

हरिभूमि मिवाणी-दादरी भूमि

रोहतक, मंगलवार, 17 जून, 2025

11 खेलों को बढ़ावा देने का हर संभव प्रयास कर रही ...



12 पानी किल्लत को लेकर लक्ष्मी नगर बूस्टर पर ...



खबर संक्षेप

सोलर सिस्टम लगाने पर 40 से 60% अनुदान

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि मत्स्य पालन विभाग द्वारा अनुसूचित जाति के लोगों के लिए वेलफेयर ऑफ शेड्यूल कास्ट फैमिली अंडर फिशरीज सेक्टर स्पेशल कंपोनेंट योजना के अंतर्गत अनुदान के रूप में वित्तीय सहायता दी जा रही है। अनुसूचित जाति के व्यक्ति को मछली पालन के लिए पंचायती तालाब पट्टे पर लेने के लिए प्रथम वर्ष पट्टा राशि पर 50 हजार रुपये प्रति हेक्टेयर अथवा पट्टे की वास्तविक राशि का 50 प्रतिशत का अनुदान प्रदान किया जाता है।

राज्य स्तरीय सीनियर

बॉक्सिंग के ट्रायल कल भिवानी। खेल विभाग हरियाणा द्वारा पंचकूला में 27 से 29 जून तक राज्य स्तरीय महिला एवं पुरुष सीनियर बॉक्सिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। राज्य स्तरीय बॉक्सिंग प्रतियोगिता के लिए जिले के मुक्केबाजों का चयन किया जाएगा, जिसके लिए बुधवार को ट्रायल रखा गई है। ट्रायल में 20 खिलाड़ियों का चयन होगा। ट्रायल में चयनित होने व पंचकूला में 27 से 29 जून तक होने वाली राज्य स्तरीय महिला एवं पुरुष सीनियर बॉक्सिंग प्रतियोगिता में भाग लेंगे।

सीए सेल की प्रोफेशनल

मीट 18 जून को होगी भिवानी। पंचोत्तर घट में 18 जून सांय 4:00 बजे भारतीय जनता पार्टी (बीजेपी) के सीए सेल द्वारा एक विशेष प्रोफेशनल मीट का आयोजन किया जाएगा। इस बैठक में चार्टर्ड अकाउंटेंट, डॉक्टर और एडवोकेट वर्ग के प्रतिष्ठित प्रोफेशनल भाग लेंगे। बैठक का उद्देश्य प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 11 वर्षों के सफल कार्यकाल में किए गए विकास कार्यों की जानकारी देना और देश को आर्थिक रूप से और अधिक मजबूत बनाने पर विचार-विमर्श करना है।

मेधावी छात्र संशोधित

योजना 19 जून तक चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि डॉ. भीमराव आंबेडकर मेधावी छात्र संशोधित योजना के अंतर्गत वर्ष 2024-25 के लिए सरल पोर्टल पर ऑनलाइन आवेदन करने की अंतिम तिथि 28 फरवरी तक थी, जिन लाभार्थियों ने अभी तक अपने दस्तावेज जमा नहीं करवाए वे 19 जून तक अपने दस्तावेज जिला कल्याण अधिकारी कार्यालय में जमा करवा सकते हैं ताकि उन्हें योजना का समय पर लाभ मिल सके। जिला कल्याण अधिकारी देवेन्द्र कुमार ने बताया कि दादरी कार्यालय में कुल 3142 आवेदन पत्र प्राप्त हुए थे।

सरकार की ग्राम दर्शन

पोर्टल पारदर्शी पहल चरखी दादरी। ग्रामीण अंचल के निवासी अब सरकार को विकास कार्यों संबंधी मांग, शिकायत और सुझाव सीधे ऑनलाइन माध्यम से दे सकेंगे। हरियाणा सरकार द्वारा इसके लिए ऑनलाइन पोर्टल शुरू किया गया है। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने जानकारों से पूछा कि ग्राम दर्शन पोर्टल सरकार की एक व्यापक, सहभागी, पारदर्शी और जवाबदेह पहल है। उन्होंने कहा कि इसका उद्देश्य निर्वाचित प्रतिनिधियों, सरकार और ग्रामीणों के बीच संबंध स्थापित करना है।

शिक्षिका मोनिका शर्मा का जल बचाओ अभियान

भिवानी। गांव नीमडी वाली में पर्यावरण और जल संकट को लेकर एक अनुकरणीय पहल देखने को मिली, जहां शिक्षिका मोनिका शर्मा ने जल बचाओ अभियान चलाकर ग्रामीणों को जागरूक किया। उन्होंने घर-घर जाकर ग्रामीणों से संवाद किया और पानी की एक-एक बूँद की कीमत को समझाया। जल संरक्षण अभियान के तहत शिक्षिका मोनिका शर्मा ने ना केवल जल संरक्षण के महत्व पर जोर दिया।

आए दिन हो रहे हादसे, दुपहिया वाहन चालक हो रहे चोटिल व वाहन क्षतिग्रस्त

सड़क व चौक-चौराहों पर निकली रोड़ियां दे रही हादसों को निमंत्रण

जिला प्रशासन व नप के अधिकारियों की सख्ती न होने से टेकेदार कर रहे कार्य में लेट-लतीफी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मिवाणी



भिवानी। रोहतक चौक महाराजा अग्रसेन चौक के निर्माण के दौरान सड़क पर बिखरी रोड़ियों के ऊपर से निकलते वाहन। फोटो: हरिभूमि



भिवानी। कमला भवन के सामने सड़क पर उखड़ी रोड़ियों के ऊपर से निकलते दुपहिया वाहन। फोटो: हरिभूमि

जिला प्रशासन व नगर परिषद की ओर से चौक-चौराहों के सौंदर्यीकरण एवं सड़कों का निर्माण किया जा रहा है। सौंदर्यीकरण एवं निर्माण कार्य में टेकेदार की लेट लतीफी एवं लापरवाही के चलते आएदिन हादसे घटित हो रहे हैं। टेकेदारों के द्वारा कार्य अथर में झोड़कर अन्य जगहों पर काम किया जा रहा है और चौक-चौराहों व सड़क पर रोड़ी सहित निर्माण सामग्री छोड़ दी गई है, जिससे आएदिन दुपहिया वाहन चालक गिरकर चोटिल हो रहे हैं। इस संबंध में जिला प्रशासन व नगर परिषद प्रशासन को विशेष ध्यान देने की जरूरत है कि चौक-चौराहों के सौंदर्यीकरण व निर्माण कार्य लगातार करवाए जाए और बाकि बची रोड़ी क्रेशर सहित निर्माण

सामग्री को उठवाकर सफाई करवाएं, जिससे हादसे होने का अंदेश न रहे। उल्लेखनीय है कि रोहतक चौक पर महाराजा अग्रसेन चौक का सौंदर्यीकरण, कमल भवन के सामने सड़क निर्माण, बड़चौक सर छोदूराम चौक पर सड़क, महम चौक भगवान परशुराम चौक का निर्माण करवाया जा रहा है, जिन पर कई दिनों से कार्य चल रहा है। नगर परिषद व जिला प्रशासन की सख्ती नहीं होने से टेकेदार लापरवाही एवं मनमानी कर रहे हैं, जिसके चलते निर्माण कार्य काफी धीमे चल रहे हैं। टेकेदार के द्वारा रोहतक चौक, कमला भवन, महम गेट, महम

रात को होती ज्यादा परेशानी
चौराहों के चारों तरफ सड़क पर रोड़ियां पड़ी होने व गड्ढों होने से रात के समय हादसे ज्यादा हो रहे हैं, क्योंकि दोपहिया वाहन चालक जैसे ही चौराहे से राउंड में घुमाता है तो टायर के नीचे रोड़ी आकर बाइक व स्कूटी फिसल जाती है या फिर टायर फट जाता है। वहीं रात के समय तेज रफ्तार में चल रही बाइक व स्कूटी के आगे अचानक गड्ढा आ जाने से संतुलन भी बिगड़ जाता है और गड्ढे में गिरकर वाहन क्षतिग्रस्त तथा चालक घायल हो जाते हैं।

फॉर व्हीलर भी आएदिन पंचर हो रहे और टायर भी फट रहे हैं। वहीं सड़कों के बीच बने गड्ढों के कारण लोग हादसे का शिकार हो रहे हैं। क्षेत्रवासी सुरेंद्र संप्रवाल, डॉ. सुरेंद्र वर्मा, सत्यवान शर्मा व आनंद ने बताया कि निर्माण कार्य के लिए सड़क के बीच डाली गई रोड़ियों के कारण दोपहिया वाहन फिसलकर चालक घायल हो रहे हैं, जिससे



भिवानी। महम चौक भगवान परशुराम चौक के निर्माण के दौरान सड़क पर बिखरी व उखड़ी रोड़ियों के ऊपर से निकलते वाहन। फोटो: हरिभूमि

बरसात के मौसम में होगी और अधिक परेशानी

शहर की सड़कें टूटी पड़ी हैं और चौराहों पर रोड़ियां पड़ी हैं, जो बरसात के मौसम में और ज्यादा मुसीबत पैदा करेंगी। बरसात के समय में सड़क के बीच बने गड्ढों में पानी भर जाएगा और वाहन चालकों व राहगीरों को गड्ढे नजर नहीं आएंगे, जिससे हादसे घटित होंगे। जनप्रतिनिधियों व जिला प्रशासन को चाहिए कि समय रहते बरसात से पहले सड़कों में बने गड्ढों को भरवाए, अन्यथा बड़ा हादसा हो सकता है।

अनेक बार करवाया अवगत, कोई नहीं समाधान

शहर में सड़कों पर रोड़ियां उखड़ी पड़ी हैं और गड्ढे बने हुए हैं, जिसको लेकर शहरवासियों ने अनेक बार जनप्रतिनिधियों व जिला प्रशासन को समस्या से अवगत करवाया जा चुका, लेकिन कोई समाधान नहीं किया गया। उक्त समस्याओं के चलते वाहन चालकों व राहगीरों को आवागमन में काफी परेशानी होती है। जिला प्रशासन के सुस्त रक्ये के चलते शहरवासियों काफी परेशानियों का सामना कर रहे हैं।



भिवानी। लघु सचिवालय मार्ग पर सड़क के बीच बने गड्ढे। फोटो: हरिभूमि

शिखा ने जीता बेस्ट लिफ्टर का खिताब

पॉवर लिफ्टिंग जूनियर व सीनियर में दिखाया दम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

पुणे के बेलीवाडी स्टेडियम में 15 जून को महाराष्ट्र पावर लिफ्टिंग एसोसिएशन द्वारा डायनमो स्पोर्ट्स फेस्टिवल द्वारा क्लासिक पावरलिफ्टिंग चैम्पियनशिप का आयोजन किया गया। इसमें दादरी जिले के गांव अखत्यारपुरा निवासी शिखा सांगवान ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए जूनियर व सीनियर वर्ग में गोल्ड मेडल जीतकर दोनों वर्गों में बेस्ट लिफ्टर का खिताब जीता। प्रतियोगिता में देशभर के सैंकड़ों अनुभवी पावरलिफ्टर्स ने भाग लिया। कठिन प्रतियोगिता के बीच शिखा ने अपनी कड़ी मेहनत और



