हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार, 20 नवंबर 2025

11 खंड स्तरीय गीता जयंती महोत्सव में विद्यार्थियों ने...

12 संस्कारम् विश्वविद्यालय में विरासत-ए-झज्जर...

खबर संक्षेप

सड़क दुर्घटना में किशोर की मौत

झज्जर। गांव मारौत के नजदीक हुई एक सड़क दुर्घटना में एक किशोर की मौत हो गई। मृतक की पहचान क्षेत्र के गांव ग्वालिसन निवासी लक्ष्य पुत्र रामनिवास के तौर पर हुई है। लक्ष्य छुछकवास के निजी स्कूल में दसवीं कक्षा का विद्यार्थी था। बुधवार को लक्ष्य जब ट्यूशन के बाद बाइक से वापिस घर लौट रहा था तो उसकी बाइक मारौत गांव के नजदीक एक ट्रक से टकरा गई। दुर्घटना में गंभीर रूप से घायल लक्ष्य को उपचार के लिए रोहतक के एक निजी अस्पताल ले जाया गया। जहां उसकी मौत हो गई। इसके बाद पुलिस द्वारा रोहतक पीजीआई में मृतक के शव का पोस्टमार्टम कराया गया। इस संबंध में नियमानुसार आगामी कार्रवाई अमल में लाई जा रही है।

अवैध हथियार सहित आरोपी गिरफ्तार

बहादुरगढ़। पुलिस द्वारा अवैध हथियार रखने वालों पर नकेल कसी जा रही है। हाल ही में कई लोगों को पुलिस ने अवैध हथियार सहित पकड़ा है। अब यहां बालोर बाईपास चौक से एक युवक को काबू किया गया। दरअसल, सदर थाने की एक टीम यहां बालोर बाईपास पर फ्लाईओवर के नीचे तैनात थी। इस दौरान टीम ने शक के आधार पर एक युवक को काबू किया। तलाशी लेने पर उसके पास से एक देशी पिस्तौल व एक कारतूस मिला। आरोपी की पहचान अमन निवासी संत कॉलोनी के रूप में हुई है।

अपहरण करने के मामले में दो आरोपी गिरफ्तार

झज्जर। पुलिस की एक टीम द्वारा अपहरण व मारपीट करने मामले में कार्रवाई करते हुए दो आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान विनोद निवासी काहड़ी और रिंकू निवासी समसपुर माजरा के तौर पर की गई है। माछरौली थाना प्रभारी संदेश ने बताया कि अजीत निवासी कहाड़ी की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया था। मामले में कार्रवाई करते हुए एएसआई राजीव की टीम द्वारा दो आरोपियों को पकड़ा गया है।

10वीं जिला वेटलिफ्टिंग चैंपियनशिप आज

बहादुरगढ़। वेटलिफ्टिंग एसोसिएशन ऑफ झज्जर द्वारा वीरवार 20 नवंबर को 10वीं जिला झज्जर वेटलिफ्टिंग चैंपियनशिप का आयोजन किया जाएगा। संगठन सचिव धर्मेंद्र कोच ने बताया कि यह प्रतियोगिता गांव जसौरखेड़ी के दादा खेमा वाला मंदिर में स्थित युवा स्पोर्ट्स क्लब में होगी। चैंपियनशिप में यूथ, जूनियर और सीनियर वर्गों के बालक व बालिका हिस्सा लेंगे। चैंपियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को आगे राज्य स्तरीय मुकाबलों में भाग लेने का मौका मिलेगा।

सर्वसम्मति से पास हुए सभी 14 एजेंडे, मनोनीत पार्षदों का किया स्वागत

नप हाउस की बैठक में जमकर हुआ हंगामा, पार्षद प्रतिनिधियों को बाहर भेजने पर हुई तीखी बहस

हंगामा उस समय शुरू हुआ जब बैठक से मीडिया कर्मियों को बाहर जाने के लिए कहा गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

बुधवार को आयोजित नगर परिषद हाउस की बैठक में जमकर हंगामा हुआ। पार्षद प्रतिनिधियों और नप चेयरमैन और अधिकारियों के बीच तीखी बहस हुई। हंगामा उस समय शुरू हुआ जब बैठक से मीडिया कर्मियों को बाहर जाने के लिए कहा गया। इस बात पर पार्षद प्रतिनिधियों ने इसका विरोध किया। उसके बाद पार्षद प्रतिनिधियों को भी बैठक से बाहर जाने के लिए कहा गया। जिसके कारण हंगामा और बढ़ गया। इस बीच पार्षद प्रतिनिधियों ने पंडित श्रीराम शर्मा पार्क का मुद्दा उठा दिया। बाद में पार्षद प्रतिनिधियों को भी बैठक से बाहर भेज दिया गया। इसके बाद नगर परिषद की बैठक करीब पौने तीन घंटे तक शांति पूर्वक चली और नप की ओर से निर्धारित किए गए सभी 14 एजेंडों पर विचार विमर्श करने के बाद सर्व सम्मति से पास कर दिए गए। बैठक में सबसे पहले सरकार द्वारा मनोनीत किए गए पार्षद कमल गिरोत्रा, जगदीश वर्मा और मनोज लांबा का नप चेयरमैन और सभी पार्षदों ने स्वागत किया।

झज्जर। नप हाउस की बैठक में विकास के मुद्दों पर चर्चा करते हुए नप चेयरमैन, विभागीय अधिकारी और पार्षद।

झज्जर। झज्जर। नप हाउस की बैठक में बहस करते हुए नप चेयरमैन और वाईस चेयरमैन प्रतिनिधि। फोटो: हरिभूमि

सर्वसम्मति से हुए पास सभी एजेंडे

- शहर में आडिटोरियम का निर्माण करवाने के बारे में प्रस्ताव रखा गया कि आडिटोरियम का निर्माण करवाने के लिए जगह चिन्हित की जा रही है।
- शहर मे विभिन्न स्थानों पर हाई मास्ट लाइट लगाने के बारे में प्रस्ताव पास कर दिया गया और कहा गया कि लाइट लगाने से पहले पार्षद से भी पूछा जाएगा।
- शहर में सड़कों को चिन्हित करके उन्हें स्मार्ट रोड बनाने पर विचार विमर्श के बाद सर्व सम्मति से पारित कर दिया गया।
- शहर के सभी चौक-चौराहों का सौंदर्यकरण करवाने बारे में चर्चा करते हुए प्रस्ताव पारित किया गया कि सभी चौक चौराहों पर महान विभूतियों की आदमकद मूर्ति लगाई जाएगी।
- नप कार्यालय में कार्यरत सभी अधिकारियों,कर्मचारियों को बीमा सुविधा उपलब्ध करवाने करवाने के साथ पार्षदों का भी बीमा करवाने के बारे में प्रस्ताव पारित किया गया।
- शहर के मुख्य चौक-चौराहों पर सीसीटीवी लगवाने के प्रस्ताव के तहत सभी गेटों पर भी कैमरे लगवाने की बात कही गई।
- शहर में विभिन्न चौक-चौराहो पर ट्रैफिक लाइट लगवाने का प्रस्ताव सर्वसम्मति से पास किया गया।
- नप कार्यालय में डाटा वेयरहाऊस स्थापित कराने बारे प्रस्ताव पारित किया गया।
- शहर के विभिन्न वार्डों में विकास कार्यों एवं सौंदर्यकरण को लेकर प्रस्ताव पास किए गए।
- डाग सेल्टर का निर्माण करवाने के साथ-साथ बंदर पकड़ने का भी टेंडर करने का प्रस्ताव पास किया गया।
- चेयरमैन ने सांपला रोड पर पर किसी महान विभूती नाम से चौक का निर्माण कराने का प्रस्ताव रखा जिसे पास कर दिया गया।
- रहनिया रोड पर जलघर के स्थान पर पार्क व तालाब बनाने के साथ उसमें बोट चलाने के लिए प्रस्ताव पास किया गया है।
- सभी पार्षदों को दस-दस लाख रुपए के मरम्मत के कार्य वार्डों करवाने के लिए प्रस्ताव पास किया गया।
- एक ट्रैक्टर, डंपर, व पानी का टैंकर खरीदने का प्रस्ताव पास किया गया।

उद्यमियों ने बिजली निगम अधिकारियों से की चर्चा

बहादुरगढ़। बैठक में बिजली निगम अधिकारियों से चर्चा करते कोबी सदस्य। फोटो: हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

कॉन्फेडरेशन ऑफ बहादुरगढ़ इंडस्ट्रीज के कार्यालय में बिजली निगम के अधिकारियों के साथ बैठक का आयोजन किया गया। एसई यशबीर मलिक समेत अन्य अधिकारियों के साथ जिले के औद्योगिक क्षेत्रों में बिजली की मौजूदा स्थिति तथा आने वाले दिनों में किए जाने वाले सुधार कार्यों पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई।

बैठक की अध्यक्षता कोबी अध्यक्ष प्रवीण गर्ग ने की। महासचिव प्रदीप कौल, कोषाध्यक्ष अशोक कुमार मित्तल, तिलक राज गर्ग, सुनील गर्ग, विजेंद्र गुलाटी, दीपक साहनी, संजय जैन, राजेश चोपड़ा, जयपाल सिंघला, संजीव कुमार, अशोक कुमार, परमेश गर्ग व गुरमीत सिंह आदि बैठक में उपस्थित रहे।

निगम अधिकारियों ने पीएम सूर्य घरः मुफ्त बिजली योजना के बारे में जानकारी दी

निगम अधिकारियों ने पीएम सूर्य घरः मुफ्त बिजली योजना के विषय में भी विस्तृत जानकारी दी। इसके तहत सरकार द्वारा सोलर कनेक्शन पर कैपेसिटी के अनुसार सब्सिडी प्रदान की जा रही है। बहादुरगढ़ में अब तक लगभग 1300 लाभार्थी इस योजना के तहत सोलर कनेक्शन लगवा चुके हैं। इससे उपभोक्ता सालाना 15 हजार रुपये तक की बचत कर सकते हैं।

दूबलधन के राजकीय कन्या स्कूल से डीवीआर और लिथियम बैटरी सहित अन्य सामान चोरी

प्राचार्य ने बताया कि तीन वर्षों से स्कूल में चोरी की यह दूसरी वारदात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय दूबलधन में चोरी की वारदात को अंजाम दिया गया है। घटना की जानकारी देते हुए कार्यवाहक प्राचार्य जयसिंह ने बताया कि स्कूल में चौकीदार न होने के कारण चोरी की घटना घटी है। उन्हें जब चोरी का पता चला तो घटना की सूचना डायल 112 के माध्यम से पुलिस को दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस टीम ने घटनास्थल का मुआयना किया।

जायजा लेने उपरांत पता चला कि चोर सीसीटीवी की डीवीआर, 22 लिथियम बैटरी, लैंग्वेज लैब की एक बैटरी, इनवर्टर तथा स्कूल के अधिकांश कमरों के ताले तोड़कर सामान चुरा ले गए। सरपंच प्रतिनिधि जितेंद्र सिंह ने कहा कि गांव में लगातार कुछ दिनों से चोरी की वारदातें बढ़ रही हैं। इस संबंध में वे पुलिस कमिश्नर डॉक्टर राजश्री सिंह से मिलकर गांव में नियमित पुलिस गश्त की मांग की करेंगे ताकि इस प्रकार की घटनाओं पर अंकुश लग सके।

झज्जर। कमरे में खुली हुई अलमारियां, जिनसे चोरी हुआ सामान। फोटो: हरिभूमि

दुकान से तीन लेपटॉप व 15 मोबाइल चोरी

बहादुरगढ़। लाइनपार के छोटूराम नगर स्थित एक दुकान में चोरी की वारदात हो गई। ताले चटकाकर चोर दुकान में से तीन लेपटॉप व 15 मोबाइल चुराकर ले गए। पीड़ित की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात अंशुल की दुकान में हुई है। वार्ड-10 छोटूराम नगर के अंशुल का कहा है कि उसने छोटूराम नगर में ही मोबाइल व ऑनलाइन कामकाज की दुकान कर रखी है। गत 17 नवंबर की रात को दुकान बंद कर चला गया। इसी रात चोरों ने दुकान के ताले चटका कर वारदात कर दी। मंगलवार की सुबह दुकान खोलने आया तो ताला टूटा हुआ था। इसके बाद अंदर देखा तो सामान अस्त व्यस्त था। जांच करने पर तीन लेपटॉप व 11 कीपैड वाले मोबाइल नहीं मिले। अपने स्तर पर जांच की लेकिन कुछ पता नहीं चला। फिर पुलिस को सूचना दी। सूचना पाकर लाइनपार थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। पुलिस ने अंशुल की शिकायत पर अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है। मामले की तह तक जाने के लिए पुलिस आसपास सीसीटीवी फुटेज चेक करेगी। जल्द वारदात सुलझाने की बात कही जा रही है।

