हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 24 जुलाई, 2025

12 छोटी काशी हुई शिवमय, संतों व शिव भक्तों ने किया...

12 तेज बरसात में उखड़ा धरनारत किसानों का टैंट, धरने पर डटे...

खबर संक्षेप

359 ग्राम अफीम बरामदगी आरोपी काबू

चरखी दादरी। दादरी सीआईए स्टाफ ने 359 ग्राम अफीम बरामद मामले में दूसरे आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को कोर्ट में पेश कर रिमांड पर लिया गया। पुलिस प्रवक्ता योगेश कुमार ने बताया कि 3 जून को स्पेशल स्टाफ रानीला निवासी दीपक को सांजरवास गांव के पास 152 डी नेशनल हाईवे के पुल के नीचे 359 ग्राम अफीम सहित गिरफ्तार किया था। उन्होंने बताया कि पूछताछ में दीपक ने बताया कि वह अफीम को एक लाख रुपये में झज्जर जिले के बादली निवासी हंसराज को बेचने निकला था।

अफीम लेकर आ रहे दो आरोपियों को किया काबू

भिवानी। प्रवर पुलिस अधीक्षक भिवानी मनबीर सिंह ने जिला पुलिस भिवानी को जिले में मादक पदार्थ रखने व सप्लाई करने वाले आरोपियों को जल्द से जल्द गिरफ्तार कर ऐसे आरोपियों के विरुद्ध प्रभावी कानूनी कार्यवाही अमल में लाए जाने के निर्देश दिए गए थे जो इन्हीं निर्देशों के तहत कार्यवाही करते सीआईए स्टाफ-2 भिवानी की टीम ने हांसी से मादक पदार्थ भिवानी लेकर आ रहे दो आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है।

शिव आराधना से होता कष्टों का अंतः बाबा

भिवानी। जो भक्त सच्चे मन से भगवान शिव की आराधना करता है, उसकी हर मनोकामना पूर्ण होती है तथा जीवन के सभी कष्टों का अंत होता है, ये बात बाबा खुबीनाथ धाम मितावल के महंत शिवरात्रि पर्व पर शिवालय में भगवान शिव का जलाभिषेक करने वाले भक्तों को भक्त मार्ग पर चलने का संदेश देते हुए कही। उन्होंने कहा कि भगवान शिव देवों के देव महादेव हैं, उनके नाम का स्मरण करने से ही हमारे मन को शांति मिलती है तथा आत्मा को बल मिलता है। इस अवसर पर अनेक भक्तजन व श्रद्धालु उपस्थित रहे।

सावन माह में त्रिवेणी रोपण का विशेष लाभ

भिवानी। सावन के महीने में जब भगवान शिव की पूजा का एक विशेष महत्व होता है तो त्रिवेणी लगाने से इसका महत्व 100 गुणा अधिक बढ़ जाता है। इससे भी बढक़र त्रिवेणी लगाने से पर्यावण्रा को सबसे ज्यादा लाभ होता है। यह बात त्रिवेणी बाबा ने देवराला स्थित राजकीय आईटीआई में त्रिवेणी रोपित करने के उपरांत कही। उन्होंने बताया कि जिस प्रकार भगवान शिव ने संसार की रक्षा के लिए विषय को पिया था, उसी प्रकार यह त्रिवेणी भी हमारी लिए 24 घंटे कार्बन-डाई-ऑक्साईड को शोषित कर अमृत रूपी ऑक्सीन प्रदान करेंगी। इस अवसर पर आईटीआई के अनुदेशक संदीप श्योराण ने शिवरात्रि पर्व पर लगाई।

जेब में होगा रोल नम्बर-खाली हाथ आएंगे परीक्षार्थी, पैन-पैंसिल मिलेगी परीक्षा केंद्र के भीतर

डयूटी वाले शिक्षकों की सूची सौंपी प्रशासन को परीक्षा से पहले पुलिस करेगी टीचरों की वैरिफिकेशन

- पहली बार इस तरह की परीक्षा के आयोजन को लेकर चल रही हैं तैयारियां
- प्रशासन परीक्षा की सफलता को लेकर कोई भी कसर नहीं छोड़ना चाहता

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

पहली बार किसी इस तरह की परीक्षा के आयोजन की बड़ी तैयारियां चल रही है। चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी से लेकर प्रथम श्रेणी के अफसर तक सीईटी की परीक्षा के सफल आयोजन की तैयारियों में जुटा है।

प्रशासन ने सीईटी की परीक्षा में किसी तरह की गड़बड़ियों से बचने के लिए सुरक्षा का ऐसा खाका खींचा है कि परिंदा भी पर नहीं मार सकता। पहली बार जिन शिक्षकों की परीक्षा में डयूटी लगाई गई है। उन शिक्षकों की सूची एचएसएससी तथा स्थानीय प्रशासन को सौंपी गई है। साथ ही जो शिक्षक परीक्षा में डयूटी देगें। उनकी परीक्षा से पहले पुलिस से हर तरह की वैरिफिकेशन करवाई जा रही है। यह पहला मौका है। जब किसी परीक्षा के आयोजन में टीचरों की वैरिफिकेशन करवाई जाएगी। वहीं परीक्षा के आयोजन को लेकर रोजाना जिला प्रशासन व डयूटी देने, फ्लाइंग स्केयार्ड के दस्तों में शामिल अधिकारी व कर्मचारियों के साथ बैठकों का दौर जारी है।

भिवानी। सीईटी की परीक्षा को लेकर आयोजित बैठक में उपस्थित अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

अंदर जाने की नहीं इजाजत

इस बार सीईटी की परीक्षा में जिन टीचरों, अन्य कर्मचारियों को एचएसएससी द्वारा आई कार्ड जारी किए जाएंगे। केवल वे ही परीक्षा केंद्र के भीतर जा सकेंगे। यहां तक फ्लाइंग दस्ते में शामिल अधिकारी के अंग रक्षक या उसके स्टाफ को अंदर जाने की मनाही होगी। उनको परीक्षा केंद्र के बाहर ही रोक लिया जाएगा। यहां तक परीक्षा केंद्र के बाहर तैनात पुलिस स्टाफ को भी परीक्षा केंद्र के भीतर जाने की मनाही होगी। अगर किसी कारणवश कोई सुप्रीडेंट किसी पुलिस अधिकारी को बुलाता है तो वही जाएगा।

परीक्षा केंद्र पर मिलेगी पैन व पैंसिल

बताया जा रहा है कि इस बार परीक्षार्थी के जेब में केवल एक रोलनम्बर का कागज तथा एक अन्य आईडी का दस्तावेज ही होगा। इनके अलावा उनको न तो पैन लाने की जरूरत होगी और न ही पैंसिल। उनको परीक्षा में प्रयोग होने वाली सारी लेखन सामग्री परीक्षा केंद्र पर ही दी जाएगी। माना जा रहा है कि एचएसएससी ने यह कदम किसी तरह की नकल या अनियमितता से बचने के लिए उठाया है। क्योंकि आजकल टैक्निकल गजेटस आ चुके है। पैन व पैंसिल बाहर से परीक्षार्थी लाता है तो उसमें कुछ भी संभव है। इन सभी संभावित अनियमितताओं से बचने के लिए एचएसएससी ने यह कदम उठाया है। साथ ही इस बार परीक्षार्थी को थ्री लेयर की ओएमआर सीट दी जाएगी। जिसमें एक ओएमआर सीट की मूल प्रति होगी, दूसरी एचएसएससी में जमा हो जाएगी।

कंगन-व नोज पिन की नहीं इजाजत

एचएसएससी के निर्देशों के अनुसार महिला परीक्षा कंगन, नाक का मोती या पिन,आभूषण ,हार, झुमके,कंगन, आकर्षण, कड़ा, आदि घर पर ही निकालकर आए। इसी तरह पुरुष परीक्षार्थी किसी तरह की बेल्ट, पैन, मोबाइल, हाथ में कड़ा, अंगूठी के अलावा अन्य कोई चीज पहन कर नहीं आएंगे। अगर कोई पहन कर आया तो प्रवेश द्वार पर ही निकलवाई जाएगी। किसी भी परीक्षार्थी को उक्त चीजे लाने पर पूरी तरह से पाबंदी रहेगी।

टीचरों की सूची प्रशासन को सौंपी

जिला शिक्षा अधिकारी निर्मल दहिया ने बताया कि 26 व 27 जुलाई को सीईटी की परीक्षा का आयोजन हो रहा है। जिसकी तैयारियां पूरी की जा चुकी है। भिवानी में दूसरे जिलों से आने वाले करीब 14777 परीक्षार्थी परीक्षा देंगे। 35 जगहों पर 56 परीक्षा केंद्र बनाए गए है। किसी भवन में एक तो किसी में दो तो किसी भवन में तीन परीक्षा स्थापित किए गए है। परीक्षा डयूटी के लिए उनसे टीचरों की सूची मांगी गई थी। वह दी जा चुकी है। जिन टीचरों की डयूटी लगेगी। उन टीचरों की प्रशासन तथा पुलिस प्रशासन अपने स्तर पर वैरिफिकेशन करेगा। उनके आई कार्ड भी एचएसएससी द्वारा जारी किए जाएंगे। परीक्षार्थियों को पैन व पैंसिल लाने की कोई जरूरत नहीं होगी। सभी तरह की लेखन सामग्री परीक्षा केंद्र पर ही उपलब्ध करवाई जाएगी।

सीईटी परीक्षा को लेकर अभ्यार्थियों की डिमांड पर बनाया बौंदकलां में क्लस्टरः सांगवान

विधायक सुनील सांगवान।

चरखी दादरी। विधायक सुनील सांगवान ने कहा कि सीईटी की 25 व 26 जुलाई को होने वाली परीक्षा के लिए जहां प्रदेश सरकार के निर्देश पर परीक्षार्थियों को रोडवेज व अन्य बसों के माध्यम से निःशुल्क सुविधा मिलेगी, वहीं अभ्यार्थियों की डिमांड पर बौंदकलां में भी परिवहन विभाग द्वारा क्लस्टर बना दिया है। बौंद क्षेत्र के परीक्षार्थियों को अब दादरी नहीं जाना पड़ेगा। विधायक सांगवान ने बताया कि 26 व 27 जुलाई को हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग द्वारा आयोजित सामान्य पात्रता परीक्षा में भाग लेने वाले दादरी जिले के परीक्षार्थियों की सुविधा के लिए विशेष बस सेवाओं का संचालन किया जाएगा। परीक्षार्थियों को उनके गांव व शहर के निकट से परिवहन सुविधा उपलब्ध करवाने को दादरी जिले के विभिन्न स्थानों से महेंद्रगढ़ जिला के लिए बसों का संचालन किया जाएगा। उन्होंने बताया कि खासकर बौंद कलां को परिवहन विभाग द्वारा विशेष क्लस्टर बनाया गया है। जहां परीक्षा के एक दिन पहले ही रात को बसें पहुंचेंगी और सुबह परीक्षा केंद्रों के लिए रवाना होंगी। इस संबंध में अधिकारियों को भी निर्देश दिए हैं कि किसी भी परीक्षार्थी को कोई परेशानी ना हो।

सरकार की ओर से बसों में परीक्षार्थियों को मिलेगी निःशुल्क यात्रा सुविधा : विधायक

सीईटी परीक्षा को लेकर सभी तैयारियां पूरी

चरखी दादरी। उपायुक्त मुनीश शर्मा ने बताया कि हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग द्वारा प्रदेश में शनिवार 26 जुलाई व रविवार 27 जुलाई को ग्रुप की सीईटी यानी कॉमन एलिजिबिलिटी टेस्ट परीक्षाओं का आयोजन किया जाएगा। हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग ने सामान्य पात्रता परीक्षा के लिए प्रवेश पत्र साइट पर अपलोड कर दिए हैं। परीक्षार्थी एचएसएससी की साइट एडमिट कार्ड डाउनलोड कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि एडमिट कार्ड डाउनलोड करने के लिए परीक्षार्थी को अपना रजिस्ट्रेशन नंबर या मोबाइल नंबर और पासवर्ड के साथ ही लॉगिन में दिए गए सिक्योरिटी पिन को दर्ज करना होगा। परीक्षाएं प्रात कालीन व सायं कालीन सत्र में आयोजित की जाएंगी। सभी परीक्षार्थी परीक्षा से पूर्व हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग की ओर से जारी हिदायतों व गाइडलाइन को अच्छी तरह से पढ़कर जाएं ताकि परीक्षा के समय किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। हरियाणा राज्य परिवहन विभाग द्वारा सीईटी परीक्षार्थियों के लिए निःशुल्क बस यात्रा की सुविधा उपलब्ध करवाई जाएगी। इसके लिए विभाग ने ऑनलाइन एडवांस बुकिंग की सुविधा प्रदान की तथा परीक्षार्थी अपने यात्रा स्लॉट की ऑनलाइन बुकिंग कर सकते हैं। हरियाणा राज्य परिवहन महाप्रबंधक नवीन कुमार ने बताया कि जिले के अभ्यर्थियों की सुविधा के लिए हरियाणा राज्य परिवहन द्वारा शिफ्ट वाइज 400 से अधिक स्पेशल बसें चलाई जाएगी,इसलिए दादरी की नई अनाजमंडी और बाढ़ड़ा कादमा व झोझू के बस स्टैंड पर व्यवस्था की गई है।

