हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 18 जुलाई 2024

11 गलियों में खुले गड्ढों पर लोगों का फूटा गुस्सा

12 हड़ताल के चलते लोगों को उठानी पड़ रही कई समस्याएं

खबर संक्षेप

कार और स्कूटर की टक्कर में एक की मौत

बाढ़ड़ा। झोझू कलां व गुडाना के बीच कार व स्कूटर में जेवली निवासी व्यक्ति की मौत मामले में पुलिस ने कार चालक के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है। जेवली निवासी नरेंद्र ने शिकायत में बताया कि उसका चाचा गुरदयाल जिसकी उम्र 63 साल थी, जो वर्तमान में चरखी दादरी शहर के वार्ड 4 में रह रहा था। चाचा स्कूटर पर सवार होकर गांव जेवली निजी काम से आ रहा था। जब वह झोझूकलां से आगे गुडाना के समीप पहुंचा तो सामने से तेज रफ्तार कार ने स्कूटर को सीधी टक्कर मार दी, जिससे चाचा स्कूटर सहित सड़क पर गिर गया और चोटें लगी। सिविल अस्पताल ले जाने पर चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

कष्ट निवारण समिति की बैठक कल

चरखी दादरी। हरियाणा के उद्योग मंत्री मूलचंद शर्मा शुक्रवार 19 जुलाई को जिले के दौरे पर रहेंगे। नगराधीश आशीष मान ने बताया कि उद्योग मंत्री को सुबह 11 लघु सचिवालय में आयोजित जिला लोक संपर्क एवं कष्ट निवारण समिति की मासिक बैठक की अध्यक्षता करेंगे और 14 परिवादों की सुनवाई करेंगे। बैठक में सभी विभागों के अधिकारी भी मौजूद रहेंगे ताकि शिकायतों का मौके पर ही समाधान किया जा सके।

भिवानी आईटीआई में रोजगार मेला 24 को

भिवानी। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान भिवानी के प्रांगण में 24 जुलाई को प्रात 9.00 बजे रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। मेले में फिटर, टर्नर, इलेक्ट्रीशियन, वायरमैन, मशीनिस्ट, इलेक्ट्रॉनिक मैकेनिक ट्रेड से पास लडक़े व अन्य सभी ट्रेड़ों से पास लड़कियां जिन्होंने सत्र 2022-23 व 2023-24 में आईटीआई पास की हो वे भाग ले सकते हैं। आईटीआई भिवानी के प्रधानाचार्य सुशील कुमार ने बताया कि इस रोजगार मेले में डेन्सो हरियाणा लि. कंपनी मानेसर भाग लेंगी। आईटीआई पास छात्र-छात्राएं जिनकी आयु 18 से 23 वर्ष तक हो वह भाग ले सकते हैं। उन्होंने आईटीआई पास छात्रों से अधिक से अधिक संख्या में रोजगार मेले में हिस्सा लेकर लाभ उठाने की अपील की है ।

गांव नांगल में जागरण व भंडारे का आयोजन

भिवानी। गांव नांगल में आस्था व श्रद्धा के प्रतीक बाबा ज्योतनाथ महाराज की याद में जागरण व भंडारे का आयोजन किया, जिसमें बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने भाग लिया। हिसार से गायक कलाकार रामधन गोस्वामी काकसारिया व उनकी म्यूजिक पार्टी ने बाबा ज्योतनाथ महाराज के जीवन आदर्शो पर भजन गाए। बड़ी संख्या में पहुंचे श्रोताओं ने न केवल बाबा ज्योतनाथ महाराज के भंडारे का प्रसाद चखा, बल्कि उनके जीवन आदर्शो पर चलने की प्रेरणा भी ली।

कहीं आधा तो कहीं पर एक फुट तक जमा हुआ बरसात का पानी

मात्र 15 मिनट की बारिश में बहे दावे, जलमग्न हुआ शहर

हरिभूमि न्यूज ▸▸| भिवानी

- शहर में जलभराव से लोगों को अनेक परेशानियां उठानी पड़ी

बुधवार दोपहर अचानक आसमान से राहत की बारिश हुई। 15 मिनट की बारिश ने शहर के लोगों को गर्मी व उमस से छुटकारा दिला दिया। हालांकि शहर में जलभराव से लोगों को अनेक परेशानियां उठानी पड़ी,लेकिन बारिश से हर किसी को राहत मिली। पारा भी दो से तीन डिग्री सेल्सियस तक नीचे लूढक आया। शाम के वक्त चटक धूप ने फिर से गर्मी व उमस बढ़ा दी,लेकिन कुछ समय के लिए तो लोगों को राहत जरूर मिल गई। शाम तक शहर के कई इलाकों में बारिश का पानी जमा था। जिसको निकाले जाने की प्रयास जारी थे। करीब साढ़े बारह बजे अचानक आसमान मे काले बादल एकत्रित हो गए और कुछ देर बाद तेज हवा का झौंका आया। हवा चलते ही आसमान से हलकी बूंदाबांदी शुरू हो गई। लोगों को लगा कि हलकी बूंदाबांदी कुछ देर बाद बंद हो जाएगी,लेकिन बारिश तेजी पकड़ने लगी। करीब 15 से मिनट तक आसमान से पानी बरसता रहा। शहर के ढलान वाले इलाकों में जलभराव की स्थिति बन गई। अनेक जगहों पर आधा तो कहीं पर एक फुट तक बारिश का पानी जमा हो गया। बारिश रूकने के बाद लोगों को इसी पानी के बीच से गुजरना पड़ा। सबसे बुरी स्थिति हांसी गेट क्षेत्र की थी। यहां पर पौना से एक फुट तक सड़क व फुटपाथों पर पानी जमा हो गया। लोगों को पानी से ही होकर गुजरना पड़ा। यही स्थिति रेस्ट हाऊस के पास की बनी। वहां पर पानी की निकासी न होने की वजह से लोगों को बारिश के पानी से ही होकर निकलना पड़ा। शिवनगर कॉलोनी के अलावा अन्य ढलान वाले इलाकों में बारिश का पानी जमा रहा और लोग व वाहन चालक उसी पानी से होकर गुजरते रहे। करीब तीन से चार घंटों के बाद ही बारिश का पानी की निकासी हो पाई। उसके बाद लोगों ने राहत की सांस ली।

भिवानी। बारिश के जमा पानी से गुजरते वाहन चालक।

गांवों में खिली चटक धूप

भले ही भिवानी शहर में अच्छी बारिश हुई हो,लेकिन ग्रामीण इलाकों में केवल हलकी फुहारें ही गिरी। एक बार वहां पर भी मौसम तो सुहावना हो गया,पर तेज बारिश नहीं है। वहां पर लोगों को बारिश की बेहद जरूरत थी। चूंकि इस वक्त किसानों के खेतों में खरीफ की फसल की बिजाई की हुई है और उसको सिंचाई की संख्त जरूरत है। अगर इस वक्त सिंचाई नहीं होती तो फसलों की औसतन पैदावार घटना लाजिमी है। फिलहाल किसान ट्यूबवेल व अन्य पानी के स्त्रोतों से खेतों की सिंचाई में जुटे है। पर जब तक तेज बारिश नहीं आ जाती। तब तक फसलों में ज्यादा फायदा नहीं हो पाता।

जल निकासी व सीवरों की सफाई की मांग

जल निकासी की व्यवस्था सही तरीके से न होने के कारण कोर्ट परिसर सहित शहर के काफी हिस्से थोडी सी बारिश में ही जलमग्न हो गए चारों तरफ पानी ही पानी नजर आ रहा है। आजाद सेना के संस्थापक अध्यक्ष व अधिवक्ता कुलदीप शर्मा व उसकी टीम सदस्यों ने कहा कि हमने पहले भी प्रशासन को बैठक कर चेताया था कि वो शहर के नालों व सीवरों को साफ करे जिससे कि शहर के पानी की निकासी हो सके। आज थोड़ी देर की बारिश में ही शहर के कई क्षेत्र जलमग्न हो गए। शहर में थोड़ी सी बारिश होने पर ही स्थानीय कोर्ट परिसर, पुराना हाउसिंग बोर्ड, व पोश इलाका कहे जाने वाले सेक्टर-13 में भी खाली प्लाटों व सडक़ों पर चारों तरफ पानी नजर आया। इस अवसर पर प्रदीप वशिष्ठ, आदित्य गौरी अधिवक्ता, भगवानदास, अधिवक्ता शंकर शर्मा, साहिल सहित अन्य लोग मौजूद थे।

स्कूल बस की टक्कर से छह वर्षीय मासूम घायल

लोहारू। ढाणी टोडा में स्कूल बस की टक्कर से मासूम घायल होने के बाद मौके पर पहुंची डायल 112 की टीम पूछताछ करते हुए।

लोहारू। लोहारू-भिवानी मुख्य सडक़ मार्ग पर गांव ढाणी टोडा के पास एक निजी स्कूल की बस की टक्कर से एक 6 वर्षीय मासूम के गंभीर रूप से घायल होने का मामला प्रकाश में आया है। घायल मासूम को उपचार के लिए भिवानी ले जाया गया तथा उसे प्राथमिक उपचार के बाद हालात गंभीर होने के कारण उसे दिल्ली रेफर कर दिया गया। घटना की सूचना पर डॉयल 112 की टीम भी मौके पर पहुंच गई। बुधवार दोपहर बाद लोहारू खंड एक निजी स्कूल की बस छुट्टी के उपरांत स्कूली विद्यार्थियों को उनके घर छोड़ने जा रही थी। इस दौरान ढाणी टोडा गांव के पास कथित रूप से एक 6 वर्ष की मासूम उक्त बस की टक्कर से घायल हो गई। देखते ही देखते परिजन मौके पर पहुंच गए और घायल मासूम को उपचार के लिए भिवानी के एक निजी अस्पताल ले गए। जहां उसकी हालत गंभीर होने के कारण उसे दिल्ली रेफर कर दिया गया। जानकारी के अनुसार घायल मासूम पूर्व डीटीसी रणवीर सिंह की दोहती बताई जा रही है। जो अपनी मां बबीता के साथ गांव ढाणी टोडा आई थी। बबीता अपने भाई का हालचाल पूछने घर पहुंची थी। इस दौरान घर के बाहर खेल रही 6 वर्षीय मासूम बस की चपेट में आ गई और गंभीर रूप से घायल हो गई। घटना के समय स्कूल बस में करीब 15-16 बच्चे थे। सूचना के बाद संबंधित स्कूल स्टाफ भी मौके पर पहुंच गया। बहरहाल इस मामले में लोहारू थाना पुलिस जांच कर रही है।

स्वीमिंग में दादरी के 46 बच्चे लेंगे हिस्सा

- प्रतिभागियों को टी-शर्ट वितरित कर दी बधाई
- आज से बहादुरगढ़ में राज्य स्तरीय स्वीमिंग प्रतियोगिता

हरिभूमि न्यूज ▸▸| चरखी दादरी

स्वीमिंग एसोसिएशन जिला प्रधान विक्रमजीत फौगाट की अध्यक्षता में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें राज्य स्तरीय स्वीमिंग प्रतियोगिता के लिए चयनित बच्चों को टी शर्ट प्रदान करते हुए बधाई दी। विक्रमजीत फौगाट ने बताया कि 18 जुलाई वीरवार से बहादुरगढ़ में राज्य स्तरीय स्वीमिंग प्रतियोगिता शुरु होगी, जिसमें दादरी जिले से 46 खिलाड़ी हिस्सा लेंगे। ये सभी खिलाड़ी पिछले लंबे समय से प्रतियोगिता की तैयारियों में जुटे थे। राज्य उपप्रधान इंद्रसिंह फौगाट ने कहा कि दादरी जिले के खिलाड़ियों ने हर प्रतियोगिता में सराहनीय प्रदर्शन किया है। जिले के पदाधिकारी भी खिलाड़ियों के अभ्यास को लेकर पूरी तरह गंभीर हैं और सकारात्मक परिणाम देखने को मिल रहे हैं। इस अवसर पर राज्य उपप्रधान इंद्र सिंह फोगाट, उपप्रधान विक्रम फौगाट, सुनील इंजीनियर, रामफल फौगाट, वितीन सांगवान, जगदीशराय फौगाट, सोमबीर अहलावत, चन्द्रप्रकाश कोच, संजीव मडिया, उमेश सांगवान, उमेद पूनिया, मनवीर पुनिया, सूर्यदीप रावलधी आदि उपस्थित थे।

चरखी दादरी। प्रतियोगिता के चयनित खिलाड़ियों के साथ पदाधिकारी।

सीजेएम ने किया जेल का औचक निरीक्षण

भिवानी। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के चेयरमैन व जिला एवं सत्र न्यायाधीश देशराज चालिया के निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सीजेएम-कम-सचिव कपिल राठी ने स्थानीय जिला कारागार का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने कैदियों-हवालातियों को उनके केसों में आ रही मुश्किलों को सुना व समस्याओं के समाधान संबंधी जानकारी दी। उन्होंने जेल की बैरकों व जेल में स्थापित कानूनी सहायता क्लीनिक और जेल अस्पताल का भी निरीक्षण किया। जेल के किचन का भी दौरा कर तैयार हो रहे भोजन का भी निरीक्षण किया। सीजेएम ने कैदियों से अपील की कि यदि किसी व्यक्ति को अपने केस की पैरवी करने के लिए वकील की जरूरत है, तो वह प्राधिकरण के अधीन वकील की मुफ्त सेवाएं ले सकता है।

