हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 24 जुलाई 2025

तापमान
अधिकतम 31.0 डिग्री
न्यूनतम 22.0 डिग्री

11 सौर ऊर्जा को बढ़ावा देने के लिए योजना के तहत जिले के 14 गांव प्रतियोगिता के लिए चुने गए ...

12 शिवरात्रि पर्व पर बम-बम भोले के जयघोष के गुंजायमान हुआ शहर

खबर संक्षेप

रेवाड़ी। बैठक में उपस्थित रुस्तगी समाज की महिलाएं। फोटो :हरिभूमि

रुस्तगी महिला समाज का तीज मिलन समारोह कल

रेवाड़ी। रुस्तगी महिला समाज की ओर से 25 अगस्त को तीज मिलन समारोह का आयोजन किया जाएगा। तीज मिलन की तैयारी को लेकर बुधवार को सरकुलर रोड स्थित मॉल में समिति की बैठक हुई, जिसमें सदस्यों को आयोजन संबंधी जिम्मेदारी सौंपी गई। आयोजन समिति की प्रवक्ता ऊषा रुस्तगी ने कहा कि समाज की महिलाओं में आपसी सौहार्द बढ़ाने के लिए तीज मिलन समारोह का आयोजन किया जा रहा है। तीज मिलन समारोह रेलवे रोड स्थित रेस्टोरेंट में परिसर में शाम 4 बजे से शाम 7 बजे तक मनाया जाएगा। समारोह में मनोहारी सांस्कृतिक कार्यक्रम, खेल प्रतियोगिताएं, तीज क्वीन प्रतियोगिता सहित लकी ड्रा निकाले जाएंगे। बैठक में हेमा रुस्तगी, शिखा रुस्तगी, इंदु वाला, पूजा रुस्तगी, मंजू रूस्तगी, पूनम रूस्तगी एवं शिल्पा रुस्तगी सहित समाज की अनेक महिलाएं उपस्थित रही।

कोसली विधायक आज करेंगे शिकायतों की सुनवाई

कोसली। कोसली के विधायक अनिल यादव 24 जुलाई को प्रातः गांव बुड़ौली में एक ग्रामीण सभा को संबोधित करेंगे। उसके बाद 10 से 12 बजे तक कोसली के एसडीएम ऑफिस में लोगों की समस्याएं सुनेंगे। उनके साथ एसडीएम विजय कुमार यादव, डीएसपी विद्यानंद सहित व एसएमओ डा. विक्रम सहित अन्य विभागीय अधिकारी मौजूद रहेंगे। इसके बाद विधायक गांव डहीना स्थित खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय में दोपहर दो से चार बजे तक जन शिकायतों की सुनवाई करेंगे। उनके साथ बिजली वितरण निगम, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, कृषि, सिंचाई आदि विभागों के अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहेंगे।

कोसली क्षेत्र में पांच फीडरों में बिजली रहेगी बाधित

कोसली। कोसली के 132 केवी पावरहाउस में खराब वीसीबी को बदलने के कार्य के लिए 24 जुलाई को प्रातः 8 बजे से 9 बजे तक विद्युत आपूर्ति बाधित रहेगी। बिजली निगम के एसडीओ सुमित चौधरी ने बताया कि इस दौरान 11 केवी कोसली सिटी फीडर, 11 केवी गुड़ियानी सिटी फीडर, 11 केवी झाल सिटी फीडर, 11 केवी हाटलाइन जल आपूर्ति फीडर, 11 केवी टूमना एपी फीडर व 132 केवी कोसली से संबंधित अन्य फीडर बंद रहेंगे।

सात कलस्टर स्थलों से सुबह 4 बजे बसें होंगी रवाना

सीईटी अभ्यर्थियों को 70 परीक्षा केंद्रों तक पहुंचाने के लिए शटल सेवा का शेड्यूल तैयार, बिठवाना मंडी से 11 रूट होंगे कवर

■ रेवाड़ी के सीईटी परीक्षार्थियों को गुरुग्राम व झज्जर के परीक्षा केंद्रों तक पहुंचाने के 500 से अधिक स्पेशल बसों का होगा संचालन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग की ओर से 26 व 27 जुलाई को होने वाली सीईटी ग्रुप-सी की परीक्षा के शांतिप्रिय ढंग से पूर्ण पारदर्शिता के साथ संचालन करने में प्रशासन की पूरी टीम सजगता के साथ कार्य कर रही है। डीसी अभिषेक मीणा सीईटी परीक्षा से जुड़े हर पहलू पर फोकस करते हुए प्रशासनिक टीम के साथ परीक्षार्थियों की सुविधा का पूरा ध्यान रख रहे हैं। डीसी ने बताया कि सीईटी परीक्षा के लिए आने वाले परीक्षार्थियों की सुविधा के लिए जिला प्रशासन की ओर से शटल सेवा उपलब्ध कराई जाएगी, जिसके तहत जिले में 50 लोकेशन पर बने 70 परीक्षा केंद्रों तक आने वाले करीब 18 हजार परीक्षार्थियों के लिए 11 शटल सर्विस रूट का शेड्यूल निर्धारित किया है। नारनौल-महेंद्रगढ़ जिला से राज्य परिवहन की बसों में आने वाले परीक्षार्थी शटल सेवा से अपने-अपने परीक्षा केंद्रोंर पर निर्धारित समयावधि में पहुंच सकेंगे। इसके अलावा रेवाड़ी जिले के सीईटी परीक्षार्थियों को परीक्षा केंद्रों तक पहुंचाने के स्पेशल बसों का संचालन किया जाएगा, जोकि कलस्टर स्थल से सुबह 4 बजे रवाना होगी।

रेवाड़ी। सामान्य बस स्टैंड पर खड़ी हरियाणा रोडवेज। फोटो :हरिभूमि

परीक्षा केंद्र के लिए शटल सर्विस का लाभ उठा सकते हैं

जीएम रोडवेज प्रदीप कुमार अहलावत ने बताया कि 26 व 27 को सुबह एवं शाम की शिफ्ट में परीक्षा देने वाले अभ्यर्थियों के लिए स्पेशल 500 से अधिक बसें चलाई जाएंगी। जिले के परीक्षार्थियों की सुविधाओं के लिए रेवाड़ी डिपो की ओर से बस स्टैण्ड रेवाड़ी, बस स्टैंड धारूहेड़ा, बस स्टैंड कोसली, बस स्टैंड बावल, डहीना, कुंड व बेरली पर कलस्टर स्थल बनाए गए है, जहां से बसें परीक्षार्थियों को गुरूग्राम एवं झज्जर लेकर जाएंगी। डीसी मीणा ने बताया कि जिले में बने 11 शटल सर्विस रूट को परीक्षा केंद्रों अनुरूप आवंटित किया गया है। परीक्षार्थी बावल रोड स्थित नई सब्जी मंडी बिठवाना पर बने मुख्य स्थान से अपने-अपने परीक्षा केंद्र के लिए शटल सर्विस का लाभ उठा सकते हैं।

रूट-1 बिठवाना मंडी से सरकुलर रोड शहरी क्षेत्र

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29046 राज इंटरनेशनल स्कूल, केंद्र क्रमांक 29024 होली चाइल्ड पब्लिक स्कूल, केंद्र क्रमांक 29052 सैनी पब्लिक स्कूल, केंद्र क्रमांक 29030, 29016, 29029 क्रमशः जैन पब्लिक स्कूल, जैन बॉयज सीनियर सेकेंडरी स्कूल व जैन गर्ल्स सीनियर सैकेंडरी स्कूल, केंद्र क्रमांक 29037 महाराजा अग्रसेन पब्लिक स्कूल, केंद्र क्रमांक 29042 व 29043 पीएम श्री गवर्नमेंट गर्ल्स सीनियर सैकेंडरी स्कूल तथा केंद्र क्रमांक 29047 राव बहादुर सिंह सीनियर सैकेंडरी स्कूल यादव नगर कंकरवाली बेरली रोड।

रूट-2 नई सब्जी मंडी बिठवाना से धारूहेड़ा

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29031 व 29032 केएलपी कॉलेज नजदीक राव तुलाराम स्टेडियम, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29007 डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल पुलिस लाइन, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29054 व 29055 श्री कृष्ण सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव हांसाका, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29039 माउंट हेरीटेज इंटरनेशनल स्कूल गांव बालियर खुर्द, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29048 ऋषि पब्लिक स्कूल गांव हांसाका, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29050 व 29051 आरपीएस पब्लिक स्कूल गांव बलियार कलां, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29009 दिल्ली पब्लिक स्कूल गांव जोनावास, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29010 व 29011 यूरो इंटरनेशनल स्कूल गांव जोनावास, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29060, 29061, 29062, 29063 सूरज सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव रसगण, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29022 व 29023 गुरुकुलम द स्कूल गांव मसानी व परीक्षा केंद्र क्रमांक 29014 गवर्नमेंट कॉलेज गांव खरखड़ा।

रूट-3 बिठवाना से बोड़िया कमालपुर

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29020 व 29021 गवर्नमेंट सीनियर सैकेंडरी स्कूल रेवाड़ी, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29001 अहीर कॉलेज रेवाड़ी, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29017 गवर्नमेंट सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव बूढ़पुर, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29004 भारती इंटरनेशनल स्कूल बोड़िया कमालपुर व परीक्षा केंद्र क्रमांक 29008 डाउन निलायम पब्लिक स्कूल गांव बालावास जमापुर बेरली रोड।

रूट-4 नई सब्जी मंडी बिठवाना से खोरी

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29027 व 29028 जयराम नर्सिंग कॉलेज नियर डाइट गांव हुसैनपुर, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29038 माता राजकौर कॉलेज सहारनवास, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29057 व 29058 सनग्लो इंटरनेशनल स्कूल गांव गांगुली साहरनवास व परीक्षा केंद्र क्रमांक 29040 नव ज्योति स्कूल पीथड़ावास।

रूट-5 बिठवाना मंडी से गणेशी लाल हिंदू स्कूल

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29041 पीएम श्री गवर्नमेंट सीनियर सैकेंडरी गांव बिठवाना, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29044 प्रथम इंटरनेशनल सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव धामलाका, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29056 सोमानी इंस्टीट्यूट आफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29005 कैंब्रिज स्कूल शहबाजपुर पदैयावास व परीक्षा केंद्र क्रमांक 29013 गणेशी लाल हिंदू पब्लिक स्कूल शहबाजपुर पदैयावास।

रूट-6 नई सब्जी मंडी बिठवाना से रोलियावास

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29067 व 29068 वृंदावन इंटरनेशनल पब्लिक स्कूल महेंद्रगढ़ रोड, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29019 गवर्नमेंट सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव सहारनवास, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29064 टैगोर पब्लिक स्कूल गांव जाड़रा, तथा परीक्षा केंद्र क्रमांक 29065 व 29066 विकास इंटरनेशनल स्कूल गांव रोलियावास।

रूट-7 नई सब्जी मंडी बिठवाना से कोसली

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29002 व 29003 अरावली इंटरनेशनल स्कूल गांव गोकलगढ़, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29018 गवर्नमेंट सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव गोकलगढ़, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29006 गवर्नमेंट पॉलिटेक्निकल कॉलेज लिसाना, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29045 आरसी ग्रीन फील्ड स्कूल गांव गंगायाचा जाट, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29049 रॉयल पब्लिक स्कूल गांव रोहड़ाई, परीक्षा केंद्र क्रमांक 29059 सूरज सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव गुड़ियानी व परीक्षा केंद्र क्रमांक 29006 डीएवी गर्ल्स कॉलेज कोसली।

