हरिभूमि

झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि

रोहतक, रविवार, 23 नवंबर 2025

11 राष्ट्रीय जंबूरी में भाग लेने के लिए जिले के 54 प्रतिभागियों का दल रवाना

12 वैष्णवी को मिस फ्रेशर व अजय को मिला मिस्टर...

PACE
GROUP OF INSTITUTIONS

हरियाणा में झज्जर,झज्जर में पेस,पढ़ाई में है सर्वश्रेष्ठ
Nursery - Class 12
• Science • Commerce • Humanities

SPECIAL COACHING
IIT, NEET, UPSC, CUET , CA, CLAT, NDA, IMO, KVPY, NTSE, RMO, VVM

आ गया झज्जर जिलें का सबसे पसंदीदा एग्जाम

PTSE 7th DECEMBER,2025
PACE TALENT SEARCH EXAM

5 CR. SCHOLARSHIP
STUDENT STUDYING IN CLASS 2ND TO 10TH CAN PARTICIPATE

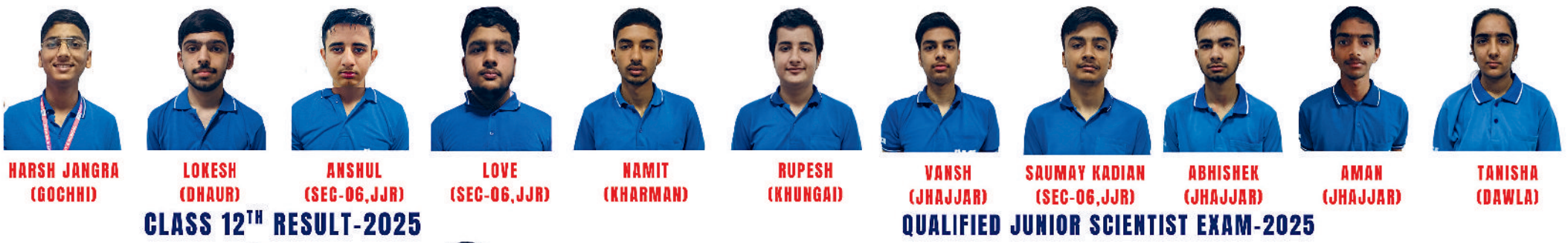
EXAM CENTRE:- DEEPCHAND PUBLIC SCHOOL,GUDHA(JHAJJAR)

IIT MAINS RESULT-2025
(IIT 04 STUDENT ABOVE 97% ILE.)
HIGHEST IN JHAJJAR

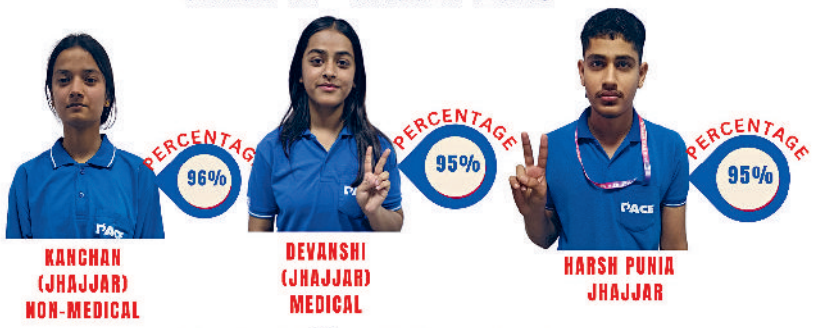
NEET (10 SELECTION HIGHEST IN JHAJJAR)

AIIMS NURSING (06 SELECTION HIGHEST IN JHAJJAR)

NDA RESULT-2025-26



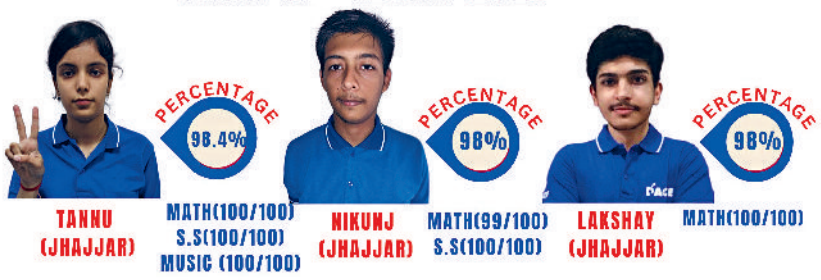
CLASS 12TH RESULT-2025



QUALIFIED JUNIOR SCIENTIST EXAM-2025

हरियाणा से जूनियर साइंटिस्ट बनने वाला हर तीसरा बच्चा पेस झज्जर से

CLASS 10TH RESULT-2025



Qualified CSEET Exam

LAKSHAY KODAN (JHAJJAR)

Qualified CA Foundation Exam

SAHIL ADRASH NAGAR (JHAJJAR)

CUET RESULT-2025

PACE BOYS PG CLASS 6TH TO 12TH 60 SEATS

3RD TO 5TH		6TH TO 8TH		9TH TO 10TH	
SUBJECT	MARKS	SUBJECT	MARKS	SUBJECT	MARKS
MATH	10	MATH	10	MATH	10
HINDI	10	SCI.	10	SCI.	10
REAS.	10	REAS.	10	REAS.	10
ENG.	10	ENG.	10	ENG.	10
EVS	10	S.S.T	10	S.S.T	10

Address:-Near Savera School, Arya Nagar, Jhajjar
+91 7419888021,22,23,24,25,26,27,28

गोंडा में हुई सीनियर नेशनल ग्रेपलिंग रेसलिंग चैंपियनशिप

प्रवीण और दीपक ने सीनियर नेशनल ग्रेपिलंग में जीते मेडल

बहादुरगढ़। विजेताओं का सम्मान करते चेयरपर्सन सरोज राठी व अन्य। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

बीते दिनों उत्तर प्रदेश के गोंडा में हुई सीनियर नेशनल ग्रेपलिंग रेसलिंग चैंपियनशिप में बहादुरगढ़ के खिलाड़ियों ने उम्दा प्रदर्शन करते हुए क्षेत्र का नाम रोशन किया। नगर परिषद चेयरपर्सन सरोज राठी ने अपने कार्यालय में पदक विजेताओं का सम्मान किया और उन्हें भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

प्रतियोगिता के 62 किलो गी स्टाइल वर्ग में प्रवीण राठी ने स्वर्ण पदक जीता। पूरे टूर्नामेंट में उन्होंने उत्कृष्ट तकनीक और संतुलन का प्रदर्शन किया, जिससे वे अपने वर्ग में अव्वल रहे। वहीं 84 किलो गी स्टाइल वर्ग में एडवोकेट दीपक राठी ने बेहतरीन खेल दिखाते हुए रजत पदक अपने नाम किया। इन दोनों खिलाड़ियों की सफलता से बहादुरगढ़ के खेल प्रेमियों में खुशी की लहर है। खेल प्रेमियों, कोचों और स्थानीय लोगों ने दोनों खिलाड़ियों को बधाई दी। चेयरपर्सन सरोज राठी, वाइस चेयरमैन पालेराम शर्मा, रमेश राठी, पार्षद प्रतिनिधि पवन रोहिल्ला, मनमोहित गुप्ता ने विजेताओं का अभिनंदन किया। चेयरपर्सन सरोज राठी ने कहा कि प्रवीण और दीपक राठी की उपलब्धियां पूरे हरियाणा के लिए गौरव का विषय हैं।

बेल्ट ग्रेडिंग टेस्ट में खिलाड़ियों ने किया उत्कृष्ट प्रदर्शन

बहादुरगढ़। इंडियन फाइटर्स क्लब बहादुरगढ़ में धम्मिका काई शीतों-रियू इंटरनेशनल के तकनीकी निदेशक एवं परीक्षक रजनेश चौधरी की देखरेख में बेल्ट ग्रेडिंग परीक्षा सफलतापूर्वक आयोजित हुई। इस परीक्षा में खिलाड़ियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए नई बेल्ट श्रेणियों में स्थान बनाया। येलो बेल्ट में साइरा मलिक, अदिति, जाकश, अरुणिमा, आरव, तनीश, जिया और साक्षम सफल रहे। ऑरेंज बेल्ट श्रेणी में दिशानी, तनिशा, मेविन, चहक, अनिका, वंश देसवाल और रेयांश ने उपलब्धि हासिल की। ग्रीन बेल्ट में विवान पराशर, मनन, नैतिक, मनविक गुलिया (सीनियर) और दिव्यांशी (सीनियर) चयनित हुए। ब्राउन बेल्ट में प्रीत सैनी, प्रतीक और राधिका ने शानदार प्रदर्शन किया। क्लब ने सभी सफल छात्रों को बधाई देते हुए उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं। परीक्षक एवं कोच रजनेश चौधरी ने कहा कि छात्रों की मेहनत और अनुशासन सराहनीय है तथा क्लब को उम्मीद है कि वे आगे भी इसी तरह प्रगति करते रहेंगे।

बहादुरगढ़। कोच व अभिभावकों के साथ बेल्ट टेस्ट देने वाले बच्चे। फोटो : हरिभूमि

पर्यावरण संरक्षण के लिए किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

शक्ति विद्या मंदिर हाई स्कूल में शनिवार को पर्यावरण, जल संरक्षण व ऊर्जा बचत पर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों को प्रदूषण के दुष्प्रभाव, स्वच्छता के महत्व और संसाधनों के सही उपयोग के बारे में विस्तार से अवगत कराया गया। स्कूल निदेशक प्रवीण कुमार शर्मा ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण केवल सरकारी योजनाओं से नहीं बल्कि आमजन की सहभागिता से ही संभव है।

हर नागरिक को स्वच्छता, प्रदूषण नियंत्रण और प्रकृति संवर्धन के लिए जिम्मेदारी निभानी चाहिए। प्रिंसिपल राजेश्वरी देवी ने कहा कि धुआं कम करने, कचरा इधर-उधर न फेंकने, संसाधनों के विवेकपूर्ण उपयोग और पानी को व्यर्थ न बहाने जैसी आदतें अपनाकर ही वास्तविक परिवर्तन लाया जा सकता है। इस अवसर पर स्टाफ सदस्य पूनम, सरिता, कीर्ति, रवि ग्रोवर सहित अन्य शिक्षक मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। बच्चों को जागरूक करते निदेशक प्रवीण शर्मा। फोटो : हरिभूमि

काम के लिए निकला युवक वापस नहीं लौटा

बहादुरगढ़। गांव खरहर से काम के लिए निकला एक युवक वापस नहीं लौटा। परिजन तमाम संभावित ठिकानों पर तलाश चुके हैं लेकिन कई दिन बीत जाने के बाद भी उसका कुछ अता पता नहीं है। अब परिजनों ने पुलिस को सूचना देकर तलाश की गुहार लगाई है। खरहर के निवासी वजीर सिंह का कहना है कि उसका छोटा भाई करीब 26 वर्षीय गोविंदा बाइक पर सवार होकर सांपला काम के लिए निकला था लेकिन वापस नहीं आया। इसके बाद उसकी तलाश शुरू की। काफी जगह तलाश चुके हैं लेकिन उसका कुछ पता नहीं चल सका है। पुलिस तलाशने में मदद करे। उधर, आसौदा थाना पुलिस ने गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

नागरिक अस्पताल में पहली बार हुआ हिप रिप्लेसमेंट

बहादुरगढ़। आयुष्मान भारत योजना के तहत 17 से 22 नवंबर तक आयोजित विशेष शल्य चिकित्सा अभियान सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। इस दौरान बहादुरगढ़ नागरिक अस्पताल में पहली बार हिप रिप्लेसमेंट सर्जरी की गई। आयुष्मान नोडल अधिकारी डॉ. मेघा फौगाट के अनुसार, सिविल सर्जन डॉ. जयमाला और पीएमओ डॉ. मंजू कादियान के मार्गदर्शन में सरकार द्वारा आरक्षित सभी पैकेजों के तहत कूल्हा प्रत्यारोपण, बच्चेदानी के ऑपरेशन, हर्निया, मोतियाबिंद सहित विभिन्न उन्नत सर्जरी पूरी तरह निशुल्क की गईं। सबसे अधिक ऑर्थोपेडिक प्लेटिंग सर्जरी हुईं। स्त्री रोग विभाग में इमरजेंसी सी-सेक्शन और ट्यूबेक्टोमी सफलतापूर्वक की गईं। अभियान में 36 मोतियाबिंद सर्जरी डॉ. मालविका बंसल, 14 ऑर्थोपेडिक सर्जरी डॉ. कुणाल शर्मा व डॉ. प्रवेश, 4 गायनी सर्जरी डॉ. खुशबू और डॉ. राजकुमारी तथा एक जनरल सर्जरी डॉ. विजय अहलावत द्वारा की गई। बहादुरगढ़ सिविल अस्पताल में पहली बार टोटल हिप रिप्लेसमेंट सर्जरी डॉ. कुणाल शर्मा द्वारा सफलतापूर्वक की गई।

एक मरीज की सर्जरी करते चिकित्सक।

शिविर में कई लोगों ने कराई स्वास्थ्य जांच

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

दयानंद नगर में शनिवार को पार्षद मनीषा योगेश धनखड़ के प्रयासों से उनके कार्यालय पर मुफ्त हेल्थ चेकअप कैंप का आयोजन किया गया। कैंप में हड्डी रोग, नेत्र रोग, जनरल मेडिसिन सहित विभिन्न रोगों के विशेषज्ञ डॉक्टरों की टीम ने लोगों का स्वास्थ्य जांचा। मुफ्त जांच के साथ-साथ डॉक्टरों ने मरीजों को आवश्यक परामर्श दिया और जरूरतमंदों को दवाइयां भी उपलब्ध करवाईं।

शहर के बाईपास रोड पर स्थित राणा हॉस्पिटल की टीम ने इस कैंप का संचालन किया। हड्डी रोग विशेषज्ञ डॉ. राजेश भल्ला, डॉ. शारबानी, डॉ. आशीष सुहाग आदि ने लोगों के स्वास्थ्य की जांच की।

बहादुरगढ़। पार्षद व स्थानीय निवासियों के साथ कैंप में पहुंची चिकित्सीय टीम।

पार्षद मनीषा धनखड़ व पार्षद संघ के प्रधान योगेश धनखड़ कैंप में उपस्थित रहे और व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उन्होंने बताया कि ऐसे कैंपों का उद्देश्य आमजन को स्वास्थ्य सेवाएं उनके नजदीक उपलब्ध करवाना है। कैंप में बड़ी संख्या में स्थानीय लोगों ने पहुंचकर अपना स्वास्थ्य परीक्षण कराया और चिकित्सा सेवाओं का लाभ उठाया।

नए लेबर कोड का यूनियन ने किया विरोध

बहादुरगढ़। चार नए लेबर कोड की घोषणा के बाद देशभर की ट्रेड यूनियनों ने मोर्चा खोल दिया है। एआईयूटीयूसी ने इसे मजदूरों के अधिकारों पर सबसे बड़ा हमला बताते हुए सरकार से तुरंत फैसला वापस लेने की मांग की है। यूनियन के जिला कमेटी सचिव सतीश कुमार का कहना है कि नए प्रावधानों से कार्यस्थल पर श्रमिकों की स्थिति और कमजोर होगी। काम का समय आठ से बढ़ाकर 12 घंटे करना और कारखानों में तालाबंदी, छंटनी और ले-ऑफ के लिए मंजूरी की सीमा 100 से बढ़ाकर 300 श्रमिक कर देना, उद्योग मालिकों को खुली छूट देने जैसा कदम है। इससे अधिकांश कारखाने सरकार की अनुमति के दायरे से बाहर हो जाएंगे। फिक्स्ड टर्म रोजगार को बढ़ावा देने और फ्लोर वेज की अवधारणा लागू करने को भी स्थायी रोजगार व न्यूनतम वेतन व्यवस्था पर सीधा प्रहार बताया जा रहा है। यूनियन ने ठेकेदारी व्यवस्था को मजबूत करने के आरोप भी लगाए हैं, क्योंकि ठेकेदारों के पंजीकरण की अनिवार्य सीमा 20 से बढ़ाकर 50 श्रमिक कर दी गई है। महिलाओं को रात की शिफ्ट में काम करने की अनुमति पर भी सवाल उठाए गए हैं। यूनियन का कहना है कि सुरक्षा व्यवस्था दिन में भी पर्याप्त नहीं है, ऐसे में रात की ड्यूटी महिलाओं की गरिमा और सुरक्षा को और खतरे में डालेगी। लेबर कोड्स के खिलाफ बड़ा अभियान शुरू किया जा रहा है। आगामी 26 नवंबर को सभी जिला मुख्यालयों पर धरने और प्रदर्शन होंगे तथा श्रम संहिताओं की प्रतियां जलाकर विरोध दर्ज कराया जाएगा।

महिला कर्मचारियों को ट्रिप मॉनिटरिंग सेवा के लाभ बताए

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

दुर्गा शक्ति टीम ने कैंटाबिल कंपनीमें महिलाओं की सुरक्षा व सशक्तिकरण को केंद्र में रखते हुए जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में महिला कर्मचारियों को ट्रिप मॉनिटरिंग सेवा के उपयोग, विशेषताओं और सुरक्षा संबंधी लाभों की जानकारी दी गई।