मकान से आभूषण व हजारों की नकदी चोरी

बहादुरगढ़। गांव इस्सरहेड़ी के माया गार्डन में स्थित एक मकान में चोरी की वारदात हो गई। अज्ञात चोर मकान में से आभूषण व हजारों रुपये की नकदी पर हाथ साफ कर गए। इस संबंध में पुलिस को शिकायत दे दी गई है। सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात शशिकांत के मकान में हुई है। मूलतः देवरिया का शशिकांत परिवार सहित यहां इस्सरहेड़ी के माया गार्डन में स्थित एक मकान में किराये पर रहता है। उसकी पत्नी गीता का कहना है कि मंगलवार दोपहर करीब सवा 12 बजे वह सामान लेने दुकान पर गई थी। पीछे से मकान में कोई नहीं था, इसलिए ताला लगाया था। इसी दौरान चोरों ने उसके मकान को निशाना बना लिया। करीब ढाई बजे जब वह लौटी तो बाहर मेन गेट पर ताला लगा हुआ था लेकिन अंदर कमरे की कुंडी कटी हुई थी। कमरे में सारा सामान बिखरा हुआ था और अलमारी खंगाली गई थी। अलमारी में रखे 40 हजार रुपये व कानों के झुमके सहित अन्य जरूरी दस्तावेज गायब थे। इसके बाद पुलिस को सूचना दी। सूचना पाकर सदर थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। गीता की शिकायत पर सदर थाने में अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज हुआ है। पुलिस का कहना है कि जांच की जा रही है। जल्द ही मामले को सुलझाया जाएगा।

राष्ट्रीय मूल्यांकन टीम ने 17 से 19 नवंबर तक अस्पताल में किया दौरा

टीम के निरीक्षण के दौरान अस्पताल में रही अफरा-तफरी

शिकायत पेटी के पास पेन-कागज रखे नजर आए तो पुराने पोस्टर व फ्लैक्स हटाकर नए लगाए गए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

नागरिक अस्पताल परिसर में राष्ट्रीय मूल्यांकन टीम का दौरा बुधवार को भी जारी रहा। लगातार तीसरे दिन अस्पताल परिसर में भागदौड़ भरा माहौल देखने को मिला। कुछ देर के लिए तो ट्रामा सेंटर में माहौल गरमा गया।

दरअसल, ट्रामा सेंटर में ड्यूटी पर तैनात एक चिकित्सक जब अपने रूम में काम कर रहे थे तो इस दौरान टीम वहां गई। टीम ने वहां कार्रवाई शुरू की तो ड्यूटी पर तैनात डॉक्टर को दूसरी जगह काम करने के लिए कह दिया गया। इस पर डॉक्टर ने आपत्ति जताई और गुस्सा जाहिर करते हुए कहा कि इस तरह से काम कैसे चलेगा। वहीं, मौके पर मौजूद मरीजों ने चिकित्सक की आपत्ति को सही मानते हुए कहा कि इमरजेंसी में व्यवस्था दुरुस्त होनी चाहिए। हालांकि इस दौरान ज्यादा काम प्रभावित नहीं हुआ। टीम के जाते ही डॉक्टर ने अपना काम चालू किया।

बहादुरगढ़। अस्पताल में पुराना हटाकर नया पोस्टर लगाते कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

कमियों को सुधारने में भागदौड़ भी देखने को मिली

उधर दूसरी तरफ मूल्यांकन टीम के एंबुलेंस, वार्डों व सफाई सहित अन्य बिंदुओं पर निरीक्षण के दौरान जहां कहीं भी कमी देखने को मिली, वहां सुधार के लिए कहा गया। कमियों को सुधारने में भागदौड़ भी देखने को मिली। बुधवार को शिकायत पेटी के पास पेन-कागज रखे नजर आए तो पुराने पोस्टर व फ्लैक्स हटाकर नए लगाए गए। प्रबंधन के अधिकारी से लेकर कर्मचारी तक दिनभर इधर उधर दौड़ते नजर आए। कुछ अधिकारी का फोकस तो पत्रकारों को रोकने टोकने पर रहा ताकि खामियां उजागर न हो सकें।

सरकारी अस्पताल को प्राइवेट जैसा चमका

वहीं, आम नागरिकों का कहना है कि टीम के आने पर तो सरकारी अस्पताल को प्राइवेट जैसा चमका दिया गया है। उम्मीद है कि टीम के जाने के बाद भी अस्पताल में ऐसा वातावरण व सेवाएं देखने को मिलेंगी। बता दें कि राष्ट्रीय मूल्यांकन टीम ने 17 से 19 नवंबर तक अस्पताल में निरीक्षण किया। यदि मूल्यांकन रिपोर्ट की कसौटी पर अस्पताल खरा उतरता है तो यहां बजट बढ़ने के साथ साथ सुविधाएं भी बढ़ेंगी।

मामन विहार के निकट अवैध कॉलोनी में चला पीला पंजा

जेसीबी की मदद से अवैध प्लॉटिंग, सड़कों और अधूरे निर्माण को तोड़ा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

नगर परिषद की टीम ने बुधवार को मामन विहार के नजदीक अवैध रूप से काटी जा रही कॉलोनी पर बड़ी कार्रवाई करते हुए निर्माणाधीन ढांचों को ध्वस्त किया। नप अधिकारियों के अनुसार बिना किसी मंजूरी और लेआउट प्लान के कॉलोनी विकसित की जा रही थी, जिसकी शिकायतें लगातार मिल रही थीं।

नगर परिषद के कार्यकारी अधिकारी अरुण नांदल के नेतृत्व में निरीक्षण दल ने मौके पर पहुंचकर जेसीबी की मदद से अवैध प्लॉटिंग, सड़कों और अधूरे निर्माण को तोड़ा। टीम ने कॉलोनी विकसित कर रहे व्यक्तियों को चेतावनी दी कि बिना अनुमोदन किसी भी प्रकार का विकास कार्य सख्त रूप से वर्जित है। पालिका अभियंता जोगेंद्र सिंधु ने बताया कि शहर और आसपास के क्षेत्रों में अवैध कॉलोनियों के खिलाफ अभियान चलाया जा रहा है। ईओ अरुण नांदल ने कहा कि शहर में कहीं भी अवैध निर्माण को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। तुरंत नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। स्थानीय लोगों ने नगर परिषद की कार्रवाई का स्वागत करते हुए कहा कि अवैध कॉलोनियों के कारण न तो सही सुविधाएं मिलती हैं और न ही शहर का व्यवस्थित विकास हो पाता है।

बहादुरगढ़। मामन विहार के निकट अवैध कॉलोनी में तोड़फोड़ करती नप की जेसीबी।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब सर्दी के मौसम में बढ़ जाए जोड़ों का दर्द

मेरी उम्र 58 वर्ष है। सर्दियों में मेरे जोड़ों में दर्द बढ़ जाता है। कृपया कोई ऐसा उपाय बताएं ताकि इस मुश्किल का सामना न करना पड़े।

-कौशल किशोर, रोहतक

सर्दी के मौसम में जोड़ों में दर्द की समस्या बढ़ जाती है। खासकर अधिक उम्र के लोगों को यह दिक्कत ज्यादा होती है। इससे बचने का तरीका यही है कि सर्दी में एक्सपोजर कम से कम करें। अगर निकलना ही पड़े तो पूरी तरह से वूलेन कपड़े पहनकर निकलें। साथ ही खान-पान का विशेष ध्यान रखें और ठंडी या फ्रिज में रखी चीजें खाने से परहेज करें।

मेरी उम्र 26 वर्ष है। सर्दी में डेंड्रफ की समस्या बढ़ जाती है। मुझे इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए?

-रोहन, बिलासपुर

सर्दी के मौसम में यह समस्या गर्म पानी से नहाने की वजह से ज्यादा होती है। इससे बचने के लिए आप अधिक गर्म पानी से ना नहाएं। पानी को नॉर्मल कर लें। साथ ही नियमित रूप से बालों को धुलें, ज्यादा दिक्कत हो रही हो तो जरूर आपको एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। अकसर जब मैं सुबह सोकर उठता हूं तो गले के पिछले पार्ट में अकड़न लगती है। कुछ देर में ठीक भी हो जाता है। कृपया बताएं ऐसा क्यों होता है?

-राजीव, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लगता है कि आपको सर्वाइकल की दिक्कत है लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। ऐसे में आपको ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। वह एक्स-रे कराकर इसका कारण पता लगाएंगे और ट्रीटमेंट होगा। फिलहाल आप सर्दी से बचें और रात में सोते समय गले के उस पार्ट को प्रॉपर ढंक कर रखें।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे डाइजेशन की प्रॉब्लम है। भूख नहीं लगती है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई कारगर समाधान बताएं।

-सुबीर, राजनांदगांव

उम्र बढ़ने के साथ डाइजेशन सिस्टम स्लो हो जाता है। इसलिए आपको खान-पान में विशेष ध्यान रखने की जरूरत है। ज्यादा तला-भुना खाना नहीं खाना चाहिए। इसके अलावा दोपहर के खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करना चाहिए। रात का डिनर बिल्कुल ही हल्का होना चाहिए। सोने से तीन घंटे पहले डिनर हो जाना चाहिए। इस तरह चेंज करने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 37 वर्ष है। कुछ दिनों के अंतराल पर मेरे सिर के अगले, पिछले या बीच के हिस्से में रह-रहकर दर्द होता रहता है। कई बार यह बहुत असहनीय हो जाता है, कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-सुकेश, भोपाल

सिर में दर्द कई कारणों से होता है। कई बार गैस की वजह से काफी तेज दर्द होता है तो कई बार इसकी वजह माइग्रेन भी होता है। दर्द कब हो रहा है, कैसे हो रहा है, इस बारे में आपको डिटेल्स बतानी पड़ेगी। बेहतर होगा कि आप एक बार न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क कर लें। वह पूरी हिस्ट्री समझकर ट्रीटमेंट करेंगे।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दाईं तरफ मीठा-मीठा दर्द बना रहता है। मुझे क्या करना चाहिए?

-राजेश, दुर्ग

आपने यह नहीं बताया कि यह दर्द कितने समय से हो रहा है? कई बार इसकी वजह संक्रमण हो सकता है तो कई बार अन्य कारणों से भी हो सकता है, लेकिन जांच कराए बिना कुछ भी कहना मुश्किल है। आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। आप बगैर डॉक्टर से संपर्क किए कोई भी मेडिसिन ना लें। बाहर का खाना बिल्कुल न खाएं।*

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com पर ई-मेल कर सकते हैं।

विटामिन-डी, कैल्शियम अवशोषण, प्रतिरक्षा प्रणाली के कार्य और समग्र स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। ऐसे में अगर इसकी कमी का निदान नहीं हो पाता है, तो उससे डिप्रेशन, एंग्जायटी जैसी मानसिक समस्याओं का खतरा भी बढ़ जाता है। यहां आपको विस्तार से बता रहे हैं विटामिन-डी की महत्ता, इसके प्रमुख स्रोत, इसकी कमी के लक्षण और कमी दूर करने के उपायों के बारे में।

फिजिकल-मेंटल हेल्थ के लिए बहुत जरूरी है विटामिन-डी

अवेयरनेस

अंशु सिंह

आपको शायद पता नहीं होगा कि अपने देश के बड़े वर्ग के लोगों में एक चिंताजनक स्वास्थ्य संकट बढ़ रहा है। वह है विटामिन-डी की कमी। कुछ अध्ययनों के अनुसार प्रचुर मात्रा में धूप होने के बावजूद 70 प्रतिशत से अधिक भारतीयों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी है।

अकसर कई लोगों की उदासी, गुस्सा, चिड़चिड़ाहट की वजह किसी न किसी प्रकार की चिंता या भय होता है। यही भय उन्हें अवसाद की दहलीज पर भी ले जाता है। रातों की नींद और चैन उड़ जाते हैं। कारण तलाशने पर कुछ भी हाथ नहीं लगता। मुमकिन है कि कुछ ऐसा ही रहा हो, जो बेवजह की उदासी और भय पैदा कर रहा हो। आपको लग रहा हो कि आप डिप्रेशन के शिकार हैं। कुछ लोग तो एंटी डिप्रेशन मेडिसिन लेना शुरू कर देते हैं, जबकि असली वजह शरीर में विटामिन डी की कमी हो सकती है।

