हरिभूमि
# महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार, 2 मई 2024

11 12वीं का परीक्षा परिणाम स्कूलों में भी मना जश्न

12 छह को विकास कार्यों के सैंपल लेने आएंगी विजिलेंस की टीम

## खबर संक्षेप

### नि:शुल्क नेत्र जांच शिविर पांच को

**महेंद्रगढ़।** यादव धर्मशाला के मुख्य सभागार में पांच मई को 165वें नि:शुल्क नेत्र जांच शिविर का आयोजन किया जाएगा। कप्तान राजेंद्र सिंह खेड़ा ने बताया कि शिविर आने वालों को अपने आधार कार्ड के साथ यादव धर्मशाला पंजीकरण के लिए पहुंचे। नेत्र रोगियों की जांच डॉ. जितेंद्र यादव के द्वारा की जाएगी। चयनित मरीजों को ऑपरेशन के लिए जालान नेत्र चिकित्सालय भिवानी भेजा जाएगा।

### दो के खिलाफ मारपीट का केस दर्ज

**मंडी अटेली।** मारपीट करने व जान से मारने की धमकी देने के मामले में अटेली पुलिस ने दो के खिलाफ केस दर्ज किया है। सिलारपुर निवासी संदीप ने बताया कि कलवाड़ी के प्रदीप के साथ कुछ दिन पहले कहासुनी हो गई थी। 30 अप्रैल को वह अपने गांव से सरकारी बस द्वारा अटेली आ रहा था। अटेली बस स्टैंड पर बस के रूकते ही वह नीचे उतरने लगा तो प्रदीप व योगेश ने उसके साथ मारपीट शुरू कर दी तथा धमकी देते हुए फरार हो गए।

### 900 रुपये के साथ तीन जुआरी गिरफ्तार

**नारनौल।** थाना शहर पुलिस मोहल्ला फ्रांसखाना से तीन आरोपितों को ताश के पत्तों के साथ जुआं खेलते काबू किया। शहर पुलिस की टीम ने गुप्त सूचना पर धर्मशाला के सामने से तीन आरोपितों को जुआं खेलते गिरफ्तार किया। जिनके कब्जे से ताश के पत्ते व 900 रुपये की जुआ राशि बरामद की। जिनकी पहचान संदीप उर्फ बबलू, भगवत स्वरूप उर्फ बबली, सोनू के रूप में हुई। आरोपियों के खिलाफ जुआ अधिनियम के तहत केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

### कम्प्यूटर सेंटर पर गई युवती लापता

**नारनौल।** सदर थाने के एक गांव से शहर में कम्प्यूटर सेंटर गई युवती लापता हो गई। सदर थाना पुलिस युवती की माता की शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर लिया है। शिकायत में दूसरे गांव के एक युवक अपनी बेटी को बहला-फुसलाकर ले जाने का आरोप लगाया है। वह गांव से सुबह शहर में कम्प्यूटर सेंटर पर कोचिंग के लिए गई थी, परंतु शाम तक वापस नहीं आई। फोन करने पर मोबाइल फोन भी बंद मिला। गांव कोजिंदा के एक युवक पर आरा। जिस पर पुलिस ने कोजिंदा निवासी युवक के खिलाफ आईपीसी की धारा 346 के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

### हरियाणा पुलिसः आवेदन की अंतिम तिथि बढ़ी

**नारनौल।** हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग ने असाधारण खिलाड़ियों (ईएसपी) के लिए विभिन्न पदों की भर्ती के ऑनलाइन आवेदन मांगे गए है। एचएसएससी ईएसपी (स्पोर्ट्स कोटा) भर्ती में सहायक लाइनमैन (एएलएम), प्रशिक्षित स्नातक शिक्षक (टीजीटी), डिप्टी रेंजर, वार्डर, सहायक अधीक्षक, जूनियर कोच, हरियाणा पुलिस कांस्टेबल आदि सहित 44 प्रकार की रिक्तियां शामिल है। मार्च माह में हरियाणा स्पोर्ट्स कोटा भर्ती अधिसूचना जारी की गई है। पात्र एचएसएससी सीईटी पास उम्मीदवार नौ मई तक वेबसाइट से एचएसएससी स्पोर्ट्सपर्सन भर्ती के लिए ऑनलाइन आवेदन कर सकते है।

# डीजी हेल्थ ने पाली व महेंद्रगढ़ अस्पताल का किया औचक निरीक्षण, चार कर्मी गैरहाजिर

## निर्माणधीन अस्पताल भवन का किया दौरा, कार्य जल्द पूरा करने के दिए निर्देश, दोपहर 1:10 पर पहुंचे, एक-एक चीज देखी

हरिभूमि न्यूज:महेंद्रगढ़

स्वास्थ्य विभाग के डायरेक्टर कुलदीप गोगी ने बुधवार को नागरिक अस्पताल व पाली अस्पताल का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान महेंद्रगढ़ नागरिक अस्पताल में एक चिकित्सक व एक क्लर्क गैर हाजिर मिले। इसके अलावा पाली अस्पताल का निरीक्षण के दौरान भी दो कर्मचारी अनुपस्थित पाए गए। इन कर्मचारियों को लेकर विभागीय कार्रवाई को लेकर कहा गया हैं। स्वास्थ्य विभाग के डायरेक्टर के साथ सीएमओ रमेश चंद आर्य भी मौजूद रहे।

डीजी कुलदीप गोगी समय करीब 1:10 बजे पाली अस्पताल पहुंचे। उन्होंने अस्पताल में एक-एक चीजों का मौका मुआयना किया। हाजिरी रजिस्ट्रर चेक करने पर दो कर्मचारी अनुपस्थित पाए गए। उन्होंने कर्मचारियों का सख्य हिदायत दी कि अस्पताल समय पर पहुंचे, ताकि मरीजों को समय पर उपचार मिल सकें। इसके बाद समय करीब 1:50 बजे महेंद्रगढ़ अस्पताल पहुंचे। इस दौरान जहां इमरजेंसी वार्ड, प्रसुति विभाग, वार्ड का दौरा किया। मरीजों का हाल-चाल भी जाना। साथ ही अस्पताल में तैनात चिकित्सकों व अन्य स्टाफ सदस्यों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। इसके अलावा उन्होंने अस्पताल के कर्मचारियों के हाजिरी रजिस्ट्रर भी चेक किए। इस दौरान अस्पताल में एक चिकित्सक व एक क्लर्क अनुपस्थित पाए गए। इन कर्मचारियों को लेकर विभागीय कार्रवाई को लेकर कहा गया हैं। अस्पताल में उन्होंने स्टाफ सदस्यों की उपस्थिति के साथ-साथ साफ-सफाई इत्यादि को देखा। उन्होंने निर्देश देते हुए कहा कि चिकित्सकों के अलावा स्टाफ नर्स, सिक्योरिटी गाड्र्स, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी हमेशा ड्यूटी पर तैनात रहने चाहिए। साथ ही उन्होंने कहा कि चिकित्सक व अन्य पैरा मेडिकल स्टाफ यूनिफार्म में रहें। इसके अलावा चिकित्सक व स्टाफ नर्स ये सुनिश्चित करें कि आपातकालीन दवाएं व उपकरण हर समय उपलब्ध होने चाहिए। प्रत्येक शिफ्ट में इन दवा व उपकरण की उपलब्धता सुनिश्चित की जानी चाहिए। अस्पताल परिसर में साफ-सफाई बनाए रखने के भी निर्देश दिए। इसके अलावा उन्होंने कर्मचारियों को आदेश दिए कि अस्पताल में ज्यादा से ज्यादा संख्या में गर्भवती महिला की डिलिवरी यहीं करवाई जाए। सफाई कर्मचारियों को सख्त निर्देश दिए कि अस्पताल परिसर में साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखे।

महेंद्रगढ़। अस्पताल का निरीक्षण करते डीजी व नए भवन को जल्द पूरा करने को लेकर जेई को निर्देश देते हुए।

### निर्माणधीन अस्पताल का किया दौरा

दौरे करने के बाद वह निर्माणधीन अस्पताल भवन में पहुंचे। उन्होंने भवन में लगाई जा रहीं सामाग्री चेक की। इसके बाद उन्होंने पीडब्ल्यूडी एक्सईएन को फोन पर बात की। इसके बाद मौके पर पीडब्ल्यूडी जेई अनिल कुमार मौके पर बुलाया गया। उन्होंने जेई को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए कहा कि भवन के निर्माण में किसी भी प्रकार की कोताही ने बरती जाए। इसके अलावाा अधूरा पड़े निर्माण को जल्द पूरा करने की बात कहीं। लिफ्ट का भी निरीक्षण किया। इस मौके पर एसएमओ बाबुलाल, डॉ. मोना यादव, आरएमओ डॉ. अभिषेक सैनी, सिनियर फार्मासिस्ट डॉ. अजय कक्कड़, सोमबीर व सरजीत के अलावा अन्य स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

### नए भवन का निर्माण कार्य अधूरा

महेंद्रगढ़ नागरिक अस्पताल में 10 जुलाई 2021 को नए भवन निर्माण का शिलान्यास का काम शुरू किया गया। सिविल अस्पताल में जगह कम होने के कारण चिकित्सकों के लिए भी बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं देना किसी चुनौती से कम नहीं है। नागरिक अस्पताल के पुराने भवन में जगह का अभाव होने के कारण मजबूरीवश क्वार्टरों में बैठकर मरीजों की जांच करनी पड़ रही है। भवन के अभाव में अनेक सेवाएं भी उपलब्ध नहीं हैं। रिहायशी भवन में लैब, टीबी वार्ड, आयुष्मान कार्यालय, एक्स रे रूम, रक्त जांच केंद्र सहित अन्य वार्ड चल रहे हैं। निर्माण कार्य पूरा होने के बाद नागरिक अस्पताल में सभी सुविधाएं शुरू हो सकती हैं।

## आरोप: झगड़ा कर होटल मैनेजर से पैसा व मोबाइल छीना, परंतु पकड़ा नहीं

# पीछा कर पकड़ने के बाद बोली पुलिस गलती से अपना समझ ले गए मोबाइल

### पीड़ित ने पुलिस जांच पर उठाए सवाल: एसपी से की निष्पक्ष जांच की मांग एसपी ने डीएसपी को सौंपी मामले की जांच

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

शहर में रेवाड़ी रोड पर स्थित एक होटल में झगड़ा हो गया। इस झगड़े में शामिल आरोपितों ने होटल कर्मी का मोबाइल छिना और बाद में जेब से जबरदस्ती पैसा भी निकाला। यह वाक्या पूरा वहां लगे सीसीटीवी फुटेज में कैद हो गया। पुलिस को सूचना दी। फिर आरोपितों का पीछा करके नीरपुर के पास से उन्हें पकड़ा गया। होटल मैनेजर ने यह आरोप लगाकर शिकायत दी। वहीं पुलिस ने प्रथम दृष्टि की जांच में ही यह तथ्य रख दिए कि आरोपित गलती से होटल संचालक का मोबाइल साथ लेकर गए है। जबकि शिकायतकर्ता पक्ष का कहना है कि सीसीटीवी फुटेज में सब साफ है, वह जबरदस्ती लेकर गए है। ऐसे में पुलिस की ओर से लगाई गई धारा से संतुष्ट नहीं होने पर पीड़ित पक्ष ने एसपी से मुलाकात की। एसपी को पूरा वाक्या बताया गया। अब इस मामले की जांच एसपी ने डीएसपी को सौंप दी है।

पुलिस को सूर्यविलास होटल मैनेजर राजकुमार ने शिकायत दी है। शिकायत में बताया कि 28 अप्रैल रात करीब साढ़े 11 बजे सुनील वासी गोद व दो अन्य युवक गाड़ी में सवार होकर आए और होटल में रूम किराये पर लेकर रूक गए। तीनों युवकों ने रूम में हुड़दंग-बाजी शुरू कर दी। जिस पर उसने व होटल कर्मचारी अमित वासी कुक्सी ने युवकों को समझाने की कोशिश की तो तीनों युवकों ने उनके साथ मारपीट शुरू कर दी। जिस पर उसने मोबाइल से डॉयल 112 बार पर फोन करने की कोशिश की तो एक लड़के ने उसका मोबाइल छीन लिया। इसके बाद तीनों युवक उसे मारपीट करते हुए नीचे ले आए। वहां काउंटर के पास आकर मारपीट की।

नारनौल। सीसीटीवी फुटेज में कैद तस्वीरों में होटल कर्मी की जेब में हाथ देते आरोपित।

### होटल की फुटेज में सब कैद, फिर भी नहीं जोड़ी धाराएं

वरिष्ठ अधिवक्ता नरेंद्र यादव ने बताया कि होटल में लगे कैमरे में कैद हुई तस्वीरों में साफ दिख रहा है, आरोपित होटल कर्मी का बरामदें में मोबाइल और काउंटर के पास झगड़े के दौरान पैसा जबरदस्ती छिन रहे है। फुटेज भी पुलिस को दी गई। फिर भी धारा वह नहीं जोड़ी। उनके हिसाब से इस केस में आईपीसी की धारा 379बी व 452 ओर जुड़नी चाहिए थी। दूसरी बात पुलिस जांच में कहा गया है कि आरोपित गलती से मोबाइल साथ ले गए। मतलब यह तो साफ हो गया कि होटल कर्मी का मोबाइल लेकर गए है। जब पुलिस ने इन आरोपितों के पास फोन किया तो उन्होंने मोबाइल देने से साफ इनकार कर दिया था। दूसरी बात गलती से मोबाइल लेकर गए तो पुलिस को आरोपित का पीछा नीरपुर तक क्यूं करना पड़ा। अगर आरोपित सही होते तो वह वापस आकर होटल में मोबाइल देकर जा सकते थे या पुलिस को दे सकते थे। लेकिन ऐसा नहीं हुआ। दूसरी बात होटल संचालक सुधीर के जबड़े पर आरोपितों ने चोट मारी थी। पुलिस ने अभी तक पीड़ित सुधीर के चिकित्सा से जुड़े दस्तावेज भी नहीं लिए है।

