हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार 14 मई 2026

होनहारों ने चढ़ीं सफलता की सीढ़ियां

सीबीएसई की 12वीं की परीक्षा में जिले के विद्यार्थियों का शानदार रहा परिणाम

एलए स्कूल के 38 विद्यार्थी मेरिट में आए

हरिभूमि न्यूज/झज्जर। एलए सीनियर सेकेंडरी स्कूल में सीबीएसई की बारहवीं कक्षा के परिणामों में कला संकाय में छात्रा रिद्धि ने 96.4 व स्नेहा ने 96.2, कॉमर्स संकाय में प्रांजलि ने 96.4 प्रतिशत, साइंस स्ट्रीम में निकिता सिंह व सविता ने 91.4 प्रतिशत अंक हासिल कर विद्यालय में टॉप किया। इनके अलावा कनिका, रूपांशु, हर्षिता, निकिता व मनीषा ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किए। संस्था प्रबंधक केएम डागर व प्राचार्या निधि कादियान ने बताया कि परीक्षा देने वाले 76 विद्यार्थियों में से 38 ने मेरिट में अपना स्थान बनाया। इस उपलब्धि पर स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनीता गुलिया, नीलम दहिया, योजित गुलिया व भविष्य दहिया ने शिक्षकों व अभिभावकों को बधाई दे उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

- संबंधित खबरें पेज 11 व 12 पर

खबर संक्षेप

बूंदाबांदी के बाद बढ़ी गर्मी, रात को पड़े ओले

बहादुरगढ़। लगातार बढ़ रही गर्मी के बीच बुधवार सुबह मौसम ने अचानक करवट ली। सुबह के समय आसमान में बादल छा गए और कुछ मिनट तक हल्की बूंदाबांदी हुई। बूंदाबांदी से लोगों को राहत मिलने की उम्मीद थी, लेकिन इसके बाद गर्मी और अधिक बढ़ गई। दिन चढ़ने के साथ तेज धूप ने लोगों को बेहाल कर दिया। दोपहर के समय चिलचिलाती धूप के कारण बाजारों और सड़कों पर आवाजाही भी कम दिखाई दी। वहीं, देर रात कुछ देर हुई ओलावृष्टि ने एक बार फिर मौसम बदल दिया। मौसम विभाग के अनुसार, आने वाले दिनों में तापमान में और बढ़ोतरी हो सकती है। गर्मी के साथ उमस भी लोगों को परेशान करेगी।

बिजली उपभोक्ताओं की रोहतक में सुनवाई आज

झज्जर। उपभोक्ताओं की बिजली एवं बिजली बिल से जुड़ी विभिन्न समस्याओं के निवारण के उद्देश्य से वीरवार को सुबह 11 बजे से दोपहर एक बजे तक पावर हाउस, रोहतक स्थित कॉन्फ्रेंस हॉल में सुनवाई की जाएगी। चेयरमैन चीफ इंजीनियर जोनल फॉर्म रोहतक उपभोक्ताओं की समस्याएं सुनेंगे।

अनुसरण महाराज का शहर में मंगल प्रवेश

बहादुरगढ़। परम पूज्य मुनि श्री 108 अनुसरण सागर महाराज (संसंघ) का बहादुरगढ़ में मंगल प्रवेश हुआ। बैंड-बाजों एवं जयघोष के बीच जटवाड़ा मोहल्ला स्थित पदमप्रभु दिगंबर जैन मंदिर तक मुनि श्री का विहार संपन्न हुआ। सेक्टर-6 से प्रारंभ हुए मंगल प्रवेश में बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल हुए तथा भक्ति एवं श्रद्धा के वातावरण में मुनिश्री का स्वागत किया। मुनिश्री के पावन सानिध्य में प्रतिदिन प्रातः एवं सायंकाल प्रवचन, गुरु भक्ति का आयोजन किया जाएगा। 15 मई को भगवान शांतिनाथ के मोक्ष कल्याणक के पावन अवसर पर प्रातः 6 बजे से शांति विधान का भव्य आयोजन होगा।

हड़ताली सफाई कर्मियों ने कचरा उठा रही ट्राली जबरदस्ती दोबारा खाली करवाई

खुद उठाएंगे न दूसरों को कूड़ा उठाने देंगे

अब रात में भी धरना देंगे सफाई कर्मचारी

झज्जर। रात्रि के समय नगर परिषद परिसर में नारेबाजी करते सफाई कर्मचारी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

विभिन्न लंबित मांगों को लेकर संघर्ष कर रहे नगर परिषद के सफाई कर्मचारियों की हड़ताल लगातार 13वें दिन भी जारी रही। वहीं, लगातार दूसरे दिन हड़ताली सफाई कर्मचारियों ने कूड़ा उठाने का विरोध किया। सीताराम गेट क्षेत्र से ट्रैक्टर ट्राली में कूड़ाभर ले जाने की सूचना पर नप कर्मचारी मौके पर पहुंच गए और नारेबाजी करने लगे।

कर्मचारियों के विरोध को देखते हुए ट्रैक्टर चालक को वापिस कूड़ा नीचे गिराना पड़ा। कर्मचारियों ने कहा कि जब तक उनकी मांगे पूरी नहीं होती, हड़ताल जारी रहेगी। वहीं, कर्मचारियों ने अब रात के समय भी धरना देने का निर्णय लिया है। इकाई प्रधान शिवम चांवरिया ने बताया कि संघ की प्रमुख मांगों में सफाई कर्मचारियों की नियमित भर्ती, ठेका प्रथा समाप्त करना, कच्चे कर्मचारियों को पक्का करना, समान काम समान वेतन, न्यूनतम 30 हजार रुपये वेतन, सेवानिवृत्ति लाभ, फरीदाबाद के फायर ब्रिगेड कर्मचारी रणबीर व भवीचंद तथा स्थानीय नगर परिषद के पेरोल कर्मचारी राजेश की हुई मौत के बाद उसके आश्रितों को उचित मुआवजा व पक्की नौकरी तथा गुरुग्राम के 3480 कर्मचारियों की बहाली शामिल है।

कचरे के ढेरों के कारण बीमारियां फैलने का डर

बहादुरगढ़। बाजार में सड़क पर दूर तक फैला कचरा, इससे दुकानदारी भी हो रही है प्रभावित।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

नगर परिषद के सफाई कर्मचारियों की हड़ताल 13 दिन से जारी है। एक तरफ सफाई कर्मचारी धरना देकर प्रदर्शन कर रहे हैं तो दूसरी तरफ गंदगी के ढेर शहरवासियों की परेशानी बढ़ा रहे हैं। पार्कों, अस्पतालों, सब्जी मंडी, स्टेडियम आदि के पास जहां स्वच्छ माहौल होना चाहिए, वहां गंदगी के ढेर स्वच्छता के दावों की धज्जियां उड़ा रहे हैं। दुर्गंध से बुरा हाल है और बीमारियां फैलने का डर है। कुछ स्थान तो ऐसे हैं, जहां सुबह-सुबह बच्चे स्कूल जाने के लिए बस का इंतजार करते हैं और कुछ पैदल छात्र भी वहां से गुजरते हैं। ऐसे में उनकी मानसिकता और स्वास्थ्य पर भी बुरा असर डाल रहे हैं। सचिन व आशीष आदि का कहना है कि सरकार और सफाई कर्मचारियों के बीच के इस मसले में आम नागरिक पिस रहा है। यदि कोई बीमारी या महामारी फैल गई तो इसका जिम्मेदार कौन होगा। वहीं, दूसरी तरफ सफाई कर्मचारी अपनी मांगों को लेकर अडिग हैं। विभिन्न सामाजिक व कर्मचारी संगठनों का उनको समर्थन मिल रहा है। बुधवार को भी कई संस्थाओं के पदाधिकारी धरने पर पहुंचे।

> पार्कों, अस्पतालों, मंडी व स्टेडियम के पास कचरे से परेशानी

घटते लिंगानुपात पर तीन एसएमओ और दस एमओ को भेजा नोटिस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

> पीएचसी नूनामाजरा में 654 व पीएचसी जहाजगढ़ में 708 दर्ज किया गया लिंगानुपात

जिले में लगातार घटते लिंगानुपात को लेकर स्वास्थ्य विभाग ने सख्त रुख अपनाया है। सीएमओ डॉक्टर मंजू कादियान ने जिले के तीन एसएमओ और दस एमओ को कारण बताओ नोटिस जारी किए हैं। विभागीय आंकड़ों के अनुसार जनवरी से अप्रैल माह के बीच कई स्वास्थ्य संस्थानों में लिंगानुपात बेहद चिंताजनक पाया गया।

सबसे कम लिंगानुपात पीएचसी नूनामाजरा में 654 दर्ज किया गया, जबकि पीएचसी जहाजगढ़ में 708, मांडोठी में 758, बादली व जहांगीरपुर में 774 तथा छारा में 786 रहा। इसके अलावा बिरोहड़ में 820, दूबलधन में 846, दुजाना में 812 और पाटौदा में 818 लिंगानुपात दर्ज किया गया। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि वे सरपंचों, आशा वर्करों, आंगनबाड़ी वर्कर्स और महिला एवं बाल विकास विभाग के साथ समन्वय स्थापित कर अपने-अपने क्षेत्रों में जागरूकता अभियान चलाएं। गर्भपात के मामलों की रिवर्स ट्रैकिंग करने और गर्भवती महिलाओं की नियमित मॉनिटरिंग के भी निर्देश सीएमओ द्वारा दिए गए हैं।

खेत में की साथी कर्मचारी की हत्या

- पाहसौर गांव के एक वेयर हाउस में नौकरी करता था विकास, पुरानी रंजिश में हत्या करने के दो आरोपी किए गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। गांव पाहसौर में हुई हत्या के मामले में पकड़े गए आरोपी पुलिस टीम के साथ। *फोटो : हरिभूमि*

बुधवार को क्षेत्र के गांव पाहसौर में उस समय सनसनी फैल गई जब ग्रामीणों ने गांव के खेत में एक युवक का शव पड़ा हुआ देखा। बाद में सूचना पुलिस को दी गई। पुलिस टीम मौके पर पहुंची और राहगीरों से मामले की जानकारी लेते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए अस्पताल भिजवाया। मृतक की पहचान क्षेत्र के कस्बा बेरी निवासी विकास उर्फ विक्की पुत्र जयशिव के तौर पर हुई है।

पुलिस को दी शिकायत में मृतक के पिता जयशिव ने बताया कि वह बेरी के हिंदयाण पाना का रहने वाला है। उसका बेटा विकास उर्फ विक्की करीब एक माह से पाहसौर गांव के एक वेयर हाउस में नौकरी करता था। सोमवार की शाम पांच बजे विकास उर्फ विक्की घर से ड्यूटी के लिए निकला था। वह अगले दिन घर नहीं लौटा और बुधवार को उन्हें अपने बेटे की मृत्यु का समाचार मिला। इसके बाद वह परिजनों सहित मौके पर पहुंचा। जयशिव ने आरोप लगाया कि जब उसने अपने स्तर पर मामले की छानबीन की तो पता चला कि विकास के साथ कंपनी में काम करने वाले प्रवीण व अशोक नामक युवकों ने उसकी हत्या की है।

आज कोर्ट में करेंगे पेश

बादली थाना प्रभारी राकेश कुमार ने बताया कि मृतक के पिता जयशिव पुत्र बुधराम निवासी बेरी की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया था। मामले की गंभीरता को देखते हुए पुलिस ने तुरंत विभिन्न पहलुओं पर जांच शुरू की। जांच के दौरान सामने आया कि मृतक की कंपनी में काम करने वाले प्रवीण पुत्र ओमप्रकाश निवासी गांव बादली तथा अमन पुत्र अशोक निवासी गांव एमपी माजरा ने आपसी लड़ाई-झगड़े की रंजिश को लेकर इस वारदात को अंजाम दिया था। मामले में कार्रवाई करते हुए दोनों आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। आरोपियों को वीरवार को बहादुरगढ़ अदालत में पेश किया जाएगा।

5 हजार का इनामी अफीम सप्लायर काबू

बहादुरगढ़। पुलिस की अपराध जांच शाखा-2 ने 5 हजार के इनामी अफीम सप्लायर को गिरफ्तार किया है। आरोपी राजस्थान का रहने वाला है। आरोपी को जेल भेज दिया गया है। सीआईए प्रभारी अमित कुमार के अनुसार, उनकी टीम ने लाइनपार क्षेत्र से 1 किलो 895 ग्राम अफीम सहित 2 आरोपी काबू किए थे। पूछताछ में अफीम तस्करी का कनेक्शन राजस्थान से निकला। मामले में पुलिस ने राजस्थान में दस्तक देते हुए दबिश देनी शुरू की। इस दौरान आरोपी मुकेश को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया गया। वह राजस्थान के चित्तौड़गढ़ का रहने वाला है। जांच में सामने आया कि मुकेश पर राजस्थान पुलिस द्वारा 5 हजार का इनाम घोषित किया गया था। रिमांड समाप्त होने पर आरोपी को अदालत में पेश करके न्यायिक हिरासत में भेज दिया था।