चरखी दादरी। विजेता शिखा सांगवान को मेडल देते आयोजक। फोटो: हरिभूमि

समर्पण से शीर्ष स्थान प्राप्त किया। शिखा सांगवान ने अपनी इस उपलब्धि का श्रेय अपने कोच व अंतरराष्ट्रीय बॉडी बिल्डर मुकेश गहलोत को दिया है। जिनके मार्गदर्शन में वह दिल्ली में नियमित व कठिन प्रशिक्षण ले रही हैं। उनके

नीट में प्रतिभा चमकाने वाली बेटियों का सम्मान

युवा कल्याण संगठन के संरक्षक कमल प्रधान ने सम्मानित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ तोशाम

भारत की सबसे अहम मेडिकल परीक्षा नीट में अपनी कामयाबी का लोहा मनवाने पर तोशाम हल्के की बेटियों को वरिष्ठ कांग्रेसी नेता और युवा कल्याण संगठन के संरक्षक कमल सिंह प्रधान ने सम्मानित किया। सम्मानित होने वाली छात्राओं में खरकड़ी सोहान निवासी हिमांशी पुत्री पवन कुमार (एआईआर 20983), गांव दुल्हेडी निवासी परी बुल्ला पुत्री महेंद्र सिंह (एआईआर 4269), अंशिका सुपुत्री अश्विनी तहला (एआईआर 120) निवासी गारनपुर कलां,



तोशाम। नीट में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागीयों को सम्मानित करते हुए।

खरकड़ी माखवान निवासी तनुज पुत्री राजेश कुमार (एआईआर 3060) रहीं। इन होनहार प्रतिभाओं को सम्मानित करते हुए कमल प्रधान ने कहा कि इन बेटियों ने हर प्रकार की परिस्थितियों में संघर्ष करते हुए यह मुकाम हासिल किया है जिसका सबसे बड़ा श्रेय खुद

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर युद्धवीर वेयरमेन, गड्ढे खरकड़ी, बीर सिंह चौहान, कृष्ण पंचाल, राजेश पंचाल, पवन कुमार, महेंद्र, अश्विनी, राजेश कुमार, मुकेश शर्मा दाणी माहु, प्रदीप कालीरमन, योगेश पंचाल, सदीप पंचाल, मनोज थिलोड सहित अन्य कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

संगठन शिक्षा, खेल, स्वास्थ्य, समाज सेवा तथा आदि क्षेत्रों में बेहतरीन प्रदर्शन व सेवाएं प्रदान करने वाले युवाओं को हर बार सम्मानित करता आया है। युवा कल्याण संगठन का एक ही उद्देश्य है कि इस प्रदेश का युवा नरेश जैसी गलत चीजों से दूर रह कर सामाजिक उत्थान के कार्यों में ज्यादा से ज्यादा योगदान दे।

लोहारू के विकास ने पास की नीट परीक्षा

लोगों ने दी शुभकामनाएं

घर पर ही करीब 10 से 12 घंटे पढ़ाई करके यह मुकाम हासिल किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ लोहारू

गत दिवस घोषित हुए नीट परीक्षा के परिणामों में लोहारू के साधारण परिवार के विकास पुत्र राजेंद्र ने नीट की परीक्षा पास करके साबित कर दिखाया है कि कड़ी मेहनत और अनुशासन से भी ऊंचा मुकाम



छात्र विकास का फाइल फोटो।

हूप 27377वॉ रैंक तथा अपनी कैंटेगरी में 607वॉ रैंक हासिल की है। विकास की उक्त सफलता पर शहीद भगत सिंह समाज कल्याण समिति, प्रयास संगठन, एसएसजे

फाउंडेशन सहित अनेक सामाजिक संगठनों के लोगों ने उन्हें बधाई दी है। शहर के वार्ड न. 2 निवासी विकास ने बताया कि उनके माता-पिता का सपना था कि वह डॉक्टर बना तथा उसने अपने माता पिता का सपना साकार कर दिया है। विकास ने बताया कि उन्होंने घर पर ही करीब 10 से 12 घंटे पढ़ाई करके यह मुकाम हासिल किया है। विकास ने दूसरे विद्यार्थियों को भी एकाग्र होकर पढ़ाई करने के लिए प्रेरित किया है। उधर दूसरी ओर गाण्डुवास गांव की छात्रा रितिका श्योराण ने ऑल

इंडिया लेवल पर आयोजित नीट की परीक्षा उत्तीर्ण करके परिवार सहित क्षेत्र का नाम रोशन किया है। एसडीएम मनोज दलाल ने रितिका श्योराण व उनके परिवार को बधाई एवं शुभकामनाएं दी है। बता दें कि रितिका श्योराण के पिता विजय कुमार आयुर्वेद विभाग में हैं तथा माता गृहणी हैं। उनके ताऊ कैप्टन मनोज कुमार वरिष्ठ आईएएस अधिकारी हैं और वर्तमान में कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग के महानिदेशक के पद पर कार्यरत हैं।

रितिका श्योराण ने नीट की परीक्षा उत्तीर्ण करके परिवार सहित क्षेत्र का नाम रोशन किया: दलाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ लोहारू

कड़ी मेहनत और मजबूत इरादों के आगे कोई भी कार्य कठिन नहीं

से एक बड़ा मुकाम हासिल किया है और बेटी रितिका ने साबित कर दिया है कि मेहनत और मजबूत इरादों के आगे कोई भी कार्य कठिन नहीं है। इसलिए विद्यार्थियों को एक लक्ष्य निर्धारित कर कठिन परिश्रम करना चाहिए और इरादों को मजबूत रखना चाहिए। एसडीएम मनोज दलाल ने लोहारू उप मंडल के युवाओं ने नीट की

परीक्षा उत्तीर्ण की है उन सब को शुभकामनाएं दी है। रितिका श्योराण के पिता विजय कुमार आयुर्वेद विभाग में हैं तथा माता गृहणी हैं। उनके ताऊ कैप्टन मनोज कुमार वरिष्ठ आईएएस अधिकारी हैं और वर्तमान में कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग के महानिदेशक के पद पर कार्यरत हैं। रितिका श्योराण ने कहा कि वे अपने ताऊ जी को आदर्श एवं मार्गदर्शक मानती हैं और माता-पिता तथा गुरुजनों को भी मार्गदर्शक मानती हैं।

एमए हिंदी, पीजी डिप्लोमा इन ट्रांसलेशन के साथ एमए संस्कृत कर सकेंगे विद्यार्थी

चौधरी बंसी लाल विश्वविद्यालय की कुलपति ने दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मिवाणी

चौधरी बंसी लाल विश्वविद्यालय छात्रों को रोजगारपरक शिक्षा देने के क्षेत्र में हर रोज नए आयाम स्थापित कर रहा है। इसी कड़ी में चौधरी बंसी लाल विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. दीपति धर्माणी ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 को पूरी तरह से लागू करना और हिंदी व अन्य भारतीय भाषाओं में मौलिक शोध, अध्ययन और दृष्टि विकसित करने के साथ विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देना हमारी प्राथमिकता है। भारतीय भाषाओं का ज्ञान आज के समय में वैश्विक

बाजार की जरूरत और रोजगार का सुनहरा विकल्प है, इसी को ध्यान में रखते हुए हमने अपने विद्यार्थियों को हिंदी, एवं संस्कृत में स्नाकोत्तर तथा पीजी डिप्लोमा इन ट्रांसलेशन करने का अवसर दिया है। डीन ह्यूमैनिटीज डॉ. विपिन कुमार जैन ने बताया कि विभिन्न भारतीय संस्कृति तथा भाषाओं के अध्ययन को बढ़े फलक पर पहुंचाने के लिए हिंदी विभाग का नाम बदलकर भारतीय संस्कृति एवं भाषा विभाग किया गया है। एमेर्जेंट, गुगल, नीटटी प्लेटफार्म अपने कंटेंट को हिंदी व अन्य भारतीय भाषाओं में क्रिएट कर रहे हैं और इन हल्टीनेशनल कंपनियों और ब्रांड में हिंदी व अन्य भारतीय भाषाओं में काम करने वाले ज्यादातर भारतीय ही हैं।

मौसम का बदला मिजाज: हल्की बूदाबांटी से मिला छुटकारा

बूदाबांटी से आठ डिग्री सेल्सियस लुढ़का पारा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मिवाणी

सोमवार को एकदम मौसम के मिजाज में बदलाव हो गया। धीमी गति से हवा के साथ ही हलकी बूदाबांटी हुई। हलकी बूदाबांटी से करीब आठ डिग्री सेल्सियस से लुढ़क कर पारा 34 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। लोगों को गर्मी से राहत मिली। हालांकि तेज बारिश नहीं हुई, लेकिन हलकी बारिश से भी लोगों को अच्छी खासी राहत मिल गई। शाम के वक्त मौसम खुशनुमा हो गया। वहीं हलकी बूदाबांटी के बाद भी किसानों की खरीफ की

सोमवार को एकदम मौसम के मिजाज में बदलाव हो गया। धीमी गति से हवा के साथ ही हलकी बूदाबांटी हुई। हलकी बूदाबांटी से करीब आठ डिग्री सेल्सियस से लुढ़क कर पारा 34 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। लोगों को गर्मी से राहत मिली। हालांकि तेज बारिश नहीं हुई, लेकिन हलकी बारिश से भी लोगों को अच्छी खासी राहत मिल गई। शाम के वक्त मौसम खुशनुमा हो गया। वहीं हलकी बूदाबांटी के बाद भी किसानों की खरीफ की

फसलों को होगा फायदा

हलकी बारिश से पारा तो नीचे लुढ़क आया और गर्मी से भी लोगों को राहत मिलेगी। साथ ही हलकी बारिश से खरीफ की फसलों में जबरदस्त फायदा होगा। क्योंकि इस वक्त खरीफ फसलों की जरूरत है। हलकी बारिश से भी फसलों व बाजरे की फसलों में फुटव बढ़ेगा। अगर फसलों में फुटव बढ़ेगा तो औसतन पैदावार भी बढ़ेगी। हलकी बारिश के बाद फसलों में रोकक आ गई।

उसके बाद धीमी गति से हवा चलने लगी। आसमान में धीरे धीरे काले बादल उमड़ कर एकत्रित होने शुरू हो गए। लोगों को लगा कि आज बारिश होने की संभावना है, लेकिन करीब साढ़े तीन बजे तक बारिश नहीं आई। उसके बाद फिर से एक तेज हवा का झोंका आया और आसमान से हलकी बूदाबांटी शुरू

हो गई। करीब आधे घंटे तक हलकी बूदाबांटी होती रही। बूदाबांटी के बाद बादलवाड़ की वजह से पारा 42 डिग्री सेल्सियस से लुढ़क कर 34 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। पारा नीचे आने के बाद लोगों को गर्मी से राहत मिली। क्योंकि पिछले कई दिनों से पारा 40 डिग्री सेल्सियस से पार था।

