हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार, 18 सितंबर 2025

11 स्टैम क्विज में निखिल जाखड़ ने जीता प्रतिष्ठित अवॉर्ड

12 जलभराव से घिरे छोटूराम नगर में पांव पसार रही बीमारियां

खबर संक्षेप

250 ग्राम चूरापोस्त सहित एक गिरफ्तार

झज्जर। एसटीएफ की एक टीम द्वारा मादक पदार्थ चूरा पोस्त सहित एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। एसटीएफ प्रभारी राजेश कुमार ने बताया कि पुलिस टीम को गुप्त सूचना मिली कि राजवीर निवासी बिटाना सोनीपत नशीला पदार्थ लिए हुए बस स्टैंड के नजदीक खड़ा हुआ है। जिस पर कार्रवाई करते हुए एएसआई प्रवीण कुमार की पुलिस टीम द्वारा मौके पर पहुंच कर एक व्यक्ति को पकड़ा गया। पकड़े गए व्यक्ति की नियमानुसार तलाशी लेने पर उसके कब्जे से नशीला पदार्थ चूरा पोस्त बरामद हुआ। जिसका वजन करने पर 250 ग्राम मिला।

चालक को चकमा देकर ई-रिक्शा ले भागा शातिर

बहादुरगढ़। शहर के धर्म विहार में एक शातिर ने ई-रिक्शा चालक के साथ वारदात कर दी। मदद मांगकर चालक को सामान लेने भेजा और उसकी रिक्शा लेकर चंपत हो गया। पुलिस ने मामले में जांच शुरू कर दी है। वारदात हरेराम शाह के साथ हुई है। मूलतः बिहार का हरेराम यहां नजफगढ़ रोड पर रहता है। उसका कहना है कि वह अपनी ई-रिक्शा लेकर रोड नजफगढ़ रोड पर था। इसी दौरान एक व्यक्ति आया और कहने लगा कि चार कट्टे पत्थर दाना है। धर्म विहार से लाना और छोड़ना है। कुल 200 रुपये का किराया तय हुआ। वह धर्मविहार में ई-रिक्शा लेकर पहुंचा। वहां शातिर युवक ने गली नंबर-4 में रिक्शा लगवा दी। फिर कहने लगा कि मेरे पेट में दर्द है] तू कट्टा उठाकर रिक्शा में रख दे। फिर मैं कट्टे लेने गया तो आरोपी रिक्शा लेकर भाग गया। पुलिस ने केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है।

12 वर्षीय आनंद बुधवार सुबह साइकिल लेकर घर से निकला था

किशोर के लापता होने से हड़कंप साइकिल ड्रेन में मिलने से कोहराम

सर्च अभियान चलाया : बच्चा परिवार के साथ लाइनपार स्थित अशोक विहार में रहता है

देर रात सुराग नहीं लगा: आज गोताखोरों की टीम बुलाई जाएगी, परिजन बेहाल

हारिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। लाइनपार क्षेत्र में सुबह घर से लापता मासूम की साइकिल ड्रेन में मिली तो पूरे इलाके में सनसनी फैल गई। बालक की भी ड्रेन में डूबने की आशंका है। पुलिस ने तलाश के प्रयास किए लेकिन अंधेरा होने के कारण सर्च अभियान सिरे नहीं चढ़ सका। अब वीरवार सुबह अभियान दोबारा शुरू होगा। जानकारी के अनुसार, यूपी के गाजीपुर का निवासी सुनील का परिवार लाइनपार स्थित अशोक विहार में रहता है। उसका 12 वर्षीय बेटा आनंद बुधवार की सुबह साइकिल लेकर घर से निकला था, लेकिन घर नहीं लौटा। काफी तलाश के बाद नहीं मिला तो परिजनों ने पुलिस को सूचना दी। शाम को परिजन तलाशते हुए इस्कान मन्दिर के पास ड्रेन पर पहुंचे तो वहां एक महिला ने बताया कि उसने सुबह ड्रेन में कुछ गिरते देखा था। नजदीक जाकर देखने पर ड्रेन में एक साइकिल दिखाई दी थी। महिला की सूचना पर लोगों ने मिलकर ड्रेन में सर्च किया और कुछ ही देर में आनंद की साइकिल बरामद कर ली। साइकिल की पहचान परिजनों ने की तो उनकी उम्मीदें टूट गईं लेकिन आनंद का देर रात तक कोई सुराग नहीं मिला है। परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। लाइनपार थाना प्रभारी परमजीत ने बताया कि सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंची थी। रात करीब 9 बजे तक सर्च जारी रहा, लेकिन अंधेरा और पानी का ऊंचा स्तर बाधा बना। अब वीरवार सुबह सर्च अभियान चलाया जाएगा। गोताखोरों की टीम बुलाई जाएगी।

परिजनों ने आनंद की काफी तलाश की, लेकिन असफल रहने पर पुलिस को सूचना दी। शाम को परिजन तलाशते हुए इस्कान मन्दिर के पास ड्रेन पर पहुंचे तो वहां एक महिला ने बताया कि उसने सुबह ड्रेन में कुछ गिरते देखा था। नजदीक जाकर देखने पर ड्रेन में एक साइकिल दिखाई दी।

सामाजिक कार्य में उत्कृष्ट योगदान के लिए कजाकिस्तान में मिला अंतरराष्ट्रीय सम्मान

लोवा खुर्द के संदीप को मिला यूनिवर्सल इम्पैक्ट अवॉर्ड

हारिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

गांव लोवा खुर्द के संदीप कुमार कुमार को कजाकिस्तान के अस्ताना शहर में हुए एक कार्यक्रम में यूनिवर्सल इम्पैक्ट अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। मंगलवार देर रात हुए कार्यक्रम में उन्हें सामाजिक कार्य के क्षेत्र में असाधारण और निरंतर योगदान के लिए यह सम्मान दिया गया। कजाकिस्तान की राजधानी में स्थित अस्ताना म्यूजिक हॉल में इम्प्रेसरीओ टीवी तथा जान एलेमी ग्रुप के संस्थापक एवं क्रिएटिव प्रोड्यूसर जह्हान मुकानोव, इरिना शविगोवा और इनेसा नाजारोवा द्वारा संदीप कुमार को यह अवॉर्ड दिया गया। इस अवसर पर भारतीय दूतावास के प्रथम सचिव होती लाल समेत अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित थे। बता दें कि संदीप कुमार ने पिछले 13 वर्षों से बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ, महिला अत्याचार, महिला सशक्तिकरण, सफाई अभियान, शिक्षा और समानता, पर्यावरण संरक्षण, ई-वेस्ट मैनेजमेंट जैसे सामाजिक विषयों पर लगभग 30 अंतरराष्ट्रीय अभियान आयोजित किए हैं। इनमें अभी तक 45 देशों से ज्यादा प्रतिनिधियों ने हिस्सा लिया है।

मशहूर गोल्डन पीपल अवॉर्ड भी मिल चुका

संदीप ने वर्ष 2016, 2017, 2018, 2022 व 2023 में अपने पैतृक गांव लोवा खुर्द में भी अंतरराष्ट्रीय वूमन हाइजीन और स्वच्छ भारत अभियान विषय पर जागरूकता अभियान चलाए हैं। संदीप कुमार को यह सम्मान वैश्विक समाज के लिए उनके बड़े पैमाने पर किए अथक प्रयासों और समाज पर सकारात्मक प्रभाव के लिए दिया गया है। इससे पहले भी कई देशों में संदीप को सम्मानित किया जा चुका है। उन्हें 2019 में अजरबैजान की राजधानी बाकू में मशहूर गोल्डन पीपल अवॉर्ड भी मिल चुका है।

शक्ति नगर में मकान से लाखों के आभूषण चोरी

बहादुरगढ़। शहर में चोरी की वारदात बढ़ रही हैं। मकान बंद दिखते ही चोर निशाना बना लेते हैं। अब यहां शक्ति नगर में स्थित एक मकान में चोरी हो गई। चोर मकान में से लाखों रुपये के आभूषणों पर हाथ साफ कर गए। इस संबंध में पुलिस को शिकायत दे दी गई है। वारदात बीरमती के मकान में हुई है। महिला का कहना है कि मंगलवार को वह काम के सिलसिले में कहीं बाहर गई थी। पीछे से मकान बंद था। शाम करीब साढ़े छह बजे आई तो अंदर सभी कमरों के ताले टूटे हुए थे। खिड़कियां, अलमारी खुली हुई थी और सारा सामान बिखरा पड़ा था।

सीसीटीवी फुटेज खंगाल रही पुलिस

जांच करने पर अलमारी से सोने की चेन, पांच सोने की अंगूठी, दो कड़े, दो जोड़ी बाले आदि आभूषण नहीं मिले। इसके बाद पुलिस को सूचना दी। सूचना पाकर सिटी थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। पुलिस ने बीरमती की शिकायत पर अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मामले की तह तक जाने के लिए पुलिस वारदात स्थल के आसपास सीसीटीवी फुटेज चेक कर रही है।

लोवा खुर्द में घर से चांदी के सिक्के व दो लाख उड़ाए

बहादुरगढ़। गांव लोवा खुर्द में दिन दहाड़े एक मकान में चोरी की वारदात हो गई। अज्ञात चोर मकान में घुसे और चांदी के सिक्कों सहित दो लाख रुपये की नकदी पर हाथ साफ कर गए। इस संबंध में पुलिस को शिकायत दे दी गई है। सदर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात लोवा खुर्द के निवासी राजेश के मकान में हुई है। राजेश का कहना है कि इन दिनों उसके पिता एक अस्पताल में भर्ती हैं। मेरी मां और पत्नी वहीं अस्पताल में उनकी देखभाल के लिए ठहरी हुई हैं। मंगलवार को मैं, बेटी और छोटा बेटा अस्पताल में पिताजी के पास गए थे। पीछे से बड़ा बेटा मकान में था। इसी दौरान शाम को मुझे मकान में वारदात होने की सूचना मिली। जिसके बाद तुरंत मौके पर गया।

तीन युवक भागते नजर आए

वहां कमरों में सारा सामान बिखरा हुआ था। बड़े बेटे से पूछा तो उसने बताया कि मैं सो रहा था। इसी दौरान कुछ शोर सुनाई दिया। जैसे ही उठकर बाहर निकला तो तीन युवक भागते नजर आए। इसके बाद हमने अपना सामान चेक किया तो बक्से से दो लाख कैश और चांदी के सिक्के गायब थे। उधर, सूचना पाकर सदर थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। पुलिस विभिन्न पहलुओं को ध्यान में रखते हुए जांच कर रही है। पुलिस वारदात को सुलझाने के लिए गांव में लगे सीसीटीवी भी चेक करने की तैयारी कर रही है।

रोहद में बाइक की टक्कर से युवक घायल

बहादुरगढ़। गांव रोहद में एक बाइक की टक्कर से पैदल राहगीर घायल हो गया। गंभीर रूप से घायल युवक को शहर के एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घायल की पहचान रोहद के निवासी श्याम के रूप में हुई है। जानकारी के अनुसार, श्याम शाम को ड्यूटी पूरी कर अपने घर जा रहा था। जब फौजी ढाबा के पास पहुंचा तो एक बाइक की चपेट में आ गया। हादसे में उसका पांव टूट गया। राहगीरों ने उसे एक निजी अस्पताल में पहुंचाया।

अनेक वजहों से आज के दौर में बहुत से लोग कब्ज की समस्या से ग्रस्त रहते हैं। इसके कारणों को जानकर आप कुछ उपायों पर अमल करके इस समस्या का समाधान कर सकते हैं। इनके बारे में जानिए।

