियान जारी रखने के लिए प्रेरित किया ! यूथ रेडक्रॉस आई आई एंड एच एस की काउंसलर प्रो निरुपमा भट्टी ने रेड क्रॉस के इतिहास एवं नियमित गतिविधियों की जानकारी दी। उन्होंने स्वास्थ्य, सेवा एवं भाईचारे के लिए युवाओं को महत्वपूर्ण भूमिका अदा करने के लिए प्रेरित किया। पोस्टर प्रतियोगिता में प्रियंका प्रथम, मुस्कान द्वितीय व राधिका तृतीय रही। स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में स्नेहा प्रथम, रुद्र व सुप्रीति द्वितीय एवं तमन्ना ने तृतीय स्थान प्राप्त किया । प्रतिभागियों को नगद पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया।

गर्मी के मौसम में जंक फूड का सेवन न करें, ताजे फल, सलाद व घर में बना खाना खाएं

गर्मी व लू से बचाव करें नागरिकः डॉ. दहिया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पानीपत

उपायुक्त डॉ. वीरेंद्र दहिया।

उपायुक्त एवं जिला आपदा एवं प्रबंधन प्राधिकरण के चेयरमैन डॉ. वीरेंद्र दहिया ने कहा कि गर्मी के मौसम में हवा के गर्म थपेड़ों और बढ़े हुए तापमान से लू लगने का खतरा बढ़ जाता है, खासकर धूप में घूमने वालों, खिलाडियों, बच्चों, बुजुर्गों और बीमार व्यक्तियों को लू लगने का डर ज्यादा रहता है। लू लगने पर उसके इलाज से बेहतर है, हम लू से बचे रहें यानी बचाव इलाज से बेहतर है। उन्होंने कहा कि राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग हरियाणा द्वारा जनहित में लू से बचाव के लिए एडवाइजरी जारी की गई है, जिसकी सभी को पालना करते हुए स्वास्थ्य सुरक्षा बनाए रखनी है।

ऐसे करें लू से बचाव

उपायुक्त डॉ. वीरेंद्र दहिया ने नागरिकों से आह्वान किया कि वे सरकार की ओर से जारी की गई एडवाइजरी की पालना करें और लू से बचे रहें। उन्होंने बताया कि लू से बचाव के लिए स्थानीय मौसम संबंधी खबरों के लिए रेडियो सुनें, टीवी देखें, समाचार पत्र पढ़ें, गर्मी में हल्के रंग के ढीले सूती कपड़े पहनें, अपना सिर ढककर रखें, कपड़े, हैट अथवा छतरी का उपयोग करें, पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं-भले ही प्यास न लगी हो, ओआरएस (ओरल रीहाइड्रेशन सॉल्यूशन), घर में बने पेय जैसे लस्सी, तोरानी (चावल का मांड) नींबू पानी, छाछ आदि का सेवन कर तरोताजा रहें। उन्होंने कहा कि बच्चों को वाहनों में छोड़कर न जाएं उन्हें लू लगने का खतरा हो सकता है, नंगे पांव बाहर न जाएं, गर्मी से राहत के लिए हाथ का पंखा अपने पास रखें, काम के बीच में थोड़ा-थोड़ा विश्राम लें, खेत खलीहान में काम कर रहे हैं तो समय-समय पर पेड़ या छाया में ही आसरा लें। गर्मी के मौसम में जंक फूड का सेवन न करें। ताजे फल, सलाद तथा घर में बना खाना खाएं। खासतौर से दोपहर 12 बजे से सायं 4 बजे के बीच धूप में सीधे न जाए। यदि बच्चे को चक्कर आए, उल्टी घबराहट अथवा तेज सिरदर्द हो, सीने में दर्द हो अथवा सांस लेने में कठिनाई हो तो चिकित्सक को दिखाएं। उन्होंने बताया कि बढ़ती गर्मी में वृद्ध एवं कमजोर व्यक्तियों की खास देखभाल करें, तेज गर्मी, खासतौर से जब वे अकेले हों, तो कम से कम दिन में दो बार उनकी जांच करें, ध्यान रहे कि उनके पास फोन हो, यदि वे गर्मी से बैचेनी महसूस कर रहे हों तो उन्हें ठंडक देने का प्रयास करें।

अपने मवेशियों का लू से ऐसे करें बचाव

डीसी डॉ. वीरेंद्र दहिया ने बताया कि जानवरों को छाया में रखें और उन्हें पर्याप्त मात्रा में पीने का पानी दें, उन्हें घर के भीतर रखें, पीने के पानी के दो बाउल रखें ताकि एक में पानी खत्म होने पर दूसरे से वे पानी पी सकें, यदि उन्हें घर के भीतर रखा जाना संभव न हो तो उन्हें किसी छायादार स्थान में रखें, जहां वे आराम कर सकें। ध्यान रखें कि जहां उन्हें रखा जाए वहां दिनभर छाया रहे, अपने पालतू जानवर का खाना धूप में न रखें, जानवरों को किसी बंद जगह में न रखें, यदि आपके पास कुत्ता है तो उसे गर्मी में न टहलाएं, उन्हें सुबह और शाम को घुमाएं जब मौसम ठंडा हो, कुत्ते को गर्म सतह (पटरी, तारकोल की सडक, गर्म रेत) पर न टहलाएं, किसी भी स्थिति में जानवर को वाहन में न छोड़ें।

न्यायालय तहसीलदार-कम-सब-रजिस्ट्रार पानीपत

अभिनव गाबा पुत्र स्व. श्री श्याम लाल पुत्र श्री कर्म चन्द गाबा निवासी मकान न0 739 सैक्टर 12 हुडा पानीपत व आदि।

बनाम

जनरल पब्लिक

इस इश्तहार के माध्यम से हर आम व खास को सूचित किया जाता है कि अभिनव गाबा पुत्र स्व. श्री श्याम लाल पुत्र श्री कर्म चन्द गाबा निवासी मकान नं. 739 सैक्टर 12 हुडा पानीपत आदि ने एक दस्तावेज पंजीकृत हेतु पेश किया है। जिसमे स्पष्ट रूप से बताया गया है। कि मृतक स्व. श्री श्याम लाल पुत्र श्री कर्म चन्द गाबा की मृत्यु दिनांक 28.02.2014 को हो चुकी है। मृतक स्व. श्री श्याम लाल पुत्र श्री कर्म चन्द गाबा के देहान्त के बाद निम्न वारिस उत्तराधिकारी है:- 1. सुदेश रानी (पत्नी) 2. अभिनव गाबा (पुत्र) 3. रिम्पल (पुत्री) 4. आभा (पुत्री) 5. प्रिंयका (पुत्री) 6. वंदना (पुत्री) के ही जायज वारिस हैं मृतक की माता स्व. सुमित्रा देवी का दिनांक 26.03.1986 देहान्त हो गया है अजित सिंह एक्स पार्षद पानीपत व लेख राज पटवारी ने भी अपनी रिपोर्ट में उपरोक्त वारसान की तसदीक की है।

उपर दर्शाये गये वारसानों के अलावा मृतक स्व. श्री श्याम सुंदर ढींगडा पुत्र श्री राजा राम पुत्र श्री राम चंद का अन्य कोई वारिस उत्तराधिकारी नहीं है। जिसके सम्बंध मे प्रार्थी ने शपथपत्र भी प्रस्तुत किया है। इसलिये हर आम व खास को इस इश्तहार नोटिस के माध्यम से सुचित किया जाता है, कि उपरोक्त मृतक स्व. श्री श्याम सुंदर ढींगडा पुत्र श्री राजा राम पुत्र श्री राम चंद के बताये गये वारिस उत्तराधिकारी के बाबत कोई शक एंव एतराज हो तो वह स्वंय/अधिवक्ता के माध्यम से इस नोटिस के प्रकाशन के उपरान्त 30 दिन के अन्दर अन्दर कार्यालय में कार्यदिवस के दिन अपनी आपत्ति पेश कर सकता है। अन्यथा उपरोक्त तथ्यों के आधार पर दस्तावेज का पंजीकरण कर दिया जायेगा।

यह नोटिस बाबत इश्तहार आज दिनांक 25.04.2024 को मेरे हस्ताक्षर व न्यायालय की मोहर द्वारा जारी किया गया।

हस्ता/-तहसीलदार-कम-

न्यायालय तहसीलदार-कम-सब-रजिस्ट्रार पानीपत

तरूण मेहरा पुत्र स्व. श्री बेनाम सिंह पुत्र श्री नथ्थु सिंह निवासी मकान नं. 178/4 किशनपुरा तहसील व जिला पानीपत व आदि।

बनाम

जनरल पब्लिक

इस इश्तहार के माध्यम से हर आम व खास को सूचित किया जाता है कि तरूण मेहरा पुत्र स्व. श्री बेनाम सिंह पुत्र श्री नथ्थु सिंह निवासी मकान नं. 178/4 किशनपुरा तहसील व जिला पानीपत आदि ने एक दस्तावेज पंजीकृत हेतु पेश किया है। जिसमे स्पष्ट रूप से बताया गया है। कि मृतक स्व. श्री बेनाम सिंह पुत्र श्री नथ्थु सिंह की मृत्यु दिनांक 23.01.2021 को हो चुकी है। प्रार्थी की माता स्व. श्रीमति मिथलेश पत्नी स्व. श्री बेनाम सिंह की मृत्यु दिनांक 16.01.2020 को हो चुकी है। प्रार्थी के माता-पिता के बाद निम्न वारिस/उत्तराधिकारी है:- 1. तरूण मेहरा (पुत्र) 2. दीपक मेहरा (पुत्र) ही जायज वारिस हैं मृतक स्व. बेनाम की माता स्व. श्रीमति जावा देवी का अरसा पहले देहान्त हो गया है सुमन रानी छाबडा पार्षद वार्ड नं. 15 व लेखराज पटवारी ने भी अपनी रिपोर्ट में उपरोक्त वारसान की तसदीक की है।

उपर दर्शाये गये वारसानों के अलावा मृतक स्व. श्री बेनाम सिंह पुत्र श्री नथ्थु सिंह व स्व. श्रीमति मिथलेश पत्नी स्व. श्री बेनाम सिंह का अन्य कोई वारिस उत्तराधिकारी नहीं है। जिसके सम्बंध में प्रार्थी ने शपथपत्र भी प्रस्तुत किया है। इसलिये हर आम व खास को इस इश्तहार / नोटिस के माध्यम से सुचित किया जाता है। कि उपरोक्त मृतक स्व. श्री बेनाम सिंह पुत्र श्री नथ्थु सिंह व स्व. श्रीमति मिथलेश पत्नी स्व. श्री बेनाम सिंह के बताये गये वारिस / उत्तराधिकारी के बाबत कोई शक एवं एतराज हो तो वह स्वय/अधिवक्ता के माध्यम से इस नोटिस के प्रकाशन के उपरान्त 30 दिन के अन्दर अन्दर कार्यालय मे कार्यदिवस के दिन अपनी आपत्ति पेश कर सकता है। अन्यथा उपरोक्त तथ्यों के आधार पर दस्तावेज का पंजीकरण कर दिया जाएगा।

यह नोटिस बाबत इश्तहार आज दिनांक 25.04.2024 को मेरे हस्ताक्षर व न्यायालय की मोहर द्वारा जारी किया गया।

हस्ता/-तहसीलदार-कम-सब रजिस्ट्रार, पानीपत

खबर संक्षेप

गांव कंबासी से बुजुर्ग लापता

बराड़ा। गांव कंबासी से एक बुजुर्ग के लापता हो जाने का मामला सामने आया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव की महिला जय कौर ने बताया कि उसके ससुर मंसा राम को भूलने की बीमारी है। 24 अप्रैल को वह शाम को घर से अपनी लडक़ी तारो के घर गांव बाड़ा में जाने की बात कहकर निकले थे लेकिन वहां पर नहीं पहुंचे। उन्होंने अपने तौर पर तलाश की लेकिन उनके बारे में कुछ भी पता नहीं चल सका। पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

