

हरिभूमि महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि

रोहतक, गुरुवार 10 सितंबर 2026

केंद्र ने 1062 पीएमश्री स्कूलों में डाइस पहल लागू करने के लिए निर्देश

पीएमश्री स्कूलों में नवाचार व उद्यमिता को मिलेगा नया मंच, स्कूलों को स्थापित करनी होगी इनोवेशन काउंसिल

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

केंद्र सरकार ने पीएमश्री स्कूलों में विद्यार्थियों की रचनात्मक क्षमता, नवाचार, समस्या समाधान और उद्यमिता कोशिल को विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल की है। शिक्षा मंत्रालय के स्कूल शिक्षा एवं साक्षरता विभाग ने देशभर के चयनित 1062 पीएम श्री माध्यमिक एवं वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों में डेवलपिंग इनोवेशन कल्चर एंड एंटरप्रेन्योरशिप पहल को लागू करने के निर्देश जारी किए हैं। इसके तहत विद्यार्थियों को केवल किताबी ज्ञान तक सीमित न रखकर उनके नए विचारों को वास्तविक

परियोजनाओं, प्रोटोटाइप और नवाचार में बदलने के अवसर उपलब्ध करवाए जाएंगे। शिक्षा मंत्रालय के स्कूल शिक्षा एवं साक्षरता विभाग के निदेशक उमेश प्रताप सिंह ने 27 अगस्त को राज्यों एवं केंद्र शासित प्रदेशों के शिक्षा विभागों को जारी पत्र में पीएमश्री स्कूलों में स्कूल इनोवेशन काउंसिल की स्थापना एवं प्रभावी संचालन को अनिवार्य बताया है। स्कूल इनोवेशन का उद्देश्य स्कूल इनोवेशन काउंसिल के नवीन विचारों और नवाचारों को प्रोत्साहित करना, उन्हें कौशल एवं प्रशिक्षण उपलब्ध करवाना तथा चयनित नवाचारों को उत्पाद विकास और पेटेंट फाइलिंग तक पहुंचाने में सहायता करना है।

आइडिया से प्रोटोटाइप और पेटेंट तक का सफर

मंत्रालय ने डीआईसी के अंतर्गत पांच प्रमुख गतिविधियों पर विशेष जोर दिया है। इनमें विद्यार्थियों में उद्यमिता कौशल विकसित करना, फोल्ड विजिट एवं आइडिया किएशन, पूफ ऑफ कॉन्सेप्ट/ प्रोटोटाइप तैयार करना, बौद्धिक संपदा अधिकार के प्रति जागरूकता तथा विकसित प्रोटोटाइप की प्रदर्शनी शामिल हैं।

हरियाणा के पीएम श्री स्कूल भी होंगे लाभान्वित

मंत्रालय द्वारा जारी पत्र में हरियाणा सहित विभिन्न राज्यों को निर्देश जारी किए गए हैं। ऐसे में हरियाणा के पीएमश्री माध्यमिक एवं वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों में भी इस पहल के तहत विद्यार्थियों को नवाचार एवं उद्यमिता के क्षेत्र में आगे बढ़ने के नए अवसर मिलेंगे। खासतौर पर विज्ञान, तकनीक, इंजीनियरिंग और दैनिक जीवन की समस्याओं से जुड़े विद्यार्थियों के नए विचारों को संस्थागत स्तर पर विकसित करने का रास्ता खुलेगा।

उच्च शिक्षण संस्थान बनेंगे स्कूलों के मेंटर

डीआईसी की पहल की सबसे महत्वपूर्ण विशेषता यह है कि पीएमश्री स्कूलों को उच्च शिक्षण संस्थानों से जोड़ा जाएगा। उच्च शिक्षण संस्थान, इंजीनियरिंग एवं प्रौद्योगिकी संस्थान, केंद्रीय विश्वविद्यालय तथा राष्ट्रीय महत्व के संस्थान संबंधित स्कूलों की स्कूल इनोवेशन काउंसिल की मेंटरिंग और हैडहोल्डिंग करेंगे। इन संस्थानों में उपलब्ध आधुनिक सुविधाओं का लाभ स्कूल विद्यार्थियों को मिल सकेगा। विद्यार्थियों को आइडिया लैब और फैबिकेशन सुविधाओं के माध्यम से अपने अभिनव विचारों पर काम करने तथा उन्हें विकसित करने का अवसर मिलेगा।

गतिविधियों को वार्षिक योजना में करना होगा शामिल

मंत्रालय ने स्पष्ट किया है कि जिन पीएमश्री स्कूलों में अभी तक स्कूल इनोवेशन काउंसिल का गठन नहीं हुआ है, वहां मेंटरिंग करने वाले उच्च शिक्षण संस्थानों के सहयोग से एस आई सी का गठन एवं संचालन किया जाए। इसके साथ ही संबंधित उच्च शिक्षण संस्थानों के साथ समन्वय स्थापित कर डाइस की निर्धारित गतिविधियां आयोजित की जाएंगी। डाइस की गतिविधियों को स्कूलों की वार्षिक शैक्षणिक एवं सह-पाठ्यचर्या योजना में भी शामिल करना होगा। स्कूलों को विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करने, रीजनल मेंटरिंग सेशन, स्कूल इनोवेशन कौंटेस्ट, प्रोटोटाइप/टेक्नोलॉजी/उत्पाद विकास, आईपीआर फाइलिंग सहित अन्य नवाचार संबंधी गतिविधियों में उन्हें अवसर उपलब्ध करवाने को कहा गया है। पत्र में डीआईसीई की इस पहल के लिए बजट से संबंधित महत्वपूर्ण संशोधन भी किया गया है। पहाड़ी एवं उत्तर-पूर्वी राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों में प्रति स्कूल बजट 1.74 लाख रुपये से घटाकर 1.42 लाख रुपये किया गया है। वहीं अन्य राज्यों एवं केंद्र शासित प्रदेशों के लिए प्रति स्कूल बजट 1.24 लाख रुपये निर्धारित किया गया है।

खबर संक्षेप

अज्ञात वाहन की टक्कर से युवक की मौत

कनीना। गोमला से कुण्ड रोड पर अज्ञात वाहन की चपेट में आने से एक युवक की मौत हो गई। मृतक की पहचान गोमला निवासी रामबाबु के रूप में हुई है, जो शराब ठेके के पास अंडे की रेहड़ी लगाकर अपनी आजीविका चलाता था। मृतक के भाई कृष्ण ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि सूचना मिलने पर जब वे मौके पर पहुंचे, तो रामबाबू सड़क पर मृत अवस्था में पड़ा था और उसका सिर बुरी तरह फटा हुआ था। किसी अज्ञात वाहन चालक ने लापरवाही से गाड़ी चलाते हुए उसे जोरदार टक्कर मार दी, जिससे उसकी मौके पर ही मौत हो गई।

रोटरी क्लब ऑफ रॉयल्स लगाएगा नैनोग्राफी कैंप

नारनौल। महिलाओं के स्वास्थ्य को प्राथमिकता देने तथा स्तन कैंसर की समय रहते पहचान और जागरूकता के उद्देश्य से रोटरी क्लब ऑफ नारनौल रॉयल्स द्वारा विशेष मेमोग्राफी कैंप का आयोजन किया जा रहा है। यह कैंप 12 सितंबर को सुबह 10बजे से आरपीएस स्कूल नारनौल में आयोजित होगा। रोटरी क्लब के प्रधान रोटेरियन दिनेश भार्गव ने बताया कि कार्यक्रम की मुख्य अतिथि आरपीएस ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट की चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव होगी। प्रोजेक्ट इंचार्ज रोटेरियन शीलत भार्गव क्लब फाउंडेशन चेयर होगी।

राज्यपाल ने किया मनोज मेघनवास को सम्मानित

महेन्द्रगढ़। जरूरतमंद बच्चों की शिक्षा व्यवस्था एवं पर्यावरण संरक्षण में अहम योगदान देने वाले शिक्षक मनोज कुमार को राज्यपाल असीम कुमार घोष ने सम्मानित किया। इस अवसर पर हरियाणा की प्रथम महिला चित्रा घोष भी उपस्थित रही। कार्यक्रम मानव मंगल ग्रुप स्कूल व जीसी मिश्रा मैमोरियल ट्रस्ट की ओर से आयोजित किया गया। इस सातवें अध्यापक सम्मान समारोह में हरियाणा, हिमाचल, पंजाब, चंडीगढ़ क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले अध्यापकों सम्मान किया गया।

मौसमपुर में अवैध शराब बिक्री से नशाखोरी की गिरफ्त में युवा, एसपी को भेजी शिकायत

नांगल चौधरी। मौसमपुर गांव में करीब 20 सालों से निरंतर अवैध शराब बिक्री होने का मामला सामने आया है। परेशान ग्रामीणों ने जिला पुलिस अधीक्षक व प्रशासनिक अधिकारियों को लिखित शिकायत देकर कार्रवाई की गुहार लगाई है। उन्होंने आवकरी विभाग व पुलिस प्रशासन पर मिलीभगत के आरोप लगाए हैं, जिसके चलते गांवों में नशे का कारोबार तेजी से पनप रहे हैं। नाम उजागर नहीं करने का आग्रह करते हुए ग्रामीण

■ 20 सालों से शराब की होम डिलीवरी करने में जुटा माफिया

■ गांव में 6 नशेडिओं की असमाधिक मौत होने का लगाया आरोप

महिलाओं ने पुलिस को ज्ञापन भेजा है। उन्होंने बताया कि नामजद व्यक्ति लंबे समय से अवैध शराब की बिक्री कर रहा है। यह गतिविधि सार्वजनिक रास्ते से पास होने के कारण गांव का माहौल खराब हो रहा है और महिलाओं, बच्चों सहित आम लोगों की सुरक्षा पर संकट बना हुआ है। ग्रामीण महिलाएं इसी रास्ते से खेतों में विभिन्न काम करने जाती हैं, जिन्हें वापस घर आने में देर रात हो जाती है। इस दौरान मार्ग में शराबियों का

अवैध शराब बिक्री बर्दाश्त नहीं छोपेमारी करेगी पुलिस

थाना इंचार्ज पवन कुमार ने बताया कि बीते महीने मौसमपुर में अवैध शराब बिक्री होने की भनक लगी थी, जिसके आधार पर पुलिस छोपेमारी भी की, लेकिन शराब का स्टॉक नहीं मिला। ग्रामीणों की शिकायत अभी भेरे संज्ञान में नहीं, लेकिन स्थानीय पुलिस सक्षिध लोगों पर पैनी नजर रखे हुए हैं। जल्द अवैध शराब बिक्रेताओं पर सख्त कार्रवाई की जाएगी।

जमावड़ा रहता है, जिनके अश्लील कॉमेंटों से भय का माहौल बना रहता है। शराब माफिया से जुड़े लोग दबंग होने के कारण अधिकांश ग्रामीण शिकायत नहीं करते। उनका तर्क होता है कि शराब कारोबारियों के संबंध पुलिस से जुड़े हैं, जो किसी भी मामले में फंसा सकते हैं। बीते सप्ताह कुछ शराबियों ने छात्राओं पर अश्लील भाषा का इस्तेमाल किया, जिससे आक्रोशित महिलाओं ने पुलिस व प्रशासनिक अधिकारियों को शिकायत भेजी है। उन्होंने बताया कि अंधेरा होते ही शराब की होम डिलीवरी आरंभ हो जाती है। जिससे युवाओं में नशे का प्रचलन तेजी से बढ़ रहा है।

सुभाष पार्क के पास दो होटलों पर पुलिस की छापेमारी

देह व्यापार के मामले में चार आरोपित गिरफ्तार, होटल मालिक पर केस दर्ज

पुलिस ने कार्रवाई के दौरान दोनों होटलों से चार महिलाओं तथा एक पुरुष को मौके पर पाया

