हरिभूमि

भिवानी-दादरी भूमि

रोहतक, गुरुवार, 21 दिसंबर 2023

सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी के बताए मार्ग पर चलने का किया आह्वान 12

विधायक नैना ने विस सत्र में उठाए कई ज्वलंत मुद्दों पर की आवाज बुलंद 12

खबर संक्षेप

भिवानी। आरटीए टीम द्वारा पकड़कर बाढ़ड़ा बस स्टैंड में खड़ा किया ओवरलोड डंपर। फोटो : हरिभूमि

आरटीए टीम ने ओवरलोड डंपर पर की कार्रवाई

बाढ़ड़ा। आरटीए विभाग हिसार की टीम ने गांव खेड़ी बत्तर-मांढी के बीच एक ओवरलोड डंपर पर कार्रवाई की है। टीम द्वारा क्रेशर से भरे हुए ओवरलोड डंपर को पकड़कर 71 हजार रुपये का चालान किया है। बता दें कि आरटीए हिसार की टीम बाढ़ड़ा क्षेत्र में अनियमितता बरते वाले कॉमिर्शियल वाहनों की जांच कर रही थी। इस दौरान नेशनल हाइवे 334बी पर खेड़ी बत्तर से मांढी जाते हुए क्रेशर से भरा हुआ ओवरलोड डंपर मिला।

भिवानी। दिलेर युद्ध नायक सैम बहादुर के चलचित्र देखते विद्यार्थी।

सैम बहादुर का चलचित्र देख विद्यार्थी हुए उत्साहित

भिवानी। भिवानी पब्लिक स्कूल के विद्यार्थियों के लिए दिलेर युद्ध नायक के जीवन पर आधारित सैम बहादुर चलचित्र रंगमंच का आयोजन सिनेमा हॉल में किया गया। स्कूल की निर्देशिका आशा पाहूजा ने बताया कि ऐसे चलचित्र विद्यार्थियों के जीवन में नई ऊर्जा का संचार करते हैं। युद्ध वीरों के जीवन पर बनी हुई चलचित्र इस देश के वीर शौर्य व समर्पण का भाव जगाती है।

हेल्प संस्था ने ज्योति की पढ़ाई की ली जिम्मेदारी

भिवानी। शिक्षा के लिए दिया दान सबसे बड़ा होता है, ये एक विद्यार्थी के माध्यम से कई पीढियों तक पहुंचता है। बेटियों को शिक्षा में सहायता देकर हम संस्कारित समाज और समृद्ध राष्ट्र की आधारशिला रखते हैं।

अध्यापकों ने विद्यार्थियों को स्वेटर बांटी

भिवानी। प्रेमनगर के राजकीय उच्च विद्यालय में सभी अध्यापकों ने मिलकर कक्षा 6 से 8 के सभी विद्यार्थियों को स्वेटर वितरीत की। विद्यालय स्टाफ ने अपने अध्यापक होने की जिम्मेदारी का निर्वहन करने के साथ साथ अपनी नैतिकता और मानवता की जिम्मेदारी को निभाते हुए अपने निजी कोष से कक्षा छठी से आठवीं तक सभी विद्यार्थियों को स्वेटर वितरीत की।

स्वर्णजयंती पार्क के पास से बाइक चोरी, केस दर्ज

लोहारू। शहर के स्वर्णजयंती पार्क के पास से मोटरसाइकिल चोरी होने का मामला प्रकाश में आया है। लोहारू पुलिस ने चोरी का मुकदमा दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में लोहारू निवासी अनिल ने बताया कि उसने अपनी मोटरसाइकिल स्वर्ण जयंती पार्क के बाहर मोटरसाइकिल खड़ी की थी जबकि पार्क से बाहर आकर देखा तो उसकी मोटरसाइकिल मौके से गायब थी।

ग्राम स्वराज्य किसान विचार गोष्ठी 23

भिवानी। गौआधारित टिकाऊ परंपगरात खेती एवं ग्राम स्वराज्य के बारे लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य चलाए जा रहे जनजागरण अभियान को गति देने की रूपरेखा तैयार करने के लिए ग्राम स्वराज्य किसान मोर्चा द्वारा चौधरी चरण सिंह की जयंती पर 23 दिसंबर को गांव कुंगड़ में किसान विचार गोष्ठी का आयोजन किया जाएगा।

नहीं हो पाई फल, सब्जियों की खरीद, पूरे दिन मंडी पसरा रहा सन्नाटा

मार्केट फीस एडवांस जमा कराने के विरोध में बिफरे सब्जीमंडी आढ़ती

भिवानी। हड़ताल के चलते सब्जीमंडी में खड़ी रेहड़ियां तथा फलों की खरीद फरोख्त न होने की वजह से मंडी में रखी कैरेट और मांगों को लेकर नारेबाजी करते हुए।

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

बुधवार को सरकार द्वारा सब्जीमंडी आढ़तियों को सालभर की मार्केट फीस एक बार जमा कराए जाने के विरोध में आढ़तियों, छोटे फल एवं सब्जी विक्रेता हड़ताल पर रहे। पूरे दिन सब्जीमंडी में न तो सब्जियों की बिक्री हुई और न ही फलों की। पूरे दिन सब्जी में सन्नाटा पसरा रहा।

हालांकि अल सुबह आढ़ती व छोटे सब्जी विक्रेता मंडी में पहुंच गए,लेकिन किसी भी व्यक्ति न तो फल व सब्जियां खरीदी और न ही बेची। इस दौरान आढ़तियों ने सरकार के इस तरह के फरमान पर जबरदस्त नाराजगी जताई। आढ़तियों ने चेतावनी दी कि अगर सरकार ने यह फैसला वापस नहीं लिया तो वे आंदोलन राह पर चलने को मजबूर हो जाएंगे। सुबह चार बजे सब्जीमंडी में आढ़ती व छोटे फल एवं सब्जी विक्रेता भी पहुंचने लगे। उन्होंने सब्जीमंडी में किसी तरह की कोई सब्जी व फल की बिक्री व खरीद नहीं करवाई। एकत्रित लोगों को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने बताया कि कोरोना काल में एक परसेंट मार्केट फीस और एक परसेंट ही एचडीआरएफ फीस लगाई थी कोरोना काल समाप्त होने के बाद भी व्यापारी अभी तक मार्केट फीस दे रहे हैं। सरकार ने हाल में ही सभी सब्जी मंडी विक्रेताओं को एक साल की एडवांस मार्केट फीस जमा करवाने का नोटिस जारी किया, जिसका प्रदेश भर के फल एवं सब्जी विक्रेता इस काले कानून का विरोध कर रहे हैं। क्योंकि एक साथ पूरे साल की फीस जमा नहीं करवा सकते। इससे उन पर अतिरिक्त आर्थिक बोझ. बढ़ेगा। उन्होंने सरकार से उक्त फरमान वापस लेने की मांग की।

सौंपा मांगपत्र, अनिश्चितकालीन आंदोलन की चेतावनी

आढ़ती एसोसिएशन ने सरकार से इस काले कानून को वापस लेने की मांग करते हैं अपनी मांगों का एक ज्ञापन मार्केट सचिव को सौंपते हुए उप प्रधान संजय वधवा ने कहा अगर हमारी मांगों का समाधान नहीं किया गया तो आगे अनिश्चितकालीन के लिए बंद रखा जाएगा। बुधवार को केवल एक दिन के लिए हड़ताल रखी गई थी,अगर सरकार ने उनकी मांग पूरी नहीं की तो वे अनिश्चितकालीन आंदोलन की राह पकड़ने पर मजबूर होंगे। इस अवसर पर पुरुषोत्तम बुद्धिराजा,गुलशन कुमार प्रधान,सुशील लौटा प्रधान, संजय वधवा उप प्रधान, रामवतार देवसरीया प्रधान,अतुल रोहिल्ला, सुशील, महेंद्र जुनेजा, सुरेंद्र ग्रोवर, मदन ,ललित सैनी, रामलाल ग्रोवर, पप्पू कामरा, सुभाष ग्रोवर ,खिन्नू शर्मा,पवन महता समेत अनेक व्यापारी उपस्थित थे।

हड़ताल के चलते फल और सब्जियों के दामों में तेजी

बुधवार सब्जीमंडी के आढ़तियों के हड़ताल पर रहने की वजह से आज फल व सब्जियों की खरीद नहीं हो पाई। जिसके चलते ग्रामीण इलाकों के साथ.साथ शहरी इलाकों में फल व सब्जियों के दाम आसमान पर चले गए। बुधवार शाम को सब्जियों के दाम दोगुने हो गए। शाम के वक्त टमाटर 60 रुपये तक पहुंच गया। इनके अलावा गोभी, आलू व अन्य सब्जियों के दामों में भी बढ़ौतरी दर्ज की गई। वहीं फलों की कीमत भी डेढ से दोगुनी रही। सब्जीमंडी की हड़ताल के चलते आम लोग प्रभावित हुए।

नगर व्यापार मंडल ने दिया पूर्ण रूप से समर्थन भानु प्रकाश

एडवांस मार्केट फीस पर भड़के फल सब्जी विक्रेता ने सब्जी मंडी बंद करके किया विरोध प्रदर्शन नगर व्यापार मंडल के प्रधान भानु प्रकाश ने बताया नगर व्यापार मंडल पूर्ण रूप से सब्जी फल विक्रेताओं के साथ है और उनका समर्थन करता है आज विभिन्न एरिया एवं ट्रेड यूनियन के प्रधानों ने जाकर उन्हें समर्थन दिया और भविष्य में साथ रहने का आश्वासन दिया जैसा की एडवांस मार्केट फीस जमा करने के सरकार के आदेश के विरुद्ध आज सब्जी मंडी के सभी फल सब्जी विक्रेता अपनी दुकान बंद रखकर किया जोरदार प्रदर्शन किया ।

बिजली के तार चोरी मामले में पकड़ा गया कबाड़ी

- चार दिन के पुलिस रिमांड पर लिया कबाड़ी
- पुलिस ने कबाड़ी से चोरी के साढ़े 17 क्विंटल नई व पुराने तार व पिकअप गाड़ी की बरामद

बाढ़डा। पुलिस टीम द्वारा पकड़ा गया आरोपी कबाड़ी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ बाढ़ड़ा

बिजली तार चोरी मामले में सीआईए स्टाफ चरखी दादरी पुलिस की टीम ने गांव काकड़ौली सरदारा निवासी कबाड़ी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस ने कबाड़ी से 17.5 क्विंटल चोरी के तार बरामद किए हैं। पुलिस ने उसे अदालत में पेश कर चार दिन का रिमांड हासिल किया और उससे गहनता से पूछताछ जारी है। बता दें काकड़ौली सरदार निवासी प्रवीन ने थाना बाढ़ड़ा पुलिस में शिकायत दर्ज करवाई थी, जिसमें उसने पुलिस को बताया कि वह बिजली निगम में ठेकेदार के साथ बिजली का काम करता है। छह माह पहले उनका काम गांव मेहडा ट्यूबवेल कनेक्शन व जगमग योजना का चल रहा था। मैहडा स्टोर से तार के बंडल अज्ञात व्यक्तियों द्वारा रात के समय चोरी कर लिए गए थे। गांव काकड़ौली सरदारा में उनके घर के पीछे एक व्यक्ति कबाड़ी का काम करता है। बीते 17 दिसंबर को सुबह एक बोलेरो पिकअप तार से लोड होकर कबाड़ी के घर के अन्दर आई और कुछ मिनट बाद गाड़ी खाली होकर बहुत तेज गति से निकल गई। उन्होंने कबाड़ी से 2-3 बार इतनी तेज गति से गाड़ी आने का कारण पूछा तो वह टाल मटौल करने लगा और कोई संतोषजन जवाब नहीं दिया। पुलिस ने मामले में कार्रवाई कर सीआईए स्टाफ चरखी दादरी के हवलदार संदीप की टीम ने एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। आरोपी की पहचान मंजीत पुत्र बिशम्बर वासी काकड़ौली सरदारा के रूप में हुए है। आरोपी को अदालत में पेश कर चार दिन का रिमांड हासिल किया। पुलिस टीम द्वारा आरोपी से करीब 17.5 क्विंटल एल्युमिनियम की चोरी की हुई नई व पुरानी तारे व एक गाडी पिकअप बरामद की गई है। आरोपी पर पहले भी राजस्थान में चोरी का केस दर्ज है।

प्रजापति प्रतिभा सम्मान व नववर्ष मिलन समारोह 31 को

भिवानी। भारतीय प्रजापति हीरोज ऑर्गेनाइजेशन (बीपीएचओ), श्रीदक्ष प्रजापति महासभा, प्रजापति धर्मशाला समिति लोहड़ बाजार, श्रीदक्ष प्रजापति सेवा समिति हनुमान गेट के संयुक्त तत्वावधान में 31 दिसंबर को टिबड़ेवाल सभागार में प्रजापति प्रतिभा सम्मान एवं नववर्ष मिलन समारोह का आयोजन किया जाएगा। बीपीएचओ के सहसंस्थापक रमेश टांक ने बताया कि कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर रणबीर गंगवा, अति विशिष्ट अतिथि डीएजी चंडीगढ़ आईएएसएस शीशराम प्रजापति, लोहारू एसडीएम अमित कुमार, हांसी एसडीएम मोहित महराणा, एसई सिंचाई बलराज सिंह चौहान, एएस/एडीओ एग्रीकल्चर अमित कुमार, आईसीईआरटी चेयरमैन संदीप सिंहमार शिरकत करेंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता महासभा के प्रदेशाध्यक्ष धर्मबीर ठेकेदार तथा स्वागाध्यक्ष नप के पूर्व चेयरमैन मामनचंद प्रजापति होंगे।

