हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 19 जून, 2025

11 योग आपसी प्रेम, प्यार, भाईचारे एवं शांति को स्थापित करता: बीके वसुधा

12 पल-पल बदला मौसम का मिजाज हल्की ...

खबर संक्षेप

जिला निर्वाचन अधिकारी ने किया निरीक्षण

चरखी दादरी। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बुधवार को संबंधित अधिकारियों के साथ जिला में स्थित ईवीएम-वीवीपैट वेयरहाउस का त्रैमासिक निरीक्षण करते हुए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने निरीक्षण के दौरान वेयर हाउस की सुरक्षा सहित सीसीटीवी कैमरों, साफ सफाई आदि सभी व्यवस्थाओं को बारीकी से निरीक्षण किया। उपायुक्त शर्मा ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि वेयर हाउस की सुरक्षा चाक चौबंद होनी चाहिए और सीसीटीवी कैमरे भी एक्टिव रहें। उन्होंने कहा कि वेयर हाउस की सुरक्षा में किसी भी तरह की कोताही न बरती जाए।

आइटीआई में दाखिले को 20 तक करें आवेदन

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि हरियाणा राज्य में स्थित सभी राजकीय एवं निजी औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों में सत्र 2025-26 में दाखिले के लिए 20 जून तक ऑनलाइन आवेदन स्वीकार किए जा रहे हैं। इच्छुक विद्यार्थी इस दौरान नजदीकी राजकीय आईटीआई में आकर हेल्पडेस्क पर दाखिले के लिए निःशुल्क आवेदन कर सकते हैं तथा संस्थान में उपलब्ध व्यवसायों में दाखिला ले सकते है।

परिवेदना समिति की बैठक आज

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि आज प्रदेश के कृषि एवं पशुपालन मंत्री श्याम सिंह राणा की अध्यक्षता में जिला कष्ट निवारण एवं परिवेदना समिति की बैठक का आयोजन किया जाएगा। उन्होंने बताया कि बैठक सुबह साढ़े 10 बजे लघु सचिवालय के प्रथम तल स्थित सभागार में आयोजित की जाएगी। बैठक के दौरान समिति के समक्ष आई शिकायतों को सुनते हुए उनके तुरंत निपटान का प्रयास किया जाएगा। बैठक के उपरांत कृषि मंत्री आमजन की समस्याओं से भी रूबरू होंगे।

पुलिस ने फरार उद्घोषित आरोपी को किया काबू

भिवानी। जिला पुलिस ने जिले के विभिन्न थानों में दर्ज अभियोग में फरार चल रहे उद्घोषित आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए अभियान चलाया हुआ है। अभियान के तहत गत 17 जून को थाना शहर भिवानी के उपनिरीक्षक दशरथ ने उद्घोषित आरोपी को भिवानी से गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। गिरफ्तार किए आरोपी की पहचान कृष्ण पुत्र सरजीत निवासी बेडवा जिला रोहतक हाल निवासी हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी भिवानी के रूप में हुई है।

स्कूल टाइम में पौधों की देखरेख की जिम्मेदारी बच्चों की होगी , छुट्टी के बाद चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी की

50 छात्रों को 70 पौधे लगाने का दिया लक्ष्य, हर स्कूल में बच्चों को लगाना होगा एक पेड़ मां के नाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शिक्षा विभाग ने स्कूलों में खाली पड़ी भूमि को हरा भरा बनाने की मन में ठान ली है। अब इसी क्रम में शिक्षा विभाग ने प्रत्येक स्कूल परिसर में खाली पड़ी जगह में एक पेड़ मां के नाम लगाने का निर्देश दिए है। साथ ही शिक्षा विभाग ने जिस स्कूल में दाखिल बच्चों की संख्या 50 है। उस स्कूल के बच्चों को स्कूल परिसर में 70 पौधे लगाने का लक्ष्य दिया है। इन पौधों की देखरेख की जिम्मेदारी भी इन्हीं बच्चों की होगी। हालांकि छुट्टी के बाद स्कूल में पौधों की रखवाली की जिम्मेदारी चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी की रहेगी,पर दिन में पौधों की देखभाल का जिम्मा विद्यार्थियों का रहेगा। इस बारे में शिक्षा विभाग ने सभी स्कूलों में पत्र भेजकर सूचित कर दिया है।

स्कूल के भवन का दृश्य।

जिला परियोजना संयोजक समग्र शिक्षा ने सभी बीआरसी व खंड शिक्षा अधिकारियों को पत्र भेजकर स्कूल परिसर में खाली पड़ी जगह में पौधे लगवाए जाने के निर्देश दिए है। इसके लिए विभाग ने स्कूल में पंजीकृत बच्चों की संख्या के हिसाब से पौधे लगाने का भी टॉरगेट तय किया गया है। जिन विद्यालयों के पास ग्राऊंड है और स्कूल में छात्रों की संख्या 100 है तो उन बच्चों को अपने स्कूल में दो सौ पौधे लगाने होंगे। इसी तरह पीएम श्री स्कूल तथा मॉडल संस्कृति स्कूल में छात्र संख्या ज्यादा होती है तो उन विद्यालयों के बच्चों को दो सौ से ज्यादा पौधे लगाने का लक्ष्य दिया गया है। जिन स्कूलों में 50 विद्यार्थियों से कम संख्या है तो उन स्कूलों में तैनात स्टाफ के हिसाब से पौधे लगाए जाने चाहिए।

विद्यार्थी मां के साथ पौधरोपण का फोटो करेगा अपलोड

पहली बार स्कूल में पढने वाला कोई बच्चा अपनी मां के साथ पौधारोपित करने का फोटो विभाग के पोर्टल पर अपलोड करेगा। इनके साथ उस बच्चे का पूरा विवरण स्कूल के रजिस्टर में दर्ज करवाया जाएगा। बच्चे के पौधा लगाने तथा खुद का विवरण अपलोड करने के बाद विभाग द्वारा बच्चे को एक सर्टिफिकेट जारी किया जाएगा। यह प्रमाण पत्र भी पोर्टल के जरिए ही उपलब्ध होगा। साथ ही यह सुनिश्चित किया जाएगा कि पौधे की देखभाल का सारा कार्य छात्र या छात्र समूह का रहेगा। इस बारे में शिक्षा विभाग ने सभी स्कूल मुखियों को सूचना भेज दी है। हालांकि अभी मानसून आने में वक्त है,लेकिन मानसून आने से पहले ही विभाग ने अपनी तैयारियों का खाका तैयार कर लिया है। फिलहाल सभी स्कूल मुखियाओं से वन विभाग ने शिक्षा विभाग के माध्यम से पौधों की संख्या मांगी है। ताकि उसी हिसाब से उन स्कूलों में पौधे भेजे जा सके।

परिचालक पर जानलेवा हमला करने वालों की जल्द हो गिरफ्तारी : फौजी

10 बजे से 12 बजे तक दो घंटे किया प्रदर्शन

कंडक्टर से मारपीट मामले को लेकर कर्मचारी धरने पर बैठे

- फतेहाबाद डिपो के परिचालक कृष्ण कुण्डू से ड्यूटी के दौरान की गई मारपीट
- अग्रोहा अस्पताल में चल रहा है परिचालक का इलाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। मांगों को लेकर धरने पर बैठे रोडवेज कर्मचारी।

हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चा के बैनर तले बुधवार को बीते दिन फतेहाबाद डिपो के परिचालक कृष्ण कुण्डू पर ड्यूटी के दौरान हमला करने वाले को गिरफ्तार न करने के विरोध में 10 बजे से 12 बजे तक दो घंटे का डिपो में सांझा मोर्चा डिपो प्रधान अनिल फौजी, राजकुमार तालू के नेतृत्व में प्रदर्शन किया गया। संचालन डिपो सचिव अनिल नागर, सचिन कुंडू ने किया। प्रदर्शन में विशेष रूप से मौजूद राज्य नेता पवन शर्मा उपमहासचिव, जयप्रकाश चौहान राज्य कैशियर, सुधीर अहलावत प्रेस प्रवक्ता, मुकेश बलंबा राज्य उप प्रधान ने प्रदर्शनकारी कर्मचारियों को संबोधित करते हुए बताया कि 16 जून को हरियाणा राज्य परिवहन फतेहाबाद डिपो की एक बस हरिद्वार से फतेहाबाद जा रही थी। जब हिसार बस अड्डे पर पहुंची तो सवारियों के साथ कुछ लड़के भी बस में बैठ गए। जब परिचालक कृष्ण कुण्डू द्वारा एक युवक को टिकट लेने के लिए कहा तो उसने जवाब दिया कि मैं टिकट नहीं लूंगा ओर मुझे ढंढूर उतार देना।

गंभीर चोटें आई

परिचालक ने कहा गाड़ी लंबे रूट हैं, ढंढूर स्टॉप नहीं है। इसके बाद युवक परिचालक से झगड़ा करने लगा और युवक ने अपने 10-15 साथियों को बुलाकर परिचालक पर हमला कर दिया। परिचालक को गंभीर चोटें आई है। परिचालक का इलाज अग्रोहा हस्पताल में चल रहा हैं । प्रशासन द्वारा कोई कार्यवाही नही करने के विरोध में फतेहाबाद डिपो के कर्मचारियों ने फतेहाबाद डिपो व टोहाना सब डिपो बंद करके हड़ताल कर दी। पुलिस प्रशासन की सीधी चेतावनी देते हुए कहा कि फतेहाबाद का पुलिस प्रशासन हमलावरों को जल्द से जल्द गिरफ्तार करे।

हमलावरों के होसले बुलंद

राज्य नेताओ ने आगे बताया कि रोडवेज विभाग चालक परिचालक सुरक्षित नही हैं। हर रोज किसी न किसी डिपो के चालक व परिचालक के नाजायज मारपीट की जा रही हैं। सरकार व प्रशासन द्वारा ठोस कार्यवाही नही की जा रही हैं। जिससे हमलावरों के होसले बुलंद हैं। इसी प्रकार 15 मई को जीरकपुर में चंडीगढ़ डिपो के चालक अमित व परिचालक हिम्मत पर जानलेवा हमला करने को अभी तक गिरफ्तार नही किया गया। जीरकपुर व फतेहाबाद डिपो के चालक परिचालक पर जान लेवा हमलावरों को जल्द से जल्द गिरफ्तार किया जाए । अन्यथा आज फतेहाबाद डिपो में राज्य सांझा मोर्चे की होने वाली बैठक में आगामी निर्णायक आंदोलन का एलान किया जाएगा। प्रदर्शन मे प्रदीप दुग्गल रामकिशन, जयदीप फरमाना, नितेश , अमित तालू, बिशनपाल हालुवास,अशोक प्रेमनगर, सुरेश बडेसरा, सोनू लखेरा, ललित, गुलशन, प्रवीण, सुरेन्द्र बडेसरा, पवन मंडाना, नरेश हालुवास,सोनू रिठाल, रवींद्र, प्रदीप आदि मौजूद रहे।

तोशाम में रोडवेज कर्मचारियों ने किया दो घंटे तक जोरदार विरोध प्रदर्शन

तोशाम। फतेहाबाद डिपो के परिचालक कृष्ण कुंडू पर हुए जानलेवा हमले के विरोध में बुधवार को सबडिपो तोशाम के कर्मचारियों ने सुबह (10 से 12 बजे तक) दो घण्टे का जोरदार विरोध प्रदर्शन किया। इस दौरान उन्होंने प्रशासन से अपील की है कि परिचालक के हमलवारों को तुरन्त गिरफ्तार किया जाए। उन्होंने कहा कि यदि शीघ्र उन हमलवारों को गिरफ्तार नहीं किया तो कर्मचारियों को बहुत बड़ा आन्दोलन करने पर मजबूर होना पड़ेगा जिसकी जिम्मेवार हरियाणा सरकार स्वयं होगी। इस मौके पर संयुक्त कर्मचारी संघ के वरिष्ठ उप प्रधान रामवीर सिंह, सुरेश सुई, दिलबाग लाम्बा, कुलदीप पंघाल, जयदेव दुल्हेड़ी, राजेश गान्धी, रमेश खावा, सुरेश प्रधान, राजेन्द्र बिड्ढोला, विक्रम पूनियां, राजेश ढ़ाणी माहू, सतबीर, मुकेश मिरान, विक्रम शर्मा सोनू, रणबीर पूनिया, सतीश, महेन्द्र सिहाग, मनोज आदि कर्मचारियों ने बढ़ चढ़कर भाग लिया।

बस स्टेंड पर सांझा मोर्चा का विरोध प्रदर्शन

लोहारू। फतेहाबाद में एक रोडवेज परिचालक पर हुए कथित जानलेवा हमले के विरोध में बुधवार को स्थानीय रोडवेज बस स्टेंड परिसर में सांझा मोर्चा के बैनर तले दो घंटे का विरोध प्रदर्शन किया तथा घटना के आरोपियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की। महासंघ के खंड प्रधान नरेंद्र उमरवास की अध्यक्षता में किए गए इस दो घंटे के विरोध प्रदर्शन के दौरान रोडवेज कर्मचारियों ने नारेबाजी की और दोषियों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की। विरोध प्रदर्शन करने वाले कर्मचारियों ने कहा कि फतेहाबाद डिपो के रोडवेज परिचालक पर जानलेवा हमला किया गया है लेकिन प्रशासन दोषियों के खिलाफ कोई कार्रवाई नही कर रहा है।

