हरिभूमि
# महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, मंगलवार 21 जुलाई 2026

11 विद्यार्थियों ने लोकतांत्रिक मूल्यों के प्रति किया...
12 7 शाखाओं ने उठाईं कर्मचारियों की समस्याएं...

## अटेली की बेटी ने विश्व पटल पर लहराया तिरंगा
### प्रधानमंत्री मोदी समेत देशभर से मिली बधाइयां

# भव्या गुणवाल ने अंतरराष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड में जीता स्वर्ण पदक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल/मंडी अटेली

- नीट में ऑल इंडिया रैंक-71, जेईई मेन में 99.7 पर्सेंटाइल और लगातार अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में मनवाया प्रतिभा का लोहा

यदि सपनों को मेहनत का पंख लगे हों तो छोटे शहरों की बेटियां भी पूरी दुनिया में परचम लहरा सकती हैं। मंडी अटेली की प्रतिभाशाली छात्रा भव्या गुणवाल ने इसे सच साबित कर दिखाया है। लिथुआनिया में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड (आईबीओ)-2026 में भारत का प्रतिनिधित्व करते हुए भव्या ने स्वर्ण पदक जीतकर न केवल अटेली और हरियाणा, बल्कि पूरे देश को गौरवान्वित किया है। भारत ने कुल एक स्वर्ण और तीन रजत जीते है। भव्या गुणवाल ने जहां स्वर्ग पदक जीता, वहीं पश्चिम बंगाल के हावड़ा से सौमिल मैती, राजस्थान के पाली वासी निशित कलानी और पंजाब के मानसा वासी अनमोल ने रजत पदक जीता है।

उनकी इस ऐतिहासिक उपलब्धि ने युवा विद्यार्थियों के लिए एक नई प्रेरणा प्रस्तुत की है। अंतर्राष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड-2026 में भारत ने कुल चार पदक जीते, जिनमें भव्या का स्वर्ण पदक सबसे गौरवपूर्ण उपलब्धियों में शामिल रहा। इस शानदार सफलता पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला सहित देश के अनेक वरिष्ठ नेताओं ने सोशल मीडिया के माध्यम से भव्या और भारतीय टीम को बधाई दी। विज्ञान एवं शिक्षा जगत से जुड़े विभिन्न संस्थानों ने भी उनकी उपलब्धि की सराहना की है।

मंडी अटेली। भव्या गुणवाल।

### विज्ञान के साथ समाज सेवा का भी निभा रहीं दायित्व
भव्या केवल एक मेधावी छात्रा ही नहीं, बल्कि सामाजिक सरोकारों से जुड़ी युवा भी हैं। उन्होंने जरूरतमंद एवं वंचित बच्चों को निःशुल्क शिक्षा देकर समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी निभाई है। विज्ञान के प्रति उनका जुनून, अनुशासित जीवन और समाज सेवा की भावना उन्हें अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणास्रोत बनाती है। उनकी इस ऐतिहासिक उपलब्धि पर पूरे महेंद्रगढ़ जिले में खुशी का माहौल है।

### उपलब्धियों की लंबी फेहरिस्त
भव्या गुणवाल का शैक्षणिक सफर शुरू से ही उत्कृष्ट रहा है। उन्होंने कक्षा नौवीं में 99 प्रतिशत, दसवीं में 97.4 प्रतिशत, 11वीं में 95 प्रतिशत और 12वीं में 90.8 प्रतिशत अंक प्राप्त किए। पढ़ाई के साथ-साथ विज्ञान के क्षेत्र में लगातार नए कीर्तिमान स्थापित करते हुए उन्होंने राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी अलग पहचान बनाई। इससे पहले वर्ष 2024 में रोमानिया में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय जूनियर साइंस ओलंपियाड में स्वर्ण पदक और वर्ष 2025 में फिलीपींस में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड में रजत पदक जीत चुकी हैं। नीट-2026 में ऑल इंडिया रैंक-71 हासिल कर जिला टॉपर बनीं, जबकि जेईई मेन में 99.7 पर्सेंटाइल और भौतिकी विषय में 100 पर्सेंटाइल अंक प्राप्त किए। टैलेंटएक्स में ऑल इंडिया रैंक-2 और एनएसएटी में ऑल इंडिया रैंक-1 सहित अनेक प्रतिष्ठित प्रतियोगिताओं में भी उन्होंने शीर्ष स्थान प्राप्त किया।

### क्या है अंतरराष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड
*अंतरराष्ट्रीय बायोलॉजी ओलंपियाड 2026 माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के लिए आयोजित होने वाली दुनिया की सबसे प्रतिष्ठित जीव विज्ञान प्रतियोगिता है। यह 12 से 19 जुलाई तक लिथुआनिया की राजधानी विलमियस में आयोजित की गई। इस प्रतियोगिता में 78 देशों के 307 छात्रों ने भाग लिया। जिसमें 31 स्वर्ग, 61 रजत और 91 कांस्य पदक प्रदान किए गए। इसमें भारतीय दल के सभी चार छात्रों ने पदक जीते। जिनमें एक स्वर्ग और तीन रजत शामिल है। नारनौल के पास अटेली मंडी की भव्या गुणवाल ने स्वर्ग पदक जीता। वहीं पश्चिम बंगाल के हावड़ा से सौमिल मैती, राजस्थान के पाली वासी निशित कलानी और पंजाब के मानसा वासी अनमोल ने रजत पदक जीता है। यह परीक्षा छात्रों की व्यावहारक प्रयोगशाला क्षमताओं (जैसे मॉलिक्यूलर बायोलॉजी, बायोकेमिस्ट्री, प्लांट कप्यूटेशनल बायोलॉजी आदि) और शोध केंद्रित सैद्धांतिक कार्यों का मूल्यांकन करती है। इस उत्कृष्ट उपलब्धि के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी भारतीय छात्रों की सराहना की है।*

---

## खबर संक्षेप

### अनुदान के लिए ऑनलाइन ड्रा आज
**नारनौल।** कृषि एवं किसान कल्याण विभाग द्वारा जिले के किसानों के लिए एसएमएएम योजना के तहत जिले के किसानों को नए रोटावेटर व लेजर लैंड लेवलर की खरीद पर अनुदान देने के लिए लाभार्थी किसानों का चयन ऑनलाइन ड्रा के माध्यम से 21 जुलाई को लघु सचिवालय में किया जाएगा। उपायुक्त अनुपमा अंजली ने बताया कि जिला स्तरीय कार्यकारी समिति द्वारा यह ड्रा लघु सचिवालय में प्रथम मंजिल पर स्थित मीटिंग हॉल (कमरा नंबर 118) में सुबह 11 बजे समिति के सदस्यों व किसानों की उपस्थिति में निकाला जाएगा। इस ड्रा में रोटावेटर के लिए योग्य घोषित 332 किसानों में से 163 को तथा लेजर लैंड लेवलर के लिए योग्य घोषित 38 किसानों में से 19 को अनुदान देने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है।

### एआईकेकेएमएस कल देगा ज्ञापन
**नारनौल।** ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के जिला सचिव डॉ. व्रतपाल सिंह व छाजूराम रावत ने बताया कि संयुक्त किसान मोर्चे के आह्वान पर 22 जुलाई को भारत-अमेरिका मुक्त व्यापार समझौते के खिलाफ लघु सचिवालय में प्रातः 11 बजे विरोध प्रदर्शन करेंगे तथा ज्ञापन सौंपा जाएगा। उन्होंने कहा कि यह समझौता देश के मेहनतकश किसान, मजदूरों व आम जनता के हित में नहीं है, बल्कि उनके हितों के खिलाफ है और कॉरपोरेट घरानों के हित में है।

### झम्मूवाली धर्मशाला को बचाने के लिए संघर्ष का ऐलान
**महेंद्रगढ़।** बाल चरित्र निर्माण सभा ने झम्मूवाली पंचायती धर्मशाला की प्रॉपर्टी आईडी में फर्जीवाड़े के खिलाफ सोमवार को आमसभा की। बाल चरित्र निर्माण सभा के निदेशक राजेन्द्र वानप्रस्थी ने बताया कि भू-माफिया और नगर पालिका के अधिकारियों ने मिलकर दानदाताओं की इस ऐतिहासिक धर्मशाला कन्हैया लाल रामजी दास फतेहपुरिया धर्मशाला की आईडी को कृषि भूमि दिखाकर केवल एक व्यक्ति के नाम कर दिया। डेढ़ साल से शिकायत के बाद भी कार्रवाई नहीं हुई। सभा ने सर्वसम्मति से प्रकरण के सूत्रधार व अधिकारियों पर कार्रवाई के लिए मुख्यमंत्री से मिलकर न्याय की मांग करने के लिए मिलने का निर्णय लिया गया। सभा में मोतीलाल गुप्ता, खेमचंद लखेरा, सत्यवीर यादव, रतीराम टांक, सुरेंद्र बंटी, कुलदीप यादव, अनिल तिवाड़ी आदि उपस्थित थे।

### बिजली बिल समाधान शिविर 23 को
**नारनौल।** दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम के कार्यकारी अभियंता रणबीर सिंह ने बताया कि बिजली बिल से संबंधित शिकायतों के निवारण हेतु विशेष शिविर का आयोजन 23 जुलाई को बोर्ड के मंडल कार्यालय में सुबह 11:30 बजे से दोपहर एक बजे तक किया जाएगा। जिसमें शहरी व ग्रामीण उपभोक्ता बिजली बिल समस्याएं दर्ज करवा सकेंगे।

---

## जनस्वास्थ्य विभाग की सीवर मरम्मत के बाद भी नहीं हुई सड़क बहाल
# शहर की लाइफलाइन सड़क दो माह से बंद, वनवे होने से जाम की स्थिति

- रोज जाम और हादसे का बना रहता है खतरा
- महावीर चौक से अस्पताल, रेलवे स्टेशन और अनाज मंडी जाने वाले प्रमुख मार्ग पर एकतरफा यातायात से लोग परेशान

सिटी पल्स

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

शहर के प्रमुख मार्गों में शामिल गर्ल्स आईटीआई के सामने की सड़क पिछले दो माह से एक तरफ से बंद होने के कारण हजारों लोगों को रोजाना परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभागने सीवर लाइन की मरम्मत के लिए गत 7 मई को सड़क की खुदाई शुरू की थी। विभाग ने सीवर लाइन की मरम्मत का कार्य तो पूरा कर लिया, लेकिन सड़क की मरम्मत अब तक नहीं कराई गई है। परिणामस्वरूप महावीर चौक से नलापुर, अग्रसेन चौक, जिला नागरिक अस्पताल, रेलवे स्टेशन और अनाज मंडी की ओर जाने वाले इस मुख्य मार्ग पर यातायात प्रभावित हो रहा है।

सड़क का एक हिस्सा बंद होने के कारण पूरे मार्ग पर वाहनों की आवाजाही एक ही लेन से कराई जा रही है। इससे आमने-सामने वाहनों की टक्कर की आशंका बनी रहती है। व्यस्त समय में कई बार लंबा जाम लग जाता है और राहगीरों को काफी देर तक इंतजार करना पड़ता है। दोपहिया वाहन चालक और स्कूली छात्र-छात्राएं भी सबसे अधिक परेशानी झेल रहे हैं।

बता दें कि गर्ल्स आईटीआई की दीवार के साथ गंदे नाले की ओर जाने वाली अंडरग्राउंड सीवर लाइन कुछ समय पहले बिजली निगम द्वारा ट्रांसफार्मर शिफ्ट करने के दौरान क्षतिग्रस्त हो गई थी। इसके बाद जनस्वास्थ्य विभाग ने 7 मई से मरम्मत कार्य शुरू किया। शुरुआत में करीब 50 फुट क्षेत्र में खुदाई कर लाइन ठीक करने की योजना थी, लेकिन लाइन की स्थिति का पता लगाने और क्षतिग्रस्त हिस्से को खोजने के दौरान खुदाई का दायरा लगातार बढ़ता गया। अंततः यह कार्य आईटीआई गेट तक करीब 500 फुट क्षेत्र में फैल गया।

इस कार्य के लिए नगर परिषद द्वारा बनाई गई सीमेंटेड सड़क को भी तोड़ा गया। हालांकि अब सीवर लाइन की मरम्मत पूरी हो चुकी है, लेकिन सड़क को पहले जैसी स्थिति में बहाल नहीं किया गया। इसके चलते दो महीने से अधिक समय बीत जाने के बावजूद लोगों को असुविधा झेलनी पड़ रही है। यह मार्ग शहर की सबसे व्यस्त सड़कों में गिना जाता है। इसी रास्ते से बड़ी संख्या में मरीज जिला नागरिक अस्पताल पहुंचते हैं, रेलवे स्टेशन जाने वाले यात्री गुजरते हैं तथा अनाज मंडी, नलापुर, शिवाजी नगर, पार्क गली और आसपास के कई मोहल्लों के निवासी प्रतिदिन आवागमन करते हैं। ऐसे में सड़क बंद रहने से लोगों की यात्रा का समय बढ़ गया है और दुर्घटना का खतरा भी लगातार बना हुआ है। जबकि विभाग को मरम्मत कार्य पूरा होते ही सड़क का पुनर्निर्माण करा देना चाहिए था। लंबे समय तक सड़क अधूरी छोड़ना आमजन के साथ-साथ व्यापारियों और वाहन चालकों के लिए भी परेशानी का कारण बन गया है। लोगों ने प्रशासन से जल्द सड़क को पूरी तरह चालू कराने की मांग की है।

नारनौल। गर्ल्स आईटीआई के सामने बंद की गई क्षतिग्रस्त सड़क। फोटो: हरिभूमि

### यह बोले अधिकारी
*सीवर लाइन की मरम्मत का कार्य पूरा हो चुका है। मानसून सीजन के कारण सड़क मरम्मत का कार्य शुरू नहीं किया गया था। अब मौसम सामान्य होने पर करीब एक सप्ताह के भीतर सड़क की मरम्मत का कार्य शुरू कर दिया जाएगा। विभाग जल्द समस्या का समाधान सुनिश्चित करेगा।*
*-अमित गोयल, जेई, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, नारनौल*

