हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, जून 13, 2024

11 नियमित योग अभ्यास से तनाव एवं चिंता से मिलती मुक्तिः जावला

11 एडीसी व पुलिस अधीक्षक ने सुनीं समस्याएं

खबर संक्षेप

अनाधिकृत कॉलोनियों से हटाया अवैध कब्जा

भिवानी। शहरी क्षेत्र भिवानी के अंतर्गत भिवानी जोनपाल और कौंट तहसील और जिला भिवानी की राजस्व संपत्ति में जिला योजनाकार ने अवैध कब्जा हटावो अभियान चलाया। इस दौरान विभिन्न स्थानों पर बनी अनाधिकृत कॉलोनियों से जेसीबी के माध्यम से अवैध कब्जों को हटाया। डीसी नरेश नरवाल ने ये जानकारी देते हुए बताया कि जिला योजनाकार विभाग की रिपोर्ट के अनुसार अनधिकृत कॉलोनियों को हटाने के लिए शहरी क्षेत्र भिवानी के अंतर्गत गांव भिवानी जोनपाल, कोंट तहसील व जिला की राजस्व संपत्ति में अवैध कब्जा हटाया गया।

नहरी पानी की समस्या को लेकर की नारेबाजी

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा के आधीन आने वाले गांव जमालपुर के किसानों को खेतों में पानी किल्लत के चलते किसानों ने रोष प्रदर्शन करते हुए नारेबाजी की व किसानों को खेतों की सिंचाई के लिए पानी व्यवस्था कराने की बात कही। किसानों में पूर्व ग्राम सरपंच चेतन प्रकाश, विजय राघव, सुरेन्द्र, रमन, लखविन्द्र, बलराज आदि ने बताया कि उनके खेतों में पानी की काफी कमी है।

पढ़ने गई छात्रा नहीं लौटी घर, मामला दर्ज

बवानीखेड़ा। क्षेत्र के एक गांव से कॉलेज पढ़ने के लिए गई 17 वर्षीय छात्रा घर नहीं लौटी। छात्रा की माता ने पुत्री की गुमशुदगी का मामला दर्ज करवाया। पुलिस में दी शिकायत में छात्रा के माता ने बताया कि उसकी पुत्री बवानीखेड़ा में पढ़ने के लिए गई थी, लेकिन वापस नहीं लौटी। पुलिस ने माता की शिकायत पर गुमशुदगी का मामला दर्ज कर तलाश शुरू कर दी है।

लोक अदालत का आयोजन 29 जुलाई से 3 अगस्त तक

भिवानी। भारत के सर्वोच्च न्यायालय द्वारा जारी निर्देशों के अनुसार 29 जुलाई से तीन अगस्त 2024 तक विशेष लोक अदालत आयोजित होगी। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव ने जानकारी देते हुए बताया कि सर्वोच्च न्यायालय में लंबित मामलों को विशेष लोक अदालत में दोनों पक्षों की आपसी सहमति व राजीनामे से सौहार्दपूर्ण वातावरण में पक्षों की सहमति से विवाद निपटाया जाता है।

गांव मित्ताथल में रक्तदान शिविर कल

भिवानी। विश्व रक्तदान दिवस पर गांव मित्ताथल के बाबा खुबीनाथ स्कूल में समस्त रक्तदाता व ग्रामीणों के सहयोग से 14 जून को प्रातः 8:30 बजे से 11:30 बजे तक 16वां रक्तदान शिविर आयोजित किया जाएगा। मास्टर पवन कुमार ने बताया कि रक्तदान शिविर में चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल भिवानी के चिकित्सकों की टीम रक्त एकत्रित करेगी।

दो घंटे के विरोध प्रदर्शन में शहर हुआ जाम, रेंगते हुए चले वाहन

पेयजल समस्या को लेकर गुस्साए शहरवासियों ने लगाया जाम, राहगीर व वाहन चालक परेशान

- पेयजल किल्लत के चलते शहर में दो जगहों पर जाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

गर्मी के मौसम में पेयजल किल्लत जले पर नमक लगाने का काम करती हैं, क्योंकि गर्मी में पानी की खपत ज्यादा होती हैं और बिना पानी के जनजीवन बुरी तरह से प्रभावित हो जाता हैं, जिसके चलते शहर में हर तरफ पानी के लिए हा-हा-कार मचा हुआ हैं। चार दिन पहले भी एक ही दिन शहर में तीन अलग अलग जगहों पर पेयजल किल्लत के चलते लोगों ने जाम लगाकर सरकार व जिला प्रशासन के खिलाफ जमकर नारेबाजी की थी।

इसके बावजूद जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारी जनसमस्या को लेकर गंभीर नहीं दिखाई दे रहे और शहरवासी पानी के लिए हा हाकार मचा रहे हैं। उल्लेखनीय हैं कि वार्ड नंबर 23 के अंतर्गत आने वाले खाड़ी मोहल्ला, निरवाण गली, पंडित नेकीराम शर्मा वाली गली, रायसिंह ढ़ाणी व केएम कॉलोनी में पिछले 15-20 दिन से पेयजल की सप्लाई नहीं आ रही, जिसको लेकर वार्ड पार्षद मनोज कुमार सहित क्षेत्रवासी अनेक बार अधिकारियों को अवगत करवा चुके, लेकिन अधिकारी समाधान नहीं कर रहे, बल्कि लोगों की समस्या को अनदेखा कर रहे है। बुधवार को सुबह साढ़े 11 बजे क्षेत्रवासियों का पारा चढ़ गया और उन्होंने वार्ड पार्षद मनोज कुमार के नेतृत्व में घंटाघर चौक पानी की टंकी के सामने सरकुलर रोड पर जाम लगा दिया। क्षेत्रवासियों ने जाम के दौरान वाहनों को पूरी तरह से बंद कर दिया और जिला प्रशासन, जनस्वास्थ्य विभाग व सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। इसके बाद करीब डेढ़ बजे जेई ताजद्दीन मौके पर पहुंचे और उन्होंने जाम खुलवाने व पानी की सप्लाई दुरूस्त करने की बात कही। सरकुलर रोड पर जाम लगाने के बाद रोड के दोनों ओर वाहनों की लंबी लंबी कतारें लग गई। वहीं वाहन चालकों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ा। वाहन चालकों को गाड़ी का एसी चलाकर जाम खुलने का इंतजार करना पड़ा। वहीं राहगीरों को भी काफी परेशानी झेलती पड़ी। वार्ड पार्षद मनोज कुमार ने बताया कि अनेक बार एसई, एक्सईएन, एसडीओ व जेई को शिकायत कर चुके, लेकिन कोई समाधान नहीं हो रहा। पार्षद मनोज कुमार, रोशनी देवी, माया देवी, सुशीला देवी, पवन, मीना, सरोज, सुशील, संतोष, कमला, उषा, बिमला, पूनम, दीपक, सतीश, रोहित, बबली आदि मौजूद रहे।

भिवानी। जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों से बातचीत करते पार्षद मनोज कुमार व अन्य क्षेत्रवासी व पेयजल समस्या को लेकर घंटाघर चौक पर लगाए जाम में फंसे वाहन। फोटो :हरिभूमि

वार्ड में टैंकरों से करवा रहे पानी की पूर्ति

पार्षद मनोज ने बताया कि अनेक बार जेई से एसई तक शिकायत कर चुके, लेकिन अधिकारी जनता की समस्याओं के प्रति गंभीर नहीं हैं और समस्या को अनदेखा कर देते हैं। वार्ड में पानी की पूर्ति करने के लिए नगर परिषद से लगातार टैंकर मंगवाए जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि पानी की गंभीर समस्या बनी हुई हैं। लोगों को मजबूरीवश पानी खरीदकर भी पीना पड़ रहा हैं।

अधिकारी व कर्मचारी खानापूर्ति को दे रहे सप्लाई

क्षेत्रवासियों ने बताया कि जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारी व कर्मचारी महज खानापूर्ति के लिए पेयजल सप्लाई दे रहे हैं। विभाग द्वारा सप्लाई दी जाती हैं तो कुछ घरों तक पानी पहुंचता हैं और बाकि सभी वार्डवासी परेशानी झेल रहे हैं। शिकायतों के बावजूद अधिकारी व कर्मचारी स्थायी समाधान के लिए कोई कदम नहीं उठा रहे।

बस स्टैंड के निकट मिनी बाइपास पर लगाया जाम

पेयजल समस्या को लेकर बस स्टैंड के निकट मिनी बाइपास पर लोगों ने जाम लगा दिया। इसके बाद मौके पर पुलिस ने पहुंच जाम खुलवाया और समस्या के समाधान का आश्वासन दिया। जाम लगाने की वजह से वाहनों की लंबी लंबी लाइनें लग गई और आवागमन पूरी तरह से प्रभावित हो गया। जाम लगा रहे प्रदर्शनकारियों से काफी वाहन चालकों की कहासुनी भी हुई। इसके बाद पुलिस ने जाम खुलवाया दिया।

पांच घंटे का परमिट लेकर बिजली कर्मियों ने की ट्री कटिंग

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा बिजली निगम के सब डिवीजन के आधीन आने वाले आधा दर्जन गांवों मे ट्री कटिंग का कार्य किया, जिसमें बिजली निगम के कर्मचारी जहां चिलचिलाती कड़ी धूप में पेड़ों व तारों से जूझते नजर आए और कर्मचारियों ने आए दिन हो रहे बिजली के कटों का समाधान किया। कस्बा व आसपास के क्षेत्र में मामूली आंधी, बारिश आने से बिजली के कट लग जाते थे व तारों के टूटने की सूचनाएं आती थी जिसके चलते बड़सी बिजलीघर से शॉटसर्किट की सूचना प्राप्त होती थी, जिसके चलते उपभोक्ता भी काफी परेशान होते थे। बुधवार को समस्या को जड़ से समाप्त करने की योजना बनाते हुए इस समस्या का समाधान किया।

कक्षा 9वीं व 11वीं के छात्रों/छात्राओं के परीक्षा अंक 24 तक करें अपलोड

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड से सम्बद्धता प्राप्त राजकीय/अराजकीय विद्यालयों, गुरूकुलों, विद्यापीठों द्वारा शैक्षिक सत्र 2023-24 के लिए कक्षा 9वीं व 11 वीं के छात्रों/छात्राओं के वार्षिक परीक्षा अंक 24 जून तक अपलोड कर सकते है।

बोर्ड अध्यक्ष डॉ. वीपी यादव ने प्रेस वक्तव्य में बताया कि विद्यालयों द्वारा शैक्षिक सत्र 2023-24 के लिए 9वीं व 11वीं कक्षा के कुछ छात्रों/छात्राओं के वार्षिक परीक्षा अंक अपलोड करते समय परीक्षा परिणाम को रिजल्ट लेट टु ऐलिजिबिलिटी किया था।

अवैध खनन रोकने को उठाए कदम

- खनन पट्टों के आस-पास के क्षेत्र में खनन उपकरणों की पार्किंग और उपयोग पर धारा 144 लागू करते हुए प्रतिबंध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

जिलाधीश मनदीप कौर ने खनन पट्टों के आस-पास के क्षेत्र में खनन उपकरणों की पार्किंग और उपयोग पर धारा 144 लागू करते हुए प्रतिबंध लगाया है। अवैध गतिविधियों पर अंकुश लगाने तथा प्राकृतिक संसाधनों और पर्यावरण की सुरक्षा के मद्देनजर तत्काल निवारण के लिए ये आदेश पारित किए गए हैं। आदेशों के अनुसार खनन पट्टों के आस-पास के क्षेत्र में खनन के उद्देश्य से उपयोग किए जाने वाले कोई भी खनन उपकरण जैसे खनन उत्खनन मशीन, ड्रिल मशीन, ब्लास्टिंग सामग्री या कोई अन्य उपकरण किसी भी खनन पट्टा क्षेत्र से एक किलोमीटर के दायरे में खड़ा या उपयोग नहीं किया जाएगा। उन्होंने आदेशों में स्पष्ट किया कि क्षेत्र के एक किलोमीटर के दायरे में खनन उपकरण ले जाने वाले वाहनों की आवाजाही प्रतिबंधित है। इस क्षेत्र में ऐसे वाहनों की आवाजाही के लिए उनके पास जिला खनन अधिकारी से पूर्व लिखित अनुमति होनी चाहिए। ऐसा न होने की सूरत में इसे कानूनी रूप से गलत माना जाएगा। जिलाधीश ने आदेशों की अनुपालना के लिए पहले से ही गठित जिला स्तरीय टास्क फोर्स को इस आदेश को कड़ाई से लागू करने को कहा है। आदेश के प्रावधानों को लागू करने के लिए नियमित तौर पर गश्त और निरीक्षण करने के निर्देश हैं।