गांव घेलखूर्द से युवक लापता

अंबाला। गांव घेलखूर्द का सरवन कुमार 17 अप्रैल को घर से बिना बताए कहीं चला गया है जोकि अब तक घर वापिस नहीं लौटा है। परिजनों ने इस संबध में पुलिस को सरवन की गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज करवाई है। मामले की जांच कर रहे मुख्य सिपाही विक्रम सिंह ने बताया कि गुमशुदा युवक सरवन की उम्र लगभग 30 साल, रंग गेहूंआ, लंबूतरा चेहरा, कद 5 फूट 8 इंच तथा उसने घर से जाते समय रंगदार कमीज, जींस व पैरों में जूते डाले हुए हैं।

कार्यकर्ताओं को पदमुक्त करने की शिकायत

अंबाला। इनेलो प्रदेश प्रवक्ता ओंकार सिंह ने कहा कि अंबाला छावनी में अनेक आंगनवाड़ी कार्यकर्ता भाजपा के सक्रिय पदाधिकारी भी हैं। ऐसे आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओ की चुनाव ड्यूटी लगाई जाती है तो वे निष्पक्ष कार्य नहीं करेंगे। इसके कारण चुनावों की निष्पक्षता प्रभावित होना तय है इसलिए इन्हे या तो पदमुक्त कर देना चाहिए या फिर ये सक्रिय राजनीति से दूर हो जाएं।

सरकारी स्कूल से मिड-डे मील राशन तथा बर्तन चोरी

जींद। राजकीय स्कूल अलेवा का बीती रात चोरों ने ताला तोड़ कर मिड-डे मील तथा राशन को चोरी कर लिया। स्कूल मुखिया की शिकायत पर पुलिस ने चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। अलेवा राजकीय स्कूल के मुखिया कर्म सिंह ने पुलिस को दी शिकायत में बताया की बीती रात चोरों ने स्कूल के मिड-डे मील कमरे का ताला तोड़ कर मिड-डे मील, बर्तन व अन्य सामान को चोरी कर लिया।

आत्महत्या के लिए मजबूर करने वाला पति भेजा जेल

जींद। सदर थाना पुलिस ने पत्नी को आत्महत्या के लिए मजबूर करने के आरोपित पति को गिरफ्तार कर अदालत में पेश किया। जहां से आरोपित को न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। गांव बाहरी करनाल निवासी रामस्वरूप ने 18 अगस्त 2023 को पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि उसकी बेटी कविता की शादी वर्ष 2007 में कृष्ण के साथ हुई थी। जिसके बाद घरेलू कलह के चलते कविता सात साल तक मायके रही।

स्कूल में हुई सुलेख प्रतियोगिता आयोजित

जींद। डीएन मॉडल स्कूल में सभी बच्चों में लिखने के प्रति रुझान पैदा करने के लिए सामूहिक सुलेख प्रतियोगिता का आयोजन करवाया गया। इस प्रतियोगिता में कक्षा छठी से कक्षा आठवीं तक के सभी बच्चों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया। सुलेख प्रतियोगिता को लेकर बच्चों में उत्साह और जोश दिखाइ दिया।

परिवहन मंत्री असीम गोयल ने किसानों को आश्वस्त करने का किया प्रयास

भाजपा प्रत्याशी बंतो कटारिया का दो जगह विरोध, किसानों ने सुनाई खरी खरी

तंदवाल में बंद पड़ी ट्रेनों को लेकर लोगों ने किया विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

अंबाला लोकसभा सीट से भाजपा प्रत्याशी बंतो कटारिया का भी विरोध शुरू हो गया। प्रचार के दौरान बंतो को दो जगह ग्रामीणों ने खरी खरी सुनाई। ग्रामीणों से वोट मांगने के लिए बंतो कटारिया निरंतर प्रचार कर रही है। एक जगह तो विरोध के दौरान किसानों ने बंतो से तीखे सवाल किए। इस दौरान बंतो हाथ जोड़ खड़ी हो गई।

दरअसल किसानों ने बंतो कटारिया को प्रचार के दौरान माजरी गांव में घेर लिया। यहां भारतीय किसान यूनियन शहीद भगत सिंह के जिला अध्यक्ष गुरमीत सिंह माजरी समेत अन्य किसानों ने बंतो से पूछा कि अंबाला में आपदा आई थी तो उस वक्त आप कहां थे? किसान दिल्ली जा रहे थे तो हरियाणा सरकार ने क्यों जुल्म किया ? किसानों को उत्तर प्रदेश के लखीमपुर खीरी मामले में अभी तक कार्रवाई न होने को लेकर भी सवाल पूछे गए। इस दौरान परिवहन राज्य मंत्री असीम गोयल भी बार-बार किसानों को समझाने का प्रयास किया। उन्होंने किसानों को लिखित रुप में अपनी मांग देने का भी आग्रह किया। इस मौके पर उनके साथ भाजपा जिला अध्यक्ष मनदीप राणा समेत अन्य भाजपा नेता व वर्कर्स भी उपस्थित थे। किसान नेता गुरमीत सिंह माजरी ने कहा कि पुलिस-प्रशासन किसानों पर भाजपा प्रत्याशियों के कार्यक्रम कराने का दबाव बना रहा है। किसान अपने हकों की आवाज भी नहीं उठा सकते। उन्होंने कहा कि जो किसानों की कातिल सरकारों का कार्यक्रम कराएगा वह भी उसका भागीदार होगा। उन्होंने किसानों से भाजपा प्रत्याशियों का गांव पहुंचने पर विरोध करने की बात । बता दें कि इससे पहले पंचकूला में भी बंतो कटारिया से किसान ने सवाल पूछे थे। यहां पुलिस ने किसानों को पहले ही रोक लिया था।

अंबाला। भाजपा प्रत्याशी बंतो कटारिया का विरोध करते किसान।

तंदवाल में भी कटारिया का हुआ विरोध

बराड़ा। कोरोना काल से बंद पड़ी लोकल ट्रेनों को लेकर मुलाना विधानसभा के गांव तंदवाल में भी भाजपा प्रत्याशी बंतो कटारिया को ग्रामीणों ने खरी खरी सुनाई। प्रचार के लिए जब कटारिया तंदवाल पहुंची तो उन्हें ग्रामीणों के विरोध का सामना करना पड़ा। कार्यक्रम के दौरान जब भाजपा नेता बंतो कटारिया ने बोलना शुरू किया तो ग्रामीणों ने उन्हें बीच में ही टोक दिया। फिर कोरोना काल से बंद पड़ी लोकल ट्रेनों का मुद्दा उठा दिया। ग्रामीणों का कहना था कि वह पिछले काफी समय से कोरोना काल से बंद पड़ी ट्रेनों को दोबारा चलवाने का मुद्दा उठा रहे है लेकिन किसी भी भाजपा नेता ने उनकी सुध नहीं ली। ग्रामीणों ने कहा कि वह सब अपनी समस्या को इलाके के लगभग सभी भाजपा नेताओं के पास जा चुके है लेकिन उनकी किसी ने भी कोई सुनवाई नहीं की। इससे ग्रामीण खासे नाराज दिखे। ग्रामीणों ने भाजपा प्रत्याशी से ग्रामीणों पर रेलवे द्वारा दर्ज केस खारिज करने की भी मांग की। इस पर बंतो कटारिया ने जल्द कार्रवाई का आश्वासन दिया। विरोध की वजह से ग्रामीणों ने कार्यक्रम से दूरी बनाई रखी। इसी वजह से कार्यक्रम फ्लॉप हो गया।

अंबाला। सेमीनार के दौरान मौजूद शिक्षक।

नई शिक्षण नीति के लिए खुद को तैयार करें शिक्षक

- सीबीएसई की ओर से आयोजित सेमीनार का हुआ समापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

पुलिस डीएवी पब्लिक स्कूल में केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड द्वारा आयोजित साइंस विषय से सम्बंधित अध्यापकों के लिए कैपेसिटी बिल्डिंग सेमिनार का शनिवार को समापन हो गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उदेश्य विभिन्न शिक्षा प्रणालियों द्वारा बच्चों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण को विकसित करना। स्कूल के प्रिंसिपल डॉ. विकास कोहली ने इस अवसर पर कहा कि इस तरह के सेमिनारों के आयोजन का मुख्य उदेश्य यह है कि अध्यापकों को भविष्य में आने वाले समय के अनुसार तैयार किया जा सके और वे बच्चों को नई शिक्षण पद्धति के अनुसार पढ़ाई करवा सके। अध्यापन में आधुनिक तकनीक के प्रयोग से शिक्षण अधिगम को अधिक संजीव बनाकर छात्रों की विचार शक्ति , तर्कशक्ति , निरिक्षण शक्ति व एकाग्रता को विकसित करना है। आधुनिक तकनीक का प्रयोग कर छात्रों में उच्च मानसिक योग्यताओं व क्षमताओं का विकास करना होता है। कार्यक्रम के रिसोर्स पर्सन डॉ. सुमिता ठाकुर व श्रीमती ज्योति बेलवाड़ी ने सेमीनार के दूसरे दिन नवीन दृष्टिकोण विषय के बारे में विस्तारपूर्वक चर्चा की। इसमें बहुत सी आधुनिक शिक्षा पद्तियों का आयोजन करवाकर अध्यापकों को उससे अवगत करवाया गया। उन्होंने विद्यार्थियों में तकनीक पर आधारित नवीन शिक्षण-पद्धति को बढ़ावा देना , निर्धारित पाठ्यक्रमों के माध्यम से मानवीय मूल्यों को विकसित करना, पाठ का सूक्ष्म एवं सम्पूर्ण बोध, श्रवण-लेखन एवं वाचन कौशल के निरंतर आंकलन द्वारा छात्राओं की वाचन कौशल की क्षमता को विकसित करना और उसका विकास करना आदि के बारे में विस्तार से विचार विमर्श किया गया ।

पैसे डबल करने के लालच में पांच लाख की ठगी, केस दर्ज

अंबाला। पैसे डबल करने का लालच देकर युवक के दो खाते खाली कर दिए। शातिर ठगों ने पहले युवक को वॉट्सऐप पर मैसेज किए। उसके बाद टेलीग्राम ग्रुप में जोड़ नए-नए टास्क दिए और बार-बार पैसे निवेश करा 5 लाख रुपए से अधिक रकम हड़प ली। पीड़ति ने साइबर थाने में शिकायत सौंपी है। गांव टमनोली के कुलविंदर सिंह ने बताया कि 4 मार्च को उसके पास वॉट्सऐप पर मैसेज आए। शातिर ठग ने उसके मोबाइल में टेलीग्राम ऐप डाउनलोड कराई। उसके बाद ठग ने टेलीग्राम पर टास्क पूरा करने पर डबल पैसे का लालच दिया। उसने बताा कि शातिर ठग ने 8 मार्च को 8 बार में 5 लाख 2 हजार रुपए ट्रांसफर करा लिए। उसने पहली बारी में 3 हजार, दूसरी में 9 हजार, इसी प्रकार 1.30 लाख, 95 हजार, 98 हजार, एक लाख, 35 हजार व 32 हजार ट्रांसफर किए।