### सड़क को दो महीने तक ऐसे ही छोड़ देना लापरवाही

*सीवर लाइन की मरम्मत जरूरी थी, लेकिन काम पूरा होने के बाद भी सड़क को दो महीने तक ऐसे ही छोड़ देना लापरवाही है। रोजाना इस रास्ते से गुजरने वाले लोगों को जाम और दुर्घटना के खतरे का सामना करना पड़ रहा है। प्रशासन को तुरंत सड़क का निर्माण शुरू कराना चाहिए।*
*-ओशिक शुक्ला (स्थानीय नागरिक)*

### बिना और देरी किए सड़क चालू करनी चाहिए

*यह शहर का मुख्य मार्ग है, जहां दिनभर भारी यातायात रहता है। एक तरफ से सड़क बंद होने के कारण वाहन आमने-सामने आते हैं और कई बार हादसे की नौबत बन जाती है। विभाग को जनता की परेशानी समझते हुए बिना और देरी किए सड़क चालू करनी चाहिए।*
*-जयप्रकाश भाट (स्थानीय निवासी)*

### बरसात का बहाना बनाकर काम टालना उचित नहीं

*शहर की मुख्य सड़क दो महीने तक अधूरी रहना किसी भी व्यवस्था पर सवाल खड़े करता है। बरसात का बहाना बनाकर काम टालना उचित नहीं है। लोगों को रोज परेशानी हो रही है। प्रशासन को प्राथमिकता के आधार पर सड़क का निर्माण पूरा कराकर यातायात सामान्य करना चाहिए।*
*-विनोद सोलंकी (सामाजिक कार्यकर्ता)*

---

मंडी अटेली। अनाज मंडी में रिमझिम होती बरसात। फोटो: हरिभूमि

## रिमझिम बरसात से अटेली क्षेत्र में मौसम बना सुहावना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मंडी अटेली

क्षेत्र में सोमवार दोपहर बाद हुई रिमझिम बरसात ने भीषण गर्मी और उमस से जूझ रहे लोगों को बड़ी राहत दी है। पिछले कई दिनों से लगातार बढ़ते तापमान और हुमस गर्मी के कारण आमजन बेहाल थे लेकिन बारिश के बाद मौसम अचानक सुहावना हो गया और तापमान में भी गिरावट दर्ज की गई।

ठंडी हवाओं के साथ हुई हल्की बारिश ने वातावरण को तरोताजा कर दिया, जिससे लोगों ने राहत की सांस ली। इस बरसात का सबसे अधिक लाभ किसानों को मिला है। खेतों में खड़ी बाजरा एवं कपास की फसलों के लिए यह बारिश किसी संजीवनी से कम नहीं मानी जा रही। किसानों का कहना है कि समय पर हुई यह वर्षा फसलों की वृद्धि के लिए बेहद महत्वपूर्ण है। इससे जहां फसलों की सेहत में सुधार होगा, वहीं उत्पादन बढ़ने की भी उम्मीद जताई जा रही है। खेतों में नमी बढ़ने से सिंचाई की जरूरत भी कुछ समय के लिए कम हो गई है, जिससे किसानों को राहत मिली है।

बारिश के बाद ग्रामीण क्षेत्रों में किसानों के चेहरों पर खुशी साफ झलक रही है। कई किसानों ने बताया कि यदि इसी तरह समय-समय पर हल्की बारिश होती रही तो इस बार अच्छी पैदावार की उम्मीद की जा सकती है। वहीं आम लोगों ने भी इस मौसम को राहत भरा बताया है। अटेली क्षेत्र में हुई यह रिमझिम बरसात न केवल गर्मी से राहत लेकर आई है बल्कि किसानों के लिए संजीवनी भी साबित हुई है।

## बिगोपुर में टेंट हाउस के गोदाम में कारिंदे ने लगाया फांसी का फंदा

**नारनौल।** बिगोपुर में टेंट हाउस के गोदाम में एक व्यक्ति ने फांसी का फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। मृतक करीब 37 वर्षीय मंगल चंद वासी गांव बबाई राजस्थान था। निजामपुर पुलिस ने आवश्यक कार्रवाई करते हुए शव का पोस्टमार्टम करा उसे परिजनों को सौंप दिया। गांव बबाई निवासी मंगल चंद की गांव धौलेड़ा में रिश्तेदारी है और वह कुछ सालों से यहीं पर रह रहा था तथा टेंट का काम करता था। बीती रात को उसने गोदाम पर फांसी का फंदा लगा लिया। इसकी सूचना मिलने पर परिजनों ने पुलिस को अवगत कराया तथा मौके पर पहुंची पुलिस ने आवश्यक कार्रवाई शुरू की। टेंट हाउस के संचालक रणजीत सिंह ने बताया कि मंगल उसके पास टेंट का काम करता था। बीती रात को करीब साढ़े दस बजे उसने फांसी लगा ली। उन्होंने बताया कि सूचना मिलने पर जब वह गोदाम पहुंचे तो उसका मोबाइल खड़ा करके रखा था और उसमें इंस्टाग्राम चला हुआ था। उन्होंने बताया कि मंगल का किसी लड़की से कोई चक्कर चल रहा था।

---

नारनौल। ज्ञापन सौंपते व्यापारी। फोटो: हरिभूमि

## पार्क गली में जलभराव की समस्या को लेकर सौंपा ज्ञापन

**नारनौल।** अखिल भारतीय उद्योग व्यापार एवं सुरक्षा मंच के नेतृत्व में पार्क गली मार्केट के व्यापारियों ने वर्षों से चली आ रही नाले व जल निकासी की गंभीर समस्या को लेकर एसडीएम अनिरुद्ध यादव को ज्ञापन सौंपकर शीघ्र एवं स्थायी समाधान की मांग की। व्यापारियों ने ज्ञापन में बताया कि पार्क गली क्षेत्र में सीवरेज एवं वर्षा जल निकासी की समुचित व्यवस्था नहीं होने के कारण बरसात के दौरान नाले का गंदा पानी सड़कों और दुकानों के सामने जमा हो जाता है। कई बार पानी दुकानों के अंदर तक प्रवेश कर जाता है, जिससे व्यापार प्रभावित होता है और व्यापारियों को भारी आर्थिक नुकसान उठाना पड़ता है। अखिल भारतीय उद्योग व्यापार एवं सुरक्षा मंच के जिला प्रधान संजय गर्ग ने कहा कि यह समस्या लंबे समय से व्यापारियों के लिए परेशानी का कारण बनी हुई है। प्रशासन को प्राथमिकता के आधार पर इसका स्थायी समाधान करना चाहिए, ताकि भविष्य में किसी भी व्यापारी को नुकसान न उठाना पड़े। मंच के जिला वरिष्ठ महामंत्री बिशन कुमार सैनी ने कहा कि यदि बरसात से पहले नाले की सफाई, मरम्मत एवं जल निकासी व्यवस्था को दुरुस्त नहीं किया गया, तो आने वाले दिनों में स्थिति और अधिक गंभीर हो सकती है। उन्होंने प्रशासन से शीघ्र कार्रवाई करने का आग्रह करते हुए कहा कि व्यापारियों की समस्याओं का समाधान प्राथमिकता के आधार पर किया जाए। रेडीमेड वस्त्र विक्रेता एसोसिएशन के प्रधान धर्मवीर ने कहा कि पार्क गली के व्यापारी वर्षों से इस समस्या से जूझ रहे हैं। बारिश के समय दुकानों में पानी भरने का खतरा बना रहता है, जिससे लाखों रुपये का नुकसान होने की आशंका रहती है। इस मौकके पर मुकेश, महेश गोयल, तेजप्रकाश वालिया, सुमित, धीरज, अमर सिंह, अनिल सहित आदि उपस्थित रहे।

## सड़क हादसे में माली टिब्बा के युवक की मौत

**नारनौल।** शहर के बहरोड़ रोड पर सीताराम मंदिर ब्रेकर के समीप हुए सड़क हादसे में करीब 31 वर्षीय युवक की मौत हो गई। मृतक की पहचान मोहल्ला मालीटिब्बा निवासी रामगोपाल के रूप में हुई है। सूचना मिलने पर शहर थाना पुलिस ने नागरिक अस्पताल में पोस्टमार्टम करवाकर शव परिजनों को सौंप दिया तथा मामले की जांच शुरू कर दी। रामगोपाल रविवार शाम किसी काम से बहरोड़ की ओर गया था। देर शाम करीब साढ़े सात बजे जब वह बाइक पर सवार होकर वापस नारनौल लौट रहा था तो सीताराम मंदिर के पास सड़क पर बने स्पीड ब्रेकर के पास हादसे का शिकार हो गया। वह बाइक से असंतुलित होकर गिरा या अज्ञात वाहन ने टक्कर मारी, इस पर संशय बना हुआ है। हादसे में उसे गंभीर चोटें आईं। घटना के बाद आसपास मौजूद लोगों ने तुरंत घायल युवक को एंबुलेंस के जरिए उपचार के लिए अस्पताल पहुंचाया। परिजन उसे शहर के निजी अस्पताल लेकर गए, लेकिन वह बच न सका। मृतक के चचेरे भाई जोगेंद्र ने बताया कि फिलहाल यह स्पष्ट नहीं है कि रामगोपाल की मौत बाइक से गिरने के कारण हुई या फिर किसी अज्ञात वाहन ने उसे टक्कर मारी। उन्होंने मामले की निष्पक्ष जांच कर सच्चाई सामने लाने की मांग की है।

---

## करोड़ों की मशीनरी खरीद के लिए टेंडरों की प्रक्रिया तेज
# सफाई व्यवस्था को हाईटेक बनाने की तैयारी

- ट्रैक्टर, हॉपर टिपर डंपर, बैकहो लोडर, फॉगिंग मशीन, ट्रक माउंटेड फॉग कैनन, कृषि ट्रॉली और पांच पंच सेट सहित कई मशीनों का होगी खरीद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

नगर परिषद शहर की सफाई, धूल नियंत्रण और कचरा प्रबंधन व्यवस्था को आधुनिक बनाने की दिशा में तेजी से कदम बढ़ा रही है। परिषद ने विभिन्न अत्याधुनिक मशीनों और वाहनों की खरीद के लिए कई टेंडर जारी किए हैं, जिनमें कुछ की वित्तीय और तकनीकी जांच चल रही है, जबकि कुछ टेंडर हाल ही में जारी किए गए हैं।

नगर परिषद की सूची के अनुसार ट्रैक्टर, 10 हॉपर टिपर डंपर (कचरा उठाने के लिए), बैकहो लोडर (अर्थ मूवर्स), फॉगिंग मशीन, ट्रक माउंटेड फॉग कैनन (एंटी स्मॉग गन), कृषि ट्रॉली और पांच पंप सेट सहित कई मशीनों की खरीद की प्रक्रिया जारी है। इनमें से कुछ टेंडर तकनीकी मूल्यांकन में हैं, जबकि कुछ वित्तीय मूल्यांकन के चरण में पहुंच चुके हैं।

सूची के अनुसार ट्रेलर माउंटेड सक्शन मशीन के लिए कार्यादेश (वर्क ऑर्डर) भी जारी किया जा चुका है। वहीं ट्रैक्टर, हॉपर टिपर डंपर और बैकहो लोडर (अर्थ मूवर्स) के टेंडर हाल ही में जारी किए गए हैं।

नगर परिषद की इस पहल से शहर में कचरा उठाने, धूल प्रदूषण पर नियंत्रण, नालियों की सफाई, फॉगिंग और अन्य सफाई कार्यों में तेजी आने की उम्मीद जताई जा रही है। यदि सभी टेंडर प्रक्रिया समय पर पूरी होती है तो नारनौल की सफाई व्यवस्था पहले की तुलना में अधिक आधुनिक और प्रभावी बन सकती है।

नारनौल। नगर परिषद भवन। फोटो: हरिभूमि

### क्या कहते हैं जेई
*नगर परिषद के जेई विकास शर्मा ने बताया कि शहर की सफाई व्यवस्था को ओर बेहतर बनाने का संकल्प नगर परिषद का है। इसी सोच पर नप प्रशासन आगे बढ़ रहा है। अभी सफाई व्यवस्था को ओर बेहतर बनाने के लिए मशीनों की खरीद होगी। इसके लिए टेंडर अलार्ट किए है। नप प्रशासन का प्रयास रहेगा कि शहर के सौंदर्यकरण में आमजन भी पूरा सहयोग करें। कारण, बिना आमजन के नप प्रशासन पूरी तरह कामयाब नहीं हो सकता। आमजन का सहयोग पूरा मिलेगा को शहर को स्वच्छ बनाया जा सकता है।*

हरिभूमि सहेली
रोहतक, मंगलवार
21 जुलाई 2026

हर किसी की जिंदगी में कोई ना कोई ऐसी घटना घटित होती है या वह किसी ऐसे बुरे अनुभव से गुजरता है, उसका जीवन पर गहरा असर पड़ता है, बहुत ही दुखदायी, पीड़ाजनक। लेकिन इसका असर पूरी जिंदगी भर रहे, इंसान अकेला होकर जीवन जीने लगे, उदासी-निराशा से घिरा रहे, यह स्थिति स्वयं के लिए चिंताजनक है। किसी भी दर्द-तकलीफ को जीवन का अंतिम सत्य नहीं मान लेना चाहिए।

# किसी बुरे अनुभव का असर क्यों रहे जिंदगी भर

कवर स्टोरी

स्नेहा सिंह

जीवन में कभी-कभी कोई दर्दनाक घटना या बुरा अनुभव हमारे भीतर गहरे तक बैठ जाता है। यह बुरा अनुभव धोखा, असफल विवाह, विश्वासघात या किसी अपने का साथ छूट जाना हो सकता है। ये बातें केवल उस पल तक सीमित नहीं रहतीं, अकसर हमारे वर्तमान और भविष्य पर भी असर डालती हैं। हम भारी तनाव से घिर जाते हैं। मनोवैज्ञानिकों का मानना है कि मानसिक तनाव और अवसाद से जूझ रहे लोगों में बड़ी संख्या ऐसे लोगों की होती है, जो अपने अतीत के कड़वे अनुभवों से बाहर नहीं निकल पाते।