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

जिले में अनैतिक गतिविधियों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत पुलिस ने नारनौल स्थित सुभाष पार्क के पास दो होटलों पर कार्रवाई करते हुए देह व्यापार से संबंधित मामले का खुलासा किया है। पुलिस ने कार्रवाई के दौरान दोनों होटलों से चार महिलाओं तथा एक पुरुष को मौके पर पाया, जबकि होटल संचालन से जुड़े होटल मालिक सहित चार व्यक्तियों के खिलाफ अनैतिक देह व्यापार (निवारण) अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को सूचना प्राप्त हुई थी कि सुभाष पार्क के पास स्थित मॉडर्न होटल और सनसाइन होटल में होटल मालिक एवं कर्मचारियों द्वारा अनैतिक गतिविधियां संचालित करवाई जा रही हैं। सूचना की गंभीरता को देखते हुए डीएसपी मुख्यालय भारत भूषण के नेतृत्व में पुलिस टीम ने दोनों होटलों पर नियमानुसार छापेमारी की। मॉडर्न होटल की जांच के दौरान अलग-अलग कमरों से तीन महिलाएं तथा एक पुरुष



नारनौल। पुलिस की गिरफ्त में आरोपित।

होटल के रिसेप्शन काउंटर से निरोध के पैकेट व 11,420 रुपये की नकदी बरामद

मिले। वहीं होटल के रिसेप्शन पर मौजूद व्यक्तियों से पूछताछ की गई। पुलिस जांच में सामने आया कि होटल का रिसेप्शन संचालने वाला व्यक्ति होटल मालिक के कहने पर महिलाओं को फोन कर होटल पर बुलाने की बात बताई। होटल के एक कमरे से एक महिला मिली। पुलिस ने सनसाइन होटल के रिसेप्शन काउंटर की जांच के दौरान निरोध के पैकेट तथा एक रजिस्टर बरामद कर नियमानुसार कब्जे में लिया। पुलिस जांच के अनुसार दोनों होटलों का संचालन एक ही व्यक्ति द्वारा किया जा रहा था तथा होटल में काम करने वाले कर्मचारियों द्वारा उसके कहने पर महिलाओं को बुलाए जाने की बात सामने आई है। मामले में होटल मालिक प्रवीण निवासी कमनिया तथा रिसेप्शन पर

सनसाइन होटल की भी जांच की

इसी दौरान होटल से सटी बिल्डिंग में संचालित सनसाइन होटल की भी जांच की गई। वहां रिसेप्शन पर मौजूद व्यक्ति से पूछताछ करने पर उसने भी होटल मालिक के कहने पर महिलाओं को फोन कर होटल पर बुलाने की बात बताई। होटल के एक कमरे से एक महिला मिली। पुलिस ने सनसाइन होटल के रिसेप्शन काउंटर की जांच के दौरान निरोध के पैकेट तथा एक रजिस्टर बरामद कर नियमानुसार कब्जे में लिया। पुलिस जांच के अनुसार दोनों होटलों का संचालन एक ही व्यक्ति द्वारा किया जा रहा था तथा होटल में काम करने वाले कर्मचारियों द्वारा उसके कहने पर महिलाओं को बुलाए जाने की बात सामने आई है। मामले में होटल मालिक प्रवीण निवासी कमनिया तथा रिसेप्शन पर

कार्यरत हरिश निवासी महालावास, जिला रेवाड़ी, अंकित निवासी निवाज नगर नारनौल और मोहित निवासी मोहनपुर, नारनौल के खिलाफ अनैतिक देह व्यापार (निवारण) अधिनियम के तहत थाना शहर नारनौल में मामला दर्ज किया गया है। पुलिस द्वारा मामले की गहनता से जांच की जा रही है तथा प्रकरण में सामने आने वाले अन्य तथ्यों के आधार पर नियमानुसार आगामी कार्रवाई की जाएगी। जिला पुलिस महेन्द्रगढ़ आमजन से अपील करती है कि होटल, गेस्ट हाउस अथवा किसी अन्य स्थान पर अनैतिक या सक्षिध गतिविधि की जानकारी मिलने पर इसकी सूचना तुरंत पुलिस को दें, ताकि ऐसी गतिविधियों के खिलाफ प्रभावी कार्रवाई सुनिश्चित की जा सके।

ऑनलाइन ड्राइव में प्राथमिक शिक्षकों को शामिल कर तबादला करने की मांग

नांगल चौधरी। हरियाणा अध्यापक संघ ने राजकीय मॉडल संस्कृति, पीएमश्री और मुख्यमंत्री उत्कृष्टता एवं प्रारंभिक अंग्रेजी स्कूलों के लिए जारी किए गए ट्रांसफर ड्राइव के शेड्यूल को लेकर सवाल उठाए हैं। संघ ने प्राथमिक शिक्षकों को पहले चरण में शामिल कर अतिश्रीष्ठ तबादले करने की मांग की है। साथ ही जेबोटी और सीएंडवी शिक्षकों के अंतरजिला तबादले भी करने की मांग उठाई है। स्कूल टीचर्स फेडरेशन ऑफ इंडिया के जिला प्रधान अमीलाल कसाना और जिला सचिव सुरेंद्र कुमार ने कहा कि सरकार ने वर्ष 2016 में ऑनलाइन शिक्षक तबादला नीति लागू करते समय हर वर्ष शैक्षणिक सत्र की शुरुआत में सभी वर्गों के शिक्षकों के

तबादले करने का दावा किया था। इसके विपरीत 2016, 2017, 2019 व 2022 में ही तबादले हो सके। प्राथमिक शिक्षकों के तबादले तो वर्ष 2016 के बाद हुए ही नहीं। शिक्षा विभाग ने आठ सितंबर को मॉडल संस्कृति, पीएमश्री व सीएमश्री स्कूलों के लिए ट्रांसफर ड्राइव का शेड्यूल जारी किया है, लेकिन इसमें भी प्राथमिक शिक्षकों को शामिल नहीं किया गया। शिक्षकों में रोष है। पशुरू क्यों की। पदाधिकारियों ने आरोप लगाया कि वर्ष 2023 में भी शिक्षकों को इसी तरह उम्मीद दिखाई गई थी। उन्होंने सरकार से मांग की कि अब और देरी न करते हुए प्राथमिक शिक्षकों को पहले चरण में शामिल कर पारदर्शी तरीके से तबादले किए जाएं।

यहां लोहार का इंदिरा आवास योजना के तहत बने हुए हैं मकान

आठ लाख 59 हजार रुपये की लागत से होगा पार्क का निर्माण

हरिभूमि न्यूज़ ►► मंडी अटेली

खंड के गांव महासर में माता मंदिर परिसर के समीप पंचायत की जमीन में ग्राम पंचायत की ओर से पार्क व दूसरे कार्य किए जा रहे हैं। यहां पर करीब 42 साल पहले गांव वालों ने गाड़ियां लुहार को जोहड़ के समीप बसाया था, लेकिन अब ग्राम पंचायत की ओर से जोहड़ के समीप सौंदर्यीकरण पार्क निर्माण के चलते 42 साल पुराना आशियाना उजड़ने की कगार पर है। हालांकि तत्कालीन सरपंच प्रहलाद ने गाड़ियां लुहार परिवार को इंदिरा आवास योजना के तहत सरकारी सहायता से दो कमरे भी बना दिए थे। वर्तमान सरपंच मंजू के पति सचिव नरेश कुमार का कहना है कि उस समय की ग्राम पंचायत ने गलत स्थान पर मकान बनवा दिए थे।



मंडी अटेली। गांव महासर में आशियाना हटाने को लेकर भयभीत परिवार।

गांव के जोहड़ व माता मंदिर परिसर के समीप करीब आठ लाख 59 हजार रुपये की लागत से पार्क का निर्माण किया जाना है। उसके लिए ग्राम पंचायत ने पिछले एक सप्ताह से कार्य चलाया हुआ है। गाड़ियां लुहार को इस

स्थान से हटाने के सरपंच की ओर से नोटिस दिए जा रहे हैं। इससे लुहार परिवार को 40 साल पुराना आशियाना छुटने का भय सता रहा है। गाड़ियां लुहार जगदीश व उसके भाई सोमदत्त ने बताया कि उसके पिता बहादुर, मां

संतरा, उसके तीन बहनों के साथ गांव के लोगों ने बसाया था। इसके बाद ग्राम पंचायत ने इंदिरा आवास योजना के तहत मकान भी बन गया था। इसके बाद यह परिवार से स्थायी रूप से रहने लग गए थे। ग्रामीणों ने बताया कि घुमंतू गाड़ियां जाति को बसाने के लिए तत्कालीन सरपंच ने सरकार के निर्देश पर उनको जगह दी थी तथा मकान भी सरकारी सहायता मकान भी बनाए गए थे। जगदीश की बहन भगोती ने बताया कि उसके माता-पिता की मौत के बाद गांव में अंतिम संस्कार हुए थे। इसके अलावा उसके दूसरे भाई व बहनों का जन्म भी इसी स्थान पर हुआ है तथा नाला (जन्म पर निकलने वाली) भी यहीं गड़ी है। इसके बाद ग्राम पंचायत हमें यहां से विस्थापित करने के लिए आमादा बनी हुई है।

फोटो: हरिभूमि

11

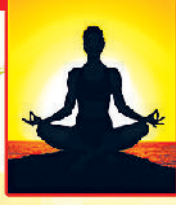
जल अर्पण
मॉड्यूल का
शुभारंभ, दो
तक ग्राम...



12

अवैध
कनेक्शनों पर
शिकंजा, वैध
करवाने घर-
घर पहुंच...





न्यूट्रिशस डाइट-एक्सरसाइज और मेडिटेशन से रहता हूं हेल्दी-फिट



फिटनेस फंडा विकास सलगोत्रा

मेरा मानना है कि फिट रहने के लिए सिर्फ एक्सरसाइज ही नहीं, बल्कि सही डाइट, पर्याप्त मात्रा में पानी पीना और मानसिक शांति भी जरूरी है। मैं सप्ताह में कम से कम पांच दिन एक्सरसाइज जरूर करता हूं। अपने फिटनेस रूटीन में मसल बिल्डिंग के साथ कैलिस्थेनिक्स को भी शामिल करता हूं।

मेरा डाइट प्लान

मेरे लिए एक अच्छा डाइट प्लान वह है, जिसमें शरीर और दिमाग को मजबूत बनाने के लिए जरूरी सभी पोषक तत्व और फाइबर सही मात्रा में शामिल हों। मेरी डाइट में प्रोटीन, फाइबर, हेल्दी फैट्स, विटामिंस और मिनरल्स का बैलेंस्ड कॉम्बिनेशन होता है। मेरा मानना है कि फिटनेस के लिए सिर्फ कैलोरी पर ध्यान देने के बजाय पोषण पर भी ध्यान देना बहुत जरूरी है। इसलिए मेरी डाइट में सभी न्यूट्रिएंट्स बैलेंस्ड मात्रा में उपस्थित रहते हैं।

मेरा वर्कआउट रूटीन

मैं आमतौर पर सप्ताह में पांच दिन एक्सरसाइज करता ही हूं। मेरे वर्कआउट रूटीन में मसल बिल्डिंग के साथ कैलिस्थेनिक्स का कॉम्बिनेशन रहता है। इससे स्ट्रेंथ और बॉडी कंट्रोल दोनों पर मैं वर्क कर पाता हूं। इससे मुझे एनर्जेटिक और एक्टिवनेस फील होती है। बिजी शेड्यूल के बावजूद थकावट महसूस नहीं होती है।

टाइम करता हूं मैनेज

वैसे तो मैं जिम में जाकर वर्कआउट करना प्रेफर करता हूं लेकिन अगर शूटिंग की वजह से बहुत ज्यादा बिजी रहता हूं और जिम जाने का समय नहीं मिल पाता, तो मैं घर पर ही कुछ देर वर्कआउट करना पसंद करता हूं। बॉडी-वेट एक्सरसाइज और योग को अपनी रूटीन में

