हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, मंगलवार, 16 सितंबर 2025

11 पोस्टर के माध्यम से बताया हिंदी भाषा का महत्व

12 समाधान शिविर में 15 शिकायतें रखीं, डीसी ने की सुनवाई

खबर संक्षेप

स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव आज झज्जर में

झज्जर । प्रदेश की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव मंगलवार को झज्जर का दौरा करेंगी। प्रवक्ता ने बताया कि स्वास्थ्य मंत्री दोपहर 12 बजे जिला भाजपा कार्यालय में आयोजित पार्टी कार्यकर्ता बैठक में शिरकत करेंगी। इसके उपरांत गोशाला संचालकों को चैक वितरित करेंगी।

आईटीआई में अब 30 तक होंगे एडमिशन

बहादुरगढ़। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में शैक्षणिक सत्र 2025-26 के लिए दाखिला लेने की अंतिम तिथि अब 30 सितंबर तक बढ़ा दी गई है। प्रधानाचार्य गीता आर सिंह ने बताया कि किसी कारणवश अभी तक दाखिला प्रक्रिया में भाग नहीं ले पाए विद्यार्थी कौशल विकास और औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग की वेबसाइट पर ऑनलाइन दाखिला फार्म भर सकते हैं। संस्थान में भी फॉर्म भरने की सुविधा निशुल्क उपलब्ध है। यहां दोहरी प्रशिक्षण प्रणाली (डीएसटी) के अंतर्गत 18 यूनिट में छात्रों को इंडस्ट्री व संस्थान में दोहरा प्रशिक्षण दिया जाता है।

संदिग्ध परिस्थितियों में किसान की मौत

झज्जर। क्षेत्र के गांव अच्छेज में खेतों में कार्य करते समय एक किसान की संदिग्ध परिस्थितियों में मौत हो गई। मृतक की पहचान करीब 58 वर्षीय मनके राम पुत्र जागेराम के तौर पर हुई है। जानकारी के अनुसार मनके राम खेतीबाड़ी का कार्य करता था। सुबह वह अपनी पत्नी लक्ष्मी देवी के साथ खेतों में कार्य करने गया था। जब वे चारे की गठरी लेकर खेत से घर लौटने लगा तो अचानक जमीन पर गिर गया। इसके बाद परिजनों द्वारा उन्हें उपचार के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल लाया गया। जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया। मामले के जांच अधिकारी अशोक कुमार ने बताया कि मृतक के पुत्र दीपक के बयान पर इत्तिफाकिया कार्रवाई अमल में लाई गई है।

अफीम सहित युवक गिरफ्तार, केस दर्ज

झज्जर। एंटी नारकोटिक सेल की एक टीम द्वारा मादक पदार्थ अफीम सहित एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। एंटी नारकोटिक सेल प्रभारी निरीक्षक कर्मवीर ने बताया कि पुलिस की एक टीम दुजाना थाना क्षेत्र में तैनात थी। इसी दौरान गुप्त सूचना मिली कि सुखचैन निवासी दिमाना मादक पदार्थ की तस्करी का अवैध धंधा करता है और वह मादक पदार्थ अफीम बेचने के लिए बहराणा से चूलियाना रोड गांव दिमाना में खड़ा हुआ है। जिस पर कार्रवाई करते हुए पुलिस टीम मौके पर पहुंची और संदेह के आधार पर एक व्यक्ति को पकड़ा गया। पकड़े गए व्यक्ति की नियमानुसार तलाशी लेने पर उसके कब्जे से नशीला पदार्थ अफीम बरामद हुआ। जिसका वजन करने पर 141 ग्राम पाया गया। पकड़े गए आरोपी की पहचान सुखचैन के तौर पर की गई है। पुलिस ने उसे अदालत में पेश किया, जहां से जेल भेज दिया गया।

ट्रक यूनियन के पास से बाइक चोरी

बहादुरगढ़। परनाला रोड पर ट्रक यूनियन के पास से बाइक चोरी हो गई। वाहन मालिक ने पुलिस को शिकायत दे दी है। वत्स कॉलोनी के निवासी इंद्रजीत का कहना है कि ट्रक यूनियन में भंडारा था। वह भी अपने एक साथी संग वहां प्रसाद ग्रहण करने गया था। बाइक बाहर खड़ी कर दी। कुछ देर बाद आया तो बाइक नहीं मिली। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

छोटूराम व विवेकानंद नगर में कई जगहों पर मोटर पंप लगाकर की जा रही निकासी

मुंगेशपुर ड्रेन का जलस्तर घटने से कॉलोनियों में जलभराव से राहत

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

मुंगेशपुर ड्रेन का जलस्तर बरकरार रहने से शहर के छोटूराम नगर और विवेकानंद नगर समेत कई हिस्सों में जलभराव की स्थिति बनी हुई थी। रिहायशी इलाकों में पानी भरने से लोगों का जीवन अस्त-व्यस्त हो गया था। अब ड्रेन का जलस्तर घटने पर लोग राहत की सांस ले रहे हैं। छोटूराम नगर, विवेकानंद नगर और आसपास की कॉलोनियों के लोग पिछले कई दिनों से गलियों में जमा सीवरेज के पानी से परेशान थे। गलियों में भरे गंदे पानी के कारण बच्चे स्कूल नहीं जा पा रहे थे और लोगों का दफ्तरों तक आना-जाना भी मुश्किल हो गया था। अब ड्रेन का जलस्तर कम होने से पानी उतरने का क्रम शुरू हुआ है।

■ गलियों में भरे गंदे पानी के कारण बच्चे स्कूल नहीं जा पा रहे थे

मोटर पंप लगाकर पानी निकासी की जा रही

प्रशासन की ओर से कई जगहों पर मोटर पंप लगाकर पानी निकासी की जा रही है। एसडीएम नसीब कुमार का कहना है कि हालात पर लगातार नजर रखी जा रही है और किसी भी स्थिति से निपटने के लिए प्रशासन की टीमें तैयार हैं। बीमारियों पर अंकुश लगाने के लिए दवा का छिड़काव करवाया जा रहा है। जलभराव की निकासी को लेकर प्रशासन अलर्ट मोड पर दिन-रात कार्य कर रहा है।

लोग बोले- पानी कुछ कम हुआ है, लेकिन जनजीवन बुरी तरह से प्रभावित

स्थानीय निवासी राजेश, अंजलि, सीमा, वीणा, अनिल व देव ने कहा कि हर साल बरसात होती है, तो गलियों में घुटनों तक पानी भर जाता है। हमारा घर से निकलना मुश्किल हो जाता है। पानी कुछ कम होने से जरूर राहत मिली है, लेकिन जनजीवन बुरी तरह प्रभावित है। पूर्व पार्षद हरिमोहन धाकरे का कहना है कि हर साल बरसात में ऐसे ही हालात बनते हैं। हालांकि इस बार यह ज्यादा भयावह स्थिति हो गई तथा ड्रेन का लेवल बढ़ा रहने के कारण कई दिनों तक छोटूराम नगर में बाढ़ सरीखे हालात बने हुए हैं। उन्होंने ड्रेन की सफाई का काम समय पर नहीं होने और रिटेनिंग वॉल नहीं बनने के कारण छोटूराम नगर में जलभराव हो जाता है। प्रशासन को इसके स्थाई समाधान की तरफ ध्यान देना चाहिए।

अंतिम विदाई भी दुष्कर : जुगाड़ू नाव पर शव को रखकर बस्ती से बाहर निकाला

बहादुरगढ़। बरसात और ड्रेन टूटने के बाद जलभराव से जूझ रहा छोटूराम नगर अब मानवता को शर्मसार करने वाली तस्वीरें सामने ला रहा है। यहां न सिर्फ लोग जीते जी परेशान हैं बल्कि मरने के बाद भी सम्मानजनक विदाई नहीं मिल पा रही। सोमवार को वार्ड-9 में ऐसा ही मंजर देखने को मिला। यहां दिनेश नाम के व्यक्ति की मौत हो गई। लेकिन घर के बाहर भरे गंदे पानी के कारण शव को बाहर ले जाना मुश्किल हो गया। मजबूर परिजनों और पड़ोसियों ने जुगाड़ नाव पर शव को रखकर बस्ती से बाहर निकाला।

सोशल मीडिया पर वीडियो वायरल

इसके बाद एक गाड़ी किराये पर हायर कर शव को गांव ले गए। इस घटनाक्रम का वीडियो इंटरनेट मीडिया पर वायरल हो गया। वीडियो में साफ दिखाई दे रहा है कि लोग गंदे पानी के बीच नाव को धकेलते हुए शव को बाहर ले जा रहे हैं। एक शख्स वीडियो में कहते सुना गया कि यह बंदा रात भर तड़पता रहा, पानी भरा होने के कारण कोई मदद नहीं मिल सकी। मृतक दिनेश मूल रूप से यूपी के बरेली का निवासी था और कुछ समय से छोटूराम नगर में रह रहा था। बताया जा रहा है कि रात को दिनेश की तबीयत खराब हुई थी तो एंबुलेंस बुलाई गई। एंबुलेंस आई और जलभराव वाली गली के मुहाने पर खड़ी हो गई। परिवार के सदस्य दिनेश को ले जाने में थोड़ी देरी कर बैठे तो एंबुलेंस वापस लौट गई। इसके बाद परिजन किसी अन्य वाहन के जरिये अस्पताल ले जाने के बजाय दिनेश को वापस घर ले गए। रात को उसने दम तोड़ दिया। लोगों का कहना है कि यदि छोटूराम नगर में जलभराव न होता तो शायद ये स्थिति उत्पन्न न होती।

बहादुरगढ़। प्रिंसिपल रूम में पढ़ाए जा रहे बच्चे।

रोहद के सरकारी स्कूल में 20 दिन से भरा है पानी, 300 विद्यार्थियों की पढ़ाई प्रभावित

जलभराव के कारण प्रिंसिपल व स्टाफ रूम में पढ़ रहे बच्चे

बहादुरगढ़। बरसात थमे कई दिन बीत चुके हैं, लेकिन रोहद स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में अब भी पानी भरा हुआ है। करीब 20 दिन से स्कूल परिसर और कक्षाओं में पानी भरा हुआ है। जलभराव के कारण स्कूल के लगभग 300 बच्चों की पढ़ाई प्रभावित है। शिक्षकों को भी परेशानी झेलनी पड़ रही है। कक्षाओं में पानी भरा होने के कारण विद्यालय प्रबंधन को प्रिंसिपल रूम, स्टाफ रूम और लाइब्रेरी को अस्थाई क्लासरूम में बदलना पड़ा है। मजबूरी में बच्चों को सुबह व शाम की दो शिफ्टों में पढ़ाया जा रहा है। कई दिनों से सड़ रहे पानी से बीमारियों का खतरा बढ़ गया है और शिक्षक, विद्यार्थी दोनों ही परेशान हैं। विद्यार्थियों का कहना है कि वे कई दिन से अपने क्लासरूम नहीं जा पाए हैं। अंदर जाने का रास्ता नहीं है। हर जगह पानी ही पानी है। फिलहाल प्रिंसिपल और स्टाफ रूम में पढ़ रहे हैं।

स्कूल का लेवल ऊंचा करने की मांग

वहीं, ग्रामीणों और शिक्षकों का कहना है कि मोटर व ट्रैक्टर से पानी निकालने की कोशिश की गई है, लेकिन समस्या जस की तस बनी हुई है। उनकी मांग है कि पुराने भवन की जगह नए सिरे से भवन निर्माण किया जाए और स्कूल का लेवल ऊंचा किया जाए, ताकि हर साल बरसात में हालात न बिगड़ें। बता दें कि क्षेत्र के कई सरकारी स्कूलों की यही स्थिति है। बरसात थमने के बाद भी दिनों तक पानी नहीं निकलता। लोगों का कहना है कि सरकार को शिक्षा संस्थानों की बुनियादी सुविधाओं पर तुरंत ध्यान देना चाहिए।

