

हरिभूमि भिवानी-दादरी भूमि

रोहक, गुरुवार, 25 सितंबर 2025

10 राज्य स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में प्रतिभागियों...

10 छोटी काशी के जहरगिरी आश्रम में नौ दिन तक...



वर्धमान ज्वैलर्स

Vardhman Gold Rate Safety (GRS)

बढ़ते हुए भाव से अब चिंता खत्म भाव कम हो या ज्यादा, आपको कम वाला ही लगेगा। जानिए कैसे

ऑफर सीमित समय के लिए पूरी जानकारी के लिए आज ही आएं : वर्धमान ज्वैलर्स, घंटाघर बाज़ार, भिवानी M.: 92156 56444

- आज का गोल्ड भाव बुक करें
- कम हो जाये तो कम वाला भाव लगेगा
- ऊपर जाए तो बुकिंग भाव सुरक्षित
- पूरी जानकारी के लिए सम्पर्क करें वर्धमान ज्वैलर्स



स्वदे संक्षेप

नया उपप्रधान का चुनाव आज, सभी तैयारियां पूरी

लोहारू। 25 सितंबर को होने वाले नगर पालिका के उपप्रधान पद के चुनाव के लिए सभी तैयारी पूरी कर ली गई है। नगर पालिका कार्यालय परिसर में होने वाले चुनाव को लेकर सुबह दस बजे सभी पार्षदों को बैठक कर उन्हें चुनाव संबंधी जानकारी दी जाएगी। बता दें कि काफी दिनों से शहर के लोगों की निगाहें चुनाव पर टिकी हुई थी। चुनावों की तिथि घोषित होने के साथ ही वार्ड नंबर 11 की पार्षद पूजा सैनी के उपप्रधान बनने की चर्चाएं तेज हो गई थी। पूजा ने नौ पार्षदों के साथ होने का दावा किया है। 9 पार्षद पिछले काफी दिनों से भारत भ्रमण पर हैं।

वर्षा जल संरक्षण पर किया जागरूक

बाढ़डा। गांव कारी मेला में युवा विद्यार्थियों द्वारा बालाजी मंदिर में वर्षा जल संरक्षण को लेकर छात्र यश की अध्यक्षता में एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें गांव कारी रूप, कारी दास तथा कारी सिरसली के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। छात्र यश ने बताया कि कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य आम जन में वर्षा जल के महत्व की जानकारी प्रदान करना है।

धारेडू में कैप में 105 का स्वास्थ्य जांच

भिवानी। स्वस्थ नारी-सशक्त परिवार, पोषण माह कैप के अन्तर्गत आयुष आरोग्य मंदिर धारेडू में चिकित्सा शिविर का आयोजन किया, जिसमें वरिष्ठ आयुष चिकित्सा अधिकारी डॉ. सुभन वैद ने महिलाओं को मासिक धर्म व्यक्तित्व स्वास्थ्य के बारे में जानकारी दी। कैप में 105 मरीजों का स्वास्थ्य जांच और उपचार किया।

किसान सभा ने रिवाड़ी खेड़ा, चांग, केलंगा व खरक का किया दौरा

भिवानी। अखिल भारतीय किसान सभा भिवानी के प्रतिनिधि मंडल ने जल भराव गांव रिवाड़ी खेड़ा, सैय, चांग, केलंगा व खरक के खेतों का दौरा किया तथा यह पता किया कि रिवाड़ी खेड़ा व सैय के बीच जो रोड़ पड़ता है, उसके दोनों तरफ 2 हजार एकड़ में पीछे से भारी बारिश से आए हुए पानी से जल भराव निकासी किस तरह से हो सकती है। प्रतिनिधि मंडल का नेतृत्व किसान सभा के जिला उपप्रधान व माकपा नेता कामरेड ओमप्रकाश ने किया।

किसानों ने किया प्रदर्शन जल भराव क्षेत्र पर रिवाड़ी खेड़ा के किसानों ने प्रदर्शन करके जिला प्रशासन व राज्य सरकार से मांग की कि उन्हें सड़क के दोनों ओर खेतों का जल भराव निकासी हेतु तीन बड़ी मोटरें तथा 280 बड़े 20 फुट वाले पाइप चाहिए, जो सिंचाई विभाग उनको दे नहीं रहा है। किसान सभा के जिला उपप्रधान



भिवानी। रिवाड़ी खेड़ा के जमा पानी देखते किसान सभा के सदस्य।

कामरेड ओमप्रकाश ने कहा कि सैय के पास गाढ़ व बोरू वाली ढाणी को बचाने हेतु खेतों में पानी छोड़ दिया तथा 2 हजार एकड़ में पानी भरा हुआ है। यहां चांग, सैय, रिवाड़ीखेड़ा, केलंगा व खरक की जमीन लगी हुई है। प्रतिनिधि मंडल में किसान सभा से अभिषेक शर्मा, जगदीश नंबरदार, यादराम जांगड़ा, वैद्य यशपाल, संदीप जांगड़ा, शिव कुमार जांगड़ा, पोनी पंडित, सन्नी चांग शामिल रहे।

वंदे भारत ट्रेन लोहारू-महेन्द्रगढ़ क्षेत्र के लिए बड़ी सौगात: किरण चौधरी

हरिभूमि न्यूज भिवानी



प्रधानमंत्री रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव का आभार जताया

राज्य सभा सांसद किरण चौधरी ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी 25 सितंबर को ऑनलाइन माध्यम से राजस्थान के बांसवाड़ा से वंदे भारत एक्सप्रेस रेल का शुभारंभ करेंगे। यह अत्याधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित उच्च गति की रेल बीकानेर से दिल्ली कैंट के बीच संचालित होगी। प्रधानमंत्री श्री मोदी और केंद्रीय रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव ने इस ट्रेन के लोहारू और महेन्द्रगढ़ में ठहराव के लिए मंजूरी प्रदान कर दी है, जिसके लिए वे उनके बहुत-बहुत आभारी हैं। वंदे भारत ट्रेन लोहारू और महेन्द्रगढ़ क्षेत्र के लिए बड़ी

सौगात है। चौधरी ने कहा है कि वंदे भारत ट्रेन के लोहारू और महेन्द्रगढ़ में ठहराव के लिए प्रधानमंत्री मोदी और केंद्रीय रेल मंत्री वैष्णव को पत्र लिखकर आग्रह किया गया था, जो कि उन्होंने स्वीकार कर लिया है। यह इस क्षेत्र की वर्षों पुरानी मांग थी। उन्होंने कहा कि इस ट्रेन के ठहराव से लोहारू क्षेत्र एवं महेन्द्रगढ़ जिलों के हजारों यात्रियों को प्रत्यक्ष लाभ मिलेगा।

समय और पैसे दोनों की बचत होगी

चौधरी ने कहा कि लोगों के समय और पैसे दोनों की बचत होगी। नागरिक अब आसानी से दिल्ली और बीकानेर का सफर कर सकेंगे। इस रेल के ठहराव से क्षेत्र की जनता को दिल्ली और राजस्थान तक आधुनिक, तेज एवं आरामदायक रेल सेवा उपलब्ध होगी। साथ ही विद्यार्थियों, व्यापारियों, उद्योगपतियों तथा कर्मचारियों के लिए यह सुविधा अत्यधिक लाभकारी सिद्ध होगी। इस ठहराव से न केवल आम यात्रियों की यात्रा सुगम होगी बल्कि व्यापार, शिक्षा, स्वास्थ्य और रोजगार के क्षेत्र में भी नए अवसरों का मार्ग प्रशस्त होगा।

नई जीएसटी दरों का गरीब एवं मध्यम वर्ग को सबसे ज्यादा लाभ: कृष्णलाल

दैनिक उपयोग की सभी वस्तुओं पर जीएसटी दरें की कम: पंवार

हरिभूमि न्यूज चरखी दादरी

हरियाणा के विकास एवं पंचायत मंत्री कृष्ण लाल पंवार ने बुधवार को शहर के विभिन्न व्यापारिक संस्थानों पर जाकर नई जीएसटी दरों को लेकर व्यापारियों से चर्चा की। उन्होंने ग्राहकों से भी बात की और नई जीएसटी दरों से कीमतों में आई कमी पर उन्हें बधाई दी। इससे पूर्व मंत्री पंवार ने पत्रकारों से बातचीत करते हुए कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में जीएसटी की दरों को घटाकर ऐतिहासिक फैसला लिया है, जिसका सबसे ज्यादा फायदा देश के गरीब एवं मध्यम वर्ग को होगा। इस बदलाव से रोजमर्रा की वस्तुओं की कीमतों में कमी हुई है, वहीं छोटे उपकरण व वाहनों की कीमत भी कम हुई है। इसके लिए लोगों ने प्रधानमंत्री मोदी का आभार



चरखी दादरी। एजेंसी में बाइक की चाबी भेंट करते मंत्री कृष्णलाल पंवार। फोटो: हरिभूमि

जताया है। उन्होंने शहर के बाजार में संजय इलेक्ट्रॉनिक, आयशर टैक्टर एजेंसी, महेन्द्र कार एजेंसी और हीरो एजेंसी का दौरा किया। मंत्री पंवार ने कहा कि केंद्र सरकार की ओर से नई जीएसटी दरों को लागू कर दिया है। इसके साथ ही लोगों को घटी हुई कीमतों का लाभ भी मिलना शुरू हो गया है। इस अवसर पर भाजपा जिला अध्यक्ष सुनील इंजीनियर आदि उपस्थित रहे।

लोहारू में रामलीला मंचन का शुभारंभ



यह रहे मौजूद: थाना प्रमारी जरनेल सिंह ने दिखन काटकर तथा पूजा अर्चना कर रामलीला मंचन की शुरुआत की। गणेश वंदना के साथ प्रथम दिन की रामलीला मंचन में गगवान इंद्र के सिंहासन धोलने का मंचन किया गया। कार्यक्रम में बंईओ विजय प्रभा, व्यापार मंडल प्रधान धनपत सैनी, जितेंद्र भारद्वाज, पार्षद अजय शर्मा, पार्षद सुनील कुमार, पार्षद अशोक सैनी, पार्षद राजेश सैनी, कालेश मोहक, संजय खंडेलवाल, कैलाश बिंदल, राजीव वर्मा, सुरेंद्र शर्मा, भरत सैनी, अजित सैनी, सुभाष खेतान, मोलाराम, पवन शर्मा, गोपाल तालत आदि मौजूद थे।