इन दिनों सोनी सब चैनल पर टेलिकार्स्ट हो रहे माइथॉलॉजिकल सीरियल ‘हस्तिनापुर के वीर’ में महामंत्री विदुर का किरदार एक्टर विकास सलगोत्रा निभा रहे हैं। वे अपनी हेल्थ, फिटनेस को लेकर काफी कॉन्ट्रास रहते हैं। इसके लिए वे किस तरह के एफर्ट्स करते हैं, अपना फिटनेस फंडा शेयर कर रहे हैं अपनी जुबानी।

शामिल कर लेता हूं। मेरा मानना है कि फिटनेस के लिए जरूरी नहीं कि हर बार जिम ही जाना पड़े, बल्कि उपलब्ध समय और जगह में भी एक्टिव रहा जा सकता है। इसलिए मैं टाइम मैनेज करता हूं और सुविधानुसार घर या जिम में कुछ समय वर्कआउट जरूर करता हूं। हमें इस बात को समझना होगा कि जैसे हमारा वर्क, प्रोफेशन जरूरी है, उतना ही अधिक जरूरी हमारी हेल्थ का फिट रहना भी है। इसलिए अपनी हेल्थ-फिटनेस के लिए टाइम जरूर मैनेज करता हूं।

मेटल हेल्थ के लिए

मानसिक रूप से स्वस्थ और शांत महसूस करने के लिए ध्यान यानी मेडिटेशन करता हूं और कुछ योगासनो का भी अभ्यास करता हूं। रोजाना भ्रामरी और भस्त्रिका प्राणायाम करने की कोशिश करता हूं। इससे मन को शांत रखने में मदद मिलती है और मुझे लगता है कि यह मानसिक एकाग्रता और ब्रेन की क्षमता को बेहतर बनाने में भी सहायक है।

मेरा फिटनेस आइडल

मेरे फिटनेस आइडल अक्षय कुमार हैं। उनकी फिटनेस, डिस्पलीन और लगातार खुद को फिट रखने की प्रतिबद्धता मुझे काफी प्रेरित करती है। उन्होंने अपने आपको किस तरह से मॉटेन किया हुआ है, वैसा कम ही लोग कर पाते हैं, इसीलिए वे बहुत से लोगों के फिटनेस आइडल हैं।

पाठकों को मैसेज

मेरा फिटनेस फंडा बहुत सिंपल है, फ्रेश और हेल्दी खाना खाएं, जंक फूड से बचें और ऐसे खाद्य पदार्थों का सेवन कम करें, जिनमें ज्यादा प्रिजर्वेटिव्स हों। फ्राइड फूड से भी जितना हो सके बचना चाहिए। सप्ताह में कम से कम तीन दिन एक्सरसाइज जरूर करें और पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं। फिटनेस के लिए निरंतरता सबसे ज्यादा जरूरी है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

हेल्थ एडवाइस शिखर चंद जैन

चा लीस से पचास की उम्र में आप अपने शरीर और मन के साथ जैसा व्यवहार करते हैं, उसका आने वाले दशकों में आपकी उम्र बढ़ने की प्रक्रिया पर गहरा प्रभाव पड़ सकता है। उम्र बढ़ने से जुड़ी कई बीमारियों, जिनमें हृदय रोग, मधुमेह, कैंसर और डिमेंशिया शामिल हैं के बीच मध्य आयु में ही पड़ने लगते हैं। इसलिए इस उम्र में ही बचाव के उपाय शुरू करना बेहद महत्वपूर्ण है। अमेरिका की ब्रांडीज यूनिवर्सिटी में मनोविज्ञान की प्रोफेसर और ‘प्राइम टाइम: अ न्यू विजन फॉर मिडलाइफ’ की लेखिका मार्जी लैकमैन कहती हैं कि मध्य आयु बदलाव करने का आदर्श समय है। इससे आपको न केवल वर्तमान में लाभ मिलता है, बल्कि भविष्य में भी इसका फायदा मिलता है। विशेषज्ञों से बातचीत के आधार पर सामने आए कुछ छोटे-छोटे उपाय जीवन में बड़ा बदलाव ला सकते हैं।

इंटरवल ट्रेनिंग

हृदय और फेफड़ों की अच्छी क्षमता लंबी उम्र के सबसे बेहतर संकेतकों में से एक है। उम्र बढ़ने के बाद भी सक्रिय और गतिशील बने रहने के लिए कार्डियो-रेंसपेरेटरी फिटनेस महत्वपूर्ण है। इसे बेहतर बनाने का एक तरीका इंटरवल ट्रेनिंग है। उदाहरण के लिए, ट्रेडमिल पर सामान्य गति से 30 सेकंड चलें, फिर 30 सेकंड तेज दौड़ें और उसके बाद 30 सेकंड आराम करें। इस क्रम को लगभग 10 बार दोहराया जा सकता है। इस तरह का छोटा वर्कआउट लंबे समय तक सामान्य गति से व्यायाम करने की तुलना में अधिक प्रभावी हो सकता है। विशेषज्ञों के अनुसार, व्यायाम करते समय स्वयं को थोड़ा चुनौती देना जरूरी है।

डेली पर्याप्त नींद लें

बहुत कम नींद लेना कई स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़ा हुआ है। इनमें मोटापा, मधुमेह, हृदय रोग और डिमेंशिया जैसी बीमारियां शामिल हैं। कम



नींद का संबंध जीवनकाल कम होने से भी जोड़ा गया है। विशेषज्ञ सामान्यतः रात में हालांकि हर व्यक्ति की आवश्यकता अलग हो सकती है। सिर्फ नींद के घंटों की संख्या पर ध्यान देने के बजाय नियमित नींद की आदत बनाना अधिक महत्वपूर्ण है। हर दिन लगभग एक ही समय पर सोने और जागने की कोशिश करें। सोने और जागने का नियमित समय अच्छी नींद का मजबूत संकेतक माना जाता है और अलग-अलग कई शोधों में इस नियम को नींद की कुल अवधि से भी अधिक महत्वपूर्ण पाया गया है।

आप कितनी लंबी उम्र जाएंगे, ओल्ड एज में आपका शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य कैसा रहेगा, यह इस बात पर भी बहुत निर्भर करता है कि आपने मिड एज से किस तरह की लाइफस्टाइल को अपनाया है। अगर आप मिड एज से गुजर रहे हैं तो अपनी लाइफस्टाइल और फूड हैबिट में जरूरी सुधार तुरंत कर लें। इससे बढ़ती उम्र में आप लंबे समय तक हेल्दी रहेंगे।

मिडिल एज में ऐसी हो लाइफस्टाइल स्वस्थ रहेगा तन-मन-जिएंगे लंबी आयु



दोस्तों के लिए समय निकालें

कई विशेषज्ञों ने सामाजिक संबंधों को लंबे समय तक अच्छे शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण बताया है। लोग अकसर सामाजिक संपर्क को केवल मनोरंजन मानते हैं, जबकि वास्तव में यह स्वास्थ्य के लिए एक महत्वपूर्ण कदम है। विशेषज्ञों का सुझाव है कि किसी दोस्त के साथ मिलकर ऐसे काम करें, जो आपकी कार्य सूची में शामिल हों।

उदाहरण के लिए, किसी दोस्त के साथ टहलने जाएं, साथ में व्यायाम करें या साथ-साथ किराने का सामान खरीदने जाएं। इससे शारीरिक गतिविधि और सामाजिक मेलजोल दोनों एक साथ हो जाते हैं। साथ ही आपका काम भी हो जाएगा।

फर्मेंटेड फूड्स खाएं

जब हम शरीर के स्वास्थ्य के बारे में सोचते हैं तो अकसर आंतों में रहने वाले खराबों सूक्ष्मजीवों यानी गट माइक्रोबायोम को भूल जाते हैं। एक हेल्दी गट माइक्रोबायोम,

अच्छी हेल्थ और लंबी उम्र से जुड़ा हुआ है। यह प्रतिरक्षा प्रणाली को नियंत्रित करता है और शरीर में सूजन को कम करने में मदद करता है। शरीर में

पैरेंट्स की हेल्थ हिस्ट्री को रखें ध्यान

जीनशैली कई बीमारियों के जोखिम को प्रभावित करती है, लेकिन आनुवंशिकता की भूमिका को भी नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। इसलिए पैरेंट्स और फैमिली में किन बीमारियों का इतिहास रहा है, इसकी जानकारी भी रखें। अपने माता-पिता और अन्य करीबी रिश्तेदारों से उनके स्वास्थ्य के बारे में बात करें। अपने डॉक्टर से भी पूछें कि परिवार में किसी बीमारी का इतिहास होने पर आपको किस उम्र से कौन-सी जांच नियमित रूप से करवानी चाहिए और किन लक्षणों पर विशेष ध्यान देना चाहिए। इससे आपको अपनी हेल्थ कैरर में हेल्प मिलेगी।



डिजीज

अंशु जैन

क्रॉनिक किडनी डिजीज में किडनी डैमेज हो जाती है और रक्त को फिल्टर नहीं कर पाती। इसे क्रॉनिक इसलिए कहते हैं क्योंकि किडनियां धीरे-धीरे क्षतिग्रस्त होती हैं। हैरानी की बात यह है कि 90 फीसदी लोगों को इसका पता तब तक नहीं चलता जब तक उनकी किडनी फेल होने के संकेत नहीं मिल जाते।

प्रमुख लक्षण: क्रॉनिक किडनी डिजीज के साथ सबसे बड़ी समस्या है कि शुरू में इसके लक्षण स्पष्ट रूप से नजर नहीं आते। यह बीमारी एडवांस्ड स्टेज में पहुंचती है तो ये लक्षण नजर आ सकते हैं। थकान और कमजोरी, पेशाब करते वक्त दर्द, सूजन (चेहरे और पैरों में), बार-बार पेशाब लगना, पीठ में नीचे की तरफ दर्द, भूख ना लगना, उल्टी और उबकाई आना, खुजली और पूरे शरीर पर रेशेज।

किसे है अधिक रिस्क: इसका जोखिम उन लोगों में ज्यादा होता है, जिन्हें हाई बीपी, डायबिटीज, हार्ट डिजीज या किडनी लीवर की फैमिली हिस्ट्री है। इससे बचाव के लिए सबसे ज्यादा जरूरी है ब्लड प्रेशर को कंट्रोल में रखना। अगर आप इसके शिकार हो चुके हैं तो सही खानपान की मदद से किडनी को ज्यादा क्षतिग्रस्त होने से बचा सकते हैं।

जीवनशैली में बदलाव करें: कुछ बातों पर अमल करके क्रॉनिक किडनी डिजीज से काफी हद तक बचाव हो सकता है।

सक्रिय रहें: प्रतिदिन कम से कम 30 मिनट पैदल चलें या व्यायाम करें। यह वजन घटाने और बीपी को सामान्य रखने में मदद करता है। **हाइड्रेशन:** पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं, लेकिन अगर आपको पहले से किडनी की समस्या है, तो डॉक्टर द्वारा बताए गए तरल पदार्थों की सीमा का पालन करें। *

पूरी दुनिया में क्रॉनिक किडनी डिजीज के पेशेंट बड़ी संख्या में हैं। इससे बचाव के लिए आपको अपने खान-पान और लाइफस्टाइल में कुछ सावधानियां बरतना जरूरी है। कौन सी हैं वे सावधानियां, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