भिवानी। आसमान में छाई बादलवाड़। फोटो: हरिभूमि

उग्र रूप दिखाई दे रहा था। सूर्य देव की तपिश से हर कोई परेशान था। करीब दस बजे तक इसी तरह का मौसम बना रहा। लोग गर्मी व तपिश की वजह से पसीने से तर बतर रहे। दोपहर तक इसी तरह का हाल रहा।

हरिभूमि

सहेली

विशेष : विश्व संगीत दिवस 21 जून

संगीत जीवन में देता है
शांति-सुकून

संगीत हमारे जीवन में कितना उपयोगी है, यह कम ही लोग समझते हैं। महिलाओं के जीवन में तो संगीत और भी ज्यादा महत्व रखता है। वे घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारी निभाते हुए तनाव से घिरी रहती हैं। ऐसे में सुमधुर संगीत सुनना, उन्हें एक सुकून देता है। संगीत हमारे भीतर हैपी हार्मोंस बढ़ाकर, हमारी हीलिंग करके अंतःशक्ति बढ़ाता है। तो संगीत से जुड़िए, स्वस्थ रहिए और अपनी जिंदगी को खुशियों से भरिए।

बढ़ता है आत्मिक संतुलन: संगीत, भावनात्मक संतुलन बनाता है, साथ ही एक्सप्रेसन का माध्यम भी है। सुरों के माध्यम से जब महिलाएं अपनी भावनाओं को अभिव्यक्ति देती हैं, उससे उनका आत्मिक संतुलन बढ़ता है। संगीत का शरीर पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। संगीत के नियमित अभ्यास से श्रम प्रणाली बेहतर काम करती है। जब आप लंबी सांस लेते हैं, नियंत्रित श्वास लेते हैं या पेट की गहराई से सांस लेते हैं (ये सभी गायकों/संगीतकारों द्वारा की जाने वाली एक्सरसाइज हैं) तो इससे फेफड़ों की क्षमता बढ़ती है, इससे शरीर में ऑक्सीजन का बेहतर संचार होता है।

नौद में सुधार: आज बहुत सारे लोग अनिद्रा के शिकार हैं। इस समस्या में भी संगीत लाभकारी है, क्योंकि इससे नौद में भी सुधार होता है। मेरा खुद का अनुभव है, जब मैं रात को लाइट बंद कर रियाज करती हूँ, इसके बाद सोती हूँ तो मुझे बहुत अच्छी नींद आती है। नौद की गुणवत्ता (जिसे कहते हैं सारंड स्लीप) भी बहुत बढ़ जाती है। संगीत से अनिद्रा, बेचैनी, मानसिक थकान जैसी कई समस्याएँ दूर हो जाती हैं। यह शरीर में होने वाले दर्द में भी राहत देता है।

टीमवर्क की भावना और क्षमता का विकास: जब आप मंच पर गायन/संगीत प्रस्तुत करती हैं तो यह आपको आत्मविश्वास के साथ ही सार्वजनिक पहचान भी देता है। सार्वजनिक पहचान से आत्मविश्वास बढ़ता है, क्योंकि आप वाद्ययंत्रों के साथ संगीत प्रस्तुत करती हैं, इसलिए इससे टीमवर्क की भावना और क्षमता का विकास होता है। सबको साथ लेकर चलने की क्षमता बढ़ती है। संगीत कलात्मक स्वतंत्रता भी प्रदान करता है।



जरूरी नहीं संगीत की विधिवत शिक्षा लें: संगीत से जुड़ने के लिए जरूरी नहीं कि आप विधिवत संगीत की शिक्षा ही लें। आप यह लाभ संगीत सुनकर भी ले सकती हैं। संगीत सुनकर आनंद महसूस कर सकती हैं। काम करते-करते साथ में गाने भी गा सकती हैं। अगर आप रोज कुछ समय अपने प्रसिदा गाते और संगीत या कोई वाद्ययंत्र सुनोगी तो यह बहुत फायदा देगा। आप कुछ भी सुनें, शास्त्रीय संगीत, भजन, सुफी गाने, लोरी, लोकसंगीत, उससे मन को बहुत शांति मिलती है, क्योंकि संगीत मन को छू जाता है।

कभी भी सुन सकती हैं संगीत: संगीत सुनने के लिए आपको अलग से समय निकालने की जरूरत भी नहीं होती। आप कोई भी घरेलू काम चाहे साफ-सफाई हो, खाना बनाना या कपड़े धोना, कुछ भी करते हुए संगीत सुन सकती हैं। आप रेडियो पर गाने सुनते-सुनते काम कर सकती हैं। इससे काम की थकान महसूस नहीं होगी। जब आप योग और ध्यान लगाती हैं, उस समय भी मंत्र और श्लोक वाले आध्यात्मिक संगीत का लाभ ले सकती हैं। साथ में उच्चारण कर सकती हैं। छोटे बच्चों को सुलाते समय कोई लोरी सुना सकती हैं, बच्चे जल्दी सो जाएंगे। यू-ट्यूब, रेडियो के साथ ही अब कई म्यूजिक एप्स भी आ गए हैं, जहाँ अच्छा संगीत सुना जा सकता है।

जीवन में संगीत को जरूर शामिल करें: अगर आप अच्छा नहीं गा पाती तो कोई फर्क नहीं पड़ता, बस आप गाने के साथ गुनगुनाइए। साथ ही हमारे जो लोकपर्व और सामाजिक-पारिवारिक आयोजन होते हैं, उसमें लोकगीत गाएं। आपको बहुत अच्छा महसूस होगा। विवाह संगीत में शामिल हों। तीज, करवाचौथ, जागरण, माता की चौकी या ऐसे ही जो समय-समय पर एवं आते हैं, उसके गीत-संगीत कार्यक्रमों में बढ़-चढ़ कर भाग लें। यह मन को शांति महसूस कराता है। संगीत का लाभ सुनकर भी लिया जा सकता है। जीवन में संगीत को किसी न किसी रूप में शामिल जरूर करें। इससे जीवन में परिवर्तन, शांति और सुकून आप खुद महसूस करेंगी।

प्रस्तुति: रेणु खंतवाल

हर किसी का मुस्कुराता हुआ चेहरा बहुत प्यारा लगता है। इससे सिर्फ हमें ही नहीं हमारे संपर्क में आने वाले हर व्यक्ति को बहुत अच्छा महसूस होता है। मुस्कुराने के और फायदों के बारे में जानकर आप मुस्कुराए बिना नहीं रह पाएंगी।

मुस्कुराइए

जिंदगी हो जाएगी खुशनुमा

लाइफस्टाइल

शिखर चंद जैन

नियम भ्रम के विद्वानों, मनोवैज्ञानिकों, डॉक्टरों और महापुरुषों ने मुस्कुराहट की महिमा का बखान किया है। हर रोज सुबह उठकर आईने में देखते हुए मुस्कुराने की आदत डालें, आपका दिन खुशगवार गुजरेगा। यही नहीं अनेक शोध भी मुस्कुराने के तमाम फायदों को प्रमाणित करते हैं।

स्ट्रेस होता है कम: कई शोधों में प्रमाणित हो चुका है कि मुस्कुराने से स्ट्रेस कम होता है, उम्र कम दिखती है, बीमारियों की आशंका कम

और आपकी पर्सनैलिटी का हिस्सा बन जाए।

बड़े कॉन्फिडेंस-मिले सक्सेस: 'जर्नल ऑफ पर्सनैलिटी एंड सोशल साइकोलॉजी' में विशेषज्ञों और मनोविज्ञानियों ने एक लेख लिखा है, 'इफेक्ट्स ऑफ सेल्फ जेनरेटेड फेशियल एक्सप्रेसंस' इसमें कहा गया है कि जो लोग दिन

होती है और उम्र बढ़ती है। बड़ी-बड़ी कॉर्पोरेट कंपनियां, स्कूल और अन्य संस्थान इन दिनों अपने ग्राहकों, कर्मचारियों और छात्रों को मुस्कुराने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। हाल ही में चीन में एक फेस फूडचेन ने अपने ग्राहकों को एक बार की खरीदारी के भुगतान के रूप में सिर्फ मुस्कुराने को कहा। कुछ समय पहले 'यूनिवर्सिटी ऑफ कंसास' के अनुसंधानकर्ताओं ने अपनी एक स्टडी में पाया कि मुस्कुराने से हमारा शरीर किसी भी स्ट्रेस के प्रति कम प्रतिक्रिया देता है और स्ट्रेसफुल टाइम में हार्ट रेट सही रहता है।

पॉजिटिव इफेक्ट: एक अन्य अध्ययन में पाया गया कि मुस्कुराने से बीपी सही रहता है, आयु लंबी होती है। 'दी एस्टोनिशिंग पावर्स ऑफ असिंपल एक्ट' की लेखिका रैन गेटमैन कहती हैं, 'एक सच्ची मुस्कान आपके ब्रेन में ठीक वैसा ही स्टिम्यूलेशन उत्पन्न कर सकती है, जैसा 2000 चॉकलेट खाने पर होता है।' स्माइल कोच फ्रैंक मैलेंडर का कहना है, 'स्माइल एक्सरसाइज आपके जीवन पर सकारात्मक प्रभाव डालती है और आपको पूरी तरह एक पॉजिटिव पर्सनैलिटी में ट्रांसफर कर सकती है। आपको कई हफ्तों तक इसकी प्रैक्टिस करनी चाहिए ताकि आगे चलकर यह आपके अवचेतन मन में बैठ जाए और आपकी पर्सनैलिटी का हिस्सा बन जाए।'

बड़े कॉन्फिडेंस-मिले सक्सेस: 'जर्नल ऑफ पर्सनैलिटी एंड सोशल साइकोलॉजी' में विशेषज्ञों और मनोविज्ञानियों ने एक लेख लिखा है, 'इफेक्ट्स ऑफ सेल्फ जेनरेटेड फेशियल एक्सप्रेसंस' इसमें कहा गया है कि जो लोग दिन



आवरण कथा

गीता पंडित, शास्त्रीय गायिका

संगीत केवल कला ही नहीं, जीवनशैली भी है। यह एक ऐसी जीवनधारा है, जो व्यक्ति को भीतर से संवारती है। यह जो भीतर से संवारना है, यह बहुत महत्वपूर्ण है, खासकर महिलाओं के जीवन में। हम इस बात को समझें कि जब जीवन में संगीत प्रवेश करता है तो यह केवल स्वर या सुर-ताल का सौंदर्य नहीं होता, यह हमारे मानसिक, शारीरिक स्वास्थ्य और आत्मबल यानी जीवन का मूलाधार है, उसे बलेंस करता है। इससे जीवन में संतुलन का स्रोत बन जाता है। ऐसा बहुत-सी महिलाओं में होते हुए देखा जा सकता है।

