हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 20 नवंबर 2025

तापमान
अधिकतम 28.0 डिग्री
न्यूनतम 8.0 डिग्री

12 चूरू-सादुलपुर रेलखंड पर तकनीकी कार्य, रेलसेवाएं दो दिन रहेंगी आंशिक रद्द व मार्ग परिवर्तित

12 इंटर जोनल यूथ फेस्टिवल की ओवरऑल ट्रॉफी पर आरपीएस महेन्द्रगढ़ का कब्जा ...

नए सिस्टम से रजिस्ट्री करने में रेवाड़ी टॉप थ्री में शामिल

डीआरओ ने भी लिया तहसील परिसर का जायजा

पेपरलैस सिस्टम में मदद के लिए फैसिलिटी सब सेंटर रजिस्ट्री से संबंधित जानकारी के लिए कर्मचारी नियुक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

प्रदेश में पेपरलैस रजिस्ट्री शुरू करने की गाड़ी पटरी पर आने लगी है। तहसील परियर में रजिस्ट्री कराने के लिए आने वाले लोगों की मदद के लिए तहसीलदार रमन कुंडू ने फैसिलिटी सब सेंटर बनाकर एक कर्मचारी नियुक्त किया है। नए सिस्टम से रजिस्ट्रियों करने में रेवाड़ी जिला प्रदेश के टॉप थ्री की सूची में शामिल हो गया है। डीआरओ प्रदीप देशवाल ने बुधवार को तहसील परिसर का दौरा करते हुए नए सिस्टम से होने वाली रजिस्ट्रियों का जायजा लेकर लोगों की समस्याएं भी सुनीं। पेपरलैस रजिस्ट्री शुरू करने के बाद तकनीकी कारणों से रजिस्ट्रियों करने में देरी हो रही है। जानकारी के अभाव में डाटा अपलोड करने वाले डीड राइटर्स को भी समय लग रहा है, जिससे रजिस्ट्रियों की रफ्तार धीमी चल रही है। एक रजिस्ट्री का डाटा अपलोड करने में आधे से एक घंटे तक का समय लग रहा है। इससे मैनुअल की तुलना में पेपरलैस रजिस्ट्रियों का कार्य रफ्तार नहीं पकड़ पा रहा है। आम लोगों को अभी पेपरलैस रजिस्ट्री की प्रक्रिया की पूरी जानकारी नहीं है, जिस कारण उन्हें रजिस्ट्री कराने में परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। पेपरलैस रजिस्ट्री के लिए लोगों को तहसील आने की आवश्यकता नहीं है। इसके बावजूद बड़ी संख्या में लोग रजिस्ट्री कराने के लिए तहसील कार्यालय के चक्कर लगा रहे हैं। बाहर से रजिस्ट्री संबंधी डाटा अपलोड कराने में ज्यादा परेशानी आ रही है। तहसील परिसर में आने वाले लोगों की सहायता के लिए तहसीलदार रमन कुंडू ने बुधवार को एक फैसिलिटी सब सेंटर तहसील परिसर में स्थापित कर दिया है। इसमें एक कर्मचारी की नियुक्ति की गई है, जो रजिस्ट्री से संबंधित जानकारी मुहैया कराने में लोगों की मदद करेगा। जैसे-जैसे डीड राइटर्स व आमजन की पेपरलैस रजिस्ट्री संबंधी जानकारी बढ़ेगी, वैसे-वैसे रजिस्ट्री कराने का कार्य भी गति पकड़ लेगा।

> एक रजिस्ट्री का डाटा अपलोड करने में आधे से एक घंटे तक का समय लग रहा है। इससे मैनुअल की तुलना में पेपरलैस रजिस्ट्रियों का कार्य रफ्तार नहीं पकड़ पा रहा

रेवाड़ी। तहसील परिसर में लोगों की समस्याएं सुनते हुए डीआरओ प्रदीप देशवाल।

जिले में दो से अधिक रजिस्ट्रियां हुईं

बीते मंगलवार को स्थानीय तहसील में 20 रजिस्ट्रयां हुईं, जो नए सिस्टम से एक दिन में सर्वाधिक हैं। जिले में अभी तक 200 से अधिक रजिस्ट्रयां हो चुकी हैं। जिला पेपरलैस रजिस्ट्री करने के मामले में टॉप थ्री में शामिल हो चुका है। बावल, डहीना, मनेठी व अन्य तहसीलों में भी पेपरलैस रजिसट्रियों का कार्य गति पकड़ने लगा है। आने वाले दो-तीन माह में रजिस्ट्री कार्य और भी तेज हो जाएगा, जिससे लोगों को परेशानी का सामना नहीं करना पड़ेगा। इससे सरकारी राजस्व में तेजी से वृद्धि होगी।

आरसी को दिया कारण बताओ नोटिस

सोशल मीडिया पर वायरल एक वीडियो में तहसील के रजिस्ट्री क्लर्क पर पैसे मांगने के आरोप लगाए गए थे। इसके बाद तहसीलदार रमन कुंडू ने आरसी को कारण बताओ नोटिस जारी किया, तो आरसी ने संतुष्टिजनक जवाब दे दिया। आरसी ने साफ किया कि अपना काम पहले कराने का दबाव बनाने के लिए आरोप लगाए गए थे। इसमें निजी हित साधने वाले लोग भी शामिल थे। पेपरलैस सिस्टम के चलते आरोप लगाने वाले को बाहर का रास्ता दिखाया गया था।

जल्दबाजी करने से बचें लोग

नया सिस्टम होने के कारण रजिस्ट्री कार्य में देरी हो सकती है। लोग चाहते हैं कि जिए दिन वह डाटा अपलोड करते हैं, उसी दिन रजिस्ट्री हो जाए। अभी इस कार्य में समय लग रहा है, इसलिए लोगों को चार से पांच दिन इंतजार करना चाहिए। तहसील में रजिस्ट्री कार्य पूरी तरह पारदर्शी तरीके से किया जा रहा है। इसमें किसी तरह की अनियमितता नहीं हो रही हैं।
-रमन कुंडू, तहसीलदार।

लोगों की मदद के लिए सब सेंटर

लोगों की मदद के लिए फैसिलिटी सब सेंटर बना दिया गया है। तहसील परिसर में अनावश्यक लोगों आकर कर्मचारियों का समय बर्बाद नहीं करना चाहिए। रजिस्ट्री कराने वाले लोगों को किसी तरह की असुविधा नहीं हो, इस बात का पूरा ध्यान रखा जा रहा है। पेपरलैस रजिस्ट्री का कार्य भी गति पकड़ने लगा है।
-प्रदीप देशवाल, डीआरओ।

जायजा लेने के लिए पहुंचे डीआरओ

डीआरओ प्रदीप देशवाल ने बुधवार को तहसील परिसर पहुंचकर पेपरलैस सिस्टम से हो रही रजिस्ट्री प्रक्रिया का जायजा लिया। आरसी पर लगाए गए आरोपों पर भी पूछताछ की। डीआरओ ने लोगों की समस्याएं भी सुनीं। उन्होंने तहसील परिसर में आए लोगों से बातचीत में कहा कि सिस्टम अभी नया है। इसमें रजिस्ट्री करने में समय लग सकता है। ऐसे में लोगों को संयम से काम लेना चाहिए।

खबर संक्षेप

दहेज उत्पीड़न मामले का आरोपी गिरफ्तार

कोसली। पुलिस ने दहेज उत्पीड़न के मामलें में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने एक गांव निवासी विवाहिता की शिकायत मिलने के बाद दोनों पक्षों के बीच काउंसलिंग के जरिए समझौता कराने के प्रयास किए थे। बातचीत सिरे नहीं चढ़ने के बाद पुलिस ने 21 सितंबर को ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में दिल्ली के दरियागंज निवासी अशोक को गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को तफ्तीश में शामिल करने के बाद पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

सड़क हादसे का आरोपी चालक गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने सड़क हादसे के बाद फरार हुए वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। थाना कसोला पुलिस ने हादसे के बाद 3 सितंबर को चालक के खिलाफ केस दर्ज किया था। इस हादसे में एक व्यक्ति घायल हो गया था। चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया था। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। जांच के बाद पुलिस ने यूपी के सरहोट निवासी अजीज अहमद को इस मामले में गिरफ्तार कर लिया। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

मारपीट मामलों में दो आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। रोहड़ाई थाना पुलिस ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामलों में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ित के बयान पर 18 नवंबर को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में झज्जर के गंगड़वा निवासी अशोक उर्फ मोल्हड़ को गिरफ्तार कर लिया। रोहड़ाई पुलिस ने 3 अगस्त को दर्ज किए गए मामले में गुरावड़ा निवासी जतिन को गिरफ्तार किया है। बाद में दोनों आरोपियों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया।

चोरी के मामले में आरोपी भेजा जेल

धारूहेड़ा। सेक्टर-6 थाना पुलिस ने चोरी के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार करने के बाद जेल भेज दिया। पुलिस ने थाना क्षेत्र में हुई चोरी के बाद 9 मई को केस दर्ज किया था। पुलिस ने केस की जांच करते हुए एमपी के मिसकर चाक निवासी सचिन को गिरफ्तार कर लिया। वह महेश्वरी की ओमनगर कॉलोनी में किराए के मकान में रह रहा है। चोरी की वारदात के बाद वह फरार हो गया था। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

गांव के जोहड़ को बंद कराने की मांग

रेवाड़ी। जैतड़ावास के ग्रामीणों ने सीएम विंडो पर शिकायत दर्ज कराते हुए गांव के अंदर बने जोहड़ को बंद कराने की मांग की है। सीएम के नाम प्रेषित शिकायत में ग्रामीणों ने बताया कि गांव के अंदर बने इस जोहड़ के कारण हादसे होते रहते हैं। वर्ष 2018 में एक युवक की डूबकर मौत हो गई थी। कई बार गोवंश भी डूबकर जान गंवा चुके हैं। ग्रामीणों से सीएम से मांग की है कि गांव के जोहड़ को आबादी एरिया से पाटकर बाहर शिफ्ट कराया जाए, ताकि हादसों को टाला जा सके।

जिला जेल में लोक अदालत का आयोजन किया

रेवाड़ी। हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के आदेशनुसार बुधवार को जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव अमित वर्मा की ओर से जिला जेल परिसर में लोक अदालत का आयोजन किया गया। जेल लोक अदालत में एक केस रखा गया था तथा मौके पर ही विचाराधीन बंदी को केस का निपटारा करते रिहा किया गया। इस दौरान सीजेएम वर्मा ने जिला जेल का निरीक्षण भी किया। निरीक्षण में जेल में सफाई का जायजा लिया।

अटक कर चल रहा सारथी पोर्टल लटक रही आवेदकों की पेमेंट

रेवाड़ी। लघु सचिवालय स्थित सरल सेवा केंद्र।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

वाहन चालक लाइसेंस व अन्य सेवाओं के लिए शुरू किया गया परिवहन विभाग का सारथी पोर्टल तीन दिनों से अटक-अटक चल रहा है, जिससे आवेदकों का शुल्क भी जमा नहीं हो पा रहा। खाते से पैसे कटने के बावजूद पोर्टल पर जमा नहीं हो रहे, जिससे आवेदकों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। पैसा कटने के बाद रिफंड की भी कोई गारंटी नहीं होने से लोगों को आर्थिक नुकसान का सामना भी करना पड़ सकता है।

जिला सचिवालय में बनाए गए सरल केंद्र में बड़ी संख्या में लोग विभिन्न मामलों में आवेदन करने के लिए आते हैं। लर्निंग से लेकर रेगुलर लाइसेंस इसी केंद्र में बनाए जाते हैं। लाइसेंस बनवाने के लिए ऑनलाइन पेमेंट जमा करानी होती है। बीते सोमवार से पोर्टल सुचारू रूप से नहीं चल रहा, जिस कारण ऑनलाइन जमा कराए जाने वाली फीस पोर्टल पर शो नहीं हो रही। आवेदक के खाते से पैसे तो कट जाते हैं, परंतु पोर्टल पर जमा नहीं होते। इससे लाइसेंस के लिए आवेदन करने वाले लोगों को खाली हाथ लौटना पड़ रहा है। जिन आवेदकों के पैसे ऑनलाइन जमा कराने के बाद खाते से कट रहे हैं, उन्हें रिफंड मिलने की गारंटी नहीं है। अगर रिफंड नहीं मिलता है, तो इससे आवेदकों को दोहरी मार झेलनी पड़ सकती है।

इंटरनेट की स्लो स्पीड से भी परेशानी

सरल केंद्र में बीएसएनएल की इंटरनेट सेवा का इस्तेमाल किया जाता है। केंद्र के कर्मचारियों का कहना है कि नेट की स्पीड अक्सर कम रहती है, जिससे लोगों के ऑनलाइन कार्य करने में दिक्कतों का सामना करना पड़ता है। सरकारी पोर्टल खुलने में काफी समय लग जाता है। पोर्टल खोलने के बाद भी डाटा अपलोड और डाउनलोड करने में समय लगता है। इससे आम लोगों के साथ-साथ कर्मचारियों को भी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है।

पैसे जमा कराए बिना लौट रहे लोग

पोर्टल के सही ढंग से कार्य नहीं करने के लिए लाइसेंस व दूसरे कार्यों के लिए फीस जमा कराने के लिए आने वाले लोगों को बिना पैसा जमा कराए ही लौटना पड़ रहा है। पैसा जमा कराने के बाद रिफंड की गारंटी नहीं होने की बात कर्मचारी लोगों को बताते हैं, जिससे वह बिना फीस जमा कराए ही चले जाते हैं। पोर्टल के सुचारू रूप से चलने तक लोगों को इस समस्या का सामना करना पड़ सकता है।