फैक्ट्री के कमरों के लोहे के दरवाजे चुराने के दो आरोपी पकड़े

भिवानी। तोशाम पुलिस ने लोहे के पल्ले चोरी करने के मामले में दो आरोपियों को कैरू से गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। ढाबढ़ाणी निवासी दीपक ने थाना पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई थी, जिसमें शिकायतकर्ता ने पुलिस को बतलाया कि उनकी एक फैक्ट्री बंद पड़ी थी, जो कुछ दिन बाद उसे संभालने पर देखा तो फैक्ट्री का लोहे का मैन गेट और फैक्ट्री के अंदर तीन कमरों के लोहे के दरवाजे चोर चोरी करके ले गए। शिकायत पर पुलिस ने संबंधित धाराओं के तहत थाना तोशाम में दर्ज किया था। गत 17 जून को अभियोग में प्रभावी कार्यवाही करते हुए थाना तोशाम के अंतर्गत पुलिस चौकी कैरू के मुख्य सिपाही संजय ने फैक्ट्री के लोहे के पल्ले चोरी करने के मामले में दो आरोपियों को कैरु से गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। गिरफ्तार किए आरोपियों की पहचान संजय निवासी ईंदीवाली व सुधीर निवासी ईंदीवाली जिला भिवानी के रूप में हुई है। पुलिस टीम ने आरोपियों से वारदात वाले दिन प्रयोग की गई मोटरसाइकिल व चोरी किए चार लोहे के पल्ले/ दरवाजे बरामद किए हैं।

- पुलिस टीम ने आरोपियों से वारदात में प्रयोग की बाइक व चार लोहे के दरवाजे किए बरामद

अमन व राहुल दिखाएंगे दमखम

- 26 जून तक रोहतक में होने वाली नेशनल बॉक्सिंग चैंपियनशिप में भाग लेंगे : कोच बेनिवाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। कोच के साथ मुक्केबाज। फोटो : हरिभूमि

गांव मिताथल एक बार फिर राष्ट्रीय स्तर पर अपनी प्रतिभा का परचम लहराने जा रहा है। गांव के खेल स्टेडियम में कोच कप्तान बेनिवाल की देखरेख में अभ्यासरत्त अमन सिवाच व राहुल का चयन आर्मी में हुआ है। अब मुक्केबाज अमन व राहुल 18 से 26 जून तक रोहतक में होने वाली नेशनल चैंपियनशिप में भाग लेंगे। खास बात ये है कि ये सभी खिलाड़ी भारतीय सेना (आर्मी) की ओर से प्रतियोगिता में हिस्सा लेंगे। दोनों खिलाड़ियों की उपलब्धि पर मिताथल के ग्रामीणों और खेलप्रेमियों में भारी उत्साह है। उनकी नजरें अब चैंपियनशिप पर टिकी है तथा सभी को पूरा विश्वास है कि मिताथल के ये लाल न केवल शानदार प्रदर्शन करेंगे, बल्कि गांव और जिले का नाम भी रोशन करेंगे। कोच कप्तान बेनिवाल ने कहा कि इन खिलाड़ियों ने मेहनत, अनुशासन और समर्पण के बल पर अपने खेल में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर राष्ट्रीय स्तर पर अपनी जगह बनाई है। ये खिलाड़ी लंबे समय से मिताथल खेल स्टेडियम में अभ्यास कर रहे हैं।

वैश्य मॉडल स्कूल के विद्यार्थियों ने नीट परीक्षा में किया उत्कृष्ट प्रदर्शन, किया सम्मानित

- प्रियल, चित्तराक्ष व हषवर्धन ने बढ़ाया स्कूल का मान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। अतिथियों व शिक्षकों के साथ नीट परीक्षा पास करने वाले विद्यार्थी।

वैश्य मॉडल स्कूल के विद्यार्थी प्रियल, चित्तराक्ष व हषवर्धन ने नीट परीक्षा में शानदार प्रदर्शन कर अपने विद्यालय व जिले को गौरवान्वित किया है। स्कूल के विद्यार्थी प्रियल ने 590 अंक प्राप्त कर 2200वां रैंक, चित्तराक्ष ने 574 अंकों के साथ 2314वां रैंक व हषवर्धन ने 515 अंक प्राप्त कर विद्यालय की प्रतिष्ठा में चार चांद लगा दिए है। तीनों विद्यार्थियों को वैश्य महाविद्यालय ट्रस्ट व वैश्य मॉडल स्कूल प्रबंधन समिति ने सम्मानित किया और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। तीनों विद्यार्थियों को वैश्य महाविद्यालय ट्रस्ट व वैश्य मॉडल स्कूल के अध्यक्ष शिवरत्न गुप्ता, महासचिव पवन बुवानीवाला व कोषाध्यक्ष विजय किशन अग्रवाल ने सम्मानित किया और विद्यार्थियों की भूरि-भूरि प्रशंसा की व उपस्थित अभिभावकों को बधाई दी।

प्रियल का 2200वां रैंक

प्राचार्या कमला गुरेजा ने बताया कि प्रियल ने 590 अंक प्राप्त कर 2200वां रैंक, चित्तराक्ष ने 574 अंकों के साथ 2314वां रैंक व हषवर्धन ने 515 अंक प्राप्त कर विद्यालय की प्रतिष्ठा में चार चांद लगाए है। उन्होंने बताया कि लगभग 23 लाख विद्यार्थियों ने परीक्षा दी जिसमें 12 लाख 36 हजार 531 विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए। सम्मान समारोह में प्रबन्ध समिति के पदाधिकारियों व प्राचार्या के अतिरिक्त विज्ञान कोओर्डिनेटर शोभा कुमावत, फिजिक्स पीजीटी विपिन व कैमिस्ट्री पीजीटी निर्मल देवी आदि उपस्थित रहे।

सांतौर के श्रेष्ठ भारद्वाज बने लेफ्टिनेंट, किया सम्मानित

- श्रेष्ठ भारद्वाज का जीवन संघर्ष एवं सफलता की मिसाल : रविन्द्र

चरखी दादरी। श्रेष्ठ भारद्वाज को सम्मानित करते ग्रामीण।

चरखी दादरी। सांतौर निवासी श्रेष्ठ भारद्वाज का चयन लेफ्टिनेंट पद पर हुआ है। श्रेष्ठ के सम्मान में भव्य सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। सांतौर निवासी कृष्ण भारद्वाज के बेटे श्रेष्ठ भारद्वाज ने लेफ्टिनेंट के रूप में कमीशन प्राप्त किया। उन्हें भारतीय सेना की 24 पंजाब रेजिमेंट में तैनाती मिली है। इंडियन कोचिंग स्कूल के निदेशक रविंद्र वशिष्ठ व चेयरपर्सन पूजा वशिष्ठ ने श्रेष्ठ को सम्मानित किया। उन्होंने युवाओं को श्रेष्ठ से प्रेरणा लेकर देश सेवा के लिए प्रोत्साहित किया। गौरतलब है कि श्रेष्ठ ने अपनी प्रारंभिक शिक्षा रवि इंडियन कोचिंग स्कूल से पूरी की और सैनिक स्कूल रेवाड़ी में चयन हुआ। मास्टर रविंद्र ने होनहार पूर्व छात्र श्रेष्ठ को बधाई देते हुए बताया कि श्रेष्ठ भारद्वाज ने बीएससी में स्नातक करने के बाद सीडीएस परीक्षा पास कर भारतीय सेना में अपनी जगह बनाई। श्रेष्ठ का जीवन संघर्ष और सफलता की मिसाल है।

कार्यक्रम भाजपा की केंद्र सरकार की11 साल की उपलब्धियों को लेकर चौपाल कार्यक्रम का आयोजन

सांसद किरण चौधरी ने ईशरवाल, रोढा, हसान और ढांगर में ग्रामीणों को किया संबोधित

मोदी के नेतृत्व में पूरी दुनिया में बजा है भारत की ताकत का डंका: सांसद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

राज्यसभा सांसद किरण चौधरी ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के सशक्त नेतृत्व में पिछले 11 साल के शासनकाल के दौरान भारत ने हर क्षेत्र में बेमिसाल तरक्की की है। पूरी दुनिया में भारत का डंका बजा है। हमारा देश बहुत तेज गति से विकसित होने की दिशा में अग्रसर है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पूरी दुनिया को भारत की ताकत का एहसास करवाने का काम किया है।

भिवानी। आयोजित कार्यक्रम में लोगों की समस्याएं सुनती राज्यसभा सांसद किरण चौधरी। फोटो : हरिभूमि

राज्यसभा सांसद किरण चौधरी बुधवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार की 11 साल की उपलब्धियों की जानकारी के लिए आयोजित विशेष चौपाल कार्यक्रम के तहत गांव ईशरवाल, रोढा, हसान और ढांगर में ग्रामीणों को संबोधित कर रहे थी।

हलके में विकास कार्यों की नहीं रहेगी कमी

ग्रामीणों को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि तोशाम हल्के में विकास कार्यों में कोई कमी नहीं रहने दी जाएगी। कैबिनेट मंत्री श्रुति चौधरी द्वारा गांवों के विकास के लिए करोड़ों रुपए विकास दिए जा रहे हैं। इसी प्रकार से गांवों में बिजली, पानी, सड़क, गली निर्माण, एससी, बीसी आदि चौपालो का निर्माण, फिरनी पक्की करना, पानी निकासी आदि सुविधाएं मुहैया करवाई जा रही हैं। उन्होंने कहा कि विकास कार्यों में कोई कमी नहीं रहने दी जाएगी, जिसके लिए मैं और श्रुति लगी हुई हैं। राज्यसभा सांसद किरण चौधरी ने बताया कि गांव ईशरवाल में विभिन्न विकास कार्यों पर करीब 84 लाख,गांव रोढ़ा में 50 लाख तथा हसान में करीब एक करोड़ 74 लाख रुपए तथा ढांगर गांव के विकास पर करोड़ों रुपए खर्च किए जा रहे हैं। इस दौरान ग्रामीणों द्वारा सांसद किरण चौधरी का फूल-मालाओं से जोरदार स्वागत किया गया।

आतंकवाद का करारा जवाब

ग्रामीणों को संबोधित करते हुए श्रीमती चौधरी ने कहा कि पहलगाम आतंकवादी घटना का भारत ने करारा जवाब दिया। पाकिस्तान के घर में जाकर उनके आतंकी ठिकानों को ध्वस्त किया। दुनिया ने भारतीय सेना के पराक्रम को देखा। उन्होंने कहा कि आज हमारी सैन्य ताकत किसी भी देश से कम नहीं है। इस दौरान एसडीएम डॉ अशवीर सिंह नैन, एसइ ओपी बिश्नोई व दिनेश राठी,एक्सईएन नवीन देशवाल,मनीष देशवाल, विकाश धनखड़,एसडीओ डॉ सुनील शर्मा, विक्रम पूनिया,एसडीओ चेतन,टीडब्ल्यूओ राजकुमार, एडवोकेट हरिसिंह सांगवान, चेयरमैन शीशराम व प्रदीप गोलागढ़,अमर सिंह हालुवास,वायस चेयरमैन सुनील भारीवास, राजकुमार जांगड़ा अनेक पार्टी पदाधिकारी, कार्यकर्ता तथा गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

हालांकि हर योगासन को करने का अलग लाभ होता है लेकिन सूर्य नमस्कार एक ऐसी योगिक प्रक्रिया है, जिसमें सात आसन और बारह मुद्राएं होती हैं। इनकी विधि और इनके लाभों के बारे में जानिए।

तन-मन में ऊर्जा का संचार करे सूर्य नमस्कार

योगिक क्रिया

संध्या रानी

सूर्य नमस्कार का अभ्यास हमारे शरीर और मन को ऊर्जा, शक्ति और स्फूर्ति से लबालब कर देता है।

प्रणाम मुद्राः सीधे खड़े होकर एक गहरी श्वास-प्रश्वास लीजिए। अपने हथेलियों को प्रणाम की मुद्रा में सीने के सामने रखें। आंखों को ढीली बंद कर श्वास-प्रश्वास पर अपने मन को एकाग्र करें।

हस्त उत्तानपादः प्रणाम मुद्रा के बाद श्वास अंदर को लेते हुए दोनों हाथों को सिर के ऊपर सीधा उठाते हुए धड़ को सुविधाजनक स्थिति तक पीछे झुकाएं।

पाद हस्तासनः दूसरी स्थिति के बाद श्वास धीरे-धीरे बाहर निकालते हुए, सिर तथा धड़ को धीरे से आगे की ओर इतना झुकाएं कि अंतिम स्थिति में हथेलियां पैरों के अगल-बगल जमीन पर आ जाए और माथा घुटने को स्पर्श करे। इस स्थिति में आने के लिए कोई जबर्दस्ती नहीं करना है। लेकिन यह ध्यान रखें कि स्लिप डिस्क, स्पॉन्डिलाइटिस, साइटिका तथा तीव्र कमर दर्द की शिकायत वाले सूर्य नमस्कार की इस अवस्था का अभ्यास न करें।

