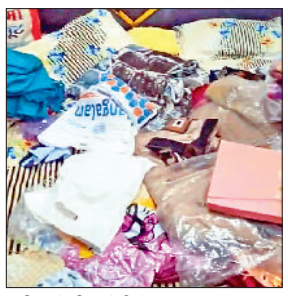
हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, मंगलवार 17 मार्च 2026

12 6442 ऑनलाइन बुकिंग, 6182 की डिलीवरी...

11 विशिष्ट सेवा मेडल मिलने पर मेजर अरविंद...

खबर संक्षेप



मंडी अटेली। चोरी के बाद घर के अंदर बिखरा पड़ा सामान। फोटो : हरिभूमि

खोड़ में घर से आभूषण व नकदी चोरी, मामला दर्ज

मंडी अटेली। गांव खोड़ में अज्ञात चोरों ने एक बंद घर से आभूषण एवं नकदी चोरी कर ली। इस घटना का पता तब चला जब परिवार शोक कार्यक्रम से लौटकर घर पहुंचा। अटेली पुलिस में तर्ज शिकायत में पीड़ित व्यक्ति खोड़ निवासी राहुल ने बताया कि वह पोस्ट ऑफिस में काम करता है। 11 मार्च को उसके मामा के निधन के कारण वह अपने परिवार के साथ राजस्थान के झुंझुनूं जिले के काकड़ा चले गए थे। जब 14 मार्च को जब वह वापस घर लौटे तो देखा कि घर के अंदर रखे आभूषण एवं नकदी गायब थी। घर में सामान बिखरा पड़ा था। घर में अज्ञात चोर घर में घुसकर कीमती सामान चोरी कर ले गए।

नारनौल। वाहन की जांच करती पुलिस।

पुलिस का सीलिंग अभियान 148 वाहनों किए चालान

नारनौल। पुलिस ने कानून व्यवस्था को ओर अधिक सुदृढ़ करने व अवांछित गतिविधियों पर अंकुश लगाने के उद्देश्य से जिलेभर में सीलिंग प्लान अभियान चलाया। इस अभियान के अंतर्गत जिले के विभिन्न मार्गों व संवेदनशील स्थानों पर पुलिस की ओर से विशेष नाके लगाकर वाहनों की सघन जांच की गई। चेकिंग के दौरान स्थापित किए गए इन नाकों पर पुलिस टीमों ने पूरी मुस्तैदी दिखाते हुए, वहां से गुजरने वाले हर वाहन को रूकवाया और उसकी बारीकी से जांच की। सुरक्षा व रिकॉर्ड के मद्देनजर सभी वाहनों व उनके चालकों का पूरा विवरण रजिस्टर में अनिवार्य रूप से दर्ज किया गया।

बंद मकान में सेंधमारी नकदी व सामान चोरी

महेंद्रगढ़। गांव सुरहेती जाखल में एक बंद मकान से अज्ञात चोर नकदी व सामान चुरा ले गए। पीड़िता ने पुलिस थाने में शिकायत देकर सामान बरामद व चोर को पकड़ने की मांग की हैं। पुलिस ने पीड़िता की शिकायत पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी हैं।

सविता ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह गांव सुरहेती जाखल की निवासी हैं। उसका मकान 28 फरवरी से बंद था। 14 मार्च की शाम को उसके भतीजे आकाशवि ने जब मकान के मैन दरवा खोलकर अंदर गया।

शिक्षा विभाग का छात्राओं की सेहत पर विशेष फोकस

अब 9वीं से 12वीं की छात्राओं को भी 150 दिन मिलेगा दूध व प्रोटीन मिल्क बार, अप्रैल से होगा लागू, इस पोषण में 75 दिन दूध व 75 दिन मिल्क

मिड डे मील के तहत दूध देने की योजना पहली से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों तक ही सीमित थी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

सरकारी स्कूलों में पढ़ने वाली किशोरियों के स्वास्थ्य और पोषण स्तर को बेहतर बनाने के उद्देश्य से एक महत्वपूर्ण कदम शिक्षा विभाग ने उठाया है। अब प्रदेश के राजकीय विद्यालयों में कक्षा नौंवीं से 12वीं तक की छात्राओं को भी विशेष पोषण आहार दिया जाएगा। इस योजना के तहत छात्राओं को प्रोटीन से भरपूर मिल्क बार और फोर्टिफाइड फ्लेवर्ड मिल्क उपलब्ध कराया जाएगा। यह योजना एक अप्रैल 2026 से पूरे हरियाणा में लागू की जाएगी। अभी तक मिड डे मील के तहत दूध देने की योजना पहली से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों तक ही सीमित थी।

योजना के तहत छात्राओं को शैक्षणिक सत्र के दौरान कुल 150 दिनों तक पोषण आहार उपलब्ध कराया जाएगा। इनमें से 75 दिनों तक प्रोटीन से भरपूर मिल्क बार दी जाएगी, जबकि अगले 75 दिनों तक फोर्टिफाइड फ्लेवर्ड मिल्क प्रदान किया जाएगा। फोर्टिफाइड फ्लेवर्ड मिल्क में दूध के साथ विभिन्न प्रकार के विटामिन और खनिज तत्व मिलाए जाते हैं, जो शरीर के लिए बेहद लाभकारी होते हैं। वहीं प्रोटीन मिल्क बार में पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन होता है, जो शरीर की मांसपेशियों के विकास और ऊर्जा के लिए जरूरी माना जाता है।

किशोरावस्था में पोषण की कमी हो इस पर है फोकस

शिक्षा विभाग के अनुसार इस पहल का मुख्य उद्देश्य किशोरावस्था में छात्राओं को पर्याप्त पोषण उपलब्ध कराना है, ताकि उनके शारीरिक और मानसिक विकास को बेहतर बनाया जा सके। अक्सर देखा जाता है कि किशोरावस्था में पोषण की कमी के कारण छात्राओं के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। इसी को ध्यान में रखते हुए सरकार ने यह निर्णय लिया है कि सरकारी स्कूलों में पढ़ने वाली 9वीं से 12वीं तक की छात्राओं को नियमित रूप से पौष्टिक आहार दिया जाए।

क्या कहते है डीईओ

जिला शिक्षा अधिकारी विश्वेश्वर कौशिक ने बताया कि यह योजना छात्राओं के पोषण स्तर को बढ़ाने के साथ-साथ उनकी पढ़ाई में रुचि और स्कूल में उपस्थिति को भी बढ़ाने में सहायक होगी। कई बार पोषण की कमी के कारण छात्राएं जल्दी थकान महसूस करती हैं या बीमार पड़ जाती हैं, जिससे उनकी पढ़ाई प्रभावित होती है। ऐसे में नियमित रूप से पौष्टिक आहार मिलने से उनके स्वास्थ्य में सुधार होगा और वे पढ़ाई पर बेहतर ध्यान दे सकेंगी। इस योजना को सफलतापूर्वक लागू करने के लिए जिलों के स्कूलों को आवश्यक दिशा-निर्देश जारी कर दिए हैं। स्कूलों से छात्राओं की संख्या के आधार पर दूध और मिल्क बार की मांग मंगवाई जा रही है, ताकि समय पर सभी स्कूलों में इसकी आपूर्ति सुनिश्चित की जा सके। एक अप्रैल 2026 से यह योजना शुरू होने की उम्मीद है।

जिला वाइज छात्राओं की मांगी जानकारी, सोमवार था अंतिम दिन

सरकारी स्कूल की नौंवी से 12वीं कक्षा तक किसी कक्षा में कितनी छात्राएं है, इसका ब्यौरा प्रदेश के सभी जिला स्तर पर डीईओ कार्यालय से मांगा गया है। यह डिटेल देने की अंतिम तारीख 16 मार्च यानी आज सोमवार को थी। महेंद्रगढ़ जिला से भेजी गई डिटेल के मुताबिक कक्षा नौंवीं से 12वीं तक करीब 7077 छात्राएं है। इनमें कक्षा 11वीं की छात्राओं को नहीं जोड़ा गया है। कक्षा नौंवी में 1875, 10वीं में 2713 और 12वीं में 2489 छात्राएं है। 10वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम आने के बाद 11वीं की छात्राओं की संख्या जोड़ी जाएगी।

बिजली कर्मचारी खेत में घुसे तो लठ मारो, व्यक्तव्य पर फैला आक्रोश

डीसी के बयानबाजी से बिजली कर्मचारी यूनियनों में रोष, धरना-प्रदर्शन शुरू

नारनौल के सिंघाना रोड स्थित एसई कार्यालय में जिला स्तर पर शुरू किया गया सांझा मोर्चा का धरना

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। धरने को संबोधित करते एसई जोगेंद्र सिंह हुड्डा व कांफ्रेंस हॉल में मीटिंग करते निगम के अधिकारीगण।

समाधान शिविर में महेंद्रगढ़ के बिजली निगम के एसडीओ को फटकार लगाने एवं बिजली कर्मियों को लठ मारने संबंधित दिए गए व्यक्तव्य को लेकर बिजली निगम यूनियनों में ठन गई है और उनमें भारी रोष पनप गया है। डीसी के बयान से आक्रोशित विभिन्न बिजली कर्मचारी यूनियनों ने एकजुटकता का प्रदर्शन करते हुए सोमवार को सिंघाना रोड एसई ऑफिस कार्यालय परिसर में ज्वाइंट एक्शन कमेटी के तत्वावधान में धरने-प्रदर्शन का आयोजन किया तथा धरने पर डीसी के खिलाफ जमकर नारेबाजी करते हुए उनके व्यक्तव्य की घोर निंदा की। आंदोलनकारी कर्मचारियों का कहना था कि जब आंदोलन रूपी दरी बिछ ही गई है तो अब यह डीसी के माफी मांगने पर ही उठेगी। अन्यथा आंदोलन और तेज किया जाएगा। धरने पर बिजली निगम के एसई भी पहुंचे, लेकिन कोई निष्कर्ष नहीं निकल पाया। धरने पर बैठे बिजली कर्मचारियों एवं अधिकारियों ने गत 12 मार्च को महेंद्रगढ़ में आयोजित समाधान शिविर में उपायुक्त द्वारा दिए गए व्यक्तव्य का कड़ा विरोध किया तथा इसके खिलाफ धरना देकर आक्रोशस्वरूप डीसी के खिलाफ नारेबाजी की। यह धरना प्रदर्शन बिजली निगम की विभिन्न यूनियनों ने एकजुट होकर सांझा मोर्चा के तत्वावधान में आयोजित किया। सभी संगठनों के पदाधिकारियों एवं निगम कर्मियों ने एक ही स्वर में उपायुक्त के बिजली वालों को लठ मारो के व्यक्तव्य की घोर निंदा करते हुए प्रेस कांफ्रेंस कर खंडन करने की मांग की। डीसी साहब सलीके की भाषा प्रयोग करते हुए मामले की जांच किसी कमेटी से कराने के आदेश भी दे सकते थे, लेकिन उन्होंने सीधे लठ मारने की बात कहकर कर्मचारियों के प्रति अराजक भाषा का इस्तेमाल किया। इस दौरान डिविजन नारनौल व महेंद्रगढ़ के कार्यकारी अभियंता, सभी सब डिविजनों के उपमंडल अधिकारी भी उपस्थित रहे।

यह है मामला

गत 12 मार्च को महेंद्रगढ़ में प्रशासनिक स्तर पर समाधान शिविर का आयोजन किया गया था, जिसमें डीसी कैप्टन मनोज कुमार, एसपी पूजा वशिष्ठ, एसडीएम कनिका गोयल समेत अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी भी मौजूद थे। जब दरबार में सुनवाई चल रही थी, तभी डुलाना गांव के राजेश पुत्र विजय का मामला आया। तब राजेश ने बताया कि उसके खेत के बीच में बिजली निगम ने एक ट्रांसफार्मर लगाया हुआ है, जिससे उसकी बजाए अन्य किसानों को बिजली दी जाती है। जब यह ट्रांसफार्मर जल जाता है या अन्य कोई खराबी हो जाती है तो उसे बदलने के लिए बिजली निगम के कर्मचारी खेत में ट्रैक्टर-ट्राली व अन्य साधन लेकर घुस जाते हैं और उसकी खड़ी फसल को बर्बाद कर देते हैं। पिछले 40 सालों से यह सिलसिला चल रहा है। बिजली अधिकारी बात करने पर कह देते हैं कि अगली बार ट्रांसफार्मर को खेत से बाहर लगा देंगे और वह इस आश्वासन पर चुप भी रहते हैं तथा नुकसान सहते रहते हैं, लेकिन कमाल की बात है कि इस ट्रांसफार्मर को शिफ्ट करने का खर्चा एकबार निगम ने 16 हजार रुपये तो अगली बार उसे बदलकर पूरे 96 हजार रुपये कर दिया और अब उसे परेशान किया जा रहा है, जबकि अब तक उसे बर्बाद फसल का कोई मुआवजा भी नहीं दिया गया है।

यह बोले एसई

जब धरना चल रहा था, तब दोपहर करीब एक बजे निगम के एसई जोगेंद्र सिंह हुड्डा धरने पर पहुंचे तथा आंदोलनकारियों को संबोधित करते हुए कहा कि आप और हम एडमिनिस्ट्रेशन ही हैं। जब मामले की सुनवाई चल रही थी, तब मुआवजे की बात भी चली थी, लेकिन सही बात है, इस तरह का मुआवजा नहीं मिलेगा। उन्होंने कहा कि ऐसा नहीं है कि कोई हमें पीट देगा या हमें पुलिस सहायता नहीं मिलेगी। धीरे-धीरे सारे काम होंगे।