सीएम व पीएम को लाइनपार क्षेत्र की समस्याओं से करवाएंगे अवगत

- रेल अंडरपास महापंचायत व सुधार समिति की बैठक में समस्याओं पर हुई चर्चा
- पेयजल व सीवरेज समस्या का समाधान नहीं हुआ तो अधिकारियों के कार्यालयों पर देंगे धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

अपनी विभिन्न मांगो को लेकर रेल अंडरपास महापंचायत एवं सुधार समिति शास्त्री नगर की सयुंक्त बैठक दिनोद रोड स्कूल में हुई। बैठक की अध्यक्षता दिनेश तंवर उर्फ लाला पहलवान व कृष्ण सिंह परमार प्रधान सुधार समिति ने सयुंक्त रूप से की तथा संचालन महापंचायत संयोजक रोहतास वर्मा ने किया। बैठक में लाइन पार क्षेत्र में गहराई विभिन्न समस्याओं पर खुलकर चर्चा हुई, जिसके बाद सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि इन समस्याओं से मुख्यमंत्री व प्रधानमंत्री को अवगत करवाया जाए। लंबित मांगों का मांगपत्र मुख्यमंत्री व प्रधानमंत्री के नाम भेजा गया। बैठक में प्रजापति समाज कि तरफ से रामशरण ठेकेदार एवं रमेश वर्मा ने महापंचायत प्रधान लाला पहलवान को पुष्प गुच्छ भेंट कर सम्मानित किया। सीएम व पीएम के नाम सौंपे मांगपत्र के बारे में जानकारी देते हुए महापंचायत संयोजक रोहताश वर्मा ने बताया कि लाइन पार क्षेत्र में पीने के पानी व सीवरेज की समस्या से नागरिक खासे परेशान है। उन्होंने कहा कि पानी दूर हैंडपंपों या टैंकर से खरीदने पड़ रहे है। इस क्षेत्र में जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा सीवर लाइन शिफ्ट न करने, ओवरब्रिज निर्माण कार्य रूका होने से नागरिक खासे परेशान है। उन्होंने कहा कि आचार संहिता हटते ही दिनोद रोड व सेवा नगर रोड को बनवाने का काम शुरू करवाने का आश्वासन दिया था, लेकिन आचार संहिता हटे नौ दिन हो गए, लेकिन अभी तक काम शुरू नहीं हुआ।

गलियों को पक्का करने की मांग

उन्होंने कहा कि गलियों को पक्की करने एवं मरम्मत कार्य नहीं हो रहा है। आरओबीसी-52 का निर्माण समयावधि में पूरा न होने के क्षेत्रवासियों को गत पांच साल से आने-जाने में मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है। मांगपत्र के माध्यम से उन्होंने अवगत करवाया कि उपरोक्त समस्याओं के निदान के लिए बहुत बार भिवानी उपायुक्त, विधायक, पीडबल्यूडी, जनस्वास्थ्य विभाग, नगर परिषद अधिकारियों से लिखित में भी और भेंटकर भी गुहार लगा चुके है, लेकिन उनकी कही कोई सुनवाई नहीं हो रही।

डीईओ ने की विभिन्न प्रशिक्षण कैंपों की शुरूआत

- चंद्रशेखर आजाद ओपन गुरप का सात दिवसीय सर्विस कैंप शुरु
- सामाजिक संदेश के साथ युवाओं की प्रतिभा निखारते है प्रशिक्षण कैंप : महता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। प्रशिक्षण कैंप के दौरान फायरिंग करते डीईओ नरेश महता।

दी हरियाणा राज्य भारत स्काउट्स एंड गाइडस की शाखा चंद्रशेखर आजाद ओपन गुरप द्वारा भगतसिंह चौक स्थित राजकीय कन्या वमा विद्यालय लोहड़ में सात दिवसीय सर्विस कैंप का आयोजन की शुरूआत बुधवार से हुई, जो 18 जून तक चलेगा। कैंप की शुरूआत जिला शिक्षा अधिकारी नरेश महता ने बतौर मुख्यतिथि व खंड शिक्षा अधिकारी शिवकुमार तंवर ने बतौर विशिष्ट अतिथि पहुंचकर की। कैंप की अध्यक्षता गुरप लीडर सागर, मंच संचालन सहगुरप लीडर अमित व गाइड एवं रेंजर कैप्टन पुष्पा देवी ने किया। वीरवार को कैंप का शुभारंभ डीईओ महता ने सवा नौ बजे ध्वजारोण के साथ किया। इसके उपरांत फायरिंग प्रशिक्षण की शुरूआत डीईओ महता ने फायरिंग करके की। गुरप लीडर सागर ने बताया कि वर्धमान ज्वैलर्स के सौजन्य में 12 से 18 जून तक पर्यावरण, नशा मुक्ति, यातायात नियमों की पालना बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ, स्वच्छ भारत-स्वस्थ भारत के थीम के साथ आयोजित किए जा रहे हैं। कैंप में जिलेभर के 60 रोवर व रेंजर्स भाग ले रहे है।

जिले की 40 ग्राम पंचायतों के हस्ताक्षरयुक्त समस्या पत्र केंद्र व राज्य सरकार को भेजे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भीषण गर्मी के बावजूद जिलेभर में गहराई नहरी पानी, पेयजल व बिजली समस्या के समाधान की मांग को लेकर सामाजिक कार्यकर्ता अशोक कायला के नेतृत्व में महेंद्र सांगवान गौरीपुर, राजबीर निमड़ीवाली, कृष्ण कौशिक, रामनिवास शर्मा ने अभियान चलाया, जिसके तहत जिले के करीबन 40 गांवों में घूम घूमकर ग्रामीणों से चर्चा की तथा नहरी पानी, पेयजल व बिजली समस्या के बारे में जाना। अभियान के दौरान प्रत्येक गांव के ग्रामीण उपरोक्त समस्याओं से खासे परेशान दिखे और सरपंचों ने उपरोक्त समस्याओं के ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए। हस्ताक्षर पत्र को सामाजिक कार्यकर्ता कायला ने जनस्वास्थ्य विभाग, सिंचाई विभाग व दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम के एसई के माध्यम से प्रधानमंत्री, केंद्रीय गृहमंत्री, केंद्रीय जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री, मुख्यमंत्री, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री, भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से सांसद, भिवानी के विधायक, उपायुक्त व जनस्वास्थ्य विभाग के निदेशक के नाम भेजा।

भिवानी। गांव निमड़ीवाली में समस्या पत्र पर सरपंच के हस्ताक्षर करवाते सामाजिक कार्यकर्ता अशोक कायला व अन्य साथी।

टैंकों में जमी गंदगी, जल्द बढ़ सकती हैं जल समस्या

- बलियाली के चार टैंकों में एक में फुल पानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

गांव बलियाली में पीने के पानी की समस्या फिर से छाने वाली है। टैंक अभी पूरे भरे भी नहीं और नहर में पानी पर विराम लगने लग गया है। जिससे ग्रामीणों के माथे पर चिंता की लकीरें साफ देखने को मिल रही और भविषय को लेकर ग्रामीण चिंतित दिखाई देने लगे हैं। हालांकि गांव में प्रदेश सरकार में बड़े बड़े मंत्रियों का आना-जान लगा रहता है लेकिन पानी व बसों की सप्लाई ने ग्रामीणों का दम निकाला हुआ है।

ग्रामीणों में बलबीर, धर्मबीर, चन्द्रभान, रमेश, नरेश आदि ने बताया कि उनके गांव में पानी की खासी समस्या बनी हुई है। आदर्श गांव नाम का ही आदर्श साबित हो रहा है। गांव में चार टैंक हैं जिनमें एक टैंक ही फुल हुआ है दूसरे तीसरे में 7-7 व चौथे में 6 फुट पानी जमा है। नहर में 3 तारीख को पानी आया और 12 को नहर आधी हो गई। टैंक में पानी कछुआ चाल की तरह पहुंच रहा है। ग्रामीणों की मानें तो टैंकों में पूरा पानी नहीं पहुंचता। दिन में टैंकों में रात्री की बजाए सही पानी आता है लेकिन क्या कारण है कि रात्री के समय यह स्पीड कम हो जाती है।

भिवानी। गांव बलियाली के जलघर में जमा गंदगी व टैंक की तलहटी में पानी।

घरों में पहुंच रहा गंदगीयुक्त पानी

कर्मचारी विभाग के आदेशानुसार सही समय पर पानी की सप्लाई चलाते हैं, लेकिन घरों में गंदगीयुक्त पानी पहुंचता है। ग्रामीणों की मानें तो कुछ पार्टी नेता जलघर का फोटो खींचवाकर सोशल मीडिया पर डालकर समाजसेवा का दावा करते हैं, लेकिन जनता की समस्याओं से उनका कोई सरोकार नहीं है। वे रोजमर्रा की सुविधाओं को लेकर हाईकमान तक रिक्वेस्ट करते हैं, लेकिन उनकी सुध लेने वाला कोई नहीं है।

मांग विहिप व बजरंग दल ने की मृतकों के परिजनों व घायलों को आर्थिक सहायता देने की मांग

श्रद्धालुओं की बस पर हमले के विरोध में सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

विश्व हिंदू परिषद व बजरंग दल के कार्यकर्ताओं ने जम्मू-कश्मीर में हुए हिन्दू भक्तों पर आतंकवादी हमले की निंदा करते हुए उसके विरोध में महामहिम राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू के नाम उपायुक्त मनदीप कौर के माध्यम से ज्ञापन सौंपा। इससे पूर्व पाकिस्तान मुदार्बाद, आतंकवादी नहीं चलेगा आदि नारे लगाते हुए लघु सचिवालय में उपायुक्त मनदीप कौर के कार्यालय में पहुंचे और डीडीपीओ बलजीत सिंह को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन सौंपते हुए जिला उपाध्यक्ष रोहताश शर्मा एवं जिला सहमंत्री जगन्नाथ धनेटीया तथा बजरंग दल के जिला संयोजक अमित गोपालवास ने बताया कि भारत वर्ष विश्व का सबसे बड़ा लोकतंत्र है, जिसमें करीब 145 करोड़ लोग रहते हैं। यहां पर सभी धर्मों, जातियों, भाषाओं के लोग हजारों वर्षों से यह लोग शांतिपूर्वक रह रहे हैं। कुछ आतंकवादी तत्व आए दिन हिंदुओं को अपना लक्ष्य बना रहे हैं। अब वैष्णो देवी मंदिर के रास्ते में भक्तों से भरी हुई आ रही बस पर खुलेआम गोलियां चला दी। गोली मारकर टायर पंचर कर दिया, जिससे बस खाई में गिर गई तथा नौ भक्तों की मौत हो गई एवं 50 से ज्यादा घायल हो गए। उन्होंने सरकार से हमले में मारे गए लोगों के परिजनों व घायलों को आर्थिक सहायता देने की मांग की। इस मौके पर विश्व हिंदू परिषद के जिलाध्यक्ष रोहतास शर्मा, जिला सहमंत्री जगन नाथ धनेटिया, बजरंग दल जिला संयोजक अमित गोपालवास, देवेन्द्र कादमा, भीम सिंह उन, जिला सह प्रमुख अर्चक रोहित पुजारी, बजरंग दल जिला सह संयोजक अमित नोरंगावास, नवीन कादमा, पंडित ज्ञानचंद शर्मा, महेश गोस्वामी साजरवास आदि मौजूद रहे।

भिवानी। लघु सचिवालय परिसर में ज्ञापन देते विश्व हिंदू परिषद व बजरंग दल के कार्यकर्ता।

आतंकी हमले नहीं होंगे बर्दाश्त

उन्होंने कहा कि आय दिन देश में आतंकी हमले हो रहे हैं, जो देश की शांति व्यवस्था को भंग कर रहे हैं। अब ये बर्दाश्त से बाहर है, इसलिए सरकार आतंकवादियों का स्थायी इलाज करें और इनका खात्मा करें। उन्होंने महामहिम राष्ट्रपति से अपील की कि इन आतंकवादी और उनके सरगना को तुरंत प्रभाव से सबक सिखाना चाहिए।

फिटनेस फंडा / यश पंडित

मेरी हेल्थ-फिटनेस का सीक्रेट न्यूट्रिशस डाइट-वॉकिंग-अच्छी नींद

कई फिल्मों और हिट टीवी शोज में नजर आ चुके, यश पंडित हाल में ही सोनी सब टीवी के शो 'आंगन अपनों का' में राकेश की भूमिका में दिखे थे। यहां हरिभूमि से अपना फिटनेस फंडा शेयर कर रहे हैं यश पंडित।

हम सभी को अपनी हेल्थ का बहुत ख्याल रखना चाहिए। कहते भी हैं-हेल्थ इज वेल्थ। मैं अपने फैंस से यही कहूंगा कि हेल्थ-फिटनेस को लेकर लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए।

