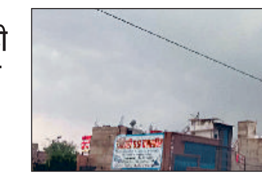
हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार, 18 अप्रैल 2024

11 महासर माता मंदिर में रामनवमी पर श्रद्धालुओं ने मांगी मन्नतें

12 आज बूदाबांदी व तेज गति से हवाएं चलने की संभावना



रात को अज्ञात वाहन ने बाइक को मारी टक्कर, एक की मौत और एक घायल

नारनौल। सिंघाना-नारनौल पर गोद बलाहा फ्लाईओवर के पास रात को सड़क हादसे में बाइक सवार की मौत हो गई। इस मामले में सदर पुलिस ने अज्ञात गाड़ी चालक के खिलाफ केस दर्ज किया है। राजस्थान में झुंझुनूं के भाटीवाड़ा वासी विकास ने शिकायत दी है। उसने बताया है कि मंगलवार को वह बुआ के बेटे राजू झाझोटिया वासी कोपर के साथ बाइक पर सवार होकर दिल्ली से कोपर जा रहे थे। बाइक राजू चला रहा था। जब हमने गोद बलाहा फ्लाईओवर क्रॉस किया तो पीछे एक गाड़ी तेज गति से आई। पीछे से गाड़ी ने बाइक को टक्कर मार दी। हम दोनों बाइक सहित गिर गए। यह घटना रात करीब नौ बजे की है। रात का समय होने के कारण गाड़ी के नंबर नहीं देख सके। चालक गाड़ी लेकर वहां से भाग गया। इस दुर्घटना में राजू को ज्यादा चोट लगी। एंबुलेंस गाड़ी से नागरिक अस्पताल में लेकर गए। जहां चिकित्सकों ने राजू को मृत घोषित कर दिया।

अदालत से पपला गुर्जर को भगाने वाला बदमाश लाला पैरोल काट नहीं लौटा जेल

यमुनानगर डीएसपी जेल की शिकायत पर हरियाणा गुड कंडक्ट कैदी एक्ट में सदर थाना महेंद्रगढ़ में एफआईआर 507 में आरोपित है गांव खैरोली का मिंटू उर्फ लाला

हरिभूमि न्यूज: महेंद्रगढ़

साल-2017 में महेंद्रगढ़ अदालत में पुलिस कर्मचारियों को गोली मारकर हरियाणा, राजस्थान व दिल्ली के मोस्ट वांटेड बदमाश पपला गुर्जर को भगाने के मामले में चर्चित हुए कुख्यात बदमाश गांव खैरोली निवासी मिंटू उर्फ बिट्टू उर्फ लाला पैरोल काटने के बाद जेल नहीं लौटा। मिंटू लाला को इसी केस में 20 साल की सजा काट रहा है। उसके ऊपर दादरी में दो और महेंद्रगढ़ सिटी थाना में पीओ का मुकदमा भी चल रहा है। अब यमुनानगर जेल डीएसपी की शिकायत पर आरोपित लाला पर सदर थाना हरियाणा गुड कंडक्ट कैदी एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी हैं।

मिंटू उर्फ बिट्टू उर्फ लाला।

सदर थाना थाना पुलिस को शिकायत में उप जेल अधीक्षक भूपेंद्र सिंह ने बताया कि आरोपित गांव खैरोली निवासी मिंटू उर्फ बिट्टू उर्फ लाला आठ सितंबर 2017 के मामले में विभिन्न धाराओं के तहत यमुनानगर जेल में बंद था। उच्च न्यायालय के आदेश पर आरोपित लाला को 29 फरवरी को पांच सप्ताह के लिए पैरोल पर छोड़ा गया था। आरोपित लाला को पांच अप्रैल को जेल में आत्मसमर्पण करना था। लेकिन लाला पैरोल पर आने के बाद वापस जेल में नहीं लौटा। सदर थाना पुलिस ने उप जेल अधीक्षक की शिकायत पर हरियाणा गुड कंडक्ट कैदी एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी हैं।

मोस्ट वांटेड पपला गुर्जर को कोर्ट से भागने की वारदात था शामिल

आठ सितंबर 2017 को पुलिस को लूटपाट और हत्या के कई मामलों में आरोपित विक्रम उर्फ पपला को सहित 12 बंदियों को नारनौल जेल से न्यायालय में पेशी पर लाया गया था। महेंद्रगढ़ न्यायालय परिसर पहुंचने के बाद प्रोटेक्शन में तैनात दो पुलिसकर्मियों व साथ आए पुलिसकर्मियों ने बंदियों को बस से निकालना शुरू किया। पुलिसकर्मियों ने पहले बब्बू गैंग से जुड़े विरेन्द्र उर्फ पट्टु खायरा, राजेश पुत्र हरीराम सतनाली को निकालकर लॉकअप में बंद कर दिया। इसके बाद डाक्टर गैंग से जुड़े विक्रम उर्फ पपला पुत्र मनोहरलाल एवं विरेन्द्र उर्फ झुथर खैरोली को उतारकर ले जाया जा रहा था तभी आए करीब एक दर्जन हथियारबंद युवक वहां पहुंच गए। पुलिसकर्मियों के मुताबिक हथियारबंद युवकों को देखकर विक्रम उर्फ पपला भागने लगा तो सहायक निरीक्षक धर्मबीर ने पकड़ लिया।

इसी दौरान युवकों ने अंधाधुंध फायरिंग शुरू कर दी। फायरिंग में एक गोली सहायक निरीक्षक धर्मवीर के माथे पर जा लगी। उपचार के दौरान निरीक्षक धर्मबीर की मौत हो गई थी जबकि जबकि तीन पुलिस कर्मचारी घायल हो गए थे। वहीं बदमाश विक्रम को भगा ले जाने में सफल हो गए थे तथा आरोपित बिरेंद्र उर्फ झुथर को पुलिस कर्मचारी ने वहीं दबोच लिया था। इस वारदात में नया गांव निवासी पुष्कर, गांव खरौली निवासी मिंटू उर्फ बिट्टू उर्फ लाला व संदीप उर्फ सिंधिया सहित अन्य बदमाश शामिल थे।

खबर संक्षेप

सनराइज स्कूल में फ्री कैंसर जांच शिविर 20 को

नांगल चौधरी। सनराइज सीनियर सेकेंडरी स्कूल में 20 अप्रैल को निःशुल्क कैंसर एवं स्वास्थ्य चेकअप शिविर लगाया जाएगा। प्रवक्ता बिरेंद्र सिंह ने बताया कि कैंप में राजीव गांधी कैंसा इंस्टिट्यूट एवं रिसर्च सेंटर के चिकित्सक सेवाएं देंगे। शिविर में ब्रेस्ट, फेफड़े, मुंह, गुर्दा व गले के कैंसर की स्क्रीनिंग जांच की जाएगी। हड्डी संबंधी रोगों की जांच के साथ हार्ट, शुगर, लीवर, किडनी का चेकअप किया जाएगा।

बजाड़ में कल मनाई जाएगी आंबेडकर जयंती

मंडी अटेली। भारत रत्न बाबा साहब डा. भीमराव आंबेडकर कि 133वीं जयंती गांव बजाड़ में 19 अप्रैल को मनाई जाएगी। अश्वनी बौद्ध ने बताया कि कार्यक्रम में पूर्व प्राचार्य डा. शिवताज सिंह शामिल होंगे। महिला कॉलेज अटेली के प्राचार्य डा. प्रवीण यादव करेंगे। जयंती समारोह में बाबा साहब के गीतों के माध्यम से मंजीत मेहरा व श्वेता आंबेडकर अपनी प्रस्तुति देंगे।

रघुनाथपुरा में झगड़े करते युवक पकड़े, केस

नारनौल। शहर के पास गांव रघुनाथपुरा में पुलिस ने झगड़ा करते मौके पर सात आरोपितों को पकड़ा है। पुलिस ने केस दर्ज किया है। महावीर पुलिस चौकी को जेठू बाबा मंदिर के पास कुछ युवक झगड़ा करने की सूचना मिली। पुलिस ने कप्तान उर्फ जन्त्री वासी हसनपुर, मनीष यादव वासी नीरपुर, आकाश वासी गहली, विजेंद्र उर्फ टावर वासी रघुनाथपुरा, दिनेश वासी हमीदपुर, अंकित उर्फ जांगिड़ वासी रामनगर कॉलोनी व अंकित वासी सुरानी बताया। मौके पर दो बुलेरो गाड़ी आपस में टकराने से टूटी हुई पाई गई। पुलिस ने इन आरोपितों पर केस दर्ज किया है।

स्कूल संचालकों की मांग पर डीसी ने लिया फैसला

स्कूल बस चालकों व परिचालकों के अब तहसील स्तर पर बनेगे फर्स्ट एड सर्टिफिकेट

पोर्टल पर ऑनलाइन करें पंजीकरण, 30 प्रशिक्षणार्थी होने पर स्कूल में ही बैच लगेगा, स्कूल प्राचार्या व सचिव 26 तक जेल में, चेयरमैन व डायरेक्टर की अभी भी तलाश जारी

कनीना। सिटी पुलिस थाना के सामने बनाए गए स्पीड ब्रेकर, गिरफ्तार स्कूल चेयरमैन और आरोपितों को न्यायालय में पेश करने ले जाती पुलिस। फोटो: हरिभूमि।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

महेंद्रगढ़ के राजकीय महिला कॉलेज में हुई बैठक में स्कूल मैनेजमेंट व संचालकों की मांग पर डीसी मोनिका गुप्ता ने जिले के अलावा उपमण्डल व तहसील स्तर पर भी प्राथमिक सहायता (फर्स्ट एड) निपुणता का प्रमाण-पत्र बनाने का फैसला लिया गया है। जिला रेडक्रॉस सोसायटी ने बुधवार को इस बारे में जिम्मेदारी तय कर दी गई हैं।

जिला उपायुक्त मोनिका गुप्ता

रेडक्रॉस समिति के सचिव महेश गुप्ता ने बताया कि जिला रेडक्रॉस समिति अध्यक्ष एवं डीसी ने मंगलवार को ही रेडक्रॉस को इस संबंध में आदेश दिए थे। रेडक्रॉस समिति ने अलग-अलग स्थान पर अलग कर्मचारियों की ड्यूटी लगाई है। सुरक्षित स्कूल वाहन पॉलिसी के तहत सभी राजकीय व मान्यता प्राप्त निजी स्कूलों व शिक्षण संस्थानों के बस चालक व परिचालक के पास उचित लाइसेंस होना अनिवार्य है। इसके लिए प्राथमिक सहायता (फर्स्ट एड) निपुणता का प्रमाण-पत्र होना अति आवश्यक है। रेडक्रॉस सचिव ने बताया कि जिला रेडक्रॉस सोसायटी की ओर से प्रत्येक कार्य दिवस में प्रशिक्षित प्रवक्ताओं की ओर से प्रदान किया जाता है। इस प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए व्यक्तिगत रूप से ऑनलाइन पोर्टल आईआरसीएसएफए डॉट ओआरजी पर भी पंजीकरण किया जा सकता है। इसके लिए ऑनलाइन पंजीकरण फीस 1525 रुपये है। इसके अलावा रेडक्रॉस कार्यालय एवं उपमण्डल व तहसील स्तर पर संचालित ब्रांचों में भी पंजीकरण करवा सकते हैं।

यहां करें सम्पर्क

उन्होंने बताया कि रेडक्रॉस कार्यालय व खंड सिहमा के लिए टेक्निकल कोऑर्डिनेटर कौशल के मोबाइल नंबर 7056255565 पर संपर्क कर सकते हैं। उप मंडल परिसर महेंद्रगढ़ व सतनाली ब्लॉक के लिए घनश्याम के मोबाइल नंबर 7027737175 पर संपर्क कर सकते हैं। उप मंडल परिसर कनीना के लिए मनोज कौशिक के मोबाइल नंबर 7015723158 पर संपर्क कर सकते हैं। उप मंडल परिसर नांगल चौधरी व निजामपुर ब्लॉक के लिए कर्मवीर के मोबाइल नंबर 8053700974 पर संपर्क कर सकते हैं। इसके अलावा अटेली तहसील के लिए मुकेश कुमार के मोबाइल नंबर 9812791291 पर संपर्क कर सकते हैं।

स्कूल में भी लग सकेगा बैच

रेडक्रॉस सचिव ने बताया कि यदि एक स्कूल में 30 प्रशिक्षणार्थी हो जाते हैं, तो उसी स्कूल में बैच बना दिया जाएगा। अगर 30 प्रशिक्षणार्थी नहीं हो पाते हैं तो नजदीकी स्कूल से पांच किलोमीटर दूर संपर्क करके किसी भी एक स्कूल में बैंच बना सकते हैं। साईट पर पंजीकरण करते समय यदि कोई समस्या आती है, तो राजकुमार व्यास के मोबाइल नंबर 9729467000, टेक्निकल कोऑर्डिनेटर कौशल के मोबाइल नंबर 7056255565 व कपिल के मोबाइल नंबर 8053313574 पर संपर्क कर सकते हैं। उन्होंने जिले के सभी सरकारी मान्यता प्राप्त निजी विद्यालयों के प्रबंधक व मुखिया से अपील की है कि वे शीघ्र अति शीघ्र अपने-अपने विद्यालय के सभी चालक व परिचालकों का प्राथमिक सहायता प्रशिक्षण (फर्स्ट एड) के लिए पंजीकरण करवाकर प्रशिक्षार्थियों की सूची 10 दिनों में जिला रेडक्रॉस सोसायटी कार्यालय में दस्ती एवं मेल आईडी आरईडीसीआरओएसएस डॉट एनएनएल एट दी रेट जीमेल डॉट कॉम पर भिजवाना सुनिश्चित करें।