डॉक्टर्स बताते हैं कि विटामिन हमारे शरीर के लिए बेहद जरूरी होते हैं। अब चाहे वो विटामिन-ए हो, विटामिन-बी, सी या विटामिन-डी। विटामिन-डी की कमी गंभीर मानसिक तनाव दे सकती है और हमें इसका पता भी नहीं चल पाता है।

मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

हाल के वर्षों में विभिन्न अध्ययनों के जरिए मानसिक स्वास्थ्य में विटामिन-डी की भूमिका का समर्थन करने वाले प्रमाण पाए गए हैं। विटामिन-डी की कमी, खासकर अवसाद और चिंता के लक्षणों को बढ़ा सकती है। कई शोधकर्ता इस निष्कर्ष पर पहुंचे हैं कि शरीर में विटामिन-डी की कमी से न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर होने की संभावना भी बढ़ जाती है। इतना ही नहीं, भूलने की बीमारी, दुविधा, थकान, मनोदशा में बदलाव, भूख न लगना, दर्द के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि, एकाग्रता की कमी, डर का

बढ़ना, अत्यधिक निराशा या उदासी की भावना, वजन कम होना या बढ़ना, चिंता आदि समस्याएं भी हो सकती हैं। कई अन्य अध्ययनों में अल्जाइमर रोग से पीड़ित लोगों के साथ-साथ संज्ञानात्मक हानि वाले स्वस्थ वयस्कों में विटामिन-डी के स्तर में कमी की बात सामने आई है, जो विटामिन-डी और संज्ञानात्मक कार्य के बीच संबंध का संकेत देती है।

भारत में चिंताजनक है स्थिति

मेडिकल जर्नल नेचर में प्रकाशित एक शोध के अनुसार अफगानिस्तान, ट्यूनीशिया जैसे देशों की लगभग 20 प्रतिशत से भी अधिक आबादी विटामिन-डी की कमी से ग्रसित है। अमेरिका, कनाडा और यूरोप के लोग भी विटामिन-डी की कमी से जूझ रहे हैं। इन देशों में यह आंकड़ा क्रमशः 5.9 फीसदी, 7.4 फीसदी और 13 फीसदी के आस-पास है। एक अध्ययन के मुताबिक, भारत की करीब 70

फीसदी शहरी आबादी विटामिन-डी की कमी से जूझ रही है। जबकि देश में प्रचुर मात्रा में सूर्य की रोशनी उपलब्ध है। इसके बावजूद, लगभग 10 में से 9 व्यक्तियों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी पाई जाती है।

विटामिन डी की कमी के कारण

लोगों में विटामिन डी की कमी के लिए कई कारक जिम्मेदार हैं। जैसे, शहरीकरण एवं प्रदूषण की वजह से लोगों का ज्यादा समय घर के अंदर रहना, धूप में कम समय बिताना आदि। सूर्य के प्रकाश के संपर्क में न आने की वजह से इसकी कमी, शरीर की विटामिन-डी के संश्लेषण की क्षमता को काफी कम कर देती है। शहरी क्षेत्रों में वायु प्रदूषण का उच्च स्तर एक अवरोधक के रूप में कार्य करता है, जो विटामिन-डी के संश्लेषण के लिए आवश्यक पराबैंगनी-बी (यूवीबी) किरणों को अवरुद्ध करता है। दिल्ली, मुंबई और कोलकाता जैसे घनी आबादी वाले शहरों में विशेष रूप से यह समस्या गंभीर है। इसके अलावा, भारतीय आहार, खासकर शाकाहारी आहार में प्रायः विटामिन-डी से भरपूर खाद्य पदार्थों की कमी होती है, जो वसायुक्त मछली, अंडे की जर्दी और फोर्टिफाइड डेयरी उत्पादों में पाया जाता है।

क्यों जरूरी है विटामिन-डी

दिल्ली एनसीआर (गुरुग्राम) के वरिष्ठ एंडोक्राइनोलॉजिस्ट **डॉ. धीरज कपूर** का कहना है कि 'सनशाइन विटामिन' के रूप में जाने जाने वाला विटामिन-डी, वसा में घुलनशील विटामिन होता है, जो मुख्य रूप से सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने पर त्वचा में संश्लेषित होता है। यह कई शारीरिक कार्यों को पूरा करने जैसे दांतों, मांसपेशियों और हड्डियों को मजबूत बनाने के अलावा मानसिक सेहत से लेकर हृदयाघात, मधुमेह और कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों से हमें बचाने में सक्षम है। यह कैल्शियम और फास्फोरस के अवशोषण को सुगम बनाता है। इसकी कमी से ऑस्टियोपोरोसिस, संक्रमणों के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि और मांसपेशियों की कमजोरी सहित कई स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। साथ ही, ये मनोदशा के नियमन को प्रभावित करती है। इसकी कमी अवसाद और चिंता से जुड़ी हो सकती है।

कैसे काम करता है

हमारे शरीर की मांसपेशियों, हृदय, मस्तिष्क और प्रतिरक्षा प्रणाली में विटामिन-डी रिसेप्टर्स होते हैं। शरीर इस विटामिन को गुर्दे और यकृत तक पहुंचाता है, जहां यह एक सक्रिय हार्मोन में परिवर्तित हो जाता है। इस रूप में यह शरीर को कैल्शियम के अवशोषण में सहायता करता है। आपका शरीर सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने से विटामिन-डी प्राप्त करता है। कुछ खाद्य पदार्थ और सप्लीमेंट्स भी विटामिन-डी के स्रोत हो सकते हैं। सांवले रंग के लोगों के शरीर में मेलेनिन का स्तर अधिक होता है। यह एक ऐसा पदार्थ है, जो मनुष्यों और पशुओं में आंखों, त्वचा और बालों को काला कर देता है। यह रंजकता त्वचा को विटामिन-डी को ठीक से अवशोषित करने से रोकती है।

ऐसे दूर करें विटामिन-डी की कमी

आमतौर पर लोगों का औसतन 90 फीसदी समय घर या दफ्तर के अंदर बीतता है। घर के अंदर बिताए गए समय में वृद्धि के अलावा, ऐसे कपड़े पहनना, जो

त्वचा की अधिकांश सतह को कवर करते हैं या फिर सनस्क्रीन का उपयोग, विटामिन-डी की कमी में योगदान करते हैं। हां, बिना सनस्क्रीन के ज्यादा देर तक धूप में रहने से सावधान रहें, क्योंकि ओजोन परत के पतले होने से सूरज की हानिकारक अल्ट्रावायलेट किरणें आसानी से धरती पर पहुंचती हैं और त्वचा कैंसर के खतरे को बढ़ाती हैं। इसलिए विटामिन-डी की कमी से बचने का सबसे अच्छा तरीका है अपने आहार में मछली, मांस, अंडे की जर्दी, फोर्टिफाइड डेयरी उत्पाद और मशरूम को शामिल करें। साथ ही पर्याप्त धूप लें, जो विटामिन-डी का सबसे प्रमुख स्रोत है। *

लीवर की समस्या से भी हो सकती है कमी

वैद्य डॉ. अमृता शर्मा

आज की जीवनशैली में जहां सूर्य का प्रकाश हानिकारक माना जा रहा है। लोग अपनी त्वचा को धूप से बचाने के लिए शरीर को ढंकते हैं। फैशन उद्योग द्वारा सनस्क्रीन लोशन का प्रचार, वातानुकूलित कमरों में रहना, त्वचा से चिपके कपड़े, उचित आहार और दिनचर्या का अभाव विटामिन-डी की कमी के कारण हैं। कभी-कभी सूर्य के प्रकाश के पर्याप्त संपर्क में आने के बाद भी विटामिन-डी की कमी देखी जाती है। यह लीवर की समस्या के कारण हो सकता है, क्योंकि लीवर विटामिन-डी का उत्पादन करने के लिए सूर्य के प्रकाश का उपयोग करता है। अगर लीवर ठीक से काम नहीं कर रहा है, तो यह विटामिन-डी की कमी का कारण बनता है। विटामिन-डी एक वसा में घुलनशील विटामिन है, इसलिए इस विटामिन के कैप्सूल लेने के बाद भी यदि लीवर ठीक से काम नहीं करता है, तो शरीर के लिए इस विटामिन का उपयोग करना मुश्किल होगा और लाभ के बजाय यह विटामिन कैप्सूल शरीर को नुकसान पहुंचाता है। इसलिए व्यक्ति को सुबह की धूप में सैर करना चाहिए, ढीले कपड़े पहनकर व्यायाम करना चाहिए।

मेडिटेक्नीक

आईवीएफ की सक्सेस रेट बढ़ा सकता है एआई

अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) का इस्तेमाल आईवीएफ मेडिकल प्रोसीजर में भी किया जा रहा है। एआई, एंब्रयो के पैटर्न को देखकर यह बता सकता है कि उसको किस क्रम में ट्रांसफर करना चाहिए या कौन-सा भ्रूण सबसे बेहतर रहेगा? इस बारे में डिटेल में बता रही हैं, नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी सेंटर, गुरुग्राम की फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. रश्मि अग्रवाल**।

आईवीएफ ने दुनिया भर में लाखों दंपतियों को माता-पिता बनने का सपना पूरा करने में मदद की है। अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी एआई इस क्षेत्र में भी बड़ा बदलाव ला रहा है। एआई डेटा, तस्वीरें और विशेष कंप्यूटर एल्गोरिदम की मदद से ऐसे पैटर्न पहचानता है, जिन्हें आमतौर पर इंसान नहीं देख पाता। इससे डॉक्टरों को इलाज के दौरान ज्यादा सटीक निर्णय लेने में मदद मिलती है। एआई के आने से आईवीएफ

प्रक्रिया पहले से अधिक प्रभावी, सटीक और मरीज के लिए आसान बन गई है।

- एआई, भ्रूण की तस्वीरें देखकर यह पता लगा सकता है कि कौन-से भ्रूण के सफलतापूर्वक गर्भाशय में लगने की संभावना ज्यादा है। यह एल्गोरिदम बहुत बड़े डेटा पर प्रशिक्षित होते हैं, जिससे भ्रूण के विकास में आने वाले छोटे-छोटे बदलाव भी पकड़ में आते हैं। इससे स्वस्थ भ्रूण चुनने की प्रक्रिया सटीक होती है।
- एआई की मदद से फर्टिलिटी विशेषज्ञ हर मरीज के लिए डेटा-आधारित और व्यक्तिगत ट्रीटमेंट डिसाइड कर सकते हैं। एआई हार्मोन के स्तर और दवाओं पर शरीर की प्रतिक्रिया का विश्लेषण करके सही दवा की मात्रा और ओवेरियन स्टिम्युलेशन का समय तय करता है। इससे अंडाणु की गुणवत्ता बढ़ती है और इलाज से अच्छे

परिणाम मिलते हैं।

- एआई तकनीक से बने इमेजिंग टूल्स ऐसे शुक्राणु चुन सकते हैं, जिनकी गति और आकार सबसे अच्छा हो। इससे बेहतर भ्रूण बनते हैं और गर्भधारण की संभावना भी बढ़ती है।
- एआई सिस्टम, भ्रूण के विकास को रीयल-टाइम यानी लगातार मॉनिटर करते हैं और किसी भी असामान्यता को तुरंत पहचान लेते हैं। इससे डॉक्टर भ्रूण ट्रांसफर से पहले समय रहते सुधार कर सकते हैं, जिससे गर्भ ठहरने की संभावना बढ़ जाती है। *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

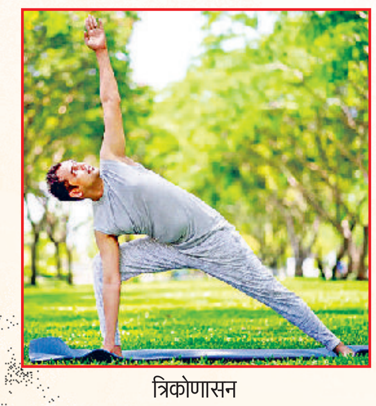
सर्दी का मौसम शुरू हो चुका है। इस दौरान स्वस्थ और फिट रहने के लिए आपको कुछ आसनों को अपने रूटीन में जरूर शामिल करना चाहिए। हम आपको बता रहे हैं, तीन ऐसे ही कारगर आसन।

रोज करिए ये तीन योगासन इस मौसम में रहेंगे स्वस्थ

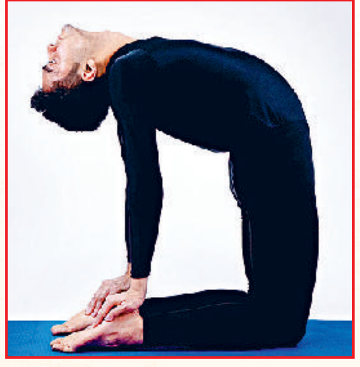
सर्दी के मौसम में हमारे स्वास्थ्य की सच्ची रखवाली दवाइयां नहीं बल्कि कई तरह की हमारी शारीरिक गतिविधियां करती हैं। इनमें ही योगासन भी शामिल हैं। सर्दियां शुरू होते ही शरीर को स्वस्थ रखने के लिए अगर आप कुछ सरल योगासनों को अपने रूटीन में शामिल कर लें तो कई परेशानियों से बचे रहेंगे। ये न केवल इन दिनों हमारे शरीर को गर्म रखते हैं बल्कि मन को भी सक्रिय और उत्साहित रखते हैं, जिससे हम प्रसन्न और एक्टिव रहते हैं। तो आइए जानें ये कारगर तीन सरल योगासन कौन से हैं?