सहायक उप निरीक्षक सरला ने बताया कि ट्रिप मॉनिटरिंग सेवा एक अत्याधुनिक सुरक्षा व्यवस्था है, जो आपातकालीन स्थिति में त्वरित सहायता उपलब्ध कराती है। यह सेवा रियल-टाइम लोकेशन ट्रैकिंग के माध्यम से यात्रा के दौरान सुरक्षा सुनिश्चित करती है तथा संकट के समय तुरंत अलर्ट भेजने की सुविधा देती है।

दुर्गा शक्ति टीम ने कार्यक्रम में महिलाओं को स्व-सुरक्षा से जुड़े व्यवहारिक सुझाव भी दिए और विस्तृत जानकारी के लिए पंपलेट वितरित किए।

बहादुरगढ़। महिला कर्मचारियों को ट्रिप मॉनिटरिंग की जानकारी देतीं एएसआई सरला।

झज्जर। शिविर में प्रशिक्षणार्थी महिलाओं को अचार बनाने की विधि संबंधी जानकारी देते हुए प्रशिक्षक। फोटो : हरिभूमि

उखलचना कोट में अचार, पापड़ व मसाला निर्माण प्रशिक्षण शुरू

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

पंजाब नेशनल बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान द्वारा क्षेत्र के गांव उखलचना कोट में अचार, पापड़ एवं मसाला निर्माण का प्रशिक्षण कार्यक्रम की शुरूआत की गई है। ग्रामीण क्षेत्रों में महिला उद्यमिता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से शुरू इस प्रशिक्षण की प्रतिभागी महिलाओं को अचार, पापड़ और विभिन्न मसालों के निर्माण की आधुनिक तकनीकें, स्वच्छता के मानक, किफायती उत्पादन विधियां, उचित पैकेजिंग तथा बाजार में उत्पादों की बिक्री के प्रभावी तरीकों की विस्तृत जानकारी दी जाएगी। संस्थान निदेशक उमेश भूकर गोरिया ने कहा कि यह प्रशिक्षण न केवल कौशल विकास का माध्यम है, बल्कि महिलाओं को अपने स्वयं के उद्यम स्थापित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इस दौरान आशीष रोहिल्ला, आशीष शर्मा, प्रशिक्षक रेखा व प्रदीप स्वामी ने महिलाओं को स्वयं सहायता समूहों की योजनाओं बारे भी विस्तारपूर्वक जानकारी दी।

भाजपा विधि प्रकोष्ठ का विस्तार, नवनियुक्त पदाधिकारियों को सौंपी गई जिम्मेदारियां

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

भाजपा के जिला विधि प्रकोष्ठ द्वारा शनिवार को जिला कार्यालय कमलम में एक बैठक का आयोजन किया गया। बैठक की अध्यक्षता पार्टी के जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने की। बैठक के दौरान संगठन की मजबूती, आगामी कार्यक्रमों की रणनीति तथा विधिक सहायता से जुड़ी योजनाओं पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई। जिला स्तर पर विधिक समर्थन को अधिक प्रभावी बनाने तथा संगठनात्मक कार्यप्रणाली को मजबूत करने के लिए विभिन्न सुझाव एवं दिशा-निर्देश प्रस्तुत किए गए। बैठक के दौरान जिला विधि प्रकोष्ठ संयोजक धीरज कौशिक, यतिंद्र यादव, जितेंद्र दलाल, योगेंद्र शर्मा, गौरव सैनी, अमित कुमार, कार्तिक खंडेलवाल, दीपक खत्री, प्रगति, ज्योति सहित कई अन्य पदाधिकारियों को जिम्मेदारियां सौंपी गईं। नव-नियुक्त पदाधिकारियों ने संगठन के प्रति पूर्ण निष्ठा, अनुशासन और समर्पण के साथ कार्य करने का संकल्प लिया।

झज्जर। बैठक में जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि के साथ उपस्थित नवनियुक्त पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

ट्रैक डाउन अभियान के तहत 103 कुख्यात अपराधी और 78 अन्य आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

जिला पुलिस की विभिन्न टीमों द्वारा ट्रैक डाउन अभियान के तहत 181 अपराधियों को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस कमिश्नर डॉक्टर राजश्री सिंह ने बताया कि अभियान के दौरान पुलिस द्वारा संगीन अपराध की श्रेणी में आने वाले गंभीर मामलों पर विशेष ध्यान केंद्रित किया गया। उन्होंने बताया कि अभियान के तहत गोलीबारी, जानलेवा हमला, लूट डकैती, हत्या और अन्य जघन्य अपराधों में लिप्त 100 आरोपियों को सूचीबद्ध किया गया था लेकिन पुलिस टीम द्वारा 103 आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। उन्होंने बताया कि वांटेड और मोस्ट वांटेड श्रेणी के 78 आरोपियों को भी पुलिस द्वारा पकड़ा गया है। वहीं पुलिस ने दो आदतन अपराधियों की जमानत रद्द करवाकर उन्हें दोबारा जेल भेजा गया। इसके अतिरिक्त पुलिस ने 26 आरोपियों की नई हिस्ट्री शीट खोली और पहले से खोली गई 63 हिस्ट्रीशिटरों वाले अपराधियों की निगरानी करके यह सुनिश्चित किया गया कि ऐसे अपराधी किसी भी प्रकार की नई वारदात को अंजाम न दे सकें। अभियान के तहत पुलिस ने 17 आपराधिक मामले दर्ज किए, जिनमें आरोपियों के कब्जे से 17 अवैध हथियार और 9 जिंदा कारतूस बरामद किए गए। इसी प्रकार नशीले पदार्थों के खिलाफ भी पुलिस ने सख्त कार्रवाई करते हुए तीन नए मामले दर्ज किए गए है।

उखलचना कोट में अचार, पापड़ व मसाला निर्माण प्रशिक्षण शुरू

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

पंजाब नेशनल बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान द्वारा क्षेत्र के गांव उखलचना कोट में अचार, पापड़ एवं मसाला निर्माण का प्रशिक्षण कार्यक्रम की शुरूआत की गई है। ग्रामीण क्षेत्रों में महिला उद्यमिता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से शुरू इस प्रशिक्षण की प्रतिभागी महिलाओं को अचार, पापड़ और विभिन्न मसालों के निर्माण की आधुनिक तकनीकें, स्वच्छता के मानक, किफायती उत्पादन विधियां, उचित पैकेजिंग तथा बाजार में उत्पादों की बिक्री के प्रभावी तरीकों की विस्तृत जानकारी दी जाएगी। संस्थान निदेशक उमेश भूकर गोरिया ने कहा कि यह प्रशिक्षण न केवल कौशल विकास का माध्यम है, बल्कि महिलाओं को अपने स्वयं के उद्यम स्थापित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इस दौरान आशीष रोहिल्ला, आशीष शर्मा, प्रशिक्षक रेखा व प्रदीप स्वामी ने महिलाओं को स्वयं सहायता समूहों की योजनाओं बारे भी विस्तारपूर्वक जानकारी दी।

हाइवे के डिवाइडर पर चढ़ा ट्रॉला, पीछे से दूसरे ट्रॉले ने मारी टक्कर

धारूहेड़ा। दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे पर शनिवार तड़के एक ट्रॉला संतुलन बिगड़ने के बाद डिवाइडर पर चढ़ गया। जब उसे सड़क से हटाने के प्रयास किए जा रहे थे, तो पीछे से दूसरे ट्रॉले ने उसे टक्कर मार दी। इस हादसे में दोनों चालक सुरक्षित बच गए, लेकिन हाइवे पर काफी देर तक यातायात प्रभावित रहा। निखरी कट के पास चालक को नींद की झपकी आने से ट्रॉला डिवाइडर पर चढ़ गया। इस हादसे में ट्रॉला चालक बाल-बाल बच गया। डिवाडर के पास यातायात अवरुद्ध हो गया। चालक ने अपने स्तर पर ट्रॉले को डिवाडर से हटवाने के प्रयास शुरू किए। इसी बीच पीछे से एक अन्य ट्रॉले ने डिवाइडर पर चढ़े ट्रॉले को टक्कर मार दी। दोनों ट्रॉले इससे क्षतिग्रस्त हो गए, लेकिन दूसरे ट्रॉले का चालक भी बच गया। दो ट्रॉले हाइवे पर खड़े होने से जाम जैसे हालात बने रहे। सूचना मिलने के बाद मौके पर पहुंची पुलिस ने क्रेन की मदद से दोनों ट्रॉलों को वहां से हटवाया। इसके बाद ही यातायात सुचारू हो सका। पुलिस ने ट्रॉला चालक के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू कर दी।

झज्जर। लघु फिल्म देखते हुए विद्यार्थी।

विद्यार्थियों को दिखाई लैंगिक भेदभाव विषय पर लघु फिल्म

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ और लैंगिक अध्ययन समिति के तत्वावधान में लैंगिक भेदभाव पर लघु फिल्म का प्रदर्शन किया गया। इसका उद्देश्य समाज में व्याप्त लैंगिक असमानताओं के प्रति जागरूकता बढ़ाना और विद्यार्थियों में समानता एवं संवेदनशीलता की भावना को प्रोत्साहित करना रहा। कार्यक्रम का आयोजन प्राचार्य दलबीर सिंह की अध्यक्षता में महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डॉक्टर प्रियंका ने किया। शिक्षा, रोजगार, सामाजिक अवसरों और परिवारिक निर्णयों में महिलाओं को कई प्रकार की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। ऐसे में युवाओं को इस विषय पर जागरूक करने की आवश्यकता है। फिल्म के बाद आयोजित चर्चा के दौरान विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिक्रियाएं साझा की और लैंगिक समानता सुनिश्चित करने के लिए ठोस कदम उठाने की आवश्यकता पर जोर दिया। इस दौरान डॉक्टर कविता, डॉक्टर रीना, डॉक्टर ज्योति, सविता, पूनम, सुशील यादव सहित अन्य भी मौजूद रहे।

ग्रामीणों को किया नशे के दुष्प्रभाव के प्रति जागरूक

झज्जर। पुलिस की एक टीम द्वारा क्षेत्र के गांव मांगावास में डोर-टू-डोर जागरूकता अभियान चलाकर ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक किया। उप निरीक्षक सुनील कुमार ने बताया कि नशा न केवल स्वास्थ्य को तबाह करता है, बल्कि परिवार, सामाजिक जीवन और भविष्य पर भी गंभीर प्रभाव डालता है। अभियान के दौरान युवाओं को नशे से दूरी बनाए रखने, खेल और सकारात्मक गतिविधियों की ओर प्रेरित किया गया। उन्होंने ग्रामीणों को आश्वस्त किया कि पुलिस नशा तस्करी पर सख्त कार्रवाई कर रही है और समाज से नशे की जड़े खत्म करने के लिए पुलिस व जनता का संयुक्त प्रयास सबसे महत्वपूर्ण है। इसलिए अगर कोई व्यक्ति नशे की खरीद फिरौख्त करता है तो उसकी सूचना तुरंत नजदीकी थाने या डायल 112 पर दें। आपके द्वारा दी गई सूचना पर तुरंत कार्रवाई की जाएगी और आपकी पहचान गुप्त रखी जाएगी।

झज्जर। खेल मैदान की साफ-सफाई करते हुए स्वयंसेवक। फोटो : हरिभूमि

स्वयंसेवकों ने की विद्यालय परिसर की साफ-सफाई

झज्जर। महर्षि दयानंद स्कूल खुड्डन के एनएसएस यूनिट के स्वयंसेवकों ने शनिवार को स्वच्छता अभियान चलाकर स्वच्छता और जागरुकता का संदेश दिया। कार्यक्रम की शुरुआत प्राचार्य रामनिवास गहलावत ने हरी झंडी दिखाकर की। उन्होंने कहा कि स्वच्छता केवल अभियान नहीं, बल्कि जीवन शैली का हिस्सा है। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रेरित किया कि वे स्वच्छता को केवल विद्यालय तक सीमित न रखें, बल्कि अपने घर, मौहल्ले और गांव में भी इस संदेश को आगे बढ़ाएं। एनएसएस इकाई अधिकारी डॉक्टर राजबीर सहवाग ने विद्यार्थियों को स्वच्छता के विभिन्न पहलुओं पर जानकारी दी और कहा कि छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव ला सकते हैं। अभियान के अंतर्गत स्वयंसेवकों ने विद्यालय परिसर, बगीचे, कक्षाओं, गलियारों और आस-पास के क्षेत्रों की साफ-सफाई करते हुए कचरे को अलग-अलग श्रेणियों में रखा और स्वच्छता संदेश वाले पोस्टर भी लगाए। इस मौके पर विद्यालय प्रबंधन समिति सदस्य रमेश डिरोलिया और सुरेंद्र कोडान ने भी स्वयंसेवकों द्वारा चलाए गए अभियान की सराहना की।

खबर संक्षेप

सरदार पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में तीसरी पद यात्रा कल

झज्जर। लौह पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में राष्ट्रीय एकता एवं एक भारत-आत्मनिर्भर भारत का संदेश जन-जन तक पहुंचाने के लिए जिला प्रशासन एवं माय भारत के संयुक्त तत्वाधान में जिला भर में पद यात्राएं निकाली जा रही हैं। राष्ट्रीय एकता, अखंडता और देशभक्ति के संदेश से ओतप्रोत तीसरी पद यात्रा सोमवार को शहर में निकाली जाएगी। जिसमें युवा, विद्यार्थी, सामाजिक संगठन और नागरिकों की सक्रिय सहभागिता रहेगी। एडीसी जगनिवास ने बताया कि यह यात्रा महर्षि दयानंद सरस्वती स्टेडियम से प्रारंभ होगी और भगत सिंह चौक, अंबेडकर चौक, बीकानेर चौक व पुरानी तहसील मार्ग से होते हुए वापिस स्टेडियम में संपन्न होगी।

हिंदी कविता गायन में नन्हें विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

झज्जर। कविता गायन प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। एचडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय साल्हावास में शनिवार को हिंदी कविता गायन प्रतियोगिता आयोजन किया गया। प्राचार्य सतबीर सिंह की अध्यक्षता में आयोजित इस प्रतियोगिता में निर्णायक की भूमिका प्राइमरी हेड नीलम कुमारी और एक्टिविटी इंचार्ज कमलेश ढिल्लो ने निभाई। मंच संचालन हिंदी अध्यापिका हीरामणि और सोनिका द्वारा किया गया। प्रतियोगिता परिणामों में दूसरी कक्षा में समृद्धि, अनामिका, कीर्ति, अंतिमा, निष्ठा व दीया ने प्रथम जबकि लक्षिता, रिया, काव्या, अयान, सुप्रिया व चंचल ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया तथा निष्ठा प्रथम, कीर्ति द्वितीय और समृद्धि तृतीय रही। इसी प्रकार तीसरी कक्षा में मीनाक्षी, हर्षिका, यशवी, काव्या, हैप्पी, अनन्या व वंश प्रथम स्थान पर रहे, जबकि ओवरऑल परिणामों में हैप्पी ने पहला, मीनाक्षी ने दूसरा व मुस्कान ने तीसरा स्थान हासिल किया। प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थियों को एचडी ग्रुप सचिव विशाल नेहरा व हेमंत गुलिया द्वारा प्रशस्ति-पत्र देकर सम्मानित किया गया।

स्काउट और गाइड हमारे समाज के भविष्य के निर्माण में निभाते हैं महत्वपूर्ण भूमिका

राष्ट्रीय जंबूरी में भाग लेने के लिए जिले के 54 प्रतिभागियों का दल रवाना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

भारत स्काउट गाइड की स्थापना के 75 वर्ष पूरे होने पर उत्तर प्रदेश के लखनऊ में होने वाली 19वीं राष्ट्रीय जंबूरी में जिले के 54 प्रतिभागियों का दल भाग लेगा। डीओसी स्काउट डॉक्टर राजेंद्र व डीओसी गाइड मैनावंती के नेतृत्व में भाग लेने वाले इस दल में मुख्य रूप से पीएमश्री राजकीय स्कूल दादरी तोए से पांच स्काउट व चार गाइड, पीएम श्री राजकीय स्कूल दुजाना से तीन स्काउट, राजकीय स्कूल गिजाडौद से चार स्काउट, सिलाना से मंजीत के साथ चार स्काउट, बहादुरगढ़ से प्रवीण जाखड़ के साथ आठ स्काउट भाग ले रहे हैं। गाइड दल में पीएमश्री राजकीय कन्या स्कूल बहादुरगढ़ से सात गाइड, राजकीय कन्या स्कूल भंभेवा से गाइड कैप्टन सुचित्रा के साथ पांच गाइड जंबूरी में शामिल होंगे। स्काउट एवं गाइड दल को जंबूरी के लिए रवाना करते हुए जिला शिक्षा अधिकारी एवं जिला मुख्य आयुक्त स्काउट्स राजेश कुमार ने कहा कि स्काउट और गाइड हमारे समाज के भविष्य के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। यह जंबूरी उनके व्यक्तित्व विकास और राष्ट्रीय एकता को मजबूत करने का एक महत्वपूर्ण अवसर है।

झज्जर। स्काउट्स एवं गाइड दल को हरी झंडी दिखाकर रवाना करते हुए जिला मुख्य आयुक्त स्काउट्स राजेश कुमार। फोटो : हरिभूमि