तब कब्ज नहीं करेगा परेशान

ट्रीटमेंट
शिखर चंद जैन

वर्तमान समय में कब्ज की समस्या लोगों में काफी बढ़ गई है। इसके कई कारण हैं। मुख्य रूप से हमारी आधुनिक जीवनशैली, बिगड़ा खान-पान और पर्यावरण में बदलाव इसके लिए जिम्मेदार हैं।

अनहेल्दी डाइट: फास्ट फूड और प्रोसेस्ड फूड की बढ़ती हुई आदत, फाइबर युक्त भोजन (जैसे फल, सब्जियां, साबुत अनाज) की कमी और और कम पोषक तत्वों वाले आहार का अधिक सेवन हमारी आंतों को नुकसान पहुंचाते हैं। पर्याप्त मात्रा में पानी न पीने से मल नरम नहीं रहता और पाचन प्रक्रिया प्रभावित होती है। साथ ही अत्यधिक चीनी, वसा और रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट युक्त भोजन का सेवन भी नुकसानदायक है।

बदलती जीवनशैली: शारीरिक गतिविधि की कमी जैसे लंबे समय तक बैठे रहना, व्यायाम न करना आदि से आंतों की गतिशीलता कम होती है। नींद पर्याप्त न लेना भी पाचन तंत्र को प्रभावित करता है। व्यस्तता या सुविधाओं की कमी के कारण शौच की इच्छा को बार-बार दबाना भी एक बड़ी वजह है।

मानसिक स्वास्थ्य: आधुनिक जीवन का तनाव, चिंता और अवसाद पाचन तंत्र पर नकारात्मक प्रभाव डालते हैं। तनाव आंतों की गतिशीलता को कम कर सकता है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं आंत-मस्तिष्क संबंध को प्रभावित करती हैं।

चिकित्सीय कारण: कुछ दवाएं जैसे दर्द निवारक, एंटासिड, एंटी-डिप्रेसेंट और आयरन सप्लीमेंट्स कब्ज का कारण बन सकते हैं। मधुमेह, थायराइड और अन्य पुरानी बीमारियां भी पाचन तंत्र को प्रभावित करती हैं।

आयु और हार्मोनल बदलाव: उम्र बढ़ने के साथ आंतों की कार्यक्षमता कम हो सकती है। इसके अलावा गर्भावस्था, मासिक धर्म या रजोनिवृत्ति जैसे हार्मोनल बदलाव भी कब्ज को बढ़ा सकते हैं।

समाधान के उपाय: कब्ज से बचाव के कई उपाय हैं।

चोकरयुक्त आटा: डायबिटिक डाइटीशियन एवं न्यूट्रिशनिस्ट्स कहते हैं कि यदि 3 मुट्ठी आटे में एक मुट्ठी चोकर डालकर गूंधा जाए तो इस आटे से बनी चपाती अधिक संतुष्टि देती है। चोकरयुक्त आटे का इस्तेमाल किया जाए, तो रोटियां पौष्टिकता देने के साथ-साथ वजन भी कम करेंगी और पेट भी साफ रहेगा।

ओट्स: ओट्स में मौजूद घुलनशील डाइटरी फाइबर पाचन क्रिया को सुचारु रखता है, जिससे भोजन आसानी से पच जाता है। इससे कब्ज की शिकायत नहीं रहती। यदि नाश्ते में सुबह केवल ओट्स लेते हैं, तो साथ में सूखे फल और ताजा मौसमी फल जैसे सेब, नाशपाती, आम, स्ट्राबेरी, केला, ब्लूबेरी इत्यादि अवश्य लें। ऐसा करना पौष्टिकता देने के साथ पेट भी साफ रखेगा।

कुदरती उपचार: सुबह उठते ही सीधे लेट जाएं, फिर एक तौलिया ठंडे पानी में भिगोकर पेट पर रखें। उसके ऊपर गरम शॉल लपेट लें। 10 मिनट के बाद ठंडा तौलिया हटाकर उस के स्थान पर गरम पानी में भीगा निचोड़ा हुआ तौलिया पेट पर रख कर उस के ऊपर शॉल लपेट कर 10-15 मिनट लेटें। शुरू-शुरू में यह प्रक्रिया हो सके तो 2-3 बार करें। आप देखेंगे बहुत जल्द ही आप के बॉवेल सिंड्रोम और बॉवेल मूवमेंट में फर्क पड़ेगा। सर्द-गरम पेट पर पट्टी लगाने और हल्की-फुल्की कसरत से भी लाभ होगा।

ये भी आजमाएं

- फाइबरयुक्त आहार (जैसे हरी सब्जियां, फल, ओट्स, चिया सीड्स) का सेवन बढ़ाने से लाभ होगा।
- रोजाना 2-3 लीटर पानी पिएं।
- नियमित किसी भी तरह का व्यायाम करें, जैसे योग या तेज चलना।
- तनाव प्रबंधन के लिए ध्यान, योग या गहरी सांस लेने की तकनीक अपनाएं।
- शौच की इच्छा को नजरअंदाज न करें और नियमित समय पर शौच जाएं।
- आवश्यक हो तो चिकित्सक से सलाह लें, विशेष रूप से यदि कब्ज पुराना हो। *

(आयुर्वेद-यूनानी चिकित्सा विशेषज्ञ डॉ. राजन शर्मा से बातचीत पर आधारित)

स्पेशल: वर्ल्ड अल्जाइमर-डे, 21 सितंबर

ओल्ड एज में न्यूरॉन्स के डैमेज होने और अन्य कुछ कारणों से व्यक्ति अल्जाइमर की गिरफ्त में आ सकता है। इससे उसकी मेमोरी पावर वीक होने लगती है और कई तरह की मेंटल प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। इससे पेशेंट को नॉर्मल लाइफ जीने में परेशानी होती है। लेकिन अगर शुरुआती लक्षणों के साथ ही कुछ बातों को लेकर सावधानी बरती जाए तो इसके प्रभाव को काफी कम किया जा सकता है। इस बारे में यहां डिटेल में बता रहे हैं।

अल्जाइमर जब ओल्ड एज में मेमोरी पावर होने लगती है वीक

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ.(प्रोफेसर) विनय गोयल
चेयरमैन-न्यूरोलॉजी
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

डब्ल्यूएचओ के अनुसार साढ़े पांच करोड़ से अधिक लोग दुनिया भर में डिमेंशिया (जिसका एक प्रमुख प्रकार अल्जाइमर डिजीज (संक्षेप में ए.डी. है) से पीड़ित हैं। डिमेंशिया के लगभग 60 फीसदी मामले अल्जाइमर से ही संबंधित होते हैं।

क्या है अल्जाइमर

जर्मनी के प्रख्यात मनोचिकित्सक एलोइस अल्जाइमर ने अल्जाइर रोग की पहचान की थी। इसलिए उन्हीं के नाम पर इस मर्ज का नाम अल्जाइमर पड़ा, जिसे अंग्रेजी भाषा में 'अल्जाइमर्स डिजीज' या ए.डी. कहा जाता है। एलोइस अल्जाइमर ने कहा था कि जब युवावस्था की दोपहर के बाद जिंदगी की शाम होती है, तब यादें ही हमारा सहारा होती है। मन दुखद यादों को भूलना चाहता है और सुखद यादों में डूबना चाहता है। उम्र बढ़ने के साथ यादें हमारी साथी बन जाती हैं, लेकिन क्या होगा अगर याद्दाश्त खुद ही फीकी पड़ने लगे और खो जाए? अल्जाइमर रोग में यही होता है।

समय रहते हो जाएं सचेत

डिमेंशिया (मनोभ्रंश) का एक प्रमुख प्रकार है- अल्जाइमर। डिमेंशिया मस्तिष्क संबंधी विकारों का एक समूह है, जिसमें व्यक्ति की याद्दाश्त, सोच, भाषा और उसका कौशल क्षीण होने लगता है और उसके व्यक्तित्व एवं व्यवहार में नकारात्मक बदलाव आने लगते हैं। डिमेंशिया के लगभग 60 फीसदी मामले अल्जाइमर से संबंधित होते हैं। गौरतलब है कि अल्जाइमर की समस्या रातों-रात नहीं होती। कई सालों के बाद यह रोग गंभीर रूप धारण करता है। समय रहते इस रोग का पता चलने पर पीड़ित व्यक्ति की जीवन प्रत्याशा (लाइफ एक्सपेक्टेंसी) 8-10 साल से अधिक हो सकती है, हालांकि इसके अपवाद भी संभव हैं।

रोग के कारण

बढ़ती उम्र यानी वृद्धावस्था (आमतौर पर 60 साल से अधिक) में मस्तिष्क की कोशिकाओं (न्यूरॉन्स) के मृत होने और इनमें असामान्य रूप से प्रोटीन के संचित होने को अल्जाइमर का कारण माना जाता है, लेकिन इस रोग के कारणों पर अभी तक शोध-अध्ययन जारी हैं।

ये हैं प्रमुख लक्षण

- चंद दिनों पहले घटी घटना भी भूल जाना।
- हाल में ही संपर्क में आए लोगों के नामों को भी भूल जाना।
- समय और स्थान के बारे में असमंजस होना।

- अत्यंत गंभीर स्थिति में मरीज अपने परिजनों तक को नहीं पहचानता या फिर उनका नाम भूल जाता है।
- बोलते समय सही शब्द का चयन और उच्चारण करने में दिक्कत।
- नित्य क्रिया और दैनिक कार्य करने में कठिनाई जैसे कमीज के बटन बंद करने में दिक्कत महसूस करना आदि।
- लोगों का चेहरा पहचानने में परेशानी।
- पीड़ित व्यक्ति के व्यक्तित्व में नकारात्मक परिवर्तन होना।
- अल्जाइमर रोगी अकसर समाज से अलग-थलग पड़ जाते हैं। इस कारण ये अवसाद से ग्रस्त हो सकते हैं। क्रोध और चिड़चिड़ापन इनके स्वभाव का अंग बन जाता है।
- आमतौर पर अल्जाइमर के लक्षण इस बीमारी की अवस्था (स्टेज) पर निर्भर करते हैं। जैसे बीमारी के शुरुआती दौर में व्यक्ति नाम या स्थान को कुछ सेकेंड या मिनट के लिए भूल सकता है, लेकिन बीमारी की तीसरी अवस्था या स्टेज में व्यक्ति अपने घर वालों का नाम भी भूल सकता है।

एजिंग प्रोसेस नहीं है अल्जाइमर

उम्र बढ़ने (आमतौर पर 60 साल के बाद) के साथ मस्तिष्क और शरीर की कार्यक्षमता निरंतर कम होती जाती है, जिसे एजिंग प्रोसेस कहा जाता है। इस दौरान व्यक्ति की याददाश्त कम होने लगती है, लेकिन उसे बोलते समय सही शब्द का चयन करने और दैनिक कार्यों को अंजाम देने में दिक्कत महसूस नहीं होती, जबकि अल्जाइमर की समस्या में उपरोक्त लक्षण सामने आते हैं।

डायग्नोसिस के तरीके

न्यूरोलॉजिस्ट द्वारा सबसे पहले मरीज का क्लीनिक में शारीरिक और मानसिक परीक्षण (जिसमें स्मृति परीक्षण भी शामिल है) किया जाता है। इसके अलावा मस्तिष्क में स्मृति से संबंधित कौन सा भाग कितना विकारग्रस्त है, यह जानने के लिए सीटी स्कैन या एमआरआई या पीईटी स्कैन नामक परीक्षण कराए जाते हैं। कुछ मामलों में ईईजी टेस्ट भी कराते हैं।

