हरिभूमि

भिवानी-दादरी भूमि

रोहतक, गुरुवार, 17 जुलाई 2025

12 स्ट्रीट लाइट की तारें आपस में उलझीं

12 किसान हित में विभिन्न किसान संगठनों का महापड़ाव शुरू

खबर संक्षेप

शिक्षा के क्षेत्र में रजनीश को मिला बेस्ट टीचर अवार्ड

भिवानी। गांव मंढोली कलां स्थित आर्य पब्लिक स्कूल में सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इस सम्मान समारोह में मुख्यरूप से उपस्थित स्कूल प्रबंधक टीम सदस्य सुखविंदर सिहाग, राजेश धतरवाल व प्राचार्य कुलदीप श्योराण ने शिक्षा के क्षेत्र में बेहतरीन कार्य करने वाले स्टाफ सदस्यों को सम्मानित किया। इस सम्मान समारोह के दौरान अध्यापिका रजनीश को बेस्ट टीचर अवार्ड से सम्मानित किया।

एक पेड़-नशे के खिलाफ मुहिम की शुरुआत

तोशाम। बुधवार को तोशाम के सहित भगत सिंह युवा क्लब द्वारा युवाओं को नशा न करने के लिए जागरूक करने की कड़ी में एक पेड़ नशे के खिलाफ अभियान की शुरुआत की गई। इस अभियान का शुभारंभ गांव अलखपुरा के सरपंच मोनू कांटिवाल ने किया। इस दौरान सरपंच मोनू कांटीवाल ने कहा कि हर एक पौधा भविष्य की एक सांस है, अतः युवाओं को नशे से बचकर अधिक से अधिक पौधारोपण करना चाहिए।

तिगड़ाना में नशा मुक्त पखवाड़ा मनाया

भिवानी। वीर शहीद बीर सिंह राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय तिगड़ाना में नशा मुक्त भारत पखवाड़ा मनाया गया । प्राचार्य श्रीमती अनीता सरोहा की अध्यक्षता में प्रहरी क्लब एवं धाकड़ ग्रुप इंचार्ज नीरज वशिष्ठ एवं सह इंचार्ज श्रीमती संतोष यादव द्वारा विद्यालय की छात्राओं ने नशा मुक्ति के प्रति जागरूकता रैली निकाली गई। कक्षा छठी से 12 वीं तक की छात्राओं ने नशा मुक्ति के प्रति जागरूकता किया।

खेत हो या खलिहान करें जल संचय व पौधरोपण

भिवानी। पर्यावरण संरक्षण और जल बचाव को लेकर सामाजिक संस्था नेताजी सुभाष चंद्र बोस युवा जागृत सेवा समिति एवं सदाचारी शिक्षा समिति द्वारा श्रावण माह की रिमझिम बारिश के बीच 'हर घर हरियाली थीम 2025' वन महोत्सव अभियान के तहत विशेष पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। संस्था ने नागरिकों से अपील की कि वे अपने घर, खेत, आंगन और आसपास के क्षेत्र में अधिक से अधिक पौधे लगाएं और जल संचय को अपनाएं।

21 से होगा व्यावसायिक मार्गदर्शन सप्ताह

चरखी दादरी। रोजगार विभाग हरियाणा के आदेशानुसार 21 जुलाई से 25 जुलाई तक प्रत्येक जिला व उपमंडल स्तर पर व्यावसायिक मार्गदर्शन सप्ताह का आयोजन किया जाएगा। जिला रोजगार अधिकारी शशि शर्मा ने बताया कि व्यावसायिक मागदर्शन सप्ताह के तहत व्यवसाय का चुनाव करने मे आने वाली कठिनाईयो को कैसे कम किया जाए। रोजगार विभाग द्वारा व्यवसायिक मार्गदर्शन ईकाई द्वारा ये कार्य लगातार किया जा रहा है।

एक गुट ने स्कूल बंद कर दिया तो दूसरे गुट ने प्रार्थना सभा कर जताया रोष

निजी स्कूलों की हड़ताल का मिला-जुला रहा असर, कुछ स्कूल खुले तो कुछ पर लटके ताले

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हिसार के बास गांव के करतार सिंह मेमोरियल पब्लिक स्कूल के संचालक जगबीर सिंह पानू की हत्या के विरोधास्वरूप एक गुट अपने अधीन आने वाले सभी स्कूलों को बंद रखा।

- आरोपियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करने की मांग

उक्त गुट के स्कूल संचालकों ने मंगलवार को ही अपने स्कूलों को बंद करने का ऐलान कर दिया था। साथ ही बुधवार को उपायुक्त को ज्ञापन सौंप कर बाकी बचे आरोपियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करने की मांग की। दूसरी तरफ दूसरे गुट ने स्कूल बंद करने से परहेज रखा।

हालांकि दूसरे गुट ने घटना पर दुःख जताया और दिवंगत आत्मा की शांति के लिए प्रत्येक स्कूल में दो दो मिनट का मौन करवाया,बाद में अन्य दिनों की तरह इन स्कूलों में क्लासें लगाई गई।

सुबह सवेरे प्रार्थना सभा में बच्चों को संस्कार का पाठ पढाया और कहा कि अनुशासन के साथ साथ बच्चों में संस्कार होना बेहद जरूरी है। जिस बच्चे में संस्कारों की कमी होगी। वह बच्चा भविष्य में कभी सफल नहीं हो पाएगा। उन्होंने बच्चों से माता पिता के अलावा सभी बड़ों का मान व सम्मान करना चाहिए।

भिवानी। कार्रवाई की मांग को लेकर मांगपत्र सौंपते हुए व हिसार के निजी स्कूल संचालक की आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना करते बच्चे। फोटो : हरिभूमि

हत्या का विरोध, अधिकारी को सौंपा ज्ञापन

बुधवार को जिला भिवानी के सभी प्राइवेट स्कूल संचालक हुड्डा पार्क भिवानी में इक्कट्ठे हुए। इस मीटिंग की अध्यक्षता जिला अध्यक्ष भिवानी सतीश तंवर ने की। उन्होंने बताया कि बास (हिसार) के करतार सिंह मेमोरियल पब्लिक स्कूल के संचालक जगबीर सिंह पानू की हत्या उनके ही स्कूल में पहुंच कर उसी स्कूल के छात्रों द्वारा कर दी गई थी। जो कि बहुत ही निंदनीय है जिसको लेकर सभी प्राइवेट स्कूल संचालकों में रोष है। उपरोक्त संदर्भ में सभी प्राइवेट स्कूल के साथी हुड्डा पार्क भिवानी में इक्कट्ठे हुए और रोष प्रकट किया। इसके बाद सभी साथियों ने उपायुक्त कार्यालय पहुंच कर जिला राजस्व अधिकारी के माध्यम से उपायुक्त को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन के माध्यम से मांग की गई जिसमें मृतक को शहीद का दर्जा दिए जाने,मृतक के परिवार को एक करोड रुपए आर्थिक सहायता दिए जाने, स्कूल सेफ्टी एक्ट बनाए जाने,स्कूल संचालकों को लाइसेंस युक्त हथियार रखने, अध्यापक सुरक्षा अधिनियम पास किए जाने, स्कूल के बाहर पुलिस पीसीआर लगाए जाने बारे मांग की गई। जिला उपाध्यक्ष दयानंद बाजल ने कहा कि यह घटना न केवल निंदनीय और हृदय विदारक है ,बल्कि शिक्षा जगत को झकझोर कर रखने वाली है इसकी प्राइवेट स्कूल संचालक निंदा करते हैं। अजीत शेखावत व बजरंग चौहान ने भी इस कुकृत्य की कड़े शब्दों में घोर निंदा की। इस अवसर पर सुरेंद्र तंवर एडवोकेट, मनोज सैनी,मंजीत भौरिया, पृथ्वी सिंह सैनी, विजयपाल, मुकेश कुमार रोहनात,नरेश जी गौरा,दलबीर सिंह, रमेश कुमार राघव, मुकेश तंवर आदि सभी प्राइवेट स्कूल संचालक साथी उपस्थित रहे।

सरकार सुरक्षा के करे इंतज़ाम: रामअवतार

हिसार जिले में एक प्राइवेट स्कूल संचालक की उन्हीं के स्कूल छात्रों द्वारा हत्या को लेकर प्राइवेट स्कूलों में रोष है. दिवंगत आत्मा की शांति के लिए प्राइवेट स्कूल्स वेलफेयर एसोसिएशन हरियाणा के सभी स्कूलों ने प्रदेशभर में दो मिनट का मौन रखा। पूरे प्रदेश में आज सुबह नौ बजे सभी स्कूलों के हजारों की संख्या में विद्यार्थियों और स्टाफ ने एक साथ दो मिनट का मौन रखा। एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष रामअवतार शर्मा ने कहा कि शिक्षा जगत के लिए इससे दुखदायी और शर्मनाक घटना नहीं हो सकती। जहाँ शिष्य ही अपने गुरु की हत्या कर दे. बच्चों में नैतिक मूल्यों का पतन हो रहा है और यह हर परिवार और पेरैंट्स की जिम्मेदारी होती है कि वे अपने बच्चों को व्यवहार, संस्कार सिखाएं, लेकिन इस तरह की घटनाओं से स्पष्ट है कि पेरैंट्स कहीं न कहीं अपनी जिम्मेदारी निभाने में विफल हो रहे हैं।

बवानी खेड़ा में निजी विद्यालयों का मिला-जुला दिखा असर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

करतार पब्लिक स्कूल के प्रबंधक की मौत को लेकर भिवानी में जिला स्तर पर उपायुक्त को स्कूल संचालक ज्ञापन सौंपने सहित निजी विद्यालयों को बंद रखने का आह्वान किया था।

- प्रिंसिपल की हत्या के विरोध में 16 को प्राइवेट स्कूल बंद करने का किया था आह्वान

जिला जिला के निजी विद्यालयों के संघ के उपाध्यक्ष दयानंद बाजल ने बताया था कि प्रबंधक की मौत को लेकर पूरे राज्य में भारी रोष व्याप्त है। इसी के चलते बुधवार 16 जुलाई को भिवानी के सभी प्राइवेट स्कूल बंद रहेंगे क्योंकि हॉल ही में करतार पब्लिक स्कूल के संचालक की उनके ही स्कूल के छात्रों द्वारा निर्मम हत्या कर दी गई थी। इसको लेकर सभी प्राइवेट स्कूल संचालकों में रोष है। साथ में यह भी बताया था कि दिनांक 16 जुलाई को 11 बजे सभी प्राइवेट स्कूल संचालक एकत्रित हो कर रोष प्रदर्शन करते हुए उपायुक्त को ज्ञापन भी सौंपेंगे, लेकिन बवानी खेड़ा में कुछ निजी विद्यालयों द्वारा पूरी तरह से विद्यालय एक दिन के लिए बंद किए तो कुछ निजी विद्यालय रोजाना की तरह नियमित रूप से कक्षाएं लगाते हुए दिखाई दिए।

खंभा लगाने से रोका तो मारपीट

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

उपमंडल के गांव बड़दु धीरजा में एक जमीन पर खंभा लगाने को लेकर कहासुनी ने झगड़े का रूप धारणा कर लिया। मामले में घायल चाचा भतीजा ने चार लोगों पर मारपीट का आरोप लगाया है। जिस पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज करके कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस को दिए बयान में गांव बड़दु धीरजा निवासी विकास ने बताया कि वह हिसार में परीक्षा की तैयारी करता है तथा घर पर आया हुआ था। एक दिन गांव के ही चार लोग एक जमीन पर खंभे लगा रहे थे। जब उनको मेरे चाचा रामफल ने ऐसा करने से रोका

- पुलिस ने मुकदमा दर्ज करके कार्रवाई शुरू की

तो चारों ने मेरे व चाचा के साथ हाथापाई शुरू कर दी और लाठी डंडों से हमला कर दिया। आसपास के लोगों ने काफी बीच बचाव किया। हमले में चाचा रामफल और उसे काफी चौटें आई तथा दोनों को लोहारू के सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र भर्ती कराया गया। जहां प्राथमिक उपचार के बाद उन्हें भिवानी रेफर कर दिया गया था। बयानों के आधार पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज करके कार्रवाई शुरू कर दी है।

गुलाब नगर में जलभराव, गंदे पानी से गुजर रहे स्कूली बच्चे व महिलाएं

भिवानी। गुलाब नगर में गली में जमा पानी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

मिनी बाईपास रोड स्थित गुलाब नगर के गली नंबर-4 में करीबन एक माह से जलभराव की समस्या ने क्षेत्रवासियों का जीना मुहाल कर दिया है। गली के नुक्कड़ पर ट्रांसफॉर्मर होने के बावजूद स्कूली बच्चों, महिलाओं और अन्य नागरिकों को गंदे पानी के बीच से होकर गुजरना पड़ रहा है। मंदिर जाने वाली महिलाओं के लिए दूषित पानी बड़ी बाधा बन गया है, जिससे उनमें बीमारी फैलने का खतरा लगातार बढ़ रहा है। क्षेत्रवासी राजेश बडाला सहित अन्य ने परेशानी बताते हुए कहा कि इस गंभीर समस्या के समाधान के लिए कई बार स्थानीय पार्षद और संबंधित अधिकारियों को अवगत करवाया है, लेकिन स्थिति ज्यों की त्यों बनी हुई है। उन्होंने कहा कि जलभराव की समस्या का जल्द से जल्द समाधान किया जाए ताकि उन्हें इस नारकीय जीवन से मुक्ति मिल सके।