क्रॉनिक किडनी डिजीज बचाव-सावधानी है जरूरी



दवाओं के प्रति सावधानी: बिना डॉक्टर की सलाह के पेनकिलर्स और ‘ओवर द काउंटर’ दवाओं का सेवन न करें, क्योंकि ये किडनी को गंभीर नुकसान पहुंचा सकती हैं। **बुरी आदतों को छोड़ें:** धूम्रपान छोड़ें और शराब का सेवन सीमित करें, क्योंकि ये शरीर के अंगों में रक्त प्रवाह को प्रभावित करते हैं। **हेल्दी डाइट:** शुरू से ही हेल्दी डाइट फॉलो करके इसके जोखिम को काफी हद तक कम किया जा सकता है। ऑस्ट्रेलिया के क्वींसलैंड यूनिवर्सिटी के वैज्ञानिकों ने 6,30,000 से ज्यादा लोगों की फूड डायटरीस 10 साल से ज्यादा समय तक विश्लेषण किया। वैज्ञानिकों ने पाया कि जो लोग नमक, मीट, कार्बोनेटेड ड्रिंक और प्रोसेस्ड फूड जैसे फलदार चीजों को खाते हैं, उनमें इस रोग का जोखिम 29 फीसदी कम होता है। यह महत्वपूर्ण अध्ययन ‘किडनिकल जर्नल ऑफ अमेरिकन सोसाइटी ऑफ नेफ्रोलॉजी’ में प्रकाशित हुआ है। इस बारे में कोलकाता के नेफ्रोलॉजिस्ट डॉ. सुब्रत कुमार भौमिक कहते हैं उम्र बढ़ने पर किडनियों की कार्य क्षमता कम होने लगती है। 30 की उम्र के बाद किडनी की क्षमता हर साल 1 फीसदी कम होने लगती है। इस तरह 80 वर्ष तक पहुंचते-पहुंचते इनकी कार्यक्षमता आधी रह जाती है। ऐसे में खानपान में परिवर्तन करना ही समझदारी है। **ब्लड शुगर कंट्रोल:** डायबिटीज किडनी की बीमारी का सबसे बड़ा कारण है। अपनी शुगर को नियंत्रित रखें और नियमित अंतराल पर इसकी जांच कराते रहें। **ब्लड प्रेशर मैनेज करें:** उच्च रक्तचाप यानी हाई ब्लड प्रेशर किडनी की रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाता है। अपना बीपी 120/80 के करीब मॉटेन रखने की कोशिश करें। **नियमित जांच करवाएं:** यदि आपको शुगर या बीपी की समस्या है, तो साल में कम से कम एक बार किडनी फंक्शन टेस्ट (केएफटी) और यूरिन टेस्ट जरूर करवाएं ताकि किडनी संबंधी डिजीज के शुरुआती संकेतों को पता चल सके। *

आयुर्वेद ललिता गोयल

कि चैन में मौजूद हल्दी भारतीय रसोई का केवल एक मसाला नहीं है, बल्कि यह औषधीय गुणों का एक ऐसा खजाना है, जिसका इस्तेमाल सदियों से आयुर्वेद में किया जा रहा है। इसका पीला रंग और इसमें पाया जाने वाला मुख्य तत्व करक्यूमिन एक शक्तिशाली प्राकृतिक औषधि बनाते हैं।

हल्दी एक ऐसा मसाला है, जिसे सेहत के लिए बेहद गुणकारी माना जाता है। आमतौर पर हल्दी को किसी भी खाने में करार और स्वाद को बढ़ाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन हल्दी को गुणों का भंडार भी कहा जाता है। हल्दी को स्वाद, सेहत और

सजेशन रेखा देवराज

बारिश के इस मौसम में चाय के बजाय एक नया विकल्प आपकी रसोई में जगह बना सकता है। ये है- हर्बल आइस टी और इन्फ्यूज्ड वाटर। ताजी जड़ी बूटियों, फलों, मसालों और पानी से तैयार ये पेय स्वाद में हल्के, देखने में आकर्षक और रोजमर्रा की हाइड्रेशन को मजेदार और बेहतर बनाने के शानदार विकल्प हैं। **क्या है इन्फ्यूज्ड वाटर:** इन्फ्यूज्ड वाटर का मतलब है पानी में फल, सब्जियां, जड़ी बूटियां या मसालों की थोड़ी मात्रा डालकर कुछ समय के लिए छोड़ देना ताकि उनका स्वाद और सुगंध पानी में आ जाए। इसमें फलों का रस निकालकर मिलाना जरूरी नहीं होता। खीरा-पुदीना, नींबू-तुलसी, सेब-दालचीनी और संतरा-पुदीना जैसे संयोजन घर पर आसानी से बनाए जा सकते हैं। यह उन लोगों के लिए खास तौर पर उपयोगी हो सकता है, जिन्हें सादा पानी कम पसंद है और वो पानी पीने से कतराते हैं। **नहीं है डिटॉक्स वाटर:** सोशल मीडिया में आमतौर पर इन्फ्यूज्ड वाटर को डिटॉक्स वाटर के रूप में प्रचारित किया जाता है। लेकिन इस बात का ध्यान रखें कि शरीर को डिटॉक्स करने का काम मुख्य रूप से हमारा लिवर और किडनी करते हैं, इसलिए ऐसे पेयों को चमत्कारिक डिटॉक्स उपचार के रूप में न देखें। बस स्वादिष्ट पानी के रूप में पिएं।

हल्दी सेवन करने के फायदे

सुंदरता को बढ़ाने के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है।

एंटीसेप्टिक-एंटीबायोटिक गुणों से भरपूर:

हल्दी में एंटीसेप्टिक और एंटीबायोटिक गुण पाए जाते हैं। इतना ही नहीं इसमें कैल्शियम, आयरन, सोडियम, एनर्जी, प्रोटीन, विटामिन ई, विटामिन सी और फाइबर जैसे तत्व भी पाए जाते हैं, जो शरीर को कई लाभ पहुंचाने में मददगार होते हैं।

डाइट में ऐसे करें शामिल: हल्दी वाला दूध जिसे ‘गोल्डन मिल्क’ भी कहा जाता है, जोड़ों के दर्द में आराम, अच्छी नींद लाने में मदद करता है। एक गिलास गर्म दूध में आधा



चम्मच हल्दी पावडर मिलाकर पीने से सर्दी-जुकाम और शरीर दर्द से भी निजात मिलती है। रोजाना सुबह खाली पेट एक गिलास गरम पानी में आधा चम्मच हल्दी और काली मिर्च पावडर मिलाकर पीने से वजन कंट्रोल में रहता है और मेटाबॉलिज्म अच्छा होता है।

जाती हुई बारिश के इन दिनों में फ्रेश और एनर्जेटिक फील करने के लिए बार-बार चाय पीना फायदेमंद नहीं है। ऐसे में आप कुछ हर्बल ड्रिंक्स पी सकते हैं। इन्हें बनाना बहुत ईजी है और ये टेस्टी भी लगते हैं।

फील करें फ्रेश-एनर्जेटिक पिएं हर्बल-टेस्टी ड्रिंक्स



अगर बिना अतिरिक्त चीनी के इन्हें प्राकृतिक फ्लेवर में लिया जाए तो ये भीटे शीतल पेयों की तुलना में बेहतर विकल्प बन सकते हैं। **तुलसी-नींबू:** तुलसी-नींबू वाटर का फ्रेश टेस्ट आपको बहुत भाएगा। इसे बनाना बहुत आसान है। एक जग में तुलसी की कुछ साफ पत्तियां डालें और नींबू के पतले-पतले टुकड़ों का टुकटुक भी डालें। अब इस जग को कुछ घंटे तक फ्रिज में रख दें। पानी में नींबू की खटास और तुलसी की खुशबू न सिर्फ उतर आएगी

बल्कि यह पानी को खुशबूदार बना देगी। ध्यान रखिए नींबू के टुकड़ों को बहुत लंबे समय तक पानी में न रखें वरना पानी का स्वाद कड़वा हो सकता है। इस मामले में यह भी बेहतर होगा कि पानी का इस्तेमाल उसी दिन कर लें।

पुदीना-खीरा: पुदीने की कुछ पत्तियां और खीरे के कुछ पतले-पतले टुकड़े कांच की बोतल या जग में डाल लें। यह संयोजन खास तौर पर उमसर भरे दिनों में सबसे शानदार अनुभव देता है। इसमें चीनी डालने की जरूरत नहीं होती। लेकिन हल्की मिठास पसंद है तो प्राकृतिक रूप से किसी मीठे फल का इस्तेमाल किया जा सकता है। यह पानी न केवल पीने में स्वादिष्ट लगता है बल्कि यह सेहत के लिए भी शानदार है। **हर्बल आइस टी:** हम जब भी हर्बल टी

सुबह खाली पेट एक गिलास गुनगुने पानी में आधा चम्मच हल्दी पावडर मिलाकर पीने से इन्फ्लूएंजा मजबूत होती है। दोपहर या रात के भोजन में, दाल, सब्जी और सूप में हल्दी का यूज करने से न्यूट्रीशन की डेली डोज मिलती है और डाइजेशन बेहतर होता है। शाम के समय हल्दी की हर्बल-टी पीने से गले की खराश और तनाव से राहत मिलती है। **मिलते हैं ये फायदे:** हल्दी में एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-वायरल और एंटी-फंगल गुण होते हैं। यह शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाकर मौसम बदलने पर होने वाले सर्दी, जुकाम और कफ से बचाती है। करक्यूमिन शरीर में पुरानी सूजन को कम करने में मदद करता है। *

(डाइटेशियन सवी जैन से बातचीत पर आधारित)

कहते हैं तो आमतौर पर जहन में ब्लैक टी या नींबू टी की ही तस्वीर आती है। लेकिन हर्बल टी केवल यहीं तक नहीं सीमित होती है। हर्बल टी, हर्बल आइस टी के रूप में भी पसंद की जाती है। तुलसी, पुदीना, लेमन ग्रास या अदरक से तैयार यह हल्की हर्बल टी, ठंडा करके भी पी जा सकता है। इसके लिए तुलसी, पुदीना और लेमनग्रास की पत्तियों को गर्म पानी में थोड़ी देर के लिए डुबोकर रख दें। अब पेय को छानकर ठंडा कर लें और अगर पसंद हो तो बर्फ डाल लें और धीरे-धीरे सिप करें, अगर बर्फ नहीं डालना चाहते तो ऐसे भी पी सकते हैं। बिना बर्फ के भी इसे फ्रिज में ठंडा करके भी पिया जा सकता है। चीनी की जगह इसमें शहद का इस्तेमाल करें। **अदरक-लेमन ग्रास:** अदरक और लेमन ग्रास का संयोजन बारिश के दिनों में खासा फायदेमंद माना जाता है। दोनों को गर्म पानी में कुछ देर उबालकर छान लें और ठंडा होने के बाद हल्का नींबू मिला लें। ध्यान रहे इस पेय में अदरक की मात्रा कम हो। अगर अदरक ज्यादा हुई तो यह पेय ज्यादा तीखा हो सकता है। इसी तरह फल भी डालकर इसे नया फ्लेवर दे सकते हैं। स्ट्रॉबेरी, सेब, संतरा, अनार या कुछ अन्य फल इन इन्फ्यूज्ड वाटर को रंग और स्वाद दोनों तरह से बदलते हैं। हालांकि फल डालने का मतलब यह नहीं है कि पानी में फलों के पर्याप्त तत्व मिल जाएंगे। इसलिए इसे फल खाने का विकल्प न बनाएं बल्कि स्वाद्युक्त फलों वाले पानी के रूप में इस्तेमाल करें। *

खबर संक्षेप

डॉ. प्रेमराज आर्य की श्रद्धांजलि समा 11 को महेन्द्रगढ़। यादव सभा व वेद प्रचार मंडल के पूर्व प्रधान तथा राहत ग्रुप के वर्तमान प्रधान डॉ. प्रेमराज आर्य की श्रद्धांजलि सभा 11 सितंबर को होगी। यह शोक सभा गांव सुरजनवास में उनके निवास स्थान पर आयोजित की जाएगी, जिसकी शुरुआत प्रातः नौ बजे वैदिक यज्ञ से होगी। इस अवसर पर विभिन्न सामाजिक व धार्मिक संगठनों के प्रतिनिधि उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करेंगे।



सीजेएम ने किया संस्थानों का निरीक्षण नारनौल। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने बुधवार को शहर के विभिन्न संस्थानों का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया। सीजेएम नीलम कुमारी ने सबसे पहले संतोष मेमोरियल रिहैबिलिटेशन एंड रिसर्च सेंटर का निरीक्षण कर वहां की व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उन्होंने स्कूली बच्चों को पोक्सो एक्ट (लैंगिक अपराधों से बच्चों का संरक्षण अधिनियम) के बारे में जानकारी दी। उन्होंने बच्चों को 'गुड टच' और 'बैड टच' के अंतर को समझाते हुए जागरूक किया और किसी भी अभिग्रथ स्थिति में डरने के बजाय चाइल्ड हेल्पलाइन नंबर 1098 अथवा इमरजेंसी नंबर 112 का उपयोग करने की सलाह दी।