महेंद्रगढ़। लोगों की शिकायत सुनती एसडीएम कनिका गोयल। फोटो : हरिभूमि

समस्याओं का समाधान करना ही प्राथमिकता : एसडीएम

■ आमजन की समस्याएं सुनी और मौके पर उपस्थित

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

लघु सचिवालय परिसर स्थित एसडीएम कार्यालय में आयोजित समाधान शिविर में एसडीएम कनिका गोयल ने आमजन की समस्याएं सुनी और मौके पर उपस्थित अधिकारियों को उनके समाधान बारे निर्देश दिए। एसडीएम कनिका गोयल आईएएस ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि समाधान शिविर में आने वाली शिकायतों को लंबित न रखते हुए तत्परता से समाधान करवाकर समाधान प्रकोष्ठ पोर्टल पर रिपोर्ट अपडेट करना सुनिश्चित करें। एसडीएम ने समाधान शिविर में आई शिकायतों की समीक्षा करते हुए अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी लंबित शिकायतों का जल्द से समाधान करना सुनिश्चित करें। इसके साथ ही शिकायत के समाधान उपरांत एटीआर अवश्य अपलोड करें। समाधान शिविर मे बिजली कनेक्शन, अवैध कब्जे, रास्तों की पैमाईश, राशन कार्ड, गलियों के निर्माण इत्यादि से संबंधित समस्याएं सुनी गई। एसडीएम ने कहा कि हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार लगाए जा रहे समाधान शिविर आमजन की शिकायतों के समाधान का सशक्त माध्यम बन रहे हैं। समाधान शिविर के साथ ही जनसेवा के लिए सरकार के ऑनलाइन पोर्टल का उद्देश्य जनता और प्रशासन के बीच सीधा संवाद स्थापित करना है और लोगों को उनकी समस्याओं का शीघ्र समाधान मुहैया करवाना है।

ये रहे मौजूद

विभागाध्यक्ष शिकायतों का प्राथमिकता के आधार पर पारदर्शिता और जवाबदेही बढ़ाने के लिए नियमित निगरानी और त्वरित कार्रवाई करना सुनिश्चित करें। इस दौरान तहसीलदार अजय कुमार, खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी मनोज कुमार, नगर पालिका सचिव गौरव कुमार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।

टिंकू प्रधान को मिलेगा प्रदेश सेवा रत्न सम्मान

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

टिंकू प्रधान।

■ विभिन्न राज्यों से चुने गए समाजसेवियों व रक्तदाताओं को भी सम्मानित किया जाएगा

समाजसेवा के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले युवा साथी ग्रुप हरियाणा एवं उड़ान जनसेवा ट्रस्ट ढाणी बाठोठा से जुड़े समाजसेवी टिंकू प्रधान को प्रदेश सेवा रत्न सम्मान 2026 से सम्मानित किया जाएगा। खास बात यह है कि इस सम्मान के लिए हरियाणा राज्य से केवल टिंकू प्रधान का ही चयन किया गया है। जिससे क्षेत्र में खुशी व गर्व का माहौल है। यह सम्मान संकल्प मानव सेवा संस्था की ओर से आयोजित सम्मान समारोह में प्रदान किया जाएगा। संस्था ने समाजसेवा, मानवता और जनकल्याण के क्षेत्र में उनके प्रेरणादायक योगदान को देखते हुए, उन्हें इस प्रतिष्ठित सम्मान के लिए चुना है। कार्यक्रम का आयोजन 22 मार्च आगरा में किया जाएगा। इस अवसर पर विभिन्न राज्यों से चुने गए समाजसेवियों व रक्तदाताओं को भी सम्मानित किया जाएगा। कार्यक्रम के साथ एक रक्तदान शिविर का भी आयोजन किया जाएगा। जिसमें समाजसेवी मानवता की सेवा का संदेश देंगे। टिंकू प्रधान के चयन से युवा साथी ग्रुप हरियाणा, उड़ान जनसेवा ट्रस्ट ढाणी बाठोठा व पूरे क्षेत्र के लोगों में खुशी की लहर है। लोगों ने इसे क्षेत्र के लिए गौरव का क्षण बताते हुए टिंकू प्रधान को बधाई दी है।

जनहित के लिए आपसी समन्वय सर्वोपरि: डीसी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

नारनौल। समाधान शिविर में जन समस्याएं सुनते एसडीएम अनिरुद्ध यादव।

हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार लगाए जा रहे समाधान शिविरों की कड़ी में सोमवार को 52 नागरिकों ने अपनी समस्याएं अधिकारियों के समक्ष रखी। इस मौके पर एसडीएम अनिरुद्ध यादव ने शिकायतें सुनी। पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ ने पुलिस महकमे से संबंधित शिकायतों की सुनवाई की। एसडीएम ने बताया कि सरकार के निर्देश पर हर सोमवार व वीरवार को सुबह 10 बजे से 12 बजे तक जिला स्तर पर लघु सचिवालय व उपमंडल स्तर पर भी समाधान शिविर नियमित रूप से आयोजित किए जाते हैं। कोई भी नागरिक इन समाधान शिविरों में अपनी समस्याएं रख सकता है।

यह बोले नगराधीश

इस मौके पर नगराधीश डॉ. मंगल सेन, डीएमसी रणवीर सिंह के अलावा अन्य विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे। उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने कहा कि जिला प्रशासन के लिए जनहित सर्वोपरि है और समाधान शिविरों का मूल उद्देश्य भी जनता की तकलीफों को दूर करना है। जन समस्याएं सुनते समय हमारी प्राथमिकता व झुकाव स्वाभाविक रूप से आम जनता की पीड़ा के प्रति रहता है। ताकि पंक्ति के अंतिम व्यक्ति को न्याय मिल सके। सरकार व जिला प्रशासन का भी यही मूल भाव रहता है।

योग शिक्षक को मिला स्वर्ण पदक

■ यह सम्मान मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत के करकमलों द्वारा प्रदान किया गया

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

ज्ञानकोष ए ग्लोबल के योग शिक्षक कृष्ण कुमार को 12वें दीक्षांत समारोह में योग परीक्षा में उनकी उत्कृष्ट उपलब्धि के लिए स्वर्ण पदक से सम्मानित किया गया। यह सम्मान भारत के वर्तमान और 53वें मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत के करकमलों द्वारा प्रदान किया गया। इस दौरान भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान रोपड़ निदेशक प्रोफेसर राजीव आहूजा, पंजाब और हरियाणा उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश शील नागू तथा हर्केवि कुलपति टंकेश्वर कुमार सहित अनेक प्रतिष्ठित अतिथि उपस्थित रहे।

शिक्षक को सम्मानित करते हुए।

यह है उपलब्धि

उल्लेखनीय है कि इससे पूर्व सातवें दीक्षांत समारोह में विद्यालय की समन्वयक तनु को एमफिल अंग्रेजी साहित्य में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए स्वर्ण पदक से सम्मानित किया जा चुका है। इस उपलब्धि पर विद्यालय ट्रस्टी भगवान दास अग्रवाल एवं ट्रस्टी सुरेश अग्रवाल ने कृष्ण कुमार को बधाई देते हुए कहा कि यह सम्मान न केवल एक शिक्षक की व्यक्तिगत सफलता है, बल्कि पूरे विद्यालय परिवार की सामूहिक उपलब्धि है। कृष्ण कुमार से प्रमाणित योग थेरेपिस्ट भी हैं, जो योग एवं मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में उनकी विशेषज्ञता और समर्पण को दर्शाता है।

महेंद्रगढ़ जिले में कुल 827 विद्यार्थियों ने लेवल-1 परीक्षा में की थी सहभागिता

हरियाणा सुपर 100 प्रवेश परीक्षा स्तर-1 का परिणाम घोषित, जिले 57 विद्यार्थी हुए सफल

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

हरियाणा सरकार की प्रमुख शैक्षणिक पहल हरियाणा सुपर 100 के अंतर्गत शैक्षणिक सत्र 2026-28 हेतु लेवल-1 प्रवेश परीक्षा का परिणाम जारी हो गया है। महेंद्रगढ़ जिले में कुल 827 विद्यार्थियों ने लेवल-1 परीक्षा में सहभागिता की थी, जिसमे से 57 विद्यार्थियों को परीक्षा पास करने में सफलता मिली है। हरियाणा में कुल 2113 विद्यार्थी लेवल-2 के लिए क्वालिफाई हुए हैं, जबकि लगभग 650 से अधिक विद्यार्थियों को वेटिंग लिस्ट में रखा गया है। जिला विज्ञान विशेषज्ञ रविंद्र कुमार ने बताया कि लेवल-1 में सफल विद्यार्थियों को लेवल-2 चयन प्रक्रिया के लिए हरियाणा सुपर 100 कैंपस कुरुक्षेत्र में आमंत्रित किया जाएगा। इस चरण में विद्यार्थियों को तीन दिनों के विशेष रेजिडेंशियल अकादमिक प्रशिक्षण में रखा जाएगा, जहां उन्हें विषय विशेषज्ञों की ओर से पढ़ाया जाएगा। इसके पश्चात उनका मूल्यांकन परीक्षण आयोजित किया जाएगा।

वर्ष 2018 में की थी योजना की शुरूआत

उल्लेखनीय है कि हरियाणा सुपर 100 योजना की शुरूआत वर्ष 2018 में हरियाणा सरकार के शिक्षा विभाग एवं विकल्प फाउंडेशन के सहयोग से की गई थी। इस योजना के अंतर्गत अब तक 100 से अधिक विद्यार्थी आईआईटी, लगभग 97 विद्यार्थी आईआईआईटी, एनआईटी जैसे प्रतिष्ठित इंजीनियरिंग संस्थानों तथा लगभग 80 विद्यार्थी एआईआईएमएस व विभिन्न सरकारी मेडिकल कॉलेजों में चयनित होकर योजना की सफलता को प्रमाणित कर चुके हैं।

योजना का उद्देश्य सफलता के लिए सक्षम बनाना: डीईओ

जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. विश्वेश्वर ने बताया कि हरियाणा सुपर 100 योजना का उद्देश्य प्रदेश के मेधावी विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, उचित मार्गदर्शन व उत्कृष्ट अकादमिक वातावरण प्रदान कर उन्हें राष्ट्रीय स्तर पर सफलता हेतु सक्षम बनाना है। सभी विद्यालय मुखियाओं को खंड शिक्षा अधिकारियों के माध्यम से सूचित कर दिया गया है कि उनके विद्यालय के संबंधित छात्र-छात्राएं शिक्षा विभाग एवं विकल्पा फाउंडेशन ट्रस्ट की ओर से उपलब्ध कराए गए लिंक से अपना परिणाम देख ले व अगले चरण के लिए तैयार रहे।

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

विशेष
चैत्र नवरात्र

हरिभूमि
सहेली
रोहतक,मंगलवार
17 मार्च 2026

चैत्र नवरात्र का पर्व हम तब मनाते हैं, जब शीत ऋतु का प्रस्थान, ग्रीष्म ऋतु का आगमन हो रहा होता है। यह वसंत ऋतु का समय होता है, जब वृक्षों पर नव कोंपल आ रही होती हैं, बागों में फूल महक बिखेर रहे होते हैं। प्रकृति के इस नवीन वातावरण में हम मां शक्ति की नौ दिन पूरी आस्था के साथ पूजन करते हैं, अपने भीतर आध्यात्मिक चेतना जगाते हैं। यह समय मां शक्ति की उपासना करते हुए, स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने का भाव जगाता है।

मां शक्ति की उपासना के साथ नवजीवन का उत्सव

आवरण कथा
डॉ. मोनिका शर्मा

बदलाव की स्वीकार्यता, जीवन को सहज बना देती है। यह पाठ प्रकृति से ज्यादा और कौन पढ़ा सकता है? समय के साथ आगत के स्वागत का भाव एक ओर भावनाओं के मोर्चे पर सुकून देता है तो दूसरी ओर जीवन को गति। मानवीय अनुभूतियों को आस्था के भाव संग जोड़ने का संदेश देते चैत्र नवरात्र, नएपन के ऐसे ही स्वागत-सत्कार का संदेश देते हैं। वासंतिक नवरात्र का यह समय प्रकृति के आंगन में नई कोंपलों के फूटने और रंग-बिरंगे फूलों के खिलने का समय होता है। मां भगवती के अर्चन के इन दिनों में स्त्रियां नवीनता को सहजता से आत्मसात करने का आशीष भी मांगती हैं।

समय के साथ चलने का सुख

आस्था और पूजन-अर्चन से जुड़ीं हमारी परंपराएं प्रकृति से भी गहराई से जुड़ी हैं। यही वजह है कि हर रीत समय के साथ चलने की प्यारी सीख देती है। आस्था की यह राह मन को साधने का भी काम करती है। नई कोंपलों के स्वागत के इस मौसम में मां भगवती की उपासना के नौ दिन आध्यात्मिक चेतना के साथ और शारीरिक नवीनीकरण के दिन होते हैं। नवरात्र में उपवास करने की बात हो या दिनचर्या में सहज बदलाव कर, मां दुर्गा के नौ रूपों की साधना करते हुए मन-जीवन में नयापन लाने के प्रयास, सब कुछ नकारात्मक ऊर्जा के घेरे को कम करने से जुड़ा है। यह समय चेतनामयी आभा को पोसने वाला है। यह चेतना और सकारात्मकता, नई बातों और हालातों को अपनाकर नई शुरुआत करने की मनःस्थिति बनाती है। आमतौर पर स्त्रियां नएपन को स्वीकारने में जरा झिझकती हैं। महिलाओं के लिए समय के साथ सहजता से ढलना-बदलना मुश्किल होता है, जबकि प्रकृति और परंपराओं के इन रंगों को सबसे अधिक स्त्रियां ही जीती, निभाती और मानती हैं। ऐसे में धरा के पोर-पोर में खिलते नएपन और उल्लास के बीच चैत्र नवरात्र में अपनी भीतरी ऊर्जा को जगाने की राह जरूर पकड़ें। सशक्त मन और सजग मस्तिष्क की धनी बन, मां आदिशक्ति से जीवन के हर पड़ाव पर सहजता से जीने और नएपन से जुड़ने का आशीष भी मांगें।