बस हादसाः दुर्घटना संभावित क्षेत्रों में बनाए स्पीड ब्रेकर

कनीना। स्कूल बस हादसे के बाद जिला प्रशासन के निर्देश पर लोक निर्माण विभाग ने मुख्य सड़क मार्ग व राज्य मार्ग पर स्पीड ब्रेकर बनाने आरंभ कर दिए हैं। सिटी पुलिस थाना के सामने दादरी मोड़ रेवाड़ी मोड आदि अनेक जगह पर लोक निर्माण विभाग ने स्पीड ब्रेकर बनवाए हैं। इस बारे में उप पुलिस अधीक्षक महेंद्र सिंह ने बताया कि क्षेत्र में किसी भी स्थान पर दुर्घटना होने पर मौका निरीक्षण किया जाता है और वहां पर दुर्घटना की वजह क्या रही तथा बचाव के उपाय पर गौर किया जाता है। दुर्घटना संभावित लोकेशन को चिन्हित कर वहां पर सुरक्षा के उचित इंतजाम किए जाते हैं। वहीं दूसरी ओर क्षेत्र में किसी भी मुख्य चौराहे पर यातायात नियंत्रण के लिए बत्ती का नहीं होना गंभीर बात है। यह बात उन्होंने अधिकारियों के सामने उठाई। इसके अलावा कनीना-महेंद्रगढ़ मार्ग पर राष्ट्रीय राजमार्ग-152 डी के पास भी सर्कल व बत्ती नहीं होने से लगातार दुर्घटनाओं के अंदेशा बना रहता है।

प्राचार्या व सचिव को कोर्ट में पेश, चेयरमैन गिरफ्तार

कनीना। स्कूल बस हादसे शहर पुलिस ने स्कूल प्रिंसिपल दीप्ति यादव व सचिव होशियार सिंह को पांच दिन के पुलिस रिमांड के बाद मंगलवार को कोर्ट मे पेश किया। जहां से दोनों आरोपितों को 26 अप्रैल तक न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। पुलिस ने स्कूल चेयरमैन राजेंद्र सिंह लोढ़ा को भी गिरफ्तार कर लिया। जबकि डायरेक्टर सुभाष यादव की तलाश अभी भी जारी है। ड्राइवर धर्मेंद्र सहित उसके अन्य चार साथी हरिश, संदीप, भूदेव व नरेश को भी गिरफ्तार कर लिया था। जिन्होंने आरोपित ड्राइवर धर्मेंद्र के साथ घटना से एक घंटे पूर्व बस मे शराब पी थी। जिन्हें कोर्ट ने 26 अप्रैल तक न्यायिक हिरासत मे भेज दिया था। डीएसपी महेंद्र सिंह ने बताया की प्रिंसिपल दीप्ति यादव व सचिव होशियार से रिमांड के दौरान अहम दस्तावेज बरामद किए है। स्कूल के चेयरमैन राजेंद्र सिंह लोढ़ा व डायरेक्टर सुभाष यादव की गिरफ्तारी के लिए छापेमारी की गई, लेकिन संभावित ठिकानों पर आरोपित नहीं मिले।

आज से 19 अप्रैल तक राजस्थान बॉर्डर के तीन किलोमीटर के दायरे में बंद रहेंगे शराब ठेके

- राजस्थान में 19 अप्रैल को होगा पहले चरण का मतदान
- एसपी ने पुलिस अधिकारियों को दिए निर्देश

नारनौल। राजस्थान में लोकसभा चुनाव के दौरान शराब की तस्करी पर अंकुश लगाने के लिए एक्साइज एंड टैक्सेशन कमिश्नर हरियाणा ने हरियाणा-राजस्थान बॉर्डर से तीन किलोमीटर के दायरे में शराब ठेके बंद रखने के आदेश जारी किए हैं। इस संबंध में पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा ने महेंद्रगढ़-राजस्थान बॉर्डर से तीन किलोमीटर के दायरे में शराब की दुकानें बंद रखने के आदेश जारी कर दिए हैं। पुलिस प्रवक्ता सुमित कुमार ने बताया कि राजस्थान में 19 अप्रैल को होने वाले लोकसभा चुनाव के चलते 19 अप्रैल को मतदान समाप्त होने तक बॉर्डर के सभी ठेके बंद रहेंगे। एक्साइज एंड टैक्सेशन कमिश्नर के इस आदेश से महेंद्रगढ़ में बॉर्डर से तीन किलोमीटर के दायरे में स्थित ठेके प्रभावित होंगे। इसके संबंध में पुलिस कप्तान ने सभी पर्यवेक्षण अधिकारियों व थाना प्रबंधकों को निर्देश जारी किए हैं कि संबंधित क्षेत्र में गश्त करेंगे और एक्साइज एंड टैक्सेशन कमिश्नर के आदेशों की पालना करवाएंगे। इसके साथ ही एसपी ने सभी नाका इंचाजार्ें को शराब तस्करी पर अंकुश लगाने के लिए वाहनों की गहनता से चेकिंग करने के निर्देश दिए हैं।

कनीना मंडी में 21795 क्विंटल गेहूं और 59492 क्विंटल सरसों खरीदी

कनीना। कनीना की पुराने अनाज मंडी में 21795 क्विंटल गेहूं खरीदा जा चुका है, लेकिन एफसीआई की ओर से गेहूं रखवाने के लिए स्थान उपलब्ध न करवाने के चलते गेहूं मंडी में ही रखा गया है। जिसके चलते वहां पर गेहूं का ढेर लगा है। इस बारे में खरीद एजेंसी हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन के खरीद अधिकारी सुरेंद्र कुमार ने बताया कि उनके पास बारदाने का उचित स्टॉक है, लेकिन गेहूं का उठान अब तक नहीं हुआ है। दूसरी ओर नई अनाज मंडी में सरसों की खरीद जारी है। जिसमें वेयर हाउसिंग कॉरपोरेशन की ओर से 59492 क्विंटल सरसों खरीद की गई। जिसको गोदाम में रखवाया जा रहा है। उन्होंने बताया कि सरसों का समर्थन मूल्य 5650 व गेहूं का समर्थन मूल्य 2275 रुपये प्रति क्विंटल है, जिसकी राशि सीधे किसानों के खाते में आएगी। मंडी में आने वाले किसानों को किसी प्रकार की परेशानी ना हो इसके लिए उचित प्रबंध किए गए हैं।

मकान से नकदी व गहने चोरी के दो आरोपित काबू, रिमांड पर

- ताला तोड़कर की थी घर में चोरी

नारनौल। सीआईए महेंद्रगढ़ पुलिस ने चोरी के मामलों में कार्रवाई करते हुए गांव देवास में मकान में घुसकर आभूषण व नकदी चोरी के मामले में दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। जिनकी पहचान अमित वासी मोहम्मदपुर बावल व लाला वासी परसा का नंगला हसनपुर पलवल के रूप में हुई है। जिन्हें कोर्ट से पुलिस रिमांड पर लिया गया है। नरेश कुमार बताया कि सात जनवरी को उसके छोटे भाई सुरेश का फोन आया कि घर का दरवाजा खुला है। सूचना मिलने मैने अपने भाई बिना किसी चीज को हाथ लगाएं जांच करने को कहा। जब सुरेश ने चेक करके बताया कि घर के अंदर कमरे में सभी अलमारियां खुली पड़ी है, संदूक खुली पड़ी है, समान अस्त-व्यस्त पड़ा है। इसके बाद शिकायतकर्ता घर पहुंचा और सामान चेक किया तो एक लैडिज पर्स जिसमे दो सोने की चैने, दो अंगुठी, एक जोड़ी टोपस, एक नोज पिन व एक ब्रेसलेट चांदी, दो जोड़ी पाजेब चांदी की तथा 50-50 व 20-20 नोट की गड्डी नहीं मिले। शपुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी और दो आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया।

नंबरदार जोखीराम स्मृति समिति ने 80 साल से अधिक आयु के बुजुर्गों को किया सम्मानित

नारनौल। नंबरदार जोखीराम स्मृति समिति नीरपुर ने बुधवार को शक्ति स्पोर्ट्स एकेडमी परिसर में बुजुर्ग सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें बिजली वितरण निगम के पूर्व अधीक्षक अभियंता राव सुखबिंद्र सिंह मुख्यातिथि थे। अध्यक्षता समिति के महासचिव वरिष्ठ साहित्यकार रघुविंद्र यादव ने की। समारोह में गांव नीरपुर के 80 साल से अधिक आयु वाले बुजुर्गों को सम्मानित किया गया। राव सुखिवंद्र ने पुण्यतिथि पर नंबरदार जोखीराम को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि व्यक्ति शरीर छोड़ जाता है, लेकिन अपने कर्मों से सदैव मौजूद रहता है। नंबरदार साहब ने अपने बच्चों को अच्छे संस्कार दिए हैं, उसी का परिणाम है कि आज वे न केवल अपने पिता को याद कर रहे हैं, बल्कि गांव के 80 साल से अधिक आयु वाले सभी बुजुगार्ें का सम्मान भी कर रहे हैं। इससे पूर्व राव ने सभी बुजुर्गों को फूल माला पहनाकर व शॉल ओढ़ाकर तथा रघुविंद्र यादव ने बुजुर्गों को नगद राशि भेंटकर समिति की ओर से सम्मानित किया। कार्यक्रम संयोजक यादवेंद्र सिंह अधिवक्ता ने बताया कि 80 साल से अधिक उम्र वाले गांव नीरपुर के सभी बुजुर्गों को आमंत्रित किया गया था। जिनमें से सात व्यक्तिगत रूप से समारोह में पहुंचे। शेष स्वास्थ्य कारणों से खुद नहीं आ सकें। आज जिन बुजुर्गों को सम्मानित किया।

एसपी के आदेश, पीड़िता की शिकायत पर केस

- गांव से शहर आई बुजुर्ग महिला से महावीर चौक पर हुई थी लूट, बेहोश कर महावीर चौक की घटना, चौकी पुलिस ने नहीं की थी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

गांव की एक बुजुर्ग शहर में आई। महावीर चौक पर उसे कुछ संदिग्ध व्यक्तियों ने सुंघा दिया और अचेत अवस्था में आभूषण व 500 नगद राशि लेकर फरार हो गए। यह आरोप लगाते हुए पीड़िता महावीर पुलिस चौकी पहुंची। कोई कार्रवाई नहीं होने पर दोबारा वहां गई। फिर भी कार्रवाई नहीं होता देख वह पुलिस अधीक्षक दरबार पहुंची।

गांव खारीवाड़ा वासी महिला मंगुबाई ने एसपी को दी शिकायत में बताया है कि वह अनपढ़ महिला है और 61 साल की है। तलाकशुदा होने की वजह से अपने घर का कार्य स्वयं ही करना पड़ता है। घरेलू कार्य व चिकित्सक के पास अपने किसी रिश्तेदार के यहां नारनौल आई थी। जब महावीर चौक पहुंची तो दो-तीन युवकों ने रास्ता पूछने के बहाने से अपने पास बुलाया और उसे नशीला पदार्थ सुंघाकर अचेत अवस्था में कर दिया।

इसके बाद कानों से सोने के टॉपस, जिसके साथ चेन लगी हुई थी, आरोपित लेकर फरार हो गए। वह 500 रुपये भी नगद ले गए। वहां आस-पास लगे सीसीटीवी फुटेज में दिखा जा सकता है। यह घटना पांच अप्रैल दोपहर साढ़े तीन बजे की है। घटना की सूचना रिश्तेदारों को दी। फिर वह महावीर पुलिस चौकी में गई। आरोप है कि महावीर पुलिस चौक में मौजूद पुलिस कर्मी द्वारा उसकी फोटो अपने मोबाइल में खिंची थी।

फिर परिचित का मोबाइल नंबर भी वहां पर मौजूद कर्मचारी द्वारा बतौर रिकार्ड अपने पास लिखा था और कहा भी कि हमने आपकी अर्जी नोट कर ली है। जो भी कार्रवाई होगी, उससे अवगत करवा दिया जाएगा। वह यह सुन घर चली गई। लेकिन कोई कार्रवाई नहीं होने पर वह फिर से महावीर पुलिस चौकी पहुंची तो उन्होंने कहा कि दरखास्त कहां है। फिर वहां से भगा दिया। इस घटनाक्रम के बाद पुलिस ने जांच की और सीसीटीवी फुटेज चैक किया। फुटेज में दो व्यक्ति शिकायतकर्ता के साथ जाते हुए दिखाई दिए।

स्कूल बस हादसा, तीन बच्चों का गुरुग्राम में चल रहा उपचार

घर लौटे 17 बच्चों की सप्ताह बाद होगी मेडिकल जांच

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

कनीना में स्कूल बस हादसे के गवाह विद्यार्थी उपचार करवाकर घर लौटने लगे है। उनके जहन में अभी हादसे का डर है। कुछ बच्चे अभी स्कूल जाने के लिए किसी भी वाहन में बैठने से कतरा रहे है। अभी भी तीन ऐसे विद्यार्थी है जो गुरुग्राम के आर्टेमिस अस्पताल में उपचार करवा रहे है। उनकी हालत खतरे से बाहर है, पर पूरी तरह स्वस्थ्य होने में अभी लंबा समय लगेगा।

हरिभूमि टीम ने जब घायलों का रिकॉर्ड खंगाला तो सामने आया कि बस में 40 विद्यार्थी थे। इन्हीं आंकड़ों का हवाला प्रशासन भी दे रहा है। इनमें छह की मौत हो गई। अन्य 36 विद्यार्थी घायल थे। जिनमें 17 विद्यार्थी ही स्वास्थ्य विभाग के रिकार्ड में है। अन्य जो घायल हुए, मौके पर उनके परिजन अपनी सुविधा के हिसाब से अलग-अलग हॉस्पिटल में लेकर गए और अपने स्तर पर उपचार करवा रहे है। विभाग के मुताबिक 11 घायल विद्यार्थियों को रेवाड़ी के मातृिका अस्पताल में भर्ती करवाया गया था। इनमें तनिष्क, अमन, बबीता, पियूष, आरव, अवनी, भूमिका, आदित्या, हेनू, दिव्या व यशवी शामिल थी। इन 11 विद्यार्थियों को 11 से 14 अप्रैल के बीच उपचार के बाद अस्पताल से डिस्चार्ज किया गया। इसी तरह तीन विद्यार्थियों का उपचार रेवाड़ी के ही आदित्या हॉस्पिटल में चला। जिनमें पियूष, पूजा व पूजा शामिल है। इन तीनों का उपचार होने के बाद 14 अप्रैल को अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया। इन्हें फिर से एक सप्ताह बाद चैकअप के लिए बुलाया गया है।