## नई आशाएं बनाए रखें

सवाल यह है कि क्या एक बुरा अनुभव ताउम्र के लिए एक फैसला हो जाती है? बिल्कुल नहीं। सावधानी जरूरी है, लेकिन डर के कारण जीवन के सारे दरवाजे बंद कर देना समझदारी नहीं है। यदि कभी कोई रिश्ता टूट गया, विश्वास बिखर गया या जीवन में कोई कठिन मोड़ आया, तो इसका अर्थ यह नहीं कि आगे भी हर रास्ता ऐसा ही होगा। हर नया दिन नई आशाएं और संभावनाएं लेकर आता है। गहना का ही उदाहरण लें, उसकी अपने परिवार की पसंद से हार्दिक से अरेंज मैरिज हुई। हार्दिक पढ़ा-लिखा, सुलझा हुआ और उसे व्यवहार कुशल भी लगा। गहना ने बिना ज्यादा कुछ सोचे, रिश्ते के लिए हां कह दी। सगाई के कुछ ही महीनों बाद विवाह हो गया। लेकिन शादी के बाद हार्दिक का व्यवहार पूरी तरह बदल गया। वह गहना की भावनाओं की कोई परवाह नहीं करता था। देर रात घर लौटता, गहना से बातचीत नहीं करता, उसके हाथ का बना खाना नहीं खाता और हर समय दूरी बनाए रखता। पूरे एक साल तक गहना ने यह सब सहा, लेकिन एक दिन उसकी सहनशक्ति जवाब दे गई। उसने अपनी मां को फोन करके सारी बातें बताईं और बोली, 'अगर आप मुझे यहां से नहीं ले जाएंगी तो मैं किसी दिन अपनी जान दे दूंगी।' माता-पिता ससुराल आकर उसे अपने साथ ले गए। अंततः गहना और हार्दिक का तलाक हो गया, लेकिन कहानी यहीं खत्म नहीं हुई। मायके में भी उसे भाभी के तानों का सामना करना पड़ता। लगातार मानसिक पीड़ा से तंग आकर वह नौकरी खोजने के बहाने दूसरे शहर में शिफ्ट हो गई। वहां उसे बाहरी शांति तो मिली, लेकिन अकेलापन उसके साथ बना रहा। दोस्त उसे दोबारा जीवन शुरू करने और नया साथी चुनने की सलाह देते थे, लेकिन गहना अब किसी रिश्ते पर विश्वास करने की हिम्मत नहीं जुटा पा रही थी। वह अपने जीवन से हताश-निराश हो चुकी थी। लेकिन कुछ समय बाद उसने अपने आप को संभाला, वह अकेलेपन से बाहर आई। लोगों से नए रिश्ते बनाए, पुराने रिश्तों से भी जुड़ी। उसने एक अच्छी जॉब ही नहीं खोजी, एक अच्छा जीवन साथी भी खोजा। आज वह अपने पति के साथ सुखी वैवाहिक जीवन बीता रही है। उसका एक तीन साल का बेटा भी है।

## अकेलेपन से ऐसे बचें

किसी बुरे अनुभव से गुजरा व्यक्ति प्रायः हताश-निराश होकर लोगों से खुद को दूर करके अपने आपको अकेला कर लेता है, यह सही नहीं है। आप अपनों के बीच बनी रहें। अपनों का साथ हमें सुरक्षा, अपनापन और भावनात्मक संबल देता है। याद करें, जब आप युवावस्था में थीं, तब सखी-सहेलियों से सभी तरह की बातें साझा करते हुए कभी अपने आपको कमजोर महसूस नहीं करती थीं। सहेलियों की सलाह पर हर दर्द का सामना करती थीं, अकेलापन महसूस नहीं करती थीं। लेकिन जैसे-जैसे समय बीतता जाता है, आप और आपकी सहेलियां अपने-अपने परिवार और जिम्मेदारियों में व्यस्त हो जाती हैं। आपकी बातें साझा करने वाला कोई नहीं रह जाता है, लेकिन आपके पास नए रिश्ते तो होते ही हैं, इनमें जो आपके करीब हैं, विश्वसनीय हैं, उनसे अपनी तकलीफें शेयर करें, इससे आप एक हल्कापन महसूस करेंगी।

## करिए नई शुरुआत

किसी बुरे अनुभव या हादसे से गुजरकर अपने आपको अकेलेपन में मत धकेलिए। कुछ समय तो अकेलेपन की इच्छा एक शांति, राहत दे सकती है, लेकिन यह इच्छा हमेशा नहीं बनी रहती। कुछ समय बाद मन किसी अपने की आवाज, किसी अपने का स्पर्श, किसी के साथ और अपनापन तलाशने लगता है। इंसान रिश्तों के बीच रहकर ही जीवंत रहता है, खुश रहता है। इसलिए आपको कोई दर्द मिला है तो उसे जीवन का अंतिम सत्य मत मानिए। अपने मन को समय दीजिए, स्वयं को संभालिए और जब लगे कि दिल फिर से भरपूर जिंदगी जीने को तैयार है, तब जीवन को एक और अवसर दीजिए। याद रखिए, किसी बुरे अनुभव का असर जिंदगी भर नहीं रहता। जीवन हर मोड़ पर नई उम्मीद लेकर आपका इंतजार करता है। बस जरूरत होती है, अपने भीतर के विश्वास को जगाने की, नई ऊर्जा के साथ अपनी जिंदगी जीने की।

### अकेलापन घेरता है कई बीमारियों से

**हमें कभी** भी लंबे समय तक अकेलेपन से नहीं घिरे रहना चाहिए। जीवन में कुछ समय तो एकांत अच्छा लगता है, लेकिन लंबे समय तक अकेले रहना व्यक्ति के स्वभाव और मानसिक स्वास्थ्य दोनों के लिए सही नहीं है। इस तरह की स्थितियों में धीरे-धीरे इंसान लोगों से दूर होने लगता है। उसके भीतर चिड़चिड़ापन, उदासी और निराशा घर करने लगती है। बाहर से तो सब सामान्य दिखाई देता है, लेकिन भीतर का खालीपन लगातार उसे कमजोर करता रहता है। मनोविज्ञान भी मानता है कि लंबे समय तक अकेलापन कई मानसिक समस्याओं को जन्म देता है। इसलिए यदि आपको कोई भावनात्मक चोट मिली है तो उससे सबक लीजिए और अपने सुखी जीवन के सारे दरवाजे हमेशा के लिए बंद मत कीजिए। हर व्यक्ति एक जैसा नहीं होता। हर रिश्ता भी पिछले रिश्ते जैसा नहीं होता। थोड़ा समय लीजिए, अपने आपको संभालिए और फिर से लोगों पर, अपने आप पर विश्वास कीजिए। अच्छे साथी बनाइए। कभी-कभी एक सच्चा साथी जीवन के पुराने घावों पर मरहम की तरह काम करता है।

# फिटनेस का नया साथी वियरेबल टेक्नोलॉजी

आज महिलाएं अपनी हेल्थ और फिटनेस को साइंटिफिक तरीके से समझना चाहती हैं। आइए, जानते हैं कि वियरेबल टेक्नोलॉजी किस प्रकार हेल्थ मैनेजमेंट को साइंटिफिक, ईजी और इफेक्टिव बनाती है?

फिटनेस गैजेट

मधु सिंह

अभी कुछ वर्षों पहले तक फिटनेस का मतलब केवल वजन कम करने या जिम जाने तक सीमित था, लेकिन आज महिलाएं अपनी संपूर्ण सेहत पर नजर रखती हैं, वियरेबल टेक्नोलॉजी के माध्यम से। दिल्ली, मुंबई, हैदराबाद, पुणे, बैंग्लुरु जैसे महानगरों में आज वर्किंग वूमेन और युवतियों के बीच वियरेबल टेक्नोलॉजी तेजी से पॉपुलर हुई है। स्मार्ट वॉच, फिटनेस बैंड, स्मार्ट रिंग, ये कुछ ऐसे उपकरण हैं, जो अब केवल फैशन एक्सेसरीज नहीं हैं, पर्सनल हेल्थ एडवाइजर का रूप ले चुके हैं।

**साइंटिफिक और बॉडी के अनुकूलः** वियरेबल टेक्नोलॉजी फिटनेस का ऐसा तरीका है, जो ज्यादा साइंटिफिक और शरीर के ज्यादा अनुकूल है। विशेषज्ञ मानते हैं कि पर्याप्त गुणवत्तापूर्ण नीति के बिना कोई फिटनेस कार्यक्रम सफल नहीं हो सकता। वियरेबल डिवाइस ये बताते हैं कि व्यक्ति कितनी देर नींद में रहा, कितनी बार नींद टूटी और कुल मिलाकर कितना आराम मिला? यदि लगातार नींद खराब हो रही है, तो समय रहते जीवनशैली में बदलाव किए जा सकते हैं।

**मूवमेंट और एक्टिविटीज की मॉनिटरिंगः** वियरेबल टेक्नोलॉजी शरीर के विभिन्न पहलुओं की लगातार निगरानी करती है और यूजर्स को उसकी लगातार जानकारी देती है। एक छोटी सी स्मार्ट वाच के जरिए हम यह जान जाते हैं कि सुबह घर से निकलने के बाद शाम को घर तक पहुंचने के पहले हम कितने कदम चल चुके होते हैं। दिनभर में हम कितनी कैलोरी खर्च कर चुके हैं। कितनी देर बैठे रहे या कितनी देर एक्टिव रहे, इस सबका हिसाब इस वियरेबल टेक्नोलॉजी के पास रहता है।

**पीरियड्स का रिकॉर्ड और सलाहः** वियरेबल टेक्नोलॉजी की बदौलत आज महिलाएं अपने पीरियड्स का रिकॉर्ड ही शुद्धता से नहीं रखतीं बल्कि वो इस चक्र के शुरू होने और उसके बीच और अंत तक के संकेतों की अच्छी तरह से रिव्यू करके इस कठिन समय को अपने अनुकूल ढालती हैं, क्योंकि वियरेबल टेक्नोलॉजी उन्हें बता देती है कि पीरियड्स कब शुरू हो रहे हैं, किस-किस तरह की परेशानी होगी, क्या करें कि परेशानी कम हो।

**मेंटल हेल्थ के प्रति करती है अवेयरः** महिलाओं पर काम, परिवार और सामाजिक जिम्मेदारियों के बीच मानसिक दबाव लगातार बढ़ता जा रहा है। ऐसे में नई पीढ़ी की स्मार्ट वॉच उनकी हृदय गति और अन्य संकेतों के आधार पर तनाव के स्तर का अनुमान लगाती है। कई डिवाइस तनाव बढ़ने पर गहरी सांस लेने या कुछ मिनटों तक आराम करने की सलाह देती है।

**हर तरह के वर्कआउट का एनालिसिसः** आज के स्मार्ट वॉच केवल चले गए कदम या आपकी दौड़ को ही नहीं मापती बल्कि योग, पिलेट्स, साइकिलिंग, तैराकी, नृत्य और हाई-इंटेंसिटी, इंटरवल ट्रेनिंग जैसे अनेक व्यायामों का अलग-अलग रिकॉर्ड रखती है, जिससे महिलाओं को यह समझने में आसानी होती है कि उनकी किस गतिविधि से वो अपनी कितनी कैलोरी बर्न कर रही हैं। इससे फिटनेस प्लान बनाने में आसानी होती है।

**करती है मोटिवेट भीः** अकसर लोग कुछ दिनों तक व्यायाम करने के बाद अपना उत्साह खो देते हैं। लेकिन वियरेबल डिवाइस लगातार आपको लक्ष्य पूरा होने पर बधाई देती है, बार-बार लक्ष्य पूरा करने को याद दिलाती है, लगातार रिपोर्ट देती है। यानी वह बिना रुके आपको अपनी फिटनेस मेंटेन रखने के लिए इंस्पायर करती रहती है।

साज-सज्जा

निकिता गुप्ता

बारिश के मौसम में उमस भरी गर्मी, अधिक नमी और सीलन के कारण अकसर घर में से बदबू आती रहती है। इसे दूर करने के लिए आप कुछ कारगर उपाय आजमा सकती हैं।

# बारिश के मौसम में भीना-भीना महकेगा घर

बारिश के मौसम में नमी बढ़ने की वजह से घर में से अकसर सीलन की बदबू आती रहती है। लगातार बारिश के कारण घर के कोनों, अलमारियों, पर्दों और फर्नीचर में नमी जमा हो सकती है, जिससे घर के भीतर असहज महसूस होने लगता है। ऐसे में घर को साफ, ताजा और खुशबूदार बनाए रखना जरूरी हो जाता है। कुछ आसान घरेलू उपायों की मदद से मानसून में भी घर को फ्रेश और महकता हुआ रखा जा सकता है।

**रखें पर्याप्त वेंटिलेशनः** मानसून में घर के अंदर ताजी हवा का आना बहुत जरूरी है। जब भी मौसम साफ हो, खिड़कियां और दरवाजे कुछ समय के लिए खोल दें ताकि घर में हवा का प्रवाह बना रहे। इससे नमी कम होती है और बदबू पैदा करने वाले बैक्टीरिया और फंफूदी पनपने की संभावना घट जाती है।

**नियमित करें सफाईः** फर्श, फर्नीचर और घर के कोनों की नियमित सफाई करें। गीले कपड़े से सफाई करने के बाद जगह को अच्छी तरह सूखने दें।

**पर्दों-कुशन कवर की सफाईः** बारिश के मौसम में कपड़े नमी को जल्दी सोख लेते हैं, जिससे उनमें सीलन की गंध आने लगती है। इसलिए पर्दों, कुशन कवर और बेडशीट्स को समय-समय पर धोती रहें।

**नेचुरल फ्रेशनरः** अलमारी और स्टोरेज एरिया में अकसर सीलन की गंध जमा हो जाती है। इसके लिए छोटे कपड़े की पोटली में लौंग, दालचीनी या सूखे फूल रखे जा सकते हैं।

