हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 28 अगस्त, 2025

11 पॉलिथीन मिलने पर 7 दुकानदारों के काटे चालान...

12 बाबा जहर गिरी आश्रम में गणेश चतुर्थी महोत्सव का

विधानसभा में उठाई मांग: रिवेन्यू विभाग की 18 एकड़ जमीन भीम स्टेडियम को मिले

अवैध कॉलोनियों को वैध, पुराने शहर में असेसमेंट से रजिस्ट्री खोली जाए: सर्राफ

कॉलोनियों के वैध न किए जाने की वजह से इन कॉलोनियों में रहने वाले लोगों को मूलभूत सुविधाएं भी नहीं मिल पा रही जो उनके लिए चिंता का विषय है

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

विधायक घनश्याम सर्राफ ने विधानसभा में शहर के चारों तरफ वर्षो पहले आबाद हुई अवैध कॉलोनियों को वैध किया जाए। शहर में इनकी संख्या करीब 24 के आसपास है। जो कि वैध के सभी नियम व कायदे पूरे करती है। कॉलोनियों के वैध न किए जाने की वजह से इन कॉलोनियों में रहने वाले लोगों को मूलभूत सुविधाएं भी नहीं मिल पा रही है। अगर इनको वैध कर दिया जाए तो इन कॉलोनियों में रहने वाले लोगों को सभी तरह की सुविधाएं मिलने लगेगी। साथ ही विधायक श्री सर्राफ ने बताया कि पुराना शहर के करीब 70 फीसदी लोगों की प्रोपर्टी की नगरपरिषद में एसेसमेंट है। एसेसमेंट से रजिस्ट्री नहीं हो पा रही है। अगर किसी व्यक्ति को पुराना शहर की जमीन या भवन बिक्री या खरीदना पड़े तो उसकी नगरपरिषद में केवल एसेसमेंट ही रिकार्ड है,जबकि उन जमीन व जायदाद की रजिस्ट्री होनी चाहिए। उन्होंने विधानसभा में एसेसमेंट से रजिस्ट्री करवाए जाने की गुजारिश की। दूसरी तरफ विधायक श्री सर्राफ ने शहर के नवनिर्मित मेडिकल कॉलेज में स्टाफ की भर्ती करवाई जाए। ताकि जल्द से जल्द लोगों को स्वास्थ्य संबंधित सुविधाएं मिल सके।

भिवानी। विधानसभा में हलके के विकास के लिए नई योजनाओं की मांग रखते विधायक घनश्याम सर्राफ। फोटो : हरिभूमि

औद्योगिक क्षेत्र में नया दमकल केंद्र स्थापित हो

विधायक श्री सर्राफ ने विधानसभा में सेक्टर 21 औद्योगिक क्षेत्र में एक नया अग्निशमन केंद्र स्थापित किए जाने तथा पुराने दमकल केंद्र को अपडेट किएजाने की मांग की। उन्होंने बताया कि शहर का दायरा लगातार बढ रहा है,लेकिन दमकल केंद्र एक ही है। अगर 21 सेक्टर में एक ओर दमकल केंद्र स्थापित हो जाए तो किसी भी इलाके में आगजनी की घटनाओं पर तुरंत विराम लगाया जा सकता है।

बैडमिंटन के हॉल को अपग्रेड कर पूरा हॉल एसी बनाए जाने की मांग उठाई

विधायक सर्राफ ने बताया कि भीम स्टेडियम के साथ लगती रेवेन्य विभाग की करीब 18 एकड़ भूमि खाली पड़ी है। उस भूमि को भीम स्टेडियम में शामिल करवाया जाए। पुराने एथलेटिक ट्रैक को सिंथेटिक का बनाया जाए औ बैडमिंटन के हॉल को अपग्रेड कर पूरा हॉल एसी बनाया जाए। ताकि प्रतिभागी आराम से अपना अभ्यास कर सके। उन्होंने विधानसभा में बताया कि तोशाम बाईपास पर जनस्वास्थ्य विभाग के टैंक के साथ लगती करीब 400 एकड़ भूमि में पानी जमा होने से फसलें पूरी तरह से खराब हो चुकी है। उस भूमि के पानी की निकासी करवा कर जल्द से जल्द किसानों को मुआवजा दिलवाया जाए।

खबर संक्षेप

गोशाला में दिया पशु आहार व हरा चारा दान

चरखी दादरी। नई सब्जीमंडी निकट स्थित श्रीकृष्ण गौशाला मैनेजर राजेश फौगाट ने बताया कि सुमेर सिंह भौरीवाल कलियाणा वाले जो मुंबई में कारोबार करते हैं। उन्होंने गौशाला में तीस कट्टा चना चूरी तथा तीन सौ क्विंटल से अधिक हरा चारा गौ माताओं व गौवंशों के लिए दान किया। यह आहार व हरा चारा उन्होंने अपनी माता शांति देवी के आशीर्वाद को आदर्श मानकर अपनी माता के नाम से ही दान किया है।

सरेआम सट्टा खाईवाली करते किया गिरफ्तार

भिवानी। पुलिस की एवीटी स्टाफ ईशरवाल ने खानक में सरेआम सट्टा खाईवाली करते एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। आरोपियों के कब्जे से 10020 रुपये बरामद किए है। एवीटी स्टाफ ईशरवाल के उप निरीक्षक विनोद कुमार अपनी टीम के साथ बस अड्डा खानक मौजूद थे जो पुलिस टीम को विश्वसनीय सूत्रों से सूचना प्राप्त हुई की खानक में एक व्यक्ति अपने घर के सामने चौक में सरेआम सट्टा खाईवाली कर रहा है पुलिस टीम के द्वारा सूचना की महत्वता को देखते हुए बताए गए स्थान पर रेड करके एक व्यक्ति को सरेआम सट्टा खाईवाली करते गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है।

मांगों को लेकर जिला स्तरीय कनवेंशन 30 को

भिवानी। बहुउद्देशीय स्वास्थ्य कर्मचारी एसोसिएशन की विभिन्न मांगों को लेकर 30 अगस्त को प्रातः 11 बजे नेहरू पार्क में जिला स्तरीय कनवेंशन का आयोजन किया जाएगा। एसोसिएशन के जिला प्रधान रविन्द्र धोनी ने बताया कि कनवेंशन में आपस में विचार विमर्श किया जाएगा। इसके बाद मंत्री, विधायकों व सांसद को हरियाणा सरकार के नाम ज्ञापन सौंपा जाएगा। बहुउद्देशीय कर्मचारियों के शहरी क्षेत्र में समाप्त किए पदों को बहाल करने, आईपीएचएस के नार्म अनुसार आबादी आधारित नए पद स्वीकृत करने, एमपीएचडब्ल्यू महिलाएं व पुरूषों के कई वर्षों से खाली पड़े सैंकड़ों पदों को भरने की उठाई मांगे।

लाखों की धोखाधड़ी में एक आरोपी गिरफ्तार

भिवानी। थाना साईबर क्राइम पुलिस ने ऑनलाइन इन्वेस्टमेंट के नाम पर लाखों रुपए की धोखाधड़ी करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। फिलहाल पुलिस आरोपी से पूछताछ कर रही है। आशीष निवासी भिवानी ने थाना साईबर क्राइम पुलिस को एक शिकायत दर्ज करवाई थी जिसमें शिकायतकर्ता ने पुलिस को बताया कि 14 अप्रैल को उनके फेसबुक आईडी पर एक रिक्वेस्ट आई थी।

विधायक ने बवानीखेड़ा के लिए मांगी पोल-टैक्निकल कॉलेज व आईटीआई

- 30 गांवों में जमा बारिश के पानी की निकासी हो :वाल्मीकि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने विधानसभा में हलके में पानी की समस्या को उठाया। उन्होंने विधानसभा अध्यक्ष के समक्ष पानी की समस्या को उठाया। उन्होंने कहा कि बवानीखेड़ा हलके में जरूरत के समय पर्याप्त पानी टेलों तक नहीं पहुंच रहा और अब जरूरत नहीं है तो ड्रेन के ओवरफलो होने से फसलें डूब गई है। करीब 25 से 30 गांवों की फसलें ही नहीं रिहायशी बस्ती में पानी पहुंच गया है। जिनमें बवानी खेड़ा, कलिंगा, खरक, बड़ेसरा, धनाना, मिताथल, मढ़ाना, पुर, सिवाड़ा, कुंगड़, बढ़सी, जमालपुर, सुई, बलियाली, रामूपुरा, रतेरा, गुजरनी, तिगड़ाना, जाटू लुहारी, घुसकानी, जताई, सुखपुरा, मुंढल, सैय के अलावा अनेक गांव शामिल है । सिंचाई मंत्री श्रुति चौधरी से इस समस्या का समाधान करवाए जाने की मांग की। इस पर मंत्री श्रुति चौधरी ने बताया कि नहर व माइनरों के अंतिम छोर तक पानी पहुंचाया जा रहा है। कुछ इलाकों में पानी पहुंच गया है। जो बचे है, उनमें भी अंतिम छोर तक पानी पहुंचाने का प्रयास जारी है।

बवानीखेड़ा। विधानसभा में बवानीखेड़ा हलके की मांग रखते विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि। फोटो : हरिभूमि

बवानीखेड़ा। ड्रेन ओवरफलो होने के बाद जमा पानी का दृश्य। फोटो : हरिभूमि

पोलटैक्निकल कॉलेज व आईटीआई बने

विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने विधान सभा में अध्यक्ष के माध्यम से शिक्षा मंत्री व तकनीकी शिक्षा मंत्री से बवानीखेड़ा में पोलटैक्निकल कॉलेज तथा आईटीआई स्थापित करवाई जाए। क्योंकि बवानीखेड़ा व आसपास के करीब 25 गांवों के युवाओं को तकनीकी शिक्षा पाने के लिए भिवानी या हांसी जाना पड़ता है। अगर बवानीखेड़ा में दोनों शिक्षण संस्थान खुल जाए तकनीकी शिक्षा मिल सकेगी।

अतिरिक्त जलघरों का निर्माण करवाया जाए

विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने विधानसभा गाँव खरक, कलिंगा,सिंकन्दरपुर, बोहल, रोहनात, ढाणी खुशहाल, लोहारी जाटू, भैनी ठाकरान, जमालपुर, जीताखेडी, मिल्कपुर, बलियाली के अलावा कुछ अन्य गांवों में पीने के पानी की समस्या है। भूमिगत पानी खारा होने की वजह से लोगों के सामने का पानी का संकट है। अतिरिक्त जलघर बनाए जाने की जरूरत है।

पिछड़ी जातियों को एससी वर्ग में शामिल करें सरकार: कुलदीप

भिवानी। अखिल भारतीय जाट आरक्षण संघर्ष समिति के जिला प्रधान कुलदीप फौगाट ने कहा कि देशभर में लक्ष्मी पूजन प्रजापति समाज के बिना अधूरा है, क्योंकि देवी-देवताओं की प्रतिमा व दीपक प्रजापति समाज ही बनाता है तथा श्रद्धालुओं को देवताओं का आर्शीवाद मिलता है। समाज की सेवा भावना प्रजापति समाज में कूट-कूटकर भरी हुई है। उन्होंने कहा कि राजा दक्ष, राजा वडियार, राजा कन्नीकक्ष सभी सम्राट प्रजापति समाज के थे। उन्होंने कहा कि प्रजापति समाज की बेटी महारानी रानक देवी वीर बहादुर महिला ने जूनागढ़ किले की लड़ाई लड़ी तथा सबसे पहले जौहर करने वाली महिला रानक देवी प्रजापति समाज से ही थी। फौगाट ने कहा कि पिछड़ों में अत्यंत पिछड़ा समाज झीमर, खाती, नाई, लोहार, कुम्हार, ठठेरा ओबीसी में है। कहा कि भारत में अनुसूचित जाति वर्ग की लोकसभा व विधानसभा की सीटें आरक्षित है, लेकिन ओबीसी वर्ग की सीटे आरक्षित नहीं है, जिसकारण ओबीसी जातियों को राजनीतिक तौर पर आगे बढ़ने का अवसर नहीं मिल रहा। इन जातियों के लोगों के उत्थान के लिए एससी वर्ग में शामिल किया जाना चाहिए, ताकि ये भी समाज की मुख्य धारा से जुड़ सकें। इन सभी जातियों ने किसान वर्ग के साथ कंधे से कंधा मिलाकर काम किया है। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ये कार्य करती है तो आने वाले पंजाब, हिमाचल, उत्तर प्रदेश व हरियाणा में चुनाव में भाजपा को बहुत अधिक लाभ होगा।

- पिछड़ों में अत्यंत पिछड़ा समाज झीमर, खाती, नाई, लोहार, कुम्हार, ठठेरा ओबीसी में है

17 को जंतर-मंतर पर धरना प्रदर्शन करेगा कर्मचारी संघ

- कर्मचारी संघ हरियाणा की जिला कार्यकारिणी की बैठक में लंबित मांगों पर चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

कर्मचारी संघ हरियाणा भिवानी की जिला कार्यकारिणी की बैठक बुधवार को महम रोड स्थित सर्व कर्मचारी संघ के कार्यालय में जिला प्रधान नरेश शर्मा की अध्यक्षता में हुई, जिसका संचालन जिला सचिव राजबीर ने किया। बैठक में राज्य प्रधान मास्टर वजीर सिंह व राज्य महासचिव रतन कुमार जिंदल विशेष रूप से उपस्थित हुए। जिला प्रधान नरेश शर्मा ने कहा कि सरकार रिटायर कर्मचारियों की लंबित मागों पूरा करने के नाम पर आर्थिक बोझ का रोना रोती है और दूसरी तरफ सरकार विधानसभा में पूर्व विद्यायकों को 10 हजार रूपये मेडिकल भत्ता व 10 हजार रूपये सैर सपाटा भत्ता का विधेयक पास करती है तथा सरकार ने वरिष्ठ नागरिकों को बसों में रियायती किराये की सुविधा दे रखी है, उसे सहकारी बसों के मालिक नहीं मान रहे, जो पूरा किराया वसूलते हैं।