रूट-8 नई सब्जी मंडी बिठवाना से डोहकी

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29012 जीडी गोयनका स्कूल रेवाड़ी तथा परीक्षा केंद्र क्रमांक 29069 व 29070 यदुवंशी शिक्षा निकेतन सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव डोहकी।

रूट-9 नई सब्जी मंडी बिठवाना से जैतड़ावास

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29053 सरस्वती विद्या निकेतन भाड़वास रोड रेवाड़ी तथा परीक्षा केंद्र क्रमांक 29034 केरला पब्लिक स्कूल गांव जैतड़ावास।

रूट-10 नई सब्जी मंडी बिठवाना से राजपुरा

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29025 व 29026 आईजीयू मीरपुर तथा परीक्षा केंद्र क्रमांक 29035 व 29036 एमएलपी सीनियर सैकेंडरी स्कूल गांव राजपुरा आलमगीरपुर।

रूट-11 नई सब्जी मंडी बिठवाना से कोनसीवास

परीक्षा केंद्र क्रमांक 29033 केंद्रीय विद्यालय गांव कोनसीवास।

नशीला पदार्थ गांजा सप्लाई करने वाला आरोपी दबोचा

हरिभूमि न्यूज. रेवाड़ी

जिला पुलिस का नशा तस्करों पर शिकंता कसने का अभियान जारी है। गत 26 जून को सेक्टर-3 चौकी पुलिस की टीम ने नशा गतिविधियों पर रोकथाम अंतर्गत चलाए जा रहे अभियान के तहत कंटेनर डिपो के पास बनी झुग्गियों में नशीला पदार्थ गांजा बेच रहे दो तस्कर शेख जाकिर उर्फ जाकिर हुसैन निवासी गांव राजाराम चक जिला मेदीनीपुर पश्चिम बंगाल हाल आबाद झुगी झोपडी कंटेनर डिपो व शेख सारूख निवासी गांव दाउदपुर जिला मेदीनीपुर पश्चिम बंगाल हाल आबाद झुगी झोपडी कंटेनर डिपो को 10.674 किलोग्राम गांजा सहित धर दबोचा था। मामले में जांच अधिकारी एएसआई संजय कुमार ने बरामद नशा तस्करी के स्रोत का पता लगाते हुए सप्लाई करने वाले आरोपी शेख रोफिक उर्फ रफीक निवासी गांव दाउदपुर जिला मेदीनीपुर पश्चिम बंगाल हाल आबाद झुगी झोपडी कंटेनर डिपो को

गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। आरोपी को अदालत में पेश करके न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने कहा कि नशे के खिलाफ चलाए जा रहे जन आंदोलन में प्रत्येक व्यक्ति की सक्रिय भागीदारी अति आवश्यक है, ताकि नशे के खिलाफ अभियान को पूरी तरह से सफल बनाया जा सकें। उन्होंने कहा कि नशा न केवल स्वास्थ्य को प्रभावित करता है,बल्कि यह अपराध को भी जन्म देता है।

लायंस क्लब ने हर्षोल्लास से मनाया तीज महोत्सव, सविता झाम्ब बनी लक्की ड्रा की विजेता

रेवाड़ी। तीज महोत्सव में डांस करते हुए महिलाएं। फोटो :हरिभूमि

रेवाड़ी। लायंस क्लब की ओर से मॉडल टाउन स्तिथ लायंस भवन में हरियाली तीज महोत्सव हर्षोउल्लास से मनाया गया। विशिष्ट अतिथि लायनेस सावित्री सैनी, लायनेस ऋतू भार्गव व लायनेस अनुराधा सिंहल ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। क्लब के प्रधान लायन ऋषि सिंहल ने सभी का शाब्दिक अभिनन्दन किया। क्लब की महिला सदस्य लायनेस सीमा सिंहल, लायनेस राधा गुप्ता, लायनेस पूजा भार्गव, लायनेस मोनिका सिंहल व लायनेस प्राची गुप्ता ने विशिष्ट अतिथियों का स्वागत किया। एंकर प्रियंका के संचालन में चले कार्यक्रम में महिलाओं ने जमकर लुत्फ उठाया एवं विभिन्न स्टालों पर खरीदारी की। बालिका द्विविका ने तीज पर आधारित गीत पर नृत्य की सुन्दर प्रस्तुति दी। लायंस क्लब ने महिलाओं को प्रतियोगिता के अनेक पुरस्कार प्रदान किए। लक्की ड्रा में प्रथम पुरस्कार सविता झाम्ब, द्बितीय पुरुस्कार मोनिका कालरा, तृतीय पुरुस्कार आस्था भार्गव तथा सांत्वना पुरस्कार श्वेता गुप्ता, मनीषा खुराना व पलक ने जीता। तीज महोत्सव विजेता ऑफ लायंस क्लब विभूति शर्मा, तीज लक्की स्टार ऑफ लायंस क्लब शेफाली गोयल व तीज क्वीन ऑफ लायंस क्लब का पुरस्कार कल्पना अग्रवाल को मिला। कार्यक्रम को सफल बनाने में लायनेस पल्लवि अग्रवाल, लायनेस चारु सोमानी, लायनेस गीता गुलाटी, लायनेस प्रतीक्षा भार्गव, लायनेस लता गर्ग, लायनेस बबिता गोयल, लायनेस तृप्ति भार्गव व लायनेस संतोष गुप्ता का सहयोग रहा। क्लब के सचिव लायन अभिषेक गुप्ता तथा कोषाध्यक्ष लायन दीपक अग्रवाल, पूर्व प्रधान लायन रितेश भार्गव व उपप्रधान लायन जितेश गोयल ने कार्यक्रम में मुख्य भूमिका निभाई। कार्यक्रम में लायन अशोक सोमाणी, लायन रजनीकांत सैनी, लायन अनिल भार्गव, लायन अनिल गोयल, लायन आलोक सिंहल, लायन संदीप गोयल, लायन राकेश गर्ग, लायन हेमंत सिंहल, लायन मोहित गोयल, लायन विपिन भार्गव व लायन सतीश अग्रवाल मौजूद थे। क्लब के वरिष्ठ अधिवक्ता लायन रजनीकांत सैनी ने सभी का धन्यवाद किया।

कंपनी से सामान चोरी के मामले में दूसरा आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

कसोला थाना पुलिस ने कंपनी से सामान चोरी करने के मामले में एक और आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान इन्द्रपाल निवासी पीपली नीमराणा जिला कोटपुतली राजस्थान के रूप में हुई है। पुलिस मामले में एक आरोपी को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। मूलरुप से मोती कुंज मथुरा हाल आबाद अंतरिक्ष टावर बीएमजी सिटी रेवाड़ी निवासी अर्पित सेठ ने पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि वह पोलीकैब इंडिया लिमिटेड कंपनी कसोला चौक में क्वालिटी मैनेजर कार्यरत है। गत 9 मार्च को सुबह कंपनी के सिक्योरिटी हैड पवन कुमार निवासी लुहारहेडी ने उनको सूचना दी कि कंपनी में चोरी हो गई जो है। जब मैनेजर ने कंपनी में आकर देखा तो कंपनी की पिछली दिवार का कुछ हिस्सा टूटा हुआ था। चोर दिवार तोड़कर कंपनी में घुसकर सामान चोरी करके ले गए।

कंपनी से 38 पंच, इंक जैट प्रिंटर पार्ट, ग्रैनडैर ब्लैड व केबल बंडल सहित काफी सामान चोरी हो गया था। पुलिस ने चोरी का केस दर्ज कर जांच शुरू की थी। पुलिस ने मामले में संलिप्त एक आरोपी पवन कुमार निवासी रामसिंहपुरा जिला कोटपूतली बहरोड़ राजस्थान को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने मामले में दूसरे आरोपी इन्द्रपाल निवासी पीपली नीमराणा जिला कोटपुतली राजस्थान को भी गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने आरोपी का अदालत में पेश करके दो दिन के पुलिस रिमांड पर लिया है।

आईजीयू की मेधा सूची में स्थान पाने वाली कॉलेज की तीन छात्राओं को सम्मानित किया गया

आरडीएस गर्ल्स कॉलेज में मेधावी छात्राएं सम्मानित, पौधे भी रोपित किए

■ प्राचार्य डा.दलबीर सिंह यादव ने सभी अतिथियों का स्वागत किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

कलाका रोड स्थित आरडीएस पब्लिक गर्ल्स कॉलेज में बुधवार को मेधावी छात्राओं के लिए सम्मान समारोह व पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। पीईबी के प्रधान अशोक सोमानी की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि उद्योगपति एवं सामाजिक कार्यकर्ता अनिल कुमार अग्रवाल व विशिष्ट अतिथि वैश्य समाज के प्रधान बृजलाल गोयल थे। आईजीयू की मेधा सूची में स्थान पाने वाली कॉलेज की तीन छात्राओं को सम्मानित किया गया। महाविद्यालय से कला संकाय से छात्रा स्नेहलता ने छठा स्थान व लक्षिता ने दसवां स्थान तथा वाणिज्य संकाय की छात्रा भावना ने आठवां स्थान हासिल किया है। प्राचार्य डा.दलबीर सिंह ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। मुख्यातिथि व पीईबी के प्रधान अशोक सोमानी ने महाविद्यालय की प्रगति के लिए बधाई दी। छात्राओं से पौधारोपण करने पर्यावरण को स्वच्छ रखने व अनुशासन में रहकर अपना भविष्य बनाने की अपील की। कार्यक्रम में कॉलेज की प्रबंधकारिणी समिति के प्रधान मुकेश कुमार भट्ठेवाले, महासचिव प्रवीण कुमार अग्रवाल, उप प्रधान मनीष कुमार अग्रवाल, कोषाध्यक्ष प्रमिला भार्गव व पीईबी के अंतर्गत आने वाली सभी संस्थाओं के सदस्य उपस्थित रहे। कार्यक्रम का आयोजन कॉलेज की सांस्कृतिक समिति की संयोजिका डा. चेतना मुद्गल, सदस्य डा. पिंकी शर्मा व क्रांति तथा मंच संचालन मिथलेश यादव ने किया। कार्यक्रम में कॉलेज के सभी स्टाफ सदस्य उपस्थित थे।

रेवाड़ी। छात्राओं को सम्मानित करते अतिथि व स्टाफ, कॉलेज में पौधरोपण करते अतिथि व स्टाफ। फोटो :हरिभूमि

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बारिश के मौसम में जब बढ़े जोड़ों का दर्द

मेरी उम्र 63 वर्ष है। बारिश का मौसम शुरू होने पर मेरे घुटनों में दर्द बढ़ जाता है, चलने में परेशानी होती है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-जगदीप, भोपाल

आपने यह नहीं बताया कि क्या आपके घुटनों में हमेशा दर्द रहता है? आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि इस मौसम में दर्द बढ़ जाता है। अगर ऐसा है तो इसका कारण ढूंढना चाहिए। इस मौसम में धूप नहीं निकलती है। लगातार बारिश होने पर नमी रहती है, जिससे इस तरह की समस्या देखी जाती है। विटामिन डी और B12 की कमी से दर्द बढ़ सकता है। एक बार हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लें। जांच करने के बाद ही इसका उपचार किया जा सकता है।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मेरे पेट के निचले हिस्से में दाईं तरफ अकसर दर्द होता रहता है। कभी-कभी यह दर्द बहुत तेज और असहनीय हो जाता है। कृपया बताएं क्या करूं?