हीलिंग का माध्यम: आज के दौर में जब महिलाएं घर और बाहर की जिम्मेदारियों के चलते मानसिक तनाव, दबाव और शारीरिक असंतुलनों से त्रस्त हैं, प्रभावित हैं, ऐसे में संगीत उनके लिए हीलिंग का एक सशक्त माध्यम है। इस तरह संगीत जीवन में औषधि की तरह काम करता है। संगीत का हमारे मानसिक स्वास्थ्य पर बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है। यह बात विशेष रूप से महिलाओं के संदर्भ में इसलिए कही जा सकती है, क्योंकि महिलाओं को कई तरह की हार्मोनल समस्याओं से भी जूझना पड़ता है। आज जिस प्रकार की महिलाओं की जीवनशैली है, उसमें इतनी सारी कृत्रिमताएँ हैं, खान-पान में मिलावट है, लाइफस्टाइल बिगड़ा हुआ है। वे जाँच कर रही हैं और घर भी संभाल रही हैं। दोनों ही जिम्मेदारियों में खुद को श्रेष्ठ भी साबित करना चाहती हैं। यह दोहरी जिम्मेदारी महिलाओं को बहुत ज्यादा तनाव में डाल देती है। ऐसे में संगीत को यदि आप अपने जीवन में शामिल करती हैं तो यह आपको तनाव और चिंताओं से राहत देगा।

पैदा होते हैं हैपी हार्मोंस: गायन, वादन और रियाज के दौरान हमारे मस्तिष्क में कई हैपी हार्मोंस पैदा होते हैं। जैसा डॉक्टर्स भी बताते हैं कि हैपी हार्मोंस (जैसे- डोपामाइन, सेरोटोनिन, एंडोर्फिन और ऑक्सीटोसिन) चिंता, तनाव, अवसाद को कम करने के साथ खुशी, संतुष्टि और सकारात्मक सोच को बढ़ाने में मदद करते हैं। यह बड़ी महत्वपूर्ण बात है। इसके अलावा संगीत मन को हल्का महसूस कराता है। इस पर कई शोध हो चुके हैं कि संगीत का अभ्यास करने से एकाग्रता बढ़ती है। यह मन को स्थिर करता है। यह संगीत की अद्भुत क्षमता है। इसलिए चाहे पेरलू-कामकाजी महिलाएँ हों या फिर स्कूल-कॉलेज में पढ़ने वाली लड़कियाँ, संगीत सभी के लिए बहुत लाभकारी है।

स्किन केयर

शहनाज हुसैन, कॉन्सेल्टेंट

वा गर्मी के मौसम में सन टैनिंग की वजह से स्किन डल हो जाती है और फेस का अट्रैक्शन कम होने लगता है। टैनिंग दूर करने के लिए आप महंगे ब्यूटी प्रोडक्ट्स का यूज करती हैं, लेकिन कई बार केमिकल बेस्ड होने की वजह से ये स्किन के अनुकूल नहीं होते हैं। इससे कई प्रॉब्लम्स होने लगती हैं। इनसे बचने के लिए आप कुछ होममेड फेस पैक का इस्तेमाल कर सकती हैं, जो सन टैनिंग से बचाने के साथ ही आपकी स्किन को सॉफ्ट और ग्लोइंग भी बनाएंगे।

नीबू का फेस पैक: नीबू का फेस पैक बनाने के लिए एक चम्मच नीबू का रस, एक चम्मच शहद और एक चम्मच दूध को कटोरी में मिलाकर मिश्रण बना लें। इस मिश्रण को

जब स्किन हो जाए टैन अपनाएं ये होम रैमिडीज



चेहरे पर आधे घंटे लगा रहने दें। बाद में साफ ताजे पानी से धो डालें। यह त्वचा की रंगत निखारने का प्राकृतिक तरीका है। दूध में विद्यमान प्राकृतिक वसा और खनिज त्वचा को टोन करते हैं और मैग्नीशियम, कैल्शियम आदि त्वचा को पोषण प्रदान करते हैं। एक

चम्मच चीनी और एक चम्मच नीबू के रस को मिलाकर पेस्ट बना लें। इस पेस्ट को अपने चेहरे पर लगाकर आहिस्ता से स्क्रब कर लें और कुछ समय बाद साफ पानी से धो डालें। इस मिश्रण को आप हफ्ते में एक बार लगा सकती हैं।

पपाया फेस पैक: पपीते का फेस पैक टैनिंग दूर करने में काफी मददगार साबित हो सकता है। इसके लिए पके पपीते का छिलका उतार कर उसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट कर मैश कर लें। इसमें नीबू के रस की कुछ बूँदें मिला लें। इस मिश्रण को चेहरे पर लगाकर अपने आप सूखने दें। इसके बाद ताजे पानी से चेहरा धो डालें। इन दिनों उमस भरी गर्मी के मौसम में



के लिए खीरे का रस, थोड़ा गुलाब जल, थोड़ा सा नीबू का रस और एक रूई चाहिए। इस फेस पैक को बनाने के लिए पहले खीरे को कद्दूकस कर लें। उसमें गुलाब जल डालें और ऊपर से थोड़ा-सा नीबू का रस निचोड़ लें। इसे एक बाउल में अच्छी तरह मिला लें। इस मिश्रण को अपने चेहरे पर एक कॉटन बॉल से समान रूप से लगाएं। इसे 15-20 मिनट के लिए लगा रहने दें। फिर ठंडे पानी से धो लें।

योगोपचार

हेतल शाह, योग एक्सपर्ट

मि ड एज और उसके बाद शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए योगासन बहुत लाभकारी होता है। 40 की उम्र के बाद महिलाओं में कई तरह के हार्मोनल बदलाव आते हैं, जिसके कारण उनको स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ होने लगती हैं। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) के अवसर पर हम आपको कुछ आसनों के बारे में बताने रहे हैं, जिनके अभ्यास से इन रोगों से बचा सकते हैं।

मुजंगासन विधि: इस आसन को करने के लिए योगा मैट पर पेट के बल लेट जाएं। अपनी कोहलियों को कमर से सटाकर रखें और हथेलियों ऊपर की ओर रखें। अब धीरे-धीरे सांस भरते हुए, अपनी छाती को ऊपर की ओर उठाएँ। उसके बाद अपने पेट को धीरे-धीरे ऊपर उठा लें। इस स्थिति में 30 सेकेंड तक रहें।

पवनमुक्तासन विधि: इस आसन को करने के लिए सीधे लेट जाएं और धीरे से सांस छोड़ते हुए पैरों को मोड़ते हुए अपने पेट के पास लाएं। पेट पर दबाव बनाएँ कुछ इस तरह कि आप अपने आपको गले लगा रही हैं। ऐसा करते समय सामान्य गति से सांस लेती रहें और धीरे-धीरे आसन से बाहर

उम्र बढ़ने के साथ महिलाओं में अकड़न, शारीरिक दर्द, वीक बॉस समेत कई हेल्थ प्रॉब्लम्स होने लगती हैं। इनसे बचाव के लिए जरूरी है कि आप कुछ आसनों का नियमित अभ्यास करें।

मिड एज में हेल्थ प्रॉब्लम्स बचाव में कारगर योगासन

हुए, सिर को धीरे-धीरे जमीन की ओर वापस नीचे लाएं। लाभ: भुजंगासन पीठ और रीढ़ को मजबूत करने, अकड़न को कम करने और शारीरिक मुद्रा में सुधार करने में मदद करता है। यह पेट के अंगों को भी उत्तेजित करता है और पीरियड्स की परेशानी को दूर करने में मदद करता है।

त्रिकोणासन विधि: इस योग को करने के लिए मैट पर सीधा खड़े होकर अपने दोनों पैरों को जितना हो सके दूरी पर रखें। फिर

दोनों हाथों को कंधों की सीध में रखकर एक हाथ की अंगुलियों से उसी तरफ के पैर के अंगुठे को छूने का प्रयास करें। इस मुद्रा में दो-तीन मिनट रखने के बाद पुनः पहली वाली अवस्था में धीरे-धीरे आ जाएं। इस प्रक्रिया को दूसरी ओर से भी इसी तरह दोहराएं। लाभ: इससे शारीरिक अकड़न दूर होती है।



प्रस्तुति: विधि गोयल

ताड़ासन विधि: इस आसन को करने के लिए सीधे खड़ी हो जाएं और पैरों को एक साथ रखें। अब हथेलियों को शरीर के पास रखें। गहरी सांस लेते हुए ऊपर हाथों और शरीर को डोबने की तरफ खींचें। इस स्थिति में 30-40 सेकेंड तक रुकें फिर सामान्य अवस्था में आ जाएं। महिलाएं इस आसन को 3 मिनट तक कर सकती हैं। लाभ: ताड़ासन करने से शरीर की मांसपेशियाँ स्ट्रेच होती हैं, रीढ़ का भी संतुलन बना रहता है। शारीरिक और मानसिक सेहत बेहतर रहती है।

कुछ लोगों की आदत होती है, वे जो होते नहीं हैं उससे ज्यादा अपने आपको पेश करते हैं। ऐसे लोग यह भूल जाते हैं कि कमी ना कमी तो उनकी वास्तविकता सामने आएगी ही। तब वह अपनी विटवसनीयता खो देंगे।

झूठी शेखी दिखाने की आदत बिगाड़ती है आपकी छवि

बिहेवियर

अनीता जैन

ह म सब अक्सर ऐसे लोगों से मिलते हैं, जो अपने बारे में बढ़ा-चढ़ाकर बताते हैं, खुद को अधिक योग्य या सफल दिखाने की कोशिश करते हैं। इसे ही आम बोल-चाल में 'झूठी शेखी बघारना' कहते हैं। हालांकि ऐसा करके कुछ लोग अपना आत्मविश्वास प्रदर्शित करते हैं, लेकिन व्यावहारिक नजरिए से देखें तो यह आदत आगे चलकर हानिकारक साबित होती है। यह आदत न केवल हमारे रिश्तों को खराब करती है, हमारी छवि भी बिगाड़ती है। इतना ही नहीं यह आदत हमारे आत्मविकास और मानसिक शांति को भी प्रभावित करती है। हमें इस सच को मानना चाहिए कि सच्चाई, ईमानदारी और विनम्रता ही ऐसे गुण हैं, जो किसी व्यक्ति को दीर्घकालीन सफलता



और सम्मान दिलाते हैं। झूठी शेखी दिखाने की बुरी आदत से और भी कई नुकसान हैं- टूटता है भरोसा: झूठी शेखी बघारने से सामने वाले व्यक्ति का भरोसा जल्दी टूट जाता है। एक बार जब लोगों को यह आभास हो जाता है कि आप सच नहीं बोलती हैं तो वे आपसे दूरी बनाने लगते हैं। व्यावसायिक जीवन में यह और भी खतरनाक हो सकता है। अवसर गंवाने की संभावना: कई बार लोग झूठी शेखी



बिगड़ते हैं रिश्ते

जब कोई व्यक्ति बार-बार खुद की झूठी तारीफ करता है या असत्य बातों से खुद को श्रेष्ठ दिखाने की कोशिश करता है, तो वह दूसरों को नीचा भी दिखा सकता है। इससे मित्रता, पारिवारिक और पेशेवर रिश्ते बिगड़ते हैं। लोग धीरे-धीरे ऐसे व्यक्ति से दूर हो जाते हैं, जो हर समय खुद की बढ़ाई करता है।

