हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, मंगलवार, 16 सितंबर 2025

11 एमिनेंट पर्सन को कर्तव्य और जिम्मेदारियां

12 टावर कंपनी ने किसान के विरुद्ध एक तरफा ...

खबर संक्षेप

जांगिड़ ब्राह्मण महासभा की बैठक आज होगी

चरखी दादरी। अखिल भारतीय जांगिड़ ब्राह्मण महासभा की बैठक 16 सितंबर मंगलवार को जिला प्रधान पूर्व सब इंस्पेक्टर प्रेम सिंह जांगड़ा की अध्यक्षता में होगी। बैठक का आयोजन काठमंडी स्थित भगवान विश्वकर्मा धर्मशाला में होगा। महासभा के महासचिव दयाराम इमलोटा ने बताया कि बैठक के दौरान अनेक विषयों पर चर्चा होगी।

कराटे प्रतियोगिता के लिए कल होगा चयन

चरखी दादरी । खेल विभाग द्वारा राज्य स्तरीय खेल महाकुंभ में इस बार कराटे को भी शामिल कर लिया गया है। प्रतिभागिता में भाग लेने के लिए जिले के खिलाड़ियों का चयन 17 सितंबर को किया जाएगा। यह जानकारी जिला खेल अधिकारी विष्णु भगवान ने दी। खेल अधिकारी ने बताया कि श्योनाथ नम्बरदार बॉक्सिंग अकेडमी में ट्रायल आधार पर चयन किया जाएगा। चयन के लिए लड़कों में वेट कैटेगरी 60, 67, 75, 84, 84 किलो और लड़कियों में 50, 55, 61, 68 किलो निर्धारित की गई हैं।

बर्तन एसो. का मिलन समारोह 5 को होगा

भिवानी। भिवानी बर्तन एसो. द्वारा 5 अक्तूबर को कोंट रोड स्थित नन्द गार्डन में सभी हलवाई व कैटर्स का मिलन समारोह आयोजित किया जाएगा। बेरलिया बर्तन भण्डार, राजेश खेड़ा, अमन, गजेन्द्र सैनी,बिजेन्द्र, शंकर, प्रमोद, कपिल, राजेश व भिवानी बर्तन एसोसिएशन के सदस्यों ने बताया कि मिलन समारोह में एक दूसरे का हालचाल जाना जाएगा तथा समस्याओं पर चर्चा की जाएगी।

खाद के लिए उमड़ी भीड़, व्यवस्था गड़बड़ाने पर बुलानी पड़ी पुलिस

दो दर्जन पुलिसकर्मियों ने मोर्चा संभाला

पांच घंटे तक करनी पड़ी मशक्कत

खाद को लेकर मारामारी टोकन पर लेने की लाचारी

बाढड़ा। टोकन पाने के लिए बेकाबू भीड़ और कस्बे के खाद बिक्री केन्द्रों पर खाद के लिए महिलाओं को संभालते पुलिस कर्मी। फोटो : हरिभूमि

सहकारी केन्द्र पर पच्चास गांवों के किसानों के लिए मात्र 1000 बैग आने से हालात खराब हुए।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

रबी सीजन की फसल बिजाई से एक माह पहले ही डीएपी लेने के लिए किसानों की भारी भीड़ उपमंडल के सहकारी केन्द्र पर पहुंच गई जिनको संभालने के लिए पुलिस को मोर्चा संभालना पड़ा।

एक सप्ताह बाद पहुंची डीएपी की सोमवार को बिक्री शुरु करते ही सुबह से ही इंतजार में बैठे पुरुष व महिला किसानों में पहले पाने की होड़ शुरु गई। भारी भीड़ के सामने सहकारी विभाग के अधिकारियों के होश फाख्ता हो गए तथा किसानों में जुतमपैजार शुरू हो गई। घटनाक्रम की जानकारी मिलते ही पुलिस स्टेशन के समस्त महिला व दो दर्जन पुलिस कर्मियों ने मोर्चा संभाला तथा भीड़ को संभाल कर पांच घंटे की कड़ी मशक्कत के बाद किसानों को लाइन लगाकर खाद के टोकनों का वितरण करवाया गया। किसानों ने सरकार पर जानबूझ कर समय पर खाद उपलब्ध न करवाने का आरोप लगाया वहीं सहकारीता विभाग के अधिकारियों ने ज्यादा स्टाक ना करके जरुरत मात्रा में ही खाद लेने की अपील की।

लोहारु रोड स्थित सहकारिता विभाग के खाद वितरण केन्द्र पर शुक्रवार को डीएपी की आपूर्ति होने के बाद खाद बिक्री होने का समाचार मिलते ही सोमवार को क्षेत्र के पुरुष व महिला किसान पहुंच गए और पहले खाद का टोकन लेने के लिए अड़ गए। सहकारी केन्द्र पर पच्चास गांवों के किसानों के लिए मात्र 1000 बैग आने से हालात खराब हो गए। किसान एक दूसरे से पहले आने की बात कहकर व अधिकारियों से जल्दी खाद देने की मांग करने लगे जिसस हालात खराब हो गए। बिक्री अधिकारियों ने तुरंत प्रभाव से पुलिस व कृषि विभाग को सूचित किया जिसके बाद मौके पर पहुंचे कृषि अधिकारी व पुलिस टीम ने स्थित को नियंत्रण किया लेकिन किसान नारेबाजी करने लगे। पुलिस कर्मचारियों ने किसानों को लाइनों में लगाकर पहले टोकन व फिर खाद वितरण करवाई।

अगेती सरसों की बिजाई के लिए खाद की सख्त जरूरत

किसान सतपाल श्योराण, रमेश कुमार, जगबीर शर्मा, रोहताश, अमरसिंह, कमला देवी, संतोष, बीरमति आदि ने बताया कि उपमंडल क्षेत्र में पिछले लंबे समय से नाममात्र की डीएपी व यूरिया खाद आ रही है जिससे रबी सीजन की बिजाई तक शायद ही खाद उपलब्ध हो पाए। हर बार किसानों को दिन व रात्रि को लाइनों में खड़ा होकर खाद लेनी पड़ रही है वहीं निजी दुकानों में या तो आपूर्ति नहीं हो पा रही है या उनको खाद लेने पर दो बैगों के साथ ही इससे अधिक कीमत के अलग पदार्थ खरीदना मजबूरी हो गया है। मौजूदा समय में ज्यादा बरसात से बाजरा कपास, ग्वार की फसलें पूरी तरह खराबें की भेंट चढ गई हैं और एक माह से पहले अगेती सरसों की बिजाई की संभावना के कारण मौजूदा समय में डीएपी की सख्त जरुरत है लेकिन सहकारी खाद वितरण केन्द्रों व निजि दुकानों पर नाममात्र आपूर्ति होने से उनको लाईनों में लगकर खाद लेनी मजबूरी है। सहकारी समिति प्रबंधक जयबीर श्यामकलां ने बताया कि माह मे चौथी बार 2000 बैग यूरिया व 1000 बैग डीएपी की आपूर्ति व निजी दुकानों पर अलग से यूरिया पहुंची है जिसका शांतिप्रिय ढंग से वितरण करवाया जा रहा है।

आज होगा गणित का आकलन

पीजीटी, टीजीटी ने मोबाइल से जांचा दूसरी-तीसरी के बच्चों का शिक्षा स्तर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

खंड बवानीखेड़ा में दो दिनों तक चलने वाले दूसरे से तीसरी कक्षा के बच्चों के असेसमेंट के पहले दिन सभी शिक्षक निर्धारित स्कूलों में पहुंचे और विभाग के आदेशों की पालना करते हुए असेसमेंट के कार्य को पूरा किया। मंगलवार को गणित का आकलन किया जाएगा। प्रदेश का शिक्षा विभाग समय समय पर शिक्षा स्तर की जांच कर उसे ऊँचाइयों तक ले जाने के लिए भरसक प्रयास करता है और नई नई रणनीतियां बनाकर उसमें सफलता भी हासिल करता है। हालिया नई योजना बनाई गई है जिसमें 15 व 16 सितंबर को राजकीय विद्यालय में पढ़ने वाले दूसरी व तीसरी कक्षा के विद्यार्थियों का संख्या ज्ञान के स्तर पर आंकलन निर्धारित किया था जिसके तहत खंड स्तर पर खंड शिक्षा अधिकारी के नेतृत्व में एबीआरसी, बीआरपी की ऑनलाइन मीटिंग भी आयोजित हुई थी। तत्पश्चात एबीआरसी, बीआरपी द्वारा कलस्टर स्तर पर शिक्षकों को प्रशिक्षण दिया।

शिक्षकों ने आधारभूत साक्षरता एवं संख्या ज्ञान में विद्यार्थियों की वास्तविक स्थिति का किया मूल्यांकन-मूल्यांकन के पहले दिन सोमवार को उसमें दूसरी व तीसरी कक्षा के विद्यार्थियों का हिंदी का आकलन किया और यह सेंसेस बेस्ट ग्रुपिंग एक्सरसाइज के तहत किया गया इसका प्रमुख उद्देश्य आधारभूत साक्षरता एवं संख्याज्ञान में विद्यार्थियों की वास्तविक स्थिति का आकलन करना और हर विद्यार्थी के लिए विद्यालय को उपचारात्मक कदम योजना बनाने में सहयोग प्रदान करना रहा। ये परीक्षा न होकर डायग्नोस्टिक एक्सरसाइज होगी। इसमें हर विद्यार्थी का पठन एवं गणित में आधारभूत स्तर का मूल्यांकन कर उनके अधिगम स्तर की पहचान करना और शिक्षकों को सुधार करने में सहयोग देना है। विद्यालय में कक्षा में पहुंचने पश्चात शिक्षकों ने विभाग के आदेशानुसार पहले दिन बच्चों को अपने समकक्ष कुर्सी पर बैठाया और उनका आकलन किया। आकलन में हिन्दी भाषा इसके तहत शब्द, वाक्य और अनुच्छेद पठन निपुण के अनुसार, संख्या पहचान, जोड़-घटाव निपुण अनुसार निर्धारित था।

बवानीखेड़ा। बच्चों का असेसमेंट का कार्य पूरा करते शिक्षक।

अध्यापकों ने एप पर किया डाटा फीड

कार्यकारी खंड शिक्षा अधिकारी, सीआरसी-कम-प्राचार्या संतोष भाकर ने बताया कि 15 व 16 सितंबर के आकलन में प्रति विषय 5 से 10 मिनट का समय होगा जिसमें आंकड़े निपुण हरियाणा टीचर एप टूल पर दर्ज किए जाने निर्धारित किए गए। खंड के शिक्षक निर्धारित विद्यालयों में पहुंचे और आकलन किया और इसका डाटा ऑनलाइन फीड किया।

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी
रिश्तों में नई सोच की राह

आज अधिकांश कपल्स वर्किंग हैं, बिजी रहते हैं, एक दूसरे को समय नहीं दे पाते, एक कम्युनिकेशन गैप रहता है। इस कारण मैरीड लाइफ में बहुत सी ऐसी बातें पैदा होती हैं, जो तनाव लाकर दूरियां बढ़ाती हैं। ऐसे में वर्चुअल रियलिटी थेरेपी मधुर दांपत्य जीवन की राह बनाती है।

कवर स्टोरी

डॉ. शिवांगी रावत
साइकोलॉजिस्ट, मेंटल हेल्थ एंड रिलेशनशिप थेरेपिस्ट, सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