इलाज के बारे में

अल्जाइमर्स का कोई स्थाई इलाज नहीं है। अतीत में 'अमेरिकन ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन' अल्जाइमर्स से संबंधित एक दवा को अनुमति प्रदान कर चुका है, जिसके क्लीनिकल ट्रायल जारी हैं। इस मर्ज में सिर्फ लक्षणों को कम करने के लिए कुछ विधियां और उपचार उपलब्ध हैं।

- अवसाद (डिप्रेशन) और मरीज की घबराहट को नियंत्रित करने के लिए दवाएं दी जाती हैं।
- उच्च रक्तचाप की समस्या होने पर इसे नियंत्रित करने वाली दवाएं देते हैं।
- शारीरिक और मानसिक गतिविधियां रोगी की प्रतिदिन की गतिविधियों में सुधार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। जैसे योगासन, प्राणायाम शारीरिक फिटनेस को बनाए रखने में सहायक हो सकते हैं।
- कुछ मानसिक अभ्यास जैसे सुडोकू, क्रॉसवर्ड, पहेली आदि मस्तिष्क को सक्रिय बनाए रखने में सहायक हैं।
- कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि नई भाषाएं सीखने से मस्तिष्क का अच्छा अभ्यास होता है और सीखने की इस प्रवृत्ति से अल्जाइमर्स की रोकथाम में मदद मिलती है।

फैमिली सपोर्ट है इंपॉर्टेंट

अल्जाइमर न केवल रोगी को बल्कि उसके परिवार को भी प्रभावित करता है। इसलिए परिवार के सदस्य पीड़ित व्यक्ति के लिए वक्त निकालें,

उनसे बात करें और उनके साथ टहलें ताकि उनके तनाव को दूर करने में मदद मिले। डॉक्टर, दोस्त और पड़ोसी के रूप में हम मरीज की मदद कर सकते हैं।

इन्हें है अल्जाइमर का अधिक रिस्क

- 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में अल्जाइमर का जोखिम सर्वाधिक होता है।
- जिन लोगों के परिवार के किसी सदस्य को अतीत में अल्जाइमर की समस्या रही है, उनमें इस रोग के होने का जोखिम ज्यादा होता है।
- किसी व्यक्ति के शरीर में कुछ जींस ऐसे होते हैं, जो अल्जाइमर रोग के खतरे को बढ़ा देते हैं।
- जिन लोगों के मस्तिष्क में किसी दुर्घटना से गंभीर आघात लगा है या किन्ही कारणों से गंभीर चोट लगी है और ऐसे लोग दुर्घटना के बाद देर तक बेहोश रहे हैं, उनमें कालांतर में अल्जाइमर होने का जोखिम बढ़ जाता है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

पोषक तत्वों का सेवन लाभकारी

अल्जाइमर की रोकथाम या इस मर्ज की प्रक्रिया को धीमा करने में संतुलित और पौष्टिक खान-पान का भी महत्व होता है। इसके अलावा जो लोग अल्जाइमर से ग्रस्त हो चुके हैं, उन्हें और उनके परिजनों को भी मरीज के संदर्भ में संतुलित और पौष्टिक खान-पान पर ध्यान देना चाहिए। पौष्टिक और संतुलित आहार मस्तिष्क और इसकी कोशिकाओं (न्यूरॉन्स) के क्रियाकलाप को सही तरीके से संचालित करने में मदद करता है। जैसे अखरोट के सेवन से याददाश्त को बरकरार रखने में मदद मिलती है। ऐसा इसलिए क्योंकि अखरोट में ओमेगा 3 फैटी एसिड पाया जाता है, जो मस्तिष्क के क्रियाकलापों को सुचारु रूप से संचालित करने में मदद करता है।
अखरोट के अलावा विटामिन बी 12 (जो मौसमी फलों, हरी सब्जियों और ड्राई फ्रूट्स में पाया जाता है), मछली, कीवी, अनार और विभिन्न रूपों में हल्दी का सेवन कमजोर होती याददाश्त को रोकने में सहायक हैं। हल्दी में करक्यूमिन नामक तत्व पाया जाता है, जो याददाश्त को सशक्त बनाने में सहायक है।

सीजनल डिजीज

डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजीशियन
सर गंगाराम अस्पताल, नई दिल्ली

इन दिनों कई इलाकों में वायरल फीवर से बड़ी संख्या में लोग बीमार हो रहे हैं। एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट की वजह से होने वाले वायरल फीवर से पेशेंट लंबे समय तक ग्रस्त रह सकता है। इसके कारण, लक्षणों के साथ यहां विस्तार से बचाव के बारे में भी बता रहे हैं।

वायरल फीवर कर रहा है लंबे समय तक बीमार

इन दिनों कई इलाकों में वायरल फीवर के मामले बहुतायत में देखने को मिल रहे हैं। इसकी बड़ी वजह बारिश का दूसरे साल से अपेक्षाकृत अधिक मात्रा में होना और जगह-जगह जल-जमाव होना मानी जा रही है। बरसात के बाद के मॉयश्चरयुक्त आबोहवा में वायरस, बैक्टीरिया और मच्छर तेजी से मल्टीप्लाई करते हैं और उनके नए वेरिएंट्स भी पैदा होते हैं, जिनकी वजह से कई तरह के बुखार और बीमारियों का सामना करना पड़ता है। इनमें से एक है- आजकल फैला वायरल फीवर। इस बार का वायरल फीवर एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट की वजह से फैल रहा है। इसकी पुष्टि मेडिकल साइंस मे बायोफार्मा टेस्ट से हुई है।

वायरस के नए वेरिएंट के लक्षण हैं ज्यादा गंभीर

यूं तो वायरल फीवर हर साल बदलते मौसम में फैलता है, जिसमें मरीज आमतौर पर 3 से 5 दिन में ठीक हो जाते थे। लेकिन एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट से पीड़ित कई मरीजों का बुखार पैरासिटामॉल या क्रोसिन जैसी दवाइयों से काबू नहीं हो पा रहा है। बुखार जल्दी नहीं उतरता, उतरने के कुछ समय बाद दुबारा आ जाता है। बुखार उतरने में 10-12 दिन लग रहे हैं। कुछ मामलों में तो यह बुखार 3 सप्ताह तक बना रहता है। ऐसे मरीजों को अस्पताल में भर्ती होने की नौबत आ रही है। यही नहीं कई मरीज ऐसे भी हैं, जिन्हें ठीक होने के बाद भी लगातार खांसी, कमजोरी और भूख न लगने जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। इसे देखते हुए कुछ डॉक्टरों ने तो इस वायरल फीवर को क्रोसिन फेल फीवर का नाम दे दिया है।

कैसे फैलता है यह वायरस

इंफ्लूएंजा एच3एन2 वायरस, संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने पर दूसरे व्यक्ति में फैलता है। संक्रमित मरीज जब छींकता या खांसता है, तो ड्रॉपलेट एक मीटर के दायरे तक फैल जाते हैं और आस-पास मौजूद व्यक्ति के सांस लेने पर ड्रॉपलेट उसके शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। या फिर संक्रमित व्यक्ति के खांसने-छींकने पर वायरसयुक्त ड्रॉपलेट किसी सतह या किसी चीज पर गिरते हैं, जिसे स्वस्थ व्यक्ति के छूने पर हाथ में ट्रांसफर हो जाते हैं और आंख-नाक-मुंह के जरिए उसके शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। ऐसे में परिवार में एक से दूसरा व्यक्ति इसकी चपेट में आ रहे हैं।

क्या होते हैं लक्षण

संक्रमित व्यक्ति को तेज बुखार आता है। इसके साथ ही सिर दर्द, पूरे बदन का टूटना और दर्द होना, जबड़ों-गर्दन-कमर-जोड़ों में दर्द होना, उल्टी आना, खांसी-जुकाम होना, गले में खराश, बलगम, नाक बंद होना, सांस लेने में कठिनाई होना, भूख कम होना, पेट दर्द, डायरिया या लूज मोशन होना, बहुत ज्यादा थकान और कमजोरी महसूस होना जैसी समस्याएं हो रही हैं।

किन्हें है ज्यादा रिस्क

कमजोर इम्यूनिटी वाले छोटे बच्चे, बुजुर्ग और गर्भवती महिलाएं इस वायरस की चपेट में जल्दी आ सकते हैं। इम्यूनो कॉम्प्रोमाइज लोग यानी टीबी, अस्थमा या पहले फेफड़ों में इंफेक्शन, किडनी, कार्डिएक डिजीज जैसी गंभीर बीमारी से पीड़ित मरीजों को विशेष सावधानी बरतनी जरूरी है।

उपचार के तरीके

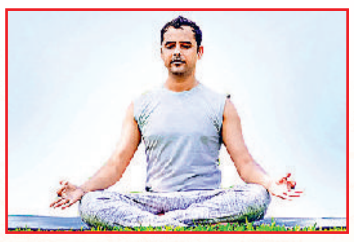
डॉक्टर मरीज को ऑब्जर्व करके, पूरा एगजामिनेशन करके और एच3एन2 का बायोफार्मा टेस्ट करवाते हैं। इसके साथ एहतियातन टाइफायड, डेंगू, मलेरिया का टेस्ट भी कर सकते हैं। बुखार के लिए पैरासिटामोल, विटामिन सी देते हैं। कुछ लोगों को एंटीबायोटिक दवाइयां भी देने की जरूरत पड़ती है ताकि आगे जाकर सेकेंड इंफेक्शन न हो। मरीज को पूरा आराम करने, बलगम ज्यादा होने पर स्टीम लेने, शरीर को हाइड्रेटेड रखने के लिए पानी भरपूर मात्रा में पीने और लिक्विड डाइट लेने की सलाह दी जाती है।

कब करें डॉक्टर से कंसल्ट

अगर बुखार 3 दिन से ज्यादा बना हुआ है और पैरासिटामोल लेने के बाद भी काबू में नहीं आ रहा तो यह साधारण वायरल फीवर नहीं है, तब देर न करें, तुरंत डॉक्टर से जांच करवानी चाहिए।

कैसे करें बचाव

- अपनी इम्यूनिटी मजबूत करने पर पूरा ध्यान दें। स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं।
- घर का बना ताजा, गर्म, पौष्टिक और संतुलित खाना खाएं। इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए मौसमी और ताजी फल-सब्जियों का सेवन करें। अदरक, लहसुन जैसी चीजों को अपने आहार में जरूर शामिल करें। खट्टे फल, फ्रिज में रखा ठंडा जूस, कोल्ड ड्रिंक्स, आइसक्रीम से परहेज करें। खटाई, दही जैसे खाद्य पदार्थों का सेवन कम से कम करें।
- शरीर को हाइड्रेट रखें। ज्यादा से ज्यादा पानी और लिक्विड डाइट का सेवन करें। यथासंभव गुनगुना पानी पिएं।
- बरसात में भीगने की स्थिति में गर्म पानी से जरूर नहाएं। सिर और बाल अच्छी तरह धोकर सुखाएं। चाय-कॉफी-कहवा जैसे गर्म पेय लें। केसर वाला दूध या चाय पीने से आराम मिलता है।



- रेगुलर वर्कआउट, व्यायाम, शुद्ध-साफ हवा में सांस लें, योग करें।
- बदलते मौसम में फ्लू से बचने के लिए न्यूमोकोकल इंफ्लूएजा वैक्सीन हर साल जरूर लगवाएं। छोटे बच्चों, बुजुर्गों और कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों के लिए जरूरी है।
- फ्लू होने पर अपने आपको आइसोलेट करें ताकि दूसरे लोग संक्रमित न हो पाएं। जितना जल्दी हो सके, डॉक्टर से कंसल्ट करें। बिना डॉक्टर की सलाह के एंटीबायोटिक दवाइयां न लें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

