हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार 16 अप्रैल 2026

12 सीएम फ्लाइंग ने पकड़ी लकड़ियों से भरी 7 गाड़ी...

11 बकाया कमीशन को लेकर डिपो होल्डरों का फूटा गुस्सा...

खबर संक्षेप

जिला रोजगार कार्यालय में रोजगार मेला आज

भिवानी। डीसी साहिल गुप्ता के मार्गदर्शन में जिला रोजगार कार्यालय द्वारा अपने कार्यालय में 16 अप्रैल को रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। मेले में इंडो स्पेस औधोगिक लोजेस्टीक एवं एस आईएस स्कोरिटी कंपनी द्वारा भाग लिया जा रहा है। जिला रोजगार अधिकारी दिनेश ने बताया कि कम्पनी द्वारा लडके व लडकियों दोनों के लिए विभिन्न की प्रकार की नौकरियां है।प्रार्थी को अपने रोजगार विभाग का पंजीकरण कार्ड व सभी ओरिजिनल दस्तावेज सहित 10:00 बजे जिला रोजगार कार्यालय में उपस्थित होकर रोजगार मेले में भाग ले सकते हैं।

युवती को धमकी देने व पीछा करने पर केस दर्ज

बहल। कस्बा निवासी एक युवती ने एक युवक पर पीछा करने, अभद्र भाषा का प्रयोग करने और जान से मारने की धमकी देने जैस गंभीर आरोप लगाए हैं। पीड़िता ने शिकायत में बताया कि आरोपी मुकेश पिछले करीब दो वर्षों से उसका पीछा कर रहा है जिससे वह परेशान है। युवती ने आरोप लगाया कि उक्त युवक उसे बार बार गंदी गालियां देता है और अभद्र व्यवहार करता है।

महिला से मोबाइल छीनने का आरोपी गिरफ्तार

भिवानी। सीआईए स्टाफ प्रथम की टीम ने बाजार में महिला का मोबाइल फोन छीनने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। जैन चौक निवासी एक महिला ने थाना शहर भिवानी में शिकायत दर्ज करवाई थी कि 9 अप्रैल को वह गोशाला मार्केट से अपने घर जा रही थी तो एक मोटरसाइकिल सवार उसके हाथ से मोबाइल फोन छीनकर फरार हो गया। एएसआई प्रदीप कुमार के नेतृत्व में टीम ने आरोपी को गिरफ्तार किया। आरोपी की पहचान संदीप उर्फ मोनू रूप में हुई है।

19 को रेवाड़ी में होगा राधा स्वामी सत्संग

भिवानी। राधा स्वामी दिनोद के परम संत कंवर साहब महाराज 19 अप्रैल को रेवाड़ी के राधा स्वामी आश्रम में सत्संग का आयोजन किया जाएगा। संदीप खरकिया ने बताया कि कनीना की रेवाड़ी रोड आश्रम में कंवर महाराज संगत को सत्संग एवं आशीर्वाद देंगे।

जिले के 650 निजी स्कूलों पर लटका ताला

अवैध अकादमियों व प्ले स्कूल बंद करने की मांग, स्कूल संचालक सड़कों पर

भिवानी में अवैध रूप से चल रही 45 अकादमियां और 100 से ज्यादा प्ले स्कूल, निजी स्कूल संचालकों ने दिया धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शहर में कुकरमुते की तरह पनप रही एकेडमियां व अवैध प्ले स्कूलों को लेकर निजी स्कूल संचालकों की भौहे तन गई। जिले में अवैध रूप से चल रही 45 अकादमियां व 100 से ज्यादा प्ले स्कूलों को बंद करवाने की मांग को लेकर बुधवार को प्राइवेट स्कूल वैलफेयर एसोसिएशन ने लघु सचिवालय के बाहर धरना दिया। इस दौरान प्रदर्शनकारियों ने सरकार के खिलाफ नारेबाजी की। बाद में एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने चेतावनी दी कि अगर अवैध एकेडमी व प्ले स्कूलों को बंद नहीं करवाया गया तो वे अनिश्चितकालीन आंदोलन चलाने पर मजबूर होंगे।

सुबह दस बजे जिले के सभी साढ़े छह सौ निजी स्कूल संचालक अपने स्कूलों को ताला लगाकर लघु सचिवालय परिसर पहुंच गए। निजी स्कूल संचालक जुलूस की शक्ल में उपायुक्त कार्यालय पहुंचे। प्राइवेट स्कूल वेलफेयर एसोसिएशन के अध्यक्ष रामौतार शर्मा ने बताया कि जिले में बिना अनुमति के 45 से ज्यादा अवैध एकेडमियां चल रही है। जिनके पास इस तरह की शैक्षणिक गतिविधि चलाने की कोई अनुमति नहीं है। इसी तरह जिले में करीब 106 के आसपास प्ले स्कूल संचालित है। जिनमें छोटे बच्चों को एक या दो कमरों में ही बैठाया जा रहा है। वहां पर बच्चों को बैठाने के लिए कोई व्यवस्था नहीं है।

भिवानी। अवैध एकेडमियां व प्ले स्कूलों को बंद करवाने की मांग को लेकर धरने पर बैठे हुए। *फोटो: हरिभूमि*

तहसीलदार को सौंपा ज्ञापन

प्रदर्शन को देखते हुए भिवानी नायब तहसीलदार आए और एसोसिएशन को जिला उपायुक्त की चिठ्ठी सौंपी जिसमें अवैध कोचिंग अकडेमी को सील करने के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया है। साथ ही, यह आश्वासन भी दिया कि दो दिन के अंदर सभी चिन्हित अकादेमी को बंद सील कर दिया जायेगा। एसोसिएशन की मांग मानने के लिए रामावतार शर्मा ने जिला प्रशासन का आभार जताया। एसोसिएशन महासचिव कर्ण मिरग में शामिल होने वाले सभी टीचर्स और स्कूल संचालकों का स्वागत किया। सीपीपीएस भिवानी के डायरेक्टर संजीव श्योराण ने कहा कि सरकार प्राइवेट स्कूलों का समय-समय पर अपनी सुविधा अनुसार इस्तेमाल करती है, लेकिन जब हितों की बात आती है तो मुंह फेर लेती है।

प्रशासन को सौंपी जाएगी चाबियां

एसोसिएशन ने जिला प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा है कि अगर जल्द कार्रवाई नहीं हुई तो वे जिले के 650 से अधिक निजी स्कूलों को बंद कर उनकी चाबियां जिला प्रशासन को सौंप देंगे। इसके साथ ही आंदोलन को प्रदेश स्तर तक ले जाने की भी बात कही गई है। रामावतार शर्मा ने कहा कि अगर हमारी मांगें नहीं मानी गईं तो हम आर-पार की लड़ाई लड़ेंगे। पूरे प्रदेश में स्कूल बंद कर प्रदर्शन किया जाएगा और स्कूलों की चाबियां प्रशासन को सौंप दी जाएंगी। प्रदर्शन कर रहे स्कूल संचालक एवं प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन अध्यक्ष रामावतार शर्मा का कहना है कि अवैध स्कूलों के कारण न केवल शिक्षा की गुणवत्ता प्रभावित हो रही है, बल्कि नियमों का पालन करने वाले मान्यता प्राप्त स्कूलों को भी नुकसान हो रहा है। एसइडी स्कूल के डायरेक्टर जसवंत सहारण ने कहा कि पहले टीचर्स व स्कूल संचालकों को काफी सम्मान से देखा जाता था।

भाजपा की योजनाएं गरीब व किसान हितैषीः कौशिक

भिवानी। एकत्रित लोगों को संबोधित करते हुए जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कोशिक।

- गांव चलो, बस्ती चलो अभियान के तहत सुई गांव पहुंचे भाजपा जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भारतीय जनता पार्टी के गांव चलो-बस्ती चलो अभियान के तहत भाजपा जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने सुई गांव का दौरा कर ग्रामीणों से सीधा संवाद किया। इस दौरान उन्होंने केंद्र व राज्य सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में विस्तार से जानकारी देते हुए कहा कि भाजपा सरकार का उद्देश्य समाज के हर वर्ग, विशेषकर अंतिम पंक्ति में खड़े व्यक्ति तक योजनाओं का लाभ पहुंचाना है। उन्होंने बताया कि सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाएं गरीब, किसान, युवा और महिलाओं के सशक्तिकरण के लिए समर्पित हैं और इनका लाभ अधिक से अधिक लोगों तक पहुंचाया जा रहा है। वीरेंद्र कौशिक ने सरकार की उपलब्धियों का उल्लेख करते हुए कहा कि पिछले वर्षों में विकास कार्यों को गति मिली है और पारदर्शिता के साथ योजनाओं का क्रियान्वयन सुनिश्चित किया गया है। उन्होंने ग्रामीणों को जागरूक करते हुए कहा कि वे सरकार की योजनाओं की जानकारी प्राप्त करें और उनका लाभ उठाकर अपने जीवन स्तर को बेहतर बनाएं। प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य संदीप श्योराण ने कहा कि भाजपा सरकार का उद्देश्य सबका साथ-सबका विकास है तथा इस नारे को चरित्रार्थ करने के लिए जनहित की अनेक योजनएं क्रियान्वित की है। ऐसे में यह कार्यकर्ताओं का दायित्व है कि सरकार की योजनाओं को जन-जन तक पहुंचा। कार्यक्रम संयोजक बलवान शर्मा रहे। इस अवसर पर मंडल अध्यक्ष प्रदीप राणा, जिला उपाध्यक्ष प्रदीप प्रजापति, युवा मोर्चा जिला प्रभारी दिनेश जांगड़ा, युवा मोर्चा जिला महामंत्री धीरज शर्मा, जिला मीडिया सह प्रभारी नितिन भारद्वाज, मास्टर मुंशी राम, सरपंच रवि कुमार, संजय सुई आदि रहे।

फसल बिक्री पर प्रदेश सरकार थोप रही बायोमेट्रिक जैसी नाजायज शर्तेंः नरेश

- बुजुर्गों किसानों को मंडी में करना पड़ रहा घंटों इंतजार

भिवानी। प्रदेश की अनाज मंडियों में फसल खरीद के सीजन के बीच सियासत गरमा गई है। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता नरेश तंवर जीएम ने भाजपा सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए आरोप लगाया है कि प्रदेश की सरकार किसानों को राहत देने की बजाय उन्हें प्रताड़ित करने और उलझाने में कोई कसर नहीं छोड़ रही है। भिवानी की अनाज मंडी में व्याप्त अव्यवस्थाओं को लेकर कांग्रेस ने अब सरकार के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ने अनाज मंडियों में बायोमैट्रिक और जटिल रजिस्ट्रेशन जैसी नाजायज शर्तें थोप दी हैं। उन्होंने कहा कि किसान पहले ही बेमौसम मार और आर्थिक तंगी से जूझ रहा है, वहीं मंडियों में उसे अपराधी की तरह बायोमैट्रिक सत्यापन के लिए लाइनों में खड़ा किया जा रहा है, ये शर्तें किसानों की मदद के लिए नहीं, बल्कि उन्हें फसल बेचने से रोकने के लिए बनाई गई हैं। तंवर ने कहा कि भिवानी अनाज मंडी के हालात बदतर हैं, धीमी खरीद प्रक्रिया के कारण मंडी में फसल के अंबार लगे हुए हैं, जिससे किसानों को रातें खुले आसमान के नीचे बितानी पड़ रही हैं। तंवर ने कहा कि मंडियों में अपनी फसल लाने वाले किसान नए फैसलों से खासे परेशान है। कई बार पोर्टल न चलने के कारण गेट पास नहीं कटते, बुजुर्ग किसानों के अंगूठे के निशान मैच ना होने के कारण उन्हें घंटों इंतजार करना पड़ता है, नमी का बहाना बनाकर किसानों की फसल नहीं खरीदी जा रही, यही नहीं उठान धीमा होने के कारण नई फसल रखने की जगह नहीं बची है। यहां तक कि फसल खरीद प्रक्रिया धीमी होने के कारण बीते रोज आढ़तियों ने भी अनाज मंडी में ताला जड़ रोष जताया था। उन्होंने मांग की कि सरकार शर्तों को तुरंत वापस ले और खरीद प्रक्रिया में तेजी लाकर किसानों को राहत प्रदान करें।