पति-पत्नी का रिश्ता केवल साथ रहने भर का ही नहीं, भावनात्मक जुड़ाव और आपसी समझ का भी प्रतीक है। आज की तेज रफ्तार जिंदगी और बढ़ती व्यस्तताओं में यह जुड़ाव कई बार कमजोर पड़ जाता है। छोटी-छोटी गलतफहमियां, संवाद की कमी या अहंकार रिश्ते में दूरियां ले आते हैं। ऐसे में रिश्ते को फिर से जोड़ने और पुरानी मधुर यादों को ताजा करने के लिए कपल्स को कई बार रिलेशनशिप एक्सपर्ट या साइकोलॉजिस्ट से सलाह की जरूरत पड़ती है, जो विभिन्न थेरेपी के माध्यमों से दोनों के गिले-शिकवे दूर कर सामंजस्य बैठाने की कोशिश करते हैं, कपल्स इसके बाद बेहतर जिंदगी गुजार पाते हैं। इन्हीं में से एक थेरेपी है- वीआरटी मतलब वर्चुअल रियलिटी थेरेपी।

क्या है वीआरटी

यह थेरेपी वैवाहिक जीवन को अधिक प्रभावी और इंटरैक्टिव बनाने का अवसर प्रदान करती है। इसमें तकनीक और मनोविज्ञान को जोड़कर पति-पत्नी को एक नियंत्रित और सुरक्षित वर्चुअल वातावरण उपलब्ध कराया जाता है। दोनों साथी न केवल अपने दृष्टिकोण और भावनाओं को नए सिरे से पुनर्जीवित करते हैं, वास्तविक जीवन की जटिल परिस्थितियों का सजीव अनुभव लेकर, व्यवहार में भी सकारात्मक बदलाव लाते हैं। वीआरटी, एक नई प्रकार की थेरेपी है, जिसमें प्रभावित कपल को कंप्यूटर जनरेटेड वर्चुअल एनवॉयर्नमेंट के माध्यम से थेरेपी सेशन दिए जाते हैं। इन सेशंस के दौरान निजी और सुरक्षित वातावरण में उनके आपसी संबंधों पर कार्य किया जाता है।

थेरेपी का तरीका

इस थेरेपी में प्रभावित पति-पत्नी को एक वीआर हेडसेट पहनाया जाता है। जिसके जरिए थेरेपिस्ट उन्हें उनकी समस्या से जुड़े एक रियलिस्टिक वर्चुअल वर्ल्ड में ले जाता है। उनकी प्रॉब्लम के हिसाब से वर्चुअल सीन बनाए जाते हैं, जैसे कम्युनिकेशन प्रैक्टिस, ट्रस्ट-बिल्डिंग टास्क, कॉनफ्लिक्ट सिचुएशन, रिलैक्सेशन एनवॉयर्नमेंट या बॉन्डिंग एक्टिविटीज। थेरेप्यूटिक इंटरैक्शन के जरिए दोनों पार्टनर को उन सींस में एक साथ मिल कर पार्टिसिपेट करवाया जाता है। थेरेपिस्ट दोनों पार्टनर से उनकी समस्या और अपेक्षाओं के बारे में बात करता है। रिलेशनशिप की समस्याएं, इमोशनल पैटर्न और व्यक्तिगत मानसिक असामान्यता की स्थिति (जैसे-एंग्जाइटी, डिप्रेशन आदि) का आकलन किया जाता है। थेरेपिस्ट उनके रिएक्शन और इंटरैक्शन को मॉनिटर करता है। जरूरत पड़ने पर उन्हें इमोशनल रिस्पॉन्स और कम्युनिकेशन सुधारने के बारे में समझाता है। इस सेशन के बाद साइकोथेरेपिस्ट, थेरेपी के दौरान किए गए व्यावहारिक बदलावों को उन्हें असल जिंदगी में अपनाने की सलाह देता है।

किन स्थितियों में है उपयोगी

पति-पत्नी के बार-बार के झगड़ों या टकराव के बाद संवाद की कमी हो या इमोशनल डिस्टेंस बढ़ा हो और पुराने झगड़े के कारण बॉन्डिंग कमजोर हो गई हो या फिर जब पार्टनर सीधे बातचीत के लिए तैयार न हों, पर रिश्ते को बचाना चाहते हों। ऐसी कंडीशंस में वीआरटी की जरूरत पड़ती है।

केवल तकनीकी अनुभव नहीं

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी, कपल्स के लिए केवल एक तकनीकी अनुभव नहीं रहता, बल्कि एक साझा भावनात्मक यात्रा बनती है। कपल अपने ट्रॉमैटिक या इमोशनल एक्सपीरियंस को सिम्युलेट (पुन: अनुभव) करते हैं, थेरेपिस्ट की मदद से उनका समाधान ढूंढते हैं। थेरेपिस्ट की मदद से

संवाद, समझ और तनाव प्रबंधन के कौशल सीखते हैं। उन्हें न केवल एक-दूसरे के दृष्टिकोण को बेहतर समझने में मदद मिलती है, वे वास्तविक जीवन की समस्याओं को आपसी सामंजस्य से सुलझाना भी सीखते हैं। उनके बीच आपसी विश्वास और समझ मजबूत होती है।

रिसर्च के नतीजे हैं पॉजिटिव

अध्ययनों से भी साबित हो गया है कि वीआरटी न सिर्फ व्यक्ति के भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं के समाधान में मददगार है, पति-पत्नी के रिश्ते को मजबूती प्रदान करने में भी कारगर है। भारत में मुंबई, दिल्ली, बेंगलुरु जैसे शहरी मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों में भी कपल्स काउंसलिंग में वीआरटी का प्रयोग हो रहा है। इसका फीडबैक काफी पॉजिटिव रहा है। यूनिवर्सिटी ऑफ बार्सिलोना में की गई एक स्टडी में पाया गया कि जिन कपल्स ने छह सप्ताह के संयुक्त वीआरटी थेरेपी सेशन लिए, उनकी आपसी समझ, भावनात्मक-वैचारिक तालमेल, कम्युनिकेशन लेवल और सामंजस्य में उल्लेखनीय सुधार देखा गया। साइकोलॉजी एंड काउंसलिंग रिसर्च, जापान में कपल्स पर वीआरटी के उपयोग से पति-पत्नी में ऑक्सीटोसिन बॉन्डिंग हार्मोन के लेवल में वृद्धि हुई। जिससे उनमें एक-दूसरे के प्रति सहानुभूति और क्षमा करने की क्षमता में सुधार देखा गया। उनमें भावनात्मक जुड़ाव यानी बॉन्डिंग मजबूत हुई। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ कपल थ्योरी में ब्राउन एंड हार्टले का मानना है कि जिन कपल्स ने तीन महीने तक वीआरटी प्रैक्टिस सेशन लिए, उनमें काफी पॉजिटिव बदलाव दिखे। इससे उनमें बार-बार होने वाली नोक-झोंक में कमी आई। वे पहले से ज्यादा शांत हो गए, इनमें एक-दूसरे को सुनने-समझने की क्षमता का विकास हुआ।

क्या हैं फायदे

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी के बहुत से ऐसे फायदे हैं, जो दांपत्य संबंधों को मधुर और मजबूत बनाने में सहायक रहते हैं। इस थेरेपी के क्या फायदे हैं, जानिए-

बॉन्डिंग होती है मजबूत: वर्चुअल रियलिटी थेरेपी से तमाम कश-म-कश के बावजूद पति-पत्नी को एक-साथ समय बिताने का मौका मिलता है। उनमें समझ और भावनात्मक जुड़ाव गहरा होता है। यह उनकी आपसी प्रतिबद्धता, विश्वास और समस्या हल करने की क्षमता को बढ़ाता है, जिससे उनकी बॉन्डिंग मजबूत होती है।

सिक्योर एक्सपोजर: पति-पत्नी अपनी इमोशनल या ट्रॉमैटिक यादों का सामना बिना किसी डर या खतरे के करते हैं।

सामंजस्यपूर्ण भागीदारी बढ़ना: वीआरटी का वर्चुअल एंवॉयर्नमेंट पति-पत्नी को असल जिंदगी में एक-दूसरे के साथ सामंजस्य स्थापित करना सिखाता है। गुस्से या दुख में तुरंत प्रतिक्रिया देने के बजाय, ठहरना सीखने में मदद कर रिलेशनशिप में स्थायित्व और भावनात्मक स्थिरता लाता है।

बेहतर कम्युनिकेशन: कपल को अपनी फीलिंग्स बिना किसी जजमेंट के व्यक्त करने का अवसर मिलता है। उनका मनमुटाव खत्म होता है।

स्ट्रेस कम होना: न्यूरोसाइंस के मुताबिक वीआरटी के रिलैक्सेशन मॉड्यूल से दोनों पार्टनर के शरीर में हैप्पी हार्मोन ऑक्सीटोसिन, डोपामाइन का स्राव बढ़ जाता है, जिससे उनका तनाव और एंग्जायटी कम होती है।

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

तनाव कम करने में मदद करती हैं यात्राएं

अपनी व्यस्त दिनचर्या के बीच कभी-कभी यात्रा के लिए निकलना बहुत जरूरी है। इससे हमें एक ताजगी मिलती है, हम नई ऊर्जा से भरते हैं, मानसिक रूप से स्वस्थ रहते हैं। साथ ही हम जगह-जगह की संस्कृति से परिचित भी होते हैं।

जीवनशैली

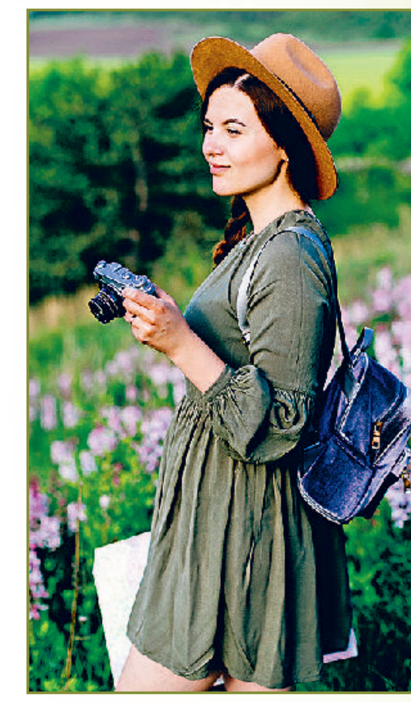
बुशरा फातमा

अगर रोजमर्रा के जीवन में कोई एक बात आज आम हो गई है तो वो है लोगों में स्ट्रेस यानी तनाव। काम-काज का बढ़ता दबाव, घरेलू जिम्मेदारियां, कॉम्पिटिशन और बढ़ते डिजिटल दुनिया का प्रभाव मानसिक रूप से हम सबको खूब थका रहा है। इसलिए इन सब के बीच में छोटी-सी यात्रा, सैर-सपाटा मन को शांत और प्रफुल्लित करता है, थकान मिटाकर नई ऊर्जा से भरता है। हेल्थ और फिटनेस के लिए वर्ल्ड इंफ्लुएंसर्स एंड ब्लॉगर अवार्ड से सम्मानित प्रमीला ओल्सन यात्राओं को एक दवा की तरह मानती हैं, जो जिंदगी जीने को आसान बनाती है।

