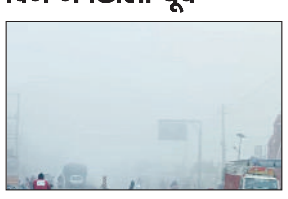
हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, मंगलवार 13 जनवरी 2026

11 निरंतर सीखते रहना शिक्षक की सबसे बड़ी ताकत

12 92वीं एसबीए राष्ट्रीय बिलियर्ड्स एवं स्नूकर...

खबर संक्षेप

सुबह घना कोहरा तो दिन में खिली धूप



बहादुरगढ़। इलाके में ठंड चरम पर है। सोमवार की सुबह एक बार फिर घना कोहरा छा गया। कड़ाके की ठंड के बीच घने कोहरे से लोग प्रभावित हुए। सड़कों पर वाहनों की रफ्तार थम गई। विजिबिलिटी कम होने के कारण वाहन चालकों को परेशानी हुई। वहीं करीब 11 बजे अचानक मौसम साफ हुआ और तेज धूप खिल गई। शाम तक धूप खिली रहने के कारण लोगों को ठंड से कुछ राहत मिली। अधिकतम तामपान 18 डिग्री दर्ज किया गया।

इनेलो का युवा सम्मेलन 19 को

झज्जर। कस्बा बेरी के खेल स्टेडियम में इनेलो द्वारा आगामी 19 जनवरी को युवा सम्मेलन का आयोजन किया जाएगा। इनेलो युवा जिलाध्यक्ष अमरजीत कादियान ने बताया कि सम्मेलन में सिरसा जिला परिषद के अध्यक्ष करण सिंह चौटाला कार्यकर्ताओं को संबोधित करेंगे।

जिला खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की टीम के छापे

अवैध उपयोग पर 23 घरेलू सिलेंडर जब्त

कमर्शियल कार्यों में किया जा रहा था घरेलू गैस का प्रयोग

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

सोमवार को जिला खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की टीम द्वारा अवैध गैस सिलेंडर उपयोग के खिलाफ कार्रवाई करते हुए छापेमारी की गई। इस दौरान टीम ने कुल 23 घरेलू एलपीजी सिलेंडर जब्त किए, जिनका उपयोग कमर्शियल कार्यों में किया जा रहा था।

एएफएसओ अमरजीत सिंह ने बताया कि विभाग को शिकायत मिली थी कि कुछ होटल, ढाबों, डेयरियों और व्यावसायिक प्रतिष्ठानों में कमर्शियल सिलेंडर के बजाय घरेलू सिलेंडरों का इस्तेमाल किया जा रहा है। जिस पर कार्रवाई करते हुए टीम का गठन किया गया। जिसमें इंस्पेक्टर अजय राठी, रंजन, रीतू आदि स्टॉफ कर्मचारी शामिल रहे।

झज्जर। छापेमारी के दौरान कार्रवाई करती जिला खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की टीम।

व्यापारियों और प्रतिष्ठान संचालकों को दी चेतावनी

विभाग की टीम ने कहा कि घरेलू गैस सिलेंडरों का व्यावसायिक उपयोग गैरकानूनी है। नियमों का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। भविष्य में भी इस तरह की छापेमारी लगातार जारी रहेगी। उन्होंने व्यापारियों और प्रतिष्ठान संचालकों को चेतावनी देते हुए कहा कि वे केवल निर्धारित कमर्शियल सिलेंडरों का ही उपयोग करें। नियमों की अनदेखी करने पर कड़ी कार्रवाई की जाएगी।

नप चेयरपर्सन ने लाइन लीकेज का लिया जायजा

आरडब्ल्यूए के पदाधिकारी भी रहे साथ

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

शहर के सेक्टर-13 में हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण की पेयजल पाइपलाइन में लीकेज होने के कारण पिछले करीब 10 दिनों से जलभराव की समस्या बनी हुई थी। इससे जहां सेक्टरवासियों को आवागमन में परेशानी का सामना करना पड़ रहा था।

पेयजल भी लगातार बर्बाद हो रहा था। स्थानीय लोगों की शिकायतों के बाद नगर परिषद की चेयरपर्सन सरोज राठी ने सोमवार को सेक्टर-13 आरडब्ल्यूए के पदाधिकारियों के साथ मौके पर पहुंचकर स्थिति का निरीक्षण किया।

प्राधिकरण के जेई विकास देशवाल को भी मौके पर बुलाया गया। उन्होंने भरोसा दिलाया कि लीकेज को 2 दिन में दुरुस्त किया जाएगा। इस मौके पर राजेश तंवर, प्रधान राजवीर दलाल, विकास दलाल, हंसराज, प्रवीण राणा, पंकज और पिंकी आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। सेक्टर-13 में जलभराव का निरीक्षण करती चेयरपर्सन।

चोरी के बाद जला दी थी गाड़ी

कोमल ज्वेलर्स से नकदी व चांदी चुराने के मामले में पुलिस के हाथ आए अहम सुरग

बहादुरगढ़। कोमल ज्वेलर्स पर चोरी के मामले में पकड़े गए आरोपी से पुलिस की पूछताछ जारी है। मामले में पुलिस को कुछ अहम सुराग लगे हैं। इन सुरागों के आधार पर पुलिस अन्य आरोपियों तक पहुंचने के प्रयास कर रही है। मामले में पुलिस ने पकड़े गए आरोपी से कुछ रुपये व चांदी रिकवर की है। ये भी सामने आया है कि वारदात में प्रयोग की गई गाड़ी जला दी गई थी, जिसे पुलिस ने बरामद कर लिया है। गत 8 अक्टूबर की अल सुबह कबाड़ी मार्केट में गाड़ी में आए पांच चोर कोमल ज्वेलर्स का शटर उखाड़कर करीब ढाई करोड़ के आभूषण चुरा ले गए थे। करीब 3 महीने बाद एवीटी बहादुरगढ़ में तैनात एएसआई प्रवीण हुड्डा की टीम ने एक आरोपी तुगलकाबाद निवासी सोनू को फरीदाबाद से गिरफ्तार किया था। आरोपी पांच दिन के रिमांड पर है। रिमांड के दौरान आरोपी की निशानदेही पर उसके घर से हजारों रुपये व कुछ चांदी बरामद हुई। वहीं अलीपुर में एक जगह से जली हुई वैगनआर का बरामद की गई, जिसे वारदात में इस्तेमाल किया गया था। मामले में सामने आया है कि ये शातिर चोर लगातार ठिकाने बदलते रहे। वारदात के बाद कार भी जला दी गई थी। अन्य आरोपियों के बारे में कुछ सुराग हाथ लगे हैं। रेड की जा रही है, जल्द ही अन्य आरोपियों को भी गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

घायल बुजुर्ग की पीजीआई में मौत

बहादुरगढ़। लाइनपार में अज्ञात वाहन की चपेट में आकर गंभीर रूप से घायल हुए बुजुर्ग व्यक्ति ने इलाज के दौरान पीजीआई रोहतक में दम तोड़ दिया। लाइनपार थाना पुलिस ने अज्ञात वाहन चालक पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

मृतक की पहचान करीब 60 वर्षीय अशोक के रूप में हुई है। अशोक शंकर गार्डन के रहने वाले थे। गत 31 दिसंबर को फोर्टेशिया के पास उनका एक्सीडेंट हुआ था। पुलिस को दी शिकायत में राहुल ने कहा है कि उसके पिता को किसी अज्ञात वाहन ने टक्कर मारी थी। हादसे में उन्हें काफी चोट आई। उन्हें शहर के एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया। इसके बाद उन्हें पीजीआई रोहतक रेफर किया गया। तब से अब तक उनका ईलाज जारी था। इलाज के दौरान सोमवार को उन्होंने दम तोड़ दिया। यह सूचना पाकर लाइनपार थाने से पुलिस पीजीआई में पहुंची और परिजनों के बयान के बाद पोस्टमार्टम की कार्रवाई शुरू की। फिलहाल आरोपी वाहन चालक का पता नहीं चल सका है। पुलिस जांच में जुटी है।

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

हरिभूमि
सहेली
रोहतक, मंगलवार
13 जनवरी 2026
मकर संक्रांति विशेष

मकर संक्रांति पर्व असल में प्रकृति के बदलाव का उत्सव है। इन दिनों स्त्रियों का उल्लास-उमंग देखते ही बनता है। मकर संक्रांति से ही घर-परिवार में विवाह या दूसरे शुभ कार्य आरंभ हो जाते हैं। यह पर्व हमारे खान-पान और दिनचर्या में भी बदलाव लेकर आता है। गुड़, तिल से बने स्वादिष्ट व्यंजन और आकाश में उड़ती-लहराती पतंगें, हमारे मन और जीवन को नव ऊर्जा से भर देती हैं।

मकर संक्रांति
नव ऊर्जा और अपनेपन का उत्सव

आवरण कथा
डॉ. मोनिका शर्मा

घर-परिवार में त्योहारों के उत्सवीय रंगों की डोर स्त्रियां ही थामती हैं। महिलाएं पारंपरिक अनुष्ठानों और रीति-रिवाजों की धुरी कही जाती हैं। बहू-बेटियां उत्सवों के परंपरागत और आध्यात्मिक महत्व को मन से समझती हैं। त्योहारों पर घर-आंगन की सज-धज से जुड़ी रचनात्मकता हो या मेल-जोल की सामूहिकता, महिलाएं बहुत सहजता से जीवन के हर पहलू को संभाल लेती हैं। पूरे माहौल को ऊर्जा और सकारात्मकता से भर देती हैं।

प्रकृति का उत्सव और स्त्रीमन

उमंगों और पतंगों का पर्व संक्रांति, असल में प्रकृति के बदलाव का भी उत्सव है। स्त्रियों का मन वैचारिक और व्यावहारिक दोनों मोर्चों पर कुदरत के करीब होता है। असल में संक्रांति का पर्व अकेला ऐसा हिंदू त्योहार है, जो चंद्र पंचांग के हिसाब से नहीं बल्कि सौर पंचांग के हिसाब से मनाया जाता है। प्राकृतिक घटनाओं के आधार पर देखें तो संक्रांति का अर्थ ही परिवर्तन या गति है। उत्तरायण का शुभ काल, शुरू होने के चलते साल भर में आने वाली 12 संक्रांतियों में मकर संक्रांति सबसे अहम होती है। उत्तरायण का समय देवी-देवताओं के पूजन का समय माना जाता है। यही वजह है कि इस पर्व के बाद कई त्योहार आते हैं। शुभ मुहूर्त और शुभ कार्य आरंभ होते हैं। ठिठुरती ठंड और घने कोहरे के बाद आने वाले देशभर के इस प्यारे त्योहार पर स्त्रियों का उल्लास भी देखते ही बनता है। घर-परिवार में विवाह हो या कोई दूसरा शुभ कार्य, महिलाओं को सबसे अधिक चाव होता है। साथ ही यह त्योहार हमारे रहन-सहन, खान-पान और दिनचर्या में बदलाव लेकर आता है। बदलते मौसम की इस रुत में भी महिलाओं के मन और जीवन में भी नई ऊष्मा का संचार होता है।