भिवानी। कर्मचारी संघ की बैठक को संबोधित करते मास्टर वजीर सिंह।

सरकार से की मांग

उन्होंने सरकार से अपील की कि सहकारी बसों के मालिकों को आदेश दे कि वरिष्ठ नागरिकों को सरकारी बसों की तरह रियायती किराया सुविधा दें। रिटायर्ड कर्मचारी संघ के प्रांतीय प्रधान व अखिल भारतीय राज्य सरकारी पैशनर्ज फैडरेशन के राष्ट्रीय उपप्रधान मास्टर वजीर सिंह ने कहा कि केन्द्र सरकार पैंशन वित्त विधेयक-2025 को वापिस लें, अन्यथा पैंशनर्ज फेडरेशन के आह्वान पर 17 सितंबर को दिल्ली में जन्तर मन्तर पर धरना प्रदर्शन करेंगे।

सीवरेज व बारिश का पानी हुआ जमा लोगों में बीमारी फैलने का खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा में अत्याधिक बारिश होने, सीवरेज प्रणाली ठप्प होने, निकासी न होने के कारण के कारण सारा पानी नगर पालिका कार्यालय के पीछे स्थित टैक्सी स्टैंड मैदान में जमा हो गया। पानी निकासी के लिए नाला भी टस से मस नहीं हो रहा है। हांलांकि नपा सफाई कर्मचारी दिन-रात सफाई व्यवस्था में जुटे हैं लेकिन पानी हिलने का नाम नहीं लेता। जिससे शहरवासियों के लिए परेशानी का विषय हो गया है। सीवरेज व बारिश का पानी जमा होने से मच्छर मक्खियों ने अपना ठिकाना बना लिया है। लोगों में मलेरिया, डेंगू जैसी बिमारियों के फैलने का भय बन गया है। लोगों में प्रवीण कुमार, श्यामसुंदर, मुकेश, हरिराम, रिंकू, महेश आदि ने बताया कि ऐसा पहली बार हुआ है कि पानी की निकासी नहीं हो पा रही है। लोगों ने अपने विचार सांझा किए-

- सीवरेज प्रणाली ठप्प होने के कारण बनीं समस्या

जगह जगह पानी जमा है मछली का बीज डाल दो कोई समाधान नहीं

वरिष्ठ नागरिक हनुमान पारासर ने बताया कि शहर में जगह जगह पानी जमा है, बुरे हालात है। पानी गलियों में पानी के तालाब बने हुए हैं लोगों को बाजार में आने के लिए घरों की छतों को पार करके आना पड़ता है इससे दुखद और क्या होगा।

पानी ओवरफलो, प्रशासन बढ़ाए कर्मचारी

समाजसेवी सोमबीर वाल्मीकि ने बताया कि पानी अनेक स्थानों पर ओवर फलो है, सीवरेज के ढक्कन खुले हैं, पिछले दिनों भी हादसा हुआ है मोटरसाइकिल चालक इससे क्षतिग्रस्त हो गया और उसे भिवानी के लिए रेफर किया गया। सीवरेज के कर्मचारियों की संख्या बढ़ाई जाए, सीवरेज प्लांट को बंद करने की बजाए सुचारू रूप से शुरू रखा जाए। प्रशासन को दिन रात एक करके इस पानी को निकालना चाहिए।

हर तरफ पानी और कीचड़

समाजसेवी एवं योग शिक्षक गजानंद शास्त्री ने बताया कि शहर में जहां देखो बारिश, सीवरेज का पानी और कीचड़ ही कीचड़ दिखाई देता है। हालांकि विधायक कपूर वाल्मीकि व चेयरमैन सुंदर अत्री प्रशासन के माध्यम से व्यवस्था सुधारने में लगे हैं लेकिन समस्या जस की तस खड़ी है।

क्या कहते हैं कनिष्ट अभियंता

इस बारे में जन स्वास्थ्य विभाग के कनिष्ट अभियंता सुनील कुमार ने बताया कि 45एचपी की मोटर, 2 इंजन, एक आउटलेट सहित अन्य माध्यमों से पानी निकालने की प्रक्रिया जारी है। 9 किलोमीटर दूर ड्रेन में पानी भिजवाया जा रहा है प्रशासन पूरी तरह से लगा हुआ है।

सरकार के स्वच्छता के दावों की पोल खोल रहा हरजीकान चौक

- शहर का सबसे बड़ा चौक होने के बावजूद गंदगी का चौक बना हरजीकान चौक
- बार-बार पार्षद व विधायक को अवगत करवाने के बावजूद समाधान नहीं : क्षेत्रवासी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

एक तरफ सरकार स्वच्छता का नारा देती नहीं थकती, वहीं जमीनी हकीकत इससे परे हैं और सभी नारे सिर्फ कागजों तक ही सीमित है। सरकार के स्वच्छता के दावों की पोल मनान पाना स्थित हरजीकान चौक पर बना गंदगी का आलम खोलता नजर आता है, क्योंकि चौक गंदगी का चौक बन चुका है।

क्षेत्रवासी नरेश, मामनचंद, सुरेश, कालू, राजीव, राजेंद्र, ताराबाई, निहाली देवी, रमेश मिश्रा, संजय आदि ने बताया कि चौक शहर का सबसे बड़ा चौक है, इसमें पांच गलियां आकर मिलती है और आने-जाने का मुख्य मार्ग है, लेकिन चौक के नजदीक कई वर्षो से गंदगी, कीचड़ व नालों से गंदा पानी सड़क पर फैल जाता हैं और क्षेत्रवासी नारकीय जीवन व्यतीत करने को मजबूर है।

भिवानी। हरजीकान चौक पर नालों से बाहर सड़क पर फैली गंदगी।

समाधान नहीं हुआ

उन्होंने बताया कि बार-बार पार्षद और विधायक को अवगत करवाने के बावजूद चौक पर गंदगी की समस्या का समाधान नहीं हो रहा। चौक के नजदीक नाले गंदगी से भरे रहते हे, नालिया सड़क के लेवल में होने के कारण उनका गंदा पानी चौराहों पर आ जाता है। उन्होंने कहा कि चौक से प्रतिदिन अनेक बच्चें गंदे पानी से होकर स्कूल तथा महिलाएं मंदिर में जाने को मजबूर है। चारों तरफ गंदगी होने के कारण मच्छरों की भरमार हो चुकी है।

परेशानी — सैकड़ों एकड़ भूमि की फसल जलमग्न

पूर्व सीपीएस फौजी के गांव में टूटा खानक माइनर, दरार पाटने नहीं पहुंचे कर्मचारी

गांव सिपर में ओवरफलो होकर खानक माइनर टूट गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

बुधवार तड़के गांव सिपर में ओवरफलो होकर खानक माइनर टूट गया। किसानों ने इसकी सूचना सिंचाई विभाग को दी,लेकिन शाम तक न तो पीछे से माइनर का पानी कम करवाया गया और न ही माइनर में आई दरार को पाटने के लिए सिंचाई विभाग का कर्मचारी मौके पर पहुंचा। जिस वजह से सैकड़ों एकड़ भूमि की फसल जलमग्न हो गई। पानी लगातार गांव की तरफ बढ रहा है। जिस गांव में खानक माइनर टूटा है। वह पूर्व सीपीएस रामकिशन फौजी का पैतृक गांव है। पूर्व सीपीएस फौजी सिंचाई विभाग के अधिकारियों व सरकार से माइनर में आई दरार को तत्काल पाटे जाने की मांग की है। ताकि पानी से फसलों को बर्बाद होने से बचाया जा सके।

गांव सिप्पर निवासी किसान कृष्ण फोगाट, सुरेन्द्र सिंह, जागेराम, रामकिशन, जसवंत, बलवान, राममेहर, संजय, कृष्ण व सुरेश ने बताया कि गांव सिप्पर के नजदीक खानक माईनर पिछले 72 घंटों से टूटी हुई है। इससे यहां के किसानों की एक हजार एकड़ भूमि में उगाई गई फसल में दो-दो फीट पानी जमा हो गया है। इससे फसल बर्बादी के कगार तक पहुंच चुकी हैं। इतना ही नहीं पानी गांव की ओर पहुंचने लगा है। जिस वजह से सैकड़ों एकड़ भूमि में फसल जलमग्न हो गई। फसलों में तीन से चार फुट तक पानी जमा हो गया। इससे पहले इन खेतों में बारिश का पानी जमा था। रही सही कसर नहरी पानी ने निकाल दी। अब इन खेतों की फसल का खतम होना तय है।

भिवानी। माइनर में आई दरार से बहता पानी व खेतों में जमा पानी दिखाते किसान। फोटो : हरिभूमि

यह है आरोप

पूर्व सीपीएस फौजी ने बताया कि उनके पास ग्रामीणों ने मोबाइल फोन से सूचना दी कि गांव के खेतों में खानक माइनर टूट गया है। पहले से ही फसलों में बारिश का पानी जमा था अब ओर पानी जमा हो जाएगा। ज्यादा पानी से फसले गलने लगेंगी। प्रशासन इस ओर कोई ध्यान नहीं दे रहा है। बार-बार माईनर के टूटने से जहां किसानों की फसलें बर्बाद हो रही हैं। वहीं गांव में भी बाढ़ आने की आशंका बनी हुई है। पहले ही किसानों को वर्षा की आफत झेलनी पड़ रही थी। अब यह माईनर भी बार-बार टूट रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार इस ओर कोई ध्यान नहीं दे रही। इससे किसानों की फसलें बर्बाद हो रही हैं और उन्हें लाखों का नुकसान उठाना पड़ रहा है।

छोटा फव्वारा सिस्टम पर सब्सिडी लागू करने की मांग को लेकर किसानों ने सौंपा ज्ञापन

- अफसरों ने उनकी मांगों को सरकार तक भिजवाए जाने का भरोसा दिलाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

कस्बे के किसानों ने छोटा फवारा सिस्टम पर बंद की गई सब्सिडी लागू करने की मांग को लेकर एसडीएम योगेश सैनी को ज्ञापन सौपकर जल्द ही किसानों को सब्सिडी देने की बात कहीं। इस पर अधिकारी ने उनकी मांगों को सरकार तक भिजवाए जाने का भरोसा दिलाया है। किसानों ने बताया कि किसानों अपने खेतों में छोटा फवारा लगाने पर 85 प्रतिशत सब्सिडी मिलती थी लेकिन इसे सरकार ने घटाकर 60 प्रतिदिशत कर दिया और अब प्रदेश सरकार ने किसानों की सब्सिडी को बंद कर दिया। जिससे किसानों में रोष बना हुआ हैं। ब्रहमपाल बाढड़ा व राजेश भांडवा आदि ने कहा कि किसानों को खेतों में छोटा फव्वारा लगवाने वा प्रदेश सरकार द्वारा सब्सिडी दी जाती थी, लेकिन कुछ समय से किसानों की सब्सिडी को बंद कर दिया है जिससे किसानों में रोष बना हुआ हैं।

बाढड़ा। मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपते किसान। फोटो : हरिभूमि

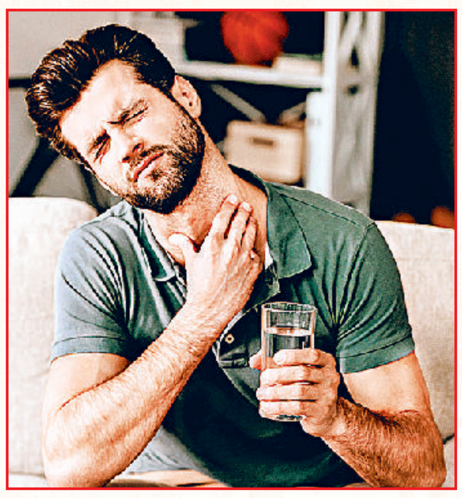
किसानों की यह है प्रमुख समस्या

उन्होंने कहा कि किसान अपने खेत में छोटा फव्वारा लगवाना मजबूरी है कि उसके बिना पर किसानों को बिजली का नया कनेक्शन नहीं दिया जाता है इस लिए जिन किसानों ने नय बिजली कनेक्शन के लिए एपलाई किया हुआ है। उन्हें काफी आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा हैं इस लिए आज ज्ञापन के माध्यम से कि किसानों की बंद की गई छोटा फव्वारा की सब्सिडी को फिर से लागू किया जाए। ताकि हरेक किसान जिसको बिजली का कैनेक्शन लेना है। वह फव्वारा सिस्टम लगवा सके। साथ ही उसको आर्थिक फायदा भी मिल पाए। साथ ही उन्होंने बताया कि भूमिगत पानी नीचे जाने से खेतों में फव्वारा सिस्टम लगवाना बेहद जरूरी है। अगर सरकार उनको बेहतरीन सब्सिडी दे तो उनको फायदा हो सकता है। किसानों ने भेजे मांगपत्र के माध्यम से फिर से छोटे फव्वारा पर रियायत दिए जाने की मांग की है। इस मौके पर रघबीर श्योराण, ब्रहमपाल बाढड़ा, राजेश भांडवा, होशियार सिंह गोपी,नरेश कादयान, नशीब कारी मोद आदि किसान मौजूद रहे ।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब कफ की वजह से गले में हो पेन-ईचिंग



मेरी उम्र 24 वर्ष है। मेरे गले में हमेशा कफ जमा रहता है और कभी-कभी गले में चुभन भी महसूस होती है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और मेरे गले की यह समस्या कैसे ठीक होगी?