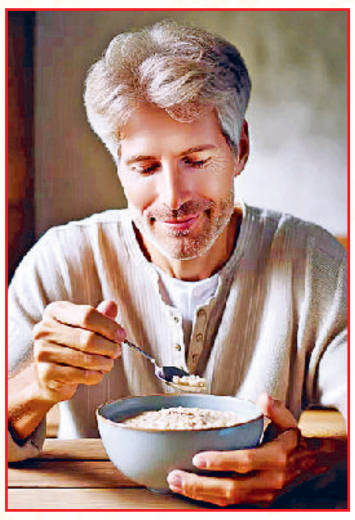
नारनौल। घायल से मिलती उपायुक्त मोनिका गुप्ता। फाइल: फोटो।

गुरुग्राम के आर्टेमिस में भर्ती है 3 विद्यार्थी

तीन घायल विद्यार्थी अभी गुरुग्राम के आर्टेमिस अस्पताल में भर्ती है। उन्हें रेवाड़ी से रेफर किया गया था। जिनमें घायल राधिका व सपना गांव धनौंदा से है और तीसरा विद्यार्थी प्रियांशु गांव खेड़ी वासी है। स्वास्थ्य विभाग के रिकॉर्ड के अनुसार छात्रा राधिका को हेड इंजरी है, बाई थाई में फ्रेक्चरर भी है। छात्रा सपना की रीड की हड्डी में चोट है। वहीं छात्र प्रियांशु के थाई में फ्रेक्चरर है। वैसे तीनों विद्यार्थी खतरे से बाहर है, पर अभी उन्हें पूरी तरह स्वस्थ्य होने में समय लगेगा।

सुपर ब्रेकफास्ट है पौष्टिक दलिया

वैसे तो हर उम्र के लोग अपनी पसंद के अनुसार नाश्ता करते हैं। लेकिन दलिया एक ऐसा फूड आइटम है, जो हर उम्र के लोगों के लिए सुपर ब्रेकफास्ट की तरह होता है। इसमें मौजूद न्यूट्रिएंट्स और इसके सेवन से होने वाले फायदों के बारे में आपको पता होना चाहिए।



डाइट सजेशन
राजकुमार 'दिनकर'

हर उम्र के लोगों के लिए अलग-अलग तरह के फूड्स का महत्व होता है। जैसे, 50 प्लस लोगों के लिए ऐसा फूड अच्छा माना जाता है, जो पौष्टिक होने के साथ आसानी से डाइजेस्ट भी हो जाए। इस लिहाज से दलिया महज सुविधाजनक फूड भर नहीं है बल्कि 50 प्लस लोगों के लिए सुपर फूड की तरह है। वे इसे चाहे नाश्ते में खाएं या डिनर में, उनके लिए इसके फायदे ही फायदे हैं। अगर 50 साल से ऊपर की उम्र के लोग सुबह नाश्ते में दलिया लेते हैं, तो उनके लिए यह बहुत फायदेमंद होता है। दलिया के सेवन से वे दिन भर एनर्जेटिक महसूस करते हैं और दलिया का पचाना उनके लिए बहुत आसान होता है।

सभी के लिए यूजफुल: यह सोचना सही नहीं है कि दलिया सिर्फ बूढ़ों का ही भोजन है। दलिया हर उम्र के लोगों के लिए महत्वपूर्ण होता है, क्योंकि इसमें भरपूर पोषक तत्व पाए जाते हैं। अगर आप युवा हैं लेकिन जरूरत से ज्यादा वजनदार हो गए हैं और वजन घटाना चाहते हैं तो आपके लिए भी दलिया का वही महत्व है, जो बूढ़ों के लिए है। दरअसल, दलिया में कैलोरी कम पाई जाती है, जबकि प्रोटीन और आयरन की मात्रा काफी ज्यादा होती है, इसलिए यह हेल्दी तरीके से वजन कम करने में मदद करता है।

फाइबर का भंडार: दलिया में भरपूर मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो पेट को लंबे समय तक भरे होने का एहसास देता है। दलिया का फाइबर एक उत्कृष्ट किस्म के रेचक का काम करता है यानी, यह मानव आंतों के साथ-साथ मानव शरीर के पाचन तंत्र में जो विषाक्त पदार्थ अपशिष्ट के रूप में मौजूद होते हैं, उन्हें यह अपने साथ लपेटकर मल के रास्ते से बाहर करता है। इस तरह दलिया पेट की बहुत अच्छी तरह से सफाई कर देता है। यह सफाई इसमें फाइबर होने से होती है।

मांसपेशियां बनाए मजबूत: दलिया में मांसपेशियों को न सिर्फ मजबूत बल्कि उनकी वृद्धि की भी क्षमता होती है, क्योंकि दलिया में भरपूर मात्रा में प्रोटीन होता है। साथ ही कई विटामिनों का भी यह स्रोत होता है। जाहिर है, इससे मांसपेशियों के निर्माण में मदद मिलती है। दलिया में मैग्नीशियम और आयरन भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जो हीमोग्लोबिन की कमी पूरा करने के साथ मस्तिष्क के सही विकास के लिए जरूरी है। चूंकि दलिया में पाया जाने वाला मैग्नीशियम हमारी नसों को शांत रखने और स्वस्थ रखने में मददगार है, इसलिए रात के समय दलिया खाने से बेहतरीन नींद आती है।

कैल्शियम-विटामिन ई का भंडार: दलिया में फास्फोरस, मैग्नीज जैसे पोषक तत्वों के साथ-साथ भरपूर मात्रा में कैल्शियम भी पाया जाता है। जिस वजह से यह न सिर्फ हमारी हड्डियों को मजबूत बनाता है बल्कि इन्हें चिकना भी रखता है। इस कारण असमय होने वाले कई तरह के जोड़ों के दर्द से आप बचे रहते हैं। दलिया में प्रोटीन भरपूर होने के कारण यह मेटाबॉलिज्म की दर बढ़ाता है, नतीजतन ज्यादा कैलोरी बर्न होती है।

यह ब्रेन फूड भी है: डाइट एक्सपर्ट्स और प्रोफेशनल डाइटीशियन के अनुसार, दलिया एक ब्रेन फूड है, क्योंकि इसके नियमित सेवन से हमारा शरीर स्वस्थ रहता है और जब भी हम किसी काम में खुद को लगाते हैं तो हमारी काम की गुणवत्ता बेहतर होती है। दलिया में मैग्नीशियम पाया जाता है और विटामिन-ई भी भरपूर मात्रा में होता है। मैग्नीशियम की वजह से शारीरिक दर्द में आराम मिलता है, वहीं विटामिन-ई हमारी त्वचा को मजबूत बनाने में मददगार होता है। कह सकते हैं दलिया सुपर फूड है। किशोर, नौजवान या किसी भी उम्र का व्यक्ति दलिया का सेवन करे, यह सबके लिए फायदेमंद है। *

स्पेशलः वर्ल्ड लिवर-डे, 19 अप्रैल

अनहेल्दी फूड हैबिट्स, इनएक्टिव लाइफस्टाइल और हेल्थ को लेकर लापरवाही बरतने की वजह से लोगों में लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम्स बढ़ने लगी हैं। इस पर ध्यान ना देने से पूरा बॉडी सिस्टम बिगड़ जाता है और कंडीशन सीरियस भी हो सकती है। इसलिए बहुत जरूरी है कि आप उन वजहों के बारे में जानें, जिससे लिवर प्रॉब्लम्स होती हैं। साथ ही इसके लक्षणों और बचाव के उपायों के बारे में भी यहां बता रहे हैं।

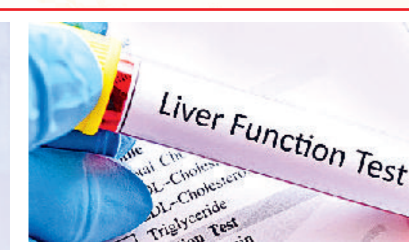
बढ़ रही हैं लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम्स
बचाव के लिए रहें कॉन्शस

डॉक्टर्स एडवाइस

विश्व भर के लोगों में लिवर हेल्थ के प्रति अवेयरनेस बढ़ाने के उद्देश्य से हर साल 19 अप्रैल को वर्ल्ड लिवर डे मनाया जाता है। लिवर रोगों की गंभीरता, सही समय पर जांच कराने और रोकथाम के बारे में लोगों को शिक्षित करने की दृष्टि से वर्ल्ड लिवर-डे खास महत्व रखता है। आइए इस लेख में स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा जानते हैं कि लिवर से जुड़ी हुई प्रमुख समस्याएं कौन-कौन सी हैं, इनके लक्षण क्या हैं और लिवर के स्वास्थ्य को बेहतर रखने के लिए किस तरह की सावधानियां बरतने की जरूरत है-

लिवर रिलेटेड मेन डिजीजेज

लिवर से रिलेटेड कई तरह की प्रॉब्लम्स पूरी दुनिया के लोगों को अपनी गिरफ्त में ले रही हैं। इस बारे में नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम में सीनियर कंसल्टेंट एंड क्लीनिकल लीड-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी एंड हेपेटोलॉजी, **डॉ. शिवानी देसवाल** कहती हैं, 'वैश्विक स्तर पर मुख्य रूप से, लिवर कैंसर और सिरोसिस गंभीर रूप से लोगों को प्रभावित करता है। सिरोसिस लिवर का एक गंभीर घाव होता है, जो सॉफ्ट और हेल्दी टिश्यूज को हार्ड टिश्यूज में बदल देता है। यह रोग इंफेक्शन, हृदय रोग या लगातार आघात से लंबे समय तक सूजन के कारण हो सकता है। ये लिवर कैंसर के लिए भी प्रमुख रिस्क फैक्टर माना जाता हैं। सिरोसिस से अलग लिवर कैंसर में लिवर के अंदर असामान्य और अस्वस्थ कोशिकाओं की वृद्धि होने लगती है। हेपेटोसेल्यूलर कार्सिनोमा, लिवर में होने वाले कैंसर का सबसे कॉमन प्रकार है। इसके अलावा लिवर में फैट जमा हो जाने के कारण फैटी लिवर की समस्या भी बढ़ जाती है। यह समस्या शराब से संबंधित फैटी लिवर (एएलडी) या नॉनअल्कोहलिक फैटी लिवर रोग (एनएएफएलडी) हो सकता है। अकसर लिवर में वायरल संक्रमण भी हो जाता है, जिससे लिवर में लालपन और सूजन आ जाती है। यह हेपेटाइटिस वायरस, हेपेटाइटिस- ए, बी, सी, डी और ई के कारण हो सकता है, जिनमें से हेपेटाइटिस-ए और बी को तो वैक्सीनेशन से रोका जा सकता है लेकिन हेपेटाइटिस-सी, सिरोसिस और हेपेटोसेल्यूलर कार्सिनोमा लिवर कैंसर का कारण भी बन सकता है। अगर इन बीमारियों का सही समय पर उपचार न किया जाए तो बाद में ये लिवर फेलियर का कारण भी बन सकती हैं। इसलिए इन रोगों के लक्षण नजर आने पर देर नहीं करनी चाहिए और जल्द से जल्द डॉक्टर से कंसल्ट करने के बाद ट्रीटमेंट करवाना चाहिए।'



लिवर रोगों के प्रमुख लक्षण

लिवर में होने वाले विभिन्न रोगों के लक्षणों के बारे में पूछे जाने पर धर्मशिला नारायणा हॉस्पिटल, दिल्ली के सीनियर कंसल्टेंट-मेडिकल गैस्ट्रोएंटरोलॉजी, **डॉ. महेश गुप्ता** बताते हैं, 'लिवर रोगों के सामान्य लक्षणों की बात की जाए तो शुरुआती स्तर में आपको पीलिया हो सकता है, जिसमें आंखें और त्वचा पीली दिखाई देने लगती हैं। त्वचा में खुजली होना, पेट में सूजन और दर्द महसूस होना भी लिवर रिलेटेड प्रॉब्लम के सिंप्टंप्स हो सकते हैं। साथ ही टखनों और पैरों में सूजन आ जाना, यूरिन करते समय यूरिन का रंग गहरा पीला प्रतीत होना, लंबे समय तक थकान महसूस होना, मितली या दस्त आना, स्टूल का रंग हल्का होना और भूख न लगना जैसे लक्षण महसूस हो सकते हैं। ज्यादातर लिवर रोगों में जल्दी कोई संकेत या लक्षण नहीं दिखाई देते हैं, इसलिए अपने शरीर में होने वाले बदलावों पर ध्यान देते रहें और अगर आपको कोई भी लक्षण लगातार महसूस हो तो बिना लापरवाही किए तुरंत फिजिशियन या गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट डॉक्टर से संपर्क करें। लिवर रोगों की पुष्टि के लिए डॉक्टर लिवर फंक्शन टेस्ट, कंपलीट ब्लड काउंट, एमआरआई, अल्ट्रासाउंड और लिवर बायोप्सी का सुझाव दे सकते हैं। रोग की पुष्टि के बाद लिवर रोगों का उपचार लिवर की क्षति और बीमारी की कंडीशन को देखते हुए किया जाता है। इस बात का ध्यान रखें कि लिवर संबंधी रोगों में उपचार जल्द से जल्द शुरू होना सबसे जरूरी होता है।'