अश्व संचालन आसनः तीसरी अवस्था के बाद तुरंत श्वास अंदर लेते हुए दाएं पैर को पीछे ले जाएं। आगे वाले पैर को घुटने से मोड़ लें तथा पीछे वाले पैर का घुटना जमीन से स्पर्श करता है। दोनों हाथ अपने स्थान पर सीधी जमीन से लंबवत बने रहें। सिर को पीछे ले जाते हुए कमर को धनुषाकार बनाएं।

पर्वतासनः चौथी अवस्था के बाद श्वास बाहर निकालते हुए बाएं पैर को भी दाएं पैर के पास ले जाएं। नितंबों को भी अधिकतम सुविधाजनक स्थिति तक ऊपर उठाएं। कोशिश करें कि पैर की एड़ियां तथा तलवे जमीन को स्पर्श करें और सिर दोनों हाथों के बीच में आ जाएं। अपने श्वास को सामान्य कर लें।

अष्टांग नमस्कारः अब श्वास बाहर निकालते हुए हथेलियों और पैर को यथा स्थान रखते हुए पूरे शरीर को नीचे जमीन पर इस तरह ले आएं कि शरीर के आठ अंग जमीन पर रहें लेकिन छाती और घुटने के बीच का भाग जमीन से ऊपर रहे।

भुजंगासनः छठी अवस्था के तुरंत बाद श्वास अंदर लेते हुए हाथ के सहारे धड़ को जमीन से इतना ऊपर उठाएं कि हाथ कोहनी से सीधे हो जाए।

पर्वतासनः सातवीं अवस्था के तुरंत बाद सांस बाहर निकालते हुए पांचवीं अवस्था को दुहराते हुए पर्वतासन में आ जाइए।

अश्वसंचालनासनः पर्वतासन के तुरंत बाद श्वास अंदर लेते हुए दाएं पैर को आगे दोनों हाथों के बीच में ले आकर चौथी अवस्था अश्वसंचालनासन में आ जाएं।

पादहस्तासनः नौवीं अवस्था के बाद श्वास बाहर निकालते हुए बाएं पैर को भी हाथों के बीच में ले जाकर पादहस्तासन में आ जाएं।

हस्तोतनासनः पादहस्तासन के बाद श्वास अंदर लेते हुए दोनों हाथों को ऊपर उठाते हुए सीधे खड़े होकर धड़ को सुविधाजनक स्थिति में अधिकतम की ओर ले जाएं।

प्राण मुद्राः अब श्वास को बाहर निकालते हुए दोनों हाथों को पहली अवस्था की भांति सीने के सामने प्राण मुद्रा में ले आएं।

सावधानीः यह सूर्य नमस्कार का आधा चक्र है। यही बारह मुद्राएं अश्वसंचालनासन आसन में बाएं पैर को पीछे की ओर ले जाकर करें। अन्य मुद्राएं समान हैं। शुरू में इसके एक या दो चक्रों के अभ्यास से ही शुरुआत करें। जैसे-जैसे आपकी क्षमता बढ़ती जाए इसके चक्रों संख्या भी बढ़ाते जाएं। महिलाओं को मासिक धर्म के दौरान और गर्भावस्था में तीसरे महीने के बाद भी इसका अभ्यास नहीं करना चाहिए।

होने वाले लाभः इसके अभ्यास से शरीर की सभी मांसपेशियां और नसें क्रियाशील हो जाती हैं। पाचन, खून का संचालन, श्वास-प्रश्वास प्रणाली, उत्सर्जन अंग, स्किन और सभी ग्रंथियां क्रियाशील, शक्तिशाली एवं पुष्ट होते हैं। शरीर में स्थित नाड़ी संस्थान को सक्रिय कर पूरे शरीर को संतुलित करता है। मोटापे को कम करता है। शरीर में खून के संचालन को सक्रिय कर लचीलापन बढ़ाता है। मस्तिष्क को शुद्ध खून पहुंचा कर स्मृति और धारण शक्ति को बढ़ाता है। मानसिक तनाव और भावनात्मक असंतुलन को दूर करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। *

(योगाचार्य कौशल किशोर से बातचीत पर आधारित)

योगोपचार

वेद प्रकाश आर्य

योग प्रशिक्षक
पतंजलि योग फाउंडेशन, कोलकाता

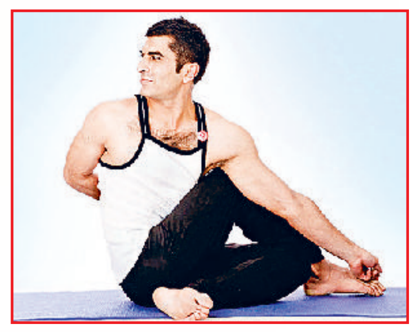
इन दिनों हाई बीपी, बैड कोलेस्ट्रॉल (एलडीएल) जनित हार्ट डिजीज, डायबिटीज और थायरॉइड जैसी जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां अधिसंख्य लोगों को परेशान कर रही हैं। इनकी समुचित चिकित्सा के साथ-साथ रोगानुसार आसन और प्राणायाम भी किए जाएं तो स्थिति में तेजी से सुधार हो सकता है। इन्हें नियमित किया जाए तो इनके प्रकोप से बचा भी जा सकता है।

जीवनशैली से उत्पन्न रोगों से बचाएं ये आसन और प्राणायाम

अस्त-व्यस्त जीवनशैली और असंतुलित खान-पान से आज के दौर में हर उम्र के लोग अनेक रोगों से ग्रस्त हो रहे हैं। जीवनशैली और आहार की आदतों में सुधार के साथ अगर आप कुछ आसनों और प्राणायाम का नियमित अभ्यास करें तो इन रोगों से बचे रह सकते हैं।

कोलेस्ट्रॉल के लिए लाभकारी योगासन

उत्तानपादासनः इसे रेज्ड लेग पोज भी कहा जाता है। यह पेट की चर्बी को कम करने, पाचन में सुधार करने और पीठ दर्द में राहत देने में मदद करता है। साथ ही यह कूल्हों, जांघों, पेट और पीठ की मांसपेशियों को मजबूत करने में भी मदद करता है। यह आसन आंतों को सक्रिय करके कब्ज और गैस जैसी पाचन समस्याओं में राहत देता है। इतना ही नहीं यह आसन शरीर को शांत करके तनाव और चिंता को कम करने में मदद करता है। उत्तानपादासन एक सरल और प्रभावी आसन है।



अर्ध मत्स्येंद्रासनः इसे भगवान मत्स्य की अर्द्ध मुद्रा भी कहा जाता है। यह आसन रीढ़ की हड्डी को घुमाकर और पेट के अंगों को उत्तेजित करके कई लाभ प्रदान करता है। इस आसन से पाचन में सुधार, पीठ दर्द में राहत और तनाव कम होने में मदद मिलती है। यह आसन पेट के अंगों को उत्तेजित करता है, जो मेटाबॉलिज्म को बेहतर बनाने में मदद करता है। यह आसन तनाव और चिंता को कम करने में मदद करता है। साथ ही यह रक्त संचार को बेहतर बनाता है, जिससे दिमाग को अधिक ऑक्सीजन मिलती है। इसे नियमित करने से पेट के अंगों का उद्दीपन होता है, जिससे मेटाबॉलिज्म बढ़ता है और वजन कम होता है। यह आसन यकृत, गुर्दे और अग्न्याशय की मालिश करता है और उन्हें उत्तेजित करता है, जिससे वे बेहतर ढंग से काम करते हैं।

डायबिटीज में कारगर योगासन

मंडूकासनः यह डायबिटीज रोगियों के लिए फायदेमंद आसन है क्योंकि यह अग्न्याशय को उत्तेजित करके इंसुलिन के उत्पादन को बढ़ाता है,

जिससे ब्लड शुगर लेवल नियंत्रित रहता है। यह आसन पेट के अंगों की मालिश करता है, पाचन में सुधार करता है और तनाव को कम करता है, जिससे डायबिटीज से संबंधित जटिलताएं कम होती हैं। यह आसन वसा को बर्न करने में मदद करता है, जिससे जांघों और कूल्हों पर जमी चर्बी कम होती है। मंडूकासन तनाव, चिंता और अवसाद को कम करने में भी मदद करता है। लेकिन पेट में कोई बीमारी या ऑपरेशन होने पर मंडूकासन करने से पहले डॉक्टर से बात करें। अगर आपको हाइपरएसीडिटी है तो भी यह आसन न करें। गर्भवती महिलाओं को भी यह आसन नहीं करना चाहिए।

वक्रासनः इसे स्पाइनल ट्विस्ट भी कहा जाता है, यह डायबिटीज के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद होता है। यह अग्न्याशय (पैंक्रियाज) को उत्तेजित करता है, जिससे इंसुलिन का उत्पादन बेहतर होता है और रक्त शर्करा का स्तर नियंत्रित रहता है। यह आसन पाचन तंत्र को भी मजबूत करता है और पेट दर्द में राहत देता है। यह पीठ दर्द और लचीलेपन में सुधार करता है। यह तनाव और चिंता को भी कम करता है।

हाई बीपी में कारगर आसन

शवासनः यह बेहद आसान लेकिन अत्यंत उपयोगी आसन है जो उच्च रक्तचाप (हाई बीपी) को नियंत्रित करने और हृदय स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद करता है। यह आसन शरीर को आराम देता है, तनाव को कम करता है, जिससे रक्तचाप प्राकृतिक रूप से कम होता है। शवासन में गहन विश्राम से रक्तचाप कम होता है और हृदय गति स्थिर रहती है। नियमित शवासन का अभ्यास हृदय स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद करता है।

वज्रासनः डायमंड पोज कहा जाने वाला यह आसन, बीपी (ब्लड प्रेशर) को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह आसन शरीर में रक्त परिसंचरण को बेहतर बनाता है, तनाव को कम करता है और पाचन में सुधार करता है। यह आसन तंत्रिका तंत्र को शांत करता है और तनाव को कम करता है, जो बीपी का एक प्रमुख कारण है। वज्रासन पाचन तंत्र को भी मजबूत बनाता है, जिससे भोजन का बेहतर पाचन होता है और यह बीपी को नियंत्रित करने में मदद करता है। यदि आपको घुटनों में दर्द या कोई स्वास्थ्य समस्या है, तो इसे करने से पहले अपने योग प्रशिक्षक से सलाह लें।

थायरॉइड में कारगर योगासन

हलासनः योगासन की यह मुद्रा थायरॉइड ग्रंथि और योग के बीच के अनोखे संबंध को दर्शाती है। इस मुद्रा में, आपकी गर्दन में खिंचाव होता है, जो आपकी थायरॉइड ग्रंथियों को उत्तेजित करने में मदद करता है। हलासन विशेष रूप से हाइपोथायरॉयडिज्म वाले व्यक्तियों के लिए फायदेमंद है क्योंकि इस आसन को करने पर थायरॉइड हार्मोन स्रावित होते हैं। यदि आपको हाइपरथायरॉयडिज्म है, तो आपको हलासन करने से बचना चाहिए। थायरॉइड स्राव को विनियमित करने के अलावा, यह स्थिति पीठ और पेट की मांसपेशियों को मजबूत करती है और स्वायत्त तंत्रिका तंत्र को आराम देने में मदद करती है। हलासन को सही तरीके से करने के लिए योग प्रशिक्षक की निगरानी में ही करना चाहिए।

सर्वांगासनः शोल्डर स्टैंड यानी सर्वांगासन, थायरॉयड ग्रंथि पर दबाव डालकर काम करता है। इससे थायरॉयड ग्रंथि को पर्याप्त मात्रा में रक्त की

आपूर्ति होती है। सर्वांगासन रक्त को थायरॉयड ग्रंथियों में स्वतंत्र रूप से और आसानी से प्रसारित करने की अनुमति देता है। यह आसन थायरॉयड ग्रंथि में रक्त के स्राव के साथ हाइपोथायरॉयडिज्म के लक्षणों को रिवर्स करने में मदद करता है।

ध्यान दें: यहां बताए गए किसी भी आसन या प्राणायाम का अभ्यास करने से पहले, किसी अनुभवी योग प्रशिक्षक से सलाह अवश्य लें। *

प्रस्तुतिः शिखर चंद जैन

प्राणायाम भी हैं लाभकारी

बीपी, थायरॉइड, डायबिटीज और कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में मदद के लिए कई प्राणायाम भी उपयोगी हो सकते हैं, जैसे कपालभाति, उज्जाई और नाड़ी शोधन प्राणायाम।

कपालभातिः यह प्राणायाम फेफड़ों की क्षमता को बढ़ाता है और शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है। यह ब्लड सर्कुलेशन को भी बेहतर बनाता है, जिससे कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में मदद मिल सकती है। लेकिन इसमें 1 मिनट में अधिकतम 40 स्ट्रोक्स ही करने चाहिए वरना बीपी हाई हो सकता है। यह 5 मिनट से शुरू करके 20 मिनट तक किया जा सकता है।