एचटेट अभ्यर्थियों को बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन का दिया अवसर

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

- ऑनलाइन डाउनलोड कर सकते हैं ओएमआर शीट

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा हरियाणा अध्यापक पात्रता परीक्षा.2023 एचटेट का आयोजन 02 व 03 दिसम्बरए 2023 को करवाया गया था। परीक्षा का परिणाम 18 दिसम्बर को घोषित किया जा चुका है, परीक्षा परिणाम घोषणा से पूर्व अभ्यर्थियों द्वारा विभिन्न जिलों में स्थापित वैरीफिकेशन केन्द्रों पर बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन करवाई गई थी, लेकिन कुछ अभ्यर्थी अनुपस्थित रहें,उन्हें बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन पूर्ण करवाने के लिए शिक्षा बोर्ड द्वारा 21 व 22 दिसम्बरए 2023 को एक अवसर दिया गया है। इस आशय की जानकारी देते हुए हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. वीपी यादव एवं सचिव ज्योति मित्तल ने आज यहाँ बताया कि अभ्यर्थियों को 17 व 18 दिसम्बर को बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन प्रक्त्रिया के लिए बुलाया गया था, लेकिन कुछ अभ्यर्थी इस प्रक्रिया के दौरान अनुपस्थित रहे हैं। ऐसे अभ्यर्थियों द्वारा 21 व 22 दिसम्बर को प्रातः 09 बजे से सांय 05 बजे तक शिक्षा बोर्ड मुख्यालय में उपस्थित होकर अपनी बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन सुनिश्चित करवाई जानी है। ऐसे अनुपस्थित रहे अभ्यर्थियों की सूची बोर्ड की आधिकारिक वेबसाइट पर अपलोड कर दी गई है। इन अभ्यर्थियों को इनके ऑनलाइन आवेदन के समय दी गई पंजीकृत ई.मेल आईडी से भी इस बारे संदेश भेजे गए है।

एडमिट कार्ड लेकर आना अनिवार्य

बोर्ड सचिव ने बताया कि बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन के लिए अभ्यर्थी द्वारा अपना मूल पहचान पत्र तथा मूल प्रवेश पत्र एडमिट कार्ड लेकर आना अनिवार्य होगा। उन्होंने बताया कि सूची मे अनुपस्थित रहे अभ्यर्थी बायोमैट्रिक वैरीफिकेशन प्रक्रिया समय रहते पूर्ण करवानी सुनिश्चित करें। बोर्ड वेबसाइट पर उपलब्ध सूची में से जो अभ्यर्थी इन तिथियों में यह प्रक्रिया पूर्ण नहीं करते हैं, उनका परिणाम घोषित नहीं किया जाएगा।

उपराष्ट्रपति पर अभद्र टिप्पणी से जाट समाज में रोष

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

- टीएमसी सांसद व राहुल गांधी मांगे उपराष्ट्रपति से माफी

भिवानी। राष्ट्रीय जाट महासंघ के जिला अध्यक्ष राजेश धनखड़।

उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ के बारे में ऐसी अभद्रता से टिप्पणी करने वाले सेरामपुर से तृणमूल पार्टी के सांसद कल्याण बनर्जी व वीडियो बनाने पर राहुल गांधी का राष्ट्रीय जाट महासंघ एवं राष्ट्रीय धनखड़ महासभा इसकी भर्त्सना की है।

राष्ट्रीय जाट महासंघ के जिला अध्यक्ष राजेश धनखड़ ने कहा कि इतने बड़े पद पर बैठे व्यक्ति की नकल करना इन विपक्षीय परियों का चरित्र दर्शाता है । उन्होंने कहा कि धनखड़ परिवार संसद के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराएगी और सरकार से हम अपील करते हैं कि ऐसे सांसदों को हमेशा के लिए संसद से बाहर का रास्ता दिखा देना चाहिए। उन्होंने कहा कि भारत की जनता आने वाले समय में इनको सबक सिखाएगी राष्ट्रीय जाट महासंघ जनता से अपील करता है कि ऐसे लोगों को ऐसी पवित्र जगह पर आने से रोके जिनका चरित्र और उनकी संस्कृति इतने उसे पदों पर बैठे व्यक्ति का सम्मान नहीं कर सकते।

ऐसे नेता जनता का और देश का क्या भला करेंगे। राष्ट्रीय जाट महासंघ भिवानी एवं राष्ट्रीय धनखड़ महासभा इनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कराकर कार्रवाई करेगी।

उन्होंने कहा कि उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ का अपमान करने वालों को किसी भी हालत में बकसना नहीं चाहिए और उनका हर जगह बहिष्कार होना चाहिए। उन्होंने कहा कि टीएमसी सांसद व राहुल गांधी सार्वजनिक रूप से उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ से माफी मांगे अन्यथा वे इनका कड़ा विरोध करेंगे।

जिला लोक संपर्क एवं कष्ट निवारण समिति की बैठक आज

चरखी दादरी। आज दोपहर 12 बजे लघु सचिवालय के सभागार में जिला लोक संपर्क एवं कष्ट निवारण समिति की बैठक का आयोजन किया जाएगा। प्रदेश के श्रम एवं रोजगार मंत्री अनूप धानक बैठक की अध्यक्षता करेंगे और परिवादों की सुनवाई करेंगे। नगराधीश आशीष सांगवान ने बताया कि सरकार के निर्देशों के अनुसार इस माह की जिला लोक संपर्क एवं कष्ट निवारण समिति की बैठक का आयोजन 21 दिसंबर को दोपहर 12 बजे होगा।

चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल में रक्तदान शिविर आज

भिवानी। वीरवार को भूषण मुंजाल की दिवंगत धर्मपत्नी शैली मुंजाल की स्मृति में 10वें विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल के ब्लड बैंक में सुबह 10 से 12 बजे तक किया जाएगा। शिविर के आयोजक भूषण मुंजाल ने बताया कि शिविर में सभी ब्लड ग्रुप ब्लड बैंक द्वारा लिए जाएंगे। शिविर का शुभारंभ माता तारावंती मुंजाल व शतकवीर रक्तदाता राजेश डुडेजा करेंगे।

कृषि मंत्री ने किया अन्नदाता महासम्मेलन कार्यक्रम स्थल का दौरा

- उपायुक्त भी रहे मौके पर मौजूद
- कृषि मंत्री का दावा : एतिहासिक होगा अन्नदाता महासम्मेलन

हरिभूमि न्यूज ⏭ लोहारू

लोहारू। कार्यक्रम स्थल का निरीक्षण करते मंत्री जेपी दलाल। फोटो : हरिभूमि

प्रदेश के कृषि एवं पशुपालन मंत्री जेपी दलाल ने कहा कि सिंघानी में 24 दिसंबर को पूर्व प्रधानमंत्री चौ चरण सिंह का जन्म दिवस किसान सम्मान दिवस के रूप में मनाया जाएगा और इस दिन सिंघानी में अन्नदाता महासम्मेलन का आयोजन किया जा रहा है। इस महासम्मेलन में हजारों की संख्या में अन्नदाता हिस्सा लेंगे। कार्यक्त्रम की तैयारियों का जायजा लेने को बुधवार को कृषि मंत्री जेपी दलालए उपायुक्त नरेश नरवाल सिंधानी पहुंचे और तैयारियों का जायजा लिया। कृषि मंत्री जेपी दलाल ने बताया कि प्रदेश के मुख्यमंत्री मनोहरलाल, प्रदेश अध्यक्ष नायब सिंह सैनी, प्रदेश प्रभारी विप्लव देव, हरियाणा के सहकारिता मंत्री डॉक्टर बनवारी लाल, विधानसभा उपाध्यक्ष रणवीर सिंह गंगवा, सांसद चौ धर्मबीर सिंह, सांसद जनरल डीपी वत्स सहित अनेक पार्टी नेता इस कार्यक्त्रम को संबोधित करेंगे। कृषि मंत्री ने कार्यक्रम स्थल का दौरा किया और संबंधित अधिकारियों को समुचित व्यवस्था के लिए आवश्यक निर्देश दिए। कृषि मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री के अलावा पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारियो के लिए एक अलग से मंच बनाया जाए।

दैनिक रेल यात्री एवं जन कल्याण संघ भिवानी के प्रधान ने सौंपा मांग पत्र

जीएम व डीआरएम ने किया भिवानी जंक्शन का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। रेलवे स्टेशन का निरीक्षण करते उत्तर पश्चिम रेलवे के जयपुर से जीएम बिजय शर्मा व बिकानेर मंडल के डीआरएम अभिताभ तथा मांगों को लेकर रेलवे अधिकारी को मांगपत्र सौंपते हुए। फोटो : हरिभूमि

उत्तर पश्चिम रेलवे के जयपुर से जीएम बिजय शर्मा व बिकानेर मंडल के डीआरएम अभिताभ के भिवानी रेलवे जंक्शन का निरीक्षण के दौरान दैनिक रेल यात्री एवं जन कल्याण संघ भिवानी के प्रधान महाबीर डालमिया की देख रेख में भिवानी जंक्शन पर यात्री सुविधाएं बढ़ाने एवं कुछ गाड़ियों का विस्तार के लिए मांग पत्र सौंपा। प्रधान महाबीर डालमिया ने मांग करते हुए बताया कि प्लेटफार्म नंबर 2 व 3 पर शौचालय की व्यवस्था करने, प्लेटफार्म नंबर 1, 2, 3 पर कृष्णा कॉलोनी वाली साइट प्लेटफार्म रैंप पुल के पास सीसीटीवी कैमरे लगवाने, कलानौर रेलवे स्टेशन पर भी सीसीटीवी कैमरे लगवाने, खरक हाल्ट को स्टेशन का दर्जा देने, भिवानी सिटी स्टेशन पर ऊपरगामी पुल का निर्माण करवाने, भिवानी जंक्शन पर नया प्लेटफार्म नंबर चार व पांच का निर्माण करवाया जाने, सेकंड डोर इंट्री दुर्गा कॉलोनी की तरफ एक टिकट खिडक़ी खोली जाने एवं यात्रियों के अन्य सुविधाएं भी उपलब्ध कराई जाने, जागृति कॉलोनी से बीटीएम मिल की तरफ आने जाने के लिए भूमिगत पुल बनाया जाने, गाड़ी संख्या 12801व 02 जगन्नाथ पुरी से चलकर नई दिल्ली आने वाली गाड़ी का बठिंडा वाया रोहतक, भिवानी होकर बठिंडा तक विस्तार किया जाए। यह गाड़ी जगन्नाथ पुरी से रात्रि 9:55 पर चलकर भुवनेश्वर, बोकारो स्टील सिटी, कानपुर होते हुए 42 घंटे का सफर तय कर नई दिल्ली सुबह 4 बजे पहुंचती है और यह गाड़ी नई दिल्ली में लगभग 19 घंटे खड़ी रहती है। इस गाड़ी का बठिंडा तक विस्तार करने से हरियाणा, पंजाब के लोगों को पुरी धाम धार्मिक स्थल तक लोगों को सीधी रेल सेवा मिल सकेगी। गाड़ी संख्या 09007 व 08 भिवानी से बांद्रा तक चलाई गई थी। जो कि अब यह गाड़ी भिवानी से बलसाड़ तक जा रही है। अतरू इस गाड़ी को भिवानी से बांद्रा तक चलाया जाए एवं इस गाड़ी को सप्ताह में कम से कम 3 दिन चलाया जाए। विगत मे भी यह गाड़ी बोरीवली तक जाती थी। भिवानी जंक्शन के प्लेटफार्म नंबर 2 पर लिफ्ट लगवाई जाए। गाड़ी संख्या 14795 व 96 भिवानी से चलकर चंडीगढ़ व कालका तक चलने वाली गाड़ी में एक बोगी एसी चेयर कार की लगाई जाए, क्योंकि यह गाड़ी प्रदेश की राजधानी चंडीगढ़ जाती है।

ये रखी मांगें

भारतीय रेल करोना काल से पहले विभिन्न प्रकार की किराया में छूट प्रदान करती थी। मसलन वरिष्ठ नागरिकों, महिलाओं एवं पत्रकारों को छूट प्रदान करना शामिल है। जो की अभी बंद है। इसे पुनरू लागू किया जाए। गाड़ी संख्या 12555ध् 56 को पूरी एसी कोच न किया जाए। इस गाड़ी में स्लीपर व जनरल बोगी रहने दिया जाए। गाड़ी संख्या 14619ध् 20 त्रिपुरा सुंदरी को सप्ताह में कम से कम दो दिन चलाया जाए। गाड़ी संख्या 09325 व 26 भिवानी इंदौर को कम से कम सप्ताह में तीन दिन चलाया जाए। भिवानी में 17 कोच के वॉशिंग लाइन को बढ़ाकर 24 कोच की वाशिंग लाइन की जाए। इस अवसर पर प्रधान महाबीर डालमिया, प्रदीप भार्गव, ओमप्रकाश वर्मा, रोहताश वर्मा, बिशंबर अरोड़ा, ललित शर्मा सहित अन्य पदाधिकारी गण मौजूद रहे।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

एलर्जी की वजह से भी सर्दी में आती हैं छींकें

मेरी उम्र 61 वर्ष है। सर्दी के मौसम में रोज सुबह छींकें आती हैं, कुछ देर बाद खुद ही बंद हो जाती हैं। ऐसा क्यों होता है, राहत के लिए मुझे क्या करना चाहिए?