स्वयं के साथ समय बिताने का अवसर: जो लाइफस्टाइल हम आज फॉलो कर रहे हैं, वो कहीं न कहीं हमें खुद से भी दूर ले जाती है। यात्राएं हमें खुद के करीब लाती हैं। यात्राओं के दौरान हमें आत्ममंथन करने का अवसर मिलता है, जो बहुत जरूरी है। जब भी जीवन का शोर-शराबा मन को अशांत करने लगे, तनाव को जन्म दे तो किसी यात्रा पर निकल जाएं। बेशक फैमिली के संग या सोलो ट्रैवल कीजिए, लेकिन एक छोटी-सी ट्रिप आपके तनाव को कम करने में बहुत मददगार साबित होगी।

प्रकृति के करीब मिलती है शांति: सच कहा जाए तो नेचर, स्वास्थ्य का सबसे बड़ा साथी है। आप अपने ट्रैवल के लिए ऐसी जगहों का चुनाव करें, जो प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर हों। याद रखें नदी, पहाड़ या समंदर इंसान को हील करने का काम करते हैं। अगर आप किसी मेंटल ट्रॉमा से भी गुजर रही हैं तो प्रकृति इससे उबारती है। इसलिए जब भी तनाव आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करने लगे, तो छोटे ही सही कम से कम एक ट्रिप जरूर प्लान कीजिए, यह बहुत अच्छा ऑप्शन है।

रिश्तों में नजदीकियां बढ़ाती हैं यात्राएं: हम सब अपनी-अपनी जिंदगी में इतने मसरूफ हो जाते हैं कि



एक घर में रहते हुए भी साथ समय नहीं बिता पाते। छोटे-छोटे ट्रिप, पारिवारिक संबंधों के लिए भी अच्छे हैं। साथ बिताया हुआ समय यादगार साबित होता है। ये समय रिश्तों को भी नई ताजगी से भरता है। इसलिए साल में कम से कम एक बार परिवार के साथ कहीं घूमने जरूर जाएं। यात्राएं जगह-जगह की संस्कृति से रूबरू कराती हैं। जब भी हम कहीं घूमने जाते हैं तो उस जगह की संस्कृति, खाना-पीना हमारी सोच को भी नया आयाम देती है। नई चीजें, बातें हमेशा हमें सकारात्मकता की तरफ ले जाती हैं। यात्राएं जीवन के बहुत से ऐसे पहलुओं से हमें रूबरू करवाती हैं, जिनसे हम अनभिज्ञ होते हैं। जीवन को शांत और मेंटल हेल्थ को अच्छा बनाने का सबसे अच्छा और सुगम तरीका है यात्राएं।

हैप्पी हॉर्मोन बढ़ाती हैं यात्राएं

अगर आप साल में एक-दो छोटे ट्रिप भी करती हैं तो यह संभव है कि आप तनाव को अच्छे तरीके से संभाल लेंगी। भागती हुई जिंदगी में तनाव स्वाभाविक है, लेकिन इसे मैनेज करने का तरीका आना चाहिए। यात्राएं हमारे हैप्पी हॉर्मोन को बढ़ाती हैं, स्ट्रेस कम करने में मदद करती हैं। बेशक दूसरे खर्चे थोड़े कम हो जाएं, लेकिन अपनी मेंटल हेल्थ सही रखने के लिए ट्रैवलिंग के लिए थोड़ी सेविंग जरूर करें।

सभी अभिभावक चाहते हैं, उनके बच्चे का भावनात्मक और बौद्धिक विकास बहुत अच्छा हो। इसके लिए वे अपनी तरफ से कई तरीके अपनाते हैं। लेकिन अगर इसके लिए वैज्ञानिक सिद्धांतों पर आधारित उपायों को अपनाया जाए तो बच्चों का बौद्धिक-भावनात्मक विकास बहुत अच्छा होता है।

जब अपनाएंगे वैज्ञानिक उपाय तब होगा
बच्चों का भावनात्मक-बौद्धिक विकास

परवरिश

शिखर चंद जैन

माता-पिता द्वारा बच्चों के मस्तिष्क के विकास को समझना और उन्हें शुरू से ही सही पालन-पोषण देना जरूरी है ताकि बच्चों का सही भावनात्मक और बौद्धिक विकास हो सके।

समझें मस्तिष्क को: बच्चों का मस्तिष्क विकासशील होता है और माता-पिता इसे समझकर बच्चों को भावनात्मक रूप से संतुलित, लचीला और सामाजिक रूप से सक्षम बनाने में मदद कर सकते हैं। मस्तिष्क के दो हिस्से होते हैं- बायां और दायां मस्तिष्क। बायां हिस्सा तर्क, विश्लेषण और भाषा के लिए जिम्मेदार होता है, जबकि दायां हिस्सा भावनाओं और रचनात्मकता से जुड़ा होता है। इसी तरह इसके दो और भाग होते हैं, ऊपरी और निचला मस्तिष्क। ऊपरी हिस्सा निर्णय लेने, आत्म-नियंत्रण और योजना के लिए जिम्मेदार है, जबकि निचला हिस्सा प्राथमिक भावनाओं, प्रतिक्रियाओं (जैसे गुस्सा, डर) को नियंत्रित करता है।

बच्चे की स्मृति और भावनाएं: बचपन के अनुभव और स्मृतियां ही आगे चलकर बच्चों के व्यवहार को आकार देती हैं। इसके लिए माता-पिता को शुरू से ही उन्हें एक सकारात्मक, स्नेहिल और मेल-जोल वाले पारिवारिक-सामाजिक माहौल में रखना चाहिए। जिससे बच्चा संतुलित और स्वस्थ तरीके से सोच सके और वैसा व्यवहार करे।

परिवार का माहौल हंसी-खुशी वाला रखें: अभिभावक सुनिश्चित करें कि परिवार के सभी सदस्य मतलब भाई-बहन, चाचा-चाची, दादा-दादी, बच्चे के साथ हंसाने, खुश रखने और उसे सक्रिय रखने वाली गतिविधियों में शामिल हों। जैसे उसके साथ इंडोर या आउटडोर गेम्स खेलना या हंसना। ये एक्टिविटीज ब्रेन में सकारात्मक रसायनों को बढ़ाती हैं। यह सब बच्चों में तनाव तो कम करता ही है, परिवार के जुड़ाव को मजबूत भी करता है।

ब्रेन को एक्टिव रखें

बच्चे के बौद्धिक विकास के लिए उन्हें मानसिक व्यायाम जैसे कि खेल, कहानी सुनना या रचनात्मक गतिविधियां कराएं, जो मस्तिष्क के

विभिन्न हिस्सों को सक्रिय रखे। यह मस्तिष्क के विकास को बढ़ावा देता है, न्यूरल कनेक्शनों को मजबूत करता है। शारीरिक गतिविधियां जैसे नाचना या दौड़ना बच्चों को तनाव से उबरने में मदद करती हैं।

भावनाओं की अभिव्यक्ति सिखाएं: बच्चों को उनकी भावनाओं को शब्दों में व्यक्त करना सिखाएं। उदाहरण के लिए खिलौना टूटने पर जब वह चिड़चिड़ा हो जाए और चीजों को फेंकने लगे तो उसे समझाएं, 'तुम्हें गुस्सा आ रहा है, क्योंकि तुम्हारा खिलौना टूट गया। कोई बात नहीं, यह नया आ जाएगा।' इससे उसकी भावनाएं कम आहत होती हैं। भावनाओं को तर्कसंगत नाम देने से बच्चे का मस्तिष्क शांत होता है और वे अपनी भावनाओं को बेहतर समझ पाते हैं।

भावनाओं पर नियंत्रण सिखाएं: बच्चों को सिखाएं कि भावनाएं अस्थाई हैं। जैसे कोई उससे नाराज या गुस्सा है तो धीरे से समझाएं 'यह गुस्सा थोड़ी देर में गायब हो जाएगा।' यह तरीका बच्चों को भावनाओं को प्रबंधित करने और आत्म-नियंत्रण विकसित करने में मदद करता है। साथ ही बच्चों को उनके शरीर की संवेदनाओं, मानसिक चित्रों, भावनाओं और विचारों को पहचानने में मदद करें।

केयर

शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

जब नी-स्किन दिखने लगे डार्क
अप्लाई करें ये होम रेमिडीज

अगर ध्यान ना दिया जाए तो घुटनों की त्वचा यानी, नी-स्किन डार्क दिखने लगती है। अगर आप कुछ घरेलू उपाय करेंगी तो आपके घुटनों की रंगत निखर सकती है।

कॉफी और नारियल तेल: कांच की कटोरी में 1 चम्मच कॉफी डालें और इसमें करीब आधा चम्मच नारियल का तेल मिलाएं। इस मिश्रण को संतरे के छिलके की मदद से काले घुटनों पर 10 मिनट तक मसाज करें। इसके बाद कॉटन की मदद से इसे साफ कर लें। आप चाहें तो इसे पानी से भी धो सकती हैं। आप इस स्क्रब का इस्तेमाल हफ्ते में 2 से 3 बार कर सकती हैं। इसके नियमित इस्तेमाल से घुटनों का कालापन कम हो जाएगा।

नीबू और बेकिंग सोडा: एक कटोरी नीबू के रस में बेकिंग सोडा मिलाकर इसे अच्छी तरह मिक्स कर लें। फिर कॉटन की मदद से घुटनों पर लगाकर हल्के हाथों से घुटने की मसाज करें। बेहतर परिणाम के लिए इसे आप हफ्ते में दो बार उपयोग कर सकती हैं। इससे घुटने का कालापन कम हो सकता है।

टूथपेस्ट और कॉफी पावडर: थोड़ा सा टूथपेस्ट लेकर इसमें थोड़ा सा सोडा पावडर मिलाकर बने मिश्रण में आधा चम्मच कॉफी पावडर मिला लीजिए। अब इसमें कुछ बूंदें टमाटर के रस की मिला लें और अंत में कुछ बूंदें नीबू के रस की भी मिलाकर एक मिश्रण बना लीजिए। इस मिश्रण को घुटनों की काली जगह पर 10 मिनट तक लगाने के बाद घुटनों को हल्के-हल्के रगड़ते हुए ताजे पानी से धो डालिए।

नारियल तेल और चीनी: स्क्रब करने के लिए एक कटोरी में 1 चम्मच नारियल तेल में 1 चम्मच चीनी मिलाएं। इस मिश्रण को घुटनों पर हल्के हाथों से 5-10 मिनट तक गोलाकार में मसाज करने के बाद साफ पानी से अच्छी तरह पोंछ लें। मिश्रण में मौजूद नारियल तेल त्वचा को पोषण देता है, जबकि चीनी मृत कोशिकाओं को हटाती है।

नीबू का रस और शहद : एक चम्मच नीबू के रस में आधा चम्मच शहद मिलाएं। अब इस मिश्रण को घुटनों पर लगाकर करीब 15 मिनट तक हल्के हाथों से रगड़ें। फिर इसे साफ पानी से धो लें। तीन से चार हफ्तों के अंदर इसका असर दिखने लगेगा। दरअसल, नीबू एक प्राकृतिक ब्लीचिंग एजेंट है, जो त्वचा पर जमी मैल को आसानी से कम करता है। वहीं इस पैक में मौजूद शहद त्वचा में नमी बनाए रखता है, ड्रायनेस दूर करता है।