जानलेवा हमले के मामलों में एक नाबालिग सहित तीन आरोपी काबू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिला पुलिस ने ऑपरेशन ट्रेक डाउन फरार अपराधियों की धरपकड़ तेज कर दी है। ऑपरेशन के तहत सीआईए रेवाड़ी व थाना रोहड़ाई पुलिस की टीमों ने चेन स्नेचिंग तथा मारपीट करके जानलेवा हमला करने के दो अलग-अलग मामलों में एक नाबालिग को अभिरक्षा में लेकर दो वांछित आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। सीआईए रेवाड़ी इंचार्ज निरीक्षक सुमेर सिंह ने बताया कि उनकी टीम ने गत 25 सितंबर को स्वर्ण जयंती पार्क के पास एक महिला के गले से सोने की चेन छीनने के मामले में संलिप्त एक नाबालिग को अभिरक्षा में लिया है। भारती शर्मा की शिकायत पर दर्ज मॉडल टाउन थाने में दर्ज मामले में दो आरोपी विक्रम व महावीर सोनी को पहले ही गिरफ्तार कर लिया गया था। रोहड़ाई पुलिस थाना प्रभारी निरीक्षक विद्यासागर ने बताया कि उनकी टीम ने गत 2 अगस्त को गांव पाल्हावास जिम में एक युवक के साथ मारपीट करके जानलेवा हमला करने के मामले संलिप्त दो वांछित आरोपी जतिन निवासी गांव गुरावड़ा व विकाश उर्फ रोहित निवासी गांव बोलनी को गिरफ्तार किया है। गांव गुरावड़ा निवासी नवीन की शिकायत पर दर्ज मामले में सात आरोपी दलीप उर्फ यमराज, रविन्द्र उर्फ रंगीला, हेम सिंह उर्फ हेमु, राहुल, अजय, रविन्द्र उर्फ गुड्डू व रणीत को पहले ही गिरफ्तार कर लिया गया था।

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने अपराधियों को चेतावनी देते हुए कहा कि अब पुलिस से बचना आसान नहीं, पुलिस उन्हें सबक सिखाने के लिए परूी तरह तैयार है। अभी संगीन मामलों के कई बदमाश पुलिस की रडार पर है, जिनको चिन्हित कर लिया गया है तथा वे जल्द ही जेल की सलाखों के पीछे होंगे। उन्होंने कहा कि अभियान से सकारात्मक परिणाम भी सामने आ रहे हैं तथा अपराधों में कमी आई है।

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में आरोपी जतिन व विकाश उर्फ रोहित। फोटो : हरिभूमि

स्कूटी देने से मना करने पर चाकू से हमला पुलिस ने तुरंत काबू किया आरोपी

रेवाड़ी। गादला में स्कूटी देने से मना करने पर चाकू से हमला करने के आरोपी को रोहड़ाई थाना पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर छोड़ दिया गया। पुलिस बयान में गादला निवासी देवेंद्र ने बताया था कि वह खेती-बाड़ी का कार्य करता है। 16 नवंबर को वह स्कूटी लेकर खेत से अपने घर जा रहा था। रास्ते में गांव का भांजा लगने वाले झज्जर जिले के गंगडवा निवासी आकाश ने उसका रास्ता रोक लिया। आकाश ने उसे स्कूटी देने के लिए कहा। देवेंद्र ने आरोप लगाया कि स्कूटी देने से मना करने पर आवेश में आकर आकाश ने उस पर चाकू से हमला कर दिया। उसके शरीर पर कई जगह वार करने के बाद आरोपी उसे जान से मारने की धमकी देकर फरार हो गया। उसके भाई जोगेंद्र ने उसे अस्पताल में दाखिल कराया। पुलिस ने उसके बयान पर केस दर्ज करने के बाद आरोपी आकाश को गिरफ्तार कर लिया।

राज स्कूल के विद्यार्थियों ने गुलाबी नगरी जयपुर का किया शैक्षणिक भ्रमण

रेवाड़ी। राज इंटरनेशनल स्कूल की कक्षा छठी के विद्यार्थियों को राजस्थान की गुलाबी नगरी जयपुर का शैक्षणिक भ्रमण कराया गया। यात्रा का मुख्य उद्देश्य छात्रों को भारत की सांस्कृतिक विरासत से अवगत कराना था। छात्रों ने जयपुर के विख्यात आमेर किला, अल्बर्ट हॉल म्यूजियम, जंतर मंतर और लक्ष्मी नारायण भगवान का प्रसिद्ध बिरला मंदिर का भ्रमण किया। आमेर किला की ऐतिहासिक दीवारों और भव्य महलों ने छात्रों को आकर्षित किया, जबकि अल्बर्ट हॉल म्यूजियम में उन्होंने राजस्थान की समृद्ध संस्कृति और इतिहास के बारे में जानकारी प्राप्त की। उन्होंने चोखी ढाणी के लजीज व्यंजनों का स्वाद भी चखा और मैजिक शो, कठपुतली नृत्य और हल्दीघाटी युद्ध के दृश्य को देखा। स्कूल के चेयरमैन राजेंद्र सैनी ने कहा कि इस तरह की यात्रा छात्रों को भारत की सांस्कृतिक विरासत से अवगत कराती हैं। यात्रा में स्कूल के निदेशक हेमंत सैनी सहित अनेक शिक्षक शामिल थे। निदेशक कहा कि स्कूल का लक्ष्य विद्यार्थियो को भारत के अदभुत इतिहास और विस्मरणीय संस्कृति से अवगत कराना हैं, जोकि आज के समय की जरूरत है। भ्रमण के माध्यम से बच्चों ने भारत की संस्कृति, सभ्यता और पौराणिक कथाओं की जानकारी प्राप्त की।

अवैध देसी पिस्टल सहित एक आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में आरोपी अरमान उर्फ मोनी।

रेवाड़ी। जिले ने अवैध हथियारों के खिलाफ लगातार चलाए जा रहे ऑपरेशन ट्रेक डाउन के तहत सदर थाना पुलिस टीम ने बड़ी सफलता हासिल की है। सदर थाना प्रभारी एसआई प्रदीप कुमार ने बताया कि बुधवार को उनकी टीम को सूचना मिली कि गांव काकोड़िया में हर्बल पार्क के पास शराब के ठेके के सामने एक युवक अवैध हथियार के साथ मौजूद है। सूचना पर एसआई मवनवीर अपनी टीम के साथ तुरंत घटनास्थल पहुंचे और संदिग्ध युवक को काबू कर लिया। तलाशी लेने वर युवक के पास से एक अवैध देशी पिस्टल बरामद की गई। पूछताछ में आरोपी ने अपना नाम अरमान उर्फ मोनी निवासी गांव जैतपुर शेखपुर बताया। पुलिस ने आर्म्स एक्ट के तहत मामला दर्ज करके आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। सदर थाना एसएचओ ने कहा कि जिले में अवैध हथियार किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं होंगे, पुलिस ऐसे लोगों के खिलाफ कड़ी कार्यवाही करेगी। आमजन अवैध हथियार रखने वालों की सूचना निःसंकोच होकर मोबाइल नंबर 9350981004 व डायल 112 पर दे, ताकि अपराधियों पर नकेल कसी जा सकें।

कृषि विज्ञान केंद्र रामपुरा में हुआ जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन

57527 किसानों के खाते में पहुंचे पीएम सम्मान निधि के 11.51 करोड़

- योजना के तहत पात्र किसानों को प्रति वर्ष छह हजार की वितीय सहायता तीन समान किस्तों में दी जाती है

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

बुधवार को देशभर में किसान सम्मान निधि योजना के तहत किसानों के खाते में प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि की 21वीं किस्त जारी की गई। डीसी अभिषेक मीणा मार्गदर्शन में कृषि विज्ञान केंद्र रामपुरा में जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा तमिलनाडु के कोयंबत्तूर से केंद्रीय कार्यक्रम तथा मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के पलवल से राज्य स्तरीय कार्यक्रम का लाइव प्रसारण भी दिखाया गया। जिला स्तरीय कार्यक्रम में उपमंडल कृषि अधिकारी डा. दीपक यादव ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने डीबीटी के माध्यम से पीएम किसान योजना के अंतर्गत देश के करोड़ों किसानों के बैंक खाते में 21वीं किस्त हस्तांतरित की है, जिसमें रेवाड़ी जिले के 57 हजार 527 किसानों को 11 करोड़ 51 लाख रुपए की राशि जारी की गई है। उन्होंने बताया कि योजना के तहत पात्र किसानों को प्रति वर्ष छह हजार की वित्तीय सहायता तीन समान किस्तों में दी जाती है। प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना छोटे और सीमांत किसानों के आर्थिक सशक्तिकरण की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद अधिकारी व किसान। फोटो : हरिभूमि

आधुनिक तरीके से खेती करने के लिए जागरूक किया

कृषि विज्ञान केंद्र के निदेशक डा. कपूर सिंह ने बताया कि वर्तमान सरकार की ओर से किसानों के हितों को ध्यान में रखते हुए अनेक योजनाएं चलाई जा रही है। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना के अंतर्गत फसलों का बीमा कराया जाता है। मृदा स्वास्थ्य कार्ड के माध्यम से भूमि के स्वास्थ्य की जांच की जाती है। किसानों को वैज्ञानिक तरीके से खेती करनी चाहिए। प्रधानमंत्री का विजन है कि यदि किसान मजबूत होगा तो देश मजबूत होगा। उन्होंने किसानों को आधुनिक तरीके से खेती करने के लिए भी जागरूक किया। इस अवसर पर खंड कृषि अधिकारी डा. अजीत, खंड कृषि अधिकारी खोल डा. मनोज, खंड कृषि अधिकारी जाटूसाना डा. संजू यादव, खंड कृषि अधिकारी बावल डा. मनोज, तकनीकी सहायक डा. अनिल लांबा, डा.मनोज वर्मा, डा. संदीप बजाज, कृषि विज्ञान केंद्र से वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. विश्वजीत सिंह और डा. अनिल सहित जिले के अनेक किसान मौजूद थे।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब सर्दी के मौसम में बढ़ जाए जोड़ों का दर्द

मेरी उम्र 58 वर्ष है। सर्दियों में मेरे जोड़ों में दर्द बढ़ जाता है। कृपया कोई ऐसा उपाय बताएं ताकि इस मुश्किल का सामना न करना पड़े।

-कौशल किशोर, रोहतक

सर्दी के मौसम में जोड़ों में दर्द की समस्या बढ़ जाती है। खासकर अधिक उम्र के लोगों को यह दिक्कत ज्यादा होती है। इससे बचने का तरीका यही है कि सर्दी में एक्सपोजर कम से कम करें। अगर निकलना ही पड़े तो पूरी तरह से वूलेन कपड़े पहनकर निकलें। साथ ही खान-पान का विशेष ध्यान रखें और ठंडी या फ्रिज में रखी चीजें खाने से परहेज करें।

मेरी उम्र 26 वर्ष है। सर्दी में डेंड्रफ की समस्या बढ़ जाती है। मुझे इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए?

-रोहन, बिलासपुर

सर्दी के मौसम में यह समस्या गर्म पानी से नहाने की वजह से ज्यादा होती है। इससे बचने के लिए आप अधिक गर्म पानी से ना नहाएं। पानी को नॉर्मल कर लें। साथ ही नियमित रूप से बालों को धुलें, ज्यादा दिक्कत हो रही हो तो जरूर आपको एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। अकसर जब मैं सुबह सोकर उठता हूं तो गले के पिछले पार्ट में अकड़न लगती है। कुछ देर में ठीक भी हो जाता है। कृपया बताएं ऐसा क्यों होता है?

-राजीव, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लगता है कि आपको सर्वाइकल की दिक्कत है लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। ऐसे में आपको ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। वह एक्स-रे कराकर इसका कारण पता लगाएंगे और ट्रीटमेंट होगा। फिलहाल आप सर्दी से बचें और रात में सोते समय गले के उस पार्ट को प्रॉपर ढंक कर रखें।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे डाइजेशन की प्रॉब्लम है। भूख नहीं लगती है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई कारगर समाधान बताएं।

-सुबीर, राजनांदगांव

उम्र बढ़ने के साथ डाइजेशन सिस्टम स्लो हो जाता है। इसलिए आपको खान-पान में विशेष ध्यान रखने की जरूरत है। ज्यादा तला-भुना खाना नहीं खाना चाहिए। इसके अलावा दोपहर के खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करना चाहिए। रात का डिनर बिल्कुल ही हल्का होना चाहिए। सोने से तीन घंटे पहले डिनर हो जाना चाहिए। इस तरह चेंज करने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 37 वर्ष है। कुछ दिनों के अंतराल पर मेरे सिर के अगले, पिछले या बीच के हिस्से में रह-रहकर दर्द होता रहता है। कई बार यह बहुत असहनीय हो जाता है, कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-सुकेश, भोपाल

सिर में दर्द कई कारणों से होता है। कई बार गैस की वजह से काफी तेज दर्द होता है तो कई बार इसकी वजह माइग्रेन भी होता है। दर्द कब हो रहा है, कैसे हो रहा है, इस बारे में आपको डिटेल्स बतानी पड़ेगी। बेहतर होगा कि आप एक बार न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क कर लें। वह पूरी हिस्ट्री समझकर ट्रीटमेंट करेंगे।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दाईं तरफ मीठा-मीठा दर्द बना रहता है। मुझे क्या करना चाहिए?

