हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, मंगलवार, 16 सितंबर 2025

11 स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने गनियार और बजाड़...

12 बिल्डिंग सील करवाने की धमकी देकर वसूली में...

खबर संक्षेप

पांच मेगा रक्तदान शिविर लगेंगे

नारनौल। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिन एवं विश्वकर्मा जयंती के अवसर पर स्वास्थ्य विभाग की ओर से 17 सितंबर से दो अक्टूबर तक सेवा पखवाड़ा मनाया जाएगा। जिले में विभिन्न स्थानों पर पांच मेगा स्वैच्छिक रक्तदान शिविरों का आयोजन किया जाएगा। ब्लड ट्रांसफ्यूजन ऑफिसर डॉ. संगीता यादव ने बताया कि इन शिविरों का उद्देश्य समाज में सेवा और सहयोग की भावना को प्रोत्साहित करना तथा जरूरतमंदो के लिए रक्त उपलब्ध कराना है।

स्लम जागृति समिति की बैठक 25 को

नारनौल। स्लम जागृति समिति पटीकरा समिति की कार्यकारिणी की बैठक 25 सितंबर को डॉ. भीमराव अम्बेडकर भवन में समिति के प्रधान भागीरथमल खनगवाल की अध्यक्षता में आयोजित की जाएगी। समिति के सचिव नितिल इन्दौरा ने जानकारी दी है।

श्री गोशाला धोलपोश आश्रम में भंडारा 20 को

महेंद्रगढ़। मोहल्ला सैनीपुरा स्थित श्री गोशाला धोलपोश आश्रम 20 सितंबर को भंडारा आयोजित किया जाएगा। आश्रम प्रधान रविंद्र तिवाड़ी ने बताया कि प्रत्येक वर्ष आश्विन मास की कृष्ण पक्ष चतुर्दशी को महान सन्त सिद्ध बाबा धोलपोश को श्राद्ध भोग लगाया जाता है।

जिला बार प्रधान संतोख सिंह समेत एसोसिएशन ने पुलिस अधिकारियों पर लगाए असहयोगात्मक रवैया अपनाने का आरोप

पुलिस कार्यप्रणाली के विरोध में वकीलों ने किया आक्रोश प्रदर्शन, रखा वर्क सस्पेंड

वकीलों में इतना ज्यादा आक्रोश था कि उन्होंने पुलिस, सीआईए समेत किसी को नहीं बख्शा और डीसी की मौजूदगी में उन पर भ्रष्टाचार के संगीन आरोप लगाए।

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। लघु सचिवालय में प्रदर्शन करते वकील व डीसी कैप्टन मनोज कुमार को ज्ञापन सौंपते वकील। फोटो : हरिभूमि

पुलिस की लचर कार्यप्रणाली पर रोष व्यक्त करते हुए सोमवार को जिला बार एसोसिएशन नारनौल के वकीलों ने सोमवार को आक्रोश प्रदर्शन किया। वकील बार एसोसिएशन से पैदल मार्च करते हुए लघु सचिवालय के लिए निकले। इस दौरान उन्होंने लघु सचिवालय में पहुंचकर पुलिस प्रशासन को आड़े हाथों लिया तथा पुलिस विभाग पर असहयोगात्मक रवैया अपनाने का आरोप लगाते हुए जमकर नारेबाजी की। वकीलों में इतना ज्यादा आक्रोश था कि उन्होंने पुलिस, सीआईए समेत किसी को नहीं बख्शा और डीसी की मौजूदगी में उन पर भ्रष्टाचार के संगीन आरोप लगाए। आरोप था कि ये सोची समझी साजिश के तहत वकीलों के खिलाफ काम कर रहे हैं।

जिला बार एसोसिएशन के प्रधान एडवोकेट संतोख सिंह ने कहा कि पिछले कुछ महीनों के साथ वकीलों के साथ कई घटनाएं घटित हुई हैं। इनमें पुलिस अधिकारियों से मिलकर उचित कानूनी कार्रवाई की मांग की गई, लेकिन देखने को मिला कि इनका रवैया वकीलों के मामले में काफी लापरवाहीपूर्ण एवं गैर-जिम्मेदाराना है। उन्होंने बताया कि गत 9 सितंबर को एडवोकेट दिनेश कुमार याद अपने केस के संदर्भ में पैरवी करने के लिए उपमंडल अधिकारी नागरिक नारनौल के न्यायालय में दोपहर लगभग दो बजे उपस्थित हुए। उस दौरान न्यायालय के अंदर एक अनजान व्यक्ति ने एडवोकेट दिनशे यादव के साथ मार-पिटाई, गाली-गलौच एवं छीना-झपटी की। इस बाबत उसी दिन महावीर पुलिस चौकी हुडा सेक्टर में एक दरखास्त पेश कर कार्रवाई की मांग की गई, लेकिन कमाल की बात है कि आज तक उस मामले में कोई कार्रवाई नहीं हुई। इस बाबत न केवल एसडीएम नारनौल, बल्कि अन्य प्रशासनिक अधिकारियों से भी संपर्क किया गया, लेकिन कोई संतोषजनक कार्रवाई नहीं हुई। इसी प्रकार गत 24 अप्रैल को शादीराम एडवोकेट कोर्ट से अपने घर जा रहे थे, तब रास्ते में तीन व्यक्तियों ने रास्ता रोक कर शादीराम के साथ मारपिटाई की और छीना झपटी की। इस मामले में एडिशनल चीफ ज्यूडिशियल मजिस्ट्रेट जतिन गुजराल की अदालत में स्टेट्स रिपोर्ट मंगवाने की दरखास्त लगाई, तब सीआए नारनौल ने 18 अगस्त को अपनी रिपोर्ट में बताया कि अब तक उन्होंने कॉल डंप ही प्राप्त नहीं किया है और न ही कॉल डिटेल प्राप्त की हैं।

इसी प्रकार महेंद्रगढ़-नारनौल रोड पर पंजाब नेशनल बैंक के सामने कोर्ट के लिए जान वाले मार्ग पर पुलिस प्रशासन को जिला बार एसोसिएशन द्वारा अनुरोध करने के बावजूद समुचित यानि पूरे समय ड्यूटी लगाने का कार्य भी पुलिस अधिकारियों ने नहीं किया, जबकि वहां पर समुचित ड्यूटी का प्रबंध नहीं होने तथा यातायात अत्यधिक आवागमन होने से हादसों का भय बना रहता है।

प्रधान ने बताया कि इन सब मामलों को देखते हुए साफ अंदाजा लगाया जा सकता है कि पुलिस अधिकारी वकीलों के मामले में असहयोगात्मक रवैया अपना रहे हैं। इस दौरान लघु सचिवालय में प्रदर्शन करने पहुंचे वकीलों ने एसपी एवं पुलिस महकमे के खिलाफ जमकर नारेबाजी की और मुर्दाबाद के नारे लगाते हुए उन्हें भ्रष्टाचार के कठघरे में भी खड़ा किया।

12 बजे के बाद आए डीसी

वकीलों ने प्रदर्शन का समय प्रातः 11 बजे का रखा था, लेकिन सोमवार को 10 से 12 बजे तक अधिकारी समाधान शिविर में व्यस्त रहने के कारण उन्हें सचिवालय में उनका ज्ञापन लेने आने के लिए प्रशासनिक अधिकारियों का इंतजार करना पड़ा। इस अवधि में प्रदर्शनकारी वकीलों ने पुलिस को नारेबाजी से खूब धोया। मीटिंग खत्म होने पर 12 बजे के बाद डीसी कैप्टन मनोज कुमार स्वयं वकीलों का ज्ञापन लेने उनके बीच पहुंचे तथा वकीलों को उचित कार्यवाही करने का आश्वासन दिया। इस दौरान भी वकीलों ने पुलिस को नहीं बख्शा तथा डीसी के सामने भी पुलिस पर भ्रष्टाचार के आरोप बुलंद आवाज में लगाए।

पुलिस पक्ष : वकीलों के आरोपों का डीएसपी ने किया खंडन

प्रदर्शन के दौरान वकीलों द्वारा पुलिस पर लगाए गए आरोपों के संबंध में डीएसपी (नारनौल) सुरेश कुमार ने बताया कि शादीराम एडवोकेट के साथ हुई वारदात के संबंध में पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर घटनास्थल के पास के टावर डम्प उठवाए गए थे। इस मामले में साइबर सेल की मदद से काफी तकनीकी कार्य किया गया, डम्प रिपोर्ट के अनुसार साईबर सेल द्वारा उस समयावधि में वहां पर टावर के अधीन संचालित 135 संदिग्ध मोबाईल नम्बर सीआईए नारनौल को दिए थे, जिनकी तसदीक सीआईए नारनौल द्वारा जांच की गई थी। मामले में किसी संदिग्ध व्यक्ति या असल आरोपित का पता नहीं चल पाया है। पुलिस अधीक्षक महोदया ने जांच सीआईए नारनौल को दी है। सीआईए नारनौल मोबाईल डम्प के अतिरिक्त अन्य बिन्दुओं पर भी जांच कर रही है। वहीं एसडीएम कार्यालय नारनौल में 9 सितम्बर को हुए विवाद के सम्बन्ध में दिनेश कुमार अधिवक्ता की शिकायत पर विश्वास वासी सुराना के विरुद्ध नियमानुसार निवारक कार्यवाही की जा चुकी है। उन्होंने कहा कि जिला पुलिस महेन्द्रगढ़ आम जनता के साथ हुई किसी भी आपराधिक घटना के सम्बन्ध में तुरन्त संज्ञान लेती है तथा तत्परता से कार्रवाई करती है। थाना पुलिस से यदि कोई फरियादी संतुष्ट नहीं होता तो उच्च अधिकारियों द्वारा उस मामले की जांच किसी अन्य पुलिस अधिकारी से करवाई जाती है। जिला के हर नागरिक की सुरक्षा के लिए महेन्द्रगढ़ पुलिस 24 घंटे तत्पर रहती है।

