हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, मंगलवार 14 जुलाई 2026

11 अनुसूचित जाति के प्लॉट धारकों का अभी तक...

12 सड़क निर्माण का टेंडर लिया 4 माह बाद भी नहीं किया काम

नांगल चौधरी रोड स्थित ऐतिहासिक स्मारक में नहर से भरा जा रहा पानी

सूखे जल महल में पानी भरना शुरू, मुगलकालीन धरोहर का निखरेगा ऐतिहासिक वैभव, सौंदर्यीकरण के साथ पर्यटन को मिलेगा नया आयाम

राजकुमार ⏭ नारनौल

करीब साढ़े चार शताब्दियों से इतिहास का मौन साक्षी बने नारनौल के मुगलकालीन जल महल में एकबार फिर जल भरा नजर आएगा। लंबे समय से सूखे पड़े इस ऐतिहासिक स्मारक के चारों ओर नहर का पानी भरने का कार्य शुरू कर दिया गया है। भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण (एएसआई) एवं सिंचाई विभाग के संयुक्त प्रयास से नांगल चौधरी रोड की ओर से नहर से जमीन के भीतर बिछाई गई पाइपलाइन के माध्यम से जलमहल में पानी छोड़ा जा रहा है। इससे न केवल इस धरोहर का प्राकृतिक एवं स्थापत्य सौंदर्य पुनर्जीवित होगा, बल्कि पर्यटन गतिविधियों को भी नई गति मिलने की उम्मीद है।

अलग खबर

उल्लेखनीय है कि शहर की पुरानी मंडी क्षेत्र में स्थित जलमहल मुगलकालीन वास्तुकला और जल प्रबंधन का अद्भुत उदाहरण माना जाता है। भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण (एएसआई) के अभिलेखों के अनुसार इसका निर्माण हिजरी 999 (1590-91 ईस्वी) में मुगल सम्राट अकबर (1556-1605 ई.) के शासनकाल के दौरान नारनौल के तत्कालीन नवाब शाहकुली खां द्वारा कराया गया था। उस समय यह महल चारों ओर से विस्तृत जलाशय से घिरा रहता था वर्गाकार योजना पर निर्मित इस द्वि-मंजिला भवन के मध्य में केंद्रीय कक्ष तथा चारों कोनों पर स्वतंत्र कक्ष निर्मित हैं। ऐतिहासिक, स्थापत्य एवं पुरातात्विक महत्व को दृष्टिगत रखते हुए भारत सरकार ने इसे राष्ट्रीय महत्व का संरक्षित स्मारक घोषित कर भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण के संरक्षण में रखा है।

अब इसी ऐतिहासिक स्वरूप को पुनर्जीवित करने की दिशा में जल भराव का कार्य शुरू किया गया है। हालांकि सुरक्षा को प्राथमिकता देते हुए जलस्तर चार से पांच फुट तक ही सीमित रखा जाएगा। पूर्व में गहरे पानी के कारण डूबने की घटनाएं सामने आ चुकी हैं, इसलिए इस बार सीमित जलभराव का निर्णय लिया गया है। जलमहल के चारों ओर फूलदार पौधे लगाए जाएंगे, जिससे स्मारक का परिसर और अधिक आकर्षक बनेगा।

नारनौल। नहर से पाइप दबाकर छोड़ा जा रहा पानी। फोटो: हरिभूमि

नारनौल। जल महल की प्राचीन ऐतिहासिक इमारत। फोटो: हरिभूमि

यह कहते हैं अधिकारी

सिंचाई विभाग के सहयोग से जलमहल में नहर का पानी भरवाया जा रहा है। सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए जलस्तर चार से पांच फुट तक ही रखा जाएगा। उद्देश्य जलमहल के ऐतिहासिक सौंदर्य को पुनर्जीवित करना, पर्यटकों को आकर्षित करना तथा इस राष्ट्रीय महत्व के संरक्षित स्मारक का बेहतर संरक्षण सुनिश्चित करना है।

-अमित कुमार, कंजरवेशन असिस्टेंट, भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण, नारनौल

1992 में मिट्टी हटाकर फिर दिखाई दी थी जलमहल की भव्यता

समय के साथ जलमहल का जलाशय पूरी तरह मिट्टी से भर गया था। स्थिति यह थी कि महल तक पहुंचने के लिए बना मार्ग भी मिट्टी में दब चुका था। वर्ष 1992-93 में तत्कालीन उपायुक्त राजरूप फूलिया के नेतृत्व में एक ऐतिहासिक जनभागीदारी अभियान चलाया गया। इस अभियान के बाद वर्षों से मिट्टी में दबा जलमहल फिर अपने मूल स्वरूप में दिखाई दिया।

सुरक्षा के लिए ऊंची की जा रही चारदीवारी

भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण द्वारा जलमहल परिसर को पशुओं एवं असामाजिक तत्वों के अवैध प्रवेश से सुरक्षित करने के लिए चारदीवारी को ऊंचा करने का कार्य भी कराया जा रहा है। सीआईए-मांदी रोड की ओर की दीवार को ऊंचा किया जा चुका है। अब अनाज मंडी की तरफ स्थित दीवार को भी ऊंचा करने का कार्य शुरू किया जाएगा, जिससे स्मारक की सुरक्षा और संरक्षण को और मजबूती मिल सके।

खबर संक्षेप

जहरीला पदार्थ खाने से 17 वर्षीय छात्र की मौत

नारनौल। नांगल चौधरी खंड के गांव जैनपुर में करीब 17 वर्षीय छात्र ने अज्ञात कारणों के चलते कोई जहरीला पदार्थ खा लिया, जिससे उसकी मौत हो गई। करीब 17 वर्षीय अनिकेत पुत्र अमरसिंह वासी जैनपुर बीती शाम को घर पर था, तब उसने शाम को करीब सात बजे अज्ञात कारणों से कोई जहरीला पदार्थ खा लिया। परिजनों ने उसे उपचार के लिए अस्पताल में भी भर्ती कराया, लेकिन वह बच न सका। वह दो भाईयों में बड़ा था। इस घटना से परिवार पर दुखों का पहाड़ टूट चुका है। अनिकेत ने हाल में 12वीं कक्षा पास की थी और अब प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहा था।

कर्मचारी संघ की बैठक आज

कनीना। सर्व कर्मचारी संघ की ब्लॉक स्तरीय बैठक 14 जुलाई प्रातः 10 बजे आयोजित की जाएगी। कान्हा पार्क में आयोजित होने वाली इस बैठक में मुख्य वक्ता संघ के जिला प्रधान कौशल कुमार व सचिव राहुल सारवान होंगे। ब्लॉक प्रधान सचिन रंगा ने बताया कि बैठक में कर्मचारियों समस्याओं को सुनकर उनका निदान किया जाएगा।

महेंद्रगढ़। पौधरोपण करते हुए।

स्वस्थ पर्यावरण ही स्वस्थ जीवन की कुंजी: सतीश

महेंद्रगढ़। विश्व जनसंख्या दिवस पर पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए सोमवार को उप स्वास्थ्य केंद्र देवास में पौधरोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत स्वास्थ्य कर्मी सतीश खैरवाल के नेतृत्व में की गई। स्वास्थ्य केंद्र प्रभारी डॉ. हिमांशु सीएचओ, शर्मिला एएनएम, केंद्र का समस्त स्टाफ, आशा कार्यकर्ता एवं ग्रामीण उपस्थित रहे। सतीश खैरवाल ने कहा कि स्वास्थ्य और पर्यावरण का आपस में गहरा संबंध है। अस्पताल परिसर में लगाए गए ये पौधे आने वाले समय में मरीजों एवं आमजन को शुद्ध वायु, छाया व औषधीय लाभ भी प्रदान करेंगे।

नहर विभाग के अधिकारियों की कार्यप्रणाली पर उठे सवाल

स्टेट हाईवे पर अव्यवस्था की भेंट चढ़ा 26 वर्षीय फॉरेस्ट गार्ड

बिना समुचित वैकल्पिक रास्ते के चल रहा निर्माण कार्य

माना जा रहा है कि अधिकारियों की लापरवाही ने एक कर्तव्यनिष्ठ वन रक्षक की जान ले ली

हरिभूमि न्यूज ⏭ कनीना

⏭ प्रशासन के सुरक्षा आदेशों व मानकों को सरेआम धत्ता बताते हुए, नहर विभाग के अधिकारियों ने इस व्यस्त हाईवे पर निर्माण कार्य तो शुरू कर दिया, लेकिन राहगीरों की जान की परवाह किए बिना वाहनों को सुचारू रूप से निकालने के लिए कोई समुचित वैकल्पिक रास्ता तक नहीं बनाया

कनीना। जाम में फंसे वाहन। फोटो: हरिभूमि

कनीना। मौके पर उपस्थित आमजन व पुलिस कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

विकास के नाम पर चल रहे निर्माण कार्य जब विभागीय लापरवाही व संवेदनहीनता का शिकार हो जाते हैं, तो इसकी भारी कीमत आम इंसान को अपनी जान देकर चुकानी पड़ती है। सोमवार सुबह करीब सवा 10 बजे कनीना-महेंद्रगढ़ स्टेट हाईवे नंबर 24 पर एक ऐसा ही दर्दनाक और मार्मिक हादसा घटित हुआ, जिसने एक हंसते-खेलते परिवार की सारी खुशियां छीन ली। उन्हाणी के समीप बनाए जा रहे नहरी पुल के कारण उत्पन्न हुई भयंकर यातायात अव्यवस्था ने पाथेड़ा निवासी 26 वर्षीय फॉरेस्ट गार्ड हरिओम को असमय ही काल का ग्रास बना दिया। जिसकी शादी फरवरी 2026 में हुई थी। यह हृदयविदारक घटना चेलावास के एचपी पेट्रोल पंप के पास घटी।

यह महज एक सड़क हादसा नहीं है, बल्कि सिस्टम की लापरवाही का जीता-जागता उदाहरण है। प्रशासन के सुरक्षा आदेशों व मानकों को सरेआम धत्ता बताते हुए, नहर विभाग के अधिकारियों ने इस व्यस्त हाईवे पर निर्माण कार्य तो शुरू कर दिया, लेकिन राहगीरों की जान की परवाह किए बिना वाहनों को सुचारू रूप से निकालने के लिए कोई समुचित वैकल्पिक रास्ता तक नहीं बनाया। लिहाजा सोमवार को कनीना की ओर सभी मार्गों पर जाम के हालात बने रहे।

विभाग की ऐसी अनदेखी व अकर्मण्यता के कारण हाईवे पर हर समय यातायात की स्थिति जानलेवा बनी हुई है। हादसे के बाद मौके पर मौजूद जनता के बीच भारी आक्रोश देखने को मिला। बार एसोसिएशन के पूर्व प्रधान हरीश गाहडा, एडवोकेट सुधीर यादव, अनमोल, अक्षय जोशी ने कहा कि यदि नहर विभाग के अधिकारियों ने समय रहते यातायात को सुचारू रूप से संचालित करने की दिशा में कोई सकारात्मक कदम उठाया होता, तो आज हरिओम हमारे बीच जीवित होता। फॉरेस्ट गार्ड हरिओम सोमवार सुबह रोजमर्रा की भांति ड्यूटी पर जाने के लिए बाइक पर सवार होकर घर से कनीना की ओर जाने के लिए निकला था। गुढ़ा-चेलावास की सीमा पर एचपी फिलिंग स्टेशन के पास पहुंचा, तो वाहनों की अव्यवस्था के चलते पीछे से आ रहे एक भारी वाहन की चपेट में आ गया। जिसके सिर के ऊपर से पहिया गुजर गया। सिर पर पहने हेलमेट का कचूमर निकल गया हेड इंजरी होने से उसकी मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई। वाहन चालक मौके से भागने में कामयाब हो गया। सूचना मिलने पर सिटी थाना पुलिस कर्मचारी मौके पर पंहुचे और एंबुलेंस की मदद से हरिओम के पार्थिव शरीर को उप नागरिक अस्पताल की मोर्चरी में रखवाया गया। परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल हो गया। माना जा रहा है कि अधिकारियों की लापरवाही ने एक कर्तव्यनिष्ठ वन रक्षक की जान ले ली।

क्या कहते है थाना इंचार्ज

सिटी थाना इंचार्ज तपेंद्र सिंह ने बताया कि मृतक हरिओम के चाचा अनिल की शिकायत पर वाहन चालक के विरुद्ध बीएनएस की विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज कर शव का पोस्टमार्टम करा परिजनों को सौप दिया है।

क्या प्रशासन लेगा हादसे की जिम्मेदारी

अब सबसे बड़ा सवाल यह उठता है कि क्या प्रशासन इस बेगुनाह की मौत की जिम्मेदारी लेगा? या फिर यह दर्दनाक हादसा भी हमेशा की तरह विभागीय फाइलों में दबकर रह जाएगा और किसी अन्य बेकसूर के मरने का इंतजार किया जाएगा? नहर विभाग के अधिकारियों की इस कार्यप्रणाली ने स्पष्ट कर दिया है कि उनके लिए कागजी खानापूर्ति इंसान की जान से ज्यादा कीमती है।

कलयुगी पिता ने बेटे को कुल्हाड़ी से काटा, इलाज के दौरान मौत

हरिभूमि न्यूज ⏭ कनीना

सिटी थाना अंतर्गत गांव ककराला में रिश्तों को कत्ल करने वाली खौफनाक घटना सामने आई है। जहां आपसी कलह के चलते एक बुजुर्ग पिता ने ही अपने ही बेटे को कुल्हाड़ी से काटकर मौत के घाट उतार दिया। गंभीर रूप से घायल बेटे ने करीब एक सप्ताह तक पीजीआईएमएस रोहतक में जिंदगी और मौत से जंग लड़ने के बाद आखिरकार 11 जुलाई को दम तोड़ दिया। पुलिस ने मृतक के बेटे की शिकायत पर आरोपित दादा के खिलाफ हत्या का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

