



हम नववर्ष 2024 में नई उम्मीदों के साथ प्रवेश कर चुके हैं। सभी की यही कामना है, नया वर्ष नई कामयाबियां और ढेर सारी खुशियां दे। अगर आप वाकई इस वर्ष को सार्थक, सफल और खुशहाल बनाना चाहती हैं, तो इसके लिए आपको शुरुआत से ही कुछ बातों का ध्यान रखकर, इन्हें अमल में लाने के लिए दृढ़ संकल्पित होना होगा।

## नूतन वर्ष: नई उम्मीदें.. नए संकल्प

आवरण कथा / विनीता

हर हाल में रहें खुश

नए साल का आगमन सभी को बहुत उत्साहित करता है। नई उम्मीदों से भरता है। अपने बेहतर भविष्य के लिए लोग मन ही मन नई योजनाएं बनाते हैं, कुछ नए संकल्प भी लेते हैं, लेकिन कुछ समय बीतने के बाद धीरे-धीरे लोगों का उत्साह ठंडा होने लगता है, वे अपने उन संकल्पों के प्रति लापरवाह हो जाते हैं, जो साल के पहले दिन लिए गए थे। फिर सब कुछ पहले की तरह मंद गति से चलने लगता है। लेकिन आप अगर नए साल के हर दिन को अपने लिए उपयोगी और बेहतर बनाना चाहती हैं, तो इन बातों का विशेष ध्यान रखना होगा-

मन से बनें मजबूत

नया साल आपके लिए बेहतर रहे, स्वस्थ रखें, कामयाबी और खुशहाली दे, इसके लिए सबसे पहले आपके मन में दृढ़ इच्छाशक्ति होनी चाहिए। अर्थात् साल की शुरुआत में आप जो भी संकल्प लें, उस पर कायम रहें। भले ही आपका संकल्प बहुत बड़ा ना हो, लेकिन आप खुद से जो भी वादा करती हैं, उसे हर हाल में पूरा करने की कोशिश करें। मसलन, अगर आपने रोजाना सुबह जल्दी उठकर मॉर्निंग वॉक पर जाने का संकल्प लिया है, तो हो सकता है कि कुछ दिनों के बाद आपको सही समय पर जागने में आलस महसूस हो, फिर भी हिम्मत जुटाकर उठने की कोशिश करें। इस तरह धीरे-धीरे अभ्यास के साथ आपकी सुबह उठने की आदत हो जाएगी।



सभी के जीवन में उतार-चढ़ाव आते ही हैं, यह जीवनचक्र है। इस नए साल के 365 दिन आपके लिए हमेशा एक समान होंगे, ऐसा संभव नहीं है। हो सकता है भविष्य में आपके सामने कुछ ऐसी चुनौतियां या समस्याएं आएँ, जिनकी वजह से कभी आपका मन चिंतित या उदास रहे। अगर आप पहले से ही इन बाधाओं का सामना करने के लिए मानसिक रूप से तैयार रहेंगी तो आप प्रतिकूल परिस्थितियों में भी उदास-निराश नहीं होंगी। बड़े धैर्य के साथ हर मुश्किल का सामना करने में सक्षम



उदासी दूर करने में मदद मिलेगी।

सेहत का रखें ध्यान

अगर आप जीवन में सफलता अर्जित करना चाहती हैं, तो इसके लिए सबसे पहले सेहत का ध्यान रखना बहुत जरूरी है। जब शरीर स्वस्थ रहेगा तभी आप अपने लक्ष्य तक पहुंचने की दिशा में परिश्रम कर पाएंगी। इसके लिए संतुलित और पौष्टिक खान-पान अपनाएं, नियमित रूप से एक्सरसाइज और वॉक के लिए समय निकालें।

बनें वक्त के पाबंद

जो लोग समय की कीमत पहचानते हुए इसका सदुपयोग करते हैं, वही जीवन में आगे बढ़ते हैं। इसलिए इस वर्ष की शुरुआत से ही ठान लें कि आप अपनी दिनचर्या को इस ढंग से सुव्यवस्थित करेंगी

कि आपके कीमती वक्त का एक भी पल बर्बाद ना हो। रात को सही समय पर सोने और सुबह जल्दी उठने की आदत डालें। आज के कार्य को कल पर टालने की आदत से बचें। जहां तक संभव हो मोबाइल या गैजेट्स का सीमित इस्तेमाल करें, ताकि आप अपने कीमती वक्त का सही इस्तेमाल कर सकें।

अपनी प्राथमिकताएं पहचानें

अपने कार्यों की प्राथमिकता को पहचानते हुए उन्हें उसी के अनुसार पूरा करने की कोशिश करें। जो कार्य आपके लिए ज्यादा जरूरी हों, उसे सबसे पहले पूरा करें। उसके बाद ही अन्य कार्यों पर ध्यान दें। अगर आपने इस साल के लिए कोई विशेष लक्ष्य निर्धारित किया है, तो उस पर अपना ध्यान केंद्रित करते हुए पूरी एकाग्रता से उस लक्ष्य को प्राप्त करने की कोशिश करें, तभी सफलता मिलेगी।

अपना भी रखें खयाल

अंत में सबसे जरूरी बात यह है कि जीवन की तमाम जिम्मेदारियों के बीच आप स्वयं को ना भूल जाएं। अगर आप दूसरों के बीच प्यार और खुशियां बांटना चाहती हैं, तो पहले खुद से भी प्यार करना सीखें, क्योंकि जब आप स्वस्थ-प्रसन्न रहेंगी, तभी अपने करीबी लोगों का भी खयाल रख पाएंगी। अपने आराम के लिए भी थोड़ा समय निकालें और खुद के लिए भी जीना सीखें। अपनी रूचि से जुड़े उन रचनात्मक कार्यों के लिए समय जरूर निकालें, जिनसे आपको सच्ची खुशी मिलती है।

अगर आप मजबूत इरादे के साथ इन छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखेंगी, तो यह नया वर्ष निश्चित रूप से आपके लिए ढेर सारी खुशियां लेकर आएगा।

नब्बे-मुब्बों के लिए नए रूल्स



नया साल दस्तक दे चुका है। हर एज ग्रुप के लोग कुछ खास करने की प्लानिंग कर रहे हैं। ऐसे में घर के बड़े नए साल में बेहतर की ओर बढ़ने के रेजॉल्यूशन बनाते हुए बच्चों को भी ना भूलें। कई छोटी-छोटी बातें नए साल में नियम बनकर बालमन को भी दिशा दे सकती हैं। बच्चों को सही हुई जीवनशैली से जोड़ सकते हैं। खान-पान से लेकर फिजिकल एक्टिविटी और अच्छे बिहेवियर तक। बच्चों के लिए भी पैरेंट्स न्यू इयर रेजॉल्यूशन जरूर बनाएं। यकीन मानिए, बच्चे भी इससे खुश होंगे।

खूब बातें करेंगे: नए साल में बच्चों से खूब बातें करने का नियम बनाएं। आजकल बच्चे भी गुमसुम रहने लगे हैं। ऐसे में बच्चों से स्कूल, पार्क, दोस्तों, सोसायटी और परिवार के लोगों से बातें करने का रेजॉल्यूशन बनाएं। घर के छोटे सदस्यों से कहें कि वे बड़ों के साथ अधिक से अधिक बातें साझा करने के रूल को फॉलो करें। इससे ना केवल आपसी संवाद बेहतर होगा बल्कि बच्चों के मन की उथल-पुथल भी सामने आएगी। भावनाओं और विचारों के बारे में खुलकर बातियां कभी बड़ों को समय रहते चेता देना तो कभी उनकी मन-स्थिति को समझने वाला साबित होगा।