सही खान-पान का रखें ध्यान

लिवर के अनहेल्दी होने की वजहों और हेल्दी डाइट की इंपॉर्टेंस के बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, नई दिल्ली में चीफ-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी एंड हेपेटोलॉजी, **डॉ. मोनिका जैन** डिटेल में बताती हैं। उनके अनुसार, 'जिस प्रकार से एक गाड़ी में सबसे महत्वपूर्ण भाग इंजन होता है, ठीक उसी प्रकार से हमारे शरीर में सबसे महत्वपूर्ण अंगों में से एक लिवर होता है। यदि आप लिवर के स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं देते तो इसका असर पूरे शरीर पर पड़ता है। लिवर खराब होने के कई कारण हो सकते हैं। जैसे, आजकल बढ़ता मोटापा इसका प्रमुख कारण है। इस कारण लिवर में सूजन होती है और फैटी लिवर होने लगता है। यदि इस पर ध्यान न दिया जाए तो आगे चलकर एकमात्र ट्रीटमेंट ऑप्शन लिवर ट्रांसप्लांट ही बचता है। आजकल लोग दवाइयों का अधिक सेवन कर रहे हैं, जिसका बुरा असर भी लिवर पर पड़ता है। इसलिए दवाइयों का सेवन बहुत ही सावधानी पूर्वक और कम करना चाहिए। फालतू की दवाइयों का सेवन अपने मन से ना करें, जब जरूरत हो तभी डॉक्टर से सलाह लेकर ही करें अन्यथा ना करें। इसके अलावा हमारे शरीर में कुछ ऑटोइम्यून प्रोसेसेस होते हैं, जिससे लिवर खराब होता है। इससे बचने के लिए शुरुआती स्तर पर ही ध्यान देने की आवश्यकता है। जब लिवर डिजीजेज के लक्षण पहचानने में अधिक लेट हो जाता है तो अंतिम विकल्प लिवर ट्रांसप्लांट ही बचता है।' *

लिवर डिजीज से बचने के उपाय

अगर आप कुछ बातों का ध्यान रखें और डाइट, लाइफस्टाइल से जुड़ी गलतियां ना करें तो लिवर डिजीजेज से काफी हद तक बचे रहेंगे।

- शराब के सेवन से दूर रहें।
- हेपेटाइटिस बी और सी की स्क्रीनिंग समय-समय पर करवाना बहुत जरूरी है।
- हेपेटाइटिस वैक्सीनेशन भी करवा सकते हैं।
- संक्रमित भोजन और पानी का सेवन ना करें।
- अगर आपको डायबिटीज है तो इसके लेवल को नियंत्रित रखना चाहिए।
- अपने मोटापे पर कंट्रोल करना चाहिए। इसके लिए अपने खान-पान में फैट या कार्बोहाइड्रेट रिच फूड्स का सेवन कम करें।

- अपनी डाइट में प्रोटीन की मात्रा बढ़ाएं।
- एक्सरसाइज को अपने डेली रुटीन में शामिल करें। इससे लिवर पर अच्छा असर पड़ता है। आपके लिवर का फैट भी एक्सरसाइज के माध्यम से धीरे-धीरे कम होता है।
- अगर आपके लिवर से संबंधित किसी भी प्रकार की समस्या है तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। *

प्रस्तुतिः सेहत डेस्क

घरेलू औषधि/ संजीव कुमार आलोक

कई रोगों से बचाए गेहूं के जवारे का रस

अपने देश में अधिकांश लोग मुख्य भोजन के रूप में गेहूं का प्रयोग करते हैं। गेहूं के पौधे में ऐसे कई गुण होते हैं, जो हमें स्वस्थ रखते हैं। वनस्पतिविदों द्वारा किए गए गेहूं के रासायनिक विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ है कि इस पौधे में अन्य वनस्पतियों की तुलना में अधिक शक्तिवर्धक, रोगनाशक गुण मौजूद होते हैं।

जवार सेवन के फायदेः गेहूं के छोटे पौधे को 'जवार' के नाम से जानते हैं। इस पौधे का रस निद्रानाश, पांडुरोग, चर्म रोग, एलर्जी, जोड़ों के दर्द, प्रदर रोग, बालों का असमय गिरना, कैंसर, आर्थराइटिस, मोटापा, जुकाम, पीलिया और पथरी आदि रोगों में प्रभावी दवा है। यदि हम इसके रस का निरंतर सेवन करें, तो अनेक रोगों से बचा जा सकता है।

ऐसे उगाएं जवारेः गेहूं के पौधे की प्राप्ति के लिए छोटी पतीली में शुद्ध जल लें और उसमें अच्छी किस्म के 100 ग्राम गेहूं डाल दें। इन्हें रात भर भीगने दें, फिर दूसरे दिन पतीली का पानी निकाल कर रात भर भीगे गेहूं को किसी साफ कपड़े में बांधकर रख दें। उस पर कोई बर्तन अवश्य ढंक दें, जिससे कपड़े की आर्द्रता बनी रहे और गेहूं के बीज अंकुरित होने लगें। फिर खाली डिब्बों, मिट्टी के छोटे गमलों, टोकरियों या 10-12 इंच लंबाई वाले किसी पात्र में अच्छी गोबर खाद से युक्त मिट्टी (तीन चौथाई मिट्टी और एक चौथाई खाद होनी चाहिए) भरकर पूर्व अंकुरित बीजों को बो दें। इसी प्रकार प्रतिदिन अंकुरित हुए गेहूं की एक-एक मिट्टी के पात्र में बोते चले जाएं।

रस निकालने का तरीकाः सामान्य वातावरण में छः या आठ दिन में गेहूं का पौधा 7-8 इंच तक की लंबाई प्राप्त कर लेता है। अब आप इन पौधों को इसी अवस्था में उनकी सतह से काट लें, क्योंकि इस लंबाई से बड़े पौधे रस के लिए उपयुक्त नहीं रह जाते। कटे हुए पौधों को शुद्ध जल से धो लें, फिर उन्हें सिलबट्टे पर चटनी की तरह महीन पीस डालें। अंत में महीन सत्व को जल में मिलाकर रस तैयार कर लें। इसके लिए आप सिलबट्टे या मिक्सी का प्रयोग कर सकते हैं।

रस का सेवनः सेवन करने के लिए रस की मात्रा आयु पर निर्भर करती है। स्वस्थ व्यक्ति के लिए प्रायः 4 औंस (1 औंस यानी 28.35 ग्राम) रस का सेवन सही होता है। रोगियों के लिए इसकी 12 औंस की मात्रा उपयुक्त होती है। रस का सेवन करने से पूर्व उसके एक घंटे बाद तक कुछ खाना-पीना ठीक नहीं होता है। यह रस शरीर में उत्पन्न कई दोषों को दूर करने में सक्षम होता है। वैसे तो इसका सेवन सभी के लिए फायदेमंद होता है लेकिन फिर भी सेवन से पहले किसी आयुर्वेद विशेषज्ञ से सलाह अवश्य कर लें। *

आमतौर पर गर्मी के मौसम में लोग फ्रिज का ठंडा पानी पीते हैं। लेकिन आयुर्वेद के अनुसार मिट्टी के घड़े में रखा हुआ पानी पीने से शीतलता का अहसास तो होता ही है, यह पानी कई तरह से शरीर के लिए फायदेमंद भी होता है। इस बारे में विस्तार से जानिए।

स्वास्थ्य के लिए लाभकारी मिट्टी के घड़े का पानी

सजेशन
डॉ. माजिद अलीम

आयुर्वेद के मुताबिक पीने के लिए मिट्टी के घड़े में रखा पानी सबसे अच्छा होता है। इसके कई सेहत संबंधी फायदे हैं। मसलन यह पेट में गैस, कब्ज और एसिडिटी जैसी समस्याओं को नियंत्रित करता है। साथ ही मिट्टी के घड़े में कई घंटों तक रखे गए पानी में विटामिन बी ओर सी भरपूर मात्रा में होता है, जो कि शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए जरूरी हैं। मटके का नियमित तौर पर पानी पीने से शरीर में आयरन की कमी भी पूरी हो जाती है। मटके का पानी जब हम पीते हैं तो हमें लू लगने की आशंका कम होती है, क्योंकि मटके के पानी में कई तरह के मिनरल्स और पर्याप्त पोषक तत्व होते हैं, जिस कारण ये सन स्ट्रोक को रोकता है और शरीर में पर्याप्त मात्रा में ग्लूकोज को बनाए रखता है।

कई तरह से फायदेमंद : मटके का पानी शरीर को ज्यादा समय तक हाइड्रेट रखता है, जिससे हमारी पाचन प्रक्रिया दुरुस्त रहती है। चूंकि निरंतर मटके का पानी पीने से हमारे मेटाबॉलिज्म में सुधार होता है, इसकी वजह यह भी है कि मिट्टी के घड़े में रखा हुआ पानी हमारे शरीर के पीएच लेवल को संतुलित रखता है। मटके के पानी की एक और खासियत यह होती है कि यह शरीर को अच्छी तरह से डिटॉक्स करता है। इसके अंदर मौजूद पोषक तत्वों के चलते हमारे शरीर से बहुत आसानी से विषैले तत्व बाहर निकल जाते हैं। त्वचा रोग विशेषज्ञ लोगों को गर्मियों में मटके का पानी पीने की सलाह देते हैं, क्योंकि इससे शरीर की त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। वजह यही है कि इसमें विटामिंस और मिनरल्स काफी अच्छी मात्रा में मौजूद होते हैं।

पीएच लेवल करे बैलेंस : चूंकि मिट्टी के घड़े का नेचर क्षारीय होता है, इसलिए यह पानी के अम्लीय तत्वों को नॉर्मल करने का काम करता है। इसे पीने से शरीर का जो सामान्य पीएच लेवल 7.35 से 7.45 के बीच चाहिए होता है, वही रहता है। जब हम नियमित तौर पर मटके का पानी पीते हैं तो शरीर के पीएच लेवल को मेंटेन रखता है।

दर्द-सूजन से दिलाए राहतः मिट्टी में एंटी इंफ्लेमेट्री तत्व पाए जाते हैं, इसलिए शरीर में होने वाले दर्द और सूजन को रोकने में इससे मदद मिलती है। इस तरह मटके का पानी पीने के बहुत फायदे हैं। *

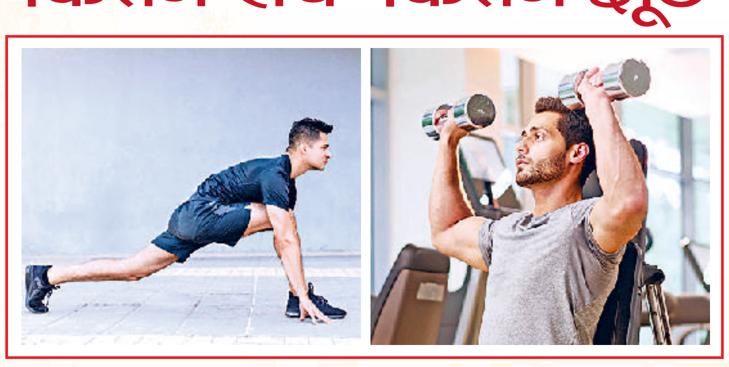
हेल्थ सजेशन
डॉ. एल. तोमर
सीनियर डायरेक्टर-ऑर्थोपेडिक्स
मैक्स सुपर स्पेशिएलिटी हॉस्पिटल, दिल्ली

फिटनेस से जुड़े मिथ कितने सच-कितने झूठ

वर्कआउट स्वस्थ जीवनशैली का अनिवार्य हिस्सा है। हेल्दी और एक्टिव रहने के लिए लोग कई तरह के फिटनेस ट्रेंड अपनाते हैं। इसके लिए लोग कई तरह के नियमों का पालन करते हैं। आमतौर पर लोग फिटनेस से जुड़े कई मिथकों को सही मानते हैं, लेकिन एक्सपर्ट की राय इससे अलग है।

इसलिए फैलता है भ्रमः न्यूयार्क के लीमैन कॉलेज में एक्सरसाइज साइंस के प्रोफेसर ब्रैड स्कोनफेल्ड के अनुसार, फिटनेस की दुनिया गलतफहमियों से भरी हुई है। इसके लिए जिम्मेदार हैं सोशल मीडिया के फिटनेस इंफ्लुएंस और अनट्रेंड जिम ट्रेनर्स, जो लोगों में कई तरह के भ्रम पैदा कर रहे हैं। यहां दिए जा रहे हैं, फिटनेस से जुड़ी कुछ ऐसी धारणाएं, जिनमें से कुछ सही हैं, तो कुछ गलत भी साबित होती हैं।

वर्कआउट से पहले लंबी स्ट्रेचिंग जरूरीः यह सही है कि अगर वर्कआउट से पहले स्ट्रेचिंग न की जाए तो इससे शरीर की मांसपेशियां सिकुड़ जाती हैं, इससे मसल टियर यानी मांसपेशियों में इंजरी की आशंका बढ़ जाती है। इससे बचाव के लिए वर्कआउट से पहले स्ट्रेचिंग जरूर करनी चाहिए इससे मसल इंजरी से बचाव होता है।



मसल्स बनाने के लिए भारी वजन उठाना जरूरीः जो लोग नियमित रूप से जिम जाते हैं, उनके मन में यह धारणा विकसित हो जाती है कि मसल्स बनाने के लिए भारी वजन उठाना जरूरी है। लेकिन, मांसपेशियों की वृद्धि का अध्ययन करने वाले डॉ. ब्रैड स्कोनफेल्ड कहते हैं, 'कई शोध यह बताते हैं कि चाहे आप 30 किलोग्राम जैसा भारी वजन उठाएं या 5 से 12 किलो जैसे हल्के वजन उठाएं, मांसपेशियों और ताकत के निर्माण में दोनों ही बराबर प्रभावी होते हैं। यह व्यक्तिगत पसंद का मामला है कि आप कितना वजन उठाना चाहते हैं। बेहतर यही होगा कि अचानक ज्यादा वजन उठाने के बजाय धीरे-धीरे कम से ज्यादा वजन की ओर बढ़ें और अपनी क्षमता के अनुसार ही वजन उठाएं। वेट लिफ्टिंग का कार्य हमेशा कुशल जिम ट्रेनर के निर्देशों के अनुसार ही करना चाहिए।'