53 वर्षों से हो रही रामलीला

लोहारू। रामराज्य देसा महाकाव्य है, जो भारतीय संस्कृति और संस्कारों को अपने और स्मरक संस्कारों से लोगों को जीवन के धर्मों से अवगत करवा रहा है। रामलीला मंचन के माध्यम से मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम का जीवन आदर्श प्रत्येक नागरिक में समर्पण, त्याग, चैतन्य और यत्नशीलता की भाव पैदा करता है, वे बात थाना प्रमारी जरनेल सिंह ने कही। वे आदर्श रामलीला मंचन में आदर्श रामलीला समिति के तत्वावधान में आयोजित रामलीला मंचन कार्यक्रम का बतौर मुख्यतिथि शुभारंभ कर रहे थे। नया वैद्यरत्न प्रदीप हासल और समिति प्रधान संतुराम सैनी भी मौजूद रहे। थाना प्रमारी जरनेल सिंह ने रामलीला मंचन के लिए समिति सदस्यों को बधाई दी। नया प्रधान प्रदीप तालत व प्रधान संतुराम सैनी ने कहा कि लोहारू में पिछले 53 वर्षों से रामलीला का मंचन किया जा रहा है।

मंडाणा में चला बुलडोजर

हरिभूमि न्यूज भिवानी



मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के आदेशानुसार जिला प्रशासन द्वारा समाधान शिविरों में आ रही नागरिकों की समस्याओं पर टोस कार्रवाई की जा रही है। इसी कड़ी में समाधान शिविर में गांव मंडाणा की एक गली में अतिक्रमण से संबंधित शिकायत पर डीसी साहिल गुप्ता ने पंचायत विभाग को तुरंत कार्रवाई करने के आदेश दिए, जिस पर बुधवार को पंचायत विभाग द्वारा अतिक्रमण को हटाया गया। इस दौरान मौके पर पुलिस बल तैनात रहा। हालांकि इस दौरान कोई अप्रिय घटना नहीं घटी, लेकिन ऐहतियात के तौर पर पुलिस बल की मौजूदगी रही। अतिक्रमण हटाने के बाद ही प्रशासन ने राहत की सांस ली। उल्लेखनीय है कि हाल ही में समाधान शिविर में गांव मंडाणा में एक गली में अतिक्रमण किए जाने की समस्या डीसी साहिल गुप्ता के सामने आई।

डीसी ने दिए थे निर्देश

इस पर डीसी ने पंचायत विभाग के अधिकारियों को तुरंत प्रभाव से गली से अतिक्रमण हटाने के निर्देश दिए। डीसी के आदेशानुसार पंचायत विभाग ने बुधवार को पुलिस बल की मदद से गली से अतिक्रमण को हटाया। बीडीपीओ सोमबीर कादवान ने बताया कि जिला प्रशासन के पास गली में अतिक्रमण किए जाने संबंधित शिकायत पहुंची थी, जिस पर डीसी के आदेशानुसार कार्रवाई की गई है। तीन जगहों से अतिक्रमण को हटाया। डीसी ने कहा कि आम रास्तों और गली व सार्वजनिक स्थानों, पंचायत व शमलात भूमि पर अवैध कब्जा करना गलत व गैर कानूनी है।


डॉक्टर सनेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

व्रत में जरूर करें फलाहार नहीं महसूस होगी कमजोरी

मेरी उम्र 32 वर्ष है। व्रत के दौरान केवल दूध और पानी लेने पर कमजोरी महसूस होती है। कृपया बताएं कि अपने फलाहार में कौन-कौन सी चीजें शामिल करें, ताकि ऐसी समस्या न हो ?

-विजय, रोहतक

व्रत के दौरान केवल दूध या पानी लेना पर्याप्त नहीं होगा। आपको फल लेने चाहिए, जिसमें केले जरूर खाने चाहिए। इसके साथ ही इसकी स्मूदी बनाकर खा सकते हैं, जिसमें कई और फल शामिल कर सकते हैं। साथ ही इसमें ड्राई फ्रूट्स



भी डाल सकते हैं। यह आपको दिन में तीन से चार बार लेना चाहिए। केवल आलू भी खाएं, इससे कोई न्यूट्रिशन नहीं मिलेगा। मेरी उम्र 54 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मेरी गर्दन के पिछले हिस्से में दर्द बना रहता है। कभी-कभी खड़े होने पर आंखों के आगे अंधेरा छा जाता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है ?

-साकेत, रायपुर

आपके लक्षण सुनकर ऐसा लगता है कि आपको सर्वांगिकल की दिक्कत हो सकती है, क्योंकि गर्दन दर्द के साथ चक्कर आना जैसी समस्याएं सर्वांगिकल में होती हैं। बेहतर होगा कि एक बार आप ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क करें। वो एक्सरे कराकर पता लगाएंगे और उसका प्रॉपर ट्रीटमेंट शुरू होगा। इस बात का ध्यान रखें कि दवा से ज्यादा जरूरी नियमित एक्सरसाइज है, जो आपको फिजियोथैरेपिस्ट बताएंगे।

मेरी उम्र 44 वर्ष है। पिछले दो हफ्तों से मुझे लगातार खांसी आ रही है। छाती

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

डिजीज
रजनी अरोड़ा

एड्डी का दर्द बहुत ही आम समस्या है, जो किसी भी उम्र के व्यक्ति को प्रभावित कर सकती है। लेकिन यह खासकर मध्यम आयु वर्ग और एथलीटों में ज्यादा देखी जाती है। डॉक्टर कई बार एड्डी के दर्द का कारण हड्डी बढ़ना बताते हैं, जिसे मेडिकल भाषा में हील स्पूर या कैल्केनाइल स्पूर कहते हैं।

समस्या का कारण: इस समस्या के कई कारण हो सकते हैं।

प्लॉटर फेसीसाइटिस: एड्डी में दर्द का सबसे आम कारण होता है- फेसीसाइटिस। प्लॉटर फेसिया एक मोटा ऊतक (टिश्यू) का बैंड होता है, जो एड्डी की हड्डी से लेकर पैर की अंगुलियों तक फैला होता है। यह पैर के आर्च (चाप) को सहारा देता है और चलने में मदद करता है। जब इस ऊतक पर लगातार दबाव या खिंचाव पड़ता है, तो इसमें सूजन आ जाती है, जिससे तेज दर्द होता है। यह दर्द अकसर सुबह बिस्तर से उठते ही पहला कदम रखने पर सबसे ज्यादा महसूस होता है।

हड्डी बढ़ना (हील स्पूर): जब प्लॉटर फेसिया पर लंबे समय तक तनाव और खिंचाव रहता है, तो शरीर उस जगह को ठीक करने की कोशिश करता है। इस प्रक्रिया में, एड्डी की हड्डी के नीचे कैल्शियम जमा होने लगता है। समय के साथ यह कैल्शियम जमाव एक नुकीली हड्डी जैसी संरचना में बदल जाता है, जिसे हील स्पूर कहते हैं। कई बार यह हील स्पूर दर्द का सीधा कारण नहीं होता, बल्कि यह प्लॉटर फेसीसाइटिस के कारण होने वाली सूजन और ऊतक क्षति का एक परिणाम होता है। इसीलिए डॉक्टर इसे हड्डी बढ़ना कहते हैं, क्योंकि एक्स-रे में यह

इन बातों का रखें ध्यान

आराम और सही जूते: जब भी संभव हो, एड्डी को आराम दें। सही फिटिंग वाले, कुशन वाले और आर्च सपोर्ट वाले जूते पहनें। ऊंची हील वाले जूते और चप्पल पहनने से बचें।

वेट कंट्रोल: अगर आप ओवरवेट हैं, तो वजन कम करने का प्रयास करें। यह एड्डी पर पड़ने वाले दबाव को कम करेगा।

पैरों की स्ट्रेचिंग: नियमित रूप से पैर और एड्डी की स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज करें। दीवार के सहारे पैर को स्ट्रेच करना या एड्डी को ऊपर-नीचे करना फायदेमंद हो सकता है।

नियमित व्यायाम: हल्के व्यायाम करें जैसे स्विमिंग या साइकलिंग, जो एड्डी पर ज्यादा दबाव नहीं डालते, ये बहुत फायदेमंद होते हैं।


डॉक्टर एडवाइस
डॉ. प्रदीप पोखरना
सीनियर कार्डियक वेस्कुलर सर्जन
कोकिलाबेन धीरुनाई अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

वर्ल्ड हार्ट फेडरेशन के अनुसार हृदय से संबंधित अधिकतर बीमारियां गलत जीवनशैली से संबंधित हैं। हाई ब्लड प्रेशर, हार्ट

अटैक और अन्य हृदय रोगों का एक प्रमुख कारण गलत जीवनशैली ही है।

हार्ट डिजीज के कारण: दिल की बीमारियों का एक कारण आनुवंशिक भी होता है या फिर कुछ ऐसे रोग भी होते हैं, जिन्हें मेडिकल भाषा में कंजनाइटल हार्ट डिजीज या जन्मजात हृदय रोग से संबंधित बीमारियां कहा जाता है। जैसे बच्चों के दिल का विकारग्रस्त होना या उनके दिल में छेद होना अथवा उनका रूमेटिक हार्ट फीवर से ग्रस्त होना आदि। बावजूद इसके, हृदय से संबंधित ज्यादातर बीमारियां गलत जीवनशैली का नतीजा होती हैं।

कोरोनरी हार्ट डिजीज (सीएडी): हार्ट अटैक का एक सबसे प्रमुख कारण मानी जाने वाली बीमारी कोरोनरी हार्ट डिजीज (सीएडी) या हृदय धमनी रोग है। अस्वास्थ्यकर जीवनशैली से संबंधित इस बीमारी के कारण दुनिया भर में हार्ट अटैक से सबसे ज्यादा मौतें होती हैं। सीएडी ऐसी मेडिकल स्थिति है, जिसमें अस्वास्थ्यकर जीवन शैली के कारण हृदय की धमनियों की आंतरिक दीवार पर प्लाक संचित हो जाती है। प्लाक को आप एक विशेष प्रकार की वसा या फैट कह सकते हैं। नतीजतन, हृदय को रक्त की आपूर्ति पर्याप्त मात्रा में नहीं हो पाती और इस स्थिति में हार्ट अटैक होने का अंदेशा बढ़ जाता है।