स्क्रीन फ्री टाइम बिताएंगे: इस एक संकल्प के बिना दूसरी एक्टिविटीज को पूरा करना मुश्किल है। बच्चों की हेल्थ को नुकसान पहुंचाने से लेकर सुरक्षा तक खतरा बनी, वुचुअल दुनिया को दिए जा रहे समय की कटौती जरूरी है। गैजेट्स से पूरी तरह दूर नहीं हुआ जा सकता पर टाइम कम देने का रेजॉल्यूशन बनाकर हर चीज के लिए समय निकाला जा सकता है। अपनी पसंद के अनुसार कुछ नया सीखने या स्पोर्ट्स खेलने की बात हो या समय से सोने-जागने और पढ़ाई-लिखाई का नियम हो, स्मार्ट गैजेट्स की व्यस्तता बच्चों को कुछ भी समय पर नहीं करने देती।

वीकली शेड्यूल बनाएंगे: बच्चों के लिए हर दिन का शेड्यूल बनाना जरा मुश्किल हो सकता है। वीकली अपने रूटीन के अनुसार एक्टिविटीज करने के लिए कुछ नियम बनाए जाएं तो बहुत कुछ किया जा सकता है। पढ़ने-खेलने या मन का कुछ करने का समय मिल सकता है। वे अपनों के साथ वक्त बिता पाते हैं। यह साथ और संवाद बालमन के व्यवहार और सोच को भी दिशा देता है। अपनी पसंद की फिल्म देखने या पार्क में खेलने का वक्त निकालना भी आसान हो जाता है। हर समय उलझे रहने के बजाय हर काम का समय बंट जाने से बहुत सी गतिविधियां करने का समय निकल आता है।

कॉमन रूल्स: बच्चों को हंसी-खुशी जिंगी को साधने-समझने की सीख देने वाले ऐसे रूल्स का पालन घर के बड़ों को भी करना होगा। कॉमन रूल्स की इस फेहरिस्त में साथ खाना खाने, विनम्र व्यवहार करने, एक-दूसरे का सहयोग करने, किताबें पढ़ने, आउटडोर गैम्स खेलने, सोशलाइज करने और वुचुअल दुनिया के बजाय अपनों के साथ समय बिताने जैसे संकल्प भी जोड़े जा सकते हैं। अकसर बच्चों से पहले बड़े इन साझा संकल्पों से दूरी बना लेते हैं। नई पीढ़ी को सिखाने के लिए आपका भी उस राह पर चलना जरूरी है।

-डॉ. मोनिका शर्मा

आज हर कोई अपनी जिंदगी में व्यस्त है। कुछ तो इतना ज्यादा व्यस्त हैं कि इनके पास अपने रिश्तेदारों क्या, परिवार के लिए भी समय नहीं है। ऐसे लोग अपनों से दूर होते जाते हैं, अकेले हो जाते हैं। यह सही नहीं है। तो क्यों ना नए साल में हमारा एक रेजॉल्यूशन यह भी हो कि इस साल अपने रिश्तों को सहेजेंगे, परिवार, रिश्तेदारों और मित्रों के बीच जाकर प्यार-मिठास पोलिएंगे। हम यह जरूर समझें कि हमारे जीवन में रिश्ते क्यों अहम हैं। रिश्तों से आसान हो जाता है जीवन: सबसे पहले हम यह जानें कि घर-परिवार एक ऐसी जगह है, जो हमें हमारी सभी कमियों के साथ पूरी तरह स्वीकार करता है। हमारे सुख-दुख में साथ खड़ा होकर हमारा हाँसला बढ़ाता है, हमें हिम्मत देता है। परिवार और रिश्तेदारों से मिलने वाला सहयोग बेशर्त होता है और हमसे भी बदले में बेशर्त सम्पन्न और लगाव की कामना करता है। अगर अपने साथ हों तो सुख दोगुना हो जाता है, दुख आधा होकर मिट जाता है। जिस तरह किसी के साथ होने से सफर आसान लगता है, उसी तरह रिश्तों के साथ से

हेल्थ एडवाइस/ डॉ. रिया दीवान

सीनियर फिजिशियन, सर गंगाराम ब्रथलदा, दिल्ली

आप जरूर चाहेंगी कि शुरु हुए नए साल में आप हेल्दी रहें ताकि पूरी एनर्जी के साथ अपने टार्गेट्स को पाने का प्रयास कर सकें। इसके लिए आपको अपनी डाइट और लाइफस्टाइल में कुछ रूल्स को फॉलो करना होगा।

फ्रेश-हेल्दी डाइट: हेल्दी रहने के लिए आप घर का बना खाना ही खाएं, क्योंकि घर में बनाए खाने में अधिक न्यूट्रिएंट्स होते हैं। इस बात का ध्यान रखें कि आपकी डाइट में सभी जरूरी न्यूट्रिएंट्स जैसे प्रोटीन, कार्ब्स, विटामिंस और मिनरल्स उपस्थित हों। बहुत ज्यादा फैटी, स्पाइसी और ऑयली फूड्स खाने से बचें। आप अगर फिगर-कॉन्शस हैं तो भी स्लिम दिखने के लिए कौटो डाइट, लो कार्बोहाइड्रेट डाइट या मंडिटरेनियन जैसी डाइट को बिना किसी एक्सपर्ट एडवाइस के फॉलो ना करें। इसके बजाय न्यूट्रिशियन और बेलेंसड डाइट लेना फायदेमंद होगा। हेल्दी रहने के लिए खाने की प्लेट को ज्यादा से ज्यादा कलरफुल बनाएं यानी उसमें कई रंगों की सब्जियां शामिल करें। डेली सीजनल और फ्रेश फ्रूट्स खाने की हैबिट भी बहुत यूजफुल है। इसके अलावा जंक फूड, स्ट्रीट फूड, पैकड फूड और हर तरह के फास्ट फूड्स अवॉयड करें। ऑन द स्पॉट कुकिंग के नाम पर मिलने वाले ज्यादातर स्ट्रीट फूड बासी

कल से शुरु हुए नए साल के लिए आपने कई गोल्स डिसाइड किए होंगे। इन्हें अचीव करने के लिए आपको हेल्दी-फिट रहना जरूरी है। हेल्दी-फिट आप तभी रहेंगी, जब कुछ हेल्थ रेजॉल्यूशंस को फॉलो करेंगी।

तब आप रहेंगी पूरे साल हेल्दी

होते हैं, जिन्हें गर्म करके सर्व करने पर उनकी पौष्टिकता कम हो जाती है। चारकोल पर बने ग्रिलड फूड खाने में भले ही अच्छे लगें, कार्बनयुक्त धुएँ की वजह से ये हेल्थ के लिए नुकसानदायक होते हैं।

डिटॉक्सीनेशन: रोजाना कम से कम 2 से 3 लीटर पानी जरूर पीएं। दिन में एकाध बार एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर ग्रीन टी, हर्बल टी या सुबह खाली

पेट डिटॉक्स वॉटर भी ले सकती हैं। ये ना केवल आपके शरीर से प्रॉसेसड फूड्स और टॉक्सिक मैटर को बाहर निकाल कर आपको स्वस्थ रखने में मदद करता है, बल्कि शरीर के विभिन्न अंगों को सुचारु रूप से चलाने में मदद भी करता है। पानी की कमी या

डिहाइड्रेशन होने पर चिड़चिड़ापन, कंसंट्रेशन में कमी आती है और तनाव भी बढ़ता है। लेकिन लिक्विड के तौर पर सॉफ्ट

ड्रिंक्स, डाइट ड्रिंक्स या एनर्जी ड्रिंक्स को अवॉयड करें। इनमें मौजूद प्रीजर्वेटिव और एसिडिक तत्व डाइजेस्टिव सिस्टम को नुकसान पहुंचाते हैं। इनके बजाय नीबू पानी, नीरानल पानी या बिना चीनी के फ्रूट जूस पीना बेहतर है।

फिजिकल एक्टिविटी: अधिकतर वकिंग और घरेलू महिलाएं बिजी रहने की वजह से अपनी फिटनेस को इग्नोर करती हैं। लंबे