त्रिकोणासनः त्रिकोणासन सर्दी के मौसम में हमें स्वस्थ रखने के लिए बहुत महत्वपूर्ण आसन है। यह खड़े होकर किया जाने वाला आसन है, जिससे हमारा शरीर पर्याप्त खिंचाव हासिल करता है। सर्दी के दिनों में पर्याप्त रूप से त्रिकोणासन कर लिया जाए तो शरीर में जरूरी लचीलापन बना रहता है। इसके चलते हमारी पाचनक्रिया सही रहती है और ठंड से सिकुड़ी मांसपेशियों को राहत मिलती है।

उष्ट्रासनः उष्ट्रासन या कैमल पोज भी उन कुछ गिने-चुने आसनों में से एक है, जो



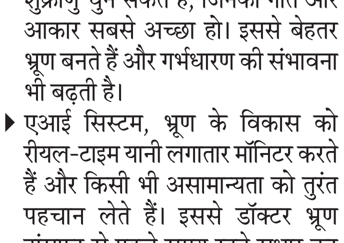
त्रिकोणासन



उष्ट्रासन

सर्दियों में हमें तमाम तरह की परेशानियों से बचाकर रखता है। यह आसन सर्दियों में होने वाली सीने की जकड़न को खोलता है, जिससे ठंडी हवा का प्रभाव खत्म होता है। उष्ट्रासन करने से हमारे फेफड़े और हृदय को लाभ होता है। शरीर में गर्माइश बनी रहती है, पाचन बेहतर होता है और शरीर में जरूरी लचीलापन तथा कई तरह के दर्द से राहत मिलती है। उष्ट्रासन नियमित रूप से करने से सर्दियों में हमारे शरीर में ऊर्जा का सतत प्रवाह बना रहता है।

इस तरह इस मौसम में किए जाने वाले ये सीधे सरल तीन आसन हमें बहुत राहत देते हैं। इन आसनों का अभ्यास करने से पहले अनुभवी प्रशिक्षक से इनकी सही विधि जरूर सीख लें। *



पवनमुक्तासनः पवनमुक्तासन का मूल काम सर्दियों में हमारे पाचन तंत्र को दुरुस्त रखना है, जिससे हमारा शरीर सर्दियों में गैस और अपच की परेशानियों से दूर रहता है। इससे पेट की मांसपेशियां सक्रिय रहती हैं। शरीर में हल्कापन महसूस होता है और ऊर्जा का लगातार प्रवाह बना रहता है, जिससे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता दुरुस्त रहती है।

उपयोगी फल

शिवचरण चौहान

पपीते में अनेक स्वास्थ्यवर्धक और रोग निवारक गुण होते हैं। यह आसानी से हर कहीं उपलब्ध भी होता है। पपीते के स्वास्थ्यवर्धक गुणों के बारे में आपको विस्तार से बता रहे हैं।

गुणकारी-स्वास्थ्यवर्धक पपीता

भारत में लगभग सभी जगह, सभी ऋतुओं में पपीता आसानी से मिल जाता है। पपीता मीठा, पौष्टिक और सस्ता फल है। पपीता के फल, पत्ते, जड़ और फलों के बीज औषधि के रूप में काम आते हैं। आकार, रंग, गंध और स्वाद में भिन्नता लिए हुए पपीते की अनेक किस्में होती हैं। सामान्यतया सभी पपीते बीजयुक्त होते हैं। किसी में बहुत ज्यादा निकलते हैं तो किसी में गिनती के बीज होते हैं। कच्चे फल का छिलका हरा और गूदा सफेद होता है। यह सब्जी और आचार बनाने में विशेष तौर पर इस्तेमाल किया जाता है। फल के पकने पर छिलके का रंग केसरिया हो जाता है। कृत्रिम ढंग से पकाया गया पपीता जहां पीले रंग का होता है, वहीं डाल पर पका केसरिया रंग का होता है। दिखने में पीले रंग का पपीता अच्छा जरूर लगता है लेकिन पौष्टिक तत्वों और स्वाद की दृष्टि से डाल पर अपने आप पका केसरिया रंग का पपीता श्रेष्ठ होता है। आसानी से पच जाने के कारण पका हुआ पपीता रोगियों को पथ्य के रूप में दिया जाता है।

पपीता के फल को भोजन के बाद खाना उचित होता है। पके पपीते से जैम, मिष्ठान, खीर आदि बनाई जाती हैं, जो स्वादिष्ट और पौष्टिक होती है। जिन व्यक्तियों को लीवर और पाचन संबंधी शिकायत होती है, उनके लिए पपीते का सेवन अत्यंत लाभदायक होता है। आयुर्वेद के अनुसार कच्चा पपीता मलरोधक, वायु तथा कफ को कुपित करने वाला तथा पका हुआ पपीता रस में मधुर, पित्तनाशक, रुचिकारक, भारी और स्वादिष्ट होता है।

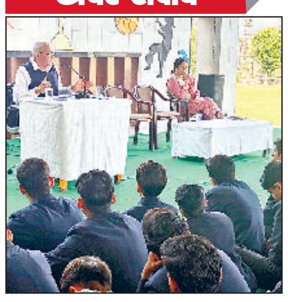
मौजूद पोषक तत्वः वैज्ञानिकों का कहना है कि एक पपीते के विभिन्न तत्वों का प्रतिशत इस प्रकार है- जल 89.6 प्रतिशत, वसा 0.1 प्रतिशत, कार्बोहाइड्रेट 9.4 प्रतिशत, खनिज पदार्थ 0.4 प्रतिशत, प्रोटीन 0.5

प्रतिशत होता है। इनके अतिरिक्त कैल्शियम, फॉस्फोरस, लोहा, टार्टरिक एसिड, साइट्रिक एसिड, मैलिक एसिड, विटामिन-ए, बी, सी और डी भी पपीते में पाए जाते हैं। पैप्सिन नामक पदार्थ की उपस्थिति के कारण पपीता का फल पाचन शक्ति में वृद्धि करके मंदाग्नि को दूर करता है। पेप्सिन हमारे द्वारा खाए प्रोटीन पदार्थों का पाचन करता है।

पके हुए पपीते में 'केरोटीन' नामक पोषक तत्व प्रचुर मात्रा में होता है, जो हमारे शरीर में पहुंचकर विटामिन-ए बन जाता है। फल में 68 से 100 मिलीग्राम तक विटामिन 'सी' होता है। पपीते का नियमित सेवन करने से हमें विटामिन-ए और विटामिन-सी पर्याप्त मात्रा में मिल जाते हैं, जिससे अनेक रोगों से रक्षा करने में हमें मदद मिलती है।

कई तरह से फायदेमंदः पपीते में विटामिन-डी बहुत अधिक मात्रा में मिलता है, जो शरीर के लिए बहुत महत्वपूर्ण एवं आवश्यक है। इससे हड्डियों को ताकतवर बनाया जा सकता है। पपीते का लौह तत्व, रक्त वृद्धि करता है। कैल्शियम शरीर की हड्डियों को मजबूत करता है। मस्तिष्क और वात जनित रोगों के लिए फॉस्फोरस काम आता है। कार्बोज शरीर में गर्मी पहुंचाता है और प्रोटीन मांसपेशियों की वृद्धि करता है। 100 ग्राम पपीते का गूदा हमें 56 कैलोरी ऊर्जा प्रदान करता है। पपीते का नियमित सेवन करने से स्वास्थ्य और यौवन लंबे समय तक रहता है। इसके अलावा एनीमिया, उदर विकार, अजीर्ण, मंदाग्नि, दुर्बलता, क्षयरोग, दमा, नेत्र और चमड़ी के विकारों से हमारी रक्षा होती है। रोगियों के अलावा सामान्य व्यक्ति को भी पपीता रोज खाना चाहिए। कच्चे पपीते का दूध कीटाणु व कृमि नाशक होने के कारण दाद-खाज, खुजली आदि चर्म रोगों में नियमित रूप से लगाने से उनमें आराम मिल जाता है। कच्चे पपीते का गूदा घाव पर लगाने से घाव बहुत जल्दी भर जाता है। गर्भवती महिलाएं पपीता नियमित रूप से खाएं तो खून की कमी नहीं होगी और बच्चा भी स्वस्थ होगा। शिशु जन्म के पश्चात जब स्तनों में दूध कम आए तब पपीता खाना लाभप्रद होता हैं। अपना दुबलापन मिटाने और शरीर का हृष्ट-पुष्ट बनाने के लिए पपीते का हलुवा या खीर नियमित रूप से खाएं। मंदाग्नि और अजीर्ण रोग से पीड़ित व्यक्ति सुबह नाश्ते में खाली पेट केवल पका हुआ पपीता खाएं। पपीते के पत्तों का रस पीने से खून में आयरन और प्लेटलेट्स बढ़ते हैं। पेट के कैंसर और अल्सर में भी पपीते का सेवन बहुत फायदेमंद साबित होता है। *

खबर संक्षेप



झज्जर। विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए निदेशक जितेंद्र सिंह अहलावत।

जीवन, शिक्षा व व्यक्तित्व विकास की दी जानकारी

झज्जर। आरईडी स्कूल में नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों के लिए एक विशेष मार्गदर्शन सत्र का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में निदेशक जितेंद्र सिंह अहलावत ने विद्यार्थियों को जीवन, शिक्षा और व्यक्तित्व विकास से जुड़े कई महत्वपूर्ण विषयों की जानकारी दी। उन्होंने अनुशासन, समय प्रबंधन, जीरो टॉलरेंस नीति, मूल्य एवं चरित्र निर्माण, अंग्रेजी वातावरण तथा रोल मॉडलिंग पर विस्तारपूर्वक चर्चा की। विशेष रूप से बोर्ड परीक्षा की तैयारी को लेकर विद्यार्थियों को रणनीतिक ढंग से पढ़ने, नियमित पुनरावलोकन और आत्मविश्वास बनाए रखने की सलाह दी। इनके अलावा विद्यार्थियों को यातायात नियमों की पालना के लिए भी प्रेरित किया।

आगामी जिला स्तरीय प्रतियोगिता में खंड का प्रतिनिधित्व करेंगे विजेता प्रतिभागी

खंड स्तरीय गीता जयंती महोत्सव में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

विजेता विद्यार्थियों को मुख्यातिथि द्वारा पुरस्कृत किया गया

झज्जर। प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थियों को आशीर्वाद देते हुए नोडल अधिकारी रविंद्र। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

उपमंडल बेरी में बुधवार को खंड स्तरीय गीता जयंती महोत्सव प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। खंड शिक्षा अधिकारी सुंदरलाल कौशिक की अध्यक्षता में हुए इस कार्यक्रम के नोडल अधिकारी रविंद्र कौशिक ने बताया कि खंड के विभिन्न राजकीय और निजी स्कूलों के विद्यार्थियों ने प्रतियोगिता में भाग लिया। प्रतियोगिता में भाषण, पेंटिग, श्लोकोचारण, निबंध लेखन, संवाद, प्रश्नोत्तरी जैसी गतिविधियां शामिल रहीं। प्रतियोगिता की ओवरऑल इंचार्ज एवं राजकीय मॉडल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बेरी की प्राचार्या डॉक्टर सुनीता गौड ने बताया कि इस खंड स्तरीय प्रतियोगिता में प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान हासिल करने वाले विद्यार्थी आगामी जिला स्तरीय प्रतियोगिता में खंड का प्रतिनिधित्व करेंगे। प्रतियोगिता में जज की भूमिका में शिक्षक गीता, सुमन, कर्मवीर, संजय, कदम सिंह, सरोज कुमारी, अनीता, पूनम, मंजू कुमारी, रीतु, बबीता कुमारी, संतोष शामिल रहे। सभी विजेता विद्यार्थियों को मुख्यातिथि द्वारा पुरस्कृत किया गया। इस मौके पर वंदना भारद्वाज, विनीता कुमारी, उर्मिला, देवना, मोनिका, संगीता सहित अन्य उपस्थित रहे।