बीमार होने का डर

उन्होंने कहा कि गुलाब नगर की गलियों में जमा गंदा पानी ना केवल दुर्गंध फैला रहा है, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी गंभीर खतरा बन गया है। इसके साथ ही सबसे चिंताजनक बात ये है कि गली के नुक्कड़ पर बिजली का ट्रांसफॉर्मर लगा हुआ है, ऐसे में जलभराव के बीच से गुजरना सबके लिए जानलेवा साबित हो सकता है। उन्होंने कहा कि बच्चे स्कूल जाने के लिए हर दिन गंदे पानी में से निकलते हैं। उनके कपड़े व जूते खराब हो जाते हैं और बीमार पड़ने का डर भी बना रहता है। यही नहीं मंदिर जाने के लिए भी महिलाओं को गंदे पानी से होकर जाना पड़ता है।

सांसद से मिले ब्राह्मण सभा सिंदोलिया के खाप पदाधिकारी

बाढड़ा। ब्राह्मण सभा सिंदोलिया खाप चौरासी के नवनियुक्त अध्यक्ष बजरंग लाल शर्मा की अगुवाई में खाप पदाधिकारियों ने राज्य सभा सांसद कार्तिकेय शर्मा से मुलाकात की। इस दौरान उन्होंने वयोवृद्ध धावक रामकिशन शर्मा का नाम राष्ट्रपति अवार्ड के लिए भेजने व कस्बे के सतनाली रोड़ से ब्राह्मण भवन तक सड़क निर्माण करवाने का आश्वासन दिया। ब्राह्मण सभा सिंदोलिया खाप चौरासी के महासचिव व पूर्व चेयरमैन सुनील शर्मा ने बताया कि दिल्ली स्थित सांसद कार्तिकेय शर्मा के आवास पर ब्राह्मण सभा सिंदोलिया खाप चौरासी के नवनियुक्त अध्यक्ष बजरंग लाल शर्मा की अगुवाई में खाप सरंक्षक विजय मोटू, महासचिव व पूर्व चेयरमैन सुनील शर्मा, खाप उपाध्यक्ष धनसिंह शास्त्री, खाप उपाध्यक्ष अतरसिंह भांडवा, तरसेम शर्मा अध्यक्ष खाप पच्चीस आदि मौजूद थे।

चरखी दादरी में अवैध निर्माण पर चला पीला पंजा

- चार एकड़ में बनी अवैध चारदीवारी गिराई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

जिला नगर योजनाकार टीम ने शहर के बाहरी क्षेत्र में अवैध निर्माणों को गिराने के लिए अभियान चलाया। इस दौरान ड्यूटी मजिस्ट्रेट विष्णु भगवान व अवनीत एएसआई सदर थाना के सहयोग से चार एकड़ में अवैध चारदीवारी गिराई गई। यहां पर अवैध कालोनी विकसित करने का प्रयास किया जा रहा था।

बुधवार को जिला नगर योजनाकार विभाग द्वारा दादरी के राजस्व क्षेत्र चरखी गांव में दादरी लोहारू रोड पर लगभग चार एकड़ मे बनी अवैध कालोनी में लगभग पांच डीपीसी व कच्चा रोड नेटवर्क के को तोड़ा। कुछ प्रॉपर्टी डीलर यहां कालोनी स्थापित करना चाहते थे। जिला नगर योजनाकार अधिकारी ने कहा कि अवैध कॉलोनियों में प्रोपर्टी डीलरों के बहकावे में आकर प्लॉट न खरीदें तथा अनुसूचित सड़कों एवं बाईपास की वर्जित पट्टी में किसी भी तरह का निर्माण न करें एवं नियंत्रित क्षेत्र में कोई भी निर्माण करने से पूर्व विभाग से अनुमति लेना सुनिश्चित करें। अवैध निर्माणकर्ताओं के खिलाफ विभागीय कार्यवाही नियमानुसार अमल में लाई जाएगी।

चरखीदादरी। जिला नगर योजनाकार टीम द्वारा गिराए गए अवैध निर्माण। फोटो : हरिभूमि

लिटिल हार्ट्स में 'फीडिंग मिलियन्स' विषय पर करवाई स्पर्धा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

विश्व जनसंख्या दिवस के उपलक्ष्य में लिटिल हार्ट्स ग्रुप ऑफ स्कूल्स में कक्षा पांचवीं के विद्यार्थियों के लिए 'फीडिंग मिलियन्स' शीर्षक से आकर्षक और ज्ञानवर्धक प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया। विद्यालय के महासचिव संजय गोयल, एमडी पवन गोयल व भावना गोयल ने बताया कि प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में 100 प्रतिशत विद्यार्थियों ने भाग लिया, जिससे युवा मन के उत्साह और जिज्ञासा का प्रदर्शन हुआ। 'फीडिंग मिलियन्स' विषय ने कृषि, खाद्य उत्पादन और स्थिरता में मानसून की महत्वपूर्ण भूमिका पर प्रकाश डाला। विद्यार्थियों को विशेष रूप से तैयार की गई शिक्षण सामग्री प्रदान की, जिससे उन्हें खरीफ फसलों, जल विद्युत, जल संरक्षण और खाद्य सुरक्षा पर मानसून की विफलता के प्रभाव जैसी अवधारणाओं को समझने में मदद मिली। टीम अन्न रक्षक में हिरण्या, कनिष्का, पार्थ, यक्षित, माधव, रोनक, युग ने, टीम जल तरंग में अवनी, उत्कर्ष, गरिमा, लक्ष, नव्या, शिवांश, मुकुल, माही ने, टीम अन्न रक्षक के हयान, तनिष्क, तनिषा, लक्षिता, रितेश, जशमिन, ध्रुव व आरव गोयल ने व टीम ग्रीन गारजियनस के आदित्य, अनन्या, रौनक, मानवी, आयान, गारवी, दिपांशु व सिद्धांत ने अपनी विलक्षण प्रतिभा का उत्कृष्ठ प्रदर्शन करते हुए सबको आश्चर्यचकित कर दिया।

भिवानी। प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में भाग लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

शिक्षकों के प्रयासों की सराहना

विद्यालय की निदेशिका ऐश्वर्या सिंघल, निदेशक राम सिंघल, राहुल गोयल, विनय गोयल, निश्चल गोयल व साक्षी गोयल ने कहा कि ऐसी पहल भविष्य के जागरूक और जिम्मेदार नागरिकों के विकास के लिए महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने पाठ्य पुस्तकों से परे एक समृद्ध शिक्षण वातावरण बनाने में शिक्षकों के प्रयासों की सराहना की। इस अवसर पर विद्यालय के प्राचार्य दीपक जोशी, उपप्राचार्य मनमोहन चावला, कोर्डिनेटर सोनिया खेमका, रश्मि, मीनाक्षी, स्वेता, कामना, नीतू, रेणु, उर्वसी, सुरेखा आदि मौजूद रहे।

लघु सचिवालय परिसर में लगी प्रदर्शनी

चरखी दादरी। भारत सरकार द्वारा आपातकाल के 50 वर्ष पूर्ण होने पर लोकतंत्र के अंधकार युग के रूप में याद करते हुए आपातकाल के पीड़ितों को श्रद्धांजलि व सम्मान देने के लिए सूचना, जनसंपर्क, भाषा एवं संस्कृति विभाग हरियाणा द्वारा लघु सचिवालय परिसर के सरल केंद्र में एक प्रदर्शनी का आयोजन किया। प्रदर्शनी में स्लाइड्स के माध्यम से आपातकाल में लोकतंत्र पर हुए प्रहार से जुड़ी विभिन्न घटनाओं के संस्मरणों को प्रदर्शित किया है। प्रदर्शनी का शुभारंभ सीटीएम जितेन्द्र कुमार ने किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के इस प्रयास के माध्यम से युवा पीढ़ी को वर्ष 1975 में आपातकाल लागू करने के उपरांत देश में उपजे हालातों के बारे में सटीक जानकारी मिलेगी।

समस्या शहर के अलावा ग्रामीण इलाके में जलभराव से बड़ी समस्या, सेक्टर में सीवरों ने उगलना शुरू किया पानी

आसमान से बरसी राहत, जलभराव से बनी आफत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

बुधवार दोपहर बाद अचानक आसमान में छाई काली घटाओं ने जमकर आसमान से पानी बरसाया। तेज बारिश से लोगों को गर्मी व उमस से राहत मिली,लेकिन अनेक जगहों पर जलभराव की स्थिति बनने से लोगों को जबरदस्त परेशानी झेलनी पड़ी। शहर के सेक्टर इलाके में ज्यादा बारिश की वजह से सीवरों के मेनहोल ने पानी उगलना शुरू कर दिया। चूंकि सेक्टर के गंदे पानी की निकासी की कोई सही व्यवस्था नहीं है। जिस वजह से सेक्टर की सड़कों पर पानी जमा हो गया। दूसरी तरफ ग्रामीण इलाकों में भी जलभराव की स्थिति बन गई। खेतों में बारिश का पानी जमा होने से धान की फसल भी डूब गई। जिस वजह से धान की फसल खतम होने की आंशका बन गई है।

दोपहर करीब तीन बजे अचानक आसमान में काली घटाए छा गई। इस दौरान तेज हवा का झौंका आया और उसके बाद आसमान से पानी बरसने लगा। करीब आधे घंटे तक जमकर आसमान से पानी बरसा। शहर व कस्बों की सड़कों ने छोटे नालों का रूप धारण कर लिया। यही स्थिति कस्बों की रही। सेक्टर की सड़कों पर सबसे ज्यादा बुरी स्थिति बनी रही। चूंकि उक्त इलाके में सीवरों के मेनहोल से बारिश का पानी उगलने से सड़कों पर लोगों का आना जाना मुश्किल हो गया। लोगों को पानी से ही होकर गुजरना पड़ा। ग्रामीण इलाकों में ढलान वाली जगहों पर जलभराव की वजह से लोगों को परेशानी उठानी पड़ी। लोगों को बारिश के पानी के बीच से ही गुजरना पड़ा। दूसरी तरफ ज्यादा बारिश का पानी जमा होने से किसानों के खेतों में रोपी गई धान की फसल पानी डूब गई है।

भिवानी। शहर में जलभराव के बाद पानी से गुजरते वाहन व मंढाणा के खेतों में जमा बारिश का पानी व मुंढाल के खेतों में जमा बारिश का पानी दिखाते किसान। फोटो : हरिभूमि

बाजरे व ज्वार की फसल को फायदा तो कपास को नुकसान

आज आई तेज बारिश की वजह से बाजरे व ज्वार की फसल में फायदा होगा। क्योंकि इस वक्त इन फसलों में फुटाव बन रहा है। फुटाव पौधे के साथ बढेगा तो औसतन पैदावार में बढौतरी होगी। वहीं जिन इलाकों में कपास की फसल में पानी जमा नहीं है। उन कपास की फसलों में फुटाव बढेगा साथ में फल व फूल भी आएगा। जिससे बेहतरीन फसल होगी। किसानों को फायदा ही फायदा होगा।

प्रदेश सरकार व जिला प्रशासन करे बरसाती पानी निकासी का प्रबंध

जेजेपी हल्का प्रधान अजमेर मुंढाल ने हल्का बवानीखेड़ा के गांव मुंढाल, मुंढाल खुर्द, जताई, धनाना, तालु व सिवाड़ा के खेतों व घरों में बरसाती पानी के जलभराव का निरक्षण किया तथा प्रदेश की भाजपा सरकार व जिला प्रशासन से गुहार लगाई कि इन गावों में पानी की निकासी के लिए प्रशासन विशेष प्रबंध करें ताकि जनता को बरसात के पानी से निजात मिल सके। इस अवसर पर जगदीश धनाना, राजबीर तालु, संजय कारखल, जरनैल सिंह, दिलावर मुंढाल, सतबीर फौजी, बलवान फौजी, सुमित ढुल, सेठी धनाना, प्रदीप तालु आदि कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

हाल के वर्षों में आम लोगों से लेकर कई सेलिब्रिटीज की भी डेथ सडन कार्डिएक अरेस्ट की वजह से हुई है। इसकी अनेक वजहें हो सकती हैं। लेकिन अगर आप अपनी हेल्थ को लेकर कॉन्शस रहें, मनमाने ढंग से कोई ट्रीटमेंट न लें और बैलेंस्ड डाइट लें तो इससे बचे रह सकते हैं। इस बारे में यहां दे रहे हैं बहुत युजफुल सजेशंस।

रोका जा सकता है सडन कार्डिएक अरेस्ट

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. महेश वाधवानी
डायरेक्टर, एचओडी-सीटीवीएस
फोर्टिस मानेसर, गुरुग्राम