दल को हरी झंडी दिखाई

जंबूरी में एग्जीबिशन, स्किल-ओ-रामा, कलर पार्टी, परेड, बैंड, रंगोली प्रदर्शनी, फूड प्लाजा, कैंप फायर, ग्रुप डांस स्टेट गेट, कैंप क्राफ्ट, पीजेंट शो, ग्लोबल डेवलेपमेंट विलेज आदि विभिन्न प्रतियोगिताओं के माध्यम से स्काउटिंग तथा सांस्कृतिक गतिविधियों से स्वयंसेवक अपने स्काउटिंग कौशल तथा सांस्कृतिक ज्ञान से अवगत कराएंगे। यह आयोजन न केवल बच्चों के लिए एक सीखने का अनुभव होगा बल्कि उन्हें राष्ट्रीय और सांस्कृतिक विविधता को समझने का भी अवसर प्रदान करेगा। इसके बाद उन्होंने दल को हरी झंडी दिखाकर जंबूरी के लिए रवाना किया। इस दौरान प्राचार्य महेंद्र सिंह यादव, रामवीर पाराशर, सुरेश पाल, रीटा मलिक, प्रवीण कुमारी, मंजू रानी, स्विटी, मंजू, अनिल कुमार आदि ने प्रतिभागी दल के सदस्यों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। नींबू रेस में भागीदारी करते हुए विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

दो दिवसीय खेल प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

झज्जर। राय साहब पंडित बसंत लाल एजुकेशन सोसायटी द्वारा संचालित हिमालय हाई स्कूल में दो दिवसीय खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इस दौरान खिलाड़ियों के बीच 100 मीटर व 200 मीटर रेस, बैडमिंटन, थ्री लैग रेस, खो-खो आदि स्पर्धाएं कराई गईं। प्रतियोगिता परिणामों में बैडमिंटन में दसवीं कक्षा की छात्रा दीप्ति ने प्रथम स्थान प्राप्त किया जबकि सातवीं कक्षा से सुमित द्वितीय रहा। 100 मीटर दौड़ में नुपुर पहले, जैस्मिन दूसरे व अनन्या तीसरे स्थान पर रहे। नींबू रेस में जैस्मिन व पारस ने प्रथम, नुपुरु ने द्वितीय व आदित्य और कौशल ने तृतीय स्थान हासिल किया। दूसरे दिन आयोजित 200 मीटर रेस में प्रिंस ने पहला, सुमित ने दूसरा व शिवा ने तीसरा स्थान हासिल किया। लेमन रेस में हर्ष प्रथम, शिवा द्वितीय व रूपेश तृतीय रहा जबकि लड़कियों की इसी स्पर्धा में दीक्षा को पहला, दीप्ति को दूसरा व पायल को तीसरा स्थान मिला। सभी विजेता खिलाड़ियों को मुख्याध्यापिका लीला देवी द्वारा संस्थान प्रबंधन की ओर से पुरस्कृत किया गया।

समारोह में विद्यार्थियों ने दी देशभक्ति व रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति

वार्षिक समारोह में किया मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित

■ शिक्षा क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान देने वाले शिक्षकों को बेस्ट टीचर अवार्ड देकर सम्मानित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

इंडो अमेरिकन स्कूल में शनिवार को वार्षिक समारोह का आयोजन किया गया। आगाज शीर्षक से आयोजित इस कार्यक्रम की शुरूआत नगर परिषद के चेयरमैन जिले सिंह सैनी, डीसीपी जसलीन कौर, केडी ट्रेडर्स के मैनेजिंग डायरेक्टर केडी मैनपाल शर्मा, गीता शर्मा, दीपक कपूर, ट्रैफिक इंचार्ज वीरेंद्र नारा व सीआर पब्लिक स्कूल के डायरेक्टर जय भगवान ने मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित करते हुए की। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने एक के बाद एक सांस्कृतिक प्रस्तुति देकर दर्शकों का मन मोहा। विद्यार्थियों द्वारा दी गई झांसी की रानी पर आधारित नाट्य प्रस्तुति व आर्मी एक्ट आधारित विशेष प्रस्तुति आकर्षण का केंद्र रही। कार्यक्रम में मेधावी विद्यार्थियों का सम्मान भी किया गया जिनमें सीए फाउंडेशन क्वालिफाई करने वाले विद्यार्थी साहिल व दीपांशु, एम्स में नर्सिंग ऑफिसर के पद पर कार्यरत मंजू शर्मा सहित अन्य विद्यार्थी शामिल रहे। इसके अलावा शिक्षा क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान देने वाले शिक्षकों को भी बेस्ट टीचर अवार्ड देकर सम्मानित किया गया। स्कूल निदेशक बिजेंद्र कादियान ने विद्यार्थियों की उत्कृष्ट प्रस्तुतियों की सराहना करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। शिक्षकों व अतिथियों के साथ मंच पर उपस्थित होनहार विद्यार्थी।

शल्य चिकित्सा अभियान के अंतर्गत किए 158 ऑपरेशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

स्वास्थ्य विभाग द्वारा आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत बीते सोमवार से शुरू हुआ विशेष शल्य चिकित्सा अभियान शनिवार को संपन्न हो गया। सीएमओ डॉक्टर जयमाला ने अभियान की सफलता पर अभियान से जुड़े सभी डॉक्टर एवं स्वास्थ्य कर्मियों को दी देते हुए लाभार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उप सिविल सर्जन डॉक्टर सुनीता तंवर ने बताया कि अभियान के अंतिम दिन जिले भर में मोतियाबिंद के 10, शल्य चिकित्सा के दो, हड्डी संबंधी चार, सिजेरियन व दंत चिकित्सा संबंधी एक-एक ऑपरेशन किया गया। उन्होंने बताया कि अभियान के अंतर्गत आयुष्मान लाभार्थियों को कूल्हा एवं घुटना प्रत्यारोपण, बच्चेदानी का ऑप्रेशन, मोतियाबिंद, हर्निया आदि की सुविधाएं निःशुल्क की गई। अभियान के अंतर्गत जिले में 158 ऑप्रेशन किए गए। जिनमें से 17 नवंबर को पहले दिन 28 ऑप्रेशन, 18 को 23, 19 को 31, 20 को 19, 21 को 39 ऑप्रेशन शामिल हैं। यदि अस्पताल वाइज बात की जाए तो स्थानीय नागरिक अस्पताल में विभिन्न रोगों संबंधी 82, नागरिक अस्पताल बहादुरगढ़ में 56, बेरी अस्पताल में 16 तथा सीएचसी डीघल में 4 ऑपरेशन शामिल हैं।

झज्जर। घुटना प्रत्योरोपण संबंधी ऑप्रेशन करते हुए चिकित्सक।

इंटर हाउस क्लब मीट में रमन हाउस के विद्यार्थी प्रथम

झज्जर। आरईडी स्कूल में शनिवार को इंटर हाउस क्लब मीट का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में तीसरी से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया। विभिन्न गतिविधियों और प्रतियोगिताओं से भरपूर इस आयोजन में विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा, रचनात्मकता और टीम भावना का शानदार प्रदर्शन किया। कार्यक्रम में लिट्रेरी क्लब, बडिंग साइंटिस्ट क्लब, आईटी क्लब, एसयूपीडब्ल्यूक्लब तथा सोशल साइंस क्लब आदि गतिविधियां शामिल रहीं। प्रतियोगिता परिणामों में छठी से आठवीं कक्षा तक के वर्ग में टैगोर हाउस तथा तीसरी से पांचवीं कक्षा तक के वर्ग में रमन हाउस ने प्रथम स्थान हासिल किया। ओवरऑल परिणामों में रमन हाऊस पहले व टैगोर हाउस दूसरे स्थान पर रहा। कार्यक्रम के समापन पर प्राचार्या अनिता सिवाच ने विजेता विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

आरती, संकेत और नितिन ने जीते पदक

झज्जर। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में आयोजित इंटर कॉलेज एथलेटिक्स मीट टूर्नामेंट में राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए कई पदक अपने नाम किए हैं। महाविद्यालय के मीडिया प्रभारी डॉक्टर अमित भारद्वाज ने बताया कि बीए द्वितीय वर्ष की छात्रा आरती ने हैप्टाथलॉन स्पर्धा में अपने बेहतरीन कौशल और संतुलित प्रदर्शन के बल पर स्वर्ण पदक जीता। बीए द्वितीय वर्ष के छात्र संकेत ने 800 मीटर दौड़ में रजत पदक हासिल किया। वहीं बीए प्रथम वर्ष के छात्र नितिन कुमार ने लंबी कूद प्रतियोगिता में शानदार छलांग लगाते हुए कांस्य पदक प्राप्त किया। प्राचार्य दलबीर सिंह, शारीरिक शिक्षा प्रभारी दीपक, प्रवक्ता डॉक्टर अरुण कुमार ने सभी विजेताओं को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

प्रश्नोत्तरी में अग्नि व पृथ्वी सदन के विद्यार्थी प्रथम

झज्जर। एमआर स्कूल हसनपुर में शनिवार को अंतर सदनीय अंग्रेजी प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया गया। प्रश्नोत्तरी का शुभारंभ विद्यालय निदेशिका संगीता कोडान ने किया। उन्होंने अंग्रेजी भाषा के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि अंग्रेजी एक अंतरराष्ट्रीय भाषा है और बच्चों को इसे पूरी निपुणता के साथ सीखना चाहिए, जिससे उनका भविष्य उज्ज्वल बन सके। प्रतियोगिता परिणामों में जूनियर वर्ग से अग्नि सदन के प्रतिभागी मुस्कान, बंधु, जिया, कीर्ति और हार्दिक ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। सीनियर वर्ग में पृथ्वी सदन के प्रतिभागी कीर्ति, वंशिका, कर्ण, श्रेष्ठा और देव पूनिया प्रथम रहे। प्राचार्या नेहा शर्मा ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि वे इस प्रकार की प्रतियोगिता में तैयारी के साथ भाग लें और अपने भीतर छिपी क्षमताओं को उजागर करें।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (151 से 200)

❖ शंकर लाल पुत्र श्री राम अवतार निवासी गांव हुनमान ढाणी, जिला भिवानी ❖ कार्तिक पुत्र श्री श्याम सुन्दर निवासी वार्ड नं. 6, गांव चांग, भिवानी ❖ बिशम्बर पुत्र श्री हरीश चन्द्र निवासी गांव लहलाना जिला भिवानी ❖ भूप सिंह वशिष्ठ पुत्र श्री रामगोपाल निवासी मकान नं. 41, चौखमद्दश, भिवानी ❖ श्रेयांश पुत्र श्री संजीव कुमार निवासी अलबेला गली, जैन चौक, भिवानी ❖ प्रिया पुत्री श्री संदीप कुमार निवासी सीसीएसएचएयू, गेट नं.2, हिसार ❖ पूजा पत्नी श्री बिजेन्द्र निवासी गांव नर्कापुर जिला भिवानी ❖ रविन्द्र पुत्र श्री राजपाल निवासी गांव प्रेम नगर, जिला भिवानी ❖ निखिल कुमार पुत्र श्री सोमबीर निवासी गांव तिगराना जिला भिवानी ❖ रोबिन पुत्र श्री कुलबीर निवासी गांव प्रेम नगर, जिला भिवानी ❖ कुलदीप पुत्र श्री करतार सिंह निवासी गांव प्रेम नगर, जिला भिवानी ❖ संदीप पुत्र श्री सुरत सिंह निवासी गांव प्रेम नगर, जिला भिवानी ❖ प्रदीप पुत्र श्री हरिचन्द निवासी गांव प्रेम नगर, जिला भिवानी ❖ आकार दहिया पुत्र श्री कर्मवीर दहिया निवासी वार्ड नं. 3, गांव तिगराना, जिला भिवानी ❖ नेहा पत्नी आकाश दहिया निवासी वार्ड नं. 3, गांव तिगराना, जिला भिवानी ❖ आकाश पुत्र श्री संजय निवासी ओल्ड बस स्टैंड, गुजरों की ढाणी, भिवानी ❖ जीवंश पुत्र श्री विकास निवासी ओल्ड बस स्टैंड, भिवानी ❖ अमित पुत्र श्री वेद प्रकाश निवासी ओल्ड बस स्टैंड, गुजरों की ढाणी, भिवानी ❖ नवीन पुत्र श्री प्रदीप अरोड़ा निवासी मकान नं. 219, चिरंजीव कालोनी, भिवानी ❖ रोहित पुत्र श्री ओम प्रकाश निवासी ओल्ड बस स्टैंड, गुजरों की ढाणी, भिवानी ❖ कांता पत्नी बलबीर शर्मा निवासी इंद्राज गार्डन के पीछे, बैंक कालोनी, भिवानी ❖ संदीप पुत्र श्री सुभाष निवासी नजदीक ओल्ड बस स्टैंड, भिवानी ❖ नीलम देवी पत्नी श्री मनोज कुमार निवासी गांव व डाकखाना तिगड़ाना, जिला भिवानी ❖ सोमबीर सिंह पुत्र श्री प्रभाती राम निवासी गांव तिगड़ाना, वार्ड नं. 3, जिला भिवानी ❖ प्राची पुत्री श्री विरेन्द्र निवासी ओल्ड बस स्टैंड, भिवानी ❖ मदन लाल पुत्र श्री रामधारी निवासी मकान नं. 582, सेक्टर 13, हुडा, भिवानी ❖ महाबीर सिंह पुत्र श्री चन्दगी राम निवासी गांव व डाकखाना दिनोद, वार्ड नं. 5, भिवानी ❖ धर्मवीर सिंह पुत्र श्री प्रभाती राम निवासी गांव तिगड़ाना वार्ड नं.3, जिला भिवानी ❖ मनोज कुमार पुत्र श्री प्रभाती राम निवसी गांव तिगड़ाना, जिला भिवानी ❖ सचिन पुत्र श्री कर्मबीर निवासी गांव तिगड़ाना जिला भिवानी ❖ सुमन देवी पत्नी श्री सोमबीर निवासी वार्ड नं.3, गांव तिगड़ाना जिला भिवानी ❖ रवि कुमार पुत्र श्री सोमवीर निवासी गांव तिगड़ाना जिला भिवानी ❖ सन्तोष देवी धर्मपत्नी करनबीर सिंह, दाड़ौली, चरखी दादरी ❖ पूर्वाशी सुपुत्री सोमबीर, दगड़ौली, चरखी दादरी ❖ भूपेश सुपुत्र श्री सोमबीर, दगड़ौली, बाढड़ा, चरखी दादरी ❖ श्री आनन्द सुपुत्र प्रभु सिंह, एमसी कॉलोनी, चरखी दादरी, तह. जिला चरखी दादरी ❖ श्री पवन कुमार हेयर ड्रेसर, सुपुत्र श्री सुभाष चंद्र, हीरा चौक, बधवाना गेट, तह. व जिला चरखी दादरी ❖ श्री दलबीर सिंह सुपुत्र श्री शीशराम नंबरदार, बिरही कलां, तह. व जिला चरखी दादरी ❖ श्री जय भगवान सुपुत्र श्री नफे सिंह, 1344/1, लाल बहादुर शास्त्री नगर, रोहतक ❖ श्री रामकवार सुपुत्र श्री गुगुनराम (पानन्य), गांव व डा. करौंथा, शीतल नगर, रोहतक ❖ श्रीमति पूजा पत्नी श्री सुनील चावला, म.नं. 304, बड़ा पाना, कलानौर, रोहतक ❖ श्री धर्मवीर सुपुत्र मीर सिंह, गांव व डा. बलियाणा, तह. सांपला, रोहतक ❖ श्री यागेश सुपुत्र नरेंद्र, गांव व डा. अजायब, तह. महम, रोहतक ❖ श्री भास्कर राय सुपुत्र श्री रामचंद्र राय, 824/20, एकता कॉलोनी, रोहतक ❖ श्री संजय सुपुत्र श्री रामतीर्थ शर्मा, 1035/1, शास्त्री नगर, रोहतक ❖ श्री मनमोहन सुपुत्र श्री नरेंद्र जिंदल, गांव व डा. अजायब, तह. महम, रोहतक ❖ श्रीमति राजरानी पत्नी श्री नरेन्द्र कुमार, गांव व डा. अजायब, तह. महम, रोहतक ❖ श्री नरेन्द्र कुमार सुपुत्र श्री महावीर प्रसाद, गांव व डा. अजायब, तह. महम, रोहतक ❖ श्री अशोक सुपुत्र श्री ओमप्रकाश, अग्रसेन कॉलोनी, रोहतक ❖ श्री दीपक सुपुत्र श्री अशोक, अग्रसेन कॉलोनी, रोहतक

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

खेल कूद प्रतियोगिता में बीनू ने जीते दो मेडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

अंतः महाविद्यालयीय वार्षिक खेल कूद प्रतियोगिता में राजकीय महाविद्यालय दुजाना के खिलाड़ी बीनू शर्मा ने अलग-अलग स्पर्धाओं में दो पदक जीत कर संस्थान का गौरव बढ़ाया है। शारीरिक शिक्षा विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. अजय कुमार ने बताया कि 18 से 20 नवंबर तक महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के खेल परिसर में आयोजित प्रतियोगिताओं के दौरान बीए द्वितीय वर्ष के छात्र बीनू शर्मा ने 400 मीटर दौड़ में गोल्ड मेडल व 200 मीटर दौड़ में सिल्वर मेडल हासिल किया। इस उपलब्धि के आधार पर उसका चयन एमडीयू रोहतक की टीम में हुआ है जो आगामी ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी एथलेटिक्स चैंपियनशिप में भाग लेगी। महाविद्यालय पहुंचने पर कार्यवाहक प्राचार्या प्रोफेसर रजनी, डॉ. अनिल कुमारी, डॉ. सीमा कुंडू, डॉक्टर अंजु बाला, डॉक्टर मोनिका, डॉक्टर दीपा, डॉक्टर गौतम राम, जितेंद्र सिंह आदि स्टाफ सदस्यों ने विजेता खिलाड़ी का जोरदार स्वागत करते हुए उसके उज्जवल भविष्य की कामना की।