**इनडोर प्लांट्सः** कुछ इनडोर प्लांट्स, घर की हवा को ताजा और खुशबूदार रखने में मदद कर सकते हैं। मनी प्लांट, स्नेक प्लांट और पीस लिली जैसे पौधे घर की सुंदरता बढ़ाने के साथ-साथ वातावरण को भी बेहतर बनाते हैं।

**सुगंधित मोमबत्तियांः** सुगंधित मोमबत्तियां भी घर को खुशबूदार बनाने का आसान और सबसे प्रभावी तरीका हैं। शाम के समय कुछ देर के लिए हल्की खुशबू वाली मोमबत्तियां जलाई जा सकती हैं। इससे घर में खुशबूदार माहौल बनता है।

**एसेंशियल ऑयल्सः** लैवेंडर, लेमनग्रास, पुदीना या ऑरेंज जैसे एसेंशियल ऑयल्स मानसून में घर को खुशबूदार बनाने का अच्छा विकल्प हो सकते हैं। इन्हें डिफ्यूजर में डालकर इस्तेमाल किया जा सकता है। इनकी हल्की और प्राकृतिक खुशबू घर के माहौल को महक से भर देती है।

**नमी को नियंत्रित रखेंः** मानसून में केवल खुशबू फैलाना ही काफी नहीं है, बल्कि नमी को नियंत्रित रखना भी जरूरी है। यदि संभव हो तो डीह्यूमिडिफायर या नमी सोखने वाले उत्पादों का उपयोग किया जा सकता है। इससे घर लंबे समय तक फ्रेश बना रहता है।

**नीबू-बेकिंग सोडाः** घर की बदबू दूर करने के लिए नीबू और बेकिंग सोडा काफी प्रभावी माने जाते हैं। एक कटोरी में बेकिंग सोडा कमरे के किसी कोने में रखें। यह हवा में मौजूद गंध को सोखने में मदद करता है। एक बाउल में नीबू को काटकर रख सकती हैं। नीबू की ताजगी भरी खुशबू घर के वातावरण को फ्रेश महसूस कराती है।

अंत में कहा जा सकता है कि मानसून में थोड़ी-सी अतिरिक्त देखभाल से घर को साफ, खुशबूदार और ताजगी भरा रखा जा सकता है। नियमित सफाई, प्राकृतिक खुशबू और उचित वेंटिलेशन जैसे छोटे-छोटे उपाय घर के माहौल को पूरी तरह बदल सकते हैं। इससे न केवल घर सुंदर लगता है, बल्कि परिवार के सभी सदस्य भी अधिक आरामदायक और सकारात्मक महसूस करते हैं।

**(होम केयर एक्सपर्ट मिशाल गुप्ता से बातचीत पर आधारित)**

सजेशन

श्रुति आयंगर

# मानसून में फ्रेश फीलिंग के लिए परफेक्ट हैं ये परफ्यूम फ्रेगरेंस

बारिश के मौसम में बढ़ी हुई ह्यूमिडिटी, उमस और पसीने की वजह से परफ्यूम की खुशबू जल्दी फीकी पड़ सकती है। ऐसे में सही फ्रेगरेंस चुनना जरूरी हो जाता है। अगर आप चाहती हैं कि इस सीजन में भी दिनभर आप फ्रेश, कॉन्फिडेंट और महकती रहें, तो हल्की, रिफ्रेशिंग और लंबे समय तक टिकने वाली खुशबू को अपनी परफ्यूम कलेक्शन में शामिल करें। सही फ्रेगरेंस न सिर्फ पूरे दिन ताजगी का एहसास बनाए रखती है, बल्कि आपके स्टाइल और पर्सनालिटी को भी एक खास पहचान देती है। आइए जानते हैं ऐसी फ्रेगरेंस के बारे में, जो मानसून के दौरान भी आपके लुक को और इंप्रेसिव बना सकती है।

**व्हाइट मस्क फ्रेगरेंसः** अगर आपको हल्की लेकिन लंबे समय तक टिकने वाली खुशबू पसंद है, तो व्हाइट मस्क फ्रेगरेंस आपके लिए बेहतरीन विकल्प हो सकती है। इसकी सॉफ्ट, क्लीन और एलिगेंट महक मानसून की उमस में भी पूरे दिन फ्रेशनेस बनाए रखती है। यही वजह है कि यह ऑफिस, कॉलेज जाने वाली ही नहीं डेली यूज के लिए भी महिलाओं की पसंदीदा फ्रेगरेंस में शामिल है।

**एक्वा फ्रेगरेंसः** मानसून के दौरान यूज किए जाने वाले परफ्यूम्स में एक्वा फ्रेगरेंस भी सबसे पसंदीदा चॉइस में से एक मानी जाती है। इसकी खुशबू समुद्री हवा और बारिश की फुहारों जैसी ताजगी का एहसास कराती है। अगर आपका दिन भाग-दौड़ भरा रहता है, तो यह फ्रेगरेंस आपको लंबे समय तक फ्रेश और एनर्जेटिक महसूस कराने में मदद करेगी।

**सिट्रस फ्रेगरेंसः** नीबू, संतरा, बर्गामोट और ग्रेपफ्रूट जैसे सिट्रस नोट्स वाली फ्रेगरेंस, मानसून के लिए बेहतरीन मानी जाती है। इनकी हल्की और रिफ्रेशिंग खुशबू दिनभर आपको तरोताजा महसूस कराती है और आपकी एनर्जी बनाए रखने में मदद करती है। यह डेली वियर के लिए भी एक अच्छा विकल्प है।

**ग्रीन टी फ्रेगरेंसः** अगर आपको बहुत तेज खुशबू पसंद नहीं है, तो ग्रीन टी फ्रेगरेंस जरूर ट्राई करें। इसकी नेचुरल, हल्की और सुकून देने वाली महक मानसून के मौसम के लिए एकदम उपयुक्त मानी जाती है। यह पूरे दिन फ्रेश फील कराने के साथ-साथ मन को भी तरोताजा रखती है।

**जैस्मिन फ्रेगरेंसः** फ्लोरल खुशबू पसंद करने वाली महिलाओं के लिए जैस्मिन फ्रेगरेंस एक एवरग्रीन चॉइस है। इसकी भीनी-भीनी महक हर मौके पर आपकी पर्सनालिटी में एलिगेंट टच जोड़ती है। चाहे ऑफिस हो, आउटिंग हो या कोई खास अवसर, यह फ्रेगरेंस आपको अलग पहचान देती है।

सीजनल हेल्थ

नम्रता उपाध्याय
क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट

बारिश के मौसम में कुछ लोग अकसर डल फील करते हैं। इसके साथ ही थकान, मूड स्विंग्स, अकेलापन भी महसूस होता है। ये लक्षण मानसून ब्लूज के हो सकते हैं। इसके क्या कारण हैं और इससे बचने के क्या उपाय हैं, जानिए।

# अकसर फील करती हैं डलनेस-थकान कहीं आप मानसून ब्लूज का शिकार तो नहीं!

बारिश के मौसम में रिमझिम फुहारें जहां तन को ठंडक पहुंचाती हैं, वहीं कई बार मन की उदासी का कारण भी बनने लगती हैं। मानसून के दौरान कई लोगों को उदासी और बेवजह डलनेस, थकान का अनुभव होता रहता है। बायोमेड सेंट्रल की रिपोर्ट के अनुसार क्लाइमेट चेंजेज का हमारे मूड पर गहरा प्रभाव देखने का मिलता है। इससे अधिकतर लोगों को स्ट्रेस और एंग्जाइटी का सामना करना पड़ता है और वे दिनभर परेशान और उदास रहते हैं।

## मानसून ब्लूज का असर

इस मौसम के चलते कई लोगों को मानसिक तौर पर कई प्रकार के बदलावों का सामना करना पड़ता है, जिसका असर उनकी वर्क प्रोडक्टिविटी और ओवरऑल हेल्थ पर भी नजर आने लगता है। बारिश के दिनों में सन एक्सपोजर की कमी के चलते शरीर में विटामिन डी की मात्रा घट जाती है और शरीर में मूड बूस्टर न्यूरोट्रांसमीटर प्रभावित होने लगता है, जिसका असर इटिंग हैबिट्स, नींद और डाइजेशन के साथ ही हमारे कंसंट्रेशन पर भी नजर आने लगता है, जिससे गुस्सा और चिड़चिड़ापन भी बढ़ जाता है। इस समस्या को मानसून ब्लूज कहा जाता है।

## मूड खराब होने के कारण

बारिश के मौसम में मानसून ब्लूज का शिकार होने की कई वजहें हैं।

**सूरज की कम रोशनीः** इन दिनों सूरज की रोशनी हमें कम मिल पाती है, जिसके कारण बॉडी में विटामिन डी की कमी हो जाती है। इससे थकावट, कमजोरी और चिड़चिड़ापन महसूस होने लगता है।

**बचाव के उपायः** मानसून के दौरान हमें कम धूप मिलने से शरीर में 'सेरोटोनिन' (खुशी देने वाला हार्मोन) का स्तर भी कम हो जाता है। इसके उलट 'मेलाटोनिन' (नींद लाने वाला हार्मोन) का स्तर बढ़ सकता है, जिससे मूड स्विंग्स और सुस्ती होती है। इससे बचने के लिए अंधेरे में बैठने से बचें। दिन के समय घर के खिड़की-दरवाजे खुले रखें, ताकि घर में पर्याप्त प्राकृतिक रोशनी आए। रोशनी के लिए इनडोर लाइट्स की मदद लें और खाली वक्त में किताबें पढ़ें या कोई भी पसंदीदा एक्टिविटीज को करें।

**फिजिकली एक्टिव न होनाः** बारिश के दिनों में आउटडोर वर्कआउट की कमी से स्ट्रेस का सामना करना पड़ता है, जिसके चलते शरीर में कार्टिसोल का स्तर बढ़ने लगता है, जिससे नींद नहीं आती है।

**बचाव के उपायः** मेंटल हेल्थ को बूस्ट करने के लिए रोजाना भरपूर नींद लें। ऐसा करने से मन को शांति और सुकून की प्राप्ति होती है। इससे शरीर एक्टिव रहता है और आलस से मुक्ति मिलती है। साथ ही बारिश के मौसम में अगर बाहर या जिम जाना संभव नहीं, तो घर पर ही हल्की-फुल्की एक्सरसाइज करें। सुबह स्ट्रेचिंग और ब्रीदिंग एक्सरसाइज से मेंटल हेल्थ को मजबूत बनाएं।

**डाइट में करें बदलावः** बारिश के दिनों में अकसर लोग फ्राइड फूड्स खाने लगते है, जिससे शरीर में पोषण की कमी बढ़ जाती है और एंप्टी कैलोरीज इनटेक बढ़ने लगता है। इस वजह से इनडाइजेशन और मूड स्विंग की समस्या का सामना करना पड़ता है। ऐसे में बाहर से जंक फूड खाने के बजाय मूड बूस्ट करने वाली ताजी सब्जियों और फलों का सेवन करें, घर का ताजा खाना खाएं।

**प्रस्तुतिः ललिता गोयल**

## खबर संक्षेप

### बाबा निहालचंद सेवादल ने लगाया रक्तदान कैंप

**नारनौल।** मानव सेवा एवं जनकल्याण की भावना को समर्पित बाबा निहालचंद सेवादल पटीकरा की ओर से रेडक्रॉस भवन में 22वें रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। संस्था के प्रवक्ता संदीप राव पटीकरा ने बताया कि शिविर में युवाओं व समाजसेवियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया तथा स्वैच्छिक रक्तदान कर मानवता की सेवा का संदेश दिया। शिविर के दौरान कुल 36 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि कान्ता गांधी प्राचार्या नेत्रहीन कन्या विद्यालय ने की।

### प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा

**कनीना।** खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय के सानिध्य में राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कनीना मंडी में आयोजित प्रतियोगिता में खंड के विभिन्न स्कूलों के विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। शिक्षा विभाग, जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान महेंद्रगढ़ के निर्देशानुसार यह प्रतियोगिता खंड के सभी राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक, उच्च और माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के लिए आयोजित की गई।

### मुकुंदपुरा में खंड स्तरीय युवा संसद प्रतियोगिता का शुभारंभ

# विद्यार्थियों ने लोकतांत्रिक मूल्यों के प्रति किया प्रभावशाली प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा एससीईआरटी के तहत खंड स्तरीय युवा संसद प्रतियोगिता का शुभारंभ सोमवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मुकुंदपुरा में उत्साहपूर्ण वातावरण में हुआ। इस संदर्भ में विस्तृत जानकारी देते हुए डाइट की डीआरयू विंग के प्रभारी नरेश गोयल व समन्वयक राकेश यादव ने बताया कि प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों में लोकतांत्रिक परंपराओं, संसदीय कार्यप्रणाली, नेतृत्व क्षमता, तार्किक चिंतन तथा प्रभावी अभिव्यक्ति कौशल का विकास करना है। प्रतियोगिता का शुभारंभ विद्यालय के प्राचार्य इन्द्र कुमार ने किया। प्रतियोगिता में पर्यवेक्षक के रूप में राजनीति विज्ञान के प्रवक्ता डॉ. संजय शर्मा, डाइट महेंद्रगढ़ के प्रवक्ता प्रदीप यादव तथा जितेन्द्र बोहरा उपस्थित रहे। कार्यक्रम का संयोजन विद्यालय के प्रवक्ता सुरेश यादव ने किया। खण्ड स्तरीय युवा संसद प्रतियोगिता के इस आयोजन ने विद्यार्थियों को लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं से जोड़ने के साथ-साथ उनमें नेतृत्व, संवाद, सहयोग और राष्ट्र निर्माण के प्रति सकारात्मक सोच विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल सिद्ध की। इस अवसर पर प्रवक्ता शर्मिला यादव राजकुमार, कुलदीप शर्मा, दयाराम डीपीई, रामबिलास पीजीटी, मुख्य शिक्षक यशपाल यादव, शिक्षक दयाराम वर्मा, कर्म पाल सहित स्टाफ मौजूद रहा।

