हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 18 अप्रैल 2024

11 चैत्र की शुक्ल पक्ष की नवमी को भगवान विष्णु ने ...

12 अनाजमंडी में जगह कम, बस स्टैंड परिसर में ...

खबर संक्षेप

दुकान के आगे खड़ी मोटरसाइकिल चोरी

बवानीखेड़ा। गांव किरावड़ में दुकान के आगे खड़ी मोटरसाइकिल चोरी होने का मामला संज्ञान में आया है। पुलिस में दी शिकायत में किरावड़ निवासी वीर सिंह ने बताया कि उसने गांव में किरयाणा स्टारे की दुकान की हुई है। उसने सोमवार को अपना वाहन रात को खड़ा किया और कुछ देर बाद देखा तो उसका वाहन गायब था। पुलिस ने मामला दर्ज कर तलाश शुरू कर दी है।

नपा ने रुकवाया अवैध शौचालय का निर्माण

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा के वार्ड नंबर 2 ढुंढ़वा जोहड़ के पास नगर पालिका की भूमि पर अवैध रूप से शौचालय का निर्माण किया करवाया जा रहा था। नगर पालिका कार्यालय कर्मचारियों को सूचना मिलते तुरंत प्रभाव से कार्यालय नगर पालिका के कर्मचारियों द्वारा हटा दिया गया। पटवारी नगर पालिका संदीप थौरी ने बताया कि छुटटी वाले दिन नपा की भूमि पर शौचालय का निर्माण करके बेशकीमती भूमि पर कब्जा करने की योजना बनाई जा रही थी। नपा सफाई दरोगा ऋषि सहित अनेक कर्मचारियों के सहयोग से नगर पालिका भूमि पर अतिक्रमण को हटाय गया व भविष्य में ऐसा करने पर कानूनी कार्यवाही करने बारे चेताया।

ओवरलोड डंपर का किया 65500 रुपये का चालान

चरखी दादरी। सीएम फ्लाइंग टीम ने बुधवार को चरखी दादरी में रेड कर कलियाणा मोड़ से एक ओवरलोड डंपर को पकड़ा है। डंपर चालक मौके से भाग गया । टीम द्वारा डंपर का 65 हजार 500 रुपये का चालान किया गया है। आपकी जानकारी के लिए बता दे कि रोहतक इकाई सीएम फ्लाइंग से उप निरीक्षक नरेंद्र कुमार, चरखी दादरी आरटी,स्टाफ से टीआई बलबीर सिंह व गुप्तचार विभाग की संयुक्त टीम ने कलियाणा मोड़ पर एक डंपर को चैक किया। डंपर ओवरलोड मिलने व चालक के भाग जाने पर टीम द्वारा डंपर का 65 हजार 500 रुपये का चालान किया गया।

कई प्राइवेट स्कूलों में बेमौसम की छुट्टियां

चेकिंग के डर से रोड से गायब हो रही हैं निजी स्कूलों की बसें

जांच टीम को मिल रहे हैं स्कूलों पर लटकें ताले

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

फाइल फोटो

परीक्षा समय ही नहीं,बल्कि दाखिलों के समय निजी स्कूलों में जबरदस्त मारामारी रहती है,लेकिन बीते शुक्रवार के बाद से आधे से ज्यादा निजी स्कूलों ने बेमौसम की छुट्टियां घोषित कर दी है। माना जा रहा है कि कलस्टर स्तर की टीम के चेकिंग के डर से संचालकों ने यह कदम उठाया है। जिस वक्त जांच टीम स्कूलों में पहुंच रही है। उस वक्त छोटे बड़े कई स्कूलों पर ताले लटकें मिले। उसके बावजूद जिला प्रशासन ने निजी स्कूलों की बसों की जांच अभियान जारी है।

विगत में कनीना में एक बस हादसे की शिकार हो गई। जिसमें आधा दर्जन छात्रों की मौत हो गई थी। करीब डेढ दर्जन विद्यार्थी जख्मी हुए थे। जांच पड़ताल में उस बस के कागजात पूरे नहीं मिले थे। उसके बाद सरकार ने पूरे प्रदेश के निजी स्कूलों की बसों की जांच पड़ताल के निर्देश दिए थे। शिक्षा विभाग ने कलस्टर लेवल पर कमेटी का गठन किया और सोमवार व मंगलवार को निजी स्कूलों की बसों की जांच अभियान चलाया था। शिक्षा विभाग के निर्देश के बाद कलस्टर स्तर की टीमों ने निजी स्कूलों में बसों की जांच करने का कार्य शुरू किया तो निजी स्कूल संचालकों में हड़कम्प मच गया। टीमों के आने के भय के चलते अनेक निजी स्कूलों ने बच्चों की छुट्टियां कर दी। यहां तक कि बसों को स्कूलों के पिछे खड़ा कर दिया। ताकि बसों ने आरटीओ या किसी प्रशासनिक अधिकारी की खड़ी बसों पर नजर न पड़ सके। यह स्थिति ज्यादातर ग्रामीण इलाकों में बनी है। वहीं शहर में बच्चों को लाने व ले जाने वाली ऑटो व टीपरों की संख्या न के बराबर नजर आ रही है। क्योंकि हर चौक व चौराहें पर यातायात पुलिस इस तरह के वाहनों की जांच कर रही है। जिसके भय से उक्त वाहन चालक अपने रास्ते बदल रहे है या फिर उन्होंने अपने इन वाहनों को घरों में खड़ा कर दिया।

- जिला प्रशासन का निजी स्कूलों की बसों की जांच अभियान जारी

कागजात करवाए जाएंगे पूरे:रामौतार

प्राइवेट स्कूल वेलफेयर एसोसिएशन के अध्यक्ष रामौतार शर्मा ने बताया कि सरकार ने उनकी समस्या सुनी और दस दिन का समय दिया है। वे इस दौरान एक.एक बस के कागजात पूर करवाएंगे। कोई भी कंडम बस को सड़कों पर नहीं आने दिया जाएगा। शिक्षा से पहले बच्चों की सुरक्षा जरूरी है। अब इस तरह की कोई लापरवाही नहीं होनी दी जाएगी।

दो दिन पहले इस तरह की समस्या बनी : डीईओ

जिला शिक्षा अधिकारी नरेश मेहता ने बताया कि दो दिन पहले इस तरह की शिकायत सभी ब्लाकों से आ रही थी। कुछ स्कूल बंद मिले,कलस्टर स्तर की टीमों ने इस बारे में उनको रिपोर्ट भी की थी। अब सरकार की तरफ से स्कूलों को बसों को कागजात पूरे करवाने का समय दिया है। अब वे अपने कागजात पूरे करवा लेंगे। उसके बाद वे फिर से इस तरह का अभियान चलाएंगे।

आधी से कम हो गई सड़कों पर स्कूलों की बसें

जैसे ही जिला प्रशासन ने निजी स्कूलों की बसों पर शिकंजा कसना आरंभ किया है। तभी से शहर व देहात की सड़कों पर निजी स्कूलों की बसों की संख्या आधे से कम रह गई है। एक गांव से दूसरे गांव में बच्चों को लाने व ले जाने वाले छोटे वाहन भी पूरी तरह से गायब है। जिससे साबित हो रहा है कि इन स्कूलों के वाहनों के कागजात पूरे नहीं है या फिर अन्य कोई कमी है। वाहनों की कमी के चलते इस तरह के स्कूल संचालकों ने बच्चों की छुट्टियां कर दी है फिलहाल निजी स्कूल संचालक इस मामले में सरकार से राहत की आस में है।

चोरों ने 6.5 लाख नकद 150 ग्राम के गहने चुराए

- चोरों ने आधा किलो चांदी भी चुराई
- साथ वाले प्लॉट में सोया था परिवार
- सूचना के बाद मौके पर पहुंची पुलिस

हरिभूमि न्यूज ▸▸ तोशाम

भिवानी। चोरी की घटना के बाद बिखरा सामान। फोटो : हरिभूमि

तोशाम से हिसार मार्ग पर ज्योति कूलर फैक्ट्री के नजदीक बने एक मकान से चोरों ने ताला तोड़कर करीबन साढ़े छह लाख रुपये नकद, करीबन 150 ग्राम सोने के जेवरात व आधा किलोग्राम चांदी चोरी कर ली, जिससे मकान मालिक को करीबन 18 लाख रुपये का नुकसान हुआ है। चोरी की सूचना मिलने के पश्चात डॉग स्कवाईड व साइबर क्राइम की टीम भी मौके पर पहुंची तथा फिंगर प्रिंट भी लिए जाएंगे।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मकान मालिक नरेश का परिवार साथ वाले प्लॉट में सोया हुआ था। मकान का ताला तोड़कर चोरों ने उसके मकान से करीबन साढे 6 लाख रुपये नकद, करीबन 150 ग्राम सोने के जेवरात व आधा किलोग्राम चांदी चोरी कर ली। नरेश ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि जब सुबह उठकर देखा तो ताला टूटा हुआ था और घर मे सामान बिखरा पड़ा था। घर मे सामान बिखरा देखकर उनके होश उड़ गए। इसके बाद उन्होंने सामान ढूढा तो नगदी व जेवरात गायब मिले। उन्होंने इसकी सूचना तुरंत पुलिस को दी। सूचना के बाद पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस टीम ने डॉग स्कवाइड व साइबर क्राइम टीम को मौके पर बुलाया जिससे मौके का मुआयना करवाया। चोरी की घटना में मकान मालिक को करीबन 18 लाख रुपए का नुकसान हुआ है।

सरसों उठान के चलते छह मंडियों में 18 को नहीं काटे जाएंगे नए गेट पास

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

- तोशाम, लोहारू, ढिगावा,बहल, जुई और सिवानी में 18 को नही होगी सरसों की खरीद

जिला की मंडियों में सरसों की बंपर आवक हो रही है। सरसों की आवक के साथ.साथ उठान कार्य भी होना जरूरी है। मंडियों में सरसों अत्यधिक मात्रा में बाहर न रहे,इसी चलते किसानों की सुविधा के मद्देनजर 18 अप्रैल को छह मंडियों में सरसों खरीद कार्य नहीं होगा।

डीसी नरेश नरवाल ने बताया कि जिला में सरसों की खरीद का कार्य पुरजोर से चल रहा है। खरीद कार्य के साथ.साथ उठान कार्य भी सुचारू ढंग होना जरूरी है चाहिए ताकि समय पर किसानों को उनकी सरसों की पेमेंट की अदायगी हो सकें। उन्होंने बताया कि तोशाम, लोहारू,ढिगावा,बहल, जुई, सिवानी में 18 अप्रैल को नए गेट पास जारी नही किए जाएंगे, केवल अनशोल्ड की ही बोली की जाएगी। उन्होंने बताया कि भिवानी अनाज मंडी, बवानीखेड़ा और चांग मंडी में सरसों की खरीद जारी रहेगी।

उन्होंने बताया कि इस बारे में खरीद व उठान एजेंसी के अधिकारियों को जरूरी निर्देश दे दिए गए हैं। उन्होंने बताया कि सरसों के उठान कार्य में तेजी लाने ले लिए सबंधित अधिकारियों को जरूरी निर्देश दिए जा चुके हैं।

नप ने चलाया होर्डिंग हटाने का अभियान

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भिवानी

- नगरपरिषद की टीम ने रोहतक गेट, महम गेट व अन्य चौक व चौराहों पर भी पोल देखे

आचार संहिता लगते ही जिला प्रशासन पूरी तरह से हरकत में आ गया। जिस जगह पर बनैर या होर्डिंग लगे मिलते है। नगरपरिषद उसी वक्त वहां पर अभियान चलाकर उनको हटा रही है।

दूसरी तरफ बुधवार को नगरपरिषद ने शहर में अतिक्रमण हटाओ अभियान चलाया। जिसके चलते दुकानदारों में हड़कम्प मचा रहा। नगरपरिषद के अधिकारियों को हांसी गेट पर लगे एक पोल पर धार्मिक कार्यक्रम के आयोजन का पोस्टर लगे होने की सूचना मिली। सूचना मिलते ही नगरपरिषद की टीम हांसी गेट पर पहुंची और जेसीबी की मदद से पोल पर लगे बैनर को उतारने लगी। करीब आधे घंटे की कड़ी मशक्कत के बाद पोल पर लगे बैनर को उतारा जा सका। इसी तरह नप की टीम ने रोहतक गेट, महम गेट व अन्य चौक व चौराहों पर भी पोल देखे। जिन पर छोटे बड़े बैनर मिले। नप ने उनको तत्काल उतार दिया। दूसरी तरफ नगरपरिषद की टीम ने नया बाजार इलाके में अतिक्रमण हटाने का अभियान चलाया। दुकानों के आगे रखे सामान को उठवाया तो कुछ दुकानदारों ने अभियान के भय से अपने आप ही सामान को भीतर कर लिया। देर शाम तक दुकानदारों में हड़कम्प की स्थिति बनी रही।