कुछ युवा पुरुष मस्कुलर बॉडी की चाहत में बिना डॉक्टर से कंसल्ट किए प्रोटीन की ओवरडोज लेने लगते हैं। इससे क्या नुकसान हो सकते हैं और इससे बचाव के लिए क्या करें, आपको जरूर जानना चाहिए।

सही मात्रा में करें प्रोटीन का सेवन

सजेशन
निकिता चौहान

एक हेल्दी शरीर के लिए हमें प्रोटीन, वसा, कार्बोहाइड्रेट और विटामिंस सभी पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है। सभी न्यूट्रिएंट की एक निश्चित मात्रा में जरूरत होती है। प्रोटीन एक इंपॉर्टेंट न्यूट्रिएंट है, जो टिश्यू के निर्माण और रिपेयर, एंजाइम और हार्मोन को बनाने और शरीर के लिए कई तरह के कार्यों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। लेकिन कई पुरुष अपनी मस्कुलर बॉडी बनाने के लिए अपनी डाइट में प्रोटीन को बहुत ज्यादा मात्रा में लेने लगते हैं। किसी भी चीज का ज्यादा सेवन शरीर पर कई दुष्प्रभाव डाल सकता है। खासतौर पर पुरुषों की प्रजनन क्षमता पर इसका बहुत बुरा असर पड़ता है और लंबे समय तक ज्यादा प्रोटीन लेने से शुक्राणुओं (स्पर्म) की संख्या कम हो सकती है। इसलिए इस बारे में सावधान रहें।

किडनी पर पड़ता है दबाव: प्रोटीन से मांसपेशियां मजबूत होती हैं, इम्यूनिटी बढ़ती है और कसरत करने के बाद रिकवरी होती है। लेकिन जब यह बहुत ज्यादा लिया जाता है, खासकर पावडर या प्रोसेस्ड सोर्स के रूप में तो किडनी पर दबाव पड़ता है, हार्मोन बिगड़ सकते हैं और शुक्राणु बनने की प्रक्रिया भी प्रभावित हो सकती है।

डाइजेस्टिव सिस्टम होता है खराब: प्रोटीन का ज्यादा सेवन करने से पाचन सबंधी समस्याएं पैदा होती हैं। आप प्रोटीन को फाइबर के साथ लें, इससे आपका पाचन बेहतर होगा और साथ ही इससे स्पर्म काउंट बढ़ता है। फाइबर स्वस्थ पाचन के लिए आवश्यक होता है।

हाईड्रेट रहें: ज्यादा प्रोटीन का सेवन करने से डिहाइड्रेशन हो सकता है। इसके लिए जरूरी है कि खूब पानी पिएं। जितना हो सके तरल पदार्थ अपनी डाइट में शामिल करें।

ऐसे करें प्रोटीन का सेवन: अगर आप प्रोटीन के फायदों को बिना किसी दुष्प्रभाव के प्राप्त करना चाहते हैं तो आप ध्यान रखें कि अपने डाइट में प्रोटीन का सेवन कुछ इस तरीके से करें कि प्रोटीन और अन्य पोषक तत्व बैलेंस्ड रहें। भरपूर मात्रा में फल और सब्जियों का सेवन करें। इनमें विटामिन, खनिज और फाइबर प्रचुर मात्रा में होते हैं, जो हेल्थ के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। आप सप्लीमेंट्स के बजाय फलों, सब्जियों, अनाज, अंडे, मछली, दालें और मेवों से प्रोटीन ले सकते हैं। जितना हो सके उतना फिजिकल वर्कआउट करें। अगर आप रेडीमेड प्रोटीन पावडर का इस्तेमाल करते हैं तो ध्यान रखें उसमें बहुत ज्यादा शुगर होता है, जिस कारण आपके स्पर्म काउंट कम हो सकते हैं और प्रजनन क्षमता भी घटती है। इसलिए बगैर डॉक्टर से पूछे प्रोटीन सप्लीमेंट का सेवन ना करें। नेचुरल तरीकों से ही प्रोटीन का सेवन करें। अपने लिए प्रोटीन की सही मात्रा जानने के लिए एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें। *

(गुरुग्राम स्थित नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी की फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट डॉ. रश्मि अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

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

खबर संक्षेप

झज्जर। स्कूल प्रबंधन समिति सदस्या के साथ उपस्थित चालक-परिचालक।

चालक-परिचालकों ने मनाई विश्वकर्मा जयंती

झज्जर। इंडो अमेरिकन स्कूल में बुधवार को विश्वकर्मा जयंती श्रद्धा के साथ मनाई गई। जयंती समारोह में स्कूल के चालक-परिचालकों ने भगवान विश्वकर्मा की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित कर उनकी पूजा-अर्चना की तथा सुरक्षित यात्रा व मंगलमय भविष्य की कामना की। पूजा के दौरान सभी स्कूल बसों को साफ-सुथरा सजाया गया। स्कूल निदेशक बिजेंद्र कादियान ने कहा कि भगवान विश्वकर्मा को सृजन का देवता माना जाता है।

31वां श्री श्याम संकीर्तन महोत्सव एक को

बहादुरगढ़। श्री श्याम नवज्योति मंडल की ओर लाइनपार के राधे फार्म हाउस में बुधवार 1 अक्तूबर को 31वां श्री श्याम संकीर्तन महोत्सव धूमधाम से मनाया जाएगा। हरियाणा सरकार में मंत्री डा. अरविंद शर्मा को अति विशिष्ट अतिथि के तौर पर आमंत्रित किया गया है। इसमें मनोज शर्मा, धर्म नागर, मुस्कान राजपूत, गौरव भारद्वाज, संजय शर्मा, मोनू व जगदीश सैनी आदि गायक श्याम बाबा की महिमा का गुणगान करेंगे।

समर्थकों के साथ रोहतक गए जसबीर

बहादुरगढ़। रोहतक में आयोजित भगवान श्री विश्वकर्मा जयंती में शामिल होने के लिए बुधवार को बहादुरगढ़ से जसबीर सैनी अपने समर्थकों के साथ रवाना हुए। उनके साथ प्रधान सतप्रकाश, रोहित सैनी, राजकपूर पांचाल, रामफल पांचाल, प्रमोद पांचाल, महावीर, राकेश पांचाल, अतरे मिस्त्री, मंजीत सूबेदार, कटार, सुभाष शर्मा, रामकरण, सतबीर, भूपेंद्र प्रधान, सुनील जांगड़ा आदि मौजूद रहे।

विजेता प्रतिभागियों को किया सम्मानित

झज्जर। युवा अधिकारिता एवं उद्यमिता विभाग के तत्वावधान में आईटीआई गुढ़ा में उद्यमिता पखवाड़ा के अंतर्गत जिला स्तरीय कार्यक्रम आयोजित किया गया। प्रतियोगिताओं में प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान पाने वाले विजेताओं को क्रमशः 31सौ, 21सौ और 11सौ रुपए नकद पुरस्कार व प्रशस्ति पत्र प्रदान किए गए।

डीसी की अगुवाई में चला मेगा स्वच्छता अभियान

अधिकारियों और रेलवे स्टाफ को स्वच्छता बनाए रखने की शपथ दिलाई

ताऊ देवीलाल पार्क में पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बुधवार सुबह शहर में मेगा स्वच्छता और हरियाली कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिला उपायुक्त स्वप्निल रविंद्र पाटिल राव तुलाराम पार्क में स्वयं सफाई अभियान का हिस्सा बने। इसके बाद अभियान बहादुरगढ़ की सब्जी मंडी, रेलवे रोड, नाहरा नाहारी रोड व रेलवे स्टेशन आदि क्षेत्रों में सफाई अभियान चलाया गया। ताऊ देवीलाल पार्क में पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया गया।

डीसी ने स्वयं झाड़ू लगाकर सफाई की और कचरा कलेक्शन करते हुए समाज को सफाई के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा चलाया जा रहा शहरी स्वच्छ मिशन एक जनांदोलन है। प्रशासन पूरे जिले में स्वच्छता अभियान के तहत सफाई, जागरूकता व सौंदर्यीकरण के कार्य करवा रहा है। समाज में हर व्यक्ति को अपने घर और आस-पास के सार्वजनिक स्थलों को स्वच्छ रखना चाहिए। स्वच्छता को जीवन का हिस्सा बनाएं तो शहर का रूप-रंग स्वतः बदल जाएगा। कार्यक्रम में डीएमसी सुशील मलिक, चेयरपर्सन सरोज राठी, ईओ अरुण नांदल, सचिव प्रवीण कुमार, रमेश राठी, सुनील हुड्डा व प्राचार्या आशा शर्मा आदि के साथ आमजन मौजूद रहे। रेलवे स्टेशन पर अधिकारियों और रेलवे स्टाफ को डीसी ने स्वच्छता बनाए रखने की शपथ दिलाई गई। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने देवीलाल पार्क में स्वयं पौधा लगाकर नागरिकों से भी पौधा लगाने और उसकी देखभाल करने की अपील की।

बहादुरगढ़। अभियान के दौरान स्वयं सफाई करते डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल व अन्य।

झज्जर। नगर परिषद कार्यालय परिसर में चेयरमैन जिले सिंह सैनी के साथ उपस्थित विद्यार्थी। फोटो :हरिभूमि

रैली निकालकर किया स्वच्छता अपनाने के लिए जागरुक

झज्जर। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन के उपलक्ष्य में चलाए गए सेवा पखवाड़े के अंतर्गत बुधवार को नगर परिषद द्वारा सफाई कर्मचारियों व स्कूली विद्यार्थियों के साथ मिलकर रैली निकालते हुए लोगों स्वच्छता अपनाने के लिए जागरुक किया। शहीद रमेश कुमार राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय से शुरू हुई यह जागरुकता रैली बीकानेर चौक से पुरानी तहसील मार्ग पर बने नगर परिषद कार्यालय परिसर पहुंच कर संपन्न हुई। इस मौके पर नगर पार्षद जयपाल सिंह बांगड़, ईओ देवेंद्र कुमार, सचिव मोहनलाल, सफाई निरीक्षक आनंद मलिक, कनिष्ठ अभियन्ता मनोज, केशव सिंघल, धनंजय सैन, राष्ट्रपति अवार्डी नेहा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

लड्डू वितरित कर मनाया प्रधानमंत्री का जन्मदिन

झज्जर : बेरी विधानसभा के डीघल मंडल में बुधवार को भाजपा के सेवा पखवाड़ा कार्यक्रम की शुरुआत की गई। भाजपा नेताओं व कार्यकर्ताओं ने देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 75वें जन्मदिन के उपलक्ष्य में केक काटा व लड्डू वितरित करते हुए जन्मदिन की खुशी मनाई। इसके बाद भाजपा नेता व कार्यकर्ताओं ने शहीद स्मारकों पर जाकर स्वच्छता अभियान चलाया और एक पेड़ मां के नाम मुहिम के अंतर्गत पौधारोपण भी किया। इस मौके पर कार्यक्रम संयोजक रतन सागर, सह संयोजक बुधराम, हरीश दलाल, विक्रम रोहद, सीमा दहिया, मनीष नंबरदार, योगेश, महेंद्र, बलजीत अहलावत, कपूर सिंह, अंकुर, विशाल सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