### जाते सममय दी धमकी

युवकों ने होटल कर्मचारी अमित की जेब से 900 रुपये भी निकाले। जाते समय तीनों युवकों ने धमकी दी कि अगर कोई कार्रवाई करने की कोशिश की तो जान से मार देंगे। इसके बाद होटल कर्मचारी अमित ने सुधीर के पास फोन किया। जिस पर संजीव यादव, रवि व मोहित होटल पर आए और उन्होंने डॉयल 112 पर फोन करके पुलिस को सूचना दी। डॉयल 112 गाड़ी व महावीर पुलिस चौकी से भी पुलिस कर्मी होटल पर आए। महावीर चौकी पुलिस ने युवकों से फोन करके मोबाइल के बारे में पूछा तो कहा कि मोबाइल उनके पास है, पर देंगे नहीं। कुछ देर बाद सुधीर भी होटल पर आ गया। फिर पुलिस व सुधीर की गाड़ी से आरोपित युवकों का पीछा किया तो वह नीरपुर पेट्रोल पम्प के पास मिले। यहां पर एक और लड़का आरोपित युवकों के साथ था। जिसने सुधीर के साथ मारपीट की। जिससे सुधीर के जबड़े में चोट लग गई। इस दौरान पुलिस ने दो युवकों को पकड़ लिया, जबकि अन्य भाग गए। इस शिकायत पर सिटी पुलिस ने आरोपित सुनील, अजय व दो अन्य युवकों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

### क्या कहते है पीआरओ

पुलिस विभाग के पीआरओ सुमित कुमार ने इस मामले में बताया कि आरोपित युवक होटल कर्मी की जेब से दी गई आईडी निकाली थी। हां, मोबाइल जरूर साथ लेकर गए थे पर पूछताछ में आरोपितों का कहना था कि मोबाइल गलती से लेकर गए है। अगर मोबाइल छिनकर लेकर जाते तो दूसरे होटल में खाना खाते वक्त वहां का पता नहीं देते। होटल के बाहर पुलिस नहीं थी, इस वजह से दूर जाकर नीरपुर के पास सीएनजी पंप के पास रूके थे। वहां भी झगड़ा हुआ तो महावीर पुलिस चौकी स्टाफ पहुंचा और आरोपितों को पकड़कर लिया था।

### सवालों के घेरे में जांच के बाद पुलिस का दावा

पीड़ित पक्ष ने पुलिस की जांच पर सवाल उठाते हुए एसपी से निष्पक्ष जांच की मांग की। जिस पर एसपी ने मामले की जांच डीएसपी को सौंप दी है। पीड़ित का आरोप है कि पुलिस ने मामले की निष्पक्ष जांच नहीं की है। पीड़ित ने बताया कि पुलिस ने अपनी जांच में कहा कि वे सूचना पर होटल में पहुंचे। जहां पर रजिस्टर में दर्ज एक युवक गोद निवासी सुनील को मोबाइल नंबर दर्ज था। जिसके नंबर पर बात की तो युवक ने कहा कि वह सांवरिया होटल में रूके हुए है और सूर्यविलास होटल के एक कर्मचारी का मोबाइल गलती से अपना समझकर ले आए। इसके बाद पुलिस सांवरिया होटल पहुंची। जहां पर जाकर युवक के पास फोन किया तो उन्होंने कहा कि वे होटल के पास ही है और फोन देने आए रहे है, लेकिन कार होटल पर नहीं रूकी। जिसका पीछा किया तो वह सीएनजी पम्प पर रोकी गई। जिस पर तीनों लड़कों में से सुनील कुमार व अजय कुमार को काबू कर लिया। इसके युवकों की कार चौकी में खड़ी करके होटल में सीसीटीवी फुटेज का निरीक्षण किया। जिसमें कर्मचारी का मोबाइल व 900 रुपये के आरोपों पूरी तरह से स्पष्ट नहीं हो पाए। पीड़ित ने पुलिस की इस जांच पर सवाल उठाते हुए एसपी ने निष्पक्ष की जांच की मांग की। जिस पर एसपी अर्श वर्मा ने मामले की जांच डीएसपी को सौंप दी है।

### कृष्णनगर स्कूल में कम्प्यूटर लैब का लॉक तोड़ 2 दिन बाद चोरी

**नारनौल।** राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक स्कूल की कम्प्यूटर लैब का लॉक तोड़कर अज्ञात ने सामान चोरी कर लिया।

- स्टाफ के स्कूल पहुंचने के बाद हुआ घटना का खुलासा

जिसकी जानकारी मिलने पर स्कूल प्रशासन सदर थाना की पुलिस चौकी गहली में शिकायत दी है। जिस पर सदर थाना पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ आईपीसी की धारा 380 के तहत मामला दर्ज कर लिया है। कृष्णनगर में छह अप्रैल को स्कूल की कम्प्यूटर लैब का लॉक तोड़कर अज्ञात चोर सामान चोरी कर ले गए। शिकायत में बताया कि इससे पूर्व दो अप्रैल रात को भी स्कूल की कम्प्यूटर लैब का लॉक तोड़ दिया था, लेकिन कोई सामान चोरी नहीं हुआ। इसके बाद अज्ञात चोर ने छह अप्रैल को स्कूल की कम्प्यूटर लैब का लॉक तोड़कर सामान चोरी कर लिया। इस बारे में जब नौ अप्रैल को तब पता चला जब स्कूल स्टॉफ विद्यालय में आया, लेकिन उस समय चोरी हुए सामान का सही आंकलन किया जा सका। इसके बाद एलए को स्कूल में बुलाया, तब चोरी हुए सामान का आंकलन किया गया। जिसके बाद अब शिकायत दी। जिसके आधार पर पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ चोरी का केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

### 1.400 किलोग्राम गांजे के साथ एक युवक को किया गिरफ्तार

**नारनौल।** शहर थाना पुलिस ने सैनी धर्मकांटे केपास से एक युवक को 1.400 किलोग्राम गांजा के साथ गिरफ्तार किया है। जिसकी पहचान दीपक उर्फ टीलू पुत्र रघुबीर के रूप में हुई। पुलिस गांजा कब्जे में लेकर आरोपित युवक के खिलाफ शहर थाना में मामला दर्ज कर उसे गिरफ्तार कर लिया। पुलिस की पीसीआर सैनी धर्मकांटे के पास नशीले पदार्थ की रोकथाम के लिए खड़ी थी। इसी दौरान पुलिस को सूचना मिली की एक युवक दीपक उर्फ टीलू पन्नी लेकर सैनी धर्मकांटे की तरफ आ रहा है। अगर नाकाबंदी करके उसे पकड़ा जाए तो, उससे नशीला पदार्थ बरामद किया जा सकता है। जिस पर पुलिस ने सैनी धर्मकांटे के पास नाकाबंदी करके जांच शुरू कर दी। इसी दौरान एक युवक आता दिखाई दिया। जिसके साथ में प्लास्टिक की दो पन्नी थी, जो पुलिस को देखकर वापस जाने लगा। जिसे पुलिस ने काबू कर लिया। जिससे दो प्लास्टिक की दो पन्नियों में गांजा बरामद हुआ। जिसका वजन करने पर 1.400 किलोग्राम हुआ। पुलिस ने आरोपित के खिलाफ शहर थाना में मामला दर्ज कर उसे गिरफ्तार कर लिया।

नांगल चौधरी। आबादी क्षेत्र में आग को बुझाते दमकल विभाग के कर्मचारी।

### कृष्णावती सूखी नदी के इंधनों में लगी आग लपटें श्योरामनाथपुरा गांव तक पहुंची

**नांगल चौधरी।** कृष्णावती सूखी नदी में खड़े सूखे पूलों में अज्ञात कारणों से आग लग गई। ग्रामीणों ने दमकल विभाग में शिकायत दर्ज करवाकर आग बुझाने का प्रयास किया, लेकिन सफलता नहीं मिली। लपटें तेजी से गांव तक पहुंच गई। जिससे चार ग्रामीणों का इंधन व टीनशेड जलकर राख हो गया। मौके पर पहुंचे तीन दमकल वाहनों ने डेढ़ घंटे तक कड़ी मशकत करके आग पर काबू पाया।

सूखी नदी में घास-फूंस खड़ी है। जिसमें दोपहर दो बजे अज्ञात कारणों से आग लग गई। ग्रामीणों की मदद से आग बुझाने के प्रयास किए, लेकिन हवा तेज रफ्तार व रूख गांव की तरफ था। लपेंटे जल्द ही धर्मबीर, रणजीत, सुनील के इंधन तक पहुंच गई। दोपहर करीब पौने तीन बजे तीन फायर ब्रिगेड मौके पर पहुंची, लेकिन गांव के संकरे रास्तों से प्रवेश नहीं कर पाई। दूसरे रास्ते से तीनों दमकल वाहनों को कृष्णावती नदी में पहुंचाया। यहां से आग बुझाते हुए कर्मचारी श्योरामनाथपुरा तक पहुंचे, लेकिन तब तक ग्रामीणों का इंधन व टीनशेड जलकर राख हो चुकी थी।

## डीसी ने वीसी से राजस्थान के अधिकारियों के साथ की बैठक

# सीमा पार के असामाजिक तत्वों पर रहेगी नजर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

लोकसभा आम चुनाव के मद्देनजर भिवानी-महेंद्रगढ़ संसदीय क्षेत्र की रिटर्निंग ऑफिसर एवं उपायुक्त मोनिका गुप्ता ने बुधवार को महेंद्रगढ़, चरखी-दादरी व भिवानी तथा बार्डर पर लगने वाले राजस्थान के विभिन्न जिलों के अधिकारियों के साथ बॉर्डर कोर्डिनेशन बैठक ली। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सूचनाओं को तुरंत शेयर करें। सूचना तंत्र को मजबूत रखें, ताकि जल्द से जल्द कार्रवाई की जा सके। अवैध शराब व नकदी किसी भी सूरत में सहन नहीं होगी।

इस अवसर पर उन्होंने कहा कि जिला महेंद्रगढ़ की तरफ से स्थाई व अस्थाई नाके लगाए गए हैं। राजस्थान की तरफ से भी कच्चे व पक्के रास्तों पर नाके स्थापित किए जाएं। इन सभी नाकों पर कड़ी निगरानी रखें। उन्होंने कहा कि जिला प्रशासन निष्पक्ष व पारदर्शी तरीके से चुनाव करवाने को प्रतिबद्ध है। जिसके तहत लगातार 24 घंटे हर गतिविधि पर नजर रखी जा रही है। दोनों राज्यों के बेल जंपर व पीओ की सूची साझा की गई है। असामाजिक तत्वों पर कड़ी नजर रखी जाए, ताकि कोई भी आपराधिक घटना ना हो। डीसी ने कहा कि शांतिपूर्वक चुनाव हम सबका लक्ष्य है। निकट भविष्य में भी बोर्डर कोर्डिनेशन बैठक लगातार जारी रहेगी। अधिकारी समन्वय स्थापित करते हुए काम करें। इस बैठक में एडीसी दीपक बाबूलाल करवा, एसडीएम महेंद्रगढ़ संजीव कुमार, एसडीएम कनीना सुरेंद्र सिंह, एसडीएम डा. जितेंद्र सिंह, नगराधीश मंजीत सिंह व डीईटीसी एक्साइज अनिल कुमार के अलावा अन्य अधिकारी मौजूद थे।

### भिवानी-महेंद्रगढ़ संसदीय क्षेत्र से तीसरे दिन दो उम्मीदवारों ने भरा नामांकन

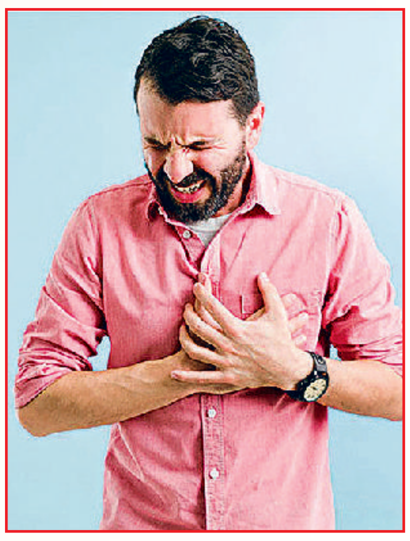
नारनौल। भिवानी-महेंद्रगढ़ संसदीय क्षेत्र से लोकसभा चुनाव लड़ने के लिए नामांकन के तीसरे दिन बुधवार को दो उम्मीदवारों ने अपना नामांकन दाखिल किया। नामांकन आगामी छह मई तक दाखिल किया जा सकता है। आवेदन पत्र कमरा नंबर 114 प्रथम तल लघु सचिवालय में सुबह 11 से लेकर दोपहर तीन बजे तक जमा किए जा सकते हैं।

यह जानकारी देते हुए भिवानी-महेंद्रगढ़ संसदीय क्षेत्र की रिटर्निंग ऑफिसर एवं उपायुक्त मोनिका गुप्ता ने बताया कि लोकसभा चुनाव लड़ने के लिए अब तक कुल तीन नामांकन दाखिल हो चुके हैं। तीसरे दिन वेदप्रकाश महेंद्रगढ़ व योगबीर सिंह चरखी दादरी ने निर्दलीय प्रत्याशी के तौर पर अपना नामांकन दाखिल किया। उन्होंने बताया कि नामांकन दाखिल करते ही एनआइसी की टीम सारे कागजात को एनकोर सॉफ्टवेयर के माध्यम से

# कब-कैसे बढ़ता है कोलेस्ट्रॉल लेवल

आजकल हृदय रोग के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं और इसके प्रमुख कारणों में से एक है कोलेस्ट्रॉल का हाई लेवल। क्यों होता है ऐसा और इसे कैसे नियंत्रित किया जा सकता है, जानिए।

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. रवींद्र गुप्ता
एचओडी-इंटरनल मेडिसिन
सी. के. बिड़ला हॉस्पिटल, गुरुग्राम



अपनी हेल्थ को लेकर कॉन्शस लोग यह तो जानते हैं कि शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ना हार्मफुल होता है। लेकिन यह समझना भी जरूरी है कि यह किस तरह नुकसान पहुंचाता है और इससे कैसे बचा जाए?