आयोग की वेबसाइट से एडमिट कार्ड करें डाउनलोड

पटवारी देवेंद्र की ट्रेन की चपेट में आने से मौत

हरिभूमि न्यूज ⏭ बाढ़ड़ा

- पटवारियों ने वर्क सस्पेंड रख जताया शोक

हरिद्वार से कांवड़ लेकर लौट रहे दादरी राजस्व विभाग के पटवारी देवेंद्र सिंह के निधन के शोकस्वरुप राजस्व व चकबंदी विभाग के पटवारियों ने वर्क सस्पेंड रखकर उनके अंतिम संस्कार में भाग लिया। उनका निधन झज्जर के पास डाक कावंड़ में आते समय डीजे की आवाज में ट्रेन की आवाज सुनाई नहीं देने व चपेट में आने से मौत हो गई थी, जिनका आज उनके पैतृक गांव बिरोहड़ में अंतिम संस्कार किया गया।

गांव बिरोहड़ निवासी पटवारी देवेंद्र सिंह पिछले दस साल से दादरी जिले में अलग -अलग गांवों में तैनात रहे और 17 जुलाई को साथियों के साथ डाक कावंड़ लेने के लिए हरिद्वार गए थे और वापस आते समय झज्जर फाटक के पास डीजे साऊंड के शोर में रेल लाईन पार करते समय ट्रेन की चपेट में आ गए गए थे और बाद में उनको गंभीरावस्था में झज्जर अस्पताल में भर्ती करवाया गया जहां उन्होंने अंतिम सांस ली। उनके निधन पर शोक स्वरुप दादरी जिले के सभी राजस्व, चकबंदी विभाग के पटवारियों ने काम बंद करके आज उनके अंतिम संस्कार में भाग लिया तथा स्वजनों के समक्ष संवेदना प्रकट की।

ये रहे मौजूद

कार्यालय कानूनगो राजेश कुमार व पटवारी संजीव चांदवास ने बताया कि देवेंद्र बहुत ही ईमानदर व निष्ठावान कार्यशैली का प्रतिक था और एक घटना ने उनको हमसे छिन लिया है जिससे साथी कर्मचारियों में शोक का माहौल बना हुआ है। उनके अलावा कार्यालय कानूनगो राजेश, रामअवतार गिरदावर, रावत सिंह, पटवारी संजीव श्योराण, भूपेंद्रसिंह, रविंद्र कानूगो, अमित, राजबीर सिंह आदि आदि रहे।

हांसी-भिवानी मार्ग उखड़ने पर पूर्व जिला परिषद चेयरमैन ने किया निरीक्षण

- कहा सरकार पहले रोड़ को बनवाने में सफल नहीं हुई, बने हुए रोड़ उखाड़ने में लगी

हरिभूमि न्यूज ⏭ बवानीखेड़ा

बवानी खेड़ा में हांसी-भिवानी मुख्य मार्ग पर थाना कार्यालय के पास से रोड़ उखाड़ने को लेकर शहरवासियों में रोष पैदा हो गया। वहीं पूर्व जिला परिषद चेयरमैन सुनील लांबा, जोगीराम, सुभाष वाल्मीकि, हवा सिंह आदि ने इस मार्ग को उखाड़ने की निंदा की और बताया कि कुछ समय पहले ही इस मार्ग को बनाया गया था और अब इसे फिर उखाड़ा जा रहा है। वहीं उन्होंने बताया कि हांसी चुंगी से लेकर नागरिक अस्पताल के मार्ग के निर्माण में काफी समय लगा दिया और पहले से चैड़ा मार्ग बनाने की चर्चा थी लेकिन कहीं उसके बराबर तो कहीं उससे कम प्रतीत होता है चैडा होना केवल सपने के समान है। इस मार्ग के बराबर की जगह को खाली छोड दिया गया है जिससे एक्सीडेंट होने का भय बना हुआ है। वहीं उन्होंने बताया कि भाजपा सरकार में बवानी खेड़ा में सीवरेज समस्या का जनाजा निकला हुआ है, बरसाती पानी निकालने का कोई समाधान नहीं है। केवल ढ़ढिोरा पीटने वाली सरकार है। जिससे जनता दुखी हो चुकी है। वहीं उन्होंने रोड़ उखाड़ने को भी गलत बताया।

बवानीखेड़ा। हांसी-भिवानी मार्ग को उखाड़ने पर मुआयना करते हुए पूर्व जिला परिषद चैयरमैन सुनील लांबा। फोटो : हरिभूमि

बाढ़ड़ा। सीएम सैनी के आगमन पर होने वाली विकास रैली स्थल पर तैयारियों जायजा लेते विधायक उमेद पातुवास व प्रशासनिक अधिकारी।

मुख्यमंत्री की झोझू रैली आज स्वागत की तैयारियां पूरी

हरिभूमि न्यूज ⏭ बाढ़ड़ा

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के आज झोझू आमन पर होने वाली विकास रैली के लिए प्रशासन व भाजपा कार्यकर्ताओं ने पूरी तैयारी कर ली है। विधायक उमेद पातुवास के संयोजन में होने वाली रैली में विधानसभा क्षेत्र के प्रत्येक गांव से बड़ी संख्या में जनभागीदारी होगी, वहीं इसमें जिले के विकास के लिए बड़ी सौगात मिलने की उम्मीद है। रैली से पहले बलिदानी अरविंद सांगवान की प्रतिमा अनावरण कार्यक्रम के बाद रैली में पहुंचने पर सीएम का हरियाणवी संस्कृतिक पगड़ी व हल भेंट करने व किसान, सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों द्वारा स्मृति चिन्ह भेंट किए जाएंगे। झोझू में 24 जुलाई को होने वाली विकास रैली के संयोजक विधायक उमेद पातुवास, जिला उपायुक्त मनीश शर्मा, एसडीएम डॉ. विरेंद्र सिंह, भाजपा जिलाध्यक्ष इंजीनियर सुनील हड़ौदी, दी केनद्रिय सहकारी बैंक चेयरमैन सुधीर चांदवास, डॉ. अजय भांडवा, डीएसपी धीरज कुमार, सुभाषचंद्र, बीडीपीओ मनोज कुमार आदि ने दोपहर गांव झोझूकलां के बलिदानी अरविंद सांगवान के प्रतिमा कार्यक्रम स्थल से लेकर खेल स्टेडियम का दौरा कर रैली की तैयारियों की अंतिम समीक्षा की तथा सुरक्षा से लेकर आमजन को किसी तरह की असुविधा न होने के दिशा निर्देश दिए।

इन योजनाओं पर टिकी निगाहें

सीएम नायब सिंह सैनी की 24 जुलाई को झोझूकलां के खेल स्टेडियम में होने वाली विकास रैली के लिए प्रशासनिक दस्ते पूरी तरह चाकचौबंद हैं। वहीं भाजपा पदाधिकारियों ने पूरी कमर कस ली है। उनके आगमन पर जिला प्रशासन ने करीब सात सौ करोड़ की परियोजनाओं का प्रस्ताव तैयार किया है, जिसमें सीएम की स्वीकृति की उम्मीद जगी है।

किसान नौजवान सभी वर्गो में उत्साह

विधायक उमेद ने कहा कि झोझू में होने वाली विकास रैली को लेकर भले ही विपक्षी दलों ने माहौल खराब करने का प्रयास किया, लेकिन किसानों ने न केवल उनको धरने पर बुलाया, बल्कि विकास रैली में पूरा सहयोग देने का वादा किया।

आक्रोश मौके पर पहुंची पुलिस, आश्वासन के बाद जाम खोलने पर राजी हुए प्रदर्शनकारी

पानी की निकासी को लेकर किया रोड जाम

नाराज लोगों ने की नारेबाजी

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

बारिश के पानी की निकासी की मांग को लेकर नया बाजार इलाके लोगों ने हांसी गेट बागड़ी मार्केट के दुकानदारों बागड़ी मार्केट रोड पर जाम लगा दिया। इस दौरान लोगों ने नारेबाज की। बाद में पुलिस ने पब्लिक हेल्थ विभाग के अधिकारियों से बाच की और जल्द उनकी समस्या का समाधान करवाए जाने का भरोसा दिलाया। तब जाकर प्रदर्शनकारी जाम खोलने को राजी हुई। प्रदर्शनकारियों ने चेतावनी दी कि अगर उनकी समस्या का समाधान नहीं किया गया तो वे फिर से सड़कों पर उतरने को मजबूर होंगे।

हांसी गेट के पास नया बाजार चौक इलाके में बारिश के पानी की निकासी न होने के विरोध में आसपास के दुकानदार एकत्रित हो गए। दुकानदारों ने लकड़ी व पत्थर लगाकर वाहनों को रोकना आरंभ कर दिया। जाम लगने के कुछ देर बाद मार्ग चारों तरफ वाहनों की लाइनें लगनी आरंभ हो गई। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने जाम लगा रहे लोगों से जाम खोलने के लिए कहा,लेकिन प्रदर्शनकारी मौके पर पब्लिक हेल्थ के अधिकारियों के आने तथा पम्पसेट लगवाए जाने की मांग पर अड़ गए। बाद में पुलिस ने पब्लिक हेल्थ विभाग के अधिकारियों से फोन पर बात की और जल्द ही पानी की निकासी करवाए जाने के लिए पम्पसेट लगाने की कही। अधिकारियों द्वारा पम्पसेट लगवाए जाने का भरोसा दिलाया। तब जाकर प्रदर्शनकारी जाम खोलने को राजी हुए।

भिवानी। जाम के दौरान वाहनों को रोकते हुए व जाम में फंसे वाहन। फोटो : हरिभूमि

कई स्कूली बच्चे पानी में गिरकर हो चुके है चोटिल

दुकानदारों ने बताया कि बारिश के दिनों में पानी जमा हो जाता है। यहां से अनेक बच्चे स्कूल में जाने के लिए निकलते है। पानी की निकासी न होने से बच्चों को बारिश के पानी के बीच से ही होकर निकलना पड़ता है। कई बार बच्चे इस पानी से निकलते वक्त गिर कर चोटिल हो चुके है। जब भी बारिश आती है तो उस वक्त यहां पर डेढ से दो फुट तक बारिश का पानी जमा हो जाता है। इस बारे में कई बार पब्लिक हेल्थ विभाग के अधिकारी से शिकायत की गई,लेकिन आज तक उनकी इस समस्या का कोई समाधान नहीं हो पाया है।

ADARSH MAHILA MAHAVIDYALAYA
HANSI GATE, BHIWANI-127021 (HARYANA)
TENDER NOTICE Website: dev.ammb.ac.in

Tenders are invited from the experienced and eligible prospective bidders for Acoustic & Interior work for Room No-H-1 & H-8 Size of 50'x24' (Two NOS) of Adarsh Mahila Mahavidyalaya Bhiwani (Haryana). The bidding documents and information can be downloaded from the website of the institute. The last date and time for receipt of tender is on or before 30/07/2025.

The institute reserves all the right to reject any or all the tenders without assigning any reason.

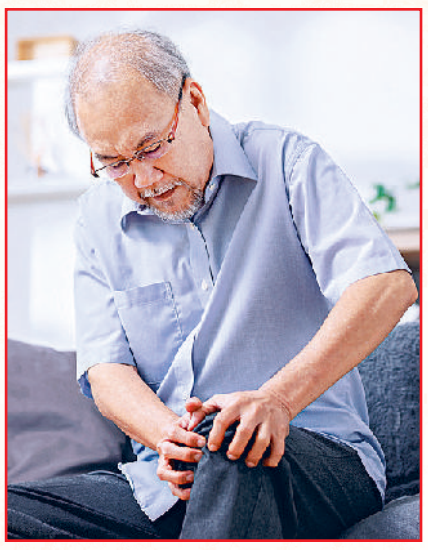
Date: 23.07.2025
Place: Bhiwani

Principal
Adarsh Mahila Mahavidyalaya, Bhiwani

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बारिश के मौसम में जब बढ़े जोड़ों का दर्द



मेरी उम्र 63 वर्ष है। बारिश का मौसम शुरू होने पर मेरे घुटनों में दर्द बढ़ जाता है, चलने में परेशानी होती है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-जगदीप, भोपाल

आपने यह नहीं बताया कि क्या आपके घुटनों में हमेशा दर्द रहता है? आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि इस मौसम में दर्द बढ़ जाता है। अगर ऐसा है तो इसका कारण ढूंढना चाहिए। इस मौसम में धूप नहीं निकलती है। लगातार बारिश होने पर नमी रहती है, जिससे इस तरह की समस्या देखी जाती है। विटामिन डी और B12 की कमी से दर्द बढ़ सकता है। एक बार हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लें। जांच करने के बाद ही इसका उपचार किया जा सकता है।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मेरे पेट के निचले हिस्से में दाईं तरफ अकसर दर्द होता रहता है। कभी-कभी यह दर्द बहुत तेज और असहनीय हो जाता है। कृपया बताएं क्या करूं?