मेरा फिटनेस सीक्रेट

न्यूट्रिशस डाइट, तेज गति से वॉक, खूब पानी पीना और अच्छी नींद लेना। ये चार मेरे फिटनेस सीक्रेट्स हैं। इन चारों को मैं अपनी दिनचर्या में शामिल करता हूं। आप भी इन्हें शामिल करें फिर देखें आपकी हेल्थ कितनी बढ़िया हो जाएगी।

हल्की एक्सरसाइज

कोरोना के बाद चूंकि अधिकांश लोगों की इम्यूनिटी पर नेगेटिव असर पड़ा है इसलिए अब वह स्थिति नहीं रही, जब आप तीन-चार घंटे लगातार जिम में जाकर बहुत टफ वर्कआउट करें। आज के समय में हल्का वर्कआउट ही बेहतर है। अब आप शरीर को जरूरत से ज्यादा थकाते हैं तो वह झेल नहीं पाता है। ऐसी खबरें हम अकसर पढ़ते हैं या अपने आस-पास देखते हैं कि कोई जिम में एक्सरसाइज करते हुए ही गिर गया तो कोई डांस करते हुए। इसलिए शारीरिक क्षमता के अनुसार हल्की एक्सरसाइज ही करना सही है।

डाइट का रखें ख्याल

हल्की एक्सरसाइज के साथ-साथ अपनी डाइट का पूरा ख्याल हमें रखना चाहिए। न्यूट्रिशस डाइट लें। मैं भी रेग्युलर डाइट में प्रोटीन के अलावा सब्जियों, दालों, फलों को जरूर शामिल करता हूं। ध्यान रहे आपको डेली हैवी ब्रेकफास्ट, न्यूट्रिशस लंच और डिनर लेना है। डाइट का बैलेंस होना जरूरी है।

डिनर लेने में ना करें देरी

आजकल बहुत सारे लोग लेट नाइट डिनर करते हैं, जो सही नहीं है। हालांकि हेल्थ कॉन्शस लोग शाम सात बजे तक अपना डिनर ले लेते हैं। यह बहुत अच्छी आदत है। इससे खाने को पचने के लिए पर्याप्त समय मिल जाता है और सुबह आप बहुत अच्छा फील करते हैं। जहां तक संभव होता है मैं भी डिनर जल्द ही कर लेता हूं। हालांकि जब शूटिंग चल रही होती है तब हम लोगों के लिए समय से लंच, डिनर करना और बैलेंस डाइट ले पाना बहुत मुश्किल हो जाता है। लेकिन जितना बेस्ट मैं कर सकता हूं, उस स्थिति में करने की कोशिश करता हूं। एक अच्छी बैलेंस डाइट लेने की पूरी कोशिश करता हूं।

हमेशा खुश रहता हूं

मैं हमेशा खुश रहता हूं। मेरा मानना है कि फिट रहने के लिए, जिंदगी में यह भी बहुत जरूरी है कि आप हर स्थिति में खुश रहें, मस्त रहें और अपने काम में व्यस्त रहें।

अच्छी नींद जरूरी

फिट रहने के लिए खूब काम करना और उसके बाद रात को अच्छी गहरी नींद लेना बहुत जरूरी है। अच्छी नींद, अच्छी हेल्थ के लिए बहुत जरूरी होती है। इसलिए कितने ही व्यस्त रहें लेकिन नींद से समझौता न करें।

पानी खूब पीता हूं

मैं खूब पानी पीता हूं। आपसे भी कहूंगा दिन भर में जितना हो सके पानी पीजिए। नारियल पानी, नीबू पानी, लस्सी, छाछ, दूध, फ्रूट जूस को भी शामिल करें। यानी, खूब लिक्विड अपनी बॉडी को दें।

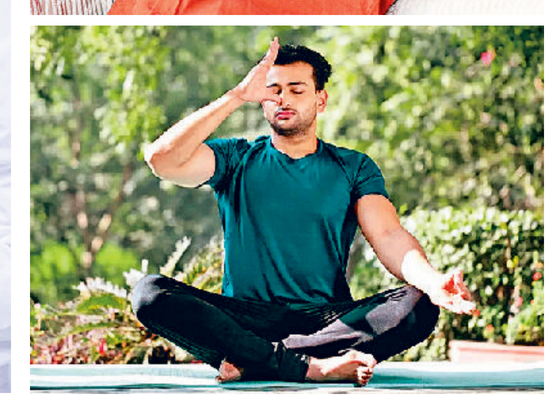
वॉकिंग है जरूरी

रोज कुछ समय वॉक पर जाएं। कोशिश करें कि जितना पैदल चल सकें चलें। सुबह की सैर या ईवनिंग वॉक जो कर सकते हैं करें। पैदल चलना बहुत अच्छा व्यायाम है, इसे अपनी रुटीन में शामिल करें। अगर हर इंसान 24 घंटे में से आधा घंटा भी तेज पैदल चले तो वह फिट रह सकता है। * **प्रस्तुतिःरेणु खंतवाल**

किसी रोग से ग्रस्त होने के बावजूद, अगर आप अच्छा-पॉजिटिव सोचेंगे तो न केवल अच्छा महसूस करेंगे, बल्कि इससे आपके स्वास्थ्य में भी तेजी से सुधार होगा। इसके विपरीत नेगेटिव विचारों, चिंता या भय से स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ता है। ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे अपना बचाव करें, आपको जरूर जानना चाहिए।

हेल्थ एडवाइस/ विनीता

पॉजिटिव सोचें-हेल्दी रहें



आपने इस बात पर गौर किया होगा कि जब भी घर में कोई बीमार होता है, तो परिवार के बुजुर्ग सदस्य यही कहते हैं, कोई बात नहीं चिंता न करो, दवा समय पर लेते रहो, आराम करो, जल्द ही ठीक हो जाओगे। ऐसी बातें केवल बीमार को झूठा दिलासा देने या उसका मन बहलाने के लिए नहीं कही जातीं, बल्कि इसके पीछे यह मनोवैज्ञानिक तथ्य छिपा होता है कि अच्छा और पॉजिटिव सोचने पर सब कुछ अच्छा ही होता है। दरअसल, ब्रेन ही हमारी सभी शारीरिक-मानसिक क्रियाओं को नियंत्रित करता है, इसलिए जब हम अच्छा सोचते हैं तो हमें अच्छा महसूस भी होता है। फिर हमारी सारी गतिविधियां भी पॉजिटिव दिशा की ओर अपने आप बढ़ने लगती हैं।

शोध से हो चुका प्रमाणित

वर्षों पहले वैज्ञानिक अध्ययन से भी इस तथ्य की पुष्टि हो चुकी है कि पॉजिटिव सोचने वाले अधिक हेल्दी रहते हैं। अमेरिकी वैज्ञानिक वाल्टर पी. कैनेडी ने 1961 में सबसे पहले नोसेबो इफेक्ट शब्द का प्रयोग किया था। इस टर्म की उत्पत्ति लैटिन शब्द 'नोसेरे' से हुई थी, जिसका अर्थ होता है-नुकसान पहुंचाना। उपचार के दौरान बीमार व्यक्ति के मनोदशा पर उसके सकारात्मक विचारों का क्या असर होता है, यह जानने के लिए वैज्ञानिकों ने जब उन पर अध्ययन किया तो उन्हें पता चला कि अच्छे परिणाम के बारे में सोचकर दवाओं का सेवन करने वाले लोगों की हेल्थ में तेजी से सुधार होता है। इस प्रभाव का नाम प्लेसिबो इफेक्ट दिया गया, जिसका अर्थ होता है, मैं शीघ्र स्वस्थ हो जाऊंगा। इसी अध्ययन के अपोजिट इफेक्ट को समझने के दौरान नोसेबो इफेक्ट का प्रभाव सामने आया। इन दोनों ही तरह के अध्ययनों में कई रोचक परिणाम सामने आए। जैसे मामूली सिरदर्द होने पर वैज्ञानिकों ने लोगों को दर्द निवारक रहित टॉफी जैसी कोई सादी गोली दी, जिसे लेने के बाद लोगों ने कहा कि उन्हें आराम महसूस हो रहा है, जबकि वास्तव में उन्हें कोई दवा दी ही नहीं गई थी। इसी तरह कोविड काल के दौरान प्रयोग के तौर पर कुछ लोगों को यह बताकर विटामिन के कुछ ऐसे हल्के इंजेक्शन दिए गए कि उन्हें कोविड से बचाव का वैक्सीन लगाया जा रहा है। चूंकि लोगों को पहले से इसके साइड इफेक्ट के बारे में मालूम था, इसलिए उन्हें सिरदर्द, नॉजिया और बुखार का भ्रम होने लगा। जबकि वास्तव में उन्हें कोई वैक्सीन नहीं लगाया गया था। टीके के असर के बारे में नकारात्मक बातें सोचने के कारण लोगों को ऐसी तकलीफ महसूस हो रही थी।

नेगेटिव सोच का इफेक्ट

जो लोग अपनी हेल्थ के प्रति जरूरत से ज्यादा सचेत होते हैं, उनमें भी नोसेबो इफेक्ट के लक्षण नजर आते हैं। अब तक किए गए अध्ययनों से यह तथ्य सामने आया है कि जब कोई व्यक्ति लगातार यही सोचे कि मुझे दर्द हो रहा है, मुझे अमुक बीमारी है तो कुछ समय के बाद वाकई उसे दर्द होने लगता है। हालांकि वास्तव में वह शारीरिक रूप से पूरी तरह स्वस्थ होता है, लेकिन मनोवैज्ञानिक कारणों से उसके शरीर में बीमारियों जैसे लक्षण भी प्रकट होने लगते हैं।

इंटरनेट नॉलेज भी है वजह

आजकल किसी भी स्वास्थ्य समस्या का नाम सुनते ही लोग सबसे पहले इंटरनेट पर उसके बारे में सर्च करना शुरू कर देते हैं। उसके लक्षणों से अपना मिलान करने लगते हैं। सच्चाई यह है कि इंटरनेट पर मौजूद हर जानकारी पूरी तरह सही नहीं होती है। कई बार किसी स्वास्थ्य समस्या का विवरण कुछ इस तरह दिया जाता है कि उस जानकारी से लोग भयभीत हो जाते हैं और बीमार न होने पर भी खुद को गंभीर रोग का मरीज समझने लगते हैं।

गैजेट्स के ओवरयूज से बचें

खुद को बीमार मानने की सोच से उबरने के लिए 24 घंटे स्मार्ट वॉच जैसे गैजेट्स से दूर रहना भी जरूरी है। अनेक हेल्थ एप्स का इस्तेमाल करने वाले लोग हमेशा इसी चिंता से त्रस्त रहते हैं कि आज दस हजार कदम चलने का मेरा टारगेट पूरा नहीं हुआ, कल रात मैं आठ घंटे की नींद नहीं ले पाया, मेरा ब्लड प्रेशर बढ़ रहा है, नाड़ी तेज गति से चल रही है। इस तरह से कई बार गैजेट्स और हेल्थ एप्स भी लोगों को हेल्थ एंग्जायटी का मरीज बना देते हैं, इनकी वजह से स्वस्थ व्यक्ति भी स्वयं को थका हुआ और बीमार महसूस करने लगता है। बीमार होने की सोच वाली समस्या से बचाव के लिए गैजेट्स का सीमित इस्तेमाल करें और इंटरनेट पर मौजूद हर जानकारी पर भरोसा ना करें। अपनी हेल्थ के बारे में हमेशा अच्छा और पॉजिटिव सोचें तो हेल्दी, एक्टिव और एनर्जेटिक रहेंगे।

ऐसे करें बचाव

बीमार होने की नेगेटिव सोच से बचने के लिए थॉट रिप्लेसमेंट का तरीका अपनाएं। जब भी आपके मन में सेहत के प्रति कोई नकारात्मक विचार आए तो सचेत तरीके से उसी वक्त उन बातों से अपना ध्यान हटाकर अच्छी बातें सोचना शुरू कर दें कि मैं शीघ्र स्वस्थ हो जाऊंगा। मैं लगातार ठीक हो रहा हूं। तार्किक ढंग से सोचें और अपने जीवन की वास्तविकता को पहचानें। जब हेल्थ को लेकर मन में कोई डर या चिंता महसूस हो तो इस बात पर विचार करें कि हर बीमारी उपचार संभव है तो फिर परेशान नहीं होना चाहिए। इसके अलावा नकारात्मक बातों से ध्यान हटाने के लिए मनपसंद संगीत सुनें, प्रेरक किताबें पढ़ें या अपनी रुचि से जुड़े कार्यों में स्वयं को व्यस्त रखें। ध्यान और योग को नियमित रूप से अपनी दिनचर्या में शामिल करें। *

(मनोवैज्ञानिक सलाहकार विचित्रा दर्गन आनंद से बातचीत पर आधारित)

आहार/ राजकुमार 'दिनकर'