में यह जताने हैं कि उन्हें किसी चीज की आवश्यकता नहीं है या वे पहले से ही बहुत जानकार हैं। ऐसे में वे नई बातें सीखने के अवसर गंवा देते हैं या मदद मिलने से वंचित रह सकते हैं। तनाव और आत्मग्लानि: झूठी शेखी को बनाए रखने के लिए लगातार झूठ बोलना पड़ता है, एक झूठ को ढंकने के लिए दूसरा-तीसरा झूठ बोलना पड़ता है। यह मानसिक तनाव का कारण बनता है। कभी ना कभी जब सच्चाई सामने आती ही है, इससे व्यक्ति को शर्मिंदगी और आत्मग्लानि होती है। आत्मविकास में रुकावट: अगर कोई व्यक्ति लगातार अपनी झूठी तारीफ करता है, वह अपनी कमियों को पहचान ही नहीं पाता। जब तक आप अपनी कमजोरियों को जानते हैं, स्वीकारते नहीं हैं, तब तक आप अपने आप में सुधार नहीं कर सकते हैं। झूठी शेखी व्यक्ति के आत्मविकास में भी रुकावट बनती है।

खबर संक्षेप

कांग्रेस के विस्तार को लेकर बैठक में की चर्चा

लोहारू। अनाज मंडी परिसर में सोमवार को कांग्रेस कार्यकर्ताओं की बैठक का आयोजन किया गया। कांग्रेस विधायक राजबीर फरटिया की अध्यक्षता में आयोजित इस बैठक में अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के सचिव मनोज चौहान ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। कांग्रेस पार्टी का बूथ स्तर पर विस्तार करने, कांग्रेस संगठन को और अधिक मजबूत करने और आगामी राजनीतिक रणनीति तैयार करने के लिए आयोजित इस कार्यक्रम में हलके के हजारों कार्यकर्ताओं ने हिस्सा लिया और मंच के माध्यम से वक्ताओं राजबीर फरटिया द्वारा हलके में करवाए गए सामाजिक कार्यों का व्याख्यान किया।

शिकायतों का तत्परता से हो निपटारा: सीटीएम

चरखी दादरी। नगराधीश जितेंद्र कुमार ने कहा कि आमजन से जुड़ी समस्याओं का समाधान करने के लिए हर सोमवार और गुरुवार को लघु सचिवालय परिसर में समाधान शिविर का आयोजन किया जाता है तय समय सीमा में और प्रार्थमिकता के आधार पर किया जाना चाहिए। अगले दस दिनों में जितनी भी समस्याएं विभागीय अधिकारियों को समाधान शिविर के माध्यम से प्राप्त हुई हैं, उन सबका निवारण किया जाना सुनिश्चित करें।

वीटा सेंटर के प्रांगण में किया पौधरोपण

भिवानी। पेड़ नहीं होंगे तो पृथ्वी पर पर्यावरण संरक्षण बिगड़ जाएगा और जन-जन का जीवन अस्त-व्यस्त कर देगा। यह बात भिवानी वीटा सेंटर के प्रांगण पर पौधरोपण करते हुए मुख्यालय के डीएसपी आर्यन चौधरी ने कही। आर्यन चौधरी ने कहा कि बारिश का मौसम है और ऐसे मौसम में हर जन का नैतिक दायित्व बनता है कि समय-समय पर पौधरोपण करके पृथ्वी को हरी भरी बनाएं। उन्होंने कहा कि बढ़ते तापमान को देखते हुए पृथ्वी पर पौधरोपण अति आवश्यक है। इस दौरान चाइल्ड सेंटर इंचार्ज सुभाष शर्मा ने हर मनुष्य को बारिश के मौसम में पेड़ लगाने की अपील की।

इनेलो ने किसानों की आवाज को किया बुलंद

भिवानी। लोहारू रोड पर इंडियन नेशनल लोकदल (इनेलो) किसान सैल की एक अहम बैठक का आयोजन सोमवार को किया गया। बैठक में मुख्य तौर पर इनेलो किसान सैल के प्रदेश अध्यक्ष फूल सिंह मजरा ने शिरकत की तथा अध्यक्षता किसान सैल के जिला अध्यक्ष अजीत बड़ेसरा ने की। यह जानकारी देते हुए इनेलो जिला अध्यक्ष अशोक ढाणीमाहू ने बताया कि बैठक में मुख्य तौर पर पूर्व विधायक ओमप्रकाश गौरा भी मौजूद रहे। इस मौके पर इनेलो किसान सैल की नई कार्यकारिणी की घोषणा की गई। जिसमें जिला स्तर से लेकर ब्लॉक स्तर तक के पदाधिकारियों के नाम तय किए गए और आगामी रणनीति पर विचार-विमर्श किया गया। उन्होंने बताया कि इस दौरान रतिकाम को वरिष्ठ उपाध्यक्ष, संजय श्योराण, लीला उर्फ पवन, विजेंद्र, राजबीर प्रेवाल को हल्का प्रधान, जगबीर, सुरेश, भीम, जगतीराम, रतन, संजय फौगांव व दलबीर को उपप्रधान की जिम्मेदारी सौंपी।



बाढ़ड़ा। गांव बढराई में पेयजल टंकी का उद्घाटन करते हरियाणा स्टोन क्रेशर एसोसिएशन प्रदेशाध्यक्ष सोमबीर सिंह घसोला।

बढराई में पानी की टंकी का किया उद्घाटन, लोगों को मिलेगी राहत

बाढ़ड़ा। पिछले कुछ दिनों से गर्मी का प्रकोप बढ़ता जा रहा है, जिससे मानव के अलावा पशु पक्षी, पेड़ पौधे सभी प्रभावित हैं। हर जीव को बचाने का संकल्प लेते हुए इनके लिए पानी का प्रबंध करना चाहिए। क्षेत्र के सामाजिक संगठनों के पदाधिकारियों को भी अपने क्षेत्र में पेयजल आपूर्ति उपलब्ध करवाने को स्वयंसेवक के तौर पर काम करना चाहिए, ये बात हरियाणा स्टोन क्रेशर एसोसिएशन प्रदेशाध्यक्ष सोमबीर सिंह घसोला ने सामाजिक कार्यकर्ता अमित व मोहित द्वारा अपने पिता लक्ष्मीनारायण धींधवाल की स्मृति में गाम्नीको को स्वच्छ पेयजल उपलब्ध करवाने को निमित्त पानी की टंकी का उद्घाटन करते हुए कही। उन्होंने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को अपने दैनिक जीवन में सामाजिक विषय कर जिम्मेदार के क्षेत्र में सक्रिय सहयोग देना चाहिए। इस मौके पर सरोज देवी, टिब्बू साहूचाव, अजय गोपालवास, हुकमचंद, पूर्व सचिव रामकुमार, पूर्व सरपंच रणसिंह, रामनिवास, सामाजिक कार्यकर्ता अमित कुमार आदि मौजूद रहे।

गांव प्रेमनगर में सात खेल सैटरों का उद्घाटन

खेलों को बढ़ावा देने का हर संभव प्रयास कर रही सरकार : विधायक

दो लाख 50 हजार रुपये की खेल सामग्री वितरित की

हरिभूमि न्यूज >>> मिवानी

खेलों का हब बने गांव प्रेमनगर में हॉकी, फुटबॉल, हैंडबॉल खेल नर्सियों सहित सात खेल सैटरों का उद्घाटन एवं ग्राम विकास शिक्षा समिति प्रेमनगर की तरफ से सभी खिलाड़ियों को दो लाख 50 हजार रुपये की लागत का खेल सामान वितरण कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस अवसर पर बवानीखेड़ा के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि बतौर मुख्यअतिथि पहुंचे तथा अध्यक्षता भाजपा जिला अध्यक्ष विरेंद्र कौशिक ने की। कार्यक्रम में बवानीखेड़ा नगर पालिका अध्यक्ष सुंदर अत्री भी विशिष्ट अतिथि के तौर पर पहुंचे। मंच का संचालन शिक्षा समिति के महासचिव पूर्व प्राचार्य रमेश बुरा ने किया।

बवानीखेड़ा के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने कहा कि हरियाणा सरकार खेलों और खिलाड़ियों को बढ़ावा देने के लिए हर संभव प्रयास कर रही है। उन्होंने कहा कि गांव के विकास व लोगों की समस्याओं के लिए वे स्वयं 24 घंटे हाजिर हैं।



भिवानी। आयोजित खेल प्रतियोगिता में खिलाड़ियों में खेल का सामान वितरित करते विधायक।

विधायक ने कहा कि प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मिलकर गांव प्रेमनगर के चौ. बंसीलाल विश्वविद्यालय से संबंधित मांगों का शीघ्र समाधान करवाया जाएगा।

भाजपा जिला अध्यक्ष विरेंद्र कौशिक ने खिलाड़ियों को राष्ट्रीय व अंतर्राष्ट्रीय स्तर का खिलाड़ी बनने के लिए प्रेरित किया तथा आशीर्वाद दिया। उन्होंने गांव के मांगपत्र में शामिल मांगों को पूरा करवाने का आश्वासन भी दिया। बवानीखेड़ा

नगर पालिका अध्यक्ष सुंदर अत्री ने सभी खिलाड़ियों को शुभकामनाएं दी। गांव के सरपंच राजेश कुमार ने मुख्यअतिथि सहित सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए मांगपत्र पढ़ा। उन्होंने ग्राम पंचायत व शिक्षा समिति की तरफ से खेल सामग्री खरीदने के लिए अढ़ाई लाख रुपये का अनुदान देने के लिए तत्कालीन कृषि मंत्री जयप्रकाश दलाल का आभार जताया।

इस अवसर पर सरपंच राजेश कुमार, शिक्षा समिति के प्रधान

आजाद सिंह ढांडा, जोगेंद्र सिंह, कुलवंत बुरा, समिति के प्रैस प्रवक्ता रमेश बुरा, राज पंच, जयपाल बुरा, पूर्व मैनेजर अनूप मल्हान, दलबीर गोठवाल, जगपाल प्रधान, मा. शेर सिंह, हरिपाल, पप्पू, जयबीर सिंह, बिंदू, कृष्ण कुमार, राजकुमार दुहन, रमेश कोच, अरूण कोच, मंजोत कोच, मंदीप कोच, सतबीर सिंह, नरेश कुमार, संदीप रेलवे, कैप्टन कलम सिंह, मेजर सुरेश कुमार, राममेहर आदि मौजूद रहे।

दो दिवसीय प्रांत विचार वर्ग संपन्न

हरिभूमि न्यूज >>> मिवानी

स्वदेशी वस्तुओं को बढ़ावा देने और आत्मनिर्भर भारत के संकल्प को साकार करने के उद्देश्य से स्वदेशी जागरण मंच एवं स्वावलंबी भारत अभियान के संयुक्त तत्वावधान में हलवासिया विद्या विहार में जारी दो दिवसीय प्रांत विचार वर्ग संपन्न हो गया।

