हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, मंगलवार, 11 नवंबर 2025

11 मांगों को लेकर किसान संगठनों ने किया प्रदर्शन

12 ऋषिकेश में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावक छाए

खबर संक्षेप

उपभोक्ता कष्ट निवारण फोरम की बैठक आज

झज्जर। उपभोक्ताओं की बिजली संबंधी समस्याओं के त्वरित समाधान के लिए मंगलवार को उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम द्वारा अधीक्षण अभियंता कार्यालय में बिजली अदालत व उपभोक्ता कष्ट निवारण फोरम की बैठक का आयोजन किया जाएगा। सुबह 11 बजे से 2 बजे तक उपभोक्ता कष्ट निवारण फोरम का आयोजन होगा। यह अदालत फोरम के चेयरमैन एवं बिजली निगम के अधीक्षण अभियंता ऑपरेशन सर्कल झज्जर की अध्यक्षता में होगी। प्रवक्ता ने बताया कि इस दौरान बिजली बिल, कनेक्शन और अन्य तकनीकी समस्याओं से जुड़े परिवादों की सुनवाई की जाएगी।

दूसरी पदयात्रा आज बादली में निकलेगी

बहादुरगढ़। लौह पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में राष्ट्रीय एकता, अखंडता और देशभक्ति के संदेश से ओतप्रोत दूसरी पदयात्रा मंगलवार को बादली क्षेत्र में आयोजित की जाएगी। यह यात्रा बुपनिया स्थित राजे फार्म से प्रारंभ होकर डाबौदा खुर्द होते हुए मांडोठी के सीताराम मंदिर में संपन्न होगी। भाजपा के राष्ट्रीय सचिव ओमप्रकाश धनखड़ पदयात्रा में बतौर मुख्य अतिथि शामिल होंगे। जिलाध्यक्ष विकास वाल्मिकी, दिनेश कौशिक, संजय कबलाना व जिप चेयरमैन कप्तान बिरधाना सहित अनेक लोग इसमें शामिल होंगे।

कमरे में मृत मिला प्रवासी युवक

बहादुरगढ़। गांव कसार स्थित कमरे में प्रवासी युवक मृत अवस्था में मिला। मौत का कारण स्पष्ट नहीं है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट से मौत के कारणों का खुलासा हो पाएगा। मृतक की पहचान 29 वर्षीय अयूब के रूप में हुई है। मूलतः यूपी का अयूब यहां कसार में किराये पर रहता था। एक फैक्ट्री में काम करता था। रविवार की सुबह वह कमरे से बाहर नहीं निकला तो साथी कर्मी उसके पास गया। देखा तो वह मृत अवस्था में था। सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की।

दिल्ली ब्लास्ट के बाद बॉर्डर पर बढ़ाई चौकसी, 9 नाके लगाकर की जांच

■ पुलिस कमिश्नर डॉ. राजश्री ने किया दिल्ली सीमा से लगते नाकों का दौरा, किरायेदारों का वेरिफिकेशन करवाने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

दिल्ली के लाल किले के पास हुए ब्लास्ट के बाद हरियाणा पुलिस पूरे राज्य में हाई अलर्ट पर है। बहादुरगढ़ इलाके में सुरक्षा व्यवस्था को और कड़ा कर दिया गया है। विशेष रूप से टिकरी बॉर्डर व दिल्ली से लगती अन्य सीमाओं के आसपास चौकसी बढ़ाई गई है।

पुलिस की टीमें हर आने-जाने वाले वाहन की बारीकी से जांच कर रही हैं और चालकों से पूछताछ की जा रही है। सोमवार की देर रात पुलिस कमिश्नर डॉ. राजश्री सिंह और डीसीपी मयंक मिश्रा ने टिकरी बॉर्डर के निकट एमआईई में लगे नाके का दौरा किया। दोनों अधिकारियों ने नाकेबंदी व्यवस्था की समीक्षा की। पुलिस कमिश्नर डॉ. राजश्री ने कहा कि दिल्ली में हुई घटना के बाद एहतियात के तौर पर पुलिस पूरी तरह से सतर्क है। उन्होंने बताया कि हर वाहन की गहन जांच की जा रही है और कोई भी लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

पुलिस कमिश्नर ने मेट्रो स्टेशनों को भी अलर्ट किया जारी

डॉ. राजश्री सिंह ने कहा कि एडीजीपी सीआईडी से लगातार समन्वय बनाकर स्थिति पर नजर रखी जा रही है। इसके साथ ही मेट्रो स्टेशनों को अलर्ट जारी कर दिया गया है और शहर के प्रमुख स्थानों पर भी पुलिस बल तैनात कर दिया गया है। उन्होंने बताया कि बहादुरगढ़ और बादली क्षेत्र में कुल 9 नाके लगाए गए हैं, जहां 24 घंटे जांच जारी रहेगी। उन्होंने लोगों से अपील की है कि वे सतर्क रहें और अपने मकानों में रह रहे किरायेदारों का वेरिफिकेशन जरूर करवाएं ताकि कोई असामाजिक तत्व कहीं ठिकाना न बना सके। इसके अलावा कच्चे-पक्के रास्तों पर भी निगरानी को गश्त बढ़ा दी गई है।

बहादुरगढ़ में दिल्ली बॉर्डर पर वाहनों की जांच करती पुलिस।

एक्यूआई 479, एसईएसटीएफ ने 3 जगह की छापेमारी

छह अवैध प्लास्टिक यूनिट पकड़ी, तीन भट्ठियां की सील

अवैध प्लास्टिक वेस्ट वॉशिंग और प्लास्टिक कचरा जलाने वालों पर बड़ी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

पिछले कई दिनों से वायु प्रदूषण को झेल रहे शहरवासियों को राहत देने के लिए प्रशासन अलर्ट दिखाई दिया। स्टेट एनवायरनमेंट स्पेशल टॉस्क फोर्स की अलग-अलग टीमों ने सोमवार को क्षेत्र में तीन जगहों पर छापेमारी की। एसईएसटीएफ की एक टीम ने मुंगेशपुर ड्रेन के किनारे स्थित अवैध प्लास्टिक वेस्ट वॉशिंग और प्लास्टिक कचरा जलाने वाली 3 इकाइयों को पकड़ा। दूसरी टीम ने गांव जसोरखेड़ी क्षेत्र में अवैध रूप से चल रही एल्युमीनियम पिघलाने की भट्ठियां पकड़ी। मौके पर ही 3 भट्ठियां तत्काल ध्वस्त कर दीं। तीसरी टीम ने परनाला के निकट विवेकानंद नगर और छोटूराम नगर क्षेत्रों में भी छापेमारी कर 3 अवैध प्लास्टिक वेस्ट प्रोसेसिंग यूनिटों को बंद कराया।

प्रदूषण नियंत्रण एवं अवैध उद्योगों पर सख्त रुख के तहत राज्य पर्यावरण विशेष कार्य बल की एक टीम ने जसौरखेड़ी गांव के इलाके में छापेमारी की। जहां एल्युमीनियम पिघलाने की भट्ठियां पकड़ी गईं। एचएसपीसीबी के एसडीओ अजय बूरा के अनुसार ये भट्ठियां बिना किसी अनुमति के संचालित की जा रही थीं, जिससे पर्यावरण को नुकसान पहुंच रहा था। उन्होंने 3 अवैध भट्ठियों को ध्वस्त करवाया। साथ ही भूमि मालिकों और यूनिट संचालकों के खिलाफ आगे की कार्रवाई शुरू कर दी। एचएसपीसीबी के क्षेत्रीय अधिकारी शैलेंद्र अरोड़ा ने बताया कि प्रदूषण फैलानी वाली ऐसी अवैध गतिविधियों पर लगातार सख्त कार्रवाई की जा रही है। संबंधित यूनिट मालिकों तथा भूमि मालिकों के खिलाफ आगे की कानूनी कार्रवाई शुरू की जाएगी।

बहादुरगढ़। जसौरखेड़ी क्षेत्र में चल रही एल्युमीनियम पिघलाने की भट्ठियां।

मुंगेशपुर ड्रेन के पास तीन अवैध यूनिट पकड़ी

एचपीसीबी के एसडीओ अमित ने मुंगेशपुर ड्रेन के किनारे स्थित अवैध प्लास्टिक वेस्ट वॉशिंग और प्लास्टिक कचरा जलाने वाली 3 इकाइयों को पकड़ा। निरीक्षण के दौरान टीम ने पाया कि ये यूनिटें बिना किसी वैध अनुमति के प्लास्टिक कचरे की प्रोसेसिंग और जलाने का कार्य कर रही थीं। इससे क्षेत्र में गंभीर वायु प्रदूषण फैल रहा था। टीम ने मौके पर ही तीनों यूनिटों को बंद करवाकर बिजली कनेक्शन काटने की कार्रवाई की। एक अन्य टीम ने विवेकानंद नगर और छोटूराम नगर क्षेत्रों में भी छापेमारी कर ऐसी ही 3 अवैध प्लास्टिक वेस्ट प्रोसेसिंग यूनिटों को बंद कराया।

धूल-धुएं से बेदम हुआ बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। शहर की हवा सोमवार को एक बार फिर बेहद जहरीली हो गई। प्रदूषण के स्तर ने सभी सीमाएं पार कर दीं। सोमवार को बहादुरगढ़ का वायु गुणवत्ता सूचकांक 479 दर्ज किया गया। गंभीर श्रेणी में आई हवा में सामान्य व्यक्ति के लिए भी सांस लेना मुश्किल हो गया है। बच्चों, बुजुर्गों और श्वसन रोगियों के लिए यह बेहद खतरनाक है। पर्यावरण से जुड़ी एक वेबसाइट के आंकड़ों के अनुसार पीएम-10 का स्तर 390 मिलीग्राम प्रति घन मीटर रिकॉर्ड हुआ। यह विश्व स्वास्थ्य संगठन के निर्धारित मानक से लगभग 9 गुना अधिक है। वहीं, पीएम 2.5 की मात्रा 315 मिलीग्राम प्रति घन मीटर रही। यह डब्ल्यूएचओ द्वारा तय मानक से 21 गुना ज्यादा है। ऐसे में हवा में मौजूद सूक्ष्म कण शरीर के फेफड़ों में गहराई तक प्रवेश करते हैं और हृदय, फेफड़े तथा मस्तिष्क से जुड़ी बीमारियों का खतरा बढ़ा देते हैं। प्रदूषण का असर आंखों में जलन, खांसी, गले में खराश और सांस लेने में तकलीफ के रूप में स्पष्ट दिखाई दे रहा है।

■ गंभीर श्रेणी में पहुंची वायु गुणवत्ता, मानक से कई गुना ज्यादा प्रदूषण

रजिस्ट्री के नए नियम बने परेशानी का सबब

■ हरियाणा स्टेट डॉक्यूमेंट राइटर्स एसोसिएशन ने महानिरीक्षक पंजीकरण को भेजी शिकायत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

हरियाणा सरकार द्वारा लागू की गई ऑनलाइन रजिस्ट्री की नई व्यवस्था लोगों के लिए सिरदर्द बन गई है। डिजिटल सुविधा के नाम पर शुरू की गई यह प्रणाली फिलहाल आम जनता के लिए परेशानी का कारण बन चुकी है। हरियाणा स्टेट डॉक्यूमेंट राइटर्स एसोसिएशन ने इसे लेकर हरियाणा के महानिरीक्षक पंजीकरण को लंबी-चौड़ी शिकायत भेजी है।