राम आसरे, अंबिकापुर

इस मौसम में काफी लोगों को इस तरह की समस्या होती है। ऐसा एलर्जी से होता है। इसमें जैसे ही व्यक्ति रजाई या कमरे से बाहर निकलकर खुले में आता है, छींकें आने लगती हैं। इससे बचने के लिए कोशिश करें कि आप कमरे से बाहर निकलने से पहले कैप लगा लें और पूरी तरह से वूलेन कपड़े पहनकर ही बाहर निकलें।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मैं कमर दर्द से परेशान रहता हूं। अकसर पेन किलर खाता हूं। इससे पेट भी खराब हो जाता है। कृपया बताएं मैं क्या करूं?

-करमेंद्र, जींद

जैसा आप बता रहे हैं कि आपका कमर दर्द हो रहा है, इसके लिए आपको विटामिन डी की जांच करानी चाहिए, क्योंकि मौजूदा समय काफी संख्या में लोगों में विटामिन डी की कमी पाई जा रही है। लोग धूप में कम बैठते हैं, इस वजह से ऐसी समस्या आ रही है। इसके साथ ही आप नियमित रूप में सुबह-शाम कमर की एक्सरसाइज करें। एक बार आप फिजियोथैरेपिस्ट से भी संपर्क करें। वे आपको कुछ एक्सरसाइज बताएगें। इसके साथ ही कैल्शियम की जरूरी मात्रा लेने के लिए नियमित दूध का सेवन करें। इन उपायों से आपको राहत मिलेगी। कोशिश करें कि पेन किलर कम से कम खाएं।

मेरी उम्र 36 वर्ष है। मैं दिन में दो बार भरपेट खाता हूं, फिर भी कुछ घंटे बाद ही भूख महसूस होती है। मेरा वेट भी ज्यादा नहीं है। कृपया इसका समाधान बताएं।

आकाश, भिलाई

आपकी समस्या पढ़कर लगता है आपको सबसे पहले शुगर की जांच करानी चाहिए, क्योंकि शुगर लेवल अधिक होने पर भूख बार-बार लगती है और वजन नहीं बढ़ता है। इसलिए आप एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क कर जांच कराएं। उसके बाद ही उपचार शुरू हो सकेगा।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। जाड़े में गर्म पानी से नहाता हूं। लेकिन नहाने के बाद स्किन ड्राय हो जाती है। इचिंग भी होती है। ऐसा ना हो, इसका कोई उपाय बताएं।

-हेमंत, भोपाल

सबसे पहले आप कोशिश करें कि अधिक गर्म पानी से ना नाहाएं, यानी बहुत ठंडे या गर्म के बजाय पानी को नॉर्मल कर लें और उससे नहाएं। साथ ही बाथरूम में नारियल का तेल रखें, नहाने के तुरंत बाद जब त्वचा गीली हो, तभी नारियल का तेल त्वचा पर लगा लें। इस तरह आपको ड्रायनेस और खुजली से राहत मिलेगी।

मैं 50 वर्ष का हूं। हार्ट पेशेंट हूं। दवा तो लेता हूं, लेकिन इसके साथ हार्ट को हेल्दी रखने के लिए डाइट और लाइफस्टाइल में क्या बदलाव करने चाहिए?

अमरीश, रोहतक

जैसा आप बता रहे हैं कि आप हार्ट के पेशेंट हैं, इसलिए आपको अधिक तला-भुना खाना कम कर देना चाहिए या नहीं खाना चाहिए। साथ में आप सुबह-शाम आधे-आधे घंटे की सैर करें। खाने में सलाद जरूर शामिल करें। रात में समय से सोना चाहिए और सुबह जल्दी उठें। खाने में नमक कम खाएं।

मेरी उम्र 57 वर्ष है। मैं कितने भी कपड़े पहन लूं, मुझे सर्दी बहुत महसूस होती है। सामान्य काम करने में परेशानी होती है। क्या डाइट में कुछ बदलाव से राहत मिल सकती है, कृपया बताएं।

-श्रीप्रकाश, कोरबा

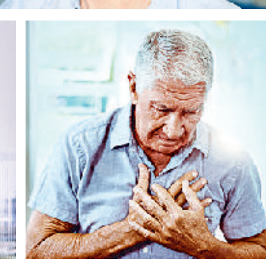
हर आदमी का बॉडी स्ट्रक्चर अलग-अलग होता है। कुछ लोगों को अधिक सर्दी लगती है, कुछ लोगों को सर्दी कम महसूस होती है। इससे बचने के लिए आप कपड़े अधिक पहनें, साथ ही ड्राई फ्रूट्स का सेवन करें और रात में हल्दी मिलाकर दूध पिएं। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

ब्लड में शुगर लेवल का बढ़ना यानी डायबिटीज एक ऐसा रोग है, जिसमें लापरवाही बरतने से कुछ अन्य गंभीर बीमारियों का सामना करना पड़ सकता है। इनसे बचाव के लिए डायबिटीज पेशेंट्स को अपना शुगर लेवल मेंटेन करने के साथ किसी भी तरह की शारीरिक असामान्यता पर नजर रखनी चाहिए। इस बारे में आपके लिए बहुत ही यूजफुल इंफॉर्मेशंस हम दे रहे हैं।

डायबिटीज की वजह से बढ़ती है कई बीमारियों की आशंका



डॉक्टर एडवाइस

डॉ. धीरज कपूर
सीनियर एंडोक्राइनोलॉजिस्ट, आर्टेमिस हॉस्पिटल, गुरुग्राम

आधुनिक जीवनशैली से जुड़ी खान-पान की गलत आदतों और शारीरिक गतिविधि की कमी के कारण देश की आबादी का बड़ा हिस्सा डायबिटीज यानी मधुमेह का शिकार हो रहा है। इससे जुड़ी चिंताजनक बात यह है कि डायबिटीज के मरीजों में कुछ अन्य शारीरिक समस्याओं की आशंका बढ़ जाती है।

हार्ट डिजीज

किसी इंसान को पहले से डायबिटीज हो तो उसे हृदय रोगों की आशंका बढ़ जाती है। खून में शुगर लेवल बढ़ने के कारण धीरे-धीरे हृदय की ब्लड वेसेल्स सिकुड़ने लगती हैं। फिर रक्त प्रवाह में रुकावट पैदा होती है, शरीर के सभी हिस्सों तक ऑक्सीजनयुक्त रक्त पहुंचाने के लिए हृदय को सामान्य से ज्यादा मेहनत करनी पड़ती है। नतीजा, ब्लडप्रेशर बढ़ जाता है और हृदय पर बहुत ज्यादा दबाव पड़ने लगता है, जो कई बार हार्ट अटैक का कारण बन जाता है।

बचाव-उपचारः इस समस्या से बचाव के लिए संतुलित खान-पान और नियमित व्यायाम से बढ़ते वजन को नियंत्रित रखें। घी, तेल, चीनी, मैदा, एल्कोहाल, सिगरेट और डिब्बा बंद जंक फूड्स से दूरी बनाकर रखें, क्योंकि उनमें मौजूद प्रिजर्वेटिव्स सेहत के लिए बहुत नुकसानदेह होते हैं। जब डायबिटीज के कारण दिल की बीमारियों की आशंका बढ़ने लगती है तो कोलेस्ट्रॉल लेवल को नियंत्रित करने और खून को पतला करने वाली दवाएं दी जाती हैं, ताकि रक्तप्रवाह में कोई रुकावट ना हो।

डायबिटिक रेटिनोपैथी

जब शुगर लेवल बहुत ज्यादा बढ़ जाए तो इसकी वजह से आंखों की दृष्टि भी प्रभावित होती है। ऐसी स्थिति में आंखों की रेटिना को पोषण प्रदान करने वाली अतिसूक्ष्म रक्त वाहिकाएं नष्ट होने लगती हैं, जिससे आंखों की दृष्टि धुंधली पड़ने लगती है।

बचाव-उपचारः इस समस्या से बचाव के लिए आंखों में कोई तकलीफ ना हो तो भी डायबिटीज पेशेंट्स साल में एक बार आई चेकअप जरूर करवाएं। जांच के दौरान अपने आई स्पेशलिस्ट को डायबिटीज के बारे में जरूर बताएं, ताकि सही समय पर समस्या की पहचान करके इसका उपचार शुरू किया जा सके।

डायबिटिक नेफ्रोपैथी

जब शुगर लेवल के साथ ब्लडप्रेशर भी बढ़ जाता है, तो ऐसी स्थिति में किडनी की अति सूक्ष्म रक्तवाहिकाओं को बहुत नुकसान पहुंचता है। इससे किडनी की कार्यक्षमता घटने लगती है। जब किडनी ब्लड को अच्छी तरह फिल्टर नहीं कर पाती तो ऐसी स्थिति में यूरिन से अधिक मात्रा में प्रोटीन डिस्चार्ज होने लगता है, जिससे शरीर में इस पोषक तत्व की कमी हो जाती है। परिणामस्वरूप वाटर रिटेंशन यानी शरीर में पानी जमा होने और सूजन की समस्या परेशान करने लगती है।

बचाव-उपचारः इससे बचाव के लिए चीनी और नमक का सेवन अत्यंत सीमित मात्रा में करना चाहिए। उपचार के दौरान वाटर रिटेंशन दूर करने वाली दवाएं दी जाती हैं। जब तक यूरिन से प्रोटीन का डिस्चार्ज होता है, तब तक दवाओं की मदद से किडनी को नुकसान से बचाया जा सकता है, लेकिन जब ब्लड में यूरिया और क्रिएटिनिन की मात्रा बढ़ने लगती है, तो यह स्थिति मरीज के लिए बहुत नुकसानदेह साबित होती है। इससे बचाव के लिए डायलिसिस या किडनी ट्रांसप्लांट की जरूरत पड़ सकती है। अगर डायबिटीज के साथ हाई ब्लडप्रेशर की समस्या हो तो बीपी को नियंत्रित करने के लिए भी नियमित रूप से दवाएं दी जाती हैं।

डायबिटिक न्यूरोपैथी

डायबिटीज के अधिकतर मरीजों को इस समस्या का सामना करना पड़ता है। खासकर जिन पेशेंट का ब्लड शुगर लंबे समय तक अनियंत्रित रहता है, उनके हाथ-पैरों की नसों में दर्द, झनझनाहट और खिंचाव जैसे लक्षण नजर आते हैं। कई बार पैरों में सुइयां चुभोने या चीटिंयां रेंगने जैसा एहसास होता है।

बचाव-उपचारः इस समस्या से बचाव के लिए सबसे पहले संयमित खान-पान, एक्सरसाइज और वॉक के माध्यम से बढ़ते शुगर लेवल को कंट्रोल किया जाना चाहिए। ऑफिस में लंबे समय तक सीट पर बैठने का काम है तो पैरों को सपोर्ट देने के लिए अपनी सीट के नीचे छोटा-सा स्टूल रखें। रात को सोते समय पैरों के नीचे ऊंचा तकिया रखें, ताकि रक्त प्रवाह सही ढंग से हो। गुनगुने पानी से भरे टब में सेंधा नमक मिलाकर उसमें पैरों को डुबोकर रखें, इससे भी पैरों को आराम मिलेगा। उपचार के दौरान डॉक्टर नसों आराम पहुंचाने के लिए कुछ पेनकिलर्स देते हैं।

डायबिटिक फुट

डायबिटीज होने पर पैरों में रक्त प्रवाह सही ढंग से नहीं हो पाता, जिससे मामूली चोट लगने या एड़ियां फटने पर संक्रमण की आशंका बढ़ जाती है। अगर सही समय पर उपचार ना किया जाए तो पैरों में गैंगरीन हो सकता है।

बचाव-उपचारः बचाव में पैरों की सफाई का विशेष ध्यान रखें। ध्यान रहे एड़ियां ना फटें, जूते के साथ हमेशा साफ मोजे पहनें। पैरों को चोट से बचाकर रखें। पैरों में चोट लगने पर या पैरों में किसी तरह का जख्म होने पर तत्काल डॉक्टर से संपर्क करके इलाज करवाएं।

हाइपोग्लाइसीमिया

किसी व्यक्ति का शुगर लेवल अचानक 70 एमजी से नीचे चला जाए तो ऐसी शारीरिक दशा को हाइपोग्लाइसीमिया कहा जाता है। आमतौर पर अधिक मात्रा में डायबिटीज की दवा लेने, इंसुलिन की डोज बढ़ाने और लंबे समय तक खाली पेट रहने के कारण ऐसी समस्या होती है। चक्कर आना, पसीना आना, कमजोरी महसूस होना, दिल की धड़कन तेज होना और बेहोशी इसके प्रमुख लक्षण हैं।

बचाव-उपचारः डायबिटीज की समस्या हो तो हमेशा अपने साथ ग्लूकोमीटर रखें। अगर कोई भी असामान्य लक्षण दिखाई दे तो, तत्काल कोई मीठी चीज खाएं। ज्यादा देर तक खाली पेट ना रहें।