गर्मी में पाचन सही रखे छाछ

सदियों से हमारे देश के ग्रामीण इलाकों के खान-पान का सबसे अहम हिस्सा दूध, दही और छाछ रहे हैं। लेकिन हाल के वर्षों में मई-जून के महीने में, जिस तरह की आग बरसाती गरमी पड़ने लगी है, उससे दही और छाछ की खपत शहरों में भी काफी बढ़ जाती है। ऐसा होना स्वाभाविक है, क्योंकि छाछ इन तपते दिनों में दिल से लेकर दिमाग तक को तृप्त कर देता है।

बढ़ी है डिमांड-सप्लाई: इस वर्ष भी अप्रैल के बाद से ही पूरे देश में बहुत तेजी से छाछ या मट्ठा की मांग बढ़ गई है। इसका कारण है तेज गरमी। छाछ के स्वाद और स्वास्थ्य को इससे होने वाले लाभ के कारण आज अनेक दुग्ध-उत्पादक कंपनियां पैकेटबंद अलग-अलग स्वाद की छाछ बाजार में बेच रही हैं। इन्हें खरीदकर पीने वाले ग्राहकों की संख्या में भी लगातार इजाफा हो रहा है। दरअसल, दही से बनने वाली छाछ में कई स्वास्थ्यवर्धक गुण मौजूद होते हैं।

कई तरह से लाभकारी: छाछ में मौजूद जीवाणु, आंतों में क्रियाशील हानिकारक कीटाणुओं को समाप्त कर देता है। यह हमारी रोग-प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। गर्मी के दिनों में तो यह एक औषधि जैसा काम करता है। आयुर्वेद में बताया गया है कि गर्मी के दौरान दोपहर के भोजन के अंत में छाछ पीना, स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक होता है।

पाचन करे सही: दूध और दही दोनों की अपेक्षा छाछ हल्का और सुपाच्य होता है। गर्मी के मौसम में अगर इसे रोज पिया जाए तो यह शरीर में आलस्य पैदा नहीं करता और इससे पेट में भारीपन भी महसूस नहीं होता है। कमजोर पाचनशक्ति वालों के लिए यह विशेष रूप से उपयोगी होता है। यह भोजन को जल्दी पचाने में भी सहायक होता है। इससे कब्ज और दस्त दोनो ही समस्याएं सही हो जाती हैं।

कई रोगों से बचाए: हृदय रोगियों के लिए छाछ विशेषतौर पर लाभदायक होता है, क्योंकि इसमें दूध की तुलना में चिकनाई कम होती है। इसके अलावा ब्लड प्रेशर, दमा, गठिया आदि बीमारियां मट्ठे के सेवन से पास नहीं फटकती हैं।

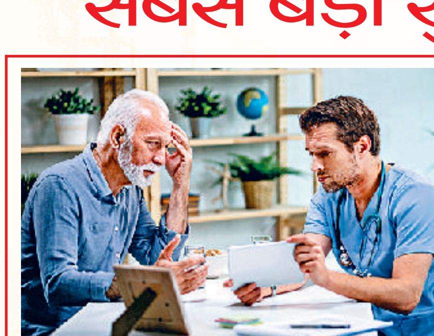
रखें ध्यान: छाछ का सेवन जहां तक हो सके, सुबह नाश्ते के समय और दोपहर के भोजन में ही करना चाहिए। छाछ हमेशा ताजा ही पीना चाहिए। इसे मिट्टी या कांच के बर्तन में पीना अधिक फायदेमंद होता है।

- बुखार आने पर, सर्दी के मौसम में या जुकाम होने की वजह से अगर कफ बन रहा हो तो इसका सेवन नहीं करना चाहिए।
- बारिश के मौसम में भी इसे नहीं पीना चाहिए या बहुत कम मात्रा में पीना चाहिए।
- बहुत ज्यादा खट्टा छाछ पीना भी शरीर को नुकसान पहुंचा सकता है। *

डिजीज
डॉ. माजिद अलीम

ब्रेन ट्यूमर की समस्या किसी भी उम्र में और किसी को भी हो सकती है। ऐसे में इससे बचाव का एक ही तरीका है कि समय रहते इसे डायग्नोज कर ट्रीटमेंट शुरू कर दिया जाए। इसके लिए लोगों में अवेयरनेस होना जरूरी है।

ब्रेन ट्यूमर सजगता ही सबसे बड़ी सुरक्षा है



विशेषज्ञों के मुताबिक ब्रेन ट्यूमर के चार स्टेज होते हैं और अगर तीसरे स्टेज के शुरुआत में भी इसका पता चल जाए तो बीमार व्यक्ति को बचाया जा सकता है। इस बात से यह महत्वपूर्ण तथ्य निकलता है कि अगर हम समय रहते ब्रेन ट्यूमर की पहचान कर लें, तो इस घातक बीमारी से हर हाल में बचा जा सकता है।

किसी को भी हो सकता है: हर साल दुनिया में ब्रेन ट्यूमर के 300000 से ज्यादा मामले सामने आते हैं। यह समझना भी जरूरी है कि कोई भी इसकी गिरफ्त में आ सकता है। एक जमाने में माना जाता था कि 20 साल की उम्र तक के लोगों को ब्रेन ट्यूमर की समस्या नहीं होती, लेकिन बदले खान-पान, प्रदूषण में हुए भारी इजाफे और अन्य कारणों के चलते आज 21 से 85 साल की उम्र समूह के किसी भी शख्स को इसकी समस्या हो सकती है। 40 साल से ज्यादा की उम्र वालों में इसकी आशंका इससे कम उम्र के लोगों के मुकाबले 20-21 फीसदी बढ़ जाती है।

क्या है ब्रेन ट्यूमर: वास्तव में जब मस्तिष्क में या इसके आस-पास की कोशिकाओं के डीएनए में खामी आ जाती है या वो बदल जाते हैं तो ये ब्रेन कैंसर के खतरे को जन्म देते हैं। दरअसल, डीएनए परिवर्तन के चलते जब ट्यूमर कुछ खास रसायनों के संपर्क में आता है तो इनका प्रभाव बहुत घातक हो जाता है। सवाल है, आखिर किसी को ब्रेन ट्यूमर किन वजहों से होता है और किन वजहों से इसमें लगातार तेजी आती जा रही है? सच्चाई यही है कि ब्रेन ट्यूमर की एक बड़ी वजह धरती में नियमित रूप से प्रदूषण का बढ़ना है। दरअसल निकिल, कैडमियम, विनाइल क्लोराइड, रेडान, बेंजीन ऐसे रसायन हैं कि अगर इन रसायनों के लगातार संपर्क में रहा जाए तो ब्रेन ट्यूमर की आशंका बढ़ जाती है। धूम्रपान भी इसकी दूसरी एक बड़ी वजह है। सिर में चोट लगने पर अगर सही से उसका इलाज न करवाया जाए तो एक स्थिति के बाद यह चोट भी मस्तिष्क ट्यूमर की वजह भी बन सकती है। लगातार तनाव में रहना, नींद न आना, बार बार चोट लगना इससे भी ब्रेन ट्यूमर की आशंका बढ़ जाती है।

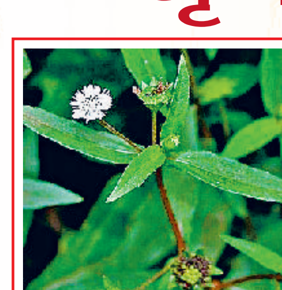
पहचानें शुरुआती लक्षण: ब्रेन ट्यूमर को समय रहते पकड़ना मुश्किल नहीं है बशर्ते हम सजग हों। जब सुबह के समय सिर में तेज दर्द हो और इसी दर्द की वजह से कई बार रात को जागना भी पड़े तो यह सामान्य सिरदर्द नहीं। ऐसे में तुरंत न्यूरोलॉजिस्ट को दिखाना चाहिए कि कहीं यह ब्रेन ट्यूमर की निशानी तो नहीं। रात में और सुबह तेज सिरदर्द के अलावा ब्रेन ट्यूमर के जो अन्य महत्वपूर्ण लक्षण हैं उनमें-बोलने और सोचने में कठिनाई का महसूस होना, आंखों में धुंधला दिखना, अचानक सुनने की क्षमता में कमी हो जाना, चेहरे का सुन्न हो जाना, थूक को निगलने में कठिनाई होना, किसी चीज में मन न लगना, विभिन्न तरह की गंधों का पता न लगना यानी उनका एहसास न होना। ये सब ब्रेन ट्यूमर के लक्षण हो सकते हैं।

संभव है ट्रीटमेंट: ब्रेन ट्यूमर लाइलाइज नहीं है। लेकिन अगर समय रहते इस बीमारी को पकड़ने में आप चूक गए तो यह लाइलाज हो सकता है। इसलिए सबसे जरूरी यही है कि आप इसे लेकर सजग रहें। अगर आप के माता-पिता ब्रेन ट्यूमर के सर्वाइवर रहे हैं तो आपको और भी ज्यादा सावधान रहना चाहिए क्योंकि आपके इसकी चपेट में आने की आशंका और ज्यादा है। *

हर्बल जोन
रेखा देशराज

भृंगराज एक ऐसी जड़ी-बूटी है, जिसका कई तरह की शारीरिक समस्याओं में उपयोग किया जा सकता है। शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने और बालों को हेल्दी रखने के साथ ही गर्मी में यह विशेष रूप से उपयोगी होता है। इसके गुणों के बारे में जानिए।

कई समस्याओं में कारगर भृंगराज



भृंगराज का पौधा, इंसान को ज्ञात सबसे पुरानी और उपयोगी जड़ी-बूटियों में से एक है। आयुर्वेद में इसके अनेक उपयोग दर्ज हैं। सबसे ज्यादा तो यह जड़-बूटी ठंडे भृंगराज तेल के लिए जानी जाती है,जो सिरदर्द भगाने में रामबाण की तरह होता है। भृंगराज उन गिनी-चुनी हर्बल में से भी एक है, जिसका हर हिस्सा औषधीय दृष्टि से उपयोगी होता है। इसके इस्तेमाल से लिवर और आंतों के स्वास्थ्य में जबरदस्त सुधार होता है।

कई नामों से लोकप्रिय: भृंगराज को वनस्पतिशास्त्र में एक्लिप्टा अल्बा कहते हैं। इसके अन्य नामों में भांगड़ा, थिसल्स, माका, अंगारक, बंगरा, केसुती, बाबरी आदि हैं। इसे अलग अलग क्षेत्रों की बोली भाषाओं में अलग-अलग नाम से पुकारा जाता है। इसमें तीखी गंध होती है और ये उस जगह बारिश के दिनों में अपने आप उग आता है, जहां नमी होती है।

गर्मी में विशेष लाभकारी: भृंगराज की तासीर ठंडी होती है, इसलिए अगर गर्मी के मौसम में पेट संबंधी कोई भी समस्या मसलन अपच, गैस बनना और कब्ज से पीड़ित हों तो बहुत आसानी से इसके इस्तेमाल से इन समस्याओं से छुटकारा पाया जा सकता है। आयुर्वेद के मुताबिक अगर गर्मियों में भृंगराज का तीन महीने तक शर्बत पीया जाए, तो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है।

बालों के लिए वरदान: भृंगराज पौधे की पत्तियों में विशेष गुण होते हैं। जिन लोगों के सिर के बाल झड़ रहे हों, वो लोग अगर भृंगराज के पौधे की हरी पत्तियों को पीसकर अपने सिर में लगा लें तो बाल झड़ने तुरंत बंद हो जाते हैं। झड़ते बालों को रोकने ही नहीं बल्कि उन्हें काला करने के बारे में भी इसको ख्याति हासिल है।

होते हैं कई गुण: भृंगराज में अनेक प्रकार के एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं जैसे- फ्लेवोनॉयड और एल्कलॉइड। ये एंटीऑक्सीडेंट्स शरीर को नुकसान पहुंचाने वाले हानिकारक पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने का काम करते हैं और विभिन्न प्रकार के हानिकारक चीजों से लिवर की रक्षा करते हैं। लिवर की रक्षा के लिए भृंगराज बहुत उपयोगी माना जाता है। इसमें एंटीमाइक्रोबियल गुण भी होते हैं, जो लिवर को हैपेटाइटिस सी जैसे वायरल संक्रमण से बचाता है। भृंगराज शरीर में होने वाली सूजन को असरदार ढंग से रोकता है और इसके अंदर जो पोषक तत्व होते हैं, उन्हीं से बालों की गुणवत्ता और उनकी लंबाई में इजाफा होता है। त्वचा के कटने, छीलने या घाव आदि हो जाने पर भी यह असरदार तरीके से काम करता है। यह कफ और वात विकार को भी कम करता है। लिवर के साथ किडनी के स्वास्थ्य के लिए भी यह बेहद उपयोगी है। फैटी लिवर और पीलिया जैसी समस्याओं में यह बेहद असरकारी होता है। त्वचा के संक्रमण से भी यह बचाता है।