सीजेएम ने किया संस्थानों का निरीक्षण

नारनौल। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने बुधवार को शहर के विभिन्न संस्थानों का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया। सीजेएम नीलम कुमारी ने सबसे पहले संतोष मेमोरियल रिहैबिलिटेशन एंड रिसर्च सेंटर का निरीक्षण कर वहां की व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उन्होंने स्कूली बच्चों को पोक्सो एक्ट (लैंगिक अपराधों से बच्चों का संरक्षण अधिनियम) के बारे में जानकारी दी। उन्होंने बच्चों को 'गुड टच' और 'बैड टच' के अंतर को समझाते हुए जागरूक किया और किसी भी अभिग्रथ स्थिति में डरने के बजाय चाइल्ड हेल्पलाइन नंबर 1098 अथवा इमरजेंसी नंबर 112 का उपयोग करने की सलाह दी।

डॉ. अशोक शास्त्री का निधन

नारनौल। अखिल भारतीय योगी समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अशोक शास्त्री (योगी) के असमय निधन से समाज, शिक्षा और साहित्य जगत में शोक की लहर दौड़ गई। उनके निधन को समाज के लिए अपूरणीय क्षति बताया जा रहा है। डॉ. अशोक शास्त्री मूल रूप से नांगल चौधरी क्षेत्र के ग्राम कालबा के निवासी थे और पिछले करीब 20 वर्षों से नारनौल की दयानगर कॉलोनी में रह रहे थे। अखिल भारतीय योगी समाज के हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष रहते हुए उन्होंने गांव-गांव और शहर-शहर जाकर समाज को संगठित किया तथा सामाजिक कुर्बानियों के खिलाफ जन-जागरण अभियान चलाया।

जैलाफ स्कूल में मनाया हैंड वॉश दिवस

हरिभूमि न्यूज ►► महेन्द्रगढ़

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जैलाफ में विभागीय आदेशानुसार स्वच्छता पखवाड़ा के तहत वरिष्ठ प्रवक्ता डॉ. महताब सिंह की अध्यक्षता में हैंड वॉश दिवस मनाया गया। इस अवसर पर एनएसएस इंचारज प्रवक्ता धर्मसिंह ने बच्चों को हाथ साफ करने के विभिन्न छह स्तरों की स्वयं छात्रों के सामने प्रदर्शित करके से बताया। उन्होंने कहा कि खाना खाने से पहले और शौच जाने के बाद हमें हाथों को छह तरीकों को अपनाना है, जिससे हाथों में सूक्ष्म जीव उत्पन्न हो जाते हैं, जो

जल अर्पण के माध्यम से ग्रामीण जलापूर्ति योजनाओं का सामुदायिक सत्यापन जल अर्पण माँड्यूल का शुभारंभ, दो तक ग्राम पंचायतों में पूर्ण होगा कार्यक्रम

कमीशनिंग एवं ग्राम पंचायतों को हस्तांतरण होगा सुनिश्चित

हरिभूमि न्यूज ►► नारनौल

जल जीवन मिशन के तहत ग्रामीण क्षेत्रों में पेयजल योजनाओं की स्थिरता, सामुदायिक स्वामित्व एवं प्रभावी संचालन एवं रख-रखाव को सुनिश्चित करने की दिशा में बुधवार को जल अर्पण माँड्यूल का शुभारंभ एवं ओरिएंटेशन व प्रशिक्षण कार्यशाला आयोजित की गई। इस संबंध में जल शक्ति मंत्रालय, भारत सरकार की ओर से राष्ट्रीय स्तर पर वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से अधिकारियों एवं संबंधित हितधारकों को माँड्यूल के संबंध में जानकारी एवं प्रशिक्षण प्रदान किया गया। जिला प्रशासन की ओर से सीटीएम मंगल सेन की अध्यक्षता में ओरिएंटेशन एवं प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान जल जीवन मिशन के एडिशनल चीफ सेक्रेटरी ने जल अर्पण माँड्यूल का शुभारंभ करते हुए कहा कि जल जीवन मिशन अब एक महत्वपूर्ण चरण में प्रवेश कर चुका है।

इस चरण में केवल पेयजल बुनियादी ढांचे के निर्माण पर ही नहीं, बल्कि योजनाओं की स्थिरता, सामुदायिक स्वामित्व, जनभागीदारी तथा ग्रामीण पाइप



नारनौल। वीसी के दौरान प्रशानिक अधिकारी।

फोटो : हरिभूमि

सामुदायिक भागीदारी को मिलेगा बढ़ावा

इस माँड्यूल के तहत ग्रामीण जलापूर्ति योजना के पूर्ण हस्तांतरण से पूर्व ग्राम पंचायतों द्वारा हर घर जल प्रमाणन एवं जल अर्पण प्रक्रिया के प्रत्येक चरण को ऑनलाइन पूरा एवं प्रमाणित करना अनिवार्य होगा। इससे योजनाओं के हस्तांतरण की प्रक्रिया में पारदर्शिता, जवाबदेही एवं सामुदायिक भागीदारी को बढ़ावा मिलेगा। कार्यक्रम के उपरान्त सीटीएम मंगल सेन ने कहा कि जिले में जल अर्पण कार्यक्रम को दो अक्टूबर तक पूर्ण करवाने के लिए सीईओ, जिला परिषद को आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए जाएंगे। उन्होंने कहा कि दो अक्टूबर को

आयोजित होने वाली ग्राम सभाओं में ग्राम पंचायतों को जल अर्पण कार्यक्रम के नए डिजिटल माँड्यूल के अनुसार ऑनलाइन हर घर जल प्रमाण पर भी सौंपे जाएंगे। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि इस कार्य को निर्धारित समय सीमा में पूरा करने के लिए जिला जल एवं सीवरेज समिति, जिला तकनीकी इकाई तथा ग्राम पंचायतों के बीच प्रभावी समन्वय स्थापित किया जाए। उन्होंने कहा कि संबंधित टीमें ग्राम पंचायतों के साथ मिलकर जल अर्पण प्रक्रिया के सभी चरणों को समयबद्ध तरीके से पूरा करवाना सुनिश्चित करें।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर अधीक्षण अभियंता एसपी जोशी, कार्यकारी अभियंता अमित जैन, जिला सलाहकार मंगतुराम सरस्वा, बीआरसी इंदूजीत आदि उपस्थित रहे।

विकसित किया गया है, जिसे ग्राम पंचायत डैशबोर्ड पर उपलब्ध कराया गया है। इसके माध्यम से ग्राम पंचायतें जल अर्पण प्रक्रिया के

प्लान तैयार कर कार्य प्रारंभ किया जाए: सीटीएम

सीटीएम ने कहा कि जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग द्वारा डिजिटल स्तर पर जल अर्पण से संबंधित कार्यों को पूरा करवाकर उसकी प्रगति रिपोर्ट जिला जल एवं सीवरेज समिति को नियमित रूप से उपलब्ध करवाई जाएगी। उन्होंने जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग एवं सीईओ, जिला परिषद को निर्देश दिए कि जल अर्पण कार्यक्रम के लिए शीघ्र एक्शन प्लान तैयार कर कार्य प्रारंभ किया जाए, ताकि दो अक्टूबर तक निर्धारित लक्ष्य को पूरा किया जा सके। उन्होंने कहा कि जल अर्पण केवल किसी योजना का हस्तांतरण कार्यक्रम नहीं है, बल्कि यह ग्रामीण समुदाय को अपनी पेयजल व्यवस्था का स्वामित्व सौंपने तथा योजनाओं की दीर्घकालिक स्थिरता सुनिश्चित करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। ग्राम पंचायत एवं ग्रामीण समुदाय की सक्रिय भागीदारी से ही हर घर तक नियमित, पर्याप्त एवं गुणवत्तापूर्ण पेयजल आपूर्ति के लक्ष्य को स्थायी रूप से प्राप्त किया जा सकता है।

प्रत्येक चरण को ऑनलाइन पूरा करने के साथ-साथ उसका डिजिटल रूप से सत्यापन एवं प्रमाणिकरण कर सकेंगी।

श्रीकृष्णा स्कूल के हर्ष ने बॉक्सिंग में जीता कांस्य पदक

हरिभूमि न्यूज ►► महेन्द्रगढ़

जौद के बामबेवा स्थित तक्षशिला इंटरनेशनल स्कूल में आयोजित नॉर्थ जोन द्वितीय सीबीएसई बॉक्सिंग चैंपियनशिप में महेन्द्रगढ़ के खिलाड़ियों ने अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। इस प्रतियोगिता में श्रीकृष्णा सीनियर सेकेंडरी स्कूल के मुक्केबाज हर्ष कुमार ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 57-60 किलोग्राम भारवर्ग में ब्रॉन्ज मेडल हासिल कर क्षेत्र का नाम रोशन किया है।

इस गौरवपूर्ण उपलब्धि के बारे में जानकारी देते हुए खेल प्रशिक्षक महिपाल यादव ने बताया कि यह प्रतिष्ठित प्रतियोगिता तीन से सात सितंबर तक आयोजित की गई थी। जिसमें नॉर्थ जोन द्वितीय क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले सभी सीबीएसई



महेन्द्रगढ़। खिलाड़ी हर्ष कुमार को मेडल पहनाकर स्वागत करते प्राचार्य व कोच।

स्कूलों के शीर्ष बॉक्सिंग खिलाड़ियों ने हिस्सा लिया था। प्रतियोगिता के दौरान हर्ष कुमार का सफर बेहद शानदार रहा। उन्होंने प्री-क्वार्टर फाइनल मुकाबले में कैथल के विनीत और जीएसएस स्कूल मुक्तग्राम के बॉक्सर को करारी

शिकस्त दी। इसके बाद क्वार्टर फाइनल में उन्होंने चंडीगढ़ के प्रतीक को हराकर सेमीफाइनल में अपनी जगह पक्की की। सेमीफाइनल में हिसार के संचित के साथ बेहद कड़े और रोमांचक मुकाबले में

ग्रामीण आंचल की खेल प्रतिभाएं देश का भविष्य

चेयरमैन डॉ. बीरसिंह यादव ने खिलाड़ी को बधाई देते हुए कहा हर्ष की यह राष्ट्रीय स्तर की सफलता उसकी कड़ी मेहनत, अनुशासन और अटूट लगन का परिणाम है। ग्रामीण आंचल की खेल प्रतिभाएं देश का भविष्य हैं। स्कूल प्रबंधन खिलाड़ियों को हर संभव विश्वस्तरीय सुविधाएं और कोचिंग उपलब्ध कराता रहेगा। स्कूल सीईओ कर्मीर राव व डॉ. कविता राव ने कहा कि हर्ष कुमार ने बॉक्सिंग रिंग में अपनी अद्भुत खेल कला से पूरे जिले का मान बढ़ाया है। प्राचार्य रवि प्रकाश ने खिलाड़ी को बधाई दी। इस मौके पर पीआरओ सुधीर यादव, उत्तम सिंह, वीरेंद्र डीपीई, शीलराम डीपीई, गीता डीपीई, प्रवीण आदि उपस्थित रहे।

हर्ष ने शानदार खेल दिखाते हुए अंततः ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया।