-राजेश, दुर्ग

आपने यह नहीं बताया कि यह दर्द कितने समय से हो रहा है? कई बार इसकी वजह संक्रमण हो सकता है तो कई बार अन्य कारणों से भी हो सकता है, लेकिन जांच कराए बिना कुछ भी कहना मुश्किल है। आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। आप बगैर डॉक्टर से संपर्क किए कोई भी मेडिसिन ना लें। बाहर का खाना बिल्कुल न खाएं।*

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

अवेयरनेस

अंशु सिंह

विटामिन-डी, कैल्शियम अवशोषण, प्रतिरक्षा प्रणाली के कार्य और समग्र स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। ऐसे में अगर इसकी कमी का निदान नहीं हो पाता है, तो उससे डिप्रेशन, एंग्जायटी जैसी मानसिक समस्याओं का खतरा भी बढ़ जाता है। यहां आपको विस्तार से बता रहे हैं विटामिन-डी की महत्ता, इसके प्रमुख स्रोत, इसकी कमी के लक्षण और कमी दूर करने के उपायों के बारे में।

फिजिकल-मेंटल हेल्थ के लिए बहुत जरूरी है विटामिन-डी

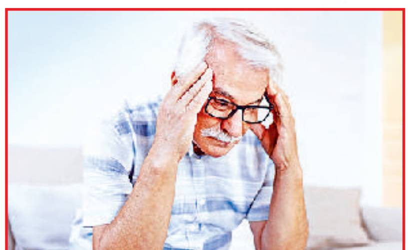
आपको शायद पता नहीं होगा कि अपने देश के बड़े वर्ग के लोगों में एक चिंताजनक स्वास्थ्य संकट बढ़ रहा है। वह है विटामिन-डी की कमी। कुछ अध्ययनों के अनुसार प्रचुर मात्रा में धूप होने के बावजूद 70 प्रतिशत से अधिक भारतीयों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी है।

अकसर कई लोगों की उदासी, गुस्सा, चिड़चिड़ाहट की वजह किसी ना किसी प्रकार की चिंता या भय होता है। यही भय उन्हें अवसाद की दहलीज पर भी ले जाता है। रातों की नींद और चैन उड़ जाते हैं। कारण तलाशने पर कुछ भी हाथ नहीं लगता। मुमकिन है कि कुछ ऐसा हो रहा हो, जो बेवजह की उदासी और भय पैदा कर रहा हो। आपको लग रहा हो कि आप डिप्रेशन के शिकार हैं। कुछ लोग तो एंटी डिप्रेशन मेडिसिन लेना शुरू कर देते हैं, जबकि असली वजह शरीर में विटामिन डी की कमी हो सकती है।

डॉक्टर्स बताते हैं कि विटामिन हमारे शरीर के लिए बेहद जरूरी होते हैं। अब चाहे वो विटामिन-ए हो, विटामिन-बी, सी या विटामिन-डी। विटामिन-डी की कमी गंभीर मानसिक तनाव दे सकती है और हमें इसका पता भी नहीं चल पाता है।

मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

हाल के वर्षों में विभिन्न अध्ययनों के जरिए मानसिक स्वास्थ्य में विटामिन-डी की भूमिका का समर्थन करने वाले प्रमाण पाए गए हैं। विटामिन-डी की कमी, खासकर अवसाद और चिंता के लक्षणों को बढ़ा सकती है। कई शोधकर्ता इस निष्कर्ष पर पहुंचे हैं कि शरीर में विटामिन-डी की कमी से न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर होने की संभावना भी बढ़ जाती है। इतना ही नहीं, भूलने की बीमारी, दुविधा, थकान, मनोदशा में बदलाव, भूख न लगना, दर्द के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि, एकाग्रता की कमी, डर का



बढ़ना, अत्यधिक निराशा या उदासी की भावना, वजन कम होना या बढ़ना, चिंता आदि समस्याएं भी हो सकती हैं। कई अन्य अध्ययनों में अल्जाइमर रोग से पीड़ित लोगों के साथ-साथ संज्ञानात्मक हानि वाले स्वस्थ वयस्कों में विटामिन-डी के स्तर में कमी की बात सामने आई है, जो विटामिन-डी और संज्ञानात्मक कार्य के बीच संबंध का संकेत देती है।

भारत में चिंताजनक है स्थिति

मेडिकल जर्नल नेचर में प्रकाशित एक शोध के अनुसार अफगानिस्तान, ट्यूनीशिया जैसे देशों की लगभग 20 प्रतिशत से भी अधिक आबादी विटामिन-डी की कमी से ग्रसित है। अमेरिका, कनाडा और यूरोप के लोग भी विटामिन-डी की कमी से जूझ रहे हैं। इन देशों में यह आंकड़ा क्रमशः 5.9 फीसदी, 7.4 फीसदी और 13 फीसदी के आस-पास है। एक अध्ययन के मुताबिक, भारत की करीब 70 फीसदी शहरी आबादी विटामिन-डी की कमी से जूझ रही है। जबकि देश में प्रचुर मात्रा में सूर्य की रोशनी उपलब्ध है। इसके बावजूद, लगभग 10 में से 9 व्यक्तियों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी पाई जाती है।

विटामिन डी की कमी के कारण

लोगों में विटामिन डी की कमी के लिए कई कारक जिम्मेदार हैं। जैसे, शहरीकरण एवं प्रदूषण की वजह से लोगों का ज्यादा समय घर के अंदर रहना, धूप में कम समय बिताना आदि। सूर्य के प्रकाश के संपर्क में न आने की वजह से इसकी कमी, शरीर की विटामिन-डी के संश्लेषण की क्षमता को काफी कम कर देती है। शहरी क्षेत्रों में वायु प्रदूषण का उच्च स्तर एक अवरोधक के रूप में कार्य करता है, जो विटामिन-डी के संश्लेषण के लिए आवश्यक पराबैंगनी-बी (यूवीबी) किरणों को अवरुद्ध करता है। दिल्ली, मुंबई और कोलकाता जैसे घनी आबादी वाले शहरों में विशेष रूप से यह समस्या गंभीर है। इसके अलावा, भारतीय आहार, खासकर शाकाहारी आहार में प्रायः विटामिन-डी से भरपूर खाद्य पदार्थों की कमी होती है, जो वसायुक्त मछली, अंडे की जर्दी और फोर्टिफाइड डेयरी उत्पादों में पाया जाता है।

क्यों जरूरी है विटामिन-डी

दिल्ली एनसीआर (गुरुग्राम) के वरिष्ठ एंडोक्राइनोलॉजिस्ट **डॉ. धीरज कपूर** का कहना है कि 'सनशाइन विटामिन' के रूप में जाने जाने वाला विटामिन-डी, वसा में घुलनशील विटामिन होता है, जो मुख्य रूप से सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने पर त्वचा में संश्लेषित होता है। यह कई शारीरिक कार्यों को पूरा करने जैसे दांतों, मांसपेशियों और हड्डियों को मजबूत बनाने के अलावा मानसिक सेहत से लेकर हृदयाघात, मधुमेह और कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों से हमें बचाने में सक्षम है। यह कैल्शियम और फास्फोरस के अवशोषण को सुगम बनाता है। इसकी कमी से ऑस्टियोपोरोसिस, संक्रमणों के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि और मांसपेशियों की कमजोरी सहित कई स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। साथ ही, ये मनोदशा के नियमन को प्रभावित करती है। इसकी कमी अवसाद और चिंता से जुड़ी हो सकती है।

कैसे काम करता है

हमारे शरीर की मांसपेशियों, हृदय, मस्तिष्क और प्रतिरक्षा प्रणाली में विटामिन-डी रिसेप्टर्स होते हैं। शरीर इस विटामिन को गुर्दे और यकृत तक पहुंचाता है, जहां यह एक सक्रिय हार्मोन में परिवर्तित हो जाता है। इस रूप में यह शरीर को कैल्शियम के अवशोषण में सहायता करता है। आपका शरीर सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने से विटामिन-डी प्राप्त करता है। कुछ खाद्य पदार्थ और सप्लीमेंट्स भी विटामिन-डी के स्रोत हो सकते हैं। सांवले रंग के लोगों के शरीर में मेलेनिन का स्तर अधिक होता है। यह एक ऐसा पदार्थ है, जो मनुष्यों और पशुओं में आंखों, त्वचा और बालों को काला कर देता है। यह रंजकता त्वचा को विटामिन-डी को ठीक से अवशोषित करने से रोकती है।

ऐसे दूर करें विटामिन-डी की कमी

आमतौर पर लोगों का औसतन 90 फीसदी समय घर या दफ्तर के अंदर बीतता है। घर के अंदर बिताए गए समय में वृद्धि के अलावा, ऐसे कपड़े पहनना, जो

त्वचा की अधिकांश सतह को कवर करते हैं या फिर सनस्क्रीन का उपयोग, विटामिन-डी की कमी में योगदान करते हैं। हां, बिना सनस्क्रीन के ज्यादा देर तक धूप में रहने से सावधान रहें, क्योंकि ओजोन परत के पतले होने से सूरज की हानिकारक अल्ट्रावायलेट किरणें आसानी से धरती पर पहुंचती हैं और त्वचा कैंसर के खतरे को बढ़ाती हैं। इसलिए विटामिन-डी की कमी से बचने का सबसे अच्छा तरीका है अपने आहार में मछली, मांस, अंडे की जर्दी, फोर्टिफाइड डेयरी उत्पाद और मशरूम को शामिल करें। साथ ही पर्याप्त धूप लें, जो विटामिन-डी का सबसे प्रमुख स्रोत है।*

लीवर की समस्या से भी हो सकती है कमी

वैद्य डॉ. अमृता शर्मा

आज की जीवनशैली में जहां सूर्य का प्रकाश हानिकारक माना जा रहा है। लोग अपनी त्वचा को धूप से बचाने के लिए शरीर को ढंकते हैं। फैशन उद्योग द्वारा सनस्क्रीन लोशन का प्रचार, वातानुकूलित कमरों में रहना, त्वचा से चिपके कपड़े, उचित आहार और दिनचर्या का अभाव विटामिन-डी की कमी के कारण हैं। कभी-कभी सूर्य के प्रकाश के पर्याप्त संपर्क में आने के बाद भी विटामिन-डी की कमी देखी जाती है। यह लीवर की समस्या के कारण हो सकता है, क्योंकि लीवर विटामिन-डी का उत्पादन करने के लिए सूर्य के प्रकाश का उपयोग करता है। अगर लीवर ठीक से काम नहीं कर रहा है, तो यह विटामिन-डी की कमी का कारण बनता है। विटामिन-डी एक वसा में घुलनशील विटामिन है, इसलिए इस विटामिन के कैप्सूल लेने के बाद भी यदि लीवर ठीक से काम नहीं करता है, तो शरीर के लिए इस विटामिन का उपयोग करना मुश्किल होगा और लाभ के बजाय यह विटामिन कैप्सूल शरीर को नुकसान पहुंचाता है। इसलिए व्यक्ति को सुबह की धूप में सैर करना चाहिए, ढीले कपड़े पहनकर व्यायाम करना चाहिए।

मेडिटेक्नीक

आईवीएफ की सक्सेस रेट बढ़ा सकता है एआई

अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) का इस्तेमाल आईवीएफ मेडिकल प्रोसीजर में भी किया जा रहा है। एआई, एंब्रयो के पैटर्न को देखकर यह बता सकता है कि उसको किस क्रम में ट्रांसफर करना चाहिए या कौन-सा भ्रूण सबसे बेहतर रहेगा? इस बारे में डिटेल में बता रही हैं, नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी सेंटर, गुरुग्राम की फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. रश्मि अग्रवाल।**

आईवीएफ ने दुनिया भर में लाखों दंपतियों को माता-पिता बनने का सपना पूरा करने में मदद की है। अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी एआई इस क्षेत्र में भी बड़ा बदलाव ला रहा है। एआई डेटा, तस्वीरें और विशेष कंप्यूटर एल्गोरिदम की मदद से ऐसे पैटर्न पहचानता है, जिन्हें आमतौर पर इंसान नहीं देख पाता। इससे डॉक्टरों को इलाज के दौरान ज्यादा सटीक निर्णय लेने में मदद मिलती है। एआई के आने से आईवीएफ

प्रक्रिया पहले से अधिक प्रभावी, सटीक और मरीज के लिए आसान बन गई है।

- एआई, भ्रूण की तस्वीरें देखकर यह पता लगा सकता है कि कौन-से भ्रूण के सफलतापूर्वक गर्भाशय में लगने की संभावना ज्यादा है। यह एल्गोरिदम बहुत बड़े डेटा पर प्रशिक्षित होते हैं, जिससे भ्रूण के विकास में आने वाले छोटे-छोटे बदलाव भी पकड़ में आते हैं। इससे स्वस्थ भ्रूण चुनने की प्रक्रिया सटीक होती है।
- एआई की मदद से फर्टिलिटी विशेषज्ञ हर मरीज के लिए डेटा-आधारित और व्यक्तिगत ट्रीटमेंट डिसाइड कर सकते हैं। एआई हार्मोन के स्तर और दवाओं पर शरीर की प्रतिक्रिया का विश्लेषण करके सही दवा की मात्रा और ओवेरियन स्टिम्युलेशन का समय तय करता है। इससे अंडाणु की गुणवत्ता बढ़ती है और इलाज से अच्छे परिणाम मिलते हैं।

- एआई तकनीक से बने इमेजिंग टूल्स ऐसे शुक्राणु चुन सकते हैं, जिनकी गति और आकार सबसे अच्छा हो। इससे बेहतर भ्रूण बनते हैं और गर्भधारण की संभावना भी बढ़ती है।
- एआई सिस्टम, भ्रूण के विकास को रीयल-टाइम यानी लगातार मॉनिटर करते हैं और किसी भी असामान्यता को तुरंत पहचान लेते हैं। इससे डॉक्टर भ्रूण ट्रांसफर से पहले समय रहते सुधार कर सकते हैं, जिससे गर्भ ठहरने की संभावना बढ़ जाती है।*

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

सर्दी का मौसम शुरू हो चुका है। इस दौरान स्वस्थ और फिट रहने के लिए आपको कुछ आसनों को अपने रूटीन में जरूर शामिल करना चाहिए। हम आपको बता रहे हैं, तीन ऐसे ही कारगर आसन।

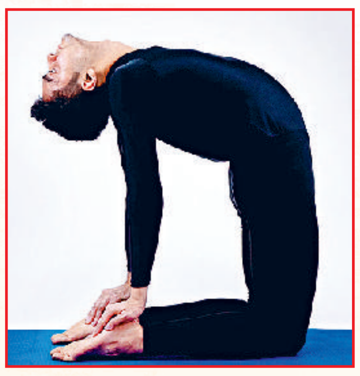
रोज करिए ये तीन योगासन इस मौसम में रहेंगे स्वस्थ

सर्दी के मौसम में हमारे स्वास्थ्य की सच्ची रखवाली दवाइयां नहीं बल्कि कई तरह की हमारी शारीरिक गतिविधियां करती हैं। इनमें ही योगासन भी शामिल हैं। सर्दियां शुरू होते ही शरीर को स्वस्थ रखने के लिए अगर आप कुछ सरल योगासनों को अपने रूटीन में शामिल कर लें तो कई परेशानियों से बचे रहेंगे। ये न केवल इन दिनों हमारे शरीर को गर्म रखते हैं बल्कि मन को भी सक्रिय और उत्साहित रखते हैं, जिससे हम प्रसन्न और एक्टिव रहते हैं। तो आइए जानें ये कारगर तीन सरल योगासन कौन से हैं?