अफीम तस्करी में कैंटर चालक काबू, एक किलोग्राम अफीम जब्त

अंबाला। सीआईए वन ने अफीम तस्करी के मामले में एक युवक को काबू किया है। आरोपी के कब्जे से पुलिस ने एक किलोग्राम अफीम जब्त की है। अब पुलिस आरोपी से पूछताछ कर रही है। एसपी जश्नदीप सिंह रंधावा के मुताबिक थाना मुलाना क्षेत्र चाचा भतीजा ढाबा दोसडका के पास अफीम की खेप पहुंचने की सूचना मिली थी। इसी आधार पर सीआईए वन ने यहां नाकाबंदी कर जांच शुरू कर दी। जांच के दौरान ही पुलिस ने यहां से आरोपी राजबीर सिंह का काबू किया। राजबीर पंजाब के फतेहगढ़ साहिब की ख्वाजापीर कॉलोनी का रहने वाला बताया है। तलाशी के दौरान पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 1 किलोग्राम अफीम जब्त की। आरोपी ने यह अफीम कैंटर के अंदर छुपाई हुई थी। अब पुलिस ने आरोपी को 5 दिन के रिमांड पर लिया है। पता चला है कि आरोपी नशा तस्करी का कार्य करता है। अफीम सप्लाई के लिए वह दोसड़का के पास खड़ा था। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत केस दर्ज किया है।

- पांच दिन के रिमांड पर लिया

हादसे में राजमिस्त्री की दर्दनाक मौत

अंबाला। ट्रक की चपेट में आने से राज मिस्त्री की मौत हो गई। हादसा नारायणगढ़ से रायपुर रानी रोड पर गांव भूरेवाला के पास हुआ। मृतक की शिनाख्त पंचकूला के गांव भूरेवाला के निर्मल सिंह (33) के रूप में हुई है। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर कार्रवाई शुरू कर दी है। आरोपी ट्रक चालक मौके का फायदा उठा फरार हो गया। गांव भूरेवाला के मान सिंह ने बताया कि वह कालाअंब में सिक्योरिटी कंपनी में गार्ड की नौकरी करता है। उसके भाई निर्मल सिंह ने अभी शादी नहीं हुई थी। वह शुक्रवार को ड्यूटी जाने के लिए घर से निकला ही था। उसे पता चला कि उसके भाई निर्मल सिंह की बाइक का भूरेवाला के पास एक्सीडेंट हो गया है। उसने बताया कि उसका भाई किसी काम से रायपुर रानी की तरफ जा रहा था। बीच रास्ते उसके भाई की बाइक को ट्रक ने टक्कर मार दी।

पोस्टर मेकिंग में महिमा ने मारी बाजी

- छात्राओं को मतदान के लिए डॉक्यूमेंटर भी दिखाई गई
- छात्राओं को मतदान के सही व आवश्यक उपयोग पर ज्ञान दिया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

आर्य गर्ल्ज कॉलेज के प्रांगण में राजनीतिक शास्त्र व स्वीप सैल के द्वारा वोटर जागरूकता अभियान कार्यक्रम के तहत छात्राओं को डॉक्यूमेंटरी दिखाई गई। इसमें छात्राओं को मतदान के सही व आवश्यक उपयोग पर ज्ञान दिया गया। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. अनुपमा आर्य ने छात्राओं को मतदान के महत्व के बारे में बताया और कहा कि वोट डालना उनकी जिम्मेदारी है जिसका उनको अच्छे से पालन करना चाहिए और वोट की नैतिक प्रतिबद्धता को समझना चाहिए। मतदान प्रत्येक नागरिक का कितनी अधिकार है। हम सभी को वोट डालकर देश के प्रति अच्छे नागरिक होने का कर्त्तव्य पूर्ण करना चाहिए। उन्होंने छात्राओं को अपना वोट देकर लोकतंत्र को मजबूत व कायम रखने को प्रोत्साहित किया। कार्यक्रम में इस वोटिंग अभियान के दौरान जितनी भी प्रतियोगिताएं करवाई गई उनमें प्रतिभागी विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया जिसमें पोस्टर मेकिंग, स्लोगन राइटिग, डेक्लामेशन आदि प्रतियोगिता थी। कार्यक्रम का सफल संचालन डॉ. अमनीत कौर, डॉ. रेखा, प्रो. गुरमीत, प्रो. सरस्वती व प्रो. आस्था के नेतृत्व में हुआ।

पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता पहला पुरस्कर महिमा व प्रिया को मिला। दूसरा पुरस्कार नेहा अली, शिल्पा पाठक, तृतीय पुरस्कार सिमरन व रूपमती को मिला। डेक्लामेशन प्रतियोगिता में निशा ने बाजी मारी। साक्षी दूसरे व अंजू तीसरे स्थान पर रही।

अंबाला। विजेता छात्राओं के साथ शिक्षक।

अंबाला। प्रतियोगिता के दौरान बच्चों के साथ मौजूद प्राचार्य।

पंडित गुरुदत्त विद्यार्थी को अर्पित किए गए श्रद्धा सुमन

अंबाला। मुरलीधर डीएवी सीनियर सैकेंडरी विद्यालय में प्रातः की प्रार्थना सभा में पंडित गुरुदत्त विद्यार्थी को उनके जन्मोत्सव पर श्रद्धा सुमन अर्पित किए गए। इस अवसर पर विशेष प्रार्थना सभा के आयोजन में उनके जीवन पर खुला मंच प्रश्नोत्तरी आयोजित की गई। विद्यालय के सभी विद्यार्थियों ने इस प्रश्नोत्तरी में बढ़ चढ़कर भाग लिया। विद्यालय के प्राचार्य डॉक्टर राधा रमन सूरी ने बताया कि पंडित गुरुदत्त विद्यार्थी स्वामी दयानंद के अनन्य शिष्य रहे हैं। जिन्होंने अल्प आयु में ही आर्य समाज के प्रति श्रद्धा भाव रखते हुए असाधारण लेखन व प्रचार के कार्य किए हैं। उनके द्वारा रचित पुस्तकों को ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी के पाठ्यक्रम में भी शामिल किया गया था। प्रतियोगिता की आयोजन से चार दिन पहले उनके जीवन चरित्र पर विद्यार्थियों को समस्त जानकारी उपलब्ध करवाई गई जिसे व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से सभी कक्षाओं में भेजा गया था। प्रश्नोत्तरी का संचालन करते हुए एक्टिविटी इंचार्ज गौरी वंदना का क्विज को रोचक बनाने का प्रयास पूर्ण रूप से सफल रहा।

नुक्कड़ नाटक से युवाओं को लोस चुनाव में वोट के लिए किया प्रेरित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बराड़ा

महाराणा प्रताप नेशनल कॉलेज की एनएसएस यूनिट द्वारा सुव्यवस्थित मतदाता शिक्षा एवं निर्वाचक सहभागिता कार्यक्रम के अंतर्गत एक नुक्कड़ नाटक का आयोजन गांव मुलाना में आयोजित करवाया गया। इस दौरान युवाओं तथा भविष्य के मतदाताओं को मतदान के लिए प्रेरित कियया गया। कॉलेज की प्राचार्या डॉ. राजश्री खरे ने कहा कि यह कार्यक्रम आगामी लोकसभा चुनाव के दौरान सभी पात्र नागरिकों को मत देने और जागरूक निर्णय लेने के लिए प्रोत्साहित करता है। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी प्रो. जयभगवान ने बताया कि नुक्कड नाटक का उद्देश्य भारत में सही मायनों में सहभागी लोकतंत्र का निर्माण करना है। इस नुक्कड़ नाटक में दर्शाया गया कि मतदाताओं को सही व्यक्ति का चुनाव करना चाहिए तथा दिखाया गया कि किस प्रकार से एक वोट से ही सरकार बनने से रह जाती हैं । एक ही वोट से सरकार बन भी जाती हैं। इस नाटिका में मुख्य भूमिका में मुस्कान, पिंकी, पुष्पा,जसविंदर कौर, राधिका, रिंकू, सनी व राहुल रहे। इस अवसर पर डॉ. शैली मनन, डॉ. आशुतोष शर्मा व नरेंद्र आदि रहे।

बराड़ा। नुक्कड़ नाटक में भाग लेते हुए प्रतिभागी।

बच्चों को प्रोत्साहित करें अभिभावक सफलता के बढ़ जाते हैं चांस

बराड़ा। कार्यक्रम में भाग लेते हुए अभिभावकगण।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बराड़ा

शैमरॉक व शैमफॉर्ड स्कूल में नए सत्र के बच्चों के अभिभावकों के लिए पैरेंट्स ओरिएंटेशन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का विषय ए टू जेड पेरेंटिंग कौशल रहा। इस कार्यक्रम में प्रधानाचार्या रूबी शर्मा ने स्कूल के सभी नियमों के साथ सफल अभिभावक बनने के लिए उनके दायित्वों से अवगत कराया। उन्होंने कहा कि किसी भी बच्चे के विकास में परिवार और घर के परिवेश का महत्वपूर्ण योगदान होता है। घर पर अपने बच्चों को प्रोत्साहित करने और उसका समर्थन करने से सफलता की संभावना काफी बढ़ जाती है। प्रधानाचार्या रूबी शर्मा ने सभी पेरेंट्स को एक फिल्म (हेलीकॉप्टर ईला) देखने के लिए जागरूक किया। अंत में प्रधानाचार्या रूबी शर्मा ने कार्यक्रम में आए हुए अभिभावकों को अपना कीमती समय निकालने के लिए धन्यवाद ज्ञापित किया।

शिक्षण प्रक्रिया में बदलाव करने के लिए किया प्रेरित

बराड़ा। शनिवार को सीआरसी में प्रिंसिपल राजबीर सिंह, बीआरपी वीरेंद्र सिंह की अध्यक्षता में सीपीआईयू बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में प्राइमरी कक्षाओं के शिक्षकों ने भाग लिया। एबीआरसी प्रवेश दहिया ने बैठक के पूर्व निर्धारित विषयों के बारे में सबके साथ चर्चा की जिसमें एफएलएन की कक्षाओं के लिए निर्धारित किए गए लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु बच्चों को हिंदी ,अंग्रेजी व गणित की दक्षताओं पर चर्चा, शिक्षक संदर्शिका का प्रयोग, अभ्यास पुस्तिका का प्रयोग, साप्ताहिक योजना, आंकलन करने की प्रक्रिया, ट्रैकर को भरने जैसे महत्वपूर्ण बिंदुओं पर चर्चा कर हुई। बैठक में टीचरों को पाठ योजना के अनुसार शिक्षण प्रक्रिया में बदलाव करने के लिए प्रेरित किया गया तो वहीं शिक्षण में पीछे रहे बच्चों को अतिरिक्त समय देकर उन्हें भी सामान्य बच्चों के स्तर पर लाने के टिप्स दिए गए एवं साथ-ही-साथ विभागीय निर्देशानुसार बढ़ती गर्मी में लू से बचाव हेतु अनुपालना सुनिश्चित करने, ड्रॉपआउट की संख्या जीरो करने के बारे में अपील की गई।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
ऑफिस नं.: 9253681019-20, फोन : 9253681010, 9253681005

व्यापारियों ने चुनाव आयोग और चीफ जस्टिस को लिखा पत्र

शंभू रेलवे स्टेशन पर डटे किसानों की वजह से 73 ट्रेनें कैंसिल

- बुरी तरह से प्रभावित हो रहा है रेल यातायात
- जल्द शंभू बॉर्डर खुलवाने की मांग, कहा चौपट हो गया कारोबार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

