हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार 19 फरवरी 2026

11 19 मार्च तक होगा मतदाता सूची अपडेट करने का...

12 अग्रसेन चितवन वाटिका का नाम बदलने...

खबर संक्षेप

बजाड़ में बाबा गरीब नाथ का भंडारा आज

मंडी अटेली। गांव बजाड़ में 1008 सिद्ध पीर रघुनाथ महाराज के शिष्य 108 महंत पीर हरिनाथ महाराज सामधा गद्दी के सानिध्य में मध्य रात्रि में सत्संग संपन्न हो गए। अब 19 फरवरी को सुबह देसी घी का भंडारा लगाया जाएगा। सत्यप्रकाश भगत ने बताया कि भंडारा बजाड़ धाम में आयोजित किया जाएगा।

बाबा गैबीराम का मेला गुवानी में चार को

मंडी अटेली। बाबा गैबीराम का मेला गुवानी में चार मार्च को भरेगा। मेले में मुख्य अतिथि पूर्व मंत्री एवं विधायक ओमप्रकाश यादव वविशिष्ट अतिथि जिला प्रमुख डॉ. राकेश कुमार होंगे। सरपंच प्रतिनिधि दिनेश यादव व मेला कमेटी ने बताया कि मेले में कुश्तियां 51 से लेकर 71 हजार तक करवाई जाएंगी। मेले में हरियाणा स्टाइल कबड्डी में प्रथम विजेता टीम को 51 हजार तथा द्वितीय टीम को 31 हजार वॉलीबॉल में प्रथम टीम को 31 व द्वितीय टीम को 21 हजार का पुरस्कार दिया जाएगा।

नागरिकों की मौत पर जताया शोक

नारनौल। एसयूसीआई कम्युनिस्ट के राज्य सचिव कॉमरेड राजेंद्र सिंह एडवोकेट ने पलवल जिले के हथीन उपमंडल के गांव छयासा में दूषित व जहरीला पेयजल पीने 15 दिन में 12 नागरिकों की दर्दनाक मौत पर गहरा दुख व्यक्त किया है। कॉमरेड सिंह ने कहा कि सरकार नागरिकों को पीने का साफ पानी भी मुहैया नहीं करवा पाती, यह किसी भी सरकार के लिए डूब मरने की बात है। एक के बाद एक एक ही गांव में मौत होती रही और सरकार इससे बेखबर रही। मृतक के हर परिवार जन को 10 लाख का मुआवजा दिया जाए।

उन्हाणी कॉलेज में सिलाई प्रशिक्षण शिविर

कनीना। राजकीय कन्या महाविद्यालय उन्हाणी में छात्राओं के सशक्तिकरण के लिए महिला प्रकोष्ठ की ओर से सात दिवसीय सिलाई प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया है। प्राचार्य डॉ. विक्रम सिंह ने बताया कि छात्राओं को कौशल आधारित शिक्षा प्रदान कर उन्हें आत्मनिर्भर बनाने पर बल दिया जा रहा है। प्रशिक्षिका पवित्र रानी ने छात्राओं को नाप लेने की विधि, कपड़े की कटिंग तकनीक, सिलाई मशीन के सही उपयोग तथा परिधान निर्माण का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया। कार्यक्रम संयोजिका डॉ. सीमा देवी ने कहा कि ऐसे प्रशिक्षण शिविर से छात्राओं के आत्मविश्वास को मजबूती मिलती है।

खाटू श्याम पैद यात्री सेवा शिविर आज से

कनीना। खाटू धाम में आयोजित होने वाले फाल्गुन मेले में ध्वज लेकर जाने वाले पैदल यात्रियों की सेवा के लिए गांव रसूलपुर में गुढा कोका रोड पर 19 फरवरी से तीसरे सेवा का आयोजन किया जाएगा। दिनेश कुमार ने बताया कि शिविर में रात्रि विश्राम, भोजन, चाय नाश्ते सहित स्नान करने की उत्तम व्यवस्था होगी। श्याम भक्तों के लिए दवाइयां व अनुभवी डॉक्टरों का भी विशेष प्रबंध रहेगा।

नपा के वार्ड 1-2 में एरिया सभा कल

नांगल चौधरी। विभागीय निर्देशानुसार नांगल चौधरी नपा प्रशासन 20 फरवरी को वार्ड एक में एरिया सभा का आयोजन करेगा। जिसमें अधिकारी व जनप्रतिनिधियों के साथ 10 फीसदी मतदाताओं की उपस्थिति अनिवार्य की गई है। बैठक में समस्याओं को सूचीबद्ध करके समाधान किया जाएगा। सचिव ललित गोयल ने बताया कि सरकार ने नगर पालिका नागरिक भागीदारी एक्ट बनाया है। जिसमें वार्ड वाइज सभी मतदाताओं को मीटिंग का सदस्य बनाया गया है। कुल वोटों की संख्या में 10 फीसदी वोटरों का मीटिंग में पहुंचना अनिवार्य रहेगा।

लंबे समय से शहर में थी समस्या, आए दिन लोगों को काट रहे थे बंदर

महेंद्रगढ़ शहर में बंदरों को पकड़ने का अभियान शुरू, 6 लाख में 350 पकड़ेगी एजेंसी

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

अब शहरवासियों को तीन माह के समय में बंदरों की समस्या से निजात मिल सकेगी। नगर पालिका की ओर से शहर में बंदरों को पकड़ने के लिए अभियान शुरू करा दिया गया है। नगर पालिका की ओर से हायर एजेंसी शहर में अब बंदर पकड़ रहीं है। बंदरों को पकड़ने के लिए नपा के अधिकारियों की ओर से जनवरी माह में वर्क ऑर्डर जारी किया गया था। छह लाख रुपये खर्च कर अब शहर से 350 बंदरों को पकड़ा जाएगा।

महेंद्रगढ़। शहर में बंदर पकड़ती एजेंसी की टीम। *फोटो : हरिभूमि*

नगर पालिका की ओर से शहरवासियों को बंदरों के उत्पात से निजात दिलाने के लिए छह लाख रुपये की लागत से बंदरों को पकड़ने का कार्य शुरू कर दिया गया है। शहर से बंदरों को पकड़ने के लिए तीन माह की समय सीमा रखी गई है। शहर वासियों को जल्द ही बंदरों से निजात दिलाई जाएगी।
- रमेश सैनी प्रधान, नगर पालिका महेंद्रगढ़।

टेंडर की समय सीमा तीन माह रखी

नगर पालिका की ओर से किए गए टेंडर में तीन माह की इसी समय सीमा रखी गई है। नपा की ओर से एजेंसी को 1800 रुपये प्रति बंदर की राशि दी जाएगी। शहर वासियों की लंबे समय से बंदरों के आतंक का सामना करना पड़ रहा था। बंदरों के झुंड रिहायशी इलाकों में घुसकर लोगों को परेशान कर रहे थे। बाजार क्षेत्रों में भी दुकानदारों को नुकसान उठाना पड़ रहा था। शहर के अधिकांश मोहल्लों में तो इनके आतंक के कारण महिलाओं ने छतों पर ही जाना छोड़ दिया है। आए दिन बंदर लोगों पर हमला कर रहे हैं, खाने-पीने का सामान छीन रहे हैं और घरों व दुकानों में भारी नुकसान पहुंचा रहे हैं। नगर पालिका ने बंदरों को पकड़ने और शहर से बाहर भेजने की नई पहल शुरू की है।

प्रतिदिन औसतन पांच लोग घायल हो रहे

नगर निगम ने बंदरों के बढ़ते आतंक को नियंत्रित करने के लिए एक विशेष टीम का गठन किया है। यह टीम सूचना मिलते ही संबंधित स्थान पर पहुंचेगी और बंदरों को पकड़कर शहर से कई किलोमीटर दूर पहाड़ियों व जंगलों में छोड़ेगी। नगर पालिका का उद्देश्य है कि लोगों को बंदरों के आतंक से राहत मिल सके और शहर में सामान्य जनजीवन बहाल हो। इसी समस्या को देखते हुए नगर पालिका के अधिकारियों ने अब ठोस कदम उठाते हुए बंदरों को पकड़ने के लिए विशेष अभियान शुरू कर दिया है। बंदरों के हमले से प्रतिदिन औसतन पांच लोग घायल होकर नागरिक अस्पताल में उपचार के लिए पहुंच रहे हैं।

इन जगहों पर रहता जमावड़ा

शहर के मोहल्ला नीमड़ी नीचे, मोहल्ला जवाहरनगर, नागरिक अस्पताल, शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, आईटीआई, नगर पालिका कार्यालय, करेलिया बाजार, सब्जी मंडी, अनाज मंडी, मोहल्ला तिवाड़ियान, मोहल्ला महायचान, मोहल्ला खटीकान, मोहल्ला शेरागुवाड़ी, शनि मंदिर, मसानी चौक, गोशाला रोड, डॉ. भगत वाली गली, चौधरी रणबीर सिंह हुड्डा पार्क सहित शहर में अन्य स्थानों पर बंदरों का जमावड़ा रहता है।

पार्षद विशाल सैनी के प्रयास लाए रंग, बीते छह माह से कर रहे थे जतन

100 मीटर लंबी व 60 फीट चौड़ी सड़क पर 40 लोगों का कब्जा, 15 वर्ष बाद हटा

■ किशोरीलाल स्कूल से बहुतकनीकी संस्थान तक जाने की खुली राह

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नगर परिषद का वार्ड नंबर 16 है। जहां राजकीय बहुतकनीकी संस्थान के साथ पीछे लगती दीवार है। इस दीवार के साथ रास्ता है जो राजकीय किशोरीलाल स्कूल से बहुतकनीकी संस्थान और बाबा खेतानाथ मंदिर की ओर जाता है। बरसों पहले इस अच्छे लंबे चौड़े रास्ते पर नगर परिषद ने सड़क बनाई। इसके बाद यहां रहने वाले लोगों ने धीरे धीरे कब्जा कर लिया। इन दिनों हालात यह थी कि करीब 100 मीटर लंबाई वाले सड़क मार्ग पर ही लोगों ने कब्जा किया हुआ था। इसी कब्जे को नगर परिषद प्रशासन ने पुलिस के सहयोग से बुधवार हटा दिया गया। करीब 15 साल बाद अवैध कब्जे के हटने और राह आसान होने से राहगीरों ने राहत की सांस ली है और खासतौर पर पार्षद विशाल सैनी का आभार व्यक्त किया है।

नारनौल। अर्थमूवर्स मशीन से रास्ता साफ करते मजदूर। *फोटो : हरिभूमि*

नगर परिषद के सभी वार्डों में वार्ड कमेटियों का गठन

मुख्यमंत्री के निर्देश अनुसार शहर के विकास कार्यों में स्थानीय निवासियों की सीधी भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए नगर परिषद के सभी वार्डों की अलग अलग वार्ड कमेटियों का गठन किया है। जिला नगर आयुक्त रणवीर सिंह ने जानकारी देते हुए बताया कि हरियाणा नगर परिषद नागरिक भागीदारी अधिनियम 2008 के तहत नगर निकाय प्रशासन व सेवा वितरण में नागरिकों की भागीदारी को और अधिक मजबूत करने के लिए नगर परिषद के सभी वार्डों की अलग अलग वार्ड कमेटियों का गठन कर दिया गया है।

दोबारा सड़क पर कब्जा किया तो कानूनी कार्रवाई की जाएगी : नगर परिषद

आपको बता दें कि जिस सड़क पर लोगों ने अवैध कब्जा किया हुआ था, उनकी संख्या 30 से 40 के बीच है। एक के बाद एक लोगों ने सड़क पर कब्जा कर उसे पूरी तरह बंद कर दिया था। करीब दो माह पहले जब डीएमसी रणवीर सिंह वार्ड 16 में दौरे पर आए तो पार्षद विशाल सैनी ने अन्य मांगों के साथ इस पुरानी मांग को दोहराते हुए उनके समक्ष रखा। मौका मुआयना भी करवाया गया। इसके बाद डीएमसी ने पार्षद को जल्द ही कब्जा हटवाने का आश्वासन दिया था। इसके बाद कागजी कार्रवाई शुरू हुई और आखिरकार एक दिन पहले मंगलवार को डीएमसी की ओर से पुलिस विभाग को पत्र लिखकर पुलिस सहायता की मांग की।

पुलिस ने मौके की नजाकत और मामला गंभीर समझ पुलिस टीम भेजने का आश्वासन दिया। इसके बाद बुधवार नगर परिषद की ओर से जेई पवन यादव की अगुवाई में टीम मौके पर पहुंची। उनके साथ पुलिस बस में सवार होकर आए जवान भी थे। अर्थमुवर्स मशीन की सहायता से एक के बाद एक करके पूरी सड़क से कब्जा हटवाया गया। साथ ही नगर परिषद प्रशासन ने ऐसे लोगों को सख्ती से कहा कि दोबारा सड़क पर कब्जा किया गया तो कानूनी कार्रवाई की जाएगी। नप प्रशासन की इस कार्रवाई पर डीएमसी रणवीर सिंह का वार्ड पार्षद विशाल सैनी ने आभार जताया है।

वार्ड के लोगों को आवागमन में हो रही थी परेशानी

नगर परिषद प्रशासन को इस संबंध में कई बार शिकायत मौखिक व लिखित दी गई। शिकायत में बताया गया कि मौहल्ला चननीपुर पुरानी मंडी में आने जाने के लिए एक ही रास्ता है। यह रास्ता पोलीटेक्निक व किशोरीलाल स्कूल के बीच से लगभग 60 फुट चौड़ा रास्ता जाता है, जोकि नगर परिषद का है। इस रास्ते को वहां पर रहने वाले लोगों ने मकान बनाकर, दीवार बढ़ाकर नप की जमीन पर व सारे रास्ते में कूड़ी व लकड़ी वैगरहा डालकर नालों को बंद कर रखा है। वह नाला नप की जगह पर नगर परिषद का निर्माण करवाया हुआ है। इससे सारे मौहल्ले का पानी उसी नाले से निकलता है। बरसात में वहां पर पानी एकत्रित हो जाता है। मांग है कि इस रास्ते से अवैध कब्जा हटवाया जाए।