अनुलोम-विलोमः यह लगभग हर प्रकार की लाइफस्टाइल डिजीज में फायदेमंद होता है। सावधानी यह बरतनी चाहिए कि ग्रीष्म ऋतु में बाएं नाक से और शीत ऋतु में दाहिने नाक से इसे किया जाए। कम से कम 10 मिनट और अधिकतम 20 या 25 मिनट इसे करें। एक मिनट में 6 स्ट्रोक्स का ही चक्र पूरा करें।

उज्जाई प्राणायामः उज्जाई प्राणायाम रक्तचाप को कम करने में मदद करता है और तनाव को कम करने में भी सहायक है।

नाड़ी शोधन प्राणायामः यह प्राणायाम शरीर को शांत करता है और थायरॉइड को नियंत्रित करने में मदद करता है।

भ्रामरी प्राणायामः भ्रामरी प्राणायाम तनाव और चिंता को कम करने में मदद करता है, जिससे बीपी और ब्लड शुगर को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।

प्रभाव

अंजू जैन

योगासन और ध्यान की महत्ता को अनेक देशों के वैज्ञानिक और डॉक्टर्स स्वीकार करते हैं। कई शोध बताते हैं कि इससे सिर्फ शारीरिक ही नहीं बल्कि मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को भी बहुत लाभ होता है। इस बारे में जानिए।

मानसिक-आध्यात्मिक स्वास्थ्य सुधारता है योगासन और ध्यान

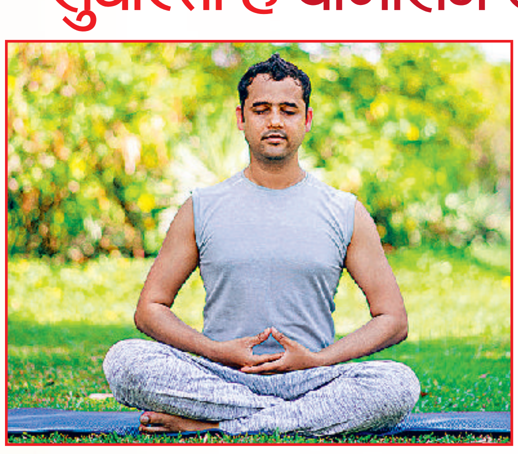
वास्तव में योग एक प्राचीन भारतीय अभ्यास है, जो शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को संवारता है। यह आसन, प्राणायाम, ध्यान और अन्य तकनीकों का एक संयोजन है, जो शरीर और मन को एक साथ जोड़कर एक संतुलन बनाता है। योग का अर्थ है 'जुड़ना।' यह व्यक्तिगत चेतना को सार्वभौमिक चेतना से जोड़ता है। इसके अभ्यास से मन और शरीर के बीच सामंजस्य बैठाना, तनाव और चिंता कम करना और ऊर्जा में वृद्धि करना संभव है।

कई तरह से लाभकारीः हार्वर्ड हेल्थ पब्लिशिंग में प्रकाशित शोध से यह पता चलता है कि योगासन और ध्यान से कई मानसिक कार्यों के एग्जीक्यूशन में सुधार कर सकते हैं, जैसे तर्क, निर्णय लेने की क्षमता, स्मृति, सीखना, प्रतिक्रिया का समय और मानसिक तीक्ष्णता के परीक्षणों में सटीकता। कुछ शोधकर्ताओं का कहना है कि यह पोस्ट ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर से पीड़ित लोगों को उनके लक्षणों से निपटने में मदद करने का एक प्रभावी तरीका हो सकता है। नियमित योग करने से ब्रेन का ग्रे मैटर बढ़ता है और मस्तिष्क में मौजूद न्यूरॉन्स के नेटवर्क में पॉजिटिव बदलाव आता है। अध्ययनों से पता चलता है कि योग सहनशक्ति और शारीरिक-मानसिक स्फूर्ति में सुधार करता है। मिर्गी के रोगियों में, योग का अभ्यास करने से दौरे की संख्या में काफी कमी देखी गई है, यहां तक कि उन्हें पूरी तरह से रोका भी जा सकता है। ब्रिटेन में कार्डिफ यूनिवर्सिटी ब्रेन रिसर्च इमेजिंग सेंटर (क्यूब्रिक) की कॉग्निटिव नर्व साइंटिस्ट क्लाउडिया मेट्जलर-बैडेली का कहना है कि योग आपको लंबे समय तक स्वस्थ जीवन जीने में भी मदद कर सकता है। योग मस्तिष्क की बनावट को भी बदल देता है। अध्ययनों से पता चलता है कि योग का अभ्यास करने से ब्रेन का हिप्पोकैंपस, एमिग्डाला, प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स, सिंगुलेट कॉर्टेक्स और मस्तिष्क नेटवर्क सहित मस्तिष्क के कुछ हिस्सों की संरचना और कार्य दोनों पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। कुछ शोधकर्ताओं का कहना है कि इसमें उम्र से संबंधित और न्यूरोडीजेनेरेटिव गिरावट को कम करने की क्षमता है।

कई अध्ययनों से पता चला है कि योग से मस्तिष्क में गामा-अमीनोब्यूटिरिक एसिड (गाबा) का स्तर बढ़ता पाया गया है। यह न्यूरोट्रांसमीटर तंत्रिका कोशिकाओं की रासायनिक संदेश प्राप्त करने और भेजने की क्षमता को अवरुद्ध करके मस्तिष्क की गतिविधि को धीमा कर देता है।

शोधकर्ताओं ने पाया है कि जो लोग योग और ध्यान का अभ्यास करते हैं, उनमें साइटोकाइंस के उत्पादन में कमी देखी जाती है और इस प्रकार सूजन से संबंधित बीमारियों और स्थितियों के जोखिम में भी कमी आती है। अध्ययनों से पता चलता है कि योग अवसाद को कम कर सकता है। शोधकर्ताओं ने पाया है कि योग अन्य उपचारों, जैसे दवा और मनोचिकित्सा के बराबर है।

ध्यानः यह एक अभ्यास है, जिसमें व्यक्ति अपने मन को एकाग्र और शांत करने के लिए शारीरिक और मानसिक तकनीकों का उपयोग करता है। यह ध्यान और जागरूकता को प्रशिक्षित करने की एक तकनीक है। ध्यान में, व्यक्ति को किसी एक वस्तु, ध्वनि, या विचार पर ध्यान केंद्रित करना होता है, ताकि मन को भटकने से रोका जा सके। ध्यान का अभ्यास करने से मानसिक शांति, भावनात्मक जागरूकता और तनाव कम करने में मदद मिलती है। ध्यान की कई अलग-अलग तकनीकें हैं, जैसे कि सांस पर ध्यान केंद्रित करना, मंत्रों का जप करना या किसी वस्तु पर ध्यान केंद्रित करना। ध्यान का अभ्यास नियमित रूप से करने से व्यक्ति को तनाव कम करने, मानसिक शांति प्राप्त करने और अपने बारे में अधिक जागरूकता प्राप्त करने में मदद मिलती है।



ध्यान के फायदेः यद्यपि ध्यान तनाव और चिंता को कम करने की एक तकनीक के रूप में जाना जाता है, यह आपके मूड को बेहतर बनाने, स्वस्थ नींद पैटर्न को बढ़ावा देने और संज्ञानात्मक कौशल को बढ़ाने में भी मदद कर सकता है। इसका इस्तेमाल खुद के और अपने आस-पास के माहौल के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए कर सकते हैं। स्मृति हानि वाले लोगों में यह न्यूरोसाइकोलॉजिकल परीक्षणों में प्रदर्शन को बेहतर बनाता है।

अध्ययनों और शोध से पता चलता है कि ध्यान, तनाव से प्रभावित कुछ स्थितियों के लक्षणों में भी सुधार कर सकता है, जिनमें शामिल हैं- किसी आकस्मिक हादसे, नुकसान या प्रियजन को खोने के बाद का तनाव विकार आदि। स्टडी में पाया गया है कि माइंडफुलनेस मेडिटेशन करने से सामान्यीकृत चिंता विकार वाले लोगों में चिंता के लक्षणों को कम करने में मदद मिली, साथ ही सकारात्मक अफर्मेशन में वृद्धि हुई और तनाव प्रतिक्रिया और मुकाबला करने में सुधार हुआ। 3,500 से अधिक वयस्कों को दिए गए उपचारों में पाया गया कि माइंडफुलनेस मेडिटेशन से अवसाद के लक्षणों में सुधार हुआ।

प्रतिदिन थोड़ी देर के लिए ध्यान करने से भी आपको लाभ हो सकता है। इस पर किए गए एक अध्ययन में पाया गया कि प्रतिदिन मात्र 13 मिनट ध्यान करने से 8 सप्ताह में ध्यान और स्मरण शक्ति में वृद्धि हुई। *

योग से होता है हमारा तन-मन शांत-ऊर्जावान

आम लोग ही नहीं कई सेलिब्रिटीज भी योग का नियमित अभ्यास करते हैं। योगासन और ध्यान करने से क्या फायदे होते हैं, उनका योगा रूटीन क्या है, बता रहे हैं कुछ टीवी एक्टर्स अपनी जुबानी।

स्टार्स फिटनेस

बैलेंस बनाने में मदद करता है योगः अभिषेक शर्मा

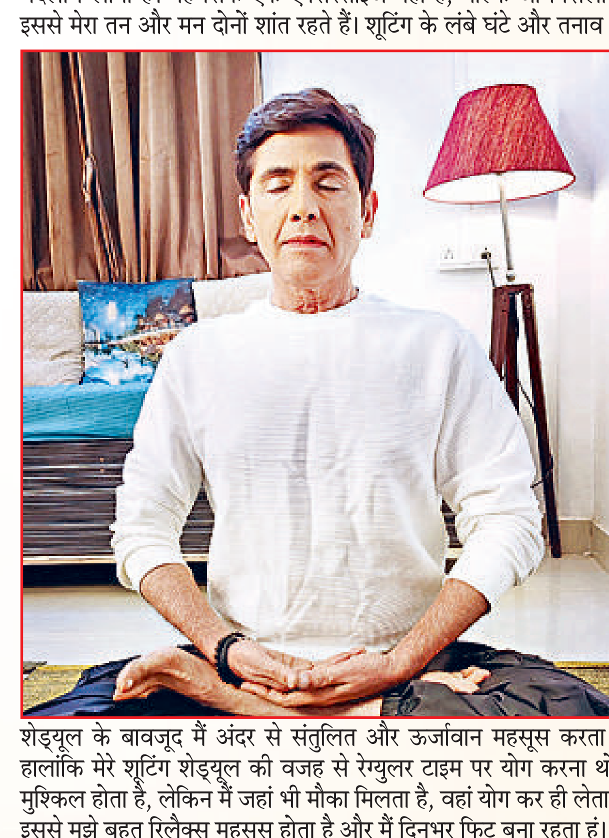
जी टीवी पर टेलिकास्ट हो रहे शो 'वसुधा' में देवांश का किरदार निभाने वाले अभिषेक शर्मा योग की अपनी लाइफ में महत्ता के बारे में बताते हैं, 'मैं बचपन में ही योग से जुड़ गया था। मुझे आज भी याद है, मेरी दादी हर सुबह प्राणायाम करती थीं। वो आंखें बंद करके बिल्कुल शांत बैठती थीं और धीरे-धीरे सांस लेती थीं। तब तो समझ नहीं आता था, लेकिन आज लगता है कि वही मेरा पहला परिचय था योगासन और ध्यान से। अब जब मैं एक्टिंग प्रोफेशन में हूं और रोज नए-नए किरदार निभाने होते हैं, तो योग मेरे लिए बहुत बड़ा सहारा होता है। इससे दिमाग शांत हो जाता है और हर सीन में बेहतर ढंग से परफॉर्म कर पाता हूं। यह सिर्फ शरीर को लचीला या फिट रखने का तरीका नहीं है, बल्कि मन को शांत करने और सोच को साफ करने का जरिया भी है। योग करने से मेरी नींद बेहतर हो गई है, इम्यूनिटी बढ़ी है और सबसे बड़ी बात यह कि अब मैं खुद को बेहतर समझने लगा हूं। इसका असर मेरे काम पर भी दिखता है। योग मुझे बैलेंस बनाए रखने में मदद करता है। सच कहूं तो योग ने सिर्फ मेरी बॉडी को नहीं, मेरी सोच और जिंदगी जीने का नजरिया बदल दिया है।' *

योग से दूर होते हैं थकान-तनावः आदित्य रेडीज

सोनी सब चैनल पर आ रहे शो 'तेनाली रामा' में राजा कृष्ण देव राय की भूमिका में नजर आ रहे आदित्य रेडीज योग के बारे में कहते हैं, 'हमारा एक्टिंग प्रोफेशन, अपने साथ कई तरह की चुनौतियां लेकर आता है, जैसे लंबे काम के घंटे, जो अक्सर थकान और मानसिक तनाव का कारण बनते हैं। ऐसे समय में मुझे योग बहुत मदद करता है। यह सिर्फ शारीरिक लचीलापन नहीं लाता है, बल्कि मन को रीसेट करने की जगह देने और शांत करने का एक माध्यम भी है। थोड़ी देर का भी योगाभ्यास या श्वास-प्रश्वास की क्रिया, थकान और तनाव से हमें शांति दिलाती है। हालांकि, जो मुझे वास्तव में संतुलित रखता है, वह है डेली अच्छी नींद। इसीलिए मैं इसे अपनी प्राथमिकता बनाकर रखता हूं, क्योंकि यही मुझे मानसिक और शारीरिक रूप से सबसे अच्छा प्रदर्शन करने में मदद करती है। योग करने से मुझे नींद भी अच्छी आती है।' *