खीरा और नीबू: खीरे का रस निकाल लें। अब 3 चम्मच खीरे के रस में आधा चम्मच नीबू का रस मिलाए। इस पेस्ट को अपने घुटनों पर मालिश करते हुए लगाएं। 15 मिनट बाद पानी से धो लें और त्वचा को मॉयश्चराइज कर लें। खीरा और नीबू त्वचा का कालापन हटाते हैं।

बिगड़ती लाइफस्टाइल और अनहेल्दी डाइट के कारण महिलाओं में बेली फैट एक कॉमन प्रॉब्लम बनती जा रही है। इसे कम करने के लिए आप यहां बताई जा रही कुछ ईजी एक्सरसाइजेस को अपने डेली रूटीन में जरूर शामिल करें।

बेली फैट होगा कम
करें ये 7 एक्सरसाइज

फिटनेस

काजल गुप्ता
फिटनेस इंस्ट्रक्टर

कई महिलाओं में बेली फैट की समस्या अलग-अलग कारणों से जैसे- डिलीवरी के बाद हार्मोनल बदलाव, व्यस्त दिनचर्या और डाइट पर ध्यान न देने के कारण हो सकती है। इसका नेगेटिव इफेक्ट हमारे फिगर के साथ-साथ हेल्थ पर भी पड़ता है। लेकिन डेली एक्सरसाइज से बेली फैट को कम किया जा सकता है।

दौड़ना: शरीर को स्वस्थ रखने, शेप में लाने और एक्स्ट्रा फैट गलाने के लिए दौड़ना बेहद जरूरी है, क्योंकि दौड़ने से शरीर का पसीना निकलता है। जिससे बेली फैट को कम करने में मदद मिलती है।

प्लैंक: प्लैंक एक्सरसाइज, बेली फैट कम करने की सबसे महत्वपूर्ण एक्सरसाइज मानी जाती है, लेकिन इसे आपको वर्कआउट के सबसे अंत में करना चाहिए तभी इस एक्सरसाइज का ज्यादा फायदा मिलेगा। इसे करने के लिए आपको फर्श पर उल्टा लेटकर कोहनी और पंजो के सहारे शरीर को ऊपर उठाना है। ऐसें में आपके पेट पर बहुत जोर पड़ता है। इसे आप जितनी देर तक रोककर रखेंगी उतना ही इसका फायदा मिलेगा।

क्रंचेस: क्रंचेस एक्सरसाइज करने से बेली टोनिंग और लूज स्किन के स्ट्रेचिंग से बेली फैट भी कम हो जाती है। इसके लिए आपको पीठ के बल लेटकर घुटनों को मोड़ना है और हाथों को सिर के पीछे रखकर कमर तक के हिस्से को ऊपर उठाना है। ध्यान रखें कि गर्दन न मुड़े। इसे आप एक सेशन में कम से कम 20 बार जरूर रिपीट करें।

रस्सी कूदना: शरीर को एक परफेक्ट शेप देने के लिए रस्सी कूदना एक फायदेमंद एक्सरसाइज है। इससे शरीर का एक्स्ट्रा फैट कम हो जाता है। आपको रोज ज्यादा से ज्यादा रस्सी कूदने की प्रैक्टिस करनी चाहिए।

साइकिल चलाना: इसे करने के लिए जमीन पर सीधे लेटकर सिर के नीचे हाथों को रखें फिर बारी-बारी से अपने दोनों पैरों को पेट की ओर मोड़ते हुए साइकिल की तरह चलाएं। इसे कम से कम 15 से 20 बार करें। इससे पेट के साथ थाइज की चर्बी भी तेजी से घटती है। जब आप 20 बार इसे एक सेट में हर दिन करेंगी तो आप देखेंगी कि कैसे आपका बेली सही शेप में आता जाएगा।

नौकासन: बेली फैट को कम करने और लोअर पार्ट फिटनेस के लिए नौकासन दमदार आसन माना जाता है। इसमें आपको जमीन पर सीधे लेटकर हाथ को नौका की तरह आगे की साइड रखना होता है और पैरों को उठाकर इसी मुद्रा में कम से कम एक मिनट के लिए होल्ड करके रखना है। इसे तीन बार रिपीट करें। एक चटाई पर पैरों को मोड़कर छाती के पास रखें, फिर दोनों पैरों को ऊपर उठाएं। अब दोनों हाथों को बगल में समानांतर रखें। इस मुद्रा में एक मिनट तक रहें और इसे तीन बार करें।

बर्पीज: बर्पीज वर्कआउट में आपको सबसे पहले खड़े होकर स्क्वेट करना होता है और फिर पुशअप करके इसी क्रम में बार-बार एक्सरसाइज करनी होती है। इससे बहुत जल्दी शरीर का वजन कम और खासकर बेली फैट कम हो जाता है। इसे भी तीन सेट में करें तो अधिक फायदा होगा।

प्रस्तुति: निधि गोयल

खबर संक्षेप

बवानीखेड़ा। जीत के बाद खुशी मनाते समर्थक। फोटो : हरिभूमि

वाइस चेयरपर्सन की ताजपोशी रेणू देवी को

बवानीखेड़ा। सोमवार को भिवानी के एसडीएम कार्यालय में बवानीखेड़ा नपा के वाइस चेयरमैन के पद पर चुनाव हुआ। जिसमें रेणू देवी को 9 वोट मिले,जबकि प्रतिद्वंद्वी बंसती देवी को 8 वोट मिले। रेणू देवी को एक वोट से विजयी घोषित किया गया। सुबह दस बजे सभी पार्षदों को भिवानी के एसडीएम कार्यालय में बुलाया गया। उसके बाद उनकी वोटिंग हुई। कुल 17 वोट पड़े,जिनमें से 9 वोट रेणू देवी को मिले। वहीं 8 वोट बंसती देवी को प्राप्त हुए।

भूतपूर्व सैनिकों ने रोष प्रदर्शन किया

बाढड़ा। भूतपूर्व सैनिकों ने कसबे की जांगड़ा धर्मशाला में बैठक आयोजित कर नए चुनावों में मेहनती व ईमानदार व्यक्ति का चुनाव करने का संकल्प लिया तथा कस्बे में में रोष प्रदर्शन कर पहले से गठित कमेटी पदाधिकारियों को सैनिकों, भूतपूर्व सैनिकों के हितों से कुठाराघात करने का आरोप लगाया। सोमवार को भूतपूर्व सैनिकों की बैठक आयोजित की गई। चरखी दादरी में बन रहे सैनिक भवन में हो रहे कथित भ्रष्टाचार को लेकर गंभीर आरोप लगाए गए।

तोशाम में बाईपास मार्ग पर किसानों का धरना जारी

तोशाम। तोशाम में बाईपास मार्ग पर सन 2022 में 4 मई से शुरू किया गया किसान धरना 1230 दिन पूरे करते हुए निरंतर जारी है। यह धरना संयुक्त किसान मोर्चा के तत्वावधान में किसानों ने सरकार द्वारा उनकी कृषि भूमि को जबरन हथियाने की कोशिश के चलते शुरू किया गया था । सोमवार को धरने की अध्यक्षता सत्यवान दुहन ने की। इस अवसर पर मोर्चा संयोजक दलीप सिंह सांगवान ने बताया की 2014 के बाद केंद्र व राज्य में बनी भाजपा सरकार किसी कानून कायदे को मानने को तैयार नहीं है । सरप्लस घोषित होने के समय जो जमीन काबिज किसानों को मिलनी चाहिए थी उसे झगड़े की जड़ में तब्दील कर दिया गया।

भिवानी जिले से चुने गए हैं पांच सदस्य

एमिनेंट पर्सन को कर्तव्य और जिम्मेदारियां बताई

पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाऊस में बैठक का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में हाल ही में नियुक्त किए गए सीएम विंडो के एमिनेंट पर्सन सदस्यों की एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई। इस बैठक में जिले से चुने गए पांच नए सदस्यों को उनके कर्तव्यों और जिम्मेदारियों के बारे में जानकारी दी गई। इस अवसर पर भारतीय जनता पार्टी के जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने नवनियुक्त सदस्यों को संबोधित किया और उन्हें ईमानदारी और तत्परता के साथ कार्य करने के लिए प्रेरित किया। जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने सभी पांच नवनियुक्त एमिनेंट पर्सन सदस्यों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि इन सदस्यों का चुनाव उनकी योग्यता और जनसेवा के प्रति उनके समर्पण को दर्शाता है। उन्होंने सदस्यों से आग्रह किया कि वे सीएम विंडो के माध्यम से आने वाली आम जनता की शिकायतों को पूरी गंभीरता और संवेदनशीलता के साथ लें। कौशिक ने बैठक में जोर देकर कहा कि सीएम विंडो का मुख्य उद्देश्य जनता की समस्याओं का त्वरित और प्रभावी समाधान सुनिश्चित करना है। उन्होंने नवनियुक्त सदस्यों को निर्देश दिए कि वे शिकायतों की प्रकृति को समझें और संबंधित अधिकारियों से समन्वय स्थापित करके उनका समय पर निवारण करवाएं।

उन्होंने कहा कि हमारा लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि किसी भी नागरिक को अपनी शिकायत के समाधान के लिए अनावश्यक रूप से भटकना न पड़े। भाजपा जिलाध्यक्ष ने सभी सदस्यों को यह भी याद दिलाया कि उनके कंधों पर एक बड़ी जिम्मेदारी है। उन्हें अपने कार्य में पूरी पारदर्शिता और ईमानदारी बनाए रखनी होगी। उन्होंने कहा कि वे सरकार और जनता के बीच एक सेतु का काम करेंगे, और इसलिए यह अत्यंत महत्वपूर्ण है कि उनका हर कदम जनहित में हो। उन्होंने सदस्यों को किसी भी तरह के प्रलोभन से दूर रहने और निष्पक्षता से काम करने की सलाह दी।

भिवानी। एकत्रित पदाधिकारियों को संबोधित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

बैठक में ये रहे मौजूद

इस अवसर पर जिला महामंत्री रमेश पचेरवाल, रेखा राघवख, जिला उपप्रधान राजेश जांगड़ा, रमेश लालावास, सुनील शर्मा, अनिल सोलंकी, हरि सिंह, ज्ञान चंद गुलाटी, नरेश मोरका, अजीतत शेखावत, सूरजभान वर्मा, राजेश चैहडकला, नरेंद्र ग्रेवाल, केके ग्रोवर, महेंद्र सिंह लोहानी,ख नरेंद्र शर्मा, राजकुमार सैनी, सुभाष सैनी, बबलू यादव, विनीत तंवर, महेंद्र चौहान, जिला मीडिया प्रभारी राकेश मिश्रा, अंकित पालुवास सहित अन्य पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद रहे।

अधिकारी समाधान शिविर की शिकायतों का करें निपटारा

चरखी दादरी। अधिकारी समाधान शिविरों की लंबित शिकायतों का यथाशीघ्र उचित निपटारा करें। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के निर्देशों पर आयोजित किए जा रहे समाधान शिविरों में एक ही छत के नीचे सभी विभागों से संबंधित शिकायतों का निपटारा किया जा रहा है। नगराधीश प्रीति रावत ने लघु सचिवालय स्थित सभागार में सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में लोगों की जन समस्याओं की सुनवाई की।

