हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, मंगलवार, 25 नवंबर, 2025

11 वैश्य महाविद्यालय ने ओवरऑल ट्रॉफी जीती

12 संयुक्त किसान मोर्चा ने चौ. छोटूराम की जयंती मनाई

खबर संक्षेप

खाकी बाबा मंदिर में सीताराम विवाह आज

भिवानी। श्री खाकी बाबा रामचरितमानस मंदिर में धार्मिक और आध्यात्मिक उल्लास के बीच श्री सीता राम विवाह उत्सव की तैयारियां जोरों पर है। ये ऐतिहासिक और पवित्र आयोजन 25 नवंबर को बड़े ही धूमधाम से महंत श्रीरामकृपा दास महाराज के पावन सान्निध्य में मनाया जाएगा। मंदिर के महंत रामकृपा दास महाराज ने बताया कि आयोजन की शुरुआत शाम को मंगलमय वातावरण में होगी और देर रात तक चलेगी। इस दौरान शाम 4 बजे मंगलाचार, शाम 5 बजे स्वागत बारात, शाम 5:30 बजे ढुकाव, शाम 6 बजे जयमाला, शाम 6:30 बजे फेरे व रात्रि 8 बजे प्रीतिभोज भंडारा आयोजित किया जाएगा।

निराश्रित बच्चों को 2100 रुपये मासिक सहायता

चरखी दादरी। जिले में 21 वर्ष तक की आयु का बच्चे जो अपने माता-पिता की सहायता अथवा देखभाल से उनकी मृत्यु होने के कारण, अपने पिता के घर से पिछले 2 वर्ष की अवधि से अनुपस्थित होने के कारण अथवा माता-पिता के लम्बी सजा, जोकि एक वर्ष से कम न हो या मानसिक व शारीरिक अक्षमता के कारण वंचित हो जाते हैं, वह बच्चे हरियाणा सरकार के सामाजिक न्याय एवं सहकारिता विभाग द्वारा दी जा रही वित्तिय सहायता के लाभ पात्र हैं। शर्त है कि माता-पिता या अभिभावक की सभी साधनों से वार्षिक आय दो लाख से अधिक नहीं है। विभाग द्वारा एक परिवार में दो बच्चों तक 2100 प्रतिमाह प्रति बच्चा पेंशन प्रदान की जा रही है। उपायुक्त डॉ. मुनीश नागपाल ने बताया कि योजना का लाभ लेने के इच्छुक व्यक्ति के पास बेसहारा होने का प्रमाण पत्र, बच्चों के स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी जन्म प्रमाण पत्र व 5 वर्ष अवधि का हरियाणा राज्य में निवासी होने का दस्तावेज आवश्यक है।

अप्रेंटिसशिप के लिए साक्षात्कार 28 को

भिवानी। चौ. बंसीलाल विश्वविद्यालय प्रेम नगर में विभिन्न विभागों में अप्रेंटिस के पदों पर भर्ती के लिए साक्षात्कार 28 नवंबर को राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान भिवानी में सुबह 9 बजे शुरू होगा। इच्छुक कोपा व प्लंबर ट्रेड के प्रार्थी आईटीआई में पहुंचे। आईटीआई से प्राप्त जानकारी के अनुसार राजकीय आईटीआई में 23 पदों पर कोपा व एक पद प्लंबर ट्रेड के लिए साक्षात्कार लिया जाएगा। विश्वविद्यालय प्रशासन ने बताया कि यह पहल छात्रों को व्यावहारिक अनुभव देने और तकनीकी कौशल विकसित करने के उद्देश्य से की जा रही है। यह साक्षात्कार 28 नवंबर को सुबह 09:00 बजे आईटीआई में आयोजित किया जाएगा। पात्र प्रार्थी निर्धारित तिथि व समय पर अपने सभी मूल दस्तावेज और पहचान पत्र लेकर उपस्थित हों।

पर्यावरण प्रहरी वेलफेयर सोसायटी के सदस्यों ने दी धरने की चेतावनी

सर्विस रोड को लेकर एक्सईएन व सोसायटी के लोगों में तनातनी

लोहारू रोड के सर्विस रोड पर मलबा पड़ा होने और धूल उठने से भी लोगों को आ रही दिक्कत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

निर्माणाधीन लोहारू रोड के साथ लगते सर्विस रोड का निर्माण न करवाए जाने तथा जगह-जगह गिरा मलबा न उठाने को लेकर पर्यावरण प्रहरी वेलफेयर सोसायटी के सदस्यों व रेलवे के कार्यकारी अभियंता के बीच तनातनी हुई। हालांकि बाद में कार्यकारी अभियंता ने सोसायटी के लोगों द्वारा रखी सभी समस्याओं का जल्द निराकरण करवाए जाने का आश्वासन दिया। सोसायटी के सदस्यों ने चेतावनी दी कि अगर जल्द सर्विस रोड का निर्माण तथा उस पर पड़ा मलबा नहीं उठवाया गया तो वे शहर के लोगों के साथ धरने पर बैठने को मजबूर होंगे। बाद में कार्यकारी अभियंता ने निर्माणाधीन सर्विस रोड पर रोजाना पानी का छिड़काव करवाए जाने का आश्वासन दिया। उसके बाद सोसायटी के सदस्य शांत हुए।

सोमवार को रेलवे के कार्यकारी अभियंता ओवरब्रीज के निर्माण की जांच कर रहे थे। इसी दौरान लोहारू रोड स्थित रेलवे ओवरब्रीज के निर्माण को लेकर गठित पर्यावरण प्रहरी वेलफेयर सोसायटी के सदस्यों ने मुलाकात की। इस दौरान सोसायटी के सदस्य सुभाष तंवर ने बताया कि रेलवे ओवरब्रीज के साथ बनने वाले सर्विस रोड का निर्माण न होने से लोगों को अच्छी खासी परेशानी झेलनी पड़ रही है। कई जगहों पर सर्विस रोड पर मलबा गिरा हुआ है। जिस वजह से वाहनों का आवागमन प्रभावित हो रहा है।

भिवानी। सर्विस रोड को लेकर कार्यकारी अभियंता से बातचीत करते सोसायटी के पदाधिकारी।

बिजली लाइन होनी है शिफ्ट

उन्होंने बताया कि सर्विस रोड पर वाहनों के आवागमन से धूल का गुबार उठता है। इस वजह से आसपास के इलाके के लोगों का जीना दूभर हो गया है। इस पर कार्यकारी अभियंता ने बताया कि बिजली की लाइन स्थानांतरित होने की प्रक्रिया जारी है। जैसे ही बिजली की लाइन स्थानातंरित हो जाएगी, उसके तत्काल बाद ही सर्विस रोड का निर्माण कार्य शुरू करवा दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि करीब दस दिन के भीतर यह कार्य शुरू करवा दिया जाएगा। साथ ही अधिकारी ने बताया कि जो निमार्णाधीन सर्विस रोड पर मलबा पड़ा है, उसको भी तत्काल उठवाया जाएगा ताकि वाहनों का आवागमन आसानी से हो सके।

पानी का करवाएंगे रोजाना छिड़काव

सोसायटी के सदस्यों ने बताया कि निर्माणाधीन सर्विस रोड पर वाहनों के आवागमन की वजह से धूल का गुबार उठता है, जिससे आसपास के इलाके के लोगों का जीना दूभर हो गया है। इस पर अधिकारी ने बताया कि वे मंगलवार से ही उक्त सर्विस रोड पर रोजाना पानी का छिड़काव करवाएंगे। जब तक सर्विस रोड बनकर नहीं तैयार हो जाता तब तक रोजाना पानी का छिड़काव होगा। उन्होंने बताया कि इस मामले में कोई ढिलाई नहीं होगी। दूसरी तरफ सोसायटी के सदस्यों ने बताया कि उक्त समस्या से उनका जीना दूभर हो गया है। अगर जल्द समस्या का समाधान नहीं हुआ तो वे शहर के लोगों के साथ मिलकर धरना देंगे। जिसके जिम्मेदारी रेलवे प्रशासन की होगी। इस मौके पर राजेंद्र छपरिया ,पूर्व पार्षद इंद्र सैनी, सुरेंद्र सिंह,ठाकुर रणधीर सिंह,नगर पार्षद संदीप यादव, नगर पार्षद सुभाष तंवर ,जोगीराम मेहरा, राजेंद्र सैनी, सुनील सैनी आदि मौजूद थे।

बिजली के तार ने ली पिकअप सवार की जान

बिजली का टूटा तार गर्दन में फंसने से महिला की मौत

बहल। बहल- लोहारू रोड पर सिरसी गांव के समीप सड़क पर गिरा बिजली का तार पिकअप गाड़ी में पीछे खड़ी महिला की गर्दन में फंस गया। महिला की गर्दन में तार फंसने से उसकी मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई। सूचना मिलने पर बहल पुलिस मौके पर पहुंची और मृतका के शव को पोस्टमार्टम के लिए लोहारू लेकर गई।

जानकारी के अनुसार, चैहड़ कलां निवासी महिला रेखा (32) अपने पुत्र के साथ बहल में घरेलू काम से आई थी। काम निपटाने के बाद दोनों मां व बेटे बहल से चैहड़ खुर्द जा रही एक पिकअप गाड़ी में सवार हो गए। जैसे ही गाड़ी सिरसी गांव के समीप पहुंची तो सड़क पर गिरा बिजली का तार महिला की गर्दन में जा फंसा। तार फंसने से महिला की गर्दन से खून बहने लगा और वह बेहोश हो गई। अस्पताल में उसे मृत घोषित कर दिया।

मजदूर थी महिला

सूचना मिलने पर चैहड़ पुलिस चौकी मौके पर पहुंची और घटना के बारे में जानकारी ली। महिला के दो पुत्र हैं व वह अपने पति के साथ मजदूरी कर अपने परिवार का भरण पोषण करती थी। वहीं, मामले में पुलिस ने अभी तक प्राथमिकी दर्ज नहीं की थी।

कार व बाइक की टक्कर में चालक घायल

तोशाम। सोमवार सुबह तोशाम-भिवानी मार्ग पर सागवान चौकी से पहले स्थित पेट्रोल पंप के सामने कार तथा मोटरसाइकिल की आमने-सामने की टक्कर हो गई जिसमें मोटरसाइकिल चालक गांव किरावड़ निवासी युवक सागर गंभीर रूप से घायल हो गया, जिसे आनन-फानन में तोशाम के नागरिक अस्पताल लाया गया।

युवक की गंभीर हालत को देखते हुए चिकित्सकों ने प्राथमिक उपचार के पश्चात उसे भिवानी रेफर कर दिया। उल्लेखनीय है कि सोमवार सुबह क्षेत्र के गांव भारीवास के के राजकीय वमा विद्यालय की कुछ छात्राएं स्टाफ सदस्य के साथ कार गाड़ी में सवार होकर भिवानी जिला स्तरीय कार्यक्रम में भाग लेने के लिए जा रही थी। वहीं गांव किरावड़ निवासी करीबन 27 वर्षीय युवक सागर अपनी ससुराल भिवानी से मोटरसाइकिल पर सवार हो तोशाम की तरफ आ रहा था। जब दोनों सुबह करीबन नौ बजे तोशाम-भिवानी मार्ग पर सागवान चौकी से पहले पेट्रोल पंप के नजदीक पहुंचे तो कार व बाइक की आमने-सामने की भिड़ंत हो गई।

हैवेल्स कंपनी के तार के 40 नकली बंडल जब्त

- पुलिस ने कंपनी की शिकायत पर दुकान पर छापा मारकर दुकानदार पर किया केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

नामी कंपनियों के नाम से नकली उत्पाद बनाकर मार्केट में बेचकर लोगों के जीवन व विश्वास के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है। रविवार को लोहारू पुलिस टीम ने हैवेल्स कंपनी के अधिकृत कर्मचारी के साथ लोहारू के मुख्य बाजार में एक दुकान पर छापा मारा और दुकान से कंपनी के नाम के नकली मार्का के साथ बिजली के तारों के करीब 40 बंडल बरामद किए। पुलिस ने कंपनी के कर्मचारी की शिकायत पर आरोपी दुकानदार के खिलाफ कॉपीराइट और बीएनएस एक्ट के तहत कार्रवाई करते हुए मुकदमा दर्ज कर लिया है।

लोहारू में कंपनी के नाम से नकली बिजली के तार बेचे जाने की शिकायतें मिल रही थीं। जिस पर कार्रवाई करते हुए कंपनी के कर्मचारी संदीप शर्मा के साथ लोहारू थाना प्रभारी जरनैल सिंह के निर्देशन में मुख्य बाजार स्थित बिजली उपकरण की एक दुकान पर छापा मारा। छापेमारी के दौरान टीम को दुकान से एक एमएम बिजली के तारों के करीब 40 बंडल बिना बिल के बरामद हुए।

