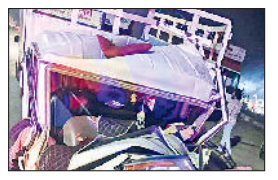
हरिभूमि

झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि

रोहतक, गुरुवार 29 अक्टूबर 2026

11 हादसे में गाड़ी क्षतिग्रस्त हुई तो तस्करी से बचे गोवंश



12 करवाचौथ पर्व : मेहंदी प्रतियोगिता में दिखाई प्रतिभा



खबर संक्षेप

पूर्व सैनिक का फोन हैक कर 2.43 लाख निकाले

बहादुरगढ़। आसौदा थाना क्षेत्र के एक गांव के निवासी पूर्व सैनिक के साथ साइबर ठगी हो गई। शातिरों ने फोन हैक कर उनके खाते से 2 लाख 43 हजार रुपये निकाल लिए। पुलिस शिकायत में धर्मवीर सिंह का कहना है कि गत 26 अक्टूबर की सुबह से रात आठ बजे तक उनका मोबाइल हैक हो गया था। दरअसल, फेसबुक पर आरटीओ चालान संबंधित एक एप उन्होंने डाउनलोड कर ली थी।

स्टेशन से मोबाइल चोरी ठगों ने खाता साफ किया

बहादुरगढ़। रेलवे स्टेशन पर एक युवक की जेब से किसी ने मोबाइल निकाल लिया और खाते से 1 लाख रुपये साफ कर दिए। बैंक स्टेटमेंट देखने पर ठगी का पता चला। वारदात यूपी मूल के विजय के साथ हुई है। फिलहाल छिकारा कॉलोनी निवासी विजय का कहना है कि 22 अक्टूबर को वह रेलवे स्टेशन पर भाई को छोड़ने गया था। वहां मोबाइल चोरी हो गया था।

दिल्ली गेट पर बंद फ्लोर मिल से सामान चोरी

झज्जर। शहर के दिल्ली गेट स्थित एक बंद फ्लोर मिल से मशीन व अन्य सामान चोरी हो गया। पुलिस को दी शिकायत में मिल मालिक इंद्रदेव ने बताया कि उसकी शहर के बहादुरगढ़ रोड पर एक फ्लोर मिल है जो कुछ समय से बंद पड़ी है। चोरी की सूचना पर जब वह फ्लोर मिल पहुंचे तो पता चला कि वहां से कुछ मशीन व इलेक्ट्रिक मोटर स्टार्टर का सामान चोरी हुआ है।

प्रदूषण रोकने को लेकर प्रशासन सख्त, उठाए अहम कदम

सिद्दीपुर के खेतों में मेटल और प्लास्टिक स्क्रैप जलाते हुए तीन आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

इलाके में प्रदूषण फैलाने वालों पर प्रशासन द्वारा शिकंजा कसा जा रहा है। इसी कड़ी में प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड, दमकल विभाग और पुलिस की संयुक्त टीम ने गांव सिद्दीपुर के खेतों में छापा मारा। यहां अंधेरे में चोरी-छिपे भारी मात्रा में मेटल ड्रम, केमिकल और प्लास्टिक जलाया जा रहा था। इससे आसपास के क्षेत्र में जहरीला धुआं फैल रहा था। संयुक्त टीम ने मौके पर पहुंचकर कार्रवाई की। दमकल विभाग की टीम ने तुरंत आग बुझाई। वहीं, पुलिस ने मौके से तीन आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया। आरोपियों की पहचान अनिल रविदास, जोगेश व सुंदरपाल के रूप में हुई है।



अवैध गोदामों पर नजर

प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के क्षेत्रीय अधिकारी सुनील श्योराण की शिकायत पर सदर थाना पुलिस ने आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। पुलिस ने आरोपियों को हिरासत में लेकर मामले में आगे की कार्रवाई शुरू कर दी है। बता दें कि बहादुरगढ़ इलाके में कई जगह प्लास्टिक, रबड़ और मेटल स्क्रैप के अवैध गोदाम हैं। इनमें अक्सर केमिकल व प्लास्टिक आदि जलाया जाता है। कुछ समय पहले भी स्क्रैप जलाते हुए आरोपी पकड़े गए थे।

ड्रेनों की निगरानी करें, केमिकल डालने वालों पर हो कार्रवाई : डीसी

झज्जर। प्रदूषण रोकने के लिए डीसी वर्षा खांगवाल ने कहा कि जिले की सीमा से गुजरने वाली ड्रेन में केमिकलयुक्त और सीवरेज का दूषित पानी छोड़ने वालों के खिलाफ प्रशासन सख्त कार्रवाई करेगा। इसके लिए संबंधित विभागों के अधिकारी नियमित निगरानी सुनिश्चित करें और नियमों का उल्लंघन करने वाले औद्योगिक संस्थानों के खिलाफ नियमानुसार कार्रवाई करें। उन्होंने कहा कि दूषित पानी की निकासी से यमुना नदी प्रदूषित होने की आशंका बनी रहती है, जिसे रोकने के लिए सभी संबंधित विभाग आपसी समन्वय के साथ कार्य करें। उन्होंने जिले से गुजरने वाली मुंगेशपुर ड्रेन, ड्रेन नंबर आठ और केसीबी ड्रेन की नियमित निगरानी के निर्देश दिए।



बैंक में कर्मचारी बनकर दंपती को चपत लगाई

बहादुरगढ़ (हरिभूमि न्यूज)। शहर में शातिर ठग सक्रिय हैं। लोगों को बातों में उलझा कर और तरह तरह की तरकीबें लगाकर ठग रहे हैं। अब यहां एक दंपती के साथ वारदात हो गई। महावीर पार्क निवासी नेहा का कहना है कि वह अपने पति के साथ रोहतक रोड स्थित पीएनबी में गई थी। वहां बैंक से 50 हजार रुपये निकलवाए। इस दौरान पति कोई फार्म भरने लगे तो एक अधेड़ उम्र का शख्स मेरे पास आया। बोला मैं बैंक कर्मी हूं, आपके रुपयों में दो नोट फटे हुए हैं। यह कहकर उसने गड्डी ली और नोटों को गिनने लगा। शातिर ने चतुराई से 24 नोट नीचे गिरा दिए, जिसका हमें पता नहीं चला। बाद में हमने देखा तो गड्डी में 12 हजार रुपये कम थे। इसके बाद आसपास देखा तो वह व्यक्ति गायब था। फिर पुलिस को शिकायत दी गई। शिकायत के आधार पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

गिले के लिए दो खास उपलब्धि

राष्ट्रीय एकता दिवस परेड की अगुवाई करेंगे आईपीएस रोहित

- बहादुरगढ़ के रोहित डागर गुजरात में पीएम को देंगे गार्ड ऑफ ऑनर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़



हरियाणा मूल के युवा आईपीएस अधिकारी रोहित डागर 31 अक्टूबर को गुजरात स्थित स्टेच्यू ऑफ यूनिटी में आयोजित होने वाले राष्ट्रीय एकता दिवस समारोह में परेड की अगुवाई करेंगे। सरदार वल्लभभाई पटेल की जयंती पर आयोजित इस समारोह में विभिन्न राज्यों की पुलिस और अन्य सुरक्षा बलों की टुकड़ियां भाग लेंगी। समारोह के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को गार्ड ऑफ ऑनर भी दिया जाएगा। इस बार परेड में विभिन्न राज्य पुलिस बलों और अन्य अर्धसैनिक बलों की 19 टुकड़ियों के साथ एनसीसी की एक टुकड़ी शामिल होगी। इसके अलावा 10 राज्यों व संगठनों के बैंड भी प्रस्तुति देंगे। समारोह के माध्यम से राष्ट्रीय एकता, अखंडता और सुरक्षा बलों के बीच समन्वय का संदेश दिया जाएगा। बहादुरगढ़ निवासी आईपीएस रोहित डागर के लिए यह अवसर पेशेवर उपलब्धि के साथ भावनात्मक रूप से भी खास है। शनिवार 31 अक्टूबर को ही उनके पिता स्वर्गीय जगदीश सिंह का जन्मदिवस है। ऐसे दिन राष्ट्रीय एकता दिवस परेड की अगुवाई करने को उन्होंने गर्व और भावुकता से जुड़ा विशेष अनुभव बताया।

बालौर में 65 एकड़ में बन रही कॉलोनी में चला पंजा

बहादुरगढ़। गांव बालौर के राजस्व क्षेत्र में बुधवार को अवैध कॉलोनी में तोड़फोड़ अभियान चलाया गया। इस दौरान करीब 65 एकड़ में विकसित की जा रही एक अवैध कॉलोनी में किए गए निर्माणों को ध्वस्त किया गया। कॉलोनी में बनाए गए पांच निर्माणों, 12 चारदीवारी और 15 डीपीसी को तोड़ दिया गया। कॉलोनी में विकसित किया गया कच्ची सड़कों का नेटवर्क भी ध्वस्त किया। डीटीपी अंजू जून के अनुसार कार्रवाई का उद्देश्य अवैध रूप से विकसित की जा रही कॉलोनियों में अनधिकृत निर्माण और प्लॉटिंग पर रोक लगाना है।



हाइटेंशन लाइन की चपेट में आने से मजदूर की मौत

बहादुरगढ़। निजामपुर रोड पर प्लॉट में टीन शेड लगा रहे एक मजदूर की हाइटेंशन लाइन की चपेट में आने से मौत हो गई। पुलिस ने पोस्टमार्टम करा कर शव परिजनों को सौंप दिया है। मृतक की पहचान 30 वर्षीय अमरनाथ के रूप में हुई है। वह यूपी के बलरामपुर का रहने वाला था। यहां नेताजी नगर में किराये पर रहता था और मजदूरी करता था। अमरनाथ मंगलवार को निजामपुर रोड स्थित एक प्लॉट में 3 अन्य लोगों के साथ टीन शेड लगा रहा था। इसी दौरान दूसरे श्रमिक द्वारा लोहे का पाइप देते समय वह हाइटेंशन लाइनों को छू गया। इससे वह शेड से नीचे आ गिरा और उसकी मौत हो गई। अमरनाथ 4 भाइयों में सबसे बड़ा था। उसके परिवार में गर्भवती पत्नी के अलावा 12 साल की बेटी, 6 साल का बेटा और 3 साल की बेटी है। मृतक के पिता अजीत कुमार ने बताया कि अब परिवार के सामने संकट खड़ा हो गया है।

मिष्ठान भंडारों का किया निरीक्षण, लिए 11 सैंपल

झज्जर (हरिभूमि न्यूज)। फूड एंड सेफ्टी अधिकारी डॉ. राजेश वर्मा के नेतृत्व में टीम ने बुधवार को गांव माछरौली, कुलाना और पाटौदा में छापामार कार्रवाई करते हुए विभिन्न मिष्ठान भंडारों से 11 सैंपल लिए। विभिन्न दुकानों से एकत्रित किए गए सैंपलों में खोया बर्फी के तीन, पेड़े के दो, मिल्क केक के तीन, डोडा बर्फी के दो तथा पतीसे का एक सैंपल शामिल है। उन्होंने बताया कि इन सैंपल को जांच के लिए आगे भेजा जाएगा। जांच उपरांत सैंपल की रिपोर्ट के आधार पर नियमानुसार आगामी कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।