जुड़ाव और एकता का उत्सव

परिवार हो या देश-परिवेश, सामाजिक सद्भाव और एकता की डोर से स्त्रियां सबके दिलों को जोड़ती हैं। सांस्कृतिक परंपराओं से जुड़े मान-मनुहार के भाव महिलाओं ने ही सहेज रखे हैं। मित्रों-रिश्तेदारों का मेलजोल मकर संक्रांति के त्योहार का अहम हिस्सा होता है। मान्यता है कि इस दिन सूर्य देव अपने पुत्र शनि के घर उनसे मिलने जाते हैं। असल में मकर राशि को शनि देव का घर माना जाता है। संक्रांति का त्योहार, सूर्य के मकर राशि में प्रवेश का ही उत्सव है। आध्यात्मिक रूप से भी यह मान्यता रिश्तों को मजबूती देने और मेलजोल बनाए रखने का ही संदेश लिए है। यूं भी सूर्य अपना प्रकाश, ऊर्जा और रोशनी की सौगात पूरे संसार को बिना किसी भेदभाव के बांटता है। साथ ही सूर्य का उत्तर दिशा में होना भी आध्यात्मिक रूप से काफी महत्व रखता है। ऐसे में उत्तरायण का उत्सव एकता की सोच को भी सींचता है। सहज जीवन में इसे महिलाएं ही खाद-पानी देती हैं। मकर संक्रांति के पर्व पर स्नान और दान का भी बहुत महत्व है। इस दिन तिल, गुड़, खिचड़ी, फल या आर्थिक मदद देने की रीत है। महिलाएं किसी की सहायता करने वाली रीत निभाने में आगे रहती हैं। इस त्योहार पर जरूरतमंदों को अनाज, कपड़े या दूसरी चीजें दान करने की सोच स्त्रीमन में मौजूद सामाजिक जिम्मेदारी की भावना से ही मिलवाती है।

पतंगों के संग उमंगों का उत्सव

बच्चे हों या बड़े, मकर संक्रांति का त्योहार सभी के लिए रंग-बिरंगी पतंगों का एक उत्सव होता है। हमारे देश के कई राज्यों की पतंगबाजी तो दुनिया भर में चर्चित है। वैसे यह त्योहार हर क्षेत्र में अलग रंग, अलग ढंग से मनाया जाता है। इस दिन आंध्र प्रदेश, केरल और कर्नाटक में संक्रांति और तमिलनाडु में पोंगल का त्योहार मनाया जाता है। पंजाब और हरियाणा में इस समय नई फसल घर लाने का उत्सव लोहड़ी के रूप में मनाते हैं। वहीं असम में इस दिन बिहू पर्व का उल्लास छाया रहता है। बिहू उत्सव में नृत्य करतीं स्त्रियां हों या लोहड़ी पर गिद्दा नृत्य का उल्लास बिखेरती महिलाएं। पतंगबाजी के पेच लड़ाती बेटियां हों या पोंगल के पारंपरिक अनुष्ठान में घर के द्वार पर सुंदर कोलम रंगोली सजाने वाली महिलाएं। हर रूप में यह पर्व महिलाओं के मन की उमंगों की झांकी-सा होता है। पोंगल पर्व पर तो थाई पोंगल यानी सूर्य पूजा और मट्टू पोंगल यानी पशु पूजा के समय महिलाएं ही पूजा अनुष्ठानों की नेतृत्व करती हैं। साथ ही पूरे परिवार की सुख-समृद्धि के लिए प्रार्थना करती हैं। वहीं उत्तर भारत की पतंग उड़ाने की परंपरा भी मनोरंजन भर नहीं है। डोर से बंधी आसमान में उड़ती पतंग, आपसी रिश्तों को भी जोड़ती है। मेल-मिलाप का यह रंग आंगन की बजाय छतों-चौबारों की साझी बैठकी में खिलता है। समरसता के इस भाव को भी स्त्रियां ही बल देती हैं।

सामाजिक-पारिवारिक संबंधों को पोसती लोहड़ी

लोहड़ी का पर्व भी प्रकृति का आभार जताने का ही उत्सव है। हमारे कृषि प्रधान देश में लोहड़ी का त्योहार फसलें कटकर घर आने की खुशी में मनाया जाता है। साथ ही यह पर्व सामाजिक-पारिवारिक संबंधों को भी पोसता है। विशेषकर पंजाब और हरियाणा में धूमधाम से मनाए जाने वाले इस पर्व को तिलोड़ी भी कहते हैं। शादी के बाद की पहली लोहड़ी बहुत खास होती है। पारंपरिक रूप से बेटे के जन्म के बाद पहली लोहड़ी बहुत धूमधाम से मनाई जाती थी। बेटे के जन्म के बाद घर में ढोल-नगाड़ों से उसका स्वागत किया जाता था और पहली लोहड़ी पर

गांव भर में उसके आगमन की मिठाई बांटी जाती थी। सुखद है कि लाडलियों के प्रति परिवार-समाज में आई सहज स्वीकार्यता की सोच से घर-परिवार में एक बड़ा बदलाव दिखने लगा है। अब बिटिया की पहली लोहड़ी भी खूब हर्षोल्लास के साथ मनाई जाती है। शादी के बाद भी बेटी की पहली लोहड़ी पर मायके वाले त्योहारी भिजवाते हैं। यह स्नेह भरा शगुन उन्हें अपने आंगन से जोड़े रखने की सोच लिए है। मूंगफली और रेवड़ी का प्रसाद और लोकगीतों का साथ इस पर्व को बहुत खास बना देता है।

खुश रहना भी एक आर्ट है

हर कोई चाहता है, वह खुश रहे। लेकिन खुश रहने का कोई बना-बनाया फॉर्मूला नहीं होता है। यह एक आर्ट ऑफ लाइफस्टाइल है। आप अपनी डेली रूटीन लाइफ में कुछ छोटे बदलाव करके भी खुश रह सकती हैं। यहां दी गई बातें अमल में लाएं और हमेशा खुश रहें।

जीवनशैली
अलका जैन

रविवार की सुबह आभा पार्क में टहल रही थी, तभी सामने से उसे राधा आती दिखी। हमेशा की तरह वह मुस्कुराते हुए मिली, बातें कीं। लेकिन उसकी आंखों में कहीं न कहीं एक मायूसी थी। आभा ने पूछा, 'सब ठीक है न?' राधा ने ठंडे स्वर में 'हां' तो कहा लेकिन उसकी मुस्कान बनावटी सी लगी। हम में से कई लोग अकसर अपनी थकान, उदासी या तनाव को मुस्कुराहट के पीछे छुपा लेते हैं, सिर्फ इसलिए कि दुनिया हमें खुश देखे। वास्तव में खुश रहना एक आर्ट है। इसके लिए आपको यहां बताई जा रही कुछ बातों का ध्यान रखना होगा।

इन लक्षणों को पहचानें: मन से नाखुशी, हमेशा शब्दों में प्रकट नहीं होती, संकेतों के रूप में भी सामने आती है। इन्हें पहचानना जरूरी है। हर समय थकान महसूस होना। पहले पसंद आने वाले कामों में रुचि कम हो जाना। नींद या भूख में बदलाव। मित्रों और जानने वालों से दूरी बना लेना। इन संकेतों को नजरअंदाज करना आसान है, लेकिन यही वह पल है, जब आपको रुककर खुद से पूछना चाहिए- 'मैं सच में कैसा महसूस कर रही हूं?' अगर उत्तर पॉजिटिव न मिले तो लाइफस्टाल में बदलाव करें।

सही नहीं तुलना करना: हर बात में दूसरों से तुलना, धीरे-धीरे आत्मसम्मान को चोट पहुंचाती है। किसी की करियर की सफलता, किसी का खूबसूरत घर या सोशल स्टेटस देखकर इंफीरियर महसूस करने से आप बेवजह अपने को खुशी से दूर कर लेती हैं। सच यह है कि किसी की भी जिंदगी परफेक्ट नहीं होती। इसलिए दूसरों से तुलना करने से बचें।

मानसिक स्वास्थ्य पर असर: हालांकि मानसिक स्वास्थ्य को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ी है। लेकिन खुले तौर पर अपनी परेशानियों को साझा करने में अब भी झिझक महसूस होती है। तनाव, चिंता, अकेलापन और अवसाद जैसे मनोभाव, किसी को भी प्रभावित कर सकते हैं, चाहे वह बाहरी रूप से कितनी भी खुश क्यों न दिखे। जब तक आप मेंटली हेल्दी नहीं होंगी, खुश नहीं रह सकती हैं।

खुद के साथ समय बिताएं: खुश रहना मन की एक अवस्था है। इस पाने की शुरुआत खुद को समय देने से होती है। इसके लिए सबसे पहले सुबह उठकर कुछ मिनट ध्यान या गहरी सांसें लें। हफ्ते में एक दिन सिर्फ अपने पसंदीदा काम के लिए रखें। नित्य प्रकृति के साथ समय बिताएं।

सोशल मीडिया पॉजिटिव हैबिट्स: सोशल मीडिया से पूरी तरह दूरी बनाना जरूरी नहीं, बल्कि इसे अपने लिए पॉजिटिव बनाने की आदत कारगर है। ऐसे पेज और अकाउंट फॉलो करें, जो प्रेरणा और सुकून देते हों, ऐसे लोगों को रोल मॉडल बनाएं, जिनकी कथनी और करनी में अंतर ना हो। सबसे जरूरी है कि सोशल मीडिया को यूज करने का समय सीमित करें।

थोड़ा रिलैक्स होना भी है जरूरी: मुस्कान सिर्फ होंठों पर नहीं, मन में भी होनी चाहिए। अगर आज आपको लगता है कि आप थक गई हैं, तो इसे स्वीकार करें और कुछ देर रिलैक्स जरूर करें। याद रखें, रुकना, सांस लेना और फिर से शुरू करना बिल्कुल ठीक है। इसलिए थकान महसूस होने पर रिलैक्स होना भी जरूरी है। इससे मन को ताजगी अहसास होता है।

बात करना और सुनना

कभी-कभी हमें लगता है कि हमारे पास कहने के लिए सही शब्द नहीं हैं या लोग हमें समझेंगे नहीं। लेकिन सच यह है कि सही लोगों से बातचीत आधी परेशानी हल कर देती है। दोस्त, परिवार या कोई भरोसेमंद सहकर्मी। किसी से भी अपनी बात कह देना, मन को हल्का कर सकता है। उतना ही जरूरी है, दूसरों को सुनना क्योंकि हो सकता है उनकी बातों में भी वही कहानी छुपी हो, जिससे आप खुद गुजर रही हों।

सलाह
प्रतिभा अग्निहोत्री

आज भी काफी लोग रेडीमेड स्वेटर के बजाय हाथ के बुने स्वेटर पसंद करते हैं। हाथ से बने स्वेटर बनाते समय कुछ बातों का ध्यान जरूर रखें। इन बातों को अमल में लाएंगी तो आपकी बुनाई कुछ अलग ही रंग जमाएगी।

सर्दियों में बुनाई करते समय
रखें इन बातों का ध्यान

आजकल हाथ के बुने स्वेटर का चलन कुछ कम हो गया है लेकिन स्वेटर बुनने के शौकीन अपने हाथों को रोक ही नहीं पाते। साथ ही फैशन कोई भी हो कुछ लोंगों को बाजार के रेडीमेड स्वेटर की अपेक्षा हाथ के बुने स्वेटर ही पसंद आते हैं। छोटे बच्चों को तो आज भी माताएं हाथ के बने स्वेटर ही पहनाना पसंद करतीं हैं, क्योंकि रेडीमेड स्वेटर्स की अपेक्षा हाथ के बुने स्वेटर्स ज्यादा गरमाते हैं। यदि आप भी बुनाई की शौकीन हैं तो यहां बताई जा रही बातें ध्यान में जरूर रखें, जो स्वेटर बुनते समय आपके लिए बहुत उपयोगी और फायदेमंद होंगी-