बवानीखेड़ा अनाज मंडी में डीएफएससी की खरीद शुरू, किसानों के चेहरे खिले

- डीएफएससी ने रखा शाम तक 1 लाख कट्टों की खरीद का लक्ष्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानीखेड़ा अनाज मंडी में डीएफएससी (फूड सप्लाई विभाग) द्वारा गेहूं की खरीद प्रक्रिया विधिवत रूप से शुरू हो गई है, जिससे क्षेत्र के किसानों में खुशी का माहौल है। लंबे समय से खरीद शुरू होने का इंतजार कर रहे किसानों को अब अपनी फसल बेचने में राहत मिलेगी। मंडी प्रधान सुखबीर भाकर ने कहा कि सरकार द्वारा किसानों के हित में उठाए गए कदम सराहनीय हैं। खरीद शुरू होने के मौके पर मंडी में मंडी प्रधान सुखबीर भाकर ने फूड सप्लाई विभाग के इंस्पेक्टर संजय सिंह, मुकेश कुमार, सुरेन्द्र कुमार सहित उपस्थित किसानों, आढ़तियों एवं कर्मचारियों का मुंह मीठा कराकर उनका स्वागत किया। इससे पहले विभाग द्वारा गेहूं की नमी की जांच की। उन्होंने बताया कि डीएफएससी द्वारा आज शाम तक करीब 1 लाख कट्टों की खरीद का लक्ष्य रखा गया है। कहा कि मंडी में व्यवस्थाएं दुरुस्त रखी गई है।

बवानीखेड़ा। मंडी में गेहूं खरीद से पहले नमी जांच करते विभाग के अधिकारीगण।

भाजपा सरकार अनाज मंडियों फसल खरीद के नियमों को हर साल बना रही पेचीदा : सांगवान

- गेट पास व ट्रैक्टर पर नंबर प्लेट से किसान परेशान

तोशाम। कृषि भूमि बचाने की लड़ाई लड़ रहे किसानों द्वारा सन 2022 में 4 मई को तोशाम के बाईपास मार्ग पर शुरू किया गया किसान धरना निरंतर जारी है। बुधवार को धरने की अध्यक्षता किसान ताराचंद ने की। इस मौके पर धरनारत किसानों को संबोधित करते हुए संयुक्त किसान मोर्चा के संयोजक एवं डीसीसी चरखी दादरी सचिव दलीप सिंह सांगवान ने प्रदेश भर में सरकार के खिलाफ उठते रोष बाबत अपने विचार प्रकट करते हुए कहा कि वर्तमान सरकार किसानों से संबंधित हर प्रक्रिया को साल दर साल जटिल एवं पेचीदा बनाती जा रही है। फिर वह चाहे खाद, बीज, दवाई खरीद का सवाल हो या मंडी में कृषि उत्पाद बिक्री का सवाल हो। सरकार खरीद प्रक्रिया को जानबूझकर सुलझाना नहीं चाहती। यही कारण है की हर वर्ष खरीद प्रक्रिया को जटिल बनाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि जब सरकार ने ऑनलाइन फसल का प्रावधान किया हुआ है, फिर खरीद प्रक्रिया को जटिल बनाने की क्या आवश्यकता है। जिस किसी किसान ने जितनी कृषि भूमि में जो फसल उगाई है, वह एक निश्चित सीमा तक अपनी फसल बेच सकता है। फिर तरह-तरह के कागज प्रस्तुत करना, प्रक्रिया को और जटिल बनाना उचित नहीं है। गेट पास, अंगूठा, ट्रैक्टर के कागज मांग कर किसान को परेशान करना अनुचित है। उनका कहना था कि जिस किसान ने जितनी जमीन में फसल उगाई है वह उतनी फसल बेचने का हकदार है। मगर सरकारी रवैया से किसानों को लगने लगा है कि उन्होंने फसल पैदा करके शायद अपराध कर दिया है। सरकार किसानों के प्रति अपनी सोच में सुधार करे। इस मौके पर महिपाल, बलराज, जगदीश, मुस्ताक, सोनू, बेदू, रतीभान, सुरेंद्र, प्रताप, भले राम, रमेश, धर्मपाल, मांगेराम व आनंद सहित अनेक किसान उपस्थित रहे।

नारी शक्ति वंदन अभियान पर हुई बैठक

- तिकोणा पार्क से चौ. सुरेन्द्र सिंह चौक तक निकाली जाएगी पद यात्रा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

डीसी साहिल गुप्ता की अध्यक्षता में लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में नारी शक्ति वंदन अभियान को लेकर एक बैठक का आयोजन हुआ। बैठक में डीसी ने बताया कि नारी शक्ति वंदन अभियान के तहत 16 अप्रैल को सुबह दस बजे तोशाम में जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन होगा, जिसमें महिला एवं बाल विकास मंत्री श्रुति चौधरी मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगी। इस दौरान तोशाम के तिकोना पार्क से चौ. सुरेंद्र सिंह की प्रतिमा तक पद यात्रा भी निकाली जाएगी।

बैठक के दौरान डीसी ने नारी शक्ति वंदन अभियान को सफल बनाने के लिए महिला एवं बाल विकास विभाग, पुलिस सहित अन्य विभागों के अधिकारियों को जिम्मेवारी सौंपी और जरूरी निर्देश दिए। कार्यक्रम में महिलाओं की अधिक से अधिक भागीदार हो। वहीं बैठक में महिला एवं बाल विकास की जिला कार्यक्रम अधिकारी वैशाली ने नारी शक्ति वंदन कार्यक्रम के बारे में विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि इस कार्यक्रम का उद्देश्य महिलाओं को सशक्त बनाना, उनके अधिकारों के प्रति जागरूक करना है। मौके पर एडीसी दीपक बाबू लाल करवा, सीटीएम अनिल कुमार, तोशाम के एसडीएम संदीप कुमार, डीडीपीओ सोमबीर कादयान ,भाजपा जिलाध्यक्ष विरेन्द्र कौशिक भी मौजूद रहे।

9वीं और 11वीं के वार्षिक परीक्षा अंक 20 मई तक ऑनलाइन अपलोड करें विद्यालय

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड से संबद्धता प्राप्त सभी रा ज की य / अ रा ज की य विद्यालय/गुरूकुलों/विद्यापीठों द्वारा शैक्षिक सत्र 2025-26 के लिए कक्षा 9वीं व 11वीं के छात्र/छात्राओं के अंक 20 मई तक ऑनलाइन अपलोड किए जाने हैं। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. पवन कुमार ने सभी विद्यालय मुखियाओं को निर्देश देते हुए कहा कि हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड से संबद्धता प्राप्त सभी विद्यालय/गुरूकुल/विद्यापीठ शैक्षिक सत्र 2025-26 के लिए कक्षा 9वीं व 11वीं की वार्षिक परीक्षा के अंक 20 अप्रैल से 20 मई, 2026 तक बोर्ड की आधिकारिक वेबसाइट पर आई.डी./पासवर्ड से लॉगिन करके अपलोड करना सुनिश्चित करें। उन्होंने आगे बताया कि यदि किसी विद्यालय द्वारा निर्धारित तिथि में छात्र/छात्राओं के अंक अपलोड नहीं किए जाते हैं, तो ऐसे छात्र/छात्राओं को बोर्ड की कक्षा 10वीं एवं 12वीं की आगामी वार्षिक परीक्षा में बैठने की अनुमति नहीं दी जाएगी।

शिक्षा बोर्ड में प्राकृतिक खेती पर सेमिनार

- गुजरात के राज्यपाल आचार्य देवव्रत देंगे शिक्षकों व पंचायत सदस्यों को प्रशिक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा 21 अप्रैल को प्राकृतिक खेती पर एक कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है। इस कार्यक्रम में शिक्षकों को गुजरात के राज्यपाल आचार्य देवव्रत प्राकृतिक खेती व संस्कार युक्त शिक्षा के बारे शिक्षकों व आस-पास के पंचायत सदस्यों को प्रशिक्षण देंगे। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ० पवन कुमार ने इस बारे में जानकारी देते हुए बताया कि शिक्षा बोर्ड परिसर में 21 अप्रैल को संस्कार युक्त शिक्षा एवं प्राकृतिक खेती पर एक प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन करवाया जा रहा है। इस कार्यक्रम में प्राकृतिक खेती की मुहिम से जुडने के लिए शिक्षकों व पंचायत सदस्यों को आमंत्रित किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि यह बहुत ही गर्व का विषय है कि शिक्षा बोर्ड में संस्कार युक्त शिक्षा एवं प्राकृतिक खेती पर इतने बड़े स्तर पर एक वर्कशॉप, सेमिनार ओर ट्रेनिंग कार्यक्रम का आयोजन करवाया जा रहा है। इस तरह का कार्यक्रम देश में जहरमुक्त खेती को बढ़ावा देने एवं संस्कार युक्त शिक्षा के लिए हरियाणा प्रदेश में पहली बार किया जा रहा है।

बारिश के पानी को बचाकर सिंचाई में प्रयोग करें किसान : धर्मबीर सिंह

- सांसद ने विश्रामगृह में सुनी विधानसभा क्षेत्र की जनसमस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ तोशाम

लोकसभा सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह बुधवार को तोशाम के लोक निर्माण विश्रामगृह में तोशाम विधानसभा क्षेत्र और लोहारु विधानसभा क्षेत्र के जनप्रतिनिधियों से रूबरू हुए और ग्रामीणों से बारिश के पानी को बचाने का आह्वान किया। उन्होंने ग्राम पंचायतों से चार से सात एकड़ से भी बड़े तालाब बनवाने के लिए भूमि उपलब्ध करवाने को कहा, ताकि मानसून आने से पहले वहां पर तालाबों का निर्माण करवाया जा सके। जहां मानसून के दौरान संरक्षण किए गए इस पानी का सिंचाई में प्रयोग होगा इस दौरान एसडीएम संदीप कुमार, नायब तहसीलदार अशोक कुमार, सिंचाई, आईडब्लू पीएच, विकास एवं पंचायत विभाग, जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग आदि रहे। उन्होंने कहा कि बारिश के पानी को बचाकर सिंचाई में प्रयोग करें। सांसद ने कहा कि सरकार योजनाबद्ध तरीके से दक्षिणी हरियाणा की जेएनएल, मिताथल व निगाना फीडर तथा सुन्दर डिस्ट्रीब्यूटरी नहरों की क्षमता बढ़ा रही है।

तोशाम। लोगों की समस्याएं सुनते सांसद धर्मबीर सिंह।

प्रशासनिक जज कुलदीप तिवारी ने दौरा कर लिया तैयारियों का जायजा

जस्टिस सूर्यकांत करेंगे लोहारू कोर्ट का शिलान्यास

25 अप्रैल को भिवानी न्यायिक परिसर में आयोजित होगा शिलान्यास समारोह

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पंजाब एंड हरियाणा हाईकोर्ट के न्यायाधीश एवं भिवानी के प्रशासनिक जज कुलदीप तिवारी बुधवार को भिवानी पहुंचे। उन्होंने बताया कि भारत के सर्वोच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत 25 अप्रैल को भिवानी आएंगे और लोहारू के न्यायिक परिसर की आधारशिला रखेंगे। न्यायाधीश तिवारी ने कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए। इस दौरान भिवानी के सेशन जज डीआर चालिया, दादरी की सेशन जज गगनदीप कौर सिंह और डीसी साहिल गुप्ता भी मौजूद रहे। पंजाब एंड हरियाणा हाईकोर्ट के न्यायाधीश श्री तिवारी सबसे पहले लोक निर्माण विश्राम गृह में पहुंचे। उनको पुलिस द्वारा गार्ड ऑफ ऑनर दिया गया। उन्होंने न्यायिक एवं प्रशासनिक अधिकारियों के साथ बैठक की और भारत के सर्वोच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत के 25 अप्रैल को आगमन को लेकर विस्तार से बातचीत की। उन्होंने बताया कि सर्वोच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत के आगमन पर भिवानी न्यायिक परिसर में भव्य कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम के दौरान मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत लोहारू के न्यायिक परिसर की आधारशिला रखेंगे। इस दौरान पंजाब एंड हरियाणा के मुख्य न्यायाधीश शील नागू के अलावा अनेक न्यायमूर्ति मौजूद रहेंगे। उन्होंने भिवानी न्यायिक परिसर में कार्यक्रम स्थल का दौरा किया और मुख्य मंच, सिटिंग प्लान आदि जरूरी व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने को कहा। इस दौरान चंडीगढ़ से एडीजे आशू जैन और अमरिंद्र शर्मा, सीजेएम कम सचिव डीएलएसए पवन कुमार, सीजेएम मीता कोहली, एडीसी दीपक बाबू लाल करवा, एसडीएम महेश कुमार, डीएसपी अनूप कुमार आदि रहे।

भिवानी। कार्यक्रम की तैयारियों का जायजा लेते न्यायाधीश व अन्य अधिकारी।

स्पेशलः वर्ल्ड लिवर-डे, 19 अप्रैल

यकृत (लिवर या जिगर) हमारे पाचन तंत्र का 'पावर हाउस' है। शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने का माध्यम भी यही है। ऐसे में अगर इसकी प्रॉपर केयर न की जाए तो कई सीरियस हेल्थ इश्यूज हो सकते हैं। अनहेल्दी लिवर के क्या लक्षण होते हैं, इनसे कैसी समस्याएं हो सकती हैं और लिवर को कैसे हेल्दी रख सकते हैं, इन सभी के बारे में विस्तार से बता रहे हैं।