कार्यक्रम में हरियाणा प्रांत के विभिन्न जिलों से आए कार्यकर्ताओं एवं विचारकों ने भाग लिया। कार्यक्रम में बतौर वक्ता उत्तर क्षेत्र सहसंयोजक सतेंद्र सौरत, प्रोफेसर वेदप्रकाश व प्रांत विचार वर्ग के सफल शिरकत की। कार्यक्रम के सफल

अमित बंसल को मंच के विभाग संयोजक की जिम्मेदारी सौंपी



संचालन एवं बेहतरीन व्यवस्थाओं के लिए प्रांतीय इकाई ने स्वदेशी जागरण मंच की टीम को प्रशंसा की। अतिथियों का मंच के अध्यक्ष धीरज सोनी ने स्वागत किया। इस विचार वर्ग में स्वदेशी जागरण मंच के प्रांत संयोजक डॉ. अंकेश्वर ने अमित बंसल को मंच का विभाग संयोजक, विनय सिंघल को स्वावलंबी भारत अभियान का जिला समन्वयक,

किसान संगठन भाकियू ने जताया रोष

हरिभूमि न्यूज >>> बाढ़ड़ा

चरखी दादरी व बाढ़ड़ा उपमंडल क्षेत्र में रबी सीजन के प्रथम व अंतिम चरण में हुई बेमौसमी बरसात व ओलावृष्टि से बर्बाद गेहूं, सरसों की फसलों का मुआवजा न जारी करने, लॉबिंग बिजली कनेक्शन न देने व डीएपी खरीद की सब्सिडी राशि का नकद भुगतान की नई शर्तें थोपने पर किसान संगठन भाकियू ने सोमवार को उपमंडल स्तर पर किसान महापंचायत आयोजित कर सड़कों पर उतरकर रोष जताया तथा एसडीएम के माध्यम से मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी को ज्ञापन भेजा। भाकियू अध्यक्ष हरपाल सिंह भांडवा की अध्यक्षता में करबे के जुई रोड स्थित सर छोटराम किसान

बेटी के नाम की पट्टिका लगाई

हरिभूमि न्यूज >>> बवानीखेड़ा

सर्व कल्याण मंच द्वारा प्रदेशभर में संचालित 'हर घर बेटी के नाम' अभियान को समाज के विभिन्न वर्गों का जबरदस्त समर्थन मिल रहा है। इसी कड़ी में बवानी खेड़ा नगरपालिका के चेयरमैन सुंदर अत्री ने अपने घर के बाहर बेटी के नाम की नामपट्टिका लगाकर इस अभियान को मजबूती प्रदान की।

इस अवसर पर बवानी खेड़ा विधानसभा क्षेत्र के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि, मंच के अध्यक्ष नवीन कौशिक तथा मंच की टीम के सदस्य विशेष रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान विधायक

बैठक में जिलाध्यक्ष ने गिनवाई पीएम मोदी के 11 वर्षों के शासनकाल की उपलब्धियां

प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में भारत की वैश्विक छवि हुई मजबूत : कौशिक

हरिभूमि न्यूज >>> मिवानी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार के विकसित भारत का अमृतकाल सेवा, सुशासन एवं गरीब कल्याण के 11 वर्ष के शासनकाल को प्रत्येक जन तक पहुंचाने के लिए भाजपा ने जनसंपर्क अभियान चलाया हुआ है।

भाजपा नेता गांव-गांव जाकर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जनहित में किए कार्यों की जानकारी दे रहे हैं।



भिवानी। भाजपा ग्रामीण मंडल की बैठक को संबोधित करते जिला अध्यक्ष विरेंद्र कौशिक।

सोमवार को ग्रामीण मंडल की बैठक गांव फूलपुरा में मंडल अध्यक्ष संदीप सरपंच की अध्यक्षता में हुई, जिसमें भाजपा जिलाध्यक्ष विरेंद्र कौशिक मुख्य वक्ता के तौर पर पहुंचे। इस दौरान उनके साथ मीना परमार व रेखा राघव भी साथ रही। कौशिक ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र

मोदी के नेतृत्व में देश ने हर क्षेत्र में उल्लेखनीय प्रगति की है, चाहे वह आधारभूत ढांचे का विस्तार हो। इस अवसर पर सुनील भारद्वाज, विनोद स्वामी, मास्टर ईश्वर यादव, प्रेमिला, धर्मेंद्र यादव, मतरपाल, सुरेश सोलंकी, राजपाल भाटिया, दिलबाग आदि मौजूद रहे।

एसडीएम ने समाधान शिविर में सुनीं लोगों की समस्याएं

हरिभूमि न्यूज >>> तोशाण

एसडीएम डॉ अशवीर सिंह नैन ने सोमवार को अपने कार्यालय में नागरिकों की समस्याओं के त्वरित समाधान और प्रशासनिक सेवाओं को सुलभ बनाने के उद्देश्य से आयोजित समाधान शिविर में आमजन की शिकायतें सुनीं। समाधान शिविर में बिजली, पानी, राजस्व, सामाजिक सुरक्षा, पेंशन और भूमि रिकॉर्ड आदि से जुड़ी विभिन्न समस्याएं दर्ज की गईं।

एसडीएम डॉ नैन ने कहा कि विभिन्न विभागों के अधिकारी जन शिकायतों को गंभीरता से सुनें और उनके समाधान करने की दिशा में त्वरित कार्यवाही करते हुए

आवश्यक कदम उठाएं। उन्होंने कहा कि समाधान शिविर सरकारी योजनाओं और सरकार की विभिन्न सेवाओं को नागरिकों को सीधे तौर पर पहुंचाने का प्रभावी माध्यम बन रहा है। इसका मुख्य उद्देश्य है कि लोगों को बार-बार दफतरो के चक्कर न लगाने पड़ें और उनकी समस्याओं का हल एक ही स्थान पर मिले। नागरिकों ने भी समाधान शिविर और जन संवाद कार्यक्रमों की सराहना करते हुए इस शासन, प्रशासन और जनता के बीच सीधा संवाद स्थापित करने का कारण मंच बताया। एसडीएम डॉ अशवीर सिंह नैन कहा कि समाधान शिविर का फायदा उठाएं व समस्याओं का त्वरित समाधान प्राप्त करें।

'हर घर बेटी के नाम' अभियान को मिल रहा समर्थन, चेयरमैन और विधायक ने की सराहना



बवानीखेड़ा। सर्व कल्याण मंच द्वारा प्रदेशभर में संचालित 'हर घर बेटी के नाम' अभियान को लेकर पट्टिका लगाते हुए।

बेटियों के प्रति व्याप्त भेदभाव को समाप्त करना है तथा उन्हें गरिमा, अधिकार और पहचान देना है। यह अभियान पूरे हरियाणा में चरणबद्ध ढंग से चलाया जा रहा है। वहीं नगरपालिका चेयरमैन सुंदर अत्री ने घोषणा की कि नगरपालिका क्षेत्र के सभी पार्श्वों के घरों पर भी शीघ्र ही उनकी बेटियों के नाम की पट्टिकाएं लगावाई जाएंगी।

यह कदम समाज में सकारात्मक संदेश देने वाला साबित होगा। सर्व कल्याण मंच द्वारा संचालित यह जनजागरूकता अभियान निश्चित ही बेटियों के सम्मान और सामाजिक समरसता की दिशा में एक सार्थक पहल है।

के नाम से होगी, जिससे समाज में बेटियों को समान अधिकार और सम्मान मिलेगा। मंच के अध्यक्ष नवीन कौशिक ने बताया कि 'हर घर बेटी के नाम' अभियान का मुख्य उद्देश्य समाज में

डीएपी खरीद पर लागू नई शर्तों के विरोध में उतरे किसान, सौंपा ज्ञापन



बाढ़ड़ा। एसडीएम प्रवाचक अजय कौशिक को ज्ञापन देते भाकियू पदाधिकारी।

भवन में आयोजित बैठक में जिलेभर के सैकड़ों किसानों ने भागीदारी की तथा किसान भवन से एसडीएम कार्यालय तक रोष मार्च निकाला।

वर्ष 2024-25 की रबी सीजन में गेहूं, सरसों व सब्जियों की फसलों पर तीन बार की प्राकृतिक आपदा की मार के बावजूद सरकार

अभी तक बजट जारी नहीं कर पाई है, जिससे किसानों को वह फसल तो नाममात्र की प्राप्त हुई वहीं अब बार बार बरसात से उनको महंगे भाव का बीज खरीदना पड़ रहा है लेकिन सरकार चुप्पी साधे हुए है। वर्ष 2023 का बकाया मुआवजा एक चौथाई भी जारी नहीं किया और बीमा कंपनी सारा डकार गई।

रेडक्रॉस भवन में बेसिक फर्स्ट एड जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

आरएसओ सदस्यों को दी यातायात नियमों की जानकारी

दुर्घटनाग्रस्त व घायल को ले जाने की विधियां, खून बहने की स्थिति में रोकथाम के उपाय, सांफ के काटने पर बचाव के तरीके बताए

हरिभूमि न्यूज >>> मिवानी

उपायुक्त एवं रेडक्रॉस अध्यक्ष महावीर कौशिक के कुशल मार्गदर्शन में रेडक्रॉस भवन में रोड सफ्टी ऑर्गेनाइजेशन (आरएसओ) के सदस्यों के लिए सोमवार को एक दिवसीय बेसिक फर्स्ट एड जागरूकता शिविर का आयोजन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता



भिवानी। सड़क सुरक्षा की शपथ लेते आरएसओ के सदस्य।

जिला रेडक्रॉस के सचिव प्रदीप कुमार ने की। जागरूकता कार्यक्रम में आरएसओ सदस्यों को सड़क सुरक्षा नियमों की जानकारी देने के

साथ आपातकालीन स्थितियों में प्राथमिक उपचार की महत्वपूर्ण विधियों से अवगत करवाया। जिला प्रशिक्षण विकास कुमार ने यातायात

नियमों, दो पहिया वाहनों पर हेलमेट का उपयोग करने और सीट बेल्ट की अनिवार्यता, सड़क संकेतों के महत्व तथा दुर्घटना के समय किए

जाते वाले त्वरित प्राथमिक उपचार सीपीआर आदि की जानकारी दी। उन्होंने दुर्घटनाग्रस्त व घायल को ले जाने की विधियां, खून बहने की स्थिति में रोकथाम के उपाय, सांफ के काटने पर बचाव के तरीके तथा दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को सुरक्षित स्थान तक पहुंचाने की सही तकनीकों का लाइव डेमो भी दिया। इसके अलावा उपस्थित युवाओं को सचिव प्रदीप कुमार ने सड़क सुरक्षा शपथ दिलाई और उन्हें समाज में इस जागरूकता को आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। जिला रेडक्रॉस के सचिव प्रदीप कुमार ने कहा कि ऐसे शिविरों के माध्यम से समाज में सड़क सुरक्षा व आपातकालीन