योग से मैं ऊर्जावान महसूस करता हूंः आसिफ शेख

इन दिनों एंड टीवी पर आ रहे शो 'भाबीजी घर पर हैं' में विभूति नारायण मिश्रा का रोल निभाने वाले आसिफ शेख बताते हैं, 'योग मेरी जिंदगी में बहुत बड़ा बदलाव लाया है। यह सिर्फ एक एक्सरसाइज नहीं है, बल्कि जीवनशैली है। इससे मेरा तन और मन दोनों शांत रहते हैं। शूटिंग के लंबे घंटे और तनाव भरे



शेड्यूल के बावजूद मैं अंदर से संतुलित और ऊर्जावान महसूस करता हूं। हालांकि मेरे शूटिंग शेड्यूल की वजह से रेग्युलर टाइम पर योग करना थोड़ा मुश्किल होता है, लेकिन मैं जहां भी मौका मिलता है, वहां योग कर ही लेता हूं। इससे मुझे बहुत रिलैक्स महसूस होता है और मैं दिनभर फिट बना रहता हूं। मेरे दिन की शुरुआत का सबसे जरूरी हिस्सा पद्मासन है। जब मैं इस आसन में बैठता हूं, तो ऐसा लगता है मानो पूरा शरीर स्थिर हो गया है और मन एकदम शांत हो गया है। यह स्थिति मुझे अपने अंदर झांकने का अवसर देती है। जैसे ही मैं पद्मासन में बैठकर आंखें बंद करता हूं और कुछ गहरी सांसें लेता हूं, एक अलग ही शांति महसूस होती है। ध्यान करने से मुझे सिर्फ मानसिक स्पष्टता ही नहीं मिलती, बल्कि यह मुझे मेरे काम पर भी बेहतर फोकस करने में मदद करता है। कई बार जब मैं थका हुआ होता हूं या मानसिक रूप से तनाव महसूस करता हूं, तब कुछ मिनटों का ध्यान मुझे बिल्कुल तरोताजा कर देता है। इसके अलावा प्राणायाम भी करता हूं, जिससे मेरी सांसें नियंत्रित रहती हैं और मानसिक स्पष्टता बनी रहती है।' *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

खबर संक्षेप

शिविर में 40 लोगों की आंखों की जांच

चरखी दादरी। झांसी की रानी प्रेरणा एक समूह की तरफ से बुधवार को झांसी की रानी लक्ष्मीबाई की पुण्यतिथि पर निःशुल्क नेत्र जांच शिविर का आयोजन किया। कार्यक्रम का शुभारंभ झांसी की रानी लक्ष्मीबाई की प्रतिमा के समक्ष द्वीप प्रज्वलित किया। इस अवसर पर समूह की प्रदेश अध्यक्षा प्रियंका प्रजापति ने बताया कि शिविर का उद्देश्य आमजन को नेत्र स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना और उन्हें निःशुल्क चिकित्सा सुविधा प्रदान करना है। शिविर में पूर्व जिला शिक्षा अधिकारी रोशनी शर्मा एवं डॉ. सुभाष जैन विशेष रूप से उपस्थित रहे। नेत्र जांच शिविर का संचालन डॉ. दीपक एवं डा. दीपिका सहित उनकी टीम ने किया, जिन्होंने आधुनिक उपकरणों की सहायता से लगभग 40 लोगों की आंखों की जांच की।

भिवानी पहुंचे एआईसीसी के राष्ट्रीय सचिव नरवाल

भिवानी। एआईसीसी के राष्ट्रीय सचिव प्रदीप नरवाल बुधवार को जगत कॉलोनी स्थित अपने निवास स्थान पर पहुंचे तथा युवा कार्यकर्ताओं की बैठक को संबोधित कर संगठन को और अधिक मजबूत बनाने की दिशा में कार्य करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि उनका उद्देश्य अधिक से अधिक युवाओं को कांग्रेस की विचारधारा से जोडऩा रहेगा, ताकि वर्तमान सरकार द्वारा लागू की जा रही युवा विरोधी नीतियों का मुंहतोड़ जवाब दिया जा सकें। इस मौके पर एआईसीसी राष्ट्रीय सचिव प्रदीप नरवाल ने कहा कि कांग्रेस पार्टी का आधार युवा हैं तथा उन्हें संगठन की रीढ़ की तरह कार्य करना होगा। उन्होंने कहा कि युवा ही किसी भी संगठन का भविष्य तय करते है, क्योंकि उनमें असीम ऊर्जा व प्रतिभा छिपी होती है। उन्होंने सभी पदाधिकारियों को निर्देश दिए कि वे अधिक से अधिक युवाओं को पार्टी से जोड़ें और जमीनी स्तर पर संगठन को मजबूती प्रदान करें।

योग केवल आसन प्राणायाम नहीं, चित्त की वृत्तियों पर नियंत्रण करना है: वसुधा

योग आपसी प्रेम, प्यार, भाईचारा एवं शांति स्थापित करता है: बीके वसुधा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा योग आयोग,आयुष विभाग एवं जिला प्रशासन के संयुक्त तत्वावधान में झोझू खंड का योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण अभ्यास ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र कादमा में आयोजित किया। राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन, ब्लॉक नोडल अधिकारी डॉ. रविंद्र कादयान की गरिमामय उपस्थित में योग शिक्षक बिशन सिंह आर्य, कविता दगड़ोली, सर्वेंद्र व प्रतिभा ने उपस्थितजनों को प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया। योग सत्र का शुभारंभ योग शिक्षक बिशन सिंह ने ओम के उच्चारण व प्रार्थना के साथ करवाया। उन्होंने योगासन के साथ-साथ प्राणायाम के महत्व पर विस्तार से चर्चा की।

आर्य ने कहा कि महर्षि पतंजलि महाराज ने पूरी दुनिया में अष्टांग योग के माध्यम से सहज, सरल तरीके से धर्म, अर्थ, काम और शांति का साधन दिया। उन्होंने कहा कि सामान्य आदमी भी योग के रास्ते पर चलकर आनंद व खुशी की प्राप्ति कर सकता है। योग केवल आसन प्राणायाम करना ही योग नहीं है, अपनी चित्त की वृत्तियां पर नियंत्रण करना योग है। योग आपसी प्रेम, प्यार, भाईचारा एवं शांति को स्थापित करता है। योग के द्वारा पुनः वैश्विक स्तर पर भारत के आध्यात्मिक शक्ति का प्रदर्शन योग के माध्यम से किया जाएगा। ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने कहा कि आसन, प्राणायाम के द्वारा मन व शरीर पर नियंत्रण किया जाता है। शरीर के साथ-साथ मन पर नियंत्रण करने के लिए राजयोग का अभ्यास बहुत जरूरी है। खंड प्रभारी डॉ. रविंद्र कादयान ने उपस्थितजनों को 21 जून को झोझूकलां के राजकीय कन्या वमा विद्यालय में होने वाले खंड स्तरीय कार्यक्रम के लिए आमंत्रित किया और प्रतिदिन योगाभ्यास करने के लिए प्रेरित किया। ब्रह्माकुमार सुनील ने आयुष विभाग के सभी डॉ. फार्मासिस्ट व योग शिक्षकों का आभार जताया। ब्रह्माकुमारी ज्योति व नीलम बहन ने सभी योग शिक्षकों को परमात्म स्मृति का चित्र व पटका पहनाकर सम्मानित किया।

खंड स्तरीय योग प्रशिक्षण सत्र में नोडल अधिकारी डॉ. रविंद्र कादयान, डॉ. किरण वर्मा, डॉ. कविता बलाली, योग सहायक मित्रसैन आर्य, मनीषा, कविता, प्रतिभा,सरविंदर, भूपेंद्र, सूबे स्वामी पंच, ओमप्रकाश पटवारी आदि उपस्थिति रहे।

भिवानी। योगाभ्यास करते साधक। फोटो :हरिभूमि

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के लिए 20 जून को होगा अंतिम पूर्वाभ्यास

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि 21 जून को होने वाले 11वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला एवं खंड स्तर पर योग कार्यक्रम आयोजित होंगे, जिनमें हजारों योग साधक प्रोटोकॉल के अनुसार योगासनों व प्राणायाम का अभ्यास करेंगे। उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया कि वे अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रमों में बढ़ चढ़कर भाग लेते हुए योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं। जिला आयुष अधिकारी डॉ. राकेश वशिष्ठ ने जानकारी देते हुए बताया कि हजारों योग साधकों ने योग कार्यक्रम का हिस्सा बनने के लिए ऑनलाइन आवेदन किया है।

तोशाम में दो दिवसीय छठा श्री श्याम महोत्सव आज स

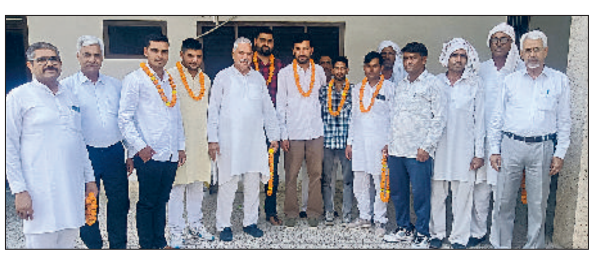
हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

श्री श्याम मंदिर सेवा समिति तोशाम द्वारा दो दिवसीय छठा श्री श्याम महोत्सव तोशाम में आज से धूमधाम से मनाया जाएगा, जिसमें भिवानी महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से सांसद धर्मवीर सिंह बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करेंगे। इस दौरान आयोजित जागरण में दूर-दराज के क्षेत्र से आए हुए विभिन्न गायक कलाकार बाबा श्याम का गुणगान करेंगे। यह कार्यक्रम बाबा मुंगीपा धाम तोशाम के महंत नानहा, श्री श्याम मंदिर पुजारी ज्योतिष आचार्य कुंज बिहारी शास्त्री तथा श्री श्याम भक्त रामपाल कारी मोद वाले के पावन सानिध्य में आयोजित किया जाएगा। श्री श्याम मंदिर सेवा समिति के संरक्षक धर्मवीर नेहरा एवं राजकुमार जिंदल भेरा वाले ने बताया कि बाबा मुंगीपा पहाड़ी पर स्थित बाबा खाटू श्याम मंदिर की संचालक श्री श्याम मंदिर सेवा समिति तोशाम द्वारा हर वर्ष 20 जून को मंदिर का स्थापना दिवस श्री श्याम महोत्सव के रूप में मनाया जाता है।

मंदिर समिति द्वारा तोशाम में दो दिवसीय छठा श्री श्याम महोत्सव धूमधाम से मनाया जा रहा है। 19 जून को शाम 4:15 बजे बाबा मुंगीपा पहाड़ी पर स्थित श्री श्याम मंदिर से सैकड़ो सतरंगी ध्वजाओं के साथ कस्बे में निशान यात्रा निकाली जाएगी जो कि गाजे-बाजे के साथ कस्बे के मुख्य बाजार से होते हुए कार्यक्रम स्थल नई अनाज मंडी पहुंचेगी। इस सतरंगी ध्वजा यात्रा व नगर परिक्रमा का शुभारंभ, ध्वजा पूजन व दीप प्रज्वलन के साथ संजय कुमार बुडाकिया करेंगे। 20 जून को रात्रि 8:15 बजे नई अनाज मंडी में बाबा खाटू श्याम का भव्य जागरण आयोजित होगा। बहल के पूर्व सरपंच तथा गजानंद अग्रवाल दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ करेंगे तो कार्यक्रम में तोशाम के लाडले एवं कैनविन फाउंडेशन के सह संस्थापक तथा प्रमुख समाजसेवी नवीन गोयल तथा प्रमुख समाजसेवी विनय मंगल गुरुग्राम से तोशाम कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि पहुंचेंगे।

56 भोग लगेगा

कार्यक्रम में श्याम भक्त दिनेश शर्मा मीरान वाले तथा श्याम भक्त राजकुमार बंसल ढाणी माहू वाले बतौर स्वागत अध्यक्ष मौजूद रहेंगे। इस मौके पर प्रसिद्ध गायक कलाकार जयपुर निवासी उमा लहरी, गुरुग्राम निवासी शुभम ठाकरान, दिल्ली निवासी प्रिया-प्राची आदि सहित अनेक गायक अपनी मधुर वाणी से बाबा खाटू श्याम के भजनों की गंगा प्रवाहित करते हुए बाबा का गुणगान करेंगे। जागरण के दौरान इत्र वर्षा, बाबा खाटू श्याम का अलौकिक श्रृंगार, फूलों की होली तथा 56 भोग विशेष आकर्षण का केंद्र रहेंगे।



लोहारू, बहल, सिवानी और ढिगावा मंडी में यूथ पदों पर पूर्व विधायक सोमवीर सिंह के समर्थकों का कब्जा