एक्सपर्ट की राय से करें यूज: इसकी पत्तियों का पेस्ट बनाकर और उसमें तेल मिलाकर इस्तेमाल कर सकते हैं। या फिर बाजार से मिलने वाले भृंगराज हर्बल के विभिन्न प्रोडक्ट्स जैसे कैप्सूल आदि का सेवन किया जा सकता है। भृंगराज का उपयोग हमेशा किसी आयुर्वेद एक्सपर्ट की सलाह और देख-रेख में ही करना चाहिए, वरना नुकसान भी हो सकता है। *

आमंत्रित हैं लेख...
स्वयं डॉक्टर्स या लेखक, स्पेशलिस्ट डॉक्टरों से बातचीत पर आधारित लेख हमें इस पृष्ठ में प्रकाशनार्थ भेज सकते हैं। लेख इस पते पर भेजें
हरिभूमि- संपादक-सेहत
129, ट्रांसपोर्ट सेंटर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035
या मेल करें- sehatharibhoomi@gmail.com

खबर संक्षेप

समर कैंप टाबर उत्सव का बीईओ ने किया निरीक्षण

लोहारू। ग्रीष्मकालीन अवकाश के दौरान स्थानीय राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय 1 जून से 29 जून तक चल रहे जिला स्तरीय समर कैंप एवं टाबर उत्सव कार्यक्रम का गुरूवार को खंड शिक्षा अधिकारी विजय प्रभा ने निरीक्षण किया। उन्होंने कहा कि ग्रीष्मकालीन अवकाश के दौरान चलने वाले इस प्रकार के कार्यक्रम से विद्यार्थियों को अपनी प्रतिभा को निखारने का मौका मिलता है। बीईओ विजय प्रभा ने कहा कि टाबर उत्सव के माध्यम से स्कूली विद्यार्थी सुबह दो से तीन घंटे तक हस्तकला, क्ले पेंटिंग और मूर्तिकला की बारीकियां सीख रहे हैं।

एसडीएम ने सुनीं जनसमस्याएं, किया समाधान

बाढ़ड़ा। जिला स्तर के साथ-साथ अब उपमण्डल स्तर पर भी आमजन की फरियाद सुनने के लिए समाधान शिविर लगाए जा रहे है। इसी कड़ी में बाढड़ा एसडीएम कार्यालय में जनता की समस्याओं का समाधान करने के लिए समाधान शिविर का आयोजन किया गया। एसडीएम सुरेश कुमार ने शिकायतों को सुनकर संबंधित अधिकारियों को समाधान के निर्देश दिए। बुधवार को सुबह 9 से 11 बजे तक लगाए समाधान शिविर में आमजन ने अपनी समस्याएं रखी, जिनका मौके पर ही समाधान करने के प्रयास किए।

ढांड क्षेत्र से नशा तस्कर 21.50 ग्राम हेरोइन सहित काबू

कैथल। नशा के दुष्प्रभाव बारे जागरूक करने के साथ साथ नशा मुक्त हरियाणा मुहिम तहत कैथल पुलिस द्वारा नशा तस्करों की धरपकड़ विशेष मुहिम चलाई जा रही है। जिसके तहत मंगलवार को एंटी नारकोटिक सैल द्वारा ढांड क्षेत्र से एक नशा तस्कर को काबू कर लिया गया। जिसके कब्जे से 21.50 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एंटी नारकोटिक सैल के एसआई जोगिंद्र सिंह की टीम शाम के समय गश्त दौरान ढांड क्षेत्र के गांव धेरड़ु के संगरौली मोड पर मौजूद थी। जहां पुलिस को सहयोगी सुत्रो से गुप्त जानकारी मिली कि गांव धेरड़ु निवासी कर्मबीर अपने घर में मादक पदार्थ हेरोइन बेचने का काम करता है।

नियमित योग से नींद की गुणवत्ता में होता सुधार और अनिद्रा से मिलती मुक्ति: बिजेश

नियमित योग अभ्यास से तनाव एवं चिंता से मिलती मुक्ति: जावला

योगासन एवं प्राणायाम कई बीमारियों और स्वास्थ्य समस्याओं को दूर करने में मदद सकते हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

पतंजलि योग समिति एंव भारत स्वाभिमान (न्यास) द्वारा ढ़ाणा रोड डिस्पोजल पर सहयोग शिक्षण व प्रशिक्षण शिविर का आयोजन 1 से 15 जून तक किया जा रहा है। ये शिविर नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था व जनस्वास्थ्य विभाग के सौजन्य से सुबह साढ़े 5 से 7 बजे तक करवाया जाता है, जिसमें युवा भारत जिला प्रभारी योगाचार्य जेई बिजेश जावला साधकों को योग करवाते हैं। योगासन एवं प्राणायाम कई बीमारियों और स्वास्थ्य समस्याओं को दूर करने में मदद सकते हैं। उन्होंने बताया कि भुजंगासन रीढ़ की हड्डी को मजबूत बनाना, पीठ दर्द में राहत देता है। शवासन, तनाव कम करना,शरीर और मन को आराम देता है। कपालभाति प्राणायाम, पेट की मांसपेशियों को मजबूत बनाना, श्वसन प्रणाली में सुधार करता है, अनुलोम-विलोम, श्वसन प्रणाली को मजबूत बनाना, मानसिक शांति प्रदान करता है। उन्होंने बताया कि नियमित योग अभ्यास से तनाव और चिंता में कमी आती है। ये मस्तिष्क के रसायनों को संतुलित कर शांति और सुखद अनुभूति को बढ़ावा देता है।

भिवानी। साधकों को योगाभ्यास करवाते योगाचार्य जेई बिजेश जावला।

योग से आत्मविश्वास एवं मनोबल बढ़ता

जावला ने बताया कि नियमित योग करने से आत्मविश्वास और मनोबल बढ़ता है। ये आत्म-सम्मान और स्वाभिमान को भी बढ़ाता है। नियमित योग अभ्यास से नींद की गुणवत्ता में सुधार होता है और अनिद्रा जैसी समस्या को कम करता है। इस अवसर पर संस्था के संस्थापक सुरेश सैनी, मनप्रीत, हिमानी, सिमरन कौर सुषमा, कोमल, प्रिंस, अंशुल, योगिता, दिव्यांश, जतिन, राहुल, मोहित, वर्षा, महक, संजू, वंश व कृष आदि उपस्थित थे।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियों को लेकर 13 से करवाया जाएगा योगाभ्यास

भिवानी। 10वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 21 जून 2024 के सफल आयोजन के लिए जिला में तीन दिवसीय योग प्रशिक्षण करवाया जाएगा। योगाभ्यास भीम खेल स्टेडियम में 13 से 15 जून तक करवाया जाएगा। योगाभ्यास प्रातः 6 बजे से साढ़े सात बजे तक करवाया जाएगा। उपायुक्त नरेश नरवाल ने बताया कि आयुष विभाग द्वारा 21 जून को दसवें अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया जाएगा। योग दिवस को लेकर सभी जरूरी निर्देश संबंधित विभागों को दिए जा चुके हैं। उन्होंने बताया कि योग दिवस की तैयारियों को लेकर हरियाणा सरकार व महानिदेशक आयुष हरियाणा पंचकूला की हिदायतों अनुसार जिला स्तर पर भीम स्टेडियम में मंत्री, सांसद, विधायक, प्रशासनिक अधिकारी/कर्मचारी, एनसीसी कैडेट, स्काउट कैडेट, नेहरू युवा केन्द्र स्टाफ, पुलिस विभाग के अधिकारी/कर्मचारी एवं इच्छुक जनसाधारण को योग प्रशिक्षण दिया जाएगा। ये योग प्रशिक्षण आयुष विभाग भिवानी के योग विशेषज्ञों व आयुष योग सहायकों, योग समितियों के योग शिक्षकों तथा खेल विभाग के योग प्रशिक्षकों को दिया जाएगा।

विश्व योग दिवस में बवानीखेड़ा की होगी अहम भागीदारी: आयुष विभाग

बवानीखेड़ा। हरियाणा योग आयोग आयुष विभाग भिवानी के निर्देशन और जिला आयुष अधिकारी डॉ. रश्मि शर्मा, जिला योग कॉर्डिनेटर डॉ. संजय वैद, जिला योग विशेषज्ञा डॉ. निशा खट्टर, जिला प्रोग्राम अधिकारी अर्चना श्योराण, डॉ. हरीशचन्द्र के मार्गदर्शन में भिवानी के सभी खंडों पर विश्व योग दिवस प्रोटोकॉल प्रशिक्षण शिविर आयोजित किए जा रहे हैं इसी श्रृंखला में खंड बवानी खेड़ा स्थित राजकीय मॉडल संस्कृति वमावि में चल रहे अन्तर्राष्ट्रीय विश्व योग दिवस प्रोटोकॉल शिविर का समापन हो गया। समापन के तीसरे दिन उपस्थित सभी योग साधकों को आयुष योग सहायक गजानंद कौशिक ने गुरुजन, पीटीआई अध्यापकों को आयुष योग सहायकों के साथ मिलकर विश्व योग दिवस में भाग लेने के लिये और आम जन की भागीदारी अधिक से अधिक सुनिश्चित करने के लिए विश्व योग दिवस प्रोटोकॉल का अभ्यास किया एवं करवाया और हरियाणा को योगमय बनाने के लिए संकल्प लिया, समापन के उपलक्ष में विद्यालय के वाइस प्रिंसिपल सत्यवान उपस्थित रहे उन्होंने प्रत्येक उपस्थित योग साधक को योग मय जीवन बनाने का आह्वान किया। आयुष विभाग के एएमओ डॉ. अमित वर्मा ने विश्व योग दिवस में बढ़ चढ़कर भाग लेने के लिए सभी को

प्रेरित किया। इस अवसर पर डॉ. राजेंद्र, आयुष योग सहायक मोहन शर्मा, अशोक कुमार, मनदीप, किताब सिंह, राजेश कुमार, महेश, बनिता पुनिया, कृष्ण रोहिल्ला, रमेश कुमार, विनोद कुमार डीपीई, प्रीति शर्मा डीपीई आदि उपस्थित रहे।

मुख्यमंत्री का निर्माण श्रमिकों के लिए बयान झूठ का पुलिंदा

भिवानी। भवन निर्माण कामगार यूनियन हरियाणा (सीटू)के राज्य महासचिव राममेहर सिंह व जिला सचिव कामरेड अनिल कुमार ने बयान जारी करते हुए बताया की मुख्यमंत्री का निर्माण श्रमिकों के बारे में बयान झूठ का पुलिंदा है। भाजपा राज में निर्माण मजदूरों को कोई भी सुविधा नहीं मिल रही है। प्रदेश का मुख्यमंत्री इस तरह की बयानबाजी करके मजदूरों के साथ मजाक कर रहे है। भाजपा सरकार अपने राजनीतिक फायदे के लिए बोर्ड के पैसों का दुरुपयोग करके झूठी वाही वाही लूटने का काम कर रही है। पांच सालों से भाजपा सरकार बोर्ड के पैसों पर कुंडली मारे हुए हैं, जो पैसा मजदूरों को देना चाहिए था, उस पर बेमानी ऑब्जेक्शन लगाकर श्रमिकों को सुविधाओं से वंचित किया जा रहा है। भाजपा सरकार ने श्रम कल्याण बोर्ड को भ्रष्टाचार का अड्डा बना दिया है। यूनियन के प्रतिनिधियों ने बार-बार मुख्यमंत्री, श्रममंत्री, व अधिकारियों को निर्माण श्रमिकों की समस्याओं को लेकर ज्ञापन भेजे। मगर आज तक मुख्यमंत्री ने समाधान करना तो दूर की बात आज तक समय ही नहीं दिया। बोर्ड में श्रमिक प्रतिनिधियों की जगह अपने चहेतो को शामिल किया गया है। इस सरकार ने निर्माण श्रमिक कों धक्के खाने पर मजबूर कर दिया है। फैमिली आईडी और वर्क्सलिप की वजह से न कोई पंजीकरण हो रहा न सुविधा दी जा रही, बल्कि अनावयशक ऑब्जेक्शन लगाकर हजारों सुविधा फार्मों को काटा जा रहा है, बल्कि मजदूरों को मिलने वाले सुविधा लाभ में रुकावट डाली जा रही हैं।