लिवर हेल्थ न करें इग्नोर हो सकती हैं गंभीर प्रॉब्लम्स

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. रणधीर सूद
चेयरमैन-गैस्ट्रोएंट्रोलॉजी
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

आज के दौर में अस्वास्थ्यकर जीवनशैली और खासकर गलत खान-पान के कारण अनेक लोगों के लिवर पर बुरा असर पड़ रहा है। यही कारण है कि इन दिनों हर आयु वर्ग के लोगों में लिवर से संबंधित समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। ऐसे में लिवर हेल्थ को लेकर कॉन्शस रहना जरूरी है।

अनहेल्दी लिवर के लक्षण

हालांकि कुछ लोगों के लिवर में खराबी से संबंधित लक्षण देर से सामने आते हैं। लेकिन अगर आप बताए जा रहे लक्षणों में से कुछ को महसूस करते हैं और आपको लंबे समय तक समस्या हो रही है तो इस स्थिति में डॉक्टर से परामर्श लेने में देर न करें।

- समय पर या अच्छी तरह दिन में दोनों वक्त भूख न लगना या धीरे-धीरे इसका आकार कम होते जाना।
- पेट में कुछ अंतराल पर या फिर लगातार दर्द होना।
- कुछ अंतराल पर या लगातार पेट में सूजन होना।
- बिना किसी वजह के शरीर का वजन कम होते जाना।
- पैरों में सूजन होना।
- कई दिनों तक बुखार का बना रहना।
- बिना अधिक परिश्रम किए थकावट महसूस करना।
- पीलिया (जॉन्डिस) के लक्षण सामने आना जैसे आंखों, नाखूनों और त्वचा के रंग का पीला होना।
- हमेशा जी मिचलाते रहना।
- अकसर दस्त की समस्या होना।

लिवर से संबंधित मेन प्रॉब्लम्स

लिवर कैंसर, लिवर सिरोसिस, हेपेटाइटिस और फैटी लिवर को प्रमुख बीमारियों में शुमार किया जाता है।

लिवर कैंसर

लिवर से संबंधित कोई भी बीमारी जो लंबे समय से जारी हो, वह लिवर कैंसर बन सकती है। लिवर कैंसर के ये प्रमुख कारण हो सकते हैं। हेपेटाइटिस-बी और हेपेटाइटिस-सी। फैटी लिवर डिजीज और एल्कोहलिक लिवर डिजीज।

ऐसे करें बचावः अगर लिवर कैंसर का कारण हेपेटाइटिस-बी है, तो इसकी रोकथाम के लिए वैक्सीन उपलब्ध है। अगर हेपेटाइटिस बी के कारण लिवर में संक्रमण है तो शुरुआती दौर में इसका इलाज संभव है। हेपेटाइटिस-सी के लिए वैक्सीन उपलब्ध नहीं है, लेकिन इसका इलाज संभव है।

अगर एल्कोहलिक लिवर डिजीज के कारण लिवर कैंसर पनप चुका है तो ऐसी स्थिति में सबसे पहले शराब पीना बंद करना जरूरी है, क्योंकि यह समस्या काफी दिनों तक अत्यधिक शराब पीने के कारण होती है।

लाइलाज नहीं है लिवर कैंसरः सबसे पहले यह पता लगाया जाता है कि लिवर कैंसर की अवस्था (स्टेज) क्या है। ऐसे कैंसर की प्रारंभिक अवस्था में सर्जरी भी कर सकते हैं या फिर मरीज की स्थिति के मद्देनजर लिवर ट्रांसप्लांट भी किया जा सकता है। अगर कैंसर स्टेज 3 या 4 में है तो इंटरवेंशनल रेडियोलॉजी के जरिए भी इलाज किया जा सकता है।

लिवर सिरोसिस

लिवर कैंसर के जो कारण हैं, वे लिवर सिरोसिस के संदर्भ में भी लागू होते हैं। यही बात लिवर सिरोसिस की रोकथाम के संदर्भ में भी लागू होती है। खून की वॉमिट होना, आंत में रक्त स्राव होना, पेट में पानी भरना लिवर सिरोसिस के कुछ प्रमुख लक्षण हैं। इसके अलावा मरीज का असामान्य बातें करना, जिसे सहज भाषा में मरीज का 'असामान्य होना' भी कहते हैं। मरीज बेहोश भी हो सकता है। इसके अलावा मरीज के रक्त में हीमोग्लोबिन का स्तर भी गिर जाता है।

इन पर करें अमलः लिवर सिरोसिस से ग्रस्त होने पर शराब का सेवन (अगर करते हैं) तुरंत छोड़ देना चाहिए। इसके अलावा लिवर सिरोसिस की स्थिति में पीड़ित व्यक्ति का इलाज उसकी शारीरिक स्थिति और लक्षणों के आधार पर किया जाता है। लिवर सिरोसिस को दवाओं से नियंत्रित करने का प्रयास किया जाता है, जिसके कारण मरीज की जीवन अवधि बढ़ सकती है।

फैटी लिवर

अगर लिवर में अत्यधिक वसा कोशिकाएं (फैट सेल्स) संचित हो जाती हैं तो इस स्थिति को फैटी लिवर डिजीज कहते हैं। फैटी लिवर का पता पेट के अल्ट्रासाउंड से लगता है।

फैटी लिवर के प्रकारः यह दो प्रकार का हो सकता है- एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज और नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज।

प्रमुख लक्षणः दोनों प्रकार की फैटी लिवर की समस्याओं में अकसर पेट से संबंधित तकलीफें महसूस होती हैं। जैसे पेट दर्द, दस्त होना, पेट फूलना, गैस बनना, बदहजमी, भूख कम लगना और कब्जियत आदि।

कारणः नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर के ज्यादातर मामले अस्वास्थ्यकर खान-पान, नियमित रूप से व्यायाम या शारीरिक श्रम न करने और मोटापे के कारण होता है। जो लोग जंक फूड्स व अत्यधिक चिकनाई युक्त आहार को प्रतिदिन या अकसर ग्रहण करते हैं, उनमें नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर होने का खतरा बहुत ज्यादा होता है।

इन दिनों युवा वर्ग भी बड़े पैमाने पर नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर समस्या से ग्रस्त हो रहे हैं, जिसका एक प्रमुख कारण फैटी फूड्स और जंक फूड्स को अपने खान-पान में वरीयता देना है।

इन्हें है ज्यादा रिस्कः नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर की समस्या होने का रिस्क उन्हें ज्यादा होता है-

- जो लोग मोटापे से ग्रस्त हैं या फिर जिनका बॉडी मास इंडेक्स 25 से ऊपर है, उनमें नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर होने का जोखिम ज्यादा है।
- मोटापे से ग्रस्त जिन लोगों के पेट पर शरीर के अन्य भागों की तुलना में कहीं ज्यादा चर्बी संचित होती है, उन्हें फैटी लिवर होने का जोखिम ज्यादा है।
- मधुमेह से ग्रस्त लोगों को फैटी लिवर का जोखिम ज्यादा रहता है। इसलिए ऐसे लोगों को ब्लड शुगर को नियंत्रण में रखना चाहिए।
- जिन लोगों के रक्त में कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड का स्तर ज्यादा है, उनमें भी फैटी लिवर का जोखिम ज्यादा होता है। इस संदर्भ में डॉक्टर से परामर्श लेकर लिपिड प्रोफाइल टेस्ट करवाना चाहिए।

बचाव के उपायः एल्कोहलिक फैटी लिवर काफी दिनों तक अत्यधिक शराब पीने से होता है, जिसकी रोकथाम में सबसे पहले शराब छोड़ना जरूरी है। इसके बाद मरीज को दवाएं भी दी जाती हैं। फैटी फूड्स और जंक फूड्स से जहां तक संभव हो परहेज करें। शारीरिक स्थिति और उम्र के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करें। बेहतर रहेगा कि आप व्यायाम करने से पूर्व इस संदर्भ में फिटनेस एक्सपर्ट और अपने डॉक्टर से परामर्श लें। जो लोग मोटापे के कारण फैटी लिवर की समस्या से ग्रस्त हैं, अगर वे अपने वजन को खान-पान और व्यायाम के जरिए 7 से 10 प्रतिशत तक कम कर लेते हैं तो उन्हें काफी राहत मिल सकती है। अगर जीवन शैली में सकारात्मक परिवर्तन करने के बाद भी वांछित परिणाम नहीं मिलते, समस्या बनी रहती है तो फैटी लिवर से छुटकारा पाने के लिए दवाएं दी जाती हैं।

लिवर को ऐसे रखें स्वस्थ

मोटापा आपके लिवर हेल्थ के लिए हार्मफुल है। अपने बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) को 25 से ऊपर न जाने दें, इस संदर्भ में अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

लिपिड प्रोफाइल जांचः समय-समय पर डॉक्टर के परामर्श से लिपिड प्रोफाइल जांच कराते रहें ताकि यह पता चल सके कि आपके रक्त में कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड का स्तर बढ़ा तो नहीं है। अगर ये स्तर बढ़ा है तो फिर डॉक्टर के परामर्श से दवाएं लें।

शराब से दूरीः हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार शराब और अन्य मादक पदार्थ लिवर पर बुरा असर डालते हैं।

ब्लड शुगर करें नियंत्रितः जो लोग डायबिटिक हैं, वे रक्त शर्करा स्तर (ब्लड शुगर लेवल) को डॉक्टर के परामर्श से नियंत्रित रखें। ऐसा इसलिए क्योंकि बढ़ा हुआ शुगर लेवल फैटी लिवर और इससे संबंधित समस्याओं के जोखिम को बढ़ाता है।

हेल्दी लाइफस्टाइलः इसके अंतर्गत आहार में मौसमी फलों, सब्जियों और साबुत अनाजों को वरीयता दें। अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार प्रतिदिन 20 से 30 मिनट व्यायाम करें, योगासन करें या टहलें। जंक फूड्स, अत्यधिक चिकनाईयुक्त और मसालेदार खाद्य पदार्थों से परहेज करना चाहिए। शराब और अन्य मादक पदार्थों से परहेज करें। सोयाबीन, अलसी, ब्रोकली, अखरोट, सीड्स और अंकुरित अनाजों को आहार में वरीयता देना लिवर के लिए लाभप्रद है।

हेपेटाइटिस की समस्या

लिवर में संक्रमण और सूजन की स्थिति को हेपेटाइटिस कहते हैं। हेपेटाइटिस, वायरल संक्रमण है, जिसके पांच प्रमुख प्रकार हैं- हेपेटाइटिस-ए, हेपेटाइटिस-बी, हेपेटाइटिस-सी, हेपेटाइटिस-डी और हेपेटाइटिस-ई।

हेपेटाइटिस ए और ईः इन दोनों का वायरस दूषित खाद्य पदार्थों और प्रदूषित पेयजल के जरिए व्यक्ति को संक्रमित करता है। इसलिए दोनों हेपेटाइटिस से बचाव के लिए स्वच्छ खाद्य पदार्थ ग्रहण करें और शुद्ध जल पिएं। इन दोनों हेपेटाइटिस में लगभग 1 प्रतिशत मरीज गंभीर स्थिति में पहुंचते हैं। इनसे ग्रस्त लोगों का इलाज लक्षणों के आधार पर किया जाता है। हेपेटाइटिस-ए से बचाव के लिए वैक्सीन उपलब्ध हैं। अगर समुचित इलाज नहीं कराया गया तो हेपेटाइटिस-ई गर्भवती महिलाओं और उनके गर्भस्थ शिशुओं को भी नुकसान पहुंचा सकता है।

हेपेटाइटिस-बीः इससे बचाव के लिए टीका (वैक्सीन) उपलब्ध है। इसके अलावा कुछ दवाओं से इस मर्ज को नियंत्रित किया जा सकता है।

हेपेटाइटिस-सीः इसके इलाज में दवाएं काफी हद तक कारगर हैं।

हेपेटाइटिस-डीः जिन लोगों को हेपेटाइटिस-बी का संकमण होता है, वही हेपेटाइटिस-डी से ग्रस्त होते हैं। मरीज के लक्षणों के आधार पर इसका इलाज किया जाता है।