नकली मार्का लगाना अपराध

थाना प्रभारी जरनैल सिंह के अनुसार नकली मार्का लगाकर किसी कंपनी के नाम से उत्पाद बेचना अपराध की श्रेणी में आता है। ऐसा करने वालों के साथ पुलिस सख्ती से निपटेगी। उन्होंने बताया कि कंपनी के कर्मचारी की शिकायत पर दुकानदार के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है तथा बिजली के तारों के सभी बंडल जब्त कर लिए हैं।

धर्मसेना आज मनाएगी सांसद धर्मबीर का जन्मदिन

तोशाम। स्थानीय पंजाबी धर्मशाला में मंगलवार को भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से भाजपा सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह का 71वां जन्मदिन धर्मसेना के पदाधिकारी तथा कार्यकर्ता धूमधाम से मनाएंगे। सांसद के निजी सचिव पंकज कौशिक एवं महेंद्र कैरू ने संयुक्त रूप से बताया कि हर वर्ष चौधरी धर्मबीर सिंह के जन्मदिन पर धर्म सेना द्वारा कार्यक्रम आयोजित किया जाता है। इस अवसर पर हवन-यज्ञ का आयोजन कर प्रसाद वितरण किया जाएगा।

द्रोणाचार्य अवॉर्डी कैप्टन हवा सिंह की तीसरी पीढ़ी की मुक्केबाज नूपुर बनी विश्व मुक्केबाजी कप चैंपियन

विश्व मुक्केबाजी कप की चैंपियन नूपुर श्योराण का किया स्वागत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

- कॉमनवेल्थ खेलों व एशियन खेलों में पदक जीतना लक्ष्य : नूपुर

विश्व मुक्केबाजी कप में स्वर्ण पदक जीतकर भिवानी लौटी कैप्टन हवासिंह बॉक्सिंग अकादमी की अंतरराष्ट्रीय महिला मुक्केबाज नूपुर श्योराण का भिवानी पहुंचने पर अकादमी के अध्यक्ष डॉ. एलबी गुप्ता व कोच संजय श्योराण ने कहा कि नुपुर ने विश्व मुक्केबाजी कप में स्वर्ण पदक जीतकर भिवानी का मान बढ़ाया हैं। सोमवार को नुपुर भिवानी पहुंची, जिसका खेलप्रेमियों ने जोरदार स्वागत किया।

डॉ. गुप्ता व कोच संजय ने बताया कि नुपुर का अगला लक्ष्य वर्ष 2026 में होने वाले कॉमनवेल्थ खेलों व एशियन खेलों में बेहतरीन प्रदर्शन करना है, जिसके लिए वह जीतोड़ मेहनत करेगी और तैयारी अभी से शुरू करेगी। ग्रेटर नोएडा में 20 नवंबर को गोल्ड जीतने पर भिवानी पहुंचने पर स्वागत किया। नूपुर श्योराण ने अपनी जीत का श्रेय अपनी माता मुकेश श्योराण व पिता भीम अवॉर्डी कोच संजय श्योराण को दिया।

भिवानी। विश्व मुक्केबाजी कप में स्वर्ण पदक जीतकर लौटी नूपुर श्योराण का अभिनंदन करते कैप्टन हवा सिंह बॉक्सिंग अकादमी के पदाधिकारी व खेलप्रेमी।

इस वर्ष तीन वर्ल्ड मेडल

अकादमी अध्यक्ष डॉ. एलबी गुप्ता ने बताया कि वर्ष 2025 में नुपुर ने तीन वर्ल्ड मेडल जीते हैं, जिसमें दो स्वर्ण व एक सिल्वर मेडल शामिल हैं, जो बहुत ही बेहतरीन उपलब्धि है। अकादमी के महासचिव प्रीतम दलाल ने बताया कि अभी तक नूपुर ने 80 किलोग्राम से अधिक भार वर्ग में खेला है। अब कॉमनवेल्थ खेलों व एशियन खेलों की तैयारी करेगी। नूपुर अपनी तीसरी पीढ़ी की बॉक्सर है और वर्ल्ड चैंपियन व रैंकिंग में नंबर वन है। नूपुर ने ये उपलब्धि हासिल कर अपने दादा कैप्टन हवासिंह व पिता भीम अवॉर्डी कोच संजय श्योराण का नाम रोशन किया है। इस अवसर पर देवेंद्र, शंकर, अजीत समेत अनेक खेलप्रेमियों व खिलाड़ियों ने नूपुर श्योराण को शुभकामनाएं दी।

लगातार बढ़ रहे प्रदूषण और ग्रैप की पाबंदियों के बावजूद बाज नहीं आ रहे कुछ किसान

पराली जलाने पर अलखपुरा के दो किसानों के खिलाफ मामला दर्ज

बवानीखेड़ा। गांव अलखपुरा में धान की पराली में आगजनी करने पर पुलिस ने कृषि विकास अधिकारी की शिकायत पर दो किसानों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर लिया। पुलिस में दी शिकायत में कृषि विकास अधिकारी बिशन सिंह ने बताया कि सरकार द्वारा किसानों को पराली में आगजनी के लिए सचेत किया हुआ है और उपायुक्त द्वारा आदेश दिए गए हैं, क्योंकि पराली जलाने से पर्यावरण दूषित होता है। वहीं अलखपुरा में दो किसानों में रमेश चन्द्र व होशियार सिंह द्वारा धान की पराली में आगजनी की गई। जिसको लेकर ग्राम स्तरीय टीम ने मौके का निरीक्षण कर रिपोर्ट तैयार करते हुए थाना में शिकायत दी, जिस पर पुलिस ने दो किसानों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर लिया।

बवानीखेड़ा। गांव अलखपुरा के खेतों में किसानों द्वारा पराली में लगाई आग।

खराब श्रेणी में एक्यूआई

पिछले कई दिनों से पराली जलाने व अन्य कारणों के चलते भिवानी का एक्यूआई 250 के आसपास चल रहा है। थोड़ा सा बढ़ने के बाद लोगों की आंखों में जलन व सांस लेने में दिक्कतें हो रही है। हालांकि प्रशासन ने खनन व पर्यावरण को प्रदूषित करने वाले कार्यों पर बंदिश लगाई हुई है। उसके बाद भी कुछ लोग चोरी छिपे धान की पराली आदि को आग के हवाले कर देते हैं, जिससे पर्यावरण का प्रदूषित होना लाजिमी है। फिलहाल भिवानी का एक्यूआई 228 के आसपास चल रहा है। अगर थोड़ा सा और पर्यावरण प्रदूषित हुआ तो लोगों का सांस लेना दूभर हो जाएगा। इसी वजह से प्रशासन ने फसलों के अवशेष जलाने पर पूरी तरह से पाबंदी लगाई हुई है।

आयोजन 69वीं राष्ट्र स्तरीय अंडर-19 स्कूली एथलेटिक्स प्रतियोगिता कल से

जेसीबी और ट्रैक्टरों का उपयोग करके स्टेडियम के गड्ढों को भरकर किया समतल

एथलेटिक्स महाकुंभ के लिए चमकाया जा रहा भीम स्टेडियम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शिक्षा विभाग और अन्य संबंधित विभागों के अधिकारियों द्वारा भीम स्टेडियम में 26 से 30 नवंबर तक होने वाली लड़के व लड़कियों की अंडर-19 आयु वर्ग की 69वीं राष्ट्रीय स्तरीय स्कूली खेल प्रतियोगिता (एथलेटिक्स) के सफल आयोजन को लेकर अलर्ट मोड पर काम किया जा रहा है। इस प्रतिष्ठित आयोजन में देश भर से करीब 1800 खिलाड़ी हिस्सा लेंगे, जो विभिन्न राज्यों की 38 टीमों का प्रतिनिधित्व करेंगे।

भिवानी जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. निर्मल दहिया और उप जिला शिक्षा अधिकारी शिवकुमार तंवर के सीधे निर्देश पर कोच सत्यवान डॉ. अनिल कुमार, श्रीभगवान की देखरेख में प्रतियोगिता का आयोजन सुनिश्चित किया जा रहा है। प्रतियोगिता का आयोजन स्कूल गेम्स फेडरेशन ऑफ इंडिया के नियमानुसार किया जाएगा। कोच सत्यवान व शारीरिक शिक्षक विनोद पिंकू ने कहा कि राष्ट्रीय प्रतियोगिता को ध्यान में रखते हुए भीम स्टेडियम में तैयारियां अपने चरम पर हैं। स्टेडियम को खिलाड़ियों के लिए पूरी तरह से तैयार करने के लिए युद्ध स्तर पर कार्य जारी है।

जेसीबी और ट्रैक्टरों का उपयोग करके स्टेडियम के गड्ढों को भरकर समतल किया गया है। ट्रैक और परिसर से घास-फूस और गंदगी को पूरी तरह से साफ कर दिया गया है ताकि खिलाड़ियों को अंतरराष्ट्रीय मानकों जैसा अनुभव मिल सके। राष्ट्रीय प्रतियोगिता के सफल आयोजन को सुशील पीटीआई, रविंद्र डीपीई तालु, सुनील पीटीआई कोहाड़, देवेंद्र अत्री, सर्वपल्ली राधाकृष्णन लैब स्कूल शिक्षा बोर्ड से अमित डीपीई ने पीटीआई व डीपीआई कार्य कर रहे हैं।

भिवानी। खेलों के आयोजन को लेकर स्टेडियम की सफाई करवाते हुए।

सांसद कल करेंगे अंडर-19 स्कूली नेशनल एथलेटिक्स प्रतियोगिता का शुभारंभ

- श्रुति चौधरी 30 नवंबर को खेल प्रतियोगिता के समापन पर होंगी मुख्य अतिथि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भीम स्टेडियम में स्कूल गेम फेडरेशन ऑफ इंडिया के तत्वावधान में हरियाणा स्कूल शिक्षा विभाग द्वारा 26 से 30 नवंबर तक राष्ट्रीय स्तर की अंडर-19 स्कूली एथलेटिक्स खेल प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी। सांसद धर्मबीर सिंह 26 नवंबर को सुबह 10 बजे खेल प्रतियोगिता का शुभारंभ करेंगे तथा महिला एवं बाल विकास मंत्री श्रुति चौधरी 30 नवंबर को प्रतियोगिता के समापन पर मुख्य अतिथि होंगी।

पूरी की व्यवस्था

जिला शिक्षा अधिकार निर्मल दहिया ने बताया कि डीसी साहिल गुप्ता के मार्गदर्शन में आयोजित होने वाले इस खेल प्रतियोगिता के शुभारंभ अवसर पर भिवानी के विधायक घनश्याम सर्राफ अध्यक्षता करेंगे। बवानीखेड़ा के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि विशिष्ठ अतिथि होंगे। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता में देशभर से हजारों खिलाड़ी भाग लेंगे, जिनमें लड़के और लड़कियां दोनों शामिल हैं। प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों की एंटी डोपिंग जांच की जाएगी। खिलाड़ियों के ठहरने के लिए समुचित व्यवस्था की गई है। खेल प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों को किसी प्रकार की दिक्कत नहीं होने दी जाएगी। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता के शुभारंभ व समापन अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति होगी।

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा अनाज मंडी में भिवानी मार्किट कमेटी के अध्यक्ष कृष्ण कुमार व सचिव देवेन्द्र ढुल ने पहुंचकर निरीक्षण किया।

अध्यक्ष और सचिव ने किया अनाज मंडी का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

- आढ़तियों व किसानों को दिया आश्वासन - कोई कमी है तो उसे दूर करवाया जाएगा

बवानी खेड़ा अनाज मंडी में भिवानी मार्किट कमेटी के अध्यक्ष कृष्ण कुमार, सचिव देवेन्द्र ढुल ने पहुंचकर अनाज मंडी का निरीक्षण किया और धान की खरीद-फरोख्त पर आढ़तियों व किसानों से बातचीत की। मंडी प्रधान सुखबीर भाकर ने भिवानी मार्किट कमेटी के अध्यक्ष कृष्ण कुमार व सचिव देवेन्द्र ढुल को बताया कि विभाग द्वारा समय पर धान की खरीद करके उसका उठान किया जा रहा है। सभी विभाग की कार्यप्रणाली से संतुष्ट हैं। वहीं भिवानी मार्किट कमेटी के अध्यक्ष कृष्ण कुमार, सचिव देवेन्द्र ढुल ने बताया कि यदि किसी प्रकार की भी समस्या आती है तो उसे उस समस्या का समाधान करवाने का काम करेंगे। इस अवसर पर किसान एवं आढ़ती मौजूद रहे।

हरिभूमि
रोहतक,मंगलवार
25 नवंबर 2025

सहेली

किसी पर भी ऐसी बड़ी विपदा आ सकती है कि वह टूट जाए, जीवन में एकदम अकेला हो जाए। अगर वह स्त्री है तो उसके जीवन का संकट और गहरा हो जाता है। ऐसी स्थिति में समझदारी के साथ धैर्य और साहस से काम लिया जाए तो हम बड़े से बड़े संकट से उबर सकते हैं। आशा की नई किरणों से जीवन में छाए अंधेरे को छांटकर, खूबसूरत जिंदगी जी सकते हैं।