सलाह / सरस्वती रमेश

अपने रिश्तों को सहेजें



जोवन आसान लगता है। किसी संकट या उलझन में फंसने से हम बच जाते हैं। तो इस नए साल में अपने रिश्तों में नई ऊष्मा

भर अपनी खुशियों को दोगुना कर सकते हैं।

रिश्ते हमें बिखरने नहीं देते: जीवन में कई बार ऐसा कुछ घट जाता है, जब हम दूट जाते हैं, बिखर जाते हैं। हताशा-निराशा से धिक्कर अपने आपको बहुत अकेला और बहुत कमजोर समझते हैं। हमें अपना भविष्य अंधकारमय लगता है। ऐसे में आर्थिक मदद से ज्यादा हमें भावनात्मक संबल की जरूरत होती है। किसी के साथ और उसके भावनात्मक सहारे के बल पर हमें घोर निराशा की स्थिति में एक आशा दिखने लगती है। उसकी संबल भरी बातों के सहारे हम कठिन से कठिन परिस्थितियों से निकल कर खड़े होने की हिम्मत जुटा पाते हैं। इसलिए अपने रिश्तों को सहेजना, उन्हें समय-समय पर प्रेम-स्नेह और लगाव के जल से सींचते हुए हरा-भरा रखना जरूरी है। ये रिश्ते ही होते हैं, जो जीवन में छाया तपती धूप में हमें अपनी शीतल छांव देकर राहत देते हैं। वास्तव में रिश्ते में हर स्थिति में संबल देते हैं। इसलिए नए साल के संकल्पों में एक संकल्प अपने रिश्ते निभाने और उन्हें गहराने का भी जरूर लें।

समय तक फिट और एक्टिव बने रहने के लिए कितनी भी बिजी रहें एक्सरसाइज के लिए कुछ टाइम जरूर निकालें। कुछ हेल्थ एक्सपर्ट्स मानते हैं कि लंबे समय तक बैठे रहना, सिगरेट पीने जितना खतरनाक होता है। इसलिए जरूरी है कि लंबे समय तक एक ही जगह बैठ कर काम ना करें, ब्रेक लेती रहें। स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज या कमरे में वॉक तो कर ही सकती हैं। सुबह या शाम वॉकिंग और एक्सरसाइज जरूर करें।

रेग्युलर मेंडिटेशन: रोज सुबह कम से कम 10 मिनट मेंडिटेशन जरूर करें। इससे आप स्ट्रेस से दूर रहेंगी। आपको याददाश्त तेज होगी और आप दिन भर के लिए पॉजिटिव सोच से भर जाएंगी। मेंडिटेशन करने से ब्रेन पॉजिटिव हार्मोस रिलीज करता है, जो शरीर में एंटी एंजिन और एंटी डिजीज वाइरस का संचार करता है। यह मेंटल हेल्थ को इंफ्यूज कर ब्रेन पॉवर और मेमोरी को भी बूस्ट करता है। इम्यून सिस्टम को सुचारु रूप से चलाने में मदद करता है और कई मानसिक समस्याओं को दूर करने में मदद करता है।

फिक्स स्लीप टाइम: इस साल हेल्दी रहने के लिए देर रात तक जागने के बजाय जल्दी सोने का खुद से प्रॉमिस करें। अच्छी हेल्थ के लिए रात में फिक्स टाइम पर सोना और जल्दी उठना बहुत कारगर है।

इस तरह यहां दिए गए एडवाइसेस को फॉलो करने से ना केवल इस पूरे साल बल्कि आने वाले कई साल तक आप हेल्दी-फिट रहेंगी।

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

मेकओवर-2024

पूजा गोयल, ब्यूटी एक्सपर्ट

साल 2024 शुरू हो चुका है। जिस तरह साल बदलते ही हमारी लाइफ में काफी कुछ बदल जाता है, उसी तरह मेकअप और ब्यूटी ट्रेड में भी बहुत कुछ चेंज देखने को मिलता है। अगर आप भी अपने लुक को लेकर कॉन्शस रहती हैं तो इस साल के ब्यूटी ट्रेड्स के टेंडेंस के बारे में जरूर जानना चाहेंगी। आइए जानते हैं इस साल के ब्यूटी ट्रेड्स में मेकअप, स्किन केयर और हेयर स्टाइल में आने वाले अपकमिंग ट्रेड्स के बारे में।

स्किन केयर

इस साल स्किन केयर के लिए होम मेड प्रोडक्ट्स अधिक इस्तेमाल किए जाएंगे। स्किन की खूबसूरती बरकरार रखने के लिए केमिकल बेस्ड प्रोडक्ट्स यूज करने के बजाय नेचुरल प्रोडक्ट्स से बनी हर्बल बेस्ड प्रोडक्ट का ट्रेंड रहेगा। स्किन को हाइड्रेट रखने के लिए सीरम का इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

नया साल शुरु होते ही यंग वूमन और कॉलेज गोइंग गर्ल्स में खासतौर पर इस बात को जानने को लेकर काफी फ्रेज रहता है कि मेकअप और ब्यूटी में क्या कुछ ट्रेंड करेगा? इसीलिए हम यहां बता रहे हैं इस साल ट्रेंड में रहने वाले ब्यूटी-मेकअप ट्रेंड के बारे में।

इस साल क्या होंगे मेकअप-ब्यूटी ट्रेड्स



जैसे चिक टिट, लिपस्टिक और कलर आई पेंसिल का इस्तेमाल करके इजी मेकअप लुक ट्रेंड में होगा। इसे ऑफिस और डली यूज में अपलाई किया जा सकता है। वहीं टीनएज गर्ल्स की बात करें तो उनके लिए ग्राफिक आई मेकअप, फ्लोटिंग आई लाइनर और कलरफुल आई मेकअप का भी ट्रेंड रहेगा। इस तरह

किया जाएगा। साथ ही नेचुरल प्रोडक्ट्स बेस्ड मेकअप लुक ट्रेंड में बना रहेगा।

हेयर स्टाइल ट्रेड

इस साल हेयर स्टाइल में बन हेयर स्टाइल, ब्रेड चौड़ी हेयर स्टाइल का ट्रेंड काफी चलेगा। ये हेयर स्टाइल, वेस्टर्न और इंडियन दोनों तरह के ड्रेसअप लुक के साथ ट्राई किए जा सकते हैं। साथ ही ओपन स्लीक हेयर स्टाइल को भी काफी पसंद किया जाएगा। इन स्टाइल के साथ अलग-अलग तरह के हेयर एसेसरीज भी ट्रेंड करेंगे। इन्हें भी आप ट्राई कर सकती हैं। वहीं हेयर केयर में बालों की ग्रोथ के लिए एलोवेरा जैल, तुलसी और नारियल तेल जैसे घरेलू नुस्खे भी ट्रेंड करेंगे।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

अगर इस साल के मेकअप ट्रेड की बात करें तो यह आपकी पसंद पर निर्भर करेगा। अगर आपको लाइट मेकअप करना पसंद है तो न्यूड मेकअप फॉलो कर सकती हैं, क्योंकि इस साल न्यूड मेकअप लुक इस्तेमाल अधिक किया जाएगा।

मेकअप ट्रेड

## खबर संक्षेप



**नियति पाठशाला में बच्चों को स्टेटर वितरित किए**  
रेवाड़ी। नियति पाठशाला सामाजिक संस्था में सोमवार को हर्षोल्लास के साथ नव वर्ष सिलेब्रेशन किया गया। बच्चों ने मनमोहक सांस्कृतिक कार्यक्रम पेश किए। पाठशाला के संस्थापक सुरेंद्र सिंह व संरक्षक ओम प्रकाश ने बच्चों को मन लगाकर पढ़ाई एवं राष्ट्रहित में कार्य करने की शपथ दिलाई। गारमेट्स संचालक सतीश अग्रवाल की ओर से टंड के मौसम में बच्चों को स्टेटर वितरित किए गए। इस मौके पर निपुण गर्ग, बब्ली चौहान व सुमित्रा उपस्थित थे।