कार्डियोवेस्कुलर डिजीज: इसके अंतर्गत कोरोनरी आर्टरी डिजीज, हार्ट अटैक, हाई ब्लड प्रेशर और पेरिफेरल वेस्कुलर डिजीज (पैरों में शिराओं से संबंधित समस्या) आदि शामिल हैं।

युवा वर्ग और सीएडी: मध्य आयु (मिडिल एज) और बुजुर्गों के अलावा अब तो युवा वर्ग भी कोरोनरी आर्टरी डिजीज (हृदय धमनी रोग यानी सीएडी) का शिकार बन रहे हैं। इसका कारण यह कि युवक

रिप्रेजर प्रेशर से तनाव और डिप्रेसन की गिरफ्त में फंस जाते हैं। इसके अलावा तनावपूर्ण जीवनशैली, गलत खान-पान और नशे की लत भी युवाओं में सीएडी के मामलों बढ़ा रही है। आनुवंशिक कारण को छोड़कर सीएडी के ज्यादातर कारणों की रोकथाम की जा सकती है। हाई ब्लड प्रेशर पर नियंत्रण रखकर सीएडी की रोकथाम की जा सकती है।

डायबिटीज पर कंट्रोल: जो लोग डायबिटीज से ग्रस्त हैं, उन्हें अपनी ब्लड शुगर यानी रक्त शर्करा को नियंत्रित रखना चाहिए। इसके लिए अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

सीएडी का ट्रीटमेंट: सीएडी के इलाज के शुरूआती दौर में डॉक्टर मरीज को कोलेस्ट्रॉल कम करने वाली दवाएं देते हैं और इसके साथ ही रक्त को पतला करने वाली दवाएं यानी ब्लड थिनर्स दी जाती हैं।

कब करते हैं एंजियोप्लास्टी: हृदय के बाएं भाग में दो कोरोनरी आर्टरीज और दाहिने भाग में एक कोरोनरी आर्टरी होती है। धमनियों में संचित प्लाक के कारण ही धमनियों की आंतरिक दीवार में अवरोध उत्पन्न हो जाता है और ब्लड क्लॉट्स बनने लगते

स्पेशल: वर्ल्ड हार्ट डे-29 सितंबर

हाल के वर्षों में ओल्ड एज ही नहीं मिड और यंग एज के लोगों में भी हार्ट प्रॉब्लम्स काफी देखी जा रही हैं। इसीलिए इस वर्ष हार्ट डे की थीम भी रखी गई है-डॉट मिस ए बीट। यानी हमें हार्ट हेल्थ को लेकर जरा भी लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। कोई भी लक्षण दिखने या समस्या होने पर तुरंत डॉक्टर से कंसल्ट करें। इस बारे में आपको दे रहे हैं बहुत यूजफुल सजेस्टंस।

डॉट मिस ए बीट हार्ट रहेगा हेल्दी



हैं, जिसके परिणामस्वरूप कोई एक धमनी या शेष अन्य धमनियां अवरुद्ध या ब्लॉक हो सकती हैं। धमनियों के अवरोध को दूर करने के लिए एंजियोप्लास्टी की जाती है।

कब जरूरी होता है स्टेंट: कभी-कभी बैलून एंजियोप्लास्टी के बाद हृदय की धमनियों में प्लाक से हुआ अवरोध दूर तो हो जाता है, लेकिन कालांतर में कोरोनरी आर्टरी में अवरोध फिर से उत्पन्न हो सकता है, जिसे लंबे समय तक दूर रखने के लिए स्टेंट लगाया जाता है। स्टेंट धातु से निर्मित सूक्ष्म ट्यूब होता है और यह धातु की जाली जैसा दिखता है। इस स्टेंट को इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट धमनियों के अंदर डालते हैं। स्टेंट

का मुख्य कार्य धमनियों के अवरोध को दूर करना है। स्टेंट लगने के बाद सावधानी बरतें: स्टेंट लगने के बाद व्यक्ति को डॉक्टर के परामर्श से रक्त पतला करने वाली दवाएं या ब्लड थिनर्स लेना चाहिए। दवा लेने में कोई लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। किसी भी समस्या के उत्पन्न होने पर मरीज को अपने डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

कब करते हैं बाईपास सर्जरी: अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन के अनुसार संभावित बाईपास सर्जरी किए जाने के संदर्भ में कार्डियोवेस्कुलर सर्जन का परामर्श महत्वपूर्ण है। अगर तीनों कोरोनरी आर्टरी में लगभग 70% से ज्यादा ब्लॉकज नहीं है तो एंजियोप्लास्टी की जाती है और यदि 70 प्रतिशत से ज्यादा अवरोध या ब्लॉकज हैं, तब बाईपास सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है, लेकिन बाईपास सर्जरी का निर्णय मरीज की शारीरिक स्थिति, उसकी उम्र और पारिवारिक स्थिति के मद्देनजर किया जाता है।

वाल्व की समस्याएं-समाधान: हार्ट में मौजूद चार



वाल्वों में भी कभी-कभी विकार उत्पन्न हो जाते हैं। जैसे कि ये संकरे (नैरो) हो जाते हैं या फिर इनमें लीकेज होने लगता है। इस स्थिति में मरीज को सांस फूलने लगती है और उनके दिल की धड़कन अनियमित हो जाती है। ऐसे में वाल्वोप्लास्टी तकनीक से वाल्व से संबंधित संकरेपन का इलाज संभव है। जरूरत पड़ने पर विकारग्रस्त हो चुके वाल्व का सर्जरी के जरिए कृत्रिम वाल्व प्रत्यारोपण भी किया जा सकता है।

हार्ट प्रॉब्लम्स से बचाव के उपाय: अब जानते हैं, उन उपायों को जिन पर अमल कर हार्ट को हेल्दी रखा जा सकता है।

जरूरी है नियमित व्यायाम: यदि आप प्रतिदिन 30 मिनट तक व्यायाम करते हैं, तो इससे जहां वजन को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी वहीं कॉलेस्ट्रॉल की समस्या से बचाव संभव है। प्रत्येक व्यक्ति की उम्र और शारीरिक क्षमता अलग-अलग होती है। कौन-सा व्यायाम कितनी देर करना है, इन सब बातों के संदर्भ में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लें।

जंक फूड्स से दूरी: जंक फूड्स में वसा अधिक मात्रा में पाई जाती है। इनमें नमक भी प्रचुर मात्रा में होता है। इससे कालांतर में कोरोनरी आर्टरी डिजीज और हाई ब्लड प्रेशर की समस्या बढ़ती है। इसलिए जहां तक संभव हो ऐसे फूड्स से परहेज करें या फिर इन्हें कभी-कभार ही खाएं।

कम से कम नमक का सेवन: नमक (सोडियम) हाइपरटेंशन की समस्या को बढ़ाता है। इसलिए अधिक नमक के सेवन से बचना चाहिए।

तनाव को करें नियंत्रित: इंडियन हार्ट फेडरेशन और वर्ल्ड हार्ट फेडरेशन के अनुसार ज्यादातर समय तनावग्रस्त रहना हाइपरटेंशन को बुलावा देता है। इसलिए तनाव का प्रबंधन करने के लिए सकारात्मक रहें अपनी दिनचर्या में मेंडिटेशन शामिल करें।

धूम्रपान और शराब से दूरी: धूम्रपान छोड़ने से हाई ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में मदद मिलती है। इसी तरह अल्कोहल से परहेज करना हाइपरटेंशन और हार्ट हेल्थ के लिए फायदेमंद है।

मोटोपैर पर नियंत्रण: मोटापा दिल की सेहत का दुश्मन है, जो कालांतर में उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर) और हृदय धमनी रोग (कोरोनरी आर्टरी डिजीज संक्षेप में सीएडी) के खतरों को बढ़ा सकता है। खासतौर पर पेट पर संचित अतिरिक्त वसा हाइपरटेंशन और सीएडी के खतरों को बढ़ाती है।

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

हार्ट अटैक-कार्डियक अरेस्ट-हार्ट फेल्योर में अंतर

जब एकबार दिल के किसी भाग में रक्त का संचार (ब्लड सर्कुलेशन) रुक जाता है तो इस स्थिति को सख्त मेडिकल भाषा में हार्ट अटैक कहते हैं। इस मर्ज का इलाज शारीरिक स्थिति के अनुसार मेडिकेशन, एंजियोप्लास्टी और बाईपास सर्जरी है। हार्ट अटैक के कुछ लक्षणों के महसूस होने पर संबंधित व्यक्ति और उसके परिजनों को शीघ्र ही डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए। ये लक्षण हैं- धुंधलाहट महसूस करना। सीने में दर्द होना। यह दर्द बांहों, कंधे से लेकर कभी-कभी जबड़े में भी हो सकता है। सीने में जकड़न या दबाव महसूस करना। सांस लेने में दिक्कत। जी मिचलाना, पतौना आना और चक्कर आना।

जब दिल अचानक पूरी तरह से अपना काम करना बंद कर देता है तो उस स्थिति को कार्डियक अरेस्ट कहते हैं। इस कंडीशन में दिल की धड़कन बंद हो जाती है और मरीज के बेहोशी में जाने की आशंकाएं कहीं ज्यादा बढ़ जाती हैं। इस गंभीर मर्ज का इलाज विशेषज्ञ डॉक्टरों की निगरानी में इलेक्ट्रिक शॉक दिया जाता है। कार्डियक अरेस्ट के मरीज को 'सीपीआर' देना भी लाभदायक है। जब किन्हीं कारणों से हृदय कतोरज हो जाता है और यह सुचारु रूप से अपने क्रियाकलापों को संचालित रूप से अंजाम नहीं दे पाता तो इस स्थिति को हार्ट फेल्योर कहा जाता है। जिन लोगों को अतीव एंजियोप्लास्टी या बाईपास सर्जरी हो चुकी है, उन्हें अपनी सेहत का विशेष ध्यान रखना चाहिए और उन्हें जोखिम भरे कारकों जैसे हाई ब्लड प्रेशर और डायबिटीज वालों को अपनी ब्लड शुगर को नियंत्रित रखना चाहिए। अपने डॉक्टर के परामर्श से दवाएं और खान-पान ग्रहण करना चाहिए।