-चेतन, बिलासपुर

दर्द होने की कई वजहें हो सकती हैं। कभी स्टोन की वजह से तो कई बार इंफेक्शन भी दर्द का कारण बनता है, लेकिन बगैर जांच किए कुछ भी कहना मुश्किल है। इसलिए डॉक्टर से संपर्क कर सबसे पहले अल्ट्रासाउंड कराएं, जिससे दर्द का कारण पता चलेगा, इसके बाद ट्रीटमेंट किया जा सकेगा। बगैर जांच के कोई भी दवा ना खाएं, कई बार यह नुकसानदायक हो सकती है।

मेरी उम्र 57 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे सांस लेने में तकलीफ होने लगती है। छींकें भी आने लगती हैं। ऐसा क्यों होता है और इस प्रॉब्लम से कैसे बचा जाए?

-कुलदीप, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको डस्ट या धूल से एलर्जी हो सकती है। जब आप घर से बाहर निकलते हैं तो एलर्जन सक्रिय हो जाते हैं और इस वजह से छींक आने लगती है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि घर से बाहर निकलते हुए आप मास्क लगाएं, इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी कमर और बैक बोन में अकड़न रहती है और हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, महासमुंद

आपने यह नहीं बताया कि आपका वर्क प्रोफाइल क्या है, क्योंकि आजकल युवाओं में इस तरह की समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं। इसकी वजह लंबी सिटिंग वाली जॉब और अनियमित लाइफस्टाइल है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि आप सुबह और शाम नियमित रूप में बैक की एक्सरसाइज करें। इसके अलावा कैल्शियम वाली डिशेज अधिक खाएं। साथ ही विटामिन डी और B12 की कमी होना आजकल शहर के लोगों में आम है। डॉक्टर की सलाह पर इसकी दवा भी ले सकते हैं।

मेरी उम्र 56 वर्ष है। मैं जब भी सीढ़ियां चढ़ता-उतरता हूं मेरी सांस फूलने लगती है। जबकि प्लेन सरफेस पर चलने-फिरने से ऐसा नहीं होता। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-विनोद शंकर, कुरुक्षेत्र

सांस फूलने की वजह कई बार कमजोरी हो सकती है तो कई बार दिल संबंधी बीमारी की वजह से ऐसी समस्या देखने को मिलती है। क्योंकि आपकी उम्र अधिक है, इसलिए आप लापरवाही ना बरतें। डॉक्टर से संपर्क कर पहले शरीर में खून की जांच कराएं, अगर वह नॉर्मल है तो आपको हृदयरोग विशेषज्ञ से संपर्क करना चाहिए, वो ईको और टीएमटी जैसी कुछ हार्ट की जांच कराएंगे, जिससे समस्या का पता चल जाएगा और अगर कोई हार्ट की समस्या है तो इसका इलाज हो सकेगा। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com पर ई-मेल कर सकते हैं।

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. रणधीर सूद
प्रेसिडेंट-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी
मेदांता हॉस्पिटल, गुरुग्राम

विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा जारी ग्लोबल हेपेटाइटिस रिपोर्ट 2024 के आंकड़ों के अनुसार, हेपेटाइटिस बी और सी के सर्वाधिक मामले चीन के बाद भारत में सामने आते हैं। भारत सरकार हेपेटाइटिस को लेकर गंभीर है, क्योंकि वह 28 जुलाई 2018 से राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम शुरू कर चुकी है। इस कार्यक्रम का प्रमुख उद्देश्य सन 2030 तक देश में वायरल हेपेटाइटिस को नियंत्रित कर इसका उन्मूलन करना है और इसके साथ ही हेपेटाइटिस के अन्य प्रकारों की रोकथाम करना भी है।

हेपेटाइटिस के प्रकार

ऐसी सूजन, जो लिवर में संक्रमण के कारण होती है, उसे हेपेटाइटिस कहते हैं। हेपेटाइटिस वायरस के पांच प्रकार हैं- हेपेटाइटिस ए, बी, सी, डी और हेपेटाइटिस ई।

हेपेटाइटिस ए: इसका वायरस लिवर को दूषित पेयजल और अस्वच्छ खाद्य पदार्थों के जरिए संक्रमित करता है।

हेपेटाइटिस बी और सी: ये दोनों वायरस लिवर को गंभीर रूप से क्षति पहुंचाते हैं। हेपेटाइटिस बी और सी वायरस गलत तरीके से रक्त चढ़वाने, संक्रमित व्यक्ति द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली वस्तुओं जैसे टूथब्रश और रेजर आदि के इस्तेमाल से अन्य स्वस्थ लोगों को भी संक्रमित कर सकता है। वहीं जो लोग नशे का इंजेक्शन लेते हैं या फिर असुरक्षित यौन संबंध स्थापित करते हैं, उनमें हेपेटाइटिस बी और सी होने का खतरा कहीं ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस डी: हेपेटाइटिस के इस प्रकार में लिवर में सूजन लंबे समय तक रहती है। ऐसी स्थिति में लापरवाही बरतने पर लिवर फेल्योर की समस्या उत्पन्न हो सकती है। आमतौर पर अगर कोई व्यक्ति हेपेटाइटिस बी और सी से ग्रस्त है, तो उसे हेपेटाइटिस डी होने का खतरा ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस ई: हेपेटाइटिस के इस प्रकार का वायरस भी दूषित और अस्वच्छ खाद्य-पेय पदार्थों के जरिए लिवर को संक्रमित करता है।

प्रमुख लक्षण

हेपेटाइटिस का कोई भी प्रकार हो, लेकिन इन सभी के आमतौर पर लक्षण लगभग एक जैसे होते हैं। जैसे-भूख कम लगना। पेट में गैस बनना या दर्द होना। अकसर दस्त होना। जी मिचलाना और उल्टी होना। पीलिया होना। त्वचा, नाखूनों और आंखों में पीलापन। बुखार आना। वजन का धीरे-धीरे कम होना। शारीरिक श्रम के बगैर थकान महसूस करना। यूरिन का रंग गहरा पीला होना।

इन बातों का रखें ध्यान

- बरसात के मौसम में वातावरण में नमी और गंदगी के ज्यादा बढ़ने से हेपेटाइटिस के वायरस तेजी से पनपते हैं। इसलिए बरसात में खान-पान की स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना चाहिए।
- रक्त चढ़ाने की प्रक्रिया स्वच्छ और जीवाणु रहित होनी चाहिए।
- फलों और सब्जियों के जरिए भी हेपेटाइटिस ई के वायरस शरीर में प्रवेश कर सकते हैं। इसलिए आप जो भी फल और सब्जियां बाजार से लाएं, उन्हें अच्छी तरह से धोकर और पकाकर खाएं।
- किसी भी वस्तु को खाने से पहले हाथों को हैंड सेनिटाइजर, हैंड वॉश या एंटीबैक्टीरियल साबुन से साफ करें।
- हेपेटाइटिस बी मां से बच्चे में फैल सकता है और इसे टीकाकरण से रोका जा सकता है।
- स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें। किसी भी स्थिति में इंजेक्शन की नीडल का इस्तेमाल एक बार से ज्यादा नहीं होना चाहिए। इसके लिए स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें और फिर इसे इस्तेमाल के बाद फेंक दें। यदि दो लोगों के बीच सिरिंज का पुनः उपयोग किया जाता है, तो हेपेटाइटिस और एचआईवी जैसे रोगों के संचरण का खतरा बढ़ जाता है।
- किसी दूसरे व्यक्ति का ब्लेड या रेजर भी रक्त को संक्रमित कर हेपेटाइटिस और एचआईवी आदि के खतरे को बढ़ा सकता है।
- टैटू गुदवाते समय सजगता बरतें। टैटू गुदवाने वाले उपकरण की सुई स्टेरलाइज होनी चाहिए।

डायग्नोसिस के तरीके

- 'आईजीएम' एंटीबॉडी टेस्ट से हेपेटाइटिस ए और ई का पता चलता है।
- हेपेटाइटिस बी वायरस का पता करने के लिए 'डीएनए' लेवेल टेस्ट।
- हेपेटाइटिस सी के लिए 'आरएनए' टेस्ट और जीनोटाइपिंग टेस्ट कराए जाते हैं।
- लिवर फंक्शन टेस्ट, सीबीसी, किडनी फंक्शन टेस्ट भी कराते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

हेपेटाइटिस ए का इलाज: अधिकतर मामलों में शरीर स्वतः सेल्फ रिकवरी करता है, लेकिन मरीज को डॉक्टर के परामर्श पर अमल करना चाहिए।

हेपेटाइटिस बी का इलाज: इस वायरस का संक्रमण क्रॉनिक इंफेक्शन में भी तब्दील हो सकता है और कुछ मामलों में यह समस्या जीवनपर्यंत जारी रह सकती है। अगर हेपेटाइटिस बी का संक्रमण 6 महीने से ज्यादा चलता है तो इसे क्रॉनिक हेपेटाइटिस बी कहा जाता है। इस संक्रमण के इलाज में डॉक्टर के परामर्श से इंजेक्शन और टैबलेट्स दी जाती हैं। हेपेटाइटिस बी लिवर कैंसर या फिर लिवर सिरोसिस का कारण बन सकता है।

हेपेटाइटिस सी का इलाज: नई दवाओं के उपलब्ध हो जाने से हेपेटाइटिस सी का इलाज अब संभव है। इन दवाओं की सफलता दर बहुत अच्छी है और इनके साइड इफेक्ट भी नगण्य हैं।

हेपेटाइटिस डी का इलाज: देश में हेपेटाइटिस डी के मामले बहुत कम पाए जाते हैं। हेपेटाइटिस डी के इलाज के लिए दवाएं उपलब्ध हैं।

हेपेटाइटिस ई का इलाज: चिकित्सा विज्ञान में हुई प्रगति के कारण अब हेपेटाइटिस ई का इलाज संभव है, लेकिन हेपेटाइटिस ई में गर्भवती महिलाओं को जोखिम ज्यादा रहता है।

खान-पान पर दें ध्यान

हेपेटाइटिस को नियंत्रित करने में खान-पान की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। लिवर को सशक्त बनाए रखने में चुकंदर, हरी पत्तेदार सब्जियां, मूली और ब्रोकली आदि विशेष रूप से लाभप्रद हैं। इसके अलावा खट्टे फल जैसे संतरा, मौसंबी, नीबू और नारंगी आदि भी हितकर हैं। इसके अलावा अत्यधिक चिकनाई या वसायुक्त आहार लिवर की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं, इनसे बचें। जंक फूड्स से परहेज करें। प्रोसेस्ड फूड्स भी हानिप्रद हैं। आहार में साबुत अनाज को शामिल करें। दलिया, खिचड़ी और ओट्स विशेष रूप से लाभप्रद हैं। शराब लिवर की सबसे बड़ी शत्रु है। इससे दूर रहें। नमक का कम सेवन लाभप्रद है। खाद्य पदार्थों पर अलग से नमक न छिड़कें। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

स्पेशल: वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे, 28 जुलाई

पाचन तंत्र के पावर हाउस यकृत (लिवर) से संबंधित खतरनाक बीमारी है हेपेटाइटिस। भारत समेत दुनिया भर के लोगों को दिनों-दिन यह बीमारी अपनी गिरफ्त में ले रही है। हालांकि आधुनिक मेडिकल साइंस में इसका ट्रीटमेंट पॉसिबल है। लेकिन आपको इसके कारणों, लक्षणों के साथ प्रिवेंशन के तरीकों के बारे में भी जरूर जानना चाहिए।

लिवर का खतरनाक रोग हेपेटाइटिस पॉसिबल है ट्रीटमेंट-प्रिवेंशन है जरूरी

हेपेटाइटिस से बचाव के उपाय

हेपेटाइटिस ए और बी का टीका (वैक्सीन): हेपेटाइटिस के इन दोनों प्रकारों का टीका उपलब्ध है, जिसके लगवाने से हेपेटाइटिस का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है। इसके अलावा इन बातों पर भी दें ध्यान।