आदि कैलाश की कठिन दौड़ में कर्नल कृष्ण प्रथम और महेश चंद रहे द्वितीय

बहादुरगढ़ (हरिभूमि न्यूज)। उत्तराखंड की ऊंची पहाड़ियों और चुनौतीपूर्ण रास्तों पर आयोजित आदि कैलाश परिक्रमा रन-2.0 में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावकों ने शानदार प्रदर्शन किया। कर्नल कृष्ण बधवार ने 70 किलोमीटर अल्ट्रा परिक्रमा रन में अपने आयु वर्ग में प्रथम स्थान हासिल कर एक लाख रुपये का नकद पुरस्कार जीता। महेश चंद ने 42 किलोमीटर मैराथन में अपने आयु वर्ग में द्वितीय स्थान प्राप्त कर 25 हजार रुपये का नकद पुरस्कार हासिल किया। बीआरजी के संस्थापक दीपक छिल्लर ने बताया कि समुद्र तल से करीब 14 हजार फीट की ऊंचाई पर कम ऑक्सीजन और दुर्गम पहाड़ी रास्तों के बीच दौड़ना बेहद चुनौतीपूर्ण था। इन कठिन परिस्थितियों में दोनों धावकों ने अपनी मेहनत, अनुशासन और दृढ़ संकल्प का परिचय दिया। बीआरजी के धावक महेश चंद ने 42 किलोमीटर की चुनौतीपूर्ण मैराथन 5 घंटे 17 मिनट 16 सेकेंड में पूरी की।



सात जन्मों के साथ रहने का संकल्प और अटूट विश्वास का प्रतीक

करवा चौथ

की हार्दिक शुभकामनाएं

अटूट रिश्ते की कहानी

करवाचौथ सिर्फ एक व्रत नहीं, बल्कि पति-पत्नी के बीच प्रेम, विश्वास और निष्ठा की सुंदर कहानी है। पत्नी का व्रत और पति की देखभाल इस रिश्ते को और भी गहरा बनाते हैं। संध्या समय चाँद के दर्शन के बाद पूजा और आशीर्वाद का माहौल घर में पवित्रता भर देता है।

संगीता वर्मा एवं श्याम सुंदर
त्रिवेणी मेमोरियल सीनियर सेकेंडरी स्कूल,
बराही रोड़, बहादुरगढ़ (झज्जर)





प्रेम का व्रत, साथ का वादा

करवाचौथ के दिन पत्नी अपने पति की लंबी उम्र और सुख के लिए व्रत रखती है, जबकि पति इस प्रेम और समर्पण का आदर करते हैं। शाम को पूजा और चाँद दर्शन के बाद वह व्रत एक पवित्र संकल्प बन जाता है-जीवनभर साथ निभाने का।

Mr. Varun & Dr. Deepanshi
Directors, JJ hospital Bahadurgarh

परंपरा और आधुनिकता का संगम

आज के समय में करवाचौथ न सिर्फ धार्मिक आस्था बल्कि पति-पत्नी के बीच भावनात्मक जुड़ाव का प्रतीक बन गया है। पति-पत्नी मिलकर व्रत, पूजा और एक-दूसरे के प्रति समर्पण को निभाते हैं। यह पर्व परिवार में प्रेम, आदर और एकता की भावना को मजबूत करता है।

प्रिया एवं जय विकास नांदल
डायरेक्टर, पेस ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट, झज्जर



आस्था और प्रेम का उत्सव

करवाचौथ आस्था और प्रेम का सुंदर संगम है। व्रत रखने वाली पत्नियों की आँखों में पति के लिए दुआएँ और दिल में स्नेह भरा होता है। पति भी इस दिन पत्नी के त्याग और प्रेम का मान रखते हैं। यह पर्व रिश्तों में गहराई और पवित्रता लाता है।

डा. सीमा रानी एवं डा. प्रवीण छिल्लर
बाल विकास सीनियर सेकेंडरी स्कूल एवं
एमडी कॉलेज ऑफ़ एजुकेशन, बहादुरगढ़





चाँद सा प्यार

वो दिन भर बिना पानी के मुस्कुराती रही, हाथों में मेंहदी, आँखों में दुआएँ भरी थीं। रात को जब चाँद निकला- उसने थाली उठाई, और तभी उसके प्रिय ने दरवाजे पर दस्तक दी। कहते हैं, करवा चौथ सिर्फ बात नहीं-एक स्त्री का वह प्यार है जो चाँद को भी झुका देता है।

प्रिया धनखड़ एवं विकास धनखड़
चेयरमैन एचआर ग्रीन फील्ड स्कूल, बादली रोड़, झज्जर



दांपत्य जीवन का उत्सव

करवाचौथ वैवाहिक जीवन की पवित्रता और गहराई को दर्शाने वाला पर्व है। पत्नी का व्रत और पति का स्नेह एक सुंदर बंधन को और मजबूत करते हैं। पूजा-पाठ, चाँद दर्शन और पारंपरिक रस्मों से यह दिन हर जोड़े के लिए अविस्मरणीय बन जाता है।

डा. नितिन शर्मा एवं डॉ मनीष शर्मा
ब्रह्मशक्ति संजीवनी हॉस्पिटल, बहादुरगढ़

रिश्तों में नई ऊर्जा

करवाचौथ भारतीय परंपराओं में वैवाहिक जीवन की मजबूती का प्रतीक है। इस दिन पत्नियाँ दिनभर व्रत रखकर अपने पति की दीर्घायु की कामना करती हैं। पति भी उपहार और स्नेह के माध्यम से पत्नी के त्याग और प्रेम का सम्मान करते हैं। यह पर्व पारिवारिक मूल्यों और आपसी विश्वास को सशक्त बनाता है।

निहारिका छिल्लर एवं अभिषेक छिल्लर
श्री स्वामी समर्थ इंटरनेशनल स्कूल, लडरावन, बहादुरगढ़





हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बैठने-खड़े होने पर जब हो बैक पेन



मेरी उम्र 63 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे बैक-पेन की प्रॉब्लम है। बैठने या खड़े होने पर दर्द बढ़ जाता है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई कारगर समाधान बताएं।

-नवीन, महासमुंद

बैक पेन का स्थाई समाधान रेग्युलर बैक की एक्सरसाइज ही है। क्योंकि दवा से कुछ समय के लिए आराम मिलेगा, फिर दर्द हो जाएगा। साथ ही कैल्शियम और विटामिन डी की जांच जरूर कराएं। अगर कमी है तो इसकी दवा रेग्युलर लेना शुरू करनी चाहिए। साथ ही फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर आप बैक की एक्सरसाइज सीख लें, उन्हें नियमित रूप में करें। इससे आपको स्थायी राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मुझे यूरिन पास करने में काफी दर्द और जलन होती है। कभी-कभी यूरिन का कलर पीला आता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हो रहा है और यह कैसे ठीक होगा?

-दीपक, रायपुर

कई बार यूरीन कलर पीला और जलन, पानी कम पीने की वजह से भी होता है। लेकिन जैसा आप बता रहे हैं कि कभी-कभी दर्द भी होता है। इसलिए आपको नेफ्रोलॉजिस्ट से संपर्क करना चाहिए। वह कुछ जांच कराएंगे, जिसके बाद इसकी वजह पता चलेगी और ट्रीटमेंट हो सकेगा। फिलहाल पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरे होंठ हमेशा रूखे और फटे-फटे रहते हैं। लिप बाम और एंटीसेप्टिक क्रीम लगाने का भी असर कुछ ही देर रहता है। ऐसा क्यों होता है?

-सुमित, रोहतक

कुछ लोगों की स्किन ड्राय होती है और किसी की ऑयली। जिनकी ड्राय होती है, उनको इस तरह की समस्याएं हो सकती हैं। इसके लिए आप पानी का सेवन पर्याप्त मात्रा में करें और समय-समय पर क्रीम लगाते रहें। इसका कोई स्थायी समाधान नहीं। इसी तरह राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। मेरे सिर के पिछले हिस्से में अकसर तेज सुई चुभने जैसा दर्द होता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-कुशल, बिलासपुर

आपको तुरंत न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क करना चाहिए। वह सिटी स्कैन या एमआरआई कराकर इसकी वजह पता लगाएंगे, क्योंकि सामान्य तौर पर सिर दर्द कई बार आंख कमजोर होने की वजह से भी होता है, पर खास हिस्से में होने की वजह कुछ और भी हो सकती है, इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा।

मेरी उम्र 58 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी हार्ट बीट्स रह-रहकर तेज हो जाती हैं। मन में अजीब-सी घबराहट पैदा होती है। मुझे समझ नहीं आता कि ऐसा क्यो हो रहा है? कृपया बताएं मैं क्या करूं?

-बलबीर, महेंद्रगढ़

अगर आपको ऐसा महसूस हो रहा है तो इस बात पर गौर करें कि ऐसा तेज चलने से या वजन उठाने से ऐसा हो रहा है। अगर ऐसा है तो जरूर आपको तुरंत डॉक्टर से मिलना चाहिए। यह समस्या कई बार दिल से जुड़ी हो सकती है। फिलहाल इस बात का ध्यान रखें कि ज्यादा दौड़ भाग या अधिक श्रम वाला काम ना करें।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दाईं तरफ मीठा-मीठा दर्द बना रहता है। कृपया बताएं कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-संजय, राजनांदगांव

अगर हल्का-हल्का दर्द लगातार रहता है तो बेहतर होगा कि आप डॉक्टर से संपर्क कर एक बार अल्ट्रासाउंड करा लें। कई बार स्टोन की वजह भी दर्द शुरू होता है। लेकिन बगैर जांच कराएं कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। इस दौरान आप अधिक तला भुना और बाजार का खाना बंद कर दें। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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



डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. तुषार राउत
न्यूरोलॉजिस्ट-कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

स्पेशलः वर्ल्ड स्ट्रोक डे, 29 अक्टूबर

आंकड़ों के अनुसार 18 लाख स्ट्रोक के नए मामले भारत में प्रति वर्ष सामने आते हैं। इससे अंदाजा लगा सकते हैं कि यह कितनी गंभीर समस्या है। लेकिन एलर्टनेस और प्रिकॉशन के जरिए इसकी रोकथाम की जा सकती है। यहां विस्तार से बता रहे हैं, स्ट्रोक के कारण, लक्षण, बचाव और उपचार के बारे में।

लाइलाज नहीं है स्ट्रोक संभव है प्रिवेंशन-ट्रीटमेंट







वर्ल्ड स्ट्रोक आर्गेनाइजेशन के अनुसार अस्वास्थ्यकर जीवनशैली, उच्च रक्तचाप (हाइपरटेंशन) और तनाव का प्रबंधन नहीं कर पाने के कारण दुनिया भर में स्ट्रोक के मामले बढ़त पर हैं। देश में विभिन्न बीमारियों से होने वाली मौतों का दूसरा सबसे बड़ा कारण स्ट्रोक है। भारत में हर 40 सेकेंड पर एक व्यक्ति स्ट्रोक से पीड़ित होता है। जो लोग पहली बार स्ट्रोक के बाद नियमित रूप से दवाएं नहीं लेते या फिर डॉक्टर द्वारा दिए गए परामर्श पर अमल नहीं करते, उनमें स्ट्रोक के दोबारा होने का जोखिम बहुत ज्यादा बढ़ जाता है।

स्ट्रोक क्या है

स्ट्रोक एक गंभीर मेडिकल इमरजेंसी है। मृत्यु व विकलांगता का एक प्रमुख कारण है। स्ट्रोक तब होता है, जब मस्तिष्क के किसी हिस्से में रक्त की आपूर्ति बाधित हो जाती है या जब कोई रक्त वाहिका (ब्लड वेसल) फट जाती है, जिससे मस्तिष्क की कोशिकाएं क्षतिग्रस्त हो जाती हैं। स्ट्रोक के दो मुख्य प्रकार हैं। पहला, इस्केमिक स्ट्रोक जो मस्तिष्क में रक्त संचार में रुकावट या ब्लॉकेज के कारण होता है। दूसरा, हेमोरेजिक स्ट्रोक, जो रक्त वाहिका के फटने के कारण होता है। रिकवरी के लिए लक्षणों की जल्द पहचान और समय पर समुचित इलाज बेहद महत्वपूर्ण हैं।