तीन किसानों की रिहाई के लिए शंभू रेलवे स्टेशन पर डटे किसानों की वजह से रेल यातायात बुरी तरह से प्रभावित हो रहा है। संयुक्त किसान मोर्चा (गैर राजनीतिक) और किसान-मजदूर मोर्चा के आह्वान पर किसान पिछले 11 दिनों शंभू रेलवे स्टेशन के ट्रैक पर बैठे हैं।उधर किसानों द्वारा सरकार को दिया हुआ अल्टीमेटम शनिवार को खत्म हो गया। जींद में हुई महापंचायत में किसान संगठनों ने हरियाणा सरकार को 27 अप्रैल तक का अल्टीमेटम दिया था। दूसरी ओर अंबाला शहर के व्यापारियों ने चुनाव आयोग व चीफ जस्टिस को पत्र लिखकर शंभू बॉर्डर को खोलने की मांग की है। व्यापारियों ने कहा कि पहले कोविड, फिर बाढ़ और अब शंभू बॉर्डर बंद होने से धंधा चौपट हो चुका है। कहा कि अगर समस्या के हल नहीं निकला तो सभी व्यापारी दुकानें बंद कर सड़कों पर उतर जाएंगे। किसान आंदोलन के चलते रेलवे पर असर पड़ रहा है। रेलवे ने 28 अप्रैल तक 73 ट्रेनों को कैंसिल किया है। कई अन्य ट्रेनों के रूट डायवर्ट किए तो कई ट्रेनों का शॉट टर्मिनेट करना पड़ा। किसान नेता सरवन सिंह पंधेर ने कहा कि 22 मई को मोर्चे को 100 दिन होंगे। उस दिन 22 मई को शंभू, खनौरी और डबवाली बॉर्डर पर लाखों की संख्या में किसान एकजुट होंगे। हरियाणा,पंजाब, हिमाचल और यूपी के किसानों से अभी से तैयारी करने की अपील की है। पंधेर ने कहा कि 1 मई को बॉर्डर पर मजदूर दिवस मनाया जाएगा। सहयोगी किसानों की रिहाई के लिए किसान सरकार को पहले भी 4 बार अल्टीमेटम दे चुके हैं। 9 अप्रैल को ट्रेन रोकने का ऐलान किया था। 10 अप्रैल को फिर उनकी चंडीगढ़ में हरियाणा और पंजाब सरकार के अधिकारियों के साथ मीटिंग हुई, जिसमें रिहाई का भरोसा मिला। फिर सरकार को 16 अप्रैल तक का समय दिया था।

अंबाला। शंभू रेलवे स्टेशन पर डटे किसान।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक,रविवार 28 अप्रैल 2024

स्पेशलः इंटरनेशनल डांस-डे, 29 अप्रैल

हाल के सालों में देश-विदेश में डांस को फिजिकल और मेंटल हेल्थ के लिए बहुत उपयोगी गतिविधि माना जाने लगा है। यह तथ्य तो सही है ही, लेकिन डांस हमारे भीतर सकारात्मकता और संवेदनशीलता का संचार करता है, सौंदर्यबोध बढ़ाता है। डांस से हम बेहतर इंसान बनते हैं और जीवन को आनंद के साथ जीने के लिए आत्मप्रेरित भी होते हैं।

जीवन की लय पर पैरों की थिरकन

{ कवर स्टोरी / संध्या सिंह }

अमेरिकन कॉलेज ऑफ कॉर्डियोलॉजी, जो कि एक गैरलाभकारी चिकित्सा संस्था है, उसके मुताबिक डांस यानी नृत्य गंभीर हृदय रोगी को भी जीवनदान दे सकता है। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि डांस सामान्य जीवन की कितनी सकारात्मक गतिविधि है। समाजशास्त्रियों से लेकर मनोचिकित्सकों तक और हृदय रोग विशेषज्ञों से लेकर सामान्य लोगों तक का मानना है कि डांस हमारे फिट रहने का सबसे आसान और सरस तरीका है।

स्वास्थ्य के लिए संजीवनी

नृत्य अपने आप में शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए किसी संजीवनी से कम नहीं है। इसलिए इसका महत्व इस लिहाज से बहुत ज्यादा होता है। हालांकि नृत्य की अपनी एक सामाजिक दुनिया भी है और वह कम प्रभावशाली या कम महत्व की नहीं है। लेकिन ज्यादातर आम लोगों के लिए नृत्य के सर्वाधिक फायदे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य से ही जुड़े होते हैं। आम लोगों के लिए नृत्य शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए खजाने की तरह है। अमेरिकी हृदय स्वास्थ्य विशेषज्ञ, नृत्य को मांसपेशियों की ताकत, भावनात्मक सहन शक्ति और फिटनेस की अपार संभावनाओं वाला केंद्र मानते हैं। मेडिकल निष्कर्षों के मुताबिक डांस करने से 70 से 80 फीसदी तक हृदय बिना और कोई उपाय किए स्वस्थ रहता है। डांस करने से दो दर्जन लाइफस्टाइल संबंधी बीमारियां जैसे चिंता, डिप्रेशन, हाइपरटेंशन और एंजाइटी आपके पास नहीं फटकती हैं। रेग्युलर डांस करने वाले लोगों का शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य तो बेहतर होता ही है, उन्हें कभी ऑस्टियोपोरेसिस का खतरा नहीं रहता। इससे फेफड़ों का स्वास्थ्य बेहतर होता है और कभी वजन भी नहीं बढ़ता है।

बढ़ती है संवेदनशीलता-सकारात्मकता

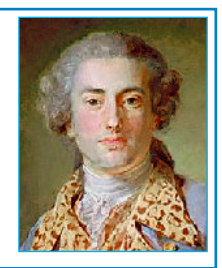
आज के दौर में नृत्य एक बड़ा कारोबार और कई रचनात्मक कलाओं का केंद्र भी बन गया है। जितने भी परफॉर्मिंग आर्ट हैं, डांस उन सबका सेंटर प्वाइंट है। लेकिन नृत्य के ये संदर्भ उन कुछ रचनात्मक लोगों से ही हैं, जो नृत्य के लिए समर्पित हैं और नृत्य की लय को जीवन की लय मानते हैं। डांस करने से आत्मविश्वास में सर्वाधिक बढ़ोत्तरी होती है। यह आपकी संज्ञानात्मक मेधा में वृद्धि करता है। डांस करने से शरीर में एक लयात्मकता आती है और भरपूर लचीलापन न सिर्फ शारीरिक अंगों मे बल्कि स्वभाव और संवेदना में भी दिखता है। डांस नए दोस्त बनाने में मददगार होता है और हमारे भीतर रचनात्मकता, आत्म अनुशासन और सहयोगात्मक रूप से काम करने की क्षमता विकसित करता है।

यह तो कहने की जरूरत ही नहीं है कि डांस हमारे भीतर सौंदर्यबोध को पैदा ही नहीं करता, उसमें वृद्धि भी करता है। इसीलिए माना जाता है कि एक डांसर की आंखें दुनिया का सृजन देखती हैं। अमेरिका में हुए एक शोध के मुताबिक प्रतिदिन एक घंटे डांस करने वाले लोग बहुत रेयरली किसी आपराधिक घटना में शामिल पाए जाते हैं। नियमित डांस करने वाले लोगों के दिल दिमाग में ऐसे हार्मोन पैदा ही नहीं होते, जो उन्हें किसी भी तरह की आक्रामकता या अपराध की तरफ उन्मुख करें। डांस में इस तरह की सकारात्मकता और संवेदना होती है, जो व्यक्ति को शांत और सौम्य बनाती है। हर डांस करने वाला व्यक्ति लगभग सभी रचनात्मक कलाओं में रुचि लेता है, क्योंकि डांस उसके मन की कंडीशन और 'स्टेट ऑफ माइंड' यानी मनःस्थिति को संवेदना से भर देता है।

एक लय में हो जाते हैं तन-मन

डांस करने वाले के दिमाग में कार्टीसोल नामक हार्मोन का स्तर बेहद कम होता है और ऑक्सीटोसिन हार्मोन का स्तर बढ़ता है यानी फीलगुड हार्मोन की मात्रा बढ़ती है। इसीलिए इंसान द्वारा की जाने वाली सबसे खूबसूरत और खुशहाली से भरी गतिविधि डांस को माना जाता है। कहते हैं, डांस जानने वालों को संगीत की जानकारी स्वतः ही हो जाती है, क्योंकि डांस करने वालों का शरीर ही नहीं, मन भी लय में रहता है और लय संगीत के साथ सहजता से आत्मसात हो जाता है। दुनिया में डांस के अलावा दूसरी ऐसी कोई सक्रिय गतिविधि नहीं है, जिसमें तन और मन एक लय में हो जाते हों। इसीलिए डांस सीखने से कई अन्य कलाओं से भी लगाव बढ़ने लगता है। कहने का सार यही है कि डांस केवल एक कला नहीं, केवल स्वास्थ्य सुधारने का जरिया नहीं बल्कि जीवन को आनंद के साथ जीने की एक अद्वितीय शैली भी है। *

ऐसे हुई डांस-डे की शुरुआत



डांस के महत्व के प्रति लोगों में जागरूकता लाने के लिए हर साल 29 अप्रैल को इंटरनेशनल डांस-डे मनाया जाता है, क्योंकि यह तारीख आधुनिक बैले डांस के जनक जीन-जॉर्जेस नोवरे का जन्मदिन है। 1727 को नोवरे इसी दिन पैदा हुए थे। इसलिए साल 1982 से इस दिन को अंतरराष्ट्रीय नृत्य दिवस के रूप में मनाया जाता है। हर साल नृत्य दिवस की एक थीम होती है और उस थीम का एक सांकेतिक महत्व होता है। जैसे साल 2023 में अंतरराष्ट्रीय नृत्य दिवस की थीम थी-नृत्य दुनिया के साथ संवाद करने का एक तरीका। जबकि इस साल नृत्य दिवस की थीम है-थिएटर और शांति की संस्कृति यानी साल 2024 के नृत्य दिवस की थीम विश्व रंगमंच को समर्पित है।

{ फिटनेस / शिखर चंद जैन }

मस्ती वाला वर्कआउट डांसरसाइज

इन दिनों डांस के साथ एक्सरसाइज यानी डांसरसाइज का ट्रेंड बढ़ रहा है। इनके डिफरेंट टाइप्स के जरिए अनेक यंगस्टर्स मस्ती के साथ खुद को फिट रख रहे हैं। क्या है डांसरसाइज, आप भी जानिए।

गर्मी के दिनों में सूरज सुबह-सुबह ही तेज चमकने लगता है, इसलिए पसीने और गर्मी के डर से घर से बाहर जाकर वर्कआउट करने का मन अकसर नहीं करता है। लेकिन शरीर के लिए एक्सरसाइज बहुत जरूरी है। ऐसे में आप घर में ही पंखा/कूलर चलाकर बोर हुए बिना फुल मस्ती के साथ डांसरसाइज कर सकते हैं।

जाज डांसिंगः सुडौल पैर, जांघें और कमर के लिए जाज डांसिंग आपके लिए परफेक्ट है। इसमें आपको लीप्स, किक्स और जंप्स लेने होते हैं, जिनसे पैरों और जांघों की अच्छी खासी एक्सरसाइज हो जाती है। इससे न सिर्फ लचीलापन और शरीर का संतुलन दुरुस्त होता है बल्कि पोश्चर भी सही हो जाता है। इस डांस में हाथों के मूवमेंट भी खूब होते हैं, जिससे बाहों और हाथों का भी अच्छा वर्कआउट हो जाता है।

शिबामः 45 मिनट सेशन का यह डांस आधारित वर्कआउट विदेशों में सुपरहिट हो चुका है। इसमें लैटिन और हिप-हॉप साउंडट्रेक पर सिंपल डांस स्टेप्स परफॉर्म करने होते हैं। शिबाम की एक क्लास में 600 से ज्यादा कैलोरी तो बर्न होती ही है, साथ ही स्ट्रेस से भी राहत मिलती है। किसी कुशल ट्रेनर की देखरेख में इसकी कुछ क्लासेज अटेंड करने के बाद आप खुद ट्रेंड हो जाएंगे। शिबाम में डांस मूव्स को एरोबिक वर्कआउट के साथ ब्लेंड किया गया है। संगीत के साथ जब शरीर थिरकता है, तो आपको दोहरा लाभ मिलता है तन और मन दोनों फिट होते हैं। इस वर्कआउट से स्टेमिना और कार्डियोवैस्कुलर फिटनेस बढ़ने के साथ-साथ ढेर सारी कैलोरी भी बर्न होती है। तीव्रता के साथ किए गए शिबाम से प्रति घंटे 800 कैलोरी तक बर्न कर सकते हैं।