एसोसिएशन के मीडिया सचिव श्रीभगवान जांगड़ा ने बताया कि नए नियमों के तहत अब रजिस्ट्री से पहले ऑनलाइन स्लॉट बुक करना, ई-स्टांप व डिजिटल दस्तावेज़ अपलोड करना और पेपरलेस प्रक्रिया से सत्यापन कराना अनिवार्य किया गया है। लेकिन तकनीकी और सॉफ्टवेयर की खामियों की वजह से यह प्रक्रिया बेहद धीमी है। नागरिकों को दिनभर तहसील कार्यालयों के चक्कर लगाने पड़ रहे हैं। रजिस्ट्री की तारीख निकल जाने पर भी काम पूरा नहीं हो पा रहा है। उनका कहना है कि ऑनलाइन सिस्टम में छोटे से डेटा एरर या फाइल अपलोड में दिक्कत आने पर पूरा आवेदन रिजेक्ट हो जाता है, जिससे खरीदार और विक्रेता दोनों को आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा है। वहीं, वृद्ध नागरिकों और ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों के लिए यह नई प्रक्रिया तकनीकी रूप से अधिक कठिन साबित हो रही है। वहीं सरकारी अधिकारियों का दावा है कि नई प्रणाली से पारदर्शिता बढ़ेगी और भ्रष्टाचार पर अंकुश लगेगा। हालांकि जब तक तकनीकी खामियां दूर नहीं होतीं, तब तक जनता को राहत मिलना मुश्किल है।

डीसी ने अवैध कॉलोनियों में निर्माण गिराने के दिए निर्देश

झज्जर। अवैध कॉलोनियों और अवैध निर्माणों के खिलाफ कार्रवाई में सभी विभाग समन्वयित रूप से कार्य करें ताकि किसी भी स्तर पर लापरवाही या देरी न हो। अवैध कॉलोनियों को किसी भी सूरत में पनपने नहीं दिया जाएगा और सूचना मिलते ही निर्माण कार्य ध्वस्त किया जाए। यह निर्देश डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने अधिकारियों को समीक्षा बैठक में दिए। उन्होंने कहा कि डीटीपी के साथ सभी संबंधित विभाग राजस्व, पुलिस, पंचायत, नगर निकाय मिलकर कार्य करें। उन्होंने पुलिस विभाग को निर्देश दिए कि अवैध निर्माण की कार्रवाई के लिए समय पर पुलिस फोर्स उपलब्ध कराई जाए, ताकि प्रशासनिक टीमें बिना किसी बाधा के मौके पर कार्रवाई कर सकें।

भागलपुरी रोड पर दो मोटरसाइकिल की टक्कर में एक की मौत, दूसरा गंभीर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

कस्बा बेरी में भागलपुरी मार्ग पर हुई दो मोटरसाइकिलों की टक्कर में एक युवक की मौत हो गई जबकि दूसरा गंभीर रूप से घायल हो गया। रविवार की रात करीब आठ बजे हुई इस घटना की सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची तथा राहगीरों से मामले की जानकारी लेते हुए शव को कब्जे में लेकर उसे पोस्टमार्टम के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल के शवगृह पहुंचाया। मृतक की पहचान क्षेत्र के गांव भागलपुरी निवासी करीब 18 वर्षीय योगेश पुत्र प्रताप के तौर पर हुई है। जानकारी के अनुसार योगेश बेरी अनाजमंडी में एक दुकान पर काम करता था। रविवार की शाम जब वह खाना खाने के लिए घर जा रहा था तो पॉवर हाउस के नजदीक सामने से तेज गति से आ रही एक बाइक ने उसे टक्कर मार दी। इस टक्कर में जहां योगेश की मौत हो गई वहीं दूसरा बाइक चालक गंभीर रूप से घायल हो गया। जिसे उपचार के लिए रोहतक पीजीआई रेफर किया गया है। मृतक के भाई सोमदत्त की शिकायत पर आरोपी बाइक चालक के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है।

झज्जर। नागरिक अस्पताल में पोस्टमार्टम के बाद शव ले जाते हुए परिजन। फोटो : हरिभूमि

रोडवेज बस की टक्कर से बाइक सवार एयरफोर्स के पूर्व कर्मी की मौत

■ जहांगीरपुर गांव के नजदीक सोमवार सुबह दर्दनाक हादसा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

जहांगीरपुर गांव के नजदीक सोमवार सुबह हरियाणा रोडवेज की बस से मोटरसाइकिल सवार एक व्यक्ति की मौत हो गई। मृतक की पहचान जिले के गांव मुंडाहेड़ा निवासी करीब 47 वर्षीय जयकिशन पुत्र नंदकिशोर के तौर पर हुई है।

पुलिस को दी शिकायत में मृतक के भतीजे विपुल ने बताया कि सोमवार की सुबह करीब नौ बजे वह अपने ताऊ जयकिशन को साथ लेकर मोटरसाइकिल पर नजफगढ़ जा रहा था। सुबह करीब सवा दस बजे जब वह बादली रोड पर जहांगीरपुर गांव के नजदीक पहुंचे तो पीछे से तेज गति से आ हरियाणा रोडवेज की बस ने उनकी बाइक को टक्कर मार दी। टक्कर लगने से असंतुलित बस जहां डिवाइड पर चढ़ गई वहीं मोटरसाइकिल बस के नीचे दब गई। विपुल के अनुसार इस घटना में बस के नीचे आने से उसके ताऊ की मौके पर ही मौत हो गई जबकि वह गंभीर रूप से घायल हो गया। इसके बाद राहगीरों की सहायता से उसे उपचार के लिए सीएचसी बादली ले जाया गया जहां प्राथमिक उपचार के बाद चिकित्सकों ने उसे रेफर कर दिया। पुलिस को दी गई शिकायत में विपुल द्वारा पुलिस को बस संख्या व संबंधित डिपो से भी अवगत कराया है। एयरफोर्स से सेवानिवृत्त मृतक जय किशन सिंचाई विभाग के ग्रुप डी में अकेहड़ी मदनपुर पंप हाउस पर कार्यरत थे। पुलिस ने विपुल की शिकायत पर संबंधित बस चालक पर मामला दर्ज कर नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है। पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया।

कार से टकराकर बाइक सवार की मौत

बहादुरगढ़। गांव मांडोठी में कार और बाइक की टक्कर में बाइक सवार युवक की मौत हो गई। पुलिस ने पोस्टमार्टम करा शव परिजनों को सौंप दिया है। इस संबंध में कार चालक के खिलाफ केस दर्ज किया गया है।

मृतक की पहचान करीब 32 वर्षीय सहदेव के रूप में हुई है। सहदेव मदाना कलां का रहने वाला था। दिल्ली की एक कंपनी में ड्राइवर के तौर पर कार्यरत था। जानकारी के अनुसार, रविवार की रात को ड्यूटी खत्म करने के बाद वह बाइक पर सवार होकर अपने घर जा रहा था। रात करीब डेढ़ बजे जब मांडोठी-मातन रोड पर पहुंचा तो आगे चल रही कार से उसकी बाइक टकरा गई। इस हादसे में उसको गंभीर चोट आई। अस्पताल में ले जाया गया तो डॉक्टरों ने मृत घोषित कर दिया। सूचना पाकर परिजन जीएच बहादुरगढ़ की ओर दौड़े, वहीं पुलिस ने भी मौके पर पहुंच कर जांच शुरू की। सोमवार को परिजनों के बयान लिए गए। पुलिस को दी शिकायत में जगबीर ने कहा है कि सेंट्रो कार चालक ने लापरवाही से अचानक ब्रेक लगा दिए। इसी वजह से भतीजे सहदेव की बाइक की कार से टक्कर हो गई और उसकी जान चली गई। इस बयान पर मांडोठी चौकी पुलिस ने आरोपी अज्ञात सेंट्रो चालक के खिलाफ केस दर्ज कर उसकी तलाश शुरू कर दी है। पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

विधायक राजेश जून ने सड़क निर्माण कार्य का किया शुभारंभ

4 करोड़ में बनेगी आसौदा से कुलासी तक सड़क

साढ़े 5 किलोमीटर लंबी 80 एमएम मोटी तथा 12 से 18 फुट चौड़ी सड़क का निर्माण होगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

विधायक राजेश जून ने सोमवार को आसौदा से कुलासी तक बनने वाली सड़क के निर्माण कार्य का शुभारंभ किया। पीडब्ल्यूडी विभाग के अधिकारियों, ग्राम सरपंच और ग्रामीणों की मौजूदगी में विधायक ने नारियल फोड़कर लगभग 4 करोड़ रुपये की लागत से बनने वाली साढ़े 5 किलोमीटर लंबी, 80 एमएम मोटी तथा 12 से 18 फुट चौड़ी सड़क का निर्माण कार्य शुरू करवाया। सड़क निर्माण शुभारंभ के दौरान ग्रामवासियों ने विधायक राजेश जून का स्वागत किया और नई सड़क बनवाने के लिए आभार जताया। विधायक राजेश जून ने मौके पर मौजूद ठेकेदार को निर्देश दिए कि सड़क निर्माण में किसी भी प्रकार की गुणवत्ता से समझौता नहीं होगा।

टेंडर के निर्धारित मानकों के अनुसार ही कार्य किया जाए ताकि सड़क लंबे समय तक मजबूत और उपयोगी बनी रहे। विधायक राजेश जून ने बताया कि इससे पहले भी आसौदा से लुहारहेड़ी, आसौदा से रोहद, आसौदा से दहकोरा सहित हलके की अधिकांश टूटी सड़कों का निर्माण कार्य पूरा हो चुका है या कार्य प्रगति पर है। शेष सड़कों को भी जल्द नया बनवाया जाएगा।

विधायक राजेश जून सड़क निर्माण कार्य का शुभारंभ करते हुए।

सीएम के सामने रख चुके सड़कों की मांग

राजेश जून ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से उन्हें पूर्ण सहयोग मिल रहा है। उन्होंने हलके की सभी जर्जर सड़कों के नवीनीकरण की मांग सीएम नायब सैनी के समक्ष रखी थी। जिसे मुख्यमंत्री ने तुरंत मंजूरी प्रदान की और अधिकांश सड़कों पर निर्माण कार्य पूरा हो चुका है। इस मौके पर सरपंच पप्पू, अजीत, जयपान, सुंदर, राजपाल, प्रकाश, कृष्ण, हरीश, अश्वनी आदि मुख्य रूप से मौजूद रहे।

दीपक हत्याकांड में दो आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

रोहद में हुए दीपक हत्याकांड को पुलिस ने सुलझा लिया है। आसौदा व सीआईए की संयुक्त टीम ने हत्या के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। एक आरोपी को जेल भेजा है तो दूसरे को दो दिन के रिमांड पर लिया है। मामले में फरार चल रहे एक अन्य आरोपी की तलाश में भी पुलिस दबिश दे रही है।