हाल ही में 'कांटा लगा गर्ल' के नाम से पॉपुलर 42 वर्षीय मॉडल-एक्ट्रेस शेफाली जरीवाला की अचानक कार्डिएक अरेस्ट आने से हुए निधन ने सबको चौंका दिया। हालांकि फिटनेस-फ्रीक शेफाली जरीवाला को कोई बीमारी नहीं थी। लेकिन खबरों के अनुसार सुंदर-जवां दिखने की चाहत में पिछले 7-8 साल से लगातार एंटी-एजिंग ट्रीटमेंट ले रही थीं। जिसमें वो स्किन वाइटनिंग, यूथफुल ग्लो और लिवर डिटॉक्सीफिकेशन के लिए ग्लुटाथियॉन, विटामिन-सी जैसी मेडिसिन और आईवी इंजेक्शन ले रही थीं। हार्मफुल केमिकल्स के रिएक्शन को उनकी डेथ की बड़ी वजह माना जा रहा है। दरअसल, केमिकल से वेसोवेगल तंत्रिका प्रभावित होती है और व्यक्ति का ब्लड प्रेशर एकाएक कम हो जाता है। इन दवाओं का असर हार्ट फंक्शन पर भी पड़ता है, यानी वो पंप करना बंद कर सकता है, जिससे बेहोश होने और सडन कार्डिएक अरेस्ट का रिस्क हो सकता है।

आज के दौर में अनेक महिलाएं और पुरुष भी यंग और अट्रैक्टिव दिखने के लिए कई तरह के ब्यूटी ट्रीटमेंट्स लेने लगे हैं। लेकिन इन्हें एक्सपर्ट के सुपरविजन में लेना ही उपयुक्त रहता है। जवां दिखने के जुनून में इन मेडिसिन की ओवरडोज लेने से लोगों में हार्मोनल असंतुलन, ब्लड प्रेशर बढ़ने या गैस्ट्रिक समस्याएं होने का खतरा बढ़ता है। खासकर व्रत के दौरान ऐसी दवाएं लेना ज्यादा नुकसानदायक हो सकता है।

बढ़ रहा कार्डिएक अरेस्ट

सडन कार्डिएक अरेस्ट किसी भी व्यक्ति को कभी भी हो सकता है, लेकिन आजकल की भागम-भाग जिंदगी में कम उम्र में भी बहुतायत में ऐसा देखा जा रहा है। पिछले दो-तीन दशकों में लाइफस्टाइल में बदलावों यानी मीठा ज्यादा खाना, शारीरिक श्रम कम करना, सिगरेट-एल्कोहल के सेवन से लोगों में मेटाबॉलिक सिंड्रोम की समस्या बढ़ी है, जिससे महिलाओं में कार्डिएक अरेस्ट का रिस्क दोगुना हो गया है, हालांकि पुरुषों की तुलना में अभी भी काफी कम (90:10 प्रतिशत) है।

कार्डिएक अरेस्ट के लक्षण

ज्यादातर मरीजों को ये लक्षण महसूस होते हैं- पेट में गैस होना, छाती में होने वाला दर्द, कंधे, पीठ या बांह में जाना, धड़कन तेज होना, बहुत ज्यादा कमजोरी और थकान महसूस होना, चक्कर आना, बेहोशी आना। किसी भी तरह की तकलीफ महसूस होने पर नजरअंदाज करना घातक हो सकता है। ऐसे में यथाशीघ्र आस-पास के लोगों को सूचित जरूर करना चाहिए ताकि जल्द से जल्द पेशेंट को मेडिकल मदद मिल सके और कॉम्प्लीकेशन होने की संभावना को रोका जा सके।

क्या है कारण

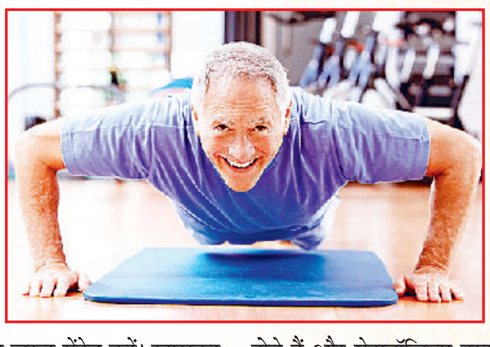
सडन कार्डिएक अरेस्ट होने के पीछे कई कारण जिम्मेदार होते हैं। इनमें शामिल हैं- आरामपरस्त जीवनशैली होना। अनहेल्दी फूड हैबिट्स, हाई कैलोरी फूड खाना, जंक-प्रोसेस्ड फूड का सेवन अधिक करना। मेटाबॉलिक सिंड्रोम होना। यानी ब्लड में कोलेस्ट्रॉल या शुगर लेवल बढ़ना, जिनकी वजह से आर्टरीज का ब्लॉक होना। हार्मोनल बदलाव, ओबेसिटी खासकर सेंट्रल ओबेसिटी, हाइपरटेंशन, डिप्रेशन, एंग्जाइटी, मिरगी जैसी बीमारियों से ग्रस्त होना। सीवियर डिसफंक्शनल हार्ट होना यानी कई कारणों से हार्ट के सेल्स डैमेज होने से कार्यक्षमता 35 प्रतिशत से कम हो जाना। कोरोनरी आर्टरी डिजीज या खून की नसें ब्लॉक होना। या फिर बायपास सर्जरी हुई हो और बायपास के बाद स्टेंट लगा हो, हार्ट ट्रीटमेंट और दवाइयां पहले से चल रही हों। हाइपरट्रोफिक हार्ट डिजीज होना। यानी हार्ट के मुख्य वॉल्व में रुकावट होना, अनकंट्रोल हाई ब्लड प्रेशर, जन्मजात दोष जैसे कारणों से हार्ट की मसल्स का मोटा होना, जिससे हार्ट की पंपिंग क्षमता कम होना। हार्ट इलेक्ट्रिकल स्टीमुलस में गड़बड़ी के कारण हार्टबीट बहुत धीमी या तेज होना। पल्मोनरी थ्रम्बोएंबॉलिज्म होना, जिसमें डीप वेन थ्रंबोसिस के ब्लड क्लॉट माइग्रेट कर हार्ट तक आने से उसकी कार्यक्षमता प्रभावित होना। परिवार में किसी को हार्ट डिजीज, डायबिटीज या हाई ब्लड प्रेशर की शिकायत होना। माइक्रोवेस्कुलर डिजीज होना यानी महिलाओं में हार्ट की नसें प्राकृतिक रूप से छोटी होने की वजह से ज्यादा ब्लॉकेज होना।

एस्ट्रोजन हार्मोन में कमी की वजह से रिप्रोडक्टिव उम्र से आगे बढ़ना या मेनोपॉज की उम्र में पहुंची महिलाएं। स्ट्रेस बढ़ना। बॉडी बिल्डिंग के लिए जिम में बिना ट्रेनर की गाइडेंस के जरूरत से ज्यादा या हाई इंटेंसिटी एक्सरसाइज करना। वजन कम करने, सुंदर और फिट दिखने के पियर प्रेशर की वजह से बिना डॉक्टर की सलाह पर एंटी एजिंग मेडिसिन, प्रोटीन सप्लीमेंट्स, स्टेरॉयड या ड्रग्स की ओवरडोज लेना। तंबाकू, एल्कोहल का सेवन अधिक करना। भरपूर नींद न लेना।

बचाव के उपाय

सडन कार्डिएक अरेस्ट से होने वाली मौत से बचने के लिए ऐसी आदतों में बदलाव लाना चाहिए, जिनसे कोलेस्ट्रॉल या ब्लड शुगर लेवल बढ़ता है। सबसे आसान तरीका है, खाना संयमित तरीके से खाएं, मीठी या तली हुई, मैदे से बनी चीजें कम से कम खाएं। फल, शहद जैसी नेचुरल शुगर कंट्रोल में लेना बेहतर है। नमक या सोडियम सीमित मात्रा (रोजाना 4-5 ग्राम) लें क्योंकि ज्यादा नमक आर्टरीज में जमा होने लगता है, जिससे आर्टरीज सख्त हो जाती हैं और व्यक्ति का ब्लड प्रेशर लेवल बढ़ता रहता है। अपनी डाइट में विटामिन-सी, ए, ई रिच फूड्स शामिल करें, जिससे स्किन ग्लोइंग बनती है। हाइड्रेटेड रहें ताकि स्किन नेचुरली ग्लो करे।

स्ट्रेस अवॉयड करें: स्ट्रेस मैनेजमेंट के लिए रोजाना मेडिटेशन, हास्य योगा, अपने करीबियों के साथ हास-परिहास करें। जो चीज आपके कंट्रोल में नहीं है, उस पर दुखी होने के बजाय हंस कर टाल दें। टेंशन अपने आप कम हो जाएगी। प्रोफेशन-पर्सनल लाइफ में बैलेंस बनाकर चलें। सोशल नेटवर्क बढ़ाएं। रोज मिल पाना संभव न हो तो फोन से संपर्क में रहें। मी टाइम या पर्सनल कामों के लिए कुछ समय जरूर निकालें। अपने पसंदीदा काम करें, हॉबीज को अंजाम दें।



सही वेट मेंटेन करें: बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) 25 से नीचे रहना चाहिए। अगर वजन ज्यादा है, तो हार्ट को हेल्दी रखने के लिए अपने वर्तमान वजन से कम से कम 10 प्रतिशत जरूर घटाएं। इसके लिए डाइट पर कंट्रोल और रेगुलर एक्सरसाइज करें। 30-35 साल की उम्र के बाद मेंटल और फिजीकल फिटनेस जरूर मेंटेन करें। खासकर महिलाएं घर-बाहर के कामों को एक्सरसाइज मानने के बजाय रेग्युलर वर्कआउट के लिए समय निकालें। एक्सरसाइज में योगा, मेडिटेशन सबसे अच्छी एक्सरसाइज हैं। इससे ब्लड फ्लो बेटर होता है और एक्सरसाइज टॉक्सिंस को भी आपकी बॉडी से बाहर निकालता है।

कार्डियो एक्सरसाइज: कार्डियो एक्सरसाइज में एज का फार्मूला होता है। 220 माइनस द एज। अगर कोई व्यक्ति 50 साल का है तो 220-50=170। यानी व्यक्ति की हार्टरेट अधिकतम रेंज 170 होनी चाहिए। ऐसे फार्मूला में अगर व्यक्ति 70 प्रतिशत तक की रेंज तक यानी 135 की हार्टरेट तक पहुंच जाता है, तो उसे अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज माना जाता है। इसी हिसाब से एक्सरसाइज के दौरान अपनी हार्टरेट को एक्सरसाइज के रेंज में ले जाकर 15-20 मिनट तक वहीं पर होल्ड रखें। लेकिन अगर व्यक्ति की टारगेट हार्टरेट ज्यादा हो जाती है तो एरिद्मिया ट्रिगर होने और एक्सरसाइज के दौरान मौत होने की संभावना रहती है।

ओवरएक्सरसाइज से बचें: 50 साल की उम्र के व्यक्ति जिसकी फिटनेस अच्छी नहीं है और ओवरएक्सरसाइज करके अपनी हार्टरेट 150 या अधिक की रेंज में ले जा रहा हो- ऐसे में कार्डिएक अरेस्ट की संभावना बढ़ जाती है। खासकर महिलाओं में फिटनेस शेड्यूल थोड़ा कम होती है, उनमें एक्सरसाइज टॉलरेंस नहीं होती, उनकी हार्टरेट पुरुषों की तुलना में ज्यादा रहती है। एक्सरसाइज के दौरान उनकी टारगेट हार्टरेट से ज्यादा पहुंचने की संभावना रहती है, जिससे कार्डिएक अरेस्ट होने की संभावना रहती है।

नशे से बचें: तंबाकू, सिगरेट, एल्कोहल के सेवन से दूर रहें। ये चीजें एंजाइटी बढ़ाती हैं, जिनका असर हार्ट पर पड़ता है।

कंसल्टेशन से लें दवा: अच्छा दिखने के लिए, अगर कोई सप्लीमेंट्स लेना हो तो डॉक्टर के प्रिस्क्रिप्शन से लें और ब्लड टेस्ट के बाद ही लें। लाइफ-लॉन्ग मेडिसिन डॉक्टर को कंसल्ट करके ही लें। सेल्फ-मेडिकेशन या कॉस्मेटिक प्रोसिजर में किए जाने वाले ट्रीटमेंट कई बार बॉडी को शॉक भी देते हैं। किडनी, लिवर पर असर डालती हैं और कार्डिएक अरेस्ट की नौबत भी आ जाती है।

इग्नोर न करें लक्षण: किसी बीमारियों के संकेतों को नजरअंदाज न करें। छोटा समझ कर छिपाना या अनदेखा करना सेहत के लिए हानिकारक हो सकता है। जितना जल्दी हो सके डॉक्टर को कंसल्ट करके उपचार कराएं। छोटी-छोटी तकलीफ हार्ट डिजीज का कारण बन सकती हैं।