झज्जर। महाविद्यालय स्टाफ सदस्यों के साथ विजेता खिलाड़ी बीनू शर्मा।

विद्यार्थियों को करवाया विभिन्न योग एवं प्राणायामों का अभ्यास

झज्जर। विद्यार्थियों को योग एवं प्राणायामों का अभ्यास कराते हुए योगाचार्य जगदीश सहवाग। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सुर्खपुर में शनिवार को योगाचार्य जगदीश कुमार सहवाग द्वारा योग एवं प्राणायाम शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय प्राचार्य महेंद्र कुमार ने की। योगाचार्य जगदीश ने विद्यार्थियों को अष्टांग योग की विभिन्न क्रियाओं का अभ्यास करवाते हुए देशभक्ति, माता-पिता की सेवा, प्रकृति के संरक्षक और शिक्षा के महत्व जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने कहा कि गुरु समुदाय का उद्देश्य ऐसे विद्यार्थियों का निर्माण करना है जो माता-पिता के सेवक, गुरुओं के आज्ञाकारी, समाजसेवी, धर्म-संस्कृति के रक्षक और प्रकृति के संवाहक बनें। उन्होंने विद्यार्थियों को नशे, फास्ट फूड और सामाजिक बुराइयों से दूर रहने की सलाह देते हुए सात्विक, शुद्ध और संतुलित भोजन अपनाने पर जोर दिया। इस मौके पर पूनम, सुनील, मंदीप, सुरेंद्र, शोभा, सुमन, रेनू, दिनेश कुमार, गीता, अशोक, विजेंद्र, सबीना, सोनिया, रेनू, शशिप्रभा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

प्रतियोगिता छात्रों की आकर्षक प्रस्तुति की सराहना करते हुए विजेताओं को पुरस्कृत किया

फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में विभिन्न वेषभूषाओं में नजर आए विद्यार्थी

नन्हें विद्यार्थी घड़ी, महर्षि नारद, शेर, फौजी, भारत माता, सूरजमुखी आदि वेषभूषाओं में नजर आए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

किड्ज शैशव स्कूल, मोंटेसरी विंग और वैदिक कन्या सीनियर सैकेंडरी स्कूल में शनिवार को फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों में रचनात्मक, कल्पनाशीलता और आत्मविश्वास को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित इस प्रतियोगिता में नन्हे विद्यार्थियों ने ऐतिहासिक, पौराणिक, सामाजिक और काल्पनिक पात्रों की वेशभूषा के माध्यम से अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता के दौरान नन्हें विद्यार्थी घड़ी, महर्षि नारद, शेर, फौजी, भारत माता, सूरजमुखी आदि वेषभूषाओं में नजर आए। इसके अलावा विद्यार्थियों ने एक नाटक के माध्यम से मोबाइल फोन के दुरुपयोग बारे भी जागरुकता का संदेश दिया। प्राचार्या आरती शर्मा ने बताया कि प्रतियोगिता में कविश, नमन, खुशी, प्रियांशु व तनुज को प्रथम, वामिका, हंशिका, मयंक, तपेश, सिद्धि व सात्विक को द्वितीय तथा सवि, अनायरा, खुशी शर्मा, विराज, मुस्कान और मानविक को तृतीय स्थान मिला। प्रतियोगिता की मुख्यातिथि नीलम मल्हान व दीपिका नांदल ने विद्यार्थियों की आकर्षक प्रस्तुति की सराहना करते हुए विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया।

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

विद्यार्थियों ने आकर्षक सांस्कृतिक कार्यक्रमों की दी प्रस्तुति

झज्जर। कार्यक्रम में सांस्कृतिक प्रस्तुति देते हुए छात्राएं। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। एलए सीनियर सैकेंडरी स्कूल में अभिभावकों के सामने बच्चों कि स्माइल एंड सनसाइन थीम पर आधारित एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्राइमरी एचओडी सपना अहलावत व पुष्पा यादव के नेतृत्व में आयोजित इस कार्यक्रम में तीसरी से पांचवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने सामुहिक नृत्य, गायन व अन्य मनोरंजक स्पर्धाओं में भाग लिया। स्कूल प्राचार्या निधि कादियान ने सभी विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों के कार्य की सराहना की। ओवरऑल परफॉर्मेंस के आधार पर विजेता विद्यार्थियों को स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनिता गुलिया व नीलम दहिया द्वारा पुरस्कृत किया गया। इस मौके पर प्रबंधक केएम डागर, रविंद्र लोहचब, पिंकी अहलावत, प्रियंका यादव, प्रीति व आशु सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

दो पावर हाउस में तीन घंटे होगी मेंटेनेंस

बहादुरगढ़। उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम के सिटी-1 डिविजन बहादुरगढ़ की ओर से रविवार को 33 केवी एचएनजी और 33 केवी सेक्टर-10 पावर हाउस की लाइनों पर मेंटेनेंस कार्य होगा। यह कार्य सुबह 9 बजे से दोपहर 12 बजे तक होगा। यह जानकारी निगम के एसडीओ प्रियांक ने दी। उन्होंने बताया कि प्रभावित क्षेत्र में परनाला, विवेकानंद नगर, रेलवे रोड, एचएनजी कॉलोनी, धर्म विहार, मिशन अस्पताल, बाल्मीकि मोहल्ला, एचएसआईएल, राम नगर, श्यामजी कांप्लेक्स, दयानंद नगर, आरजे अस्पताल, मॉडल टाउन, नाहरा-नाहरी रोड, अग्रवाल कॉलोनी शामिल हैं।

दिन-दहाड़े युवक से मोबाइल व लॉकेट झपटा

बहादुरगढ़। शहर में आपराधिक वारदात बढ़ रही हैं। अब यहां झज्जर रोड पर सब्जी मंडी के सामने दिन-दहाड़े युवक से मोबाइल व सोने का लॉकेट झपटने की वारदात सामने आई है। हालांकि देर शाम तक पुलिस की ओर से इस संबंध में पुष्टि नहीं की गई है। हालांकि पुलिस मामले की जांच में जुटी है। वारदात धर्मेंद्र नाम के युवक के साथ हुई है। बिहार मूल का धर्मेंद्र यहां सब्जी मंडी में एक आढ़ती के पास काम करता है। जानकारी के अनुसार, शनिवार की दोपहर करीब दो बजे वह मंडी के सामने एक छोले भठूरे की दुकान पर खाना लेने गया था। इसी दौरान उसके साथ वारदात हो गई। बताते हैं कि बाइक सवार तीन युवक आए और उसके गले से सोने का लॉकेट तथा हाथ से मोबाइल झपट लिया। इस दौरान उसे कुछ सुंघाया भी गया। पीड़ित धर्मेंद्र ने उनके साथ संघर्ष किया। इस संघर्ष के दौरान एक झपटमार की जेब से उसने मोबाइल व कान की बाली निकाल ली। लेकिन जब तक लोग एकत्र होते, आरोपी भाग निकले। उधर, सूचना पाकर सिटी थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। सिटी थाना प्रभारी दिनकर सिंह का कहना है कि मामले की सूचना तो मिली है लेकिन अभी वेरिफाई कर रहे हैं।

संस्कारम विश्वविद्यालय पाटौदा में रिफ्रेशर पार्टी का भव्य आयोजन

वैष्णवी को मिस फ्रेशर व अजय को मिला मिस्टर फ्रेशर का खिताब

संस्कारम विश्वविद्यालय क्षेत्र में शिक्षा और अनुशासन का उत्कृष्ट केंद्र बनकर उभर रहा है। ऐसे आयोजन विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता को निखारने का श्रेष्ठ माध्यम हैं

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

झज्जर। नव प्रवेशी विद्यार्थियों के साथ उपस्थित चांसलर डॉ. महिपाल व मिस फ्रेशर वैष्णवी व मिस्टर फ्रेशर अजय यादव के साथ उपस्थित चांसलर डॉ. महिपाल।

संस्कारम विश्वविद्यालय में रिफ्रेशर पार्टी के अंतर्गत मिस फ्रेशर और मिस्टर फ्रेशर प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में सैकड़ों विद्यार्थियों के बीच उत्कृष्ट प्रस्तुति देते हुए बीसीए की छात्रा वैष्णवी ने मिस फ्रेशर और बीएएमएस के छात्र अजय यादव ने मिस्टर फ्रेशर का खिताब जीता। दोनों विजेताओं को मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित एडीसी जगनिवास द्वारा ताज पहनाकर व स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। उन्होंने कहा कि संस्कारम विश्वविद्यालय क्षेत्र में शिक्षा और अनुशासन का उत्कृष्ट केंद्र बनकर उभर रहा है। ऐसे आयोजन विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता को निखारने का श्रेष्ठ माध्यम हैं।

नए विद्यार्थी इस सकारात्मक वातावरण का लाभ उठाएं और अपनी प्रतिभा को पूर्णता तक पहुंचाएं। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर डॉक्टर गुरदयाल सिंह ने नव प्रवेशी विद्यार्थियों से कहा कि विश्वविद्यालय तभी उच्च शिखर तक पहुंचता है जब उसके विद्यार्थी अपने सपनों को लक्ष्य बनाने की क्षमता रखते हों। उन्हें विश्वास है कि नवांगुतक विद्यार्थी संस्कारम परिवार के साथ अपने ज्ञान, कौशल और मूल्यबोध से समाज में उत्कृष्ट पहचान बनाएंगे। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉक्टर महिपाल ने कहा कि संस्कारम विश्वविद्यालय युवा ऊर्जा का केंद्र है। ऐसे कार्यक्रम विद्यार्थियों के व्यक्तित्व, आत्मविश्वास और आपसी सहयोग को नई ऊंचाइयां देते हैं। उनका संकल्प है कि वे अपने विद्यार्थियों को सर्वश्रेष्ठ अकादमिक एवं सांस्कृतिक अवसर प्रदान करते रहेंगे।

मंच से जारी किया विश्वविद्यालय का गीत

फ्रेशर पार्टी के दौरान पहली बार मंच से जारी किए विश्वविद्यालय के गीत पर विद्यार्थियों ने करतल ध्वनि से स्वागत किया। इस दौरान विभिन्न संकायों के विद्यार्थियों ने समूह नृत्य, एकल गायन, कविता और आधुनिक मंचीय प्रस्तुतियों से दर्शकों का मन मोह लिया।

बहादुरगढ़। पेड़-पौधों पर जमे रेत को साफ करती स्मॉग गन। फोटो: हरिभूमि

नहीं सुधर रही बहादुरगढ़ इलाके की आबोहवा

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

प्रयासों के बावजूद भी बहादुरगढ़ इलाके में वायु की गुणवत्ता नहीं सुधर रही। एक्यूआई लगातार 300 के आसपास तो कभी इसके पार चल रहा है। शनिवार की शाम पांच बजे भी औसतन एक्यूआई 300 दर्ज किया गया। सड़कों से उठती धूल, वाहनों का धुआं, इकाइयों से निकलता काला धुआं, अवैध भट्ठियां प्रदूषण की बड़ी वजह हैं। हालांकि प्रदूषण से निपटने के लिए प्रशासन लगातार प्रयास कर रहा है। प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड, नगर परिषद द्वारा आवश्यक कदम उठाए जा रहे हैं। इसके बावजूद हालात नहीं सुधर रहे। इलाके की आबोहवा में प्रदूषण रूपी जहर घुला हुआ है, जो लोगों के स्वास्थ्य पर बुरा असर डाल रहा है। सरकारी हो या प्राइवेट प्रत्येक अस्पताल में त्वचा, आंखों में जलन, गले में खराश व सिरदर्द के केस बढ़े हुए हैं। शहरी क्षेत्र में तो ध्वनि प्रदूषण भी लोगों को खूब परेशान कर रहा है।

केडी मैनपाल शर्मा को सौंपी व्यापार मंडल में संरक्षक की जिम्मेदारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

हरियाणा व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष केशव सिंघल ने अपनी जिला कार्यकारिणी का विस्तार किया है। जिलाध्यक्ष केशव सिंगल ने बताया कि व्यापारियों की यह नियुक्ति प्रदेशाध्यक्ष विजय लक्ष्मी चंद गुप्ता से विचार-विमर्श कर की गई है। नई कार्यकारिणी में व्यापारियों की वरिष्ठता का ध्यान रखते हुए जिले के सभी शहरों से व्यापारियों को उनकी योग्यतानुसार शामिल किया है। कार्यकारिणी विस्तार में बहादुरगढ़ से ओमबीर राठी व झज्जर से सुनील यादव को महासचिव बनाया गया है। कोषाध्यक्ष का अहम पद लाला प्रकाशवीर को सौंपा गया है। इस कार्यकारिणी में सतीश धींगड़ा को झज्जर, बेरी से सतीश मित्तल, बादली से हरिओम, रमेश सैनी, बालकिशन शर्मा, रविंद्र सोनी व नवीन छाबड़ा को उपाध्यक्ष बनाया गया है। वहीं गोपाल गोयल, श्रीपाल, केडी जांगड़ा, रविंद्र सुहाग मातनहेल, सीमा दहिया को सचिव नियुक्त किया गया है। मुकेश पोपली को व्यापार मंडल का मीडिया प्रभारी, बहादुरगढ़ से संजीव पसरीजा को सह-प्रभारी बनाया गया है। जबकि नरेंद्र चावला, चरणसिंह दलाल, राजपाल जांगड़ा, प्रमोद बंसल, केडी मैनपाल शर्मा, उमेश नंदवानी, रमेश बाल्मीकि, दिनेश गोयल को संरक्षक, एडवोकेट पंकज शर्मा, राजपाल शर्मा, घनश्याम गुर्जर को कानूनी सलाहकार बनाया गया है। सीए वीरेंद्र गोयल, प्रशांत आर्य व कार्तिक गुप्ता टैक्स सलाहकार नियुक्त किए गए है। जबकि महेंद्र बंसल, जग्गी गेरा, जयकरण काले, प्रदीप ऐरन और वीरेंद्र यादव को सलाहकार नियुक्त किया गया है।

लेबर कोड में कई बिंदुओं पर स्पष्टता की मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

चार नए लेबर कोड को लेकर श्रमिक संगठनों की प्रतिक्रियाएं तेज हो गई हैं। श्रमिकों के सम्मान, सुरक्षा और अधिकारों को मजबूत बनाने के दावों के बीच नागरिक मंच ने सरकार से कई महत्वपूर्ण बिंदुओं पर स्पष्टता की मांग की है।

मंच ने सरकार से मांग रखी है कि नई व्यवस्था में हायर एंड फायर पॉलिसी लागू न की जाए, ताकि श्रमिकों की नौकरी सुरक्षित रहे। सभी श्रमिकों के लिए न्यूनतम वेतन 28,000 रुपये प्रतिमाह किया जाए। महिलाओं को रात की ड्यूटी से मुक्त रखा जाए तथा उनकी सुरक्षा और सम्मान की हरसंभव गारंटी सुनिश्चित की जाए।

हर श्रमिक की बात सुनी जाए, उन्हें यूनियन बनाने का पूर्ण अधिकार मिले। श्रमिकों के बच्चों के लिए सभी स्कूलों में प्रवेश की गारंटी और उनकी शिक्षा पूरी तरह मुफ्त की जाए। श्रमिकों के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए अधिक चिकित्सा केंद्र खोले जाएं तथा डिस्पेंसरी को आवश्यकता अनुसार अपग्रेड किया जाए। कारखानों व फैक्ट्रियों में प्रदूषण रोकने के लिए सख्त मानक लागू किए जाएं और आसपास ग्रीनरी को बढ़ावा दिया जाए। जहां उद्योगों में फायर फाइटिंग सिस्टम नहीं है, उन इकाइयों के लाइसेंस रद्द किए जाएं।

काम के घंटे न बढ़ाए जाएं और उत्पादन बढ़ाने के लिए नए उद्योगों को बढ़ावा दिया जाए। मंच के संयोजक रामकिशन ने कहा कि यदि सरकार इन मांगों पर जल्द फैसला नहीं लेती, तो श्रमिक तबका मजबूर होकर आंदोलन को तेज करेगा।

बहादुरगढ़। लेबर कोड पर अपनी बात रखते रामकिशन व अन्य। फोटो: हरिभूमि

पुराने बस अड्डा परिसर में व्यायामशाला और योग केंद्र खोलने की मांग की

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

पुराने बस अड्डा परिसर में व्यायामशाला और योग केंद्र खोलने की मांग तेज हो रही है। इस संबंध में शहर की निवासी सुनील देवी ने भाजपा नेता जसबीर सैनी के साथ दिल्ली में मुख्यमंत्री नायब सैनी से मुलाकात कर मांग रखी।