अकेले हैं तो क्या गम है नजरिया बदलें और खुश रहें

कवर स्टोरी

प्रतिभा अग्निहोत्री

अपने इकलौते युवा बेटे को एक दुर्घटना में खोने से गीता बहुत दिनों तक अपसेट रहीं, लेकिन फिर उन्होंने अपने आपको संभाला। अब वह जिंदादिली से अपना जीवन जी रही हैं। छोटे-बड़े किसी भी समारोह में पहुंचकर वह अपने मधुर स्वभाव से वहां का वातावरण खुशनुमा बना देती हैं, उनसे मिलकर हर इंसान सकारात्मकता से भर उठता है। गीता बताती हैं, 'पति के देहांत के बाद बेटा ही एकमात्र सहारा था। एक पल को ऐसा लगा था, मानो अब सब कुछ खत्म हो गया। अपने दुखों के बारे में सो च ते - सो च ते कभी-कभी तो मुझे इतना तनाव हो जाता था कि रात में नींद नहीं आती थी। खाना नहीं बनाती थी और यदि किसी तरह बन गया तो खाने की इच्छा ही नहीं होती थी। इसी तरह दिन गुजर रहे थे, फिर एक दिन लगा कि इंसान का जन्म बहुत मुश्किल से मिलता है। और एक मैं हूं कि अपनी इस जिंदगी को यूं ही बर्बाद किए जा रही हूं। इस तरह तो एक दिन बीमार होकर बेड पर आ जाऊंगीं फिर क्या होगा? बस उस दिन से दुःख, अवसाद और तनाव को हटाकर मैं यथार्थ में आ गई। लगा कि अभी तो बहुत कुछ करना शेष है, और उसी दिन से मेरा जीवन को देखने का नजरिया ही बदल गया।

तनाव को ना हावी होने दें: वास्तव में अकेलापन कोई समस्या नहीं है बल्कि हमारे ही नकारात्मक विचारों से उत्सर्जित तरंगों द्वारा निर्मित एक अहसास, मनोभाव और विचार है। काउंसलर कीर्ति वर्मा कहती हैं, 'अवसाद की शुरुआत तनाव से होती है। जब यह तनाव निरंतर मन-मस्तिष्क पर हावी रहता है तो इंसान अकेलेपन का शिकार हो जाता है। यह स्थिति लंबे समय तक रहती है तो फिर इंसान अवसाद में आ जाता है। इसलिए जरूरी है कि हम खुद पर अकेलेपन को हावी नहीं होने दें।'

वेबएमडी के एक सर्वे के अनुसार अकेलेपन के कारण 26 प्रतिशत तक समय पूर्व मृत्यु की और 32 प्रतिशत स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए आवश्यक है कि जैसे ही यह खालीपन आपके मन-मस्तिष्क में जगह बनाने लगे तो सचेत होकर स्वयं को सकारात्मक दिशा में लगा दें ताकि समस्या और अधिक गंभीर न हो।

दोस्तों और परिवार से मिलें: मनोवैज्ञानिकों के अनुसार दोस्तों और परिवार के सदस्यों से मिलना-जुलना बेहद जरूरी है। जब हम अपने प्रियजनों और इष्टमित्रों से मिलते हैं तो डोपामाइन हार्मोन रिलीज होता है, जो हमारे विचारों में सकारात्मकता का समावेश करता है, इसलिए जब भी समय मिले, अपने परिवार और दोस्तों के साथ समय अवश्य बिताएं। अपनी सखियों के साथ घूमने जाएं, उन्हें भोजन पर बुलाएं, गेम खेलें परंतु केवल उन्हीं दोस्तों के साथ, जिनसे मिलकर आपको खुशी मिलती हो।

नजरिया हो सकारात्मक: जब भी अकेलेपन के तनाव के कारण अवसाद में जाने लगें तो जीवन को देखने का नजरिया बदलें। अपनी ही स्थिति पर हरदम दुःखी होते रहने की अपेक्षा अपने से कमतर लोगों को देखें, आप पाएंगी कि आपसे अधिक सुखी इस संसार में कोई दूसरा नहीं है। सुखी इंसान सौ प्रतिशत वही है, जो हाथ-पैर और दिलो-दिमाग से पूरी तरह फिट है। हमें यह समझना चाहिए कि सुख-दुख जीवन के दो पहलू हैं, जिसमें कभी एक पहलू कमजोर होता है तो कभी दूसरा।

नकारात्मक लोगों से बनाएं दूरी: नकारात्मकता जहां आपके सोचने-समझने की शक्ति को क्षीण करके मन-मस्तिष्क को तनावग्रस्त करती है, वहीं सकारात्मकता असीम ऊर्जा का संचार करके मनुष्य की रचनात्मक शक्ति में वृद्धि करती है। इसके लिए आवश्यक है कि आप नकारात्मक लोगों से दूर रहें, क्योंकि ये लोग निराशा से भरे होते हैं, अपने निराशा भरे विचार आपके पास छोड़ते हैं, जिससे आप भी प्रभावित होती हैं। गृहिणी अनीता कहती हैं, 'मैं नेगेटिव लोगों से दो फुट की दूरी बनाकर रखती हूं, क्योंकि ऐसे लोग जब भी मिलते हैं, मेरे अच्छे खासे दिमाग में अपना कचरा छोड़ जाते हैं, जिससे जीवन में रुकावटें आती हैं।'

छोटी-छोटी खुशियों को सेलिब्रेट करें: जीवन के प्रति सदैव सकारात्मकता से भरपूर रहने वाली अनुभा कहती हैं, 'मेरे लिए हर नया दिन एक उत्सव जैसा होता है। अपनी मीटिंग के सफल हो जाने पर मनचाही मूवी देख लेने पर, दी गई समय सीमा में कार्य पूर्ण हो जाने पर या सप्ताहांत का अवकाश, मुझे असीम खुशी देता है, क्योंकि मेरी नजर में खुश होना या खुशी मनाना एक अहसास है, जिसके लिए किसी बड़ी घटना, कार्य या बहुत पैसे का होना जरूरी नहीं है।'

खुशी देना सीखें: किसी सहेली की कोई रेसिपी या पेंटिंग, सिंगिंग की तारीफ या किसी के विवाह, जन्मदिन की वर्षगांठ पर मैसेज के स्थान पर फोन कॉल करके बधाई देना, आपको सकारात्मकता से भर देगा। किसी भूखे को खाना खिलाना, गार्ड या मेड को गरमा-गरम चाय पिलाने से उसके चेहरे पर आई खुशी आपको ऊर्जा से भर देगी।

जीवन को सरलतम तरीके से जिएं: कुछ लोग बेवजह का अहंकार पालकर अपने जीवन को दुरुह बना लेते हैं। इसकी अपेक्षा आप जीवन को जितने सरल तरीके से जिएंगी, जीवन आपको उतना ही खूबसूरत लगेगा। अपने एकाकी जीवन में अपनी सोच में बदलाव लाकर, उसे सकारात्मक बनाकर आप अपने बेशकीमती जीवन को खूबसूरत बना सकती हैं।

फिट रहना है जरूरी

हम सदियों से सुनते आए हैं, निरोगी काया इस जीवन का सबसे बड़ा सुख है। इसके लिए आवश्यक है कि आप प्रतिदिन कम से कम 40 मिनट स्वयं को दें। इस अवधि में आप इच्छानुसार वॉकिंग, जिमिंग, योगा अथवा व्यायाम करें।

आहार हो पौष्टिक

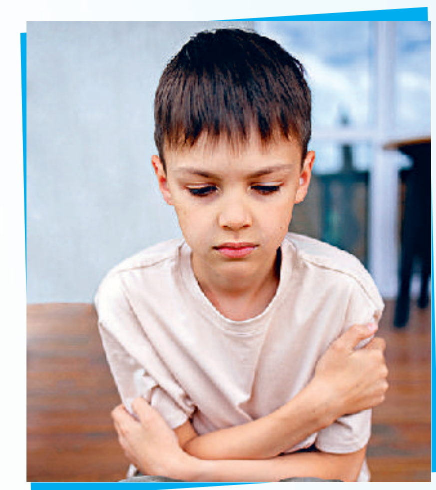
अकसर देखा जाता है कि अकेला इंसान अपने लिए भोजन बनाने में आलस्य करता है या एक टाइम बनाकर दो या तीन टाइम तक बासी खाना खाता है। ऐसा करने की अपेक्षा हरदम पौष्टिक और ताजा भोजन खाने का प्रयास करें।

बच्चों को ना रखें डरा-धमका कर

कुछ पैरेंट्स अपने बच्चों को बहुत डरा-धमकाकर रखते हैं। इससे वे डरे-सहमे रहते हैं। उनके व्यक्तित्व का विकास बाधित होता है। पैरेंट्स बच्चों की परवरिश में किन बातों का ध्यान रखें कि वे दब्बू ना बनकर निर्भीक-साहसी बनें और सफल हों।

परवरिश

रेखा शाह आरबी



अकसर यह देखा जाता है, जब कभी छोटे बच्चे ज्यादा तंग-परेशान करते हैं तो पैरेंट्स यह कहकर उन्हें डराते हैं, 'चुपचाप सो जाओ, नहीं तो भूत आकर ले जाएगा।' इस तरह अलग-अलग तरीकों से बच्चों को डराया जाता है। हमें यह समझना चाहिए, बच्चों का मन बहुत कोमल होता है, वे डर जाते हैं। उनके मन में हमेशा के लिए भय का बीजारोपण हो जाता है। पैरेंट्स को यह अनुमान ही नहीं होता कि बच्चे के भीतर बचपन में एक डर समा रहा है। पैरेंट्स अलग-अलग डर से बच्चों को डराते हैं। ऐसा करना गलत है, उनके व्यक्तित्व विकास में बाधक है।

जीवन भर रहता है प्रभाव: हम सब जीवन भर किसी न किसी डर का सामना करते रहते हैं। ऐसा कोई भी नहीं है, जो किसी बात से डरता ना हो। कभी-कभी हमारे जीवन में ऐसे अनेक अवसर आते हैं कि हम अपने जीवन में बहुत आगे बढ़ सकते हैं, लेकिन अपने डर के कारण हम उन मौकों को गंवा देते हैं। बाद में जब उसी काम को करके दूसरों को सफल होते देखते हैं तो सोचते हैं, 'काश! हमने भी यह प्रयास किया होता।' यह 'काश' की नींव हमारे बचपन में हमारे पैरेंट्स रखते हैं, मतलब हम सफल होंगे या असफल।

पैरेंट्स से सीखता है डरना: हमें याद रखना चाहिए कि जब हम जन्म लेते हैं तो हमारे भीतर किसी वस्तु या स्थान के प्रति कोई भय नहीं होता है। एक छोटा बच्चा मात्र दो चीजों से डरता है- एक तेज आवाज और दूसरे नीचे गिरने से। बाकी दुनिया के सारे डर बच्चा अपने भाई-बहनों और माता-पिता से सीखता है। जब भी कोई शिशु नई वस्तु या किसी नई परिस्थिति में पड़ता है तो पैरेंट्स की तरफ देखता है। जब वह पैरेंट्स को भयभीत देखता है तो वह भी सहम जाता है। यदि निडर देखता है तो वह भी निडरता का व्यवहार करने लगता है। आप एक शिशु के सामने कोई खूंखार जानवर खड़ा कर दीजिए, वह भयभीत नहीं होगा। क्योंकि उसे नहीं मालूम कि वह खतरनाक है या नहीं। वह उस खूंखार जानवर के साथ अपने माता-पिता के व्यवहार को ऑब्जर्व करता है। यदि माता-पिता डरते हैं तो वह भी डरता है, यदि नहीं डरते हैं तो बच्चा भी नहीं डरता है। दुनिया भर के डर, बच्चों को अपने माता-पिता और परिजनों द्वारा मिलते हैं। हम कई बार अपने अनुचित डर के कारण भी पिछड़ते और कुंठित होते चले जाते हैं। यानी बच्चों को सारे डर अपने परिवार से ही मिलते हैं। निडरता और साहस भी अपने परिवार से मिलता है। अगर बचपन से ही बच्चों पर ध्यान दिया जाए, उन्हें गैर जरूरी चीजों से डराया ना जाए तो उनका ज्यादा बेहतर तरीके से विकास होगा। इसलिए जरूरी है, बच्चे डरकर नहीं रहें, खुलकर बोलें और अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करें, ताकि उनका सर्वांगीण विकास हो।

बात-बात पर डांटने का पड़ता है बुरा असर

कुछ बच्चों को अपनी बात किसी के सामने निर्भय होकर रखने में एक डर लगता है। बच्चा यही सोचता है कि सामने वाला उसके बारे में क्या सोचेगा? इस तरह वह खुलकर कभी बोल ही नहीं पाता। यह एक सामाजिक डर है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि बचपन में कई बार पैरेंट्स बच्चों को डांट कर चुप कराते रहते हैं। उन्हें उनकी मन की बात नहीं कहने देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि आगे चलकर बच्चा किसी के सामने कोई बात कहने में संकोच करता है। अपनी बात खुलकर कभी नहीं कह पाता।