झज्जर नगर परिषद के वार्ड 13 का उपचुनाव

निर्दलीय विकास ने भाजपा के सुधांशु को 295 वोट से हराया

विकास को निर्वाचन प्रमाण पत्र प्रदान करते एआरओ रितु बंसीवाल।

> **1007** वोट विकास के नाम, सुधांशु को मिले 712

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

नगर परिषद वार्ड 13 उपचुनाव को लेकर बुधवार को स्थानीय शहीद रमेश कुमार राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में मतगणना प्रक्रिया शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न हुई। एआरओ रितु बंसीवाल ने बताया कि झज्जर नगर परिषद वार्ड नंबर 13 के उप चुनाव में पार्षद पद के निर्दलीय प्रत्याशी विकास ने 1007 वोट हासिल कर कुल 295 वोटों के अंतर से जीत दर्ज की। दूसरे नंबर पर भाजपा प्रत्याशी सुधांशु को 712 तथा नोटा को कुल आठ वोट मिले। मतगणना उपरांत विजेता रहे प्रत्याशी विकास को सीटीएम ने निर्वाचन प्रमाण पत्र सौंपा।

व्हाट्सएप लिंक पर क्लिक करते ही खाते से डेढ़ लाख रुपये साफ

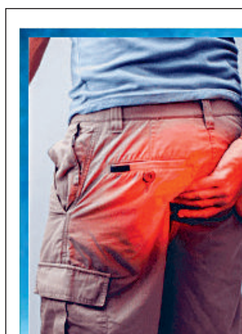
- सेक्टर-2 के निवासी रिशिपाल के साथ वारदात, दो बार में निकले पैसे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

फोन पर मैसेज में यदि अज्ञात नंबर से कोई लिंक आए तो उस पर बिना सोचे-समझे क्लिक न करें। यदि ऐसा करते हैं तो आप ठगी का शिकार हो सकते हैं। बहादुरगढ़ में ऐसा ही एक मामला सामने आया है। यहां एक व्यक्ति के खाते से डेढ़ लाख रुपये निकल गए। पीड़ित ने पुलिस को शिकायत दे दी है। साइबर थाना पुलिस ने अज्ञात ठगों के खिलाफ केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है।

वारदात सेक्टर-2 के निवासी रिशिपाल के साथ हुई है। रिशिपाल का कहना है कि 3 मई को उसके व्हाट्सएप पर एक लिंक आया था। मैंने उस पर क्लिक कर दिया। तब फोन पर किसी तरह का ओटीपी या मैसेज नहीं आया। इसके बाद अगले दिन 4 मई को मकान के दरवाजे लेने दुकान पर गया और पेमेंट के लिए प्रयास किया तो लिमिट पूरी होने का मैसेज आया। फिर खाते की हिस्ट्री चेक की तो पता चला कि खाते से 3 मई को 50 हजार और 4 मई को 1 लाख की निकासी हुई है। फिर ठगी का आभास हुआ।

शातिरों ने व्हाट्सएप पर लिंक भेजकर वारदात को अंजाम दिया है। उधर, पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है। पुलिस ने लोगों से सतर्क रहने की भी अपील की है। साइबर एक्सपर्ट्स की मानें तो साइबर ठग प्रलोभन देते या अन्य किसी कंपनी के नाम पर फिशिंग लिंक भेजते हैं। लोग अनजाने में इन लिंक पर क्लिक कर देते हैं और कुछ लोग इन्हें फारवर्ड करते रहते हैं। इस कारण ठगी की आशंका बढ़ जाती है। लोग सतर्क रहें। किसी भी अंजान लिंक पर क्लिक करने से बचें।



बिना चीर-फाड़

Anorectal Diseases
Piles, Fistula,
Fissure Etc.

गुदा रोगों
बवासीर, भगन्दर,
फिशर आदि

क्षारसूत्र, पंचकर्म से पक्का इलाज
जड़ से खत्म - दोबारा न हो

हर शनिवार फ्री चैकअप कैंप
सुबह 10 बजे से 2 बजे

कैंप में क्षारसूत्र/प्रोसीजर मात्र Rs. 10,000* में

आयें, इलाज करायें, शाम को घर जायें
इलाज के अगले दिन काम पर जायें

*लैब/दवा खर्च अलग, बिना दाखिला के

Qualified Expert
Dr. Meenakshi BAMS, M.S. (Shalya)
अथर्व में प्रतिदिन मिलते हैं

अथर्व™ आयुर्वेद मल्टीस्पेशलिटी अस्पताल
छोटू राम स्टेडियम के सामने, सोनीपत रोड़, रोहतक

01262-257211, 8053928881, 8053508881

चुनाव | बीसीसीआई के निवर्तमान प्रधान व टीम प्रोग्रेसिव फ्रंट में छिड़ी जुबानी जंग

150 कथित वोटों के सहारे चुनाव जीतने का प्रयास : गर्ग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

औद्योगिक संस्था बहादुरगढ़ चैंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज के चुनावों को लेकर निवर्तमान अध्यक्ष सुभाष जग्गा और टीम प्रोग्रेसिव फ्रंट के प्रवीण गर्ग के बीच आरोप-प्रत्यारोप का दौर शुरू हो गया है।

टीम प्रोग्रेसिव फ्रंट के प्रवीण गर्ग का कहना है कि उन्हें किसी पद का कोई व्यक्तिगत लालच नहीं है। सभी उद्योगपतियों का निर्णय सर्वमान्य होगा। उन्होंने कहा कि 11 वर्षों के बाद भी लगभग 150 कथित फर्जी वोटों के सहारे चुनाव कराने का प्रयास किया गया। उन्होंने वर्ष 2010 में अलग से फुटवियर पार्क एसोसिएशन बनाने के औचित्य पर सवाल उठाए। उन्होंने कहा कि चुनाव कार्यक्रम 13 अप्रैल से तय था, लेकिन इसकी जानकारी 28 अप्रैल को दी गई। बंद हो चुके उद्योग, बिक चुकी इकाइयों और अनुपस्थित व्यक्ति के वोट बनाने के अलावा फर्म सोसायटी रजिस्ट्रार द्वारा बनाई जांच समिति के समक्ष रिकॉर्ड प्रस्तुत करने में देरी करने पर सवाल खड़े किए। एक ही दिन में बार-बार मतदाता सूची में संशोधन को गलत करार दिया। उन्होंने कहा कि चुनाव हमारी वजह से नहीं रुके।

प्रवीण गर्ग

चैंबर हथियाने को इसे राजनीति का अखाड़ा बना रहे : जग्गा

सुभाष जग्गा

बीसीसीआई के निवर्तमान प्रधान सुभाष जग्गा ने वीडियो जारी करते हुए कहा था कि हर चुनाव में गत 3 सालों के काम का विश्लेषण किया जाता है। हमने ट्रांसपोर्ट यूनियन को सरकार व अधिकारियों के सहयोग से खत्म करवाया। कोविड में उद्यमियों की हर संभव सहायता की। बिजली आपूर्ति व्यवस्था को सुधरवाया। फुटवियर कलस्टर को देखने दूसरे राज्यों से लोग आते हैं। लगातार चंडीगढ़ के चक्कर काटकर औद्योगिक क्षेत्र की समस्याओं का समाधान करवाया। चैंबर हमारे लिए मंदिर के समान है। बीसीसीआई के खात्मे के लिए दूसरे पक्ष ने कोबी का गठन किया। अब फिर उन्होंने चैंबर की कुर्सी हथियाने के लिए इसे राजनीति का अखाड़ा बना दिया है। चुनाव आते जाते रहेंगे लेकिन राजनीतिक आक्षेप अनुचित हैं। इन्होंने पहले भी बीसीसीआई चुनावों को अदालत में चुनौती दी। इनका काम केवल विकास में बाधा डालना और परेशान करना है। हमने खूब काम करवाए हैं और आगे भी औद्योगिक क्षेत्र का विकास करवाएंगे। हमें कामों के दम पर ही जीत हासिल होगी।

कई हेल्थ डाटा के अनुसार दुनिया में 30 से 80 वर्ष की आयु वाले 1.4 बिलियन से अधिक लोग हाइपरटेंशन से ग्रस्त हैं। यह गंभीर चिंताजनक इसलिए भी है कि इससे कई दूसरी प्रॉब्लम्स होने लगती हैं। ऐसे में जरूरी है कि हाई बीपी को लेकर आप पूरी तरह अवेयर रहें। इस बारे में कुछ यूजफुल सजेशंस।

कई प्रॉब्लम्स की वजह बन सकता है हाई बीपी

मेडिकल सजेशन

डॉ. विपुल गुप्ता

सीनियर कंसल्टेंट-कार्डियोलॉजिस्ट

नई दिल्ली

आज के दौर में हाइपरटेंशन यानी हाई बीपी को कॉमन डिजीज माना जाता है। लेकिन इसे लेकर लापरवाही बरतना ठीक नहीं है क्योंकि इसकी वजह से शरीर में कई अन्य गंभीर समस्याएं पैदा हो सकती हैं।

क्या होता है हाइपरटेंशन: एक हेल्दी एडल्ट व्यक्ति का अपर या सिस्टोलिक ब्लड प्रेशर 120 एमएम एचजी और लोअर या डायस्टोलिक ब्लड प्रेशर 80 एमएम एचजी होता है। अगर लोअर रीडिंग 85 से अधिक और अपर रीडिंग 120 से अधिक हो तो उसे हाई बीपी कहते हैं। अगर यह रीडिंग 140/100 एमएम एचजी से अधिक हो तो इसे हाइपरटेंशन ग्रेड वन कहते हैं। अगर यह रीडिंग 170/110 एमएम एचजी से अधिक हो तो इसे ग्रेड टू हाइपरटेंशन कहते हैं।

माना जाता है साइलेंट किलर: अगर कोई व्यक्ति हाइपरटेंशन से ग्रस्त है तो रेग्युलर मॉनिटरिंग और डॉक्टर के कंसल्टेशन से दवा लेकर इसे कंट्रोल करना चाहिए। ऐसा न करने पर इसका बुरा असर कई अंगों पर पड़ सकता है। हार्ट, किडनी और आइज पर बुरा असर पड़ सकता है। पेशेंट को पैरालाइसिस होने का रिस्क रहता है, उसकी आंखों की रोशनी जा सकती है और उसको हार्ट अटैक भी हो सकता है। इसीलिए हाइपरटेंशन को साइलेंट किलर कहते हैं।

इन्हें होता है ज्यादा रिस्क: हाइपरटेंशन होने का रिस्क उन लोगों को ज्यादा होता है, जिनका बॉडी वेट अधिक होता है, जिनकी हाई बीपी की फैमिली हिस्ट्री है, जो स्मोकिंग करते हैं, जिनको डायबिटीज है या जिनकी लाइफस्टाइल अनहेल्दी है।

प्रमुख लक्षण: आपको उन लक्षणों के बारे में भी जरूर जानना चाहिए, जो हाइपरटेंशन की वजह से हो सकते हैं। इनमें शामिल हैं- सिरदर्द, थकावट, घबराहट, बेचैनी, सुस्ती, वॉमिटिंग, आंखों से धुंधला दिखना। अगर बीपी बहुत ज्यादा हो तो नाक से ब्लीडिंग भी हो सकती है। चेस्ट में दर्द, सांस लेने में परेशानी महसूस हो सकती है।

ऐसे करें बीपी कंट्रोल: इसे कंट्रोल करने के लिए पेशेंट को रेग्युलर अपना बीपी, शुगर लेवल और कॉलेस्ट्रॉल चेक करवाते रहना चाहिए। अपनी लाइफस्टाइल हेल्दी रखनी चाहिए। हेल्दी डाइट लें, कॉमन आयोडाइज्ड सॉल्ट का सेवन डेली 5 ग्राम से अधिक नहीं करना चाहिए। कुछ लोग सेंधा नमक का सेवन करते हैं, लेकिन उसे भी कम लेना चाहिए क्योंकि उसमें पोटेशियम की मात्रा ज्यादा होती है। ग्रीन वेजिटेबल्स और प्रोटीन का सेवन करें, इससे वेट कंट्रोल रहेगा। मोनोअनसैचुरेटेड फैट जैसे ऑलिव ऑयल, कैनोला ऑयल और मस्टर्ड ऑयल का सेवन करना चाहिए।

ट्रीटमेंट में न बरतें लापरवाही: अगर लाइफस्टाइल और डाइट सुधारने के बाद भी बीपी नॉर्मल नहीं हो पा रहा है तो डॉक्टर से कंसल्ट करें। उनकी बताई दवा रेग्युलर लेनी चाहिए। ट्रीटमेंट में लापरवाही से दूसरे अंगों पर बुरा असर पड़ सकता है। अगर कोई व्यक्ति डायबिटिक है और उसे हाई बीपी भी है तो उसे और भी अवेयर रहना चाहिए।

बचाव के उपाय: हाइपरटेंशन से बचने के लिए हेल्दी लाइफस्टाइल फॉलो करें। फास्ट फूड और जंक फूड अवॉयड करें। अपना बॉडी वेट कंट्रोल रखें। बहुत मीठा और बहुत नमक वाली चीजें न खाएं। स्मोकिंग और एल्कोहल का सेवन न करें। रेग्युलर वर्कआउट करना, रोज अच्छी नींद लेना भी बीपी कंट्रोल करने में सहायक है। *

प्रस्तुति: विज्ञान भूषण

स्पेशल: वर्ल्ड हाइपरटेंशन-डे, 17 मई

बीते कुछ वर्षों में वयस्क और बुजुर्गों के अलावा बच्चे भी हाइपरटेंशन की गिरफ्त में आने लगे हैं। यह एक गंभीर समस्या है क्योंकि इससे बच्चों की फ्यूचर लाइफ प्रभावित हो सकती है। ऐसे में यह जानना बहुत जरूरी है कि बच्चों में हाइपरटेंशन क्यों होता है, इसके क्या लक्षण हैं, इसका क्या उपचार है और इससे बच्चों को कैसे बचाया जा सकता है?