-चेतन, बिलासपुर

दर्द होने की कई वजहें हो सकती हैं। कभी स्टोन की वजह से तो कई बार इंफेक्शन भी दर्द का कारण बनता है, लेकिन बगैर जांच किए कुछ भी कहना मुश्किल है। इसलिए डॉक्टर से संपर्क कर सबसे पहले अल्ट्रासाउंड कराएं, जिससे दर्द का कारण पता चलेगा, इसके बाद ट्रीटमेंट किया जा सकेगा। बगैर जांच के कोई भी दवा ना खाएं, कई बार यह नुकसानदायक हो सकती है।

मेरी उम्र 57 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे सांस लेने में तकलीफ होने लगती है। छींकें भी आने लगती हैं। ऐसा क्यों होता है और इस प्रॉब्लम से कैसे बचा जाए?

-कुलदीप, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको डस्ट या धूल से एलर्जी हो सकती है। जब आप घर से बाहर निकलते हैं तो एलर्जन सक्रिय हो जाते हैं और इस वजह से छींक आने लगती है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि घर से बाहर निकलते हुए आप मास्क लगाएं, इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी कमर और बैक बोन में अकड़न रहती है और हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, महासमुंद

आपने यह नहीं बताया कि आपका वर्क प्रोफाइल क्या है, क्योंकि आजकल युवाओं में इस तरह की समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं। इसकी वजह लंबी सिटिंग वाली जॉब और अनियमित लाइफस्टाइल है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि आप सुबह और शाम नियमित रूप में बैक की एक्सरसाइज करें। इसके अलावा कैल्शियम वाली डिशेज अधिक खाएं। साथ ही विटामिन डी और B12 की कमी होना आजकल शहर के लोगों में आम है। डॉक्टर की सलाह पर इसकी दवा भी ले सकते हैं।

मेरी उम्र 56 वर्ष है। मैं जब भी सीढ़ियां चढ़ता-उतरता हूं मेरी सांस फूलने लगती है। जबकि प्लेन सरफेस पर चलने-फिरने से ऐसा नहीं होता। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-विनोद शंकर, कुरुक्षेत्र

सांस फूलने की वजह कई बार कमजोरी हो सकती है तो कई बार दिल संबंधी बीमारी की वजह से ऐसी समस्या देखने को मिलती है। क्योंकि आपकी उम्र अधिक है, इसलिए आप लापरवाही ना बरतें। डॉक्टर से संपर्क कर पहले शरीर में खून की जांच कराएं, अगर वह नॉर्मल है तो आपको हृदयरोग विशेषज्ञ से संपर्क करना चाहिए, वो ईको और टीएमटी जैसी कुछ हार्ट की जांच कराएंगे, जिससे समस्या का पता चल जाएगा और अगर कोई हार्ट की समस्या है तो इसका इलाज हो सकेगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

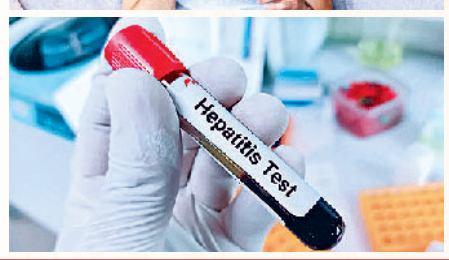
डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. रणधीर सूद
प्रेसिडेंट-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी
मेदांता हॉस्पिटल, गुरुग्राम

स्पेशलः वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे, 28 जुलाई

पाचन तंत्र के पावर हाउस यकृत (लिवर) से संबंधित खतरनाक बीमारी है हेपेटाइटिस। भारत समेत दुनिया भर के लोगों को दिनों-दिन यह बीमारी अपनी गिरफ्त में ले रही है। हालांकि आधुनिक मेडिकल साइंस में इसका ट्रीटमेंट पॉसिबल है। लेकिन आपको इसके कारणों, लक्षणों के साथ प्रिवेंशन के तरीकों के बारे में भी जरूर जानना चाहिए।

लिवर का खतरनाक रोग हेपेटाइटिस पॉसिबल है ट्रीटमेंट-प्रिवेंशन है जरूरी



विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा जारी ग्लोबल हेपेटाइटिस रिपोर्ट 2024 के आंकड़ों के अनुसार, हेपेटाइटिस बी और सी के सर्वाधिक मामले चीन के बाद भारत में सामने आते हैं। भारत सरकार हेपेटाइटिस को लेकर गंभीर है, क्योंकि वह 28 जुलाई 2018 से राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम शुरू कर चुकी है। इस कार्यक्रम का प्रमुख उद्देश्य सन 2030 तक देश में वायरल हेपेटाइटिस को नियंत्रित कर इसका उन्मूलन करना है और इसके साथ ही हेपेटाइटिस के अन्य प्रकारों की रोकथाम करना भी है।

हेपेटाइटिस के प्रकार

ऐसी सूजन, जो लिवर में संक्रमण के कारण होती है, उसे हेपेटाइटिस कहते हैं। हेपेटाइटिस वायरस के पांच प्रकार हैं- हेपिटाइटिस ए, बी, सी, डी और हेपेटाइटिस ई।

हेपेटाइटिस एः इसका वायरस लिवर को दूषित पेयजल और अस्वच्छ खाद्य पदार्थों के जरिए संक्रमित करता है।

हेपेटाइटिस बी और सीः ये दोनों वायरस लिवर को गंभीर रूप से क्षति पहुंचाते हैं। हेपेटाइटिस बी और सी वायरस गलत तरीके से रक्त चढ़वाने, संक्रमित व्यक्ति द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली वस्तुओं जैसे टूथब्रश और रेजर आदि के इस्तेमाल से अन्य स्वस्थ लोगों को भी संक्रमित कर सकता है। वहीं जो लोग नशे का इंजेक्शन लेते हैं या फिर असुरक्षित यौन संबंध स्थापित करते हैं, उनमें हेपेटाइटिस बी और सी होने का खतरा कहीं ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस डीः हेपेटाइटिस के इस प्रकार में लिवर में सूजन लंबे समय तक रहती है। ऐसी स्थिति में लापरवाही बरतने पर लिवर फेल्योर की समस्या उत्पन्न हो सकती है। आमतौर पर अगर कोई व्यक्ति हेपेटाइटिस बी और सी से ग्रस्त है, तो उसे हेपेटाइटिस डी होने का खतरा ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस ईः हेपेटाइटिस के इस प्रकार का वायरस भी दूषित और अस्वच्छ खाद्य-पेय पदार्थों के जरिए लिवर को संक्रमित करता है।

प्रमुख लक्षण

हेपेटाइटिस का कोई भी प्रकार हो, लेकिन इन सभी के आमतौर पर लक्षण लगभग एक जैसे होते हैं। जैसे-भूख कम लगना। पेट में गैस बनना या दर्द होना। अकसर दस्त होना। जी मिचलाना और उल्टी होना। पीलिया होना। त्वचा, नाखूनों और आंखों में पीलापन। बुखार आना। वजन का धीरे-धीरे कम होना। शारीरिक श्रम के बगैर थकान महसूस करना। यूरिन का रंग गहरा पीला होना।

इन बातों का रखें ध्यान

- बरसात के मौसम में वातावरण में नमी और गंदगी के ज्यादा बढ़ने से हेपेटाइटिस के वायरस तेजी से पनपते हैं। इसलिए बरसात में खान-पान की स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना चाहिए।
- रक्त चढ़ाने की प्रक्रिया स्वच्छ और जीवाणु रहित होनी चाहिए।
- फलों और सब्जियों के जरिए भी हेपेटाइटिस ई के वायरस शरीर में प्रवेश कर सकते हैं। इसलिए आप जो भी फल और सब्जियां बाजार से लाएं, उन्हें अच्छी तरह से धोकर और पकाकर खाएं।
- किसी भी वस्तु को खाने से पहले हाथों को हैंड सेनिटाइजर, हैंड वॉश या एंटीबैक्टीरियल साबुन से साफ करें।
- हेपेटाइटिस बी मां से बच्चे में फैल सकता है और इसे टीकाकरण से रोका जा सकता है।
- स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें। किसी भी स्थिति में इंजेक्शन की नीडल का इस्तेमाल एक बार से ज्यादा नहीं होना चाहिए। इसके लिए स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें और फिर इसे इस्तेमाल के बाद फेंक दें। यदि दो लोगों के बीच सिरिंज का पुनः उपयोग किया जाता है, तो हेपेटाइटिस और एचआईवी जैसे रोगों के संचरण का खतरा बढ़ जाता है।
- किसी दूसरे व्यक्ति का ब्लेड या रेजर भी रक्त को संक्रमित कर हेपेटाइटिस और एचआईवी आदि के खतरे को बढ़ा सकता है।
- टैटू गुदवाते समय सजगता बरतें। टैटू गुदवाने वाले उपकरण की सुई स्टेरलाइज होनी चाहिए।

डायग्नोसिस के तरीके

- 'आईजीएम' एंटीबॉडी टेस्ट से हेपेटाइटिस ए और ई का पता चलता है।
- हेपेटाइटिस बी वायरस का पता करने के लिए 'डीएनए' लेवेल टेस्ट।
- हेपेटाइटिस सी के लिए 'आरएनए' टेस्ट और जीनोटाइपिंग टेस्ट कराए जाते हैं।
- लिवर फंक्शन टेस्ट, सीबीसी, किडनी फंक्शन टेस्ट भी कराते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

हेपेटाइटिस ए का इलाजः अधिकतर मामलों में शरीर स्वतः सेल्फ रिकवरी करता है, लेकिन मरीज को डॉक्टर के परामर्श पर अमल करना चाहिए।

हेपेटाइटिस बी का इलाजः इस वायरस का संक्रमण क्रॉनिक इंफेक्शन में भी तब्दील हो सकता है और कुछ मामलों में यह समस्या जीवनपर्यंत जारी रह सकती है। अगर हेपेटाइटिस बी का संक्रमण 6 महीने से ज्यादा चलता है तो इसे क्रॉनिक हेपेटाइटिस बी कहा जाता है। इस संक्रमण के इलाज में डॉक्टर के परामर्श से इंजेक्शन और टैबलेट्स दी जाती हैं। हेपेटाइटिस बी लिवर कैंसर या फिर लिवर सिरोसिस का कारण बन सकता है।

हेपेटाइटिस सी का इलाजः नई दवाओं के उपलब्ध हो जाने से हेपेटाइटिस सी का इलाज अब संभव है। इन दवाओं की सफलता दर बहुत अच्छी है और इनके साइड इफेक्ट भी नगण्य हैं।

हेपेटाइटिस डी का इलाजः देश में हेपेटाइटिस डी के मामले बहुत कम पाए जाते हैं। हेपेटाइटिस डी के इलाज के लिए दवाएं उपलब्ध हैं।

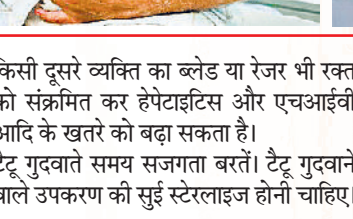
हेपेटाइटिस ई का इलाजः चिकित्सा विज्ञान में हुई प्रगति के कारण अब हेपेटाइटिस ई का इलाज संभव है, लेकिन हेपेटाइटिस ई में गर्भवती महिलाओं को जोखिम ज्यादा रहता है।

खान-पान पर दें ध्यान

हेपेटाइटिस को नियंत्रित करने में खान-पान की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। लिवर को सशक्त बनाए रखने में चुकंदर, हरी पत्तेदार सब्जियां, मूली और ब्रोकली आदि विशेष रूप से लाभप्रद हैं। इसके अलावा खट्टे फल जैसे संतरा, मौसंबी, नीबू और नारंगी आदि भी हितकर हैं। इसके अलावा अत्यधिक चिकनाई या वसायुक्त आहार लिवर की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं, इनसे बचें। जंक फूड्स से परहेज करें। प्रोसेस्ड फूड्स भी हानिप्रद हैं। आहार में साबुत अनाज को शामिल करें। दलिया, खिचड़ी और ओट्स विशेष रूप से लाभप्रद हैं। शराब लिवर की सबसे बड़ी शत्रु है। इससे दूर रहें। नमक का कम सेवन लाभप्रद है। खाद्य पदार्थों पर अलग से नमक न छिड़कें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

हेपेटाइटिस से बचाव के उपाय



हेपेटाइटिस ए और बी का टीका (वैक्सीन): हेपेटाइटिस के इन दोनों प्रकारों का टीका उपलब्ध है, जिसके लगवाने से हेपेटाइटिस का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है। इसके अलावा इन बातों पर भी दें ध्यान।

स्वच्छ पेयजलः फिल्टर, प्यूरीफायर या आर.ओ. का पानी ही पिएं। अगर यह सुविधा उपलब्ध नहीं है तो पानी को उबालकर और फिर इसे ठंडा कर पिएं, क्योंकि हेपेटाइटिस खासकर ए और ई के वायरस अशुद्ध पेयजल और दूषित खाद्य पदार्थों के जरिए शरीर में प्रवेश करते हैं।