-शौर्य, रायपुर

आपने यह नहीं बताया कि यह समस्या आपको कब से है? अगर हाल फिलहाल से है तो कुछ दिन वेट कर सकते हैं, लेकिन अगर लंबे समय से समस्या चल रही है तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। क्योंकि लंबे समय तक खांसी आना या कफ रहना अच्छे संकेत नहीं हैं। इसलिए, डॉक्टर से संपर्क कर आप जांच कराएं। इसके आधार पर जरूरत पड़ने पर डॉक्टर उपचार शुरू करेंगे।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। मुझे लंबे समय से साइनस की प्रॉब्लम है। इसके लिए काफी दवाइयां लेने और घरेलू उपचारों के बाद भी यह ठीक नहीं हुआ। कृपया बताएं, क्या करूं कि मेरी साइनस की प्रॉब्लम ठीक हो जाए।

-ललित, बिलासपुर

साइनस के उपचार के संबंध में बगैर जांच किए कुछ भी कहना या ट्रीटमेंट बता पाना मुश्किल है। साइनस कैसा है, कितना है, यह जानने के बाद ही उसका सही ट्रीटमेंट हो सकता है। इसलिए बेहतर होगा कि आप ईएनटी विशेषज्ञ डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे जांच करने के बाद ही इसका सही उपचार करेंगे।

मेरी उम्र 42 वर्ष है। मेरे बाएं पैर में पंजे से लेकर घुटने के नीचे तक सूजन हो गई है। सूजन वाले हिस्से में दर्द भी होता है। कृपया बताएं कि ऐसा किस वजह से हुआ है और यह कैसे ठीक होगा?

-पंकज, रायगढ़

कई बार सूजन की वजह शुगर बढ़ना भी हो सकता है। क्या आपको डायबिटीज की प्रॉब्लम है? अगर नहीं है तो आपको जांच करवा लेना चाहिए। हालांकि सूजन का कारण कई बार किडनी की समस्या भी होती है। इसलिए बेहतर होगा कि आप एक बार डॉक्टर से संपर्क करें, वह जांच कर कारण बता पाएंगे। उसके बाद ही सही ट्रीटमेंट हो सकेगा।

मेरी उम्र 52 वर्ष है। मेरे पेट में नाभि के नीचे हमेशा हल्का-हल्का दर्द बना रहता है। कभी-कभी यह दर्द असहनीय हो जाता है। कृपया मेरी इस समस्या का उचित समाधान बताएं।

-चंद्रदेव, हिसार

इस तरह का दर्द कई बार गैस की वजह से होता है, जो बहुत असहनीय होता है। अगर आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है और गैस बनती है, तो दर्द की वजह गैस की समस्या हो सकती है। अगर ऐसा नहीं है तो संक्रमण भी कई बार पेट दर्द का रीजन होता है। संक्रमण के उपचार के लिए आपको डॉक्टर से सलाह लेकर दवा लेनी पड़ेगी।

मेरी उम्र 32 वर्ष है। मुझे चेन-स्मोकिंग की लत है। तमाम कोशिशों के बाद भी मैं इसे छोड़ नहीं पा रहा हूं। इसकी वजह से अब मुझे लगातार खांसी और सांस फूलने की समस्या होने लगी है। ऐसे में मैं क्या करूं, समझ नहीं आता। कृपया उचित मार्गदर्शन करें।

-कुणाल, भोपाल

आजकल स्मोकिंग छुड़ाने के लिए कई सारे डीएडिक्शन सेंटर होते हैं। आपको वहां संपर्क करना चाहिए, क्योंकि आपको खांसी आ रही है, ऐसे में स्मोकिंग करेंगे तो इससे और नुकसान होगा। लंग्स में दिक्कत बढ़ सकती है। इससे परेशानी और बढ़ेगी। बेहतर होगा कि आप डीएडिक्शन सेंटर से संपर्क करें और वहां पर इसका ट्रीटमेंट कराएं। इससे आपकी लत छूटेगी। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

अवेयरनेस

प्रतीक्षा कदम
चीफ डाइटीशियन, कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

स्पेशल: नेशनल न्यूट्रिशन वीक, 1-7 सितंबर

अलग-अलग उम्र के अनुसार समुचित पोषक तत्वों को खान-पान में शामिल करने को पोषण (न्यूट्रिशन) कहा जाता है। पर्याप्त पोषण के लिए आहार में सभी जरूरी पोषक तत्वों के बीच एक संतुलन आवश्यक है। इसके अभाव में शरीर में कई तरह के रोग हो सकते हैं। ऐसे में इन पोषक तत्वों के बारे में जानना बहुत जरूरी है। इस बारे में यहां बहुत महत्वपूर्ण सजेशन दे रहे हैं।

हेल्थ के लिए बहुत जरूरी न्यूट्रिशन पर दें प्रॉपर अटेंशन

इंटरनेशनल यूनियन ऑफ न्यूट्रिशनल साइंसेस के अनुसार तमाम बीमारियों का एक प्रमुख कारण समुचित पोषण न मिलना या दूसरे शब्दों में कहें तो कुपोषण (मालन्यूट्रिशन) है। कुपोषण, तमाम शारीरिक समस्याओं को बुलावा देता है। इनमें एनीमिया, स्कर्वी, घेंघा, रतौंधी, रिकेट्स, बेरी-बेरी, यकृत (लिवर) और श्वसन तंत्र संबंधी आदि समस्याओं को शामिल किया जा सकता है।

राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार कुपोषण की मार बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है। जैसे- उम्र के अनुसार बच्चों की बौद्धिक क्षमता का समुचित रूप से विकसित न होना, वजन कम होना और उनकी आयु के अनुसार लंबाई न बढ़ना आदि। वहीं वयस्कों में श्रम किए बगैर थकान महसूस होना, मांसपेशियों में कमजोरी, रोग प्रतिरोधक तंत्र या इम्यूनिटी सिस्टम का कमजोर होना, चिड़चिड़ापन, दुर्बलता, वजन का कम होते जाना और यौन संपर्क की इच्छा में कमी आदि समस्याएं सामने आ सकती हैं। शरीर के लिए जरूरी पोषक तत्वों में शामिल हैं-

प्रोटीन: यह पोषक तत्व एमीनो एसिड से निर्मित होता है, जो विभिन्न शारीरिक क्रियाओं को समुचित रूप से संचालित करते हैं। गर्भवती महिलाओं और स्तनपान करवाने वाली महिलाओं को प्रोटीन की कहीं अधिक आवश्यकता होती है। प्रोटीन के कारण ही शिशुओं और बच्चों का समुचित शारीरिक विकास होता है। वयस्कों में प्रोटीन के जरिए शरीर में होने वाली कोशिकाओं की क्षति की पूर्ति होती है। टीनएजर्स में होने वाले शारीरिक विकास के लिए भी प्रोटीन आवश्यक है।

स्रोत: दूध और इससे निर्मित उत्पादों में पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है। सोयाबीन, दाल, अंडा और मीट भी प्रोटीन के स्रोत हैं। गर्भवती महिलाओं और बढ़ती उम्र के बच्चों को प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थों के बारे में अपने डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

कार्बोहाइड्रेट: यह एक प्रमुख पोषक तत्व है, जो शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है।

स्रोत: गेहूं, चावल, मक्का और विभिन्न प्रकार के अनाजों में कार्बोहाइड्रेट काफी पाया जाता है।

विटामिंस और अन्य पोषक तत्व: शरीर को स्वस्थ रखने और उसे बीमारियों से बचाने में विभिन्न प्रकार के विटामिंस और अन्य पोषक तत्वों का भी काफी महत्व है।

विटामिन ए: यह विटामिन नेत्रों की कार्यप्रणाली को सुचारु रूप से संचालित करने के लिए आवश्यक है। इस विटामिन की कमी से रतौंधी नामक रोग हो जाता है। यह विटामिन, संक्रामक रोगों से बचाव करता है और त्वचा को भी पोषण प्रदान करता है।

स्रोत: दूध और इससे निर्मित उत्पादों जैसे दही, मट्ठा, टमाटर, गाजर, हरी पत्तेदार सब्जियों में विटामिन ए पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध होता है। इसके अलावा पीले और नारंगी रंग के फलों और सब्जियों में भी यह विटामिन पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है।

विटामिन बी कॉम्प्लेक्स: इस विटामिन के कई प्रकार हैं। यह विटामिन मुख्य रूप से शरीर के तंत्रिका तंत्र यानी नर्वस सिस्टम को सुचारु रूप से संचालित करने में मदद करता है।

स्रोत: यह विटामिन फलों, सब्जियों और ड्राई फ्रूट्स में पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है।

विटामिन सी: यह विटामिन विभिन्न रोगों से बचाव कर शरीर की रोग प्रतिरोधक तंत्र (इम्यून सिस्टम) को सशक्त बनाने में सहायक है। विटामिन सी की कमी से स्कर्वी नामक रोग हो जाता है, जिसके कारण मसूड़ों से संबंधित समस्याएं पैदा हो जाती हैं।

स्रोत: यह विटामिन खट्टे फलों जैसे आंवला, संतरा, नीबू और मौसंबी में पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है।

विटामिन डी: विटामिन डी शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मददगार है।

स्रोत: यह विटामिन सूर्य की किरणों में प्रमुख रूप से पाया जाता है।

आयरन: यह एक प्रमुख खनिज तत्व (मिनरल) है, जो शरीर की लाल रक्त कोशिकाओं में हीमोग्लोबिन के बनाने में मददगार है। आयरन की कमी से शरीर में रक्त की कमी या एनीमिया नामक रोग हो जाता है। एनीमिया की समस्या खासकर गर्भवती माताओं और बच्चों में सबसे ज्यादा होती है।

स्रोत: आयरन हरी पत्तेदार सब्जियों खासकर पालक में पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। इसके अलावा यह बाजरा, रागी, ड्राई फ्रूट्स और गुड़ में भी उपलब्ध है।

कैल्शियम: यह एक महत्वपूर्ण मिनरल है। कैल्शियम शरीर की हड्डियों के विकास और उनकी मजबूती के लिए जरूरी है। यह दांतों को भी मजबूत बनाए रखता है।

स्रोत: कैल्शियम, दूध और इससे निर्मित उत्पादों और सोयाबीन में पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। पालक, बथुआ आदि, फलियां या बींस और दालें भी कैल्शियम के अच्छे स्रोत हैं।

वसा: वसा शरीर को ऊर्जा प्रदान करने का एक सशक्त माध्यम है, लेकिन अधिक मात्रा में विभिन्न खाद्य पदार्थों के जरिए इसे ग्रहण करने पर यह मोटापे का कारण बनता है। विभिन्न आयु वर्गों के अनुसार वसायुक्त खाद्य पदार्थों के ग्रहण करने की मात्रा बदलती रहती है। इसलिए इस संदर्भ में अपने डॉक्टर या डाइटीशियन से परामर्श लेना चाहिए।

स्रोत: घी, मक्खन और जंतुओं से प्राप्त होने वाले खाद्य पदार्थों में प्रचुर मात्रा में वसा पाया जाता है। इसके अतिरिक्त खाना बनाने के इस्तेमाल में आने वाले तेलों में भी वसा पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है।

आयोडीन: हमारे शरीर में थायरॉइड ग्रंथि द्वारा स्रावित होने वाला हार्मोन आयोडीन से ही निर्मित होता है। आयोडीन शारीरिक विकास के साथ-साथ मानसिक विकास के लिए भी आवश्यक है। आयोडीन की कमी हाइपोथाइरॉयडिज्म और घेंघा जैसे रोगों को उत्पन्न कर सकती है।

स्रोत: आयोडीन युक्त नमक का सेवन करें। समुद्र से मिलने वाले खाद्य पदार्थों में भी आयोडीन पाया जाता है। फूलगोभी और बंदगोभी के सेवन से भी आयोडीन की कमी को दूर करने में मदद मिलती है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

इन बातों का रखें ध्यान

आपकी डाइट में पोषक तत्व तो शामिल होने ही चाहिए, लेकिन इसके साथ ही आपको कुछ और बातों का भी ध्यान रखना चाहिए।

बैलेंस्ड डाइट है जरूरी: जब कोई शख्स अपने आहार में अत्यधिक मात्रा में पोषक तत्वों (न्यूट्रिएंट्स) को वरीयता देने लगता है और इसके साथ ही वह व्यायाम या शारीरिक सक्रियता से दूर रहता है तो इस स्थिति में उसके मोटापे से ग्रस्त होने की संभावना बढ़ जाती है। स्वस्थ बने रहने और मोटापा नियंत्रण के लिए खान-पान से संबंधित इन बातों पर ध्यान दें-

जंक फूड्स से परहेज करें: ज्यादातर जंक फूड्स में रिफाइंड आटा, अत्यधिक मात्रा में वसा, ट्रांस फैट, शुगर और नमक ज्यादा मात्रा में पाए जाते हैं। ये सभी खाद्य पदार्थ स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद नहीं हैं। कभी-कभार इन्हें खाया जा सकता है। शुगर युक्त कोल्ड ड्रिंक्स से जहां तक संभव हो, परहेज करें।