स्वच्छ पेयजल: फिल्टर, प्यूरीफायर या आर.ओ. का पानी ही पिएं। अगर यह सुविधा उपलब्ध नहीं है तो पानी को उबालकर और फिर इसे ठंडा कर पिएं, क्योंकि हेपेटाइटिस खासकर ए और ई के वायरस अशुद्ध पेयजल और दूषित खाद्य पदार्थों के जरिए शरीर में प्रवेश करते हैं।

टेस्ट करवाएं: हेपेटाइटिस का टेस्ट इस बीमारी की रोकथाम और प्रारंभिक स्तर पर इसके निदान (डायग्नोसिस) की सटीक विधि है। जब भी आप हेपेटाइटिस के कुछ लक्षण महसूस करें तो डॉक्टर से परामर्श लेकर परीक्षण करवाएं। ऐसा करने से किसी भी गंभीर बीमारी के जानलेवा होने का खतरा टल सकता है।

मेंटल हेल्थ

प्रो. (डॉ.) कोमल चावला
साइकोलॉजी-ब्रिटिश यूनिवर्सिटी, बहरीन

पिछले दिनों हुए एयर डंडिया प्लेन क्रैश के बाद से बहुत सारे लोग हवाई यात्रा से डरने लगे हैं। ऐसा एंग्जाइटी की वजह से होता है। इस मेंटल कंडीशन से उबरने के लिए आपको कुछ उपाय आजमाने चाहिए।

एयरोप्लेन एंग्जाइटी उबरने के लिए आजमाएं ये कारगर उपाय

हाल में ही हुए अहमदाबाद एयरोप्लेन क्रैश के बाद से फ्लाइट में निश्चिंत होकर सफर करने वाले कई लोगों के मन में डर, चिंता और घबराहट होने लगी है। ऐसा एयरोप्लेन एंग्जाइटी की वजह से हो रहा है।

एंग्जाइटी का कारण-प्रभाव: असल में एंग्जाइटी एक सेकेंडरी इमोशनल रिएक्शन होता है। जब कभी हमें किसी चीज का डर होता है, तो उसकी वजह से हम तनावग्रस्त हो जाते हैं, उसके बारे में सोचना शुरू करते हैं और धीरे-धीरे पैनिक या घबरा जाते हैं। जहां तक एयरोप्लेन एंग्जाइटी का सवाल है- यह एयरोप्लेन से जुड़ी घबराहट, कमजोरी या बेवजह डर नहीं, बल्कि व्यक्ति के दिमाग का नए और अनजान माहौल में प्रतिक्रिया करने का तरीका है। एयरोप्लेन क्रैश की भयावह दुर्घटना और मीडिया के ओवर-एक्सपोजर की वजह से व्यक्ति का ब्रेन एयर ट्रैवल को खतरे के रूप में देखने लगता है और शरीर फाइटर फ्लाइट मोड में चला जाता है। बॉडी में कार्टिसोल और एड्रेनलिन हार्मोन रिलीज होने लगते हैं, जिससे व्यक्ति इंटरनल पैनिक या एंग्जाइटी महसूस करने लगता है। इसका व्यक्ति के दिलोदिमाग पर गहरा असर पड़ता है। वह गहरे दुख, विषाद और असुरक्षा की भावना का शिकार हो जाता है। उसे मेंटल-इमोशनल फॉलआउट का सामना करना पड़ता है। भले ही वह पर्सनल लेवल पर उस दुर्घटना का हिस्सा न रहा हो, लेकिन नित्य प्रति होने वाले मीडिया एक्सपोजर के चलते उस घटना से भावनात्मक रूप से जुड़ा होता है। कुछ लोगों में निराशा इतनी बढ़ जाती है कि वो एयरोप्लेन में ट्रैवल करने से डरने लगते हैं।

क्या होते हैं लक्षण: एयरोप्लेन एंग्जाइटी होने पर ट्रैवल कर रहे लोगों में कई तरह की व्यावहारिक असमानताएं दिखाई देने लगती हैं। जैसे- फ्लाइट के बारे में सोच कर हार्टबीट तेज होना, सांस फूलना या सांस लेने में तकलीफ होना, घबराहट होना, पसीना आना, यूरिन पास करने की फीलिंग बार-बार होना, नींद न आना। पैनिक की स्थिति में ब्रेन फॉग होना शुरू हो जाता है, व्यक्ति कोई निर्णय नहीं ले पाता।

क्या हैं कारण: एयरोप्लेन एंग्जाइटी बढ़ने के कई कारण हो सकते हैं-

- एयरोप्लेन क्रैश या एयरोप्लेन की इमरजेंसी लैंडिंग की होने वाली घटनाएं सबसे बड़ा कारण हैं। इनसे जुड़ी खबरें देख-सुनकर या फिर दूसरों से बात करने पर व्यक्ति के ब्रेन में फीयर इमोशन एक्टिवेट हो जाता है और वह एंग्जाइटी का शिकार हो जाता है।
- दूसरे लोगों के एयर ट्रैवल के अनुभव सुनकर या न्यूज में देखी-सुनी एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की दुविधा बनी रहती है।

कैसे करें हैंडल: पॉजीटिव सोच रखकर और सचेत रहकर व्यक्ति अपनी एयर ट्रैवल एंग्जाइटी पर काबू पा सकता है।

- सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि ट्रैवल करने के लिए हवाई-यात्रा सबसे सुरक्षित और सुविधाजनक माध्यम है। एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की संभावना काफी कम होती है।
- जरूरी है कि अपने को समझाएं कि यह कोई वास्तविक डर नहीं एंग्जाइटी है।
- मीडिया के ओवर-एक्सपोजर से बचें।
- भगवान पर भरोसा रखें। पैनिक स्थिति में अपनी धार्मिक आस्था के मुताबिक मन ही मन भगवान को याद करें।
- ट्रैवलिंग में टाइम पास करने या रिलैक्स होने के लिए अपनी पसंदीदा किताब या मैगजीन लेकर जाएं। बोरियत से बचने के लिए सीट पर लगी स्क्रीन या फोन पर अपने पसंदीदा प्रोग्राम देखें, डिजिटल गेम्स खेलें, म्यूजिक सुनें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

डायबिटीज से भी हो सकती है इनफर्टिलिटी

अवेयरनेस

अब से कुछ दशक पहले तक डायबिटीज और बांझपन की समस्या ज्यादातर उम्र बढ़ने के बाद नजर आती थी। लेकिन अब 25-30 साल के युवाओं में भी ये प्रॉब्लम्स तेजी से बढ़ रही हैं। डायबिटीज, शरीर में हार्मोनल और मेटाबॉलिज्म सिस्टम को प्रभावित कर देती है, जिससे रिप्रोडक्शन में परेशानी होती है। यहां तक कि प्री-डायबिटीज या इंसुलिन रेजिस्टेंस भी यंगस्टर्स में रिप्रोडक्टिव हार्मोन और महिलाओं के पीरियड्स को प्रभावित कर सकता है। इस वजह से गर्भधारण करने में दिक्कत आती है।

डायबिटीज और इसका प्रभाव: दिल्ली एनसीआर स्थित मदरहुड हॉस्पिटल में फर्टिलिटी-आइवीएफ स्पेशलिस्ट **डॉ. वर्षा अग्रवाल** के अनुसार, 'डायबिटीज पुरुषों और महिलाओं दोनों की प्रजनन क्षमता को प्रभावित करता है। डायबिटीज से पुरुषों में स्पर्म काउंट कम होना, स्पर्म की क्वालिटी खराब होना और इरेक्शन की समस्या हो सकती है। महिलाओं में ओव्यूलेशन में दिक्कत, पीसीओएस का खतरा और अंडे की क्वालिटी में कमी आ सकती है। डायबिटीज कंट्रोल न हो तो गर्भपात और प्रीमैच्योर डिलीवरी का खतरा बढ़ जाता है।'

नई दिल्ली स्थित नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी में फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. संदीप तलवार** बताते हैं, 'हम अकसर देखते हैं कि 20 से 30 की उम्र के बीच कई युवा डायबिटीज से अनजान होते हैं और हार्मोनल असंतुलन और इनफर्टिलिटी की समस्याओं से ग्रस्त होते हैं। गलत खान-पान, नींद की कमी और तनाव से डायबिटीज और हार्मोनल समस्याएं बढ़ती हैं।' इस समस्या को कंट्रोल करने के बारे में **डॉ. वर्षा अग्रवाल** बताती हैं, 'सही खान-पान (जैसे हरी सब्जियां, दालें, मछली आदि), नियमित व्यायाम और ब्लड शुगर कंट्रोल से डायबिटीज और बांझपन को काफी हद तक कंट्रोल किया जा सकता है।' *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

सुबह उठते ही दिखें ये लक्षण तो ये थायराइड के हो सकते हैं संकेत

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में थायराइड की समस्या आम हो गई है। थायराइड किसी को भी अपनी चपेट में ले सकता है। सबसे पहले यह जानना जरूरी है कि थायराइड क्या होता है। बता दें कि यह एक तितली के आकार की ग्रंथि होती है, जोकि हमारे गले के सामने वाले हिस्से में मौजूद होती है। यह ग्रंथि टी-3 और टी-4 नामक हार्मोन से बनती है। जोकि शरीर के कई कामों के लिए काफी जरूरी होता है। यह वजन, एनर्जी, मेटाबॉलिज्म, मूड, स्किन और बालों की सेहत के लिए भी जरूरी होती है।

दो तरह का होता है थायराइड

बता दें कि थायराइड दो तरह का होता है, जिसमें एक हार्मोन कम होने लगता है और दूसरा जिसमें हार्मोन जरूरत से ज्यादा बनने लगता है। ज्यादातर लोगों को कम हार्मोन बनने वाली शिकायत होती है। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको कुछ ऐसे लक्षण के बारे में बताने जा रहे हैं, जो सुबह सोकर उठने पर दिखाई देते हैं।

सुबह आंख खुलते ही दिखते हैं लक्षण

रात भर सोने के बाद जब सुबह उठते हैं, तो आपको थकान महसूस होती है। तो आपको समझ जाना चाहिए कि आपको थायराइड घेर रहा है। शरीर के मेटाबॉलिज्म बनाने के प्रोसेस को थायराइड ग्रंथि को कंट्रोल करती है। जब यह ग्रंथि ठीक से काम नहीं करती है, तो शरीर में कुछ बदलाव आने लगता है। इसकी कमी से सुस्ती महसूस होती है।

हार्मोन की कमी में बॉडी में होता है फ्लुएड रिटेंशन

जब शरीर में इस हार्मोन की कमी होती है, तो बॉडी में फ्लुएड रिटेंशन होने लगता है। जिस कारण सुबह सोकर उठने के दौरान आपका चेहरा सूजा हुआ लगता है और आंखें भरी लगती हैं। अगर आप खुद में यह बदलाव देख रही हैं, तो आपको फौरन डॉक्टर से मिलना चाहिए।

थायराइड हार्मोन की कमी शरीर के हर सेल को प्रभावित करने का काम करती है। फिर चाहे वह जोड़ हो, मांसपेशियां हो या फिर तंत्रिका तंत्र हो। थायराइड हार्मोन

की कमी होने से मांसपेशियों में ऊर्जा की सप्लाई घट जाती है। इससे मांसपेशियों में दर्द और अकड़न महसूस होती है और कई बार उंगलियों में दर्द या अकड़न भी हो सकती है। अगर सुबह सोकर उठते ही आपको लगता है कि दिल की धड़कन काफी तेज है, यह थायराइड हार्मोन के लेवल का बहुत ज्यादा होने का संकेत हो सकता है। इसे पैल्पिटेशन कहा जाता है। ऐसा हाइपरथायरायडिज्म में होता है।