त्रिकोणासनः त्रिकोणासन सर्दी के मौसम में हमें स्वस्थ रखने के लिए बहुत महत्वपूर्ण आसन है। यह खड़े होकर किया जाने वाला आसन है, जिससे हमारा शरीर पर्याप्त खिंचाव हासिल करता है। सर्दी के दिनों में पर्याप्त रूप से त्रिकोणासन कर लिया जाए तो शरीर में जरूरी लचीलापन बना रहता है। इसके चलते हमारी पाचनक्रिया सही रहती है और ठंड से सिकुड़ी मांसपेशियों को राहत मिलती है।

उष्ट्रासनः उष्ट्रासन या कैमल पोज भी उन कुछ गिने-चुने आसनों में से एक है, जो सर्दियों में हमें तमाम तरह की परेशानियों से बचाकर रखता है। यह आसन सर्दियों में होने वाली सीने की जकड़न को खोलता है, जिससे ठंडी हवा का प्रभाव खत्म होता है। उष्ट्रासन करने से हमारे फेफड़े और हृदय को लाभ होता है। शरीर में गर्माइश बनी रहती है, पाचन बेहतर होता है और शरीर में जरूरी लचीलापन तथा कई तरह के दर्द से राहत मिलती है। उष्ट्रासन नियमित रूप से करने से सर्दियों में हमारे शरीर में ऊर्जा का सतत प्रवाह बना रहता है।

त्रिकोणासन



उष्ट्रासन

पवनमुक्तासनः पवनमुक्तासन का मूल काम सर्दियों में हमारे पाचन तंत्र को दुरुस्त रखना है, जिससे हमारा शरीर सर्दियों में गैस और अपच की परेशानियों से दूर रहता है। इससे पेट की मांसपेशियां सक्रिय रहती हैं। शरीर में हल्कापन महसूस होता है और ऊर्जा का लगातार प्रवाह बना रहता है, जिससे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता दुरुस्त रहती है।

इस तरह इस मौसम में किए जाने वाले ये सीधे सरल तीन आसन हमें बहुत राहत देते हैं। इन आसनों का अभ्यास करने से पहले अनुभवी प्रशिक्षक से इनकी सही विधि जरूर सीख लें।*

उपयोगी फल

शिवचरण चौहान

पपीते में अनेक स्वास्थ्यवर्धक और रोग निवारक गुण होते हैं। यह आसानी से हर कहीं उपलब्ध भी होता है। पपीते के स्वास्थ्यवर्धक गुणों के बारे में आपको विस्तार से बता रहे हैं।

गुणकारी-स्वास्थ्यवर्धक पपीता

भारत में लगभग सभी जगह, सभी ऋतुओं में पपीता आसानी से मिल जाता है। पपीता मीठा, पौष्टिक और सस्ता फल है। पपीता के फल, पत्ते, जड़ और फलों के बीज औषधि के रूप में काम आते हैं। आकार, रंग, गंध और स्वाद में भिन्नता लिए हुए पपीते की अनेक किस्में होती हैं। सामान्यतया सभी पपीते बीजयुक्त होते हैं। किसी में बहुत ज्यादा निकलते हैं तो किसी में गिनती के बीज होते हैं। कच्चे फल का छिलका हरा और गूदा सफेद होता है। यह सब्जी और आचार बनाने में विशेष तौर पर इस्तेमाल किया जाता है। फल के पकने पर छिलके का रंग केसरिया हो जाता है। कृत्रिम ढंग से पकाया गया पपीता जहां पीले रंग का होता है, वहीं डाल पर पका केसरिया रंग का होता है। दिखने में पीले रंग का पपीता अच्छा जरूर लगता है लेकिन पौष्टिक तत्वों और स्वाद की दृष्टि से डाल पर अपने आप पका केसरिया रंग का पपीता श्रेष्ठ होता है। आसानी से पच जाने के कारण पका हुआ पपीता रोगियों को पथ्य के रूप में दिया जाता है।

पपीता के फल को भोजन के बाद खाना उचित होता है। पके पपीते से जैम, मिष्ठान, खीर आदि बनाई जाती हैं, जो स्वादिष्ट और पौष्टिक होती है। जिन व्यक्तियों को लीवर और पाचन संबंधी शिकायत होती है, उनके लिए पपीते का सेवन अत्यंत लाभदायक होता है। आयुर्वेद के अनुसार कच्चा पपीता मलरोधक, वायु तथा कफ को कुपित करने वाला तथा पका हुआ पपीता रस में मधुर, पित्तनाशक, रुचिकारक, भारी और स्वादिष्ट होता है।

मौजूद पोषक तत्वः वैज्ञानिकों का कहना है कि एक पपीते के विभिन्न तत्वों का प्रतिशत इस प्रकार है- जल 89.6 प्रतिशत, वसा 0.1 प्रतिशत, कार्बोहाइड्रेट 9.4 प्रतिशत, खनिज पदार्थ 0.4 प्रतिशत, प्रोटीन 0.5 प्रतिशत होता है। इनके अतिरिक्त कैल्शियम, फॉस्फोरस, लोहा, टार्टरिक एसिड, साइट्रिक एसिड, मैलिक एसिड, विटामिन-ए, बी, सी और डी भी पपीते में पाए जाते हैं। पैप्सिन नामक पदार्थ की उपस्थिति के कारण पपीता का फल पाचन शक्ति में वृद्धि करके मंदाग्नि को दूर करता है। पेप्सिन हमारे द्वारा खाए प्रोटीन पदार्थों का पाचन करता है।

पके हुए पपीते में 'केरोटीन' नामक पोषक तत्व प्रचुर मात्रा में होता है, जो हमारे शरीर में पहुंचकर विटामिन-ए बन जाता है। फल में 68 से 100 मिलीग्राम तक विटामिन 'सी' होता है। पपीते का नियमित सेवन करने से हमें विटामिन-ए और विटामिन-सी पर्याप्त मात्रा में मिल जाते हैं, जिससे अनेक रोगों से रक्षा करने में हमें मदद मिलती है।

कई तरह से फायदेमंदः पपीते में विटामिन-डी बहुत अधिक मात्रा में मिलता है, जो शरीर के लिए बहुत महत्वपूर्ण एवं आवश्यक है। इससे हड्डियों को ताकतवर बनाया जा सकता है। पपीते का लौह तत्व, रक्त वृद्धि करता है। कैल्शियम शरीर की

हड्डियों को मजबूत करता है। मस्तिष्क और वात जनित रोगों के लिए फॉस्फोरस काम आता है। कार्बोज शरीर में गर्मी पहुंचाता है और प्रोटीन मांसपेशियों की वृद्धि करता है। 100 ग्राम पपीते का गूदा हमें 56 कैलोरी ऊर्जा प्रदान करता है। पपीते का नियमित सेवन करने से स्वास्थ्य और यौवन लंबे समय तक रहता है। इसके अलावा एनीमिया, उदर विकार, अजीर्ण, मंदाग्नि, दुर्बलता, क्षयरोग, दमा, नेत्र और चमड़ी के विकारों से हमारी रक्षा होती है। रोगियों के अलावा सामान्य व्यक्ति को भी पपीता रोज खाना चाहिए। कच्चे पपीते का दूध कीटाणु व कृमि नाशक होने के कारण दाद-खाज, खुजली आदि चर्म रोगों में नियमित रूप से लगाने से उनमें आराम मिल जाता है। कच्चे पपीते का गूदा घाव पर लगाने से घाव बहुत जल्दी भर जाता है। गर्भवती महिलाएं पपीता नियमित रूप से खाएं तो खून की कमी नहीं होगी और बच्चा भी स्वस्थ होगा। शिशु जन्म के पश्चात जब स्तनों में दूध कम आए तब पपीता खाना लाभप्रद होता हैं। अपना दुबलापन मिटाने और शरीर का हृष्ट-पुष्ट बनाने के लिए पपीते का हलुवा या खीर नियमित रूप से खाएं। मंदाग्नि और अजीर्ण रोग से पीड़ित व्यक्ति सुबह नाश्ते में खाली पेट केवल पका हुआ पपीता खाएं। पपीते के पत्तों का रस पीने से खून में आयरन और प्लेटलेट्स बढ़ते हैं। पेट के कैंसर और अल्सर में भी पपीते का सेवन बहुत फायदेमंद साबित होता है।*

खबर संक्षेप

अरावली स्कूल के छात्रों ने जीता गोल्ड मेडल

महेंद्रगढ़। तीसरी दंगल कराटे चैंपियनशिप प्रतियोगिता का आयोजन हिसार में किया गया। यह प्रतियोगिता 15-16 नवबंर को आयोजित की गई। महेन्द्रगढ से 26 छात्रों ने अपनी कला दिखाई, जिनमें तीन छात्र अरावली इंटरनेशनल स्कूल माजरा खुर्द ने भाग लेकर दो गोल्ड व एक सिल्वर मेडल प्राप्त किया। अंडर दस आयुवर्ग में वंश व हार्दिक ने गोल्ड मेडल प्राप्त किया। अंडर 12 आयुवर्ग में चिराग ने सिल्व्र मेडल प्राप्त किया। संस्था चेयरमैन अशोक कुमार यादव ने बच्चों को आर्शीवाद देकर उज्जवल भविष्य की कामना की। संस्था सीईओ महेश कुमार व प्राचार्य शक्ति सिंह ने बच्चों को सम्मानित किया।

कॉलेज में 5 दिवसीय ब्यूटी पार्लर कार्यशाला शुरू

सतनाली मंडी। राजकीय महाविद्यालय में महिला अध्ययन एवं विकास प्रकोष्ठ के तत्वावधान में पांच दिवसीय ब्यूटी पार्लर कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। प्राचार्य जरनैल सिंह ने कहा कि बढ़ते जा रहे बाजारवाद की चमक में घरेलू उद्योग धंधे बहुत पीछे रह गए हैं, ऐसे में बाजारवाद के दौर में महिलाओं का आत्मनिर्भर होना आवश्यक है।

जिलास्तरीय निबंध लेखन प्रतियोगिता आयोजित

40 राजकीय व निजी स्कूलों के 80 विद्यार्थियों की रही भागीदारी

जिला शिक्षा अधिकारी ने कहा कि निबंध लेखन से विद्यार्थियों के विचारों का विकास व ज्ञान का विस्तार होता है

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा विज्ञान एवं तकनीकी विभाग पंचकूला के तत्वावधान में जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय की ओर से बुधवार को दा वेदांता इंटरनेशनल स्कूल में जिला स्तरीय विज्ञान निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें जिले के लगभग 40 राजकीय व निजी स्कूलों के 80 विद्यार्थियों ने भाग लिया।

विजेताओं को स्मृति चिह्न व प्रमाण पत्र भेंट कर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए जिला शिक्षा अधिकारी सुनील दत्त ने कहा कि निबंध लेखन से विद्यार्थियों के विचारों का विकास व ज्ञान का विस्तार होता है। निबंध के माध्यम से विद्यार्थी अपने विचारों को व्यवस्थित और स्पष्ट रूप से व्यक्त कर सकता है। विज्ञान प्रतियोगिताओं से विद्यार्थियों को विभिन्न वैज्ञानिक विषयों के बारे में जानने और समझने का अवसर मिलता है।

प्रतियोगिता समापन अवसर पर दा वेदांता इंटरनेशनल स्कूल के चेयरमैन विनोद यादव ने कहा कि विज्ञान प्रतियोगिताओं से विद्यार्थियों को विभिन्न वैज्ञानिक विषयों के बारे में जानने और समझने का अवसर मिलता है। प्रतियोगिता के दौरान प्रवक्ता जितेन्द्र कुमार, रजनीश यादव व विक्रम सिंह ने निर्णायक की भूमिका अदा की। विद्यार्थियों ने शिक्षा विभाग की ओर से दिए गए पांच विषयों में से किसी एक विषय पर 800 से 1000 शब्दों में निबंध लिखा गया।

जिला विज्ञान विशेषज्ञ रविंद्र कुमार ने बताया कि विद्यार्थियों को विभाग की ओर से दिए गए पांच विषयों में से किसी एक विषय पर निबंध लिखना था। जिसमें आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के उपयोग की नैतिकता, अंतरिक्ष अन्वेषण के लाभ, डिजिटल गोपनीयता क्यों महत्वपूर्ण है?, राष्ट्र की प्रगति में विज्ञान और प्रौद्योगिकी, बाढ़ का प्रभाव और जटिलता विषय शामिल थे। उन्होंने बतायाकि प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों को विज्ञान के क्षेत्र में उत्साहित करना और उनकी लेखन क्षमता का विकास करना है।