यदुवंशी स्कूल के विद्यार्थियों ने पर्यावरण संरक्षण का दिया संदेश

हरिभूमि न्यूज ►► महेन्द्रगढ़

यदुवंशी स्कूल के विद्यार्थियों ने शिक्षा नगर कॉलोनी में आयोजित एक दिवसीय शिविर में उत्साहपूर्वक श्रमदान किया। शिविर का उद्देश्य विद्यार्थियों में समाजसेवा, स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण की भावना को बढ़ावा देना था। विद्यार्थियों ने कॉलोनी में स्वच्छता अभियान चलाकर आसपास के क्षेत्र की सफाई की, पेड़-पौधों की देखभाल की तथा पर्यावरण को हरा-भरा बनाने के लिए पौधरोपण किया। विद्यार्थियों ने लोगों को अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनकी नियमित देखभाल करने का संदेश भी दिया। इस दौरान विद्यार्थियों ने श्रमदान के माध्यम से सामाजिक जिम्मेदारी का सुंदर उदाहरण प्रस्तुत किया। शिविर का आयोजन एनएसएस अधिकारी अनूप यादव व नवीन कुमार के दिशा-निर्देशन में किया गया। अधिकारियों ने विद्यार्थियों को सेवा, स्वच्छता और पर्यावरण संरक्षण के महत्व के बारे में प्रेरित किया। ग्रुप



महेन्द्रगढ़। पौधरोपण करते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने कहा कि विद्यार्थी देश का भविष्य हैं। ग्रुप निदेशक विजय सिंह यादव ने कहा कि समाजसेवा केवल एक गतिविधि नहीं, बल्कि हमारी जिम्मेदारी है। वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्णसिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव ने विद्यार्थियों को समाजसेवा के लिए प्रेरित किया।

गुढ़ा में ग्रामीणों को दी कानूनी जानकारी

कनीना। हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण पंचकुला के दिशा निर्देशन में बुधवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गुढ़ा में कानूनी जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें उप-मंडल विधिक सेवा समिति कनीना की ओर से अधिकवक्ता संत कुमार यादव ने अंतर राष्ट्रीय साक्षरता दिवस के उपलक्ष्य में विद्यार्थियों को कानूनी जानकारी दी। शिविर का आयोजन उप-मंडल विधिक सेवा समिति कनीना की अध्यक्ष एवं अतिरिक्त सिविल जज सनीयर डिवीजन डॉ. प्रियंका जैन के निर्देशानुसार किया गया। जिसमें पैनल अधिकवक्ता संत कुमार व पैरा लीगल वालंटियर मौनिका ने बेतौर रिसोर्स पर्सन भाग लिया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों, अभिभावकों व ग्रामीणों को शिक्षा के अधिकार, बाल संरक्षण कानून, सरकार की छात्रवृत्ति तथा कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी गई।



भाविप ने मनाया गुरु वंदन, छात्र अभिनंदन कार्यक्रम महेन्द्रगढ़। भारत विकास परिषद शाखा की ओर से बुधवार को सैनी हाई स्कूल में गुरु वंदन छात्र अभिनंदन मनाया। राष्ट्रगान व भारत माता के चित्र के समक्ष दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम की शुरुआत की। मुख्य वक्ता शिक्षाविद रमेश टांक ने कार्यक्रम की आवश्यकता और उसके महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि गुरु व शिष्य की परंपरा भारत की प्राचीन विरासत है, जिसके बल पर हमारा देश किसी समय शिक्षा के क्षेत्र में विश्व में अग्रणी था। स्कूल के व्यवस्थापक व सैनी सभा के अध्यक्ष सुरेश जैनी ने बताया कि भारत विकास परिषद अपने कार्यक्रमों के माध्यम से गुरु शिष्य परंपरा को पुनर्जीवित करने का प्रयत्न कर रही है। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थ्य के सात श्रेष्ठ अध्यापकों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। मेधावी विद्यार्थियों को स्टेशनरी दी गई। के अंत में सभी उपस्थित विद्यार्थियों को फल भी वितरित किए गए। इस मौके शाखा अध्यक्ष रतनलाल माधोगढ़िया, कोषाध्यक्ष पवन भारद्वाज, पारस यादव, इंदुलाल शर्मा, प्रदीप मेहता, नीरज मित्तल, रामनिवास सैनी, होशियार सैनी, विनोद सैनी, सोनिया ज़िंदल, उमा खुराना आदि उपस्थित रहे।



महेन्द्रगढ़। छात्र चिराग को सम्मानित करते हुए।

फोटो : हरिभूमि

राव सुल्तान सिंह स्कूल के छात्र चिराग ने जीता स्वर्ण

इंटर स्कूल एसोसिएशन खेल प्रतियोगिता में 200 मीटर दौड़ में प्रथम स्थान प्राप्त किया

हरिभूमि न्यूज ►► महेन्द्रगढ़

राव सुल्तान सिंह मेमोरियल सीनियर सेकेंडरी स्कूल निम्बेहड़ा के विद्यार्थी चिराग पुत्र कर्मबीर ढाढ़ोत ने अपनी अद्भुत खेल प्रतिभा का लोहा मनवाते हुए इंटर स्कूल एसोसिएशन खेल प्रतियोगिता में 200 मीटर दौड़ में प्रथम स्थान हासिल कर स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय का नाम रोशन किया। गुरुग्राम में आयोजित इस प्रतियोगिता में पूरे हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विद्यालयों के प्रतिभावान खिलाड़ियों ने भाग लिया। चिराग ने अपनी शानदार गति, मेहनत और आत्मविश्वास के दम पर प्रतिद्वंद्वियों को पछाड़ते हुए गोल्ड मेडल पर कब्जा जमाया। संस्था निदेशक एडवोकेट सतपाल यादव व उप प्राचार्य

रामकुमार ने चिराग को मेडल पहनाकर तथा मोमेंटो भेंट कर सम्मानित किया और उसकी उपलब्धि पर बधाई दी। संस्था निदेशक एडवोकेट सतपाल यादव ने कहा कि खेल केवल प्रतियोगिता नहीं, बल्कि व्यक्तित्व निर्माण का सशक्त माध्यम है। विद्यार्थियों को पढ़ाई के साथ-साथ खेलों में भी बढ़-चढ़कर भाग लेना चाहिए। उन्होंने कहा कि विद्यालय का उद्देश्य केवल बेहतर परीक्षा परिणाम देना ही नहीं, बल्कि विद्यार्थियों का शैक्षणिक, शारीरिक, मानसिक एवं नैतिक रूप से सर्वांगीण विकास करना है।

प्राचार्य राजकुमार शर्मा ने चिराग की सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि उसकी मेहनत और लगन ने विद्यालय को गौरवान्वित किया है। इस अवसर पर संस्था चेयरपर्सन सुषमा यादव, किड्स हेड स्नेहलता, कर्णसिंह निम्बल सहित समस्त स्टाफ ने चिराग को उसकी शानदार उपलब्धि के लिए बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल की कामना की।

बच्चों के भविष्य की पहली सीढ़ी आंगनबाड़ी केंद्र : एसडीएम

हरिभूमि न्यूज ►► महेन्द्रगढ़

एसडीएम योगेश सैनी ने बुधवार को गांव निम्बी स्थित आंगनबाड़ी केंद्र का निरीक्षण कर वहां की सुविधाओं और व्यवस्थाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने राशन की उपलब्धता, बच्चों और कर्मचारियों की उपस्थिति रजिस्टर, स्टॉक रजिस्टर, दवाइयां, खिलौने और अन्य परिचालन संबंधी पहलुओं की जांच की।

एसडीएम योगेश सैनी ने आंगनबाड़ी केंद्र में बच्चों को दिए जाने वाले खाने व भंडारण का निरीक्षण किया। उन्होंने कहा कि आंगनबाड़ी केंद्र से बच्चों के भविष्य



महेन्द्रगढ़। आंगनबाड़ी का निरीक्षण करते एसडीएम योगेश सैनी। फोटो : हरिभूमि

का पहला पड़ाव शुरू होता है। सरकार आंगनबाड़ी केंद्रों के माध्यम से बच्चों को गुणवत्तापूर्ण पोषक आहार व शिक्षा देकर उनकी नींव मजबूत करने का काम कर रही है।

इसमें बच्चों को दिया जाने वाला भोजन काफी अहमियत रखता है। सरकार बच्चों को पौष्टिक भोजन देने के लिए प्रेरित करती है, ताकि बच्चे बीमारियां से बचे रह सकें।

रघुनाथपुरा गांव की बेटी डॉ. रितु यादव ने बढ़ाया परिवार का मान

डॉ. रितु यादव का मेडिकल ऑफिसर पद पर चयन

महेनत और लगन के बल पर चिकित्सा क्षेत्र में महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की

हरिभूमि न्यूज ►► नारनौल

रघुनाथपुरा गांव निवासी डॉ. रितु यादव ने अपनी मेहनत और लगन के बल पर चिकित्सा क्षेत्र में महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की है। डॉ. रितु यादव का हरियाणा स्वास्थ्य विभाग में मेडिकल ऑफिसर के पद पर चयन हुआ है। उनकी नियुक्ति



मुकाम हासिल किया है। मेडिकल ऑफिसर के रूप में उनकी नई जिम्मेदारी से परिवार को उम्मीद है कि वह मरीजों की सेवा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए पूरी ईमानदारी और समर्पण के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करेंगी। डॉ. रितु यादव की उपलब्धि युवाओं, विशेषकर चिकित्सा क्षेत्र में करियर बनाने की तैयारी कर रहे विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणादायक है।

चरखी दादरी स्थित एमसीएच यूनिट में हुई है, जहां वह शीघ्र ही अपनी सेवाएं शुरू करेंगी। हरियाणा सरकार के स्वास्थ्य विभाग की ओर से जारी

उपलब्धि से परिवार में खुशी का माहौल

डॉ. रितु यादव की इस उपलब्धि से परिवार और क्षेत्र में खुशी का माहौल है। पिता मास्टर कृष्ण कुमार ने बेटी की सफलता पर खुशी जताते हुए कहा कि यह परिवार के लिए गर्व का क्षण है। दादी शांति देवी, मां कविता देवी, चाचा रविंद्र यादव, चाची अनिता, भाई डॉ. रोहित यादव व भाभी अध्यापिका इंदु यादव ने डॉ. रितु यादव को नई जिम्मेदारी के लिए बधाई दी तथा उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। परिजनों ने कहा कि डॉ. रितु ने अपनी मेहनत से यह परिवार को उम्मीद है कि वह मरीजों की सेवा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए पूरी ईमानदारी और समर्पण के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करेंगी। डॉ. रितु यादव की उपलब्धि युवाओं, विशेषकर चिकित्सा क्षेत्र में करियर बनाने की तैयारी कर रहे विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणादायक है।

नियुक्ति पत्र में उन्हें मेडिकल ऑफिसर पद पर नियुक्ति प्रदान की गई है। डॉ. रितु यादव ने वर्ष 2019 में बीपीएस गवर्नमेंट मेडिकल कॉलेज,

खानपुर कलां, सोनीपत में एमबीबीएस पाठ्यक्रम में प्रवेश लिया था। कठिन परिश्रम, नियमित अध्ययन और लगन के साथ उन्होंने वर्ष 2025 में एमबीबीएस की पढ़ाई पूरी की। इसके बाद उन्होंने मेडिकल ऑफिसर पद के लिए चयन प्रक्रिया में हिस्सा लिया, जिसमें सफलता प्राप्त करते हुए अब उन्हें हरियाणा स्वास्थ्य विभाग में सेवाएं देने का अवसर मिला है। सरकार की ओर से जारी नियुक्ति आदेश के अनुसार डॉ. रितु यादव को मेडिकल ऑफिसर के पद पर नियुक्ति दी गई है। नियुक्ति पत्र में उन्हें एमसीएच यूनिट चरखी दादरी में 15 दिन के भीतर रिपोर्ट करने के निर्देश दिए गए हैं।

सूचना

मैं, पुरुषोत्तम पुत्र श्री मातुलाम निवासी डालनवास, उपतहसील सतनाली, जिला महेन्द्रगढ़ बयान करता हूँ कि मेरा पुत्र प्रदीप कुमार व पुत्रवधु बबीता मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूँ। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरे व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

कार्यालय

राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, अटेली (महेन्द्रगढ़)

बोली सूचना

राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, अटेली में जर्जर/अनुपयोगी सामान (अलमारी, कुर्सी आदि) की खुली बोली दिनांक **16.09.2026** को प्रातः **10:00** बजे विद्यालय परिसर में लगाई जाएगी।