प्रदर्शन में इन्होंने लिया भाग

इस प्रदर्शन में प्रधान संतोख सिंह के अलावा सीनियर एडवोकेट ओमप्रकाश यादव मांदी, पूर्व प्रधान राजकुमार रामबास, पूर्व प्रधान मंजीत यादव, एडवोकेट कर्णसिंह यादव, एडवोकेट अनिल गुप्ता, एडवोकेट सुभाष यादव, एडवोकेट हेमंत कृष्ण, उपप्रधान विकास सांगवान, सचिव प्रदीप यादव, ज्वाइंट सैक्रेटरी चंद्रदेव यादव, खंजाची सुगन सिंह एडवोकेट, ऑडिटर कार्तिक यादव, लाइब्रेरियन प्रमिंद्र यादव, पंकज किरोड़ीवाल समेत सैकड़ों वकील मौजूद रहे।

राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग के स्पेशल मॉनिटर ने किया निरीक्षण

- आंगनबाड़ी केंद्र, पीएमश्री स्कूल व राशन डिपो पर पहुंच सुविधाओं के बारे में गहनता से की पूछताछ
- अधिकारों को लेकर छात्राओं से किया सीधा संवाद, अधिकारों के प्रति जागरूक रहें छात्राएं

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। आंगनबाड़ी केंद्र में खाने की गुणवत्ता चेक करते राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग के स्पेशल मॉनिटर बालकृष्ण गोयल। फोटो : हरिभूमि

राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग के स्पेशल मॉनिटर बालकृष्ण गोयल ने सोमवार को जिला के विभिन्न विभागों का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने संबंधित विभाग द्वारा दी जा रही सुविधाओं के बारे में गहनता से पूछताछ की। स्पेशल मॉनिटर ने सबसे पहले बावड़ीपुर मोहल्ले में स्थित आंगनबाड़ी केंद्र का औचक निरीक्षण किया। इस मौके पर उन्होंने बच्चों की हाजिरी चेक की। खाने में दी जाने वाली सामग्री को खुद चखकर चेक किया।

वहीं पोषण ट्रेकर पर आंगनबाड़ी केंद्र द्वारा दर्ज आंकड़ों को चैक करने के लिए उन्होंने बच्चों का वजन व हाइट का मिलान किया। उन्होंने निर्देश दिए कि बच्चों को घर का पता तथा मां बाप का नंबर याद कराएं। इसके अलावा गुड टच व बैड टच के बारे में जागरूक करें। इसके बाद बालकृष्ण गोयल ने पीएम श्री गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल नारनौल का दौरा किया। उन्होंने छात्राओं से सीधे संवाद किया तथा संविधान द्वारा दिए गए मूल अधिकारों के बारे में बातचीत की। अगर संविधान द्वारा दिए गए मूल अधिकारों का उल्लंघन है तो तुरंत शिकायत करें। उन्होंने शिकायत पेटी का काफी निरीक्षण किया।

छात्राएं अपने अधिकारों को लेकर जागरूक रहें। अंत में उन्होंने खरखड़ी मौहल्ले में राशन डिपो का भी निरीक्षण किया। राशन कार्ड धारकों से भी बातचीत की तथा उन्हें मिलने वाले राशन की जानकारी ली। इस मौके पर जिला समाज कल्याण अधिकारी अमित शर्मा, जिला शिक्षा अधिकारी सुनील दत्त यादव, एएफएसओ अरुण सैनी व सीडीपीओ कमलेश आदि मौजूद रहे।

बाडमेर-जम्मूतवी के लिए रेलसेवा का संचालन शुरू नारनौल में होगा ठहराव

नारनौल। रेलवे द्वारा खाटूश्यामजी के श्रद्धालुओं के लिए अतिरिक्त यातायात को देखते हुए यात्रियों की सुविधा के लिए बाडमेर-जम्मूतवी स्पेशल रेलसेवा का संचालन किया है। उत्तर पश्चिम रेलवे के मुख्य जनसंपर्क अधिकारी शशि किरण के अनुसार गाडी संख्या 04818 बाडमेर-जम्मूतवी 17 सितंबर को (1 ट्रिप) बाडमेर से बुधवार को 12.30 बजे रवाना होकर वीरवार को 15.30 बजे जम्मूतवी पहुंचेगी। यह गाड़ी बायतू, बालोतरा, समदडी, दुंदाड़ा, लूनी, जोधपुर, गोटन, मेडता रोड, डेगाना, मकराना, कुचामन सिटी, नावां सिटी, फुलेरा, रेनवाल, रींगस, श्रीमाधोपुर, कावंट, नीमकाथाना, डाबला, नारनौल, अटेली, रेवाडी, अस्थल बोहर, रोहतक, जींद, नरवाना, जाखल, संगरूर, धुरी, लुधियाना, जालन्धर सिटी, टाडा उडमुड, पठानकोट कैंट, हीरानगर व साम्बा स्टेशनों पर ठहराव करेगी।

नांगल चौधरी तहसील की एडवोकेट एसोसिएशन ने रखा वर्क सस्पेंड

नांगल चौधरी। नारनौल कोर्ट में एक एडवोकेट के साथ पुलिस द्वारा किए गए अभद्र व्यवहार से आक्रोशित बार एसोसिएशन ने वर्क सस्पेंड रखा है। जिसके समर्थन में नांगल चौधरी तहसील के वकीलों ने भी वर्क सस्पेंड रखा तथा जिला उपायुक्त से आरोपित पुलिस कर्मचारी के खिलाफ कार्रवाई करने की गुहार लगाई है।

लखीराम एडवोकेट, धर्मश जोशी, नवनीत शेहरवत, सुरेंद्र कुमार व शीशराम गुर्जर ने बताया कि शोषित और पिछड़े वर्ग को इंसाफ दिलाने में वकीलों की बड़ी भूमिका होती है। लोगों में पुलिस की छवि हिंसक बनी हुई, जिसे सुधारने के लिए विभाग भरसक प्रयास कर रहा है। लेकिन नारनौल पुलिस का रवैया बिलकुल भी सभ्य नहीं, जो कि वकीलों के साथ अभद्र बर्ताव करने से पीछे नहीं हटती। नांगल चौधरी तहसील के एडवोकेट भी नारनौल बार एसोसिएशन में शामिल हैं तथा उनके हर निर्णय में शामिल रहेंगे।

महेंद्रगढ़। विधायक को ज्ञापन सौंपते हुए। फोटो : हरिभूमि

प्रजापत समाज ने विधायक को सौंपा ज्ञापन

महेंद्रगढ़। भाजपा कार्यालय में प्रजापत समाज प्रधान के नेतृत्व में विधायक कंवर सिंह यादव को प्रजापत समाज की विभिन्न मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपा। प्रधान इंद्रसिंह ने बताया कि महेंद्रगढ़ जिले में एक चौराहे का नाम महाराजा दक्ष प्रजापति की प्रतिमा लगाई जाए, ताकि प्रजापति समाज का मान बढ़े। प्रधान ने समाज से जुड़े विकास कार्य, शिक्षण संस्थान में फीस माफी योजना आदि विभिन्न मांगों को लेकर विधायक को समाज के लोगों के साथ ज्ञापन दिया। विधायक कंवर सिंह यादव ने आश्वासन दिया कि समाज की उचित मांग को प्राथमिकता के साथ मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी तक पहुंचाएंगे और जल्दी से जल्दी समाधान करवाया जाएगा। प्रजापत समाज हमारी संस्कृति और मेहनतकश परंपरा का महत्वपूर्ण हिस्सा है। आपकी मांगों को सरकार तक पहुंचाकर समाधान करवाना उनकी जिम्मेदारी है।

बसीरपुर में फांसी लगाने से व्यक्ति की मौत

नारनौल। निजामपुर थानांतर्गत गांव बसीरपुर में करीब 42 वर्षीय दिनेश पुत्र सूरत ने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। पुलिस को दिए बयान में परिवारजनों ने बताया कि दिनेश खेतीबाड़ी करता था और सोमवार सवेरे करीब चार बजे घर से निकला था। उसके बाद वह घर नहीं लौटा। उसने खेतों में जाकर एक पेड़ से फांसी लगा ली थी। उन्होंने बताया कि दिनेश मानसिक रूप से परेशान था। पुलिस ने आवश्यक कार्रवाई करने उपरांत शव का पोस्टमार्टम करा उसे परिजनों को सौंप दिया।

महेंद्रगढ़ में सिंगल-यूज प्लास्टिक के खिलाफ अभियान चलाया

- छापेमारी करके 8 .5 किलो सिंगल-यूज प्लास्टिक जब्त

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

नगर पालिका तथा हरियाणा राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की संयुक्त टीम ने सोमवार को महेंद्रगढ़ शहर के बाजार में सिंगल-यूज प्लास्टिक के खिलाफ अभियान चलाया। इस दौरान कई स्थानों पर छापेमारी करके 8.5 किलो सिंगल-यूज प्लास्टिक जब्त किया गया। एईई दिपेश ने बताया कि इस अभियान के दौरान नियमों का उल्लंघन करने वाले एक थोक व्यापारी और पांच खुदरा दुकानदारों पर 20,500 रुपये का जुर्माना लगाया गया। टीम ने गुप्त सूचना के आधार पर गोयल ट्रेडिंग कंपनी नामक एक थोक व्यापारी और पांच अन्य दुकानदारों पर छापा मारा।

निरीक्षण के दौरान इन सभी के पास से प्रतिबंधित सिंगल-यूज प्लास्टिक सामग्री बरामद हुई। इस कार्रवाई में नियमों का उल्लंघन करने वालों पर सख्त जुर्माना लगाया गया। कुल 20 हजर 500 रुपये की राशि वसूल की गई। उन्होंने बताया कि तीन मामलों में 1,500 रुपये प्रति मामला, दो मामलों में तीन हजार रुपये प्रति मामला तथा एक मामले में 10 हजार रुपये का जुर्माना लगाया गया। अधिकारियों ने स्पष्ट किया कि यह अभियान जिले में सिंगल-यूज प्लास्टिक के उपयोग को पूरी तरह से खत्म करने के उद्देश्य से शुरू किया गया है और यह आगे भी जारी रहेगा।

अधिकारियों ने सभी नागरिकों, दुकानदारों और व्यवसायों से अपील की है कि वे पर्यावरण की रक्षा में सहयोग करें और प्लास्टिक का उपयोग बंद करें। अधिकारियों ने कहा कि एक स्वच्छ और प्रदूषण-मुक्त महेंद्रगढ़ बनाने के लिए हर नागरिक की भागीदारी जरूरी है।