स्पेशल: इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन, 25 नवंबर

देश-दुनिया में आज भी महिलाओं के प्रति समाज का नजरिया प्राय: अमानवीय बना हुआ है। उनके विरुद्ध शारीरिक-मानसिक हिंसा होती ही रहती है। आज का दिन स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हर तरह की हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। ऐसे में हर किसी को अपनी भूमिका निभानी चाहिए।

महिलाओं के विरुद्ध हिंसा मिले अपनों का साथ

मुद्दा

डॉ. मोनिका शर्मा

हर वर्ष मनाया जाने वाला 'इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन', स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। महिलाओं के खिलाफ वॉयलेंस को रोकने और जेंडर आधारित हिंसा के खिलाफ कार्रवाई का आह्वान करने के लिए इस दिन दुनिया भर में सजगता लाने के प्रयास किए जाते हैं। हर जगह स्त्रियों के साथ समान और सम्मानजनक व्यवहार करने के भाव को बल देने से जुड़ी कोशिशें की जाती हैं। गौरतलब है कि हर साल 25 नवंबर से शुरू हुई जागरूकता लाने वाली यह मुहिम भी सोलह दिन तक चलती है। वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन को लेकर सजगता लाने, संवेदनशील सोच को बढ़ावा देने और हिंसा खत्म करने वाली 16 दिनों की यह मुहिम 10 दिसंबर को अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस के साथ समाप्त होती है।

घर-परिवार में मिले सपोर्ट: महिलाओं के आत्मसम्मान को चोट पहुंचाने वाले हिंसक व्यवहार पर लगाम लगाने के लिए समाज में संवेदनाएं पोषित करने का प्रयास किया जाता है। हिंसा की शिकार हर महिला को अपनों का साथ मिले तो स्थितियां बदल सकती हैं।

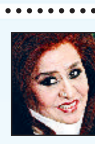
ना बनाएं उपहास का विषय : घर में किसी महिला के साथ होने वाला हिंसक बर्ताव, मजाक का विषय नहीं होता। देखने में आता है कि कई घरों में पीड़ादायी हरकतें, अपनों के लिए एक आम-सी बात बन जाती है। 'आज फिर?', 'अरे! उसने फिर तुम पर हाथ उठाया क्या?', 'अरे हमेशा रोने की आदत है रे तुम्हें तो।' जैसे शब्दों-वाक्यों के संग हंसकर टाल दिया जाने वाला बर्ताव मान लिया जाता है। सवाल यह है कि अपने ही स्त्रीमन की पीड़ा को नहीं समझेंगे तो हालात बदलेंगे कैसे? यह दुर्व्यवहार सीधे-सीधे एक स्त्री के मानवाधिकार का हनन है। इंसान होने के नाते मान के साथ जीने के अधिकार पर किया जाने वाला हमला है। इसे भी गंभीरता से लिया जाना आवश्यक है।

बढ़ावा बिल्कुल ना दें: यह एक कड़वा सच है कि कई घरों में महिलाओं के अपने ही उनके खिलाफ हिंसा को बढ़ावा देते हैं। कई परिवारों में शारीरिक हिंसा भले न की जाए, साइकोलॉजिकली महिलाओं को खूब प्रताड़ित किया जाता है। हमारे यहां बेटे के नकारात्मक व्यवहार पर पर्दा डालने वाले सास-ससुर भी हैं और पति की प्रताड़ना झेलती बेटी की शिकायतों के बावजूद चुप रहने वाले माता-पिता भी। बहू-बेटियों के साथ होने वाले हिंसक बर्ताव को जाने-अनजाने बढ़ावा दिया जाता है।

पुरुषों की भूमिका हो सकती है अहम: भाई, पिता हों या ससुर, देवर, जेठ, ननदोई या फिर बेटे, घर-परिवार में किसी महिला के साथ होने वाली हिंसा का विरोध पुरुषों को करना चाहिए। ऐसे में सहज रूप से विरोध जताने से लेकर खुद हिंसा ना करने और हिंसा की शिकार किसी महिला की मदद करने तक, पुरुषों का रोल बेहद अहम हो सकता है। ऐसे प्रयास से इस दंश का खात्मा कोई मुश्किल काम नहीं है।

बहू-बेटी में ना करें फर्क

हमारे परिवेश में महिलाओं के खिलाफ होने वाली हिंसा में घरेलू हिंसा सबसे ऊपर है। इसके पीछे बहू और बेटी में फर्क करने की मानसिकता भी जिम्मेदार है। माता-पिता के घर में प्यार-मान पाने वाली बेटी का दूसरे घर की बहू बनते ही दोयम दर्जे के व्यवहार से सामना होता है। आज भी यह भेदभाव बहुत से घरों में कायम है। असल में घर के भीतर होने वाली हिंसा के लिए कोई एक वजह नहीं होती। बहुत से सामाजिक और पारंपरिक सोच से उपजे कारण इसके पीछे होते हैं।



स्किन केयर

शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सर्दियों में ऐसे करें पैरों की स्किन केयर

सर्दियां आते ही वातावरण में नमी की कमी की वजह से पैरों की त्वचा रूखी और बेजान लगने लगती है। इस दौरान पैरों की एड़ियां भी फटने लगती हैं या पैरों में खुजली और इरिटेशन होने लगती है। इसके कारण कई बार चलने में भी परेशानी होने लगती हैं। इससे बचाव के लिए पैरों की एक्स्ट्रा केयर करने की जरूरत होती है। इस मौसम में पैरों की देखभाल के लिए घरेलू उपाय काफी कारगर साबित हो सकते हैं।

स्किन रहेगी मॉयश्चराइज: अपने पैरों के प्रभावित एरिया और दरारों पर जैतून का तेल लगाने से त्वचा को पोषण मिलता है। इससे रूखेपन को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। जैतून के तेल को गुनगुना करके पैर के तलवों की मालिश करने से पैरों की अकड़न दूर होती है। आप एक बाउल में थोड़ा जैतून का तेल लेकर उसे हल्का गर्म करें। अब इसमें लैवेंडर एसेंशियल ऑयल की तीन-चार बूंदें मिक्स करें। इसके बाद इस ऑयल से अपने पैरों की मालिश करें। इससे आपको कुछ ही देर में आराम का अहसास होगा। जैतून ऑयल में विटामिन-ई होता है इसलिए इसे लगाने से आपके पैर मुलायम होंगे और आप रिलैक्स महसूस करेंगी। गर्म पानी में व्हाइट विनेगर डालें और फिर पांच मिनट के लिए पैरों को इसमें भिगोएं। अब आप जैतून के तेल की कुछ बूंदों को क्यूटिकल्स पर लगाएं और इसे लगभग 10 मिनट तक फिर पानी में भीगने दें। जैतून का तेल पैरों की त्वचा को मॉयश्चराइज रखने में मदद करता है। आप इस तेल को एक जेंटल मॉयश्चराइजर के रूप में भी उपयोग कर सकती हैं। यह उन्हें क्रैक होने से बचाता है और डेड स्किन साफ करता है।

स्किन ऐसे रहेगी सॉफ्ट: सर्दियों में पैरों की त्वचा को नरम बनाए रखने के लिए नहाते वक्त पैर धोने के लिए गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें। लेकिन गर्म पानी का इस्तेमाल कतई न करें क्योंकि इससे पैर ड्राय हो सकते हैं, जिससे स्किन फट सकती है। गुनगुने पानी से ब्लड सर्कुलेशन सही रहता है।

मसाज करें: सोने से पहले पैरों की हल्के हाथ से मसाज करें। इसके लिए सरसों या नारियल तेल को एक कटोरे में गुनगुना कर लें। इस तेल से पंजों और पैर के बाकी हिस्सों की मालिश करें। इससे पैरों में ब्लड सर्कुलेशन तेज होगा, जिससे पैरों में गर्माहट आएगी और पैर सुंदर दिखेंगे। पैरों की देखभाल के लिए हाइड्रो थेरेपी भी लाभदायक साबित होती है। इसके लिए आपको पहले ठंडे पानी में पैरों को 2 मिनट तक डुबोकर रखना होगा। फिर पैरों को 1 मिनट के लिए गर्म पानी में डुबोना होगा। ऐसा ही 15-20 मिनट तक करती रहें। फिर पैरों को पानी से निकाल लें और तौलिए से अच्छी तरह पोंछ कर मोजे पहन लें।

जब एंग्जायटी सताए ऐसे करें बचाव

अलग-अलग वजहों से अनेक महिलाएं एंग्जायटी की शिकार हो जाती हैं। इससे बचाव के लिए आपको अपनी डाइट और लाइफस्टाइल में सुधार करना होगा। यहां आपको बता रहे हैं, इससे रिलेटेड बहुत ही यूजफुल सजेशंस।

सजेशन

निकिता चौहान

आजकल की भाग-दौड़ भरी लाइफस्टाइल में मानसिक तनाव एक सामान्य समस्या बन गई है। महिलाओं में यह समस्या काफी ज्यादा देखी जा रही है, क्योंकि वर्किंग महिलाएं हों या हाउसवाइफ, उनके पास घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारी होती हैं। इस वजह से कई महिलाएं एंग्जायटी, तनाव या चिंताग्रस्त रहने लगती हैं। इसके कारण उनकी रोजमर्रा की जिंदगी भी प्रभावित होने लगती है।

हो सकते हैं कई कारण: डॉक्टर्स के अनुसार महिलाओं में चिंता के कई कारण हो सकते हैं, जैसे- हार्मोनल बदलाव। पीरियड्स, प्रेग्नेंसी और मेनोपॉज के दौरान हार्मोनल बदलाव की वजह से यह समस्या और बढ़ जाती है। इसके अलावा, काम का दबाव, परिवार की जिम्मेदारियां और सामाजिक अपेक्षाएं भी तनाव को जन्म देती हैं। अगर आप या आपके परिवार या दोस्तों में कोई महिला बार-बार घबराहट, बेचैनी या तनाव महसूस करती है, तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह संकेत हो सकते हैं कि उन्हें मेंटल हेल्थ कंसल्टेशन की जरूरत है। ऐसे समय में तुरंत मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना बहुत जरूरी है, क्योंकि सही डायग्नोसिस और उपचार से एंग्जायटी को प्रभावी ढंग से नियंत्रित किया जा सकता है। इसलिए अपने और अपने संपर्क में रहने वाली महिलाओं की मानसिक स्थिति पर ध्यान दें, खुलकर उनसे बात करें, उन्हें सहारा दें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से मदद लेने से ना हिचकिचाएं। इससे न केवल चिंताओं से मुक्ति मिलेगी, बल्कि खुशहाल जीवन जीने में मदद मिलेगी।

संतुलित आहार लें: ताजे फल, सब्जियां, दालें, नट्स, और साबुत अनाज से भरपूर आहार आपकी मानसिक सेहत के लिए लाभकारी हैं। विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन-डी और मैग्नीशियम से भरपूर भोजन चिंता को कम करने में मदद करते हैं।

कैफीन-शक्कर का सेवन सीमित करें: अधिक कैफीन और शक्कर शरीर में एड्रेनलीन हॉर्मोन को बढ़ाते हैं, जिससे चिंता बढ़ सकती है।

ओमेगा-3 फैटी एसिड: मछली, अलसी, अखरोट में पाए जाने वाले ओमेगा-3 फैटी एसिड दिमाग की कार्यक्षमता सुधारते हैं और तनाव को कम करते हैं।

पर्याप्त पानी पिएं: डिहाइड्रेशन से मानसिक थकावट और चिंता बढ़ सकती है। इसलिए पानी खूब पिएं, नारियल पानी-जूस भी पिएं।

व्यायाम-योगाभ्यास: रोजाना 30 मिनट की हल्की-फुल्की एक्सरसाइज या योगाभ्यास करने से मानसिक तनाव कम होता है। रोज एक किलोमीटर की वॉक करें, यह एंग्जायटी रोकती है। साथ ही ध्यान, मानसिक स्थिति को शांत करता है और तनाव को कम करता है।

पर्याप्त नींद लें: नींद की कमी से भी चिंता और तनाव बढ़ता है, इसलिए डेली सात से आठ घंटे अच्छी नींद बहुत जरूरी है।

(क्लिनिकल डाइटीशियन-कंसल्टेंट न्यूट्रिशनिस्ट कनिका मल्होत्रा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