रेग्युलर चेकअप: 30 साल की उम्र के बाद मेडिकल चेकअप जरूर कराएं। जैसे- ईको टेस्ट से व्यक्ति के हार्ट की गलत बनावट या ब्लॉकेज का पता चल जाता है। नॉर्मल हो, तो आगे 5-10 साल में एक बार या फिर बीमारीग्रस्त होने पर समय-समय पर टेस्ट जरूर करवाते रहें।

नींद है जरूरी: रोजाना रात में 7-8 घंटे की गहरी नींद जरूर लें। खाने के समान रोजाना अच्छी नींद सोना जरूरी है क्योंकि रात में भरपूर नींद लेने से सभी एंडोक्राइन ग्लैंड्स एक्टिव होते हैं और मेटाबॉलिज्म दुरुस्त रहता है। इससे शरीर के सेल्स रिपेयर होने, इंफ्लेमेशन कम करने, हार्मोनल बैलेंस बनाए रखने में मदद मिलती है। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

हार्ट अटैक-कार्डिएक अरेस्ट में अंतर

कार्डिएक अरेस्ट और हार्ट अटैक में अंतर होता है। दिल की सतह पर बहुत सारी नसें यानी एपिकार्डियल वेसेल्स या कोरोनरी आर्टरीज होती हैं। हार्ट अटैक तब होता है, जब दिल को खून पहुंचाने वाली ये नसें कोलेस्ट्रॉल के जमने या ब्लड क्लॉट बनने से ब्लॉक हो जाती हैं, जिससे ऑक्सीजनेटिड ब्लड दिल की मांसपेशियों तक नहीं पहुंच पाता और हार्ट का वो हिस्सा काम करना बंद कर देता है। सीने में तेज दर्द होता है, सांस लेने में मुश्किल होती है। लेकिन मरीज होश में रहता है। यथासमय ट्रीटमेंट मिल जाए तो तकरीबन 70 प्रतिशत लोगों की जान बच सकती है।

कार्डिएक अरेस्ट एक इलेक्ट्रिकल फेलियर होता है। शरीर की मांसपेशियों को चलाने के लिए इलेक्ट्रिकल स्टीमुलस की जरूरत होती है। कुछ कारणों से इसमें गड़बड़ी आने पर हार्ट पंप करना अचानक बंद कर देता है। हार्ट की धड़कन धीमी या तेज हो जाती हैं, जिससे पूरे शरीर तक जाने वाला ऑक्सीजनेटिड ब्लड फ्लो रुक जाता है। सांसें थम जाती हैं और इंसान अचानक बेहोश होकर गिर जाता है। अगर कुछ मिनटों के अंदर सीपीआर और एईडी ट्रीटमेंट न मिले, तो तकरीबन 90 प्रतिशत मरीजों की मौत हो जाती है।

फिटनेस फंडा
गौरव चोपड़ा

इन दिनों सोनी सब चैनल के शो 'पुष्पा इंपॉसिबल' में प्रोफेसर राजवीर शास्त्री के रोल में गौरव चोपड़ा दिख रहे हैं। इसमें वह काफी एनर्जेटिक नजर आ रहे हैं। अपनी हेल्थ और फिटनेस के बारे में गौरव यहां बता रहे हैं अपनी जुबानी।

सबसे जरूरी है एक्टिव रहना

जहां तक मेरे फिटनेस फंडे की बात है तो मैं इस बात पर विश्वास नहीं रखता कि रोजाना वर्कआउट करना जरूरी है। मेरा मानना है कि डेली एक्टिव रहना सबसे जरूरी है। मुझे लगता है कि लोग अकसर शब्दों और उनकी व्याख्या को लेकर भ्रमित हो जाते हैं। जैसे ही एक्सरसाइज शब्द सुनते हैं, उन्हें लगता है कि इसका मतलब है, जिम जाना, जबकि ऐसा जरूरी नहीं है। आप बस सीढ़ियां चढ़-उतर लें, या फिर छोटी दूरी के लिए गाड़ी निकालने की बजाय कुछ कदम पैदल चल लें। यह भी बहुत कारगर है। असली बात यह है कि आप चलते-फिरते रहें, अपने शरीर को मूवमेंट देते रहें। जब आप खा रहे हों, तो यह भी सुनिश्चित करें कि आप अपनी बॉडी मशीन का सही इस्तेमाल कर रहे हैं। मैं अकसर एक उदाहरण देता हूं कि जैसे अगर आप कार में बार-बार पेट्रोल भरते रहें लेकिन उसे चलाएं नहीं, तो उसका क्या फायदा? कार अच्छा माइलेज तभी देगी, जब आप उसे चलाएंगे, वो भी सही स्पीड पर। वैसे ही हमारा शरीर भी तभी स्वस्थ रह सकता है, जब हम उसे सक्रिय रूप से इस्तेमाल करें।

वर्कआउट रूटीन: मेरा वर्कआउट रूटीन पूरी तरह उस भूमिका पर निर्भर करता है, जिसे मैं किसी शो में निभा रहा होता हूं। जैसे कि फिलहाल मैं प्रोफेसर राजवीर शास्त्री की भूमिका निभा रहा हूं, तो उसके लिए बहुत ज्यादा मस्कुलर शरीर की जरूरत नहीं है। इस किरदार के लिए एक दुबला-पतला और सामान्य-सा शरीर चाहिए। इस समय मैं हफ्ते में तीन बार योग करता हूं और एक-दो बार जिम भी चला जाता हूं।

डाइट प्लान: मेरे पास कोई निश्चित डाइट प्लान नहीं है। सच कहूं तो मेरा कोई डाइट प्लान है ही नहीं। मैं एक पुरानी आदत पर चलता हूं, जिसे मैं सालों से अपनाता आ रहा हूं यानी मैं सब कुछ खाता हूं, लेकिन संतुलन के साथ। मैं न न्यूट्रिशन के मामले में और न ही स्वाद के मामले में किसी भी चीज की अति करता हूं। अगर कभी मीठा या डेजर्ट खाने का मन हो, तो खा लेता हूं, लेकिन फिर दो-तीन या चार दिन तक उसे नहीं खाता। इस तरह मुझे लगता है कि हर चीज का संतुलन बना रहता है, क्योंकि मेरा मानना है कि शरीर को हर तरह के पोषक तत्वों की जरूरत होती है। मैं नहीं चाहता कि खुद को किसी भी चीज से पूरी तरह वंचित रखूं या किसी फूड का एडिक्ट हो जाऊं।

रीडर्स को मैसेज: मैं रीडर्स से यह कहना चाहूंगा कि मैं फिटनेस के लिए जबरदस्ती समय निकालने की कोशिश नहीं करता। बल्कि मैं फिटनेस को अपनी रोजमर्रा की जिंदगी का हिस्सा बना लेता हूं। कभी-कभी मैं शूट पर निकलने से पहले 50 पुश-अप्स कर लेता हूं, या फिर जब भी किसी नए सीन के लिए ड्रेस बदलता हूं, उस दौरान कर लेता हूं। ऐसे दिनों में जब मैं जिम नहीं जा पाता, तो हर बार ड्रेस बदलते समय 50 पुश-अप्स कर लेता हूं। अब अगर किसी दिन मुझे 4 या 5 बार ड्रेस बदलने हों, तो उतनी बार एक्सरसाइज भी हो जाती है। इस तरह से आप भी फिटनेस को अपनी डेली रूटीन में शामिल कर सकते हैं।

फिटनेस मंत्र: मेरा फिटनेस मंत्र बहुत ही सरल है, मैं सब कुछ खाता हूं, सक्रिय रहता हूं, यह सुनिश्चित करता हूं कि मुझे पर्याप्त और अच्छी नींद मिले। इसके अलावा जहां तक संभव हो, प्रोसेस्ड फूड्स से दूर रहता हूं। आप खाने के शौकीन हो सकते हैं और फिर भी फिट रह सकते हैं, यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप अपने शरीर रूपी इंजन को कितनी अच्छी तरह समझते हैं? उसमें कितना और कैसा 'फ्यूल' डालते हैं और कितना बर्न करते हैं? यह एक संतुलित तंत्र है, जिसे समझना जरूरी है। किसी भी चीज की अति न करें और खुद को किसी भी चीज से पूरी तरह वंचित भी न रखें। मेरा मानना है कि बैलेंस ही सबसे बेहतर और सबसे कारगर तरीका है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

बरसात के मौसम में करें सात्विक भोजन, अच्छी रहेगी सेहत

डाइट सजेशन
राजकुमार 'दिनकर'

बारिश के मौसम और उसमें भी प्रमुख रूप से सावन के महीने में सात्विक भोजन की परंपरा केवल धार्मिक या आध्यात्मिक कारणों से ही नहीं है बल्कि इसके पीछे पुख्ता वैज्ञानिक दृष्टिकोण भी है।

इसलिए है जरूरी: बरसात के मौसम में आर्द्रता और तापमान में बदलाव के कारण शरीर की पाचनशक्ति बाकी किसी भी मौसम के मुकाबले में काफी कम हो जाती है। ऐसे में तली, भुनी चीजें और मांसाहार पाचन तंत्र को खराब कर देती हैं। सावन का महीना बारिश के मध्य का वह महीना होता है, जब खाद्य सामग्री सबसे जल्दी खराब होती है। इस महीने में ही सबसे ज्यादा जलजनित रोग भी फैलते हैं। यही

कारण है कि इस माह में डॉक्टर, लोगों को ताजा, थोड़ा और हल्का खाना खाने की सलाह देते हैं। सात्विक भोजन में ताजे, उबले और कम मसालेदार भोजन किया जाता है। कम मसालों के साथ-साथ इनमें तले पदार्थ भी कम होते हैं, जिस कारण इस दौरान आप कई तरह के संक्रमणों से बचे रह सकते हैं। बारिश के मौसम में पेट की तरह हमारी त्वचा भी बहुत जल्द संक्रमित हो जाती है। बरसात में एलर्जी, दमा और त्वचा रोग बहुत आसानी से लोगों को अपनी चपेट में ले लेते हैं। ऐसे में जब हम सात्विक भोजन करते हैं और हमारे भोजन में हल्दी, अदरक, तुलसी, नीबू आदि हर्बल औषधियां शामिल होती हैं, तो ये हमारे भोजन को शुद्ध और सात्विक तो बनाती ही हैं, हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी कई गुना ज्यादा बढ़ा देती हैं। इसलिए डॉक्टर और डाइटीशियन लोगों को बारिश के महीनों में शुद्ध, सात्विक, ताजा और हल्का भोजन करने की सलाह देते हैं। सात्विक भोजन हमारे तन को ही स्वस्थ नहीं मन को भी शांत रखता है। *

हार्ट अटैक आने से पहले शरीर में दिखने वाले इन लक्षणों को न करें नजरअंदाज

दुनियाभर में हार्ट अटैक मृत्यु के प्रमुख कारणों में से एक है। हाल के कुछ सालों में हार्ट अटैक के मामलों में तेजी से वृद्धि देखी गई है। साल 2023 में हार्ट सहित हृदय रोग के मामले भारत में मृत्यु के प्रमुख कारण रहे हैं। जो सभी मौतों का करीब 30% हिस्सा था। कम उम्र के लोगों यहां तक कि 30 से कम आयु वालों में भी न सिर्फ हार्ट अटैक के मामले सामने आए हैं। बल्कि इसकी वजह मौतों में भी वृद्धि देखी गई है। हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक हृदय की समस्याओं पर लगातार और गंभीरता से ध्यान देना बहुत जरूरी है। आजकल का जीवन काफी व्यस्त और तनावपूर्ण हो चुका है, जिसका सीधा असर हमारे स्वास्थ्य पर पड़ता है। लाइफस्टाइल और खानपान में गड़बड़ी को हृदय रोगों का मुख्य कारण माना जाता है। जिस पर कम उम्र से ही ध्यान देना जरूरी होता है। आमतौर पर हार्ट अटैक का नाम सुनते ही जो लक्षण सबसे पहले हमारे दिमाग में आता है, वह सीने में दर्द होना है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हार्ट अटैक के लक्षण इससे कहीं अधिक जटिल हो सकते हैं, जिनकी समय रहते पहचान करना बेहद जरूरी होता है।

हार्ट अटैक के सामान्य लक्षण

- हार्ट अटैक होने पर सीने में दर्द होना सबसे प्रमुख माना जाता है। ऐसा आपने फिल्मों में भी देखा होगा। यह दर्द अचानक से शुरू होता है, यह कंधे, पीठ, जबड़ा या गर्दन में भी फैल सकता है। लेकिन सिर्फ यह लक्षण हार्ट अटैक के संकेत नहीं होते हैं।
- सीने में तीव्र दर्द, भारीपन या फिर दबाव महसूस होने के अलावा हार्ट अटैक में कई सारी और भी समस्याएं हो सकती हैं।