महेंद्रगढ़। नियमों का उल्लंघन करने वाले दुकानदारों पर जुर्माना लगाती नपा व प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की संयुक्त टीम। फोटो : हरिभूमि

टीम ने व्यवस्थाओं पर व्यक्त किया संतोष, शीघ्र मिलेगी विश्वविद्यालय मान्यता

नए शैक्षणिक पाठ्यक्रम को लेकर मीरपुर यूनिवर्सिटी टीम ने किया निरीक्षण

- इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय की टीम ने राजकीय महाविद्यालय महेंद्रगढ़ का किया निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। प्राचार्य प्रो . डॉ . पूर्ण प्रभा एवं अन्य स्टाफ सदस्य निरीक्षण टीम का स्वागत करते हुए।

राजकीय महाविद्यालय में उच्च शिक्षा को प्रोत्साहन देने और क्षेत्र के विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर की तीन सदस्यीय टीम ने महाविद्यालय का निरीक्षण किया। निरीक्षण का मुख्य उद्देश्य महाविद्यालय में प्रारंभ किए गए दो नए कोर्स एमएससी रसायन शास्त्र तथा पर्यावरण विज्ञान स्नातक स्तर को विश्वविद्यालय की मान्यता प्रदान करने के लिए आवश्यक औपचारिकताओं का परीक्षण करना था। महाविद्यालय की प्राचार्य प्रो. डॉ. पूर्ण प्रभा ने बताया कि आधुनिक शिक्षा की आवश्यकताओं के अनुरूप विज्ञान तथा पर्यावरण से संबंधित विषयों को शुरू करना समय की मांग है।

इन दोनों कोर्सों की शुरुआत इस सत्र से की गई है, ताकि क्षेत्र के विद्यार्थियों को उच्च शिक्षा में नए अवसर मिलें। प्राचार्य ने यह भी बताया कि निरीक्षण से पूर्व प्रयोगशाला, कक्षाओं, उपकरणों, पुस्तकालय तथा शिक्षकों की नियुक्ति सहित सभी आवश्यक व्यवस्थाएं पूरी कर ली गई हैं। निरीक्षण टीम में रसायन शास्त्र विभाग के अध्यक्ष प्रो. करण सिंह, संयोजक गणित विभाग से डॉ. महावीर बड़क और पर्यावरण विज्ञान विभाग से डॉ. सुमन नागपाल शामिल रहे।

निरीक्षण के दौरान विश्वविद्यालय की टीम ने महाविद्यालय की प्रयोगशाला का गहराई से अवलोकन किया। टीम ने उपकरणों की गुणवत्ता, प्रयोगात्मक सामग्री की उपलब्धता तथा प्रयोगशाला की साफ-सफाई का निरीक्षण किया। इसके अलावा कक्षा-कक्षों की पर्याप्तता, बैठने की व्यवस्था, ऑडियो-विजुअल साधनों की उपलब्धता तथा पुस्तकालय में पुस्तक की उपलब्धता और शोध सामग्री का भी परीक्षण किया गया।

टीम ने पर्यावरण विज्ञान विभाग में फील्डवर्क की संभावनाओं तथा आवश्यक उपकरणों का भी परीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान टीम ने विद्यार्थियों से संवाद कर उनकी शैक्षणिक आवश्यकताओं, रुचियों और अपेक्षाओं को समझा। टीम ने संतोष व्यक्त करते हुए कहा कि विश्वविद्यालय की ओर से इसी सत्र से मान्यता प्रदान की जाएगी। निरीक्षण के उपरांत महाविद्यालय प्राचार्य प्रो. डॉ. पूर्ण प्रभा ने विश्वविद्यालय टीम को स्मृति चिह्न प्रदान कर सम्मानित किया।

भविष्य में अन्य नए कोर्स शुरू होने की उम्मीद

प्राचार्य प्रो. डॉ. पूर्ण प्रभा ने कहा कि यह महाविद्यालय के लिए गर्व का क्षण है कि विश्वविद्यालय की टीम स्वयं आकर निरीक्षण कर रही है। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय ने इन दोनों कोर्सों के लिए नियमित रूप से कक्षाएं प्रारंभ कर दी हैं और भविष्य में अन्य नए कोर्स भी शुरू किए जाएंगे। निरीक्षण के दौरान विज्ञान संकाय प्रो. विजय यादव, प्रो. जितेंद्र कुमार वशिष्ठ, प्रो. विकास, प्रो. हीरा सिंह, डॉ. अश्विनी कुमार, डॉ. मंजू कुमारी, डॉ. अनूप कुमारी, डॉ. विकास गुप्ता, डॉ. अरुण भारत, डॉ. अंजु कुमारी, डॉ. अशोक कुमार, दीपक कुमार, प्रद्युमन, गजानंद, धर्मेंद्र, राहुल यादव सहित विज्ञान संकाय के सभी सदस्य, पुस्तकालय स्टाफ, प्रशासनिक अधिकारी तथा अन्य शिक्षण एवं गैर-शिक्षण कर्मचारी उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर विश्वविद्यालय टीम का स्वागत किया और निरीक्षण को सफल बनाने में योगदान दिया। प्राचार्य प्रो. डॉ. पूर्ण प्रभा ने आशा व्यक्त की कि महाविद्यालय निरंतर नए शैक्षणिक कार्यक्रम प्रारंभ करेगा और क्षेत्र के विद्यार्थियों को उच्च गुणवत्ता वाली शिक्षा प्रदान करता रहेगा।

राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में रोजगार मेला कल

नारनौल। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में 17 सितंबर को एक रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। जिसमें विभिन्न उद्योगों की प्रतिष्ठित कंपनियां भाग लेंगी तथा आईटीआई पास आउट छात्रों का चयन अपरेंटिस और रोजगार के लिए करेंगी। इस रोजगार मेले में बंसल स्टील एंड पॉवर लिमिटेड, इंडिया निप्पॉन इलेक्ट्रिकल्स लिमिटेड, श्रीराम पिस्टन्स एंड रिंग्स लिमिटेड, नगाटा ऑटोमोटिव और जेबीएम फरीदाबाद जैसी कंपनियां भाग लेंगी, जो विभिन्न पदों पर छात्रों का चयन करेंगी। प्रधानाचार्य विनोद खनगवाल ने बताया कि इस प्रकार के आयोजन समय-समय पर किए जाते रहते हैं। सभी छात्रों को प्लेस कराने की जो जिम्मेदारी सरकार के कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग के द्वारा दी गई है, उसको पूर्ण रूप से करने के सारे प्रयास किए जाते हैं। छात्रों को स्वरोजगार के प्रति भी जागरूक किया जाता है, जिसमें एमएसएमई व डीआईसी के अधिकारियों के द्वारा बच्चों को समय-समय पर मोटीवेट किया जाता है और उनके द्वारा चल रही विभाग की विभिन्न स्कीमों के बारे में अवगत करवाया जाता है।

इन कंपनियों में विभिन्न पदों पर छात्रों का चयन किया जाएगा, जिनमें अपरेंटिस, फिक्स टर्म एम्प्लोई और अन्य पद शामिल हैं। छात्रों को विभिन्न सुविधाएं भी प्रदान की जाएंगी।

वर्चुअल रियलिटी थेरेपी
रिश्तों में नई सोच की राह

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

कवर स्टोरी

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

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

क्या है वीआरटी

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

थेरेपी का तरीका

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

किन स्थितियों में है उपयोगी

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

केवल तकनीकी अनुभव नहीं

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

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

रिसर्च के नतीजे हैं पॉजिटिव

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

क्या हैं फायदे

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

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

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

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

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

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

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

तनाव कम करने में मदद करती हैं यात्राएं

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

जीवनशैली

बुशरा फातमा

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

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

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

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

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

हैप्पी हॉर्मोन बढ़ाती हैं यात्राएं

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

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

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

परवरिश

शिखर चंद जैन

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

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

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

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

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

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

ब्रेन को एक्टिव रखें

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

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

केयर

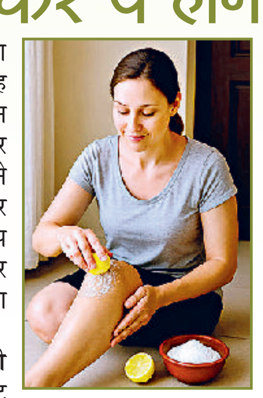
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

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

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

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

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



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

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

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

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

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

फिटनेस

काजल गुप्ता
फिटनेस इंस्ट्रक्टर

बेली फैट होगा कम करें ये 7 एक्सरसाइज

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

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

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

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

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

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

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

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

प्रस्तुति: निधि गोयल

खबर संक्षेप

स्वास्थ्य मंत्री ने धर्मवीर के निधन पर जताया शोक

कनीना। गांव इसराना निवासी धर्मबीर सिंह उर्फ दारा सिंह के निधन पर स्वास्थ्य मंत्री आरती राव ने शोक जताया है। पूर्व सरपंच बिजेंद्र सिंह के भाई धर्मबीर सिंह का हाल ही में निधन हो गया था। इसराना पहुंची आरती राव ने उनके परिजनों को ढांढस बंधाया। इस मौके पर पंचायत समिति कनीना के चेयरमैन जेपी यादव, ककराला के पूर्व सरपंच कृष्ण सिंह, महेंद्र सिंह आदि उपस्थित रहे।

बलायचा निवासी बिजेंद्र शास्त्री को पितृशोक

महेंद्रगढ़। गांव बलायचा निवासी बिजेंद्र शास्त्री के 71 वर्षीय पिता रामौतार शर्मा का निधन हो गया। स्व. रामौतार शर्मा सामाजिक व धार्मिक प्रवृत्ति के व्यक्ति थे और सादा जीवन जीने तथा समाज की सेवा करने के लिए क्षेत्र में जाने जाते थे। वे हमेशा धार्मिक कार्यों और सामाजिक आयोजन में सक्रिय रहते थे। स्व. रामौतार शर्मा अपने पीछे तीन पुत्रों बिजेंद्र शास्त्री, ईश्वर सिंह, हवा सिंह सहित भरा-पूरा परिवार छोड़ गए हैं। उनके बड़े पुत्र बिजेंद्र शास्त्री ने उन्हें मुखाग्नि दी।