शनिवार को दीपक की हत्या की गई थी। उसी के तीन परिचितों पर हत्या का आरोप लगा था। दरअसल, रोहद के निवासी रघुबीर ने पुलिस को शिकायत दी थी कि शनिवार को सोनू नाम का एक युवक मेरे बेटे दीपक को अपने साथ ले गया था। उसी शाम सोनू ने फोन पर सूचना दी कि दीपक को घायल अवस्था में पीजीआई रोहतक भर्ती कराया गया है। जब हम वहां गए तो दीपक मृत हालत में था। हमने जांच की तो पता चला सोनू व उसके दो अन्य साथी दीपक के साथ थे। उन्होंने ही दीपक को मौत के घाट उतारा। इस शिकायत पर आसौदा थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू की। मामले में पुलिस ने सोनू व चिराग को गिरफ्तार किया है। चिराग को अदालत में पेश कर जेल में भेज दिया। जबकि सोनू को दो दिन के रिमांड पर लिया है।

पुरानी रंजिश के चलते था मनमुटाव

प्रारंभिक तौर पर सामने आया है कि पुरानी रंजिश के चलते मृतक व आरोपियों में मनमुटाव चल रहा था। इसलिए सोनू ने अपने साथियों संग मिलकर योजनाबद्ध तरीके से यह वारदात अंजाम दी। रिमांड अवधि में पुलिस आरोपी सोनू से अन्य संभावित सहयोगियों, वारदात में प्रयुक्त वाहन और हथियार के बारे में गहन पूछताछ करेगी। आसौदा थाना प्रभारी राजेश कुमार ने बताया कि शनिवार को रोहद के निवासी दीपक की हत्या की सूचना मिली थी। केस दर्ज कर जांच शुरू की। मामले में अब दो आरोपी गिरफ्तार किए गए हैं। जांच चल रही है। अन्य आरोपी भी जल्द हिरासत में लिए जाएंगे।

हरिभूमि
सहेली

विशेष: बाल दिवस, 14 नवंबर

बच्चा है तो वह मासूम, भोला-भाला होगा ही, बड़ी स्वाभाविक सी बात है। लेकिन इस नए दौर में बच्चे अपनी मासूमियत खो रहे हैं, उनकी बाल सुलभ सहजता लुप्त हो रही है, इसके कुछ नकारात्मक परिणाम बच्चों के व्यक्तित्व विकास पर पड़ रहे हैं। जरूरी है अभिभावक इन्हें जानें-समझें और बच्चे की मासूमियत खोने ना दें, उनका नैसर्गिक विकास हो।

बच्चों की खोती मासूमियत कैसे सहेजें हम

कवर स्टोरी

डॉ. मोनिका शर्मा

बच्चे, अब बच्चों जैसे नहीं रहे। बालमन की मासूमियत गुम हो रही है। अब तो बच्चों के खेल-खिलौने ही बदल गए हैं। कैसी भाषा बोलने लगे हैं, आजकल के बच्चे? अब तो घर के छुटके सदस्य किसी की सुनते ही नहीं। ऐसी बातें घर-घर का किस्सा हैं। घर के बड़े-बुजुर्ग हों या बच्चों के अभिभावक, चिंतित भी हैं और चकित भी। कभी आने वाले कल से जुड़े भय के चलते तो कभी आज की उलझनों के कारण, बच्चों के बदलते बर्ताव की चर्चा हर ओर हो रही है।

समझना होगा बच्चों के मन का हाल

वक्त के साथ लाइफस्टाइल से लेकर तकनीक के इस्तेमाल तक, हर चीज में बदलाव आएगा ही। इन बदलावों संग ही सकारात्मक परवरिश की राह निकालनी होगी। अभिभावक को बच्चों के मन का हाल समझना होगा। उनके व्यवहार पर गौर करते हुए सोच की बदलती दिशा की थाह लेनी होगी। समय के साथ सधी कदमताल ही बचपन की मासूमियत सहेज सकती है। साथ ही नई पीढ़ी को अपडेट रखने के लिए भी एक संतुलित रास्ता चुनना आवश्यक है। बच्चों के लिए तो सब कुछ नया-सा होता है। स्कूल जाने पर सीखने-पढ़ने की नई खिड़की खुलती है। आस-पड़ोस का मेलजोल, घर के बाहर लोगों के व्यवहार से जुड़े अच्छे-बुरे तौर-तरीकों से मिलवाता है। ऐसे में बच्चे कभी कुछ जान-बूझकर सीखते हैं तो कभी अनजाने ही किसी के बर्ताव को दोहराने लगते हैं। बावजूद इसके बच्चों को अपने परिवेश से दूर नहीं रखा जा सकता। खेलकूद या मेलजोल पर पाबंदी नहीं लगाई जा सकती। ऐसे में अभिभावक को ठहराव के साथ उनका हाथ थामना होगा। समय के साथ आ रहे बदलावों के प्रति 'सार-सार को गहि रहै, थोथा देई उड़ाय' का भाव शुरुआती पड़ाव पर ही उनके मन में भरना होगा। ध्यान रहे कि हर परिस्थिति को लेकर शिकायत करना इंसान को सीमाओं में बांधता है। इसीलिए मौजूदा दौर में अभिभावक को एक बैलेंस बनाना होगा। जीवन की डगर पर बच्चों का हाथ थामकर एक सधी कदमताल करनी होगी। बालमन को नकारात्मकता से बचाने के लिए समझाइश देनी होगी। बच्चों के मन में सकारात्मक बातों-बर्ताव को अपनाने वाली खुली सोच को पोसना होगा।

सकारात्मक जुड़ाव ही है हल

संपर्क में आने वाले लोग हों या इस्तेमाल की जा रही सुविधाएं। बच्चे, सही या गलत का फर्क नहीं कर सकते। उनका मासूम मन लाभ या हानि का गणित नहीं समझता। हालिया वर्षों में तकनीक द्वारा बालमन का दिशाहीन होना एक बड़ी चिंता बन गया है। अभिभावक बच्चों को टेक्निकल गैजेट्स का सही इस्तेमाल करना सिखाएं। साथ ही खुद भी स्क्रीन के संसार में खोने के बजाय इस मामले में अनुशासन बरतें। स्पेन की यूनिवर्सिटी नेब्रिजा में हुए एक अध्ययन के मुताबिक स्क्रीन टाइम बच्चों के लिए नुकसानदेह और फायदेमंद दोनों साबित हो सकता है। यह अध्ययन कहता है कि स्क्रीन के बहुत अधिक और अनियंत्रित इस्तेमाल से बच्चों का फोकस कम होता है। बच्चों के भाषा सीखने और भावनात्मक विकास में बाधा आ सकती है। नेब्रिजा यूनिवर्सिटी का यह अध्ययन बताता है कि अगर स्क्रीन का उपयोग, एजुकेशनल कंटेंट और परिवार के साथ इंटरैक्शन के लिए किया जाए तो बच्चों के दिमागी विकास, ध्यान और भाषा में सुधार कर सकता है। यही बात खेल, सामाजिक मेल-मिलाप, खान-पान और लाइफस्टाइल से जुड़ी दूसरी आदतों पर भी लागू होती है। बच्चे जो भी करें, उस फील्ड से जुड़े लोगों से ही नहीं, उस एक्टिविटी से भी एक पॉजिटिव कनेक्ट रखना सिखाएं।

सभी की भूमिका अहम

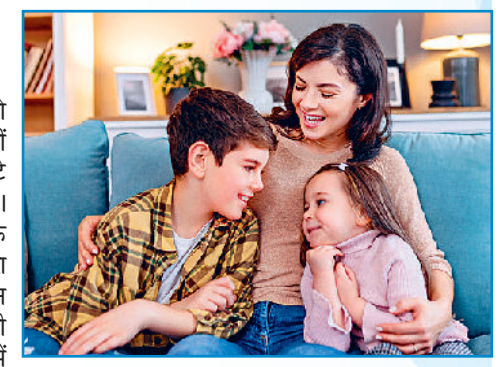
क्या सिर्फ बच्चे ही बदले हैं? अनुशासनहीनता और आक्रोश ने केवल बालमन को ही नहीं घेरा है, घर में बड़ों की बात सुनने-समझने में कोताही करने वाले केवल बच्चे ही तो नहीं? ऐसे बहुत से सवालों को लेकर अभिभावकों को गंभीरता से सोचना होगा। इन बातों-हालातों पर गहराई से सोचे बिना बच्चों की मासूमियत को नहीं सहेजा जा सकता। बच्चों के बचपन का गुम होना, बड़ों के बदलते जीवन पर भी प्रश्न उठाता है। बालमन का भ्रमित होना बड़ों की प्राथमिकताओं से उनके गायब हो जाने की भी बानगी है। घर से छुटके सदस्यों का चुप्पी चुन लेना, बड़ों से संवाद कम होने का भी नतीजा है। कहीं काम-काजी आपा-धापी में फंसे पैरेंट्स कुछ कहने से पहले ही बच्चों को जज कर रहे हैं तो कहीं मम्मी-पापा के रिश्ते में आते अलगाव की आंच मासूम मन को झुलसा रही है। अनगिनत सुविधाओं से घिरे बच्चे अकेले से लगते हैं। मशीनों के साथ पलते बच्चे मन के मोर्चे पर उदासी के घेरे में हैं। स्कूलों में दूसरी एक्टिविटिज के बोझ तले दबे टीचर्स, बच्चों से जुड़ाव नहीं बना पा रहे। आस-पड़ोस के दरवाजे ही नहीं, मन से जुड़ने के रास्ते भी बंद हैं। बदलावों के नाम पर बनी इस अजब-गजब दुनिया में बच्चे खोए से खड़े हैं। ऐसे में उनका साथ देने की जिम्मेदारी पैरेंट्स, टीचर्स और नेबर्स सभी की है। कहा जाता है कि 'इट टेक्स अ विलेज टू रेज अ चाइल्ड' यानी परिवार ही नहीं, पूरा परिवेश चाहिए होता है एक बच्चे को बड़ा करने के लिए। स्कूल, खेल का मैदान, ट्यूशन सेंटर या घर-आंगन, बचपन को सहेजने के लिए परवरिश की साझी जिम्मेदारी हर जगह मौजूद लोगों को

ज्यादा लाड़-प्यार से बिगड़ता है बच्चों का बर्ताव

सभी पैरेंट्स अपने बच्चों को खूब दुलार करते हैं, उनकी हर इच्छा पूरी करना चाहते हैं। लेकिन जरूरत से ज्यादा लाड़-प्यार बच्चों के बर्ताव को बिगाड़ सकता है, इसलिए सजग रहना जरूरी है।

रखें ध्यान

चैतन्या



अधिकतर पैरेंट्स अपने बच्चों को प्यार करने में कोई कमी नहीं रखना चाहते। घर के छोटे सदस्यों के प्रति यह लाड़-प्यार जरूरी भी है। प्यार-दुलार का यही व्यवहार दो पीढ़ियों के जुड़ाव को मजबूत करता है, लेकिन नेह भरा यह बर्ताव उस समय परेशानी का कारण बन जाता है, जब बच्चों की हर बात मान लेना ही प्यार जताना समझ लिया जाए। हर मामले में बच्चों के कहे मुताबिक पैरेंट्स, खुद को ढालने-बदलने लगें। समझना जरूरी है कि हद से ज्यादा लाड़-प्यार पाने के इन हालातों में बच्चे, अपने से बड़े पारिवारिक सदस्यों की बात सुनने-मानने की प्रवृत्ति भी खोने लगते हैं। इसीलिए बच्चों की परवरिश में लाड़-प्यार की भी एक सीमा आवश्यक है। शुरू से ही ऐसा ना किया जाए तो बच्चे बहुत-सी मानसिक और व्यावहारिक समस्याओं के घेरे में आने लगते हैं।

मूड स्विंग्स का शिकार: हद से ज्यादा प्यार मिलने से बालमन इमोशनल रेग्युलेशन नहीं सीख पाता। ऐसे बच्चे, अपनी इच्छाओं और भावनाओं के आगे पैरेंट्स के किसी तर्क या समझाइश को नहीं मानते हैं। पैरेंट्स का हद से ज्यादा प्यार पाने वाले बच्चों में मूड स्विंग्स ज्यादा होते हैं, जो जीवन के शुरुआती पड़ाव पर ही उन्हें दिशाहीन करने लगते हैं। ऐसे में बड़ों का भी समय रहते चेत जाना जरूरी है। मन-मुताबिक सब करने-चाहने की आदत बन जाने के बाद उनके मूड स्विंग्स को मैनेज करना मुश्किल हो जाता है। बात-बात पर बच्चों की बदलती मनःस्थिति, पैरेंट्स को सजग करने वाला पक्ष है। इस बर्ताव से उनको समझना चाहिए कि बच्चे को जरूरत से ज्यादा ही लाड़-प्यार मिल रहा है। समझाइश को मानने और मन की करने-करवाने से दूर होते बच्चों के पैरेंट्स को संतुलित परवरिश की राह चुननी चाहिए। इसीलिए शुरुआती कदम पर ही याद रखें कि लाड़-प्यार की अति, बच्चों को मूड स्विंग्स का शिकार बनाने वाली होती है।

टीम वर्क से दूरी : पैरेंट्स द्वारा मन-मुताबिक सब कुछ करने देने की छूट पाने वाले बच्चे, टीम वर्क नहीं कर पाते। पढ़ाई हो या सामाजिक-पारिवारिक गतिविधि, कोई प्रेशर नहीं सह पाते। हमारे परिवारों में आमतौर पर बच्चों से दुलार करने का मतलब उन्हें गलत व्यवहार से ना टोकना, बुरी भाषा बोलने से ना रोकना और जिद्दी बर्ताव करने पर सख्ती ना करने से लिया जाता है। बच्चों के हर तरह के नकारात्मक व्यवहार की यह सहज स्वीकार्यता उन्हें और आक्रामक बना देती है। समझना मुश्किल नहीं कि घर हो या स्कूल, यह आक्रामकता उनमें मिलजुल कर काम करने की सोच नहीं आने देती है। साथ ही किसी बच्चे का यह बर्ताव देख, दूसरे बच्चे भी उससे दूरी बनाने लगते हैं। पैरेंट्स के सामने की जाने वाली जिद के समान ही बच्चे घर से बाहर भी मिल-जुलकर कोई एक्टिविटी करने के बजाय अपनी बात मनवाने पर अड़ने का रुख अपनाते हैं। ऐसी स्थितियां बच्चों को रचनाशीलता से दूर करती है। क्लास हो या खेल का मैदान, साझी गतिविधियों में अपनी ही जिद मनवाने की मानसिकता के चलते बच्चे ना तो क्रिएटिव बन पाते हैं और ना ही कुछ नया सीखने में रुचि लेते हैं।

अशिष्ट और स्वार्थी बर्ताव: लाड़-प्यार की अति से जुड़ी समस्याओं का खामियाजा बच्चों के पूरे व्यक्तित्व को प्रभावित करता है। पैरेंट्स की हद से ज्यादा उदारता से हर बात में बहस करना, बच्चों की आदत में शुमार हो जाता है। इससे उनका व्यक्तित्व ही नहीं आने वाला जीवन भी प्रभावित होता है। शुरू से ही 'न' सुनने की आदत ना डाली जाए तो एक समय के बाद माता-पिता भी बच्चों के व्यवहार को नियंत्रित नहीं कर पाते। बच्चों को सही दिशा नहीं दिखा पाते। इसीलिए बच्चों के प्रति स्नेहपूरित दुलार के साथ एक सधापन शुरू से ही अपनाएं। a

हालांकि अब ज्यादातर घरों में बच्चे, बड़े-बूढ़ों से कहानी सुनने में रुचि नहीं लेते। जबकि कहानियां बच्चों का मनोरंजन करती हैं, उनका ज्ञान बढ़ाती हैं, उन्हें अच्छे गुणों से संस्कारित करती हैं। बच्चों को कहानी सुनाने के फायदों के बारे में जानिए।

मनोरंजन के साथ सिखाती भी हैं कहानियां

सलाह

प्रतिभा अग्निहोत्री

कहानियां, मोबाइल और टीवी के आगमन से पहले बच्चों को जीवन के मूल्यों को सिखाने का एक सशक्त माध्यम हुआ करती थीं। रात को सोने से पहले अपनी दादी-नानी से कहानी सुनना लगभग हर बच्चे के लिए जरूरी काम हुआ करता था। इसका वे बहुत बेसब्री से इंतजार किया करते थे। लेकिन जैसे-जैसे तकनीक का विकास होता गया, वैसे-वैसे किस्से-कहानियों की सुनाया जाना कम होता गया। आज इस सबका स्थान मोबाइल फोन ने ले लिया है। बच्चे से लेकर बड़े सभी डिजिटल दुनिया में खोए नजर आते हैं, जिससे न केवल उनकी आंखें, शरीर और मानसिक क्षमता भी प्रभावित हो रही है। बच्चों की क्रियाशीलता और रचनात्मक क्षमता खत्म होती जा रही है। बच्चों के समुचित विकास के लिए उन्हें किस्से-कहानियों से परिचित कराना बहुत जरूरी है।

रचनात्मक प्रतिभा का विकास: बच्चे जब किसी भी कहानी को सुनते हैं तो वे मानसिक रूप से उसमें डूब से जाते हैं। उन्हें लगता है कि मानो अमुक घटना बिल्कुल उनके सामने ही घटित हो रही है। यही नहीं कई बार वे स्वयं को ही उस घटना का पात्र भी समझने लगते हैं। सुनते समय वे कहानी के आगे आने वाले घटनाक्रम की कल्पना करने लगते हैं, इससे उनकी कल्पनाशीलता बढ़ती है, साथ ही उनकी रचनात्मक प्रतिभा का विकास भी होता है। यही रचनाशीलता आगे चलकर उनके व्यक्तित्व और उनकी शिक्षा में भी परिलक्षित होती है।

वोकैबलरी होती है मजबूत: कहानी सुनते समय बच्चे अनेक नए शब्दों से परिचित होते हैं। वे शब्द उनके अवचेतन मन में समा जाते हैं, जिनका अकसर बच्चे अपनी बातचीत में प्रयोग करते दिखते हैं। कहानियों से न केवल बच्चों में शब्द ज्ञान यानी वोकैबलरी बढ़ती है, वे वाक्यों को बनाना और यथोचित स्थान पर उनका प्रयोग करना भी सीखते हैं।

बनते हैं अच्छे श्रोता: चूंकि कहानी सुनने के दौरान बच्चा बोलता कम और सुनता अधिक है, इससे उसमें बचपन से ही अच्छे श्रोता के गुणों का विकास होने लगता है, जो भविष्य में उसके व्यक्तित्व विकास के लिए लाभकारी सिद्ध होता है।

जीवन मूल्यों का विकास: जब भी हम बच्चों को कोई कहानी सुनाते हैं तो उन कहानियों के पात्रों के माध्यम से उनमें जीवन मूल्यों का विकास होता है। हम सही, गलत, सच और झूठ जैसे भावों से परिचित कराते हैं, जो उम्र भर उनका साथ देते हैं।

इतिहास-संस्कृति का ज्ञान: बच्चों के पास आजकल अपना एकेडमिक कोर्स ही इतना अधिक होता है कि उनके पास अलग से कुछ भी पढ़ने का समय ही नहीं होता परंतु कहानियों के माध्यम से आप उन्हें अपनी संस्कृति और इतिहास से रूबरू करा सकते हैं, इससे उनके ज्ञान में वृद्धि होती है।

अध्ययन में मददगार: कहानियां बच्चों के व्यक्तित्व निर्माण में सहायक तो होती ही हैं, वे उनके अध्ययन में भी बहुत मददगार होती हैं। बचपन में सुनी गईं कहानियों से बच्चे की कल्पनाशीलता बढ़ती है।

ज्ञान में वृद्धि: कहानियों के विषय चूंकि मानव, पशु-पक्षी, जीव-जंतुओं आदि से सबंधित होते हैं, सो कहानी सुनते समय बच्चे इनसे परिचित हो जाते हैं, जिससे उनके विविध विषयों के ज्ञान में वृद्धि तो होती ही है, बच्चों में विषयों को जानने की जिज्ञासा भी बढ़ती है। a

(मनोवैज्ञानिक कीर्ति वर्मा से बातचीत पर आधारित)

बच्चों की ड्राय स्किन ऐसे बनेगी सॉफ्ट-ग्लोइंग

एडवाइस

ललिता गोयल

सर्दी के मौसम में बच्चों की स्किन काफी ड्राय होने लगती है। ऐसे में उनकी स्किन को एक्सट्रा केयर की जरूरत होती है। बदलते मौसम में बच्चों की स्किन की अगर सही देखभाल न की जाए, तो वो ड्राई और रफ होने लगती है। मौसम में बदलाव के कारण बच्चों के होंठ फटने लगते हैं, स्किन में ईचिंग होने लगती है। ऐसे में यहां बताए जा रहे उपायों पर गौर करना होगा।

मॉयश्चराइजर लगाएं: बच्चे को नहलाने के बाद उसकी स्किन को अच्छी तरह से पोंछने के बाद मॉयश्चराइजर लगाएं। सर्दियों में हवा में नमी कम होती है, जिससे स्किन ड्राई हो सकती है। ऐसे में बच्चे की त्वचा को मॉयश्चराइज रखने के लिए अच्छे मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल करें।

गुनगुने पानी का यूज करें: कभी भी बच्चे को ज्यादा गर्म पानी से न नहलाएं। इससे बच्चे की स्किन का नेचुरल ऑयल कम हो सकता है। ऐसे में बच्चे के लिए हमेशा हल्के गुनगुने पानी का ही इस्तेमाल करें। गुनगुने पानी से नहलाने से एक तो बच्चे को ठंड नहीं लगेगी, वहीं साथ ही में उनकी त्वचा की नमी भी बरकरार रहेगी।

हीटर की गर्मी से करें बचाव: अकसर लोग सर्दी के मौसम में ठंड से राहत दिलाने के लिए अपने बच्चे को नहलाकर हीटर के आगे बैठा देते हैं। ऐसा करने से बचना चाहिए।

हाइड्रेशन का ध्यान रखें: बच्चे को ड्राई स्किन की प्रॉब्लम से बचाने के लिए उसे डिहाइड्रेट न होने दें। उसे पर्याप्त मात्रा में पानी और लिक्विड डाइट देती रहें।