वार्ड-7 सुभाष नगर के लोगों की समस्या का समाधान

वार्ड नंबर सात सुभाष नगर के कुछ हिस्से में अपने घरों तक आने जाने के रास्ते के लिए लोग बरसों से परेशान है। यहां पर रेवाड़ी रोड कृष्णावती नदी के पुल से वाया रमेश की नर्सरी से लेकर महात्मा ज्योतिबाराव फुले हाई स्कूल तक सड़क बनाने के कार्य का शुभारंभ ओमप्रकाश यादव एवं नगर परिषद चेयरपर्सन कमलेश सैनी ने किया। वार्ड नंबर सात के पार्षद प्रतिनिधि सुमेर कांडा व सुभाष नगर के गणमान्य लोगों ने इसके लिए आभार जताया है।

---

25 फरवरी से एक अप्रैल तक चलेंगे बच्चों के पेपर

बोर्ड की परीक्षाओं के दौरान केंद्रों के पास पाबंदियां लागू

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की ओर से 25 फरवरी से एक अप्रैल तक दोपहर 12:30 से 3:30 बजे तक आयोजित होने वाली सेकेंडरी (रेगुलर/री-अपीयर/ओपन), सीनियर सेकेंडरी (रेगुलर/री-अपीयर/ओपन), डीईआईईडी प्रथम द्वितीय वर्ष (री-अपीयर) की परीक्षाओं के मद्देनजर जिलाधीश कैप्टन मनोज कुमार ने जिला में बनाए गए सभी परीक्षा केंद्रों के आसपास भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिताए 2023 के सेक्शन 163 के तहत फोटोकॉपी कोचिंग सेंटर के संचालक पर पाबंदी लगाई है।

जिलाधीश ने आदेशों में स्पष्ट किया है कि जिले के सभी परीक्षा केंद्रों के 500 मीटर के दायरे में सभी फोटोकॉपी मशीन की दुकानें, जेरॉक्स मशीनें, 8फैक्स मशीनें और ऐसी दूसरी कॉपी करने, ट्रांसमिट करने की गतिविधियां और कोचिंग सेंटर चलाने पर प्रतिबंध रहेगा।

आदेश ड्यूटी पर मौजूद पुलिस और सरकारी कर्मियों पर लागू नहीं

परीक्षा के दिन से लेकर परीक्षा प्रक्रिया पूरी होने तक जिले के परीक्षा केंद्रों के परिसर और 200 मीटर के दायरे में बिना इजाजत के लोगों का आना जाना, इकट्ठा होना और साथ ही हथियार जैसे आग्नेयास्त्र, तलवारें, गड़ासी, लाठी, बरछा, कुल्हाड़ी, जेली, चाकू वगैरह, सिखों के धार्मिक प्रतीक के तौर पर इस्तेमाल होने वाली म्यान वाली कृपाण को छोड़कर ले जाना मना है। यह आदेश ड्यूटी पर मौजूद पुलिस और सरकारी कर्मचारियों पर लागू नहीं होगा। आदेशों का उल्लंघन करने वाले किसी भी व्यक्ति पर भारतीय न्याय संहिता 2023 की धारा 225 के तहत कानून के मुताबिक मुकदमा चलाया जाएगा और उसे सजा दी जाएगी।

सैनी सभा कॉलेजियम चुनाव: कुल 230 नामांकन

नारनौल। सैनी सभा के कॉलेजियम चुनाव को लेकर समाज में भारी उत्साह देखने को मिल रहा है। नामांकन प्रक्रिया के समापन तक कुल 230 उम्मीदवारों ने अपने नामांकन पत्र दाखिल किए। जिससे चुनावी माहौल पूरी तरह सक्रिय हो गया है। चुनाव अधिकारी संदीप सैनी एडवोकेट ने बताया कि पूरी नामांकन प्रक्रिया शांतिपूर्ण एवं सुव्यवस्थित ढंग से संपन्न हुई। अंतिम दिन प्रत्याशियों और उनके समर्थकों की उल्लेखनीय उपस्थिति रही, जो संगठन के प्रति बढ़ती जागरूकता तथा सहभागिता को दर्शाती है। उन्होंने बताया कि अब नामांकन पत्रों की जांच की जाएगी। जिन वार्डों में एक से अधिक उम्मीदवार होंगे। वहां आठ मार्च को मतदान कराया जाएगा, जबकि एकमात्र प्रत्याशी होने की स्थिति में निर्विरोध निर्वाचन घोषित किया जाएगा। समाज के वरिष्ठ सदस्यों का मानना है कि बड़ी संख्या में नामांकन दाखिल होना सैनी सभा की एकता, सक्रियता और लोकतांत्रिक परंपरा का प्रतीक है। अब सभी की नजरें आगामी मतदान पर टिकी हैं।

नपा कार्यालय में बैठक आयोजित

सफाई व्यवस्था व स्ट्रीट लाइट की समस्याओं पर भी चर्चा

महेंद्रगढ़। नगर पालिका कार्यालय में बुधवार को शहर के विकास कार्यों और व्यवस्थाओं को लेकर एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई। जिसमें नगर पालिका चेयरमैन रमेश सैनी, अधिकारी व ठेकेदार मौजूद रहे। इस दौरान चल रहे व आगामी विकास कार्यों की समीक्षा करते हुए चेयरमैन ने स्पष्ट कहा कि गुणवत्ता से कोई समझौता नहीं किया जाएगा और सभी कार्य निर्धारित समय में पूरे होने चाहिए। बैठक में यह मुद्दा भी उठा कि कुछ मुख्य ठेकेदार कार्य अन्य लोगों को सौंपकर खुद मौके से गायब रहते हैं, जिससे गुणवत्ता प्रभावित होती है। चेयरमैन ने इस पर कड़ी आपत्ति जताते हुए ठेकेदारों को स्वयं निगरानी करने के निर्देश दिए। सफाई व्यवस्था और स्ट्रीट लाइट की समस्याओं पर भी चर्चा हुई। चेयरमैन ने सफाई ठेकेदारों को फटकार लगाते हुए कूड़ा उठान व्यवस्था में सुधार के निर्देश दिए तथा बंद पड़ी स्ट्रीट लाइटों को तुरंत ठीक करने को कहा। सड़क निर्माण से पहले अतिक्रमण हटाने और नीची गलियों को ऊंचा उठाने के निर्देश भी दिए, ताकि जलभराव न हो। मोहल्ला कटला में सीवरेज लाइन से जुड़ी खामियों पर भी चर्चा हुई। बैठक में नपा सचिव गौरव सांगवान व एमई राजेश कौशिक सहित अन्य मौजूद रहे।

बूंदाबांदी ने बढ़ाई ठंड, फसलों को फायदा, नारनौल में सबसे ज्यादा 6 एमएम बारिश

नारनौल। पश्चिमी मौसम प्रणाली का असर साफ तौर पर देखने को मिला। सम्पूर्ण इलाके में हल्की बारिश व बूंदाबांदी हुई। बता दें कि वर्तमान में एक कमजोर पश्चिमी उत्तरी पर्वतीय क्षेत्रों पर सक्रिय होने से उत्तरी पर्वतीय क्षेत्रों पर हल्की बर्फबारी व बारिश जबकि मैदानी राज्यों विशेषकर हरियाणा एनसीआर दिल्ली में पहले मंगलवार रात को हरियाणा के पश्चिमी जिलों में हल्की बारिश व बूंदाबांदी हुई। इसकी वजह से हरियाणा एनसीआर दिल्ली में एक बार फिर से मौसम में बदलाव और तापमान में उतार चढ़ाव देखने को मिला। बारिश व बूंदाबांदी तथा 10-16 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से हवाएं चलने से एक बार ठंड का यू-टर्न देखने को मिला। दिन के तापमान में गिरावट से एक बार सम्पूर्ण इलाके में ठंडक घुल गई है। आमजन को एक बार फिर से ठंड का अहसास दिला दिया है।

मौसम पूर्वानुमान

मौसम विशेषज्ञ डॉ. चंद्रमोहन ने बताया कि इस मौसम प्रणाली के असर से हरियाणा एनसीआर दिल्ली में आंशिक बादलवाही देखने को मिलेगी। एक दो स्थानों पर केवल छिटपुट बूंदाबांदी हुई। जिसकी वजह से हरियाणा एनसीआर दिल्ली में सुबह के तापमान में गिरावट देखने को मिलेगी व अगर हवाएं शांत रहीं तो आंशिक कोहरा भी देखने को मिल सकता है। 21 फरवरी के बाद सम्पूर्ण हरियाणा एनसीआर दिल्ली में एक बार फिर से तापमान में बढ़ोतरी देखने को मिलेगी।

मौसम का हाल

महेंद्रगढ़ में मौसम प्रणाली का असर साफ तौर पर दिखाई दिया। जिससे सम्पूर्ण जिले में हल्की बारिश व बूंदाबांदी हुई। जिले में नारनौल में 6.0 एमएम, महेंद्रगढ़ में 2.0 एमएम, कनीना में 3.5 एमएम, अटेली में 5.5 एमएम, नांगल चौधरी में 3.0 एमएम व सतनाली में 3.5 एमएम बारिश दर्ज की गई।

मंडी अटेली

मंडी अटेली। चंदपुरा में बारिश के समय खेत में खड़ी सरसों की फसल। *फोटो : हरिभूमि*

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के गांव में बुधवार सुबह से सायं तक रुक-रुक कर हो रही बारिश से किसानों को बड़ी राहत मिली है। इस साल से गेहूं और सरसों की फसल को लाभ हुआ है जिससे खेतों में पर्याप्त नमी बनी है जिससे सिंचाई पर होने वाला खर्च भी बचा है। किसानों के अनुसार इस समय फसल के लिए नमी आवश्यक है। वर्षा से खेतों में पानी की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित हुई है। यदि यह संतुलित बारिश जारी रहती है। तो फसल की पैदावार में अच्छी बढ़ोतरी की उम्मीद है। किसान इंद्रजीत यादव, तेज प्रकाश चंदपुरा, सतीश डीएसपी चंदपुरा, मुकेश कुमार गनियार, कृष्ण कुमार बोचड़ीया, सत्य प्रकाश आदि ने बताया बारिश खेती के लिए बड़ी राहत लेकर आई है। अब पैदावार बढ़ने की पूरी उम्मीद है।

कनीना

कनीना। बिजली गुल होने पर मोबाइल की रोशनी में कार्य करते एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत।

कनीना। क्षेत्र में बुधवार सुबह को बादलवाई के बीच हुई बारिश से ठंड बढ़ गई। वही रबी फसलों को फायदा हुआ है। बता दें कि कनीना ब्लाक में करीब 33 हजार हेक्टेयर कृषि योग्य भूमि है, जिसमें से मुख्यतः 18 हजार हेक्टेयर भूमि पर सरसों, नौ हजार हेक्टेयर रकबे में गेहूं फसल की बिजाई की गई है। इसके अलावा जो, मटर, गाजर आदि की बिजाई की गई है। कृषि विभाग के एसडीओ डॉ. अजय कुमार ने बताया कि दो दिन तक मौसम बूंदाबांदी वाला रह सकता है। जिससे तापमान में गिरावट रहेगी। मौसम ठंडा रहने से रबी फसल में लाभ होगा। बरसात के दौरान बिजली सप्लाई गुल होने से कार्यालय का कार्य निपटा रहे एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत को मोबाइल की रोशनी में काम करना पड़ा। उन्होंने कार्यालय कर्मचारियों को बिजली निगम अधिकारियों से संपर्क करने को कहा। वहीं हल्की बरसात में बिजली सप्लाई गुल हो जाती है।

आधुनिक भवन की अनुमानित लागत लगभग एक करोड़ 65 लाख रुपये

मुख्यमंत्री सैनी के नेतृत्व में मूलभूत सुविधाओं पर हो रहा कार्य: ओमप्रकाश यादव

सिहमा में नए उपमंडल कार्यालय भवन का शिलान्यास अब क्षेत्र को मिलेगी बिजली सेवाओं की सौगात

हरिभूमि न्यूज ⏭ मंडी अटेली

सिहमा क्षेत्र में मूलभूत सुविधाओं को सुदृढ़ करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए विधायक ओमप्रकाश यादव ने नए उपमंडल कार्यालय भवन का विधिविधान से भूमि पूजन कर शिलान्यास किया। चार कनाल भूमि पर बनने वाले इस भवन की अनुमानित लागत लगभग एक करोड़ 65 लाख है। इस परियोजना से क्षेत्र के बिजली उपभोक्ताओं को बेहतर और त्वरित सेवाएं मिल सकेंगी। प्रस्तावित भवन में एसडीओ कार्यालय, एसडीओ कक्ष, रिकॉर्ड रूम, सीए रूम, सीसी रूम, वेटिंग हॉल, पार्किंग स्थल, बाउंड्री वॉल और शौचालय सहित जेई के लिए पांच नए कक्ष बनाए जाएंगे।

भवन का शिलान्यास करते विधायक ओमप्रकाश यादव।

ढाणियों के कच्चे रास्तों को पक्का किया जा रहा

उल्लेखनीय है कि इससे पहले उपमंडल स्तर पर बनने वाले भवनों में जेई के लिए अलग कक्ष की व्यवस्था नहीं होती थी। पहली बार इस प्रकार की समुचित व्यवस्था की जा रही है। इस अवसर पर विधायक ओमप्रकाश यादव ने कहा कि प्रदेश सरकार आमजन को बेहतर मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध कराने के लिए प्रतिबद्ध है। सरकार की ओर से बिजली दरों में कटौती के साथ साथ बड़े गांवों में 20 से 22 घंटे तक निर्बाध बिजली आपूर्ति सुनिश्चित करने हेतु नए बिजली घरों का निर्माण कराया जा रहा है। उन्होंने निर्माण एजेंसी को निर्देश दिए कि गुणवत्ता से किसी भी प्रकार का समझौता न किया जाए। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश में विकास की नई इबारत लिखी जा रही है। आज सरकार के पास पर्याप्त बजट और स्पष्ट नीति है। जिसके चलते गांव गांव तक विकास कार्य पहुंच रहे हैं। ढाणियों के कच्चे रास्तों को पक्का किया जा रहा है, स्कूलों का आधुनिकीकरण हो रहा है, सड़कों और जलघरों का निर्माण तेजी से किया जा रहा है।