जीव प्रेमी ने दो युवकों के चंगुल से मुक्त कराए तोते

बहादुरगढ़। जीवों को यातनाओं , पीड़ाओं और गुलामी से मुक्त दिलाने में बहादुरगढ़ के कुछ युवा सराहनीय कदम उठा रहे हैं। बीती रात को भी यहां के एक जीव प्रेमी ने पुलिस की मौजूदगी में दो कम उम्र के तोते मुक्त कराए। जीव प्रेमी मंजीत ने बताया कि ब्रिगेडियर होशियार सिंह मेट्रो स्टेशन के निकट एक दिव्यांग कुतिया ने बच्चे दे रखे हैं। वह रविवार की रात को उसे खाना देने गए थे। इसी दौरान वहां से दो युवक गुजर रहे थे, जिनके हाथ में मौजूद पिंजरे में दो तोते कैद थे। उन युवकों से पूछा तो वे कहने लगे कि दिल्ली के लाल किला के निकट लगती मार्केट से खरीदकर लाए हैं।

पुलिस के समझाने पर युवकों ने छोड़ा

बकौल मंजीत, उन्होंने युवकों से कहा कि यह गैर कानूनी है लेकिन वे लड़के नहीं माने। इसके बाद पुलिस को बुलाया। फिर उनको समझाया तो उन्होंने अपनी गलती स्वीकारी और कहने लगे कि उन्हें इस संबंध में ज्ञान नहीं था, इसलिए उनसे गलती हो गई। जिसके बाद पुलिस की मौजूदगी में वे परिंदें रेस्क्यू किए गए। मंजीत ने कहा कि अपने मनोरंजन या शौक के लिए किसी जीव की आजादी छीनना क्रूरता है। यह न केवल गैर कानूनी है बल्कि अमानवीय भी है। हमें जागरूक होने की जरूरत है ताकि तमाम जीव जंतु भय और बंधन मुक्त होकर जी सकें।

दीक्षित ने बॉक्सिंग में जीता रजत पदक

बहादुरगढ़। बाल विकास सीनियर सेकेंडरी स्कूल के 12वीं कक्षा के छात्र दीक्षित ने सीबीएसई नेशनल बॉक्सिंग टूर्नामेंट में रजत पदक जीता। कनीना में 11 से 15 सितंबर तक हुई प्रतियोगिता में दीक्षित ने 75 किलोग्राम भारवर्ग में सिलवर मेडल हासिल किया। प्रधानाचार्या डॉ. पूनम चौधरी और डायरेक्टर एडवोकेट प्रवीण छिल्लर ने पदक विजेता दीक्षित को बधाई देते हुए उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दी।

डीसी ने खरीफ फसलों की खरीद तैयारियों का लिया जायजा

झज्जर । खरीफ सीजन की फसलों की खरीद की तैयारियों को लेकर डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने सोमवार को लघु सचिवालय स्थित कॉन्फ्रेंस हॉल में खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग व खरीद एजेंसियों के अधिकारियों के साथ बैठक की। उन्होंने मार्केटिंग बोर्ड के अधिकारियों को निर्देश दिए कि मंडियों में साफ-सफाई, पीने के पानी और शौचालय जैसी मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध सुनिश्चित की जाएं। उन्होंने कहा कि फसल बेचने के लिए आने वाले किसानों को किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसके लिए सभी इंतजाम समय रहते पूरे किए जाएं। वहीं डीएफएससी अशोक शर्मा ने बताया कि जिले में कुल दस अनाज मंडियां स्थापित की गई हैं, जिनमें से तीन स्थाई और सात अस्थाई मंडियों में फसलों की खरीद होगी। जिसके लिए सभी मंडियों में आवश्यक प्रबंध किए गए हैं।

पेट्रोल पंप के सेल्समैन की नुकीला हथियार मारकर हत्या साथ के प्लॉट में मिला शव, रात को दो लोग मिलने आए थे

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

उत्तर प्रदेश मूल के एक व्यक्ति की बहादुरगढ़ में हत्या कर दी गई। रोहद स्थित एक पेट्रोल पंप के साथ लगते प्लॉट में खून से लथपथ हालत में उसका शव मिला। सिर में पेचकस अथवा किसी नुकीले हथियार से प्रहार कर व्यक्ति को मौत के घाट उतारा गया है। देर रात को आए दो लोगों द्वारा यह वारदात किए जाने की बात सामने आई है। आसौदा थाना पुलिस ने केस दर्ज कर आरोपियों की तलाश शुरू कर दी है। मृतक की पहचान करीब 28 वर्षीय राजकुमार के रूप में हुई है। राजकुमार उत्तर प्रदेश के लखीमपुर जिले का रहने वाला था। पिछले करीब एक साल से पत्नी पारुल के साथ आसौदा में किराये पर रह रहा था और रोहद में स्थित श्रीबालाजी इंडियन ऑयल पंप पर बतौर सेल्समैन काम कर रहा था। रविवार को वह नाइट शिफ्ट में ड्यूटी पर था। जानकारी के अनुसार, रात करीब साढ़े 12 बजे उसके पास दो व्यक्ति आए। फिर वे तीनों साथ लगते प्लॉट में चले गए। वहां इन्होंने पार्टी की। संभवतः इस दौरान उनके बीच किसी बात पर विवाद हुआ और राज कुमार को मौत के घाट उतार दिया गया।

बहादुरगढ़। एक्सरे के लिए ट्रामा सेंटर में लाया गया शव।

आरोपियों को जल्द गिरफ्तार करेंगे

रोहद स्थित एक पेट्रोल पंप के सेल्समैन की हत्या की गई है। इस संबंध में केस दर्ज कर लिया है। मामले में जांच की जा रही है। जल्द ही आरोपियों को गिरफ्तार कर मामले को सुलझाया जाएगा। आरोपियों की गिरफ्तारी के बाद ही हत्या की वजह की पुष्टि हो सकेगी।

- दिनेश कुमार, एसीपी, बहादुरगढ़

सिर से बह रहा था खून, मिलने वालों पर हत्या का शक

साथी कर्मियों को जब राजकुमार नजर नहीं आया तो वे प्लॉट की ओर गए। देखा तो वहां राजकुमार मृत अवस्था में था। उसके सिर में गंभीर चोट थी और खून बह रहा था। इसके बाद उन्होंने मैनेजर को अवगत कराया। सूचना मिलते ही आसौदा थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। एसीपी दिनेश कुमार व फोरेंसिक टीम ने भी मौके पर जाकर हालातों का जायजा लिया। सोमवार की सुबह मृतक राजकुमार की पत्नी पारुल के बयान के आधार पर केस दर्ज किया गया। रात को राजकुमार के पास आए दोनों शख्स पर ही हत्या का शक तथा आरोप है। वे दोनों कौन हैं और किन कारणों से राजकुमार को मारा गया, यह अभी स्पष्ट नहीं है।

समसपुर माजरा में व्यक्ति ने जहर खाकर की आत्महत्या

जेब में मिला सुसाइड नोट पिता-पुत्र पर फ्रॉड का आरोप

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

क्षेत्र के गांव समसपुर माजरा में एक व्यक्ति ने जहरीला पदार्थ निगलकर आत्महत्या कर ली। परिजनों को सोमवार की सुबह उसका शव बाजरे के खेत में पड़ा मिला। मृतक की पहचान करीब 34 वर्षीय सतीश पुत्र नरेंद्र के तौर पर हुई है। मृतक की जेब से एक सुसाइड नोट भी मिला है जिसमें पिता-पुत्र पर लाखों रुपये का फ्रॉड करने का आरोप लगाते हुए उन्हें आत्महत्या का जिम्मेवार ठहराया गया है। सुसाइड नोट में दोनों लोगों को नामजद किया गया है तथा उनके मोबाइल नंबर भी दिए गए हैं। सुसाइड नोट में लिखा है कि इन दोनों पिता-पुत्रों ने मिलकर उसके साथ पच्चीस से तीस लाख रुपये का फ्रॉड किया है। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची तथा परिजनों से मामले की जानकारी लेते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल पहुंचाया। इस दौरान एफएसएल टीम ने भी मौके से आवश्यक साक्ष्य जुटाए।

झज्जर। नागरिक अस्पताल में बैठे परिजन।

पिता की शिकायत पर दो के खिलाफ केस दर्ज

मामले के जांच अधिकारी सुनील ने बताया कि इस संबंध में मृतक के पिता नरेंद्र की शिकायत पर दो लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है। पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया है। इस संबंध में नियमानुसार आगामी कार्रवाई अमल में लाई जा रही है।

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी
रिश्तों में नई सोच की राह

आज अधिकांश कपल्स वर्किंग हैं, बिजी रहते हैं, एक दूसरे को समय नहीं दे पाते, एक कम्युनिकेशन गैप रहता है। इस कारण मैरीड लाइफ में बहुत सी ऐसी बातें पैदा होती हैं, जो तनाव लाकर दूरियां बढ़ाती हैं। ऐसे में वर्चुअल रियलिटी थेरेपी मधुर दांपत्य जीवन की राह बनाती है।

कवर स्टोरी
डॉ. शिवांगी रावत
साइकोलॉजिस्ट, मेंटल हेल्थ एंड रिलेशनशिप थेरेपिस्ट, सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

पति-पत्नी का रिश्ता केवल साथ रहने भर का ही नहीं, भावनात्मक जुड़ाव और आपसी समझ का भी प्रतीक है। आज की तेज रफ्तार जिंदगी और बढ़ती व्यस्तताओं में यह जुड़ाव कई बार कमजोर पड़ जाता है। छोटी-छोटी गलतफहमियां, संवाद की कमी या अहंकार रिश्ते में दूरियां ले आते हैं। ऐसे में रिश्ते को फिर से जोड़ने और पुरानी मधुर यादों को ताजा करने के लिए कपल्स को कई बार रिलेशनशिप एक्सपर्ट या साइकोलॉजिस्ट से सलाह की जरूरत पड़ती है, जो विभिन्न थेरेपी के माध्यमों से दोनों के गिले-शिकवे दूर कर सामंजस्य बैठाने की कोशिश करते हैं, कपल्स इसके बाद बेहतर जिंदगी गुजार पाते हैं। इन्हीं में से एक थेरेपी है- वीआरटी मतलब वर्चुअल रियलिटी थेरेपी।

क्या है वीआरटी

यह थेरेपी वैवाहिक जीवन को अधिक प्रभावी और इंटरैक्टिव बनाने का अवसर प्रदान करती है। इसमें तकनीक और मनोविज्ञान को जोड़कर पति-पत्नी को एक नियंत्रित और सुरक्षित वर्चुअल वातावरण उपलब्ध कराया जाता है। दोनों साथी न केवल अपने दृष्टिकोण और भावनाओं को नए सिरे से पुनर्जीवित करते हैं, वास्तविक जीवन की जटिल परिस्थितियों का सजीव अनुभव लेकर, व्यवहार में भी सकारात्मक बदलाव लाते हैं। वीआरटी, एक नई प्रकार की थेरेपी है, जिसमें प्रभावित कपल को कंप्यूटर जनरेटेड वर्चुअल एनवॉयर्नमेंट के माध्यम से थेरेपी सेशन दिए जाते हैं। इन सेशंस के दौरान निजी और सुरक्षित वातावरण में उनके आपसी संबंधों पर कार्य किया जाता है।

थेरेपी का तरीका

इस थेरेपी में प्रभावित पति-पत्नी को एक वीआर हेडसेट पहनाया जाता है। जिसके जरिए थेरेपिस्ट उन्हें उनकी समस्या से जुड़े एक रियलिस्टिक वर्चुअल वर्ल्ड में ले जाता है। उनकी प्रॉब्लम के हिसाब से वर्चुअल सीन बनाए जाते हैं, जैसे कम्युनिकेशन प्रैक्टिस, ट्रस्ट-बिल्डिंग टास्क, कॉनफ्लिक्ट सिचुएशन, रिलैक्सेशन एनवॉयर्नमेंट या बॉन्डिंग एक्टिविटीज। थेरेप्यूटिक इंटरैक्शन के जरिए दोनों पार्टनर को उन सींस में एक साथ मिल कर पार्टिसिपेट करवाया जाता है। थेरेपिस्ट दोनों पार्टनर से उनकी समस्या और अपेक्षाओं के बारे में बात करता है। रिलेशनशिप की समस्याएं, इमोशनल पैटर्न और व्यक्तिगत मानसिक असामान्यता की स्थिति (जैसे-एंग्जाइटी, डिप्रेशन आदि) का आकलन किया जाता है। थेरेपिस्ट उनके रिएक्शन और इंटरैक्शन को मॉनिटर करता है। जरूरत पड़ने पर उन्हें इमोशनल रिस्पॉन्स और कम्युनिकेशन सुधारने के बारे में समझाता है। इस सेशन के बाद साइकोथेरेपिस्ट, थेरेपी के दौरान किए गए व्यावहारिक बदलावों को उन्हें असल जिंदगी में अपनाने की सलाह देता है।