## सुंदरकांड पाठ आज

नारनौल। श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात को रेवाड़ी रोड मोड़वाला मंदिर के पीछे टावर के सामने रतनकुमार डालडा के निवास स्थान पर सुंदरकांड पाठ किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए मंडल के सदस्य राकेश गुप्ता ने बताया कि सुंदरकांड पाठ की अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल करेंगे। सुंदरकांड पाठ के बाद भजन का दौर शुरू होगा।

## राम मंदिर को लेकर

**विहिप ने दिया निर्मंत्रण कनीना**। श्रीराम मंदिर उद्घाटन समारोह को जोर-शोर से मनाए जाने को लेकर विश्व हिन्दू परिषद के पदाधिकारियों ने वार्ड नंबर चार में निर्मंत्रण दिया। श्यामसुंदर ने बताया कि यह कार्य समूचे कनीना में 15 जनवरी तक पूरा किया जाएगा। कनीना उपमंडल के तहत आने वाले प्रत्येक गांव में भी पीले चावल वितरण करने का कार्य शुरू किया गया है। पांच सदस्य टीम में महाशय श्यामसुंदर, अमित सिंघल, चन्द्रकांत, धनुष, राकेश सिंघल शामिल हैं।

## धनौदा बस स्टैंड से

**इंटर-बैटरी चोरी**  
कनीना। धनौदा बस स्टैंड स्थित एक फर्नीचर की दुकान का ताला तोड़कर चोर उसमें रखे इंटर व बैटरी सहित नकदी चोरी कर ले गए। दुकान संचालक राजेश कुमार धनौदा ने पुलिस को बताया कि दुकान का ताला तोड़कर अज्ञात चोर छह बैटरी, दो इंटर तथा 18 हजार रुपये की नकदी चोरी कर ले गए। थाना पुलिस व सीआईए टीम ने मौका निरीक्षण किया।

## राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का प्राथमिक वर्ग शुरू



रेवाड़ी। स्कूल में स्वयंसेवकों को प्रशिक्षण देते हुए।

## हरिभूमि न्यूज

विवेकानन्द स्कूल कुंड में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का सोमवार से प्राथमिक वर्ग शुरू हुआ। यह वर्ग एक सप्ताह चलेगा। इसमें स्वयंसेवकों का शारीरिक, बौद्धिक

# कोसली विधायक ने कार्यक्रम में लोगों की सुनी समस्याएं अंतिम व्यक्ति को लाभ देकर विकसित भारत की नींव मजबूत कर रही सरकार

विधायक कोसली लक्ष्मण सिंह यादव ने विकसित भारत-जनसंवाद-संकल्प यात्रा का स्वागत किया

हरिभूमि न्यूज >>> कोसली

विधायक कोसली लक्ष्मण सिंह यादव ने सोमवार को विकसित भारत-जनसंवाद-संकल्प यात्रा का कोसली विधानसभा के गांव लुखी, परखोतमपुर व खुशपुरा में पहुंचने पर स्वागत किया। उन्होंने सभी को नववर्ष की शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की गारंटी में हम हैं, जिसके परिणाम स्वरूप प्रतिदिन बड़ी संख्या में लाभार्थी संकल्प यात्रा से जुड़ रहे हैं। सरकार की ओर से समाज के अंतिम व्यक्ति को खुशहाल बनाकर आत्मनिर्भर व विकसित भारत की नींव को मजबूत किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि समाज के अंतिम व्यक्ति को खुशहाल बनाने में संकल्प



रेवाड़ी। लोगों की समस्या सुनते लक्ष्मण सिंह।

फोटो : हरिभूमि

## लोगों को हो रहा संकल्प यात्रा पर

कार्यक्रम के दौरान कोसली के विधायक ने वामियों से जनसंवाद करते हुए उनकी परिवार पहचान पत्र, वृद्धावस्था पेंशन सहित अन्य शिकायतें व समस्याएं सुनते हुए अधिकारियों को मौके पर समाधान कराने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि हरियाणा सरकार द्वारा आमजन की शिकायतें, गांव व सुझाव लेने के लिए सीधे लोगों के बीच जाने की पहल शुरू की गई है। सरकार की ओर से जनसंवाद कार्यक्रम धरातल पर सरकारी की योजनाओं के क्रियान्वयन और लोगों से सीधे फीडबैक लेने के लिए शुरू किया गया है, जिसके सराहनीय परिणाम आ रहे हैं। उन्होंने कहा कि लोगों को विश्वास हो रहा है कि उनकी अजी सीधे मुख्यमंत्री तक पहुंचेगी और मुख्यमंत्री उनकी अजी पर तुरंत सलाह लेंगे।

यात्रा वरदान साबित हो रही है।

## वंचितों को वरीयता

## सरकार का मूल मंत्र

विधायक लक्ष्मण सिंह ने कहा कि विकसित भारत संकल्प यात्रा के

माध्यम से देश के प्रधानमंत्री ने भारत को 2047 तक आत्मनिर्भर व विकसित राष्ट्र बनाने का संकल्प लिया है और देश भी उसी दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है। केंद्र सरकार की ओर से चलाई जा रही



रेवाड़ी। बच्चों को पुरस्कृत करते कोसली के विधायक व अन्य।

## प्रदर्शनी का किया अवलोकन

विधायक लक्ष्मण सिंह ने कार्यक्रम के दौरान विभिन्न विभागों की ओर से लगाई गई स्टॉल का अवलोकन हुए नागरिकों से सरकारी योजनाओं की जानकारी प्राप्त करके लाभ उठाने का आह्वान किया। इस दौरान नागरिकों को सरकार की जनकल्याणकारी नीतियों पर आधारित बांशर, कलेडर सहित अन्य प्रचार सामग्री का वितरण भी किया गया। स्वास्थ्य विभाग की ओर से टीबी, एनीमिया की जांच, किरोगी हरियाणा के तहत स्वास्थ्य जांच शिविर, आयुष विभाग की ओर से आरोग्य शिविर, योगाभ्यास, फिट द्वारा परिवार पहचान पत्र से संबंधित सेवाओं के लिए हेल्प डेस्क, प्रशोनी प्रतिरोगिता का आयोजन, मेरी फसल-मेरा ब्योरा व किसानों के लिए कृषि और बागवानी विभागों की हेल्प डेस्क का जायजा लिया।

संकल्प यात्रा 140 करोड़ देशवासियों को विकसित करने की यात्रा है। प्रधानमंत्री के नेतृत्व में विश्व भर में भारत की छवि एक शक्तिशाली राष्ट्र के रूप में उभरी है। सरकार विकास

जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ अंतिम गांव व अंतिम व्यक्ति तक पहुंचे इसके लिए सरकार निरंतर प्रयासरत है। अंतिम व वंचितों को वरीयता केंद्र व राज्य सरकार का मूल मंत्र है।

## केसीसी योजना के तहत तीन लाख तक ऋण का प्रावधान

हरिभूमि न्यूज >>> रेवाड़ी

पशुधन किसान क्रेडिट कार्ड योजना के तहत किसानों को गाय, भैंस, भेड़, बकरी, सुकर, मुर्गी के रखरखाव के लिए तीन लाख रुपये तक का ऋण देने का प्रावधान है ताकि पशुपालकों की आर्थिक स्थिति में सुधार हो सके। छोटे किसानों को पशुपालन व अन्य स्रोतों से होने वाली आय को बढ़ाने के उद्देश्य से यह योजना क्रियान्वित की जा रही है। डीसी राहुल हुड्डा ने बताया कि पशुधन किसान क्रेडिट कार्ड योजना के तहत किसान अपने पशुओं की देखभाल के लिए होने वाले खर्च के लिए पशुधन किसान क्रेडिट कार्ड के माध्यम से ऋण प्राप्त