जनता को मिलेगा फायदा

सरपंच सुमन देवी ने कहा कि विधायक ओमप्रकाश यादव के प्रयासों से क्षेत्र के कृषि और घरेलू बिजली उपभोक्ताओं को सीधा लाभ मिलेगा। नया भवन बनने से शिकायतों का समाधान शीघ्र होगा तथा बिजली वितरण प्रणाली और अधिक सुदृढ़ बनेगी। इस मौके अधीक्षक अभियंता जोगिंद्र हुड्डा, एसडीओ अमित सोनी, सिविल एसडीओ अमित लांबा, सरपंच प्रतिनिधि प्रमोद यादव, पूर्व सरपंच सुबेसिंह, ईश्वर सिंह पंच, वीरेंद्र प्रधान, विनोद यादव अन्य मौजूद थे।

प्रचार कार्यक्रम व चित्र प्रदर्शनी आज व कल

नारनौल। पोस्टर पेंटिंग प्रतियोगिता में भाग लेते प्रतिभागी। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। केंद्रीय संचार ब्यूरो हिसार, सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय भारत सरकार ने राजकीय महाविद्यालय में 19 से 20 फरवरी तक आयोजित होने वाले दो दिवसीय मुख्य प्रचार कार्यक्रम व चित्र प्रदर्शनी से पहले प्रचार गतिविधि के तहत एक पोस्टर पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य केंद्रीय बजट व केंद्र सरकार की प्रमुख योजनाओं जैसे विकसित भारत रोजगार की गारंटी व आजीविका मिशन ग्रामीण प्रधानमंत्री जन धन योजना, प्रधानमंत्री मुद्रा योजना, स्वच्छ भारत अभियान, आयुष्मान भारत योजना, चार श्रम संहिताओं बारे में जागरूकता फैलाना व उन्हें उजागर करना है। मुख्य कार्यक्रम 19 और 20 फरवरी को प्रातः 11 बजे से राजकीय महाविद्यालय में आयोजित किया जाएगा।

आप किसी भी उम्र के हों, अगर आपके जोड़ों में दर्द, सूजन रहती है तो आपको जांच कराने में देर नहीं करनी चाहिए। ऐसा रूमेटॉइड आर्थराइटिस के कारण हो सकता है। सही समय पर टेस्ट और ट्रीटमेंट के जरिए इससे राहत मिल सकती है।

रूमेटॉइड आर्थराइटिस समय पर डायग्नोसिस-ट्रीटमेंट है जरूरी

डिजीज
डॉ. अभिक बनर्जी
जोनल टेक्निकल चीफ
अपोलो डायग्नोस्टिक्स, कोलकाता

कई आंकड़ों से यह बात सामने आई है कि बहुत से लोग रूमेटॉइड आर्थराइटिस (आरए) जैसी गंभीर बीमारी के साथ चुपचाप जीवन जी रहे हैं। लगभग 50 प्रतिशत मरीज समय पर डॉक्टर के पास नहीं जाते। वे शुरुआती लक्षणों को अकसर तनाव, थकान या हल्का जोड़ों का दर्द समझकर नजरअंदाज कर देते हैं। यह समस्या अब युवाओं में भी देखी जा रही है, जिससे आगे चलकर जोड़ों को गंभीर नुकसान और विकलांगता हो सकती है।

कैसे होती है समस्या: रूमेटॉइड आर्थराइटिस, एक लंबे समय तक बनी रहने वाली बीमारी है। इसमें शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता, अपने ही जोड़ों पर हमला करने लगती है। इससे जोड़ों में लगातार सूजन बनी रहती है और धीरे-धीरे जोड़ों को नुकसान पहुंचता है।

इस बीमारी के होने के कई कारण हो सकते हैं, जैसे परिवार में बीमारी का इतिहास, हार्मोन में बदलाव, धूम्रपान, ज्यादा तनाव और कुछ संक्रमण। आमतौर पर लोग सोचते हैं कि गठिया सिर्फ बढ़ती उम्र में होता है, लेकिन रूमेटॉइड आर्थराइटिस 20 से 30 साल की उम्र के लोगों को भी हो सकता है।

रोग के लक्षण: इस रोग के कॉमन लक्षण हैं जोड़ों में दर्द, सूजन, सुबह के समय जोड़ों में जकड़न, जल्दी थक जाना और कमजोरी महसूस होना। अगर समय पर जांच और इलाज न किया जाए, तो यह बीमारी जोड़ों की बनावट बिगाड़ सकती है। इसके अलावा यह फेफड़ों, दिल और आंखों जैसे शरीर के दूसरे अंगों को भी प्रभावित कर सकती है। इससे चलने-फिरने में परेशानी होती है, रोजमर्रा के काम करना मुश्किल हो जाता है, काम करने की क्षमता घटती है और जीवन की गुणवत्ता पर बुरा असर पड़ता है। सबसे बड़ी समस्या यह है कि शुरुआती लक्षण बहुत हल्के होते हैं, इसलिए लोग उन्हें गंभीरता से नहीं लेते। 20-30 साल के युवा और कामकाजी लोगों में रूमेटॉइड आर्थराइटिस के मामलों में लगभग 20 प्रतिशत की बढ़ोतरी देखी गई है।

न करें इग्नोर: इस रोग से ग्रसित करीब 50 प्रतिशत लोग जोड़ों की जकड़न, दर्द या सूजन जैसे शुरुआती लक्षणों को नजरअंदाज कर देते हैं और तब डॉक्टर के पास जाते हैं, जब बीमारी रोजमर्रा की जिंदगी को प्रभावित करने लगती है। हर 10 में से लगभग 5 मरीज ऐसे होते हैं, जो बहुत देर से जांच के लिए आते हैं, जब तक जोड़ों को नुकसान शुरू हो चुका होता है। यह देरी आगे चलकर स्थायी जोड़ों की खराबी और लंबे समय की विकलांगता का कारण बन सकती है।

बहुत से मरीज इसलिए चुपचाप दर्द सहते रहते हैं क्योंकि उन्हें रूमेटॉइड आर्थराइटिस के शुरुआती लक्षण समझ में ही नहीं आते या वे डॉक्टर के पास जाने में देर कर देते हैं। खासकर युवा लोग यह मान लेते हैं कि जोड़ों का दर्द ज्यादा काम, तनाव या व्यायाम की कमी की वजह से है। लेकिन ऐसा सोचने से बीमारी बढ़ती जाती है और जोड़ों को ऐसा नुकसान हो जाता है, जिसे समय पर जांच और उपचार से रोका जा सकता था। रूमेटॉइड आर्थराइटिस को कंट्रोल करने के लिए जल्दी जांच कराना सबसे जरूरी है।

जांच के तरीके: आरए की जांच के लिए कुछ अहम जांचें की जाती हैं, जैसे रूमेटॉइड फैक्टर (आरएफ) और एंटी सीसीपी एंटीबॉडी टेस्ट, जो यह बताते हैं कि बीमारी ऑटोइम्यून है या नहीं। ईएसआर और सीआरपी जांच से शरीर में सूजन का स्तर पता चलता है। ब्लड की सामान्य जांच से शरीर की दूसरी समस्याओं का पता लगाया जाता है। इसके अलावा एक्सरे, अल्ट्रासाउंड या एमआरआई स्कैन से जोड़ों में सूजन और शुरुआती नुकसान का पता चल जाता है। अगर समय पर जांच हो जाए, तो बीमारी को धीमा करने वाली दवाएं शुरू की जा सकती हैं। इससे दर्द कम होता है, बीमारी आगे नहीं बढ़ती और जोड़ों की काम करने की क्षमता बनी रहती है। नियमित जांच और स्कैन से इलाज को समय-समय पर बदला जा सकता है और बीमारी के दोबारा बढ़ने से बचा जा सकता है।

ट्रीटमेंट: इसके इलाज में ऐसी दवाएं दी जाती हैं, जो बीमारी को बढ़ने से रोकती हैं। इसके साथ फिजियोथेरेपी भी बहुत जरूरी होती है, जिससे जोड़ों की ताकत बनी रहती है। रोजाना हल्का व्यायाम, संतुलित आहार, तनाव को कम करना और धूम्रपान छोड़ना भी इलाज का अहम हिस्सा है। नियमित रूप से डॉक्टर से फॉलोअप कराने से बीमारी पर नजर रखी जा सकती है और जरूरत पड़ने पर इलाज बदला जा सकता है। *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. वैभव चतुर्वेदी
मनोचिकित्सक-कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

देश-दुनिया में आए दिन सुसाइड यानी आत्महत्याओं के मामले सामने आते रहते हैं। वैसे तो सभी आयु वर्ग के व्यक्तियों में ऐसी प्रवृत्ति देखी जाती है, लेकिन पिछले कुछ वर्षों से युवा वर्ग, खासकर स्टूडेंट्स में भी आत्महत्या के मामलों में इजाफा हुआ है, जो एक चिंताजनक और विचारणीय मुद्दा है। कुछ सुझावों पर अमल कर आत्मघाती प्रवृत्ति से बचाव किया जा सकता है।

सुसाइड के लगातार बढ़ते मामले सपोर्ट-ट्रीटमेंट से संभव है बचाव

वर्ल्ड साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार खुद की जान को खत्म कर देने वाले लोगों की संख्या में इजाफा होना परिवार, समाज और सरकार इन तीनों के ही लिए अत्यंत गंभीर विचारणीय मुद्दा है। ऐसा इसलिए क्योंकि इतनी जानें तो दुनिया भर में प्रतिवर्ष होने वाली विभिन्न प्राकृतिक आपदाओं और आतंकवादी घटनाओं में भी नहीं जाती हैं, जितनी लोग स्वयं गवां देते हैं। साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार, 'इस स्थिति को काफी हद तक कम किया जा सकता है, अगर हम आत्महत्या की तरफ बढ़ रहे लोगों को यह दिलासा दिला सकें कि हम तुम्हारे साथ हैं।'

एक प्रमुख कारण है डिप्रेशन

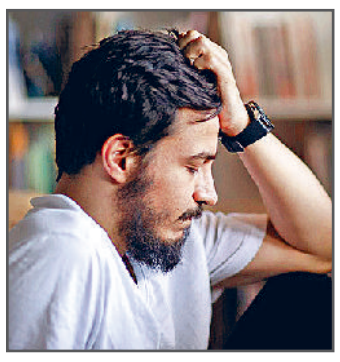
अवसाद (डिप्रेशन), आत्महत्या के एक बड़े कारण में शुमार है। बड़ी संख्या में लोग दुनिया भर में डिप्रेशन के कारण आत्महत्या करते हैं, ऐसा महर्षि यूरोपियन रिसर्च यूनिवर्सिटी, नीदरलैंड्स द्वारा किए गए एक अध्ययन का आकलन है।

तनाव का हावी होना

यूरोपियन साइकिएट्रिक एसोसिएशन द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार, जिन लोगों के दिलो-दिमाग पर तनाव हावी हो जाता है और जो मनोचिकित्सक या विशेषज्ञ डॉक्टर के परामर्श पर अमल नहीं करते, तो इस स्थिति में ऐसे लोग नकारात्मक विचारों से घिर जाते हैं। उन्हें लगता है कि उनकी दुनिया अंधेरे में जा चुकी है, जिससे निकलने का कोई रास्ता नहीं है। इस तरह की मनोदशा कालांतर में आत्महत्या का कारण बन सकती है।

अन्य कारकों के दुष्प्रभाव: कुछ मनोरोग जैसे बाइपोलर डिसऑर्डर, सिजोफ्रेनिया आदि के अलावा मादक पदार्थों की एक अरसे से जारी लत खुद की जान लेने के जोखिम को बढ़ा सकती है।

विफलता या भावनात्मक झटका: किसी क्षेत्र में असफल रहना और उस असफलता को बर्दाश्त न कर पाना भी आत्महत्या का कारण बन सकता है। वहीं संबंधों में विच्छेद से एक बड़ी संख्या में लोगों को भावनात्मक झटका लगता है, जिसे अनेक लोग सहन नहीं कर पाते। इसके अलावा पारिवारिक और व्यवसाय से संबंधित जिम्मेदारियों का बोझ और आर्थिक स्थिति का खराब होना आदि ऐसे कारण हैं, जो खुद की जान को नुकसान पहुंचाने के लिए उकसाते हैं।



इन लक्षणों पर दें ध्यान

- अकेलापन पसंद करना, यह सोचना कि दुनिया में मेरा कोई नहीं है।
- किसी भी प्रकार के मेल-मिलाप से कतराना।
- दूसरों के समक्ष इस तरह की बातें करना कि अब जिंदगी जीने का मकसद नहीं रह गया है।
- किसी कारण के बगैर खुद को जोखिम में डालने वाले कार्य करना। जैसे लापरवाही से वाहन चलाना आदि।
- किसी की बात न सुनना-खुद में गुमशुम रहना।
- स्वभाव में अप्रत्याशित परिवर्तन जैसे जो व्यक्ति खुशमिजाज रहता हो, वह उदास रहने लगता है।
- ऐसे लोगों का मूड अकसर उदास रहता है।
- भूख कम लगना या समय पर खाना न खाना।
- नींद पूरी न ले पाना।
- आत्महत्या का प्रयास करने वाले कुछ ऐसे भी लोग होते हैं, जो उपरोक्त संकेत नहीं देते और वे अपनी बात को मन में दबाए रखते हैं।

दूसरों की मदद लें

अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार दुनिया में मानसिक समस्याओं से पीड़ित लगभग 65 प्रतिशत से अधिक लोग दूसरों से मदद लेने में हिचकिचाते हैं, ऐसा इसलिए क्योंकि उन्हें लगता है कि अगर मैं किसी अन्य व्यक्ति को अपनी परेशानी बताऊंगा तो वे सब मेरी आलोचना करेंगे। ऐसे लोगों की गलत धारणा को दूर करने में मनोचिकित्सक काउंसलिंग का सहारा लेते हैं। इससे मन की नकारात्मकता दूर होती है।