सिटी थाना में दर्ज कराई शिकायत के अनुसार मृतक की पहचान संजय निवासी ककराला के रूप में हुई है। मृतक के बेटे विकास कुमार ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसके दादा हरफूल का आए दिन उनके परिवार के साथ झगड़ा रहता था। तीन जुलाई की रात को उसके पिता संजय खेत में बने मकान के बाहर पशुओं के पास चारपाई पर सो रहे था, जबकि कुछ दूरी पर चाचा राजेश भी सोया हुआ था। चार जुलाई की करीब दो बजे आरोपित हरफूल हाथ में कुल्हाड़ी लेकर वहां पहुंचा और सोते हुए संजय के सिर पर कुल्हाड़ी से वार कर दिए। चीख-पुकार सुनकर जब विकास व चाचा राजेश जाग गए, तो आरोपित हरफूल मौके से भाग निकला। खून से लथपथ संजय को आनन-फानन में सरकारी अस्पताल में दाखिल कराया गया। जहां डॉक्टरों ने उसकी गंभीर हालत देखते हुए प्राथमिक उपचार के बाद उसे हायर सेंटर रेफर कर दिया।

परिजन घायल संजय को इलाज के लिए पीजीआईएमएस रोहतक ले गए। सप्ताह भर बाद संजय की मौत हो गई। अनुसंधान अधिकारी कृष्ण कुमार ने बताया कि मृतक के बेटे विकास के बयान के आधार पर हत्यारोपित हरफूल के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है। सभी पहलुओं को ध्यान में रखकर जांच-पड़ताल की जा रही है।

आरोपित पिता गिरफ्तार

पुलिस ने आपसी विवाद के बाद अपने बेटे की हत्या करने के मामले में त्वरित कार्रवाई करते हुए आरोपित पिता हरफूल को गिरफ्तार कर लिया। जिसे न्यायालय में पेश कर एक दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। प्रारंभिक जांच में सामने आया कि पिता-पुत्र के बीच आपसी कहासुनी व विवाद हुआ था। इसी रंजिश के चलते रात के समय आरोपित हरफूल ने अपने बेटे संजय पर धारदार हथियार से हमला कर दिया।

भड़फ की गोचर भूमि में मिला व्यक्ति का शव

कनीना। भड़फ गांव की गोचर भूमि के समीप रविवार सायं एक व्यक्ति का शव मिला है। जिसकी पहचान सुमन कुमार वासी बिहार के रूप में हुई है। मृत व्यक्ति मधुमक्खी पालन का व्यवसाय करता था, जो इस क्षेत्र में रह रहा था। पुलिस के अनुसंधान अधिकारी कृष्ण कुमार ने बताया कि मृतक के गले में घाव व चेहरा लहूलुहान था। हत्या की आशंका जताई जा रही है। पुलिस सभी पहलुओं को ध्यान में रखकर जांच कर रही है।

कनीना में दिनदहाड़े 3 लाख की लूट

कनीना। सीसीटीवी कैमरे में कैद बाइक सवार लुटेरे। फोटो: हरिभूमि

कनीना। शहर में दिनदहाड़े लूट की एक सनसनीखेज घटना सामने आई है। जिसमें रविवार दोपहर करीब सवा दो बजे बाइक सवार तीन नकाबपोश बदमाशों ने एक बुजुर्ग व्यक्ति से तीन लाख रुपये की नकदी लूट ली। कनीना के वार्ड नंबर आठ के निवासी सीताराम अपने घर से तीन लाख रुपये पजामे की जेब में डालकर साइकिल पर सवार होकर अपनी दुकान जा रहे थे। जब वे नहर के पास पहुंचे, तो मोटरसाइकिल पर सवार होकर आए दो युवकों ने रास्ता पूछने के बहाने पीड़ति को रोका। इसी दौरान पीछे से एक अन्य नकाबपोश व्यक्ति आया और उसने पीड़ति को दबोच लिया तथा पजामे की दोनों तीन लाख रुपये छीन लिए गए। तीनों आरोपित मोटरसाइकिल पर बैठकर बस स्टैंड की ओर फरार हो गए। सिटी पुलिस स्टेशन में सीताराम की शिकायत पर अज्ञात बाइक सवार युवकों के खिलाफ केस दर्ज कर सीसीटीवी कैमरे खंगाल कर जांच की जा रही है। पुलिस नकाबपोश बदमाशों की पहचान करने व उन्हें पकड़ने का प्रयास कर रही है।

डॉ. अमित चौधरी बने के जिले उच्चतर शिक्षा अधिकारी

नारनौल। निदेशक उच्चतर शिक्षा हरियाणा पंचकूला की ओर से जारी आदेशों के अनुसार राजकीय महिला महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अमित चौधरी को जिला उच्चतर शिक्षा अधिकारी (डीएचईओ) का दायित्व सौंपा गया है। महाविद्यालय के वरिष्ठ प्रोफेसर डॉ. आरपी सिंह ने डॉ. अमित चौधरी को बधाई दी। बताया कि उन्होंने तीन जुलाई को राजकीय महिला महाविद्यालय के प्राचार्य पद का कार्यभार ग्रहण किया था। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय व जिले के लिए यह अत्यंत गौरव का विषय है कि उच्च शिक्षा के क्षेत्र में समृद्ध अनुभव एवं उत्कृष्ट प्रशासनिक क्षमता रखने वाले डॉ. अमित चौधरी को जिला उच्चतर शिक्षा अधिकारी जैसी महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंपी गई है।

डॉ. अमित चौधरी ने निदेशक उच्चतर शिक्षा हरियाणा पंचकूला का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वे इस दायित्व का निर्वहन पूर्ण निष्ठा, पारदर्शिता एवं समर्पण के साथ करेंगे। डॉ. अमित चौधरी की इस उपलब्धि पर महाविद्यालय की वरिष्ठ प्राध्यापिका डॉ. मुकेश यादव, डॉ. पारुल गुप्ता, डॉ. अंजू रानी, डॉ. अजय थाकन, डॉ. पवन कुमार, डॉ. सुनील कुमार, संदीप कुमार असिस्टेंट, संजेश यादव क्लर्क, सुनील कुमार एलए सहित महाविद्यालय के समस्त शिक्षकों व गैर-शिक्षकीय कर्मचारियों ने बधाई दी।

सरकार का कर्मचारियों और पेंशनर्स को बड़ा तोहफा

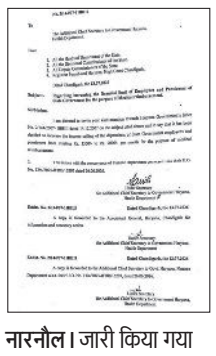
मेडिकल रीइंबर्समेंट के लिए आश्रितों की आय सीमा 3500 से बढ़ाकर 9000 रुपये की

⏭ हरियाणा सरकार के स्वास्थ्य विभाग की ओर से 13 जुलाई को एक आधिकारिक आदेश जारी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

प्रदेश सरकार ने राज्य के सरकारी कर्मचारियों और पेंशनभोगियों के हित में एक बड़ा और महत्वपूर्ण निर्णय लिया है। सरकार ने मेडिकल रीइंबर्समेंट का लाभ उठाने के लिए कर्मचारियों और पेंशनर्स के आश्रितों की मासिक आय सीमा में भारी बढ़ोतरी कर दी है। अब इस सीमा को वर्तमान 3500 रुपये प्रति माह से बढ़ाकर सीधे 9000 रुपये प्रति माह कर दिया गया है। इस संबंध में हरियाणा सरकार के स्वास्थ्य विभाग की ओर से 13 जुलाई को एक आधिकारिक आदेश जारी कर दिया गया है। यह पत्र अतिरिक्त मुख्य सचिव की ओर से राज्य के सभी विभागाध्यक्षों, मंडल आयुक्तों, सभी जिला उपायुक्तों और पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय के रजिस्ट्रार को भेज दिया गया है।

वित्त विभाग की मंजूरी के बाद जारी हुआ आदेश



नारनौल। जारी किया गया पत्र। फोटो: हरिभूमि

स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी किए गए इस आदेश को हरियाणा सरकार के वित्त विभाग की आवश्यक मंजूरी मिलने के बाद अमलीजामा पहनाया गया है। वित्त विभाग ने इसके लिए पिछले महीने 26 जून को अपनी सहमति प्रदान की थी, जिसके बाद सोमवार स्वास्थ्य विभाग के सचिव द्वारा इस संबंध में अंतिम अधिसूचना और आदेश जारी कर दिए गए। इस फैसले के बारे में स्कूल प्रवक्ता शशि भूषण ने बताया कि राज्य के लाखों नियमित कर्मचारियों और पेंशन भोगियों में खुशी की लहर है। कर्मचारी संगठनों ने सरकार के इस कदम की सराहना करते हुए कहा है कि बढ़ती महंगाई और इलाज के खर्च को देखते हुए आश्रितों की आय सीमा बढ़ाना बेहद जरूरी और स्वागत योग्य कदम है।

सालों पुराना नियम बदला, मध्यम वर्ग को मिलेगी बड़ी राहत

जारी आदेश के अनुसार पूर्व में चल रहे पत्र के नियमों में संशोधन करते हुए सरकार ने यह कदम उठाया है। लगभग दो दशक पुराने इस नियम के कारण कई कर्मचारियों के बुजुर्ग माता-पिता या अन्य आश्रित मामूली पेंशन या आय होने के चलते मेडिकल क्लेम के दायरे से बाहर हो जाते थे। अब आय सीमा बढ़कर 9000 रुपये होने से हजारों अतिरिक्त परिवारों को मुफ्त या प्रतिपूर्ति वाले इलाज का सीधा लाभ मिल सकेगा।

अखिल भारतवर्षीय यादव महासभा के प्रदेश अध्यक्ष बने रमेश राव पायलट

महेंद्रगढ़। पिछले 21 वर्षों से विभिन्न सामाजिक व राजनैतिक मुद्दों पर संघर्ष कर रहे रमेश राव पायलट को अखिल भारतवर्षीय यादव महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. स्वप्न कुमार घोष द्वारा हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष बनाया गया है। वर्तमान में महासभा के राष्ट्रीय महासचिव व प्रदेश कार्यकारी अध्यक्ष के रूप में कार्य कर रहे है। पायलट एक बहुमुखी प्रतिभा के धनी है। इंजीनियर, पायलट, सुप्रीम कोर्ट एडवोकेट, लेखक, पत्रकार, संपादक के साथ साथ ओजस्वी वक्ता व कुशल संगठनकर्ता है। 2005 में हरियाणा लाइव अखबार की स्थापना करने वाले रमेश राव 2007 में भारत चीन सीमा पर अहीर धाम पर जाने वाली पहले सिविलियन टोली के सदस्य के रूप में रेजांगला के शहीदों की शहादत माटी को लेकर आए और इंडिया गेट से यात्रा शुरू कर हर शहीद के गांव तक लेकर गए। 2022 में ब्रिगेडियर प्रदीप यदु के साथ दोबारा रेजांगला के महान वीरों की शहादत की माटी को लेकर आए व रेजांगला की उस शहादत माटी की कलश यात्रा बिहार के छपरा से शुरू होकर 22 प्रदेशों में से होते हुए जंतर मंतर पर समाप्त हुई।

हरिभूमि
रोहतक,मंगलवार
14 जुलाई 2026

सहेली

महिलाओं के पास घर-परिवार की एक नहीं कई तरह की जिम्मेदारियां होती हैं। परिवार के छोटे-बड़े सभी उन्हीं पर निर्भर रहते हैं, सबका ध्यान रखना होता है। इतना ही नहीं, घर की पूरी व्यवस्था भी उन्हें ही संभालनी होती है। इतनी सारी जिम्मेदारियों के बीच महिलाएं अपना ध्यान नहीं रख पातीं, जो उनके मानसिक-शारीरिक स्वास्थ्य के लिए सही नहीं है। ऐसे में महिलाएं होममेकर के साथ सेल्फमेकर भी बनें। वे दूसरों के साथ अपनी भी केयर करें, मी टाइम जरूर निकालें।

होममेकर के साथ-साथ सेल्फमेकर भी बनें

कवर स्टोरी
प्रतिभा अग्निहोत्री

हमारे समाज में घर-परिवार की नींव महिलाओं के त्याग, मेहनत और प्यार पर टिकी होती है। घर की महिला सुबह तड़के उठने से लेकर रात सोने तक अपने परिवार के प्रत्येक सदस्य की जरूरतों को पूरा करने में लगी रहती है। बच्चों की देखभाल, परिवार के हर सदस्य की पसंद-नापसंद का ध्यान रखना, घर की व्यवस्था, बुजुर्गों की देखभाल, पूरे दिन वह अपनी जिम्मेदारियां निभाती है। यही वजह है कि महिलाओं को घर की 'होममेकर' कहा जाता है, क्योंकि पूरे परिवार की धुरी वही होती हैं। परिवार का हर सदस्य उनके ऊपर निर्भर रहता है। सवाल यह है कि क्या केवल परिवार की देखभाल करना ही एक महिला की पहचान है? क्या उसका अपना कोई अस्तित्व नहीं है? हर महिला का भी अपना एक आत्मसम्मान है, इसे उन्हें बनाए रखना चाहिए। इसके लिए महिलाओं को स्वयं हर संभव प्रयास करना होगा, पूरी तरह से जागरूक भी रहना पड़ेगा।