कर सकता है।

कोई भी पशुपालक एक लाख 60 हजार रुपये तक की लिमिटेड राशि की लिमिटेड राशि का पशुधन किसान क्रेडिट कार्ड बिना कोई जमीन गिरवी रखे व बिना किसी गारंटी के कोलैटरल सुरक्षा बनवा सकता है।

यदि कोई पशुपालक इस राशि से अधिक लिमिटेड का पशुधन किसान क्रेडिट कार्ड बनवाना चाहता है तो उसे अपनी जमीन या कोई जमानत देना अनिवार्य होगा। उन्होंने बताया कि यदि कार्डधारक अपने ऋण का



समय पर भुगतान करता है तो उसे केंद्र सरकार की तरफ से तीन प्रतिशत ब्याज दर का अनुदान दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि सात प्रतिशत ब्याज दर के हिसाब से अधिकतम तीन लाख रुपये तक की ऋण राशि पर केंद्र सरकार की ओर से तीन प्रतिशत ब्याज दर का अनुदान दिया जाएगा।

## दृढ़तापूर्वक किया गया कार्य सफल होता है : कुलपति

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में नव वर्ष के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज >>> रेवाड़ी

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में नव वर्ष के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. जेपी यादव का स्वागत किया। कुलपति प्रो. यादव ने सभी शिक्षकों व गैर शिक्षक कर्मचारियों को अपने कार्य के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि किसी भी कार्य को दृढ़ता एवं निष्ठा पूर्वक से किया जाए तो वह कार्य निश्चय ही सफल होता



रेवाड़ी। कार्यक्रम में संबोधित करते वक्ता।

फोटो : हरिभूमि

हैं। उन्होंने कहा कि विश्वविद्यालय नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति को अपनाने एवं विभिन्न विकासशील कार्यों के द्वारा प्रगति पथ पर आगे बढ़ रहा है एवं नैक की ग्रैड मिलने की तैयारी में लगा हुआ है। कुलसचिव प्रो. प्रमोद कुमार ने गत वर्ष की उपलब्धियों व विकास कार्यों के बारे में विस्तार पूर्वक बताया। उन्होंने कहा कि विवि

विद्यार्थियों, शोधार्थियों एवं कर्मचारियों के हित में कार्य करने के लिए हमेशा तत्पर रहेगा। उन्होंने कहा कि अपने कार्यस्थल को अपने जीवन का आधारभूत हिस्सा मानते हुए अपनी मेहनत को निरंतर करते रहना चाहिए। उन्होंने बताया कि आईजीयू 13 जनवरी को विश्वविद्यालय स्तर पर अपना प्रथम पूर्व छात्र मिलन समारोह आयोजित

करने जा रहा है। अधिष्ठाता शैक्षणिक मामलों प्रो. परुषी ने अकादमिक गतिविधियों के बारे में अवगत कराया। इस अवसर पर प्रो. निखिलेश यादव, प्रो. सुभाष चंद्र शर्मा व प्रो. रोमिका बत्रा ने भी अपने विचार व्यक्त किए। इस अवसर पर सभी शिक्षक, गैर-शिक्षक कर्मचारियों सहित सभी शोधार्थी उपस्थित थे।

## मोबाइल टावर हटवाने व पेयजल सप्लाई का समय बढ़ाने की मांग की

हरिभूमि न्यूज >>> रेवाड़ी

बावल रोड स्थित सरस्वती विहार कॉलोनीवासियों ने सोमवार को कॉलोनी की समस्याओं व मांगों को लेकर लघु सचिवालय पहुंचकर डीआरओ राकेश कुमार को ज्ञापन सौंपा। उन्होंने सरस्वती विहार की गली नंबर-1 में मकान पर लगे मोबाइल टावर को हटवाने व टावर के लिए बिजली कनेक्शन न देने की मांग की। कॉलोनी निवासी प्रवीण कुमार ने कहा कि मोबाइल टावर के चालू होने से बच्चों व बुजुर्गों सहित सभी कॉलोनीवासियों के स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ेगा। टावर की



रेवाड़ी। डीआरओ को ज्ञापन देते कॉलोनीवासी।

ऊंचाई अधिक होने से आंधी-तूफान में गिरने का भी खतरा है। सरस्वती विहार में एक दिन छोड़कर दूसरे दिन पानी की सप्लाई सुबह के समय ही आती है, लेकिन पानी सप्लाई का समय सिर्फ 10 से 15 मिनट का ही

होता है, जिससे पर्याप्त पानी नहीं मिल रहा है। मौके पर विशाला, मुनेश, किरण, मुकेश, रेणु, सुनीता, कमलेश, शकुंतला, भरपति, संतोष, वीना देवी, राशी, मीनू, फतेहसिंह व लालसिंह यादव आदि मौजूद थे।

## किंग मेकर की भूमिका में रहते हुए खुद हासिल नहीं कर पाए बड़ा मुकाम

# युवराज के सहारे रामपुरा का दरबार गुलजार करने चले अजीत

हरिभूमि न्यूज >>> रेवाड़ी

‘रामपुरा हाउस’ राजनीति के मैदान में अहीरवाल में पहचान का मोहताज नहीं है। किसी समय इस हाउस में लिए गए निर्णय दिल्ली की सियासत पर असर डालते थे। पूर्व सीएम राव बिरेंद्र सिंह का रामपुरा हाउस में ही दरबार लगता था। उनके निधन के बाद कुछ समय तक उनके बड़े बेटे राव इंद्रजीत सिंह ने रामपुरा हाउस से अपनी राजनीति को मजबूत करने का काम किया। पारिवारिक मतभेदों के बाद वह रामपुरा हाउस से अलग हो गए। इसके बाद पुराने रामपुरा हाउस पर



राव बिरेंद्र सिंह।

अजीत सिंह।

अर्जुन सिंह।

अभिजीत सिंह।

इनेलो के पूर्व प्रदेशाध्यक्ष और राव इंद्रजीत सिंह के मंझले भाई राव अजीत सिंह सिंह काबिज हो गए। रामपुरा हाउस के पुराने मुकाम को हासिल करने के लिए राव अजीत सिंह बड़े बेटे अर्जुन सिंह के निधन के बाद छोटे बेटे अभिजीत को

राजनिति के मैदान में एक्टिव करने की मुहिम में जुट गए हैं। पूर्व सीएम राव बिरेंद्र सिंह के राजनीति में सक्रिय रहते हुए भी राव अजीतसिंह की राजनीति अलग पट्टी पर चलती रही। उनके निधन के बाद भी वह बड़े भाई राव इंद्रजीत

## विदेश में हुआ अर्जुन का निधन

अजीत सिंह के बड़े बेटे अर्जुन सिंह ने पिता की राजनीतिक विरासत को संभालते लाऊ राव इंद्रजीत सिंह से अलग राजनीति का रास्ता चुना था। अर्जुन कांग्रेसी नेता रणदीप सिंह सुरजेवाला के करीबी रहे थे। रणदीप की बदौलत वह गत विधानसभा चुनावों में अटेली हलके से अनीता यादव की टिकट कटाकर कांग्रेस की टिकट हासिल करने में कामयाब हुए थे। यह बात और है कि अटेली की जनता ने अर्जुन को इन चुनावों में गले नहीं लगाया था। कुछ समय पूर्व अर्जुन सिंह का विदेश में निधन हो गया था।

सिंह के साथ मिलकर राजनीति में आगे बढ़ने की बजाय अलग रास्ते पर चलते रहे। राव बिरेंद्र सिंह के निधन के बाद पुराने रामपुरा हाउस

## छोटे बेटे से बड़ी उम्मीद

रामपुरा हाउस का पुराने वजूद वापस लाने के लिए राव अजीत सिंह को अपने छोटे बेटे राव अभिजीत से उम्मीदें हैं। अर्जुन की तुलना में अभिजीत का स्वभाव विनम्र है। राव अजीत सिंह उन्हें राजनीति के मैदान में उतारने की घोषणा करने के साथ-साथ यह संकेत भी दे चुके हैं कि अहीरवाल के कद्दावर नेताओं को एक बार फिर से पुराने रामपुरा हाउस के साथ जोड़ने की दिशा में काम किया जाएगा। वहीं कार्यकर्ताओं की बैठक बुलाकर उनके सामने आगामी राजनीति भी रख दी। देखना होगा कि अभिजीत पितर के सपने को किस हद तक साकार कर पाते हैं।