नारनौल। युवा संसद में हिस्सा लेते प्रतिभागी। फोटो : हरिभूमि

#### विकसित होती है जिम्मेदार नागरिक बनने की भावना

अपने संबोधन में पर्यवेक्षक डॉ संजय शर्मा ने कहा कि युवा संसद विद्यार्थियों को लोकतंत्र की कार्यप्रणाली को समझने का उत्कृष्ट अवसर प्रदान करती है। इससे उनमें जिम्मेदार नागरिक बनने की भावना विकसित होती है तथा वे राष्ट्रीय एवं सामाजिक मुद्दों पर सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ अपनी बात रखने का आत्मविश्वास प्राप्त करते हैं। प्रवक्ता जितेन्द्र बोहरा और प्रदीप यादव ने प्रतियोगिता की कार्यवाही का अवलोकन करते हुए निर्धारित मानकों के अनुसार प्रतिभागियों के प्रदर्शन का मूल्यांकन किया और विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन लोकतांत्रिक विचारों के बीज रोपित करने के प्रयास करते हैं। यही हमारे संविधान और लोकतंत्र की विशेषता है। प्रतियोगिता के दौरान विद्यार्थियों ने सांसदों की भूमिका निभाते हुए संसदीय कार्यवाही का जीवंत मंचन किया। प्रश्नकाल, चर्चा, तर्क-वितर्क तथा विषयों पर गंभीर विचार-विमर्श ने उपस्थित सभी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को प्रभावित किया। प्रतिभागियों ने अनुशासन, प्रभावी वक्तृत्व और संसदीय मर्यादाओं का उत्कृष्ट परिचय देते हुए लोकतांत्रिक मूल्यों के प्रति अपनी समझ का प्रभावशाली प्रदर्शन किया।

## कांवी में नांगल चौधरी की खंड स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिताओं का शुभारंभ

**नारनौल।** राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कांवी में सोमवार को नांगल चौधरी खंड की खंड स्तरीय खेल प्रतियोगिताएं प्रारंभ हुई। प्रतियोगिता में मुख्य अतिथि ग्राम सरपंच प्रतिनिधि समाजसेवी नित्यानंद यादव रहे। अध्यक्षता विद्यालय के प्राचार्य सुरेश कुमार ने की। मुख्य अतिथि नित्यानंद यादव ने मशाल जलाकर तीन दिवसीय खंड स्तरीय खेल प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। संयोजक विद्यालय की डीपीई अखिलेश तंवर ने बताया कि पहले दिन लड़कों की प्रतियोगिता आयोजित की गई। वहीं फाइनल प्रतियोगिताएं बुधवार को आयोजित की जाएगी। कार्यक्रम के शुभारंभ में विद्यालय प्राचार्य सुरेश कुमार ने सभी का स्वागत किया एवं नव पदोन्नत प्राचार्य विष्णु कुमार, वरिष्ठ प्रवक्ता राजेश कुमार, गांव कांवी से अशोक कुमार पूर्व प्रवक्ता, समाजसेवी मुनीराम, दीपचंद व कबूलचंद नंबरदार आदि ने बच्चों का प्रोत्साहन वर्धन किया। प्रतियोगिता में अंडर 11 में केएल इस्लामपुर के रॉकी ने प्रथम, राजकीय स्कूल कालबा के भविष्य द्वितीय, केएल इस्लामपुर के अनीश ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। अंडर 14 में 200 मीटर में नवज्ञान ज्योति मांदी के मनोज ने प्रथम, छापड़ा राजकीय विद्यालय के पारस ने द्वितीय, जीएमएस अमरपुरा के राजकुमार ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। वहीं 600 मीटर में केएल मेमोरियल इस्लामपुर के सोनू ने प्रथम, नवज्ञान ज्योति स्कूल मांदी के मनीष ने द्वितीय, गुरुकुलम नांगल चौधरी के प्रिंस ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। अंडर 17 में सेका राजकीय स्कूल के रोहित ने प्रथम, थनवास राजकीय स्कूल के संजू ने द्वितीय, नवज्ञान ज्योति मांदी के उमेश ने तृतीय के स्थान प्राप्त किया। 800 मीटर में एसपीएस भोजावास के देवेंद्र ने प्रथम, सनराइज नांगल चौधरी के मोहित ने द्वितीय, नवज्ञान ज्योति मांदी के उमेश ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। 200 मीटर में सनराइज नांगल चौधरी के मोहित ने प्रथम, गुरुकुलम पब्लिक स्कूल जैनपुर के संदीप ने द्वितीय, एसकेएस भुंगारका के हर्ष ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

## खंड स्तरीय खेल प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने दिखाई प्रतिभा

कनीना। ऊंचीकूद लगाते प्रतिभागी। फोटो : हरिभूमि

**कनीना।** एसडी विद्यालय ककराला में चार दिवसीय खण्ड स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता का शुभारंभ हुआ। इस समारोह के मुख्य अतिथि खण्ड शिक्षा अधिकारी सुरेश यादव थे, जिन्होंने ध्वजारोहण कर खेल प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। विभिन्न विद्यालयों से आए खिलाड़ियों तथा विद्यालय निदेशक ओमप्रकाश, उपनिदेशक पूर्णसिंह, लिपिक पंकज यादव, गुलशन, पीटीआई राकेश, बलजीत, मुकेश, महेन्द्र कुमार, शर्मिला, सरिता, प्रीति, अनिता, राजकुमार, दीपक, कुलदीप, हरिओम, नरेन्द्र, बिजेन्द्र, अनिल ने हिस्सा लिया। खण्ड शिक्षा अधिकारी सुरेश यादव ने कहा कि हार-जीत जीवन में आगे बढ़ने के महत्वपूर्ण बिंदू हैं। खेलों में मिलने वाली हार से खिलाड़ियों को निराश न होकर सबक लेना चाहिए ओर नए उत्साह से आगे बढ़ने के लिए तैयार होना चाहिए। असफलता ही सफलता की पहली सीढ़ी होती है, गलतियों से सीखकर खिलाड़ियों को खेल के मैदान में उतरना चाहिए। खेलों में जीत होने पर अभ्यास नहीं छोड़ना चाहिए। उन्होंने कहा की अहंम-वहंम के चक्कर में न पड़कर खिलाड़ियों की चार दिवसीय प्रतियोगिता निष्पक्ष करवाई जाएगी।

#### खेड़ी स्कूल में खंड स्तरीय युवा संसद स्पर्धा

**मंडी अटेली।** शहीद मानसिंह सीएमईईई राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खेड़ी में खंड स्तरीय युवा संसद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्य विजय पाल के नेतृत्व और राजनीति विज्ञान की प्रवक्ता रितु के मार्गदर्शन में आयोजित इस प्रतियोगिता में कक्षा 9वीं से 12वीं तक के लगभग 40 विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रतियोगिता के दौरान छात्र-छात्राओं ने संसद की कार्यप्रणाली का बेहतरीन प्रदर्शन किया। इसमें जतिन ने प्रधानमंत्री और कुमारी डिंपल ने लोकसभा स्पीकर की भूमिका निभाई, जबकि अन्य प्रतिभागियों ने विभिन्न मंत्रियों व सांसदों का किरदार निभाया। युवा सांसदों ने पुरानी पेंशन बहाली, नीट पेपर लीक, किसानों की आत्महत्या, जी-राम-जी और बेरोजगारी जैसे वर्तमान ज्वलंत मुद्दों पर सदन में तीखे सवाल-जवाब किए। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने सांसदों की शपथ, नए मंत्रियों का परिचय, शोक संदेश, प्रश्नकाल, शून्यकाल और ध्यानाकर्षण प्रस्ताव जैसी संसदीय प्रक्रियाओं को विस्तार से समझा। इस प्रतियोगिता के मूल्यांकन के लिए डाइट महेंद्रगढ़ से महेश कुमार, विधि यादव और नागेंद्र कुमार का निर्णायक मंडल उपस्थित रहा।

## आरआरसीएम विद्यालय में हुई पेपर क्राफ्ट स्पर्धा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कनीना

आरआरसीएम विद्यालय में पेपर क्राफ्ट प्रतियोगिता आयोजित की गई। विद्यालय में दो भागों में प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। गतिविधि इंचार्ज शीतल यादव ने बताया कि कक्षा तीन से पांच के बीच चित्रकला प्रतियोगिता और कक्षा छठी से आठवीं के बीच पेपर क्राफ्ट प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह प्रतियोगिता अंतर सदनीय प्रतियोगिता थी, जिसमें कक्षा तीन से पांच के चारों सदन के विद्यार्थियों ने अच्छी चित्रकला का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया और चित्रकला के माध्यम से हमें पानी बचाओ, पृथ्वी बचाओ, बेटी बचाओ, पर्यावरण बचाओ आदि संदेश दिए। चित्रकला प्रतियोगिता में मानवी हिमालय सदन से प्रथम, अंशिका अरावली व हिमान्या नीलगिरी सदन से सामूहिक द्वितीय और खुशी हिमालय सदन से व परिधि शिवालिक सदन से सामूहिक तृतीय रहीं। इसी क्रम में कक्षा छठीं से आठवीं के विद्यार्थियों ने पेपर क्राफ्ट प्रतियोगिता में पेपर से बहुत ही तरह-तरह की घरेलु काम में आने वाली और घर को सजाने वाली चीजें बनाईं। इस प्रतियोगिता में कक्षा आठ से देविका व तनवी नीलगिरी सदन से सामूहिक प्रथम रहीं, अरावली सदन से रितिका व हिमालय सदन से साक्षी सामूहिक द्वितीय रहीं और आकांक्षा व जिन्नत हिमालय सदन से सामूहिक रूप तृतीय रहीं। संस्था चेयरमैन रोशनलाल ने विजेता बच्चों को बधाई दी। चेयरपर्सन मनीषा यादव ने प्रतियोगिता का अवलोकन किया। विजेता विद्यार्थियों को सम्मानित करने में संस्था के प्रधानाचार्य हरिप्रकाश, गतिविधि इंचार्ज शीतल यादव, हिन्दी अध्यापिका भावना उपस्थित रहे।

कनीना। बच्चों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

## मॉडर्न स्कूल में अंतरराष्ट्रीय शतरंज दिवस मनाया

**महेंद्रगढ़।** मॉडर्न सीनियर सेकेंडरी स्कूल में सोमवार को अंतरराष्ट्रीय शतरंज दिवस के अवसर पर मिडल विंग के विद्यार्थियों के लिए शतरंज प्रतियोगिता आयोजित की गई। प्रतियोगिता में कक्षा छठी एवं सातवीं के छात्र-छात्राओं ने भाग लेते हुए अपनी रणनीति, एकाग्रता और बौद्धिक क्षमता का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। मुकाबले काफी रोमांचक रहे और प्रतिभागियों ने शानदार खेल भावना का परिचय दिया। प्रतियोगिता के परिणाम में लड़कियों के वर्ग में सावी ने प्रथम स्थान प्राप्त किया, जबकि लड़कों के वर्ग में सवर विजेता रहे। विजेताओं को विद्यालय परिवार की ओर से बधाई दी गई। विद्यालय प्राचार्य प्रदीप तंवर ने कहा कि शतरंज केवल मनोरंजन का खेल नहीं, बल्कि मानसिक विकास, तार्किक सोच, धैर्य और निर्णय क्षमता को बढ़ाने का प्रभावी माध्यम है। उन्होंने बताया कि 20 जुलाई 1924 को पेरिस में अंतरराष्ट्रीय शतरंज महासंघ की स्थापना हुई थी और उसी की स्मृति में वर्ष 1966 से प्रत्येक वर्ष 20 जुलाई को अंतरराष्ट्रीय शतरंज दिवस मनाया जाता है। प्रतियोगिता के सफल आयोजन में विद्यालय के पीटीआई राकेश यादव की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

## ओम साईंराम स्कूल का आईटीओ ओलंपियाड में उत्कृष्ट प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

श्री ओम साईंराम एकेडमिक हाईट्स पब्लिक स्कूल के विद्यार्थियों ने आईटीओ ओलंपियाड परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर विद्यालय का नाम रोशन किया है, जिसका परिणाम हाल ही में घोषित किया गया। विद्यालय के प्रतिभाशाली विद्यार्थी कपिश बोहरा ने स्टेट रैंक-4 तथा प्रज्ञान ने स्टेट रैंक-17 प्राप्त कर उल्लेखनीय सफलता अर्जित की। इनमें से कपिश बोहरा को उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए एक हजार रुपये की छात्रवृत्ति भी प्रदान की गई। विद्यार्थियों की इस शानदार उपलब्धि के लिए इनकी मार्गदर्शक शिक्षिकाओं को भी सम्मानित किया गया। उत्कृष्ट परिणाम के लिए महिमा, नवीना, राशि कौशिक, मीनाक्षी, आरती एवं पिंकी को बेस्ट टीचर अवार्ड से सम्मानित किया गया। वहीं, बचपन विंग की पूनम तथा वाइस प्रिंसिपल मोनिका वशिष्ठ को बेस्ट कोऑर्डिनेटर अवॉर्ड प्रदान किया गया। शिक्षिकाओं को यह सम्मान विद्यालय प्रधानाचार्या शालिनी गोयल द्वारा प्रदान किया गया। मौके पर विद्यालय संस्थापक शेरसिंह सैनी, चेयरमैन रमेश सैनी, चेयरपर्सन निशा सैनी, एमडी कुलदीप सैनी, प्राचार्या शालिनी गोयल, बचपन हेड पूनम गोस्वामी, उप प्राचार्या मोनिका दीवान, प्रवक्ता अमरसिंह सोनी सहित मौजूद रहे।