जाज डांसिंग करते यंगस्टर्स

जुंबाः कोलंबियन फिटनेस एक्सपर्ट द्वारा डिजाइन किया गया यह वर्कआउट हमारे देश में भी खूब पॉपुलर हो रहा है। लैटिन म्यूजिक के साथ इसमें तरह-तरह के डांस फॉर्म्स का मिक्सचर है जैसे- सालसा, बेली डांसिंग, सोका, रिगेटन आदि। जुंबा कई प्रकार का होता है जैसे स्विमिंग पूल में एक्वा जुंबा किया जाता है। बच्चों के लिए जुंबा किड्स है और बुजुर्गों के लिए जुंबा गोल्ड है। तरह-तरह के डांस पर थिरकते हुए शरीर की अच्छी-खासी वर्जिश हो जाती है। दिलचस्प होने की वजह से इसे करने में मन भी लगा रहता है।

जुंबा डांसरसाइज करते यंगस्टर्स

पाइलेट्सः इसे मॉर्निंग वर्कआउट का हीरो कह सकते हैं। इसे एक जर्मन फिटनेस एक्सपर्ट ने शुरू किया था और 2005 के बाद से यह पूरी दुनिया में लोकप्रिय हो गया। कमजोर घुटनों और पीठ दर्द के लिए यह एक शानदार वर्कआउट है, जिसे चटाई पर लेटकर म्यूजिक के साथ किया जाता है। इससे कमर के नीचे का हिस्सा मजबूत होता है और इससे फ्लैक्सिबिलिटी आती है।

पाइलॉक्सिंगः स्वीडन के डांसर विविका जेनसन, जो बाद में पाइलेट्स ट्रेनर बन गए, ने इसकी शुरुआत की। पाइलेट्स और बॉक्सिंग का फ्यूजन है पाइलॉक्सिंग। पाइलॉक्सिंग नंगे पैरों से वजनदार ग्लव्स पहन कर की जाने वाली डांस एक्सरसाइज है। महिलाओं के लिए यह खासतौर पर फायदेमंद है, क्योंकि इससे उनकी फिटनेस और कॉन्फिडेंस दोनों बढ़ते हैं।

बॉलीवुड डांसिंगः एक्सरसाइज करने का मन नहीं है और मूड ऑफ है, तो बस बॉलीवुड के मस्ती भरे जोशीले गाने चला लें और उन पर थिरकना शुरू कर दें। आप फील ही नहीं कर पाएंगे कि फुल मस्ती में नाचते-नाचते आपकी पूरी बॉडी में मूवमेंट्स हो रहे हैं और अनजाने में ही घंटे भर का वर्कआउट हो गया। डांस से बॉडी में लचीलापन भी आता है।

मसाला भांगड़ाः आपके दिल के लिए यह जबर्दस्त कार्डियो एक्टिविटी है। यंगस्टर्स के लिए यह एक शानदार और मस्ती भरा वर्कआउट प्लान है। इसमें पॉप और भांगड़ा डांस का फ्यूजन है। इसमें ढोल की बीट पर फास्ट मूवमेंट्स किए जाते हैं। यह एक इंटेंस डांस वर्कआउट है। *

{ ट्रेडिशन / अंजू जैन }

प्राचीन-बहुरंगी-भव्य भारतीय नृत्य परंपरा

भले ही आज देश-विदेश में नृत्य की अनेक शैलियां विकसित हो चुकी हैं। लेकिन अपने देश में नृत्य परंपरा बहुरंगी, भव्य और अत्यंत प्राचीन रही है। यहां के शास्त्रीय और लोकनृत्यों की छटा देखते ही बनती है।

हमारे देश में नृत्य और संगीत का न सिर्फ धर्म और अध्यात्म से गहरा नाता रहा है, पौराणिक काल से इसकी परंपरा भी बरकरार है। प्राचीन ग्रंथों में से एक 'सामवेद' को संगीत का सबसे प्राचीन ग्रंथ माना जाता है। भरत मुनि का 'नाट्य शास्त्र' नृत्यकला का सर्वप्रथम और प्रामाणिक ग्रंथ माना जाता है। इंद्र की सभा में मेनका आदि अप्सराओं द्वारा नृत्य किए जाने का उल्लेख मिलता है। हड़प्पा सभ्यता में नृत्य करती हुई युवतियों की मूर्ति पाई गई है, जिससे साबित होता है कि उस काल में ही नृत्यकला का विकास हो चुका था। खजुराहो के मंदिर हों या कोणार्क के मंदिर, प्राचीन काल में निर्मित इन मंदिरों की दीवारों पर गंधर्वों की मूर्तियां अंकित हैं। उन मूर्तियों में लगभग सभी तरह के वाद्य यंत्रों और नृत्य भंगिमाओं को दर्शाया गया है। भगवान शिव के नृत्यरत नटराज स्वरूप के बारे में हम जानते ही हैं। उनका तांडव नृत्य भी सब जानते हैं। इसी तरह श्रीकृष्ण की रासलीला में भी नृत्य और संगीत का वर्णन मिलता है।

भरतनाट्यम

डांडिया

नृत्य का जनक है हमारा देशः हमारे देश के प्राचीन शास्त्रीय नृत्य दुनिया भर में प्रसिद्ध हैं। हमारे देश में नृत्य की परंपरा प्राचीन काल से ही चली आ रही है। भारत की नृत्य शैलियां दुनिया भर में लोकप्रिय हैं। दुनिया की कई नृत्य शैलियां तो हमारी प्राचीन नृत्यकला से ही प्रभावित हैं। नाट्यशास्त्र के अनुसार भारत में कई तरह की शास्त्रीय नृत्य शैलियां अलग-अलग राज्यों में विकसित हुई हैं जैसे- भरतनाट्यम, कुचिपुड़ी, ओडिसी, कथक, कथकली, यक्षगान, कृष्णअट्टम, मणिपुरी और मोहिनीअट्टम।

कुचिपुड़ी

भरतनाट्यमः यह नृत्य भारत के अति प्राचीन नृत्यों में शुमार है। इसका उल्लेख भरत मुनि के नाट्य शास्त्र में भी मिलता है। मूलतः तमिलनाडु के भरतनाट्यम नृत्य में भाव, राग और ताल का संगम होता है। इस नृत्य में चेहरे के हाव-भाव, हाथ, पैर की गतिविधियां और मुद्राओं द्वारा भावनाओं को अभिव्यक्त किया जाता है।

कथकः कथक का शाब्दिक अर्थ कथा होता है। प्राचीन काल में कथा यानी कहानी सुनाने वाले लोगों को कथक कहा जाता था। शुरुआत में यह नृत्य उत्तर भारत में ब्राह्मणों द्वारा मंदिरों में किया जाता था। यह नृत्य बालकृष्ण की लीलाओं, दंतकथा और अन्य पौराणिक कथाओं पर किया जाता है। इस नृत्य कला में चेहरे के हाव-भाव और मुद्राओं को विशेष महत्व दिया जाता है। इस नृत्य में मुकुट के साथ-साथ चेहरे के श्रृंगार के लिए विविध रंगों का भी प्रयोग किया जाता है। रामायण तथा महाभारत की कथा पर भी यह नाट्य नृत्य किया जाता है।

कुचिपुड़ीः कुचिपुड़ी आंध्रप्रदेश के कृष्णा जिले में एक गांव का नाम है। इसी गांव में कुचीपुड़ी नृत्य का जन्म हुआ। शुरुआत में यह नृत्य केवल पुरुष ब्राह्मणों द्वारा ही भगवान को समर्पित किया जाता था और पुरुष ब्राह्मण ही महिला का रूप लेकर नृत्य करते थे। समय बदला तो महिलाएं भी कुचीपुड़ी नृत्य में हिस्सा लेने लगीं। इस नृत्य में शारीरिक संतुलन का कौशल प्रदर्शित किया जाता है। पानी से भरा हुआ घड़ा लेकर तथा पीतल की थाली की किनारी पर भी यह नृत्य किया जाता है।

मणिपुरीः यह नृत्यकला अन्य शास्त्रीय नृत्य कलाओं से भिन्न है। मणिपुरी नृत्य कला में पोशाक भी अन्य नृत्यकलाओं से भिन्न होती है। इसमें शरीर धीमी गति से थिरकता है। इसमें तांडव और रास्य दोनों का समावेश किया जाता है।

ओड़ीसीः कोणार्क के सूर्यमंदिर तथा भुवनेश्वर की प्राचीन गुफा की दीवारों में इस नृत्य के चित्र मिलते हैं। इस नृत्य की मुख्य मुद्रा त्रिभंग है जिसमें सिर, शरीर और पैर तीन हिस्सों में बांटकर नृत्य अभिव्यक्त किया जाता है। इस नृत्य में भगवान विष्णु के अवतार जगन्नाथ, शिव और सूर्य की कथाएं नृत्य नाटिका से मंचित की जाती हैं।

लोकनृत्य की छटाः हमारे देश में तीज-त्योहारों या शादी-विवाह जैसे खुशी के मौकों पर भी नृत्य संगीत का आयोजन खूब किया जाता है। विभिन्न संस्कृतियों में अपनी-अपनी परंपरा के अनुसार घूमर, गिंदड़, चरकुला, गेर, चंग, डांडिया, रम्मत, ढोल और पणिहारी जैसे लोक नृत्यों का खूब आनंद उठाया जाता है। लोग तरह-तरह के स्वांग लेकर नाचते-झूमते हैं और जश्न मनाते हैं। जनजातियों की जीवनशैली का हिस्सा इन लोक नृत्यों की भी छटा देखते ही बनती है। चिकित्सक इन्हें स्वास्थ्य के लिए बेहद लाभदायक मानते हैं। शारीरिक फिटनेस के साथ-साथ संगीतमय लयबद्ध थिरकन से मानसिक अवसाद से भी राहत मिलती है। *

{ गजल }
डॉ. माणिक विश्वकर्मा 'नवरंग'

जागो फैसले की घड़ी है

सभी को सियासत में अपनी पड़ी है
मुसीबत जहां थी वहीं पे खड़ी है
किए जा रहे हैं फकत घोषणाएं
अभी पास सबके तिलिस्मी छड़ी है
अगर चाहते हो चमन में महकना
तो जागो जरा फैसले की घड़ी है
तुम्हारे मतों पर है कायम सिंहासन
सभी की नजर अब तुम्हीं पे गड़ी है
बहुत काम बाकी है अब भी वतन में
प्रशासन है ढीला व्यवस्था सड़ी है
न जाने कहां जोश हमको ले जाए
अभी दास्तां हसरतों से बड़ी है
इसे भूख से प्यास से क्या गिला हो
जो हीरे जवाहर कनक से जड़ी है
दिखा देंगे इकदिन तुम्हें अपना जौहर
हमारी नजर में भी पुख्ता कड़ी है
यहां से वहां तक हैं 'नवरंग' कांटें
बढ़े पांव जब भी विवशता अड़ी है

{ लघुकथाएं }

अपना हित

भोला सुबह-सुबह काम की तलाश में घर से निकल चुका था। वह रोज दिहाड़ी मजदूरी करता है। इसी मजदूरी से उसके घर का चूल्हा जलता है। आज भी वह रोज की तरह घर से कुछ दूरी पर बने उस ठिकाने पर आकर खड़ा हो गया, जहां से शहर के लोग दिहाड़ी मजदूर लेकर जाते हैं। भोला यह सोच ही रहा था कि पता नहीं आज काम मिलेगा या नहीं? तभी वहां सफेद कुर्ता-पाजामा पहने एक व्यक्ति आया, भोला से बोला, 'तुम लोग आज के दिन भी मजदूरी करने जा रहे हो। यह तो गलत बात है।' 'क्यों गलत बात है?