के समर्थक भी तीन भाइयों के बीच विभाजित हो गए, लेकिन अधिकांश समर्थकों ने तीनों से समान संबंध बनाए रखे। राव

अजीत सिंह की बावल और अटेली में रामपुरा हाउस के पुराने समर्थकों पर अच्छी पकड़ रही है। राव अजीत सिंह राजनीति में सक्रिय रहने के

## बेदखली सूचना

मैं, अमर सिंह पुर श्री एस.ओ. महाराजगंजन निवासी मकान नंबर 95, चमलपुर, सिकंदरा, जिला प्रयागराज (इलाहाबाद) उत्तर प्रदेश व हाल आबाद मकान नंबर 71, कृष्ण कुंज फ्लैट, तहसील व जिला रेवाड़ी (हरियाणा) सूचित करता हूँ कि मेरी पुत्री रूपल मेरे कहने-सुनने से बाहर है। उसके व्यवहार व मनमानी आदि से परेशान होकर मैंने उसे अपनी समस्त चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल कर दिया है। भविष्य में उससे व्यवहार व लेन-देन रखने वाला स्वयं विवेकाधीन होगा। मेरा उससे कोई बालता व तालुक नहीं है।

## नीलामी सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत तुरीपुर में दिनांक 05 जनवरी 2024 को प्रातः 11:00 बजे ग्राम सचिवालय में BPL वाला जोहड़ व काकर वाला जोहड़ की मर्याद पालन के लिए खुली बोली आयोजित की जाएगी। इस बोली में कोई भी व्यक्ति भाग ले सकता है। नियम व शर्तें मौके पर बता दी जाएगी।

Mob. No. 9467838899  
निवेदक  
सरपंच ग्राम पंचायत  
मुसेपुर खण्ड-जादूयाना।

## खबर संक्षेप

**हांसाका गांव से दो बिजली ट्रांसफार्मर चोरी**  
रेवाड़ी। हांसाका गांव से चोर दो बिजली ट्रांसफार्मर जमीन पर गिराकर उनकी क्वाइलें व रॉड चोरी कर ले गए। निगम के एसडीओ ने थाना सदर पुलिस को प्रेषित पत्र में बताया कि गांव के सरपंच अशोक कुमार ने सूचना दी थी कि ट्रांसफार्मर जमीन पर गिरे हुए हैं। जैड पोप सिंह ने मौके पर जाकर देखा तो ट्रांसफार्मरों की क्वाइलें व रॉड गायब थीं। इससे निगम को करीब 1 लाख रुपये का नुकसान हुआ है। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू कर दी।

**बाइक की चपेट में आकर महिला घायल**

**धारूहेड़ा।** मालपुरा में बाइक की चपेट में आकर एक महिला घायल हो गई। कैलाश देवी एनएच-48 पर अपने बेटे हरजीत की दुकान पर दूध लेने के लिए आई थी। सड़क किनारे उसे एक बाइक ने टक्कर मार दी, जिससे उसकी मां घायल हो गई। बाइक चालक एक बार गिरने के बाद उठकर वहां से फरार हो गया। उसने अपनी मां को भिवाड़ी के एक अस्पताल में दाखिल कराया। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद बाइक चालक की तलाश शुरू कर दी।

**ब्राह्मण समा प्रधान को मातृशोक**

**रेवाड़ी।** जिला ब्राह्मण सभा के प्रधान चंद्रशेखर गौतम की माता लक्ष्मी देवी का शनिवार देर रात निधन हो गया। 79 वर्षीय लक्ष्मी देवी पिछले कुछ दिनों से बीमार चल रही थी। उनका अंतिम संस्कार दिल्ली रोड स्थित स्वर्ग आश्रम में किया गया। ब्राह्मण सभा के पदाधिकारियों, समाज के लोगों व संगठनों ने लक्ष्मी देवी के निधन पर शोक व्यक्त किया है।

**किराए पर दिए कमरे पर कब्जा करने का केस दर्ज**

**कुंडा।** थाना खोल पुलिस ने किराए पर दिए कमरे पर कब्जा करने व सामान चोरी करने के आरोप में एक व्यक्ति खिलाफ केस दर्ज किया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है। पुलिस शिकायत में मानार निवासी दिनेश ने बताया कि लालडोरा की जमीन में पुराने में मकान में उसके हिस्से में एक कमरा आता है। कमरा प्रदीप को किराए पर दिया हुआ था। उसने आरोप लगाया कि प्रदीप ने कमरे पर कब्जा करते हुए सामान खुरद-बुरद कर दिया। कमरे में मनमाने तरीके से गेट बदल दिया।

**कार छोड़कर भागे शराब तस्कर, शराब बरामद**

**धारूहेड़ा।** बस स्टैंड के सामने फ्लाईओवर के नीचे पुलिस ने शराब से भरी एक स्विच्ट कार बरामद की है। कार से भारी मात्रा में शराब बरामद हुई है। चालक सहित दो लोग कार छोड़कर फरार हो गए, जिनकी तलाश शुरू कर दी गई है। रिवरार की रात पुलिस को सूचना मिली थी कि एक स्विच्ट कार में अवैध रूप से शराब ले जाई जा रही है। जयपुर-दिल्ली हाइवे के सर्विस रोड से जा रही एक स्विच्ट कार का पुलिस ने पीछा करना शुरू कर दिया।

**युवती का अश्लील फोटो बनाकर परिजनों को भेजा**

**कोसली।** क्षेत्र के एक गांव में अपने ननिहाल में रह रही युवती का अश्लील फोटो बनाकर परिवार के दूसरे सदस्य के मोबाइल फोन पर भेज दिया। उसके नाना की शिकायत पर पुलिस ने आईटी एक्ट के तहत केस दर्ज करने के बाद आरोपी का पता लगाने के प्रयास शुरू किए। पुलिस को दर्ज शिकायत में युवती के नाना ने उसकी नातिन का हैकर ने सोशल मीडिया से फोटो उठाकर उसे एडिट करते हुए अश्लील फोटो बना दिया। यह फोटो उसके घर के दूसरे मोबाइल नंबर पर भेज दिया।

**पवन बंसल गोकल बाजार सेंट्रल एसो. के प्रधान बने**

**रेवाड़ी।** नए वर्ष के अवसर पर सोमवार को सरकुलर रोड स्थित निजी होटल में गोकल बाजार सेंट्रल एसो. की मीटिंग हुई, सर्वसम्मति से पवन बंसल को प्रधान नियुक्त किया गया। सभी ने नवनियुक्त प्रधान का फूलमालाओं से स्वागत किया। प्रधान आगामी दिनों में अपनी कार्यकारिणी के पदाधिकारियों व सदस्यों की नियुक्ति करेंगे।

## जयपुर की ओर जाने वाले यात्रियों को हुई परेशानी

**हित एंड रन पर नए कानून का राजस्थान में विरोध, एनएच जाम होने से रोकी बसें****कानून के विरोध में बस स्टैंड पर हुई नारेबाजी**

**हरिभूमि न्यूज** ▶▶रेवाड़ी  
हित एंड रन पर नए कानून के विरोध का जिले में आंशिक असर रहा, लेकिन राजस्थान में विरोध स्वरूप दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे पर जाम लगाने से जयपुर जाने वाली बसों को बस स्टैंड से रवाना नहीं किया गया। इससे बस यात्रियों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ा। बस स्टैंड पर प्राइवेट बस चालकों ने कानून के विरोध में नारेबाजी की, वहीं टैक्सी चालकों ने विरोध में ज्ञापन भी दिया। राजस्थान के पावटा की