टेस्ट करवाएंः हेपेटाइटिस का टेस्ट इस बीमारी की रोकथाम और प्रारंभिक स्तर पर इसके निदान (डायग्नोसिस) की सटीक विधि है। जब भी आप हेपेटाइटिस के कुछ लक्षण महसूस करें तो डॉक्टर से परामर्श लेकर परीक्षण करवाएं। ऐसा करने से किसी भी गंभीर बीमारी के जानलेवा होने का खतरा टल सकता है।

मेंटल हेल्थ

प्रो. (डॉ.) कोमल चावला
साइकोलॉजी-ब्रिटिश यूनिवर्सिटी, बहरीन

पिछले दिनों हुए एयर इंडिया प्लेन क्रैश के बाद से बहुत सारे लोग हवाई यात्रा से डरने लगे हैं। ऐसा एंग्जाइटी की वजह से होता है। इस मेंटल कंडीशन से उबरने के लिए आपको कुछ उपाय आजमाने चाहिए।

एयरोप्लेन एंग्जाइटी उबरने के लिए आजमाएं ये कारगर उपाय

हाल में ही हुए अहमदाबाद एयरोप्लेन क्रैश के बाद से फ्लाइट में निश्चिंत होकर सफर करने वाले कई लोगों के मन में डर, चिंता और घबराहट होने लगी है। ऐसा एयरोप्लेन एंग्जाइटी की वजह से हो रहा है।

एंग्जाइटी का कारण-प्रभावः असल में एंग्जाइटी एक सेकेंडरी इमोशनल रिएक्शन होता है। जब कभी हमें किसी चीज का डर होता है, तो उसकी वजह से हम तनावग्रस्त हो जाते हैं, उसके बारे में सोचना शुरू करते हैं और धीरे-धीरे पैनिक या घबरा जाते हैं। जहां तक एयरोप्लेन एंग्जाइटी का सवाल है-यह एयरोप्लेन से जुड़ी घबराहट, कमजोरी या बेवजह डर नहीं, बल्कि व्यक्ति के दिमाग का नए और अनजान माहौल में प्रतिक्रिया करने का तरीका है। एयरोप्लेन क्रैश की भयावह दुर्घटना और मीडिया के ओवर-एक्सपोजर की वजह से व्यक्ति का ब्रेन एयर ट्रैवल को खतरे के रूप में देखने लगता है और शरीर फाइटर फ्लाइट मोड में चला जाता है। बॉडी में कार्टिसोल और एड्रेनलिन हार्मोन रिलीज होने लगते हैं, जिससे व्यक्ति इंटरनल पैनिक या एंग्जाइटी महसूस करने लगता है। इसका व्यक्ति के दिलोदिमाग पर गहरा असर पड़ता है। वह गहरे दुख, विषाद और असुरक्षा की भावना का शिकार हो जाता है। उसे मेंटल-इमोशनल फॉलआउट का सामना करना पड़ता है। भले ही वह पर्सनल लेवल पर उस दुर्घटना का हिस्सा न रहा हो, लेकिन नित्य प्रति होने वाले मीडिया एक्सपोजर के चलते उस घटना से भावनात्मक रूप से जुड़ा होता है। कुछ लोगों में निराशा इतनी बढ़ जाती है कि वो एयरोप्लेन में ट्रैवल करने से डरने लगते हैं।

क्या होते हैं लक्षणः एयरोप्लेन एंग्जाइटी होने पर ट्रैवल कर रहे लोगों में कई तरह की व्यावहारिक असमानताएं दिखाई देने लगती हैं। जैसे- फ्लाइट के बारे में सोच कर हार्टबीट तेज होना, सांस फूलना या सांस लेने में तकलीफ होना, घबराहट होना, पसीना आना, यूरिन पास करने की फीलिंग बार-बार होना, नींद न आना। पैनिक की स्थिति में ब्रेन फॉग होना शुरू हो जाता है, व्यक्ति कोई निर्णय नहीं ले पाता।

क्या हैं कारणः एयरोप्लेन एंग्जाइटी बढ़ने के कई कारण हो सकते हैं-

- एयरोप्लेन क्रैश या एयरोप्लेन की इमरजेंसी लैंडिंग की होने वाली घटनाएं सबसे बड़ा कारण हैं। इनसे जुड़ी खबरें देख-सुनकर या फिर दूसरों से बात करने पर व्यक्ति के ब्रेन में फीयर इमोशन एक्टिवेट हो जाता है और वह एंग्जाइटी का शिकार हो जाता है।
- दूसरे लोगों के एयर ट्रैवल के अनुभव सुनकर या न्यूज में देखी-सुनी एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की दुविधा बनी रहती है।

कैसे करें हैंडलः पॉजीटिव सोच रखकर और सचेत रहकर व्यक्ति अपनी एयर ट्रैवल एंग्जाइटी पर काबू पा सकता है।

- सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि ट्रैवल करने के लिए हवाई-यात्रा सबसे सुरक्षित और सुविधाजनक माध्यम है। एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की संभावना काफी कम होती है।
- जरूरी है कि अपने को समझाएं कि यह कोई वास्तविक डर नहीं एंग्जाइटी है।
- मीडिया के ओवर-एक्सपोजर से बचें।
- भगवान पर भरोसा रखें। पैनिक स्थिति में अपनी धार्मिक आस्था के मुताबिक मन ही मन भगवान को याद करें।
- ट्रैवलिंग में टाइम पास करने या रिलैक्स होने के लिए अपनी पसंदीदा किताब या मैगजीन लेकर जाएं। बोरियत से बचने के लिए सीट पर लगी स्क्रीन या फोन पर अपने पसंदीदा प्रोग्राम देखें, डिजिटल गेम्स खेलें, म्यूजिक सुनें। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

सुबह उठते ही दिखें ये लक्षण तो ये थायराइड के हो सकते हैं संकेत

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में थायराइड की समस्या आम हो गई है। थायराइड किसी को भी अपनी चपेट में ले सकता है। सबसे पहले यह जानना जरूरी है कि थायराइड क्या होता है। बता दें कि यह एक तितली के आकार की ग्रंथि होती है, जोकि हमारे गले के सामने वाले हिस्से में मौजूद होती है। यह ग्रंथि टी-3 और टी-4 नामक हार्मोन से बनती है। जोकि शरीर के कई कामों के लिए काफी जरूरी होता है। यह वजन, एनर्जी, मेटाबॉलिज्म, मूड, स्किन और बालों की सेहत के लिए भी जरूरी होती है।

दो तरह का होता है थायराइड

बता दें कि थायराइड दो तरह का होता है, जिसमें एक हार्मोन कम होने लगता है और दूसरा जिसमें हार्मोन जरूरत से ज्यादा बनने लगता है। ज्यादातर लोगों को कम हार्मोन बनने वाली शिकायत होती है। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको कुछ ऐसे लक्षण के बारे में बताने जा रहे हैं, जो सुबह सोकर उठने पर दिखाई देते हैं।

सुबह आंख खुलते ही दिखते हैं लक्षण

रात भर सोने के बाद जब सुबह उठते हैं, तो आपको थकान महसूस होती है। तो आपको समझ जाना चाहिए कि आपको थायराइड घेर रहा है। शरीर के मेटाबॉलिज्म बनाने के प्रोसेस को थायराइड ग्रंथि को कंट्रोल करती है। जब यह ग्रंथि ठीक से काम नहीं करती है, तो शरीर में कुछ बदलाव आने लगता है। इसकी कमी से सुस्ती महसूस होती है।

हार्मोन की कमी में बॉडी में होता है फ्लुएड रिटेंशन

जब शरीर में इस हार्मोन की कमी होती है, तो बॉडी में फ्लुएड रिटेंशन होने लगता है। जिस कारण सुबह सोकर उठने के दौरान आपका चेहरा सूजा हुआ लगता है और आंखें भरी लगती हैं। अगर आप खुद में यह बदलाव देख रही हैं, तो आपको फौरन डॉक्टर से मिलना चाहिए।

थायराइड हार्मोन की कमी शरीर के हर सेल को प्रभावित करने का काम करती है। फिर चाहे वह जोड़ हो, मांसपेशियां हो या फिर तंत्रिका तंत्र हो। थायराइड हार्मोन

की कमी होने से मांसपेशियों में ऊर्जा की सप्लाई घट जाती है। इससे मांसपेशियों में दर्द और अकड़न महसूस होती है और कई बार उंगलियों में दर्द या अकड़न भी हो सकती है। अगर सुबह सोकर उठते ही आपको लगता है कि दिल की धड़कन काफी तेज है, यह थायराइड हार्मोन के लेवल का बहुत ज्यादा होने का संकेत हो सकता है। इसे पैल्पिटेशन कहा जाता है। ऐसा हाइपरथायरायडिज्म में होता है।

कुछ घरेलू उपाय

लौकीः थायराइड की बीमारी से निजात पाने के लिए रोज सुबह खाली पेट लौकी का जूस पिएं। इससे बीमारी से राहत मिलती है और बीमारी शांत होती है।

हरा धनियाः हरे धनिया के प्रयोग से थायराइड की बीमारी को ठीक किया जा सकता है। सबसे पहले इसे बारीक पीस लें और फीर रोजाना एक ग्लास पानी में घोल कर इसे पिएं। इससे थायराइड की बीमारी धीरे-धीरे कन्ट्रोल होने लगता है।

आयोडीनः थायराइड से ग्रस्त मरीजों को आयोडीन युक्त आहार का सेवन ज्यादा मात्रा में करना चाहिए। इसका अच्छा स्रोत प्याज, लहसुन और टमाटर जैसी चीजें हैं।

नारियल पानीः यह भी थायराइड को नियंत्रित करने में बहुत सहायक होता है। यदि हर दिन संभव नहीं है तो कम से कम ऐसे मरीज को हर दूसरे दिन इसका सेवन करना चाहिए।

हल्दीः हल्दी में करक्यूमिन नामक तत्व पाए जाते हैं, जो थायराइड को कंट्रोल करने में मददगार साबित होते हैं। इसलिए हमेशा रात को सोने से पहले हल्दी वाला दूध पीना थायराइड मरीजों के लिए अच्छा होता है।

डायबिटीज से भी हो सकती है इनफर्टिलिटी

अवेयरनेस

अब से कुछ दशक पहले तक डायबिटीज और बांझपन की समस्या ज्यादातर उम्र बढ़ने के बाद नजर आती थी। लेकिन अब 25-30 साल के युवाओं में भी ये प्रॉब्लम्स तेजी से बढ़ रही हैं। डायबिटीज, शरीर में हार्मोनल और मेटाबॉलिज्म सिस्टम को प्रभावित कर देती है, जिससे रिप्रोडक्शन में परेशानी होती है। यहां तक कि प्री-डायबिटीज या इंसुलिन रेजिस्टेंस भी यंगस्टर्स में रिप्रोडक्टिव हार्मोन और महिलाओं के पीरियड्स को प्रभावित कर सकता है। इस वजह से गर्भधारण करने में दिक्कत आती है।

डायबिटीज और इसका प्रभावः दिल्ली एनसीआर स्थित मदरहुड हॉस्पिटल में फर्टिलिटी-आइवीएफ स्पेशलिस्ट **डॉ. वर्षा अग्रवाल** के अनुसार, 'डायबिटीज पुरुषों और महिलाओं दोनों की प्रजनन क्षमता को प्रभावित करता है। डायबिटीज से पुरुषों में स्पर्म काउंट कम होना, स्पर्म की क्वालिटी खराब होना और इरेक्शन की समस्या हो सकती है। महिलाओं में ओव्यूलेशन में दिक्कत, पीसीओएस का खतरा और अंडे की क्वालिटी में कमी आ सकती है। डायबिटीज कंट्रोल न हो तो गर्भपात और प्रीमैच्योर डिलीवरी का खतरा बढ़ जाता है।'

नई दिल्ली स्थित नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी में फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. संदीप तलवार** बताते हैं, 'हम अकसर देखते हैं कि 20 से 30 की उम्र के बीच कई युवा डायबिटीज से अनजान होते हैं और हार्मोनल असंतुलन और इनफर्टिलिटी की समस्याओं से ग्रस्त होते हैं। गलत खान-पान, नींद की कमी और तनाव से डायबिटीज और हार्मोनल समस्याएं बढ़ती हैं।' इस समस्या को कंट्रोल करने के बारे में **डॉ. वर्षा अग्रवाल** बताती हैं, 'सही खान-पान (जैसे हरी सब्जियां, दालें, मछली आदि), नियमित व्यायाम और ब्लड शुगर कंट्रोल से डायबिटीज और बांझपन को काफी हद तक कंट्रोल किया जा सकता है।' *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

खबर संक्षेप

आपातकाल को लेकर लगी प्रदर्शनी

चरखी दादरी। लोकतंत्र और संविधान की महत्ता को उजागर करने तथा आमजन को आपातकाल की लोकतंत्र विरोधी ऐतिहासिक घटनाओं से अवगत कराने के उद्देश्य से लघु सचिवालय दादरी और बाढड़ा के महिला कॉलेज में सूचना, जनसम्पर्क, भाषा एवं संस्कृति विभाग हरियाणा की ओर से एक विशेष जन-जागरूकता प्रदर्शनी लगाई गई है। प्रदर्शनी में आपातकाल के दौरान देश में लोकतंत्र के विरुद्ध हुई घटनाओं और उस समय लागू किए गए कठोर उपायों को तथ्यों और चित्रों के माध्यम से प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया गया है।