रेलवे कॉलोनी में श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान सप्ताह यज्ञ 21 से

भिवानी। समस्त जीवों की शांति एवं खुशहाली के उद्देश्य से समस्त रेलवे कॉलोनीवासियों के सहयोग से स्थानीय रेलवे कॉलोनी में 21 अप्रैल श्रीमद् भागवत कथा ज्ञान सप्ताह यज्ञ का आयोजन किया जाएगा, ये जानकारी नॉर्थ वेस्टर्न रेलवे एंपलाईज यूनियन के अध्यक्ष कृष्ण कौशिक ने दी। उन्होंने कहा कि कथा का 21 अप्रैल से शाम 4 बजे प्रारंभ होगी। इसी के उपलक्ष्य में 20 अप्रैल को शाम 5 बजे कलश यात्रा निकाली जाएगी, जो शिव मंदिर से शुरू होकर कथा स्थल पर संपन्न होगी। पंडित बृजमोहन कौशिक कथा का वाचन करेंगे तथा श्रद्धालुओं को श्रीमद् भागवत कथा का रसपान करवाएंगे। उन्होंने कहा कि मानव जीवन में श्रीमद्भागवत कथा का बड़ा ही महत्व है, क्योंकि भागवत कथा के श्रवण से मन का शुद्धिकरण होता है।

लाड में संदिग्ध परिस्थितियों में फंदा लगाने से विवाहिता की मौत

हरिभूमि न्यूज ▸▸ बाढ़ड़ा

गांव लाड में संदिग्ध परिस्थितियों में फांसी का फंदा लगाने से विवाहिता की मौत हो गई। सूचना मिलने पर पुलिस की टीम मौके पर पहुंची और शव को च.दादरी के सिविल अस्पताल में पहुंचाया जहां बुधवार को पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया है। पुलिस ने मामले में इत्तफाकिया मौत की कार्रवाई की है। प्राप्त जानकारी के अनुसार लाड निवासी करीब 30 वर्षीय सुमन ने अपने घर पर फांसी का फंदा लगा लिया, जिससे उसकी मौत हो गई।

भिवानी। पोस्टमार्टम के लिए शव लेकर च.दादरी सिविल अस्पताल पहुंची पुलिस।

परिजनों को सौंपा शव

सूचना मिलने पर ईआरवी व बाढ़ड़ा थाना पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर चरखी दादरी के सिविल अस्पताल में रखवाया। बुधवार को शव का पोस्टमार्टम करवाकर शव परिजनों को सौंप दिया है। बाढ़ड़ा थाना पुलिस ने मृतका के पिता भिवानी जिले के गांव गूढा निवासी नत्थूराम बयान दर्ज कर मामले में इत्तफाकिया मौत की कार्रवाई की है।

बोर्ड से करवाया शव का पोस्टमार्टम : जांच अधिकारी

जांच अधिकारी कृष्ण कुमार ने बताया कि सूचना के बाद वे मौके पर पहुंचे थे, जिसके बाद सीन ऑफ क्राइम व एफएस टीमों को बुलाया गया। उन्होंने बताया कि मृतका के मायके पक्ष या किसी अन्य ने कोई आरोप नहीं लगाया है, लेकिन मृतका के मायके पक्ष के लोगों ने बोर्ड से पोस्टमार्टम की मांग की,जिसके बाद बोर्ड से पोस्टमार्टम करवा शव परिजनों को सौंप दिया।

सीआईए ने व्यक्ति को मादक पदार्थ गांजे के साथ किया गिरफ्तार

भिवानी। पुलिस की सीआईए स्टाफ प्रथम की टीम ने हुडा पार्क भिवानी के सामने से एक व्यक्ति को मादक पदार्थ के साथ गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। सीआईए स्टाफ प्रथम भिवानी के सहायक उप निरीक्षक प्रितम सिंह अपनी टीम के साथ गश्त पड़ताल ड्यूटी चिड़ियाघर भिवानी के पास मौजूद थे। जो पुलिस टीम को विश्वसनीय सूत्रों से सूचना प्राप्त हुई कि एक व्यक्ति हुडा पार्क भिवानी की पार्किंग में मादक पदार्थ गांजा बेचने के लिए आएगा। पुलिस टीम के द्वारा सूचना की महत्वता को देखते हुए हुड्डा पार्क भिवानी की पार्किंग से व्यक्ति को मादक पदार्थ गांजा के साथ गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। गिरफ्तार किए गए आरोपितकी पहचान आकाश पुत्र चांद राम निवासी गली नंबर. 3 नजदीक हनुमान गेट भिवानी के रूप में हुई है।

जांच इकाई के द्वारा आरोपी से 233 ग्राम गांजा बरामद कर एक मोटरसाइकिल को पुलिस कब्जे में लिया गया है। आरोपी से पूछताछ करने पर आरोपी ने बतलाया कि यह मादक पदार्थ बेचने के लिए इंदिरा कॉलोनी निवासी व्यक्ति से खरीद कर लाया था। आरोपित के खिलाफ केस दर्ज कर लिया गया है।

LITTLE HEARTS PUBLIC SR. SEC. SCHOOL
Affiliated to CBSE, New Delhi (Affiliation No. 530995)
SESSION 2024-25
ADMISSION OPEN
From P.N.C. To IX AND XI
(Medical, Non-Medical, Commerce & Arts)
FACILITIES
- Centrally Air Conditioned Campus
- English speaking classes
- State-of-the-art facilities including Spacious and Child Friendly Classrooms with interactive panels, Advanced Labs and Expansive Play Areas.
- Teacher Students Ratio is 1:20
- International Standard Curriculum
- Fully Safe and secure environment
Committed to Shaping Future Leaders
REQUIREMENTS
- PGTs : Physics, Chemistry, Biology, Maths, Commerce, Economics, Political Science, History, Music & Physical Education.
- TGTs : S.St.
Written Test and Walk–in-Interviews for PGTs & TGTs on 21.04.2024 (Sunday)
Please come with your updated Resume and Academic Documents.
Timings : 10:00 AM to 2:00 PM
Venue : Little Hearts Public School, Haluwas Gate, Near BansiLal Park, Bhiwani
Resumes are invited by Email for the following posts:
- PRTs : All Subjects
- Pre-Primary : Mother Teachers
- OTHER POSTS : Music Teacher (Vocal & Instrumental), Discipline Incharge, Lab Attendant, ATL Lab Trainer, Librarian, D.P.E./P.T.I. (Male/Female), School Nurse, Athletics, Sports Coach (Football, Cricket, Basketball, Skating etc.), Classical Dance Teacher, School Counsellor & Martial Arts (Karate, Taekwondo)
Note : Other interested candidates may send their resumes on the given Email before 25.04.2024.
Email : pawangoel1771@gmail.com
Note : Salary is no bar for deserving candidates. Fluency in English and communication skills is must and basic computer knowledge is preferable.

Contact No.: 8199997303, 8199997309
T.C. Goyal, Chairman

बवानी खेड़ा के वार्ड 13, 14 और 15 पेयजल संकट

पेयजल को लेकर वार्डवासियों ने किया प्रदर्शन

- 3 बार जलघर की जल चुकी है मोटर विभाग पंप को ठीक नहीं करवाता जिससे पानी की सप्लाई वार्ड के अंतिम छोर तक नहीं पहुंच पाती

हरिभूमि न्यूज ▸▸ बवानीखेड़ा

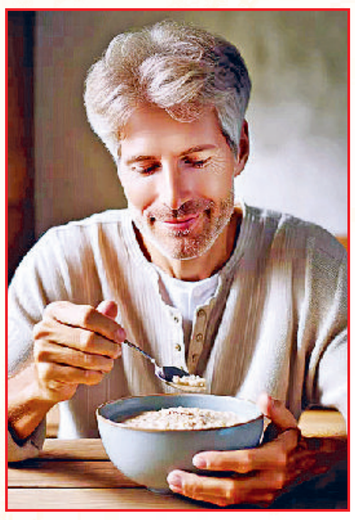
बवानीखेड़ा। बुधवार को पीने के पानी की सप्लाई न होने से रोष प्रदर्शन करते हुए वार्डवासी। फोटो : हरिभूमि

बवानी खेड़ा के वार्ड 13, 14, 15 में पीने के पानी की समस्या इस कद्र छाई हुई है कि वार्डवासी अपनी बेबसी बार बार ब्यां कर चुके हैं लेकिन उनकी सुनने वाला नहीं है। वहीं वार्डवासियों ने लोकसभा चुनावों का भी बहिष्कार करने का मन बनाया हुआ है। पानी की समस्या को लेकर वार्डवासियों में संतलाल, महाबीर सिंह, जयपाल, रमेश, बनवारीलाल, कृष्ण, विष्णु, भूंडू, सुरेश, शंकर महता आदि ने रोष प्रदर्शन कर विभाग के खिलाफ नारेबाजी की।

वार्डवासियों ने बताया कि 3 बार जलघर की मोटर जल चुकी है विभाग पंप को ठीक नहीं करवाता जिससे पानी की सप्लाई वार्ड के अंतिम छोर तक नहीं पहुंच पाती। बीते सप्ताह पानी के दर्शन हुए थे और वह पानी भी कुछ ही घरों में पहुंचा था। जिसकी वजह से लोगों को पीने के पानी की समस्या से दो चार होना पड़ रहा है। हालांकि अभी हल्क सूखा देने वाली गर्मी की शुरूवात नहीं हुई है और उससे पहले ही विभाग ने पानी की समस्या पैदा कर दी है। उनको पीने के पानी के लिए दूर दराज इलाकों में स्थित हैंडपम्पों के सहारा लेना पड़ रहा है। जिसकी वजह से उनको आर्थिक व मानसिक परेशानी भी झेलनी पड़ रही है। इसके बारे में विभाग को कई बार चेताया है। वार्डवासियों ने बताया कि लोकसभा चुनाव सिर पर आ गए हैं और पार्टी प्रत्याशियों को भी ऐसे वोट दिए जाएंगें जैसे उनके घरों में पानी की सप्लाई आ रही है। वार्डवासियों के गुस्से से साफ दिखाई दे रहा था कि वे चुनावों में कड़ा रूख अपना सकते हैं। वहीं वार्डवासियों ने बताया कि आगामी दो दिनों में पानी की समस्या का समाधान नहीं हुआ तो वे कड़ा रूख अपनाने को मजबूर होंगें। जन स्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी विभाग के कनिष्ट अभियंता सचिन कौशिक ने बताया कि बिजली की तकनीकी खामी के कारण सप्लाई में दिक्कत आई।

सुपर ब्रेकफास्ट है पौष्टिक दलिया

वैसे तो हर उम्र के लोग अपनी पसंद के अनुसार नाश्ता करते हैं। लेकिन दलिया एक ऐसा फूड आइटम है, जो हर उम्र के लोगों के लिए सुपर ब्रेकफास्ट की तरह होता है। इसमें मौजूद न्यूट्रिएंट्स और इसके सेवन से होने वाले फायदों के बारे में आपको पता होना चाहिए।



डाइट सजेशन
राजकुमार 'दिनकर'

हर उम्र के लोगों के लिए अलग-अलग तरह के फूड्स का महत्व होता है। जैसे, 50 प्लस लोगों के लिए ऐसा फूड अच्छा माना जाता है, जो पौष्टिक होने के साथ आसानी से डाइजेस्ट भी हो जाए। इस लिहाज से दलिया महज सुविधाजनक फूड भर नहीं है बल्कि 50 प्लस लोगों के लिए सुपर फूड की तरह है। वे इसे चाहे नाश्ते में खाएं या डिनर में, उनके लिए इसके फायदे ही फायदे हैं। अगर 50 साल से ऊपर की उम्र के लोग सुबह नाश्ते में दलिया लेते हैं, तो उनके लिए यह बहुत फायदेमंद होता है। दलिया के सेवन से वे दिन भर एनर्जेटिक महसूस करते हैं और दलिया को पचाना भी उनके लिए बहुत आसान होता है।

सभी के लिए यूजफुल: यह सोचना सही नहीं है कि दलिया सिर्फ बूढ़ों का ही भोजन है। दलिया हर उम्र के लोगों के लिए फायदेमंद होता है, क्योंकि इसमें भरपूर पोषक तत्व पाए जाते हैं। अगर आप युवा हैं लेकिन जरूरत से ज्यादा वजनदार हो गए हैं और वजन घटाना चाहते हैं तो आपके लिए भी दलिया का वही महत्व है, जो बूढ़ों के लिए है। दरअसल, दलिया में कैलोरी कम पाई जाती है, जबकि प्रोटीन और आयरन की मात्रा काफी ज्यादा होती है, इसलिए यह हेल्दी तरीके से वजन कम करने में मदद करती है।