खुद को पेंपर करें: आज समय की मांग है, महिलाएं 'होममेकर' के साथ-साथ 'सेल्फमेकर' भी बनें। इसका अर्थ यह नहीं कि वे अपनी जिम्मेदारियों से दूर हो जाएं। वे घर-परिवार की जिम्मेदारियों को पूरा करने के साथ अपने लिए भी कुछ समय निकालें, अपनी खुशियों को महत्व दें, सेल्फकेयर करना सीखें, दूसरों के साथ-साथ खुद को भी पेंपर करें, अपने अस्तित्व और पहचान के लिए जागरूक रहें। इसके लिए मोटिवेशनल और पर्सनालिटी ग्रूम करने वाली बुक्स पढ़ें। दोस्तों से मिलें या अकेले कुछ समय बिताएं। ऐसा करना स्वार्थी बन जाना नहीं है, यह अपने आत्मसम्मान को बनाए रखने के लिए जरूरी है।

खुद की भी करें केयर : अकसर देखा जाता है कि महिलाएं परिवार के हर सदस्य के स्वास्थ्य और पसंद का ध्यान रखती हैं, लेकिन जब बात खुद की आती है तो वे अपनी जरूरतों को पीछे कर देती हैं। घर में सबके लिए पौष्टिक खाना बनाने वाली महिलाएं कई बार खुद समय बचाने के लिए या फिर अपने मन का खाना बनाने में आलस्य कर जाती हैं, 'अरे अकेले के लिए क्या बनाना,' सोचकर कुछ भी खाकर अपना पेट भर लेती हैं। सभी के आराम का ध्यान रखने वाली महिलाएं थकान होने के बावजूद भी अपनी थकान को नजरअंदाज कर देती हैं। खुद को पीछे रखने की यह आदत धीरे-धीरे उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए सही नहीं रहती, वे बीपी, शुगर और थायरॉयड जैसी बीमारियों का शिकार हो जाती हैं।

अपनी खुशी भी है जरूरी: चूंकि आप अपने परिवार की धुरी हैं, इसलिए यदि आप खुद स्वस्थ और खुश रहेंगी तो ही अपने परिवार को खुश रख पाएंगी, जिस प्रकार से हवाई जहाज में बैठते समय चोट लगने से बचने के लिए सीट बेल्ट लगाने की सलाह दी जाती है, उसी प्रकार घर में किसी आपातस्थिति को आने से रोकने के लिए आपको अपने स्वास्थ्य और खुशी की सीट बेल्ट अवश्य लगानी चाहिए। इसके लिए जरूरी है, परिवार के अन्य सदस्यों के साथ-साथ आप अपना भी वर्ष में एक बार हेल्थ चेकअप जरूर करवाएं।

मी टाइम निकालें: विश्व प्रसिद्ध टॉक-शो होस्ट ओपरा विंफ्रे के अनुसार, 'अपने जीवन की सबसे बड़ी जिम्मेदारी यह है कि आप खुद को जानें और इसके लिए सबसे जरूरी है कि पूरे दिन घर में खटते रहने के बजाय आप अपने लिए भी कुछ समय निकालें, खुद के साथ कुछ समय बिताएं। इस समय में आप केवल अपनी पसंद का काम करें फिर वह चाहे योग, व्यायाम, किताब पढ़ने, संगीत सुनने, बागवानी करना, पेंटिंग करना, लिखने या किसी भी ऐसी हॉबी के लिए हो सकता है, जिससे आपको खुशी मिलती हो। वास्तव में हॉबी केवल समय बिताने का साधन नहीं होती, बल्कि अपनी हॉबी को पर्स्यू करने से एक सेटिस्फेक्शन मिलता है, जिससे आप अपने आपको ऊर्जावान महसूस करती हैं और मन आत्मविश्वास से भर उठता है।

स्किल को डेवलप करें: प्रसिद्ध लेखिका सुधा मूर्ति कहती हैं, 'एक महिला जब अपने अंदर के आत्मविश्वास को पहचान लेती है तो वह अपने परिवार और समाज के लिए प्रेरणा बन जाती है।' आज का दौर सोशल मीडिया का है, जिसमें आप अपनी किसी भी स्किल को डेवलप करके उसे प्रोफेशनल टच दे सकती हैं या फिर सोशल मीडिया से भी कमाई कर सकतीं है। यदि आपको कुकिंग का शौक है तो इंस्टाग्राम और यू-ट्यूब जैसे प्लेटफॉर्म पर इन्हें शेयर करके अच्छी खासी अर्निंग कर सकती हैं। लेखन, कला, सिलाई, संगीत या जिस भी क्षेत्र में आपकी रुचि है, उसे डेवलप करके आप खुद के साथ-साथ समाज और अपने परिवार को भी एक नई पहचान दे सकती हैं।

खुद को दें प्राथमिकता: नागरिकों, विशेषकर महिला अधिकारों के लिए लड़ने वाली एलेनेर रूजवेल्ट ने कहा है, 'आत्मसम्मान हमारी अपनी सोच से बनता है।' खुद का खान-पान हो, हेल्थ हो या फिर कहीं जाने का अवसर हो, महिलाएं खुद को सबसे पीछे रखती हैं। विचारणीय प्रश्न है कि यदि आप ही स्वयं को प्राथमिकता नहीं देगीं तो दूसरे क्यों देंगे? इसलिए अपने प्रति अपनी सोच को उन्नत बनाएं और परिवार के सभी सदस्यों के साथ अपनी थाली में भी पौष्टिक भोजन रखें, अपना भी हेल्थ चेकअप करवाएं, परिवार के साथ-साथ अपनी खुशी का ध्यान रखें। कभी-कभी दोस्तों के साथ भी घूमने जाएं। अपनी पसंद की भी डिश बनाएं, अपने मन की मूवी देखें, इस सबसे आपके अंदर डोपामाइन हार्मोन रिलीज होगा, जिससे आप तो खुश रहेंगी ही, साथ ही परिवार के सभी सदस्य भी खुश रहेंगे।

आवाज उठाना सीखें: महिलाओं के हक के लिए लड़ने वाली नोबेल पुरस्कार विजेता मलाला यूसुफजई कहती हैं, 'हर महिला को अपनी पसंद, अपनी इच्छाओं और अपनी पहचान के लिए आवाज उठाने का अधिकार है।' कई परिवार वाले महिलाओं की भावनाओं और उनके काम की कद्र नहीं करते, ऐसे में अकसर महिलाएं खुद की भावनाओं और इच्छाओं से समझौता करना शुरू कर देती हैं। धीरे-धीरे उनकी सारी इच्छाएं और भावनाएं ही समाप्त हो जाती हैं। इससे बचने के लिए वे विनम्र और शालीन स्वर में अपनी बातें परिवार के सामने रखें, उन्हें समझाने का प्रयास करें। जरूरी है कि हर महिला खुद से वादा करे, इससे वह केवल दूसरों के सपनों को पूरा करने वाली नहीं, अपने सपनों को जीने वाली भी बनेगी। वह होममेकर जरूर बने, लेकिन इसके साथ ही अपनी जिंदगी की सेल्फमेकर भी बने। अपनी एक पहचान बनाए, सशक्त बने।

अपने काम का श्रेय लेने में संकोच कैसा!

कुछ लोग किसी काम में अपना महत्वपूर्ण योगदान देकर उसे बेहतर अंजाम देते हैं। लेकिन इसका श्रेय लेने में संकोच करते हैं। नतीजा यह होता है, दूसरे उनके काम का श्रेय ले लेते हैं। अपने काम और मेहनत का श्रेय लेने से चूके नहीं। यह आपकी उन्नति के लिए जरूरी है।

एडवाइस
मेघा राठी

अकसर यह देखा जाता है कि कई लोग अपने काम, मेहनत और उपलब्धियों के बारे में बोलने से संकोच करते हैं। उन्हें लगता है कि यदि उनका काम अच्छा होगा तो लोग स्वयं तारीफ करेंगे, लेकिन वास्तविकता उलट है, हर बार ऐसा नहीं होता। आपकी मेहनत का श्रेय कोई और ले जाता है। आप केवल 'विनम्र' बनी रह जाती हैं। इस तरह विनम्र बने रहना सही नहीं है। कुछ स्थितियों में अपने काम का उचित श्रेय लेना जरूरी है, क्योंकि यह केवल अहंकार की बात नहीं, आपके आत्मसम्मान, पहचान और भविष्य के अवसरों से जुड़ी बात है।

चुप रहना क्यों गलत है: बहुत से लोग यह सोचकर अपने योगदान का उल्लेख नहीं करते कि कहीं लोग उन्हें घमंडी न समझ लें, जबकि वे टीम में सबसे अधिक मेहनत करते हैं, दूसरों की मदद करते हैं, जिम्मेदारियां निभाते हैं, लेकिन जब परिणाम सामने आते हैं तब उनका कहीं नाम नहीं होता। धीरे-धीरे ऐसे होते रहना दूसरों के लिए सुविधा बन जाती है। लोग मान लेते हैं कि आप बिना पहचान चाहे भी काम करती रहेंगी। परिणाम यह होता है, आपकी मेहनत को कोई सम्मान नहीं मिलता और किसी दूसरे को अधिक योग्य समझा जाने लगता है।

काम का श्रेय न लेने के दुष्प्रभाव: यदि आप अपने योगदान को स्पष्ट नहीं करती हैं, तो लोग आपके काम का महत्व समझ ही नहीं पाते। कार्यस्थल हो, परिवार हो या सामाजिक जीवन, पहचान उसी की बनती है, जिसका योगदान दिखाई देता है। जब आप स्वयं अपने काम को नहीं बताएंगी, तब कई लोग आपके काम को अपना बताने लगते हैं। यह स्थिति मानसिक रूप से बहुत दुःख देती है, क्योंकि भीतर से आप जानती हैं कि मेहनत आपकी थी। लगातार अनदेखा किया जाना व्यक्ति के भीतर यह भावना पैदा कर देता है कि शायद उसका काम महत्वपूर्ण ही नहीं है। इससे आत्मविश्वास प्रभावित होता है, व्यक्ति अपनी क्षमता पर संदेह करने लगता है। काम की दुनिया में अवसर उसी को मिलते हैं, जिसकी उपलब्धियां सामने आती हैं। यदि आपकी मेहनत लोगों तक पहुंचेगी ही नहीं तो नई जिम्मेदारियां, पदोन्नति या सम्मान कैसे मिलेगा, ये किसी और को मिल सकते हैं। इसलिए इसमें संकोच नहीं करना चाहिए।

अपने काम का श्रेय लेना अहंकार नहीं: कई लोग श्रेय मांगने को अहंकार समझते हैं, जबकि दोनों में अंतर है। अहंकार वह है, जहां व्यक्ति दूसरों को छोटा दिखाकर स्वयं को बड़ा साबित करे। लेकिन अपने काम का उचित उल्लेख करना अपना आत्मसम्मान है। यदि आपने मेहनत की है, जिम्मेदारी निभाई है, किसी कार्य को सफल बनाया है तो यह बताना गलत नहीं कि उसमें आपका योगदान क्या था।

श्रेय लेने का सही तरीका क्या हो: सवाल यह है आप अपने काम का श्रेय कैसे लें? इसके लिए यह जरूरी नहीं है कि हर समय स्वयं की प्रशंसा करें। आप आवश्यकता पड़ने पर अपने योगदान को स्पष्ट और संतुलित तरीके से रखें। इसके लिए शांत और तथ्यात्मक भाषा का प्रयोग करें। दूसरों के योगदान को भी सम्मान दें। अपनी मेहनत को कम करके न दिखाएं। जहां जरूरी हो, वहां स्पष्ट रूप से कहें, 'इस कार्य में मेरा यह योगदान था।' यह ना भूलें कि अपने काम का श्रेय लेने का सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। जब आप अपनी मेहनत को स्वीकारती हैं, तब भीतर आत्मविश्वास बढ़ता है। आपको महसूस होता है कि आपकी पहचान केवल दूसरों की स्वीकृति पर निर्भर नहीं है। आपको अपनी योग्यता पर यकीन होता है। जब लोगों को आपके योगदान का पता होता है, तब वे आपको नई जिम्मेदारियों और अवसरों के लिए योग्य मानते हैं।

चाइल्ड डेवलपमेंट
दीपिका शर्मा

जब बच्चे का शारीरिक-मानसिक विकास सही ढंग से होता ना दिखे तो इसका कारण समझना जरूरी हो जाता है। भविष्य में बच्चे को कोई बड़ी समस्या न हो, इसलिए एक्सपर्ट से सलाह लेनी चाहिए कि कहीं बच्चा न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर का तो शिकार नहीं है।

न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर जरूरी है समय पर पहचान

यदि किसी बच्चे को कोई मेंटल या फिजिकल प्रॉब्लम है, इसका पता समय रहते चल जाए तो इसे दूर करना आसान हो जाता है। इसकी एक अच्छी मिसाल है आठ वर्षीय आरव। उसे तीन वर्ष की आयु तक बोलने में कठिनाई थी। स्कूल जाने पर उसे पढ़ने-लिखने में भी परेशानी होने लगी। पैरेंट्स ने विशेषज्ञों से परामर्श लिया। जांच में पता चला कि वह न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर से प्रभावित है। समय पर स्पीच थेरेपी, स्पेशल एजुकेशन और फैमिली सपोर्ट मिलने से उसकी स्थिति में काफी सुधार हुआ। स्पष्ट है कि समय पर बच्चों के विकार की पहचान हो जाए और उचित देखभाल हो तो बच्चा सुधर सकता है।