विस चुनाव में खटीक समाज की समान भागीदारी सुनिश्चित करे कांग्रेस : समीर

- कई वर्षो से राजनीतिक दलों की अपेक्षा झेल रहा खटीक समाज

हरिभूमि न्यूज ▸▸| भिवानी

अखिल भारतीय खटीक समाज के प्रदेश अध्यक्ष व हरियाणा प्रदेश कांग्रेस अनुसूचित जाति विभाग के प्रदेश महासचिव समीर खटीक ने कांग्रेस प्रदेश प्रभारी दीपक बावरिया से मुलाकात की तथा आगामी विधानसभा चुनाव में खटीक समाज को पूरी तवज्जो देते हुए समान रूप से भागीदारी दिए जाने की मांग उठाई। समीर खटीक ने कहा कि खटीक समाज पिछले कई वर्षो से राजनीतिक दलों की अपेक्षा झेल रहा है। जिसके चलते राजनीति में उसकी भागीदारी शून्य है। जबकि जनसंख्या के हिसाब से खटीक समाज खासी भागीदारी रखता है। उन्होंने कहा कि राजनीति में समान रूप से भागीदारी ना मिलने के कारण खटीक समाज सामाजिक व राजनीतिक रूप से पिछड़ेपन की मार झेल रहा है, जिस मार से अब खटीक समाज को बाहर निकाले जाने की जरूरत है। जिसे सिर्फ कांग्रेस पार्टी कर सकती है। प्रधान समीर खटीक ने कहा कि कांग्रेस पार्टी भाई-भतीजावाद पक्षपात से कोसो दूर है, जिसका उद्देश्य प्रत्येक वर्ग को समान रूप से आगे बढ़ाना है। ऐसे में वे मांग करते है कि कांग्रेस विधाानसभा चुनाव के लिए टिकट वितरण में खटीक समाज की भी बराबर की भागीदारी सुनिश्चित करें।

भिवानी। प्रदेश प्रभारी से भिवानी की राजनीति पर चर्चा करते हुए।

अमित ने बॉक्सिंग पुलिस गेम्स में जीता गोल्ड मेडल

भिवानी। पदक विजेता कमांडो अमित का स्वागत करते खेलप्रेमी।

भिवानी। हरियाणा पुलिस में कमांडो व धर्मराज जाखड़ बाक्सिंग क्लब के मुक्केबाज अमित सिंह ने 63.5 किलोग्राम भारवर्ग में स्वर्ण पदक जीता है। 12 से 14 जुलाई तक मधुबन में आयोजित 45वें हरियाणा बाक्सिंग पुलिस खेलों में अमित ने ये उपलब्धि हासिल की है। अमित के सम्मान में चौधरी धर्मराज जाखड़ बाक्सिंग क्लब में सम्मान समारोह का आयोजन किया। अमित ने इसका श्रेय एसपी वरूण सिंगला, इंस्पेक्टर जयप्रकाश, मस्ताना व सब इंस्पेक्टर मनीराम, ईएचसी तकदीर, कोच कुलदीप जाखड़, अपने पिता अशोक सिंह व अन्य परिजनों को दिया। इस अवसर पर धर्मपाल, थांबूराम, भाल सिंह, सतबीर, ओमप्रकाश, हवासिंह, विनोद, संदीप मान, जगदीश रोहिल्ला, राजेन्द्र शर्मा, धर्मबीर गुलिया, आदि ने अमित को बधाई दी।

जनसमस्याओं का अविलंब किया जा रहा निवारण

चरखी दादरी। समाधान शिविर में आने वाली प्रत्येक शिकायत पर की गई कार्यवाही की जानकारी शिकायतकर्ता को भी दी जाए ताकि उन्हें बार बार शिविर में ना आना पड़े। ये बात बुधवार को डीसी मनदीप कौर ने समाधान शिविर में नागरिकों की समस्याएं सुनते हुए कर्मियों को कही। उपायुक्त ने कहा कि जनता की समस्याओं के त्वरित समाधान में समाधान शिविर कारगर साबित हो रहें हैं। हरियाणा सरकार की ओर से समाधान प्रकोष्ठ का भी गठन किया गया है, जिसका उद्देश्य शिकायत निवारण प्रक्रिया को व्यवस्थित करना और लोगों की समस्याओं का त्वरित समाधान करना है। प्रत्येक शिकायत का शिकायतकर्ता की पीपीपी आईडी, संबंधित विभाग व शिकायत विवरण के साथ दस्तावेजीकरण किया जा रहा है। उन्होंने जिले के नागरिकों से आह्वान किया कि वे अपनी समस्याओं के समाधान के लिए राज्य सरकार के निर्देशों पर जिला प्रशासन द्वारा प्रत्येक कार्य दिवस में आयोजित किए जा रहे समाधान शिविर में सुबह 9 बजे से 11 बजे तक लिखित शिकायत लेकर आएं। उनकी शिकायतों पर तत्परता से संज्ञान लिया जाएगा। उपायुक्त ने कहा कि जिला प्रशासन द्वारा समस्याओं के समाधान को लेकर पूरी गंभीरता के साथ काम किया जा रहा है व जल्द से जल्द समाधान सुनिश्चित किया जाता है। परिवार पहचान पत्र, राशन कार्ड, विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं, नगर परिषद से जुड़ी समस्याओं, पंचायतीराज या किसी अन्य विभाग की समस्या हो शिविर में समाधान करवाया जा सकता है।

चरखी दादरी। समाधान शिविर में समस्या सुनते डीसी मनदीप कौर।

ट्रस्ट ने वितरित किए पौधे

भिवानी। खटीकान प्रगतिशील ट्रस्ट द्वारा नया बाजार स्थित खटीकान धर्मशाला में पौधा रोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के दौरान पौधे वितरित किए। पौधा वितरण समारोह में महिलाओं ने भी बढ़चढ़ कर भाग लिया और अधिक से अधिक पौधे लाकर उनके लालन-पालन का संकल्प भी लिाय। ट्रस्ट के प्रधान इंद्र सिंह पवार ने बताया कि पर्यावरण संरक्षण को ध्यान में रखते हुए ट्रस्ट के सदस्यों ने यह कदम उठाया है इसे आगे भी जारी रखा जाएगा। बरसात का मौसम आरंभ हो चुक है। इस मौसम के दौरान हमें अधिक से अधिक पौधे लगाने चाहिए तथा उनकी देखरेख भी करनी चाहिए और अन्य लोगों को भी जागरूक करना चाहिए। क्योंकि पेड़ पौधों से ही हमार जीवन संभव है। इस अवसर पर ट्रस्ट के उप प्रधान धर्मेंद्र किराड, मुकेश खटीक, देवकरण खन्ना, विनोद पंवार, रविंद्र बुंदेला, प्रदीप पंवार, शिवलाल पंवार, धर्मपाल तंवर, केदारनाथ पंवार, मयंक बुंदेला उपस्थित थे।

पुलिस मदद से गली का निर्माण शुरू करवाया व कब्जे हटवाकर दो रास्ते खुलवाए

नवा व धिराणा कलां में अवैध कब्जों पर चला बुलडोजर

- ड्यूटी मजिस्ट्रेट बीडीपीओ सोमबीर कादयान ने की अवैध कब्जे हटाने की कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▸▸| भिवानी

जिला प्रशासन द्वारा गांव नवा और धिराणा कलां में अवैध कब्जे हटाए गए। ड्यूटी मजिस्ट्रेट बीडीपीओ सोमबीर कादयान ने पुलिस बल की मदद से अवैध कब्जे हटवाने की कार्रवाई की। पुलिस सहायता से नवा में गली का निर्माण शुरू कर दिया गया है और धिराणा कलां में अवैध कब्जे हटवाकर दो रास्ते खुलवाए गए हैं। उल्लेखनीय है कि प्रशासन के पास आने वाले शिकायतों पर ठोस कार्रवाई अमल में लाई जा रही है। बीडीपीओ श्री कादयान ने बताया कि प्रशासन को गांव नवा में गली निर्माण में बाधा पहुंचाने को लेकर शिकायत मिली थी। इससे करीब तीन साल से लगभग 500 मी. लंबी गली निर्माण अधर में लटका हुआ था। इससे गली के निवासियों को परेशानियों का सामना करना पड़ रहा था। इसी प्रकार गांव धिराणा कलां में अवैध कब्जा होने से दो रास्ते अवरुद्ध थे, जिससे लोगों को आवागमन में भारी दिक्कत बन रही थी। इन रास्तों को खुलवाने के लिए भिवानी एसडीएम की कोर्ट द्वारा आदेश दिए हुए थे। पुलिस की मौजूदगी में गांव नवा में गली निर्माण शुरू करवाया गया। इसी प्रकार से गांव धिराणा कलां में दो आम रास्तों से अवैध कब्जे हटवाए गए। बीडीपीओ ने बताया कि प्रशासन द्वारा की गई अवैध कब्जा हटाने की कार्रवाई पर ग्रामीणों ने जिला प्रशासन का आभार जताया।

वहीं दूसरी ओर बीडीपीओ श्री कादयान ने बताया कि किसी भी नागरिक को अवैध कब्जा करने का अधिकार नहीं है। अवैध कब्जा कर आम रास्तों व फिरनी को अवरुद्ध नहीं किया जा सकता है। इसी प्रकार से गली निर्माण कार्य को बाधित गैर कानूनी है।

भिवानी। गांव धिराणा कला में अवैध कब्जे हटाती जेसीबी।

कब्जे हटाओ अभियान चलाया

भिवानी। भिवानी जोनपाल भिवानी-कौंट रोड पर जिला योजनाकार विभाग द्वारा अवैध कब्जा हटाओ अभियान चलाया गया। इस दौरान विभिन्न स्थानों पर बनी अनधिकृत कॉलोनियों से जेसीबी के माध्यम से अवैध कब्जों को हटाया। डीसी मनदीप कौर ने बताया कि जिला योजनाकार विभाग की रिपोर्ट के अनुसार अनधिकृत कॉलोनियों को हटाने के लिए शहरी क्षेत्र भिवानी के अंतर्गत गांव भिवानी जोनपाल कौंट रोड पर अवैध कब्जा हटाया गया। इस दौरान जेसीबी से लगभग तीन एकड़ क्षेत्र में फैली अवैध कॉलोनी से 12 बिजली के खम्भे, 5 डीपीसी व कच्चे रास्तों को तोड़ा गया। विभाग द्वारा अवैध निर्माण गिराने के दौरान लोगों को समझाया गया कि वे प्लाटों की खरीद करते समय जमीन की पूर्णरूप से जांच करवाएं। अवैध रूप से कोई भी प्लाट न खरीदे और न ही निर्माण करे। लोग अनुसूचित सडक़ो व बाईपास की हरित पट्टी पर भी किसी प्रकार का अवैध निर्माण न करें। अवैध रूप से निर्माण करना गैर कानूनी है और योजनाकर विभाग द्वारा किसी भी रूप से अवैध निर्माण की अनुमति नहीं दी जाएगी।

SURAJ DEGREE COLLEGE | Mahendergarh
Affiliated to IGU, MEERPUR -REWARI
web : www.surajeducation.com

Requires

Admin Department — Dean, Vice Principal, Academic Head, HOD's

Science Department — Assoc. / Asst. Prof.
Physics, Chemistry, Mathematics, Zoology, Botany, Computer Science & Management

Humanities & Commerce Department — Assoc. / Asst. Prof.
English, Hindi, Commerce, Economics Geography, Political Science, History.

Support Staff — Lab Assistant for Physics, Chemistry, Zoology, Botany, Computer Labs
Receptionist, Accountant, Electrician, Discipline In-charge, Computer Operator, Graphic Designer, Transport In-charge, Sports In-charge.

Walk in Interview
With latest resume, a set of photocopy of academic records and recent PP size photographs
Time : 9:30 AM to 2:00 PM
Call : 9991530053, 8607555793
Email your resume on - info@surajeducation.com

SUNDAY 21st JULY 2024

प्रकाशमय कल के लिए

क्या इंसानों को भी है स्वाइन फीवर का रिस्क

कुछ समय पूर्व स्वाइन फीवर के कुछ मामले केरल में सामने आने के बाद कई तरह की आशंकाएं जताई जा रही हैं। ऐसे में यह जानना जरूरी है कि इस रोग के इंसानों में फैलने का कितना रिस्क है?

अवेयरनेस

हाल में केरल के त्रिशूर जिले में सुअरों के बीच फैलने वाले अफ्रीकन स्वाइन फीवर के मामले सामने आए हैं। यह संक्रामक बीमारी पालतू और जंगली सुअर दोनों को प्रभावित कर सकती है। हालांकि बीमारी फैलने को लेकर एलर्ट जारी कर दिया गया है लेकिन मामला सामने आने के बाद आस-पास के क्षेत्र में लोग डरे हुए हैं।

इंसानों में फैलने का रिस्क नहीं: स्वाइन फीवर के मामले में राहत की बात यह है कि ब्रिटिश एग्रीकल्चर, एन्वॉयरनमेंट और रूरल अफेयर्स के अनुसार, अफ्रीकन स्वाइन फीवर, स्वाइन फ्लू बीमारी से अलग तरह का रोग है और ये जूनोटिक नहीं है। यानी, यह सुअरों से इंसानों में नहीं फैलती है। लोगों के मन में जानवरों से फैलने वाली बीमारियों के प्रति भय रहता है। ऐसे में यह जानना जरूरी है कि वे कौन-सी बीमारियां हैं, जो इंसानों को प्रभावित कर सकती हैं? इन बीमारियों की चपेट में आने का किसे सबसे ज्यादा रिस्क है?