किन स्थितियों में है उपयोगी

पति-पत्नी के बार-बार के झगड़ों या टकराव के बाद संवाद की कमी हो या इमोशनल डिस्टेंस बढ़ा हो और पुराने झगड़े के कारण बॉन्डिंग कमजोर हो गई हो या फिर जब पार्टनर सीधे बातचीत के लिए तैयार न हों, पर रिश्ते को बचाना चाहते हों। ऐसी कंडीशंस में वीआरटी की जरूरत पड़ती है।

केवल तकनीकी अनुभव नहीं

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी, कपल्स के लिए केवल एक तकनीकी अनुभव नहीं रहता, बल्कि एक साझा भावनात्मक यात्रा बनती है। कपल अपने ट्रॉमैटिक या इमोशनल एक्सपीरियंस को सिम्युलेट (पुनः अनुभव) करते हैं, थेरेपिस्ट की मदद से उनका समाधान ढूंढते हैं। थेरेपिस्ट की मदद से

संवाद, समझ और तनाव प्रबंधन के कौशल सीखते हैं। उन्हें न केवल एक-दूसरे के दृष्टिकोण को बेहतर समझने में मदद मिलती है, वे वास्तविक जीवन की समस्याओं को आपसी सामंजस्य से सुलझाना भी सीखते हैं। उनके बीच आपसी विश्वास और समझ मजबूत होती है।

रिसर्च के नतीजे हैं पॉजिटिव

अध्ययनों से भी साबित हो गया है कि वीआरटी न सिर्फ व्यक्ति के भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं के समाधान में मददगार है, पति-पत्नी के रिश्ते को मजबूती प्रदान करने में भी कारगर है। भारत में मुंबई, दिल्ली, बेंगलुरु जैसे शहरी मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों में भी कपल्स काउंसलिंग में वीआरटी का प्रयोग हो रहा है। इसका फीडबैक काफी पॉजिटिव रहा है। यूनिवर्सिटी ऑफ बार्सिलोना में की गई एक स्टडी में पाया गया कि जिन कपल्स ने छह सप्ताह के संयुक्त वीआरटी थेरेपी सेशन लिए, उनकी आपसी समझ, भावनात्मक-वैचारिक तालमेल, कम्युनिकेशन लेवल और सामंजस्य में उल्लेखनीय सुधार देखा गया। साइकोलॉजी एंड काउंसलिंग रिसर्च, जापान में कपल्स पर वीआरटी के उपयोग से पति-पत्नी में ऑक्सीटोसिन बॉन्डिंग हार्मोन के लेवल में वृद्धि हुई। जिससे उनमें एक-दूसरे के प्रति सहानुभूति और क्षमा करने की क्षमता में सुधार देखा गया। उनमें भावनात्मक जुड़ाव यानी बॉन्डिंग मजबूत हुई। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ कपल थ्योरी में ब्राउन एंड हार्टले का मानना है कि जिन कपल्स ने तीन महीने तक वीआरटी प्रैक्टिस सेशन लिए, उनमें काफी पॉजिटिव बदलाव दिखे। इससे उनमें बार-बार होने वाली नोक-झोंक में कमी आई। वे पहले से ज्यादा शांत हो गए, इनमें एक-दूसरे को सुनने-समझने की क्षमता का विकास हुआ।

क्या हैं फायदे

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी के बहुत से ऐसे फायदे हैं, जो दांपत्य संबंधों को मधुर और मजबूत बनाने में सहायक रहते हैं। इस थेरेपी के क्या फायदे हैं, जानिए-

बॉन्डिंग होती है मजबूत: वर्चुअल रियलिटी थेरेपी से तमाम कश-म-कश के बावजूद पति-पत्नी को एक-साथ समय बिताने का मौका मिलता है। उनमें समझ और भावनात्मक जुड़ाव गहरा होता है। यह उनकी आपसी प्रतिबद्धता, विश्वास और समस्या हल करने की क्षमता को बढ़ाता है, जिससे उनकी बॉन्डिंग मजबूत होती है।

सिक्योर एक्सपोजर: पति-पत्नी अपनी इमोशनल या ट्रॉमैटिक यादों का सामना बिना किसी डर या खतरे के करते हैं।

सामंजस्यपूर्ण भागीदारी बढ़ना: वीआरटी का वर्चुअल एंवॉयर्नमेंट पति-पत्नी को असल जिंदगी में एक-दूसरे के साथ सामंजस्य स्थापित करना सिखाता है। गुस्से या दुख में तुरंत प्रतिक्रिया देने के बजाय, ठहरना सीखने में मदद कर रिलेशनशिप में स्थायित्व और भावनात्मक स्थिरता लाता है।

बेहतर कम्युनिकेशन: कपल को अपनी फीलिंग्स बिना किसी जजमेंट के व्यक्त करने का अवसर मिलता है। उनका मनमुटाव खत्म होता है।

स्ट्रेस कम होना: न्यूरोसाइंस के मुताबिक वीआरटी के रिलैक्सेशन मॉड्यूल से दोनों पार्टनर के शरीर में हैप्पी हार्मोन ऑक्सीटोसिन, डोपामाइन का स्राव बढ़ जाता है, जिससे उनका तनाव और एंग्जायटी कम होती है।

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

तनाव कम करने में मदद करती हैं यात्राएं

अपनी व्यस्त दिनचर्या के बीच कभी-कभी यात्रा के लिए निकलना बहुत जरूरी है। इससे हमें एक ताजगी मिलती है, हम नई ऊर्जा से भरते हैं, मानसिक रूप से स्वस्थ रहते हैं। साथ ही हम जगह-जगह की संस्कृति से परिचित भी होते हैं।

जीवनशैली
बुशरा फातमा

अगर रोजमर्रा के जीवन में कोई एक बात आज आम हो गई है तो वो है लोगों में स्ट्रेस यानी तनाव। काम-काज का बढ़ता दबाव, घरेलू जिम्मेदारियां, कॉम्पिटिशन और बढ़ते डिजिटल दुनिया का प्रभाव मानसिक रूप से हम सबको खूब थका रहा है। इसलिए इन सब के बीच में छोटी-सी यात्रा, सैर-सपाटा मन को शांत और प्रफुल्लित करता है, थकान मिटाकर नई ऊर्जा से भरता है। हेल्थ और फिटनेस के लिए वर्ल्ड इंफ्लुएंसर्स एंड ब्लॉगर अवार्ड से सम्मानित प्रमीला ओल्सन यात्राओं को एक दवा की तरह मानती हैं, जो जिंदगी जीने को आसान बनाती है।

स्वयं के साथ समय बिताने का अवसर: जो लाइफस्टाइल हम आज फॉलो कर रहे हैं, वो कहीं न कहीं हमें खुद से भी दूर ले जाती है। यात्राएं हमें खुद के करीब लाती हैं। यात्राओं के दौरान हमें आत्ममंथन करने का अवसर मिलता है, जो बहुत जरूरी है। जब भी जीवन का शोर-शराबा मन को अशांत करने लगे, तनाव को जन्म दे तो किसी यात्रा पर निकल जाएं। बेशक फैमिली के संग या सोलो ट्रैवल कीजिए, लेकिन एक छोटी-सी ट्रिप आपके तनाव को कम करने में बहुत मददगार साबित होगी।

प्रकृति के करीब मिलती है शांति: सच कहा जाए तो नेचर, स्वास्थ्य का सबसे बड़ा साथी है। आप अपने ट्रैवल के लिए ऐसी जगहों का चुनाव करें, जो प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर हों। याद रखें नदी, पहाड़ या समंदर इंसान को हील करने का काम करते हैं। अगर आप किसी मेंटल ट्रॉमा से भी गुजर रही हैं तो प्रकृति इससे उबारती है। इसलिए जब भी तनाव आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करने लगे, तो छोटे ही सही कम से कम एक ट्रिप जरूर प्लान कीजिए, यह बहुत अच्छा ऑप्शन है।

रिश्तों में नजदीकियां बढ़ाती हैं यात्राएं: हम सब अपनी-अपनी जिंदगी में इतने मसरूफ हो जाते हैं कि एक घर में रहते हुए भी साथ समय नहीं बिता पाते। छोटे-छोटे ट्रिप, पारिवारिक संबंधों के लिए भी अच्छे हैं। साथ बिताया हुआ समय यादगार साबित होता है। ये समय रिश्तों को भी नई ताजगी से भरता है। इसलिए साल में कम से कम एक बार परिवार के साथ कहीं घूमने जरूर जाएं। यात्राएं जगह-जगह की संस्कृति से रूबरू कराती हैं। जब भी हम कहीं घूमने जाते हैं तो उस जगह की संस्कृति, खाना-पीना हमारी सोच को भी नया आयाम देती है। नई चीजें, बातें हमेशा हमें सकारात्मकता की तरफ ले जाती हैं। यात्राएं जीवन के बहुत से ऐसे पहलुओं से हमें रूबरू करवाती हैं, जिनसे हम अनभिज्ञ होते हैं। जीवन को शांत और मेंटल हेल्थ को अच्छा बनाने का सबसे अच्छा और सुगम तरीका है यात्राएं।

हैप्पी हॉर्मोन बढ़ाती हैं यात्राएं

अगर आप साल में एक-दो छोटे ट्रिप भी करती हैं तो यह संभव है कि आप तनाव को अच्छे तरीके से संभाल लेंगी। भागती हुई जिंदगी में तनाव स्वाभाविक है, लेकिन इसे मैनेज करने का तरीका आना चाहिए। यात्राएं हमारे हैप्पी हॉर्मोन को बढ़ाती हैं, स्ट्रेस कम करने में मदद करती हैं। बेशक दूसरे खर्चे थोड़े कम हो जाएं, लेकिन अपनी मेंटल हेल्थ सही रखने के लिए ट्रैवलिंग के लिए थोड़ी सेविंग जरूर करें।

सभी अभिभावक चाहते हैं, उनके बच्चे का भावनात्मक और बौद्धिक विकास बहुत अच्छा हो। इसके लिए वे अपनी तरफ से कई तरीके अपनाते हैं। लेकिन अगर इसके लिए वैज्ञानिक सिद्धांतों पर आधारित उपायों को अपनाया जाए तो बच्चों का बौद्धिक-भावनात्मक विकास बहुत अच्छा होता है।

जब अपनाएंगे वैज्ञानिक उपाय तब होगा बच्चों का भावनात्मक-बौद्धिक विकास

परवरिश
शिखर चंद जैन

माता-पिता द्वारा बच्चों के मस्तिष्क के विकास को समझना और उन्हें शुरू से ही सही पालन-पोषण देना जरूरी है ताकि बच्चों का सही भावनात्मक और बौद्धिक विकास हो सके।

समझें मस्तिष्क को: बच्चों का मस्तिष्क विकासशील होता है और माता-पिता इसे समझकर बच्चों को भावनात्मक रूप से संतुलित, लचीला और सामाजिक रूप से सक्षम बनाने में मदद कर सकते हैं। मस्तिष्क के दो हिस्से होते हैं- बायां और दायां मस्तिष्क। बायां हिस्सा तर्क, विश्लेषण और भाषा के लिए जिम्मेदार होता है, जबकि दायां हिस्सा भावनाओं और रचनात्मकता से जुड़ा होता है। इसी तरह इसके दो और भाग होते हैं, ऊपरी और निचला मस्तिष्क। ऊपरी हिस्सा निर्णय लेने, आत्म-नियंत्रण और योजना के लिए जिम्मेदार है, जबकि निचला हिस्सा प्राथमिक भावनाओं, प्रतिक्रियाओं (जैसे गुस्सा, डर) को नियंत्रित करता है।

बच्चे की स्मृति और भावनाएं: बचपन के अनुभव और स्मृतियां ही आगे चलकर बच्चों के व्यवहार को आकार देती हैं। इसके लिए माता-पिता को शुरू से ही उन्हें एक सकारात्मक, स्नेहिल और मेल-जोल वाले पारिवारिक-सामाजिक माहौल में रखना चाहिए। जिससे बच्चा संतुलित और स्वस्थ तरीके से सोच सके और वैसा व्यवहार करे।