स्थिति में प्राथमिक सहायता देने के प्रति चेतना फैलाई जा सकती है, जिससे कि समय पर किसी का अनमोल जीवन बचाया जा सके। उन्होंने कहा कि बहुत से सड़क हादसे केवल यातायात नियमों की जानकारी के अभाव में होते हैं, ऐसे में हमें यातायात नियमों की जानकारी होगी तो सड़क दुर्घटनाओं के आंकड़ों में कमी लाई जा सकती है।

ये रहे मौजूद इस अवसर पर आरएसओ टीम के प्रधान प्रमोद कुमार, मुकेश, अंकुर बंसल, सोनू, अनिल, दीपक, बाला, संदीप व प्रवीण मौजूद रहे।



खबर संक्षेप
योग में ध्यान का भी अपना महत्व
भिवानी। योग के साथ साथ ध्यान का अपना महत्व है। ध्यान के जरिए स्वास्थ्य जीवन की कल्पना की जा सकती है। यह बात योगाचार्य कविता अहलावत ने रुद्रा कॉलोनी में ब्रह्माकुमारी संस्थान में आयोजित योग शिविर में कहे। उन्होंने कहा कि हरियाणा योग आयोग, आयुष विभाग के द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारी जारी पर चल रही है। उन्होंने बताया कि डॉक्टर रश्मि शर्मा के मार्गदर्शन में इन दिनों ब्रह्माकुमारी आश्रम में ध्यान प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया है।



नेकीराम शर्मा पार्क में चलाया सफाई अभियान
भिवानी। कीर्ति नगर स्थित स्वतंत्रता सेनानी पंडित नेकीराम शर्मा पार्क में पार्क समिति ने सफाई अभियान चलाया। सफाई अभियान का शुभारंभ मार्केट कमेटी भिवानी के मंडी सुपरवाइजर योगेश शर्मा झरवाई ने किया। उन्होंने कहा कि साफ-सफाई का हमारे जीवन में विशेष महत्व होता है। धार्मिक ग्रंथों में लिखा हुआ है कि जहां सफाई होती है, वहां ईश्वर का वास होता है, इसलिए हमें अपने आसपास साफ सफाई रखनी चाहिए।



शिविर में 52 लोगों ने किया रक्तदान
बाढ़ड़ा। सामाजिक सरोकारों और सेवा के संकल्प के साथ कार्यरत विजन फाउंडेशन ने अपने प्रथम स्थापना दिवस पर विभिन्न जातिजाती गतिविधियों का आयोजन कर समाज के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को मजबूत किया। इस विशेष अवसर पर रक्तदान शिविर और निःशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया, जिसमें बड़ी संख्या में लोगों ने भाग लिया। कस्बे के छोटे-बड़े किसान भवन बाढ़ड़ा में आयोजित शिविर में 52 रक्तदानाओं ने स्वेच्छा से रक्तदान कर मानव सेवा में अपना योगदान दिया।

बारिश फसलों के लिए संजीवनी, पैदावार बढ़ेगी
बहल। सोमवार को लंबे इंतजार के बाद हुई बारिश से आमजन को बदन झुलसाती गर्मी से राहत मिली है। वहीं किसानों के चेहरे खिल उठे हैं। किसानों को चिंता सता रही थी कि बिना बारिश के फसलों की बुवाई बेकार हो जाएगी, लेकिन अब उन्हें उम्मीद बनी है कि बारिश फसलों के लिए संजीवनी का काम करेगी। किसान पवन शर्मा सूरपुर ने बताया कि इस समय हुई बारिश से फसल को काफी फायदा होगा। खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय के सामने पानी भर गया। हालात यह हैं कि पैदल निकलना भी दूभर हो गया।

हनुमान जोहड़ी में योग परखवाड़ा शिविर शुरू

भारतीय संस्कृति की अनमोल धरोहर है योग : चरणदास
हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी
21 जून को मनाए जाने वाले अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट द्वारा हनुमान जोहड़ी मंदिर में निःशुल्क योग एवं ध्यान परखवाड़ा शिविर का आयोजन किया, जो 29 जून तक चलेगा। आशुतोष वर्मा व विक्रम कांगड़ा ने बताया कि शिविर का आयोजन बालयोगी महंत चरणदास महाराज

सिद्ध महापुरुषों की धरा है तिगड़ाना गांव: बालकनाथ

हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी
तिजारा(अलवर) के विधायक एवं पूर्व सांसद अलवर (राजस्थान) बाबा बालक नाथ ने कहा कि वेसे तो भिवानी की धरती महंत, संत व महापुरुषों की रही है, लेकिन तिगड़ाना के बाबा परमहंस (छोरे बाबा) भी अपने आप ऐतिहासिक धाम है, जिसका हर वर्ष श्रावण माह लगते की पंचमी को बहुत बड़ा मेला लगता है। जिसमें लाखों श्रद्धालु बाबा के दर मन्तते मांगने व विश्व शांति की कामना के लिए पहुंचते हैं। गांव तिगड़ाना ही नहीं बल्कि पूरे प्रदेश में बाबा परमहंस के प्रति लोगों में अगाढ़ आस्था है। जिसकी बदैलत आज भी गांव स्थित मंदिर में बाबा विनोद नाथ की 41 दिन की तपस्या समापन अवसर आसपास के हजारों श्रद्धालु पहुंचते हैं।

बाबा विनोद नाथ की तपस्या के समापन पर समारोह में शामिल होने के लिए पहुंचे थे महंत बालकनाथ

भिवानी की धरती महंत, संत व महापुरुषों की रही, लेकिन तिगड़ाना के बाबा परमहंस भी ऐतिहासिक धाम

विनोद नाथ को आशीर्वाद देकर प्रसाद ग्रहण करवाया
इस मौके पर बाबा बालक नाथ व बाबा वेदनाथ ने संयुक्त रूप से 41 दिन की तपस्या पर बैठे बाबा विनोद नाथ को आशीर्वाद देकर प्रसाद ग्रहण करवाया। इस दौरान वागीणों में भी प्रसाद वितरित किया गया। मंदिर में वागीण मुकेश उर्फ कलवा की तरफ से विशाल मंडार का आयोजन किया गया। भाजपा के वरिष्ठ नेता परमजित सिंह महू ने कहा कि बाबा विनोद नाथ ने पांच धूणों के बीच एवं कड़ी धूप के बीच विश्व शांति के लिए तपस्या की। बाबा विनोद नाथ की तपस्या के प्रति लोगों में जबरदस्त उत्साह व धार्मिक भावना जगा दी। प्रधान विरेद, मेनपाल, राजेश, कैप्टन राजकुमार, दीपा तंवर ने संयुक्त रूप से कहा कि ऐसे महापुरुषों की तपस्या करने से गांव में शांति का माहौल व धार्मिक भावना बनी रहती है। रात के समय मंदिर में जागरण व मंडार का भी आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बाबा विनोद नाथ, प्रधान विरेद, नरेंद्र व विनोद शर्मा, जिला पार्षद कृष्ण, सपरच सुरेश, दिला, कप्तान नरेंद्र, कृष्ण, बल्ला मास्टर, सतेद, सुनील शर्मा, धारी नाई ने विधायक बाबा बालकनाथ को बाबा परमहंस तिगड़ानियां के फोटो देकर सम्मानित किया। इस अवसर पर मुकेश, प्रीतम, सते, रिकू, बिट्टू, सिब्बल, अनिल, कालिया, सुदर्शन, विजय, जनक आदि मौजूद थे।



भिवानी। विधायक बाबा बालकनाथ को सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

अधिकारियों पर ड्यूटी में लापरवाही पर कार्रवाई की मांग पानी किल्लत को लेकर लक्ष्मी नगर बूस्टर पर किया प्रदर्शन

लक्ष्मी नगर, आनंद नगर, देव नगर सहित पानी की किल्लत के चलते गुस्सा फूट

हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी

लक्ष्मी नगर, आनंद नगर, देव नगर, बीसी वाली जोहड़ी सहित आसपास के क्षेत्रों में पानी की किल्लत के चलते सोमवार को मिनी बाईपास स्थित लक्ष्मी नगर बूस्टर पर लोगों ने एकत्रित होकर जोरदार प्रदर्शन किया और जनस्वास्थ्य विभाग के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। प्रदर्शनकारियों ने समय रहते समाधान नहीं होने पर जनआंदोलन की चेतावनी दी। उन्होंने कहा कि पानी जैसी बुनियादी जरूरत के लिए लोगों को सड़क पर आना पड़े, ये बेहद शर्मनाक है। इस अवसर पर सामाजिक कार्यकर्ता सुरेश सैनी, नरबीर जांगड़ा, सुमेश कोच, राजू शर्मा, राजकुमार सैनी, रामसिंह यादव व राजेंद्र ग्रेवाल ने कहा कि क्षेत्र में चार-चार दिन पानी नहीं आना, ये विभागीय लापरवाही का



भिवानी। पानी किल्लत को लेकर लक्ष्मी नगर बूस्टर पर नारेबाजी करते लोग। फोटो: हरिभूमि

पेयजल समस्या से अबगत करवाया
इस अवसर पर पिंकी, शकुलता, संतोष, कुसुम, मंजु, अंजू, गुड्डी, सुशील शर्मा, कंता, सुदेश आदि ने पानी की अनुपलब्धता के कारण घरेलू जीवन में आ रही परेशानियों के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि घरों में बच्चे, बुजुर्ग, बीमार सब परेशान हैं, लेकिन प्रशासन को कोई फर्क नहीं पड़ रहा। क्षेत्रवासियों ने जिला प्रशासन की निष्क्रियता पर तीखा प्रहार करते हुए कहा कि पानी के टैंकर तक नहीं भेजे जाते, ये गंभीर लापरवाही है। प्रदर्शनकारियों ने एक सुत्र में बताया कि जल्द ही पानी की आपूर्ति बहाल नहीं हुई तो क्षेत्रवासी उग्र जनआंदोलन शुरू करेंगे। महिलाओं ने विभागीय उदासीनता पर नाराजगी जताते हुए कहा कि जनता को पानी जैसी मूलभूत सुविधा के लिए तड़पाना अमानवीय कृत्य है। उन्होंने कहा कि विभाग के अधिकारी व कर्मचारी अपनी ड्यूटी के प्रति लापरवाह हैं और उपर से फोन नहीं उठाते, तो जनता समस्या कहां रखे, ये सिस्टम फेल हो चुका है।

लाठीचार्ज के विरोध में उतरे संगठन

छात्रों पर लाठीचार्ज के विरोध में छात्र व सामाजिक संगठनों ने प्रदर्शन कर फूका वीसी का पुतला

हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी



भिवानी। एचएयू हिसार में छात्रों पर लाठीचार्ज के विरोध में पुतला फूंकते हुए।

चौ. चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय (एचएयू) में छात्रवृत्ति की मांग को लेकर प्रदर्शन कर रहे छात्रों पर बीते दिनों हुए लाठीचार्ज व लाठीचार्ज के आरोपियों की गिरफ्तारी ना होने पर सोमवार को रोष स्वरूप भिवानी में विभिन्न छात्र संगठनों व सामाजिक संगठनों ने संयुक्त रूप से रोष प्रदर्शन किया तथा एचएयू कुलपति का पुतला फूंककर इस दमनकारी कार्रवाई का रोष जताया। इसके साथ