ज्यादा दौड़ने से घुटने खराब हो जाते हैं: यह धारणा गलत है। ऐसा माना जाता है कि ज्यादा दौड़ने से ऑस्टियोआर्थराइटिस की समस्या हो जाती है, लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। वैज्ञानिक डॉ. गोल्डमैन के अनुसार पहले लोगों में यह गलत धारणा प्रचलित थी कि घुटने कार की टायर की तरह होते हैं, जिस तरह ज्यादा कार चलाने से टायर खराब हो जाते हैं, वैसा घुटनों के साथ भी होता है। लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। दरअसल, हमारा शरीर गतिशील होता है और हमारे जोड़ खुद को पुनर्जीवित कर सकते हैं, खासतौर पर जब हम नियमित रूप से सक्रिय रहते हैं। नियमित रूप से दौड़ने से हमारे घुटनों के कार्टिलेज मजबूत हो जाते हैं इसलिए ज्यादा दौड़ने से घुटने खराब नहीं होते, लेकिन यह बहुत जरूरी है कि अचानक ज्यादा दौड़ने के बजाय नियमित रूप से धीरे-धीरे दौड़ने की गति बढ़ानी चाहिए।

प्रतिदिन 10 हजार कदम चलना आवश्यक : 1960 से यह मिथ प्रचलित है, जब एक जापानी घड़ी निर्माता ने बड़े पैमाने पर पैडोमीटर का उत्पादन किया था। उस पैडोमीटर का नाम था 10 थाउजेंड स्टेप्स पैडोमीटर। उसके बाद से यह मिथक पूरी दुनिया में लोकप्रिय हो गया, लेकिन अमेरिकन काउंसिल ऑफ एक्सरसाइज के अध्यक्ष सेड्रिक ब्रायंट एक साल पहले इसे गलत साबित कर चुके हैं। उनका कहना है कि लगातार 4 हजार कदम चलना भी पर्याप्त है, 10 हजार कोई जादुई नंबर नहीं है। अगर पांच दिनों की एक्सरसाइज के साथ रोजाना साढ़े सात हजार कदम चला जाए तो यह काफी होगा। *

प्रस्तुतिः विनीता

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन 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 आवश्यकता है-

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर 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

जिलेभर में नवरात्र के समापन पर कार्यक्रम और धूमधाम से मनाया भगवान श्रीराम जन्मोत्सव

महासर माता मंदिर में रामनवमी पर श्रद्धालुओं ने मांगी मन्नत

मंडी अटेली। रामनवमी के अवसर पर गढ़ी महासर स्थित माता मंदिर में कन्याओं भोज करवाते हुए। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

गांव गढ़ी-महासर स्थित महासर माता मंदिर में रामनवमी के अवसर पर भक्तों की दर्शन करने के लिए खासी भीड़ रही। श्रद्धालु ने अपनी बारी का इंतजार करने के लिए कतारों में लगे रहे।

नवविवाहित जोड़ो के अलावा नवजात शिशुओं के जडुले भी उतरवाए। मंदिर के सेवक प्रभाती परिवार, संजय शास्त्री, महेश आदि ने बताया कि इस स्थान पर दुर्गा माता मंदिर में पांडवों ने अपना खोया हुआ वैभव पाने के लिए द्वारिकाधीश के आदेश पर पर पूजा अर्चना की थी। उन्होंने बताया कि वर्तमान में माता के स्थान पर सिद्धपीठ मां महासर दुर्गा माता मंदिर निर्माण मंडल की ओर से भव्य मंदिर का निर्माण करवा दिया है। मंदिर में आने वाले भक्तजनों की सुविधा के लिए पुजारी परिवार की ओर से भंडारे किए जाते है। इस अवसर पर शतचंडी यज्ञ का पाठ धर्मशाला में आचार्य संजय, आचार्य लालचंद ने करवाया। यह पाठ रामकुवार लांबा परिवार पिछले 35 वर्ष से करवा रहा है। इस अवसर पर उनके पुत्र मनबीर लांबा व दीपक लांबा ने कन्याओं का पूजन उनको भोजन करवाया।

महासर मंदिर निर्माण मंडल के अध्यक्ष श्रीधर गुप्ता ने बताया कि वैष्णों देवी की तरह ही पिंडी रूप में प्रकट हुई थी। यह मंदिर करीब एक हजार साल पुराना है। इस मंदिर का जीणोरेद्धार का कार्य जनवरी 2010 में शुरू हुआ था, जो अब भव्य रूप से बन गया है। मंदिर में साल के दो बार नवरात्रों में भव्य मेला लगता है तथा देशभर से लाखों भक्त श्रद्धापूर्वक यहां आकर अपनी मन्नतें मांगते है। लक्ष्मण दल नारनौल की ओर से नवरात्रों के शुभारंभ पर दल के सेवक राकेश अग्रवाल ने भंडारा आयोजित किया।

भक्तगण भगवती भवन व धर्मशाला के मैनेजर रूपेंद्र सिंह व माता के भक्त रिंकी सिंघल आदि ने बताया कि इस मंदिर में आसपास के गांवों के अलावा देश के विभिन्न स्थानों से लाखों की संख्या में भक्तगण आकर मन्नतें मांगते है।

सिद्ध पीठ मां भूरा भवानी के जागरण का आयोजन

महेंद्रगढ़। सिद्ध पीठ मां भूरा भवानी मंदिर सिसोठ धाम में अष्टमी नवरात्रि के अवसर पर महंत शक्तिनाथ महाराज के पावन सानिध्य में संजय अग्रवाल मातेश्वरी ग्रुप द्वारा मातारानी का विशाल जागरण का आयोजन किया गया। जागरण में मशहूर भजन गायक कलाकार विकाश जांगड़ा और संदीप निराला एंड पार्टी ने मां भवानी और बालाजी महाराज की महिमा का गुणगान किया गया। बालाजी आर्ट एंड ग्रुप द्वारा कृष्ण सुदामा व रुक्मणि, भगवान शिव शंकर और पार्वती की बहुत ही सुंदर एवम मनमोहक झांकियां दिखाई गई।

मंदिर की महंत शक्तिनाथ महाराज, मंदिर कमेटी के प्रधान प्रेमचंद सिसोठिया, उप प्रधान विजय फोरमैन, मुकेश चौहान, मास्टर अनिल सिसोठिया, संदीप यादव, सचिव सुनील कुमार, मनोहर लाल व कमेटी के सभी सदस्यों ने सभी कलाकारों एवम आए हुए गणमान्य अतिथियों का स्वागत सम्मान किया।

नगर पालिका की पूर्व प्रधान रीना बंटी और व्यापार मंडल महेंद्रगढ़ के प्रधान सुरेंद्र कुमार बंटी, आनंद सोनी, युवा नेता नवीन राव को माता रानी का पटका पहनाकर और माता का स्मृति चिहन देकर सम्मान किया। इस अवसर पर महंत शक्तिनाथ महाराज व महेंद्रगढ़ नगर पालिका की पूर्व प्रधान रीना बंटी ने कहा कि माता भूरा भवानी

महेंद्रगढ़। जागरण के दौरान झांकी निकालते कलाकार। फोटो : हरिभूमि

के प्रति क्षेत्र के लोगो में गहरी आस्था हैं। माता अपने भक्तों की मनोकामना पूर्ण करती है। माता का विशाल मंदिर इस क्षेत्र का सबसे बड़ा मंदिर है। मंदिर में दूर दराज स्थानों से लोग माता का दर्शन करने और मन्नत मांगने आते है।

मंदिर कमेटी के प्रधान प्रेमचंद सिसोठिया व कमेटी सदस्य मुकेश चौहान ने बताया कि मेले मे खेलो का आयोजन किया जाएगा। जिसमें वॉलीबॉल मे प्रथम इनाम 11 हजार व द्वितीय इनाम 71 सौ रुपये दिए जाएंगे।

51 रुपये से 51 सौ रुपये तक की कुश्ती करवाई जा रही है। मंदिर में आने वाले सभी श्रद्धालओं के लिए भंडारे के प्रसाद की व्यवस्था की गई है। मेले में शांति व्यवस्था बनाने रखने के लिए सभी कमेटी सदस्य एवम ग्रामीण अपना पूरा सहयोग दे रहे है।

नारनौल। नवरात्रों के समापन पर कन्याओं को भोजन करवाते हुए।

धूमधाम से मनाया रामनवमी पर्व, कन्याओं को भोजन करवाकर नवरात्रों का किया समापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

जिलेभर में बुधवार को राम नवमी पर्व धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर मंदिरों को विशेष रूप से सजाया गया। श्रद्धालुओं ने मंदिरों में पहुंचकर पूजा-अर्चना कर मन्नतें मांगी। इस अवसर पर मंदिरों में भंडारे व सत्संग का आयोजन किया गया। इसके साथ ही महिलाओं ने कन्याओं को भोजन करवाकर नौ दिन तक चले नवरात्रों का समापन किया। इस अवसर पर कन्याओं को भोजन करवाकर उन्हें उपहार भी दिए गए।

बता दे कि राम नवमी का पर्व भगवान श्रीराम के जन्मोत्सव के रूप में चैत्र नवरात्रि की नवमी तिथि को मनाया जाता है। चैत्र नवमी तिथि नवरात्रि का आखिरी दिन होता है। इसी के साथ नौ दिनों तक चलने वाले देवी दुर्गा की आराधना का पर्व समाप्त होता है। चैत्र नवमी शुक्ल पक्ष तिथि पर भगवान श्रीराम का जन्म हुआ था। हिंदू धर्म के लोग हर वर्ष चैत्र मास के शुक्ल पक्ष की नवमी तिथि पर भगवान राम के जन्मोत्सव का त्योहार बड़े ही उत्साह के साथ मनाते हैं। हिंदू धर्म की मान्यताओं के अनुसार भगवान राम विष्णुजी के सातवें अवतार माने जाते हैं। राम नवमी के दिन भगवान राम, माता सीता व रामभक्त हनुमानजी की विशेष पूजा-आराधना की जाती है।

खोड़ गांव के सबसे बुजुर्ग हवलदार मंगत सिंह निधन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

गांव खोड़ के सबसे बड़े बुजुर्ग व कुमाऊं रेजिमेंट के हवलदार मंगत सिंह का बुधवार को निधन हो गया। आर्मी के रिकार्ड अुनसार वे 88 वर्ष के थे, लेकिन उनकी उम्र 93 के करीब थे। उनकी बड़ी बेटी की उम्र ही 68 वर्ष है। वे अपने पीछे दो लड़के, दो लड़कियां, छह पोते, नौ पोतियां, चार पड़पौते, तीन पड़पोतियां सहित भरा पूरा परिवार छोड़ गए है। सेना में अनेक लड़ाई लड़ी। इस बारे में उनके पौत्र व सामाजिक कार्यकर्ता मोर मुकुट ने

बताया कि कागजी रिकॉर्ड अनुसार मंगत सिंह का जन्म 11 फरवरी 1936 को एक साधारण से किसान परिवार में हुआ था, शुरू से लंबीकद काठी व सुडोल शरीर होने के चलते 18 वर्ष की आयु 1954 में भारतीय सेना की कुमाऊं रेजिमेंट में भर्ती हो गए।

जिन्होंने 21 साल तक 1975 भारतीय सेना में सेवाएं दी। देश के लिए तीन ऑपरेशन मे भाग लिया। पहला ऑपरेशन अगस्त 1955 से लेकर जून 1957 तक, दूसरा ऑपरेशन जून 1960 से मार्च 1966 तक व तीसरा ऑपरेशन दिसंबर 1968 से मार्च 1973 तक चला। उन्हें कई अवार्ड भी मिले। जिनमें समर सेवा स्टार 1965, रक्षा मेडल 1965, जीएस मेडल नागा हिल प्रमुख है। वे हरियाणवी संस्कृति के प्रेमी भी रहे है तथा कई हरियाणवी सांस्कृतिक रागिनीयों में अपनी आवाज का जादू बखेरा। उनकी एक रागिनी 1962 में फौज से सीधे रेडियो पर प्रसारित हुई थी। बुधवार को वे पंचतत्व में विलीन हो गए।

विजय सिंह प्रजापति ने किया नेत्रदान का संकल्प

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

क्षेत्र के गांव जाट गुवाना निवासी प्रजापति महासभा के राष्ट्रीय सचिव एवं जिला अध्यक्ष विजय सिंह प्रजापति ने अपने नेत्रदान करने का संकल्प लिया। इस दौरान नागरिक अस्पताल नारनौल में कार्यरत नेत्रदान सहायक राजेंद्र पाल मौजूद रहे। विजय सिंह प्रजापति ने कहा कि रेवाड़ी निवासी महेश कुमार ने अंगदान के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए इंडिया गेट दिल्ली से मुंबई के लिए दौड़ कर लगभग 1500 किलोमीटर का सफर किया। इस अभियान से जागरूक होकर उन्होंने नेत्रदान करने की शपथ ली।

उन्होंने बताया कि अपने लिए तो सभी जीते है, असली जीना तो दूसरों के जीवन में अंधेरे को दूर करके प्रकाशमय करना है। जब वे नहीं रहेंगे तब उनकी आंखों से कोई दूसरा इस खूबसूरत दुनिया को देख सकेगा। इससे अच्छा और क्या हो सकता है। शरीर के कई ऐसे अंग है, जो हमारी मौत के बाद दूसरों के काम आ सकते हैं।

हकेंवि में हेल्थ थेरेपी पर कार्यक्रम शरीर को स्वस्थ रखने के दिए टिप्स

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में बुधवार को हेल्थ थेरेपी पर केंद्रित कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में हेल्थ स्टूडियो सिंगापुर श्री सुखदेव सिंह विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित रहे। विश्वविद्यालय कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने अपने संदेश में इस तरह के आयोजनों को महत्त्वपूर्ण बताया। इस कार्यक्रम का आयोजन विश्वविद्यालय के शिक्षक शिक्षा विभाग, यूथ रेडक्रॉस, अंतरराष्ट्रीय मामलों के कार्यालय व भारत स्काऊट एंड गाइड के संयुक्त

प्रयासों से किया गया। कार्यक्रम की शुरूआत में डॉ. मुकेश कुमार व प्रो. दिनेश चहल ने विशेषज्ञ का स्वागत किया। कार्यक्रम में विशेषज्ञ श्री सुखेदव सिंह ने मानव शरीर की कार्यप्रणाली जैसे पाचन, कंकाल, हृदय और श्वसन प्रणाली के संबंध में प्रतिभागियों से अवगत करवाया। साथ ही उन्होंने इस अवसर पर विभिन्न व्यायामों का भी प्रदर्शन किया। आयोजन में करीब 150 प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया।