डायबिटीज कीटोएसिडोसिस

जब शरीर में इंसुलिन की कमी के कारण शुगर लेवल बढ़कर 400 से 500 एमजी हो जाए, तो ऐसी शारीरिक दशा को डायबिटीज कीटोएसिडोसिस कहते हैं। गला सूखना, अत्यधिक प्यास लगना, बार-बार यूरिन डिस्चार्ज होना आदि इसके प्रमुख लक्षण हैं।

बचाव-उपचारः नियमित रूप से डायबिटीज की दवा लें। अगर इंसुलिन लेते हैं, तो नियमित इंसुलिन लेना ना भूलें। गंभीर स्थिति होने पर हॉस्पिटल में भर्ती कराएं।

कमजोर इम्यून सिस्टम

डायबिटीज के कारण शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो जाती है। जिससे व्यक्ति को सर्दी, जुकाम, खांसी, संक्रमण और बुखार जैसी समस्याएं अकसर परेशान करती हैं।

बचाव-उपचारः इस समस्या से बचाव के लिए अपने नियमित आहार में विटमिन सी युक्त खट्टे फलों जैसे- संतरा, मौसंबी, नीबू, आंवला और हरी सब्जियों का पर्याप्त मात्रा में सेवन करें। अगर कोई भी संक्रमण हो तो डॉक्टर से दवा लें। *

प्रस्तुति : विनीता

अवेयरनेस

अंजू जैन

इन दवाओं से भी बढ़ सकता है वेट

कई लोग इस बात को लेकर परेशान रहते हैं कि सामान्य डाइट लेने, जंक फूड नहीं खाने और एक्टिव रहने के बावजूद भी उनका वेट क्यों बढ़ रहा है? इस बारे में यह जानना जरूरी है कि कुछ खास दवाओं का सेवन भी वजन बढ़ने का कारण बन सकता है। आइए जरा जान लें इनके बारे में।

स्टेरॉयड्सः अस्थमा और आर्थराइटिस जैसी बीमारियों में डॉक्टर जरूरत पड़ने पर ये दवाएं देते हैं। ये दवाएं भूख बढ़ाती हैं और रक्त में ग्लूकोज का स्तर भी बढ़ाती हैं। इनसे मेटाबॉलिज्म की प्रक्रिया बाधित होती है, वजन बढ़ता है और डायबिटीज भी हो सकता है।

गर्भ निरोधक गोलियांः कुछ गर्भ निरोधक गोलियों के कारण भी वजन बढ़ सकता है। इनमें मौजूद प्रोजेस्ट्रॉन और एस्ट्रोजन हार्मोन के साइड इफेक्ट से शरीर में तरल बढ़ने की समस्या होती है, जिससे महिलाओं का वजन बढ़ता है। लेकिन सारी बर्थ कंट्रोल पिल्स एक जैसी नहीं होती हैं। किसी दवा से ऐसा हो, तो चिकित्सक की सलाह से दवा बदल सकते हैं।

डिप्रेशनरोधी दवाएंः एंटीसाइकोटिक दवाओं में ऐसे केमिकल्स होते हैं, जो शरीर और ब्रेन को तनावमुक्त कर देते हैं। इन दवाओं के सेवन से नींद ज्यादा आती है, इसलिए मरीज का वजन बढ़ने लगता है।

मल्टी विटामिन दवाएंः बिना जरूरत अपनी मर्जी से विटामिन की गोलियां लंबे समय तक लेने से मेटाबॉलिज्म की प्रक्रिया ज्यादा एक्टिव हो जाती है। नतीजतन भूख ज्यादा लगने लगती है। ऐसे में व्यक्ति ज्यादा खाता है और मोटा हो जाता है।

बीपी कंट्रोलर पिल्सः हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों को रोज इसे कंट्रोल करने की दवा लेनी पड़ती है। ये दवाएं कैलोरी बर्न करने की प्रक्रिया धीमी कर देती हैं और साथ ही वाटर रिटेंशन की समस्या भी बढ़ा देती हैं। इनकी वजह से भी मोटापा आ सकता है।

हार्मोन सप्लीमेंट्सः कुछ महिलाओं में हार्मोन संतुलन के लिए हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी का इस्तेमाल किया जाता है। इससे भूख बढ़ती है और वाटर रिटेंशन की भी समस्या होती है। इससे शरीर में वसा जमा होने लगती है।

इनके अलावा अपने मन से ज्यादा एंटीबायोटिक्स लेने, माइग्रेन की दवाएं खाने या डायबिटीज की कुछ दवाएं लेने से भी मोटापे की समस्या हो सकती है। *

(जनरल फिजिशियन डॉ. विकास अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

सर्दी के मौसम में शरीर को गर्म रखने में भुजंगासन को सबसे बेहतर योगासन माना जाता है। लेकिन इसका पूरा लाभ पाने के लिए इसकी सही विधि, इसे करने से पहले और करने के बाद के आसनों के बारे में, जरूर जान लें।

सर्दी से बचाव में सहायक है भुजंगासन

सर्दी के मौसम में कुछ लोगों को ज्यादा ही ठंड लगती है। वो अकसर ठिठुरते रहते हैं। इसकी वजह सिर्फ यह नहीं होती कि वे गर्म कपड़े नहीं पहनते, बल्कि इस ठंड के लगने की एक वजह उनके शरीर की प्रतिक्रिया होती है। साथ ही कमजोर प्रतिरक्षा के चलते भी कुछ लोगों को ज्यादा सर्दी लगती है। यूं तो सर्दी से बचाव के लिए कई आसन कारगर हैं, लेकिन इनमें सबसे ज्यादा कारगर और सरल भुजंगासन है।

भुजंगासन से पहलेः भुजंगासन करने का सबसे अच्छा तरीका यही है कि इसे एकदम से शुरू ना करें, बल्कि इसके पहले बालासन, गरुड़ासन और मार्जरी आसन करें। इससे ना सिर्फ भुजंगासन करना आसान होगा, बल्कि इसके फायदे भी बढ़ जाते हैं।

भुजंगासन की विधिः योगा मैट बिछाकर उस पर पेट के बल सीधा लेट जाएं। इस तरह लेटें कि पैरों के तलवे ऊपर की ओर हों। लेटने के कुछ क्षण गुजरने के बाद अपनी बाजुओं को जमीन पर टिकाएं और धड़ को ऊपर की तरफ पूरे खिंचाव के साथ ले जाएं। इस दौरान अपनी दोनों बाजुओं को जमीन पर मजबूती से टिकाए रखें। अब हाथों पर शरीर का अधिकतम वजन डालकर छाती को जितना ऊपर की तरफ खींच सकते हैं, खींचें। लेकिन ऐसा करते हुए यह ध्यान रखना चाहिए कि आपके पेट के नीचे की त्वचा जमीन से उठनी नहीं चाहिए यानी पेट के नीचे का हिस्सा जमीन के साथ लगा रहना चाहिए और पेट के ऊपर के हिस्से को ही ऊपर उठना चाहिए। इस दौरान अपने पैरों को अंगुलियों के बल टिकाकर रखें और पीठ को जितना मोड़ सकें, उतना आराम से मोड़ें। जबरदस्ती कुछ भी ना करें। ध्यान रखें इसका फायदा तभी है, जब इस दौरान आपकी बाजुएं पूरी तरह से तनी रहें और उनमें वजन महसूस हो। कम से कम पांच बार गहरी सांस पहले अंदर लें फिर बाहर छोड़ दें। यह 30 से 60 सेकेंड तक करें। अगर परेशानी महसूस हो रही हो तो 30 सेकेंड के बाद ही सामान्य मुद्रा में आ जाएं, नहीं तो एक मिनट तक तनी हुई कमान के समान मुद्रा बनाकर रखें। अनुभवी होने के बाद इसे 90 सेकेंड से ज्यादा ना करें।

भुजंगासन के बादः जिस तरह सीधे भुजंगासन करने से पहले कुछ दूसरे योगासन किए जाएं तो उनसे ज्यादा फायदा मिलता है। ठीक उसी तरह भुजंगासन करने के बाद भी कुछ दूसरे आसन किए जाएं तो इस आसन के और ज्यादा फायदे मिलते हैं। भुजंगासन के बाद योगाचार्य जिन आसनों को करने की सलाह देते हैं, उनमें बितिलासन, ऊर्ध्वमुख श्वानासन और सेतुबंधासन शामिल हैं।

आसन के फायदे : भुजंगासन करने से सर्दी से बचाव होता है। इसके अलावा यह आसन करने से रीढ़ की हड्डी लचीली और मजबूत बनती है। छाती, फेफड़ों, कंधों और पेट की मांसपेशियां मजबूत होती हैं। तनाव और थकान दूर होती है। साइटिका की समस्या से छुटकारा मिलता है। अस्थमा के लक्षणों को भी नियमित तौर पर भुजंगासन करने से कम किया जा सकता है। साथ ही प्रजनन प्रणाली में भी इसे नियमित करने से फायदा मिलता है।

सावधानी बरतेंः भुजंगासन हमेशा अनुभवी योगाचार्य के निर्देशन में ही करना चाहिए। जरा भी लापरवाही होने से रीढ़ की हड्डी में चोट लग सकती है, जिसका परिणाम घातक हो सकता है। पीठ में किसी तरह की चोट पहले से लगी हो तो भूलकर भी यह आसन ना करें। इसके अलावा सिरदर्द हो या गर्भावस्था में महिलाएं इस आसन को ना करें। *

प्रिकॉशन

डॉ. संजीव डांग
ईएनटी सर्जन
अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली

वैसे तो हाइजीन और प्रोटेक्शन का ध्यान ना रखने पर ईयर इंफेक्शन किसी भी मौसम में हो सकता है। लेकिन सर्दियों में इसकी आशंका बढ़ जाती है। इसके होने के कारणों और बचाव के उपायों के बारे में जानिए।

सर्दियों में बढ़ जाती है ईयर इंफेक्शन की आशंका

सर्दी के मौसम में होने वाली कई स्वास्थ्य समस्याओं के अलावा, कान के संक्रमण यानी ईयर इंफेक्शन की आशंका भी बढ़ जाती है। इस वजह से मध्य और भीतरी कान में बैक्टीरिया या वायरस के संक्रमण के कारण सूजन आ जाती है। इन दिनों कई अस्पतालों में रोजाना कुछ मरीज कान में संक्रमण, खुजली और सूजन की समस्या लेकर आ रहे हैं। दरअसल, ठंड का मौसम बैक्टीरिया और वायरस को विकसित होने के लिए अनुकूल वातावरण प्रदान करता है।

संक्रमण के कारणः कान में संक्रमण और सूजन का मुख्य कारण, ठंड में कमजोर प्रतिरक्षा को माना जा सकता है। कई बार कान में मौजूद नमी या बैक्टीरिया, कानों में होने वाले ओटिटिस मीडिया का कारण बनते हैं। यह संक्रमण गले में खराश या श्वसन संक्रमण के कारण भी हो सकता है क्योंकि इस वजह से कान की यूस्टेशियन ट्यूब ब्लॉक हो जाती है और असहनीय दर्द होता हैं। कुछ लोगों में साइनसाइटिस का इलाज ना किए जाने पर भी कानों में प्रॉब्लम पैदा हो सकती है। दरअसल, कान का संक्रमण, नाक और गले के संक्रमण से भी जुड़ा होता है। कुछ लोगों को सर्दी के मौसम के दौरान कानों में अत्यधिक सूखापन और एलर्जिक राइनाइटिस के कारण भी संक्रमण हो जाता है। इससे कान में फंगल इंफेक्शन हो सकता है, जिसे ओटोमाइकोसिस कहा जाता है। कई बार खांसी होने और सर्दी लगने पर एक्यूट ओटिटिस मीडिया (एओएम) जैसे कान संक्रमण के मामलों में वृद्धि हो जाती है। अधिक ठंड भी कान में दर्द का कारण बन सकता है। दरअसल, ठंड का मौसम ईयर कैनाल्स के संवेदनशील ऊतकों में जलन पैदा करता है, इससे कान में दर्द हो सकता है। ठंड के महीनों में रक्त संचार कम होने से भी कान में संक्रमण की आशंका बढ़ सकती है।

संक्रमण के लक्षणः संक्रमण की वजह से कान में दर्द होना, चक्कर आना, सिरदर्द होना, असामान्य स्राव और अस्थायी सुनने में कमी आना जैसे लक्षण दिख सकते हैं। खुली जगह में ठंडी हवाओं के संपर्क में आने से भी कान का दर्द गंभीर हो सकता है और इसके लिए तत्काल ट्रीटमेंट करना जरूरी है।

उपचार के तरीकेः कान में संक्रमण के लक्षण दिखते ही डॉक्टर से कंसल्ट कर तुरंत उनके बताए ईयर ड्रॉप्स का उपयोग करना चाहिए। डॉक्टर की सलाह लेकर एंटीबायोटिक्स, एंटीहिस्टेमाइन और दर्द निवारक दवाई का सेवन करें। डॉक्टर की सलाह के बिना कोई भी दवाई ना लें या किसी ओवर-द-काउंटर ईयर ड्रॉप का उपयोग ना करें।

संक्रमण से बचावः संक्रमण की वजह से कान के दर्द को कम करने के लिए आइस पैक या हीटिंग पैड या नम कपड़े का उपयोग करें। नहाते समय ध्यान रखें कि कानों में पानी ना जाए। घर से बाहर जाते समय कैप, हेडबैंड या स्कार्फ पहनकर कानों को गर्म रखें। हवा से बचाने के लिए कानों में रुई का प्रयोग ना करें। ऐसा करने से कान की नलिका में सूजन आ सकती है। अपने हाथों को साबुन और पानी से धोते रहें, इससे कानों में कीटाणुओं के संक्रमण से बचाव होगा। फ्लू से बचाव के लिए वैक्सीन लगवा लें। धूम्रपान से दूर रहें, इससे श्वांस नली में जलन पैदा हो सकती है। कान में संक्रमण के खतरे को कम करने के लिए ईयरमफ पहनने और सामान्य सर्दी, फ्लू और साइनसाइटिस से बचाव के लिए डॉक्टर से कंसल्ट कर बचाव के उपाय करें। *

प्रस्तुतिः सेहत डेस्क

आमंत्रित हैं लेख...