फाइबर का भंडार: दलिया में भरपूर मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो पेट को लंबे समय तक भरे होने का एहसास देता है। दलिया का फाइबर एक उत्कृष्ट किस्म के रेचक का काम करता है यानी, यह मानव आंतों के साथ-साथ मानव शरीर के पाचन तंत्र में जो विषाक्त पदार्थ अपशिष्ट के रूप में मौजूद होते हैं, उन्हें यह अपने साथ लपेटकर मल के रास्ते से बाहर करता है। इस तरह दलिया पेट की बहुत अच्छी तरह से सफाई कर देता है। यह सफाई इसमें फाइबर होने से होती है।

मांसपेशियां बनाए मजबूत: दलिया में मांसपेशियों को न सिर्फ मजबूत बल्कि उनकी वृद्धि की भी क्षमता होती है, क्योंकि दलिया में भरपूर मात्रा में प्रोटीन होता है। साथ ही कई विटामिनों का भी यह स्रोत होता है। जाहिर है, इससे मांसपेशियों के निर्माण में मदद मिलती है। दलिया में मैग्नीशियम और आयरन भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जो हीमोग्लोबिन की कमी पूरा करने के साथ मस्तिष्क के सही विकास के लिए जरूरी है। चूंकि दलिया में पाया जाने वाला मैग्नीशियम हमारी नसों को शांत रखने और स्वस्थ रखने में मददगार है, इसलिए रात के समय दलिया खाने से बेहतरीन नींद आती है।

कैल्शियम-विटामिन ई का भंडार: दलिया में फास्फोरस, मैग्नीज जैसे पोषक तत्वों के साथ-साथ भरपूर मात्रा में कैल्शियम भी पाया जाता है। जिस वजह से यह न सिर्फ हमारी हड्डियों को मजबूत बनाता है बल्कि इन्हें चिकना भी रखता है। इस कारण असमय होने वाले कई तरह के जोड़ों के दर्द से आप बचे रहते हैं। दलिया में प्रोटीन भरपूर होने के कारण यह मेटाबॉलिज्म की दर बढ़ाता है, नतीजतन ज्यादा कैलोरी बर्न होती है।

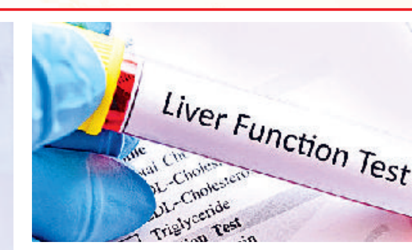
यह ब्रेन फूड भी है: डाइट एक्सपर्ट्स और प्रोफेशनल डाइटीशियन के अनुसार, दलिया एक ब्रेन फूड है, क्योंकि इसके नियमित सेवन से हमारा शरीर स्वस्थ रहता है और जब भी हम किसी काम में खुद को लगाते हैं तो हमारी काम की गुणवत्ता बेहतर होती है। दलिया में मैग्नीशियम पाया जाता है और विटामिन-ई भी भरपूर मात्रा में होता है। मैग्नीशियम की वजह से शारीरिक दर्द में आराम मिलता है, वहीं विटामिन-ई हमारी त्वचा को मजबूत बनाने में मददगार होता है। कह सकते हैं दलिया सुपर फूड है। किशोर, नौजवान या किसी भी उम्र का व्यक्ति दलिया का सेवन करे, यह सबके लिए फायदेमंद है। *

डॉक्टर्स एडवाइस

स्पेशलः वर्ल्ड लिवर-डे, 19 अप्रैल

अनहेल्दी फूड हैबिट्स, इनएक्टिव लाइफस्टाइल और हेल्थ को लेकर लापरवाही बरतने की वजह से लोगों में लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम्स बढ़ने लगी हैं। इस पर ध्यान ना देने से पूरा बॉडी सिस्टम बिगड़ जाता है और कंडीशन सीरियस भी हो सकती है। इसलिए बहुत जरूरी है कि आप उन वजहों के बारे में जानें, जिससे लिवर प्रॉब्लम्स होती हैं। साथ ही इसके लक्षणों और बचाव के उपायों के बारे में भी यहां बता रहे हैं।

बढ़ रही हैं लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम्स बचाव के लिए रहें कॉन्शस



विश्व भर के लोगों में लिवर हेल्थ के प्रति अवेयरनेस बढ़ाने के उद्देश्य से हर साल 19 अप्रैल को वर्ल्ड लिवर डे मनाया जाता है। लिवर रोगों की गंभीरता, सही समय पर जांच कराने और रोकथाम के बारे में लोगों को शिक्षित करने की दृष्टि से वर्ल्ड लिवर-डे खास महत्व रखता है। आइए इस लेख में स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा जानते हैं कि लिवर से जुड़ी हुई प्रमुख समस्याएं कौन-कौन सी हैं, इनके लक्षण क्या हैं और लिवर के स्वास्थ्य को बेहतर रखने के लिए किस तरह की सावधानियां बरतने की जरूरत है-

लिवर रिलेटेड मेन डिजीजेज

लिवर से रिलेटेड कई तरह की प्रॉब्लम्स पूरी दुनिया के लोगों को अपनी गिरफ्त में ले रही हैं। इस बारे में नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम में सीनियर कंसल्टेंट एंड क्लीनिकल लीड-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी एंड हेपेटोलॉजी, **डॉ. शिवानी देसवाल** कहती हैं, 'वैश्विक स्तर पर मुख्य रूप से, लिवर कैंसर और सिरोसिस गंभीर रूप से लोगों को प्रभावित करता है। सिरोसिस लिवर का एक गंभीर घाव होता है, जो सॉफ्ट और हेल्दी टिश्यूज को हार्ड टिश्यूज में बदल देता है। यह रोग इंफेक्शन, हृदय रोग या लगातार आघात से लंबे समय तक सूजन के कारण हो सकता है। ये लिवर कैंसर के लिए भी प्रमुख रिस्क फैक्टर माना जाता हैं। सिरोसिस से अलग लिवर कैंसर में लिवर के अंदर असामान्य और अस्वस्थ कोशिकाओं की वृद्धि होने लगती है। हेपेटोसेल्यूलर कार्सिनोमा, लिवर में होने वाले कैंसर का सबसे कॉमन प्रकार है। इसके अलावा लिवर में फैट जमा हो जाने के कारण फैटी लिवर की समस्या भी बढ़ जाती है। यह समस्या शराब से संबंधित फैटी लिवर (एएलडी) या नॉनअल्कोहलिक फैटी लिवर रोग (एनएएफएलडी) हो सकता है। अकसर लिवर में वायरल संक्रमण भी हो जाता है, जिससे लिवर में लालपन और सूजन आ जाती है। यह हेपेटाइटिस वायरस, हेपेटाइटिस- ए, बी, सी, डी और ई के कारण हो सकता है, जिनमें से हेपेटाइटिस-ए और बी को तो वैक्सीनेशन से रोका जा सकता है लेकिन हेपेटाइटिस-सी, सिरोसिस और हेपेटोसेल्यूलर कार्सिनोमा लिवर कैंसर का कारण भी बन सकता है। अगर इन बीमारियों का सही समय पर उपचार न किया जाए तो बाद में ये लिवर फेलियर का कारण भी बन सकती हैं। इसलिए इन रोगों के लक्षण नजर आने पर देर नहीं करनी चाहिए और जल्द से जल्द डॉक्टर से कंसल्ट करने के बाद ट्रीटमेंट करवाना चाहिए।'

लिवर रोगों के प्रमुख लक्षण

लिवर में होने वाले विभिन्न रोगों के लक्षणों के बारे में पूछे जाने पर धर्मशिला नारायणा हॉस्पिटल, दिल्ली के सीनियर कंसल्टेंट-मेडिकल गैस्ट्रोएंटरोलॉजी, **डॉ. महेश गुप्ता** बताते हैं, 'लिवर रोगों के सामान्य लक्षणों की बात की जाए तो शुरुआती स्तर में आपको पीलिया हो सकता है, जिसमें आंखें और त्वचा पीली दिखाई देने लगती हैं। त्वचा में खुजली होना, पेट में सूजन और दर्द महसूस होना भी लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम के सिंप्टम्स हो सकते हैं। साथ ही टखनों और पैरों में सूजन आ जाना, यूरिन करते समय यूरिन का रंग गहरा पीला प्रतीत होना, लंबे समय तक थकान महसूस होना, मितली या दस्त आना, स्टूल का रंग हल्का होना और भूख न लगना जैसे लक्षण महसूस हो सकते हैं। ज्यादातर लिवर रोगों में जल्दी कोई संकेत या लक्षण नहीं दिखाई देते हैं, इसलिए अपने शरीर में होने वाले बदलावों पर ध्यान देते रहें और अगर आपको कोई भी लक्षण लगातार महसूस हो तो बिना लापरवाही किए तुरंत फिजिशियन या गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट डॉक्टर से संपर्क करें। लिवर रोगों की पुष्टि के लिए डॉक्टर लिवर फंक्शन टेस्ट, कंपलीट ब्लड काउंट, एमआरआई, अल्ट्रासाउंड और लिवर बायोप्सी का सुझाव दे सकते हैं। रोग की पुष्टि के बाद लिवर रोगों का उपचार लिवर की क्षति और बीमारी की कंडीशन को देखते हुए किया जाता है। इस बात का ध्यान रखें कि लिवर संबंधी रोगों में उपचार जल्द से जल्द शुरू होना सबसे जरूरी होता है।'

सही खान-पान का रखें ध्यान

लिवर के अनहेल्दी होने की वजहों और हेल्दी डाइट की इंपॉर्टेंस के बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, नई दिल्ली में चीफ-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी एंड हेपेटोलॉजी, **डॉ. मोनिका जैन** डिटेल में बताती हैं। उनके अनुसार, 'जिस प्रकार से एक गाड़ी में सबसे महत्वपूर्ण भाग इंजन होता है, ठीक उसी प्रकार से हमारे शरीर में सबसे महत्वपूर्ण अंगों में से एक लिवर होता है। यदि आप लिवर के स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं देते तो इसका असर पूरे शरीर पर पड़ता है। लिवर खराब होने के कई कारण हो सकते हैं। जैसे, आजकल बढ़ता मोटापा इसका प्रमुख कारण है। इस कारण लिवर में सूजन होती है और फैटी लिवर होने लगता है। यदि इस पर ध्यान न दिया जाए तो आगे चलकर एकमात्र ट्रीटमेंट ऑप्शन लिवर ट्रांसप्लांट ही बचता है। आजकल लोग दवाइयों का अधिक सेवन कर रहे हैं, जिसका बुरा असर भी लिवर पर पड़ता है। इसलिए दवाइयों का सेवन बहुत ही सावधानी पूर्वक और कम करना चाहिए। फालतू की दवाइयों का सेवन अपने मन से ना करें, जब जरूरत हो तभी डॉक्टर से सलाह लेकर ही करें अन्यथा ना करें। इसके अलावा हमारे शरीर में कुछ ऑटोइम्यून प्रोसेसेस होते हैं, जिससे लिवर खराब होता है। इससे बचने के लिए शुरुआती स्तर पर ही ध्यान देने की आवश्यकता है। जब लिवर डिजीजेज के लक्षण पहचानने में अधिक लेट हो जाता है तो अंतिम विकल्प लिवर ट्रांसप्लांट ही बचता है।' *

लिवर डिजीज से बचने के उपाय

अगर आप कुछ बातों का ध्यान रखें और डाइट, लाइफस्टाइल से जुड़ी गलतियां ना करें तो लिवर डिजीजेज से काफी हद तक बचे रहेंगे।

- शराब के सेवन से दूर रहें।
- हेपेटाइटिस बी और सी की स्क्रीनिंग समय-समय पर करवाना बहुत जरूरी है।
- हेपेटाइटिस वैक्सीनेशन भी करवा सकते हैं।
- संक्रमित भोजन और पानी का सेवन ना करें।
- अगर आपको डायबिटीज है तो इसके लेवल को नियंत्रित रखना चाहिए।
- अपने मोटापे पर कंट्रोल करना चाहिए। इसके लिए अपने खान-पान में फैट या कार्बोहाइड्रेट रिच फूड्स का सेवन कम करें।

- अपनी डाइट में प्रोटीन की मात्रा बढ़ाएं।
- एक्सरसाइज को अपने डेली रुटीन में शामिल करें। इससे लिवर पर अच्छा असर पड़ता है। आपके लिवर का फैट भी एक्सरसाइज के माध्यम से धीरे-धीरे कम होता है।
- अगर आपके लिवर से संबंधित किसी भी प्रकार की समस्या है तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। *