एड्डी दर्द की समस्या अलग-अलग वजह से हो सकती है। ऐसे में राहत के लिए अपने जीवनशैली में बदलावों के साथ आप कुछ घरेलू उपाय भी आजमा सकते हैं। इस बारे में विस्तार से जानिए।

एड्डी दर्द जब करे परेशान बदलें जीवनशैली-करें उपचार



बढ़ी हुई हड्डी के तौर पर साफ दिखाई देता है। इनके अलावा कुछ अन्य कारणों से एड्डी में दर्द हो सकता है।

गलत जूते पहनना: बिना कुशन वाले या बहुत सख्त जूते, खासकर ऊंची हील वाली सैंडल पहनना।

अधिक वजन: शरीर का ज्यादा वजन एड्डी पर अतिरिक्त दबाव डालता है।

अत्यधिक शारीरिक गतिविधि: बहुत ज्यादा दौड़ना, कूदना या कठोर सतह पर बहुत देर तक खड़े रहना।

फ्लैट फुट (पैर का सपाट होना) या हाई

आर्च (ऊंचा चाप): पैर की बनावट में असामान्यताओं के कारण भी एड्डी पर दबाव बढ़ सकता है।

अन्य रोग: गठिया अर्थराइटिस या नस की अन्य समस्या के कारण।

आयुर्वेदिक-घरेलू उपाय: आयुर्वेद में एड्डी के दर्द को वातकटक कहा जाता है, जिसका अर्थ है वात दोष के कारण कांटों जैसी पीड़ा होना। आयुर्वेद के अनुसार, वात दोष की वृद्धि से शरीर में बहुत रूखापन और

कठोरता आती है, जिससे हड्डियां और जोड़ों में दर्द होता है। इसके उपचार के कुछ उपाय बताए गए हैं।

गर्म तेल की मालिश: वात को शांत करने के लिए तिल का तेल, महानारायण तेल या सहचरादि तेल को हल्का गुनगुना करके एड्डी और तलवे की धीरे-धीरे मालिश करें। यह मांसपेशियों को आराम देता है और रक्त संचार बढ़ाता है।

लहसुन और सरसों का तेल: लहसुन की कुछ कलियों को सरसों के तेल में गर्म करें, जब तक वे काली न हो जाएं। इस तेल को ठंडा करके दर्द वाली जगह पर लगाएं और मालिश करें। लहसुन में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं।

संधा नमक का सेंक: एक टब में हल्का गर्म पानी लें और उसमें दो-तीन चम्मच पिप्सा संधा नमक डालें। इस पानी में अपने पैरों को 15-20 मिनट तक डुबोकर रखें। यह मांसपेशियों के तनाव को कम करता है और सूजन में आराम देता है।

हल्दी-अदरक का पेस्ट: हल्दी और अदरक में शक्तिशाली एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं। दोनों को पीसकर थोड़ा गर्म करें और दर्द वाली जगह पर लगाएं। इसे कुछ देर तक लगा रहने दें, फिर धो लें।

एरंड का पेस्ट: एरंड या कैस्टर के पत्तों को पीसकर पेस्ट बनाएं और इसे एड्डी पर लगाएं। एरंड में भी सूजनरोधी गुण होते हैं।

हल्दी वाला दूध: रोज रात में सोने से पहले एक गिलास गर्म दूध में आधा चम्मच हल्दी

मिलाकर पीएं। हल्दी का करक्यूमिन दर्द और सूजन को कम करने में बहुत प्रभावी है।

त्रिफला चूर्ण: रात में सोने से पहले एक चम्मच त्रिफला चूर्ण गुनगुने पानी के साथ

पी लें। यह पाचन को सुधाराता है और शरीर में वात को संतुलित करने में मदद करता है।

मेथी दाना: एक चम्मच मेथी दाना रात में पानी में भिगो दें और सुबह खाली पेट चबाकर खाएं। इससे भी लाभ मिलेगा। * **त्रिफला चूर्ण:** रात में सोने से पहले एक चम्मच त्रिफला चूर्ण गुनगुने पानी के साथ पी लें। यह पाचन को सुधाराता है और शरीर में वात को संतुलित करने में मदद करता है।

प्रिकॉशन
राजकुमार 'दिनकर'

खाद्य पदार्थों का शुद्ध और ताजा होना जितना जरूरी है, उतना ही जरूरी है खाद्य पदार्थों को रसोई में सही तरह से पकाना। अगर भोजन को सही तरह से न पकाया जाए, तो कई बार पका हुआ भोजन भी बीमारी की वजह बन सकता है। इसलिए सावधान रहें।

हाथ धोकर भोजन बनाएं: यह बात हम सभी जानते हैं, इसके बावजूद लोग इसके प्रति लापरवाही बरतते हैं। रसोई घर में कोई भी बर्तन उठाने से पहले या आलू छीलने के लिए चाकू भी उठाएं, तो भी अपने हाथ पहले धोएं। हाथ में थोड़ा साबुन लगाकर 10 से 20 सेकेंड तक हाथों को रगड़ें, इसके बाद बहते पानी में हाथ धोएं। फल, सब्जी, कच्चे अनाज या किसी भी तरह के खाद्य पदार्थ को छूने के बाद, खांसने, छींकने या रसोई घर में ही कचरे को छूने के बाद हाथों को जरूर धोएं।

अगर आप बीमार हैं: यदि आप उल्टी या दस्त, सर्दी, जुकाम, फ्लू, खांसी या किसी संक्रामक बीमारी से ग्रस्त हैं तो उन दिनों रसोई घर में खाना बनाने से पूरी तरह परहेज रखें। इस स्थिति में खाना पकाने से संक्रमण दूसरों को फैल सकता है।

डिश क्लॉथ-टॉवल-वांश स्पंज: किचन में यूज होने वाले डिश क्लॉथ, टॉवल और वांश स्पंज खतरनाक बैक्टीरिया और रोगाणुओं का घर होते हैं। उन्हें दिन में कम से कम एक बार उबलते पानी में अच्छी तरह धोकर, धूप में सुखाकर इस्तेमाल करना चाहिए। प्रतिदिन रसोई में एक नैपकिन का इस्तेमाल करें। अगले दिन के लिए नए धुले और साफ सुथरे नैपकिन को लें।

फलों और सब्जियों को धोएं: सभी फलों और

कई तरह के संक्रमण से आप बच सकते हैं, अगर खाना पकाते और खाते समय कुछ सावधानियां बरतें। वे कौन-सी सावधानियां हैं, आपको जरूर पता होनी चाहिए।

भोजन पकाते-खाते समय सावधानी बरतना है जरूरी



सब्जियों को पकाने या खाने के पहले अच्छी तरह बहते पानी के नीचे धोएं। सख्त छिलकों वाले सब्जियों और फलों पर स्क्रब ब्रश का इस्तेमाल करें। जिन छिलकों को खाना नहीं जाता, उन फलों या सब्जियों के छिलकों को भी अच्छी तरह धोएं। हालांकि धोने पर भी कभी-कभी कच्चे फल पूरी तरह रोगाणु मुक्त नहीं होते हैं।

बासी खाने से परहेज करें: जल्दी खराब होने वाला खाना भले ही कितना सुरक्षित रखा जाए, वह खराब हो जाता है। बासी खाने में

मौजूद सूक्ष्मजीवों की संख्या बढ़ने लगती है। कुछ खतरनाक किस्म के बैक्टीरिया रीफ्रिजरेटर में भी पनपने लगते हैं और अपनी संख्या कई गुना बढ़ा देते हैं। इसलिए अगर खाना बच जाए तो उसे जल्द से जल्द खत्म करें। बासी खाना दोपहर के भोजन के लिए इस्तेमाल करें। खाने से पहले खाना अच्छी तरह गर्म कर लें। बेहतर यही है कि सीमित मात्रा में खाना बनाएं और एक साथ बहुत सारा खाना न बनाएं। एक दिन से ज्यादा बासी खाना आपको बीमार कर सकता है, उसे ना खाएं। *

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर वज्र रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेक और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से। हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवेदनकता है-

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

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

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

खबर संक्षेप



डीसी ने मीटिंग के बीच उठकर सुनी समस्याएं

नारनौल। उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने अपने सहज और संवेदनशील स्वभाव का परिचय देते हुए आज फिर एक बार आम नागरिकों की समस्याओं को प्राथमिकता दी। वे एक महत्वपूर्ण बैठक के दौरान ही बीच से उठकर बाहर आए और वहीं पर एकत्रित नागरिकों की फरियाद सुनी। उपायुक्त ने बरामदे में ही लोगों की समस्याएं सुनी तथा मौके पर मौजूद संबंधित अधिकारियों को तुरंत उनके समाधान के निर्देश दिए। डीसी के इस त्वरित व सीधे कार्यवाही के तरीके की नागरिकों ने भरपूर सराहना की। इस पहल से प्रभावित नागरिकों ने कहा कि एक अधिकारी का आमजन के लिए हर समय उपलब्ध रहना बहुत बड़ा गुण है। डीसी कैप्टन मनोज कुमार का यह कदम दर्शाता है कि उनके लिए सरकारी कार्य के साथ साथ जनता की सेवा भी सर्वोपरि है।