इन बातों पर भी दें ध्यान

- डॉक्टर की सलाह के बगैर पेनकिलर्स या फिर एंटीबायोटिक्स लेना लिवर की सेहत के लिए नुकसानदेह है।
- दिन भर विभिन्न खाद्य पदार्थों के जरिए लगभग 3 से 5 ग्राम नमक (चाय की छोटी चम्मच की मात्रा भर) का सेवन किया जा सकता है। नमक का अधिक सेवन लिवर के लिए नुकसानदेह है।
- ट्रांस फैट्स से बचें। जब तेल में खाद्य पदार्थों को बार-बार तला जाता है तो ऐसे खाद्य पदार्थों में ट्रांस फैट्स की मात्रा बढ़ जाती है। ट्रांस फैट्स से निर्मित खाद्य पदार्थों में अतिरिक्त कैलोरीज होती हैं, जिससे वजन तेजी से बढ़ता है और ऐसे खाद्य पदार्थों के सेवन से कालांतर में लिवर की कोशिकाओं पर वसा की परत संचित होने लगती है, जिससे लिवर में सूजन संभव है।
- अत्यधिक शुगर और 'कृत्रिम स्वीटनर्स' युक्त खाद्य पदार्थों के सेवन से बचें, क्योंकि ये कालांतर में लिवर के लिए नुकसानदेह हैं। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

अवेयरनेस
डॉ. मोनिका शर्मा

अपनी आवाज का रखें ध्यान

विचारों की अभिव्यक्ति से लेकर मनोभावों को जताने तक आवाज जरूरी है। बावजूद इसके आवाज की केयर को लेकर सजगता बहुत कम लोगों में होती है। इस बारे में मेडिकल सलाह लेने को लेकर ज्यादातर सोचा ही नहीं जाता है। हर साल 16 अप्रैल को मनाया जाने वाला **वर्ल्ड वॉयस डे**, ना केवल आवाज के महत्व को समझने बल्कि उचित देखभाल के लिए सजग करने से भी जुड़ा है। इस खास दिन पर पूरी दुनिया में वॉयस रिलेटेड परेशानियों के ट्रीटमेंट और प्रिवेंशन के तरीकों पर चर्चा होती है।

बोलते समय रखें ध्यानः आमतौर पर हम औपचारिक मीटिंग या मेलजोल में ही आवाज के पिच का ध्यान रखते हैं। आम जिंदगी में तीखे या तेज स्वर में बोलने के तरीके पर ध्यान ही नहीं दिया जाता। जबकि आवाज की सुरक्षा के लिए बहुत तेज बोलने से परहेज करना सबसे जरूरी है। साथ ही बहुत लंबे समय तक बोलने से भी बचना चाहिए। अगर बोलना जरूरी ही हो तो बीच में पानी पीते रहें। गले को हाइड्रेट रखने से आवाज को नुकसान नहीं पहुंचता। वोकल कॉर्ड्स को स्वस्थ रखने के लिए गले को हाइड्रेट रखना बहुत जरूरी होता है।

स्पेशलिस्ट की लें हेल्पः किसी भी तरह का वॉयस डिसऑर्डर आम जिंदगी में कम्युनिकेशन और दूसरी एक्टिविटीज को गहराई से प्रभावित करता है। बचपन से ही किसी को बोलने या उसकी आवाज में परेशानी है तो स्पीच लैंगवेज स्पेशलिस्ट की भी हेल्प ली जा सकती है। ये वॉयस डिसऑर्डर्स का कारण बनने वाले फैक्टर्स को समझने और हेल्दी वॉयस बनाए रखने के तरीकों के स्पेशलिस्ट होते हैं।

ऐसे रखें वॉयस का खयालः धूम्रपान, शराब का सेवन और ऊंचे स्वर में बोलना आवाज को नुकसान पहुंचाने वाली आदतें हैं। तंबाकू के धुएं से वोकल कॉर्ड्स में जलन और सूजन की समस्या होती है। निकोटीन और दूसरे केमिकल्स मुंह, नाक, गले और लंग्स की सेहत बिगाड़ते हैं। आवाज अच्छी रखने के लिए ऑर्गंस के इस पूरे सिस्टम का स्वस्थ रहना जरूरी है। ध्यान रहे कि मसालेदार खाने, कोल्ड ड्रिंक्स एवं कैफीन युक्त पेय यानी चाय-कॉफी के अधिक सेवन से भी वॉयस हेल्थ पर दुष्प्रभाव पड़ता है। हाल के वर्षों में बढ़ते प्रदूषण से भी आवाज को नुकसान पहुंच रहा है। वक्त रहते ध्यान ना देने और नुकसान पहुंचाने वाली आदतों को जारी रखने से आवाज अचानक बंद हो जाने की स्थिति भी बन जाती है। बढ़ते पॉल्यूशन के बीच नियमित स्टीम लेना भी वॉयस हेल्थ सही रखने में मदद करता है। इस तरह आपकी आवाज अच्छी बनी रहेगी। *

डॉक्टर्स सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

कुछ खाने-पीने में जब गले में हो दर्द

मेरी उम्र 34 वर्ष है पिछले कुछ दिनों से कुछ भी खाते-पीते समय मेरे गले में दर्द होता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हो रहा है और मेरी यह प्रॉब्लम कैसे ठीक हो सकती है?

-पुनीत, बिलासपुर

हालांकि इस समय मौसम में उतार-चढ़ाव बहुत हो रहा है। इस वजह से वायरल संक्रमण की समस्या तमाम लोगों में देखी जा रही है। अगर ऐसा हो रहा है तो आपको गर्म पानी में नमक डालकर सुबह-शाम गरारा करना चाहिए। अगर इससे आराम नहीं मिलता तो जरूर आपको एक बार ईएनटी विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। फिलहाल आप फ्रिज में रखी कोई भी ठंडी चीज बिल्कुल ना खाएं।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मैं दिन भर में 8-10 ग्लास पानी पी लेता हूं, फिर भी मेरा गला बार-बार सूखता रहता है। ऐसा क्यों होता है? कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आयुष, रायपुर

यह समस्या आपको पूरे साल रहती है या केवल गर्मियों में रहती है, आपने यह नहीं बताया। क्योंकि कई लोगों को प्यास अधिक लगती है और प्यास लगने पर गला सूखता है। लेकिन गर्मियों में ही यह समस्या देखी जाती है। अगर गर्मियों में ही ऐसा होता है तो चिंता की कोई बात नहीं है। अगर पूरे साल ऐसा लगता है तो जरूर आपको एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। पिछले कुछ महीनों से बिना किसी कारण के ही मेरा मन हमेशा उदास रहता है। अकसर चिड़चिड़ापन और गुस्सा आता रहता है। क्या ये डिप्रेशन के लक्षण हैं? बताएं, ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-कौशल, हिसार

यह समस्या आपको क्यों हो रही है, सबसे पहले इसका कारण ढूंढ़ना जरूरी है। आप यह देखें कि पिछले कुछ समय में जीवन में ऐसा क्या खास हुआ है? जो भी नई समस्या आई है तो उसका समाधान निकालें। अगर ऐसा नहीं कर पा रहे हैं तो जरूर आपको एक बार मनोरोग चिकित्सक से संपर्क कर लेना चाहिए। वे आपको प्रॉपर गाइड करेंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क करे, अपने मन से कोई भी दवाई ना खाएं।

मेरी उम्र 52 वर्ष है। रोज सुबह जब मैं सोकर उठता हूं तो कुछ देर तक पीठ और कमर में जकड़न फील होती है। ऐसा क्यों होता है? कृपया मेरी इस समस्या का स्थाई समाधान बताने का कष्ट करें।

-महेंद्र, ईमेल से

यह समस्या उन लोगों को ज्यादा होती है, जिनकी मसल्स कमजोर होती हैं। उनको सुबह उठने पर अकड़न रहती है। इससे निजात पाने का स्थाई तरीका यह है कि आप सुबह-शाम कमर की एक्सरसाइज करें। इसके लिए आपको किसी फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर लेना चाहिए। साथ ही दूध और दूध से बने प्रोडक्ट्स का सेवन अधिक से अधिक करें।

मेरी उम्र 48 वर्ष है। मुझे पिछले कुछ महीनों से लगातार खांसी आ रही है और सांस लेने में भी प्रॉब्लम हो रही है। पहले मैं स्मोक करता था, लेकिन दो साल पहले वो भी छोड़ चुका हूं। फिर ऐसा क्यों हो रहा है? प्लीज मेरी प्रॉब्लम का कोई इफेक्टिव सॉल्यूशन बताएं।

-जसवीर, रोहतक

आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए, क्योंकि जैसा आप बता रहे हैं कि पहले आप स्मोक करते थे। कई बार ऐसे लोगों को लंग्स में दिक्कत हो जाती है। कई बार हार्ट में प्रॉब्लम की वजह से भी ऐसा होता है। इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

योगोपचार
दिव्यज्योति 'नंदन'

सर्दियों में ही नहीं हल्की गर्मियों में भी सूर्य नमस्कार, उपयोग की दृष्टि से लाभकारी योगासन माना जाता है। अप्रैल के महीने में कई तरह के संक्रमणों की आशंका रहती है। न तो यह पूरी तरह से तपिश वाली गर्मी का महीना होता है और न ही ठंड होती है। ऐसे में इस समय सर्दियों की जड़ता से निकलकर शरीर गर्मी के लिए अनुकूलित होने की कोशिश करता है। यही वह समय होता है, जब सूर्य नमस्कार के जरिए आप अपने शरीर को न केवल तात्कालिक तौर पर बल्कि समूची गर्मियों के लिए स्वस्थ और अनुकूल बना सकते हैं। यह केवल योगासन नहीं है बल्कि यह 12 योग मुद्राओं का ऐसा समुच्चय है, जिसे करने से शरीर का हर अंग सक्रिय हो जाता है।

इन दिनों इसलिए है फायदेमंदः अप्रैल के महीने में ही हमारा शरीर आगे की तेज गर्मियों के लिए तैयार होता है। ऐसे में यह योगासन, गर्मियों के लिए शरीर को तैयार करने में मददगार साबित होता है। अप्रैल के महीने में तापमान धीरे-धीरे बढ़ता है इसलिए शरीर भी उसके अनुसार ढल जाता है, जबकि आगे के महीनों में तापमान काफी तेजी से बढ़ता है।

मिलते हैं कई लाभः अप्रैल में सूर्य नमस्कार करने से शरीर की इम्यूनिटी बढ़ती है और शरीर की हीट टोलरेंस को बढ़ाने में यह आसन मददगार होता है। इसी से शरीर की पसीने की प्रक्रिया भी सक्रिय होती है। इस तरह गर्मियों में होने वाली थकान और डिहाइड्रेशन की समस्या सूर्य नमस्कार के कारण कम हो जाती है, क्योंकि इस मौसम में शरीर को विटामिन डी की काफी ज्यादा जरूरत होती है और अप्रैल माह की सुबह की धूप विटामिन डी का सबसे अच्छा स्रोत होती है। इस महीने में नियमित सूर्य नमस्कार आसन करने से शरीर की जैविक घड़ी भी संतुलित रहती है।

आमतौर पर सूर्य नमस्कार को सर्दी के मौसम में करना अधिक लाभकारी माना जाता है। लेकिन इन दिनों की हल्की गर्मी में भी आप इसका अभ्यास कर सकते हैं। इससे क्या लाभ मिलेंगे और इसे करते समय क्या सावधानियां बरतें, जानिए।

हल्की गर्मियों में भी लाभकारी सूर्य नमस्कार

होता है फुल बॉडी वर्कआउटः सूर्य नमस्कार अकेला ऐसा आसन है, जिससे फुल बॉडी वर्कआउट का लाभ मिलता है। क्योंकि इस आसन में शामिल 12 अवस्थाएं हमारी मांसपेशियों को खींचती हैं, जोड़ों को मजबूत करती हैं और रीढ़ की हड्डी को लचीला बनाती हैं।

मिलते हैं कई अन्य लाभः इस आसन के जितने प्रत्यक्ष लाभ हैं, उससे कहीं ज्यादा अप्रत्यक्ष लाभ भी हैं, जैसे इसे नियमित करने से हमारा मेटाबॉलिज्म तेज होता है। कैलोरीज तेजी से बर्न होती हैं और पेट की चर्बी घटती है। यही नहीं सूर्य नमस्कार मानसिक संतुलन और तनाव मुक्ति में भी मददगार है। इससे दिमाग शांत रहता है, फोकस बढ़ता है और एंजाइटी कम होती है।

विभिन्न अवस्थाएंः सूर्य नमस्कार में जैसा कि हम जानते हैं 12 अवस्थाएं होती हैं और ये सभी अवस्थाएं अपने आपमें एक योगासन का प्रतिनिधित्व करती हैं। सूर्य नमस्कार में शामिल ये अवस्थाएं हैं- प्रणामासन, हस्तउत्तान आसन, पादहस्तासन, अश्व संचालनासन, दंडासन, अष्टांग नमस्कार, भुजंगासन, पर्वतासन। यही अवस्थाएं दोहराव के साथ भी होती हैं और इन सभी अवस्थाओं से शरीर के हर अंग की स्ट्रेचिंग हो जाती है, ये अच्छी तरह से सक्रिय भी हो जाते हैं।

बरतें कुछ सावधानियांः अप्रैल के महीने में सूर्य नमस्कार करते समय कुछ बातों का ध्यान रखना भी बहुत जरूरी है।

- इस मौसम में सूर्य नमस्कार के लिए सबसे जरूरी है सही समय का चयन। सुबह 5:30 से 7:30 के बीच यह करने के लिए सबसे अच्छा समय होता है।
- इसे ऐसी जगह करना चाहिए, जहां सूर्य की किरणें सीधे आपके शरीर पर पड़ें।
- सूर्य नमस्कार हमेशा खाली पेट करना चाहिए।
- इन दिनों सूर्य नमस्कार करते समय शरीर में पानी का संतुलन बनाए रखना चाहिए। क्योंकि अप्रैल में डिहाइड्रेशन जल्दी होता है, इसलिए अभ्यास के बाद पर्याप्त पानी पीना जरूरी है।
- जिन लोगों को हाई ब्लड प्रेशर की समस्या हो, हृदय रोग हो, कमर या रीढ़ की गंभीर समस्या हो या किसी गर्भवती महिला को सूर्य नमस्कार करना हो तो उससे पहले अपने डॉक्टर या प्रशिक्षित अनुभवी योग गुरु से सलाह ले लेनी चाहिए। *

खबर संक्षेप

गरिमा ने लिया आकांक्षी योजना कार्यों का जायजा

भिवानी। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग विभाग की निदेशक तथा भिवानी में आकांक्षी खंड लोहारू और बहल कार्यक्रम की प्रभारी गरिमा मित्तल आईएएस ने बुधवार को बहल, नूनसर और ओबरा का दौरा किया। उन्होंने आंकांक्षी योजना कार्यक्रम के तहत करवाए जा रहे कार्यों की बारीकी से जानकारी ली। इस दौरान एडीसी दीपक बाबू लाल करवा, लोहारू के एसडीएम मनोज दलाल और डीडीपीओ सोमबीर कादयान भी मौजूद रहे। जिला में लोहारू और बहल को आकांक्षी योजना में शामिल किया गया है। इन ब्लॉक में शिक्षा, स्वास्थ्य, महिलाओं के उत्थान पर आधारित योजनाओं के क्रियान्वयन पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है ताकि ये ब्लॉक भी अन्य ब्लॉक से किसी भी स्तर पर पीछे रहें।

अक्षय तृतीया पर जिला में न हो बाल विवाहः डीसी

चरखी दादरी। अक्षय तृतीया पर सामाजिक प्रथा बाल विवाह होने का अंदेशा बना रहता है, जो बाल विवाह निषेध अधिनियम 2006 के अन्तर्गत कानूनी अपराध है। इसको लेकर संरक्षण एवं बाल विवाह निषेध विभाग द्वारा बाल विवाह रोकने के लिए जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। उपायुक्त ने बैठक में ये आदेश दिए हैं और कहा कि बाल विवाह निषेध अधिनियम 2006 के तहत 18 वर्ष से कम आयु की लडकी व 21 वर्ष से कम आयु के लडके को नाबालिग माना जाता है।

बागवानी बढ़ावे पर सरकार की विशेष अनुदान योजनाएं

चरखी दादरी। प्रदेश सरकार द्वारा किसानों की आय दोगुनी करने की दिशा में बागवानी क्षेत्र को प्रोत्साहित करने के लिए विशेष अनुदान योजनाएं लागू की गई हैं। इन योजनाओं के अंतर्गत किसानों को आकर्षक आर्थिक सहायता प्रदान की जा रही है। डीसी ने बताया कि सब्जियों की खेती पर किसानों को 15 हजार से 25 हजार 500 रुपये प्रति एकड़ तक का प्रोत्साहन दिया जा रहा है। इसके अतिरिक्त, बांस आधारित सब्जी उत्पादन पर 31 हजार 250 से 53 हजार 125 रुपये, आयरन स्टेकिंग तकनीक पर 70 हजार 500 से 1,19,850 रुपये तक की सहायता दी जा रही है।

घुसकानी स्कूल के तीन छात्र राष्ट्रीय स्कूल प्रतियोगिता में चयनित

सरकारी स्कूल घुसकानी के 3 छात्रों का हुआ राष्ट्रीय स्कूल स्तर पर चयनः विनोद पिंकू

हरिभूमि न्यज ▸▸| भिवानी

वीर शहीद कैप्टन ओ.पी. दलाल राजकीय उच्च विद्यालय, घुसकानी के लिए अत्यंत गर्व का विषय है कि विद्यालय के तीन प्रतिभाशाली खिलाड़ियों का चयन दिल्ली में 16 अप्रैल से 20 अप्रैल तक आयोजित राष्ट्रीय स्कूली खेल प्रतियोगिता (अंडर-14) के लिए हुआ है। इस प्रतियोगिता में सॉफ्टबॉल अंडर-14 (लड़कियां): तमन्ना, सुपुत्री राजेंद्र सिंह,सॉफ्टबॉल अंडर-14 (लड़के): दीपांशु सुपुत्र धर्मेंद्र सिंह तथा बेसबॉल अंडर-14 तमन्ना, सुपुत्री जय भगवान का चयन किया गया है। विद्यालय के शारीरिक शिक्षक विनोद पिंकू (पीटीआई) ने बताया कि तीनों खिलाड़ी एक ही विद्यालय से हैं, जो विद्यालय एवं गांव घुसकानी के लिए अत्यंत गर्व की बात है। इससे पहले भी इसी स्कूल के विनोद पिंकू के नेतृत्व में तीन खिलाड़ी अंडर 17 में अनुग्रह, तन्नू एवं कविता भी अलग अलग वर्षों में खेल चुके हैं। इस अवसर पर विद्यालय के मुख्य अध्यापक कृष्ण कुमार, सरपंच सुनीता संदीप दलाल, लक्ष्मी देवी, अनिल शर्मा, गुड्डी देवी, बबिता देवी, विजेंद्र

भिवानी। राष्ट्रीय खेल कूद प्रतियोगिता के लिए चयनित छात्र व छात्राएं।

दलाल, नवीन ढांडा, सचिन घूसकानी, विमला, सुदेश, सुमन, रचना सहित अनेक गणमान्य व्यक्तियों ने खिलाड़ियों को शुभकामनाएं दी। शारीरिक शिक्षक विनोद पिंकू ने बताया कि लगभग तीन वर्ष पूर्व विद्यालय में सॉफ्टबॉल एवं बेसबॉल खेल की शुरुआत की गई थी। जिला शिक्षा विभाग, खेल विभाग एवं हरियाणा सरकार द्वारा खेलों को बढ़ावा देने के लिए निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं।

बदलाव से बदला माहौल

उक्त स्कूल में तैनात शारीरिक शिक्षक विनोद पींकू खेल से संबंधित सभी तरह की गतिविधियों में बढ चढकर भाग लेते है। बेहतरीन तालिम देकर खिलाड़ियों की प्रतिभा को निखारते व तराशते है। उसी की बदौलत आज स्कूल तीन विद्यार्थियों का राष्ट्रीय स्कूली खेलकूद के लिए चयन हुआ है। इनके अलावा स्कूल में पौधारोपण, बच्चों को बेहतरीन तरीके से लिखाई लिखने के तौर व तरीके बताने तथा सामान्य ज्ञान बढाने के लिए समय समय पर प्रतियोगिताओं का आयोजन कर रहे है। इनके अलावा सरकारी स्कूलों में बच्चों की संख्या बढाने के लिए बच्चों का माह के अंतिम दिन में सामूहिक रूप से जन्मदिन मना कर बच्चों का मनोबल बढाते है।

शिविर में जांचा 230 लोगों का स्वास्थ्य

भिवानी। वूमैन हेल्पिंग सोसाइटी के तत्वावधान में भारतरत्न डॉ. भीमराव अंबेडकर की जयंती के उपलक्ष्य में गांव दिनोद में निःशुल्क मैडिकल कैंप का आयोजन किया। कार्यक्रम का शुभारंभ सोसायटी की संस्थापक एवं अध्यक्षा सुशीला देवी सिंह व इंडियन वेटरन आर्गेनाईजेशन के प्रदेश अध्यक्ष कैप्टन चरण सिंह मलिक ने रिबन काटकर व बाबा साहेब की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित करके किया। इस दौरान पूरा गांव बाबा साहेब के जयघोष और सामाजिक समरसता के रंग में रंगा नजर आया। कैंप में सेंटर फॉर साइट अस्पताल व जांगड़ा हॉस्पिटल के विशेषज्ञ चिकित्सकों ने अपनी सेवाएं दीं। शिविर के दौरान आंखों की जांच, सामान्य स्वास्थ्य परीक्षण और गंभीर बीमारियों से बचाव के परामर्श दिए। इस दौरान 230 मरीजों की जांच हुई तथा निःशुल्क परामर्श दिया।

खालसा पंथ सर्जना दिवस पर दी सिख इतिहास की जानकारी

सवा लाख से एक लड़ाऊं, चिड़ियन ते मैं बाज तुड़ाऊं, तबै गुरू गोबिंदसिंह नाम कहाऊं...

सिख इतिहास त्याग, बलिदान एवं धर्म की रक्षा के लिए समर्पण का प्रतीक: ग्रंथी प्रेमसिंह

हरिभूमि न्यज ▸▸| भिवानी

पुरानी देवसर चुंगी स्थित गुरुद्वारा सिंह सभा में संगत ने बड़ी श्रद्धा एवं उत्साह के साथ खालसा पंथ सर्जना दिवस मनाया। इस अवसर पर गुरुद्वारा परिसर में श्रीसुखमनी साहिब के पाठ के भोग डाले तथा शब्द-कीर्तन के उपरांत लंगर वितरित किया। कार्यक्रम के दौरान नगर परिषद चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह एवं विधायक घनश्यामदास सर्राफ के पुत्र अमन सर्राफ ने गुरुद्वारा पहुंचकर श्रीगुरूग्रंथ साहिब के समक्ष शीश नवाया एवं अरदास लगाई। इस दौरान गुरुद्वारा कमेटी ने उन्हें सिरोपा भेंटकर सम्मानित किया।

गुरूद्वारा में ग्रंथी ज्ञानी प्रेमसिंह ने संगत को संबोधित करते हुए बताया कि बैसाखी के पावन दिन श्रीआनंदपुर साहिब में गुरु गोविंद सिंह ने 1699 में खालसा पंथ की स्थापना कर नई क्रांतिकारी सोच को जन्म दिया था। उन्होंने कहा कि सिख इतिहास त्याग, बलिदान और धर्म की रक्षा के लिए समर्पण का प्रतीक रहा है। उन्होंने बताया कि सिख पंथ की नींव गुरु नानक देव ने रखी थी, जिन्होंने मानवता, समानता एवं भाईचारे का संदेश दिया। इसके बाद गुरू परंपरा में आगे बढ़ते हुए गुरू अर्जन देव ने शहादत देकर धर्म की रक्षा का उदाहरण प्रस्तुत किया और गुरु तेग बहादुर ने कश्मीरी पंडितों की रक्षा के लिए अपना बलिदान दिया। ज्ञानी प्रेमसिंह ने बताया कि गुरू गोविंदसिंह ने संगत से पांच सिरों की मांगकर पांच सिखों को अमृतपान करवाया और 'पांच प्यारों' की उपाधि दी, जिनमें भाई दयासिंह, भाई धर्मसिंह, भाई मोहकमसिंह, भाई साहिबसिंह और भाई हिम्मतसिंह शामिल थे। उन्होंने बताया कि गुरु गोविंद सिंह का बचपन का नाम गोबिंद राय था। बाद में इन पांच प्यारो से अमृतपान कर स्वयं भी गुर के सिख सज गए और गोबिंद राय से गोबिंद सिंह बन गए। उन्होंने कहा कि सवा लाख से एक लड़ाऊं चिड़ियों सों मैं बाज तड़ऊं तबे गोबिंद सिंह नाम कहाऊं। गुरुजी ने सिखों को पांच ककार केश, कड़ा, कृपाण, कंघा एवं कच्छा धारण करने का संदेश दिया। साथ ही पुरुषों को 'सिंह' और महिलाओं को 'कौर' उपनाम देने की परंपरा शुरू की, जिससे समानता और आत्मसम्मान की भावना को बढ़ावा मिला।

भिवानी। श्रीगुरूग्रंथ साहिब के समक्ष अरदास लगाते एंव मत्था टेकते ग्रंथी ज्ञानी प्रेमसिंह व श्रद्धालु व खालसा पंथ सर्जना दिवस पर नप चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप सिंह को सिरोपा भेंट कर सम्मान करते सिख समुदाय के लोग। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर पुरानी देवसर चुंगी स्थित गुरुद्वारा सिंह सभा के प्रधान प्रेम मुटरेजा, मुख्य गुरूद्वारा घंटाघर के के प्रधान इंद्रमोहन सिंह, सरदार कृष्ण सिंह, बलदेव सिंह, गुलशन चानना, सुदेश सिंह, गगनीश चावला, विजय सनेजा, करनैल बागड़ी, गुरशरण सिंह, महेंद्र सिंह, खरेतीलाल बत्रा,रामप्रकाश मक्कड़, विशाल मुटरेजा, जतिन चावला, बलविंदर सिंह, रमन बागड़ी, पूजा कौर, आराध्य, सुमन चावला व नवदीप कौर आदि उपस्थित रहे।

भिवानी। पोषण पखवाड़े में महिलाओं को जागरूक करते आंगनवाड़ी वर्कर्स।

पोषण पखवाड़े में महिलाओं को बेहतर स्वास्थ्य पर किया जागरूक

बच्चों के स्वास्थ्य एवं विकास पर दिया जोर

हरिभूमि न्यज ▸▸| भिवानी

महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी उषा के निर्देशानुसार बुधवार को गांव खरक खुर्द में जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। पोषण पखवाड़े के तहत आयोजित कार्यक्रम में ग्रामीण महिलाओं और बच्चों को बेहतर स्वास्थ्य एवं पोषण के प्रति जागरूक किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए विभाग की सुपरवाइजर ने महिलाओं को संबोधित किया। उन्होंने बताया कि अभियान का मुख्य उद्देश्य बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास की समझ को बढ़ावा देना है।

- सही खानपान व स्वास्थ्य संबंधी अच्छी आदतों से हो सकता है बीमारियों से बचाव

कार्यक्रम के दौरान उपस्थित महिलाओं को विस्तार से जानकारी दी कि कैसे छोटे बदलावों व सही खान-पान से बच्चों को कुपोषण से बचाया जा सकता है। अधिकारियों ने महिलाओं को बच्चों की विभिन्न अवस्थाओं में उनके स्वास्थ्य संबंधी विशेष जरूरतों के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि विकास के लिए स्थानीय और मौसमी फल-सब्जियों का महत्व बताया, स्वास्थ्य संबंधी अच्छी आदतों को अपनाने से बीमारियों से बचाव बताए तथा समय-समय पर बच्चों के वजन और लंबाई की जांच सुनिश्चित करने की बात भी कही। कार्यक्रम में स्थानीय पंचायत प्रतिनिधियों और आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं ने सक्रिय भूमिका निभाई। विभाग की ओर से सुपरवाइजर ने उपस्थित महिलाओं को शपथ दिलाई कि वे न केवल अपने परिवार, बल्कि पूरे गांव में स्वास्थ्य एवं स्वच्छता का संदेश फैलाएंगी।

पुस्तकालय की सदस्यता शुल्क मात्र 100 रुपये प्रति माह

आईटीआई परिसर में पुस्तकालय व तकनीकी वर्कशॉप सुविधाएं शुरू : उपायुक्त गुप्ता

- सुविधाओं के लाभ के लिए आधार कार्ड होना अनिवार्य

हरिभूमि न्यूज ▸▸| भिवानी

उपायुक्त साहिल गुप्ता ने बताया कि कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग हरियाणा के निर्देशानुसार राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान भिवानी में आमजन के लिए पुस्तकालय एवं विभिन्न तकनीकी वर्कशॉप सुविधाएं शुरू कर दी गई हैं। अब आम नागरिक भी ऑनलाइन पंजीकरण के माध्यम से इन सुविधाओं का लाभ उठा सकते हैं। संस्थान परिसर में स्थित पुस्तकालय को प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे युवाओं एवं अन्य पाठकों के लिए खोला गया है। इच्छुक व्यक्ति आईटीआई परिसर में सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे तक पुस्तकालय का उपयोग कर सकते हैं।

समय व स्लॉट करना होगा निर्धारित

विस्तार से जानकारी देते हुए संस्थान के लाइब्रेरियन राजेश सिंह ने बताया कि पुस्तकालय में विभिन्न विषयों की उपयोगी पुस्तकें उपलब्ध हैं, जिससे छात्रों एवं आम नागरिकों को अध्ययन में सहायता मिलेगी। उन्होंने बताया कि कौशल विकास को बढ़ावा देने के लिए संस्थान में कंप्यूटर, इलेक्ट्रॉनिक्स, मैकेनिकल, वेल्डिंग एवं मोटर मैकेनिक जैसी तकनीकी कर्मशालाएं भी आम जनता के लिए खोली गई हैं। उन्होंने बताया कि इन कर्मशालाओं का उपयोग करने के लिए समय एवं स्लॉट पहले से निर्धारित करना होगा, जिसकी जानकारी ऑनलाइन उपलब्ध रहेगी। कोई भी नागरिक ऑनलाइन पोर्टल के माध्यम से इन सुविधाओं का लाभ ले सकता है। पुस्तकालय की सदस्यता शुल्क मात्र 100 रुपये प्रति माह निर्धारित की गई है। वहीं, कर्मशाला सुविधाओं का उपयोग किया जा सकता है। उन्होंने बताया कि इन सुविधाओं का लाभ उठाने के लिए आधार कार्ड जैसे आवश्यक दस्तावेज प्रस्तुत करना अनिवार्य होगा।

ईवीएम वेयर हाउस का उपायुक्त मुनीश नागपाल ने किया निरीक्षण

- ईवीएम वेयरहाउस को व्यवस्थित एवं सुरक्षित रखने के दिए निर्देश

चरखी दादरी। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त डॉ. मुनीश नागपाल ने ईवीएम वेयरहाउस का निरीक्षण किया। इस अवसर पर उनके साथ विभिन्न राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि भी उपस्थित रहे। निरीक्षण के दौरान जिला निर्वाचन अधिकारी ने वेयरहाउस में ईवीएम मशीनों के सुरक्षित रख-रखाव को लेकर विस्तृत जानकारी प्राप्त की और आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए।

उन्होंने बताया कि यह त्रैमासिक प्रक्रिया है, जिसके अंतर्गत जिला के ईवीएम वेयरहाउस का निरीक्षण किया गया है। इस दौरान उन्होंने स्ट्रांग रूम में रखी ईवीएम मशीनों की स्थिति की समीक्षा की। उन्होंने बताया कि इस प्रक्रिया का उद्देश्य जिलों में ईवीएम वेयरहाउस की व्यवस्था की जांच करना है। उन्होंने अधिकारियों को निर्देशित किया कि वेयरहाउस की समुचित निगरानी एवं रखरखाव सुनिश्चित की जाए, ताकि किसी भी प्रकार की गड़बड़ी से बचा जा सके।

चरखी दादरी। ईवीएम वेयरहाउस का निरीक्षण करते उपायुक्त

उत्साह व गरीमा के साथ मनाया 132वें स्थापना दिवस

पंजाब नेशनल बैंक देश में सबसे पुराने व विश्वनीय बैंकों में से एक : रवि कुमार

हरिभूमि न्यूज ▸▸| बवानीखेड़ा

बवानीखेड़ा में पंजाब नेशनल बैंक शाखा द्वारा बैंक का 132वां स्थापना दिवस उत्साह और गरिमा के साथ मनाया गया। इस अवसर पर शाखा परिसर में प्रभावशाली कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें बैंक अधिकारियों व गणमान्य व्यक्तियों ने भाग लिया।

कार्यक्रम में मंडी प्रधान सुखबीर भाकर, सोमबीर भाकर, शाखा प्रबंधक रवि कुमार, पूनम रानी, स्नेहा, चिराग, सोनू, वीर सिंह सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर बैंक की लंबी और गौरवशाली यात्रा को याद किया और केक काटकर इस विशेष दिन का जश्न मनाया।

शाखा प्रबंधक रवि कुमार ने इस मौके पर कहा कि पंजाब नेशनल बैंक देश के सबसे पुराने और विश्वसनीय बैंकों में से एक है, जिसने हमेशा ग्राहकों को बेहतर सेवाएं देने का प्रयास किया है। उन्होंने ग्राहकों का आभार व्यक्त करते हुए भविष्य में भी उत्कृष्ट सेवाएं देने का भरोसा दिलाया। कार्यक्रम के दौरान बैंक की उपलब्धियों और सेवाओं पर भी प्रकाश डाला गया। अंत में सभी ने बैंक की निरंतर प्रगति और उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

बवानीखेड़ा। बैंक का स्थापना दिवस पर केक काटते हुए। फोटो : हरिभूमि

खरीद कार्य में पारदर्शिता होना प्रशासन की प्राथमिकताः डीसी

चरखी दादरी। वीडियो कांफ्रेंस में उपायुक्त व अन्य अधिकारी

चरखी दादरी। उपायुक्त डॉ. मुनीश नागपाल ने खरीद एजेंसियों को निर्देश दिए हैं कि मंडियों में गेहूं के उठान में किसी भी प्रकार की ढिलाई न बरतें और पूरी प्रक्रिया तेज गति से संचालित की जाए। खरीद कार्य में पारदर्शिता और समयबद्धता सुनिश्चित करना प्रशासन की पहली प्राथमिकता है, ताकि किसानों को किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। इस विषय को लेकर बुधवार को मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव अरुण कुमार ने उपायुक्त के साथ वीडियो कांफ्रेंस के माध्यम से रबी खरीद की समीक्षा की। उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मंडियों में अनाज का अनावश्यक जमाव नहीं होना चाहिए और उठान कार्य तय समय सीमा में पूरा किया जाए, जिससे जाम जैसी स्थिति उत्पन्न न हो। उन्होंने नोडल अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे लगातार निगरानी बनाए रखें और व्यवस्था को सुचारू रूप से संचालित करें।

परेशानी — 7 माह से कमीशन से वंचित, अब घर खर्च चलाने में भी नहीं है सक्षम

बकाया कमीशन को लेकर डिपो होल्डरों का फूटा गुस्सा, सरकार के खिलाफ खोला मोर्चा

डिपो होल्डर यूनियन की हुड्डा पार्क में बैठक,सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी

हरिभूमि न्यज ▸▸| भिवानी

अपनी जायज मांगों और पिछले सात महीनों से अटके हुए कमीशन को लेकर भिवानी के डिपो होल्डरों का धैर्य अब जवाब दे गया है। डिपो होल्डर यूनियन भिवानी की बैठक बुधवार को स्थानीय हुडा पार्क में आयोजित की गई, जिसमें जिले भर के डिपो धारकों ने शिरकत की। बैठक में मुख्य रूप से पिछले सात माह से कमीशन न मिलने पर गहरा रोष प्रकट किया गया और सरकार की कार्यप्रणाली के खिलाफ जमकर नारेबाजी की गई।

बैठक को संबोधित करते हुए यूनियन के जिला प्रधान राजेंद्र मुंढ़ाल व शहरी प्रधान हरदेश कुमार हैप्पी ने कहा कि सरकार की बेरुखी के कारण आज डिपो होल्डरों के समक्ष भारी आर्थिक संकट खड़ा हो गया है। उन्होंने कहा कि पिछले 7 महीनों से हमें फूटी कौड़ी नहीं मिली है। डिपो होल्डर पूरी ईमानदारी से सरकार की योजनाओं को जन-जन तक पहुंचा रहे हैं, लेकिन बदले में उन्हें केवल आश्वासन मिल रहे हैं। आज स्थिति यह है कि डिपो धारकों के पास घर चलाने तक के पैसे नहीं बचे हैं। मुंढ़ाल व हैप्पी ने चेतावनी दी कि यह समय स्कूलों में बच्चों के दाखिले का है। यदि जल्द ही कमीशन जारी नहीं किया गया, तो आर्थिक तंगी के चलते डिपो होल्डरों के बच्चे शिक्षा के अधिकार से वंचित हो सकते हैं। उन्होंने सवाल उठाया कि जब घर में राशन के पैसे नहीं होंगे, तो बच्चों की स्कूल फीस कहाँ से भरी जाएगी।

भिवानी। बकाया कमीशन की मांग को लेकर आयोजित बैठक में विरोध जताते हुए।

ये रहे उपस्थित

उन्होंने सरकार के दोहरे रवैये पर कड़ा प्रहार किया। उन्होंने बताया कि हाल ही में सरकार ने दो माह का गेहूं एक साथ वितरित करवाया था। दो महीने का स्टॉक एक साथ बांटने से डिपो होल्डरों की मजदूरी और मेहनत कई गुना बढ़ गई। काम का बोझ बढ़ाने के बावजूद सरकार ने उनके हक का पैसा रोक रखा है। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार कमीशन न देकर डिपो होल्डरों की रोजी-रोटी पर लात मारने का काम कर रही है। बैठक के अंत में यूनियन ने सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि यदि जल्द ही सात माह का बकाया कमीशन उनके खातों में नहीं डाला गया, तो वे अपने आंदोलन को और तेज करेंगे। इस अवसर पर संरक्षक मा. बिशन स्वरूप, शहरी उपप्रधान साहिल, पंकज जैन, गुलशन कुमार, जगदीश, धर्मवीर, देशराज, संत कुमार, बृजपाल सिंह, राजेंद्र शर्मा,, सुखबीर, चंददन सिंह, सुबे सिंह, विरेंद्र सिंह, अत्तर सिंह, जयवीर , दयानंद, बहादुर सिंह, रामकिशन, रामकुमार, ओमपाल, जयवीर सिंह, प्रेम चंद, ईश्वर सिंह, अभेय राम, सुभाष चंद्र, ब्रह्मानंद, राजेंद्र, ईश्वर सिंह, धर्मचंद, सुरेश, बलबीर सिंह, धर्मवीर, चंद्र सिंह, सुरेश, छाजू राम, नरेंद्र, रमेश, जयपाल सहित अनेक डिपो होल्डर मौजूद रहे।

खबर संक्षेप

लंबित मामलों का शीघ्र हो निपटारा : एसडीएम

तोशाम। एसडीएम संदीप कुमार की अध्यक्षता में लघु सचिवालय में अनुसूचित जाति एवं अनुसूचित जनजाति से संबंधित उपमंडल स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी समिति की समीक्षा बैठक आयोजित हुई। बैठक में एसडीएम ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि लंबित मामलों का शीघ्र निपटारा किया जाए, ताकि पीड़ितों को समय पर आर्थिक सहायता उपलब्ध करवाई जा सके।

बैठक में डीएसपी दलीप सिंह, तहसील कल्याण अधिकारी राजकुमार, सदस्य राजेश सरपंच तोशाम, हवा सिंह, रामधारी देवावास, जसवंत सिंह आदि उपस्थित रहे।

गांव काकडौली में लगा आयुर्वेदिक चिकित्सा शिविर

बाढड़ा। आयुष्मान आरोग्य मंदिर काकडौली द्वारा गांव लाडावास स्थित आंगनवाड़ी केंद्र में एक दिवसीय निःशुल्क आयुर्वेदिक चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। यह शिविर आयुर्वेद चिकित्सा अधिकारी डॉ. (वैद्य) संजय कुमार के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। शिविर में अनेक मरीजों की निःशुल्क जांच की गई तथा उन्हें आयुर्वेदिक दवाइयां वितरित की गईं। शिविर में कमर दर्द, घुटनों का दर्द, जोड़ों का दर्द, मधुमेह (शुगर), उच्च रक्तचाप (बीपी), चर्म रोग, उदर रोग एवं स्त्री रोग सहित विभिन्न बीमारियों का उपचार किया गया। ग्रामीणों ने बड़ी सं या में भाग लेकर इस पहल की सराहना की।

गिगनाऊ से युवक लापता, केस दर्ज

लोहारू। उपमंडल गिगनाऊ से एक युवक के लापता होने का मामला प्रकाश में आया है। युवक के भाई की शिकायत पर लोहारू पुलिस ने गुमशुदगी की शिकायत दर्ज कर उसकी तलाश शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गिगनाऊ निवासी मंदीप ने बताया कि उसका भाई संदीप पिछले दिनों घर से लोहारू गया था, लेकिन उसके बाद वह वापस नही लौटा। उसने कैनरा बैंक एटीएम से पांच रुपये की राशि भी निकलवाई है। इसके बारे में काफी पूछताछ की और कई स्थानों पर तलाश भी किया, लेकिन वह नहीं मिला। पुलिस ने शिकायत दर्ज करके उसकी तलाश शुरू कर दी है।

तोशाम में बिना लाइसेंस चल रही चार आरा मशीनों को भी किया सील

सीएम फ्लाइंग ने पकड़ी लकड़ियों से भरी 7 गाड़ी, 3 लाख 61 हजार रुपए लगाया जुर्माना

जुई व सीवान मार्ग पर रोजाना राजस्थान व साथ लगते इलाकों से आती है लकड़ियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

तोशाम क्षेत्र के साथ लगते राजस्थान व दूसरे अन्य जगहों से भारी संख्या में गाड़ियां लकड़ियों से भरकर तोशाम में बिकने के लिए आती हैं। सूचना पर मुख्यमंत्री उड़नदस्ता व वन विभाग की संयुक्त टीम ने बुधवार को तोशाम के जुई मार्ग पर छापा मारकर लकड़ियों से भरी 7 गाड़ियों को पकड़ लिया। वन विभाग ने सभी पर 3 लाख 61 हजार रुपये का जुर्माना लगाया। वहीं टीम ने चार बिना लाइसेंस के चल रही आरा मशीनों को भी सील किया। जानकारी के अनुसार मुख्यमंत्री उड़नदस्ता को शिकायत मिली थी कि तोशाम में हर रोज हरी लकड़ियां आरा मशीनों पर बेची जाती हैं। ऐसे में मुख्यमंत्री उड़नदस्ता व वन विभाग की टीम ने बुधवार तड़के इनके खिलाफ अभियान चलाया और लकड़ियों से भरी 7 गाड़ियां को पकड़ लिया। इसके बाद कार्रवाई करते हुए इन गाड़ियों पर जुर्माना लगाया गया है। इसकी सूचना जैसे ही अन्य लकड़ी व्यापारियों को मिली तो लकड़ी व्यापारियों में हड़कंप की स्थिति बन गई।

तोशाम। आरा मशीन को सील करते हुए व फ्लाइंग द्वारा पकड़ी गई लकड़ियों से भरी एक गाड़ी व आरा मशीन पर लगी सील का दृश्य। *फोटो : हरिभूमि*

विभाग से लेनी होती है आज्ञा

अगर कोई भी हरे पेड़ काटता है तो उसके काटने से पहले वन विभाग से अनुमति लेनी होती है। तोशाम में जो लकड़ी बिकने के लिए आती हैं वो ज्यादातर राजस्थान से आ रही है। उनमें जो लकड़ी उसमें भरी होती है उनमें से ज्यादातर बिना अनुमति के काटी होती हैं। चूंकि उक्त इलाके में हरियाली कम होने की वजह से हरे पेड़ों की कटाई पर रोक है।

शहर में हैं 100 से ज्यादा आरा मशीन

तोशाम में जुई व सिवानी मार्ग पर 100 के करीबन आरा मशीनें हैं। यहां पर रोजाना भारी तादाद में गाड़ियां राजस्थान व साथ लगते इलाके से आती हैं। तोशाम में लकड़ियां का हर रोज लाखों रुपये के व्यापार का अनुमान है। एक गाड़ी में 10 से 15 हजार की लकड़ियां आती हैं। सीएम फ्लाइंग व वन विभाग की कार्रवाई से लकड़ी बेचने वालों में अफरातफरी मच गई। कार्रवाई की सूचना के बाद लड़कियों से भरी गाडियों को चालक छुपाते नजर आए।

जुर्माना लगाने की कार्रवाई करती सीएम फ्लाइंग का दस्ता।

सीएम फ्लाइंग टीम ने जांचे आरा मशीनों के दस्तावेज, किया सील

सीएम फ्लाइंग द्वारा बुधवार को आरा मशीनों के दस्तावेज भी जांचे गए। चार आरा मशीनें बिना लाइसेंस के चलते मिली। जिनको मौके पर ही सील किया गया। इस दौरान टीम में धर्मेन्द्र, राकेश, दिनेश, शक्ति सिंह व वन विभाग से रेंज अफसर बजरंग, प्रदीप दरोगा, मुकेश दरोगा, मनोज दरोगा, अजय दरोगा, प्रवीण दरोगा, संदीप दरोगा, संदीप कुमार दरोगा व राजकुमार फारेस्ट गार्ड मौजूद थे।

10वीं के परीक्षा परिणाम में आदर्श कान्वेंट स्कूल ने लहराया परचम

- 9 विद्यार्थियों ने हासिल किए 95 प्रतिशत से अधिक अंक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

सीबीएसई द्वारा घोषित कक्षा दसवीं के परीक्षा परिणाम में आदर्श कान्वेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल कैरू ने एक बार फिर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। इस वर्ष 37 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी जिसमें से 9 विद्यार्थियों ने 95 प्रतिशत से अधिक व शेष विद्यार्थियों ने 90% से अधिक अंक अर्जित कर न केवल विद्यालय का बल्कि पूरे कैरू क्षेत्र का नाम रोशन किया। विद्यालय की छात्रा सुनीता पुत्री विजय ने 500 में से 491 अंक प्राप्त कर 98.2 प्रतिशत के साथ विद्यालय में प्रथम स्थान हासिल किया। दूसरे स्थान पर नंदिनी पुत्री प्रदीप कुमार ने 489 अंक लिए जबकी देवेन पुत्र पुनीत शर्मा ने 488 अंकों के साथ तीसरा स्थान प्राप्त किया। विद्यालय की प्राचार्या शुब्बुलक्ष्मी चेन्नई ने परीक्षा परिणाम पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा यह सफलता विद्यार्थियों की कड़ी मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का परिणाम है। विद्यार्थियों के इस शानदार परीक्षा परिणाम के लिए विद्यालय में अतिरिक्त कक्षाएं, साप्ताहिक टेस्ट और कमजोर विद्यार्थियों के लिए रिमेडियल क्लासेस का आयोजन किया गया था। परिणाम आते ही विद्यालय परिसर में अभिभावकों का आना शुरू हो गया था। चेयरमैन आर के बंगालिया ने बताया की इस परिणाम ने साबित कर दिया कि संसाधन सीमित हो तो भी समर्पण से बड़ी सफलता हासिल की जा सकती है।

आंबेड़कर जयंती पर सैंकड़ों खिलाड़ियों ने ली नशा से दूर रहने की शपथ

- ग्राम शिक्षा समिति ने बाबा साहेब के आदर्शो पर चलने का किया आह्वान

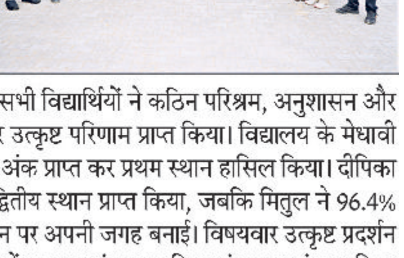
हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

बाबा साहेब डॉ. भीमराव अंबेडकर की जंयती के उपलक्ष्य में गांव प्रेमनगर के सैंकड़ों खिलाड़ियों ने सांय काल अपने नियमित अभ्यास के बाद एकत्रित होकर सामाजिक समरसता को मजबूत करने और नशे से दूर रहने की शपथ ली। इस अवसर पर ग्राम शिक्षा समिति के प्रेस प्रवक्ता पूर्व प्राचार्य रमेशचंद्र बूरा ने सभी से बाबा साहेब के आदर्शो पर चलने का आह्वान किया। गांव प्रेमनगर के सरपंच राजेश कुमार ने खिलाड़ियों को अपने खेलों के साथ-साथ समाजसेवा के प्रति प्रेरित किया। एथलेटिक्स कोच मैनपाल राठौर ने खिलाड़ियों से खेलों के साथ-साथ बाबा साहेब के आदर्श वाक्य शिक्षित बनो को अपनाकर शिक्षा के क्षेत्र में भी कठोर मेहनत करने का मूलमंत्र दिया। गांव प्रेमनगर में शाम को हॉकी नर्सरी, फुटबाल नर्सरी, लड़कियों की हैंडबॉल नर्सरी, बॉक्सिंग व एथलेटिक्स के 200 से अधिक लड़के-लड़कियां खेल कोचों की देख-रेख में अभ्यास करते है। इस अवसर पर पूर्व प्राचार्य राजेश बूरा, फुटबॉल कोच अरूण दहिया, हॉकी कोच रमेश दुहन, नवीन कोच, कोच विनय, कोच मैनपाल राठौर आदि मौजूद रहे।

भिवानी। खिलाड़ियों को नशा न करने की शपथ दिलवाते पूर्व प्राचार्य रमेशचंद्र बूरा।

मार्केट न्यूज

सरस्वती विद्या विहार आसलवास दूबिया में दसवीं का शानदार परिणाम, 100% सफलता



भिवानी। आसलवास दूबिया स्थित सरस्वती विद्या विहार सीनियर सेकेंडरी स्कूल ने इस वर्ष भी कक्षा दसवीं के परीक्षा परिणाम में शानदार प्रदर्शन करते हुए 100% सफलता हासिल की। विद्यालय के सभी विद्यार्थियों ने कठिन परिश्रम, अनुशासन और समर्पण के साथ पढ़ाई कर उत्कृष्ट परिणाम प्राप्त किया। विद्यालय के मेधावी छात्रों में अनुज ने 98.6% अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। दीपिका ने 97.2% अंक के साथ द्वितीय स्थान प्राप्त किया, जबकि मितुल ने 96.4% अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान पर अपनी जगह बनाई। विषयवार उत्कृष्ट प्रदर्शन में विद्यार्थियों ने कई विषयों में शानदार अंक प्राप्त किए। कंप्यूटर एवं सामाजिक विज्ञान में अधिकतम 100 अंक, गणित एवं संगीत कला में 99 अंक, अंग्रेजी में 98 अंक, हिंदी में 97 अंक तथा विज्ञान में 96 अंक प्राप्त कर विद्यालय की शैक्षणिक गुणवत्ता को और ऊँचा किया। इस शानदार सफलता के अवसर पर विद्यालय में खुशी का माहौल देखने को मिला। मिठाइयाँ बाँटकर सभी ने इस उपलब्धि का जश्न मनाया। शिक्षक, अभिभावक और समस्त विद्यालय परिवार इस परिणाम को देखकर अत्यंत प्रसन्न और गर्वित नजर आए। विद्यालय के चेयरमैन श्री राजबीर सिंह ने कहा कि "यह परिणाम विद्यार्थियों की कड़ी मेहनत और शिक्षकों के समर्पण का प्रत्यक्ष प्रमाण है। हमें अपने विद्यार्थियों पर गर्व है।"

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस का सीबीएसई 10वीं कक्षा का परिणाम रहा का शत-प्रतिशत

भिवानी। 15 अप्रैल 2026 को घोषित हुए सीबीएसई 10वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस, मिलकपुर के विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए शत-प्रतिशत सफलता हासिल की। विद्यालय के सभी छात्र-छात्राएं सफल रहे, जिससे स्कूल में खुशी का माहौल है। प्रिंसिपल नितीश मिश्र ने जानकारी देते हुए बताया कि इस वर्ष कुल 71 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी थी, जिनमें से 5 विद्यार्थियों ने 95% से अधिक अंक प्राप्त किए, जबकि 14 विद्यार्थियों ने 90% से ऊपर अंक हासिल कर विद्यालय का नाम रोशन किया। विद्यालय की टॉपर प्रिया ने 98.2% अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। विषयवार प्रदर्शन भी बेहद सराहनीय रहा। प्रिया ने सामाजिक विज्ञान में 100% अंक हासिल कर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। इसके साथ ही कंप्यूटर साइंस विषय मे कनिका, प्रिया, मानसी, लक्ष्य, निकिता, अमन, प्रीति, भारत, पीयूष, काजल, पीयूष साहिल सहित कुल 12 विद्यार्थियों ने 100 में से 100 अंक प्राप्त कर विशेष उपलब्धि हासिल की। विद्यालय के चेयरमैन आनंद यादव, डायरेक्टर साहिल यादव एवं प्रिंसिपल नितीश मिश्र ने सभी विद्यार्थियों को इस शानदार सफलता के लिए बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

बवानीखेड़ा। विश्व स्वास्थ्य दिवस पर विद्यार्थियों को जागरूक करते डॉ.कपिल यादव।

राजकीय मॉडल स्कूल में विश्व स्वास्थ्य दिवस सप्ताह में छात्रों को किया जागरूक

बवानीखेड़ा। राजकीय मॉडल संस्कृत विद्यालय में 7 अप्रैल से 14 अप्रैल तक विश्व स्वास्थ्य दिवस सप्ताह का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यालय में विभिन्न जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए गए। विद्यालय में डॉ. कपिल यादव ने छात्र-छात्राओं को टीबी. और एड्स जैसी गंभीर बीमारियों के बारे में जानकारी दी। साथ ही विद्यार्थियों को एक डॉक्यूमेंट्री फिल्म भी दिखाई गई, जिससे उन्हें इन बीमारियों के प्रति जागरूक किया जा सके। इस दौरान विद्यार्थियों को टोल फ्री हेल्पलाइन नंबर 1097 के बारे में भी जानकारी दी गई। प्राचार्या संतोष भाकर ने भी विद्यार्थियों को जागरूक किया। इसके अतिरिक्त, एनएसएस वालंटियर्स को स्थानीय अस्पताल बवानी खेड़ा से डॉ. कृष्ण व उनकी टीम द्वारा जागरूक किया गया। उन्होंने छात्रों को बताया कि जिन व्यक्तियों को 15 दिन से अधिक समय से खांसी हो रही है, उन्हें तुरंत अस्पताल जाकर जांच करवानी चाहिए। उन्होंने यह भी जानकारी दी कि टी.बी. के मरीजों को सरकार द्वारा प्रतिमाह 1000 रुपये की डाइट सहायता दी जाती है तथा सभी आवश्यक जांच निःशुल्क की जाती हैं।

डीएवी शताब्दी स्कूल में श्रद्धा के साथ किया यज्ञ

भिवानी। डीएवी शताब्दी पब्लिक स्कूल में चल रही विशेष यज्ञ श्रृंखला के दूसरे दिन आज अभिभावक-शिक्षक-छात्र बैठक पर आध्यात्मिक समारोह का आयोजन किया। विद्यालय प्रांगण में आहुति की सुगंध एवं वैदिक मंत्रों की गूंज ने न केवल छात्रों बल्कि उपस्थित अभिभावकों को आत्मिक शांति का अनुभव करवाया। यज्ञ की सबसे बड़ी विशेषता छात्रों के माता-पिता की सक्रिय भागीदारी रही। विद्यालय प्रबंधन की अनूठी पहल के अंतर्गत द्वितीय यज्ञ में मुख्य यजमान के रूप में विद्यार्थियों के अभिभावकों को आमंत्रित किया।यज्ञ के दौरान पुरोहितों ने उच्चारित विश्वानी देव सवितर्दुरितानी परासुव जैसे मंत्रों के साथ उपस्थित जनसमूह ने घी एवं सामग्री की आहुतियां समर्पित की। इस अनुष्ठान का मुख्य उद्देश्य संकुचित स्वार्थों से ऊपर उठकर वसुधैव कुटुंबकम की भावना को चरितार्थ करना था। इस अवसर पर डीएवी कॉलेज मैनेजिंग कमेटी नई दिल्ली अध्यक्ष पद्मश्री डॉ. पूनम सूरी ने अपना शुभकामना संदेश प्रेषित करते हुए कहा डीएवी का मूल मंत्र ही विश्व का कल्याण है। प्रधानाचार्या जगदीप कौर ने कहा कि शिक्षा का वास्तविक उद्देश्य केवल किताबी ज्ञान देना नहीं, बल्कि बच्चों को अपनी जड़ों और संस्कृति से जोड़ना भी है।

भिवानी। यज्ञ में आहुति डालते शिक्षक व विद्यार्थी। *फोटो : हरिभूमि*

सरस्वती विद्या मंदिर स्कूल का 10वीं सीबीएसई परिणाम शानदार, 100 प्रतिशत रहा रिजल्ट

चरखी दादरी। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड द्वारा घोषित दसवीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में सरस्वती विद्या मंदिर वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का परीक्षा परिणाम शानदार रहा। विद्यालय का परिणाम शत-प्रतिशत रहा , जिससे विद्यालय परिवार में हर्ष का माहौल है। विद्यालय की छात्रा वंशिका पुत्री सत्येंद्र सिंह ने 98.6 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके अलावा मोनिका ने 97.4 प्रतिशत, नमन कुमार ने 96.8 प्रतिशत, दीपांशु पुत्र जसबीर ने 96 प्रतिशत तथा मोहित ने 95.2 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। विद्यालय के कुल 15 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए, जबकि 60 विद्यार्थियों ने मेरिट सूची में स्थान बनाकर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। परिणाम घोषित होते ही विद्यालय में खुशी की लहर दौड़ गई। विद्यालय प्रशासन द्वारा तुरंत सभी विद्यार्थियों एवं उनके अभिभावकों को स्कूल में बुलाकर सम्मानित किया गया। निदेशक मुन्ना लाल शर्मा ने सभी विद्यार्थियों को आशीर्वाद देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की तथा अभिभावकों को शुभकामनाएं एवं बधाई दी।

हरिभूमि

आवश्यक सूचना

जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-

हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8814999151, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है

मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।

तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश

आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 x 8 सें.मी 10 x 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra

नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज़ पर मान्य। अन्य किसी साईज़ के लिए कार्ड रेट लागू।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें

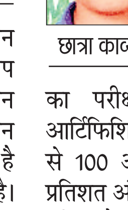
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

97.6 के साथ काव्यांशु ने हासिल किया प्रथम स्थान

एचडी स्कूल ने सीबीएसई परीक्षा में लहराया परचम

96.6 प्रतिशत अंक प्राप्त कर लक्ष्य ने पाया तृतीय स्थान

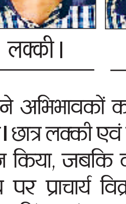
हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी



छात्रा काव्यांशु

प्राचार्या नमिता दास एवं उप प्राचार्य नवीन सनसनवाल ने कहा कि काव्यांशु पुत्री कुलदीप बिरोहड़ ने 97.6 अंक लेकर प्रथम स्थान हासिल किया। इनके माता ग्रहणी, पिता किसान हैं। काव्यांशु शुरु से ही पढ़ाई में अव्वल रही है व भविष्य में आईएएस बनना चाहती है। काव्यांशु ना किसी प्रकार का ट्यूशन लिया एवं मोबाइल से दूरी बनाए रखी। इसी प्रकार हंसिका पुत्री शमशेर बिरोहड़ ने 97.2 अंक प्राप्त कर द्वितीय स्थान हासिल कर अपने माता-पिता का नाम रोशन किया। हंसिका सपना डॉक्टर बन कर लोगों की सेवा करना है। लक्ष्य पुत्र अनिल ने 96.6 अंक प्राप्त कर तीसरा स्थान अर्जित किया। विद्यालय के 8 छात्रों ने 95 प्रतिशत से अधिक अंक लेकर बाजी मारी वहीं 14 छात्रों ने 90 एवं 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। 34 विद्यार्थियों ने 80 एवं 80 प्रतिशत अधिक अंक प्राप्त किए। विद्यालय का परीक्षा परिणाम शतप्रतिशत रहा। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने हंसिका ने 100 में से 100 अंक व सामाजिक विज्ञान में 99 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। लक्ष्य पुत्र अनिल ने गणित में 100 एवं विज्ञान विषय में 98 अंक प्राप्त किए, यातिका ने मुजिक विषय में 100 एवं हिन्दी विषय में 99 प्रतिशत, प्रिया ने अंग्रेजी विषय में 98 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। सभी छात्र-छात्राओं ने अपनी सफलता का श्रेय अपने अध्यापकों विद्यालय प्रबंधन समीति व अपने अभिभावकों के सहयोग को दिया।

आर्यावर्त वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का सीबीएसई परीक्षा में शानदार परिणाम



लक्की।

तरीसा।

चरखी दादरी। गांव आदमपुर डाढ़ी स्थित आर्यावर्त वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ने दसवीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में शानदार प्रदर्शन करते हुए नया कीर्तिमान स्थापित किया है। विद्यालय के सभी विद्यार्थियों का शत-प्रतिशत परिणाम रहा, जिससे विद्यालय परिवार में खुशी का माहौल है। विद्यालय के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट अंक प्राप्त कर न केवल अपने अभिभावकों का बल्कि पूरे जिले और विद्यालय का नाम रोशन किया है। छात्र लक्की एवं तरीसा ने 91-91 प्रतिशत अंक हासिल कर श्रेष्ठ प्रदर्शन किया, जबकि कशिश ने 90 प्रतिशत अंक प्राप्त किया। इस उपलब्धि पर प्राचार्य विक्रांत वशिष्ठ, चेयरमैन पवन वशिष्ठ, निदेशक सज्जन सिंह सांगवान एवं सचिव सुखबीर सांगवान ने विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों की कड़ी मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का परिणाम है।

वार्ड में 19 लाख रुपये की लागत से पक्की होगी गली, काम शुरू

लोहारू। शहर में इन दिनों विकास कार्यों को गति दी जा रही है बुधवार को शहर के वार्ड नंबर दो में एक गली निर्माण कार्य शुरू किया। इस दौरान नपा प्रधान बंटी तायल व वाइस चेयरमैन विपिन सैनी ने कहा कि शहर के वार्डों के विकास कार्य में तेजी लाई जाएगी। बता दें कि एक सप्ताह पहले नगरपालिका ने वार्ड नंबर एक में करीब 25 लाख रुपये की लाग से बनने वाली गली का निर्माण कार्य शुरू किया था। विकास की कड़ी में शहर में छह गलियों का निर्माण कार्य करवाया जाना है। प्रधान व वाइस चेयरमैन ने कहा कि शहर का विकास ही उनकी प्राथमिकता है।

शिक्षा संस्कार चरित्र निर्माण

आर्यन कोचिंग
स्याई एकेडमी (विश्वास का दूसरा नाम)

12वीं के बाद सरकारी नौकरी
नया बैच आरम्भ

अग्निवीर | SSC | रेलवे
हरियाणा पुलिस | हरियाणा ग्रुप-डी | CET
AIRFORCE | NAVY | ARMY

पता : बस स्टैंड के पास, चरखी दादरी
9050035973, 9812611926