एक दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन

भिवानी। चौधरी बंसी लाल विश्वविद्यालय (सीबीएलयू), द्वारा एनआईआरएफ के माध्यम से संस्थागत उत्कृष्टता में वृद्धि विषय पर एक दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का सफल आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य राष्ट्रीय संस्थागत रैंकिंग फ्रेमवर्क (एनआईआरएफ) की गहन समझ विकसित करना और इससे संबद्ध संस्थानों की अकादमिक एवं संस्थागत गुणवत्ता को बेहतर बनाना था। डॉ. गंभीरसिंह चौहान, संयुक्त सचिव, यूजीसी, नई दिल्ली, प्रो. (डॉ.) हरीश दुरेजा, प्रोफेसर, फार्मास्युटिकल साइंसेज़ विभाग, डीन (आरएंडडी), एम.डी.यू. रोहतक,प्रो. (डॉ.) नीरज दिलबागी आदि मौजूद रहे।

भिवानी। बाबा धुणीवाला मंदिर परिसर में त्रिवेणी रोपित करती भूमिका सरदाना,

भूमिका ने 23वें जन्मदिन पर रोपित की त्रिवेणी

भिवानी। सद्भावना त्रिवेणी रोपण अभियान के तहत त्रिवेणी बाबा के सान्निध्य और पर्यावरण प्रहरी हवलदार लोकराम नेहरा के नेतृत्व में भूमिका सरदाना के 23वें जन्मदिन में गांव पालुवास हरिपुर स्थित बाबा धुणीवाला मंदिर में एक त्रिवेणी सहित पांच पौधों का रोपण किया। उन्होंने कहा कि त्रिवेणी, जिसमें बरगद, पीपल और नीम के पेड़ शामिल होते हैं को भारतीय संस्कृति में अत्यंत शुभ और पवित्र माना जाता है। पर्यावरण प्रहरी हवलदार लोकराम नेहरा ने बताया कि सद्भावना त्रिवेणी रोपण का ये अभियान निरंतर जारी रहेगा और अधिक से अधिक लोगों को इसमें शामिल होने के लिए प्रोत्साहित किया जाएगा। उन्होंने भूमिका

गांव सिप्पर के बुजुर्ग से मारपीट कर छीनी नकदी

सरपंच और ग्रामीणों ने पीड़ित के साथ मिलकर की शिकायत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

गांव सिप्पर के 70 वर्षीय बुजुर्ग व्यक्ति की स्कूटी के आगे गाड़ी अडाकर उसके साथ मारपीट कर, नगदी छीनने का मामला संज्ञान में आया है। गांव सिप्पर निवासी महेन्द्र सिंह ने बताया कि वह ढ़ाणी खालसा खेतों में रहता हूं। मंगलवार सांय को वह अपने टयूबवैल का सामान लेने के लिए रतेरा गया था और लगभग 4:15 बजे वापिस अपनी इलैक्ट्रिक स्कूटी पर आ रहा था कि अचानक से गांव रतेरा के शराब ठेकेदार व 3-4 अन्य व्यक्तियों द्वारा बुलेरो गाड़ी उसकी स्कूटी के आगे खड़ी कर दी और मारपीट करते हुए जाति सूचक शब्दों से पड़ताड़ित किया व पगड़ी उतार दी। बुजुर्ग ने बताया कि वह बहुत गिड़गिड़ाया लेकिन उनके द्वारा उसकी एक नहीं सुनी। उनके द्वारा अपनी गाड़ी में से देसी शराब की पेटी उतारी और स्कूटी पर रख दी और कहा कि शराब का मुकदमा लगवाएंगे। पीड़ित की माने तो उन्होंने उसकी जेब से 40 हजार रुपये निकाल लिए और मोबाइल निकाल लिया। लेकिन इनके द्वारा कुछ देर बाद फोन दे दिया। इसके बाद किसी ग्रामीण ने मेरे पुत्र परमजीत को फोन किया और मेरा पुत्र आया और उसने उससे सवाल जवाब किए, लेकिन वह नहीं माने इतने में बोहल निवासी ग्रामीण ने कहा कि ये बुजुर्ग ऐसा नहीं कर सकता उसके बाद वे वहां से चले गए। पीड़ित ने ऐसा करने पर उनके खिलाफ कार्यवाही की मांग की वहीं ग्राम सरपंच व ग्रामीणों ने भी ऐसे व्यक्तियों के खिलाफ रोष जाहिर करते हुए पुलिस में शिकायत दी।

दूसरी तरफ इस बारे में थाना प्रभारी निरीक्षक औमप्रकाश ने बताया कि बुजुर्ग की लिखित शिकायत मिल चुकी है, जांच की जा रही है।

बवानीखेड़ा। बुजुर्ग के साथ वारदात करने पर रोष जाहिर करते हुए।

शहीद गुलाब सिंह पार्क के सामने सीवरेज व्यवस्था का निकला जनाजा, शहरवासियों में बना रोष

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के शहीद गुलाब सिंह पार्क के सामने सीवरेज व्यवस्था का जनाजा निकला हुआ है जिससे शहरवासियों सहित राहगीरों को खासी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। शहरवासियों में महेन्द्र कुमार, रामेहर, श्रीभगवान, नौरंग, विनोद कुमार, बिट्टू आदि ने बताया कि शहीद गुलाब सिंह पार्क के सामने वाला मार्ग मुख्य मार्ग है और यहां पर हजारों की संख्या में वाहनों का आवागमन होता है वहीं सब्जी-फल विक्रेता, रेहडिधारकों का मुख्य स्थान है लेकिन सीवरेज से गंदगी का पानी लबालब निकलता है जिससे लोग मुंह ढ़ापने पर मजबूर हो जाते हैं। लोगों की मानें तो जन स्वास्थ्य विभाग को यहां पर मोटर लगाकर सीवरेज के गंदे पानी को बाहर निकालना चाहिए लेकिन प्रशासन आंखें मूंदे बैठा हुआ है। शहरवासियों ने प्रशासन से सुध लेने की बात कही और बताया कि ऐसा नहीं होता है तो वे विधायक कपूर वाल्मीकि के समक्ष इस समस्या को रखेंगे।

किसानों के बकाया मुआवजे को जारी करे सरकार: सोमवीर

बाढ़ड़ा। प्रदेश की भाजपा सरकार केवल जीटी रोड तक सिमट कर रह गई है, वहीं दक्षिणी हरियाणा को रामभरोसे छोड़ दिया गया है। दस साल बाद सीएम के आगमन होने से पहले कम से कम अधिकारियों के रिक्त पदों पर तैनाती, किसानों को खाद, बिजली पानी की जरुरतमंद मांगे पूरी होनी जरुरी है लेकिन क्षेत्र का दुर्भाग्य है कि वह भी सरकार अनदेखा कर रही है, ये बात पूर्व विधायक एवं कांग्रेस नेता सोमबीर सिंह ने क्षेत्र के ग्रामीणों से मुलाकात करते हुए कही। उन्होंने कहा कि सरकार में नैतिकता है तो दस साल में आगमन को देखते हुए कम से कम आईआईटी, कस्बे में मिनि बाईपास, अनाजमंडी की घोषणा को स्वीकृति के अलावा एक हजार करोड़ की योजनाओं को मंजूरी देनी चाहिए। प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री स्वर्गीय बंसीलाल ने प्रदेश का चहुंमुखी विकास करवाया तथा हर गांव में सड़क, बिजली पानी पहुंचाकर इतिहास रचा, लेकिन अब सरकार दिखावा करती है, लेकिन धरातल पर जनता की सुध लेने वाला कोई नहीं है। प्रदेश के जन्म से अब तक पहली बार अप्रैल मई माह में 45 दिनों तक नहरी पानी नहीं आना जनप्रतिनिधियों की सबसे बड़ी विफलता है। उन्होंने कहा कि भाजपा की सरकार होते हुए मौजूदा विधायक का धरना देना अपने आप में एक सबूत है कि जनता कितनी बेहाल है।

सफाई कर्मचारियों का वेतन बढ़ाने पर विधायक ने मुख्यमंत्री का जताया आभार

बवानीखेड़ा। प्रदेश सरकार द्वारा सफाई कर्मचारियों का वेतन बढ़ाने पर चंडीगढ़ में हरियाणा के कैबिनेट मंत्री 'कृष्ण बेदी' व हल्का बवानी खेड़ा के विधायक 'श्री कपूर सिंह वाल्मीकि' ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के विधायक ' कपूर सिंह व्यक्त किया। उन्होंने बताया वाल्मीकि द्वारा मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त करते हुए। कि हरियाणा के सफाई कर्मचारियों का 2100 वेतन बढ़ाया गया है जिससे कर्मचारियों का बहुत फायदा होगा। उन्होंने बताया कि जल्द ही महिलाओं की लाडो योजना का लाभ भी जल्द दिया जाएगा। वहीं बवानी खेड़ा के विधायक ' कपूर सिंह वाल्मीकि ने मुख्यमंत्री नायब सैनी को पगड़ी पहनाकर उनका आभार जताया।

सीबीएलयू की रजिस्ट्रार ने किया पौधरोपण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पृथ्वी पर जीवन बनाए रखना है तो हमें प्रकृति से मैत्रीपूर्ण भाव रखते हुए अधिक से अधिक पेड़ लगाकर पर्यावरण संरक्षण में सहभागिता करनी चाहिए, ये विचार तपोभूमि जटेला धाम आश्रम माजरा के पीठाधीश्वर महंत राजेंद्र दास महाराज ने वीटा प्लांट में मैनेजर सुभाष शर्मा के संयोजन में आयोजित पौधरोपण अभियान के अवसर कहे। महंत राजेंद्र दास के सानिध्य में सीबीएलयू रजिस्ट्रार डॉ. भावना शर्मा, वीटा प्लांट के मैनेजर सुभाष शर्मा, पर्यावरणविद्ध डॉ. अश्वनी शर्मा ने वीटा प्लांट परिसर में पौधरोपण किया। महंत राजेंद्र दास महाराज ने कहा कि हम पर्यावरण संरक्षण कर अपनी आने वाली अगली पीढ़ी को जीवन विरासत में देने का काम कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि स्वामी नीतानंद मिशन फाउंडेशन द्वारा पूरे प्रदेश में हजारों पंचवटी, त्रिवेणी लगाकर अध्यात्म के साथ शोध एवं पर्यावरण संरक्षण की अलख जगाई जा रही है, जिसका शुभारंभ मुख्यमंत्री नायब सैनी द्वारा 11 जून को तपोभूमि जटेला धाम आश्रम से किया गया। चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय की रजिस्ट्रार डॉ. भावना शर्मा ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण करने के लिए अधिक से अधिक पेड़ लगाना और प्राकृतिक संसाधनों का अनावश्यक दोहन रोकना जरूरी है, नहीं तो धरती पर संपूर्ण जीवन खतरे में पड़ सकता है।

भिवानी। वीटा प्लांट में पौधरोपण करती सीबीएलयू की रजिस्ट्रार व अन्य।

संयुक्त किसान मोर्चा का सांकेतिक धरना जारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

संयुक्त किसान मोर्चा के बैनर तले संचालित धरना प्रदर्शन सातवें दिन भी बरसात होने पर अनाजमंडी में जारी रहा। धरने पर आज सीएम नायब सिंह सैनी के साथ होने वाली बैठक में रखे जाना मांगपत्र तैयार किया तथा उम्मीद प्रकट की कि बाढ़ड़ा विधायक उमेद पालुवास व विधायक सुनील सांगवान की मध्यस्थता से लंबित मांगों का समाधान होने का रास्ता खुलेगा। कस्बे की अनाजमंडी में भाकियू अध्यक्ष हरपाल भांडवा की अध्यक्षता में आयोजित सांकेतिक धरने पर मौजूद कोर कमेटी ने 24 जुलाई को दादरी विश्रामगृह में सीएम नायब सिंह सैनी व विधायक उमेद पातुवास की अध्यक्षता में होने वाली बैठक के लिए मांगपत्र को अंतिम रुप दिया। भांडवा ने बताया कि जब जब किसान ने आंदोलन किया है तो किसानों को उनका वाजिब हक मिला है। भारतीय सयुंक्त किसान मोर्चा के दिशा निर्देश द्वारा स्थानीय जिला चरखी दादरी के किसान संगठनों द्वारा अपनी मांगों को लेकर पिछले सात दिन से बाढ़ड़ा तहसील कार्यालय के सामने किसानों का धरना चल रहा है। किसान संगठनों और स्थानीय विधायक उमेद पालुवास व विधायक सुनील सांगवान के मध्य मुख्यमंत्री से मिलवाने पर सहमति बनी और उन्होंने विधायक के सामने विभिन्न मांग रखी, जो मुख्यमंत्री नायब सैनी के सामने रखी जाएंगी। इनमें खरीफ फसल 2023 कपास फसल का नुकसान हुआ था।

बाढ़ड़ा। बरसात के कारण कस्बे की अनाज मंडी में धरनारत संयुक्त किसान मोर्चा पदाधिकारी। फोटो :हरिभूमि