महेंद्रगढ़। बच्चे को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

## आरपीएस खातोद में ब्लॉक स्तरीय खेल का आगाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

आरपीएस सीनियर सेकेंडरी स्कूल खातोद में ब्लॉक स्तरीय स्कूली खेल प्रतियोगिता का शानदार शुभारंभ हो गया है। मुख्य अतिथि खंड शिक्षा अधिकारी जगमाल सिंह और कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे खेल सचिव व प्राचार्य डॉ. किशोर तिवारी ने दीप प्रज्वलित कर इस खेल उत्सव की शुरुआत की। उद्घाटन के अवसर पर स्कूली बच्चों ने आकर्षक सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए, जिससे पूरा परिसर खेल के उत्साह से सराबोर हो उठा। पहले ही दिन मैदान पर खिलाड़ियों का जबरदस्त जोश देखने को मिला। खंड शिक्षा अधिकारी जगमाल सिंह ने कहा कि शिक्षा के साथ-साथ खेलकूद को बढ़ावा देने की दूरगामी सोच से आज हमारे ब्लॉक के बच्चों को अपनी प्रतिभा दिखाने का यह बेहतरीन मंच मिला है। खेल सचिव डॉ. किशोर तिवारी ने कहा कि इस प्रतियोगिता के सफल आयोजन के पीछे जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. विश्वेश्वर कौशिक, आरपीएस ग्रुप चेयरपर्सन डॉक्टर पवित्रा राव, ग्रुप के सीईओ इंजीनियर मनीष राव, डिप्टी सीईओ कुनाल राव, एईओ विक्रम सिंह तथा राजेश शर्मा झाड़ली की कड़ी मेहनत और बेहतरीन प्रबंधन है। मैदान पर आपकी मेहनत और अनुशासन ही आपको विजेता बनाता है, इसलिए पूरी ऊर्जा और खेल भावना के साथ खेलें। चार आयु वर्गों में मुकाबला इस खेल उत्सव में क्षेत्र के खिलाड़ी अंडर-11, अंडर-14, अंडर-17 और अंडर-19 आयु वर्गों में वॉलीबॉल, खो-खो, कबड्डी, एथलेटिक्स और टग ऑफ वॉर (विशेषकर अंडर-11) जैसी स्पर्धाओं में अपना दम दिखा रहे हैं। मैचों का शेड्यूल लड़कों के मुकाबले 20 और 21 जुलाई को खेले जा रहे हैं, जबकि लड़कियों की प्रतियोगिताएं 22 से 23 जुलाई तक आयोजित होंगी।

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

## वेदांता स्कूल ने रस्साकशी में जीता स्वर्ण

हरिभूमि न्यू ▶▶ नारनौल

ब्लॉक स्तरीय विद्यालय खेल प्रतियोगिता 2026-27 में द वेदांता इंटरनेशनल स्कूल के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए अंडर-14 टग ऑफ वॉर (रस्साकशी) प्रतियोगिता का स्वर्ण पदक अपने नाम किया। खिलाड़ियों ने पूरे टूर्नामेंट में अनुशासन, आत्मविश्वास, टीम भावना और बेहतरीन तालमेल का परिचय देते हुए फाइनल मुकाबले में शानदार जीत दर्ज कर प्रथम स्थान हासिल किया। विद्यालय के अध्यक्ष डॉ. विनोद कुमार यादव ने खिलाड़ियों की सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि खेल विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास का महत्वपूर्ण माध्यम हैं। उन्होंने इस उपलब्धि का श्रेय खिलाड़ियों की कड़ी मेहनत, नियमित अभ्यास, खेल प्रशिक्षक उज्ज्वल मौर्य एवं विनोद कुमार के मार्गदर्शन तथा अभिभावकों के सहयोग को दिया। स्वर्ण पदक विजेता टीम में विवान, कर्ण, पुष्पराज, युग, मनवीर, राव युगवीर, लक्ष्य, दीपेश, यश, भव्य, केविन और धनुष शामिल रहे। अवसर पर विद्यालय में खिलाड़ियों का सम्मान कर उनका उत्साहवर्धन किया गया।

नारनौल। द वेदांता इंटरनेशनल स्कूल की विजेता विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

### सही समय पर लक्ष्य निर्धारण ही सफलता की कुंजीः रणजीत सिंह

**नारनौल।** हरियाणा सरकार की ओर से जारी दिशा निर्देशानुसार रोजगार विभाग की ओर से 20 से 24 जुलाई तक व्यवसायिक मार्गदर्शन सप्ताह मनाया जा रहा है। इसी कड़ी में सोमवार को जिला रोजगार कार्यालय की ओर से राजकीय महाविद्यालय से इस सप्ताह की विधिवत शुरूआत की गई। जिला रोजगार अधिकारी रणजीत सिंह रावत ने कैरियर का चुनाव करते समय महत्वपूर्ण बातों का ध्यान रखने के बारें में जानकारी दी। उन्होंने बताया कि बच्चों को सही समय पर अपने कैरियर से सम्बंधित लक्ष्य निर्धारित कर लेना चाहिए। साथ ही उन्होंने प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना के बारें में विस्तृत जानकारी दी। प्रिंसिपल कृष्ण कुमार ने कहा कि आज का युग तीव्र प्रतिस्पर्धा और तकनीकी बदलाव का है। ऐसे में केवल डिग्री हासिल करना ही काफी नहीं है, बल्कि विद्यार्थियों को अपने भीतर व्यावहारिक कौशल भी विकसित करना होगा। महाविद्यालय के प्लेस्मेंट सेल से प्रभारी गीता रानी ने विद्यार्थियों को सोफ्ट स्कील, रिज्युम व सीवी बनाने के बारे व एलडीएम जगदीश सिंह ने स्वयं का रोजगार करने, जिला शिक्षा एंव प्रशिक्षण संस्थान महेन्द्रगढ़ से डॉ. राकेश कुमार ने कौशल विकास, स्व-रोजगार व आज के दौर में उपलब्ध अनेक व्यवसायों के बारे में जानकारी दी। इस मौके पर डॉ. सुधीर कुमार, मुकेश कुमार व महिपाल सिंह मौजूद थे।

### पर्यावरण संरक्षण के संकल्प के साथ ग्रामीण क्षेत्रों में लगातार जारी है हरित अभियान

# आर्यव्रत सेवा न्यास के पौधरोपण अभियान में लगाए गए हजारों पौधे, कई गांवों में चला व्यापक अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

आर्यव्रत सेवा न्यास की ओर से पर्यावरण संरक्षण और हरियाली बढ़ाने के उद्देश्य से पिछले कुछ दिनों से चलाए जा रहे पौधरोपण अभियान के तहत विभिन्न गांवों और क्षेत्रों में 3000 से अधिक पौधे लगाए गए। अभियान में ग्रामीणों, जनप्रतिनिधियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और स्वयंसेवकों ने सक्रिय भागीदारी निभाई।

गांव धौलेड़ा गांव में सरपंच देवेंद्र की देखरेख में 200 पौधे लगाए गए। निजामपुर क्षेत्र के 19 गांवों में अजित छिलरो और सतपाल निजामपुर की देखरेख में सैकड़ों पौधे लगाए गए। सूबेदार जगराम ने भी अपने स्तर पर 300 पौधों का रोपण किया। बखरीजा नांगल दुर्गू में प्रदीप गुर्जर की मौजूदगी में 250 पौधे लगाए गए। भीर गांव में सुनील नेहरा की देखरेख में 250 पौधे, जबकि ढाणी बाठोठा में टिंकू सैनी के नेतृत्व में 150 पौधे लगाए गए। आईसीटीएम फाउंडेशन की ओर से पवन राठौड़ की देखरेख में 150 पौधों का रोपण किया गया। ढानी बाठोठा में मंजीत की ओर से भी 25 पौधे लगाए गए। बाबा साध सेवा समिति आकोदा चौकी को 50 पौधे उपलब्ध कराए गए। चौकी प्रभारी अमित पिलानिया की देखरेख में आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम के दौरान प्रधान तेजपाल, जयसिंह फौजी और नरेश सरपंच सहित अन्य लोग मौजूद रहे आर्यव्रत सेवा न्यास के संस्थापक विनीत पिलानिया के मार्गदर्शन में चल रहे इस अभियान का उद्देश्य केवल पौधारोपण तक सीमित नहीं है, बल्कि लगाए गए पौधों के संरक्षण और संवर्धन के प्रति समाज में जिम्मेदारी की भावना विकसित करना भी है। न्यास की ओर से लोगों से अपील की गई कि वे पौधे लगाने के साथ-साथ उनकी नियमित देखभाल का भी संकल्प लें, ताकि आने वाली पीढ़ियों के लिए स्वच्छ, हरित और सुरक्षित पर्यावरण सुनिश्चित किया जा सके।

नारनौल। पौधरोपण करते हुए। फोटो :हरिभूमि

#### फलदार छायादार पौधों का रोपण

*इस दौरान चरखी दादरी जिले के आदमपुर दाढ़ी गांव में 101 और देवलावास गांव में 200, चंदेनी गांव में 40 पौधों का रोपण किया गया। अभियान के तहत लगाए गए पौधों में फलदार और छायादार दोनों प्रजातियां शामिल हैं। फलदार पौधों में लीची, संतरे, मौसमी, कटहल, सेब, चीकू, आड़ू, किन्नू, अमरूद और अंगूर पौधे लगाए गए। इसके अलावा बड़, पीपल, नीम, जामुन, आंवला, कदम, पापड़ी, अर्जुन, कुसुम, शीशम, बेलपत्र, लसोड़ा, फॉक्सटेल, शहतूत और कोनोकार्पस के पौधे लगाए गए।*

#### सीएल स्कूल की छात्राओं ने पाई नीट में सफलता

**नारनौल।** हुडा स्थित सीएल पब्लिक स्कूल के तीन विद्यार्थियों ने नीट यूजी परीक्षा उत्तीर्ण कर संस्था व क्षेत्र का नाम रोशन किया है। इनमें कोमल ने 576 अंक, सूप्रीया ने 538 अंक व हर्षिता ने कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक 6286 हासिल कर शानदार प्रदर्शन किया। इस अवसर पर संस्था के प्रबंधन निदेशन डॉ. अमित गुप्ता ने सभी विद्यार्थियों, अभिभावकों और शिक्षकों को बधाई दी। इस सफलता में बच्चों की कठिन मेहनत और अध्यापकों के उचित मार्गदर्शन तथा अभिभावकों के सहयोग की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। प्राचार्य रविन्द्र सिंह ने भी बच्चों को बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

#### विश्व कुश्ती में गहली का पीयूष करेगा भारत का प्रतिनिधित्व

**नारनौल।** गांव गहली के होनहार पहलवान पीयूष बड़ेसरा पुत्र सूबेदार अमृतपाल बड़ेसरा का चयन 16 से 20 अगस्त तक स्लोवाकिया में आयोजित होने वाली जूनियर विश्व कुश्ती प्रतियोगिता के लिए भारतीय टीम में हुआ है। इस उपलब्धि पर ग्राम पंचायत गहली ने कोच पवन शास्त्री के साथ पीयूष का शिक्षक एवं सामाजिक कार्यकर्ता अमरजीत सिंह बड़ेसरा ने बताया कि पीयूष पिछले चार वर्षों से झज्जर स्थित पवन शास्त्री व्यायामशाला में प्रशिक्षण ले रहा है। उसने हाल ही में रोहतक में आयोजित अंडर-23 राष्ट्रीय कुश्ती प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीता तथा 16 जुलाई को हुई राष्ट्रीय चयन ट्रायल में प्रथम स्थान प्राप्त कर विश्व प्रतियोगिता का टिकट हासिल किया।

**सूचना**

ग्राम पंचायत आजमाबाद मौखूता में पंचायत भवन का रिपेयर कार्य चल रहा है। जिसमें से सरिया, पुराने जंगले, दरवाजे खिडकियां व कुछ पुराने पाइपलाइन के पाईप है। जिनकी बोली ग्राम पंचायत द्वारा दिनांक 24.07.2026 को प्रातः 10 बजे आम स्थान पंचायत घर में लगाई जाएगी। इच्छुक व्यक्ति/फर्म मौके पर उपस्थित होकर बोली प्रक्रिया में भाग ले सकते हैं। बोली की शर्तें मौके पर सुनाई जाएगी।

सरपंच,
ग्राम पंचायत आजमाबाद मौखूता

## खबर संक्षेप

### मारपीट करने के आरोप में केस दर्ज

**कनीना।** गांव बाघोत में पुरानी रंजिश के चलते एक युवक को गाड़ी से साइड मार कर गिराने और बाद में हमला कर घायल करने की घटना सामने आई है। जिसको लेकर सदर थाना पुलिस ने आरोपितों के खिलाफ केस दर्ज किया है। इस बारे में शिकायतकर्ता प्रवीण निवासी बाघोत ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 19 जुलाई को सुबह जब वह मोटरसाइकिल पर सवार होकर कनीना जा रहा था, बाघोत-सीहोर रोड के समीप पहुंचे, तो एक सफेद रंग की बोलेरो आई, जिसके चालक सोमबीर ने मारने की नीयत से उसे टक्कर मार दी।

### आईटीआई में रोजगार मेला 22 जुलाई को

**नारनौल।** जिला रोजगार कार्यालय व राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान के संयुक्त तत्वावधान में 22 जुलाई को राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। जिला रोजगार अधिकारी रणजीत सिंह रावत ने बताया कि इस मेले में एचडीएफसी बैंक गुरुग्राम, पुखराज हेल्थ केयर प्राइवेट लिमिटेड महेंद्रगढ़, दीवान फोर व्हील्स नारनौल, क्वेस कॉर्प प्राइवेट लिमिटेड मानेसर और फ्रीडम एम्प्लॉयबिलिटी एकेडमी महेंद्रगढ़ कंपनियों के प्रतिनिधि भाग लेंगे।

### शिविर से आम जनता को मिल रही बड़ी राहत

**नारनौल।** सरकार की ओर से जनहित में शुरू किए गए समाधान शिविर आम नागरिकों के लिए मददगार साबित हो रहे हैं। इसी कड़ी में सोमवार को लघु सचिवालय में अतिरिक्त उपायुक्त तरुण कुमार पावरिया ने 128 नागरिकों की शिकायतों को सुना और उनके जल्द से जल्द निपटारे के निर्देश दिए। एडीसी ने बताया कि प्रत्येक उपमंडल स्तर पर आयोजित किए जा रहे इन शिविरों में हर प्रकार की नागरिक समस्याओं को गंभीरता से सुना जा रहा है।