मन को आधार देती आस्था

वैज्ञानिक अध्ययन भी बताते हैं कि रंग, रस और सुगंध में डूबे संपूर्ण पर्यावरण और परिवेश में इंसानी मन में भी नई ऊर्जा का संचार होता है। चैत्र प्रतिपदा से शुरू होने वाले वासंतिक नवरात्र को परिवर्तन का भी काल जाता है। इस दौरान प्रकृति नवीन हो जाती है। धरा का कोना-कोना महकता और सजा-धजा नजर आता है। कोयल की कूक से लेकर खिलते पलाश तक, सब कुछ नवजीवन का सुंदर संदेश देता-सा लगता है। बदलते मौसम के इसी पड़ाव पर मां शक्ति की उपासना से जुड़े श्रद्धा के भाव मन को नया आधार देते हैं। नववर्ष की इस दस्तक पर कई दूसरे सार्थक रिवाज निभाए जाते हैं। ईश्वरीय शक्ति में विश्वास के संग प्रकृति को सहेजना इन परंपराओं का हिस्सा है। नदियों में स्नान करने से लेकर बरगद, पीपल सींचने तक, प्रकृति से जोड़ने वाले कई प्रण नव वर्ष के अवसर पर लिए जाते हैं। इन रिवाजों को निभाने और धरती के सहेजने वाले प्रयासों संग हर स्त्री अपने जीवन में भी नई ऊर्जा उपार्जित कर सकती है। मन की शक्ति को साधते हुए अपने व्यक्तित्व को नए रंग में ढाल सकती है।

श्रद्धा और सृजनशीलता का उत्सव

नवरात्र के नौ दिन एक अनुष्ठान के समान होते हैं। मानसिक ऊर्जा को सहेजने का संकल्प लेने के विशेष दिन। श्रद्धा भाव से जुड़ी यह शक्ति शारीरिक और मानसिक रूप से रिचार्ज करती है। नवसृजन की सोच को बल देती है। हर मन को नई ऊर्जा देने वाले इस मौसम में ऊर्जामयी प्रकृति से सीखते हुए आगे बढ़ने का प्रेरणादायी सूत्र आध्यात्मिक ही नहीं, व्यावहारिक जीवन की बेहतरी से भी जुड़ा है। यही वजह है कि मां दुर्गा की आराधना और धरती पर हर ओर फैले नएपन के उत्सव में शक्ति को साधने और मन जीवन को नई ऊर्जा देने की रीत घर-घर में रही है। यह समय धरती और मां शक्ति की उपासना करते हुए स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने के भाव जगाता है। भारतीय संस्कृति में मातृशक्ति को ही प्राणशक्ति कहा गया है। हर घर में मां की भूमिका बहुत अहम होती है। जीवन देने वाली मां का स्थान सबसे ऊपर माना गया है। नवरात्र का आध्यात्मिक और पारंपरिक पर्व प्रभु श्रीराम द्वारा मां आदिशक्ति की उपासना कर बुराई से लड़ने की शक्ति पाने से भी जुड़ा है। स्त्रियों के लिए भी मां भगवती का पूजन-अर्चन अपने सामर्थ्य को पहचानने का उत्सव ही है। नवरात्र, मुसीबतों के आगे डट कर शक्ति का आह्वान करने का अनुष्ठान है। अपने व्यक्तित्व की प्रफुल्लता, स्फूर्ति और तेजस्विता को बल देते हुए सृजनशील रहने का भाव जगाने का अवसर भी है।

अपनाएं सही डाइट प्लान व्रत में नहीं बिगड़ेगी सेहत

डाइट सजेशन
शीला सहरावत, डाइटीशियन

आने वाले नवरात्र के दौरान आप अगर एक-दो दिन या पूरे नौ दिन व्रत रखने वाली हैं तो आपको अपने डाइट प्लान पर ध्यान देना चाहिए। इससे आप पूरे दिन एनर्जेटिक रहेंगी और आपकी तबियत भी नहीं बिगड़ेगी।

- फैट के लिए थोड़ा-सा घी या कोल्ड प्रेस्ड ऑयल में व्यंजन पकाएं।
- पूरे दिन में 2-3 सीजनल फ्रूट्स, थोड़ी सब्जी और दूध या दही जरूर खाएं।
- ज्यादा कैलोरी वाली तली हुई चीजों जैसे कुट्टू के पकौड़े, आलू के चिप्स या साबुदाना पापड़ से परहेज करें।
- फलाहार बनाने में सेंधा नमक ज्यादा न डालें क्योंकि यह पानी रिटेंशन बढ़ाता है और सूजन आती है।

नवरात्र के दौरान आप भी जरूर व्रत रखेंगी। लेकिन इस दौरान अगर आप अपनी डाइट का ध्यान नहीं रखेंगी तो कुछ हेल्थ प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। जैसे-कई महिलाओं को व्रत में अन्न और नमक न लेने से एनर्जी में कमी महसूस होने लगती है। शुगर या बीपी की पेशेंट्स भी समझ नहीं पातीं कि व्रत में क्या खाना सही रहेगा। इसलिए हम आपको ऐसा डाइट प्लान बता रहे हैं, जिससे व्रत के दौरान भी आप फिट रहेंगी और आपको कमजोरी या सुस्ती भी महसूस नहीं होगी।

डाइट प्लान बनाएं ऐसा

- नीबू पानी और शहद मिला पानी पीने के साथ ही भिगोए हुए ड्राय फ्रूट्स से दिन की शुरुआत करें।
- लंच से पहले शरीर के टॉक्सिंस निकालने के लिए एक गिलास डिटॉक्स ड्रिंक जैसे नीबू पानी, छाछ या नारियल पानी को डाइट में अवश्य शामिल करें।
- रात के खाने में आप अंगूर, आम, अनानास जैसे खट्टे फल न खाएं। ये एसिडिटी की समस्या को बढ़ा सकते हैं।
- व्रत की डाइट में कार्ब्स, प्रोटीन, फाइबर और हेल्दी फैट का बैलेंस बनाएं।
- ज्यादा तेल या चीनी डाइट में न शामिल करें। ज्यादा चीनी वाले या क्रीमी डेजर्ट्स से भी बचें।
- कार्ब्स के लिए हल्के और कम कैलोरी वाले सामक के चावल शामिल करें।
- फाइबर से भरपूर कुट्टू की रोटी शामिल करें, इससे भूख कंट्रोल रहती है।
- फाइबर से भरपूर और कम कैलोरी वाली सब्जियां जैसे लौकी, कद्दू, शकरकंद, खीरा या टमाटर को अपनी डाइट में शामिल करें।
- फलों में नेचुरल शुगर देने वाले सेब, पपीता, अनार या केला शामिल करें।
- प्रोटीन के लिए राजगिरा का दलिया, लो फैट पनीर, दही या नट्स जैसे बादाम, अखरोट लें। ये भूख कंट्रोल करते हैं।
- आलू ज्यादा न खाएं क्योंकि ये स्टार्च से भरपूर है और कैलोरी बढ़ाता है।
- पैकेज्ड फूड अवॉइड करें, क्योंकि उनमें चीनी और नमक ज्यादा होता है।
- व्रत के दौरान चाय-कॉफी ज्यादा न पिएं, इसके बजाय हर्बल टी लें।

डायबिटिक-बीपी पेशेंट्स की डाइट

डायबिटीज और हाई बीपी (हाइपरटेंशन) के मरीजों को व्रत के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।

क्या खाएं: डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर के मरीज, दिन में थोड़ा-थोड़ा खाकर, हाइड्रेटेड रहकर और तले-भुने से बचकर व्रत रख सकती हैं। कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की रोटी, सामक के चावल, दही, मखाना, पनीर और लौकी, कद्दू की सब्जी का सेवन करें। भोजन में लो-फैट दही, छाछ, पनीर और दूध शामिल करें। स्नैक्स में भुने हुए मखाने, बादाम, अखरोट लें।

क्या न खाएं: डीप फ्राइड भोजन जैसे कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की पूड़ी, पकौड़े खाने से परहेज करें। डायबिटीज के मरीज ज्यादा मीठे फल जैसे केला, लीची, चीकू, अनानास, सूखे खजूर (ड्राय डेट्स) और खोए की मिठाई न खाएं। हाई बीपी के मरीज सेंधा नमक भी कम मात्रा में लें। साबूदाना न खाएं क्योंकि इसमें हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाला पदार्थ होता है, जिसके कारण इसमें कार्ब्स ज्यादा और फाइबर कम होते हैं, जिससे शुगर बढ़ सकता है। डायबिटीज के मरीज पैक्ड फ्रूट्स जूस से दूरी बनाएं। **प्रस्तुति: ललिता गोयल**

इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम-जल और लिंग, लैंगिक समानता, जल की कम उपलब्धता और उसकी अशुद्धता से महिलाओं के जीवन पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों को प्रकट करता है। इस बारे में सही कदम उठाने की जरूरत है।

जल की उपलब्धता से संवरेगा स्त्रियों का जीवन

जागरूकता
अंजू जैन

हर वर्ष की तरह इस बार भी 22 मार्च को विश्व जल दिवस मनाने की तैयारी की जा रही है। लेकिन इस वर्ष जल दिवस की थीम हमें एक ऐसे कड़वे सच से रूबरू कराती है, जिसे हम अकसर नजरअंदाज कर देते हैं। दुनिया भर में कई ऐसे देश, शहर और ग्रामीण क्षेत्र हैं, जहां जल संकट बहुत गंभीर रूप ले चुका है। यह जल संकट, महिलाओं के लिए भी एक गंभीर संकट बन चुका है। इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम हमें याद दिलाती है कि स्वच्छ जल कोई विलासिता नहीं, बल्कि स्त्री सशक्तिकरण की दिशा में पहली सीढ़ी की तरह है।

पानी की कतार में थमती जिंदगी: जल संकट को अकसर पर्यावरण या भूगोल के नजरिए से देखा जाता है, लेकिन यह गहराई से एक सामाजिक और आर्थिक मुद्दा भी है। जल संकट की कीमत महिलाओं को कई प्रकार से चुकानी पड़ती है। घर के लिए पानी जुटाने की जिम्मेदारी लगभग पूरी दुनिया में आज भी मुख्य रूप से महिलाओं के कंधों पर है। आंकड़ों के मुताबिक, दुनिया भर में महिलाएं और लड़कियां हर दिन 20 करोड़ घंटे सिर्फ पानी लाने में बिता देती हैं।

पड़ते हैं कई दुष्प्रभाव: एक बेटी जब दूर से पानी लाने में अपनी मां की मदद करती है, तो वह स्कूल नहीं जा पाती, ठीक से पढ़ाई नहीं कर पाती और अनावश्यक श्रम करने के लिए मजबूर होती है। भारी भरकम मटके या बाल्टियां ढोने से होने वाली शारीरिक समस्याएं और असुरक्षित स्त्रोतों से मिलने वाला दूषित पानी उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव डालता है। स्वच्छ जल और सैनिटेशन (सफाई) का सीधा संबंध महिलाओं के शारीरिक स्वास्थ्य और सम्मान से जुड़ा है। स्कूलों या कार्यस्थलों पर पानी और निजी शौचालय की कमी महिलाओं को घर में ही रहने पर मजबूर करती है। सुरक्षित प्रसव के लिए भी स्वच्छ जल अनिवार्य है। दूषित पानी और गंदगी के कारण होने वाले संक्रमण जच्चा-बच्चा दोनों के लिए जानलेवा साबित होते हैं। भारी वजन उठाकर मीलों चलने से महिलाओं में रीढ़ की हड्डी और गर्भाशय से जुड़ी गंभीर बीमारियां पनप सकती हैं।

जल प्रबंधन है जरूरी: संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा इस वर्ष यूनिसेफ के सहयोग से यह संदेश दिया जा रहा है कि जल प्रबंधन में महिलाओं की भागीदारी केवल सामाजिक कार्य नहीं, बल्कि 'मानवाधिकार' भी है। इनका कहना है कि यदि हम चाहते हैं कि समाज में लैंगिक समानता आए, तो हमें हर घर के नल तक पानी पहुंचाना होगा।

जरूरी हैं कारगर प्रयास: विश्व जल दिवस हमें याद दिलाता है कि जब हम एक महिला के लिए स्वच्छ जल की उपलब्धता सुनिश्चित करते हैं, तो हम उसे समय देते हैं, पढ़ने के लिए, कमाने के लिए और खुद को साबित करने के लिए। जरूरी है कि पूरी शिद्दत से जल उपलब्धता के लिए कुछ ठोस कदम उठाए जाएं। इस वर्ष जल दिवस की थीम यह मांग करती है कि जल समितियों, सिंचाई विभागों और सरकारी योजनाओं में महिलाओं को निर्णायक पदों पर रखा जाए। पानी की बर्बादी को रोकना केवल पर्यावरण के लिए नहीं, बल्कि उन करोड़ों महिलाओं के लिए भी जरूरी है, जो एक-एक बूंद के लिए मीलों पैदल चलती हैं। इसलिए ऐसी तकनीकों को बढ़ावा देना जरूरी है।