ये रहे प्रतियोगिता के परिणाम

प्रतियोगिता परिणामों में नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के वर्ग की संवाद प्रतियोगिता में स्वामी नित्यानंद सीनियर सैकेंडरी स्कूल बरहाणा की छात्रा इशिका और रीति ने पहला, पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बेरी से मीनू व रीना ने दूसरा, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहाजगढ़ से अक्षरा व शगुन ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। इसी प्रकार प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में अच्छेज के राजकीय स्कूल की तनु, प्रतीक्षा व खुशबू की टीम को प्रथम, शेरिया स्कूल से रविता, वंशिका व सिद्धि की टीम को द्वितीय तथा डीघल के राजकीय कन्या स्कूल की जानवी, खुशी व मन्नू की टीम को तृतीय स्थान मिला। निबंध लेखन में जहाजगढ़ के राजकीय स्कूल से सरिका ने प्रथम, राजकीय कन्या स्कूल जहाजगढ़ की वैष्णवी ने द्वितीय व राजकीय कन्या स्कूल गौच्छी की गरिमा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। भाषण प्रतियोगिता में सीआर स्कूल दूबलधन की अंजलि प्रथम, राजकीय विद्यालय जहाजगढ़ की कोमल द्वितीय व स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा की सृष्टि तृतीय रही। श्लोकोच्चारण में राजकीय बेरी के अंश ने पहला, राजकीय स्कूल गौच्छी की आरुषि ने दूसरा व स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा के प्रतीक ने तीसरा स्थान हासिल किया। छठी से आठवीं कक्षा तक के वर्ग की संवाद प्रतियोगिता में स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा की मेघा व दिशिता ने पहला, सरस्वती शिशु मंदिर बेरी की प्रतिष्ठा व पायल ने दूसरा तथा सीआर स्कूल दूबलधन के तेजस व कुशांत ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। प्रश्नोत्तरी में सरस्वती शिशु मंदिर बेरी से इशिता, तेजल व दीक्षा प्रथम, राजकीय कन्या स्कूल डीघल से हिमांशी, प्राची व वंशिका द्वितीय, राजकीय कन्या स्कूल जहाजगढ़ से सुहानअली व नवनीत तृतीय रहे। निबंध लेखन में राजकीय स्कूल डीघल से हितेश, राजकीय स्कूल जहाजगढ़ से हिमांशु व स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा से गुंजन क्रमशः प्रथम, द्वितीय व तृतीय रहे। भाषण प्रतियोगिता में स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा की मुस्कान प्रथम, सरस्वती शिशु मंदिर बेरी की मानवी द्वितीय व राजकीय कन्या स्कूल डीघल की मुस्कान तृतीय रही। श्लोकोच्चारण प्रतियोगिता में राजकीय स्कूल गौच्छी की यशिका को पहला, राजकीय स्कूल ढराणा की विनती को दूसरा व स्वामी नित्यानंद स्कूल बरहाणा से नुपुर ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। पेंटिंग प्रतियोगिता में राजकीय कन्या स्कूल गौच्छी से हिमांशी प्रथम, राजकीय कन्या स्कूल डीघल से प्राची द्वितीय व राजकीय स्कूल ढराणा से साइना तृतीय रही।

न्यूज डायरी

भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

झज्जर। बाबा कांशीगिरी मंदिर में भजनों का आनंद लेते हुए श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। बाबा कांशीगिरी महाराज मंदिर में 278 वां सुंदरकांड पाठ एवं भजन संध्या का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में सुंदरकांड वाचक योगेश रंजन, पवन कौशिक, राजेंद्र वधवा, भारत भूषण नंदा, रमेश लखेरा, केवल अरोड़ा, सुरेश गाबा, गनपत राय वर्मा, दिनेश दुजाना, विनोद भूटानी, सुमन वधवा, प्रिया तनेजा, वीना वर्मा, हर्ष चावला, सीमा तनेजा, विशन वधवा, शांति कटारिया, हिमांशी अरोड़ा, नारायणी सरदाना, डिंपल, जितेंद्र वर्मा सहित श्रद्धालुओं ने संगीतमयी श्री सुंदरकांड पाठ का सामूहिक गायन किया। राजेंद्र वधवा, भारत भूषण नंदा, योगेश रंजन ने मिश्री से भी मीठा नाम तेरा, तेरा जी मैया..,राजेंद्र वधवा ने कुछ कर ले भजन भगवान का, तेरे जीवन यही सार है..,पंकज भारद्वाज ने जो खेल गए प्राणों पे, श्रीराम के लिए, एक बार तो हाथ उठालो, मेरे हनुमान के लिए......भजन प्रस्तुत कर श्रद्धालुओं को भाव विभोर कर दिया। इस मौके पर वेद बहल पाशु, पदम खट्टर, सुभाष, प्रदीप काठपालिया, भवित वर्मा, सतीश चुघ, सक्षम वर्मा, ईशांन मेहता, जय प्रकाश गुप्ता सहित अन्य श्रद्धालु उपस्थित रहे।

ड्राइंग व हैंडराइटिंग में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

झज्जर। प्रतियोगिता के प्रतिभागियों के साथ मंच पर उपस्थित शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। कला भारती इंस्टीट्यूट महाराष्ट्र द्वारा बुधवार को कैंब्रिज इंटरनेशनल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भदाना में ड्राइंग एवं हैंडराइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में विद्यालय के करीब एक सौ विद्यार्थियों ने भाग लेते हुए अपनी रचनात्मक एवं लेखन कौशल का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता में केजी कक्षा से छात्रा सानवी, पहली से तनु व हितांशी, दूसरी कक्षा से प्रियांशी, तीसरी कक्षा से दक्ष, छठी से नवी व दीपांशी, सातवीं कक्षा से ध्वनि तथा नौवीं कक्षा से अदिति कोडान ने उत्कृष्ट करते हुए मेडल जीता। आयोजक समिति सदस्यों द्वारा प्रतियोगिता में भाग लेने वाले विद्यार्थियों व एक्टिविटी इंचार्ज तुशिका तथा कोर्डिनेटर प्रियंका शर्मा को शील्ड व प्रशस्त्रि पत्र देकर सम्मानित किया। विद्यालय निदेशक धर्मेंद्र जून ने सभी विजेता विद्यार्थियों को बधाई देते हुए कहा कि ऐसी गतिविधियां बच्चों में कला, कल्पनाशीलता और आत्मविश्वास को बढ़ावा देती हैं।

लक्ष्मीबाई व पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी को किया नमन

झज्जर। पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय इंदिरागांधी को श्रद्धांजलि देते हुए कांग्रेस कार्यकर्ता।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

रानी लक्ष्मी बाई व देश की प्रथम महिला प्रधानमंत्री इंदिरागांधी की जयंती पर जिला कांग्रेस कमेटी द्वारा दीनबंधु चौधरी छोटूराम किसान धर्मशाला में श्रद्धांजलि समारोह व रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। जिला अध्यक्ष संजय यादव की अध्यक्षता में आयोजित शिविर में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने रानी लक्ष्मीबाई व पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरागांधी की प्रतिमा पर पुष्पार्पित कर उन्हें नमन किया।

शिविर के दौरान बीस रक्तदाताओं ने रक्तदान किया। इस मौके पर प्रदेश कांग्रेस कमेटी सदस्य राजसिंह जाखड़, विक्रम कादियान, सुभाष गुर्जर, अनिल धनखड़, युवा कांग्रेस के शहरी अध्यक्ष रामअवतार दीपक गहलावत, देवेंद्र , माया नेहरा, सुमन लोहचब, रमेश जाखड़, सरजीत गुलिया, संदीप दहिया, वरुण गुलिया, धर्म सिंह, पूर्व विधायक अजीत सिंह, यादव महासभा के पूर्व प्रधान वीरेंद्र दरोगा, उदयभान पुनिया, वीरेंद्र कौशिक, राजेंद्र कौशिक, प्रदीप, बलवान गहलावत, अमर सिंह, राजवीर दहिया, प्रदीप हुड्डा, मनोज हुड्डा, सुनील जाखड़, रामानंद दलाल, जयप्रकाश कादियान, राजेंद्र जून, नरेश शर्मा, मदन, भगवान मोरे, जितेंद्र यादव, अभिषेक यादव सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

जिले के सरकारी अस्पतालों में हुए 31 ऑप्रेशन

झज्जर। स्वास्थ्य विभाग द्वारा आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत सोमवार से शुरू हुए विशेष शल्य चिकित्सा अभियान के अंतर्गत आयुष्मान लाभार्थियों को कूल्हा एवं घुटना प्रत्यारोपण, बच्चेदानी का ऑप्रेशन, मोतियाबिंद, हर्निया आदि की सुविधाएं निःशुल्क प्रदान की जा रही है। बुधवार को जिले के विभिन्न सरकारी अस्पतालों में विभिन्न बीमारियों के कुल 31 ऑप्रेशन किए गए। इनमें सब डिविजन बेरी अस्पताल व सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र डीघल में सिजेरियन संबंधी एक-एक ऑप्रेशन, नागरिक अस्पताल बहादुरगढ़ में मोतियाबिंद के तेरह व हड्डी संबंधी पांच ऑप्रेशन किए गए। स्थानीय नागरिक अस्पताल में घुटना बदलने का ऑप्रेशन, सिजेरियन दो, मोतियाबिंद के चार, पित्त की थैली, हर्निया, हर्निया रिपयेर व चीरा लगाकर गांठ निकालने संबंधी एक-एक ऑप्रेशन शामिल है। बता दें कि बीते सत्रह नवंबर से चलाया गया यह अभियान 22 नवंबर तक चलेगा। अभियान के पहले दिन 31 तथा दूसरे दिन 22 लोगों के ऑप्रेशन किए जा चुके हैं। अभियान का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक पात्र मरीजों तक उन्नत शल्य चिकित्सा सेवाएं पहुंचाना है।

झज्जर। महाविद्यालय स्टॉफ सदस्यों के साथ होनहार प्रतिभागी।

होनहार विद्यार्थी मुस्कान, तन्नू और सचिन का किया सम्मान

झज्जर। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक में आयोजित अंतर क्षेत्रीय युवा महोत्सव में पुरस्कार जीतने वाले नेहरू कॉलेज के विद्यार्थियों मुस्कान, तन्नू और सचिन का बुधवार को महाविद्यालय में अभिनंदन किया गया। प्राचार्य दलबीर ने इन विद्यार्थियों को बधाई दी और इनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। बीए तृतीय वर्ष की मुस्कान ने अंतर क्षेत्रीय युवा समारोह में पंजाबी कविता पाठ में द्वितीय पुरस्कार हासिल किया। बीए द्वितीय वर्ष की छात्रा तन्नू ने सितार वादन में तीसरा पुरस्कार प्राप्त किया। बीए द्वितीय वर्ष के छात्र सचिन ने फोटोग्राफी में तीसरा पुरस्कार प्राप्त किया। इस उपलब्धि पर प्राचार्य दलबीर सिंह ने विजेता विद्यार्थियों तथा टीम प्रभारियों को बधाई दी। टीम का मार्गदर्शन सांस्कृतिक गतिविधि प्रभारी डॉ. तमसा, डॉ. जगबीर सिंह, डॉ. ज्योति और दीपा यादव ने किया।

नरेश बने हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के जिला प्रधान

झज्जर। बैठक में उपस्थित हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के सदस्य।