प्रस्तुतिः सेहत डेस्क

घरेलू औषधि/ संजीव कुमार आलोक

कई रोगों से बचाए गेहूं के जवारे का रस

अपने देश में अधिकांश लोग मुख्य भोजन के रूप में गेहूं का प्रयोग करते हैं। गेहूं के पौधे में ऐसे कई गुण होते हैं, जो हमें स्वस्थ रखते हैं। वनस्पतिविदों द्वारा किए गए गेहूं के रासायनिक विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ है कि इस पौधे में अन्य वनस्पतियों की तुलना में अधिक शक्तिवर्धक, रोगनाशक गुण मौजूद होते हैं।

जवार सेवन के फायदेः गेहूं के छोटे पौधे को 'जवार' के नाम से जानते हैं। इस पौधे का रस निद्रानाश, पांडुरोग, चर्म रोग, एलर्जी, जोड़ों के दर्द, प्रदर रोग, बालों का असमय गिरना, कैंसर, आर्थराइटिस, मोटापा, जुकाम, पीलिया और पथरी आदि रोगों में प्रभावी दवा है। यदि हम इसके रस का निरंतर सेवन करें, तो अनेक रोगों से बचा जा सकता है।

ऐसे उगाएं जवारेः गेहूं के पौधे की प्राप्ति के लिए छोटी पतीली में शुद्ध जल लें और उसमें अच्छी किस्म के 100 ग्राम गेहूं डाल दें। इन्हें रात भर भीगने दें, फिर दूसरे दिन पतीली का पानी निकाल कर रात भर भीगे गेहूं को किसी साफ कपड़े में बांधकर रख दें। उस पर कोई बर्तन अवश्य ढंक दें, जिससे कपड़े की आर्द्रता बनी रहे और गेहूं के बीज अंकुरित होने लगें। फिर खाली डिब्बों, मिट्टी के छोटे गमलों, टोकरियों या 10-12 इंच लंबाई वाले किसी पात्र में अच्छी गोबर खाद से युक्त मिट्टी (तीन चौथाई मिट्टी और एक चौथाई खाद होनी चाहिए) भरकर पूर्व अंकुरित बीजों को बो दें। इसी प्रकार प्रतिदिन अंकुरित हुए गेहूं की एक-एक मिट्टी के पात्र में बोते चले जाएं।

रस निकालने का तरीकाः सामान्य वातावरण में छः या आठ दिन में गेहूं का पौधा 7-8 इंच तक की लंबाई प्राप्त कर लेता है। अब आप इन पौधों को इसी अवस्था में उनकी सतह से काट लें, क्योंकि इस लंबाई से बड़े पौधे रस के लिए उपयुक्त नहीं रह जाते। कटे हुए पौधों को शुद्ध जल से धो लें, फिर उन्हें सिलबट्टे पर चटनी की तरह महीन पीस डालें। अंत में महीन सत्व को जल में मिलाकर रस तैयार कर लें। इसके लिए आप सिलबट्टे या मिक्सी का प्रयोग कर सकते हैं।

रस का सेवनः सेवन करने के लिए रस की मात्रा आयु पर निर्भर करती है। स्वस्थ व्यक्ति के लिए प्रायः 4 औंस (1 औंस यानी 28.35 ग्राम) रस का सेवन सही होता है। रोगियों के लिए इसकी 12 औंस की मात्रा उपयुक्त होती है। रस का सेवन करने से पूर्व उसके एक घंटे बाद तक कुछ खाना-पीना ठीक नहीं होता है। यह रस शरीर में उत्पन्न कई दोषों को दूर करने में सक्षम होता है। वैसे तो इसका सेवन सभी के लिए फायदेमंद होता है लेकिन फिर भी सेवन से पहले किसी आयुर्वेद विशेषज्ञ से सलाह अवश्य कर लें। *

आमतौर पर गर्मी के मौसम में लोग फ्रिज का ठंडा पानी पीते हैं। लेकिन आयुर्वेद के अनुसार मिट्टी के घड़े में रखा हुआ पानी पीने से शीतलता का अहसास तो होता ही है, यह पानी कई तरह से शरीर के लिए फायदेमंद भी होता है। इस बारे में विस्तार से जानिए।

स्वास्थ्य के लिए लाभकारी मिट्टी के घड़े का पानी

सजेशन
डॉ. माजिद अलीम

आयुर्वेद के मुताबिक पीने के लिए मिट्टी के घड़े में रखा पानी सबसे अच्छा होता है। इसके कई सेहत संबंधी फायदे हैं। मसलन यह पेट में गैस, कब्ज और एसिडिटी जैसी समस्याओं को नियंत्रित करता है। साथ ही मिट्टी के घड़े में कई घंटों तक रखे गए पानी में विटामिन बी ओर सी भरपूर मात्रा में होता है, जो कि शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए जरूरी हैं। मटके का नियमित तौर पर पानी पीने से शरीर में आयरन की कमी भी पूरी हो जाती है। मटके का पानी जब हम पीते हैं तो हमें लू लगने की आशंका कम होती है, क्योंकि मटके के पानी में कई तरह के मिनरल्स और पर्याप्त पोषक तत्व होते हैं, जिस कारण ये सन स्ट्रोक को रोकता है और शरीर में पर्याप्त मात्रा में ग्लूकोज को बनाए रखता है।

कई तरह से फायदेमंद : मटके का पानी शरीर को ज्यादा समय तक हाइड्रेट रखता है, जिससे हमारी पाचन प्रक्रिया दुरुस्त रहती है। चूंकि निरंतर मटके का पानी पीने से हमारे मेटाबॉलिज्म में सुधार होता है, इसकी वजह यह भी है कि मिट्टी के घड़े में रखा हुआ पानी हमारे शरीर के पीएच लेवल को संतुलित रखता है। मटके के पानी की एक और खासियत यह होती है कि यह शरीर को अच्छी तरह से डिटॉक्स करता है। इसके अंदर मौजूद पोषक तत्वों के चलते हमारे शरीर से बहुत आसानी से विषैले तत्व बाहर निकल जाते हैं। त्वचा रोग विशेषज्ञ लोगों को गर्मियों में मटके का पानी पीने की सलाह देते हैं, क्योंकि इससे शरीर की त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। वजह यही है कि इसमें विटामिंस और मिनरल्स काफी अच्छी मात्रा में मौजूद होते हैं।

पीएच लेवल करे बैलेंस : चूंकि मिट्टी के घड़े का नेचर क्षारीय होता है, इसलिए यह पानी के अम्लीय तत्वों को नॉर्मल करने का काम करता है। इसे पीने से शरीर का जो सामान्य पीएच लेवल 7.35 से 7.45 के बीच चाहिए होता है, वही रहता है। जब हम नियमित तौर पर मटके का पानी पीते हैं तो शरीर के पीएच लेवल को मेंटेन रखता है।

दर्द-सूजन से दिलाए राहतः मिट्टी में एंटी इंफ्लेमेट्री तत्व पाए जाते हैं, इसलिए शरीर में होने वाले दर्द और सूजन को रोकने में इससे मदद मिलती है। इस तरह मटके का पानी पीने के बहुत फायदे हैं। *

हेल्थ सजेशन
डॉ. एल. तोमर
सीनियर डायरेक्टर-ऑर्थोपेडिक्स
मैक्स सुपर स्पेशिएलिटी हॉस्पिटल, दिल्ली

फिटनेस से जुड़े मिथ कितने सच-कितने झूठ

वर्कआउट स्वस्थ जीवनशैली का अनिवार्य हिस्सा है। हेल्दी और एक्टिव रहने के लिए लोग कई तरह के फिटनेस ट्रेंड अपनाते हैं। इसके लिए लोग कई तरह के नियमों का पालन करते हैं। आमतौर पर लोग फिटनेस से जुड़े कई मिथकों को सही मानते हैं, लेकिन एक्सपर्ट की राय इससे अलग है।

इसलिए फैलता है भ्रमः न्यूयार्क के लीमैन कॉलेज में एक्सरसाइज साइंस के प्रोफेसर ब्रैड स्कोनफेल्ड के अनुसार, फिटनेस की दुनिया गलतफहमियों से भरी हुई है। इसके लिए जिम्मेदार हैं सोशल मीडिया के फिटनेस इंफ्लुएंस और अनट्रेंड जिम ट्रेनर्स, जो लोगों में कई तरह के भ्रम पैदा कर रहे हैं। यहां दिए जा रहे हैं, फिटनेस से जुड़ी कुछ ऐसी धारणाएं, जिनमें से कुछ सही हैं, तो कुछ गलत भी साबित होती हैं।

वर्कआउट से पहले लंबी स्ट्रेचिंग जरूरीः यह सही है कि अगर वर्कआउट से पहले स्ट्रेचिंग न की जाए तो इससे शरीर की मांसपेशियां सिकुड़ जाती हैं, इससे मसल टियर यानी मांसपेशियों में इंजरी की आशंका बढ़ जाती है। इससे बचाव के लिए वर्कआउट से पहले स्ट्रेचिंग जरूर करनी चाहिए इससे मसल इंजरी से बचाव होता है।

मसल्स बनाने के लिए भारी वजन उठाना जरूरीः जो लोग नियमित रूप से जिम जाते हैं, उनके मन में यह धारणा विकसित हो जाती है कि मसल्स बनाने के लिए भारी वजन उठाना जरूरी है। लेकिन, मांसपेशियों की वृद्धि का अध्ययन करने वाले डॉ. ब्रैड स्कोनफेल्ड कहते हैं, 'कई शोध यह बताते हैं कि चाहे आप 30 किलोग्राम जैसा भारी वजन उठाएं या 5 से 12 किलो जैसे हल्के वजन उठाएं, मांसपेशियों और ताकत के निर्माण में दोनों ही बराबर प्रभावी होते हैं। यह व्यक्तिगत पसंद का मामला है कि आप कितना वजन उठाना चाहते हैं। बेहतर यही होगा कि अचानक ज्यादा वजन उठाने के बजाय धीरे-धीरे कम से ज्यादा वजन की ओर बढ़ें और अपनी क्षमता के अनुसार ही वजन उठाएं। वेट लिफ्टिंग का कार्य हमेशा कुशल जिम ट्रेनर के निर्देशों के अनुसार ही करना चाहिए।'

ज्यादा दौड़ने से घुटने खराब हो जाते हैं: यह धारणा गलत है। ऐसा माना जाता है कि ज्यादा दौड़ने से ऑस्टियोआर्थराइटिस की समस्या हो जाती है, लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। वैज्ञानिक डॉ. गोल्डमैन के अनुसार पहले लोगों में यह गलत धारणा प्रचलित थी कि घुटने कार की टायर की तरह होते हैं, जिस तरह ज्यादा कार चलाने से टायर खराब हो जाते हैं, वैसा घुटनों के साथ भी होता है। लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। दरअसल, हमारा शरीर गतिशील होता है और हमारे जोड़ खुद को पुनर्जीवित कर सकते हैं, खासतौर पर जब हम नियमित रूप से सक्रिय रहते हैं। नियमित रूप से दौड़ने से हमारे घुटनों के कार्टिलेज मजबूत हो जाते हैं इसलिए ज्यादा दौड़ने से घुटने खराब नहीं होते, लेकिन यह बहुत जरूरी है कि अचानक ज्यादा दौड़ने के बजाय नियमित रूप से धीरे-धीरे दौड़ने की गति बढ़ानी चाहिए।

प्रतिदिन 10 हजार कदम चलना आवश्यक : 1960 से यह मिथ प्रचलित है, जब एक जापानी घड़ी निर्माता ने बड़े पैमाने पर पैडोमीटर का उत्पादन किया था। उस पैडोमीटर का नाम था 10 थाउजेंड स्टेप्स पैडोमीटर। उसके बाद से यह मिथक पूरी दुनिया में लोकप्रिय हो गया, लेकिन अमेरिकन काउंसिल ऑफ एक्सरसाइज के अध्यक्ष सेड्रिक ब्रायंट एक साल पहले इसे गलत साबित कर चुके हैं। उनका कहना है कि लगातार 4 हजार कदम चलना भी पर्याप्त है, 10 हजार कोई जादुई नंबर नहीं है। अगर पांच दिनों की एक्सरसाइज के साथ रोजाना साढ़े सात हजार कदम चला जाए तो यह काफी होगा। *

प्रस्तुतिः विनीता

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

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

हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

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

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

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

खबर संक्षेप

शिवधानक धर्मशाला में डॉ. कपूर का अभिनंदन

भिवानी। भाजपा अनुसूचित जाति मोर्चा के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य व दादरी विधानसभा से संयोजक बनाए जाने पर डॉ. कपूर लडवाल का बावड़ी गेट स्थित शिवधानक धर्मशाला में अभिनंदन किया। समारोह में धर्मशाला के प्रधान अनिल डाबला, अनिल पेंटर, सुनील सोलंकी, रमेश पचेरवाल, सुरेन्द्र इंदौरा, अशोक बामनिया, रोशनलाल पचेरवाल, अशोक तुरकिया, बलबीर ठेकेदार, रणधीर सिंह निदानिया ने फूलमालाओं के साथ स्वागत किया।