शरीर के अन्य हिस्सों में दर्द और सांस लेने में परेशानी

हार्ट अटैक के दौरान सीने में दर्द होने के साथ ही अन्य हिस्सों में भी फैल जाता है। ऐसे लक्षण विशेष रूप से महिलाओं में अधिक सामान्य है। हालांकि यह समझना जरूरी है कि हार्ट अटैक के समय दिल का ब्लड सर्कुलेशन बाधित हो जाता है। इससे बॉडी में ऑक्सीजन में कमी होने लगती है, ऐसे में व्यक्ति को सांस लेने परेशानी महसूस हो सकती है। यह लक्षण सीने में दर्द के साथ बिना दर्द के भी हो सकते हैं। अगर आपको यह दिक्कतें महसूस हो रही हैं, तो आपको तुरंत ही सावधान जाना चाहिए और एक्शन लेना चाहिए।

ठंडे पसीने का आना या मतली और उल्टी

हार्ट अटैक के दौरान शरीर में तनाव

और रक्तचाप में बदलाव की वजह से व्यक्ति को ठंडा पसीना आने की समस्या हो सकती है। यह लक्षण अचानक और बहुत तेज हो सकते हैं। कई बार हार्ट अटैक के दौरान व्यक्ति को पेट में मतली, असहजता और उल्टी का भी अनुभव हो सकता है। इसको सिर्फ पाचन की समस्या समझने की भूल न करें। क्योंकि यह हार्ट अटैक का भी संकेत हो सकता है, जिस पर ध्यान देना जरूरी है।

क्या कहते हैं एक्सपर्ट

हृदय रोग एक्सपर्ट की मानें, तो हार्ट अटैक के लक्षणों की पहचान समय पर सबसे ज्यादा अहम है। अगर किसी व्यक्ति को सांस लेने में तकलीफ, ठंडे पसीने का अनुभव और सीने में दर्द की समस्या है, तो ऐसे में फौरन डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए। हार्ट अटैक के सिर्फ एक लक्षण पर ध्यान न दें। कभी-कभी लक्षण बहुत हल्के होते हैं या किसी और स्थिति की तरह महसूस होते हैं। इसलिए इन सभी के बारे में जानना और समय रहते हेल्थ एक्सपर्ट की सलाह जरूर लेना चाहिए। समय रहते सावधानी बरतने से बचाव हो जाता है।

खबर संक्षेप

अटेली में ट्रैफिक रूल्स जागरूकता कार्यक्रम

मंडी अटेली। ट्रैफिक रूल्स, लाइफ टूल्स कार्यक्रम के अंतर्गत बुधवार को जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से बस स्टैंड पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस कार्यक्रम में डिविजन कमांडर टेकचंद यादव ने बताया कि सड़क सुरक्षा के नियमों का पालन करना हम सभी की जिम्मेदारी है। उन्होंने लोगों से अपील की कि वे ट्रैफिक नियमों का पालन करें और दूसरों को भी जागरूक करें।

सूर्य कवि बाजे भगत दुनिया के श्रेष्ठतम कवि

महेंद्रगढ़। सैन समाज धर्मशाला में हरियाणा सम्राट बाजे भगत जयंती मनाई गई। जिला कष्ट निवारण समिति सदस्य एवं प्रधान हल्का सैन समाज शहर व परगना सुंदर लाल आसोदिया ने बताया कि वे भारतीय साहित्यकार, कवि, रागनी गायक, सांग कलाकार और हरियाणवी संस्कृति को दुर-दराज क्षेत्र तक ले जाने का काम किया। वे सभी जातियों के दिलों में राज करते थे। उनका एक लेख आज भी याद है जाता -पात पुछत नहीं कोई। हरि को भजो, सो हरि का होई। कवि बाजे भगत जी सैन समाज की अनुपम धरोहर थे। पूरे हरियाणा में कवि बाजे भगत के जैसा साहित्यकार कोई नहीं था। हरियाणा में सबसे पहले पंडित लख्मीचंद और सैन बाजे भगत हुए दोनों ही कला साहित्य में एक-दूसरे का साथ देते थे।

विश्व युवा कौशल दिवस कार्यक्रम का आयोजन

महेंद्रगढ़। माई भारत नारनौल की ओर से जिला युवा अधिकारी नित्यानंद यादव के दिशानिर्देशानुसार बीएमडी फाउंडेशन के सहयोग से कनीना में विश्व युवा कौशल दिवस पर कार्य्रकम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम कृत्रिम बुद्धिमत्ता और डिजिटल कौशल के माध्यम से युवा सशक्तिकरण विषय पर आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में मुख्यातिथि एडवोकेट रेखा यादव, विशिष्ठ अतिथि लघु उद्यमी ज्योति यादव व लघु उद्यमी कुसुमलता थी। कार्यक्रम की अध्यक्षता बीएमडी इंस्टिट्यूट के निदेशक अनिल कुमार ने की।

अनधिकृत निर्माण रोकने को गठित जिला स्तरीय टास्क फोर्स कमेटी की बैठक आयोजित

अवैध कॉलोनियों में प्लाट न खरीदें नागरिक, जून माह में 48 एकड़ में की गई तोड़फोड़ः उपायुक्त डॉ. विवेक भारती

हरिभूमि न्यूज ⏩ नारनौल

उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने कहा कि शहरी और नियंत्रित क्षेत्रों में अनधिकृत निर्माणों तथा अवैध कॉलोनियों पर रोक है। इन नियमों का जिला महेंद्रगढ़ में सख्ती से पालन किया जा रहा है। पिछले महीने जिला नगर योजनाकार ने जिला प्रशासन के सहयोग से 48 एकड़ में ऐसे निर्माणों को ध्वस्त किया है। अब इस कार्रवाई के दौरान हुए खर्च की रिकवरी में तेजी लाई जाएगी। डीसी बुधवार को लघु सचिवालय में अनधिकृत निर्माणों पर रोक के लिए गठित

नारनौल। डीपीसी तोड़ती अर्थ मूवर्स मशीन। फोटो : हरिभूमि

जिला स्तरीय टास्क फोर्स कमेटी की बैठक ले रहे थे।

इस अवसर पर उपायुक्त ने कहा कि अवैध रूप से निर्मित इमारतों, दुकानों, गोदामों और अन्य संरचनाओं से मानव जीवन को खतरे के साथ साथ विकास कार्य भी प्रभावित होते हैं। उन्होंने कहा कि शहरी व नियंत्रित क्षेत्रों में बिना अनुमति के विकसित की जा रही अवैध कॉलोनियों को ध्वस्त करना डीटीपी की जिम्मेदारी है। उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया है कि ऐसी कॉलोनी में प्लाट न खरीदें। इनमें बुनियादी सुविधाओं का अभाव होता है और नियमों का उल्लंघन होता है। नागरिक किसी भी प्लाट को खरीदने से पहले विभाग से वैधता की जानकारी लें। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि हरियाणा शहरी क्षेत्र विकास एवं विनियमन अधिनियम 1975 की धारा 7ए का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करें। उल्लंघन करने वालों के खिलाफ कानूनी व अनुशासनात्मक कार्रवाई की जाएगी। इस बैठक में जिला नगर योजनाकार गुंजन वर्मा ने आश्वासन दिया कि भविष्य में भी पुलिस की सहायता से अवैध कॉलोनी के खिलाफ इसी प्रकार कार्रवाई जारी रहेगी। इस बैठक में कनीना के एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह, एसडीएम रमित यादव, जिला राजस्व अधिकारी राकेश कुमार के अलावा अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

अवैध कॉलोनी पर चला पीला पंजा, 30 डीपीसी भी तोड़ी

नारनौल। जिला नगर योजनाकार की टीम ने नियंत्रित एवं शहरी क्षेत्र नारनौल में राजस्व सम्पदा गांव नारनौल में लगभग 12 एकड़ भूमि में अवैध कालोनी में तोड़फोड़ की कार्रवई की गई। इस दौरान लगभग 12 एकड़ भूमि में 30 डीपीसी व तीन चारदीवारी के साथ-साथ सभी रोड नेटवर्क उखाड़ दिए गए। यह पूरी तोड़फोड़ कार्रवाई जिला नगर योजनाकार एवं मौका ड्युटी मजिस्ट्रेट गुंजन वर्मा की अगुवाई में क्षेत्रान्वेशक रवि कुमार, विकास, जितेन्द्र कुमार के साथ पुलिस बल की मौजूदगी में प्रशासन की मदद से अमल में लाई गई। इस दौरान जिला नगर योजनाकार गुंजन वर्मा ने लोगों से कहा है कि नियन्त्रित क्षेत्र/शहरी क्षेत्र में कोई भी निर्माण बिना विभागीय अनुमति के न करें तथा नगर एवं ग्राम आयोजना विभाग चण्डीगढ़ के महानिदेशक से लाईसैन्स अनुमति लेने उपरान्त ही कृषि भूमि को रिहायशी अथवा वाणिज्यिक उपयोग के लिए परिवर्तित करें अन्यथा चूककर्ताओं के खिलाफ विभागीय कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने कहा कि किसी भी अवैध कॉलोनी में कोई प्लाट प्रापर्टी डीलर्स के बहकावे में आकर न खरीदें और न ही अवैध निर्माण करें। इसके अतिरिक्त कोई भी प्लॉट खरीदने से पहले कॉलोनी की वैधता बारे व निर्माण करने से पूर्व नियमानुसार अनुमति लेने बारे जिला नगर योजनाकार कार्यालय नारनौल से किसी भी कार्यदिवस में पता किया जा सकता है।

भाजपा केवल बड़े चेहरों को नहीं, बल्कि जमीनी स्तर पर काम करने वाले के लिए समर्पित

आइसक्रीम बेचने वाला कार्यकर्ता 'मोदी' बना नपा का मनोनीत पार्षद

मोहल्ला खटीकान निवासी मुकेश कुमार 35 वर्ष से भाजपा से जुड़े हुए है, शहर में मुकेश उर्फ मोदी के नाम से मशहूर है।

हरिभूमि न्यूज ⏩ महेंद्रगढ़

बीजेपी पार्टी ने एक बार फिर साबित कर दिया है कि वो केवल बड़े चेहरों को नहीं, बल्कि जमीनी स्तर पर काम करने वाले समर्पित कार्यकतार्ओं को भी सम्मान देने में विश्वास रखती है। जिले से एक ऐसा उदाहरण सामने आया है, जो राजनीति में सेवा और समर्पण की असली मिसाल बन गया है। बीजेपी पार्टी ने महेंद्रगढ़ नगर पालिका में एक ऐसे कार्यकर्ता को मनोनीत पार्षद बनाया है, जो आज भी आइसक्रीम बेचकर अपने परिवार का पालन-पोषण करता है। भाजपा पार्टी ने शहर के मोहल्ला खटीकान निवासी आइसक्रीम बेचने वाले 52 वर्षीय मुकेश कुमार उर्फ मोदी के

महेंद्रगढ़। राजकीय महिला महाविद्यालय के बाहर आइसक्रीम बेचते मुकेश कुमार। फोटो : हरिभूमि

नाम मशहुर है तथा 35 वर्ष से भाजपा पार्टी के साथ जुड़कर कार्य कर रहे है।

बता दें कि पिछले दिनों भाजपा सरकार की नगर निगम, नगर परिषद व नगर पालिका में मनोनीत पार्षद बनाए गए थे। सरकार की ओर से महेंद्रगढ़ नगर पालिका में भी दो मनोनीत पार्षद बनाए गए थे। नगर पालिका महेंद्रगढ़ में पार्टी की ओर से मनोनीत पार्षद बनाए गए शख्स कोई नामचीन चेहरा नहीं, बल्कि एक आम नागरिक हैं, जो इस वक्त अपनी आजीविका के लिए आइसक्रीम बेचने का कार्य करते हैं। हालांकि पेशे से वो साधारण हैं, लेकिन पार्टी से उनका जुड़ाव बेहद पुराना और मजबूत रहा है।

लंबे समय से बीजेपी के साथ जुड़े इस कार्यकर्ता ने संगठन के लिए निहस्वार्थ भाव से कार्य किया है। उनका चयन एक मिसाल बनकर सामने आया है कि पार्टी हर उस व्यक्ति को मौका देती है, जो सच्चे मन से कार्य करता है।

साधारण कार्यकर्ताओं का बढ़ा मनोबल

मुकेश उर्फ के मोदी मनोनीत पार्षद बनने के बाद स्थानीय जनता और पार्टी कार्यकतार्ओं के बीच इस निर्णय की खूब सराहना हो रही है। लोग इसे सच्चे कार्यकतार्ओं की जीत और योग्यता की पहचान मान रहे हैं। बीजेपी के इस फैसले का स्वागत स्थानीय स्तर पर जोरदार तरीके से किया जा रहा है। पार्टी कार्यकतार्ओं का कहना है कि इससे उन लोगों को भी प्रेरणा मिलेगी जो नि%स्वार्थ भाव से संगठन के लिए काम कर रहे हैं। आम लोगों का भी कहना है कि यह योग्यता और निष्ठा की जीत है।