नागंल में स्वास्थ्य मंत्री व सांसद ने किया शहीद शीशराम की प्रतिमा का अनावरण

स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने गनियार और बजाड़ गांव में किए धन्यवादी दौरे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने सोमवार को गांव नांगल में शहीद शीशराम की मूर्ति अनावरण किया। इस कार्यक्रम में भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह भी मौजूद रहे। कार्यक्रम में शहीदों की शहादत को याद करते हुए उन्हें नमन कर राष्ट्रीय ध्वज भी फहराया गया। वहीं नांगल में रक्तदान शिविर भी लगाया गया। नांगल में अनेक भाजपा नेताओं व कार्यकर्ताओं ने भी शहीद शीशराम की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित करते हुए उन्हें श्रद्धांजलि दी। शहीदों की वीरांगनाओं व अन्य परिजनों को शॉल भेंटकर सम्मानित किया।

भिवानी–महेंद्रगढ़ लोकसभा सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह ने बताया कि शहीद शीशराम की मूर्ति का अनावरण अभी आप सबके सामने हुआ है। आज भारत देश वीर जवानों के हाथों में सुरक्षित है। वीर जवान अपने परिवार से दूर जाकर चिंता नहीं करते, चाहे कहीं नक्से लाइट मूवमेंट हो या कहीं आतंकवाद हो। वह सब जगह डटकर दुश्मनों का मुकाबला करते हैं। इस मौके पर स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने अपने संबोधन में भावुक होकर कहा कि उन्हें उस समय की याद है, जब चुनाव प्रचार के दौरान उन्हें बताया गया कि नांगल में एक वीर शहीद हो गया। शीशराम का पार्थिव शरीर कुछ ही घंटों में गांव लाया गया और पूरे क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई। उन्होंने कहा, ऐसे वीरों के परिवारों की सेवा करना हमारा कर्तव्य है।

उनकी बेटियां भी आज अपने पिता की परवरिश से प्रेरणा लेकर आगे बढ़ रही हैं। उन्हें गर्व है कि दक्षिण हरियाणा की यह धरती वीरों की भूमि है। धन्यवाद दौरे के दौरान उन्होंने स्वास्थ्य सेवाओं का भी उल्लेख किया। स्वास्थ्य मंत्री ने बताया कि गर्भवती महिलाओं के लिए रेफरल यूनिट और नेचुरल बर्थ जैसी सुविधाएं हरियाणा में बढ़ाई गई हैं। कनीना और अटेली में स्वास्थ्य सेवा का विस्तार किया गया है, ताकि आम जनता को चिकित्सा सेवाओं का लाभ मिल सके। स्वास्थ्य विभाग आपके लिए हरदम तैयार है। कोई भी सेवा पीछे नहीं रहेगी। आपकी सेवा ही हमारी प्राथमिकता है। गनियार में संबोधित करते हुए स्वास्थ्य मंत्री आरती राव ने बताया कि राजनीति में कदम रखना आसान नहीं था। उन्हें कई बार ताने सुनने पड़े कि वह अंग्रेजी बोलती है। राजकुमारी है, लेकिन मैंने कभी हार नहीं मानी। आज वह गर्व से कह सकती हैं कि उन्होंने जनता की सेवा में एक साल में जितना काम किया है, शायद पूरी उम्र में कोई न कर पाए।

मंडी अटेली। शहीद शीशराम की प्रतिमा का अनावरण करती स्वास्थ्य मंत्री आरती राव व गणियार में बड़ी माला पहनाकर आरती राव का स्वागत करते हुए ग्रामीण।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर विधायक ओमप्रकाश यादव, पूर्व विधायक सीताराम यादव, स्वास्थ्य मंत्री के पीए विकास यादव, गोविंद गोस्वामी, जिला अध्यक्ष यतेंद्र राव, जिला प्रमुख डा. राकेश कुमार, अटेली चेयरमैन संजय गोयल, ग्रीवेंस कमेटी मेंबर सोनू दौंगड़ा अहीर, चेयरमैन राजेंद्र, पूर्व चेयरमैन विकास यादव, अजीत सिंह कलवाड़ी, दयाराम यादव, एडवोकेट बबली यादव, इंद्रजीत यादव, भाजपा नेता कुलदीप को बौचड़िया, सतवीर सरपंच सुजापुर, सुरेश शर्मा, भाजपा मंडल अध्यक्ष मुकेश कुमार गनियार, भूपेश गुप्ता, प्रदीप तिगरा, कृष्ण राजपुरा, दिनेश जैलदार, प्रदीप सैनी, हेमंत यादव, तेजप्रकाश, प्रदीप सराय, एडवोकेट सुरेश, वॉइस चेयरमैन रामकिशन, भूपेंद्र सरपंच अनेक लोग उपस्थित रहे।

महेंद्रगढ़। कार्यक्रम में भाग लेते बच्चे। फोटो : हरिभूमि

आकाश एकेडमी में मातृभाषा पर जोर

महेंद्रगढ़। आकाश एकेडमी में हिंदी दिवस बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। मुख्य अतिथि प्रवक्ता जितेंद्र कुमार थे। अध्यक्षता देवेंद्र बैरावास ने की। जितेंद्र ने हिंदी भाषा को हमारी संस्कृति और पहचान का आधार बताते हुए इसके संरक्षण और प्रचार-प्रसार पर बल दिया। एकेडमी में निबंध लेखन, वाद-विवाद, कविता पाठ और सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए गए। उन्होंने कहा कि हिंदी न केवल संचार की भाषा है, बल्कि भारतीयता को जोड़ने वाला एक मजबूत सूत्र भी है। शिक्षाविद देवेंद्र बैरावास ने बच्चों व अध्यापकों को संकल्प दिलाया कि हम अपनी मातृभाषा हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देंगे और आने वाली पीढ़ी को भी इसके महत्व से परिचित कराएंगे। इस अवसर परविकास रामलवास, प्रवक्ता जितेंद्र कुमार, बबीता यादव, सुरेंद्र सिंह मेवात, मोहित व प्रताप सिंह आदि उपस्थित रहे।

नारनौल। आरओबी निर्माण कार्य का जायजा लेते बसपा नेता अतरलाल।

ओवरब्रिज की देरी के चलते आमजन को हो रही परेशानी

नारनौल। बहुजन समाज पार्टी के नेता प्रमुख समाजसेवी अतरलाल एडवोकेट ने कनीना अटेली सड़क मार्ग पर बन रहे रेलवे ओवरब्रिज (आरओबी) के निर्माण कार्य में हो रही देरी पर रोष प्रकट किया है। उन्होंने सरकार तथा प्रशासन से तत्काल ओवर ब्रिज का निर्माण कार्य युद्ध स्तर पर शुरू कर इसे शीघ्र पूरा करने की मांग की है। अतरलाल ने ओवरब्रिज स्थल पर जाकर निर्माण कार्य का जायजा लेते हुए कहा कि ओवरब्रिज का कार्य बहुत धीमी गति से चल रहा है। जिसका सीधा असर आवागमन करने वाले लोगों तथा वाहनों पर पड़ रहा है। रोजाना आने जाने वाले यात्री वाहन चालक, व्यवसायी, नौकरी पेशा, विद्यार्थी, मरीज तथा आपातकालीन सेवाओं को भी भारी परेशानी उठानी पड़ रही है। अटेली-नारनौल, अलवर, जयपुर की तरफ जाने वाले वाहनों को गांव ककराला तथा चेलावास होकर गुजर रहे है। उन्होंने कहा कि पेड़ तथा 11000 की बिजली लाईन कार्य में बाधा बनी हुई है। उन्होंने सरकार तथा प्रशासन से तत्काल वन विभाग तथा बिजली विभाग से समन्वय कर इस बाधा को हटवाकर निर्माण कार्य शीघ्र पूरा करवाने की मांग की। ओवरब्रिज के निर्माण कार्य में हो रही देरी के कारण लोगों में भारी रोष व्याप्त है।

डॉ. विश्वेश्वरैया को किए श्रद्धासुमन अर्पित

राव जयराम विद्यालय में अभियंता दिवस मनाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

अटेली रोड स्थित राव जयराम विद्यालय में अभियंता दिवस मनाया गया। यह दिवस महान अभियन्ता एवं भारत रत्न से सम्मानित डॉ. मोक्षगुंडम विश्वेश्वरैया की जयंती के पर मनाया जाता है। विद्यालय स्टॉफ ने विशेष कार्यक्रम का आयोजन कर डॉ. विश्वेश्वरैया के योगदान को स्मरण किया और छात्रों को उनके जीवन से प्रेरणा लेने का संदेश दिया। कार्यक्रम की शुरुआत विद्यालय परिसर में डॉ. विश्वेश्वरैया के चित्र पर पुष्प अर्पित कर की गई।

इस दौरान विद्यालय निदेशक सुरेन्द्र कुमार मुख्यातिथि रहे, जबकि विशेष अतिथि सीईओ राजेश यादव मौजूद रही। सीईओ राजेश यादव ने कहा कि यह दिन हमें उन महान मनीषी की याद दिलाता है, जिन्होंने अपने अद्वितीय अभियान्त्रिक कौशल से भारत को एक नई दिशा दी। मुख्यातिथि सुरेन्द्र कुमार ने कहा कि अभियन्ता समाज के वास्तविक निर्माता होते हैं। वे केवल भवनों, पुलों और मशीनों का ही निर्माण नहीं करते, बल्कि विज्ञान और तकनीक के माध्यम से एक सशक्त राष्ट्र के निर्माण में भी योगदान देते हैं। उन्होंने कहा कि आज के युवा अभियन्ताओं को उनके आदर्शों को अपनाना चाहिए। कुमार ने कहा कि विद्यालय के छात्र-छात्राओं को विज्ञान और गणित विषयों में गहरी रुचि लेनी चाहिए, ताकि आने वाले समय में वे देश के विकास में अपनी भागीदारी सुनिश्चित कर सकें।