सुनील देवी ने मुख्यमंत्री को अवगत कराया कि माता सावित्रीबाई फुले जयंती के अवसर पर पुराने बस स्टैंड का निरीक्षण कराने के निर्देश दिए गए थे, ताकि यहां योग व व्यायाम सुविधाओं के लिए स्थान की उपयुक्तता सुनिश्चित की जा सके। उन्होंने बताया कि धर्मपुरा, सैनीपुरा, मॉडल टाउन, राम नगर, जटवाड़ा, धर्मविहार, विवेकानंद नगर और दयानंद नगर सहित आसपास की कॉलोनियों की आबादी करीब 30 हजार है, लेकिन क्षेत्र में कहीं भी व्यायामशाला या योग केंद्र उपलब्ध नहीं है। प्रतिनिधिमंडल ने आग्रह किया कि पुराने बस स्टैंड परिसर में योग हाल और एक छोटे पार्क का निर्माण कराया जाए, ताकि स्थानीय लोगों को स्वास्थ्य व फिटनेस से जुड़ी सुविधाएं मिल सकें। बकौल सुनील देवी, मुख्यमंत्री ने जनहित को देखते हुए उचित कार्रवाई का आश्वासन दिया और अधिकारियों से इस विषय पर चर्चा कर समाधान निकालने की बात कही।

सीएम को मांगपत्र सौंपती सुनील देवी, जसबीर सैनी व अन्य।

मेट्रो गाड़ी व प्लेटफार्मस पर रील न बनाने की हिदायत

बहादुरगढ़। इंटरनेट मीडिया पर रील बनाने की लोगों में होड़ लगी हुई है। इस होड़ में लोग सार्वजनिक स्थलों को भी नहीं छोड़ते। मेट्रो स्टेशन भी इससे अछूते नहीं है। मेट्रो गाड़ी में रील बनाने वालों से यात्री और डीएमआरसी परेशान है। डीएमआरसी द्वारा लगातार पोस्टर तथा वीडियो जारी कर लोगों को मेट्रो गाड़ी या स्टेशन में रील न बनाने की हिदायत दी जा रही है। साथ ही कड़ी कार्रवाई की चेतावनी भी दी गई है। डीएमआरसी का कहना है कि मेट्रो रेल रील या किसी शूट के लिए नहीं बल्कि बेहतर और आराम दायक सफर के लिए है। इसमें रील बनाना प्रतिबंधित है। कोच में घूमते हुए वीडियो बनाना, फोन स्टैंड लगाना या डांस/एक्टिंग जैसी गतिविधियां अन्य यात्रियों की निजता में हस्तक्षेप करती हैं। इस दौरान दुर्घटना की भी आशंका रहती है। कोच के भीतर ही नहीं, बल्कि प्लेटफ़ॉर्म और ट्रेन के बीच मोबाइल कैमरा सेटअप करके रील शूट करना भी नियमों के विरुद्ध है। शिकायत मिलने के बाद सुरक्षा कर्मियों को सख़्ती बढ़ाने के निर्देश दिए गए हैं। नियम तोड़ने वालों पर जुर्माना लगाया जाएगा और जरूरत पड़ने पर कानूनी कार्रवाई भी संभव है। मेट्रो प्रशासन ने यात्रियों से अपील की है कि वे सफर के दौरान जिम्मेदारी और अनुशासन बनाए रखें, ताकि सभी लोगों को आरामदायक तथा सुरक्षित यात्रा का माहौल मिल सके।

विधायक ने किया विकास कार्यों का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

विधायक राजेश जून ने शनिवार को गांव बराही में डी-प्लान के तहत एससी समाज की चौपाल में बने शौचालय, सीढ़ी व गली के निर्माण कार्य का निरीक्षण किया। निर्माण कार्य पूरा होने पर ग्रामीणों ने विधायक का फूलमालाओं से गर्मजोशी से स्वागत किया और करवाए गए विकास कार्यों के लिए आभार जताया।

विधायक राजेश जून ने ग्रामीणों से बातचीत करते हुए कहा कि बहादुरगढ़ हल्के में लगातार हो रहे विकास कार्य इस बात का प्रमाण हैं कि हरियाणा के लोकप्रिय मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के कुशल मार्गदर्शन में बहादुरगढ़ विधानसभा में तेजी से विकास हो रहा है। उनकी विकासवादी सोच के कारण बहादुरगढ़ के ग्रामीण व शहरी क्षेत्र में विकास की सौगात मिल रही है। विधायक राजेश जून ने कहा कि आगे भी बहादुरगढ़ विधानसभा में इसी प्रकार विकास कार्य लगातार जारी रहेंगे। इस अवसर पर बड़ी संख्या में ग्रामीण उपस्थित रहे।

बहादुरगढ़। कार्य पूरा होने पर रिबन काटते विधायक राजेश जून। फोटो: हरिभूमि

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

किसानों के कल्याण को महत्व दे रही सरकार: जैन

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

भाजपा नेता डॉ. पंकज जैन ने कहा कि केंद्र की मोदी सरकार ने किसानों के कल्याण को अपनी नीतियों के केंद्र में रखा है। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा इस सप्ताह पीएम-किसान सम्मान निधि की 21वीं किस्त जारी किए जाने को ऐतिहासिक कदम बताते हुए कहा कि इससे झज्जर जिले के लगभग 74 हजार किसानों को बड़ी आर्थिक राहत मिली है।

डॉ. जैन ने कहा कि मोदी सरकार ने किसानों को सम्मान देने और उनकी आय बढ़ाने के लिए अभूतपूर्व प्रयास किए हैं। एमएसपी में बढ़ोतरी, आधुनिक सिंचाई व्यवस्थाएं, तकनीक आधारित कृषि को बढ़ावा और किसान सम्मान निधि जैसी योजनाओं ने ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूती दी है। उन्होंने विश्वास जताया कि विकसित भारत 2047 का लक्ष्य किसानों को मजबूत किए बिना पूरा नहीं हो सकता और सरकार इसी दिशा में तेजी से काम कर रही है। उन्होंने बताया कि हरियाणा सरकार भी केंद्र की किसान हितैषी नीतियों को आगे बढ़ाते हुए फसल बीमा, समय पर बिजली उपलब्धता और कृषि ढांचे के सुदृढ़ीकरण पर लगातार काम कर रही है।

बहादुरगढ़। सरकार की नीतियों पर प्रतिक्रिया देते डॉ. पंकज जैन।

तीन दिन बाद रूट पर सुचारू हुई रेल सेवा

बहादुरगढ़। दिल्ली-रोहतक रेल मार्ग पर लगातार तीन दिन कई ट्रेनें रद्द रहने के कारण दैनिक यात्रियों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ा। शनिवार को रेल सेवा सुचारू हुई तो यात्रियों ने राहत की सांस ली। बुधवार को रेलवे की ओर से बहादुरगढ़ में बराही फाटक के पास पुराने पुल को बदला गया था। इस वजह से साढ़े सात घंटे का ब्लॉक रहा। रोहतक व दिल्ली के बीच चलने वाली गाड़ियां बंद थी। वहीं वीरवार और शुक्रवार की शाम को तीन-तीन घंटे के ब्लॉक के चलते भी रूट प्रभावित रहा। वीरवार, शुक्रवार को दिल्ली-जींद के बीच चलने वाली गाड़ियां संख्या 64931 और 64932 रद्द रहीं। 54032 दिल्ली-जींद सवारी गाड़ी और 54035 दिल्ली-जाखल सवारी गाड़ी रोहतक तक चली लेकिन इससे आगे बहादुरगढ़ व दिल्ली की तरफ नहीं गई। इस वजह से तीन दिन तक यात्रियों को परेशानी झेलनी पड़ी। अधिकारियों ने कहा कि शनिवार को गाड़ियां रद्द नहीं रहीं। हालांकि अधिकारियों ने ये भी कहा कि बीच बीच में छोटे ब्लॉक चलते रहेंगे लेकिन ज्यादा दिक्कतें नहीं होंगी।

17 दिसंबर को जिला मुख्यालय पर धरना देकर माननीय राज्यपाल को भेजेंगे ज्ञापन

लंबित मांगों को लेकर रिटायर्ड कर्मचारियों ने किया मंथन

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

शनिवार को पुराना जलघर स्थित कार्यालय में रिटायार्ड कर्मचारियों द्वारा मीटिंग का आयोजन किया गया। मीटिंग की अध्यक्षता जिला प्रधान दिलबाग दलाल ने की जबकि संचालन जिला सचिव देवेंद्र सिंह यादव द्वारा किया गया।

मीटिंग में फैसला लिया गया कि आगामी 17 दिसंबर को जिला मुख्यालय पर धरना देकर माननीय राज्यपाल को ज्ञापन भेजा जाएगा। इसके अलावा आगामी 26 दिसंबर को ट्रेड यूनियनों द्वारा उपायुक्त कार्यालयों पर दिए जाने वाले धरने व अगले वर्ष 22 व 23 फरवरी को कुरुक्षेत्र में होने वाले दो दिवसीय अधिवेशन को सफल बनाने को लेकर भी विस्तार से चर्चा की गई।

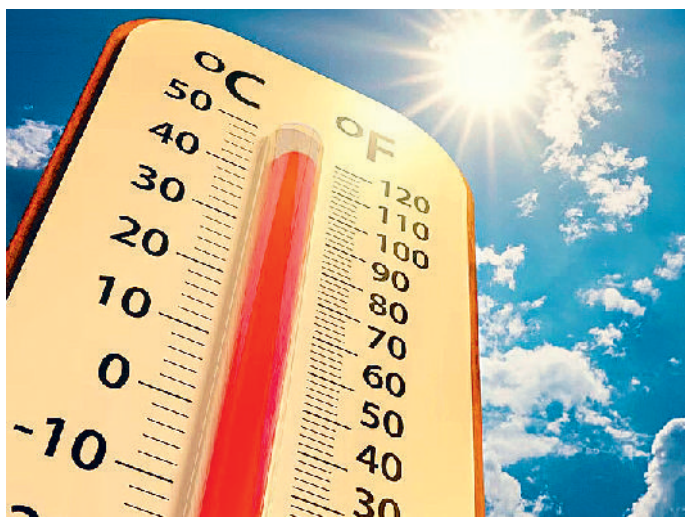
कर्मचारी नेताओं ने बताया कि उनकी लंबित मांगों में मेडिकल कैशलेस पूरी तरह से लागू किया जाना, 60 वर्ष की आयु होने पर बेसिक पे का 10 प्रतिशत व 75 वर्ष की आयु में 10 प्रतिशत बढ़ोतरी की जाए। कम्यूटेशन की राशि 15 वर्ष की बजाय 10 साल तक काटे जाने की मांग शामिल हैं।

झज्जर। मीटिंग में उपस्थित रिटायर्ड कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस मौके पर राज्य उप प्रधान सूरज कौर अहलावत, राज्य समिति सदस्य मंगतराम एडवोकेट, रामेश्वर, बलबीर सिंह यादव, नाहर सिंह, सुखबीर सिंह, रणवीर सिंह, राजवीर राहड़, रमेश जाखड़, रणवीर दलाल, रोहतास सिंह, धर्मपाल अहलावत, सत्यवीर सिंह, मुकेश शर्मा, अत्तर सिंह, जयकरण, राजेंद्र दलाल, दीपचंद, महावीर सिंह, ओमप्रकाश, मास्टर फूल कंवार, बलबीर, ईश्वर, जगमाल यादव, राजेंद्र सिंह, विष्णु दत्त जांगड़ा, कर्मवीर सिंह, जयप्रकाश गुप्ता, राजेंद्र धनखड़, सूरजवीर, कमल सिंह सहत अन्य भी उपस्थित रहे।

बदल रहा मौसम का मिजाज
बढ़ती गर्मी-घटती सर्दी



हालांकि इस वर्ष आने वाले दिनों के लिए कड़ाके की ठंड पड़ने की संभावना बताई जा रही है। लेकिन जिस तरह से मौसम का मिजाज वैश्विक स्तर पर बदल रहा है, उससे आगामी वर्षों में सर्दी की अवधि और उसकी तीव्रता घटती जाएगी। इसके उलट वर्षा कम होगी और गर्मी की तपिश बढ़ती जाएगी। इसके कई दुष्प्रभाव देखने को मिलेंगे। ऐसे में प्रभावी नीति बनाने के साथ सामूहिक प्रयास भी करने होंगे।

कवर स्टोरी
संजय श्रीवास्तव

सर्दी धीरे-धीरे बढ़ रही है। मौसम विभाग की ताजा भविष्यवाणी के अनुसार आने वाले दिनों में उत्तरी भारत में प्रबल शीत लहर की आशंका है। मौसम विज्ञानियों का कहना है कि इस साल जबरदस्त ठंड पड़ेगी। वजह होगी पर्याप्त वर्षा और अलनीनो प्रभाव। मगर क्या इस दौरान हम कड़कड़ाती सर्दियों वाले दिनों के लंबे दौर भी देखेंगे? यह भी आशंका है कि ठेठ ठिठुरन वाले दिन कुछ कम ही रहेंगे। सर्द रातों और ठंडी हवाओं का कम होना, केवल मौसम का प्रश्न नहीं बल्कि जीवन के संतुलन से भी जुड़ा है। यदि सरकारों ने वैज्ञानिक नीतियों को जनजीवन से जोड़ने की गति नहीं बढ़ाई और आम लोगों ने जरूरी सहभागिता नहीं की तो आने वाले वर्ष 2100 तक भारतीय उपमहाद्वीप का मौसम ऐसा होगा, जहां 'गर्मी ही सामान्य' और 'सर्दी एक दुर्लभ अनुभव' रह जाएगी।

आने वाले वर्षों में घटेगी सर्दी

संयुक्त राष्ट्र संघ एन्वॉयर्नमेंटल पैनल ऑफ क्लाइमेट की रिपोर्ट बताती है कि 1980 से 2020 के बीच यानी चालीस सालों में बेहद ठंडी रातों और अत्यंत सर्द दिनों की संख्या में चार गुना की कमी आई है। ग्लोबल वार्मिंग के चलते जमीनी सतह का तापमान बढ़ने से बाकी दिनों में भी ठंड सामान्य ही रह रही है। ऐसे में घने कोहरे वाले दिन भी साल दर साल घट रहे हैं। यदि मौजूदा रुझान जारी रहा तो साल 2050 तक भारत में भीषण सर्दी वाले दिनों में 60 से 70 प्रतिशत की उल्लेखनीय गिरावट आने और गर्मी वाले दिनों में तीन गुना बढ़ोत्तरी की आशंका है।

ठंड की अवधि होती जाएगी कम

नेचर पत्रिका के अध्ययन के अनुसार 2080 से 2100 के बीच गर्म दिनों और रातों की घटनाएं सात गुना तक बढ़ेंगी। इस कारण 'कड़ाके की ठंड के दिन' लगभग विलुप्त हो सकते हैं। फिलहाल यह तय है कि अब सर्दियां 'पिछली शताब्दियों जैसी लंबी और स्थायी' नहीं होंगी। ठंड की अवधि कुछ कम और तीव्रता अस्थाई रहेगी। अल्पकालिक मौसमी उतार-चढ़ाव बने रहने के साथ सर्दी में भी कभी-कभी बारिश, गर्मी और पश्चिमी विक्षोभ के जैसे मौसम के अतिरेकी तेवर देखने को मिलेंगे। पांच-सात दशकों के बाद सर्दी का लगभग लोप हो जाना भविष्य के लिए कितना विनाशकारी होगा, इसका अंदाजा भी भयावह है।

बदल रहा है मौसम का चक्र

इस बात के संकेत अब स्पष्ट होने लगे हैं कि हिमालय से लेकर दक्षिण तक मौसम का पारंपरिक चक्र तेजी से बदल रहा है। भारत 'गर्मी प्रधान देश' बनने की दिशा में तेजी से बढ़ रहा है।

उत्तराखंड में कई जगहों पर बीते एक-दो दशकों के बीच तापमान में सामान्यतः तीन डिग्री तक की बढ़त देखी गई है। कमोबेश यही हाल हिमाचल और कश्मीर का भी है। वैज्ञानिकों के अनुसार भारत में न्यूनतम तापमान प्रति दशक औसतन 0.2 डिग्री सेल्सियस की दर से बढ़ता जा रहा है। इसका मतलब है कि ठंडी हवाएं चलने की अवधि सिमटती जा रही है, जबकि गर्म रातें अब लंबी चलती हैं। इसका नतीजा यह है कि मिट्टी में नमी दिन-प्रतिदिन घट रही है। पेड़ कटने से हवा की नमी भी कम हो रही है। उधर जलस्रोत सूख रहे हैं, तो नदियों और पहाड़ी जलस्रोतों का पुनर्भरण कम हो रहा है और इसके चलते वर्षा चक्र अस्थिर हो गया है।

फसलों पर दिख रहा असर

हिमालयी और पर्वतीय राज्यों में इसका असर अब साफ दिख रहा है। सेब, केसर और बागवानी की अन्य फसलें जो ठंडी रात-दिन के अंतर पर निर्भर हैं, उनका उत्पादन गिरने लगा है। सेब के फूल बिन मौसम खिल जा रहे हैं, तो उनके पकने और रसीले होने के लिए जो कड़क सर्दी चाहिए, वह उनको लगातार कुछ दिनों तक नहीं मिल रही, सो गुणवत्ता पर प्रभाव पड़ रहा है। किसान अब कम ऊंचाई पर 'ऊष्णकटिबंधीय फसलें', बाजरा और मक्का उगाने को मजबूर हैं, जिससे पहाड़ी कृषि की पारंपरिक पहचान मिटती जा रही है। फूलों और औषधीय पौधों की जैवविविधता भी खतरे में है, उनकी रासायनिक गुणवत्ता, औषधीय प्रभावशीलता भी कम हो रही है, क्योंकि तापमान बढ़ने से परागण और फूलने का समय असंतुलित हो गया है, उनके रासायनिक संघटक बदल जा रहे हैं।

स्वास्थ्य-पर्यावरण पर पड़ेगा असर

पर्यावरणविद और मौसम विज्ञानी दोनों इस बात पर सहमत हैं कि बदलते मौसम की वजह से नमी विहीन सूखी गर्म हवाओं की अवधि 2050 तक दोगुनी हो सकती है। यह बदलाव खेती किसानी से लेकर जीवन के लिए आवश्यक जैविक सूक्ष्मजीवों के पनपने में असंतुलन तो पैदा करेगा ही, साथ ही कीट-रोगों के फैलाव जैसी समस्याएं भी बढ़ेंगी। स्वास्थ्य मंत्रालय के अनुसार 2030 तक भारत में गर्मी से उपजी बीमारियों से मरने वालों की संख्या तीन गुना बढ़ सकती है। डेंगू, मलेरिया जैसी बीमारियां नए क्षेत्रों में भी पैर पसारेंगी। विशेष रूप से वृद्धजन, बच्चे और मजदूरी करने वाले सबसे अधिक जोखिम में हैं। जाहिर है इस प्रक्रिया से जनधन दोनों को बहुत नुकसान होगा। जंगलों में आग को भी इससे हवा मिलेगी। इस तरह सर्द रातों का घट जाना सिर्फ मौसम परिवर्तन नहीं बल्कि पारिस्थितिक संतुलन के अस्थिर होने का संकेत है।

होगा भारी आर्थिक नुकसान

भीषण सर्दी वाले दिनों के दौर कम होने से पैदा जलवायु असंतुलन का सीधा नुकसान अर्थव्यवस्था और स्वास्थ्य तंत्र पर पड़ेगा। बताते हैं, वैश्विक तापमान में चार डिग्री सेल्सियस का इजाफा, अर्थव्यवस्था को 40 फीसदी कमजोर कर देगा। अनुमान है कि जलवायु आपदाओं के कारण देश को हर साल सकल घरेलू उत्पाद का लगभग 2 फीसदी तक घट सकता है। अगर दुनिया वैश्विक तापमान में होती वृद्धि को दो डिग्री सेल्सियस पर सीमित रखने में सफल भी हो जाती है, तो इसकी वजह से प्रति व्यक्ति औसत जीडीपी में 16 फीसदी की गिरावट आ सकती है।

बढ़ेंगी प्राकृतिक आपदाएं

घटती सर्दी, बढ़ती गर्मी के कारण श्रम उत्पादकता में कमी, जीडीपी को कम करेगी। फ्लैश फ्लड, बादल फटने एवं बाढ़ तथा भू-स्खलन की घटनाओं की संख्या और भयावहता दोनों बढ़ेंगी तो अवसंरचना को नुकसान होगा। इसका परोक्ष प्रभाव अर्थव्यवस्था पर पड़ेगा। *

बनना होगा एन्वॉयर्नमेंटल कॉन्शस

एन्वॉयर्नमेंटल मैनेजमेंट की ताजा रिपोर्टों ने भारत की जलवायु को लेकर जो गंभीर चेतावनी दी है, उसके प्रति सरकार और जनमानस में कितनी चिंता है, इसके प्रति उनका सरोकार कैसा है यह तो निकट भविष्य में पता चलेगा। लेकिन अब समय आ गया है कि सरकारों को इसके लिए बहुस्तरीय तैयारी करनी होगी। शहरों में 'ग्रीन बेल्ट' और कूलिंग-कॉरिडोर नीति को अनिवार्यतः लागू करना होगा। पर्वतीय राज्यों में जलवायु अनुकूल कृषि, जल संरक्षण, ग्लेशियर तथा निगरानी प्रणालियां बढ़ानी होंगी। शहरी इलाकों में हरित आवरण, वर्षा जल संचयन और ऊर्जा दक्ष भवनों को बढ़ावा देना होगा। जलवायु परिवर्तनों को सह सकने वाली फसलों के अनुसंधान को बढ़ावा मिलना चाहिए। जंगलों की कटाई पर रोक लगे। पर्यावरणीय चेतना को प्राथमिकता दिए बिना इस आसन्न संकट से बचाव कठिन है।

हम जैसा भोजन करते हैं, उससे हमारे स्वास्थ्य पर ही नहीं पर्यावरण पर भी असर होता है। कई स्टडीज में साबित हुआ है कि प्लांट बेस्ड डाइट हैबिट, हमारी हेल्थ और पर्यावरण को सुरक्षित रखने में बहुत मददगार साबित हो सकता है। इस बारे में जानिए।

प्लांट बेस्ड डाइट हैबिट
स्वस्थ जीवन-सुरक्षित पर्यावरण

जीवनशैली
मोनिका सिन्हा

आज की तेज रफ्तार जीवनशैली में जहां जंक फूड, नॉनवेज फूड्स और अत्यधिक प्रिजर्व्ड फूड्स हमारी थाली का हिस्सा बन चुकी हैं, वहीं वैज्ञानिक शोध बार-बार यह सिद्ध कर रहे हैं कि प्लांट आधारित भोजन यानी पौधों से उत्पन्न होने वाली डाइट, हमारे स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है। यह न केवल शरीर को पोषण देता है बल्कि गंभीर बीमारियों जैसे कैंसर, मधुमेह और हृदय रोगों का जोखिम भी काफी हद तक कम करता है।

स्टडीज में हुआ खुलासा: जुलाई 2024 में वी. वियालोन और उनके सह-लेखकों द्वारा प्रकाशित एक वैज्ञानिक रिपोर्ट में यह बताया गया कि जिन लोगों की जीवनशैली में धूम्रपान, अत्यधिक शराब सेवन, असंतुलित खान-पान और अनियमित नींद जैसी आदतें शामिल नहीं थीं, उनमें टाइप 2 डायबिटीज, कैंसर और हृदय संबंधी रोगों का खतरा बहुत कम पाया गया। यह अध्ययन 'स्वस्थ जीवनशैली सूचकांक' पर आधारित था और इसका उद्देश्य यह समझना था कि व्यक्ति की आदतें उसके दीर्घकालिक स्वास्थ्य पर कितना प्रभाव डालती हैं।

कई बीमारियों से बचाए: प्लांट बेस्ड डाइट के फायदों को जानने की दिशा में किए गए डॉ. डी सुब्रमणियन के एक रिसर्च पेयर में यह बताया गया कि पौधों पर आधारित आहार लेने वाले लोगों में कैंसर और हृदय संबंधी बीमारियों का खतरा बहुत कम होता है। इस अध्ययन में डेनमार्क, दक्षिण कोरिया, स्पेन और ब्रिटेन सहित कई देशों के लगभग चार लाख लोगों के आंकड़ों का विश्लेषण किया गया। शोधकर्ताओं ने पाया कि जो लोग फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, दालों और मेवों पर आधारित भोजन लेते हैं, उनमें 'मल्टीमॉर्बिडिटी' अर्थात

एक साथ दो या अधिक दीर्घकालिक बीमारियों का खतरा, काफी घट जाता है। शोध में यह भी पाया गया कि प्लांट आधारित आहार इंसुलिन प्रतिरोध को कम करता है, जिससे शरीर में ग्लूकोज का स्तर नियंत्रित रहता है और मेटाबॉलिक बीमारियों पर काबू पाया जा सकता है।

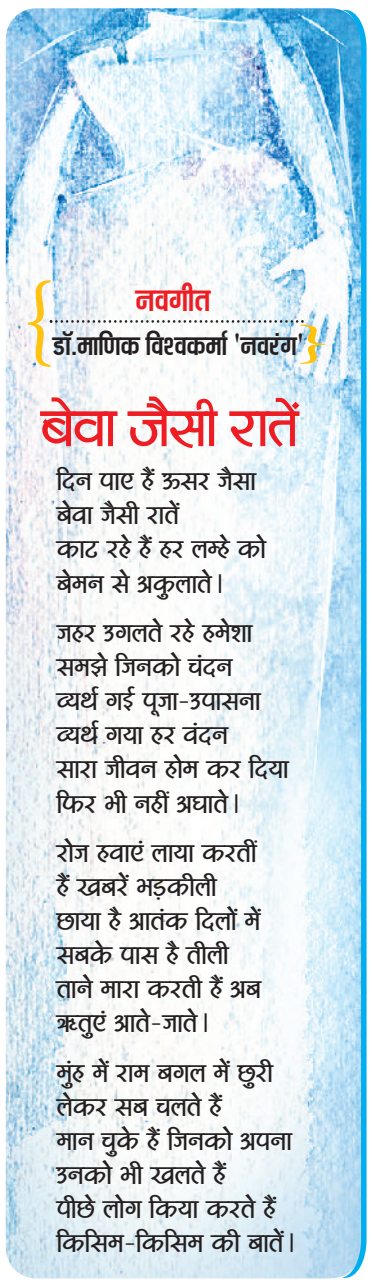
कई पोषक तत्वों से होता है भरपूर: पौधों पर आधारित आहार उच्च फाइबर, विटामिन, खनिज और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होता है, जो शरीर को बीमारियों से लड़ने की शक्ति देता है और कोशिकाओं को क्षति से बचाता है। अध्ययन से यह भी सिद्ध हुआ कि जो लोग नियमित रूप से फल, सब्जियां और अनाज का सेवन करते हैं, उनमें बीपी, कोलेस्ट्रॉल, स्ट्रोक, हृदयाघात और टाइप 2 डायबिटीज जैसी बीमारियों का खतरा बहुत कम होता है।

होता है ईकोफ्रेंडली: प्लांट आधारित भोजन का एक और बड़ा लाभ यह है कि यह पर्यावरण की दृष्टि से भी अत्यंत उपयोगी है। मीट, मछली और अंडे जैसे पशु आधारित भोजन की तुलना में पौधों पर आधारित भोजन से ग्रीनहाउस गैसों का उत्सर्जन बहुत कम होता है। इसका सीधा संबंध जलवायु परिवर्तन और पर्यावरणीय संतुलन से है। हालांकि वैज्ञानिक दृष्टि से मेडिटेरेनियन आहार को दुनिया के कई देशों में स्वास्थ्यवर्धक माना जाता है, परंतु उसमें मछली और चिकन का उपयोग होता है। इसके विपरीत वीगन आहार में किसी भी पशु उत्पाद यहां तक कि दूध का भी उपयोग नहीं किया जाता। इस दृष्टि से प्लांट आधारित या वीगन आहार स्वास्थ्य के साथ-साथ नैतिक और पर्यावरणीय दृष्टि से भी अधिक उपयुक्त माना जाता है।

करना चाहिए प्रोत्साहित: अगर हम भारत की बात करें तो यहां लगभग 35 प्रतिशत लोग शाकाहारी हैं। वे अनाज, दालें, फल और सब्जियों को अपने भोजन में नियमित रूप से शामिल करते हैं। इनमें से कुछ लोग दूध और दुग्ध उत्पाद भी लेते हैं, जबकि लगभग 10 प्रतिशत लोग पूरी तरह वीगन डाइट लेते हैं। हालांकि चिंता की बात यह है कि भारत की शहरी आबादी का लगभग 16 प्रतिशत हिस्सा मधुमेह से पीड़ित है और ग्रामीण क्षेत्रों में भी प्री डायबिटीज के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। धूम्रपान, तंबाकू सेवन, अस्वस्थ खान-पान और शारीरिक निष्क्रियता इस समस्या को और गंभीर बना रही हैं। अब समय आ गया है कि हमारे नीति निर्माता, स्वास्थ्य विशेषज्ञ और आम नागरिक प्लांट आधारित आहार के महत्व को समझें। विद्यालयों, कार्यस्थलों और अस्पतालों में प्लांट आधारित भोजन को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। लोगों को यह बताया जाना आवश्यक है कि मांस और तले हुए भोजन की जगह ताजे फल, सब्जिया, दालें और साबुत अनाज को अपनी थाली में शामिल करना फायदेमंद है। वर्तमान समय में जब जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां तेजी से बढ़ रही हैं, ऐसे में प्लांट आधारित भोजन केवल एक विकल्प नहीं, बल्कि स्वस्थ जीवन की आवश्यकता है। यह न केवल रोगों से बचाव करता है, बल्कि पर्यावरण संरक्षण और नैतिक जीवनशैली की दिशा में भी एक सशक्त कदम है। अब समय है कि हम अपने भोजन के प्रति सचेत हों। प्लांट आधारित भोजन को अपनाकर हम न केवल अपना स्वास्थ्य सुधार सकते हैं, बल्कि धरती को भी अधिक सुरक्षित और संतुलित बना सकते हैं। *

नवगीत
डॉ.माणिक विश्वकर्मा 'नवरंग'

बेवा जैसी रातें



दिन पाए हैं ऊसर जैसा
बेवा जैसी रातें
काट रहे हैं हर लम्हे को
बेमन से अकुलाते।

जहर उगलते रहे हमेशा
समझे जिनको चंदन
व्यर्थ गई पूजा-उपासना
व्यर्थ गया हर वंदन
सारा जीवन होम कर दिया
फिर भी नहीं अघाते।

रोज हवाएं लाया करतीं
हैं खबरें भड़कीली
छाया है आतंक दिलों में
सबके पास है तीली
ताने मारा करती हैं अब
ऋतुएं आते-जाते।

मुंह में राम बगल में छुरी
लेकर सब चलते हैं
मान चुके हैं जिनको अपना
उनको भी खलते हैं
पीछे लोग किया करते हैं
किसिम-किसिम की बातें।

लघुकथाएं

कंपोस्ट

समाज सेवा के क्षेत्र में बृजेश जी के योगदान से प्रभावित वह उनसे मिलने उनके घर पहुंचा। लेकिन वहां पहुंचकर उसे बृजेश जी के व्यवहार और जीवनशैली में अलग ही रंग नजर आया।

दो सौ पांच .. दो सौ छह.. और यह दो सौ सात पता तो यही है, लेकिन यह मकान तो नहीं लग रहा।' मकान खोजते हुए मैं सोच रहा था। तभी नेमप्लेट पर नजर पड़ी- ब्रजेश आहूजा 'हम्म यही है।'

दरअसल, आठ-नौ वर्ष बाद मैं इस इलाके में आया था। इस बीच ये साधारण-सा घर न केवल सिंड्रेला की तरह कीमती लिबास पहन चुका था, बल्कि साथ वाले दो सौ आठ नंबर को डकार कर खासा मुटिया भी गया था। मकान की चार दीवारी के अंदर से झांकते अशोक के छोटे-छोटे पेड़ मानो, मुझे पहचानने की कोशिश कर रहे थे।

'जब मैं पिछली बार आया था तब तुम नहीं थे।' मैंने भी जतला दिया और घर के दरवाजे पर लगी घंटी बजा दी। ब्रजेश जी वर्षों से समाज-सेवा के लिए समर्पित हैं। गरीबों, बेसहारों और वंचितों के लिए तीन तो एनजीओ चलाते हैं, और इनके अतिरिक्त भी कई संस्थाओं के परामर्श-मंडल में शामिल हैं। आए दिन इस पुण्य कर्म हेतु पुरुस्कृत और सम्मानित भी होते रहते हैं। आज भी मैं अपनी संस्था द्वारा दिए जा रहे सम्मान का निमंत्रण लेकर ही उनके घर पर आया था।

गेट खुलने में ज्यादा देर नहीं लगी। खोलने वाला अशोक के पेड़ों से पुराना था, सो उसने आदर से अंदर आने के लिए कहा। अंदर घुसते ही मकान के वैभव से थोड़ी चमत्कृत-सी आंखें इधर-उधर टोहने लगीं तो बृजेश जी अपने बगीचे के एक कोने में खड़े नजर आए। शाम के छह बज रहे थे। एयर कंडीशनर की ठंडी हवा खाने के अरमान को जब्त करते हुए मैंने बृजेश जी का अभिवादन किया और अपने चेहरे पर उभर आया पसीना पोंछते हुए यह बोल ही दिया, 'बृजेश जी! इतनी गर्मी में घर से बाहर यहां?'

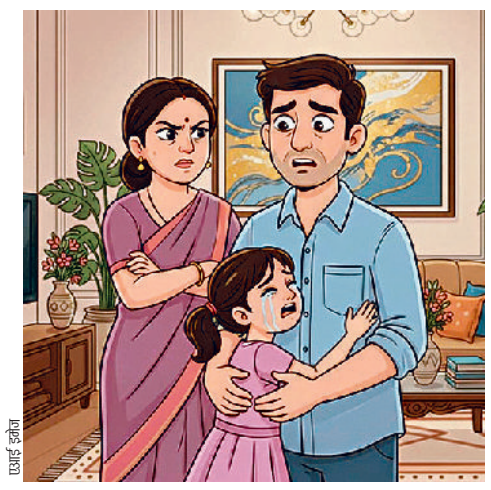
'अरे! आओ-आओ मित्र! हम तो सेवक ठहरे। हमारे लिए क्या गर्मी वर्मी, वैसे कंपोस्ट बना रहे हैं। सरकार तो अब जागी है, हम तो कब से पर्यावरण के लिए प्रयासरत हैं।' उन्होंने सगर्व कहते हुए अपने सामने खोदे गए लगभग तीन फीट गहरे और ढाई फीट चौड़े एक गड्ढे की ओर संकेत किया। तभी घर के अंदर से उनका बावर्ची एक थाली में सब्जियों और फलों के ढेर सारे छिलके लाया और उस गड्ढे में डाल कर चला गया। तब तक माली बगीची से बटोरी सूखी पत्तियां ले आया था। उसने वो पत्तियां उस गड्ढे में डालीं और फिर बृजेश जी के इशारे पर उस पर मिट्टी की एक मोटी परत लगा दी।

'ये जैविक कचरा भी न, बड़े काम का होता है। ये जो लहलहाती बगिया देख रहे हो न, ये इसी से बनी कंपोस्ट का कमाल हैं।' बृजेश जी मुझे बताने लगे। तभी, उनके सेकरेट्री ने एनजीओ के किसी विदेशी दानकर्ता के कॉल पर होने की सूचना देते हुए फोन उनके हाथों में पकड़ा दिया। वो फोन पर बात करते हुए 'हे..हे..' करते हंस रहे थे और मेरी नजर बगिया से हटकर अब उनकी आलीशान कोठी पर टिक गई थी। *

- शोभना श्याम

एआई इमेज

सच्चाई



देखो नीलिमा, मुझे गांव जाना ही पड़ेगा। पिताजी इस दुनिया में नहीं रहे। उनके अंतिम संस्कार में तो नहीं जा पाया था लेकिन अब तेरहवीं में तो कम से कम जाना ही पड़ेगा। अरे भई, दुनिया को दिखाने के लिए जाना ही पड़ेगा। वरना लोग मुझे क्या कहेंगे? तुम बेबी के बर्थ-डे पार्टी को अच्छी तरह अरेंज कर लेना।'

तभी आठ वर्षीया बेबी वहां दौड़ती हुई आई और पापा से लिपटते हुए बोली, 'पापा आप कहां जा रहे हैं, मेरी बर्थ-डे पार्टी में आप नहीं रहेंगे क्या?'