जानवरों से फैलते हैं इंसानों में कई रोग: कई जानवरों और इंसानों का सदियों से घनिष्ठ संबंध रहा है। हम सभी डायरेक्टली या इनडायरेक्टली हर दिन किसी ना किसी तरह से जानवरों के संपर्क में आते ही हैं। दूध, दही, पनीर, अंडा या मांस जैसे सभी फूड आइटम्स पशुओं से ही प्राप्त किए जाते हैं। यानी हम सभी पशुओं के जरिए अपने भोजन का काफी हिस्सा प्राप्त करते हैं। ऐसे में इन फूड आइटम्स में से अगर कुछ भी हम अपने नियमित आहार में शामिल करते हैं और अगर वो पशु किसी भी तरह के रोग से संक्रमित है तो ये हमें भी संक्रमित कर सकता है।

ऐसे भी फैलता है संक्रमण: पशुओं या पक्षियों के काटने, उनकी लार के संपर्क में आने से भी कई बीमारियां इंसानों में फैल सकती हैं। इसकी वजह बैक्टीरिया, वायरस, फंगई जैसे माइक्रोऑर्गेनिज्म होते हैं, जो विभिन्न जंतुओं के माध्यम से इंसानों में प्रवेश कर सकते हैं। इसे जूनोसिस कहा जाता है।

क्या होती हैं जूनोटिक बीमारियां: जंतुओं से इंसानों में होने वाली जूनोटिक बीमारियां, इंसानों में छोटी-मोटी समस्या पैदा करने से लेकर मृत्यु तक का कारण बन सकती हैं। इन बीमारियों में एनिमल फ्लू, बर्ड फ्लू, कैट स्क्रैच फीवर, डेंगू, चिकनगुनिया, गियार्डियासिस, इबोला, लाइम डिजीज, हेपेटाइटिस ई, पैरट फीवर, मलेरिया, प्लेग, रेबीज, स्वाइन फ्लू और वेस्ट नील वायरस जैसी बीमारियां शामिल हैं।

इस बारे में धर्मशिला नारायणा सुपरस्पेशिएलिटी हॉस्पिटल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन, **डॉ. गौरव जैन** बताते हैं, 'जूनोटिक का अर्थ है, किसी भी माध्यम से जानवरों से मनुष्यों में फैलने वाली बीमारी। ये बीमारी छूने से, भोजन, पानी या हवा से या किसी अन्य वेक्टर के माध्यम से फैल सकती हैं। चिड़ियाघर में भी जूनोटिक बीमारियों के संक्रमण का खतरा हो सकता है। खेतों में काम कर रहे किसान और पशुपालन कर रहे लोग गोबर आदि के संपर्क में आ सकते हैं, जिससे भी ये बीमारियां फैल सकती हैं। आमतौर पर जूनोटिक बीमारियां, किसी को भी प्रभावित कर सकती हैं। लेकिन कुछ लोगों को इन बीमारियों के संक्रमण का खतरा अधिक हो सकता है। इनमें प्रेग्नेंट महिलाएं, 65 वर्ष या उससे अधिक उम्र के लोग, एचआईवी से संक्रमित लोग, 5 वर्ष या उससे कम उम्र के बच्चे, गंभीर बीमारियों का उपचार करा रहे लोग और कमजोर इम्यूनिटी वाले लोग शामिल हैं।'

बचाव-उपचार के तरीके: श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन **डॉ. अरविंद अग्रवाल** के अनुसार, 'अगर किसी पालतू जानवर के संपर्क में आने से आपको चोट लगी है, जैसे किसी जानवर ने काट लिया है या उसके पंजे से खरोंच लगी है तो आपको जल्द-से-जल्द डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए। आप यह सुनिश्चित करें कि उस जानवर को सभी जरूरी वैक्सीन लगी है या नहीं? अगर किसी गैर पालतू जानवर ने आपको काट लिया है तब तो तुरंत डॉक्टर से कंसल्ट कर जरूरी ट्रीटमेंट लें। इसके अलावा अगर आपको किसी कीड़े ने काट लिया है और उसके बाद किसी तरह के लक्षण सामने आ रहे हैं तो आप तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। बचाव के तौर पर जानवर के संपर्क में आने के बाद हाथों को अच्छी तरह धोएं, पालतू जानवरों का टीकाकरण अवश्य कराएं। साथ ही हर साल पशु चिकित्सक से उनकी जांच भी कराएं। जानवरों की बाइट और खरोंच से बचें, जानवरों से संपर्क के दौरान या उसके तुरंत बाद अपने मुंह और आंखों को ना छुएं। मच्छर और अन्य तरह के कीटों के काटने से बचाव के लिए कीट प्रतिरोधी लोशन या अन्य बचाव के तरीकों का उपयोग करें।' *

-हरिभूमि फीचर्स

सीजनल डिजीज

बारिश के मौसम में डेंगू की आशंका
बरतें सावधानी-रहें सुरक्षित

हालांकि बारिश के मौसम में कई तरह की बीमारियां होने की संभावना बढ़ जाती है। इनमें सबसे अधिक लोग मच्छर काटने से होने वाली बीमारियों से ग्रसित होते हैं। खासतौर पर बीते कुछ वर्षों में डेंगू से पीड़ित पेशेंट्स की संख्या काफी बढ़ी है। यहां एक्सपर्ट डॉक्टर्स विस्तार से बता रहे हैं, डेंगू के कारण, लक्षण और बचाव के बारे में।

बारिश के मौसम में मच्छर पनपने के कारण मलेरिया, चिकनगुनिया और डेंगू रोग होने की आशंका बहुत बढ़ जाती है। इस मौसम में लोग कई प्रकार की लापरवाहियां करते हैं, जिसका खामियाजा उन्हें इन मच्छर-जनित जानलेवा रोगों के रूप में भुगतना पड़ता है।

क्या होता है डेंगू

डेंगू को आमतौर पर हड्डी तोड़ बुखार के नाम से भी जाना जाता है। यह बीमारी डेंगू वायरस के कारण होती है। अगर एडीज मच्छर किसी स्वस्थ व्यक्ति को काटता है, तब इस वायरस के उस व्यक्ति में संक्रमण के कारण उसे डेंगू हो जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के अनुसार विश्व की लगभग आधी आबादी अब डेंगू होने के खतरे में है। अनुमान है कि पूरी दुनिया में प्रत्येक वर्ष 100-400 मिलियन लोग डेंगू से संक्रमित होते हैं। ऐसे में बदलते मौसम के साथ डेंगू से सावधान रहना जरूरी है।

डेंगू होने के कारण

डेंगू रोग के लिए चार वायरस जिम्मेदार होते हैं। इन्हें डीईएनवी-1, डीईएनवी-2, डीईएनवी-3 और डीईएनवी-4 के नाम से जाने जाते हैं। ये वायरस एडीज मच्छर के काटने से व्यक्ति के शरीर में प्रवेश करते हैं। यह वायरस रक्त प्रवाह के जरिए पूरे शरीर में फैलता है और व्यक्ति डेंगू से ग्रस्त हो जाता है। इसलिए आपको बरसात के मौसम में मच्छरों के काटने से बचकर रहना चाहिए।

डेंगू के लक्षण

डेंगू से संक्रमित होने पर किस तरह के लक्षण दिखते हैं। इस बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली के प्रिंसिपल कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन एंड इंफेक्शन डिजीज, **डॉ. दीपक गुप्ता** सलाह देते हैं कि डेंगू से बचाव के लिए इस रोग के लक्षणों पर ध्यान देना अत्यंत आवश्यक है। डेंगू के लक्षणों में सामान्य बुखार शामिल है। ऐसे में बुखार होने पर लापरवाही करना खतरनाक हो सकता है। हालांकि डेंगू में 104 डिग्री फारेनहाइट का बुखार होता है, जिसके साथ अन्य लक्षण भी दिखाई दे सकते हैं। जैसे जी मिचलाना, तेज सिर दर्द होना, हड्डियों में दर्द होना, मांसपेशियों में दर्द होना, जोड़ों में दर्द होना, उल्टी आना, आंखों के पीछे दर्द होना, त्वचा पर लाल चकत्ते होना आदि। अगर आपको या आपके किसी परिचित को इस प्रकार के लक्षण दिखाई दें तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। अगर सामान्य बुखार आ रहा है तो भी आपको तुरंत डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। इस मौसम में जरा भी लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। सबसे महत्वपूर्ण है कि बदन दर्द या सिर दर्द से राहत के लिए बिना डॉक्टर से पूछे किसी भी प्रकार की दर्द निवारक दवा ना लें क्योंकि इससे प्लेटलेट काउंट में गिरावट हो सकती है।

उपचार के तरीके

नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम में सीनियर कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन, **डॉ. पंकज वर्मा** कहते हैं, 'डेंगू के उपचार के लिए आपको समय पर डॉक्टर के पास पहुंचना अत्यंत आवश्यक है क्योंकि यह एक प्रकार का वायरसजनित रोग होता है और इसके इलाज में सबसे महत्वपूर्ण बात है समय पर सही इलाज का आरंभ होना। डॉक्टर के पास पहुंचने पर डॉक्टर जांच करते हैं। जिसके बाद डेंगू की पुष्टि होने पर वह दवाइयों और इंजेक्शन के माध्यम से पेशेंट का इलाज करते हैं। इसमें गंभीर डिहाइड्रेशन जैसे मामलों में मरीज को आईवी ड्रिप भी दी जाती है। इसमें सबसे महत्वपूर्ण होता है, व्यक्ति का शरीर हाइड्रेट रहे क्योंकि ज्यादा उल्टी और तेज बुखार के दौरान बहुत नुकसान होता है। ऐसे में शरीर को हाइड्रेट रखना बहुत आवश्यक होता है। इस दौरान मरीज को तरल पदार्थ के सेवन करने की सलाह दी जाती है और लगातार डॉक्टर के निगरानी में रहना चाहिए।'

बचाव के उपाय

नारायणा हॉस्पिटल, आर. एन. टैगोर हॉस्पिटल, कोलकाता में कंसल्टेंट-क्रिटिकल केयर, **डॉ. राकेश शर्मा** डेंगू से बचाव के उपायों के बारे में बताते हैं, 'सबसे महत्वपूर्ण है आपको मच्छरों से खुद को बचाना, क्योंकि बारिश के मौसम में मच्छर पनपने की संभावना अधिक होती है और ऐसे में डेंगू के मच्छरों के काटने पर डेंगू हो जाता है। इसके लिए कुछ बातों पर अवश्य ध्यान दें। अपने घर के भीतर, छत पर या आस-पास ज्यादा दिन तक पानी को जमा ना होने दें, साफ-सफाई पर विशेष ध्यान दें, अपनी त्वचा को ढंक कर रखें, जिससे मच्छर काटने की संभावना बहुत ही कम हो जाए। डेंगू के मच्छर सुबह या शाम को अधिक सक्रिय रहते हैं और इस समय आपको बहुत ही सावधानी बरतनी चाहिए। शरीर के खुले भागों पर मच्छर रोधी (मॉस्कीटो रिपेलेंट) क्रीम जरूर लगाएं, जिससे आप मच्छरों के काटने से बच सकें। रात में सोते समय मच्छरदानी का प्रयोग करें, अपने आस-पास के वातावरण को स्वच्छ रखें और डेंगू से बचे रहें।' *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

प्रिकॉशन

मानसून में डायबिटिक पेशेंट्स पैरों के अल्सर से रहें सावधान

डायबिटीज यानी मधुमेह के कारण मानसून के दौरान पैरों को गंभीर समस्या हो सकती है। दरअसल, मधुमेह पैरों में रक्त प्रवाह की मात्रा को कम करता हैं। पैरों में पर्याप्त रक्त प्रवाह ना होने से घाव या किसी प्रकार के संक्रमण को ठीक करना मुश्किल हो सकता है। संक्रमण ठीक ना होने के कारण पैरों में गैंग्रीन होने का खतरा रहता है। भारत में लगभग 15 प्रतिशत मधुमेह मरीज, मानसून के दौरान लापरवाही की वजह से डायबिटीज फुट अल्सर से ग्रस्त हो सकते हैं। डब्ल्यूएचओ के अनुसार, दुनिया में 77 मिलियन लोग मधुमेह से पीड़ित हैं, और लगभग 25 मिलियन लोग प्री डायबिटीज स्टेज में हैं। लोगों की जीवनशैली को देखते हुए भविष्य में मधुमेह के मरीजों की संख्या बढ़ने का रिस्क है। ऐसे पेशेंट्स के पैरों में अल्सर को लेकर भी अवेयरनेस बढ़ाने की जरूरत है। दिल्ली स्थित अपोलो स्पेक्ट्रा अस्पताल के वेस्कुलर सर्जन **डॉ. जैसोम चोपड़ा** के अनुसार, 'डायबिटीज पेशेंट्स में मानसून के दौरान बढ़ी हुई नमी और गीले पैरों के कारण संक्रमण की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए मानसून के दौरान डायबिटीज पेशेंट्स को अपने स्वास्थ्य का ख्याल रखना काफी जरूरी है। डायबिटीज पेशेंट्स को अपने पैरों की स्वच्छता को लेकर अवेयर रहना चाहिए। शुगर लेवल की नियमित जांच करवानी चाहिए और संक्रमण को रोकने के लिए अधिकतर समय जूते पहनना चाहिए। अपने पैरों को हमेशा साफ और सूखा रखना चाहिए। संक्रमण होने पर घाव की साफ-सफाई, एंटीबायोटिक दवाओं और अन्य विधियों से ट्रीटमेंट किया जाता है। गंभीर मामलों में संक्रमित टिश्यू को हटाने या रक्त प्रवाह को बढ़ाने के लिए सर्जरी की आवश्यकता भी हो सकती है।' *

मौसमी फल / राजकुमार 'दिनकर'