परिवार का माहौल हंसी-खुशी वाला रखें: अभिभावक सुनिश्चित करें कि परिवार के सभी सदस्य मतलब भाई-बहन, चाचा-चाची, दादा-दादी, बच्चे के साथ हंसाने, खुश रखने और उसे सक्रिय रखने वाली गतिविधियों में शामिल हों। जैसे उसके साथ इंडोर या आउटडोर गेम्स खेलना या हंसना। ये एक्टिविटीज ब्रेन में सकारात्मक रसायनों को बढ़ाती हैं। यह सब बच्चों में तनाव तो कम करता ही है, परिवार के जुड़ाव को मजबूत भी करता है।

भावनाओं की अभिव्यक्ति सिखाएं: बच्चों को उनकी भावनाओं को शब्दों में व्यक्त करना सिखाएं। उदाहरण के लिए खिलौना टूटने पर जब वह चिड़चिड़ा हो जाए और चीजों को फेंकने लगे तो उसे समझाएं, 'तुम्हें गुस्सा आ रहा है, क्योंकि तुम्हारा खिलौना टूट गया। कोई बात नहीं, यह नया आ जाएगा।' इससे उसकी भावनाएं कम आहत होती हैं। भावनाओं को तर्कसंगत नाम देने से बच्चे का मस्तिष्क शांत होता है और वे अपनी भावनाओं को बेहतर समझ पाते हैं।

भावनाओं पर नियंत्रण सिखाएं: बच्चों को सिखाएं कि भावनाएं अस्थाई हैं। जैसे कोई उससे नाराज या गुस्सा है तो धीरे से समझाएं 'यह गुस्सा थोड़ी देर में गायब हो जाएगा।' यह तरीका बच्चों को भावनाओं को प्रबंधित करने और आत्म-नियंत्रण विकसित करने में मदद करता है। साथ ही बच्चों को उनके शरीर की संवेदनाओं, मानसिक चित्रों, भावनाओं और विचारों को पहचानने में मदद करें।

ब्रेन को एक्टिव रखें

बच्चे के बौद्धिक विकास के लिए उन्हें मानसिक व्यायाम जैसे कि खेल, कहानी सुनना या रचनात्मक गतिविधियां कराएं, जो मस्तिष्क के

विभिन्न हिस्सों को सक्रिय रखे। यह मस्तिष्क के विकास को बढ़ावा देता है, न्यूरल कनेक्शनों को मजबूत करता है। शारीरिक गतिविधियां जैसे नाचना या दौड़ना बच्चों को तनाव से उबरने में मदद करती हैं।

केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

जब नी-स्किन दिखने लगे डार्क अप्लाई करें ये होम रेमिडीज

अगर ध्यान ना दिया जाए तो घुटनों की त्वचा यानी, नी-स्किन डार्क दिखने लगती है। अगर आप कुछ घरेलू उपाय करेंगी तो आपके घुटनों की रंगत निखर सकती है।

कॉफी और नारियल तेल: कांच की कटोरी में 1 चम्मच कॉफी डालें और इसमें करीब आधा चम्मच नारियल का तेल मिलाएं। इस मिश्रण को संतरे के छिलके की मदद से काले घुटनों पर 10 मिनट तक मसाज करें। इसके बाद कॉटन की मदद से इसे साफ कर लें। आप चाहें तो इसे पानी से भी धो सकती हैं। आप इस स्क्रब का इस्तेमाल हफ्ते में 2 से 3 बार कर सकती हैं। इसके नियमित इस्तेमाल से घुटनों का कालापन कम हो जाएगा।

नीबू और बेकिंग सोडा: एक कटोरी नीबू के रस में बेकिंग सोडा मिलाकर इसे अच्छी तरह मिक्स कर लें। फिर कॉटन की मदद से घुटनों पर लगाकर हल्के हाथों से घुटने की मसाज करें। बेहतर परिणाम के लिए इसे आप हफ्ते में दो बार उपयोग कर सकती हैं। इससे घुटने का कालापन कम हो सकता है।

टूथपेस्ट और कॉफी पावडर: थोड़ा सा टूथपेस्ट लेकर इसमें थोड़ा सा सोडा पावडर मिलाकर बने मिश्रण में आधा चम्मच कॉफी पावडर मिला लीजिए। अब इसमें कुछ बूंदें टमाटर के रस की मिला लें और अंत में कुछ बूंदें नीबू के रस की भी मिलाकर एक मिश्रण बना लीजिए। इस मिश्रण को घुटनों की काली जगह पर 10 मिनट तक लगाने के बाद घुटनों को हल्के-हल्के रगड़ते हुए ताजे पानी से धो डालिए।

नारियल तेल और चीनी: स्क्रब करने के लिए एक कटोरी में 1 चम्मच नारियल तेल में 1 चम्मच चीनी मिलाएं। इस मिश्रण को घुटनों पर हल्के हाथों से 5-10 मिनट तक गोलाकार में मसाज करने के बाद साफ पानी से अच्छी तरह पोंछ लें। मिश्रण में मौजूद नारियल तेल त्वचा को पोषण देता है, जबकि चीनी मृत कोशिकाओं को हटाती है।

नीबू का रस और शहद : एक चम्मच नीबू के रस में आधा चम्मच शहद मिलाएं। अब इस मिश्रण को घुटनों पर लगाकर करीब 15 मिनट तक हल्के हाथों से रगड़ें। फिर इसे साफ पानी से धो लें। तीन से चार हफ्तों के अंदर इसका असर दिखने लगेगा। दरअसल, नीबू एक प्राकृतिक ब्लीचिंग एजेंट है, जो त्वचा पर जमी मैल को आसानी से कम करता है। वहीं इस पैक में मौजूद शहद त्वचा में नमी बनाए रखता है, ड्रायनेस दूर करता है।

खीरा और नीबू: खीरे का रस निकाल लें। अब 3 चम्मच खीरे के रस में आधा चम्मच नीबू का रस मिलाए। इस पेस्ट को अपने घुटनों पर मालिश करते हुए लगाएं। 15 मिनट बाद पानी से धो लें और त्वचा को मॉयश्चराइज कर लें। खीरा और नीबू त्वचा का कालापन हटाते हैं।

बिगड़ती लाइफस्टाइल और अनहेल्दी डाइट के कारण महिलाओं में बेली फैट एक कॉमन प्रॉब्लम बनती जा रही है। इसे कम करने के लिए आप यहां बताई जा रही कुछ ईजी एक्सरसाइजेस को अपने डेली रूटीन में जरूर शामिल करें।

बेली फैट होगा कम करें ये 7 एक्सरसाइज

फिटनेस
काजल गुप्ता
फिटनेस इंस्ट्रक्टर

कई महिलाओं में बेली फैट की समस्या अलग-अलग कारणों से जैसे- डिलीवरी के बाद हार्मोनल बदलाव, व्यस्त दिनचर्या और डाइट पर ध्यान न देने के कारण हो सकती है। इसका नेगेटिव इफेक्ट हमारे फिगर के साथ-साथ हेल्थ पर भी पड़ता है। लेकिन डेली एक्सरसाइज से बेली फैट को कम किया जा सकता है।

दौड़ना: शरीर को स्वस्थ रखने, शेप में लाने और एक्स्ट्रा फैट गलाने के लिए दौड़ना बेहद जरूरी है, क्योंकि दौड़ने से शरीर का पसीना निकलता है। जिससे बेली फैट को कम करने में मदद मिलती है।

प्लैंक: प्लैंक एक्सरसाइज, बेली फैट कम करने की सबसे महत्वपूर्ण एक्सरसाइज मानी जाती है, लेकिन इसे आपको वर्कआउट के सबसे अंत में करना चाहिए तभी इस एक्सरसाइज का ज्यादा फायदा मिलेगा। इसे करने के लिए आपको फर्श पर उल्टा लेटकर कोहनी और पंजो के सहारे शरीर को ऊपर उठाना है। ऐसें में आपके पेट पर बहुत जोर पड़ता है। इसे आप जितनी देर तक रोककर रखेंगी उतना ही इसका फायदा मिलेगा।

क्रंचेस: क्रंचेस एक्सरसाइज करने से बेली टोनिंग और लूज स्किन के स्ट्रेचिंग से बेली फैट भी कम हो जाती है। इसके लिए आपको पीठ के बल लेटकर घुटनों को मोड़ना है और हाथों को सिर के पीछे रखकर कमर तक के हिस्से को ऊपर उठाना है। ध्यान रखें कि गर्दन न मुड़े। इसे आप एक सेशन में कम से कम 20 बार जरूर रिपीट करें।

रस्सी कूदना: शरीर को एक परफेक्ट शेप देने के लिए रस्सी कूदना एक फायदेमंद एक्सरसाइज है। इससे शरीर का एक्स्ट्रा फैट कम हो जाता है। आपको रोज ज्यादा से ज्यादा रस्सी कूदने की प्रैक्टिस करनी चाहिए।

साइकिल चलाना: इसे करने के लिए जमीन पर सीधे लेटकर सिर के नीचे हाथों को रखें फिर बारी-बारी से अपने दोनों पैरों को पेट की ओर मोड़ते हुए साइकिल की तरह चलाएं। इसे कम से कम 15 से 20 बार करें। इससे पेट के साथ थाइज की चर्बी भी तेजी से घटती है। जब आप 20 बार इसे एक सेट में हर दिन करेंगी तो आप देखेंगी कि कैसे आपका बेली सही शेप में आता जाएगा।

नौकासन: बेली फैट को कम करने और लोअर पार्ट फिटनेस के लिए नौकासन दमदार आसन माना जाता है। इसमें आपको जमीन पर सीधे लेटकर हाथ को नौका की तरह आगे की साइड रखना होता है और पैरों को उठाकर इसी मुद्रा में कम से कम एक मिनट के लिए होल्ड करके रखना है। इसे तीन बार रिपीट करें। एक चटाई पर पैरों को मोड़कर छाती के पास रखें, फिर दोनों पैरों को ऊपर उठाएं। अब दोनों हाथों को बगल में समानांतर रखें। इस मुद्रा में एक मिनट तक रहें और इसे तीन बार करें।

बर्पीज: बर्पीज वर्कआउट में आपको सबसे पहले खड़े होकर स्क्वेट करना होता है और फिर पुशअप करके इसी क्रम में बार-बार एक्सरसाइज करनी होती है। इससे बहुत जल्दी शरीर का वजन कम और खासकर बेली फैट कम हो जाता है। इसे भी तीन सेट में करें तो अधिक फायदा होगा।

प्रस्तुति: निधि गोयल

खबर संक्षेप

बहादुरगढ़। लोकतंत्र पर बनाए स्लोगन दिखाती छात्राएं व स्टॉफ। फोटो :हरिभूमि

वैश्य कॉलेज में मनाया विश्व लोकतांत्रिक दिवस

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में विश्व लोकतांत्रिक दिवस बड़े उत्साह और जोश के साथ मनाया गया। इस दौरान स्लोगन लेखन गतिविधि हुई। जिसमें छात्राओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। प्राचार्या डॉ आशा शर्मा ने कहा कि लोकतंत्र केवल शासन की व्यवस्था ही नहीं, बल्कि यह जनता की भागीदारी और जिम्मेदारी का प्रतीक है। उन्होंने छात्राओं को प्रेरित किया कि वे लोकतांत्रिक मूल्यों को जीवन में आत्मसात करें और समाज में जागरूक नागरिक के रूप में अपनी भूमिका निभाएं। अंत में सभी प्रतिभागी भावी अध्यापिकाओं की सराहना की गई। गतिविधि ने छात्राओं के व्यक्तित्व विकास में एक महत्वपूर्ण योगदान दिया और उन्हें लोकतांत्रिक आदर्शों के प्रति सजग किया।