हम सब करें प्रयास: पानी बचाना केवल कर्तव्य नहीं, बल्कि उन महिलाओं के प्रति एकजुटता दिखाना है, जो पानी के लिए संघर्ष कर रही हैं। सब्जियों को बहते नल के बजाय एक बर्तन में पानी भरकर धोएं। उस पानी को पौधों में डालें। घर के काम-काज में जल-बचत वाली मशीनों और तकनीकों का उपयोग करें ताकि पानी और समय दोनों की बचत हो। अपने घर के नलों में वॉटर एयरेटर्स लगाएं, जो पानी का बहाव 50 प्रतिशत तक कम कर देते हैं। अपने क्षेत्र की जल समितियों में सुनिश्चित करें कि पानी की पाइपलाइन का नक्शा बनाते समय महिलाओं की सुविधा को ध्यान में रखा जाए।

भावनात्मक रूप से बनिए मजबूत

सलाह
प्रतिभा अग्निहोत्री

आज महिलाएं हर क्षेत्र में बड़ी कुशलता से काम कर रही हैं, देश के विकास में अपना योगदान दे रही हैं। वे घर-परिवार, करियर और अन्य जिम्मेदारियों को एक साथ निभा रही हैं। इन सभी जिम्मेदारियों के बीच अकसर उन्हें अनेक प्रकार के मानसिक-भावनात्मक दबाब का सामना करना पड़ता है। ऐसे में अगर महिलाएं भावनात्मक रूप से मजबूत होंगी तो वे हर परिस्थिति का सामना आसानी से कर सकेंगी, वहीं दूसरी ओर भावनात्मक रूप से कमजोर महिलाएं छोटी-छोटी बात पर घबरा जाएंगी। कई बार तो वे अंदर-अंदर घुटती रहती हैं, तनाव का शिकार हो जाती हैं, जिससे उनकी सेहत पर विपरीत प्रभाव पड़ता है। कभी-कभी वे अनेक बीमारियों का शिकार हो जाती हैं। इस दृष्टि से नवरात्र में आप नौ दिन माता की पूजा करें। अध्यात्म, इंसान की आत्मशक्ति को बढ़ाता है, भावनात्मक रूप से मजबूत बनाता है, इससे आप जीवन में आने वाली कठिनाइयों का मुकाबला आसानी से कर सकेंगी।

अपनी भावनाओं को स्वीकार करें: हमारा समाज महिलाओं से दूसरों का ध्यान रखने और अपनी भावनाओं को दबाकर रखने की उम्मीद करता है। कई बार महिलाएं न चाहते हुए, मन मारकर थके शरीर से भी दूसरों के प्रति अपने कर्तव्यों का निर्वहन करती हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इसलिए आप अपनी भावनाएं समझें और तनाव से बचें। यदि आवश्यकता हो तो किसी भरोसेमंद व्यक्ति से साझा करें ताकि आपका मन हल्का हो।

बढ़ाएं आत्मविश्वास: अकसर आत्मविश्वास के अभाव में महिलाएं सही निर्णय नहीं ले पातीं, उन्हें अपने आप पर भरोसा नहीं होता। इससे बचने के लिए आप अपने शौक, रुचि और क्षमता को पहचानकर उसका विकास करें। संभव है तो इसे अपना प्रोफेशन बनाएं। अपनी छोटी-छोटी उपलब्धियों पर गर्व करें, खुश हों।

सोच सकारात्मक रखें: जीवन में सुख-दुःख आते-जाते रहते हैं। ऐसे में हर परिस्थिति में खुद को सकारात्मक रखकर आप बड़ी से बड़ी समस्या का समाधान निकाल सकती हैं। नकारात्मक सोच आपको भावनात्मक रूप से कमजोर बनाती है, वहीं सकारात्मक सोच आपके आत्मविश्वास में वृद्धि करती है।

घर के सदस्यों से लें सहयोग: घर-बाहर के सभी काम खुद ना करके परिवार के अन्य सदस्यों से उनकी क्षमता के अनुसार सहयोग लें। इससे उनकी कार्यक्षमता का तो विकास होगा, वहीं आपका काम आसान हो जाएगा। आप अपने लिए कुछ समय निकाल सकेंगी।

मन का करें: लोग क्या कहेंगे, यह सोचकर अपने मन को बार-बार मारने की जगह अपने मन के काम भी जरूर करें। मन का पहनें, मन का खाएं अगर सिंगिंग, डांसिंग या राइटिंग का शौक हो तो अपने रूटीन में से समय निकालकर उसे पूरा करें। इससे शरीर में डोपामाइन हार्मोन रिलीज होगा और आप भावनात्मक रूप से मजबूत बनेंगी।

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

गर्मी के मौसम में बढ़ते तापमान, धूप और पसीने की वजह से कई स्किन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इनसे बचने के लिए स्किन का हाइड्रेटेड होना जरूरी है। जानिएं ऐसे तरीके, जिनसे आपकी स्किन हाइड्रेट रहेगी।

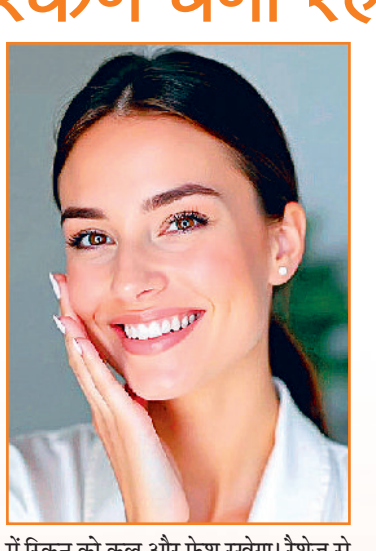
गर्मी में भी स्किन बनी रहेगी हाइड्रेटेड

अब धीरे-धीरे तापमान बढ़ने के साथ गर्मी के मौसम का प्रभाव बढ़ने लगा है। इसका असर आपकी स्किन को भी नुकसान पहुंचा सकता है। धूप से होने वाली टैनिंग और सनबर्न से त्वचा काली पड़ने लगती है। गर्मियों में चिलचिलाती धूप, प्रदूषण, आद्रता और धूल-मिट्टी, चेहरे की नेचुरल ग्लो को खत्म कर देती है, जिससे त्वचा बेजान दिखाई देने लगती है। अगर आप चाहती हैं कि आने वाले दिनों में भी आपका चेहरा ग्लो करे और स्किन संबंधी समस्याएं नहीं हों तो यहां बताए जा रहे टिप्स अपनाने होंगे।

सनस्क्रीन: धूप में घर से बाहर जाने से पहले स्किन पर सनस्क्रीन का इस्तेमाल आपको सनबर्न से बचाएगा। तेज धूप में 30 एसपीएफ या इससे ऊपर वाली सनस्क्रीन का इस्तेमाल फायदेमंद होता है। चेहरे को ढंक कर तेज धूप में बाहर निकलना चाहिए। अगर संभव हो तो आने वाले दिनों में दोपहर 11 बजे से शाम 4 बजे तक घर से बाहर निकलने से परहेज करें, क्योंकि इस दौरान ज्यादा गर्मी और धूप होती है। सनस्क्रीन के साथ-साथ मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल जरूर करें। दरअसल, इसका प्रयोग न करने से चेहरे की नमी खोने लगती है, इससे कील-मुंहासों संबंधी समस्याओं का खतरा बढ़ता है।

ग्लिसरीन-शहद-कच्चा दूध: एक चम्मच ग्लिसरीन, एक चम्मच शहद और एक चम्मच कच्चा दूध लेकर पेस्ट बना लें। इसे चेहरे पर लगाकर कुछ समय बाद ताजे साफ पानी से धो डालिए। इससे आपकी त्वचा कोमल और चमकदार बनी रहेगी।

खीरा-पुदीना-डिस्टिल्ड वॉटर: खीरे को 4 या 5 लंबे टुकड़ों में काट लें। डिस्टिल्ड वॉटर और पुदीने की पत्तियों के साथ एयर टाइट डिब्बे में पैक करके 1 घंटे के लिए फ्रिज में रख दें। इस पानी को छानकर अलग स्प्रे बॉटल में डाल लें। फ्रिज में स्टोर करें और स्किन पर इसे अप्लाई करें। यह मिस्ट स्प्रे गर्मी में स्किन को कूल और फ्रेश रखेगा। रैशेज से भी बचाएगा।



खीरा और नारियल पानी: खीरे को कद्दूकस कर उसका जूस निकाल लें। इसे ठंडा होने के लिए फ्रिज में 20-25 मिनट के लिए रख दें। इसके बाद इसमें 1 कप नारियल पानी मिलाएं और अच्छी तरह से मिक्स करके स्प्रे बॉटल में भर लें। यह मिस्ट स्किन टोनर का काम करेगा।

गुलाब जल टोनर: एक खीरे के जूस, एक चम्मच गुलाब जल को एक कप मिनरल वॉटर में डालकर स्किन टोनर बना लें। इसके उपयोग से स्किन टोनिंग के अलावा त्वचा मुलायम हो जाएगी।

आइसिंग है कारगर: गर्मी के मौसम में चेहरे पर बर्फ लगाने से स्किन को पोषण मिलता है, जिससे त्वचा फ्रेश नजर आती है। इससे रिंकल्स और फाइन लाइंस कम नजर आती हैं। कील मुंहासे कम होते हैं। आइसिंग करने से त्वचा को हाइड्रेटेड रहती है।

मेकअप करें रिमूव: सोने से पहले मेकअप उचित तरीके से हटाने से त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। इससे मुंहासे और अन्य त्वचा संबंधी समस्याओं का खतरा कम हो जाता है। मेकअप हटाने के लिए आप नारियल तेल, ऑलिव ऑयल, एलोवेरा जैल, दूध या शहद का उपयोग कर सकती हैं।

खबर संक्षेप

स्पेशल उड़नदस्ते ने परीक्षा सेंटरों का किया निरीक्षण

नांगल चौधरी। हरियाणा शिक्षा बोर्ड चेयरमैन के स्पेशल उड़न दस्ते ने परीक्षा केंद्रों का औचक निरीक्षण किया। अनुचित सामग्री पकड़ने के लिए परीक्षार्थियों की तलाशी ली। सुपरवाइजरों ने बाहरी डिस्ट्रेबेंस की जानकारी ली। शांति व्यवस्था की पुष्टि होने पर उडन दस्ते ने पुलिस सुरक्षा का जायजा लिया तथा केंद्र के बाहर राउंड लेकर स्थिति का जायजा लिया।

भगवान श्रीपरशुराम का द्वितीय जन्मोत्सव 12 को

नारनौल। भगवान श्रीपरशुराम जी का द्वितीय जन्मोत्सव 12 अप्रैल को अटेली मंडी में श्री गौड़ ब्राह्मण सभा के तत्वावधान में मनाया जाएगा। यह आयोजन श्री गौड़ ब्राह्मण सभा अटेली मंडी की ओर से किया जाएगा। कार्यक्रम के दौरान भगवान परशुराम जी की पूजा अर्चना, हवन यज्ञ व भजन कीर्तन का आयोजन किया जाएगा। इसके साथ ही भगवान परशुराम जी की भव्य शोभायात्रा पूरे शहर में निकाली जाएगी, कार्यक्रम के उपरांत प्रसादी का भी आयोजन किया जाएगा।

बच्चों को शिक्षा के प्रति किया प्रोत्साहित

नारनौल। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से राजकीय माध्यमिक विद्यालय धरसूं में फोर व्हील्स प्राइवेट लिमिटेड के सौजन्य से सीएसआर स्कीम के तहत विशेष कार्यक्रम का आयोजन कर विद्यार्थियों को बैग वितरित किए। कार्यक्रम में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत की।

यादव सभा ने सम्मान में किया नागरिक अभिनंदन समारोह

विशिष्ट सेवा मेडल मिलने पर मेजर अरविंद का अभिनंदन

इस पद पर पहुंचने वाले जिला के एकमात्र सैन्य अधिकारी हैं अरविंद यादव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

गांव नीरपुर निवासी मेजर जनरल अरविंद यादव के महेंद्रगढ़ आगमन पर यादव सभा में उनका नागरिक अभिनंदन समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत महाराणा प्रताप चौक से हुई, जहां मेजर जनरल अरविंद यादव ने महाराणा प्रताप की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर उन्हें नमन किया।

यादव सभा के कार्यकारी प्रधान डॉ. राजबीर यादव, जजपा प्रधान राजकुमार खातौद व सतपाल चेयरमैन आदि लोगों ने मेजर जनरल अरविंद यादव का महाराणा प्रताप चौक पर स्वागत किया। इसके बाद मेजर जनरल अरविंद यादव को खुले वाहन में बैठाकर बैंड-बाजों व सैकड़ों मोटरसाइकिलों के काफिले के साथ शहर में अभिनंदन यात्रा निकाली गई।

महेंद्रगढ़। मेजर जनरल अरविंद यादव का नागरिक अभिनंदन करते सभा सदस्य। फोटो : हरिभूमि