बचाव के उपाय

- योगासन, प्राणायाम और विशेषकर ध्यान या मेडिटेशन मन की अशांति को दूर करने का एक सशक्त माध्यम हैं।
- विश्व प्रसिद्ध मेडिकल जर्नल 'दि लैंसेट' में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार जो लोग समाज में मिलते-जुलते (सोशल इंटरएक्शन) रहते हैं और जिंदगी में रिश्तों को अहमियत देते हैं, उनमें आत्महत्या से संबंधित विचारों के पनपने की आशंकाएं काफी हद तक कम हो जाती हैं।
- पीड़ित व्यक्ति को अकेला न छोड़ें।
- ईश्वर पर गहन विश्वास रखने से व्यक्ति में चिंताओं, तनावों और पीड़ाओं से लड़ने का माद्दा विकसित होने में मदद मिल सकती है। ऐसा विश्वास व्यक्ति को निराशावादी से आशावादी बना सकता है। जो व्यक्ति आशावादी है, वह आत्महत्या करने का प्रयास अपवाद स्वरूप ही करता है।
- कोई हॉबी विकसित करें। अगर आपकी संगीत में रुचि है तो इसके लिए कुछ समय निकालें।

इलाज के तरीके

अवसाद से प्रभावित ऐसे लोग, जो सुसाइडल सोच की ओर बढ़ रहे हैं, उन्हें इन उपचारों से ठीक कर सकते हैं।

साइकोथेरेपी: इसमें मनोचिकित्सक मरीज के साथ संवाद स्थापित करते हैं और उसके परिजनों को भी सुझाव देते हैं।

इलेक्ट्रो कंवल्सिव थेरेपी (ईसीटी): इंडियन साइकिएट्रिक सोसायटी के अनुसार यह थेरेपी डिप्रेशन समेत अन्य मनोरोगों को दूर करने की एक विशिष्ट चिकित्सा विधि है, जिसके अच्छे नतीजे सामने आ रहे हैं। इस विधि के अंतर्गत नियंत्रित विद्युत तरंगों के जरिए 'ब्रेन केमिस्ट्री' को प्रभावित किया जाता है। इसके जरिए मस्तिष्क में आने वाले आत्मघाती विचारों को सकारात्मक विचारों में तब्दील करने में मदद मिलती है।

एंटीडिप्रेसेंट टैबलेट्स: मनोचिकित्सक की सलाह के अनुसार रोगी को एंटीडिप्रेसेंट दवाई लेनी चाहिए। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

बच्चों-किशोरों पर पैरेंट्स दें ध्यान

इंडियन साइकिएट्रिक सोसायटी के विशेषज्ञों के अनुसार अपने करियर को बनाने के चक्कर में पढ़ाई का दबाव और उस पर भी पैरेंट्स की अपने बच्चों से बड़ी-बड़ी उम्मीदें सजोना, किशोर और युवा वर्ग को तनावग्रस्त बनाता है। अगर उन्हें उनके मुताबिक नौकरी नहीं मिल पाती तो यह स्थिति कालांतर में डिप्रेशन और कुछ मनोरोगों के जरिए आत्महत्या का कारण बन सकती है। इसलिए पैरेंट्स को अपने बच्चों, खासकर किशोरों और युवाओं पर इस बात की नजर रखनी चाहिए कि उनके बच्चों के स्वभाव में नकारात्मक परिवर्तन तो नहीं हो रहे हैं। अगर ऐसा है, तो फिर उन्हें मनोचिकित्सक के पास जरूर ले जाएं।

हेल्थ सजेशन
रजनी अरोड़ा

अगर आप अपनी डेली लाइफ में कुछ बैड हैबिट्स से दूर रहें तो एजिंग प्रोसेस धीमी होगी। यानी लंबे समय तक आप यंग- एनर्जेटिक बने रहेंगे। इस बारे में आपके लिए बहुत यूजफुल इंफॉर्मेशंस।

अपनाएं ये अच्छी आदतें लंबे समय तक रहेंगे यंग

आज के दौर में मिड एज के ज्यादातर लोग अकसर लो फील करते हैं। दरअसल, जाने-अनजाने वे ऐसी कई आदतें डाल लेते हैं, जो उन्हें ओवरवेटेड, थका हुआ और लो एनर्जी वाला बना देती हैं। जिनकी वजह से अनचाहे ही बुढ़ापे का असर उन पर समय से पहले नजर आने लगता है।

अनहेल्दी डाइट हैबिट: बढ़ती उम्र के साथ व्यक्ति के शरीर का डायजेस्टिव सिस्टम कमजोर और शारीरिक गतिविधियां कम होने लगती हैं। इसकी वजह से हेल्दी रहने के लिए खान-पान में बदलाव लाना जरूरी हो जाता है। यानी युवावस्था में जहां देर-सवेर या जरूरत से ज्यादा खाना और अनहेल्दी या ऑयली फूड भी शरीर पचा लेता है। वहीं 40-45 साल की एज के बाद अकसर इसे नजरअंदाज किया जाता है, जो कई समस्याओं का कारण बन सकता है।

ऐसे में स्ट्रिक्ट डाइटिंग और खान-पान की आदतों में बदलाव लाना इसका सॉल्यूशन है। खाना बंद करने या भूखा रहने के बजाय संतुलित मात्रा में खाना जरूरी है। यानी अपनी डाइट में पोर्शन साइज थोड़ा-सा छोटा करें। हमेशा एक रोटी की भूख छोड़कर खाना खाएं। ओवर ईटिंग न करें। यथासंभव प्रोसेस्ड, जंक और ऑयली फूड्स से परहेज करें। प्रोटीन, कैल्शियम रिच डाइट ज्यादा से ज्यादा लें। लिक्विड कैलोरीज (मीठी चाय, कॉफी, सॉफ्ट ड्रिंक्स, बियर या फ्रूट जूसेस) बिल्कुल बंद कर दें क्योंकि ये ब्लड में पहुंच कर शरीर में तेजी से अवशोषित हो जाते हैं और सेहत के लिए नुकसानदायक होते हैं।

भरपूर नींद न लेना: बढ़ती उम्र में देर रात तक जागना, पूरी नींद न सोने से अगला दिन बेकार ही नहीं हो जाता, सेहत को भी नुकसान पहुंचता है। बॉडी की एनर्जी लो हो जाती है, चिड़चिड़ापन या मूड स्विंग होते हैं, चाहकर भी काम पर फोकस नहीं कर पाते। रात में 6-7 घंटे की नींद न लेने पर बॉडी में फैट एक्यूमुलेशन दोगुना तेजी से बढ़ने लगता है। व्यक्ति अनचाहे ही मोटापे और उससे उपजी बीमारियों की गिरफ्त में आ जाता है। विशेषज्ञों का मानना है कि नींद को लेकर सजग रहें। अच्छी नींद के लिए सोते समय बेडरूम में एकदम अंधेरा करके सोएं। इससे मेलाटोनिन का रिसाव जल्दी होता है और व्यक्ति ज्यादा अच्छे से सो पाता है। टाइम पर बेड पर जाएं। कमरे को थोड़ा ठंडा रखें और सोने से कम-से-कम एक घंटा पहले स्क्रीन (चाहे वो टीवी हो या मोबाइल) बिल्कुल बंद कर दें।

स्ट्रेंथ ट्रेनिंग न करना: आज की युवा पीढ़ी फिटनेस-प्रेमी या जिम-फ्रीक है। ज्यादातर फिट रहने या बॉडी बिल्डिंग के लिए रेग्युलर जिम भी जाते हैं और स्ट्रेंथ ट्रेनिंग, कार्डियो, वेट बियरिंग जैसी एक्सरसाइज करते हैं। जबकि बढ़ती उम्र के व्यक्ति वॉक करने या कार्डियो एक्सरसाइज तक ही सिमट जाते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ इसे उपयुक्त नहीं मानते क्योंकि स्ट्रेंथ ट्रेनिंग न करने पर शरीर में धीरे-धीरे मसल्स लॉस होना शुरू हो जाता है जिसका व्यक्ति को जल्द पता नहीं चल पाता। मसल्स दरअसल, व्यक्ति को केवल अच्छा फिगर या अच्छा लुक ही प्रदान नहीं करते, शरीर के सुरक्षा-कवच का भी काम करते हैं। जॉइंट्स को सपोर्ट देते हैं, मेटाबॉलिज्म को एक्टिवेट करते हैं और हार्मोन निर्माण में भी मदद करते हैं। रिसर्च से साबित हो गया है कि 40 साल की उम्र के बाद अगर व्यक्ति स्ट्रेंथ ट्रेनिंग नहीं करते तो हर साल उनका लगभग 1 प्रतिशत मसल्स लॉस होता है।

इससे बचने के लिए जरूरी है मिड एज के बाद भी रेग्युलर जिम जाएं और इंस्ट्रक्टर की निगरानी में स्ट्रेंथ ट्रेनिंग करें। जिम न जा पाने की स्थिति में हफ्ते में तीन-चार दिन बेसिक बॉडी वेट स्ट्रेंथ ट्रेनिंग जरूर करें जैसे-स्क्वेट्स, पुश-अप्स, पुल अप्स, रेजिस्टेंस बैंड्स। घर में मौजूद डंबल्स या वॉटर बोतल की मदद से भी आप एक्सरसाइज कर सकते हैं।

हार्मोनल असंतुलन को इग्नोर करना: मिड एज के बाद अकसर कई तरह की शारीरिक-मानसिक समस्याएं शुरू हो जाती हैं। जिन्हें वे बढ़ती उम्र का असर मान लेते हैं। जैसे- वजन बढ़ना, हर वक्त थकान, काम में मन न लगना, अनियमित माहवारी, प्री-मेनोपॉज होना, सेक्स ड्राइव कम होना। मेडिकल साइंस इनके पीछे की वजह शरीर में मौजूद हार्मोनल असंतुलन को मानता है। हार्मोन असंतुलन होने पर शरीर का पूरा सिस्टम स्लो होने लगता है और कम उम्र में ही व्यक्ति पर असर दिखाई देने लगता है। जरूरी है उम्र से पहले आने वाले बदलावों पर गौर करें और हार्मोन असंतुलन को नजरअंदाज न करें। समय-समय पर हार्मोन लेवल चेक करवाएं। मेडिकल ट्रीटमेंट के अलावा लाइफस्टाइल में बदलाव करने पर हार्मोन-असंतुलन को काफी हद तक इंप्रूव किया जा सकता है।

विल पॉवर न रखना: मिड एज में व्यक्ति की जिंदगी में अकसर ठहराव-सा आ जाता है। व्यक्ति डिसिप्लिन और सिस्टेमेटिक लाइफस्टाइल से दूर होता जाता है। उन्हें किसी के मोटिवेशन का इंतजार ज्यादा रहता है। जिंदगी में स्वस्थ और सफल होने के लिए मोटिवेशन के बजाय डिसिप्लिन और सिस्टम्स बनाना जरूरी है। ऐसे सिस्टम्स बनाने की जरूरत है, जो व्यक्ति को स्वतः ही सही दिशा की तरफ जाने में मदद करें। जरूरी है कि रुटीन, सिस्टम और स्ट्रक्चर तय करें और उसके हिसाब से नियम बनाएं। *

अवेयरनेस
रेखा देशराज

यह सही है कि जड़ी-बूटियों का रिएक्शन तुलनात्मक रूप से कम होता है। लेकिन ये नुकसान करते ही नहीं, यह सोच गलत है। ऐसे में किसी भी जड़ी-बूटी का सेवन करने से पहले कुछ बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी है।

सावधानी के साथ ही करें जड़ी-बूटियों का सेवन

हाल के सालों में प्राकृतिक दवाओं यानी जड़ी-बूटियों को लेकर आम लोगों में विश्वास बहुत ज्यादा बढ़ा है। लेकिन इस बढ़ते भरोसे के बीच सावधानी बरतना भी जरूरी है। क्योंकि पिछले कुछ वर्षों में जड़ी-बूटियों और विभिन्न तरह के हर्बल उत्पादों का जो अंधाधुंध उपयोग शुरू हुआ है, उससे फायदे की जगह कई तरह के नुकसान भी सामने उभरकर आए हैं। दरअसल आम लोग जड़ी-बूटियों को हर हालत में सुरक्षित समझते हैं। इसलिए वो कई बार इनके जानकारों से भी यह राय लेना जरूरी नहीं समझते कि कौन-सी जड़ी-बूटी खानी चाहिए, कब खानी चाहिए और कैसे खानी चाहिए? ऐसे में ऐसी जड़ी-बूटियां जो आमतौर पर सेहत के लिए फायदेमंद होती हैं, कई बार उनसे भी नुकसान होते हुए देखने को मिलता है।

बिना सलाह के न करें सेवन: पहली बात तो यह गांठ बांध लें कि चाहे कोई भी चीज क्यों न हो, बिना उसके जानकार की राय लिए कभी नहीं खानी चाहिए। आजकल व्हाट्सएप, यू-ट्यूब और सोशल मीडिया में सभी विशेषज्ञ बनकर जो जानकारी देते रहते हैं, उससे भी इस तरह के नुकसान की आशंका बहुत बढ़ जाती है। यह समझना भी जरूरी है कि जिन जड़ी-बूटियों को हम केवल फायदे देने वाली समझते हैं, आखिर उनसे नुकसान कैसे हो जाता है? दरअसल, जड़ी-बूटियां पौधों से प्राप्त होती हैं, इसलिए इन्हें रासायनिक दवाओं की तुलना में ज्यादा कोमल माना जाता है। मगर हर कोमल चीज के डोज की भी एक लिमिट होती है। कई बार लोग जड़ी-बूटियों को नुकसान न पहुंचाने वाली समझकर इसके ओवर डोज का शिकार हो जाते हैं यानी इनकी सुरक्षित सीमा से ज्यादा का इस्तेमाल कर लेते हैं। इससे उल्टी, दस्त, सिरदर्द और चक्कर तो आते ही हैं, कई बार लीवर या किडनी भी फेल हो सकती है। इसलिए कभी-भी कोई जड़ी-बूटी तय डोज से ज्यादा न लें।