## क्या है कोलेस्ट्रॉल

कोलेस्ट्रॉल, फैट का ही एक रूप है, जो पिघले मोम की तरह चिपचिपा होता है। यह इतना ऑयली होता है कि पानी में नहीं घुल पाता। फिर लिपोप्रोटीन कणों के रूप में रक्तप्रवाह के माध्यम से शरीर के सभी अंगों तक पहुंचता है। इसे दो भागों में बांटा जाता है, एलडीएल यानी लो डेंसिटी लिपोप्रोटीन (बैड) और एचडीएल यानी हाई डेंसिटी लिपोप्रोटीन (गुड) कोलेस्ट्रॉल। गुड कोलेस्ट्रॉल, कई तरह के हॉर्मोंस के स्राव को नियंत्रित करता है। नई कोशिकाओं की दीवारों और विटामिन-डी के निर्माण में मददगार होता है। शरीर के नर्वस सिस्टम के न्यूरांस को बनाने में भी इसकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। कुछ खास तरह के विटामिंस की पाचन क्रिया में भी यह यूजफुल होता है।

## कई तरह से नुकसानदायक

जब लोग कोलेस्ट्रॉल बढ़ने का जिक्र करते हैं, तो उसका मतलब सिर्फ एलडील यानी बैड कोलेस्ट्रॉल से होता है, जो हेल्थ को कई तरह से नुकसान पहुंचा सकता है। जैसे- यह ब्लड वेसेल्स की भीतरी दीवारों में चिपक कर उन्हें संकरा बना देता है, जिससे रक्त प्रवाह में रुकावट पैदा होती है, इसी वजह से हार्ट अटैक और ब्रेन स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की वजह से आंखों तक सही ढंग से रक्त प्रवाह नहीं हो पाता है, नतीजतन नजर भी कमजोर पड़ सकती है। बैड कोलेस्ट्रॉल की अधिकता से बढ़ती उम्र में अल्जाइमर का खतरा बढ़ जाता है। यह किडनी के लिए बहुत नुकसानदेह होता है, इससे सीने में दर्द यानी एंजाइना पेन की समस्या हो सकती है, जो हृदय रोग के शुरुआती लक्षणों में से एक है। इसकी वजह से कंधे और गर्दन में दर्द हो सकता है। बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की स्थिति में हाथ, पैरों की नसों तक ऑक्सीजनयुक्त रक्त पहुंच नहीं पाता, जिससे शरीर के इन भागों में हमेशा दर्द और अकड़न महसूस होती है। बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ने से बॉडी वेट भी बढ़ सकता है।

## क्या है वजह

सैचुरेटेड और ट्रांस फैट वाले फूड्स जैसे रेड मीट, अंडे की जर्दी, तेल, मक्खन और घी का अधिक मात्रा में सेवन इस समस्या के लिए जिम्मेदार माना जाता है। शारीरिक श्रम की कमी भी इसकी बड़ी वजह है। कुछ लोगों में आनुवंशिकता के कारण भी बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की समस्या हो सकती है।

## जांच-बचाव उपचार

लिपिड प्रोफाइल नामक जांच से शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल का पता लगाया जाता है। स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल का स्तर 130 से कम होना चाहिए, अगर किसी की हार्ट की सर्जरी हुई हो तो उसके शरीर में इसका लेवल 100 से कम होना चाहिए। अगर कोई समस्या न हो तो भी साल में एक बार कोलेस्ट्रॉल लेवल की जांच जरूर करवा लेनी चाहिए। इस समस्या से बचाव के लिए घी, तेल, मक्खन, मैदा, अंडे की जर्दी और बाजार में बिकने वाले जंक फूड्स से दूर रहें। रेग्युलर एक्सरसाइज और वॉकिंग करें। इन प्रयासों के बावजूद अगर शरीर में एलडीएल का स्तर कम न हो, तो दवाओं की मदद से इसे नियंत्रित किया जा सकता है। *

प्रस्तुति:विनीता

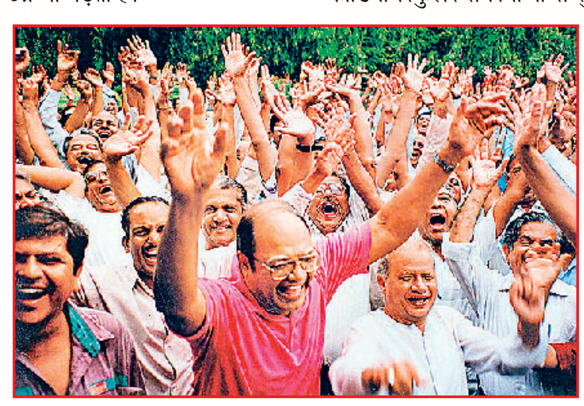
हेल्थ सजेशन / शिखर चंद जैन

हंसना सिर्फ एक शारीरिक क्रिया या किसी बात-घटना की प्रतिक्रिया नहीं होता है। यह एक नेचुरल रेमिडी है, जो बिना कुछ खर्च किए आपको फिजिकली-मेंटली हेल्दी रहने में बहुत इंपॉर्टेंट रोल निभाता है। कई स्टडीज में ऐसे फैक्ट सामने आए हैं कि हेल्दी रहने में अधिक से अधिक हंसना बहुत इफेक्टिव होता है। **वर्ल्ड लाफ्टर-डे (5 मई)** के मौके पर हंसने के हेल्दी बेनिफिट्स के बारे में आप भी जानना चाहेंगे।

# जी भरकर हंसिए-खिलखिलाइए रहेंगे फिजिकली-मेंटली हेल्दी

शादी विवाह हो या होली जैसे त्यौहार, अप्रैल फूल का दिन हो या दोस्तों की महफिल हो, विभिन्न अवसरों पर खूब हंसी-ठहाके और मस्ती मसखरी चलती है। हंसकर हम खुद को तरोताजा महसूस करते हैं। वैज्ञानिक भी कहते हैं कि हंसने-मुस्कुराने और चुहलबाजी के हजार फायदे होते हैं। इसके लिए एक कहावत है कि साबुन जो काम हमारे शरीर की सफाई के लिए करता है, वही हंसी हमारे मन के लिए करती है। हंसने-मुस्कुराने के कई फायदे समय-समय पर बताए जाते रहे हैं। कुछ ताजा अध्ययनों के अनुसार हंसने से फर्टिलिटी की संभावना, बौद्धिक क्षमता और उम्र भी बढ़ती है।

## बढ़ती है आयु



सेहत विज्ञानियों का मानना है कि हंसते-मुस्कुराते रहने से इंसान दीर्घायु होता है। हर 5 मिनट की हंसी हमारे जीवन में 5 दिनों की आयु बढ़ा सकती है। दरअसल, हंसने से तन और मन के स्वास्थ्य को कई तरह के फायदे होते हैं। ठहाके लगाने और खुलकर हंसने से रेस्पिरेटरी मसल्स फैलती हैं, जिनसे इनकी एक्सरसाइज हो जाती है। इससे चेस्ट कैविटी भी फैलती है। फेफड़ों में ज्यादा ऑक्सीजन भरती है और ज्यादा कार्बन डाइऑक्साइड निकलती है। इससे हमारे लंग्स हेल्दी बनते हैं, उनकी कार्यक्षमता भी बढ़ती है। इससे हम लंबे समय तक हेल्दी रह सकते हैं।

## हार्ट को रखे हेल्दी

अमेरिका स्थित कैलिफोर्निया की लोमा लिंडा यूनिवर्सिटी के शोधकर्ता ली बुर्के और डॉ. स्टेनले टैन ने अपने एक अध्ययन में पाया कि हंसने की प्रक्रिया से हमारे शरीर में कई तरह के रिएक्शन होते हैं। इससे एड्रेनलीन हार्मोन का स्रावण होता है, जिसे अराउजल हार्मोन कहा गया है। यह कई प्रकार के सेंसेज को जगा देता है। इससे हार्ट बीट बढ़ती है। हार्ट पर पॉजिटिव दबाव बढ़ने से यह रक्त की पंपिंग ज्यादा करता है। इससे हार्ट स्ट्रॉन्ग बनता है। इससे स्किन को भी फायदा होता है और चेहरा दमकने लगता है।

## अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज

खुल कर हंसने से फिजिकल फटीग और मेंटल टेंशन से रिलीफ मिलती है और मसल्स रिलैक्स करती हैं। लाफ्टर ब्लड वेसल्स फंक्शन को इंप्रूव करके ब्लड फ्लो बढ़ाती है। इससे हार्ट अटैक और दूसरी कार्डियोवैस्कुलर समस्याओं से सुरक्षा मिलती है। हेल्थ एक्सपर्ट कहते हैं कि लाफ्टर एक अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज है। इससे हार्ट मसल्स की अच्छी एक्सरसाइज होती है। इससे कैलोरी भी बर्न होती है।

## बढ़ती है मेंटल स्ट्रेंथ

अच्छे सेंस ऑफ ह्यूमर वाले, हंसोड़ और जिंदादिल इंसान मुसीबतों और दुख की घड़ी में भी खुद को संयत, संतुलित सक्रिय रखने में सक्षम होते हैं। ऐसे लोग मुसीबतों को सिर पर नहीं लादते। ये आमतौर पर खुश और सुकून से जीते हैं। इसकी वजह है कि हंसने से इनकी मेंटल स्ट्रेंथ बढ़ती है, ये अपने इमोशंस पर बेहतर ढंग से कंट्रोल करना जानते हैं। यही वजह है कि स्ट्रेस और टेंशन की कंडीशन में भी ये रिलैक्स रह लेते हैं।

## बढ़ता है सोशल सर्किल

अपनी पुस्तक 'साइकोलॉजी ऑफ हैप्पीनेस' में लेखक और मनोविज्ञानी माइकल फोर्डिस लिखते हैं, 'हंसने वाले लोग एक संतुलित और सफल जीवन जीने में सक्षम होते हैं। इनका सोशल और बिजनेस सर्किल भी बड़ा होता है क्योंकि ये अपने हंसने-मुस्कुराने वाले स्वभाव के कारण बड़ी आसानी से लोगों को इंप्रेस कर लेते हैं और उनसे हमेशा के लिए जुड़ जाते हैं।' यानी हंसने वाले लोगों के सोशल रिलेशन अधिक आसानी से और ज्यादा बनते हैं। इसका फायदा यह होता है कि व्यक्ति कभी भी अकेलेपन, स्ट्रेस या डिप्रेशन का शिकार नहीं होता है। वह अपने मन की बातें दूसरों से शेयर करता और दूसरों की बातें सुनता भी है।

'बीएमसी कंपलीमेंटरी एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन' जर्नल में प्रकाशित एक शोध में बताया गया है कि हंसना एक प्रकार का गुडविल मैसेज है। हंसने का फायदा सिर्फ सेहत तक ही सीमित नहीं बल्कि इससे आपकी पर्सनल और प्रोफेशनल इमेज पर भी पॉजिटिव असर पड़ता है। हंसने मुस्कुराने वाले लोगों का सामाजिक दायरा बड़ा होता है क्योंकि ये आसानी से सबको अपना मित्र बना लेते हैं। साथ ही इस आदत का फायदा इन्हें प्रोफेशनल फ्रंट पर भी मिलता है। ये अपने जिंदादिल स्वभाव से बॉस, कुलीग्स और क्लाइंट्स सबको खुश रखते हैं, जिससे इनके काम आसानी से बन जाते हैं और तरक्की के रास्ते भी सदा खुले रहते हैं।

कहने का मतलब यही है कि हंसमुख व्यक्ति हर मायने में दूसरों से अधिक हेल्दी और हैप्पी लाइफ जीता है। *

## आसान होती है प्रेगनेंसी

**दक्षिण कोरिया** के शोधकर्ता एच. जे. चुंग ने स्ट्रेस और एंजायटी के दौर से गुजर रही इनफर्टिलिटी की मरीजों पर लाफ्टर थेरेपी का असर जानने के लिए एक अध्ययन किया ।उन्होंने आईवीएफ ट्रीटमेंट ले रही 40 महिलाओं में से 20 को लाफ्टर थेरेपी दी तो पाया कि बाकी 20 महिलाओं की तुलना में उनमें स्ट्रेस एंजायटी और डिप्रेशन काफी कम था और उनमें प्रेगनेंसी ज्यादा आसानी से हुई। एक अन्य अध्ययन में ऑक्सफोर्ड कंसेप्शन स्टडी से पता चला कि जिन महिलाओं के रक्त में अल्फा एमीलेज नामक स्ट्रेस इंडिकेटर का लेवल अधिक था, उनमें प्रेगनेंसी की दर काफी कम थी। जबकि हंसने-मुस्कुराने और हंसी-मजाक का आनंद लेने वाली महिलाओं में फर्टिलिटी के इलाज से प्रेगनेंसी के चांस बढ़ गए।