- ऊन खरीदने से पहले किसके लिए क्या बनाना है,यह सुनिश्चित कर लें, क्योंकि बच्चों के लिए गहरे रंग, बड़ों के लिए हल्के और लड़के-लड़कियों के रंग भी अलग-अलग होते हैं।
- छोटे बच्चों के लिए फर वाली या फैशनेबल ऊन खरीदने की अपेक्षा अच्छे ब्रांड का बेबी वूल ही खरीदें, क्योंकि यह एकदम नरम और बिना रोएं वाली होती हैं।
- ऊन हमेशा आवश्यकता से कुछ अधिक ही खरीदें, क्योंकि कम पड़ने पर अकसर उसी शेड की ऊन मिलना मुश्किल हो जाता है।
- मोटी प्लाई के लिए कम नंबर की और पतली प्लाई वाली ऊन के लिए अधिक नंबर की सलाई को यूज करें।

- गले, बाहों और कमर के बॉर्डर के लिए दो नंबर अधिक की सलाई लें अर्थात यदि बॉर्डर 10 नंबर से बना रही हैं तो पूरा स्वेटर 8 नंबर से बनाएं, इससे स्वेटर देखने में तो अच्छा लगेगा ही बॉर्डर लूज भी नहीं होगा।
- बुनाई करते समय बुनने वाली सलाई को पूरा खत्म करके ही उठें अन्यथा फंदे निकलकर आपके स्वेटर डिजाइन को ही खराब कर सकते हैं।
- फंदे सदैव कड़े हाथ से और दोहरी ऊन से ही डालें, क्योंकि ढीले हाथ से डाले गए फंदे बाद में और ढीले हो जाएंगे और स्वेटर का आकार ही बिगड़ जाएगा।
- बुनाई करते समय ऊन के गोलों को एक पॉलीथिन बैग में रखें, जब बुनाई बंद करें तो इसी में बुने स्वेटर को सलाई सहित रखें, इससे आपका आधा बुना स्वेटर गंदा नहीं होगा।
- छोटे बच्चों के स्वेटर पर ऊपर किसी भी प्रकार के मोती, नग, सितारे, कुंदन आदि न लगाएं, क्योंकि वे इन्हें मुंह में डाल सकते हैं। उनके स्वेटर पर कढ़ाई इत्यादि करने के लिए धागे या ऊन का ही प्रयोग करें।
- स्वेटर बनाने के बाद उल्टी तरफ निकले धागों और गांठों को कैंची से थोड़ा-सा काटकर क्रोशिया या सलाई की सहायता से ऊन के धागों में छिपा दें।

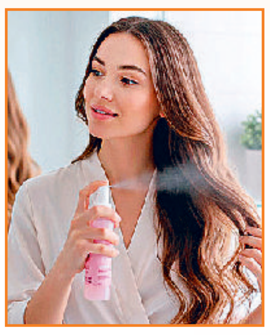
- जहां तक संभव हो छोटे बच्चों के स्वेटर एक से अधिक रंग के और अधिक डिजाइन वाले न बनाएं ताकि ऐसे स्वेटरों या मोजों को पहनते समय उनके हाथ-पैर आदि इनके धागों में न उलझें।
- दो रंग का स्वेटर बनाते समय एक रंग की अपेक्षा 10-12 फंदे अधिक डालें, क्योंकि दो रंग के धागे आपस में उलझकर खिंचते हैं।

हेयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

अप्लाई करें हेयर परफ्यूम
बालों से आएगी भीनी-भीनी खुशबू

हेयर परफ्यूम, बालों को सुगंधित करने के साथ फ्रेश लुक देने में भी मदद करते हैं। हेयर परफ्यूम रूखे, फ्रिजी और बेजान बालों पर असरदार साबित होता है। लेकिन इसे अप्लाई करने से पहले इसके बारे में जानना भी जरूरी है।

हेयर परफ्यूम की खासियतें: हेयर परफ्यूम का कोई साइड इफेक्ट नहीं होता है। इसकी खुशबू आम परफ्यूम से हल्की होती है, इसका ज्यादा इस्तेमाल करना मुश्किल नहीं होता है। जिस तरह आप बॉडी परफ्यूम का इस्तेमाल करती हैं, ठीक उसी तरह बालों को खुशबूदार बनाने के लिए हेयर परफ्यूम का भी इस्तेमाल कर सकती हैं। ये बालों को अपनी खुशबू से महकाता और साथ-साथ बालों को मॉयश्चराइज भी करता है, जिससे बाल हेल्दी और तरोताजा नजर आते हैं। इनसे बाल और भी आकर्षक नजर आते हैं। हेयर परफ्यूम, बालों को सुंदर दिखाने के साथ ही लग्जरी टच जोड़ता है और आपको ताजगी महसूस करवाता है। कुछ लोग बॉडी परफ्यूम को ही बालों पर छिड़क लेते हैं, लेकिन उसमें अल्कोहल होता है, जो बालों को और ज्यादा रूखा और बेजान बना देता है। जबकि हेयर परफ्यूम में अल्कोहल की मात्रा बहुत कम होती है, इसलिए यह आपके बालों के लिए ज्यादा सुरक्षित है। यह आमतौर पर वाटर बेस्ड होता है, इसलिए यह आपके बालों को भारी नहीं बनाता है और न ही उन्हें रूखा या चिपचिपा बनाता है। हालांकि बाजार में ब्रांडेड हेयर स्प्रे भी मिलते हैं लेकिन आप चाहें तो घर पर हर्बल हेयर स्प्रे बना सकती हैं।



रोज एसेंस हेयर परफ्यूम: गुलाब की खुशबू का हेयर परफ्यूम बनाने के लिए 2 चम्मच गुलाब का तेल, 1 चम्मच जोजोबा ऑयल और 5 चम्मच गुलाब जल को एक स्प्रे बॉटल में डाल कर मिक्स करें। आपका होममेड गुलाब की खुशबू वाला हेयर परफ्यूम तैयार है। शादी समारोह या पार्टी में जाने से पहले इस हेयर परफ्यूम को बालों पर लगाएं।

गुलाब जल और विच हेजल: कांच के एक बर्तन में आधा चम्मच गुलाब जल और एक चम्मच विच हेजल (स्किन केयर में यूज किया जाने वाला एक पौधा) को अच्छी तरह मिला लें। अब इस मिश्रण में पांच बूंदें गुलाब के तेल की मिलाकर मिश्रण को स्प्रे बॉटल में डाल लें। यह हेयर परफ्यूम स्प्रे तैयार है।

हेयर परफ्यूम ऐसे लगाएं: सबसे पहले बॉटल को अपने बालों से लगभग छह से आठ इंच की दूरी पर रखें। इसके बाद, हल्का स्प्रे करें। ध्यान रहे कि यह बालों के बीचों-बीच और सिरों पर ज्यादा केंद्रित हो। जड़ों की बजाय बालों के बीच की लंबाई और सिरे पर ध्यान दें, ताकि परफ्यूम का समान वितरण हो सके। यह तरीका खुशबू को समान रूप से फैलाने में मदद करता है।

हेल्थ सजेशन
डॉ. अश्वनी कानेटकर
होम्योपैथ कंसल्टेंट

कम तापमान, ठंडी हवाएं और प्रदूषण की वजह से कुछ लोग एलर्जी की समस्याओं से ग्रस्त हो जाते हैं। अगर ध्यान नहीं देंगी तो यह समस्या बढ़ भी सकती है। ऐसा आपके साथ ना हो, इसके लिए बचाव के उपाय अपनाना जरूरी है।

सर्दी के मौसम में हो सकती है एलर्जी

बदलते मौसम में ही नहीं बहुत अधिक ठंड के दिनों में भी तरह-तरह की एलर्जी की समस्याएं हो सकती हैं। धूप ज्यादा न होने से हवा में नमी और रूखापन बढ़ने लगता है। ऐसे मौसम में कई बैक्टीरिया और फफूंदी पैदा होने लगते हैं, जो हमारी त्वचा, आंखों और सांस की नलियों में प्रवेश करके उन पर सीधा असर डालते हैं। परिणामस्वरूप कई तरह की एलर्जी के मामले सामने आने लगते हैं।

एलर्जी के मुख्य कारण: इन दिनों धूप की कमी की वजह से हवा में नमी बढ़ी हुई है। इसके अलावा कई शहरों, महानगरों में प्रदूषण का स्तर भी काफी बढ़ा हुआ है। कोहरा और प्रदूषण मिलकर शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को प्रभावित करते हैं। इस दौरान कई तरह के बैक्टीरिया, धूल के कण और प्रदूषक पदार्थ की वजह से एलर्जी की समस्या पैदा होती है।

इन लक्षणों का रखें ध्यान: एलर्जी के लक्षण सामान्य तौर पर सर्दी-जुकाम जैसे लग सकते हैं। लेकिन अगर ये लंबे समय तक बने रहें तो डॉक्टर से परामर्श करना जरूरी हो जाता है। किसी भी तरह की एलर्जी का सही ट्रीटमेंट न करने से शारीरिक समस्या और गंभीर हो सकती है। इसलिए यहां बताए जा रहे लक्षणों पर नजर रखें और डॉक्टर से कंसल्ट करने में देर ना करें।

लगातार छींक आना: हवा में मौजूद नमी, नाक और श्वास नलियों को प्रभावित करती है, जिससे कई लोगों को या तो लगातार छींके आने लगती हैं या फ्लू जैसे लक्षण दिखाई देने लगते हैं। बुखार भी आ सकता है। कुछ लोगों को ऐसे लक्षण केवल सुबह या शाम के समय दिखते हैं, जबकि दिन में तापमान बढ़ने पर ये लक्षण अपने आप रुक जाते हैं।

आंखों में जलन: इस मौसम में हवा में रूखापन बहुत बढ़ जाता है, जिससे कुछ लोगों में आंखों का लाल होना या आंखों में जलन और पानी निकलने जैसी समस्याएं दिखने लगती हैं।

त्वचा पर रैशेज या ईचिंग: कई बार इंड के मौसम में हवा में मौजूद फंगस त्वचा की समस्याओं को बढ़ा देते हैं, जिससे रैशेज और इचिंग की समस्या बढ़ती है। रूखी हवाओं की वजह से समस्या बढ़ती है।

प्रस्तुति: बुशरा फातिमा

अपनाएं बचाव के उपाय

सर्दी के मौसम में होने वाली एलर्जी की समस्याओं से बचाव के लिए आप यहां बताए जा रहे उपाय आजमा सकती हैं।

- जब भी धूप निकले कुछ देर रोजाना धूप में जरूर बैठें। इससे कई तरह की एलर्जी से आपका बचाव होगा।
- पहनने वाले कपड़े और बिस्तर नम न हों इसका ध्यान रखें। जब भी धूप निकले इसे जरूर सुखाएं।
- अगर एलर्जी या इंफेक्शन की वजह से नाक और गले में दर्द हो रहा हो तो भाप लेना फायदेमंद होता है।
- अपनी इम्यूनिटी को बढ़ाने के लिए घर का बना काढ़ा जिसमें हल्दी, गिलोय, नीबू, तुलसी आदि शामिल हो, उसका नियमित सेवन करें। इससे आप कई तरह की एलर्जी से बची रहेंगी।
- विटामिन-सी युक्त फलों जैसे संतरा, नीबू, अमरूद आदि का अधिक सेवन करें।
- होम्योपैथी में कुछ दवाएं एलर्जी से बचाती हैं। आप इनका सेवन डॉक्टर के कंसल्टेशन से कर सकती हैं।