कई तरह की हो सकती हैं परेशानियां: सवाल है जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करते हुए किस-किस तरह की सावधानियां बरती जानी चाहिए, जिससे हम इनके नुकसान के जोखिम से बचे रहें? हो सकता है कि किसी विशेष जड़ी-बूटी से किसी व्यक्ति पर कोई प्रभाव न पड़ता हो और किसी को उससे एलर्जी हो जाए। ऐसे में जिसको एलर्जी होती है, उसके लिए यह जड़ी-बूटी त्वचा पर कई तरह के रैशेज डाल सकती है। उसे सांस लेने में परेशानी पैदा कर सकती है या शरीर में सूजन हो सकती है। इसलिए जड़ी-बूटी का इस्तेमाल करते समय किसी जानकार की राय लेना जरूरी है, भले वह जड़ी-बूटी आपके परिवार में पहले किसी और के द्वारा इस्तेमाल की जाती रही हो और उसे इस तरह की कोई परेशानी न हुई हो। कई जड़ी-बूटियां पाचन सुधारने, प्रतिरक्षा तंत्र को मजबूत करने और शरीर की सूजन कम करने में बहुत असरकारक मानी जाती हैं। लेकिन कई बार यही जड़ी-बूटियां किसी ऐसे व्यक्ति के लिए खतरनाक साबित हो सकती हैं, जो पहले अंग्रेजी दवाओं का इस्तेमाल कर रहा हो, क्योंकि ये जड़ी-बूटियां अंग्रेजी दवाओं के असर को बढ़ा या घटा भी सकती हैं।

तय समय तक करें सेवन: जड़ी-बूटी को लेकर आमतौर पर उनके दीर्घकालिक उपयोग की धारणा बनी हुई है। लगभग हर आदमी यह समझता है कि जड़ी-बूटियों को लंबे समय तक उपयोग किया जा सकता है, क्योंकि इनमें किसी तरह का कोई साइड इफेक्ट नहीं होता। पर यह बात सही नहीं है। विशेषकर गर्भावस्था और स्तनपान करा रही महिलाएं अगर इस तरह के भ्रम का शिकार हों और वे लंबे समय से ली जा रही जड़ी-बूटियों को इन विशेष स्थितियों में भी लगातार लेती रहें, तो इनसे परेशानी पैदा हो सकती है। *

खबर संक्षेप

कांग्रेस के पास सरकार के खिलाफ मुद्दा नहीं

महेंद्रगढ़। भाजपा के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष एवं पूर्व शिक्षा मंत्री प्रो. रामबिलास शर्मा ने कांग्रेस सहित अन्य विपक्षी दलों पर तीखा प्रहार करते हुए कहा कि उनके पास केंद्र व प्रदेश सरकार के खिलाफ बोलने के लिए कोई ठोस मुद्दा नहीं बचा है। वित्त आयोग की रिपोर्ट के अनुसार राज्यों को केंद्रीय करों में मिलने वाले हिस्से में 16वें वित्त आयोग के तहत हरियाणा पहले स्थान पर आ गया है। प्रो. शर्मा ने कहा कि आज सरकार पर जनता का बढ़ता विश्वास केवल उपलब्धि नहीं, बल्कि प्रदेश को नई दिशा और पहचान देने का प्रमाण है।

गोशाला बिहाली का वार्षिक उत्सव सम्पन्न

मंडी अटेली। श्रीकृष्ण बाल गोपाल गौशाला बिहाली में सातवें चार दिवसीय तीसरे वार्षिक उत्सव का बुधवार को समापन हो गया। वार्षिक उत्सव में बुधवार को विशेष रूप से अतिथि अतर लाल, कृष्ण राजपुरा व कुलदीप बोचड़िया रहे, जबकि कार्यक्रम की अध्यक्षता महंत मंगल दास ने की। कार्यक्रम में दीपा चौधरी, जयवीर भाटी व नरेश नागर ने हरियाणावी संस्कृति से ओत-प्रोत प्रस्तुतियां पेश की। समापन पर कांटी के सरपंच देवी सिंह ने गौशाला को 51 हजार रुपये गौ माता के लिए दिए।

शिव कॉलोनी में किया सुंदरकांड पाठ

नारनौल। श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात को महेंद्रगढ़ रोड स्थित शिव कॉलोनी में अशोक कुमार शर्मा के निवास स्थान पर सुंदरकांड पाठ किया गया। सर्वप्रथम आचार्य अश्वनी शर्मा ने पूजा अर्चना करवा हनुमान चालीसा, गणेश वंदना, रामधुन के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल ने की। राजेश सोनी ने रंग बिरंगे फूलों से बालाजी महाराज का दरबार सजाया।

सुंदरकांड पाठ के दौरान फागण की मस्ती में झूमे

नारनौल। धार्मिक संस्था श्रीराम हनुमान गुणगान प्रचार मंडल एवं श्रीराम मेहंदीपुर बालाजी सेवा संघ के तत्वावधान में मंगलवार रात नागगरिक अस्पताल के नजदीक मोहल्ला रावका में संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की। सर्वप्रथम पंडित अजय शर्मा ने यजमान सीमा गर्ग से परिवार सहित पूजन करवा बाबा की ज्योति प्रज्वलित करवाई। हनुमान चालीसा व रामधुन के साथ सुंदरकांड का शुभारंभ किया गया।

हिंदू सम्मेलन को लेकर बैठक आयोजित

नारनौल। शहर की बाजीराव बस्ती में 22 फरवरी को प्रातः 11 बजे विराट हिंदू सम्मेलन का आयोजन किया जाएगा। यह कार्यक्रम गणेश कॉलोनी स्थित सर्वोदय विद्यालय प्रांगण में आयोजित होगा। सम्मेलन की तैयारियों को लेकर बैठक आयोजित की गई। बैठक में कार्यक्रम की विस्तृत रूपरेखा, व्यवस्थाओं, जनसंपर्क अभियान व अधिक से अधिक जनभागीदारी सुनिश्चित करने पर विचार विमर्श किया गया। कार्यक्रम की विशेषता के रूप में 22 फरवरी को प्रातः महिला मंडल की ओर से शिव मंदिर गणेश कॉलोनी से भव्य निशान यात्रा निकाली जाएगी।

घोड़ी पर निकाला बेटी का बनवारा

नारनौल। हाउसिंग बोर्ड में रहने वाले राजकीय विद्यालय मेघोत हाला के प्रिंसिपल डॉ. नरेश कुमार यादव व उनकी पत्नी सरोज यादव ने अपनी बेटी डॉ. तनु यादव की शादी से पूर्व घोड़ी पर बैठाकर बनवारा निकाला। वर पक्ष अलवर से बारात लेकर आएगा। वधु पक्ष से प्रोफेसर डॉ. चंद्र मोहन व उनकी पत्नी सीमा कुमारी सहित पूर्व सरपंच अशोक कुमार, लीलाराम पूर्व सरपंच, रामप्रताप पटवारी, बाल कृष्ण, वीरेंद्र कुमार इंस्पेक्टर, सुभाष कुमार सब इंस्पेक्टर, रवींद्र कुमार, सुभाष यादव व सुरेश कुमार उपस्थित रहे। बेटी डॉ तनु को घोड़ी पर बैठाकर बनवारा निकाला गया।

एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत ने सभी बीएलओ को जरूरी दिशानिर्देश दिए

19 मार्च तक होगा मतदाता सूची अपडेट करने का कार्य 27 मार्च को होगा फोटोयुक्त सूची का अंतिम प्रकाशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

नगर पालिका के वार्ड 14 के उप चुनाव को लेकर चुनाव आयोग की ओर से तैयारियां शुरू कर दी गई हैं। बता दें कि सालभर पूर्व सम्पन्न हुए नपा चुनाव के दौरान वार्ड 14 से राजेंद्र सिंह लोढ़ा पार्षद चुने गए थे। जिनका बीते दिसंबर माह में रेवाड़ी के समीप घटित सडक हादसे में निधन हो गया था। वार्ड के उप चुनाव को लेकर स्टेट इलेक्शन कमीशन हरियाणा की ओर से 16 फरवरी को जारी किए गए नोटिफिकेशन के मुताबिक प्रदेश की नगर पालिका कनीना, टोहाना, झज्जर, राजौंद, तरावडी, साढौरा की फोटोयुक्त मतदाता सूची अपडेट करने का कार्य शुरू कर दिया गया है। बुधवार को एसडीएम कार्यालय में आयोजित बैठक में एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत ने सभी बीएलओ को जरूरी दिशानिर्देश दिए। उन्होंने बताया कि नगर पालिका में आगामी 27 फरवरी तक मतदाता सूची अपडेट करने का कार्य किया जाएगा। इसके बाद 28 फरवरी से सात मार्च तक रिवाइजिंग अथॉरिटी, उपमंडलाधीश कार्यालय में वार्ड वाइज दावे एवं आपत्ति दाखिल किए जा सकेंगे। जिनका 12 मार्च को निपटान दकिया जाएगा। इसके बाद 16 मार्च जिला निर्वाचन अधिकारी कार्यालय में अपील होने की सूरत में उनका 19 मार्च को निष्पादन किया जाएगा। 27 मार्च को मतदाता सूची का अंतिम प्रकाशन होगा। अप्रैल माह में उप चुनाव होने की संभावना है।

कनीना। बैठक में मतदाता सूची अपडेट करने के लिए दिशानिर्देश देते एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत। *फोटो : हरिभूमि*

1952 में संचालित हुई थी कनीना में नगर पालिका

कनीना में नगर पालिका का संचालन 1952 में हुआ था। इसके बाद अब तक 11 बार निर्वाचित बॉडी ने काम किया है। वहीं नौ बार नपा की बागडोर प्रशासक के हाथ में रही है। 1999 में कुछ समय के लिए प्रदेश सरकार की ओर से नपा को भंग भी किया गया था। गौरतलब है कि नपा के पहले प्रधान चौधरी बलबीर सिंह बने थे। इसके बाद चौधरी जानकी प्रसाद, संतोष कुमार, चौधरी बलबीर सिंह, राजेंद्र सिंह लोढ़ा, बीडीपीओ सोहनलाल को प्रशासक लगाया गया। फिर मा. दलीप सिंह प्रधान चुने गए। इनके बाद आईएएस वी राजशेखर व बीडीपीओ मुनीलाल को प्रशासक नियुक्त किया। इसके बाद आरएस लोढ़ा को प्रधान चुना गया। उनका कार्यकाल पूरा होने के बाद तहसीलदार एमएस मोरवाल को प्रशासक नियुक्त किया गया। इसके बाद संतोष देवी तथा शारदा देवी प्रधान चुनी गई। बाद में एसडीएम संदीप सिंह व अभिषेक मीणा आईएएस को प्रशासक लगाया गया। इसके बाद सतीश जेलदार प्रधान पद की कुर्सी पर आसीन रहे।

नपा चुनाव के समय 10413 मतदाता थे

मार्च 2024 में हुए नपा चुनाव में चेयरमैन पर के लिए पहली बार सीधा चुनाव हुआ। यह पद सामान्य श्रेणी की महिला के लिए आरक्षित किया गया था। जिसमें 10413 मतदाताओं ने प्रधान व पार्षदों का चयन किया। छह जनवरी 2025 को अंतिम तिथि मानकर तैयार की गई, मतदाता सूची के मुताबिक 14 वार्डों में कुल 10413 मतदाता हैं। वार्ड एक में 648 वोटर, दो में 877, तीन में 869, चार में 658, पांच में 794, छह में 687, सात में 797, आठ में 798, नौ में 727, 10 में 664, 11 में 663, 12 में 813, 13 में 770 व वार्ड नंबर 14 में 649 मतदाता हैं।

हरियाणा विधानसभा का बजट सत्र 20 फरवरी से प्रारंभ होगा

कांग्रेस विपक्ष की भूमिका निभा जनहित के मुद्दों को सदन में उठाएगी: राव नरेंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

ऑटो मार्केट स्थित कांग्रेस कार्यालय में बुधवार को हरियाणा कांग्रेस अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह ने पत्रकार वार्ता कर कहा कि हरियाणा विधानसभा का बजट सत्र 20 फरवरी से प्रारंभ हो रहा है। इसके मद्देनजर 19 फरवरी को दोपहर 12 बजे कांग्रेस विधायक दल सीएलपी की बैठक बुलाई गई है। इस बैठक में आगामी विधानसभा सत्र के दौरान उठाए जाने वाले मुद्दों, विधायक द्वारा दिए जाने वाले प्रस्तावों, सरकार से पूछे जाने वाले प्रश्नों तथा अपने-अपने क्षेत्रों की समस्याओं पर विस्तार से चर्चा की जाएगी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस एक मजबूत विपक्ष की भूमिका निभाते हुए जनहित के मुद्दों को सदन में पूरी मजबूती से उठाएगी।

राव नरेंद्र सिंह ने मनरेगा, पेंशन कटौती, बेरोजगारी, कानून व्यवस्था तथा किसानों की आर्थिक स्थिति जैसे विषयों को प्रमुख बताया। उन्होंने आरोप लगाया कि प्रदेश में लगभग 70 हजार लोगों की पेंशन काट दी गई है, जबकि पेंशन बुजुर्गों का अधिकार और सम्मान है। इसे आय से जोड़ना उचित नहीं है। परिवार पहचान पत्र को आधार बनाकर पात्र लोगों की पेंशन रोकना अन्यायपूर्ण है। उन्होंने यह भी कहा कि चुनाव के बाद बड़ी संख्या में बीपीएल और राशन कार्ड काटे गए, जिससे गरीब वर्ग प्रभावित हुआ है। उन्होंने कहा कि हरियाणा में प्रति किसान परिवार पर औसतन लगभग एक लाख 83 हजार रुपये का कर्ज है। ऐसे समय में यदि कृषि उत्पादों पर अंतर राष्ट्रीय व्यापार समझौतों के तहत टैरिफ में ढील दी जाती है, तो इससे स्थानीय किसानों पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। हरियाणा लोक सेवा आयोग की भर्तियों को लेकर उन्होंने आरोप लगाया कि प्रदेश के युवाओं के साथ अन्याय हो रहा है और रिक्त पदों को स्थानीय युवाओं से भरने की आवश्यकता है।