शुरुआती घंटे बेहद महत्वपूर्ण

स्ट्रोक के लक्षण शुरू होने के बाद के शुरुआती घंटे बेहद महत्वपूर्ण होते हैं, क्योंकि समय पर इलाज मिलने से मस्तिष्क में रक्त का प्रवाह फिर से शुरू हो सकता है और मस्तिष्क की कोशिकाओं को होने वाले नुकसान को सीमित किया जा सकता है। इस्केमिक स्ट्रोक के मरीजों को थक्का घोलने वाली दवा (क्लॉट-बस्टिंग मेडिकेशन) दी जा सकती है। इसके अलावा, उन्नत इंटरवेंशनल प्रोसीजर्स जैसे विशेष सक्शन डिवाइस और स्टेंट रिट्रीवर का उपयोग करके भी थक्के को हटाया जा सकता है और बंद धमनियों को फिर से खोला जा सकता है। इलाज की प्रक्रिया का चयन स्ट्रोक के प्रकार, लक्षण शुरू होने के बाद से बीते समय और मरीज की क्लिनिकल स्थिति पर निर्भर करता है। मरीज को जल्द से जल्द एक ऐसे अस्पताल पहुंचना चाहिए जहां न्यूरोलॉजिस्ट, न्यूरोसर्जन और इंटरवेंशनल न्यूरोरेडियोलॉजिस्ट की विशेष टीम उपलब्ध हो।

कुछ उपचार केवल एक निश्चित समय सीमा (विंडो पीरियड) के भीतर ही उपलब्ध होते हैं, इसलिए लक्षणों की जल्द पहचान और तुरंत इलाज जरूरी है। भले ही लक्षणों में सुधार हो जाए या वे गायब हो जाएं, फिर भी डॉक्टरी जांच में देरी नहीं करनी चाहिए।

एक्यूट (शुरुआती) इलाज के बाद, मरीजों को ठीक होने और उनके काम करने की क्षमताओं को वापस पाने में मदद करने के लिए न्यूरोरिहैबिलिटेशन एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। दोबारा स्ट्रोक होने के जोखिम को कम करने के लिए सही फॉलो-अप देखभाल और डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाएं भी जरूरी हैं।

रिस्क फैक्टर्स को समझें

उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर), मधुमेह (डायबिटीज), हाई कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, शारीरिक सक्रियता की कमी या नियमित रूप से व्यायाम न करना, हृदय से जुड़ी कुछ बीमारियां, धूम्रपान, तंबाकू का सेवन और अत्यधिक शराब पीना स्ट्रोक के प्रमुख जोखिम कारक हैं। कुछ आनुवंशिक कारक भी युवाओं में स्ट्रोक के खतरे को बढ़ा सकते हैं। जैसे होमोसिस्टीन का बढ़ा हुआ स्तर भी युवाओं में स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ा सकता है। रक्त में होमोसिस्टीन का स्तर ज्यादा होने से धमनियों में सूजन या कड़ापन (एथेरोस्क्लेरोसिस), खून के थक्के (ब्लड क्लॉट्स) बनना और स्ट्रोक का जोखिम बढ़ जाता है। स्लीप एपनिया भी एक अन्य महत्वपूर्ण जोखिम कारक है। नींद के दौरान तेज खर्राटे लेना, दिन में अत्यधिक नींद आना जैसे लक्षणों के महसूस होने पर शीघ्र ही विशेषज्ञ डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

जीवनशैली में करें बदलाव

वर्ल्ड स्ट्रोक ऑर्गेनाइजेशन के अनुसार जीवनशैली में स्वास्थ्यकर बदलाव कर स्ट्रोक के जोखिम को कम किया जा सकता है। स्वास्थ्यकर जीवनशैली के अंतर्गत जंक फूड्स से दूर रहकर समुचित संतुलित पौष्टिक आहार ग्रहण करना, नियमित व्यायाम करना और तनाव प्रबंधन से संबंधित विधियों आदि को शामिल किया जाता है।

संतुलित आहारः फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, नट्स और प्रोटीन से भरपूर आहार स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद है। सैचुरेटेड फैट, ट्रांस फैट और अतिरिक्त चीनी को सीमित करने के साथ-साथ नमक का सेवन प्रति दिन 5 ग्राम से कम रखना चाहिए।

नियमित शारीरिक गतिविधिः हफ्ते मे कम से कम 150 मिनट का मध्यम तीव्रता वाला एरोबिक व्यायाम, जैसे तेज चलना, साइकिलिंग या तैरना, स्वस्थ वजन बनाए रखने, रक्तचाप नियंत्रण और समग्र स्वास्थ्य में सुधार करने में मददगार है।

नियमित जांच और परामर्शः रक्तचाप, ब्लड शुगर और कोलेस्ट्रॉल की एक निश्चित समय अंतराल पर डॉक्टर के परामर्श से जांचें करवानी चाहिए। विशेष रूप से 35 वर्ष की आयु के बाद समय-समय पर स्वास्थ्य जांच (हेल्थ चेक-अप) कराने से जोखिम की जल्दी पहचान हो सकती है।

तनाव प्रबंधन जरूरीः पर्याप्त नींद, सही मात्रा में पानी पीना (हाइड्रेशन) और योग व ध्यान (मेडिटेशन) के माध्यम से तनाव प्रबंधन (स्ट्रेस मैनेजमेंट) भी स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है और स्ट्रोक के जोखिम को कम करने में सहायक है।

संभव है स्ट्रोक की रोकथाम

स्ट्रोक से बचाव के लिए जागरुकता, जोखिम भरे कारकों की जल्द पहचान और जीवनशैली में लगातार सकारात्मक बदलाव की आवश्यकता होती है। ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित रखना, कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित रखना, शारीरिक रूप से सक्रिय रहना, तंबाकू से बचना और शराब से दूरी बनाना स्ट्रोक के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है। इसके साथ ही, एफएएसटी (फास्ट) के चेतावनी संकेतों को पहचानना और तुरंत चिकित्सा सहायता लेना भी बेहद जरूरी है।

सर्दियों का मौसम और स्ट्रोक

सर्दियों में अन्य मौसमों की तुलना में रक्त में कहीं ज्यादा गाढ़ापन आ जाता है, जिससे रक्त में थक्का (क्लॉट) बनने लगता है। एक बड़ी संख्या में स्ट्रोक के मामले रक्त के थक्कों के बनने से होते हैं। इसलिए सर्दियों के मौसम में अपना विशेष ख्याल रखें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इस बार की थीम है इंपॉर्टेंट

वर्ल्ड स्ट्रोक ऑर्गनाइजेशन द्वारा निर्धारित वर्ल्ड स्ट्रोक डे के लिए इस बार की थीम है, 'एवरी मिनिट काउंट्स', जिसका हिंदी में आशय है कि स्ट्रोक की गिरफ्त में आए लोगों के लिए हर मिनट कीमती है। इस बार का हैशटैग है फास्ट। एफएएसटी (फास्ट) एक ऐसा संक्षिप्त शब्द है जो स्ट्रोक के मुख्य संकेतों को पहचानने में मदद करता है।

एफ- फेस ड्रूपिंग (चेहरा झुकना): चेहरे का एक हिस्सा झुक सकता है या सुन्न महसूस हो सकता है।

ए- आर्म वीकनेस (बांह में कमजोरी): एक बांह कमजोर या सुन्न हो सकती है।

एस- स्पीच डिफीकल्टी (बोलने में कठिनाई): आवाज लड़खड़ा सकती है या बातचीत को समझना मुश्किल हो सकता है।

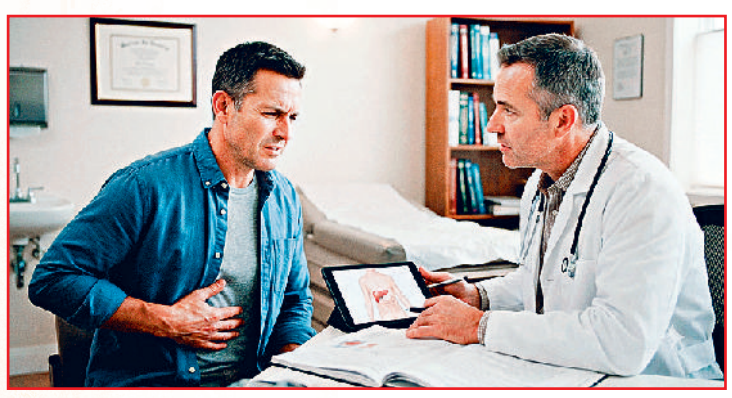
टी- टाइम टू एक्ट (कार्रवाई का समय): बिना देर किए तुरंत आपातकालीन चिकित्सा सहायता लें।

अवेयरनेस

डॉ. मोनिका शर्मा

अपने देश ही नहीं पूरी दुनिया में फैटी लिवर के रोगियों की संख्या लगातार बढ़ रही है। चिंताजनक बात यह है कि बच्चे भी इसकी गिरफ्त में आ रहे हैं। ऐसे में इसके कारणों, लक्षणों के साथ ही बचाव के उपाय के बारे में जानना बहुत जरूरी है।

हर उम्र के लोगों में बढ़ रही फैटी लिवर की प्रॉब्लम



हाल के बरसों में हर आयु वर्ग के लोगों की जीवनशैली बदली है। खान-पान के तौर-तरीके में बड़ा परिवर्तन आया है। एक ओर निष्क्रिय लाइफस्टाइल ने स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाया है तो दूसरी ओर सेहत से ज्यादा स्वाद को तवज्जो देने वाले फूड आइटम्स हमारी थाली का हिस्सा बन गए हैं। विशेषकर बच्चे हमारी परंपरागत भोजनशैली से दूर हुए हैं। इन आदतों से समग्र स्वास्थ्य पर तो दुष्प्रभाव पड़ ही रहा है, किसी अंग विशेष की सेहत बिगड़ने की स्थितियां भी पैदा हो गई हैं। ऐसी ही एक स्वास्थ्य समस्या है फैटी लिवर।

आंकड़े हैं चिंताजनकः चिंतनीय है कि 2030 तक, विश्व भर में अनुमानित 35 करोड़ 70 लाख लोग फैटी लिवर रोग के साथ जीवन जी रहे होंगे। भारत में लगभग 38 प्रतिशत से 40 प्रतिशत एडल्ट्स इस बीमारी से प्रभावित हैं। स्थिति की गंभीरता को समझते हुए ही हमारे यहां 2021 में नॉन-कम्युनिकेबल डिजीज कार्यक्रम में फैटी लिवर को शामिल कर प्राथमिक स्वास्थ्य स्तर पर इसकी जांच के लिए गाइडलाइन जारी किए गए थे।

क्या है फैटी लिवरः असल में फैटी लिवर की बीमारी तब होती है, जब लिवर की कोशिकाओं में अतिरिक्त फैट यानी कि वसा जमा हो जाती है। जिससे लिवर की कार्य प्रणाली प्रभावित होती है। लिवर हमारे शरीर को डिटॉक्स करने में अहम भूमिका निभाता है। खून की सफाई, पाचन में सहायता, ऊर्जा का संग्रह और स्वस्थ शरीर के लिए आवश्यक विटामिन, मिनरल्स और महत्वपूर्ण प्रोटींस का प्रोड्क्शन और संचयन करता है। ऐसे में इंसानी शरीर का फिल्टर प्लांट कहे जाने वाले लिवर की हेल्थ बिगड़ना बहुत-सी दूसरी व्याधियों की भी जड़ बन जाता है।