केयर
संध्या रानी

अब गर्मी धीरे-धीरे बढ़ रही है। कुछ जगहों पर तो दिन के समय काफी गर्म हवाएं चलने लगी हैं। ऐसे में लापरवाही बरतने से आप हीट स्ट्रोक के शिकार हो सकते हैं। इससे बचाव और उपचार के बारे में जानिए।

# हीट स्ट्रोक से ऐसे बचें

हीट स्ट्रोक या लू लगना एक गंभीर शारीरिक स्थिति है, जिसमें शरीर तापमान को नियंत्रित करने की क्षमता खो देता है। इसके कारण शरीर का तापमान बढ़कर 104 डिग्री से भी अधिक पहुंच जाता है। शरीर के तापमान की यह स्थिति मस्तिष्क समेत शरीर के अन्य अंगों के लिए खतरनाक हो सकती है। कभी-कभी यह जानलेवा भी साबित हो जाती है।

**प्रमुख लक्षण:** इस स्थिति में शरीर में पानी की कमी हो जाती है। शरीर से अत्यधिक पसीना निकल जाने से सोडियम की कमी हो जाती है। यदि समय रहते यह कमी पूरी न की जाए तो हाथ-पैर और पेट में दर्द, तेज पसीना, कमजोरी, प्यास, सिर दर्द, मितली, चक्कर आदि जैसे लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं। इसके अलावा सांस लेने में कठिनाई, घबराहट, चिड़चिड़ापन, त्वचा में खुश्की और लालिमा भी दिख सकती है।

**नेचुरल थेरेपी:** लू लगने पर रोगी को ऐसे स्थान पर लिटाना चाहिए जहां का वातावरण ठंडा हो। लेकिन वहां हवा के झोंके न आ रहे हों, इसका भी ध्यान रखना चाहिए। रोगी को ठंडे जल से तर कर पंखा चला देना चाहिए और थोड़ी-थोड़ी देर के बाद उसे ठंडे जल में भीगे तौलिए से भिगोते रहना चाहिए। बर्फ के जल में कपड़ा भिगोकर उसकी पट्टी रोगी के सिर, पेट और शरीर पर बदल-बदल कर लगाते रहना चाहिए। अधिक लू लगने पर कटि स्नान या पेड़ू पर गीली मिट्टी की पट्टी बार-बार लगाना भी उपयोगी सिद्ध होता है।

**पेड़ू पर मिट्टी पट्टी:** इसके लिए साफ बलुई मिट्टी जिसमें आधी मिट्टी और आधा बालू हो, का उपयोग करना चाहिए। अगर यह उपलब्ध न हो तो किसी साफ जगह पर जमीन से एक फिट नीचे की मिट्टी लेकर साफ करने के बाद उसमें पानी मिलाकर लुगदी जैसा बना लें।

अब इस मिट्टी को पेड़ू के आकार से थोड़ा बड़ा महीन कपड़े पर फैलाकर लगभग आधा इंच मोटाई की पट्टी बना लें। इस पट्टी का मिट्टी की तरफ वाला भाग पेड़ू पर रखकर किसी ऊनी कपड़े से ढंक दें। हर आधे घंटे पर इस पट्टी को बदलते रहना चाहिए। एक बार उपयोग की गई मिट्टी का प्रयोग दोबारा नहीं करना चाहिए।

**कटि स्नान:** कटि स्नान के लिए किसी ऐसे टब की जरूरत होती है, जिसमें आराम कुर्सी की तरह आधा लेटा जा सके। टब में लगभग 12 से 14 इंच गहराई तक ठंडा पानी भरें, जिससे कि टब में बैठने पर पानी नाभि तक और नीचे आधी जंघाओं तक आ जाए। टब में अधलेटी अवस्था में बैठ जाएं और अपने दोनों पैर को टब के बाहर चौकी पर रख लें। यह ध्यान रहे कि पानी से पैर भीगने न पाएं।

**तरल पदार्थ लें:** लू लगने पर भोजन की जगह मट्ठा, दही की लस्सी, कच्चे आम का पना, सत्तू का शरबत और नीबू पानी थोड़ा-थोड़ा करके पीना चाहिए। एक गिलास पानी में दो चम्मच धनिया को आधे घंटे के लिए भिगो दें। फिर इसे मसलकर छान लें और इस पानी में थोड़ी चीनी मिलाकर पीते रहें। इसके अलावा बेल के शरबत का सेवन जरूर करना चाहिए। यह गर्मी को दूर करता है और यह हमारे पाचन को भी स्वस्थ रखता है।

**बचाव के उपाय:** गर्मी के मौसम में ऐसा आहार लेना चाहिए, जो शरीर में पानी की आपूर्ति करता रहे। इस मौसम में तले-भुने गरिष्ठ भोजन से परहेज करना चाहिए। मौसम के अनुसार ही फल, सब्जी खाने चाहिए। फलों में खीरा, ककड़ी, तरबूज, खरबूज को अपने भोजन में शामिल करना चाहिए। इसके साथ ही गर्मी से बचने के लिए हल्के रंग के सूती कपड़ों का ही इस्तेमाल करें। जब मौसम अधिक गर्म हो तो बाहर न निकलें। अगर बाहर जाएं तो अपने साथ पानी की बोतल रखना ना भूलें और हमेशा पानी पीकर ही बाहर जाएं। इसके अलावा हमेशा अपने सिर को ढंक कर ही बाहर निकलें। धूप में शारीरिक श्रम वाला कोई काम नहीं करना चाहिए। बच्चे, बुजुर्ग, गुर्दों के रोगी और मोटापे से ग्रस्त व्यक्ति लू की चपेट में जल्दी आ जाते हैं। इसलिए इन्हें अधिक सावधानी बरतनी चाहिए। * **(नेचुरोपैथ मेडिकल ऑफिसर डॉ. कैलाश द्विवेदी से बातचीत पर आधारित)**

अगर आपको बॉस के साथ या किसी महत्वपूर्ण व्यक्ति के साथ बात करने में घबराहट होती है, आप सवाल का जवाब नहीं दे पाते, लड़खड़ा जाते हैं तो इसका मतलब आप एंजाइटी से परेशान हैं। इससे मुक्ति पाने के लिए आप कुछ योगासनों का अभ्यास कर सकते हैं।

योगोपचार
दिव्यज्योति 'नंदन'

# मीटिंग एंजाइटी से मुक्ति दिलाएं ये योगासन

कई लोग बॉस या मैनेजमेंट के साथ मीटिंग या फिर इंटरव्यू के नाम से ही घबरा जाते हैं। उन्हें बेचैनी होने लगती है। सिर्फ बॉस के साथ ही नहीं, कुछ लोग तो सामान्य बातचीत में जिन सवालों के जवाब बहुत सटीक ढंग से देते हैं, अकसर इंटरव्यू में पूछे गए वैसे ही सवालों के जवाब नहीं दे पाते। जुबान अटकने लगती है, विचार अचकचा जाते हैं। दरअसल, यह एंजाइटी प्रॉब्लम है।

**ये हैं कारगर उपाय:** ऐसी समस्या से तत्काल राहत के लिए तेज-तेज सांसें लेने की एक्सरसाइज बहुत काम की साबित हो सकती है। यह तुरंत फायदा देती है।

**फास्ट ब्रीदिंग:** जब भी किसी जरूरी मीटिंग में जाने से पहले या मीटिंग के समय बेचैनी और घबराहट हो रही हो, तो इससे पार पाने के लिए तेज गति से सांसें लेना शुरू कर दें। इससे तुरंत राहत मिलती है। आप चाहे जितने टेंशन में हों, फौरी तौर पर अगर तुरंत टेंशन खत्म नहीं होता तो कम जरूर हो जाता है। इसे करते ही आपके अंदर की नर्वसनेस खत्म होने लगती है। तेज सांस लेने का यह एक ऐसा उपाय है, जिसे आप कहीं भी आजमा सकते हैं।

**ऐसे लें तेज सांसें:** पहले सीधे खड़े हो जाएं, फिर काफी ज्यादा सांस खींचकर अंदर लें और अपनी बांहों को आसमान की तरफ ऊपर उठा लें। उठी हुई खुली बांहों की अंगुलियों को फैला लें। अब मुंह को थोड़ा नीचे झुकाएं और जीभ बाहर निकालें और अच्छे से सांस लें। याद रखें, यह किसी मीटिंग में जाने के पहले और मीटिंग स्थल से बाहर करना है। हालांकि पूरी तरह से तो इससे आपकी नर्वसनेस खत्म नहीं होगी, लेकिन बहुत कुछ असर पड़ेगा। अगर दो तीन बार यह प्रक्रिया दोहराएंगे तो और ज्यादा फर्क पड़ेगा और घबराहट करीब-करीब खत्म हो जाएगी।

त्रिकोणासन

**ऐसे मिलेगी परमानेंट राहत:** अगर एंजाइटी से परमानेंट राहत चाहिए तो नियमित रूप से सुखासन, वीरासन, बालासन, त्रिकोणासन, चक्रासन या उष्ट्रासन में से कोई दो आसन नियमित रूप से करें। एंजाइटी को लगभग पूरी तरह से खत्म करने में वीरासन, बालासन और त्रिकोणासन बहुत महत्वपूर्ण आसन हैं। जब नियमित रूप से ये आसन किए जाते हैं तो हमारा मन काफी शांत, उत्तेजनाविहीन और प्रतिक्रिया के लिए गैर उतावला हो जाता है। हर तरह की घबराहट और नर्वसनेस दूर हो जाती है। इन योगासनों का नियमित अभ्यास आपको मन से दृढ़ता प्रदान करेगा। आपके भीतर आत्मविश्वास बढ़ेगा। *

घरेलू औषधि/ संध्या सिंह

# गर्मियों की महौषधि पुदीना

गर्मी का मौसम हमारे लिए कई तरह की समस्याएं लेकर आता है। ज्यादा गर्मी में कुछ लोगों को हीट क्रैंप पड़ने लगते हैं, जबरदस्त थकावट महसूस होती है, लू लग सकती है, शरीर में पानी की कमी हो जाती है, अकसर फूड पॉयजनिंग हो जाती है, घमौरियां निकल आती हैं, चिकनपॉक्स, डायरिया, पेचिश और हैजा जैसी समस्याएं भी इस मौसम में खूब सताती हैं। वैसे तो हर समस्या का निदान भी अलग तरीके से होता है। लेकिन पुदीना एक ऐसी कारगर हर्ब है, जो गर्मियों में होने वाली हेल्थ संबंधी ज्यादातर परेशानियों से राहत दिलाती है।

**इन समस्याओं को करे दूर:** लू लग जाने पर, फूड पॉयजनिंग होने की स्थिति में, त्वचा रूखी होने पर, गर्मियों में शरीर में पानी की कमी होने की स्थिति में, जी मिचलाने जैसी तमाम समस्याओं में पुदीना हमें तात्कालिक राहत देता है। इसीलिए पुदीना को 'गर्मियों की महौषधि' कहते हैं। इसलिए हर्बल एक्सपर्ट गर्मी के मौसम में हर किसी को पुदीना खाने की सलाह देते हैं।

**ऐसे कर सकते हैं सेवन:** अगर आप गर्मियों में हर दिन सुबह या शाम एक गिलास पुदीने का पानी या पुदीने का शरबत पी लें (अगर डायबिटीज नहीं है) तो ज्यादातर मौसमी परेशानियां खत्म हो जाती हैं। अगर गर्मियों में पुदीने की पत्तियों को पीसकर 20 से 25 मिनट तक चेहरे पर इसका लेप लगा लें तो पूरे दिन ही नहीं बल्कि कई दिनों तक चेहरा तरोताजा बना रहता है वरना इस मौसम में त्वचा बिल्कुल ढीली मुरझाई हो जाती है। गर्मियों में थकान महसूस होने पर पुदीने का पानी पीते ही तुरंत थकान दूर होती है। गर्मियों में होने वाली अपच की समस्या में पुदीना बहुत राहत देता है, क्योंकि इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, इसलिए यह हमारे पाचन को मिनटों में दुरुस्त कर देता है। अगर बलगम श्वांसनली में फंसा हुआ है तो पुदीना इसे निकालने में मदद करता है। पुदीने में एंटी इंफ्लेमेटरी और एंटी माइक्रोबियल गुण भी होते हैं, इसलिए गर्मियों में पुदीना का नियमित सेवन करने से हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है। अगर किसी व्यक्ति को धूप की वजह से चक्कर आए और वह बेहोश हो जाए, तो उसे पुदीने का रस सुंघाना चाहिए। इससे बेहोशीपन दूर होता है। पुदीना बेहद फायदेमंद होता है लेकिन सेवन से पहले विशेषज्ञ से सलाह अवश्य कर लें। *

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

## परीक्षा परिणाम पर स्कूलों में दूसरे दिन भी जश्न

# हरियाणा स्कूल का दावा, कला संकाय की छात्रा राधिका सैनी जिले में प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▸▸| नारनौल