विश्वकर्मा जयंती समारोह में पहुंचने का दिया न्यौता

झज्जर। लोगों को विश्वकर्मा जयंती समारोह में पहुंचने का न्यौता देते हुए प्रवीण जांगड़ा। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। बुधवार को रोहतक में मनाए जाने वाले विश्वकर्मा जयंती समारोह में जिले की भागीदारी सराहनीय रहेगी। अखिल भारतीय जांगिड़ ब्राह्मण महासभा के जिलाध्यक्ष प्रवीण जांगड़ा ने बताया कि जयंती समारोह को सफल बनाने के लिए जिले की टीमें गांव-गांव पुहंच कर लोगों को समारोह में पहुंचने का न्यौता दे रही है। उन्होंने बताया कि जयंती समारोह में जहां सीएम नायब सिंह सैनी मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित रहेंगे वहीं समारोह की अध्यक्षता राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगड़ा द्वारा की जाएगी। सोमवार को भी टीमों ने विभिन्न गांवों का दौरा कर लोगों को समारोह में शामिल होने के लिए आमंत्रित किया। इस मौके पर जिला उपाध्यक्ष सुखबीर जांगड़ा, जोगेंद्र जांगड़ा, जिलामंत्री पवन जांगड़ा, उपाध्यक्ष मुकेश जांगड़ा, किशोर कुमार, प्रदीप जांगड़ा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

शिविर में स्वयंसेवकों ने किया श्रमदान

झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में एनएसएस इकाई एक और दो के तत्वावधान में कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर मीनाक्षी और विकास सुहाग के निर्देशन में एक दिवसीय कैंप का आयोजन किया गया। मुख्यातिथि प्राचार्य डॉक्टर दलबीर सिंह ने स्वयंसेवकों को समाज सेवा के लिए प्रेरित किया। कैंप में सभी नए स्वयंसेवकों को एनएसएस के उद्देश्यों और गतिविधियों की जानकारी दी गई। स्वयंसेवकों ने पेंटिंग, क्ले मॉडलिंग, पोस्टर मेकिंग और बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट की गतिविधियों में भाग लिया और सफाई अभियान के तहत साइंस ब्लॉक के आसपास की खरपतवार को हटाया।

डीएच लारेंस कॉलेज ऑफ एजूकेशन फॉर वूमेन में हिंदी दिवस पर कार्यक्रम आयोजित

पोस्टर व स्लोगन के माध्यम से बताया हिंदी भाषा का महत्व

- छात्राओं ने हिंदी भाषा के महत्व पर भाषण कविता और निबंध प्रस्तुत किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

डीएच लारेंस कॉलेज ऑफ एजूकेशन फॉर वूमेन में सोमवार को हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरूआत कॉलेज निदेशक रमेश रोहिल्ला व प्राचार्या डॉक्टर संतोष खासा ने की।

कार्यक्रम में छात्राओं ने हिंदी भाषा के महत्व पर भाषण कविता और निबंध प्रस्तुत किए। सांस्कृतिक कार्यक्रमों में कवि सम्मेलन और वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया। प्राचार्या ने अपने संबोधन में हिंदी को राष्ट्रभाषा के रूप में सम्मान देने और दैनिक जीवन में इसके प्रयोग को बढ़ावा देने का संदेश दिया। छात्राओं ने पोस्टर व स्लोगन के माध्यम से भी हिंदी भाषा के महत्व से अवगत कराया।

झज्जर। हिंदी भाषा की महत्ता पर बनाए पोस्टर के साथ छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। प्रतियोगिता में भागीदारी करते हुए आरईडी स्कूल के विद्यार्थी।

झज्जर। शिक्षकों के साथ उपस्थित क्विज के विजेता विद्यार्थी। फोटो :हरिभूमि

क्विज में लॉयल्टी हाउस रहा प्रथम

झज्जर। एलए सीनियर सैकेंडरी स्कूल में हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में सुलेख प्रतियोगिता व क्विज का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में तीसरी से पांचवीं तथा छठी से नौवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया। क्विज प्रतियोगिता में टीम बी को पहला, टीम सी को दूसरा स्थान मिला। छठी से नौवीं कक्षा तक की इंटर हाउस प्रतियोगिता में लॉयल्टी हाऊस प्रथम स्थान पर रहा। विजेता बच्चों को स्कूल प्रबंधक केएम डागर ने पुरस्कार देकर सम्मानित किया। इस दौरान हिंदी प्राध्यापिका प्रीति शर्मा, रीतू, सुदेश व पूनम गुलिया ने हिंदी दिवस के साप्ताहिक कार्यक्रमों को लेकर जानकारी दी। क्विज में स्कोरिंग का कार्य आशु व कोमल ने किया। इस मौके पर स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनिता गुलिया, नीलम दहिया, योजित गुलिया, भविष्य दहिया, एचओडी रविंद्र लोहचब, पिंकी अहलावत, पुष्पा यादव, भूगोल प्राध्यापक मुकेश शर्मा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

निबंध लेखन में ईशा व पोस्टर मेकिंग में चिराग ने पाया पहला स्थान

झज्जर। प्रतियोगिता के दौरान होनहार प्रतिभागी पोस्टर दिखाते हुए।

झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में हिंदी पखवाड़े के समापन पर हिंदी एवं संस्कृत साहित्य परिषद के संयुक्त तत्वाधान में 'आधुनिक परिप्रेक्ष्य में राष्ट्र भाषा हिंदी का महत्व' विषय पर निबंध लेखन प्रतियोगिता, यूथ रेडक्रॉस और रेड रिब्बन क्लब के तत्वावधान में एचआईवी एड्स जागरूकता पर पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता और महिला प्रकोष्ठ, फाइन आर्ट क्लब व वाणिज्य समिति के संयुक्त तत्वाधान में पेपर क्राफ्टिंग वर्कशॉप का आयोजन किया गया। निबंध लेखन में एमए हिंदी द्वितीय वर्ष की छात्रा ईशा ने पहला, एमए हिंदी द्वितीय वर्ष की छात्रा भारती ने दूसरा तथा बीए प्रथम वर्ष की छात्रा अन्नू और बीए तृतीय वर्ष की छात्रा गीता ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। पोस्टर मेकिंग में बीए प्रथम वर्ष के चिराग ने पहला, एमएससी प्रथम वर्ष की सुगंधा ने दूसरा और बीए तृतीय वर्ष की साक्षी ने तीसरा स्थान हासिल किया। प्राचार्य डॉक्टर दलबीर सिंह ने विजेता प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया। वहीं पेपर क्रॉफ्टिंग कार्यशाला में विद्यार्थियों ने कागज से विभिन्न प्रकार की सजावटी वस्तुएं और कलाकृतियां बनाई, जिनमें कार्ड, गहनों के डिब्बे और अन्य हस्त निर्मित वस्तुएं शामिल रहे।

हिंदी प्रश्नोत्तरी में आरईडी के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट

झज्जर। सर्वोदय स्कूल ऑफ साइंस इमलोटा में आयोजित हिंदी प्रश्नोतरी व कविता वाचन प्रतियोगिता में आरईडी विद्यालय के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट रहा। प्राचार्या अनीता सिवाच ने बताया कि दो चरणों में संपन्न हुई इस प्रतियोगिता में कक्षा तीसरी से पांचवीं और छठी से आठवीं के विद्यार्थी सम्मिलित हुए थे। विद्यालय की ओर तीसरी से पांचवीं कक्षा तक के वर्ग में अवनि, याना और वियान तथा छठी से आठवीं कक्षा तक के वर्ग में वंशिका, लक्ष्य व नंदिनी ने भाग लिया। हिंदी प्रतियोगिता में उनके विद्यार्थियों ने दोनों वर्गों में द्वितीय स्थान हासिल किया। कविता वाचन में विद्यालय के छात्र विशेष ने छठी से आठवीं कक्षा तक के वर्ग में अपने काव्य कौशल के आधार पर पहला स्थान हासिल किया। प्राचार्या ने सभी विजेता विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

कॉलेज में हुई निबंध लेखन प्रतियोगिता

बहादुरगढ़। राजकीय महाविद्यालय बहादुरगढ़ में प्राचार्य दलबीर सिंह के मार्गदर्शन में मनाए जा रहे हिंदी सप्ताह के पहले दिन सोमवार को निबंध-लेखन प्रतियोगिता हुई। इसमें विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। हिंदी विभाग की अध्यक्षा किरण बाला के अनुसार विद्यार्थियों में हिंदी विषय के प्रति रुचि पैदा करने के लिए हिंदी सप्ताह मनाया जा रहा है। प्रिंसिपल दलबीर सिंह ने कहा कि हिंदी हमारे अस्तित्व की भाषा है। हम कितनी ही दूसरी भाषाएं सीखें, किंतु हिंदी का प्रचार-प्रसार करना हमारा परम कर्तव्य है। हिंदी सप्ताह के दौरान निबंध लेखन, कविता पाठ, वाद-विवाद, भाषण प्रतियोगिता, पोस्टर निर्माण, प्रश्नोत्तरी व हिंदी नाटक आदि प्रतियोगिताएं होंगी। इस अवसर पर हिंदी विभाग की प्रवक्ता सीमा व डॉ. मंजू दलाल भी उपस्थित रहे।

छात्राओं को सिखाए आत्मरक्षा के गुर

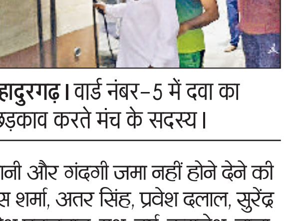
बहादुरगढ़। पुलिस की दुर्गा शक्ति टीम विद्यार्थियों को अपराधों और असामाजिक तत्वों से सतर्क रहने के लिए विशेष अभियान चला रही है। इसी क्रम में सोमवार को मुख्य सिपाही टीना और उनकी टीम ने सीनियर सेकेंडरी स्कूल आसौदा की छात्राओं को आत्मरक्षा के गुर सिखाए। प्रशिक्षण के दौरान छात्राओं को विपरीत परिस्थितियों में खुद की सुरक्षा करने, साहस के साथ असामाजिक तत्वों का सामना करने और हरियाणा पुलिस की महिला सुरक्षा सेवाओं जैसे डायल 112 एप व ट्रिप मॉनिटरिंग सेवा के बारे में जानकारी दी गई। टीना ने छात्राओं से कहा कि वे खुद को कभी कमजोर न समझें, क्योंकि पुलिस हर समय उनकी मदद के लिए तैयार है। किसी भी समस्या की स्थिति में वे नजदीकी थाना, डायल 112, महिला थाना प्रबंधक झज्जर या बहादुरगढ़ से संपर्क कर सकती हैं। इस दौरान छात्राओं को साइबर क्राइम और नशे के खतरे के प्रति भी जागरूक किया गया।

छात्राओं को एनएसएस की जानकारी देते डॉ. अनिल कुमार।

एनएसएस कार्यक्रमों के बारे में दी जानकारी

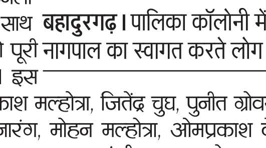
बहादुरगढ़। गांव जसौरखेड़ी के राजकीय महिला महाविद्यालय में सोमवार को एनएसएस ओरिएंटेशन कार्यक्रम आयोजित किया गया। एनएसएस प्रभारी डॉ. अनिल कुमार ने छात्राओं को सात व एक दिवसीय कैंपों के साथ अन्य कार्यक्रमों से होने वाले फायदों के बारे में जानकारी दी। इस दौरान प्राचार्य डॉ. संदीप किराड़, अजय, डॉ. सुनील, डॉ. मजीत, सुनील कुमार व डॉ. प्रियंका अग्रवाल आदि ने भी एनएसएस को लेकर जानकारी दी।

वार्ड-5 में किया दवा का छिड़काव


बहादुरगढ़। वार्ड नंबर–5 में दवा का छिड़काव करते मंच के सदस्य।

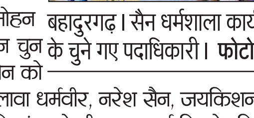
बहादुरगढ़। समाज कल्याण मंच ने बरसात के मौसम में मच्छरजनित बीमारियों की रोकथाम के लिए वार्ड नंबर-5 में विशेष अभियान चलाया। मंच की राष्ट्रीय अध्यक्ष प्रोफेसर सीमा प्रवीण दलाल के नेतृत्व में वार्ड की गलियों और घरों में कीटनाशक दवा का छिड़काव करवाया गया। उन्होंने बताया कि डेंगू, मलेरिया और चिकनगुनिया जैसी खतरनाक बीमारियों से बचाव के लिए समय-समय पर दवा का छिड़काव जरूरी है। उन्होंने लोगों से घरों के आसपास पानी और गंदगी जमा नहीं होने देने की अपील की। स्थानीय निवासी भगवान दास शर्मा, अतर सिंह, प्रवेश दलाल, सुरेंद्र शर्मा, प्रदीप रोहज, विपिन भारद्वाज, राजेश पहलवान, यश, हर्ष, कमलेश, बाला, होशियारी, रेणु, सुशीला व कुलवंती आदि ने इस प्रयास को सराहा।