विजय कारगिल दिवस के उपलक्ष्य में रोपे पौधे

हरिभूमि न्यूज,भिवानी

विजय कारगिल दिवस के उपलक्ष्य में हरियाणा राज्य भारत स्काउट गाइड की शाखा चंद्रशेखर आजाद ओपन ग्रुप द्वारा चलाए जा रहे पखवाड़े के तहत बुधवार को स्थानीय गुरुप के जिला के कार्यालय एवं प्रशिक्षण केंद्र में एक पेड़ शहीद के नाम अभियान के अंतर्गत शहीद चंद्रशेखर आजाद और बाल गंगाधर तिलक की जयंती धूमधाम से मनाई गई। कार्यक्रम की शुरूआत फ्लैग सेरिमनी से की गई, जिसमें स्काउट ध्वज फहराया गया स्काउट प्रार्थना करवाई गई। इसके साथ ही स्काउट झंडा गीत भी गया गया। इस अवसर पर चंद्रशेखर आजाद ओपन गुरुप के कार्यालय में पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें स्थानीय प्रशासन और ग्रुप के सदस्यों ने बढ़-चढक़र हिस्सा लिया। इस पहल को भिवानी के उपायुक्त साहिल गुप्ता, पुलिस अधीक्षक मनबीर सिंह, चंद्रशेखर आजाद ओपन गुरुप के गुरुप लीडर सागर सज्जन सिंह व कोऑर्डिनेटर लक्ष्मण गौड़ के संयुक्त निर्देशों पर चलाया गया। पौधारोपण कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य शहीदों की स्मृति में पर्यावरण संरक्षण का संदेश देना और युवाओं को राष्ट्रभक्ति के प्रति प्रेरित करना था। इस अवसर पर सीनियर रोवर नितेश कुमार, विजय अहीरवाल, विवेक, पुनीत, जोगिंद्र, आरिफ अली, दिवेश, विनय, शिवम, मोहित शर्मा, हिमांशु भाटी, हर्षित, मयूर आदि उपस्थित रहे।

गाइड्स और रोवर्स-रेंजर्स को किया सम्मानित

पौधारोपण के उपरांत एक पत्रकार वार्ता का आयोजन किया गया, जिसमें सह ग्रुप लीडर अमित कुमार व गाइड रेंजर कैप्टन पुष्पा देवी ने संबोधित किया। उन्होंने हाल ही में राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू द्वारा राष्ट्रपति भवन में 16 स्काउट्स, गाइड्स और रोवर्स-रेंजर्स को उनके उत्कृष्ट कार्य और अमूल्य योगदान के लिए सम्मानित किए जाने पर गहरा आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि यह सम्मान देश के युवाओं को सामाजिक कार्यों और राष्ट्र निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए प्रोत्साहित करता है। पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए सह ग्रुप लीडर अमित कुमार व गाइड रेंजर कैप्टन पुष्पा देवी ने बताया कि राष्ट्रपति ने स्काउट्स, गाइड्स और रोवर्स-रेंजर्स को सम्मानित करते हुए कहा कि राष्ट्रपति ने कहा कि भारत में धरती को माता कहा जाता है, असल में स्काऊट्स एंड गाइड्स उसका पालन करते है।

रमेश पचेरवाल, सतपाल यादव और शालू अरोड़ा ने ली पार्षद पद की शपथ

- शहर के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे नवनियुक्त पार्षद : विरेंद्र कौशिक

हरिभूमि न्यूज,भिवानी

बुधवार को सरकार द्वारा नियुक्त तीन पार्षदों रमेश पचेरवाल, सतपाल यादव और शालू अरोड़ा ने पद और गोपनीयता की शपथ ली। इन पार्षदों को सरकार द्वारा मनोनीत किया गया है। भिवानी के डीएमसी गुलजार अहमद ने तीनों को पद की शपथ दिलाई। इस अवसर पर भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक, नगर परिषद चेयरपर्सन प्रतिनिधि भवानी प्रताप, ईओ रामचंद्र भी मौजूद रहे। शपथ ग्रहण समारोह नगर परिषद कार्यालय में आयोजित किया गया, जहां तीनों पार्षदों ने जनसेवा की शपथ ली। इस नियुक्ति के साथ ही भिवानी के विकास कार्यों को और गति मिलने की उम्मीद है। इस मौके पर भाजपा जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने नवनियुक्त पार्षदों को बधाई देते हुए कहा कि उन्हें उम्मीद है कि वे सभी जनता के हितों के लिए काम करेंगे और शहर के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे।

भिवानी। मनोनित पार्षद शपथ लेते हुए।

प्राणियों में प्राणों का संचार करती त्रिवेणी: फौगाट

बाढ़ड़ा। एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत कारीदास स्थित राजकीय प्राथमिक पाठशाल में पौधरोपण किया। खंड नोडल अधिकारी सुंदरपाल फौगाट कि देखरेख में नन्हें मुन्नों के हाथों त्रिवेणी सहित विभिन्न किस्म के पौधों का रोपण स्कूल व आसपास के क्षेत्र में करवाया व उनके संरक्षण के लिए प्रेरित किया। मास्टर सुंदरपाल फौगाट ने कहा कि जब तक पृथ्वी पर प्राकृतिक संतुलन बिगड़ता है, तब त्रिवेणी सहियोग प्रदान करती है, स्कूलों में त्रिवेणी (पीपल, बरगद, और नीम) लगाने से कई फायदे होते हैं। यह न केवल पर्यावरण के लिए लाभदायक है, बल्कि छात्रों के बीच आध्यात्मिक और सामाजिक जागरूकता भी बढ़ाता है। त्रिवेणी लगाने से सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है, जो छात्रों के मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है। पेड़ स्वस्थ पारिस्थितिक संतुलन बनाए रखने और वायु की गुणवता में सुधार करने में मदद करते हैं।

पोक्सो एक्ट बच्चों के लिए वरदान, सख्ती से पालन जरूरी

- चाइल्ड मैरिज एक्ट मांगेराम ने दी विस्तार से जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

हरियाणा राज्य बाल अधिकार एवं संरक्षण आयोग के सदस्य मांगेराम व मीना कुमारी द्वारा खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय बाढड़ा में विभिन्न स्टेकहोल्डर्स के साथ मीटिंग की। मीटिंग में पोक्सो एक्ट व चाइल्ड मैरिज एक्ट के बारे में विस्तार से चर्चा की। इस अवसर पर पोक्सो एक्ट व चाइल्ड मैरिज एक्ट पर बोलते हुए मांगेराम ने बताया कि पोक्सो एक्ट बच्चों के लिए वरदान है, इसका सख्ती से पालन होना चाहिए। चाइल्ड मैरिज एक्ट पर बोलते हुए उन्होंने बताया कि बाल विवाह एक सामाजिक अभिशाप है। इस बुराई को जल्दी से जल्दी दूर करने के लिए सभी को मिल जुलकर काम करना होगा। महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी सुनीता सांगवान ने भी बाल विवाह व भ्रूण हत्या पर अपने विचार व्यक्त किए। सभी स्टेक होल्डर व सरपंचों को बाल विवाह व भ्रूण हत्या के खिलाफ शपथ भी दिलवाई गई। जिसमें सरपंचों को महिला एवं बाल विकास विभाग की विभागीय स्कीमों के बारे में जानकारी प्रदान की, जैसे की स्पॉन्सरशिप एवं फास्टर केयर स्कीम, भ्रूणहत्या, बाल मजदूरी, पालना गृह आदि स्कीमों के बारे में जानकारी प्रदान की।

चरखी दादरी। भ्रूण हत्या रोकने के लिए प्रेरित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

श्रीमद् भागवत कथा ज्ञान सप्ताह यज्ञ के छठे दिन सुनाई श्रीकृष्ण-रूकमणी विवाह की कथा

भिवानी। नया बाजार स्थित चिड़ीमार गली के अंचल सदन में 18 जुलाई से चल रहे श्रीमद् भागवत कथा ज्ञान सप्ताह यज्ञ के छठे दिन बुधवार को कथावाचक एवं ज्योतिष आचार्य पंडित बृजमोहन कौशिक ने भगवान श्रीकृष्ण व रूकमणी विवाह की कथा सुनाई। यह जानकारी देते हुए बिहारी लाल आचार्य ने बताया कि कथा में सानिध्य संन्यासी बाबा शोभा गिरी अंतर्राष्ट्रीय कारोबारी महंत का रहा। उन्होंने बताया कि इस आध्यात्मिक यात्रा का समापन 24 जुलाई को अमावस्या के दिन हवन के साथ होगा। कृष्ण एवं रूकमणी विवाह उत्सव पर भी मनोहर झांकी प्रस्तुत की गई। भगवान श्रीकृष्ण-रूकमणि के विवाह की झांकी ने सभी को खूब आनंदित किया। कथा के दौरान भक्तिमय संगीत ने श्रोताओं को आनंद से परिपूर्ण किया। इस दौरान बड़ी संख्या में श्रद्धालु मौजूद रहे। भगवान श्रीकृष्ण के विवाह प्रसंग को सुनाते हुए कथावाचक एवं ज्योतिष आचार्य पंडित बृजमोहन कौशिक ने कहा कि भगवान श्रीकृष्ण का प्रथम विवाह विदर्भ देश के राजा की पुत्री रूकमणि के साथ संपन्न हुआ, लेकिन रुकमणि को श्रीकृष्ण द्वारा हरण कर विवाह किया गया। इस कथा में समझाया गया कि रुकमणि स्वयं साक्षात लक्ष्मी है और वह नारायण से दूर रह ही नही सकती। यदि जीव अपने धन अर्थात लक्ष्मी को भगवान के काम में लगाए तो ठीक, नही तो फिर वह धन चोरी द्वारा, बीमारी द्वारा या अन्य मार्ग से हरण हो ही जाता है।

धार्मिक आयोजन के साथ श्रद्धालुओं को पर्यावरण संरक्षण से जोड़ने का सराहनीय प्रयास

25 वर्षों बाद पूरा हुआ मंदिर निर्माण, शिवरात्रि पर उमड़ी भक्तों की भीड़

हरिभूमि न्यूज,भिवानी

महम रोड स्थित जनस्वास्थ्य विभाग कैंपस में स्थित शिव मंदिर में शिवरात्रि का पर्व इस वर्ष विशेष उत्साह और भक्ति के साथ मनाया गया। करीब अढाई दशक (25 साल) के लंबे इंतजार के बाद मंदिर का निर्माण कार्य पूर्ण होने पर श्रद्धालुओं का सैलाब उमड़ पड़ा। भक्तों ने भगवान शिव का जलाभिषेक कर पूजा-अर्चना की और अपनी मनोकामनाएं मांगीं। इस अवसर पर मंदिर में एक अनूठी पहल भी देखने को मिली। जनस्वास्थ्य विभाग के जेई (जूनियर इंजीनियर) बिजेश कुमार जावला ने यहां आने वाले 250 श्रद्धालुओं को निःशुल्क पौधे वितरित किए। इतना ही नहीं उन्होंने सभी भक्तों को यह संकल्प भी दिलवाया कि वे इन पौधों को सिर्फ लगाएंगे ही नहीं, बल्कि पेड़ बनने तक उनकी पूरी देखभाल भी करेंगे। जेई बिजेश कुमार जावला ने इस मंदिर निर्माण के प्रयास लगभग 25 वर्ष पहले शुरू किए गए थे, लेकिन किसी कारण से सिरे नहीं चढ़े। वर्ष 2023 में उनके प्रयासों से व आमजन के सहयोग से इसका निर्माण शुरू हुआ और इसी जनवरी में कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा के हाथों इसका उद्घाटन किया गया था, तब से लेकर अब तक वैसे तो सातों दिन यहां श्रद्धालुओं की लाइन लगी रहती है। लेकिन शिवरात्रि के पर्व पर तो विद्यानगर, कीर्ति नगर सहित साथ लगते संपूर्ण क्षेत्र से आने वाले श्रद्धालुओं की भीड़ सुबह 4 बजे ही शुरू हो गई थी, जो दोपहर बाद तक अनवरत जारी रही। यहां आए हुए भक्तगणों में से सुभाष पहलवान, बाला देवी, प्रो. अजीत सिंह, प्रो. मनोरमा, इंस्पेक्टर रामनिवास शर्मा, रणबीर लांबा आदि ने बताया कि इस मंदिर के बनने से संपूर्ण क्षेत्र में एक नया जोश व भक्ति भावना देखने को मिली है।

शिवरात्री पर पौधे वितरित करते हुए।

जेई बिजेश जावला ने श्रद्धालुओं को पौधें वितरित कर दिलाया रोपण व संरक्षण का संकल्प

घटता लिंगानुपात समाज के लिए चिन्तनीय विषय : डॉ. कमल

- गिरते लिंगानुपात में सुधार हेतु किया जनसंवाद कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज,तोशाम