स्वयं डॉक्टर्स या लेखक, स्पेशलिस्ट डॉक्टरों से बातचीत पर आधारित लेख हमें इस पृष्ठ में प्रकाशनार्थ भेज सकते हैं। लेख इस पते पर भेजें

हरिभूमि- संपादक-सेहत
129, ट्रांसपोर्ट सेंटर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035
या मेल करें- **sehatharibhoomi@gmail.com**

खबर संक्षेप

किसान सभा ने अधीक्षक अभियंता को सौंपा ज्ञापन

भिवानी। अखिल भारतीय किसान सभा ने मोटरों व खंबों के पैसे जमा करवाने वाले किसानों को तुरंत टयूबवेल कनेक्शन देने की मांग को लेकर दक्षिण हरियाणा बिजली निगम के अधीक्षक अभियन्ता के नाम ज्ञापन सौंपा।

बार एसो. के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों ने ली शपथ

तोशाम। तोशाम बार एसोसिएशन के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों का बुधवार को न्यायालय परिसर के बार हाल में शपथ ग्रहण समारोह आयोजित हुआ। इस दौरान एसडीजेएम देवेंद्र योद्धा व चुनाव कमेटी के अध्यक्ष नरेंद्र कुमार बागोतिया की मौजूदगी में नवनिर्वाचित पदाधिकारियों ने शपथ ग्रहण की।

भाजपाइयों ने पुतला फूंककर जताया रोष

लोहारू। बीते दिवस पूर्व सांसद राहुल गांधी द्वारा कथित रूप से उपराष्ट्रपति को लेकर की गई मिमिकरी पर लोहारू के भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं ने गहरा शोष प्रकट किया है। मामले में रोष प्रकट करते हुए इलाके के भाजपा नेताओं ने भाजपा मंडल अध्यक्ष रामफल श्योराण के नेतृत्व में लोहारू के चौ देवीलाल चौक पर राहुल गांधी का पुतला फूंका।

विकसित भारत संकल्प यात्रा का भव्य स्वागत

लोहारू। जिला परिषद वॉइस चेयरमैन सुनीता जांगड़ा ने कहा कि विकसित भारत संकल्प यात्रा उन लोगों तक पहुंचने का एक बड़ा माध्यम बन गई है जो अब तक सरकारी योजनाओं से नहीं जुड़ पाए हैं। सरकार जनता के घरद्वार पर पहुंचकर उन्हें योजनाओं की जानकारी दे रही है और लाभार्थियों की पहचान कर उन्हें लाभान्वित कर रही है। सरकार का उद्देश्य यह है कि कोई भी लाभार्थी सरकार द्वारा जनहित के के लिए क्रियान्वित की गई योजनाओं व सेवाओं का लाभ लेने से वंचित न रह जाए।

आज होगा रीडिंग प्रमोशन मंथ कंपीटीशन

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के श्री लाल बहादुर शास्त्री वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में खंड स्तरीय रीडिंग प्रोमोशन मंथ कंपीटीशन का आयोजन करवाया जाएगा। यह आयोजन आज सुबह 10 बजे आयोजित होगा जिसके लिए खंड स्तर से नॉडल अधिकारी सहित निर्णायक मंडल व पंजीकरण के लिए कर्मचारियों की तैनाती कर दी गई है।

गांव खानक के आयरन स्टोर में तीसरी बार चोरी

तोशाम। गांव संडवा निवासी दुकानदार ने उसकी गांव खानक स्थित आयरन स्टोर की दुकान से चोरों द्वारा हजारों रुपए का सामान चोरी करने की शिकायत पुलिस को दी है। पीड़ित दुकानदार ने उनकी दुकानों से पहले भी दो बार चोरी होने का आरोप लगाया है। तीसरी बार चोरी करने पर दुकानदार ने चोरों को भी पकड़ कर पुलिस के हवाले कर दिया है।

प्रत्येक को गीता के संदेशों को करना चाहिए आत्मसात

भिवानी। गीता पूरे विश्व की धरोहर है, इसकी जन्म स्थली हरियाणा है। गीता एक ऐतिहासिक एवं पौराणिक हिन्दू ग्रंथ है, जो हमें गीता जीवन जीने की एक कला है, इसमें मनुष्य को कर्म करने का संदेश दिया गया है, इसलिए प्रत्येक जन को गीता के संदेशों को आत्मसात करना चाहिए तथा दूसरे लोगों को भी प्रेरणा देनी चाहिए।

एडीसी अनुपमा अंजलि ने गीता जयंती महोत्सव के लिए अधिकारियों को दिए निर्देश

गीता महोत्सव बड़ी धूमधाम के साथ मनाया जाए: एडीसी

एडीसी अनुपमा अंजलि ने की किरोड़ीमल पार्क में 22 व 23 दिसंबर को होने वाले गीता जयंती महोत्सव की तैयारियों की समीक्षा

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

भिवानी। अधिकारियों को दिशा .निर्देश देते एडीसी।

अतिरिक्त उपायुक्त अनुपमा अंजलि की अध्यक्षता में बुधवार को लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए हॉल में गीता जयंती महोत्सव की तैयारियों को लेकर विभिन्न विभागों के अधिकारियों की एक बैठक आयोजित हुई। बैठक में एडीसी ने निर्देश दिए कि गीता जयंती महोत्सव भव्य व शानदार ढ़ंग से मनाया जाए। उन्होंने कहा कि नगर शौभा यात्रा में धार्मिक व सामाजिक संस्थाओं की अधिक से अधिक भागीदारी हो।

बैठक में एडीसी ने कहा कि समारोह के सफलतापूर्वक आयोजन को लेकर पहले ही सम्बन्धित अधिकारियों की डयूटी एवं जिम्मेदारी तय करते हुए उन्हें आवश्यक दिशा.निर्देश दिये जा चुके हैं। उन्होंने कहा कि जिला स्तरीय गीता जयंती महोत्सव में दो दिवसीय कार्यक्रम में गीता पर आधारित सांस्कृतिक कार्यक्रम भी आयोजित होंगे। गीता यज्ञ, गीता पूजन, दीपोत्सव तथा नगर शोभायात्रा निकाली जाएगी। इन सभी कार्यक्रमों में जिला की धार्मिक सामाजिक संस्थाओं की मुख्य भूमिका रहेंगी। उन्होंने कहा कि गीता का संदेश सभी जन प्राणी के लिए है इसलिए सभी तक इसका संदेश पहुंचना चाहिए। सभी वर्ग व धर्म के अनुयायियों को अधिक से अधिक इसमें शामिल किया जाए। बैठक में एडीसी अंजलि ने कहा कि जिला स्तरीय गीता जयंती महोत्सव किरोड़ीमल पार्क में 22 व 23 दिसंबर को मनाया जाएगा। महोत्सव का शुभारंभ हवन.यज्ञ के साथ होगा, जिसमें गीता आचार्यों द्वारा मंत्रोच्चारण किया जाएगा। उन्होंने बताया कि 23 दिसंबर को अन्य कार्यक्रमों के अलावा शाम पांच बजे दीपोत्सव का आयोजन होगा। दीपोत्सव का मुख्य आयोजन हनुमान मंदिर जोहड़ी धाम में किया जाएगा। इसके आलावा शहर में जोगीवाला मंदिर, सेक्टर 13 में राधा मंदिर, कृष्णा कालोनी में सनातन धर्म मंदिर और योग आश्रम धाम सहित अनेक धार्मिक स्थलों व मंदिरों में भी दीपोत्सव का आयोजन किया जाएगा।

सरकारी विभागों के साथ-साथ धार्मिक व सामाजिक संस्थाएं भी लगाएंगी स्टॉल

एडीसी ने बताया कि किरोड़ीमल पार्क में समारोह स्थल पर यातायात पुलिस और सचिव प्रादेशिक परिवहन,सचिव, जिला रेडक्रॉस सोसायटी, जिला विविध सेवा प्राधिकरण, जिला कल्याण विभाग, पशुपालन एवं डेयरी विकास विभाग, कृषि विभाग, बागवानी विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग, बिजली वितरण निगम, स्वास्थ्य विभाग, नगर परिषद्, अग्रणी बैंक, राष्ट्रीय आजीविका मिशन ग्रामीण, राष्ट्रीय आजीविका मिशन शहरी, नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा विभाग,आयुष विभाग, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, पोस्ट ऑफिस बैंक, हैफेड द्वारा अंतर्राष्ट्रीय गीता महोत्सव में स्टॉल लगाकर अपने.अपने विभागों की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी जाएगी।

इस दौरान एसडीएम एवं गीता जयंती समारोह के नोडल अधिकारी दीपक बाबू लाल करवा ने भी अधिकारियों को जरूरी निर्देश दिए। एसडीएम तोशाम मनोज दलाल, एसडीएम लोहारू अमित कुमार, डीएसपी रमेश कुमार,सिविल सर्जन डॉ. रघुबीर शांडिल्य, डीडीपीओ रविन्द्र दलाल, बागवानी अधिकारी डॉ. देवी लाल, डीआईओ अमित लांबा,जनस्वास्थ्य विभाग के कार्यकारी अभियंता संजय रंगा सहित संबंधित विभागों के अधिकारी, डॉ. मुरलीधर शास्त्री के अलावा सामाजिक एवं धार्मिक संस्थाओं के प्रतिनिधि मौजूद रहे।

कृषि मंत्री ने शहर में सफाई व्यवस्था का किया निरीक्षण

भिवानी। शहर की सफाई व्यवस्था का निरीक्षण करते हुए।

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

प्रदेश के कृषि एवं पशु पालन मंत्री जेपी दलाल ने सुबह भिवानी शहर का औचक निरीक्षण किया और सफाई व्यवस्थाओं का जायजा लिया। इस दौरान डीसी नरेश नरवाल व एडीसी अनुपमा अंजलि भी साथ रहे। औचक निरीक्षण के दौरान कृषि मंत्री को सफाई व्यवस्था दुरूस्त मिली, किंतु कुछ स्थानों पर सफाई प्रबंधन व्यवस्था नहीं थी, इस पर प्रशासन को 10 दिन के अंदर.अंदर सभी व्यवस्थाएं दुरुस्त करने के निर्देश दिए।

उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सफाई की सभी व्यवस्थाएं अतिशीघ्र की जाए, कुछ दिन बाद फिर से सफाई व्यवस्थाओं का जायजा लिया जाएगा, तब शहर स्वच्छ व सुंदर नजर आना चाहिए। कृषि मंत्री ने शहर के भगत सिंह चौक से घंटा घर, रोहतक गेट, सब्ज़ी मंडी, एमसी कॉलोनी, जैन चौक, दिनोद गेट, कृष्णा कॉलोनी, ग्वार फैक्ट्री एरिया व रेस्ट हाउस के साथ लगते पुराना बया पर्यटन केन्द्र सहित दर्जनों जगहों पर सफाई व्यवस्थाओं का जायजा लिया। कृषि मंत्री श्री दलाल ने सफाई व्यवस्थाओं के औचक निरीक्षण के दौरान कहा कि मुख्यमंत्री मनोहर लाल के निर्देश पर एक से सात दिसंबर तक विशेष सफाई पखवाड़ा चलाया गया था और प्रदेश के हर शहर को साफ.सुथरा रखने के आदेश दिए थे।

उन्होंने अधिकारियों से कहा कि शहर में जहां-जहां गंदगी के ढेर, नालियों व सीवरेज सिस्टम ठप है उनके तुरंत दुरूस्त करवाया जाए। कृषि मंत्री जेपी दलाल ने निर्देश देते हुए कहा कि 10 दिन के अंदर-अंदर पूरा शहर की सफाई व्यवस्था दुरुस्त मिलनी चाहिए। 10 दिनों बाद दोबारा निरीक्षण किया जाएगा, अगर किसी भी अधिकारी-कर्मचारी की लापरवाही मिली तो उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