महेंद्रगढ़। पत्रकार वार्ता करते राव नरेंद्र सिंह। फोटो : हरिभूमि

■ ऑटो मार्केट स्थित कांग्रेस कार्यालय में पत्रकारवार्ता

प्रदेश में अपराध की घटनाओं में हुई वृद्धि

अध्यक्ष ने कहा कि प्रदेश में अपराध की घटनाओं में वृद्धि हुई है। रंगदारी, धमकी, चोरी और अन्य आपराधिक मामलों पर समयबद्ध कार्रवाई होनी चाहिए। उन्होंने प्रशासनिक ढांचे में जवाबदेही की आवश्यकता पर बल देते हुए कहा कि जनता के प्रतिनिधियों और अधिकारियों के बीच बेहतर समन्वय होना चाहिए, ताकि आम लोगों की समस्याओं का समाधान शीघ्र हो सके। राव नरेंद्र सिंह ने कहा कि आप लोग पूछे उससे पहले ही बता देता हूं कि राव दान सिंह पार्टी के कर्मठ नेता हैं और आज यहां न होना कोई निजी कारण है, संगठन को बूथ स्तर तक सक्रिय कर जनता के बीच निरंतर संवाद स्थापित किया जा रहा है। बजट सत्र को लेकर उन्होंने कहा कि सरकार को ऐसा बजट प्रस्तुत करना चाहिए जो किसानों, गरीबों, कर्मचारियों और युवाओं के हित में हो तथा वास्तविक राहत प्रदान करे। अंत में उन्होंने कहा कि कांग्रेस आगामी विधानसभा सत्र में जनहित के मुद्दों को मजबूती से उठाएगी और सरकार को जवाबदेह बनाने का कार्य करेगी। इस मौके पर जिला अध्यक्ष सत्यवीर झुकिया, पूर्व नगरपालिका प्रधान विजेंद्र सिंह, महेंद्र आदि मौजूद रहें।

गणित और सांख्यिकी का संयुक्त ज्ञान उपयोगी

महेंद्रगढ़। विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

■ आरपीएस डिग्री कॉलेज में व्याख्यान आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

आरपीएस डिग्री कॉलेज के गणित विभाग द्वारा सांख्यिकी में गणित के अनुप्रयोग विषय पर एक दिवसीय व्याख्यान आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में बिरला इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी एंड साइंस पिलानी के पूर्व प्रोफेसर प्रो. सीबी गुप्ता रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय निदेशक डॉ. महेश यादव, रजिस्ट्रार देवेंद्र यादव एवं प्राचार्य डॉ. देवेंद्र सिंह द्वारा मुख्यातिथि के स्वागत के साथ किया गया। उन्होंने कहा कि ऐसे शैक्षणिक कार्यक्रम विद्यार्थियों को वर्तमान समय की आवश्यकताओं के अनुरूप ज्ञान प्रदान करते हैं तथा उन्हें उच्च शिक्षा और रोजगार की दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करते हैं। मुख्य वक्ता प्रो. सीबी गुप्ता ने अपने व्याख्यान में बताया कि किस प्रकार गणितीय सिद्धांतों का उपयोग सांख्यिकी में डाटा विश्लेषण, अनुसंधान, उद्योग, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, मशीन लर्निंग तथा निर्णय प्रक्रिया जैसे क्षेत्रों में किया जा रहा है। उन्होंने सरल उदाहरणों के माध्यम से यह भी स्पष्ट किया कि आधुनिक युग में गणित और सांख्यिकी का संयुक्त ज्ञान विद्यार्थियों के लिए अत्यंत उपयोगी और रोजगारोन्मुखी सिद्ध हो रहा है।

राजकीय कॉलेज में सेमिनार आयोजित

महेंद्रगढ़। राजकीय महाविद्यालय में भगवद्गीता पर सेमिनार आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को भारतीय संस्कृति, दर्शन एवं जीवन-मूल्यों से जोड़ते हुए उनके सर्वांगीण विकास को प्रोत्साहित करना रहा। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में सेवानिवृत्त प्राचार्य डॉ. सुमेर सिंह यादव उपस्थित रहे। सेमिनार का शुभारंभ महाविद्यालय प्राचार्य प्रो. विजय यादव एवं मुख्य वक्ता डॉ. सुमेर सिंह यादव द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। डॉ. सुमेर सिंह यादव ने बताया कि गीता केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन को सही दिशा देने वाला एक महान दार्शनिक एवं वैज्ञानिक ग्रंथ है। इस अवसर पर उन्होंने भगवद्गीता की लगभग 150 प्रतियां विद्यार्थियों एवं शिक्षार्थियों को अध्ययन के लिए वितरित की। कार्यक्रम का मंच संचालन प्रो. डॉ. सोमवीर द्वारा किया गया।

संतों की दिव्य वाणी से जागृत हुआ जनसमूह

सतनाली मंडी। कस्बे के शहीद पार्क स्थित जमुवाय माता मंदिर परिसर में बुधवार को विराट हिंदू सम्मेलन का भव्य एवं गरिमामय आयोजन किया गया। कार्यक्रम आयोजन समिति के संयोजक विनोद अग्रवाल ने बताया कि सम्मेलन में दूरदराज क्षेत्रों से पधारे पूजनीय संत समाज, गणमान्य नागरिकों व बड़ी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे। उन्होंने बताया कि सम्मेलन का उद्देश्य हिंदू जागृति और हिंदू एकता पर बल देने के साथ साथ पांच प्रकार के प्रण किए जाने पर केंद्रित रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ वैदिक मंत्रोच्चार एवं दीप प्रज्ज्वलन के साथ किया गया। कार्यक्रम में आयोजन समिति द्वारा मंचासीन सभी संतों का अंगवस्त्र, पटका एवं स्मृति चिह्न भेंट कर सम्मान किया गया। सम्मेलन में संतों ने अपनी दिव्य वाणी के माध्यम से समाज में जागृति और सकारात्मक परिवर्तन का संदेश दिया। विशेष रूप से पांच परिवर्तन विषय पर विस्तार से विचार रखते हुए संतों ने परिवार, समाज और राष्ट्र के प्रति कर्तव्यों को निभाने की प्रेरणा दी। उन्होंने कहा कि जब तक व्यक्ति स्वयं में परिवर्तन नहीं लाता, तब तक समाज और राष्ट्र में अपेक्षित बदलाव संभव नहीं है। संत योगी वचनाई नाथ ने कुटुंब प्रबोधन पर अपने विचार रखते हुए कहा कि मजबूत परिवार ही सशक्त समाज की नींव है।

सतनाली मंडी। हिंदू सम्मेलन को संबोधित करते योगी वचनाई नाथ।

सरस्वती स्कूल की प्राचार्या ने बच्चों का किया तिलक

नांगल चौधरी। सीबीएसई के निर्धारित शेड्यूल के अनुसार 12वीं कक्षा की परीक्षा शांति पूर्वक माहौल में आरंभ हो गई हैं। सरस्वती सीनियर सेकेंडरी स्कूल की प्राचार्या वंदना यादव ने विद्यार्थियों को तिलक करके तनाव मुक्त रहने और एकाग्रता बनाए रखकर परीक्षा देने के टिप्स दिए। इस दौरान विद्यार्थियों को परीक्षा में पारदर्शिता बनाए रखने के निर्देश दिए। उन्होंने बताया कि परीक्षाएं उत्सव जैसी होती हैं और विद्यार्थियों द्वारा सालभर में की गई पढ़ाई का मुल्यांकन होता है। जिसके दबाव में अधिकांश बच्चे तनाव ग्रस्त हो जाते हैं तथा भययुक्त माहौल में परीक्षाएं देते हैं, क्योंकि तनाव की स्थिति में बच्चों की यादाश्त क्षमता विचलित होने के साथ लिखने की रफ्तार भी धीमी पड़ जाती है। जिस कारण पूरा पेपर अटेंप्ट नहीं हो पाता और परीक्षा में तैयारी के अनुसार अंक नहीं मिलते। समाधान के लिए बच्चों को परीक्षा में दिनों में विशेष तैयारी से बचना चाहिए तथा दैनिक दिनचर्या में योगासनए मनोरंजन को शामिल रखें। जितना पढ़ा गया है उसका ही रिवीजन करना अनिवार्य है। इस मौके पर उप प्राचार्या रेखा यादव, संदीप कुमार आदि मौजूद रहें।

श्रीकृष्णा स्कूल के 77 विद्यार्थी जेईई में कामयाब

महेंद्रगढ़। नेशनल टेस्टिंग एजेंसी द्वारा घोषित जेईई मेंस के परीक्षा परिणाम में श्रीकृष्णा स्कूल के 77 विद्यार्थियों ने परीक्षा में सफलता प्राप्त कर संस्थान और जिले का नाम रोशन किया है। संदीप यादव ने बताया कि टेस्टिंग एजेंसी द्वारा घोषित जेईई मेन की परीक्षा में विद्यार्थी देव ने 99.23, दीपांशु ने 99.21, राहुल ने 99.04, खुशांत ने 98.32, हर्ष ने 97.80, आदेश ने 97.41, मुस्कान ने 96.21, हनी 95.25, यशिका ने 95.86, पीयुष शर्मा ने 93.55, आयुष ने 93.16, हर्ष कुमार ने 92.06, नवीन यादव ने 92.79, योगिता 92.79, विनेश ने 91.04, धर्मेश कुमार ने 88.34, शीतल 87.61, नवदीप 87.5 पर्सेंटाइल हासिल किया। उन्होंने बताया कि नेशनल टेस्टिंग एजेंसी द्वारा इस परीक्षा का आयोजन दो सत्र में करवाया जाएगा, जिसमें सभी परीक्षार्थी अपनी सुविधानुसार पुनः परीक्षा भी दे सकते है। जेईई मेन की परीक्षा को उत्तीर्ण करने वाले विद्यार्थी तकनीकी शिक्षा प्राप्त करके देश की सेवा करते है। सीईओ कर्मवीर राव ने कहा कि यह सफलता छात्रों के कड़े परिश्रम और अध्यापकों के सही मार्गदर्शन का परिणाम है। चेयरपर्सन डॉ. कविता राव ने कहा कि विद्यालय का लक्ष्य हमेशा विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करना रहा है। प्राचार्य रवि प्रकाश ने कहा कि एनटीए द्वारा यह परीक्षा दो सत्र में आयोजित की जाती है।

महेंद्रगढ़। परीक्षा उत्तीर्ण करने वाले विद्यार्थी। *फोटो : हरिभूमि*

बसंत महोत्सव का समापन

नारनौल। राजकीय महाविद्यालय कृष्णनगर में महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. सुमन यादव की अध्यक्षता में चल रहा दो दिवसीय बसंत सांस्कृतिक महोत्सव समापन किया गया। डॉ. सुमन यादव ने बताया कि बसंत ऋतु के दौरान मौसम बहुत ही रुचिकर व सुहावना बना रहता है। उन्होंने कहा कि इस कार्यक्रम के दौरान आयोजित पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में प्रथम अनामिका, द्वितीय साक्षी व तृतीय खुशी स्थान पर रही। रंगोली प्रतियोगिता में प्रथम शिवानी, द्वितीय अनामिका व तृतीय साक्षी स्थान पर रही। कॉलाज प्रतियोगिता में प्रथम मुस्कान, द्वितीय साक्षी व वर्षा तृतीय स्थान पर रही।

सार्वजनिक सूचना

मैं, आशीष पुत्र सवाई सिंह गांव सागरपुर तहसील नारनौल जिला महेन्द्रगढ़, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरे पुत्र के जन्म प्रमाण पत्र में उसका नाम Ronit लिखा गया जो कि गलत है। उसका सही नाम Ronitt है। नियमानुसार सही करें।

कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह को सौंपा ज्ञापन

दिव्यांग कर्मियों की सेवा आयु बहाली को लेकर उमंग का अभियान

विधानसभा में मुद्दा उठाने का आश्वासन जिला इकाइयों की ओर से ज्ञापन सौंपे जा रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

विकलांग संघ उमंग हरियाणा की ओर से दिव्यांग कर्मचारियों की सेवा आयु 60 वर्ष बहाल करने की मांग को लेकर चलाया जा रहा प्रदेशव्यापी अभियान लगातार गति पकड़ रहा है। वही संगठन के प्रदेश अध्यक्ष बंसीलाल झोरड व संस्थापक सुभाष चंद्र कुलरिया के नेतृत्व में प्रदेश के सभी वर्तमान विधायकों को ज्ञापन सौंपने की प्रक्रिया जारी है। इसी क्रम में बुधवार को उमंग की महेंद्रगढ़ इकाई के जिला प्रधान विजय यादव के नेतृत्व में कांग्रेस पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह को भी ज्ञापन सौंपकर दिव्यांग कर्मचारियों के सेवा विस्तार के मामले में न्याय दिलाने की मांग की गई।

नारनौल। राव नरेंद्र सिंह को ज्ञापन सौंपते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

कर्मचारियों में रोष और असंतोष

विजय यादव ने बताया कि वर्ष 1988 से चली आ रही सेवा विस्तार नीति को वर्तमान सरकार की ओर से समाप्त कर दिया गया है। जिसके परिणाम स्वरूप प्रदेशभर के दिव्यांग कर्मचारियों में रोष और असंतोष व्याप्त है। उमंग पदाधिकारियों ने ज्ञापन में कहा कि दिव्यांग कर्मचारी शारीरिक एवं सामाजिक चुनौतियों के बावजूद वर्षों से निष्ठापूर्वक सेवाएं दे रहे हैं। ऐसे में 60 वर्ष की सेवा आयु का प्रावधान उनके सम्मान, सामाजिक सुरक्षा और अधिकारों से जुड़ा विषय है। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह ने प्रतिनिधिमंडल को आश्वस्त किया कि इस मुद्दे को विधानसभा में जोर शोर से उठाया जाएगा तथा प्रदेश के दिव्यांग कर्मचारी वर्ग को न्याय दिलाने के लिए हर संभव प्रयास किए जाएंगे। संगठन की ओर से बताया गया कि कुछ विधायकों को पहले ही ज्ञापन सौंपे जा चुके हैं, जबकि शेष बचे हुए विधायकों को भी जल्द ही उमंग की जिला इकाइयों की ओर से ज्ञापन सौंपे जा रहे हैं। टीम उमंग ने उम्मीद जताई है कि जनप्रतिनिधियों के सहयोग से दिव्यांग कर्मचारियों की लंबे समय से चली आ रही मांग पर सकारात्मक निर्णय लिया जाएगा। प्रतिनिधि मंडल में जेई हितेश कुमार, रतनलाल प्रिंसिपल, शुभराम हेडमास्टर, बिरमा देवी इंस्पेक्टर फूड सप्लाई, सुरेश कुमार, वीरेंद्र कुमार आदि शामिल रहे।