35 वर्ष से पार्टी से जुड़े

मुकेश कुमार वर्ष 1992 में भाजपा पार्टी के साथ भाजपा पार्टी के साथ जुड़े थे। इसके अलावा 20 वर्ष से आरआरएस के जुड़कर समाजसेवा कर रहे है। वर्ष 1996 में उनको नगर मंडल का उपाध्यक्ष बनाया गया था। उस समय वर्तमान विधायक कंवर सिंह यादव जिला अध्यक्ष तथा पूर्व मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर प्रदेश अध्यक्ष होते थे। इसके बाद पार्टी की ओर से वर्ष 2014 में सक्रिय सदस्य, वर्ष 2016 में जनसंपर्क अभियान प्रमुख बनाया गया था। इसके बाद बूथ प्रमुख की जिम्मेदारी दी गई। वर्तमान में उनके पास पार्टी में शक्ति केंद्र प्रमुख का पद है। इसके अलावा मुकेश कुमार खटीक समाज के प्रधान तथा दुर्लभनाथ सेवा समिति के प्रधान रह चुके है।

जनता व सरकार की उम्मीदों पर उतरने का करेंगे प्रयासः मुकेश कुमार

मुकेश कुमार का कहना है कि आइसक्रीम की ठेली से लेकर नगर पालिका के पार्षद पद तक का यह सफर केवल मेहनत, समर्पण व पार्टी के भरोसे से ही संभव हुआ है। संगठन के लिए सिर्फ सेवा की भावना से काम किया। कभी सोचा नहीं था कि पार्टी मुझे इतना बड़ा सम्मान देगी। अब यह जिम्मेदारी मिली है, तो जनता की उम्मीदों पर खरा उतरना ही मेरा पहला लक्ष्य होगा।

नारनौल। टाईगर क्लब के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

सवितराज बने टाइगर क्लब परिवार अटेली शाखा के प्रधान

हरिभूमि न्यूज ⏩ नारनौल।

टाईगर क्लब विस्तार अभियान कार्यक्रम की बैठक अटेली अनाज मंडी में हुई। जिसकी अध्यक्षता टाईगर क्लब परिवार प्रधान राकेश यादव ने की। बैठक में टाईगर क्लब परिवार की अटेली शाखा के प्रधान पद के लिए बजरंग दल व विश्व हिंदू परिषद के सदस्य विक्रम शर्मा भगवाधारी की ओर से सवितराज यादव के नाम का अनुमोदन किया। जिसे सभी सदस्यों ने सर्वसम्मति से प्रधान बनाया। सभी सदस्यों ने सवितराज को टाईगर क्लब परिवार अटेली शाखा के फिर से प्रधान बनने पर बधाई दी। प्रधान सवितराज ने कहा कि जल्द टाईगर क्लब परिवार अटेली शाखा की संपूर्ण कार्यकारिणी का विस्तार किया जाएगा। सदस्यता अभियान के तहत युवाओं को जोड़ा जाएगा। टाइगर क्लब परिवार की ओर सेद्वा आयोजित होने वाले 22वें दुर्गा पूजा महोत्सव में सम्पूर्ण अटेली शाखा की ओर से सहयोग किया जाएगा। विक्रम शर्मा भगवाधारी ने कहा कि महोत्सव में अटेली शाखा की ओर से अधिक से अधिक माताओं बहनों को ऐतिहासिक कलश यात्रा में जोड़ा जाएगा। टाईगर क्लब परिवार के उप प्रधान राजेश सैनी, प्रधान राकेश यादव ने अटेली शाखा में जुड़ने वाले सभी सदस्यों को माता रानी का पटका पहनाकर स्वागत किया। सभी नवनियुक्त सदस्यों को बधाई दी व आभार जताया। इस मौके पर टाईगर क्लब परिवार के प्रधान राकेश यादव, उप प्रधान राजेश सैनी, टाईगर क्लब परिवार के कार्यक्रम सह संयोजक प्रवीण यादव, बजरंग दल से विक्रम शर्मा भगवाधारी, प्रवीन यादव, अटेली शाखा प्रधान सवितराज यादव, हेमन्त तोबड़ा, अपूर्व लांबा गढ़ी रुथल, मोहित यादव बौचड़िया, जतिन शर्मा कांटी, विक्रम शर्मा महासर, दीपक खोड़, विपिन यादव ताजपुर, रोहित लाम्बा गढ़ी रूथल, आदि मौजूद रहे।

बवाना में शिव परिवार प्राण प्रतिष्ठा आज

- पंच परिवार मूर्ति स्थापना से पूर्व सेठ प्रभुदयाल धर्मशाला से कलश यात्रा निकाली जाएगी
- गांव को धार्मिक ध्वजों और तोरण द्वारों से सजाया गया

हरिभूमि न्यूज ⏩ महेंद्रगढ़

गांव बवाना में स्थित प्राचीन भूतेश्वर शिव मंदिर में वीरवार को भगवान शिव पंच परिवार की मूर्ति की प्राण प्रतिष्ठा महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। पंच परिवार मूर्ति स्थापना से पूर्व सेठ प्रभुदयाल धर्मशाला से कलश यात्रा निकाली जाएगी। आयोजन समिति की ओर से कलश यात्रा के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। गांव को धार्मिक ध्वजों और तोरण द्वारों से भव्य रूप से सजाया गया है। मंदिर परिसर में

महेंद्रगढ़। पूजा करते ग्रामीण। फोटो : हरिभूमि

विशाल भंडारे का आयोजन भी किया जाएगा। लखीराम सोनी ने बताया कि इस दौरान पूजा-अर्चना का काम पंडित मनीष जोशी के सानिध्य में सहायक अजय शास्त्री की ओर से कराया जाएगा। वहीं बुधवार को फलादिवस कराया गया। कार्यक्रम में प्रसिद्ध कथा वाचक साध्वी कौशिक गिरी मुख्यातिथि होंगी और उनके गुरु विकास गिरी का भी सानिध्य रहेगा। गांव में इस धार्मिक आयोजन को लेकर भारी उत्साह है। ग्रामीणों व आयोजन कमेटी की ओर से सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

सीएचसी में लगेगा जन्म प्रमाण वितरण शिविर

नांगल चौधरी। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में 18 जुलाई को जन्म प्रमाण पत्र वितरण शिविर लगाया जाएगा। जिसके लिए कर्मचारियों की जिम्मेवारियां निर्धारित की गई हैं। सीएचसी के एसएमओ डॉ. अशोक कुमार ने बताया कि सलम एरिया व अन्य ग्रामीण विभिन्न कारणों के चलते बच्चों का जन्म प्रमाण पत्र नहीं बनवा पाते। जिस कारण उन्हें स्कूली दाखिले व अन्य सुविधाएं नहीं मिल पाती। ग्रामीणों की सुविधा के लिए विभाग ने सीएचसी में ओपन शिविर लगाने का निर्णय लिया है। जिसमें 0 से एक साल तक के बच्चों का जन्म प्रमाण पत्र प्राप्त कर सकते हैं।

कॉलेजियम में चुने जाने पर लोकेश शर्मा मुकेश जैन व रोशनलाल सैनी सम्मानित

- संस्था के संरक्षक विजय जिंदल ने कहा कि संगठन सदैव समाज में सकारात्मक कार्य करने वाले व्यक्तियों को करता है प्रोत्साहित

हरिभूमि न्यूज ⏩ नारनौल

गौड़ ब्राह्मण सभा के कॉलेजियम चुनाव में विजय प्राप्त करने पर आजाद चौक युवा संगठन के प्रधान लोकेश निर्मल को आजाद चौक परिसर में संगठन के पदाधिकारियों की ओर से माला पहनाकर व लड्डू बांटकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर ग्रीवेंस कमेटी के सक्रिय सदस्य मुकेश जैन व रोशन लाल सैनी को भी समाज में उनके निरंतर योगदान के लिए सम्मानित किया

नारनौल। लोकेश शर्मा, मुकेश जैन व रोशनलाल सैनी को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

गया। संस्था के संरक्षक विजय जिंदल ने कहा कि संगठन सदैव समाज में सकारात्मक कार्य करने वाले व्यक्तियों को प्रोत्साहित करता है। लोकेश निर्मल की जीत संगठन की एकजुटता और उनकी कर्मठता का प्रमाण है। मुकेश जैन व रोशनलाल सैनी समाजसेवा में निरंतर अग्रसर हैं। जिन पर हमें गर्व है। कार्यक्रम के दौरान संगठन के प्रमुख सदस्य राकेश गर्ग, सुरेंद्र कुमार, बिल्लू शर्मा, बालकिशन सैनी, यादराम सैनी, भगत सिंह सैनी सहित अनेक गणमान्य सदस्य उपस्थित रहे।

नारनौल। सड़क पर जमा गंदा पानी। फोटो : हरिभूमि

सेक्टर में सीवरेज ब्लॉक होने से लोगों का जीना हुआ दूभर

हरिभूमि न्यूज ⏩ नारनौल

शहर के हुडा सेक्टर में समस्याओं की सुनवाई करने वाला कोई नहीं। संवेदना हॉस्पिटल के सामने गली में सीवोज ब्लॉक होने के कारण गली से लेकर बाहर राज्यसभा सदस्य किरण चौधरी के निवास के सामने तक मुख्य प्रवेश मार्ग में सीवरेज ब्लॉकेज के कारण पानी सड़क पर बह रहा है। जिस कारण प्रतिदिन आने जाने वाले लोगों व स्थानीय निवासियों को भारी असुविधा का सामना करना पड़ रहा है। आसपास रहने वाले लोगों का घरों से निकलना दुभर हो रखा है। बारिश के मौसम में बदबू व गंदगी के कारण मच्छर कीटाणु फैलने का खतरा बना रहता है। स्थानीय निवासियों के अनुसार विभागीय अधिकारियों के लेकर नगर परिषद चेयरमैन व सीएम विंडो तक शिकायत देने के बावजूद भी समस्या का कोई समाधान नहीं हो रहा।

सीवर और सेप्टिक टैंक की सफाई के लिए यांत्रिकी पद्धति को बढ़ावा देना उद्देश्य

सीवरमैनों को दी गई सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट की जानकारी, सम्मान के साथ बढ़ाया हौसला

नये भारत का ऐलानः मशीन से सफाई, सुरक्षा व सम्मान के नारे के साथ मनाया नमस्ते दिवस

हरिभूमि न्यूज ⏩ नारनौल

जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग एवं जल व स्वच्छता सहायक संगठन की ओर से बुधवार को सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट परिसर में नमस्ते दिवस का आयोजन किया गया।

इस अवसर पर जिला सलाहकार मंगतूराम सरसवा ने बताया कि नमस्ते का पूरा नाम नेशनल एक्शन फॉर मशीनीकृत सैनिटेशन इकोसिस्टम है। जिसका उद्देश्य हाथ से मैला उठाने की प्रथा को पूर्णतः समाप्त कर सीवर और सेप्टिक टैंक की सफाई के लिए यांत्रिकी पद्धति को बढ़ावा देना है।

नारनौल। सीवरमैनों को नमस्ते दिवस के दौरान जानकारी प्रदान करते विभागीय अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

उन्होंने कहा कि नये भारत का ऐलान मशीन से सफाई, सुरक्षा और सम्मान का यह नारा केवल शब्द नहीं, बल्कि सफाईकर्मियों के जीवन में गरिमा और सुरक्षा सुनिश्चित करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। कार्यक्रम में उपस्थित सभी सीवरमैनों को मैनुअल स्कैवेंजिंग पर रोक, मशीनों के प्रयोग, सुरक्षा उपकरणों के महत्व, बीमा, स्वास्थ्य जांच, सामाजिक सुरक्षा और प्रशिक्षण की विस्तृत जानकारी दी गई। उन्होंने बताया कि नमस्ते दिवस का आयोजन देशभर में सफाईकर्मियों की सुरक्षाए सम्मान और कल्याण के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए किया जाता है। भारत सरकार की यह योजना वर्ष 2022-23 में स्वच्छ भारत मिशन शहरी और सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय की ओर से संयुक्त रूप से शुरू की गई थी। जिसे आवास एवं शहरी मामलों के मंत्रालय और सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय की साझेदारी से लागू किया जाता है।

स्वच्छता के नायक हमारे सीवरमैनः सरसवा

मंगतूराम सरसवा ने कहा कि इस योजना का उद्देश्य सफाईकर्मियों को केवल सुरक्षा उपकरण उपलब्ध कराना ही नहीं, बल्कि उन्हें गरिमापूर्ण जीवन और सुरक्षित कार्य वातावरण उपलब्ध करवाना है। इसके तहत सीवर व सेप्टिक टैंक सफाई से होने वाली दुर्घटनाओं और मृत्यु दर को शून्य तक लाने का लक्ष्य रखा गया है। उन्होंने कहा कि यह कार्यक्रम हमें यह स्मरण कराता है कि स्वच्छता के असली नायक हमारे सीवरमैन हैं और उनकी सुरक्षा हमारी सामाजिक जिम्मेदारी है। इस अवसर पर सुपरवाइजर रामशरण ने उपस्थित सफाईकर्मियों को सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट की कार्यप्रणाली और मशीनों के उपयोग के बारे में विस्तार से जानकारी दी। कार्यक्रम में बीआरसी इन्द्रजीत, सीवरमैन सूबेसिंह, कमल, देशराज, साहिल, अंकित, ललित, सचिन, राजबीर, धर्मपाल मौजूद रहे। सभी ने मिलकर हाथ से मैला उठाने की प्रथा को समाप्त कर यांत्रिकी सफाई को अपनाने का संकल्प लिया।