झज्जर। हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ द्वारा बुधवार को बैठक का आयोजन कर जिला कार्यकारिणी का गठन किया गया। बैठक में पर्यवेक्षक के रूप में उपस्थित हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के राज्य प्रधान प्रभु सिंह, सर्व कर्मचारी संघ के जिला प्रधान रामवीर, रमेश जाखड़ व अजीत राहड़ ने शिक्षकों से जुड़े महत्वपूर्ण मुद्दों पर प्रकाश डाला। इसके बाद सर्व सम्मति से हुए चुनाव में नरेश कुमार छिल्लर को जिला प्रधान, उमेश कुमार धनखड़ को उपप्रधान की जिम्मेवारी सौंपी गई। इनके अलावा प्रवीण कुमार को सचिव, अनिल कुमारी को ऑडिटर, साहिल देशवाल को प्रेस सचिव व अशोक को कोषाध्यक्ष नियुक्त किया गया।

सूचना

मैं, रणबीर पुत्र श्री बलमत सिंह निवासी म. नं. 515, लाईन पार विकास नगर, बहादुरगढ़ जिला झज्जर, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र रोहित व मेरी पुत्रवधु मनीषा मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

कांग्रेसियों ने मनाई इंदिरा की जयंती

बहादुरगढ़। इंदिरा गांधी के चित्र पर पुष्प अर्पित करते कांग्रेसी। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। पूर्व विधायक राजेंद्र जून के कार्यालय पर बुधवार को पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की जयंती श्रद्धा और सम्मान के साथ मनाई गई। कांग्रेस कार्यकर्ताओं और पदाधिकारियों ने इंदिरा गांधी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि दी। इस दौरान उनके जीवन, संघर्ष और देश के लिए किए गए ऐतिहासिक निर्णयों को याद किया गया। जयंती पर हुई सभा में अमन, देवेंद्र, नवीन, वेद प्रधान, संजय वाइस चेयरमैन, जगदीश, मुख्तयार सिंह, धर्मपाल, प्रदीप जून, कृष्ण राठी, अनु राठी, जय सिंह, नवीन छिल्लर, कर्मबीर यादव, रामकंवार, बलबीर दलाल और भगते जून आदि ने पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी को नमन किया। पूर्व विधायक राजेंद्र जून ने कहा कि इंदिरा गांधी देश की सबसे मजबूत और दूरदर्शी नेताओं में से एक थीं। उनका कठोर अनुशासन, जनता के प्रति समर्पण और देशहित में लिए गए साहसिक निर्णय आज भी हर कांग्रेस कार्यकर्ता के लिए प्रेरणा स्त्रोत हैं। सभी कांग्रेसियों ने मिलकर इंदिरा गांधी के आदर्शों को जन-जन तक पहुंचाने का संकल्प लिया।

बार एसोसिएशन में जांचा वकीलों का स्वास्थ्य

बहादुरगढ़। कैंप में न्यायिक अधिकारियों व अधिवक्ताओं की जांच करते स्वास्थ्यकर्मी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

महाराजा अग्रसेन सतनारायण गुप्ता अस्पताल की ओर से बुधवार को बार एसोसिएशन बहादुरगढ़ परिसर में मास्टर हेल्थ चेक-अप कैंप का आयोजन किया गया। इस निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर में बार अधिवक्ताओं के साथ न्यायिक अधिकारियों ने भी भाग लिया। शिविर का आयोजन बार प्रधान रविन छिल्लर की अध्यक्षता में किया गया। शिविर में विभिन्न विभागों के विशेषज्ञ चिकित्सकों ने सेवाएं प्रदान कीं। साथ ही ब्लड प्रेशर, शुगर, बोन डेंसिटी, हीमोग्लोबिन सहित अन्य महत्वपूर्ण स्वास्थ्य जांचें भी की गईं। कैंप में एसडीजेएम विवेक तोमर, जेएमआईसी सुमन, जेएमआईसी अशीमा गर्ग, जेएमआईसी मनीषा विशेष रूप से उपस्थित रहीं।

नियमित जांचों के महत्व के प्रति जागरूक किया

इन सभी न्यायिक अधिकारियों ने स्वयं भी शिविर में स्वास्थ्य परीक्षण करवाते हुए लोगों को नियमित जांचों के महत्व के प्रति जागरूक किया। इसके अलावा बार सचिव कपिल भारद्वाज, राकेश चंद्र, चिराग कौशिक, इंदु राठी, तरुण राठी सहित अनेक अधिवक्ताओं ने भी स्वास्थ्य परीक्षण करवाकर आयोजन की सराहना की। प्रधान रविन छिल्लर ने बताया कि अधिवक्ताओं के व्यस्त कार्यक्रम और अनियमित दिनचर्या को देखते हुए ऐसे हेल्थ कैंप अत्यंत आवश्यक हैं। उन्होंने अस्पताल प्रबंधन की सराहना करते हुए कहा कि निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाओं के माध्यम से अस्पताल ने सामाजिक दायित्व का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया है।

बच्चों को मोबाइल के अत्याधिक इस्तेमाल न करने की सलाह दी

बहादुरगढ़। पुलिस कमिश्नर डॉ. राजश्री सिंह के साथ शिक्षक व प्रतिभाशाली विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। गांव सोंधी स्थित जीवन ज्योति सीनियर सेकेंडरी स्कूल में बुधवार को आयोजित वार्षिक उत्सव में पुलिस कमिश्नर डॉ. राजश्री सिंह मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुईं। उन्होंने दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। महोत्सव के दौरान राष्ट्रीय स्तर पर प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थी सम्मानित किए गए। कमिश्नर डॉ. राजश्री सिंह ने कहा कि राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। इसलिए छात्रों को लक्ष्य निर्धारित कर अनुशासन और मेहनत के साथ आगे बढ़ना चाहिए। उन्होंने बच्चों, अभिभावकों और स्टाफ से कहा कि जीवन के मूल संस्कार परिवार से ही प्राप्त होते हैं। मोबाइल फोन और सोशल मीडिया के अत्याधिक उपयोग को उन्होंने बच्चों के मानसिक व शैक्षणिक विकास के लिए हानिकारक बताया। इस अवसर पर प्रिंसिपल प्रीति, रमेश द्विवेदी, ममता, मीनू, पवन, रमेश गुलिया सहित तमाम स्टाफ सदस्य माजूद रहे।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (1 से 50)

❖ शिव कुमार सुपुत्र श्री राम प्रकाश, 23 प्रेम कॉलोनी, वार्ड नं. 14, सोनीपत ❖ सरिता पुत्री श्री महाबीर निवासी 605/25, आर्य नगर सोनीपत ❖ श्री उमेद सिंह सुपुत्र स्व. श्री चिरंजी सिंह, गांव न्यौला, तह. व जिला झज्जर ❖ राजेश सुपुत्र श्री बलबीर, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रामकुमार सुपुत्र श्री मामन सिंह, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रमेश कुमार सुपुत्र श्री कुल्लु राम म. नं. 1022/1, गली नं. 1, कुतुबपुर, रेवाडी ❖ हरीराम अग्रवाल सुपुत्र श्री रामेश्वर दयाल अग्रवाल ❖ गोपीराम सुपुत्र श्री सुरजभान, खातोद, महेन्द्रगढ ❖ किशोरी लाल सुपुत्र श्री छैलू राम, गांव हसनपुर, बोचड़िया, अटेली, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री राम किशन सुपुत्र श्री तुलसी राम जी, गांव फाजिलपुर, सोनीपत ❖ अनिल सिंगला सुपुत्र श्री देवी राम, 945/30, विकास नगर, ककरोई रोड, सोनीपत ❖ सुमन धर्मपत्नी अनिल कुमार 1019/16, दहिया कॉलोनी, सोनीपत ❖ मधुक सुपुत्र श्री राजेश कुमार राम गली, उत्तम नगर, वार्ड नं. 20, गोहाना, सोनीपत ❖ महक सुपुत्री श्री सतीश कुमार 79/22, विशाल नगर, सोनीपत ❖ सुभाष चन्द सुपुत्र श्री राम दास, म. नं. 1293, सेक्टर-15, सोनीपत ❖ राहुल सुपुत्र श्री जसवंत सिंह, ककरोई, सोनीपत ❖ प्रिया सुपुत्री परवीन कुमार, 83 चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ शिवांगी पाण्डे सुपुत्री श्री मयंक दुरेजा, म. नं. 83, एच.बी.सी. सोनीपत ❖ सोनी सुपुत्री श्री रवि प्रहलाद, म. नं. 20 चिंतपूर्णी कॉलोनी, मुरथल रोड, सोनीपत ❖ हेमलत्ता भरंगर धर्मपत्नी मान सिंह, 323 शाह सदन, मॉडल टाउन, सोनीपत ❖ निर्देश कुमार सुपुत्र श्री जयकरण गांव रोहणा, खरखौदा, सोनीपत ❖ राकेश कुमार सुपुत्र श्री रामसिंह, 750/10D, ओल्ड हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, सोनीपत ❖ शशि रानी धर्मपत्नी श्री राकेश वधवा, 246, एचबीसी, सोनीपत ❖ कायरा सुपुत्री श्री मनोज कुमार, 271/10, चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ दीपक रावत सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह रावत, 19/9, न्यू सब्जी मण्डी, सोनीपत ❖ रामपाल सुपुत्र श्री रामेश्वर, छिछड़ाना, गोहाना, सोनीपत ❖ सरिता धर्मपत्नी श्री महाबीर, 605/25, आर्य नगर, सोनीपत ❖ महाबीर सुपुत्र श्री बाहल सिंह, 65/25 आर्य नगर, सोनीपत ❖ आयुष सुपुत्र श्री बिजेन्द्र, आर्य नगर, सोनीपत ❖ राजवंती धर्मपत्नी श्री महाबीर सिंह, आर्य नगर, सोनीपत ❖ ओमसिंह सैनी सुपुत्र श्री ज्ञानी राम सैनी, सैनी टी स्टाल, देवीलाल चौक, मुगलपुरा, गोहाना, सोनीपत ❖ जितेन्द्र सुपुत्र श्री विरेन्द्र, गांव छपरा, गोहाना, सोनीपत ❖ रामकृष्ण सुपुत्र श्री उमा चरण, 181, सैक्टर 15, पंचकूला ❖ दिव्या सुपुत्री जगदीश, विशकर्मा मंदिर रोड, घरौंडा, करनाल ❖ सनाया सुपुत्री धीरज चुटानी मं नं. 100 सैक्टर 8, पंचकूला ❖ ममता, आर्य बाल भारती पब्लिक स्कूल, घरौंडा, करनाल ❖ हितेश सुपुत्र श्री विजेन्द्र कुमार जुलाना, जीन्द ❖ बलजीत सुपुत्र श्री हवा सिंह गांव गतौली, जुलाना, जीन्द ❖ प्रवेश सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना वार्ड 2, जीन्द ❖ अमित सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना, जीन्द ❖ सुशील कुमार सुपुत्र मोहन लाल अत्तर सिंह ❖ सितेन्द्र पुत्र श्री फूल सिंह घटौली, जुलाना, जीन्द ❖ दयाराम सुपुत्र श्री जिले सिंह, जामनी बस स्टैण्ड, पुलिस स्टेशन, सफीदों, जीन्द ❖ हरीश सुपुत्र श्री प्रकाश चन्द्र, जुलाना, जीन्द ❖ मोहनलाल सुपुत्र श्री भीम सैन वार्ड नं. 11, जुलाना, जीन्द ❖ नफे सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, म. नं. 2748/29, विकास नगर, भिवानी रोड, जीन्द ❖ महेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामधारी, वार्ड नं. 23, राम कॉलोनी, जीन्द ❖ रमेश चन्द सुपुत्र स्व. श्री केहर सिंह म. नं. 924/29, राम नगर, रोहतक रोड, जीन्द ❖ राजबीर सिंह सुपुत्र श्री फते सिंह म.नं. 1872/24, जीव कृष्णा कॉलोनी, जींद ❖ सुमन देवी धर्मपत्नी विकास गिल, नजदीक सैक्टर 11, विजय नगर, जीन्द

क्रमशः

शेष विजेताओं की सूची अगले अंक में देखें

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतु साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रात: 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

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

खंड शिक्षा अधिकारी राजबाला फौगाट की अध्यक्षता में बाल वैज्ञानिक प्रदर्शनी का आयोजन

विद्यार्थियों ने किया अपनी प्रतिभा व रचनात्मकता का प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