नारनौल। प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

राज्य स्तर के लिए इन 10 विद्यार्थियों का हुआ चयन

जिला स्तरीय विज्ञान निबंध लेखन प्रतियोगिता में पीएमश्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय स्कूल अटेली की छात्रा पलक, यदुवंशी स्कूल की छात्रा लविषा, आरपीएस महेंद्रगढ़ की छात्रा ख्याति सिंह व साहिल यादव, श्रीकृष्ण स्कूल भुंगारका की छात्रा नेहा व दिव्या, राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल कनीना की छात्रा याशिका, आरपीएस नारनौल की छात्रा प्रशंषा गुप्ता, बीपीएस स्कूल की छात्रा इमंदीप कौर, राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बाछोद की छात्रा योगिता ने जिला स्तरीय टॉप 10 विजेता सूची में अपना नाम दर्ज करवाया।

विजेताओं को किया सम्मानित

जिला स्तर पर टॉप टेन में चुने गए सभी विद्यार्थी राज्य स्तरीय विज्ञान निबंध लेखन प्रतियोगिता में भाग लेंगे। राज्य स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थी को 10 हजार, द्वितीय को आठ हजार व तृतीय विद्यार्थी को छह हजार पुरस्कार राशि प्रदान की जाएगी, साथ ही 10 विद्यार्थियों को तीन-तीन हजार रुपये के सांत्वना पुरस्कार दिए जाएंगे।

नारनौल। विश्वविद्यालय में मौजूद महिला खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

खेलो इंडिया यूथ कबड्डी के लिए गर्ल्स कैंप शुरू

नारनौल। सिंघानिया विश्वविद्यालय परिसर में खेलो इंडिया एवं यूथ कबड्डी को बढ़ावा देने के उद्देश्य से गर्ल्स कबड्डी कैंप आयोजित किया जा रहा है। यह कैंप 27 नवम्बर तक संचालित होगा। कैंप में किसी भी विद्यालय, कॉलेज या संस्थान की इच्छुक लड़कियां भाग ले सकती हैं। पंजीकरण के लिए रजिस्ट्रेशन शुल्क मात्र 500 रुपये रखा गया है, जबकि कैंप अवधि के दौरान प्रतिभागियों के रहने खाने की व्यवस्था पूरी तरह निःशुल्क रहेगी।

महेंद्रगढ़। छात्राओं को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

जीएल महिला कॉलेज की छात्राओं ने रिचुअल्स में प्राप्त किया प्रथम स्थान

महेंद्रगढ़। जीएल महिला कॉलेज कनीना की मेधावी छात्राओं ने इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर द्वारा आयोजित इंटरजोनल यूथ फेस्टिवल में शानदार प्रदर्शन करते हुए रिचुअल्स श्रेणी में प्रथम स्थान हासिल किया। उनकी प्रस्तुति ने निर्णायकों और दर्शकों का दिल जीत लिया। इस उपलब्धि पर कॉलेज में एक भव्य सम्मान समारोह आयोजित किया गया, जिसमें सबसे पहले आमंत्रित वक्ता हरकेश यादव ने छात्राओं को आशीर्वचन और प्रेरणादायक संदेश दिए। इसके पश्चात कॉलेज के चेयरमैन राजेंद्र सिंह लोढ़ा ने सभी विजेता छात्राओं को ट्रॉफी प्रदान कर सम्मानित किया।कार्यक्रम में प्रिंसिपल डॉ. पूनम, डायरेक्टर डॉ. रिम्पी सभी स्टाफ सदस्य तथा छात्राओं को प्रशिक्षण देने वाले देवेंद्र भी उपस्थित रहे। देवेंद्र के मार्गदर्शन ने छात्राओं की सफलता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कॉलेज प्रबंधन ने विजेता छात्राओं को बधाई देते हुए कहा कि उनकी मेहनत और प्रतिभा ने कॉलेज का नाम गौरवान्वित किया है।

किसानों की मांग पर राज्यपाल से मिलेंगे बसपा नेता

नारनौल। बहुजन समाज पार्टी ने बाजरा किसानों की मांगों को लेकर के राज्यपाल से मिलने का निर्णय लिया है। इस सम्बन्ध में बसपा नेता अतरलाल ने राज्यपाल को पत्र लिखकर प्रतिनिधि मंडल को मिलने का समय देने की मांग की है। अतरलाल ने जिले के गांव कपूरी ककराला, रामबास, इसराणा में किसानों की समस्या सुनते हुए कहा कि राज्य सरकार ने बाजरा का भाव 2200 रुपये प्रति क्विंटल निर्धारित कर 575 रुपये प्रति क्विंटल भावांतर देने की घोषणा की थी, लेकिन राज्य सरकार ने बाजरा की रुपये प्रति क्विंटल की दर से सरकारी खरीद न करके किसानों के साथ धोखा किया। जिससे किसानों को 1800 से 1900 रुपये प्रति क्विंटल की दर से निजी विक्रेताओं को बेचना पड़ा और किसानों को 400 रुपये प्रति क्विंटल की दर से हानि उठानी पड़ी। किसानों की बार बार मांग करने के बावजूद भी राज्य सरकार भावांतर राशि नहीं बढ़ा रही है और न ही किसानों के खातों में अब तक भावांतर राशि भेजी है। इसलिए बहुजन समाज पार्टी ने बाजरा की भावांतर राशि 975 रुपये बढ़ाकर देने, भावांतर राशि का तत्काल भुगतान करने और किसानों की अनेक समस्याओं तथा मुद्दों को लेकर राज्यपाल से मिलने के लिए समय मांगा है। इस मौके पर शेरसिंह यादव, भागसिंह चेयरमैन, राकेश यादव, दानसिंह प्रजापत, नरेन्द्र शर्मा आदि मौजूद थे।

नारनौल। श्रीकृष्ण स्कूल की छात्रा को सम्मानित करते हुए।

जिला स्तरीय प्रतियोगिता में श्रीकृष्ण स्कूल ने पाया टॉप10 में स्थान

नारनौल। हरियाणा विज्ञान व तकनीकी विभाग पंचकूला के तत्वावधान में जिला स्तरीय विज्ञान निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें जिले के सरकारी एवं निजी विद्यालयों में लगभग 35 स्कूलों ने हिस्सा लिया। श्रीकृष्ण सीनियर सेकेण्डरी स्कूल भुंगारका की छात्रा नेहा पुत्री सतीश व दिव्या पुत्री आशीष ने राज्य स्तर पर होने वाली प्रतियोगिता में टॉप 10 में अपना स्थान कायम रखा है। इस प्रतियोगिता में नौवीं से 12वीं कक्षा के विज्ञान संकाय के विद्यार्थियों ने भाग लिया। विज्ञान विशेषज्ञ रविन्द्र कुमार ने बताया कि राज्य स्तर पर प्रथम व द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया जाएगा। विद्यालय प्राचार्य वेदपाल यादव ने बताया कि स्कूल की छात्राओं ने पहले भी राज्य स्तर पर इस तरह की प्रतियोगिताओं में स्कूल व अपने माता पिता का नाम रोशन किया है। स्कूल चेयरमैन एडवोकेट राजपाल यादव ने बताया कि राज्य स्तर पर होने वाली इस प्रतियोगिता में प्रथम व दूसरे स्थान हासिल करने वाले विद्यार्थियों को क्रमशः 10000 व आठ हजार का नगर ईनाम हरियाणा सरकार की ओर से दिया जाएगा।

सूरज स्कूल में हैप्पी क्लास रूम पर कार्यशाला आयोजित

नारनौल। सूरज स्कूल में शिक्षकों के लिए हैप्पी क्लासरूम विषय पर एक ज्ञानवर्धक कार्यशाला आयोजित की गई। इस कार्यशाला में रिसोर्स पर्सन नीलू जावला एवं डॉ. तरंग गौड़ ने शिक्षकों को प्रभावी शिक्षण तकनीकों तथा कक्षा संचालन की आधुनिक विधियों की जानकारी दी। कार्यशाला का शुभारंभ प्रधानाचार्या ऋतु चहल की उपस्थिति में किया गया। अंत में प्रधानाचार्या ने रिसोर्स पर्सन का आभार व्यक्त किया और कहा कि ऐसे प्रशिक्षण कार्यक्रम शिक्षकों के व्यावसायिक विकास के साथ-साथ विद्यार्थियों के समग्र विकास में भी सहायक सिद्ध होते हैं। इस प्रकार के कार्यक्रम का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि कक्षा का वातावरण केवल पढ़ाई तक सीमित न रहे, बल्कि विद्यार्थियों की भावनात्मक सुख-शांति और उत्साह को भी बढ़ाए। सीबीएसई के इन कार्यक्रम में शिक्षक-विद्यार्थी संवाद, प्रेरणादायी शिक्षण और सहयोगात्मक अधिगम पर बढ़ावा दिया जा रहा है।

नारनौल। कार्यशाला में उपस्थित अध्यापिका। फोटो : हरिभूमि

नौवीं राज्य स्तरीय टेकेन एबैंक स्पर्धा में ज्ञानकोष स्कूल प्रथम

महेंद्रगढ़। पटौदी में आयोजित नौवीं राज्य स्तरीय टेकेन एबैंक प्रतियोगिता में खरकड़ा आकोदा स्थित ज्ञानकोश-ए ग्लोबल स्कूल की लड़के व लड़कियों की अंडर-14 आयुवर्ग खो-खो टीम ने पूरे हरियाणा में प्रथम स्थान हासिल करके अपने स्कूल व क्षेत्र का नाम रोशन किया। लड़कियों की ओर 14 आयुवर्ग में रिधि, वंशिका, अंजलि, भाग्यश्री, साक्षी गरिमा, दीपिका, क्रिया, महक व शियांशु, जबकि लड़कों की 11-14 में सक्षम, प्रिंस, अनीश अ अक्ष, पुनीत, तेजस गौरख, हार्दिक, शौर्य की टीम प्रथम रही इसी प्रकार कराटे की टीम में चैन्सी पुत्री अनिल ने गोल्ड मेडल व निशु, हन्नी, डेविड, मंगक कार्तिक, ईसान्त, निखिल, दीपेन्द्र, व मंत्रक ने सिल्वर मेडल जीतकर क्षेत्र का नाम रोशन किया। इसके अलावा खो-खो टीम गोल्ड जीतकर ऑवर ऑल चैम्पियन रही। तीनों टीम का विद्यालय पहुंचने पर सीईओ राकेश कुमार, प्राचार्य रामनिवास व कॉर्डिनेटर तन्नू सहित समस्त स्टॉफ ने विजेता टीम को बधाई दी तथा स्वागत किया गया। सीईओ राकेश कुमार ने बताया कि विद्यालय शिक्षा के साथ-साथ क्षेत्र में खेलों में भी अपनी अलग पहचान बना रहा है। प्राचार्य रामनिवास ने सभी खिलाड़ियों को बधाई दी व दिसम्बर में होने वाली राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता के लिए अग्रिम शुभकामना दी। उन्होंने बताया कि खेल हमें एक बेहतर और संतुलित जीवन जीने की प्रेरणा देते हैं। हम सब मिलकर खेलों को अपने जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बनाएं।

महेंद्रगढ़। विजेता टीम को सम्मानित करते हुए।

राजकीय महिला कॉलेज ने इंटर जोनल यूथ फेस्टिवल हिंडोला में किया बेहतर प्रदर्शन

प्रथम स्थान प्राप्त कर ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी के लिए किया क्वालीफाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

इंदिरा गांधी यूनिवर्सिटी मीरपुर की ओर से 17 व 18 नवंबर को आयोजित इंटर जोनल यूथ फेस्टिवल हिंडोला में राजकीय महिला महाविद्यालय ने अब तक का सबसे उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए कुल 19 पोजीशन हासिल कर नया कीर्तिमान स्थापित किया।

इस उपलब्धि के उपलक्ष्य में विशेष सम्मान समारोह आयोजित किया गया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. आरपी सिंह ने सभी विजेता छात्राओं, सांस्कृतिक विभाग की टीम व नोडल अधिकारी डॉ. थाकन को बधाई दी। उन्होंने बताया कि महाविद्यालय की कव्वाली टीम ने अपने अब तक के सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन के साथ प्रथम स्थान प्राप्त कर ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी कम्पटीशन के लिए क्वालीफाई किया।

टीम में काजल वर्मा, वर्षा, सिमरन सैनी, शगुन, अंजली, पूनम, खुशी, मीनाक्षी, महिमा व मोनिका शामिल थी। इसके अतिरिक्त निम्न प्रतियोगिताओं में प्रथम स्थान प्राप्त कर छात्राओं ने इंटर यूनिवर्सिटी के लिए क्वालीफाई किया। जिनमें रीतिका व काजल वर्मा फ्रॉक डांस सोलो में प्रथम, तमन्ना रंगोली में प्रथम, खुशी लाइट स्वर इंडियन में प्रथम, शगुन उर्दू कविता में प्रथम कल्पना ऑन द स्पॉट पेंटिंग में प्रथम रही। इसके अतिरिक्त अन्य प्रतियोगिताओं में द्वितीय स्थान प्राप्त कर छात्राओं ने इंटर यूनिवर्सिटी के लिए क्वालीफाई किया।

इनमें रिथम इंग्लिश पोएट्री, कुमकुम हरियाणवी पोएट्री, अंजली पंजाबी पोएट्री, सिमरन सैनी हिंदुस्तानी क्लासिकल वोकल सोलो, मोनिका क्लासिकल इंस्ट्रुमेंटल सोलो, बानी सोनी, साइना, दीपिका, भूमिका, भागवती, मोनिका, मुस्कान, काजल, अनुष्का व ट्विंकल की टीम हरियाणवी शॉर्ट फिल्म ग्रुप सॉन्ग इंडियन तृतीय स्थान, वन एक्ट प्ले में चतुर्थ स्थान हासिल किया। कोलाज में चतुर्थ, पोस्टर मेकिंग में चतुर्थ स्थान, कार्टूनिंग में चतुर्थ स्थान, रागिनी में चतुर्थ स्थान, वेस्टर्न ग्रुप सॉन्ग में चतुर्थ स्थान।