सीरियस हेल्थ इश्यू चाइल्डहुड हाइपरटेंशन

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. मनीषा चक्रवर्ती

सीनियर कंसल्टेंट-पीडियाट्रिक कार्डियोलॉजी

मैरिंगो हॉस्पिटल्स, फरीदाबाद

पहले ऐसा माना जाता था कि हाइपरटेंशन बड़े और बुजुर्गों की बीमारी है, लेकिन आज के समय बच्चों में भी हाई ब्लड प्रेशर जैसी गंभीर समस्या तेजी से बढ़ रही है। अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन की रिपोर्ट के हिसाब से जिस उम्र में बच्चों का समुचित विकास होना चाहिए, उस उम्र में उन्हें हाई ब्लड प्रेशर जैसी बीमारी घेर रही है। विडंबना है कि ज्यादातर पैरेंट्स इसके लक्षणों को आए दिन होने वाली दूसरी बीमारी मानकर नजरअंदाज कर देते हैं और बीपी चेक कराने में लापरवाही करते हैं। विशेषज्ञ मानते हैं कि इसी वजह से 9 प्रतिशत से ज्यादा बच्चों में ब्लड प्रेशर हाई होने का पता नहीं चल पाता, जो भविष्य में गंभीर बीमारियों का कारण बन सकता है। यह गंभीर चिंता का विषय है।

चिंताजनक हैं आंकड़े: डब्ल्यूएचओ के अनुसार भारत में हर 100 में से 7-8 बच्चे हाइपरटेंशन से जूझ रहे हैं। द लैंसेट चाइल्ड एंड एडोलसेंस हेल्थ जर्नल में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार पिछले दो दशकों में बच्चों में हाई ब्लड प्रेशर के मामले लगभग दो गुने हो चुके हैं। वर्ष 2000 में जहां बच्चों में हाई बीपी का आंकड़ा करीब 2-3 प्रतिशत था, वहीं वर्ष 2020 तक यह बढ़कर 6 प्रतिशत से भी ज्यादा हो गया है। बच्चों को हाइपरटेंशन की समस्या किसी भी उम्र में (जन्मजात विकार होने पर नवजात शिशु में भी) हो सकती है। लेकिन सबसे ज्यादा 10-15 साल के बच्चे इसके शिकार होते हैं। जर्नल ऑफ द अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन के अनुसार बचपन में हाइपरटेंशन होने से व्यक्ति के जीवन के अगले पांच दशकों में दिल की बीमारी से होने वाली मौत का जोखिम 40-50 प्रतिशत बढ़ सकता है।

क्या होता है ब्लड प्रेशर: असल में ब्लड प्रेशर का संबंध हमारे हार्ट से है। हार्ट हमारे शरीर में एक पंप के रूप में काम करता है और ब्लड का सर्कुलेशन पूरे शरीर में करता है। ब्लड सर्कुलेशन के समय ब्लड आर्टरीज या ब्लड वेसल्स में पड़ने वाले प्रेशर को ब्लड प्रेशर कहते हैं। जब हार्ट ब्लड को पंप करता है, तब प्रेशर ज्यादा होता है, जिसे सिस्टोलिक ब्लड प्रेशर कहा जाता है। दूसरी हार्टबीट से पहले हार्ट रिलेक्स मोड में ब्लड अपने अंदर ले रहा होता है। तब ब्लड प्रेशर कम होता है जिसे डायस्टोलिक ब्लड प्रेशर कहते हैं। शरीर की संरचना और आयु के हिसाब से ब्लड प्रेशर में अंतर होता है। ब्लड प्रेशर बीपी इंस्ट्रूमेंट, स्फिगनोमेनोमीटर इंस्ट्रूमेंट से मापा जाता है। इंस्ट्रूमेंट में आई ऊपर वाली रीडिंग सिस्टोलिक ब्लड प्रेशर और नीचे वाली रीडिंग डायस्टोलिक ब्लड प्रेशर कहलाती है। अमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक्स ने बच्चों में हाइपरटेंशन मापने का अलग पैमाना सेट किया है। बच्चे की उम्र, लिंग और लंबाई के अनुसार अलग बीपी चार्ट बनाया गया है, जिसके आधार पर बच्चे का ब्लड प्रेशर की रेंज दी गई है। जैसे- नवजात शिशु में 60/40 मिमी. एचजी, एक साल में 80/60 मिमी. एचजी और उससे ऊपर नॉर्मल बच्चे में 90/60 मिमी. एचजी और 14-15 साल के बाद वयस्कों की नॉर्मल रेंज आ जाती है यानी 120/80 मिमी. एचजी। इनसे ज्यादा रेंज होने पर हाई ब्लड प्रेशर या हाइपरटेंशन की स्थिति मानी जाती है।

ब्लड प्रेशर चेक कराना जरूरी: अमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक्स के अनुसार आमतौर पर सभी बच्चे 3 साल की उम्र तक रेग्युलर चेकअप के लिए पिडियाट्रीशियन डॉक्टर के पास जाते हैं। अन्य चेकअप्स के साथ उनका बीपी मापना कंपल्सरी है। अगर बीपी ज्यादा आता है, तो समय-समय पर यानी दो-तीन महीने में चेक कराना जरूरी है, क्योंकि जरूरी नहीं कि हाई ब्लड प्रेशर के सिंप्टम्स भी दिखें। अकसर यह साइलेंट किलर की तरह शरीर में धीरे-धीरे बढ़ता रहता है और बच्चे की हालत बिगड़ने के बाद ही पता चल पाता है।

हाई बीपी के लक्षण: बच्चे को सिरदर्द होना या चक्कर आना, देखने में दिक्कत हो रही है, पैरों में दर्द, लेग-क्रैंप्स होना, चलने या खेलने पर जल्दी थकान होना, पेट में दर्द होना, यूरिन करने में परेशानी होना, घबराहट होना, चिड़चिड़ापन होना, नींद न आना जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

क्या होते हैं कारण: बच्चों में हाई बीपी के कई कारण हो सकते हैं जैसे-जेनेटिक या फैमिली हिस्ट्री होना। जन्मजात हार्ट की बनावट में खराबी होना जैसे- एओर्टा आर्टरीज (महाधमनी) में संकुचन होना। हार्ट मसल्स का कमजोर होना। हार्ट आर्टरीज पर प्रेशर पड़ने से उनके अंदर की लाइनिंग ब्लॉक होना। किडनी की आर्टरीज का ठीक से न बना होना या संकुचित होना। बुखार की वजह से शरीर की ब्लड वेसल्स में सूजन आना। गलत खान-पान जैसे- सोडियम रिच फास्ट या जंक फूड्स या फैटी फूड का अधिक सेवन, नमक का सेवन अधिक करना। अनियमित और आरामपरस्त जीवनशैली। फिजिकल एक्टिविटीज या रेग्युलर एक्सरसाइज की कमी। पढ़ाई और करियर को लेकर तनाव होना।

क्या होता है असर: बच्चे में अगर लंबे समय तक हाई ब्लड प्रेशर रहता है, तो उसके कारण हार्ट में हाइपरट्रॉफी की समस्या हो जाती है। इसमें हार्ट मसल्स की थिकनेस बढ़ जाती हैं, जिससे हार्ट की पंपिंग पर असर पड़ता है या डायस्टोलिक फंक्शन धीरे-धीरे कम हो जाता है। ब्रेन, हार्ट, आइज, किडनी को नुकसान पहुंचने की संभावना रहती है। बढ़ा हुआ बीपी धीरे-धीरे हार्ट की धमनियों पर दबाव डालता है, जिससे हार्ट डिजीज होने या हार्ट अटैक होने की आशंका रहती है। आर्टरीज फट सकती हैं और उनमें क्लॉटिंग होने से ब्रेन हैमरेज या ब्रेन स्ट्रोक हो सकता है। किडनी डैमेज होने का खतरा बढ़ जाता है।

क्या है उपचार: अगर ब्लड प्रेशर बार-बार हाई आ रहा हो या उसकी हार्ट की पंपिंग कम हो रही हो तो बच्चे को ज्यादा एक्टिविटीज करने से मना किया जाता है और उसे आईवी यानी नस के माध्यम से मेडिसिन दी जाती हैं। बच्चे के नॉर्मल होने पर ओरल लिक्विड मेडिसिन पानी में मिलाकर दी जाती है। साथ ही डॉक्टर मरीज को यथासंभव लाइफस्टाइल मॉडीफिकेशन करने की भी सलाह देते हैं जैसे- बीपी रेग्युलर चेक कराने, प्रोसेस्ड जंक फूड या ऑयली फूड से परहेज, कम नमक वाला खाना खाने, रेग्युलर कार्डियक एक्सरसाइज करना।

मेडिसिन आमतौर पर लंबे समय तक चलती हैं लेकिन कई मामलों में बच्चे का ब्लड प्रेशर नॉर्मल हो जाता है या फिर हार्ट की बनावट में सुधार होने या किडनी की बीमारी ठीक होने के बाद बीपी कंट्रोल में आ जाता है। ऐसी स्थिति में बच्चे की मेडिसिन डॉक्टर के सुपरविजन में धीरे-धीरे बंद कर दी जाती हैं। पैरेंट्स को रेग्युलर डॉक्टर के संपर्क में रहना चाहिए। मेडिसिन लेने में किसी तरह की लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

बच्चों को हाइपरटेंशन से बचाने के उपाय

रेग्युलर हेल्थ चेकअप और लाइफस्टाइल मॉडिफिकेशन से बच्चों को हाइपरटेंशन की गिरफ्त में आने से बचाया जा सकता है। फैमिली हिस्ट्री होने या प्रेगनेंसी के दौरान सामान्य अल्ट्रासाउंड में बच्चे के हार्ट की बनावट या मसल्स में थिकनेस होने की आशंका हो तो प्रेगनेंसी के 18-24 सप्ताह के बीच फीटल इकोकार्डियोग्राफी अल्ट्रासाउंड टेस्ट कराएं, ताकि पता चलने पर पैरेंट्स पहले ही केयरफुल हो सकें। अस्पताल से डिस्चार्ज होने से पहले पीडियाट्रिशियन डॉक्टर द्वारा नवजात शिशु के हार्ट या किडनी की बनावट और ब्लड प्रेशर की जांच जरूर की जानी चाहिए। सभी बच्चों का 3 साल से कम उम्र में ब्लड प्रेशर जरूर चेक कराएं। बच्चे का रुटीन चेकअप कराने या इम्यूनाइजेशन के लिए जाएं, तो उसका ब्लड प्रेशर जरूर चेक करवाएं। घर के बने संतुलित और पौष्टिक आहार का सेवन करें। यथासंभव बच्चों को फास्ट फूड, जंक फूड, प्रोसेस्ड फूड, वसायुक्त आहार से दूर रखें। सीमित मात्रा में नमक का सेवन की आदत डालें। खासकर टेबल सॉल्ट यानी ऊपर से नमक मिलाना अवॉयड करें। बच्चों को ज्यादा नमक वाली चीजें जैसे- पैकेज्ड फूड, आचार, पापड़, चिप्स, बिस्कुट, नमकीन, सॉस कम दें। टीवी और मोबाइल स्क्रीन का समय सीमित करने, सेडेंटरी लाइफस्टाइल से दूर रहने और रोजाना क्षमतानुसार फिजिकल एक्टिविटीज वाले गेम खेलने या एक्सरसाइज करने के लिए बच्चों को प्रेरित करें। माता-पिता अगर हाई बीपी की समस्या से पहले से पीड़ित हैं, तो गर्भावस्था में बच्चे को इसका शिकार होने से बचाने के लिए डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