जिले के गांव मातनहेल में खंड शिक्षा अधिकारी राजबाला फौगाट की अध्यक्षता में बाल वैज्ञानिक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। प्रदर्शनी का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण, रचनात्मकता तथा शोध की प्रवृत्ति को बढ़ावा देना रहा। विद्यार्थियों ने अपने-अपने मॉडलों और प्रोजेक्ट्स के माध्यम से विज्ञान की विभिन्न विधाओं का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। विभिन्न स्कूलों से आई टीमों ने पर्यावरण संरक्षण, नवीकरणीय ऊर्जा, स्वास्थ्य, रोबोटिक्स, नशा मुक्ति, कृषि सुधार जैसे विषयों पर अनेक आकर्षक और उपयोगी मॉडल तैयार किए।

प्रदर्शनी का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण, रचनात्मकता तथा शोध की प्रवृत्ति को बढ़ावा देना रहा

झज्जर। बाल वैज्ञानिक प्रदर्शनी में मॉडल्स प्रदर्शित करते हुए विद्यार्थी।

छात्रों से मॉडल के संबंध में जानकारी ली

कार्यक्रम का संचालन बीआरपी दिनेश ने किया जबकि निर्णायक मंडल की भूमिका मदन सिंह, सविता और पूनम ने निभाई। उन्होंने प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए विद्यार्थियों से मॉडल के संबंध में जानकारी ली। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यालयों में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खाचरौली, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बहु, मॉडल स्कूल लडायन, अकेहड़ी मदनपुर, आजाद नगर और मातनहेल स्कूल की टीमों ने अपनी शानदार प्रस्तुति से उत्कृष्ट स्थान हासिल किया। विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत करते हुए खंड शिक्षा अधिकारी राजबाला फौगाट ने कहा कि हार-जीत किसी भी प्रतियोगिता का अंतिम उद्देश्य नहीं होता, बल्कि महत्वपूर्ण यह है कि विद्यार्थी पूरे उत्साह और आत्मविश्वास के साथ भाग लें। उन्होंने ऐसी गतिविधियों को विद्यार्थी के सर्वांगीण विकास के लिए उपयोगी बताया। इस मौके पर बीआरपी वेदप्रकाश, एबीआरसी पिंकी व प्रमिता सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

कैब चालक से लूटपाट करने वाले तीन काबू

बहादुरगढ़। महीनेभर पहले बाईपास पर हुई लूटपाट की वारदात पुलिस ने सुलझा ली है। मामले में तीन आरोपी गिरफ्तार किए गए हैं। आरोपियों से वारदात में प्रयोग की गई स्कूटी व चेन बरामद कर ली गई है। थाना प्रबंधक निरीक्षक नरेश कुमार के अनुसार, फरीदाबाद के निवासी कुश ने शिकायत दी थी कि 21 अक्टूबर की रात वह अपनी कैब से हिसार से फरीदाबाद जा रहा था। बहादुरगढ़ बाईपास के पास उसने रास्ता स्पष्ट न होने पर गाड़ी रोकी तो पीछे से तीन युवक स्कूटी पर पहुंचे और आगे अड़ा दी। उनमें से एक युवक ने चाकू दिखाकर उसके गले से सोने की चेन छीन ली। उप-निरीक्षक रविंद्र कुमार के नेतृत्व में टीम ने हर्षित निवासी बहादुरगढ़ तथा विजय और अजय निवासी सुनारिया हाल निवासी आर्य नगर को गिरफ्तार किया।

एडवोकेट कृष्ण तंवर के निधन पर जताया शोक

बहादुरगढ़। डॉ अंबेडकर फाउंडेशन सांखोल के महासचिव प्रदीप तंवर के छोटे भाई एडवोकेट कृष्ण तंवर का मंगलवार को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार गांव सांखोल के श्मशान घाट में हुआ। पार्षद पति भूपेंद्र राठी, शिल्पगुरु राजेंद्र बोंदवाल, बार एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष सतीश छिकारा, संजय राठी, देवेंद्र दहिया, रामनिवास सैनी, मनोज नंदा, अजीत राठी, प्रदीप कादियान, अशोक चौपड़ा, जयभगवान, प्रदीप, नवीन आदि ने एडवोकेट कृष्ण तंवर को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

शिक्षा व संस्कृति का अनूठा संगम प्रस्तुत करेगा महोत्सव

संस्कारम् विश्वविद्यालय में विरासत-ए झज्जर कार्यक्रम आज, तैयारियां पूरी

महोत्सव में मिस्टर झज्जर, मिस झज्जर व देहाती रंगों से भरपूर धाकड़ ताऊ-ताई प्रतियोगिताएं आकर्षण का केंद्र रहेंगी

महोत्सव में जहां 14 से 17 आयु वर्ग के युवा लोक-नृत्य, लोक-गायन, रागनी, समूह गान और देसी कला की प्रस्तुति देंगे वहीं उनके लिए रस्साकस्सी, पिट्टू, कबड्डी, कुश्ती और मलखंब जैसे पारंपरिक खेलों का आयोजन भी किया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

संस्कारम विश्वविद्यालय पाटौदा में वीरवार को 'विरासत-ए-झज्जर' अपनी बोली, अपनी संस्कृति और अपनी पहचान नामक भव्य सांस्कृतिक महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। संस्कारम् ग्रुप के चेयरमैन एवं विश्वविद्यालय के चांसलर डॉक्टर महिपाल ने बताया कि हरियाणा की लोक अस्मिता, परंपराओं और ग्रामीण जीवनशैली को नई पीढ़ी तक पहुंचाने के उद्देश्य को लेकर किए जा रहे इस कार्यक्रम की तैयारियां की जा चुकी है। यह महोत्सव शिक्षा व संस्कृति का अनूठा संगम प्रस्तुत करेगा। कार्यक्रम में डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल, डीसीपी लोगेश कुमार, एडीसी जगनिवास, सीटीएम नमिता कुमारी, डीईओ राजेश कुमार खन्ना, डीसीडब्ल्यूओ नरेंद्र मलिक, लेखक और प्रख्यात वक्ता कर्नल योगेंद्र सिंह सहित अनेक अधिकारी व मौजिज लोग शामिल होंगे। महोत्सव में मिस्टर झज्जर, मिस झज्जर व देहाती रंगों से भरपूर धाकड़ ताऊ–ताई प्रतियोगिताएं आकर्षण का केंद्र रहेंगी। उन्होंने बताया कि महोत्सव में जहां 14 से 17 आयु वर्ग के युवा लोक-नृत्य, लोक-गायन, रागनी, समूह गान और देसी कला की प्रस्तुति देंगे वहीं उनके लिए रस्साकस्सी, पिट्टू, कबड्डी, कुश्ती और मलखंब जैसे पारंपरिक खेलों का आयोजन भी किया जाएगा।

झज्जर। विरासत–ए–झज्जर कार्यक्रम को लेकर बनाया गया विरासत गांव का मुख्य गेट। फोटो : हरिभूमि

किया जा रहा विरासत गांव का निर्माण

विश्वविद्यालय के चांसलर डॉक्टर महिपाल ने बताया कि महोत्सव की तैयारियों को लेकर विश्वविद्यालय परिसर में विरासत गांव का निर्माण किया जा रहा है। जिसमें प्रदेश के ग्रामीण जीवन, खान-पान, वेशभूषा और घरेलू लोक धंधों की झलक देखने को मिलेगी। लोक कलाकारों की उपस्थिति और विभिन्न विभागों की प्रदर्शनी इस आयोजन को और भी रोचक बनाएगी। इसके अलावा महोत्सव में पहुंचने वाले दर्शक साग-रोटी, लस्सी, चूरमा, घी-शक्कर जैसे देसी खान-पान का स्वाद लेकर प्रदेश के गांवों की मिट्टी की खुशबू को महसूस कर सकेंगे। उन्होंने बताया कि विरासत गांव को पारंपरिक ग्रामीण रूप देने के लिए विद्यार्थी और प्राध्यापक मिलकर जहां नौहरे, बैठक, पोली, साल, तीजन, बिटौड़े, घेर-गितवाड़, ओबरे, चरखा-घर, खेल का गोरवा, मंदिर और नगर-खेड़ा चौपाल का निर्माण कर रहे हैं वहीं रसोई घरों, लोकवस्तुओं, घरेलू धंधों, खेत-खलिहान, डरावों को भी उसी प्रामाणिकता से बनाया जा रहा है, जैसा ग्रामीण जीवन में देखने को मिलता है।

एमटीपी किट बेचने पर मेडिकल स्टोर सील

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

एमटीपी किट बेचने के आरोप में स्वास्थ्य विभाग ने बहादुरगढ़ के एक मेडिकल स्टोर को सील कर दिया। आरोपी केमिस्ट को भी पुलिस के हवाले किया गया है। उसके खिलाफ सेक्टर-6 थाने में केस दर्ज कराया गया है। पुलिस ने मामले में जांच शुरू कर दी है। स्वास्थ्य विभाग ने यह कार्रवाई बुधवार को अंजाम दी। विभाग को सूचना मिली थी कि यहां झज्जर रोड पर सेक्टर-2 मोड़ के निकट एक मेडिकल स्टोर पर अवैध रूप से गर्भपात करने की दवा दी जाती है।

दरअसल, एक महिला ने यहां से एमटीपी किट ली थी। दवा ने काम नहीं किया तो उसने ही डिपार्टमेंट को शिकायत दी, जिसके बाद कार्रवाई की योजना बनी। सिविल सर्जन झज्जर की ओर से टीम गठित की गई। पीएनडीटी के नोडल ऑफिसर डॉ. संदीप दलाल, डीसीओ प्रतिभा और डॉ. दीपक इस टीम में शामिल थे।टीम ने उसी शिकायतकर्ता महिला को फर्जी ग्राहक बनाकर मेडिकल स्टोर पर भेजा। योजना के अनुसार, महिला ने कहा कि आपने जो किट दी थी उसने असर नहीं किया। इसके बाद स्टोर पर मौजूद शख्स ने 900 रुपये लेकर एक और किट उसे दे दी। इसके बाद टीम ने छापा मार दिया।पीएनडीटी नोडल ऑफिसर डॉ. संदीप दलाल ने कहा कि मौके पर मिले आरोपी केमिस्ट राकेश के पास मेडिकल स्टोर चलाने की कोई डिग्री नहीं है। इस स्टोर का मालिक कोई अन्य है। आरोपी के खिलाफ सेक्टर-6 थाने में केस दर्ज कराकर उसे पुलिस के हवाले कर दिया गया है। सभी मेडिकल स्टोर संचालकों को हिदायत है कि कुछ रुपयों के लालच में किसी के जीवन से खिलवाड़ ना करें। इस तरह से महिलाओं की जान तक जा सकती है। आगे भी इस तरह की छापवर कार्रवाई जारी रहेगी।

बहादुरगढ़। प्रदर्शनी में छात्राओं द्वारा तैयार उत्पाद देखती प्रिंसिपल व अन्य।

गर्ल्स कॉलेज में लगी ज्ञानवर्धक प्रदर्शनी

बहादुरगढ़। राजकीय महिला महाविद्यालय बहादुरगढ़ के गृह विज्ञान विभाग द्वारा बुधवार को ज्ञानवर्धक एवं प्रेरणादायक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की प्रभारी डॉ. वंदना रही। यह कार्यक्रम प्राचार्या अलका गुलाटी की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। प्रदर्शनी का मुख्य आकर्षण छात्रों द्वारा तैयार की गई पॉट पेंटिंग और विभिन्न सजावटी वस्तुएं थीं। इन कृतियों में छात्रों ने रचनात्मकता के नए आयाम प्रस्तुत किए। छात्रों ने पॉट पेंटिंग में पारंपरिक रूपांकनों के साथ-साथ आधुनिक थ्री डी प्रभाव, मिरर वर्क और मिक्स मीडिया जैसी नवीन तकनीकों का प्रयोग किया। प्रिंसिपल अलका गुलाटी ने कहा कि यह कला शरीर और मन की एकाग्रता में सहायक है। आज के मोबाइल युग में ध्यान केंद्रित करने में मदद करती है। उन्होंने सभी छात्राओं की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन छात्राओं की बौद्धिक क्षमता और प्रतिस्पर्धात्मक भावना को प्रोत्साहित करते हैं।

मकान के बाहर से बाइक चोरी

बहादुरगढ़। गांव आसंडा में मकान के बाहर से बाइक चोरी हो गई। वाहन मालिक ने चोरी की शिकायत पुलिस को दे दी है। धर्मबीर का कहना है कि उसका बेटा प्रदीप रात करीब एक बजे ड्यूटी से आया था। उसने अपनी बाइक मकान के बाहर खड़ी कर दी। अगली सुबह देखा तो बाइक नहीं मिली। अपने स्तर पर जांच की लेकिन कुछ पता नहीं चला। कोई अज्ञात शख्स चुरा ले गया है। पुलिस तलाशने में मदद करे। इस शिकायत पर आसौदा थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पीएम-किसान की 21वीं किस्त जारी, जिले के 74 हजार किसानों को मिली सौगात