प्राचार्य नरेंद्र यादव ने कहा कि आज के युग में विज्ञान और तकनीक का महत्व सबसे अधिक है। चाहे सूचना प्रौद्योगिकी हो, अवसंरचना विकास हो या अंतरिक्ष अनुसंधान, हर क्षेत्र में अभियन्ताओं की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों को अपनी जिज्ञासा को जीवित रखना चाहिए, क्योंकि वही उन्हें नवाचार और अनुसंधान की ओर ले जाएगी। इस अवसर पर विद्यालय के छात्रों ने भी अभियान्त्रिकी और विज्ञान विषय पर अपने विचार प्रस्तुत किए।

महेंद्रगढ़। डॉ. विश्वेश्वरैया के चित्र पर पुष्पार्पित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

डॉ. विश्वेश्वरैया के आदर्शों को अपनाएंगे

अंत में विद्यालय परिसर में सभी छात्र-छात्राओं और अध्यापकों ने यह संकल्प लिया कि वे अपने जीवन में डॉ. विश्वेश्वरैया के आदर्शों को अपनाएंगे और अपने क्षेत्र में नवाचार एवं परिश्रम की मिसाल पेश करेंगे। कार्यक्रम का समापन राष्ट्रीय गान के सामूहिक गायन के साथ हुआ।

सिंघानिया विश्वविद्यालय में संपन्न हुई सातवीं राज्य स्तरीय और ट्रायल व्हीलचेयर रग्बी चैम्पियनशिप

- कोटपुतली के हरीश कुमार को उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए मिला सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी का पुरस्कार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

पचेरी बारी बड़ी स्थित सिंघानिया विश्वविद्यालय में व्हीलचेयर रग्बी एसोसिएशन के सहयोग से सातवीं राज्य स्तरीय व ट्रायल व्हीलचेयर रग्बी चैम्पियनशिप संपन्न हो गई। दो दिवसीय प्रतियोगिता में राजस्थान के विभिन्न जिलों से आए खिलाड़ियों ने रोमांचक मुकाबले खेले। समापन समारोह में विश्वविद्यालय के रजिस्ट्रार मोहम्मद इमरान हाश्मी, प्रो–वाइस चांसलर डॉ. पवन त्रिपाठी, एडमिन डायरेक्टर विजेंद्र शर्मा तथा स्पोर्ट्स कमेटी के सदस्य डॉ. अनिल तिवारी, डॉ. शर्मिला यादव और डॉ. दिनेश सिंह यादव के साथ-साथ राजस्थान व्हीलचेयर रग्बी एसोसिएशन के डायरेक्टर यूके पांडेय और सचिव अरुण ददीच ने खिलाड़ियों को पुरस्कार वितरित किए और उनके खेल प्रदर्शन की सराहना की।

सिंघानिया विश्वविद्यालय की ओर से इस खेल प्रतियोगिता में भाग लेने वाले सभी खिलाड़ियों को इनाम राशि, पदक और प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। कोटपुतली के हरीश कुमार को उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी पुरस्कार से नवाजा गया। प्रतियोगिता में विजेता टीम हरीश कुमार, अशोक, बालाराम, देवेंद्र सिंह, अनिल कुमार, भरत, विमल योगी और अजय टोंक रहे। उल्लेखनीय है कि अनिल कुमार और विमल योगी दोनों ही सिंघानिया विश्वविद्यालय के छात्र हैं, जिन्होंने अपने उत्कृष्ट खेल कौशल से विश्वविद्यालय का गौरव बढ़ाया। होशियार सिंह को राष्ट्रीय खेलों के लिए कोच नियुक्त किया गया, वहीं मोहम्मद कैफ ने रेफरी की भूमिका निभाई। कार्यक्रम के समापन पर विश्वविद्यालय की जनसंपर्क अधिकारी डॉ. मोनिका सैनी ने अतिथियों, खिलाड़ियों और आयोजन समिति का धन्यवाद ज्ञापित किया।

नारनौल। विजेता खिलाड़ी को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

खेल प्रतियोगिता के दौरान डॉ. अरुण सोम, डॉ. मुनीश ठाकुर, डॉ. मोहित, डॉ. अरविंद तिवारी, डॉ. राजपाल यादव, डॉ. सुनीता सारस्वत, दीप्ति गुप्ता, मधुबाला, कपिल कुमार, डॉ. प्रभात त्रिपाठी, डॉ. सरिता तिवारी, आशुतोष आर्य, अश्विनी राते, गुलशन कुमार, सन्नी, संदीप और अमरनाथ उपस्थित रहे। इनके साथ विश्वविद्यालय के सभी शिक्षक, गैर-शिक्षक कर्मचारी एवं छात्र उपस्थित रहे।

नारनौल। छात्र को सम्मानित करते स्कूल स्टॉफ सदस्य। फोटो : हरिभूमि

एमएलएस डीएवी के जय यादव का राष्ट्रीय तीरंदाजी प्रतियोगिता में हुआ चयन

नारनौल। एसजीएफआई के तत्वाधान में हरियाणा सरकार की ओ से सात से 10 सितंबर 2025 तक राज्य स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में एमएलएस डीएवी के विद्यार्थियों ने सराहनीय प्रदर्शन किया। नौ सितंबर को राजकीय बालिका विद्यालय फरीदाबाद में आयोजित राज्य स्तरीय तीरंदाजी प्रतियोगिता में स्कूल की कक्षा आठवीं के विद्यार्थी जय यादव ने अंडर-14 आर्चरी कंपाउंड राउंड में पुरस्कार प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। छात्र जय यादव वाराणसी में होने वाली राष्ट्रीय तीरंदाजी प्रतियोगिता में दमखम दिखाएगा। प्राचार्य राजेश कुमार ने जय यादव को प्रार्थना सभा में सम्मानित किया। उन्होंने छात्र के शानदार प्रदर्शन के लिए आर्चरी कोच अमन भारद्वाज व प्रतियोगी जय यादव को बधाई दी।

यदुवंशी शिक्षा निकेतन में अंतर-विद्यालय विज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

यदुवंशी शिक्षा निकेतन में अंतर-विद्यालय विज्ञान प्रतियोगिता आयोजित की गई, जिसमें कक्षा 9वीं से 12वीं तक के विद्यार्थियों ने भाग लेकर अपनी प्रतिभा और ज्ञान का शानदार प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता में यदुवंशी स्कूल महेंद्रगढ़, कनीना और सतनाली के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने विज्ञान के विभिन्न विषय पर अपनी अद्भुत प्रस्तुति देकर सभी को प्रभावित किया।

प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में वैज्ञानिक सोच, नवाचार की भावना और शोध के प्रति रुचि को बढ़ावा देना था। प्रतियोगिता में यदुवंशी महेंद्रगढ़ प्रथम स्थान, यदुवंशी कनीना द्वितीय व यदुवंशी सतनाली तृतीय स्थान पर रहे। विजेता टीम को विद्यालय प्रबंधन द्वारा पुरस्कृत किया गया और सभी प्रतिभागियों का मनोबल बढ़ाने के लिए प्रशस्ति पत्र भी प्रदान किए गए। प्राचार्य पवन कुमार ने कहा कि विज्ञान केवल किताबों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह हमारी सोच और व्यवहार में नवाचार लाने का माध्यम है। ऐसे आयोजन विद्यार्थियों को भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करते हैं। ग्रुप चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने कहा कि आज के युग में विज्ञान और तकनीक ही प्रगति की कुंजी हैं। साथ ही विद्यार्थियों को लगन और परिश्रम से आगे बढ़ते रहने के लिए शुभकामना दी। वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव, ग्रुप निदेशक विजय सिंह यादव, फाउंडर डायरेक्टर डॉ. राजेंद्र सिंह यादव ने भी सभी विद्यार्थियों को शुभकामनाएं दी।

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

दिगम्बर जैन समाज के कार्यकारिणी का किया गठन

नारनौल। पदाधिकारीयों की बैठक लेते प्रधान अजीत प्रकाश जैन।

नारनौल। श्री शांतिनाथ दिगम्बर जैन मंदिर नलापुर प्रांगण में रविवार को दिगम्बर जैन समाज की ओर से आम सभा का आयोजन किया गया। जिसमें सत्र 2025-2027 के पदाधिकारियों का चुनाव किया गया। चुनाव के बाद नए कार्यकारिणी का गठन किया गया। जिसमें सर्वसम्मति से अजीत प्रकाश जैन (सर्राफ) को प्रधान, विजय जैन को सचिव, धर्मेन्द्र जैन को कोषाध्यक्ष, पवन कुमार जैन व जितेन्द्र जैन उपप्रधान, नरेश जैन (पप्पू) को सहसचिव, सुरेन्द्र जैन को प्रवक्ता, रजत जैन स्टोर कीपर, नरेश जैन, नितिन जैन व मुलायम जैन, कपिल जैन व दीपक जैन को विशेष आमंत्रित सदस्य तथा अशोक कुमार जैन को मैनैजर नियुक्त किया गया। नवनियुक्त प्रधान अजीत प्रकाश जैन ने कहा कि समाज हित में वे सदैव तत्पर रहेंगे और समाज के लोगों के लिए हमेशा उपलब्ध रहेंगे।

ककराला में आयोजित सीबीएसई नेशनल बॉक्सिंग चैम्पियनशिप प्रतियोगिता का समापन

स्पर्धा में एसडी विद्यालय बना ओवरऑल चैंपियन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