अभियान में 11 उद्घोषित व 14 बेल जंपर गिरफ्तार

हांसी। हांसी पुलिस जिला द्वारा उद्घोषित अपराधियों (पीओ) और बेल जंपर को गिरफ्तार करने को लेकर चलाए गए स्पेशल अभियान में पुलिस ने 11 उद्घोषित (पीओ) और 14 बेल जंपर को गिरफ्तार किया है। पुलिस अधीक्षक मकसूद अहमद ने बताया कि एक विशेष अभियान के तहत इन आरोपियों को गिरफ्तार कर पुलिस द्वारा कोर्ट में पेश किया गया जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मोबाइल फोन चोरी के आरोप में एक गिरफ्तार

हांसी। शहर थाना पुलिस ने खड़े ऑटो से मोबाइल फोन चोरी करने वाले एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान हांसी की जगदीश कालोनी निवासी सुरज उर्फ सोमबीर के रुप में हुई। आरोपी ने श्री काली देवी चौक से खड़ी एक ऑटो रिक्शा में रखा चालक का मोबाइल फोन चोरी कर लिया था। पुलिस ने आरोपी को मोबाइल फोन व स्कूटी के साथ गिरफ्तार कर लिया।

सुरक्षा के प्रति चलाया जागरुकता अभियान

हिसार। सेफ सिटी कैंपेन के तहत पुलिस की महिला समर्पित पुलिस टीम महिलाओ की सुरक्षा सुनिश्चित कर रही है। पुलिस टीम छात्राओं और महिलाओं को उनके अधिकार व सुरक्षा के बारे में जागरूक कर रही है। इसी कड़ी में महिला पुलिस टीम ने बस स्टेंड पर लड़कियों व महिलाओं की सुरक्षा को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक किया।

कीटनाशक के प्रभाव में आने किसान की मौत

हांसी। गांव ढाणी पिरान में मंगलवार शाम को अपने खेतों में कीटनाशक का स्प्रे करके घर लौटे एक युवा किसान की स्प्रे का प्रभाव होने के मौत हो गई। मृतक के पिता अमरचंद ने बताया कि उसका बेटा हेमंत खेत में टमाटर की फसल पर कीटनाशक का स्प्रे करने के बाद आया और रात को खाना खाकर सो गया। रात में को सांस लेने में दिक्कत होने पर निजी अस्पताल में भर्ती करवाया जहां मौत हो गई।

बाबा के जयकारों के साथ मारुती महायज्ञ प्रारंभ

हिसार। चौधरीवास स्थित श्री पंचमुखी बालाजी धाम के प्रांगण में श्री हनुमान जी व परम पूज्य ब्रह्मलीन गुरुवर श्री गोपीराम जोशी व श्री पवन कुमार जोशी के आाशीर्वाद से चैत्रसुदी पूर्णिमा श्री हनुमान जयंती पर 23 अप्रैल को मेला किया जा रहा है।

बुराई पर अच्छाई की जीत को दर्शाता रामनवमी पर्व : महंत

चैत्र की शुक्ल पक्ष की नवमी को भगवान विष्णु ने लिया था राम अवतारः चरणदास

- 21 दिवसीय श्रीराम महायज्ञ में बताया रामनवमी का महत्व

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। हवन यज्ञ में आहुति डालते महंत चरणदास महाराज व अन्य।

भिवानी। कन्याओं को भोजन करवाती महिलाएं।

युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट द्वारा हनुमान जोहड़ी मंदिर में श्रीहनुमान जन्मोत्सव के तहत जारी 21 दिवसीय श्रीराम महायज्ञ बुधवार को 16वें दिन भी जारी रहा, जिसमें मुख्य यजमान के तौर पर अधिवक्ता बिजेंद्र पंघाल एवं अभिषेक यादव पहुंचे। मंदिर के महंत चरणदास महाराज के सान्निध्य में आयोजित 21 दिवसीय श्रीराम महायज्ञ के दौरान श्रद्धालुओं को जल एवं पर्यावरण संरक्षण, राष्ट्रीय एकता व अखंडता, नशा मुक्त भारत सहित विभिन्न सामाजिक मुद्दों के प्रति जागरूक किया।

इसी कड़ी में वीरवार को महंत चरणदास ने श्रद्धालुओं को रामनवमी पर्व की महत्ता से अवगत करवाया। उन्होंने कहा कि चैत्र मास की शुक्ल पक्ष की नवमी तिथि के दिन जगत के पालनकर्ता भगवान विष्णु ने राम के रुप में अपना 7वां अवतार लिया था। वे अयोध्या के राजा दशरथ और रानी कौशल्या के पुत्र बनकर धरती लोक पर आए थे। जगत का कल्याण करने के लिए और रावण का वध करने के लिए भगवान श्रीराम ने अवतार किया। उन्होंने बताया कि रामनवमी पर्व बुराई पर अच्छाई की जीत को भी दर्शाता है। हिंदु धर्म में रामनवमी का बहुत अधिक महत्व है, हिंदु धर्म शास्त्रों के अनुसार जो भक्त इस दिन श्रद्धा एवं विधि-विधान से मर्यादा पुरूषोत्तम श्रीराम एवं मां दुर्गा की विधिवत पूजा करता है, उसके जीवन में सुख, शांति एवं समृद्धि आती है। महंत चरणदास ने कहा कि हवन प्राचीन धार्मिक रीति है, जो वेदों में उल्लिखित है, इसका उद्देश्य देवताओं को प्रसन्न कर समस्त भलाई व सुख की प्राप्ति के लिए आशीर्वाद प्राप्त करना होता है। पर्यावरण प्रहरी विजय सिंहमार ने बताया कि 21 दिवसीय श्रीराम महायज्ञ 23 अप्रैल को संपन्न होगा। कार्यक्रम के समापन पर 23 अप्रैल को छप्पन भोग एवं भंडारे का आयोजन किया जाएगा। इस अवसर पर डॉ. सौरभ, पंडित दयाराम शर्मा, विपिन यादव, विजय सैन, प्रीति एचडीएफसी बैंक, हरीश कोच आदि मौजूद रहे।

भाविप शाखा ने किया कन्या पूजन

भिवानी। भारत विकास परिषद शाखा भिवानी द्वारा बुधवार को रामनवमी पर हलवासिया मंदिर में कन्या पूजन, हनुमान चालीसा व दुर्गा चालीसा के पाठ का आयोजन किया। कार्यक्रम की शुरूआत मां भारती एवं स्वामी विवेकानन्द के चित्र पर पुष्पांजलि अर्पित कर द्वीप प्रज्ज्वल के साथ राष्ट्रीय गीत वंदे मातरम गाकर की गई। इसके उपरांत शाखा की महिला शक्ति ने उपस्थित 21 कन्याओं को तिलक लगाया व उन्हें कॉपी, पेंसिल सेट, फल, टॉफी, बिस्कुट, श्रृंगार का सामान, कपड़ों के थैले तथा अन्य उपहार भेंट किए तथा कन्याओं पर पुष्प वर्षा एवं चरण स्पर्श कर आशीर्वाद प्राप्त किया। परिषद के सचिव ललित शर्मा ने कहा कि नवरात्र में कन्या पूजन का विशेष महत्व माना जाता है, वैसे तो नवरात्रि के हर दिन कन्या का पूजन अवश्य करना चाहिए, लेकिन नवरात्र के अष्टमी व नवमी के दिन कन्या पूजन सर्वश्रेष्ठ माना जाता है। नवरात्र में कन्या पूजन के दौरान हमें बेटियों की अहमियत का पता चलता है कि हम ये जान पाते है कि समाज में बेटियों की महत्ता बेटों के बराबर ही है, इसीलिए नवरात्र हमें कन्या भ्रूण हत्या रोकने जैसे सामाजिक संदेश के प्रति भी जागरूक करता है। इस मौके पर संजू बंसल, डॉ. संध्या गर्ग, मीनाक्षी शर्मा, शिखा जैन एवं मीरा गर्ग ने सुंदर-सुंदर भजनों से वातावरण को भक्तिमय बना दिया।

भिवानी। कलश यात्रा में शामिल महिलाएं। फोटो : हरिभूमि

कलश यात्रा के साथ हुआ श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ

- श्रीमद्भागवत कथा के श्रवण से होता शुभ कर्मो का उदय : मिश्र

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

लिबर्टी सिनेमा रोड स्थित कुंगड़िया मंदिर में श्रीमद्भागवत कथा का आयोजन किया जा रहा है। इस दौरान कलश यात्रा निकाली गई, जिसमें महिलाओं ने भाग लिया। सात दिवसीय कथा में आचार्य विनय मिश्र कथा का वाचन करेंगे। बुधवार से आरंभ हुई श्रीमद भागवत कथा में कथा वाचन करते हुए आचार्य विनय मिश्र ने कहा कि हिंदू रीति के अनुसार जब भी कोई पूजा की जाती है तो उसमें कलश की स्थापना करना अनिवार्य है, क्योंकि जल से भरे कलश को मानव शरीर का प्रतीक माना जाता है।

उन्होंने कहा कि कलश को शांति का संदेश वाहक भी माना जाता है। उन्होंने कहा कि श्रीमद्भागवत कथा का श्रवण करने से मानव जीवन में एक जन्म नहीं, बल्कि कई जन्मों के पापों का नाश होने के साथ ही हमारे शुभ कर्मो का उदय होता है। उन्होंने कहा कि कथा सुनने मात्र से जीव जन्म और मरण के बंधन से मुक्त हो जाता है। उन्होंने कहा कि देवर्षि नारद ने भक्ति देवी के कष्ट की निवृत्ति के लिए श्रीमद्भागवत कथा का साप्ताहिक अनुष्ठान किया था। जहां संत कुमारों ने भागवत का प्रवचन कर नारद के मन का संशय दूर किया। इसी कथा को धुंधकारी प्रेत ने अपने अग्रज से श्रवण किया तथा प्रेत योनि से मुक्ति पाकर विष्णु लोक को प्राप्त हुए। इस अवसर पर आचार्य रमेश मिश्र, वेद मिश्रा, मनोज मिश्रा, मुकेश जांगड़ा, इंद्रेज, आशुतोष शर्मा, दीपक मिश्रा, नरसिंह व साहित अनेक श्रद्धालुगण मौजूद रहे।

भाजपा ने विकास नहीं, विनाश की गारंटी को किया पूरा : समीर

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

समीर खटक

- भाजपा का चुनावी घोषणा पत्र जनता को भ्रमित और गुमराह करने वाला : समीर खटीक प्रधान

कांग्रेस नेता समीर खटीक प्रधान ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी द्वारा इस बार लोकसभा का चुनाव मोदी की गारंटी के नाम पर लड़ा जा रहा है, जबकि पिछले 10 साल के शासनकाल के देश व प्रदेश के हर वर्ग ने देखा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भाजपा ने विकास की नहीं बल्कि आमजन के विनाश व प्रताडऩा की गारंटी को पूरा किया है। इन सबके बावजूद भी अब प्रधानमंत्री मोदी और भाजपा का जारी किया गया चुनावी घोषणा पत्र जनता को भ्रमित और गुमराह करने वाला है। समीर खटीक ने कहा है कि जो भी कार्य करना होता हैए वह वर्तमान की जरूरत के अनुसार ही होना चाहिए। लेकिन भाजपा और उसके नेता आम लोगों की मूलभूत सुविधाओं बिजली, पानी, शिक्षा, चिकित्सा के साथ.साथ गरीबों को क्या चाहिए इसकी बात करने की बजाए सीधे स्मार्ट सिटी, ग्रीन सिटी, रेलवे, हवाई जहाज और काला धन की बात कर रहे हैं। यही कारण है कि भाजपा और केंद्र सरकार का कोई भी काम जमीन पर दिखाई नहीं दे रहा है। समीर खटीक प्रधान ने कहा कि भाजपा सरकार अपने पिछले चुनावी वायदो को पूरा नहीं कर पाई तथा उन मुद्दों से लोगों को ध्यान भटकाने के लिए उनको जाति व धर्म के नाम पर लड़वाने का काम किया। उन्होंने कहा कि भाजपा ने पिछले चुनावी घोषणा पत्र में युवाओं को रोजगार, किसानों को एमएसपी, बेरोजगारी से निजात दिलाने सहित अनेक वायदे किए थे, लेकिन इनमें से आज तक एक भी वायदा पूरा नहीं हुआ तथा अब लोगों का ध्यान भटकाने के लिए मोदी की गारंटी के नाम पर चुनाव लड़ा जा रहा है।