स्वादिष्ट-स्वास्थ्यवर्धक आम

अन्य फलों की तरह आम भी सेहत के लिए बहुत लाभकारी होता है। आम केवल खाने में ही स्वादिष्ट नहीं होता बल्कि इसमें भरपूर मात्रा में पोषक तत्व भी पाए जाते है, जो शरीर के लिए लाभकारी होते हैं। आपको बाजार में खट्टे और मीठे आम मिलते हैं, जिनमें अलग-अलग पोषक तत्व पाए जाते हैं। आम में भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं, जिस कारण यह खाने वाले को कैंसर और दिल संबंधित बीमारियों से बचाता है। आम की हर फांक में पोटैशियम होता है, जो ब्लड प्रेशर को सही रखने में बड़ा लाभकारी होता है और यह शरीर में उन कंपाउंड को बनाता है, जो हमारे इम्यून सिस्टम को बढ़ाते हैं। हरे आम में मौजूद एसिड बाइल के सिक्रिशन में बढ़ोत्तरी करता है और यह आंत संबंधी परेशानियों के लिए एक प्रतिरोधक की तरह काम करता है।

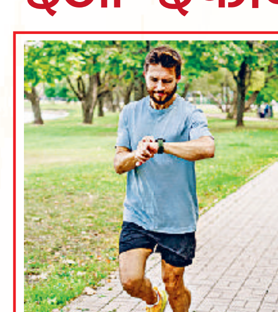
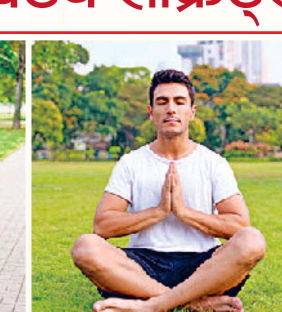
भरपूर पौष्टिक पके आम: अगर आप पका हुआ आम खाते हैं तो इससे आपको अच्छी-खासी मात्रा में विटामिन ए मिलता है। वास्तव में दूसरे फलों के मुकाबले आम में सबसे ज्यादा बीटा केरोटिन पाया जाता है। साथ ही इसमें विटामिन बी1, बी2, नियासिन, आयरन और फाइबर प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। पके हुए मीठे आम कब्ज की रुकावट को दूर करने के लिए शरीर से ज्यादा फ्लूड बाहर निकालकर इस परेशानी को दूर करता है। मीठा आम किडनी को सही रखने में भी मदद करता है। इतना ही नहीं मीठा आम हमारे खून में हीमोग्लोबिन के स्तर को बेहतर बनाता है। आम में पाए जाने वाले फाइबर शरीर के लिए रेचक की तरह काम करते है और व्यक्ति को ज्यादा से ज्यादा ऊर्जा देते है, जिससे आंत की गतिविधि में वृद्धि होती है। अगर आप दुबले हैं और अपना वजन बढ़ाना चाहते हैं तो आप पके आमों को दूध में मिलाकर मिक्सी में शेक की तरह तैयार कर पी सकते हैं। यह आपको कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन देता है।

कच्चा आम भी फायदेमंद: हरे यानी कच्चे आम में बड़ी मात्रा में विटामिन सी पाया जाता है, जो त्वचा के पोर्स को साफ करके उसे चमकदार बनाता है और खून से जुड़ी स्कर्वी नामक बीमारी से बचाता है। यह आपको गर्मियों में होने वाली परेशानियों से भी दूर रखता है। पाचन क्रिया को बेहतर बनाने के लिए आमचूर बहुत ही मददगार होता है। डायबिटीज को कम करने में आम की पत्तियां उपयोगी हो सकती हैं। सॉफ्ट और ताजी पत्तियां ना केवल डायबिटीज होने से बचाती हैं बल्कि डायबिटीज को कंट्रोल करने में भी मदद करती हैं। *

हेल्थ एडवाइस
संध्या सिंह

हेल्दी-फिट रहने के ईजी-इफेक्टिव सीक्रेट्स

हर कोई हेल्दी और फिट रहना चाहता है। लेकिन उनमें से कुछ ही लोग इसके लिए जरूरी प्रयास करते हैं। हम आपको यहां कुछ आसान लेकिन प्रभावी सूत्रों के बारे में बता रहे हैं, जिनका पालन करके आप अपनी हेल्थ और फिटनेस को मेंटेन कर सकते हैं।

फिट रहना कठिन नहीं, बहुत आसान है, बशर्ते हम नियमित तौर पर कुछ छोटी-छोटी बातों पर ध्यान दें। बजाय इसके कि दिन-रात फिट रहने के सपने देखें, उसके बारे में बहुत कुछ पढ़ें और सोचें, लेकिन व्यावहारिक रूप में कुछ ना करें। तो आइए जानते हैं कि फिट रहने के ये छोटे-छोटे सीक्रेट क्या हैं?

सुबह जल्दी उठें: आपने सैकड़ों बार सुबह जल्दी उठने के फायदों के बारे में पढ़ा होगा, दर्जनों लोगों से सुना होगा, लेकिन खुद व्यक्तिगत रूप से कभी आजमाया नहीं होगा। अगर आजमाएंगे तो आप भी इसे सही मानने वालों में शामिल हो जाएंगे और दूसरों को फिट रहने के लिए आप भी उन्हें यह टिप्स देंगे। सुबह जल्दी उठें। इतना जल्दी नहीं कि इसके लिए बहुत अतिरिक्त प्रयास करना पड़े, जितने समय रोज जगते हैं, उससे बस 30 मिनट पहले जगना शुरू करें। जब यह आदत बन जाए तो इसमें 30 मिनट और जोड़ लें। इस तरह अगर हर दिन आप 1 घंटे पहले जगते हैं तो आप अपने फिट रहने के लिए खुद ही कई तरह के वर्कआउट करने लगेंगे। अगर कुछ नहीं करेंगे तो ऑफिस के लिए समय पर तैयार हो जाएंगे। अपने आज के काम के शेड्यूल की अच्छी सी तैयारी कर लेंगे। इस सबसे भी फिट रहने में मदद मिलती है।

करें 25 मिनट की सैर: सुनने में अजीब लग सकता है, लेकिन आजमाकर देखिए। यह छोटी-सी टिप्स आपकी सोच बदल देगी। भले आप फिट रहने के लिए किसी भी तरह का कोई उपाय ना करें, सिर्फ हर दिन सुबह 25 मिनट की सैर कर लें, तो आपकी फिटनेस का लेवल ठीक-ठाक हो जाएगा। सैर करने के कई फायदे हैं। सैर करने का मतलब सिर्फ कैलोरी बर्न करना ही नहीं है, जब हम सुबह सैर के लिए निकलते हैं, तो 5-10 मिनट में ही हमारा शरीर वॉक के लिए अनुकूल होने लगता है और धीरे-धीरे हमें वॉकिंग में आनंद आने लगता है। अगर हम 25 मिनट अच्छी तरह से वॉक कर लेते हैं तो हर दिन 9 से 10 हजार कदम चल लेते हैं। यह एक ऐसा व्यायाम है, जिसमें किसी तरह का रिस्क नहीं है और अनेक फायदे हैं। इस 25 मिनट के वॉक से आप पूरे दिन एनर्जेटिक महसूस करेंगे।

एक घंटे का डिजिटल डिटॉक्स: अगर आपकी भी लाइफस्टाइल में सुबह जगते ही फेसबुक के नोटिफिकेशन, रात और सुबह में आए व्हाट्सएप मैसेज और दूसरों की पोस्ट देखने की है, तो कम से कम सुबह के समय बहुत कड़ाई के साथ एक घंटे के लिए इस सब पर रोक लगा दें। अगर सुबह एक घंटे तक आपने मोबाइल फोन ऑन नहीं किया और अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में व्यस्त रहे, फिट रहने के उपायों से दो-चार होते रहे, तो यकीन मानिए इसका असर आपको महसूस होने लगेगा। आज पूरी दुनिया की फिटनेस इंडस्ट्रीज मानती है कि मोबाइल फोन ने लोगों को बहुत ज्यादा आलसी बना दिया है। यह एक ऐसा नशा है, जो धीरे-धीरे हमारे स्वास्थ्य को अपनी गिरफ्त में ले लेता है, क्योंकि हम लगातार बैठे रहने के कारण निष्क्रिय और आलसी हो जाते हैं।

थोड़ी देर योगा-मेडिटेशन: भले 15-15 मिनट ही योगा और मेडिटेशन को दें या दोनों में से किसी एक को। लेकिन ये 15 मिनट भी आपकी चाल-ढाल, रहन-सहन में आमूल-चूल परिवर्तन कर देंगे। फिट रहने की छोटी-छोटी कोशिशें करनी होती हैं और ये कोशिशें हमें उम्मीद से ज्यादा फिट और तरह-तरह की बीमारियों से दूर रखती हैं। मेडिटेशन का अभ्यास तो आप स्वयं सीख सकते हैं। योगासन का अभ्यास करने के लिए एक बार अनुभवी प्रशिक्षक से अच्छी तरह सीख लें।

यहां बताई गई बातों को फॉलो करें और देखिए, आप कुछ ही दिनों में हेल्दी, फिट और एनर्जेटिक हो जाएंगे। *

मेरे लिए सबसे जरूरी है फिट फील करना

इन दिनों सोनी सब चैनल पर टेलीकास्ट हो रहे शो 'बादल पर पांव हैं' में आकाश आहूजा रजत के रोल में दिख रहे हैं। वे अपनी फिजिकल फिटनेस को लेकर बहुत कॉन्शस रहते हैं। क्या है, उनका फिटनेस फंडा, डिटेल में **हरिभूमि** को बता रहे हैं अपनी जुबानी।

फिटनेस फंडा
आकाश आहूजा

अच्छी लाइफ के लिए हेल्दी और फिट रहना बहुत जरूरी है, क्योंकि आजकल के समय में हमारे खाने में बहुत सारी मिलावट होती है। और लाइफस्टाइल भी काफी डिस्टर्ब हो गई है। लोग जंक फूड बहुत खाते हैं, डेली रूटीन सही नहीं है। स्लीप और वेक साइकिल भी डिस्टर्ब है। इसलिए आज के समय में यह बहुत जरूरी है कि हम अपनी फिजिकल और मेंटल हेल्थ पर अधिक ध्यान दें।

फिटनेस आइडियल: मेरे फिटनेस आइडियल मेरे पिता हैं। मेरे पापा शोतोकन कराटे में 7 बार के नेशनल चैंपियन हैं और मैंने भी इंडिया को रिप्रेजेंट किया है। कह सकते हैं, फिजिकली फिट और स्ट्रॉन्ग रहने की इंस्पिरेशन मुझे अपने पापा जी से मिली है।

फिट रहना-दिखना दोनों जरूरी: मेरे लिए फिट फील करना सबसे जरूरी है क्योंकि स्ट्रॉन्ग फीलिंग से मुझे ताकत मिलती है। वैसे मेरे काम के हिसाब से मुझे फिट दिखना भी इंपॉर्टेंट है। जब हम लोग एब्स दिखाते हैं और वो 6 पैक फिजिक जो होती है, वो सिर्फ कुछ समय के लिए ही होती है। हम ज्यादा समय तक अपनी बॉडी को स्टफ नहीं कर सकते क्योंकि वो स्टारवेशन से आती है या बहुत कंट्रोल्ड डाइट से। अब उतनी कंट्रोल्ड डाइट ले पाना हमारे काम में बहुत मुश्किल है। रोल के डिमांड के अनुसार फिट दिखना तो जरूरी है, लेकिन पर्सनली मेरे लिए ज्यादा जरूरी है फिट महसूस करना।

डेली डाइट प्लान: मेरे लिए सबसे जरूरी है खुद को हाइड्रेटेड रखना। सुबह उठकर पानी जरूर पीता हूं। रात को सोने से पहले कोशिश रहती है कि तीन-चार घंटे का फास्टिंग हो। अधिक से अधिक न्यूट्रिशस डाइट लेता हूं।

वर्कआउट शेड्यूल: मेरा वर्कआउट शेड्यूल बहुत फ्लेक्सिबल रहता है। वैसे मैं बॉडी वेट एक्सरसाइसेस ज्यादा करता हूं तो मेरा रूटीन होता है कि पार्क में जाकर एक्सरसाइज करूं। मैं अपना वर्कआउट जिम से ज्यादा खुली हवा में करना पसंद करता हूं। जब भी मुझे समय मिलता है तो वर्कआउट कर लेता हूं। बिजी होने पर भी एक दिन से ज्यादा का गैप नहीं आने देता हूं अपने एक्सरसाइज शेड्यूल में, अगर जिम नहीं जा पा रहा हूं तो शूटिंग ब्रेक में सेट पर ही एक्सरसाइज कर लेता हूं। मुझे लगता है कि हम सबको डेली लाइफ में कोई ना कोई ऐसी हॉबी, कोई स्पोर्ट, कोई फिजिकल एक्सरसाइज जरूर अपनानी चाहिए, जो हमें फिट रखे।

मेंटल फिटनेस: सच तो यह है कि आज की तारीख में पूरी तरह मेंटली फिट तो कोई भी नहीं है। हम सबकी लाइफ में कोई ना कोई टेंशन रहती ही है। हम सबकी प्रॉब्लम्स हमारे लिए बहुत ज्यादा होती हैं, जिसके कारण हमें मेंटल प्रॉब्लम्स होती हैं। आजकल लोगों का ध्यान भटकाने के लिए बहुत सारी चीजें हैं, चाहे वो सोशल मीडिया हो या कोई ट्रेंड हो। जब हम अपने पर्पस से भटकते हैं तो हमारा माइंड स्टेबल नहीं रहता है। मैं कोशिश करता हूं कि अपने काम पर अधिक से अधिक फोकस करूं। इसके अलावा हमेशा खुश रहने की कोशिश करता हूं, ताकि मेंटल टेंशन से बचा रहूं। *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