स्वच्छता शपथ ग्रहण कार्यक्रम का आयोजन

झज्जर। गुरु गोरखनाथ राजकीय पॉलिटेक्निक में सेवा पखवाड़ा के अंतर्गत स्वच्छता रैली एवं स्वच्छता शपथ ग्रहण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने हाथों में बैनर लेकर स्वच्छ भारत का संदेश दिया तथा संस्थान परिसर में जागरुकता रैली निकाली। प्राचार्य दिगपाल ने स्टाफ सदस्यों व विद्यार्थियों के साथ मिलकर स्वच्छता संबंधी शपथ ली। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि स्वच्छता केवल एक आदत नहीं बल्कि एक जिम्मेदारी है, जिसे निभाकर हम समाज और राष्ट्र की प्रगति में योगदान दे सकते हैं। रैली के दौरान विद्यार्थियों ने स्वच्छ भारत-स्वस्थ भारत के नारे भी लगाए।

स्वयंसेवकों ने करवाई रेलवे रोड की सफाई

बहादुरगढ़। बुधवार को राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बहादुरगढ़ की दोनों एनएसएस इकाई के स्वयंसेवकों द्वारा रेलवे रोड की सफाई की गई। नप के एसआई सुनील सुनील हुड्डा की अगुवाई में सफाई कर्मचारियों के साथ मिलकर स्वयंसेवकों ने सफाई अभियान चलाया। स्कूल के स्काउट एंड गाइड के विद्यार्थियों ने भी प्रवीण जाखड़ के नेतृत्व में इस अभियान में भाग लिया। एनएसएस के जिला कोऑर्डिनेटर अनिल दुल ने हरी झंडी दिखाकर इस स्वच्छता अभियान की शुरुआत की। कार्यक्रम अधिकारी राकेश वत्स और कोमल ने सभी स्वयंसेवकों का मनोबल बढ़ाया। इस अवसर पर दिनेश भारद्वाज, अनिल अहलावत, पवन काजला, जोगेंद्र व संजय आदि मौजूद रहे।

खुड्डन गांव में मनाया गया स्वच्छता पखवाड़ा, ग्रामीणों ने ली स्वच्छता की शपथ

झज्जर। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन पर गांव खुड्डन में स्वच्छता पखवाड़े के तहत पॉलीथिन मुक्त ग्राम पंचायत कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में सीईओ जिला परिषद मनीष फौगाट ने ग्रामीणों को संबोधित करते हुए कहा कि आगामी दो अक्टूबर तक पूरे जिले की ग्राम पंचायतों में सेवा पखवाड़ा अभियान चलाया जाएगा। इस दौरान विभिन्न विभाग सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं से जुड़ी गतिविधियां आयोजित करेंगे, जिनमें सबसे अहम स्वच्छता अभियान रहेगा। इस दौरान ग्रामीणों को स्वच्छता और गांव को प्लास्टिक व पॉलीथिन मुक्त बनाने की शपथ भी दिलाई गई।

एसडीएम ने लघु सचिवालय में किया पौधरोपण

बहादुरगढ़। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन के उपलक्ष्य में मनाए जा रहे सेवा पखवाड़े के अंतर्गत एसडीएम नसीब कुमार ने बुधवार को लघु सचिवालय परिसर में पौधरोपण किया। उन्होंने कहा कि वृक्षारोपण पर्यावरण संरक्षण और स्वच्छ भारत की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने कहा कि इस पखवाड़े का उद्देश्य समाज में सेवा, सहयोग और जन जागरूकता की भावना को मजबूत करना है। इस दौरान लघु सचिवालय के विभिन्न हिस्सों में दर्जनों पौधे लगाए गए और उनकी देखभाल की जिम्मेदारी संबंधित विभागों को सौंपी गई। इस अवसर पर तहसीलदार सुदेश मेहरा आदि मौजूद रहे।

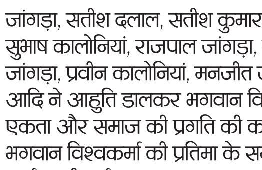
बहादुरगढ़। लघु सचिवालय परिसर में पौधरोपण करते एसडीएम नसीब कुमार। फोटो :हरिभूमि

स्वदेशी संकल्प यात्रा का बेरी और झज्जर में हुआ जोरदार स्वागत

झज्जर। स्वदेशी जागरण मंच की स्वदेशी संकल्प यात्रा बुधवार को बेरी व झज्जर पहुंची। यात्रा का बेरी, दुजाना व झज्जर में जोरदार स्वागत किया गया और सभी स्थानों पर महिलाओं, विद्यार्थियों व पुरूषों को स्वदेशी का संकल्प दिलाया गया। बेरी के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में पहुंचने पर यात्रा का नपा अध्यक्ष देवेंद्र कादयान, प्राचार्या डॉक्टर सुनीता देवी, गोपाल कलसन, जय भगवान जांगड़ा, गोरधन पूर्व सचिव गोशाला आदि ने यात्रा का जोरदार स्वागत किया। स्वदेशी जागरण मंच के प्रांत संयोजक प्रांत संगठक कुलदीप पूनिया ने कहा कि स्वदेशी ही विकसित भारत का आधार है, उन्होंने कहा कि रोजमर्रा के जीवन में हम छोटी-बडी अनेक विदेशी वस्तुओं का उपयोग कर रहे हैं और इन विदेशी वस्तुओं को छोड़कर हम न केवल विदेशी कंपनियों को भारत से भगा सकते हैं बल्कि भारत को समृद्ध व आत्मनिर्भर बन सकते हैं। बेरी के बाद दुजाना होते हुए यात्रा झज्जर शहर में पहुंची और गुरुकुल महाविद्यालय में संपन्न हुई। यात्रा टीम में जिला संयोजक मनमोहन खंडेलवाल, भारतीय किसान संघ से संजय जाखड़, जयेश, विनय प्रांत मंत्री एबीवीपी, दीपक सीसाय व अंकित शामिल रहे।

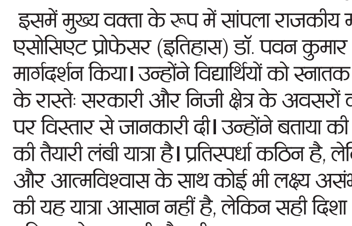
समिति ने मनाया विश्वकर्मा प्रकाश उत्सव

बहादुरगढ़। विश्वकर्मा समाज सेवा समिति बहादुरगढ़ की ओर से देवकरण धर्मशाला में भगवान विश्वकर्मा जयंती एवं विश्वकर्मा पूजा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता समिति प्रधान जय भगवान जांगड़ा ने की। कार्यक्रम में हवन के उपरांत भंडारे का आयोजन किया गया। बुधवार को कार्यक्रम का शुभारंभ वैदिक मंत्रोच्चार के साथ सामूहिक हवन द्वारा किया गया। हवन में मुकेश कुमार जांगड़ा, सुनील शर्मा, प्रमिंद्र जांगड़ा, श्री भगवान जांगड़ा, सतीश दलाल, सतीश कुमार, महेंद्र जांगड़ा, ओपी आर्य, सुभाष कालोनियां, राजपाल जांगड़ा, नरेश रोहिल्ला, जयप्रकाश जांगड़ा, प्रवीन कालोनियां, मनजीत जांगड़ा व पवन रोहिल्ला आदि ने आहुति डालकर भगवान विश्वकर्मा से सुख-समृद्धि, एकता और समाज की प्रगति की कामना की। इसके पश्चात भगवान विश्वकर्मा की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलन एवं पूजा-अर्चना की गई। प्रधान जय भगवान जांगड़ा ने कहा कि एकजुट व संगठित रहकर ही समाज की प्रगति और उत्थान संभव है। वक्ताओं ने समाज के युवाओं से शिक्षा, संगठन और सेवा भाव में आगे बढ़ने का आह्वान किया। अंत में भंडारे का आयोजन किया गया, जिसमें सभी ने प्रसाद ग्रहण किया।



रोजगार के अवसरों को लेकर दिया व्याख्यान

बहादुरगढ़। छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में कार्यकारी प्राचार्य डॉ. अनीता दलाल के दिशानिर्देशन में प्लेसमेंट सेल प्रभारी डॉ. अश्वनी कुमार द्वारा विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। व्याख्यान के दौरान विद्यार्थियों को प्रतियोगी परीक्षाओं, निजी क्षेत्र की संभावनाओं, आवश्यक कौशल विकास तथा कैरियर निर्माण की रणनीतियों की जानकारी दी गई।



इसमें मुख्य वक्ता के रूप में सांपला राजकीय महाविद्यालय के एसोसिएट प्रोफेसर (इतिहास) डॉ. पवन कुमार ने विद्यार्थियों का मार्गदर्शन किया। उन्होंने विद्यार्थियों को स्नातक के बाद करियर के रास्तेः सरकारी और निजी क्षेत्र के अवसरों की तैयारी विषय पर विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया की सरकारी नौकरी की तैयारी लंबी यात्रा है। प्रतिस्पर्धा कठिन है, लेकिन लगन, धैर्य और आत्मविश्वास के साथ कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं। करियर की यह यात्रा आसान नहीं है, लेकिन सही दिशा और निरंतर परिश्रम से सरकारी नौकरी का सपना अवश्य पूरा किया जा सकता है। इस मौके पर डॉ. संजय देसवाल, डॉ. मनोज कुमार, देवेंद्र, डॉ. ललिता, ज्योति, गोविंद आदि उपस्थित रहे।

स्टैम क्विज में निखिल जाखड़ ने जीता प्रतिष्ठित अवॉर्ड

झज्जर। एचडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय साल्हावास के होनहार छात्र निखिल जाखड़ ने एनएफएसयू और डीआरडीओ द्वारा आयोजित स्टैम क्विज 3.0 बूट कैंप में नवाचारपूर्ण एवं तकनीकी सुलभ पुरस्कार जीतकर विद्यालय, क्षेत्र व जिले का नाम रोशन किया है। एचडी ग्रुप सचिव हेमंत गुलिया ने बताया कि निखिल जाखड़ एक सामान्य किसान परिवार से संबंध रखता है। जोधपुर व गांधीनगर में 2 से 12 सितंबर तक आयोजित स्टैम क्विज 3.2 बूट कैंप में उसने नवाचारपूर्ण एवं तकनीकी सुलभ पुरस्कार जीता है। कैंप के दौरान निखिल जाखड़ को साइंस सिटी, विक्रम सारा भाई स्पेस एग्जिबिशन हॉल, एसएससी इसरो और आईआईटी जोधपुर कैंपस का निःशुल्क भ्रमण करने का अवसर मिला। अब वह साइंस सिटी और विक्रम सारा भाई स्पेस एग्जिबिशन हॉल में किसी भी समय आजीवन निःशुल्क प्रवेश कर सकता है।

स्वास्थ्य जांच के बाद बांटे चश्मे व दवाई

बहादुरगढ़। भाजपा के राष्ट्रीय सचिव ओमप्रकाश धनखड़ ने पीएम नरेंद्र मोदी के जन्मदिन पर बहादुरगढ़ के नागरिक अस्पताल में स्वस्थ नारी-सशक्त परिवार कार्यक्रम का शुभारंभ किया। स्वास्थ्य जांच शिविर में रक्तदान शिविर, आंखों की जांच व चश्मे वितरण, दवाई वितरण और विभिन्न प्रकार की स्वास्थ्य जांच की गई। उन्होंने कहा कि मोदी का व्यक्तित्व जेन-जेड के साथ हर वर्ग के लिए प्रेरणादायक है। ओमप्रकाश धनखड़ ने कहा कि मोदी देश के हर नागरिक के स्वास्थ्य की चिंता करते हैं, इसलिए आज उनके जन्मदिन पर देश भर में स्वास्थ्य जांच शिविर, रक्तदान शिविर आयोजित हो रहे हैं। उन्होंने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता की शपथ भी दिलाई। मोटापे को कम करने के लिए खाने के दस प्रतिशत एडिबल ऑयल कम उपयोग करने की सलाह दी गई। उनके अनुसार मोदी के नेतृत्व में माताओं और बहनों के स्वास्थ्य पर विशेष फोकस रहा है। पीएम मातृत्व योजना, हर घर नल से स्वच्छ जल, हर घर शौचालय, हर घर रसोई गैस जैसे कार्य बड़े स्तर पर किए हैं। उन्होंने कार्यक्रम में शामिल डॉक्टर्स और पैरा मेडिकल स्टाफ की सराहना की। इस अवसर पर विधायक राजेश जून, जिलाध्यक्ष विकास बाल्मिकी, दिनेश कौशिक, एसडीएम नसीब कुमार, चेयरपर्सन सरोज राठी, सीएमओ डॉ जयमाला, पीएमओ डॉ मंजू कादियान, डॉ मालविका बंसल, डीएमएस देवेंद्र मेघा, डॉ विनय देशवाल, नवीन बंटी सोलधा, रवींद्र आदि मौजूद रहे।