लोकसभा चुनाव में युवावर्ग की रहेगी विशेष भूमिकाः सिंह

भिवानी। लोकसभा चुनाव में युवाओं की भागीदारी पर चर्चा करने के उद्देश्य के ऑल इंडिया कांग्रेस कमेटी के मुख्यालय पर युवा कांग्रेस के पदाधिकारियों की बैठक हुई। बैठक में कांग्रेस की राष्ट्रीय महासचिव कुमारी शैलेजा ने युवा कांग्रेस के पदाधिकारियों को दिशा-निर्देश दिए, ये जानकारी युवा कांग्रेस के प्रदेश सचिव कर्मवीर सिंह ने भिवानी पहुंचने पर दी। उन्होंने कहा कि लोकसभा चुनाव में युवाओं की विशेष भूमिका रहेगी। पिछले 10 वर्षो के भाजपा शासनकाल में युवाओं को खासी परेशानियां झेलनी पड़ी। सरकार ने एक तरफ एससी-बीसी के विद्यार्थियों की छात्रवृत्ति रोकने का काम किया, वहीं बेरोजगारी भी बढ़ती जा रही है।

शिविर में 67 मरीजों की आंखें जांची

- रामनवमी पर भिवानी परिवार मैत्री संघ ने लगाया 13वां नि:शुल्क शिविर

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। मरीज की जांच करते चिकित्सक। फोटो : हरिभूमि

जरूरतमंदों की सेवा के उद्देश्य से भिवानी परिवार मैत्री संघ द्वारा हर माह के तीसरे बुधवार को आंखों की जांच व मोतियाबिंद निःशुल्क ऑपरेशन एवं कैंसर स्क्रीनिंग कैंप लगाया जाता हैं। इस कड़ी में रामनवमी पर बुधवार को 13वां निःशुल्क कैंप दादरी गेट स्थित श्रीकृष्ण प्रणामी मंदिर के प्रांगण में आयोजित किया। शिविर का आयोजन अंतर्राष्ट्रीय कवि एवं संघ के अध्यक्ष राजेश चेतन के मार्गदर्शन में आयोजित हुआ।

कैंप के शुभारंभ में मामनचंद गुप्ता के सान्निध्य में द्वीप प्रज्ज्वलन किया। रमेश गोयल सिवानीवाला ने मां भवानी व जय श्रीराम के जयघोष के साथ गायत्री मंत्रों के साथ कैंप की शुरूआत करवाई। मामनचंद व संजय ने बताया कि शिविर में 300 मरीजों को पहले आओ-पहले पाओ के आधार पर टोकन वितरित किए, जिसमें 67 मरीजों का निःशुल्क नेत्र ऑपरेशन के लिए चयन तथा चार कैंसर मरीज स्क्रीनिंग में चयनित हुए। कैंप में इंदिरा गांधी आई हॉस्पिटल एंड रिसर्च सैंटर गुरूग्राम व राजीव गांधी कैंसर इंस्टीट्यूट एंड रिसर्च सैंटर दिल्ली के चिकित्सकों ने अपनी सेवाएं दी। उन्होंने कहा कि संघ का उद्देश्य आर्थिक अभाव में जी रहे जरूरतमंद लोगों तक निःशुल्क स्वास्थ्य लाभ पहुंचाना है।

कर्तव्यनिष्ठा की मिसाल थे पूर्व इंस्पेक्टर रामबिलास : रमेश सैनी

भिवानी। राष्ट्रपति अवार्डी पूर्व इंस्पेक्टर स्वर्गीय रामबिलास शर्मा ईमानदारी एवं कर्तव्यनिष्ठा की मिसाल थे, जिन्होंने अपनी ड्यूटी को सर्वोपरि रखते हुए कार्य किया, उनकी कार्यकुशलता एवं निष्ठा के चलते ही उन्हें राष्ट्रपति पदक से सम्मानित किया गया।

शर्मा के निधन से समाज को अपूरर्णीय क्षति हुई है, ये बात महात्मा ज्योतिबा फूले धर्मार्थ ट्रस्ट के अध्यक्ष रमेश सैनी ने शर्मा के निधन पर शोक जताते हुए कही। उन्होंने कहा कि गांव सलूनी निवासी रामबिलास का नौ अप्रैल को निधन हो गया था। उन्होंने बताया कि रामबिलास को विशिष्ट कार्यसेवा के चलते वर्ष 1994 में राष्ट्रपति अवॉर्ड से सम्मानित किया गया था।

रामनवमी पर पूजा अर्चनाकर मांगी दुआ

- नवरात्रों के समापन अवसर पर कंजकाओं को कराया भोजन

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। कंजकाओं में प्रसाद वितरित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

रामनवमी पर्व पर शहर के अधिकत्तर मंदिरों को सजाया गया। इस पर्व पर लोगों ने मंदिरों में पहुंचकर भगवान राम की पूजा अर्चना की और सुखी जीवन की कामना की। इस दौरान लोगों ने आपस में एक दूसरे को प्रसाद भी वितरित किया। मंदिरों में सुबह से लेकर दोपहर तक जबरदस्त भीड़ रही। दूसरी तरफ नवरात्रों के समापन अवसर पर महिलाओं ने कंजकाओं को भोजन करवाया और उनमें प्रसाद भी वितरित किया।

रामनवमी पर्व पर शहर स्थित राममंदिरों में लोगों की भीड़ पहुंचनी शुरू हो गई। शहर के मुख्य राममंदिर में श्रद्धालुओं की अच्छी खासी भीड़ रही। यहां पर भीड़ होने की वजह से लोगों ने लाइनों में खड़े होकर पूर्जा अर्चना की। यह नजारा दोपहर तक बना रहा। दोपहर बाद श्रद्धालुओं की भीड़ कुछ कम हुई तो लाइनों की बजाए श्रद्धालुओं ने सीधे ही पहुंचकर मंदिरों में पूजा अर्चना की। यही स्थिति कस्बों व देहात में बने राम मंदिरों की रही। वहां पर भी लोगों की अच्छी खासी भीड़ रही। उल्लेखनीय है कि इस बार अयोध्या में राममंदिर में राम लला की मूर्ति स्थापित होने के बाद वहां पर भी रामनवमी पर्व पर पूजा अर्चना हुई। उसी के चलते यहां पर भी मंदिरों में श्रद्धालुओं की अच्छी खासी भीड़ बनी रही।

दूसरी तरफ आज नवरात्रों का समापन अवसर था और इस दौरान जिन लोगों ने नवरात्रे रखे हुए थे। उन लोगों ने देवी की पूजा अर्चना करने के बाद कंजकाओं को भोजन आदि करवाया और उनको प्रसाद भी वितरित किया गया।

शिविर में 40 लोगों ने करवाई स्वास्थ्य की जांच

- विश्व मानव रूहानी केंद्र ने करवाया शिविर का आयोजन

भिवानी। लोगों के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए विश्व मानव रूहानी केन्द्र शाखा भिवानी द्वारा शाखा परिसर में निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर अभियान चलाया हुआ है। इसी अभियान के तहत तहत डाबर कॉलोनी स्थित शाखा परिसर में निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया, ये जानकारी देते हुए संस्था के सदस्य रामकिशन, रोहताश कुमार, आनंद प्रकाश, उल्फत सिंह, शकुंतला देवी, नरेंद्र सिंह चौहान व उषा सिंह ने संयुक्त रूप से बताया कि शिविर में मनत अस्पताल के चिकित्सकों ने अस्पताल की निदेशक डॉ. सुनीता दुहन की देखरेख में फार्मासिस्ट सुखविंदर सिंह व टीम ने अपनी सेवाएं देते हुए 40 मरीजों के बीपी, शुगर व सामान्य बीमारियों की जांच की तथा उन्हें बदलते मौसम में अपने स्वास्थ्य के प्रति विशेष ध्यान देने संदेश दिया।

भिवानी। मरीजों के स्वास्थ्य की जांच करती चिकित्सक। फोटो : हरिभूमि

प्रदेश का प्रत्येक नागरिक परेशान

- रोजगार उपलब्ध न करवा सरकार ने युवाओं को बेरोजगारी के गर्त में धकेला : प्रदेश प्रभारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। बैठक को संबोधि करते वक्ता। फोटो : हरिभूमि

छात्र हितों सहित अन्य विभिन्न मुद्दों को लेकर एनएसयूआई की प्रदेश की कार्यकारिणी की बैठक एनएसयूआई मुख्यालय दिल्ली में हुई। बैठक की अध्यक्षता एनएसयूआई के राष्ट्रीय अध्यक्ष वरूण चौधरी ने की तथा। इस दौरान एनएसयूआई के नवनियुक्त प्रभारी अंकित व कांता भी मौजूद रहे। बैठक के दौरान एनएसयूआई के प्रदेश अध्यक्ष अविनाश यादव ने नवनियुक्त प्रभारियों सहित अन्य पदाधिकारियों का स्वागत किया, ये जानकारी एनएसयूआई के जिलाध्यक्ष मनजीत लांग्यान ने दी। उन्होंने कहा कि बैठक में युवा न्याय, नारी न्याय, किसान न्याय, श्रमिक व हिस्सेदार न्याय पर विस्तृत रूप से चर्चा हुई। बैठक में प्रदेश के सभी जिलों के एनएसयूआई जिला अध्यक्ष मौजूद रहे। चौधरी ने कहा कि भाजपा शासनकाल में युवा, महिला, किसान, श्रमिक व पिछड़ा वर्ग के हितों की अनदेखी की है, जिसके चलते प्रदेश का प्रत्येक नागरिक दुःखी व परेशान है। उन्होंने कहा कि उपरोक्त मुद्दों को लेकर एनएसयूआई आमजन के बीच जाएगी तथा लोगों को भाजपा सरकार की कारगुजारियों से अवगत करवाएंगी। एनएसयूआई के नवनियुक्त प्रभारी अंकित व कांता ने कहा कि भाजपा शासनकाल में छात्र हितों से लगातार खिलवाड़ किए गए।

प्राण प्रतिष्ठा भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग है धार्मिक कार्यक्रम : कैलाशगिरी

> विश्व को सहनशीलता का पाठ पढ़ाते है धार्मिक कार्यक्रम

दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में नौ दिवसीय हवन पूणार्हुति से संपन्न

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। हवन में आहुति डालते श्रद्धालुगण। फोटो : हरिभूमि

मिनी बाईपास स्थित भिवानी में पहला दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में 15 अप्रैल को हुए प्राण प्रतिष्ठा समारोह के उपलक्ष्य में जारी नौ दिवसीय हवन का बुधवार को पूणार्हुति एवं भंडारे के साथ समापन हुआ। कार्यक्रम में सिद्धपीठ बाबा जहरगिरी आश्रम के पीठाधीश्वर अंतर्राष्ट्रीय श्रीमहंत जूना अखाड़ा डॉ. अशोक गिरी महाराज का सान्निध्य रहा। बुधवार को भंडारे में अनेक श्रद्धालु पहुंचे तथा प्रसाद चखा। मंदिर की प्रबंधक उर्मिला सुरेश सैनी ने बताया कि प्राण प्रतिष्ठा समारोह के चलते नौ से 17 अप्रैल तक हवन आयोजित किया गया, जिसका समापन बुधवार को पूणार्हुति एवं भंडारे के साथ हुआ। उन्होंने बताया कि नौ दिनों तक डॉ. अशोक गिरी के शिष्ट आचार्य वेद विभूषित वैदिक विशाल पाठक, आचार्य दीपक पाठक, आचार्य आनंद पांडेय ने हवन करवाया। मंदिर में महाकाली, गोरखनाथ, शेरावाली, सिद्धबाबा शंकर गिरी महाराज, शिव पार्वती, बजरंगबली, भैरव बाबा, दत्तात्रेय, शिव परिवार, सिंदूरी हनुमान, राधाकृष्ण की मूर्तियां सहित शिवलिंग की स्थापना की गई है। बाबा कैलाशगिरी ने कहा कि धार्मिक कार्यक्रम भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग है, इस विचारधारा को आपसी सौहार्द एवं शांति का सशक्त मार्ग है। सनातन धर्म में प्राण प्रतिष्ठा से पहले किसी भी मूर्ति को पूजा के योग्य नहीं मानी जाती है। हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के वाईस चेयरमैन विजेंद्र बडगुज्जर ने कहा कि धार्मिक कार्यक्रम विश्व को सहनशीलता का पाठ पढ़ाते है। इस मौके पर पूर्वमंत्री डॉ. वासुदेव शर्मा ने कहा कि धार्मिक कार्यक्रमों के आयोजन से युवाओं में सकारात्मक मानसिकता का संचार होता है। इस अवसर पर पार्षद विनोद प्रजापति, मनोज वी वर्ल्ड, संजय शर्मा, अधिवक्ता कुलदीप शर्मा, सत्यनारायण सैनी, जयभगवान आदि मौजूद रहे।