मोहल्ला चौधरीयान स्थित हरियाणा सीनियर सेकेंडरी स्कूल का परीक्षा परिणाम जिलास्तर पर सर्वश्रेष्ठ रहा। कला संकाय की छात्रा राधिका सैनी ने जिला स्तर पर प्रथम व विज्ञान संकाय में रोहित सैनी ने शहर में प्रथम स्थान प्राप्त किया। विद्यालय ने अपने स्वर्णिम इतिहास को दोहराते हुए एक बार फिर से हरियाणा शिक्षा बोर्ड की ओर से घोषित कक्षा 12वीं के परिणाम में अपना परचम लहराया है। विद्यालय के 67 छात्रों में से 41 छात्रों ने मेरिट सूची में अपना नाम दर्ज करवाया। इस दौरान संस्था के चेयरमैन हितेंद्र शर्मा ने कहा कि विद्यालय के कुल 67 छात्रों ने परीक्षा दी थी, जिसमें विद्यालय के 41 छात्रों ने राज्य स्तरीय मेरिट प्राप्त की है। कला संकाय में राधिका सैनी ने 484/500 (97 प्रतिशत) अंक लेकर जिला स्तर व विद्यालय में प्रथम, कोमल सैनी 447/500 (90 प्रतिशत) अंक लेकर द्वितीय व मनीश शर्मा 442/500 (89 प्रतिशत) अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान पर रहा। विज्ञान संकाय में रोहित सैनी 464/500 (93 प्रतिशत) अंक लेकर शहर व विद्यालय में प्रथम रहा, जबकि हिमांशु 442/500 (89 प्रतिशत) अंकों के साथ द्वितीय व उमा 439/500 (88 प्रतिशत) अंकों के साथ तृतीय स्थान पर रही। वाणिज्य संकाय में विपांशी 448/500 (90 प्रतिशत) अंक लेकर प्रथम, अंशु गुप्ता 441/500 (89 प्रतिशत) अंक लेकर द्वितीय, राखी ने 404/500 (81 प्रतिशत) अंक लेकर तृतीय स्थान प्राप्त किया। कुल 67 छात्रों में से 41 छात्रों ने मेरिट व 26 छात्रों ने प्रथम श्रेणी में अपना नाम दर्ज करवाया। विद्यालय चेयरमैन हितेंद्र शर्मा व निदेशिका संगीता शर्मा ने

नारनौल। विद्यार्थियों को सम्मानित करता स्कूल स्टॉफ। फोटो: हरिभूमि

नारनौल। विद्यार्थी व स्कूल स्टॉफ। फोटो: हरिभूमि

नारनौल। कार्यक्रम में भाग लेते बच्चे। फोटो: हरिभूमि

## बीपीएस स्कूल में मनाया मजदूर दिवस

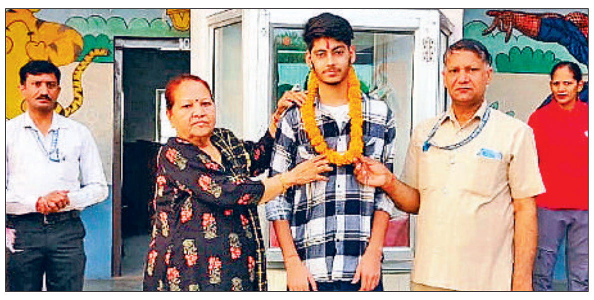
नारनौल। विश्व श्रमिक दिवस के उपलक्ष्य पर शहर में कुलताजपुर रोड स्थित बीपीएस स्कूल में विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जिसमें विद्यालय के छात्र-छात्राओं ने विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से श्रमिकों के प्रति अपने आदर व सम्मान की भावना को प्रदर्शित किया। बीपीएस जूनियर के बच्चों ने विद्यालय के हाउसकीपिंग स्टॉफ के लिए थैंक्सगीविंग ग्रीटिंग कार्ड्स बनाए व उन्हें उपहार दिए। इस अवसर पर छात्र-छात्राओं ने हिंदी अध्यापिका सीमा यादव के निर्देशन में नींव की ईंट का बहुत ही प्रभावी मंचन किया। वहीं सीरत, तनिशा, जिज्ञासा व वाहेनूर ने कविताओं के माध्यम से श्रमिकों के समाज कल्याण में योगदान को व्यक्त किया। संस्था प्रिंसिपल उदयभान राव ने सर्वहारा वर्ग के बारे में बताते हुए बच्चों को समझाया कि श्रमिकों के प्रति संवेदना एवं सहानुभूति का व्यवहार करना बहुत जरूरी होता है। इस अवसर पर संस्था वाइस चेयरमैन कमल संघी व सह-सचिव डा. कर्ण चौधरी ने श्रमिकों के प्रति अपनी संवेदनाओं को व्यक्त किया।

## पीएमश्री स्कूल की मेरिट में 57 छात्राएं

नांगल चौधरी। पीएमश्री सीनियर सेकेंडरी स्कूल नांगल चौधरी का परीक्षा परिणाम 99 फीसदी रहा है। जिसमें 57 छात्राओं ने मेरिट सूची में स्थान बनाकर स्कूल का नाम रोशन किया है। मेधावी छात्राओं को स्कूल प्रशासन प्रशंसा पत्र देकर सम्मानित करेगा। प्राचार्य रघुबीर सिंह ने बताया कि कला संकाय में गायत्री पुत्री राकेश कुमार ने 471 अंक प्राप्त किए हैं। सुधा पुत्री जसवंत को 465, हितीशा पुत्री मनोज कुमार को 463 अंक मिले हैं। विज्ञान संकाय में लक्ष्मी पुत्री प्रवेश कुमार ने 418, करिश्मा को 413, ज्योति कुमारी को 408 मिले हैं। कॉमर्स संकाय में सुनीता कुमारी को 440, सीमा को 439 तथा वंदना पुत्री सुभाष ने 426 अंक लेकर स्कूल में तृतीय स्थान पाया है। मेधावी छात्राओं को प्राध्यापक शीशराम जिंदड़, सुदेश, अशोक यादव, अभय सिंह, सुरेश, राधेश्याम, सुजीत, करतार, संगीत, दीपक ने प्रोत्साहित किया।

## गुरु द्रोणाचार्य: परीक्षा परिणाम सराहनीय

नारनौल। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी की ओर से आयोजित 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम मंगलवार को घोषित किया गया। इसमें गुरु द्रोणाचार्य वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ढाणी किशरोद के बच्चों ने भी शानदार प्रदर्शन किया। विद्यालय के 14 बच्चों ने राज्य स्तरीय मेरिट में स्थान पाया तथा 22 बच्चों ने जिला स्तरीय मेरिट में अपना नाम दर्ज करवाया। परीक्षा परिणाम में उषा ने 476 अंक, रोहन 444, मीनू 438, गुलशन 424, साहिल 421, रजत 421, सोनाक्षी 420, दीपा 412, तमन्ना 412, कपिल 410, अमन 410, महिमा 409, मनीष यादव 406, तमन्ना ने 400 अंक प्राप्त किए है। इसके अतिरिक्त 37 बच्चों ने प्रथम श्रेणी में कक्षा उत्तीर्ण की। इस अवसर पर विद्यालय के अध्यक्ष अजय कुमार ने बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय के प्राचार्य नेतराम सैनी ने कहा कि इस उपलब्धि ने विद्यालय के गुरुजनों व माता-पिता का नाम रोशन किया। विद्यालय की एमडी पूजन सैनी ने भी बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में विद्यालय के वाइस चेयरमैन कुलदीप सैनी, कमल सिंह, विकास कुमार, प्रवीण यादव, प्रवीन सैनी, अंकित सैनी, अशोक कुमार, संदीप, प्रीतम, मनोज कुमार, सुनीता यादव, ममता यादव, मोना, लक्ष्मी शर्मा, निशा, दरियाव, ज्योति, मंजू मौजूद रहे।


नारनौल। छात्र उपेश को सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

## विद्या भारती स्कूल के छात्र ने पाई जेईई

नारनौल। विद्या भारती पब्लिक स्कूल निजामपुर के छात्र उपेश पुत्र संजय तलोट ने जेईई मेंस परीक्षा में सफलता अर्जित की है। विद्यालय की वाइस चेयरपर्सन डा. उषा यादव ने उपेश का फूलमाला पहनाकर सम्मान किया। विद्यालय के प्राचार्य विनोद कुमार ने बताया कि विद्यालय के छात्रों का पूर्व में नीट, जेईई, नवोदय, सैनिक स्कूल आदि में चयन होता रहा है। विद्यालय में सैनिक स्कूल, मिलिट्री स्कूल व नवोदय विद्यालय में प्रवेश लेने के इच्छुक विद्यार्थियों की अलग से निःशुल्क कक्षाएं लगाई जाती है। विद्यालय के चेयरमैन राजकुमार यादव, वाइस चेयरपर्सन डा. उषा यादव, निदेशक एडवोकेट पीयूष यादव व प्राचार्य विनोद कुमार ने इस परिणाम के लिए छात्रों व अध्यापकों के कठिन परिश्रम की सराहना की। इस मौके पर संस्था की प्रबंधक डा. रविंद्रा यादव, उपप्राचार्य आरडी सिंह, किड्स ब्लॉक इंचार्ज विजय सोनी आदि मौजूद थे।

नांगल चौधरी। मेधावी छात्राओं को सम्मानित करती स्कूल प्रबंधन समिति। फोटो: हरिभूमि

## लंबोरिया एकेडमी: रीना के 478 अंक

नांगल चौधरी। शिक्षा बोर्ड भिवानी की ओर से घोषित 12वीं कक्षा के परिणाम में लंबोरिया एकेडमी बूढ़वाल का प्रदर्शन सहरानीय रहा है। छात्रा रीना कुमावत ने 500 में से 478 अंक लेकर स्कूल टॉपर किया है। संस्था के प्रबंधक निदेशक राजपाल लंबोरा ने मेधावी विद्यार्थियों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया। उन्होंने बताया कि कला संकाय में 29 विद्यार्थी परीक्षा में अपीयर हुए। जिनमें कैलाशचंद की पुत्री रीना ने 478 अंक लेकर स्कूल का गौरव बढ़ाया है। प्रीति कुमारी पुत्री महेश ने 473 तथा एकता कुमारी पुत्री 472 अंक लेकर शानदार प्रदर्शन किया है। साइंस संकाय में पायल पुत्री अशोक कुमार को 466, सोमया कुमारी को 464, अंशु कुमारी पुत्री कृष्ण कुमार 460 व पूजा कुमारी पुत्री सुरेंद्र सिंह ने 460 अंक हासिल किए हैं। उन्होंने बताया कि 10वीं की परीक्षा में छात्रा सोमया जिला टॉपर रही थी। मेधावी छात्राओं की सफलता से अन्य विद्यार्थियों को परिश्रम करने की प्रेरणा मिलेगी।

## बीपीएस स्कूल: विद्यार्थी किए जागरूक

नारनौल। पुलिस साइबर अपराधों के प्रति आमजन को जागरूक के लिए जागरूकता अभियान चला रही है। इसी कड़ी में बुधवार को भारती पब्लिक स्कूल में महावीर चौकी टीम छात्र-छात्राओं को जागरूक करने पहुंची। इस अवसर पर टीम ने छात्र-छात्राओं को बताया कि फोन पर आने वाली कॉल्स व मैसेज के झांसे में आने से बचें। अगर हर व्यक्ति अनजान कॉल व मैसेज से बचने लगे तो साइबर अपराध पर अंकुश लग जाएगा।

नारनौल। बीकेएन स्कूल के विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

## बीकेएन स्कूल सिहमा का परीक्षा परिणाम

नारनौल। बीकेएन स्कूल सिहमा का 12वीं कक्षा हरियाणा बोर्ड का परीक्षा परिणाम शत-प्रतिशत रहा है। जिसमें एकता पुत्री श्री बलवान सिंह नांगल सिरोही ने स्कूल में प्रथम स्थान प्राप्त किया है। अंजलि पुत्री अशोक गुवानी दूसरे व अनमोल पुत्र प्रदीप सिहमा ने तीसरा स्थान प्राप्त किया है। स्कूल 44 बच्चों ने मेरिट सूची में अपना नाम दर्ज करवाया है। स्कूल के शत-प्रतिशत परिणाम आने पर विद्यार्थियों व अध्यापकगण ने खुशी जाहिर की है। संस्था प्राचार्य राजेश व उपप्राचार्य जसवंत सिंह ने विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। संस्था के चेयरमैन विजय सिंह ने संस्था के शत-प्रतिशत परिणाम आने पर सभी विद्यार्थियों, अध्यापकों व अभिभावकों को बधाई दी।

## राजकीय स्कूल जैलाफ का परीक्षा परिणाम सराहनीय

नारनौल। हरियाणा बोर्ड की ओर से घोषित 12वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में रावमा विद्यालय जैलाफ का परिणाम शत-प्रतिशत रहा। विद्यालय के 79 बच्चों में 45 बच्चों ने मेरिट में स्थान पाया वाणिज्य संकाय की छात्रा प्रिया पुत्री रामपत ने 95 प्रतिशत अंक प्राप्त करके विद्यालय में टॉप किया है। कला संकाय में किशन पुत्र नेतराम ने 453 अंक प्राप्त कर टॉप किया व विज्ञान संकाय में मोनिका पुत्री बेगराज ने 416 अंक प्राप्त करके विज्ञान संकाय में टॉप किया। इस अवसर पर प्राचार्य लोकेश

## बीआर स्कूल सेहलंग में मनाया विश्व क्रमिक दिवस

महेंद्रगढ़। बीआर स्कूल सेहलंग में विश्व क्रमिक दिवस मनाया गया। चेयरमैन हरीश भारद्वाज व प्राचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ विशिष्ठ ने अतिथियों का स्वागत किया। कला संकाय की कक्षा 11वीं व 12वीं के विद्यार्थियों द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में समाज के संचालन में कार्मिकों के महत्व को परिभाषित करती कविता व भाषण पेश किए। विद्यालय सहायक कर्मचारियों, ड्राइवर व माली सभी का धन्यवाद किया। प्राचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ ने बताया कि समाज के सही संचालन के लिए प्रत्येक जन की भागीदारी होती है तथा हमें किसी भी व्यक्ति के सम्मान को उसके काम के आधार पर छोटा नहीं मानना चाहिए। उन्होंने कहा कि समाज एक मशीन की भांति कार्य करता है, जिसमें योग्यतानुसार सभी वर्ग अपनी क्षमताओं के अनुसार योगदान देते हैं जिसका सदैव सम्मान व सराहना होनी चाहिए।