खबर संक्षेप

हनुमान जयंती पर जागरण व भंडारा

नारनौल। ढाणी बाठोठा के पावर हाउस में 22 अप्रैल को हनुमान जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में विभिन्न आश्रमों के महंत भजनोपदेश करेंगे। पावर हाउस इंचार्ज राजेंद्र ने बताया कि अगले दिन 23 अप्रैल को सुबह 8:15 बजे हवन व 9:15 बजे भंडारे का आयोजन किया जाएगा।

केक काटकर मनाया रामनवमी उत्सव

महेंद्रगढ़। श्रीराम प्रचार मंडल द्वारा रामनवमी के उपलक्ष में भगवान राम का जन्मोत्सव मनाया गया। मंडल के प्रधान अरविंद खेतान एवं संयोजक सुनील गर्ग ने बताया कि स्थानीय करेलिया बाजार में स्थित बाबा जयरामदास धर्मशाला के प्रांगण में गुरु अरविंद महाराज के सानिध्य में मनाए गए इस राम जन्मोत्सव पर भजन संकीर्तन का आयोजन किया गया तथा मास्टर अमरसिंह सोनी के निर्देशन में रामजन्म की मनमोहक झांकी पेश की गई।

शिव मंदिर में रामनवमी पर्व पर किया हवन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नर नारायण सेवा समिति ने रामनवमी के अवसर पर भगवान श्रीराम के जन्मोत्सव पर टेलीफोन एक्सचेंज के पीछे शिव मंदिर में हवन व सत्संग का आयोजन किया। इस अवसर पर मुख्य यजमान समिति के सदस्य व वरिष्ठ नागरिक संगठन के अध्यक्ष दुलीचंद शर्मा व उनकी पत्नी संतोष शर्मा थे। समिति के प्रधान रामसिंह मधुर की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में हवन के बाद भगवान श्रीराम के जीवन चरित्र पर सत्संग सहित विचार गोष्ठी का अयोजन किया गया।

इस अवसर पर पूर्व प्राचार्य भारत भूषण तायल ने भगवान श्रीराम के जन्म संबंधित कथा व यज्ञ का महत्व बताया तथा उनके जीवन पर प्रकाश डाला। डा. जितेंद्र भारद्वाज ने गीत के माध्यम से बताया कि रामायण में श्रीराम का चरित्र पढ़ने से संस्कारों का निर्माण होता है।

नारनौल। रामनवमी के अवसर पर हवन करते हुए।

कार्यक्रम में संस्थापक प्रधान एवं संरक्षक परमानंद दीवान ने श्रीराम को मर्यादा पुरुषोत्तम बताया तथा उनके जीवन चरित्र पर एक कविता सुनाई। इस मौके पर पूर्व प्रधान बेगराज गोयल, राजेश शास्त्री, श्यामसुंदर, धर्मचंद छाबड़ा, शिवलाल वर्मा, राजेंद्र सिंह, महासिंह आदि मौजूद रहे।

हरकेश्वर मंदिर में किया सुंदरकांड पाठ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात को निजामपुर रोड स्थित हरकेश्वर मंदिर अनाथ गौशाला के पास सुंदरकांड पाठ किया गया। जिसमें मुख्य अजमान भोलेशंकर व माता पार्वती थे। सर्वप्रथम अखंड ज्योत प्रज्वलित करवाकर आचार्य अश्वनी शर्मा पूजा अर्चना कर सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ हनुमान चालीसा व रामधुन से किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल ने की। प्रशांत सैनी ने रंग बिरंगे फूलों से बालाजी महाराज का भव्य दरबार सजाया।

नारनौल। सुंदरकांड पाठ करते श्रद्धालु।

इस अवसर पर गौरीशंकर शर्मा, रामानंद शर्मा, महावीर प्रसाद अग्रवाल, संजय शर्मा, मनीष शर्मा, विजय हल्दिया, संजय अग्रवाल, नवीन जैन, राजेश सोनी, प्रशांत सैनी, राकेश गुप्ता, शिवशंकर अग्रवाल, नवीन बंसल, नरेंद्र गर्ग ने सुंदरकांड पाठ के दोहे व चौपाइयों का गायन किया। इसके बाद भजनों का दौर शुरू हुआ। जिसमें महावीर प्रसाद अग्रवाल ने आना पवन कुमार हमारे हरि कीर्तन में, गौरीशंकर शर्मा ने अंजनी मां के लाल वह लाल लंगोटे वाला, संजय शर्मा ने छोटा सा हनुमान चलावे गाड़ी सत्संग की, विजय हल्दिया ने बोलो राम बोलो राम बोलो राम राम, नवीन शर्मा ने मैं हूं तेरा नौकर बाबा हाजिरी रोज लगाता हूं, अंत में मंडल के सलाहकार संजय अग्रवाल ने बालाजी महाराज का प्रसाद रूपी खजाना लुटाया। इस मौके पर वीरसिंह, मुकेश शर्मा, मनजीत शर्मा, कृष्ण कुमार शर्मा, बबलू गोयल, नवीन दहिया, कृष्णा सोनी, रामेश्वर शर्मा, सोहनपाल यादव, जगमोहन गर्ग, राकेश गुप्ता, प्रमोद गर्ग, दीपक सिंघल, विकास संघी, राजू पंजाबी, नवीन भालोठिया, नवीन अग्रवाल, चंचल, सोनू अग्रवाल, बेरी देवी, कविता, दर्शन, शरबती देवी आदि मौजूद रहे।

आज सरकार की लापरवाही से मंडियों में हो रही किसानों को परेशानी: अभिमन्यु राव

नारनौल। एक तरफ सरकार किसानों की आमदनी बढ़ाने व फसल का एक-एक दाना खरीदने का दावा करती है, लेकिन इन दावों की जमीनी हकीकत कुछ और ही है। जेजेपी के प्रदेश उपाध्यक्ष अभिमन्यु राव ने कहा कि सरकार ने इस सीजन में सरसों के लिए 5650 रुपये प्रति क्विंटल न्यूनतम समर्थन मूल्य निर्धारित किया हुआ है, लेकिन मंडियों में किसानों की फसलों को खरीदने के नाम पर उनकी परेशानी बढ़ाने का काम किया जा रहा है। किसान अपनी फसल को मंडी में लेकर पहुंच तो जाता है, लेकिन अपनी फसल को बेचने के लिए उनको कई-कई दिनों तक इंतजार करना पड़ रहा है। खरीद और उठान की धीमी रफ्तार के कारण किसानों को कई-कई दिनों तक मंडी में ही अपनी फसल की निगरानी के लिए रूकना पड़ रहा है।

पटीकरा में माता की चौकी आयोजित, नवरात्रों का बताया महत्व

नारनौल। टाईगर क्लब के तत्वावधान में मंगलवार रात को गांव पटीकरा में राकेश के निवास पर माता की चौकी का आयोजन किया गया। जिसमें यजमान राकेश व उनकी पत्नी थे। पुरोहित पंडित नारायण शास्त्री ने विधिवत से पूजन करवाया। कार्यक्रम की अध्यक्षता क्लब के प्रधान राकेश यादव व सह कोषाध्यक्ष मनोज सिंघल ने संयुक्त रूप से की। इस अवसर पर पुरोहित नारायण शास्त्री ने बताया कि हिंदू धर्म में नवरात्रि के नौ दिन बहुत खास माने जाते हैं। इन नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ स्वरूपों की विशेष पूजा की जाती है। वैसे तो नवरात्रि की हर एक तिथि का विशेष महत्व होता है, लेकिन अष्टमी तिथि सबसे खास मानी जाती है। नवरात्रि के आठवें दिन महाष्टमी या दुर्गा अष्टमी मनाई जाती है। यह दिन मां दुर्गा की आठवीं शक्ति मां महागौरी को समर्पित है। ऐसी मान्यता है कि देवी दुर्गा अष्टमी तिथि पर ही असुरों का संहार करने के लिए प्रकट हुई थी।

लोस चुनाव: राज्यमंत्री ने किया जनसंपर्क

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

प्रदेश के सिंचाई राज्यमंत्री डा. अभय सिंह यादव ने नायन गांव में पूर्व सरपंच रामकरण के प्रतिष्ठान पर एक सभा का आयोजन किया गया। इसमें आस-पड़ोस के गांवों के पंच, सरपंच एवं सम्मानित व्यक्ति उपस्थित थे। इस अवसर पर राज्यमंत्री ने उपस्थित जनों को संबोधित करते हुए बताया कि 21 अप्रैल को प्रातः 10 बजे अनाज मंडी नांगल चौधरी में प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी लोकसभा चुनाव के मध्यनजर एक जनसभा को संबोधित करने आ रहे हैं। जिसमें ज्यादा से ज्यादा संख्या में पहुंचकर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाएं। इस अवसर पर मंत्री ने ग्रामीणों की समस्या सुनी तथा उनका निराकरण भी किया।

राजनीति | राव बहादुर सिंह की जीत के लिए हर कार्यकर्ताओं से किया चुनाव में जुटने का किया आह्वान

साढ़े चार साल में करवाए विकास कार्यों को जन-जन तक पहुंचाएं कार्यकर्ता : दुष्यंत

- नारनौल व नांगल चौधरी विधानसभा के कार्यकर्ताओं की अलग-अलग बैठक लेकर कार्यकर्ताओं में जोश भर गए पूर्व उपमुख्यमंत्री दुष्यंत चौटाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से जजपा पार्टी ने पूर्व विधायक राव बहादुरसिंह को उम्मीदवार घोषित किया है। अपने इसी उम्मीदवार के समर्थन में मंगलवार शाम शहर के सिंघाना रोड स्थित पार्टी कार्यालय में नारनौल विधानसभा के कार्यकर्ताओं की बैठक लेने प्रदेश के पूर्व उप मुख्यमंत्री दुष्यंत चौटाला पहुंचे। यहां कार्यकर्ताओं से रूबरू होने और लोकसभा चुनाव जीतने की रणनीति पर काम करने का आह्वान किया। इसके बाद वह नांगल चौधरी स्थित जाट धर्मशाला पहुंचे और नांगल चौधरी विधानसभा के कार्यकर्ताओं की बैठक ली। इन दोनों बैठक की अध्यक्षता जिला अध्यक्ष डा. मनीष शर्मा ने की। इस दौरान पार्टी उम्मीदवार राव बहादुरसिंह ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

इस अवसर पर पूर्व डिप्टी सीएम दुष्यंत चौटाला ने कहा कि लोकसभा चुनाव आ गया है। हर पार्टी अपने स्तर पर मतदाताओं को लुभाने का प्रयास करेगी। हमारे कार्यकर्ता मतदाताओं के पास जाए और साढ़े चार साल में करवाएं गए

नारनौल। पार्टी कार्यालय में नारनौल हलका के कार्यकर्ताओं को संबोधित करते पूर्व डिप्टी सीएम दुष्यंत चौटाला। फोटो : हरिभूमि

प्रदेश स्तर व जिला स्तर के कार्यों के बारे में अवगत करवाएं। उन्होंने कहा कि हमारा चुनावी एजेंडा था कि सत्ता में आने पर महिलाओं को पंचायती राज में बराबरी का हक दिलाएंगे। हमने यह वायदा पूरा करके दिखाया। आज महेंद्रगढ़ जिला ही नहीं पूरे हरियाणा में गांवों में जितने पुरूष सरपंच है, उतनी ही संख्या महिला सरपंच की है। उन्होंने कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे ऐसे हर गांव में जाए जहां महिला सरपंच है और उन्हें पार्टी के इस पूरे किए गए वायदे से अवगत करवाएं। नांगल चौधरी की इस बैठक के दौरान साल 2014 में नांगल चौधरी हलका से बसपा से चुनाव लड़ने वाले सुरेंद्र यादव ने जजपा में आस्था यक्त की और उन्हें दुष्यंत चौटाला ने पार्टी का पटका पहनाकर शामिल किया।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर पूर्व विधायक रामेश्वर दयाल, एडवोकेट तेजप्रकाश यादव, अमरसिंह ब्रह्मचारी, कांशीराम रावत, सिकंदर गहली, अशोक सैनी, युद्धवीर पालड़ी, सुविधा शास्त्री, सावित्री गुर्जर, एडवोकेट विजयपाल, भोजराज यादव, विरेंद्र बनिहाड़ी, महेंद्र बड़ेसरा, रामकुमार मकसूसपुरिया, हरफूल मैनेजर, महेंद्र खन्ना, एडवोकेट प्रमोद तांखर, विजय छिलरो, एडवोकेट अजय चौधरी, विरेंद्र घाटासेर, संदीप भांखर, महाराम गुर्जर, सुरेंद्र ढिल्लो एडवोकेट, अजय एडवोकेट, धर्मबीर यादव, लक्की सरदार, राजकुमार जांगड़ा, हजारीलाल लंबोरा, हरचंद तोबड़ा, नवीन राव, राकेश अकबरपुर, चैनसुख तोताहेड़ी, रोहताश बड़गांव, शेरसिंह डीपीई, दयानंद यादव, सोनिया धनखड़, माडूराम, बिल्लू बापड़ोली, राजकुमार शोभापुर, ईशे कुमार, प्रवीण, सुनील राव, अमनदीप कोर, हरिओम मेई, डा. सुनीता यादव, बहादुर नांगलिया, दीपक यादव, सुजान पटीकरा, राजकुमार जेई, भूपेंद्र पहलवान, कुनाल शुक्ला, रवि भालोठिया, रणबीर छिलरो, शेरू चौधरी, आशु बड़कोदिया, सुनील दौंगली, सुनील श्योराण, बाबूलाल बापड़ोली, हैप्पी तंवर सहित हजारों कार्यकर्ता मौजूद रहे।

सूचना

मैं, रामपाल पुत्र श्री ग्यारसीलाल निवासी गोमला तह. कनीना, जिला महेन्द्रगढ़ बयान करता हूं कि मेरा पुत्र नवीन कुमार व उसकी पत्नी सपनासरोज मेरे व मेरे परिवार के कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार तथा मेरे छोटे पुत्र अरूण की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