### एसडीएम ने की परिवार पहचान पत्र की समीक्षा

**महेंद्रगढ़।** एसडीएम योगेश सैनी एवं परिवार पहचान पत्र के नोडल अधिकारी सतीश खोला ने एसडीएम कोर्ट रूम में परिवार पहचान पत्र से संबंधित कार्यों की समीक्षा की। बैठक के दौरान अधिकारियों से परिवार पहचान पत्र से जुड़े कार्यों में आ रही समस्याओं एवं कठिनाइयों के बारे में जानकारी ली गई। इस दौरान अधिकारियों ने परिवार पहचान पत्र से संबंधित कार्यों में आ रही विभिन्न समस्याओं से अवगत करवाया। इस पर नोडल अधिकारी सतीश खोला ने बताया कि परिवार पहचान पत्र से संबंधित रिकॉर्ड को शीघ्र ही डिजिटाइज किया जाएगा।

### प्रेम यादव को राष्ट्रीय जिम्मेदारी मिली

**नारनौल।** अखिल भारतीय ओबीसी कांग्रेस में राष्ट्रीय कार्यकारी सदस्य नियुक्त किए जाने पर प्रेम यादव ने कांग्रेस के शीर्ष नेतृत्व के प्रति आभार व्यक्त किया है। उन्होंने कहा कि यह जिम्मेदारी उनके लिए सम्मान के साथ-साथ संगठन के प्रति बड़ी जिम्मेदारी भी है। उन्होंने कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे, लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी, अखिल भारतीय ओबीसी कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अनिल जयहिंद आदि का आभार जताया।

*अदालत ने प्रत्येक आरोपित पर 80-80 हजार का ठोका जुर्माना, पीड़िता को मिलेगी जुर्माना राशि, एक आरोपित हत्या के आरोप में काट रहा है जेल*

# शहीद खुशीराम की वीरांगना पर हमले के 4 आरोपितों को सेशन कोर्ट ने सुनाई 10-10 साल की सजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नांगल चौधरी

दोस्तपुर गांव में शहीद खुशीराम की बुजुर्ग वीरांगना पर हमले के चार आरोपितों को सेशन कोर्ट ने 10-10 साल की कठोर कारवास की सजा सुनाई है। साथ ही आरोपितों पर 80-80 हजार जुर्माना लगाया गया है, जो कि हमले में पीड़ति रही वीरांगना को दी जाएगी। फैसले पर पीड़ति पक्ष ने संतोष व्यक्त करते हुए अदालत का आभार जताया है। एक आरोपित हत्या की वारदात में संलिप्त होने के कारण जेल में बंद है। जानकारी के अनुसार दोस्तपुर गांव में 12 अप्रैल की दोपहर करीब 1:30 बजे एक नामजद और चार-पांच अन्य युवक दीवार फांदकर शहीद खुशीराम के घर में घुसे थे। उन्होंने मकान में लेट रही शहीद की वीरांगना को बर्बरता पूर्वक पीटा तथा हथियारों को लहराते हुए भय का माहौल उत्पन्न किया। आरोपितों की गिरफ्तारी के बाद पुलिस ने कोर्ट में पेश किया, यहां उन्हें जमानत पर छोड़ दिया।

पीड़ति पक्ष के एडवोकेट विपिन कुमार बड़कोदा ने अदालत में साक्ष्यों के साथ पैरवी की तथा आरोपियों के संगीन अपराधों का रिकार्ड प्रस्तुत किया। एएसजे नितिन राज ने दोनों पक्षों की दलील सुनने के बाद सोमवार की दोपहर फैसला सुना दिया। जिसमें आरोपित रोहित कुमार, विशाल कुमार, सुरेंद्र सिंह, राहुल कुमार को 10-10 साल की सजा सुनाई। फैसले में प्रत्येक आरोपित पर 80-80 हजार का जुर्माना लगाया गया, जो पीड़ति को देने के निर्देश दिए हैं। करीब 15 महीने में मिले इंसाफ पर पीड़ति ने संतोष व्यक्त किया है। कहा कि फास्ट ट्रेक अदालत ने केस को गंभीरता से सुना है तथा कानून के दायरे में सजा सुनाई है। उन्होंने बताया कि अदालत के फैसले से अपराधिक पृष्ठभूमि के लोगों को सबक मिलेगा।

नांगल चौधरी। वारदात के बाद भागते आरोपित। फाइल: फोटो

#### गिरफ्तारी के लिए महापंचायत को सौंपना पड़ा ज्ञापन

वारदात के बाद पीड़ति वीरांगना के पुत्र कृष्ण कुमार (सैनिक) ने पुलिस थाने में शिकायत दर्ज कराई है। आरोपित नामजद होने के बावजूद पुलिस ने गिरफ्तारी प्रक्रिया में तेजी नहीं बरती। पीड़ति पक्ष ने सात अप्रैल को जिला पुलिस अधीक्षक के कार्यालय में संभावित वारदात की शिकायत दर्ज कराई थी, लेकिन सकारात्मक कार्रवाई नहीं होने के कारण आरोप वारदात को अंजाम देने में सफल हो गए। घटना से आहत ग्रामीणों ने 14 अप्रैल को महापंचायत द्वारा एसपी को ज्ञापन सौंपने के बाद आरोपितों को गिरफ्तार किया गया था।

#### एएसजे की फास्ट ट्रेक कोर्ट ने 15 महीने में सुनाया फैसला

पीड़ति के एडवोकेट विपिन यादव बड़कोदा ने बताया कि 12 अप्रैल को आरोपितों ने घर में घुसकर वारदात को अंजाम दिया था। न्यायिक हिरासत के बाद आरोपितों को जमानत मिल गई थी, कोर्ट प्रक्रिया के दौरान रोहित कुमार एक हत्या की वारदात में संलिप्त पाया गया है, जो अभी जेल में है। वीरांगना के साथ हुई वारदात में चारों आरोपियों को कोर्ट ने 10-10 साल की सजा तथा 80-80 हजार का जुर्माना लगाया है। यह जुर्माना राशि पीड़ति देने के निर्देश हैं।

### पूर्व सरपंच व पंचायत अधिकारियों द्वारा करवाए कार्यों की जांच की मांग

# नौताना गांव की ग्राम पंचायत पर लगे लाखों के गबन के आरोप

**आरटीआई से मिली सूचना पर एसडीओ पंचायती राज द्वारा की जा रही जांच पर जताई आपत्ति**

▶▶ *शिकायतकर्ता ने एसडीओ पंचायती राज पर निष्पक्ष जांच न करने और मिलीभगत का आरोप लगाया*

▶▶ *फर्जी मस्टररोल, जेसीबी, फॉगिंग मशीन और साइन बोर्ड के बिलों सहित 15 पेज के दस्तावेज जांच के लिए सौंपे*

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कनीना

कनीना उपमंडल के अंतर्गत आने वाले गांव नौताना में ग्रामीणों ने पंचायत फंड और सरकारी योजनाओं में लाखों रुपये के गबन का आरोप लगाकर सोमवार को समाधान शिविर में शिकायत दर्ज कराई है। वरिष्ठ नागरिक नित्यानंद यादव ने एसडीएम कनीना को लिखित शिकायत देकर पूर्व सरपंच व वर्तमान जांच अधिकारी एसडीओ पंचायती राज के विरूद्ध जांच कर कार्रवाई की मांग की है।

शिकायतकर्ता का आरोप है कि गांव के पूर्व सरपंच ने अपने कार्यकाल में एचआरडीएफ, एफएफसी,पंचायत फंड, जिला योजना व मनरेगा योजना सहित विभिन्न मदों ग्राम विकास के लिए आबंटित की गई लाखों रुपये की राशि का गबन कर लिया। जिसकी शिकायत उपायुक्त को दी गई थी। जिसकी जांच एसडीओ पंचायती राज, कनीना पुरुषोत्तम के पास है। उन्होंने एसडीओ पर सही एवं नियमानुसार जांच नहीं करने तथा सरपंच के साथ मिलीभगत के आरोप जडे हैं।

शिकायत में उन्होंने कहा कि पंचायत ने वर्ष 2018-19 में डी-प्लान के तहत गलि एवं रास्ते बनाए थे। जिसका विवरण गांव में दीवार पर लिखा गया था। आरटीआई से उन्हें ज्ञात हुआ कि इनमें समानान्तर बिल लगाकर राशि निकलवा ली गई। आरोप है कि वर्ष 2019-20 में एचआरडीएफ स्कीम के तहत इन्हीं गलियों का नाम बदलकर कागजों पर दोबारा निर्माण दर्शाया गया और राशि का गबन किया गया। शिकायतकर्ता ने 15 पेज के सबूत के तौर पर पेश किए हैं, जो बालाजी टाइल्स एवं बिल्डिंग मटेरियल सप्लायर के नाम से हैं। जांच अधिकारी इन्हें नजरअंदाज कर रहे हैं। इसी प्रकार उन्होंने अर्थवर्क के नाम पर 2,76,000 रुपये का फर्जी मस्टररोल लगाकर गबन किया।

वास्तव में यह काम मनरेगा के तहत हुआ था, लेकिन इसे पंचायत फंड से दिखाया गया। रुस्तम के घर से ठाकुरदास मन्दिर तक गली उखाड़ने के नाम पर 1,79,500 रुपये निकाले गए। असल में यह खुदाई कार्य जन स्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी विभाग द्वारा पाइप लाइन डालने के लिए की थी और उसे ठीक भी करवाया था, ग्राम पंचायत ने इसका झूठा बिल बनाया। पालडी जेसीबी एंड अर्थ मूवर्स का 1,57,811 रुपये का फर्जी बिल लगाया गया, जबकि इतनी मजदूरी नहीं बनती थी। वहीं चार सितम्बर 2019 का 84,960 रुपये का एक फॉगिंग मशीन का फर्जी बिल लगाया गया, जिस पर किसी कंपनी का नाम तथा मार्केट वैल्यू तक नहीं है। नित्यानंद यादव ने कहा कि सरपंच द्वारा अपने कार्यकाल में 49,560 रुपये का व्यक्तिगत साइन बोर्ड लगाकर उसका बिल भी सरकारी धन से पास करवा लिया गया। 20 जुलाई 2026 को एसडीएम के पास दर्ज कराई गई शिकायत में उन्होंने किसी सक्षम अधिकारी से निष्पक्ष जांच कराने की मांग की है। जिससे दूध का दूध व पानी का पानी हो जाए।

#### क्या कहते है एसडीएम

इस बारे में एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह अहलावत ने कहा कि नित्यानंद की ओर से विकास राशि में गबन करने संबंधी दी गई शिकायत की जांच कराई जाएगी। जिसमें सरपंच एवं एसडीओ सहित ग्राम सचिव, जेई आदि में अगर कोई भी दोषी पाया जाता हैं, तो उन पर कार्रवाई की जाएगी।

### एलटीसी बजट जारी करने पर जताया आभार

# नवनियुक्त डीईईओ से मिली एचपीटीए जिला इकाई, प्राथमिक शिक्षकों की लंबित मांगें उठाईं

**एसआईआर ड्यूटी के प्रतिपूर्ति अवकाश व एसीपी लागू करने की मांग**

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा प्राइमरी टीचर एसोसिएशन (एचपीटीए) जिला इकाई की बैठक सोमवार को जिला प्रधान कृष्ण कुमार नंगली की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में जिले के प्राथमिक शिक्षकों से जुड़ी विभिन्न लंबित समस्याओं पर विस्तार से चर्चा की गई। इसके बाद संगठन के प्रतिनिधिमंडल ने नवनियुक्त जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी (डीईईओ) अशोक शर्मा का पुष्पगुच्छ भेंट कर स्वागत किया और उन्हें जिले के शिक्षकों की प्रमुख समस्याओं से अवगत कराया।

जिला प्रधान कृष्ण कुमार नंगली और जिला महासचिव डॉ. जसवंत यादव ने बताया कि पदभार ग्रहण करते ही डीईईओ अशोक शर्मा ने पूरी पारदर्शिता के साथ जिले की लंबित एलटीसी (लीव ट्रैवल कंसेशन) के बजट की प्रक्रिया शुरू करवाई है। बैठक में संगठन ने प्रमुख मांगों के रूप में जून माह की छुट्टियों के दौरान एसआईआर ड्यूटी करने वाले प्राथमिक शिक्षकों को नियमानुसार प्रतिपूर्ति अवकाश देने, 12वीं कक्षा की अंक सुधार परीक्षा के प्रमाण-पत्र जारी होने के बाद पात्र शिक्षकों की एसीपी (एश्योर्ड करियर प्रोग्रेशन) तत्काल प्रभाव से लागू करने तथा शिक्षकों के अन्य लंबित मामलों का शीघ्र समाधान करने की मांग उठाई।

नारनौल। जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी अशोक शर्मा को गुलदस्ता भेंट करते हुए।

#### ये रहे उपस्थित

इस मौके पर राज्य उपप्रधान सुबेसिंह यादव, जिला वरिष्ठ प्रधान सुरेश यादव, जिला महासचिव डॉ. जसवंत यादव, जिला कोषाध्यक्ष संजय योगी, कनीना खंड प्रधान रामकिशन यादव, अटेली खंड प्रधान मनोज कुमार, नारनौल खंड प्रधान महेंद्र यादव, जिला सचिव अभय यादव, जिला संरक्षक सोमदत्त, उपप्रधान सुरजीत यादव, महिपाल कालोरिया, जिला प्रेस सचिव वेदप्रकाश, पूर्व नारनौल खंड प्रधान अगेंद्र यादव, नांगल चौधरी से सतपाल यादव, प्रदीप कुमार, सचिव सुरेंद्र यादव तथा अटेली से संदीप शर्मा, पवन, विजय, नरेंद्र, सुरेंद्र हुडीना, अनिल खनगवाल, प्रदीप वर्मा सहित बड़ी संख्या में प्राथमिक शिक्षक उपस्थित रहे।