खबर संक्षेप

बवानीखेड़ा। पत्रकारों से वार्ता करते कांग्रेस वरिष्ठ नेता एवं सेवानिवृत्त ईटीओ एडवोकेट कुलदीप ग्रोवर।

विकास कार्यों में पिछड़ा बवानी खेड़ा हलका

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा हलका विकास कार्यों की बजाए पिछड़ गया है। दो योजनाओं से यहां कोई कार्य नहीं हुए। आज लोगों की बिजली, पानी, सीवरेज की समस्याएं आम हैं। लोग सुविधाओं से महरूम नजर आ रहे हैं। ये बात कांग्रेस वरिष्ठ नेता एवं सेवानिवृत्त ईटीओ एडवोकेट कुलदीप ग्रोवर ने पत्रकार वार्ता में कही। उन्होंने बताया कि किसानों की खेती के लिए सुंदर नहर में पानी न के बराबर आता है। जिससे उनके फसलें सूखने लगती है। आखरी टेल तक पानी न पहुंचने पर धरतीपुत्र खून के आंसू रोते हैं। उन्होंने बताया कि बेरोजगारी, महंगाई बढ़ी है।

भाजपा ने करवाई प्रदेश में तरक्की : श्याम सुंदर

भिवानी। भारतीय जनता पार्टी की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने तथा नागरिकों की विभिन्न समस्याओं का उनके घर-द्वार पर जाकर ही समाधान करने के उद्देश्य से भाजपा नेता श्याम सुंदर सनातनी द्वारा इन दिनों जनसंपर्क के साथ-साथ जनसमस्याएं सुनने का अभियान भी चलाया हुआ है। जिसके तहत वे रोजाना विभिन्न कॉलोनी व गांवों में जाकर नागरिकों की समस्याएं सुनते हुए उनके समाधान करवाने का प्रयास करते है। इसके साथ ही उन्हे भाजपा की नीतियों से भी अवगत करवाते है। इसी कड़ी में भाजपा नेता श्याम सुंदर सनातनी ने बुधवार को गांव राजगढ़ में जनसंपर्क अभियान के दौरान ग्रामीणों को संबोधित किया।

कर्मचारी ने सुसाइड नोट लिख फांसी लगाई

रेवाड़ी। बावल की एक कंपनी में कार्य करने वाले कर्मचारी ने सुसाइड नोट लिखकर अपने कमरे में फांसी का फंदा लगाकर जान दे दी। उसने अपनी मौत के लिए कंपनी के मैनेजर को जिम्मेदार ठहराया है। पुलिस ने मैनेजर के खिलाफ आत्महत्याके लिए मजबूर करने का केस दर्ज किया है। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंप दिया। सुसाइड नोट को जांच के लिए एफएसएल भेजा जा रहा है।

महिला ने लगाया जबरन गर्भपात का आरोप

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा में जन्मी और भिवानी में विवाहित एक महिला ने ससुरालपक्ष के खिलाफ दहेज कम लाने, ताने मारने, मारपीट करने, गर्भपात करवाने आदि को लेकर मामला दर्ज करवाया वहीं जांच अधिकारी सुनीता ने बताया कि पीड़ित पक्ष को कागजातों सहित बुलवाया गया है। बवानी खेड़ा निवासी एक महिला ने बताया कि उसके माता-पिता ने उसका विवाह पंजाबी रीति-रिवाज के साथ भिवानी में किया था और परिजनों ने अपनी हैसियत से ज्यादा विवाह में खर्च किया। विवाह के बाद से ही ससुरालपक्ष के लोग दहेज की मांग करने लगे। उसे लगा की वह गर्भवती है तो उसने अपने पति व सास को बताया तो उन्होंने कहा कि उन्हें बच्चा नहीं चाहिए। उन्होंने जबरन गर्भपात करवाया।

गलियों में खुले गड्ढों पर लोगों का फूटा गुस्सा

चेयरपर्सन प्रतिनिधि ने अफसरों को बुलाकर काम करवाया शुरू

पब्लिक हेल्थ विभाग ने पाइप लाइन डालने के बाद छोड़े खुले गड्ढे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

बुधवार को नूनसर जोहड़.इलाके के लोगों ने पब्लिक हेल्थ विभाग द्वारा पाइप लाइन डालने के बाद खुले छोड़े गड्ढों को लेकर जमकर बवाल काटा। मौके पर पहुंचकर नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह ने लोगों को शांत किया और मौके पर पब्लिक हेल्थ के अधिकारियों को बुलाकर अधूरे कार्य को फिर से शुरू करवाया। इस दौरान उन्होंने अधिकारियों से कहा कि इस तरह की ढिलाई व कोताही सहन नहीं होगी। चूंकि बीच में छोड़े गए गड्ढों में गंदा पानी जमा हो जाता है,जिससे हमेशा दुर्घटनाएं घटने का अंदेशा बना रहता है। इस दौरान चेयरपर्सन प्रतिनिधि ने लोगों की समस्याएं सुनी और उनका मौके पर समाधान करवाया।

भिवानी। लोगों की समस्याएं सुनते नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिह।

नूनसर जोहड़ इलाके के लोगों ने चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह को बताया कि विगत में पब्लिक हेल्थ विभाग ने उक्त इलाके में पानी की पाइप लाइन डालने का कार्य शुरू किया था। कुछ इलाके में सीवर लाइन डाली तो कुछ को बीच में ही छोड़ दिया। जिसकी वजह से अनेक जगहों पर गड्ढे बन गए। जिनमें घरों से निकलने वाला गंदा पानी जमा होने की वजह से दुर्घटना घट रही है। नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह ने उसी वक्त पब्लिक हेल्थ विभाग के अधिकारियों को फोन करके मौके पर बुलाया गया। इस दौरान भवानी प्रताप सिंह ने अधिकारियों को तत्काल लाइन डालने के निर्देश दिए। साथ ही कार्य जल्द शुरू करवाने की कही।

सीवरेज व स्ट्रीट लाइटें लगवाई

इस दौरान नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह के समक्ष क्षेत्र के लोगों ने सीवर व स्ट्रीट लाइटों की समस्या रखी। जिस पर उन्होंने पब्लिक हेल्थ के अधिकारियों से तत्काल सीवरेज व्यवस्था दुरुस्त करने की कही। जिन लोगों ने स्ट्रीट लाइट लगवाए जाने की कही। उन्होंने उसी वक्त सार्वजनिक जगहों पर स्ट्रीट लाइट लगवाने की प्रक्रिया शुरू की।

आनंद स्कूल में करवाई विज्ञान स्पर्धा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

मिलकपुर के आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस में इंटर हाउस विज्ञान एवं सामाजिक विज्ञान प्रतियोगिता करवाई गई। जिसमें स्कूल के चारों सदन- सरोजिनी नायडू हाउस, ध्यानचंद हाउस, अब्दुल कलाम हाउस व मदर टेरेसा हाउस ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता में मुख्य चार राउंड बनाए गए। पहला राउंड- विषय विशेष राउंड, दूसरा विजुअल राउंड, तीसरा रैपिड राउंड तो अंतिम बजर राउंड रहा। सभी बच्चों ने इस प्रतियोगिता से अपने ज्ञान को बढ़ाया। दर्शकों ने भी कुछ सवालों के जवाब दिए। इस प्रतियोगिता को करवाने में मुख्य रूप से बालेश्वर, रमणीक, शीनम व देवदत्त आदि अध्यापकों का अहम योगदान रहा। स्कूल प्रिंसिपल नीतीश मिश्र ने बताया कि स्कूल सीबीएसई के निर्देशानुसार समय-समय पर विभिन्न प्रकार की प्रतियोगिताएं करवाता रहता है। जिससे बच्चों में प्रतियोगिता की भावना तो बनती ही है साथ ही एक दूसरे से ज्ञान का प्रचार प्रसार भी हो जाता है। नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति में इस प्रकार के कार्यक्रम बने हुए हैं जिनसे बच्चों को स्किल एजुकेशन, मानसिक व शारीरिक विकास में बढ़ने का अवसर मिलता है।

मिलकपुर के आनंद स्कूल में विज्ञान प्रतियोगिता में उपस्थित विद्यार्थी।

भाजपा सरकार ने पिछड़ा वर्ग के युवाओं से छीना रोजगार : जांगड़ा

भिवानी। पिछले कई वर्षो से क्रीमिलेयर की वार्षिक आय सीमा को बढ़ाने की मांग कर रहे पिछड़ा वर्ग के लोगों के साथ भारतीय जनता पार्टी की सरकार ने एक बार फिर से छलावा करने का काम किया है। क्योंकि क्रीमिलेयर आय सीमा के कारण पिछले 10 वर्षो से बहुत से युवाओं को रोजगार के अधिकार से वंचित होना पड़ा, लेकिन अब भाजपा ने चुनाव नजदीक आता देख इस दिशा में घोषणा की है, जिसका नोटिफिकेशन भी अभी तक जारी नहीं किया गया। ये बात पीटीआई दिलबाग जांगड़ा ने प्रेस को जारी ब्यान में कही। उन्होंने कहा कि भाजपा अपने 10 वर्षो के शासनकाल में पूरी तरह से रोजगार विरोधी सरकार रही है, जिसका उद्देश्य प्रदेश के युवाओं को रोजगार दिलाना नहीं, बल्कि उनसे रोजगार का अधिकार छीनने का रहा।

रुकी किस्त के समाधान के लिए सात तक आयोजित होंगे विशेष शिविर

भिवानी। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग द्वारा किसानों के लिए अनेक योजनाएं क्रियान्वित की जा रही हैं। इसी कड़ी में पीएम किसान सम्मान निधि योजना की रुकी हुई किस्त के समाधान के लिए भिवानी, बवानी खेड़ा, तोशाम व कैरु खण्ड के गांवों में विशेष शिविर लगाए जाएंगे, जिनमें पात्र किसानों को इस योजना का लाभ दिया जाएगा। ये शिविर 19 जुलाई से शुरु होंगे। शिविरों के बारे में किसानों को जागरूक किया जा रहा है। कृषि उप निदेशक डॉ. विनोद फोगाट ने बताया कि 19 जुलाई को गांव देवसर, बीरण, माढ-माधवी, अजीतपुरा, धनाना, ढाणी माहू, ईशरवाल, पटौदी, बवानीखेड़ा, किरावड़, ढांगर, धारवाणबास, जुई खुर्द में किसानों के लिए विशेष शिविरों का आयोजन किया जाएगा। 22 जुलाई को गांव खरक खुर्द, राजपुरा खरकड़ी, ढाणा लाडनपुर, प्रहलादगढ़, मुंढाल खुर्द, आलमपुर, गारनपुरा, थिलोड़, सुई, बड़सी, खारियावास, आसलवास-मरेटा, गोकलपुरा, लेघा भानान में शिविर लेंगे।

सीएम बदलने से भी कोई फायदा नहीं: वासुदेव शर्मा

भिवानी। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता पूर्व मंत्री डा वासुदेव शर्मा ने जनसंपर्क अभियान के दौरान गांव बामला में कहा कि बीजेपी सीएम भी बदल कर देख चुकी है परन्तु लोकसभा के नतीजों ने बता दिया कि सीएम बदलने से न जनता को फायदा हुआ न पार्टी को इसका मतलब अब बीजेपी के दिन लद चुके हैं। उन्होंने कहा कि प्रदेश में बिजली पानी की हर जगह किल्लत बनी हुई है और आए दिन किसी न किसी पर होने वाली गोलीबारी कर कानून व्यवस्था का भी अपराधी बेखौफ हो मजाक उड़ा रहे हैं। उन्होंने कहा कि सरकार हर मोर्चे पर फेल साबित हुई। भारतीय जनता पार्टी केवल केवल बड़े बोल ही बोलना जानती है प्रदेश हित और विकास से इसका दूर दूर तक कोई नाता नहीं है। उन्होंने कहा कि पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा की अगुवाई में हरियाणा में चल रहे जनता मांगे हिसाब का हर तबके का व्यक्ति पूरा समर्थन कर रहा है और इस हिसाब को आने वाले विधानसभा चुनावों में जनता कांग्रेस को वोट डाल कर चुकता कर देगी। इस अवसर पर सैकड़ों ग्रामीण उपस्थित थे।

29 को जिला मुख्यालय पर होंगी प्रतियोगिताएं

- प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए आवेदन 28 तक जमा करवाएं
- प्रतियोगिता में दिए जाएंगे प्रथम 5100, द्वितीय 3100 व तृतीय ईनाम 2100 रुपये के पुरस्कार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

सरकार के निर्देशानुसार महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा महिलाओं में रचनात्मक व सकारात्मक परिवर्तन को लेकर एक अनूठी और प्रेरणादायक प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी। जिला मुख्यालय पर यह प्रतियोगिता 29 जुलाई को आयोजित की जाएगी। प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए प्रतियोगिता प्रविष्टियां इच्छुक आवेदक पंचायत भवन स्थित जिला कार्यक्रम अधिकारी, महिला एवं बाल विकास विभाग, भिवानी, प्रथम तल, विकास सदन में 29 जुलाई 2024 सुबह 10:00 बजे तक या सभी खंड महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी के कार्यालय में 28 जुलाई 2024 शाम 5:00 बजे तक जमा करवा सकते हैं। इस प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार 5100 रूपए, द्वितीय 3100 व तृतीय पुरस्कार 2100 रूपए दिया जाएगा।