जस्टिस सूर्यकांत के सीजेआई बनने पर जताई खुशी

भिवानी। हरियाणा के हिसार जिले के पेटवाड़ गांव से ताल्लुक रखने वाले जस्टिस सूर्यकांत ने सोमवार को भारत के 53वें मुख्य न्यायाधीश (सीजेआई) के रूप में शपथ ली। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने उन्हें राष्ट्रपति भवन में पद एवं गोपनीयता की शपथ दिलवाई। इस ऐतिहासिक अवसर ने पूरे हरियाणा में खुशी और गर्व का माहौल बना दिया है, विशेष रूप से भिवानी में जहां हरियाणा राजपूत प्रतिनिधि सभा ने इसे गौरवपूर्ण क्षण बताया है। सभा के प्रतिनिधि ओमबीर सिंह तंवर ने इस ऐतिहासिक कदम को गौरवपूर्ण पल करार दिया। तंवर ने कहा कि यह पहली बार है जब हरियाणा के व्यक्ति ने देश के सर्वोच्च न्यायिक पद पर आसीन होकर हरियाणा का मान बढ़ाया है। तंवर ने इस उपलब्धि को ऐतिहासिक बताया। तंवर ने जस्टिस सूर्यकांत शर्मा के परिवार से पुराने पारिवारिक रिश्ते होने का भी उल्लेख किया। इस घनिष्ठता के आधार पर उन्होंने कहा कि वे जस्टिस सूर्यकांत की कार्यशैली और कर्तव्यनिष्ठा से भली-भांति परिचित हैं, वे सीजेआई पद और उसकी बड़ी जिम्मेदारी को समझते हुए पूरी निष्ठा और ईमानदारी से अपना कार्य करेंगे। तंवर ने कहा कि जस्टिस सूर्यकांत का ये सफर संघर्ष, निष्ठा, और शिक्षा की ताकत का प्रतीक बन गया है।

शिकायतों के समाधान में न हो देरी : डीसी

चरखी दादरी। नागरिकों द्वारा जिला प्रशासन के समक्ष आने वाले किसी भी शिकायत के समाधान में देरी ना हो और विभागीय अधिकारी गंभीरता के साथ काम करते हुए इन शिकायतों पर कार्यवाही सुनिश्चित करें। प्रदेश सरकार के निर्देशों के अनुसार उपायुक्त डा मुनीश नागपाल ने सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में आमजन की शिकायतों को सुना और तत्परता से उनका समाधान करवाया। उन्होंने बैठक में उपस्थित अधिकारियों को निर्देश दिए कि समाधान शिविर लगाने का कारण लोगों की समस्याओं का शीघ्रता से समाधान करवाना है। ऐसे में सभी अधिकारी शिकायतों को गंभीरता से लें और निर्धारित समय पर उनका समाधान भी करवाएं। किसी भी शिकायत को लेकर अनावश्यक तौर पर देरी ना हो। सोमवार और वीरवार को जिला व उपमंडल स्तर पर सुबह 10 से दोपहर 12 बजे तक आयोजित किए जा रहे समाधान शिविरों का उद्देश्य जनता और प्रशासन के बीच सीधा संवाद स्थापित करना है।

परिजन ठंड में बच्चों का रखें ध्यान : वीना भ्याणा

बवानीखेड़ा। शीतकालीन सीजन ने अपनी दस्तक दे दी है जिसको देखते हुए शिक्षा विभाग द्वारा भी विद्यालयों के समय में परिवर्तन किया है। इसी को लेकर बच्चों का भी परिजनों को खास ध्यान देना होगा। ये बात बवानी खेड़ा के ग्रास रूट्स पब्लिक स्कूल की निदेशक वीना भ्याणा ने कहे। उन्होंने अभिभावकों को बताया कि विद्यालय भेजने से पहले बच्चों को गर्म कपड़े पहनाकर जुराबें-बूट, स्वेटर आदि का पूरा प्रबंध करें क्योंकि धीरे धीरे ठंड बढ़ेगी और ठंड का अधिक नुकसान बच्चों को होता है। ठंड लगने से बच्चों में जुकाम, बुखार, खांसी हो जाती है जिससे बच्चा बीमार होने से परेशान रहता है और परिजनों को भी बच्चे के बीमार होने से दिक्कतें आती हैं। उन्होंने बताया कि विद्यालय आने पश्चात विशेष रूप से प्रबंध किए गए हैं। उन्होंने परिजनों को एहतियात बरतने की अपील की।

टीबी के 11 मरीजों को वितरित की पोषण किट

भिवानी। टीबी के मरीजों की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाकर उनके शीघ्र स्वस्थ होने की प्रक्रिया को तेज करने के उद्देश्य से पालेराम चैरिटेबल ट्रस्ट ने सोमवार को चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल में महत्वपूर्ण कार्यक्रम आयोजित किया। इस दौरान टीबी के 11 मरीजों को पोषण किट वितरित की, जिससे उन्हें संक्रमण से लड़ने और तेजी से ठीक होने में मदद मिलेगी। यह कार्यक्रम उपसिविल सर्जन डॉ. सुमन विश्वकर्मा के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। यह पहल प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान को गति देने और सामुदायिक भागीदारी को बढ़ावा देने की दिशा में एक बड़ा कदम है। पालेराम चैरिटेबल ट्रस्ट के संस्थापक सुरेंद्र संभ्रवाल ने पोषण किट के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि टीबी के मरीजों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो जाती है, जिससे उनका शरीर संक्रमण से लड़ने में सक्षम नहीं रहता, ऐसे में पोषण किट में मौजूद प्रोटीन, विटामिन व खनिज शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करते हैं,। संभ्रवाल ने बताया कि स्वास्थ्य विभाग के आह्वान पर ट्रस्ट ने टीबी के 11 मरीजों को गोद लिया हुआ है। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि वे अन्य लोगों को भी इस नेक कार्य के लिए जागरूक करते हैं। इस अवसर पर भागवत कौशिक, डॉ.रश्मि, डॉ. साहिल वर्मा, रीतू, संदीप व श्रीनिवास उपस्थित रहे।

विभागाध्यक्ष समस्याओं का करें निपटान : एसडीएम

भिवानी। डीसी साहिल गुप्ता के मार्गदर्शन में सोमवार को लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए हाल में एसडीएम महेश कुमार की अध्यक्षता में समाधान शिविर आयोजित हुआ। एसडीएम ने समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनी। उन्होंने सभी विभागाध्यक्ष को निर्देश देते हुए कहा कि नागरिकों की समस्याओं का प्राथमिकता के साथ शीघ्र समाधान करें। एसडीएम महेश कुमार के समक्ष नागरिकों ने पेयजल आपूर्ति, सीवरेज सिस्टम दुरूस्त करवाना, नई पाइप लाईन बिछवाने, परिवार की आय दुरूस्त करवाने, बीपीएल कार्ड, नगर परिषद क्षेत्र में फुटपाथ से अवैध कब्जे हटवाने बारे, शहर में लटके हुए तारें, पोल दुरुस्त करवाने, बवानीखेड़ा के खेतों से पानी निकासी बारे एवं विभिन्न सामाजिक पेंशन बनवाने से संबंधित शिकायतें रखी। एसडीएम ने सभी शिकायतों को गौर से सुना और मौके पर निपटान होने वाली समस्याओं का निपटारा किया तथा शेष शिकायतों के लिए संबंधित अधिकारियों को त्वरित समाधान करने के निर्देश दिए। इस दौरान डीडीपीओ सोमबीर कादयान, यातायात प्रबंधक भरत सिंह परमार, एमई सुरेन्द्र सांगवान सहित अनेक विभागाध्यक्ष के अलावा गैर सरकारी सदस्य राम किशन हालुवासिया, सुनील नंबरदार, ज्ञानचंद गुलाटी, नरेन्द्र शर्मा मौजूद रहे।

चौ. बंसीलाल विश्वविद्यालय के 7वें युवा महोत्सव में वैश्य महाविद्यालय के कलाकार छाए

वैश्य महाविद्यालय ने 34 विधाओं में जीत दर्ज कर ओवरऑल ट्रॉफी पर जमाया कब्जा

भिवानी। ओवरऑल ट्राफी के साथ प्रतिभागी व विजेता विद्यार्थी।

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

वैश्य महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने महाविद्यालय प्रांगण में युवा महोत्सव की जीत की खुशी मनाई। चौ. बंसीलाल विश्वविद्यालय भिवानी द्वारा 7वें युवा महोत्सव उत्कर्ष 2025,का आयोजन विश्वविद्यालय के प्रेम नगर स्थित कैंपस में 21 नवंबर से 23 नवंबर तक आयोजित किया गया था। इस युवा महोत्सव उत्कर्ष 2025, में वैश्य महाविद्यालय भिवानी के युवा कलाकारों के बेहतरीन प्रदर्शन की बदौलत 'ओवरऑल ट्रॉफी' पर अपना कब्जा जमाया। महाविद्यालय की टीमों ने 18 विधाओं में प्रथम, 10विधाओं में द्वितीय व 6 विधाओं में तृतीय स्थान प्राप्त करते हुए 34 विधाओं में अपना परचम लहराते हुए 'ओवरऑल ट्रॉफी' पर अपना कब्जा जमाया। वैश्य महाविद्यालय के ओवर ऑल ट्रॉफी जीतने पर छात्र- छात्राओं ने महाविद्यालय प्रांगण में नाच गाकर, पटाखे जलाकर,ढोल नगाड़े पर झूमते हुए खुशियां मनाई। इस अवसर पर युवा महोत्सव में शामिल सभी शिक्षकों व विधार्थियों को सम्मानित भी किया गया। कार्यक्रम में वैश्य महाविद्यालय ट्रस्ट के प्रधान एडवोकेट शिवरत्न गुप्ता, वैश्य महाविद्यालय प्रबंधक समिति के अध्यक्ष अजय गुप्ता, ट्रस्ट के महासचिव डॉ.पवन बुवानीवाला, वैश्य महाविद्यालय प्रबंधक समिति के महासचिव भिवानी के विधायक घनश्याम सर्राफ, वैश्य महाविद्यालय प्रबंधक समिति के कोषाध्यक्ष बृजलाल सर्राफ, ट्रस्टी विजय किशन अग्रवाल , महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. संजय गोयल, डीन एकेडमिक डॉ नरेंद्र सिंह, महाविधालय के युवा कल्याण विभाग के डीन प्रो. धीरज त्रिखा,महाविधालय के सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ. हरिकेश पंघाल,महाविद्यालय के युवा महोत्सव टीम की महिला प्रभारी स्वपोषित विभाग की निदेशक डॉ प्रोमिला सुहाग एवं महाविद्यालय परिवार के साथ विद्यार्थियों ने जीत का जश्न मनाया। वैश्य महाविद्यालय ट्रस्ट के अध्यक्ष एडवोकेट शिवरत्न गुप्ता ने कहा कि विद्यार्थी अपनी प्रतिभा के दम पर वैश्य महाविद्यालय का नाम अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर अंकित करें। भिवानी के विधायक वैश्य महाविद्यालय प्रबंधक समिति के महासचिव घनश्याम सर्राफ ने कहा कि हरियाणा में सांस्कृतिक गतिविधियों का विशेष महत्व है। ठीक उसी तरह लोक संस्कृति का आईना युवा महोत्सव प्रादेशिक संस्कृति की विभिन्न कलाओं का संगम है विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ प्रैक्टिकल ज्ञान भी जरूरी हैं किसी भी देश को शिखर तक पहुचाने में युवा अहम कड़ी का काम करते हैं।

विजेताओं को 51 हजार रुपये का दिया इनाम

विद्यार्थियों की इस उपलब्धि के लिए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ संजय गोयल ने अपने स्वेच्छिक कोष से विजेता प्रतिभागियों को 51 हजार रुपये की नगद राशि पुरस्कार के तौर पर प्रदान की।भिवानी के विधायक महाविद्यालय प्रबंधक समिति के महासचिव घनश्याम सर्राफ ने सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के सभी सदस्यों को अपने स्वेच्छिक कोष से 1 लाख रुपए देने की घोषणा की। कार्यक्रम में महाविद्यालय के युवा कल्याण विभाग के डीन प्रो धीरज त्रिखा को सांस्कृतिक क्षेत्र में 34 वर्ष की सतत साधना व महाविद्यालय के विद्यार्थियों को विशेष मार्गदर्शन देने के लिए कला साधक का अवॉर्ड प्रदान कर सम्मानित किया।

त्रिखा ने बधाई दी

महाविद्यालय के युवा कल्याण विभाग के डीन प्रो. धीरज त्रिखा ने विधार्थियों को युवा महोत्सव में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए बधाई देते हुए कहा कि विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ-साथ साहित्यिक एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में भाग लेना चाहिए क्योंकि सांस्कृतिक गतिविधियां विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में सहायक है। महाविद्यालय के सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ हरिकेश पंघाल ने बताया कि युवा समारोह में कलाकार विधार्थियों ने बढ़ चढ़कर भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया।