हर्बल जोन

रेखा देशराज

गर्मी में अमृत जैसा है पुदीना

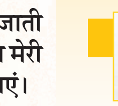
इन दिनों देश के अधिकांश हिस्सों में गर्मी खूब पड़ रही है। तेज धूप, लू के थपेड़े, बढ़ता तापमान और शरीर में पानी की कमी, ये सब ऐसी स्थितियां हैं जो कई शारीरिक समस्याएं पैदा कर देती हैं। इनमें पुदीना का सेवन कारगर है। यूं तो पुदीना कोई भी मौसम हो, यह स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है, लेकिन गर्मियों में तो मानो यह अमृत जैसा वरदान है। इसकी तासीर ठंडी होती है, जो गर्मियों में शरीर की गर्मी को शांत करने के लिए बहुत उपयोगी है। इसलिए पुदीने का इन दिनों तरह-तरह से उपयोग किया जा सकता है।

जब तापमान बढ़ जाए: गर्मी में कई बार शरीर का भी तापमान बढ़ जाता है। इस स्थिति को अगर काबू न किया जाए तो सिर्फ तबीयत खराब हो सकती है। जब किसी के शरीर में गर्मी बढ़ जाती है, तो उसे ठंडा करने के लिए पुदीने का कई तरह से उपयोग किया जाता है। पुदीने की शिकंजी पी सकते हैं। पुदीने के रस से शरीर की मालिश की जा सकती है। कच्चे आम के पने में ढेर सारी पुदीने की पत्तियां पीसकर मिला सकते हैं, जो शरीर के गर्म तासीर को ठंडा करती हैं। पुदीने को पीसकर या इसकी चटनी बनाकर शर्बत के साथ पेट भरकर पीने से राहत मिलती है। दिन में छह-सात पुदीने की शिकंजी पी लेने से गर्मी दूर हो जाती है।

डिहाइड्रेशन से बचाव: गर्मियों में पसीना बहुत आता है, पसीना आने से शरीर में पानी कम हो जाता है। इससे डिहाइड्रेशन की समस्या हो जाती है। ऐसी स्थिति में भी पुदीने का शर्बत, पुदीने की शिकंजी रामबाण की तरह कारगर साबित होती है। यह न केवल शरीर को हाइड्रेट रखता है बल्कि शरीर के इलेक्ट्रोलाइट संतुलन को बनाए रखने में भी मदद करता है।

पेट दर्द से राहत: गर्मी में अकसर भूख कम लगती है और रह-रहकर पेट दर्द होता है। वास्तव में यह कमजोर पाचनतंत्र का नतीजा होता है। ऐसे में पुदीने के अर्क को बतासे के साथ या शिकंजी के साथ लेने से पेट का दर्द खत्म हो जाता है। पाचनतंत्र मजबूत होता है, जिससे भूख लगने लगती है। पुदीना पाचन को बेहतर तो बनाता ही है, यह शरीर को गैस और एसिडिटी से भी राहत देता है।

त्वचा का रखवाला: गर्मी में जहां पुदीना पेट और पाचन संबंधी कई समस्याओं से राहत देता है, वहीं गर्मी में शरीर की सूखी, मुरझायी और झुलस गई त्वचा के लिए भी यह बहुत काम की हर्ब है। चूंकि पुदीना त्वचा को ठंडक देता है, जिस कारण त्वचा में नमी बनी रहती है। यह त्वचा को साफ और स्वस्थ रखने में बहुत मददगार है। *



डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब बार-बार हो गले में इंफेक्शन

मेरी उम्र 32 वर्ष है। मेरी आवाज अकसर बैठ जाती है। गले में खराश और दर्द भी रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का कोई परमानेंट सॉल्यूशन बताएं।

-रोहित, बिलासपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपका गला बहुत ही ज्यादा सेंसिटिव है और थोड़ा-सा भी ठंडा-गर्म होने पर समस्या शुरू हो जाती है। इसलिए बगैर फिजिकली देखे तो कुछ भी ट्रीटमेंट बताना ठीक नहीं होगा। एक बार ईएनटी विशेषज्ञ से संपर्क कर लें। वो फिजिकल गले की जांच करेंगे, अगर जरूरत पड़ी तो कुछ टेस्ट भी कराएंगे और फिर ट्रीटमेंट शुरू करेंगे। फिलहाल आप फ्रिज में रखी या बाजार में मिलने वाले ठंडे आइटम बिल्कुल ना खाएं।

मेरी उम्र 58 वर्ष है। छह महीने पहले मेरे पैर में हेयरलाइन फ्रेक्चर हुआ था। बैंडेज उतरने के बाद फिजियोथेरेपिस्ट से एक्सरसाइज भी किया था। अब भी फ्रेक्चर वाली जगह पर दर्द होता है और चलने-फिरने में भी तकलीफ होती है। कृपया बताएं कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-महेंद्रपाल, हिसार

आपको एक बार ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। वो दोबारा से उसी जगह का एक्सरे कराएंगे, जिससे पता चलेगा हड्डी ठीक से जुड़ी है या नहीं। दर्द का क्या कारण है। बगैर एक्स-रे कराए कुछ भी करना ठीक नहीं है। फिलहाल अधिक चलना-फिरना बिल्कुल ना करें, ना ही वजन उठाएं।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरी आंखों के नीचे डार्क सर्कल्स हो गए हैं। और स्किन भी सूजी हुई है। कई तरह की होम-रेमिडीज ट्राई करने पर भी कोई असर नहीं हुआ। कृपया इसका कोई इफेक्टिव सॉल्यूशन बताएं।

-जीवन, महासमुंद

आपको एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क कर जांच करानी चाहिए। कई बार शरीर में खून की कमी की वजह से इस तरह की परेशानी आती है। अगर आपका एचबी नॉर्मल है तो डॉक्टर फिजिकली चेकअप कर ट्रीटमेंट शुरू करेंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क किए बाजार से कोई भी दवा ना लें।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। देर तक बैठने के बाद मेरे घुटनों में जकड़न महसूस होने लगती है और चलने-फिरने पर घुटनों से टक-टक की आवाज आती है। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताने का कष्ट करें।

-रमेश, भोपाल

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपके जॉइंट्स में गैप बढ़ रहा है, यह उम्र के साथ बढ़ता है, इसलिए चिंता की कोई बात नहीं है। इसका स्थाई समाधान एक्सरसाइज से होगा। इसके अलावा मौजूदा समय में विटामिन-डी की कमी भी लोगों में एक बड़ी वजह बन रही है। इसलिए आपको विटामिन-डी की दवा भी लेनी चाहिए।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। मैं अकसर कहीं रखी गई कोई चीज या बोली या सुनी हुई बात तुरंत ही भूल जाता हूं। प्लीज बताएं ऐसा क्यों होता है? कृपया इसका समाधान भी बताएं।

-कमलेंद्र, रायगढ़

कुछ लोगों में उम्र बढ़ने के साथ मेमोरी लॉस की समस्या होने लगती है। इससे बचने के लिए आप ऐसे गेम खेलें, जिसमें दिमाग की एक्सरसाइज अधिक हो। इसका तरीका यही है, इससे आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 39 वर्ष है। गर्मी के मौसम में मुझे पसीना बहुत आता है, अकसर बीपी लो हो जाता है। ऐसा क्यों होता है? कृपया इसका कोई उपचार बताएं।

-सुशांत, रायपुर

गर्मी के मौसम में पसीना अधिक निकलता है, इसलिए बीपी लो की समस्या हो सकती है। इससे बचने के लिए आप अधिक से अधिक पानी पिएं और कोशिश करें कि तेज धूप में ना निकलें और निकलना ही है तो साथ में पानी की बोतल रखें और हर घंटे के अंतराल में पीते रहें। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

प्रिकॉशन

डॉ. माजिद अलीम

डिहाइड्रेशन को गर्मी में होने वाली आम स्वास्थ्य समस्या माना जाता है। लेकिन इसमें लापरवाही बरतने पर पेशेंट की कंडीशन बिगड़ भी सकती है। इस बार गर्मी ज्यादा पड़ रही है, इसलिए और अधिक सावधान रहने की जरूरत है। आपके लिए उपयोगी सलाहें।

डिहाइड्रेशन को न करें इग्नोर

मई की तपती दोपहरें हर साल आती हैं। हर साल मई-जून के महीने में देश के दो तिहाई हिस्से में लगता है कि जैसे आग बरस रही है। लेकिन इस बार स्वास्थ्य विशेषज्ञ बार-बार कह रहे हैं कि डिहाइड्रेशन को हल्के में न लें। दरअसल, इस साल अप्रैल से ही जिस तरह की गर्मी पड़ रही है, वैसी अब के पहले कभी नहीं पड़ी। ऐसे में डॉक्टर और स्वास्थ्य विशेषज्ञ डिहाइड्रेशन को लेकर यह चेतावनी इसलिए दे रहे हैं कि आमतौर पर लोग इसे सिर्फ पानी की कमी समझकर नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन जानकारों को आशंका है कि इस साल बढ़ते तापमान के साथ लू के थपेड़े पिछले सालों के मुकाबले ज्यादा खतरनाक हो सकते हैं। विशेषकर बदलती जीवनशैली और हाल के सालों में खान-पान में हुए व्यापक बदलाव के कारण डिहाइड्रेशन का खतरा अधिक बढ़ गया है।

डिहाइड्रेशन बढ़ने की वजहें: एक समय था जब लोग दिन में एकाध घंटे के लिए ही एसी में रहा करते थे। आज कुछ लोग घर के एसी कमरे से निकलते हैं और दफ्तर में पूरे समय एसी में रहते हैं और शाम को फिर एसी की गाड़ी से बैठकर घर आकर एसी कमरे में ही रहते हैं। यह शरीर के लिए बेहद खतरनाक है, खासकर उन लोगों के लिए जिनकी जीवनशैली में यह हाल में ही शामिल हुई है यानी उनका शरीर एसी के लिए पहले से आदी नहीं रहा। एक नासमझी यह भी देखी जाती है कि लोग कई बार गर्मियों में कोल्ड ड्रिंक और चाय-कॉफी आदि को भी पानी का विकल्प मान लेते हैं। इसलिए ध्यान रखिए ये चीजें शरीर में पानी की कमी को पूरा नहीं करतीं बल्कि उसे बढ़ाती हैं यानी गर्मियों में चाय और कोल्ड ड्रिंक दोनो डिहाइड्रेशन के कारण भी बन सकते हैं।

डिहाइड्रेशन के दुष्प्रभाव: डिहाइड्रेशन का मतलब सिर्फ प्यास लगना नहीं है, यह शरीर में पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स जैसे सोडियम, पोटेशियम की कमी का संकेत भी है। ऐसे में जब ये संतुलन बिगड़ता है तो शरीर के महत्वपूर्ण अंग प्रभावित होते हैं। सिरदर्द, थकान, रह-रहकर चक्कर आना, होंठ सूखना, त्वचा का गर्म होना तथा सूखना, ये सब डिहाइड्रेशन के संकेत हैं। अगर समय पर ध्यान न दिया जाए तो हीट स्ट्रोक या लू के चलते किडनी खराब हो जाती है और लोग बेहोश तक हो जाते हैं। इसलिए इन गर्मियों में प्यास न लगने पर भी दो घूंट पानी पीते रहें और जितना संभव हो ठंडे पानी को पीने से बचें। जहां तक सवाल यह है कि डिहाइड्रेशन किन लोगों के लिए ज्यादा खतरनाक है तो इसका जवाब है, बच्चे विशेषकर छोटे बच्चे, जो अकसर पानी पीना भूल जाते हैं, बुजुर्ग जिनके शरीर में पानी को बचाए रखने की क्षमता कम हो जाती है, फील्ड जॉब करने वाले लोग जिन्हें खुली धूप में काम करना पड़ता है तथा बीमार व्यक्ति, खासकर जो पहले से ही डायबिटीज या किडनी की समस्या से ग्रस्त हैं। ऐसे सभी लोग ज्यादा जोखिम में रहते हैं।

डिहाइड्रेशन से बचने के उपाय: गर्मी के मौसम में तरबूज, खीरा, खरबूजा जैसे फल खाएं। दही, छाछ और लस्सी जैसे पेय पदार्थ पीएं। हर 30 से 40 मिनट में थोड़ा पानी जरूर पी लें, भले प्यास लगी हो या न लगी हो। इन दिनों अपनी दिनचर्या में नीबू पानी, छाछ, नारियल का पानी और ओआरएस को शामिल करें। जबकि

खाने में तला-भुना मसालेदार और बासी खाने को बिल्कुल दूर करें। दोपहर में 12 से 4 बजे तक कोशिश करें कि खुली धूप में न निकलना पड़े। साथ ही इस मौसम में हल्के, ढीले और सूती कपड़े पहनें। दिमाग को डिहाइड्रेशन से बचने के लिए ध्यान लगाएं, योगासन करें और सुबह ठंडे मौसम में लंबी-लंबी सांसें लेने का अभ्यास करें। अगर तेज बुखार आए या बहुत ज्यादा कमजोरी महसूस हो रही हो तो तुरंत डॉक्टर की मदद लें। *