कुछ घरेलू उपाय

लौकी: थायराइड की बीमारी से निजात पाने के लिए रोज सुबह खाली पेट लोकी का जूस पिएं। इससे बीमारी से राहत मिलती है और बीमारी शांत होती है।

हरा धनिया: हरे धनिया के प्रयोग से थायराइड की बीमारी को ठीक किया जा सकता है। सबसे पहले इसे बारीक पीस लें और फीर रोजाना एक ग्लास पानी में घोल कर इसे पिएं। इससे थायराइड की बीमारी धीरे-धीरे कन्ट्रोल होने लगता है।

आयोडीन: थायराइड से ग्रस्त मरीजों को आयोडीन युक्त आहार का सेवन ज्यादा मात्रा में करना चाहिए। इसका अच्छा स्रोत प्याज, लहसुन और टमाटर जैसी चीजें हैं।

नारियल पानी: यह भी थायराइड को नियंत्रित करने में बहुत सहायक होता है। यदि हर दिन संभव नहीं है तो कम से कम ऐसे मरीज को हर दूसरे दिन इसका सेवन करना चाहिए।

हल्दी: हल्दी में करक्यूमिन नामक तत्व पाए जाते हैं, जो थायराइड को कंट्रोल करने में मददगार साबित होते हैं। इसलिए हमेशा रात को सोने से पहले हल्दी वाला दूध पीना थायराइड मरीजों के लिए अच्छा होता है।

खबर संक्षेप

खरीफ सीजन की तैयारियां शुरू

रेवाड़ी। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना का लाभ देने के लिए सभी बैंक अधिकारी ऋणी किसानों का प्रीमियम 31 जुलाई तक काटना सुनिश्चित करें। कृषि विभाग के उपनिदेशक डा. जितेंद्र अहलावत ने बताया कि प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना की खरीफ सीजन के लिए तैयारी शुरू हो चुकी है। सभी बैंक प्रबंधकों को निर्देश दिए गए हैं कि ऋणी किसानों का बीमा प्रीमियम 31 जुलाई तक अवश्य काटा जाए। उन्होंने बताया कि 15 अगस्त तक किसानों की फसल गांव के अनुसार डेटा पोर्टल पर अपलोड करना अनिवार्य है। बीमित फसल में ओलावृष्टि, जलभराव, भूस्खलन जैसी आपदा होने पर किसान 72 घंटों के भीतर शिकायत दर्ज कराना अनिवार्य है। इसके लिए कॉप इंश्योरेंस ऐप, कृषि रक्षक पोर्टल और हेल्पलाइन 14447 का उपयोग किया जा सकता है। धान को छोड़कर अन्य फसलों में जलभराव से हुई हानि बीमा योजना में शामिल है। यह योजना ऋणी किसानों के लिए स्वैच्छिक है, जो किसान बीमा नहीं कराना चाहता, वह 24 जुलाई तक बैंक में सूचना दे सकता है।

प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना के अंतर्गत लगाया शिविर

सौर ऊर्जा को बढ़ावा देने के लिए 14 गांव प्रतियोगिता के लिए चुने गए , एक करोड़ रुपये इनाम मिलेगा

दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम ने ग्रामीणों को प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना से अवगत कराया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कोसली

रेवाड़ी। ग्रामीणों को प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना की जानकारी देते बिजली निगम के अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

- कार्यकारी अभियंता अनीश कुमार ने कहा कि ग्रामीणों को घरों में सौर ऊर्जा प्रणाली लगवानी चाहिए

कोसली गांव के ग्राम सचिवालय में बुधवार को दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम की ओर से प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना के अंतर्गत शिविर का आयोजन कर ग्रामीणों को योजना से अवगत कराया गया। इस अवसर पर बिजली निगम कोसली के कार्यकारी अभियंता अनीश कुमार ने कहा कि ग्रामीणों को अपने घरों में सौर ऊर्जा प्रणाली लगवानी चाहिए। उन्होंने बताया कि सरकार द्वारा सौर ऊर्जा को बढ़ावा देने के लिए प्रधानमंत्री सौर ऊर्जा योजना के तहत रेवाड़ी जिले के 14 गांव को प्रतियोगिता के लिए चुना गया है, जिनमें नाहड़ खंड के तीन गांव कोसली, भाकली व नाहड़ शामिल हैं। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले गांव को राज्य सरकार द्वारा एक करोड रुपये की राशि गांव के विकास के लिए दी जाएगी। उपमंडल अभियंता सुमित कुमार ने कहा कि सभी ग्रामीणों को इस योजना का लाभ उठाना चाहिए और बढ़ते हुए प्रदूषण पर लगाम लगाने के लिए सभी को पीएम सौर ऊर्जा योजना का लाभ उठाना चाहिए। इससे बिजली पर होने वाले पैसे की भी बचत होगी। इस अवसर पर गांव के सरपंच रामकिशन सहित काफी संख्या में ग्रामीण उपस्थित थे। सौर ऊर्जा से प्रदूषण रहित विद्युत उपलब्ध होती है, क्योंकि सौर ऊर्जा प्रणाली से सूर्य की किरणों से बिजली का उत्पादन होता है।

एक लाख दस हजार सब्सिडी

अनीश कुमार ने बताया कि सौर ऊर्जा प्रणाली के लिए केंद्र व प्रदेश की सरकार की ओर से हरियाणा के गरीब परिवारों को एक लाख दस हजार रुपए की सब्सिडी दी जा रही है। उन्होंने बताया कि जिन परिवारों की आय 180000 तक है, उनको 2 किलोवाट तक 60 हजार रुपये की सब्सिडी केंद्र सरकार द्वारा व 50 हजार रुपये की अतिरिक्त सब्सिडी राज्य सरकार द्वारा दी जा रही है। औसतन मासिक 300 यूनिट तक मुफ्त उत्पादन प्राप्त किया जा सकता है। उन्होंने बताया कि एक लाख 80 हजार से तीन लाख रुपए तक की वार्षिक आय के लाभार्थी को 2 किलोवाट तक 60 हजार रुपये की सब्सिडी केंद्र सरकार द्वारा व 20 हजार रुपये की अतिरिक्त सब्सिडी राज्य सरकार द्वारा दी जा रही है। ओसतन मासिक 300 यूनिट तक मुफ्त बिजली उत्पादन प्राप्त किया जा सकता है।

नाहड़ खंड के 63 विशेष बच्चों ने शिविर में हिस्सा लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। शिविर में दिव्यांग बच्चों की जांच करती टीम। फोटो : हरिभूमि

- 30 दिव्यांगों का चिकित्सीय प्रमाण-पत्र बनाया गया

समग्र शिक्षा के तहत बुधवार को नागरिक अस्पताल में नाहड़ खंड के विशेष आवश्यकता वाले बच्चों के चिकित्सा जांच शिविर का उद्घाटन जिला परियोजना संयोजक समग्र शिक्षा राजेन्द्र शर्मा ने किया गया। शिविर में कुल 65 दिव्यांग बच्चों ने भाग लिया, जिसमें से 30 दिव्यांगों का नया चिकित्सीय प्रमाण-पत्र, 10 दिव्यांगों के चिकित्सीय प्रमाण पत्र का नवीनीकरण, 22 दिव्यांगों को सहायक उपकरण के लिए नामांकित तथा 3 दिव्यांग छात्रों को अगले सप्ताह के लिए सामान्य अस्पताल में बुलाया गया। इसके अतिरिक्त जरूरतमंद बच्चों के रेलपास तथा बसपास बनाए गए। कैंप दिव्यांग छात्रों के 68 अभिभावक भी मौजूद थे। इस मौके पर डीपीसी राजेन्द्र शर्मा ने समग्र शिक्षा के तहत दी जाने वाली सुविधाओं को दिव्यांग छात्रों के लिए लाभकारी तथा समावेशी शिक्षा का हिस्सा बनने का प्रमुख जरिया बताया। उन्होंने कहा कि अभिभावक दिव्यांग बच्चों की मुख्य जिम्मेदारी को अच्छे से निभाएं। उन्होंने शिविर में जांच करने वाले सिविल अस्पताल के डॉक्टरों के सहयोग की भी सराहना की। शिविर में प्राचार्य रावमावि नाहड़ तथा रेवाड़ी जिले के सभी विशेष अध्यापकों ने भाग लिया। सामान्य हस्पताल के वरिष्ठ चिकित्सों ने बच्चों की जांच की। डॉ. जोगेन्द्र सिंह तवंर सहित चिकित्सकों ने सहयोग दिया। कार्यक्रम में जिला परियोजना संयोजक कार्यालय से एपीसी श्रीकृष्ण व प्रदीप कुमार उपाधीक्षक ने बच्चों का मनोबल बढ़ाया।

जागरूकता अभियान चलाया

नशे को खत्म करना समाज के हर व्यक्ति की नैतिक जिम्मेदारी: नीरज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। लोगों को जागरूक करते हुए एनसीबी टीम। फोटो : हरिभूमि

हरियाणा स्टेट नार्कोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो जिला यूनिट की ओर से बुधवार को शहर के नशा प्रभावित क्षेत्र माता चौक और गुर्जरवाड़ा में जन-जागरूकता अभियान चलाया गया। अभियान का उद्देश्य नशे के विरुद्ध जनसहभागिता को बढ़ावा देना और समाज में सकारात्मक चेतना का संचार करना रहा। कार्यक्रम का संचालन जिला यूनिट इंचार्ज निरीक्षक नीरज कुमार और ब्यूरो के जागरूकता इंचार्ज उप निरीक्षक डा. अशोक कुमार ने किया। डा. अशोक कुमार ने साइकिल चलाकर नशा मुक्ति का संदेश दिया और नशे के सामाजिक, मानसिक व शारीरिक दुष्परिणामों पर प्रकाश डाला। निरीक्षक नीरज कुमार ने कहा कि नशा एक सामाजिक दीमक है, जो युवाओं के भविष्य को खोखला कर रहा है। इस बुराई को जड़ से खत्म करना केवल पुलिस या सरकार की जिम्मेदारी नहीं, बल्कि समाज के हर व्यक्ति की नैतिक जिम्मेदारी है। डा. अशोक कुमार बताया कि जनवरी से जून तक पूरे हरियाणा मे 1858 अभियोग में 3051 अपराधी जेल भेजे गए है और 87 लाख रुपये से अधिक की अवैध संपत्ति जब्त की गई।

छात्राओं से अश्लील हरकत करने वाला आरोपी शिक्षक गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में आरोपी शिक्षक।

खोल थाना पुलिस ने क्षेत्र के एक गांव स्थित स्कूल में पढ़ने वाली छात्राओं के साथ अश्लील हरकत करने के आरोपी शिक्षक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी शिक्षक को अदालत में पेश करके न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। गत 18 जुलाई को एक छात्रा के अभिभावक ने अपनी शिकायत में बताया था कि उनकी बेटी थाना क्षेत्र के एक गांव स्थित एक स्कूल में पढ़ती है। सुबह करीब 11 बजे एक शिक्षक ने उनकी बेटी को स्कूल का स्टाफ रूम बंद करने के लिए भेजा था। जब उनकी बेटी वहां गई तो स्कूल में पढ़ाने वाला एक शिक्षक वहां पर पहले से मौजूद था। उसे देखकर जब उसकी बेटी वापस आने लगी तो आरोपी शिक्षक ने उसके साथ अश्लील हरकत की। छात्रा के अभिभावक ने बताया की जब वह स्कूल पहुंचे तो दो अन्य बच्चियों के अभिभावक वहां पहुंचे हुए थे उनकी बच्चियों के साथ भी शिक्षक ने हरकत की थी।