चेयरमैन हरीश भारद्वाज ने कहा कि काम छोटा हो व बड़ा सदैव इसे पूजा मानकर करना चाहिए। उन्होंने बताया कि वास्तव में कार्मिकों का जीवन संघर्ष पूर्ण होता है तथा उनकी सेवा अतुलनीय होती है। आज संसार के जितनी भी नव सरंचना बनी हैं उनका श्रेय क्रमिकों को जाता है। इस मौके पर उपसंचालक कृष्ण भारद्वाज, उपप्राचार्या ज्योति भारद्वाज, राजपाल आदि उपस्थित रहे।

महेंद्रगढ़। अपनी प्रस्तुति देती छात्रा। फोटो: हरिभूमि

## गोद के कन्या स्कूल की रितू रही प्रथम

नारनौल। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी की ओर से मंगलवार दोपहर 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम घोषित किया गया। राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोद की 12वीं कक्षा की छात्राओं ने परचम लहराया। विद्यालय स्तर पर कला संकाय में रितु पुत्री राजेंद्र ने 97 प्रतिशत अंक लेकर प्रथम स्थान प्राप्त किया। दीपा पुत्री राजेंद्र 95.6 प्रतिशत अंक लेकर द्वितीय व श्वेता पुत्री विक्रम सिंह 95.2 प्रतिशत अंक लेकर तृतीय स्थान हासिल किया। वहीं पूजा पुत्री विक्रमसिंह ने 94 प्रतिशत अंक लेकर चौथे नंबर पर रही और निकिता पुत्री तेज सिंह ने 91.4 प्रतिशत अंक लेकर पांचवां स्थान हासिल किया। विद्यालय की 20 से अधिक छात्राओं में 80 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। विज्ञान संकाय में पिंकी पुत्री मनोज ने पहला, कोमल पुत्री संदीप ने दूसरा व दीपिका पुत्री सुखबीर ने तीसरा स्थान हासिल किया है। अन्य छात्राओं ने 70 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। विद्यालय प्राचार्या शीला यादव व समस्त स्टाफ सदस्यों ने छात्राओं को फूलमाला पहनाकर उनका अभिनंदन किया। इस मौके

नारनौल। खुशी मनाते राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोद की छात्राएं। फोटो: हरिभूमि

मंडी अटेली। परीक्षा परिणाम में हिंदुस्तान पब्लिक स्कूल सलीमपुर के मेरिट में आए विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

## हिंदुस्तान स्कूल सलीमपुर का परीक्षा परिणाम सराहनीय

मंडी अटेली। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की ओर से घोषित 12वीं के परीक्षा परिणामों में हिंदुस्तान पब्लिक स्कूल सलीमपुर के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन किया है। स्कूल के 17 विद्यार्थियों ने मेरिट पाई है। इस अवसर पर स्कूल चेयरमैन शमशेर सिंह ने विद्यालय के अध्यापकों व विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया। उन्होंने कहा कि विद्यालय परिवार निरंतर बेहतर परिणाम व बच्चों के बेहतर भविष्य के लिए कार्यरत है।

## राव मंगल सिंह विद्यालय का परीक्षा परिणाम शत-प्रतिशत

मंडी अटेली। राव मंगल सिंह स्कूल राता कलां का कक्षा 12वीं का परीक्षा परिणाम शत प्रतिशत रहा। नॉन मेडिकल में रितिका ने 500 में से 458, मोनिका व जतिन ने 500 में से 445 व अनुज ने 441 अंक अंक प्राप्त किए। कला संकाय में हिमांशु ने 500 में से 465 अंक प्राप्त कर प्रथम, 458 अंक प्राप्त कर विनीता द्वितीय, 451 अंक प्राप्त कर पायल तृतीय स्थान पर रही। विद्यालय के 25 विद्यार्थियों ने 80 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए। इस उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम पर विद्यालय के निदेशक दयाराम व चेयरमैन विक्रम सिंह ने छात्रों को बधाई दी।

## भगड़ाना स्कूल: परिणाम शानदार

महेंद्रगढ़। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भगड़ाना का 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम बेहतर रहा। विद्यालय के तीन बच्चों ने मेरिट सूची में जगह बनाई हैं। जबकी 12 छात्र फर्स्ट डिविजन की सूची में रहें। युवा संगठन भगड़ाना के उपाध्यक्ष हवासिंह ने इस परीक्षा परिणाम का श्रेय प्रिंसिपल विरेंद्र सिंह, स्कूल स्टाफ व बच्चों की कड़ी मेहनत को दिया। मेरिट लिस्ट में शामिल छात्रा भतेरी पुत्री हनुमान, वर्षा पुत्री राजेश, सुषमा पुत्री सूबे सिंह सामान्य परिवार से आती हैं तथा भविष्य में इनके कैरियर को लेकर पूछा गया तो दो छात्राओं न यूपीएसई क्लियर करने की बात कहीं तथा एक छात्रा ने कानून की पढ़ाई करने की इच्छा जताई। बच्चों को शुभकामना देते हुए पढ़ाई के लिए हर संभव सहयोग का भरोसा दिया।

महेंद्रगढ़। मेरिट सूची में जगह बनाने वाली छात्रा। फोटो: हरिभूमि

## मुकुंदपुरा स्कूल का परिणाम सराहनीय

नारनौल। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मुकंदपुरा का 12वीं कक्षा का परिणाम सराहनीय रहा। डा. हंसराज गुर्जर ने बताया कि सभी विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए। जिसमें 41 विद्यार्थियों में से 24 ने मेरिट में स्थान प्राप्त किया। इसके अलावा 16 विद्यार्थियों ने प्रथम श्रेणी व एक विद्यार्थी ने द्वितीय श्रेणी से कक्षा उत्तीर्ण की। खुशी ने 447 अंक प्राप्त कर के विद्यालय में प्रथम स्थान, करिश्मा ने 441अंक प्राप्त कर द्वितीय, ज्वाला ने 439 अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्राचार्य इंद्रकुमार गुर्जर ने समस्त स्टॉफ, विद्यार्थियों व अभिभावकों को बधाई दी।

## सरस्वती स्कूल का परीक्षा परिणाम रहा सराहनीय

महेंद्रगढ़। सरस्वती शिक्षा निकेतन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय माजरा कलां के विद्यार्थियों का 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम सराहनीय रहा। प्राचार्य ने बताया कि हमारे विद्यालय का परीक्षा परिणाम शत-प्रतिशत रहा, जिसमें विज्ञान संकाय में प्रियांशु बवाना ने प्रथम, कविता बसई ने द्वितीय तथा अंशु भगडाना ने तृतीय स्थान तथा कला संकाय में सरीता माजरा कला ने प्रथम, प्रगति कुरहावटा ने द्वितीय तथा मिनाक्षी बवाना ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। उन्होंने बताया कि विद्यालय के 70 प्रतिशत से अधिक बच्चों ने मेरिट में स्थान बनायपा तथा 95 प्रतिशत बच्चों ने प्रथम स्थान प्राप्त करते हुए अपने क्षेत्र का नाम रोशन किया। ग्रुप चेयरमैन रोशनलाल यादव ने विद्यार्थियो के इस परीक्षा परिणाम को देखते हुए उन्हें बधाई दी। उन्होंने इस परीक्षा परिणाम का श्रेय अभिभावकों की सोच, विद्यार्थियो व शिक्षकों की मेहनत को दिया।

- स्कूल के 70 से अधिक छात्र मेरिट से पास
- स्कूल मैनेजमेंट ने दी बधाई

महेंद्रगढ़। कार्यक्रम में उपस्थित विद्यार्थी व स्टाफ सदस्य। फोटो: हरिभूमि

## राजकीय विद्यालय बाघोत: शत-प्रतिशत रहा परीक्षा परिणाम

महेंद्रगढ़। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बाघोत में बुधवार को सम्मान समारोह हुआ। प्राचार्य महेंद्र कुमार गोयल, प्रवक्ता सुनील कुमार ने बताया कि कला संकाय के 31में से 17 व विज्ञान संकाय के 19 में से 16 बच्चों ने मेरिट में आए। 51 बच्चों में से 33 मेरिट है। कला संकाय में सुनीता ने 464, सुदेश ने 455 मनीषा व मंजू ने 451अंक प्राप्त किए। विज्ञान संकाय में भूमिका चिड़िया ने 500 में से 441 अंक लेकर प्रथम, मुस्कान चिड़िया ने 428 अंक लेकर द्वितीय, जबकि एकता ने 421 अंक लेकर तीसरा स्थान पाया। प्राचार्य ने बताया कि विज्ञान संकाय में सभी प्रयोगशालाओं में प्रैक्टिकल्स करवाए जाते हैं तथा एक्टिविटी बेसड लर्निंग पर ध्यान दिया जाता है।

## परशुराम चौक पर भारत विकास परिषद ने किया कार्यक्रम

# मजदूर दिवस पर 350 श्रमिकों को करवाया अल्पाहार

हरिभूमि न्यूज ▸▸| नारनौल

भारत विकास परिषद शाखा की सदस्य संगीता शर्मा नें बुधवार को जन्मदिन के अवसर भाविप के तत्वावधान में परशुराम चौक पर लगभग 350 श्रमिकों के लिए सुबह अल्पाहार की व्यवस्था की। शाखा सचिव दिनेश शर्मा ने बताया कि संगीता शर्मा व हितेंद्र शर्मा ने परिषद के महत्वपूर्ण प्रकल्प आनंद रसोई के अंतर्गत चौक पर उपस्थित लोगों के लिए भोजन व्यवस्था की। कार्यक्रम संयोजक संगीता शर्मा ने अपने हाथों से श्रमिक भाई बहनों को भोजन करवाया। उन्होंने कहा कि परिषद के कार्य सामाजिक सद्भावना एवं सेवा के अनुपम उदहारण होते है। आनंद रसोई जैसे प्रकल्प सेवा के सवार्ेत्तम प्रकल्प है। शाखा अध्यक्ष राजकुमार यादव ने कहा कि जन्मदिन को विशिष्ट अंदाज में मानाने के साथ मजदूर दिवस के रूप मनाकर भाविप ने सार्थकता का संदेश दिया है। प्रकल्प संयोजक संजय शर्मा ने कहा कि भारत विकास परिषद अन्नदान की श्रेष्ठ परम्परा को निभाता आ रहा है। हम सबका दायित्व है कि सेवा को एक जिम्मेदारी मानते हुए इसे निभाना चाहिए। व्यवसायी नवीन गुप्ता ने कहा कि सेवा कायार्ें का आयोजन ही परिषद का उद्देश्य है। हितेंद्र शर्मा ने कहा कि श्रमिक दिवस पर श्रमिक साथियों को भोजन कराकर उनके साथ यह उत्सव मानना बेहतर संदेश देता है। इस मौके पर संयोजिका प्रीति शर्मा, संगीता शर्मा, संजय शर्मा, नवीन गुप्ता, सचिव दिनेश शर्मा, मुकेश खटाना, अशोक यादव मौजूद रहे।

नारनौल। मजदूरों को भोजन वितरित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

### मजदूर दिवस पर हुई रसोई शुरूआत

प्रकल्प आनंद रसोई के संयोजक संजय शर्मा ने बताया कि शाखा की ओर से श्रमिकों के लिए आनंद रसोई नमक इस अनूठे अभियान का आरंभ एक मई 2019 को मजदूर दिवस से ही किया गया था। इस प्रकल्प को पहले माह में एक बार ही संचालित करने का निर्णय हुआ था। जिसके तहत श्रमिकों चौक पर उपस्थित लोगों के लिए निःशुल्क सुबह के भोजन की व्यवस्था का प्रबंध रखा गया था। अब हर माह कम से कम पांच से छह बार यह आयोजन होने लगा है। इस बीच कोरोना काल में रसोई ने जिला प्रशासन के साथ मिलकर लगातार 42 दिन रसोई चलाई व 20 हजार लोगों के लिए भोजन व्यवस्था की। आनंद रसोई के अंतर्गत अब तक एक लाख से अधिक लोगों को निःशुल्क भोजन करवाया जा चुका है।

**सूचना**

मै हरपत सिंह पुत्र रामचंद्र वासी सिरोही बहाली तहसील नांगल चौधरी जिला महेंद्रगढ बयान करता हूं कि मै आर्मी से रिटायर्ड हूं। मेरी आर्मी नं. 748658 K रैंक सुबेदार है। मेरी पैन्शन बुक में मेरी पत्नी का नाम गलती से सजना देवी लिखा गया जबकि उसका सही नाम घोघडी देवी है, जो कि सही है। नियमानुसार सही करने का कष्ट करें।

खबर संक्षेप

## वैवाहिक वर्षगांठ पर भोजन वितरित

**नारनौल।** रोटरी क्लब की ओर से महावीर चौक पर संचालित रोटरी रसोई पर बुधवार को ऑस्ट्रेलिया निवासी सोनिया आहूजा व अरुण आहूजा की वैवाहिक वर्षगांठ के अवसर पर जरूरतमंद लोगों को भोजन वितरित किया गया। शहर निवासी उनकी बहन नीलम नरूला ने अपने हाथों से रोटरी रसोई पर सेवा कर उनकी वर्षगांठ को यादगार बनाया। रोटरी प्रधान नरेश गोगिया ने बताया कि रोटरी रसोई पर प्रतिदिन करीब 300 से 350 जरूरतमंद लोग अपना पेट भरते हैं। इस मौके पर विनोद चौधरी, पवन यादव, विजय जिंदल आदि मौजूद रहे।