न्यूज डायरी

एमडीएस के 27 विद्यार्थियों ने हासिल की मेरिट

बहादुरगढ़। जसौरखेड़ी के एमडीएस शिक्षा सदन सीनियर सेकेंडरी स्कूल के विद्यार्थियों ने 12वीं बोर्ड परीक्षा में शानदार परिणाम हासिल किया। स्कूल के सभी 31 विद्यार्थी परीक्षा में उत्तीर्ण हुए, जिनमें से 27 विद्यार्थियों ने मेरिट सूची में स्थान बनाया। जबकि शेष 4 विद्यार्थियों ने प्रथम श्रेणी में सफलता प्राप्त की। प्रिंसिपल राजबाला देशवाल ने बताया कि हिमानी ने 95 प्रतिशत के साथ प्रथम, पायल ने 93.8 प्रतिशत अंकों के साथ दूसरा तथा नीशू ने 93.6 प्रतिशत अंकों के साथ तीसरा स्थान किया। स्कूल डायरेक्टर कविता देशवाल ने विद्यार्थियों, स्टाफ सदस्यों और अभिभावकों को इस शानदार उपलब्धि पर हार्दिक बधाई दी। वाइस प्रिंसिपल आशा सैनी ने बताया कि मुस्कान ने 93.4, वर्षा ने 93, गरिमा ने 92.6, पूर्विका ने 91.4, पवित्रा व रितेश ने 90, हर्ष ने 89.8, किरण ने 88.6, आरती ने 88.2, ऋषभ व स्नेहा ने 87.6, अंशिका ने 86.2, आरती व भारती ने 86, अन्नु ने 85.8, दीक्षा ने 85, शैली ने 84.8, उर्मी ने 83.6 तथा पायल ने 80.6 प्रतिशत अंक प्राप्त किए।

20 विद्यार्थियों के 80% से ज्यादा अंक आए

झज्जर। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी द्वारा घोषित बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में संस्कार स्कूल छारा के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट रहा। विज्ञान संकाय में छात्रा चाहत ने 94 प्रतिशत, कला संकाय में छात्रा निशा ने 92 प्रतिशत तथा हिमानी ने 90 अंक लेकर विद्यालय में क्रमशः प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान हासिल किया। स्कूल निदेशक राजीव कुमार ने बताया कि विद्यालय के बीस विद्यार्थियों ने 80 से 90 प्रतिशत के बीच अंक हासिल किए जबकि शेष विद्यार्थियों ने 75 प्रतिशत से अधिक अंकों के साथ परीक्षा पास की।

सनातन धर्म विद्यालय में होनहार सम्मानित

बहादुरगढ़। सनातन धर्म वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम उत्कृष्ट रहा। विद्यालय के कुल 27 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी और सभी प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुए। तनुजा ने 461 अंक लेकर प्रथम स्थान प्राप्त किया। अवनि ने 458 अंक लेकर द्वितीय स्थान, काजल 442 अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान पर रही। समिति प्रधान जगदीश ऐलावाधी ने मेरिट लाने वाले 17 विद्यार्थियों का फूलमाला पहनाकर स्वागत किया। प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वाली छात्राओं को नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया। प्रिंसिपल श्रीओम राठी ने सभी विद्यार्थियों को सफलता पर बधाई दी तथा शिक्षकों का बेहतर परिणाम के लिए आभार जताया। इस अवसर पर उपप्रधान मुरार चंद बत्रा, महासचिव अशोक दुआ, कश्मीरी लाल बतरा, तरुण चुघ व शमशेर ठुकराल आदि मौजूद रहे।

डीएवी के विद्यार्थियों ने किया गौरवान्वित

बहादुरगढ़। शहर के डीएवी स्कल का 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम शानदार रहा। वाणिज्य संकाय के हितेश ने 98.2 अंकों के साथ प्रथम, विज्ञान संकाय की वर्षा ने 97 फीसद अंकों के साथ द्वितीय और कला संकाय के कार्तिक मदरा ने 96.2 प्रतिशत अंकों के साथ तृतीय स्थान प्राप्त किया।
वाणिज्य संकाय में प्रिया ने 94.4, अक्षय ने 92 प्रतिशत, विज्ञान संकाय में प्रतीक और कृतिका ने 91.4, हर्षिल और दीपांशी ने 91 फीसद तथा कला संकाय में मुस्कान ने 94.6 और आरजू ने 94.2 अंक हासिल किए। प्राचार्य राजदीप कुलश्रेष्ठ ने बताया कि स्कूल के कुल 202 विद्यार्थियों में से 19 छात्रों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। उन्होंने सभी विद्यार्थियों, अध्यापकों तथा अभिभावकों को बधाई देते हुए उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

वैश्य आर्य कन्या विद्यालय में 29 ने पाई मेरिट

बहादुरगढ़। माल गोदाम रोड स्थित वैश्य आर्य कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम उत्कृष्ट रहा। विद्यालय की कुल 89 छात्राओं ने परीक्षा दी, जिनमें से 29 छात्राओं ने मेरिट तथा 36 छात्राओं ने प्रथम श्रेणी प्राप्त की। कला संकाय में दिव्या ने 90.4 प्रतिशत अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। विज्ञान संकाय में रीतिका ने 87.2 प्रतिशत तथा वाणिज्य संकाय में अशिमता ने 82.6 प्रतिशत अंक प्राप्त कर पहला स्थान पाया। पानु ने अंग्रेजी विषय में 100 अंक, तन्नु ने गृह विज्ञान में 100 अंक, रीतिका ने हिंदी में 99 अंक, हरलीन ने भूगोल में 97 अंक तथा दिव्या ने राजनीति विज्ञान में 95 अंक प्राप्त किए। विद्यालय की प्रिंसिपल अंजू अग्रवाल ने इस सफलता का श्रेय छात्राओं की मेहनत, शिक्षकों की लगन और अभिभावकों के सहयोग को दिया। विद्यालय प्रबंधन समिति ने सभी छात्राओं को शुभकामनाएं देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

विजया स्कूल के विद्यार्थियों का शानदार परिणाम

बहादुरगढ़। सीबीएसई द्वारा घोषित 12वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में विजया सीनियर सेकेंडरी स्कूल के विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। इस वर्ष कुल 129 विद्यार्थियों ने 12वीं की परीक्षा दी, जिनमें आर्ट्स के 40, वाणिज्य के 41 तथा विज्ञान संकाय के 48 विद्यार्थी शामिल रहे। वाणिज्य संकाय में ऋषिका ने 96.4 प्रतिशत के साथ पहला, वैष्णवी ने 95.8 के साथ दूसरा तथा राहुल ने 95.2 प्रतिशत अंक लेकर तीसरा स्थान प्राप्त किया। मानविकी संकाय में कुश शर्मा ने 96.4 प्रतिशत, गर्वित ने 96 तथा हंसिका ने 93.4 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। विज्ञान संकाय में अर्चना ने 94.6 प्रतिशत अंक लेकर प्रथम, गायत्री ने 92.4 के साथ द्वितीय तथा तेजस ने 91.2 प्रतिशत अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान हासिल किया। प्रधानाचार्या रूपाक्षी नारंग ने सभी विद्यार्थियों को शानदार सफलता पर बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। स्कूल निदेशक आरएन किंद्रा ने कहा कि विद्यार्थियों की यह सफलता उनकी मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का परिणाम है।

शत प्रतिशत रहा सोलधा स्कूल का परिणाम

बहादुरगढ़। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सोलधा ने इस वर्ष 12वीं कक्षा के बोर्ड परीक्षा परिणाम में शत-प्रतिशत सफलता प्राप्त की। प्रिया ने 431 अंक प्राप्त कर स्कूल में प्रथम स्थान, रिया ने 430 अंक के साथ द्वितीय और मीनाक्षी ने 422 अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान प्राप्त किया। स्कूल प्राचार्य सुशीला सांगवान, समस्त स्टाफ, सरपंच लक्ष्मी प्रदीप काजला और एसएमसी सदस्यों ने विद्यार्थियों की इस सफलता पर हर्ष व्यक्त करते हुए उन्हें उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

आरोप-सरकार सफाई कर्मियों की लगातार उपेक्षा और शोषण कर रही

ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की दो दिवसीय हड़ताल कल से

झज्जर। बैठक में उपस्थित कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कर्मचारी नेता।

झज्जर। डीसी को मांग पत्र सौंपते हुए यूनियन की प्रदेशाध्यक्ष छोटा गहलोत एवं अन्य।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन हरियाणा की राज्य स्तरीय कार्यकर्ता बैठक में 15 और 16 मई को प्रदेशव्यापी हड़ताल करने का निर्णय लिया गया है। यूनियन के जिला सचिव संदीप मारौत ने बताया कि सरकार सफाई कर्मियों की लगातार उपेक्षा और शोषण कर रही है। ग्रामीण और शहरी सफाई कर्मचारी लंबे समय से पक्का करने, 31 दिसंबर 2025 के उच्च न्यायालय के आदेश को लागू करने, 400 की आबादी पर एक कर्मचारी की भर्ती करने, मुख्यमंत्री द्वारा घोषित 26 हजार और 27 हजार रुपये वेतन लागू करने, एक्सग्रेशिया पॉलिसी बनाने तथा मृतक कर्मचारियों के परिवार को नौकरी और मुआवजा देने जैसी मांगों को लेकर आंदोलन कर रहे हैं। लेकिन सरकार उनकी मांगों को अनसुना कर रही है। उन्होंने कहा कि प्रदेश में करीब 97सौ ग्रामीण सफाई कर्मियों के पद खाली पड़े हैं, लेकिन सरकार भर्ती नहीं कर रही। उन्होंने आरोप लगाया कि भाजपा सरकार के पिछले 12 वर्षों में न तो स्थायी भर्ती की गई और न ही कच्चे कर्मचारियों को पक्का किया गया। यूनियन महासचिव विनोद कुमार ने चेतावनी दी कि यदि सरकार ने जल्द मांगें नहीं मानीं तो आंदोलन को और तेज किया जाएगा।

आंगनबाड़ी वर्कर्स ने की डीसी से मुलाकात समस्याओं से करवाया अवगत

झज्जर। बुधवार को आंगनबाड़ी वर्कर्स और हेल्परों ने डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल से मुलाकात कर अपनी समस्याओं और मांगों से अवगत करवाया। यूनियन की प्रदेशाध्यक्ष छोटा गहलावत ने बताया कि आंगनवाड़ी वर्कर और हेल्पर को दस महीने से मानदेय नहीं मिल रहा है । जिसके कारण आंगनवाड़ी वर्कर और हेल्पर को अपना परिवार चलाने बहुत समस्याएं आ रही हैं। आंगनवाड़ी केंद्र में लाभार्थियों को पोषाहार देने के लिए तीन महीने से आंगनवाड़ी केंद्रों में गेहूं चावल की सप्लाई नहीं है।आंगनवाड़ी वर्कर अपनी जेब से भवनों का किराया भर रही है और प्रधानमंत्री मातृत्व वंदना योजना का लाभ लेने वाले लाभार्थियों का नौ महीने का समय फॉर्म भर सकते हैं लेकिन ऑनलाइन फॉर्म भरने में भी परेशानी आ रही है। आंगनवाड़ी वर्कर की ड्यूटी क्रैच पुलिस लाइन में लगाने के लिए आंगनवाड़ी वर्कर के ऊपर दबाव बनाया जा रहा है। जिसके कारण वर्करों और हेल्परों में रोष है। अगर जल्द उनकी मांगें पूरी नहीं की जाती है तो बड़ा आंदोलन किया जाएगा। जिसकी जिम्मेवारी सरकार की होगी।

आदर्श स्कूल के 40 विद्यार्थियों ने लिए 80 प्रतिशत से अधिक अंक

झज्जर। आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जहांगीरपुर में बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में 10 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंकों के साथ परीक्षा पास की। प्राचार्य मदनलाल शर्मा ने बताया कि विद्यालय के 40 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक हासिल किए। छात्रा रीना ने 96.2 अंकों के साथ स्कूल में पहला स्थान हासिल किया। इनके अलावा शिवानी, चेतना, अक्षिका, निधक, रितिका, रजनी, मनीषा, कीर्ति व तमन्ना ने 90 प्रतिशत से अधिक अंकों के साथ परीक्षा पास कर विद्यालय का गौरव बढ़ाया।

नूना माजरा पीएचसी में जांच शिविर

बहादुरगढ़। बुधवार को नूना माजरा की पीएचसी में स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में करीब 100 लोगों ने पहुंचकर स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाया। सामान्य स्वास्थ्य जांच के साथ विभिन्न बीमारियों की जांच भी की गई। टीम द्वारा 50 से अधिक मरीजों के एक्सरे किए गए। इसके अलावा मरीजों के आवश्यक लैब टेस्ट भी किए गए तथा जरूरतमंद लोगों को निशुल्क दवाइयां वितरित की गईं। शिविर में लोगों को स्वास्थ्य संबंधी परामर्श भी दिया गया।