न बरतें लापरवाहीः गांवों से लेकर महानगरों तक, कम उम्र में ही लोग फैटी लिवर की बीमारी का शिकार हो रहे हैं। इसकी सबसे अहम वजह खान-पान की बुरी आदतें ही हैं। आमतौर पर फैटी लिवर रोग को दो तरीके का होता है। अल्कोहलिक फैटी लिवर बीमारी अत्यधिक शराब के सेवन के कारण होती है। वहीं गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर की समस्या शराब के सेवन से संबंधित नहीं है। इसीलिए फैटी लिवर के लक्षणों को जीवनशैली से गहराई से जोड़कर देखा जाता है। इसके लक्षण न केवल बहुत धीरे-धीरे दिखते हैं बल्कि स्पष्ट रूप से समझना भी कठिन होता है। यही वजह है कि लाइफस्टाइल स्कैन से जोड़कर फैटी लिवर के सिंपटम्स को सही ढंग से समझना और समय पर चिकित्सा सहायता लेना आवश्यक है। इस सायलेंट हेल्थ समस्या का समय रहते उपचार न किया जाए तो फाइब्रोसिस और सिरोसिस की समस्या भी हो सकती है। लिवर क्षतिग्रस्त होने पर अतिरिक्त स्कार टिशू बनने की स्थिति फाइब्रोसिस कहलाती है। इसमें लिवर में सूजन आ जाती है। जो कि लिवर में रक्त के सामान्य प्रवाह में बाधा बनती है। वहीं सिरोसिस की गंभीर और धीरे-धीरे बढ़ने वाली तकलीफ में स्वस्थ लिवर टिशू खराब हो जाते हैं। उनकी जगह कठोर स्कार टिशू बनने लगते हैं।



प्रमुख लक्षणः पेट के ऊपरी दाएं हिस्से में असहजता बने रहने, अधिक थकान महसूस करने, बिना कारण वजन बढ़ने, भूख में कमी आने, स्किन का पीलापन और ब्रेनफॉग जैसे लक्षणों को ध्यान दिया जाना चाहिए। आरंभिक चरण में लाइफस्टाइल सुधार से इस समस्या पर काबू पाया जा सकता है।

बच्चे भी हो रहे प्रभावितः खान-पान की अस्वस्थ आदतों और निष्क्रिय जीवनशैली के घेरे में अब बच्चे भी आ गए हैं। जिसके चलते बच्चे बड़ी संख्या में फैटी लिवर की चपेट में आ रहे हैं। ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस (एम्स) की स्टडी कहती है कि हमारे देश में लगभग 35.4 प्रतिशत बच्चे फैटी लिवर के रोग से पीड़ित हैं। बड़ों की बीमारी अब नई पीढ़ी में भी तेजी से पैर पसार रही है। भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) के मुताबिक मोटे बच्चों में फैटी लिवर का आंकड़ा 60 प्रतिशत से अधिक है। गुरुग्राम में किए गए एक हालिया अध्ययन में सामने आया है कि 10 वर्ष से कम आयु के बच्चों में फैटी लिवर रोग के मामलों तेजी से बढ़े हैं। शहरी इलाकों में सामान्य वजन वाले बच्चों में भी साइलेंट बर्डन के रूप में यह बीमारी पाई जा रही है। बदलते खान-पान के कारण सिर्फ शहरों तक सीमित रहने वाली फैटी लिवर की समस्या गांवों में देखने को मिल रही है। जंक फूड की पहुंच और सुविधाजनक एवं निष्क्रिय जीवनशैली के चलते ग्रामीण इलाकों के बच्चों में भी फैटी लिवर के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। चिंतनीय है कि भारत में रुरल और अर्बन दोनों को मिलाकर औसत राष्ट्रीय प्रसार दर लगभग 35.4 प्रतिशत है। यह आंकड़ा ग्लोबल एवरेज से लगभग 25 फीसदी ज्यादा है। ऐसे में मुख्य रूप से लाइस्टाइल से जुड़ी इस समस्या से बचाव के लिए पैरेंट्स का सजग रहना आवश्यक हो गया है। *

बच्चों में फैटी लिवर के कारण

बच्चों में असंतुलित आहार और शारीरिक गतिविधियों से दूरी गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर की समस्या बढ़ाती है। जिसका सीधा-सा अर्थ है कि बालपन को घेरते इस हेल्थ इश्यू का मुख्य कारण बदली हुई जीवनशैली ही है। एक ओर फल-सब्जियां खाने से दूरी बढ़ी है, दूसरी ओर प्रोसेस्ड-जंक फूड, पिज्जा, बर्गर, मीठे पेय पदार्थों के सेवन की आदतों ने जड़ें जमा ली हैं। बहुत से बच्चे कुकीज, बिस्कुट, कैंडी, सोडा ड्रिंक, पैकेज्ड जूस और चॉकलेट जैसे फूड प्रोडक्ट्स के एडिक्ट हो गए हैं। स्मार्ट स्क्रीन में झांकते हुए वक्त बिता रहे बच्चों का मैदानों में खेलना छूट गया है। चाइल्ड ओबेसिटी आज बड़ी चिंता बन गई है। इसीलिए बच्चों को हमारी परंपरागत भोजनशैली से जोड़ना जरूरी है। आउटडोर स्पोर्ट्स और शारीरिक गतिविधियों को बढ़ावा देना आवश्यक है। मौजूदा दौर में जीवन के पहले ही पड़ाव ही खाने-पीने की सजगता और फिजिकल सक्रियता सबसे अहम हैं। साथ ही स्नैक अटैक और स्क्रीन स्क्रॉलिंग से बचना भी आवश्यक है। बड़ों में भी अस्वस्थ भोजनशैली, एल्कोहल का सेवन और शारीरिक निष्क्रियता ही इस रोग के मुख्य कारण हैं। स्वस्थ-सधी जीवनशैली से हर उम्र के लोग इस रोग से बच सकते हैं।

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

प्राणायाम श्वास पर नियंत्रण, एकाग्रता और मानसिक शांति विकसित करने में मदद कर सकता है। लेकिन प्रदूषित हवा में प्राणायाम करने और स्वच्छ हवा में इसका अभ्यास करने के बीच का अंतर समझना जरूरी है।

प्रदूषण वाले मौसम में जब करें प्राणायाम



सांस लेना जीवन की सबसे सहज क्रियाओं में से एक है। लेकिन जब हवा में धूल, धुआं और सूक्ष्म प्रदूषण घुलने लगें, तो यही सहज क्रिया श्वास के लिए भारी चुनौती बन सकती है। अक्टूबर का दूसरा पखवाड़ा उत्तर भारत के अनेक शहरों में बदलते मौसम, पराली जलाने की घटनाओं, वाहनों के धुएं और अन्य प्रदूषण स्रोतों के कारण वायु गुणवत्ता को लेकर चिंता का समय होता है। ऐसे समय में सुबह पार्कों में योग करने वाले हों या घर की छत पर प्राणायाम का अभ्यास करने वाले, उनके सामने एक महत्वपूर्ण सवाल है, क्या गहरी सांस लेने के अभ्यास, प्रदूषण के असर से बचा सकते हैं? प्राणायाम सांस लेने की प्रक्रिया को साधने का अभ्यास है, हवा शुद्ध करने का नहीं। इसलिए इन बातों का ध्यान रखें।

जब इर्द-गिर्द हवा हो प्रदूषितः इन दिनों वायु प्रदूषण की समस्या बढ़ने लगी है। पीएम- 2.5 जैसे सूक्ष्म कण, प्राणायाम करते समय श्वसन तंत्र के भीतर गहराई तक जा सकते हैं। ऐसे में प्रदूषित हवा में लंबे समय तक रहने से हृदय और फेफड़ों से संबंधित बीमारियों का जोखिम बढ़ सकता है। ओजोन, नाइट्रोजन डाईऑक्साइड और अन्य प्रदूषक भी श्वसन तंत्र को प्रभावित कर सकते हैं। सामान्य परिस्थितियों में श्वास अभ्यास के दौरान व्यक्ति अपनी सांस की गति या गहराई को बढ़ा सकता है। लेकिन प्रदूषण अधिक होने पर तेज या गहरे सांसों के साथ शरीर में प्रदूषकों के प्रवेश की मात्रा भी बढ़ सकती है। लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि हर गहरी सांस नुकसानदेय है। इसका अर्थ यह है कि प्रदूषण के स्तर, व्यायाम की तीव्रता और व्यक्ति की सेहत को ध्यान में रखना चाहिए। इसलिए केवल सूर्योदय के समय को स्वस्थ हवा की गारंटी मान लेना भी उचित नहीं है। कुछ जगहों पर सुबह का तापमान, हवा की गति और स्थानीय प्रदूषण स्रोतों के कारण प्रदूषण अधिक हो जाता है। इसलिए अभ्यास का सही समय तय करने के लिए स्थानीय वायु गुणवत्ता सूचकांक यानी एक्यूआई देखना अधिक उपयोगी है।

बरतें ये सावधानियांः प्राणायाम की सभी विधियां एक जैसी नहीं हैं। सहज और धीमी गति से सांस लेने का अभ्यास, मानसिक शांति तथा श्वास पर नियंत्रण विकसित करने में मदद कर सकता है। इसके विपरीत कपालभाती और भस्त्रिका जैसे अपेक्षाकृत सक्रिय अभ्यासों में सांस छोड़ने या लेने की गति तेज होती है। प्रदूषण के दिनों में इन अभ्यासों को जोर लगाकर करना या अपनी क्षमता से अधिक सांस रोकना खतरनाक है। यदि हवा की गुणवत्ता खराब हो तो बाहर लंबे समय तक प्राणायाम करने की बजाय स्वच्छ हवा वाले कमरे में हल्का अभ्यास करना ज्यादा बेहतर विकल्प है।

बच्चों, बड़े बुजुर्गों, अस्थमा या सीओपीडी के मरीजों तथा हृदय रोग से पीड़ित लोगों को प्रदूषण के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए। ऐसे लोगों के लिए व्यायाम की तीव्रता और जगह का चुनाव, इनकी स्वास्थ्य स्थितियों के अनुसार होना चाहिए। जिन लोगों को हाल में हृदय संबंधी समस्या हुई हो या स्ट्रोक के बाद पुनर्वास चल रहा हो, उन्हें बिना चिकित्सकीय सलाह के कठिन प्राणायाम शुरू नहीं करना चाहिए। यदि अभ्यास के दौरान खांसी, घरघराहट, सीने में जकड़न, चक्कर या असामान्य सांस फूलने लगे, तो तुरंत रुकें और सुरक्षित स्थान पर जाएं। गंभीर सांस की तकलीफ या सीने में दर्द होने पर तत्काल चिकित्सा सहायता लें।

अपनाएं ये नियमः सबसे पहले एक्यूआई देखें। वायु गुणवत्ता सूचकांक खराब हो तो खुले में योग, दौड़ने और कठिन व्यायाम से बचें। भारत में स्थानीय एक्यूआई के लिए सीपीसीबी के आधिकारिक प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल करें। स्वच्छ हवा वाली जगह चुनें यानी सड़क, ट्रैफिक, निर्माण स्थल और धुएं के स्रोतों से दूर रहें। प्रदूषण अधिक हो तो बाहर जाने की बजाय स्वच्छ हवा वाले कमरे में ही अभ्यास करें। बिना जोर लगाए आराम से सांस लें। *

खबर संक्षेप



विद्यार्थियों को दी पॉक्सो एक्ट की जानकारी

झज्जर। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं सीजेएम विशाल के मार्गदर्शन में सुरक्षित बचपन अभियान के अंतर्गत जिले के सरकारी एवं निजी विद्यालयों में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। अभियान के दूसरे दिन जिले के 32 सरकारी एवं निजी विद्यालयों में जागरूकता शिविर लगाए गए। अभियान के तहत जिला विद्यालयों में प्रार्थना सभा के दौरान विद्यार्थियों को पॉक्सो एक्ट, साइबर अपराध और उनके कानूनी अधिकारों के प्रति जागरूक किया।

चिमनी में व्यायामशाला से सामान चोरी, केस दर्ज

झज्जर। क्षेत्र के गांव चिमनी स्थित व्यायामशाला में चोरों द्वारा सामान चोरी की वारदात को अंजाम दिया। पुलिस को दी शिकायत में गांव निवासी नरेंद्र सिंह ने बताया कि जब वह बीती 26 अक्टूबर की शाम करीब चार बजे गांव के अन्य युवाओं के साथ स्टेडियम में अभ्यास के लिए पहुंचा तो उसे पता चला कि व्यायामशाला से अभ्यास का सामान चोरी हुआ है। जांच करने पर पता चला कि 35 हैमर, छह शॉटपुट, 200 किलोग्राम वजन, दो रॉड, दो कैटलबॉल और छह जोड़ी डंबल चोरी हुए हैं। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