ढिगावा मंडी। अखिल भारतीय युवा कांग्रेस के प्रदेश से लेकर खंड स्तर के चुनावों का सोमवार शाम को परिणाम जारी किया गया है जिसमें भिवानी जिले से जिला स्तर व सभी हल्का अध्यक्ष व खंड अध्यक्ष पदों पर पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा समर्थक पूर्व विधायक सोमवीर सिंह के नजदीकियों ने बाजी मारी है। अध्यक्ष सूची जारी होते ही उनके समर्थकों ने चयनित पदाधिकारियों को बधाई दी तथा कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खडगे, पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी, पूर्व विधायक सोमवीर सिंह, पूर्व मुख्यमंत्री भूपेन्द्र हुड्डा, कांग्रेस प्रदेश प्रभारी बीके हरिप्रसाद, सांसद दीपेंद्र हुड्डा का आभार जताया है। एडवोकेट करण सिंह गोठड़ा ने बताया कि यूथ कांग्रेस के चुनाव में लोहारू, बहल, सिवानी और ढिगावा मंडी में पूर्व विधायक चौधरी सोमवीर सिंह के समर्थकों ने जीत हासिल की है। जिसमें प्रदेश महासचिव योगेश फोगाट, जिला महासचिव सुमित श्योराण, जिला उपाध्यक्ष मंजू कुमारी, विधानसभा उपाध्यक्ष मोनिका श्योराण, विधानसभा उपाध्यक्ष नवीन श्योराण गोपालवास, बेल ब्लॉक अध्यक्ष संदीप लाखलान, ब्लॉक अध्यक्ष सिवानी प्रमोद उर्फ़ रणधीर गुडा, ढिगावा मंडी उपाध्यक्ष राहुल श्योराण ने जीत हासिल की। पूर्व विधायक व वरिष्ठ कांग्रेसी नेता सोमवीर सिंह ने युवा कांग्रेस के सभी सभी पदाधिकारियो का मुह मीठा करवा कर बधाई देते हुए कहा कि देश व प्रदेश सरकार ने अच्छेदिन लाने के नाम पर युवाओं से छलावा किया है।

115 जरूरतमंद महिलाओं को बांटी सिलाई मशीन

नपा चेयरमैन प्रदीप तायल ने कहा: जरूरमंदों की मदद कर उन्हें स्वावलंबी बनाना सबसे बड़ा परोपकार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

लोहारू नगरपालिका चेयरमैन प्रदीप तायल ने कहा कि जरूरतमंद की मदद कर उसे स्वावलंबी बनाना सबसे बड़ा परोपकार पूर्ण कार्य है। जब किसी परिवार की महिलाएं स्वावलंबी बनती हैं तो वह वर्तमान के साथ आने वाली पीढ़ी के लिए उदाहरण बन जाती है।

चेयरमैन प्रदीप तायल बुधवार को विवेकानंद स्कूल परिसर में पूर्व कैबिनेट मंत्री जेपी दलाल के सहयोग और श्रीश्यामसुंदर ज्योति मंडल के तत्वावधान में आयोजित सिलाई मशीन वितरण कार्यक्रम को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित कर रहे थे। इस दौरान उन्होंने शहर की 115 जरूरतमंद महिलाओं को सिलाई मशीन वितरण की। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि के रूप में भाजपा मंडल अध्यक्ष रोहताश चौहान, जितेंद्र भारद्वाज, दौलतराम सौलंकी, प्राचार्य पूनम श्योराण, कविता शर्मा उपस्थित रही।चेयरमैन प्रदीप तायल ने कहा कि पूर्व कैबिनेट मंत्री जेपी दलाल हर वर्ग के कल्याण के लिए सदैव तत्पर रहते हैं तथा हलके में जरूरतमंद के लिए हर संभव सहयोग करना पूर्व मंत्री जेपी दलाल की प्राथमिकता है। श्रीश्याम सुंदर ज्योति मंडल के अध्यक्ष सुभाष सैनी, महेंद्र शर्मा और बाबूलाल ने बताया कि पूर्व कैबिनेट मंत्री जेपी दलाल के सहयोग से मंडल ने सर्दियों के मौसम में शहर में हजारों जरूरतमंदों को गर्म कंबल वितरित किए थे और अब शहर की 115 जरूरतमंद महिलाओं को सिलाई मशीन वितरित की गई है।

उन्होंने बताया कि इसके शहर की करीब 300 से अधिक महिलाओं ने आवेदन किया था तथा पांच सदस्यों की कमेटी के प्रत्यक्ष निरीक्षण के बाद 115 जरूरतमंद महिलाओं का चयन किया गया और उन्हें निशुल्क सिलाई मशीन वितरित की गई। उन्होंने बताया कि पांच सदस्यों की कमेटी संजय खंडेलवाल, अर्जुनलाल सोनी, मा. पवन स्वामी, रोहताश आदि को शामिल किया गया था। सिलाई मशीन वितरण कार्यक्रम में वार्ड पार्षदों और उनके प्रतिनिधियों तथा शहर की विभिन्न सामाजिक संस्थाओं के प्रतिनिधियों को सम्मानित किया गया।

लोहारू। लोहारू के विवेकानंद स्कूल परिसर में जरूरतमंद महिलाओं को निशुल्क सिलाई मशीन प्रदान करते हुए चेयरमैन प्रदीप तायल व अन्य।

कार्यक्रम में ये रहे मौजूद

कार्यक्रम में मा. पवन स्वामी, पार्षद अजय शर्मा, सुनील सौलंकी, संजू कुमारी, प्रीति, पूजा, रोहताश लांबा, विपिन सैनी, रवि केडिया, संजय खंडेलवाल, जगदीश जायलवाल, मा. सुरेंद्र वर्मा, जेडी सैनी, रजत खुराना, डॉ अनिल जोशी, अक्षय शास्त्री, दीपिका, सुनीता, रवींद्र कस्वां सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद थे।

भाजपाइयों एवं ग्रामीणों ने प्रथम भारतीय स्वतंत्रता संग्राम की वीरांगना लक्ष्मीबाई को किया नमन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

रानी लक्ष्मीबाई के शौर्य एवं वीरता को याद करते हुए भाजपाइयों ने प्रथम भारतीय स्वतंत्रता संग्राम की वीरांगना रानी लक्ष्मीबाई की पुण्यतिथि पर उन्हें नमन किया है। श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए भाजपा के पूर्व प्रदेश सहमीडिया प्रमुख रीतिक वधवा ने कहा कि वीरांगना नाम सुनते ही हमारे मनोमस्तिष्क में रानी लक्ष्मीबाई की छवि उभरने लगती है।

उन्होंने कहा कि भारतीय वसुंधरा को अपने वीरोचित भाव से गौरवान्वित करने वाली झांसी की रानी लक्ष्मीबाई सच्चे अर्थों में वीरांगना ही थी, वे भारतीय महिलाओं के समक्ष अपने जीवनकाल में ही ऐसा आदर्श स्थापित करके विदा हुईं, जिससे हर कोई प्रेरणा ले सकता है। वधवा ने कहा कि रानी लक्ष्मीबाई के मन में अपने राज्य और राष्ट्र से एकात्म स्थापित करने वाली भक्ति हमेशा विद्यमान रही। वीरांगना के मन में हमेशा ये बात कचोटती रही कि देश के दुश्मन अंग्रेजों को सबक सिखाया जाए। रानी लक्ष्मीबाई का अदम्य साहस एवं शौर्य आज भी प्रेरणा देता है। इस अवसर पर किसान मोर्चा जिलाध्यक्ष अशोक तिगड़ी, भूपेंद्र तिगड़ी, निरंजन तिगड़ी, हिमांशु तिगड़ी, सुनील, पंकज, कमल, प्रेम, मुकेश, नरेंद्र, प्रदीप, राजेश, राजन व दीपक आदि ने श्रद्धांजलि दी।

भिवानी। वीरांगना रानी लक्ष्मीबाई को नमन करते भाजपाई व ग्रामीण।

बाढड़ा। गांव डालावास में गली में जमा दूषित पानी।

गांव डालावास में गली की सफाई नहीं होने से लोग परेशान

बाढड़ा। गांव डालावास में गली की सफाई नहीं होने , दुषित पानी की निकासी नहीं होने तथा गली में अवैध कब्जा होने के कारण गली वासियों का घर से निकलना दुर्भर हो गया है प्रशासन से समस्या के समाधान की मांग की है। जिससे लोगों में काफी रोष बना हुआ है। ग्रामीण सतीश, भीम सिंह, अनिल आदि ने बताया कि गांव की गली की सफाई नहीं होने , दुषित पानी की निकासी नहीं होने तथा गली में अवैध कब्जा होने के कारण गली वासियों का घर से निकलना दुर्भर हो गया है जिससे बरसात का पानी भी गली में भरा रहता है जिससे लोगो को घरों से निकला मुश्किल हो गया है। गली में दुषित पानी भरा होने से हर समय गली में गंदगी फैली रहती है जिससे आस पास के क्षेत्र में मक्खी-मच्छर फैल रहे है जिससे लोगों में बीमारियों फैलने का भय बना हुआ है। उन्होंने कहा कि दूषित पानी की निकासी नहीं होने से निजी प्लाट में दूषित पानी इक्कठा हो रहा है। वही गली में दुषित पानी भरा रहता है, जिनकी वजह से बदबू आती है।

बैठक में कामगार महिलाओं के साथ होने वाले अत्याचारों पर चिंता प्रकट की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

कस्बे के जुई रोड़ स्थित अनाज मंडी में श्रमिक महिलाओं को लेकर विशेष मंथन बैठक आयोजित कर कामगार महिलाओं के दैनिक जीवन में बढ़ते अत्याचारों पर चिंता प्रकट की गई तथा उनके हितों की रक्षा का संकल्प लिया गया। अनाज मंडी में आयोजित बैठक का संचालन भवन निर्माण युनियन के जिला संयोजक सुमेर सिंह ने किया।

इसमें कामगार क्षेत्र की महिला श्रमिकों की बैठक को संबोधित करते हुए कहा भवन निर्माण युनियन के प्रदेश महासचिव कामरेड सुखबीर सिंह ने करते हुए कहा कि निर्माण क्षेत्र में काम करने वाली महिला श्रमिकों के मुद्दों को लेकर जिला स्तरीय किया गया। निर्माण क्षेत्र में काम करने वाली महिलाओं का आर्थिक व मानसिक शोषण होता है। उनके शारीरिक शोषण की संभावनाएं भी अधिक रहती हैं। यूनियन की राज्य उप प्रधान कमलेश लाहली ने कहा की आज के समय में महिलाओं का हर जगह शोषण हो रहा है। महिलाओं को आज भी दोयम दर्जे का नागरिक समझा जाता है। भवन निर्माण कामगार यूनियन के राज्य महासचिव कामरेड सुखबीर सिंह ने कहा कुछ लोग देश का मनुस्मृति के अनुसार चलाना चाहते हैं। ।बैठक में खंड कोषाध्यक्ष रोशन लाल, राजेंद्र सिंह, विजय कुमार, सोमबीर सिंह, किसान नेता रामपाल सिंह धारणी, सीमा, कविता, सुमन, राजबाला, कौशल्या, मंजू सोनी, समीना, शर्मिला, पिंकी, सुशीला आदि मौजूद रहे।

बाढड़ा। कस्बे की अनाज मंडी में आयोजित बैठक में भागीदारी करती महिलाएं।

पशु-पक्षियों का संरक्षण करना सबका का कर्तव्य: संभ्रवाल

पक्षियों को गर्मी से राहत देने को पालेराम चैरिटेबल ट्रस्ट ने घौंसले व सकोरे लगाए

मंदिर प्रांगण में पेड़ों की डालियों पर घौंसले टांगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भीषण गर्मी में इंसानों के साथ-साथ पशु-पक्षी भी परेशान हैं, ऐसे में पालेराम चैरिटेबल ट्रस्ट ने सराहनीय पहल कर पक्षियों को राहत पहुंचाने का नेक कार्य किया है। ट्रस्ट के संस्थापक सुरेंद्र संभ्रवाल ने हनुमान जोहड़ी मंदिर परिसर में दर्जनों घौंसले और सकोरे लगाए, जिनमें पक्षियों के लिए दाना-पानी की व्यवस्था की गई। पक्षियों की सेवा कार्यक्रम में मंदिर के महंत चरणदास महाराज का सान्निध्य रहा। इस मौके पर पालेराम चैरिटेबल ट्रस्ट के संस्थापक सुरेंद्र संभ्रवाल ने कहा कि अभियान का उद्देश्य गर्मी में पक्षियों को सुरक्षित आश्रय और पानी उपलब्ध करवाना है। उन्होंने कहा कि मंदिर प्रांगण में पेड़ों की डालियों पर सुंदर व सुरक्षित घौंसले टांगे गए हैं, ताकि पक्षी वहां आराम से रह सकें। साथ ही सकोरों में रोजाना ताजा पानी और अनाज भरा जाएगा। संभ्रवाल ने कहा कि पक्षी भी इस धरती के महत्वपूर्ण जीव हैं। गर्मी में इंसानों की तरह पशु-पक्षी भी छांव और पानी खोजते है, ऐसे में ये मनुष्य का कर्तव्य है कि वह इंसान होने के फर्ज को निभाते हुए पक्षियों के लिए कुछ करें। उन्होंने कहा कि ऐसे छोटे-छोटे कदम कई पक्षियों की जिंदगियों को बचा सकते है। महंत चरणदास ने ट्रस्ट की पहल की सराहना की तथा कहा कि ये कार्य पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक प्रेरणादायक कदम है, जो अन्य संगठनों और आम जनमानस को भी ऐसा करने के लिए प्रेरित करता है। इस अवसर पर विरेंद्र सिंह मिंटू, रोहित, श्रीनिवास, आरिफ, शशि, रोहित मेहरा, सचिन, संदीप रंगा आदि मौजूद रहे।