आज ऐसा क्या है, जो हम मजदूरी नहीं कर सकते हैं?' भोला ने पूछा। 'आज श्रमिक दिवस है। इसे मई दिवस भी कहते हैं। यह तुम जैसे मजदूरों को अपने अधिकारों और हितों को समझने का दिन है। मैं तुम्हारे हित के लिए आया हूं। चलो हमारे साथ सामने वाले पार्क में, वहां एक बड़ी सभा है। एक बड़े नेताजी आ रहे हैं, उनका भाषण है। नेता जी तुम्हारे अधिकारों के बारे में बताएंगे। तुम्हारे हितों की बात करेंगे।' वह व्यक्ति बोला। भोला उस आदमी से बोला, 'अच्छा तो तुम हमारे हित के लिए आए हो। हम मजदूरों का हित तो अपनी मजदूरी करने में है। अगर आज हम काम नहीं करेंगे तो हमारे घर चूल्हा नहीं जलेगा।

हमारे बीवी-बच्चे भूखे रह जाएंगे। नेता जी के भाषणों से हमारे घर का चूल्हा नहीं जलेगा, हमारा पेट नहीं भरेगा। हमें मालूम है, चुनाव आ गए हैं। इस सभा में नेता जी जो बोलेंगे, उसके पीछे हमारा नहीं, उनका हित होगा। इतने सालों में नेता जी हम मजदूरों के हित की बात करने नहीं आए, अब चुनाव के समय उन्हें हमारी सुधि आई है। क्षमा करें श्रीमान जी, हम आपके नेता जी का भाषण सुनने नहीं जा पाएंगे।' यह सुनकर वह व्यक्ति चुपचाप वहां से चला गया। *

- ललित शौर्य

कच्चे पपीते

सुनो जी, ये इतने ढेर सारे कच्चे पपीते क्यों ले आए? घर में कोई पपीते पसंद नहीं करता। इनका मैं क्या करूं?' पत्नी ने झल्लाते हुए पति से कहा।

'अरे! भाग्यवान इनकी सब्जी बना लो या हलवा बना लो।' पति बोले। 'तुम्हें तो पपीते की सब्जी बिल्कुल पसंद नहीं है, हलवा बच्चे पसंद नहीं करते। मुझे समझ नहीं आया कि जब घर में कोई कच्चा पपीता पसंद नहीं करता तो तुम बेवजह इतने ढेर सारे कच्चे पपीते लेकर ही क्यों आए?' पत्नी और ज्यादा झल्लाकर बोली। 'सच बात बताऊंगा, तुम गुस्सा तो नहीं करोगी? वो क्या है कि सड़क किनारे एक वृद्धा कच्चे पपीते बेच रही थी।

वह किसी महिला से कह रही थी, बहन जी, पपीते ले लो। दो दिन से मेरे घर चूल्हा नहीं जला है। कम दाम में ले लो। किंतु उसका पपीता उसने क्या, किसी ने भी नहीं खरीदा। मुझे उस पर दया आ गई। मैंने उस वृद्धा से पूछा- माता जी, ये पपीते कितने पैसे में देंगी? तो वह बोली-बेटा, जो उचित लगे दे दो। भगवान तुम्हारा भला करेगा। क्या करूं बेटा, बहुत गरीब हूं। घर पर दो-चार पपीते के पेड़ हैं। वही जीने का सहारा हैं। पके पपीते कुछ दिन पहले बेचे थे। उससे दो दिन घर में चूल्हा जला, लेकिन अब पके पपीते नहीं हैं तो कच्चे ही तुड़वा कर लाई हूं ताकि मेरी छोटी सी पोती को खाने को भोजन मिल जाए। वो भी दो दिन से भूखी है। बहू-बेटे दो साल पहले कोरोना में नहीं रहे। तब से जैसे-तैसे गुजारा कर रही हूं। बस मैंने उसके सारे पपीते सौ रुपए में खरीद लिए।' पति ने डरते हुए सारी बात पत्नी से कह दी। यह सुनकर पत्नी भी दुखी होकर बोली, 'ओह! बेचारी गरीब वृद्धा को सौ नहीं दो सौ रुपए दे देना था ताकि वे लोग भरपेट खाना खा पाते।'

पति यह सुनकर पत्नी का मुंह देखते ही रह गए। *

- डॉ. शैल चंद्रा

{ पुस्तक चर्चा / सरस्वती रमेश }

जीतने की जिद

एक व्यक्ति की आवाज किस तरह उसकी जिंदगी के सारे फैसलों को नियंत्रित कर सकती है। खुशियों के सारे दरवाजे बंद कर सकती है। हीनभावना से भर सकती है। दोस्तों के आगे शर्मिंदा कर सकती है। आत्महत्या तक पहुंचा सकती है, इसका अंदाजा भगवंत अनमोल के उपन्यास 'गेरबाज' को पढ़कर लगा सकते हैं। अपनी बात को समय पर सही ढंग से न बोल पाना भी पीड़ादायक हो सकता है, यह आप इसे पढ़ते हुए महसूस करेंगे। इस किताब में लेखक ने बड़ी सूक्ष्मता से एक हकलाने वाले व्यक्ति की मनोदशा और उसके जीतने की जिद को चित्रित किया है। यह हकलाहट की समस्या पर लिखा गया एक पठनीय उपन्यास है। *

पुस्तकः गेरबाज (उपन्यास), **लेखकः** भगवंत अनमोल, **मूल्यः** 299 रुपए, **प्रकाशकः** पेंगुइन रैंडम हाउस इंडिया प्राइवेट लिमिटेड (पेंगुइन स्वदेश), गुरुग्राम

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से।
हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com
हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

गर्मी की छुट्टियों में अधिकतर लोग कहीं ना कहीं घूमने का प्लान बनाते ही हैं। अगर आप नेचर लवर हैं और एडवेंचरस ट्रैवलिंग का मजा लेना चाहते हैं तो इस बार जंगल सफारी के लिए जा सकते हैं। अपने घर से निकटतम किसी राष्ट्रीय उद्यान का चयन करें और निकल पड़ें। लेकिन इस दौरान आपको सफारी से जुड़ी कुछ बातों का ध्यान भी रखना होगा।

अगर आप कर रहे हैं जंगल सफारी की प्लानिंग

एडवेंचर ट्रैवेलिंग / विवेक कुमार

भारत की अद्वितीय जैवविविधता की प्रसिद्धि हमारे देश में ही नहीं पूरी दुनिया में है। हर साल पूरी दुनिया से लाखों पर्यटक यहां घूमने के लिए आते हैं। पूर्व हो या पश्चिम, उत्तर हो या दक्षिण, भारत के जंगलों में दुनिया के दुर्लभतम जानवर पाए जाते हैं। इन घने जंगलों, घास के मैदानों और दलदलों में स्थित भारत के जंगलों में देखने के लिए बहुत कुछ होता है। लोग यहां की सफारी करते हैं।

निर्देशों का पालन है जरूरी

अगर आप भी गर्मी की इन छुट्टियों में कहीं घूमने जाना चाहते हैं तो जंगल की सफारी का भी मजा ले सकते हैं। इसके लिए हालांकि पहले से बुकिंग करानी होती है और इसके कुछ नियम कायदे कानून होते हैं, जिनका पालन करना जरूरी होता है। हर

जंगल सफारी में अनुभवी गार्ड और पार्क के अधिकारियों द्वारा जो सुरक्षा निर्देश जारी किए जाते हैं, उनके बारे में पर्यटकों को पहले से अवगत कराया जाता है। उनकी जरा सी भी अनदेखी पर्यटकों के लिए ही नहीं बल्कि वन्यजीव दोनों की सुरक्षा के लिए खतरा साबित हो सकती है।

व्यक्तिगत गाड़ी से जाना प्रातिबंधित

जंगल सफारी के लिए सबसे पहला नियम तो यह है कि जंगल के भीतर आप अपना पर्सनल वाहन नहीं ले जा सकते हैं। इसके लिए जंगल प्रशासन द्वारा ही गाड़ी मुहैय्या कराई जाती है। सफारी के दौरान रंग-बिरंगे ड्रेसेस पहनने की बजाय ब्राउन और ग्रीन कलर की ड्रेसेस, जो वहां के वातावरण से मेल खाते हैं, उन्हें ही पहनकर जाना चाहिए। सफारी के दौरान गाड़ी से बाहर नहीं निकलना चाहिए। जानवरों को नजदीक से देखने का मोह नहीं पालना चाहिए। सफारी की गाड़ी खुली होती है, जिसमें आप इत्मीनान से जंगली जानवर को देख सकते हैं।

जानवरों के नजदीक जाने से बचें

हालांकि यह जरूरी नहीं कि आपको जानवर पास से देखने को मिलें, क्योंकि सफारी द्वारा जंगल के भीतर जो रास्ता बनाया जाता है, उसी सड़क पर चलना होता है। इन रास्तों को पर्यटकों की सुरक्षा और वन्यजीवों के संरक्षण को मदेनजर रखते हुए बनाया जाता है। गाड़ी से बाहर निकलकर जानवर को नजदीक से देखने के चक्कर में या उसको करीब से फोटो लेने से भी बचना चाहिए। जंगल की सफारी में फ्लैश फोटोग्राफी की अनुमति नहीं दी जाती, क्योंकि कैमरे की फ्लैश से जानवर परेशान हो सकते हैं और वो घबराकर आप पर हमला भी कर सकते हैं। सफारी में किसी भी तरह का हथियार लेकर जाने की भी मनाही होती है। सफारी का उद्देश्य वन्यजीवों को दूर से देखना होता है। उनको बहुत करीब से देखने के चक्कर में उनके पास नहीं जाना चाहिए, क्योंकि इससे वे डर सकते हैं। यदि आपके साथ गाइड है तो आप उसे ज्यादा करीब ले जाने के लिए दबाव न डालें। सफारी से उतरकर इधर-उधर पैदल ना घूमें। इससे आप रास्ता भटक सकते हैं।

जानवरों को ना करें परेशान

जानवरों को देखकर उन्हें आवाजें लगाने से उनका प्राकृतिक व्यवहार बिगड़ सकता है। उनके पास जाकर अनावश्यक शोर नहीं करना चाहिए, ना ही संगीत बजाना चाहिए। तेज आवाज वाले इलेक्ट्रॉनिक उपकरण ले जाने की मनाही होती है। यदि आपको जानवर पास से दिखाई दे तो उन्हें खाने के लिए कुछ नहीं दें। इससे उनको स्वास्थ्य संबंधी दिक्कतें हो सकती हैं।

पर्यावरण का रखें ध्यान

जंगल में खाने के लिए आप जो भी सामान लेकर जाते हैं, कोल्ड ड्रिंक की बोतल, पानी की बोतलें, चिप्स के पैकेट इन सबका कूड़ा वहां ना छोड़कर आएं बल्कि इन्हें अपने साथ लाएं। जंगल में रहने वाले स्थानीय आदिवासियों से भी अनावश्यक मेल-मिलाप ना करें। उनकी तस्वीर उनकी अनुमति के बगैर ना लें। आदिवासियों की संस्कृति और रीति-रिवाजों का सम्मान करें। यहां बताए गए नियमों का ध्यान रखेंगे तो निश्चित ही आपकी जंगल सफारी शानदार और हमेशा यादगार रहेगी। *