- भाजपा सरकार ने श्रम कल्याण बोर्ड को भ्रष्टाचार का अड्डा बना दिया है

महिला सशक्तिकरण को लेकर हुई कार्यशाला

- कार्यशाला में छात्राओं, किसान महिलाओं व महिला पुलिस को दी सशक्तिकरण बारे जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा बुधवार को डीसी नरेश नरवाल के मार्गदर्शन में स्थानीय पंचायत भवन में महिला सशक्तिकरण को लेकर कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला में महिला किसानों के लिए टिकाऊ कृषि तकनीक जैसे बागवानी, मुर्गी पालन, मधुमक्खी पालन, पशुपालन कृषि सम्बंधित क्षेत्रों को बढ़ावा देना व महिलों व बच्चो के बचाव व सुरक्षा के विषय पर विस्तार से जानकारी दी। महिला एवं बाल विकास विभाग की जिला कार्यक्रम अधिकारी वैशाली ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए छात्राओं व महिलाओं का स्वागत करते हुए महिला सशक्तिकरण पर विस्तार से प्रकाश डाला। इस दौरान जिला महिला सशक्तिकरण हब भिवानी के जिला नोडल अधिकारी शुभम वर्मा भी मौजूद रहे। इस दौरान बागवानी विभाग से डॉ. विजेंद्र सिंह, मत्स्य विभाग से डॉ. विकास तंवर व जिज्ञासु, पशुपालन एवं डेयरी विभाग से डॉ. विजय सनसनवाल ने महिला किसानों को पशुपालन, टिकाऊ कृषि तकनीक, आधुनिक खेती, बाग लगाने, सूक्ष्म सिंचाई, सब्जी की खेती, कृषि विभाग द्वारा दी जा रही सब्सिडी व योजनाओं की जानकारी दी।

भिवानी। पंचायत भवन में महिला सशक्तिकरण कार्यशाला में उपस्थित अतिथि व छात्राएं व महिलाएं। *फोटो : हरिभूमि*

पोस्को एक्ट, मानव तस्करी बाल अपराध व यौन शोषण की दी जानकारी

कानूनी सहपरिवीक्षा अधिकारी राजकुमार कोठरी ने पोस्को एक्ट, मानव तस्करी, बाल अपराध व योन शोषण, बाल मजदूरी के कानूनों के बारे, बच्चों को सरकार द्वारा मिलने वाली सहायता राशि व महिलाओं व बच्चों से संबंधित योजनाओं के बारे में जानकारी दी। कार्यशाला के समापन पर महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी उषा रानी ने सभी अधिकारियों व प्रतिभागियों का धन्यवाद किया।

बाबा पोहकरनाथ डेरे में नौटंकी सांग का मंचन

- गांव धारेड़ू में सूर्यकवि दादा लख्मीचंद की स्मृति में सांग का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

जिले के गांव धारेड़ू में बाबा पोहकरनाथ डेरे में हरियाणा कला परिषद के सौजन्य से सूर्यकवि दादा लख्मीचंद द्वार और मूर्ति स्थापना अवसर पर लगातार दूसरे दिन प्रसिद्ध सांगी रहीश यादव (राजस्थान) ने दादा लख्मीचंद द्वारा रचित सांग नौटंकी का मंचन किया। सांग में मौजूद समस्त ग्रामवासी व दूर-दूर से आए बड़ी संख्या में संस्कृति प्रेमियों ने भरपूर आनंद लिया व कार्यक्रम की खूब प्रशंसा की। बुधवार को म्हारी संस्कृति म्हारा स्वाभिमान संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष हनुमान कौशिक, लक्ष्मीदत्त, लालू पहलवान कायला, गांव मानहेरू से लाला प्रधान, कार्यकारी अध्यक्ष जयप्रकाश शर्मा ने संयुक्त रूप से बताया कि 12 व 13 जून को दादा लख्मीचंद के पौत्र विष्णुदत्त कौशिक अपनी कलां का प्रदर्शन करेंगे और दर्शकों को मंत्रमुग्ध करेंगे। वहीं वे दादा की प्रतिमा का अनावरण और दादा लख्मीचंद द्वार का उदघाटन करेंगे। इसके साथ ही 14 जून को बाबा पोहकर नाथ डेरे में भंडारा भी लगाया जाएगा।

भिवानी। नौटंकी सांग का मंचन करते कलाकार।

कांग्रेस पार्टी वाल्मीकि व धानक समाज से किसी व्यक्ति को राज्यसभा भेजे : सारसर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

विभिन्न अनुसूचित जाति सामाजिक संगठनों ने हरियाणा में खाली हुई राज्यसभा सीट से अनुसूचित जाति से वाल्मीकि व धानक समाज के किसी व्यक्ति को राज्यसभा में भेजने की मांग कांग्रेस के शीर्ष नेतृत्व से की है। बुधवार को रेस्त्रां में पत्रकारवार्ता में विभिन्न अनुसूचित जाति सामाजिक संगठन वाल्मीकि महासभा के महासचिव दीपेश सारसर एडवोकेट, कुलदीप कांगड़ा, प्रदेश चमार महासभा के जिला महासचिव रामअवतार सभ्रवाल, युवा प्रदेश प्रभारी विजय दांहया एडवाकेट, एडवाकेट मजू जनागल, धानक समाज से एडवोकेट अनिल खंगवाल, सतीश मोरवाल, टपरीवास समाज से प्रदेश सचिव गोविन्द मौजूद रहे। सारसर ने कहा कि अनुसूचित जाति समाज जब-जब कांग्रेस से दूर हुआ, कांग्रेस को राजनीतिक नुकसान हुआ है। पिछले लोकसभा चुनाव में कांग्रेस हरियाणा की सभी दस सीटें हार गई थी, अब अनुसूचित जाति समाज कांग्रेस के साथ जुड़ा तो पांच सीटें कांग्रेस जीत गई। उन्होंने कहा कि कुमारी शैलजा, रणदीप सुरजेवाला व किरण चौधरी ने जब कांग्रेस संदेश यात्रा निकाली थी उस दौरान हरियाणा की 36 बिरादरी को कांग्रेस के साथ जोड़ने का काम किया था। अनुसूचित जाति समाज कुमारी शैलजा के नेतृत्व में कांग्रेस के साथ जुड़ा और कांग्रेस के पक्ष में अधिकतर मतदान करते हुए हरियाणा की दस में से पांच सीटों को कांग्रेस की झोली में डालने का काम किया। हिसार, रोहतक, सोनीपत, सिरसा व अंबाला लोकसभा सीट पर लोगों ने भारी मतदान कर कुमारी शैलजा व अंबाला से वरूण चौधरी को संसद में भेजा है, ऐसे में कांग्रेस हाईकमान को चाहिए कि वह खाली हुई राज्यसभा सीट से वाल्मीकि या धानक समाज के किसी व्यक्ति को प्रतिनिधित्व देकर राज्यसभा में भेजे। वे प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष व राष्ट्रीय अध्यक्ष से मुलाकात कर अपना मांगपत्र सौपेंगे।

भिवानी। पत्रकारों से बातचीत करते एडवोकेट दीपेश सारसर व अन्य।

एडीसी व पुलिस अधीक्षक ने सुनीं समस्याएं

- आमजन की समस्याओं का किया जाता है त्वरित समाधान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

समाधान प्रकोष्ठ द्वारा लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए हॉल में समाधान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में एडीसी हर्षित कुमार व एसपी वरुण सिंगला ने मौके पर निपटाएं जाने वाली समस्याओं का निपटारा किया। उन्होंने लोगों की प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, राशन कार्ड तथा विभिन्न सामाजिक सुरक्षा पेंशनों आदि से संबंधित मामलों की 41 समस्याएं सुनी और संबंधित अधिकारियों को इन मामलों को प्राथमिकता से निपटाने के निर्देश दिए। उल्लेखनीय है कि सरकार के निर्देशानुसार नागरिकों की समस्याओं का समाधान करने व जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ लेने में आ रही समस्याओं के निपटाने हेतू समाधान शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। आमजन की समस्याओं का त्वरित समाधान करने के उद्देश्य से समाधान शिविर का आयोजन किया जा रहा है। हर रोज जिला व उपमंडल स्तर पर सुबह 9 से 11 बजे तक प्रत्येक कार्यदिवस पर समाधान शिविर का आयोजन किया जाता है। सरकार आमजन को जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ देने के साथ-साथ नागरिकों के जीवन की खुशहाली को लेकर भी गंभीर है, इसलिए अगर किसी भी व्यक्ति को कोई समस्या है तो वह इस समाधान शिविर में आकर अपनी समस्या का समाधान करवा सकता है। इस मौके पर समस्याओं को तत्परता से निपटाने के लिए सीटीएम विपिन कुमार, एसडीएम हरबीर सिंह सहित संबंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहें।

भिवानी। डीआरडीए हॉल में समाधान शिविर में जानकारी देते एडीसी व एसपी।

श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट व स्टैंड विद नेचर ने चलाया कूड़ा प्रबंधन जागरूकता अभियान

विजय नगर बनेगा वेस्ट सेग्रिगेट एरिया मॉडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

नगर परिषद के दिशा निर्देश में चल रहे स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट और स्टैंड विद नेचर के कार्यकर्ताओं ने विजय नगर क्षेत्र में विशेष जागरूकता अभियान चलाया। अभियान का नेतृत्व करते हुए स्टैंड विद नेचर अध्यक्ष व श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट समन्वयक लोकेश भिवानी ने बताया कि अभियान का उद्देश्य स्थानीय निवासियों को गीले और सूखे कचरे को अलग-अलग संग्रहित करने के महत्व के बारे में जागरूक करना था। लोकेश भिवानी के नेतृत्व में अभियान के तहत, कार्यकताअरं ने कूड़ा उठाने वाली गाड़ी के साथ घर-घर जाकर निवासियों से अपील की कि वे गीले और सूखे कचरे को अलग-अलग रखकर ही गाड़ी में डालें। ये पहल न केवल कचरे के उचित प्रबंधन को प्रोत्साहित करती है, बल्कि पर्यावरण की सुरक्षा और स्वास्थ्य को बनाए रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। विजय नगर बनेगा मॉडल एरिया श्री श्याम वेस्ट मैनेजमेंट के सुपरवाइजर अनिल तंवर व नवदीप जांगड़ा ने कहा कि दोनों संस्थाओं व नागरिकों में विजय नगर को एक मॉडल एरिया बनाने का संकल्प लिया है।

भिवानी। क्षेत्रवासियों को कूड़ा प्रबंधन के प्रति जागरुक करते श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट व स्टैंड विद नेचर के कार्यकर्ता।

समुदाय को एकजुट करने का प्रयास

श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट के समन्वयक लोकेश भिवानी ने कहा /"हमारा उद्देश्य केवल कचरे को एकत्र करना नहीं है, बल्कि उसे सही तरीके से प्रबंधित करना है, ताकि पर्यावरण को नुकसान न पहुंचे। विजय नगर में ये पहल एक मॉडल बनेगी और हम उम्मीद करते हैं कि अन्य क्षेत्र भी इससे प्रेरित होंगे। स्टैंड विद नेचर की प्रमुख कार्यकर्ता विद्या देवी व पर्यावरण शुद्धिकरण समिति के संयोजक केके वर्मा ने बताया /"ये अभियान न केवल पर्यावरण की रक्षा के लिए महत्वपूर्ण है, बल्कि समुदाय को एकजुट करने का प्रयास है।

ये रहे मौजूद

अभियान के सफल संचालन के लिए स्थानीय निवासियों और प्रशासन का सहयोग अति महत्वपूर्ण है। इस दौरान विक्रम, गीता, अविनाश कटारिया, अनिल तंवर, एलपीयू यूनिवर्सिटी के विद्यार्थी रितेश, प्रणतप बैनर्जी आदि मौजूद रहे।

14 तक नि:शुल्क अपडेट कराएं आधार कार्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

यूआईडीएआई ने आमजन की सुविधा के मद्देनजर निःशुल्क में आधार कार्ड अपडेट की तिथि 14 जून निर्धारित की हुई है। सरकारी योजनाओं का लाभ लेने में आधार कार्ड सबसे अहम दस्तावेज है और 8 से 10 साल पुराने आधार कार्ड को अपडेट करना जरूरी है। उन्होंने कहा कि पहले 14 मार्च तक फ्री में आधार अपडेट किया जा सकता था जिसे अब तीन महीने आगे बढ़ाते हुए आधार कार्ड को अपडेट करने की तिथि 14 जून तक कर दी गई है। डीसी नरेश नरवाल ने नागरिकों का आह्वान किया कि वे आधार कार्ड अपडेट करवाएं ताकि सरकार द्वारा चलाई जा रही जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ लेने में किसी प्रकार की दिक्कत नहीं हो। उन्होंने कहा कि नागरिक स्वयं भी वेबसाइट पर जाकर अपना आधार कार्ड अपडेट कर सकते हैं। इसके अलावा किसी भी सीएससी व आधार सेंटर पर जाकर करवाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि जिन व्यक्तियों ने पिछले आठ या दस सालों में आधार कार्ड को अपडेट नहीं कराया है, वे अपने आधार कार्ड में समय रहते अपडेशन जरूर करवा लें ताकि उन्हें भविष्य में सरकारी योजना का लाभ लेने व अन्य किसी प्रयोजन में समस्या पेश ना आए। आधार कार्ड को अपडेट के लिए जो दस्तावेज इस्तेमाल करते हैं उस पर आपका नाम, जन्मतिथि सही होनी चाहिए। डीसी ने कहा कि आधार कार्ड अपडेट कराने के लिए रिहायशी प्रमाण पत्र या अन्य निर्धारित पहचान पत्र ऑनलाइन अपलोड करना होगा। आधार कार्ड धारक द्वारा ऑनलाइन अपडेट करने पर किसी प्रकार के शुल्क की अदायगी नहीं करनी होगी।