उन्होंने कहा कि नागरिकों की समस्याओं का समाधान करना प्रशासन का प्रमुख कार्य है। उन्होंने समस्याओं को सुनते हुए निर्देश दिए कि संबंधित विभाग के अधिकारी समाधान शिविर में प्राप्त हो रही हर शिकायत का प्राथमिकता के आधार पर निपटारा करें। समाधान शिविरों में प्राप्त हो रही शिकायतों के निपटारे की सरकार द्वारा निरंतर निगरानी की जा रही है तथा सप्ताह के हर शुक्रवार को इन शिकायतों के निपटारे की समीक्षा की जाती है। उन्होंने लंबित शिकायतों की समीक्षा करते हुए संबंधित विभागों के मौके पर उपस्थित अधिकारियों को इन शिकायतों का तुरंत निपटारा करने के निर्देश दिए।

उन्होंने कहा कि सप्ताह में सोमवार व वीरवार को सुबह 10 से 12 बजे तक समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। इस दौरान विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

भिवानी। विज्ञान प्रदर्शन में प्रतिभागी को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

महाराजा नीमपाल सिंह कॉलेज ने जीता खिताब

विद्यार्थियों में विज्ञान के प्रति रुचि पैदा करती है प्रतियोगिताएं : प्राचार्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हरियाणा स्टेट काउंसिल फॉर साइंस इनोवेशन एंड टेक्नोलॉजी द्वारा प्रायोजित जिला स्तरीय विज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन सोमवार को स्थानीय महाराजा नीमपाल सिंह राजकीय महाविद्यालय में किया गया।

प्रतियोगिता में राजकीय कॉलेज भिवानी ने पहला स्थान प्राप्त कर प्रतियोगिता का खिताब अपने नाम किया। प्रतियोगिता का आरंभ एक स्क्रीनिंग राउंड से हुआ, जिसमें 14 टीमों में से 8 टीमों को मुख्य क्विज के लिए चुना गया। सहायक प्रो. डॉ. रविकांत ने क्विज मास्टर के रूप में अपनी भूमिका निभाई। प्रतियोगिता के संयोजक डा. सतीश कुमार ने परिणाम की घोषणा करते हुए बताया कि प्रथम स्थान पर राजकीय कॉलेज भिवानी की टीम से ईशा, संजना और रिंकू ने हासिल किया, द्वितीय स्थान पर राजकीय महाविद्यालय सिवानी की टीम रही तृतीय स्थान, राजकीय कॉलेज भिवानी की एक और टीम जिसमें मुस्कान, जया और दीपाली शामिल थी। आदर्श महिला कॉलेज की टीम चौथे और राजकीय महिला कॉलेज भिवानी की टीम पांचवें स्थान पर रही।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर प्रो. अनिल, प्रो. प्रवीण यादव, प्रो. पारिशा, प्रो. सुनीता सांगवान, प्रो. अनुज, प्रो. अजय, प्रो. मनोज, प्रो. अनिल सांगवान, प्रो. प्रवेश, प्रो. राहुल बरेठिया, प्रो. विकास यादव, प्रो. सीमा, प्रो. सरिता, प्रो. पंकज, प्रो खुशबू, प्रो. शांता शर्मा, प्रो. संदीप, प्रो. दीपक सहित अन्य स्टाफ सदस्य व विभिन्न महाविद्यालयों से आए प्राध्यापक व प्रतिभागी विद्यार्थी उपस्थित रहे।

डीएमसी ने आमजन से किया गंदगी नहीं फैलाने का आह्वान

नगर परिषद ने हांसी रोडपर स्वच्छता अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

डीसी साहिल गुप्ता के निर्देशानुसार जिला नगर आयुक्त गुलजार मलिक ने हांसी रोड़ पर पुलिस अधीक्षक निवास स्थान के सामने और हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के सामने क्षेत्र में सफाई अभियान चलाया। डीएमसी मलिक ने इस दौरान रेहड़ी संचालकों के साथ-साथ युवाओं व आमजन से शहर को गंदगी से मुक्त कर स्वच्छ रखने की अपील की। उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया कि शहर में कहीं भी इधर-उधर गंदगी न फैलाएं।

उल्लेखनीय है कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के निर्देशानुसार शहरी क्षेत्र को गंदगी से मुक्त व स्वच्छ बनाने के लिए 25 अगस्त से हरियाणा शहर स्वच्छता अभियान-2025 चलाया गया है, जो कि हरियाणा दिवस तक 11 सप्ताह चलेगा। इस अभियान को जन जागरण और आमजन को इससे जोड़ने के लिए 'हर मौहल्ला, हर गली, हर मकान- स्वच्छ हरियाणा की पहचान' का नारा दिया गया है। वहीं दूसरी ओर इस अभियान को धरातल पर उतारने के लिए डीसी गुप्ता द्वारा अधिकारियों को अलग-अलग वार्डों की जिम्मेदारी सौंपी गई। सोमवार को नप कर्मचारियों ने हांसी रोड़ पर पुलिस अधीक्षक निवास स्थान के सामने और हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के सामने क्षेत्र में सफाई अभियान चलाया।

डीएमसी मलिक ने आमजन से शहर को गंदगी से मुक्त कर स्वच्छ बनाने की अपील की। इस दौरान वार्ड नंगर एक से पार्षद सूर्या तंवर, सफाई निरीक्षक विकास देसवाल और स्वच्छ भारत टीम लीडर सन्नी सिंह भी मौजूद रहे।

आरओबी के निर्माण कार्य में तेजी लाकर शीघ्र पूरा करें: एसडीएम

भिवानी। एसडीएम महेश कुमार की अध्यक्षता में सोमवार को लघु सचिवालय परिसर के डीआरडीए सभागार में समाधान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में एसडीएम के समक्ष जीतू वाले जोहड़ क्षेत्र निवासियों ने क्षेत्र में बन रहे रेलवे ऑवर ब्रिज का निर्माण कार्य एक नवंबर 2025 तक पूरा करवाकर लोकार्पण करवाने की मांग रखी। एसडीएम ने फरियादियों को आश्वासन देते हुए संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे आरओबी के निर्माण कार्य में तेजी लाकर इसे शीघ्र पूरा करना सुनिश्चित करें ताकि प्रतिदिन हजारों लोगों का आवागमन सुगम हो सके। एसडीएम के समक्ष समाधान शिविर में आई शिकायतों को समय पर निपटाने के निर्देश अधिकारियों को दिए।

डिजिटल शिक्षण मंचों को अपनाने के लिए किया प्रेरित

चौधरी बंसीलाल विवि में सेमिनार का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय द्वारा उच्च शिक्षा में ऑनलाइन शैक्षणिक संसाधन विषय पर एक दिवसीय फैकल्टी डेवलपमेंट कार्यक्रम का सफल आयोजन विश्वविद्यालय के नए परिसर, प्रेम नगर, भिवानी स्थित श्रीनिवास रामानुजन भवन के सेमिनार हॉल में किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षण विशेषज्ञों को तकनीक आधारित शैक्षणिक उपकरणों के उपयोग पर विचार साझा करने और डिजिटल शिक्षण पद्धतियों की समझ को समृद्ध करना था।

कार्यक्रम की शुरुआत डीन एकेडमिक अफेयर्स प्रो. दिनेश मदान, द्वारा स्वागत भाषण से हुई, जिसमें उन्होंने अकादमिक उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए डिजिटल शिक्षण मंचों को अपनाने की आवश्यकता पर प्रकाश डाला। इसके पश्चात कुलगुरु प्रो. दीप्ति धर्माणी ने अध्यक्षीय संबोधन में शिक्षकों के बीच नवाचार, सहयोग और सतत व्यावसायिक विकास की संस्कृति को प्रोत्साहित करने पर जोर दिया। उन्होंने बताया कि ऑनलाइन शैक्षणिक संसाधनों का उपयोग छात्रों के लिए समावेशी और सुलभ शिक्षण वातावरण बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। मुख्य व्याख्यान प्रो. मधुलिका कौशिक, कुलपति, उषा मार्टिन विश्वविद्यालय, रांची, झारखंड द्वारा दिया गया। कार्यक्रम में शिक्षकों ने सक्रिय रूप से चर्चा में भाग लिया, अपने अनुभव साझा किए और तकनीक के माध्यम से उच्च शिक्षा में नई संभावनाओं तथा चुनौतियों पर विचार-विमर्श किया। कार्यक्रम का समापन सभी डीन, विभागाध्यक्ष विश्वविद्यालय शिक्षण विभाग के शिक्षक, तथा संबद्ध कॉलेजों के शिक्षकों की सक्रिय भागीदारी के साथ हुआ, जिनकी उपस्थिति ने चर्चाओं को समृद्ध किया।

भिवानी। कार्यक्रम में मुख्यातिथि को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

रबी सीजन की फसलों के नुकसान की श्रैणी कम दिखाई, मुआवजे से वंचित रह गए किसान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढड़ा

विधायक उमेद पातुवास ने गांव हंसावास कलां के किसानों द्वारा रबी सीजन की फसलों की क्षतिपूर्ति पोर्टल में जानबूझ कर नुकसान की श्रैणी को कम दर्शाकर मुआवजा से वंचित करने के मामले की सुनवाई करते हुए उनको आश्वासन दिया कि उस सीजन की रिपोर्ट में बरती गई खामियों की जानकारी मिलते ही उन्होंने प्रदेश के मुख्यमंत्री को पत्र लिखकर सारे मामले की जांच करवा कर प्रभावित किसानों को उचित मुआवजा मुहैया करवाने की अपील की है।

पातुवास फार्महाऊस पर आमजन की समस्या निवारण खुले दरबार में विधायक उमेद पातुवास के समक्ष गांव हंसावास कलां के किसानों ने मांगपत्र देकर गांव में पिछले रबी सीजन 2025 की खराब फसलों के नुकसान में जानबूझ कर गोलमाल कर किसानों के नुकसान का मुआवजा न देने का आरोप लगाते हुए जांच करने की मांग की। सरपंच रविंद्र कुमार की अगुवाई में गांव के किसानों ने भाजपा विधायक उमेद पातुवास को मांगपत्र देकर उनके गांव के साथ मुआवजा वितरण करने में देरी व उपेक्षा बरतने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि रबी सीजन 2025 में खराब फसलों के धरातली सत्यापन में मेरी फसल मेरा ब्यौरा पोर्टल के क्षतिपूर्ति पोर्टल में 75 प्रतिशत से 100 प्रतिशत नुकसान पंजीकृत दर्ज होने व विभाग द्वारा सत्यापन करवाने के बावजूद अब मुआवजा जारी करते समय अचानक ही मात्र 24 प्रतिशत तक नुकसान दर्शाया दिखाकर पोर्टल को बंद कर दियाा । एक तरफ तो प्रदेश सरकार किसानों के हितों के लिए बड़े बड़े दावे कर रही है जबकी दूसरी तरफ किसानों के नुकसान की भरपाई केवल पोर्टल तक सिमट कर रह गई है।

बाढड़ा। विधायक उमेद पातुवास को मांगपत्र देते हंसावास के किसान।

सड़कों की बिखरी रोड़ियां,गड्डों में जलभराव से वाहन चालक परेशान

दोपहिया वाहन चालक हो रहे हैं हादसों का शिकार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