बच्चे का डेवलपमेंटल पीरियड है बहुत महत्वपूर्ण: विशेषज्ञों के अनुसार जीवन का शुरुआती डेवलपमेंटल पीरियड बहुत महत्वपूर्ण होता है, क्योंकि इसी दौरान बच्चे के मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र का तीव्र विकास होता है। यदि इस विकास प्रक्रिया में किसी प्रकार

की बाधा उत्पन्न होती है, तो बच्चे के सीखने, व्यवहार और सामाजिक कौशल पर प्रभाव पड़ सकता है।

समय पर पहचान है जरूरी: न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर ऐसे विकार हैं, जो मुख्य रूप से मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र के विकास को प्रभावित करते हैं। इनकी शुरुआत प्रायः बचपन में होती है। इनके लक्षण बच्चे के विकास की गतिविधियों में दिखाई देते हैं। प्रत्येक बच्चे के विकास के कुछ माइलस्टोन होते हैं, जैसे मुस्कुराना, बैठना, चलना, बोलना, वस्तुओं को पकड़ना, दूसरों से संवाद करना और नई चीजें सीखना। यदि बच्चा इन माइलस्टोंस को अपेक्षित समय पर प्राप्त नहीं कर पाता, तो यह विकासात्मक देरी के संकेत होते हैं।

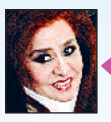
ये हैं महत्वपूर्ण लक्षण: न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर से प्रभावित बच्चों में कई प्रकार के लक्षण दिखाई देते हैं। कुछ बच्चों को बोलने और भाषा समझने में कठिनाई होती है, जबकि कुछ बच्चों को पढ़ने-लिखने में समस्या आती है। कई बच्चे ध्यान केंद्रित नहीं कर पाते, निर्देशों का पालन नहीं करते। कुछ बच्चों को दूसरों के साथ संवाद करने में भी परेशानी होती है।

लक्षणों को न करें नजरअंदाज: ऊपर बताए गए लक्षणों को केवल बच्चे की 'शरारत' या 'धीमे सीखने की क्षमता' समझकर अनदेखा करना उचित नहीं है। अमेरिकन साइकियाट्रिक एसोसिएशन (एपीए) की डीएसएम-5-टीआर के अनुसार न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर की प्रमुख श्रेणियों में एडीएचडी (ध्यान-अभाव एवं अतिसक्रियता विकार), ऑटिज्म स्पेक्ट्रम विकार, बौद्धिक अक्षमता, विशिष्ट अधिगम विकार (जैसे डिस्लेक्सिया और डिस्कैल्कुलिया) संचार विकार शामिल हैं। ये विकार बच्चे की शैक्षणिक उपलब्धियों, सामाजिक समायोजन, आत्मविश्वास और भविष्य के अवसरों को प्रभावित कर सकते हैं।

क्या है सही उपचार: इन विकारों का उपचार केवल दवाओं तक सीमित नहीं है। प्रारंभिक पहचान, मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन, विशेष शिक्षा, स्पीच और लैंग्वेज थेरेपी, व्यवहार चिकित्सा, परिवार और स्कूल का सहयोग बच्चे के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

सजग रहें अभिभावक, शिक्षक और समाज: आज आवश्यकता इस बात की है कि अभिभावक, शिक्षक और समाज बच्चों के विकासात्मक संकेतों के प्रति सजग रहें। न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर किसी बच्चे की कमजोरी नहीं है, बल्कि ऐसी परिस्थितियां हैं, जिनमें अतिरिक्त समझ, धैर्य और सहयोग की आवश्यकता होती है। सही समय पर सहायता, संवेदनशील दृष्टिकोण से ऐसे बच्चों को भी आगे बढ़ने और अपनी प्रतिभा को विकसित करने का अवसर दिया जा सकता है।

(क्लीनिकल साइकोलॉजिस्ट डॉक्टर नेहा से बातचीत)



स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

नाइट क्रीम से मिलेगा सॉफ्ट-नेचुरल ग्लो

दिन भर काम की व्यस्तता, तनाव, भाग-दौड़ वाली जीवनशैली और प्रदूषण की वजह से हमारी त्वचा बेजान हो जाती है। रात के समय स्किन खुद को रिपेयर करती है। इस दौरान नाइट क्रीम लगाना बेहद फायदेमंद होता है। इन दिनों बाजार में कई तरह की नाइट क्रीम उपलब्ध हैं, लेकिन अच्छी क्वालिटी की नाइट क्रीम आप घर पर ही आसानी से बना सकती हैं। ये आपकी ब्यूटी पर चार चांद लगाएंगे, सस्ते भी पड़ेंगे और इनका कोई साइड इफेक्ट भी नहीं होगा।

स्किन के लिए फायदेमंद: नाइट क्रीम एक तरह की न्यूट्रीशस क्रीम होती है, जिससे मसाज करने पर त्वचा में नमी बढ़ती है। ये स्किन को ठंडा रखने वाला तत्व भी प्रदान करती है, जिससे स्किन कूल फील करती है।

कई तरह की नाइट क्रीम को एंटी-एजिंग क्रीम की तरह भी इस्तेमाल किया जाता है क्योंकि इनमें ऐसे तत्व भी मौजूद होते हैं, जो बढ़ती उम्र के लक्षणों को कम कर सकते हैं।

स्किन टाइप का रखें ध्यान: नाइट क्रीम को यूज करने से पहले स्किन टाइप का ध्यान रखना जरूरी है। यह उन महिलाओं के लिए अधिक फायदेमंद होती है, जिनकी स्किन नॉर्मल या ड्राय होती है। अगर आपकी स्किन ऑयली है या आपके चेहरे पर मुंहासे, फुंसी या रैशेज जल्दी हो जाते हैं तो इसका उपयोग नहीं करना चाहिए, क्योंकि ऑयली स्किन को क्रीम से मसाज करने की जरूरत नहीं होती है। अगर आप इसका इस्तेमाल करती हैं तो इससे स्किन के पोर्स बंद हो जाते हैं और ब्लैक हेड्स या कील-मुंहासे होने का रिस्क बढ़ जाता है। अगर आपकी नॉर्मल या ड्राय स्किन है तो आप 25 साल की उम्र के बाद नाइट क्रीम का इस्तेमाल कर सकती हैं।

कैसे करें अप्लाई: रात को सोने से पहले स्किन को साफ करने के बाद नाइट क्रीम का इस्तेमाल करना चाहिए। सबसे पहले चेहरे पर नाइट क्रीम लगाकर अच्छी तरह से मालिश करनी चाहिए। आप अपनी गर्दन पर भी नाइट क्रीम का इस्तेमाल कर सकती हैं।

नॉर्मल-ऑयली स्किन के लिए: नॉर्मल और ऑयली स्किन के लिए नाइट क्रीम ऐसे बना सकती हैं। एलोवेरा जैल में कुछ बूंदें नीबू के रस की मिलाकर बने मिश्रण को सोने से ठीक पहले चेहरे, गर्दन और खुली त्वचा पर लगा कर सो जाएं। सुबह उठते ही ताजे पानी से धो डालें। इससे आपकी स्किन सॉफ्ट हो जाएगी।

ड्राय स्किन के लिए: अगर आपकी स्किन ड्राय है तो नाइट क्रीम ऐसे बना सकती हैं। दो चम्मच एलोवेरा जैल में एक चम्मच ऑलिव ऑयल और दो चम्मच मिल्क पावडर को मिलाकर एक समान गाढ़ा पेस्ट बना लें। अपने चेहरे और गर्दन को साफ करके इस पेस्ट को स्किन पर लगाकर सो जाएं। सुबह ताजे पानी से इसे धो डालें। आप चाहें तो इस मिश्रण को ज्यादा मात्रा में बनाकर एयर टाइट जार में फ्रिज में रख कर रोजाना रात्रि में उपयोग कर सकती हैं।

डाइट सजेशन
राजकुमार 'दिनकर'

बारिश के मौसम में कई तरह के इंफेक्शन होने का खतरा बढ़ जाता है। इनसे बचने के लिए बॉडी इम्यूनिटी का स्ट्रॉन्ग होना जरूरी है। इसके लिए आपको अपनी डाइट का ध्यान रखना होगा। इस सीजन में कैसी हो आपकी डाइट, जानिए।

रेग्युलर लें न्यूट्रिशस डाइट स्ट्रॉन्ग रहेगी इम्यूनिटी

बरसात के मौसम में वातावरण में नमी बढ़ जाती है। तापमान में उतार-चढ़ाव रहता है। ऐसे में वातावरण में कई तरह के बैक्टीरिया, वायरस, फंगस तेजी से पनपते हैं। यही कारण है कि इस दौरान सर्दी, जुकाम, वायरल फीवर, गले में खराश, पेट में संक्रमण, फूड प्वॉइजनिंग और त्वचा संबंधी समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि मानसून के दौरान खान-पान पर विशेष ध्यान दिया जाए तो रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत बनाया जा सकता है। इसके लिए खाद्य पदार्थों का चयन करते समय आपको जानना चाहिए कि कौन से ऐसे सुपरफूड्स हैं, जो इस मौसम में विटामिन, खनिज, एंटी ऑक्सीडेंट्स और अन्य जरूरी पोषक तत्व भरपूर मात्रा में देते हैं, जो इम्यूनिटी बढ़ाने में सहायक होते हैं।

अदरक: अदरक यूं तो कई लोग स्वाद के लिए हर मौसम में खाते हैं, लेकिन बारिश के दिनों में इसका इस्तेमाल जरूर करें। इसमें मौजूद एंटीइंफ्लेमेट्री और एंटीऑक्सीडेंटिव गुण शरीर को संक्रमणों से लड़ने में मदद करता है। साथ ही यह हमारे पाचन को भी बेहतर बनाती है, जिससे पेट की समस्याओं से छुटकारा मिलता है। सर्दियों की तरह बारिश में भी अदरक वाली चाय गले को आराम पहुंचाती है और सर्दी-जुकाम से हमें छुटकारा दिलाती है।

हल्दी: हल्दी भी एक ऐसा सुपर फूड है, जिसका इस्तेमाल बारिश के दिनों में जरूर करना चाहिए। हालांकि हल्दी भारतीय रसोई का अभिन्न हिस्सा है। इसलिए अगर विशेष रूप से इस पर फोकस न भी किया जाए, तो भी हल्दी हम अकसर खाते ही रहते हैं। लेकिन बारिश के दिनों में इसे पूरी सजगता से अपने भोजन का हिस्सा बनाना चाहिए, क्योंकि इसमें पाया जाने वाला करक्यूमिन शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट तत्व, यह सूजनरोधी गुणों के लिए जाना जाता है। मानसून में हल्दी वाला दूध पीना काफी फायदेमंद होता है। इससे शरीर की नियमित प्रतिरक्षा प्रणाली मजबूत बनी रहती है। कई शोधों से पता चला है कि हल्दी में रोग प्रतिरोध क्षमता होती है, लेकिन इसका इस्तेमाल संतुलित मात्रा में ही करना चाहिए।

दही-छाछ: बरसात के मौसम में पाचनतंत्र को स्वस्थ रखने में दही और छाछ भी बहुत सहायक हैं, लेकिन कई लोग बारिश के दिनों में दही खाने से बचते हैं। जबकि इसके खाने से आंतों में अच्छे बैक्टीरिया बढ़ते हैं। पाचन भी बेहतर होता है और शरीर की प्रतिरक्षा क्षमता को भी मजबूती मिलती है।

मौसमी फल-सूखे मेवे: मानसून में उपलब्ध कई फल विटामिन और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं जैसे जामुन, नाशपाती, आलू बुखारा, सेब और अनार। ये खाने से शरीर को पोषण मिलने के साथ-साथ प्रतिरोधी तंत्र को भी मजबूती मिलती है। कोई भी फल हमेशा धोकर खाने चाहिए।

क्या खाएं-क्या न खाएं

- दिन में एक-दो बार तुलसीयुक्त हर्बल चाय पिएं।
- घर का बना ताजा और गर्म भोजन करें। बासी भोजन खाने से बचें।
- अत्यधिक तले, भुने खाद्य पदार्थ न खाएं। बाजारू चीजें खाने से बचें।
- बादाम, अखरोट, काजू और अन्य ड्राय फ्रूट्स खाएं।
- पर्याप्त मात्रा में स्वच्छ पानी पिएं।

खबर संक्षेप

डीसी ने सुनीं 142 नागरिकों की समस्याएं

नारनौल। मुख्यमंत्री के निर्देश पर लगाए जा रहे समाधान शिविरों की कड़ी में सोमवार को लघु सचिवालय के मीटिंग हॉल में आमजन की समस्याओं को सुना गया। इस शिविर में उपायुक्त अनुपमा अंजली ने 142 नागरिकों की शिकायतें सुनीं। पुलिस अधीक्षक दीपक ने पुलिस से संबंधित शिकायतें सुनी। उपायुक्त ने स्पष्ट किया कि सरकार की इस जनहितैषी पहल के तहत आने वाली शिकायतों का तुरंत निपटान ही प्रशासन का लक्ष्य है। इस मामले में कोई अधिकारी काम में लापरवाही बरतता है, तो उसके खिलाफ नियमानुसार विभागीय कार्रवाई की जाएगी।

अटेली में विश्वकर्मा समाज की बैठक आज

अटेली मंडी। विश्वकर्मा समाज सुधार सेवा समिति अटेली मंडी द्वारा आज 14 जुलाई को सुबह 10 बजे विश्वकर्मा धर्मशाला में एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की जाएगी। समिति के प्रधान संतोष कुमार जांगिड़ ने बताया कि बैठक में वार्षिक लेखा-जोखा प्रस्तुत किया जाएगा तथा धर्मशाला से जुड़े कोर्ट केस की वर्तमान स्थिति पर चर्चा की जाएगी। धर्मशाला के मरम्मत कार्यों को लेकर भी आवश्यक निर्णय लिए जाएंगे।