इन विषयों पर होगी प्रतियोगिता

जिला कार्यक्रम अधिकारी वैशाली ने बताया कि प्रतियोगिता की प्रस्तुति के लिए विषय बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ, कन्या भ्रूण हत्या, महिला मुद्दे, महिला हेल्पलाइन, प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना, मुख्यमंत्री मातृत्व सहायता योजना, महिला अधिकार, महिलाओं के कानूनी अधिकार, छेड़छाड़, पीछा करना, साइबर अपराध, महिलाओं का सशक्तिकरण, लिंग भेदभाव, घरेलू हिंसा व महिला शिक्षा होना चाहिए। इन प्रतियोगिताओं में पुरस्कार राशि प्रथम पुरस्कार 5100 रुपये, द्वितीय पुरस्कार 3100 व तृतीय पुरस्कार 2100 रुपये दिया जाएगा। प्रत्येक श्रेणी में शीर्ष तीन प्रविष्टियों को पुरस्कृत किया जाएगा। विजेताओं को प्रमाण पत्र और रोमांचक पुरस्कार मिलेंगे।

प्रतियोगिता के बारे में अधिक जानकारी के लिए महिला एवं बाल विकास के खंड या जिला कार्यालय में संपर्क कर सकते हैं।

महिला एवं बाल विकास विभाग की कार्यक्रम अधिकारी वैशाली ने यह जानकारी देते हुए बताया कि डीसी मन्दीप कौर के मार्गदर्शन में बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान के तहत महिलाओं के बीच विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित करवाई जाएंगी। इन प्रतियोगिता श्रेणियों में गायन प्रतियोगिता- अपनी आवाज में जादू भरे और एक ऐसा गीत रिकॉर्ड करें, जो बालिकाओं के संरक्षण या बचाव और शिक्षित करने के महत्व पर जोर देता हो।

प्राणी की सेवा से परमात्मा को पाना संभव : सोमबीर

चरखी दादरी। प्रकृति के निकट रहना हमेशा से ही ऐसा अनुभव रहा है जिसका अहसास शब्दों में बयान करना मुश्किल होता है। यही कारण है कि हमारी संस्कृति में जितने भी धाम, मंदिर है उनमे से अधिकर हरियाली से भरे हुए दिखाए देंगे। क्योंकि हमारे पूर्वज व श्रषि मुनि तथा संत भी जानते थे कि परमात्मा को अगर पाना है तो प्रकृति के निकट रहकर हर प्राणी की सेवा करते हुए उसे पाया जा सकता है। लेकिन खेद की बात है कि हम आज अपने स्वार्थवश पेड पौधों को तेजी से काट रहे जिससे लाखों प्राणियों पक्षियों के बेसहारा करने का कारण बन रहे है। यह बात हरियाणा माइनिंग क्रेशर एसोसिएशन प्रधान सोमवीर घसौला व जिला पार्षद वाईस चेयरमैन सोनू साहुवास ने कस्बा झोझू कलां के निकट नवनिर्मित शिव मंदिर डुगराणा धाम परिसर में पौधारोपण करवाते हुए कही। हम सभी को अधिक से अधिक पौधे लगाकर उनका संरक्षण करना चाहिए। सोमवीर घसौला व उनकी टीम द्वारा यही प्रयास किया जा रहा है कि क्षेत्र में अधिक से अधिक सामाजिक कार्यां में सहभागिता की जा सके। वो लगातार विभिन्न धार्मिक, शैक्षणिक व सामाजिक संगठनों द्वारा आयोजित कार्यक्रमों के दौरान पहुंच कर यथा संभव सहयोग कर रहे है।

डीईओ ने स्कूलों का किया औचक निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

चरखी दादरी जिला शिक्षा अधिकारी कृष्णा फोगाट बुधवार को बाढ़डा खंड के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय डोहका मौजी और डोहका हरिया का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान डीईओ ने कक्षाओं में छात्रों से बातचीत कर शैक्षणिक स्तर जांचा और साथ ही विद्यालय की व्यवस्थाओं का अवलोकन किया। डोहका हरिया स्कूल में दसवीं कक्षा स्तर अवलोकन के दौरान अच्छा पाया गया। डीईओ कृष्णा फोगाट ने इस दौरान समय सारणी, अध्यापक डायरी, सफाई व्यवस्था, पुस्तकालय, विज्ञान कक्ष, कंप्यूटर लैब आदि का निरीक्षण किया और इनके नियमित प्रयोग व साफ सफाई नियमित रूप से सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने छात्रों व स्टाफ सदस्यों की एमआईएस पोर्टल पर नियमित रूप से उपस्थित दर्ज करने के निर्देश दिए और कहा कि छात्रों की शत प्रतिशत उपस्थिति, उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम के लिए आवश्यक है। दोनों विद्यालयों के निरीक्षण के पश्चात स्टाफ मीटिंग लेकर डीईओ ने शैक्षणिक कार्यों को लेकर दिशा-निर्देश दिए और साप्ताहिक टेस्ट लेने, छात्रों को नोट्स बना कर देने के लिए कहा। बोर्ड परीक्षा परिणामों को लेकर अभी से अतिरिक्त ध्यान दिया जाना चाहिए। शिक्षण के दौरान पाठ्य पुस्तकों के प्रयोग के प्रयोग करने के निर्देश दिए गए। डीईओ ने पाई कमियों को तीन दिन में दूर कर रियोर्ट जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय में प्रस्तुत करने के निर्देश भी दिए गए।

भिवानी। स्कूल में कक्षा कक्ष का निरीक्षण करती जिला शिक्षा अधिकारी कृष्णा फोगाट।

पौधरोपण कर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

- डीएवी शताब्दी पब्लिक स्कूल में एनसीसी कैडेट्स ने चलाया पौधरोपण अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा बटालियन एनसीसी भिवानी के पेड़ लगाओ जनजीवन को खुशहाल बनाओ अभियान के तहत डीएवी शताब्दी पब्लिक स्कूल कोंट रोड में एनसीसी कैडेट्स ने एक पौधरोपण अभियान का आयोजन किया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण और हरियाली को बढ़ावा देना था। कार्यक्रम की शुरुआत विद्यालय के प्राचार्या जगदीप कौर ने एनसीसी कैडेट्स के साथ पौधा रोपित करके की। एनसीसी कैडेट्स ने बड़े उत्साह के साथ इसमें भाग लिया और विभिन्न प्रकार के पौधे लगाए। 11 हरियाणा बटालियन एनसीसी के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल रणधीर सिंह व एडम ऑफिसर लेफ्टिनेंट कर्नल थॉमस कुट्टी एनसी ने अभियान की सराहना की। उन्होंने कहा कि नेशनल कैडेट क्रॉप्स के पौधरोपण अभियान के तहत एनसीसी कैडेट्स ने पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाया है। कार्यक्रम में छात्रों को एनसीसी फर्स्ट ऑफिसर राजेश कुमार ने पर्यावरण के महत्व और वृक्षारोपण के फायदे के बारे में जागरूक किया गया। प्राचार्या जगदीप कौर ने कहा कि वृक्ष हमारे जीवन का आधार हैं। यह हमें ऑक्सीजन प्रदान करते हैं और पर्यावरण को शुद्ध रखते हैं। हर एक व्यक्ति का कर्तव्य है कि वह अधिक से अधिक पेड़ लगाए और उनकी देखभाल करे। एनसीसी कैडेट्स ने विद्यालय परिसर में पौधे लगाए।

भिवानी। पौधरोपण करते एनसीसी कैडेट्स।

बाबा रामनारायण को उनकी पुण्यतिथि पर किया याद

- प्राचीन बाबा रामनारायण बगीची में किया पौधरोपण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

वार्ड नम्बर 17 में बने सेक्टरों में प्राचीन बाबा रामनारायण बगीची में बाबा रामनारायण की 85वीं पुण्यतिथि बड़े ही धूमधाम से मनाई गई। सर्वप्रथम श्रीबालाजी सेवा संस्थान द्वारा अखण्ड सुन्दरकाण्ड पाठ एवं भजन-कीर्तन का आयोजन किया गया। इस दौरान विभिन्न संस्थाओं से जुड़े समाज सेवी बिन्दू कानेजर एवं वैश्य एजुकेशन सोसायटी के प्रधान रविन्द्र गुप्ता द्वारा ज्योत प्रज्ज्वलित करके विधिवत रूप से पूजा अर्चना की गई। मंच का संचालन प्रमुख समाज सेवी रोहताश शर्मा ने किया। सुन्दरकाण्ड पाठ के समापन उपरांत वन महोत्सव के उपलक्ष्य में बगीची में विभिन्न प्रकार के फलदार और छायादार पौंधों के साथ-साथ त्रिवेणी का पौधा रोपित किया,जिसमें मुख्य रूप से बजरंग गुप्ता, नरेश कानेजर, विजय कानेजर, अशोक गुप्ता, रवि गुप्ता, विनोद गुप्ता, चन्द्र मोहन कानेजर, राम कुमार, धीरज गर्ग, पवन गुप्ता, दीपक गर्ग, पूर्व पार्षद महेश गुप्ता, एडवोकेट सुबोध गर्ग, संजय गर्ग, मुकेश गर्ग, शिव कुमार गर्ग सहित दर्जनों महिलाएं भी उपस्थित रही। प्रधान रविन्द्र गुप्ता व विनोद गुप्ता ने कहा कि पेड़ हमारे जीवन का प्रमुख साधन है।

चरखी दादरी। पौधरोपण करते पर्यावरण प्रेमी।

पेड़ पौधों को लगाना और इसकी सुरक्षा की जिम्मेवारी भी हम सबको लेनी होगी। इसी को ध्यान में रखते हुए हनुमान बगीची मंदिर में विभिन्न प्रकार के फलदार और छायादार पौंधे लगाए गए क्योंकि पर्यावरण में बढ़ रहा प्रदूषण मानव जीवन के लिए खतरे की घंटी है।

कांग्रेस ने हमेशा पिछड़े और दलित वर्ग के लिए काम किया : शीशराम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहल

पिछड़े व हर वर्ग की भलाई के लिए कांग्रेस पार्टी ने हमेशा काम किया है दूसरी तरफ़ विधानसभा चुनाव को देखकर बीजेपी पार्टी ओबीसी समाज को लुभा कर वोट बटोरने के लिए लगी हुई है ये मात्र चुनावी जुमला है ये बात आज बहल में कांग्रेस कार्यकर्ता साथियों की बैठक को संबोधित करते हुए वरिष्ठ कांग्रेसी नेता व पीसीस डेलीगेट पूर्व चेयरमैन चौधरी शीशराम मेचू ने कही । उन्होंने कहा की भाजपा का सिस्टम है कि अपने फ़ायदे के लिए समाज को इस्तेमाल करना।चुनाव के समय लोक लुभावने वायदे करके समाज में जाती - पाती का ज़हर घोलकर आपसी भाईचारे में फूट डालकर आपस में लड़वाना ये इनकी पुरानी आदत है भाजपा हमेशा धर्म व जात पात के नाम पर चुनाव लड़ती है और कांग्रेस पार्टी हमेशा हर वर्ग की भलाई की योजनाएँ लेकर चुनाव लड़ती है।

बहल। एकत्रित लोगों को संबोधित करते हुए।

गृहणियों को जागरूक कर व्यंजनों का लिया जायजा

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा स्थित बाबा बंदा सिंह बहादुर गुरूद्वारा में भारत गैंस, भारत पैट्रोलियम की तरफ से कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें बतौर मुख्याअतिथि के रूप में टीएम अरविन्द गोयल, सेल्समैन शशीकांत, वार्ड पार्षद प्रतिनिधि जगदंबा महता, विशिष्ट अतिथि के रूप में खाद्य एवं पूर्ति निरीक्षक मंजीत ने शिरकत की। टीम में कुलदीप, श्याम, मा. संदीप, मा. जगदीप, मा. मंदीप, बलवान आदि ने चप्पे चप्पे पर नजर रखी। मंच संचालन मास्टर संदीप शर्मा ने संभाला। कार्यक्रम बवानी खेड़ा स्थित भवानी गैस सेवा के संचालक अशोक बंसल द्वारा आयोजित करवाया गया। कार्यक्रम में सैंकड़ों गृहणियों ने पहुंचकर अधिकारियों द्वारा रसोई में गैस के प्रयोग व रख-रखाव के बारे में बताया कि रात को हमेशा सिलेंडर के रेगुलेटर को बंद रखना चाहिए और सिलेंडर से चूल्हे की दूरी व रखने की स्थिति के बारे गहनता से बताया। किसी समस्या होने पर भारत गैंस के 1906 टॉल फ्री नंबर की जानकारी दी। अधिकारियों ने समय समय पर सिलेंडर, चूल्हे की जांच के प्रति जागरूक करते हुए प्रधानमंत्री उज्जवला योजना के बारे बताया कि अभी तक एजेंसी द्वारा 5 हजार के करीबन गैंस-चूल्हा उपकरण फ्री वितरित किए हैं।