### एक ही रात में किसानों के ट्यूबवेलों पर चोरों का धावा

**नारनौल।** नांगल चौधरी क्षेत्र में चोरों ने एक ही रात में कई किसानों के खेतों बने ट्यूबवेलों को निशाना बनाकर लाखों रुपये मूल्य की तांबे की केबल, सौर ऊर्जा सिस्टम की वायरिंग और कृषि उपकरण चोरी कर लिए। लगातार हुई इन वारदातों से किसानों में दहशत का माहौल है। पीड़ित किसानों की शिकायत पर थाना नांगल चौधरी पुलिस ने अज्ञात चोरों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव नांगल पीपा निवासी 61 वर्षीय महेंद्र सिंह ने बताया कि उनके खेत स्थित कुएं से करीब 60 फीट बिजली की केबल चोरी कर ली गई। इसी दौरान पड़ोसी किसान हवा सिंह के खेत से सौर ऊर्जा पैनल की केबल और मोटर तक जाने वाली करीब 70 फीट केबल भी चोर उखाड़ ले गए।

### संदिग्ध परिस्थितियों में किशोरी लापता, घर से जेवर व नकदी भी गायब

**नारनौल।** शहर के नई बस्ती स्थित सीआईए रोड क्षेत्र से एक किशोरी के संदिग्ध परिस्थितियों में लापता होने का मामला सामने आया है। परिजनों का आरोप है कि किशोरी के साथ घर में रखे लाखों रुपये मूल्य के सोने-चांदी के आभूषण और नकदी भी गायब है। शिकायत के आधार पर शहर थाना पुलिस ने मामला दर्ज कर किशोरी की तलाश शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में नई बस्ती, सीआईए रोड निवासी एक व्यक्ति ने बताया कि 19 जुलाई की रात करीब 10:11 बजे के बाद उनकी पुत्री घर से लापता हो गई। उन्होंने बताया कि रात के समय जब वह पानी पीने के लिए उठे तो उनके दोनों बच्चे घर में सो रहे थे। सुबह जब परिवार के सदस्य जागे तो बेटी अपने कमरे में नहीं मिली। परिजनों ने पहले घर और आसपास उसकी तलाश की।

महेंद्रगढ़। बैठक में उपस्थित पदाधिकारी। फोटो: हरिभूमि

### सहकार भारती की जिला स्तरीय कार्यसमिति की बैठक

**महेंद्रगढ़।** सहकार भारती की जिला कार्यसमिति की बैठक रविवार देर शाम महेंद्रगढ़ स्थित लोक निर्माण विश्राम गृह में संपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता जिला अध्यक्ष पारस शर्मा ने की। बैठक में मुख्यातिथि के रूप में सहकार भारती के प्रांत महामंत्री डॉ. सौरभ भीष्म एवं प्रदेश सम्पर्क प्रमुख सचिन महायच उपस्थित रहे। डॉ. सौरभ भीष्म ने सभी कार्यकर्ताओं से सहकारी आंदोलन से जुड़कर कार्य करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि सहकारिता से संस्कृति और संस्कृति से समृद्धि सहकार भारती का मूल मंत्र है। उन्होंने महिला स्वयंसहायता समूहों को सशक्त बनाने पर विशेष बल देते हुए कहा कि विकसित भारत 2047 के सपने को तब तक साकार नहीं किया जा सकता, जब तक महिलाओं की भागीदारी सुनिश्चित न हो। महिलाओं को इस मुहिम में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेना होगा। डॉ. भीष्म ने बताया कि देश के विकास में युवाओं और महिलाओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। आज का युवा सहकारिता से जुड़कर राष्ट्र निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाना चाहता है। प्रदेश सम्पर्क प्रमुख सचिन महायच ने कहा कि जिले के प्रत्येक गांव तक सहकार भारती के कार्यकर्ताओं को जोड़ा जाएगा। ब्लॉक स्तर पर योग्य कार्यकर्ताओं को जिम्मेदारियां सौंपी जाएंगी, ताकि संगठन के विचारों को गांव-गांव तक पहुंचाया जा सके। जिला अध्यक्ष पारस शर्मा ने कहा कि भारत दुनिया का सबसे युवा देश है।

### हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी सिसोठ के विकास पर आरडब्ल्यूए ने लिए कई फैसले

**महेंद्रगढ़।** हाउसिंग बोर्ड रेजिडेंशियल वेलफेयर एसोसिएशन सिसोठ की सभा कॉलोनी स्थित पार्क नंबर एक में संपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता प्रधान प्रतिनिधि गोपीचंद यादव ने की। बैठक का संचालन सचिव मा. नित्यानंद ने किया। बैठक में सर्वसम्मति से कॉलोनी के विकास एवं सौंदर्यीकरण की कार्ययोजना को अंतिम रूप दिया गया। खराब स्ट्रीट लाइट ठीक करवाने और तीनों पार्कों में सफाई करवाने, बिजली की खराब कीटावट को बदलने का बिल पास किए, पहले से प्रस्ताव पास किए वो सीमेंट की छह कुर्सी लाने के लिए सहमति बनी, बारिश का पानी निकासी के लिए पाइप लाने के सहमति बनी। बैठक में सूबेदार सतबीर सिंह, मुकेश चौहान, वरिष्ठ सदस्य सतपाल, एडीओ रविंद्र, नरेंद्र दरोगा, मा. राकेश चोपड़ा, प्राचार्य कृष्ण कुमार, प्राचार्य राजेश कुमार, संजय, राकेश ढाणी, कैप्टन सुभाष यादव आदि रहे।

नारनौल। शिविर में रक्तदान करते हुए। फोटो: हरिभूमि

### रक्तवीर जीवनदाता टीम ने लगाया रक्तदान शिविर

**नारनौल।** रक्तवीर जीवनदाता टीम की ओर से विजय हॉस्पिटल ब्लड बैंक में प्रथम रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में युवाओं के साथ-साथ महिलाओं ने भी उत्साहपूर्वक रक्तदान कर सामाजिक सरोकार का परिचय दिया। शिविर में कुल 41 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि नगर परिषद चेयरमैन कमलेश सैनी थी, जबकि अध्यक्षता राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं संस्थापक नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप मनीष गोगिया ने की। विशिष्ट अतिथियों में पूर्व जिला बाल कल्याण अधिकारी विपिन शर्मा, डॉ. प्रदीप कुमार (एडीओ) व समाजसेवी जितेंद्र यादव शोभापुर शामिल रहे। मुख्य अतिथि कमलेश सैनी ने कहा कि रक्त किसी फैक्ट्री में नहीं बनता, बल्कि केवल मानव शरीर से ही प्राप्त होता है। इसलिए प्रत्येक स्वस्थ व्यक्ति को नियमित रूप से रक्तदान करना चाहिए। मनीष गोगिया ने युवाओं से हर तीन माह में रक्तदान करने की अपील करते हुए कहा कि इससे शरीर स्वस्थ रहता है और जरूरतमंद मरीजों को नया जीवन मिलता है। विपिन शर्मा व डॉ. प्रदीप कुमार ने भी अधिक से अधिक लोगों से ऐसे सामाजिक आयोजनों में भाग लेने का आह्वान किया। विजय हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉ. विनीत यादव ने अतिथियों को पटका एवं स्मृति चिह्न भेंटकर सम्मानित किया। शिविर में महिला रक्तदाताओं अनीता सैनी, रामरति, रिंकू यादव सहित शहर के अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

### जांजड़ियावास में स्वास्थ्य विभाग का लार्वा जांच अभियान

**महेंद्रगढ़।** मानसून के मौसम में डेंगू के खतरे को देखते हुए स्वास्थ्य विभाग ने वीरवार को गांव जांजड़ियावास में विशेष लार्वा जांच अभियान चलाया। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र नांगल सिरोही के प्रभारी डॉ. प्रतीक यादव के निर्देशन तथा स्वास्थ्य निरीक्षक अनिल यादव की देखरेख में स्वास्थ्य कर्मी अनूप रिवासा व आशा कार्यकर्ता बबली ने गांव के 80 घरों में जाकर कूलर, पानी की टंकियों, हौद और अन्य स्थानों पर जमा पानी की गहन जांच की। जांच के दौरान दो घरों की पानी की टंकियों और हौद में डेंगू-मलेरिया का लार्वा पाया गया। टीम ने तत्काल संबंधित घरों को नोटिस जारी कर पानी खाली करवाया और लार्वा को नष्ट किया। अभियान के दौरान ग्रामीणों को डेंगू और मलेरिया से बचाव के उपाय बताते हुए पंपलेट भी वितरित किए गए। स्वास्थ्य कर्मी अनूप रिवासा ने कहा कि डेंगू एडीज नामक मच्छर के काटने से फैलता है तथा यह मच्छर आमतौर पर दिन के समय ही काटता है ओर साफ पानी में पनपता है।

### मुनियों ने भक्ति, सेवा व संयम का दिया संदेश

**नारनौल।** श्री 1008 शांतिनाथ दिगंबर जैन मंदिर नलापुर में सोमवार को धर्मसभा का आयोजन किया गया। सभा में मुनि विभोर सागर महाराज, मुनि सानंद सागर महाराज व मुनि महंत सागर महाराज ने श्रद्धालुओं को अपने प्रेरणादायी प्रवचनों से धर्म, सेवा और आत्मकल्याण का संदेश दिया। धर्मसभा में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लेकर मुनिवरों के प्रवचनों का श्रवण किया। मंदिर के प्रवक्ता सुरेंद्र जैन ने बताया कि धर्मसभा का उद्देश्य समाज में आध्यात्मिक जागरूकता बढ़ाना तथा धर्म के प्रति आस्था को मजबूत करना है। मुनि विभोर सागर महाराज ने अपने प्रवचन में मनुष्य और पशु-पक्षियों के जीवन की तुलना करते हुए कहा कि जिस प्रकार मनुष्य निःस्वार्थ भाव से अपने परिवार का पालन-पोषण करता है, उसी प्रकार पक्षी भी बिना किसी स्वार्थ के अपने बच्चों का लालन-पालन करते हैं।

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, हुडा पार्क के सामने, डाक्टर भगत डेंटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।
नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरूण कलर लैब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन : 8295738500, 9253681005

### चितलंग में लिंगानुपात सुधार को लेकर चला जागरूकता अभियान

**महेंद्रगढ़।** प्रदेश में लिंगानुपात सुधारने और बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ अभियान को सफल बनाने के उद्देश्य से गांव चितलंग में स्वास्थ्य विभाग द्वारा विशेष जागरूकता अभियान चलाया गया। इस अभियान का नेतृत्व सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. हिमांशु ने किया। उनके साथ स्वास्थ्य कार्यकर्ता सतीश खैरवाल, एएनएम शर्मिला, एएनएम रोशनी व आशा वर्कर की टीम भी मौजूद रही। स्वास्थ्य कार्यकर्ता सतीश खैरवाल ने गांव में डोर-टू-डोर जाकर लोगों को जागरूक किया। उन्होंने बताया कि कन्या भ्रूण हत्या एक कानूनी अपराध है। एक्ट के तहत लिंग जांच करवाना और करवाना दोनों दंडनीय अपराध हैं।

### बैठक में कर्मचारियों की आवाज मजबूती से उठाने का आश्वासन

# सात शाखाओं ने उठाईं कर्मचारियों की समस्याएं

*तीन नए केंद्रीय पदाधिकारियों को दिलाई गई शपथ*

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा गवर्मेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन (रजि. नं. 41), जो हरियाणा संयुक्त कर्मचारी संघ से संबद्ध है, की जिला महेंद्रगढ़ की सातों शाखाओं के पदाधिकारियों की संयुक्त बैठक रविवार को निजामपुर रोड स्थित यूनियन कार्यालय में आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता जिला प्रधान रमेश चंद्र यादव ने की। बैठक में कर्मचारियों की विभिन्न समस्याओं पर विस्तार से चर्चा करते हुए उन्हें सरकार और उच्च अधिकारियों के समक्ष मजबूती से उठाकर समाधान करवाने का भरोसा दिलाया गया। बैठक में यूनियन के राज्य प्रधान ईश्वर शर्मा, राज्य महासचिव संदल सिंह राणा तथा गुरुग्राम जिला सचिव संजय नैन विशेष रूप से मौजूद रहे। उन्होंने सातों शाखाओं के प्रतिनिधियों से विभागीय एवं कर्मचारी हितों से जुड़े मुद्दों पर विस्तार से विचार-विमर्श किया। राज्य नेतृत्व ने कहा कि कर्मचारियों की लंबित मांगों और समस्याओं को सरकार एवं संबंधित अधिकारियों के समक्ष प्रभावी ढंग से रखा जाएगा, ताकि उनका शीघ्र समाधान सुनिश्चित हो सके।

नारनौल। मीटिंग करते गवर्मेंट पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन के कर्मचारी।

#### सरकार को दी आंदोलन की चेतावनी

इस दौरान जिला महेंद्रगढ़ से केंद्रीय कार्यकारिणी में शामिल किए गए तीन नए पदाधिकारियों को पद एवं गोपनीयता की शपथ भी दिलाई गई। इनमें सुरेंद्र यादव को उपप्रधान, भगवान शर्मा को उपकोषाध्यक्ष तथा योगेश कुमार को प्रेस सचिव की जिम्मेदारी सौंपी गई। बैठक में उपस्थित पदाधिकारियों और सदस्यों ने तीनों नवनियुक्त पदाधिकारियों का स्वागत करते हुए उन्हें शुभकामनाएं दीं और संगठन को और अधिक मजबूत बनाने का संकल्प लिया। बैठक के अंत में यूनियन नेताओं ने स्पष्ट कहा कि यदि कर्मचारियों की मांगों का समय रहते समाधान नहीं किया गया तो संगठन सरकार के खिलाफ निर्णायक आंदोलन छेड़ने से पीछे नहीं हटेगा। उन्होंने कहा कि अब कर्मचारियों के अधिकारों और हितों की रक्षा के लिए सरकार के साथ आर-पार की लड़ाई लड़ी जाएगी। बैठक में श्योताज यादव, राजेश कलवाड़ी, सुखराज, रमेश शर्मा, रामशरण यादव, सुरेश कुमार, कर्ण सिंह, सुरेश यादव, संदीप जांगड़ा, राजाराम, कोषिंदर, सुनील कुमार, महेंद्र कुमार, सतीश जांगड़ा, जयभगवान, मंजीत, प्रवीण सहित बड़ी संख्या में पदाधिकारी एवं कर्मचारी मौजूद रहे।