योग ही स्वस्थ शरीर के लिये श्रेष्ठ उपाय: कौशिक

बवानीखेड़ा। भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एवं हरियाणा के मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर के निर्देशन में चल रही विकसित भारत संकल्प यात्रा के अन्तर्गत गांव-गांव में जरूरत मंद सभी वर्ग के लोगों की सभी समस्याओं का निवारण संबंधित विभाग के अधिकारियों, कर्मचारियों द्वारा किया जा रहा है इसी श्रृंखला में अच्छा कार्य करने के लिए आयुष विभाग दुर्जनपुर की डॉ. कविता को उपस्थित पंचायत स्क्रेटरी नवीन, मनोज व गाँव के मौजीज व्यक्तियों द्वारा सरपंच जसबीर के साथ शाल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। डॉ. कविता ने संकल्प सहित आम जनता के अच्छे स्वास्थ्य वर्धन के लिए कार्य करने के लिए सभी उपस्थित जनों से आह्वान किया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में भिवानी मण्डल मीडिया प्रमुख रोहताश चैहान ने यात्रा की अगुवाई करते हुए सभी विभाग

हर घर में गीता का ज्ञान होना चाहिए

- रूबच्चों को धर्म का ज्ञान बचपन में दिया जाता : करुणागिरी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

भिवानी। श्री मद भागवत कथा में प्रवचन देती महामंडलेश्वर करुणानगिरी।

हनुमान जोहड़ी मंदिर धाम में युवा जागृति एवं जन कल्याण मिशन ट्रस्ट भिवानी एवं हनुमान जोहड़ी मंदिर धाम परिवार द्वारा आयोजित 9 दिवसीय गीता जयंती महोत्सव एवं श्रीमद् भागवद महापुराण कथा का आज तीसरे दिन कथा व्यास महामंडलेश्वर करुणानगिरी ने महापुराण कथा एवं वामन अवतार पर प्रकाश डाला।

इस अवसर पर विशेष सानिध्य जोगीवाला मंदिर धाम के महंत वेदनाथ और हनुमान जोहड़ी मंदिर धाम के महंत चरण दास का रहा। करुणागिरी ने कहा कि वर्तमान समय में इस प्रकार की कथा प्रसंग का होना बहुत जरूरी है क्योंकि भगवान की कथा में व्यक्ति के जीवन का सार है इसलिए समय-समय पर श्रीमद् भागवत महापुराण कथा वी गीता का ज्ञान होना चाहिए क्योंकि आने वाली हमारी पीढ़ी को इस प्रकार के कार्यक्रमों से संस्कार और संस्कृति से जोड़ने का अवसर मिलता है और जिस घर में धार्मिक भावना व अध्यात्म होता है तो उसे घर में कभी विकार पैदा नहीं होते इसलिए कथाओं के माध्यम से एक अच्छे समाज और एक अच्छे परिवार का निर्माण कर सकते हैं। वहीं उन्होंने गीता ज्ञान प्रश्न पर बोलते हुए कहा कि भगवान श्री कृष्ण ने अर्जुन को गीता का संदेश सुनाया और कहा कि व्यक्ति के जीवन में कोई विकार व सन से नहीं होना चाहिए उनका की भगवान श्री कृष्ण ने अर्जुन के मन में पान पर सांसे को तोड़ा और उसके बाद है अर्जुन ने धर्म युद्ध में अपना धनुष उठाया और युद्ध किया उनका की गीता के माध्यम से हम व्यक्ति को एक नया प्रतिबिंब प्रदान कर सकते हैं इसलिए गीता का अनुसरण होना बहुत जरूरी है और हर घर में गीता होती है तो उसे घर में कभी भी विकार पैदा नहीं होता। उन्होंने कहा कि बच्चों को धर्म का ज्ञान बचपन में दिया जाता है। वह जीवन भर उसका ही स्मरण करता है।

बच्चों को दिए आत्म रक्षा के टिप्स

चरखी दादरी। पालड़ी गांव के आयुष व्यायामशाला के परिसर में योग प्रशिक्षक पिंकी व अत्तर सिंह के सहयोग से आर्यवीर दल के तत्वावधान में 11 दिवसीय व्यायाम प्रशिक्षण एवम चरित्र निर्माण कैंप में आत्मरक्षा के दावों का अभ्यास करवाया। सुरेंद्र आर्य ने बताया कि संकटकाल में खुद की सुरक्षा बिना आत्मविश्वास के नहीं की जा सकती। आत्मरक्षा के सभी उपायों के प्रभावी ढंग से इस्तेमाल के लिए आत्मविश्वास सबसे जरूरी है। इस अवसर पर मंडलपति स्वामी सच्चिदानंद ने बच्चों को सदाचार का पाठ पढ़ाते हुए कहा कि सदाचार ही जीवन है और दुराचार मृत्यु है, अतः जीवन सदाचार युक्त होना चाहिए। सादा जीवन उच्च विचार, ये एक अच्छे मनुष्य के लक्षण हैं। सदैव सत्य का आचरण करो, झूठे मनुष्य का कोई विश्वास नहीं करता, बिना विचारे कोई भी काम मत करो क्योंकि इससे बड़ी हानि हो सकती है। उन्होंने कहा कि अण्डा और मांस मनुष्यों का आहार नहीं है, जो व्यक्ति अपने मन, बुद्धि शुद्ध करना चाहते हैं, उन्हें भूलकर भी इनका सेवन नहीं करना चाहिए। इसके अलावा जिन परिवारों में नारी जाति का सम्मान होता है और वे प्रसन्न रहती हैं, वहां उत्तम आत्मायें जन्म लेती हैं। इस अवसर पर अमरसिंह, अतरसिंह, पंडित राजकुमार, रामनिवास, ऋषि, सचिन, जतिन, रमेश, हेमंत, योगेंद्र शिवा, ललिता, उमेश, हर्षित, हिमांशी, मयंक, खुशी, लक्ष्य, हेमंत, पुनीत, कार्तिक, हितेश, नीतू व निधि आदि मौजूद रही।

जेल लोक अदालत में किया केसों का निपटान

भिवानी। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल के निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव सीजेएम कपिल राठी ने बुधवार को जिला कारागार में लोक अदालत आयोजन किया। इस जेल लोक अदालत में दो कैदियों से संबंधित केस को सुना गया और मौके पर ही दोनों केसों का निपटारा किया गया। सीजेएम राठी ने इस दौरान कहा कि लोक अदालत को आयोजित करने का मुख्य उद्देश्य कैदियों को उनके अधिकारों के बारे में जानकारी देना है। प्राधिकरण द्वारा हर महीने के पहले और तीसरे बुधवार को जेल के अंदर लोक अदालत एवं कानूनी जागरूकता शिविर लगाया जाएगा।

- सीजेएम ने जेल लोक अदालत में दो केसों को निपटाकर किया जेल का निरीक्षण

डीईईओ ने विजेता प्रवीन को किया सम्मानित

- खिलाड़ियों की सफलता के पीछे प्रशिक्षकों की होती अहम भूमिका : डीईईओ

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

भिवानी। नेटबॉल टीम के कप्तान पीटीआई प्रवीन को सम्मानित करती डीईईओ नागर, राजेश ढांडा व अन्य शारीरिक शिक्षक।

भारतीय नेटबॉल संघ द्वारा 14 से 17 दिसंबर तक गांव कलिंगा में करवाई गई 41वीं सीनियर नेशनल नेटबॉल प्रतियोगिता में गोल्ड मेडल विजेता हरियाणा की टीम के कप्तान जिले के गांव भाखड़ा स्थित राजकीय माध्यमिक विद्यालय के पीटीआई एवं धारेडू निवासी प्रवीण भारद्वाज को बुधवार को जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी संतोष नागर एवं हरियाणा शारीरिक शिक्षक एसोसिएशन ने संयुक्त रूप से सम्मानित किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता एसोसिएशन के जिलाध्यक्ष सोमदत्त शर्मा ने की। एसोसिएशन के महासचिव विनोद पिंकू ने बताया कि प्रवीण के नेतृत्व में हरियाणा की नेटबॉल टीम ने राष्ट्रीय प्रतियोगिता मे स्वर्ण पदक हासिल किया, जो गर्व की बात है। डीईईओ नागर ने कहा कि खेलों के मामले में जिले के खिलाड़ियों ने विश्वभर में अपनी अलग पहचान स्थापित की है, जिसमें प्रशिक्षकों की भी अहम भूमिका होती है। हरियाणा नेटबॉल टीम के कप्तान व पीटीआई प्रवीण भारद्वाज ने अपने सम्मान के लिए डीईईओ नागर व समस्त साथियों का आभार जताते हुए युवाओं से खेलों में भागीदारी बढ़ाने का आह्वान किया।

मेडिकल कैम्प आज तैयारियां पूरी

चरखी दादरी। हर वर्ष की भांति इस साल भी गांव बादल में दिवगंत समाज सेवी सुबेदार शीशराम की पुण्यतिथि अवसर पर निशुल्क एक दिवसीय मैडिकल कैंप का आयोजन 21 दिसंबर को किया जाएगा। इस विषय में जानकारी देते हुए उनके पुत्र व दादरी नगर की आर्यन कोचिंग सेंटर संचालक मास्टर रविन्द्र सांगवान ने बताया कि उनके पिता ने अपना सारा जीवन जन सेवा को समर्पित किया था। इस बार उनकी पुण्य तिथि अवसर पर गांव बादल के पंचायत घर में चिकित्सा शिविर का आयोजन किया जाएगा। इस कैंप में रोहतक के ईश्वर आई सेंटर के चिकित्सकों व टीम सदस्यों द्वारा अपनी सेवाएं दी जाएगी। शिविर का समय प्रात दस से दोपहर दो बजे का रहेगा।

हैंडबॉल में प्रदेश की लड़कियों ने जीता गोल्ड

- हरियाणा की हैंडबॉल टीम ने हासिल की उपलब्धि

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

भिवानी। अतिथियों के साथ पदक विजेता टीम।

जब भी खेलों में मेडल की बात आती है तो प्रदेश के खिलाड़ियों का नाम सबसे पहले आता है। प्रदेश के खिलाड़ियों ने अपनी मेहनत के दम पर विश्वभर में अलग पहचान स्थापित की है, जिसके चलते प्रत्येक हरियाणवी का सीना गर्व से चौड़ा हुआ है। इसी कड़ी में उत्तर प्रदेश के वाराणसी में 16 से 20 दिसंबर तक हुई लड़कियों की 46वीं जूनियर नेशनल हैंडबॉल प्रतियोगिता में हरियाणा की टीम ने स्वर्ण पदक हासिल किया। हरियाण टीम की उपलब्धि के बाद खेलप्रेमियों में खुशी की लहर है। हरियाणा स्टेट हैंडबॉल एसोसिएशन के महासचिव संदीप कोंटिया ने बताया कि हैंडबॉल एसोसिएशन इंडिया के प्रधान दिग्विजय सिंह चौटाला के दिशा-निर्देशों पर हुई प्रतियोगिता में प्रदेश की लड़कियों की टीम ने स्वर्ण पदक जीतकर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। उन्होंने बताया कि इस प्रतियोगिता में हरियाणा की टीम ने फाइनल प्रतियोगिता में आर्यावृत की टीम को 29-24 के अंतर से हराकर जीत दर्ज की। कोंटिया ने कहा कि हरियाणा की टीम का उत्साहवर्धन करने टीम कोच प्रियंका व टीम मैनेजर संदीप थे। इस प्रतियागिता में परमवीर सिवाच हरियाणा की तरफ से तकनीकी अधिकारी के तौर पर नियुक्त थे।

भिवानी परिवार मैत्री संघ ने लगाया नि:शुल्क जांच शिविर

325 मरीजों ने करवाई आंखों व कैंसर की जांच

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

भिवानी। शिविर में जांच करवाते मरीज।

भिवानी परिवार मैत्री संघ द्वारा बुधवार को आंखों की जांच, मोतियाबिंद के लैंस वाले नि:शुल्क ऑपरेशन व कैंसर स्क्रीनिंग का 9वां कैंप श्रीकृष्ण प्रणामी आश्रम में लगाया गया। इस दौरान पहले आओ-पहले पाओ के आधार पर 325 मरीजों ने कूपन प्राप्त कर कैंप में जांच करवाई। इस दौरान 85 लोगों को नि:शुल्क नेत्र ऑपरेशन के लिए चयनित कर गुरूग्राम के इंदिरा गांधी आई हॉस्पिटल एंड रिसर्च सैंटर के लिए रवाना किया और वहीं कैंसर स्क्रीनिंग जांच के लिए आए 31 मरीजों को पूरी तरह से नि:शुल्क जांच व सलाह दी गई। कैंप का शुभारंभ वरिष्ठजनों ने द्वीप प्रज्वलन करके किया। कैंप में आंखों की जांच व ऑपरेशन के लिए गुरूग्राम के इंदिरा गांधी आई हॉस्पिटल एंड रिसर्च सैंटर व कैंसर स्क्रीनिंग जांच के लिए राजीव गांधी कैंसर इंस्टीट्यूट एंड रिसर्च सैंटर दिल्ली के चिकित्सकों की टीम ने अपनी सेवाएं दी। संघ के अध्यक्ष राजेश चेतन ने बताया कि कैंप का आयोजन सेठ अजुध्या प्रसाद सत्यनारायण तायल चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा स्वर्गीय जयभगवान तायल की स्मृति में किया गया। उन्होंने कहा कि नेत्र सर्जरी के लिए भिवानी न केवल भारत में, बल्कि विश्व के अन्य देशों में भी अपनी पहचान बनाए हुए है। इसी पहचान को आगे बढ़ाए रखने के लिए भिवानी परिवार मैत्री संघ ने आंखों की जांच व मोतियाबिंद के नि:शुल्क ऑपरेशन शिविर का अभियान शुरू किया है। कैंप में दिल्ली से संजय गुप्ता, संजय गोयल व संजय अग्रवाल, राजीव गांधी कैंसर इंस्टीट्यूट से डॉ. ऐश्वर्या, विनोद, डॉ. धृति धवन ने सेवाएं दी। इस अवसर पर एमसी गुप्ता, अशोक तायल, शशि अग्रवाल, सुमित, अंकित, हर्षित, अमित अग्रवाल, दिनेश गोयल, ओमप्रकाश, जगत नारायण भारद्वाज, शिवनारायण भारद्वाज आदि मौजूद रहे।