ग्रामीणों में सरकार व प्रशासन के प्रति आक्रोश, एसडीएम को सौंपा ज्ञापन

अनुसूचित जाति के प्लॉट धारकों का अभी तक नहीं हुआ इंतकाल व रजिस्ट्री

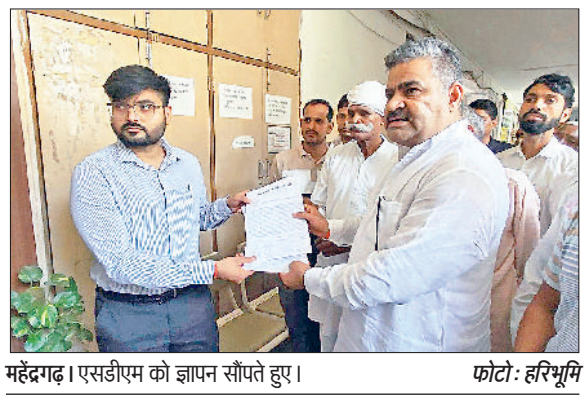
हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

एक ओर प्रदेश के सीएम नायब सिंह महात्मा गांधी ग्रामीण बस्ती योजना के लाभार्थियों को प्लॉट प्रमाण पत्र देकर वाहवाही लूट रहे हैं। वहीं दूसरी तरफ सतनाली और महेंद्रगढ़ क्षेत्र के प्लॉट धारक को वर्ष 2008 में दिए गए बीपीएल प्लॉट धारकों को प्लॉट का इंतकाल और रजिस्ट्री अभी तक नहीं किया गया। जिससे ग्रामीणों में सरकार व प्रशासन के प्रति रोष बढ़ता जा रहा हैं। ग्रामीणों ने एसडीएम को ज्ञापन दिया।

प्लॉट का इंतकाल और रजिस्ट्री पानी और बिजली की कोई सुविधा नहीं है और गांव से 2 किलोमीटर से भी ज्यादा दूरी पर दे रखा है ये सब नहीं मिलने पर ग्रामीणों ने सोमवार को भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा के पूर्व प्रत्याशी बलवान फौजी से मिलकर समस्या का समाधान करने की मांग की हैं। बलवान फौजी ने ग्रामीणों को आश्वासन दिया कि अगर सरकार व प्रशासन के जल्दी ये इंतकाल और रजिस्ट्री नहीं किया तो और प्लॉट धारकों को इंतकाल और रजिस्ट्री नहीं दिया तो लघुसचिवालय में ग्रामीणों के साथ मिलकर धरना प्रदर्शन करने को मजबूर होंगे।

बता दें कि वर्ष 2008 में अनुसूचित जाति के बीपीएल परिवार को 100-100 वर्ग गज के प्लॉट दिए गए थे, लेकिन सरकार ने अभी तक धारकों को इंतकाल और रजिस्ट्री नहीं दिया गया हैं। सतनाली और महेंद्रगढ़ क्षेत्र के ग्रामीणों को हर गांव में प्लॉट काटे गए थे। इसके अलावा 2012 में बीपीएल प्लॉट धारकों की रजिस्ट्री भी की गई थी। हैरानी की बात यह है कि सरकार द्वारा दिए गए बहुत से गांवों में प्लॉट टिब्बे में दिए गए थे।

पूर्व लोकसभा प्रत्याशी बलवान फौजी ने कहा कि एक ओर तो हरियाणा सरकार गरीब आदमी के सपने को पूरा करने के लिए महात्मा गांधी ग्रामीण बस्ती योजना के तहत 100-100 वर्ग गज के प्लॉट पर कब्जा देने के साथ-साथ सभी प्रकार की मूलभूत सुविधाएं देने का दावा कर रहीं हैं, लेकिन दूसरी तरफ वर्ष 2008 में अनुसूचित जाति के बीपीएल परिवार को दिए गए प्लॉट का अभी तक इंतकाल और रजिस्ट्री नहीं की गई। लाभार्थी संबंधित अधिकारी के पास जाते हैं तो अधिकारी उनको डांट फटकार करके भेज देते कि हमारे पास आपका कोई डाटा नहीं इस बारे में भी एसडीएम को अवगत कराया गया। अगर सरकार व प्रशासन ने जल्द हीं टिब्बे की जगह को समतल नहीं किया और इंतकाल और रजिस्ट्री नहीं किया तो लघुसचिवालय में ग्रामीणों के साथ मिलकर धरना प्रदर्शन करने को मजबूर होंगे।



महेंद्रगढ़। एसडीएम को ज्ञापन सौंपते हुए। फोटो : हरिभूमि

कार्रवाई का आश्वासन

एसडीएम योगेश सैनी ने कहा कि संबंधित अधिकारी जैसे बीडीपीओ या पटवारी गांव के सरपंच उन सब से बात करके और बहुत जल्दी आपको पॉजिटिव रिस्पांस दिया जाएगा और अगले 3 महीने में इनका इंतकाल व रजिस्ट्री का सारा काम करवा दिया जाएगा और अगर इस बीच में कोई लाभार्थी किसी जरूरी काम से संबंधित अधिकारी के पास जाता है या कुछ भी आपसे आना-कानी करता है, बदतमीजी करता है तो एसडीएम ने कहा है कि इस बारे में बताना, तुरंत कार्रवाई करेंगे।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर सूबेदार रामचंद्र पीटीआई बेरी, संदीप शास्त्री इंजीनियर झुक, अमित भंडारी, तेजपाल प्रजापति, रवि कबाडी, पप्पू प्रधान, राजेश ढुलौठ अहीर, सतीश पंच झूक, विजय खेड़ा, महेश खिंची, जगदेव फौजी, मुकेश फौजी, मुख्तार बेरी, सतबीर बुडीन, प्रभाती, हवा सिंह, विद्यानंद, हरकेश, महेश, वीरेंद्र, राजेंद्र, संतोष मिस्त्री, रमेश मिस्त्री, सरपंच मालाराम, अश्वनी थानेदार सहित अनेक ग्रामीणों में सरकार व प्रशासन के प्रति रोष हैं।

कनीना। बैठक में विद्यार्थियों की पढ़ाई संबंधित समस्या पर विचार विमर्श करते हुए।

एसडी स्कूल काकराला में विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास पर हुआ मंथन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

एसडी सीनियर सेकेंडरी स्कूल काकराला में रविवार को अभिभावक-शिक्षक बैठक का आयोजन किया गया। जिसमें 1235 विद्यार्थियों के अभिभावकों ने उत्साह के साथ हिस्सा लिया और अपने बच्चों की शैक्षणिक प्रगति, अनुशासन, व्यवहार एवं सर्वांगीण विकास के संबंध में शिक्षकों के साथ विस्तृत चर्चा की। बैठक के दौरान शिक्षकों ने प्रत्येक अभिभावक से व्यक्तिगत स्तर पर संवाद स्थापित किया। इस दौरान विद्यार्थियों के विषयवार प्रदर्शन, गृहकार्य, नियमित उपस्थिति और परीक्षा की आगामी तैयारियों पर गहन मंथन हुआ। शिक्षकों ने अभिभावकों को बच्चों की दैनिक अध्ययन आदतों में सुधार लाने, बेहतर समय प्रबंधन करने, घर में सकारात्मक वातावरण बनाने और विशेष रूप से मोबाइल फोन के सीमित व जिम्मेदार उपयोग को लेकर बेहद महत्वपूर्ण सुझाव दिए। इस अवसर पर शिक्षकों ने आगामी शैक्षणिक, खेलकूद, सांस्कृतिक, कला और सह-शैक्षणिक गतिविधियों की रूपरेखा साझा की। इसके साथ ही विद्यार्थियों के लिए चलाई जा रही रिमेडियल कक्षाओं, एआई लैब, खेल प्रशिक्षण, संगीत, नृत्य, आर्ट एंड क्राफ्ट और नवाचार आधारित सीबीएसई गतिविधियों की जानकारी प्रदान की गई। इस मौके निदेशक ओमप्रकाश यादव, सीईओ रामधारी यादव, उप निदेशक पूर्णसिंह, समन्वयक देवव्रत, सुनील, प्रियंका यादव, बिंदु सहित शिक्षक स्टाफ मौजूद रहा।

संस्कार, अनुशासन और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा

उपस्थित अभिभावकों ने विद्यालय की अनुशासित व्यवस्था, गुणवत्तापूर्ण शिक्षण और गतिविधि आधारित शिक्षा की प्रशंसा की। चेयरमैन जगदेव यादव ने स्पष्ट किया कि संस्थान का मुख्य उद्देश्य केवल उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम हासिल करना नहीं है, बल्कि प्रत्येक विद्यार्थी को संस्कारवान, अनुशासित और भविष्य के लिए एक आत्मनिर्भर नागरिक बनाना है।

मंडियों को बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने को कार्य कर रही सरकार: रामकिशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सतनाली मंडी

हरियाणा स्टेट वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन के नवनियुक्त चेयरमैन एडवोकेट रामकिशन शर्मा के सम्मान में हरियाणा व्यापार मंडल की सतनाली मंडी इकाई की ओर से अभिनंदन समारोह आयोजित किया गया। हरियाणा व्यापार मंडल सतनाली मंडी प्रधान सतीश गोयल ने बताया कि सोंहासरिया धर्मशाला में आयोजित अभिनंदन समारोह में व्यापारियों व आढ़तियों ने चेयरमैन रामकिशन शर्मा का पगड़ी पहनाकर, पुष्पगुच्छ व स्मृति चिन्ह भेंट कर स्वागत किया।

व्यापारियों ने सतनाली अनाज मंडी में लंबे समय से चली आ रही विभिन्न समस्याओं और आधारभूत सुविधाओं की कमी का मुद्दा उठाते हुए उनके शीघ्र समाधान की मांग रखी। उन्होंने मंडी के विकास, किसानों तथा व्यापारियों की सुविधा के लिए आवश्यक कार्य जल्द शुरू करवाने का आग्रह किया।

चेयरमैन एडवोकेट रामकिशन शर्मा ने कहा कि प्रदेश सरकार किसानों, व्यापारियों व आढ़तियों के हितों की सुरक्षा और उनके आर्थिक सशक्तिकरण के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि मजबूत मंडी व्यवस्था से किसानों को उनकी उपज का उचित मूल्य मिलता है और व्यापारिक गतिविधियों को भी बढ़ावा मिलता है। सरकार मंडियों में बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने व व्यवस्थाओं को मजबूत बनाने के लिए लगातार कार्य कर रही है।

सतनाली मंडी। कार्यक्रम में व्यापारियों से चर्चा करते चेयरमैन रामकिशन शर्मा।

अंडरपास की समस्याओं को लेकर संघर्ष समिति पहुंची जयपुर

मंडी अटेली। अटेली मण्डी अंडरपास निर्माण संघर्ष समिति के प्रतिनिधिमंडल ने सोमवार को जयपुर में उत्तर पश्चिम रेलवे मंडल के डीआरएम व डीएफसीसीआईएल के अधिकारियों से मुलाकात कर अंडरपास से जुड़ी समस्याओं के समाधान की मांग उठाई। यह प्रतिनिधिमंडल समिति के संचालक डॉ. राजेन्द्र प्रसाद खरब के नेतृत्व में गया, जिसमें सचिव मास्टर सुबे सिंह और रिटायर्ड कैप्टन कृष्ण कुमार तोबड़ा शामिल रहे। प्रतिनिधिमंडल ने डीएफसीसीआईएल के उप मुख्य परियोजना प्रबंधक (समन्वय सिविल) विष्णु गुप्ता को ज्ञापन सौंपते हुए अटेली मण्डी अंडरपास (आरबी-30) में पर्याप्त रोशनी की व्यवस्था करने और जलभराव की समस्या का स्थायी समाधान करने की मांग रखी। वहीं डॉ. खरब ने बताया कि अंडरपास में लाइटों के अभाव में अंधेरा बना रहता है जिससे दुर्घटनाओं की आशंका बढ़ जाती है। साथ ही अंधेरे के कारण आमजन की सुरक्षा भी प्रभावित होती है। उन्होंने अंडरपास से जुड़ी अन्य लंबित समस्याओं और विसंगतियों को भी अधिकारियों के समक्ष रखा। इस दौरान रेलवे अधिकारियों के साथ वार्ता सौहार्दपूर्ण वातावरण में हुई। अधिकारियों ने समस्याओं पर सकारात्मक कार्रवाई का भरोसा देते हुए शीघ्र समाधान का आश्वासन दिया।

जींद में पीएम की रैली को लेकर महिला मोर्चा का जनसंपर्क अभियान तेज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

17 जुलाई को जींद में प्रस्तावित प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की जनसभा को लेकर भारतीय जनता पार्टी महिला मोर्चा ने जनसंपर्क अभियान तेज कर दिया है।

महिला मोर्चा प्रभारी राजबाला शयोराण, महिला प्रदेश मंत्री व सहप्रभारी डॉ. अर्चना ठाकुर तथा ओबीसी मोर्चा की प्रदेश उपाध्यक्ष पिकी बैरागी के नेतृत्व में कार्यकर्ता जुलाना क्षेत्र, महेंद्रगढ़ तथा भिवानी सहित विभिन्न स्थानों पर घर-घर जाकर महिलाओं को रैली में शामिल होने का निमंत्रण दे रही हैं।