सीईटी को लेकर दिए निर्देश

परीक्षा केंद्र में अधीक्षक के अतिरिक्त किसी के पास फोन मिला तो होगी कार्रवाई: डीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। अधिकारियों की बैठक लेते एचएसएससी मेंबर भूपेंद्र चौहान। फोटो : हरिभूमि

हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग के सदस्य भूपेन्द्र चौहान व डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि जिला प्रशासन व हरियाणा सरकार सीईटी परीक्षा की पवित्रता को कायम रखने के लिए प्रतिबद्घ है। जिले के सभी 70 केंद्र अधीक्षक सीईटी परीक्षा के लिए अपनी तैयारियां पूरी रखें। उन्होंने कहा कि केंद्र अधीक्षक केवल अपने फोन का इस्तेमाल इमरजेंसी में करें। चेकिंग के समय किसी स्टाफ सदस्य के पास फोन मिला तो सख्त कार्रवाई की जाएगी। पारदर्शी वातावरण में इस परीक्षा का आयोजन कराया जाएगा। इस अवसर पर पुलिस अधीक्षक हेमेंद्र मीणा व एडीसी राहुल मोदी भी मौजूद थे। एचएसएससी मेंबर भूपेंद्र चौहान ने कहा कि आयोग ने परीक्षा के लिए जारी एसओपी की पालना की जाए। इस एसओपी को सभी केंद्र अधीक्षक ध्यान से पढ़ लें और उसके अनुसार परीक्षा की कार्यवाही को अमल में लाया जाए। उन्होंने कहा कि जिला खजाना अधिकारी ओएमआर शीट और प्रश्न-पत्र के बॉक्स उनके कोड के अनुसार एक ही स्थान रखे। एक कोड के बॉक्स अलग-अलग जगह पर नहीं होने चाहिए।

चोरी करने के मामले में चौथा आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मॉडल टाउन थाना पुलिस ने सेटरिंग की प्लेट चोरी करने के मामले में एक और आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान यूपी के जिला रामपुर के गांव लखीमपुर निवासी मोहम्मद शाकिर के रूप में हुई है। पुलिस इस मामले में तीन आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। शहर के उतम नगर निवासी गणेशी लाल ने शिकायत में बताया था कि वे गढ़ी बोलनी स्थित एलिगेंट सिटी मे बतौर सिक्योरिटी अधिकारी तैनात है।

27 फरवरी की रात को कोई व्यक्ति एलिगेंट सिटी के झुग्गी एरिया से 22 सेटरिंग की प्लेट चोरी करके ले गए। पुलिस ने मामले में संलिप्त तीन आरोपी राशिद खान, शिवम उर्फ शिवा व राजकुमार को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से चोरी की गई सेटरिंग की प्लेटो को बरामद कर लिया था।

रेवाड़ी। स्कूल में पौधारोपण करते बीईओ व शिक्षक।

पर्यावरण संरक्षण के रोल मॉडल का कार्य करें स्कूल: बीईओ

कोसली। खंड शिक्षा अधिकारी नाहड डा. राजेन्द्र यादव ने बुधवार को राजकीय प्राथमिक पाठशाला लुखी में बेलपत्र का पौधा लगाकर विद्यालय में पौधारोपण अभियान का शुभारंभ किया। इस मौके पर खंड शिक्षा अधिकारी ने विद्यालय प्रभारी मनोज नठेड़ा के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने सभी स्कूल प्रभारियों को भी अपने अपने विद्यालयों में पौधारोपण अभियान चलाना चाहिए। उन्होंने कहा कि प्रत्येक विद्यालय को चाहिए कि वे अपने क्षेत्र में पर्यावरण संरक्षण के रोल मॉडल एवं टॉर्च बियरर का कार्य करें। लुखी स्कूल की प्राचार्या उमा यादव ने खंड शिक्षा अधिकारी को आश्वासन दिलाया कि वे पौधारोपण अभियान में पूर्ण से सहयोग के लिए कृतसंकल्प हैं। इस मौके पर शिक्षक जितेंद्र कुमार, वरिष्ठ प्रवक्ता श्रीभगवान बव्वा, राजपाल यादव, अमित सोलंकी, अंजू यादव मौजूद रहे।

छात्रों को व्यवसायिक अवसरों की जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद शिक्षक, वक्ता व विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

राज इंटरनेशनल स्कूल में कक्षा 11वीं एवं 12वीं के कॉमर्स वर्ग के विद्यार्थियों के लिए काउंसलिंग सत्र का आयोजन किया गया, जिसका उद्देश्य छात्रों को उद्यमिता और कॉमन यूनिवर्सिटी एंट्रेंस टेस्ट के प्रति मार्गदर्शन और जागरूकता प्रदान करना था। कार्यक्रम में बतौर वक्ता हेमा चौधरी और सागर कुमार ने शिरकत की। उन्होंने छात्रों को स्वरोजगार, स्टार्टअप कल्चर और आधुनिक व्यवसायिक अवसरों की जानकारी दी। वक्ताओं ने कहा कि आज की युवा पीढ़ी पारंपरिक नौकरी की सोच से आगे बढ़कर आत्मनिर्भरता की ओर कदम बढ़ा रही है। उन्होंने विद्यार्थियों का कॉमन यूनिवर्सिटी एंट्रेंस टेस्ट की तैयारी, सही विषय चयन, परीक्षा पैटर्न और समय प्रबंधन जैसे बिंदुओं पर मार्गदर्शन किया। सत्र के दौरान छात्रों ने आने वाले करियर विकल्पों और प्रतिस्पर्धी परीक्षाओं को लेकर अनेक सवाल पूछे, जिनका वक्ताओं ने समाधान किया। विद्यालय के चेयरमैन राजेन्द्र सैनी और निदेशक जितेन्द्र सैनी ने वक्ताओं का पौधा भेंटकर उनका अभिनंदन किया और सत्र को विद्यार्थियों के लिए ज्ञानवर्धक व प्रेरणादायक बताया। इस मौके पर विद्यालय के प्राचार्य कुलदीप कुमार ने कहा कि इस प्रकार के सत्र छात्रों को न केवल करियर की दिशा चुनने में मदद करते हैं, बल्कि उनके आत्मविश्वास और लक्ष्य स्पष्टता को भी मजबूत करते हैं। इस मौके पर स्कूल के सभी शिक्षक मौजूद थे।

एनएसएस की तिरंगा यात्रा में आईजीयू की दो छात्राओं का चयन

रेवाड़ी। राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई की ओर से आयोजित इस वर्ष की राष्ट्रीय तिरंगा यात्रा में इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर की दो छात्राओं का चयन हरियाणा राज्य की ओर से हुआ है। वाणिज्य विभाग से शशि यादव और प्रबंधन विभाग की अंजलि को इस गौरवशाली यात्रा के लिए चुना गया है, ये यात्रा 10 अगस्त से 15 अगस्त तक आयोजित की जाएगी और इसका समापन लाल चौक कश्मीर में होगा। चयन से पहले छात्राओं को पंचकूला में विशेष प्रशिक्षण शिविर में भाग लेने का अवसर मिला, जहां उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर इन्हें हरियाणा राज्य से प्रतिनिधित्व के लिए चुना गया। शशि यादव को पूरे हरियाणा दल की लीडर नियुक्त किया गया है। इस उपलब्धि पर विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. असीम मिगलानी ने कहा कि यह केवल विश्वविद्यालय की ही नहीं, पूरे प्रदेश के लिए सम्मान की बात है।

रेवाड़ी। तिरंगा यात्रा में चयनित छात्राएं कुलपति के साथ।

शिवरात्रि पर महाकाल का अर्धनारीश्वर रूप में किया श्रृंगार

रेवाड़ी। शिवरात्रि के पर्व पर बुधवार को राधा कृष्ण मंदिर सेक्टर-3 में महाकाल का अर्धनारीश्वर रूप में श्रृंगार किया गया और 101 पार्थिव शिवलिंग बनाए गए। शिव भक्त कविता देवी ने भोले बाबा का श्रृंगार किया। महिला मंडल की प्रधान शकुंतला देवी ने बताया पूरे सावन के महीने भोले बाबा का अलग-अलग रूपों में श्रृंगार किया जाता है। मंदिर में शाम 4 बजे से 6 बजे तक भजन-कीर्तन होता है। मंदिर को फूलों और लाइटों से सजाया गया है। इस अवसर पर राजबाला यादव, ओमवती देवी व राधा शर्मा सहित महिला मंडल के सभी सदस्य मौजूद थी।

रेवाड़ी। मंदिर में महाकाल का किया गया श्रृंगार।

गांव शाहपुरा व बावल में आयोजित सभाओं में बोलीं स्वास्थ्य मंत्री

प्रदेश में बिना भेदभाव के समान विकास की विचारधारा से हो रहे विकास कार्य, हर वर्ग आगे बढ़ रहा : आरती राव

- स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने बावल क्षेत्र के गांवों में किया जनसंपर्क

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

रेवाड़ी। सभा में ग्रामीणों का संबोधित करती आरती राव। फोटो : हरिभूमि

प्रदेश की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव ने कहा कि हरियाणा सरकार जनसेवा की भावना के अनुरूप हर वर्ग की भलाई के लिए काम कर रही है। बेहतर स्वास्थ्य सेवाओं को प्रदत्त करते हुए हरियाणा प्रदेश प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के विजन 2047 के विकसित राष्ट्र के सपने को साकार करने में सहभागी रहेगा। स्वास्थ्य मंत्री बुधवार को बावल विधानसभा क्षेत्र के गांव शाहपुरा व बावल में आयोजित की गई सभाओं को संबोधित कर रही थी। बावल से विधायक डा. कृष्ण कुमार व भाजपा जिलाध्यक्ष डा. वंदना पोपली ने स्वास्थ्य मंत्री का स्वागत किया। स्वास्थ्य मंत्री आरती राव ने कहा कि देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी व प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में बिना भेदभाव के समान विकास की विचारधारा से विकास कार्य हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि जिस तरह पूर्व मुख्यमंत्री राव वीरेन्द्र सिंह व केंद्रीय मंत्री राव इन्द्रजीत सिंह ने बावल हल्के के विकास के लिए कार्य किए हैं, उनका अनुसरण करते हुए वे भी बावल विधानसभा क्षेत्र के विकास के लिए प्रयासरत रहेंगी। उन्होंने कहा कि प्रदेश में अच्छी स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं। खास तौर से ग्रामीण क्षेत्रों में बेहतर चिकित्सा सेवाएं दिलाने का उनका प्रयास है, जिसके लिए काम किया जा रहा है। उन्होंने कहा प्रदेश के सभी क्षेत्रों में एफआरयू की सुविधा उपलब्ध कराई जा रही है, ताकि गर्भवती महिलाओं को किसी प्रकार की परेशानी न हो।

विकास में कमी नहीं रहने दी जाएगी

विधायक डॉ. कृष्ण कुमार ने कहा कि बावल क्षेत्र के विकास में किसी भी तरह की कोई कमी नहीं रहने दी जाएगी। उन्होंने कहा कि आरती सिंह राव ने स्वास्थ्य मंत्री बनते ही प्रदेश के सभी सरकारी अस्पतालों में डायलेसिस की सुविधा मुफ्त कर दी है। हरियाणा सहित देश के सभी राज्यों में 70 साल से अधिक आयु के बुजुर्गों की चिकित्सा के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आयुष्मान कार्ड योजना लागू की हुई है। इस अवसर पर वीरेन्द्र छिल्लर, जगन्नाथ प्रसाद, महामंत्री कुलदीप चौहान, महामंत्री पंडित हिमांशु पालीवाल, जीतू यादव, प्रवीन शर्मा, नीरज यादव, वीर सिंह, रमेश, दिनेश, रामपाल व नीलम सहित अनेक कार्यकर्ता व गणमान्य लोग मौजूद थे।