यह सुनकर नीलिमा ने क्रोध भरे स्वर में कहा, 'तुम्हारे पापा अपने पिताजी की मरनी में जा रहे हैं। इन्हें तो हमारी कोई फिक्र ही नहीं है। अरे ऐसे व्यक्ति के मरने-जीने से हमें कोई मतलब नहीं रखना चाहिए। तुम्हारे पिताजी ने अपनी पूरी जमीन-जायदाद तुम्हारे छोटे भाई के नाम कर दी। तुम्हें क्या मिला? फिर भी तुम पिता की तेरहवीं में जाने के लिए परेशान हुए जा रहे हो।' अपने दादाजी के लिए मम्मी के मुंह से कटु वचन सुनकर बेबी को अच्छा नहीं लगा। वह रोते हुए अपनी मम्मी से बोली, 'दादाजी कितने अच्छे थे। एक बार यहां आए थे तो मुझे और चीकू भैया को कितना प्यार करते थे। हमें अच्छी-अच्छी कहानियां सुनाया करते थे। मैं भी पापा के साथ गांव जाऊंगी।'

नीलिमा ने गुस्से में कहा, 'बेबी तुम कहीं नहीं जाओगी। तुम्हारा बर्थ-डे है न। गांव में तुम्हारे पापा, चाचा सब देख लेंगे।'

'मम्मी, आप इसलिए नाराज हो न दादाजी से कि उन्होंने पापा को जमीन नहीं दिया। चाचू को सब दे दिया। पर दादाजी क्या करते। आप लोग तो दादाजी को यहां बुलाते भी नहीं थे, न ही गांव उनसे मिलने जाते थे। चाचू तो दादाजी को हॉस्पिटल ले जाते थे, उनकी अच्छी तरह देखभाल करते थे।'

कुछ ठहरकर बेबी ने बड़ी मासूमियत से पूछा, 'मम्मी, क्या पापा के मरने पर चीकू भैया भी नहीं आएंगे।' यह सुनकर बेबी के मम्मी-पापा अवाक रह गए। *

-डॉ. शैल चंद्रा

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

प्रकृति से आबद्ध काव्याभिव्यक्तियां

वर्तमान हिंदी काव्य परिदृश्य में ज्ञानेंद्रपति, वरिष्ठतम पीढ़ी के प्रतिष्ठित कवियों में शामिल हैं। वह जीवन-संवेदना की जिस भावभूमि पर उतरकर कविता रचते हैं, उनकी अभिव्यक्ति दार्शनिक आख्यान बन जाती है। इस बात को प्रमाणित करती हैं, हाल में छप कर आए उनके नवीनतम कविता संग्रह 'प्रकृति और कृति' की कविताएं। यहां उनकी कविताओं में प्रकृति के तमाम घटक सहजता से आवाजाही करते हैं और हमें कुदरत को देखने का सर्वथा नवीन दृष्टिकोण प्रदान करते हैं। *'तुम चले गए/और तुम्हारे साथ मेरे जीवन का संगीत चला गया।'* (एक चिड़े के लिए अशोक गीत) और *'निफूले जीवन में भी/किसी फूल की सुगंध उठकर/नथुनों तक आती है/कभी कभी'* (चुपचाप) जैसी पंक्तियां इस बात का सघनता से अहसास कराती हैं कि प्रकृति से दूर होकर हमारा जीवन, निरंतर जीवंतता खोता जा रहा है। कितने मनोहारी और आनंदमयी अनुभूतियों से हम वंचित होते जा रहे हैं। कुछ कविताओं में वे बिल्कुल अलग तेवर में अपनी बात को पूरी सशक्तता से हमारे सामने रखते हैं। *'किताबें मनुष्यता की रीढ़ की उदग्र हड्डी बन चुकी हैं/ कोई भी अमानुषिक ताकत जिसे क्षत-विक्षत कर ले/क्षैतिज नहीं कर सकती।'* (मनुष्यता की रीढ़) *

पुस्तक: प्रकृति और कृति (कविता संग्रह), **रचनाकार:** ज्ञानेंद्रपति, **मूल्य:** 350 रुपए, **प्रकाशक:** राधाकृष्ण प्रकाशन, दिल्ली

ग्रीन-अमेजिंग विंटर डेस्टिनेशंस

गर्मी के मौसम में घूमने के लिए तो आप हिल स्टेशंस जाते ही हैं। लेकिन अगर विंटर वेकेशंस में टूरिज्म की प्लानिंग कर रहे हैं तो आप कुछ ऑफबीट लेकिन खूबसूरत स्थलों का रुख कर सकते हैं। यहां की ग्रीनरी और नेचुरल टच आपको कभी न भूलने वाला अनुभव प्रदान करेंगे।

वाहनों के प्रदूषण से मुक्त माथेरान, महाराष्ट्र

टूरिस्ट प्लेसेस
शिखर चंद जैन

अगर आप शहरी भीड़-भाड़, शोरगुल और भाग-दौड़ से कुछ दिनों की छुट्टी चाहते हैं तो इस बार सर्दी की छुट्टियों में रुख करिए कुछ अल्पज्ञात मगर शांत, प्रकृति की गोद में बसे हरे-भरे विंटर डेस्टिनेशंस की ओर। यहां आपको सुकून और शांति का अहसास होगा।

हरा-भरा शीतलाखेत, उत्तराखंडः उत्तराखंड के अल्मोड़ा में स्थित शीतलाखेत एक खूबसूरत हिल स्टेशन है। यह हिमालयी गांव अपने मनोरम कुमाऊंनी दृश्यों और शांत माहौल के लिए जाना जाता है। शीतलाखेत, प्रसिद्ध टूरिस्ट प्लेस रानीखेत के पास स्थित एक उभरता हुआ पर्यटन स्थल है। इस क्षेत्र में आने वाले मुख्य पर्यटक ट्रैकर्स ही होते हैं। यहां की सभी गतिविधियां पर्यावरण के अनुकूल होती हैं। शहरों के लोग वहां के प्रदूषण से दूर, एक सुकून भरी छुट्टी बिताने के लिए शीतलाखेत आते हैं।

हरा-भरा हिल स्टेशन शीतलाखेत, उत्तराखंड

कश्मीर जैसा दरिंगबाड़ी, ओडिशाः दरिंगबाड़ी, ओडिशा के पूर्वी घाट का एक हिस्सा है, जो कंधमाल जिले में स्थित है। यह राजधानी भुवनेश्वर से 251 किलोमीटर दूर है। यह हिल स्टेशन छोटी-छोटी हरी-भरी पहाड़ियों, नदियों और झरनों से भरा है। इस क्षेत्र में चीड़ और साल के पेड़ बहुतायत में हैं। यहां आपको कॉफी के बागान भी देखने को मिलेंगे। दारिंगबाड़ी को प्राकृतिक सुंदरता के कारण ओडिशा का कश्मीर कहा जाता है। यह ओडिशा के ग्रीन कूल पर्यटन स्थलों का नया चेहरा है। प्रकृति के संरक्षण के लिए यहां कई पार्क और रिजर्व बनाए गए हैं। स्थानीय समुदायों ने पर्यटकों को क्षेत्र के प्राकृतिक संसाधनों के बारे में बताने के लिए जगह-जगह प्रकृति शिविर बनाए हैं। सर्दियों के शुरुआती महीने, दरिंगबाड़ी घूमने के लिए आदर्श समय माना जाता है।

दक्षिण का चेरापूंजी अगुंबे, कर्नाटकः कर्नाटक के शिमोगा जिले में स्थित, अगुंबे एक छोटा-सा गांव है। इसे दक्षिण भारत का चेरापूंजी भी कहा जाता है। जैव विविधता से भरपूर इस क्षेत्र में दक्षिण भारत में सबसे ज्यादा वर्षा होती है और भारत में दूसरी सबसे ज्यादा वार्षिक वर्षा होती है। यह हिल स्टेशन मनोरम सुंदरता और ट्रैकिंग ट्रेल्स से भरपूर है। यह अंतिम जीवित निचले वर्षा वनों में से एक है। अगुंबे ही टीवी धारावाहिक 'मालगुडी डेज' में भारत के बेहद प्रसिद्ध काल्पनिक शहर मालगुडी का वास्तविक दृश्य था। यह मिरिस्टिका, लिस्टेसिया, गार्सिनिया, डायोस्पायरोस, यूजेनिया आदि औषधीय पौधों की कुछ दुर्लभ प्रजातियों का घर है। इसलिए इसे 'हसिरु होन्नू' उपनाम मिला है, जिसका अर्थ है हरा सोना। एक विशाल वर्षा वन और विविध वनस्पतियों और जीवों का घर होने के कारण, अगुंबे में अगुंबे वर्षावन अनुसंधान केंद्र स्थित है। यह भारत का सबसे पुराना मौसम केंद्र है, जो वर्षावन क्षेत्रों में होने वाले किसी भी बदलाव पर विशेष नजर रखता है। अगुंबे को 'कोबरा राजधानी' भी कहा जाता है क्योंकि यहां बड़ी संख्या में कोबरा पाए जाते हैं।

कश्मीर जैसी मनमोहक वादियों वाला दरिंगबाड़ी, ओडिशा

भरपूर बारिश के लिए प्रसिद्ध अगुंबे, कर्नाटक

वाहन मुक्त माथेरान, महाराष्ट्रः महाराष्ट्र के रायगढ़ जिले में पश्चिमी घाट की सह्याद्री पर्वत श्रंखलाओं के बीच स्थित माथेरान एक आकर्षक और लोकप्रिय हिल स्टेशन है। समुद्र तल से लगभग 2,625 फीट की ऊंचाई पर बसा यह स्थान अपनी प्राकृतिक सुंदरता, शांत वातावरण और प्रदूषण मुक्त पर्यावरण के लिए जाना जाता है। माथेरान को एशिया का एकमात्र ऑटोमोबाइल मुक्त (वाहन-मुक्त) हिल स्टेशन होने का गौरव प्राप्त है, जिसका अर्थ है कि यहां किसी भी प्रकार के मोटर वाहन प्रतिबंधित हैं। यहां पर्यटक पैदल, घोड़ों पर या हाथ से खींची जाने वाले रिक्शा से घूम सकते हैं। माथेरान कई मनमोहक पॉइंट्स के लिए प्रसिद्ध है। यहां का पैनोरमा पॉइंट 360 डिग्री का विहंगम दृश्य प्रस्तुत करता है और सूर्योदय, सूर्यास्त दृश्य के लिए बहुत लोकप्रिय है। ईको पॉइंट पर गूंजती आवाजें सुनी जा सकती हैं। लुईसा पॉइंट और किंग जॉर्ज पॉइंट अपनी प्राकृतिक सुंदरता और शांत वातावरण के लिए जाने जाते हैं। यहां मौजूद शार्लोट लेक एक शांत झील है, जिसके आस-पास लोग खूब पिकनिक मनाने आते हैं। माथेरान की यात्रा का मुख्य आकर्षण नेरल से माथेरान तक चलने वाली प्रसिद्ध नैरो-गेज 'टॉय ट्रेन' है। लगभग 21 किलोमीटर लंबी यह रेल यात्रा घने जंगलों और घुमावदार रास्तों से होकर गुजरती है, जो यात्रियों को एक अद्भुत और यादगार अनुभव देती है। माथेरान मुंबई से लगभग 100 किमी और पुणे से 120 किमी की दूरी पर स्थित है। निकटतम रेलवे स्टेशन नेरल है, जहां से टॉय ट्रेन या टैक्सी द्वारा माथेरान के प्रवेश द्वार तक पहुंचा जा सकता है। प्रकृति प्रेमियों और शहर की भाग-दौड़ से दूर शांति की तलाश करने वाले पर्यटकों के लिए, माथेरान एक परफेक्ट डेस्टिनेशन हैं।

सबसे बड़ा नदी द्वीप माजुली, असमः माजुली, असम में ब्रह्मपुत्र नदी पर स्थित दुनिया का सबसे बड़ा नदी द्वीप है। माजुली और राज्य की राजधानी गुवाहाटी के बीच की दूरी 347 किलोमीटर है। यहां मौजूद ग्रामीण भारत के मनोरम दृश्य दुनिया भर के लोगों को आकर्षित करते हैं। यह द्वीप एक प्रदूषण-मुक्त क्षेत्र है। माजुली द्वीप हाल ही में सुर्खियों में आया था क्योंकि तेज कटाव के कारण यह डूबने की कगार पर पहुंच गया था। स्थानीय सरकार ने द्वीप पर एकल-उपयोग वाले प्लास्टिक पर प्रतिबंध लगाने की घोषणा की है। प्राकृतिक सुंदरता के अलावा, इस द्वीप में कई सांस्कृतिक और धार्मिक इमारतें भी स्थित हैं। k

जलेबी बहुत लोकप्रिय मिठाई है, जो देश के कई इलाकों में खूब पसंद की जाती है। लेकिन इससे कई गुना बड़ा और भारी जलेबा कुछ ही स्थानों पर मिलता है। जलेबी और उसके बड़े भाई जलेबा से जुड़ी कुछ रोचक बातें।

रसभरी जलेबी का बड़ा भाई जलेबा

रोचक
अभिव्यक्ति त्रिवेदी

जलेबी तो आप सभी ने जरूर खाई होगी। बाहर से कुरकुरी और भीतर से रसभरी जलेबी भला किसे पसंद नहीं होगी। लेकिन क्या आप जानते हैं जलेबी का एक भाई भी है, जिसे कहते हैं जलेबा।

पहले बात जलेबी कीः जलेबी हर वर्ग के लोगों के बीच बेहद लोकप्रिय व्यंजन है। स्वाद में मीठी, कुंडलाकार जलेबी भारत, बांग्लादेश, पाकिस्तान, ईरान के साथ लगभग सभी अरब देशों में खाई जाती है। जलेबी के इतिहास की बात करें तो इसकी शुरुआत किसी इस्लामिक देश से मानी जाती है। मध्यकालीन किताब 'किताब-अल-तबीक' में भी 'जलाबिया' नामक मिठाई का उल्लेख मिलता है, जो अरेबिक शब्द है। फारसी में इसे 'जलिबिया' कहते हैं। 10वीं शताब्दी की अरेबिक पाक कला किताब में भी 'जुलुबिया' बनाने की कई रेसिपीज का उल्लेख मिलता है। इतिहासकारों की मानें तो जलेबी 500 साल पहले, जब तुर्की आक्रमणकारी भारत आए थे तब, हिंदुस्तान में पहुंची थी। जुलुबिया, जो अब जलेबी के नाम से जानी जाती है, एक मिठाई है। इसे मूल रूप से ईरान में इसी नाम से जाना जाता था। यह मध्यकाल में तुर्की और फारसी व्यापारियों के साथ भारत आई और धीरे-धीरे भारत में एक लोकप्रिय मिठाई बन गई। 10वीं शताब्दी के एक अरबी ग्रंथ में भी इस मिठाई का उल्लेख है, जिसमें इसे 'जलाबिया' कहा गया है।

कई नाम हैं प्रचलितः श्रीलंका में इसे 'पानी वलालु' कहते हैं, जो उड़द और चावल के आटे से बनती है। भारत के उत्तर-पश्चिम में इसे जलेबी, महाराष्ट्र में जिलबी तथा बंगाल और बांग्लादेश में 'जिलपी' कहा जाता है। ईरान के अलावा ट्यूनीशिया में इसे 'जष्लबिया' के नाम से जाना जाता है, वहीं नेपाल में इसे 'जेरी' कहते हैं।

कई रूपों में प्रसिद्धः भारत के लगभग हर कोने में जलेबी बहुत लोकप्रिय है, लेकिन यह उत्तर भारत, पश्चिम बंगाल और बिहार में विशेष रूप से पसंद की जाती है। मध्य प्रदेश के जबलपुर में 'खोया जलेबी' प्रसिद्ध है तो आंध्र प्रदेश के तेनाली में गुड़ की जलेबी लोकप्रिय है, जिसे 'वेल्लम जिलेबी' कहा जाता है। गुजरात में 'जलेबी-फाफड़ा' नाश्ते के तौर पर बहुत प्रचलित है। भारत की तरह ही, पाकिस्तान, बांग्लादेश, ईरान और कई अरब देशों में भी जलेबी को बहुत पसंद किया जाता है।