भिवानी। पक्षियों के लिए घोंसले व सकोरे लगाते महंत चरणदास महाराज, ट्रस्ट के संस्थापक सुरेंद्र संभ्रवाल व अन्य।

लोहारु के एसडीएम दलाल को मिला बाढड़ा का अतिरिक्त कार्यभार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

बाढड़ा के एसडीएम आशीष सांगवान एचसीएस के शेक्षणिक अवकाश पर जाने के कारण लोहारु के एसडीएम मनोज दलाल को बाढड़ा उपमंडल का अतिरिक्त कार्यभार सौंपा गया है। उन्होंने आज कार्यभार ग्रहण कर अधिकारियों को क्षेत्र में बिजली पानी आपूर्ति का पु ता प्रबंध करने व २१ जून के अंतरराष्ट्रीय योग महोत्सव को धूमधाम से आयोजित करने का आदेश दिया।

एसडीएम मनोज दलाल के कार्यालय में पहुंचने पर पंचायत समिति चेयरमैन प्रतिनिधि आनंद फौजी, कन्या गुरुकुल अध्यक्ष ओमप्रकाश पंचगावां, सरपंच सोमेश जेवली आदि ने अभिनंदन किया। एसडीएम ने उपमंडल कार्यालय में आयोजित बैठक में सभी अधिकारियों को निर्धारित समय में कार्यालय में रहकर आमजन की समस्याओं का तत्काल प्रभाव से निपटारा करने का आदेश देते हुए कहा कि काम के मामले में किसी तरह की लापरवाही बर्दाश्त नहीं होगी। उन्होंने बिजली विभाग से तेज आंधी तुफान से टूटे बिजली के पोल व ठप्प बिजली आपूर्ति की समस्या पर प्रभावित गांवों को तुरंत मुलभूत सुविधाएं उपल4ध करवाने का आदेश दिया। बाढड़ा के एसडीएम आशीष सांगवान एचसीएस का दो सप्ताह पहले ही बाढड़ा तैनात किया गया था । तहसीलदार सज्जन कुमार, नायब तहसीलदार साहिल दलाल, कानूनगो रविंद्र सिंह, पटवारी अजय कुमार, राजबीर सिंह, लिपिक अनिल कुमार आदि मौजूद रहे।

सूचना

मैं, शिल्पा डालमिया पत्नी सुनील डालमिया निवासी अनाज मंडी, वार्ड न. 8, लोहारू, भिवानी बयान करती हूँ मैंने अपना नाम शिल्पा से बदल कर शिल्पा डालमिया रख लिया है। भविष्य में मुझे शिल्पा डालमिया के नाम से जाना व पहचाना जाये।

खबर संक्षेप

भिवानी। रक्तदान करते रक्तदाताओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित करते अतिथि।

कोच सीमा ने रक्तदान कर मनाई सालगिरह

भिवानी। शादी की सालगिरह सहित विभिन्न खुशी के मौके पर लोग हजारों रुपये खर्च कर अपनी शान दिखाने में विश्वास रखते है। वेलनेस कोच सीमा ने रक्त की कमी के चलते किसी जरूरतमंद व्यक्ति को अपनी जान न गंवानी पड़े, इसी उद्देश्य को लेकर अपनी शादी की सालगिरह रक्तदान कर अनूठे अंदाज में मनाई। उन्होंने जरूरतमंद मरीजों की जान बचाने के उद्देश्य से रक्तदान किया।

इस मौके पर उनके साथ सुमित, सत्यनारायण बापोड़ा, लक्की सैनी, मुकेश, पवन, संजय सिंह, महाबीर सिंह व ईश्वर सिंह ने भी रक्तदान किया। शतकवीर रक्तदाता राजेश डुडेजा ने कहा कि गर्मी में रक्त की जरूरत ज्यादा बढ़ जाती है।

डॉ. ढिल्लो बने लायंस के जोनल 12 के चेयरमैन

भिवानी। भिवानी स्टार लॉयन कल्ब के प्रधान लॉयन डॉ. कुलदीप ढिल्लो को लायंस इंटरनैशनल में जोनल 12 के चेयरमैन नियुक्त किया हैं। लायंस इंटरनैशनल के डिस्ट्रिक्ट गवर्नर लॉयन विशाल वडेहरा ने लॉयन डॉ. कुलदीप ढिल्लो को जोनल चेयरमैन मनोनित किया। लॉयन डॉ. कुलदीप ने अपनी नियुक्ति पर लायंस इंटरनेशनल के डिस्ट्रिक्ट गवर्नर लॉयन विशाल वडेहरा, लॉयन संजय गांधी, लॉयन महेश बंसल, लॉयन हरदीप सरकारिया सहित कल्ब के अनेक दाधिकारियों का आभार जताया। लॉयन डॉ. ढिल्लो ने कहा कि कल्ब के द्वारा पहले भी अनेक सामाजिक कार्य किए जाते हैं और आगे भी इन्हें ओर अधिक संख्या में करेंगे।

बवानी खेड़ा में बनेगा 100 बिस्तरों का अस्पताल

- विधायक कपूर वाल्मीकि शहर को विकास के मामले में आसमान तक ले जाने में जुटे

दीपक कुमार डुमड़ा ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा नागरिक अस्पताल में जल्द ही 50 बैड़ों की संख्या से बढ़ाकर इसे 100 बैड़ों की संख्या की जाएगी। इसके लिए विधानसभा क्षेत्र बवानी खेड़ा के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने बवानी खेड़ा में एसडीएच हॉस्पिटल के विस्तार और आधुनिकीकरण के लिए हरियाणा के 'मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी' और 'कैबिनेट मंत्री आरती राव' का आभार व्यक्त किया। जिससे शहर में खुशी का माहौल पैदा हो गया।

तीन मंजिला बनेगा भवन और स्टाफ के लिए बनाए जाएंगे फ्लैट

बवानी खेड़ा एसडीएच अस्पताल में कंडम हो चुकी बिल्डिंग को दरकिनार कर जल्द ही नए भवन का निर्माण किया जागगा। सूत्रों की मानें तो तीन मंजिला भवन बनेगा और अस्पताल के पीछे अंत में पड़ी लगभग एक किले की जमीन में फ्लैट बनाए जाएंगे ताकि स्टाफ इसमें रह सके और आपातकालीन सेवाओं के लिए मरीजों को सुविधा मुहैया कर सकें।इस परियोजना से बवानी खेड़ा के लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं मिलेंगी और उन्हें इलाज के लिए दूर नहीं जाना पड़ेगा। वहीं उन्होंने बताया कि पूरा हल्का उनका घर है और वे अपने पूरे हल्के में विकास की गंगा बहाने का कार्य करेंगे।

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा के अस्पताल को 100 बिस्तरों का कराए जाने को लेकर स्वास्थ्य मंत्री से मुलाकात करते विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि।

अस्पताल की क्षमता 50 बेड से बढ़कर 100 बेडों की जाएगी:विधायक

20 करोड़ से अधिक होगे खर्च

बवानी खेड़ा एसडीएच अस्पताल में बताया जाता है कि 20 करोड़ से अधिक का बजट खर्च होगा। अस्पताल में लिफ्ट सिस्टम होगा और तीन मंजिला भवन को आधुनिकी तर्ज पर हाईटैक बनाया जाएगा। ताकि मरीजों को बाहर न भटकना पड़े और एक ही छत के नीचे उपचार हो सके।

अस्पताल भवन में मिलेगी पार्क की व्यवस्था

बवानी खेड़ा अस्पताल के नए भवन में पार्क की व्यवस्था भी होगी। इसके लिए विधायक कपूर वाल्मीकि ने 6 माह पहले ही इसके लिए प्रस्ताव रखा। पूरा नया भवन आर्किटेक्चर द्वारा बनाए नक्शे के मुताबिक बनाया जाएगा जिस पर विभाग पूरी पैनी नजर रखेगा। इस प्रक्रिया से बवानी खेड़ा शहरवासियों में खुशी की लहर है और हर कोई विधायक कपूर वाल्मिकी की प्रशंसा करने में लगा है। क्या बोले विधायक-बवानी खेड़ा विधायक कपूर वाल्मीकि ने मुख्यमंत्री नायब सैनी और कैबिनेट मंत्री आरती राव का आभार व्यक्त किया और कहा कि यह परियोजना हल्का वासियों के लिए एक बड़ी सौगात है।

एक्सीडेंटः घायलों को डेढ़ लाख तक कैशलेस इलाज

चरखी दादरी। डीसी मुनीश शर्मा ने बताया कि केंद्र की स्वास्थ्य योजना के तहत अब जिला में सड़क दुर्घटनाओं में घायल व्यक्तियों को निःशुल्क और कैशलेस उपचार की सुविधा प्रदान की जाएगी। इस योजना का उद्देश्य घायल व्यक्ति को तुरंत जीवन रक्षक उपचार देकर मृत्यु दर को कम करता है। डीसी मुनीश शर्मा ने बताया कि सड़क दुर्घटना में घायल किसी भी व्यक्ति को अधिकतम डेढ लाख रुपये तक शुरुआती सात दिन तक कैशलेस इलाज की सुविधा दी जाएगी। इस योजना का लाभ नागरिकता, पहचान, बीमा अथवा सामाजिक स्थिति के भेदभाव के बिना हर नागरिक को मिलेगा।

तोशाम। ओवरफलो होने के बाद घरों में घुसता जोहड़ का पानी।

जोहड़ ओवरफ्लो होने से घरों में घुसता है दूषित पानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

गांव रोढ़ा में दोनों जोहड़ ओवरफलो होने के कारण थोड़ी सी बारिश होते ही घरों में पानी घुस जाता है। बारिश आते ही लोगों को डर लगने लगे जाता है। ऐसा ही रहा तो लोग घर छोड़ने को मजबूर होंगे। प्रदीप रोढ़ा, कुलदीप बूरा, प्रेम धनखड़, नरेन्द्र बूरा, अशोक बूरा, रविन्द्र बूरा, ओमवीर बूरा, पवन, रामपाल, प्रताप , मुंशी रोढ़ा, रुघविर, धर्मपाल नंबरदार आदि ग्रामीणों ने बताया कि हमारे गांव कि क़रीबन 15 वर्षो से बारिश के कारण जोहड़ ओवरफ्लो हो जाता है जिसके कारण घरों व मैन गली में पानी भर जाता है। लोगों का घरों में रहना मुश्किल हो जाता है। लोगों ने कहा कि परेशानी को दूर प्रशासन पूरी तरह से फेल हो रहा। बार बार ग्रामीण इस समस्या को लेकर अधिकारियों से मिल चुके हैं लेकिन एक बार समाधान करते है फिर वही हाल हो जाता है। हर साल गांव के आधे से ज्यादा घरों में बारिश का पानी घुस जाता है। पहले बारिश आने से पहले जोहड़ खाली हो जाते थे और अबकी बार दोनों जोहड़ पहले से पानी से भरे हुए हैं। अबकी बार बारिश आते ही आधे गांव के घरों में पानी भर जाएगा। ग्रामीणों ने सरकार और प्रशासन से अपील कि है कि बारिश से पहले हमारे दोनो जोहड़ो को खाली किया जाए। बारिश से पहले हमारे गांव कि परेशानी को दूर किया जाए। अगर समस्या का समाधान नहीं हुआ तो लोगों का रहना दूभर हो जाएगा और घर छोड़ने पर मजबूर होंगे। इस बारे में सरपंच रामपाल ने बताया कि राजसभा सांसद किरण चौधरी ने इसके लिए 20 लाख रूपये देने की घोषणा की है जल्द समाधान कर दिया जाएगा।

बारिश के पानी को चीर कर गंतव्य की ओर जाते वाहन

बारिश के दौरान अपने गंतव्य की ओर जाती महिलाएं

पल-पल बदला मौसम का मिजाज हल्की बारिश से मौसम हुआ सुहावना

देर शाम हल्की बारिश ने मौसम को और भी सुहावना बना दिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