खबर संक्षेप

बौंद पुलिस थाने में रोपित की त्रिवेणी

चरखी दादरी। सद्भावना त्रिवेणी रोपण अभियान के तहत चरखी दादरी के बौंद पुलिस थाना में एक विशेष त्रिवेणी रोपण कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम त्रिवेणी बाबा के सान्निध्य में पर्यावरण प्रहरी हवलदार लोकराम नेहरा और उनकी धर्मपत्नी सहायक उपनिरीक्षक कांता नेहरा ने आयोजित किया। इस मौके पर चरखी दादरी के पुलिस अधीक्षक अर्श कुमार वर्मा और उप पुलिस अधीक्षक दिनेश यादव ने स्वयं त्रिवेणी का रोपण कर अभियान का शुभारंभ किया।

छात्राओं को महिला अपराध के प्रति किया जागरूक

चरखी दादरी। बुधवार को बौंद कलां थाना प्रभारी सतबीर सिंह द्वारा गवर्मेंट स्कूल मिसरी में छात्रों को सोशल मीडिया के दुष्प्रभावों, महिला विरुद्ध अपराध व नशे के दुष्परिणामों को लेकर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। उन्होंने छात्रों से आत्मीय संवाद करते हुए महिला सुरक्षा व महिलाओ के विरुद्ध होने वाले अपराधों की मुख्य बातें साझा की।

अग्रवाल युवक व युवती का परिचय सम्मेलन 7 को

बहल। अखिल भारतीय अग्रवाल समाज हरियाणा द्वारा सात सितम्बर को जीन्द के अग्रसेन स्कूल में होने वाला विवाह योग्य अग्रवाल युवक युवती परिचय सम्मेलन को लेकर अग्रवाल समाज में उत्साह बना हुआ है। यह सम्मेलन उत्तर भारत का ऐतिहासिक विवाह सम्मेलन होगा जिसमें प्रदेश भर से अग्रबंधु अपने बच्चों को रिश्तों की डोर में बांधने के लिए पहुंचेंगे।

बच्चों ने वन विभाग की नर्सरी का भ्रमण किया

बाढड़ा। एक पेड मां के नाम अभियान के तहत नोडल अधिकारी सुंदरपाल फौगाट ने विद्यालय के बच्चों के साथ बाढड़ा वन विभाग की नर्सरी का भ्रमण किया। इस दौरान नन्हे मुन्नों को को पौधे वितरण संबंधित जानकारियां दी गई। विज्ञान अध्यापक रविंद्र कुमार ने बच्चों को समझाया कि किस प्रकार पर्यावरण की सुरक्षा के लिए पेड पौधों का रोपण अधिक से अधिक किया जाना आवश्यक है। रेंज ऑफिसर रविंद्र राणा तथा 4लॉक फॉरेस्ट ऑफीसर रणजीत सिंह सहित स्टाफ ने सभी का स्वागत किया। बच्चों को नर्सरी का भ्रमण करवाया गया।

एफएलएन एवं उल्लास टीम ने किया स्कूलों का दौरा

बाढड़ा। जिला एफएलएन कोऑर्डिनेटर संदीप कुमार एवं उल्लास जिला कोऑर्डिनेटर हरपाल आर्य द्वारा जिले के विभिन्न विद्यालयों का संयुक्त दौरा किया गया। इस अवसर पर संपर्क जिला कोऑर्डिनेटर रविंद्र कुमार भी उपस्थित रहे। स्कूलों में बच्चों की शैक्षणिक प्रगति के साथ-साथ एनसीएफ-एसएफ प्रशिक्षण की प्रभावशीलता का गहन मूल्यांकन किया गया।

---

350 करोड़ रुपये बीमा फ्रॉड की राशि दिलवाने सहित अनेक मांगें उठाई

किसान हित में विभिन्न किसान संगठनों का महापड़ाव शुरू, शहर में किया प्रदर्शन

शास्त्री पार्क से प्रदर्शन करते हुए किसानलोहारू एसडीएम कार्यालय पहुंचे जताया विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

अखिल भारतीय किसान सभा, भारतीय किसान यूनियन टिकैत, घासीराम नैन, चंढूनी ग्रुप, किसान मजदूर शोषण मुक्ति मोर्चा एवं संयुक्त किसान मोर्चा ने खरीफ फसल-2023 के 350 करोड़ रुपये बीमा फ्रॉड की उच्च स्तरीय न्यायिक जांच करवाने, इसमें संलिप्त दोषियों के विरुद्ध कानूनी कार्यवाही करवाने व ब्याज समेत फ्रॉड की गई राशि किसानों के खातों में डालने व किसानों की अन्य मांगों को लेकर लोहारू एसडीएम कार्यालय पर अनिश्चितकालीन किसान महापड़ाव शुरू कर दिया। किसान संगठन इससे पहले लोहारू के शास्त्री पार्क में इकट्ठे हुए तथा जनसभा की, जिसमें संयुक्त किसान मोर्चा नेता कामरेड इंद्रजीत सिंह, रवि आजाद, सुमित दलाल, कामरेड ओमप्रकाश व मास्टर जगरोशन ने आरोप लगाया कि क्षेमा फसल बीमा कम्पनी ने 2023 के खरीफ फसल में कृषि कल्याण विभाग के उच्च अधिकारियों से सांठ गांठ करके भिवानी जिले में 200 करोड़ रुपये तथा दादरी जिले में 150 करोड़ रुपये का घोटाला कर दिया और किसानों को उनकी फसलों को हुए नुकसान की भरपाई नहीं की। इसकी न्यायोचित जांच के लिए किसान सभा ने मुख्यमंत्री व कृषिमंत्री को उपायुक्त के माध्यम से ज्ञापन भेजे तथा 17 मार्च व 23 जून को लोहारू एसडीएम के माध्यम से भी ज्ञापन भेजे थे। 23 जून को लोहारू अनाज मंडी किसान महापंचायत करके ये निर्णय लिया था कि राज्य सरकार ने इस संबंध में उचित कार्यवाही नहीं की तो एक जुलाई को दोनों जिलों के विधायकों, मंत्रियों व सांसदों को निर्णय अनुसार ज्ञापन भी दिए और बीमा फ्राड की पूरी पृष्ठभूमि तथा किसानों की अन्य 13 मांगों बारे उनको अवगत करवाया जा चुका है। बीमा फ्रॉड व अन्य मांगों को लेकर किसानों ने महापड़ाव डाला। पड़ाव से पहले किसान शास्त्री पार्क में देश के दूसरे प्रधानमंत्री स्वर्गीय लाल बहादुर शास्त्री की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया, फिर किसान आन्दोलन में शहीद महाबीर फरटिया की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया। उन्होंने बताया कि उनकी अन्य मांगे वर्ष 2022-23 का दोनों जिलों का 472 करोड़ रुपये बकाया मुआवजा, फरवरी 2025 में बाढ़ड़ा, दादरी व लोहारू में ओलावृष्टि से हुई फसल बर्बादी का मुआवजा, बकाया बिजली ट्यूबवैल कनेक्शन, बढ़ाई बिजली दरें वापस करवाने, बिजली टावरों, तेल पाइप लाइन बिछाने के लिए किसानों को न्यायोचित मुआवजा देने, डीएपी, यूरिया खाद की प्रयाप्त आपूर्ति देने, नहरी पानी देने, बिजली निजीकरण व स्मार्ट मीटर योजना रद करवाने सहित 13 मांगों को मनवाने के लिए महापड़ाव डाला। उन्होंने कहा कि जब तक किसानों की वाजिब मांगें नहीं मानी जांएगी, तब तक किसान महापड़ाव जारी रखेंगे।

भिवानी। शहर में विरोध प्रदर्शन करते किसान व किसान संगठनों के महापड़ाव को संबोधित करते किसान नेता। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

सभा को रामफल देशवाल, कविता आर्य, दयानंद पूनिया, मेवा सिंह आर्य, प्रिंसिपल पृथ्वी सिंह, डा. बलबीर ठाकन, मास्टर शेर सिंह , अशोक आर्य एडवोकेट, कर्णसिंह जैनावास, सुबेदार धनपत ओबरा, रामोतार बलियाली, प्रताप सिंह सिंहकार, सुबेदार इंद्रराज दमकौरा, नरेश पहाड़ी, उमेद फरटिया, रणधीर कुंगड़, मास्टर रघबीर सिंह, रामपाल धरिणी, रामचंद्र फौजी, हवासिंह जांगड़ा, छोटूराम पुनिया आदि मौजूद रहे।

भिवानी। निलेश को सम्मानित करते अतिथि। फोटो : हरिभूमि

सुमराखेड़ा के निलेश ने राष्ट्रीय स्तर पर दिखाई अपनी प्रतिभा

- दूरदर्शन पंजाबी टीवी चैनल की बेटल ऑफ ब्रेन प्रतियोगिता में प्राप्त किया दूसरा स्थान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पंजाब के लुधियाना में 15 जुलाई को दूरदर्शन पंजाबी टीवी चैनल पर बेटल ऑफ ब्रेन विषय पर आयोजित नेशनल फाइनल प्रतियोगिता में गांव सुमराखेड़ा निवासी निलेश पुत्र जयबीर सिंह का चयन हुआ है। प्रतियोगिता में अपनी प्रतिभा का हुनर दिखाते हुए निलेश ने पूरे देश से आए हुए नौ बच्चों को पीछे छोड़ते हुए दूसरा स्थान प्राप्त किया। निलेश के पिता जयबीर सिंह ने बताया कि निलेश 8वीं कक्षा का छात्र है। प्रतियोगिता की तैयारी के लिए वे पिछले एक वर्ष से दिन रात एक किए हुए थे। निलेश ने टीवी चैनल की बेटल ऑफ ब्रेन विषय पर स्कूल स्तर, जिला स्तर व प्रदेश स्तर की प्रतियोगिताओं में सफलता हासिल की। उन्होंने राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित फाइनल प्रतियोगिता में दूसरा स्थान प्राप्त कर परिजनों, गांव, जिले व प्रदेश का नाम रोशन किया। निलेश के दादा रोहताश सिंह व दादी मेवा देवी ने बताया कि हमें अपने पौत्र निलेश पर गर्व है उन्होंने 12 वर्ष की छोटी की आयु में ही परिवार व गांव का नाम पूरे देश में चमकाया है। उन्होंने बताया कि इससे पहले निलेश ने बिना कोचिंग के नवोदय विद्यालय की प्रवेश परीक्षा व सैनिक स्कूल की प्रवेश परीक्षा पास कर चुके हैं। निलेश ने बताया कि उनका सपना आईएएस अधिकारी बनकर देश की सेवा करने का है। उन्होंने अपनी सफलता का श्रेय प्राचार्य डॉ. सुरेन्द्र गौड़, स्कूल शिक्षकों व परिजनों को दिया।

संगीत की कोई भाषा नहीं होती

- वैश्य महाविद्यालय में कव्वाली नाइट शाम ए खास कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

संगीत की कोई भाषा नहीं होती, यह भावनाओं की अभिव्यक्ति का सबसे बड़ा साधन है, ये बात पूर्वमंत्री एवं विधायक घनश्याम सर्राफ ने वैश्य महाविद्यालय में आयोजित कव्वाली नाइट शाम ए खास कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि कही। कव्वाली नाइट कार्यक्रम रामफल ब्रदर्स, रेडलीफ सिनेमा व वैश्य महाविद्यालय के सांस्कृतिक प्रकोष्ठ रंगवीथिका संयुक्त तत्वावधान में आयोजित किया। कव्वाली नाइट में महाविद्यालय के छात्र एवं उभरते संगीत सितारे साहिल बादल ने अपने दल के साथ मनमोहक कव्वाली प्रस्तुत की। विधायक घनश्यामदास सर्राफ ने कहा कि संगीत मानव जीवन का अभिन्न अंग है, जो हमारी संस्कृति को व्यक्त करता है। प्राचार्य डॉ. संजय गोयल ने अतिथियों का स्वागत किया। मंच संचालन करते हुए प्रोफेसर डॉ. हरिकेश पंघाल ने कहा कि महाविद्यालय के सांस्कृतिक प्रकोष्ठ रंगवीथिका अनेक प्रतिभाओं को सही दिशा प्रदान कर रहा है। महाविद्यालय के डीन स्टूडेंट वेलफेयर धीरज त्रिखा ने भविष्य में ऐसे कार्यक्रम आयोजित करने की बात कही।

भिवानी। कव्वाली की प्रस्तुति देते कलाकार। फोटो : हरिभूमि

बीडीपीओ ने तीन सरपंचों सहित तीन दर्जन पंचों को शपथ दिलवाई

बाढड़ा। उपमंडल कार्यालय में बुधवार को एसडीएम विरेंद्र सिंह ने पंचायत समिति की वार्ड सं1या दस की नवनिर्वाचित सदस्या पिंकी बाई को शपथ दिलवाई तथा बीडीपीओ ने खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय में गांव बाढड़ा, हंसावास खुर्द व डालावास की महिला सरपंच की शपथ दिलवाई। एसडीएम ने सभी नवनिर्वाचित प्रतिनिधियों को गांव से नशा दूर करने व पर्यावरण सरंक्षण की अपील की। कस्बे के जुई रोड़ स्थित उपमंडल कार्यालय में नवनिर्वाचित बीडीसी सदस्या पिंकी बाई को पंचायत समिति सदस्या को शपथ दिलवाते हुए कहा कि पंचायतीराज जनसेवा का पहला पायदान है।