ऑयल मसाज करें: नन्हे बच्चों की स्किन से ड्राईनेस को मिटाने के लिए, थोड़े-थोड़े समय के अंतर पर तेल से मालिश जरूर करें। इससे आपके बच्चे की स्किन से रूखापन खत्म हो जाएगा। साथ ही, बच्चे की हेल्थ भी अच्छी बनी रहेगी।

माइल्ड साबुन का करें इस्तेमाल: केमिकल्स बेस्ड साबुन का इस्तेमाल करने से बच्चों की स्किन हार्श और ड्राई हो सकती है। इसलिए बच्चे को गुनगुने पानी से स्नान कराएं और हल्का बेबी सोप या माइल्ड क्लींजर इस्तेमाल करें। नहलाते वक्त बच्चे की त्वचा पर सिर्फ एक बार ही साबुन लगाएं। बार-बार बच्चों की त्वचा पर साबुन रगड़ने से स्किन से नमी खत्म हो सकती है। नहलाने के बाद बच्चों की त्वचा को हाइड्रेट रखने के लिए बेबी लोशन या एलोवेरा जैल भी लगाएं।

सनस्क्रीन लगाएं: ज्यादातर पैरेंट्स अकसर यह गलती करते हैं कि वो धूप में बाहर ले जाते वक्त सनस्क्रीन का इस्तेमाल नहीं करते हैं। ऐसा करना बिल्कुल गलत है। धूप से सुरक्षा के लिए बच्चों की त्वचा पर सनस्क्रीन लगाना बहुत जरूरी होता है। इससे बच्चे की स्किन पर ड्रायनेस नहीं आती है। a

(बाल रोग विशेषज्ञ डॉ. प्राची से बातचीत पर आधारित)

मेडिकल सजेशन

डॉ. अशोक झिंगन

चेयरमैन-डायबिटीज रिसर्च फाउंडेशन, नई दिल्ली

बदलती जीवनशैली, गलत खान-पान और कम फिजिकल एक्टिविटी के कारण डायबिटीज अब बच्चों में भी तेजी से बढ़ रही है। वर्ल्ड डायबिटीज-डे (14 नवंबर) के अवसर पर एक्सपर्ट डॉक्टर बता रहे हैं बच्चों में डायबिटीज होने के कारण, लक्षण और बचाव के तरीकों के बारे में।

बच्चों को भी हो सकता है डायबिटीज

डब्ल्यूएचओ ने भारत को 'डायबिटीज कैपिटल' का दर्जा दिया है। डायबिटीज एक मेटाबॉलिक बीमारी है, जिसमें शरीर के पैंक्रियाज ग्लैंड में बनने वाला इंसुलिन हार्मोन या तो पर्याप्त मात्रा में नहीं बनता या उसका असर कम हो जाता है। इंसुलिन भोजन से प्राप्त शुगर 'ग्लूकोज' को अवशोषित कर रक्त के जरिए शरीर के विभिन्न कोशिकाओं तक पहुंचाता है, जिससे सभी सेल्स सुचारू रूप से काम करते हैं और शरीर को ऊर्जा मिलती है। यह प्रक्रिया सामान्य रूप से नहीं चल पाती, तो रक्त में शुगर लेवल बढ़ जाता है। शुगर का बढ़ा हुआ स्तर लंबे समय तक बने रहने से व्यक्ति डायबिटीज का शिकार हो जाता है।

टाइप-1 डायबिटीज: यह कई कारणों से हो सकता है, जैसे वायरल फीवर के बाद संक्रमण, खाने-पीने की चीजों में मौजूद टॉक्सिन या केमिकल, मौसम परिवर्तन, प्रदूषण आदि। इनमें से किसी भी कारण से पैंक्रियाज ग्लैंड की बीटा सेल्स के खिलाफ एंटीबॉडी बनने लगती हैं, जिससे इंसुलिन बनने की प्रक्रिया प्रभावित हो जाती है या बंद हो जाती है। बढ़ी हुई ब्लड शुगर को कंट्रोल करने के लिए रोजाना प्रत्येक भोजन के बाद इंसुलिन लेना आवश्यक हो जाता है। अगर सही समय पर उचित उपचार मिले तो टाइप-1 डायबिटीज वाले बच्चे भी लंबी उम्र तक स्वस्थ जीवन जी सकते हैं।

टाइप-2 डायबिटीज: यह फिजिकल एक्टिविटी की कमी, गलत खान-पान, मोटापा और फैमिली हिस्ट्री के कारण होती है। इसमें शरीर में इंसुलिन कम बनता है या शरीर उसे सही तरह उपयोग नहीं कर पाता। इसमें नियमित व्यायाम और संतुलित आहार लेने की सलाह दी जाती है। सुधार न होने पर दवाइयां और इंसुलिन देना आवश्यक है।

लक्षण: बार-बार यूरीन आना खासकर रात में, अधिक प्यास लगना, जल्दी थक जाना, कमजोरी, वजन कम होना, चिड़चिड़ापन, देखने में दिक्कत, पढ़ाई में मन न लगना, मूड स्विंग्स, अचानक इंफेक्शन होना, विकास प्रभावित होना, लड़कियों में पीरियड्स का अनियमित होना।

कारण: डायबिटीज का जेनेटिक फैमिली बैकग्राउंड, गर्भावस्था में मां को जेस्टेशनल डायबिटीज के कारण नवजात शिशु का 3.5 किलोग्राम से अधिक होना, अधिक स्क्रीन टाइम और कम फिजिकल एक्टिविटी। मोटापा, जंक, प्रोसेस्ड फूड और चीनी युक्त पेय पदार्थों का अधिक सेवन करना। a

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

बचाव के उपाय

डायबिटीज से अपने बच्चों को बचाने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखें।

- बच्चों में हेल्दी ईटिंग हैबिट्स डालें।
- घर का बना संतुलित आहार दें और जंक फूड से दूर रखें।
- मीठा कम खाने को दें और नट्स, फ्रूट्स उनकी डाइट में शामिल करें।
- बच्चों के वजन और गतिविधि पर ध्यान रखें, ग्रोथ चार्ट मेंटेन करें।
- रोजाना कम से कम 60 मिनट फिजिकल एक्टिविटी के लिए बच्चे को प्रेरित करें।
- गर्भावस्था में महिलाओं को हेल्दी डाइट दें और नियमित चेकअप कराएं।
- अगर बच्चे को डायबिटीज है तो नियमित दवाएं और मॉनिटरिंग आवश्यक है।

संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर जिले के विभिन्न किसान संगठनों ने की नारेबाजी

मांगों को लेकर किसान संगठनों ने किया प्रदर्शन

झज्जर। तहसीलदार को ज्ञापन सौंपते हुए संयुक्त किसान मोर्चा के पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर जिले के विभिन्न किसान संगठनों ने किसानों और खेत मजदूरों की ज्वलंत समस्याओं के प्रति लघु सचिवालय में विरोध प्रदर्शन कर सीएम के नाम ज्ञापन सौंपा। संयुक्त किसान मोर्चा की राष्ट्रीय कॉर्डिनेशन कमेटी सदस्य जयकरण मांडौठी ने बताया कि ज्ञापन में दी गई मुख्य मांगों में जलभराव व बाढ़ से बर्बाद हुई फसलों का मुआवजा 50 हजार रुपये प्रति एकड़ देने, बाढ़ प्रभावित किसानों तथा अन्य लोगों को सरकार द्वारा घोषित राहत राशि मुहैया कराने, जिन गांवों में जलभराव की समस्या है, उनके लिए विशेष बजट जारी करते हुए इस समस्या का स्थाई समाधान करने की मांग की।

खाद विक्रेताओं के खिलाफ सख्त कानूनी कार्रवाई करने की मांग की

इसके अलावा बाजरे और धान की फसलों में हुई किसानों की लूट तथा बाहर से आने वाले धान की उच्चस्तरीय जांच कराने, खरीफ फसलों का किसानों को सरकार द्वारा घोषित एमएसपी न मिलने से किसानों को हुए नुकसान की भरपाई के लिए किसानों को आर्थिक मदद देने, धान की फसल में नमी प्रतिशत 17 प्रतिशत की बजाय 22 प्रतिशत करने, पिछले सालों के लंबित मुआवजे तुरंत जारी करने, बीमा कंपनियों की मनमानी पर रोक लगाने, किसानों को खाद देने के लिए शुरू किए गए पोर्टल या ऑनलाइन पंजीकरण आदि की शर्तें हटाने, किसानों को पर्याप्त मात्रा में डीएपी आदि खाद समय पर उपलब्ध कराने, खाद के साथ अन्य सामग्री जबरदस्ती देने वाले खाद विक्रेताओं के खिलाफ सख्त कानूनी कार्रवाई करने की भी मांग की गई।

■ जलभराव व बाढ़ से बर्बाद हुई फसलों का मुआवजा 50 हजार रुपये प्रति एकड़ देने की मांग

किसानों को दी जाए 10 हजार रुपये पेंशन

किसानों संगठनों ने बिजली बिल संशोधन 2025 व स्मार्ट मीटर योजना को वापस लेने, भूमि अधिग्रहण, पुनर्वास और पुनःस्थापन हरियाणा संशोधन विधेयक 2021 को रद्द करने, सहकारी समितियों में नए एमसीएल बनाए जाने, प्रदेशभर में रोके गए मनरेगा के कार्यों को तुरंत शुरू करने, 200 दिन काम और 800 रुपये दिहाड़ी देने, 10 हजार रुपये प्रति माह पेंशन देने, कर्जा मुक्ति, नशे पर रोक लगाने, गन्ने का रेट बढ़ाने, लंबित ट्यूबवेल कनेक्शन जारी करने, आवारा पशुओं की समस्या हल करने और पशु मेले खोलने जैसी बीस मांगें शामिल की। इस मौके पर जोगेंद्र सिंह सैनी, योगेश, सतबीर सिंह, संसार सुरहेती, किशन छबीली, सलमान खान सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

झज्जर। परेड निरीक्षण के दौरान आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए डीसीपी लोगेश कुमार। फोटो : हरिभूमि

फिट पुलिस ही मजबूत समाज की रीढ़

पुलिस कर्मियों का व्यवहार ही उनकी पहचान बनाता है

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

सोमवार को पुलिस लाइन मैदान में जनरल परेड का आयोजन किया गया।

डीसीपी लोगेश कुमार ने परेड की सलामी ली और जवानों की वर्दी, अनुशासन और फिटनेस का निरीक्षण किया। इस दौरान अपने संबोधन में उन्होंने पुलिस बल को न केवल कानून व्यवस्था का रक्षक बताया, बल्कि जनता के प्रति जिम्मेदारी और मानवीय दृष्टिकोण का प्रहरी भी कहा।

अनुशासनहीनता बर्दाश्त नहीं की जाएगी

फिट पुलिस ही मजबूत समाज की रीढ़ होती है। जब हमारा शरीर और मन दोनों सशक्त रहेंगे, तभी हम जनता की सेवा में पूरी तरह समर्पित हो पाएंगे। उन्होंने कहा कि पुलिस कर्मियों का व्यवहार ही उनकी पहचान बनाता है। उन्होंने निर्देश दिए कि थाने में आने वाले प्रत्येक व्यक्ति से सम्मानपूर्वक बात की जाए। आपके एक 'थैंक यू' या 'कृपया' जैसे शब्द किसी फरियादी के मन का तनाव आधा कर सकते हैं। पुलिस की वर्दी जितनी शक्तिशाली है, उतनी ही जिम्मेदार भी है जिन्हें हमें कानूनी दायरे में रहकर निभाना पड़ता है। उन्होंने कहा कि अनुशासनहीनता किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं की जाएगी। इस दौरान उन्होंने जवानों की समस्याएं और सुझाव सुने। जिसे मौके पर ही अधिकारियों को निर्देश देते हुए जल्द से जल्द समाधान करने के निर्देश दिए।

डॉ. सुरेंद्र को मिला ग्लोबल विभूति आइकॉन अचीवर्स अवॉर्ड

■ प्रशासनिक योगदानों के साथ-साथ डॉक्टर सुरेंद्र सिंह एक शोधकर्ता भी हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। डा. सुरेंद्र सिंह को सम्मानित करते हुए प्राचार्य प्रोफेसर डा. सतवीर सिंह।

राजकीय महाविद्यालय बिरोहड़ में कार्यरत प्रोफेसर डॉ. सुरेंद्र सिंह को ग्लोबल विभूति आइकॉन अचीवर्स अवॉर्ड 2025 से सम्मानित किया गया है। डॉक्टर सुरेंद्र सिंह को शिक्षा क्षेत्र में उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए जीकेएसएसएस तथा स्पिरिचुअल वर्ल्ड यूनिवर्सिटी देहरादून के संयुक्त तत्वावधान में सम्मानित किया गया। प्राचार्य प्रोफेसर डॉ. सतवीर सिंह ने बताया कि यह सम्मान उन्हें अकादमिक क्षेत्र, सह-पाठयक्रम विकास और उच्च शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार के लिए उनके अद्वितीय प्रयासों की मान्यता स्वरूप प्रदान किया गया है। उन्होंने बताया कि प्रशासनिक योगदानों के साथ-साथ डॉक्टर सुरेंद्र सिंह एक शोधकर्ता भी हैं। उनके शोध कार्यों को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अत्यधिक सराहा गया है। हाल ही में उन्होंने इंडियन फेस्टिवल नामक एक पुस्तक भी संपादित की है, जिसमें भारतीय त्यौहारों और परंपराओं के सांस्कृतिक एवं सामाजिक महत्व को विस्तार से प्रस्तुत किया गया है। इस मौके पर निशा रानी, डॉक्टर नरेंद्र सिंह, प्रोफेसर सुनील कुमार, सुनीता, डॉक्टर सवीन, प्रोफेसर पवन कुमार, मंजीत ने डॉक्टर सुरेंद्र सिंह को बधाई देते हुए उनकी अथक निष्ठा, नवाचारी दृष्टिकोण और कॉलेज के शैक्षणिक व सांस्कृतिक वातावरण को समृद्ध बनाने में उनकी भूमिका की सराहना की।

झज्जर। यूनिटी मार्च में भाग लेते हुए संस्कारम स्कूल के विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

संस्कारम स्कूल के छात्रों ने लिया जिलास्तरीय यूनिटी मार्च में भाग

झज्जर। जिला प्रशासन की ओर से आयोजित जिला स्तरीय यूनिटी मार्च में संस्कारम स्कूल के एनसीसी कैडेट्स व एनएसएस के स्वयंसेवकों ने उत्साह के साथ भाग लिया। एनसीसी कार्यवाहक मनीष योगी ने बताया कि राष्ट्रीय एकता और अखंडता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित इस कार्यक्रम में उनके स्कूल के विद्यार्थियों ने अनुशासन और देशभक्ति का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। सुबह-सुबह देशभक्ति के नारों और गीतों के साथ पदयात्रा की शुरुआत महर्षि दयानंद स्टेडियम से हुई। लगभग 5 किलोमीटर की इस यात्रा में विद्यार्थियों का ऊर्जावान कदम हर किसी को प्रेरणादायक रहा। पदयात्रा का समापन राजकीय स्कूल धौड़ में किया गया।

होनहार खिलाड़ी प्रीति का किया सम्मान

झज्जर। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के खेल परिसर में आयोजित अंतः महाविद्यालयीय ग्रीको रोमन कुश्ती प्रतियोगिता में राजकीय महाविद्यालय दुजाना की छात्रा प्रीति ने गोल्ड मेडल लेकर महाविद्यालय का नाम रोशन किया है। शारीरिक शिक्षा विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डॉक्टर अजय कुमार ने बताया कि बीए द्वितीय वर्ष की छात्रा प्रीति ने 62 किलोग्राम भार वर्ग में भाग लेते हुए यह गोल्ड मेडल हासिल किया। महाविद्यालय पहुंचने पर होनहार खिलाड़ी का स्वागत करते हुए प्राचार्य डॉक्टर राजेश कुमार, नसीब सिंह, प्रोफेसर रजनी, डॉक्टर अनिल कुमारी, डॉक्टर सीमा कुंडू, डॉक्टर मोनिका, जितेंद्र सिंह व डॉक्टर रवि प्रकाश ने प्रीति को बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। होनहार खिलाड़ी प्रीति को प्रोत्साहन राशि से सम्मानित करते हुए महाविद्यालय स्टाफ सदस्य। फोटो : हरिभूमि

नयागांव से प्रवासी युवक लापता

बहादुरगढ़। नयागांव से एक प्रवासी युवक लापता हो गया। कई दिन बीत जाने के बाद भी उसका कुछ अता पता नहीं है।

परिजनों ने पुलिस को सूचना देकर तलाश की गुहार लगाई है। पुलिस को दी सूचना में यूपी मूल के संजय का कहना है कि वह यहां परिवार सहित नयागांव में रहता है। गत पांच नवंबर को भाई रमाशंकर नयागांव बाईपास चौक तक जाने की बात कहकर घर से निकला था, लेकिन वापस नहीं आया। इसके बाद उसकी तलाश शुरू की। तब से लेकर अब तक तमाम संभावित ठिकानों पर ढूंढ चुके हैं, लेकिन कुछ अता पता नहीं है। वहीं, पुलिस ने गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर ली है।

वीवीएम परीक्षा में बीकेडी स्कूल के विद्यार्थियों का प्रदर्शन रहा सराहनीय

झज्जर। शिक्षकों के साथ उपस्थित परीक्षा के उत्तीर्ण विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। विद्यार्थी विज्ञान मंथन परीक्षा में बीकेडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय साल्हावास के विद्यार्थियों का प्रदर्शन सराहनीय रहा। विद्यालय निदेशक जितेंद्र रोहिल्ला ने बताया कि विद्यार्थी विज्ञान मंथन की परीक्षा में उनके संस्थान के 43 विद्यार्थियों में से 31 विद्यार्थियों ने परीक्षा उत्तीर्ण करके अगले पड़ाव की परीक्षा में अपना स्थान सुनिश्चित किया है। इस उपलब्धि पर उन्होंने विद्यालय स्टाफ सदस्यों व अभिभावकों को बधाई देते हुए उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

विज्ञान प्रश्नोत्तरी में पीस सदन प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। प्रतियोगिता में भाग लेते हुए विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

इंडो अमेरिकन स्कूल में तीसरी से पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए अंतर सदनीय विज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों में वैज्ञानिक सोच, तर्कशक्ति और सामान्य विज्ञान ज्ञान को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित यह प्रतियोगिता तीन चरणों में हुई। प्रथम चरण में प्रत्येक सदन से तीन-तीन प्रश्न पूछे गए, जिनमें हर सही उत्तर के 10 अंक निर्धारित थे। दूसरे चरण में प्रत्येक सदन से दो-दो प्रश्न पूछे गए और इस चरण में समय-सीमा भी निर्धारित की गई। तीसरे और अंतिम चरण में प्रत्येक प्रतिभागी को एक-एक मिनट का समय दिया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने आत्मविश्वास और ज्ञान का उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए लगातार उत्तर दिए। प्रतियोगिता परिणामों में पीस सदन ने सर्वाधिक अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। युनिटी सदन के विद्यार्थी द्वितीय रहे। स्कूल निदेशक बिजेंद्र कादियान ने विजेता प्रतिभागियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

एलए स्कूल के डीपीई ने फुटबॉल टूर्नामेंट में किया उत्कृष्ट प्रदर्शन

झज्जर। एलए स्कूल के डीपीई विशाल कुमार ने राज्य स्तरीय फुटबॉल टूर्नामेंट में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर जिले व संस्थान का गौरव बढ़ाया है। प्राचार्या निधि कादियान ने बताया कि फाइनल मुकाबाल फतेहाबाद टीम के साथ हुआ। 90 मिनट तक दोनों टीम बराबर रहीं उसके बाद पेनल्टी शूट आउट में विशाल की टीम को द्वितीय स्थान मिला। उन्होंने बताया कि विशाल अच्छे खिलाड़ी होने के साथ-साथ अच्छे कोच भी हैं। इस उपलब्धि पर स्कूल मैनेजर केएम डागर ने विशाल को मेडल पहनाकर सम्मानित किया तथा स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनीता गुलिया, नीलम दहिया, योजित गुलिया, भविष्य दहिया ने इस जीत पर बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। डीपीई के साथ स्कूल स्टॉफ सदस्य। फोटो : हरिभूमि

पद यात्रा में गूंजे एक भारत, श्रेष्ठ भारत के नारे, जगह-जगह पुष्प वर्षा की

देशभक्ति के जोश व एकता के संदेश के साथ निकली पद यात्रा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने पद यात्रा का शुभारंभ किया

लौह पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में जिले में एकता, अखंडता और एकात्मकता के संदेश से ओतप्रोत पद यात्रा पूरे उत्साह, उमंग और देशभक्ति की भावना के साथ निकाली गई। भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने पद यात्रा का शुभारंभ किया। पद यात्रा महर्षि दयानंद स्टेडियम से प्रारंभ होकर भगत सिंह चौक, नया बस स्टैंड, गुढ़ा आईटीआई होते हुए गांव धौड़ के राजकीय स्कूल में संपन्न हुई। विद्यार्थियों, एनसीसी कैडेट्स, खिलाड़ी, जनप्रतिनिधि, सामाजिक संस्थाओं के सदस्य, महिलाएं और बुजुर्ग बड़ी संख्या में शामिल हुए। रास्ते भर लोगों ने "एक भारत, श्रेष्ठ भारत" के नारों से वातावरण को देशभक्ति के रंग में रंग दिया। यात्रा का जगह-जगह नागरिकों ने पुष्प वर्षा कर स्वागत किया। भाजपा जिला अध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने कहा कि सरदार पटेल ने देश को एक सूत्र में पिरोने का जो अभूतपूर्व कार्य किया, वह इतिहास में स्वर्णाक्षरों में अंकित है।

वहीं जिप चेयरमैन कप्तान सिंह बिरधाना ने कहा कि सरदार पटेल ने 562 रियासतों का एकीकरण कर आधुनिक भारत की नींव रखी। इस दौरान पद यात्रा संयोजक संजय कबलाना, बेरी नपा चेयरमैन देवेंद्र कादियान, मनीष बंसल, सोमवती जाखड़, सुनीता चौहान, सरपंच सत्यनारायण सहित अन्य भी मौजूद रहे।

पद यात्रा के दौरान उपस्थित भाजपा कार्यकर्ता और प्रशासनिक अधिकारी

एसडीएम ने सुनीं लोगों की समस्याएं

बेरी। समाधान शिविर में लोगों की समस्याएं सुनते हुए एसडीएम रेणुका नांदल।

बेरी। सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में एसडीएम रेणुका नांदल ने क्षेत्र के लोगों की समस्याएं सुनते हुए उनके जल्द समाधान के निर्देश दिए। समाधान शिविर में स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगार, और सामाजिक कल्याण से संबंधित मुद्दों पर चर्चा की गई। इस अवसर पर प्रमुख तौर से प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, जमीन का पंजीकरण, समाज कल्याण पेंशन, राशन कार्ड, वाहन पंजीकरण आदि शिकायतें रखी गई। एसडीएम ने कहा कि लोगों की शिकायतों का निवारण करना ही सरकार व प्रशासन की प्राथमिकता है। समाधान शिविर सरकार और जनता के बीच संवाद को मजबूत करता है।

बहादुरगढ़। ऋषिकेश में गंगा तट पर खड़े बीआरजी के धावक। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। नैतिक वर्मा को सम्मानित करते पार्षद प्रवीण सोनू व रमेश राठी आदि। फोटो : हरिभूमि

गोल्ड विजेता शूटिंग चैंपियन नैतिक वर्मा का किया स्वागत

बहादुरगढ़। राष्ट्रीय इंटर स्कूल शूटिंग चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक विजेता नैतिक वर्मा का आकाश अपार्टमेंट्स में गर्मजोशी से स्वागत किया गया। कार्यक्रम में पार्षद प्रवीण सोनू, नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि रमेश राठी तथा सामाजिक कार्यकर्ता सत्येंद्र दहिया ने नैतिक वर्मा को सम्मानित किया। चेन्नई में आयोजित 27वीं ऑल इंडिया कुमार सुरेंद्र सिंह इंटर स्कूल शूटिंग चैंपियनशिप के 10 मीटर एयर राइफल इवेंट के व्यक्तिगत व टीम श्रेणियों में नैतिक वर्मा ने गोल्ड मेडल जीते। अभिनव शूटिंग अकादमी में प्रशिक्षण ले रहे नैतिक के पिता विवेक वर्मा व मां निधि वर्मा को भी उन्होंने बधाई दी। अब नैतिक वर्मा 11 नवंबर से नेशनल्स में हरियाणा का प्रतिनिधित्व करेंगे। मौके पर सतीश भारद्वाज, विजय मुदगिल, दीपक भारद्वाज, उमा भारद्वाज, शिव शंकर मिश्रा, विशम्बर परिहार, जोगेश सिन्हा, सोनू वर्मा, नरेश कुमार व श्री कृष्ण आदि मौजूद रहे।

गंगा सस्टेनेबिलिटी रन में बीआरजी के धावक छाए

गीता देवी ने 10 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में प्रथम स्थान प्राप्त कर जीत हासिल की

- बीआरजी के 75 से अधिक धावकों ने लिया दौड़ में भाग
- ऋषिकेश एम्स से शुरू होकर नीलकंठ महादेव मंदिर पर संपन्न हुई दौड़

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

ऋषिकेश में गंगा तट पर आयोजित गंगा सस्टेनेबिलिटी रन में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावकों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए कई आयु वर्गों में शीर्ष स्थान हासिल किए। इस दौड़ में बीआरजी के 75 से अधिक धावकों ने भाग लिया। यह दौड़ ऋषिकेश एम्स से शुरू होकर नीलकंठ महादेव मंदिर पर संपन्न हुई।

बीआरजी की गीता देवी ने 10 किलोमीटर ओपन कैटेगरी में प्रथम स्थान प्राप्त कर जीत हासिल की। संतोष गौतम ने 10 किलोमीटर दौड़ में दूसरा स्थान हासिल किया। शालिनी ने 35 किलोमीटर दौड़ में शानदार प्रदर्शन करते हुए पहला स्थान पाया। धर्मवीर सैनी ने 10 किलोमीटर दौड़ में 50 प्लस आयु वर्ग में पहला स्थान प्राप्त किया। देवेंद्र किशोर प्रसाद ने 35 किलोमीटर में 50 प्लस कैटेगरी में प्रथम स्थान हासिल किया। ब्रह्म प्रकाश ने 35 किलोमीटर में 50 प्लस कैटेगरी में दूसरा स्थान प्राप्त किया। धर्मवीर ने 30-50 आयु वर्ग की 35 किलोमीटर दौड़ में तीसरा स्थान हासिल किया। ललिता पांडे ने 21 किलोमीटर दौड़ में दूसरा स्थान प्राप्त किया। विजेंद्र कुमार ने 50 प्लस आयु व 21 किलोमीटर में तीसरा स्थान प्राप्त किया। सौरव ने 50 किलोमीटर, सुधीर शौकीन ने 35 किलोमीटर, सन्नी व सोनिया ने 21 किलोमीटर, प्रीति ने 10 किलोमीटर रन में पेसर की भूमिका निभाई। एंबेस्डर के रूप में डॉ. किरण छिल्लर और पेसर कोऑर्डिनेटर के रूप में दीपक छिल्लर को सम्मानित किया गया। वेदपाल, करणजीत सिंह, पूनम गांधी, शालिनी चक्रवर्ती, अभ्या गोयल, निशांत गोयल, योगेन्द्र सिंह, शिव भारद्वाज, संतोष गौतम, महावीर गौतम, पन्ना लाल, डॉ. विवेक गोयल, डॉ. संजीव जैन, डॉ. दीपक बंसल, सुशील कुमार यादव व अमृत कौर ने 21 किलोमीटर रन सफलतापूर्वक पूरी की। महिलाओं में डॉ. किरण छिल्लर, गीता देवी, अनिता वशिष्ठ, सौम्या यादव, सुनीता भारद्वाज, ललिता पांडे, पूनम गांधी, प्रीति और सोनिया ने अपनी ऊर्जा, फिटनेस व अनुशासन से सबको प्रभावित किया।

नेशनल फुटबॉल खिलाड़ियों का सम्मान

बहादुरगढ़। सिटी बहादुरगढ़ फुटबॉल क्लब की ओर से उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को सम्मानित करने के लिए एचएल सिटी स्थित नए ग्राउंड में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में खिलाड़ी मोहक छिक्कारा और अर्जुन को वार्षिक खेल उपलब्धि के लिए सम्मानित किया गया। नेशनल खिलाड़ी डिफेंडर अर्जुन शर्मा ने छत्तीसगढ़ में हुई अंडर-15 बीसी राय ट्रॉफी में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया था। वहीं अमृतसर में हुए नेशनल गेम्स में अंडर-14 में मोहक ने छाप छोड़ी थी। मेट्रो बुक्स स्पोर्ट्स एरिना के डायरेक्टर व सीबीएफसी के संयुक्त सचिव अमित जून तथा पूर्व भारतीय कोच एवं क्लब के तकनीकी निदेशक रोहित शर्मा ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करते हुए खिलाड़ियों को आशीर्वाद दिया। साथ ही नए नवेले ग्राउंड का उद्घाटन किया। कोच विनय ने बताया कि खिलाड़ियों की प्रतिभा को तराशना हमारा ध्येय है। डिस्ट्रिक फुटबॉल एसोसिएशन के सचिव सुरेश जून, सीनियर कोच सुदर्शन, कोच जयवीर, सुभाष शर्मा, विनोद, डॉ. रामहेर, करुण छिकारा, जयप्रकाश, क्लब प्रधान नरेश कुमार, दीपक, शिवम और प्रियांशु इस अवसर पर मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। एचएल सिटी में खिलाड़ी मोहक को सम्मानित करते अतिथि व कोच। फोटो : हरिभूमि

अंश, पूरब, डिंपल व मुकुल ने जीते स्वर्ण पदक

बहादुरगढ़। 7वें हरियाणा जू जित्सु स्टेट गेम्स में बहादुरगढ़ के डॉ. भीमराव अंबेडकर स्टेडियम में संचालित सरकारी जूडो सेंटर के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक विजेता खिलाड़ी उत्तराखंड में होने वाली नेशनल स्पर्धा में भाग लेंगे।अर्जुन अवॉर्डी कोच पूनम चोपड़ा ने बताया कि अंडर-10 आयुवर्ग तथा 28 किलो भारवर्ग में विजया सीनियर सेकंडरी स्कूल के छात्र अंश, अंडर-12 आयुवर्ग व 40 किलो भारवर्ग में सरस्वती विद्या मंदिर हाई स्कूल के छात्र पूरब, अंडर-14 आयुवर्ग व 36 किलो भारवर्ग में लिटल एंजल हाई स्कूल की डिम्पल और अंडर-12 आयुवर्ग और 25 किलोग्राम भारवर्ग में लिटल एंजल हाई स्कूल के मुकुल शर्मा गोल्ड मेडल जीता। अंडर-18 आयुवर्ग व 48 किलो भारवर्ग में न्यू शताब्दी हाई स्कूल के सन्नी, अंडर-12 आयुवर्ग व 36 किलो भारवर्ग में विजया सीनियर सेकंडरी स्कूल के लक्ष्य कुमार और अंडर-14 आयुवर्ग व 62 किलो भारवर्ग में नव ज्योति हाई स्कूल के अंश ने रजत पदक जीता। अंडर-14 आयुवर्ग व 40 किलो भारवर्ग में विद्या निकेतन सीनियर सेकेंडरी के जयदेव कुमार, अंडर-16 आयु व 40 किलो वेट में लिटिल एंजेल हाई स्कूल के शौर्या रावत और अंडर-14 आयु व 32 किलो वेट में गोरेश शर्मा ने कांस्य पदक जीता। जतिन दलाल और रितेश ने भी इसमें प्रतिभागिता की।

- हरियाणा जू जित्सु स्टेट गेम्स में बहादुरगढ़ के खिलाड़ियों ने बाजी मारी

बहादुरगढ़। प्रतियोगिता में जीते गए पदक दिखाते खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

शूटिंग बॉल चैंपियनशिप में रहे उपविजेता

झज्जर। 44वीं नेशनल जूनियर शूटिंग बॉल चैंपियनशिप में हरियाणा शूटिंग बॉल की पुरुष वर्ग की टीम को उपविजेता का खिताब मिला है। एमेच्योर शूटिंग बॉल एसोसिएशन के संरक्षक जयप्रकाश कादियान ने बताया कि 7 से 9 नवंबर तक यूपी के गाजियाबाद की एचआरआईटी यूनिवर्सिटी में आयोजित इस चैंपियनशिप में लड़कों की टीम ने द्वितीय स्थान हासिल कर प्रदेश का नाम रोशन किया है। टीम में अंकित, संजीव, साहिल योगेश, कृष्ण, उज्ज्वल, नूर, अंकित, निशांत, उमेश, प्रदीप, निशांत आदि खिलाड़ी शामिल रहे। टीम के कोच सुरेश कुमार बिश्नोई तथा मैनेजर मुकेश कुमार ने बताया कि टीम ने अपने पूल में पश्चिम बंगाल, अरुणाचल प्रदेश, जम्मू कश्मीर, हिमाचल, सौराष्ट्र और गुजरात टीम को हराकर क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया। राजस्थान व उत्तर प्रदेश को हराकर फाइनल में पहुंची टीम का मुकाबला पंजाब की टीम से हुआ। इस मुकाबले में यह टीम उपविजेता रही। इस उपलब्धि पर एमेच्योर शूटिंग बॉल एसोसिएशन के प्रधान तस्वीर सिंह अहलावत, महासचिव मनोज कुमार हुड्डा, कोषाध्यक्ष सुरेश कुमार बिश्नोई, ने टीम के खिलाड़ियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। विजेता टीम के खिलाड़ियों के साथ संरक्षक जेपी कादियान। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। बागवाला मोहल्ला में बना गड्ढा दिखाते स्थानीय निवासी। फोटो : हरिभूमि

बागवाला मोहल्ला में हादसों का कारण बन रहा गड्ढा

बहादुरगढ़। शहर के बागवाला मोहल्ला से नजफगढ़ रोड की ओर जाने वाले मुख्य मार्ग पर गहरा गड्ढा होने के कारण दुर्घटना होने का खतरा बना हुआ है। इस मार्ग से रोजाना सैकड़ों वाहन गुजरते हैं, जिससे लोगों में सुरक्षा को लेकर चिंता बनी हुई है। जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग को संबंधित समस्या से अवगत कराया गया है। लेकिन कोई कार्रवाई नहीं हुई। स्थानीय निवासी मुकेश, सन्नी, राकेश, बलवंत सिंह और सुशील कुमार ने बताया कि इस मार्ग पर गहरा गड्ढा होने से कोई भी दुर्घटना घट सकती है। सैकड़ों वाहन दिन-रात यहां से गुजरते हैं। विशेषकर दोपहिया वाहन चालकों समेत पैदल राहगीरों के लिए समस्या बनी हुई है। इस गड्ढे में गिरकर कई लोग चोटिल हो चुके हैं। लोगों ने जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग से इस गड्ढे को शीघ्र ठीक कराने की मांग की है। संबंधित विभाग ने भी गड्ढे की मरम्मत शीघ्र कराए जाने का आश्वासन दिया। पार्षद प्रीति भूपेंद्र राठी ने जन स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों को मामले से अवगत कराया। विभाग ने शीघ्र कार्यवाही का आश्वासन दिया है।

महिलाओं को कानूनी अधिकारों की जानकारी जरूरी : शर्मा

- वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ और विधि संक्षरता प्रकोष्ठ द्वारा जागरुकता कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। छात्राओं को कानूनी जानकारी देती प्रिंसिपल डॉ. राजवंती शर्मा।

वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ और विधि संक्षरता प्रकोष्ठ द्वारा छात्राओं ने पोस्टर व स्लोगन लेखन के माध्यम से महिला अधिकारों व सशक्तिकरण के कानूनी पहलुओं को उजागर किया। कनिका, सोनम, खुशी, स्नेहा, याचिका, छवि, राधा, अंजलि व नंदिनी ने स्लोगन लिखे व पोस्टर बनाए। राष्ट्रीय विधिक साक्षरता दिवस के महत्व को ध्यान में रखते हुए छात्राओं ने अपनी कलात्मक गतिविधियों द्वारा विधिक साक्षरता मे महिलाओं के अधिकार, संरक्षण, उनकी सुरक्षा योजनाओं तथा उन्नति के लिए बनाए गए कानूनों की जानकारी दी। प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने कहा कि अपने कर्तव्यों को पूरा करने के साथ-साथ हमें समाज में अपनी सुरक्षा के लिए अपने कानूनी अधिकारों की जानकारी होनी चाहिए। कानूनी साक्षरता की जानकारी प्राप्त कर महिलाएं सशक्त, समर्थ बनकर अपने अधिकारों को जानकर न्याय प्राप्त करने में सक्षम होती है। कानूनी साक्षरता समाज में हर वर्ग के लोगों को कुरीतियों, अज्ञानता, अन्याय और उत्पीड़न जैसी बुराइयों से मुक्ति दिलाकर उनका ज्ञानवर्धन करती है। महिला प्रकोष्ठ प्रभारी प्रवेश दहिया ने कहा कि हम कानूनी साक्षर होकर संवैधानिक दायित्वों को विधिक सहायता से प्राप्त कर अपने आत्म संतुलन का विकास कर सकते हैं। विधि साक्षरता प्रभारी अंजु चौधरी ने कहा कि अधिकार हमें ज्ञान देकर जागरूक करते हैं। बेहतर जीवन स्तर, सुरक्षा, रोजगार, आर्थिक अधिकार और आसान कानूनी सहायता की पहुंच इसी जगरूकता की परिचायक है।

विद्यार्थियों को दी नशे के विरुद्ध जागरुकता की सीख

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

- गांव खेड़का गुज्जर के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में किया जागरूक

बहादुरगढ़। नशा मुक्ति टीम ने सोमवार को गांव खेड़का गुज्जर स्थित राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में विद्यार्थियों के लिए जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में बच्चों को शिक्षा, खेलकूद और अनुशासन के महत्व से अवगत करा गया गया। साथ ही उन्हें नशे व अन्य सामाजिक बुराइयों से दूर रहने के लिए प्रेरित किया गया। उप निरीक्षक सत्यप्रकाश ने कहा कि सफलता पाने के लिए मेहनत, लगन और सकारात्मक सोच जरूरी है। पढ़ाई और खेलकूद मानसिक व शारीरिक विकास के साथ-साथ व्यक्तित्व निर्माण की मजबूत नींव रखते हैं। उन्होंने छात्रों को मोबाइल और सोशल मीडिया के अत्यधिक उपयोग से होने वाले नुकसान के बारे में भी चेताया। बच्चों को बताया गया कि मोबाइल का सीमित और सार्थक उपयोग ही सही है। इसका गलत प्रयोग एकाग्रता और भविष्य दोनों पर नकारात्मक असर डाल सकता है। कार्यक्रम के दौरान नशा मुक्ति टीम ने विद्यार्थियों को समझाया कि नशा किसी भी रूप में जीवन को बर्बाद कर देता है।

अवैध कॉलोनियों पर कार्रवाई की मांग

बहादुरगढ़। भाजपा नेता जसबीर सैनी ने एक बार फिर अवैध कॉलोनियां बढ़ने का मुद्दा उठाया है। उनके अनुसार सेक्टर-9ए बाइपास के निकट काटी जा रही अवैध कॉलोनी पर प्रशासन को तुरंत संज्ञान लेना चाहिए। आमजन भी अवैध कॉलोनियों में प्लॉट ना खरीदें। उनके अनुसार इन भूमाफियाओं को कुछ राजनीतिक लोगों का संरक्षण प्राप्त है। पूर्व पार्षद ने कहा कि वे मुख्यमंत्री के समक्ष फिर से इस मामले को उठाएंगे ताकि दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई हो सके।

बहादुरगढ़। बाइपास के निकट काटी जा रही अवैध कॉलोनी। फोटो : हरिभूमि

क्वालिटी टीम के अस्पताल का निरीक्षण करने के बाद उठाए जा रहे आवश्यक कदम

सरकारी अस्पताल के गेट पर लगाए कैटल ग्रिड, अंदर नहीं आ सकेंगे लावारिस गोवंश

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

नागरिक अस्पताल के मुख्य द्वारों पर कैटल ग्रिड लगाए जा रहे हैं। इस कार्य का उद्देश्य अस्पताल परिसर में मवेशियों की आवाजाही को रोकना और स्वच्छता व्यवस्था को बनाए रखना है।

बीते दिनों क्वालिटी टीम द्वारा अस्पताल का निरीक्षण किया गया था, जिसमें परिसर की साफ-सफाई, पार्किंग व्यवस्था और अंदर-बाहर के आवागमन की स्थिति को लेकर कुछ सुधारात्मक सुझाव दिए गए थे। इन्हीं सुझावों के बाद अस्पताल प्रबंधन ने आवश्यक कदम उठाए। अस्पताल परिसर में से अनावश्यक दरवाजे व पोस्टर आदि हटाए जा चुके हैं। नए साइनेज लगाए जांएगे। इसके साथ ही प्रबंधन ने गेट पर कैटल ग्रिड लगाने का निर्णय लिया ताकि गाय व बैल जैसे मवेशी अस्पताल के भीतर प्रवेश न कर सकें। रविवार को ट्रामा सेंटर के मुख्य गेट पर कैटल ग्रिड लगवा दिए गए।

बहादुरगढ़। अस्पताल के गेट पर लगाई जा रही कैटल ग्रिड। फोटो : हरिभूमि

स्वच्छता और व्यवस्था में सुधार को दी जा रही सर्वोच्च प्राथमिकता

अस्पताल प्रबंधन के अनुसार, स्वच्छता और व्यवस्था में सुधार को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जा रही है। गेट पर कैटल ग्रिड लगाने के साथ-साथ कचरा निपटान व्यवस्था को बेहतर करने और मरीजों की सुविधा के लिए अन्य आवश्यक सुधार भी किए जा रहे हैं। बेशक अस्पताल प्रबंधन द्वारा आवश्यक कदम उठाए जा रहे हों लेकिन आसपास समस्याएं भी व्याप्त हैं। परिसर में अवैध पार्किंग की समस्या है। कोई भी बाहरी नागरिक यहां वाहन खड़े कर जाता है। इसके अस्पताल के बाहर वाहनों का अतिक्रमण तथा गंदगी फैली रहने की समस्या भी बरकरार है। इस दिशा में भी सुधार की गुंजाइश है।

होनहार छात्राओं के साथ अध्यापिका को मिला सम्मान

बहादुरगढ़। सम्मानित हुई छात्राओं व अध्यापिका के साथ स्कूल प्रिंसिपल पूनम चौधरी। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। बाल विकास सीनियर सेकंडरी स्कूल की प्रतिभावान छात्रा साक्षी, आकांक्षा सिंह व वर्षा को निजी पब्लिकेशन ने परीक्षा में सर्वोच्च अंक हासिल करने तथा अध्यापिका सुदेश को हिंदी के प्रचार-प्रसार को बढ़ावा देने के लिए सम्मानित किया गया। संस्था ने छात्राओं को शुभकामनाओं के साथ प्रशस्ति-पत्र प्रदान कर उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। बता दें कि पीपी पब्लिकेशंस की ओर से हिंदी अध्ययन में विशेष रुचि तथा बोर्ड परीक्षा में सर्वोच्च अंक प्राप्त करने पर बाल विकास स्कूल की साक्षी, आकांक्षा सिंह व वर्षा को सम्मानित किया। स्कूल डायरेक्टर एडवोकेट प्रवीण छिल्लर, डॉ सीमा छिल्लर तथा प्रधानाचार्या डॉ. पूनम चौधरी ने इन छात्राओं व अध्यापिका सुदेश की उपलब्धि को स्कूल और क्षेत्र के लिए प्रेरणादायी बताया। उन्होंने कहा कि छात्राओं ने निरंतर परिश्रम, अनुशासन और विषय के प्रति गहरी समझ के बल पर यह उपलब्धि हासिल की है।

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 X 8 सें.मी 10X 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