रेवाड़ी। ग्रामीणों को पौधे वितरित करते संस्था के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

संस्था ने ततारपुर में पौधे लगाकर देखरेख करने की जिम्मेदारी ली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

ह्युमाना फाइनेंस प्राइवेट लिमिटेड की ओर से एक पौधा, एक संकल्प अभियान के तहत गांव ततारपुर में करीब 500 छायादार एवं फलदार पौधे रोपित किए। इस अवसर पर संस्था के सीओओ कृष्ण कुमार शर्मा और नितिन कुमार मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। कार्यक्रम के दौरान ग्रामीणों को जल संकट और पेड़ों के महत्व के बारे में जागरूक किया गया। सीओओ शर्मा ने कहा कि बढ़ते वैश्विक तापमान को देखते हुए हमें अधिक से अधिक पौधे लगाने की आवश्यकता है। पेड़ न केवल पर्यावरण को संतुलित रखते हैं, बल्कि पृथ्वी को सुंदरता भी प्रदान करते हैं। उन्होंने ग्रामीणों से अपने जन्मदिन, विवाह जैसे शुभ अवसरों पर पांच पौधे लगाकर उनकी देखभाल करने की अपील की। संस्था प्रति वर्ष निःशुल्क दो लाख पौधे लगाती है।

शिवरात्रि पर सोलहराही स्थित भूतेश्वर मंदिर में जलाभिषेक करते श्रद्धालु।

रेवाड़ी। शिवरात्रि पर सजा बारा पत्थर भूतेश्वर मंदिर व चढ़ाई गई कांवड़।

रेवाड़ी। शिवरात्रि पर बारा पत्थर भूतेश्वर मंदिर में जलाभिषेक करते श्रद्धालु।

रेवाड़ी। शिवरात्रि पर बारा पत्थर भूतेश्वर मंदिर में लगी श्रद्धालुओं की भीड़।

शिवरात्रि पर मंदिरों में पूरे दिन लगा रहा भक्तों का तांता, पुलिस ने किए सुरक्षा के प्रबंध, लाखों रुपये की आकर्षक कांवड़ पहुंची

शिवरात्रि पर्व पर बम-बम भोले के जयघोष से गुंजायमान हुआ शहर कांवड़ियों ने उत्साह के साथ गंगाजल चढ़ाकर की कांवड़ अर्पित

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

श्रावण मास शिवरात्रि के पर्व पर बुधवार को शिव मंदिरों में अल सुबह से ही श्रद्धालुओं की काफी भीड़ रही। श्रद्धालुओं ने दिनभर बम-बम भोले, ओम नमः शिवाय व हर-हर महादेव के जयघोष के साथ शिवालयों में भगवान शिव शंकर का जलाभिषेक व दुग्धाभिषेक किया। कांवड़ियों ने हरिद्वार व गंगोत्री से लाए गंगाजल से भोलेबाबा का जलाभिषेक किया व मंदिरों में कांवड़ अर्पित की। कांवड़ियों ने अपने ईष्ट देव भगवान शिव की पूजा-अर्चना कर मनोकामना भी मांगी। शहर के मोती चौक स्थित घंटेश्वर महादेव मंदिर, बारा पत्थर भूतेश्वर महादेव मंदिर, नई अनाज शिव मंदिर, सोलहराही स्थित भूतेश्वर मंदिर, शिव चौक, आजाद चौक शिव मंदिर, कालाका रोड स्थित महाकाल मंदिर व हरिकीर्तन मंदिर सहित सभी मंदिरों में दिनभर भक्तों का तांता लगा रहा।

कांवड़ियों ने मध्य रात्रि से ही मंदिरों में कांवड़ चढ़ानी शुरू कर दी थी। डाक कांवड़ लाने वाले शिवभक्त भी मंदिरों में दिनभर कांवड़ चढ़ाते रहे। शिवरात्रि पर शहर में कई स्थानों पर भंडारों का आयोजन भी किया गया। महिला मंडलों की ओर से मंदिरों में भजन-कीर्तन किए गए। पुलिस प्रशासन की ओर से शहर के सभी मंदिरों के आस-पास सुरक्षा के पुख्ता प्रबंध किए गए।

रेवाड़ी। शिवरात्रि पर अनाजमंड़ी शिव मंदिर में जलाभिषेक करते श्रृद्धालु, तथा शिवरात्रि पर हरिद्वार से कांवड़ लाते हुए कांवड़ियां का दल। फोटो : हरिभूमि

ग्रामीण क्षेत्रों के मंदिरों में लगी भक्तों की भीड़

शिवरात्रि के पावन अवसर पर ग्रामीण क्षेत्रों के मंदिरों में भी श्रद्धालुओं ने भोलेनाथ का जलाभिषेक कर मनोकामना मांगी। कोसली, नाहड़, बावल, कुंड, जाटूसाना व धारूहेड़ा क्षेत्र के शिव मंदिरों में सुबह से ही भक्तों का तांता लगा रहा। हजारों की संख्या में गांव की महिलाओं एवं पुरुषों ने देर शाम तक भोलेबाबा के दर्शन किए। शिव भक्तों ने शिवलिंग पर गंगाजल अर्पित कर भोले शंकर का जलाभिषेक किया तथा सुख, शांति व समृद्धि की कामना की। हरिद्वार से लंबा सफर तय करने के बाद कांवड़ लेकर लौटे शिव भक्तों में काफी जोश व उत्साह देखा गया। मंत्रों के उच्चारण व बम-बम भोले के जयघोष की गूंज से शहर का वातावरण पूरे दिन शिवमय बना रहा।

कांवड़ के साथ निकाली शोभायात्रा

हरिद्वार से पैदल कांवड़ लेकर पहुंचे कांवड़ियों की ओर से शहर में शोभायात्रा निकालकर मंदिरों में कांवड़ अर्पित की गई। शोभायात्रा में आकर्षक झांकियां भी शामिल की गई। कांवडिए व श्रद्धालु डीजे पर बजते भजनों पर झूमते नजर आए। कांवड़ यात्रा लेकर कांवडिए शहर के अनेक मंदिरों में पहुंचे। जहां पर कांवड़ियों ने विधि-विधान से पूजा अर्चना करके शिवलिंग का गंगाजल से अभिषेक किया।

शिवालयों पर फूलों से की गई साज-सज्जा

शिवरात्रि के पर्व को लेकर शहर के मंदिरों को लाइटों से सजाया गया तथा शिवालयों पर फूलों से साज-सज्जा की गई। जिले से प्रति वर्ष हजारों की संख्या में युवा हरिद्वार से पैदल कांवड़ व डाक कांवड़ लेकर आते है। शिवरात्रि के पर्व पर भक्तों ने दूध, दही, पंचामृत, काले तिल, फल, गन्ने का रस, बेलपत्र व फल अर्पित करके भोले का जलाभिषेक किया। शहर के भाड़ावास रोड स्थित प्राचीन बारा पत्थर भूतेश्वर मंदिर में केसरिया, सफेद व हर झंडों लगाकर तिरंगे के रंग में सजाया गया।

हनुमान जी की अद्भुत कांवड़ रही आकर्षण

शहर में हनुमान जी की अद्भुत कांवड़ आकर्षण का केंद्र रही। हरिद्वार से गंगाजल लेकर पहुंची करीब 20 लाख की भव्य कावड़ ने सभी को मंत्रमुग्ध किया। शहर के आजाद नगर स्थित शिव मंदिर से 17 जुलाई को 41 शिवभक्तों का जत्था हरिद्वार के लिए रवाना हुआ था। कांवड़ियों के दल से शिवरात्रि के पर्व पर मंदिर में भोलेबाबा का गंगाजल से अभिषेक किया। शिव भक्तों की ये 13वीं कावड यात्रा थी। कावड़ को बनाने और सजाने में 11 लोगों की टीम ने दिन-रात मेहनत की। कांवड़ की हरिद्वार से आते समय मार्ग में कई जगह आरती की गई और शिवभक्तों को सम्मानित किया गया।

रविन्द्र भाकली बने हरियाणा लेक्चरर एसोसिएशन के राज्य उपप्रधान

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

हरियाणा स्कूल लेक्चरर एसोसिएशन के पूर्व जिला प्रधान रविन्द्र भाकली को हसला का प्रदेश उपाध्यक्ष नियुक्त किया गया है। एसोसिएशन के राज्य संरक्षक डा. कप्तान एवं राज्य प्रधान सतपाल सिंह संधु ने बताया कि रविन्द्र भाकली के एसोसिएशन, शिक्षक साथियों एवं शिक्षा क्षेत्र के प्रति लगाव एवं समर्पण चलते उन्हें यह जिम्मेदारी सौंपी गई है। रविन्द्र भाकली के हसला प्रधान कार्यकाल दौरान शिक्षक साथियों के बातों को मुखर आवाज देने के साथ अपने निजी कोष से बहुत से अभियान चलाकर अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत किए। उन्होंने जिले में नकल उन्मूलन अभियान, नामांकन अभियान एवं पौधरोपण अभियान चलाकर बताया कि एसोशिएसन का अर्थ महज सड़क पर उतर कर धरना प्रदर्शन करना ही नहीं है। उन्होंने विद्यार्थियों के समग्र विकास पर बल देने के लिए अपने शिक्षक साथियों को प्रेरित किया। उनकी राज्य उप प्रधान की नियुक्ति से जिले के शिक्षकों में खुशी की लहर है। हरियाणा स्कूल लेक्चरर एसोसिएशन के पूर्व राज्य प्रधान अनिल यादव, जिला प्रधान मनोज मसानी, खंड प्रधान, प्रमोद यादव, टेकचंद, पतराम, कृष्ण कुमार व कर्मचंद ने उन्हें बधाई दी हैं।

रेवाड़ी। गांव में पौधरोपण करते हुए ग्रामीण। फोटो : हरिभूमि

शनि मंदिर व जोहड़ के पास किया पौधरोपण

रेवाड़ी। भूमिपुत्र विडोर्स टीम व पर्यावरण मित्रों की ओर से आचार्य योगिन्द्र के सानिध्य में गांव शहबाजपुर पदैयावास स्थित शनिदेव मंदिर व जोहड़ के समीप पौधरोपण किया गया। इस मौके पर आम, चीकू, बड़, पीपल, अर्जुन, आंवला, बेल पत्र, जामुन व अमरूद के पौधे लगाए गए और उनका संरक्षण करने की जिम्मेदारी भी ली। इस मौके पर करनावास से रामप्रसाद, मास्टर रामनिवास, प्रदीप खटाना आसलवास, नवीन नंबरदार गढ़ी बोलनी, हितेश यादव गोकलगढ़, मनीष शर्मा कमालपुर, रविन्द्र यादव, सोनू यादव, राहुल व शिशुपाल यदुवंशी पर्यावरण मित्र सहित अनेक लोग मौजूद थे।