छोटी खबरें

सीबीएसई बॉक्सिंग प्रतियोगिता में आरपीएस की छात्रा ने जीता गोल्ड

झज्जर। अपने अभिभावकों व शिक्षकों के साथ होनहार खिलाड़ी ईवा।

झज्जर। आरपीएस स्कूल की छात्रा ईवा ने सीबीएसई द्वारा आयोजित राष्ट्रीय स्तर की बॉक्सिंग प्रतियोगिता में गोल्ड मेडल हासिल किया है। अपनी इस उपलब्धि के बाद ईवा अन्य खिलाड़ियों के लिए भी प्रेरणस्रोत बन गई है। उसने अपनी इस उपलब्धि का श्रेय अपने माता-पिता और गुरुजनों को दिया। इस उत्कृष्ट प्रदर्शन पर स्टॉफ सदस्यों व अभिभावकों को बधाई देते हुए आरपीएस ग्रुप की चेयरपर्सन पवित्रा राव, सीईओ मनीष राव, डिप्टी सीईओ कुणाल राव और आरपीएस स्कूल कोसली की प्राचार्या अंजू यादव ने ईवा के उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

बहादुरगढ़। मॉडर्न स्कूल के अलंकरण समारोह में नियुक्त हुए प्रतिनिधि।

मॉडर्न स्कूल में हुआ अलंकरण समारोह

बहादुरगढ़। शहर के मॉडर्न सीनियर सेकेंडरी स्कूल में विद्यार्थियों को नेतृत्व एवं जिम्मेदारी का दायित्व सौंपने के उद्देश्य से अलंकरण समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में योग्य छात्र-छात्राओं को हैड गर्ल, हैड ब्वॉय, हाउस कैप्टन, वाइस कैप्टन, स्पोर्ट्स कैप्टन और कल्चरल कैप्टन, नियुक्त किया गया। प्राचार्य संजीव कुमार ने बैज पहनाते हुए उन्हें प्रोत्साहित किया। सभी नवनियुक्त प्रतिनिधियों ने ईमानदारी, अनुशासन और समर्पण के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करने की शपथ ली।

बहादुरगढ़। कुष्ठ आश्रम में खाद्य सामग्री बांटते भाजपा नेता डॉ. पंकज जैन।

जैन ने कुष्ठ आश्रम में खाद्य सामग्री बांटी

बहादुरगढ़। वरिष्ठ भाजपा नेता डॉ पंकज जैन ने बुधवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जन्मदिन सेवा दिवस के रूप में मनाया। उन्होंने टिकरी बॉर्डर स्थित कुष्ठ आश्रम में जाकर आटे के बैग व दाल के पैकेट वितरित किए। उन्होंने कहा कि सेवा से बड़ा कोई उत्सव नहीं हो सकता। डॉ. पंकज जैन ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने देश की राजनीति को नई दिशा दी है। उनके नेतृत्व में भारत आज पूरी दुनिया में अपनी अलग पहचान बना चुका है। प्रधानमंत्री मोदी की दूरदर्शी नीतियों ने भारत को न केवल आत्मनिर्भर बनाया है, बल्कि गरीब, किसान, महिला, युवा और व्यापारी सभी वर्गों के जीवन में खुशहाली लाई है। मोदी सचमुच गरीबों के मसीहा और जनता के सच्चे सेवक हैं। जैन ने कार्यकर्ताओं और नागरिकों से आह्वान किया कि वे इस सेवा पखवाड़े में अधिक से अधिक भाग लें और देश को मजबूत व आत्मनिर्भर बनाने में अपना योगदान दें।

पोस्टर मेकिंग में चिराग ने पाया पहला स्थान

झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय के भूगोल विभाग में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का मुख्य विषय ओजोन परत का संरक्षण और महत्त्व रहा। भूगोल विभागाध्यक्ष डॉक्टर सुरेंद्र कुमार पूनिया ने बताया कि समताप मंडल में मौजूद ओजोन परत पृथ्वी पर पराबैंगनी किरणों को पहुंचने से रोकती है, जिससे पृथ्वी का तापमान इतना अधिक नहीं बढ़ पाता। प्रतियोगिता में बीए प्रथम वर्ष के चिराग ने पहला स्थान प्राप्त किया। बीए द्वितीय वर्ष की पुष्पा ने दूसरा स्थान प्राप्त किया। एमए द्वितीय वर्ष के नमय ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। बीए द्वितीय वर्ष की रवीना का प्रयास भी सराहनीय रहा। प्राचार्य डॉक्टर दलबीर सिंह ने विजेता विद्यार्थियों का उत्साहवर्द्धन किया और प्रमाण पत्र प्रदान किए। प्रतियोगिता का निर्णय डॉक्टर ललित कुमार, सुनीता बेनीवाल, राजमल और दीपा यादव ने किया।

सुजाता ने लिया प्रशिक्षण शिविर में भाग

बहादुरगढ़। विद्यालयों में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा सुनिश्चित करने और नई गणित पाठ्यपुस्तकों के प्रभावी उपयोग को लेकर एनसीईआरटी के क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान अजमेर में 5 दिवसीय विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बहादुरगढ़ निवासी डॉ. सुजाता जून ने दिल्ली के उत्तर-पश्चिम बी-2 जिले का प्रतिनिधित्व किया। गणित शिक्षिका सुजाता के अनुसार प्रशिक्षण के दौरान शिक्षकों को नई पुस्तकों की रूपरेखा से परिचित कराने के साथ नवीन अध्यापन विधियों से सशक्त किया गया।

बहादुरगढ़। शिविर का सहभागिता प्रमाण पत्र प्राप्त करती डॉ. सुजाता जून।

गौरैया में ली स्वच्छता और जनसेवा की शपथ

बहादुरगढ़। बुधवार को गौरैया पर्यटन केंद्र में विरासत की हिफाजत और सामाजिक दायित्वों के तहत विशेष कार्यक्रम हुआ। केंद्र के सभी कर्मचारियों ने तन-मन से भागीदारी निभाते हुए सेवा, स्वच्छता और जिम्मेदारी का संकल्प लिया। पीएम नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में टूरिस्ट ऑफिसर आनंद सिंह की अगुवाई में सभी कर्मचारियों ने परिसर की सफाई की। इस दौरान दिनेश कुमार, दयालराम, आजाद सिंह, राजबीर सिंह, महेंद्र सिंह, सुरेश, राहुल, कुलदीप, राजकुमार, अमन, सतप्रकाश व प्रवेश कुमार आदि ने ईमानदारी, निष्ठा व जनहित को सर्वोपरि रखते हुए अपने कर्तव्यों का निर्वहन करने की शपथ ली।

दिनेश कौशिक ने सेक्टर-2 में किया हवन

बहादुरगढ़। बुधवार को सेवा पखवाड़े के जिला संयोजक दिनेश कौशिक ने सेक्टर-2 स्थित अपने कार्यालय पर हवन में आहुति डालकर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की लंबी उम्र की कामना की। साथ ही उन्होंने पार्क में एक पेड़ मां के नाम लगाकर सेवा पखवाड़े का शुभारंभ किया और पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए आमजन से अधिक से अधिक पौधे रोपित करने का आह्वान भी किया। इस मौके पर विकास काजला, चेष्टा कौशिक, रमेश आर्य, मनोज राठी, रामकंवार सैनी, मंजीत बराही, अमित कौशिक, भीम सिंह प्रणामी, राजबाला, महावीर दलाल, पंकज गर्ग, सुदेश रंगा, संजय आदि मौजूद रहे।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में खंड स्तरीय कल्चरल फेस्ट का आयोजन

मातनहेल के विद्यार्थियों का शानदार प्रदर्शन

खंड शिक्षा अधिकारी राजबाला फौगाट ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सासरौली में बुधवार को खंड स्तरीय कल्चरल फेस्ट 2025 का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में खंड शिक्षा अधिकारी राजबाला फौगाट ने दीप प्रज्वलित करते हुए कार्यक्रम का शुभारंभ किया। कल्चरल फेस्ट में पांचवीं से आठवीं कक्षा तथा नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों के बीच एकल लोक नृत्य, समूह लोक नृत्य, नाटक व रागिनी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। प्रतियोगिताओं में निर्णायक मंडल की भूमिका रेणु खानपुर खुर्द, रेखा गर्ल स्कूल बहु, हेडमास्टर नरेंद्र सिंह, पवन मास्टर लडायन, बीआरपी दिनेश, स्पेशल टीचर रजनी, बहु स्कूल से पूनम, स्पेशल टीचर रेणु ने निभाई। मंच संचालन बहु स्कूल से संदीप जाखड़ व खानपुर कलां से नरेश कुमार ने किया। प्रतियोगिता परिणामों में कक्षा 5 से 8 तक के एकल लोक नृत्य में राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मातनहेल प्रथम, राजकीय उच्च विद्यालय नौगांवा द्वितीय तथा राजकीय माध्यमिक विद्यालय सासरौली तृतीय रहा। कक्षा 9 से 12 तक के वर्ग में मातनहेल की छात्राओं ने पहला, नौगांवा ने द्वितीय व छुछकवास ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। रागिनी प्रतियोगिता में 5 से 8 वर्ग में मातनहेल स्कूल प्रथम रहा। नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के वर्ग में मातनहेल स्कूल प्रथम, झामरी स्कूल द्वितीय और नौगांवा स्कूल तृतीय रहा। नाटक प्रतियोगिता में 5 से 8 कक्षा तक के वर्ग में कालियावास स्कूल तथा 9 से 12 कक्षा तक के वर्ग में सासरौली स्कूल पहले स्थान पर रहा। समूह लोक नृत्य के 9 से 12 कक्षा वर्ग में मातनहेल के विद्यार्थी प्रथम रहे। बीईओ राजबाला फौगाट ने विजेता प्रतिभागियों को बधाई देते हुए कहा कि ऐसे कार्यक्रम विद्यार्थियों की प्रतिभा को निखारने में अहम भूमिका निभाते हैं। इस प्रकार के कार्यक्रमों में बच्चों के अंदर छुपी प्रतिभाए मंच के माध्यम से देखने को मिलती है।

झज्जर। मुख्यातिथि व शिक्षकों के साथ उपस्थित विजेता प्रतिभागी।

एनसीसी के नए कैडेट्स का हुआ चयन

झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में एनसीसी के नए कैडेट्स का चयन किया गया। चयन प्रक्रिया को आठ हरियाणा बटालियन एनसीसी रेवाड़ी से सूबेदार सोमवीर और हवलदार अनिल धनखड़ ने पूरा किया। उन्होंने विद्यार्थियों को भर्ती प्रकिया के लिए आवश्यक दौड़, हाइट, फ्लैट पैर और अन्य शारीरिक कसौटियों पर परखा। इसके बाद विद्यार्थियों की लिखित परीक्षा का भी आयोजन किया गया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉक्टर दलबीर सिंह ने रेवाड़ी बटालियन से आए हुए जेसीओ और एनसीओ का आभार व्यक्त किया। एनसीसी अधिकारी लेफ्टिनेंट श्रीकिशन चाहर ने इस चयन प्रक्रिया में सहयोग किया।