जमकर किया स्वागत

पूर्व सैनिकों के सभी संगठनों की ओर से प्रधान रामस्वरूप ने उनका स्वागत किया और अपना मांगपत्र सौंपा। स्वागत की कड़ी में ब्राह्मण सभा की ओर से सीबी दीक्षित व दिनेश वैद्य ने उनका अभिनंदन किया। अग्रवाल समाज, प्रजापत समाज, राजपूत समाज, वाल्मीकि समाज, खटीक समाज, धानक समाज, युवा इंकलाब संगठन, शिक्षक समाज, पूर्व सैनिक संगठन के अतिरिक्त अनेक सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों ने भी मेजर जनरल अरविंद यादव का अभिनंदन किया व पगड़ी पहनाकर उनका स्वागत किया। इस दौरान भूतपूर्व सैनिक संघ के सदस्यों ने उनसे मांग की कि महेंद्रगढ़ में प्रत्येक एक-दो महीने में समाधान कैंप आयोजित किए जाएं, ताकि भूतपूर्व सैनिकों और वीरांगनाओं की समस्याओं का समाधान स्थानीय स्तर पर ही हो सके और उन्हें दिल्ली न जाना पड़े।

निकाली गई अभिनंदन यात्रा

अभिनंदन यात्रा महाराणा प्रताप चौक से प्रारंभ होकर राव तुलाराम चौक पहुंची, जहां उन्होंने राव तुलाराम की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर श्रद्धांजलि अर्पित की। इसके पश्चात यात्रा बस स्टैंड से गुजरते हुए यादव सभा परिसर पहुंची। यादव सभा परिसर में मेजर जनरल अरविंद यादव का पारंपरिक रूप से यादव सभा के पूर्व प्रधान अभयराम, हरिसिंह, महावीर डीपी, कप्तान सरजीत सिंह व पूर्व प्रधान राव रामकुमार ने मेजर जनरल अरविंद यादव का स्वागत किया। कार्यक्रम में यादव सभा द्वारा पगड़ी, प्रशस्ति पत्र, शाल व गुलदस्ता से मेजर जनरल अरविंद यादव का नागरिक अभिनंदन किया गया।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर यादव सभा के पूर्व प्रधान एडवोकेट अभयराम यादव, पूर्व बीईओ राजेंद्र सिंह यादव, कांग्रेस जिला अध्यक्ष सतबीर झूकिया, भाजपा किसान मोर्चा के जिला अध्यक्ष पवन खैरवाल, संजय राव, डॉ. कुलदीप खायरा, अमरजीत रिवासा, पूर्व जिला परिषद सदस्य कुलदीप सुरजनवास, प्रदीप मालडा, नवीन राव, समाजसेवी महेंद्र सिंह देवनगर, पूर्व सरपंच सत्यवीर यादव, नारनौल प्रेस क्लब प्रधान असीम राव, डॉ. रामपाल यादव सहित अनेक लोग उपस्थित रहे।

मेजर अरविंद यादव का गांव पहुंचने पर स्वागत

- गांव बड़कोदा की चौपाल में फहराया तिरंगा मेजर जनरल अरविंद यादव ने

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

ग्राम पंचायत बड़कोदा की ओर से गांव की चौपाल में तिरंगे झंडे की स्थापना की गई है। कार्यक्रम में भारतीय सेना के मेजर जनरल अरविंद यादव मुख्य अतिथि थे। इस अवसर पर ग्राम पंचायत की ओर से उनका नागरिक अभिनंदन भी किया गया। गांव की चौपाल में राष्ट्रीय ध्वज तिरंगे की स्थापना का भव्य कार्यक्रम आयोजित किया गया। मेजर जनरल अरविंद यादव के गांव पहुंचने पर ग्रामीणों व युवाओं ने उनका जोरदार स्वागत किया। उन्हें खुली गाड़ी में मोटरसाइकिलों के काफिले के साथ गांव में लाया गया, जहां जगह-जगह ग्रामीणों ने फूल बरसाकर उनका स्वागत किया।

कार्यक्रम के दौरान गांव की चौपाल में पूरे सम्मान के साथ तिरंगे झंडे की स्थापना की गई। इस अवसर पर ग्राम पंचायत बड़कोदा व ग्रामीणों की ओर से मेजर जनरल अरविंद यादव का नागरिक अभिनंदन भी किया गया।

ग्रामीणों को किया संबोधित

ग्रामीणों को संबोधित करते हुए मेजर जनरल अरविंद यादव ने युवाओं को देशभक्ति और राष्ट्रसेवा के लिए प्रेरित किया तथा कहा कि तिरंगा देश की एकता, अखंडता व गौरव का प्रतीक है। उन्होंने युवाओं से सेना में न सिर्फ जवान बल्कि अधिकारी के तौर पर भर्ती की तैयारी करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि हमारे बच्चों में टैलेंट की कमी नही है, सिर्फ उन्हें मौका मिलने का इंतजार है। उन्होंने युवाओं को नशे से दूर रहने की शपथ भी दिलवाई। इस मौके पर विकास बड़कोदा, हनुमान मास्टर, सरपंच प्रतिनिधि नरेंद्र, जितेंद्र पंच, महिपाल, पंच रामावतार, राजेंद्र, अधिवक्ता, अनिल, रविदत्त, सुरेंद्र शर्मा, सुंदरपाल मेहता, सुरेंद्र शर्मा आदि मौजूद रहे।

मांदी में शिक्षक प्रशिक्षण का हुआ समापन

- शिक्षकों को आधारित शिक्षा के बारे में जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

शिक्षा किसी भी राष्ट्र के विकास की आधारशिला होती है और इस आधारशिला को मजबूत बनाने में शिक्षकों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है।

इसी उद्देश्य से सेंट्रल बोर्ड ऑफ सेकेंडरी एजुकेशन (सीबीएसई) समय-समय पर शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित करता है। इन प्रशिक्षण कार्यक्रमों का मुख्य उद्देश्य शिक्षकों को नई शिक्षण विधियों, आधुनिक तकनीकों और बदलते पाठ्यक्रम के अनुसार तैयार करना है। बता दें कि सीबीएसई शिक्षक प्रशिक्षण के माध्यम से शिक्षकों को नवीन तकनीकों, छात्र केंद्रित शिक्षा और मूल्य आधारित शिक्षा के बारे में जानकारी दी जाती है।

इससे शिक्षक कक्षा में पढ़ाने के नए और रोचक तरीके सीखते हैं, जिससे विद्यार्थियों की सीखने की क्षमता और रुचि बढ़ती है। इन प्रशिक्षण कार्यक्रमों में शिक्षकों को डिजिटल शिक्षा, स्मार्ट क्लास और नई शिक्षा नीति के सिद्धांतों के बारे में भी बताया गया। सीबीएसई शिक्षक प्रशिक्षण का एक और महत्वपूर्ण पहलू यह है कि इसमें शिक्षकों के व्यावसायिक विकास और नेतृत्व क्षमता पर भी ध्यान दिया जाता है।

नारनौल। शिक्षा के देवी मां सरस्वती प्रतिमा के सामने एकजुट शिक्षकगण।

शिक्षकों ने अनुभव साझा किए

प्रशिक्षण के दौरान शिक्षकों ने आपस में अपने अनुभव साझा किए। रसायन शास्त्र प्रवक्ता राकेश कुमार प्रवक्ता, सीबीएसई रिसोर्स पर्सन के तौर पर इस शिक्षक–प्रशिक्षण कार्यक्रम में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा की व शिक्षकों के साथ विभिन्न विषयों पर प्रशिक्षणों के साथ अपने गहरे अनुभवों को साझा किया। चेयरमैन सोमवीर यादव ने भी अपने अनुभव शिक्षकों के सामने सांझा किए व कहा कि सीबीएसई का शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम वास्तव में विद्यार्थियों में जीवन के मूल्यों को शिक्षकों के माध्यम से विकसित करने का एक सशक्त माध्यम है। इस अवसर पर प्राचार्य आकाश शर्मा, उपप्राचार्य महेंद्र वशिष्ठ व अरविंद कुमार, दीपक कुमार व समस्त अध्यापकगण उपस्थित रहे।

पुलिस पुस्तकालय युवाओं के लिए बना बेहतरीन मंच

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

पुलिस लाइन में स्थित पुलिस पुस्तकालय उन युवाओं के लिए बेहतरीन मंच बन चुका है, जो अपने उज्ज्वल भविष्य की तैयारी में पूरी लगन के साथ जुटे हैं। जिस उच्च उद्देश्य के साथ इस पुस्तकालय की स्थापना की गई थी, आज यहां अध्ययनरत विद्यार्थी अपनी शानदार सफलताओं से उस मकसद को पूरी तरह सार्थक कर रहे हैं। इस पुस्तकालय में दर्ज हो रही उल्लेखनीय उपलब्धियों के पीछे पुलिस महानिदेशक अजय सिंघल की प्रेरणा व पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ का निर्देशन प्रमुख भूमिका निभा रहा है। यहां विद्यार्थियों की हर आधुनिक व शैक्षणिक जरूरत का विशेष ध्यान रखा गया है।

प्रतियोगी परीक्षाओं की पुस्तकों के साथ संचार कौशल को निखारने के लिए साहित्यिक व ऐतिहासिक संदर्भों की किताबें भी उपलब्ध हैं। इसके अतिरिक्त डिजिटल युग की आवश्यकता को समझते हुए कंप्यूटर के माध्यम से उच्च स्तरीय ऑनलाइन अध्ययन सामग्री भी मुहैया कराई गई है। जिसका सीधा प्रतिफल विद्यार्थियों की सफलताओं के रूप में सामने आ रहा है। इस शांत अध्ययन के माहौल का ही परिणाम है कि यहां पढ़ने वाले युवाओं ने विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं में न सिर्फ क्वालिफाई किया है, बल्कि सर्वोच्च अंक भी हासिल किए हैं।

नारनौल। पुस्कालय में पढ़ाई करते बच्चे। फोटो : हरिभूमि

थेराप्यूटिक्स एंड मॉलिक्यूलर न्यूट्रिशन पुस्तक का विमोचन

महेंद्रगढ़। पुस्तक का विमोचन करते विश्वविद्यालय कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार ने थेराप्यूटिक्स एंड मॉलिक्यूलर न्यूट्रिशन शीर्षक पुस्तक का औपचारिक विमोचन किया। यह पुस्तक हकेवि में पोषण जीवविज्ञान विभाग की सहायक आचार्य डॉ. अनीता कुमारी एवं डॉ. दीपिका द्वारा संपादित की गई है और इसका प्रकाशन वाइली प्रकाशन द्वारा किया गया है। पुस्तक के विमोचन के अवसर पर कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार ने संपादकों को बधाई दी।

संपादकों को दी बधाई

इस अवसर पर स्कूल ऑफ इंटरडिसिप्लिनरी एंड एप्लाइड साइंसेज के अधिष्ठाता प्रो. दिनेश कुमार गुप्ता, शोध अधिष्ठाता प्रो. नीलम सांगवान, शैक्षणिक (शैक्षणिक) प्रो. पवन कुमार मौर्य तथा पोषण जीवविज्ञान विभाग अध्यक्ष प्रो. उमेश कुमार ने भी संपादकों को इस महत्वपूर्ण शैक्षणिक उपलब्धि के लिए बधाई दी। पुस्तक के संपादकों ने बताया कि यह पुस्तक पोषण, बायोमेडिकल तथा स्वास्थ्य विज्ञान के क्षेत्र में कार्यरत शोधार्थियों, स्वास्थ्य विशेषज्ञों, पोषण विशेषज्ञों और विद्यार्थियों के लिए एक महत्वपूर्ण संदर्भ सामग्री के रूप में उपयोगी सिद्ध होगी।

अटाली में मनाया जल महोत्सव

- नहरी आधारित पेयजल व्यवस्था में अवशेष क्लोरीन की जांच करने की विधि को समझाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

क्षेत्र के गांव अटाली में सरपंच जीतपाल यादव की अध्यक्षता में जल महोत्सव पखवाड़ा मनाया गया। इस मौके पर ग्राम जल एवं सीवरेज समिति के सदस्य, पंच, आंगनबाड़ी वर्कर तथा अन्य ग्रामीण मौजूद रहे।

कार्यक्रम का उद्देश्य ग्रामीणों को जल संरक्षण, स्वच्छ पेयजल और जल जीवन मिशन के प्रति जागरूक करना रहा। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग एवं जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन के खंड संसाधन संयोजक धर्मेंद्र शामिल हुए। उन्होंने उपस्थित ग्रामीणों को संबोधित करते हुए जल जीवन मिशन के तहत चल रही योजनाओं, जल संरक्षण के उपायों तथा पेयजल की गुणवत्ता बनाए रखने के तरीकों की विस्तृत जानकारी दी।

मंडी अटेली। जल महोत्सव पखवाड़ा में जागरूक करते हुए। फोटो : हरिभूमि

शुद्ध पेयजल स्वास्थ्य के लिए बेहद आवश्यक है

शुद्ध पेयजल मानव स्वास्थ्य के लिए बेहद आवश्यक है और इसकी अनदेखी कई प्रकार की बीमारियों का कारण बन सकती है। जल एवं सीवरेज समिति के सदस्यों को उनके अधिकारों और जिम्मेदारियों के बारे में भी बताया। उन्होंने नहरी आधारित पेयजल व्यवस्था में अवशेष क्लोरीन की जांच करने की विधि समझाते हुए कहा कि नियमित रूप से पानी की गुणवत्ता की जांच करना जरूरी है, ताकि लोगों को सुरक्षित पेयजल मिल सके।उन्होंने ग्रामीणों को सलाह दी कि प्रत्येक उपभोक्ता अपने नल पर टोंटी लगाकर रखें, ताकि किसी भी प्रकार का जहरीला जीव नल में प्रवेश न कर सके और पानी सुरक्षित बना रहे। कार्यक्रम के दौरान समिति के सदस्यों और मोटर चालकों को जल जीवन मिशन की संचालक पुस्तिका और प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस पंचगण, समिति के सदस्य, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता एवं बड़ी संख्या में ग्रामीण मौजूद रहे।

अनुदान वाले ट्रैक्टरों की वेरिफिकेशन प्रक्रिया शुरू

नारनौल। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग की ओर से एसबी 89 स्कीम के तहत अनुसूचित जाति के किसानों को अनुदान पर उपलब्ध करवाए गए ट्रैक्टरों का 20 मार्च को सुबह 11 बजे रेवाड़ी रोड स्थित उप कृषि निदेशक कार्यालय परिसर में भौतिक सत्यापन किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए सहायक कृषि अभियंता दिनेश शर्मा ने बताया कि उक्त भौतिक सत्यापन उपायुक्त की अध्यक्षता में गठित जिला स्तरीय कमेटी की ओर से किया जाएगा। उन्होंने बताया कि जिले में उक्त स्कीम के तहत अनुसूचित जाति के 16 किसानों को 45 एचपी से अधिक के ट्रैक्टर पर विभाग की ओर से अधिकतम तीन लाख रुपये की दर से अनुदान दिया जाएगा। उक्त भौतिक सत्यापन के दौरान उस किसान को मौजूद होना जरूरी है, जिसके नाम से ट्रैक्टर पर अनुदान दिया जाना है। दिनेश शर्मा ने किसानों से आह्वान किया है कि वे 20 मार्च को सुबह 11 बजे कार्यालय में समय पर पहुंचकर अपने ट्रैक्टर की जिला स्तरीय कमेटी से भौतिक सत्यापन करवाएं।

मंडी अटेली। स्वास्थ्य मंत्री के निजी सचिव को मांग पत्र सौंपते ग्रामीण।

ग्रामीणों ने की कच्चे रास्तों को पक्का कराने की मांग

मंडी अटेली। क्षेत्र के गांव सलीमपुर के ग्रामीण कच्चे रास्तों को पक्का करवाने की मांग को लेकर स्वास्थ्य मंत्री के कार्यालय पहुंचकर उनके निजी सचिव विकास यादव से मुलाकात कर समस्या से अवगत कराया। ग्रामीणों ने बताया कि लंबे समय से रास्ते कच्चे होने के कारण लोगों को आवागमन में भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। ग्रामीणों के अनुसार सलीमपुर माइनर से गढ़ी की ओर जाने वाला करीब चार करम चौड़ा रास्ता एवं धनुंदा गांव से वाया सलीमपुर कारिया की ओर जाने वाला रास्ता आज भी कच्चा है। इन दोनों मार्गों के आसपास कई ढाणियां स्थित है। जहां काफी संख्या में लोग निवास करते हैं। रोजमर्रा के काम, खेती-बाड़ी और बच्चों के स्कूल जाने के लिए ग्रामीणों को इन्हीं रास्तों का सहारा लेना पड़ता है। बरसात के मौसम में इन कच्चे रास्तों की स्थिति और भी खराब हो जाती है। रास्ते में कीचड़ भर जाने के कारण पैदल चलना तक मुश्किल हो जाता है, वहीं दोपहिया व चारपहिया वाहन निकालना भी कठिन हो जाता है। इससे ग्रामीणों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ता है। ग्रामीणों ने मांग की कि दोनों रास्तों को जल्द से जल्द पक्का करवाया जाए ताकि आसपास की ढाणियों में रहने वाले लोगों को सुविधा मिल सके और आवागमन सुगम हो सके। निजी सचिव ने आश्वस्त किया कि उनकी मांग को संबंधित विभाग तक पहुंचाकर जल्द ही रास्ते को पक्का करवाने की प्रक्रिया शुरू करवाई जाएगी। इस मौके पर पूर्व सरपंच एवं जिला पार्षद प्रतिनिधि शमशेर सिंह, धर्मवीर, मातादीन, पप्पू, विजयपाल, बृजलाल, ओमप्रकाश उप सरपंच सहित अन्य ग्रामीण मौजूद रहे।

नागरिक अस्पताल में परिवार नियोजन कैंप आयोजित

महेंद्रगढ़। नागरिक अस्पताल में वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. जयप्रकाश के मार्गदर्शन में परिवार नियोजन कैंप आयोजित किया गया। पीपीसी इंचार्ज स्वास्थ्यकर्मी रणसिंह मालडा ने बताया कि कैंप में 13 महिलाओं ने परिवार नियोजन के लिए अपना रजिस्ट्रेशन करवाया, लैब जांच और महिला विशेषज्ञ डॉ. ज्योति शर्मा से जांच करवाने के उपरांत स्पेशलिस्ट सर्जन डॉ. कंवर सिंह चौहान ने 13 महिलाओं की नसबंदी ऑपरेशन किए। इस कैंप में विशेषज्ञ डॉ. मोनू यादव, नर्सिंग ऑफिसर सीता, ममता, शर्मिला, लैब टेक्नीशियन ऑफिसर संजय सैनी, दूलीचंद, विकास, संदेश, पुष्पा एएनएम, ओटीए पवन, अनिल, जितेंद्र, मोनिका, पूनम, वंदना आदि ने सहयोग किया।

अटेली मार्केट कमेटी का व्यवस्था बनाने पर जोर

सरसों खरीद से पहले ही तैयारियां हुईं तेज

किसानों को किसी प्रकार की परेशानी न हो इसके लिए मार्केट कमेटी कर रही तैयारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

अटेली मार्केट कमेटी में सरसों की सरकारी खरीद शुरू होने से पहले तैयारियों को अंतिम रूप दिया जा रहा है। किसानों को किसी प्रकार की परेशानी न हो इसके लिए मार्केट कमेटी द्वारा इस बार कई नई सुविधाएं उपलब्ध कराने की योजना बनाई गई है। मंडी प्रशासन का प्रयास है कि सरसों की फसल बेचने आने वाले किसानों को बेहतर व्यवस्थाएं मिलें और खरीद प्रक्रिया सुचारू रूप से संचालित हो सके। इस बार अटेली मार्केट कमेटी में पहली बार किसानों के लिए शुद्ध व ठंडे कैंपर का पानी उपलब्ध कराया जाएगा। गर्मी के मौसम को देखते हुए यह विशेष व्यवस्था की जा रही है, ताकि मंडी में फसल बेचने आने वाले किसानों को पीने के पानी की समस्या का सामना न करना पड़े। मंडी परिसर में जगह-जगह ठंडे पानी के कैंपर लगाए जाएंगे, जिससे किसान आसानी से स्वच्छ एवं ठंडा पानी पी सकेंगे। इसके साथ ही मंडी परिसर में सफाई व्यवस्था पर भी विशेष ध्यान दिया जा रहा है। किसानों की सुविधा के लिए मंडी में अटल कैंटीन के माध्यम से सस्ती दरों पर भोजन की सुविधा उपलब्ध रहेगी। यहां किसानों को 10 रुपये में भरपेट भोजन दिया जाएगा। इस सुविधा का उद्देश्य दूर-दराज से आने वाले किसानों को मंडी में दिनभर रहने के दौरान भोजन की चिंता से मुक्त करना है।

मंडी अटेली। तैयारियों को लेकर विचार-विमर्श करते चेयरमैन दिनेश

ये बोले चेयरमैन दिनेश

चेयरमैन दिनेश जेलदार ने बताया कि किसानों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए मंडी में साफ-सफाई, पेयजल, बैठने की व्यवस्था पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। इसके अलावा फसल की ढुलाई, तुलाई एवं खरीद प्रक्रिया को व्यवस्थित ढंग से संचालित करने के लिए कर्मचारियों को आवश्यक निर्देश दिए गए हैं, ताकि किसानों को किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। उन्होंने कहा कि सरकार की मंशा के अनुसार किसानों को उनकी फसल का उचित मूल्य दिलाने के साथ-साथ मंडी में बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराना भी प्रशासन की प्राथमिकता है। इस मौके पर अकाउंटेंट विपिन कुमार एवं पंकज गौड़ भी उपस्थित रहे।

महेंद्रगढ़। विद्यार्थियों को जागरूक करती डॉ. पविता राव। फोटो : हरिभूमि

बाल विवाह जागरूकता पर सेमिनार में दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

राजकीय महाविद्यालय में यूथ रेडक्रॉस एवं जेंडर स्टडी समिति के संयुक्त तत्वावधान में राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस पर तथा बाल विवाह के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से एक जागरूकता सेमिनार आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने भाग लेते हुए विषय से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय की कार्यवाहक प्राचार्या डॉ. पविता यादव द्वारा किया गया। उन्होंने विद्यार्थियों को बाल विवाह के दुष्प्रभावों के बारे में जागरूक करते हुए बताया कि बाल विवाह एक गंभीर सामाजिक कुरीति है, जो बच्चों के स्वास्थ्य, शिक्षा और उनके समग्र विकास पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे समाज में इस कुरीति के खिलाफ जागरूकता फैलाने में सक्रिय भूमिका निभाएं।

कप्तान नौरंग सिंह की श्रद्धांजलि सभा संपन्न

महेंद्रगढ़। गांव भगड़ाना निवासी कप्तान नौरंग सिंह यादव की श्रद्धांजलि सभा और रस्म पगड़ी का कार्यक्रम संपन्न हुआ, जिसमें केवल आसपास ही नहीं बल्कि दूर-दराज के सैंकड़ों गांवों से हजारों लोगों ने पहुंचकर उन्हें श्रद्धा सुमन अर्पित किए। उसके उपरांत उनके बेटे कप्तान कुशल सिंह यादव को पगड़ी बांधकर उनके परिवार का उत्तराधिकारी नियुक्त किया गया। नौरंग सिंह के पोते सामाजिक कार्यकर्ता अनिल भगड़ाना ने बताया कि छह मार्च को साढ़े 98 वर्ष की आयु में कप्तान नौरंग सिंह यादव का स्वर्गवास हो गया था।

राजकीय प्राथमिक स्कूल सुराणा जिला महेंद्रगढ

राजकीय प्राथमिक स्कूल सुराणा , महेंद्रगढ़ की विद्यालय प्रबंधन समिति अपने विद्यालय के विकास हेतु विद्यालय में कुछ काम जैसे 5 KW सोलर पैनल, स्मार्ट बोर्ड, कॉन्फ्रेंस वीडियो सिस्टम, कॉन्फ्रेंस टेबल CCTV Camera , झूले, पेड़ पौधे आदि करवाने की आवश्यकता है। अतः रजिस्टर्ड सर्विस प्रोवाइडर जो अपनी सेवा देना चाहते हैं वे दिनांक 22.03.2026 तक अपनी निविदाएं राजकीय प्राथमिक स्कूल सुराना में जमा करवाएं। उक्त कार्य से Terms & Conditions आप Email Id gpssurana@gmail-com से एवं उक्त कार्यालय से किसी भी कार्य दिवस में प्राप्त कर सकते हैं। उक्त निविदाएं 23.03.2026 को राजकीय प्राथमिक विद्यालय सुराणा में प्रातः 11 बजे विद्यालय प्रबंधन समिति की उपस्थिति में खोली जाएगी।

खबर संक्षेप

फील्ड ट्रेनर्स के लिए प्रशिक्षण शिविर शुरू

नारनौल। जनगणना 2027 को लेकर सोमवार को पंचायत भवन में फील्ड ट्रेनर्स के लिए तीन दिवसीय प्रशिक्षण शिविर का शुभारंभ किया गया। मास्टर ट्रेनर्स सतीश कुमार व डॉ. संदीप बूरा ने जनगणना की बारीकियां समझाई। पहले दिन इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में जिले में जनगणना कार्य को प्रभावी ढंग से संपन्न कराने के उद्देश्य से 38 फील्ड ट्रेनर्स को प्रशिक्षण दिया जा रहा है। यह प्रशिक्षण शिविर अगले तीन दिनों तक चलेगा। जिसमें जनगणना से संबंधित विभिन्न प्रक्रियाओं व तकनीकी पहलुओं की जानकारी दी जाएगी। प्रशिक्षण शिविर में अधिकारियों ने बताया कि जनगणना 2027 को आधुनिक तकनीक के साथ आयोजित किया जाएगा और इसमें डिजिटल माध्यमों का उपयोग किया जाएगा।

बुआ के घर आए किशोर की सड़क हादसे में मौत

नारनौल। परीक्षा देकर छुट्टियां मनाने अपनी बुआ के घर आए एक 14 वर्षीय लाडले की इक्को गाड़ी द्वारा टक्कर मारने से दर्दनाक मौत हो गई। मामला गोद बलाहा बस स्टैंड का है। जानकारी के अनुसार झुंझनूं जिला के सोनासर गांव की अहीरों की ढाणी निवासी करीब 14 वर्षीय प्रीत्तम कुमार यादव पुत्र विजय यादव अपनी वार्षिक परीक्षा खत्म होने उपरांत छुट्टियां मनाने अपनी बुआ जी के घर गांव दोचाना आया हुआ था। आज सवेरे वह अपने फूफाजी एवं उसके बेटे के साथ गोद गांव के बस स्टैंड पर दूध लेने आया हुआ था।

महिला कॉलेज की छात्राएं टॉप 10 में शामिल

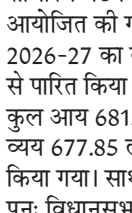
नारनौल। राजकीय महिला महाविद्यालय की एमए इतिहास प्रथम सेमेस्टर की पांच छात्राओं ने यूनिवर्सिटी लेवल की टॉप 10 पोजीशन में से पांच पोजीशन प्राप्त करके गौरव को बढ़ाया है। इंदिरा गांधी यूनिवर्सिटी मीरपुर की ओर से जारी एमए इतिहास प्रथम सेमेस्टर की टॉपर लिस्ट में महाविद्यालय की छात्राओं ने बहुत ही शानदार प्रदर्शन करते हुए टॉप 10 पोजीशन में द्वितीय, सातवीं, आठवीं, नौवीं व 10वीं यूनिवर्सिटी पोजीशन हासिल की है। जिसमें रिंकु पुत्री देवराज ने 8.46 एसजीपीए के साथ द्वितीय स्थान हासिल किया है।

नपा कनीना की बैठक आयोजित

कनीना। नगर पालिका की साधारण बैठक सोमवार को आयोजित की गई। जिसमें वर्ष 2026-27 का बजट सर्वसम्मति से पारित किया गया। इस बजट में कुल आय 681.75 लाख व कुल व्यय 677.85 लाख प्रस्तावित किया गया। साथ ही कनीना को पुनः विधानसभा क्षेत्र बनाने का प्रस्ताव भी सर्वसम्मति से पास किया गया। इसके अलावा शहर के विकास कार्यों पर चर्चा की गई और अनेक विकास कार्यों को मंजूर किया गया। बैठक की अध्यक्षता नगर पालिका चेयरपर्सन डॉ. रिंपी लोढ़ा ने की। इस मौके पर नगर पालिका सचिव कपिल कुमार सहित नगर पार्षद मौजूद थे।

डॉ. कृति यादव को एशिया अवॉर्ड से किया सम्मानित

नारनौल। लोकसंस्कृति संरक्षण प्रकोष्ठ हरियाणा की ग्लोबल सदस्य व अटेली खंड के गांव गणियार निवासी रिटायर्ड डीएसपी विजयपाल सिंह यादव की दोहती व हरियाणा की बेटी डॉ. कृति यादव को हांगकांग में प्रतिष्ठित एशिया एनर्जी अवॉर्ड मिला है। डॉ. कृति यादव को हांगकांग में आयोजित द बैटरी शो एशिया 2026 में विमेन लीडर्स इन एनर्जी राइजिंग स्टार अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। पूरे एशिया प्रशांत क्षेत्र से चुनी गई आठ महिलाओं में वह एकमात्र भारतीय संस्थापक हैं। डॉ. कृति यादव डीप टेक कंपनी जेनफिनिटी एनर्जी की सीईओ हैं। ऐसे समय में जब भारत ईवी बैटरी तकनीक का आयात करता है, उनकी कंपनी भारतीय मौसम व सड़कों के अनुकूल लंबी उम्र वाली स्मार्ट बैटरियां बना रही है।



खेतों में पड़ी किसानों की कटाई की गई सरसों व पकाव पर गेहूं की फसल

मौसम में आए बदलाव ने बढ़ाई किसानों की चिंता, फसलों में नुकसान की संभावना

- मौसम विभाग का पूर्वानुमान 18 को सक्रिय होगा एक नया मध्यम श्रेणी का पश्चिमी विक्षोभ 19 से 21 मार्च तक तेज हवाओं के साथ बारिश की संभावना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

मौसम के अचानक बदलते रुख ने किसानों की चिंता बढ़ा दी है। इन दिनों खेतों में बड़ी संख्या में सरसों की कटाई की जा चुकी है और फसल खेतों में ही सूखने के लिए पड़ी हुई है। वहीं दूसरी ओर गेहूं की फसल भी पकाव की ओर बढ़ रही है। ऐसे में मौसम विभाग की ओर से अगले कुछ दिनों में बारिश व तेज हवाओं की संभावना जताए जाने से किसान चिंतित दिखाई दे रहे हैं।

मौसम विभाग के अनुसार 18 मार्च से एक नया मध्यम श्रेणी का पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने जा रहा है। जिसके प्रभाव से 19 से 21 मार्च के बीच क्षेत्र में तेज हवाओं के साथ बारिश होने की संभावना है। यदि इस दौरान बारिश होती है, तो खेतों में पड़ी सरसों की फसल को भारी नुकसान हो सकता है। कई किसानों ने अभी तक फसल को पूरी तरह से उठाकर सुरक्षित स्थानों पर नहीं रखा है। किसानों का कहना है कि सरसों की कटाई के बाद फसल को कुछ समय के लिए खेतों में ही सुखाया जाता है, लेकिन यदि इस दौरान बारिश हो जाए, तो दाने खराब हो सकते हैं और उत्पादन में गिरावट आ सकती है। इसके अलावा गेहूं की फसल इस समय दाने भरने व पकने की अवस्था में है। तेज हवाओं व बारिश से गेहूं की फसल गिरने का भी खतरा बना हुआ है, जिससे पैदावार पर असर पड़ सकता है। किसानों ने बताया कि पिछले कुछ दिनों से मौसम में हल्का बदलाव महसूस किया जा रहा है।

नारनौल। खेत में पड़ी कटाई की गई सरसों की फसल। फोटो : हरिभूमि

क्या कहते हैं मौसम विशेषज्ञ

मौसम विशेषज्ञ डॉ. चन्द्र मोहन ने बताया कि 17-18 मार्च को मौसम शुष्क रहने की संभावना है। इसके बाद एक नया सशक्त व मध्यम श्रेणी का पश्चिमी विक्षोभ उत्तरी पर्वतीय क्षेत्रों पर सक्रिय होने से हरियाणा एनसीआर दिल्ली में 18 से 21 मार्च के दौरान कहीं-कहीं तेज गति की हवाओं, अंधड़-आंधी (30-40 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से हवाएं चलने) व हल्की बारिश, बूंदाबांदी तथा ओलावृष्टि होने की संभावना है। जिसका सम्पूर्ण मैदानी राज्यों विशेषकर हरियाणा एनसीआर दिल्ली में अधिकतर स्थानों पर असर देखने को मिलेगा। ऐसे में कृषि फसलों में नुकसान की आंशका को नकारा नहीं जा सकता।

किसानों को रहना होगा सतर्क

कृषि विशेषज्ञों का कहना है कि किसानों को मौसम के पूर्वानुमान को ध्यान में रखते हुए सावधानी बरतनी चाहिए और कटाई की गई फसल को सुरक्षित स्थानों पर रखने का प्रयास करना चाहिए, साथ ही गेहूं की फसल की भी निगरानी करते रहना जरूरी है, ताकि किसी भी संभावित नुकसान से बचा जा सके। मौसम विभाग के अनुसार आने वाले दिनों में मौसम का रुख पूरी तरह पश्चिमी विक्षोभ की गतिविधियों पर निर्भर करेगा। यदि इसकी तीव्रता बढ़ती है, तो क्षेत्र में तेज हवाओं व बारिश की संभावना और भी बढ़ सकती है। ऐसे में किसान आने वाले दिनों को लेकर सतर्क नजर आ रहे हैं।

डीसी कैप्टन मनोज कुमार ने एलपीजी वितरण को लेकर अधिकारियों की बैठक

6442 ऑनलाइन बुकिंग, 6182 की डिलीवरी 4178 सिलेंडर का रविवार तक क्लोजिंग बैलेंस

- महेंद्रगढ़ जिले में सुचारू है घरेलू एलपीजी का वितरण : उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के दिशानिर्देशों के जिला प्रशासन ने अस्पतालों, छात्रावासों तथा शैक्षणिक संस्थानों जैसे महत्वपूर्ण आयोजनों के लिए आवश्यकतानुसार व्यावसायिक एलपीजी की निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित करने का निर्णय लिया है। इसी कड़ी में उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने सोमवार को लघु सचिवालय में विभिन्न विभागों के अधिकारियों की बैठक लेकर इस संबंध में आवश्यक दिशानिर्देश जारी किए।

बैठक के दौरान डीसी ने खाद्य नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग की ओर से जारी पत्र का हवाला देते हुए स्पष्ट किया कि आवश्यक सेवाओं और सामाजिक कार्यों के लिए गैस आपूर्ति में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी तथा उन्होंने संबंधित अधिकारियों को हर रोज की रिपोर्ट उपायुक्त कार्यालय भेजने के निर्देश दिए हैं।

जिले में घरेलू गैस वितरण की स्थिति की समीक्षा करते हुए उपायुक्त ने बताया कि जिले में एलपीजी का वितरण पूरी तरह से सुचारू रूप से चल रहा है। 15 मार्च के आंकड़ों के अनुसार जिले की विभिन्न गैस एजेंसियों के पास दिन की शुरूआत में 4313 सिलेंडर का स्टॉक मौजूद था। आज विभिन्न प्लांटों से 6047 नए सिलेंडर प्राप्त हुए, जिससे जिले में कुल स्टॉक की उपलब्धता 10360 सिलेंडरों तक पहुंच गई। उन्होंने बताया कि 15 मार्च को जिलेभर में कुल 6442 ऑनलाइन बुकिंग प्राप्त हुई थी, इसके मुकाबले विभिन्न गैस एजेंसियों की ओर से तत्परता दिखाते हुए कुल 6182 सिलेंडरों की डिलीवरी सफलतापूर्वक सुनिश्चित की गई है।

नारनौल। छापेमारी के दौरान पकड़े गए सिलेंडर। फोटो : हरिभूमि

तीसरे दिन भी विभाग की छापेमारी, 12 सिलेंडर बरामद

नारनौल। जिला प्रशासन ने अवैध गैस रिफिलिंग और घरेलू सिलेंडरों के व्यावसायिक इस्तेमाल के खिलाफ अपनी कार्रवाई और तेज कर दी है। इसी कड़ी में खाद्य एवं आपूर्ति विभाग की टीमों ने आज लगातार तीसरे दिन भी जिले के विभिन्न क्षेत्रों में सघन छापेमारी की। विभाग की टीम ने नारनौल शहर के मुख्य बाजारों, हलवाई की दुकानों और ढाबों पर अपनी दबिश जारी रखी। सहायक खाद्य आपूर्ति नियंत्रक अरुण सैनी ने स्पष्ट किया कि यह अभियान भविष्य में भी निरंतर जारी रहेगा और घरेलू गैस का कमर्शियल उपयोग किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। उन्होंने चेतावनी दी कि नियमों का उल्लंघन न केवल कानूनन अपराध है, बल्कि सुरक्षा की दृष्टि से भी बेहद जोखिम भरा है।

सरकार के निर्देश पर जिला में कमेटी गठित

हरियाणा सरकार के निर्देश पर गैस वितरण को लेकर उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार की अध्यक्षता में एक कमेटी का गठन किया गया है। कमेटी के पास डिमांड अनुसार सभी गैस तेल कंपनियों को कमर्शियल गैस सिलेंडर की मांग की जाएगी। उसी हिसाब से गठित कमेटी की ओर से निर्णय लिया जाएगा कि कमर्शियल गैस सिलेंडर का वितरण किस हिसाब से किया जाए। उन्होंने बताया कि जिले में घरेलू गैस कनेक्शन 241535 व कमर्शियल के कनेक्शन 65 है।

बैठक में ये रहे मौजूद

इस बैठक में डीएसपी भारत भूषण, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. अशोक कुमार, जिला खाद्य एवं पूर्ति नियंत्रक सावित्री देवी, सहायक खाद्य आपूर्ति अधिकारी अरुण सैनी, जिला शिक्षा अधिकारी विश्वेश्वर कौशिक के अलावा अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

गैस सिलेंडरों का व्यवसायिक इस्तेमाल की रिपोर्ट पर प्रशासन सख्त, 8 सिलेंडर जब्त

नांगल चौधरी। गैस एजेंसियों पर उपभोक्ताओं की लंबी कतार है, दूसरी तरफ घरेलू गैस सिलेंडरों का धड़ल्ले से कमर्शियल हो रहा है। शिकायत मिलने पर जिला उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने तहसीलदार के नेतृत्व में छापेमार टीम गठित की। जिसने सुबह 11 बजे नांगल चौधरी के होटल व रेहड़ियों पर दबिश दी। भनक लगते ही होटल संचालकों में भगदड़ मच गई तथा 20 मिनट में अधिकांश होटलों की शटर नीचे हो गई। कार्रवाई के दौरान टीम ने पांच दुकानों पर दबिश देकर आठ सिलेंडर जब्त किए हैं। आपको बता दें कि बीते 15 दिनों से गैस एजेंसियों पर उपभोक्ताओं की भीड़ उमड़ रही है। गैस किल्लत होने के डर से जमाखोरी की शिकायतें बढ़ गई। जिस कारण जरूरतमंद उपभोक्ताओं की दैनिक दिनचर्या प्रभावित होने लगी है। डिमांड बढ़ने पर जिला प्रशासन ने कमर्शियल सिलेंडरों की बुकिंग पर रोक लगा दी तथा घरेलू सिलेंडरों की बुकिंग 25 दिन के अंतराल पर संभव है। ऐसे में होटल संचालकों की परेशानी बढ़ गई और उन्होंने घरेलू गैस का इस्तेमाल करना आंरभ कर दिया। एक होटल पर रोजाना 4.5 सिलेंडर खाली होते हैं, जिससे उपभोक्ताओं की सप्लाई प्रभावित होने लगी है। शिकायतें मिलने पर उपायुक्त ने विभागीय अधिकारियों की मीटिंग बुलाई तथा कालाबाजारी व अवैध इस्तेमाल रोकने के निर्देश दिए हैं। नायब तहसीलदार की अगुवाई में खाद्य आपूर्ति विभाग के निरीक्षक सचिन कुमार, उप निरीक्षक अशोक कुमार ने सुबह 11 बजे छापेमारी अभियान चलाया। सबसे पहले टीम निजामपुर रोड पर रेहड़ी तथा होटल का निरीक्षण किया। यहां तीन सिलेंडरों का कमर्शियल इस्तेमाल होता पाया, जिन्हें जब्त करके टीम नारनौल रोड पर पहुंची। करीब पांच दुकानों पर दाबिश देने की प्रक्रिया पूरी हो पाई थी, इस दौरान शहर में भगदड़ की स्थिति उत्पन्न हो गई। कई होटल संचालकों ने आनन फानन में घरेलू सिलेंडरों को हटाकर कमर्शियल सिलेंडरों पर खाना पकाना शुरू कर दिया। कई दुकानदार शटर को बंद करके इधर उधर बैठ गए। करीब एक घंटे तक इधर उधर दबिश देने के बाद टीम वापस लौट गई। कार्रवाई के दौरान आठ घरेलू सिलेंडरों का गलत इस्तेमाल होता पाया, जिन्हें जब्त करके एजेंसी को सौंप दिया।