प्रदेश के किसानों को 48 वर्षों से रावी और व्यास नदियों के पानी का इंतजार

हिमाचल के रास्ते लाया जाएगा रावी-व्यास का पानी : जितेंद्र

- जल्द करेंगे सुप्रीम कोर्ट में दाखिल जनहित याचिका

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा प्रदेश के जल संकट को समाप्त करने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए ऐलस हिमाचल मार्ग समिति के अध्यक्ष एडवोकेट जितेंद्र नाथ ने सुप्रीम कोर्ट में एक नई जनहित याचिका दाखिल करने जा रहे हैं। इस याचिका में हरियाणा के किसानों और निवासियों के लिए हिमाचल प्रदेश के रास्ते पानी लाने की योजना को न्यायिक समर्थन दिलाने का प्रयास किया जा रहा है। हरियाणा प्रदेश के किसानों को 48 वर्षों से रावी और व्यास नदियों के पानी का इंतजार है, लेकिन पंजाब के रास्ते से इसे लाने के प्रयास असफल रहे हैं। 2002 में सुप्रीम कोर्ट ने हरियाणा के हक में फैसला सुनाया था कि सतलुज यमुना लिंक नहर बनाई जाए, लेकिन 2016 में पंजाब सरकार ने प्रस्तावित नहर की जमीन किसानों को वापस लौटा दीए जिससे यह विकल्प बंद हो गया। एडवोकेट जितेंद्र नाथ ने 2017 में हिमाचल प्रदेश के रास्ते हरियाणा में पानी लाने का सुझाव दिया। 2019 में सुप्रीम कोर्ट ने भी इस बात पर विचार करने को कहा कि यदि कोई वैकल्पिक रास्ता है, तो उसे अपनाया जाए। हिमाचल के रास्ते से पानी लाने के प्रस्ताव में पंजाब की कोई जमीन शामिल नहीं है और यह सीधे तौर पर हिमाचल से हरियाणा को जोड़ता है। प्रस्तावित नहर नालागढ़, बद्दी, पिंजौर, बरवाला, अम्बाला कैंट से होते हुए जनसुई हेड तक पहुंचेगी, जहां से इसे नहर से जोड़ा जाएगा। इस रास्ते की कुल लंबाई केवल 67 किलोमीटर है।

भिवानी। पत्रकारों से बातचीत करते जितेंद्र नाथ।

सूचना

मैं, बृजानन्द पुत्र श्री विद्यानन्द निवासी गांव बास कुड़ल तहसील लोहारू जिला भिवानी (हरियाणा) बयान करता हूं कि मेरी पत्नी प्रियंका मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

भिवानी। वन महोत्सव के दौरान विद्यार्थियों में पौधे वितरित करते हुए।

केएम स्कूल में विद्यार्थियों में वितरित किए गए पौधे

भिवानी। के. एम.पब्लिक स्कूल में वन महोत्सव के अंतर्गत पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान इको क्लब के सदस्यों ने विद्यालय की हर्बल वाटिका में पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया तथा वन विभाग द्वारा प्राप्त 500 औषधीय व सजावटी पौधे विद्यार्थियों में वितरित किए गए। इको क्लब पर्यावरणीय मुद्दों के बारे में सामाजिक जागरूकता बढ़ाने औरकार्यक्रमों के माध्यम से पर्यावरण और इसके संरक्षण के प्रति छात्रों के दृष्टिकोण को बदलने के लिए प्रतिबद्ध है।

हाईकोर्ट के आदेश का भी अपमान कर रही सरकार

भिवानी। आम आदमी पार्टी की प्रदेश उपाध्यक्ष इंदु शर्मा ने हाईकोर्ट के आदेश के बावजूद बीजेपी सरकार द्वारा शंभू बॉर्डर नहीं खोलने के मुद्दे पर सरकार को घेरा। उन्होंने कहा कि हाइकोर्ट ने शंभू बॉर्डर और खनौरी बॉर्डर को लेकर कहा था कि स्टेट हाईवे को किसी भी हालत में बंद नहीं किया जा सकता। जिसको लेकर हाईकोर्ट ने 10 जुलाई को 7 दिन में बॉर्डर खोलने का आदेश दिया था। लेकिन बड़े शर्म की बात है कि हरियाणा की बीजेपी सरकार हाईकोर्ट के आदेश का सम्मान करने को तैयार नहीं है।

सकारात्मक संदेश देते हैं समाजसेवा के कार्यः शास्त्री

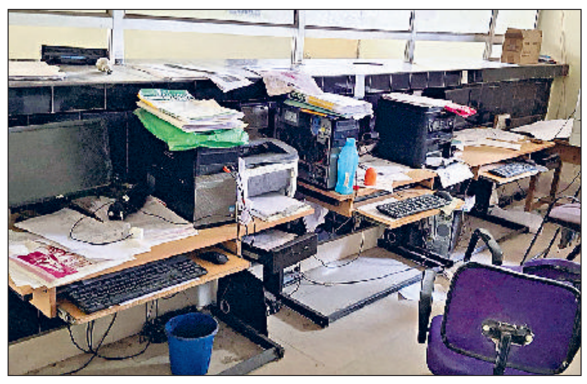
भिवानी। जीवनपर्यंत समाजसेवा के माध्यम से आमजन की सेवा करने वाले डॉ. जगदीश शर्मा की 5वीं पुण्यतिथि को आज आमजन की सेवा की दिशा में कार्य कर मनाई गई। डॉ. जगदीश की 5वीं पुण्यतिथि पर उनकी धर्मपत्नी धनपति देवी ने गांव पाथरवाली के मंदिर प्रांगण में ठंडे पानी का कूलर भेंट किया। इसके अलावा 51 पौधें भी रोपित किए गए। इस मौके पर उनके पुत्र सुनील शास्त्री, सुरेश शास्त्री, राजेश, अशोक सतीश आदि मौजूद रहे।

कम्प्यूटर ऑपरेटर गए हड़ताल पर, नहीं बन पा रहे लाइसेंस-आरसी

हड़ताल के चलते लोगों को उठानी पड़ रही अनेक तरह की समस्याएं

हड़ताल के कारण सरकार को भी रोजाना करोड़ों के राजस्व का उठाना पड़ रहा नुकसान आमजन को बिना काम हुए लौटना पड़ रहा वापस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी



भिवानी। कम्प्यूटर ऑपरेटर के हड़ताल जाने के बाद खाली पड़ी कुर्सियां व खाली पड़े ऑपरेटर के केबिन। फोटो :हरिभूमि

अपनी विभिन्न मांगों को लेकर लंबे समय से संघर्षरत भारतीय मजदूर संघ से संबंधित हरियाणा कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज संघ पिछले करीबन एक वर्ष से लगातार सरकार को उनकी मांगों के प्रति चेताने का काम कर रहे हैं। लेकिन सरकार कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज की मांगों के प्रति कुंभकरणीय नींद में सोई हुई है। जिसके चलते कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज को मजबूरीवश अनिश्चितकालीन हड़ताल की राह अपनानी पड़ी। जिसके चलते बुधवार को तीसरे दिन भी कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज की हड़ताल जारी रही। दूसरी तरफ कम्प्यूटर ऑपरेटरों की हड़ताल के चलते बुधवार को भी तहसील व उपायुक्त कार्यालय स्थित ई दिशा केंद्र में कोई भी कार्य नहीं हुआ। ऑपरेटरों की हड़ताल के चलते लोगों को बिना कार्य करवाए ही वापस लौटना पड़ा। यह स्थिति भिवानी के अलावा तोशाम, बवानी,खेड़ा व लोहारू में भी बनी रही। पूरे दिन विभिन्न कार्य के लिए आए लोगों को वापस लौटना पड़ा। गौरतलब है कि कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज के हड़ताल पर जाने से ड्राइविंग लाइसेंस, गाडियों के पंजीकरण व नवीनीकरण एवं ट्रांसफर, जमीन की रजिस्ट्रियां व इंतकाल सहित विभिन्न प्रकार की 256 ऑनलाईन सेवाएं पूर्ण रूप से बाधित है। जिसके चलते एक तरफ जहां नागरिकों को खासी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है तो वही दूसरी तरफ सरकार को भी रोजाना करोड़ों रूपयों का नुकसान हो रहा है।

हरियाणा कंप्यूटर प्रोफेशनल संघ के जिला अध्यक्ष अनिल कुमार, कार्यकारी अध्यक्ष पवन कौशिक व जिला महामंत्री गुरदीप सिंह ने बताया कि सरकार कर्मचारियों की मांगों के प्रति लगातार अनदेखा रवैया अपनाए हुए है। जिसके चलते कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज में रोष है तथा वे अब सरकार से आर-पार की लड़ाई का मूढ़ बना चुके है। उन्होंने चेतावनी देते हुए कहा कि यदि सरकार ने जल्द ही कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज की मांगों को पूरा नहीं किया तो भाजपा को इसका खामियाजा आने वाले चुनाव में भुगतना पड़ेगा।

उन्होंने कहा कि उनकी मांगों में डीआईटीएस का केंद्रीयकरण करते हुए बजट का प्रावधान, कर्मचारियों के पद सर्जित, नियमतिकरण की पॉलिसी में डीआईटीएस के आधीन कार्यरत कर्मचारियों को शामिल करते हुए नियमित किए जाने तथा तब तक 58 वर्ष की सेवा सुरक्षा दिए जाने, हरियाणा कौशल रोजगार निगम में भेजे गए सभी डीआईटीएस कर्मचारियों को डीआईटीएस में शामिल किए जाने, समान काम-समान वेतन, डीआरडीए/रैडक्रॉस के समकक्ष डीआईटीएस के आधीन कार्यरत कर्मचारियों को लाभ प्रदान किए जाने की मांग है। जिन्हे पूरा किए जाने की मांग को लेकर कंप्यूटर प्रोफेशनल्ज संघर्षरत है तथा अब तक उनकी मांगें पूरी नहीं होंगी, वे पीछे नहीं हटेंगे।

भिवानी। हलवासिया स्कूल में तंबाकू मुक्त भारत की शपथ लेते स्वयंसेवक व शिक्षक।

स्वयंसेवकों ने तंबाकू मुक्त भारत की दिलाई शपथ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हलवासिया विद्या विहार के वरिष्ठ विभाग की प्रार्थना सभा की वेला में एकलव्य सदन की देख-रेख में भारत सरकार शिक्षा मंत्रालय, राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद गुरुग्राम हरियाणा व सी.बी.एस.ई की गाइडलाइंस के निर्देशानुसार राष्ट्रीय सेवा योजना प्रभारी आचार्या कविता तंवर के निर्देशन में राष्ट्रीय स्वयंसेवकों के द्वारा 'तंबाकू मुक्त शिक्षण संस्थान' कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसका उद्देश्य विद्यार्थियों को तंबाकू के सेवन से होने वाले खतरों और उसके स्वास्थ्य पर पड़ने वाले नकारात्मक प्रभावों के प्रति जागरूक करना रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ मां शारदा के समक्ष पुष्पार्पण व द्वीप प्रज्ज्वलन के साथ हुआ। कक्षा ग्यारहवीं 'इ' की स्वयंसेविका मुस्कान यादव ने अपने ओजस्वी स्वर में तंबाकू मुक्त भारत पर भाषण प्रस्तुत किया। क क्ष ा ग्यारहवीं 'इ' की स्वयंसेविका नैना सिंह ने प्रेरक प्रसंग के माध्यम से विद्यार्थियों को धूम्रपान, तंबाकू व गुटखा जैसी नशे की आदतों से दूर रहने की सलाह दी। कक्षा बारहवीं 'एफ' की स्वयंसेविका इशू ने अपनी सुमधुर आवाज में नशा न करना, मान लो कहना, प्यारे भाई-बहना,वरना होगी बड़ी खराबी' गीत की शानदार प्रस्तुति दी। मंच संचालन स्वयंसेविका रिया सिंह ने किया। प्राचार्य विमलेश आर्य ने बताया कि किशोरावस्था में विद्यार्थियों को जो जागरूक रहने की बहुत आवश्यकता है क्योंकि इसी अवस्था में विद्यार्थी जल्दी ही नशे के सेवन जैसी बुरी आदत के चंगुल में फंस जाते हैं। इससे बचने के लिए विद्यार्थियों को स्वयं जागरूक रहना होगा, तभी वह स्वयं को स्वस्थ व सुरक्षित रख पाएंगे।

जन-संवाद कार्यक्रमों में आई शिकायतों का अधिकारी गम्भीरता से करें निपटानः डीसी

भिवानी। डीसी मनदीप कौर ने कहा कि जन-संवाद कार्यक्रमों के दौरान आई शिकायतों अधिकारी गम्भीरता से यथाशीघ्र निपटान करना सुनिश्चित करें। डीसी ने समस्याओं के निवारण के साथ-साथ पोर्टल को अपडेट करने के निर्देश दिए हैं। उल्लेखनीय है कि गत जनवरी और फरवरी माह के दौरान हल्का बवानीखेड़ा, तोशाम व भिवानी के गांव खरक, कलिंगा, चांग, भिवानी शहर, बवानीखेड़ा कस्बा, धनाना, बलियाली, बापोड़ा, दिनोद, तोशाम, संडवा व कैरू आदि में मुख्यमंत्री द्वारा जन-संवाद कर ग्रामीणों की समस्याएं सुनी गई थी। जनसंवाद कार्यक्रमों के दौरान ग्रामीणों ने मुख्यमंत्री के समक्ष सिंचाई विभाग, स्वास्थ्य विभाग, पंचायत विभाग, जन स्वास्थ्य आदि विभिन्न विभागों से संबंधित अनेक मांगे रखी थी। हालांकि विभिन्न विभागों द्वारा जनसंवाद कार्यक्रमों के दौरान आई मांगों व समस्याओं पर कार्रवाई की जा रही है। इसके साथ ही डीसी मंदीप कौर ने विभागों के अधिकारियों को जनसंवाद से संबंधित कार्यों में तेजी लाने के निर्देश दिए हैं।

समाधान प्रकोष्ठ ने डीआरडीए हॉल में सुनी आमजन की समस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