शिक्षिकाओं व छात्राओं ने पुस्तकों का किया अवलोकन

- आदर्श महिला महाविद्यालय में पुस्तक मेले का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

आदर्श महिला महाविद्यालय में पुस्तकालय विभाग द्वारा पुस्तक मेले का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य प्राध्यापिकाओं को विभिन्न विषयों से संबंधित नई-नई पुस्तकों से रुबरु करवाना रहा। मेले में विभिन्न प्रकाशन के प्रकाशकों ने पुस्तकों की प्रदर्शन लगाई, जिसमे नोएडा से ओरिएंट ब्लैकस्वान, सेंगेज इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, नई दिल्ली से हिमालय पब्लिशिंग हाउस, रोहतक से हैप्पी बुक डिपो, जयपुर से रिद्धी-सिद्धी प्रकाशन ने विभिन्न विषयों से संबंधित अपने द्वारा प्रकाशित पुस्तकों की प्रदर्शनी लगाई। पुस्तक मेले में विज्ञान, भौतिकी, रसायन, इतिहास, अर्थशास्त्र, राजनीति शास्त्र, कला, सामान्य ज्ञान, प्रतियोगी परीक्षा, वाणिज्य विषयों से संबंधित पुस्तके सम्मिलित थी। महाविद्यालय के प्राध्यापक वर्ग के साथ-साथ छात्राओं ने भी बड़ी रुचि से पुस्तकों का अवलोकन किया। पुस्तक प्रदर्शनी का उद्घाटन प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल ने किया। उन्होंने बताया कि प्राध्यापिका वर्ग द्वारा बताई गई पुस्तकों को जल्द ही पुस्तकालय में उपलब्ध करवाया जाएगा, जिससे छात्राओं को विषयो से संम्बधित उचित ज्ञान प्राप्त हो सके।

भिवानी। पुस्तक मेले का अवलोकन करती शिक्षिकाएं। फोटो : हरिभूमि

विधायक के भाई ने लोहारी जाट्टू में किया लाइब्रेरी का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

गांव लोहारी जाट्टू में सविन्द्र फौजी द्वारा शुरू की गई लाइब्रेरी का उद्घाटन करने पहुंचे बवानीखेड़ा विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि के बड़े भाई मास्टर राजेश का ग्रामवासियों ने फूल मालाओं से स्वागत किया। विधायक के भाई मास्टर राजेश वाल्मीकि ने लाइब्रेरी का उद्घाटन करते हुए बताया कि यह बहुत ही अच्छी सोच है जो सविंद्र फौजी द्वारा लाइब्रेरी की शुरुआत करवाई गई है, इससे युवाओं का बहुत ही फायदा होगा। जिस प्रकार भाजपा ने बिना पर्ची बिना खर्ची के रोजगार देने का काम किया है। युवा इस लाइब्रेरी से पढ़कर बिना पर्ची बिना खर्चे के सरकारी नौकरी में लगेंगे। मास्टर राजेश बाल्मीकि ने रीबन काट कर लाईब्रेरी का उद्घाटन किया व इसे विद्यार्थियों के भविष्य के लिए एक अच्छी पहल बताया, यहां पढ़ लिख कर युवाओं में एक नई जागृति आएगी और देश का भविष्य उज्जवल होगा।

बवानीखेड़ा। रिबन काटकर लाइब्रेरी का उदघाटन करते हुए।

सोशल मीडिया पर हुई वाद-विवाद प्रतियोगिता

- आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस मिलकपुर में पठन माह के अंतर्गत विविध गतिविधियां आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस में 19 जून से 18 जुलाई तक चल रहे पठन माह के अंतर्गत विद्यालय परिसर में विभिन्न शैक्षणिक गतिविधियां आयोजित करवाई जा रही हैं। जिसके अंतर्गत आज छात्रों में जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से कक्षा तीसरी से पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए रोड सेफ्टी क्विज का आयोजन किया गया, जिसका संचालन सिमरन, पूजा, मोना,कीर्ति और शायना द्वारा किया गया। वहीं कक्षा छठी से आठवीं के विद्यार्थियों के लिए सोशल मीडिया बच्चों के विकास में बाधक या सहायक विषय पर वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस रोचक और विचारोत्तेजक गतिविधि का संचालन हिंदी अध्यापिका ममता द्वारा किया गया। बच्चों ने सोशल मीडिया के लाभ और हानियों पर अपने तर्कों के साथ प्रभावशाली प्रस्तुति दी। इन सभी गतिविधियों का मार्गदर्शन विद्यालय के प्रधानाचार्य नितीश मिश्र और प्राथमिक शाखा की प्रमुख प्रोमिला यादव ने किया। उन्होंने छात्रों को प्रेरित करते हुए कहा कि इस प्रकार की गतिविधियां न केवल ज्ञानवर्धक होती हैं, बल्कि छात्रों के आत्मविश्वास और अभिव्यक्ति क्षमता को भी निखारती हैं। विद्यालय प्रबंधन ने पठन माह के अंतर्गत आने वाले दिनों में और भी शैक्षणिक गतिविधियों की योजना बनाई है, जिससे विद्यार्थियों में अध्ययन के प्रति रुचि और अधिक बढ़ सके।

बवानीखेड़ा। रोड सेफ्टी क्वीज में भाग लेते बच्चे। फोटो : हरिभूमि

लघु सचिवालय में नवनियुक्त बीएलओ को दिया गया प्रशिक्षण

- निर्वाचन आयोग के निर्देशों पर बीएलओ प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित

चरखी दादरी। भारत निर्वाचन आयोग की हिदायतों अनुसार उपायुक्त मुनीश शर्मा के मार्गदर्शन में लघु सचिवालय के सभागार में नवनियुक्त बीएलओ को प्रशिक्षण दिया गया ताकि वे अपने कार्य को कुशलता से संपन्न कर सके। मास्टर ट्रेनर धर्मेन्द्र ने सभी बीएलओ को निर्वाचन आयोग के नियमों एवं दिशा निर्देशों की बारीकी से जानकारी दी। इस दौरान चुनाव नायब तहसीलदार विनोद कुमार उपस्थित रहे। बीएलओ को प्रशिक्षण के दौरान बीएलओ ऐप व वोटर हेल्पलाइन के हर एक पहलू से जागरूक करवाया, ताकि वोट बनाने से संबंधित कार्य को वे आसानी से पूर्ण कर पाए। भारत निर्वाचन आयोग ने आगामी चुनावों की तैयारियों के तहत बूथ लेवल के अधिकारियों (बीएलओ) की देशभर में नेशनल लेवल ट्रेनिंग शुरू की गई है। इसके तहत जिला में बीएलओ को तकनीकी प्रशिक्षण दिया जा रहा है। प्रशिक्षण प्राप्त करने वाले सभी बीएलओ को प्रतिभागिता प्रमाण-पत्र भी दिए जा रहे हैं। प्रशिक्षण के दौरान बीएलओ को उनके रोजमर्रा के चुनावी कार्यों के साथ-साथ बीएलओ ऐप की ट्रेनिंग भी दी गई। इसमें बताया कि किस तरह ऐप से मतदाता सूची को अपडेट करना है।

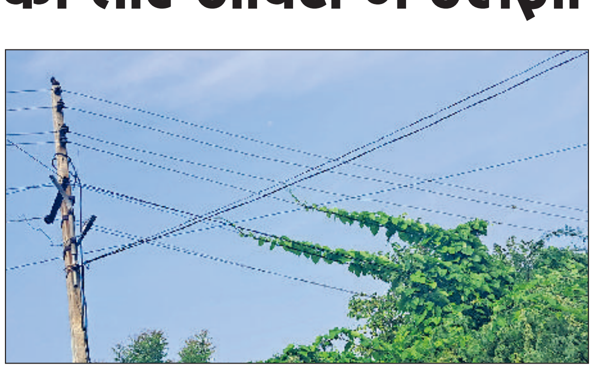
स्ट्रीट लाइट की तारें आपस में उलझी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा के हुडा कॉलोनी में स्ट्रीट लाईट की तारें आपस में उलझने से कॉलोनिवासियों में खतरा बना हुआ है। लोगों में ललित जैन, बनारसी दास, केपीसिंह, कर्मबीर सिंह, रामधन, मैनपाल, तेजबीर, राजेश कुमार, संदीप कुमार, मुनीष, राजेन्द्र, रामनिवास, जोगेन्द्र, अनिल, दलबीर, उषा, विजय, गौरव, औमपाल, सूबे, रामचन्द्र, गोपी, राजेन्द्र, शकुंतला, मुकुल, निर्मल, सुरेश आदि ने बताया कि मकान नंबर 20 से लेकर 26 तक की मैन लाइन की तारें आपस में उलझी हुई है जिससे सैक्टर में डर का माहौल पैदा हो गया है व चोरी होने का भय बना हुआ है। लोगों की मानें तो इस बारे में विभाग के कनिष्ट अभियंता से भी बातचीत की गई लेकिन कोई कार्यवाही नहीं हुई।

समस्या के समाधान न होता देख कॉलोनी वासियों ने इसकी शिकायत सीएम विंडो, कार्यकारी अभियंता, उपायुक्त, उपमंडल अभियंता, नगर पालिका में भेजी ताकि समस्या का समाधान हो सके।

लोगों ने बताया कि यदि समाधान नहीं हुआ तो वे धरना देने को मजबूर होंगे।



बवानीखेड़ा। हुडा कॉलोनी में लटकते बिजली के तार। फोटो : हरिभूमि

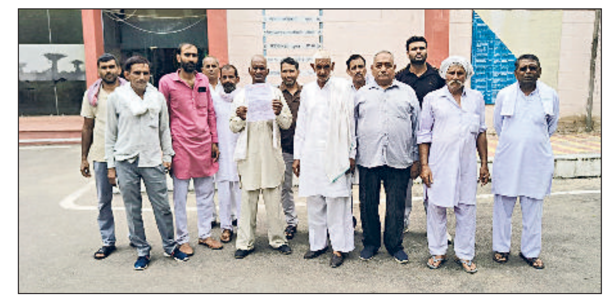
गुहार | ग्रामीणों ने उपायुक्त दरबार पहुंचकर गांव में बनी पेयजल समस्या के समाधान की लगाई गुहार

गांव बीरण में पेयजल संकट गहराया परेशान ग्रामीण उपायुक्त दरबार पहुंचे

टैंक भरे होने व नहरें चालू होने के बावजूद बीरण को नहीं मिल रही पानी की सप्लाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

गांव बीरण के ग्रामीण पिछले करीबन 20 दिनों से पेयजल सप्लाई के भयंकर संकट से जूझ रहे है, जिसके चलते वे खासे परेशान है तथा बार-बार संबंधित विभाग के अधिकारियों को अवगत करवाया। इसके बावजूद ग्रामीणों की समस्या का कोई समाधान नहीं हुआ, जिससे परेशान होकर गांव बीरण के ग्रामीण सरपंच सुल्तान सिंह के नेतृत्व में बुधवार को उपायुक्त दरबार पहुंचे तथा उपायुक्त साहिल गुप्ता को अपनी समस्या से अवगत करवाते हुए जल्द से जल्द समाधान की गुहार लगाई।



भिवानी। उपायुक्त को मिलने जाते गांव बीरण के ग्रामीण।

20 दिनों से बना पेयजल संकट

उपायुक्त से मिलने जाते गांव बीरण के सरपंच सुल्तान सिंह व पंच ओमप्रकाश ने बताया कि उनके गांव में पिछले लगभग 20 दिनों से गंभीर पेयजल संकट बना हुआ है, जिससे ग्रामीण भयंकर कठिनाइयों का सामना कर रहे हैं। समय पर पानी की आपूर्ति न होने से पूरे गांव में हाहाकार मचा हुआ है। ग्रामीणों का आरोप है कि जलघर के टैंक भरे होने और नहरें चालू होने के बावजूद भी गांव बीरण को पानी की सप्लाई नहीं मिल रही है। इस मजबूरी में पंचायत और ग्रामीणों को टैंकरों, कुओं और अन्य स्रोतों से पानी लाना पड़ रहा है, जो अक्सर पीने लायक भी नहीं होता। उन्होंने कहा कि पेयजल संकट का सबसे बुरा असर पशुपालकों और दुग्ध व्यवसाय से जुड़े ग्रामीणों पर पड़ रहा है। पानी की कमी के कारण रोजाना दूध फटने से उन्हें हजारों रुपये का नुकसान हो रहा है। ग्रामीणों ने बताया कि उन्होंने जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के जेई, एसडीओ, एक्सईएन सहित अन्य अधिकारियों को बार-बार समस्या से अवगत करवाया, लेकिन विभाग ध्यान नहीं दे रहा है।