खाने में नमक कम: जो लोग 50 या इससे अधिक उम्र वाले हैं या जिन्हें हाई ब्लड प्रेशर, डायबिटीज या क्रॉनिक किडनी डिजीज है, उन्हें अपनी डाइट में नमक की मात्रा कम रखनी चाहिए। इस बारे में डॉक्टर से परामर्श लें।

टीवी देखते हुए खाना न खाएं: इन दिनों टेलीविजन देखते हुए या फिर फोन पर बात करते हुए खाना आम बात है। हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार खान-पान की यह आदत (ईटिंग हैबिट) सेहत के लिहाज से अच्छी नहीं है। आपका पेट भरा या नहीं इस बात का मस्तिष्क को संदेश 20 मिनट के बाद मिलता है। इसलिए खाना धीरे-धीरे चबा-चबाकर खाएं। जिस वक्त आप टीवी देख रहे होते हैं, उस वक्त आपका ध्यान उस पर चल रहे दृश्यों पर केंद्रित होता है। इस स्थिति को माइंडलेस ईटिंग कहते हैं यानी खाना खाने के साथ ही आपका मन किसी दूसरी जगह पर या किसी दूसरी वस्तु पर केंद्रित है। वहीं माइंडफुल ईटिंग उस स्थिति को कहते हैं, जब आपका ध्यान अपने भोजन पर ही केंद्रित हो। पोषण के लिहाज से यह जरूरी है। अच्छे पोषण के लिए आपका उसे ध्यानपूर्वक खाना जरूरी है।

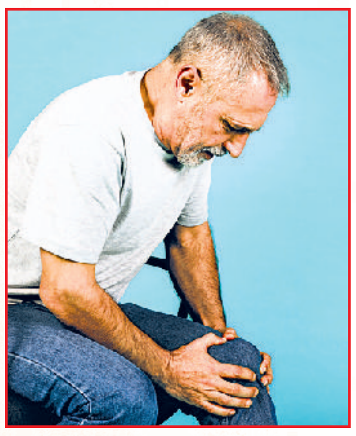
डॉक्टर्स एडवाइस

मानसून का मौसम जोड़ों के दर्द को बढ़ा सकता है। ऐसे में सही जानकारी और सावधानियां बरतकर इसे नियंत्रित किया जा सकता है। जोड़ों की देखभाल के लिए सक्रिय जीवनशैली, संतुलित आहार और आवश्यकतानुसार दवाइयों का सेवन सबसे प्रभावी उपाय हैं। इस बारे में आपको यहां डिटेल में बता रहे हैं।

मानसून में ज्वाइंट प्रॉब्लम ऐसे कर सकते हैं कंट्रोल

मानसून के मौसम में अधिकांश बुजुर्ग जोड़ों के दर्द और सूजन जैसी स्वास्थ्य समस्याओं से परेशान रहते हैं। अक्सर देखा जाता है कि बारिश के मौसम में गठिया रोगियों को जोड़ों में ज्यादा दर्द और अकड़न की शिकायत होती है। मानसून में जोड़ों के दर्द बढ़ने के पीछे कुछ वैज्ञानिक कारण होते हैं, जो समझने पर बेहतर उपचार और प्रबंधन की दिशा में मदद करते हैं।

जोड़ों का दर्द बढ़ने के कारण: बारिश के मौसम में ज्वाइंट पेन बढ़ने के कारणों के बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा अस्पताल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-ऑर्थोपेडिक्स और स्पाइन, **डॉ. अनिल रहेजा** बताते हैं, 'बारिश के मौसम में वातावरण में बढ़ी हुई नमी और तापमान में अचानक बदलाव जोड़ों के दर्द को बढ़ाने में प्रमुख भूमिका निभाते हैं। विशेषकर उन बुजुर्गों के लिए, जिन्हें गठिया यानी आर्थराइटिस की समस्या होती है, यह मौसम चुनौतीपूर्ण साबित होता है। नमी शरीर के संवेदनशील तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करती है, जिससे जोड़ों में सूजन और दर्द की तीव्रता बढ़ जाती है। यह स्थिति खासतौर पर तब अधिक जटिल हो जाती है, जब आस-पास का तापमान ठंडा होता है, क्योंकि ठंडक से मांसपेशियां और जोड़ कठोर हो जाते हैं, जिससे दर्द में वृद्धि होती है। इसके अलावा, मानसून के दौरान शरीर की गतिविधियां कम हो जाती हैं, क्योंकि अधिकतर लोग इस मौसम में बाहर निकलने से बचते हैं। सक्रियता में कमी से मांसपेशियों में मजबूती कम होने लगती है, जिससे जोड़ों पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है और दर्द बढ़ सकता है। मानसून में जोड़ों के दर्द को कम करने के लिए उचित पोषण, सही दवाइयों का सेवन मददगार साबित होते हैं। यदि जोड़ों का दर्द या सूजन सामान्य से अधिक हो तो तुरंत विशेषज्ञ से परामर्श लेना चाहिए ताकि सही निदान और उपचार किया जा सके। इस प्रकार, बारिश के मौसम में जोड़ों की देखभाल विशेष रूप से आवश्यक है, जो बुजुर्गों को स्वस्थ, दर्द से मुक्त और सक्रिय रख सकती है।'



मानसून और गठिया का संबंध: श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली में डायरेक्टर-ऑर्थोपेडिक्स, ज्वाइंट रिप्लेसमेंट एंड स्पोर्ट्स इंजरी **डॉ. अतुल कुमार गर्ग** कहते हैं, 'गठिया एक ऐसी स्थिति है, जिसमें जोड़ों में सूजन, जकड़न और दर्द की समस्या होती है और मानसून के मौसम में यह परेशानी और बढ़ जाती है। बारिश के दौरान बढ़ती नमी शरीर के ऊतकों में सूजन को बढ़ावा देती है, जिससे विशेषकर अंगुलियों, घुटनों और कमर के जोड़ प्रभावित होते हैं। यह मौसम जोड़ों में जकड़न की स्थिति को भी बढ़ाता है, जिससे मरीजों को चलने-फिरने और दैनिक गतिविधियों में कठिनाई होती है। गठिया ऐसी बीमारी है, जो मुख्यतः उन लोगों को प्रभावित करती है, जिनके जोड़ों में पहले से ही कोई समस्या मौजूद होती है। नमी और ठंडक जैसे मौसमीय कारक गठिया के लक्षणों को बढ़ाने में योगदान देते हैं, लेकिन यह जरूरी नहीं कि हर किसी को बारिश के मौसम में जोड़ों का दर्द बढ़े। इसलिए गठिया रोगियों को मानसून के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए और अपनी दिनचर्या में बदलाव कर दर्द को नियंत्रित करने का प्रयास करना चाहिए। मानसून में गठिया के लक्षणों को देखते हुए समय-समय पर चिकित्सीय सलाह लेते रहना आवश्यक है ताकि बीमारी को नियंत्रित किया जा सके और जीवन की गुणवत्ता बनी रहे। इस प्रकार, गठिया और मानसून के बीच गहरा संबंध होता है, जिसके प्रति सजग रहना रोगियों के लिए अत्यंत कारगर है।'

ऐसे करें पेन मैनेजमेंट: मानसून में ज्वाइंट पेन को मैनेज करने के लिए अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, जयपुर में कंसल्टेंट-ऑर्थोपेडिक, **डॉ. मिहिर थानवी** सलाह देते हैं, 'मानसून के दौरान जोड़ों के दर्द का प्रभावी प्रबंधन करने के लिए सक्रिय रहना अत्यंत आवश्यक है। इस मौसम में शरीर में नमी और ठंडक बढ़ जाती है, जिससे जोड़ों में अकड़न और सूजन की संभावना अधिक होती है। इसलिए नियमित रूप से व्यायाम, हल्की सैर और योग जैसी गतिविधियों को अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। ये क्रियाएं मांसपेशियों को मजबूत बनाती हैं, जो जोड़ों के दबाव को कम करती हैं और दर्द को नियंत्रित करने में मददगार होती हैं। दर्द की स्थिति में डॉक्टर की सलाह से ही दर्द निवारक दवाइयों का सेवन करना चाहिए। इसके अलावा, गर्म पानी से स्नान करना जोड़ों के दर्द को कम करने में लाभकारी हो सकता है क्योंकि यह मांसपेशियों को आराम देता है और रक्त संचार को बेहतर बनाता है। मानसून में सूती और गर्म कपड़े पहनना भी महत्वपूर्ण है ताकि शरीर ठंड और नमी से सुरक्षित रह सके। फिजियोथेरेपी की मदद से भी जोड़ों की गतिशीलता बढ़ाई जा सकती है और दर्द को कम किया जा सकता है। डॉक्टर की देखरेख में उचित फिजियोथेरेपी उपचार से सूजन कम होती है और जोड़ मजबूत बनते हैं। इसके साथ ही आहार का विशेष ध्यान रखना जरूरी है, जिसमें ओमेगा-3 फैटी एसिड, विटामिन डी और कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में शामिल हो। ये पोषक तत्व जोड़ों की मजबूती और स्वस्थ रखरखाव में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। समग्र रूप से, मानसून के मौसम में जोड़ों की देखभाल के लिए सक्रिय जीवनशैली, सावधानीपूर्ण आहार, और चिकित्सीय सलाह का पालन करना आवश्यक है। यहां पर बताई गई इस तरह की सावधानियां अपनाकर जोड़ों का दर्द कम किया जा सकता है और जीवन की गुणवत्ता बनी रहती है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

मिथक एवं तथ्य

मानसून और जोड़ों के दर्द को लेकर कई मिथक प्रचलित हैं, जिन्हें समझना आवश्यक है। इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, कानपुर में सीनियर कंसल्टेंट-ऑर्थोपेडिक्स, **डॉ. मानव लूथरा** कहते हैं, 'बहुत से लोग मानते हैं कि बारिश की बूंदों या नमी के सीधे संपर्क में आने से जोड़ों में दर्द शुरू हो जाता है, लेकिन चिकित्सा दृष्टि से यह धारणा सही नहीं है। असल में नमी और तापमान में बदलाव शरीर के अंदर मौजूद जोड़ों के ऊपर प्रभाव डालता है, खासकर उन जोड़ों पर जो पहले से कमजोर या पिछली चोटों या बीमारी से प्रभावित होते हैं। गठिया एक जटिल बीमारी है, जिसमें केवल मौसम ही नहीं, बल्कि आनुवंशिकता, जीवनशैली, पोषण और अन्य पर्यावरणीय कारक भी इसकी तीव्रता और लक्षणों को प्रभावित करते हैं। इसलिए यह कहना गलत होगा कि गठिया पूरी तरह से मौसम पर आधारित है। हालांकि कई मरीजों में सूजन और दर्द मौसम के बदलाव से बढ़ सकते है।'

फिटनेस फंडा

मोहम्मद सऊद मंसूरी

इन दिनों सोनी सब चैनल के शो 'उफ्फ ये लव है मुश्किल' में बिस्किट का किरदार मोहम्मद सऊद मंसूरी निभा रहे हैं। वे अपनी एक्टिंग के साथ ही फिटनेस का भी पूरा ध्यान रखते हैं। उनका फिटनेस फंडा जानिए, उन्हीं की जुबानी।

मेरा फिटनेस प्लान बहुत टफ नहीं है

मेरे लिए फिटनेस को मेंटेन करना बहुत इंपॉर्टेंट है। इसके लिए मैं अपनी डाइट और वर्कआउट दोनों का ध्यान रखता हूं।

डाइट प्लान: मैं 14 घंटे का इंटरमिटेंट फास्ट करता हूं। लंच में आमतौर पर उबला हुआ चिकन और चावल लेता हूं और डिनर में हाई-फाइबर चिकन पुलाव। मेरा डाइट प्लान बहुत टफ नहीं बल्कि फ्लेग्जिबल होता है, जिसमें खासतौर पर पोर्शन कंट्रोल पर ध्यान देता हूं। खाने-पीने को लेकर टफ रूल्स फॉलो नहीं करता हूं।

वर्कआउट रूटीन: मेरे वर्कआउट रूटीन में वेट लिफ्टिंग, 5 किलोमीटर की रनिंग, बैडमिंटन और साइक्लिंग शामिल हैं। जब भी शूटिंग से जल्दी पैकअप होता है। मैं इन एक्टिविटीज को करना पसंद करता हूं।

टाइम मैनेजमेंट: मुझे वर्कआउट के लिए अलग से टाइम निकालने के लिए बहुत एफर्ट नहीं करना पड़ता है क्योंकि सच में मुझे अपना काम (एक्टिंग प्रोफेशन) बहुत पसंद है और मेरी टीम भी शानदार है, इसलिए कभी वर्क प्रेशर जैसा लगता ही नहीं है। छुट्टियों में मैं जरूर एक दिन ट्रैवलिंग, पार्टी को देता हूं, इससे मैं तरोताजा और एनर्जेटिक महसूस करता हूं। सुबह-शाम जब टाइम मिलता है वर्कआउट कर लेता हूं।

मेंटली हेल्दी रहने के लिए: मेंटली हेल्दी और पीसफुल रहने के लिए मैं हर सुबह मेडिटेशन और प्रार्थना करता हूं। भगवान और अपने परिवार के करीब रहना, मुझे जमीन से जुड़ा रखता है। ईश्वर हमेशा सुनने के लिए मौजूद रहते हैं, भले ही मैं अपनी भावनाओं को शब्दों में पूरी तरह व्यक्त न कर पाऊं।