नवनिर्वाचित सदस्यों को दिलाई शपथ

महेन्द्रगढ़। सैनी क्षेत्रिय सभा रजिस्टर्ड महेन्द्रगढ़ शपथ ग्रहण समारोह बुधवार को मौहल्ला सैनीपुरा स्थित सैनी सभा ग्राउंड में आयोजित हुआ। इस शपथ ग्रहण समारोह में नगर परिषद नारनौल की चेयरपर्सन कमलेशा सैनी मुख्यातिथि रही, जबकि अध्यक्षता समाज के मुकदम सुंदरलाल सैनी ने की। नगर पालिका महेन्द्रगढ़ के चेयरमैन रमेश सैनी विशिष्ट अतिथि के रूप में मौजूद रहे। अतिथियों ने कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलित कर किया। इस दौरान सैनी सभा के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों को सभा पर नियुक्त प्रशासक सह चुनाव अधिकारी डॉ. योगेश कुमार यादव, सह चुनाव अधिकारी एडवोकेट दिनेश कुमार ने प्रधान सुरेश सैनी, सचिव होशियार सिंह सैनी, कोषाध्यक्ष दुष्प्रत कुमार तथा सह-सचिव रामनिवास सैनी, कार्यकारिणी सदस्य मास्टर हिनेश सैनी, लक्ष्मीनारायण सैनी, राधेश्याम सैनी, संजय सैनी, कृष्ण कुमार सैनी और विनोद सैनी को पद व गोपनीयता की शपथ दिलाई।

खोड़, सिहोर व हसनपुर गांव सम्मानित

नारनौल। सेवा पर्व एवं स्वच्छता ही सेवा अभियान के तहत जिले में स्वच्छता के क्षेत्र में बेहतरीन काम करने वाली तीन ग्राम पंचायतों को बुधवार को जिला स्तरीय सम्मान समारोह में सम्मानित किया गया। उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने लघु सचिवालय में आयोजित इस कार्यक्रम में इन पंचायतों को प्रशस्ति पत्र देकर उनके प्रयासों की सराहना की। इस सम्मान समारोह में अटेली, कनीना व निजामपुर खंड की ग्राम पंचायतों को उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान से नवाजा गया। इस अवसर पर उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने इन पंचायतों की सराहना करते हुए कहा कि ये सभी पंचायतें अन्य गांवों के लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। इस अभियान का लक्ष्य हर गांव, हर घर और हर संस्थान को स्वच्छ बनाना है। इस अभियान के तहत 17 सितंबर से दो अक्टूबर तक अलग अलग चरणों में स्वच्छता अभियान चलाया जा रहा है।

गुजराती सिनेमा में खास पहचान रखते हैं नारनौल के पास अटेली कस्बे में जन्मे मनीष सैनी

समाज के हाशिए पर खड़े तबके की कहानी बयां करती है शॉर्ट फिल्म 'गिद्ध'

हरिभूमि न्यूज नारनौल

जिले के अटेली कस्बा में जन्मे मनीष सैनी को उनकी शॉर्ट फिल्म 'गिद्ध' के लिए 71वें राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार से नवाजा गया है। मंगलवार दिल्ली के विज्ञान भवन में आयोजित इस भव्य समारोह में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने उन्हें यह सम्मान प्रदान किया। समारोह में देशभर के नामचीन फिल्मकार मौजूद रहे और हरियाणा के इस युवा निर्देशक की उपलब्धि पर गर्व व्यक्त किया। भारतीय सिनेमा में

शॉर्ट फिल्म 'गिद्ध' को मिला राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार निर्देश मनीष सैनी को राष्ट्रपति ने किया सम्मानित



नारनौल। निर्देशक मनीष सैनी को राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार से सम्मानित करती राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू। फोटो: हरिभूमि

सामाजिक सरोकारों और नई सोच को लेकर अपनी अलग पहचान बनाने वाले निर्देशक मनीष सैनी को एक बार फिर राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान मिला है। शॉर्ट फिल्म 'गिद्ध' समाज के हाशिए पर खड़े तबके की कहानी बयां करती है। इसमें मानवीय संघर्ष, सामाजिक विडंबनाओं और जीवन की कठोर परिस्थितियों को गहरी संवेदनाओं के साथ प्रस्तुत किया गया है। आलोचकों के अनुसार यह फिल्म केवल एक कथा नहीं बल्कि समाज के आईने में झांकने का अनुभव कराती है। यही वजह है कि

फिल्मों में सामाजिक मुद्दों से जोड़कर देते हैं नई दिशा

महेन्द्रगढ़। जिला से तालुक रखने वाले मनीष सैनी ने गुजराती सिनेमा में अपनी एक अलग पहचान बनाई है। फिल्म समीक्षकों का मानना है कि सैनी भारतीय सिनेमा को केवल मनोरंजन तक सीमित नहीं रखते, बल्कि उसे सामाजिक मुद्दों से जोड़कर नई दिशा देते हैं। उनकी फिल्मों में मानवीय मूल्यों, बच्चों की मासूम निगाहों से दुनिया को देखने का नजरिया और समाज के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोण झलकता है।

2017 व 2023 में भी मिल चुका पुरस्कार

मनीष सैनी को इससे पहले भी कई पुरस्कार मिल चुके हैं। साल 2017 में गुजराती फिल्म 'दह' को 65वां राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार में सर्वश्रेष्ठ फीचर फिल्म का अवार्ड मिला था। इसके बाद साल 2023 में उनकी बाल फिल्म 'गांधी एंड कंपनी' को 69वें राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार कार्यक्रम में सर्वश्रेष्ठ बाल फिल्म का अवार्ड मिला। अब 71वें राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार में शॉर्ट फिल्म 'गिद्ध' को बेस्ट शॉर्ट फिल्म का अवार्ड मिला है। तीसरी बार राष्ट्रीय स्तर पर अवार्ड मिलने पर युवा निर्देशक मनीष सैनी के परिवार ही नहीं पूरे जिला में खुशी की लहर है। उनके पिता सुगन चंद सैनी भाजपा पार्टी में वरिष्ठ नेता हैं। माता शकुंतला देवी गृहणी हैं और वह अपने बेटे को इस शिक्षक पर पाकर बहुत खुश हैं।

इसे बेस्ट शॉर्ट फिल्म का राष्ट्रीय सम्मान दिया गया।



महेन्द्रगढ़। शैक्षिक भ्रमण करते विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

पारले-जी फैक्ट्री नीमराणा में शैक्षणिक भ्रमण

महेन्द्रगढ़। गणेशी लाल महिला महाविद्यालय कनीना के कॉमर्स(वाणिज्य) विभाग के छात्रों ने पारले-जी कंपनी नीमराणा का शैक्षणिक दौरा किया। इस दौरे का उद्देश्य छात्रों को उद्योग के व्यावहारिक पक्ष से अवगत कराना था। छात्रों ने फैक्ट्री के विभिन्न सेक्शन(विभाग) जैसे निर्माण प्रक्रिया, पैकेजिंग, स्टोरेज और गुणवत्ता नियंत्रण आदि को नजदीक से देखा और सीखा कि किस प्रकार एक बड़ी कंपनी अपने उत्पाद का उत्पादन और वितरण करती है। फैक्ट्री में मौजूद अधिकारियों ने छात्रों को पूरी प्रक्रिया की जानकारी दी और उनके सवाल का उत्तर भी दिया। इस भ्रमण में कॉमर्स वाणिज्य विभाग के शिक्षक छात्रों के साथ उपस्थित थे और उन्होंने पूरे कार्यक्रम का मार्गदर्शन किया। यह अनुभव छात्रों के लिए ज्ञानवर्धक और प्रेरणादायक रहा।



नारनौल। कार्यक्रम की तैयारी करती छात्राएं। फोटो: हरिभूमि

हरियाणा पब्लिक स्कूल में डांडिया उत्सव 27 को

हरिभूमि न्यूज नारनौल

कार्यक्रम में भाग लेने के लिए ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन एचपीएस वेबसाइट पर करने की व्यवस्था

नांगल चौधरी रोड स्थित हरियाणा पब्लिक स्कूल के प्रांगण में 25 सितंबर शनिवार की शाम को डांडिया उत्सव का आयोजन किया जाएगा। कार्यक्रम में विद्यालय के विद्यार्थी, उनके अभिभावक, विशिष्टजन व आमजन की भागीदारी रहेगी। विद्यालय के डीन मनोज भारद्वाज व प्राचार्य सुनील यादव ने बताया कि कार्यक्रम में भाग लेने के लिए ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन एचपीएस वेबसाइट पर करने की व्यवस्था की गई है। इसके साथ-साथ विद्यार्थी व आमजन ऑन स्पॉट रजिस्ट्रेशन भी करवा सकते हैं। इस कार्यक्रम के दौरान आमजन व विद्यार्थी गुजरात का पारंपरिक डांडिया नृत्य, लाइव म्यूजिक, डीजे नाइट, फूड स्टॉल्स, झूले, श्रृंगार व आभूषणों की स्टाल व अन्य स्टालों का लुप्त उड़ाएंगे। उत्सव स्थल को पारंपरिक और आधुनिक सजावट से सुसज्जित किया जाएगा, जिसमें रंग-बिरंगे लाइट्स, फूलों व अन्य सजावटी वस्तुओं का इस्तेमाल होगा। प्रतिभागियों के लिए सर्वश्रेष्ठ ड्रेस, सर्वश्रेष्ठ नृत्य, गरबा किंग, गरबा क्वीन, लकी ड्रॉ भी रखे जाएंगे, जिससे सभी को मंच पर अपनी प्रतिभा दिखाने का मौका मिलेगा। विजेता प्रतिभागियों को आकर्षक गिफ्ट हैपर भी दिए जाएंगे। विद्यालय एमडी डॉ. हितेश वर्मा, निधि वर्मा व निर्देशक पुष्करमल वर्मा ने बताया कि इस आयोजन का उद्देश्य बच्चों में सांस्कृतिक जागरूकता बढ़ाना, पारिवारिक सदस्यों में मेल-जोल बढ़ाना व परंपरा को आधुनिकता के साथ जोड़ना है। यह डांडिया उत्सव बच्चों, अभिभावकों व आमजन के लिए एक यादगार सांस्कृतिक कार्यक्रम के रूप में मनाया जाएगा।

बीडीपीओ ने दुकानदारों को दी अंतिम चेतावनी दुकानों पर आश्रित व्यक्तियों के सामने खड़ा हुआ रोजी-रोजी का संकट



कनीना। दुकानें खाली करने के मौखिक आदेश देते बीडीपीओ नवदीप कुमार व आधे अंधरे रंग पेंट के साथ नवनिर्मित लघु सचिवालय। फोटो: हरिभूमि

रास्ता न मिलने से लटक रहा लोकार्पण कार्य बिजली सप्लाई बंद करने के लिए एसडीओ को मौके पर बुलाया हरिभूमि न्यूज कनीना