घोड़ी पर बैठा कर बेटी का निकाला गया बनवारा

महेंद्रगढ़। समाज में अब बेटियों का बेटों से भी ज्यादा सम्मान होने लगा है। इसी का उदाहरण प्रस्तुत करते हुए कृष्णा कॉलोनी मदन लाल शर्मा ने अपनी बेटी मेघा का मंगलवार रात को घोड़ी पर बनवारा निकाल कर दिया। आमतौर पर परंपरा के अनुरूप विवाह शादी में लड़के की घोड़ी या बग्गी में निकासी निकाली जाती है। मेघा का 18 अप्रैल को विवाह होना है। उसके चाचा डॉ. रत्न लाल ने मंगलवार रात को मेघा का बनवारा देना निश्चित किया। तब सभी परिजनों ने निर्णय लिया के बेटी का बनवारा घोड़ी पर निकाला जाए।

नशीले पदार्थ के साथ एक आरोपित गिरफ्तार

महेंद्रगढ़। जिला पुलिस की ओर से नशीले पदार्थों का व्यापार करने वालों पर कार्रवाई की जा रही है। महेंद्रगढ़ शहर में बस स्टैंड के समीप पुलिस ने 91 ग्राम गांजा बरामद कर एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। प्रवक्ता सुमित कुमार ने बताया कि थाना शहर महेंद्रगढ़ की पुलिस टीम गश्त के दौरान तुलाराम चौक पर मौजूद थी। टीम रैडकर वहां पर मौजूद एक व्यक्ति को काबूकर नाम पता पूछा तो उसने अपना नाम गांव झूक निवासी लालाराम बताया। तलाशी लेने पर बरामद थैली से गांजा बरामद हुआ। पुलिस ने आरोपित के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर गिरफ्तार कर लिया।

बोहका में घर से लापता हुआ युवक

कुंड। बोहका गांव में एक युवक घर से लापता हो गया। पुलिस शिकायत में दीपक ने बताया कि उसका मंझला भाई 20 वर्षीय दिवाकर 15 अप्रैल को बिना बताए घर से कहीं चला गया। उसकी काफी तलाश की जा चुकी है, लेकिन कोई पता नहीं चल सका है। उसने आरोप लगाया कि उसके भाई को किसी ने छुपाकर रखा हुआ है। पुलिस ने उसकी शिकायत पर केस दर्ज करने के बाद युवक की तलाश शुरू कर दी।

हनुमान मंदिर आई महिला की चेन उड़ाई

रेवाड़ी। बड़ा तालाब स्थित हनुमान मंदिर आई एक महिला की गले से सोने की चेन उड़ा ली। पुलिस शिकायत में डहीना स्टेशन निवासी कृष्णा देवी ने बताया कि वह मंदिर में प्रसाद वितरित करने के लिए आई थी। प्रसाद वितरित करने के बाद वह एक्स-रे कराने के लिए डॉक्टर के पास गई थी। वहां जाने पर उसके गले से सोने की चेन गायब मिली। सिटी पुलिस ने उसकी शिकातय पर केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू कर दी।

ट्रॉलों की भिड़ंत में एक का चालक घायल

रेवाड़ी। दिल्ली रोड पर हांसाका के निकट दो ट्रॉलों की भिड़ंत में एक का चालक गंभीर रूप से घायल हो गया। बोलनी निवासी मनोज कुमार ट्रॉला चलाता है। वह ट्रॉले में पत्थर भरकर नारनौल से फरीदाबाद जा रहा था। हांसाका के पास आगे चल रहे ट्रॉला के चालक ने अचानक ब्रेक लगा दिए, जिससे उसकी ट्रॉला आगे चल रहे ट्रॉले में घुस गया। पुलिस ने उसे केबिन से निकालकर अस्पताल पहुंचाया। सदर पुलिस ने केस दर्ज कर लिया।

सभी कागजी कार्रवाई पूरी, जल्द शुरू होगा पाइप लाइन बिछाने का काम

अटल भूजल योजनाः 52 लाख की लागत से पाइप लाइन के माध्यम से पांच गांवों के जोहड़ में पहुंचाया जाएगा नहरी पानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

लगातार गिरते भू जल स्तर में सुधार लाने के लिए सिचाई एवं जल संसाधन विभाग की ओर से अटल भूजल योजना के तहत करीब 52 लाख की लागत से पांच गांवों के जोहड़ में पाइपलाईन के माध्यम से जोहड़ों को रिचार्ज किया जाएगा। सिंचाई विभाग की ओर से गांव गडानिया, डुलाना, खैराना, मोहनपुर व झुक गांव के जोहड़ में नहरी पानी पहुंचाया जाएगा। विभाग की ओर से सभी कागजी कार्रवाई पूरी कर ली गई हैं। ठेकेदार की ओर से जल्द पाइपलाइन बिछाने का कार्य शुरू किया जाएगा उल्लेखनीय है कि अटल भूजल योजना केंद्र सरकार द्वारा संचालित एक महत्वाकांक्षी योजना है। इसका मुख्य उद्देश्य गिरते भूजल की समस्या को दूर कर भू-जल स्तर को बढ़ाना है। इस योजना में जिला महेंद्रगढ़ को भी शामिल किया गया था। जिले के घटते भू-जल स्तर को रोकने के लिए सिंचाई एवं जल संसाधन विभाग हरियाणा द्वारा ग्राम पंचायतों को जागरूक किया जा रहा है। विभाग के अधिकारियों का कहना है कि योजना के तहत योजनाबद्ध तरीके से काम किया जा रहा हैं। इसके तहत विभिन्न गांवों के जोहड़ों को नहरों से जोड़ा जा रहा हैं। महेंद्रगढ़ जिले के 186 गांवों में जोहड़ हैं। महेंद्रगढ़ खड़ में 70 जोहड़ है। करीब 80 प्रतिशत गांवों में अटल भू जल योजना के तहत पानी पहुंचाया जा चुका हैं।

गांव को गाव से जोड़ने वाले चार रास्ते होंगे पक्के, एक दर्जन गांवों के ग्रामीणों को मिलेगा फायदा

महेंद्रगढ़। मार्केट कमेटी की ओर से एक गांव से दूसरे गांव को जोड़ने वाले चार रास्तों को पक्का किया जाएगा। सड़क का निर्माण कार्य पूरा होने के बाद करीब एक दर्जन गांवों को फायदा मिलेगा। विभाग की ओर से प्रस्ताव बनाकर मंजूरी के लिए मुख्यालय भेज दिया गया हैं। विकास एवं निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा ने बताया कि गांव सुरहेती जाखल से गांव बारडा कुल लंबाई 2.25 किलोमीटर, गांव सोहला से ढाणी पिपर वाली, कुल लम्बाई 2.40 किलोमीटर, गांव नांवां से गांव बारड़ा लंबाई 3.45 किलोमीटर, गांव जड़वा से गुलाब सिंह की ढाणी लंबाई 1.60 किलोमीटर के प्रस्ताव बनाकर मंजूरी के लिए मुख्यालय भेजे गए हैं। इन मार्गो पर सड़क का निर्माण होने के बाद करीब एक दर्जन गांवों को फायदा मिलेगा। इन रास्तों को पक्का करने के लिए उन्होंने निवर्तमान सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह से मुलाकात की थी। सांसद धर्मबीर सिंह ने मार्केटिंग बोर्ड के चीफ एडमिनिस्ट्रेटर को आठ मार्च को पत्र लिखा था।

महेंद्रगढ़। सिंचाई विभाग भवन। फोटोः हरिभूमि

इन गांवों के जोहड़ में पहुंचाया जाएगा नहरी पानी

गांव गढ़ानिया के शमशान घाट के समीप स्थित जोहड़ में करीब 914282 रुपये की लागत से खेडकी माइनर से 800 मीटर पाइपलाइन बिछाकर पानी पहुंचाया जाएगा। गांव डुलाना के जोहड़ में देवास नहर से 3.2 किलोमीटर की लाइन बिछाई जाएंगी। जिसमें करीब 1146948 रुपये की लागत आएगी। गांव खैराना के जोहड़ में राता नहर से 1906032 रुपये की लागत से 8.2 किलोमीटर पाइपलाईन बिछाकर रिचार्ज किया जाएगा। नांगल नहर से 845652 रुपये की लागत से 8.1 किलामीटर पाइपलाइन बिछाकर मोहनपुर गांव के जोहड़ को रिजार्च किया जाएगा। इसी प्रकार गांव महेंद्रगढ़ नहर से 1.9 किलोमीटर पाइपलाइन बिछाकर गांव झुक के जोहड़ में नहरी पानी पहुंचाया जाएगा। जिसमें 569321 रुपये की लागत आएंगी।

मौसम अपडेटः आज सक्रिय होगा पश्चिमी विक्षोभ

एनसीआर में तेज हवाओं के साथ गर्जना व बूंदाबांदी की संभावना

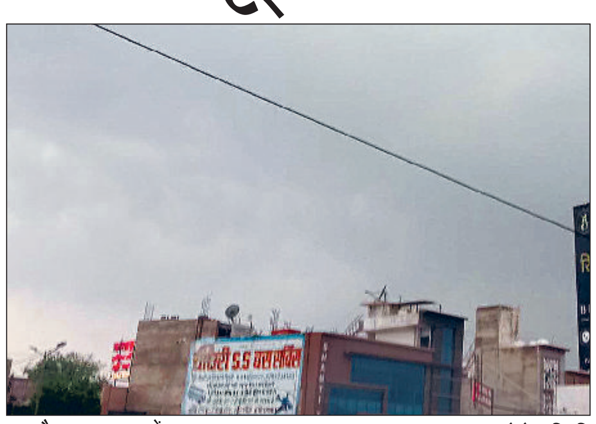
- एक बार फिर दिन व रात के तापमान में देखने को मिल सकती है गिरावट

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हरियाणा एनसीआर दिल्ली में अप्रैल महीने लगातार मौसम परिवर्तन शील बना हुआ है। जिसकी वजह से सम्पूर्ण इलाके में तापमान में उतार-चढ़ाव देखने को मिल रहा है। एक के बाद एक कमजोर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने से हरियाणा एनसीआर दिल्ली अप्रैल महीने में लगातार मौसम में बदलाव के ब्यार जारी है। कमजोर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने से सम्पूर्ण इलाके पर लगातार बादलवाही देखने को मिल रही है, साथ ही बार-बार हवाओं की दिशाओं में बदलाव देखने को मिल रहा है। जिसकी वजह से सम्पूर्ण इलाके में तापमान में उतार-चढ़ाव जारी है। मौसम विशेषज्ञ डा. चंद्रमोहन ने बताया कि जब कमजोर पश्चिमी विक्षोभ आते हैं हैं, तो हवाएं पश्चिमी होने से तापमान में बढ़ोतरी, साथ ही जब सकिय होते हैं तो हवा दक्षिणी पूर्वी और दक्षिणी पश्चिमी होती है।

जिसकी वजह से सम्पूर्ण इलाके में बादलवाही और जब पश्चिमी विक्षोभ आगे निकल जाते हैं, तो हवाएं उत्तरी होने से तापमान में गिरावट दर्ज होती है। यानी हरियाणा एनसीआर दिल्ली में अप्रैल महीने में लगातार मौसम परिवर्तन शील बना हुआ है। आमतौर पर अप्रैल महीने में गर्मी अपने प्रचण्ड तेवरों से आगाज करने लगतीं हैं, लेकिन इस साल अप्रैल महीने में लगातार धुप छांव का खेल व तापमान में उतार-चढ़ाव देखने को मिल रहा है। जिसकी वजह से सम्पूर्ण इलाके में गर्मी भी अपने तेवरों को नहीं दिखा पाई है। इसी कड़ी में कमजोर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने से बुधवार को भी हरियाणा एनसीआर दिल्ली में मौसम में बदलाव, आंशिक बादलवाही व तापमान में उतार-चढ़ाव देखने को मिला। वहीं एक अन्य ताजा पश्चिमी विक्षोभ वीरवार को सक्रिय होगा। जिसके चलते सम्पूर्ण इलाके में फिर से मौसम में बदलाव देखने को मिलेगा, क्योंकि इस कमजोर पश्चिमी विक्षोभ से उत्तरी राजस्थान पर एक कमजोर चक्रवातीय सर्कुलेशन बनने से सम्पूर्ण इलाके में 18-20 अप्रैल के दौरान बादलवाही व हरियाणा एनसीआर दिल्ली में तेज गति से हवाएं चलने तथा कहीं-कहीं 20-30 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार हवाएं चलेगी। इसके साथ हरियाणा एनसीआर दिल्ली के पश्चिमी व दक्षिणी हिस्सों में गर्ज चमक के साथ बिखराव वाली हल्की बूंदाबांदी की संभावना बन रही है। जिसकी वजह से हरियाणा एनसीआर दिल्ली में भारतीय मौसम विभाग ने येलो अलर्ट जारी कर दिया है।

डा. चंद्रमोहन ने बताया कि बुधवार को हरियाणा एनसीआर दिल्ली में सुबह से दोपहर तक मौसम साफ बना रहा, लेकिन दोपहर बाद फिर आंशिक बादल वाही व तेज गति से हवाएं चली। उन्होंने बताया कि प्रदेश में अधिकतर स्थानों पर रात्रि तापमान 16.0 डिग्री सेल्सियस से 23.0 डिग्री सेल्सियस के बीच दर्ज किया गया, जबकि जिले में नारनौल का 23.5 व महेंद्रगढ़ का रात्रि तापमान 21.3 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। हरियाणा एनसीआर दिल्ली में अधिकतर स्थानों पर दिन का तापमान 33.0 डिग्री सेल्सियस से 37.0 डिग्री सेल्सियस के बीच दर्ज किया गया। उन्होंने बताया कि आने वाले तीन-चार दिनों में सम्पूर्ण इलाके में एक बार फिर से दिन व रात के तापमान में गिरावट देखने को मिलेगी।