नारनौल। विजेता टीम के साथ स्टाफ। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस मौके पर डॉ. ओमप्रकाश, डॉ. नीलम यादव, डॉ. मनीषा सैनी, डॉ. राधिका, डॉ. पूनम यादव, डॉ. मुनेश यादव, डॉ. मनदीप यादव, डॉ. हरमीत कौर, डॉ. सुमन यादव, डॉ. ललिता यादव, डॉ. बलवान सैनी, संदीप यादव, विकास, स्टाफ व छात्राएं मौजूद रही।

सिंघानिया विवि में खेल मैदान का नाम रखेंगे रेजांगला वॉरियर्स

नारनौल। झुंझुनू जिले के संतौर गांव में वीर चक्र पुरस्कार से सम्मानित नायब सूबेदार शहीद हरीराम यादव की पुण्यतिथि पर श्रद्धांजलि सभा आयोजित की गई। सभा में ग्रामीण, पूर्व सैनिक, युवाओं और विद्यार्थियों ने उपस्थित होकर शहीद को नमन किया। कार्यक्रम में सिंघानिया विश्वविद्यालय के अध्यक्ष डॉ. मनोज कुमार मुख्यातिथि के रूप में मौजूद रहे। डॉ. मनोज कुमार ने यह घोषणा करते हुए गर्व व्यक्त किया कि सिंघानिया विश्वविद्यालय के खेल मैदान का नाम रेजांगला वॉरियर्स रखा जाएगा, ताकि शेखावाटी क्षेत्र के युवा अपने वीर पूर्वजों की गौरवगाथा से सदैव जुड़े रहे। उन्होंने यह भी बताया कि वर्तमान में विश्वविद्यालय में सभी सैन्य कर्मियों के बच्चों को सभी पाठ्यक्रमों में 35 प्रतिशत विशेष छात्रवृत्ति प्रदान की जा रही है, जिससे उन्हें शिक्षा के अवसर में विशेष सहायता मिल सके। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथि अजीत सिंह ने 1962 के रेजांगला युद्ध की वीरता का उल्लेख करते हुए बताया कि कैसे 13 कुमाऊं रेजिमेंट के लगभग 120 भारतीय सैनिकों ने पांच हजार से अधिक चीनी सैनिकों के सामने अदम्य साहस के साथ लड़ाई लड़ी। इस युद्ध में 114 सैनिक वीरगति को प्राप्त हुए। यह लड़ाई 18 नवंबर 1962 को दीवाली के दिन, 18,000 फीट की ऊंचाई और माइनस 40 ड्रिग्री तापमान पर लड़ी गई थी। कार्यक्रम में आठ दिन तक चले क्रिकेट टूर्नामेंट के विजेताओं को ट्रॉफी और नगद पुरस्कार प्रदान किए गए।

नारनौल। विजेता टीम को सम्मानित करते हुए।

डुलाना की डॉ. शची बनी शिशु रोग विशेषज्ञ

महेंद्रगढ़। एसपीजी आईएएस स्कूल के चेयरमैन डॉ. विरेंद्र राव की पुत्रवधु व वाइस चेयरमैन डॉ. मनु राव की पत्नी डॉ. शची राव शिशु रोग विशेषज्ञ बनी है। डॉ. शची राव के डॉक्टर बनने पर ग्रामीणों व विद्यालय के सदस्यों ने खुशी का इजहार करते हुए बधाई दी। डॉ. विरेंद्र राव ने बताया कि समाज कल्याण में उनके परिवार का विशेष योगदान रहेगा। डॉ. शची राव शुरू से ही मेधावी छात्रा रही है। उनका सपना डॉक्टर बनकर समाज सेवा करना है।

पीएम किसान सम्मान निधि योजना में 88503 किसानों को मिला लाभ

किसान की आमदनी दुगनी करना सरकार का लक्ष्य: विधायक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

केंद्र व प्रदेश सरकार ने किसान की आमदनी दोगुनी करने के लिए अनेक जनकल्याणकारी योजनाएं लागू की है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की किसान हितैषी सोच के बदौलत आज किसान समृद्ध हो रहा है। यह बात महेंद्रगढ़ के विधायक कंवर सिंह यादव ने प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना के तहत स्थानीय कृषि विज्ञान केंद्र में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते समय कही।

विधायक कंवर सिंह ने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा किसान हित में शुरू की गई प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना के तहत प्रत्येक वर्ष किसानों को तीन किस्तों के माध्यम से छह हजार रुपये की सहायता राशि दी जाती है। इस योजना के तहत आज इस कार्यक्रम के माध्यम से महेंद्रगढ़ जिले के 88503 किसानों के खातों में लगभग 17 करोड़ 70 लाख रुपये की राशि भेजी जाएगी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गरीबी को नजदीक से देखा है। इसलिए वे किसान व मजदूर वर्ग के हित में निरंतर प्रयासरत है। सरकार ने महिलाओं के सशक्तिकरण पर भी विशेष जोर दिया है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का लक्ष्य है कि वह 2047 तक भारत को एक विकसित देश के रूप में खड़ा करेंगे। उन्होंने कहा कि महेंद्रगढ़ क्षेत्र में भूमिगत जलस्तर में सुधार के लिए सरकार ने अनेक नई विकास पर की योजनाएं शुरू की है। जिसकी बदौलत क्षेत्र के भूमिगत जलस्तर में सुधार दिखने लगा है। प्रदेश सरकार ने भी बाजरे की फसल पर भावांतर भरपाई योजना के तहत किसानों को 575 रुपये प्रति क्विंटल उनके खाते में डालकर अपनी किसान हितैषी सोच का उदाहरण दिया है। विधायक ने कार्यक्रम में उपस्थित किसानों को परंपरागत खेती के अलावा बागवानी खेती को अपने की अपील की, ताकि किसान अच्छी आमदनी ले सके।

महेंद्रगढ़। कार्यक्रम में उपस्थित मुख्यातिथि व किसान। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

मौके पर कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डॉ. देवेंद्र सिंह, उपमंडल अधिकारी डॉ. अजय कुमार, डॉ. जयलाल यादव, डॉ. अशोक कुमार, डॉ. राजपाल, डॉ. संजय यादव, डॉ. पूनम यादव, कैप्टन सुरेश कुमार, योगेश, प्रदीप, प्रवीन, नवीन, किसान ओमप्रकाश, राजपाल आदि नागरिक व किसान मौजूद रहे।

बिजली निगम के एक करोड़ रुपये अटके

कनीना। बिजली सब डिवीजन के अंतर्गत 400 डिफाल्टर उपभोक्ताओं की ओर करीब एक करोड़ रुपये के बिल बकाया हैं। बिजली निगम कार्यालय के एसडीओ उमेश वर्मा ने बताया कि बिलों की रिकवरी के लिए बिजली निगम की ओर से अभियान शुरू किया गया है। माहभर के अंतराल में कुछ डिफाल्टरों से 21 लाख की राशि वसूल की गई है, जबकि रिकवरी के लिए प्रयास किए जा रहे हैं। उन्होंने बताया कि एनडीएस, डीएस, एलटी, एचटी, आरएनटी बिजली उपभोक्ताओं से रिकवरी के लिए दिसंबर माह तक अभियान जारी रहेगा।

सूचना

मैं, विजय सिंह पुत्र श्रीचंद निवासी ग्राम शॉहपुर, तह. बावल, जिला रेवाड़ी बयान करता हूं कि मेरा पुत्र लाजपत राय व मेरी पुत्रवधु श्रीमती पिंकी देवी मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (1 से 50)

❖ शिव कुमार सुपुत्र श्री राम प्रकाश, 23 प्रेम कॉलोनी, वार्ड नं. 14, सोनीपत ❖ सरिता पुत्री श्री महाबीर निवासी 605/25, आर्य नगर सोनीपत ❖ श्री उमेद सिंह सुपुत्र स्व. श्री चिरंजी सिंह, गांव न्यौला, तह. व जिला झज्जर ❖ राजेश सुपुत्र श्री बलबीर, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रामकुमार सुपुत्र श्री मामन सिंह, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रमेश कुमार सुपुत्र श्री कुल्लु राम म. नं. 1022/1, गली नं. 1, कुतुबपुर, रेवाडी ❖ हरीराम अग्रवाल सुपुत्र श्री रामेश्वर दयाल अग्रवाल ❖ गोपीराम सुपुत्र श्री सुरजभान, खातोद, महेन्द्रगढ़ ❖ किशोरी लाल सुपुत्र श्री छैलू राम, गांव हसनपुर, बोचड़िया, अटेली, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री राम किशन सुपुत्र श्री तुलसी राम जी, गांव फाजिलपुर, सोनीपत ❖ अनिल सिंगला सुपुत्र श्री देवी राम, 945/30, विकास नगर, ककरोई रोड, सोनीपत ❖ सुमन धर्मपत्नी अनिल कुमार 1019/16, दहिया कॉलोनी, सोनीपत ❖ मधुक सुपुत्र श्री राजेश कुमार राम गली, उत्तम नगर, वार्ड नं. 20, गोहाना, सोनीपत ❖ महक सुपुत्री श्री सतीश कुमार 79/22, विशाल नगर, सोनीपत ❖ सुभाष चन्द सुपुत्र श्री राम दास, म. नं. 1293, सेक्टर-15, सोनीपत ❖ राहुल सुपुत्र श्री जसवंत सिंह, ककरोई, सोनीपत ❖ प्रिया सुपुत्री परवीन कुमार, 83 चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ शिवांगी पाण्डे सुपुत्री श्री मयंक दुरेजा, म. नं. 83, एच.बी.सी. सोनीपत ❖ सोनी सुपुत्री श्री रवि प्रहलाद, म. नं. 20 चिंतपूर्णी कॉलोनी, मुरथल रोड, सोनीपत ❖ हेमलत्ता भरंगर धर्मपत्नी मान सिंह, 323 शाह सदन, मॉडल टाउन, सोनीपत ❖ निर्देश कुमार सुपुत्र श्री जयकरण गांव रोहणा, खरखौदा, सोनीपत ❖ राकेश कुमार सुपुत्र श्री रामसिंह, 750/10D, ओल्ड हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, सोनीपत ❖ शशि रानी धर्मपत्नी श्री राकेश वधवा, 246, एचबीसी, सोनीपत ❖ कायरा सुपुत्री श्री मनोज कुमार, 271/10, चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ दीपक रावत सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह रावत, 19/9, न्यू सब्जी मण्डी, सोनीपत ❖ रामपाल सुपुत्र श्री रामेश्वर, छिछड़ाना, गोहाना, सोनीपत ❖ सरिता धर्मपत्नी श्री महाबीर, 605/25, आर्य नगर, सोनीपत ❖ महाबीर सुपुत्र श्री बाहल सिंह, 65/25 आर्य नगर, सोनीपत ❖ आयुष सुपुत्र श्री बिजेन्द्र, आर्य नगर, सोनीपत ❖ राजवंती धर्मपत्नी श्री महाबीर सिंह, आर्य नगर, सोनीपत ❖ ओमसिंह सैनी सुपुत्र श्री ज्ञानी राम सैनी, सैनी टी स्टाल, देवीलाल चौक, मुगलपुरा, गोहाना, सोनीपत ❖ जितेन्द्र सुपुत्र श्री विरेन्द्र, गांव छपरा, गोहाना, सोनीपत ❖ रामकृष्ण सुपुत्र श्री उमा चरण, 181, सैक्टर 15, पंचकूला ❖ दिव्या सुपुत्री जगदीश, विशकर्मा मंदिर रोड, घरौंडा, करनाल ❖ सनाया सुपुत्री धीरज चुटानी मं नं. 100 सैक्टर 8, पंचकूला ❖ ममता, आर्य बाल भारती पब्लिक स्कूल, घरौंडा, करनाल ❖ हितेश सुपुत्र श्री विजेन्द्र कुमार जुलाना, जीन्द ❖ बलजीत सुपुत्र श्री हवा सिंह गांव गतौली, जुलाना, जीन्द ❖ प्रवेश सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना वार्ड 2, जीन्द ❖ अमित सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना, जीन्द ❖ सुशील कुमार सुपुत्र मोहन लाल अत्तर सिंह ❖ सितेन्द्र पुत्र श्री फूल सिंह घटौली, जुलाना, जीन्द ❖ दयाराम सुपुत्र श्री जिले सिंह, जामनी बस स्टैण्ड, पुलिस स्टेशन, सफीदों, जीन्द ❖ हरीश सुपुत्र श्री प्रकाश चन्द्र, जुलाना, जीन्द ❖ मोहनलाल सुपुत्र श्री भीम सैन वार्ड नं. 11, जुलाना, जीन्द ❖ नफे सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, म. नं. 2748/29, विकास नगर, भिवानी रोड, जीन्द ❖ महेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामधारी, वार्ड नं. 23, राम कॉलोनी, जीन्द ❖ रमेश चन्द सुपुत्र स्व. श्री केहर सिंह म. नं. 924/29, राम नगर, रोहतक रोड, जीन्द ❖ राजबीर सिंह सुपुत्र श्री फते सिंह म.नं. 1872/24, जीव कृष्णा कॉलोनी, जींद ❖ सुमन देवी धर्मपत्नी विकास गिल, नजदीक सैक्टर 11, विजय नगर, जीन्द

क्रमशः

शेष विजेताओं की सूची अगले अंक में देखें

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतु साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रात: 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

रेवाड़ी कार्यालय : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, सेक्टर-1 वाला कच्चा रास्ता, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी
सम्पर्क करें: 8053076211, 8295738500, 9253681005