**टैकर चालकों ने जताया विरोध**

हित एंड रन पर नए कानून के विरोध सोमवार को करनावास में टैकर चालकों ने रोष प्रकट करते हुए धरना दिया। उन्होंने कहा कि यह कानून वाहन चालकों के लिए आर्थिक हानि पहुंचाने वाला है। केंद्र सरकार को इस पर पुनः विचार करना चाहिए। धरने के दौरान टैकर चालकों ने तेल कंभियों से तेल भी नहीं मरवाया और व ही पेट्रोल पंपों पर पहुंचा।

समीप सोमवार सुबह ट्रक चालकों ने नेशनल हाइवे पर ट्रकों के पहिए थाम दिए, जिससे हाइवे पर जाम लग गया। सुबह जयपुर के लिए रवाना हुई बसें आधे रास्ते से ही लौट आईं। करीब 11 बजे डिपो से जयपुर जाने वाली बसों को रवाना नहीं किया गया। जी. रोहतक और झुंजर से वाया रेवाड़ी निकलने वाली रोडवेज बसों को भी रोक दिया गया। रोहतक से वाया रेवाड़ी-



रेवाड़ी। लघु सचिवालय में डीसी को प्रदर्शन का सूचना पत्र देने पहुंचे टैक्सी चालक व करनावास में खड़े तेल के टैंकर।

की ओर रवाना किया गया। जो बसें जाम की सूचना मिलने से पहले डिपो से जा चुकी थीं, उन बसों को भी बहरोड़ और नीमराना से वापस आना पड़ा। दोपहर बाद जाम खुलने के बाद भी हाइवे के हालात सामान्य होने में काफी समय लग गया।

**टैक्सी चालकों ने ली प्रदर्शन की परमिशन**

जिले के टैक्सी चालक भी लोस में पारित किए गए हित एंड रन पर नए कानून के विरोध आ गए हैं, जिसके लिए टैक्सी चालक 3 जनवरी को शहर में विरोध जुलूस निकालकर अपना रोष प्रकट करेंगे तथा सरकार के नाम डीसी के माध्यम से

ज्ञापन सौंपेंगे। सोमवार को टैक्सी चालकों की ओर से डीसी के नाम प्रदर्शन की परमिशन का एक सूचना पत्र भी दिया गया। टैक्सी चालक यूनियन के प्रधान विनोद कुमार, रविन्द्र कुमार, महेंद्र कुमार, महेश कुमार, दिनेश कुमार, अजय कुमार, प्रवीण, विरेन्द्र कुमार व रामेश्वर ने कहा कि यह कानून किसी भी गाड़ी चालक के हित में नहीं है, क्योंकि किसी भी एक्सीडेंट की घटना के समय लोग आक्रोशित हो जाते हैं, इसलिए ड्राइवर का वहां से भाग जाना ही सही है। कानून में घटना के बाद पुलिस को सूचना देने का नियम होना चाहिए। बुधवार को प्रदर्शन में जिले के करीब सौ से अधिक चालक शामिल होंगे।

**जागरण में भजनों पर झूमे श्रद्धालु**

ग्रामीणों ने बाबा के धाम पर हवन-यज्ञ करके आशीर्वाद लिया

**हरिभूमि न्यूज** ▶▶नाहड़

आदर्श गांव नाहड़ में बाबा गंगापुरी धाम पर नव वर्ष की पूर्व संंध्या पर जागरण का आयोजन किया गया, जिसमें श्रद्धालु रात भर बाबा के भजनों पर झूमते रहे। श्रद्धालुओं को बाबा का प्रसाद वितरित किया गया। बाबा गंगापुरी कमेटी के कोषाध्यक्ष हेड मास्टर सुरेश कुमार ने दीप प्रचलित कर कार्यक्रम की शुरुआत की। रात्रि को अमन केसवानिया, बलराम, परमानंद तथा अन्य टीम सदस्यों ने जागरण में बाबा की महिमा का गुणगान किया। सुबह आरती कर श्रद्धालुओं को



रेवाड़ी। जागरण में उपस्थित श्रद्धालु।

फोटो: हरिभूमि

प्रसाद वितरित किया गया। इस अवसर पर बाबा गंगापुरी कमेटी के मीडिया प्रभारी अमित भोला, पूर्व सरपंच प्रदीप शेखावत, पंच इंद्रजीत व प्रेम प्रकाश सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति मौजूद थे। नववर्ष के शुभाचर पर ग्रामीणों ने बाबा के

धाम पर हवन-यज्ञ करके आशीर्वाद लिया। सुबह से ही बाबा के दर्शनों के लिए तांता लगा रहा। गांव की महिलाएं गीत गाती हुई बाबा की मंढी पर पहुंचीं। गांव में बाबा की अगाढ़ श्रद्धा है। ऐसा मानना है कि सच्चे मन से मांगी हर दुआ बाबा पूरी करते हैं।

**गांवों में लगेगा कानूनी जागरूकता शिविर**

**रेवाड़ी।** सोमवार को उत्तम नगर जन शक्ति जागृति मंच ट्रस्ट की मीटिंग का आयोजन राष्ट्रीय संरक्षक मेनका सोनी की अध्यक्षता में किया गया। बैठक में जिले के विभिन्न गांवों से आए सदस्यों ने भाग लिया। इस अवसर पर मेनका ने कहा कि मंच का मुख्य उद्देश्य लोगों को सामाजिक कार्यों के लिए ट्रस्ट के माध्यम से जोड़ना है। संगठन की ओर से गांवों में कानूनी जागरूकता शिविर एवं स्वास्थ्य जांच शिविर लगाए जाएंगे। इसके अलावा गांवों में आर्थिक पर परेशानी के कारण शिक्षा से वंचित रह गए बच्चों को आगे बढ़ाने में ट्रस्ट सहयोग करेगा। इस मौके पर अध्यक्षता सुमन शर्मा, कमलेश सोनी, अनिल खुटेला फरीदाबाद, राजबाला, स्वेंता, नीतू शर्मा, रमन यादव आदि मौजूद रहे।

**नववर्ष की दी शुभकामनाएं**

बालमुकुंद ने बीते वर्ष में किए गए कार्यों पर प्रकाश डाला

**हरिभूमि न्यूज** ▶▶रेवाड़ी

नव वर्ष के आगमन सोमवार को रेजांगला शहीद पार्क शौर्य समिति की ओर से कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में कप्तान वीर सिंह एवं चौ. ईश्वर सिंह ने समिति के मुख्य संरक्षक बालमुकुंद यादव का गुलदस्ता भेंट कर सम्मान किया। बालमुकुंद ने सभी को नववर्ष की शुभकामनाएं देते हुए बीते वर्ष में किए गए कार्यों पर प्रकाश डाला। इस मौके पर नए वर्ष में किए जाने वाले कार्यों की रूपरेखा भी थी की गई। कार्यक्रम में पार्क के मुख्य गेट पर डाले जा रहे कूड़े का निस्तारण



रेवाड़ी। पार्क में उपस्थित समिति के सदस्य।

फोटो: हरिभूमि

करने, शौचालय की साफ-सफाई, पार्क के युद्ध स्मारक संग्रहालय को खुलवाने, पार्क में धूमने के लिए बने पथ की चौड़ा कराने तथा पार्क में क्रिकेट, बैडमिंटन, फुटबॉल इत्यादि नहीं खेलने, धूमपान नहीं करने, पेड़-पौधों के संरक्षण, पालतू डोंग को न घुमाने को लेकर साइन बोर्ड

लगावने की व्यवस्था कराने का लक्ष्य रखा गया। इस अवसर पर कृष्ण कुमार यादव, राज सिंह, कप्तान वीर सिंह, अमर सिंह, सर्वसुख, जोहरी लाल, ब्रह्मानंद, चो. ईश्वर सिंह, सरपंच रणवीर सिंह, ओम प्रकाश व पूर्ण सिंह उपस्थित थे।