गांव आलमपुर व पाटोदी कला में गिरते हुए लिंगानुपात की गंभीर समस्या को देखते हुए जागरूकता बैठकों का आयोजन किया गया। बैठकों की अध्यक्षता वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. कमल कुमार सिनियर मेडिकल आफिसर तोशाम ने की। उनके साथ डॉ. रोहित, डॉ. साहिल भी उपस्थित रहे। डीसी साहिल गुप्ता के दिशा-निर्देश पर एसडीएम डॉ अशवीर सिंह नैन के कुशल मार्गदर्शन में उपमंडल में सरकार द्वारा जारी हिदायतों के अनुसार बैठक के प्रमुख उद्देश्य घटते लिंगानुपात के कारणों पर विचार किया गया। पीसीपीएनडीटी अधिनियम की जानकारी और अनुपालन पर बल दिया गया। वहीं समाज में बेटियों के प्रति सकारात्मक सोच विकसित करना।

डा. बीआर अंबेडकर यूथ संगठन ने सार्वजनिक स्थानों पर पौधारोपण कर घर-घर बांटे पौधे

भिवानी। पर्यावरण संरक्षण की दिशा में महत्वपूर्ण कदम बढ़ाते हुए डा. बीआर अंबेडकर यूथ संगठन बुधवार को गांव ढ़ाणीमाहु में विभिन्न सार्वजनिक स्थानों पौधारोपण किया तथा घर-घर जाकर पौधें वितरित किए। इस मौके पर संगठन के प्रधान पवन मैहरा ने कहा कि हमें अधिक से अधिक पौधें रोपित करने चाहिए, ताकि हमारा पर्यावरण साफ व स्वच्छ रह सके। उन्होंने कहा कि लोग भारी मात्रा में पेड़-पौधे नष्ट कर रहे हैं। जिसका खामियाजा आज प्रत्येक जन पर्यावरण प्रदूषण व असंतुलन के रूप में झेल रहा है। इसीलिए आज के समय को देखते हुए अधिक से अधिक पौधें रोपित किए जाने की आवश्यकता है।

सूचना

मैं, मनोज भरतवाल पुत्र श्री भरत सिंह भरतवाल निवासी नजदीक गली पुजारियान, हालु बाजार, भिवानी बयान करता हूँ मेरे पुत्र के आधार कार्ड व वोटर कार्ड में नाम प्रतीक भरतवाल व पिता का नाम मनोज भरतवाल है। जबकि मेरे पुत्र के पासपोर्ट में मेरा नाम मनोज कुमार व पुत्र का नाम प्रतीक दर्ज है। अब मैं मेरे पुत्र का नाम उसके पासपोर्ट में प्रतीक भरतवाल व मेरा नाम मनोज भरतवाल करना चाहता हूँ ।

मंदिर में जलाभिषेक करतीं महिलाएं

गंगोत्री, गोमुख और हरिद्वार से गंगाजल लेकर पहुंचे कांवड़िए

छोटी काशी हुई शिवमय, संतों व शिव भक्तों ने किया शिवलिंग पर गंगाजल का अभिषेक

■ मंदिर परिसरों में व बाहर पुलिस सुरक्षा के रहे कड़े प्रबंध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

छोटी काशी के प्रसिद्ध जोगीवाला शिव मंदिर धाम में शिवरात्रि पर्व आज बड़े उत्साह के साथ मनाया गया।

इस अवसर पर गंगोत्री गोमुख और हरिद्वार से गंगाजल लेकर पहुंचे कांवड़ियों ने महंत वेदनाथ के साथ भगवान शिव को गंगाजल अभिषेक किया। जोगीवाला मंदिर में आज सुबह 4:00 बजे 4 पहर की पूजा अर्चना व भगवान शिव को रुद्राभिषेक शुरू हो गया था। इस अवसर पर भगवान शिव दरबार में महा आरती व कावड़ पूजन रहा। जोगीवाला मंदिर के महंत वेदनाथ ने कहा कि गोमुख , गंगोत्री और हरिद्वार से कावड़िए यहां पर गंगाजल लेकर पहुंचे हैं और भगवान शिव को जल अभिषेक किया है। उन्होंने कहा कि पुलिस की व्यवस्था यहां पर सुरक्षा की दृष्टि से लगी हुई है और कांवड़ियों के लिए प्रसाद, चिकित्सा सेवा और उनके रहने की व्यवस्था की गई है । उन्होंने कहा कि आज हजारों की संख्या में शिव भक्त जोगीवाला शिव मंदिर धाम में भगवान शिव का जल अभिषेक कर रहे हैं।

भिवानी। जलाभिषेक के लिए मंदिर में लगी लाइन। फोटो : हरिभूमि

उन्होंने कहा कि आज के दिन भगवान शिव ने हलाल पान किया था। उन्होंने कहा कि श्रावण माह की शिवरात्रि का बड़ा महत्व है। वहीं उन्होंने कामना की कि देश में सुख और समृद्धि बनी रहे। जोगीवाला शिव मंदिर धाम शिव भक्तों ने कहा कि जोगीवाला शिव मंदिर धाम प्राचीन मंदिर है और यहां पर हर वर्ष हरिद्वार, गोमुख, गंगोत्री से कावड़ लेकर गंगाजल चढ़ाते हैं । वहीं व्रत रखने वाली युवतियों एवं महिलाओं ने भी भगवान शिव की महिमा का गुणगान किया। इस अवसर पर मंदिर परिसर में पुलिस अधीक्षक के मार्गदर्शन में शहर थाना प्रभारी सत्यनारायण शर्मा के द्वारा लगातार पुलिस फ़ोर्स की गस्त रही और मंदिर में भी पुलिस फ़ोर्स सुरक्षा की दृष्टि से तैनात की है।

शिव निराकार ज्योति बिंदु स्वरूप

■ ब्रह्माकुमारी ने महिलाओं को दिया आध्यात्मिक ज्ञान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

शिवलिंग पर अक, धतूरा, बेर आदि चढ़ाने के साथ-साथ ईर्ष्या, द्वेष, घृणा आदि विकारों को छोड़ सद्भावना से आपसी संबंधों को मजबूत बना समाज को समृद्ध व सुखी बनाने के संकल्प के साथ शिवरात्रि का पावन पर्व मनाना चाहिए।

ये उद्गार प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की कादमा शाखा के तत्वावधान में दगड़ोली गांव में शिवरात्रि पर शिव-शंकर की झांकी में लोगों को समझाते हुए सेवा केंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने व्यक्त किए। भारत देश त्योहारों का देश है। हर त्यौहार हमें जीवन में आध्यात्मिक व चारित्रिक मूल्यों को धारण करने की प्रेरणा देता है। जिससे हमारा घर परिवार समाज व देश दिव्य, श्रेष्ठ बन सकता है। ब्रह्माकुमारी बहन ने शिवरात्रि का आध्यात्मिक रहस्य स्पष्ट करते हुए कहा कि परमपिता परमात्मा शिव निराकार ज्योति बिंदु स्वरूप है। सुख शांति आनंद पवित्रता का सागर कल्याणकारी है।

चरखी दादरी। महिलाओं को आध्यात्मिक ज्ञान की जानकारी देते वसुधा बहन।

हर्षोल्लास से मनाया महाशिवरात्रि पर्व

चरखी दादरी। बीआर शिक्षण संस्था द्वारा संचालित आईपीएस स्कूल में महाशिवरात्रि पर्व अत्यंत श्रद्धा एवं हर्षोल्लास के साथ मनाया। विद्यार्थियों और शिक्षकों ने भगवान शिव की पूजा-अर्चना की। स्कूल का वातावरण भक्तिमय हो गया। कई विद्यार्थियों ने भगवान शिव के विभिन्न रूपों की वेशभूषा धारण कर सभी का मनमोह लिया। इस अवसर पर विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया। कार्यक्रम में बीआर शिक्षण संस्था के चेयरमैन कृष्ण भारद्वाज ने सभी विद्यार्थियों, अध्यापकों और अभिभावकों को महाशिवरात्रि की शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि महाशिवरात्रि का पावन पर्व हमें भगवान शिव के त्याग, तपस्या और कल्याणकारी स्वरूप का स्मरण करवाता है। यह पर्व हमें आंतरिक शुद्धि, संयम और परोपकार का संदेश देता है। भगवान शिव ने विष पीकर सृष्टि का कल्याण किया, जो हमें सिखाता है कि हमें चुनौतियों का सामना करते हुए समाज और प्रकृति के प्रति अपने कर्तव्यों का निर्वहन करना चाहिए।

भोलेनाथ की महिमा अपरंपार : अभय

■ प्राचीन शिव मंदिर नरसिंह वास में कांवड़ियों ने किया जलाभिषेक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

भगवान भोले नाथ की महिमा अपरंपार है, उनको सावन माह अत्यंत ही प्रिय है। इस पूरे महीनें में अगर सच्चे दिल से महादेव को जल अर्पित किया जाए तो मनुष्य अपे दुरूह पापों को भी नष्ट कर आगे सदमार्ग पर चलने के लिए प्रेरित हो सकता है।

यह बात गांव नरसिंह वास में महाशिवरात्रि के दौरान महादेव का जल अभिषेक करने आए सभी शिव भक्तो को बाबा अभय गिरी ने कही। महाशिवरात्री के अवसर पूरे क्षेत्र के शिवालयों में शिवभक्तों द्वारा कांवड चढाई गई। इसी कडी में प्राचीन शिव मंदिर नरसिंह वास में हरिद्वार से आठ दिन की पैदल यात्रा कर कावंड लाने वाले शिवभक्तों द्वारा जलाभिषेक किया गया। हर बार की तरह प्रदीप भक्त गौमुख से कांवड लेकर आया। बाबा अभय गिरी महाराज ने शिवरात्रि के महत्व से सभी को अवगत करवाया। सर्वप्रथम पुरानी परंपरा अनुसार गांव की फिरणियों पर कावंडों की सात आरती की गई। इसके उपरांत कावडिए, उनके परिजन व ग्रामीण प्राचीन शिव मंदिर पहुंचे।

चरखी दादरी। शिवरात्रि पर्व पर शिव का जलाभिषक करते हुए। फोटो : हरिभूमि

भगवान शिव को प्रसन्न करने के लिए मनाई जाती है शिवरात्रि : करूणागिरी

भिवानी। सावन मास की शिवरात्रि भगवान शिव को प्रसन्न करने के लिए मनाई जाती है। सावन मास में शिव भक्त पवित्र गंगा जल कावड़ के रूप में गंगा नदी से लेकर आते है, क्योंकि भगवान शिव ने ही अपनी जटाओं में गंगा को समाहित किया था और अपने शहरों, गांवों के मंदिरों में शिवलिंग पर जल चढ़ाकर अपनी मन्नत पूरी करने की भगवान से प्रार्थना करते है। यह कहना है महामंडलेश्वर बालयोगिनी साध्वी करूणागिरी का। लोहड़ बाजार स्थित श्योलाल पूरी मंदिर में शिवलिंग पर जलाभिषेक करने उपरांत उन्होंने श्रद्धालुओं को कहा कि लोहड़ बाजार स्थित श्योलाल पूरी मंदिर में पिछले करीबन 25 वर्षों से शिवलिंग पर धारा प्रवाह शिवलिंग पर जल चढ़ता है।

जल्द होती है उनकी कृपा दृष्टि : अशोक गिरी

■ महंत डॉक्टर अशोक गिरी ने की पंचमृत शिव जलाभिषेक पूजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

सिद्ध पीठ बाबा जहर गिरी मंदिर धाम में शिवरात्रि पर्व पर शिव भक्तों की लम्बी लम्बी कतारे दर्शन के लिए लगी रही और सैंकड़ों कावड़ियों ने गंगाजल अभिषेक किया। यह पर्व बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। जिसको लेकर मंदिर स्थित शिवलिंग पर जलाभिषेक किया गया।

श्री महंत डॉक्टर अशोकगिरि महाराज ने कहा कि श्रावण माह श्रद्धा और भक्ति व भगवान शिव की महिमा का माह है। कहा कि भक्तिभाव और श्रद्धा से भगवान शिव की पूजा अर्चना आज देश भर में शिवभक्तों ने की है। महंत डॉक्टर अशोक गिरी ने इस पावन अवसर पर शिवलिंग का गंगाजल युक्त पंचामृत, दूध एवं जल से अभिषेक किया किया। पूरे मंदिर परिसर में "हर-हर महादेव" के जयकारों से वातावरण भक्तिमय पूर्ण रहेगा। इस अवसर पर उनके साथ संकड़ों कावड़ियों ने भी गंगाजल अभिषेक किया। मंदिर में महंत डॉक्टर अशोक गिरी व शिवभक्तों द्वारा बेलपत्र, धतूरा, फल, फूल, चंदन, अक्षत व अन्य पूजन सामग्री से भगवान भोलेनाथ के विभिन्न रूपों की विधिवत पूजा की है। महंत डॉक्टर अशोक गिरी ने भगवान शिव की महिमा का वर्णन करते हुए कहा कि श्रावण मास शिव भगवान की पूजा का सर्वोत्तम समय है। भगवान शिव अत्यंत सरल स्वभाव के देवता हैं और भक्तों की सच्ची श्रद्धा से तुरंत प्रसन्न होकर वरदान देते हैं। महंत ने यह भी जानकारी दी कि शिवरात्रि के दिन श्री शिव शक्ति जन कल्याण सेवा ट्रस्ट द्वारा मंदिर में आने वाले भक्तों के लिए निःशुल्क चिकित्सा शिविर और जलपान की व्यवस्था की गई ह जिसमे श्रद्धालुओं को चिकित्सा सेवा और सभी प्रकार कि व्यवस्था की गई है।