फिटनेस आइडल: मेरे फिटनेस आइडल एक्टर विद्युत जामवाल हैं। मैं उनके फिटनेस के प्रति विचारों की बहुत सराहना करता हूं, चाहे बर्फीले एरिया में ध्यान लगाना हो या फिल्मों में उनके शानदार स्टंट्स, वे हमेशा खुद को पिछले स्तर से ज्यादा बेहतर करने की चुनौती देते रहते हैं।

रीडर्स को सजेशन: मैं अपने फैंस और इस अखबार के रीडर्स को यही कहना चाहूंगा कि सिर्फ कैलोरी इनटेक और बर्न करने पर ही नहीं बल्कि माइक्रोन्यूट्रिएंट्स इनटेक पर भी ध्यान दें। इससे आप फिटनेस को आसानी से मेंटेन कर सकते हैं। साथ ही, खाना हमेशा छोटी प्लेट में लेकर खाना चाहिए। इससे अपनी प्लेट का खाना जब आप खा लेते हैं तो दिमाग को यह महसूस होता है कि पेट भर गया है। इससे आप ओवर ईटिंग से बचते हैं। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से।
हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

खबर संक्षेप

गौरव तिगड़ाना अंडर 14 वर्ग में रहा प्रथम

भिवानी। भिवानी में आयोजित जिला स्तरीय तीरंदाजी प्रतियोगिता में वीर शहीद प्रताप सिंह राजकीय मिडल स्कूल तिगड़ाना के गौरव दहिया पुत्र श्री विनोद दहिया ने शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए अंडर 14 रिकर्व राउंड में ज़िले में प्रथम स्थान प्राप्त किया व 8, 9और 10 सितम्बर 2025 को फरीदाबाद में होने वाली राज्य स्तरीय तीरंदाजी (स्कूल) प्रतियोगिता के लिए भिवानी जिले की टीम में जगह बनाई।

ग्लोबल स्कूल में क्षमा याचना दिवस मनाया

चरखी दादरी। बस स्टैंड स्थित नन्हे कदम ग्लोबल स्कूल में पर्युषण पर्व व क्षमा याचना दिवस मनाया। सर्वप्रथम दीपक प्रज्जवलित करके कार्यक्रम का आरम्भ किया। कक्षा नर्सरी व यूकेजी के विद्यार्थियो ने डांडिया की मनमोहक प्रस्तुति दी। नन्हे मुन्नों के नृत्य ने सबका मनमोह लिया। पहली के बच्चों ने भजन पर नृत्य प्रस्तुत किया। वहीं कक्षा दूसरी व तीसरी के छात्रों ने नवकार मंत्र पर नृत्य प्रस्तुत किया व छात्राओं ने भजन पर नृत्य किया। सभी विद्यार्थियों को क्षमा याचना के बारे में बताया। उनसे क्षमा याचना भी करवाई गई। मुख्यध्यापिका ने सभी से क्षमायाचना तथा सभी को पर्युषण पर्व की हार्दिक बधाई दी।

बीके विद्यालय में थाना प्रभारी ने किया पौधारोपण

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के बी.के.वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में स्वयं सेवा संगठन एवं स्काउट एंड गाइड के वालिंटियर्स के साथ थाना प्रभारी औम प्रकाश ने पहुंचकर पौधारोपण किया। संगठन प्रभारी अमित कुमार ने बताया कि विद्यालय की स्वयं सेवा संगठन की टीम समय समय पर सामाजिक कार्य में बढ़-चढ़कर भाग लेती है और थाना प्रभारी भी इस पौधारोपण का विशेष रूप से हिस्सा बने। थाना प्रभारी औम प्रकाश ने बताया कि संस्था की अनूठी पहल है। पौधारोपण से जहां पर्यावरण सुरक्षित रहता है वहीं हमारी आने वाली पीढ़ी के लिए भी ये फायदेमंद साबित होगा।

दादी सती माता मंदिर में की पूजा अर्चना

भिवानी। बावड़ी गेट स्थित दादी सती माता मंदिर में मेले का आयोजन किया,जिसमें श्रद्धालुओं ने पूजा अर्चना की और प्रसाद वितरित किया। मंदिर कमेटी के प्रधान जोगेंद्र चौहान ने बताया कि हर वर्ष दादी सती माता मंदिर में मेले का आयोजन किया जाता है, जिसमें दूर-दूर से श्रद्धालु पूजा पाठ के लिए आते हैं और मन्नतें मांगते हैं। आज श्रद्धालुओं को प्रसाद का वितरण किया। इस अवसर पर शमशेर रेगा, जीतू मास्टर, आजाद सरोहा, सत्संग मंडली से भगत उमेद सरोहा, कलीराम, संजय, कृष्ण, विजय चोपड़ा, ठेकेदार ओमप्रकाश सभ्रवाल आदि थे।

चोरी करने के मामले में आरोपी किया गिरफ्तार

भिवानी। थाना बवानी खेड़ा पुलिस ने गांव पुर में रात के समय घर में घुसकर चोरी करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। भागीरथ निवासी पुर ने थाना बवानी खेड़ा पुलिस को एक शिकायत दर्ज करवाई थी, जिसमें शिकायतकर्ता ने पुलिस को बताया कि दिनांक 22 अगस्त की रात को चोर उनके घर में घुसकर घर से आभूषण व रुपए चोरी करके ले गए थे। जो इस शिकायत पर पुलिस ने संबंधित धाराओं के तहत अभियोग थाना बवानी खेड़ा में दर्ज किया था। उप निरीक्षक राजेश कुमार ने घर में घुसकर चोरी करने के मामले में एक आरोपी को न्यायालय से प्रोडक्शन वारंट हासिल करके गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान नीरज पुत्र हवा सिंह निवासी फरमाना के रूप में हुई।

लोगों को स्वच्छ भारत अभियान के लिए किया प्रेरित

पॉलिथीन मिलने पर 7 दुकानदारों के काटे चालान, वसूला जुर्माना

पॉलिथीन के प्रयोग पर पूर्णतया रोकथाम सुनिश्चित करने के लिए लोगों की भागीदारी सुनिश्चित करें

हरिभूमि न्यूज ▶▶ लोहारू

लोहारू। विभिन्न स्थानों से होर्डिंग और बैनर हटाते हुए नगरपालिका कर्मचारी।

प्रदेश सरकार के निर्देशानुसार स्वच्छ भारत अभियान की कड़ी में पॉलिथीन के प्रयोग पर पूर्णतया रोकथाम सुनिश्चित करने और शहर में चलाए जा रहे स्वच्छता अभियान में लोगों की भागीदारी सुनिश्चित कराने को लेकर नगर पालिका प्रशासन द्वारा विशेष अभियान चलाया जा रहा है। उसी अभियान की कड़ी में सचिव तेजपाल सिंह और बीआई राकेश कुमार के नेतृत्व में शहर में पॉलिथीन का प्रयोग करने वाले 7 दुकानदारों के चालान काटे तथा करीब 3500 रुपये का जुर्माना वसूला है। उन्होंने शहर के लोगों ने अपने घरों में सूखे व गीले कचरे का अलग अलग तरीके से निस्तारण करने की भी अपील की है। इस बारे में जानकारी देते हुए नगर पालिका सचिव तेजपाल सिंह और बीआई राकेश कुमार ने बताया कि पर्यावरण संरक्षण को ध्यान में रखते हुए सरकार ने पॉलिथीन के प्रयोग पर पूर्णतया प्रतिबंध लगा रखा है तथा पॉलिथीन का प्रयोग करने वालों के खिलाफ नगरपालिका ने अभियान चलाया है। उन्होंने बताया कि बुधवार को रामलीला मैदान के पास, पुराना शहर मार्केट और मुख्य बाजार में पांच दुकानदारों के पॉलीथिन को लेकर चालान काटे हैं। बीते दिवस दो दुकानदारों के चालान काटे गए थे। उन्होंने बताया कि प्रशासन ने अब तक करीब 3500 रुपये का जुर्माना वसूल किया है। नपा सचिव तेजपाल सिंह ने बताया कि स्वच्छता अभियान की कड़ी में लोहारू में अभियान चलाकर अनावश्यक लगे हुए होर्डिंग और बैनर भी हटाए गए हैं। उन्होंने शहर के लोगों से शहर को स्वच्छ और साफ बनाए रखने में सहयोग करने का आह्वान करते हुए कहा कि नगरपालिका द्वारा शहर डोर टू डोर अभियान चलाकर कचरा उठाया जाता है तथा लोगों को चाहिए कि वे अपने घरों में सूखा व गीला कचरा का निस्तारण अलग अलग करें। उन्होंने शहर के दुकानदारों से अपील की कि वे पॉलिथीन का प्रयोग ना करें अन्यथा उनके खिलाफ कार्रवाई की जाएगी।

दुकानदार पर लगेगा हजारों का जुर्माना

बिल्डिंग इंस्पेक्टर राकेश कुमार ने बताया कि 100 ग्राम तक पॉलिथीन मिलने पर 500 रुपये का जुर्माना लगे और पॉलिथीन जब्त कर ली जाएंगे। उन्होंने बताया कि 100 से 500 ग्राम तक 1500 रुपये, 500 ग्राम से एक किलोग्राम तक तीन हजार रुपये, एक किलोग्राम से 5 किलोग्राम तक 10 हजार रुपये, 5 किलोग्राम से 10 किलोग्राम तक पॉलिथीन मिलने पर 20 हजार रुपये का जुर्माना वसूला जाएगा। इसके अलावा 10 किलोग्राम से अधिक पॉलीथिन मिलने 25 हजार रुपये का जुर्माना वसूला जाएगा और पॉलिथीन जब्त कर ली जाएंगी।

स्वच्छता के लिए जारी किया व्हाटसअप नंबर

नगरपालिका चेयरमैन प्रदीप तायल और सचिव तेजपाल सिंह ने बताया कि शहर को स्वच्छ बनाने और सफाई व्यवस्था को और अधिक बेहतर बनाने के लिए नगर पालिका ने व्हाटसअप नंबर जारी किया है। व्हाटसअप नंबर 9050704278 और 9467004380 शहर का कोई नागरिक जीओ लोकेशन के साथ गंदगी का फोटो खींचकर भेज सकता है। जिसकी नगरपालिका प्रशासन द्वारा तुरंत सफाई करवाई जाएगी। उन्होंने बताया कि गलियों में डोर टू डोर अभियान भी चलाया जा रहा है। जिसके तहत गली और कॉलोनी में कचरा उठाने के लिए ऑटो टीपर जा रही हैं।

सीबीएलयू व प्रयास स्कूल के बीच होगा एमओयू साइन

भिवानी। दिव्यांग बच्चों को सम्मानित करते अतिथि।

- प्रयास स्पेशल स्कूल के दिव्यांग बच्चों ने सीबीएलयू में कार्यक्रम में दर्शकों का मन मोहा
- एमओयू के बाद विवि के एमए साइकोलॉजी व पीजी डिप्लोमा के छात्र ले सकेंगे प्रशिक्षण: डॉ. संस्कृति

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय में पूर्व मुख्यमंत्री चौधरी बंसीलाल की जयंती पर आयोजित समारोह का मुख्य आकर्षण प्रयास स्पेशल स्कूल के दिव्यांग बच्चों की मनमोहक प्रस्तुतियां रहीं। इन विशेष बच्चों ने अपनी कला और प्रतिभा से न सिर्फ सबका दिल जीता, बल्कि साबित कर दिया कि समर्पण व अवसर मिले तो कोई भी बाधा बड़ी नहीं होती। सीबीएलयू की कुलपति प्रोफेसर दीप्ति धर्माणी ने प्रयास स्पेशल स्कूल के प्रयासों की सराहना करते हुए इसे आशा और प्रेरणा का केंद्र बताया। बच्चों की प्रस्तुतियों से अभिभूत होकर उन्होंने स्कूल के उत्कृष्ट योगदान के लिए सम्मानित किया। वीसी धर्माणी ने कहा कि दिव्यांग बच्चों में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है, बस उन्हें भी सामान्य बच्चों की तरह मंच की जरूरत है, जिसके बाद वे अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन कर सकते हैं। प्रयास स्पेशल स्कूल की प्राचार्या डॉ. संस्कृति जैन ने बताया कि वीसी धर्माणी ने घोषणा की कि जल्द ही सीबीएलयू और प्रयास स्पेशल स्कूल के बीच एमओयू पर हस्ताक्षर किए जाएंगे। इसके बाद विश्वविद्यालय के एमए साइकोलॉजी और पीजी डिप्लोमा के छात्र प्रयास विद्यालय में प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे। इस पहल का उद्देश्य विशेष बच्चों के लिए बेहतर शिक्षण एवं सहायता कार्यक्रम विकसित करना है, जिससे उनके जीवन में सकारात्मक बदलाव लाया जा सके।

खो-खो में आदर्श इंस्टिट्युट कैरू की हैट्रिक

- 2 लाख रुपए नगद पुरस्कार तथा निशुल्क हवाई यात्रा पाने से मात्र एक कदम दूर आदर्श इंस्टिट्यूट कैरू के खिलाड़ी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ तोशाम

तोशाम। खो-खो प्रतियोगिता में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाली टीम के साथ शिक्षक।