कार्यालय नगरपालिका कनीना (महेन्द्रगढ़)

कनीना नगरपालिका में वार्ड नं0 14 के उप चुनाव के लिए सभी वार्डों की मतदाता सूची अपडेट करने व वार्डबन्दी हेतु अधिसूचना।

(i)	Electoral rolls of the above said Municipal Councils / Municipal Committees shall be revised/ updated as per Rule 12(5) read with provisions of Rule 4 by taking into consideration the electoral rolls of the Legislative Assembly constituencies or part thereof as provided by the Election Commission of India. List of new electors included / deleted in the relevant part of the electoral rolls of Legislative Assembly constituency shall be prepared and will be published with the existing electoral roll of the concerned Municipal Council / Municipal Committee as draft electoral rolls. [Rule-4(3)].	17.02.2026 to 27.02.2026
ii.	Publication of ward wise draft electoral roll of Municipal Committee for inviting claims and objections [Rule-4(3)].	28.02.2026
iii	Last date by which claims and objections shall be presented to the Revising Authority. [Rule-4(4)(i)]	07.03.2026
iv.	Last date by which the claims and objections shall be disposed of by the Revising Authority [Rule-4 (4) (ii) to (vii)].	12.03.2026
V.	Last date for filing appeals with the Deputy Commissioner against the orders of Revising Authority [Rule-4 (4) (viii)].	16.03.2026
vi.	Last date for disposal of appeals by the Deputy Commissioner. [Rule 4(4) (viii)]	19.03.2026
vii.	Finally publication of electoral roll. (Rule-4(4)(ix)	27.03.2026

हस्ता/- सचिव
नगर परिषद, कनीना

खबर संक्षेप

मोटर दुर्घटना ट्रिब्यूनल मामलों के लिए प्री लोक अदालत 6 मार्च को

नारनौल। राष्ट्रीय विधिक सेवाएं प्राधिकरण के दिशा निर्देशानुसार जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की ओर से 13 मार्च को सुबह 10 बजे सभी प्रकार के मामलों के निपटारों के लिए कोर्ट परिसर में राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा। इससे पूर्व छह मार्च को दोपहर 1:30 बजे मोटर दुर्घटना ट्रिब्यूनल मामलों के निपटारे के लिए प्री लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने यह जानकारी दी। बताया कि 13 मार्च को न्यायिक परिसर में संबंधित मामलों की सुनवाई अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश कंवर पाल सिंह व अधिवक्ता हेमंत यादव की बैंच द्वारा की जाएगी।

बिजली उपभोक्ताओं को मिलेगा त्वरित समाधान

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के लिए एक बड़ी प्रशासनिक सुविधा जुड़ गई है। अटेली मार्केट कमेटी के चेयरमैन दिनेश जैलदार ने बताया कि हरियाणा की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव के निरंतर प्रयासों से अब बिजली विभाग का एक्सईएन नियमित रूप से अटेली में बैठेगा। इस निर्णय से क्षेत्र के हजारों बिजली उपभोक्ताओं को सीधा लाभ मिलेगा और लंबित शिकायतों के समाधान में तेजी आएगी। अब तक एक्सईएन स्तर के कार्यों के लिए उपभोक्ताओं और कर्मचारियों को अन्य स्थानों के चक्कर लगाने पड़ते थे। जिससे समय और संसाधनों की बर्बादी होती थी। चेयरमैन दिनेश जैलदार ने कहा कि स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव लगातार अटेली क्षेत्र में मूलभूत सुविधाओं के विस्तार के लिए कार्य कर रही हैं। स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करने, सड़कों के निर्माण व मरम्मत, शिक्षा संस्थानों के सुदृढ़ीकरण और पेयजल व्यवस्था में सुधार जैसे अनेक कार्य उनके नेतृत्व में तेजी से आगे बढ़ रहे हैं।

अग्रसेन चितवन वाटिका का नाम बदलने पर जताया रोष

- अग्रसेन चितवन वाटिका की बजाय नाम सिर्फ चितवन वाटिका किया

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। डीसी कैप्टन मनोज कुमार को ज्ञापन सौंपते समाज के लोग।

अग्रवाल वैश्य समाज ने नगर परिषद की ओर से अग्रसेन चितवन वाटिका का नाम बदलकर केवल चितवन वाटिका किए जाने पर गहरा रोष व्यक्त किया है। अग्रवाल वैश्य समाज ने इस निर्णय को सामाजिक एवं सांस्कृतिक दृष्टि से दुर्भाग्यपूर्ण बताते हुए इसे तत्काल प्रभाव से वापस अग्रसेन चितवन वाटिका लिखने की मांग की। इस संबंध में अग्रवाल वैश्य समाज के जिला अध्यक्ष संदीप नूनीवाला के नेतृत्व में उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार को एक ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन देने वालों में प्रमुख रूप से नारनौल विधानसभा के अध्यक्ष राजेश अग्रवाल, जिला महासचिव जगमोहन गर्ग, जिला उपाध्यक्ष तुलसी गोयल, जिला कोषाध्यक्ष सुमित अग्रवाल, जिला पदाधिकारी संजय मित्तल, राजकुमार चौधरी एडवोकेट, सुभाष चौधरी, प्रदीप संघी आदि शामल थे।

इस अवसर पर अग्रवाल वैश्य समाज के जिलाध्यक्ष संदीप नूनीवाला ने कहा कि यह वाटिका वर्ष 1998 में नगर परिषद की ओर से पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस के सामने विकसित की गई थी और इसका नाम अग्रसेन चितवन वाटिका रखा गया था। यह नाम केवल एक पार्क का नाम नहीं, बल्कि समाज की ऐतिहासिक विरासत, सांस्कृतिक पहचान व महाराजा अग्रसेन के आदर्शों का प्रतीक है। उन्होंने बताया कि महाराजा अग्रसेन न केवल अग्रवाल समाज के पूर्वज हैं, बल्कि वे सामाजिक समानता, अहिंसा, भाईचारे और सहयोग की भावना के प्रतीक रहे हैं। उनके द्वारा दिए गए सिद्धांत आज भी समाज के लिए मार्गदर्शक हैं। ऐसे महापुरुष के नाम को सार्वजनिक स्थल से हटाना समाज की भावनाओं को ठेस पहुंचाने वाला कदम है। उन्होंने बताया कि वर्ष 2013 में तत्कालीन स्वास्थ्य मंत्री एवं जिला प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों की उपस्थिति में महाराजा अग्रसेन की प्रतिमा की स्थापना इस वाटिका में की गई थी। यह प्रतिमा आज भी वहां स्थापित है तथा इस पर लगे शिलालेख पर भी अग्रसेन चितवन वाटिका का नामकरण लिखा हुआ है।

सामाजिक भावनाओं की उपेक्षा की : समाज

अग्रवाल वैश्य समाज का कहना है कि हाल ही में नगर परिषद की ओर से पार्क के बाहर लगाए गए नए साइन बोर्ड से अग्रसेन शब्द हटा दिया गया। जिससे समाज में भारी आक्रोश व्याप्त है। समाज का मानना है कि यह केवल नाम परिवर्तन नहीं, बल्कि अग्रवाल समाज की अनदेखी व सामाजिक भावनाओं की उपेक्षा है। उन्होंने कहा कि नगर परिषद के रिकॉर्ड में भी इस पार्क का नाम अग्रसेन चितवन वाटिका दर्ज है। यदि बिना किसी ठोस कारण के नाम लिखा गया है, तो यह प्रशासनिक प्रक्रिया पर भी सवाल खड़े करता है। समाज ने मांग की है कि नगर परिषद इस नाम को पुनः दुरुस्त कर चितवन वाटिका की जगह अग्रसेन चितवन वाटिका लिखा जाए।

समाज आंदोलन करने के लिए होगा बाध्य

अग्रवाल वैश्य समाज ने चेतावनी देते हुए कहा कि यदि शीघ्र ही इस विषय पर सकारात्मक कार्रवाई नहीं की गई, तो अग्रवाल वैश्य समाज लोकतांत्रिक एवं शांतिपूर्ण तरीके से आंदोलन करने के लिए बाध्य होगा। इस संदर्भ में मुख्यमंत्री व शहरी निकाय मंत्री के संज्ञान में भी लाया जाएगा। संदीप नूनीवाला ने बताया कि उपायुक्त से आग्रह किया गया है कि इस मामले में हस्तक्षेप कर नगर परिषद को निर्देश दिए जाएं, ताकि अग्रसेन चितवन वाटिका का नाम पुनः लिखा जा सके और समाज की भावनाओं का सम्मान किया जा सके। उपायुक्त ने अग्रवाल वैश्य समाज के प्रतिनिधि मंडल को आश्वासन दिया कि इस पर उचित कार्रवाई की जाएगी।

एआईकेकेएम ने लघु सचिवालय में किया प्रदर्शन, सीएम के नाम सौंपा ज्ञापन

बुढ़ापा पेंशन से शर्तें हटाने व छात्रों का बस पास लागू करने की मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपते कार्यकर्ता। *फोटो : हरिभूमि*

ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन ने बुढ़ापा पेंशन पर सभी तरह की शर्तें हटाने, प्राइवेट बसों में बुजुर्गों का आधा किराया व विद्यार्थियों का बस पास लागू करने की मांग को लेकर बुधवार को लघु सचिवालय में प्रदर्शन किया। इस अवसर पर सुप्रिडेंट को मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन भी सौंपा गया। संगठन के जिला सचिव डॉ. व्रतपाल सिंह ने कहा कि सरकार का कहना है कि नियम के अनुसार परिवार पहचान पत्र में सभी स्त्रोतों से तीन लाख रुपये सालाना आमदनी वाले बुजुर्ग नागरिक बुढ़ापा पेंशन के पात्र नहीं है। इस नियम के लागू रहने से प्रदेश के लाखों बुजुर्ग बुढ़ापा पेंशन से वंचित हो जाएंगे, जबकि यह बुढ़ापा पेंशन सम्मान भत्ता है। इस पर कोई भी शर्त लागू नहीं होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि सरकार इन को कानून बनाकर पूरी तरह से खत्म करें। दूसरी तरफ किसानों ने मंडी में रबी व खरीफ की फसल बेची तो खाते में जो पैसा आता है, वह भी आमदनी में जोड़ दिया है। पहले ही ज्यादातर किसानों के लिए खेती घाटे का सौदा होती जा रही है, लेकिन सरकार ने यह भी नहीं देखा कि बिक्री की रकम से लागत खर्च निकालना भी मुश्किल हो रहा है। इसे पारिवारिक आमदनी में जोड़ना किसानों के साथ घोर अन्याय है। अन्नदाता किसान और मजदूर जो सभ्यता का निर्माता है, पूरी जिंदगी समाज के निर्माण और उत्पादन में खपा देता है, तो उसे बुढ़ापे में सामाजिक सुरक्षा प्रदान करना सरकार का दायित्व बनता है। बुढ़ापा पेंशन पर कोई भी शर्त पूरी तरह से सामाजिक न्याय के सिद्धांत के खिलाफ है। संगठन सरकार से मांग करता है कि बुढ़ापा पेंशन, पेंशन न होकर यह एक सम्मान भत्ता है। सरकार ने आंदोलन के दबाब में रुकी हुई पेंशन तो जारी कर दी है। सरकार बकाया पेंशन को जल्दी डालने का काम करें, लेकिन अगर ये शर्तें बरकरार रही, तो सरकार कभी भी इनको लागू कर सकती है। अतः शर्तों को हटाना बहुत जरूरी है। इस प्रदर्शन में कामरेड अभय सिंह, डॉ. व्रतपाल सिंह, यादराम कोरियावास, रामकुमार, छाजूराम रावत आदि शामिल रहे।

सांसद व विधायक ले रहे कई पेंशन

पूर्व जिलाध्यक्ष कामरेड अभय सिंह ने कहा कि सांसद व विधायक कई कई पेंशन ले रहे हैं और आए दिन अपने वेतन भते बढ़ा लेते हैं। इनके ऊपर आमदनी का कोई नियम लागू नहीं है। उन्होंने ने कहा कि पिछले साल से सरकार व प्राइवेट बस मालिकों की मिलीभगत से बुजुर्गों का आधा किराया व विद्यार्थियों का बस पास बंद कर रखा है। यह उनके साथ घोर अन्याय है। इसे दोबारा से सरकार चालू करवाएं। प्राइवेट बस चालक इसको लेकर उनके साथ बदसलूकी भी करते हैं। सरकार उनकी मनमानी पर रोक लगाए। प्रदर्शनकारियों ने बुढ़ापा पेंशन पर सभी तरह की शर्तें हटाने, बुढ़ापा पेंशन बढ़ाकर 5100 रुपये मासिक करने, बुढ़ापा पेंशन का बकाया पैसा जल्द जारी करने, प्राइवेट बसों में बुजुर्गों का आधा किराया लिए जाने, विद्यार्थियों के बस पास लागू करने व बुढ़ापा पेंशन पर शर्तें हटाने का कानून बनाए जाने की मांग की।

महेंद्रगढ़। स्वयंसेवकों को हरी झंडी दिखाकर रवाना करते हुए।

अनुशासन और सेवा भावना के लिए छात्रों को किया प्रेरित

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

- यदुवंशी कॉलेज के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से नांगल सिरोही में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ

यदुवंशी कॉलेज के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से गांव नांगल सिरोही में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ किया गया। शिविर का शुभारंभ कॉलेज अध्यक्ष व पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने हरी झंडी दिखाकर किया रवाना। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना विद्यार्थियों को समाज से जोड़ने का एक सशक्त माध्यम है। उन्होंने कहा कि शिक्षा केवल पुस्तकों तक सीमित नहीं होनी चाहिए, बल्कि विद्यार्थियों को समाज की वास्तविक परिस्थितियों को समझते हुए सेवा कार्यों में भी सक्रिय भागीदारी निभानी चाहिए। ग्रुप डायरेक्टर विजय सिंह यादव ने कहा कि एनएसएस केवल एक कार्यक्रम नहीं, बल्कि समाज सेवा की भावना को विकसित करने का माध्यम है। उन्होंने विद्यार्थियों को अनुशासन, सेवा भावना और नेतृत्व क्षमता विकसित करने के लिए प्रेरित किया। संस्था वाइस चेयरमैन एडवोकेट करण सिंह यादव, डॉक्टर प्रदीप यादव, कॉलेज प्राचार्य बबरूभान ने बताया कि शिविर में प्रथम दिवस से ही स्वयंसेवकों ने गांव में स्वच्छता अभियान चलाया, स्वयंसेवकों ने सार्वजनिक स्थान, मंदिर परिसर व मुख्य मार्गो की सफाई की। नांगल सिरोही के सरपंच गोकलचंद के साथ ग्रामीणों ने भी इस अभियान में योगदान दिया।