गुरु गोविंद सिंह के साहिबजादों के बलिदान की स्मृति में समारोह 26 को

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

- समारोह को सेठ गोविंदराम टिबडेवाल सभागार में मनाएंगे

भिवानी। गुरु गोबिंद सिंह के साहिबजादों के फाइल फोटो।

गोशाला मार्केट स्थित भारत माता अभिनंदन संगठन के कार्यालय में बुधवार को बैठक हुई तथा निर्णय लिया कि बाल बलिदान दिवस समारोह 26 दिसंबर को दिनोद गेट स्थित सेठ गोविंदराम टिबडेवाल सभागार में मनाया जाएगा। पुरुषोत्तम दास ने बताया कि वर्ष 2020 में संगठन ने ही इस दिन को देश की जनता के सम्मुख बाल बलिदान दिवस के रूप में प्रस्तुत किया था, जिसे केंद्र सरकार ने वीर बाल दिवस के रूप में मान्यता भी प्रदान कर दी है। गौरतलब हैं कि 26 दिसंबर 1705 में गुरु गोविंद सिंह जी के साहिबजादों जोरावर सिंह एवं फतेह सिंह को तत्कालीन मुगल नवाब वजीर खान ने सरहंद किले की दीवारों में जिंदा ही चिनवा दिया था। अग्रवंशी टोडरमल ने 400 करोड़ रुपये में जमीन खरीदकर इन बहादुर बच्चों की अंत्येष्टि करवाई थी, इनके बलिदान पर देश को हमेशा गर्व रहेगा। शिवकुमार चित्रकार ने बताया कि लगभग 10 टीमें देशभक्ति से ओत-प्रोत समूह नृत्य प्रस्तुत करेंगी। कार्यक्रम सुबह साढ़े 9 बजे शुरू हो जाएगा।

खबर संक्षेप

गांव लोहानी की बेटी नेहा ने पास की एडीए की परीक्षा

भिवानी। खेलों के क्षेत्र में विश्वभर में अपनी अलग पहचान रखने वाले जिले के बेटे-बेटियां शिक्षा के क्षेत्र में भी किसी से पीछे नहीं है तथा अपनी प्रतिभा के दम पर सफलता के झंडे गाड़ रहे है। इसी कड़ी में गांव लोहानी निवासी नेहा शर्मा ने एडीए की परीक्षा पास की। बता दें कि नेहा समाजसेवी स्वर्गीय सत्यनारायण की पौत्री तथा राकेश शर्मा की पुत्री है।

गीता महोत्सव के आयोजन की तैयारियां शुरू

चरखी दादरी। गीता महोत्सव के दौरान 22 व 23 दिसंबर को आयोजन स्थल पर ही आधार कार्ड बनवाने का काम करवाया जा सकेगा और साथ ही कार्ड की गलतियों को ठीक करवाने के लिए आवेदन भी किए जा सकेंगे। जिला प्रशासन की ओर से महोत्सव के आयोजन की तैयारियां शुरू कर दी गई हैं। झाड़ू सिंह चौक के पास शहीद दलबीर सिंह मॉडल संस्कृति राजकीय वमा विद्यालय में महोत्सव का आयोजन होगा।

एचटेट, सेकेंडरी में नकल केसों की सुनवाई 26 को

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. वीपी यादव एवं सचिव ज्योति मित्तल ने बताया कि हरियाणा अध्यापक पात्रता परीक्षा 2023 तथा सैकंडरी व सीनियर सैकेण्डरी शैक्षिक मुक्त विद्यालय परीक्षा अक्तूबर 2023 में जिन अभ्यर्थियों व परीक्षार्थियों के अनुचित साधन सम्बन्धी केस यूएमसी दर्ज हुए थे, ऐसे अभ्यर्थियों व परीक्षार्थियों को बोर्ड मुख्यालय पर व्यक्तिगत सुनवाई के लिए 26 दिसम्बर को प्रातः 10:00 बजे बुलाया गया है।

किसान सम्मेलन में महिलाएं भी होंगी शामिल

भिवानी। भाजपा महिला प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य अधिवक्ता राजबाला श्योराण ने कहा कि आगामी 24 दिसंबर को जिले के गांव सिंघानी में कृषिमंत्री जेपी दलाल के आह्वान पर होने वाला किसान सम्मान अन्नदाता सम्मेलन में महिलाओं की भी अहम भागीदारी होगी। ये बात राजबाला ने कमला नगर स्थित आवास पर महिलाओं को कार्यक्रम का न्योता देते हुए कही। समय समय पर केंद्र व प्रदेश सरकार ने किसान निधि सम्मान, किसानों को मुआवजा, किसानों के लिए ब्याज माफी योजना, किसानों के लिए ट्यूबवेल योजना प्रदेशभर में शुरू करवाई गई है।

खेल हमारे मानसिक एवं बौद्धिक विकास के लिए अहम कड़ी का काम करते हैं: गोयल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

खेल भारतीय संस्कृति की पहचान है, जो सदियों से भारत की पहचान बनी हुई हैं, विद्यार्थियों को चाहिए कि वो नशे से दूर रहते हुए शिक्षा के साथ-साथ खेलों में भी अग्रणी रहें, खेल हमारे मानसिक एवं बौद्धिक विकास के लिए अहम कड़ी का काम करते हैं यह बात चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय भिवानी की दो दिवीसीय एथलेटिक्स मीट में बेहतरीन प्रदर्शन कर बेस्ट एथलीट का खिताब जीतने वाले वैश्य महाविद्यालय भिवानी के छात्र नितीन को नकद पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित करते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. संजय गोयल ने कही उन्होंने कहा कि हम सबकी नैतिक जिम्मेदारी है कि किसी भी क्षेत्र में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करे ताकि आगे भी वे अच्छा प्रदर्शन कर महाविद्यालय की उन्नति में अपना सहयोग दे। महाविद्यालय के खेल प्राध्यापक सुरेश अत्री ने छात्र खिलाड़ी नितिन को बधाई देते हुए कहा कि खेल हमारी संस्कृति का प्रतीक है। युवा वर्ग को शिक्षा के साथ साथ खेलों में भी बढ़चढ़कर भाग लेना चाहिए। जिससे उनके व्यक्तित्व का भी विकास हो सके। महाविद्यालय के डीन एकेडमिक अफेयर डॉ.नरेंद्र चाहार व डीन स्टूडेंट वेलफेयर प्रो. धीरज त्रिखा ने खिलाड़ी नितिन को बधाई देते हुए कहा कि यह सब महाविद्यालय प्रबंध की दूरदर्शी एवं पूर्ण सहयोग का सोच का परिणाम है जोकि आज हमारे महाविद्यालय के खिलाड़ी विश्व स्तर पर अपनी प्रतिभा का परचम लहरा रहे हैं। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय की इन उपलब्धियों पर हम सबको गर्व है।

खेल भारतीय संस्कृति की पहचान

चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय भिवानी की दो दिवीसीय एथलेटिक्स मीट 11 दिसंबर से 12 दिसंबर तक भीम स्टेडियम भिवानी में आयोजित की गई थी। जिसमे महाविद्यालय के छात्र खिलाड़ी नितिन ने अपनी प्रतिभा का बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए बेस्ट एथलीट का खिताब अपने नाम किया था।आज खिलाड़ी नितिन को उनकी इस सफलता पर बधाई देते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डा.संजय गोयल, महाविद्यालय के स्पोर्ट्स बोर्ड के चेयरमैन सुरेंद्र दलाल, युवा कल्याण के डीन धीरज त्रिखा, डीन एकेडमिक अफेयर डॉ.नरेंद्र चाहार,खेल प्राध्यापक सुरेश अत्री,प्रो. सुरेंद्र दलाल ,सुनील कुमार सन्नी, डॉ. राजकुमार,ईश्वर शर्मा एवं कार्यालय अधीक्षक कमल भारद्वाज द्वारा पांच हजार रुपए का नकद पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया।

भिवानी। प्रतियोगिता में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागियों को सम्मानित करते हुए।

- चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय भिवानी द्वारा आयोजित दो दिवीसीय एथलेटिक्स मीट में बेस्ट एथलीट का खिताब जीतने वाले वैश्य महाविद्यालय भिवानी के छात्र नितिन को नकद पुरस्कार प्रदान कर किया गया सम्मानित।

सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी की शिक्षाएं सबके लिए प्रेरणास्रोत: बड़गुज्जर

सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी के बताए मार्ग पर चलने का किया आह्वान

गांव प्रहलादगढ़ में महाराजा शूरसैनी जयंती पर उनके चित्र पर पुष्प अर्पित कर किया नमन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी की जयंती के उपलक्ष्य में बुधवार को गांव प्रहलादगढ़ में कार्यक्रम आयोजित कर सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर नमन किया। कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के वाइस चेयरमैन विजेंद्र बड़गुज्जर, विशिष्ट अतिथि डॉ. सुरेश कुमार धानिया, असिस्टेंट प्रोफेसर अश्वनी ने शिरकत की और महाराजा शूरसैनी को नमन कर उनकी बताई शिक्षाओं पर चलने का आह्वान किया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्यतिथि आयोग के वाइस चेयरमैन बड़गुज्जर ने कहा कि सैनी समाज के प्रवर्तक महाराजा शूरसैनी धनुर्धर और वेदों के ज्ञाता थे। सफेद घोड़े पर सवार होकर युद्ध के मैदान में शत्रु को धूल चटाते थे। महाराजा शूरसैनी महान व्यक्तित्व के स्वामी थे, जिन्होंने समाज के लोगों को जागरूक करने का काम किया था, उनकी शिक्षाएं हमारे लिए प्रेरणास्त्रोत है। हमें उनके बताए मार्ग पर चलकर समाजहित में कार्य करने चाहिए। उन्होंने कहा कि युवा पीढ़ी को समाज में फैली कुरीतियों को दूर करने का प्रण लेना चाहिए। इस अवसर पर नवदुर्गा सेवा संयोग संस्था के संरक्षक सुरेश सैनी, सूबे सिंह संभ्रवाल, अधिवक्ता अजय संभ्रवाल, नरेंद्र संभ्रवाल अमित, अनिल कटारिया आदि मौजूद रहे।

गांव प्रहलादगढ़ में सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी को नमन करते मुख्यतिथि हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के वाइस चेयरमैन विजेंद्र बड़गुज्जर,डॉ . सुरेश व अन्य।

भिवानी। महाराजा शूरसैनी को नमन करते रामेश्वर सैनी व अन्य।

महाराजा शूरसैनी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उनके दिखाए मार्ग पर चलने का लिया संकल्प

भिवानी। हनुमान ढ़ाणी स्थित न्यू सैनी धर्मशाला में बुधवार को सैनी समाज के प्रवर्तक महाराजा शूरसैनी की जयंती हर्षोल्लास के साथ मनाई। इस मौके पर अनेक गणमान्य लोगों ने एकत्रित होकर महाराजा शूरसैनी के चित्र पर पुष्प अर्पित की तथा उनके दिखाए मार्ग पर चलकर समाज व देश के उत्थान में योगदान देने की बात कही। कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि सेवानिवृत्त प्रशासिक आयकर अधिकारी रामेश्वर सैनी किरोड़ीवाल ने शिरकत की तथा अध्यक्षता महात्मा ज्योतिबा फूले धर्मार्थ ट्रस्ट के अध्यक्ष रमेश सैनी ने की। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए रामेश्वर सैनी व रमेश सैनी ने कहा कि महापुरूषों की जयंती मनाना बहुत जरूरी है, इससे हमारी आने वाली पीढ़ियां देश के महापुरूषों के ज्ञान व बलिदान से रूबरू हो पाते है तथा उनमें संत-महात्मा एवं महापुरूषों के प्रति सम्मान की भावना पनपती है, इसीलिए युवाओं को सही मार्ग व दिशा दिखाने के लिए कार्यक्रमों का होना बहुत जरूरी है।

भिवानी। दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में पौधरोपण करते पर्यावरण प्रेमी जेई बिजेश जावला व अन्य।

जेई जावला ने रोपित किए 21 पौधे

भिवानी। कोंट रोड स्थित दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में पर्यावरण प्रेमी जेई बिजेश जावला ने बुधवार को 21 पौधों का रोपण कर महाराजा शूरसैनी की जयंती मनाई। उन्होंने उपस्थित सभी लोगों को महाराजा शूरसैनी के दिखाए मार्ग पर चलते हुए समाज उत्थान एवं तरक्की की दिशा में अपनी सकारात्मक भूमिका अदा करने के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण की दिशा में भी कार्य करने की शपथ दिलवाई। पर्यावरण प्रेमी जेई जावला ने कहा कि महापुरूषों की याद में पौधरोपण करने से पर्यावरण शुद्ध होता है, वहीं महापुरूषों के जीवन आदर्श एवं उनकी शिक्षाएं भी युवा पीढ़ी को प्रेरित करती है।