जिला स्तर पर सम्पन्न हुए अंडर-17 खो-खो टूर्नामेंट में आदर्श इंस्टिट्यूट कैरू ने हैट्रिक के साथ नया कीर्तिमान स्थापित किया है जिससे यह टीम राज्य स्तरीय प्रतिस्पर्धा में पहुंच गई हैं। दिलचस्प बात यह है कि राज्य स्तरीय प्रतियोगिता जीतने पर आदर्श इंस्टीट्यूट कैरू द्वारा संस्था के विजेता खिलाड़ियों को 2 लाख रुपए नगद पुरस्कार तथा निशुल्क हवाई यात्रा करवाने का पहले ही ऐलान हो चुका है जिससे यह मुकाम हासिल करने के लिए संस्था के यह खिलाड़ी मात्र एक कदम दूर रह गए हैं। उल्लेखनीय है कि जिला स्तर पर मगंलवार को खेले गए अंडर-17 लड़कियों के फाइनल मुकाबले में आदर्श इंस्टिट्यूट की टीम ने तोशाम की टीम को हराकर राज्य स्तरीय प्रतिस्पर्धा के लिए क्वालीफाई किया। जबकि अंडर-11 के मुकाबलो में लड़कों व लड़कियों ने अपने सभी मुकाबले जीतते हुए पहले ही राज्यस्तरीय खेलकूद प्रतिस्पर्धा के लिए क्वालीफाई किया जा चुका है। आदर्श इंस्टिट्युट के चेयरमैन आरके बंगालिया ने विजेता टीम व खेल प्रशिक्षक अजीत सिंह का विद्यालय पहुँचने पर फूल मालाओं के साथ जोरदार स्वागत किया तथा गणेश चतुर्थी की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए विद्यार्थियों, अभिभावकों व शिक्षकगण को इस पावन पर्व की शुभकामनाएँ दी।

यह रहा परिणाम

खेल परिणामों पर प्रकाश डालते हुए प्रशिक्षक अजीत सिंह ने बताया कि लड़कियों की अंडर-17 खो-खो टीम ने सेमीफाइनल मुकाबले में भिवानी व फाइनल मुकाबले में खंड तोशाम को एकतरफा हराकर एक नया कीर्तिमान रचा। खिलाड़ियों का मनोबल बढ़ाने के लिए संस्था के चेयरमैन आरके बंगालिया के द्वारा राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में जीत पर दो लाख रूपये व निशुल्क हवाई यात्रा करवाने की घोषणा पहले ही की जा चुकी है। खिलाड़ियों की अविराम मेहनत को लेकर प्राचार्य एसएन पालीवाल ने बताया की एक ही इंस्टिट्युट से लड़के व लड़कियों का राज्य स्तरीय खेलकूद टूर्नामेंट में हैट्रिक के साथ क्वालीफाई करना अपने आप में किसी महान उपलब्धि से कम नहीं है।

जन स्वास्थ्य, सिंचाई व भवन निर्माण के हजारो कर्मचारी करेगें घेराव

- 3 सितम्बर को प्रमुख अभियंता पंचकुला के समक्ष होगा जोरदार प्रदर्शन व घेराव

हरिभूमि न्यूज ▶▶ तोशाम

हरियाणा गवर्नमेन्ट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्करज यूनियन रजि. नं. 41, मुख्यालय चरखी दादरी सम्बंधित हरियाणा सयुंक्त कर्मचारी संघ तोशाम कार्यकारिणीं की मीटिंग जल घर तोशाम पर प्रधान कर्ण सिंह लाम्बा की अध्यक्षता मे आयोजित की गई। यह जानकारी देते हुए प्रधान कर्ण सिंह लाम्बा, ब्रांच सेक्रेटरी संदीप गौड़ व खंजाची धर्मबीर जांगडा ने सयुंक्त रुप से बताया कि मुख्यमंत्री के ओएसडी विवेक कालिया, आरके संधु, हीना बिंदलेश से संगठन के पदाधिकारियों की 24 सूत्रीय मांग-पत्र पर वार्तालाप हुई। इन्होनें संगठन के मांग-पत्र को विभागीय अधिकारियों, एसीएस व प्रमुख अभियंताओं को भेजकर समाधान करने के लिए कहा। जिसमें भवन निर्माण एवं मार्ग शाखा प्रमुख अभियंता ने लगभग मांगों को पूरा कर दिया है। सिंचाई विभाग व जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के प्रमुख अभियंताओं ने कर्मचारियों की 24 सूत्रीय मांगों का समाधान अभी तक नहीं किया है तथा न ही कर्मचारियों को जॉब सुरक्षा दी है। जिससे संगठन में बहुत भारी रोष है। इस धरने-प्रदर्शन में पूरे प्रांत के तीनों विभागों (भवन निर्माण एवं मार्ग शाखा, सिंचाई विभाग व जन स्वास्थ्य विभाग) के कर्मचारी भाग लेंगे। सिंचाई विभाग व जन स्वास्थ्य विभाग में जॉब सुरक्षा नहीं देने पर कर्मचारियों को पंचकुला में प्रमुख अभियंताओं के कार्यालय के समक्ष होने वाले धरने-प्रदर्शन में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया।

तीन को होगा प्रदर्शन

संगठन के पदाधिकारियों ने निर्णय लिया है कि पंचकुला में सिंचाई विभाग व जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के प्रमुख अभियंताओं के समक्ष आगामी 3 सितम्बर को सुबह 10 बजे धरना, प्रदर्शन व जोरदार घेराव किया जायेगा।

भिवानी। लार्ड स्वराज पाल का श्रद्धाजलि देते शिक्षक व विद्यार्थी।

विश्व कीर्ति स्तंभ लॉर्ड स्वराज पॉल को दी श्रद्धांजलि

भिवानी। बुधवार को गांव चांग में भारतीय मूल के जाने-माने एनआरआई उद्योगपति और कैपेरो ग्रुप के संस्थापक ग्लोबल चेयरमैन लॉर्ड स्वराज पॉल को स्वर्गीय पॉल द्वारा निर्मित एपीजे राजकीय कन्या वमा विद्यालय में ग्रामीणों ने उनके चित्र पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि अर्पित की। इस मौके पर होशियार सिंह सभ्रवाल ने स्वर्गीय लॉर्ड स्वराज पॉल द्वारा जनहित में किए कार्यों पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि लॉर्ड स्वराज पॉल के निधन से वैश्विक उद्योग जगत, भारतीय प्रवासी समुदाय और भारत-ब्रिटेन संबंधों को गहरा आघात लगा है। उन्होंने कहा कि लॉर्ड पॉल सिर्फ सफल उद्योगपति ही नहीं, बल्कि समर्पित परोपकारी भी थे। उन्होंने अपनी बेटी की याद में अंबिका पॉल फाउंडेशन की स्थापना की, जिसने शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनकी दानशीलता और सामाजिक कार्यों के लिए उन्हें राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कई पुरस्कारों से सम्मानित किया गया, जिसमें 1983 में भारत सरकार द्वारा दिया पद्म भूषण भी शामिल है। उन्होंने कहा कि ब्रिटेन की संसद के उच्च सदन हाउस ऑफ लॉर्ड्स के सदस्य के रूप में लॉर्ड पॉल ने भारतीय समुदाय और ब्रिटेन दोनों के लिए महत्वपूर्ण योगदान दिया। वह 2008 में हाउस ऑफ लॉर्ड्स के डिप्टी स्पीकर का पद संभालने वाले पहले भारतीय मूल के व्यक्ति थे। इस अवसर पर मेद सिंह ग्रेवाल, उपमंडल अभियंता गोविंद राम दहिया आदि मौजूद रहे।

जिला स्तर पर साइकलिंग, तैराकी में छाए छात्र

- !विद्यार्थियों ने शिक्षा के साथ साथ खेलों में भी अपनी अह्म भागीदारी निभाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा के अंतर्गत आने वाले गांव बोहल के राजकीय उच्च विद्यालय के विद्यार्थियों ने शिक्षा के साथ साथ खेलों में भी अपनी अह्म भागीदारी अदा की जा रही है। जिसके लिए विद्यालय मुखिया संदीप शर्मा, स्टाफ में मदनपाल, राजेश, संदीप नेहरा, अंजू, मीना, सुरेश, कुलदीप, महेन्द्र, सत्यवान, नीलम द्वारा भी विद्यार्थियों का मनोबल बढ़ाने का कार्य किया जाता है। विद्यार्थियों के उच्च प्रदर्शन पर विद्यालय में उनको सम्मानित किया गया।

बवानीखेड़ा। प्रतिभागियों को सम्मानित करते हुए।

बढ़ाया हौसला

कार्यकारी खंड शिक्षा अधिकारी आनंद शर्मा ने बताया कि बोहल के राजकीय उच्च विद्यालय के विद्यार्थियों ने खंड, जिला स्तर पर अपने काबिलियत का परचम लहराया है। जिसमें सारा श्रेय विद्यालय मुखिया संदीप शर्मा व समूचे स्टाफ का है। इसलिए सभी स्टाफ को इनके नक्शेकदम पर चलना चाहिए।

खंड स्तर पर सात राज्यपाल पुरस्कार किए हासिल

बोहल के राजकीय उच्च विद्यालय के विद्यार्थियों ने खंड स्तर पर भारत स्काउट एं गाइड के 7 राज्यपाल पुरस्कार हासिल किए इसके अलावा एनएमएमएस छात्रवृति में कुसुम व योगा में भी प्रथम स्तर हासिल किया और विद्यालय का नाम रोशन करने का कार्य किया। वहीं विज्ञान प्रदर्शनी में भी राज्य स्तर पर प्रतियोगिता में बीते वर्ष 8 पॉजिशन आई और शत-प्रतिशत बोर्ड परीणाम रहा। वहीं खंड स्तर पर अंडर 17 में शतरंज में 10वीं का किस्मत, अंडर 17 में खो-खो में छात्राएं, शतरंज में आर्यन, तैराकी में ज्योति, बैडमिंटन में मनिंदर ने खंड स्तर पर प्रथम स्थान हासिल किया।

जिले में मारी बाजी, अब राज्य स्तर पर लेंगें हिस्सा

बोहल के राजकीय उच्च विद्यालय के के मुखिया संदीप शर्मा ने बताया कि जिला स्तर पर आयोजित प्रतियोगिताओं में अंडर 14 में साइकलिंग में 8वींकक्षा की निशा प्रथम, अंडर 17 में दसवीं की निशा द्वितीय, अंडर 14 में तैराकी में 9वीं कक्षा का कार्तिक प्रथम, साइकलिंग में अंडर 14 में 9वीं कक्षा का मंदीप प्रथम, अंडर 14 बैडमिंटन में 9वीं कक्षा की कुसुम प्रथम स्थान पर रहीं। ये सभी खिलाड़ी जिला स्तर पर बाजी मारने का काम करेंगें। हालांकि खंड स्तर पर आयोजित प्रतियोगिता में 15 प्रथम पॉजिशन हासिल की जा चुकी है।

नुकसान की गिरदावरी करवाए सरकार: गोठड़ा

भिवानी। जिले में भारी बारिश से किसान को काफी नुकसान हुआ है।4 दिन से जिले के लोहारू, ढिगावा, बहल तोशाम, सिवानी, बवानी खेड़ा, मुंढाल क्षेत्रों में भारी बारिश से फसल पूरी तौर पर तबाह हो गई है। बावनी खेड़ा क्षेत्र के धनाना, पुर, जाटू लोहारी, सिवाड़ा, तालु, बडेसरा, मुंढाल, घूसकानी आदि दर्जनों गावों का पूरा इलाका तो महीने से ज्यादा समय से डूबा हुआ है। ओर सरकार का पानी निकासी का सिस्टम पूरी तौर पर फेल है इन गांवो में यह फसल तो खराब हो ही चुकी है अगली फसल बोने की भी आसार नहीं है। जिले के बाकी पूरे क्षेत्र में भी चार दिनों से हो भारी बारिश से कपास, बाजरा, मूंग,ग्वार, चूले आदि की खड़ी फसल गल चुकी है। सरकार को चाहिए कि तुरंत स्पेशल गिरदावर के आदेश देकर पूरी तरह बर्बाद हुई फसलों का तीस हजार प्रति एकड़ मुआवजा दे।

श्रीमद्भागवत भगवान की पूरी श्रद्धा से भक्ति करो और भक्ति का फल भगवान होना चाहिए

प्रभु की भक्ति कर कुछ न मांगें, भगवान को अपना ऋणी बनाओ: आचार्य मिश्र

सिंघानिया धर्मशाला में सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

भिवानी। श्रीमद्भगवत कथा में प्रवचन देते कथाव्यास आचार्य रमेश मिश्र।

श्रीमद्भागवत कथा का मुख्य विषय निष्काम भक्ति है, भोग के लिए की गई भक्ति से भगवान प्रसन्न नही होते, बल्कि भगवान की सेवा में तत्पर रहने वालो से ही भगवान प्रसन्न होते है, ये विचार सिंघानिया धर्मशाला में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के द्वितीय दिवस की कथा के अवसर पर कथाव्यास आचार्य रमेश मिश्र ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि हमें भगवान के लिए भक्ति करनी चाहिए, भक्ति का फल भगवान होना चाहिए, सांसारिक भोग भी। मांगने से प्रेम की धारा टूट जाती है और प्रेम का प्रमाण घटने लगता है।उन्होंने कहा कि प्रभु से कुछ नहीं मांगना चाहिए। भगवान को अपना ऋणी बनाओ, हम भगवान से कुछ मांगते है तो भगवान वह हमें दे भी देते है तो भी भगवान का हमारे प्रति प्रेम तो कम हो ही जाता है। इस अवसर पर डॉ. विनय मिश्रा, सावरमल कानोड़िया ,जगदीशचंद्र मुदगिल,रामदिया शर्मा मुदगिल, शिवकुमार आदि रहे।