सूचना

हम, सुनीता पत्नी मुकेश कुमार व मुकेश कुमार पुत्र श्री हरिप्रकाश निवासीवान गांव कसार, तहसील बहादुरगढ़ जिला झज्जर व हाल निवासी टयूलिप 101, एस+4, सेक्टर-15, ओमेक्स सिटी, बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करते हैं कि हमारा पुत्र जतिन व पुत्रवधु भावना हमारे कहने सुनने से बाहर हैं और हम उनसे अपने तमाम संबंध समाप्त करते हुए अपनी चल-अचल संपति से बेदखल करते हैं। भविष्य में उनके साथ किसी तरह का लेन-देन करने व व्यवहार रखने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। वे अपने प्रत्येक कार्य के लिए स्वयं जिम्मेवार होंगे। हमारा व हमारे परिवार के सदस्यों का उनसे कोई संबंध व सरोकार नहीं रहा।

खबर संक्षेप

लावण्या ने रेवाड़ी में जीता स्वर्ण पदक

बहादुरगढ़। लावण्या ने रेवाडी में आयोजित हुए 58वें हरियाणा राज्य स्कूल टूर्नामेंट में अंडर-17 आयु वर्ग में पारंपरिक योगासन प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीता है। इसके साथ ही एसजीआईएफ राष्ट्रीय खेलों के लिए उसका चयन हो गया है। बाल भारती स्कूल में 10वीं कक्षा की छात्रा लावण्या का यहां लौटने पर जोरदार स्वागत किया गया। उसके पिता जयप्रकाश खतोड़ ने बताया कि लावण्या पहले भी अनेक स्पर्धाओं में पदक जीत चुकी है।

महिला आईटीआई में 30 तक होंगे ऑन दी स्पॉट दाखिले

बहादुरगढ़। औद्योगिक प्रशिक्षण एवं कौशल विकास विभाग ने महिला राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान बहादुरगढ़ में रिक्त सीटों पर ऑन स्पॉट दाखिले की अंतिम तिथि बढ़ा दी है। अब आगामी 30 सितंबर तक यह प्रक्रिया जारी रहेगी। इस बारे में जानकारी देते हुए संस्थान की प्रिंसिपल मायमंती ने बताया कि महिला आईटीआई में संचालित सभी व्यवसायों में स्वरोजगार और रोजगार की अपार संभावनाएं हैं। वर्तमान में संस्थान में एम्ब्रॉयडरी, कॉस्मेटोलॉजी, ड्रेस मेकिंग, फैशन डिज़ाइन, कोपा और इलेक्ट्रॉनिक्स मैकेनिक ट्रेड में सीटें उपलब्ध हैं। दाखिले की नोडल अधिकारी व अनुदेशिका सुदेश कुमारी ने बताया कि रिक्त सीटों पर ऑन स्पॉट दाखिले की अंतिम तिथि 30 सितंबर तक बढ़ा दी गई है।

श्रमिकों को श्रम कानूनों की दी जानकारी

झज्जर। श्रम विभाग द्वारा सेवा पखवाड़ा के तहत श्रमिक सम्मान एवं जागरूकता समारोह का आयोजन जिले के तीन प्रमुख लेबर चौकों पर किया गया। इस अवसर पर श्रमिकों को श्रम कानूनों और कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी गई। सहायक श्रम आयुक्त राजेंद्र हुड्डा ने श्रमिकों को उनके अधिकारों और कर्तव्यों से अवगत कराते हुए योजनाओं का लाभ उठाने के लिए प्रेरित किया।

मेले में लगेगा विधिक जागरूकता स्टॉल

झज्जर। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा माता भीमेश्वरी देवी मंदिर बेरी में आगामी 22 सितंबर से 30 सितंबर तक आयोजित मेले में विशेष विधिक जागरूकता स्टॉल लगाया जाएगा। इस स्टॉल का उद्देश्य आमजन को राष्ट्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण और हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण की योजनाओं और गतिविधियों के बारे में जागरूक करना है। इसके लिए पैरालिगल वॉलंटियर्स तैनात रहेंगे। जिनमें सरोज देवी, नवीन कुमारी और प्रेमवती शामिल हैं।

बरसात व ड्रेन टूटने से हालत बिगड़े : गलियों में अभी भी पानी जमा, पनप रहे मच्छर

जलभराव से घिरे छोटूराम नगर में पांव पसार रही बीमारियां

जलभराव से जन जीवन अस्त व्यस्त

बहादुरगढ़। बरसात और ड्रेन टूटने के बाद जलभराव से घिरे छोटूराम नगर में हालात नहीं सुधर रहे। अब भी काफी हिस्से में कई कई फुट तक पानी भरा हुआ है। प्रभावित हिस्से में लोगों का जन जीवन प्रभावित है। अब यहां बीमारियां भी पांव पसार रही हैं। संजय हॉस्पिटल की ओर से बुधवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस उपलक्ष्य में यहां वार्ड-9 व दस में स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। अस्पताल डायरेक्टर डॉ. संजय सिंह के नेतृत्व में लगे इस शिविर में विशेषज्ञ चिकित्सकों ने 385 लोगों के स्वास्थ्य की जांच की। डॉ. संजय सिंह, महिला रोग विशेषज्ञ डॉ. तरुणा, जनरल फिजिशियन डॉ. रमेश कुमार, बाल रोग विशेषज्ञ डॉ. नवीन मलिक, आरएमओ रोहित, श्रेष्ठा, अमित, अविनाश शुक्ला आदि ने लोगों को बीमारियों से बचने का परामर्श दिया। शशि कपूर, सोनू देशवाल, हीरालाल शाह, नवल किशोर, योगेश, कृष्णाप्रसाद यादव व सुरेश प्रसाद आदि इस अवसर पर मौजूद थे।

बहादुरगढ़। छोटूराम नगर में शिविर लगाकर स्वास्थ्य जांच करती टीम। फोटो : हरिभूमि

सीताराम गेट में दूषित पानी की सप्लाई

झज्जर। पेयजल सप्लाई के दौरान नलों से निकलता दूषित पानी।

झज्जर। पिछले करीब दो माह से पेयजल सप्लाई के दौरान नलों में आ रहे दूषित पानी के कारण सीताराम गेट निवासियों को परेशानी आ रही है। कालोनीवासियों का कहना है कि बरसात का मौसम शुरू होने से ही उनके घरों में आने वाली पेयजल सप्लाई में बदलाव आ गया था जो अभी तक ठीक नहीं हुआ। सीताराम गेट निवासी निर्मला देवी, बिमला देवी, बाला देवी, अंगूरी, चंद्रो देवी, शीला, पूजा, मोनिका आदि ने बताया कि शुरू के दिनों में जहां गंदा व दूषित पानी आता था वहीं अब इससे धीरे-धीरे बदबू कम हो रही है लेकिन अभी भी काले रंग का हल्के झाग वाला दूषित पानी सप्लाई हो रहा है। उन्होंने बताया कि इसके कारण जहां कुछ घरों की महिलाओं को सांपला रोड स्थित हैंडपंप से पानी भरकर लाना पड़ता है तो कुछ ऐसे परिवार है जिन्हें मजबूरन खरीद कर पानी पीना पड़ रहा है। इसके अलावा बीमारियां फैलने का भी अंदेशा बना हुआ है। यदि कालोनीवासियों की माने तो वे इस संबंध में संबंधित विभाग के कर्मचारियों को भी कई बार मौखिक रूप से अवगत करा चुके हैं लेकिन कोई समाधान नहीं हुआ। कालोनी वासियों ने जिला प्रशासन से गुहार लगाई है लीकेज पाइप लाइन का पता लगाकर स्वच्छ पेयजल की सप्लाई दुरुस्त की जाए।

लाल सिंह कॉलोनी में आफत बना पानी, जलभराव के कारण गलियों से निकलना भी मुश्किल हुआ

झज्जर। बरसात के बाद मौसम खुला होने को करीब सप्ताहभर बीत चुका है लेकिन बादली रोड स्थित लालसिंह कालोनी पार्ट-3 के वासियों को अभी तक जलभराव की समस्या से छुटकारा नहीं मिल पाया। कालोनीवासी प्रदीप, सुखवीर, सुमित, नरेश, जयप्रकाश आदि का कहना है कि वे जलभराव के बीच ही अपने नियमित कार्य करने पर मजबूर हैं।

मुख्य गली में भरे बरसाती पानी के कारण उन्हें लगातार परेशानी आ रही है। स्कूल बस चालक भी गली में आने से कतराने लगे हैं। ऐसे में उन्हें जल भराव के बीच से अपने बच्चों को सड़क तक पहुंचाना पड़ रहा है। घरों के आगे जमा हुए पानी के कारण बच्चों के गिरने का खतरा भी बना रहता है। अभिभावकों को छोटे बच्चों की अधिक निगरानी करनी पड़ रही है।

गंदे पानी के बीच लगातार आवागमन के कारण जहां कई लोगों के पैरों में खारिश की समस्या पैदा हो गई है वहीं पानी में पनपे मच्छरों के कारण मलेरिया व डेंगू जैसी बीमारियों के संक्रमण का खतरा भी बना है। उन्होंने बताया कि जलभराव से रोषित कालोनीवासियों ने करीब पखवाड़ा भर पहले एकजुट होकर विरोध प्रदर्शन भी किया था। उसके बाद नगर परिषद अधिकारियों ने पंप सेट लगाते हुए पानी निकासी शीघ्र करने की बात कही थी। लेकिन वे पंप करीब तीन दिन चलने के बाद बंद हो गए। जिसके बाद गंदा पानी अभी तक सड़क पर जमा है। ऐसे में जहां पशुओं के लिए चारा आदि लाने में परेशानी आती है वहीं कई दुपहिया वाहन चालक जलभराव के बीच से निकलते हुए चोटिल भी हो चुके हैं। उन्होंने जिला प्रशासन से गुहार लगाई है कि शीघ्र पानी निकासी कराकर उन्हें समस्या से छुटकारा दिलाया जाए।

झज्जर। लाल सिंह कालोनी में हुए जलभराव से निकलते हुए दुपहिया वाहन चालक।

पोस्टर मेकिंग में प्रियांशी रही प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

राजकीय महाविद्यालय दुजाना में एचआईवी एड्स विषय पर जागरुकता बढ़ाने के लिए पोस्टर मेकिंग व स्लोगन लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। वाईआरसी व रैड रिबन क्लब द्वारा सघन जन-जागरुकता अभियान के अंतर्गत आयोजित इस प्रतियोगिता की अध्यक्षता महाविद्यालय के प्राचार्य डॉक्टर राजेश कुमार ने की। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि एचआईवी वायरस शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को कमजोर कर गंभीर बीमारी पैदा कर देता है। यह एक संक्रामक एवं जानलेवा बीमारी है। जिससे निपटने का एकमात्र उपाय है इसकी रोकथाम एवं जागरुकता है। रैड रिबन क्लब की संयोजिका डॉक्टर सिल्की जैन ने बताया कि प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका डॉक्टर मोनिका, डॉक्टर अंजूबाला व सुमित नरवाल ने निभाई। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता में प्रियांशी ने प्रथम, पिंकी ने द्वितीय व गुरूप्रसाद ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इस मौके डॉक्टर कुलदीप, डॉक्टर सीमा कुंडू सहित अन्य मौजूद रहे।