महिला महाविद्यालय की छात्राओं ने युवा महोत्सव में लहराया परचम : शास्त्री

तोशाम। चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय भिवानी में गत 21 से 23 नवम्बर तक तीन दिवसीय युवा महोत्सव का आयोजन किया गया। जिसमें विश्वविद्यालय से मान्यता प्राप्त सभी राजकीय, एडेड और प्राइवेट महाविद्यालयों ने हिस्सा लिया। इस दौरान तोशाम के चौधरी बंसीलाल महिला महाविद्यालय की लगभग 20 छात्राओं ने इस महोत्सव में फाइन आर्ट्स तथा लिटरेरी गतिविधियों में सक्रिय हिस्सा लिया। युवा महोत्सव के प्रथम दिन महाविद्यालय की छात्रा कविता ने संस्कृत श्लोकोच्चारण प्रतियोगिता में प्रथम तथा प्रीति ने ऑन द स्पॉट पेंटिंग में लाइव पेंटिंग बनाकर द्वितीय स्थान प्राप्त किया। महोत्सव के दूसरे दिन नवजोत ने अपराध के खिलाफ एकजुट भारत विषय पर सजीव पोस्टर बनाकर द्वितीय आशा ने रंगोली में तृतीय स्थान प्राप्त किया। महोत्सव के अन्तिम दिन कार्टूनिंग प्रतियोगिता में कोमल ने द्वितीय पुरस्कार प्राप्त कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया। उपर्युक्त गतिविधियों के अलावा छात्राओं ने हिन्दी कविता पाठ, संस्कृत भाषण, कोलाज मेकिंग, मेहन्दी, इंस्टॉलेशन तथा फोटोग्राफी प्रतियोगिताओं में सराहनीय प्रदर्शन किया। महोत्सव के अन्तिम दिन पुरस्कार वितरण समारोह में विश्वविद्यालय की कुलपति डॉ. दीप्ति धर्माणी के कर कमलों से पुरस्कार ग्रहण कर छात्राएं अत्यन्त उत्साहित हुई। उपलब्धि पर तोशाम के चौधरी बंसीलाल राजकीय महिला महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. मंजीत सिंह ने छात्राओं को बधाई देकर आगे भी इस प्रकार के महोत्सव में बेहतर प्रदर्शन करने के लिए छात्रों को प्रेरित किया। इस अवसर पर डॉ. जयपाल शास्त्री ने भी बताया कि इस प्रकार के कार्यक्रमों में भाग लेने से विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास होता है। इसलिए प्रत्येक विद्यार्थी को ऐसे कार्यक्रमों में बढ़-चढ़कर भाग लेना चाहिए।

तोशाम। महोत्सव में जीतकर लौटे कलाकार अपने शिक्षकों के साथ।

नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था की प्रधान उर्मिला सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

सैनी समाज के प्रबुद्ध लोगों ने एससी/एसटी से संबंधित जिला सतर्कता एवं निगरानी कमेटी की सदस्य बनने पर नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था की प्रधान उर्मिला सैनी को सम्मानित किया। सम्मान समारोह मिनी बाईपास काली माता मंदिर मार्ग स्थित दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में हुआ। कार्यक्रम में सैनी कल्याण परिषद के पूर्व प्रधान जगदीश सैनी, पूर्व महासचिव मास्टर मनोज सैनी, समाजसेवी सुरजीत सैनी और राजकुमार सैनी ने उर्मिला सैनी को बुक्का व स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया। परिषद के पूर्व प्रधान जगदीश सैनी

भिवानी। नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था की प्रधान उर्मिला सैनी को सम्मानित करते समाज के प्रबुद्ध नागरिक।

ने कहा कि उर्मिला सैनी वर्षों से लगातार समाजसेवा, धार्मिक और जनहित कार्यों में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। जिला स्तर की इस महत्वपूर्ण कमेटी में उनका शामिल होना समाज के लिए गर्व का विषय है। हमें विश्वास है कि वे समाज की समस्याओं को प्रभावी ढंग से उठाएंगी।

गोकलपुरा के नाराज लोगों ने किया रोड जाम

- पोषक अनाज अनुसंधान केन्द्र गोकलपुरा में हरे पेड़ों को काटे जाने पर हैं नाराज

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहल

पोषक अनाज अनुसंधान केन्द्र गोकलपुरा में हरे पेड़ों को काटे जाने पर विभागीय कार्रवाई नहीं होने से नाराज गोकलपुरा गांव के ग्रामीणों ने बहल भिवानी मार्ग पर प्रदर्शन किया व सांकेतिक रोड जाम किया। प्रदर्शन में ग्रामीण गांव से बैलगाड़ी पर लेकर केन्द्र के सामने मेन रोड तक गए और बैलगाड़ी को रोड के बीचों बीच लगाकर जाम लगाया। ग्रामीणों ने कहा कि वन विभाग के अधिकारी केन्द्र के अधिकारियों से मिलकर मामले को दबाने के प्रयास

बहल। बैलगाड़ी लेकर रोड जाम करते हुए।

में है, लेकिन वे ऐसा हरगिज नहीं होने देंगे।

सोमवार को गोकलपुरा गांव से बड़ी संख्या में ग्रामीण बैलगाड़ी लेकर पोषक अनाज अनुसंधान केन्द्र को जाने वाले रास्ते के सामने मैन रोड पर एकत्रित हुए। ग्रामीणों ने वन विभाग के अधिकारियों के खिलाफ जोरदार नारेबाजी की व मामले में कार्रवाई नहीं करने पर रोष जताया। ग्रामीणों ने कहा कि वन विभाग के अधिकारियों ने मौका देखने के बाद भी हरे पेड़ों को काटे जाने के मामले में कोई कार्रवाई नहीं की।

ग्रामीणों ने कहा कि मकड़ाना जोहड़ गोकलपुरा गांव का ही नहीं, बहल क्षेत्र की अमूल्य वन धरोहर है। केन्द्र के अधिकारियों ने बिना किसी अनुमति के करीब 20 पेड़ों की बलि दे डाली। समाजसेवी महावीर चहल ने कहा कि ऐसे अधिकारियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई होनी चाहिए थी लेकिन जिला वन अधिकारी ने केन्द्र के अधिकारियों से मिलीभगत कर जेसीबी चालक पर मामूली जुर्माना लगाकर मामले को दबा दिया। इस अवसर पर पंच सुरेन्द्र खिचड़, प्रदीप कादयान, पवन सिलायच, बलबीर गिरी, समुंद्र नाथ, राजकुमार वशिष्ठ, रामफल पूनिया, अशोक सिलायच, राजपाल सांगवान, धर्मवीर पूनिया, प्रवीण काला, कृष्ण श्योराण, विजय पूनिया, राजेश काजल, प्रदीप खिचड़, योगी कर्णसिंह, राजपाल कटारिया, धनसिंह, जगदीश सहित अनेक लोग मौजूद रहे।

122 विद्यार्थियों को स्कॉलर बैज प्रदान किए

- दिल्ली वर्ल्ड स्कूल में 'इग्नाइट एंड इंस्पायर'- ए स्पोर्ट्स मीट कम स्कॉलर बैज सेरेमनी मनाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

दिल्ली वर्ल्ड पब्लिक स्कूल, भिवानी के प्रांगण में प्राचार्या डॉक्टर निर्मला नीतू के मार्गदर्शन में 'इग्नाइट एंड इंस्पायर'- ए स्पोर्ट्स मीट कम स्कॉलर बैज सेरेमनी का हर्षोल्लास के साथ भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यालय प्रबंधकारिणी समिति के सचिव विजयपाल त्रिपाठी भी उपस्थित रहे। भिवानी के जिला खेल अधिकारी विद्यानंद यादव ने

भिवानी। दिल्ली वर्ल्ड पब्लिक स्कूल में जीत की खुशी मनाते प्रतिभागी।

मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत कर खिलाड़ियों को प्रेरित किया। वहीं पुलिस उपायुक्त संजीव कुमार ने विशिष्ट अतिथि एवं भिवानी जिले के उप शिक्षा अधिकारी शिवकुमार ने विशेष अतिथि के रूप में पधार कर समारोह की शोभा में चार-चांद लगा दिए। अदम्य प्रताप सिंह,अदिति,सृष्टि और सारांयु ने सफलतापूर्वक मंच संचालन किया। स्कॉलर बैज सेरेमनी के अंतर्गत सत्र 2024- 25 के दौरान शैक्षणिक क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले कक्षा पहली से ग्यारहवीं तक के 122 विद्यार्थियों को स्कॉलर बैज प्रदान कर सम्मानित किया गया। बाल वर्ग में लॉन्ग जंप में (छात्रों ने) सतलुज हाउस के पराग, गंगा सदन के नक्श यादव और झेलम सदन के अंश ने क्रमशः प्रथम , द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त किया वहीं छात्राओं ने यमुना सदन से मान्या, सतलुज सदन से कनिका और यमुना सदन से तनिष्का ने क्रमशः प्रथम द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त किया। 50 मीटर दौड़ (छात्र) यमुना सदन से गिरीश,यमुना सदन के ज्ञानेश और गंगा सदन के राघव क्रमशः प्रथम ,द्वितीय और तृतीय स्थान तथा छात्राओं में सतलुज सदन की नव्या ,यमुना सदन की मान्या और झेलम सदन की सोनम प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान पर रहीं।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (251 से अन्तिम विजेता तक)

❖ वंतिका सुपुत्री जितेंद्र, बाबा मस्तनाथ नगर, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह पुत्र श्री रामनेवाज सिंह निवासी गिज्जी रोड़, देव नगर, सांपला, रोहतक ❖ दिलबाग सिंह फौगाट, सुपुत्र श्री राममेहर सिंह, विजय नगर, बाग वाली गली, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह सुपुत्र स्व. श्री रामनेवाज सिंह, गिज्जी रोड, देवनगर, सांपला, रोहतक ❖ ईशीका फौगाट पुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट निवासी गांव रिठाल फौगाट, जिला रोहतक ❖ अंकुश पुत्र श्री राम कृष्ण लाल निवासी 186/15, पंचकुला ❖ अक्षित पुत्र श्री सुभाष चंद निवासी 2700, जी.एफ /15, पंचकुला ❖ ईशिका सुपुत्री गगनदीप, नजदीक पुराना बस स्टैण्ड, कुम्हारों की गली, भिवानी ❖ प्रीत सुपुत्र सत्यनारायण, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ धर्मवीर शर्मा सुपुत्र श्री भगवान शर्मा, उत्तम नगर, भिवानी ❖ कार्तिक सुपुत्र श्री विरेन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ राशि सुपुत्री श्री रविन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ कनिका सुपुत्री श्री धीरेन्द्र, गुजरो की ढाणी, भिवानी ❖ इशीका फौगाट सुपुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट, गांव रिठाल फौगाट, रोहतक ❖ रविन्द्र सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह, बीपीओ छुछकवास, रोहतक ❖ सुनील कुमार सुपुत्र श्री नन्दलाल, नजदीक राणा धीर मन्दिर, भुना, फतेहाबाद ❖ श्रीरामबिलास बंसल सुपुत्र श्री कन्हैया लाल रामबिलास किरयाना हिसार, भूना, फतेहाबाद ❖ हर्षिता सुपुत्री श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास हिसार ❖ अर्जुन सिंह सुपुत्र श्री लाजे राम बास बादशाहपुर, हांसी, हिसार ❖ शिवकुमार सुपुत्र श्री फतेह सिंह, बास, आजमशाहपुर, बास, हिसार ❖ राजेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, खाण्डा खेड़ी, हांसी, हिसार ❖ विनीत सुपुत्र श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास, हिसार ❖ तेलु राम सुपुत्र श्री राम स्वरूप, बास, आजम शाहपुर, बास, हिसार ❖ राजसिंह सुपुत्र श्री चन्दर सिंह, नगली गोधा, जिला रेवाड़ी, हरियाणा ❖ रणसिंह, मार्डन हेयर ड्रेसर सुपुत्र श्री मदन लाल मोहनपुर नागल, रसुलपुर, कनीना, महेन्द्रगढ़ ❖ सुरेश कुमार सुपुत्र श्री मुसडी लाल गांव बुयावास, झगडोली, महेन्द्रगढ़ ❖ रामानन्द यादव सुपुत्र श्री सिंहराम, गांव बचीनी, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री जगराम सुपुत्र श्री सोहनलाल यादव, गांव सिहोर, कनीना, महेन्द्रगढ़

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतू साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रात: 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते है :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8814999151, 9253681005, 8295157800

समझौता — हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर यूनियन ने सिंचाई मंत्री के समक्ष रखी मांगें

कर्मचारी यूनियन और सिंचाई मंत्री के बीच मांगों पर बनी सहमति

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

हरियाणा गवर्नमेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर यूनियन रजिस्टर नंबर 41, संबंधित सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा और सिंचाई एवं जल संसाधन मंत्री श्रुति चौधरी के बीच सोमवार को चंडीगढ़ में बैठक संपन्न हुई। बैठक शांतिपूर्वक तरीके से चली, जिसमें यूनियन की प्रमुख मांगों पर मंत्री और विभाग के उच्च अधिकारियों के साथ विस्तृत वार्तालाप में काफी मुद्दों पर सहमति बनी। यद्यपि बैठक में कई मांगों पर सकारात्मक रुख अपनाया गया, लेकिन यूनियन ने यह भी स्पष्ट चेतावनी दी है कि यदि जल्द से जल्द इन मांग मुद्दों का समाधान नहीं किया गया, तो संगठन बड़ा आंदोलन करने पर मजबूर होगा।