खबर संक्षेप

समाधान शिविर में दस शिकायतें पंजीकृत

झज्जर। जिला मुख्यालय स्थित लघु सचिवालय सभागार में सोमवार को डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल की अध्यक्षता में समाधान शिविर का आयोजन किया गया। समाधान शिविर में डीसी ने आमजन की समस्याएं सुनते हुए समाधान के लिए संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए। इस दौरान दस शिकायतें पंजीकृत हुई हैं। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि समाधान शिविर को केवल औपचारिकता न मानते हुए जनसेवा का माध्यम समझें और हर शिकायत का समयबद्ध व स्थायी समाधान सुनिश्चित करें।

शिकायतों की सुनवाई के लिए बिजली अदालत आज

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

वाई ब्रेक में कर्मचारियों ने किया योगाभ्यास

बेरी। आयुष विभाग द्वारा कार्यस्थल पर माहौल को अनुकूल बनाने और अधिकारियों-कर्मचारियों को तनाव मुक्त रह कर कार्यक्षमता बढ़ाने के उद्देश्य से वाई-ब्रेक देने का निर्णय लाभदायक साबित हो रहा है। उपाधीक्षक राजेश रानी ने बताया कि सरकार द्वारा अधिकारियों-कर्मचारियों को अब कार्यस्थल पर प्रत्येक कार्यदिवस पर कुछ ऐसी क्रियाएं और सरल योग के आसन करने के लिए समय दिया गया है। जिससे वह तनाव से मुक्त होकर और बेहतर तरीके से काम कर सकें।

तहसीलदार ने लोगों की जनसमस्याएं सुनीं

बेरी। सोमवार को उपमंडल स्तरीय समाधान शिविर में तहसीलदार शेखर कुमार ने जनसमस्याएं सुनते हुए संबंधित विभागीय अधिकारियों को समस्याओं के जल्द समाधान करने के निर्देश दिए।

कैंप में 180 लोगों का स्वास्थ्य जांचा

बहादुरगढ़। दिल्ली अस्पताल एवं नर्सिंग होम द्वारा महावीर पार्क में निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर लगाया गया। इस शिविर में करीब 180 लोगों का ब्लड शुगर टेस्ट, बीपी, जोड़ों के दर्द व अन्य सामान्य जांच की गई। कैंप में हड्डी रोग विशेषज्ञ डॉ राकेश, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ राजरानी बंसल, फिजिशियन डॉ अंजलि, डॉ एसके बंसल ने जांच उपरांत लोगों को खानपान संबंधी परामर्श दिया।

राजकीय मॉडल एवं संस्कृति सी. से. स्कूलों में चार बैचों की ट्रेनिंग का शुभारंभ

निरंतर सीखते रहना शिक्षक की सबसे बड़ी ताकत: राजबाला

छात्र शिक्षकों को माता-पिता से भी अधिक महत्व देते हैं

छात्रों के लिए आदर्श होने के नाते शिक्षक पर अधिक जिम्मेदारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

शिक्षकों को आधारभूत साक्षरता एवं संख्यात्मकता में निपुण बनाने के लिए प्रशिक्षण दिया जा रहा है। शहर के राजकीय मॉडल एवं संस्कृति सीनियर सेकेंडरी स्कूलों में प्राथमिक शिक्षकों के लिए चार बैचों की महत्वपूर्ण ट्रेनिंग का सोमवार को औपचारिक शुभारंभ हुआ। यह प्रशिक्षण कार्यक्रम हरियाणा शिक्षा विभाग द्वारा राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुरूप चलाए जा रहे निपुण मिशन का हिस्सा है।

सोमवार को उद्घाटन समारोह की अध्यक्षता जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी राजबाला मलिक ने की। डीईईओ राजबाला मलिक ने प्रेरणादायक संदेश देते हुए कहा कि शिक्षक जीवन भर का विद्यार्थी होता है। छात्रों के लिए आदर्श होने के नाते शिक्षक पर अधिक जिम्मेदारी आ पड़ती है, क्योंकि छात्र अपने शिक्षकों को माता-पिता से भी अधिक महत्व देते हैं। मलिक ने कहा कि निरंतर सीखना ही शिक्षक की सबसे बड़ी ताकत है। उन्होंने शिक्षकों से अपील करते हुए कहा कि वे स्वयं को अपडेट रखें, नवीन शिक्षण विधियों को अपनाएं और छात्रों के लिए प्रेरणा स्त्रोत बनें।

डॉ. पुनिया ने उदाहरण देते हुए कहा कि ट्रेनिंग के माध्यम से शिक्षक न केवल आधारभूत कौशलों को मजबूत करेंगे, बल्कि कक्षा में रचनात्मक गतिविधियों के जरिए बच्चों की रुचि भी बढ़ाएंगे।

बहादुरगढ़। प्रशिक्षण कार्यक्रम में शिक्षकों के साथ डीईईओ राजबाला मलिक। फोटो : हरिभूमि

देखने को मिल रहा है शिक्षा में स्पष्ट सुधार

कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में जिला निपुण समन्वयक डॉ. सुदर्शन पुनिया ने बताया कि निपुण मिशन के तहत छात्रों की आधारभूत शिक्षा में स्पष्ट सुधार देखने को मिल रहा है। सेन्सस असेसमेंट एवं एंडलाइन सर्वे के हालिया परिणाम निपुण की निर्धारित दक्षताओं के अनुरूप छात्रों की सीखने की क्षमता में उल्लेखनीय प्रगति को प्रमाणित करते हैं।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर स्कूल प्राचार्य मंजू रानी, कर्मबीर तहलान, ऋषि सहरावत, डाइट से डॉ. संदीप कुमार, संपर्क फाउंडेशन से अमित कुमार, निपुण ब्लॉक कोऑर्डिनेटर सरिता सरोहा आदि उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

चाइनीज मांझे का प्रयोग न करने की अपील

झज्जर। मकर संक्रांति पर्व पर उपयोग में लाए जाने वाले चाइनीज मांझे के खिलाफ सर्वभद्र ग्रुप द्वारा जन जागरुकता अभियान चलाते हुए लोगों को जागरुक किया गया। ग्रुप सदस्यों ने पोस्टर व बैनर के साथ विभिन्न क्षेत्रों में पहुंच लोगों को बताया कि यह प्रतिबंधित मांझा पक्षियों और आमजन के लिए जानलेवा साबित हो रहा है। इस मांझे के कारण जहां बड़ी संख्या में पक्षी घायल हो जाते हैं वहीं खासकर दुपहिया वाहन चालकों को गंभीर चोटें लगती हैं। मकर संक्रांति के दौरान चाइनीज मांझे का उपयोग न करें बल्कि इसके स्थान पर सूती डोर का प्रयोग करें। उन्होंने लोगों को मांझे से घायल पक्षी की सूचना ग्रुप सदस्यों को देने के लिए भी प्रेरित किया। जागरूकता अभियान में अजीत कुमार, साहिल, दिनेश दुजाना, भूमि, अनिल, प्रतीक आदि शामिल रहे।

निबंध लेखन के प्रतिभागी किए सम्मानित

झज्जर। राजकीय महाविद्यालय दूबलधन में स्वामी विवेकानंद जयंती के उपलक्ष्य में विद्यार्थियों को स्वदेशी उत्पाद अपनाने संबंधी शपथ दिलाई गई। एनएसएस प्रभारी डॉक्टर सरला ने स्वयंसेवकों को स्वामी विवेकानंद के जीवन पर प्रकाश डालते हुए कहा कि उन्होंने देश को प्रगतिशीलता के साथ-साथ आध्यात्मिक ज्ञान का बोध कराया। उन्होंने देश में फैली कुरीतियों का खंडन कर रूढ़िवादी परंपराओं को समाप्त करने का कार्य किया। रेड रिबन क्लब के संयोजक डॉक्टर रणदीप चौहान ने कहा कि स्वामी विवेकानंद ने जनजागृति उत्पन्न कर समाज को एकता के सूत्र में बांधने का कार्य किया। प्राचार्य डॉक्टर कर्मवीर गुलिया ने युवाओं से आह्वान किया कि वे स्वामी विवेकानंद के जीवन से प्रेरणा लेकर उसे अपने जीवन में उतारने का प्रयास करें। इस दौरान स्लोगन, पेंटिंग एवं निबंध लेखन प्रतियोगिताओं का आयोजन कर विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया।

पोस्टर-स्लोगन बनाकर दी श्रद्धांजलि

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय के एनएसएस व रैड रिबन क्लब द्वारा राष्ट्रीय युवा दिवस पर विभिन्न गतिविधियां करवाई गई। प्राचार्या डॉ राजवंती शर्मा ने कहा कि आज के युवा देश के भविष्य निर्माता है। यदि युवा शिक्षा, नैतिक मूल्य और सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़े तो भारत को एक सशक्त और विकसित राष्ट्र बन सकता है। एनएसएस प्रभारी डॉ नेहा नैन के मार्गदर्शन में स्वयंसेविकाओं ने पोस्टर व स्लोगन बनाकर स्वामी विवेकानंद को श्रद्धांजलि दी। रैड रिबन क्लब प्रभारी डॉ शालू शर्मा ने बताया कि कॉलेज में राष्ट्रीय युवा पाक्षिक अभियान 26 जनवरी तक चलेगा। इसी कड़ी में हस्ताक्षर अभियान भी चलाया गया।

रैनबसेरा में रहने वाले जरूरतमंदों को सभी प्रकार की सुविधाएं प्रदान की जाएं : डीसी

■ डीसी ने खेल स्टेडियमों व रैन बसेरों का किया निरीक्षण, दिए आवश्यक दिशा निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

सोमवार को डीसी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल ने शहर के विभिन्न सार्वजनिक स्थलों का निरीक्षण किया। उन्होंने महर्षि दयानंद खेल स्टेडियम, रेडक्रॉस शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, रेडक्रॉस कॉम्प्लेक्स व बस स्टैंड पर संचालित रैन बसेरे, नया बस स्टैंड परिसर तथा राजकीय पीजी कॉलेज के क्रिकेट ग्रांउड का जायजा लिया। उन्होंने कहा कि स्टेडियमों के ढांचागत विकास को लेकर शासन प्रशासन सजग है। उन्होंने अधिकारियों को स्टेडियम में आवश्यक सुधारीकरण, नवीनीकरण और सामान के साथ परिसर में जलभराव की समस्या के स्थायी समाधान के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि सीएसआर स्कीम के अंतर्गत स्टेडियमों में डिमांड अनुरूप सुविधाएं प्रदान की जाएंगी। उन्होंने रेडक्रॉस कॉम्प्लेक्स एवं वहां संचालित रैनबसेरा के निरीक्षण के दौरान साफ-सफाई, पेयजल, प्रकाश व्यवस्था तथा आगुंत्कों के ठहरने की सुविधाओं की स्थिति का जायजा लिया। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि रैनबसेरा में रहने वाले जरूरतमंद लोगों को किसी प्रकार की असुविधा न हो और साफ-सफाई व्यवस्था नियमित रूप से सुनिश्चित की जाए।

झज्जर। खेल स्टेडियम का जायजा लेते डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल।