कनीना में लगभग तैयार किए जा चुके लघु सचिवालय भवन अब उद्घाटन की राह देख रहा है। पहले भवन का कार्य पूरा न होने के चलते कार्य लटका रहा, लेकिन अब उचित रास्ता न मिलने के कारण उसका उद्घाटन कार्य लटका हुआ है। हालांकि कनीना महेन्द्रगढ़ सड़क मार्ग के साथ साथ पंचायत समिति की जमीन पर बनी 39 दुकानों को हटाने के लिए बीडीपीओ की ओर से दुकानदारों को दो नोटिस जारी किए जा चुके हैं। जिनमें पहला नोटिस 10 दिन व दूसरा एक माह का दिया गया था। जिसकी समय अवधि 18 सितंबर को पूरी हो चुकी है। नोटिस के मुताबिक दुकानदारों की ओर से लंबित किराया अदा कर दुकानें खाली की जानी थी, लेकिन अभी तक ये कार्य नहीं जा सका है।

व्या कहते हैं बीडीपीओ इस बारे में बीडीपीओ नवदीप कुमार ने कहा कि रास्ता का रोड़ा बनी 39 दुकानों में बिजली सप्लाई बंद करने के लिए बिजली विभाग के एसडीओ को मौके पर बुलाया गया है। बुधवार सायं तक दुकानें खाली न करने की सूत्र में वीरवार को पुलिस बल के साथ जेसीबी से दुकानें तोड़ने का कार्य किया जाएगा।

व्या कहते हैं एसडीएन इस बारे में लोकनिर्माण विभाग के एक्सईएन अश्विनी कुमार ने बताया कि नवनिर्मित लघु सचिवालय भवन में फायर सेफ्टी उपकरण लगाने के लिए टेंडर लगाया गया है। जिसे जल्द ही अलाट कर दिया जाएगा। भवन बनकर लगभग तैयार है, जिसमें फर्नीचर का काम करवाने के आदेश मिलेगा, तो करवा दिया जाएगा।

प्रतियोगिता में डीएवी का बेहतर प्रदर्शन यदुवंशी स्कूल में एनएसएस का 57वां स्थापना दिवस मनाया

खो-खो प्रतियोगिता में अंडर-19 बॉयज प्रथम



नारनौल। प्रतियोगिता के विजेता प्रतिभागी। फोटो: हरिभूमि

एमएलएस डीएवी स्कूल के विद्यार्थियों ने 21 व 22 को प्रदेश के विभिन्न डीएवी स्कूल में आयोजित राज्यस्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में सराहनीय प्रदर्शन करते हुए अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। स्कूल की टीम ने डीएवी कुरुक्षेत्र में आयोजित खो-खो प्रतियोगिता में अंडर-19 बॉयज प्रथम, अंडर-19 गर्ल्स द्वितीय, अंडर-17 गर्ल्स प्रथम, अंडर-17 बॉयज तृतीय व अंडर-14 बॉयज टीम द्वितीय स्थान पर रही। बच्चों के शानदार प्रदर्शन को देखते हुए अंडर-19 बॉयज से नौ, अंडर-19 गर्ल्स से चार, अंडर-17 गर्ल्स से नौ, अंडर-17 बॉयज से एक व

हरिभूमि न्यूज महेन्द्रगढ़

यदुवंशी स्कूल में एनएसएस (राष्ट्रीय सेवा योजना) का 57वां स्थापना दिवस मनाया गया। इस दौरान विद्यालय के एनएसएस के विद्यार्थियों ने विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। विद्यार्थियों ने पोस्टर मेकिंग और स्वच्छता अभियान जैसे कार्यक्रम के माध्यम से समाजसेवा और राष्ट्रप्रेम का संदेश दिया। कार्यक्रम में विद्यालय वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह यादव ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत कर व पौधारोपण द्वारा कार्यक्रम की शुरुआत की। एनएसएस हैड अनूप यादव के मार्गदर्शन में विद्यार्थियों द्वारा विद्यालय में पौधे लगाए व

हरिभूमि न्यूज महेन्द्रगढ़



महेन्द्रगढ़। विद्यालय में पौधारोपण करते एनएसएस के विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

स्वच्छता अभियान चलाया गया। विद्यार्थियों को समाज में फेली बुराईयों और स्वच्छता के महत्व के प्रति जागरूक किया गया। पूरे आयोजन में विद्यार्थियों की ऊर्जा और समर्पण देखने योग्य रहा। प्राचार्य ने विद्यार्थियों से कहा कि एनएसएस का उद्देश्य विद्यार्थियों में सेवा, अनुशासन और नेतृत्व की भावना को विकसित करना है। जब युवा समाज सेवा के कार्यों में सक्रिय रहते हैं, तो वे न केवल स्वयं का विकास करते हैं, बल्कि राष्ट्र की प्रगति में भी योगदान देते हैं। ग्रुप चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना युवाओं को समाज से जोड़ने का सशक्त माध्यम है।

जवान के 21 वर्षीय बेटे लव ने अपने पिता को मुखगनि दी सैदपुर के जवान मनोज का सैन्य सम्मान के साथ अंतिम संस्कार, गांव में छाया मातम

हरिभूमि न्यूज मंडी अटेली

गांव सैदपुर के रहने वाले सीआरपीएफ जवान मनोज कुमार के निधन की खबर ने पूरे गांव और आसपास के क्षेत्र को गमगीन कर दिया। बुधवार को उनका पार्थिव शरीर जब पैतृक गांव पहुंचा तो परिवार ही नहीं, पूरा गांव शोक में डूब गया। मातम का आलम ऐसा था कि हर किसी की आंखें नम थीं। जैसे ही सेना के जवानों द्वारा मनोज का शव गांव में लाया गया, भारत माता



मंडी अटेली। जवान मनोज। सीआरपीएफ जवान मनोज को सैन्य सम्मान के साथ अंतिम विदाई देते हुए। फोटो: हरिभूमि

की जय तथा मनोज अमर रहे के नारों से गांव की गलियां गुंज उठीं। जवान मनोज का अंतिम संस्कार पूरे सैन्य सम्मान के साथ किया गया। उनकी अंतिम यात्रा में गांव ही नहीं, आसपास के क्षेत्रों से भी बड़ी संख्या में लोग शामिल हुए। अंतिम संस्कार के समय सैकड़ों की

वर्ष 2002 में मर्ती होकर 23 वर्षों तक की सेवा

46 वर्षीय मनोज कुमार वर्ष 2002 में सीआरपीएफ में मर्ती हुए थे। उनकी मर्ती छावला कैंप, दिल्ली से हुई थी। लंबे समय तक विभिन्न राज्यों में सेवाएं देने के बाद फिलहाल वह उड़ीसा में सिपाही के पद पर तैनात थे। पिछले कुछ समय से वह बीमार चल रहे थे। हलाज के दौरान ही उन्होंने अंतिम सांस ली। मनोज ने करीब 23 वर्षों तक देश की सेवा की और अपने जीवन को मानव्युक्ति की सुरक्षा के लिए समर्पित रखा। मृतक जवान का परिवार छोटा है। उनका एक ही बेटा लव है। पिता की अंतिम यात्रा के समय बेटे ने संकल्प लिया कि वह भी सेना में मर्ती होकर देश की सेवा करेगा।

भौड़ मौजूद रही। पूरे गांव ने अपने वीर सपूत को नम आंखों से विदाई दी। जवान के 21 वर्षीय बेटे लव ने अपने पिता को मुखगनि दी। इस क्षण का दृश्य देख हर किसी की आंखों से आंसू छलक पड़े। मनोज के निधन से गांव सैदपुर में गहरा सनाटा छा गया।

विजय इंटरनेशनल स्कूल के बच्चों ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जीत की हासिल

हरिभूमि न्यूज महेन्द्रगढ़

विजय इंटरनेशनल स्कूल के बच्चों ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कराटे खेल प्रतियोगिता में अपना परचम लहराया है। प्रतियोगिता में वशिका पुत्री कुलदीप निवासी खातोदडा तथा अयान पुत्र मुकेश कुमार निवासी ढाढोत ने कराटे खेल में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जीत हासिल की। विद्यालय चेयरमैन विजय यादव दूमना ने बताया कि 25 व 26 अगस्त को राष्ट्रीय स्तर का आयोजन गोवा में हुआ, जिसमें विजय इंटरनेशनल स्कूल के दो विद्यार्थियों ने जीत हासिल करते हुए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपना स्थान बनाया। इसके



महेन्द्रगढ़। विजेता बच्चों को सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

बाद 15 सितंबर को थाईलैंड में आयोजित हुए अंतरराष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में वशिका पुत्री कुलदीप ने बांग्लादेश, जापान तथा चाइना के खिलाड़ियों को पछाड़ते हुए देश का नाम रोशन किया और स्वर्ण पदक अपने नाम किया। दोनों बच्चों के विद्यालय पहुंचने पर विद्यालय सचिव महेंद्र सिंह, चेयरमैन विजय यादव दूमना, प्रिंसिपल नरथु सिंह समेत अध्यापक व ग्रामीणों द्वारा फूल माला पहनाकर स्वागत किया।

मां चंद्रघंटा की आराधना साधकों को देती हैं शक्ति एवं निर्भयता: श्रीमहंत

छोटी काशी के जहरगिरी आश्रम में नौ दिन तक अखंड देवी शक्ति महायज्ञ

सवा लाख देवी स्तुति श्लोक पाठ व अखंड ज्योति पूजन से गूंजा आश्रम परिसर



भिवानी। मां चंद्रघंटा की पूजा अर्चना करते श्रीमहंत डॉ. अशोक गिरी।

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

नवरात्रों के तीसरे दिन छोटी काशी भिवानी धार्मिक रंग में रंगी हुई है। शहर के छोटे-बड़े मंदिरों में सुबह से ही भक्तों की भीड़ माता के दरबार में उमड़ रही है। माता रानी के जयकारों, भजन-कीर्तन और वैदिक मंत्रोच्चार से वातावरण पूर्णतः भक्तिमय बना हुआ है। इसी क्रम में हालुवास गेट स्थित श्रीसिद्धपीठ बाबा जहरगिरी आश्रम में नवरात्रों का विशेष आयोजन हुआ है। आश्रम परिसर में श्रीमहंत डॉक्टर अशोक गिरी महाराज के सानिध्य में नौ दिन का अखंड महायज्ञ, अखंड ज्योति पूजन और नवदुर्गा की पूजा-अर्चना की जा रही है।