इस बारे में जानकारी देते हुए यूनियन के राज्य प्रधान गंगाराम मौन ने बताया कि संगठन ने बैठक में राशनलाइजेशन के मुद्दे को अत्यंत गंभीरता से उठाया, जिसके जवाब में मंत्री मंत्री श्रुति चौधरी ने विभाग के तीनों ईआईसी व जीएम की एक कमेटी गठित की, जो कि रेशनेलाईजेशन के मुद्दे पर संगठन से विचार-विमर्श करेंगी। आश्वासन दिया कि राशनलाइजेशन की प्रक्रिया के संबंध में संगठन को फिर

भिवानी। आयोजित बैठक में मंत्री के समक्ष मांग रखते कर्मचारी।

से सुना जाएगा और इस पर गंभीरता से विचार किया जाएगा। एक अन्य महत्वपूर्ण विषय कैनाल गार्ड के लिए मंत्री ने विभाग को निर्देश देते हुए उन्हें अलग से ड्रेस कोड (वर्दी) दिए जाने का आश्वासन दिया। फील्ड कर्मचारियों के सेवानियमों के लिए जीएम की अध्यक्षता में कमेटी बनाए जाने, जिसमें संगठन के साथ मिलकर त्रुटियां दूर किए जाने का आश्वासन भी दिया। कॉमन कैडर को भंग करने को सही मानते हुए विस्तार से चर्चा किए जाने का आश्वासन भी मिला।

ये रहे मौजूद

सिंचाई मंत्री श्रुति चौधरी के अलावा एसीएस अनुराग अग्रवाल, सिंचाई विभाग के तीनों ईआईसी राकेश चौहान, वीरेंद्र सहारण, सतवीर कादयान और जीएम जयदीप राव जैसे उच्च अधिकारी उपस्थित रहे। संगठन की ओर से राज्य प्रधान गंगाराम मोन, महासचिव जरनैल सिंह, उपप्रधान सूरजभान जटासरा, उप प्रधान निर्मल सिंह, उप महासचिव राजेश धनखड़, सह सचिव विकास श्योकंद, और बलराम कालीरमन मौके पर मौजूद रहे।

मंत्री को 16 सूत्रीय मांग पत्र सौंपा

यूनियन ने सिंचाई मंत्री के समक्ष 16 सूत्रीय मांग पत्र रखा, जिसमे राशनलाइजेशन पर रोक, स्थायीकरण और सुरक्षा, पदोन्नति और सेवा लाभ, कैनाल गार्ड, गेज रीडर आदि की योग्यता और वरिष्ठता के आधार पर सुनिश्चित पदोन्नति की जाए, ग्रुप घ के कर्मचारियों को विभाग में उच्च पदों पर विभागीय सेवा नियमों के अनुसार पदोन्नति दी जाए, सेवाकाल के आधार पर पदोन्नति नीति लागू की जाए। आर्थिक लाभ, वर्दी भत्ता, जोखिम और चिकित्सा सुविधा, जोखिम भरे कार्य करने वाले कर्मचारियों को रिस्क अलाउंस (जोखिम भत्ता) दिया जाए, सभी नियमित कर्मचारियों और पेंशनरों को कैशलेस मेडिकल सुविधा दी जाए।

संयुक्त किसान मोर्चा ने दीनबंधु चौधरी छोटूराम की 144वीं जयंती बड़चौक पर मनाई

छोटूराम की प्रेरणा से वर्तमान दौर की चुनौतियों का सामना होगा : ओमप्रकाश

भिवानी। दीनबंधु छोटूराम को नमन करते गणमान्य नागरिक। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

संयुक्त किसान मोर्चा ने दीनबंधु रहबरे आजम चौधरी छोटूराम की 144वीं जयंती महम रोड बड़चौक पर मनाई तथा उनकी आदमकद प्रतीमा पर माल्यार्पण किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता किसान सभा ब्लॉक प्रधान संतोष देशवाल ने की।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए किसान सभा के जिला उपप्रधान कामरेड ओमप्रकाश, सर्वजातीय नेता जयभगवान शर्मा, युवा कल्याण संगठन संरक्षक कमल सिंह प्रधान व चौधरी छोटूराम मंच के संयोजक विरेंद्र किरोड़ी ने कहा कि चौधरी छोटूराम ने 1923 में सर सिकंदर हयात खान व सर फजली हुसैन के साथ मिलकर नेशनल यूनियनिस्ट पार्टी की स्थापना कर संयुक्त पंजाब राज्य में सरकार की स्थापना की थी। इस दौरान मंत्री रहते चौधरी छोटूराम ने साहूकारा पंजीकरण एकट, किसान की गिरवी जमीनों की मुफ्त वापसी एक्ट, कृषि उत्पाद मंडी एक्ट, कर्जा माफी एक्ट व व्यवसाय श्रमिक एक्ट-1938 व 1935-40 में पास करवाकर पीड़ित व गुलाम किसान मजदूरों को राहत दिलवाई थी, उनकी पार्टी में हिंदू मुस्लिम व सिक्ख किसानों के हित सुरक्षित करने में उन्होंने सांप्रदायिक सौहार्द व उनकी एकता पर जोर दिया था। उन्होंने हमेशा सांप्रदायिकता का विरोध किया। किसानों को सूदखोरों और हिन्दू मुस्लिम सांप्रदायिक लोगों से सचेत रहकर अपनी एकता बनाए रखने का आह्वान किया।

कार्यक्रम में ये रहे मौजूद

कामरेड ओमप्रकाश ने कहा कि कारपोरेट समर्थित राजग व भाजपा की सरकार किसान मजदूरों के विरोध की नीतियां जनता पर थोप रही है और आजादी व उससे पहले के संघर्षों से प्राप्त अधिकारों को समाप्त करके उनका शोषण करने के स्थायी प्रबन्ध कर रहे है। अंग्रेजों की तरह जाति चर्म के आधार पर फूट डालकर उनकी एकता तोड़ रहे है, ऐसे समय में चौधरी छोटूराम व डॉ. भीमराव अंबेडकर के विचारों की सार्थकता बढ़ गई है। इस मौके पर किसान नेता करतार ग्रेवाल,कविता आर्य, जाटू खाप के राजसिंह जताई, दिलबाग ढुल, बलबीर बजाड़, अनूप राठी, नरेन्द्र धनाना, महाबीर फौजी, प्रताप सिंहमार, सुखबीर सांगवान, राजपाल सांगवान व राजबीर कादियान आदि मौजूद रहे।

कांग्रेस पार्टी ने सर छोटू राम की जयंती पर बीजेपी सरकार पर हमला बोला

- कांग्रेस ने भिवानी के हर वर्ग की परेशानी को उठाया, बीजेपी सरकार पर तानाशाही का आरोप लगाया

भिवानी। दीनबंधु सर छोटू राम की जयंती के अवसर पर सोमवार को कांग्रेस पार्टी ने एक महत्वपूर्ण कार्यक्रम का आयोजन किया। यह जयंती क एआईसीसी के राष्ट्रीय सचिव प्रदीप नरवाल के कार्यालय स्थानीय जगत कॉलोनी में मनाई गई, जहां किसानों के मसीहा सर छोटू राम के आदर्शों और उनके द्वारा लड़ी गई किसान-मजदूर की लड़ाई पर विस्तार से चर्चा हुई। इस दौरान कांग्रेस के शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप गुलिया जोगी भी मौजूद रहे। प्रेस वार्ता में एआईसीसी के राष्ट्रीय सचिव प्रदीप नरवाल ने बीजेपी सरकार पर वोट चोर होने का सीधा आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि बीजेपी ने इस बार सिर्फ वोट नहीं चुराए। उन्होंने

हरियाणा का भविष्य चुरा लिया है। उन्होंने जोर देकर कहा इसलिए 4 दिसंबर को पूरा भिवानी एक आवाज में कहेगा, वोट चोर-गद्दी छोड़। जिसके तहत शहर में प्रदर्शन किया जाएगा।

इस मौके पर कांग्रेस शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप गुलिया जोगी ने भिवानी के हर वर्ग की परेशानी को उठाया। उन्होंने कहा कि भिवानी का किसान, युवा, व्यापारी हर वर्ग आज परेशान है। सरकार ने वादे किए लेकिन जमीन पर कुछ नहीं दिया।

तोशाम में चौधरी छोटूराम की प्रतिमा का किया अनावरण

- विभिन्न संगठनों ने सर छोटूराम को भारत रत्न देने की मांग उठाई

तोशाम। सोमवार को तोशाम में दीनबंधु सर छोटूराम की 144वी जयंती के अवसर पर नवनिर्मित चौधरी छोटूराम चौक पर हवन और चौधरी छोटूराम की प्रतिमा का अनावरण कर प्रसाद वितरण किया। इस अवसर पर 36 बिरादरी के लोग उपस्थित हुए और सभी लोगों ने एक सुर में छोटूराम को सरकार से भारत रत्न देने की मांग की तथा समाज में फैली कृतियां जैसे दहेज प्रथा, मृत्यु भोज, लिव इन रिलेशन तथा एक ही गांव में शादियों को खत्म करने का भी प्रस्ताव पास किया। इस अवसर पर युवा कल्याण संगठन के संरक्षक कमल सिंह प्रधान ने कहा की महापुरुषों को जातियों में ना बांटकर उनके विचारों को जन-जन तक पहुंचाएं। महापुरुष किसी जाति विशेष के नहीं होते। महापुरुष तो

सर्व समाज के उत्थान के लिए कार्य करते थे और अपना बलिदान करने में पीछे नहीं हटते थे। कमल सिंह प्रधान ने कहा कि कन्या भ्रूण हत्या रोकी जाए। इस अवसर पर जाट धर्मशाला तोशाम के प्रधान ओमप्रकाश पंघाल उर्फ बादल, सुरेश कोथ, रवि आजाद, कामरेड ओमप्रकाश, पीएस कलवानिया, हर्ष छिकारा, रणवीर सिंह मलिक, कविता आर्य आदि नेताओं ने एक सुर में छोटू राम के दिखाए रास्ते पर चलने की अपील की।

लोहारू। कार्यक्रम में छोटूराम के चित्र पर पुष्प अर्पित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

छोटूराम को बताया किसानों का मसीहा

किसान महापड़ाव स्थल पर मनाई छोटूराम जयंती

- किसान व मजदूर के हित में अनेक कानून बनवाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

करोड़ों रुपयों के बकाया फसल बीमा क्लेम के भुगतान की मांग को लेकर लोहारू में करीब साढ़े चार महीनों से चल रहे किसानों के महापड़ाव के दौरान सोमवार को दीनबंधु सर छोटूराम की जयंती के मौके पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान किसानों ने सर छोटूराम को किसानों का मसीहा बताया और उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित किए। किसान नेता एडवोकेट अशोक आर्य ने कहा कि दीनबंधु छोटूराम सामाजिक समरसता के प्रतीक और किसान मजदूरों के मसीहा थे। उन्होंने अंग्रेजी शासन में मंत्री रहते हुए किसान व मजदुर के हित में अनेक कानून बनवाए तथा कई पुस्तकों की रचना करके देश के आवाम को जगाने का भागीरथी प्रयास किया था। सोमवार को धरना की संयुक्त अध्यक्षता नरेंद्र फरटिया, सुरेश फरटिया, दयानंद सांगवान दमकोरा व राजेंद्र शेखावत सोहांसड़ा ने की तथा संचालन मनफूल ओबरा, धर्मपाल बारवास ने किया।

ये रहे मौजूद

धरना संचालन समिति सदस्य मां. जग रोशन ने बताया कि 28 नवंबर को उपमंडल कार्यालय लोहारू में होने वाली महापंचायत की तैयारी के लिए किसान नेता कविता आर्य एडवोकेट, संतोष देशवाल और अनिता लाखलाण मोरकां सिवानी तहसील के गांवों में तथा सूबेदार धनपत सिंह, मीर सिंह ओबरा, राम सिंह ओबरा बहल तहसील में, कर्ण सिंह जैनावास, रणधीर सांगवान और उनके साथी तोशाम में, रामफल देशवाल, और छोटू राम पूनिया कैरू तहसील में तथा मास्टर उमराव सिंह, राजबीर सिंधु, रामचन्द्र फौजी मोरका, अत्तर कसवां, कुलदीप बड़वा, हरि सिंह गरवा, में जनसंपर्क अभियान चलाते हुए लोगों को ज्यादा से ज्यादा संख्या में लोहारू पहुंचने की अपील कर रहे हैं।

आज के महापड़ाव को विजय गुरावा, कप्तान इंद्राज, मनफूल ओबरा, महिपाल बिधनोई, राम पाल सिंघानी, सुरेश फरटिया, मास्टर उमराव सिंह, राजेन्द्र शेखावत, राजेन्द्र गिगनाऊ आदि ने संबोधित किया। धरने में रणबीर ढाणी टोडा, मंदरुप नेहरा, रोहतास झुंपा कलां, मनजीत गिगनाऊ, सुरेंद्र राठी, अजीत गोपाल वास आदि रहे।