सप्ताहभर से बारिश पर ब्रेक लगा है। लोगों को जलभराव से राहत मिली है,लेकिन बारिश पानी सड़कों को जख्म दे गया। बारिश के पानी की वजह से सड़कों पर अनेक जगहों पर रोड़ियां बिखर गई है। अनेक जगहों पर गड्डे बने है। कई जगहों पर एक से डेढ फुट तक गहरे सड़कों में गड्डे बन गए है। इन गड्डों में आए दिन खासकर दोपहिया वाहन चालक गिर कर चोटिल हो रहे है। इस बारे में शहर के लोगों ने कई बार शिकायत भी की,लेकिन जिला प्रशासन की तरफ से इस समस्या की तरफ कोई ध्यान नहीं दिया गया। जिस वजह से इन मार्गो से वाहन चालक आने से कतराने लगे है।

वैसे तो शहर ही नहीं पूरे जिले की बारिश ने सड़कों की हालत बेहद पतली कर दी। बारिश की वजह से सड़कों की रोड़िया निकल आई। उसकी जगह पर गडडे बन गए है। बारिश का पानी उनमें जमा होने से वाहन चालकों को गड्डे नजर नहीं आ रहे है। जिसके चलते खासकर दोपहिया वाहन उनमें गिर कर जख्मी हो रहे है। सबसे बुरी स्थिति बासिया भवन के पास बनी है। यहां पर सचिवालय की तरफ मुड़ने वाले रोड पर करीब तीन से चार फुट लंबी दूरी तक के गड्डे बने है। इसी तरह जेल के पास व उससे थोडा सा आगे निकलने के बाद गड्डों ने वाहन चालकों को रास्ता बदलने पर मजबूर कर दिया है।क्योंकि इस जगह पर आधा से एक फुट तक के गड्डों के चलते आए दिन दुर्घटनाएं बढ रही है। इसी तरह अंदरूनी शहर में भी इसी तरह की समस्या बनी है। यहां पर भी बाजार के अधिकांश मार्गो पर गड्डे बनने से वाहन चालकों का आना व जाना बेहद कठिन हो रहा है। भीतरी शहर व लोहारू रोड पर सड़कों में तीन से चार फुट दूरी तक के गड्डे बने हैं।

भिवानी। टूटी सड़कों पर बने गड्डों में जमा बारिश का पानी। फोटो : हरिभूमि

हसला ने मांगों को लेकर जिला शिक्षा अधिकारी को सौंपा ज्ञापन

चरखी दादरी। जिला शिक्षा अधिकारी को ज्ञापन देते हसला पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

चरखी दादरी । सोमवार को अपनी लंबित मांगों व समस्याओं को लेकर हरियाणा स्कूल लेक्चरर एसोसिएशन की जिला कार्यकारिणी जिला शिक्षा अधिकारी को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में जिला प्रधान विद्यानंद श्योराण के नेतृत्व में बीएलओ ड्यूटी को दुरुस्त करने व अन्य समस्याएं रखी।

जिला प्रधान ने बताया कि ज्ञापन के माध्यम से एसीपी मामले, नए सत्र की एलटीसी, जीआईएस नंबर जरनेट करवाने, माता पिता की मेडिकल प्रतिभूति की 42 हजार आय की शर्त हटवाने, सीसीएल फाइलों को आनलाइन करने, एनसीआरटी गुरूग्राम में कम्प्यूटर साइंस प्रवक्ता की पाइथन भाषा की ट्रेनिंग करवाने आदि मांगे भी प्रमुखता से उठाई गई हैं। बीएलओ ड्यूटी में अनियमितता को लेकर जिला शिक्षा अधिकारी के समक्ष द्वितीय श्रेणी प्रवक्ताओं को बीएलओ लगाने पर आपत्ति जताई। प्रधान व अन्यों ने आपत्ति जताते हुए कहा कि एक ही मतदान केंद्र क्षेत्र में जब तक विभिन्न विभागों में कार्यरत तृतीय श्रेणी कर्मचारी उपलब्ध हैं तो द्वितीय श्रेणी कर्मचारियों को बीएलओ बनाया जाने गलत है। उन्होंने सुपरवाइजर ड्यूटी को लेकर कहा कि प्रवक्ता लंबे समय से बीएलओ सुपरवाइजर की ड्यूटी करते आ रहे हैं तथा अब इनकी वरिष्ठता को दरकिनार कर सीनियर प्रवक्ताओं को भी बीएलओ बना जूनियर प्रवक्ताओं के अंतर्गत कार्य करने को बाध्य किया जा रहा है। इस प्रकार निर्वाचन कार्यालय द्वारा वरिष्ठता व समानता का ध्यान न रखते हुए सीनियर को जूनियर के अंतर्गत कार्य आवंटित किया गया है।

मदद मुश्किल समय में समाज के हर वर्ग को आगे आकर जरूरतमंदों की करनी चाहिए मदद

बदलाव वेलफेयर सोसायटी ने पंजाब में राहत सामग्री भेजी

- दिनोद गेट चौकी इंचार्ज एएसआई दशरथ ने वाहन को किया रवाना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

पंजाब में आई बाढ़ से प्रभावित लोगों की मदद के लिए बदलाव वेलफेयर सोसायटी ने सराहनीय पहल की है। सोसायटी के प्रधान श्यामपाल के नेतृत्व में सदस्यों ने एकजुट होकर राहत सामग्री से भरा एक वाहन पंजाब के बाढ़ राहत इलाकों के लिए रवाना किया।

इस नेक कार्य में दिनोद गेट चौकी इंचार्ज एएसआई दशरथ, नारायण नाथ और अंचल नाथ भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। उन्होंने बदलाव वेलफेयर सोसायटी के इस कदम की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे मुश्किल समय में समाज के हर वर्ग को आगे आकर जरूरतमंदों की मदद करनी चाहिए। उन्होंने अन्य सामाजिक संगठनों और लोगों से भी अपील की कि वे मुसीबत में फंसे लोगों की सहायता के लिए आगे आएं।

बदलाव वेलफेयर सोसायटी का यह प्रयास न केवल बाढ़ पीड़ितों को तत्काल राहत पहुंचाएगा, बल्कि यह समाज के अन्य लोगों को भी प्रेरित करेगा कि वे मानवता की सेवा में आगे आएं।

भिवानी। बाढ राहत सामग्री से भरे वाहन को रवाना करते हुए। फोटो : हरिभूमि

खाद्य पदार्थ, पीने का पानी व कपड़े भेजे

सोसायटी के प्रधान श्यामपाल ने बताया कि बाढ़ पीड़ितों के दर्द को देखकर उन्होंने और उनकी टीम ने तुरंत मदद पहुंचाने का फैसला लिया। उन्होंने कहा कि यह राहत सामग्री उन सभी लोगों के सहयोग से जुटाई गई है, जो इस आपदा की घड़ी में पीड़ितों के साथ खड़े हैं। सोसायटी द्वारा भेजी गई राहत सामग्री में खाद्य पदार्थ, पीने का पानी, कपड़े, कंबल और अन्य दैनिक उपयोग की वस्तुएं शामिल हैं। इन सामग्रियों को विशेष रूप से उन जरूरतमंद परिवारों तक पहुंचाया जाएगा, जिन्होंने बाढ़ में अपना सब कुछ खो दिया है। इस अवसर पर संजय फौजी, संजय, अजीत, बिट्टू, मुकेश, सन्नी, गोविंद, ओमबीर सहित अन्य गणमान्य लोग शामिल रहे।

गांव सागवान में बरसाती पानी की निकासी में हुआ सुधार : एसडीएम

15 क्यूसेक पानी निकासी के दो पम्प सैट लगाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

एसडीएम रवि मीणा (आईएएस) ने कहा है कि उपमंडल के गांव सागवान की आबादी को सम्भावित बाढ़ के खतरों से लोगों को बचाने के लिए बेहतर क्रियान्वयन किया जा रहा है। स्वास्थ, पंचायती राज, बिजली, पब्लिक हैल्थ, सिंचाई, पशु पालन, राजस्व, विकास एवं पंचायत विभाग सहित सभी विभागों के अधिकारी आपसी तालमेल करके आबादी क्षेत्र को बाढ़ के खतरों से बचाने के लिए सभी प्रकार के व्यापक निरंतर कर रहे हैं। एसडीएम ने बताया कि आबादी को जल भराव जैसे संकट से बचाने के लिए शीघ्र ही गांव में तटबन्ध बनाया जाएगा। पानी की निकासी के लिए तोशाम बवानी खेड़ा पर 15 क्यूसेक पानी निकासी के दो बिजली के पम्प सैट लगाए गए हैं। तीन किलोमीटर लम्बी नई ड्रेन बनाकर तोशाम हांसी रोड को क्रास करके खेतो में फसलों की जरूरत अनुसार पानी की सप्लाई दी जा रही है। आबादी क्षेत्र अधिक बरसाती पानी प्रभावित ना हो इसके लिए भविष्य के मद्देनजर पुख्ता प्रबंध किए गए जाएंगे।

तोशाम। गांव सांगवान का बारिश का पानी निकालते पम्प। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

पूर्व मुख्यमंत्री हुड्डा को जन्मदिन की बधाई दी

चरखी दादरी। बाढड़ा से दर्जनों कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा को उनके 78 वें जन्मदिन शुभकामनाएं दी। कांग्रेस नेता डॉ. विजय सांगवान मन्दोला एवं युवा कांग्रेस नेता रब्बू पंवार के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने दिल्ली पहुंचकर गुलदस्ता भेंटकर बधाई दी। डॉ. विजय सांगवान मन्दोला ने कहा कि चौधरी भूपेंद्र सिंह हुड्डा ने सत्ता में रहते हुए सदैव 36 बिरादरी के कल्याणार्थ जनहितैषी योजनाएं लागू करने का काम किया था।

पोस्टर मेकिंग में मोहित रहा प्रथम

लोहारू। हरियाणा स्वच्छ अभियान की कड़ी में सोमवार को स्थानीय चौ बंसीलाल राजकीय महाविद्यालय में पोस्टर मेङ्कषकग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्य डॉ मुकेश चहल की अध्यक्षता में आयोजित इस प्रतियोगिता में बीएससी प्रथम वर्ष के मोहित ने प्रथम स्थान हासिल किया। बता दें कि चौ बंसीलाल राजकीय महाविद्यालय में स्वच्छता अभियान के तहत पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

रोहतक में होने वाली बैठक को लेकर मंथन

बाढड़ा। वन कर्मचारी संघ हरियाणा तथा रिटायर्ड वन कर्मचारियों की बैठक रोहतक में सपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता ओमप्रकाश कादयान पूर्व प्रधान ने की। बैठक में वन की परिभाषा शब्दकोश के अर्थ अनुसार की अधिसूचना हरियाणा सरकार ने जारी की है। इस अधिसूचना से वन एरिया कम होगा। दूसरी और केंद्र सरकार ने फॉरेस्ट कंजर्वेशन एण्ड अफोस्टेशन संशोधित नियम 2025 अधिसूचित किया है। इससे वनों को जो वनसंरक्षण अधिनियम 1980 के तहत संरक्षण प्राप्त था वह समाप्त हो जाएगा।

शिविर कल, 75 युवा करेंगे रक्तदान

लोहारू। सेवा पखवाड़ा के तहत आगामी 17 सितंबर को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन पर बहल के स्वास्तिक अस्पताल में रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। जिसमें 75 से अधिक युवक रक्तदान करेंगे। सेवा पखवाड़ा संयोजक विजय फौगाट ने यह जानकारी दी।