## कमानियां स्कूलः प्रवक्ता पृथ्वीपाल सेवानिवृत्त

**नारनौल।** राजकीय विद्यालय कमानिया से प्रवक्ता पृथ्वीपाल अपनी 29 वर्ष की सेवा के उपरांत सेवानिवृत्त हो गए। इस अवसर पर उनके सम्मान में समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें विद्यालय के प्राचार्य राजसिंह ने उनके कार्यकाल में प्रशंसा करते हुए उन्हें समारोह में सम्मानित किया। इस अवसर पर कार्यक्रम की अध्यक्षता सरपंच मक्खन लाल ने की। जिसमें मुख्य अतिथि सरपंच विक्रम सिंह खातौली अहीर थे। इस मौके पर विनोद कुमार, अनिल कुमार, बिरेंद्र सिंह, धर्मेंद्र सिंह, बबली, सुनीता देवी आदि मौजूद रहे।

## टाइगर क्लब ने किया मजदूरों को सम्मानित

**नारनौल।** मजदूर दिवस पर टाईगर क्लब परिवार की ओर से मेहनतकश मजदूरों को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर टाईगर क्लब परिवार प्रधान राकेश यादव ने कहा कि किसी भी राष्ट्र के निर्माण में जितना सहयोग राजनेताओं, इंजीनियर, डॉक्टर, शिक्षक, वैज्ञानिकों आदि का होता है उससे कहीं अधिक उस देश के मेहनतकश कामगारों का भी होता है। इस मौके पर टाईगर क्लब परिवार के मुख्य संरक्षक राकेश यादव, अजय दत्त, थाना के सरपंच ग्यारसीलाल, पवन प्रजापत आदि मौजूद रहे।

## वाहन चालकों को पढ़ाया यातायात नियमों का पाठ

**नारनौल।** थाना यातायात प्रभारी निरीक्षक नरेश ने नांगतिहाड़ी बाईपास के नजदीक टैक्सी स्टैंड पर वाहन चालकों को यातायात नियमों की जानकारी दी। उन्होंने चालकों से नियमों का पालन करने और रात में सफर करते हुए हॉर्न के साथ डीपर का प्रयोग करें। इसके बाद ही ओवरटेक करें, ताकि हादसे से बचा जा सके। ट्रक चालकों से शराब पीकर किसी भी प्रकार का वाहन न चलाने के लिए आह्वान किया। उन्होंने कहा कि भारी वाहन चालक अपनी निर्धारित लेन में ही वाहन चलाएं।

# छह मई को विकास कार्यों के सैंपल लेगी विजिलेंस टीम, नपा सचिव को भेजा पत्र

हरिभूमि न्यूज ▸▸| महेंद्रगढ़

वर्ष 2022 में एसडीएम के कार्यकाल के दौरान हुए विकास कार्यों की जांच के लिए छह मई को विजिलेंस की टीम महेंद्रगढ़ आएंगी। इस दौरान टीम की ओर से विकास कार्यों के सैंपल भी लिए जाएंगे। इसको लेकर भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो पंचकुला के कार्यकारी अभियंता की ओर से नगर पालिका के सचिव व जेई को पत्र जारी कर दिया हैं। कार्यकारी अभियंता की ओर से सैंपलिंग के आवश्यक उपकरण, कुशल व्यक्ति व सैपलिंग साम्रगी तैयार रखने के लिए कहा गया हैं। बता दें कि पिछली नगर पालिका का कार्यकाल भंग होने के बाद एसडीएम दिनेश कुमार के हाथों में नगर पालिका की कमान थी। एसडीएम के कार्यकाल के दौरान शहर में विकास कार्यों की झड़ी लग गई थी। लेकिन इसी के साथ ही शहर के लोग विकास कार्यों में अनियमितता का आरोप लगाकर इसका विरोध कर रहे थे।

एसडीएम के कार्यकाल के दौरान हुए विकास कार्यों की विजिलेंस की टीम को शिकायत दी गई थी। जिसके बाद विजिलेंस की टीम मई 2023 में जांच के लिए एसई दीपक गोयल के नेतृत्व में महेंद्रगढ़ पहुंची थी। इस दौरान एसीबी की टीम ने पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में पहले नपा अधिकारियों से मामले से संबंधित दस्तावेज लिए गए थे। इसके बाद में शिकायतकर्ताओं से मुलाकात कर उन्हें अपना पक्ष रखने का मौका दिया था। नगर पालिका की ओर से विजिलेंस की टीम को संबंधित रिकॉर्ड सौंप दिया गया था।

### 42 टेंडर प्रक्रिया की होगी जांच

नगर पालिका के पिछले कार्यकाल के दौरान नगर पालिका की प्रधान रीना बंटी थी। उनके निष्कासन के बाद नपा की बागडोर उपप्रधान रमेश बोहरा के हाथ में रही। इसके बाद नगरपालिका का कार्यकाल पूरा होने के बाद तत्कालीन एसडीएम की देखरेख में नगर पालिका प्रशासन का काम चला। बताया जा रहा है कि नगर पालिका के उपप्रधान रहे रमेश बोहरा व तत्कालीन एसडीएम दिनेश कुमार के कार्यकाल के दौरान शहर में कुछ विकास कार्य हुए। इस विकास कार्योर् के लिए हुए टेंडरों व बाद में हुए काम में भारी अनियमितता बरती गई। इन मामलों को लेकर कुछ ठेकेदारों व नगर पालिका की पूर्व प्रधान रही रीना बंटी के पति एडवाकेट सुरेंद्र उर्फ बंटी व कई ठेकेदार ने शिकायत की थी। उनकी शिकायत पर लंबे समय से जांच चल रही है। लेकिन अब यह जांच एंटी क्रप्शन ब्यूरो पंचकूला को सौंपी गई है। इसके बाद स्टेट विजिलेंस पंचकूला टीम महेंद्रगढ़ पहुंचकर पूरे मामले की जांच के लिए महेंद्रगढ़ पहुंची थी। एंटी क्रप्शन ब्यूरो पंचकूला की टीम जनवरी-2021 में शुरू किए गए 18 विकास कायारे् तथा 11 जनवरी 2021 को 24 विकास कायोंर् के छोड़े गए टेंडरों व विकास कार्यो से संबंधित रिकॉर्ड अपने साथ लेकर गई हैं।

महेंद्रगढ़। नगर पालिका मुख्यद्वार। फोटो : हरिभूमि

### यह लगे थे आरोप

नपा की पूर्व प्रधान रीना बंटी के पति एडवोकेट सुरेंद्र बंटी व अन्य शिकायतकताओं की तरफ से छोडे गए टेंडरों में भाई भतीजा वाद को अपनाने व विकास कायोंर् में घटिया सामग्री का आरोप लगाते हुए शिकायत दी गई थी। एडवोकेट सुरेंद्र उर्फ बंटी का कहना था कि टेंडर छोड़ने में सोसायटियों की अनदेखी की गई। वहीं शहर में जो विकास कार्य हुए उनमें घटिया साम्रगी का प्रयोग किया गया हैं। उनका कहना है कि 50 लाख से नीचे के विकास कार्य सोसाइटियों को अलॉट होने थे। लेकिन नपा के अधिकारियों ने एसडीएम के साथ मिलकर सभी कार्य अपने चेहते ठेकेदार को अॅलाट कर दिए। सुरेंद्र बंटी ने अपनी शिकायत कहा है कि पांच व तीन करोड के हुए टेंडरों में नपा को करीब 33 फीसदी का नुकसान हुआ है।

- एसडीएम कार्यकाल के दौरान वर्ष 2022 में शहर में हुए विकास कार्य पर की गई थी शिकायत
- पूर्व चैयरमैंन प्रतिनिधि सुरेंद्र बंटी व कई ठेकेदारों ने अधिकारियों पर टेंडर पर भाई भतिजावाद तथा अनियमितता बरतने का लगाया था आरोप
- मई 2023 में विकास कार्यो के रिकॉर्ड लेकर गई थी विजिलेंस की टीम

## पेयजल की गुणवत्ता को जांचा, महिलाओं को किया प्रशिक्षित

# गांवों में जल संरक्षण अभियान शुरू नलों पर टोंटी लगाने को किया प्रेरित

पानी की बर्बादी रोकने को ग्रामीणों के साथ बैठक, दो दिन में टोंटी लगाने का आह्वान

हरिभूमि न्यूज ▸▸| नारनौल

जल स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन की टीम ने बुधवार को ग्रामीण क्षेत्र में जल संरक्षण अभियान के तहत घर-घर जाकर उपभोक्ताओं को जल संरक्षण व पेयजल की गुणवत्ता संबंधित जागरूक किया। इस दौरान गांव की पांच महिलाओं को जीवाणु परीक्षण किट के माध्यम से पेयजल की जीवाणु जांच करने की ट्रेनिंग भी प्रदान की। साथ ही स्कूल व आंगनबाड़ी में भी पेयजल के जीवाणु परीक्षण के सैंपल लिए। इसके अलावा नहर आधारित पेयजल परियोजना संबंधित आईबीएस, एमबीएस, बूस्टर व ग्रामीण उपभोक्ताओं के घरों से ओटी किट के माध्यम से पेयजल में अवशेष क्लोरिन की जांच भी की।

नारनौल। जल संरक्षण अभियान के तहत अवशेष क्लोरिन की जांच करते टीम के सदस्य व गांव डालनवास में उपभोक्ताओं के नल मिले खुले, टोंटी लगाने के लिए किया प्रेरित। फोटो : हरिभूमि

यह जानकारी देते हुए जिला सलाहकार मंगतुराम सरसवा ने बताया कि जिले के सभी बीआरसी की ओर से जिले के प्रत्येक खंड के चयनित एक-एक ग्राम पंचायत में अभियान की शुरूआत की गई। उन्होंने बताया कि प्रत्येक गांव में कम से कम पांच जीवाणु सैंपल जांचे व तीन जगहों से अवशेष क्लोरिन के सैंपल निरीक्षण किया। अवशेष क्लोरिन की जांच हर दिन की जाएगी। निजामपुर के गांव बसीरपुर में बीआरसी अशोक कुमार ने बताया कि उन्होंने गांव के स्कूल, आंगनबाड़ी व घरों से पीने के पानी के जीवाणु परीक्षण किट के माध्यम से सैंपल लिए व एमबीएस तथा एसबीएस पर ओटी किट से क्लोरिन जांच की। जहां अवशेष क्लोरिन की मात्रा नहीं मिली। जिसके लिए संबंधित जेई को इस बारे में सूचित कर पेयजल सप्लाई में क्लोरिनेशन करवाई गई।

सतनाली खंड के गांव डालनवास में बीआरसी पूजा रानी ने बताया के अधिकतर उपभोक्ताओं ने अपने पेयजल के नलों पर टोंटी नहीं लगा रखी है। पेयजल की बर्बादी को रोकने के लिए ग्रामीणों के साथ बैठक कर नलों पर दो दिनों में टोंटी लगाने के लिए कहा गया। नांगल चैधरी के गांव मौसमपुर में बीआरसी निशु ने घर-घर जाकर ग्रामीणों को जल संरक्षण का संदेश दिया व साथ ही बूस्टिंग स्टेशन का भी निरीक्षण किया गया। बूस्टिंग स्टेशन के टैंक पर ढक्कन नहीं मिला। जिस बारे में संबंधित जेई को सूचित कर बूस्टिंग स्टेशन के टैंक पर ढक्कन लगवाने के लिए कहा गया। बीआरसी मोहित कुमार ने कनीना खंड के गांव स्याणा में घर-घर जाकर पेयजल कनेक्शनों की जांच की गई। पेयजल की बर्बादी करने वाले उपभोक्ताओं को नलों पर टोंटी लगाने व पेयजल कनेक्शन से खेतों व बगीचों की सिंचाई ना करने के लिए कहा गया। साथ ही पेयजल की जांच के लिए गांव की पांच महिलाओं को प्रशिक्षित भी किया।

### गांव की पेयजल व्यवस्था को भी देखा

खंड अटेली के गांव कटकई में बीआरसी विक्रम सिंह ने नलकूप चालक के साथ गांव की पेयजल व्यवस्था का निरीक्षण किया। लीकेज पाइप लाइन को तुरंत ठीक करवाने के लिए कहा गया। महेंद्रगढ़ के गांव बास खुड़ाना में बीआरसी अनिता ने स्कूली बच्चों, आंगनबाड़ी व ग्रामीण महिलाओं को ग्रुप मीटिंग के माध्यम जल संरक्षण करने का संदेश दिया। सिहमा खंड के गांव मुंडियाखेड़ा में बीआरसी धर्मेंद्र व नारनौल खंड के कुलताजपुर में बीआरसी इंद्रजीत ने ग्राम सरपंच व ग्राम जल एवं सीवरेज समिति सदस्यों के साथ ग्रामीण जल संरक्षण अभियान की चर्चा कर गांव में घर-घर जाकर अभियान चलाने बारे में जानकारी दी। पेयजल संबंधित समस्या समाधान के लिए सभी बीआरसी ने विभाग के टोल फ्री नंबर 18001805678 पर शिकायत दर्ज करवाने बारे में जागरूक किया व जल संरक्षण संबंधित स्टीकर भी दरवाजों पर चस्पाए।

## आरपीएस के हर्षित अंडर-20 नेशनल फुटबॉल टीम में चुने

हरिभूमि न्यूज ▸▸| महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। खिलाड़ी हर्षित।

- छतीसगढ़ में दो से 10 मई तक होगी प्रतियोगिता

आरपीएस स्कूल खातोद के छात्र हर्षित का नेशनल फुटबॉल टीम में खेलने के लिए हरियाणा टीम में चुने गए। चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव, सीईओ इंजी. मनीष राव, प्रिंसिपल डॉ. किशोर तिवारी, उपप्रधानाचार्य दिनेश कुमार, डीन एलएन गौड़, विंग हैड देवेन्द्र पुनिया, अमित कुमार, अनिता अहलावत, स्पोर्ट डायरेक्टर अखिलेश, स्पोर्टस एचओडी राजकुमार ने उसे बधाई दी। विभागाध्यक्ष ने बताया कि विद्यालय का छात्र हर्षित शिक्षा के साथ-साथ फुटबॉल खेल में भी प्रतिभावान रहा है। वर्ष 2019 में अंडर-19 एसजीएफआई में चयनित होकर हर्षित कुमार हरियाणा प्रदेश की टीम में चयनित होकर इंफाल मणिपुर में भी अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा चुका हैं। 2022 में अंडर-19 में एसजीएफआई के तहत भोपाल में हरियाणा टीम का प्रतिनिधित्व किया है। हर्षित अंडर वर्ष 2023-24 में श्रीनगर भी अंडर-19 में हरियाणा टीम में खेलकर क्षेत्र का गौरव बढ़ा चुका है।

### इस बार भी नेशनल खेलेंगे नेशनल

अब एआईएफएफ द्वारा टूनामेंट जो हाल ही में छत्तीसगढ़ में 2 मई से 10 मई तक आयोजित होंगे। जिसमें छात्र हर्षित का चयन हुआ है। कोच यतीन कुमार ने बताया कि प्रदेश की टीम के लिए 18 खिलाड़ी चुने गए हैं। चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव ने कहा कि आरपीएस विद्यालय के अत्याधुनिक व नवतकनीकी आधारित खेल ग्राऊंड, अनुभवी प्रशिक्षकों की कठिन मेहनत के परिणाम स्वरूप क्षेत्र की प्रतिभाएं शिक्षा के साथ-साथ खेलों में भी पूरे भारत में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा रही हैं यह हम सब के लिए गौरव की बात है।

सीईओ इंजी. मनीष राव ने कहा कि क्षेत्र में प्रतिभाओं की कोई कमी नहीं हैं। उनका सपना है कि यहां के बच्चे भी लियोनेल मेसी जैसे खिलाड़ी बनकर देश का नाम अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर रोशन करें। प्रधानाचार्य डॉ. किशोर तिवारी ने कहा शिक्षा के साथ-साथ विद्यालय में विद्यार्थियों का सर्वांगीणी विकास के लिए अत्याधुनिक खेल ग्राऊंड व खेल सामान की बेहतरीन व्यवस्था है। इस मौके पर कोच जितेन्द्र फोगाट, धर्मवीर सोनी, अमित कनीनवाल, रविंद्र, विक्रम, सज्जन, जगदीश, संदीप, विजयपाल, करतार सिंह, नीरज, राकेश, विशाल, सुमन, सुनिता, पायल, कविता आदि उपस्थित रहे।

### अंतरराष्ट्रीय धावक रामकिशन शर्मा युवाओं के लिए प्रेरणा पुंज : मनोज गौतम

महेंद्रगढ़। अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी रामकिशन शर्मा को सम्मानित करते हुए।

**महेंद्रगढ़।** नेशनल मास्टर्स एथलेटिक्स चैंपियनशिप मुंबई में छह गोल्ड मेडल लेकर लौटे रामकिशन शर्मा भांडवा का स्वागत समारोह हारट्रोन कंप्यूटर संस्थान पर किया गया। बुजुर्ग खिलाड़ी रामकिशन शर्मा भांडवा 43वीं मास्टर्स एथलेटिक्स चैंपियनशिप में छह गोल्ड मेडल लेकर लौटे हैं। उन्होंने 100 मीटर दौड़, 200 मीटर दौड़, रिले रेस, हर्डल रेस, गोला फैंक आदि प्रतियोगिता में छह गोल्ड मेडल प्राप्त किए है। संदीप शर्मा एवं रंगलाल कौशिक ने फूलमाला पहनकर रामकिशन शर्मा को सम्मानित किया।

## जजपा प्रदेश महासचिव तेजप्रकाश ने छोड़ी पार्टी

**नारनौल।** जननायक जनता पार्टी के प्रदेश महासचिव तेजप्रकाश यादव एडवोकेट ने पद व पार्टी की सदस्यता से इस्तीफा दे दिया है।

बुधवार उन्होंने पार्टी के अध्यक्ष डा. अजयसिंह चौटाला के नाम इस्तीफा पत्र भेज दिया है। कयास लगाए जा रहे है कि तेजप्रकाश यादव कांग्रेस पार्टी में जा सकते है। 2005 में जब नारनौल विस से चुनाव लड़े तथा पांचवें नंबर पर रहे थे। उस वक्त 24485 वोट लेकर निर्दलीय उम्मीदवार राधेश्याम शर्मा जीते थे। कांग्रेस उम्मीदवार चंद्रप्रकाश ने 20087, सपा उम्मीदवार बहादुरसिंह ने 15673 व निर्दलीय उम्मीदवार किशन चंद को 11139 वोट मिले थे। इसके बाद पांचवें नंबर पर रहे तेजप्रकाश यादव 10 हजार 900 वोट हासिल किए थे। उस वक्त चुनाव में 141082 में से 101771 नारनौल की जनता ने डाले थे।

महेंद्रगढ़। स्टाफ सदस्यों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

# यूरो स्कूल में मनाया मजदूर दिवस बच्चों को लेबर डे का बताया महत्व

- आज के बच्चे कल के देश का भविष्य : सत्यवीर यादव

हरिभूमि न्यूज ▸▸| महेंद्रगढ़

यूरो इंटरनेशनल स्कूल में मजदूर दिवस के अवसर पर विशेष कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस दौरान विद्यार्थियों ने विद्यालय सहायक स्टाफ के लिए विभिन्न प्रकार के फन गेम्स रखे। कार्यक्रम की शुरूआत मजदूर दिवस के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कक्षा चौथी की छात्रा ने अपने विचार व्यक्त किए। इसी क्रम में कक्षा चौथी की छात्रा ने मजदूर दिवस पर कविता-वाचन प्रस्तुत किया। इस दौरान सभी सहायक स्टॉफ को बैज व जूट बैग देकर सम्मानित किया।

प्रधानाचार्य अनिल कुमार ने कहा कि मजदूरों और श्रमिकों को सम्मान देने के उद्देश्य से हर साल दुनियाभर में मजदूर दिवस मनाया जाता है। मजदूरों के नाम समर्पित यह दिन मजदूर दिवस, लेबर-डे, श्रमिक दिवस या मई-डे के नाम से भी जाना जाता है।

चेयरमैन सत्यवीर यादव ने कहा कि बच्चे हमारा आने वाला कल है। इनमें आज ही शिक्षा के साथ-साथ संस्कार के रंग भरने हैं। यह हमारा कर्तव्य है कि इनका मार्ग दर्शन करें और प्रत्येक इंसान का आदर व सम्मान करना जैसे गुण विकसित करें।

## एसपी किया मतदान केंद्रों का निरीक्षण, दिए निर्देश

**नारनौल।** लोकसभा चुनाव को शांतिपूर्ण एवं निष्पक्ष करवाने के लिए पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा ने थाना क्षेत्र के मतदान केंद्रों का निरीक्षण किया। इस दौरान थाना शहर व थाना सदर प्रबंधक भी मौजूद रहे। इस दौरान उन्होंने असामाजिक तत्वों पर कड़ी नजर रखने का निर्देश दिया। एसपी ने क्षेत्र के गांवों के ग्रामीणों से कानून व शांति व्यवस्था बनाए रखने की अपील की और 25 मई को निर्भीक होकर मतदान करने को कहा। इसके अलावा मतदान को लेकर किसी भी प्रकार की परेशानी होने पर पुलिस को सूचित करें। मतदान केंद्रों में उपलब्ध भौतिक संसाधनों की जांच कर आवश्यक मूलभूत सुविधाओं का जायजा लिया। इसके अलावा रूट चार्ट, बूथ का कम्युनिकेशन प्लान व सभी बूथों में मूलभूत सुविधाओं समेत अन्य महत्वपूर्ण चीजों का निरीक्षण किया गया।

नारनौल। मतदान केंद्र का निरीक्षण करते एसपी अर्श वर्मा।

नारनौल। प्राचार्य धर्मवीर सिंह को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

## कांवी स्कूल के प्राचार्य धर्मवीर सिंह सेवानिवृत्त

**नारनौल।** राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कांवी में प्राचार्य धर्मवीर सिंह अपनी 32 वर्ष की उत्कृष्ट सेवा संपन्न करने के बाद सेवानिवृत्त हुए। इस उपलक्ष्य में विद्यालय में उनके सम्मान में समारोह आयोजित किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि जिला शिक्षा अधिकारी सुनील दत्त यादव थे। उन्होंने प्राचार्य धर्मवीर सिंह की मृदुभाषी, ईमानदार, मेहनती, कर्तव्यनिष्ठ व समर्पित शिक्षक बताकर सराहना की। प्राचार्य धर्मवीर सिंह को ग्राम पंचायत कांवी व विद्यालय स्टॉफ ने पगड़ी, फूलमाला, शाल एवं उपहार देकर सम्मानित किया। पूर्व निदेशक मानसिंह यादव ने प्राचार्य धर्मवीर सिंह को एक श्रेष्ठ शिक्षाविद बताया। स्कूल प्रवक्ता डा. जितेन्द्र भारद्वाज ने संचालन किया। इस मौके पर भाजपा जिला अध्यक्ष दयाराम यादव, पूर्व प्राचार्य ओमप्रकाश मोरवाल, श्यामसुंदर शर्मा, प्राचार्य सुरेंद्र सिंह, उपप्राचार्य विष्णु शर्मा, मुख्य शिक्षक शेरसिंह, प्रवक्ता विजय शर्मा, मैनेजर राजपाल, रामभरोसे यादव, सरपंच उर्मिला देवी, समाजसेवी नित्यानंद यादव, अमर सिंह, हंसराज, शेरसिंह पंच, मुखराम नंबरदार, पूर्व प्राचार्य भूपसिंह रंगा, प्राचार्य इंद्रकुमार, अल्पना मित्तल, ब्रह्मप्रकाश, प्रवक्ता राजेश शर्मा, मुंशीराम, अशोक कुमार, सुनीता कुमारी, सुशीला देवी, रामनिवास शास्त्री, एबीआरसी महेश कुमार, चारू वाधवा, शिल्पा यादव, डीपीई अखिलेश तंवर, कुलदीप यादव, प्रेमसिंह, कृष्ण कुमार, इंद्रजीत सिंह मौजूद रहे।

## हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी में सुंदरकांड पाठ का आयोजन

# 'संकट ने घेरा, तुझे श्रीराम बुलाते हैं आजा मेरे हनुमान'

हरिभूमि न्यूज ▸▸| नारनौल

श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात को हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी में अरुण कौशिक के निवास स्थान पर सुंदरकांड पाठ किया गया। सर्वप्रथम आचार्य अश्वनी शर्मा ने पूजा अर्चना करवाकर हनुमान चालीसा व रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। जिसकी अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल ने की। राजेश सोनी ने रंग-बिरंगे फूलों से बालाजी महाराज का भव्य दरबार सजाया। गौरीशंकर शर्मा, महावीर प्रसाद अग्रवाल, रामानंद शर्मा, विजय हल्दिया, राजेश सोनी, चंचल संघी, राकेश गुप्ता, काशीराम सैनी, संजय अग्रवाल, नवीन जैन, तरुण सोनी, नवीन बंसल, नरेंद्र कुमार गर्ग ने सुंदरकांड पाठ के दौहे व चौपाइयों का गायन किया। मंडल के सदस्य तरुण सोनी ने मुख्य यजमान को बालाजी की प्रतिमा भेंट कर सम्मानित किया। मास्टर गौतम ने संकट ने घेरा है तुझे श्री राम बुलाते हैं आजा मेरे हनुमान, मास्टर रतनलाल ने राम कहानी सुनो रे राम कहानी कहत सुनत आवे अंखियों में पानी, महावीर प्रसाद अग्रवाल ने पकड़ लो हाथ बालाजी नहीं तो डूब जाएंगे, तरुण सोनी ने तेरे पूजन को भगवान बना मन मंदिर आलीशान, राकेश गुप्ता ने लूट रहा लूट रहा बाबा का खजाना लूट रहा, अंत में मंडल के सलाहकार संजय अग्रवाल ने बालाजी महाराज का प्रसाद रूपी खजाना लुटाया। इस मौके पर प्रवेश अग्रवाल, मास्टर रतनलाल, अरुण कौशिक, राहुल कौशिक, राकेश बंसल, सचिन वशिष्ठ, भगवत दयाल शर्मा, गोकलचंद शर्मा, रविदत्त शर्मा, गौरव शर्मा, राकेश बंसल, दीपक सिंघल, रामेश्वर शर्मा, जगमोहन गर्ग, शिवशंकर अग्रवाल, नवीन भालोठिया, सोनू मौजूद रहे।

### जब-जब इनके भक्तों पे कोई संकट आता भजन पर झूमे भक्तजन

नारनौल। सुंदरकांड पाठ करते श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

**नारनौल।** श्रीराम हनुमान गुणगान प्रचार मंडल एवं श्रीराम मेहंदीपुर बालाजी सेवा संघ के तत्वावधान में मंगलवार रात नेताजी सुभाष स्टेडियम के पास स्थित श्याम कॉलोनी में संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की। सर्वप्रथम यजमान गिरिराज, उनकी पत्नी सुमन, हेमंत व सुनीता से पूजन करवा बाबा की ज्योति प्रज्ज्वलित करवाई। इसके बाद गायत्री मंत्र व रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया गया, जिसमें पंडित महेश शर्मा, दीपक शर्मा, मनोज निर्मल, गौरीशंकर शर्मा, विजय जैन, कांशीराम पार्षद, दिनेश बारी, शुभम सोनी मौजूद रहे।