सूचना

मैं, पवन पुत्र श्री रण सिंह निवासी वार्ड नं. 7 लोहारू तहसील व जिला भिवानी बयान करता हूं कि मेरे आधार कार्ड में मेरा नाम पवन दर्ज है और मेरी जन्म तिथि 12.07.2000 है। मेरे पासपोर्ट में भी मेरा नाम पवन दर्ज है। अब मैं अपने पासपोर्ट में अपना नाम पवन सैनी दर्ज कराना चाहता हूं। भविष्य में मुझे पवन सैनी के नाम से जाना व पहचाना जाए।

खबर संक्षेप

जी लिट्रा वैली स्कूल को राज्यपाल से मिला पुरस्कार

भिवानी। जी लिट्रा वैली स्कूल के विद्यार्थियों ने 12 जून को पंचकुला में राज्यपाल की प्रशंसा में गर्व के पल को जीता। रेवाड़ी में आयोजित राज्य स्तरीय वन एक्ट प्ले में जी लिट्रा वैली स्कूल ने पहला स्थान पाया। प्रतियोगिता में नैना कौशिक, प्रिया, पीयूष, प्राची, सिमरन, तनुज, भुवंश, मेहल शामिल थे। साथ ही, 'बेस्ट ड्रामा बाज' में, कक्षा 2 की माहिरा ने पहला स्थान हासिल किया। राज्यपाल ने विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते हुए एक उत्कृष्ट भाषण दिया।

प्रदेश में आने वाला समय कांग्रेस का : अनिल

चरखी दादरी। हरियाणा प्रदेश में आने वाला समय कांग्रेस पार्टी का होगा। जिसकी बागड़ोर पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा संभालेंगे। यह बात कांग्रेस के नेता अनिल धनखड़ ने कहा कि बुधवार को दादरी विधानसभा क्षेत्र के गांव बिरही में ग्रामीणों से बातचीत करते हुए कहे। उन्होंने ग्रामीणों से कहा कि मौजूदा प्रदेश सरकार से प्रदेश का हर व्यक्ति, किसान, कर्मचारी, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता, आशा वर्कर्स, कर्मचारी, युवा और महिलाएं सब परेशान है। उन्होंने कहा कि किसानों की आज भी हक के लिए जंग जारी है, युवा रोजगार के लिए भटक रहा है।

खानक में एचएसआईआईडीसी कर रही खनन कार्य

डंपर मालिक व चालकों ने खानक में कांटे बंदकर जताया विरोध

ओवरलोड बंद न करने पर जाम लगाने और एचएसआईआईडीसी कार्यालय के घेराव की चेतावनी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

सरकार जीरो टोरलैंस की बात कर रही है, वहीं सरकारी एजेंसी एचएसआईआईडीसी खानक पहाड़ से पत्थरों से भरे ओवरलोड डंपर निकाल रही है, जिसको लेकर बुधवार को फिर से डंपर मालिक व चालकों ने कांटे बन्द कर विरोध किया व जल्द ही ओवरलोड बन्द न करने पर मार्ग जाम करने व एचएसआईआईडीसी कार्यालय के घेराव की चेतावनी देकर करीबन 6 घन्टे बाद कांटे शुरू करवाए। खानक में एचएसआईआईडीसी द्वारा खनन कार्य किया जा रहा है। एक सप्ताह पहले तक गाड़ियां अंडरलोड चल रही थी।
उन्होंने बताया कि एक सप्ताह से गाड़ियां ओवरलोड चलाने के कारण गाड़ी मालिक व चालकों में काफी रोष है। गाड़ी मालिक व चालक दो से तीन बार कांटे बन्द करवा चुके हैं। चालक व गाड़ी मालिकों का कहना है कि गाड़ी करीबन 4 सौ फीट ऊपर से ओवरलोड पत्थर भरकर लाती है, तो हादसा होने का भय रहता है। ओवरलोड गाड़ी रूकती नहीं है। चालको का कहना है कि ओवरलोड ले चलते जब कोई हादसा हो जाएगा उसका कोन जिम्मेवार होगा। चालकों के कहना है कि खानक पहाड़ से उनका रोजगार जुड़ा हुआ है लेकिन रोजगार बचाने के चक्कर मे वे अपनी जिंदगी दांव पर नहीं लगा सकते। चालकों का कहना है कि वे गाड़ियों में ओवरलोड भरकर नहीं चलेंगे।

तोसाम। मांगों को लेकर नारेबाजी करते डंपर मालिक व चालक। फोटो : हरिभूमि

ओवरलोड पत्थर से हादसे का भय

चालकों का कहना है कि जब वे सड़क पर ओवरलोड पत्थर भरकर जाएंगे तो सरकारी अधिकारियों का भय होगा। भय में गाड़ी तेज चलेगी सड़क पर भी हादसे का भय बना रहेगा। ओवरलोड के विरोध में बुधवार को फिर गाड़ी मालिक व चालकों ने सुबह 6 से दोपहर 12 बजे तक कांटे बन्द रखे। उन्होंने बताया कि जल्द ही उनका समाधान नहीं हुआ तो वे रणनीति बनाकर जल्द ही मार्ग जाम करेंगे व एचएसआईआईडीसी कार्यालय का घेराव करेंगे।

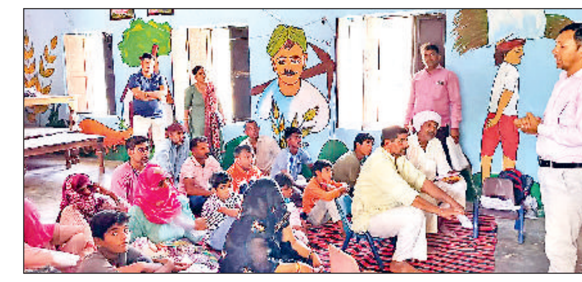
प्रत्येक गाड़ी में क्षमता से ज्यादा पत्थर डाला जा रहा

अब भी प्रत्येक गाड़ी में ढाई से 3 टन पत्थर क्षमता से ज्यादा डाला जा रहा है। जो गलत है। कोई ज्यादा पत्थर भी डलवाना चाहता है तो उसकी गाड़ी में डाला जा रहा है। इस बारे में एचएसआईआईडीसी के अधिकारियों में नाम ना लिखने की शर्त पर बताया कि सारा काम नियमों के अनुसार चल रहा है।इस बारे वीकेपीएल कंपनी के मैनेजर सुशील ठाकुर ने बताया कि एचएसआईआईडीसी व गाड़ी चालकों के मामला है। हमारा इस मामले में कोई लेना देना नहीं है।

ग्रामीणों को बताया जल का महत्व

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

जल मानव की रोजमर्रा की आवश्यकताओं में से एक है, इसलिए यह जरूरी है कि समाज अपने जल संसाधनों का उचित प्रबंधन एवं उसका समान वितरण सुनिश्चित करें । यह बात अटल भूजल योजना ग्रामीण जागरूकता अभियान के तहत गांव मांढी केहर में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. तेजवीर ने ग्रामवासियों को संबोधित करते हुए कही। उन्होने कहा कि जल की विभिन्न कार्यों में उपयोगिता सर्वविदित है, जो कि चर्चा का विषय नहीं है, असली मुद्दा इसकी उपलब्धता है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार, हाल की प्रगति के बावजूद, हमारा देश भारत भूजल संकट से जूझ रहा है। भारत सरकार ने इसकी गंभीरता को देखते हुए पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की 95 वीं वर्षगांठ पर अटल भूजल योजना लांच की जिसमें देश के सात राज्यों को शामिल किया गया जिसमें हमारे प्रदेश के भी कुछ जिलों इसमें शामिल किए गए । योजना के तहत पानी की बचत करते हुए हर घर तक स्वच्छ पीने का पानी उपलब्ध करवाना है । उन्होंने बताया कि योजना के 2020 -21 से 2024-25 तक 6000 करोड़ रुपये का बजट रखा है,जो केन्द्र सरकार राज्य सरकारों को वितरित करेगी। अधिक से पौधे लगाने चाहिए ताकि वर्षा लाने में सहायक हो, पीने के पानी का व्यर्थ में दोहन करने से बचना चाहिए।



बाढ़ड़ा। कार्यक्रम में ग्रामीणों को जानकारी देते डॉ. तेजवीर।

कानूनी जागरुकता शिविर 14 जून को

भिवानी। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं सीजेएम कपिल राठी के मार्गदर्शन में विश्व बाल श्रम निषेध दिवस पर विभिन्न स्थानों पर कानूनी जागरूकता शिविरों का आयोजन किया गया। यह कानूनी जागरूकता शिविर 14 जून तक श्रम विभाग और जिला बाल संरक्षण अधिकारी भिवानी के सहयोग चलाया जाएगा। इसी कड़ी में बाल संरक्षण अधिकारी संदीप ने क्षेत्रीय पंचायती राज एवं सामुदायिक विकास संस्थान भिवानी में और बवानी खेड़ा में तथा लेबर विभाग द्वारा गांव दिनोद में असंगठित क्षेत्र के श्रमिकों को कानूनी सेवाएं योजना 2015 की जानकारी व सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दी।

बीपीएल परिवारों को मकान मरम्मत के लिए 80 हजार की आर्थिक मदद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

हरियाणा अनुसूचित जाति एवं पिछड़ा वर्ग कल्याण विभाग द्वारा सभी बीपीएल परिवारों को डॉ बीआर अम्बेडकर आवास नवीनीकरण योजना के तहत मकान मरम्मत के लिए 80 हजार रुपये की आर्थिक मदद दी जाती है। अभी तक यह लाभ केवल अनुसूचित जाति के बीपीएल परिवारों को ही दिया जाता था, लेकिन पिछले वर्ष हरियाणा सरकार ने योजना में बदलाव करते हुए इसमें सभी श्रेणियों के बीपीएल परिवारों को शामिल करने का निर्णय लिया था। सरकार ने योजना के तहत लाभार्थियों का दायरा बढ़ाने के साथ साथ मिलने वाली राशि को भी 50 हजार से बढ़ाकर 80 हजार कर दिया है। सरकार की आवास नवीनीकरण योजना अनुसूचित जाति एवं पिछड़ा वर्ग से संबंधित है तथा बीपीएल सूची में शामिल आवेदकों को योजना के लिए पात्र बनाया गया है। यदि पहले मकान निर्माण के लिए या अपने समय के निर्मित मकान को बनाए हुए 10 साल या इससे अधिक समय हो गया हो तथा मकान मरम्मत के योग्य हो तभी आप इस योजना का लाभ उठा सकते हैं। जिला समाज कल्याण अधिकारी विनोद चावला ने बताया कि आवेदनकर्ता हरियाणा का स्थाई निवासी होना चाहिए।

मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव ने की वीडियो कांफ्रेंसिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

समाज कल्याण विभाग को मुख्यालय से विभिन्न पेंशन के लिए नागरिकों की नई सूची मिल गई है। इनका इसी माह वैरिफिकेशन का काम पूरा करवा दिया जाएगा और उसके बाद इन लोगों को पेंशन उनके बैंक खातों के माध्यम से मिलनी शुरू हो जाएगी। उपायुक्त मनदीप कौर ने हरियाणा के मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव वी उमाशंकर के साथ विभिन्न विषयों को लेकर हुई वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के बाद आयोजित अधिकारियों की बैठक में यह बात कही।समाज कल्याण विभाग द्वारा विभिन्न योजनाओं के माध्यम से दी जा रही पेंशन के लिए उनकी वैरिफिकेशन करके पेंशन शुरू करवाएं। उन्होंने बताया कि अब प्रो-एक्टिव सिस्टम से पेंशन बन रही है। जिला में इस माह मुख्यालय से सूची आई है। इनको इसी माह पूरा किया जाए ताकि पात्र लाभार्थियों को इसका लाभ मिले। बारिश से पहले नालों व नहरों की जाए सफाई सूखा एवं बाढ़ प्रबंधन को लेकर उपायुक्त ने सिंचाई विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि योजनाबद्ध तरीके से काम करते हुए नहरों व चैनलों की सफाई करवाएं। नगर परिषद और जन स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि बारिश के सीजन से पहले शहरों में जल निकासी की व्यवस्था दुरुस्त करें। सभी नालों की सफाई करवाई जाए। कहीं भी जलभराव नहीं होना चाहिए।