विद्यार्थियों ने भाषण व कविताओं के माध्यम से शिवरात्रि का महत्व बताया

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

विवेकानंद पब्लिक स्कूल लाखनौर में श्रावण मास के शिवरात्रि पर्व के उपलक्ष्य में सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें बच्चों ने गीत, कविताएं व नृत्य प्रस्तुत कर भगवान शिव-पार्वती की महिमा का गुणगान किया। कक्षा 11वीं व 9वीं की छात्राओं ने भगवान शिव की छवि को दर्शाते हुए सुंदर नृत्य प्रस्तुत किया। कक्षा 8वीं से छात्रा मानवी ने अपने गायन से सभी को मंत्रमुग्ध किया। कक्षा 12वीं की छात्रा जाहनवी ने शिव तांडव स्त्रोतम का उच्चारण किया। विद्यालय की हिंदी शिक्षिका दर्शना ने संस्कृत गीत व श्लोक के माध्यम से भगवान शिव शंकर के चरित्र का वर्णन किया। विद्यार्थियों ने अपने भाषण व कविताओं के माध्यम से शिवरात्रि का महत्व बताया। विद्यालय के निदेशक एडवोकेट सुधीर यादव ने शिवरात्रि के पावन पर्व पर सभी विद्यार्थियों एवं अध्यापकों को शुभकामनाएं दी तथा पावन पर्व से जुड़े कुछ पौराणिक तथ्यों से अवगत कराया। विद्यार्थियो को अपने लक्ष्य की और अग्रसर होने के लिए प्रेरणा दी और सांस्कृतिक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया।

जेपीएस की पूर्व छात्रा दीक्षा यादव ने पास की नेट परीक्षा

रेवाड़ी। जैन पब्लिक स्कूल की पूर्व छात्रा दीक्षा यादव ने राष्ट्रीय पात्रता परीक्षा पास करने में सफलता प्राप्त की है। छात्रा ने अर्थशास्त्र विषय में 96 पर्सेंटाइल अंक प्राप्त किए है। विद्यालय के मीडिया प्रभारी गोपाल शर्मा ने बताया कि सेक्टर-4 निवासी सत्यनारायण यादव एवं सरिता यादव की पुत्री दीक्षा यादव ने नेट क्लीयर करके विद्यालय को गौरवान्वित किया है। दीक्षा की मां जैन पब्लिक स्कूल में राजनीति शास्त्र की शिक्षिका हैं। छात्रा ने 2019-20 सत्र में बारहवीं परीक्षा पास करने के बाद दिल्ली विश्वविद्यालय के हंसराज कॉलेज से अर्थशास्त्र ऑनर्स किया तथा दिल्ली विश्वविद्यालय से ही अर्थशास्त्र में स्नातकोत्तर की परीक्षा पास की। इस उपलब्धि पर प्रधानाचार्या सोनल छाबड़ा, उप प्रधानाचार्या विजय गुप्ता एवं शिक्षकों सहित प्रबंधन समिति ने दीक्षा व उसके अभिभावकों को शुभकामनाएं दी है।

अंबेडकर भवन में पौधे लगाकर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

रेवाड़ी। अंबेडकर भवन में पौधारोपण करते हुए। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

माता रमाबाई सामाजिक उत्थान संस्था के सानिध्य में बुधवार को दलित व पिछड़ा वर्ग की ओर से डा. भीमराव अंबेडकर भवन के प्रांगण में एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत सेवानिवृत्त वन अधिकारी रामेश्वर दयाल जांगिड़ के नेतृत्व में पौधरोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर कट सागवान, जैकरंडा, ड्राई सीनिया, टिकोमा व सुखदर्शन सहित अनेक प्रजाति के पौधे रोपित किए गए। कार्यक्रम में दौलत राम प्रजापति प्रधान प्रजापति समाज, हरिराम सैनी समाज, माता रमाबाई संस्था के संस्थापक प्रधान आर पी मेहरा, सचिव दिनेश कुमार, कार्यकारी सदस्य प्रताप सिंह, सदस्य प्रेम राज, ईश्वर सिंह, मुंशी राम व महेंद्र कुमार खोरी ने पौधे लगाकर संरक्षण की जिम्मेदारी ली। उन्होंने अभियान को सफल बनाने के लिए सभी से आग्रह किया कि बरसात के मौसम से ज्यादा से ज्यादा पौधे लगाकर पर्यावरण का संरक्षण करें।

गुरावड़ा के अजीत सिंह को सीएससी में नागरिकों को अधिकतम सेवाएं देने पर मिला अवार्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

रेवाड़ी। गांव गुरावड़ा के वीएलई अजीत सिंह अवार्ड लेते हुए। फोटो : हरिभूमि

सीएससी दिवस पर यशोभूमि द्वारका नई दिल्ली में डिजिटल समावेश के 10 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में आयोजित किए गए कार्यक्रम में गांव गुरावड़ा के वीएलई अजीत सिंह को सम्मानित किया गया है। अजीत सिंह ने अपने क्षेत्र में कॉमन सर्विस सेंटर के माध्यम से जनकल्याणकारी सेवाओं का नागरिकों को लाभ देते हुए यह अवार्ड हासिल किया है। अजीत सिंह ने बताया कि उनकी सीएससी पर मुख्य रूप से बैंकिंग सेवाएं, पेंशन वितरण, फसल बीमा, मैरिज सर्टिफिकेट बनाना तथा अनेक डिजिटल सेवाएं दी जा रही हैं। जिनमें उन्होंने सर्वाधिक कार्य कर यह अवार्ड प्राप्त किया है। डिजिटल इंडिया के 10 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में नई दिल्ली में आयोजित सीएससी दिवस कार्यक्रम में आए देश भर के ग्रामस्तरीय सीएससी संचालकों ने प्रत्येक नागरिक तक डिजिटल इंडिया का लाभ पहुंचाकर उल्लेखनीय उदाहरण प्रस्तुत किया है। सीएससी संचालक अजीत सिंह को अपने क्षेत्र में सर्वाधिक डिजीटल सेवाएं देने पर जिला प्रशासन ने बधाई दी। अजीत सिंह की नागरिकों को घर बैठे डिजीटल भारत का लाभ पहुंचाने में उनकी यह भूमिका अत्यंत सराहनीय है। जिला प्रबंधक सीएससी जगदीप ने जिले के सभी सीएससी संचालकों से केंद्र व प्रदेश सरकार की योजनाओं का प्रचार-प्रसार करते हुए निर्धारित शुल्क अनुसार लोगों को लाभ देने की अपील की है।

रेवाड़ी। शिक्षण संस्थान में पौधारोपण करते हुए। फोटो : हरिभूमि

जजपा प्रदेश उपाध्यक्ष ने शिक्षण संस्थान में पौधरोपण किया

रेवाड़ी। बुधवार को गांव सहारनवास स्थित शिक्षण संस्थान में जजपा प्रदेश उपाध्यक्ष व संस्थान के निदेशक अभिमन्यु राव ने पौधारोपण किया। उन्होंने कहा कि आज के समय में पर्यावरण संरक्षण और जलवायु परिवर्तन के कारण पौधरोपण का महत्व अत्यधिक बढ़ जाता है। वृक्ष न केवल हमें ऑक्सीजन प्रदान करते हैं, बल्कि वे मिट्टी के क्षरण को रोकने, जल चक्र को बनाए रखने और जैव विविधता को बढ़ावा देने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने सभी से अधिक से अधिक पौधे लगाने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि यह एक छोटा सा कदम है, हमारे भविष्य के लिए बड़ा बदलाव ला सकता है। इस अवसर समाजसेवी भूपेन्द्र शेखपुर ने अपने घरों के आसपास तथा स्कूलों व कॉलेजों में पौधरोपण करने व उनकी देखभाल करने की अपील की।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
रेवाड़ी कार्यालय : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, सेक्टर-1 वाला कच्चा रास्ता, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी सम्पर्क करें: 8053076211, 8295738500, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 1500/- रु. 2000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
रेवाड़ी : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी फोन : 9653537253, 9671434260

जिला स्तरीय जूनियर बॉस्केटबॉल चैंपियनशिप 27 को

रेवाड़ी। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय संगवाडी में 27 जुलाई को जिला स्तरीय जूनियर बॉस्केटबॉल चैंपियनशिप का आयोजन किया जाएगा। रेवाड़ी बॉस्केटबॉल संघ के प्रधान डा. धीरज सांगवान की अध्यक्षता में बुधवार को बैठक का आयोजन किया गया, जिसमें संघ के सदस्य सुनील डागर, हरिओम, लख्मीचंद, अनिल डागर, सुनील कुमार व अखिल शर्मा सहित सभी सदस्यों ने 27 जुलाई को पुरुष व महिला जिला स्तरीय जूनियर बॉस्केटबॉल प्रतियोगिता का आयोजन कराने का निर्णय लिया। संघ के प्रधान डा. धीरज ने बताया कि जिला स्तरीय प्रतियोगिता में चयनित खिलाड़ी 8 अगस्त से पानीपत में आयोजित होने वाली हरियाणा राज्य जूनियर बॉस्केटबॉल प्रतियोगिता में जिले का प्रतिनिधित्व करेंगे। चयन प्रक्रिया प्रतियोगिता से समापन के बाद होगी। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता के लिए प्रतिभागी खिलाड़ी का जन्म 1 जनवरी 2007 या उसके बाद का ही होना चाहिए।

कार्यक्रम वीर भगत सिंह युवा दल की ओर से आयोजित किया गया कार्यक्रम

गवर्नमेंट स्कूल गोकलगढ़ में भगवान भोलेनाथ को समर्पित धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन

- युवा दल के प्रधान ने मेधावी विद्यार्थियों को उपयोगी साहित्य प्रदान किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶|रेवाड़ी

रेवाड़ी। विद्यार्थियों को साहित्य भेंट करते संस्था के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

शिवरात्रि पर्व के अवसर पर वीर भगत सिंह युवा दल की ओर से बुधवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोकलगढ़ भगवान शिव को समर्पित धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर मुख्य अतिथि वरिष्ठ चिकित्सक डा. पूनम यादव व युवा दल के प्रधान दिनेश कपूर ने कहा कि अमृत पाने के लिए देवताओं और असुरों ने सागर मंथन का निर्णय लिया। सागर मंथन में अमृत से पहले कालकूट विष निकला। इस भयंकर विष की ज्वाला से तीनों लोक जलने लगे।

देवताओं और असुरों ने मिलकर सृष्टि की रक्षा करने के लिए भगवान भोलेनाथ के चरणों में प्रार्थना की। भोले शंकर ने दुनिया को बचाने के लिए कालकूट विष को कंठ में धारण किया, जिस कारण वे नीलकंठ कहलाए।

युवा दल के महासचिव दयाराम आर्य ने विद्यार्थियों को योगासन प्राणायाम का अभ्यास कराया व वर्षा के मौसम में स्वस्थ रहने के उपयोगी टिप्स दिए। प्राचार्य ताराचंद ने कहा कि स्कूल में विद्यार्थियों की पढ़ाई के साथ-साथ नैतिक शिक्षा का भी पूरा ध्यान रखा जा रहा हैं। विद्यार्थी अनेक क्षेत्रों में जिले का नाम ऊंचा कर रहे हैं। मंच संचालन मीनाक्षी ने किया। युवा दल के प्रधान ने मेधावी विद्यार्थियों को उपयोगी साहित्य प्रदान किए।

कार्यक्रम में समाजसेवी संजीव आर्य का विशेष सहयोग रहा। संस्था की ओर से स्कूल को शिव परिवार, शहीद भगत सिंह, भारत माता व चंद्रशेखर आजाद के चित्र भेंट किए गए। कार्यक्रम में पल्लवी देवी, मीनाक्षी, प्रवीण कुमार, सुमन तिवारी, संतोष देवी, विनीत, निकिता, परमानंद, संगीता देवी, मंजू, गीता, सुनीता व नवीनलता सहित सभी शिक्षक व विद्यार्थी मौजूद थे।