कार्यकर्ताओं द्वारा केंद्र सरकार की महिलाओं के हित में संचालित विभिन्न योजनाओं और सुविधाओं की जानकारी भी दी जा रही है। डॉ. अर्चना ठाकुर ने बताया कि रैली में बड़ी संख्या में महिलाओं की भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए व्यापक स्तर पर संपर्क अभियान चलाया जा रहा है। उन्होंने विश्वास जताया कि 17 जुलाई को जींद में आयोजित कार्यक्रम में महेंद्रगढ़, भिवानी और आसपास के क्षेत्रों से हजारों महिलाएं पहुंचेंगी।

उन्होंने कहा कि कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी हाइड्रोजन आधारित ट्रेन से जुड़े महत्वपूर्ण कार्यक्रम का शुभारंभ करेंगे। उनके अनुसार पानी से प्राप्त हाइड्रोजन ऊर्जा पर आधारित रेल तकनीक भारत के लिए एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। डॉ. ठाकुर ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी ने महिलाओं को राजनीतिक, सामाजिक और आर्थिक रूप से सशक्त बनाने के लिए अनेक ऐतिहासिक कदम उठाए हैं।

महेंद्रगढ़। अभियान के दौरान निमंत्रण देते हुए। फोटो : हरिभूमि

समय पर निपटान करना प्रशासन की प्राथमिकता: एसडीएम

महेंद्रगढ़। एसडीएम योगेश सैनी ने कहा कि हरियाणा सरकार द्वारा जनसेवा की दिशा में कदम बढ़ाते हुए आयोजित किए जा रहे समाधान शिविर लोगों की समस्याओं का निराकरण करने का सशक्त माध्यम है। प्रशासन का प्रयास है कि प्रत्येक व्यक्ति की समस्या का समय पर निपटान हो इसके लिए समाधान शिविर में आने वाली समस्याओं का त्वरित समाधान करते हुए लोगों को राहत पहुंचाई जा रही है। एसडीएम योगेश सैनी के निर्देशानुसार सोमवार को लघु सचिवालय स्थित एसडीएम कार्यालय के कोर्ट रूम में आयोजित समाधान शिविर में नायब तहसीलदार बिजेन्द्र सिंह ने अलग अलग गावों से आए लोगों की शिकायतों को सुना और संबंधित अधिकारियों को तत्काल समाधान करने के निर्देश दिए। समाधान शिविर में आए नागरिकों ने नायब तहसीलदार के समक्ष अपनी समस्याओं को रखा। एसडीएम योगेश सैनी ने बताया कि जनता व प्रशासन के बीच समन्वय स्थापित करते हुए लोगों की समस्याओं का निवारण व सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं से अवगत करवाने के लिए जिला व उपमंडल स्तर पर प्रत्येक सोमवार व गुरुवार को प्रातः 10 बजे से 12 बजे तक समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं ताकि लोगों को एक स्थान पर उनकी समस्याओं को सुनकर उनका निवारण किया जा सके।

किसान हितों को लेकर उपायुक्त से मिला प्रतिनिधिमंडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

भारतीय किसान यूनियन चढ़ूनी के जिला प्रधान अजीत सिंह सिहमा के नेतृत्व में सोमवार को किसान प्रतिनिधिमंडल ने जिला उपायुक्त अनुपमा अंजलि से शिष्टाचार भेंट कर किसानों से जुड़े विभिन्न मुद्दों को प्रमुखता से उठाया। इस दौरान प्रतिनिधिमंडल ने उपायुक्त को फूलों का गुलदस्ता भेंट कर उनका स्वागत किया। जिला प्रधान अजित सिंह सिहमा ने कहा कि किसानों की समस्याएं समय पर हल होना अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने बताया कि वर्तमान में किसान विभिन्न समस्याओं का सामना कर रहे हैं जिनमें सिंचाई, बिजली आपूर्ति, फसल से जुड़े मुद्दे और प्रशासनिक स्तर पर देरी जैसी परेशानियां शामिल हैं। उन्होंने जोर देकर कहा कि इन समस्याओं के समाधान के लिए प्रशासन और किसान संगठनों के बीच बेहतर तालमेल होना चाहिए। उन्होंने उम्मीद जताई कि जिला प्रशासन किसानों की समस्याओं को गंभीरता से लेते हुए प्राथमिकता के आधार पर उनका समाधान करेगा। जिला उपायुक्त अनुपमा अंजलि ने किसान प्रतिनिधियों की बातों को ध्यानपूर्वक सुना और उन्हें आश्वासन दिया कि किसानों से जुड़े मुद्दों पर गंभीरता से कार्य किया जाएगा। प्रशासन किसानों की समस्याओं के समाधान के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध है।

मंडी अटेली। उपायुक्त अनुपमा अंजलि को फूलों का गुलदस्ता भेंट करते किसान। फोटो : हरिभूमि

यादव सभा ने वरिष्ठ पत्रकार सुरेश लावानिया को दी श्रद्धांजलि

महेंद्रगढ़। हरियाणा पत्रकार संघ की ओर से यादव धर्मशाला में हरिभूमि के पूर्व वरिष्ठ पत्रकार सुरेश लावानिया के आकस्मिक निधन पर श्रद्धांजलि सभा आयोजित की गई। सभा में विभिन्न राजनीतिक दलों, सामाजिक एवं धार्मिक संगठनों के प्रतिनिधियों, पत्रकारों तथा गणमान्य नागरिकों ने दो मिनट का मौन रखकर दिवंगत आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना की और उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। श्रद्धांजलि सभा को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि स्वर्गीय सुरेश लावानिया सरल, सौम्य और शांत स्वभाव के व्यक्तित्व के धनी थे। हरियाणा पत्रकार संघ के जिला प्रधान प्रदीप बालरोडिया ने कहा कि सुरेश लावानिया के निधन से हरियाणा पत्रकार संघ ने अपना एक मजबूत, समर्पित और ईमानदार साथी खो दिया है। मौके पर कांग्रेस के जिला अध्यक्ष सतबीर झूकिया, अखिल भारतीय यादव महासभा के प्रदेश अध्यक्ष राव रमेश पायलट, भाजपा के जिला मंत्री संदीप यादव, किसान मोर्चा के जिला अध्यक्ष पवन खैरवाल आदि मौजूद थे।

कुसुमलता को बीईओ का अतिरिक्त प्रभार, एसोसिएशन ने किया सम्मान

मंडी अटेली। प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन अटेली के पांच सदस्यीय शिष्टमंडल ने पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय अटेली की कुसुमलता को खंड शिक्षा अधिकारी का अतिरिक्त प्रभार मिलने पर गुलदस्ता भेंटकर उनका अभिनंदन किया। इस मौके पर एसोसिएशन के प्रधान विजयपाल रोहिला ने कहा कि कुसुमलता के अनुभव और नेतृत्व से खंड के सरकारी एवं निजी विद्यालयों में शिक्षा की गुणवत्ता में और अधिक सुधार होगा। उन्होंने आश्वस्त किया कि प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन शिक्षा के उत्थान के लिए हर संभव सहयोग प्रदान करेगा। वहीं प्रभारी खंड शिक्षा अधिकारी कुसुमलता ने आभार व्यक्त करते हुए कहा कि खंड के सभी विद्यालयों में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, अनुशासन और विशेष रूप से बालिका शिक्षा को बढ़ावा देना उनकी प्राथमिकता रहेगी। उन्होंने कहा कि सभी शिक्षकों एवं संस्थाओं के सहयोग से इन लक्ष्यों को अवश्य प्राप्त किया जाएगा। इस दौरान एसोसिएशन के सदस्य दयानंद यादव, सुरेंद्र यादव, ईश्वर सिंह, कविता एवं राकेश सहित कार्यालय अधीक्षक सीताराम और करतार सिंह भी मौजूद रहे।

अब 15 अगस्त को जागरण व 16 अगस्त को होगा भंडारा

शिव परिवार की पुनर्स्थापना, कलश यात्रा निकाली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

शहर में रेवाड़ी रोड पर यदुवंशी मोड के पास स्थित प्राचीन जानकी दास शिव मंदिर में शिव परिवार की पुनर्स्थापना एवं मंदिर के जीर्णोद्धार का कार्य विधि-विधान के साथ संपन्न हुआ। इसी को लेकर महिलाओं ने कलश यात्रा निकाली और मंदिर परिसर में हवन यज्ञ किया गया।

इस दौरान बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने धार्मिक अनुष्ठानों में भाग लेकर भगवान शिव का आशीर्वाद प्राप्त किया। पहले दिन सोमवार को शिव परिवार की सुभाष नगर व यदुवंशी नगर में कलश यात्रा का परिक्रमा लगाई गई। इसके बाद मूर्ति स्थापित की गई। इस दौरान हवन यज्ञ हुआ और उसके बाद प्रसाद वितरित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत कलश यात्रा से हुई। श्रद्धालुओं ने कलश यात्रा के साथ शिव परिवार की मूर्तियों की सुभाष नगर और यदुवंशी नगर में परिक्रमा करवाई।

पूरे मार्ग में श्रद्धालुओं ने भजन-कीर्तन करते हुए भगवान भोलेनाथ के जयकारे लगाए, जिससे पूरा क्षेत्र भक्तिमय वातावरण में डूब गया। धार्मिक अनुष्ठानों के समापन पर मंदिर परिसर में महाप्रसाद का वितरण किया गया।

बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण कर आयोजन को सफल बनाया। मंदिर प्रबंधन समिति ने बताया कि मंदिर के जीर्णोद्धार और शिव परिवार की पुनर्स्थापना का उद्देश्य प्राचीन धार्मिक परंपराओं को संरक्षित करना तथा श्रद्धालुओं को बेहतर धार्मिक वातावरण उपलब्ध कराना है। आयोजन के दौरान मंदिर परिसर में भक्ति, आस्था और उत्साह का अद्भुत संगम देखने को मिला।

नारनौल। कलश यात्रा में हिस्सा लेती महिलाएं व यज्ञ में आहूति डालते श्रद्धालु।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर किशन लाल शर्मा, रामावतार सैनी, रोहित कुमार, दिनेश सैनी, मास्टर नवीन सैनी, प्रेमपाल, सुनील कुमार, मनोज शर्मा, राजेश, योगेश कुमार, महेंद्र सैनी, नरेंद्र सैनी, राकेश, आकाश, दिनेश शर्मा सहित सैकड़ों श्रद्धालुगण मौजूद रहे।

एबीवीपी 78 वर्षों से राष्ट्र पुनर्निर्माण और छात्रहित में कर रही कार्य : ओमप्रकाश

नारनौल। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद (एबीवीपी) की नारनौल नगर इकाई द्वारा 78वें स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में हरियाणा पब्लिक स्कूल में विचार संगोष्ठी एवं निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि नारनौल के विधायक ओमप्रकाश यादव, विशिष्ट अतिथि भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. यतेंद्र राव, मुख्य वक्ता एबीवीपी प्रांत सहमंत्री एवं जिला संगठन मंत्री रेवाड़ी परमिंदर सैनी, जिला संयोजक कमल रोहिल्ला, केंद्रीय कार्यसमिति सदस्य तृप्ति सैनी, नगर मंत्री सुभाष शर्मा तथा नगर अध्यक्ष डॉ. सुरेंद्र कुमार ने दीप प्रज्ज्वलित कर किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय संचालक डॉ. हितेश वर्मा ने की, जबकि मंच संचालन नगर सहमंत्री कल्पना शर्मा ने किया। कार्यक्रम की शुरुआत में नगर मंत्री सुभाष शर्मा ने अतिथियों एवं विद्यार्थियों का स्वागत किया। मुख्य वक्ता परमिंदर सैनी ने कहा कि एबीवीपी ने देश को यह संदेश दिया कि विद्यार्थी केवल भविष्य का नागरिक नहीं, बल्कि वर्तमान का जिम्मेदार नागरिक भी है। मुख्य अतिथि विधायक ओमप्रकाश यादव ने कहा कि अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद पिछले 78 वर्षों से विद्यार्थियों की समस्याओं के समाधान, सामाजिक परिवर्तन और राष्ट्र पुनर्निर्माण के लिए निरंतर कार्य कर रही है। उन्होंने कहा कि एबीवीपी आज विश्व का सबसे बड़ा छात्र संगठन है तथा विद्यार्थियों को पढ़ाई के साथ-साथ सामाजिक गतिविधियों में भी सक्रिय भागीदारी निभानी चाहिए।

सार्वजनिक सूचना

मै सुन्दरलाल पुत्र रामचंद्र सैनी वासी मोहल्ला नलापुर नारनौल जिला महेंद्रगढ हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र गौरव सैनी व पुत्रवधु पूजा सैनी मेरे कहने सुनने से बाहर है और अपनी मनमानी करते है। इसलिए मै उनको अपनी चल–अचल संपत्ति से बेदखल करता हूं। भविष्य में इनसे लेनदेन करने वाला स्वयं जिम्मेदार होगा। मेरी व मेरे बाकि परिवार की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।

सार्वजनिक सूचना

मै अशोक कुमार पुत्र रामचंद्र वासी महरमपुर तहसील नारनौल जिला महेंद्रगढ हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र लोकेश व पुत्रवधु मनीषा मेरे कहने सुनने से बाहर है और अपनी मनमानी करते है। इसलिए मै उनको अपनी चल–अचल संपत्ति से बेदखल करता हूं। भविष्य में इनसे लेनदेन करने वाला स्वयं जिम्मेदार होगा। मेरी व मेरे बाकि परिवार की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।

डेंगू को लेकर प्रशासन अलर्ट: जिले में 152 टीमें तैनात, अब तक सिर्फ 7 मामलों की पुष्टि