जिला अध्यक्ष एवं छात्र नेता सेठी व एनएसयूआई के जिला अध्यक्ष मनजीत ने कहा कि शांतिपूर्ण ढंग से अपनी मांग रख रहे छात्रों पर बर्बरतापूर्वक लाठीचार्ज कराना एक दमनकारी कदम था। उन्होंने आरोप लगाया कि एचएयू छात्रों की आवाज को दबाना चाहती है तथा छात्र अपने भविष्य के लिए आवाज उठा रहे थे।

किसान अधिकारियों से मिले, भरपाई की मांग

हरिभूमि न्यूज ►►बाढ़ड़ा

बाढ़ड़ा खंड में शुक्रवार को आए तेज तूफान में क्षेत्र के आधा दर्जन गांवों में किसानों को काफी नुकसान पहुंचा है। तेज र तार से आए तूफान से खरीफ की फसल के साथ साथ खेतों में पशुओं और कृषि यंत्रों के लिए बने के सैड, मुर्गा फार्म, प्याज के स्टोर के ढेर, कच्चे मकान आदि को काफी नुकसान पहुंचा है जिसपर पीड़ित ग्रामीण एसडीएम कार्यालय पहुंचे, लेकिन उनकी मुलाकात नहीं हो पाई। कस्बे में शुक्रवार को आई तेज आंधी तूफान से गांव हडौद, हडौदी, माण्डी हरिया, माण्डी केहर,



बाढ़ड़ा। गांव हडौद में नुकसान की जानकारी देते ग्रामीण। फोटो: हरिभूमि

माण्डी पिरानु, बेरला आदि गांवों में किसानों को करोड़ों रुपए का नुकसान पहुंचा है। हडौद निवासी पूर्व सरपंच विजय कुमार, मनोज, पवन, मनवीर, रणबीर, आनंद, विक्रम, सेठिया, रतिभान, चांदी, शेखर, बिंवावल निवासी राजसिंह, मांढी निवासी पवन कुमार आदि किसान जिनको नुकसान हुआ है।

पेंटिंग में मवानी एवं माषण में यश प्रथम

भिवानी। श्रेष्ठ मनुष्य बनने के लिए किताबी शिक्षा के साथ आध्यात्मिक मूल्य शिक्षा भी जरूरी है, क्योंकि फिजिक्स, कैमिस्ट्री, हिस्ट्री पढ़ने से मनुष्यों की दक्षता बढ़ती है, लेकिन मनुष्य तैयार नहीं होता है, ये उदार प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की शैशुकला शाखा के तत्वावधान में आयोजित त्रिदिवसीय चरित्र निर्माण बाल व्यक्तित्व विकास शिविर के समापन पर राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि बच्चों को डॉक्टर इंजीनियर बनाने के साथ एक अच्छा इंसान बनाने की आवश्यकता है। इसानियत सिखाने की जरूरत है, हमें आध्यात्मिक रूप से सशक्त बनाने की आवश्यकता है।



जनस्वास्थ्य विभाग कर्मियों ने विधायक को सौंपा ज्ञापन

बाढ़ड़ा। जनस्वास्थ्य विभाग कर्मचारियों ने विधायक उमेश पातुवास को ज्ञापन सौंपकर कोशल कर्मचारियों को दो महीने से वेतन न मिलने व अन्य लक्षित मांगों पर कोई कदम न उठाने के बारे में अवगत करवाया तथा तुरंत समाधान न होने पर जल्द ही बाढ़े आंदोलन शुरू करने की चेतावनी दी। विधायक उमेश ने कर्मियों को मांगों को लेकर संबंधित विभाग के मंत्रों से मुलाकात करने का मरोखा दिया। जनस्वास्थ्य विभाग के शाखा प्रधान सुमित कादयान की अध्यक्षता में विभाग के कर्मचारियों के प्रतिनिधि मंडल ने गांव पातुवास पहुंचकर विधायक उमेश पातुवास को मांगपत्र सौंपकर प्रदेश सरकार व जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा कर्मियों की लक्षित मांगों को अनुमूलन करने पर सवाल उठाते हुए पंजाब सरकार का कार्यवाही बताया। सचिव जयभगवान ने बताया कि हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्करज यूनिवर्सिटी जनस्वास्थ्य शाखा बाढ़ड़ा के कोशल रोजगार के तहत लगे कर्मचारियों को पिछले दो महीने से वेतन नहीं मिला है, जिसकारण कर्मचारियों में रोष कि स्थिति बनी हुई है। सरकार जॉब सिक्योरिटी की लालसा दे रही है वसात तारीख से पहले वेतन देने की बात कर रही है, लेकिन यहां कर्मचारियों को घर-खर्च चलाने के लाले पड़े हुए हैं। कर्मचारी लंबे अरसे से अपनी निरंतर सेवाएं दे रहे हैं, लेकिन मात्र तीन महीने का समय बनाकर अविष्य से खिलवाड़ किया जा रहा है।

आधुनिक सुविधाएं दिलाने का संकल्प

हरिभूमि न्यूज ►►बाढ़ड़ा

प्रदेश सरकार ग्रामीण विकास के लिए प्रयासरत है और मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के आशीर्वाद से बाढ़ड़ा उपमंडल में ग्रामीण संपर्क सड़क मार्ग, शिक्षा, चिकित्सा, बिजली क्षेत्र के विकास के लिए कई योजनाओं की सौगात मिलेगी। हरियाणा के बाद महाराष्ट्र, दिल्ली में भाजपा को मिली प्रचंड बहुमत की जीत केंद्र सरकार की जनहितकारी नीतियों पर जनमत की स्वीकृति की मोहर लगी है जो आगामी बिहार, पंजाब चुनावों में कायम रहेगी, ये बात भाजपा विधायक उमेश पातुवास ने अपने आवास पर ग्रामीणों की समस्याएं सुनते हुए कहीं। उन्होंने अलग अलग विभागों के अधिकारियों को बिजली पानी सहित आर्य मूलभूत सुविधाएं



बाढ़ड़ा। अपने आवास पर आमजन की समस्याएं सुनते विधायक उमेश पातुवास।

उपल4ध कराने में तेजी बरतने का आदेश दिया। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार विकास के नए आयाम स्थापित कर रही है। उन्होंने कहा कि उन्होंने कृषि मंत्री श्याम सिंह राणा को बाढ़ड़ा मंडी का विस्तार करने के लिए किसी साथ लगते गांव में बनवाने, बाढ़ड़ा व कादमा, झोझुकला में नई सब्जी मंडियों व व्यापारियों व सब्जी उत्पादकों को मौसमी नुकसान से बचाने के लिए कोल्ड स्टोरेज की स्थापना कराने, कई गांवों को दूसरे गांवों से जोड़ने के लिए संपर्क सड़क निर्माण कराने से अवगत करवाया।

ईको क्लब के बच्चों ने जाना हिलने पत्थर का इतिहास

बाढ़ड़ा। चरखी दादरी जिले के गांव कलियाणा में स्थित अरावली पर्वत श्रृंखला के पहाड़ में एक जगह एक खदान ऐसी भी है, जहां विश्व प्रसिद्ध हिलना पत्थर पाया जाता है, जिसे देखने के लिए सोमवार को विभिन्न स्कूलों के बच्चे मास्टर प्रीतम सिंह के नेतृत्व में कलियाणा पहुंचे। ईको क्लब फोर मिशन लाइफ के जिला समन्वयक मास्टर प्रीतम सिंह ने बताया कि उनके साथ राजकीय माध्यमिक विद्यालय कारीदास, राजकीय वमा विद्यालय कारीधारणी, सरकारी वमा विद्यालय तथा मॉडल संस्कृति स्कूल स्कूल बाढ़ड़ा में पढ़ने वाले विद्यार्थियों ने कलियाणा स्थित पहाड़ का भ्रमण किया। इस अवसर पर कलियाणा गांव के सुरेंद्र मान ने बच्चों को हिलना पत्थर की खान तक सावधानी से तीन किलोमीटर की ट्रैकिंग कार्रवाई व विभिन्न प्रकार के वृक्षों के बारे में जानकारी। सुरेंद्र ने छात्र छात्राओं को बताया कि कल्याण के पहाड़ में प्राकृतिक झील है, जहां हर वर्ष सैकड़ों विदेशी पक्षियों का आवागमन बना रहता है।

तन, मन एवं आत्मा को संतुलन देता है योगाभ्यास: विजेन्द्र

हनुमान जोहड़ी में योग परखवाड़ा शिविर शुरू



भिवानी। जोहड़ीवाला हनुमान मंदिर में योगाभ्यास करते लोग। फोटो: हरिभूमि

के सान्निध्य में किया जा रहा है। वर्मा, बंटी मेघवाल एवं निहाल सिंह शिविर में दीपक योगाचार्य, मुस्कान कुंगड़ के नेतृत्व में सुबह 6 से साढ़े 7 तथा सांय 5 से साढ़े 6 बजे तक करवाकर जीवन में योग के महत्व दोनों समय योग की क्रियाएं से रूबरू करवाया जाएगा।

मानसिक शांति व आत्मिक संतुलन देता है योग
योग प्रशिक्षण शिविर के शुभारंभ पर बतौर मुख्यतिथि हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के वाइस चैयरमैन विजेन्द्र बड़गुज्जर ने शिरकत की। उन्होंने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि योग न केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है, बल्कि मानसिक शांति व आत्मिक संतुलन के लिए भी अत्यंत प्रभावी साधन है। उन्होंने कहा कि आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में योग ही एक ऐसा माध्यम है, जो व्यक्तियों को भीतर से संतुलन देता है। इस मौके पर महंत चरणदास ने कहा कि योग हमारी भारतीय संस्कृति की अनमोल धरोहर है। उन्होंने प्रतिदिन योगाभ्यास की आवश्यकता पर बल दिया। उन्होंने कहा कि योग प्रशिक्षण शिविर के माध्यम से न केवल योग के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाना है, एक स्वस्थ, संतुलित और सकारात्मक जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना भी है। इस अवसर पर प्रोफेसर अश्वनी कुमार, प्रोफेसर डॉ. सुरेश कुमार, मास्टर विजय डिगवाल, अधिवक्ता अजय संखवाल व सुनील आदि मौजूद रहे।

डॉ. आर. पी. शर्मा अस्पताल
सिविल अस्पताल से रिटायर्ड सीनियर सर्जन
सभी **आप्रेशन** एवं **नार्मल डिलीवरी** सबसे सस्ते रेट में किए जाते हैं।
सभी आप्रेशन बिना टॉके के भी किए जाते हैं।
कॉपर-टी की सुविधा उपलब्ध है।
गर्भवती महिलाओं के लिए **OPD फीस फ्री**
पता : मिनी बाईपास रोड, CR Resort के सामने, भिवानी
सम्पर्क सूत्र : 9416296903, 8168362612