**यूथ क्लब ने नव वर्ष पर जरूरतमंदों को कंबल बांटे**

**बावल।** गांव धारण के बीएम्डी यूथ क्लब ने नव वर्ष पर सामाजिक सरोकर के तहत कार्य किया। क्लब के सदस्यों ने सेवाभाव का संदेश देते हुए जरूरतमंद लोगों को कंबल बांटेकर नववर्ष का अभिनंदन किया। क्लब के संस्थापक युवा सनाजसेवी अरुण तंवर ने कहा कि कोई भी पढ़ व उपाधि आपकों श्रेष्ठ नहीं बनाती, आपकी ओर से किए गए नेक कार्य और सेवा ही आपकी समाज में अलग पहचान बनाती है। उन्होंने क्लब को सहायता प्रदान करने के लिए बावल नगर पालिका पार्षद बीरेंद्र बिंदू का आभार प्रकट किया। इस मौके पर वाम सरपंच राजेश तंवर ने सभी युवाओं को क्लब से प्रेरणा लेने का संदेश दिया। इस मौके पर क्लब के कैशियर जितेंद्र गौड़ सहित सहयोगी मामराज अयोधिया, बिरेंद्र तंवर, कैप्टन सत्यनारायण र, जितेंद्र तंवर, मोनू कुमार, जय भगवान फोगाट, अजयपाल प्रजापत, मोहनपाल प्रजापत, जीतू बाबू, सौरभ डालर, बीरेंद्र फर्नसवाल, मोहित नैवाना व भाजपा जिला सचिव कुलदीप चौहान उपस्थित थे।

**एनएसएस शिविर का शुभारंभ**

शिविर के आयोजन से विद्यार्थियों में राष्ट्र व समाज के प्रति सेवा का भाव जागृत होता है

**हरिभूमि न्यूज** ▶▶कोसली

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कोसली में सोमवार को हवन-यज्ञ करके एनएसएस के सात दिवसीय शिविर का शुभारंभ किया गया। शिविर का शुभारंभ करते हुए प्राचार्य दयानंद शर्मा ने कहा कि इस प्रकार के शिविर के आयोजन से विद्यार्थियों में राष्ट्र व समाज के प्रति सेवा का भाव जागृत होता है। एनएसएस अधिकारी सोनिया रानी व पूर्व अधिकारी जितेंद्र यादव ने शिविर के दौरान होने वाली गतिविधियों की जानकारी दी। इस अवसर पर



रेवाड़ी। एनएसएस शिविर के शुभारंभ पर उपस्थित स्वयंसेवक व स्टाफ सदस्य।

रामचंद्र शास्त्री, आचार्य रामसिंह, सुनीता देवी, मोनिका यादव, लता भारती सिंह, अनिता देवी, बिजेन्द्र बाबू, चन्द्रप्रकाश, पंकज, जितेंद्र व ओम प्रकाश सहित स्वयंसेवक उपस्थित थे। कोसली के आरआरएन डीएवी पब्लिक स्कूल कोसली में नववर्ष का आगाज सांस्कृतिक कार्यक्रम के साथ किया

गया। कार्यक्रम की शुरुआत कक्षा एलकेजी व यूकेजी के विद्यार्थियों ने नववर्ष के समूह नृत्य से की। बच्चों ने समूह नृत्य, गायन, एक्शन डांस, हरियाणवी नृत्य व अलग-अलग रायों के क्षेत्रीय नृत्य प्रस्तुत किए। प्राचार्या अनिता मेहरा ने बच्चों, अभिभावक गण व अध्यापकों को नववर्ष की शुभकामनाएं दीं।

**मोदी और मनोहर लाल के प्रयासों से देश-प्रदेश में व्यवस्था परिवर्तन का दौर शुरू हुआ****आत्मनिर्भर और विकसित भारत का संकल्प दिलाया**

**हरिभूमि न्यूज** ▶▶रेवाड़ी

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के आत्मनिर्भर एवं विकसित भारत के सपने को साकार करने के लक्ष्य के साथ विकसित भारत-जनसंवाद-संकल्प यात्रा नववर्ष के शुभारंभ अवसर पर सोमवार को गांव गिंदोखर, खडगवास, लुखी, परखोतमपुर, शाहपुर, धरचाना, कुंड, खोल, जीवड़ा, खुशपुरा, बोलनी व दाकिया में पहुंची। गांव जीवड़ा में सरोज यादव, गांव गिंदोखर व खडगवास में हरियाणा पर्यटन निगम के चेयरमैन डा.



रेवाड़ी। कार्यक्रम में शपथ लेते बच्चे व ग्रामीण।

फोटो: हरिभूमि

अरविंद यादव, दाकिया में बीजेपी नेता रामपाल यादव, गांव बोलनी में जिला महामंत्री ईश्वर चनेजा, शाहपुर में प्रदेश कार्यकारणी सदस्य सिंह राम महालावत, धरचाना में कुलदीप चौहान, कुंड में जीवन लाल गर्ग व खोल में बीजेपी ओबीसी मोर्चा के अध्यक्ष जयवीर योगी ने बतौर मुख्य अतिथि संकल्प यात्रा का

**सरकार ने समाज के हर वर्ग का रखा ख्याल**  
कार्यक्रम के दौरान सरोज यादव, बीजेपी नेता रामपाल यादव, जिला महामंत्री ईश्वर चनेजा, प्रदेश कार्यकारणी सदस्य सिंह राम महालावत, कुलदीप चौहान, जीवन लाल गर्ग ने भी लाभांशियों से सीधा संवाद किया। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार ने हर वर्ग का ख्याल रखा है। विकसित भारत संकल्प यात्रा पूरे देश भर में प्रवास कर रही है और हरियाणा प्रदेश में भी जागरूकता वाहनों के जरिए जगह-जगह, गांव-गांव, नगर-नगर जाकर मोदी सरकार द्वारा चलाई गई अंत्योदय व जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी देकर देश नागरिकों को लाभांशित किया जा रहा है।

**विभागीय प्रदर्शनी का किया अवलोकन**  
संकल्प यात्रा के दौरान अतिथियों ने विभिन्न स्थानों पर लगाई गई विभागीय प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए आमजन को सरकार की योजनाओं का लाभ लेने के लिए जागरूक किया। इस अवसर पर लोगों को आत्मनिर्भर और विकसित भारत का संकल्प भी दिलाया गया। कार्यक्रम में जिला सूचना एवं जनसंपर्क विभाग के प्रचार अमले के कलाकारों ने विकास गीतों के माध्यम से लोक गायन शैली में लोगों को सरकार की योजनाओं की जानकारी देते हुए जागरूक किया।

व्यक्ति किसी वजह से सरकार की योजनाओं का लाभ नहीं ले पाए हैं तो वह अब इस यात्रा के दौरान अपने गांव में ही आवेदन कर योजनाओं का लाभ ले सकते हैं।

**धूमधाम से किया नव वर्ष का स्वागत**

**रेवाड़ी।** मोती चौक व्यापार संगठन की ओर से हर्षोल्लास के साथ नव वर्ष का स्वागत किया गया। संगठन के प्रधान पुरुषोत्तम दास कोसली वाले ने सभी व्यापारियों को नव वर्ष की बधाई दी। इस समय सभी देशवासी तेजी से विकसित भारत की कल्पना को साकार होता देख रहे हैं। सभी को एकजुट होकर पूरी मेहनत से अपना कार्य करते हुए जरूरतमंदों की सहायता करने का भी ध्यान रखना है। 22 जनवरी को राम मंदिर के स्थापना दिवस पर मोती चौक पर भी सुंदर उत्सव मनाया जाएगा। कार्यक्रम में प्रेस सचिव दिनेश कपूर, उपप्रधान अचल अरनेजा, विजय गुप्ता, प्रदीप अरोड़ा, हरीश सैनी, पंकज रस्तगी, विपिन अग्रवाल, श्यामलाल दुआ, लोकेश आदि लोग मौजूद रहे।