भाषण में छात्राओं ने करवाया विवेकानंद के विचारों से अवगत

■ प्राचार्या डॉक्टर नीलम गर्ग ने रैली को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय में सोमवार को स्वामी विवेकानंद जयंती के उपलक्ष्य में व्याख्यान व जागरुकता रैली का आयोजन किया गया। कार्यकारी प्राचार्या डॉक्टर नीलम गर्ग ने रैली को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। यह रैली शहर के मुख्य चौक चौराहों से होते हुए वापिस महाविद्यालय परिसर पहुंच कर संपन्न हुई। एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर डॉक्टर अनु बरवड़ और रेड क्रॉस प्रभारी डॉक्टर सोनिया गोयल ने बताया कि स्वामी विवेकानंद के विचारों से संबंधित भाषण प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया। प्रतियोगिता में कुमारी स्नेहा, कुमारी पुष्पा तथा कुमारी मुस्कान ने अपने विचार प्रस्तुत किए। प्रोफेसर डॉक्टर कनिता ने भी स्वामी विवेकानंद के व्यक्तित्व बारे महत्वपूर्ण जानकारी दी। इस मौके पर महाराजा अग्रसेन एजुकेशनल ट्रस्ट सदस्य अमित सिंघल, नीरज व राहुल ने प्रतिभागी छात्राओं को पुरस्कृत कर उनका उत्साह बढ़ाया।

बहादुरगढ़। जागरुकता रैली को रवाना करती डॉ. आशा व एसआई सत्यप्रकाश।

पोस्टरों के माध्यम से स्वदेशी के महत्व को प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर वाईआरसी इकाइयों के संयुक्त तत्वावधान तथा जिला विधिक सेवा प्राधिकरण झज्जर की सहभागिता से रन फॉर स्वदेशी जागरूकता रैली तथा पोस्टर अभियान का आयोजन किया गया। स्वयंसेविकाओं ने पूरे उत्साह और अनुशासन के साथ भाग लेते हुए आमजन को स्वदेशी वस्तुओं के उपयोग, स्थानीय उद्योगों के संरक्षण तथा देश की अर्थव्यवस्था को सशक्त बनाने का संदेश दिया। उन्होंने बताया कि स्वामी विवेकानंद के ओजस्वी विचार युवाओं को कर्मठता, आत्मविश्वास और राष्ट्रनिर्माण की दिशा में आगे बढ़ने की प्रेरणा देते हैं। इसी प्रेरणा को आत्मसात करते हुए स्वयंसेवकों ने नारों और पोस्टरों के माध्यम से स्वदेशी के महत्व को प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया। प्राचार्या डॉ. आशा शर्मा ने कहा कि स्वदेशी केवल एक विकल्प नहीं, बल्कि एक राष्ट्रीय संकल्प है। स्वदेशी वस्तुओं को अपनाकर हम अपने देश की अर्थव्यवस्था को मजबूत करते हैं। श्रमिकों, कारीगरों और किसानों के स्वाभिमान को भी सशक्त करते हैं। स्वयंसेविकाओं ने स्वदेशी उत्पादों के उपयोग, स्थानीय उद्यमों को प्रोत्साहित करने और समाज में निरंतर जागरूकता फैलाने की शपथ ली। स्वयंसेविकाओं को सामाजिक उत्तरदायित्व और सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूक करने के लिए एक लघु चलचित्र भी दिखाया गया। एसआई सत्यप्रकाश ने यातायात नियमों के पालन के महत्व से भी अवगत करवाया।

पोस्टर मेंकिंग में अकुंश प्रथम और निशा दूसरे स्थान पर रही

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

गांव छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में राष्ट्रीय युवा दिवस पर विभिन्न क्रियाकलाप हुए। वाईआरसी व लीगल लिटरेसी सेल द्वारा स्लोगन व पोस्टर प्रतियोगिता करवाई गई। इसमें अकुंश प्रथम, निशा ने द्वितीय और नीरज ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। डा. अनिता दलाल व अन्य स्टाफ सदस्यों ने सभी विजेताओं को प्रोत्साहित किया। एनएसएस ने रन फॉर स्वदेशी का आयोजन किया। दौड का शुभारंभ प्राचार्या डा. सविता पुनिया के दिशानिर्देशानुसार किया गया।

गोमाता हमारी संस्कृति और सभ्यता की पहचान इसकी सेवा सबसे बड़ा पुण्य कर्मः तेजबीर दलाल

बहादुरगढ़। ब्लॉक समिति के पूर्व चेयरमैन तेजबीर दलाल ने गोसेवा की अपनी वर्षो से चली आ रही परिवार की परंपरा को इस वर्ष भी कायम है। मांडोठी गांव स्थित क्षेत्र की सबसे बड़ी आर्यावर्त गोशाला में उनके परिवार ने 1 लाख 11 हजार की धनराशि दान की है। दलाल परिवार के नन्हे सदस्य युग दलाल को गोशाला का प्रधान बनने पर गीता ग्रंथ व भगवान श्रीकृष्ण की तस्वीर भेंट कर सम्मानित किया गया। तेजबीर दलाल ने परिवार सहित हवन-यज्ञ में आहुति डाली और कन्या गुरुकुल के लिए 5100 रुपए की धनराशि दान की। तेजबीर दलाल ने कहा कि गो माता आस्था के साथ हमारी संस्कृति और सभ्यता की पहचान है। गोसेवा से बड़ा कोई पुण्य कार्य नहीं है।

बहादुरगढ़। तेजबीर दलाल का सहपरिवार स्वागत सम्मान करते गोशाला पदाधिकारी।

महिलाओं को दिया आत्मरक्षा का प्रशिक्षण

बहादुरगढ़। पुलिस की ओर से महिलाओं को आत्मरक्षा के प्रति जागरूक किया जा रहा है। इसी कड़ी में सोमवार को सेल्फ डिफेंस टीम की मुख्य सिपाही टीना द्वारा सेक्टर-6 स्थित कम्युनिटी सेंटर में महिलाओं को प्रशिक्षण दिया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाना तथा आपात परिस्थितियों में स्वयं की सुरक्षा के लिए सक्षम करना रहा। प्रशिक्षण के दौरान मुख्य सिपाही टीना ने महिलाओं को सरल और व्यवहारिक आत्मरक्षा तकनीकों से अवगत कराया। प्रतिभागी महिलाओं ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे प्रशिक्षण कार्यक्रम उन्हें निडर, जागरूक और आत्मविश्वासी बनाते हैं।

विद्यार्थियों को दी करियर काउंसलिंग की जानकारी

झज्जर। राजकीय महाविद्यालय दुजाना में प्राचार्य डॉक्टर राजेश कुमार की अध्यक्षता में ट्रेनिंग, प्लेसमेंट और करियर काउंसलिंग 21वीं सदी की नई दिशा और शैक्षिक नवाचार विषय पर विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में इंदिरा गांधी यूनिवर्सिटी मीरपुर के सहायक प्रोफेसर डॉक्टर कृष्ण दत्त ने मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की। उन्होंने बताया कि इक्कीसवीं सदी ने ज्ञान-आधारित अर्थव्यवस्था को तेजी से बदला है। इस दौरान प्लेसमेंट सेल इंचार्ज सुमित नरवाल, डॉक्टर सुनीता छिक्कारा, डॉक्टर सीमा, डॉक्टर सिल्की, डॉक्टर अनिल कुमारी, डॉक्टर गौतम व डॉक्टर नरेश सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

स्वामी विवेकानंद के विचारों से कराया अवगत

झज्जर। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान गुढ़ा में सोमवार को राष्ट्रीय युवा दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्राचार्य एवं नोडल अधिकारी जीतपाल के मार्गदर्शन में संस्थान अधिकारियों तथा स्टाफ सदस्यों द्वारा स्वामी विवेकानंद की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर नमन किया गया। शिक्षकों ने विद्यार्थियों को स्वामी विवेकानंद के आदर्शों को अपनाने के लिए प्रेरित किया। इस दौरान स्वामी विवेकानंद के जीवन पर आधारित भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें वेल्ड व्यवसाय के नितिन ने पहला, कोपा व्यवसाय से कृष्णा ने दूसरा तथा इलेक्ट्रीशियन व्यवासय के पंकज ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। विजेता विद्यार्थियों को प्रोत्साहन राशि से पुरस्कृत किया गया। इस मौके पर वर्ग अनुदेशक रमेश कुमार, पवन कुमार, भारत भूषण, देशपाल, प्रदीप, ओमवती, दीपक जून, नीरज सहगल सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

कॉन्फेडरेशन ऑफ बहादुरगढ़ इंडस्ट्रीज का प्रतिनिधिमंडल अधिकारियों से मिला

बहादुरगढ़। सोमवार को पूर्व निर्धारित कार्यक्रम अनुसार कॉन्फेडरेशन ऑफ बहादुरगढ़ इंडस्ट्रीज का प्रतिनिधिमंडल एचएसआईआईडीसी कार्यालय में अधिकारियों से बैठक करने पहुंचे। कोबी अध्यक्ष प्रवीण गर्ग, उपाध्यक्ष विपिन बजाज, महासचिव प्रदीप कौल, संयुक्त सचिव सुरेन्द्र वशिष्ठ, अशोक कुमार मित्तल, सुनील गर्ग, रवि चमड़िया, दीपक सहनी, नवल गर्ग व विजेंद्र आदि इसमें शामिल थे। वरिष्ठ प्रबंधक दीपक परमार ने उनकी समस्याएं सुनीं।

NOTICE

I, Lalita W/o Krishan R/o Village Jakhoda, Tehsil Bahadurgarh, Distt. Jhajjar, Haryana-124505 declare that MAYANK is my real Son and his date of Birth is 22-10-2008. My son Mayank's Father name is Krishan and Mother name is Lalita. My son's old name is Mayank Dalal and I have changed my Son's name Mayank Dalal to Mayank for all future purposes. He shall henceforth be known as Mayank.

झज्जर। कार्यक्रम में शिक्षकों के साथ उपस्थित विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

विद्यार्थियों को किया स्वदेशी वस्तुओं को प्राथमिकता देने के लिए प्रेरित

झज्जर। स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस स्टडीज इन टीचर एजुकेशन संस्थान में एनएसएस इकाई द्वारा स्वदेशी जागरुकता पर आधारित कार्यक्रम का आयोजन किया गया। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर सविता यादव ने स्वदेशी आंदोलन के ऐतिहासिक महत्व पर प्रकाश डाला और आत्मनिर्भर भारत के सपने को साकार करने में इसकी आधुनिक प्रासंगिकता बारे जानकारी दी। प्राचार्या डॉक्टर संतोष ने विद्यार्थियों को राष्ट्र प्रथम का दृष्टिकोण अपनाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि स्थानीय उद्योगों और शिल्प कौशल का समर्थन करना केवल एक आर्थिक विकल्प नहीं है, बल्कि यह सतत विकास और राष्ट्रीय गौरव की दिशा में एक बड़ा कदम है। इस दौरान विद्यार्थियों ने स्वदेशी वस्तुओं को प्राथमिकता देने, स्थानीय विरासत को बढ़ावा देने और देश की आत्मनिर्भरता में सक्रिय रूप से योगदान देने की औपचारिक शपथ ली। इस मौके पर नवबहार यादव, सतपाल, मुकेश रानी, दीपक सैनी सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

अभियान गुरुकुल महाविद्यालय परिसर से सूर्य नमस्कार अभियान का आगाज

12 फरवरी तक प्रतिदिन करवाया जाएगा सूर्य नमस्कार का अभ्यास

महाविद्यालय में विद्यार्थियों को अभ्यास करने के लिए प्रेरित किया

■ योगशाला में प्रतिदिन सूर्य नमस्कार का अभ्यास 12 फरवरी तक करवाया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

सोमवार को गुरुकुल महाविद्यालय परिसर में सूर्य नमस्कार अभियान का शुभारंभ हुआ। जिले में कार्यरत सभी योग सहायकों द्वारा सभी व्यायाम शालाओं में सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किए गए। जिला योग संयोजक डॉक्टर पवन कुमार ने बताया कि प्रत्येक योगशाला में प्रतिदिन सूर्य नमस्कार का अभ्यास 12 फरवरी तक करवाया जाएगा। उन्होंने बताया कि गुरुकुल महाविद्यालय परिसर में पतंजलि योग समिति ,ब्रह्माकुमारी ,योग भारती तथा आरोग्य भारती के संस्थाओं के सहयोग से सूर्य नमस्कार का अभ्यास विद्यार्थियों को करवाया गया तथा नियमित रूप से इस अभ्यास को करने के लिए प्रोत्साहित किया गया।

झज्जर। गुरुकुल महाविद्यालय परिसर में सूर्य नमस्कार का अभ्यास करते हुए ब्रहमचारी।

सूर्य नमस्कार से बढ़ती है रोग प्रतिरोधक क्षमताः पवन

बेरी। गांव दूबलधन स्थित व्यामशाला में सोमवार को सूर्य नमस्कार अभियान का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम का आयोजन जिला योग कोऑर्डिनेटर डॉक्टर पवन कुमार के नेतृत्व में किया गया। जिसमें योगाचार्य गीता कादियान ने ग्रामवासियों को विधिवत सूर्य नमस्कार का अभ्यास कराया। यह सूर्य नमस्कार अभियान 12 जनवरी से 12 फरवरी तक यानी पूरे एक माह तक लगातार चलाया जाएगा। योगाचार्य गीता कादियान ने बताया कि नियमित रूप से सूर्य नमस्कार करने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है तथा यह श्वसन तंत्र को मजबूत बनाने में सहायक है।

विज्ञापन

ब अदालत श्रीमान सहायक कलैक्टर प्रथम श्रेणी झज्जर

केस न०. 22/तहसीलदार किस्म मुकदमा तकसीम खेवट न0. 340/280 वाका मौजा कुलाना तह व जिला झज्जर

आगामी तारीख पेशीः 20/2/2026

पालरा ईस्टेट प्रा०.लि.बनाम बिलाराम आदि

इश्तहार मुनादी बजरिये अखबार

1. भुरा पुत्र रामजीलाल निवासी गांव कुलाना तह व जिला झज्जर

सर्व साधारण को सुचित किया जाता है कि प्रार्थीगण / फरीक अव्वलगण ने एक दरखास्त तकसीम खेवट न०. 340/280 खतौनी न0. 351 वाका मौजा कुलाना तह व जिला झज्जर बहक उतरवादीगण /फरीक दोयगण के खिलाफ दायर की हुई है जिसमें आगामी तारीख पेशी दिनांक 20/2/2026 लगी हुई है इस इश्तहार द्वारा उत्तरवादी/फरीक दोयम भुरा पुत्र रामजीलाल निवासी गांव कुलाना तह व जिला झज्जर को उपरोक्त दरखास्त तकसीम से सम्बंधित कोई भी उजर या एतराज हो तो दिनांक 20/2/2026 को उपरोक्त माननीय न्यायलय में असालतन या वकालतन उपस्थित हो सकते हैं अन्यथा इसके उपरान्त गुजरने मियाद फरीक दोयगण न०. 2 (भुरा पुत्र रामजीलाल निवासी गांव कुलाना तह व जिला झज्जर) के खिलाफ एक तरफा कार्यवाही अमल में लाई जावेगी।

यह कि फरीक दोयम न0.2 (भुरा पुत्र रामजीलाल निवासी गांव कुलाना तह व जिला झज्जर) 45 साल से लापता है तथा फरीक दोयम न0.2 के किसी भी वारिस को उपरोक्त तकसीम बारे कोई उजर है या एतराज हो तो दिनांक 20/2/2026 को उपरोक्त माननीय न्यायलय में असालतन या वकालतन उपस्थित हो सकते हैं अन्यथा इसके उपरांत गुजरने मियाद फरीक दोयगण न०. 2 (भुरा पुत्र रामजीलाल निवासी गांव कुलाना तह व जिला झज्जर) के खिलाफ एक तरफा कार्यवाही अमल में लाई जावेगी।

यह कि इश्तहार मुनादी बजरिये अखबार इस न्यायलय से दिनांक 08.01.26 मेरे हस्ताक्षर व मोहर सहित जारी किया हुआ है।

हस्ता/- ए.सी. प्रथम श्रेणी, झज्जर

खबर संक्षेप

ट्रेन की चपेट में आने से प्रवासी की मौत

बहादुरगढ़। छोटूराम नगर के निकट रेलवे ट्रैक पर ट्रेन की चपेट में आने से एक प्रवासी व्यक्ति की मौत हो गई। जीआरपी ने पोस्टमार्टम करा शव परिजनों को सौंप दिया है। मृतक की पहचान करीब 46 वर्षीय गिरिजा शंकर के रूप में हुई है। मूलतः उत्तर प्रदेश से था और पिछले कुछ समय से यहां छोटूराम नगर में रह रहा था। पहले किसी फैक्ट्री में काम करता था और अभी हाल ही में एक निजी अस्पताल में सिक्योरिटी गार्ड के रूप में नौकरी शुरू की। नौकरी का एक ही दिन हुआ था। रविवार की रात को वह लाइनों किनारे चल रहा था। इसी दौरान ट्रेन की चपेट में आ गया। हादसे में उसे गंभीर चोट आई और जान चली गई। सूचना पाकर जीआरपी टीम मौके पर पहुंची और आवश्यक कार्रवाई शुरू की।

रोहद में कार की टक्कर से युवक की मौत

बहादुरगढ़। नेशनल हाइवे पर गांव रोहद में सोमवार रात को दर्दनाक हादसा हो गया। यहां कार की चपेट में आने से एक युवक की मौत हो गई। आसौदा पुलिस ने अज्ञात कार चालक के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मृतक की पहचान करीब 23 वर्षीय अर्जुन के रूप में हुई है। अर्जुन रविवार की देर शाम को घूमने के लिए घर से निकला था लेकिन वापस नहीं आया। इसी बीच सोमवार की सुबह नेशनल हाइवे पर सीएनजी पंप के निकट पुलिस को एक युवक का शव मिला। युवक किसी वाहन की चपेट में आया हुआ था। मौके पर शिनाख्त नहीं हुई तो पुलिस ने शव को नागरिक अस्पताल में रखवाया। कुछ समय बाद उसकी पहचान अर्जुन के रूप में हुई।

अनोखी एग्जीबिशन का हुआ समापन

बहादुरगढ़। सेक्टर-6 स्थित कम्युनिटी सेंटर में आयोजित अनोखी एग्जीबिशन का समापन हो गया। भाजपा मंडल अध्यक्ष एवं ग्रीवेंस कमेटी सदस्य संजय सैनी ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने कहा कि स्वदेशी उत्पादों को अपनाकर ही देश को आत्मनिर्भर बनाया जा सकता है और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के वोकल फॉर लोकल के संकल्प को साकार किया जा सकता है। इस मौके पर आशु सैनी, रमेश आर्य, दीपक सैनी, धर्मेंद्र सैनी, मधु मित्तल, एसएचओ सरला देवी, रविंद्र राठी, किरण बंसल, काजल, नीना, सुनीता, रितु आदि आदि उपस्थित रहे।

15 को जींद कन्वेंशन में शामिल होंगे

बहादुरगढ़। बिजली बिल-2025, बिजली निजीकरण व स्मार्ट मीटर के विरोध में संयुक्त किसान मोर्चा, ट्रेड यूनियनों के सांझा मंच व बिजली कर्मचारियों की अखिल भारतीय फैडरेशनों के आह्वान पर 15 जनवरी को जींद की जाट धर्मशाला में हरियाणा राज्य स्तरीय कन्वेंशन आयोजित किया जा रहा है। इसमें बिजली उपभोक्ता मंच से संबंधित ऑल इंडिया इलैक्ट्रिसिटी कंज्यूमर एसोसिएशन के कार्यकर्ता बढ़-चढ़कर भाग लेंगे। संगठन की जिला कमेटी अध्यक्ष रामकिशन ने बताया कि भाजपा की सरकार लगातार एक पर पूंजीपति परस्त व जनविरोधी नीतियों को थोप रही है। जनता की मूलभूत जीवन की जरूरतों शिक्षा, स्वास्थ्य, इलाज, परिवहन आदि को भी मुनाफा खोर कारपोरेटस के हवाले किया जा रहा है। लगातार मंहगी होने से ये सुविधाएं आम जनता की पहुंच से बाहर होती जा रही है।

आलोक वर्मा की भाषा पर उठाए सवाल

बहादुरगढ़। हरियाणा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के प्रवक्ता नीरज गौतम ने

एचपीएससी चेयरमैन आलोक वर्मा के बयान को अमर्यादित व छात्र विरोधी बताया। उनके अनुसार यह भाषा हरियाणा की पढ़ी-लिखी युवाशक्ति के मनोबल को तोड़ने वाली है। गौतम ने बीडीएस भर्ती में अटैची कांड, भर्तियों में गड़बड़ी और हरियाणा से बाहर के युवाओं की नियुक्तियों को लेकर कई सवाल उठाए। उन्होंने सहायक प्रोफेसर भर्ती में बड़ी संख्या में पद रिक्त छोड़ने की निंदा की। उन्होंने वर्मा को इस गरिमामयी पद से हटाने की मांग की।

92वीं एसबीए राष्ट्रीय बिलियर्ड्स एवं स्नूकर चैम्पियनशिप का भव्य उद्घाटन

चैंपियनशिप में भाग ले रहे 1500 खिलाड़ी

27 जनवरी तक जारी रहेगी चैम्पियनशिप

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

शहर की एचएल सिटी में स्थित शाइनिंग स्टार बैडमिंटन अकादमी में 92वीं एसबीए राष्ट्रीय बिलियर्ड्स एवं स्नूकर चैम्पियनशिप का भव्य उद्घाटन हुआ। समारोह की शुरुआत में हरियाणा बिलियर्ड्स एंड स्नूकर एसोसिएशन के अध्यक्ष पंकज नैन ने अतिथियों का स्वागत एवं सम्मान किया।

सभी अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलन कर प्रतियोगिता का औपचारिक उद्घाटन किया गया। समारोह में बिलियर्ड्स एंड स्नूकर फेडरेशन ऑफ इंडिया के अध्यक्ष बालासुब्रमणयम व महासचिव सुनील बजाज सहित विभिन्न राज्य संघों के प्रतिनिधि शामिल थे। कार्यक्रम में विशेष अतिथि के रूप में एचएल सिटी एवं जीडी गोयंका स्कूल की चेयरपर्सन शैलजा जून, फेडरेशन के पूर्व अध्यक्ष राजन खिनवसरा ने समारोह की शोभा बढ़ाई। चैम्पियनशिप में 28 बार के विश्व चैम्पियन पद्म भूषण पंकज आडवाणी, अर्जुन पुरस्कार विजेता आदित्य मेहता, पूर्व विश्व चैम्पियन एस श्रीकृष्णा, पूर्व विश्व चैम्पियन लक्ष्मण रावत, बृजेश दमानी, फहसाल खान, शोएब खान, अमी कामानी, अनुपमा रामचन्द्रन, ध्वज हरिया समेत कई राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ी भाग लेंगे। प्रतियोगिता में देशभर से 1500 से अधिक खिलाड़ी भाग ले रहे हैं। यह चैम्पियनशिप 27 जनवरी तक जारी रहेगी।