कनीना-कपूरी मार्ग स्थित एसडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ककराला में आयोजित सीबीएसई नेशनल बॉक्सिंग चैम्पियनशिप प्रतियोगिता का विधिवत रूप से समापन हो गया। प्रतियोगिता में एसडी विद्यालय ओवरऑल चैंपियन रहा। जबकि प्रथम रनअप सोशल बलूनी स्कूल बराही वाला देहरादून उत्तराखंड व आर्मी पब्लिक स्कूल देहरादून की टीम रही द्वितीय रनअप। प्रतियोगिता के विजेताओं को मुख्यातिथि डिप्टी डीईओ डॉ. विश्वेश्वर कौशिक व चेयरमैन जगदेव यादव ने ट्रॉफी अवार्ड देकर सम्मानित किया। उन्होंने खिलाडियों से कहा कि विद्यार्थी जीवन में खेलों से अनुशासन, एकाग्रता व शारीरिक व बौद्धिक विकास होता है। खेल को खेल की भावना से खेलने वाला खिलाडी आगे बढता है। विद्यालय के चेयरमैन जगदेव यादव ने बताया कि इस बॉक्सिंग चैम्पियनशिप प्रतियोगिता में छह देशों बहरीन, कुवैत, ओमान, कतर, सऊदी अरब, यूएई सहित भारत देश के 9 जोन से करीब 1400 बॉक्सरों ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन दिया। उन्होने कहा कि अंतिम मुकाबले में महिला खिलाड़ियों के 19 आयु व 45 किलोग्राम भारवर्ग में नोर्थ जोन से गुंजन, 45 से 48 किलोग्राम भारवर्ग में नोर्थ जोन से जिया, 48 से 51 किलोग्राम भारवर्ग में नोर्थ जोन दो ए से कशिश मलिक, 51 से 54 किलोग्राम भारवर्ग में महक, 54 से 57 किलोग्राम भारवर्ग में कंचन, 57 से 60 किलोग्राम भारवर्ग में निलाक्षी, 60 से 64 किलोग्राम भारवर्ग में निकिता दांगी, 64 से 66 किलोग्राम भारवर्ग में ईवा यादव, 66 से 69 किलोग्राम भारवर्ग में शेरी मरांडी, 69 से 75 किलोग्राम भारवर्ग में हंसिका, 75 से 81 किलोग्राम भारवर्ग में सेम तथा 81 प्लस किलोग्राम भारवर्ग में सिद्धिका सैनी ने जीत हासिल प्राप्त की। लडकों की 17 आयु व 44 से 46 किलोग्राम भारवर्ग में समेर, 46 से 48 किलोग्राम भारवर्ग में यश कुमार, 48 से 50 किलोग्राम भारवर्ग में रोहन जोशी, अजय प्रताप सिंह, तेजस ने जीत हासिल की।

कनीना। विजेता खिलाडियों को ट्रॉफी देकर सम्मानित करते डॉ. विश्वेश्वर कौशिक व चेयरमैन जगदेव यादव। व प्रतियोगिता में भाग लेते खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

होम हेल्पर्स को मिला सम्मान और संगठन को नई ऊर्जाः डॉ. राजवती

नारनौल। महिला कांग्रेस का स्थापना जिला में मेरी सखी कार्यक्रम के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर होम हेल्पर्स को चुन्नी पहना सम्मानित कर समाज में उनकी सेवाओं को सराहा गया। महिला कांग्रेस जिला अध्यक्ष डॉ. राजवती यादव के नेतृत्व में आयोजित कार्यक्रम में मुख्यातिथि महिला कांग्रेस की प्रदेशाध्यक्ष सुधा भारद्वाज रही। वहीं जिला कांग्रेस अध्यक्ष सत्यवीर झूकिया विशेष रूप से उपस्थित रहे। सुधा भारद्वाज ने कहा कि महिला कांग्रेस केवल राजनीति का संगठन नहीं, बल्कि समाज की आधी आबादी की आवाज है। हमें गांव-गांव और घर-घर तक महिलाओं के हक व सम्मान की लड़ाई को पहुंचाना है। महिला कांग्रेस हर घर की बहनों-बेटियों का सहारा बनेगी और उनकी समस्याओं को प्राथमिकता से उठाएगी। सत्यवीर झूकिया ने कहा कि कांग्रेस पार्टी हमेशा से महिला सशक्तिकरण के लिए प्रतिबद्ध रही है। महिला कांग्रेस की नई कार्यकारिणी बनने से संगठन को नई ऊर्जा मिलेगी तथा आने वाले समय में जिला महिला कांग्रेस प्रदेश स्तर पर अपनी अलग पहचान बनाएगी। डॉ. राजवती यादव ने कहा कि हमारी कोशिश है कि संगठन की ताकत सीधे समाज की ताकत बने। मेरी सखी कार्यक्रम के माध्यम हमने यह संदेश दिया है कि हर वर्ग का सम्मान कांग्रेस पार्टी के लिए सर्वोपरि है। आने वाले समय में हम महिलाओं के अधिकार, शिक्षा, स्वास्थ्य और सुरक्षा के मुद्दों को मजबूती से उठाएंगे तथा जिले की हर महिला को संगठन से जोड़ने का प्रयास करेंगे।

नारनौल। कार्यक्रम में भाग लेते कांग्रेस कार्यकर्ता। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

महेंद्रगढ़। पूर्व सरपंच को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

पूर्व सरपंच ने यादव सभा में दिया अनुदान

महेंद्रगढ़। नांगल सिरोही के पूर्व सरपंच भगवान सिंह यादव ने यादव सभा भवन में कमरा निर्माण के लिए 63 हजार का अनुदान दिया है। सभा के प्रधान व कार्यकारणी ने इसके लिए भगवान सिंह यादव का सम्मान किया। सभा के प्रधान एडवोकेट अभय राम यादव ने कहा कि समाज के उत्थान में प्रत्येक व्यक्ति का योगदान होता है। इसके लिए सभी को आगे आना चाहिए। उन्होंने भगवान सिंह की तरफ से सभा में दिए गए अनुदान के लिए उनका आभार जताया। इस मौके पर सभा के सह सचिव रोहताश यादव, कोषाध्यक्ष जगदीश यादव, महावीर लावण, दिनेश बल्ली, डॉ. योगेंद्र यादव समेत समाज के अनेक गणमान्य लोग उपस्थित थे।

महेंद्रगढ़। महिला की जांच करते हुए।

गर्भवती महिलाओं को किया जागरूक

महेंद्रगढ़। शहर के वार्ड नंबर छह के आंगनबाड़ी केंद्र में महिला बाल विकास विभाग की ओर से पोषण माह कार्यक्रम के अंतर्गत यूएचएनडी मनाया गया, जिसमें सभी गर्भवती व दूध पिलाने वाली माता को और नवजात से 5 साल तक के बच्चों को शामिल किया गया। आशा वर्कर राजबाला ने कहा कि गर्भवती माता का बीपी और शुगर की जांच करवाई गई।

पैरवी के लिए मुफ्त मिलेगा अधिवक्ता

नांगल चौधरी। चौधरी बैजनाथ राजकीय महिला महाविद्यालय में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन नरेंद्र सूरा व सचिव नीलम कुमारी के दिशा-निर्देशों में कानून जागरूकता शिविर लगाया गया। जिसमें एडवोकेट धर्मेश जोशी ने छात्राओं को मौलिक अधिकारों तथा घरेलू हिंसा के संशोधित एक्ट से अवगत कराया है। उन्होंने कहा कि संविधान में प्रत्येक व्यक्ति को समान अधिकार हैं। साथ ही मौलिक अधिकार मुहैया कराए गए।

महेंद्रगढ़ में पार्किंग की व्यवस्था नहीं होने से बीच सड़क पर खड़े हो रहे वाहन

बाजार में जाम की स्थिति से आमजन हो रहे हैं परेशान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

शहर में पार्किंग की व्यवस्था न होने से बाजार में बीच रोड वाहन खड़े होते हैं। मजबूरी में लोग नो पार्किंग जोन में वाहन खड़े कर रहे हैं। इस कारण बाजार में आवागमन की जगह नहीं रहती। हालत ये हैं कि दुपहिया वाहनों का निकला मुश्किल हो जाता है। शहर में नगर पालिका और बैंकों में बड़ी संख्या में लोग अपने काम से आते हैं, लेकिन आसपास कहीं पार्किंग न होने से ये लोग सड़क पर ही कार्यालय के बाहर वाहन पार्क कर देते हैं, जिससे सड़क में आने जाने का रास्ता नहीं बचता। कई बार तो लोग बाजार में वाहन खड़े करके इधर-उधर चले जाते हैं और वहां आने वाले वाहन फंस जाते हैं और जाम के हालात बन जाते हैं। दुकान के आगे रेहड़ी भी खड़ी रहती है। इसके अलावा शहर के सबसे बड़े शॉपिंग कॉम्पलैक्स में जाने वाले लोग भी अपने वाहन बाहर सड़क पर ही पार्क करते हैं। इसके अलावा आंबेडकर चौक पर भी लोग वाहन बीच सड़क पर खड़े करते हैं। शहर की सड़कों पर रोजाना वाहनों की संख्या में लगातार इजाफा हो रहा है। शहर में सिनेमा रोड, रेलवे रोड, 11 हट्टा बाजार, सब्जी मंडी रोड, आईटीआई रोड, सर्राफा बाजार, माता मसानी चौक सहित अन्य स्थानों पर भी यही स्थिति रहती है। इससे यातायात बाधित होता है। त्योहार के समय तो हालत यह हो जाते हैं कि सड़कें संकरी हो जाती हैं और लोग पैदल भी नहीं निकल पाते। कई बार प्रशासन ने कार्रवाई करते हुए सड़क पर सामान रखने वालों पर जुर्माना भी किया, फिर सुधार नहीं हुआ।

जल्द जमीन तलाशेंगे: चेयरमैन

नगर पालिका चेयरमैन रमेश सैनी ने बताया कि शहर में पार्किंग की मांग बहुत पुरानी है। जल्द ही पार्किंग को लेकर नपा की ओर से जगह तलाशी जाएगी।

महेंद्रगढ़। चौधरी रणबीर सिंह हुड्डा पार्क के सामने खड़े वाहन। फोटो : हरिभूमि

त्योहारी सीजन में होता है बुरा हाल

शहर के मुख्य बाजारों में पार्किंग अब शहर की सबसे प्रमुख मांग बन गई है। शहर में पार्किंग के अभाव में लोग मजबूरन बाजारों में वाहन खड़े करते हैं, जिससे जाम की स्थिति बन जाती है। इससे दुर्घटनाओं का खतरा भी बना रहता है। शहरवासियों ने प्रशासन से पार्किंग की व्यवस्था करने की मांग की। त्यौहारी सीजन के दौरान तो शॉपिंग कॉम्पलैक्स, सब्जी मंडी रोड, सिनेमा रोड पर पांव रखने तक की जगह नहीं बचती। ऐसे में अभी प्रशासनिक व पुलिस अधिकारियों को पार्किंग के लिए उचित जगह सुनिश्चित करने के लिए कदम उठाने चाहिए, ताकि बाजार में खरीदारी करने के लिए आने वालों को दिक्कत न झेलनी पड़े।