झज्जर। शिक्षकों के साथ उपस्थित पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता के प्रतिभागी।

शिक्षिका ने स्कूल को स्टेशनरी और इन्वर्टर दान किया

बहादुरगढ़। गांव निलोठी में स्थित राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की अध्यापिका सुनीता दलाल ने अपने बेटे एडवोकेट रमेश दलाल के जन्मदिन पर सकारात्मक संदेश दिया। उन्होंने बेटे के जन्मदिन की खुशी स्कूली बच्चों के साथ मनाई। इस दौरान उन्होंने स्कूल भवन निर्माण में 11 हजार रुपये तथा इन्वर्टर के साथ दो बैट्री भेंट की। इतना ही नहीं, विद्यार्थियों को पहचान पत्र, बेल्ट, हेयरबैंड, स्टेशनरी सहित अन्य आवश्यक सामान वितरित किया। प्रिंसिपल विजय खत्री सहित अन्य शिक्षकों ने इस पहल की सराहना की। सभी ने शिक्षिका सुनीता दलाल को उनके बेटे के जन्मदिन की बधाई दी।

बहादुरगढ़। गांव निलोठी के राजकीय स्कूल में शिक्षकों के साथ छात्राएं।

बहादुरगढ़। नवनियुक्त हेड ब्वॉय और हेड गर्ल के साथ प्रिंसिपल व अन्य।

निशांत हैड ब्वॉय और वर्षा बनी हेड गर्ल

बहादुरगढ़। बाल विकास सीनियर सेकेंडरी स्कूल में हेड ब्वॉय व गर्ल के साथ हाउस कैप्टनों के चुनाव उत्साहपूर्वक संपन्न हुए। बच्चों ने मत डालकर अपने प्रतिनिधियों का चुनाव किया। विद्यालय प्राचार्या डॉ पूनम चौधरी ने बताया कि हेड ब्वॉय का ताज 11वीं कक्षा के निशांत ने जीता। जबकि 11वीं कक्षा की वर्षा हेड गर्ल बनीं। इसके अलावा 11वीं की कनिष्का अहिंसा हाउस की कैप्टन कनीष्का और 9वीं की अनन्या वाइस कैप्टन, 11वीं की रितिका अनुशासन हाउस की कैप्टन और 9वीं की साक्षम वाइस कैप्टन, 11वीं की साक्षी सत्य हाउस की कैप्टन और 9वीं की पलक वाइस कैप्टन, 11वीं की यशिता धैर्य हाउस की कैप्टन और 9वीं की प्रफुल वाइस कैप्टन बनी।

एसडीएम ने वीर नारियों का किया सम्मान

बेरी। वीर नारियों को सम्मानित करते हुए एसडीएम रेणुका नांदल।

बेरी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 75वें जन्म दिवस के उपलक्ष्य में बुधवार से आगामी दो अक्टूबर तक सेवा पखवाड़ा कार्यक्रम की शुरुआत की गईं। एसडीएम रेणुका नांदल ने गांव डीघल स्थित महिला सांस्कृतिक केंद्र में आयोजित कार्यक्रम में वीर नारियों को सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि इस तरह के कार्यक्रमों का उद्देश्य महिलाओं को सशक्त बनाना व जागरूक करना है। उन्होंने स्वतंत्रता सेनानी स्वर्गीय प्यारे लाल की धर्मपत्नी धनकोर सहित कई महिलाओं को सम्मानित किया।

नशा बेचने वालों की पुलिस को तुरंत सूचना दें

सीएलजी सदस्यों के साथ चरचा करते हुए पुलिस आयुक्त डॉक्टर राजश्री सिंह।

झज्जर। बुधवार को पुलिस आयुक्त डॉक्टर राजश्री सिंह ने कार्यालय में सीजीएल कमेटी के सदस्यों के साथ बैठक की। बैठक में सदस्यों से पुलिस व आमजन के बीच सामंजस्य स्थापित करने व अपराधों को रोकने को लेकर सुझाव भी लिए तथा पुलिस की ओर से हरसंभव मदद का भरोसा दिया। उन्होंने बताया कि यह कमेटी आपसी भाईचारे को बनाए रखने के लिए छोटे-मोटे घरेलू झगड़ों को सुलझाने के साथ-साथ परिवार को जोड़ने के लिए भी सराहनीय कार्य कर रही है, समाज में बुजुर्ग व्यक्तियों को सम्मान दिलाने का कार्य भी इस कमेटी द्वारा किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि नशा बेचने वालों की सूचना पुलिस को दें।

विश्व चैंपियनशिप में भाग लेकर लौटे बॉक्सर

हरिभूमि न्यूज. झज्जर

विश्व चैंपियनशिप में भारत का प्रतिनिधित्व कर लौटे जिले के मुक्केबाज हितेश गुलिया का स्थानीय महर्षि दयानंद सरस्वती खेल स्टेडियम पहुंचने पर स्वागत किया गया। बॉक्सिंग कोच हितेश देशवाल ने बताया कि हितेश गुलिया ने 70 किलोग्राम भार वर्ग में देश का प्रतिनिधित्व किया। वह मेहनती व अनुशासित खिलाड़ी है। इस मौके पर हितेश गुलिया के पिता सत्यवान ठेकेदार, नरेंद्र जौंधी व स्टेडियम नियमित अभ्यास करने वाले उसके साथियों ने हितेश का फूलमाला पहनाकर स्वागत किया।

झज्जर। खेल स्टेडियम में कोच व साथी खिलाड़ियों के साथ उपस्थित हितेश गुलिया।

हरियाणा मुक्केबाजी संघ ने बॉक्सरों को सराहा

हरियाणा मुक्केबाजी संघ के अध्यक्ष मेजर सत्यपाल सिंधु और महासचिव ओमबीर हुड्डा ने हितेश गुलिया के उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हुए कहा कि उसकी यह मेहनत और समर्पण आने वाली पीढ़ियों के मुक्केबाजों के लिए प्रेरणास्रोत बनेगी।

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

एकल नृत्य, समूह नृत्य, लघु नाटिका, रागिनी में प्रस्तुतियों से रंग जमाया

कल्चरल फेस्ट में छाई नूना माजरा की छात्राएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

गांव नूना माजरा में स्थित राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को कल्चरल फेस्ट का आयोजन हुआ। बहादुरगढ़ ब्लॉक के विभिन्न स्कूलों के बच्चों ने उत्साह से भाग लेकर अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

जूनियर, सीनियर वर्ग में एकल नृत्य, समूह नृत्य, लघु नाटिका, रागिनी आदि गतिविधियां हुई। सीनियर वर्ग के समूह नृत्य में रावमावि नूना माजरा की लड़कियों ने बाजी मारी। जूनियर वर्ग में रावमावि सांखोल की लड़कियां प्रथम रहीं। लघुनाटिका के दोनों वर्गों में रावमावि नूना माजरा के बच्चों ने पहला स्थान पाया। रागिनी में जूनियर वर्ग में रावमावि माजरी की टीम पहले स्थान पर रही। इसी तरह एकल नृत्य के दोनों वर्गों में भी नूना माजरा की टीम ने बाजी मारी। इससे पहले खंड शिक्षा अधिकारी शेर सिंह ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया था। उन्होंने बच्चों की प्रतिभा की सराहना की और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय मुखिया पूनम मक्कड़ ने बच्चों को सम्मानित किया।

बहादुरगढ़। प्रतियोगिता में बीईओ व प्रिंसिपल के साथ विजेता छात्राएं।

विद्यालय मुखिया पूनम मक्कड़ ने बच्चों को सम्मानित किया

महिलाओं की सुरक्षा और आत्मनिर्भरता के लिए छात्राओं को सिखाए आत्मरक्षा के गुर

बहादुरगढ़। महिलाओं की सुरक्षा और आत्मनिर्भरता के लिए पुलिस अभियान चला रही है। इसके तहत स्पेशल प्रशिक्षित महिला पुलिसकर्मियों की टीम विभिन्न शिक्षण संस्थानों और कंपनियों में जाकर आत्मरक्षा के गुर सिखा रही हैं। बुधवार को दुर्गा शक्ति टीम की मुख्य सिपाही टीना ने अपनी टीम के साथ शहर में झज्जर मोड़ स्थित एक इंस्टीट्यूट में छात्राओं को आत्मसुरक्षा के टिप्स दिए। कार्यक्रम में उन्हें ट्रिप मॉनिटरिंग सेवा के बारे में बताया गया, जो कामकाजी महिलाओं के लिए बेहद उपयोगी है। इस सुविधा से महिला यात्री ऑटो या कैब में सफर करते समय सुरक्षित रह सकती हैं। सिपाही टीना ने छात्राओं को समझाया कि आत्मरक्षा तकनीक सीखना महिलाओं के आत्मविश्वास और मानसिक मजबूती के लिए जरूरी है। उन्होंने नियमित व्यायाम करने की भी सलाह दी जिससे शरीर और मन दोनों मजबूत रहते हैं। इस अवसर पर यातायात नियमों के पालन के महत्व पर भी प्रकाश डाला गया।

1500 के लेन-देन में की थी राजकुमार की हत्या

- दो आरोपी गिरफ्तार, पुलिस ने एक दिन के रिमांड पर लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

रोहद स्थित पेट्रोल पंप के सेल्समैन की हत्या की वारदात पुलिस ने सुलझा ली है। मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार कर एक दिन के रिमांड पर लिया गया है। प्रारंभिक तौर पर सामने आया है कि उधार दिए गए 1500 रुपये को लेकर हुए विवाद में राजकुमार को मौत के घाट उतारा गया। आरोपियों से पूछताछ जारी है और उनकी निशानदेही पर पुलिस वारदात में इस्तेमाल की गई स्कूटी व पेचकस बरामद करेगी।

दरअसल, यूपी मूल का राजकुमार यहां आसौदा में रहता था तथा रोहद स्थित इंडियन ऑयल के पेट्रोल पंप पर बतौर सेल्समैन काम करता था। रविवार की देर रात को पंप के साथ लगते प्लॉट में उसकी हत्या कर दी गई थी। प्रारंभिक तौर पर हत्यारोपियों की पहचान नहीं हो पाई थी। इसके बाद पुलिस ने कैमरे की फुटेज खंगालनी शुरू की और अन्य कर्मियों से पूछताछ की। जिसके बाद पुलिस के हाथ कुछ सुराग लगे और मामले की परतें खुलने लगी। पुलिस ने दो आरोपियों को बहादुरगढ़ इलाके से गिरफ्तार किया। बुधवार को अदालत में पेश कर एक दिन के रिमांड पर लिए गए।

आरोपियों की पहचान रोहित व प्रवीण के रूप में हुई है। दोनों बहराणा के रहने वाले हैं। मामले में सामने आया है कि पहले रोहित भी इसी पंप पर काम करता था। उस दौरान रोहित से राजकुमार ने 1500 रुपये लिए थे लेकिन वापस नहीं दिए।

इसी रंजिश के चलते दोनों आरोपी रविवार की रात को पंप के साथ लगते प्लॉट में आए। उस प्लॉट में से आवाज लगाकर राजकुमार को बुलाया। वहां प्लॉट में इनके बीच रुपयों को लेकर कहासुनी हुई। जिसके चलते पेचकस मारकर राजकुमार को मौत के घाट उतार दिया गया। फिर आरोपी स्कूटी पर सवार होकर चंपत हो गए। बताते हैं कि वारदात से पहले रात करीब 9 बजे भी ये पंप पर आए थे।