खबर संक्षेप

खुला दरबार लगाकर सुनीं लोगों की शिकायतें

भिवानी। डीसी नरेश नरवाल के आदेशानुसार जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के अधिकारियों ने बुधवार को वार्ड 9 के लिए भारत नगर में झंडू के गोदाम में और तथा दोपहर बाद वार्ड 10 के लिए बैंक कालोनी में अंबेडकर भवन में खुला दरबार लगाया। विभाग के अधिकारियों ने नागरिकों की पेयजल और सीवरेज से संबंधित समस्याएं सुनी और समस्याओं का मौके पर समाधान किया गया। अधिकारियों ने कहा कि नागरिकों को पर्याप्त मात्रा में पेयजल उपलब्ध करवाया जाएगा।

डीसी ने अधिकारियों को वीसी से दिए निर्देश

भिवानी। हरियाणा के मुख्य निर्वाचन अधिकारी अनुराग अग्रवाल ने चंडीगढ से वीसी के माध्यम से प्रदेशभर के जिला निर्वाचन अधिकारियों को वीसी के माध्यम से बात की और लोकसभा आम चुनाव के दृष्टिगत की जा रही तैयारियों बारे विस्तार से समीक्षा की। उन्होंने चुनाव को पारदर्शी, निष्पक्ष और शांतिपूर्ण ढंग से सम्पन्न करवाने के लिए कुछ जरूरी निर्देश भी दिए। उन्होंने जिला में चुनाव को लेकर की जा रही तयारियों को लेकर जिला निर्वाचन अधिकारी नरेश नरवाल की प्रशंसा की। अग्रवाल ने वीसी के माध्यम से ईवीएम के रैण्डमाईजेशन, पोस्टल बैलेट पेपर बारे, फार्म नम्बर 6 के तहत नए वोट से सम्बन्धित तथा फार्म नम्बर 8 के तहत शिफ्टिंग वोट से सम्बन्धि पैंडसी बारे, प्रिंटिग ऑफ ईपीआईसी, काउंटिग हाल की व्यवस्था आदि की समीक्षा की।

ग्रामीणों को मतदान का बताया महत्व

बाढ़ड़ा। आगामी लोकसभा चुनावों में मतदाताओं भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त मनदीप कौर के निर्देशन में स्वीप गतिविधियों के अंतर्गत गांवझ्रगांव पहुंचकर मतदान के प्रति लोगों को जागरूक किया जा रहा है। स्वीप टीम द्वारा बुधवार को बाढ़ड़ा विधानसभा क्षेत्र के गांव कलियाणा, रामबास, धनासरी, झोझू बस स्टैंड और कादमा में पहुंचकर कर जागरूकता अभियान चलाया। इस अवसर पर झोझू कलां थाना से हैड कांस्टेबल पवन, एसपीओ सुरेश ने पहुंचकर स्वीप कार्यक्रम में भागीदारी की और ग्रामीणों को मतदान का महत्त्व समझाया।

पंडित सुरेश ने शरीर पर जौ के पौधे अंकुरित कर दिया मां दुर्गा की भक्ति एवं शक्ति का परिचय

नवरात्रों में अन्न-जल त्याग की नौ दिन की मौन तपस्या, शरीर पर उगाए जौ पौधे

साधक अपने मनोबल व पक्के इरादे से कोई भी तपस्या कर सकता है पूर्ण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

भारत के महान ऋषि मुनियों ने समय समय पर त्याग, तपस्या और मौन व्रत रखकर भारतीय संस्कृति को संबल प्रदान किया है। वर्तमान में भी इन तपस्याओं का महत्व है।

लोहारू के श्रीहनुमान उजाड़ियां मंदिर के पंडित सुरेश तिवारी ने नवरात्रों के दौरान नौ दिन तक अन्न-जल त्यागकर कठोर मौन तपस्या कर साबित कर दिखाया कि भारतीय संस्कृति में तप व तपस्या हमेशा जीवंत हैं। साधक अपने मनोबल व पक्के इरादे से कोई भी तपस्या पूर्ण कर सकता है। पंडित सुरेश ने प्रथम नवरात्र पर अपने शरीर पर मिट्टी डालकर जौ अंकुरित करने के लिए बीजारोपण करवाया और शरीर पर जौ के पौधें अंकुरित कर मां की भक्ति एवं शक्ति का परिचय दिया। श्रीउजाड़ियां हनुमान मंदिर के पंडित सुरेश ने पहले नवरात्रे से हवन में आहुति डालकर अपनी कठिन तपस्या की शुरूआत की और अपने शरीर पर जौ अंकुरित करने के लिए बीजारोपण किया। पंडित सुरेश ने मां दुर्गा के प्रति आस्था, भक्ति एवं शक्ति का परिचय देते हुए नौ दिनों तक अन्न जल त्यागकर अपने शरीर पर जौ के पौधें अंकुरित किए।

इस दौरान मंदिर परिसर में श्रीश्याम सेवा समिति द्वारा भजन कार्यक्रम का शुभारंभ किया तथा नौ दिनों के दौरान इलाके में नौ अलग अलग स्थानों पर निःशुल्क रात्रि भजन संध्या कार्यक्रम हुए। बुधवार को रामनवमी पर पंडित सुरेश ने अपनी नौ दिन की कठोर तपस्या संपन्न की और कहा कि माता रानी की कृपा और शक्ति से उन्होंने ये तपस्या पूर्ण की है।

पहले नवरात्रे को पंडित सुरेश तिवारी ने शुरू की अन्न-जल त्याग मौन तपस्या।

रामनवमी को नौवें दिन तपस्या में लीन में पंडित सुरेश तिवारी तथा शरीर पर उगाए जौ पौधें।

भक्ति का भाव मनुष्य के भीतर सबसे बड़ी शक्ति

पंडित सुरेश ने कहा कि भक्ति का भाव मनुष्य के भीतर सबसे बड़ी शक्ति है, इसके द्वारा व्यक्ति अपनी ज्ञानेंद्रियों और इच्छाओं पर भी नियंत्रण पा सकता है। समाजसेवी बहादुर सैनी, वासु मतानी, राधेश्याम स्वामी, लीलाधर डालमिया, राजेंद्र शर्मा, जैनेस सैनी, निटू गोयल, कर्ण गुप्ता, सुरेश रोहिल्ला, व्यापार मंडल प्रधान धनपत सैनी, महेश गोपालवासिया, रतनलाल अग्रवाल आदि ने कहा कि पंडित सुरेश ने कठिन तपस्या पूर्ण की है, वे बधाई के पात्र हैं। राम नवमी पर मंदिर परिसर में भंडारे का आयोजन किया।

बैठने के लिए लगाई कुर्सियों व टिकट बूथों तक पहुंची गेहूं की ढेरियां

अनाजमंडी में जगह कम, बस स्टैंड परिसर में डलवाया गेहूं

बस स्टैंड परिसर में गेहूं की ढेरियों के कारण बसों का आवागमन ठप रहने से यात्री परेशान

संदीप श्योराण ▶▶| बाढ़ड़ा

बाढ़ड़ा। बाढ़ड़ा बस स्टैंड परिसर में गेहूं की ढेरियों की नीचे दबी यात्रियों के बैठने की कुर्सियां व बैठे यात्री। *फोटो : हरिभूमि*

सरकार व स्थानीय प्रशासन द्वारा फसल खरीद समय व बिना किसी परेशानी के करवाने के दावे किए जा रहे हैं, लेकिन स्थानीय अनाज मंडी के हालातों को देखकर ये दावे खोखले साबित हो रहे हैं। सुचारू रूप से खरीद व उठान न होने के कारण आढ़तियों व किसानों के साथ आमजन को भी परेशानियां झेलनी पड़ रही है।

बाढ़ड़ा कस्बे में हालात ये बने है कि मंडी में करीब एक लाख क्विंटन सरसों पड़ी हैं, जिसके चलते बस स्टैंड परिसर में गेहूं डलवाया जा रहा है और वहां पर भी जगह कम पड़ती नजर आ रही है। बस स्टैंड के एक ही दिन में ऐसे हालात हो गए कि यात्रियों के बैठने की कुर्सियों व टिकट बूथों तक गेहूं की ढ़ेरियां लग गई हैं। बता दें कि चरखी दादरी जिले में रबी सीजन की फसलों की खरीद शुरू होने के साथ ही परेशानियां आ रही है। शुरूआत में किसानों को लंबी-लंबी लाइनों में लगकर घंटों इंतजार करना पड़ रहा था, उसके बाद स्थिति में कुछ सुधार हुआ तो उठान समय पर नहीं हो पाया, जिससे किसानों व आढ़तियों को परेशानी होने के साथ-साथ चरखी दादरी मंडी में हजारों क्विंटल अनाज बारिश में भीग गया। बीते नौ अप्रैल से हैफेड खरीद एजेंसी द्वारा सरसों की खरीद शुरू करने के बाद से जीएसटी को लेकर पेंच फंस गया है और आढ़ती खरीद को तैयार नहीं है। बीते करीब एक सप्ताह से खरीद नहीं होने से पूर्व में खरीदी गई सरसों का उठान नहीं हो पाया है, जिससे समस्या और विकट होती जा रही है। बाढ़ड़ा अनाज मंडी में सरसों की बंपर आवक होने व उठान समय पर नहीं होने के कारण मंडी सरसों से अटी पड़ी है। मंडी में जगह नहीं बचने के कारण गेहूं को बस स्टैंड परिसर में डालने का निर्णय लिया गया, लेकिन बस स्टैंड परिसर में आज गेहूं डालते दूसरा ही दिन है और आलम ये है कि परिसर में बसें खड़ी करने के लिए जगह कम पड़ने लगी है। वहीं गेहूं की ढेरियां बस स्टैंड पर लगी कुर्सियों व टिकट बूथों तक पहुंचने से यात्रियों को भी परेशानी उठानी पड़ रही है। बस स्टैंड परिसर में गेहूं की बंपर आवक को देखकर हालात बेकाबू होते जा रहे हैं।

अभी गेहूं की खरीद शुरू भी नहीं हो पाई हैं और गेहूं से पूरा परिसर अट चुका हैं, जिसके चलते खरीद से पहले उठान संभव नहीं है, जिसके चलते समस्या और अधिक विकट होती दिखाई दे रही है। वीरवार को बस स्टैंड पर बसों की एंट्री बंद कर दी जाए तो कोई अतिश्योक्ति नहीं होगी। बाढ़ड़ा अनाज मंडी प्रधान हनुमान शर्मा ने बताया कि पांच प्रतिशत जीएसटी भरकर वे खरीद करने में असमर्थ है, जिसके चलते उन्होंने खरीद बंद कर रखी है।

खरीद में अड़चन तो धरने पर बैठे किसान बाद में प्रशासन ने काटे गेट पास

लोहारू। लोहारू अनाजमंडी में ट्रैक्टरों में फसल भरकर पहुंचे अनेक किसानों ने स्थानीय प्रशासन व सरकार को जमकर कोसा। किसानों ने कहा कि प्रशासन व सरकार खरीद के दौरान किसानों को किसी प्रकार की दिक्कत नहीं आने देने के बड़े बड़े दावे कर रही हैं, लेकिन लोहारू में ये सभी दावे फेल साबित हो रहे हैं। साथ लगते महेंद्रगढ़ जिले के सीमावर्ती क्षेत्र के ढाढोत एवं बापड़ोली गांव निवासी किसान धनपत, सत्यपाल, राकेश, सुभाष, जयसिंह, कुलदीप व अंकित आदि किसानों ने कहा कि वे हमेशा से लोहारू अनाजमंडी में फसल बिक्री के लिए आते हैं, लेकिन बुधवार को मार्केट कमेटी प्रशासन ने उनके टोकन काटने व गेट पास जारी करने से इंकार कर दिया, जिससे उन्हें घंटों परेशानी झेलनी पड़ी। सरकार और प्रशासन का दावा है कि प्रदेश का किसान प्रदेश में कहीं भी किसी भी मंडी में अपनी फसल बेच सकता है। गुस्साए उक्त किसानों ने अनाजमंडी गेट पर ही डेरा डाल दिया और प्रशासन व सरकार के खिलाफ नाराजगी जाहिर करने लगे। इस बारे में जब मार्केट कमेटी सचिव अनिल कुमार तक मामला पहुंचा तो उन्होंने बताया कि हालांकि अनाजमंडी के अधिकृत गांवों के किसानों को प्राथमिकता जरूर दी जाती है लेकिन दूसरे क्षेत्र से आने वाले किसी भी किसान को खरीद में परेशानी नही आने दी जाएगी, जिन किसानों को दिक्कत आई थी, उनके सभी के टोकन काट दिए गए हैं। किसी भी किसान को परेशानी नही आने दी जाएगी।