बहादुरगढ़। एचएल सिटी में चल रही बिलियड्र्स एंड स्नूकर चैंपियनशिप।

बहादुरगढ़। कोच जयवीर के साथ पदक विजेता पहलवान। फोटो : हरिभूमि

पदक विजेता पहलवानों का अखाड़े में अभिनंदन

बहादुरगढ़। चंडीगढ़ में हुए ऑल इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में बुपनिया स्थित जयवीर अखाड़े के पहलवान छाए रहे। खेलों की कुश्ती स्पर्धा में शानदार प्रदर्शन करते हुए यहां के पहलवानों ने दो गोल्ड सहित कुल तीन मेडल जीते। इनकी जीत पर परिजनों, साथी पहलवानों और कुश्ती प्रेमियों ने खुशी जताई है। जीतकर लौटने पर इनका जोरदार अभिनंदन किया गया। चैंपियनशिप पांच से 9 जनवरी तक हुई थी। इसमें देशभर की यूनिवर्सिटीज में पढ़ने वाले खिलाड़ियों ने भाग लिया। बुपनिया स्थित जयवीर अखाड़े के भी तीन पहलवानों ने जोर आजमाइश की। शानदार प्रदर्शन करते हुए यहां के निशांत ने फ्री स्टाइल 74 केजी तथा पारस पहलवान ने 79 केजी में गोल्ड मेडल जीते। जबकि अमित ने 79 केजी में ब्रांज मेडल पर कब्जा जमाया। विजेता पहलवानों ने अपनी जीत का श्रेय कोच व परिजनों को दिया। भविष्य में भी इसी तरह बेहतर परिणाम लाने की बात कही। कोच जयवीर ने कहा है कि पारस व निशांत गांव रोहद तो अमित गोठड़ा गांव का रहने वाला है। तीनों पहलवान बेहद होनहार हैं। उन्हें यकीन है कि एक दिन बड़े स्तर पर देश के लिए मेडल जीतेंगे।

बहादुरगढ़। कोचों के साथ पदक विजेता पहलवान। फोटो : हरिभूमि

यूनिवर्सिटी गेम्स में सोनू अखाड़े के सात पहलवानों ने जीते मेडल

बहादुरगढ़। मांडोठी स्थित हिंद केसरी सोनू अखाड़े के पहलवानों ने एक बार फिर ऑल इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में शानदार प्रदर्शन कर बहादुरगढ़ का नाम रोशन किया है। चंडीगढ़ में पांच से 9 जनवरी तक हुई इस प्रतियोगिता में अखाड़े के सात पहलवानों ने तीन गोल्ड सहित सात मेडल जीते हैं। विजेताओं का सोमवार को अखाड़े में अभिनंदन किया गया। ग्रीको रोमन कुश्ती में कपिल ने 60 किलोग्राम और हरदीप छिल्लर ने 130 किलोग्राम भार वर्ग में गोल्ड मेडल जीते। हरदीप इससे पहले वर्ल्ड और एशिया चैंपियनशिप में भी मेडल जीत चुका है। वहीं फ्रीस्टाइल कुश्ती में रोहित दलाल ने 57 किलोग्राम भार वर्ग में गोल्ड अपने नाम किया। उधर, फ्रीस्टाइल 92 किलोग्राम वर्ग में राहुल दलाल, ग्रीको रोमन 67 किलोग्राम में कुणाल दलाल, 87 किलोग्राम में कपिल फलस्वाल और 63 किलोग्राम में साहिल दलाल ने ब्रांज मेडल जीते हैं। साहिल दलाल सीनियर नेशनल कुश्ती में भी गोल्ड मेडल जीत चुके हैं और अब 60 किलोग्राम भार वर्ग में सीनियर वर्ल्ड रैंकिंग चैंपियनशिप में भारत का प्रतिनिधित्व करेंगे। पदक जीतकर अखाड़े में लौटे पहलवानों का फूल-मालाओं से जोरदार स्वागत किया गया। अर्जुन अवार्डी कोच धर्मेंद्र पहलवान और ओमबीर पहलवान ने कहा कि मेहनत व निरंतर अभ्यास से ही सफलता मिलती है। उन्होंने इस जीत को न केवल अखाड़े, बल्कि कोचों, परिवारों और उभरते पहलवानों के लिए भी प्रेरणादायक बताया। हिंद केसरी सोनू दलाल, रिंकू, सुधीर, सेठी पहलवान, भारत केसरी काला पहलवान आदि इस अवसर पर मौजूद रहे।

नेशनल शूटिंग बॉल चैंपियनशिप में जीता कांस्य पदक

झज्जर। प्रदेश की लड़कियों की शूटिंग बॉल टीम ने 44वीं नेशनल शूटिंग बॉल चैंपियनशिप में कांस्य पदक हासिल कर प्रदेश का गौरव बढ़ाया है। एशियाई शूटिंग फेडरेशन के कोषाध्यक्ष जेपी कादियान ने बताया कि 9 से 11 जनवरी तक महाराष्ट्र के मालसिरश में आयोजित इस चैंपियनशिप में प्रदेश की टीम ने अपने पूल में गोवा, कर्नाटक, असम, अरुणाचल प्रदेश को हराकर क्वार्टर फाइनल तथा उत्तर प्रदेश व राजस्थान को हराकर कांस्य पदक जीता। टीम में शर्मिला, तनु, मुस्कान, सुमित, शर्मिला, आरती, सुनिधि, तनु, नेहा, दीपिका, अंशु, हिना आदि खिलाड़ी शामिल रहे। टीम के कोच राजेश कुमार और मैनेजर सुमित रहे। उन्होंने बताया कि इसी चैंपियनशिप में लड़कों की टीम ने अपने पूल विदर्भ, बिहार, आंध्र प्रदेश और सेंट्रल सेक्रेटेरिएट को हराकर क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया। यहां वह उत्तर प्रदेश से हार गई।

झज्जर। अतिथियों से ट्रॉफी लेते हुए विजेता टीम खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

दिल्ली से नोएडा तक जीते बीआरजी के धावक

बहादुरगढ़। दिल्ली स्टेट क्रॉस कंट्री चैंपियनशिप में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावक अब्बास ने शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक जीता। अब अब्बास राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में बीआरजी की ताकत और प्रतिभा का दमखम दिखाएंगे।

नोएडा में आयोजित ग्रीन नोएडा हाफ मैराथन में बीआरजी के अनुभवी धावक शमशेर ने 50 प्लस आयु वर्ग की 5 किलोमीटर दौड़ में प्रथम स्थान हासिल कर स्वर्णिम जीत दर्ज की। द्वारका में आयोजित इंडियन आर्मी हाफ मैराथन में बीआरजी की महिला धावक किरण नरूला ने 5 किलोमीटर महिला वर्ग में द्वितीय स्थान प्राप्त कर समूह का नाम रोशन किया। इसके साथ ही पुष्कर, बनेश, सरनाम, सागर, सुरेंद्र दलाल, नवनीत दलाल, मेजर कुलवंत, प्रमोद कुमार, रचित, सुनील लोहिया और दीपक छिल्लर सहित कई धावकों ने आगामी टाटा मुंबई मैराथन की तैयारियों के तहत 21 किलोमीटर की अभ्यास दौड़ पूरी की। दिल्ली स्टेट मास्टर्स एथलेटिक्स चैंपियनशिप में ग्रुप के 25 धावकों ने भाग लेकर 18 स्वर्ण पदक, 9 रजत पदक और 12 कांस्य पदक जीते। दीपक छिल्लर ने कहा कि ऐसी लगातार उपलब्धियों से बहादुरगढ़ समेत आसपास के क्षेत्रों के युवा खेल और फिटनेस के प्रति जागरूक व प्रेरित होते हैं।

झज्जर। लोहड़ी पर्व मनाते हुए शिक्षिकाएं। फोटो : हरिभूमि

लोहड़ी व मकर संक्रांति पर्व के उपलक्ष्य में कार्यक्रम

झज्जर। लए सीनियर सैकेंडरी स्कूल में सोमवार को लोहड़ी व मकर संक्रांति पर्व के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्रातःकालीन सभा में स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनिता गुलिया, नीलम दहिया, योजित गुलिया व भविष्य दहिया ने स्कूल सदस्यों, विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों को पर्व की बधाई दी। प्राचार्या निधि कादियान ने विद्यार्थियों को मकर संक्रांति पर्व मनाने की विधि व इतिहास से अवगत कराया। शिक्षिकाओं ने अग्नि प्रज्वलित कर उसके चारों ओर गीत गाते हुए लोहड़ी पर्व मनाया। इस दौरान स्कूल प्रबंधक केएम डागर ने शिक्षकों व विद्यार्थियों में मूंगफली व रेवड़ियां भी वितरित की।

झज्जर। आयोजक टीम सदस्यों के साथ होनहार प्रतिभागी। फोटो : हरिभूमि

राष्ट्रीय कैंप के लिए हरियाणा के 18 विद्यार्थियों में से 10 विद्यार्थी एच डी साल्हावास के चयनित

झज्जर। विद्यार्थी विज्ञान मंथन राज्य स्तरीय कैंप में एच डी साल्हावास के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए पूरे हरियाणा में विद्यालय का नाम रोशन किया है। राज्यभर से चयनित कुल 18 विद्यार्थियों में से 10 विद्यार्थी एच डी साल्हावास से चयनित होना बड़ी उपलब्धि है। राज्य कैंप में उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर चयनित ये सभी विद्यार्थी अब नेशनल स्तर के वीवीएम कैंप में हरियाणा का प्रतिनिधित्व करेंगे। विद्यालय के एनटीएसई एक्सपर्ट आशीष यादव ने बताया कि कक्षा 11वीं में अंकिता ने पूरे हरियाणा में प्रथम स्थान, भावना ने द्वितीय स्थान व अंशिका ने तृतीय स्थान हासिल किया। वहीं कक्षा 10वीं में मोनिका पूरे हरियाणा में द्वितीय स्थान व साधना ने तृतीय स्थान हासिल किया। इसी प्रकार कक्षा 9वीं में खुशी ने पूरे हरियाणा में प्रथम, हिमांशी ने द्वितीय स्थान व तेजस धनखड़ ने तृतीय स्थान हासिल किया। इसके अलावा कक्षा 7वीं में कशिश ने पूरे हरियाणा में द्वितीय स्थान व यश ने तृतीय स्थान प्राप्त करके स्कूल व अपने अभिभावकों का नाम रोशन किया है।

लोहड़ी पर्व का उत्साह, शहर में जगह-जगह सजी मूंगफली, रेवड़ी व गज्जक की स्टॉलें

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

लोहड़ी पर्व को लेकर लोगों में उत्साह बना हुआ है। शहर में कड़ाके की ठंड के बीच मूंगफली व गजक व रेवड़ियों की स्टॉल जगह-जगह लगी हुई है। लोगों द्वारा त्यौहार को लेकर खरीददारी की जा रही है। पंजाबी समाज के लोगों द्वारा लोहड़ी पर्व को लेकर तैयारियां पूरी कर ली गई है। जिन घरों में हाल ही में शादियां हुई है या जिनके घर नवजात शिशु का आगमन हुआ है वे नए साल के इस पहले त्यौहार को मनाने के लिए खासे उत्सुक हैं।