रोष: लघु सचिवालय जाकर सौंपा उपायुक्त को ज्ञापन

बिल्डिंग सील की धमकी व वसूली में जुटे गिरोह के खिलाफ व्यापारियों का प्रदर्शन

- जिला व्यापार मंडल के नेतृत्व में सैकड़ों व्यापारियों ने अग्रसेन चितवन वाटिका से लेकर लघु सचिवालय तक किया पैदल प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नारनौल। लघु सचिवालय पहुंचे सैकड़ों व्यापारी व डीसी कैप्टन मनोज को ज्ञापन देते जिला प्रधान वैद्य किशन वशिष्ठ व अन्य।

जिला व्यापार मंडल के नेतृत्व में व्यापारियों ने अग्रसेन चितवन वाटिका से एक जुलूस के रूप में महावीर चौक, महेंद्रगढ़ रोड होते हुए लघु सचिवालय में पहुंचकर शहर में एक गिरोह के सदस्यों द्वारा व्यापारियों की झूठी शिकायतें कर उन्हें ब्लैकमेल करने तथा डरा-धमकाकर उनसे वसूली करने वाले लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज करने एवं कड़ी कार्रवाई की मांग करते हुए जिला उपायुक्त एवं पुलिस अधीक्षक को एक ज्ञापन सौंपा। जिला व्यापार मंडल के अध्यक्ष वैद्य किशन वशिष्ठ के नेतृत्व में जिला के प्रमुख व्यापारी नेताओं, जिसमें वरिष्ठ महामंत्री सुरेंद्र चौधरी, कांग्रेसी नेता संजय पटीकरा, पूर्व नगर पार्षद दयानंद सोनी, राजू ठेकेदार, पीड़ित व्यापारी उमंग गर्ग पुत्र स्वर्गीय मुकेश कुमार, उपाध्यक्ष सुरेंद्र सोनी प्रधान सर्राफा एसोसिएशन, बद्री प्रसाद गर्ग, भारत जिंदल, महामंत्री संजय दीवान, सिटी व्यापार मंडल के प्रधान संजय गर्ग, डॉ. रोहताश यादव, खाद्यान्न व्यापार एसोसिएशन नई मंडी के प्रधान रामजीलाल मित्तल, गोपाल गौशाला के प्रधान रामकुंवार भोजावासिया, मुकेश अग्रवाल, गोपाल मित्तल, नगर पार्षद अजय सिंघल, संजय गर्ग व सैकड़ों की संख्या में व्यापारी शामिल थे।

लघु सचिवालय में अपने संबोधन में जिला प्रधान वैद्य किशन वशिष्ठ ने वसूली कांड पर घोर आपत्ति दर्ज करते हुए कहा कि पिछले कुछ सालों से शहर में जब भी किसी बड़े भवन का या शोरूम का निर्माण कार्य शुरू होता है तो नारनौल में एक गिरोह के सदस्य उसकी झूठी शिकायतें कर नगर परिषद के छोटे अधिकारियों से मिलकर उन्हें नोटिस दिलवाते हैं कि फलां बिल्डिंग नियमानुसार नहीं है और उसको सील लगवा देते हैं, जिससे घबराकर काफी व्यापारी लोगों ने मजबूर होकर इस गिरोह के लोगों को लाखों रुपये का भुगतान कर अपना कार्य जैसे-तैसे पूरा किया है। इस गिरोह के सदस्य भवन मालिकों से झूठी शिकायतों एवं हाई कोर्ट में जनहित याचिका डालकर लाखों रुपये ऐंठ चुके हैं। धीरे-धीरे अब इनके हौसले इस कदर बढ़ गए हैं कि ये अब बाजारों में निर्माणाधीन शोरूमों के खिलाफ शिकायत कर व कोर्ट में जनहित याचिकाएं डालकर चलते हुए काम को रुकवाने का प्रयास करते हैं, जिससे दबाव में आकर पीड़ित व्यक्ति उन्हें मोटा भुगतान कर देता है। ऐसा ही एक मामला नारनौल के तालाब बहादुर सिंह स्थित सीताराम मैरिज पैलेस के पास एक युवक उमंग गर्ग, जिनके पिता का मुकेश कुमार वर्ष 2016 में रोड एक्सीडेंट में देहांत हो गया था, अब बालिग होने पर उसने एक ट्रस्ट की जमीन लीज पर लेकर वहां शोरूम का काम शुरू किया था, ताकि वह अपने परिवार का भरण पोषण कर सके, लेकिन इस गिरोह के लोग कुछ सोशल मीडिया एवं नगर परिषद के छोटे अधिकारियों से मिलकर पहले उनके शोरूम को सील लगवाते हैं और जब पीड़ित व्यक्ति ने अपने सारे डॉक्यूमेंट नगर परिषद को प्रस्तुत कर दिए।

गिरोह पर कड़ी कार्रवाई की मांग

व्यापारी उमंग गर्ग जिन्होंने जब गिरोह को घास नहीं डाली तो गिरोह के सदस्यों ने हताश होकर हाई कोर्ट में जनहित याचिका डाल दी कि इस भवन को अब गिरा दिया जाए। इसके लिए उन्होंने कुछ सोशल मीडिया के तथाकथित फर्जी रिपोर्टर के माध्यम से मामले को सोशल मीडिया पर गर्माए रखते हैं, ताकि पीड़ित व्यक्ति उन्हें मुंह मांगी रकम दे दे। पीड़ित व्यापारी उमंग गर्ग ने परेशान होकर जिला व्यापार मंडल के संज्ञान में सारे मामले की जानकारी दी, जिस पर व्यापार मंडल के जिला अध्यक्ष वैद्य किशन वशिष्ठ के नेतृत्व में सैकड़ों व्यापारियों ने चितवन वाटिका से लघु सचिवालय तक ब्लैकमेलरों को गिरफ्तार करो, इस गिरोह के सदस्यों के खिलाफ मुकदमा दर्ज करो के नारे लगाते हुए जिला उपायुक्त एवं पुलिस अधीक्षक को ज्ञापन सौंपा और उनके खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की। जिला उपायुक्त ने आश्वासन दिया कि वे मामले की पूरी तह तक जाकर इसकी जांच करेंगे और ऐसे गिरोह के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करेंगे।

नारनौल। विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग का पोस्टर लॉन्च करते भिवानी-महेन्द्रगढ़ सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह। फोटो : हरिभूमि

यंग लीडर्स डायलॉग का पोस्टर लॉन्च

युवाओं की सक्रिय भागीदारी से बनेगा विकसित भारत: सांसद

क्विज प्रतियोगिता में अधिकतम युवा भाग लें और अपना भागीदारी प्रमाण पत्र प्राप्त करें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

भिवानी-महेन्द्रगढ़ सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह ने वीरवार को युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय की ईकाई माई भारत के तहत होने वाले विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग 2026 का पोस्टर लांच किया।

सांसद चौधरी धर्मबीर सिंह ने युवाओं से कहा है कि इस क्विज प्रतियोगिता में अधिकतम युवा भाग लें और अपना भागीदारी प्रमाण पत्र प्राप्त करें तथा साथ ही आगे के राउंड की तैयारी में जुट जाएं ताकि राष्ट्रीय स्तर पर होने वाले कार्यक्रम में अधिकतम भागीदारी जिले के युवाओं की हो सके तथा युवाओं को माननीय प्रधानमंत्री जी के साथ संवाद करने का अवसर प्राप्त हो सके। इसका उद्देश्य युवाओं को नेतृत्व, विचार-विमर्श और राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में शामिल करना है। जिला युवा अधिकारी नित्यानंद यादव ने बताया कि संवाद युवाओं को विकसित भारत 2047 के विजन से जोड़ने का बेहतरीन मंच है।

12 भाषाओं में क्विज आयोजित की जाएगी

उन्होंने बताया कि कार्यक्रम की शुरुआत माई भारत क्विज से होगी। जो 12 भाषाओं में आयोजित की जाएगी। क्विज में 20 प्रश्न होंगे तथा उत्तर देने के लिए 10 मिनट का समय मिलेगा। इसमें भाग लेने के लिए कोई शुल्क नहीं लिया जाएगा। उन्होंने बताया कि प्रथम चरण में भाग लेने की अंतिम तिथि 15 अक्टूबर है। इसमें 10 हजार विजेताओं को सम्मानित किया जाएगा। इसके बाद निबंध लेखन, प्रस्तुति और संवाद सत्र के अगले चरण होंगे। युवा लिंक के माध्यम से प्रतियोगिता में भाग लिया जा सकता है। जिला युवा अधिकारी ने बताया कि क्विज में हिस्सा लेने के लिए युवा माई भारत डाट पर लॉगिन करके हिस्सा ले सकतें है। इस मौके पर जिला उपाध्यक्ष बासुदेव यादव, भवानी शंकर शर्मा, लेखाकार महेंद्र सिंह, हरीश शर्मा आदि मौजूद रहे।

सांसद धर्मबीर और जिलाध्यक्ष ने सुनीं जनसमस्याएं

नारनौल। जनसमस्या सुनते हुए। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। भाजपा जिला कार्यालय में में आयोजित जनसुनवाई कार्यक्रम में महेंद्रगढ़ भिवानी सांसद धर्मबीर चौधरी एवं भाजपा के जिलाध्यक्ष यतेंद्र राव ने क्षेत्र के नागरिकों की समस्याएं सुनी। इसके पश्चात उपायुक्त कार्यालय में अधिकारियों की बैठक में संबंधित अधिकारियों को शीघ्र समाधान के निर्देश दिए। सांसद धर्मबीर सिंह कहा कि जनता की सेवा ही हमारी प्राथमिकता है। बिजली, पानी, सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा एवं अन्य विषयों से जुड़ी समस्याएं सुनकर तुरंत बैठक में अधिकारियों को कार्रवाई निर्देश दिए गए। उन्होंने आश्वासन दिया कि जो भी समस्याएं उनके संज्ञान में आई हैं, उनका शीघ्र समाधान सुनिश्चित किया जाएगा। जिलाध्यक्ष यतेंद्र राव ने बताया कि पार्टी का संगठन लगातार जनसमस्याओं को गंभीरता से ले रहा है। उन्होंने कहा कि पार्टी कार्यकर्ताओं को निर्देश दिए गए हैं कि वे नियमित रूप से जनसमस्याएं सुनें और उन्हें उच्च स्तर पर पहुंचाएं।