भिवानी। शिवलिंग पर जलाभिषेक करते हुए।

शिवरात्रि व तीज मेला महोत्सव के उपलक्ष्य में भजन-गीत कार्यक्रम का आयोजन

भिवानी। हनुमान ढ़ाणी स्थित हनुमान जोहड़ी मंदिर में शिवरात्रि एवं युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट मंदिर के स्वामी विवेकानंद समागार में 25 से 27 जुलाई तक तीन दिवसीय तीज मेला महोत्सव के उपलक्ष्य में बुधवार को भजन-गीत कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरूआत बालयोगी महंत चरणदास महाराज ने शिवरात्रि पर्व पर शिवलिंग पर जलाभिषेक कर की। इसके उपरांत अनेक महिलाओं ने तीज महोत्सव के उपलक्ष्य में मंगल गीत गाए। इस दौरान मंदिर परिसर में माहौल भक्तिमय रहा। इस अवसर पर बालयोगी महंत चरणदास महाराज ने बताया कि शिवरात्रि भगवान शिव और देवी पार्वती के मिलन का प्रतीक है। यह पर्व आध्यात्मिक जागरण और आत्म-शुद्धि का संदेश देता है। वहीं, तीज का पर्व महिलाओं के लिए विशेष महत्व रखता है, जो सौभाग्य और सुखी वैवाहिक जीवन की कामना के साथ मनाया जाता है।

बाबा धूणीवाले की स्मृति में हवन व भंडारा आज

भिवानी। गांव पालुवास हरिपुर के बाबा धुणीवाला मंदिर में हर वर्ष की भांति बाबा धूणीवाले की याद में शिवरात्रि के अगले दिन 24 जुलाई को हवन व भंडारे का आयोजन किया जाएगा। बाबा की स्मृति में आयोजित हवन में बाबा धूणीवाले सेवा समिति के सदस्य व ग्रामीण आहुति डालकर बाबा से गांव व परिवार की भलाई, सुख समृद्धि के लिए मन्नतें मांगेंगे। हवन में बाबा धूणीवाले सेवा समिति के सदस्य एवं बैंक महाप्रबंधक नरेश तंवर, सरपंच प्रतिनिधि रणबीर फौजी व पूर्व सरपंच प्रतिनिधि नरेश कुमार ने बताया बाबा धूणीवाला सिद्ध महात्मा थे, लगभग 300 वर्ष पूर्व की बात है कि गांव में अकाल पड़ गया था। गांव के जोहड़ तालाब सुख गए थे, पशु पक्षी पानी के अभाव के कारण मरने लगे थे, तब बाबा धूणीवाले ने तपस्या की। बाबा धूणीवाला की तपस्या और आशीर्वाद से तालाब व जोहड़ पानी से लबालब हो गए। इसके बाद बाबा की प्रतिमा के समक्ष प्रसाद का भोग लगाकर भंडारे का शुभारंभ किया जाएगा, जिसमें सबसे पहले साधु-संतों को भोजन करवाया जाएगा।

समाज को समृद्ध व सुखी बनाने के संकल्प के साथ शिवरात्रि पर्व मनाया

भिवानी। शिवलिंग पर अक, धतूरा, बेर आदि चढाने के साथ-साथ ईर्ष्या, द्वेष, घृणा आदि विकारों को छोड़ सद्भावना से आपसी संबंधों को मजबूत बना समाज को समृद्ध व सुखी बनाने के संकल्प के साथ शिवरात्रि का पावन पर्व मनाएं । यह उद्गार प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की कादमा शाखा के तत्वावधान में दगड़ोली गांव में श्रावण मास शिवरात्रि के अवसर आयोजित शिव-शंकर की झांकी में लोगों को समझाते हुए सेवाकेंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि भारत देश पर्वों का देश है हर पर्व हमें जीवन में आध्यात्मिक व चारित्रिक मूल्यों को धारण करने की प्रेरणा देता है जिससे हमारा घर परिवार समाज व देश दिव्य , श्रेष्ठ बन सकता है। शिवरात्रि का आध्यात्मिक रहस्य स्पष्ट करते हुए कहा कि परमपिता परमात्मा शिव निराकार ज्योति बिंदु स्वरूप है।

भक्तों ने शिवलिंग का जलाभिषेक किया

तोशाम। शिवरात्रि पर्व के उपलक्ष में कस्बे के विभिन्न मंदिरों में कार्यक्रम आयोजित हुए तथा अनेक शिवभक्तों ने शिवलिंग का जलाभिषेक किया।

वहीं तोशाम में प्रभु कृपा कॉलोनी में स्थित आनंदेश्वर शिव महादेव मंदिर में मंगलवार रात्रि के दौरान शिव जागरण तथा भंडारे का आयोजन किया गया तो तोशाम के दक्षिणमुखी संकटमोचन मेहंदीपुर बालाजी दरबार में रुद्राष्टाध्याई अनुष्ठान के साथ पंडित रामकिशन महाराज के द्वारा शिवलिंग का रुद्राभिषेक किया गया। उल्लेखनीय है कि कस्बे में शिवरात्रि पर्व शिवभक्तों द्वारा धूमधाम से मनाया गया जिसके तहत कस्बे के विभिन्न मंदिरों में कार्यक्रम आयोजित हुए तो अनेक शिवभक्तों ने शिवलिंग के जलाभिषेक के साथ भोले की पूजा-अर्चना की।

■ शिवभक्तों ने शिवलिंग का किया रुद्राभिषेक

तोशाम। शिवरात्रि पर रूद्राभिषेक करते हुए। फोटो : हरिभूमि

इस दौरान प्रभु कृपा कॉलोनी में स्थित आनंदेश्वर शिव महादेव मंदिर में श्री श्याम सुंदर समिति द्वारा शिव जागरण तथा भंडारे का आयोजन किया गया जिसमें अनेक गायक कलाकारों ने अपनी मधुर वाणी में भोले का गुणगान किया वहीं इस दौरान आयोजित भंडारे में अनेक श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया।

सनराइज वरिष्ठ विद्यालय में धूम-धाम से मनाया शिव महोत्सव

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के सनराइज वरिष्ठ वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में महाशिवरात्री के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें विद्यालय के विद्यार्थियों ने बढ़चढ़कर भाग लिया। विद्यालय में सर्वप्रथम मैरीगोल्ड सदन के इंचार्ज देवेन्द्र बैनीवाल व आशीष शर्मा ने बच्चों को शिवरात्रि पर्व का विस्तार बताया। इसके बाद बारहवीं कक्षा की छात्रा अंशुल ने शिव भजन को बड़े ही आनंदित स्वर में गाया जिसका सभी अध्यापकगण व बच्चों ने अंतिम पल तक गुणगान किया। स्टेज झांकी प्रतियोगिता में प्रथम कक्षा के बच्चों ने शिव-पार्वती (जतिन-सनाया) की प्रस्तुति दी। जिसमें निर्णायक कमेटी ने नैनीहाल यानि मात्र पांच वर्ष के बच्चों की प्रस्तुति को प्रथम स्थान दिया।

दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में शिवभक्ति की उमंग, श्रद्धालुओं ने किया जलाभिषेक

भिवानी। दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर कोंट रोड, मिनी बायपास, काली देवी मंदिर रोड में भक्ति का सागर उमड़ पड़ा। भोर से ही श्रद्धालुओं की भीड़ मंदिर में जुटने लगी और भगवान शिव के शिवलिंग पर जल, दूध, बेलपत्र और पुष्प अर्पित कर विशेष पूजा अर्चना की गई। मंदिर की प्रबंधक उर्मिला सैनी व शुभम ने बताया कि इस अवसर पर हरिद्वार से कांवड़ लाकर आए श्रद्धालुओं ने गंगाजल से शिवलिंग का अभिषेक किया। कांवड़ियों ने बताया कि यह यात्रा उन्होंने आस्था, संकल्प और शिव भक्ति के प्रतीक रूप में पूरी की है।मंदिर के पुजारी शुभम ने रुद्राभिषेक और शिव स्तुति के साथ विधिवत पूजा सम्पन्न कराई और उपस्थित श्रद्धालुओं को सावन माह के आध्यात्मिक महत्व की जानकारी दी। मंदिर में दिनभर हर हर महादेव के जयघोष, भजन संकीर्तन और शिव आराधना का वातावरण बना रहा।

बरसात से लोगों को मिली गर्मी से राहत

लोहारू। तीन दिनों की उमस के बाद बीती सांय लोहारू शहर आस पास के इलाके में रुक रुककर झमाझम बरसात हुई। देर सांय को शुरू हुई झमाझमा बरसात बुधवार को दोपहर तक रुक रुककर होती रही। बरसात के कारण शहर की अनेक सडकें जलमग्न हो गई। वहीं लोगों को भी उमस भरी गर्मी से निजात मिली। जानकारी के अनुसार पिछले 24 घंटों के दौरान शहर में 120 एमएम से अधिक बरसात दर्ज की गई है। बता दें कि तीन दिनों से इलाके के लोग उमस भरी गर्मी से परेशान थे तथा मंगलवार सांय लोहारू शहर और आसपास के इलाके में घनघोर घटाएं आसमान में छा गई तथा रिमझिम बरसात शुरू हो गई।

एसडीएम कार्यालय के सामने किसानों का पड़ाव 8वें दिन भी जारी

तेज बरसात में उखड़ा टैंट, धरने पर डटे रहे किसान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

पिछले आठ दिनों से एसडीएम कार्यालय के सामने किसानों का चल रहा अनिश्चितकालीन पड़ाव बुधवार को आठवें दिन भी जारी रहा। बीती रात आई तेज बरसात में हालांकि किसानों के धरने के टैंट आदि उखड़ गए बावजूद इसके किसानों ने हौसला नही तोड़ा और बुधवार को धरने पर डटे रहे।

बुधवार को किसान नेता विजेंद्र बेरला ने धरनारत किसानों को संबोधित करते हुए कहा कि किसान अपने हक के लिए लड़ रहें हैं। बुधवार को धरने का संचालन मा. जगरोशन रोढ़ा व धर्मपाल बारवास ने किया जबकि धरने की अध्यक्षता रामकिशन भाकर, महावीर सिंह गोठड़ा, रामफल देशवाल व काशी राम शर्मा ने की। रामफल देशवाल ने कहा कि घोटाला के विरुद्ध क्षेत्र के किसानों में इतना ज्यादा रोष है कि अत्यधिक बारिश व अंधड़ में भी किसान धरने पर डटे हुए हैं।

लोहारू। धरने पर बैठे किसान व महिलाओं से संपर्क करते हुए किसान नेत्री एडवोकेट कविता आर्य। फोटो : हरिभूमि

धरने पर बढ़ेगी महिलाओं की भागीदारी : कविता

लोहारू में चल रहे किसानों के अनिश्चितकाली महापड़ाव में सक्रीय भागीदारी निभा रही एडवोकेट कविता आर्य ने दावा किया है कि किसानों के धरने को इलाके की महिलाओं का भी साथ मिल रहा है तथा आने वाले समय में धरने पर महिलाओं की संख्या और अधिक बढ़ेगी। कविता आर्य और जनवादी महिला समितत की जिला प्रधान संतोष देशवाल के नेतृत्व में बीरमती, सिलोचना, मंजू वेदकौर, बिमला, अनिता, सुमन, चंद्रो देवी सहित अनेक महिलाओं ने गिगनाऊ, दमकोरा, गोपालवास सहित अनेक गांवों का दौरा कर ग्रामीण महिलाओं से मुलाकात की और धनरे में पहुंचने का आह्वान किया। कविता आर्य ने दावा किया कि महिलाएं भी किसानों के साथ धरने पर बैठ कर आवाज बुलंद करेंगी।

महात्मा ज्योतिबा फुले धर्मार्थ ट्रस्ट ने श्रद्धालुओं को दिलाई नशा मुक्ति की शपथ

भिवानी। शिवरात्रि के पावन पर्व पर जहां एक ओर पूरा देश भगवान शिव की भक्ति में लीन था, वहीं दूसरी ओर महात्मा ज्योतिबा फुले धर्मार्थ ट्रस्ट ने एक अनुपम पहल करते हुए समाज सुधार का संदेश दिया। ट्रस्ट द्वारा गांव चैहड़ पहाड़ स्थित ऐतिहासिक पहाड़ी माता मंदिर में आयोजित एक विशेष कार्यक्रम में सैकड़ों श्रद्धालुओं ने नशा मुक्ति की शपथ ली। यह आयोजन न केवल धार्मिक श्रद्धा का प्रतीक बना, बल्कि सामाजिक चेतना जागृत करने का एक महत्वपूर्ण मंच भी साबित हुआ। इस अवसर पर ट्रस्ट के अध्यक्ष रमेश सैनी ने नशे से होने वाले शारीरिक, मानसिक और सामाजिक दुष्प्रभावों पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि कैसे नशा व्यक्ति और परिवार दोनों को आर्थिक व सामाजिक रूप से खोखला कर देता है। प्रस्तुतियाँ दी गईं, जिन्होंने लोगों को नशे की भयावहता से रूबरू कराया।