रामाकृष्णा नगर के निवासी सीएम से मिले

बहादुरगढ़। लाइनपार स्थित रामा कृष्णा नगर कॉलोनी के लोगों ने वर्षों से चली आ रही मूलभूत समस्याओं को लेकर प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सैनी से मुलाकात की। पूर्व पार्षद जसबीर सैनी की अगुवाई में कॉलोनी निवासी मलखान सिंह भाटी, अजय हुड्डा, मनमोहन ठेकेदार, पप्पू सिंह, सन्नी, प्रदीप, रवि पांचाल, हरीश सहित ने सीएम को बताया कि रामा कृष्णा नगर को बसे 15 वर्ष से अधिक समय हो चुका है। यहां लगभग 150 मकान बने हुए हैं और करीब 70 प्रतिशत आबादी होने के बावजूद आज तक कॉलोनी को नियमित नहीं किया गया है। कॉलोनी में पेयजल की स्थायी व्यवस्था नहीं है। सीवर लाइन न होने के कारण गंदा पानी गलियों में जमा रहता है। अधिकांश गलियां अभी भी कच्ची हैं और हल्की बारिश में ही कीचड़ से भर जाती हैं। स्ट्रीट लाइट की उचित व्यवस्था नहीं है। उनकी समस्याओं का समाधान प्राथमिकता के आधार पर किया जाए।

हादसे के लिए बिजली निगम को जिम्मेदार ठहराया

बहादुरगढ़। खैरपुर में करंट लगने से मवेशियों की मौत पर बिजली निगम के अधिकारियों को जिम्मेदार ठहराया गया है। पशु पालक की शिकायत पर सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है। शिकायतकर्ता दीपांशु का कहना है कि वह जब खेत में भैंसों को चराने गया तो बिजली की तार टूट कर गिर गया। इस वजह से एक भैंस की मौत हुई और चार मवेशी झुलस गए। यह हादसा बिजली निगम के अधिकारियों की लापरवाही के कारण हुआ है। वहीं पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

लाइटों के झुके हुए पोल बन सकते हैं हादसे की वजह

बहादुरगढ़। वेस्ट जुआं ड्रेन रोड पर लाइटों के पोल बदहाल अवस्था में हैं। कुछ पोल बिलकुल गायब हो चुके हैं तो कुछ झुके हुए हैं। गांव सांखोल के पास भी बीते कुछ दिनों से ऐसी समस्या देखने को मिली है। लाइट का एक पोल काफी झुका हुआ है। किसी भी वक्त यह गिरकर हादसे की वजह बन सकता है। सांखोल के निवासी मनीष चाहार ने कहा कि रोड पर लगे लाइटों के तमाम खंभों की सुध लिए जाने की जरूरत है। वहीं सूर्यकांत ने कहा कि मार्ग पर लगी लाइटों के तमाम फाउंडेशन सही नहीं है। ये नाले के स्लैब से बाहर निकालकर सड़क किनारे लगाए गए हैं। कई बार वाहन इनसे टकरा जाते हैं। इस वजह से या तो वाहन क्षतिग्रस्त होते हैं या फिर ये पोल गिर जाते हैं। इस मार्ग पर रोशनी, निकासी, सफाई आदि पर ध्यान दिए जाने की जरूरत है।

भजनों पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

झज्जर। बाबा कांशीगिरी महाराज मंदिर में 303 वां सुंदरकांड पाठ एवं भजन संध्या का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में सुंदरकांड वाचक योगेश रंजन, विजय भारद्वाज, भारत भूषण नंदा, हरीश अरोड़ा, प्रिंस सेठी, सुरेश गाबा, रमेश लखेरा, केवल अरोड़ा, आनन्द कुमार, दीपक धीमान, दिनेश दुजाना, उमा गुलाटी, आंचल सेठी, सुमन वधवा, कमल लता शर्मा, नारायणी सरदाना, सोनिया मल्होत्रा, प्रिया तनेजा, सीमा तनेजा, विशन वधवा, योगिता गुलाटी, प्रदीप गुलाटी, वीना वर्मा, हिमांशी अरोड़ा, शीला देवी चुघ, संतोष हंस सहित श्रद्धालुओं ने संगीतमयी श्री सुंदरकांड पाठ का सामूहिक गायन किया। भजन गायक ताराचंद भूटानी ने दुनिया में देव हजारों हैं बजरंगबली का क्या कहना, राजेंद्र वधवा ने हे दुख भंजन मारुति नंदन..हरीश अरोड़ा, योगेश रंजन ने आना पवन कुमार हमारे हरि कीर्तन में ....भजन प्रस्तुत कर श्रद्धालुओं को भाव विभोर कर दिया। इस दौरान वेद बहल पाशु, पदम खट्टर, वी के शर्मा, प्रदीप काठपालिया, मनोहर लाल, अनिल छाबड़ा, गुलशन कटारिया, अशोक सलूजा, मनोज चुघ, विकास नरुला, निखिल सलूजा, जय प्रकाश, उमंग खुराना सहित अन्य श्रद्धालु उपस्थित रहे।

हरदयाल स्कूल का परीक्षा परिणाम रहा शानदार

बहादुरगढ़। सीबीएसई के 12वीं के परीक्षा परिणाम में हरदयाल पब्लिक स्कूल का परीक्षा परिणाम शानदार रहा। विज्ञान संकाय में वर्षा यादव एवं रिया डागर ने 93.8 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। रिमी ने 87.8, सलोनी ने 85.2 तथा एकता ने 84 फीसद अंक प्राप्त किए। वाणिज्य संकाय में माही ने 86.4, नैंसी ने 85, आशुतोष ने 79.4, अमित ने 78 तथा रमन ने 74 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। कला संकाय में दीक्षा ने 95, कोमल ने 94.4, वंशिका ने 93.2, निशु ने 91, अनुष्का वत्स एवं दीपा ने 87.2 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। स्कूल निदेशिका अनुराधा यादव, श्रुति यादव व प्रधानाचार्य अंशु यादव ने सभी विद्यार्थियों और अभिभावकों को बधाई देते हुए कहा कि यह उपलब्धि विद्यार्थियों की मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का परिणाम है।

न्यूज डायरी

भाजपा की जीत पर चेयरपर्सन ने बांटी मिठाई

बहादुरगढ़। हरियाणा में संपन्न हुए निकाय चुनावों में भाजपा की प्रचंड जीत के बाद नगर परिषद चेयरपर्सन सरोज राठी के कार्यालय में जश्न मनाया गया। उन्होंने कार्यकर्ताओं के साथ लड्डू बांटे और एक-दूसरे को मिठाई खिलाकर खुशी जाहिर की। सरोज राठी ने कहा कि यह जीत मोदी व नायब सरकार द्वारा कराए जा रहे विकास कार्यों पर जनता की मुहर है। इस मौके पर पूर्व अध्यक्ष कर्मवीर राठी, रमेश राठी, पार्षद राजेश तंवर, दलजीत दलाल, संजय राठी, पवन खत्री, नरेंद्र लठवाल, जगबीर रुहिल, मनमोहित गुप्ता, सुमित बराही, संदीप दलाल, आकाश राठी, प्रीत राठी, मुकेश जून, आकाश जून व कमल राठी आदि मौजूद रहे।

वाहन चालकों को नशे व नियमों के प्रति जागरूक किया

बहादुरगढ़। आईडीटीआर में हेवी वाहन प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे चालकों को सड़क सुरक्षा नियमों और नशे के दुष्परिणामों के प्रति जागरूक किया गया। यातायात पुलिस के निरीक्षक सतीश कुमार ने प्रशिक्षणार्थियों को सुरक्षित ड्राइविंग के बारे में जानकारी दी। उन्होंने कहा कि वाहन चलाते समय सीट बेल्ट का प्रयोग करें, मोबाइल फोन का उपयोग न करें, तेज आवाज में म्यूजिक न बजाएं और नशे की हालत में वाहन न चलाएं। साथ ही यातायात संकेतों का पालन करने और वाहन को निर्धारित लेन में चलाने की सलाह दी। हैवी वाहन चालकों को गति नियंत्रित रखने, ओवरटेक के दौरान पर्याप्त दूरी बनाए रखने तथा यात्रा से पहले ब्रेक, टायर, लाइट और इंडिकेटर की जांच करने के लिए भी जागरूक किया गया। इस दौरान चालकों को नशे के दुष्परिणामों के बारे में जानकारी देते हुए नशा मुक्त समाज निर्माण का संदेश दिया गया।

सोमनाथ स्वाभिमान पर्व की विशेष प्रदर्शनी

झज्जर। बुधवार को लघु सचिवालय परिसर स्थित ई दिशा केंद्र में सोमनाथ स्वाभिमान पर्व के अंतर्गत विशेष प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। यह प्रदर्शनी आगामी एक सप्ताह तक प्रतिदिन सुबह नौ बजे से शाम पांच बजे तक आमजन के अवलोकन के लिए खुली रहेगी। जिप सीईओ मनीष फौगाट ने बताया कि प्रदर्शनी का मुख्य उद्देश्य सोमनाथ मंदिर की ऐतिहासिक महत्ता, उसके संघर्ष, पुनर्निर्माण और भारत की अटूट आस्था को जन-जन तक पहुंचाना है। प्रदर्शनी में प्रभास पाटन स्थित प्रथम ज्योतिर्लिंग श्री सोमनाथ मंदिर की ऐतिहासिक यात्रा को आकर्षक चित्रों, दुर्लभ तथ्यों और जानकारीपूर्ण विवरणों के माध्यम से प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किया गया है।

रोजगार मेले में 46 प्रार्थी हुए शॉर्टलिस्ट

झज्जर। आईटीआई झज्जर एट गुढ़ा परिसर में रोजगार मेले का आयोजन किया गया। रोजगार मेले में कई कंपनियों ने भाग लिया। मेले में आईटीआई के पास-आउट एवं अंतिम वर्ष के लगभग 95 विद्यार्थियों ने भाग लिया तथा लिखित परीक्षा और साक्षात्कार के आधार पर कुल 46 विद्यार्थियों को कंपनी प्रतिनिधियों द्वारा रोजगार के लिए शॉर्टलिस्ट किया गया।

कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव में सात विद्यार्थियों का चयन

झज्जर। गुरु गोरखनाथ राजकीय बहुतकनीकी संस्थान में अंतिम वर्ष सिविल इंजीनियरिंग के विद्यार्थियों के लिए कैंपस प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन किया गया। प्लेसमेंट ड्राइव में श्रीसीमेंट गुरुग्राम से टेक्निकल स्टेट हेड जियाउर रहमान खान व सर्विसेज ऑफिसर गुरसिमरन सिंह द्वारा लिखित परीक्षा और तकनीकी साक्षात्कार के माध्यम से सिविल इंजीनियरिंग विभाग के 13 विद्यार्थियों में से सात का चयन किया। चयनित विद्यार्थियों में हिमांशु, हर्षित, अनुज, रितिक, पुष्कर, करण और तेजस्वी शामिल है। चयनित विद्यार्थियों को मौके पर ही ऑफर लेटर प्रदान किया गया। प्राचार्य दिगपाल सिंह ने चयनित विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस मौके पर विभागाध्यक्ष शीशपाल, सतेंद्र वशिष्ठ,गौरव सैनी सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

शिविर में ग्रामीणों ने करवाई स्वास्थ्य जांच

झज्जर। वर्ल्ड मेडिकल कॉलेज रिसर्च एंड हॉस्पिटल गिरावड़ द्वारा बुधवार को क्षेत्र के गांव जहांगीरपुर में स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में अस्पताल के मेडिसिन विभाग, सर्जरी, नेत्र रोग, ईएनटी, हड्डी रोग, स्त्री एवं प्रसूति रोग विभाग के चिकित्सकों ने सेवाएं दीं। शिविर में बड़ी संख्या में लोगों ने पहुंच कर अपनी स्वास्थ्य जांच कराई। इस दौरान चिकित्सकों द्वारा जरुरतमंद लोगों में जहां निःशुल्क दवाओं का वितरण किया वहीं उन्हें स्वास्थ्य की देखभाल संबंधी आवश्यक परामर्श भी दिया गया। कम्युनिटी मेडिसिन विभाग के डॉ. रजत गुप्ता व डॉ. शिवम सिंह ने बताया कि संस्थान के संस्थापक डॉ. नरेंद्र सिंह के नेतृत्व में आयोजित इस शिविर के दौरान लोगों को स्वास्थ्य की उचित देखभाल संबंधी जानकारी भी दी गई।

तीन दिवसीय हस्तशिल्प कार्यशाला संपन्न, हुनर और सृजनात्मकता का किया शानदार प्रदर्शन

विद्यार्थियों ने काष्ठ कला व टेराकोटा पेंटिंग में दिखाई महारत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बहादुरगढ़। कार्यशाला के समापन पर विद्यार्थियों के साथ विशेषज्ञ शिल्पकार व स्टफ। फोटो : हरिभूमि