त्यौहार को लेकर शहर के बीकानेर चौक, अंबेडकर चौक, तहसील मोड, भगत सिंह चौक, यादव धर्मशाला मोड आदि स्थानों पर मूंगफली व गज्जक आदि की स्टॉले लगी हुई हैं वहीं बेकरी की दुकानों पर भी विशेष पैकिंग में सामान मिल रहा है।

झज्जर। शहर के बीकानेर चौक पर सजी मूंगफली की स्टॉल। फोटो : हरिभूमि

गुजरात की स्पेशल मोटी मूंगफली ग्राहकों की पसंद

बीकानेर चौक पर मूंगफली, रेवड़ी व गज्जक की स्टॉल लगाने वाले अली खान व बॉबी ने बताया कि उनके यहां मूंगफली 120 रुपये प्रति किलोग्राम, रेवड़ी 140 रुपये प्रति किलोग्राम तथा गज्जक 120 रुपये प्रति किलोग्राम के हिसाब से बेची जा रही है। गुजरात की स्पेशल मोटी मूंगफली को भी ग्राहकों द्वारा पसंद किया जा रहा है जो उनके यहां 140 रुपये प्रति किलोग्राम में बेची जा रही है।

जेजेपी ने उठाई बुढ़ापा पेंशन वृद्धि की मांग

झज्जर। जेजेपी की जिला इकाई ने प्रदेश सरकार से बुजुर्गों के सम्मान में दी जाने वाली पेंशन में वृद्धि किए जाने की मांग उठाई है। जिला प्रेस प्रवक्ता विकास पाराशर ने कहा कि यह एक तरह से बुजुर्गों की पेंशन नहीं बल्कि उनका सम्मान है जिसे समय-समय पर महंगाई के हिसाब से बढ़ाया जाना बेहद जरूरी है। महंगाई को ध्यान में रखते हुए सरकार को पेंशन में पांच सौ रुपये की वृद्धि करनी चाहिए। सरकार द्वारा अभी तक पेंशन वृद्धि को लेकर कोई ठोस घोषणा नहीं की गई जिस कारण बुजुर्ग लाभार्थियों में निराशा है। उन्होंने मांग की है कि मकर संक्रांति के अवसर पर पेंशन वृद्धि की घोषणा कर बुजुर्गों के सम्मान बनाए रखना चाहिए। उन्होंने कहा कि यदि सरकार ने जल्द कोई सकारात्मक फैसला नहीं लिया तो, पार्टी आंदोलन का रास्ता अपनाने पर मजबूर होगी।

भट्टी गेट क्षेत्र में चला नई केबल डालने का कार्य, सात घंटे बाधित रही बिजली

झज्जर। भट्टी गेट क्षेत्र में सोमवार को बिजली निगम कर्मचारियों द्वारा केबल बदलने का कार्य किया गया। जिस कारण क्षेत्र की बिजली गुल रही। ऐसे में दोपहर करीब एक बजे बंद की गई बिजली सप्लाई देर शाम सात बजे सुचारू हो पाई। बिजली निगम अधिकारियों द्वारा इस संबंध में भट्टी गेट फीडर के बिजली उपभोक्ताओं से संबंधित व्हाट्सअप ग्रुप में बिजली बाधित होने की सूचना डाल दी गई थी। करीब पौने एक बजे डाली गई इस सूचना में बताया गया कि बीकानेर चौक पर ट्रांसफर बंद हैं। आरडीएसएस वाले केबल डाल रहे हैं। शाम छह बजे तक सप्लाई बंद रहेगी। इसके बाद करीब साढ़े बजे और दो घंटे बिजली बाधित रहने का मैसेज डाला गया। कालोनीवासियों ने बताया कि शाम करीब सात बजे बिजली व्यवस्था सुचारू हो पाई। इस कारण आमजन के साथ-साथ दुकानदारों को भी परेशानी का सामना करना पड़ा।

झज्जर। भट्टी गेट में तार बदलने के कार्य में जुटे कर्मचारी व सड़क पर पड़ी केबल।

असंतुलित ट्रक डिवाइडर से टकराया, चालक गंभीर

झज्जर। गांव दादरी तोए के नजदीक एक असंतुलित ट्रक डिवाइड से जा टकराया। जिस कारण चालक को गंभीर चोटें आई है। गंभीर रूप से घायल हुए ट्रक चालक को राहगीरों द्वारा उपचार के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल भिजवाया गया। घायल व्यक्ति की पहचान राजस्थान के तिजारा निवासी आमीन पुत्र रुस्तम के तौर पर हुई है। आमीन ने बताया कि वह गुरुग्राम से डस्ट खाली कर जब चरखी दादरी जा रहा था तो दादरी तोए गांव के नजदीक अचानक जेसीबी द्वारा कट लगाने के कारण उसका ट्रक अंसतुलित हो गया। जिस कारण वह डिवाइडर से जा टकराया। इस घटना में उसे पेट में चोट आई है। चिकित्सकों द्वारा आमीन की गंभीर हालत को देखते हुए उसे प्राथमिक उपचार के बाद रोहतक पीजीआई रेफर कर दिया गया।

रिटायर्ड पुलिस कर्मी की हालत गंभीर

झज्जर। गांव में कबलाना में रिटायर्ड पुलिसकर्मी को गोली मार कर घायल करने के मामले में पुलिस द्वारा आरोपी व्यक्ति को पकड़ने के लिए दबिश दी जा रही हैं। मामले के जांच अधिकारी राजेश ने बताया कि आरोपी का मोबाइल बंद आ रहा है। उसकी लोकेशन ट्रैस करने के प्रयास किए जा रहे हैं। घायल जगजीत को उसके परिजनों द्वारा दिल्ली के एक निजी अस्पताल में दाखिल कराया गया है। शीघ्र ही आरोपी को पकड़ लिया जाएगा। बता दें कि रविवार की कबलाना गांव के भदानी रोड पर करीब सत्तर वर्षीय सेवानिवृत्त पुलिसकर्मी जगजीत को गांव के ही व्यक्ति जगमिंद्र उर्फ छोटा ने गोली मार कर घायल कर दिया था। इसके बाद गंभीर रूप से घायल जगजीत को उपचार के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल लाया गया था। जहां चिकित्सकों ने उसकी गंभीर हालत को देखते हुए उसे रोहतक पीजीआई रेफर कर दिया था।

जानलेवा हमला करने के मामले में चार आरोपी गिरफ्तार

झज्जर। गांव रेढूवास में एक युवक पर जानलेवा हमला करने मामले में कार्रवाई करते हुए चार आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। सीआईए प्रभारी कर्मवीर ने बताया कि हर्ष कुमार गौतम निवासी बहादुरगढ़ दस जनवरी को अपनी नानी को लेने के लिए गांव रेढूवास गया था। इसी दौरान गांव में पहले से चली आ रही जमीन विवाद की रंजिश के चलते कुछ लोगों ने उसका रास्ता रोक लिया। आरोप है कि हमलावरों ने पहले हर्ष कुमार के साथ मारपीट की और बाद में उस पर फायरिंग कर दी। गनीमत रही कि फायरिंग के दौरान हर्ष बाल-बाल बच गया और उसे कोई गोली नहीं लगी। बाद में हर्ष की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया। मामले में कार्रवाई करते हुए चार आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। आरोपियों की पहचान देवेंद्र निवासी कसौली, जिला रेवाड़ी, दीपांशु निवासी छुरियावास जिला रेवाड़ी, नवीन निवासी रेढूवास और प्रवीण निवासी भिंडावास के रूप में हुई है।

संस्कारम में हुई कौशल विकास व आपदा मित्र शिविर की शुरुआत

मैकेनिकल मोटर इंजीनियरिंग व पेंटिंग के गुर सिखाए

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

संस्कारम पब्लिक स्कूल खातीवास में राज्यभर से पहुंचे एनसीसी कैडेट्स के लिए कौशल विकास एवं आपदा मित्र प्रशिक्षण शिविर की शुरुआत की गई है। 20 जनवरी तक चलने वाले कैंप में कैडेट्स को भविष्य की तकनीकी चुनौतियों और आपातकालीन स्थितियों के लिए तैयार रहने बारे प्रशिक्षण दिया जा रहा है।

सोमवार को कैडेट्स को मैकेनिकल मोटर इंजीनियरिंग और पेंटिंग के गुर सिखाने के अलावा आपदा प्रबंधन की महत्वपूर्ण बारीकियों से रूबरू कराया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता आठ बटालियन हरियाणा एनसीसी रेवाड़ी के कमांडिंग ऑफिसर वीरेंद्र मोहन सिंह ने की। उनके साथ सूबेदार मेजर राकेश कुमार, हवलदार किशन सिंह, सुरेंद्र व श्रवण, एएनओ डॉक्टर अल्पना, सीजीआई प्रियंका जैसे अनुभवी अधिकारियों की टीम कैडेट्स का मार्गदर्शन कर रही है।

संस्कारम ग्रुप ऑफ स्कूल्स के चेयरमैन डॉक्टर महिपाल ने अपने संबोधन में कहा कि शिक्षा केवल किताबी ज्ञान तक सीमित नहीं है, बल्कि वास्तविक शिक्षा वह है जो हमें समाज की सेवा और देश की सुरक्षा के लिए सक्षम बनाए। एनसीसी का यह शिविर युवाओं में न केवल अनुशासन पैदा करता है, बल्कि उन्हें आत्मनिर्भर बनाने के लिए तकनीकी कौशल भी प्रदान कर रहा है। आज के दौर में कौशल विकास युवाओं के लिए सफलता की कुंजी है और आपदा मित्र के रूप में प्रशिक्षित होकर ये कैडेट्स किसी भी संकट के समय समाज के लिए एक ढाल का काम करेंगे। उन्होंने सभी कैडेट्स के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। कैडेट्स को संबोधित करते हुए विषय विशेषज्ञ। फोटो : हरिभूमि

बहादुरगढ़। जनसंपर्क के दौरान ग्रामीणों के बीच विधायक राजेश जून।

विधायक ने खैरपुर व मुकुंदपुर में किया जनसंपर्क

बहादुरगढ़। विधायक राजेश जून ने गांव खैरपुर व मुकुंदपुर में किए गए जनसंपर्क अभियान के दौरान बताया कि पिछले एक वर्ष के दौरान विकास कार्यों ने नई गति पकड़ी है। ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में सड़क, बिजली, सीवरेज, पेयजल सहित मूलभूत सुविधाओं से जुड़े अनेक विकास कार्य पूरे हो चुके हैं। कई महत्वपूर्ण परियोजनाएं प्रगति पर हैं, जो शीघ्र ही पूर्ण होंगी। जनसंपर्क अभियान के दौरान विधायक राजेश जून का गांव खैरपुर और मुकुंदपुर में पहुंचने पर भव्य स्वागत किया गया। राजेश जून ने कहा कि वार्षिक जनसंपर्क अभियान के तहत वे जनता के बीच जाकर पिछले एक वर्ष में कराए गए विकास कार्यों की जानकारी दे रहे हैं। जनप्रतिनिधि और जनता के बीच सीधा संवाद विकास की गति बढ़ाता है। विधायक ने ग्रामीणों की समस्याएं भी ध्यानपूर्वक सुनीं और समाधान का आश्वासन दिया। उन्होंने दोहराया कि सीएम नायब सिंह सैनी के कुशल नेतृत्व में पूरे प्रदेश के साथ बहादुरगढ़ विधानसभा में भी विकास कार्य तेज गति से हो रहे हैं। मुख्यमंत्री ने प्राथमिकता के आधार पर हलके के कामों को स्वीकृति देते हुए बजट भी उपलब्ध कराया है।