कथाओं का महत्वपूर्ण वर्णन किया

आचार्य मिश्र ने कहा कि भागवत के चार अक्षर इसका तात्पर्य यह है कि भा से भक्ति, ग से ज्ञान, व से वैराग्य और त त्याग जो हमारे जीवन में प्रदान करें, उसे हम भागवत कहते है। इसके साथ साथ भागवत के छह प्रश्न, निष्काम भक्ति, 24 अवतार श्रीनारद जी का पूर्व जन्म, परीक्षित जन्म, कुन्ती देवी के सुख में भी विपत्ति की याचना करती है, क्योंकि दुःख में ही गोविन्द का दर्शन होता है। जीवन की अन्तिम बेला में दादा भीष्म गोपाल का दर्शन करते हुए अद्भुत देह त्याग का वर्णन किया। साथ ही परीक्षित को श्राप कैसे लगा तथा भगवान श्रीशुकदेव उन्हें मुक्ति प्रदान करने के लिये कैसे प्रगट हुए आदि कथाओं का भावपूर्ण वर्णन किया।

कौशल को विकसित करने के लिए किया प्रेरित

भिवानी। बीपीएस में वर्कशॉप में विद्यार्थियों को संबोधित करते वक्ता।

भिवानी। भिवानी पब्लिक स्कूल में विद्यार्थियों के ओवरऑल डेवलपमेंट को ध्यान में रखते हुए वर्कशॉप का आयोजन किया। वर्कशॉप में कक्षा छठी से दसवीं तक के विद्यार्थियों ने भाग लिया, जिसमें उनके ओवरऑल डेवलपमेंट,अनुशासन व ब्रेनस्टॉर्मिंग आदि के बारे में चर्चा की। संजय वशिष्ठ द्वारा आयोजित वर्कशॉप में विद्यार्थियों को पढ़ाई के साथ-साथ अन्य महत्वपूर्ण कौशलों के बारे में सिखाया। वशिष्ठ ने बताया कि उनके जीवन की सफलता में भिवानी पब्लिक स्कूल का योगदान रहा है, वह स्वयं स्कूल के विद्यार्थी रह चुके हैं। आज वह आईआईटी, सीबीएसई व एम्स के क्षेत्र में अन्य कई संस्थाओं का हिस्सा बनकर भिवानी पब्लिक स्कूल का नाम रोशन कर रहे हैं। वर्कशॉप का उद्देश्य विद्यार्थियों को न केवल शैक्षिक रूप से मजबूत करना था, बल्कि उनके व्यक्तिगत और सामाजिक विकास पर भी ध्यान केंद्रित करना था। विद्यार्थियों को अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने और कौशल विकसित करने के लिए प्रेरित किया। निर्देशिका आशा पाहुजा ने कहा कि वर्कशॉप का आयोजन उनके चारित्रिक गुणों को उभारने के लिए किया गया, जिससे प्रेरणा पाकर अपने जीवन में सफल होने का प्रयास करें।

बाबा जहर गिरी आश्रम में गणेश चतुर्थी महोत्सव का शुभारंभ

भगवान गणपति हमारे आराध्य एवं सभी देवों में सर्वप्रथम पूजनीयः महंत डॉ. अशोक

धार्मिक उत्सव आगामी पांच सितंबर तक श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

भिवानी। भगवान गणेश का पूजन करते श्रीमहंत डॉ. अशोक गिरी।

सिद्धपीठ बाबा जहरगिरी आश्रम में शिवशक्ति जनकल्याण सेवा ट्रस्ट द्वारा आयोजित श्रीगणेश चतुर्थी महोत्सव का भव्य शुभारंभ बुधवार को विधिवत गणपति अनुष्ठान से हुआ। इस अवसर पर श्रीमहंत डॉ. अशोकगिरि महाराज ने विधिपूर्वक अनुष्ठान का शुभारंभ कर भगवान गणपति का आह्वान किया। यह धार्मिक उत्सव आगामी पांच सितंबर तक श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया जाएगा। श्रीमहंत डॉ. अशोकगिरि महाराज ने कहा कि गणेश चतुर्थी केवल धार्मिक पर्व नहीं, बल्कि भारतीय संस्कृति और परंपरा का जीवंत प्रतीक है। उन्होंने बताया कि देशभर में विशेषकर महाराष्ट्र और मुंबई जैसे स्थानों पर ये पर्व अत्यंत भव्यता और श्रद्धा के साथ मनाया जाता है। उन्होंने कहा कि भगवान गणपति हमारे आराध्य और सर्वप्रथम पूजनीय देव हैं, उनकी पूजा से जीवन के समस्त विघ्न समाप्त होते हैं और कार्य सिद्ध होते हैं। प्रत्येक शुभ कार्य की शुरुआत गणेश पूजन से ही की जाती है। अनुष्ठान के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण, स्वच्छता और सामाजिक एकता को बढ़ावा देने वाले कार्यक्रम भी किए जा रहे हैं। इस मौके पर प्रमुख रूप से महामंडलेश्वर संगम गिरि महाराज, बाबा कैलाश गिरि, कामाख्या गिरि, शिव गिरि, बाबा दशरथ गिरि, सुनील गोयल, रमन गर्ग, राहुल बंसल, अमित तायल, अरविंद गर्ग, राजेंद्र सिंघल, अशोक गुप्ता व अमन बुधिया आदि मौजूद रहे। कार्यक्रम का समापन भजन-कीर्तन और प्रसाद वितरण के साथ हुआ। श्रद्धालुजनों ने बड़ी संख्या में भाग लिया और भगवान गणपति से सुख-शांति व समृद्धि की प्रार्थना की।

भिवानी। स्कूल में प्रस्तुति देते विद्यार्थी।

बाल गोपालों में गणपति महोत्सव की धूम

भिवानी। गणेश चतुर्थी पर्व पर लिटिल हार्ट्स ग्रुप के सभी स्कूलों में अनोखी छटा देखने को मिली। विद्यालय के महासचिव संजय गोयल, एमडी पवन गोयल व भावना गोयल ने बताया कि छोटे-छोटे बच्चों ने भगवान गणपति की प्रतिमा के समक्ष श्लोकोच्चारण किया व मनमोहक नृत्य प्रस्तुत किए और सभी ने 'गणपति बप्पा मोरया' के नारे लगाये। उन्होने बताया कि हम अपने किसी भी कार्य की शुरूवात भगवान गणपति की आराधना से करते है। विद्यालय में ऐसे आयोजन समय-समय पर करवाए जाते है, जिससे हमारी आने वाली पीढी देश की संस्कृति, संस्कार व त्यौहारों के प्रति जागरूक हो सके व सुदृढ समाज का निर्माण हो। उन्होंने बताया कि लिटिल हार्ट्स ग्रुप के सभी विद्यालयों में बच्चों ने बड़े उत्साह के साथ भगवान गणपति की शोभायात्रा निकाली व सभी विद्यालयों में 'गणपति बप्पा मौरेया' के नारे गुंज उठे व सारा वातावरण भक्तिमय हो गया। इस अवसर पर प्राचार्य दीपक जोशी, प्राचार्या वीना सेठ, प्राचार्या आरती शर्मा, उपप्राचार्य मनमोहन चावला, सुदेश तुलस्यान, कोर्डिनेटर मेनका चौधरी, ज्योति, रिटा शर्मा, मुस्कान, अन्जु, कविता गोयल सहित समस्त स्टाफ मौजूद रहा।

भिवानी। भगवान श्रीगणेश की प्रतिमा को स्थापित करने से पूर्व शोभायात्रा निकालते श्रद्धालु।

गणपति बप्पा मोरया के जयकारों से गूंजयामान हुई छोटी कांशी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

चूहड़ सिंह की बाजारी पुराना पटवारखाना में श्रीगणेश चतुर्थी महोत्सव मनाया गया। भगवान श्रीगणेश की पूजा-अर्चना कर उनकी प्रतिमा को हनुमान मंदिर में स्थापित किया। इस दौरान क्षेत्रवासी बैंड-बाजे के साथ नाचते-गाते हुए प्रतिमा की शोभायात्रा निकाली। इस दौरान छोटी कांशी का वातावरण गणपति बप्पा मोरया के जयकारों से भक्तिमय हो गया। श्रीगणेश चतुर्थी का त्यौहार भारत में सबसे उत्सुकता से प्रतिक्षित, लोकप्रिय एवं व्यापक रूप से मनाया जाता है। इस त्यौहार पर लोगों का जोश, उत्साह एवं उल्लास अद्वितीय नजर आता है।

वेदव्यास ने गणेश को सुनाई महाभारत कथा

इस मौके पर क्षेत्रवासी अनुप टेला ने बताया कि पौराणिक कथाओं के अनुसार महर्षि श्री वेदव्यास ने श्रीगणेश चतुर्थी से महाभारत कथा श्रीगणेश को लगातार 10 दिनों तक सुनाई थी। श्रीगणेश ने इसे सुनते हुए अक्षरशः लिखा तथा ऐसे ही महाभारत ग्रंथ तैयार हुआ। वेदव्यास ने जब 10 दिनों बाद आंखें खोली तो पाया कि 10 दिन लगातार लिखने के बाद गणेश के शरीर का तापमान बहुत बढ़ गया था। इसके बाद वेदव्यास तत्काल श्रीगणेश को पास के सरोवर में ले गए तथा उन्हें ठंडा करने के लिए जल में डुबो दिया। भाद्रपद मास के शुक्ल पक्ष की चतुर्थी के दिन गणेशजी की स्थापना कर चतुर्दशी को उन्हें शीतल किया जाता है। इससे पहले सात दिनों तक लगातार भगवान श्रीगणेश की पूजा-अर्चना की जाती है। इसी भावना के साथ उन्हें उनके भक्तजन घर में धूमधाम से लेकर आते हैं। उन्होंने कहा कि भक्तों का विश्वास होता है कि जब गणपति घर से विदाई लेते तो घर के सारे दुःख और संकट अपने साथ ले जाते है।

श्रीगणेश चतुर्थी पर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

भिवानी। कोंट रोड मिनी बाईपास स्थित दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में गणेश चतुर्थी पर नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था ने पौधरोपण किया। धार्मिक वातावरण के बीच आयोजित कार्यक्रम में समाजसेवा और पर्यावरण संरक्षण का अद्वितीय संगम देखने को मिला। इस अवसर पर मंदिर प्रबंधक उर्मिला सैनी ने बताया कि दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर केवल धार्मिक आयोजनों तक सीमित नहीं है, बल्कि सामाजिक व पर्यावरणीय जागरूकता का भी केंद्र है। उन्होंने कहा कि पौधरोपण ही ईश्वर की सच्ची आराधना है और इस दिशा में हर किसी को आगे आना चाहिए। संस्था के पर्यावरण रक्षक योगाचार्य जेई बिजेश जावला व पार्षद विनोद प्रजापति ने कहा कि गणपति बप्पा विघ्नहर्ता होने के साथ-साथ प्रकृति संरक्षण के प्रतीक भी हैं। धार्मिक अवसरों पर पौधरोपण करने से न केवल पर्यावरण सुरक्षित रहेगा, बल्कि आने वाली पीढ़ियों को स्वच्छ हवा भी मिलेगी। उन्होंने कहा कि धार्मिक ग्रंथ हमें संस्कार और नैतिक मूल्य सिखाते हैं, वैसे ही पौधरोपण जीवन को हरियाली, सकारात्मकता और दीर्घायु से जोड़ता है। संस्था के सदस्यों ने लोगों से अपील की कि अपने बच्चों के जन्मदिन, विवाह वर्षगांठ या अन्य अवसरों पर पौधें लगाकर परंपरा को आगे बढ़ाएं।

खबर संक्षेप

गणेश चतुर्थी का उत्सव बड़ी धूमधाम से मनाया

भिवानी। अंचल मल्टी स्पेशलिटी व मेटरनिटी सेंटर में गणेश चतुर्थी का उत्सव बड़ी धूमधाम से मनाया गया। अस्पताल में गणेश को विराजमान किया गया है, जिसका स्वागत ढोल - नगाड़ों के साथ पूरे स्टाफ और डॉक्टर की टीम ने किया। इस मौके पर डॉ विनोद अंचल व डॉ अनीता अंचल ने बताया कि गणेश जी को विघ्नहर्ता और सुख कर्ता माना जाता है।

कंपनी ने फोटोग्राफी की जानकारी दी

भिवानी। केनन कंपनी द्वारा फोटोग्राफी प्रधान रोहित लाडवाल ने निजी रेस्तरां में फोटोग्राफरों की वर्कशॉप आयोजित करवाई, जिसमें युवा फोटोग्राफरों को आधुनिक तकनीक फोटोग्राफी व डिजिटल वीडियोग्राफी के बारे में विस्तार से जानकारी दी। वर्कशॉप में दिल्ली से पहुंचे राजेश कामत व उनकी केनन टीम के सदस्य हसन व दुष्यंत ने विस्तार से कंपनी द्वारा बनाए प्रोडेक्ट व उनकी उपयोगिता के बारे में बताया।

लोहारू में श्रीश्याम महोत्सव 30 अगस्त को

लोहारू। श्रीश्याम सुंदर ज्योति मंडल के तत्वावधान में 30 अगस्त को शहर के रामलीला मैदान परिसर में पांचवा श्रीश्याम महोत्सव धूमधाम से मनाया जाएगा। जिसमें मशहूर गायिका उमा लहरी भजनों के माध्यम से भगवान श्रीश्याम का गुणगान करेंगे।

प्रत्येक कार्यकर्ता पार्टी की रीढ़ : इंजीनियर

- दादरी विधानसभा में मंडलों की बैठक हुई, बनाई योजना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