कैंटर ने मोटरसाइकिल सवार को मारी टक्कर

झज्जर। बहादुरगढ़। सेक्टर-4बी में कैंटर और बाइक की टक्कर हो गई। दुर्घटना में बाइक सवार युवक गंभीर रूप से घायल हो गया। उसे पीजीआई रोहतक में भर्ती कराया गया है। हालत नाजुक बनी हुई है। सेक्टर 6 थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

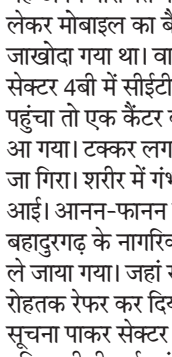
घायल की पहचान अमित के रूप में हुई है। बिहार मूल का अमित यहां बहादुरगढ़ में परिवार सहित रहता है। जानकारी के अनुसार, वह अपने परिचित की बाइक लेकर मोबाइल का बैक कवर लेने जाखोदा गया था। वापसी में जब सेक्टर 4बी में सीईटीपी के निकट पहुंचा तो एक कैंटर की चपेट में आ गया। टक्कर लगते ही वह दूर जा गिरा। शरीर में गंभीर चोट आई। आनन-फानन में उसे बहादुरगढ़ के नागरिक अस्पताल ले जाया गया। जहां से पीजीआई रोहतक रेफर कर दिया गया। सूचना पाकर सेक्टर 6 थाने से पुलिस पीजीआई पहुंची और आवश्यक कार्रवाई शुरू की।

एक को दिल्ली रैली में जाएंगे कांग्रेसी

बहादुरगढ़। पूर्व विधायक राजेंद्र सिंह जून ने कहा कि दिल्ली के रामलीला मैदान में 1 नवंबर को वोट चोरी के खिलाफ कांग्रेस की रैली आयोजित की जाएगी। इस रैली में बहादुरगढ़ से हजारों कांग्रेस कार्यकर्ता शामिल होंगे। उन्होंने दावा किया कि रैली में 10 लाख लोगों के एकत्रित होने की उम्मीद है। राजेंद्र जून ने कहा कि कांग्रेस की यह रैली लोकतंत्र और मताधिकार की रक्षा के मुद्दे पर केंद्रित रहेगी। उन्होंने कांग्रेस कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे दिल्ली की रैली में शामिल होकर इस मुद्दे पर अपनी आवाज उठाएं।

वार्ड 17 के पार्षद टेकचंद गुर्जर को पितृ शोक

झज्जर। शहर के वार्ड 17 के पार्षद टेकचंद गुर्जर के पिता जय सिंह गुर्जर का आकस्मिक निधन हो गया। वे करीब 82 वर्ष के थे और हृदय संबंधी बीमारी से पीड़ित थे। जय सिंह गुर्जर के निधन पर प्रमुख राजनीतिज्ञों व सामाजिक लोगों ने शोक जताते हुए उनके आर्य नगर स्थित निवास पर पहुंचकर शोक संतप्त परिवार को सांत्वना दी और दिवंगत आत्मा के प्रति श्रद्धांजलि अर्पित की।



करवा चौथ को लेकर बाजारों में उमड़ी महिलाओं की भीड़

दुकानदारों व ग्राहकों को करना पड़ा परेशानियों का सामना

लचर यातायात व्यवस्था से रही जाम की स्थिति

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

करवा चौथ पर्व को लेकर शहर के बाजारों में सुबह से ही महिलाओं की भीड़ उमड़ने लगी। सौंदर्य प्रसाधन, साड़ी, पूजा सामग्री और मिठाई की दुकानों पर महिलाओं ने जमकर खरीददारी की। बढ़ती भीड़ के साथ बाजारों में वाहनों की संख्या में भी इजाफा दिखाई दिया। लेकिन पुलिस के स्तर पर यातायात प्रबंधन को लेकर कई व्यवस्था नहीं किए जाने के चलते दिनभर बाजारों में जाम की स्थिति बनी रही। जिसके कारण दुकानदारों व ग्राहकों को काफी परेशानियों का सामना करना पड़ा। स्थिति यह रही कि राहगीरों का पैदल निकलना भी मुश्किल रहा।

कई स्थानों पर महिलाएं और बुजुर्ग देर तक भीड़ में फंसे रहे। खास बात यह रही कि शहर व



झज्जर। थाना गेट के सामने चौपहिया वाहनों और अतिक्रमण के कारण लगा जाम।

सदर थाना के सामने भी अतिक्रमण और चौपहिया वाहनों के प्रवेश के चलते जाम की स्थिति बनी रही। शहर के मेन बाजार के अलावा विभिन्न बाजारों में मेहंदी लगाने की स्टॉल पर दिनभर भीड़ उमड़ी। दुकानदारों ने स्पेशल टेंट लगाकर मेहंदी लगाने की व्यवस्था की। महिलाओं में भी मेहंदी लगवाने का उत्साह दिखाई दिया। देर शाम तक इन स्टॉलों पर महिलाओं की भीड़ लगी रही।

चौपहिया वाहनों से बढ़ी परेशानी : खरीदारी के लिए आने वाले ग्राहकों में कई लोग अपनी कारों से बाजार पहुंचे, जिससे जाम की स्थिति बनी रही । भीड़भाड़ वाले इलाकों में एक वाहन फंसने पर पूरा रास्ता जाम रहा। लोगों का कहना है कि अगर प्रशासन समय रहते वाहनों पर नियंत्रण नहीं करता, तो आगामी त्यौहारी सीजन में हालात और अधिक बिगड़ सकते हैं। बाजार के अंदर चौपहिया वाहनों के प्रवेश पर कोई रोक नहीं होने से लगने वाले जाम के कारण काफी परेशानी हो रही है।

बाजार में बड़े वाहनों के प्रवेश पर लगाई जाए रोक

लोगों ने प्रशासन से की अपील : स्थानीय व्यापारियों और आमजन ने प्रशासन से मांग की है कि भीड़भाड़ के दिनों में मुख्य बाजार में दुपहिया वाहनों के अलावा किसी भी बड़ी गाड़ी के प्रवेश पर रोक लगाई जाए। इस व्यवस्था से न सिर्फ जाम से राहत मिलेगी, बल्कि खरीदार भी आराम से खरीदारी कर सकेंगे। लोगों का कहना है कि अंबेडकर चौक, दिल्ली गेट, सिलानी गेट, डाकखाना परिसर आदि मुहानों पर यदि वाहनों का प्रवेश रोका जाए तो बाजार में आने वाले लोगों को राहत मिलेगी।

किराना की दुकान से नकदी चोरी

बहादुरगढ़। गांव रोहद में स्थित एक किरयाने की दुकान में चोरी की वारदात हो गई। पिछले गेट का कुंडा तोड़कर चोर अंदर घुसा और वारदात को अंजाम दे गया। सीसीटीवी फुटेज में एक संदिग्ध युवक नजर आया है। दुकान मालिक की शिकायत पर आसौदा थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

वारदात रमेश की दुकान में हुई है। रमेश का कहना है कि गत 25 अक्टूबर की रात को दुकान बंद करके गया था। उसी रात वारदात हो गई। जब 26 की सुबह 6 बजे दुकान खोली तो अंदर सारा सामान अस्त व्यस्त था। पिछला दरवाजा खुला हुआ था। जांच करने पर गल्ले में रखे साढ़े 24 हजार रुपये नहीं मिले। इसके बाद अपने स्तर पर जांच की। पड़ोस में लगे सीसीटीवी में एक संदिग्ध युवक पिछले गेट पर लगे कुंडे को तोड़ता नजर आया है। वहीं, सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और आवश्यक कार्रवाई शुरू की। पुलिस ने रमेश की शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। फुटेज में नजर आए संदिग्ध की पहचान के साथ उस तक पहुंचने के प्रयास किए जा रहे हैं। जल्द वारदात सुलझाने की बात कही जा रही है।

न्यूज डायरी



मंडियों 3,63,969 क्विंटल बाजरे की आवक

झज्जर। जिले की अनाज मंडियों में धान व बाजरे की आवक निरंतर जारी है। अब तक बाजरे की खरीद के लिए 11833 किसानों के गेट पास काटे जा चुके हैं, जिनके चलते 3,63,969 क्विंटल बाजरे की आवक दर्ज की गई है। स्थानीय अनाज मंडी में अब तक करीब 127650 क्विंटल बाजरा की खरीद की गई है, जिसमें से 88500 क्विंटल का उठान भी हो चुका है। इसके अलावा बुधवार को करीब 15 हजार क्विंटल धान की प्राइवेट खरीद हुई। इसमें 1509 और 1692 किस्म का मशीन से निकाला गया। धान 4,000 से 4,250 रुपये प्रति क्विंटल तथा हाथ से निकाला गया धान 4,300 से 4,400 रुपये प्रति क्विंटल बिका। 1121 किस्म का धान 5 हजार रुपये से 5400 रुपये और 1718 किस्म का धान 4700 से 4,950 रुपये प्रति क्विंटल तक खरीदा गया।



शिविर में ग्रामीणों का जांचा स्वास्थ्य

झज्जर। वर्ल्ड मेडिकल कॉलेज रिसर्च एंड हॉस्पिटल गिरावड़ द्वारा क्षेत्र के गांव खेड़ीआसरा में बुधवार को स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। इस दौरान अस्पताल के मेडिसिन विभाग, सर्जरी, नेत्र रोग, ईएनटी, हड्डी रोग, स्त्री एवं प्रसूति रोग विभाग के चिकित्सकों ने सेवाएं दीं। जिसमें काफी संख्या में लोगों ने शिविर में पहुंच कर अपनी स्वास्थ्य जांच कराई। कम्युनिटी मेडिसिन विभाग के प्रोफेसर डॉक्टर चरण सिंह ने बताया कि संस्थान के संस्थापक डॉक्टर नरेंद्र सिंह के नेतृत्व में आयोजित इस शिविर के दौरान लोगों को स्वास्थ्य की उचित देखभाल से भी अवगत कराया गया। इस दौरान चिकित्सकों द्वारा जरूरतमंद लोगों में जहां निःशुल्क दवाओं का वितरण किया वहीं उन्हें स्वास्थ्य की देखभाल संबंधी परामर्श भी दिया गया।



अभिभावकों को टीकाकरण के प्रति जागरूक किया

बहादुरगढ़। प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र नूना माजरा में बुधवार को डॉ. संजीव कुक्कल के नेतृत्व में हेल्दी बेबी कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें अभिभावकों को संपूर्ण टीकाकरण के प्रति जागरूक करते हुए बच्चों का सभी जरूरी टीके लगवाने के लिए प्रोत्साहित किया गया। डॉ. संजीव कुक्कल ने बताया कि संपूर्ण टीकाकरण को बढ़ावा देने के लिए पीएचसी में हर महीने के अंतिम बुधवार को हेल्दी बेबी कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। उन्होंने अभिभावकों से अपने बच्चों का निर्धारित समय पर संपूर्ण टीकाकरण करवाने की अपील की।



फसल अवशेष नहीं जलाने की शपथ दिलवाई

बहादुरगढ़। बुधवार को कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपमंडल कार्यालय में कपास दिवस का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए एसडीओ डॉ. सुनील कौशिक ने किसानों को फसलों के अवशेष नहीं जलाने तथा पर्यावरण को साफ सुथरा रखने के लिए शपथ दिलवाई। इस दौरान पराली जलाने से होने वाले नुकसान के बारे में जानकारी भी दी। दुल्हेड़ा के कृषि विकास अधिकारी डॉ विशाल अटवाल ने कपास फसल के बारे में विस्तृत जानकारी दी। किसानों को कपास फसल को कीड़ों व बीमारियों से बचाने के तरीके समझाए। साथ ही संतुलित मात्रा में खादों के प्रयोग के बारे में बताया। विषय विशेषज्ञ डॉ कविता ने किसानों को आने वाली गेहूं की फसल के बारे में विस्तार से जानकारी दी। खंड कृषि अधिकारी डॉ राकेश राणा ने प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि के बारे में जागरूक किया।