बोली के नियम एवं शर्तें मौके पर बताई जाएंगी। विद्यालय द्वारा गठित बोली समिति का निर्णय अंतिम एवं मान्य होगा।

दिनांक: 16.09.2026
स्थान: राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, अटेली

राजकीय प्राथमिक पाठशाला जेरपुर

स्कूल कोड - 15400

बोली की सूचना

रा. प्रा. पा. जेरपुर (15400) के जर्जर हो चुके कमरों के सामान की खुली बोली नीलामी निम्नलिखित विवरणानुसार आर्मांत्र की जाती है। दो जर्जर कमरे वरामदे सहित को तोड़ने व टूटे हुए सामान की नीलामी 15.09.2026 विद्यालय प्रांगण में खुली बोली लगेंगी।

बोली दिनांक 15.09.2026 (मंगलवार)

समय - प्रातः 10 बजे

स्कूल प्रांगण में लगाई गई नीलामी में भाग लेने पर बोली लगाने वाले को SMC (सांझी सभा) के फैसले का अंतिम निर्णय लेगी।

रा. प्रा. पा. जेरपुर, सांझी सभा

स्कूल कोड 15400

सम्पर्क :- 99922402023

15 हजार से अधिक अवैध कनेक्शन

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग की ओर से शहर में पेयजल एवं सीवर कनेक्शनों को वैध करवाने के लिए विशेष घर-घर जागरूकता एवं कनेक्शन वैधीकरण अभियान चलाया जा रहा है। अभियान के तहत विभागीय टीमों शहर के विभिन्न मोहल्लों में पहुंचकर उपभोक्ताओं से सीधा संवाद कर रही हैं और उन्हें अपने कनेक्शन वैध करवाने के लिए जागरूक कर रही हैं। खास बात यह है कि वर्तमान में कनेक्शन वैध करवाने के लिए उपभोक्ताओं से कोई शुल्क नहीं



नारनौल। उपभोक्ताओं से सीधा संवाद करते उपमंडल अभियंता मुकेश कुमार व विभागीय टीम।

लिया जा रहा है। टीमों द्वारा मौके पर ही आवश्यक दस्तावेज लेकर कनेक्शन संबंधी फाइल तैयार की जा रही है। इसी अभियान के तहत

बुधवार को उपमंडल अभियंता मुकेश कुमार एवं जेई नरेश चंदेल की अगुवाई में मोहल्ला सालमपुरा में विशेष अभियान चलाया गया।

चीकू गैंग से जुड़ा है आरोपित
दो देसी कट्टों व दस जिंदा कारतूस सहित गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

पुलिस की ओर से अवैध हथियार रखने एवं इनके अवैध कारोबार में संलिप्त व्यक्तियों तथा वांछित आरोपितों के विरुद्ध लगातार प्रभावी कार्रवाई की जा रही है। इसी अभियान के तहत सीआईए ने कार्रवाई करते हुए चीकू गैंग से संबंध रखने वाले एक वांछित आरोपित को दो अवैध देसी कट्टों एवं 10 जिंदा कारतूस सहित गिरफ्तार किया है। डीएसपी मुख्यालय भारत भूषण ने बताया कि सीआईए टीम गश्त एवं अपराध पड़ताल के दौरान मंडाणा अंडरपास के नीचे मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस टीम को सूचना प्राप्त हुई कि नीरज उर्फ कश्मीर निवासी गद्दी खेड़ी, जिला रोहतक, जो चीकू गैंग से संबंध रखता है तथा थाना सदर महेंद्रगढ़ के एक मामले में वांछित है, अपनी मोटरसाइकिल के साथ सेका फ्लाईओवर के नीचे खड़ा है। सूचना थी कि उसके पास अवैध हथियार हैं और वह किसी वारदात को अंजाम देने की प्रिराक में है। सूचना को गंभीरता से लेते हुए पुलिस टीम ने तत्काल कार्रवाई करते हुए बताए गए स्थान पर दबिश दी। पुलिस टीम को देखकर युवक ने भागने का प्रयास किया, लेकिन पुलिस टीम ने तत्परता से उसे काबू कर लिया। पूछताछ में



नारनौल। पुलिस गिरफ्त में आरोपित।

कोर्ट में पेश कर पुलिस रिमांड पर लिया

पुलिस ने आरोपित के कब्जे से बरामद दो देसी कट्टों, 10 जिंदा कारतूस एवं आपने मोटरसाइकिल को नियमानुसार कब्जे में लेकर उसके विरुद्ध थाना सदर में आम्स एक्ट के तहत मामला दर्ज किया है। आरोपित को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उसे चार दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। पुलिस रिमांड के दौरान आरोपित से अवैध हथियारों की खरीद-फरोख्त एवं सप्लाई के संबंध में पूछताछ करेगी। य

युवक ने अपना नाम नीरज उर्फ कश्मीर निवासी गद्दी खेड़ी रोहतक बताया। आरोपित के पास मौजूद काले रंग के बैग की तलाशी लेने पर उसमें से दो देसी कट्टे एवं 10

जिंदा कारतूस बरामद हुए। जांच के दौरान सामने आया कि आरोपित नीरज उर्फ कश्मीर के खिलाफ पूर्व में हत्या, मारपीट, लूट सहित कुल सात मुकदमे दर्ज हैं।

कनेक्शन नहीं कराया वैध तो काटने की कार्रवाई

विभाग ने स्पष्ट किया है कि अभियान केवल जागरूकता तक सीमित नहीं है, बल्कि अवैध कनेक्शनों के खिलाफ कार्रवाई भी की जा रही है, जो उपभोक्ता अपने पेयजल एवं सीवर कनेक्शन को वैध नहीं करावांछे, उनके कनेक्शन काटने की कार्रवाई की जा सकती है। इसके साथ ही पेयजल की बर्बादी करने वाले उपभोक्ताओं को भी नोटिस जारी किए जा रहे हैं। अधिकारियों के अनुसार सरकार और प्रशासन का उद्देश्य शहरी क्षेत्रों में पेयजल एवं सीवर की सुविधाओं को व्यवस्थित और बेहतर बनाना है। इसके लिए प्रत्येक कनेक्शन का विभागीय रिकॉर्ड में वैध होना जरूरी है। वैध कनेक्शनों के माध्यम से जलापूर्ति और सीवर व्यवस्था को बेहतर ढंग से संचालित करने में विभाग को सुविधा होगी।

विभागीय अधिकारियों व कर्मचारियों ने घर-घर पहुंचकर लोगों को पेयजल एवं सीवर कनेक्शन वैध करवाने की प्रक्रिया की जानकारी दी। उपभोक्ताओं की समस्याएं भी सुनी गईं तथा मौके पर

ही आवश्यक दस्तावेज लेकर वैधीकरण संबंधी कार्रवाई की गई। उपमंडल अभियंता मुकेश कुमार ने बताया कि विभाग की ओर से फिलहाल पेयजल एवं सीवर कनेक्शन बिना किसी शुल्क के वैध

विभाग को उपभोक्ताओं के सहयोग की आवश्यकता

जिला सलाहकार मंगूत राम सरस्वा ने बताया कि जिले के सभी प्रमुख शहरी क्षेत्रों में भी पेयजल एवं सीवर कनेक्शन वैधीकरण अभियान जारी है। अटेली, कजीना, महेंद्रगढ़, नांगल चौधरी और नारनौल में उपभोक्ताओं को कनेक्शन वैध करवाने के लिए जागरूक किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि ग्रामीण क्षेत्रों में भी पेयजल की बर्बादी रोकने के लिए जागरूकता

एवं नोटिस अभियान चलाया जा रहा है। उन्होंने उपभोक्ताओं से पानी की प्रत्येक बूंद को बचाने की अपील करते हुए कहा कि पेयजल कनेक्शन पर टूटों का अनिवार्य रूप से इस्तेमाल किया जाए और पानी को व्यर्थ न बहने दिया जाए। उन्होंने कहा कि पेयजल एवं सीवर व्यवस्था को बेहतर बनाने के लिए विभाग को उपभोक्ताओं के सहयोग की आवश्यकता है।

किए जा रहे हैं। उपभोक्ताओं को केवल आवश्यक दस्तावेज विभाग की टीम को उपलब्ध करवाने हैं। कनेक्शन से संबंधित फाइल तैयार करने तथा अन्य प्रक्रिया का कार्य

विभागीय कर्मचारी मौके पर ही पूरा कर रहे हैं। उन्होंने शहरवासियों से अपील की कि वे इस सुविधा का लाभ उठाते हुए अपने कनेक्शन समय रहते वैध करवा लें।

अब तक इन्ने कनेक्शन किए वैध

अटेली शहर: पेयजल के 88 व सीवर के 167 कनेक्शन वैध किए गए।
कजीना शहर: पेयजल के 80 व सीवर के 269 कनेक्शन वैध किए गए।
महेंद्रगढ़ शहर: पेयजल के 135 तथा सीवर के 532 कनेक्शन वैध किए गए।
नांगल चौधरी शहर: पेयजल के 279 तथा सीवर के 623 कनेक्शन वैध किए गए।
नारनौल शहर: पेयजल के 215 तथा सीवर के 387 कनेक्शन वैध किए गए।

हकेंविवि में शोध पद्धति पाठ्यक्रम का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग की ओर से भारतीय सामाजिक विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएसएसआर) द्वारा प्रायोजित 10 दिवसीय शोध पद्धति पाठ्यक्रम का बुधवार को शुभारंभ हुआ। यह पाठ्यक्रम विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार के मार्गदर्शन एवं नेतृत्व में आयोजित किया जा रहा है। पाठ्यक्रम का उद्देश्य उपरते शोधकर्ताओं की शोध क्षमताओं को सुदृढ़ करना तथा शोध कार्य में पद्धतिगत कठोरता एवं गुणवत्ता को बढ़ावा देना है। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक के प्रो. राजबीर सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे, जबकि गुरु नानक देव विश्वविद्यालय अमृतसर



महेंद्रगढ़। पाठ्यक्रम के उद्घाटन सत्र में विशेषज्ञों के साथ शिक्षक एवं प्रतिभागी।

नैतिकता, पारदर्शिता और मौलिकता भी अत्यंत महत्वपूर्ण

शोध में पद्धतिगत कठोरता के साथ-साथ नैतिकता, पारदर्शिता और मौलिकता भी अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। मुख्य वक्ता प्रो. एनएस तुंग ने कहा कि गुणवत्तापूर्ण शोध एक सुदृढ़ वास्तु संरचना की तरह होता है, जिसकी मजबूती उसके आधार और स्तूपों पर निर्भर करती है। हकेंवि के कुलसचिव प्रो. सुनील कुमार ने कहा कि शोध की गुणवत्ता केवल विषय के चयन पर निर्भर नहीं करती, बल्कि उसकी वैज्ञानिक एवं व्यवस्थित पद्धति पर भी उतनी ही निर्भर होती है। डॉ. प्रदीप कुमार सह-पाठ्यक्रम निदेशक के रूप में अपनी भूमिका निभा रहे हैं।

के प्रो. एनएस तुंग ने मुख्य वक्तव्य प्रस्तुत किया। इस अवसर पर हकेंवि के कुलसचिव प्रो. सुनील कुमार भी कार्यक्रम में उपस्थित रहे। हकेंवि

हकेंविवि में विशेष व्याख्यान

नारनौल। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय (हकेंवि) के हिन्दी विभाग की ओर से विश्वविद्यालय के मुख्य संरक्षक कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार एवं संरक्षक सम-कुलपति प्रो. पवन कुमार शर्मा तथा विश्वविद्यालय के सह-संरक्षक कुलसचिव प्रो. सुनील कुमार के संरक्षण में बुधवार को समकालीन समय और विमर्शों का महत्व विषय पर विशेष व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में दक्षिण बिहार केंद्रीय विश्वविद्यालय के हिन्दी विभाग के प्रोफेसर सुरेश चंद्र उपस्थित रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता हिन्दी विभाग की विभागाध्यक्ष प्रोफेसर कमलेश कुमार ने की, जबकि मंच संचालन गुरदीप मोसले ने किया। मुख्य वक्ता प्रोफेसर सुरेश चंद्र ने अपने सारगर्भित संबोधन में समकालीन समाज, साहित्य और विमर्शों के अंतर्संबंधों पर प्रकाश डाला।