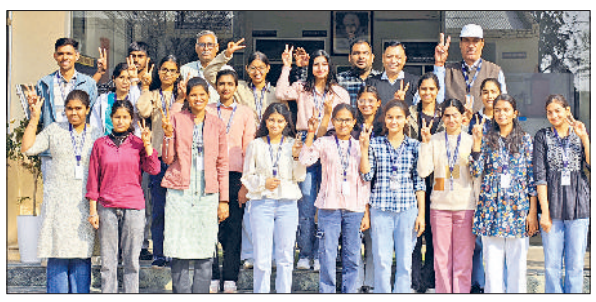
यदुवंशी स्कूल के विद्यार्थियों ने जेईई मेन परीक्षा में रचा इतिहास

महेंद्रगढ़। यदुवंशी शिक्षा निकेतन के विद्यार्थियों ने जेईई मैन परीक्षा में शानदार प्रदर्शन किया। यदुवंशी के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट अंक एवं उच्च परसेंटाइल प्राप्त कर विद्यालय एवं क्षेत्र का नाम रोशन किया है। विद्यालय के 99 विद्यार्थियों ने जेईई-एडवांस के लिए यह परीक्षा उत्तीर्ण की है। जिनमें वेदांग खत्री 99.90, लव चाहर 99.87, आरूश बिंदल 99.68, जीवन 99.49, भारती यादव 99.29, पंकज कुमार 99.13, ज्योति प्रकाश 98.86, अविक 98.85, नितेश कुमार 98.70, रिया 98.65, श्वेत 98.51, विनीत 97.9, तस्वीन 97.56, तक्षीत 97.52, कवीश 97.38, आर्यन 97.21, हर्ष 97.07, प्रियांशु 96.95, कल्पना 96.72, प्रिंस 96.7, जतिन कौशिक 96.58, आर्यन राव 96.49, मेहर कोर 95.07, खुशी यादव 95.04, सूरज 94.95, चिराग 94.4, मुस्कान 93.71, पियुश 93.48, हर्ष 93.41, शुभम सैनी 93.41, मोनिका 93.41, देवेन्द्र 92.67, नितिन 92.46, जनित 92.27, अनुष्का राजपुत 92.25, नर्मदा 92.13, पंकज 91.97, दिपेश 91.71, नताशा 91.63, उत्कर्ष यादव 91.5, मानव 91.28, हिमांशु 91.19, सौरव 90.54 परसेंटाइल प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। इसके अतिरिक्त प्रतिभाशाली विद्यार्थियों में हिमांशु, प्रीति, कीर्ति, निखिल, मोहित दहिया, रोहित, दिव्या, भव्य गर्ग, धैर्य, दीपेंद्र, विनीत कुमार, विशाल, हिमांशु, सागर शर्मा, अनुज यादव, ईशिका, श्रुति यादव, रितिक, रोहित, प्रतीक, विनीत, उदय भान, पूर्वा, साक्षी आदि बहुत से विद्यार्थियों ने इस राष्ट्रीय स्तर की परीक्षा को उत्तीर्ण किया है। ग्रुप चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने कहा कि यदुवंशी स्कूल के विद्यार्थियों ने जेईई मेन जैसी राष्ट्रीय स्तर की परीक्षा में शानदार सफलता प्राप्त की। वाइस चेयरमैन एवं एडवोकेट करण सिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव, ग्रुप निदेशक विजय सिंह यादव ने विद्यार्थियों को बधाई दी।

आईजीयू के परिणाम में आरपीएस छाया

बीएससी ऑनर्स 5वें सेमेस्टर का परीक्षा परिणाम जारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़



महेंद्रगढ़। खुशी जाहिर करते विद्यार्थी। *फोटो : हरिभूमि*

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर की ओर से घोषित बीएससी ऑनर्स पांचवें सेमेस्टर के परीक्षा परिणाम में आरपीएस डिग्री कॉलेज के विद्यार्थियों का शानदार प्रदर्शन रहा। विज्ञान संकाय के अंतर्गत जूलॉजी, फिजिक्स और केमिस्ट्री विषय में कॉलेज के छात्रों ने विश्वविद्यालय की टॉप–10 सूची में कब्जा जमाया। जूलॉजी ऑनर्स मोहित यूनिवर्सिटी टॉपर रहा, आरपीएस के सात छात्र टॉप 10 सूची में रहे। इसके अलावा बीएससी जूलॉजी ऑनर्स पांचवें सेमेस्टर में कॉलेज का परिणाम शत-प्रतिशत रहा। छात्र मोहित कुमार ने 486 अंक प्राप्त कर प्रथम, ने 481 अंक तीस, निशु ने 479 अंक लेकर चौथा, दीपिका यादव ने 476 अंक लेकर पांचवां, अंशु ने 475 अंक लेकर सातवां, निधि यादव ने 470 अंक लेकर नौवां व शाहिना ने 470 अंक लेकर 10वां स्थान प्राप्त किया। फिजिक्स ऑनर्स में भी विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। छात्रा ममता ने 413 अंक लेकर प्रथम, पूजा ने 410 अंक लेकर दूसरा, ज्योति कुमारी ने 406 अंक लेकर तीसरा, रितिका ने 379 अंक लेकर चौथा, अंशु ने 375 अंक लेकर पांचवां, आर्यन ने 364 अंक लेकर छठा, आस्था ने 322 अंक लेकर नौवां प्रिया ने 309 अंक लेकर 10वां स्थान प्राप्त किया। केमिस्ट्री ऑनर्स में ज्योति कुमारी ने 417 अंक लेकर प्रथम, प्रिया यादव ने 401 अंक लेकर दूसरा, रश्मि ने 395 अंक लेकर तीसरा, नेहा ने 393 अंक लेकर चौथा ममता ने 392 अंक लेकर पांचवां, महक यादव ने 389 अंक लेकर छठा, पूजा ने 380 अंक लेकर आठवां व कोमल ने 377 अंक लेकर 10वां स्थान प्राप्त किया। आरपीएस ग्रुप चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव व सीईओ मनीष राव ने कहा कि विद्यार्थियों ने एक बार फिर यह साबित कर दिया है कि कड़ी मेहनत, अनुशासन और सही मार्गदर्शन से कोई भी मुकाम पाया जा सकता है। प्राचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह कादियान ने कहा कि विश्वविद्यालय की टॉप 10 सूची में हमारे छात्रों का इस तरह एकतरफा दबदबा कायम करना उच्च शैक्षणिक गुणवत्ता का सबसे बड़ा प्रमाण है। निदेशक डॉ. महेश यादव, कुलसचिव डॉ. देवेंद्र यादव और अधिष्ठाता डॉ. हेमंत कुमार ने उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

नासा स्कूल के 5 छात्रों ने जीता गोल्ड मेडल

महेंद्रगढ़। मिटस्योर ओलंपियाड मास्टर्स द्वारा आयोजित परीक्षा में नासा पब्लिक स्कूल के पांच छात्रों ने गोल्ड मेडल जीता। जिला स्तर पर आयोजित इस परीक्षा में गोल्ड मेडल पाने वाले छात्र तनिष्क कक्षा प्रथम ने विज्ञान विषय में, यस कक्षा तीसरी ने गणित विषय में, खुशवंत कक्षा तीसरी विज्ञान विषय में तथा मुकुल कक्षा सातवीं ने गणित और विज्ञान दोनों विषयों में गोल्ड मेडल जीता। सिल्वर मेडल पाने वालों की सूची में खुशवंत कक्षा तीसरी ने गणित विषय में तथा देवांश कक्षा सातवीं ने विज्ञान विषय में सिल्वर मेडल जीता। पक्ष कक्षा चौथी ने विज्ञान विषय में कांस्य पदक जीता। यह परीक्षा जिला स्तर पर आयोजित की गई थी। नासा पब्लिक स्कूल के छात्रों ने इस परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। इस सम्मान समारोह में मिटस्योर फाउंडेशन द्वारा छात्रों को मेडल और प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर विद्यालय चेयरमैन सुरेश कुमार भगडाना, संजीव कुमार, नवनीत, हवासिंह गडानिया, हितेश, अंजली, शीतल, पूजा सैनी, सुषमा सहित सभी अध्यापकों ने पुरुस्कार विजेता छात्रों को बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

ग्रामीण व शहरी क्षेत्र में विशेष जल संरक्षण अभियान जारी

घर घर जाकर बकाया पेयजल और सीवर बिलों के भुगतान को लेकर किया जागरूक

31 मार्च से पहले बकाया बिलों का भुगतान कर विभागीय कार्रवाई से बचें

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। अटेली ग्राम पंचायत में ग्रामीणों के बकाया बिलों का भुगतान कराने पहुंची विभागीय टीम।

जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग व जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन की टीम जिले के शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों में घर घर जाकर उपभोक्ताओं से बकाया पेयजल और सीवर बिलों का भुगतान करवाने में लगी हुई है। जिला सलाहकार मंगतुराम सरसवा ने जानकारी देते हुए बताया कि जन स्वास्थ्य मंत्री रणबीर गंगवा के निर्देशानुसार विशेष जल संरक्षण अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान के तहत जल संरक्षण के प्रति जागरूकता कार्यक्रमों के साथ साथ शहरों और गांवों में टीमों का गठन कर उपभोक्ताओं को उनके बकाया बिल जमा करने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। जनवरी से चल रहा अभियान उन्होंने बताया कि जनवरी से चल रहे इस अभियान में ग्रामीण क्षेत्रों में अब तक 2883 घरों और शहरी क्षेत्रों में 2211 उपभोक्ताओं तक टीमें पहुंच चुकी हैं। इसके अलावा ग्रामीण क्षेत्रों में 168 नेचुरल लीडर तैयार किए गए हैं। कुल 21 ग्राम पंचायतों में से 18 ग्राम पंचायतों में ग्राम जल एवं सीवरेज समितियों की बैठकें आयोजित की गई हैं और 17 स्कूलों में बच्चों को जल संरक्षण का संदेश दिया गया है। ग्रामीण क्षेत्रों में 454 उपभोक्ताओं ने अपने बकाया बिल जमा कर 205150 रुपये का राजस्व योगदान दिया है, जबकि शहरी क्षेत्रों में 2ए211 उपभोक्ताओं से 1419506 रुपये की राशि एकत्रित की जा चुकी है। ग्रामीण और शहरी उपभोक्ताओं से अपील है कि वे अपने बकाया पेयजल और सीवर बिलों का भुगतान 31 मार्च से पहले कर दें। मुख्यालय के निर्देशानुसार 31 मार्च के बाद आवश्यक विभागीय कार्रवाई की जा सकती है।

समिति के लिए अलग बैंक खाता

कार्यकारी अभियंता जितेन्द्र हुड्डा ने बताया कि ग्रामीण क्षेत्रों की प्रत्येक ग्राम पंचायत में बने ग्राम जल एवं सीवरेज समितियों को पेयजल व्यवस्था के संचालन और रखरखाव की जिम्मेदारी दी जाएगी। इसके लिए प्रत्येक समिति का अलग बैंक खाता होगा। मुख्यालय की ओर से जारी पत्र के अनुसारए सभी ग्राम पंचायतों को अपने नजदीकी इंडियन बैंक शाखा में यह खाता खुलवाना होगा। इसके लिए विभाग की ओर से पत्र भी जारी किया जा चुका है। सभी ग्राम सचिव व ग्राम सरपंच 28 फरवरी तक अपने ग्राम जल एवं सीवरेज समिति के खाते खुलवा लें, ताकि पेयजल व्यवस्था के संचालन और रखरखाव से संबंधित फंड का लेन देन उसी खाते से किया जा सके।

इंडस वैली स्कूल का जेईई मेंस का परीक्षा परिणाम रहा शानदार

हिमांशु रामचंदपुरा ने 98 परसेंटाइल प्राप्त कर चमकाया नाम

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। सफलता प्राप्त करने पर खुशी जाहिर करते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

आईआईटी जेईई मेन के घोषित परिणाम में इंडस वैली पब्लिक स्कूल दौंगड़ा अहीर के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन कर क्षेत्र का नाम रोशन कर दिया। विद्यालय के मेधावी छात्रों ने उत्कृष्ट पर्सेंटाइल हासिल कर सफलता का परचम लहराया। प्राचार्य जयवीर सिंह यादव ने बताया कि जेईई मेन में विद्यालय के 25 विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन कर क्षेत्र का नाम रोशन किया है। हिमांशु रामचंदपुरा 98, दीपिका खत्रीपुर 97, सोवित दौंगड़ा अहीर 97, अंकित अटाली 95, हिमांशु देवास, निधि अटाली की ढाणी 89, मयंक मुंडिया खेड़ा 87, कृष्ण धनौंदा 86, सलोनी बेगपुर 86, प्रिंस बेगपुर 86 पर्सेंटाइल ने बेहतरीन प्रदर्शन कर विद्यालय और अपने गांव का गौरव बढ़ाया। नविता दौंगड़ा अहीर, पूजा मुंडिया खेड़ा, दिव्या कलवाड़ी, योगेश गुवानी, अक्षय अटाली, धीरज रामचंदपुरा, संजय गुजरवास, पलक बींजपुर, दीपिका कलवाड़ी, जायद दौंगड़ा अहीर व विशेष राव मुंडिया खेड़ा आदि विद्यार्थियों ने परीक्षा उत्तीर्ण कर सफलता की सूची में अपना नाम दर्ज कराया। चेयरमैन धर्मेंद्र यादव ने सभी विद्यार्थियों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि यह परिणाम विद्यार्थियों की मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का प्रतिफल है। इस अवसर पर संस्था उपचेयरमैन विजय सिंह यादव, निदेशक केसी यादव, उपप्राचार्य वीर सिंह यादव सहित समस्त स्टाफ उपस्थित रहे।