सीएम विंडो एमिनेंट पर्सन बनाए जाने पर जताया आभार

सतनाली। विधायक कंवर सिंह यादव को गुलदस्ता भेंट करते शिवकुमार शास्त्री। फोटो : हरिभूमि

सतनाली। भगवान परशुराम वेलफेयर सोसायटी सतनाली के प्रधान शिवकुमार शास्त्री को सीएम विंडो के महेंद्रगढ़ विधानसभा क्षेत्र के लिए एमिनेंट पर्सन नियुक्त किया गया है। शिवकुमार शास्त्री ने अपनी नियुक्ति पर खुशी व्यक्त करते हुए मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, प्रदेश अध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली, जिला अध्यक्ष यतेंद्र राव, विधायक कंवर सिंह यादव एवं पार्टी के शीर्ष नेतृत्व का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि उन्हें जो जिम्मेदारी सौंपी गई है उसे वे पूरी निष्ठा और ईमानदारी से निभाएंगे और प्राथमिकता के आधार पर सीएम विंडो पर आने वाली शिकायतों का अधिकारियों के साथ मिलकर समाधान करवाना रहेगा। अपनी नियुक्ति पर शिवकुमार शास्त्री ने विधायक कंवर सिंह यादव से मिलकर आभार जताया।

शिविर में हर शिकायत पर हो रही कार्रवाई: उपायुक्त

नारनौल। शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनते डीसी कैप्टन मनोज कुमार।

नारनौल। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के निर्देशानुसार उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने सोमवार को समाधान शिविर की अध्यक्षता की। उन्होंने 95 नागरिकों की शिकायतों को सुना और उनका निवारण करने के लिए अधिकारियों को निर्देश दिए। उपायुक्त ने अधिकारियों को सख्त निर्देश दिए कि किसी भी शिकायतकर्ता को दोबारा समाधान शिविर में न आना पड़े। उन्होंने बताया कि मुख्यमंत्री कार्यालय भी इन शिकायतों की ऑनलाइन निगरानी कर रहा है, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि हर शिकायत पर गंभीरता से और समय पर कार्रवाई हो। उपायुक्त ने नारनौल के लोगों से अपील की है कि वे हर सोमवार तथा वीरवार को सुबह 10 से 12 बजे तक उपमंडल स्तर पर लगने वाले इन शिविरों का लाभ उठाएं। इस अवसर परडीएसपी दिनेश कुमार सहित अन्य विभागों के अधिकारी भी मौजूद रहे।

75 साल पुराने पेड़ों की पेंशन के लिए मांगे आवेदन

- मापदंडों पर क्वालिफाई पेड़ों को सलेक्ट करेगा फोरेस्ट विभाग, पुराने पेड़ों को 2750 रुपये प्रति माह पेंशन मिलेगी

नांगल चौधरी। सरकार के निर्देशानुसार वन विभाग ने 75 साल पुराने पेड़ों की पेंशन के लिए आवेदन आमंत्रित किए हैं। आवेदकों को निर्धारित मापदंड पूरे करके दस्तावेज विभागीय कार्यालय में जमा कराने होंगे। इसके बाद कमेटी द्वारा पेड़ों का अवलोकन रिपोर्ट सब्मिट की जाएगी। जिसके आधार पर पेड़ के मालिक को पेंशन राशि मिलना संभव हो पाएगा। विभाग के रेंज अधिकारी रजनीश यादव ने बताया कि जितनी तेजी से विकास कार्य हो रहे हैं, उसी रफ्तार से हरे पेड़ों की कटाई भी हो रही है। इसके अलावा अवैध खनन से हरियाली को नुकसान हो रहा है। लोगों का पेड़ों तक रूझान बढ़ाने के लिए सरकार ने पेंशन योजना शुरू की है। जिसके अंतर्गत 75 साल पुराने पेड़ों को 2750 रुपए प्रति माह पेंशन मिलेगी। पेंशन के लिए जमीन की मलकियत, जमाबंदी व प्रमाण प्रस्तुत करने होंगे। पंचायत की जमीन पर खड़े पेड़ों की पेंशन पंचायत को मिलेगी तथा निजी मलकियत पर जमीन के रिकार्ड को पेंशन का आधार बनाया जाएगा। उन्होंने बताया कि पेंशन के लिए पेड़ की आयु 75 वर्ष से अधिक हो तथा आवेदन में पेड़ का नाम और फोटोग्राफी संग्लन करना जरूरी है। जहां पेड़ खड़ा है उस जमीन की जमाबंदी, मालिक का नाम दर्शाना जरूरी है।

जयराम सदन में 26 सितंबर को लगेगा रक्तदान शिविर

कैबिनेट मंत्री कृष्ण बेदी होंगे मुख्यातिथि और पूर्व मंत्री रामबिलास शर्मा करेंगे अध्यक्षता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा भाजपा के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष एवं पूर्व शिक्षा मंत्री प्रो. रामबिलास शर्मा के आवास जयराम सदन पर 26 सितंबर को सेवा पखवाड़ा अभियान के अंतर्गत एक विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। युवा भाजपा नेता नवीन शर्मा व भाजपा के पूर्व जिला महामंत्री अमित मिश्रा ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस के अवसर पर 17 सितंबर से लेकर दो अक्टूबर गांधी जयंती तक सेवा पखवाड़ा अभियान चलेगा। इस अभियान का उद्देश्य समाज की अंतिम पंक्ति तक सेवा पहुंचाना और प्रत्येक कार्यकर्ता को जनकल्याण कार्य से जोड़ना है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी का पूरा जीवन समाज को समर्पित रहा है और आज दुनिया के दबसे ताकतवर राजनेता हैं यह एक एक भारतवासी के लिए गौरव का विषय है। उन्होंने कहा कि 26 सितंबर को पूर्व मंत्री रामबिलास शर्मा के आवास जयराम सदन में विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन होगा और अन्य सामाजिक कार्यक्रम आयोजित करेंगे।

सम्मान तत्परता दिखाने वाले पुलिस कर्मियों को एसपी पूजा वशिष्ठ ने सम्मानित किया

दुर्घटना कर भाग रही स्कॉर्पियो को पुलिस ने 40 मिनट में पकड़ी

- पुलिस ने आरोपितों को करनाल पुलिस के हवाले कर दिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नारनौल। तत्परता दिखाने वाले पुलिस कर्मियों को सम्मानित करती एसपी पूजा वशिष्ठ।

महेन्द्रगढ़ पुलिस ने बीती रात एक बड़ी सफलता हासिल करते हुए करनाल के असंध में एक्सीडेंट करके भागी एक काले रंग की स्कॉर्पियो को सूचना मिलने के बाद महज 40 मिनट के भीतर पकड़ लिया। पुलिस ने आरोपितों सहित करनाल पुलिस के हवाले कर दिया।

जानकारी मुताबिक रात 11:05 बजे नारनौल के कंट्रोल रूम में करनाल कंट्रोल रूम से एक सूचना मिली। उन्हें बताया गया कि एक काले रंग की स्कॉर्पियो गाड़ी असंध में एक्सीडेंट करके 152डी से नारनौल की तरफ भाग रही है। सूचना मिलते ही महेन्द्रगढ़ पुलिस तुरंत अलर्ट हो गई। पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ के निर्देश पर तत्काल कई जगहों पर नाकाबंदी की गई। बूचावास, नांगल हरनाथ कट और जाट गुवानी टोल प्लाजा पर विशेष टीमें तैनात की गई। जाट गुवानी टोल प्लाजा पर थाना सदर नारनौल की टीम ने टोल के कैमरा रूम से संपर्क साधा। पता चला कि गाड़ी टोल बैरियर को तोड़कर गलत दिशा से नारनौल की तरफ निकल गई है। फिर बिना एक पल गंवाए, पुलिस टीम ने गाड़ी का पीछा शुरू कर दिया। वहीं, शहर नारनौल के अंदर भी महेंद्रगढ़ रोड और रेवाड़ी रोड पर सख्त नाकाबंदी कर दी गई। पुलिस की यह घेराबंदी काम आई। डायल 112 की ईआरवी 465 पर तैनात टीम ने होटल नरूला के पास गाड़ी को पकड़ लिया। इस पूरी कार्रवाई में सिर्फ 40 मिनट लगे, जो पुलिस की तत्परता और बेहतरीन समन्वय का प्रमाण है। पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ ने इस सराहनीय कार्य के लिए सभी पुलिसकर्मियों की सराहना की और उनकी पीठ थपथपाई।

प्रोत्साहित किया गया

पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ द्वारा उन चार पुलिसकर्मियों को प्रशस्ति पत्र व नकद इनाम देकर सम्मानित किया गया, जिन्होंने असंध करनाल में एक्सीडेंट करके भागी स्कॉर्पियो गाड़ी को सूचना मिलने उपरांत तत्परता से कार्रवाई की। सम्मानित होने वालों में थाना सदर नारनौल से एएसआई अजीत, डायल 112 की ईआरवी 465 पर तैनात ईएसआई ऋषि प्रकाश, सिपाही राजेश, एसपीओ राजेश शामिल हैं, जिनको एसपी पूजा वशिष्ठ ने प्रशस्ति पत्र और नकद इनाम देकर प्रोत्साहित किया। एसपी ने कहा कि सराहनीय कार्य करने वाले सभी कर्मचारियों को सम्मानित किया जाएगा, ताकि उनका मनोबल बढ़ सके और हमेशा अच्छे कार्य करने के लिए प्रति प्रेरित हो। पुलिस के सभी जवानों को कर्तव्यनिष्ठा, ईमानदारी व लगन से कार्य करने के लिए प्रोत्साहित किया गया।