शिकायत का एक ही बार में हो समाधान: उपायुक्त

■ किसी भी नागरिक को न काटने पड़े चक्कर : डीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

समाधान शिविर में आने वाली शिकायतों को लेकर किसी भी पीड़ित को दोबारा चक्कर ना लगाने पड़ें। एक ही बार में प्रत्येक शिकायत पर उचित कार्यवाही हो जाए, जिससे शिकायत कर्ता संतुष्ट भी हों। शिविर में आने वाले किसी भी नागरिक को कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए। उपायुक्त मनदीप कौर ने बुधवार को अपने कार्यालय में समाधान शिविर के दौरान जिला अधिकारियों को ये निर्देश दिए हैं। बुधवार को शिविर में कुल 76 शिकायतें आई, जिनमें से 27 का मौके पर ही समाधान भी कर दिया गया। उन्होंने आर्थिक सहायता के बारे में शिकायत लेकर पहुंचे एक कैंसर पीड़ित के मामले को सुनते हुए कहा कि सरकार की ओर से लोगों की समस्याओं के त्वरित समाधान के लिए ही इस नई पहल की शुरूआत की गई है ताकि जिन लोगों के काम किसी कारणवश नहीं हो पा रहे हैं उनको बार बार चक्कर ना लगाने पड़े और एक ही बार में उनकी समस्या का समाधान हो जाए। ऐसे में सभी विभागों के अधिकारी सुनिश्चित करें कि शिविर के माध्यम से उनको भेजी जाने वाली शिकायतों को तुरंत निपटारा हो और किसी भी व्यक्ति को अनावश्यक रूप से परेशान ना होना पड़े। शिविर में बुधवार को रखी गई शिकायतों में से ज्यादातर पीपीपी, बीडीपीओ, बिजली, पेंशन, राजस्व, चकबंदी, पानी सप्लाई आदि से संबंधित थी। डोहका मोजी की पंचायत ने बताया कि छह महिने से पेंशन के लिए दूसरे गांव के बैंक में जाना पड़ता है, पहले बैंक के प्रतिनिधि गांव में आकर ही पेंशन देते थे। उपायुक्त ने एलडीएम को आदेश दिए कि बैंक के प्रतिनिधी स्वयं डोहका मोजी गांव में जाएंगे।

चरखी दादरी। कार्यालय में समस्या सुनते हुए डीसी मनदीप कौर।

गर्मी व तूफान से बर्बाद हुई कपास की फसल का उचित मुआवजा दे सरकार : अशोक

भिवानी। सरकार की नीतियों की मार झेल रहे किसानों पर अब मौसम की मार भी पड़ रही है। जिसके चलते पहले से घाटे की मार झेल रहे किसानों अब और भी आर्थिक भंवर में फंसते जा रहे है। ये बात वरिष्ठ कांग्रेस अशोक कादियान ने गर्मी व तूफान के कारण बर्बाद कपास की फसल की विशेष गिरदावरी करवा किसानों को उचित मुआवजा देने की मांग सरकार से करते हुए कही। उन्होंने कहा कि कांग्रेस शासनकाल में पूर्व सीएम भूपेंद्र सिंह हुड्डा एवं सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा के नेतृत्व में किसानहित में अनेक योजनाएं क्रियान्वित की गई, जिसके चलते किसानों का जीवनस्तर काफी अच्छा था। इसके अलावा प्राकृतिक आपदाओं से परेशान किसानों की मदद व उन तक आर्थिक सहायता पहुंचाने में कोई कसर नहीं छोड़ी, लेकिन भाजपा सरकार किसानों को राहत पहुंचाने की बजाय किसान विरोधी नीतियां लागू कर उनकी परेशानियां बढ़ा रही है। उन्होंने कहा कि सरकार को चाहिए कि प्राकृतिक आपदा से प्रभावित किसानों की मदद के लिए तुरंत प्रभाव से गिरदावरी करवा उन्हें उचित मुआवजा दें, ताकि किसान अपने परिवार का गुजर-बसर कर सकें।

झोझूकलां थाना क्षेत्र के गांव से शादी से चार दिन पहले युवती लापता, पुलिस ने दर्ज किया केस

बाढ़ड़ा। झोझू कलां थाना क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले एक गांव से शादी से चार दिन पहले एक 21 वर्षीय युवती संदिग्ध परिस्थितियों में रात के समय लापता हो गई। युवती के पिता ने झोझू कलां पुलिस थाना में शिकायत देकर कानूनी कार्रवाई करने की मांग की है, जिसके आधार पर पुलिस ने गुमशुदगी का केस दर्ज कर आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है। झोझू कलां पुलिस थाना के अंतर्गत आने वाले एक गांव निवासी व्यक्ति ने पुलिस को बताया कि उसने अपनी 21 वर्षीय लड़की की शादी तय कर रखी थी और आगामी 15 जून को उसकी शादी थी। शिकायतकर्ता ने बताया कि उसकी लड़की 10-11 जून की रात को बिना बताए घर से कहीं चली गई है। उन्होंने अपने स्तर पर उसकी काफी तलाश कर ली लेकिन उसके बारे में कोई जानकारी नहीं मिली। वहीं वह अपने साथ अपना मोबाइल फोन लेकर गई है वो भी स्विच ऑफ आ रहा है। लापता युवती के पिता ने पुलिस को शिकायत देकर उसकी बेटी की तलाश करने की गुहार लगाई है जिसके आधार पर पुलिस ने गुमशुदगी का केस दर्ज कर आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

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 :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8295157800, 8814999151, 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. 2000/- रु. 2500/-

+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
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

विहिप और बजरंग दल ने उपायुक्त को सौंपा ज्ञापन

■ आतंकी हमले में मारे गए तीर्थ यात्रियों को दी श्रद्धांजलि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

विश्व हिंदू परिषद और बजरंग दल के कार्यकर्ताओं ने लघु सचिवालय में उपायुक्त को ज्ञापन दिया और आतंकवादी हमले में मारे गए हिन्दू तीर्थ यात्रियों के प्रति श्रद्धांजलि अर्पित कर पाकिस्तान पोषित इस्लामिक जेहादी आतंकवाद के खिलाफ महामहिम राष्ट्रपति के नाम जिला प्रशासन को ज्ञापन दिया। जम्मू कश्मीर में धार्मिक यात्रा पर निकले हिन्दू श्रद्धालुओं पर माता वैष्णों देवी कटरा से शिव खोड़ी दर्शन जाते समय 9 जून को आतंकवादियों ने घात लगाकर बस पर अंधाधुंध गोलीबारी कर चालक सहित 10 तीर्थ यात्रियों की हत्या कर दी, जिससे देशभर में भारी आक्रोश व्याप्त है। वीएचपी जिला अध्यक्ष प्रदीप बंसल और बजरंग दल प्रान्त विद्यार्थी प्रमुख ललित बजरंगी ने संयुक्त रूप से कहा कि आतंकवाद के खिलाफ आक्रोश एवं ज्ञापन देकर देशव्यापी आंदोलन की श्रृंखला में जिले की तरफ से प्रदर्शन किया। उन्होंने कहा कि धारा 370 हटने के बाद आशा की ज्योति जगी है, लेकिन उग्रवादियों का मनोबल अभी कम नहीं हुआ है।

भिवानी। ज्ञापन सौंपते विहिप और बजरंग दल के सदस्य।

हरियाणा कंप्यूटर प्रोफेशनल्स संघ ने मांगों को लेकर सीएम के नाम एसडीएम को सौंपा ज्ञापन

■ रेगूलाइजेशन पॉलिसी बनाकर रेगूलर करे सरकार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

हरियाणा कम्प्यूटर प्रोफैशनल्ज संघ के कर्मचारियों ने विभिन्न मांगों को लेकर एसडीएम मनोज दलाल के माध्यम से मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। संघ जिला प्रधान अनिल कुमार, ब्लाक प्रधान तोशाम धीरज कुमार, पूर्व कार्यकारिणी अध्यक्ष मुकेश वर्मा, शैलेंद्र, मनजीत, मोहित, देवेंद्र, बिजेंद्र आदि कंप्यूटर आपरेटर ने बताया कि डीआईटीएस के अधीन 20-26 वर्षो से कार्यरत कर्मचारियों को रेगुलाईजेशन पालिसी बनाकर नियमित करने को लेकर ज्ञापन दिया है। उ ्हों ने बताया कि हरियाणा कम्प्यूटर प्राफेशनल्ज संघ सम्बन्धित भारतीय मजदूर संघ कई वर्षो से अपनी मांगों को लेकर संघर्षरत है, लेकिन आज तक सरकार ने किसी भी मांग को नहीं माना है। संगठन चाहता है कि डीआईटीएस के अधीन (एचकेआरएनएल/ हारट्रान) जितने भी कर्मचारी कार्यरत है, उन सभी को हरियाणा सरकार रेगूलाईजेशन पालिसी बनाकर रेगूलर करें जब तक हरियाणा सरकार पालिसी नहीं बनाती है तब तक कम्प्यूटर प्रोफेशनल्ज को समान काम समान वेतन देते हुए 58 वर्ष की सेवा सुरक्षा प्रदान की जाए । कम्प्यूटर प्रोफेशनल्ज संघ ने उपमण्डल अधिकारी (ना0) के माध्यम से ज्ञापन सौपंकर आपको अवगत करवाना चाहता है कि 23 जून 2024 को प्रदेश भर के कम्प्यूटर प्रोफेशनल कुरुक्षेत्र में इक_I होकर आपके निवास स्थान पर ज्ञापन सोपेंगे और फिर भी हरियाणा सरकार द्वारा हमारी मांगों को नहीं मानती है, धर्मनगरी कुरूक्षेत्र में ही आर-पार की लडाई की घोषणा की जाएगी। जिसकी जिम्मेवारी पूर्ण रूप से हरियाणा सरकार की होगी।

तोशाम। एसडीएम को ज्ञापन सौंपते हरियाणा कंप्यूटर प्रोफेशनल्स संघ के सदस्य।

बैठक | सांसद धर्मबीर को मंत्री नहीं बनाने से क्षेत्र की जनता में रोष : कालिया

भिवानी-लोहारू रेल लाइन बिछाने की मांग

■ शहर की समस्याओं के समाधान के लिए संगठनों ने की बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शहर की विभिन्न समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर संत कबीरदेव शिक्षा जागृति मंच के बैनर तले बावड़ी गेट शिव धानक धर्मशाला में शहर के विभिन्न सामाजिक संगठनों, व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधि के अलावा पार्षदों व अन्य गणमान्य लोगों की संयुक्त बैठक हुई, जिसमें भिवानी शहर से जुड़े विभिन्न मुद्दों पर चर्चा की गई। मंच के जिला प्रधान भगवानदास कालिया ने बताया कि बैठक में भिवानी-लोहारू रेल लाइन बिछाने, चरखी दादरी से नारनौल तक रेलवे लाइन बिछाने, भिवानी-महेंद्रगढ़ क्षेत्र में बड़ी औद्योगिक इकाई स्थापित करने की मांग की। शहर में सीवरेज व दूषित पेयजल की समस्या का समाधान करने, भिवानी शहर का दायरा बढ़ाने व सांसद धर्मबीर सिंह को मंत्री बनाने की मांग की गई। बैठक में उपस्थित सभी सदस्यों ने प्रधानमंत्री मोदी व केन्द्र सरकार से मांग की कि सांसद धर्मबीर सिंह भिवानी-महेन्द्रगढ लोकसभा क्षेत्र से लगातार तीसरी बार सांसद चुने गए हैं, ऐसे में उन्हें केन्द्र में मंत्री पद न दिए जाने से क्षेत्र की जनता में भारी रोष है। शहर में बरसाती पानी की निकासी का स्थायी समाधान किया जाए।

भिवानी। बैठक में चर्चा करते सामाजिक संगठनों के कार्यकर्ता। फोटो :हरिभूमि

18 को शहर में प्रदर्शन कर डीसी को सौंपेंगे ज्ञापन

कालिया ने कहा कि अगर समय रहते उपरोक्त मांगों पर ध्यान नहीं दिया तो वे 18 जून को प्रातः 10 बजे शहर में पदर्शन कर उपायुक्त के माध्यम से प्रधानमंत्री मोदी को मांगपत्र सौंपेंगे। इस अवसर पर अनिल पेंटर, अनिल डाबला, सुरेन्द्र इंदौरा, मुन्ना चीनीवाला, पुरानी अनाजमंडी प्रधान पवन सुगला, हांसी गेट प्रधान प्रेम धमीजा, एडवोकेट सजन खनगवाल, प्रदीप किराड़, अशोक तुरकिया, मुकेश, बबलू डाबला, साधु डाबला, राजू सोलंकी आदि उपस्थित रहे।