डीसी ने कैंप कार्यालय में सुनीं जनसमस्याएं



बहादुरगढ़। डीसी वर्षा खांगवाल ने बुधवार को शहर के लघु सचिवालय स्थित कैंप कार्यालय में जनसुनवाई के दौरान नागरिकों की समस्याएं सुनीं और संबंधित विभागों के अधिकारियों को शिकायतों का नियमानुसार एवं समयबद्ध समाधान करने के निर्देश दिए। जनसुनवाई के दौरान बहादुरगढ़ क्षेत्र के नागरिकों ने अपनी विभिन्न समस्याएं डीसी के समक्ष रखी। डीसी ने शिकायतों को ध्यानपूर्वक सुनते हुए संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। जिला उपायुक्त ने कहा कि प्रशासन का उद्देश्य नागरिकों को उनके क्षेत्र में ही बेहतर प्रशासनिक सुविधाएं उपलब्ध करवाना है। ताकि उन्हें अपनी समस्याओं के समाधान के लिए जिला मुख्यालय झज्जर के चक्कर न लगाने पड़ें।



छात्राओं ने लिया प्रशिक्षण शिविर में भाग

झज्जर। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सुबाना की छह छात्राओं ने शिमला के तारा देवी में 5 से 11 अक्टूबर तक आयोजित भारत स्काउट्स एंड गाइड्स के सात दिवसीय प्रशिक्षण शिविर में भाग लिया। स्काउट्स के डीओसी डॉक्टर राजेंद्र, गाइड्स की डीओसी मैनावंती और एडवांस्ड स्काउट ट्रेनर प्रवीण जाखड़ के नेतृत्व में शिविर के दौरान छात्राओं ने राज्य पुरस्कार से संबंधित टेस्टिंग कैंप की विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। शिक्षिका नीरज शर्मा ने बेसिक गाइड ट्रेनर का प्रशिक्षण पूरा कर प्रमाण पत्र प्राप्त किया। शिविर में शैक्षणिक एवं साहसिक भ्रमण के अंतर्गत तारा देवी मंदिर तक ट्रैकिंग और शिमला के प्रमुख दर्शनीय स्थलों का भ्रमण भी कराया गया। विद्यालय लौटने पर प्राचार्य सतप्रकाश ने छात्राओं और शिक्षिका नीरज शर्मा का फूल-मालाओं से स्वागत करते हुए उनकी उपलब्धि पर बधाई दी।

चेयरपर्सन ने सेक्टर-2 में जनसमस्याएं सुनीं



■ ग्रेप की पाबंदियां समाप्त होने के बाद फरवरी में सड़क निर्माण कार्य शुरू करवाया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

सेक्टर-2 में बुधवार को रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशन के पूर्व प्रधान प्रदीप कौशिक के कार्यालय पर नागरिक संवाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में नगर परिषद चेयरपर्सन सरोज राठी ने क्षेत्र के लोगों की समस्याएं सुनीं और समाधान का आश्वासन दिया। चेयरपर्सन सरोज राठी ने बताया कि सेक्टर-2 के कम्युनिटी सेंटर का नवीनीकरण शुरू हो गया है।

ग्रेप की पाबंदियां समाप्त होने के बाद फरवरी में सड़क निर्माण कार्य शुरू करवाया जाएगा। क्षेत्र के अन्य विकास कार्यों को भी जल्द पूरा करवाने का प्रयास किया जाएगा। उन्होंने कहा कि नागरिकों की समस्याओं का समाधान और जन अपेक्षाओं के अनुरूप विकास कार्य करवाना उनकी प्राथमिकता है। शहर को स्वच्छ, सुंदर और विकसित बनाने के लिए नागरिकों के सहयोग और सुझावों के आधार पर काम किया जाएगा। कार्यक्रम में पार्षद बलराम दलाल, पार्षद राजेश तंवर, कानोंदा मंडल अध्यक्ष सुदेश रंगा सहित मास्टर राधेश्याम शर्मा, सुनीता पाराशर, प्रदीप कौशिक, सुरेश शास्त्री, प्रदीप कादयान, कंवर सिंह, रोशन लाल जून, जगदीश, राजीव, राजकुमार, सुभाष अहलावत, राजकुमार कौशिक आदि मौजूद रहे।

हादसे में गाड़ी क्षतिग्रस्त हुई तो तस्करी से बचे कई गोवंश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़



■ क्षतिग्रस्त वाहन के पिछल हिस्से से गोबर निकला देख हुई तस्करी की आशंका

केएमपी एक्सप्रेस-वे के रास्ते गोवंश की तस्करी का मामला सामने आया है। पुलिस ने एक क्षतिग्रस्त पिकअप गाड़ी से 4 गोवंश बरामद किए, जिन्हें गोशाला छुड़वा दिया है। मामले में 2 आरोपियों को भी गिरफ्तार किया गया है। आरोपियों के खिलाफ पशु क्रूरता और हरियाणा गोवंश संरक्षण अधिनियम के तहत केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी गई है।

घटना मंगलवार की है। दरअसल, केएमपी पर आसौदा थाना क्षेत्र में एक पिकअप गाड़ी सड़क किनारे खड़े ट्रक से टकरा गई थी। गाड़ी बुरी तरह से क्षतिग्रस्त हुई और आगे नहीं बढ़ सकी। इसी दौरान गोरक्षा दल योगी बहादुरगढ़ ग्रुप के योगेश और उसका साथ तरुण वहां पहुंचे। उन्हें क्षतिग्रस्त वाहन के पिछल हिस्से से गोबर निकला दिखा तो तस्करी की आशंका हुई। इसके बाद उन्होंने पुलिस को सूचना दी। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर आवश्यक कार्रवाई शुरू की। इस दौरान गाड़ी के पास से दो आरोपी मनजीत व गुरप्रीत निवासी फतेहाबाद काबू किए गए। मवेशियों के बारे में वह कुछ स्पष्ट नहीं बता सके। इसके बाद पुलिस ने उनको हिरासत में लिया और गोवंशों को सुरक्षित गोशाला में छुड़वा दिया। बहादुरगढ़ के निवासी योगेश का कहना है कि 2 गाय और 2 सांडों को ठूंस कर भरा गया था। संभवतः उन्हें गोकशी के लिए ले जाया जा रहा था। हादसा होने और गो प्रेमियों की सतर्कता के चलते तस्कर पकड़े गए। उधर, पुलिस का कहना है कि शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर लिया है। मामले में जांच की जा रही है।



वैश्य कॉलेज की छात्राओं का परीक्षा परिणाम रहा उत्कृष्ट, रितु ने 85.55 फीसदी अंक लिए

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय की छात्राओं ने सत्र 2025-26 में विश्वविद्यालय परीक्षाओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने सभी टॉपर विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उनके अनुसार यह सफलता छात्राओं के निरंतर परिश्रम, शिक्षकों के मार्गदर्शन और कॉलेज के शैक्षणिक वातावरण का परिणाम है। बीसीए तृतीय वर्ष में रितु ने 85.55 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विश्वविद्यालय मेरिट सूची में तीसरा स्थान प्राप्त किया। बीएससी द्वितीय सेमेस्टर में अदिति शर्मा ने 83.45 फीसद अंक प्राप्त कर 15वां स्थान और निक्कू पड्डाक्षी ने 82.55 प्रतिशत अंक प्राप्त कर 20वां स्थान प्राप्त किया। अदिति शर्मा ने 85.09, अलका ने 84.36 और भावना ने 83.5 प्रतिशत अंक प्राप्त कर बीसीए प्रथम वर्ष में चौथा, 7वां और 13वां स्थान प्राप्त किया। बीएससी चतुर्थ सेमेस्टर में चारु ने 83.35 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विश्वविद्यालय मेरिट सूची में 16वां स्थान प्राप्त किया। एमएससी केमिस्ट्री प्रथम वर्ष में मनीषा ने 84.08 तथा समृता ने 82.17 प्रतिशत अंक प्राप्त कर 10वां और 15वां स्थान प्राप्त किया। एमए अंग्रेजी के द्वितीय सेमेस्टर में प्रियंका घई ने 75.58 फीसद प्राप्त कर 10वां स्थान तथा शिक्षा मिश्रा ने द्वितीय वर्ष में 70.75 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विश्वविद्यालय मेरिट सूची में 16वां स्थान प्राप्त किया।

निपुण हरियाणा मिशन के तहत बैठक में उपचारात्मक शिक्षण पर की चर्चा

झज्जर। शहीद रमेश कुमार राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में निपुण हरियाणा मिशन के अंतर्गत जिला स्तरीय समीक्षा बैठक का आयोजन किया गया। बैठक की अध्यक्षता डीईओ रतिंद्र सिंह और जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी राजबाला मलिक ने की। बैठक में विद्यार्थियों की बुनियादी साक्षरता एवं संख्याज्ञान दक्षताओं में सुधार, विद्यालय निरीक्षण और उपचारात्मक शिक्षण पर चर्चा की गई। जिला निपुण समन्वयक डॉक्टर सुदर्शन पूनिया ने प्रस्तुति के माध्यम से मिशन के लक्ष्यों, विद्यार्थियों के सीखने के स्तर के आकलन और कमजोर दक्षताओं में सुधार की कार्ययोजना की जानकारी दी।

जिला शिक्षा अधिकारी रतिन्द्र सिंह ने नियमित विद्यालय निरीक्षण और गुणवत्तापूर्ण शैक्षणिक सहयोग पर जोर देते हुए बोर्ड कक्षाओं के लिए शुरू किए गए मिशन सफलता बारे अवगत कराया। जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी राजबाला मलिक ने निपुण अध्यापक ऐप पर विद्यार्थियों की हाजिरी दर्ज करने तथा विद्यालयों में स्वच्छता, सुरक्षित वातावरण और स्वच्छ पेयजल की नियमित जांच के निर्देश दिए।

कांग्रेस को आरोप-प्रत्यारोप के बजाय करना चाहिए आत्ममंथन : दुग्गल



हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

लघु सचिवालय परिसर स्थित संवाद भवन में भाजपा की ओर से लोकतंत्र बचाओ, अराजकता हटाओ कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिप चेयरमैन कप्तान बिरधाना के नेतृत्व में आयोजित इस कार्यक्रम में पूर्व सांसद एवं भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष सुनीता दुग्गल ने मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की।

उन्होंने कांग्रेस पर युवाओं को भ्रमित करने और चुनाव में हार के बाद ईवीएम व वोट चोरी के मुद्दे उठाकर चुनाव आयोग पर बेबुनियाद आरोप लगाने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि कांग्रेस को आरोप-प्रत्यारोप के बजाय आत्ममंथन करना चाहिए। कप्तान बिरधाना ने कहा कि लोकतंत्र में जनता का जनादेश सर्वोपरि है और सभी राजनीतिक दलों को उसका सम्मान करना चाहिए। उन्होंने कांग्रेस को अपनी हार के कारणों पर विचार कर कमियों को दूर करने की नसीहत दी।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि, जिला संयोजक दिनेश शेखावत, सह-संयोजक मनीष बंसल आदि मौजूद रहे।

आपातकालीन सेवा तथा सरकारी ड्यूटी वाले वाहनों को मिलेगी छूट

दिल्ली में एक नवंबर से बीएस-6 से नीचे के वाहनों को नहीं मिलेगी एंट्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़