ऐसे बनाते-खाते हैं जलेबीः जलेबी बनाने में मैदा, यीस्ट यानी खमीर, घी या तेल, शक्कर और पानी का इस्तेमाल किया जाता है। इनके अलावा पनीर जलेबी, आलू की जलेबी, मावा-खोया जलेबी आदि कई प्रकार की जलेबियां मार्केट में उपलब्ध हैं। कई शहरों में इसे पोहा-जलेबी, रबड़ी जलेबी, दूध-जलेबी आदि कई तरह से खाया जाता है।

लाजवाब होता है जलेबाः अपने देश में कुछ जगहों पर और खास अवसरों पर बड़े आकार की जलेबी, जिसे जलेबा कहते हैं, बहुत लोकप्रिय है। जलेबी और जलेबा में मुख्य अंतर उनके आकार और गाढ़ेपन का होता है। एक जलेबा करीब 250 ग्राम वजन का हो सकता है। जलेबा एक सामान्य जलेबी का विशाल और मोटा संस्करण यानी 'किंग साइज' संस्करण होता है, जिसका हर टुकड़ा काफी बड़ा होता है। इसे पकने और चाशनी में पूरी तरह भीगने के लिए ज्यादा समय तक तला जाता है, जबकि जलेबी पतली और कुरकुरी होती है।

कुछ ही जगह मिलता है जलेबाः जलेबा कुछ ही जगहों पर मिलता है। भारत की धार्मिक राजधानी बनारस में भादो महीने में रतजगा पर्व के अवसर पर जलेबा मिलता है। वहां के भरतपुर, झंझोर, उदार, बरवा सहित कई गांवों में जलेबा की दुकानों पर शाम होते ही भीड़ लग जाती है। इसके अलावा दीपावली के अवसर पर पुरानी दिल्ली के कुछ इलाकों में, हरियाणा के मेवात में भी जलेबा बनाया और चाव से खाया जाता है। k

विशिष्ट पेड़
वीना गौतम

स्वास्थ्य-आर्थिक लाभ दिलाए एवोकेडो का पेड़

एवोकेडो (वानस्पतिक नाम-पर्सिया अमेरिकाना) मूल रूप से मध्य अमेरिका, विशेष रूप से मैक्सिको, ग्वाटेमाला और पेरू में पाया जाने वाला पेड़ है, जो सन 1900 के आस-पास भारत में अंग्रेजों के जरिए आया था। तब से कई दशको तक यह एक सजावटी फल के रूप में केरल, तमिलनाडु और कर्नाटक तक ही सीमित रहा। 60 के दशक के बाद से लोगों ने इसके महत्व को जानना-समझना शुरू किया। अपनी न्यूट्रीशन वैल्यू के कारण एवोकेडो का फल सुपरफूड के रूप में दिनों-दिन विख्यात होता गया और इसकी डिमांड दिन-ब-दिन बढ़ती गई।

अनुकूल भौगोलिक स्थितियांः एवोकेडो लगभग 18 से 28 डिग्री सेंटीग्रेड यानी मध्यम तापमान वाले वातावरण में अच्छी तरह फूलता-फलता है। इसलिए इसे उत्तर और मध्य भारत के ऐसे इलाकों में उगाया जा सकता है, जहां कड़ी ठंड या भीषण गर्मी नहीं पड़ती। मसलन उत्तराखंड के हलद्वानी, काशीपुर, उधमसिंह नगर आदि में इसकी खेती की जा सकती है। इसके अलावा हिमाचल के निचले हिस्सों में, पश्चिमी उत्तर प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, मध्य प्रदेश और महाराष्ट्र के कुछ इलाकों में एवोकेडो की खेती की जाती है।

ध्यान रखने योग्य बातेंः एवोकेडो का पौधा फरवरी-मार्च या अगस्त-सितंबर के बीच रोपना चाहिए। पहले 15 से 20 दिन में लगातार सिंचाई करनी चाहिए। जनवरी से जून के बीच जब फल लगने का समय होता है, उस समय इस पेड़ को लगातार सींचना चाहिए, नहीं तो फल सूखकर गिर जाते हैं। पेड़ के इर्द-गिर्द मलचिंग करनी चाहिए ताकि नमी बनी रहे और खरपतवार न बनें।

किसानों के लिए है फायदे का सौदाः एवोकेडो की बढ़ती मांग के कारण आज इसका बाजार मूल्य 300 से 400 रुपए प्रति किलो तक पहुंच गया है। यही कारण है कि एवोकेडो की फसल भारत में किसानों के लिए फायदेमंद 'कैश क्रॉप' रूप में उभरी है। आमतौर पर एवोकेडो का पेड़ तीन से चार साल के बीच में फल देना शुरू कर देता है। अच्छी तरह विकसित एवोकेडो का एक पेड़ औसतन 80 से 150 किलोग्राम फल हर वर्ष देता है। अगर एक एकड़ में एवोकेडो के 100 पेड़ लगा लिए जाएं तो किसान को हर साल औसतन 2 से 8 लाख रुपए की कमाई आसानी से हो सकती है। k

सिने ट्रेंड
मनोज प्रकाश

फूल अपनी खूबसूरती, सुगंध और मोहकता के लिए जाने जाते हैं। हिंदी फिल्मों में भी फूलों ने नायिकाओं की खूबसूरती में चार चांद लगाने में बड़ी भूमिका निभाई है। साथ ही फिल्मी गीतों और सींस को रूमानी बनाने में भी फूलों का अहम रोल रहा है। हिंदी फिल्मों और फूलों के कनेक्शन पर एक नजर।

फूलों से खूब निखरती रही है फिल्मी एक्ट्रेसेस की खूबसूरती

अधिकांश फूल अपने-आप में इतने सुंदर-मोहक होते हैं कि उन्हें देखकर मन प्रफुल्लित हो उठता है। उस पर जब कोई फिल्म अभिनेत्री अपने बालों में कोई फूल या फूलों का गजरा लगा ले तो उनकी खूबसूरती में मानो चार चांद लग जाते हैं। नरगिस से लेकर नरगिस फाखरी तक, हेलन से हेमा मालिनी तक, रेखा से राखी तक, मीना कुमारी से मुमताज तक, शर्मिला टैगोर से शिल्पा शेट्टी तक, माला सिन्हा से माधुरी दीक्षित तक। चाहे किसी भी पीढ़ी की अभिनेत्री रही हों, सभी ने अपनी सुंदरता बढ़ाने के लिए फूलों को न सिर्फ अपने बालों में लगाया बल्कि उनकी रंगत इस तरह बिखेरी कि हर दौर में दर्शक उनके जलवों के कायल होते रहे हैं। फिल्म निर्माता-निर्देशकों के लिए फूल सदियों से प्रेरणा का सबब रहे हैं। हर रंग, हर तरह के फूल फिल्मी दृश्यों की सुंदरता, नजाकत और काव्यात्मकता को बढ़ा देते हैं।

'हरियाली और रास्ता' में माला सिन्हा-मनोज कुमार

'आराधना' में ' शर्मिला टैगोर के साथ राजेश खन्ना

फूलों से बढ़ती है दृश्यों की खूबसूरतीः फिल्मी दृश्यों में अगर फूलों के बाग हों, तो नायक-नायिका की रोमांटिक उपस्थिति इनसे और बढ़ जाती है। गीत या फिर किसी दृश्य में अगर फूल नजर आते हैं, तो उनकी सुंदरता कई गुना बढ़ जाती है। इसके एक नहीं कई उदाहरण हैं। राखी और शशि कपूर पर फिल्माए गए गीत 'ओ मेरी शर्मीली' (शर्मीली) में गुलाब की रौनक है, तो शर्मिला टैगोर-राजेश खन्ना पर फिल्माए गए गीत 'कोरा कागज था ये मन मेरा' (आराधना) को और भी रोमांटिक किया है डहेलिया के फूलों ने। एवरग्रीन गीत 'मेरे सपनों की रानी कब आएगी तू' (आराधना) में राजेश खन्ना, सुजीत कुमार जब चलती ट्रेन में बैठी शर्मिला टैगोर को छेड़ते हैं, तो शर्मिला के बालों में लगे छोटे-छोटे लाल फूल सारे माहौल को रंगीन कर देते हैं। दरअसल, फूल कोई भी हो, अगर उसे करीने से लगाया और प्रस्तुत किया जाए तो वह नायिका की खूबसूरती और गीतों-दृश्यों की रूमानियत को और भी बढ़ा देता है।

'अपना देश' में मुमताज-राजेश खन्ना

मुमताज का यूनीक गजरा-स्टाइलः मुमताज ऐसी अभिनेत्री रही हैं, जो अपनी स्टाइलिंग के कारण आज भी युवा पीढ़ी के लिए फैशन आइकॉन हैं। राजेश खन्ना-मुमताज की फिल्म 'अपना देश' के गीत 'कजरा लगा के, गजरा सजा के बिजुरी गिरा के जइयो न' में मुमताज ने जिस तरह से बेला के फूलों से बना गजरा लगाया, वह आज भी अनेक महिलाओं के लिए एक मानक बना हुआ है। आज भी शादी या किसी अन्य समारोह में जब कोई महिला गजरा लगाती है, तो ज्यादातर उसका स्टाइल मुमताज जैसा ही होता है। इसी फिल्म का एक अन्य गीत है, 'सुन चंपा, सुन तारा, कोई जीता, कोई हारा' जिसमें मुमताज अपने चिर-परिचित अंदाज में अभिनय की रौनक बिखेरती हैं। उनके साथ-साथ कोरस गाने वाली साइड आर्टिस्ट्स ने भी बालों में फूल लगाए हैं। पूरे गीत में बालों में लगे फूलों से जो समा बंधा है, वह देखते ही बनता है।

1973 में आई फिल्म 'लोफर' में फरीदा जलाल की शादी में लाल शरारा कुर्ते पर बालों में गजरा लगाकर मुमताज ने बता दिया कि अगर फूलों का गजरा लगाना हो, तो स्टाइल क्या होगी। इसी फिल्म के सुपरहिट गीत 'मैं तेरे इश्क में मर न जाऊं कहीं' में उन्होंने फूलों के प्रिंट से सजी साड़ी पर सफेद गुलदाउदी लगाकर दर्शकों को अपना दीवाना बना लिया था।

'ब्लैकमेल' में राखी के साथ धर्मेंद्र

'शर्मीली' के एक गीत में राखी-शशि कपूर

फूलों से निखरी इनकी भी खूबसूरतीः 'आज मैं जवान हो गई हूं' (मैं सुंदर हूं) गीत में लीना चंदावरकर, 'पल-पल दिल के पास कोई रहता है' (ब्लैकमेल) में राखी की खूबसूरती और उनकी उपस्थिति को फूलों ने और भी सुंदर-मोहक बना दिया। फिल्म 'हरियाली और रास्ता' में मनोज कुमार और माला सिन्हा पर फिल्माया गया गीत 'बोल मेरी तकदीर में क्या है' में माला सिन्हा ने अपने बालों को गुलदाउदी से इस प्रकार से सजाया है कि उनकी मंद-मंद मुस्कान की मोहकता और भी बढ़ गई। आगे चलकर साल 1992 में रिलीज फिल्म 'तहलका' के 'दिल दीवाने का डोला दिलदार के लिए' में अभिनेत्री ने अपनी पूरी चोटी को फूलों में गुंथकर ऐसा स्टाइल बनाया कि सालों तक यह फैशन शादियों में दुल्हन के सिर चढ़कर बोला।

फूलों वाले ये सदाबहार गीतः बात फिल्म और फूलों की चली है तो यहां एक और बात का जिक्र करना जरूरी हो जाता है। हिंदी फिल्मों में जहां एक ओर अभिनेत्रियों ने अपनी हेयर स्टाइलिंग के लिए फूलों का प्रयोग किया, तो शायरों/गीतकारों ने अपने गीतों में फूलों का खूब और बखूबी इस्तेमाल किया, कभी सीधे-सीधे तो कभी प्रतीक के रूप में। 'आरजू' फिल्म का गीत 'ऐ फूलों की रानी बहारों की मलिका', 'सूरज' का गीत 'बहारो फूल बरसाओ, मेरा महबूब आया है', 'सरस्वती चंद्र' का 'फूल तुम्हें भेजा है खत में', 'प्रेम पुजारी' का 'फूलों के रंग से' जैसे तमाम ऐसे गीत हैं, जो आज भी महफिलों में बजते हैं। सोशल मीडिया के दौर में भी इन सदाबहार गीतों पर खूब वीडियोज बनाए जाते हैं और समय-समय पर ये गाने ट्रेंड भी करते हैं। k

इंवेंशन
डॉ. दीपक कोहली

भविष्य में ग्रीन एनर्जी उत्पादन में क्रांतिकारी बदलाव ला सकती है आर्टिफिशियल लीफ। इस दिशा में देश-विदेश में लगातार प्रयोग किए जा रहे हैं। इस बारे में आप भी जानिए।

ग्रीन एनर्जी का फ्यूचर आर्टिफिशियल लीफ

आज विज्ञान और नवाचार का युग है। बदलते परिवेश में जब पूरी दुनिया ऊर्जा संकट, प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन की गंभीर चुनौतियों का सामना कर रही है, तब वैज्ञानिक नई दिशाओं की खोज में जुटे हैं। इसी खोज की परिणति है, कृत्रिम पत्ता या आर्टिफिशियल लीफ। यह एक ऐसा आविष्कार है, जो मानव सभ्यता को स्वच्छ, सस्ती और टिकाऊ ऊर्जा प्रदान करने की दिशा में क्रांतिकारी परिवर्तन ला सकता है।

पेड़ों के हरे पत्ते जब सूर्य के प्रकाश की ऊर्जा को उपयोग में लाते हुए कार्बन डाइऑक्साइड और जल से भोजन बनाते हैं, तो उस प्रक्रिया को प्रकाश संश्लेषण कहा जाता है। इस प्रक्रिया में सूर्य की ऊर्जा रासायनिक ऊर्जा में परिवर्तित हो जाती है। यही सिद्धांत आर्टिफिशियल लीफ का आधार बना। यह एक ऐसा उपकरण है, जो सूर्य की किरणों की सहायता से जल को हाइड्रोजन और ऑक्सीजन में विभाजित करता है।

ऐसे करता है कामः आर्टिफिशियल लीफ या कृत्रिम पत्ते का ढांचा सामान्य पत्ते जैसा ही होता है, किंतु इसमें विशेष प्रकार के प्रकाश-संवेदी पदार्थ और उत्प्रेरक धातुएं लगाई जाती हैं, जो सूर्य की ऊर्जा को अवशोषित कर रासायनिक अभिक्रियाएं प्रारंभ करती हैं। इस प्रक्रिया में जब सूर्य का प्रकाश कृत्रिम पत्ते पर पड़ता है, तो यह जल के अणुओं को विभाजित कर देता है। परिणामस्वरूप हाइड्रोजन और ऑक्सीजन उत्पन्न होती है। प्राप्त हाइड्रोजन को संग्रहित कर स्वच्छ ईंधन के रूप में प्रयोग किया जा सकता है।

विदेशी विवि में हुए प्रयोगः सबसे पहले हार्वर्ड विश्वविद्यालय (अमेरिका) के वैज्ञानिकों ने आर्टिफिशियल लीफ का सफल प्रयोग किया। उन्होंने सिलिकॉन और निकिल जैसे तत्वों का उपयोग करके ऐसा उपकरण बनाया, जो साधारण सूर्य के प्रकाश में भी जल को विभाजित करने में सक्षम था। इसके बाद मैसाचुसेट्स प्रौद्योगिकी संस्थान (एमआईटी), कैंब्रिज विश्वविद्यालय और टोक्यो विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों ने भी इस दिशा में उल्लेखनीय योगदान दिया।

भारत में भी हो रहे अनुसंधानः भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान, कानपुर के वैज्ञानिकों ने एक ऐसा कृत्रिम पत्ता विकसित किया है, जो बहुत कम सूर्य प्रकाश में भी काम कर सकता है। यह पानी से हाइड्रोजन उत्पन्न करता है। इसी प्रकार भारतीय विज्ञान संस्थान, बैंग्लुरू ने कृत्रिम पत्तों में नैनो-प्रौद्योगिकी का उपयोग कर उनकी कार्यक्षमता में उल्लेखनीय वृद्धि की है। उनके द्वारा विकसित कृत्रिम पत्ते पर्यावरणीय कारकों, जैसे तापमान और आर्द्रता के बावजूद स्थिर रहते हैं। इसके साथ ही राष्ट्रीय भौतिक प्रयोगशाला, नई दिल्ली और राष्ट्रीय रासायनिक प्रयोगशाला, पुणे भी इस दिशा में निरंतर कार्यरत हैं।

भविष्य के लिए उपयोगीः आज दुनिया की सबसे बड़ी चुनौती है, ऊर्जा का बढ़ता हुआ उपभोग और घटते पारंपरिक स्रोत। कोयला, पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस जैसे स्रोत सीमित हैं और प्रदूषण के बड़े कारण भी। इसके विपरीत, आर्टिफिशियल लीफ सूर्य की असीम ऊर्जा का उपयोग करती है, जो निःशुल्क और अनंत है। यदि इस तकनीक का बड़े पैमाने पर उत्पादन और उपयोग संभव हो सका, तो आने वाले समय में हर घर स्वयं अपनी ऊर्जा उत्पन्न कर सकेगा। k