■ शहर के सभी प्रमुख मंदिरों में सुबह से ही उमड़ रही भक्तों की भीड़

श्रीमहंत अशोक गिरी ने बताया कि नवरात्रों पर सवा लाख देवी शक्ति श्लोकों का उच्चारण किया जा रहा है, जिससे मां दुर्गा को प्रसन्न किया जा सके। यह धार्मिक अनुष्ठान रामनवमी तक निरंतर चलता रहेगा। डॉ. अशोक ने कहा कि नवरात्र केवल धार्मिक अनुष्ठान ही नहीं, बल्कि आत्मिक शांति और सामाजिक सद्भाव का संदेश भी देते हैं। देवी आराधना से समाज में सकारात्मक ऊर्जा और आपसी एकजुटता का वातावरण बनता है।

महायज्ञ में प्रतिदिन नां दुर्गा की स्तुति

उन्होंने बताया कि अखंड महायज्ञ में प्रतिदिन नवदुर्गा की स्तुति विशेष रूप से की जाती है। तृतीय नवरात्र पर 'मां चंद्रघंटा' की विशेष पूजा संपन्न हुई। मंत्रोच्चारण के अलावा नवरात्रों के तृतीय दिन मां चंद्रघंटा की आराधना साधकों को शक्ति एवं निर्भयता प्रदान करती है। प्रातःकालीन मंगल बेला में महाराज ने भगवती महाकाली, महालक्ष्मी और महासरस्वती का ध्यान करते हुए पूजा-अर्चना किया। वैदिक ब्रह्मगणों द्वारा राजराजेश्वरी का पंचामृत एवं सौंदर्यपूर्ण से अभिषेक कर षोडशोपचार पूजन संपन्न किया। इस अवसर पर भक्तों ने ब्रह्म-भक्ति के साथ हवन कुंड में आहुति डाली और देवी की कृपा की कामना की। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में संत, पंडित और गणमान्य लोग शामिल हुए, जिनमें बाबा कैलाश गिरी, बाबा दशरथ गिरी, कामाख्या गिरी, पंडित कार्तिक शर्मा, पंडित दीपक पाठक, उदय शर्मा, नवीन पंडित, जयदेव कौशल, पंडित देवेन्द्र शर्मा, पंडित रामनिहा, आचार्य बसंत शर्मा, शिव, सौंदर्य हलवाई, कृष्ण हलवाई, लेखक सेन, दीपू सेन, सुनील बौधिया आदि श्रद्धालु उपस्थित रहे। नवरात्रों पर आश्रम में भक्तों का तांता लगा हुआ है। भजन-कीर्तन और यज्ञ की वेदियों से उठती सुगंध ने वातावरण को और भी पवन बना दिया है। श्रद्धालु मां दुर्गा की आराधना से आत्मिक शांति व जीवन में सुख-समृद्धि की कामना करते हैं।

खबर संक्षेप

फौगाट खाप ने किसानों की समस्याओं पर चर्चा

चरखी दादरी। सर्वजातीय खाप फौगाट की बैठक बुधवार को प्रधान सुरेश फौगाट की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में क्षेत्र के किसानों ने अपनी गंभीर समस्याएं रखते हुए बताया कि इस समय उन्हें खाद डीएपी की भारी कमी का सामना करना पड़ रहा है। किसानों ने बताया कि वे सुबह 3 बजे से लंबी-लंबी कतारों में खड़े रहते हैं।

रामदयाल के निधन पर पूर्व मंत्री ने जताया शोक

बहल। प्रदेश के पूर्व वित्त मंत्री जेपी दलाल ने बुधवार को ढाणी भाकरा गांव में पहुंच कर सीएम विंडो एमिनेंट परिसर विक्रम जांगड़ा के दादा व जिला पार्षद मंजू रानी के दादा ससुर रामदयाल जां गड़ा के निधन पर शोक जताया। रामदयाल जांगड़ा का 20 सितंबर को निधन हो गया था। पूर्व मंत्री ने कहा कि रामदयाल जांगड़ा मिलनसार, मुदुभापी एवं धार्मिक विचारधारा के व्यक्ति थे जो हमेशा लोगों की भलाई की सोच रखते थे।

पीएम श्री कन्या विद्यालय में स्थापना दिवस मनाया

बवानीखेड़ा। बवानी खेड़ा के वीर शहीद श्री गुलाब सिंह पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना स्थापना दिवस उत्साहपूर्वक रूप से मनाया गया। जिसका उद्देश्य युवाओं में सामाजिक दायित्व, अनुशासन और सेवाभाव का विकास करना है। कार्यक्रम की शुरुवात मां सरस्वती वंदना से की गई। कार्यक्रम में जिला एनएसएस कोऑर्डिनेटर आनंद कुमार शर्मा ने शिरत की।

केरू में अंतर-सदनीय सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता तोशाग

राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय केरू में प्राचार्य मदन कुमार की अध्यक्षता में एक अंतर-सदनीय सामान्य-ज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रवक्ता राधेश-श्याम, संदीप कुमार का विशेष सहयोग रहा। छात्र-छात्राओं को चार सदनों क्रमशः हिमालय सदन, अरावली सदन, नीलगिरि सदन, विंध्याचल सदन में विभाजित किया गया है। सभी सदनों के बच्चों ने बड़-चढ़कर हिस्सा लिया।

मॉडल संस्कृति स्कूल में मनाया एनएसएस दिवस

भिवानी। एनएसएस के 57वें स्थापना दिवस पर वीर शहीद ईश्वर सिंह राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के एनएसएस के स्वयंसेवकों के लिए एक दिवसीय विशेष शिविर का आयोजन किया। कार्यक्रम अधिकारी ज्योति रानी ने शुरुआत राष्ट्रीय सेवा योजना के उद्देश्य और कार्यक्रमाली पर आधारित व्याख्यान से की, जो कक्षा 11वीं के स्वयंसेवक आयुष वर्मा द्वारा तैयार की गई वीडियो के माध्यम से दर्शाया।

राजीव गांधी कॉलेज में समारोह का आयोजन

भिवानी। राजीव गांधी महिला कॉलेज में राष्ट्रीय सेवा योजना का स्थापना दिवस मनाया गया। पूरा माहौल देशभक्ति और समाजसेवा की भावना से सराबोर रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ स्वागत गीत से हुआ। मधुर प्रस्तुति ने उपस्थित जनसमूह का मनमाह लिया। इसके बाद एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. रेनुबाला ने स्वागत भाषण दिया और एनएसएस के महत्व पर प्रकाश डाला।

राज्य स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने दिखाई प्रतिभा

दौड़ में मेहमानों पर मेजबानी पड़ी भारी 58वीं प्रतियोगिता का सांसद ने किया शुभारंभ

बास्केटबॉल के अगले दौर में रेवाड़ी-पलवल

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

बुधवार को भीम स्टेडियम में आयोजित 58 वीं राज्य स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने जबरदस्त दमखम दिखाया। सौ मीटर दौड़ स्पर्धा में मेहमानों में मेजबानी भारी पड़ी। सौ मीटर की दौड़ स्पर्धा के अंडर 17 आयुवर्ग में विनय प्रताप पहले स्थान पर रहे। वहीं पोलवाल खेल में सत्यम भिवानी तथा भिवानी के ही मयंक दूसरे स्थान पर रहे।

सांसद धर्मवीर सिंह ने शुभारंभ किया। लंबी कूदा में फतेहाबाद के कोविंद यादव पहले तथा भिवानी के विश्वजीत दूसरे स्थान पर रहे। बास्केटबॉल अंडर 14 आयुवर्ग में महेंद्रगढ़ व रेवाड़ी के बीच मुकाबला हुआ। जिसमें रेवाड़ी की टीम ने महेंद्रगढ़ को 25-8 अंकों के स्कोर से हराकर अगले चरण में प्रवेश किया। इसी तरह पलवल व नूंह की टीम के बीच मुकाबल तय हुआ, लेकिन नूंह की टीम नहीं पहुंचने की वजह से अगले चरण में प्रवेश किया। इसी तरह कुरुक्षेत्र व फतेहाबाद के बीच मुकाबला हुआ, जिसमें कुरुक्षेत्र 23 तथा फतेहाबाद 10 अंक ले पाए। इसी तरह अंडर 17 आयुवर्ग में रेवाड़ी व कैथल के बीच मुकाबला हुआ, जिसमें रेवाड़ी ने कैथल को 31-20 अंकों के स्कोर से हरा कर अगले चरण में प्रवेश किया। रोहतक व गुफामा की टीम 58-51 अंकों के अंतर से हराकर अगले चरण में जगह बनाई। शारीरिक शिक्षक विनोद पीकू ने बताया कि जो टीमें अगले चरण में प्रवेश कर गई हैं। उनके मुकाबले कल होंगे।



भिवानी। बास्केट बाल मैच में एक दूसरे से बाल छीनेने का प्रयास करता एक खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस मौके पर जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. निर्मल दहिया, प्रतियोगिता के नोडल अधिकारी एवं उप जिला शिक्षा अधिकारी शिव कुमार, सभ्य अध्यक्ष अधिकारी सत्यवान कोच, श्री भगवान, डॉ. अनिल कुमार, लक्ष्मण गौड़, मोती लाल आदि मौजूद थे।



भिवानी। जागरूकता रैली निकालते शिक्षक व विद्यार्थी।

स्वयंसेवकों ने हाथों में पोस्टर लेकर गांव में दिया नशामुक्ति का संदेश

■ बामला स्कूल के विद्यार्थियों ने निकाली जागरूकता रैली

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

गांव बामला स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को एनएसएस दिवस बड़े उत्साह के साथ मनाया। कार्यक्रम की शुरुआत एनएसएस स्वयंसेवकों ने नशीली वस्तुओं के खिलाफ जागरूकता रैली से की। स्वयंसेवकों ने हाथों में नशामुक्ति का संदेश दिया। रैली कसे ग्रामीणों को नशे से होने वाले दुष्प्रभावों से अवगत करवाते हुए नशामुक्त समाज की अपील की।