महाराजा शूरसैनी के दिखाए मार्ग पर चलकर बच्चों को शिक्षित बनाने पर दें जोर: प्रजापति

भिवानी। हनुमान गेट स्थित जीतू पतित पावन पाठशाला में बुधवार को महाराजा सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी जयंती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया। इस मौके पर मुख्यतिथि के रूप में वार्ड नंबर-25 के पार्षद विनोद प्रजापति एवं राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग मोर्चा के प्रदेश अध्यक्ष सुरेश प्रजापति ने शिरकत की तथा महाराजा शूरसैनी के चित्र पर पुष्प अर्पित नमन किया। पार्षद विनोद प्रजापति एवं सुरेश प्रजापति ने कहा कि सूर्यवंशी महाराजा शूरसैनी समाज के प्रवर्तक थे, उनकी वीरता किसी के परिचय की मोहताज नहीं है, उन्होंने अपनी वीरता के बल पर वर्षो तक दिल्ली पर शासन किया। उन्होंने कहा कि महाराजा शूरसैनी ने समाज में व्याप्त बुराईयों को दूर करने का संदेश दिया तथा उन बुराईयों में अनपढ़ता भी है।

बागनवाला व डाडम गांव में विकसित भारत संकल्प यात्रा का भव्य स्वागत

तोशाम। तोशाम क्षेत्र में केन्द्र व प्रदेश सरकार की फ्लैगशिप योजनाओं को घर.घर तक पहुंचाने के उद्देश्य से शुरू की गई विकसित भारत संकल्प यात्रा के अंतर्गत ग्राम पंचायत बागनवाला व डाडम में शिविर का आयोजन किया गया। इस मौके पर विकसित भारत संकल्प की शपथ भी दिलाई गई। सरकार द्वारा संचालित जनकल्याणकारी योजनाओं से संबन्धित सामग्री एवं ब्रोशर, पम्फलेट, बुकलेट तथा लोक सांस्कृतिक कार्यक्रमों के माध्यम से लोगों को योजनाओं के प्रति जागरूक किया गया। इसी के साथ कार्यक्रम के दौरान आईसी वैन की एलईडी स्क्रीन पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का वीडियो संदेश प्रदर्शित किया गया। इस मौके पर जिला परिषद चेयरपर्सन अनिता मलिक ने कहा कि विकसित भारत संकल्प यात्रा का उद्देश्य देश के कोने.कोने में आमजन को केंद्र व राज्य सरकार की योजनाओं के बारे में बताना और उसका लाभ उठाने के लिए उन्हें प्रेरित करना है। उन्होंने कहा कि विकसित भारत संकल्प यात्रा का कार्यक्रम देश भर में सरकार की प्रमुख योजनाओं की जानकारी आमजन को देने तथा पात्र लोगों को इन योजनाओं का लाभ सुनिश्चित किया जा रहा है।

तोशाम। स्टॉलों का निरीक्षण करते पूर्व विधायक।

नहीं टूटेंगे नेहरू कॉलोनीवासियों के आवास

भिवानी। बुधवार को विधायक घनश्याम सर्राफ की अगुवाई में नेहरू कॉलोनी के लोग सीएम मनोहर लाल से मिले। विधायक श्री सर्राफ ने सीएम मनोहर लाल से नेहरू कॉलोनी के कुछ लोगों के मकान न तुड़वाए जाने की गुजारिश की। चूंकि अदालत की तरफ से मकानों को तोड़े जाने का आदेश है। इस पर सीएम मनोहर लाल ने उनके ओएसडी वाहर यादव के पास भेज दिया। सीएम के आश्वासन के बाद उक्त क्षेत्र के लोगों उत्साहित व खुश नजर आए। विगत में उक्त इलाके के करीब दो दर्जन लोगों के पास अदालत ने मकानों को तुड़वाने से संबंधित नोटिस भेजा था। उसके बाद सभी लोग विधायक घनश्याम सर्राफ के पास पहुंच गए। उन्होंने मकान न टूटने देने की गुजारिश की। इस पर विधायक ने सीएम मनोहर लाल से मुलाकात करवाए जाने का भरोसा दिलाया था। आज इसी क्रम में विधायक घनश्याम सर्राफ ने इस क्षेत्र के लोगों के प्रतिनिधिमंडल को सीएम मिलवाया और उनके मकान न टूटने देने का आश्वासन दिलाया।

भिवानी। सीएम आवास से बाहर निकलते विधायक के साथ नेहरू कॉलोनी के लोग।

यूडाइस को लेकर मीटिंग का आयोजन आज

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में यूडाइस की मीटिंग का आयोजन किया जाएगा। मीटिंग आज 10 बजे आयोजित होगी। वहीं प्राचार्या संतोष भाकर ने बताया कि इस मीटिंग के लिए पूरी तैयारियां की जा चुकी है ताकि इसे सफल बनाया जा सके। जानकारी देते हुए खंड शिक्षा अधिकारी आनंद शर्मा ने बताया कि राजकीय व निजी विद्यालयों के लिए आयोजित इस मीटिंग में सुबह 10 से 12 बजे तक राजकीय व 12 से 2 बजे तक निजी विद्यालयों के मुखियाओं का भाग लेना अति आवश्यक है ताकि विभागीय आदेशों की पालना की जा सके।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो वह निम्न टेलीफोन नम्बरों पर कार्यालय समय पर सूचित करें :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 01664-252933, 8295157800, 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
5×8 सें.मी 10×8 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

वार्डबंदी ने बिगाड़ा समीकरण

बवानीखेड़ा। नगर पालिका बवानी खेड़ा में जैसे ही वार्ड के चुनावों के लिए उम्मीदवारों को जातिगत आधार पर सूची जारी की गई की फलां वार्ड किस समुदाय के लिए आरक्षित है इसको लेकर सभी लोग अचरज में पड़ते हुए दिखाई दिए। कस्बावासियों में पूर्व नपा प्रधान सुभाष तवंर, महावीर अत्री, सुंदर अत्री, विनित तवंर, रमेश वाल्मीकि, योगेन्द्र, सतीश कुमार,सुरेन्द्र, हरबंसलाल, राजबीर, संजय ओड, औम चैहान आदि सैंकड़ो लोगों ने बताया कि सभी वार्डो में चुनावों का सिस्टम बिगाड़ दिया गया है किसी वार्ड में सामान्य श्रेणी में जातिगत 80 से 90 प्रतिशत एक समुदाय के हैं तो उस वार्ड को अनुसूचित जाति के लिए घोषित कर दिया गया हैए वहीं अगर वार्ड में अनुसूचित जाति की संख्या अधिक है तो वहां सामान्य श्रेणी के लिए घोषित किया गया है।

जनता तख्ता पलट करते नहीं करती देर: किरण

- मिमिक्री नहीं, मुद्दों पर होनी चाहिए बहस
- अपने आवास पर ली भिवानी व दादरी व महेंद्रगढ़ जिलों के कार्यकर्ताओं की बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पूर्व मंत्री किरण चौधरी ने कहा है कि अब जुमले, झूठ व आपस में बाँटने वाली राजनीति से छुटकारा पाने का समय आ गया है, वरना जनता की आवाज उठाने वाला कोई नहीं मिलेगा। श्रीमती चौधरी आज भिवानी.महेंद्रगढ़ संसदीय क्षेत्र के सक्रिय कार्यकर्ताओं की बैठक को संबोधित कर रही थी। इस अवसर पर हाल ही में कांग्रेस में शामिल हुए हरियाणा पुलिस के सेवानिवृत्त अतिरिक्त महानिदेशक सुभाष यादव भी उनके साथ थे। उन्होंने कहा कि प्रदेश में बेरोजगारी चरम सीमा पर है और हरियाणा बेरोजगारी के मामले में नंबर वन बन चुका है। किसानों की हालत खराब है। किसानों की आय दो गुणा करने वाली भाजपा के कार्यकाल में किसानों पर आए दिन नए बोझ लादे जा रहे हैं। आज पानी की कमी के कारण फसलें बर्बाद हो रही है और किसानों को यूरिया के लिए धक्के खाने पड़ रहे हैं। कानून व्यवस्था चरमरा चुकी है और भ्रष्टाचार का बोलबाला है। युवा बेरोजगारी के कारण अपरोध व नशे की ओर बढ़ रहा है। सरकार नशा रोकने के केवल दावे करती है लेकिन हकीकत इससे कहीं परे है। किरण चौधरी ने सांसदों के निलंबित करने पर कहा कि देश में लोकतंत्र खत्म हो चुका है।

भिवानी। एकत्रित लोगों को संबोधित करती किरण चौधरी।

आधा दर्जन गांवों के सरकारी स्कूलों के नए भवन की रखी मांग

विधायक नैना ने विस सत्र में उठाए कई ज्वलंत मुद्दों पर की आवाज बुलंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

जननायक जनता पार्टी की विधायक नैना सिंह चौटाला ने हरियाणा विस के शीतकालीन सत्र में दादरी जिले के लिए कई महत्वपूर्ण विषयों को उठाया। विस सत्र के शून्यकाल में बोलते हुए विधायक नैना चौटाला ने गांव घसौला में मेडिकल कॉलेज के लिए भूमि चयन करने पर प्रदेश सरकार और मुख्यमंत्री मनोहर लाल का आभार व्यक्त किया।

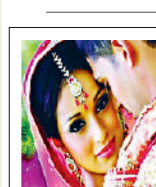
जजपा विधायक नैना ने गांव मकड़ानी और संतोखपुरा में जलघरों के निर्माण को जल्द स्वीकृति देने की मांग की। इसके साथ-साथ गांव नौसवा और चिड़िया के जल घरों तक पाइप लाइन के माध्यम से जलापूर्ति करने की मांग उठाई। नैना ने कहा कि दादरी जिलावासियों को सस्ती दरों पर दवाइयां व स्वास्थ्य संबंधी उपकरण उपलब्ध करवाने के लिए नागरिक अस्पताल में अमृत फामेर्सी स्टोर स्थापित करवाया जाए।

इसके साथ-साथ दादरी अस्पताल में एक अतिरिक्त एक्स-रे मशीन स्थापित करवाने की मांग भी विधायक नैना ने विस सत्र में रखी, ताकि दादरी जिला वासियों को 24 घंटे एक्स-रे सुविधा उपलब्ध हो सके। उन्होंने प्रदेश सरकार से मांग करते हुए कहा कि बाढ़ड़ा के गांव चिड़िया, काकड़ौली सरदारा, डांडमा, समसपुर, कादमा और धनासरी के राजकीय स्कूलों के भवनों का पुनर्निर्माण जल्द करवाया जाए, ताकि ग्रामीण परिवेश के बच्चों को शिक्षा संबंधी बेहतर सुविधाएं उपलब्ध हो सके।

चरखी दादरी। विधानसभा सत्र में जिला संबंधित मांग रखती नैना चौटाला।

बाढ़डा क्षेत्र में बड़ी क्षमता के फसल भंडारण गोदाम का निर्माण हो: विधायक नैना ने कहा कि जिले के किसानों की फसल को सुरक्षित रखाव करने के लिए बाढ़डा विधानसभा क्षेत्र में बड़ी क्षमता का फसल भंडारण गोदाम का निर्माण करवाया जाए। नैना ने जिले में बस ड्राइवरों और कंडक्टरों की कमी को दूर करने के लिए स्थायी नियुक्ति करने की मांग भी उठाई। उन्होंने 68 गांवों में स्थापित की डिजिटल लाइब्रेरी, जीम और महिला सांस्कृतिक केंद्रों के लिए आवश्यक समान जल्द उपलब्ध करवाने की मांग विधानसभा सत्र में सरकार से की। उन्होंने ग्राम पंचायत बाढ़ड़ा और हंसावास खुर्द के पंचायत चुनाव जल्द करवाने की मांग भी विस सत्र में मुख्यमंत्री मनोहरलाल के सामने रखी।

- दादरी के नागरिक अस्पताल में स्थापित हो अमृत फामेर्सी स्टोर : चौटाला
- बाढ़ड़ा व हंसावास खुर्द में जल्द करवाएं जाए पंचायत चुनाव : नैना


गुप्त व यौन रोग
गुप्त रोग, नामर्दी, शीघ्रपतन, धात, स्वप्न दोष, वीर्य/कम शुक्राणु आदि से छुटकारा पाएं।
जोश व टाईम बढ़ाएं
महिलाओं में कमजोरी, सफेद पानी, प्रेगनेंसी न होना, ब्रेस्ट क्रीम लें।
गैस, कब्ज, फैटी लीवर, भूख न लगना, शुगर, मोटापा घटाएं
ताकत का कोर्स लें Rs.550/-
पिछले 25 वर्षों से सेवारत
जुनेजा क्लीनिक
भिवानी रोजाना मिले (9am to 7pm)
9728321662
पताः 1stफ्लोर, रोहतक गेट, इण्डियन पेट्रोल पम्प के सामने, निकट सब्जी मण्डी
Facebook पर हमारे पेज, जुनेजा क्लीनिक भिवानी को Like & Share करें।