खबर संक्षेप

पुस्तक 'माधव आएंगे' की प्रतियां की भेंट

रेवाड़ी। गांव करावरा मानकपुर निवासी युवा लेखक लोकेश यादव ने डीसी अभिषेक मीणा से शिष्टाचार भेंट करते हुए अपनी पहली पुस्तक 'माधव आएंगे' की प्रति भेंट की। उन्होंने एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा, एडीसी राहुल मोदी तथा जिला सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी दिनेश कुमार को भी अपनी पहली पुस्तक की प्रति भेंट की। इस मौके पर डीसी मीणा ने कहा कि यह प्रसन्नता की बात है कि जिले के युवा न केवल रचनात्मक लेखन में रुचि ले रहे हैं, बल्कि समाज के प्रति इतने गंभीर और संवेदनशील विषयों पर भी सार्थक कार्य कर रहे हैं।

ऑटो रिक्शा चोरी करने के मामले में चौथा आरोपी काबू

धारूहेड़ा। सेक्टर-6 थाना पुलिस ने ऑटो रिक्शा चोरी करने के मामले में एक और आरोपी को गिरफ्तार किया है। इस मामले में पुलिस तीन आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया।

नारायण विहार कॉलोनी आकेड़ा में रहने वाले मूल रूप से बिहार निवासी अजीत महतो ने पुलिस शिकायत में बताया था कि गत 8 जून की रात उसने अपना ऑटो रिक्शा घर के पास गली में खड़ा किया था। अगले दिन सुबह जब वह उठकर घर से बाहर निकला तो उसे ऑटो रिक्शा गायब मिला।

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार जताया

कोसली। मेडिकल कॉलेज कोरियावास के सामान्य अस्पताल का नामकरण शहीद राव तुलाराम के नाम से किए जाने पर नाहड़ ब्लॉक समिति के चेयरमैन दुष्यंत यादव ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह और स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव का आभार व्यक्त किया है। दुष्यंत यादव ने कहा कि इस निर्णय से क्षेत्र वासियों की लंबे समय से चली आ रही मांग पूरी हुई है तथा यह शहीदों के सम्मान को नई पहचान भी प्रदान करता है।

नशा मुक्त अभियान की पांचवीं वर्षगांठ पर कार्यक्रम

जाटूसाना। पुलिस व स्वेत टीम ने बुधवार को थाना जाटूसाना व रोहड़ाई क्षेत्र में अनाधिकृत रूप से रहने वाले रोहिंग्या व बांग्लादेशी नागरिकों का पता लगाने के लिए सर्च अभियान चलाया। पुलिस की ओर से ईंट-भट्टों सहित झुग्गी-झोपड़ियों, होटल, पोल्ट्री फार्म व अन्य संदिग्ध स्थानों पर अवैध तरीके से रहने वाले बांग्लादेशी, विदेशी नागरिकों, रोहिंग्या व संदिग्ध लोगों की पहचान के लिए जांच की गई। इस दौरान पुलिस टीम ने श्रमिकों की भी जानकारी ली तथा उनके पहचान पत्र सहित वाहनों के कागजातों की भी जांच की।

आरपीएस स्कूल में हनुमान जी की प्रतिमा स्थापित की

धारूहेड़ा। आरपीएस पब्लिक स्कूल धारूहेड़ा हनुमान जी महाराज की प्रतिमा की विधि-विधान व श्रद्धा के साथ प्राण-प्रतिष्ठा की गई। आयोजन ने स्कूल परिसर को भक्ति के रंग में रंगकर सकारात्मक ऊर्जा का संचार किया। कार्यक्रम की शुरूआत वैदिक मंत्रों के साथ पूजा-अर्चना के साथ हुई। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डा. रूपसिंह व दिनेश बेदी थे, जबकि विशिष्ट अतिथि के रूप में आरपीएस ग्रुप के सीईओ इंजी. मनीष राव व प्रेम राव, चेयरपर्सन डा. पवित्रा राव व वाइस सीईओ कुणाल राव ने शिरकत की।

कांग्रेस का वोट चोर गद्दी छोड़ प्रदर्शन 22 को

कोसली। कोसली विधानसभा क्षेत्र के कांग्रेस पार्टी के पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं की बैठक बुधवार को बेरली गांव पेट्रोल पंप स्थित कार्यालय में हुई। बैठक में आगामी 22 नवंबर को रेवाड़ी में होने वाले प्रदर्शन को लेकर रूपरेखा तैयार की गई। सर्वप्रथम देश की आयरन लेडी पूर्व प्रधानमंत्री स्व. इंदिरा गांधी की जयंती पर श्रद्धांजलि अर्पित की गई।

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय में दो दिन चला युवा महोत्सव

इंटर जोनल यूथ फेस्टिवल की ओवरऑल ट्रॉफी पर आरपीएस महेन्द्रगढ़ का कब्जा

में रेवाड़ी और महेंद्रगढ़ के 34 कॉलेजों के विद्यार्थियों के किया प्रदर्शन

रेवाड़ी। इंटर जोनल युवा महोत्सव की विजेता आरपीएस कॉलेज महेन्द्रगढ़ की टीम तथा आईजीयू की टीम। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में चल रहे दो दिवसीय इंटर जोनल युवा महोत्सव हिंडोला का मंगलवार देर रात पुरस्कार वितरण के साथ समापन हो गया। युवा महोत्सव में रेवाड़ी और महेंद्रगढ़ जिले के 34 कॉलेजों की टीमों ने प्रतिभागिता करके अपने हुनर का प्रदर्शन किया। युवा महोत्सव के अंतिम दिन विद्यार्थियों ने 21 इवेंट्स में प्रतिभा दिखाई। अनेक कॉलेजों के विद्यार्थियों ने शानदार प्रस्तुतियों से महोत्सव में धमाल मचाया।

मंगलवार देर रात दोनों दिनों के परिणाम जारी किए गए। इंटर जोनल युवा महोत्सव में आरपीएस कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नालॉजी महेंद्रगढ़ ने ओवरऑल चैंपियन बनकर प्रथम ट्रॉफी पर कब्जा किया, जबकि यूटीडी आईजीयू मीरपुर रनरअप रहा। समापन समारोह के मुख्य अतिथि गुरुग्राम विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. संजय कौशिक, आईजीयू के कुलपति प्रो. असीम मिगलनी व कुलसचिव प्रो. दिलबाग सिंह ने विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया। अधिष्ठाता छात्र कल्याण विभाग प्रोफेसर करण सिंह, अधिष्ठाता शैक्षणिक मामले प्रोफेसर विकास बत्रा, निदेशक युवा कल्याण प्रोफेसर अदिति शर्मा, सहायक निदेशक डा. सुशांत यादव व आरपीएस ग्रुप के सीईओ इंजी. मनीष राव ने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया। मंच संचालन डा. ईश्वर शर्मा एवं डा. सुधीर यादव ने किया। इंटर जोनल युवा महोत्सव में जाने-माने कलाकार रामकेश जीवनपुर वाला, डा. श्याम शर्मा, विश्वजीत चौधरी, शालू, अमित सैनी, मिस मनजीत, सोमवीर कथूरवाल ने हरियाणवी गीतों से सभी विद्यार्थियों, अतिथियों और दर्शकों का मनोरंजन किया।

रेवाड़ी। विजेता टीम को पुरस्कृत करते हुए अतिथि। फोटो : हरिभूमि

ये रहे युवा महोत्सव की प्रतियोगिताओं के परिणाम

युवा महोत्सव के वन एक्ट प्ले में आरपीएस इंजीनियरिंग कॉलेज प्रथम, आईजीयू मीरपुर द्वितीय व आरपीएस डिग्री कॉलेज तृतीय रहा। हरियाणवी स्किट में यदुवंशी डिग्री कॉलेज नारनौल, आईजीयू द्वितीय तथा आरपीएस इंजीनियिरिंग तृतीय, माइम में आईजीयू प्रथम, आरपीएस इंजीनियरिंग कॉलेज द्वितीय व आरपीएस डिग्री कॉलेज तृतीय स्थान पर रहा। मिमिक्री में केएलपी रेवाड़ी प्रथम, आईजीयू द्वितीय व जाटूसाना कॉलेज तृतीय, नुक्कड़ नाटक में आरपीएस इंजीनिरिंग कॉलेज प्रथम, आरपीएस डिग्री कॉलेज द्वितीय व यदुवंशी नारनौल तृतीय, रिचुअल्स में जीएल महिला डिग्री कॉलेज कनीना प्रथम, आरपीएस इंजीनियरिंग द्वितीय व आईजीयू तृतीय, हरियाणवी शॉर्ट फिल्म में केएलपी प्रथम, नारनौल गर्ल्स कॉलेज द्वितीय व आईजीयू तृतीय, कोलाज में रेवाड़ी गर्ल्स कॉलेज प्रथम, केएलपी कॉलेज द्वितीय व राजकीय कॉलेज रेवाड़ी तृतीय, हरियाणवी रैंप वॉक मेल में खरखड़ा कॉलेज प्रथम, नारनौल कॉलेज द्वितीय व यदुवंशी नारनौल तृतीय, रैंप वॉक फिमेल में खरखड़ा कॉलेज प्रथम, यद्वुंवशी द्वितीय व आईजीयू तृतीय, स्टैंडअप कॉमेडी में केएलपी कॉलेज प्रथम, यदुवंशी कॉलेज द्वितीय व जाटूसाना कॉलेज तृतीय, ग्रुप डांस जनरल में आईजीयू प्रथम, आरपीएस इंजीनियरिंग द्वितीय व आरपीएस डिग्री कॉलेज तृतीय स्थान पर रहा। हरियाणवी ऑर्केस्ट्रा में आरपीएस डिग्री कॉलेज प्रथम व अहीर कॉलेज द्वितीय, फॉक सॉन्ग में आरपीएस इंजीनियरिंग प्रथम व आरपीएस डिग्री कॉलेज द्वितीय व आईजीयू तीसरे स्थान पर रहा। कव्वाली में महिला कॉलेज नारनौल ने प्रथम, आईजीयू ने द्वितीय व आरपीएस इंजीनियरिंग ने तृतीय स्थान हासिल किया।

नशे के दुष्प्रभावों को लेकर जागरूक किया

रेवाड़ी। विद्यार्थियों को जानकारी देते हुए पुलिस टीम। फोटो : हरिभूमि

- नशा मुक्ति पुलिस टीम ने युवाओं को नशा छोड़ो, जिंदगी से नाता जोड़ो का दिया संदेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

पुलिस की ओर से नशा मुक्ति और समाजिक जागरूकता की दिशा में निरंतर प्रयास जारी हैं। निरीक्षक रामपाल के नेतृत्व में गठित नशा मुक्ति टीम ने बुधवार को राजकीय विद्यालय गांव खोल, गवर्नमेंट स्कूल एवं गवर्नमेंट कॉलेज गांव पाली में विद्यार्थियों को नशे के दुष्प्रभावों को लेकर जागरूक किया। इस अवसर पर पुलिस टीम ने कहा कि नशा व्यक्ति के शरीर, परिवार और समाज तीनों का सबसे बड़ा शत्रु है। यह न केवल स्वास्थ्य को बर्बाद करता है, बल्कि युवाओं का भविष्य भी अंधकारमय कर देता है। विद्यार्थी देश का भविष्य है और सभी को पढ़ाई, खेल और अपने सपनों में ध्यान लगाकर नशे जैसी बुरी आदतों से हमेशा दूर रहना चाहिए। अगर गांव या आस-पास कोई भी संदिग्ध गतिविधि दिखे तो तुरंत पुलिस को जानकारी दें। नशा मुक्ति टीम ने कहा कि नशा शरीर ही नहीं, बल्कि जीवन और समाज के लिए भी जहर है। आज के विद्यार्थी ही कल का भविष्य हैं, नशामुक्त और स्वस्थ रहना ही देश की सुरक्षा व प्रगति की गारंटी है। युवाओं से अभियान से जुड़ने का आह्वान किया तथा जिले को नशा मुक्त बनाने में योगदान देने के लिए प्रेरित किया।

यातायात की जानकारी दी

पुलिस टीम ने विद्यार्थियों को साइबर अपराध के खतरों से भी अवगत कराया। उन्होंने बताया कि वर्तमान में अपराधी फोन कॉल, सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों से व्यक्तिगत जानकारी जैसे ओटीपी व पासवर्ड हासिल करने की कोशिश करते हैं। ऐसे में सभी को सतर्क रहना चाहिए और किसी भी अनजान व्यक्ति से अपनी निजी जानकारी साझा नहीं करनी चाहिए। इस दौरान विद्यार्थियों को यातायात नियमों की भी जानकारी दी गई। पुलिस टीम ने कहा कि सड़क पर वाहन चलाते समय नियमों का पालन करना जरूरी है। हेलमेट, सीट बेल्ट का प्रयोग और यातायात संकेतों का पालन हमारी सुरक्षा के लिए अनिवार्य है।

लक्ष्मीबाई के जीवन से प्रेरणा लें युवा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

वीर भगत सिंह युवा दल की ओर से बुधवार को महारानी लक्ष्मीबाई की जयंती के अवसर पर राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में संस्कार निर्माण का कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर युवा दल के प्रधान दिनेश कपूर ने कहा कि 19 नवंबर 1828 के दिन महारानी लक्ष्मीबाई का जन्म धर्मनगरी वाराणसी में हुआ। उनका बचपन का नाम मणिकर्णिका था। उन्हें घर के लोग प्यार से मन्नु बुलाते थे। बचपन से ही मन्नू घुड़सवारी, तलवार चलाना व तीरंदाजी की शौकीन थी। वे वीर शिवाजी को देशभक्ति के रूप में आदर्श मानती थी। 14 वर्ष की आयु में उनका विवाह राजा गंगाधर राव के साथ हुआ। उनके नए परिवार में उन्हें लक्ष्मी बाई के नाम से पुकारा जाने लगा। दो वर्ष के पश्चात उनके यहां पुत्र ने जन्म लिया लेकिन तीन माह की आयु में ही वह बालक चल बसा। इस शोक में उसके पिता गंगाधर राव का भी देहांत हो गया। जब अंग्रेज सरकार ने झांसी की रियासत को हड़पने की ठानी तो महारानी लक्ष्मीबाई ने कहा कि वे जीते जी झांसी नहीं देंगी। कार्यक्रम में शिक्षक अनिल कुमार, लता रानी, विजय सिंह, वनिता, सरोज बाला, मनोज कुमार, विजय रानी, संतोष देवी, मधुबाला व विजय लक्ष्मी मौजूद थे।