उपाध्यक्ष बने नागपाल का किया स्वागत


बहादुरगढ़। पालिका कॉलोनी में भारत नागपाल का स्वागत करते लोग।

बहादुरगढ़। इनेलो के जिला शहरी उपाध्यक्ष बने भारत नागपाल का पालिका कॉलोनी में स्वागत किया गया। इस स्वागत के लिए भारत नागपाल ने स्थानीय लोगों का आभार जताया। उन्होंने अपनी नियुक्ति के लिए इनेलो के शीर्ष नेतृत्व का आभार जताया। साथ ही कहा कि वे इस जिम्मेवारी को पूरी ईमानदारी व निष्ठा से निभाएंगे। इस अवसर पर दीपक खट्टर, ओमप्रकाश मल्होत्रा, जितेंद्र चुघ, पुनीत ग्रोवर, नरेंद्र मल्होत्रा, साहिल खुराना, पंकज नारंग, मोहन मल्होत्रा, ओमप्रकाश देशवाल, राजेश खन्ना, विक्की मदान, विपिन अग्रवाल, संजीव कुमार, चेतन नागपाल, राजन, प्रवीण, हरिओम प्रधान, सतेंद्र दहिया, लक्ष्य भारद्वाज आदि मौजूद रहे।

मनमोहन फिर बने सैन धर्मशाला के प्रधान


बहादुरगढ़। सैन धर्मशाला कार्यकारिणी के चुने गए पदाधिकारी। फोटो :हरिभूमि

बहादुरगढ़। दिल्ली-रोहतक रोड स्थित सैन धर्मशाला में प्रधान मनमोहन सैन की अध्यक्षता में बैठक आयोजित की गई, जिसमें सर्वसम्मति से नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। सभी पदाधिकारियों और सदस्यों ने एकमत होकर मनमोहन सैन को फिर से धर्मशाला का प्रधान चुन लिया।नई कार्यकारिणी में इंद्रजीत सैन को उपप्रधान बनाया गया है। इसके अलावा धर्मवीर, नरेश सैन, जयकिशन, नरेश, नानक, त्रिलोक, मोनू, जतिन और विक्रांत को भी महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां सौंपी गईं। नरेश सैन को सचिव, दिनेश सैन को प्रचार मंत्री, प्रबंधक रामनारायण को तथा कैशियर की जिम्मेदारी बिशन को दी गई। सोनू और नितिन को सलाहकार बनाया गया। बैठक में सभी सदस्यों ने मिलकर प्रस्ताव पास किया और नई कार्यकारिणी के गठन पर खुशी जताई।

युवाओं को नशे के प्रति जागरूक किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। लोगों को जागरूक करते एसआई सत्यप्रकाश। फोटो :हरिभूमि

पुलिस की टीम युवाओं को नशे के दुष्प्रभाव के प्रति जागरूक कर रही है। सोमवार को निरीक्षक सतीश कुमार और उपनिरीक्षक सत्य प्रकाश ने वार्डों, पार्कों और कंपनियों का दौरा कर आमजन से संवाद किया। इस दौरान इंस्पेक्टर सतीश कुमार ने बताया कि नशा न केवल शारीरिक बल्कि आर्थिक, सामाजिक और मानसिक रूप से भी हानिकारक है। इसलिए इससे दूर रहना ही सही विकल्प है और युवाओं को अपने परिवार व दोस्तों को भी इसके लिए प्रेरित करना चाहिए। नशे जैसी सामाजिक बुराई को खत्म करने के लिए पुलिस के प्रयासों में सभी को सहयोग करना होगा, ताकि समाज को नशामुक्त बनाया जा सके। इस अवसर पर नशा मुक्ति टीम के उपनिरीक्षक वीरेंद्र ने भी युवाओं से आत्मीय संवाद कर उन्हें शिक्षा व रोजगार की दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि नशा जीवन को अंधकार की ओर ले जाता है और युवावस्था में इसकी शुरुआत भविष्य को बर्बाद कर सकती है।

विशेष सेवा पखवाड़े के अंतर्गत लगाए जाएंगे 10 मेगा कैंप व 113 सामान्य स्वास्थ्य कैंप

झज्जर। आमजन के स्वास्थ्य, पोषण व तंदुरस्ती को लेकर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा बुधवार से स्वस्थ नारी, सशक्त परिवार अभियान की शुरूआत की जाएगी। अभियान के अंतर्गत जहां देशभर में स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन होगा वहीं आंगनवाड़ियों में पोषण माह मनाया जाएगा। यह जानकारी सीएमओ डॉक्टर जयमाला ने पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए दी। उन्होंने बताया कि इस पहल का उद्देश्य महिलाओं और बच्चों के लिए बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं, जागरूकता और गुणवत्तापूर्ण देखभाल सुनिश्चित करना है। इसी कड़ी में आगामी दो अक्टूबर तक विशेष सेवा पखवाड़ा भी चलाया जाएगा। इस अभियान के अंतर्गत आयुष्मान आरोग्य मंदिरों, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों व अन्य स्वास्थ्य संस्थानों में शिविर का आयोजन कर महिलाओं और बच्चों की जांच, उपचार और स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक सेवाएं निःशुल्क उपलब्ध कराई जाएंगी। शिविरों में थैलेसिमिया जांच, कैंसर स्क्रीनिंग, उच्च रक्तचाप, मधुमेह, एनीमिया, मोतियाबिंद, दृष्टि बाधिता, क्षय रोग और स्किल सेल रोग आदि की जांच की जाएगी। इसके अलावा जिले में 10 मेगा विशेषज्ञ कैंप और 113 सामान्य स्वास्थ्य कैंप का आयोजन होगा।

पेयजल लाइन तोड़ने वालों के खिलाफ कार्रवाई की मांग

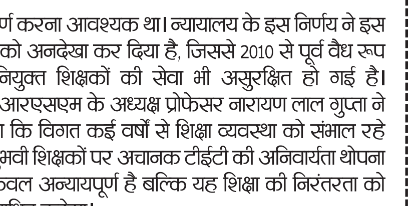
बहादुरगढ़। लाइनपार में सरकारी पेयजल लाइन तोड़कर एक निजी हाउसिंग कॉलोनी में पानी देने वार्ड एक के लोगों में रोष पनपा हुआ है। सोमवार को वार्ड पार्षद रजनीश मोनू तथा स्थानीय निवासियों ने जनस्वास्थ्य विभाग के एक्सइएन कार्यालय में ज्ञापन देकर लाइन तोड़ने वालों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई करने की मांग की। शीघ्र ही मामले में उचित कार्रवाई न होने पर धरना प्रदर्शन की चेतावनी भी दी।सोमवार को पब्लिक हेल्थ कार्यालय में पहुंचे वार्ड-1 के पार्षद रजनीश मोनू, स्थानीय निवासी कुलदीप, बालकिशन, रवींद्र सहित अन्य लोगों ने कहा कि वार्ड की सरकारी पेयजल आपूर्ति की लाइन को बीच में तोड़कर अवैध रूप से एक हाउसिंग सोसाइटी में पानी को डायवर्ट किया गया है। लगभग 20 करोड़ का बजट स्वीकृत होने के बाद 90 प्रतिशत काम भी पूरा हो चुका है। इसके बावजूद कुछ लोगों ने अवैध व गैर कानूनी ढंग से वार्ड की सरकारी पेयजल लाइन तोड़कर उस हाउसिंग सोसइटी में पानी पहुंचाया है। इससे वार्ड की पेयजल आपूर्ति बाधित हुई है। स्थानीय निवासियों के हक का पानी अवैध रूप से कहीं ओर जा रहा है। यह जनता के मौलिक अधिकारों का हनन और कानून अपराध है। इस संबंध में अधिकारियों को पहले से अवगत कराया जा रहा था, लेकिन किसी ने ध्यान नहीं दिया। इस वजह से स्थानीय लोगों में रोष है। इस घटना को अंजाम देने वालों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराई जाए और सरकारी लाइन को पहले की तरह दुरुस्त किया जाए। यदि शीघ्र ही मामले में उचित कार्रवाई नहीं हुई तो लोग सड़कों पर उतरने को मजबूर होंगे।

बहादुरगढ़। जनस्वास्थ्य विभाग कार्यालय में शिकायत देते पार्षद व वार्ड एक के लोग।

बिना श्रद्धा और विश्वास के कोई प्रयास नहीं होता सफल

झज्जर। बिना श्रद्धा-विश्वास के कोई प्रयास सफल नहीं होता, कोई प्रार्थना परिपूर्ण नहीं होती है। भगवान शंकर विश्वास का और भगवती पार्वती श्रद्धा का स्वरुप है। शिव-पार्वती विवाह प्रसंग इस बात की ओर संकेत करता है। यह बात बाबा कांशीगिरी मंदिर में श्रीराम कथा के तीसरे दिन कथाव्यास स्वामी उमानंद ने कथा को आगे बढ़ाते हुए कही। कथाव्यास ने कहा कि शिव पर्वतों पर रहते हैं इसलिए विश्वास भी पर्वतो जैसा अचल होना चाहिए। भगवती पार्वती ज्योति स्वरुप है इसलिए श्रद्धा ऐसी हो जो जीवन को प्रकाशित कर दे। शिव का श्रृंगार अद्भुत है। जीवन का अंतिम सत्य चिता की राख है। भगवान शिव ने अंतिम सत्य को स्वीकार किया है, तभी वह चिता की भस्म को रमाए रहते हैं। विषय रुपी विष सांपों के जहर से ज्यादा खतरनाक है, इसलिए शंकर सांपों का आभूषण बनाए हुए हैं। शिव ने हमें उपदेश दिया है कि मैंने विष का पान किया है इसलिए संसारियों को छोटी-छोटी बातों रुपी विष को सहन करना चाहिए। इस दौरान लक्ष्मी नारायण काठपालिया, गौतम प्रकाश आर्य, भारत भूषण अग्निहोत्री, तिलकराज गोसाईं वीके नरूला, वेद बहल पाशु, डॉक्टर शंकर लाल ग्रोवर, सुभाष वर्मा, राधेश्याम भाटिया, श्रीभगवान कौशिक, ताराचंद सहित काफी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे।

शिक्षकों की सेवा सुरक्षा के लिए प्रधानमंत्री से हस्तक्षेप की अपील



झज्जर। उच्चतम न्यायालय द्वारा दिए गए आठवीं कक्षा तक पढ़ाने वाले सभी सेवारत शिक्षकों पर शिक्षक पात्रता परीक्षा अनिवार्य करने के निर्णय के संबंध में अखिल भारतीय राष्ट्रीय शैक्षिक महासंघ द्वारा प्रधानमंत्री के नाम ज्ञापन भेज कर हस्तक्षेप की अपील की है। सोमवार को महासंघ की प्रांत उपाध्यक्ष रेणु राणा तथा जिलाध्यक्ष प्रमोद के साथ अन्य सदस्य डीसी कार्यालय पहुंचे। यहां उन्होंने डीसी के माध्यम से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को ज्ञापन भेजा। उन्होंने कहा कि यह स्थिति देशभर के लाखों शिक्षकों की सेवा सुरक्षा और आजीविका को संकट में डाल सकती है। एबीआरएसएम ने स्पष्ट किया है कि आरटीई अधिनियम 2009 एवं एनसीटीई की अधिसूचना 23 अगस्त 2010 के अनुसार दो अलग-अलग श्रेणियां मान्य थीं। 2010 से पूर्व नियुक्त शिक्षक, जिन्हें योग्य माना गया और जिन्हें टीईटी से छूट दी गई थी। 2010 के बाद नियुक्त शिक्षक जिन्हें एक निश्चित अवधि में टीईटी उत्तीर्ण करना आवश्यक था। न्यायालय के इस निर्णय ने इस भेद को अनदेखा कर दिया है, जिससे 2010 से पूर्व वैध रूप से नियुक्त शिक्षकों की सेवा भी असुरक्षित हो गई है। एबीआरएसएम के अध्यक्ष प्रोफेसर नारायण लाल गुप्ता ने कहा कि विगत कई वर्षों से शिक्षा व्यवस्था को संभाल रहे अनुभवी शिक्षकों पर अचानक टीईटी की अनिवार्यता थोपना न केवल अन्यायपूर्ण है बल्कि यह शिक्षा की निरंतरता को भी बाधित करेगा।

सूचना

मैं, विजय सोलंकी पुत्र श्री बाबु लाल सोलंकी निवासी मकान नंबर-213/14, नजदीक शिव मंदिर, पालिका कॉलोनी, बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र वंश मेरे कहने सुनने से बाहर है और मैं उससे अपने तमाम संबंध समाप्त करते हुए अपनी चल-अचल संपति से बेदखल करता हूं। भविष्य में उसके साथ किसी तरह का लेन-देन करने व व्यवहार रखने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। वंश अपने प्रत्येक कार्य के लिए स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरा व मेरे परिवार के सदस्यों का उससे कोई संबंध व सरोकार नहीं रहा।

नीलामी सूचना

सर्वसाधरण को सूचित किया जाता है कि राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय आसौदा सिवान (स्कूल कोड 3100) ब्लॉक बहादुरगढ़, जिला झज्जर में नकारा कमरों की नीलामी दिनांक 26.09.2025 के प्रातः 10 बजे विद्यालय भवन में सभी बोली दाताओं द्वारा बोली लगाई जाएगी। सभी बोलीदाता तिथि व समय पर पहुंचें। नीलामी की शर्तें निम्न प्रकार से हैं।

1. प्रत्येक बोलीदाता को 10,000 (दस हजार रुपए) का डिमांड ड्राफ्ट टोकन के रूप में प्राचार्य रा.क.व.मा.वि. आसौदा सिवान के नाम पर देना होगा।
2. कुल कीमत का 10 प्रतिशत डिमांड ड्राफ्ट प्राचार्य रा.क.व.मा.वि. आसौदा सिवान के नाम पर देना होगा। नीलामी के उपरांत एक माह में सारा मलबा उठाना होगा व नीलामी स्थल समतल करके देना होगा अन्यथा उपरोक्त राशि जब्त कर ली जाएगी। विद्यालय मुखिया की एनओसी उपरांत ही बोलीदाता को उपरोक्त 10 प्रतिशत राशि वापिस की जाएगी।

हस्ता/-प्राचार्य, रा.क.व.मा. विद्यालय
आसौदा सिवान (3100), जिला झज्जर
मो. 9812707060.

लैब अटेंडेंट धनकौर द्वारा विद्यार्थियों का एचआईवी परीक्षण भी किया गया

विद्यार्थियों को किया एचआईवी एड्स के प्रति जागरूक

- प्रतियोगिता के विजेताओं को स्वास्थ्य विभाग व महाविद्यालय प्रबंधन द्वारा पुरस्कृत किया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

राजकीय महाविद्यालय दूबलधन में आईसीटीसी विभाग बेरी द्वारा एड्स मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत स्लोगन राइटिंग, पेटिंग प्रतियोगिता तथा विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ प्राचार्य डॉक्टर कर्मवीर ने किया। उन्होंने विद्यार्थियों को एड्स जैसी गंभीर समस्या के प्रति जागरुक रहने तथा समाज को इस अभिशाप से मुक्त कराने में योगदान देने का आह्वान किया। सीएमओ डॉक्टर जयमाला, डीटीओ डॉक्टर निधि व बेरी के सीनियर मेडिकल ऑफिसर डॉक्टर सुभाष ने नेतृत्व में आयोजित इस अभियान के अंतर्गत विशेषज्ञ वक्ताओं काउंसलर राजेंद्र सिंह व सहायक आचार्य अमित कुमार ने विद्यार्थियों को एचआईवी एड्स से संबंधित कारण, बचाव एवं उपचार की विस्तृत जानकारी प्रदान की। लैब अटेंडेंट धनकौर द्वारा विद्यार्थियों का एचआईवी परीक्षण भी किया गया। प्रतियोगिता के विजेताओं को स्वास्थ्य विभाग व महाविद्यालय प्रबंधन द्वारा पुरस्कृत किया गया। इस मौके पर डॉक्टर राजेश, डॉक्टर सत्येंद्र, डॉक्टर रणदीप सिंह सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

झज्जर। प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थियों के साथ स्वास्थ्यकर्मी एवं शिक्षक।

विज्ञान प्रश्नोत्तरी में विंध्याचल सदन के विद्यार्थी रहे प्रथम

झज्जर। स्कूल स्टॉफ सदस्यों के साथ प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। तक्षशिला विद्यापीठ बेरी में सोमवार को विज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस अंतर सदनीय प्रतियोगिता में नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया। प्रतियोगिता परिणामों में विंध्याचल सदन के विद्यार्थी भौमिक अहलावत, चिराग, गौरी व अनिशा प्रथम, अरावली सदन से रिया, अंजलि, प्रिंस व महक द्वितीय तथा नीलगिरी सदन से खुशी, प्रवेश, सक्षम व रौनक तृतीय रहे। विद्यालय निदेशक हरबीर डबास, चेयरमैन सुखबीर डबास तथा प्राचार्य नसीब अहलावत ने सभी विजेता टीम सदस्यों को मेडल और सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया।

खबर संक्षेप

जिला जेल में स्वास्थ्य जांच शिविर कल

झज्जर। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा बुधवार को जिला कारागार परिसर में हेल्थ चेकअप कैंप आयोजित किया जाएगा। यह शिविर सुबह साढ़े नौ बजे से प्रारंभ होगा। प्राधिकरण के सचिव एवं सीजेएम विशाल ने बताया कि शिविर में चिकित्सकों की टीम स्वास्थ्य परीक्षण करेंगी व आवश्यक परामर्श और उपचार संबंधी सुविधाएं उपलब्ध कराएगी।

स्वदेशी संकल्प यात्रा कल पहुंचेगी झज्जर

झज्जर । स्वदेशी जागरण मंच द्वारा शुरू की गई स्वदेशी संकल्प यात्रा बुधवार को झज्जर पहुंचेगी। स्वदेशी जागरण मंच के प्रांत संगठक कुलदीप के नेतृत्व में यात्रा झज्जर पहुंचेगी। जिला संयोजक मनमोहन खंडेलवाल ने बताया कि यात्रा कलानौर से बेरी के राजकीय वमावि में पहुंचेगी। जहां यात्रा का स्वागत जाएगा। विद्यार्थियों व लोगों को स्वदेशी व उद्यमिता के विषय में जागरूक किया जाएगा। बेरी नपा चेयरमैन देवेंद्र कादियान उर्फ बिल्लू पहलवान व पूर्व चेयरपर्सन नीलम अहलावत यात्रा को झंडी दिखाकर झज्जर के लिए रवाना करेंगे।

उपायुक्त ने नागरिकों की शिकायतें सुनीं

समाधान शिविर में आईं पंद्रह शिकायतें, समाधान के निर्देश

झज्जर। शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनते हुए डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल।

■ शिविर में बिजली, पानी, सड़क, राजस्व, पेंशन, राशन कार्ड, आधार कार्ड आदि से संबंधित शिकायतें आईं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

सोमवार को जिला स्तर पर आयोजित समाधान शिविर में डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने नागरिकों की शिकायतों को सुना और संबंधित विभागों के अधिकारियों को समस्याओं के जल्द समाधान करने के निर्देश दिए।

शिविर में बिजली, पानी, सड़क, राजस्व, पेंशन, राशन कार्ड, आधार, सामाजिक सुरक्षा योजनाओं, शिक्षा, स्वास्थ्य और पंचायत संबंधी मामलों से जुड़ी कुल 15 शिकायतें दर्ज हुई। जिनके समाधान के लिए अधिकारियों को निर्देश दिए गए। उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए की शिकायतें समय से निपटाई जाएं।

झज्जर। समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनतीं एसडीएम।

एसडीएम ने समाधान शिविर में सुनीं नागरिकों की शिकायतें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बेरी

सोमवार को समाधान शिविर में एसडीएम रेणुका नांदल ने समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतों को सुना और संबंधित विभागों के अधिकारियों को शिकायतों के जल्द समाधान करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि शिकायतों का समाधान तय समय-सीमा में किया जाए और कार्यवाई की रिपोर्ट तुरंत प्रस्तुत की जाए। उन्होंने कहा कि कार्य में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। इस दौरान एसईपीओ सत्यवान अहलावत, नपा सचिव पूजा साहू, जनस्वास्थ्य विभाग के एसडीओ राजीव यादव, पशु पालन विभाग के एसडीओ डॉक्टर ऋषिपाल सहित अन्य भी मौजूद रहे।

प्रशासन और आमजन के बीच संवाद का सशक्त माध्यम हैं समाधान शिविर

■ शिविर में कई मामलों में मौके पर ही संबंधित अधिकारियों ने समाधान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

शिविर में एसडीएम ने किया समाधान

सोमवार को आयोजित उपमंडल स्तरीय समाधान शिविर में एसडीएम नसीब कुमार ने आमजन की समस्याएं सुनीं और मौके पर ही संबंधित विभागों के अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उनके अनुसार ये शिविर प्रशासन और आमजन के बीच संवाद का सशक्त माध्यम हैं।

शिविर में कई मामलों में मौके पर ही संबंधित अधिकारियों ने समाधान किया, जबकि अन्य को तय समयसीमा में निपटाने के निर्देश दिए गए। इस अवसर एएसआर कुलदीप कुमार, भाजपा के पूर्व जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा, सचिव प्रवीण व ग्राम सचिव प्रीति आदि उपस्थित रहे।

समीक्षा बैठक का आयोजन

उपायुक्त ने सड़कों को सीएंडडी वेस्ट मुक्त करने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

हरियाणा शहरी स्वच्छता अभियान की समीक्षा बैठक सोमवार को डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल की अध्यक्षता में लघु सचिवालय सभागार में आयोजित हुई। बैठक में नप बहादुरगढ़, नप झज्जर और नपा बेरी द्वारा करवाए जा रहे कार्यों की विस्तृत समीक्षा की गई।

डीसी ने कहा कि इस अभियान में किसी भी स्तर पर लापरवाही या असंवेदनशीलता बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि शहर की सड़कों को सीएंडडी वेस्ट मुक्त करने के लिए विशेष अभियान चलाया जाए। उन्होंने चेतावनी दी कि 15 दिनों के बाद यदि किसी सड़क मार्ग पर सीएंडडी वेस्ट मिलता है तो संबंधित क्षेत्र के जेई की जिम्मेदारी तय की जाएगी।

जीएसटी दरों में बदलाव से आमजन को मिलेगी राहत

जीएसटी काउंसिल ने कई जरूरी वस्तुओं पर टैक्स में राहत दीः प्रदीप अहलावत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर ।पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए प्रदीप अहलावत। फोटो : हरिभूमि

■ आटा, दाल, चावल, दूध, घी और मक्खन जैसी रोजमर्रा की वस्तुओं पर जीएसटी पूरी तरह से कर दिया गया है खत्म

जीएसटी संग्रह में केंद्र सरकार द्वारा बनाए गए दो स्लैब को लेकर सोमवार को भाजपा के प्रदेश प्रवक्ता प्रदीप अहलावत ने पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए कहा कि जीएसटी काउंसिल ने कई जरूरी वस्तुओं पर टैक्स में राहत दी है। आटा, दाल, चावल, दूध, घी और मक्खन जैसी रोजमर्रा की वस्तुओं पर जीएसटी पूरी तरह से खत्म कर दिया गया है।

साथ ही एसी, टीवी और वाशिंग मशीन पर भी जीएसटी दरें कम की गई हैं। जिससे आमजन को राहत मिलेगी। उन्होंने कहा कि शैक्षणिक सामग्री जैसे पटरी, पेंसिल और किताबों पर भी अब कोई जीएसटी नहीं लगेगा।