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र बामला से आमंत्रित डॉ. संजय और डॉ. सतेन्द्र ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए उपयोगी व्याख्यान एवं

नशा नाश की जड़

डॉ. संजय ने कहा कि धूम्रपान न केवल फेफड़ों को नुकसान पहुंचाता है, बल्कि हृदय रोग, कैंसर और अन्य गंभीर बीमारियों का प्रमुख कारण भी है। वहीं डॉ. सतेन्द्र ने एड्स जागरूकता विषय पर विद्यार्थियों को जानकारी दी और सुरक्षित जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया। प्राचार्य सतेन्द्र कुमारी ने कहा कि एनएसएस का मूल उद्देश्य समाज में सेवाभाव, अनुशासन और जागरूकता की भावना विकसित करना है। एनएसएस प्रभारी नरेंद्र कुमार शेरगोन ने कहा कि युवाशक्ति अगर नशे के खिलाफ खड़ी हो तो समाज से इस बुराई को जड़ से समाप्त किया जा सकता है।

पोषण दिए। मोटे अनाज ना केवल पीएनएस से भरपूर करते हैं बल्कि जीवनशैली संबंधी बीमारियों से बचाव में भी सहायक हैं।

जीएसटी छूट से विकास को लगेगा पंख: मड्डू

■ पीएम ने लोगों को दीवाली से पहले नवरात्रों में दी सौगात

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

वरिष्ठ भाजपा नेता परमजीत सिंह मड्डू ने कहा कि पीएम नरेंद्र मोदी ने नवरात्रों में जीएसटी पर छूट देकर हर वर्ग को दिवाली से पहले सौगात दी है। पीएम मोदी ने रोजमर्रा के उपयोगी कि अनेक वस्तुओं पर जीएसटी खतम करने तथा कुछ वस्तुओं पर 28 की बजाए पांच व 18 प्रतिशत जीएसटी करके एक मिसाल कायम की है। अब गरीब व मध्यम वर्ग के उपयोग की वस्तुएं



भिवानी। आयोजित बैठक में जीएसटी कम होने पर लोगों को जागरूक करते परमजीत सिंह मड्डू। फोटो : हरिभूमि

सस्ती हो जाएंगी। जिससे आमजन को राहत मिली है। आमजन को महंगाई से राहत तो मिलेगी साथ में देश की अर्थव्यवस्था को भी पंख

मालवास में लगाया रक्तदान शिविर

तोशाग। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन के उपलक्ष्य में चलाए जा रहे सेवा पखवाड़ा के अंतर्गत बापीडा मंडल के गांव मालवास में मंडल अध्यक्ष जगत कौशिक के नेतृत्व में गुरुवार को रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इस दौरान रक्तदान शिविर का शुभारंभ बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे भाजपा के भिवानी जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने किया। मंडल अध्यक्ष जगत कौशिक ने कहा कि रक्तदान से बड़ा कोई दान नहीं है।

मेवात में 60 बुचड़खानों की मंजूरी का विरोध, सौपा ज्ञापन

■ बुचड़खानों की मंजूरी देकर गो हत्या को बढ़ा रही सरकार

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

एक तरफ सरकार गाय बचाने की बात करती है, वहीं दूसरी तरफ बुचड़खानों को खोलने की अनुमति देकर गोहत्या को बढ़ावा दे रही है, ऐसा ही फैसला सरकार ने मेवात क्षेत्र में 60 बुचड़खानों को खोलने की अनुमति देकर दिया है। प्रदेश सरकार के मेवात क्षेत्र में 60 बुचड़खाने खोलने की मंजूरी

दूरदर्शिता का परिचय

पीएम मोदी ने जीएसटी में छूट देकर दूरदर्शिता का परिचय दिया। क्योंकि जीएसटी में छूट के बाद स्वदेशी उत्पादों को भी बढ़ावा मिलेगा। जीएसटी छूट में सीएम नाराय सैनी, केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल व सांसद किरण चौधरी का भी आभार जताया। इस मौके पर जयबीर तंवर, अधिवक्ता ज्योति, शैली जेलवार, मोहन बंजारा, सज्जन धानक, मातू बंजारा, सुभाष, बिजेन्द्र, नरेंद्र मौजूद रहे।

लग जाएंगे। गांव नौरंगाबाद, कायला, बडाला, तिगड़ाना में ग्रामीणों को जीएसटी में छूट के फायदे बताए।

किसानों की समस्याओं को लेकर कांग्रेस ने किया प्रदर्शन, सीएम के नाम ज्ञापन

चरखी दादरी। डीएपी की कमी और भारी बारिश से फसलों में हुए नुकसान की भरपाई की मांग को लेकर कांग्रेस पार्टी कार्यकर्ताओं ने जिला अध्यक्ष



लघु सचिवालय में प्रदर्शन करते कांग्रेसी।

■ जिला अध्यक्ष ने की अग्रुवाई

सुशील धानक की अग्रुवाई में स चि व ल य परिसर

प्रदर्शन कर नारेबाजी करते हुए मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नाम ज्ञापन सीटीएम को सौंपा। प्रदेश के किसान डीएपी और यूरिया की कमी से जूझ रहे हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी ने उन्हें पहले भी इस

बारे सचेत किया था। इस मौके पर पूर्व सीपीएम रणसिंह मान, पूर्व विधायक धर्मपाल सांगवान, कर्मल रघवीर सिंह, सुखविन्द मांढी, सुरेंद्र परमार, राजू मान, वर्षेण चयसेन, दलवीर गांधी, रणधीर घिकाड़ा, डॉ विजय सांगवान, बलवान सिंह एडवोकेट मौजूद रहे।

30 को एनओसी

इस मौके पर मोर्चा के प्रदेशाध्यक्ष जोरेंद्र लाल तथा ट्रस्ट के अध्यक्ष महेंद्र सिंह गोदरारा ने कहा कि प्रदेश सरकार ने मेवात क्षेत्र में 60 बुचड़खाने खोलने की मंजूरी दी है, जिनमें से 30 बुचड़खानों का हरियाणा राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा पहले ही एनओसी जारी की जा चुकी है। प्रदेश में बुचड़खाने की अनुमति तुरंत रद्द की जाए। इस मौके पर अधिवक्ता देवेन्द्र शेरगोन, अधिवक्ता नुकेश ढाणीगाह, रघुवीर भेरा, महेंद्रपाल यादव, सुब्बवीर खरेटा, राजसिंह धानवा मौजूद रहे।

प्रमात फेरी से दिया जलसंरक्षण का संदेश

भिवानी। गांव दुल्हेड़ी स्थित राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) का 57वां स्थापना दिवस बड़े ही उत्साह के साथ मनाया। प्राचार्य सतीश कुमार सांगवान की देखरेख और एनएसएस प्रभारी जयवीर सोलंकी की अध्यक्षता में हुआ। इस अवसर पर छात्रों ने समाजसेवा और जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से कई गतिविधियों में भाग लिया। कछात्रों ने गांव की गलियों में घूमकर लोगों को महत्वपूर्ण सामाजिक मुद्दों के प्रति जागरूक किया। प्रभात फेरी का मुख्य उद्देश्य जल संरक्षण, पर्यावरण सुरक्षा और नशा मुक्ति का संदेश देना था।

एनएसयूआई ने जिम्मेदार अधिकारियों के खिलाफ की कार्रवाई की मांग

परीक्षा परिणाम की गड़बड़ी व शुल्क वृद्धि के खिलाफ किया प्रदर्शन

सीबीएल्यू में पुनर्मूल्यांकन परीक्षाओं के परिणाम का मामला

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ भिवानी

चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय में एक ओर विशेष मौका और पुनर्मूल्यांकन परीक्षाओं के परिणामों में गंभीर अनियमितताएं सामने आई हैं, वहीं विवि प्रशासन ने मनमाने ढंग से परीक्षा शुल्क में भारी बढ़ोतरी कर दी है। इन मुद्दों को लेकर एनएसयूआई ने विवि प्रशासन के



भिवानी। सीबीएल्यू में प्रदर्शन करते एनएसयूआई के पदाधिकारी व सदस्य। फोटो : हरिभूमि

खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। एनएसयूआई के जिला अध्यक्ष

मनजीत लांगायन और छात्रा नेत्री सुमन के नेतृत्व में बुधवार को

प्रतिनिधिमंडल ने परीक्षा नियंत्रक को ज्ञापन सौंपा।

19 अंक देकर फेल करने के आरोप

एनएसयूआई के जिलाध्यक्ष मनजीत ने कहा कि छात्रों को पास होने के लिए 50 में से 20 अंक चाहिए थे, लेकिन उन्हें जान बूझकर 19 अंक देकर फेल कर दिया। इसके अलावा मई-2025 में हुई मुख्य और पुनर्मूल्यांकन परीक्षाओं के परिणाम अभी तक जारी नहीं किए गए हैं, जिससे छात्रों का भविष्य अंध में लटक चुका है। उन्होंने कहा कि विवि प्रशासन ने शैक्षणिक सत्र 2025-26 से परीक्षा शुल्क में भारी वृद्धि की है। वहीं यूजी कोर्स का शुल्क 500 से बढ़ाकर 550 प्रति सेमेस्टर हो गया है। पीजी कोर्स का शुल्क 600 से बढ़ाकर 650 प्रति सेमेस्टर कर दिया है। बीएड/एमएड स्पेशल का शुल्क 700 से बढ़ाकर 800 प्रति सेमेस्टर, डिप्लोमा कोर्स का शुल्क 1100 से बढ़ाकर 1200 हो गया है। वहीं यूजी पुनर्मूल्यांकन शुल्क 700 से बढ़ाकर 800 हो गया है व पीजी पुनर्मूल्यांकन शुल्क 750 से बढ़ाकर 900 हो गया है। उन्होंने अनियमितताओं के लिए जिम्मेदार अधिकारियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की भी मांग की है। इसके अलावा एनएसयूआई ने बड़ी हुई फीस को वापस लेने और गरीब छात्रों के लिए विशेष रियायतें देने की अपील की है।