किसान संगठनों और टावर कंपनी के अधिकारियों के बीच सहमति

कंपनी ने किसान के विरुद्ध एकतरफा कार्रवाई रद की, धरना समाप्त

- दोनों पक्षों ने मामले का किया समाधान
- समाधान के बाद किसान शांत हुए

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

गांव प्रहलादगढ़ के किसान रमेश यादव के मामले को लेकर किसान संगठनों, प्रहलादगढ़ के ग्रामीणों की 21 सदस्यीय संयुक्त कमेटी व एनआरएसएस ट्रांसमिशन टावर कंपनी अधिकरियों के बीच सोमवार को भिवानी सदर थाना में समझौता हो गया। आपसी बातचीत में यह सहमति बनी कि गांव के किसानों के कंपनी के कार्य में सुचारू रूप से काम करने में पूर्ण सहयोग करेंगे तथा कंपनी अधिकारियों ने इस आश्वासन के आधार पर किसान रमेश यादव के विरुद्ध सदर थाने में दर्ज हुई एफआईआर रद्द के लिए लिखा है।

साथ में यह भी लिखित में आश्वासन दिया है कि किसानों को बाजार भाव पर फसल मुआवजा देंगे। इधर किसान सभा के जिला उपप्रधान कामरेड ओमप्रकाश, सरपंच प्रतिनिधि ओमप्रकाश, पूर्व सरपंच सुबे सिंह यादव, वीरेंद्र नंबरदार व सुभाष यादव जिला पुलिस अधीक्षक सुमित कुमार से मिले और किसान रमेश यादव के विरुद्ध दर्ज मुकदमा रद्द करने की मांग की।

पुलिस अधीक्षक ने किसान के विरुद्ध मुकदमा रद्द करने का आश्वासन दिया। उधर किसान सभा व अन्य संगठनों व ग्रामीणों का कहना है कि आपसी बातचीत व सहमति को लागू किया जाएगा। अब दोनों पक्षो में बातचीत में बातचीत मेंगांव की तरफ से सरपंच प्रतिनिधि ओमप्रकाश, पूर्व सरपंच सुबे सिंह, वीरेन्द्र नंबरदार, सुभाष यादव, रमेश का बेटा हेमंत यादव सहित कमेटी के सदस्य, किसान सभा जिला उपप्रधान कामरेड ओमप्रकाश व कंपनी की तरफ के एसडीओ अनुज यादव, जेई संजय कुमार शामिल रहे।

भिवानी। सहमति बनने के बाद मौके पर किसान संगठन व ग्रामीण। फोटो: हरिभूमि

आभार जताया

बातचीत के बाद धरने को संबोधित करते हुए कमेटी के सदस्यों ने कहा कि यह कंपनी से जो समझौता हुआ है। वह किसानों व ग्रामीणों की एकता तथा इसमें महिलाओं के सहयोग व संघर्ष से सम्भव हुआ है, वे सभी को बधाई देते हैं तथा जिला पुलिस प्रशासन को आपसी बातचीत को सिरे चढ़ाने के लिए सहयोग करने के लिए विशेषकर प्रवर पुलिस अधीक्षक सुमित कुमार का धन्यवाद किया है तथा इस संबंध में चल रहे किसान आन्दोलन को स्थगित करने की घोषणा की है। इस अवसर पर किसान सभा के जिला प्रधान रामफल देशवाल, ब्लाक प्रधान संतोष देशवाल, ब्लाक सचिव करतार ग्रेवाल व किसान नेता मास्टर शेर सिंह शामिल रहे।

ये है मामला

विगत में टॉवर कम्पनी के अधिकारियों ने गांव प्रहलादगढ के एक किसान के खिलाफ मामला दर्ज करवा दिया था। मामला दर्ज होने के बाद ग्रामीण व किसान सभा के सदस्यों के बीच पंचायत हुई। साथ ही दोनों की धरना देने पर सहमति बनी। बाद में सोमवार को टॉवर कम्पनी के अधिकारी व ग्रामीणों के बीच बैठक तय हुई। आज तय समय पर दोनों तरफ के पदाधिकारी पहुंचे और कई देर तक आपसी तू तड़ाक के बाद मामला सुलट गया।

बहल। कार्यक्रम में मुख्यअतिथि को सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

इंजीनियरिंग की वजह से हम अस्तित्व में : हर्षवर्धन

- बीआरसीएम कॉलेज में इंजीनियर्स दिवस मनाया

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहल

देश के महान इंजीनियर एम. विश्वेश्वरैया की जयंती पर बीआरसीएम इंजीनियरिंग कॉलेज में इंजीनियर्स दिवस मनाया गया। कार्यक्रम में तकनीकी प्रदर्शनी प्रतियोगिता का आयोजन हुआ जिसमें 150 प्रतिभागियों ने 45 प्रोजेक्ट की प्रस्तुति दी। प्रतियोगिता में फाइनल ईयर के छात्र मिर्जा, रितेश, रीतू व शिवम द्वारा एआई पर बने प्रोजेक्ट को प्रथम स्थान मिला।

सोमवार को आयोजित कार्यक्रम में बिट्स पिलानी के कंप्यूटर साइंस विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. डॉ. हर्षवर्धन मुख्यातिथि रहे जबकि निदेशक डॉ. एसके सिन्हा विशेष रूप से उपस्थित रहे। मुख्यातिथि ने कहा कि आज इंजीनियरिंग की वजह से ही हम अस्तित्व में है। तकनीकी में बहुत तेजी से बदलाव हो रहे है। विद्यार्थियों को इंजीनियरिंग क्षेत्र की चुनौतियों को स्वीकार करके समाधान करना होगा।

तकनीक से आगे बढ़ेंगे

डॉ. सिन्हा ने कहा कि इंजीनियर्स डे को मनाने का मकसद ये है कि दुनियाभर के इंजीनियरों को प्रोत्साहन मिले और देश, दुनिया को तकनीक की मदद से और आगे ले जाने में मदद दे सके। इंजीनियर्स डे सिर्फ भारत में ही नहीं दूसरे देशों में भी मनाया जाता है। कॉलेज प्राचार्य डॉ. अनुज शर्मा ने कहा कि दुनियाभर में हर साल 15 सितंबर को महान इंजीनियर एम. विश्वेश्वरैया के जन्मदिन पर इंजीनियर्स डे मनाया जाता है। वे भारत के महान इंजिनियरों में से एक थे जिन्होंने भारत को और आधुनिक बनाने में योगदान दिया था। कार्यक्रम में कॉलेज की 2008 बैच की पास आउट कंप्यूटर साइंस ब्रांच की छात्रा स्व. योगिता खरब की स्मृति में हर साल दिए जाने वाले पुरस्कार को उनके अभिभावक रामपाल खरब व कृष्णा खरब द्वारा टॉपर प्रियंका शर्मा को दिया गया।

चोरी के मामले में दो गिरफ्तार

- पुलिस टीम के द्वारा आरोपियों से सोने चांदी के आभूषण व एक बुलेट मोटरसाइकिल को किया बरामद

हरिभूमि न्यूज ⏭ लोहारू

थाना लोहारू पुलिस ने घर से सोना और चांदी के आभूषण चोरी करने के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। फिलहाल पुलिस आरोपियों से पूछताछ कर रही है। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार रणधीर सिंह निवासी गांव ढाणी ढोला ने थाना लोहारू पुलिस को एक शिकायत दर्ज करवाई थी जिसमें शिकायतकर्ता ने पुलिस को बताया कि 11 सितम्बर को चोर उनके घर में घुसकर घर से सोना चांदी के आभूषण चोरी करके ले गए थे जो इस शिकायत पर पुलिस ने संबंधित धाराओं के तहत अभियोग थाना लोहारू में दर्ज किया था। थाना लोहारू के उप निरीक्षक रोहतास सिंह ने घर में घुसकर सोने चांदी के आभूषण चोरी करने के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है।

लोहारू। पुलिस हिरासत में चोरी के आरोपी। फोटो: हरिभूमि

महेंद्रगढ़ और भिवानी के हैं आरोपी

आरोपियों की पहचान नीरज पुत्र पूरन सिंह निवासी महेंद्रगढ़ व संदीप पुत्र प्रताब सिंह निवासी अहमदवास खेड़ा जिला भिवानी के रूप में हुई है। पुलिस टीम के द्वारा आरोपी संदीप से एक सोने का कड़ा, 03 सोने की चूड़ियां, 02 सोने के कंगन, एक जोड़ी सोने के कानों के टॉपस, एक जोड़ी सोने के कानों के झुमके, पांच सोने की अंगूठी, एक सोने की चेन, एक जोड़ी पाजेब चांदी की व एक बुलेट मोटरसाइकिल को बरामद किया गया है।

अेकेले नहीं पा सकते लक्ष्य, सफाई कर्मचारी हमारे योद्धा : सैनी

चरखी दादरी। नगर परिषद कार्यालय में चेयरमैन की अध्यक्षता में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसके तहत नप में सफाई कर्मी के तौर पर अपने फर्ज को अंजाम देने वाले सभी साथियों के कार्यों की तारीफ की गई। नगर परिषद चेयरमैन बख्शीराम सैनी ने कहा कि अगर हम ये कहे कि स्वच्छता हम सभी का सामूहिक दायित्व है तो ये बिल्कुल सच है, लेकिन हमें यह भी समझना होगा कि केवल अपने घरों या प्रतिष्ठानों की सफाई भर से ही स्वच्छता का लक्ष्य नहीं पाया जा सकता, बल्कि सभी को तत्पर होना होगा। इस दिशा में सफाई कर्मी सही मायनों में योद्धा हैं जिस कूडे को घरों से निकाल देते हैं उसके बाद हमारे योद्धा सिस्टम को साफ करते हैं।

सूबेदार मेजर ओमप्रकाश को समर्थन दिया

- पूर्व सैनिक संघ हरियाणा के चुनाव को लेकर बैठक हुई

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

हरियाणा एक्स-सर्विसमैन लीग (एचईएसएल) के आगामी चुनावों के लिए सरगर्मी तेज हो गई है। 5 अक्टूबर को होने वाले इन चुनावों में बवानीखेड़ा से डेलीगेट उम्मीदवार सूबेदार मेजर ओमप्रकाश (रिटायर्ड) के समर्थन में पूर्व सैनिकों ने एकजुटता दिखाते हुए उन्हें अपना समर्थन दिया है। रविवार को जाटू लोहारी के पूर्व सैनिक क्लब में तालू, धनाना, मढन्ना, प्रेम नगर, कुंगड़, बवानीखेड़ा और जाटू लोहारी के सैकड़ों पूर्व सैनिक एकत्रित हुए।

भिवानी। आयोजित कार्यक्रम में हरियाणा एक्स-सर्विसमैन लीग के सदस्य।

समर्पित नेतृत्व के लिए देंगे वोट

दो घंटे तक चली इस आपसी भाईचारे की बैठक में सभी ने सर्वसम्मति से सूबेदार मेजर ओमप्रकाश (रिटायर्ड) जाटू लोहारी के पक्ष में मतदान करने का निर्णय लिया। इस अवसर पर भिवानी से एचईएसएल के प्रधान सुरेंद्र कौशिक और भिवानी-2 से डेलीगेट उम्मीदवार सूबेदार ओमप्रकाश परमार भी भारी संख्या में पूर्व सैनिकों के साथ जाटू लोहारी पहुंचे। उन्होंने पूर्व सैनिकों की एकजुटता और भाईचारे की भावना की सराहना की। बैठक के दौरान सभी ने इस बात पर जोर दिया कि पूर्व सैनिकों के हितों की रक्षा के लिए एक मजबूत और समर्पित नेतृत्व का चुनाव करना अत्यंत आवश्यक है। सर्वसम्मति से सूबेदार मेजर ओमप्रकाश (रिटायर्ड) को इस पद के लिए सबसे उपयुक्त उम्मीदवार माना गया, और सभी ने वोट देने की सहमति व्यक्त की।