पाल में लगा निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर

महेंद्रगढ़। सहगल फाउंडेशन एवं रेड क्रॉस सोसाइटी के सहयोग से गांव पाल में निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 146 ग्रामीणों का निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण किया गया। आवश्यकता के अनुसार उन्हें चिकित्सकीय परामर्श, उपचार एवं निःशुल्क दवाइयां उपलब्ध कराई गईं। शिविर में रेड क्रॉस सोसाइटी से शोभा व अमय कुमार, स्वास्थ्य विभाग से डॉ. कृष्ण कुमार, नारनौल के निजी अस्पताल से डॉ. अजय एवं डॉ. एकता ने ग्रामीणों की स्वास्थ्य जांच की। चिकित्सकों ने ग्रामीणों की विभिन्न स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को सुना और आवश्यक चिकित्सकीय परामर्श प्रदान किया। शिविर के दौरान बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने पहुंचकर अपनी स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की जांच करवाई तथा विशेषज्ञ चिकित्सकों से परामर्श लिया। ग्रामीणों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहने, समय-समय पर स्वास्थ्य जांच कराने तथा आवश्यकता पड़ने पर समय पर उपचार लेने के लिए भी प्रेरित किया गया। शिविर के सफल आयोजन में सहगल फाउंडेशन की ओर से रामदिया, सोनम यादव, मनीषा तंवर, संजय आलोरिया, वीरेंद्र, पुष्पा ने सक्रिय सहयोग किया।



न्यूज़ डायरी

सैनी आश्रम के चुनाव 11 अक्टूबर को

नारनौल। शहर के मोहल्ला पीरआगा स्थित सैनी आश्रम (रजि.) के त्रिवार्षिक कार्यकारिणी चुनाव की अधिसूचना जारी कर दी गई है। यह चुनाव 11 अक्टूबर को होगा। इसके लिए 13 से 16 सितम्बर के बीच नामांकन पत्र जमा करवा जा सकते हैं। इस संबंध में चुनाव अधिकारी पंकज किरोड़ीवाल, उप चुनाव अधिकारी मूलचंद सैनी एवं पर्यवेक्षक नेतराम सैनी ने बताया कि प्रधान, उपप्रधान, महासचिव, संयुक्त सचिव व कोषाध्यक्ष पद के लिए चुनाव होगा। इसके लिए नामांकन फार्म 10 सितम्बर से शाम पांच से सात बजे के बीच चुनाव कमेटी सैनी आश्रम (धर्मशाला) से प्राप्त किए जा सकते हैं। नामांकन फार्म 13 सितम्बर से 16 सितम्बर के बीच शाम पांच बजे से सात बजे के बीच जमा करवाए जा सकते हैं।

इनेलो बनेगी जनता का विकल्प: सुधीर

कजीना। इनेलो प्रदेश की जनता का विकल्प बनकर उभरेगी। जिसे लेकर पार्टी के शीर्ष पदाधिकारी जुटे हुए हैं। अटेली विधान सभा के युवा अध्यक्ष सुधीर यादव एडवोकेट ने बताया कि 27 सितंबर को नूंह मेवात में जनमेला एवं पूर्व उप-प्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल की जनंती ऐतिहासिक होगी। इस रेली में प्रदेशभर से आई भीड़ अपने ही रिकॉर्ड तोड़ेगी। समारोह को लेकर पार्टी पदाधिकारी तेजी से जनसंपर्क में जुटे हुए हैं। इस सभा में इनेलो सुप्रीमो अमय सिंह चोपला सहित पार्टी के वरिष्ठ नेता उनके संघर्ष को याद कर वर्तमान सरकार की नाकामी को उजागर करेंगे।

नप सफाई कर्मचारियों की हड़ताल जारी

नारनौल। नगर पालिका कर्मचारी संघ हरियाणा के आह्वान पर नगर पालिका कर्मचारी संघ इकाई ने 35वें दिन मांगों को लेकर हड़ताल पर जारी रखी। जिसकी अध्यक्षता इकाई के प्रधान भूपेंद्र ने की। प्रधान ने बताया कि कर्मचारियों को प्रशासन की ओर से नोटिस दिए जा रहे हैं। जिसमें कहा है कि काम पर लौटें अन्यथा हटा दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि जब तक मांगें पूरी नहीं की जाएंगी हड़ताल जारी रहेगी। इस मौके नगर पालिका कर्मचारी संघ के राज्य कैशियर महेंद्र, जय कर्मचारी संघ जिला प्रधान कौशल यादव, पूर्व राज्य सचिव महेंद्र बोहरा, नगर पालिका कर्मचारी संघ जिला प्रधान राहुलन, अग्निशमन विभाग के इकाई प्रधान गुरदयाल सिंह आदि मौजूद थे।

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 नंबरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-

महेन्द्रगढ़ :- हरिभूमि कार्यालय, हुस्ना पार्क के सामने, डाक्टर भगत डैटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।
नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तरुण कलर लेब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल
फोन :- 8295154800, 8295738500, 9253681005

महिला पायल को मिली 5 लाख की वित्तीय सहायता

नारनौल। मुख्यमंत्री किसान एवं खेतीहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना-2013 के तहत दी जाने वाली आर्थिक सहायता के अंतर्गत बुधवार मार्केट कमेटी के चेयरमैन बाबूलाल यादव एवं सेक्रेटरी नुकुल हानि सहायता के महिला को सहायता राशि सौंपी। इस पांच लाख की सहायता राशि का चेक गांव टहला निवासी पायल पत्नी स्व. बरामानंद को सौंपा गया। इस दौरान टहला के सरपंच विद्वान एवं नम्बरदार भी मौजूद थे। इस अवसर पर चेयरमैन बाबूलाल ने कहा कि मुख्यमंत्री किसान एवं खेतीहर जीवन सुरक्षा योजना-2013 किसानों एवं खेतीहर परिवारों के लिए सरकार की एक महत्वपूर्ण कल्याणकारी योजना है। योजना के तहत पात्र लाभार्थियों को नियमानुसार आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है, ताकि संकट की घड़ी में प्रभावित परिवार को आर्थिक संकल मिल सके। उन्होंने बताया कि मृत्यु होने पर पांच लाख, रीढ़ की हड्डी के टूटने या अन्यथा के कारण स्थायी अशक्तता पर ढाई लाख, दो अंग भंग होने पर या स्थायी गंभीर चोट होने पर एक लाख 87 हजार 500, स्थाई गंभीर चोट या एक अंग भंग होने पर (चार उंगलीयों पर एक अंग की हानि समझी जाएगी) 1.25 लाख, पूरी उंगली कटने पर 75 हजार और आंशिक उंगली भंग होने पर 37 हजार 500 रुपये की आर्थिक सहायता दी जाती है।

आंदोलन के समर्थन में उतरा एआईयूटीयूसी

मंडी अटेली। निकाय कर्मचारियों व अग्निशमन कर्मियों के चल रहे आंदोलन को केंद्रीय श्रमिक संगठन एआईयूटीयूसी ने समर्थन दिया है। बुधवार को एआईयूटीयूसी के जिला प्रधान मास्टर सुबेसिंह अटेली मंडी में धरना स्थल पर पहुंचे और कर्मचारियों के आंदोलन के साथ एकजुटता जाहिर की। उन्होंने सरकार से कर्मचारियों की वाजिब मांगों को तत्काल स्वीकार करने की मांग की। मास्टर सुबेसिंह ने कहा कि निकाय कर्मचारियों के आंदोलन को एक महीने से अधिक समय हो चुका है, लेकिन सरकार कर्मचारियों की समस्याओं का समाधान करने के बजाय हठधर्मिता पर अड़ी हुई है। उन्होंने आरोप लगाया कि 13 मई को निकाय कर्मचारियों और अग्निशमन कर्मियों के साथ सरकार द्वारा किए गए सम्मेलन को भी लागू नहीं किया जा रहा है। इससे कर्मचारियों में सरकार के प्रति भरोसा कमजोर हो रहा है।

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

भाजपा की सरकार की ओर से जिले में भूजल रिचार्ज की दिशा में महत्वपूर्ण एवं अभूतपूर्व कार्य किया गया है। इसी संदर्भ में पूर्व सिंचाई मंत्री डॉ. अभय सिंह यादव ने गोमला गांव के नजदीक कृष्णावती नदी की खुदाई काम देखा। उन्होंने मौके पर कुछ कमियों की तरफ ध्यान दिलाया। जहां खुदाई का कार्य हिम्टी उसी किनारे पर लगे ऊंचे ढेरों को देखकर उन्होंने कहा कि बरसात में यह मिट्टी बहकर दोबावा नदी में नीचे आएगी और यदि उसको थोड़ा दूर नहीं खिसकाया गया, तो यह सारा प्रयास बाधित हो जाएगा।

मौके पर उपस्थित विभाग के कर्मचारियों ने फसल कटने के बाद



नारनौल। निरीक्षण करते पूर्व सिंचाई मंत्री डॉ. अभय सिंह यादव। फोटो: हरिभूमि

इसका समाधान विभाग द्वारा करने का आश्वासन दिया। यादव ने गांव लोगों से कहा कि जिसको भी मिट्टी की जरूरत हो वह फसल कटने के बाद उन्हें यह मिट्टी उठाने में मदद करनी चाहिए। उन्होंने विभाग से इस मिट्टी की ड्रेसिंग करने व इसको ऊपर से रोसर से ढबाने के लिए कहा,

ताकि एक बरसात निकलने के बाद इसमें घास और अन्य वनस्पति उगने के बाद यह स्थायी संरचना बन सके। इस संदर्भ में दोहान नदी में भी कई खुदाई का उल्लेख करते हुए कहा कि उसी तरह वह भी एक स्थाई संरचना बन जाएगी। इसके बाद यादव ने मानपुरा में नदी में चल रहे नहरी पानी

भूजल रिचार्ज का आधारभूत संरचना तैयार

यादव ने कहा कि यह योजना पूर्ण होने के उपरंत दोस्तपुर से मानपुरा के आगे निमोठ तक समस्त कृष्णावती नदी क्षेत्र में जल रिचार्ज काम पूरा हो जाएगा। इसी तरह बंदोपुर से लेकर सेटल युनिवर्सिटी तक दोहान नदी के रिचार्ज का आधारभूत ढांचा पहले ही पूरा तैयार कर लिया गया है। इस प्रकार से महेंद्रगढ़ जिले के चारों विधानसभा क्षेत्रों में सिंचाई विभाग द्वारा भूजल रिचार्ज का आधारभूत संरचना तैयार है। अब हर वर्ष जब भी नहर में बरसात के समय फालतू पानी आएगा, समस्त जिले में स्वतः ही भूजल रिचार्ज काम हर वर्ष होता रहेगा।

को भी देखा, जहां लगभग पांच फुट से अधिक गहरा पानी नदी में बह रहा था। कृष्णावती नदी में जल रिचार्ज की यह योजना 55 करोड़ रुपये के प्रारंभिक आकलन के साथ उनके मंत्रिमंडल की संक्षिप्त अवधि में मंजूर की गई थी। जिसमें नारनौल ब्रांच से सुरजनवास गांव से मानपुरा में नदी में पानी डालना, दूसरी लाइन भालखी से राता कलां के पास पानी डालना और तीसरा काम महासर से

नदी के फालतू पानी को राता कलां के पास नदी में डालने के लिए था। अब कृष्णावती नदी में राता कलां से मानपुरा तक खुदाई का कार्य चल रहा है। इस कार्य को सफलता पूर्वक पूरा करने के बाद अगली बरसात में इस नदी में नहर का पूरा पानी चलेगा, जो महेंद्रगढ़ और रेवाड़ी जिलों के अनेक गांवों समेत पड़ोस में लगाने वाले राजस्थान क्षेत्र के जलस्तर में भी सुधार करेगा।