■ इलेक्ट्रिक (ईवी) सीएनजी और एलएनजी से चलने वाले वाहनों को प्रतिबंध से छूट दी गई

एनसीआर में वायु प्रदूषण पर नियंत्रण के लिए 1 नवंबर से देश की राजधानी दिल्ली में वाहनों के प्रवेश को लेकर नए नियम लागू होंगे। इन नियमों के तहत दिल्ली के बाहर पंजीकृत बीएस-6 से नीचे के वाहनों को दिल्ली में प्रवेश की अनुमति नहीं दी जाएगी। यह प्रतिबंध 30 जनवरी 2027 तक लागू रहेगा। इसमें मालवाहक वाहन और बसें भी शामिल हैं। नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहनों के खिलाफ लागू नियमों के अनुसार कार्रवाई की जाएगी। जिला परिवहन अधिकारी (डीटीओ) रवीश हुड्डा ने बताया कि वायु प्रदूषण पर अंकुश लगाने के लिए हरियाणा सरकार के परिवहन विभाग की ओर से वाहन चालकों और संचालकों को नए नियमों के प्रति जागरूक किया जा रहा है। दिल्ली में 1 नवंबर से प्रवेश करने से पहले वाहन चालक अपने वाहन के उत्सर्जन मानक की जांच अवश्य कर लें। बीएस-6 से नीचे के मानक वाले दिल्ली के बाहर पंजीकृत वाहनों को दिल्ली में प्रवेश नहीं करना चाहिए। डीटीओ ने बताया कि निर्धारित दिशा-निर्देशों के अनुसार इलेक्ट्रिक (ईवी), सीएनजी और एलएनजी से चलने वाले वाहनों को इस प्रतिबंध से छूट दी गई है। इसके अलावा आपातकालीन सेवाओं तथा सरकारी संप्रभु कर्तव्यों के निर्वहन में लगे वाहनों को भी छूट मिलेगी। उन्होंने कहा कि बस संचालक, मालवाहक वाहन मालिक और ट्रांसपोर्ट यूनियनें नए नियमों की जानकारी अपने सभी चालकों तक पहुंचाएं, ताकि नियम लागू होने के बाद किसी प्रकार की परेशानी न हो। डीटीओ रवीश हुड्डा ने वाहन चालकों से आह्वान किया।



प्रशासनिक सचिव ने की जिले में चल रहे विकास कार्यों की समीक्षा

झज्जर। जिले भर में चल रही विकास परियोजनाओं की नियमित मॉनिटरिंग करते हुए निर्धारित समयावधि में पूरा करना सुनिश्चित करें,ताकि आमजन को इन योजनाओं का त्वरित लाभ्र मिल सके। यह निर्देश प्रशासनिक सचिव शेखर विद्यार्थी ने बुधवार को लघु सचिवालय सभागार में जिले में चल रहे विकास कार्यों की समीक्षा करते हुए दिए। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मुख्यमंत्री द्वारा की गई घोषणा पर जल्द से जल्द अमल करके उनको पूरा करवाया जाए। इसके अलावा सीएम अनाउंसमेंट के तहत जो कार्य पूरे हो चुके हैं उनकी यूसी जल्द से जल्द भिजवाई जाए। उन्होंने कहा कि सभी विभाग संबंधित विकास कार्यों को पोर्टल पर अपडेट करवाएं।



निःशुल्क मेहंदी लगवाने की व्यवस्था

झज्जर। संस्कारम् पब्लिक स्कूल खातीवास में बुधवार को करवा चौथ उत्सव में विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जूनियर विंग की ओर से आयोजित इस कार्यक्रम में अभिभावकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस दौरान महिलाओं के लिए निःशुल्क मेहंदी लगाने की व्यवस्था की गई। साथ ही सोलह श्रृंगार, थाली सजावट प्रतियोगिता और रैंप वॉक का आयोजन भी किया गया। पारंपरिक परिधानों में सजी महिलाओं ने अपनी प्रतिभा और आत्मविश्वास से सभी का मन मोहा। संस्कारम् समूह के चेयरमैन डॉक्टर महिपाल ने बताया कि कार्यक्रम के अंत में विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं एवं प्रतिभागियों को पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। आयोजन का उद्देश्य भारतीय संस्कृति एवं परंपराओं को बढ़ावा देने के साथ विद्यालय और अभिभावकों के बीच आपसी जुड़ाव मजबूत करना रहा।

महिलाएं दिनभर रखेंगी उपवास, शाम को चांद का दीदार कर तोड़ेंगी अपना व्रत

करवाचौथ पर गुलजार हुए बाजार

पति की लंबी उम्र के लिए आज व्रत रखेंगी महिलाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

वीरवार को करवा चौथ है... बाजारों में, ब्यूटी पार्लरों में रौनक लगी है... हर महिला करवा चौथ के दिन कुछ खास दिखना चाहती हैं। महिलाएं सज संवर कर अपने पति की लंबी उम्र की कामना के लिए व्रत करती हैं।

बता दें कि यह व्रत कार्तिक मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी को रखा जाता है। हर सुहागिन अपने पति की लंबी उम्र के लिए पूरे दिन भूखी-प्यासी रहकर दांपत्य के रिश्ते की डोर को मजबूत बनाती हैं। करवाचौथ का त्योहार एक बड़े बाजार के रूप में बदल चुका है। मेहंदी भी अब डिजाइनर हो चुकी है। महालक्ष्मी ज्वैलर्स के जयभगवान सोनी ने बताया कि सोने-चांदी की महंगी होती कीमतों को ध्यान में रखते हुए शोरूम में खासतौर पर लाइटवेट और फैंसी ज्वेलरी के नए कलेक्शंस मंगवाए हैं। महिलाएं अब भारी-भरकम ज्वेलरी के बजाय कम वजन वाले मॉडर्न डिजाइंस को ज्यादा पसंद कर रही हैं, जिन्हें रोजाना भी आसानी से पहना जा सके।



बहादुरगढ़। करवाचौथ की पूर्व संध्या पर ज्वैलरी शॉप पर आभूषण पसंद करतीं महिलाएं। फोटो : हरिभूमि



मेहंदी प्रतियोगिता में प्रथम रहीं साक्षी व पिंकी

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में करवा चौथ के उपलक्ष्य में मेहंदी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में छात्राओं ने उत्साह और उमंग के साथ अपनी सहेलियों के हाथों पर आकर्षक, सुंदर एवं मनमोहक मेहंदी के डिजाइन बनाएं। मेहंदी प्रतियोगिता में साक्षी व पिंकी ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। कविता, मोनिका व अनु द्वितीय स्थान पर रही। महक, स्नेहा, मानसी ने तृतीय स्थान हासिल किया। प्रिया दलाई व नेहा को सांत्वना पुरस्कार मिला। प्राचार्या डॉ. आशा शर्मा ने कहा कि त्योहार हमारी सांस्कृतिक विरासत, पारिवारिक मूल्यों और सामाजिक एकता के संवाहक हैं। ऐसी सांस्कृतिक प्रतियोगिताएं छात्राओं में आत्मविश्वास, रचनात्मक सोच, सौंदर्यबोध और स्वस्थ प्रतिस्पर्धा की भावना विकसित करती हैं। विजेता छात्राओं की कलात्मक प्रतिभा एवं उत्कृष्ट प्रदर्शन की सराहना की गई। सभी प्रतिभागियों को भी उनके उत्साह, रचनात्मकता और समर्पण के लिए प्रोत्साहित किया गया।



बादली कॉलेज में भी लगाई मेहंदी

बहादुरगढ़। बादली के चौधरी धीरपाल राजकीय महाविद्यालय में करवा चौथ के उपलक्ष्य में महिला प्रकोष्ठ प्रभारी अन्नू द्वारा मेहंदी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य मेजर आनंद काद्याण ने की। निर्णायक की भूमिका शर्मिला, डॉ. उर्मिला व डॉ. अंजू सिवाच ने निभाई। प्रतियोगिता में रीतिका प्रथम स्थान पर रही। योगिता व काजल ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। अनामिका व रचना ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।



मेहंदी रचाओ स्पर्धा में छात्राओं ने बनाए आकर्षक डिजाइन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

करवाचौथ के उपलक्ष्य में इंडो अमेरिकन स्कूल में बुधवार को मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में सातवीं से बारहवीं कक्षा तक की छात्राओं ने अध्यापिकाओं के हाथों पर आकर्षक मेहंदी डिजाइन बनाकर अपनी कलात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन किया। आयोजन का उद्देश्य छात्राओं की रचनात्मकता और आत्मविश्वास बढ़ाने के साथ उन्हें भारतीय संस्कृति एवं परंपराओं से जोड़ना रहा। प्रतियोगिता परिणामों में सातवीं कक्षा से नव्या प्रथम, पलक व रिद्धि द्वितीय और दिव्यांशी तृतीय रहीं। आठवीं कक्षा में विनिता ने प्रथम, तृप्ति ने द्वितीय और खुशी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। नौवीं में अमीषा पहले, भूमि दूसरे व दीक्षा यादव तीसरे स्थान पर रही। दसवीं कक्षा में हिमांशी ने पहला, भूमि ने दूसरा व निशु व खुशी ने संयुक्त रूप से तीसरा स्थान प्राप्त किया। ग्यारहवीं एवं बारहवीं कक्षा में गरिमा शर्मा प्रथम, विशाखा द्वितीय और कामिनी तृतीय रहीं। विद्यालय प्रबंधन ने विजेता छात्राओं सहित सभी प्रतिभागियों के प्रयासों की सराहना की।





छारा कॉलेज में हुई मेहंदी स्पर्धा

बहादुरगढ़। छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान तथा प्राचार्य डॉ सुशील दलाल के दिशा निर्देशन में बुधवार को मेहंदी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी रचनात्मकता और कलात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

प्रतियोगिता में बीए प्रथम वर्ष की छात्रा रूबीना ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। द्वितीय स्थान पर बीएससी द्वितीय वर्ष की छात्रा नेहा रही, जबकि बीकॉम तृतीय वर्ष की निशा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। डॉ अनिता दलाल, ज्योति, रीदम तथा डॉ. ललिता दलाल आदि ने छात्राओं की प्रतिभा की सराहना करते हुए कहा कि ऐसी प्रतियोगिताओं से छात्राओं को अपनी रचनात्मक प्रतिभा प्रदर्शित करने का अवसर मिलता है।

मेहंदी प्रतियोगिता में दिखाई प्रतिभा

झज्जर। डीएच लॉरेंस कॉलेज ऑफ एजूकेशन फॉर वूमेन में बुधवार को मेहंदी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में सभी छात्राओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। इस दौरान नेहा, निकिता, पूजा, लक्ष्मी, साक्षी, राखी, कोमल, कंचन, प्रिया, गरिमा आदि छात्राओं द्वारा रचाई गई मेहंदी को सराहना मिली। प्राचार्या डॉक्टर संतोष खासा ने छात्राओं का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि इस प्रकार की स्पर्धाएं छात्राओं का मनोबल बढ़ाती हैं। इस दौरान कॉलेज के निदेशक शरद यादव ने विजेता छात्राओं को बधाई देते हुए उनके उज्जवल भविष्य की कामना की।

मीनू महाजन बनीं करवा क्वीन

बहादुरगढ़। महिला प्रगति संगठन की महिलाओं ने सेक्टर-15 स्थित अरमान द जंगली कैफे में करवा चौथ का त्योहार धूमधाम से मनाया। कार्यक्रम में महिलाओं ने उत्साह के साथ विभिन्न प्रतियोगिताओं में भाग लिया। कार्यक्रम में पार्षद मनीषा धनखड़ मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद रहीं। कार्यक्रम के दौरान करवा चौथ के उपलक्ष्य में कई प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। इनमें मीनू महाजन को करवा क्वीन चुना गया। नृत्य प्रतियोगिता में रजनी, मीनू रावत और मीनू महाजन विजेता रहीं। इसके अलावा सुनील सिंगरोहा, सीमा, नीलम खट्टर, पिंकी अग्रवाल और मीनू महाजन को उपविजेता के रूप में सम्मानित किया गया कमलेश बाल्यान, मोना सिंघल और रुचि भूटानी ने निर्णायक की भूमिका निभाई। पार्षद मनीष धनखड़ ने कहा कि करवा चौथ भारतीय संस्कृति, आस्था और पारिवारिक रिश्तों से जुड़ा महत्वपूर्ण त्योहार है। ऐसे आयोजन महिलाओं को एक साथ आने, अपनी प्रतिभा दिखाने और आपसी मेलजोल बढ़ाने का अवसर देते हैं।