डीसी मनदीप कौर के मार्गदर्शन में बुधवार को लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए हॉल में समाधान शिविर का आयोजन किया गया। समाधान शिविर में एसपी वरुण सिंगला, एसडीएम हरबीर सिंह और नगराधीश विपिन कुमार ने लोगों की समस्याएं सुनी। आपसी विवाद या झगड़े से संबंधित समस्याओं को पुलिस अधीक्षक श्री सिंगला ने सुना। इस दौरान विभिन्न गांवो के 23 लोगों ने अपनी समस्याएं रखी, जिसके समाधान के लिए मौके पर ही मौजूद अधिकारियों को जरूरी निर्देश दिए गए। शिविर के दौरान लोगों ने जन्म प्रमाण पत्र, परिवार पहचान पत्र में आय, नाम आदि त्रुटि को दुरुस्त करवाने, छात्रवृत्ति का लाभ दिलवाने, दिव्यांगता प्रमाण पत्र बनवाने, पेंशन योजना का लाभ दिलाने और 100 गज के प्लॉटों पर उनका कब्जा दिलाने की मांग रखी। इसके अलावा दो-तीन लोगों ने आपसी विवाद संबंधित समस्याएं भी समाधान शिविर में रखी, जिनको पुलिस अधीक्षक श्री सिंगला ने स्वयं सुना और उनकी समस्या का समाधान करने का आश्वासन दिया। इसी प्रकार से अन्य समस्याओं के समाधान के लिए एसडीएम और नगराधीश ने संबंधित विभागों के अधिकारियों को निर्देश दिए। नागरिकों ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि आमजन की समस्याओं के समाधान के लिए सरकार के निर्देशानुसार समाधान शिविरों का आयोजन किया जा रहा है।

बेरोजगारी-महंगाई में प्रदेश नंबर-वन : बिरेंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। बेरोजगारी व महंगाई को लेकर विरोध जताते वेटरन संगठन के सदस्य।

वेटरन संगठन भिवानी के प्रधान सूबेदार मेजर बिरेंद्र सिंह ग्रेवाल ने कहा कि कांग्रेस सरकार में हरियाणा प्रदेश वर्ष 2014 तक प्रति व्यक्ति आय, निवेश, नौकरी देने में, कानून-व्यवस्था में, खेल-खिलाड़ियों में देश भर में नंबर वन पर था, वो ही हरियाणा भाजपा के 10 वर्षो के शासनकाल के दौरान आज बेरोजगारी, महंगाई, अपराध में नंबर वन पर आ चुका है। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ने देश व प्रदेश की तरक्की एवं विकास कार्यो पर ब्रेक सा लगा दिया है। बिरेंद्र सिंह ग्रेवाल बामला कांग्रेस के हरियाणा मांगे हिसाब, अभियान के तहत लोगों से बातचीत कर रहे थे। इस दौरान उन्होंने भाजपा की जनविरोधी नीतियों व कांग्रेस के संकल्प पत्र की जानकारी लोगों को दी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस का उद्देश्य सत्ता हासिल करना नहीं, बल्कि जनसेवा करते हुए प्रदेश व देश से बेरोजगारी, महंगाई, अपराध, नशाखोरी को खत्म करना है। उन्होंने कहा कि आज हर वर्ग भाजपा सरकार से परेशान और दुखी है। प्रदेश में भ्रष्टाचार का बोलबाला है। उन्होंने कहा कि इस सरकार ने किसानों की आमदनी दोगुनी करने का वादा किया था, लेकिन भाजपा ने पूंजीपतियों के फायदों को देखते हुए किसानों की आमदनी की बजाय लागत दोगुनी कर दी। उन्होंने कहा कि भाजपा ने सबसे अधिक विश्वासघात युवाओं से अग्निवीर योजना लागू कर किया है। इस अवसर पर वेटरन उप प्रधान रामकुमार सीपर, मनोज नेहरा कैप्टन राजपाल दहिया, कैप्टन नरेंद्र सिंह, सुबेदार जगतसिंह, नायक श्रीराम जांगड़ा आदि मौजूद रहे।

बीएम स्कूल में छात्रों को गीले व सूखे कचरे के बारे में किया जागरूक

भिवानी। नगर परिषद के निर्देशानुसार श्रीश्याम वेस्ट मैनेजमेंट की अवेयरनेस टीम ने बीएम हाई स्कूल में सफाई अपनाओ, बीमारी भगाओ अभियान के तहत बच्चों को स्वच्छता के प्रति जागरूक किया। अभियान का मुख्य उद्देश्य बच्चों में स्वच्छता की महत्ता और उसके लाभों के प्रति जागरूकता फैलाना था। कार्यक्रम के दौरान स्टैंड विद नेचर के अध्यक्ष डॉ. लोकेश भिवानी ने बच्चों को बताया कि अपने स्कूल परिसर और आसपास की जगहों को साफ-सुथरा रखना कितना महत्वपूर्ण है। उन्होंने कि कचरे को हमेशा डस्टबिन में ही डालें और प्रशासन के सफाई अभियान में सहयोग करें। बच्चों को यह संदेश दिया गया कि अगर उनके आसपास सफाई रहेगी तो उनका विद्यालय और शहर स्वच्छ और स्वस्थ रहेगा तथा बीमारियों से मुक्त रहेगा। इस अवसर पर मुख्य वक्तव्य डॉ. लोकेश भिवानी और पंकज ओमप्रेम ने दिया। उन्होंने बच्चों को स्वच्छता के प्रति जागरूक रहने के लिए प्रेरित किया और बताया कि स्वच्छता ही स्वस्थ जीवन की कुंजी है।

बरसाती पानी की निकासी का स्थायी समाधान शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

चरखी दादरी के वार्ड नंबर-14 के रविदास नगर में बरसाती पानी की निकासी के स्थायी समाधान के लिए कार्य शुभारंभ करते नगर पार्षद सत्यवीर चौहान।

वार्ड नम्बर-14 के रविदास नगर में कलियाणा रोड़ पर पिछले 20 वर्षो से बनी बरसाती पानी की निकासी के स्थाई समाधान के लिए बुधवार को काम शुरू हो गया है। कार्य शुरू करने का उद्घाटन वार्ड नम्बर-14 के नगर पार्षद सत्यवीर चौहान ने वार्डवासियों के सहयोग से नारियल फोड़ कर किया। पार्षद चौहान ने बताया कि वार्डवासी पिछले 20 वर्षो से बहुत ज्यादा परेशान थे। उक्त स्थान पर हर समय 2 से 3 फुट तक पानी भरा रहता था, जिसकारण यहां पर कीचड़ जैसी स्थिति बनी रहती थी। लोगों को यहां से आने जाने के लिए बहुत कठिनाईयों का सामना करना पड़ता था, विशेषकर बुजुर्ग और स्कूली बच्चों को पानी के अंदर से होकर जाना पड़ता था, यहां तक यह रास्ता शहर के रामबाग के साथ-साथ लगभग 40 गांवों को जोड़ने वाले मैन रास्ता यही था, लेकिन प्रशासन व सरकार द्वारा इस पर कोई ध्यान नहीं दिया गया, जिसके लिए नगर पार्षद ने वार्ड व शहरवासियों के साथ मिलकर समय-समय पर भूख हड़ताल व धरना प्रदर्शन भी करने पड़े थे। सीवरेज व्यवस्था बिल्कुल ठप थी। बरसात के समय तो यहां घरों के आगे तक 2 से 3 फुट तक पानी जमा होने लग जाता था और घरों में पानी घुस जाता था। 2019 में जनस्वास्थ्य विभाग के मंत्री व स्थानीय प्रशासन भी मौका मुआयना कर चुके थे फिर भी कोई समाधान नहीं किया गया था। अनेक बार सांसद व मंत्रियों से मिलकर उक्त समस्या का समाधान करवाने के लिए ज्ञापन दिए गए किन्तु उक्त मांग पर कोई ध्यान नहीं दिया गया।

पूर्व सीएम हुड्डा व प्रभारी बाबरिया से मिले पूर्व सीपीएस रामकिशन

भिवानी। रामकिशन फ़ौजी पूर्व सीपीएस ने आज दिल्ली मे हरियाणा प्रभारी दीपक बाबरिया व नेता प्रतिपक्ष चौधरी भूपेंद्र सिंह हुडा से मुलाक़ात की। इस दौरान पूर्व सीपीएस फौजी ने भिवानी की राजनीति पर दोनों नेताओं से चर्चा की। साथ ही रामकिशन फ़ौजी ने बवानी खेड़ा हलके मे चल रहे अपने अभियान के बारे मे बताया तथा आगे होने वाले कायकर्मो के बारे विस्तार पूर्वक बताया। हरियाणा प्रदेश में सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा की पदयात्रा से हरियाणा मांगे हिसाब अभियान के तहत पदयात्रा से भाजपा की जन विरोधी सरकार को बदलने का काम करेंगे। आमे वाले समय मे यात्रा बवानी खेड़ा व भिवानी पहुंचेगी तो उसका पुरजोर स्वागत करेंगे। क्योंकि हलके की जनता भाजपा की जनविरोधी नीतियों से ऊब चुकी है। अब जनता सता परिवर्तन चाहती है। उन्होंने कहा कि हरियाणा की भाजपा सरकार पर अल्पमत का खतरा मंडरा रहा है। पृथला से निर्दलीय विधायक नयन पाल रावत ने भाजपा सरकार का साथ छोड़ दिया है। रावत सरकार और प्रशासनिक कार्य प्रणाली से खफा हैं। निर्दलीय विधायक का कहना है कि पूर्ण समर्पण के बावजूद सरकार से सहयोग नहीं मिला। इससे पहले, 3 निर्दलीय विधायक भाजपा से समर्थन वापस ले चुके हैं। दादरी से विधायक सोमबीर सांगवान, पूंडरी से रणधीर गोलन और नीलोखेड़ी से धर्मपाल गोंधर ने कांग्रेस को समर्थन दे रखा है। उन्होंने प्रदेश में पूर्व सीएम भूपेंद्र सिंह हुडडा व सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा की अगुवाई में सरकार बनने का दावा किया। कांग्रेस की सरकार बनने के बाद प्रदेश में विकास कार्यो की गंगा बहा दी जाएगी। पूरे प्रदेश का चहुंमुखी विकास करवाया जाएगा।

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
5×8 सें.मी 10×8 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

भिवानी। मरीजों की आंखों की जांच करते चिकित्सक।

नेत्र ऑपरेशन व कैंसर स्क्रीनिंग के लिए मरीजों ने करवाई जांच

भिवानी। दादरी गेट स्थित श्रीकृष्ण प्रणामी मंदिर के प्रांगण में बुधवार को भिवानी परिवार मैत्री संघ द्वारा आयोजित निःशुल्क नेत्र जांच एवं कैंसर स्क्रीनिंग कैंप में 300 लोगों को पहले आओ-पहले आओ के आधार पर कूपन वितरित किए गए। इस दौरान चिकित्सकों की टीम द्वारा 67 मरीज का निःशुल्क नेत्र ऑपरेशन के लिए चयन किया गया तथा 15 मरीजों ने कैंसर स्क्रीनिंग जांच करवाई। भिवानी परिवार मैत्री संघ के अध्यक्ष व अंतरराष्ट्रीय कवि राजेश चेतन ने कहा कि संघ द्वारा आंखों के निःशुल्क आपरेशन व कैंसर स्क्रीनिंग के लिए कैंप का आयोजन किया जा रहा है। कैंप अब महीने के तीसरे बुधवार को आयोजित किया जाता रहेगा।

समस्या भिवानी के देवसर चुंगी चौक पर रोजाना वाहन हो रहे क्षतिग्रस्त

विभाग मामले में ले जल्द संज्ञान, मेनहॉल के कारण रोड पर लगता है जाम

मुख्य मार्ग पर बना मैनहोल वाहन चालकों की जान के लिए बन गया खतरा : भारद्वाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

क्षतिग्रस्त मैनहोल में फंसा कार का पहिया व सड़क के बीच क्षतिग्रस्त सीवर का मैनहोल।

भिवानी के देवसर चुंगी चौक पर बार-बार सीवरेज का होल टूटने के कारण वाहन चालकों को बड़ी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। मैनहॉल के अंदर चलते वाहन फंस कर क्षतिग्रस्त हो जाते हैं, जिन्हें काफी आर्थिक व जान माल का नुकसान उठाना पड़ता है। इस बारे में संबंधित विभाग को बार-बार अवगत करवाया जा रहा है, लेकिन ये समस्या स्थायी रूप से हल नहीं हुई है, जिसके चलते जिला प्रशासन से सड़क सुरक्षा कार सेवा अभियान के तहत नेताजी सुभाषचंद्र बोस युवा जागृत सेवा समिति मांग करती है कि जल्द से जल्द समस्या को हल किया जाए, ताकि राहगीरों और वाहन चालकों को बड़ी घटना घटित होने से बचाया जा सके।

सड़क एवं कार सेवा अभियान के संयोजक राष्ट्रीय युवा पुरस्कार विजेता अशोक कुमार भारद्वाज ने कहा कि जनहित को देखते हुए संबंधित विभाग समस्या को जल्द से जल्द हल करें और जिला प्रशासन मामले में संज्ञान लें, ताकि विकट समस्या जल्द हल हो सके और यहां पर घटनाएं घट सकें। उन्होंने कहा कि बार-बार यहां घटनाएं घट रही हैं। लोगों को बड़ा नुकसान हो रहा है। बार-बार स्थानीय लोगों द्वारा भी जानकारी दी है,लेकिन उसके बाद भी समस्या ज्यों की त्यों बनी हुई है। भारद्वाज ने कहा कि करीब 2 साल से ये समस्या बनती आ रही है, इसलिए यहां स्थाई समाधान होना चाहिए, ताकि लोगों को नुकसान न उठाना पड़े।

भारद्वाज ने कहा कि हीट एंड रन सड़क सुरक्षा कार सेवा अभियान के तहत लोगों को जागरूक किया जाता है और संबंधित विभाग को संज्ञान में दिया जाता है, ताकि समस्या जनहित को देखते हुए जल्द से जल्द ठीक हो जाए। उन्होंने कहा कि मैनहॉल में वाटर सप्लाई का प्वाइंट है,जहां से वाटर सप्लाई के लिए वॉल को खोला जाता है। करीब पिछले तीन दिन में दर्जनों वाहन क्षतिग्रस्त हुए हैं।