मॉडल संस्कृति राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में चल रही तीन दिवसीय हस्तशिल्प कार्यशाला का बुधवार को समापन हो गया। इस दौरान विद्यार्थियों ने प्रशिक्षण के दौरान अर्जित कलात्मक कौशल का प्रभावशाली प्रदर्शन करते हुए अपनी प्रतिभा की छाप छोड़ी।

कार्यशाला के दौरान नेशनल अवॉर्ड विजेता चंद्रकांत बोंदवाल, स्टेट अवॉर्ड विजेता ममता त्रिपाठी, लक्ष्य धनखड़, रिंकू और देव दलाल समेत विशेषज्ञ शिल्पकारों ने विद्यार्थियों को काष्ठ कला, टेराकोटा पेंटिंग, ज्वेलरी निर्माण सहित विविध पारंपरिक हस्तशिल्प विधाओं का प्रशिक्षण दिया। अंतिम दिन बच्चों द्वारा तैयार कलाकृतियों की प्रदर्शनी आयोजित की गई, जिसने उपस्थित सभी अतिथियों, शिक्षकों और अभिभावकों का ध्यान आकर्षित किया। विद्यार्थियों ने मिट्टी कला, रंग संयोजन और हस्तनिर्मित आभूषण निर्माण में अपनी दक्षता का परिचय देते हुए यह सिद्ध किया कि उचित मार्गदर्शन मिलने पर युवा पीढ़ी पारंपरिक कलाओं को नई पहचान दे सकती है।

प्रतिभागियों को सम्मानित किया

फाइन आर्ट्स अध्यापिका रश्मि वर्मा के अनुसार शिक्षा केवल पुस्तकीय ज्ञान तक सीमित नहीं होनी चाहिए, बल्कि विद्यार्थियों को व्यावहारिक, रचनात्मक और सांस्कृतिक गतिविधियों से जोड़ना भी उतना ही आवश्यक है। प्रिंसिपल मंजू रानी, वाइस प्रिंसिपल सुशीला व इंग्लिश प्राध्यापिका सुमन कुमारी ने इस पहल को विद्यार्थियों के कौशल विकास, आत्मविश्वास वृद्धि और सांस्कृतिक चेतना को मजबूत करने वाला महत्वपूर्ण कदम बताया। कार्यक्रम के समापन पर प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया, वहीं प्रशिक्षकों को उनके योगदान के लिए विशेष रूप से सराहा गया।

भ्रष्टाचार की भेंट चढ़ी शिक्षा व्यवस्था : राजेंद्र जून

बहादुरगढ़। पेपर लीक होने के बाद नीट परीक्षा रद्द होने पर पूर्व विधायक राजेंद्र जून ने भाजपा सरकार को कटघरे में खड़ा किया है। उनके अनुसार देश-प्रदेश में शिक्षा व्यवस्था पूरी तरह भ्रष्टाचार की भेंट चढ़ चुकी है। हर बड़ी परीक्षा में धांधली से युवाओं का भविष्य अंधकार में जा रहा है। राजेंद्र जून ने कहा कि भाजपा राज में नौकरियों से पहले ही परीक्षाएं विवादों में घिर जाती हैं। कभी पेपर लीक होता है तो कभी भर्ती प्रक्रिया पर सवाल उठते हैं। नीट जैसी राष्ट्रीय स्तर की परीक्षा का पेपर लीक होने के बाद रद्द होना बेहद गंभीर मामला है। इससे लाखों मेहनती छात्रों का मनोबल टूटा है। शिक्षा में भ्रष्टाचार और नौकरियों में धांधली भाजपा शासन की पहचान बन चुकी है। अतीत में सरकार दोषियों पर सख्त कार्रवाई करने में विफल रही है। सरकार मामले की निष्पक्ष जांच कर नेटवर्क को बेनकाब करें।

राजेंद्र जून

NOTICE

I, Sunil Rana S/o Sh. Jagat Singh Rana R/o H.No. 326/13, Gali No. 4, Arya Nagar, Bahadurgarh, Distt. Jhajjar, Haryana-124507 declare that I have changed my name from Sunil S Rana to Sunil Rana. My name in my driving licence is mentioned as Sunil S Rana S/o Sh. Jagat Singh Rana. Sunil S Rana S/o Sh. Jagat Singh Rana to Sunil Rana S/o Sh. Jagat Singh Rana are the names of one and the same person. Which is my self.

सीबीएसई 12वीं के रिजल्ट में छाए जिले के होनहार

एचडी के 15 विद्यार्थियों को मिले 95% से अधिक अंक

झज्जर। एचडी स्कूल के होनहार विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। शिक्षकों के साथ विजय चिन्ह बनाते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

■ हिना कौशिक ने 98 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया

सीबीएसई के बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में एचडी स्कूल साल्हावास की कला संकाय की छात्रा हिना कौशिक ने 98 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। विज्ञान संकाय में पायल यादव ने 97 प्रतिशत तथा वाणिज्य संकाय में अंशिका ने 96.8 प्रतिशत अंक प्राप्त कर अपने-अपने संकाय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके अलावा कला संकाय में सुरेना ने 96.6 प्रतिशत अंक लेकर द्वितीय स्थान हासिल किया। विद्यालय निदेशक रमेश गुलिया ने बताया कि विद्यालय के 15 विद्यार्थियों ने 95 प्रतिशत से अधिक तथा 42 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। इस मौके पर सचिव विशाल नेहरा, हेमंत गुलिया व प्राचार्या प्रीति राठी ने होनहार विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

संस्कारम के 6 स्टूडेंट्स ने 90% अंक लेकर नाम किया रोशन

झज्जर। संस्कारम पब्लिक स्कूल खातीवास और संस्कारम इंटरनेशनल स्कूल पाटौदा के विद्यार्थियों ने सीबीएसई 12वीं के परीक्षा परिणामों में शानदार प्रदर्शन किया है। खातीवास शाखा में आर्ट्स संकाय में गरिमा ने 97.2 प्रतिशत अंकों के साथ शीर्ष स्थान प्राप्त किया, जबकि विज्ञान संकाय में प्रियांशी ने 96.8 प्रतिशत और वाणिज्य संकाय में कविश राठी ने 94.4 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। संस्कारम इंटरनेशनल स्कूल, पाटौदा के कुल 57 विद्यार्थियों में से नॉन-मेडिकल संकाय में विवेक ने 95 प्रतिशत अंक लेकर श्रेष्ठता साबित की। 6 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक, 12 ने 85 प्रतिशत से अधिक और 17 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। होनहार विद्यार्थियों में गरिमा, अंशिका, सायना, प्रियांशी, दिव्या, नविता, विधि व कविश ने 94 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किए। प्राचार्या डॉक्टर प्रीति गोयल ने दोनों शाखाओं के शिक्षकों और अभिभावकों को बधाई देते हुए सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

झज्जर। होनहार छात्रा को मिठाई खिलाते शिक्षक।

पेस ग्रुप के 25 विद्यार्थियों ने लहराया परचम

झज्जर। सीबीएसई बोर्ड की बारहवीं कक्षा के परिणामों में पेस ग्रुप के 25 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त कर संस्थान का नाम रोशन किया। आर्ट संकाय की छात्रा तनिषा धनखड़ ने 98.2 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। साइंस स्ट्रीम की छात्रा अनिका ने 96.6 प्रतिशत तथा छात्र दीपांशु ने 96.4 प्रतिशत अंक हासिल किए। इसके अलावा रूपेश, अमन गोयल, रक्षिता, जानवी, पार्थ, अभिषेक, याशिका, सौम्य कादियान, योगिता, तन्नु, प्रज्ञा, प्राची, सुहानी, योगी पुनिया, खुशी, चेस्टा, अनुज, दिव्या, प्रतिभा और हर्षिता ने 90 प्रतिशत से अधिक अंकों के साथ परीक्षा पास की। इस उपलब्धि पर डायरेक्टर जय विकास, चेयरमैन युद्धवीर, मैनेजिंग डायरेक्टर हरीश, संदीप, अश्वनी व सुमित चावला ने सभी होनहार विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

एसआर सेंचुरी के वंश ने पाए 97.6% अंक

बहादुरगढ़। एसआर सेंचुरी स्कूल के 12वीं कक्षा के विद्यार्थियों ने इस बार भी बोर्ड परीक्षा में शानदार प्रदर्शन किया। विज्ञान संकाय में वंश शर्मा ने 97.6 प्रतिशत अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान और हर्षित ने 96.8 फीसद अंक प्राप्त किए। कला संकाय में याना ने 97.8 प्रतिशत अंक प्राप्त कर शीर्ष स्थान प्राप्त किया। गार्गी ने 96.6, मुस्कान ने 97, यशिका ने 96.4 तथा हंसिका ने 96.2 फीसदी अंक प्राप्त किए। वाणिज्य संकाय में रोहित बंसल ने 96.4, दिव्यांश ने 95.2, राशि ने 95.8 तथा खुशी गर्ग ने 95 प्रतिशत अंक प्राप्त कर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। स्कूल चेयरमैन संजीत राठी व प्रिंसिपल वीएएन झा ने सभी विद्यार्थियों, अभिभावकों तथा शिक्षकों को इस शानदार सफलता पर बधाई दी और विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

बहादुरगढ़। स्कूल के टॉपर्स को मिठाई खिलाते प्रिंसिपल।

मून लाइट स्कूल में 15 विद्यार्थियों ने हासिल किए 80% से अधिक अंक

झज्जर। हरियाणा बोर्ड की बारहवीं कक्षा के परिणामों में मून लाइट सीनियर सेकेंडरी स्कूल सिलाना के कुल 15 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किए। विद्यालय संचालक जगबीर सिंह व प्राचार्य रतन शर्मा ने बताया कि छात्रा प्रियंका 448 अंकों के साथ विद्यालय में प्रथम रही जबकि कशिश 445, मानसी ने 438, इशिका ने 431 व प्रिया 429 ने अंकों के साथ परीक्षा उत्तीर्ण की। इनके अलावा ललिता, सिमरन, तनु , चेतन और राजशील ने भी उत्कृष्ट अंक हासिल किए।

प्रियांशी ने 97 प्रतिशत अंक प्राप्त कर स्कूल में पाया पहला स्थान

एचआर ग्रीन फील्ड के 20 विद्यार्थी मेरिट सूची में

झज्जर। एचआर ग्रीन फील्ड वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का सीबीएसई का बारहवीं कक्षा का परीक्षा परिणाम शानदार रहा। विज्ञान संकाय की छात्रा प्रियांशी ने 97 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। कला संकाय में प्रिंस 92 प्रतिशत अंकों के साथ प्रथम रहा जबकि वाणिज्य संकाय में हर्ष कुमार 89 प्रतिशत अंक लेकर पहले स्थान पर रहा। कुल 20 विद्यार्थियों ने मेरिट लिस्ट में स्थान प्राप्त किया। इस उपलब्धि पर प्रबंधक विकास धनखड़ व प्राचार्य मोहिंद्र सिंह गुलिया ने विजेता विद्यार्थियों के उज्जवल भविष्य की कामना की।

एमआर स्कूल हसनपुर में तन्नु ने पाया पहला स्थान

झज्जर। सीबीएसई बोर्ड की बारहवीं कक्षा के परिणामों में एमआर स्कूल हसनपुर के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन किया। प्राचार्या नेहा शर्मा ने बताया कि विद्यालय के कुल 55 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी। जिनमें से 3 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक, 16 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक तथा 25 विद्यार्थियों ने 70 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों में छात्रा तन्नु ने 94 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। आयुषी ने 93 प्रतिशत अंकों के साथ द्वितीय ज्योति ने 90 प्रतिशत अंकों के साथ तृतीय स्थान हासिल कर स्कूल का गौरव बढ़ाया। इस शानदार उपलब्धि पर विद्यालय निदेशक सोमबीर कोडान, निदेशका संगीता कोडान व उप निदेशक सुभाषचंद्र यादव ने सभी विद्यार्थियों, अध्यापकों एवं अभिभावकों को बधाई देते हुए उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

दुर्गा स्कूल के 22 विद्यार्थियों ने बनाया मेरिट में स्थान

झज्जर। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी द्वारा घोषित बारहवीं कक्षा के परिणामों में दुर्गा सीनियर सेकेंडरी स्कूल महराना के 47 विद्यार्थियों में से 22 विद्यार्थियों ने मेरिट में नाम दर्ज करवाकर अपने परिवार, स्कूल और जिले का नाम रोशन किया है। स्कूल प्रबंधक रामचंद्र शर्मा ने बताया कि शेष विद्यार्थी भी प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुए। इस सफलता पर उन्होंने स्कूल के शिक्षकों व अभिभावकों को बधाई देते हुए सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। कहा कि बच्चों की मेहनत रंग लाई।

12वीं कक्षा के रिजल्ट में लड़कियां छाईं

पीएमश्री गर्ल्स स्कूल की 78 छात्राएं मेरिट में

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा घोषित किए गए 12वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में बहादुरगढ़ के पीएमश्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की छात्राओं ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। स्कूल की कुल 335 छात्राओं ने परीक्षा दी और 315 छात्राएं सफल रहीं।