नारनौल। आसमान में छाए बादल। फोटोः हरिभूमि

महेंद्रगढ़। प्रो. पीटर कोम्बा का स्वागत करते हकेवि के स्टॉफ सदस्य।

जर्मनी के विशेषज्ञ ने हकेंवि में दिया मेडिशनल केमेस्ट्री पर व्याख्यान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग द्वारा बुधवार को बायोइंस्पायरड नॉनहेम आयरन ऑक्सीजन एक्टिवेशन विषय पर केंद्रित विशेषज्ञ व्याख्यान का आयोजन किया गया।

इस व्याख्यान हेतु हीडलबर्ग यूनिवर्सिटी जर्मनी के प्रो. पीटर कोम्बा विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित रहे। प्रो. कोंबा ने अपने संबोधन में मेडिशनल केमेस्ट्री के क्षेत्र से जुड़े विभिन्न महत्त्वपूर्ण पक्षों और इस क्षेत्र में निरंतर जारी विकास के आयामों पर चर्चा की।

इससे पूर्व में प्रो. कोम्बा ने विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने मुलाकात की और उनसे शोध व अनुसंधान के क्षेत्र संबंधी गतिविधियों पर चर्चा की। कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने प्रो. कोम्बा का स्वागत करते हुए कहा कि अवश्य ही उनके द्वारा अर्जित ज्ञान का लाभ विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों व शोधार्थियों को प्राप्त होगा। विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग के सहायक आचार्य डॉ. एजाज अंसारी के संयोजन में आयोजित विशेषज्ञ व्याख्यान के अंतर्गत प्रो. पीटर ने संक्रमण अवस्थाओं के दौरान धातु इलेक्ट्रॉनों के आदान-प्रदान और संरचनात्मक मापदंडों में परिवर्तन की भूमिका और विभिन्न यौगिकों की उनकी प्रतिक्रियाशीलता पर उनके प्रभाव पर भी प्रकाश डाला। इस दौरान उन्होंने प्रतिभागियों के साथ संवाद करते हुए उन्हें रसायन विज्ञान और मशीन लर्निंग पर केंद्रित एडवांस रिसर्च के लिए भी प्रेरित किया। आयोजन में रसायन विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. विनोद कुमार ने प्रो. पीटर कोंबा का स्वागत किया। इस मौके पर प्रो. हरीश कुमार, डॉ. मनोज कुमार गुप्ता, डॉ. अनंदिता चक्रवर्ती, डॉ. अमित कुमार व विभाग के अन्य शिक्षक उपस्थित रहे।

भाजपा ओबीसी मोर्चा की कार्यकारिणी गठित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल।

भाजपा जिलाध्यक्ष दयाराम यादव से विचार-विमर्श करके ओबीसी मोर्चा जिला अध्यक्ष अरुण मंढाना ने अपनी टीम की घोषणा की। जिसमें रमेश चंद, अशोक कुमार, मनोज सोनी, रामसिंह सैनी, संदीप वर्मा, कैलाश चंद व जितेंद्र योगी को उपाध्यक्ष, सुरेंद्र उर्फ मिंटू व सुशील स्वामी को महामंत्री, मदनलाल, सुनील कुमार, कुलदीप सेन, कृष्णा योगी, नरेश कुमार, महेंद्र कुमार व ओमप्रकाश सेन को सचिव, निशांत सोनी को कोषाध्यक्ष, अक्षय प्रजापत को प्रवक्ता, मनोज कुमार को आईटी प्रमुख व राहुल शर्मा को मीडिया प्रमुख बनाया गया है।

वही ओबीसी मोर्चा मंडल अध्यक्ष की सूची में सोनू सोनी नारनौल मंडल अध्यक्ष, विजय सिंह हुडीना मंडल अध्यक्ष, जितेंद्र कुमार भूषण मंडल अध्यक्ष, अजय स्वामी नांगल चौधरी मंडल अध्यक्ष, प्रमोद कुमार निजामपुर मंडल अध्यक्ष, प्रवीण सेन नांगल दर्गू मंडल अध्यक्ष, जितेंद्र कुमार अटेली मंडल अध्यक्ष, देवदत्त कनीना मंडल अध्यक्ष, दिनेश सोनी भोजावास मंडल अध्यक्ष, पवन कुमार बाछौद मंडल अध्यक्ष, शिवम जांगड़ा महेंद्रगढ़ शहरी अध्यक्ष, जगमाल महेंद्रगढ़ ग्रामीण मंडल अध्यक्ष, गजराज सिंह पाली मंडल अध्यक्ष, रामावतार प्रजापत सतनाली मंडल अध्यक्ष व धीरज कुमार सरपंच नांगल सिरोही मंडल अध्यक्ष बनाया गया हैं।

वही जिला अध्यक्ष ओबीसी मोर्चा ने अपनी कार्यकारिणी में अर्जुन सिंह, फूलचंद प्रजापत, ऋषिराज, रामनिवास नंबरदार, विक्रम कुमार, सुमेर सिंह, सवाई सिंह, रमेश प्रजापत, दिनेश कुमार, विजय सोनी, प्रदीप कुमार, हर्षित कुमार, अजीत बोचड़िया, गंगाराम सैनी, महेंद्र सैनी, गगनदीप, हरिश्चंद्र, श्रीचंद यादव, सतवीर, लक्ष्मी नारायण जांगिड़, आशु सेन, श्यामसुंदर, कुलदीप, विनोद, ख्यालीराम व मनीष कुमार को जगह दी है।

नवरात्रों में किया माता का कीर्तन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

भारत विकास परिषद नारनौल की महिला शाखा द्वारा संवत 2081 की चैत्र शुक्ल को दुर्गा अष्टमी के पावन पर्व पर प्रीति शर्मा के निवास स्थान मनु नगर पर माता का संकीर्तन किया। भारत विकास परिषद की महिला शाखा के द्वारा इन चैत्र नवरात्रि में प्रत्येक दिन माता का कीर्तन किया जाता है।

महिला शाखा की संयोजिका प्रतिभा भारद्वाज ने बताया कि इस कड़ी में प्रीति शर्मा के निवास स्थान पर कीर्तन हुआ। जिसमें अनेक महिलाओं ने भक्ति भाव से कीर्तन किया। कीर्तन के बाद प्रसाद वितरण भी किया गया। इस अवसर पर प्रीति शर्मा ने भारत विकास परिषद की महिला सदस्यों का धन्यवाद करते हुए कहा कि आज के कीर्तन व भजन के लिए हमारे घर पर उपस्थित होकर शोभा बढ़ाई, जिससे धार्मिक अनुष्ठान का आयोजन हो पाया।

नारनौल। माता के कीर्तन में हिस्सा लेने वाली महिलाएं।

यदुवंशी का दीपांशु बना आईपीएस अधिकारी

नारनौल। दीपांशु को सम्मानित करते हुए। फोटोः हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हाल ही में यूपीएससी की ओर से जारी परिणाम में मोहल्ला चांदुवाड़ा निवासी दीपांशु पुत्र स्वर्गीय प्रवीण कुमार का ऑल इंडिया में 119वीं रैंक प्राप्त कर आईपीएस अधिकारी के रूप में चयन हुआ है। यह विद्यालय व क्षेत्र के लिए गौरव का विषय है। विद्यालय के प्राचार्य कृष्ण मलिक ने बताया कि दीपांशु की माता उषा गुप्ता सरकारी विद्यालय में लिपिक के पद पर कार्यरत है। दीपांशु ने बाहरवीं तक की पढ़ाई यदुवंशी शिक्षा निकेतन से की है। विद्यालय में शुरू से ही इस प्रकार की प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करवाई जाती है, ताकि विद्यार्थी आगे चलकर देश की प्रतिष्ठित प्रतियोगी परीक्षाओं में अपना स्वर्णिम इतिहास बना सकें। विद्यालय की निदेशिका सुरेश यादव, डीन मोनिका दीवान व उपप्राचार्य नरेश यादव ने इस स्वर्णिम उपलब्धि पर बधाई दी। विद्यालय के चेयरमैन राव बहादुर सिंह ने दीपांशु, उसके माता-पिता व शिक्षकों को भी इस स्वर्णिम सफलता पर बधाई दी।

हकेंवि में स्नातकोत्तर कार्यक्रमों का ऑनलाइन पंजीकरण 22 से

- शैक्षणिक सत्र 2024-25 के लिए दाखिला प्रक्रिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय (हकेवि), महेंद्रगढ़ के शैक्षणिक सत्र 2024-25 के लिए दाखिला प्रक्रिया के अंतर्गत विश्वविद्यालयीन सामान्य प्रवेश परीक्षा (सीयूईटी) पीजी 2024 के स्नातकोत्तर व पीजी डिप्लोमा कार्यक्रमों के नतीजे घोषित कर दिए गए हैं। शिक्षा मंत्रालय के अंतर्गत आने वाले राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) द्वारा घोषित नतीजों के बाद विश्वविद्यालय में स्नातकोत्तर व पीजी डिप्लोमा कार्यक्रमों में दाखिले की प्रक्रिया अगले चरण में पहुंच गई है। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में दाखिले के लिए काउंसलिंग हेतु पंजीकरण सोमवार 22 अप्रैल से शुरू हो रहा है। ऑनलाइन पंजीकरण की यह प्रक्रिया आगामी 21 मई तक जारी रहेगी। पंजीकरण की इस प्रक्रिया के बाद मेरिट लिस्ट जारी होगी। जिसके आधार पर संबंधित कार्यक्रमों में दाखिले प्रदान किए जायेंगे। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने कहा कि हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय देशभर के अभ्यर्थियों का स्वागत करता है और उनके बेहतर भविष्य निर्माण के लिए प्रतिबद्ध है। दाखिला प्रक्रिया के संबंध में विश्वविद्यालय के सीयूईटी के नोडल ऑफिसर डॉ. तेजपाल ढ़ेवा ने बताया कि स्नातकोत्तर व पीजी डिप्लोमा कार्यक्रमों की प्रवेश परीक्षा के परिणाम घोषित होने के पश्चात विश्वविद्यालय में दाखिला लेने के इच्छुक अभ्यर्थियों के लिए ऑनलाइन पंजीकरण की प्रक्रिया 22 अप्रैल से शुरू होने जा रही है। इन कार्यक्रमों में दाखिले के लिए पंजीकरण 21 मई, 2024 तक करवाया जा सकता है। विश्वविद्यालय की शैक्षणिक एवं परिषद् शाखा की ओर से पंजीकरण के पश्चात दाखिले की आगे की प्रक्रिया हेतु अलग से कार्यक्रम घोषित किया जाएगा। जिसके आधार पर पंजीकृत आवेदकों को दाखिले के अवसर उपलब्ध होंगे। विश्वविद्यालय में दाखिले के इच्छुक आवेदक अधिक जानकारी विश्वविद्यालय की वेबसाइट से प्राप्त कर सकते हैं। शैक्षणिक सत्र 2024-25 की सीयूईटी की प्रवेश प्रक्रिया का संयोजन डॉ. तेजपाल ढ़ेवा, डॉ. सिद्धार्थ शंकर राय व डॉ. सुशील कुमार द्वारा किया जा रहा है।

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय। फोटोः हरिभूमि

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 :-
महेन्द्रगढ़ :- हरिभूमि कार्यालय, हुड्डा पार्क के सामने, डाक्टर भगत डेंटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।
नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरूण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन : 8295738500, 9253681005

धार्मिक आयोजन

21 को नांगल चौधरी, 23 को नारनौल, 25 को महेंद्रगढ़ व 27 को अटेली में रैली, सीएम आएंगे

हरियाणा के मुख्यमंत्री बनने के बाद महेंद्रगढ़ जिले में पहली बार आएंगे नायब सैनी

- भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र के उम्मीदवार चौधरी धर्मबीर सिंह के समर्थन में करेंगे सभी चारों विधानसभाओं में रैली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

हरियाणा भाजपा प्रदेश अध्यक्ष पद पर रहते हुए नायब सैनी 11 फरवरी को नगर परिषद की पूर्व चेयरपर्सन एवं भाजपा जिला महिला अध्यक्ष भारती सैनी के बुलावे पर नारनौल आए थे। ठीक एक माह बाद 12 मार्च को हरियाणा की राजनीति में उलटफेर हुआ और नायब सैनी ने मुख्यमंत्री पद की शपथ ली। मुख्यमंत्री बनने के बाद वह पहली बार महेंद्रगढ़ जिला में 21 अप्रैल को आगमन होगा। इस दिन वह नांगल चौधरी की अनाज मंडी में रैली को संबोधित करेंगे। भाजपा जिला अध्यक्ष दयाराम यादव का कहना है कि भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से पार्टी उम्मीदवार चौधरी धर्मबीर को बनााया है। उनके समर्थन में यह रैली 21 अप्रैल को नांगल चौधरी में दोपहर एक बजे होगी। इसके दो दिन के अंतराल में जिला की अन्य तीनों विधानसभा में मुख्यमंत्री नायब सैनी आएंगे और रैली करेंगे। उन्होंने बताया कि 23 अप्रैल को नारनौल विधानसभा की रैली नई अनाज मंडी में होगी। इसके बाद 25 अप्रैल को महेंद्रगढ़ विधानसभा की रैली और 27 अप्रैल को अटेली विधानसभा की रैली में पहुंचकर मुख्यमंत्री पार्टी उम्मीदवार के पक्ष में प्रचार प्रसार करेंगे।

कांग्रेस उम्मीदवार की घोषणा नहीं होने से गर्मी में भी राजनीति पारा ठंडा

भाजपा से तीसरी बार उम्मीदवार चौधरी धर्मबीर होंगे। जजपा से उम्मीदवार पूर्व विधायक राव बहादुरसिंह को बनाया गया है। अभी कांग्रेस पार्टी ने उम्मीदवार मैदान में नहीं उतारा है। इस पार्टी में पूर्व सांसद श्रुति चौधरी व महेंद्रगढ़ विधायक राव दानसिंह उम्मीदवारी की दावेदारी कर रहे है। उम्मीदवार फाइनल नहीं होने की वजह से गर्मी में राजनीति पारा ठंडा पड़ा है। जब सभी पार्टी के उम्मीदवार घोषित हो जाएंगे, तब प्रचार प्रसार को लेकर आपसी प्रतिस्पर्धा होगी।