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद शिक्षक व छात्राएं। फोटो : हरिभूमि

हनुमान मंदिर में सुंदरकांड पाठ का आयोजन

रेवाड़ी। सेक्टर-1 सोलहराही स्थित प्राचीन इच्छापूर्ण चोले वाले हनुमान मंदिर में मंगलवार रात्रि 28वें सुंदरकांड पाठ, भजन संध्या व भंडारे का आयोजन किया गया। सुंदरकांड पाठ के मुख्य यजमान संदीप फौजी व मोनिका थे। मंदिर पुजारी पंडित बिजेंद्र मेहंदीपुर बालाजी धामवाले पूजा-अर्चना करके सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ कराया। मंदिर के संस्थापक व राष्ट्रीय व्यापार सेवा संघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष एडवोकेट भूपेन्द्र सिंह गुप्ता के बताया कि मंदिर में भक्तों के सहयोग से धार्मिक आयोजन किए जाते है। गायक धर्मबीर फौजी दिल्ली, दीपिका गुप्ता व दीक्षा गुप्ता ने मनमोहक भजनों के माध्यम से भक्तों को मंत्रमुग्ध किया।

कर्तव्य व जिम्मेदारियों का पाठ पढ़ाया

- स्कूल मुखियाओं का डाइट में तीन दिवसीय प्रशिक्षण का समापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

स्कूल लीडरशिप विभाग एससीईआरटी हरियाणा गुरुग्राम के तत्वावधान में डाइट हुसैनपुर में 'राष्ट्रीय शिक्षा नीति के कार्यान्वयन का रोडमैप' विषय पर चल रहे विद्यालय मुखियाओं के तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का बुधवार को समापन हो गया। सीबीएसई से मान्यता प्राप्त विद्यालयों को छोड़कर जिले के 41 प्राचार्यो व 5 हेडमास्टरों ने ट्रेनिंग में भाग लिया। सीबीएसई से मान्यता प्राप्त विद्यालयों का प्रशिक्षण अलग से कराया जाएगा। इस मौके पर नोडल अधिकारी डा. बीर सिंह ने कहा कि राष्ट्रीय नीति-2020 की पूरी जानकारी होने से विद्यालय मुखिया अपने दायित्व को बेहतर ढंग से निभा पाएंगे।

कार्यक्रम के प्रथम दिन डा. बीर सिंह वरिष्ठ प्राध्यापक ने प्रशिक्षण में मुखिया के कर्तव्य और जिम्मेदारियां, डा. ज्योत्सना प्राध्यापिका रावमावि संगवाड़ी ने किताबों के पार अधिगम, डाइट से इतिहास प्राध्यापक सुदेश शर्मा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 को विद्यालयों में लागू करने में मुखिया का योगदान तथा मनोविज्ञान प्राध्यापक दीपक कुमार ने विद्यालय मुखियाओं को राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 और राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा-2023 के सभी महत्वपूर्ण बिंदुओं पर व्याख्यान दिया।

रेवाड़ी। डाइट में प्रशिक्षण के समापन पर मौजूद प्राचार्य व हेडमास्टर।

साइबर सुरक्षा पर अनेक गतिविधियों का हुआ आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

अहीर कॉलेज में शिक्षा मंत्रालय व इंडियन साइबर क्राइम कोऑर्डिनेशन सेंटर के निर्देशानुसार साइबर सुरक्षा विषय पर अनेक गतिविधियों का आयोजन किया गया। कार्यक्रम प्रभारी डा. मीनाक्षी यादव ने बताया कि कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को साइबर सुरक्षा के प्रति जागरूक करना रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ प्राचार्या डा. उर्मिला शर्मा ने किया। इस मौके पर प्राचार्या डा. शर्मा ने कहा कि वर्तमान युग तकनीक का युग है। सभी को तकनीक का प्रयोग करते हुए स्वयं को सुरक्षित रखना होगा। वर्तमान में साइबर क्राइम बहुत अधिक मात्रा में बढ़ रहा है। सभी को स्वयं को सुरक्षित रखते हुए अपने आसपास भी साइबी क्राइम के प्रति जागरूकता लानी होगी। एक सप्ताह चले कार्यक्रम में को प्रथम दिन पोस्टर बनाओ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। दूसरे दिन सभी को साइबर सुरक्षा के प्रति जागरूकता फैलाने के लिए शपथ दिलाई गई।

रेवाड़ी। विद्यार्थियों को साइबर सुरक्षा की जानकारी देते हुए। फोटो : हरिभूमि

मुख्यमंत्री राहत कोष से इलाज के लिए 15 दिन में मिलेगी आर्थिक सहायता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

हरियाणा सरकार की ओर से आमजन को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष के तहत चिकित्सा आधार पर वित्तीय सहायता प्राप्त करने वालों को सरल पोर्टल पर सुविधा प्रदान की जा रही है। इससे यह प्रक्रिया अधिक सरल हो गई है। डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि अब आर्थिक सहायता के लिए प्रार्थी आवेदक सरल पोर्टल के माध्यम से सुविधा का लाभ प्राप्त कर सकते हैं। 15 दिन में आर्थिक सहायता मिलेगी। मुख्यमंत्री राहत कोष से मिलने वाली आर्थिक सहायता की राशि सीधे आवेदक या लाभार्थी के बैंक खाते में ट्रांसफर की जाएगी। डीसी मीणा ने बताया कि आवेदक अपनी पीपीपी यानी परिवार पहचान पत्र आईडी के माध्यम से सरल पोर्टल पर आवेदन कर सकते हैं। इस प्रक्रिया को पूर्ण करने के लिए आवेदकों को अपने चिकित्सा बिल, ओपीडी बिल आदि जैसे अन्य संबंधित दस्तावेजों को अपलोड कर मुख्यमंत्री राहत कोष यानि सीएमआरएफ से चिकित्सा आधार पर वित्तीय सहायता के लिए आवेदन कर सकते हैं।

अधिकतम सीमा एक लाख रुपये निर्धारित

डीसी अभिषेक मीणा

डीसी ने बताया कि मुख्यमंत्री राहत कोष से आर्थिक सहायता के रूप में इलाज खर्च का 25 प्रतिशत पैसा ही मिलेगा, जिसकी अधिकतम सीमा एक लाख रुपये निर्धारित की गई है। आवेदक वित्त वर्ष में केवल एक बार ही इस सुविधा का लाभ ले सकता है। मुख्यमंत्री राहत कोष से मिलने वाली आर्थिक सहायता की राशि सीधे आवेदक या लाभार्थी के बैंक खाते में ट्रांसफर की जाएगी। यदि कोई आवेदक दूसरे राज्य में इलाज करा रहा है और वह चाहता है कि उपचार की राशि सीधे अस्पताल को मिले तो वह संबंधित अस्पताल की बैंकिंग डिटेल्स भी सांझा कर सकता है।

न्यूज डायरी

विद्यार्थियों को गर्म वस्त्र किए वितरित

रेवाड़ी। शहीद हरलाल पीएम श्री राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बोड़िया कमालपुर में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सर्दियों का आगाज होते ही प्राचार्य डा. हरिप्रकाश के मार्गदर्शन में जरूरतमंद विद्यार्थियों को सर्दियों से बचाव के लिए स्वेटर व शूज वितरित किए गए। प्राचार्य हरिप्रकाश, इतिहास प्रवक्ता प्रदीप व लखपत सिंह यादव निवासी सेक्टर-4 ने संयुक्त रूप से 21000 की सहयोग राशि से विद्यार्थियों के लिए गर्म वस्त्र उपलब्ध कराए। इस मौके पर प्रारचार्य ने कहा कि सभी विद्यार्थी अनुशासन में रहकर समय का सदुपयोग करें। उन्होंने कहा कि समय बहुत कीमती है, यदि विद्यार्थी इसका सदुपयोग करेंगे तो वे अपने जीवन में पूर्ण रूप से सफल होंगे और परीक्षाओं को बिना किसी तनाव के कर पाएंगे। उन्होंने सभी अतिथियों का आभार व्यक्त किया।

रेवाड़ी। जरूरतमंद विद्यार्थियों को गर्म वस्त्र वितरित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

कंप्यूटर के प्रशिक्षुओं को वितरित किए सर्टिफिकेट

बावल। राजकीय स्कूल बिठवाना में बावल क्षेत्र के विभिन्न गांवों से जुड़े 330 युवाओं और छात्रों को कंप्यूटर प्रशिक्षण कार्यक्रम की पूर्णता पर प्रमाण पत्र वितरित किए गए। कार्यक्रम का आयोजन युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने, डिजिटल कौशल बढ़ाने और रोजगार के नए अवसर उपलब्ध कराने की दिशा में किया गया। उनो मिंडा समूह की सामाजिक इकाई सुमन निर्मल मिंडा फाउंडेशन की ओर से आयोजित प्रशिक्षण में युवाओं को बेसिक कंप्यूटर स्किल्स, इंटरनेट संचालन, ऑनलाइन सेवाओं का उपयोग, टाइपिंग व एमएस ऑफिस का प्रशिक्षण दिया गया। डा. सुमन मिंडा, स्कूल प्राचार्य डा. दुश्यंत कुमार, नरेंद्र यादव, गौरव कुमार, विशाल यादव व अशोक कुमार ने विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र प्रदान किए।

रेवाड़ी। युवाओं को प्रमाण पत्र वितरित करते हुए अतिथि। फोटो : हरिभूमि

उत्तर पश्चिम रेलवे के सीपीआरओ शशि किरण ने बताया कि कार्य के कारण रेल यातायात प्रभावित रहेगा

चूरू-सादुलपुर रेलखंड पर तकनीकी कार्य, रेलसेवाएं दो दिन रहेंगी आंशिक रद व मार्ग परिवर्तित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेलवे की ओर से चूरू-सादुलपुर रेलखंड पर दूधवाखारा-अस्ल एवं दुधवाखारा-हडयाल स्टेशनों के मध्य तकनीकी कार्य के लिए 26 व 27 नवंबर को ब्लॉक लिया जा रहा है। उत्तर पश्चिम रेलवे के सीपीआरओ शशि किरण ने बताया कि कार्य के कारण रेल यातायात प्रभावित रहेगा। रेलसेवाएं आंशिक रद, मार्ग परिवर्तित व रीशेड्यूल रहेंगी। गाड़ी संख्या 54789 रेवाड़ी-बीकानेर सवारी गाड़ी 26 नवंबर को रेवाड़ी से प्रस्थान करके सादुलपुर तक ही संचालित होगी। यह रेलसेवा सादुलपुर-बीकानेर के मध्य आंशिक रद रहेगी। गाड़ी संख्या 54790 बीकानेर-रेवाड़ी सवारी 26 नवंबर को बीकानेर के स्थान पर सादुलपुर से प्रस्थान करेगी। गाड़ी संख्या 14891 जोधपुर-हिसार रेलसेवा 26 नवंबर को जोधपुर से प्रस्थान करके चूरू तक ही संचालित होगी। गाड़ी संख्या 14892 हिसार-जोधपुर 27 नवंबर को हिसार के स्थान पर चूरू से प्रस्थान करेगी। गाड़ी संख्या 14897 बीकानेर-हिसार रेलसेवा 26 नवंबर को बीकानेर से प्रस्थान करके चूरू तक ही संचालित होगी। गाड़ी संख्या 14898 हिसार-बीकानेर रेलसेवा 27 नवंबर को हिसार के स्थान पर चूरू से प्रस्थान करेगी। गाड़ी संख्या 54604 लुधियाना-चूरू रेलसेवा 26 नवंबर को लुधियाना से प्रस्थान करके हिसार तक ही संचालित होगी।

रेवाड़ी। उत्तर-पश्चिम रेलमार्ग से गुजरती एक्सप्रेस ट्रेन। फोटो : हरिभूमि

मार्ग परिवर्तित व रीशेड्यूल रेलसेवाएं

गाड़ी संख्या 12323 हावडा-बाड़मेर रेलसेवा 25 नवंबर को हावडा से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग वाया रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा-डेगाना होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस एवं फुलेरा स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 14702 बान्द्रा टर्मिनस-श्रीगंगानगर रेलसेवा 25 नवंबर को बान्द्रा टर्मिनस से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग वाया सीकर-लोहारू-सादुलपुर होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा झुंझुनूं एवं लोहारू स्टेशनों पर ठहराव करेगी।

रेवाड़ी के पॉवर लिफ्टर्स ने स्टेट बेंच प्रेस चैंपियनशिप में सात गोल्ड सहित 14 मेडल जीते

रेवाड़ी। बहादुरगढ़ में सम्पन्न हुई हरियाणा राज्य बेंच प्रेस चैंपियनशिप में रेवाड़ी के पॉवर लिफ्टर्स ने बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए जिले का नाम रोशन किया है। खिलाड़ियों ने सभी श्रेणियों में पदक जीतकर अपनी ताकत और मेहनत का परिचय दिया। प्रतियोगिता में निमोठ निवासी विनोद कुमार ने रजत पदक, किरणदीप ने स्वर्ण पदक, शिवानी ने स्वर्ण पदक, उद्दल सिंह ने कांस्य पदक, देवेंद्र ने स्वर्ण पदक, गौरव ने रजत पदक, दुष्यंत ने स्वर्ण पदक, मोहित ने स्वर्ण पदक, सुशीला ने स्वर्ण पदक, साक्षी ने रजत पदक, रश्मि ने कांस्य पदक, कपिल ने स्वर्ण पदक, निखिल ने रजत पदक तथा लक्ष्य ने रजत पदक हासिल किया।

रेवाड़ी। राज्य बेंच प्रेस चैंपियनशिप के विजेता खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि