हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, मंगलवार, 7 मई 2024

भाविप ने बनसुधार व खैरेका में निकाली मतदाता जागरूकता रैली 12

हरियाणा पहले, एसएससीबी आर्मी बॉयज द्वितीय 12

खबर संक्षेप

युवक 80 ग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार

सिरसा। एंटी नारकोटिक्स सेल ऐलनाबाद पुलिस टीम ने रानियां थाना क्षेत्र के गांव बणी से एक युवक को 80 ग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने बताया कि एंटी नारकोटिक्स सेल ऐलनाबाद के प्रभारी प्रवीण कुमार गश्त के दौरान गांव बणी क्षेत्र में मौजूद थे। इसी दौरान गांव की आंगनवाड़ी केंद्र के समीप खड़े युवक ने सामने पुलिस पार्टी को देखकर मौका से खिसकने का प्रयास किया। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि शक के आधार पर पुलिस पार्टी ने उक्त युवक को काबू कर जब नियमानुसार उसकी तलाशी ली तो युवक के कब्जा से 80 ग्राम हेरोइन बरामद हुई।

सामान्य पर्यवेक्षक देवकृष्णा तिवारी पहुंचे सिरसा

सिरसा। जिला निर्वाचन अधिकारी आरके सिंह ने बताया कि सिरसा लोकसभा क्षेत्र के चुनाव सामान्य पर्यवेक्षक देवकृष्णा तिवारी, आईएएस सिरसा पहुंच चुके है। उनका कार्यालय स्थानीय चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के फैकल्टी हाऊस के मीटिंग रूम में स्थापित किया गया है। कोई भी व्यक्ति लोकसभा चुनाव से संबंधित समस्या के लिए सुबह 9 से 10 बजे के बीच में उनसे मिल सकते है।

दो उद्घोषित अपराधी दबोचे

डबवाली। डबवाली थाना पुलिस ने दो उद्घोषितों को गिरफ्तार किया है। इस संबंध में पुलिस अधिकारी रामफल ने बताया कि पकड़े गए उद्घोषित की पहचान विनोद कुमार निवासी सावंतखेड़ा व सतनाम सिंह निवासी शहीद भगत सिंह नगर मानसा पंजाब के रुप में हुई है। उन्होंने बताया कि आरोपी विनोद कुमार अदालत से एनडीपीएस एक्ट में पी.ओ. घोषित था। दूसरा आरोपी सतनाम सिंह अदालत से एनएसीटी एक्ट में पी.ओ. घोषित था। आरोपी सतनाम सिंह खिलाफ थाना शहर डबवाली में अभियोग अंकित है।

युवक हेरोइन सहित गिरफ्तार

डबवाली। सीआईए डबवाली पुलिस ने गांव चौटाला से एक युवक को 5 ग्राम 50 मिलीग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। सीआईए डबवाली प्रभारी विरेंद्र सिंह ने बताया कि पकड़े गए युवक की पहचान रामकुमार निवासी चौटाला के रूप में हुई। आरोपी युवक के खिलाफ थाना सदर डबवाली में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है।

गोरीवाला में विजय संकल्प रैली आज, सीएम पहुंचेंगे

सिरसा। गांव गोरीवाला में 7 मई को भाजपा प्रत्याशी डॉ. अशोक तंवर के समर्थन में विजय संकल्प रैली आयोजित की जाएगी। रैली में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी बतौर मुख्य वक्ता संबोधित करेंगे। भाजपा जिलाध्यक्ष निताशा सिहाग ने बताया कि मुख्यमंत्री बनने के बाद नायब सिंह सैनी का सिरसा में यह तीसरा दौरा होगा।

जांडलीखुर्द में लव मैरिज मामले में विवाद गहराया

युवक के घर में आगजनी की जांच को लेकर पुलिस स्टेशन में धरना

एसएचओ के आश्वासन के बाद ग्रामीण संतुष्ट होकर वापस गांव लौटे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भूना

जांडलीखुर्द में लव मैरिज मामले में लड़की पक्ष के लोगों पर 29 अप्रैल को युवक के घर में आगजनी व चोरी के दर्ज मुकदमे की निष्पक्ष जांच को लेकर लोगों ने धरना दिया। ग्रामीणों ने कहा कि जिला पार्षद गगन गोदारा सहित 30 लोगों पर 30 अप्रैल को दर्ज की गई एफआईआर एक साजिश का हिस्सा है। इसलिए मामले की जांच करके दूध का दूध और पानी का पानी निकालकर मुख्य आरोपियों पर कार्रवाई की जाए।

थानाध्यक्ष संदीप कुमार ने पुलिस स्टेशन परिसर में बैठे जांडलीखुर्द के लोगों को आश्वासन दिया कि पुलिस गंभीरता से जांच कर रही है और किसी भी निर्दोष को मामले में शामिल नहीं किया जाएगा। परंतु आरोपी कोई भी हो उसे बक्शा नही जाएगा। एसएचओ के आश्वासन के बाद ग्रामीण संतुष्ट होकर वापस गांव लौट गए। जांडलीखुर्द निवासी सत्यवान पूनिया, कृष्ण कुमार, शमशेर सिंह पूनिया, रोशन लाल, सुरेश कुमार, नरेंद्र कुमार उर्फ नंदा, प्रवीण कुमार पूनिया, रामनिवास, सुरेंद्र कुमार, प्रदीप कुमार, सुभाष चंद्र, रमेश कुमार, राजेंद्र सिंह, बलजीत सिंह व नरेश कुमार सहित बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने सोमवार को थाना परिसर में पहुंचकर जमीन पर बैठकर धरना दिया।

सत्यवान पूनिया ने बताया कि जांडलीखुर्द के लोग किसी भी आरोपी को बचाने नहीं आए हैं। लेकिन निष्पक्ष जांच किए जाने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि अनिल कुमार कुम्हार के घर में एक षड्यंत्र और योजना बंद तरीके से आगजनी व चोरी की वारदात को अंजाम दिया गया।

घर का दरवाजा बंद था और चाबी युवक के परिवार के पास थी। घर के दरवाजे अंदर से पूरी तरह बंद थे तो आग लगाने की घटना को अंजाम किसने दिया। पुलिस को इसकी गहराई तक जाने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि जिला पार्षद गगन गोदारा व 30 अन्य लोगों के विरुद्ध 30 अप्रैल को दर्ज मुकदमा नंबर 112 में झूठा फसाया गया है।

भूना। लव मैरिज मामले में लड़की पक्ष के लोगों पर दर्ज मुकदमा नंबर 112 की जांच निष्पक्ष किए जाने की मांग को लेकर धरना देकर विरोध प्रकट करते जांडलीखुर्द के लोग। *फोटो : हरिभूमि*

दोषी को बक्शा नहीं जाएगा

थानाध्यक्ष संदीप कुमार ने बताया कि जांडलीखुर्द गांव के काफी संख्या में लोग मुकदमा नंबर 112 की जांच निष्पक्ष किए जाने को लेकर पुलिस स्टेशन परिसर में आकर बैठ गए थे। जिन्हें बताया गया कि पुलिस कार्रवाई में किसी भी निर्दोष को हिरासत में नही लेगें और दोषी को बक्शा नही जाएगा।

क्या है विवाद

जांडलीखुर्द में 15 फरवरी की रात्रि को अनिल कुमार कुम्हार व रितु पूनिया ने घर से भागकर प्रेम विवाह कर लिया था। जिसके बाद से ही दोनों गांव से गायब हैं और युवक का परिवार भी डर के मारे जांडलीखुर्द छोड़कर चला गया था। परंतु 28 मार्च को युवक अनिल कुमार के परिजन जांडलीखुर्द में अपने घर से सामान लेने आए थे। जिसकी भनक लड़की पक्ष के लोगों को मिली तो उन्होंने युवक के परिवार की महिलाओं व पुरुषों की पिटाई कर दी थी। जिस पर पुलिस ने लड़की पक्ष के 14 नामित व 20 अज्ञात लोगों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज किया था। उपरोक्त मामले में आठ लोगों की गिरफ्तारी हो चुकी है और पुलिस दूसरे आरोपियों की अभी तलाश कर ही रही थी। इसी दौरान 29 अप्रैल को युवक के घर में आग लगाकर व चोरी की वारदात को अंजाम दे दिया। मामले में युवक के पिता रामकिशन कुम्हार की शिकायत पर जिला पार्षद गगन गोदारा व मुकदमा नंबर 72 में सभी आरोपियों के विरुद्ध एफआईआर दर्ज की गई थी। इसलिए जांडलीखुर्द के ग्रामीण मुकदमा नंबर 112 की जांच निष्पक्ष किए जाने की मांग को लेकर करीब 4 घंटे तक पुलिस स्टेशन परिसर में जमीन पर बैठकर धरना दिया।

ससुरालजनों ने विवाहिता को लगाई आग, हत्या का केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गांव मेहूवाला में महिला के चरित्र पर शक करते हुए ससुरालजनों द्वारा आग लगाकर उसकी हत्या करने का समाचार है। मृतका के भाई की शिकायत पर भट्टू पुलिस ने उसके ससुरालजनों के खिलाफ हत्या का केस दर्ज किया है। सूचना मिलते ही भट्टूकलां पुलिस व सीन ऑफ क्राइम की टीम मौके पर पहुंच गई और जांच पड़ताल की। इस बारे पुलिस को दी शिकायत में गांव किरढ़ान निवासी मनोज कुमार ने कहा है कि उसकी बहन कृष्णा की शादी सुरेन्द्र व दूसरी बहन सोनू की शादी राजेश बेरड़ निवासी मेहूवाला के साथ साल 2013 में हुई थी। शादी के समय उसके पिता ने उन्हें काफी दान-दहेज भी दिया था। इसके बावजूद उनके ससुरालजन दहेज को लेकर उन्हें परेशान करते थे। इससे परेशान होकर उसकी बड़ी बहन कृष्णा अपने मायके गांव किरढ़ान में रहती है। उसकी दूसरी बहन सोनू को भी उसका पति राजेश, जेठ सुरेन्द्र, सास जेता बाई व ससुर रामकरण दहेज के लिए ताने मारते रहते थे। सोनू के बताने पर उन्होंने उसे अपने मायके गांव किरढ़ान आने को भी कहा लेकिन वह हर बार मना कर देती और कहती कि उसने घर बसाना है। मनोज ने कहा कि रविवार रात को उसकी बहन सोनू का उसके पास फोन आया और उसने रोते हुए कहा कि उसका सास-ससुर व जेठ उसे परेशान करते है और उसका पति राजेश भी उसका साथ नहीं देता। वे उसके चरित्र पर भी शक करते हैं कि वह सुरेन्द्र पर झूठे इल्जाम क्यों लगाती है, वह उसे जान से मार देंगे। इसके कुछ समय बाद ही सोनू के ससुर ने उन्हें सूचना दी कि सोनू ने आग लगा ली है और वह आकर उसे संभाल लें।

लोकसभा चुनावों को पुलिस सतर्क, कार से 2 लाख 80 हजार की नकदी बरामद

फतेहाबाद। लोकसभा चुनावों को धन बल के प्रयोग को रोकने को लेकर फतेहाबाद पुलिस सतर्क नजर आ रही है। लोकसभा चुनाव के मद्देनजर जिला फतेहाबाद मे आदर्श आचार संहिता की पालना करते हुए फतेहाबाद पुलिस की सीआईए फतेहाबाद व एंटी व्हीकल थेफ्ट सैल फतेहाबाद की संयुक्त टीम ने नेशनल हाइवे पर गांव बड़ोपल के पास नाकाबन्दी के दौरान गाड़ी सवार दो युवकों को काबू किया है। पुलिस ने इनके पास से 2 लाख 80 हजार रुपये की नकदी बरामद की है। पकड़े गये दोनों युवको की पहचान लिखीराम पुत्र शीशपाल निवासी इन्दौर जिला खरतल, राजस्थान व रामलाल पुत्र हेमकरण निवासी धूमासपूर, जिला गुरुग्राम के रूम में हुई है। इस बारे जानकारी देते हुए सीआईए फतेहाबाद के इंचार्ज निरीक्षक सुरेन्द्रा ने बताया कि सीआईए फतेहाबाद व एवीटी स्टाफ फतेहाबाद की संयुक्त टीम लोकसभा चुनाव 2024 के मद्देनजर नेशनल हाइवे पर गांव बड़ोपल के पास नाकाबन्दी कर वाहनों की जांच कर रही थी। इस दौरान पुलिस ने शक के आधार पर एक बोलेरो गाड़ी को रुकवा कर चेक किया तो उसमें से 2 लाख 80 रुपये बरामद हुए। इस पर पुलिस ने गाड़ी में सवार दोनों युवकों से नकदी बारे पूछा तो वे कोई संतोषजनक जवाब नहीं दे सके।

राघव बत्रा सुसाइड केस में मृतक की बहन की अग्रिम जमानत याचिका खारिज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश अमित गर्ग की अदालत ने भट्टू रोड स्थित सीमा संस्कार स्कूल के डायरेक्टर राघव बत्रा द्वारा गोली मारकर सुसाइड करने के मामले में सुनवाई करते हुए मृतक की बहन और इस मामले में मुख्य आरोपी शिल्पा की अग्रिम जमानत याचिका को खारिज कर दिया है। इस मामले में आज अदालत में पीड़ित पक्ष की ओर से एडवोकेट सुब्बा सिंह दंदीवाल, विनय शर्मा व अमित बढ़ेरा ने पैरवी की। इस मामले में मृतक राघव बत्रा के माता-पिता को अदालत ने कुछ दिन पूर्व अग्रिम जमानत दे दी थी। बता दें कि भट्टू रोड स्थित सीमा संस्कार स्कूल के डायरेक्टर राघव बत्रा ने 18 अप्रैल को खुद को गोली मारकर आत्महत्या कर ली थी। इस मामले में शहर फतेहाबाद पुलिस ने मृतक के माता-पिता, बहन सहित चार लोगों के खिलाफ आत्महत्या के लिए मजबूर करने के आरोप में केस दर्ज किया था। पुलिस को दी शिकायत में अंजली कालोनी निवासी प्रियंका बत्रा ने कहा था कि करीब 13 साल पहले उसकी शादी राघव बत्रा के साथ हुई थी। प्रियंका के अनुसार उसके सास-ससुर, ननद ने शीना के साथ षडयंत्र रचकर उसके पति को मार्च 2024 में चल-अचल सम्पति व स्कूल से बेदखल कर दिया। इससे परेशान होकर उसके पति ने अपनी लाइसेंसी रिवाल्वर से आत्महत्या कर ली है। इस मामले में मृतक राघव बत्रा के आरोपी माता-पिता व बहन ने अग्रिम जमानत को लेकर कोर्ट में याचिका दायर की थी। अदालत ने गत दिनों उसके माता-पिता की अग्रिम जमानत को स्वीकार कर लिया था जबकि आज राघव बत्रा की बहन की अग्रिम जमानत याचिका खारिज कर दी है।

अक्षय तृतीया पर होने वाली शादियों पर प्रशासन की नजर

■ बाल विवाह रोकने को लेकर लोगों से मांगा सहयोग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

बाल विवाह करवाना व करना सामाजिक बुराई व कानूनी अपराध है। बाल विवाह की पूर्णतया रोकथाम के लिए प्रशासन द्वारा अथक प्रयास किए जा रहे हैं। यह बात सोमवार को स्थानीय लघु सचिवालय के सभागार में अतिरिक्त उपायुक्त राहुल मोदी ने 10 मई को अक्षय तृतीया के अवसर पर किये जाने वाले बाल विवाहों की रोकथाम को लेकर आयोजित बैठक की अध्यक्षता करते हुए कही। एडीसी ने महिला एवं बाल विकास विभाग, महिला संरक्षण एवं बाल विवाह निषेध अधिकारी सहित संबंधित विभाग के अधिकारियों को अक्षय तृतीया पर बाल विवाह रोकने के लिए कारगर कदम उठाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि यदि कहीं पर बाल विवाह किए जाने की सूचना मिलती है तो उस पर तुरंत प्रभाव से कार्रवाई की जाए।

एडीसी राहुल मोदी ने कहा कि आमतौर पर अखा तीज (अक्षय तृतीया) पर सामाजिक प्रथा अनुसार लोगों द्वारा बड़ी संख्या में विवाह/शादियों का आयोजन किया जाता है। ऐसे में जागरूकता के अभाव में बाल विवाह होने की आशंका बनी रहती है जो कि कानूनी रूप से अपराध है। उन्होंने कहा कि बाल विवाह निषेध अधिनियम, 2006 के अनुसार लड़की की शादी 18 वर्ष व लड़के की शादी 21 वर्ष से पहले की जाती है, तो यह कानूनन अपराध है। एक्ट के तहत बाल विवाह के आयोजन में भागीदार सभी लोगों पर कानूनी कार्यवाही की जाता है, जिसके तहत 2 साल की जेल व एक लाख रुपये तक के जुर्माने का भी प्रावधान है। उन्होंने सामुदायिक केन्द्र, सार्वजनिक भवन, बैंकट हाल, मैरिज पैलेस इत्यादि के मालिक अथवा प्रभारियों से भी अपील है कि वे उनके यहां आयोजित होने वाले विवाह समारोह के संबंध में पहले से दुल्हा व दुल्हन के आयु प्रमाण पत्र की जांच कर लें व आयु प्रमाण पत्रों की एक प्रति अपने पास भी रख लें।

फतेहाबाद। अक्षय तृतीया पर बाल विवाह रोकने को लेकर अधिकारियों की बैठक लेते अतिरिक्त उपायुक्त राहुल मोदी। *फोटो : हरिभूमि*

श्री बालाजी स्कूल कागदाना में अलंकरण समारोह का आयोजन

■ कार्यक्रम में स्कूल प्रबंधन समिति के सदस्यों, शिक्षकों एवं छात्रों ने भाग लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

श्री बालाजी सीनियर सेकेंडरी स्कूल कागदाना में अलंकरण समारोह का आयोजन किया। कार्यक्रम में स्कूल प्रबंधन समिति के सदस्यों, शिक्षकों एवं छात्रों ने भाग लिया। अलंकरण समारोह उन महत्वपूर्ण अवसरों में से एक है, जब जिम्मेदारी का दायित्व नव नियुक्त छात्र परिषद को सौंपी जाती है। नव नियुक्त छात्र परिषद में कक्षा आठवीं से बारहवीं तक के 14 सदस्य हैं, जिन्हें एक कठोर चयन प्रक्रिया के माध्यम से चुना गया है। छात्र परिषद अपनी विभिन्न उप-समितियों के माध्यम से वर्तमान शैक्षणिक वर्ष के लिए स्कूल की गतिविधियों की देखरेख करेगी। बारहवीं कक्षा से अजय ढाका और बारहवीं कक्षा से मान्यता कासनिया क्रमशः हेड बॉय और हेड गर्ल के रूप में छात्र परिषद का नेतृत्व करेंगे। आठवीं कक्षा की पल्लवी बागड़िया को सांस्कृतिक मंत्री, नौंवी कक्षा की सस्मिता बैनीवाल को भाषा मंत्री, बारहवीं कक्षा की प्राची बांदर को अनुशासन मंत्री एवं बारहवीं कक्षा के सौरभ खर्रा को खेल मंत्री के रूप में नियुक्त किया गया। इसी कार्यक्रम के दौरान समृद्धि बैनीवाल, स्नेहा सिहाग, रिया और अमित गाट का क्रमशः आजाद हाउस, भगत हाउस, बॉस हाउस और लक्ष्मी हाउस के कप्तान के रूप में चयन किया गया। साथ ही भव्य बैनीवाल, संजू भांभू, प्राण और सागरिका कासनिया का क्रमशः आजाद हाउस, भगत हाउस, बॉस हाउस और लक्ष्मी हाउस के उप-कप्तान के रूप में चयन किया गया। स्कूल प्रबंधक संदीप बैनीवाल ने नवनिर्वाचित पदाधिकारियों को नियुक्ति पत्र सौंपा और शपथ दिलाई।

सिरसा। अलंकरण समारोह में विभिन्न पदों पर नियुक्त किए गए विद्यार्थी।

विटामिन की कमी से ही फेफड़े की बीमारियों का खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| ओढां

■ विटामिन की कमी होने की वजह से क्रॉनिक ऑब्स्ट्रैक्शन पल्मोनरी डीजीज और अस्थमा होने का खतरा बढ़ता है

कालांवाली रोड पर स्थित सुरभि नसिंर्ग होम में निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 49 लोगों ने उचित परामर्श व मुफ्त दवाइयां लेकर लाभ उठाया। इस शिविर में डॉ. नवीन कुमार व डॉ. राजपाल वर्मा ने मरीजों का चेकअप किया। डॉ. नवीन कुमार ने बताया कि जिन लोगों के शरीर में विटामिन की कमी पाई जाती है। उन लोगों में सांस और अस्थमा जैसी बीमारियां ज्यादा देखने को मिलती हैं। विटामिन की कमी होने की वजह से क्रॉनिक ऑब्स्ट्रैक्शन पल्मोनरी डीजीज और अस्थमा होने का खतरा बहुत बढ़ जाता है। विटामिन की कमी होने की वजह से भी फेफड़े सही तरीके से काम नहीं कर पाते हैं। इस शिविर में डॉ. संदीप कांसल ने बवासीर संग्रहणी, माइग्रेन, गठिया बाय, लीवर व पेट के रोगियों को होमीयोपेथी दवाइयां निशुल्क वितरित की। इस अवसर पर जोड़ दर्द, सर्वाइकल दर्द, नजला, दमा, अस्थमा व नशा छोड़ने के काफी मरीज पहुंचे और सभी को मुफ्त दवाइयो दी गई।

सिरसा। डॉ. राजपाल महिला रोगी का चेकअप करते हुए।

बिना अनुमति नहीं लगेंगे संदेश होर्डिंग्ज, पोस्टर, वॉलपेंटिंग

■ नियमों की उलंघना करने वालों पर होगी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

रिटर्निंग अधिकारी आरके सिंह ने कहा कि आदर्श आचार संहिता के दौरान किसी भी सरकारी व अर्द्धसरकारी एवं निजी संपत्ति पर किसी प्रकार के होर्डिंग्ज, पोस्टर, वॉल पेंटिंग आदि नहीं लगाई जा सकती। राजनीतिक दलों के प्रत्याशी व अन्य उम्मीदवार केवल जिला प्रशासन द्वारा निर्धारित स्थानों पर अनुमति लेकर ही फ्लेक्स, बैनर व हार्डिग चस्पा कर सकेंगे। उन्होंने कहा कि दी हरियाणा प्रिवेंशन ऑफ डिफेसमेंट ऑफ प्रॉपर्टी एक्ट 1989, संशोधित अधिनियम 1996 के अनुसार ऐसा करना अपराध है। उन्होंने जिला की सभी नगरपरिषद व नगरपालिकाओं के अधिकारियों को यह सुनिश्चित करने की हिदायत दी है कि उनसे संबंधित विभागीय संपत्ति पर कोई राजनीतिक होर्डिंग्स, पोस्टर, वॉलपेंटिंग आदि न लगे। उन्होंने कहा कि यदि ऐसा पाया जाता है तो यह दी हरियाणा प्रिवेंशन आफ डिफेसमेंट ऑफ प्रॉपर्टी एक्ट, 1989 संशोधित अधिनियम 1996 का उल्लंघन होगा तथा दोषी पाए जाने पर उसके विरूद्ध सख्त कानूनी कार्यवाही अमल में लाई जाएगी।

आईसीएसई की दसवीं की परीक्षा में एमी मक्कड़ ने हरियाणा जोन में किया टॉप

दसवीं के परीक्षा परिणाम में अपेक्स कॉन्वेंट का शत प्रतिशत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

आईसीएसई बोर्ड द्वारा मान्यता प्राप्त शहर के एकमात्र स्कूल सतीश कॉलोनी स्थित अपेक्स स्कूल का दसवीं कक्षा का वार्षिक परीक्षा परिणाम शत-प्रतिशत रहा है। स्कूल की छात्रा एमी मक्कड़ ने 98.4 प्रतिशत अंकों के साथ हरियाणा जोन में टॉप कर स्कूल का नाम रोशन किया है। एमी ने बॉयोलॉजी, इंग्लिश, कमर्शियल एप्लीकेशन में शत प्रतिशत अंक हासिल किए गए। बोर्ड द्वारा यह परीक्षा फरवरी -मार्च में आयोजित की गई थी। शानदार परीक्षा परिणाम पर स्कूल प्रबंधन कमेटी के सतीश चराईपोत्रा, अमित मक्कड़, प्राचार्य उमंग कक्कड़ और स्टाफ सदस्यों ने खुशी व्यक्त करते हुए विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों को बधाई दी। शानदार परीक्षा परिणाम आने पर स्कूल पहुंचे विद्यार्थियों ने स्टाफ सदस्यों के साथ खुशी व्यक्त की तथा स्कूल प्रबंधन कमेटी के सदस्यों व प्राचार्य ने उन्हें मिठाई खिलाकर खुशी का इजहार किया। परीक्षा परिणाम बारे जानकारी देते हुए स्कूल प्रबंधन कमेटी के अमित मक्कड़ ने कहा कि इस बार बोर्ड द्वारा आयोजित दसवीं की परीक्षा में स्कूल के 36 बच्चों ने परीक्षा दी थी जिसमें 13 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से ज्यादा तथा 8 विद्यार्थियों ने 80 से 90 प्रतिशत के बीच अंक प्राप्त किए। स्कूल के टॉपर रहने वाले विद्यार्थियों में ऐमी ने 98.4 प्रतिशत, मानिक व यश ने 96 प्रतिशत, निशि ने 95.6 प्रतिशत, हरजोत ने 95.2 प्रतिशत, विपुल ने 94.6 प्रतिशत, महक 94.4 प्रतिशत, खुशी ने 93.6 प्रतिशत, परिनाज ने 92.2 प्रतिशत, हाशी ने 91.6 प्रतिशत, सक्षम ने 91.2 प्रतिशत, कृषमीन ने 90.6 प्रतिशत, सोयल ने 90.4 प्रतिशत अंक प्राप्त कर स्कूल व अभिभावकों का नाम रोशन किया। स्कूल की मेधावी छात्रा एमी ने इंग्लिश लिटरेचर, बायोलॉजी , कमर्शियल एप्लीकेशन में 100 प्रतिशत अंक प्राप्त किए तथा निशि ने कमर्शियल एप्लीकेशन और यश ने आईटी में 100 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। सब्जेक्ट टॉपर्स में इंग्लिश में ऐमी 100 , हिंदी सोएल व विपुल 99, सोशल साइंस परिनाज 99, गणित महक 97, साइंस ऐमी 98, बायोलॉजी ऐमी 100, कैमिस्ट्री परिनाज, ऐमी 99 प्रतिशत, फिजिक्स यश व ऐमी 95 प्रतिशत, सी.ए. ऐमी व निशि 100 प्रतिशत, आईटी में यश ने 100 अंक प्राप्त किए।

फतेहाबाद। अपेक्स कॉन्वेंट स्कूल के दसवीं में अव्वल रहे विद्यार्थी।

मातृ दिवस, 12 मई

विशेष

हरिभूमि

सहेली

रोहतक,मंगलवार
7 मई 2024

❋ मां मनुष्य के होंठों पर सबसे सुंदर शब्द है।
-खलील जिब्रान

अनुभूति

जीवन की डगर पर मां की सीखें

बच्चों की प्रथम पाठशाला परिवार को माना जाता है। इस पाठशाला की प्रथम अध्यापिका मां होती है, जिसकी देख-रेख में बच्चे जीवन की वो सीखें लेते हैं, जो जीवन को सही ढंग से जीने के लिए जरूरी हैं। यहां अपने-अपने क्षेत्र की तीन हस्तियां सहेली को बता रही हैं, इन्होंने अपनी मां से कौन-सी ऐसी बातें सीखीं, जो जीवन के लिए जरूरी सबक हैं।

काम के साथ घर का ख्याल रखना मां से सीखा

अपरा मेहता, अभिनेत्री

मेरी मां मंदाकिनी मेहता सुशिक्षित और आधुनिक विचारों वाली महिला थीं। मैं उनकी इकलौती संतान हूं, फिर भी उन्होंने मुझे बहुत ही अनुशासन में रखा। अधिक लाड़-प्यार देकर उन्होंने मुझे बिगड़ने नहीं दिया। मेरी मां पढ़ाई के साथ स्कूल की हर एक्टिविटी में हमेशा मुझे सबसे आगे रखती थीं। मां खुद भी थिएटर आर्टिस्ट थीं, लेकिन शादी के बाद जब मेरी बेटी का जन्म हुआ तो उसकी देखभाल के लिए उन्होंने अपना काम छोड़ दिया, क्योंकि अभिनय के क्षेत्र में वह मुझे आगे बढ़ते देखना चाहती थीं। मेरे करियर के लिए उन्होंने अपना करियर दांव पर लगा दिया। बचपन में जब मां मेरे साथ सख्ती भरा व्यवहार करती थीं, मुझे बहुत बुरा लगता था, लेकिन अब समझ में आता है कि आज मैं जो कुछ भी हूं, वह उनके कारण ही हूं। बचपन में मैं क्लास में हमेशा फर्स्ट आती थी, वह मेरी तारीफ नहीं करती थीं। उनका कहना था कि अपने बच्चे की प्रशंसा तो सभी करते हैं, असली उपलब्धि तो तब है, जब दूसरे लोग हमारे बच्चे की तारीफ करें। मेरी मां ने मेरी परवरिश इस तरह से की कि मैं एक नेक इंसान बनूं। जब मेरे पिता जी का निधन हो गया तो उसके बाद मैंने उन्हें हमेशा के लिए अपने पास बुला लिया ताकि मैं उनकी अच्छी तरह देखभाल कर सकूं। मेरी बेटी खुशाली को भी उन्होंने बहुत अच्छे संस्कार दिए हैं। मेरी मां बहुत अच्छी होममेकर थीं, घर को बहुत सजा-संवार कर रखती थीं। काम के साथ घर का ख्याल रखना मैंने उनसे ही सीखा है। मुझे याद है, जब भी मैं अनावश्यक शॉपिंग करती तो वो मुझे बहुत डांटती थीं। मुझे हमेशा सोच-समझकर खर्च करने के लिए प्रेरित करती थीं। दो साल पहले 91 वर्ष की आयु में उनका निधन हो गया। मदर्स-डे के अवसर पर मैं उन्हें याद करते हुए यही कहना चाहूंगी कि अपनी बेटी के लिए मैं भी वैसी ही मां बनने की कोशिश कर रही हूं, जैसी वह एक आदर्श मां थीं। ❀

बच्चों के लिए मां सिर्फ एक शब्द नहीं, उनका अनोखा-प्यारा संसार है। मां की अंगुली पकड़कर बच्चे चलना-बोलना और जीवन जीने की कला सीखते हैं। मां अनुभूतियों का ऐसा समंदर है, जिसकी गहराई में बच्चे मानवीय मूल्यों से जुड़ते हैं, रिश्ते निभाना सीखते हैं। मां का ममत्व वो शीतल छांव है, जिसके तले आकर बच्चे तपते सूरज की तपिश भूल जाते हैं। मां के बिना जीवन अधूरा है। मां है तो जीवन रोशन है। मां की महिमा अपरंपार है।

आवरण कथा / डॉ. मोनिका शर्मा

मां अनुभूतियों में रचा-बसा रिश्ता

हर बच्चे के लिए स्नेह और सुकून की प्यारी छांव-सी होती है- मां। बच्चे के दुनिया में आने से पहले उसका मां से जुड़ जाने वाला रिश्ता सचमुच अनमोल होता है। मानवीय जीवन को पालने-पोसने की इस यात्रा में एक मां अपने बच्चे के लिए अपना सब कुछ न्योछावर कर देती है। यह रिश्ता मन की अनुभूतियों की बुनियाद पर टिका होता है। जीवन के हर पड़ाव पर मां का भरोसा बच्चों को थामे रखता है। जीवन मूल्यों को सीखने-सिखाने का यह सफर मन के बंधन का सबसे सुंदर रिश्ता है। दायित्व निर्वहन से जुड़ी मेहनत हो या भावनाओं को समझने का मामला, मां स्वयं एक उदाहरण बनकर बच्चों को जीवन के हर पहलू से जुड़ी सीख देती है।

ममत्व के साथ जीवन की सीखें

मां के मन में रचा-बसा ममता का भाव, बच्चों का जीवन संवारता है। हर पीढ़ी के लिए ही मां से मिलने वाली शिक्षा का कोई दूसरा पर्याय नहीं है। ममत्व की नमी के साथ अनुभवों को वास्तविकता का रंग देकर मां अपने बच्चों को भविष्य में हर परिस्थिति से जूझने के लिए तैयार करती है। मातृत्व का भाव ही ऐसा है कि बच्चों की कमजोरियों को दुनिया से छुपाने वाली मां स्वयं बिन बताए उनकी हर कमजोरी को समझ जाती है। इसी समझ के बल पर बच्चों को मां स्नेह भरी समझाइश के साथ उनकी हर कमी से उनको बाहर निकाल लाती है। बच्चों के मन को जीवन के हर पड़ाव पर मजबूती देने का काम मां से बेहतर कोई नहीं कर सकता। मां ही बच्चों को अपने परिवार, परिवेश से जुड़ना सिखाती है। कामयाबी की राह पर बढ़ने का बल देती है। मां, तकलीफों से जूझना भी सिखाती है और सुकूनदायी लम्हो को जी भरकर जीना भी। परेशानियों के दौर में संभलने और आनंद के समय मुस्कुराने का पाठ तो मां बच्चे को दुनिया में आने से पहले ही सिखाने लगती है। मातृत्व की जिम्मेदारी से जुड़ा ममत्व का भाव बच्चों को मानवीय पीड़ा समझने का भी पाठ पढ़ाता है। तभी तो हर पीढ़ी के लिए ही मां से मिली हर सीख आज भी समाज और परिवार को बांधने-साधने का माध्यम बनी हुई है।

नेह की नमी का पोषण

मां के नेह की नमी बच्चों के जीवन की जड़ों को सींचती है। बात केवल शारीरिक-मानसिक देखभाल की नहीं, मां का साथ मनोभावों के मोर्चे पर भी बालमन को थामने का काम करता है। उम्र भर मां का यही स्नेह जीवन की जद्दोजहद में आत्मबल जुटा लेने का हौसला देता है। उलझे हालातों की कड़ी धूप में मां के स्नेह का भाव शीतल छाया के समान लगता है। जीवन के कठिन से कठिन दौर में भी अपने बच्चों का साथ ना छोड़ने वाली मां का मन बदलते समय के साथ भी नहीं बदला है। तकनीक की दस्तक और काम-काजी भाग-दौड़ के बावजूद बच्चों पर स्नेह लुटाने की उसकी सोच आज भी कायम है। हमारे सामाजिक परिवेश में तो अपने हर सपने को छोड़ बच्चों का जीवन संवारने के लिए जिंदगी दांव पर लगा देने वाली मांएं भी कम नहीं हैं। उम्र के आखिरी पड़ाव तक भी मां का मन खुद माता-पिता बन चुके अपने बच्चों के लिए चिंतित रहता है। उसके प्यारे रिश्ते के नेह की नमी कभी नहीं सूखती।

अनुभूतियों का पुल

मां और बच्चों को अनुभूतियों का एक साझा पुल जोड़कर रखता है। तभी तो मां बच्चों की चुप्पी को ही नहीं, आक्रोश को भी समझ जाती है। प्रेम-स्नेह को ही नहीं, शिकायतों को भी मन से स्वीकारती है। मार्क ट्वेन ने कहा है, 'मां के बिना जीवन अधूरा होता है।' सच ही है, क्योंकि बच्चों की खुशी और पीड़ा दोनों में साथ देने वाली मां ही होती है। कही-अनकही हर बात को समझने वाला दिल बस मां के पास ही होता है। बच्चों की खुशी में भी मां की आंखों से आंसू बह निकलते हैं। उपलब्धियों और सफलता के दौर में भी सधकर चलने और शीर्ष पर बने रहने का आशीष मां का मन ही दे सकता है। बिना किसी शर्त के समर्पण और स्नेह भरी अनुभूतियों को लिए मातृत्व का संसार पीढ़ी-दर-पीढ़ी इस जुड़ाव को सींचता आ रहा है। आज भी पीड़ा में सबसे पहले मुंह से मां शब्द ही निकलता है। भय से जूझते हुए मां के प्यारे स्पर्श और कड़कती धूप में सिर पर डाल देने वाले आंचल की ही याद आती है। सफलता हो या असफलता, हर पड़ाव पर छोटी-छोटी सीख देकर जीवन को दिशा देने वाली मां का ख्याल आ ही जाता है। कितनी ही भूमिकाएं निभाती मां हर पल मन-जीवन में अपनी मौजूदगी बनाए रखती है। इसीलिए कहा भी गया है कि मां, वह है, जो अन्य सभी की जगह ले सकती है, लेकिन एक मां की जगह कोई और नहीं ले सकता। ❀

मां से मिली सेवा भावना

ममता कालिया, साहित्यकार

अपनी मां से मेरा रिश्ता पारंपरिक ढर्रे से कुछ अलग हटकर था। इसकी एक बड़ी वजह यह भी थी कि उनका विवाह कम उम्र में ही हो गया था। उनकी शादी के बाद जल्द ही हम दोनों बहनों का जन्म हुआ। दो बेटियों के जन्म के बाद रिश्तेदार उन्हें देखकर उनके प्रति सहानुभूति प्रदर्शित करने लगे कि इस बेचारी की दो बेटियां हैं, इन बातों से मेरी मां अकसर उदास रहती थीं। मेरी बड़ी बहन बहुत सुंदर थी, जबकि मेरी शक्ल, सूरत बेहद मामूली थी। शायद इसी वजह से मां मेरे प्रति थोड़ी अनमनी-सी रहती थीं। इसके अलावा मेरी रुचि पढ़ने-लिखने में ज्यादा थी, घर के काम-काज में मैं उनका जरा भी हाथ नहीं बंटाती थी। इस मामले में पिताजी भी मेरा साथ देते थे। इसी वजह से बचपन में मां के साथ मेरे रिश्ते में प्रगाढ़ आत्मीयता नहीं थी, लेकिन जब मेरी बहन ने अपनी मर्जी से प्रेम विवाह कर लिया, उसके बाद मां बहुत बीमार रहने लगीं। तब उनके साथ वक्त बिताने की वजह से उनसे मेरा भावनात्मक बंधन मजबूत हुआ। पिताजी आकाशवाणी में निदेशक थे, घर में भौतिक सुख-सुविधाओं की कमी नहीं थी, लेकिन घर में मां को पिता के साथ बराबरी का जीवन जीने का अवसर नहीं मिला, इससे उनका व्यक्तित्व थोड़ा दब-सा गया था। लेकिन उनमें सेवा की भावना बहुत ज्यादा थी, दूसरों की मदद करना मैंने उनसे ही सीखा है। आज भले ही वह हमारे बीच नहीं हैं, पर मदर्स-डे के अवसर पर मैं उनसे यही कहना चाहूंगी कि मां आज मुझे देखकर तुम बहुत खुश होती, अब मैं तुम्हारी आज्ञाकारी बेटी बन गई हूं। तुम्हारी ही तरह मैं भी अपना घर सुव्यवस्थित रखती हूं। ❀

मां ने बचपन से ही मुझे आत्मनिर्भर बनाया

इरा टाक, लेखिका-फिल्म निर्मात्री

मेरी मां कॉलेज में प्राध्यापिका थीं। वह बहुत ज्यादा पढ़ती थीं, भाषा के प्रति वह बहुत सचेत रहती थीं। पढ़ने-लिखने और भाषा के प्रति अच्छी समझ रखने का संस्कार मुझे अपनी मां से ही मिला है। मेरे पिताजी की पोस्टिंग दूसरे शहर में थी, वह ज्यादातर वहीं रहते थे। ऐसे में मां ही अकेले पूरे घर को बहुत अच्छी तरह संभालती थीं। उन्होंने बचपन से ही मुझे आत्मनिर्भर बनाया। दस-बारह साल की उम्र में उन्होंने मुझे खाना बनाना सीखा दिया था। मैंने अपने कपड़े धोने सीखे, प्रेस करना सीखा। दूसरे भी वो काम करने लगी थी, जो बड़े करते हैं। बचपन में मैं अपनी पॉकेटमनी से पैसे बचाकर हर साल मदर्स-डे के अवसर पर उनके लिए गिफ्ट खरीद कर जरूर लाती थी। मुझे याद है, रात को सोने से पहले वह अकसर मुझे कहानियां सुनाती थीं। इन कहानियों जो सीख मिलती थी, उसको भी वह बताती थीं। मां की सुनाई कहानियों से मैंने जीवन के कई सबक सीखे। अच्छे-बुरे के बारे में जाना। किताबें पढ़ने की अच्छी आदत मुझे उनसे ही मिली है। ये किताबें ही होती हैं, जो हमारा मार्गदर्शन करती हैं, हमें मोटिवेट करती हैं। अपनी मां से मैंने जीवन में अनुशासन का सबक सीखा है। उन्हीं की वजह से ही मैं आज भी अनुशासित दिनचर्या अपनाती हूं। 2015 में मेरी मां का स्वर्गवास हो गया। आज जब भी मेरी कोई नई किताब आती है या मुझे कोई पुरस्कार मिलता है तो मुझे मां की बहुत याद आती है। मदर्स-डे के अवसर पर मैं उन्हें धन्यवाद देना चाहती हूं कि उन्हीं के बताए रास्ते पर चलने के कारण आज मैं जीवन में कामयाब हूं, खुश हूं। मैं सहेली की पाठिकाओं से यही कहूंगी, अपनी मां की सीखों को हमेशा अपने दिमाग में रखें, क्योंकि उन सीखों में जीवन को सही ढंग से जीने की कला छुपी होती है। ये सीखें आगे बढ़ने की राह बनाएंगी, जीवन को सुखी रखेंगी। ❀

प्रस्तुति : विनीता

सलाह / मनीषा

हर दिन हो मां के लिए खास...

हम साल में सिर्फ एक दिन मदर्स-डे मनाकर अपनी मां के प्रति प्रेम-स्नेह और कृतज्ञता के भाव प्रकट करके इतिश्री मान लेते हैं, जबकि हमारी मांएं हमारे लिए जितना कुछ करती हैं, उनके लिए यह एक दिन का शुक्राना बहुत कम है। सच तो यह है, हमें लगता है कि घर के काम करना, हमारा खयाल रखना तो मां की आदत है। जबकि हमें भी उनकी जरूरतों और भावनाओं का खयाल रखना चाहिए। इसके लिए हमें कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए।

घरेलू कार्यों में सहयोग दें : हमारी मांएं सुबह से लेकर शाम तक घर के कामों में लगी रहती हैं, उन्हें आराम करने का समय नहीं मिलता, जबकि उनके स्वास्थ्य के लिए आराम जरूरी है। वह आराम तभी कर आएंगी जब उनके काम का बोझ कम होगा। उनका यह बोझ तभी कम होगा, जब हम घर के कामों में उनका हाथ बंटाएंगे। हम रोजमर्रा के घरेलू कार्यों जैसे किचेन में सब्जी काटकर, रोटियां बेलकर, डाइनिंग टेबल पर खाना सर्व करके घर की सफाई में मदद करके उनके कामों को हल्का कर सकते हैं। हमारी इस मदद से उन्हें आराम मिलेगा।

मां के लिए समय निकालें: चाहे आप कितनी ही व्यस्त क्यों ना रहती हों, आप रोजाना अपनी मां से बातें करने के लिए समय जरूर निकालें। इस दौरान उनकी सुनें, उनका हाल जानें। अगर सेहत से संबंधी कोई परेशानी हो तो उन्हें डॉक्टर के पास लेकर जाएं। इससे उन्हें लगेगा उनका कोई ख्याल रखने वाला है।

शौक पूरा करने के लिए प्रेरित करें: हमारी परवरिश और घर-गृहस्थी की जिम्मेदारियां निभाने के चक्कर में हमारी मांओं के पास अपने लिए कोई समय नहीं बचता, इस कारण उनके कुछ शौक, ख्वाहिशें पूरी नहीं हो पातीं। लेकिन अब आप उनकी हॉबीज जानें। इसे पूरा करने के लिए उन्हें प्रेरित करें। इस तरह जब आप अपनी मां का खयाल रखेंगी तो हर दिन मां के लिए खास होगा। ❀

डाइट सजेशन

डॉ. शालिनी सिंघल, डाइटिशियन, दिल्ली

आप जरूर चाहेंगी कि आपकी मां हमेशा हेल्दी-एनर्जेटिक रहें, ओल्ड एज में होने वाली हेल्थ प्रॉब्लम्स से बची रहें। इसके लिए आपको उनके हेल्थ की प्रॉपर केयर के साथ ही उनकी डाइट का भी ध्यान रखना होगा।

तब आपकी मां रहेंगी हेल्दी-एनर्जेटिक

पचास की उम्र के बाद होने वाले शारीरिक-मानसिक बदलावों का असर सभी महिलाओं पर पड़ता है। इस एज में वे मेनोपॉज की स्थिति से गुजर रही होती हैं या गुजर चुकी होती हैं। इस उम्र में शरीर का मेटाबॉलिक रेट कम होने से इम्यून सिस्टम कमजोर, बोन डेंसिटी कम और मसल्स लॉस होने लगते हैं। इन वजहों से वे ब्लड प्रेशर, डायबिटीज, ऑस्टियोपोरोसिस, इनसोम्निया, एंग्जाइटी, डिप्रेशन जैसी कई बीमारियों की गिरफ्त में आ सकती हैं। ऐसा आपकी मां के साथ ना हो, इसके लिए जरूरी है कि आप अपनी मां का पूरा खयाल रखें।

न्यूट्रिशस डाइट है जरूरी: अपनी मां को ऐसी डाइट दें, जिनमें सभी मैक्रोन्यूट्रिएंट्स (कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, फैट) और माइक्रोन्यूट्रिएंट्स (विटामिन और मिनरल्स) शामिल हों। इसके लिए उनके हर मील में सभी फूड ग्रुप्स होने चाहिए। कहने का मतलब है कि उनकी डेली डाइट में एनर्जी देने वाले (कार्बोहाइड्रेट), बोंस को स्ट्रॉन्ग बनाने वाले (प्रोटीन, कैल्शियम) और प्रोटेक्टिव (विटामिंस, मिनरल्स) फूड्स जरूर शामिल करने चाहिए।

इम्यूनिटी बूस्टर फूड्स: ओल्ड एज में इम्यून सिस्टम कमजोर होने से न्यूट्रिशन संबंधी जरूरतें बदल जाती हैं। इसलिए मां की डाइट में फाइटोन्यूट्रिएंट्स और एंटीऑक्सीडेंट्स को शमिल करके उनको हेल्दी बनाए रख सकते हैं। इसके लिए आपको हल्दी, जीरा, तुलसी के पत्ते, दालचीनी, अदरक, लहसुन जैसे इम्यूनिटी बूस्टिंग फूड्स किसी न किसी रूप में अपनी मां को जरूर देना चाहिए।

फाइबर रिच आइटम्स: बढ़ती उम्र के साथ महिलाओं का डाइजेस्टिव सिस्टम थोड़ा कमजोर हो जाता है। ऐसे में उन्हें फाइबर रिच फूड्स जैसे- चोकरयुक्त आटा, साबुत दालें, साबुत अनाज देने से उनको डाइजेशन संबंधी परेशानियां नहीं होंगी।

ग्रीन वेजिटेबल्स: हरी सब्जियां (खासकर पत्तेदार सब्जियां) कैलोरी में कम लेकिन विटामिन बी, ए, के, कैल्शियम और आयरन से भरपूर होती हैं। ये हड्डियों को मजबूती देने के साथ ओवरऑल हेल्थ बनाए रखने में भी मदद करती हैं। इसलिए आप अपनी मां को डेली कम से कम दो छोटी कटोरी सब्जियां जरूर खिलाएं। सलाद खाना सेहतमंद होता है। लेकिन अगर आपकी मां के दांत कमजोर हो रहे हैं, तो उन्हें कच्ची सब्जियां या सलाद कद्दूकस करके या बारीक कटी ही खाने के लिए दें ताकि उन्हें चबाने में या पाचन संबंधी दिक्कत न हो।

प्रोटीन रिच फूड्स: ओल्ड एज में होने वाले मसल्स लॉस से बचाने के लिए अपनी मां की डाइट में प्रोटीन रिच फूड्स जैसे-दालें, सोयाबीन, मूंगफली, अंडे, लो-फैट गाय का दूध और डेयरी प्रोडक्ट्स आदि ज्यादा से ज्यादा शामिल करना चाहिए।

कैल्शियम-विटामिन डी: बोन डेंसिटी कम होने या ऑस्टियोपोरोसिस से बचाने के लिए मां की डाइट में कैल्शियम और विटामिन डी भी पर्याप्त मात्रा में होने चाहिए। कैल्शियम के लिए लो फैट दूध और दूध से बने पदार्थ, सोयाबीन और उससे बने पदार्थ, हरी पत्तेदार सब्जियां, सफेद तिल, सीड्स, रागी का आटा जैसे फोर्टिफाइड अनाज ले सकती हैं। विटामिन डी के लिए मशरूम, साल्मन मछली, अंडे, कॉडलिवर ऑयल लेना जरूरी है।

हेल्दी फैट: मां की डेली डाइट में हेल्दी फैट भी होना चाहिए। इसके लिए उन्हें सीमित मात्रा में देसी घी दे सकती हैं। इसके अलावा फूड के रूप में 3 टीस्पून या 15 मिली. हेल्दी ऑयल भी दे सकती हैं। इसके उनके बोंस स्ट्रॉन्ग रहेंगे और ज्वाइंट्स में ग्रीस भी बनी रहेगी।

पानी-लिक्विड डाइट: ओल्ड एज में स्किन प्रॉब्लम्स और डिहाइड्रेशन से बचाने के लिए मां को रोजाना पर्याप्त मात्रा में यानी 8 से 10 गिलास पानी पीने के लिए कहना चाहिए। आप चाहें तो उनको नीबू-पानी, नारियल पानी, लस्सी, मट्ठा, वेजिटेबल सूप, फ्रूट जूस जैसे लिक्विड डाइट भी दे सकती हैं।

नमक-चीनी की मात्रा: मां की डाइट में नमक और चीनी संतुलित मात्रा में होने चाहिए। खाने में चीनी या नमक ऊपर से डालकर नहीं खाने देना चाहिए। ज्यादा नमक से ब्लड प्रेशर, हार्ट अटैक, स्ट्रोक और ज्यादा चीनी से मोटापा, डायबिटीज होने का रिस्क बढ़ता है। डब्ल्यूएचओ भी एक वयस्क व्यक्ति को रोजाना 5 ग्राम से कम आयोडाइज्ड नमक और 15-20 ग्राम तक चीनी लेने की सलाह देता है। ❀

प्रस्तुति:रजनी अरोड़ा

बात अपनी

यासमीन सिद्दीकी

मां को हर वक्त अपने घर-परिवार और बच्चों की इतनी ज्यादा चिंता रहती है कि उसे अपने लिए कुछ सोचने, कुछ करने की सुधि ही नहीं रहती। यह तो अपने आपको खत्म करना है। क्या मां की खुशी कोई मायने नहीं रखती, उसका कोई वजूद नहीं है...? मां के लिए एक कोशिश।

मां तुम्हारी भी हैं कुछ खुशियां तुम्हारा भी है एक वजूद...

बचपन से मैं तुम्हें देख रही हूं मां, तुम ना कभी थकती हो, ना रुकती हो। तुम रोज सबसे बाद में सोती हो और सबसे पहले उठ जाती हो। थकान और ना जैसे शब्द तुम्हारी शब्दावली में नहीं हैं। इस मदर्स-डे पर मां मैं तुमसे अपने मन की बातें कहना चाहूंगी। सदियों से समाज तुम्हें मां बनाकर महानता का दर्जा देता आया है। सुनो मेरी मां, अब इस महानता का चोला उतारकर, अपनी ख्वाहिशों की ओढ़नी ओढ़ लो। मत कसो अपने आपको समाज की कसौटी पर।

मां होने का अर्थ: मां आपसे अपनी बातें कहने से पहले मैं अपने जैसे लोगों से कुछ कहना चाहूंगी। मां शब्द जब भी हमारे जेहन में आता है। हम एक ऐसी महिला की कल्पना करते हैं, जो अपने बच्चों को मुसीबत से बचाने के लिए कभी शेरनी बन जाती है तो कभी अपने अस्वस्थ बच्चों के लिए हकीम बन जाती है। अकसर अपने बच्चों में अपनी दुनिया को देखने वाली हमारी मांओं की अपनी दुनिया कहीं खो जाती है। लेकिन अगर हम कोशिश करें तो अपनी मां को वो सहज जिंदगी दे सकते हैं, जिसकी वो अधिकारी है। तो चलिए इस मदर्स-डे पर हम अपनी मां से कहें -

बोलो कि थक गई हो: हम बहुत आसानी से कह देते हैं कि मां को मैंने कभी थकते हुए नहीं देखा। मेरी मां बिना रुके काम करती है। अगर मैं उससे आधी रात में कुछ बनाकर खाने को देने के लिए कहूंगी तो बनाएगी। लेकिन मां तुम स्वयं को अभिव्यक्त करना सीख लो। थकने का अधिकार तुमको भी उतना है, जितना हमें है। बस हम कह देते हैं और तुम नहीं कह पाती, अपने दर्द को सहती हो। मां अब मत सहो, हम तुम्हारे बच्चे हैं, हमसे काम करवाओ। हम नहीं करें तो हमें डांटो, लेकिन हर काम की जिम्मेदारी लेकर खुद को और मत थकाओ मां।

ना कहना सीखो: मां तुम जानती हो कि तुम्हें हाई ब्लड प्रेशर की शिकायत क्यों हो गई? ऐसा इसलिए क्योंकि तुम किसी काम के लिए ना ही नहीं कह पाती। तुमको बुरा भी लगता है, तकलीफ भी होती है, लेकिन तुम सहती हो। बेटी हूं आपकी, सब समझती हूं। बहुत जरूरी है, ना कहना भी सीखो, मां।

पापा की साथी भी हो: हां जब हम छोटे थे, तब स्वाभाविक था कि हम पर तुम्हें ज्यादा ध्यान देना होता था, लेकिन अब हम बड़े हो चुके हैं मां। इस घर में एक और रिश्ता है, आपका और पापा का। आप दोनों एक-दूसरे को समय दें। हम भी तो अपने दोस्तों के साथ अकेले घूमने जाते हैं तो आप दोनों भी कभी डिनर डेट पर जाओ। क्यों हमेशा हमारे साथ ही आउटिंग पर निकलती हो। सच कहें कि आप और पापा एक-दूसरे को समय देंगे तो हमें भी खुशी होगी।

मां तुम्हारी सहेलियां कहां हैं: मां अकसर आप अपनी सहेलियों का जिक्र करती हैं। लेकिन कभी उन दोस्तों के साथ मिलने का प्लान भी बनाइए। हां, अब आप कहेंगी कि नाते-रिश्तेदार निपट जाएं, वही बहुत है। लेकिन मां जिस तरह से आप इतने बड़े परिवार को संभालती आई हैं, कोशिश करेंगी तो आप अपनी पुरानी जिंदगी को फिर से सजा लेंगी।

एक दिन आपकी पसंद का: मां घर में खाना बनता ही वो है, जो हमें पसंद है। लेकिन जब भी आपसे पूछो कि मां आपको क्या पसंद है तो जवाब मिलता है 'अरे मेरा क्या है? मैं तो सभी कुछ खा लूंगी।' नहीं मां, एक दिन अपनी पसंद का खाना हमसे बनाने को कहो, हम बड़े प्यार से बनाएंगे। हमें भी पता चले कि हमारी मां की पसंद-नापसंद क्या है?

मुश्किल नहीं है बदलाव: आपको लग रहा होगा कि यह सब किताबी बातें हैं। ऐसा हो नहीं सकता, लेकिन मां सच है कि समाज में इस बदलाव को लाना इतना मुश्किल भी नहीं है। बदलाव धीरे ही सही, लेकिन आते जरूर हैं। हैप्पी मदर्स-डे मां! ❀

खबर संक्षेप

6 लाख 44 हजार मीट्रिक टन गेहूं की हुई आवक

फतेहाबाद। जिला की अनाज मंडियों व खरीद केंद्रों से अब तक 494870 मीट्रिक टन गेहूं की फसल का उठान किया गया है, जो कि खरीद का 76.81 प्रतिशत है। जिला में अब तक फूड सप्लाई ने 60442 मीट्रिक टन, हैफेड ने 255178 मीट्रिक टन, एचडब्ल्यूसी ने 159373 मीट्रिक टन व एफसीआई ने 19877 मीट्रिक टन गेहूं की फसल का उठान किया है। जिला में अब तक 41193 किसानों की गेहूं की फसल खरीदी जा चुकी है जिसकी एवज में विभिन्न खरीद एजेंसियों द्वारा 1072.79 करोड़ रुपये की राशि का भुगतान किया गया है।

चांदराम की हत्या मामले में तीसरा आरोपी गिरफ्तार

हिसार। स्पेशल स्टाफ पुलिस टीम ने लड़ाई झगड़े के दौरान अग्रोहा निवासी चांदराम की हत्या मामले में अग्रोहा निवासी तीसरे आरोपी सनी उर्फ डाकू को गिरफ्तार किया है। आरोपी को अदालत में पेश करके एक दिन के रिमांड पर लिया गया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि आरोपी सनी उर्फ डाकू 27 अप्रैल की रात को अग्रोहा निवासी चांदराम और उसके परिवारजनों पर हमला करने की वारदात में शामिल था। हमले में लगी गंभीर चोटों के कारण चांदराम की इलाज के दौरान मृत्यु हो गई थी।

बिना अनुमति नहीं लगा सकते संदेश: दहिया

हिसार। उपायुक्त व जिला निर्वाचन अधिकारी प्रदीप दहिया ने ने कहा कि राजनीतिक दलों या उनसे जुड़े लोगों, उम्मीदवारों आदि को चुनाव आयोग के नियमों से अवगत करवाते हुए कहा है कि किसी भी व्यक्ति की भूमि, भवन, परिसर, दीवार आदि का उपयोग उसकी अनुमति के बिना संदेश, होर्डिंग्ज, पोस्टर, वॉल पेंटिंग आदि के लिए नहीं करेगा।

गीता भवन मंदिर में भागवत कथा शुरू

हिसार। आध्यात्मिक गीता ज्ञान प्रचारिणी सभा, मोहल्ला रामपुरा के तत्वाधान में गीता भवन मंदिर में आज से श्रीमद् भागवत कथा ज्ञान यज्ञ का शुभारंभ हुआ। कथा से पूर्व भागवत वक्ता गोवर्धन धाम से आये पंडित प्रदीप बृजवासी के सानिध्य में मंदिर प्रांगण से ढोल-ढमाकों के साथ कलश यात्रा निकाली गई। इस अवसर पर सत्यनारायण शर्मा एडवोकेट, श्यामसुंदर शर्मा, रवि प्रकाश कौशिक, देवराज पाहुजा, ब्रह्म हंस, शोभा आदि मौजूद थे।

टोहाना में युवक ने मकान से हजारों की नकदी चुराई

फतेहाबाद में बढ़ रही चारी की वारदातें, पुलिस के हाथ खाली

चोर को पकड़ने की कोशिश की लेकिन वह चकमा देकर मौके से फरार हो गया

हरिभूमि न्यूज. फतेहाबाद

टोहाना की प्रीत कालोनी में एक युवक ने मकान में घुसकर हजारों की नकदी चोरी कर ली। मकान मालिक के जाग जाने पर युवक मौके से फरार हो गया। इस बारे मकान मालिक ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। पुलिस को दी शिकायत में भूना रोड स्थित प्रीत कालोनी निवासी सतबीर सिंह ने कहा है कि गत रात्रि वह परिवार के साथ घर पर सोया हुआ था। रात को करीब 1 बजे अज्ञात चोर उसके घर में चोरी की नीयत से घुस गया। उसके बाद अज्ञात चोर उसके पड़ोसी पवन के घर में घुसने की कोशिश कर रहा था तो आवाज सुनकर उसकी नींद खुल गई। इस पर उसने चोर को पकड़ने की कोशिश की लेकिन वह चकमा देकर मौके से फरार हो गया। इसके बाद जब उसने अपने घर में सामान को चैक किया तो पाया कि अज्ञात चोर उसके घर में अलमारी में रखे करीब 5 हजार रुपये चोरी करके ले गया है। इस पर जब उसने आसपास युवक बारे पूछताछ की तो पता चला कि उक्त युवक का नाम सुखविन्द्र निवासी रेड स्टार के पीछे, रतिया रोड, टोहाना है। इस पर उसने इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। पुलिस ने आरोपी युवक के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

भाटिया नगर में मकान के ताले तोड़कर हजारों का सामान चुराया

फतेहाबाद। चोरों ने टोहाना के भाटिया नगर स्थित एक मकान के ताले तोड़कर वहां से हजारों रुपये का सामान चोरी कर लिया। इस बारे सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंची और जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में भाटिया नगर टोहाना निवासी जगरूप सिंह ने कहा है कि उसने भाटिया नगर में मकान लिया हुआ है जबकि वह गांव हिम्मतपुरा में रहता है। कुछ दिन पूर्व वह भाटिया नगर स्थित अपने मकान पर गया तो देखा कि मकान का ताला टूटा पड़ा था और अज्ञात चोर उसके मकान से करीब 10 हजार रुपये कीमत की तारें चोरी कर ले गए थे। इसके बाद वह अपने स्तर पर चोर की तलाश करता रहा। अब जब वह दोबारा मकान में गया तो देखा कि अज्ञात चोरों ने उसके मकान का फिर ताला तोड़कर वहां से बाथरूम की टुंटियां, सरिया, तारों से भरा थैला चोरी कर ले गए है। चोरीशुदा सामान की कीमत करीब 25 हजार रुपये थी। इस पर उसने इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। इस मामले में पुलिस ने अज्ञात चोर के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कुलां चौक में दुकान से हजारों की नगदी चोरी

फतेहाबाद। चोरों ने कुलां चौक स्थित एक दुकान से हजारों की नगदी चोरी कर ली। इस बारे दुकानदार ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। अपनी शिकायत में गांव धारसूल कलां निवासी शंकर ने कहा है उसकी कुलां चौक पर भूना रोड पर किरयाणे की दुकान है। गत दिवस शाम को वह दुकान खुली छोड़कर शौचालय के लिए गया था। कुछ देर बाद जब वह वापस आया तो उसने देखा कि दुकान में गल्ला खुला पडा था और उसमें रखी करीब 8 हजार रुपये की नगदी गायब थी। इस पर पहले उसने आसपास तलाश की लेकिन जब चोर का कुछ पता नहीं चला तो उसने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। इस मामले में पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कारपेंटर समिति की कार्यकारिणी का विस्तार

हिसार

कारपेंटर समिति ने छोटू राम कॉलोनी स्थित समिति कार्यालय में बैठक आयोजित की। इसकी अध्यक्षता समिति के प्रधान रामकुमार ने की और संचालन राकेश कुमार गंगवा ने किया। कारपेंटर समिति ने बैठक में कार्यकारिणी का विस्तार करते हुए दो सदस्यों अर्जुन सिंह व जगदीश को उपप्रधान पद पर नियुक्त किया जबकि बलजीत सिंह को सचिव पद की जिम्मेदारी सौंपी गई।

बैठक को संबोधित करते हुए प्रधान रामकुमार ने कहा कि संगठन कारपेंटर्स के विकास और उत्थान के लिए काम कर रहा है। कार्य के दौरान हर रोज सामने आने वाली समस्याओं के लिए कारपेंटर्स को एकजुट कर आगे बढ़ाना है। इस अवसर पर प्रधान रामकुमार, बलजीत सिंह, नन्दलाल सैनी, राम अवतार, सुनील कुमार, राजेश बहबलपुर, राकेश कुमार, त्रिलोचन, जगदीश वर्मा, संजय जांगड़ा, रोहताश, विनोद, अर्जुन कुमार, कर्मवीर, जगदीश वर्मा, रतन वर्मा, राजेश कुमार आदि मौजूद थे।

नवकल्याण संस्था की बैठक आयोजित, नई नियुक्तियां हुई

फतेहाबाद। नवकल्याण संस्था की बैठक भट्टू रोड पर हुई। बैठक की अध्यक्षता प्रधान बंटी कम्बोज ने की। विशिष्ट अतिथि के रूप में उपप्रधान दलबीर राणा, महासचिव आरसी राठौर व रिटायर्ड डिप्टी सीएमओ डॉ. हनुमान ने शिरकत की। बैठक में संस्था के पुराने पदाधिकारियों के साथ नए पदाधिकारियों ने भी हिस्सा लिया। इस बैठक में नवनियुक्त मीडिया प्रभारी ललित चक्रवर्ती व सलाहकार दलबीर सिंह शाक्य को उनकी जिम्मेदारियां सौंपी गईं। इस अवसर कुछ नए साथियों को भी पदभार सौंपे गए। जिसमें डॉ. हनुमान को वरिष्ठ कार्यकारिणी सदस्य नियुक्त किया गया। जितेन्द्र मंगल को सह मीडिया प्रभारी नियुक्त किया गया। रामचंद्र शर्मा, अश्विनी अरोड़ा को कार्यकारिणी सदस्य नियुक्त किया गया। हर्ष, रिंकू राजपूत, राजकमल, गर्वित को सलाहकार, पायल चक्रवर्ती को महिला विंग की सलाहकार नियुक्त किया। इस अवसर पर सुदर्शन नरूला, संयम कुमार, सचिव जीत गौतम, कोषाध्यक्ष सुरेश कुमार, सहसचिव महेंद्र कम्बोज, हर्ष, महिला विंग की सचिव पिंकी व शालिनी सहित अन्य सामाजिक कार्यकर्ता मौजूद रहे।

विज्ञापन प्रकाशित कराने से पहले प्रत्याशी या राजनीतिक दल को

फतेहाबाद। लोकसभा आम चुनाव 2024 के मद्देनजर सिरसा लोकसभा क्षेत्र के लिए नियुक्त किए गए चुनाव खर्च पर्यवेक्षक विजय सिंह ने कहा कि भारत निर्वाचन आयोग के नियमानुसार मतदान के दिन और मतदान से एक दिन पहले प्रिंट मीडिया में विज्ञापन प्रकाशित कराने से पहले प्रत्याशी या राजनीतिक दल को एमसीएमसी से प्रमाण पत्र लेना होगा। वहीं टीवी और लोकल केबल टीवी में विज्ञापन प्रसारित कराने के लिए नामांकन करते ही एमसीएमसी से प्रमाणित कराना होगा। खर्च पर्यवेक्षक विजय सिंह बताया कि भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार जिला निर्वाचन अधिकारी की अध्यक्षता में निर्देशन में मीडिया मॉनिटरिंग एवं सर्टिफिकेशन कमेटी का गठन किया गया है। उन्होंने कहा कि एमसीएमसी पूरी गंभीरता से अपना कार्य कर रही है। इसके अलावा पेड न्यूज पर नजर रखने के लिए फतेहाबाद जिला में लघु सचिवालय के तृतीय तल पर स्थित डीआईपीआरओ कार्यालय में एमसीएमसी सेल स्थापित किया गया है।

प्रकृति को समझकर परमात्मा की तरफ कदम बढ़ाना संभव : स्वामी संजय

- ओशो ध्यान उपवन में प्रकृति प्रेम पर आधारित ध्यान सत्र में विभिन्न क्षेत्रों से उमड़े साधक

हरिभूमि न्यूज ⏩हिसार

हिसार। ओशो ध्यान उपवन में आयोजित ध्यान सत्र में हिस्सा लेते साधक।

भक्ति का पहला चरण प्रकृति प्रेम पर आधारित ध्यान सत्र ओशो ध्यान उपवन में आयोजित किया गया। इस ध्यान सत्र में विभिन्न क्षेत्रों से साधकों ने हिस्सा लिया और ध्यान की सरल विधियों का अभ्यास किया। संगीत के साथ सामंजस्य बिठाते हुए साधकों ने झूमते हुए, अनूठे आनंद की अनुभूति भी की। स्वामी संजय ने बताया कि प्रकृति से प्रेम करने वाला, उसे समझने वाला और उसके प्रति समर्पित होने वाला इंसान परमात्मा की तरफ कदम बढ़ा सकता है। उन्होंने कहा कि भक्ति का पहला चरण प्रकृति से प्रेम करना ही है। हरे-भरे पेड़, कल-कल करती नदियां, झूम-झूमकर बहते झरने, पक्षियों का कलरव और नीला अंबर देखकर जो उल्लसित न हो पाए तो समझो वह प्रकृति से विमुख है। इसलिए, प्रकृति के जुड़ाव नितांत आवश्यक है।

स्वामी संजय ने बताया कि सतगुरु ओशो ने भक्ति मार्ग और प्रकृति पर आधारित अनेक व्याख्यान दिए हैं। संत ओशो कहते हैं कि प्रकृति को सुनने व समझने के लिए उससे जुड़ाव जरूरी है। संत ओशो ने मौन के महत्व को भी स्पष्ट किया है। उन्होंने कहा है कि प्रकृति को समझने के लिए मौन होना जरूरी है। मौन होने से हमें अपने ईद गिर्द प्रकृति का संगीत सुनना शुरू हो जाता है लेकिन हमने अपने चारों ओर शोरगुल का वातावरण बना लिया है और इस शोर में मौन होना ही भूलते जा रहे हैं।

चुनावों को लेकर नंबरदार एसोसिएशन की बैठक

रतिया। नंबरदार एसोसिएशन की बैठक आज रतिया विधानसभा के प्रधान सतनाम सिंह तेलीवाड़ा की अध्यक्षता में हुई। बैठक में जिला प्रधान जंगीर सिंह हसंगा मुख्य अतिथि के तौर पर पहुंचे। इस मीटिंग का मुख्य उद्देश्य पिछले लंबे समय से नंबरदारों के साथ हो रही नाइंसाफी के बारे में खुलकर चर्चा की गई और फैसला लिया गया कि इस बार लोकसभा में बीजेपी के कैंडिडेट को वोट नहीं किया जाएगा, क्योंकि बीजेपी के शासन में नंबरदारों पर जो शर्तें लगाई गई है, वह नंबरदारों के हित में नहीं है। इस मौके पर रतिया प्रधान गुरुपियार बाड़ा ने कहा कि लोकतंत्र को बचाने के लिए आज सभी नंबरदारों ने एकजुट होकर फैसला लिया है और बीजेपी के कैंडिडेट को हराने के लिए जल्दी ही बड़ा फैसला लेंगे। इस मौके पर नंबरदार दिलीप सिंह, खजान सिंह, परमिंदर सिंह पप्पू, गंगाराम, बलराज सिंह आदि मौजूद थे।

तिरुपति धाम में पूरे विधि-विधान व मंत्रोच्चारण के साथ की गई रामानुज स्वामी की आराधना

- श्री तिरुपति धाम में चल रहे श्री रामानुज स्वामी उत्सव में उमड़े श्रद्धालु, 12 मई तक चलेगा

हरिभूमि न्यूज ⏩हिसार

हिसार। श्री तिरुपति बालाजी धाम में श्री रामानुज स्वामी की सवारी शोभायात्रा।

दक्षिण भारतीय शैली में निर्मित श्री तिरुपति बालाजी धाम में चल रहे श्री रामानुज स्वामी उत्सव में विभिन्न क्षेत्रों से काफी संख्या में श्रद्धालु उमड़े। अर्चकों ने पूरे विधि-विधान व मंत्रोच्चारण के साथ श्री रामानुज स्वामी की पूजा व आराधना की। इस दौरान पूरा तिरुपति धाम परिसर जय भगवान वेंकटेश व जय रामानुज स्वामी के उद्घोष से गुंजायमान हो उठा।

सायंकाल पालकी को सुसज्जित करके श्री रामानुज स्वामी के विग्रह को विराजमान किया गया। इसके उपरांत श्रद्धालुओं ने पूरी निष्ठा व आस्था के साथ पालकी को अपने कंधों पर उठाकर शोभा यात्रा निकाली और धाम की परिक्रमा की। मौके पर काफी संख्या में श्रद्धालुओं ने शोभायात्रा में हिस्सा लिया। शोभायात्रा के समापन पर सात्विक गोष्ठी प्रसाद का वितरण किया गया। श्री तिरुपति धाम में रामानुज स्वामी उत्सव 12 मई तक जारी रहेगा। रामानुज स्वामी अपने काल के अत्यंत विद्वान, साहसी और सामाजिक दृष्टिकोण से उदार पथ प्रदर्शक रहे। शिरकत करने वाले श्रद्धालुओं ने श्री तिरुपति धाम में स्थापित श्री रामानुज स्वामी मंदिर में माथा टेककर अपनी आस्था व्यक्त की।

भिरड़ाना में युवक ने किया सुसाइड, घर में फंदे पर मिला

- पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम के लिए नागरिक अस्पताल में भिजवा दिया

हरिभूमि न्यूज. फतेहाबाद

गांव भिरड़ाना में रविवार देर शाम को 35 वर्षीय युवक सुनील ने घर पर फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। युवक की पत्नी शनिवार को मायके गई थी। घटना की सूचना मिलने पर सदर थाना पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम के लिए नागरिक अस्पताल में भिजवा दिया। मामले में पुलिस ने परिजनों के बयान इत्तफाकिया मौत की कार्रवाई की है। परिजनों के मुताबिक मृतक युवक मानसिक रूप से परेशान रहता था। मामले के मुताबिक गांव भिरड़ाना निवासी सुनील जो कि फतेहाबाद में एग्रीत्चर सामान की दुकान पर नौकरी करता था। बताया जा रहा है कि सुनील की पत्नी शनिवार को परिवार से मिलने के लिए रतिया में अपने मायके गई थी। घर पर इस दौरान कोई नहीं था। रविवार देर शाम को पड़ोसियों ने युवक को घर फांसी पर लटका देखा और पुलिस को सूचना दी। पुलिस टीम मौके पर पहुंची और शव को पोस्टमॉर्टम के लिए नागरिक अस्पताल में भिजवाया। सोमवार को परिजनों के बयान पर कार्रवाई करके पुलिस ने शव का पोस्टमॉर्टम करवाकर परिवार को सौंप दिया। बताया जा रहा है कि मृतक के दो बच्चे है। पत्नी गांव में ही स्कूल के पास दुकान चलाती है।

नकदी व आभूषण लेकर दुल्हन फरार

हांसी। शादी के करीब पांच महीने बाद एक दुल्हन के पति के घर से नकदी व सोने चांदी के आभूषण चुरा कर गायब होने का मामला प्रकाश में आया है। फिलहाल पुलिस पति की शिकायत पर हिसार की रहने वाली शातिर दुल्हन व उसकी तीन सहयोगी महिलाओं के खिलाफ हांसी शहर थाना में पति के घर से नकदी व सोने चांदी के आभूषण चोरी करने व धोखाधड़ी का मामला दर्ज हुआ है। महिला ने हांसी निवासी मनोज कुमार के साथ 8 नवंबर 2023 को शादी की थी और उसके घर से सोने-चांदी के जेवर व नकदी लेकर फरार हो गई थी। बाद में उसे पता चला कि वह पहले भी दो बार शादी कर चुकी थी। सुष्मिता मूल रूप से पश्चिम बंगाल की रहने वाली है, जो फिलहाल हिसार में रह रही है। पुलिस ने धोखाधड़ी की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

राजकीय महिला महाविद्यालय व विजडम आफ माइंड इंस्टिट्यूट का हुआ समझौता

हरिभूमि न्यूज ⏩हिसार

हिसार। समझौता ज्ञापन के अवसर पर उपस्थित महिला कॉलेज प्राचार्य डॉ. रमेश कुमार व संस्था के पदाधिकारी। फोटो: हरिभूमि

राजकीय महिला महाविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग द्वारा किए जा रहे प्रयासों को उस समय सफलता मिली जब राजकीय महिला महाविद्यालय और 'विजडम ऑफ माइंड इंस्टिट्यूट ऑफ माइंडफूलनेस एंड बिहेवियर स्टडीज' के बीच समझौता ज्ञापन हस्ताक्षरित किया गया।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. रमेश आर्य ने सोमवार को बताया कि महाविद्यालय का मनोविज्ञान विभाग छात्राओं के संवैधानिक व व्यावहारिक ज्ञान के लिए लगातार तत्पर है। छात्राएं मनोविज्ञान की बारीकियों को ज्यादा से ज्यादा समझकर उसका उपयोग अपने प्रतिदिन की दिनचर्या में कर सकें, इसके लिए महाविद्यालय लगातार विशेषज्ञों की सहायता लेता रहता है। इसी कड़ी में 'विजडम ऑफ माइंड इंस्टिट्यूट ऑफ माइंडफूलनेस एंड बिहेवियर स्टडीज' हिसार के साथ महाविद्यालय द्वारा समझौता ज्ञापन हस्ताक्षरित किया गया है ताकि छात्राओं के सर्वांगीण विकास से जुड़े हुए प्रशिक्षण कार्यशालाओं का अधिक से अधिक आयोजन किया जा सके। 'विजडम आफ माइंड इंस्टिट्यूट आफ माइंडफूलनेस एंड बिहेवियर स्टडीज' की ओर से डॉ. जितेंद्र जांगड़ा और डॉ. सुमन बहमनी ने महाविद्यालय को हर प्रकार की सहायता करने का आश्वासन दिया।

सीआईए ने डोडा पोस्त सहित कार चालक को

- !!!!!!!!!! !!!!!! !!!!!!!!!!!! !!!!!!!!!!!!

हरिभूमि न्यूज. फतेहाबाद।

लोकसभा चुनावों को लेकर नाकाबंदी के दौरान सीआईए पुलिस ने गांव बड़ोपल के पास एक कार से डोडा पोस्त बरामद कर एक युवक को गिरफ्तार किया है। मिली जानकारी के अनुसार सीआईए स्टाफ फतेहाबाद पुलिस की टीम एसआई सुमेर सिंह के नेतृत्व में लोकसभा चुनावों के मद्देनजर नेशनल हाइवे पर गांव बड़ोपल के पास नाकाबंदी कर वाहनों की जांच कर रही थी। इसी दौरान हिसार की तरफ से एक गाड़ी आती दिखाई दी। सामने पुलिस की नाकाबंदी को देखकर कार चालक घबरा गया और कार को वापस मोड़ने की कोशिश करने लगा। शक के आधार पर पुलिस कर्मचारियों ने कार चालक को काबू कर लिया। पुलिस के पूछताछ पर चालक ने अपना नाम गिंदर निवासी मिराना, रतिया हाल रंगडी खेड़ा जिला सिरसा बताया। पुलिस ने गाड़ी में पिछली सीट पर रखे एक प्लास्टिक कट्टे की जांच की तो उसमें से 20 किलो डोडा पोस्त बरामद हुआ। इसके बाद गाड़ी की डिग्गी में रखे एक ओर प्लास्टिक कट्टे को चैक किया तो उसमें से भी 20 किलो डोडा पोस्त बरामद हुआ। इस पर पुलिस ने 40 किलो डोडा पोस्त कब्जे में लेकर युवक को गिरफ्तार कर लिया और थाना सदर फतेहाबाद में उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज किया है।

पुलिस ने चलाया विशेष जागरूकता अभियान

हांसी। महिलाओं विरुद्ध होने वाले अपराधों तथा अपराधिक प्रवृत्ति के असामाजिक तत्वों के प्रति सजगता व जागरूक करने के हांसी महिला पुलिस द्वारा सोमवार को शहर के विभिन्न हिस्सों में विशेष जागरूकता अभियान चलाया गया। जागरूकता अभियान के दौरान महिला पुलिस की अलग-अलग टीमों ने शहर के अनेक स्थानों पर लड़कियों, महिलाओं को महिला विरुद्ध अपराध के प्रति सजग रहने तथा असामाजिक तत्वों द्वारा की गई किसी भी प्रकार की अमद्र हरकत का किस प्रकार मुकाबला करें के संबंध में जागरूक किया।

हिसार। कैडेट्स व स्कूल प्रबंधन के साथ कर्नल एमेया सावंत। फोटो: हरिभूमि

सैनिक स्कूल खाराखेड़ी में बेहतरीन सुविधाएं

हिसार। सैनिक स्कूल खाराखेड़ी में सेना भर्ती कार्यालय हिसार के भर्ती निदेशक कर्नल एमेया सावंत ने सोमवार को सैनिक स्कूल खाराखेड़ी के कैडेट्स को विभिन्न जानकारियों से अवगत कराया और देश सेवा के लिए प्रेरित किया। इसके साथ साथ उन्होंने अनुशासन के महत्व पर प्रकाश डालते हुए विनम्रता को अपनाते हुए अपने शिक्षकों के मार्गदर्शन में अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रेरित किया। कर्नल सावंत समय-समय पर बच्चों का उत्साह और मनोबल बढ़ाने के लिए विभिन्न शैक्षणिक संस्थानों में आते रहते हैं। कर्नल सावंत ने कैडेट्स के साथ विचारों का आदान प्रदान करते हुए उन्हें अनेक प्रकार की जानकारियों से अवगत कराया। तत्पश्चात उन्होंने भारतीय सेना पर एक प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया और विजेता कैडेट्स को इनाम बांटे।

धोखाधड़ी होने पर तुरंत साइबर क्राइम पोर्टल व कॉल कर पुलिस को दें सूचना

सिम कार्ड स्वैपिंग के माध्यम से होने वाली धोखाधड़ी से रहें सावधान : एसपी

हरिभूमि न्यूज ⏩हांसी

पुलिस अधीक्षक हांसी मकसूद अहमद ने सिम कार्ड स्वैपिंग के माध्यम से होने वाली धोखाधड़ी से सावधान करते हुए कहा है कि उन्नत तकनीकों ने आधुनिक जीवन शैली को बदल दिया है। इंटरनेट जहां हमें कई लाभ प्रदान करता है। जिसमें आमजन के लिए बैंकिंग लेनदेन प्रमुख है लेकिन इसमें थोड़ी सी चूक से हमे बड़ी वित्तीय हानि हो सकती है। उन्होंने बताया कि एक अध्ययन के अनुसार अधिकांश साइबर हमलों में से मानवीय लापरवाही सामने आई है।

इसलिए साइबर सुरक्षा के प्रति जागरूकता आज सभी के लिए जरूरी है। साइबर खतरों के जोखिम को कम करने के लिए टेक्नोलॉजी का उपयोग करते समय हमें सावधान रहना चाहिए।

क्या है सिम कार्ड स्वैपिंग धोखाधड़ी

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि यह एक प्रकार से व्यक्ति की पहचान की चोरी है जहां साइबर अपराधी टेलीकॉम सेवा उपलब्ध करवाने वाले के माध्यम से आपके पंजीकृत मोबाइल नंबर के लिए जारी किए गए पुराने सिम कार्ड की जगह नया सिम कार्ड प्राप्त कर लेते है। नए सिम कार्ड की मदद से साइबर अपराधी पीड़ित के बैंक खाते से वित्तीय लेनदेन के लिए आवश्यक ओटीपी और अन्य गोपनीय जानकारी प्राप्त कर लेते है।

कैसे होती है सिम कार्ड स्वैपिंग

पुलिस अधीक्षक मकसूद अहमद ने बताया कि साइबर अपराधी किसी खुदरा विक्रेता से एक खाली सिम प्राप्त कर लेते है। इसके बाद वे कस्टमर केयर अधिकारी बनकर पीड़ित को काल करते है और आपके सिम को 5ऋ्र में बदलने को कहते हैं और साथ ही सिम कार्ड बंद हो जाने के बारे में बताते हैं। उसके बाद सिम स्वैप करने के लिए वे एक सिम नंबर पीड़ित को देते है और उसे यह नंबर कस्टमर केयर अधिकारी को फारवर्ड करने के लिए कहते हैं। पीड़ित उसे वास्तविक समझ अपने मोबाइल से सिम नंबर को कस्टमर केयर अधिकारी को फारवर्ड कर देता है। सिम नंबर फारवर्ड करते ही मोबाइल सेवा प्रदाता कंपनी पीड़ित के पुराने सिम को बंद कर उसी नंबर को नए सिम पर जारी कर देता है। इसके बाद साइबर अपराधी पीड़ित के मोबाइल नंबर से पंजीकृत सभी बैंक खातों तक अपनी पहुंच बना लेते हैं और बैंक खातों से अवैध निकासी कर लेते है। पुलिस अधीक्षक ने आमजन को सावधान करते हुए कहा है कि किसी भी अज्ञात फोन काल पर कभी भी अपने खाते और सिम कार्ड से संबंधित कोई भी जानकारी किसी के साथ सांझा न करें।

खबर संक्षेप

भाकपा की बैठक में चुनाव पर मंथन

रानियां। बाबा बंता सिंह भवन में भारतीय कम्यूनिस्ट पार्टी की बैठक का. छिंद्रपाल सिंह की अध्यक्षता में हुई। बैठक में देश की राजनीतिक स्थिति की चर्चा करते हुए बताया गया कि अगामी लोकसभा चुनाव में सिरसा लोकसभा निर्वाचन क्षेत्र से इंडिया गठबंधन की उम्मीदवार कुमारी सैलजा को कामयाब बनाना समय की जरूरत है। इस समय हमारे देश का भविष्य वर्तमान चुनाव के नतीजों पर निर्भर करेगा। भाजपा शासन के केंद्र में गत दस सालों में महंगाई, बेरोजगारी, भ्रष्टाचार एवं अमीरी-गरीबी की खाई बहुत ज्यादा गहरी हुई है।

नप कार्यालय के बाहर से मोटरसाइकिल चोरी

सिरसा। नगर परिषद कार्यालय के बाहर से एक व्यक्ति की मोटरसाइकिल चोरी हो गई। पुलिस को दी शिकायत में वार्ड नंबर 7 निवासी हैप्पी ने बताया कि बीती 4 मई को उसने अपनी बाइक नगर परिषद कार्यालय के बाहर खड़ी की थी। शाम को घर जाने के लिए बाइक संभाली तो बाइक नहीं मिली। उन्होंने अपने स्तर पर आसपास के लोगों से भी पूछताछ की, लेकिन कोई सुराग नहीं लगा। जिसके बाद पुलिस को सूचित किया गया।

राष्ट्रीय लोक अदालत 11 मई को

सिरसा। जिला न्यायालय परिसर में आगामी 11 मई को राष्ट्रीय लोक अदालत आयोजित की जाएगी। लोक अदालत में स्वयं या अपने अधिवक्ता के माध्यम में केसों के निपटारे के लिए आवेदन किया जा सकता है। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव प्रवेश सिंगला ने बताया कि राष्ट्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण एवं हरियाणा रा'य विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से राष्ट्रीय लोक अदालत में कोई भी इच्छुक स्वयं या अपने अधिवक्ता के माध्यम से अपने केसों के निपटारे के लिए आवेदन कर सकते हैं।

फोन हैक कर युवक के खाते से पैसे निकाले

फतेहाबाद। भट्टू के गांव बनावाली में एक युवक का फोन हैक कर धोखाधड़ी से उसके खाते से हजारों रुपये की नकदी निकालने का मामला सामने आया है। इस बारे पीड़ित व्यक्ति ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। पुलिस को दी शिकायत में गांव बनावाली निवासी विनोद कुमार ने कहा है कि वह खेती बाड़ी का काम करता है। कुछ दिन पहले उसने अपने गुगल पे नंबर से अपने पड़ोसी निरंजन के जियो के मोबाइल को रिचार्ज करना था जोकि गलती से एयरटेल का हो गया। उसके बाद उसके पास ऐ फोन आया, जिसने अपने आप को कस्टमर केयर वाला बताया।

भारत विकास परिषद ने वितरित की सहयोग राशि

रतिया। भारत विकास परिषद शाखा भगत सिंह के शिष्टमंडल ने सीनियर सिटीजन वेलफेयर एसोसिएशन के कार्यालय में प्रधान एडवोकेट बिक्कर सिंह की अध्यक्षता में आयोजित बैठक मे भाग लिया। पूर्व अध्यक्ष कंवलजीत सिंह चावला ने बताया कि बीते काफी समय से शाखा के निष्क्रिय हो जाने के कारण उनके पास पड़ी नगद राशि को समाज सेवी संस्थाओं में सेवार्थ रुप में वितरित करने का निर्णय लिया गया है। इस कड़ी में नंदीशाला व गुरुद्वारा श्री अजीतसर साहिब को को 21-21 हजार रुपये वितरित किए।

दुकान से हजारों रुपये की नकदी चोरी

फतेहाबाद। टोहाना में अज्ञात चोर एक दुकान में घुसकर हजारों की नकदी चोरी कर ले गया। इस बारे दुकानदार ने पुलिस को शिकायत दी है। अपनी शिकायत में दुर्गा कालोनी, भूना रोड, टोहाना निवासी रणजीत सिंह ने कहा है कि उसकी भूना रोड पर दुःख निवारण गुरूद्वारा सहिब में किरयाणे की दुकान का सेवादार है। गत दिवस दोपहर को वह दुकान के बाहर कुर्सी पर सो रहा था। इसी दौरान अज्ञात युवक उसकी दुकान में घुस गया और वहां से 4700 रुपये की नगदी चोरी कर ले गया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

ग्रामीणों को मतदान करने के लिए किया प्रेरित

भाविप ने बनसुधार व खैरेकां में निकाली मतदाता जागरूकता रैली

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिरसा

भारत विकास परिषद द्वारा चलाए जा रहे मतदाता जागरूकता अभियान के अंतर्गत सोमवार को गांव बनसुधार के राजकीय उच्च विद्यालय और राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खैरेकां में विद्यार्थियों, अध्यापकों व ग्रामीणों द्वारा शाखा अध्यक्ष प्रमोद मोहन गौतम की अध्यक्षता में जागरूकता रैली निकाली गई। शाखा सचिव सतपाल जोत ने बताया कि दोनों स्कूलों में जागरूकता रैली को प्रांतीय संयोजक अशोक गुप्ता ने झंडी दिखाकर रवाना किया। अशोक गुप्ता ने कहा कि भारत सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है। प्रत्येक वोट का बड़ा महत्व है। लोकतंत्र को सुदृढ़ करने के लिए सभी को शत-प्रतिशत मतदान करना चाहिए। विद्यालय की प्राचार्या सुमन गौतम ने भाविप द्वारा जागरूकता अभियान तथा समय समय पर किए जाने वाले सेवा कायारें की प्रशंसा की। उपाध्यक्ष बृजेश मिश्रा ने कहा कि मतदान हमारे जीवन का एक आधार है, हमें मतदान अवश्य करना चाहिए ताकि अधिक से अधिक मत प्रतिशत को बढ़ाया जा सके। इस मौके पर बच्चों को अपने परिवार में अधिक से अधिक मतदान करवाने की शपथ दिलाई गई। खैरेकां विद्यालय के प्राचार्य रंजीत सिंह ढिल्लो ने भारत विकास परिषद के पदाधिकारियों का अभिनंदन किया और इस अभियान को समयसंगत बताते हुए सराहना की। अंत में सहसचिव भगवानदास बंसल ने अध्यापकों, बच्चों व ग्रामीणों का धन्यवाद किया। बनसुधार में राजरानी, सुनील कुमार, किरण कंबोज, राजेंद्र कुमार, प्रदीप कुमार, श्वेता कंबोज तथा खैरेकां में प्राचार्य रणजीत सिंह ढिल्लों, ममता रानी पीजीटी, राकेश कुमार, पीजीटी भूपेंद्र सिंह, गंगा सिंह व अन्य शामिल रहे।

सिरसा। गांव खैरेकां स्कूल विद्यार्थी मतदाता जागरुकता रैली निकालते हुए। फोटो : हरिभूमि

लोन क्लीयर करवाने के नाम पर डाक सेवक पर ठगी का आरोप

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

राजस्थान में ग्रामीण डाक सेवक के पद पर कार्यरत युवक से उसके पिता की मौत के बाद बैंक लोन क्लीयर करवाने के नाम पर हजारों की ठगी होने का मामला सामने आया है। इस बारे पीड़ित व्यक्ति ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। भट्टू पुलिस को दी शिकायत में गांव बनमंदौरी निवासी रवि कुमार ने कहा है कि वह डाक विभाग में ग्रामीण डाक सेवक के पद पर जैसलमेर में तैनात है।

उसके पिता रोहताश ने आईसीआईसीआई बैंक से तीन लाख रुपये का लोन लिया हुआ था और उनकी 2023 में मौत हो गई थी। उसके पिता की मौत के कुछ दिनों बाद उसके पास फोन आया, जिसने स्वयं को काजल बताया। काजल ने उससे कहा कि उसके पिता ने बैंक से लोन लिया हुआ है और अब उनका देहांत हो गया है। उसने लोन बंद करने बारे उसे लालच देते हुए बताया कि उसके पिता ने अभी तक तीन किश्तें भरी हैं। अगर वह तीन किश्तें ओर भर दे तो वह उसका लोन क्लीयर करवा देंगी। इसकी एवज में वह साढ़े 16 हजार रुपये लेगी। इसके बाद भी उसके पास कई बार फोन आया और उसके पिता के खाते में सम्बंध में ओटीपी मांगे। ओटीपी देने के बाद उसके पिता के खाते से लेन-देन सम्बंधित बैंक के मैसेज आने बंद हो गए। रवि ने कहा कि फोन करने वालों की चिकनी-चुपड़ी बातों में आकर उसने जनवरी 2024 में साढ़े 16 हजार रुपये ट्रांसफर कर दिए। इसके बाद जब उसके पास लोन रिकवरी एजेंट का फोन आया तो उसे अपने साथ हुए फ्रॉड का पता चला। इस पर उसने इस बारे नेशनल साइबर क्राइम रिपोर्टिंग पोर्टल पर शिकायत दर्ज करवाई।

महिला को घर में अकेला पाकर दूध देने आए युवक ने की छेड़छाड़

फतेहाबाद। भट्टू की माचरा मण्डी में रहने वाली एक महिला ने उसके घर दूध देने आए युवक पर उसके साथ छेड़छाड़ करने और जान से मारने की धमकी देने का आरोप लगाया है। इस बारे पीड़ित महिला की शिकायत पर भट्टू पुलिस ने केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव ढाबी खुर्द निवासी एक महिला ने कहा है कि वह अब भट्टू की माचरा मण्डी में रहता है। संदीप नामक युवक उसके घर रोजाना दूध देकर जाता है। गत दिवस दोपहर को वह दूध देने के लिए उसके घर आया। उस समय घर पर कोई नहीं था। उसे घर पर अकेला पाकर संदीप ने उसका हाथ पकड़ लिया और उसके मना करने पर भी उसके साथ जबरदस्ती छेड़छाड़ करने लगा। उसके चिल्लाने पर संदीप ने उसे डराया-धमकाया और जान से मारने की धमकी देते हुए कहा कि यदि उसने किसी को बताया कि वह उसे जान से मार देगा। इसके बाद वह मौके से फरार हो गया। बाद में पीड़ित महिला ने इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। इस मामले में भट्टूकलां पुलिस ने आरोपी युवक के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

सोशल मीडिया पर पैनी नजर रखें : डीसी

फतेहाबाद। उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी राहुल नरवाल ने कहा कि जिला में गठित मीडिया मॉनिटरिंग एवं सर्टिफिकेशन कमेटी एवं सोशल मीडिया की निगरानी टीमों के अधिकारी सोशल मीडिया पर विशेष फोकस रखें, सोशल मीडिया पर आने वाले विज्ञापनों का खर्चा भी संबंधित उम्मीदवार या पार्टी के खाते में जोड़ा जाएगा। उन्होंने निर्देश दिए कि जिला में गठित टीमें इस बारे सोशल मीडिया पर पैनी नजर रखें और किसी भी तरह का विज्ञापन मिलने पर उसकी रिपोर्ट खर्च के ब्योरे सहित खर्चा निगरानी टीम को दें। रिपोर्ट के आधार पर संबंधित उम्मीदवार या पार्टी के खाते में उस विज्ञापन का खर्चा जोड़ दिया जाएगा। उपायुक्त राहुल नरवाल ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर चल रहे समाचार चैनलों, फेसबुक पेज के पत्रकारों से आग्रह करते हुए कहा है कि वे इन प्लेटफॉर्म पर समाचारों का प्रकाशन व प्रसारण आदर्श आचार संहिता के मद्देनजर रखते हुए करें। उन्होंने कहा कि जिला वासी आदर्श आचार संहिता की पालना अवश्य करे। नियमों की अवहेलना करने वालों के खिलाफ उचित कानूनी कार्यवाही अमल में लाई जाएगी। उन्होंने आह्वान किया कि नागरिक लोकसभा आम चुनाव में लोकतंत्र की मजबूती हेतू बढ़ चढ़कर मतदान करें।

गैस टैंकर की टक्कर में बाइक सवार मरा

सिरसा। जिला के गांव नरेलखेड़ा के समीप गैस टैंकर ने मोटरसाइकिल सवार को टक्कर मार दी, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गया। आसपास के लोगों ने उसे अस्पताल में पहुंचाया, जहां डॉक्टरों ने जांच के बाद उसे मृत घोषित कर दिया। पुलिस को दिए बयानों में गांव पतली डाबर निवासी कुलदीप सिंह ने बताया कि बीती 4 मई की रात को वह डिंग रोड पर खड़ा था। इसी दौरान उसके चाचा का लड़का तरसेम डिंग मोड़ की ओर से बाइक लेकर नरेलखेड़ा की ओर जा रहा था। इसी दौरान सामने से आ रहे तेज रफ्तार गैस टेंकर ने उसके देखते-देखते तरसेम की बाइक को टक्कर मार दी, जिससे वह मोटरसाइकि सहित सड़क पर जा गिरा। राहगीर उसे अस्पताल ले गए।

ईशान शर्मा ने जीता रजत पदक

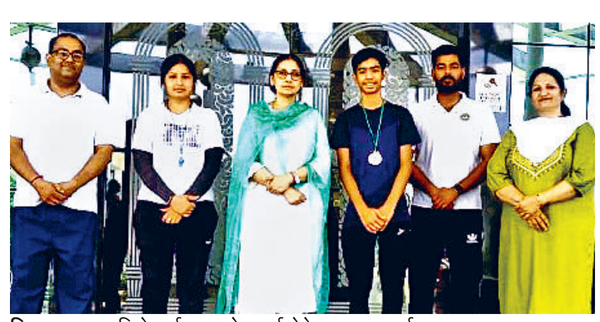
- ओपन बैडमिंटन टूर्नामेंट में द सिरसा स्कूल का छात्र छाया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिरसा

ऐरा हैड क्लब द्वारा हिसार में आयोजित ओपन बैडमिंटन टूर्नामेंट में द सिरसा स्कूल के ईशान शर्मा ने अंडर-15 आयु वर्ग में रजत पदक जीतकर स्कूल व जिले का नाम रोशन किया है।

स्कूल पहुंचने पर स्कूल प्राचार्या मनीषा गोदारा व स्टाफ सदस्यों द्वारा ईशान शर्मा का भव्य स्वागत किया गया और रजत पदक जीतने पर बधाई दी गई।

मनीषा गोदारा ने बताया कि इस ओपन टूर्नामेंट में प्रदेशभर से विभिन्न आयु वगारें अंडर-11, 13, 15, व 17 में 200 से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया। उन्होंने बताया कि द सिरसा स्कूल के ईशान शर्मा ने अपनी प्रतिभा का बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए रजत पदक पर कब्जा किया। उन्होंने कहा कि सीनियन बैडमिंटन कोच दीपेश ठक्कर के सान्निध्य में ईशान ने बैडमिंटन का प्रशिक्षण लिया और यह उपलब्धि हासिल की। ईशान शर्मा को रजत पदक के साथ-साथ 3100 रुपए का नकद पुरस्कार भी दिया गया। इस मौके पर स्कूल के पीटीआई परमवीर, काजल, कोर्डिनेटर निशा रंगाड़ा सहित स्टाफ सदस्य उपस्थित थे।


सिरसा। पदक विजेता ईशान को बधाई देते स्कूल प्राचार्या व स्टाफ।

महिला से 25 हजार रुपये की साइबर ठगी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

साइबर ठग ने टोहाना की एक महिला के खाते में गलती से पैसे ट्रांसफर होने की बात कहकर उससे 25 हजार रुपये ठग लिए।

इस बारे पीड़ित महिला ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। पुलिस को दी शिकायत में सपड़ा मोहल्ला टोहाना निवासी महिला प्रिया ने कहा है कि उसके पास 4 मई शाम को अज्ञात व्यक्ति का फोन आया। फोन करने वाले ने उससे कहा कि गलती से उसके खाते में 50 हजार रुपये ट्रांसफर हो गए है।

वह उसे यह 50 हजार रुपये वापस कर दे। महिला ने कहा कि फोन करने वाले की बातों में आकर उसने अपने मोबाइल नंबर से दो बार में कुल 25 हजार रुपये उसे ट्रांसफर कर दिए। इसके बाद जब उसने अपने खाते को चैक किया तो पाया कि उसके खाते में कोई रुपये नहीं आए थे। इस पर उसने तुरंत उक्त नंबर पर वापस फोन किया लेकिन युवक ने उसका फोन उठाना बंद कर दिया। महिला ने आरोप लगाया कि उक्त व्यक्ति ने धोखाधड़ी कर उससे 25 हजार रुपये ठग लिए है। इस पर महिला ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। टोहाना पुलिस ने इस बारे अज्ञात व्यक्ति पर धोखाधड़ी का केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कांग्रेस ने सिरसा में प्रचार तेज किया

फतेहाबाद। सिरसा लोकसभा क्षेत्र से इंडिया गठबंधन की प्रत्याशी कुमारी सैलजा के समर्थन में बिश्नोई समाज के दिग्गज नेताओं ने फतेहाबाद क्षेत्र में प्रचार अभियान तेज कर दिया है। इसी कड़ी में पूर्व उपमुख्यमंत्री एवं बिश्नोई समाज के वरिष्ठ नेता चन्द्रमोहन बिश्नोई 7 मई को कुमारी सैलजा के साथ दर्जनों गांवों में जनसभाओं को संबोधित करेंगे। यह जानकारी देते हुए स्वास्तिक एनजीओ के अध्यक्ष एवं बिश्नोई समाज को राजनीतिक क्षेत्र में आगे बढ़ा रहे युवा नेता अनिल ज्याणी ने दी। उन्होंने बताया कि पूरा बिश्नोई समाज आज एकजुट होकर चन्द्रमोहन बिश्नोई की अगुवाई में इंडिया गठबंधन की प्रत्याशी कुमारी सैलजा के साथ खड़ा है और जब तक सिरसा सीट से सैलजा रिकार्ड जीत हासिल नहीं करती, तब तक तन-मन-धन से उनके प्रचार में जुटा रहेगा।

पहले वेतन में से 11,151 रुपये गोशाला में दान किए

ओढां। बाबा संतोष दास गौशाला ओढ़ा में रोशन लाल वर्मा ने अपने पुत्र रमेश वर्मा की बिजली निगम में नौकरी लगने के बाद पहले वेतन में से 11,151 रुपये गौशाला में दान किए। गौशाला के उपप्रधान भूप सिंह मल्हान ने बताया कि रोशन लाल वर्मा का परिवार गौ प्रेमी व धर्म कर्म के कायोरें में सदैव आगे रहता हैं। उनका बड़ा बेटा राकेश कुमार जेबीटी अध्यापक है और वह दुर्गा नाटक क्लब का सदस्य भी है। गौशाला कमेटी के सभी सदस्यों ने इस परिवार की भूरि भूरि प्रशंसा की व आम लोगों से जन्मदिन, शादी सालगिरह व अपने पूर्वजों के श्राद्ध दिवस आदि मौकों पर इसी प्रकार धर्म कर्म के कायारें में आगे आने का आह्वान किया। इस अवसर पर भूप सिंह मल्हान, अमन मल्हान, मदन लाल गोदारा, मिठू थोरी, तेजा खोथ सहित कमेटी सदस्य मौजूद थे।

कैडेट्स को किया प्रोत्साहित

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

कर्नल एमेया सावंत, निदेशक भर्ती, सेना भर्ती कार्यालय हिसार ने सैनिक स्कूल खारा खेड़ी के कैडिटेड को विभिन्न जानकारियों से अवगत कराया और देश सेवा के लिए प्रेरित किया।

इसके साथ-साथ उन्होंने अनुशासन के महत्व पर प्रकाश डालते हुए विनम्रता को अपनाते हुए अपने शिक्षकों के मार्गदर्शन में अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रेरित किया। कर्नल सावंत समय-समय पर बच्चों का उत्साह और मनोबल बढ़ाने के लिए विभिन्न शैक्षणिक संस्थानों में आते रहते हैं। कर्नल सावंत ने कैडेट्स के साथ विचारो का आदान प्रदान करते हुए उन्हें अनेक प्रकार की जानकारियों से अवगत कराया। तत्पश्चात उन्होंने भारतीय सेना पर एक प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया और विजेता कैडेटों को इनाम बांटे। विदित रहे कि सैनिक स्कूल खारा खेड़ी में 13 प्रान्तों के 210 कैडेट्स शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं। इस कार्यक्रम में स्कूल संचालिका डॉ. ज्योत्सना, स्कूल कमांडेंट कर्नल डीवी नेहरा, डॉ. आरए प्रभाकर व समस्त शिक्षगण मौजूद रहे।

फतेहाबाद। सैनिक स्कूल खाराखेड़ी में विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते कर्नल एमेया सावंत।

- सैनिक स्कूल खारा खेड़ी में कार्यक्रम का आयोजन किया गया

यूथ फुटबाल लीग में भूना एकेडमी का रहा दबदबा

फतेहाबाद। हरियाणा यूथ फुटबाल लीग में खेल विभाग की भूना आवासीय एकेडमी के विजेता खिलाड़ी।

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

हरियाणा में पहली बार आयोजित हरियाणा यूथ फुटबाल लीग अंडर 13 व 15 में फतेहाबाद जिला की तरफ से भूना फुटबाल क्लब ने खेलते हुए द्वितीय स्थान प्राप्त किया और वहीं अंडर 15 में युवा फुटबॉल क्लब ने जींद को फाइनल में 2-0 से हराकर प्रथम स्थान प्राप्त किया और नेशनल के लिए क्वालीफाई किया। लिग में बेहतर प्रदर्शन और पॉजिशन हासिल करने पर जिला खेल अधिकारी राजबाला, फुटबाल कोच जसमेर सिंह सहित फुटबाल एसोसिएशन के अन्य पदाधिकारियों ने खिलाड़ियों को बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उल्लेखनीय है कि हरियाणा फुटबाल एसोसिएशन के तत्वावधान में हरियाणा में पहली बार आयोजित हरियाणा यूथ फुटबाल लिग का समापन राजीव गांधी खेल स्टेडियम मसुदपुर, जिला हिसार में किया गया, जिसमें अंडर 13 में 12 टीमों ने भाग लिया। प्रियांशु बेस्ट प्लेयर घोषित किए गए जो भूना में संचालित आवासीय एकेडमी का प्लेयर है। यह एकेडमी खेल विभाग के सौजन्य से राजकीय कॉलेज भूना में संचालित की जा रही है। प्रतियोगिता में भाग ले रहे ज्यादातर प्लेयर भूना में संचालित आवासीय एकेडमी से है।

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, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9653530209, 9315429403, 9253681005

इंडिया ताइक्वांडो चैंपियन ऑफ चैंपियंस टूर्नामेंट का आयोजन

हरियाणा पहले, एसएससीबी आर्मी बॉयज द्वितीय

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिरसा

शहर के शारदा इंडोर हॉल में इंडिया ताइक्वांडो के तत्वावधान में चल रही तीन दिवसीय सब जूनियर, कैडेट, जूनियर व सीनियर चैंपियन ऑफ चैंपियंस 2024 क्यूरूगी एंड पूमसे स्टॉप हरियाणा रविवार को संपन्न हो गई। प्रतियोगिता में महिला व पुरुषों सहित 250 खिलाड़ियों ने भाग लिया। वर्ल्ड ताइक्वांडो व एशियन ताइक्वांडो यूनियन से मान्यता प्राप्त इंडिया ताइक्वांडो द्वारा आयोजित इस टूर्नामेंट में पूरे भारत वर्ष के विभिन्न रा'यों से आए खिलाडियों के साथ-साथ स्पोर्ट्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया, एसएससीबी, असम राइफ ल्स व मध्यप्रदेश व लखनऊ साई स्पोर्ट्स एकेडमी की टीमों ने प्रतियोगिता में भाग लिया।

प्रतियोगिता का शुभारंभ जहां संजीव बेरी, अनीता बराला, एईओ सरसा अनिल कुमार जी द्वारा किया गया। वहीं प्रतियोगिता के समापन अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में भाजपा प्रत्याशी डा. अशोक तंवर ने शिरकत की।

इस प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर हरियाणा, दूसरा स्थान पर एसएससीबी आर्मी बॉयज व तीसरे स्थान पर लखनऊ साई ताइक्वांडो स्पोर्ट्स एकेडमी रही। इस प्रतियोगिता में सीनियर वर्ग 63-68 किलोग्राम भार वर्ग में कबीचंद्र सिंह असम राइफल सिल्वर व अफजल अली मध्यप्रदेश गोल्ड प्राप्त किया। 80-87 किलो भार वर्ग में दीक्षांत असम राइफल गोल्ड, रोबिन बराला हरियाणा सिल्वर प्राप्त किया। इसी प्रकार जूनियर वर्ग में 45 किलो से कम भार वर्ग में अमनदीप हरियाणा ने गोल्ड व मनीष कुमार दीवार एसएससीबी आर्मी बॉयज सिल्वर प्राप्त किया। महिला वर्ग में 55-59 किलो भार में असमी भारती मध्य प्रदेश साई गोल्ड व वैष्णवी चौधरी सिल्वर प्राप्त किया।

सिरसा। प्रतियोगिता में हिस्सा लेत प्रतिभागी।