राज्य के अनुसार प्रमुख जंगल सफारी

- जवाई बांध तेंदुआ संरक्षण रिजर्व, राजस्थान
- काबिनी वाइल्ड लाइफ सेंचुरी, कर्नाटक
- जिम कार्बेट नेशनल पार्क, उत्तराखंड
- रणथंभौर राष्ट्रीय उद्यान, राजस्थान
- काजीरंगा राष्ट्रीय उद्यान, असम
- कान्हा राष्ट्रीय उद्यान, मध्य प्रदेश
- सुंदरवन राष्ट्रीय उद्यान, पश्चिम बंगाल
- पेरियार राष्ट्रीय उद्यान, केरल
- बांधवगढ़ राष्ट्रीय उद्यान, मध्य प्रदेश
- बांदीपुर राष्ट्रीय उद्यान, कर्नाटक
- ताडोबा अंधारी टाइगर रिजर्व, महाराष्ट्र
- पेंच राष्ट्रीय उद्यान, मध्य प्रदेश और महाराष्ट्र

युवाओं में बढ़ रहा ई-बाइक्स का क्रेज

बेहतरीन फीचर्स, अट्रैक्टिव, कॉम्पैक्ट, स्पोर्टी, फंकी लुक और ट्रेंडी डिजाइंस के कारण ई-बाइक्स आजकल युवाओं को खूब पसंद आ रहे हैं। इनकी खूबियों और आने वाले दौर में इनके ट्रेंड पर एक नजर।

ऑटो ट्रेंड / वी. कुमार

आज से कुछ साल पहले तक मोटर बाइक्स के मार्केट में ई-बाइक्स की डिमांड न के बराबर थी और युवाओं को तो ये ई-बाइक्स बिल्कुल भी पसंद नहीं आती थीं। लेकिन अब ई-बाइक्स को लेकर यंगस्टर्स की राय काफी बदल रही है।

यंगस्टर्स की बदल रही सोचः वैसे तो ई-बाइक्स हर आयु-वर्ग के लोगों को पसंद आ रही हैं, लेकिन चूंकि बाइक्स ज्यादातर युवा चलाते हैं, इसलिए यह कहना सही होगा कि युवाओं को ये ज्यादा पसंद आ रही हैं। आंकड़ों की बात करें, तो ऑटो मोबाइल को लेकर युवाओं की पसंद-नापसंद पर नजर रखने वाली एक प्रसिद्ध अमेरिकी बिजनेस वेबसाइट के अनुसार- आज अमेरिका में 67 फीसदी ई-बाइक्स के मालिक पुरुष हैं और 33 फीसदी की महिलाएं। इंटरेस्टिंग फैक्ट यह है कि अमेरिका में जितनी भी ई-बाइक्स पिछले तीन सालों में बिकी हैं, उनमें 63 फीसदी के मालिक 18 से 44 साल के युवा हैं। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि अमेरिकी युवाओं को किस कदर पेट्रोल-फ्री ई-बाइक्स पसंद आ रही हैं। गौरतलब है कि सिर्फ अमेरिका ही नहीं, दुनिया भर के युवाओं में ई-बाइक्स का क्रेज बढ़ा है।

पेट्रोल बाइक्स से बना रहे दूरीः पहले यह माना जाता था कि पॉवर और स्पीड के मामले में जो खूबी पेट्रोल वाहनों को हासिल है, वह इलेक्ट्रिक वाहनों को नहीं हासिल होगी। इसलिए यह अनुमान लगा लिया गया था कि आने वाले सालों में युवाओं को ई-बाइक्स पसंद नहीं आएंगी। लेकिन अब व्यावहारिक सच्चाई बदल चुकी है। आजकल ई-बाइक्स निर्माता दिन-ब-दिन इसके नए और अपडेटेड वर्जंस लांच कर रहे हैं। ऐसे में युवा-वर्ग इसकी ओर खासे आकर्षित हो रहे हैं। आज के युवा ई-बाइक्स को पेट्रोल बाइक्स के बेहतर विकल्प के रूप में देख रहे हैं।

लुक्स-फीचर्स भी हैं अट्रैक्टिवः ई-बाइक्स को फीचर्स के मामले में भी अब अट्रैक्टिव माना जाने लगा है। देखा जाए तो ई-बाइक्स के जितने खूबसूरत, ट्रेंडी और फंकी डिजाइंस पिछले दो सालों में आए हैं, उतने डिजाइंस तो कभी पेट्रोल-बाइक्स में भी नहीं आए। युवाओं द्वारा ई-बाइक्स पसंद किए जाने का एक कारण इनका अल्ट्रामॉडर्न लुक भी है।

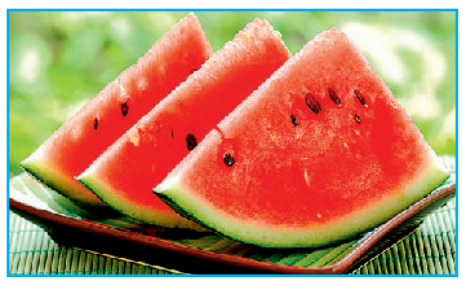
बढ़ रही है स्पीडः पहले यह माना जा रहा था कि ई-बाइक्स की रफ्तार बहुत कम होगी, लेकिन ऐसा नहीं है। हालांकि अभी तक इनकी रफ्तार अधिकतम 50 से 55 किलोमीटर प्रति घंटे तक ही है लेकिन उम्मीद है कि इस साल नवंबर-दिसंबर तक 70 से 80 किलोमीटर प्रति घंटा रफ्तार वाली ई-बाइक्स अमेरिका और यूरोप में आ जाएंगी। आने वाले सालों में सौ किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार वाली ई-बाइक्स भी सड़कों पर दौड़ने लगेंगी।

लगती हैं कंफर्टेबलः ई-बाइक्स, पेट्रोल-बाइक्स की तुलना में हल्की होती हैं, इसलिए ये युवाओं के साथ-साथ हर आयु-वर्ग के लोगों को पसंद आ रही हैं। छोटे बच्चों और बुजुर्गों को पैडलिंग ई-बाइक्स भी खूब पसंद आ रही हैं। दरअसल, इनमें मोटर और बैटरी दोनों होती हैं, पर अगर दोनों ही काम न कर रहे हों तो पैडल मारने की सुविधा भी होती है। इन खूबियों के साथ पर्यावरण और भविष्य की चिंताओं से सरोकार रखने वाले युवाओं के साथ-साथ हर वर्ग के लोग पेट्रोल-बाइक्स के बेहतर विकल्प के तौर पर ई-बाइक्स को खूब पसंद कर रहे हैं।

और बढ़ेगा ट्रेंडः पिछले कुछ सालों में अमेरिका ई वाहनों का हब बनकर उभरा है। एक अनुमान के मुताबिक साल 2030 तक दुनिया में 10 करोड़ से ज्यादा लोगों के पास ई-बाइक्स होंगी। ई-बाइक्स दुनिया की सबसे ज्यादा बिकने वाले इलेक्ट्रिक वाहन हैं। यहां तक कि बिक्री के मामले में ये इलेक्ट्रिक कारों से भी बहुत आगे हैं। भारत के संदर्भ में अगर भूतल परिवहन मंत्री नितिन गडकरी की भविष्यवाणी पर यकीन करें तो अगले पांच सालों में भारत में सभी तरह के वाहनों में करीब 30 फीसदी से ज्यादा ई-वाहन होंगे। इसलिए अगर आज युवाओं को पेट्रोल फ्री ई-बाइक्स पसंद आ रही हैं तो मानना होगा कि वे भविष्य पर नजर रख रहे हैं। *

मौसमी फल / शिवचरण चौहान

ताजगी दे रसभरा तरबूज



तीरा यानी तरबूज, बेल वाले पौधे में लगने वाला फल है। तरबूज यानी गर्मी में तन को तरावट देने वाला फल। यह गर्मी के मौसम में बालू वाली भूमि पर पैदा होता है। भारत में राजस्थान के अलावा उत्तर प्रदेश, मध्यप्रदेश, हरियाणा, पंजाब, बिहार आदि प्रदेशों में भी यह बहुतायत से उत्पन्न होता है। नदियों की बलुई जमीन में इसकी बेल, आसानी से उग आती है। तरबूज खाने से प्यास शांत होती है और लू नहीं लगती है।

कहां हुई इसकी उत्पत्तिः तरबूज दुनिया में आया कहां से, इसको लेकर बहुत मतभेद हैं। भारत के लोग दावा करते आए हैं कि तरबूज हमारे देश का देशज फल है। दुनिया के लोग अभी तक इसे सूडान का फल मानते रहे हैं। सफेद गूदे वाले तरबूज के फल सूडान के जंगलों में पाए जाते थे, जो जानवरों को खिलाने के काम आते थे और कम मीठे होते थे। ईरान में लाल गूदे वाले तरबूज पाए जाते थे और माना जाता था कि ईरान के रेगिस्तान में तरबूज की उत्पत्ति हुई है लेकिन 3300 वर्ष पूर्व मिस्र के तूती खामीन के मकबरे में तरबूज के बीज मिले थे तो माना गया कि तरबूज की उत्पत्ति मिस्र में हुई होगी। फिर 4300 वर्ष पूर्व की एक पेंटिंग मिस्र के एक गुंबद में मिली, जिसमें एक तश्तरी में कटे हुए तरबूज के लाल रंग की फांके के चित्र बने हुए हैं। इस आधार पर लोग मानने लगे कि मिस्र के लोग लाल गूदे वाले मीठे तरबूज के बारे में बहुत पहले से जानते थे। आज तरबूज पूरी दुनिया में प्यास बुझाने के लिए गर्मियों का एक प्रमुख फल है।

मौजूद प्रमुख तत्वः एक पके तरबूज में 90 प्रतिशत जल, 0.4 प्रतिशत प्रोटीन, 0.3 प्रतिशत वसा, 0.3 प्रतिशत खनिज तत्व, 4 प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट और लोहा भी पाया जाता है। तरबूज के बीजों में 52 प्रतिशत तेल, 34 प्रतिशत प्रोटीन और अन्य तत्व होते हैं। बीजों की तासीर शीतल होने के कारण शरबत और लस्सी को बनाने में भी इसका प्रयोग किया जाता है।

कई रोगों में उपयोगीः तरबूज के बीज की गिरी मूत्र रोग में रामबाण है और मस्तिष्क को शक्ति प्रदान करती है। नियमित तरबूज खाने से पेट की खराबी में राहत मिलती है। सूखी खांसी के मरीज को लाभ मिलता है और उच्च रक्तचाप को भी नियंत्रित करता है। जोड़ों के दर्द में यह उपयोगी है। यह रक्त वर्धक भी होता है। लेकिन तरबूज अधिक नहीं खाना चाहिए। *

बड़ा पर्दा / हेमंत पाल

शुरुआती दौर से ही अलग-अलग जॉनर में हिंदी फिल्में बनती रही हैं। लेकिन उनमें से जिस जॉनर की फिल्में दर्शक सबसे ज्यादा पसंद करते हैं, उनमें सस्पेंस-थ्रिलर प्रमुख हैं। किस तरह ये फिल्में दर्शकों को अंत तक बांधे रखती हैं, अब तक की सबसे चर्चित सस्पेंस फिल्में कौन-सी रही हैं, इन पर एक नजर।

दर्शकों को भाती हैं खूब क्लाइमेक्स पर चौंकाने वाली फिल्में

फिल्मी पर्दे पर दर्शक अलग-अलग रंग देखते रहे हैं। उन्हीं में से एक रंग है फिल्म के अंत का रोमांच बनाकर रखना। शुरुआती दौर में इन फिल्मों के क्लाइमेक्स को इतना रोचक बनाया जाता था कि दर्शक समझ नहीं पाता कि ऐसा कैसे संभव है? ऐसी फिल्मों का अंत कुछ ऐसा होता था, जो देखने वालों को चौंकाता था। इनके कथानक को कुछ इस तरह रचा जाता था कि दर्शक उसके आकर्षण में फंस जाते थे। वे कहानी के ट्विस्ट की असलियत समझ नहीं पाते और जब राज खुलता तो ऐसा पात्र संदेहों से घिरा मिलता, जिस पर किसी की नजर नहीं जाती थी। सस्पेंस फिल्मों में चौंकाने वाले इस तरह के अंत का दौर अभी खत्म नहीं हुआ है।