30 मार्च को मनेगा विष्णु भगवान मंदिर का 44वां स्थापना दिवस

महेंद्रगढ़। श्री विष्णु सेवा समिति की एक आवश्यक बैठक का आयोजन रेलवे रोड स्थित श्री विष्णु भगवान मंदिर परिसर में किया गया। बैठक की अध्यक्षता समिति प्रधान मनोहर लाल झूकिया ने की। बैठक में समिति के सभी पदाधिकारियों एवं सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया तथा आगामी कार्यक्रमों को लेकर विस्तृत चर्चा की गई। बैठक के दौरान सर्वसम्मति से निर्णय लिया गया कि 30 मार्च को श्री विष्णु भगवान मंदिर का 44वां स्थापना दिवस मंदिर परिसर में बड़े हर्षोल्लास एवं श्रद्धा भाव के साथ मनाया जाएगा। इस अवसर पर प्रातः 7:15 बजे मंदिर परिसर में विधि-विधान के साथ हवन-यज्ञ का आयोजन किया जाएगा तथा कार्यक्रम के अंत में श्रद्धालुओं के लिए प्रसाद वितरण किया जाएगा। समिति के सदस्यों ने यह भी निर्णय लिया कि स्थापना दिवस के अवसर पर मंदिर परिसर को भव्य एवं आकर्षक रूप से सजाया जाएगा। साथ ही विशेष पूजा-अर्चना, भजन-कीर्तन एवं अन्य धार्मिक कार्यक्रमों का भी आयोजन किया जाएगा, जिसमें क्षेत्र के श्रद्धालु बड़ी संख्या में भाग लेंगे। मंदिर प्रभारी शंकर ने बताया कि हर वर्ष मंदिर का स्थापना दिवस बड़ी श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया जाता है।

यदुवंशी स्कूल में छात्रवृत्ति परीक्षा आयोजित

महेंद्रगढ़। यदुवंशी शिक्षा निकेतन स्कूल में चेयरमैन छात्रवृत्ति परीक्षा आयोजित की गई। यदुवंशी ग्रुप के डायेक्टर विजय सिंह ने बताया कि इस परीक्षा में आसपास के क्षेत्र से हजारों की संख्या में मेधावी विद्यार्थियों ने भाग लिया। इस छात्रवृत्ति परीक्षा में कक्षा पहली से 12वीं तक के विद्यार्थियों ने प्रतिभागिता की। परीक्षा प्रातः 10 बजे शुरू हुई, जिसमें सभी विद्यार्थियों ने उत्साह के साथ परीक्षा दी। परीक्षा में शामिल होने आए विद्यार्थियों और उनके अभिभावकों का विद्यालय द्वारा स्वागत किया गया। ग्रुप चेयरमैन राव बहादुर सिंह ने कहा कि छात्रवृत्ति परीक्षा का उद्देश्य प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करना और उन्हें आगे बढ़ने के अवसर प्रदान करना है। वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव ने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया व उनके उज्ज्वल भविश्य के लिए शुभकामनाएं दी।

लिटिल चैंमप्स प्ले स्कूल का परीक्षा परिणाम घोषित

- परीक्षा में प्रथम, द्वितीय व तृतीय आने वाले छात्रों को मोमेंटो से किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

लिटिल चैंमप्स प्ले स्कूल मिश्रवाड़ा में परीक्षा परिणाम घोषित किया गया। सर्वप्रथम विद्यालय की मुख्य अध्यापिका आशा मान ने मां सरस्वती के आगे दीप प्रज्वलित करके कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इसके बाद सभी कक्षाओं का परीक्षा परिणाम क्रमशः कक्षावार सुनाया गया। विद्यालय का परीक्षा परिणाम बहुत ही शानदार रहा। परीक्षा में प्रथम, द्वितीय व तृतीय आने वाले छात्रों को मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया। मुख्य अध्यापिका ने कहा कि विद्यालय बच्चों में पढ़ाई के साथ-साथ अच्छे संस्कार देने के लिए प्रयासरत है, क्योंकि विद्यालय में सभी बच्चों को पढ़ाई के साथ-साथ अच्छे संस्कार सिखाते ही है तथा घर पर भी हमें अच्छे संस्कार देने के लिए प्रेरित करना चाहिए। विद्यालय के चेयरमैन डॉ. संजय मान एडवोकेट ने सभी अभिभावकों का स्कूल प्रांगण में पहुंचने पर स्वागत किया। इस मौके पर शालू सैनी, निशा सैनी, रिंकी संघी, रंजना सोनी, ज्योति सोनी, कुंता देवी आदि उपस्थित थे।

नारनौल। विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

केंद्रीय विवि में रेजांगला पार्क बनाने के लिए सांसद को सौंपा मांग पत्र

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में रेजांगला पार्क स्थापित करने के लिए सांसद धर्मबीर सिंह ने केंद्रीय शिक्षा मंत्री को पत्र लिखा है। इस बारे में अधिक जानकारी देते हुए विकास एवं निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा ने बताया कि देश के आजाद होने के बाद से जितने भी युद्ध हुए हैं उनमें रेजांगला सबसे विपरीत परिस्थितियों में लड़े गए युद्धों में से एक है। सन 1962 में 18 नवंबर को लड़े गए इस युद्ध में 13 कुमाऊ रेजीमेंट की चार्ली कंपनी के 120 जवानों ने चीनी सेना के लगभग पांच हजार सैनिकों का मुकाबला किया था। बताते हैं कि इस युद्ध में चीनी सेना के लगभग 1300 सैनिक मार दिए गए थे। भारतीय सेना के भी 114 जवानों ने अपने प्राणों का बलिदान दिया था। इन बलिदान देने वाले जवानों में अधिकांश अहीरवाल क्षेत्र के रेवाड़ी व महेंद्रगढ़ जिले से ही थे। इसी विषय को लेकर दिल्ली निवास पर सांसद से मुलाकात कर केन्द्रीय विश्वविद्यालय में रेजांगला पार्क स्थापित करने का निवेदन किया। इस पर सांसद धर्मबीर सिंह ने मौके पर ही अपनी सैद्धांतिक सहमति जताते हुए केंद्रीय शिक्षा मंत्री को पत्र लिखकर इस कार्य को सिरे चढ़ाने का अनुरोध किया है। संदीप मालड़ा ने बताया कि केन्द्रीय विश्वविद्यालय में रेजांगला पार्क स्थापित होने से यहां पढ़ने वाले विद्यार्थियों को इस गौरवशाली युद्ध एवं इसमें जान देने वाले योद्धाओं के बारे में और अधिक जानकारी मिलेगी तथा आने वाली पीढ़ियों को वीरता की प्रेरणा मिलेगी।

2025 में एक विश्वकप जीत के लिए सीएम ने महिला क्रिकेटर को 1.5 करोड़ से सम्मानित किया था

वैभव सूर्यवंशी को 50 लाख रुपये का नगद पुरस्कार देकर किया था सम्मानित

खिलाड़ी कनिष्क चौहान को सम्मानित करने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

बहुजन समाज पार्टी के जिला खेल प्रकोष्ठ ने हरियाणा सरकार से अंडर 19 क्रिकेट वर्ल्ड कप 2026 की विजेता भारतीय टीम के हरियाणा निवासी ऑलराउंडर खिलाड़ी कनिष्क चौहान को सम्मानित करने की मांग की है। उक्त मांग धनौन्दा में आयोजित खेल प्रकोष्ठ के कार्यकर्ताओं की बैठक में सर्वसम्मति से प्रस्ताव पास कर उठाई गई। बसपा नेता अतरलाल ने मुख्य अतिथि के तौर पर बैठक में भाग लिया तथा अध्यक्षता खेल प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ. मुकेश तंवर ने की।

बैठक में मुख्य अतिथि अतरलाल ने कहा कि अंडर 19 वर्ल्ड कप 2026 की विजेता भारतीय टीम में हरियाणा के इकलौते खिलाडी झज्जर जिला के कुलाना गांव निवासी कनिष्क चौहान ने वर्ल्ड कप की जीत में महत्वपूर्ण भूमिका निभाकर हरियाणा का नाम रोशन किया है। उन्हें अनेक स्थानों पर ग्रामीणों की ओर से सम्मानित किया जा रहा है, लेकिन हरियाणा सरकार की तरफ से अभी तक उनको सम्मानित न किए जाने और न ही उनके लिए कोई नगद ईनाम की घोषणा किए जाने से प्रदेश के खिलाड़ियों तथा जनता में भारी रोष व्याप्त है। उन्होंने कहा कि हरियाणा सरकार की ओर से क्रिकेट वर्ल्डकप अथवा प्रमुख अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिता जीतने वाले खिलाड़ियों को 1.5 करोड़ से छह करोड़ रुपये का नगद ईनाम देने की नीति बनाई हुई है। 2025 में एक विश्वकप जीत के लिए मुख्यमंत्री ने एक महिला क्रिकेटर को 1.5 करोड़ रुपये का नगद पुरस्कार देकर सम्मानित किया था। अभी हाल में बिहार सरकार ने भी अंडर 19 क्रिकेट वर्ल्डकप की विजेता टीम के बिहार निवासी खिलाड़ी वैभव सूर्यवंशी को 50 लाख रुपये का नगद पुरस्कार देकर सम्मानित किया है।

नारनौल। खेल प्रकोष्ठ की बैठक में प्रस्ताव पास करते सदस्य।

कनिष्क को करें सम्मानित

हरियाणा सरकार को भी खिलाड़ी कनिष्क चौहान को छह करोड़ रुपये नगद ईनाम व प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित करना चाहिए। उन्होंने कहा कि कनिष्क चौहान ने जिम्बाब्वे में खेले गए अंडर 19 वर्ल्ड कप के फाइनल में इंग्लैंड के खिलाफ शानदार पारी खेलते हुए 20 गेंदों में तीन चौके व एक छक्के की मदद से नाबाद 37 रन बनाकर भारतीय टीम का स्कोर 411 तक पहुंचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इसके बाद गेंदबाजी में भी शानदार प्रदर्शन करते हुए दो विकेट हासिल किए तथा इंग्लैंड की तरफ से शतक बनाने वाले फाल्कनर जैसे जमे हुए बल्लेबाज को आउट कर टीम इंडिया की जीत को सुनिश्चित कर दिया।

हकेंवि में एमफार्म फार्मास्यूटिक्स के नए पाठ्यक्रम की होगी शुरुआत

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के फार्मास्यूटिकल साइंस विभाग को शैक्षणिक सत्र 2026-27 से एमफार्म फार्मास्यूटिक्स में नई स्नातकोत्तर विशेषज्ञता शुरू करने के लिए फार्मेसी काउंसिल ऑफ इंडिया पीसीआई से स्वीकृति प्राप्त हुई है। इस कार्यक्रम में 15 विद्यार्थियों का प्रवेश लिया जाएगा। यह स्वीकृति पीसीआई द्वारा एक मार्च को जारी निर्णय पत्र के माध्यम से प्रदान की गई है। इसके साथ ही विश्वविद्यालय को शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए एमफार्म फार्माकोलॉजी में 12 सीटों तथा एमफार्म फार्माकोग्नोसी में छह सीटों के लिए भी निरंतर स्वीकृति प्राप्त हुई है। इस अवसर पर विभाग को बधाई देते हुए कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार ने कहा कि यह नया कार्यक्रम विश्वविद्यालय की गुणवत्तापूर्ण फार्मास्यूटिकल शिक्षा के विस्तार तथा स्वास्थ्य एवं औषधि उद्योग के लिए दक्ष पेशेवर तैयार करने की प्रतिबद्धता को दर्शाता है। कुलपति ने विभाग के शिक्षकों, शिक्षणेतर कर्मचारियों तथा प्रशासनिक नेतृत्व के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि उनके सामूहिक प्रयासों से नियामकीय प्रक्रिया को सफलतापूर्वक पूरा करते हुए फार्मेसी काउंसिल ऑफ इंडिया से यह स्वीकृति प्राप्त की गई है। इस उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए औषधि विज्ञान विभाग के अध्यक्ष प्रो. विपन कुमार परिहार ने कहा कि फार्मास्यूटिक्स विशेषज्ञता के प्रारंभ होने से औषधि निर्माण ड्रग फॉर्मुलेशन तथा आधुनिक ड्रग डिलीवरी सिस्टम जैसे क्षेत्रों में उन्नत अध्ययन और अनुसंधान को और अधिक मजबूती मिलेगी।