लायर्स क्लब भिवानी ने चरखी दादरी बार को हराया

भिवानी। जी लिट्रा वैली स्कूल ग्राउंड में लायर्स क्लब भिवानी व चरखी दादरी बार एसोसिएशन के बीच टी -20 क्रिकेट प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता में लायर्स क्लब भिवानी की टीम ने कप्तान सुमित सिंह तंवर ने टास जीतकर पहले बल्लेबाजी की, जिसमें रमन तंवर व मनीष लूथरा ने आतिशी बल्लेबाजी कर पहले विकेट के लिये शानदार एक सौ दस रन की साझेदारी की, जिसमें रमन तंवर ने शानदार प्रदर्शन कर 40 गेंदों में 51 व मनीष लुथरा ने 37 में गेंदों में 47 रन बनाए। खिलाड़ी पीयूष ने 42 व डॉ. सुनील लाठर ने 15 रन का योगदान दिया, जिसमें क्लब टीम ने 20 ओवर में 3 विकेट पर 183 रन बनाए। चरखी दादरी बार एसोसिएशन की टीम ने 18.3 ओवर में 129 रनों पर ऑल आउट होगी। एसोसिएशन के खिलाड़ी एडवोकेट अनिल चाहर व कुलदीप ने अच्छी बल्लेबाजी कर 30 व 36 रन का योगदान दिया। विकास नागर ने बेहतरीन गेंदबाजी कर पांच विकेट झटके और मैन ऑफ दी मैच चुने गए। संजीव गुप्ता, सुरेन्द्र तंवर ने शानदार गेंदबाजी कर 2-2 विकेट झटके। एसडीएम नवीन दादरी व रामवतार पारीक जुडिसियल मजिस्ट्रेट दादरी ने खिलाड़ियों का हौंसला बढ़ाया। इस मौके पर एडवोकेट पवन बेडवाल, पार्षद मनोज खनगवाल, पंकज शर्मा, अमित, विकास आदि उपस्थित रहे।

ग्रामीणों को मतदान के प्रति किया जागरूक

- राजकीय कन्या महाविद्यालय कैरू की छात्राओं ने किया नाटक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

राजकीय कन्या महाविद्यालय कैरू में राष्ट्रीय सेवा योजना के अंतर्गत चल रहे सात दिवसीय शिविर के तीसरे दिन छात्राओं ने नुक्कड़ नाटक, पोस्टर व स्लोगनों के माध्यम से ग्रामीणों को मतदान के प्रति जागरूक किया।

प्राचार्य दलबीर सिंह गोदारा की अध्यक्षता में सात दिवसीय कैंप के तीसरे दिन का शुभारंभ योगाभ्यास से किया। इस मौके पर फाइन आर्ट संबंधी रोजगार संभावनाओं पर व्याख्यान कार्यक्रम भी रहा। एनएसएस के सात दिवसीय शिविर के तीसरे दिन सहायक निर्वाचन अधिकारी एवं एसडीएम मनोज कुमार दलाल के निर्देशानुसार लोकसभा चुनाव में शत .प्रतिशत मतदान कराने के उद्देश्य से नुक्कड़ नाटक, पोस्टर व स्लोगन के माध्यम से छात्राओं ने गांव कैरू में जाकर लोगों को विशेषकर महिलाओं को घर.घर जाकर मतदान के प्रति जागरूक किया। एनएसएस टीम ने महिलाओं से मतदान करने की अपील के साथ साथ.साथ उनको उत्साहित किया कि वे परिवार व समाज को भी मतदान के प्रति प्रेरित करें।

श्रीकृष्ण वाटिका में श्रीश्याम बाबा का संकीर्तन कल

बहल। श्रीखाटू श्याम मंडल बहल का श्रीश्याम बाबा का तीसरा संकीर्तन 19 अप्रैल को श्रीकृष्ण वाटिका में होगा। कीर्तन में स्थानीय कलाकारों के अलावा बाहर से आए गायक कलाकार बाबा की महिमा का गुणगान करेंगे। कार्यक्रम में श्रीअलख आश्रम के महंत विकास गिरी महाराज व श्रीसूरजगढ़ निशान के संयोजक विनोद कुमार इंदौरिया मुख्यातिथि होंगे। मंडल प्रवक्ता ने बताया कि संकीर्तन अवसर पर 19 अप्रैल को श्रीश्याम मंदिर से श्रीकृष्ण वाटिका तक पैदल निशान यात्रा का आयोजन किया जाएगा, जिसमें भक्तजन मंदिर से निशान उठाकर बाबा को अर्पित करेंगे। वहीं रात्रि कीर्तन में सुनील शर्मा, संजय सैन, व संदीप राजस्थानी सहित अन्य कलाकार बाबा की महिमा का गुणगान कर भक्तों में भक्तिभाव का संचार करेंगे।

बीके विद्यालय में हवन का आयोजन

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के बीके वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में नए शैक्षणिक सत्र 2024.25 के सफल संचालन की कामना के लिए हवन.यज्ञ का आयोजन किया गया। भारतीय संस्कृति में किसी भी शुभ कार्य का आरंभ हवन व पूजन से किया जाता है, उसी प्रथा को निभाते हुए प्रतिवर्ष बी के विद्यालय में नव सत्र व हिंदी नववर्ष को ज्ञान की अधिष्ठात्री देवी माँ सरस्वती का आह्वान व पूजन करके बड़े हर्षोल्लास व श्रद्धाभाव से मनाया जाता है ताकि हमारे मन से नकारात्मकता का अंत हो व हम उन्नति के मार्ग पर प्रशस्त हो सके। इस अवसर पर प्रबंधक समिति अध्यक्षा सरिता शर्मा,स्वयंसेवक सुभाष शर्मा, सुरेश जांगड़ा, बिजेन्द्र जांगड़ा, उपाध्यक्ष जोगेंद्र जांगड़ा, सचिव योगेश शर्मा, सुरेश शर्मा, पंकज कुमार मिश्रा द्वारा हवन में आहुति दी गई। विद्यालय की प्रबंधक समिति की अध्यक्षा सरिता शर्मा ने बताया कि आज बड़ा ही हर्ष का विषय है, क्योंकि नया सत्र 3 अप्रैल से शुरू हो गया था और आज मंत्रोच्चारण सहित हवन करवाया गया। हवन से जहाँ वातावरण पवित्र होता है, वहीं आध्यात्मिक शांति का अनुभव भी होता है।

जीएसटी के विरोध में अनाजमंडी गेट पर ने जड़ा ताला

- अनिश्चितकालीन हड़ताल की चेतावनी से फसल खरीद पर मंडराया खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

सरसों खरीद के दौरान आढ़तियों से 5 प्रतिशत जीएसटी भरवाने को लेकर आढ़तियों में लगातार रोष देखने को मिल रहा है। एक ओर जहां आढ़तियों ने जीएसटी के विरोध में खरीद बंद कर रखी है वहीं दूसरी ओर बुधवार को आढ़तियों ने मंडी गेट पर ताला जड़कर आवक भी बंद कर दी और गेट के समीप धरना देकर रोष जताया। आढ़तियों ने कड़े शब्दों में उनकी मांग पूरी होने से पहले खरीद नहीं करने की चेतावनी दी है जिससे गेहूं व सरसों की खरीद पर खतरा मंडाराने लगा है। उल्लेखनीय है कि हैफेड खरीद एजेंसी द्वारा सरसों खरीद के दौरान आढ़तियों से पांच प्रतिशत जीएसटी भरवाई जा रही है जबकि चण्दादरी जिले में आढ़ती लगातार इसका विरोध कर रहे हैं। उसी को लेकर उन्होंने 9 अप्रैल से खरीद से किनारा कर लिया है। बुधवार को आढ़ती चरखी दादरी आढ़ती एसोसिएशन प्रधान रामकुमार रिटोलिया की अगुवाई में मार्केट कमेटी कार्यालय पहुंचे। जहां संबंधित अधिकारियों को स्पष्ट शब्दों में कहा कि वे कच्चें आढ़ती है और उन्हें केवल सवा प्रतिशत आढ़त मिलती है इसलिए वे जीएसटी भरने में पूरी तरह से असमर्थ है और खरीद नहीं करेंगे।

चरखी दादरी। मार्केट कमेटी कार्यालय में विरोध जताते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

इसी दौरान वहां काफी गर्मागर्मी देखने को मिली। अधिकारियों से बातचीत के बाद आढ़तियों में और अधिक गुस्सा देखने को मिला और उन्होंने मंडी गेट पर ताला जड़ दिया। प्रधान रामकुमार रिटोलिया ने कहा कि जब तक उनकी मांग नहीं मानी जाएगी वे खरीद नहीं करेंगे और अनिश्चितकालीन हड़ताल पर चले जाएंगे। गेट बंद करने के साथ ही चेतावनी दी गई कि वे किसी को अंदर नहीं आने देंगे। वहीं बाढ़ड़ा अनाज मंडी प्रधान हनुमान शर्मा ने कहा कि पूरी एसोसिएशन एकजुट है और बाढ़ड़ा में भी खरीद नहीं करेंगे। उन्होंने कहा कि सरकार उनको पूरा हक दे यदि उन्हें ढाई प्रतिशत आढ़त दी जाए तो वे जीएसटी भी भर देंगे लेकिन वे हैफेड के सहायक के रूप में कार्य कर रहे हैं और उन्हें केवल सवा प्रतिशत आढ़त दी जा रही 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, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 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 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

विभिन्न संगठनों के पदाधिकारियों ने किया प्रदर्शन

ईवीएम की बजाय बैलेट पेपर से चुनाव करवाने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

लोक प्रतिनिधित्व अधिनियम-1951 की धारा-59 की अनुपालना करके उसके अनुसार देशभर में ईवीएम की बजाय बैलेट पेपर से चुनाव संपन्न करवाने की मांग को लेकर बहुजन क्रांति मोर्चा व भारत मुक्ति मोर्चो के बैनर तले विभिन्न संगठनों के पदाधिकारियों ने बुधवार को शहर में प्रदर्शन किया तथा जिला निर्वाचन अधिकारी के माध्यम से मुख्य चुनाव आयुक्त के नाम मांगपत्र सौंपा।

संगठन के पदाधिकारियों ने कहा कि चुनाव की निष्पक्षता एवं पारदर्शिता बनाए रखने के लिए जरूरी है कि चुनाव को बैलेट पेपर से करवाए जाए। इस मौके पर पार्टी के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरेश प्रजापति एवं मोर्चा के जिला संयोजक सतीश मेहरा ने कहा कि इलैक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन (ईवीएम) के माध्यम से चुनाव निष्पक्ष एवं पारदर्शी संपन्न करवाने पर प्रश्न चिह्न लगा रहता है, जबकि बैलेट पेपर से चुनाव निष्पक्ष एवं पारदर्शी संपन्न करवाए जा सकते है, ऐसे में लोकतंत्र की मजबूती के लिए बैलेट पेपर से चुनाव करवाया जाना जरूरी है। उन्होंने कहा कि इलेक्ट्रॉनिक मशीन को आसानी से हैक कर उसके साथ छेड़छाड़ की जा सकती है, जबकि बैलेट पेपर से छेड़छाड़ की कही कोई गुंजाईश नहीं रहती। उन्होंने कहा कि मामले में सरकार सुप्रीम कोर्ट के आदेशों को भी नजरअंदाज कर कानून प्रक्रिया का भी उल्लंघन कर रही है। उन्होंने कहा कि भाजपा का देशभर में विरोध हो रहा है, इसके बावजूद भाजपा बहुमत से चुनाव जीतती है, उससे ये अंदेशा लगाया जा सकता है कि कहीं न कहीं गड़बड़ी जरूर है। इस मौके पर अमरनाथ धनाना, मनोज उमरावत, हरीश जमालपुर, सुमित्रा सांगा, सरला मेहरा, सुनीता, सुभाष, कृष्ण सांगा, सुशीला देवी सिंह, अनिल बामला, रमेश दहिया, मैनपाल बामला, राजू खरक, राजसिंह धनाना, सतीश मेहरा, जयकुमार, विजय, ओमकार सैनी, उमेद सिंह, रामधारी सिंह थानेदार आदि मौजूद रहे।

ईवीएम के विरोध में प्रदर्शन करते विभिन्न संगठनों के कार्यकर्ता।

मकान पर छापा मारकर बेड से 17.4 ग्राम हेरोइन पकड़ी

चरखी दादरी। पुलिस टीम ने चरखी दादरी शहर में गुप्त सूचना के आधार पर मकान पर छापा मारकर बैड से 17.4 ग्राम हेरोइन और 98760 रुपये बरामद किए हैं। बता दे कि पुलिस टीम को गुप्त सूचना मिली थी कि चरखी दादरी शहर के जांगड़ा मार्केट में युवक नशीला पदार्थ बेचने का धंधा करता है। वह काफी मात्रा में हेरोइन लेकर आया हुआ है और अपने मकान के अंदर हेराइन की छोटी-छोटी पुड़िया बनाकर बेच रहा है। सूचना के आधार पर पुलिस टीम ने ड्यूटी मजिस्ट्रेट नायब तहसीलदार अभिमन्यु के साथ टीम द्वारा उक्त मकान पर छापा मारा और आरोपित को गिरफ्तार कर लिया।