पीएम मोदी के जन्मोत्सव पर बुधवार को लगेगा स्वास्थ्य जांच शिविरः एसएमओ

तोशाम। सीनियर मैडिकल आफिसर सुधीर चाहर ने बताया कि तोशाम नागरिक अस्पताल में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मोत्सव पर 17 सितम्बर बुधवार को स्वस्थ नारी सशक्त परिवार अभियान के तहत मेघा स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया जाएगा। मेघा स्वास्थ्य जांच शिविर में डॉ. नवीन कुमार साहू (सीनियर रेजिडेंट),ईएनटी डी.के.आहुजा, एमओ जनरल सर्जरी डॉ. धर्मेन्द्र, एमओ चेस्ट और टीबी डॉ.ज्योति कपूर, एसएमओ ऑप्थाल्मोलॉजी डॉ. शैलजा, एमओ डॉ. रोहित, एमओ एनेस्थीसिया और पैथोलॉजी डॉ.यतिन गुप्ता,एसएमओ एमडी मेडिसिन डॉ. नंदिनी लांबा, एमओ साइकियाट्री डॉ. निशा, एमओ गायनेकोलॉजी डॉ. दिव्या मीणा,एमओ पीडियाट्रिक्स डॉ. अरविंद मलिक, एमओऑर्थोपेडिक डॉ. विनोद पंवार, डेंटल सर्जन एमडीएस मेघा स्वास्थ्य जांच शिविर में अपनी पूरी टीम के साथ लोगों की स्वास्थ्य जांच करेंगे।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8814999151, 9253681005, 8295157800

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

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

तकलीफ में एक दूसरे की मदद करनी चाहिए: सिंधू

भिवानी। हरियाणा जागृति मोर्चा द्वारा बाढ पीड़ितों की मदद के लिए गठित फरियादी कक्ष कमेटी ने गांव बड़सी, दुर्जनपुर , सिकंदरपुर व बवानीखेड़ा के लोगों की समस्याएं सुनी। इस दौरान लोगों ने जलभराव की वजह से बर्बाद फसलें तथा क्षतिग्रस्त हुए मकानों की शिकायत की। कमेटी के सदस्यों ने सभी पीड़ितों की शिकायतें लिखित में ली और उसके बाद उन सभी शिकायतों को पोर्टल पर अपलोड भी कर दिया। साथ ही पीड़ितों को भरोसा दिलाया कि वे उनकी जल्द ही तहसीलदार से मिलकर सर्वे करवाने का प्रयास करेंगे। सोमवार सुबह नौ बजे हरियाणा जागृति मोर्चा के अध्यक्ष एडवोकेट राजेश सिंधू मोर्चा द्वारा तहसील परिसर में बाढ़ पिडितों की सहायतार्थ बनाये हैल्प डेस्क पर पहुंचे इलाके के लोगों से मिले।

सांसद मंगलवार व बुधवार को जल भराव निकासी के समाधान के लिए लोगों से रूबरू होंगे

पंचायती धर्मशाला धनाना में अधिकारियों के साथ लोगों से मिलेंगे

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र के सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह जिला में दो दिवसीय दौरा कर बरसाती पानी जल भराव क्षेत्र के ग्रामीणों से रूबरू होकर उसके निकालने बारे स्थाई समाधान के लिए मंत्रणा करेंगे। उपायुक्त कार्यालय से मिली जानकारी के अनुसार चौधरी धर्मबीर सिंह मंगलवार को प्रातः 11:00 पंचायती धर्मशाला धनाना में में तमाम विभागों के अधिकारियों के साथ अधिक बरसात में जल भराव क्षेत्र के गांव तिगड़ाना,घुसकानी, मिताथल, गुजरानी, चांग, सैय,बडेसरा, धनाना, तालु, जताई मुंढाल, सिवाड़ा, कुगंड, भैणी, पूर एवं मंढाना के लोगों से बरसाती जल भराव की समस्या के संबंध में स्थाई समाधान बारे विचार विमर्श करेंगे। वहीं मौके पर ही लोगों की सहमति से विभागों का आपसी तालमेल करने के दिशा निर्देश भी देंगे।

इन गांवों की समस्याएं सुनेंगे सांसद

इसी कडी में 17 सितंबर बुधवार को प्रातः11:00 बजे तोशाम रेस्ट हाउस में बापोड़ा, दिनोद, बीरण,ढाणी बीरण, रिवासा, ढाणी रिवासा,दागं कला, दागं खुर्द, सागवान, किरावड, भूरटाणा, खानक व बागनवाला के ग्रामीणों से मिलकर जल भराव की समस्या के स्थाई समाधान बारे विचार विमर्श करके संबंधित विभाग के अधिकारियों को आपसी तालमेल बनाकर भारी वर्षा से जल भराव क्षेत्र के पानी के निकासी के लिए दिशा निर्देश देंगे। दोपहर बाद 3:00 बजे बवानी खेड़ा रेस्ट हाउस में बवानी खेड़ा, खेड़ी, बडसी, जीता खेड़ी, मिलकपुर, सिकंदरपुर, सज्जनपुर,ढाणी कुशाल, पापोसा, जमालपुर,सिप्पर, बोहल, लोहारी जाटू,बलयाली, सुमरा खेडा, सुई व प्रेम नगर के लोगों से मिलकर खेतों में जल भराव की समस्या का स्थाई समाधान निकालने बारे विचार विमर्श करके संबंधित विभाग के अधिकारियों को ग्रामीणों से आपसी तालमेल करके बरसाती पानी की निकासी के स्थाई समाधान बारे दिशा निर्देश देंगे।

जीडीसी महाविद्यालय में हिंदी का महत्व बताया

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहल

बीआरसीएम शिक्षण संस्थान के जीडीसी महाविद्यालय में हिंदी दिवस के उपलक्ष में मनाया जा रहे हिंदी पखवाड़े में प्रतिभागी विद्यार्थियों के लिए हिंदी विभाग द्वारा पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन करवाया गया। समारोह में महाविद्यालय के प्राचार्य व संस्थान निदेशक डॉ. एसके सिन्हा मुख्यातिथि रहे। सोमवार को महाविद्यालय के सेमिनार हाल में आयोजित कार्यक्रम में हिंदी विभागाध्यक्ष मनोज कुमार ने महाविद्यालय में चल रहे हिंदी पखवाड़े की प्रतियोगिताओं में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों की रिपोर्ट प्रस्तुत की। विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत कर सबका मन मोह लिया। हिंदी पखवाड़े के दौरान पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में बीए की डिंपल को प्रथम पुरस्कार दिया गया।

सिन्हा ने हौसला बढ़ाया

मुख्यातिथि डॉ. एसके सिन्हा ने प्रतिभागी विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान करते हुए सभी प्रतिभागी विद्यार्थियों का हौसला बढ़ाया। उन्होंने कार्यक्रम का आयोजन करने के लिए हिंदी विभाग का आभार जताया। उपेंद्र प्रसाद ने हिंदी दिवस के ऊपर कविता पाठ के माध्यम से बच्चों की हिंदी भाषा के प्रति रुचि को बढ़ाया। हिंदी विभागाध्यक्ष मनोज कुमार ने धन्यवाद ज्ञापित किया।

कॉलेज में सांस्कृतिक प्रकोष्ठ 'रंग-वीथिका' द्वारा किया गया प्रतिभा खोज कार्यक्रम का आयोजन

छात्र और छात्राओं ने नृत्य गायन व अभिनय की मनोरम प्रस्तुतियों देकर सभी का मन मोहा

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

वैश्य महाविद्यालय भिवानी के सांस्कृतिक प्रकोष्ठ 'रंग-वीथिका' द्वारा प्रतिभा खोज कार्यक्रम का आयोजन महाविद्यालय के सभागार में किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ संजय गोयल , महाविद्यालय के डीन एकेडमिक डॉ नरेंद्र सिंह, युवा कल्याण विभाग के डीन प्रो. धीरज त्रिखा,सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ. हरिकेश पंघाल,निर्णायक मंडल के वरिष्ठ सदस्य कौशल भारद्वाज एवं प्रकोष्ठ के सदस्यो द्वारा मां सरस्वती के चित्र के सम्मुख दीप प्रज्ज्वलित कर किया गया। कार्यक्रम में मंच का सफल संचालन डॉ हरिकेश पंघाल एवं महाविद्यालय के स्वपोषित विभाग की निदेशक डॉ प्रोमिला सुहाग द्वारा किया गया।डॉ. हरिकेश पंघाल ने बताया कि प्रतिभा खोज कार्यक्रम में कलाकार महाविद्यालय ने बढ चढ़ कर भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। उन्होंने बताया कि प्रतिभा खोज कार्यक्रम में संगीत,गायन अभिनय,फाइन आर्ट्स,साहित्य में प्रतिभाओं का चयन किया गया। उन्होंने बताया कि विद्यार्थियों द्वारा आज थिएटर विधा में हिंदी,हरियाणवी नाटक व मिमिक्री में माध्यम से नाटक, फिल्म या अपना स्वरचित संवाद या दृश्य या मोनो एक्टिंग की प्रस्तुति दी गई।संगीत विधा में हिंदी, हरियाणवी व शास्त्रीय गायन में फिल्मी गैर फिल्मी व लोकगीत की प्रस्तुति दी। हरियाणवी ऑर्केस्ट्रा के लिए वाद्य वादन के विधार्थियों ने संगीत यंत्र बजा कर अपनी प्रस्तुती दी। नृत्य विधा में हरियाणवी ग्रुप डांस व एकल और शास्त्रीय नृत्य व किसी भी लोक नृत्य व शास्त्रीय नृत्य की प्रस्तुति दी गई। प्रतिभा खोज कार्यक्रम में महाविद्यालय के प्रथम, द्वितीय व तृतीय वर्ष के सौ से अधिक छात्र छात्राओं ने नृत्य गायन व अभिनय की अपनी मनोरम प्रस्तुतियां दी।

भिवानी। आयोजित कार्यक्रम में प्रतिभागियों को सम्मानित करते हुए।

उत्सव में पीएम श्री विद्यालय रहा अव्वल

लोहारू। विगत दिवस लोहारू में आयोजित खंड स्तरीय सांस्कृति उत्सव में पीएम श्री कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की टीम ने अव्वल स्थान हासिल अपनी प्रतिभा का परिचय दिया है। जिसके लिए विद्यालय प्राचार्य दर्शना कुमारी ने प्रतियोगिता में हिस्सा लेने वाले विद्यार्थियों और स्टाफ को बधाई दी है। प्राचार्य दर्शना कुमारी ने बताया कि इस खंड स्तरीय प्रतियोगिता की सभी 8 स्पर्धाओं में से विद्यालय टीम ने सदस्यों ने 7 स्पर्धाओं में अव्वल स्थान किया है। जो विद्यालय के लिए गौरव की बात है। उन्होंने बताया कि ममता शर्मा, सविता सहित समस्त स्टाफ के कुशल मार्गदर्शन में विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का परचम फहराया है। जिसके लिए पूरा स्टाफ बधाई का पात्र है।