सबको लाभ मिलेगाः इस निर्णय से किसानों, मध्यम वर्ग, महिलाओं, युवाओं और छोटे व्यापारियों को लाभ मिलेगा। यह कदम देश की अर्थव्यवस्था को मजबूत करने में सहायक होगा। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 15 अगस्त को ही इसके संकेत दिए थे कि देश अब नए युग में प्रवेश कर गया है।

कार्यक्रम में दिया नवाचार व शोध पर जोर

■ संस्कारम विश्वविद्यालय में इंजीनियर दिवस मनाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। विद्यार्थियों द्वारा बनाए गए प्रोजेक्ट्स व मॉडल का अवलोकन करते हुए अतिथि। फोटो : हरिभूमि

संस्कारम विश्वविद्यालय में इंजीनियर दिवस उत्साह के साथ मनाया गया। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉक्टर महिपाल ने संकाय सदस्य, विद्यार्थी, शोधार्थी और अतिथियों के साथ मिलकर दीप प्रज्ज्वलित करते हुए कार्यक्रम की शुरूआत की।

डॉक्टर महिपाल ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि अभियंत्रण केवल रोजगार का साधन नहीं, बल्कि राष्ट्र और समाज की प्रगति का मजबूत आधार है। उन्होंने विद्यार्थियों से शोध और नवाचार पर ध्यान देने का आह्वान किया। मुख्य वक्ता ऑनरेरी एडजंट फैलो ने अभियंताओं को समाज का स्वप्नद्रष्टा बताते हुए कहा कि संस्कारम विश्वविद्यालय तकनीकी दक्षता के साथ मानवीय मूल्यों से युक्त इंजीनियर तैयार कर रहा है। विशिष्ट अतिथि प्रियांशु जैन ने भविष्य का कार्य क्षेत्र : एआई, रोबोटिक्स और आईओटी विषय पर व्याख्यान देते हुए एआई नैतिकता और डीपटेक में करियर संभावनाओं पर प्रकाश डाला।

करणपुरी ने राष्ट्र निर्माता के रूप में अभियंता विषय पर प्रौद्योगिकी व आईपीआर के वाणिज्यीकरण पर चर्चा की। वहीं वाइस चांसलर प्रोफेसर डॉक्टर एसके सिंह ने तकनीक का उपयोग समाज की मूलभूत समस्याओं के समाधान में करने पर बल दिया। इस दौरान विद्यार्थियों ने रोबोटिक्स, नवीकरणीय ऊर्जा, स्मार्ट सिटी डिजाइन और कृषि तकनीक पर आधारित प्रोजेक्ट्स व मॉडल प्रस्तुत किए जो आकर्षण का केंद्र रहे। अतिथियों ने विद्यार्थियों को प्रोजेक्ट्स एवं मॉडल की अवलोकन करते हुए उनकी सराहना भी की।

विधायक ने किया आर्यन मान का जिताने का आह्वान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। आर्यन मान को जिताने की अपील करते विधायक राजेश जून। फोटो : हरिभूमि

दिल्ली यूनिवर्सिटी छात्र संघ चुनाव में बहादुरगढ़ निवासी आर्यन मान को अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद द्वारा अध्यक्ष पद का उम्मीदवार बनाए जाने के बाद विधायक राजेश जून ने समर्थन में वोट देने की अपील की।

विधायक राजेश जून ने कहा कि बहादुरगढ़ के छात्र-छात्राएं बड़ी संख्या में दिल्ली यूनिवर्सिटी में पढ़ रहे हैं। ऐसे में वे मतदान के दिन बैलेट नंबर-3 का बटन दबाकर आर्यन मान को ऐतिहासिक जीत दिलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। विधायक ने कहा कि आर्यन मान का चुनाव वास्तव में बहादुरगढ़ का चुनाव है। इसलिए बहादुरगढ़ क्षेत्र के लोग अपने रिश्तेदारों व परिचितों से भी दिल्ली विश्वविद्यालय छात्रसंघ चुनाव में आर्यन मान को वोट देने के लिए प्रेरित करें। राजेश जून ने कहा कि आर्यन मान का प्रतिष्ठित परिवार हमेशा सामाजिक, धार्मिक और जनहित के कार्यों में अग्रणी रहा है। उन्होंने विश्वास जताया कि बहादुरगढ़ के छात्र मिलकर आर्यन मान को रिकॉर्ड मतों से विजयी बनाने में अहम भूमिका निभाएंगे।

संत बाबा गुरप्रीत सिंह ने देखा शहीद नमन स्थल

■ संत बाबा गुरप्रीत सिंह गुरु गोविंद सिंह के पांच प्यारों में से एक भाई धर्म सिंह दलाल के वंशज हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। ग्रामीणों के साथ शहीद नमन स्थल देखने पहुंचे संत बाबा गुरमीत सिंह। फोटो : हरिभूमि

उत्तर प्रदेश से संत बाबा गुरप्रीत सिंह गांव मांडोठी में पहुंचे और शहीद नमन स्थल का निरीक्षण किया। संत बाबा गुरप्रीत सिंह गुरु गोविंद सिंह के पांच प्यारों में से एक भाई धर्म सिंह दलाल के वंशज हैं।

शहीद नमन स्थल देखने के बाद उन्होंने मुक्तकंठ से चित्रकार महेश दलाल की सराहना की। संत बाबा गुरमीत सिंह ने कहा कि गांव मांडोठी में शहीदों के संघर्षों को समर्पित यह संग्रहालय अपने आप में अनूठा है। हमें अपने परिवारों और नौजवानों को भी यह दिखाना चाहिए। उन्होंने कहा कि चित्रकार महेश दलाल द्वारा क्रांतिकारी भगत सिंह पर बनाई पेंटिंग्स हर आयु वर्ग के लोगों को आकर्षित करती हैं।

चित्रकला और देशभक्ति का यह अद्वितीय मिश्रण युवा पीढ़ी के भीतर देशप्रेम की भावनाओं को प्रबल करता है। उन्होंने कहा कि आज के युवा अपने इतिहास को भूलते जा रहे हैं। उन्हें पता होना चाहिए कि किस तरह से क्रांतिकारियों ने अंग्रेजों से लड़कर देश को आजाद कराया था। महेश दलाल ने बताया कि शहीद नमन स्थल पर पेंटिंग्स के माध्यम से शहीद-ए-आजम भगत सिंह के जीवन दर्शन को दिखाया गया है। इस मौके पर कैप्टन मान सिंह, विश्वदीप व नवीन दलाल आदि मौजूद रहे।

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 :-
बहादुरगढ़ : सूरजमल वाली गली, गणपति ट्रैवलर्स के ऊपर, नजदीक टैक्सी स्टैंड, बहादुरगढ़
झज्जर :- पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, झज्जर
फोन : 8295738500, 8814999142, 8295157800, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
झज्जर : हरिभूमि कार्यालय, पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, फोन : 8295876400
बहादुरगढ़ : सुरजमल वाली गली, रोहतक रोड, गणपति ट्रैवल्स के ऊपर, 8295852900

ब्रह्मप्रकाश मान 55 प्लस आयु वर्ग में अव्वल रहे

गुरुग्राम में जीते बीआरजी के 8 धावक

■ किरण नरूला ने 5 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में दूसरा स्थान पर रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। हाफ मैराथन में दौड़ने के बाद बीआरजी के धावक। फोटो : हरिभूमि

गुरुग्राम में हुई हाफ मैराथन में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावकों ने एक बार फिर शानदार प्रदर्शन करते हुए अपनी-अपनी कैटेगरी में कुल आठ इनाम जीते।

बीआरजी के धावकों ने साबित किया कि फिटनेस के प्रति उनका जुनून और मेहनत हमेशा रंग लाती है। बीआरजी के संयोजक दीपक छिल्लर ने बताया कि गुलाब सिंह ने 21 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में तीसरा स्थान हासिल किया। सत्यवान डागर ने 10 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में दूसरा स्थान प्राप्त किया। ब्रह्मप्रकाश मान ने 55 प्लस आयु वर्ग में पहला स्थान पाया। किरण नरूला ने 5 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में दूसरा स्थान, ललिता पांडेय ने 21 किलोमीटर महिला वर्ग में दूसरा स्थान, चंदन ने 5 किलोमीटर आयु वर्ग में तीसरा स्थान और राजेश कुमार ने 5 किलोमीटर आयु वर्ग में पहला स्थान प्राप्त किया। स्वयं दीपक छिल्लर ने इवेंट में पेसर की भूमिका निभाकर कई धावकों को बेहतरीन समय निकालने में मदद की। अमृत कौर, सुधीर, कपिल और विनोद ने भी शानदार तरीके से अपनी दौड़ पूरी की।

सम्मानित किया

प्रतियोगिता में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप को उनकी फिटनेस गतिविधियों और सामाजिक योगदान के लिए विशेष मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया।

वेटलिफ्टिंग में निधि तहलान ने जीता गोल्ड मेडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

जसौरखेड़ी के एमडीएस शिक्षा सदन सीनियर सेकेंडरी स्कूल की होनहार खिलाड़ी निधि तहलान ने यमुनानगर में चल रही राज्य स्तरीय खेल प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीता। वेटलिफ्टिंग स्पर्धा के अंडर-17 आयुवर्ग में सभी प्रतिद्वंद्वियों को पछाड़ते हुए निधि ने स्टेट स्कूली खेलों में लगातार तीसरा गोल्ड मेडल जीता है।

स्कूल डायरेक्टर कविता देशवाल व प्रिंसिपल राजबाला देशवाल ने बताया कि छात्रा श्रुति, चेष्टा और हर्षा का राज्यस्तरीय स्पर्धा के लिए फुटबॉल में चयन हुआ है। श्रुति ने गत वर्ष भी नेशनल प्रतियोगिताओं में अच्छा प्रदर्शन किया था और उनकी टीम ने नेशनल में गोल्ड मेडल हासिल किया था। छात्र दीपांशु का भी एथलेटिक्स में 100 मीटर रेस में स्टेट स्पर्धा के लिए चयन हुआ है। यमुनानगर में स्वर्ण पदक जीतने वाली छात्रा निधि ने ओपन टूर्नामेंट में भी कई गोल्ड मेडल हासिल किए हैं। डायरेक्टर कविता देशवाल ने उम्मीद जताई कि सभी चयनित खिलाड़ी भी स्टेट लेवल पर पदक जीतकर परिवार व क्षेत्र का नाम रोशन करेंगे।

बाढ़-प्रबंधन को लेकर श्वेत पत्र जारी करे सरकारः विक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

■ सरकार के जल प्रबंधन की बाढ़ ने खोल दी पोल

हरियाणा में जलभराव व बाढ़ त्रासदी के लिए जल प्रबंधन में प्रशासन की लापरवाही जिम्मेदार है। नहरी तंत्र व ड्रेनेज सिस्टम के रखरखाव व संचालन की कमी ने हरियाणा को बाढ़ आपदा झेलने के लिए मजबूर कर दिया है।

सरकार के जल प्रबंधन की बाढ़ त्रासदी ने पोल खोल दी है। हरियाणा सरकार अपने जल प्रबंधन पर श्वेत पत्र जारी करें। यह बात वरिष्ठ कांग्रेस नेता विक्रम कादियान ने जारी प्रेस विज्ञप्ति में कही। उन्होंने कहा कि पानी निकासी की समुचित व्यवस्था नहीं होने कारण कारण जलभराव की स्थिति बनी और किसानों की फसलें नष्ट हो गई। उन्होंने कहा कि सरकार बाढ़ राहत कार्यों पर अप्रैल से जून तक कार्य करने का ढिंढोरा पीटती है। परंतु बाढ़ राहत के कार्य धरातल पर न होकर फाइलों तक ही सीमित रह गए। जिसका खामियाजा आमजन और किसानों को भुगतना पड़ा।

बहादुरगढ़। अनाज मंडी में समस्याओं के समाधान के निर्देश देते राजेश जून।

विधायक राजेश जून ने अनाज मंडी में सुनीं समस्याएं

बहादुरगढ़। विधायक राजेश जून ने सोमवार को शहर की अनाज मंडी का दौरा किया। इस दौरान उन्होंने व्यापारियों व आमजन की समस्याएं सुनीं। उन्होंने मार्केट कमेटी की सचिव व जेई सहित संबंधित अधिकारियों को सभी समस्याओं का त्वरित समाधान सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि हर समस्या का जल्द निपटारा किया जाएगा।