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान मंचासीन कैबिनेट मंत्री आरती राव सिंह एवं अन्य।

प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना की 21वीं किस्त की जिले के किसानों को बुधवार को बड़ी सौगात मिली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने तमिलनाडु से राष्ट्रव्यापी कार्यक्रम के दौरान देशभर के किसानों के खाते में सम्मान निधि सीधे ट्रांसफर की। इसका लाइव प्रसारण किसान विज्ञान केंद्र में आयोजित जिला स्तरीय कार्यक्रम में किया गया।

स्वास्थ्य, चिकित्सा शिक्षा एवं आयुष मंत्री आरती सिंह राव ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की जबकि अध्यक्षता डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने की। कैबिनेट मंत्री ने बताया कि पीएम-किसान की 21वीं किस्त के अंतर्गत जिले के 74 हजार 389 किसानों के खाते में 14 करोड़ 88 लाख रुपये की राशि भेजी गई है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि केवल आर्थिक सहयोग नहीं, बल्कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा देश के अन्नदाताओं पर व्यक्त विश्वास और सम्मान का प्रतीक है। इस दौरान जिप चेयरमैन कप्तान सिंह बिरधाना, वरिष्ठ भाजपा नेता मनीष बंसल, यादव सभा के प्रधान राम अवतार यादव, पूर्व सरपंच महेंद्र आदि मौजूद रहे।

दो दिवसीय प्रशिक्षण शिविर संपन्न

बहादुरगढ़। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के सेक्टर-2 सेवाकेंद्र पर महिलाओं को आत्मनिर्भर और स्वावलंबी बनाने के उद्देश्य से दो दिवसीय विशेष प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में अचार, मुरब्बा, चटनी, जैम सहित विभिन्न गृह-उद्योग आधारित उत्पाद बनाने की ट्रेनिंग दी गई। शिविर में डेढ़ सौ से अधिक महिलाओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। झज्जर से आई रेखा शर्मा ने कैंप में बहनों को उत्पाद निर्माण की बारीकियां, तकनीकें तथा बाजार में इसकी मांग के बारे में विस्तारपूर्वक बताया। कार्यक्रम का शुभारंभ सेवाकेंद्र की मुख्य संचालिका बीके विनिता दीदी द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया। वर्तमान समय में गृह उद्योग महिलाओं के लिए आत्मनिर्भरता का सर्वश्रेष्ठ माध्यम बनते जा रहे हैं। मुख्य संचालिका बीके अंजलि दीदी ने कहा कि माताएं आत्मनिर्भर होकर परिवार का बेहतर पालन-पोषण कर समाज में सकारात्मक भूमिका निभा सकती हैं। शिविर में बीके लवकेश, बीके इंदु तथा बीके मुकेश बहन ने प्रशिक्षण से प्राप्त लाभों और अनुभवों को साझा किया। अंत में सभी प्रशिक्षणार्थियों को प्रभु प्रसाद वितरित किया गया।

गुरुओं ने हिंदू समाज की रक्षा के लिए दिया बलिदान

झज्जर। धर्मनगरी कुरुक्षेत्र में आगामी 25 नवंबर को गुरु तेग बहादुर की शहादत को भावपूर्ण व श्रद्धा पूर्ण प्रणाम करने के लिए देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पहुंच रहे हैं। हरियाणा सरकार सहित प्रदेश भर से लोग गुरू की शहादत को प्रणाम करने के लिए भारी संख्या में कुरुक्षेत्र पंहुचेंगे। झज्जर से भी बड़ी संख्या में जिलावासी कुरुक्षेत्र जाएंगे। भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय सचिव औमप्रकाश धनखड़ ने स्थानीय पार्टी कार्यालय में कार्यकर्ताओं को संबोधित करने उपरांत पत्रकारों से बातचीत करते हुए यह जानकारी दी। उन्होंने कहा कि गुरुओं ने हिंदू समाज की रक्षा के लिए अपने जीवन का बलिदान दिया। नौवें गुरु तेग बहादुर जी सिद्धांतवादी और निडर योद्धा थे। उन्होंने धर्म और धार्मिक स्वतंत्रता की आजादी के लिए अपना जीवन बलिदान कर दिया।

केआरएम के विद्यार्थियों ने किया इसरो का भ्रमण

बहादुरगढ़। शहर के सेक्टर-2 स्थित केआर मंगलम वर्ल्ड स्कूल के छात्रों के लिए शैक्षिक भ्रमण एक अनमोल अनुभव रहा। स्कूल के शैक्षिक उद्देश्यों पर आधारित इसरो की यात्रा ने छात्रों को रोबोट, रॉकेट और नई तकनीकों के बारे में जानने का अवसर प्रदान किया। प्रधानाचार्या अर्पिता आचार्या ने बताया कि इस भ्रमण का मुख्य उद्देश्य छात्रों को तकनीकी के नए आयामों से अवगत कराना था। उनका मानना है कि छात्रों को हमेशा कुछ नया सीखने और उसे अपने जीवन में प्रयोग करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। इस भ्रमण ने छात्रों को नई तकनीकों के बारे में जानने और उन्हें अपने जीवन में लागू करने के लिए प्रेरित किया है। छात्रों ने इसरो से प्राप्त जानकारियों को अपने साथियों और शिक्षकों के साथ साझा किया, जिससे बाकी लोगों को भी तकनीक के बारे में ज्ञान प्राप्त हुआ।

हिसार में 4-5 दिसंबर को होगी स्टेट रेसलिंग चैंपियनशिप

बहादुरगढ़। हरियाणा रेसलिंग एसोसिएशन द्वारा सीनियर स्टेट रेसलिंग चैंपियनशिप-2025 की तिथियों की घोषणा कर दी गई है। यह प्रतिष्ठित राज्य स्तरीय प्रतियोगिता 4 और 5 दिसंबर को हिसार के उमरा में स्थित एशियन पब्लिक स्पोट्र्स स्कूल में आयोजित होगी। चैंपियनशिप के आधार पर खिलाड़ियों का चयन गुजरात के अहमदाबाद में 12 से 14 दिसंबर तक होने वाली सीनियर नेशनल रेसलिंग चैंपियनशिप के लिए किया जाएगा।

एसोसिएशन के महासचिव डॉ. राकेश सिंह सांगवान ने बताया कि राज्यभर से दर्जनों टीमें इसमें भाग लेंगी। पहले दिन 4 दिसंबर को फ्री स्टाइल श्रेणी में 57, 61, 65, 70 व 74 किलोग्राम, ग्रीको रोमन श्रेणी में 55, 60, 63 व 67 किलो तथा महिला वर्ग में 50, 53, 55, 57 व 59 किलोग्राम भारवर्ग के मुकाबले होंगे। दूसरे दिन 5 दिसंबर को फ्री स्टाइल श्रेणी के तहत 79, 86, 92, 97 व 125 किलो, ग्रीको रोमन में 72, 77, 82, 87, 97 व 130 किलो तथा महिला वर्ग के 62, 65, 68, 72, 76 किलोग्राम भारवर्ग के मुकाबले होंगे।

सुबह 8 बजे से 9 बजे तक वजन मापने की प्रक्रिया चलेगी। खिलाड़ियों के लिए 2 किलोग्राम वजन सहनशीलता का प्रावधान रखा गया है। आयोजन की तैयारियां अंतिम चरण में हैं। उन्होंने कहा कि चयनित खिलाड़ियों को राष्ट्रीय स्तर पर हरियाणा का प्रतिनिधित्व करने का अवसर मिलेगा।

बहादुरगढ़। कैंप में विद्यार्थियों का स्वास्थ्य जांचते चिकित्सक। फोटो : हरिभूमि

शिविर में डेढ़ सौ विद्यार्थियों का स्वास्थ्य जांचा

हरिभूमि न्यूज. बहादुरगढ़

शहर के वैश्य आर्य कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में महाराजा अग्रसेन केदार नाथ गुप्ता मेडिकल कॉलेज द्वारा दूसरा स्वास्थ्य जांच शिविर आयोजित किया गया। शिविर में डॉ. मनदीप वालिया ने बच्चों की, डॉ. हिमानी आंचल ने नेत्रों की, डॉ. संचित ने दांतों की, डॉ. वैकिसन ने आंख, नाक व गले से संबंधित रोगों, डॉ. शुभम व डॉ. सोनल ने सामान्य बीमारियों की जांच की। उन्होंने कक्षा नौवी से दसवीं तक की लगभग 150 छात्राओं के स्वास्थ्य की जांच की। डॉक्टर्स ने सुझाव दिए कि विद्यार्थियों को कम से कम 8 घंटे की नींद लेनी चाहिए। बच्चों को नियमित रूप से मेडिटेशन करना चाहिए। वे टीवी, फोन, वीडियो गेम आदि पर स्क्रीन टाइम को सीमित करें।

समस्या कबाड़ से उठ रहा धुआं वातावरण में घोल रहा जहर

रिहायशी बस्तियों में कचरे के गोदामों की भरमार

लोगों के लिए परेशानी का सबब बने हैं अवैध पीवीसी स्टॉक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। छोटूराम नगर में आबादी के पास अवैध पीवीसी स्टॉक। फोटो : हरिभूमि

छोटूराम नगर स्थित पीवीसी स्क्रैप के ढेर में लगी आग अभी तक पूरी तरह से नहीं बुझ पाई है। कहीं कहीं मलबे के अंदर आग धधक रही है। कबाड़ से लगातार उठ रहा धुआं वातावरण में जहर घोल रहा है। आसपास रहने वाले लोग परेशान हैं। बच्चों और बुजुर्गों को अधिक मुश्किल हो रही है।

दरअसल, कुछ वर्षों पहले दिल्ली में प्रतिबंध लगने के बाद प्लास्टिक स्क्रैप व्यापारियों ने बहादुरगढ़ का रुख किया था। धीरे-धीरे शहरी क्षेत्र के साथ-साथ कई गांव भी इन प्लास्टिक कचरे के गोदामों की चपेट में आ गए। न केवल कृषि भूमि बल्कि रिहायशी बस्तियों में भी कचरे के गोदामों की भरमार है। छोटूराम नगर में तो मेन रोड तथा मकानों के ठीक साथ स्क्रैप स्टॉक बने हैं। अक्सर इन स्टॉक में आग लग जाती है। जिससे वातावरण तो दूषित होता ही है, आम नागरिकों को भी मुश्किलें उठानी पड़ती है।

वहीं, इन स्टॉक पर रहने वाले परिवारों की झुग्गियां राख होने से ये बेघर हो जाते हैं। बहादुरगढ़ में कई बार इस तरह की घटनाएं हो चुकी हैं। बाईपास, सराय औरंगाबाद, छोटूराम नगर, एमआइई सहित कई जगह आग लग चुकी है। हाल ही में छोटूराम नगर में लगी आग अभी तक पूरी तरह से नहीं बुझ सकी है। स्थानीय निवासियों का कहना है कि इन प्लास्टिक के ढेरों के कारण आसपास रहने वाले लोगों को खतरा रहता है। ऐसे ही रहा तो किसी दिन बड़ी हानि से इंकार नहीं किया जा सकता। इन्हें आबादी से दूर किया जाए।

श्रद्धांजलि सभा

स्व. श्रीमती सतवंती राठी

आप सभी को बड़े दु:ख के साथ सूचित किया जाता है कि हमारी माता स्व. श्रीमती सतवंती राठी जी दिनांक 11-11-2025 को अपनी सांसारिक यात्रा पूरी करके प्रभु के चरणों में लीन हो गई हैं। पुण्य आत्मा की स्मृति में हमारे निवास स्थान पर निम्न कार्यक्रम अनुसार श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया जाएगा :-

रस्म तेरहवीं : दिनांक 21/11/2025 (शुक्रवार)
हवन : सुबह 10 बजे
ब्रह्मभोज : सुबह 11 बजे
स्थान : 361/20, प्रीत विहार कॉलोनी, पुराना हाउसिंग बोर्ड, नजदीक न्यू हरियाणा पब्लिक स्कूल, रोहतक

शोकाकुल परिवार

राम कंवर राठी (पति)
प्रेम प्रकाश राठी (पुत्र)
महावीर राठी (पुत्र)
सम्पूर्ण राठी परिवार

सम्पर्क सूत्र – 9991610961, 7895943656