नया नहीं थ्रिलर का क्रेजः पुराने दौर से लेकर अब तक कई थ्रिलर फिल्में आती रही हैं, लेकिन सभी दर्शकों को बांधने में सफल नहीं हो पाईं। याद वही फिल्में रहती हैं, जिन्होंने अपनी पटकथा और डायरेक्शन का जादू दिखाया। पुरानी फिल्मों में 'तीसरी मंजिल', 'ज्वेल थीफ', 'इत्तेफाक', 'गुमनाम' और आज के दौर की 'ए वेडनस-डे', 'बदला', 'हमराज', '100 डेज' के बाद आयुष्मान खुराना की फिल्म 'अंधाधुन' और अजय देवगन की दोनों 'दृश्यम' ऐसी ही फिल्में हैं, जिनके क्लाइमेक्स ने दर्शकों को चौंकने पर मजबूर कर दिया था। 'अंधाधुन' ने तो एक नया ट्रेंड बना दिया। इसमें एक अंधे आदमी का किरदार काफी रहस्यमय था। फिल्म की कहानी इसी के आस-पास घूमती है। इस पूरी फिल्म में अच्छा-खासा सस्पेंस बनाकर रखा गया।

विजय आनंद ने की शुरुआतः फिल्म इतिहास के पन्ने पलटे जाएं, तो हिंदी फिल्मों में मर्डर मिस्ट्री और सस्पेंस फिल्मों की शुरुआत का श्रेय विजय आनंद को जाता है। उन्होंने 'तीसरी मंजिल' और 'ज्वेल थीफ' उस दौर में बनाने की हिम्मत की, जब दर्शकों को ऐसी कहानियों का अंदाजा भी नहीं था। पर, विजय आनंद ने दर्शकों पर अपना जादू चलाया और उनकी ऐसी कई फिल्में पसंद की गईं। उन्होंने ऐसे कई प्रयोग किए, जो सस्पेंस से लबरेज थे।

दर्शकों को भाती हैं ऐसी फिल्मेंः सस्पेंस और थ्रिलर हमेशा ही दर्शकों का पसंदीदा फिल्म जॉनर रहा है। उन्हें ऐसी सस्पेंस फिल्में ही ज्यादा पसंद आती हैं, जिसके अंत के बारे में सारे अनुमान गलत निकलें। फिल्म के क्लाइमेक्स में ऐसा शख्स सामने आए, जिसका दर्शकों ने अनुमान भी नहीं लगाया हो! ऐसी ही फिल्में दर्शकों को बांधने वाली होती हैं। इसीलिए दर्शक सस्पेंस, थ्रिलर और मर्डर मिस्ट्री देखना पसंद करते हैं। हालांकि ये तीनों ही अलग-अलग शैलियां हैं। थ्रिलर फिल्मों में एक्शन होता है, लेकिन सस्पेंस नहीं। उनमें सस्पेंस की घटनाएं होती हैं, जिनका राज धीरे-धीरे खुलता रहता है। सस्पेंस फिल्म में न तो रहस्य जरूरी है और न एक्शन। इनमें चौंकाने वाले सीन ज्यादा होते हैं, जो दर्शक को सोचने का मौका भी नहीं देते। मिस्ट्री और सस्पेंस थ्रिलर फिल्में एक जैसी नहीं होती हैं। दोनों का ट्रीटमेंट अलग-अलग होता है। सस्पेंस फिल्मों में राज धीरे-धीरे खुलते हैं पर, मिस्ट्री फिल्मों में सिर्फ एक राज होता है, जिस पर से फिल्म के अंत में पर्दा उठता है। पूरी कहानी अनजान हत्यारे की खोज पर आधारित होती है। संदेह के लिए कई पात्रों को निशाने पर रखा जाता है। कभी फिल्म के नायक, नायिका या सबसे शरीफ पात्र के भी कातिल होने के हालात निर्मित किए जाते हैं। यानी दर्शकों को बांधने और उनका ध्यान बांटने के लिए कई हथकंडे रचे जाते हैं। दर्शकों को भी वही सस्पेंस फिल्में ज्यादा पसंद आती हैं, जो उन्हें चौंका दें। 'तीसरी मंजिल', 'ज्वेल थीफ', 'कत्ल' के बाद 'गुप्त' ऐसी ही रोचक फिल्में थीं, जिसके अंत का अंदाजा अनुमान से अलग था।

ये फिल्में रही हैं चर्चितः रामगोपाल वर्मा की 'कौन' को बॉलीवुड की बेस्ट साइकोलॉजिकल थ्रिलर फिल्म कहा जाता है। यह पूरी फिल्म घर में बंद एक लड़की (उर्मिला मातोंडकर) की कहानी है, जो अजनबी (मनोज बाजपेयी) से बचने की कोशिश में रहती है। लेकिन, फिल्म का क्लाईमेक्स दर्शकों के होश उड़ा देता है। इसी तरह की फिल्म 'फोबिया' भी थी, जिसमें राधिका आप्टे ने काम किया। बॉबी देओल, काजोल और मनीषा कोइराला की 'गुप्त' बेहतरीन सस्पेंस थ्रिलर फिल्म थी। इसमें अंत तक किसी का ध्यान नहीं जाता और खलनायिका काजोल निकलती है। विद्या बालन की 'कहानी' और 'कहानी-2' दोनों ही फिल्में दर्शकों को अंत तक कुर्सी से बांधकर रखती हैं। 'बदला' को भी मर्डर मिस्ट्री फिल्म माना जाता है। इसे अंत तक देखने के बाद ही समझ आता है कि आखिर सच्चाई क्या है?

हाल के वर्षों में आई सस्पेंस फिल्मों में 'दृश्यम' सीरीज सबसे अच्छी मानी जा सकती है। इसमें अपराधी सामने होता है, लेकिन न तो पुलिस उसे पकड़ पाती है और न दर्शकों को समझ आता है कि उसने ये सब किया कैसे होगा?

इन्हें भी किया दर्शकों ने पसंदः यहां ऊपर जिन फिल्मों का जिक्र किया गया उनके अलावा कुछ और फिल्में जैसे- 'मेरा साया', 'धुंध', 'अपराधी कौन', 'कब क्यों और कहां', 'वो कौन थी', 'डिटेक्टिव व्योमकेश बक्शी', 'भूल-भुलैया', 'तलवार' का भी जादू दर्शकों पर जमकर चला। *

मेल फैशन / प्रतिमा अरोड़ा

गर्मी के मौसम में अधिकतर यंगस्टर्स ऐसी ड्रेस पहनना चाहते हैं, जो कंफर्टेबल होने के साथ ट्रेंडी भी हों। यही वजह है कि इन दिनों चिनो शॉर्ट्स यंगस्टर्स को खूब भा रहे हैं। इनकी खासियतों के बारे में आप भी जानिए।

यंगस्टर्स को भा रहे हैं कंफर्टेबल चिनो शॉर्ट्स

गर्मी के मौसम में हम सभी ऐसी ड्रेस पहनना चाहते हैं, जो कंफर्टेबल हो और जिसमें गर्मी का अहसास भी कम हो। ये दोनों खूबियां चिनो शॉर्ट्स में मौजूद होती हैं, इसीलिए यंगस्टर्स इन्हें काफी पसंद करते हैं। चिनो शॉर्ट्स, शुद्ध सूती कपड़े के बने होते हैं। यानी इनका फैब्रिक, कपास (कॉटन) से बना होता है। इसलिए गर्मी के मौसम में पहनने के लिए चिनो शॉर्ट्स परफेक्ट माने जाते हैं।

वैरायटीज हैं बहुतः वैसे तो चिनो शॉर्ट्स में आपको कलर्स और डिजाइन की बहुत वैरायटीज मिल जाएंगी लेकिन इस साल खाकी चिनो शॉर्ट्स ट्रेंड में हैं। वैसे आप अपनी पसंद के किसी दूसरे कलर का चिनो शॉर्ट्स भी ले सकते हैं। वैरायटी की लंबी रेंज की वजह से ही यंगस्टर्स ही नहीं हर एज ग्रुप के लोग इसे पहन सकते हैं। देश-विदेश में कई ब्रांडेड कंपनियां चिनो शॉर्ट्स बनाती हैं। इसकी वजह यह है कि पूरी दुनिया में इन दिनों युवाओं के बीच सबसे ज्यादा पसंद किए जाने वाले शॉर्ट्स, चिनो शॉर्ट्स ही हैं।

ऐसे करें टीमअपः यह कहना गलत नहीं होगा कि चिनो शॉर्ट्स पिछले कुछ समय से युवाओं की ग्लोबल फेवरेट बॉटम वियर बन गए हैं। इन्हें टैक्सीडो जैकेट और फ्लिप-फ्लॉप डेक शूज के साथ या फिर लूज टी-शर्ट या स्निकर के साथ टीमअप किया जा सकता है।

नॉर्मल शॉर्ट्स से हैं अलगः चिनो शॉर्ट्स के फैब्रिक और डिजाइन के कारण ये नॉर्मल-ट्रेडिशनल शॉर्ट्स से अलग होते हैं। वैसे तो नॉर्मल शॉर्ट्स की तरह चिनो शॉर्ट्स भी थिन कॉटन टवील फैब्रिक से बने होते हैं। लेकिन थोड़ी इलास्टिसिटी के लिए इनमें तीन से पांच फीसदी तक नॉनकॉटन मैटीरियल भी मिलाया जाता है।

होते हैं कंफर्टेबलः चिनो शॉर्ट्स कई देशों समेत अपने देश में भी इसलिए तेजी से पॉपुलर हो रहे हैं, क्योंकि गर्मियों में हमारी त्वचा को जब चिपचिपाहट और उसम के कारण अनकंफर्टेबल फील होता है, तब चिनो शॉर्ट्स वियर करना बहुत कंफर्टेबल लगता है। चिनो शॉर्ट्स का लाइट और सॉफ्ट फैब्रिक न सिर्फ घर में फुर्सत के समय बल्कि सफर के दौरान भी पहनना आरामदायक होता है। चिनो शॉर्ट्स पहनने में जो बात सबसे अच्छी महसूस होती है, वह होती है फ्री बॉडी मूवमेंट। इसे पहनकर आप आराम से किसी भी दिशा में झुक सकते हैं, मूव कर सकते हैं। ये

बिल्कुल शरीर की गतिविधियों के मुताबिक अपने आप एडजस्ट हो जाते हैं। इसलिए इन्हें पहनने में सुविधा महसूस होती है। चिनो शॉर्ट्स का डिजाइन भी अट्रैक्टिव होता है। इसलिए इसे पहनकर स्मार्ट फीलिंग भी आती है।

जब सेलेक्ट करें शॉर्ट्सः इन दिनों गर्मी का मौसम है। इस दौरान अगर आप चिनो शॉर्ट्स पहनना चाहते हैं तो इन्हें खरीदते समय इस बात का ध्यान रखें कि वे कॉटन फैब्रिक के ही बने हों। एक और बात ध्यान रखनी चाहिए कि शॉर्ट्स बहुत लूज या बहुत हैवी नहीं होने चाहिए। पहनने में आपको कंफर्टेबल फील होना चाहिए। अगर घूमने, फिरने के दौरान शॉर्ट्स पहनना चाहते हैं तो ध्यान रखें ये थिन, लूज और कैजुअल बीच शॉर्ट्स होने चाहिए। वैसे चिनो शॉर्ट्स ज्यादातर गर्मियों में पहने जाते हैं, लेकिन 12 से 30 सेंटीमीटर लंबे ये शॉर्ट्स किसी भी अन्य मौसम में भी पहने जा सकते हैं। *