जूनियर वर्ग में विदित, परिक्षित, वर्धन व योग्यांश रहे अव्वल

जूनियर व सीनियर वर्ग में 100 से अधिक खिलाड़ियों ने दिखाई प्रतिभा

भिवानी। बर्डी बैडमिंटन अकादमी में टूर्नामेंट के विजेता प्रतिभागियों को सम्मानित करते कोच महेश शर्मा।

- युवाओं की शिक्षा के साथ-साथ खेलों में भागीदारी भी जरूरी : कोच महेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

युवाओं को खेल भावना से जोड़ने तथा खेलों की दिशा में आगे बढ़कर अपना व राष्ट्र का भविष्य उज्ज्वल बनाने के लिए बजरंग बली कॉलोनी स्थित बर्डी बैडमिंटन अकादमी का इंटर एकेडमी बैडमिंटन चैंपिनशिप का आयोजन किया। टूर्नामेंट में जूनियर व सीनियर वर्ग में करीबन 100 खिलाड़ियों ने भाग लिया तथा अपनी खेल प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता में जूनियर व सीनियर वर्ग के सभी विजेता प्रतिभागियों को अकादमी के संचालक व कोच महेश शर्मा ने सम्मानित किया। अकादमी के संचालक कोच महेश शर्मा ने बताया कि टूर्नामेंट में जूनियर वर्ग में विदित, परिक्षित, वर्धन, योग्यांश, सिद्धार्थ व तरूण की टीम प्रथम रही तथा हेमंत, हर्ष यादव, आदित्य, गगन, तपन व सिद्धार्थ की टीम द्वितीय रही।

इनका भी किया सम्मान

सीनियर वर्ग में तनिश, कायरा व आदित्य नेहरा की टीम प्रथम तथा धीरेन, याशना व निशांत की टीम द्वितीय रही। इस मौके पर विजेता खिलाड़ियों को सम्मानित करते हुए कोच महेश ने बताया कि युवाओं के लिए जितनी जरूरी शिक्षा है, उतना ही जरूरी खेल भी है, क्योंकि खेल के माध्यम से युवाओं का ना केवल शारीरिक, बल्कि मानसिक विकास भी होता है, जो उनके उज्ज्वल भविष्य के लिए बेहद जरूरी है। उन्होंने कहा कि खेल प्रतियोगिताओं में भाग लेकर विद्यार्थियों में न केवल आत्मविश्वास बढ़ता है, बल्कि टीम स्पिरिट की भावना भी मजबूत होती है, ऐसे में युवाओं को खेलों में जरूरी भागीदारी दिखानी चाहिए।

भिवानी। स्वामी सदानंद महाराज को सम्मानित करते अतिथि।

सैनिक से संत बने स्वामी सदानंद को हिंदू रत्न से किया सम्मानित

- हिंदु रत्न पुरस्कार पाने वाले पहले प्रणामी संत बने स्वामी सदानंद

भिवानी। डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी राष्ट्रीय विचार मंच नई दिल्ली द्वारा 12वें राष्ट्रीय अधिवेशन में समाजसेवा क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान देने वाले संत स्वामी डॉ. सदानंद महाराज को प्रतिष्ठित हिंदु रत्न पुरस्कार से सम्मानित किया। अधिवेशन दिल्ली के भारत मंडपम ऑडिटोरियम-1 में हुआ, जिसमें देश के सभी राज्यों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। इस सम्मान के साथ स्वामी डॉ. सदानंद जी महाराज हिंदु रत्न पुरस्कार से सम्मानित होने वाले पहले प्रणामी संत बन गए हैं, जो पूरे क्षेत्र और प्रणामी समाज के लिए गर्व और प्रसन्नता का विषय है। स्वामी सदानंद का जीवन बेहद प्रेरणादायक रहा है, वे पहले सैनिक थे और बाद में उन्होंने संत का मार्ग अपनाया। स्वामी सदानंद पिछले कई वर्षों से समाजसेवा क्षेत्र में अपनी सराहनीय भूमिका निभाते आ रहे हैं। उनका निःस्वार्थ सेवाभाव अन्य लोगों के लिए प्रेरणास्त्रोत है। डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी राष्ट्रीय विचार मंच नई दिल्ली ने समाजसेवा के प्रति उनके इसी गहन समर्पण और उत्कृष्ट कार्य से प्रभावित होकर उन्हें यह सर्वोच्च सम्मान प्रदान किया। स्वामी डा. सदानंद जी महाराज को यह सम्मान मिलने से उनके अनुयायियों और क्षेत्र के लोगों में खुशी और गर्व का भाव है।

गीता मनीषी ज्ञानानंद महाराज के मार्गदर्शन में कार्यक्रम

एक दिसम्बर को एक मिनट में एक साथ गीता पाठ का संदेश देंगे विद्यार्थी

- 11 दिवसीय अष्टादश गीता श्लोक उच्चारण कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

जिला प्रशासन के मार्गदर्शन में सामाजिक संस्था नेताजी सुभाष चंद्र बोस युवा जागृत सेवा समिति, सदाचारी शिक्षा समिति एवं श्री कृष्ण कृपा परिवार द्वारा जारी 11 दिवसीय अष्टादश गीता श्लोक उच्चारण कार्यक्रम के तहत विद्यार्थियों ने अंतर्राष्ट्रीय गीता जयंती महोत्सव को समर्पित गीता श्लोक उच्चारण से विशेष संदेश दिया। कार्यक्रम के अंतर्गत 1 दिसंबर को प्रातः 11 बजे विद्यार्थियों ने "एक मिनट, एक साथ, गीता पाठ" का आह्वान करते हुए सामूहिक रूप से गीता श्लोकों का उच्चारण करेंगे। अष्टादश गीता श्लोक से जुड़े ट्रेनर छात्रों ने निदेशक सावित्री यादव तथा अभियान के संयोजक एवं राष्ट्रीय युवा पुरस्कार विजेता अशोक कुमार भारद्वाज के साथ एक स्वर में गीता श्लोक की गूंज से प्रेरणादायक संदेश दिया।

भिवानी। गीता पाठ की तैयारी करवाते हुए। फोटो : हरिभूमि

गीता श्लोक उच्चारण का महत्व बताया

अभियान संयोजक अशोक कुमार भारद्वाज एवं निदेशक सावित्री यादव ने कहा कि गीता श्लोक उच्चारण से विद्यार्थियों में अनुशासन, एकाग्रता, संस्कार और आत्मविश्वास का विकास होता है। उन्होंने कहा कि प्रशिक्षण प्राप्त विद्यार्थी अपने-अपने शिक्षकों के साथ भिवानी शहर के विभिन्न क्षेत्रों में जाकर इस अभियान को जन-जन तक पहुंचाने का कार्य करेंगे, ताकि अधिक से अधिक लोग गीता से जुड़कर इन तीन मुख्य श्लोकों का सामूहिक उच्चारण कर सकें। अंतर्राष्ट्रीय गीता जयंती महोत्सव पर पूरे देश में करोड़ों भारतीय नागरिक, विद्यार्थी एवं युवा गीता के तीन श्लोकों का उच्चारण एक मिनट में, एक साथ और एक स्वर में करेंगे। यह अभियान न केवल आध्यात्मिक जागरुकता बढ़ाने का प्रयास है, बल्कि गीता मनीषी ज्ञानानंद महाराज के मार्गदर्शन में विश्व पटल पर गीता के ज्ञान को व्यापक स्तर पर प्रसारित करने का भी संकल्प है। कार्यक्रम का उद्देश्य केवल श्लोकों का पाठ कराना नहीं है, बल्कि गीता के सिद्धांतों को जीवन में उतारना, उन्हें व्यवहार में लाना तथा समाज में सकारात्मकता, कर्तव्यनिष्ठा और सदाचार की भावना को मजबूत करना है।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 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 साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

आयोजन हनुमान जोहड़ी मंदिर में हुआ महायज्ञ एवं गीता पाठ

युवा पीढ़ी को धर्म एवं संस्कृति से जोड़ने की दिशा में महत्वपूर्ण है गीता महायज्ञ : चरणदास

- 21 दिवसीय आध्यात्मिक अनुष्ठान का भव्य आयोजन किया जा रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव के तहत छोटी काशी भिवानी नगरी में युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट के तत्वावधान में 21 दिवसीय आध्यात्मिक अनुष्ठान का भव्य आयोजन किया जा रहा है। इस मिशन का मुख्य उद्देश्य युवा पीढ़ी को श्रीमद्भगवद्गीता के शाश्वत महत्व और इसके उपदेशों को अपने जीवन में आत्मसात करने के लिए प्रेरित करना है, ताकि युवा मन में संस्कृति और संस्कारों के बीज बोए जा सकें। कार्यक्रम गीता मनीषी स्वामी ज्ञानानंद महाराज के दिव्य सान्निध्य एवं मार्गदर्शन एवं महंत चरणदास महाराज के कुशल नेतृत्व में संपन्न हो रहा है, जो भिवानी के आध्यात्मिक वातावरण को भक्तिमय बना रहा है। इसी कड़ी में सोमवार को हनुमान जोहड़ी मंदिर परिसर में एक गीता महायज्ञ का आयोजन किया, ये महायज्ञ युवा पीढ़ी को धर्म और संस्कृति से जोड़ने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ। इस अवसर पर कन्या गुरुकुल नरेला की छात्राओं ने विशेष रूप से शिरकत की। इन छात्राओं ने न केवल गीता महायज्ञ में विधि-विधान से आहुतियां डालीं, बल्कि उन्होंने सामूहिक रूप से गीता पाठ भी किया। छात्राओं के स्वर में गूंजता गीता का पावन संदेश वातावरण को और भी अधिक पवित्र और ऊर्जावान बना गया।

भिवानी। हवन में आहुति डालते महंत चरणदास महाराज और साथ में मौजूद भक्तजन।

कार्यक्रम में इनकी रही उपस्थिति

महंत चरणदास ने कहा कि गीता केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं है, बल्कि ये जीवन जीने की कला सिखाने वाला एक संपूर्ण मार्गदर्शक है। उन्होंने कहा कि इस महायज्ञ का आयोजन युवा पीढ़ी को भौतिकवाद की चकाचौंध से निकालकर आत्मिक शांति और सही दिशा प्रदान करने के उद्देश्य से किया गया है। बता दें कि युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट के सदस्य बताते हैं कि इन 21 दिनों के दौरान नित्य गीता पाठ, सत्संग, प्रवचन और अन्य आध्यात्मिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। इस अवसर पर आचार्य सोमबीर नरेला, आचार्य विजय भारद्वाज बुवानीवाला, आचार्य सविता, स्वामी अनानंद स्वरूप, पवन मदान, ओमप्रकाश नंदवानी, नरेश आहुजा आत्मप्रकाश टुटेजा, कृष्ण लाल छिक्कारा, कौशल्या, सावित्री यादव, साध्वी चांदनी, उर्मिला सैनी, डॉ. ओमबीर कौशिक रहे।

यश ने राष्ट्रीय जंबूरी में दिया पर्यावरण सरंक्षण का संदेश

बाढड़ा। भारत स्काउट एंड गाइड द्वारा 29 नवंबर तक उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ में आयोजित 19वीं राष्ट्रीय जंबूरी में गांव कारी निवासी नौवीं कक्षा के छात्र यश ने पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। यश ने अपने साथी स्काउट के साथ मिलकर अपने टेंट की सजावट प्लास्टिक या अन्य सामान का प्रयोग न करते हुए फूलदार पौधों से की। छात्र यश कारी ने बताया कि राष्ट्रीय जंबूरी में हजारों स्काउट्स, गाइड, रोवर, रेंजर्स और यूनिट्स लीडरों ने हिस्सा लिया है। यही युवा देश का भविष्य हैं इसलिए हमने फैसला किया कि हमारी टीम 19 वीं राष्ट्रीय जंबूरी की गतिविधियों के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण पर जागरुकता अभियान चलाएगी ताकि जंबूरी में आए भारत के सभी राज्यों के प्रतिभागियों में पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया जा सके। जिले के बाढड़ा ब्लॉक से पहुंचे स्काउट दीपक, सचिन और दिनेश ने स्काउट यश के नेतृत्व में अपने टेंट नंबर 80 को बहुत ही सुंदर फूलों से सजाया, जिससे विभिन्न राज्यों के स्काउट और गाइड के लिए आकर्षण का केंद्र बन रहा है।

गुप्त व यौन रोग
गुप्त रोग, नामर्दी, शीघ्रपतन, धात, स्वप्न दोष, वीर्य/कम शुक्राणु आदि से छुटकारा पाएं।
जोश व टाईम बढ़ाएं
सैक्स समस्याएं ऑनलाइन सलाह लें - 9728321662
ताकत का कोर्स लें Rs.750/-
पिछले 25 वर्षों से सेवारत
जुनेजा क्लीनिक
9728321662
भिवानी रोजाना मिलें (9 am to 7 pm)
पता: 1stफ्लोर, रोहतक गेट, इण्डियन पेट्रोल पम्प के सामने, निकट सब्जी मण्डी
YouTube/Facebook पर देखें/फॉलो करें-जुनेजा क्लीनिक भिवानी