चरखीदादरी। कार्यकर्ताओं को संबोधित करते भाजपा जिलाध्यक्ष सुनील इंजीनियर।

दादरी विधानसभा के सभी मंडलों की कार्यकारिणी की बैठक हुई। बैठकों में वक्ता के रूप में भाजपा जिलाध्यक्ष सुनील इंजीनियर, प्रदेश उपाध्यक्ष सुनीता दांगी, जिला महामंत्री राष्ट्रदीप परमार, जिला महामंत्री रविंद्र सिलगर, कश्मीरी देवी मंडल प्रभारी इमलोटा, बलविंद्र जोगी मंडल प्रभारी दादरी, कुलदीप शास्त्री मंडल प्रभारी बौंद ने शिरकत की। जिलाध्यक्ष सुनील ने सभी कार्यकर्ताओं को पार्टी के कार्यक्रमों से अवगत करवाया, सबको पार्टी संगठन मे मजबूती से काम करने के निर्देश दिए और कार्यकर्ताओं से वादा किया कि कार्य के आधार पर कार्यकर्ताओं को पद दिए जाएंगे। उन्होंने कहा कि बूथ स्तर तक सक्रिय जनसंपर्क अभियान को नई धार देना, जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ हर घर तक पहुंचना है। भाजपा का प्रत्येक कार्यकर्ता ही पार्टी की रीढ़ की हड्डी होती है जो संगठन को निरंतर सशक्त बनाती है। बैठकों में मुख्य पार्टी के विषय-संगठन की संरचना, सेवा पखवाड़ा, पार्टी सरकार के 11 वर्षों की उपलब्धियां रही।

इमलोटा मंडल की अध्यक्षता विनोद फोगाट, दादरी नगर मंडल की अध्यक्षता रितु गोयल, चरखी मंडल की अध्यक्षता रामपाल तथा बौंद मंडल की अध्यक्षता सुरेश परमार ने की।

ये रहे मौजूद

बैठकों में मुख्य कार्यकर्ता नगर परिषद चेयरमैन बक्शीराम सैनी, जिला कोषाध्यक्ष किदारनाथ सरोहा, जिला उपाध्यक्ष जगदीश राय फोगाट, जिला सचिव रामफल फोगाट, जिला प्रमुख आईटी विभाग लीलाराम, अधिवक्ता वितीन सांगवान जिला प्रमुख मन की बात, पूर्व जिला महामंत्री विजय अग्रवाल व पूर्व नगर पार्षद कुलदीप गांधी आदि मौजूद रहे।

सेंट जेवियर्स स्कूल में गणेश चतुर्थी का आयोजन, बच्चों ने गीत प्रस्तुत किए

- गणपति स्थापना के बाद हवन सामग्री से पूजा अर्चना की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

भिवानी। कार्यक्रम में पूजा अचर्ना करते हुए।

सेंट जेवियर्स स्कूल में गणेश चतुर्थी का आयोजन बड़े ही हर्षोउल्लास और भक्ति के साथ मनाया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में स्कूल प्रबंधक मनीष सिंह, स्कूल निर्देशिका कीर्ति चौहान मौजूद रहे। प्रातः काल गणपति स्थापना के बाद पूरे विद्यालय में हवन सामग्री के माध्यम से पूजा अर्चना की। कार्यक्रम का शुभारंभ विशेष सभा द्वारा विद्यार्थियों ने गणपति वंदना से किया। जिसके बाद विद्यार्थियों ने रंगारंग पारंपरिक नृत्य, भक्ति गीत, कविताएं और भाषण प्रस्तुत किए। कला विभाग द्वारा विशेष प्रतिभा निर्माण प्रतियोगिता आयोजित की गई। जिसमें विद्यार्थियों ने मिट्टी की सुंदर और पर्यावरण अनुकूल गणेश भगवान की प्रतिमाएं बनाकर सभी को आकर्षित किया। विद्यालय परिसर को बच्चों ने मनमोहक से सजावट से सुशोभित किया। निर्देशिका कीर्ति चौहान ने अपने संबोधन में कहा कि गणपति बप्पा ज्ञान, विवेक और समृद्धि के प्रतीक हैं। हमें उनसे प्रेरणा लेकर अपने जीवन में सत्य, अनुशासन और पर्यावरण संरक्षण के आदर्शों को अपनाना चाहिए।

श्रीगणेश चतुर्थी के मौके पर विद्यार्थियों ने स्कूल में दिखाई प्रतिभा, बनाए पोस्टर

- बच्चे विघ्नहर्ता से मांगें बुद्धि का आशीर्वाद : मास्टर रविंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

चरखी दादरी। भगवान गणेश के चित्र बनाकर दिखाते विद्यार्थी।

गणेश चतुर्थी पर शहीद धर्मेश सांगवान राजकीय माध्यमिक विद्यालय खेड़ी बत्तर में मुख्यध्यापिका पूनम बूरा की अगुवाई में चित्रकलां के जरिए विद्यार्थियों ने अपनी भावनाएं प्रस्तुत की। गणपति बप्पा के विभिन्न रूपों को विद्याथियों ने अपनी कलम व रंगों की सहायता से कागजों पर उकेरा। मुख्यध्यापिका ने कहा कि हिंदू धर्म में गणेश चतुर्थी तिथि का विशेष महत्व होता है, ये तिथि भगवान गणेश जी की पूजा-अर्चना और कृपा पाने के लिए बहुत ही खास होती है। विज्ञान अध्यापक मास्टर रविंद्र सांगवान ने बताया कि हिंदू धर्म में भाद्रपद माह के शुक्ल पक्ष की चतुर्थी तिथि पर भगवान गणेशी मूर्ति की स्थापना करके उनकी 10 दिनों तक आराधना करने का खास महत्व होता है। संस्कृत अध्यापिका प्रवेश देवी ने कहा कि शास्त्रों के अनुसार इसी तिथि पर माता पार्वती और भगवान गणेश को गणों का अधिपति यानी गणपति बनाया था। चित्रकलां अध्यापिका राजेश देवी ने कहा कि भगवान गणेश की पूजा और साधना में उनकी विभिन्न प्रकार की प्रतिमाओं का अपना अलग ही महत्व है।

भगवान गणेश की शोभायात्रा निकाली

चरखी दादरी। श्रीगणेश जन्मोत्सव पर गांधी नगर स्थित श्रीगणेश महोत्सव मण्डल ने धार्मिक गतिविधियों का शुभारंभ किया। सर्वप्रथम महिलाओं ने गाजे बाजे के साथ कलश यात्रा निकाली, जो नगर के विभिन्न स्थानों से होकर गुजरी व श्रद्धालुओं ने स्वगात किया। तत्पश्चात विधिवत पूजन आरम्भ करते हुए बाबा की मूर्ति को पांडाल में विराजमान किया। कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि सरपंच बिरोहड रविन्द्र सहरावत के प्रतिनिधि उनके चाचा लालाराम, उनके पुत्र व बिरोहड़ के नागरिको ने बाबा की मूर्ति विराजमान करवाई। प्रधान बजरंगलाल सितोकपुरिया ने बताया रात्रि में बाबा का बर्थडे केक काटकर मनाया जाएगा और प्रसाद वितरण होगा। कार्यक्रम के मुख्यतिथि सुनील शर्मा मयंक बीकानेर मिष्ठान भण्डार वाले रहेंगे।

यदुवंशी शिक्षा निकेतन मंदौला में मनाया गणेश चतुर्थी उत्सव

- पोस्टर मेकिंग में भगवान गणेश की कलाकृतियां बनाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

चरखीदादरी। भगवान गणेश की पेंटिंग बनाकर दिखाते विद्यार्थी।

यदुवंशी शिक्षा निकेतन मंदौला में गणेश चतुर्थी का पर्व बड़े हर्षोल्लास और धार्मिक उत्साह के साथ मनाया। इस अवसर पर गणेश महाराज की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर पूजा-अर्चना की। कार्यक्रम में प्राचार्य नरेंद्र यादव, हेड अशोक, नवीन, भारती, सुनीता सहित समस्त अध्यापकगण और विद्यार्थियों ने भाग लिया और गणपति बप्पा के जयघोष से पूरा विद्यालय प्रांगण गूंज उठा। प्रार्थना सभा का आयोजन भी किया, जिसमें बच्चों को गणेश उत्सव का महत्व बताया। कक्षा दूसरी से पांचवीं तथा पांचवीं से आठवीं तक के विद्यार्थियों के लिए पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में भगवान गणेश से संबंधित सुंदर एवं आकर्षक कलाकृतियाँ प्रस्तुत की। प्रतियोगिता में दूसरी से पांचवीं वर्ग में अथर्व प्रथम, ओमीषा द्वितीय और सनाया तृतीय स्थान पर रही। प्रतियोगिता के आयोजन में कलात्मक गतिविधियों की अध्यापिका प्रिया का विशेष योगदान रहा। विद्यालय प्राचार्य नरेंद्र यादव ने कहा "गणेश चतुर्थी जैसे सांस्कृतिक पर्व विद्यार्थियों को भक्ति, उत्साह और एकता का संदेश देते हैं।

बच्चों ने पत्ते, दाल और रंगों से गणेश भगवान की आकर्षक मूर्तियां बनाई

- बच्चों का पेंटिंग बनाने का प्रयास अद्भुत : प्राचार्या

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

चरखीदादरी। भगवान गणेश की पेंटिंग बनाकर दिखाते विद्यार्थी।

नेहरू हाई स्कूल परिसर में गणेश चतुर्थी के शुभ अवसर पर विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्कूल निदेशक जिले सिंह यादव ने की। इस दौरान प्राइमरी विंग के छात्र-छात्राओं ने क्ले मॉडलिंग, पत्ते, दाल और रंगों के द्वारा गणेश भगवान की आकर्कष मूर्तियां बनाई। स्कूल निदेशक जिले सिंह ने अपने संबोधन में कहा कि गणेश महाराज सभी देवों में सबसे पहले पूजे जाने वाले देव हैं। उन्होंने कहा कि अगर किसी भी शुभ कार्य में इनकी पूजा न कि जाए तो आपका वह कार्य कभी भी शुभ कार्य में तब्दील नहीं हो पाएगा। पेंटिंग प्रतियोगिता में भाग लेने वाले सभी छात्र-छात्राओं की पेंटिंग का अवलोकन स्कूल प्राचार्या अल्का यादव व स्कूल स्टाफ सदस्यों द्वारा किया गया। प्राचार्या अल्का यादव ने बच्चों की पेंटिंग सराहना करते हुए कहा कि बच्चों द्वारा किए गए प्रयास अद्भुत हैं। बच्चों के प्रयास को देखकर लगता है कि बच्चों में धार्मिक भावना काफी कूट कूटकर भरी हुई, जिसका उदाहरण बच्चों द्वारा तरह तरह की तैयार की पेंटिंग हैं।

खेल स्वर्ण पदक विजेता विद्यार्थियों का विद्यालय पहुंचने पर किया भव्य स्वागत

राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल के छह मुक्केबाजों ने जीते स्वर्ण पदक

शारीरिक व मानसिक विकास के लिए शिक्षा के साथ-साथ खेलों को अपनाना जरूरीः प्राचार्या

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

भिवानी। पदक विजेता खिलाड़ियों का स्वागत करती प्राचार्या सविता घणघस व अन्य।

भीम स्टेडियम में 22 से 26 अगस्त तक संपन्न हुई जिला स्तरीय मुक्केबाजी प्रतियोगिता में राजकीय मॉडल संस्कृति वमा विद्यालय के विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया और छह स्वर्ण पदक जीते। पदक जीतकर खिलाड़ियो ने न केवल विद्यालय, बल्कि परिजनों एवं क्षेत्रवासियों का नाम भी रोशन किया है। पदक विजेता विद्यार्थियों का बुधवार को विद्यालय पहुंचने पर स्कूल स्टाफ सदस्यों ने जोरदार स्वागत किया। विद्यालय में प्राचार्या सविता घणघस के नेतृत्व में समस्त स्कूल स्टाफ ने पदक विजेता खिलाड़ियों को बधाई दी व उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय के शारीरिक शिक्षा प्रवक्ता पवन कुमार ने बताया कि जिला स्तरीय प्रतियोगिता में विद्यालय की मुस्कान ने अंडर-17 आयुवर्ग के 42 किलोग्राम भारवर्ग, निधि ने अंडर-19 आयुवर्ग के 52 किलोग्राम, शिवम ने 46 किलोग्राम, देव ने 51 किलोग्राम, प्रवीण ने 56 किलोग्राम व हन्नी ने 91 किलोग्राम भारवर्ग में स्वर्ण पदक हासिल किया। इन सभी विजेता खिलाड़ियों का चयन राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के लिए हुआ है।

शिक्षा के साथ-साथ खेलों को भी अपनाएं

प्राचार्या सविता घणघस ने कहा कि प्रत्येक युवा को चाहिए कि वह शिक्षा के साथ-साथ खेलों को भी अपनाए, ताकि उनका शारीरिक व मानसिक विकास समान रूप से हो सकें। उन्होंने कहा कि खेलों में भाग लेने से विद्यार्थियों में अनुशासन व टीम स्पिरिट की भावना आती है, जो उनके स्वर्णिम भविष्य के लिए बेहद जरूरी है। इस अवसर पर राकेश रोहिल्ला, प्रवीण गोयल, अजेंद्र शर्मा, रवि, अशोक शर्मा, प्रदीप ढिल्लो आदि ने मुक्केबाजों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के लिए शुभकामनाएं दी।