बुधवार को पल पल मौसम का मिजाज बदलता रहा। कभी आसमान में बादलों का जमघट तो कभी सूर्य देव ने चटक धूप बिखेरी। धीमी गति से हवा की वजह से पारा का उपर चढने का हौसला टूट गया। जिस वक्त बादलों की आवाजाही हुई। उस वक्त उमस से लोग परेशान जरूर हुए,पर धीमी गति से चली हवा ने गर्मी को छू मंतर कर दिया। शाम तक इसी तरह का मौसम बना रहा। देर शाम हलकी बारिश ने मौसम को और भी सुहावना बना दिया। हलकी बारिश के बाद लोगों को गर्मी से पूरी तरह से छुटकारा मिल गया। सुबह जब लोग सोकर उठे तो उस वक्त आसमान बादलों से अटा हुआ था। थोड़ा सा दिन चढने के बाद धीमी गति से हवा चलने लगी। बादलों की आवाजाही शुरू हो गई। दोपहर तक इसी तरह का मौसम रहा। दोपहर बाद आसमान में बादलों का घटाटोप छा गया। हालांकि बारिश नहीं आई,लेकिन बार बार मौसम का मिजाज बदलत रहा। दूसरी तरफ मौसम में आए बदलाव की वजह से पारा ज्यादा उपर नहीं चढ पाया। बादलों की वजह से गर्मी छू मंतर हो गई। पारे ने कई बार उपर बढने का प्रयास किया,पर बादलों की आवाजाही व धीमी गति से हवा चलने की वजह से पारा 34 डिग्री सेल्सियस के आंकड़े को पार नहीं कर पाया। जिस वजह से लोगों को दिनभर गर्मी का अहसास नहीं हुआ। दूसरी तरफ मौसम के बदलते मिजाज की वजह से खरीफ फसलों में रौनक आ गई। क्योंकि पिछले कई दिनों से ज्यादा गर्मी पड़ रही थी,जिससे खरीफ फसलों की बढवार रूक गई। कई जगहों पर फसलें मुर्झाने भी लगी थी। अब हलकी बारिश व मौसम में आए बदलाव की वजह से फसलों में रौनक आ गई। पारा भी नीचे है,जिससे कपास,ज्वार व बाजरे के पौधों में फुटाव बढने लगा। अगर किसी फसल में फुटाव बढ़ेगा तो उस फसल की औसतन पैदावार में अच्छी खासी बढौतरी होगी। फिलहाल मौसम में आए एकदम बदलाव की वजह से किसानों के चेहरे खिले हुए है।

भिवानी। बूंदाबांदी के बाद धान की पौध में आई रौनक।

लंदन से फ्रांस तक मीलों लंबी दूरी पार करने समुंद्र में उतरेगा दादरी का ईशांत

समुंद्र में 45 किमी. की दूरी तय कर बढ़ाएगा देश का गौरव

- तैराकी मिशन में नौसेना के जहाज साथ चलेंगे और वायु सेवा का एक जहाज करेगा निगरानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

एक बार फिर पूरे विश्व में भारत के नाम को रोशन करने के लिए दादरी जिले के गांव मानकावास का युवा होनहार तैराक ईशांत सिंह समुद्र में उतरेगा और मीलों लंबी दूरी को तैरकर पार करेगा। होनहार तैराक ईशांत सिंह की देश के सम्मान में तैराकी यात्रा लंदन से शुरू होकर फ्रांस तक चलेगी। इस पूरे मिशन में वो लगभग 45 किलोमीटर की दूरी को तय करेगा। इस समय लंदन में तापमान पांच डिग्री सेल्सियस तक है, जिसमें इतनी लंबी तैराकी बहुत जोखिम भरी है। लंदन के स्थानीय समय रात करीबन दो बजे ये तैराकी की यात्रा आरंभ की जाएगी। उनके पिता जोगेंद्र सिंह ने बताया कि ईशांत सिंह की आयु इस समय केवल 17 साल दो माह की है। उसका सपना बचपन से ही अपने देश के नाम को पूरे विश्व में रोशन करने का रहा है, इसलिए उसने तैराकी को चुना।

जानकारी देते हुए कॉमनवेल्थ गेम में देश को पहला पदक दिलाने वाले अर्जुन अवार्डी तैराकी टीम के ग्रुप लीडर प्रशांत करमाकर ने दी। उन्होंने बताया कि गत अप्रैल माह में ईशांत सिंह भारत एवं श्रीलंका के बीच स्थित रामसेतु को स्पर्श करके अपने नाम एक रिकार्ड कायम किया था। प्रशांत का कहना है कि इस तरह समुद्र को पार करना ऐतिहासिक अवसर है। प्रशांत ने बताया कि ऐसा नहीं है कि ये समुद्री अभियान सुरक्षित है, ये क्षेत्र सार्क के साथ अन्य जीव जंतुओं से भरा पड़ा है, लेकिन इसके बाद भी प्रशांत और उनकी टीम का हौसला बुलंद है। प्रशांत ने बताया कि ये सही है कि समुद्री शार्क मध्य में पाई जाती है, लेकिन अभी तक ये किसी व्यक्ति पर हमले जैसी कोई घटना नहीं है। यह पूरा अभियान अधिकारियों की निगरानी में होगा, जब प्रशांत और उनकी टीम समुद्र में उतरेगी, तब से पूरी होने तक नौसेना के जहाज उनके साथ चलेंगे और वायु सेवा का एक जहाज भी उनकी निगरानी करेगा।

तैराक ईशांत सिंह।

- मानकावास गांव का रहने वाला है 17 वर्षीय ईशांत

75 करोड़ की लागत से दादरी विस की 26 ग्रामीण व दादरी- रोहतक रोड का नए सिरे से होगा निर्माण

- खराब सड़कों का होगा सुधारीकरण, सरकार ने बजट किया मंजूर : सुनील सांगवान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

दादरी विधानसभा की 26 सड़कों की जल्द ही कायाकल्प होगी। इन सड़कों पर 75 करोड़ रुपये की राशि मंजूर हो चुकी है। विधायक सुनील सांगवान ने बताया कि कई सड़कों की चौड़ाई बढ़ेगी तो कई सड़कों का सुधारीकरण किया जाएगा, जिस पर प्रदेश सरकार द्वारा करीब 75 करोड़ रुपये की राशि मंजूर की है। इसके लिए लोकनिर्माण विभाग ने टेंडर जारी कर दिया है और उम्मीद है कि आगामी दिनों में नये सिरे से सड़कों का निर्माण कार्य शुरू हो जाएगा। इस समय दादरी विधानसभा में नई सड़क, सुधारीकरण सहित सभी सड़कों के लिए सरकार द्वारा 95 करोड़ रुपये की राशि खर्च की जाएगी। विधायक सांगवान ने बताया कि विधानसभा चुनाव के समय दादरी के विकास का संकल्प लेते हुए विकास को आगे बढ़ाने का वायदा किया था।

- 23 जून को खुलेंगे टेंडर, प्रशासनिक मंजूरी मिलने के बाद पीडब्ल्यूडी ने लगाए थे टेंडर

दौरे के दौरान दिए थे मांगपत्र

ग्रामीण दौरे के दौरान अनेक ग्राम पंचायतों ने सड़क सुधारीकरण के मांग पत्र दिए थे। सड़क सुधारीकरण के लिए उन्होंने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मुलाकात कर मांग पत्र सौंपा था। सीएम के निर्देशों पर लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों द्वारा दादरी हलका की 27 सड़कों का सुधारीकरण के लिए कार्यवाही की गई। ग्रामीण क्षेत्र की 26 सड़कों के निर्माण को प्रदेश की नायब सरकार ने प्राशनिक मंजूरी देते हुए लोक निर्माण विभाग के माध्यम से टेंडर लगाए हैं जो 23 जून को खुलेंगे। उन्होंने कहा कि धरातल पर विकास करवाया जा रहा है और आने वाले समय में दादरी में विकास दिखाई देगा। विधायक सांगवान ने बताया कि दादरी विधानसभा की सात सड़के नए सिरे से बनाई गई हैं, जिनमें बिगोवा अप्रोच रोड, बास से बिगोवा, समसपुर अप्रोच रोड, गांव रानीला से जैन मंदिर, डोहकी-मानकावास से चरखी, पैंतावास खुर्द व गांव सांवड़ से बडाला रोड शामिल हैं। रोड निर्माण पर करीब साढ़े 13 करोड़ रुपये खर्च हुए हैं। वहीं करीब छह करोड़ रुपये की लागत से गांव लोहरवाड़ा-झिंझर से सांवड़ व गांव सांतौर से बिरोहड़ का सड़कों निर्माण लगभग पूरा हो चुका है।

महंगे भाव का पानी खरीद कर पीने को मजबूर हो रहे ग्रामीण

बाढड़ा। गाड़ी में लदी टंकी से पानी लेती महिलाएं। *फोटो: हरिभूमि।*

हड़ौदा, हड़ौदी में पांच दिन बाद भी बिजली की बत्ती गुल, गर्मी में पेयजल के लिए तरसे ग्रामीण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

गांव हड़ौदी, हड़ौदा में शुक्रवार को आई आंधी तुफान से गिरी बिजली आपूर्ति लाईनें पांचवें दिन भी दुरुस्त नहीं होने से पीने का पानी का संकट पैदा हो गया है। परेशान ग्रामीणों ने महंगे भाव पर पानी के टेंकर खरीद कर पीने को मजबूर हैं। प्रशासन कोई सुध नहीं ले रहा, जिससे उनमें रोष है। बिजली निगम 5वें दिन भी क्षतिग्रस्त लाइनों की मरम्मत कर रहा है। बाढड़ा क्षेत्र में शुक्रवार को आई तेज आंधी बरसात के कारण दो दर्जन से अधिक लाइनें जमीन पर गिरने से अनेक खंभें भी टूट गए। बिजली विभाग की टीमें लगातार टूटी लाईनों को दोबारा नवीनीकरण कर रहे हैं। हड़ौदी, हड़ौदा में पांचवें दिन भी बिजली आपूर्ति लाईन दुरुस्त नहीं होने से ग्रामीणों के सामने पेयजल संकट गहरा गया है जिस पर ग्रामीणों ने दूसरे गांवों से टेंकर से पानी मंगवाया लेकिन पर्याप्त आपूर्ति न होने पर आज ट्रे1टरों व जनरेटर की मदद से गांव के पेयजल घरों की मशानों को चलाकर पेयजल आपूर्ति शुरु की थी जो सिरे नहीं चढ़ पाई और आज दूसरे गांव से मंगवा कर घरेलू काम में प्रयोग लाना पड़ रहा है।

निजीकरण के विरोध में गरजे बिजली कर्मचारी

राष्ट्रव्यापी हड़ताल का बनेंगे हिस्सा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

बीटीएम चौक स्थित सिटी डिवीजन बिजली निगम के रेस्ट हाऊस में ऑल हरियाणा पॉवर कार्पोरेशन वर्कर्स यूनियन की मीटिंग हुई। बैठक की अध्यक्षता सिटी यूनिट प्रधान रविंद्र यादव व संचालन राजेश दुल्हेड़ी ने किया। बैठक को राज्य ऑडिटर धर्मबीर भाटी, राज्य उपप्रधान राजेश सांगवान, राज्य सचिव लोकेश, राज्य कमेटी सदस्य चांदराम, विजय जांगड़ा, सर्कल सचिव अशोक गोयत ने संयुक्त रूप से संबोधित किया। बैठक को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि बिजली निजीकरण की प्रक्रिया के खिलाफ और कर्मचारी की लंबित मांगों जैसे ठेका संविदा, कर्मियों को नियमित करने, ओपीएस बहाली, 8वें पे-कमीशन की अधिसूचना जारी करने सहित अन्य मांगों को लेकर नौ जुलाई की राष्ट्रव्यापी हड़ताल में शामिल होने का फैसला लिया है।

उन्होंने बताया कि नौ जुलाई की राष्ट्रव्यापी हड़ताल में देशभर से लाखों बिजली कर्मी भाग, जिसमें भिवानी से भी बिजली कर्मी बढ़-चढक़र हिस्सा लेंगे तथा अपनी हितों की आवाज बुलंद करेंगे। उन्होंने कहा कि सरकार लगातार बिजली कर्मचारियों के हितों से खिलवाड़ कर उनके भविष्य को अंधकार में धकेलने का काम कर रही है, जिसके चलते बिजली कर्मियों में रोष है।

पहले करवाया था अवगत

बिजली कर्मी कई बार सरकार को उनकी मांगों से अवगत करवा चुके है। सरकार उनकी मांगों की तरफ ध्यान नहीं दे रही। कर्मियों व जनता के हितों को दरकिनार कर उद्योगपतियों को लाभ पहुंचाने की नीति बना रही है। जिसके विरोध में 9 जुलाई को बिजली कर्मी राष्ट्रव्यापी हड़ताल में हिस्सा लेंगे तथा अपने हितों की आवाज को बुलंद करने का काम करेंगे। इस अवसर पर अभिषेक शर्मा, सतीश तंवर, समयपाल, मोनू, गोपाल, बिजेंद्र गिल, राजेश पहलवान, धीरज, ललित यादव, राहुल भारद्वाज, मंदीप, अमित, मंदीप बेरवाल, जसबीर, उमेश दलाल मौजूद रहे।

भिवानी। बीटीएम चौक स्थित सिटी डिवीजन रेस्ट हाऊस में ऑल हरियाणा पॉवर कार्पोरेशन वर्कर्स यूनियन की मीटिंग के दौरान विरोध जताते कर्मचारी।

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 टाँके के भी किए जाते हैं।
कॉपर-टी की सुविधा उपलब्ध है।
गर्भवती महिलाओं के लिए OPD फीस फ्री
पता : मिनी बाईपास रोड़, CR Resort के सामने, भिवानी
सम्पर्क सूत्र : 9416296903, 8168362612