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 : 8295154800, 8295738500, 8814999142, 8295157800, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
झज्जर : हरिभूमि कार्यालय, पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, फोन : 8295876400
बहादुरगढ़ : सुरजमल वाली गली, रोहतक रोड, गणपति ट्रैवल्स के ऊपर, 8295852900



शुभम व मनीषा सर्वश्रेष्ठ एथलीट

बहादुरगढ़। राजकीय महाविद्यालय में बुधवार को वार्षिक एथलेटिक मीट का समापन हो गया। खेलकूद प्रतियोगिता के दूसरे दिन मुख्य अतिथि की भूमिका प्राचार्या सुमन हुड्डा ने निभाई। मुख्य आयोजक सचिव डॉ. अमित छिकारा ने उनका स्वागत-सम्मान किया। लड़कों में शुभम और लड़कियों में मनीषा सर्वश्रेष्ठ एथलीट चुनी गई।

प्राचार्या सुमन हुड्डा ने विद्यार्थियों से शिक्षा के साथ खेल में भी उत्कृष्टता प्राप्त कर महाविद्यालय का गौरव बढ़ाने का आह्वान किया। प्रतियोगिता के दौरान 100 मीटर दौड़ में लड़कों में निखिल प्रथम, पराग द्वितीय और ईशांत तृतीय रहा। लड़कियों में मनीषा प्रथम, वैष्णवी द्वितीय और दीपा तृतीय रही। जबकि 800 मीटर दौड़ में लड़कों में शुभम पहले, निखिल दूसरे और तनवीर तीसरे नंबर पर रहा। लड़कों में मनीषा प्रथम, दीपा द्वितीय और वैष्णवी तृतीय रही। पांच किलोमीटर दौड़ में प्रथम शुभम, द्वितीय निखिल और तृतीय ईशांत रहा। ऊंची कूद में रोहित और शुभम पहले, गौतम दूसरे नंबर पर रहा। लड़कियों में मनीषा पहले, दीपा दूसरे, मुस्कान और संजना तीसरे नंबर पर रही। डिस्कस थ्रो में प्रथम अमन, द्वितीय गौतम और तृतीय संजीत रहा।

गर्ल्स कॉलेज में दिवाली मेले की धूम

बहादुरगढ़। बुधवार को राजकीय महिला महाविद्यालय में सांस्कृतिक एवं महिला प्रकोष्ठ द्वारा करवा चौथ के उपलक्ष्य में दीपावली मेले का आयोजन किया गया। प्राचार्या अलका गुलाटी ने मेले का शुभारंभ किया। मेले में कुल 20 आकर्षक स्टॉल लगाए गए थे। कॉलेज में लगे दीपावली मेले में छात्राओं ने अपने स्टॉलों के माध्यम से रचनात्मकता, प्रबंधन कौशल एवं उद्यमशीलता का सराहनीय प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का संयोजन डॉ. सुनीता छिल्लर, डॉ. सीमा धनखड़ व डॉ. शीतल द्वारा किया गया। खान-पान, मेहंदी, सजावटी वस्तुओं एवं मनोरंजक खेलों की विशेष व्यवस्था रही। फ्रूट चाट, गोलगप्पे, पानी-पूरी, मोमोज व चना चाट सहित विभिन्न व्यंजनों के स्टॉल छात्राओं के आकर्षण का केंद्र रहे। मेहंदी, दीपावली की सजावटी सामग्री एवं विभिन्न फन गेम्स ने मेले की रौनक बढ़ाई। छात्राओं ने संगीत एवं नृत्य की प्रस्तुतियों से कार्यक्रम को और भी आकर्षक बना दिया। प्राचार्या अलका गुलाटी ने ऐसी गतिविधियों को छात्राओं के सर्वांगीण विकास के लिए महत्वपूर्ण बताया।





हरियाणा : विरासत, वर्तमान और विमर्श कार्यक्रम से बांधा समा

झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में हरियाणा साहित्य उत्सव के अंतर्गत आयोजित हरियाणा : विरासत, वर्तमान और विमर्श कार्यक्रम का बुधवार को समापन हुआ। जिसमें नेहरू कॉलेज के पूर्व प्राचार्य डॉक्टर खजान सिंह गुलिया ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। उन्होंने कॉलेज के प्रथम बैच के विद्यार्थी के रूप में अपने अनुभव साझा किए और हरियाणवी संस्कृति को प्रोत्साहित करने पर बल दिया। कार्यक्रम के पहले सत्र में डॉक्टर मीनाक्षी और डॉक्टर प्रीति रानी ने शिक्षा को रोजगारपरक बनाने पर चर्चा की। उन्होंने दैनिक उपभोग की वस्तुओं में हानिकारक रसायनों के इस्तेमाल से होने वाले खतरों के प्रति जागरूक किया और ऐसी वस्तुओं से बचने की सलाह दी। दूसरे सत्र में डॉक्टर कविता ने हरियाणा की विरासत के संरक्षण की आवश्यकता पर प्रकाश डाला। तीसरे सत्र में सेवानिवृत्त कर्नल योगेंद्र सिंह ने कैंसल कल्चर और पीड़ित होने की राजनीति विषय पर व्याख्यान दिया।

न्यूज डायरी



स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में शिक्षा रही प्रथम

झज्जर। महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय में अंग्रेजी विभाग, कानूनी साक्षरता प्रकोष्ठ एवं मतदाता जागरूकता प्रकोष्ठ के संयुक्त तत्वावधान में स्लोगन लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। डॉक्टर चित्रलेखा ने बताया कि प्रतियोगिता में 26 छात्राओं ने भाग लिया। प्राचार्या डॉक्टर नीलम गर्ग ने छात्राओं को ऐसी गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लेने के लिए प्रेरित किया। प्रतियोगिता में निर्णायक की भूमिका में डॉक्टर चित्रलेखा, डॉक्टर अनुपमा यादव, डॉक्टर रेखा और डॉक्टर जिमी शामिल रहे। प्रतियोगिता परिणामों में बीए द्वितीय वर्ष की शिक्षा ने प्रथम, पायल ने द्वितीय तथा एमए अंग्रेजी प्रथम वर्ष की छात्रा प्रवेश ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इसके अलावा बीए द्वितीय वर्ष की लक्षिता को सांत्वना पुरस्कार दिया गया। इस अवसर पर डॉक्टर सोनिया गोयल और सरोज शर्मा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।



विद्यार्थियों ने लिया इनोवेशन कार्निवाल में भाग

झज्जर। कैम्ब्रिज इंटरनेशनल स्कूल बिरड़ के नौवीं से बारहवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने केआर मंगलम विश्वविद्यालय गुरुग्राम में आयोजित द इनोवेशन कार्निवल 2026 में भागीदारी करते हुए संस्थान का गौरव बढ़ाया है। इस दौरान विद्यार्थियों ने नवाचार, आधुनिक तकनीक और रचनात्मक सोच से जुड़ी गतिविधियों की जानकारी प्राप्त की तथा व्यावहारिक ज्ञान अर्जित किया। कैम्ब्रिज ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस के चेयरमैन शरद यादव ने कहा कि विद्यार्थियों को किताबी ज्ञान के साथ व्यावहारिक अनुभव और नवीन तकनीकों से जोड़ना जरूरी है। प्राचार्य प्रदीप नेहरा ने कहा कि इस प्रकार के शैक्षणिक भ्रमण विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, तार्किक चिंतन और नई चीजें सीखने की जिज्ञासा बढ़ाते हैं।

रंगोत्सव में जिले का प्रदर्शन शानदार, दो मेडल जीते



झज्जर। राज्य स्तरीय रंगोत्सव प्रतियोगिता में जिले के दो शिक्षकों ने प्रथम व द्वितीय पुरस्कार हासिल कर जिले का नाम प्रदेश भर में रोशन किया है। कुलदीप सिंह गुरान ने बताया कि इस रंगोत्सव में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मातनहेल में कार्यरत ड्राइंग टीचर मुकेश की थ्री-डी कलाकृति को प्रथम तथा शहीद रमेश कुमार राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में कार्यरत ड्राइंग टीचर मोनिका की पेंटिंग को द्वितीय स्थान मिला। दोनों शिक्षकों की सफलता जिले के लिए गर्व का विषय है। यह उपलब्धि शिक्षकों की रचनात्मक प्रतिभा, कलात्मक कौशल और समर्पण को दर्शाती है।



थाना माछरौली परिसर में किया पौधरोपण

झज्जर। पुलिस स्मृति दिवस कार्यक्रमों की श्रृंखला के तहत बुधवार को थाना माछरौली में थाना प्रबंधक उपनिरीक्षक संदेश कुमार के नेतृत्व में पुलिस टीम ने थाना परिसर में पौधारोपण करते हुए पौधों की नियमित देखभाल करने का संकल्प लिया। उपनिरीक्षक संदेश कुमार ने कहा कि पेड़-पौधे हमारे जीवन का आधार हैं और पर्यावरण को स्वच्छ बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। प्रत्येक व्यक्ति को पर्यावरण संरक्षण के लिए पौधारोपण करना चाहिए और उनकी देखभाल की जिम्मेदारी भी निभानी चाहिए।



खेलों से दूर होगा नशा : संत सुरेहती

झज्जर। मल्हान क्रिकेट एकेडमी में आयोजित झज्जर टेनिस बॉल प्रीमियर लीग का बुधवार को समापन हो गया। फाइनल मुकाबले और पुरस्कार वितरण समारोह में भाजपा नेता पंडित संत सुरेहती ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। फाइनल में रोहतक डिफेंडर और सोनीपत स्ट्राइकर की टीमें आमने-सामने रहीं। आयोजक मंडल स्पोर्ट्स 20 और लक्ष्मी स्पोर्ट्स की ओर से धर्मेंद्र बसवाल, प्रदीप दीवान व लक्ष्मी नारायण द्वारा मुख्यातिथि संत सुरेहती का फूल-मालाओं और स्मृति चिह्न देकर स्वागत किया गया। इसके उपरांत मुख्यातिथि संत सुरेहती ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त कर टॉस करवाया और मुकाबले का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि खेल युवाओं को नशे से दूर रखने के साथ उनमें अनुशासन, भाईचारे और स्वस्थ जीवन की भावना विकसित करते हैं। उन्होंने सफल आयोजन के लिए आयोजकों की सराहना करते हुए विजेता व उपविजेता टीमों को ट्रॉफी व पुरस्कार देकर सम्मानित किया।



दिपांशी मिस फ्रेशर और वर्षा बनी मिस पर्सनैलिटी

बहादुरगढ़। जसौर खेड़ी के राजकीय महिला महाविद्यालय में बीए प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों के स्वागत के लिए फ्रेशर पार्टी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य संदीप किराड़ द्वारा किया गया। प्रतियोगिता में दिपांशी को मिस फ्रेशर तथा वर्षा को मिस पर्सनैलिटी के खिताब से सम्मानित किया गया। फ्रेशर पार्टी के दौरान छात्राओं ने रैंप वॉक, नृत्य, कविता पाठ व गायन जैसी विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। छात्राओं के लिए विभिन्न रोचक खेलों का भी आयोजन किया गया। तमाम गतिविधियों के माध्यम से छात्राओं के आत्मविश्वास, रचनात्मकता और व्यक्तित्व को परखते हुए दीपांशी को मिस फ्रेशर तथा वर्षा को मिस पर्सनैलिटी का चयन किया गया। कार्यक्रम में नवप्रवेशी छात्राओं का महाविद्यालय में स्वागत के साथ उनकी छिपी हुई प्रतिभाओं को मंच प्रदान किया गया। कार्यक्रम में प्राध्यापक डॉ. सुनैना, डॉ. पूनम, डॉ. सुनील, डॉ. सुनील कुमार व अनिल कुमार आदि ने छात्राओं का उत्साहवर्धन किया और कार्यक्रम के सफल आयोजन में सहयोग दिया।