जिले में 1798327 घरों का सर्वे, जांच में 838 घरों में मिला डेंगू का लारवा, जारी किए नोटिस

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

मानव स्वास्थ्य को सुरक्षित रखने व मौसमी बीमारियों पर लगाम कसने के लिए स्वास्थ्य विभाग इस समय पूरी तरह से मुस्तैद है। विभाग की ओर से जुलाई महीने को डेंगू रोधी माह के रूप में मनाया जा रहा है। जिसके तहत जमीनी स्तर पर व्यापक जागरूकता अभियान छेड़ा गया है। इस मुहिम को हर नागरिक तक पहुंचाने के लिए स्वास्थ्य मंत्री की ओर से जारी की गई अपील को पंपलेट के माध्यम से सरपंचों, पंचों व पार्षदों जैसे जनप्रतिनिधियों तक पहुंचाया जा रहा है, ताकि जन जन की भागीदारी से इस बीमारी को जड़ से खत्म किया जा सके।

■ डेंगू रोधी माह के रूप में मनाया जा रहा जुलाई महीने को

अब तक कुल 1798327 घरों का सर्वेक्षण पूरा

आपातकालीन स्थिति से निपटने के लिए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र स्तर पर रैपिड रिस्पॉन्स टीमों का गठन किया

नारनौल। पंपलेट वितरित करते स्वास्थ्य कर्मी। फोटो: हरिभूमि

इस अवसर पर सिविल सर्जन डॉ. अशोक कुमार ने बताया कि जिले में व्यवस्था को चाक चौबंद करने के लिए 152 टीमों को मुस्तैद किया गया है। ये टीमें लगातार घर घर जाकर बुखार के मरीजों की स्क्रीनिंग कर रही हैं। स्वास्थ्य विभाग की सजगता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि इस वर्ष अब तक कुल 1798327 घरों का सर्वेक्षण पूरा किया जा चुका है। इस जांच अभियान के दौरान 838 घरों में डेंगू का लारवा पनपता हुआ पाया गया, जिसे देखते हुए विभाग ने तुरंत कार्रवाई करते हुए संबंधित गृहस्वामियों को नोटिस जारी कर दिए हैं। इसके साथ ही आपातकालीन स्थिति से निपटने के लिए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र स्तर पर रैपिड रिस्पॉन्स टीमों का गठन किया गया है और प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों से लेकर जिला अस्पताल तक में विशेष डेंगू वार्ड आरक्षित कर दिए गए हैं। सिविल बताया कि स्थिति पूरी तरह नियंत्रण में है। इस साल अब तक जांचे गए 770 सैंपलों में से केवल सात मरीजों में ही डेंगू संक्रमण की पुष्टि हुई है। यदि पिछले वर्षों के आंकड़ों पर नजर डालें, तो जिले में साल 2025 में 57, साल 2024 में 62 व साल 2023 में डेंगू के 44 मामले सामने आए थे, जिनकी तुलना में इस बार स्थिति काफी बेहतर है।

डेंगू जांच की अधिकतम फीस 600 रुपये

उप सिविल सर्जन डॉ. मनीष यादव ने विभागीय तैयारियों की कमान संभालते हुए बताया कि मच्छरों के खात्मे के लिए शहरी क्षेत्रों में फॉगिंग की जिम्मेदारी शहरी निकाय विभाग को व ग्रामीण इलाकों की जिम्मेदारी पंचायत विभाग को सौंपी गई है। उन्होंने आम जनता को भरोसा दिलाया कि सभी सरकारी अस्पतालों में डेंगू की जांच और इलाज पूरी तरह निःशुल्क है, जबकि निजी अस्पतालों के लिए डेंगू जांच की अधिकतम फीस 600 रुपये तय कर दी गई है। स्वास्थ्य विभाग ने इस मुहिम को पूरी तरह सफल बनाने के लिए सभी प्रशासनिक विभागों व जनप्रतिनिधियों से सक्रिय सहयोग देने की पुरजोर अपील की है।

डीएचबीवीएन की सौर ऊर्जा क्षमता 69.25 मेगावाट पहुंची: विक्रम

नारनौल। दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम (डीएचबीवीएन) ने प्रधानमंत्री-कुसुम (पीएम-कुसुम) योजना के कंपोनेंट-ए के तहत सौर ऊर्जा उत्पादन में उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल करते हुए अपनी स्थापित सौर ऊर्जा क्षमता 69.25 मेगावाट तक पहुंचा दी है। हाल ही में सात नए सौर ऊर्जा संयंत्रों के चालू होने से निगम के अंतर्गत संचालित सौर ऊर्जा संयंत्रों की संख्या बढ़कर 40 हो गई है। डीएचबीवीएन के प्रबंध निदेशक विक्रम सिंह ने बताया कि 10 जुलाई को नारनौल सर्किल में चार सौर ऊर्जा संयंत्र (कुल क्षमता आठ मेगावाट) तथा इससे पूर्व सात जुलाई को भिवानी सर्किल के गांव सिवानी एवं पिंजोखरा स्थित 33 केवी सब-स्टेशनों खेड़ा और पिंजोखरा से जुड़े तीन सौर ऊर्जा संयंत्र (कुल क्षमता पांच मेगावाट) सफलतापूर्वक चालू किए गए। इन सातों संयंत्रों के शुरू होने के साथ ही डीएचबीवीएन ने अक्षय ऊर्जा के क्षेत्र में एक और महत्वपूर्ण उपलब्धि दर्ज की है। हरियाणा में स्वच्छ एवं हरित ऊर्जा को बढ़ावा देने के उद्देश्य से अब तक 61 सौर ऊर्जा परियोजनाओं के लिए पावर परचेज एग्रीमेंट (पीपीए) निष्पादित किए जा चुके हैं। इन परियोजनाओं की कुल प्रस्तावित क्षमता 105.75 मेगावाट है। निगम शेष परियोजनाओं के निर्माण एवं क्रियान्वयन की नियमित समीक्षा कर रहा है, ताकि 31 मार्च 2027 तक सभी स्वीकृत परियोजनाओं को पूरा कर उन्हें राज्य के विद्युत ग्रिड से जोड़ दिया जाए। सिंह ने कहा कि डीएचबीवीएन अक्षय ऊर्जा को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध है। सौर ऊर्जा परियोजनाओं के विस्तार से हरियाणा की ऊर्जा सुरक्षा और मजबूत होगी, पारंपरिक ऊर्जा स्रोतों पर निर्भरता कम होगी तथा पर्यावरण संरक्षण के साथ-साथ राज्य के सतत सामाजिक एवं आर्थिक विकास को भी नई गति मिलेगी।

परेशान लोगों ने एसडीएम को सौंपा ज्ञापन

सड़क निर्माण का टेंडर लिया 4 माह बाद भी नहीं किया काम

नपा प्रशासन को मौका निरीक्षण करने व ठेकेदार के खिलाफ कार्रवाई के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नांगल चौधरी

शहर के वार्ड-10 में डॉ. अशोक वाली गली में रास्ते के पक्के निर्माण का टैंडर छोड़ा गया था। वर्क अलॉट को चार महीने बीत चुके हैं, लेकिन अभी तक ठेकेदार ने निर्माण प्रक्रिया आरंभ नहीं की। रास्ते में जलभराव रहने से मकानों में सीलन की समस्या उत्पन्न हो गई। जिससे चिंतित लोगों ने एसडीएम उमेद कुमार को ज्ञापन सौंपा, जिसमें नपा प्रशासन पर विकास कार्यों में लापरवाही बरतने के आरोप लगाए हैं। एसडीएम के निर्देशों पर नपा प्रशासन ने मौका निरीक्षण करके ठेकेदार के खिलाफ कार्रवाई की प्रक्रिया आरंभ कर दी है।

पूर्व पार्षद के प्रतिनिधि सोनू तंवर,सोमदत जांगिड़, अशील फौजी, अजीत कुमार, प्रवीण यादव, पूर्णमल यदुवंशी, करतार सिंह, रामसिंह ने बताया कि वार्ड-10 में कच्चे रास्ते की समस्या से नपा हाउस की बैठक में अवगत कराया गया था। हाउस की सहमति बनने पर बजट अप्रुवल के लिए उच्चाधिकारियों को प्रस्ताव भेजा गया था। इसके बाद रास्ते के पक्का निर्माण का बजट स्वीकृत हुआ था। विभिन्न औपचारिकताएं पूरी करके नपा प्रशासन ने टैंडर छोड़ा था। ठेकेदार को वर्क आर्डर देकर निर्धारित अवधि में पक्का निर्माण करने के निर्देश दिए गए थे, लेकिन टैंडर को चार महीने बीतने के बावजूद ठेकेदार ने रास्ते पर मिट्टी व कंकरीट तक नहीं डाली है। बारिश होते ही कच्चे रास्ते में जलभराव की समस्या उत्पन्न हो गई, कई दिनों तक निकासी नहीं होने के कारण मकानों में सीलन आने के साथ जलभराव में मच्छर पनपने का खतरा बढ़ गया है। परेशान वार्ड वासियों ने नपा अधिकारियों को स्थिति से अवगत करवा दिया, लेकिन अभी भी स्थिति यथावत बनी हुई है, जिससे आक्रोशित लोगों की सुबह 10 बजे बैठक हुई। इसके बाद एसडीएम को ज्ञापन सौंपने का निर्णय लिया। उन्होंने बताया कि इसी रास्ते से गर्ल्स स्कूल व कॉलेज के विद्यार्थियों का आवागमन रहता, फिसलन के चलते कई विद्यार्थी चोटिल हो चुके हैं। बुजुर्गों को घरों से बाहर निकलना मुश्किल हो गया तथा दुकानदारों का कारोबार प्रभावित हो रहा। शिकायत मिलने पर एसडीएम ने नपा सचिव ललित गोयल से संपर्क किया तथा समस्या का समाधान प्राथमिकता पर करने के निर्देश दिए हैं।

नांगल चौधरी। एसडीएम को ज्ञापन सौंपकर रास्ते का पक्का निर्माण कराने की गुहार लगाते लोग। फोटो: हरिभूमि

> रास्ते में जलभराव रहने से मकानों में उत्पन्न हो गई सीलन की समस्या

टैंडर कैंसिल व ठेकेदार के खिलाफ करेंगे कार्रवाई

नपा के सचिव ललित गोयल ने बताया कि वार्ड-10 में रास्ते के पक्का निर्माण का टैंडर छोड़ा गया था। जिसे करीब चार महीने बीत चुके हैं, अभी तक ठेकेदार ने वर्क शुरू नहीं किया। अब टैंडर को कैंसिल व ठेकेदार को ब्लैक लिस्ट करने की कार्रवाई आरंभ करेंगे। उन्होंने बताया कि शहर में बरसाती पानी निकासी तथा सफाई व्यवस्था के व्यापक प्रबंध किए गए हैं।

विधायक ने जल क्षमता सुधार परियोजना का किया उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। उद्घाटन करते विधायक कंवर सिंह यादव। फोटो: हरिभूमि

विधानसभा क्षेत्र के किसानों के लिए एक महत्वपूर्ण सौगात देते हुए विधायक कंवर सिंह यादव ने सोमवार को पंप हाउस एमडी-5 एवं एमडी-6 परिसर में आयोजित कार्यक्रम के दौरान महेंद्रगढ़ डिस्ट्रीब्यूटरी की जल क्षमता सुधार परियोजना का विधिवत उद्घाटन किया। सिंचाई विभाग के कार्यकारी अभियंता आशुतोष यादव, एसडीओ पंकज कुमार, जेई रिंकू यादव सहित विभागीय अधिकारी, कर्मचारी एवं बड़ी संख्या में ग्रामीण मौजूद रहे।

विधायक कंवर सिंह यादव ने कहा कि प्रदेश सरकार किसानों को पर्याप्त सिंचाई जल उपलब्ध कराने के लिए लगातार कार्य कर रही है। महेंद्रगढ़ डिस्ट्रीब्यूटरी की जल क्षमता बढ़ने से अब नहर के अंतिम छोर तक स्थित गांवों को भी पर्याप्त एवं नियमित रूप से सिंचाई का पानी मिलेगा। इससे किसानों को समय पर पानी उपलब्ध होगा। कृषि उत्पादन में वृद्धि होगी और क्षेत्र की खेती को नई मजबूती मिलेगी। परियोजना के तहत पंप हाउस एमडी-1 से एमडी-3 की क्षमता बढ़ाने के लिए का निर्माण किया गया है। जबकि एमडी-4 से एमडी-6 की क्षमता में सुधार के लिए नए पंप हाउस का पुनर्निर्माण किया गया है। इन कार्यों के पूरा होने से कम समय में अधिक पानी की आपूर्ति संभव होगी, जिससे पूरे वितरण तंत्र की कार्यक्षमता बढ़ेगी और ऊर्जा की भी बचत होगी। अब नहर की शुरुआत से लेकर अंतिम छोर तक सभी किसानों को समान रूप से सिंचाई का पानी मिलेगा, जिससे खेती अधिक लाभकारी बनेगी।

क्षेत्र के किसानों को मिलेगा बड़ा लाभ

विधायक ने कहा कि नहर में पानी का निरंतर प्रवाह रहने से क्षेत्र का भूजल स्तर भी तेजी से रिचार्ज होगा। इससे भविष्य में जल संरक्षण को बढ़ावा मिलेगा तथा पेयजल एवं सिंचाई दोनों के लिए जल उपलब्धता बेहतर होगी। ग्रामीणों ने इस महत्वपूर्ण परियोजना के लिए विधायक कंवर सिंह यादव और सिंचाई विभाग का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि लंबे समय से चली आ रही पानी की समस्या का स्थायी समाधान होने से क्षेत्र के किसानों को बड़ा लाभ मिलेगा।