राकवमावि की 78 छात्राओं ने मेरिट सूची में स्थान बनाया। दस छात्राओं ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। जबकि 140 छात्राएं प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुईं। प्रिंसिपल प्रवीण देवी के अनुसार कला संकाय में तमन्ना तथा खुशी ने 474 अंक प्राप्त कर स्कूल में प्रथम, दिव्या ने 473 अंक के साथ द्वितीय और विज्ञान संकाय में प्रगति ने 470 अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान हासिल किया। उन्होंने छात्राओं की इस उल्लेखनीय सफलता पर हर्ष व्यक्त करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

बहादुरगढ़। परीक्षा परिणाम के बाद उत्साही छात्राएं व स्टाफ। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

494 अंकों के साथ वंशिका प्रदेश में आई अव्वल

झज्जर। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी द्वारा घोषित बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में बीकेडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय साल्हावास की छात्रा वंशिका महाजन ने विज्ञान संकाय में 494 अंक प्राप्त करते हुए प्रदेश में प्रथम स्थान प्राप्त किया। विद्यालय निदेशक जितेंद्र रोहिल्ला ने बताया कि छात्रा की इस उपलब्धि पर विद्यालय प्रबंधन समिति द्वारा उसका पगड़ी बांधकर सम्मान किया गया। वंशिका ने बताया कि बीकेडी स्कूल साल्हावास व द हाइट्स अकादमी के उचित मार्गदर्शन से ही यह संभव हो पाया है। उन्होंने बताया कि इसके अलावा विद्यालय के 78 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त करते हुए मेरिट सूची में अपना नाम दर्ज करवाया है जबकि शेष विद्यार्थी प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुए।

निलोठी की 10 छात्राओं ने हासिल की मेरिट

बहादुरगढ़। गांव निलोठी के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यामिक विद्यालय का 12वीं कक्षा का परिणाम शत प्रतिशत रहा। आरुषि ने 93 प्रतिशत, वंशिका ने 92 फीसद और तनीशा ने 90 प्रतिशत अंक हासिल किए। स्कूल की 10 छात्राओं ने मेरिट हासिल की। प्रधानाचार्य विजय खत्री ने सभी छात्राओं को बधाई देते हुए उनके उज्जवल भविष्य की कामना की।

श्री स्वामी समर्थ के विद्यार्थियों ने लहराया परचम

बहादुरगढ़। सीबीएसई की 12वीं की परीक्षा में श्री स्वामी समर्थ इंटरनेशनल स्कूल के छात्र-छात्राओं ने शानदार प्रदर्शन किया। ह्यूमनिटीज में कनक ने प्रथम, दीक्षा दहिया ने द्वितीय और नितिन ने तृतीय स्थान हासिल किया। विज्ञान में तनिषा ने प्रथम, दीक्षा ने द्वितीय और जयंत ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। तनीषा ने अंग्रेजी में 97 व संगीत में 100 अंक तथा कनक ने इतिहास में 97 व हिंदी में 94 अंक प्राप्त किए। स्कूल चेयरमैन अभिषेक छिल्लर व प्रधानाचार्य ने सभी सफल छात्र-छात्राओं को बधाई देते हुए कहा कि विद्यार्थियों की मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन तथा अभिभावकों के सहयोग से यह शानदार परिणाम संभव हो पाया है।

एसकेजी स्कूल में छात्रा जानवी रही प्रथम

झज्जर। एसकेजी सीनियर सेकेंडरी स्कूल भाकली का हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की 12वीं कक्षा का परिणाम शत-प्रतिशत रहा। विद्यालय की छात्रा जानवी ने 500 में से 479 अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया जबकि 476 अंकों के साथ नैंसी रोहिल्ला द्वितीय व 473 अंकों के साथ नीशू कुमारी विद्यालय में तृतीय रही। कुल 96 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी, जिनमें से 24 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक तथा 75 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। एसकेजी शिक्षा समिति के प्रधान राय सिंह, संचालक श्याम सिंह व प्राचार्य पवन कुमार ने सभी सफल विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

तक्षशिला में 93% अंकों के साथ मुस्कान प्रथम

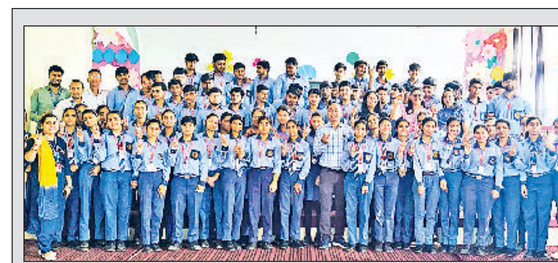
झज्जर। सीबीएसई की बारहवीं कक्षा में तक्षशिला विद्यापीठ बेरी के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट रहा। विद्यालय की छात्रा खुशी ने 94 प्रतिशत अंक लेकर स्कूल में टॉप किया, जबकि मुस्कान 93 प्रतिशत अंकों के साथ द्वितीय रही। अन्नू, दिया और भौमिक अहलावत ने 92-92 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। निदेशक हरबीर डबास ने बताया कि स्कूल के दस विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक और 20 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किए। इस सफलता पर प्राचार्य नसीब अहलावत, चेयरमैन सुखबीर ने शिक्षकों व अभिभावकों को बधाई देते हुए उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

देव ने स्कूल में पहला व पलक ने पाया दूसरा स्थान

झज्जर। सीबीएसई के बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ढाकला के छात्र देव ने 482 अंकों के साथ परीक्षा उत्तीर्ण करते हुए विद्यालय में पहला स्थान हासिल किया। प्राचार्य वेद प्रकाश ने बताया कि कला संकाय में छात्रा पलक 500 में से 456 अंक प्राप्त कर विद्यालय में द्वितीय रही। परीक्षा देने वाले सभी बीस विद्यार्थी उत्तीर्ण रहे।

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

न्यूज डायरी



कैंब्रिज स्कूल के 64 विद्यार्थियों ने हासिल की मेरिट

झज्जर। सीबीएसई बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में कैंब्रिज इंटरनेशनल स्कूल भदाना के 101 विद्यार्थियों में से 64 विद्यार्थियों ने मेरिट में स्थान बनाया। स्कूल निदेशक धर्मेंद्र जून ने बताया कि वाणिज्य संकाय में मानसी ने 95 प्रतिशत अंक लेकर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। विज्ञान संकाय में खुशी दुल्हेड़ा ने 93 प्रतिशत अंक लेकर द्वितीय व कला संकाय में अंजलि और दिव्या ने 92-92 प्रतिशत अंक प्राप्त कर संयुक्त रूप से स्कूल में तृतीय स्थान हासिल किया। इस दौरान एचओडी सोनिया, अनीता, रितु जून, पिंकी सहरावत, ज्योति यादव ने सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

त्रिवेणी की दीपाली ने हासिल किए 97% अंक

बहादुरगढ़। शहर के त्रिवेणी मेमोरियल सेकेंडरी स्कूल के विद्यार्थियों ने 12वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में शानदार सफलता प्राप्त की। वाणिज्य संकाय की दीपाली ने 97 प्रतिशत अंकों, कला संकाय की निकिता ने 96.4 प्रतिशत और विज्ञान संकाय के आर्यन मलिक ने 92.2 फीसद अंकों के साथ प्रथम स्थान प्राप्त किया। स्कूल निदेशिका संगीता वर्मा ने विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई देते हुए बताया कि इस वर्ष कॉमर्स संकाय का परिणाम सर्वश्रेष्ठ रहा। प्रधानाचार्या सुमित्रा महला तथा उप प्रधानाचार्य अनिल कुमार ने सभी सफल विद्यार्थियों, उनके अभिभावकों व शिक्षकों को बधाई देते हुए सभी विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की मंगल कामनाएं व्यक्त की।

वर्षा ने 476 अंक लाकर विद्यालय में किया टॉप

झज्जर। महर्षि दयानंद स्कूल खुड्डन में सीबीएसई बोर्ड की बारहवीं कक्षा का परीक्षा परिणाम शानदार रहा। विद्यालय के सभी 44 विद्यार्थियों ने परीक्षा उत्तीर्ण कर विद्यालय का नाम रोशन किया। छात्रा वर्षा शर्मा ने 476 अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। सुरुचि ने 94.8 प्रतिशत अंक लेकर द्वितीय तथा अंतिम 94.2 प्रतिशत अंकों के साथ तृतीय रही। 34 विद्यार्थियों ने बोर्ड की मेरिट सूची में स्थान बनाया। प्राचार्य रामनिवास गहलावत ने विद्यार्थियों, अभिभावकों और शिक्षकों को बधाई देते हुए कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों की मेहनत, अनुशासन और शिक्षकों के समर्पण का परिणाम है। विद्यालय प्रबंधन समिति सदस्य रमेश डिरोलिया व सुरेंद्र कोडान ने सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

इंडो अमेरिकन के बीस विद्यार्थी मेरिट में

झज्जर। सीबीएसई के बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में इंडो अमेरिकन स्कूल के 51 विद्यार्थियों में से 20 ने मेरिट सूची में स्थान प्राप्त किया। आर्ट्स संकाय की छात्रा वंदना ने 96.8 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। साइंस के छात्र रुद्र ने 94.2 प्रतिशत और कॉमर्स की छात्रा अन्नू ने 92.2 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। आर्ट्स की छात्रा इशिका ने 89 प्रतिशत अंक हासिल कर विद्यालय का गौरव बढ़ाया। स्कूल निदेशक बिजेंद्र कादियान ने विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों को बधाई देते हुए कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों के समग्र विकास और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा का प्रमाण है।

आरईडी के 10 स्टूडेंट को मिले 90% से अधिक अंक

झज्जर। सीबीएसई के बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में आरईडी विद्यालय की झज्जर व छुछकवास शाखाओं का परिणाम सराहनीय रहा। संस्था निदेशक जितेंद्र सिंह अहलावत ने बताया कि विज्ञान संकाय की छात्रा जैसमीन ने 95.4 प्रतिशत अंक लेकर प्रथम, प्रियांशी ने 94.2 प्रतिशत अंकों के साथ द्वितीय तथा आधार ने 94 प्रतिशत अंकों के साथ तृतीय स्थान प्राप्त किया। वाणिज्य के छात्र हेमंत जून ने 93.8 प्रतिशत के साथ प्रथम स्थान हासिल किया जबकि कला संकाय में मिनल ने 89.6 प्रतिशत अंकों के साथ प्रथम स्थान प्राप्त किया। परीक्षा देने वाले 189 विद्यार्थियों में से 10 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक, 19 ने 85 प्रतिशत से अधिक, 46 ने 80 प्रतिशत से अधिक तथा 75 विद्यार्थियों ने 75 प्रतिशत से अधिक अंक हासिल किए।

जीएवी स्कूल में निधि रही अव्वल

झज्जर। जीएवी स्कूल पाटौदा के चेयरमैन अशोक ने बताया कि बारहवीं कक्षा के परीक्षा परिणामों में उनके स्कूल की छात्रा निधि ने 95.8 प्रतिशत अंक लेकर विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। पांच से अधिक विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंकों के साथ सफलता हासिल की। इस उपलब्धि पर प्राचार्य विपिन कुमार, सुमिला यादव, रवि कुमार, देवेंद्र कुमार, अनूप कुमार, हरिओम डीपीई ने सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

सैनिक स्कूल का रहा शत-प्रतिशत रिजल्ट

बहादुरगढ़। बुधवार को सैनिक पब्लिक स्कूल के प्रतिभावान विद्यार्थियों ने एक बार फिर सीबीएसई 12वीं कक्षा के परिणाम में 42 साल से चला आ रहा शत-प्रतिशत रिजल्ट का रिकॉर्ड कायम रखा है। आर्ट्स स्ट्रीम के प्रथम ने 92.6 प्रतिशत, साइंस स्ट्रीम के गैलेक्सी ने 92.2 फीसद व कॉमर्स स्ट्रीम के सौरव ने 90 प्रतिशत अंक लेकर स्कूल का नाम रोशन किया। प्रिंसिपल बीएल भारद्वाज ने सभी प्रतिभावान विद्यार्थियों को बधाई देते हुए भविष्य में भी अच्छा प्रदर्शन करने की प्रेरणा दी। साइंस स्ट्रीम के अन्नू, नितिशा, अमिता, मानसी, आयुष, अमित, इशिका, अभिनव, आयुषी कुमारी सिंह, भूमिका भारद्वाज, नितिन, आदित्य, तनिष्का, माधवी, कॉमर्स स्ट्रीम की अंजलि, दिव्या, निखिल, सौरव, रौनक, अलका, रिया, रोहित, साक्षी तथा आर्ट्स स्ट्रीम की श्रेया शुक्ला, रिधम, श्रेया, सोनिया, मनदीप, खुशबू, अदिति शर्मा, पूजा, मानसी, प्रगति, मनीष कुमार व नीतू आदि ने विभिन्न विषयों में 90 से अधिक अंक हासिल किए।