मेडिकल कॉलेज का 17 जुलाई को होगा डिजिटल लोकार्पण: प्रो. शर्मा

महेंद्रगढ़। हरियाणा भाजपा के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष एवं पूर्व शिक्षा मंत्री प्रो. रामबिलास शर्मा ने प्रेस के नाम जारी बयान में कहा कि देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 17 जुलाई को अपने जींद दौरे के दौरान हरियाणा के साथ-साथ महेंद्रगढ़ जिले को भी महर्षि च्यवन मेडिकल कॉलेज का डिजिटल लोकार्पण कर स्वास्थ्य सेवाओं की बड़ी सौगात देंगे। प्रो. रामबिलास शर्मा ने क्षेत्र के लोगों से आह्वान किया कि वे दलगत राजनीति से ऊपर उठकर महेंद्रगढ़ क्षेत्र के गांव कोरियावास में आयोजित डिजिटल लोकार्पण कार्यक्रम में अधिक से अधिक संख्या में भाग लें। उन्होंने कहा कि चिकित्सा, जल और वायु पर किसी एक व्यक्ति या वर्ग का नहीं, बल्कि सभी का समान अधिकार है। उन्होंने कहा कि महर्षि च्यवन मेडिकल कॉलेज महेंद्रगढ़ जिले के लिए एक महत्वपूर्ण स्वास्थ्य संस्थान साबित होगा। उन्होंने कहा कि अब 17 जुलाई को देश की पहली हाइड्रोजन संचालित ट्रेन की शुरुआत भी हरियाणा से होने जा रही है, जो प्रदेश के लिए गौरव का विषय है। प्रदेश की जनता प्रधानमंत्री के हरियाणा आगमन को उत्सव के रूप में देख रही है और उनके स्वागत के लिए उत्साहित है।

पूर्व मंत्री रामबिलास शर्मा।

नारनौल। मेडिकल कॉलेज का निरीक्षण करते हरियाणा चिकित्सा शिक्षा व अनुसंधान विभाग के निदेशक यशेंद्र सिंह। फोटो: हरिभूमि

हरियाणा चिकित्सा शिक्षा व अनुसंधान विभाग के निदेशक ने लिया तैयारियों का जायजा

नारनौल। दक्षिण हरियाणा के सबसे बड़े और बहुप्रतीक्षित स्वास्थ्य प्रोजेक्ट के लोकार्पण की तैयारियों को लेकर सोमवार को स्वास्थ्य विभाग के निदेशक यशेंद्र सिंह ने महर्षि च्यवन राजकीय मेडिकल कॉलेज परिसर का दौरा किया और वहां चल रही तैयारियों की बारीकी से समीक्षा की। इस मौके पर उनके साथ उपायुक्त अनुपमा अंजली व पुलिस अधीक्षक दीपक भी मौजूद थे। आगामी 17 जुलाई को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जींद एकलव्य स्टेडियम में आयोजित होने वाले राज्य स्तरीय समारोह से वर्चुअल माध्यम से जिले के कोरियावास में लगभग 76 एकड़ में नवनिर्मित महर्षि च्यवन राजकीय मेडिकल कॉलेज व राव तुलाराम अस्पताल का विधिवत उद्घाटन करेंगे। इस आधुनिक मेडिकल कॉलेज में आपातकालीन दुर्घटना तथा आईपीडी सेवा शुरू हो गई है। इस आईपीडी में 600 बैड की क्षमता के साथ शुरूआत होगी। उन्होंने कार्यक्रम स्थल का निरीक्षण करते हुए अधिकारियों को समय रहते सभी पुख्ता प्रबंध पूरे करने के निर्देश दिए। उपायुक्त ने बताया कि जींद के मुख्य समारोह से सीधे जुड़ने के लिए मेडिकल कॉलेज परिसर में एक विशाल एलईडी स्क्रीन लगाई जाएगी, जिसके माध्यम से जिलावासी प्रधानमंत्री के इस वर्चुअल उद्घाटन के गवाह बनेंगे। इस दौरान लोगों को प्रधानमंत्री व मुख्यमंत्री का लाइव संबोधन सुनने का भी मौका मिलेगा। इसके अलावा स्थानीय स्तर पर कोरियावास में हरियाणा की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव मुख्य अतिथि के तौर पर उपस्थित रहेंगी। इस मौके पर मेडिकल कॉलेज के निदेशक डॉ. बिजेंद्र सिंह, एडीसी तरुण कुमार पवारिया, एसडीएम अनिरुद्ध यादव, सचिव आरटीए मनोज कुमार व सीएमओ डॉ. अशोक कुमार आदि अधिकारी मौजूद थे।

भारत विकास परिषद शाखा करेगी बेसहारा गोवंश उपचारशाला में हरे चारे की व्यवस्था

महेंद्रगढ़। भारत विकास परिषद शाखा द्वारा गो सेवा के संकल्प को आगे बढ़ाते हुए सोमवार को बेसहारा गोवंश उपचार शाला, मोदाश्रम में लगातार चौथी सवामणि का आयोजन किया गया। परिषद के सदस्यों ने श्रद्धा एवं सेवा भाव से गोमाता को हरा चारा एवं हरी सब्जियां अर्पित कर उनके उत्तम स्वास्थ्य एवं संरक्षण का संकल्प दोहराया। शाखा सदस्य सुरेश अरोड़ा ने बताया कि परिषद द्वारा पहली सवामणी श्री गोपाल गोशाला में आयोजित की गई थी। उसी अवसर पर यह निर्णय लिया गया था कि गो सेवा का यह अभियान नियमित रूप से जारी रखा जाएगा। परिषद के सदस्य हरिराम खन्ना ने बताया कि जब परिषद की टीम बेसहारा गोवंश उपचारशाला पहुंची तो वहां गो माता की स्थिति और आवश्यकताओं को देखकर सभी सदस्यों ने अनुभव किया कि इस गोशाला को निरंतर सहयोग की आवश्यकता है।

महेंद्रगढ़। गाय के लिए चाट बनाते हुए। फोटो: हरिभूमि

कनीना। आमजन की समस्याएं सुनते एसडीएम डॉ. जितेंद्र व डॉ. सतीश खोला।

पीपीपी स्टेट कोऑर्डिनेटर ने सुनीं समस्याएं

कनीना। हरियाणा सरकार की ओर से आमजन की समस्याओं के त्वरित और समयबद्ध समाधान के उद्देश्य से एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह की अध्यक्षता में उपमंडल कार्यालय में समाधान शिविर का आयोजन किया। इस शिविर में हरियाणा परिवार पहचान प्राधिकरण (पीपीपी) के स्टेट कोऑर्डिनेटर डॉ. सतीश खोला भी पहुंचे। शिविर के दौरान डॉ. सतीश खोला ने नागरिकों से बातचीत कर सरकारी योजनाओं से मिल रहे लाभ का फीडबैक भी लिया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में हरियाणा सरकार जनता को पारदर्शी, जवाबदेह और संवेदनशील प्रशासन देने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। इस दौरान विभिन्न विभागों से संबंधित 25 शिकायतों का समाधान किया। नागरिकों ने हरियाणा सरकार व प्रशासन का आभार जताया। डॉ. सतीश खोला ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में चल रही सरकार की प्राथमिकता में नागरिक सर्वोपरि है।

कनीना रेलवे स्टेशन को आदर्श भारत योजना में शामिल करने की मांग

नारनौल। प्रजा भलाई संगठन के कार्यकर्ताओं ने कनीना रेलवे स्टेशन पर उत्तर-पश्चिमी रेलवे बीकानेर मंडल के डीआरएम से मुलाकात की। संगठन सुप्रीमो प्रमुख समाजसेवी अतरलाल एडवोकेट के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने रेलमंत्री अश्वनी वैष्णव के नाम प्रेषित ज्ञापन डीआरएम को सौंपा। ज्ञापन में एक नई पैसेंजर डीएमयू गाड़ी प्रातः पांच बजे सादुलपुर से पानीपत वाया कनीना, रेवाड़ी, दिल्ली चलाने, कनीना रेलवे स्टेशन पर एक्सप्रेस गाड़ियों का ठहराव करने और कनीना को आदर्श भारत स्टेशन योजना में शामिल कर यहां सुविधाएं बढ़ाने की मांग की। अतरलाल ने डीआरएम को बताया कनीना स्टेशन पर सुबह 4:50 पर दिल्ली की तरफ ट्रेन जाती है। इसके बाद सीधे 9:30 पर ट्रेन जाती है। इसके बीच में कोई ट्रेन नहीं है। पहले एक डीएमयू ट्रेन चलती थी जो 7:15 पर कनीना पहुंचकर आगे रेवाड़ी, दिल्ली जाती थी।

नारनौल। नेताजी अतरलाल के नेतृत्व में डीआरएम को ज्ञापन देते कार्यकर्ता।

स्कूलों में नवाचार को मिलेगी नई उड़ान

अटल टिंकरिंग और एस्ट्रोनॉमी लैब के लिए होगा विशेष प्रशिक्षण

जिन स्कूलों में अटल टिंकरिंग लैब वहां के प्रधानाचार्य व दो शिक्षक इस प्रशिक्षण का बनेंगे हिस्सा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

प्रदेश के सरकारी स्कूलों में छात्रों की वैज्ञानिक सोच और नवाचार क्षमता को विकसित करने के लिए शिक्षा विभाग ने एक बड़ा कदम उठाया है। हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद ने राज्य भर के 391 स्कूलों में स्थापित अटल टिंकरिंग लैब्स, रोबोटिक्स और एस्ट्रोनॉमी लैब्स के संचालन और निगरानी को प्रभावी बनाने के लिए जिला स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय लिया है।

तकनीकी दक्षता पर जोर

परियोजना परिषद का मानना है कि ये प्रयोगशालाएं छात्रों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। इस प्रशिक्षण का उद्देश्य इन लैब्स का संचालन करने वाले शिक्षकों और प्रभारियों को नवीनतम तकनीकों और कार्यप्रणाली से लैस करना है, ताकि छात्र अपनी जिज्ञासा को रचनात्मक रूप से प्रयोगों में बदल सकें।

किसकी क्या होगी भूमिका?

प्रशिक्षण में व्यापक भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए विभाग ने स्पष्ट दिशा-निर्देश जारी किए हैं। सभी जिला शिक्षा अधिकारी और जिला परियोजना समन्वयक अपने संबंधित जिलों में प्रशिक्षण सत्रों में अनिवार्य रूप से भाग लेंगे। इसके अलावा डाइट के प्रधानाचार्य और एक विज्ञान व्याख्याता को भी इसमें शामिल होना होगा। साथ ही जिन स्कूलों में अटल टिंकरिंग लैब स्थापित हैं, वहां के प्रधानाचार्य और दो शिक्षक (प्राथमिकता भौतिकी, रसायन विज्ञान, जीव विज्ञान या कंप्यूटर विज्ञान पृष्ठभूमि वाले) इस प्रशिक्षण का हिस्सा बनेंगे। इसके अलावा पीएमश्री स्कूलों के प्रधानाचार्य तथा नीति आयोग या एनजीओ के सहयोग से बनी लैब वाले स्कूलों के प्रधानाचार्यों को भी विशेष रूप से आमंत्रित किया गया है।

वैज्ञानिक दृष्टिकोण विकसित करने का रहेगा लक्ष्य

राज्य भर में चलाए जा रहे इस विशेष प्रशिक्षण के माध्यम से हरियाणा सरकार का लक्ष्य विज्ञान के क्षेत्र में स्कूली छात्रों के लिए आधारभूत ढांचा और बेहतर बनाना है। यह कार्यक्रम छात्रों में न केवल तकनीकी कौशल विकसित करेगा, बल्कि उन्हें भविष्य की चुनौतियों के लिए भी तैयार करेगा।

प्रशासनिक सतर्कता

विभाग ने जिला शिक्षा अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि वे अपने जिले के अतिरिक्त उपायुक्त के साथ बैठक करें और उन्हें भी इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में भाग लेने के लिए आमंत्रित करें। साथ ही, प्रशिक्षण का पूरा कार्यक्रम संबंधित ब्लॉक शिक्षा अधिकारियों और ब्लॉक संसाधन केंद्रों तक पहुंचाने को कहा गया है ताकि शत-प्रतिशत भागीदारी सुनिश्चित की जा सके।

गोसेवा मंडल के छठी बार प्रधान बने सत्यपाल यादव

नारनौल। गोसेवा मंडल संस्था की बैठक में सर्वसम्मति से नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। मंडल के संस्थापक मुकेश वालिया ने बताया कि बैठक में उपस्थित पदाधिकारियों व सदस्यों ने नवनिर्वाचित टीम का स्वागत करते हुए मंडल के कार्यों को और अधिक सक्रियता, पारदर्शिता व समर्पण के साथ आगे बढ़ाने का संकल्प लिया। बैठक में सत्यपाल यादव को छठी बार प्रधान बनाया गया। संरक्षक कैलाश पहलवान, उपप्रधान पद की जिम्मेदारी गजेंद्र यादव व दलीप यादव को सौंपी गई। सचिव पद के लिए रमेश यादव का चयन किया गया। खजांची पद के लिए राजेश यादव व नितिन गुप्ता को चुना गया। वहीं मुख्य सलाहकार के रूप में सज्जन सिंह, सतीश शर्मा, सुरेश यादव को जिम्मेदारी दी गई।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
महेन्द्रगढ़ :- हरिभूमि कार्यालय, हुड्डा पार्क के सामने, डाक्टर भगत डैंटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।
नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरुण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन : 8295738500, 9253681005