हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 25 दिसंबर 2025

तापमान
अधिकतम 21.0 डिग्री
न्यूनतम 9.1 डिग्री

14 इतिहास दोहराने को तैयार रेवाड़ी जंक्शन...

14 पारंपरिक शिक्षा के साथ रोजगार उन्मुख...

खबर संक्षेप

रेवाड़ी। एसडीएम विजय कुमार यादव एमिनेंट पर्सन को संबोधित करते हुए।

एसडीएम ने ली एनीमेंट पर्सन की बैठक

कोसली। कोसली के एसडीएम विजय कुमार यादव ने कि प्रशासन की ओर से जनसमस्याओं के समाधान के लिए पुख्ता काम किए जा रहे हैं। उपमंडल के एमिनेंट पर्सन भी सार्वजनिक कार्यों में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाएं। एसडीएम बुधवार को अपने कार्यालय में सरकार की ओर से कोसली विधानसभा क्षेत्र में नियुक्त किए गए एमिनेंट पर्सन की बैठक को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि वह उपमंडल के राजकीय विद्यालयों में शिक्षा के उत्थान के लिए प्रयासरत है।

रेजांगला शौर्य समिति की आम सभा 28 को

रेवाड़ी। दिल्ली रोड स्थित रेजांगला युद्ध स्मारक पर 28 दिसंबर को सुबह 11:15 बजे रेजांगला शौर्य समिति की आम सभा आयोजित की जाएगी। समिति महासचिव राव नरेश चौहान राष्ट्रपूत ने बताया कि बैठक में वर्ष 2025 में किए गए आयोजनों की समीक्षा, वर्ष 2026 में किए जाने वाले आयोजनों की रूपरेखा, रेजांगला शौर्य गाथा स्मारिका के नव प्रकाशन के बारे में विस्तार से विचार विमर्श किया जाएगा।

तरावड़ी मिल से पांच गुणा क्षमता, गेहूं की चार बार सफाई के बाद तैयार होगा आटा

केंद्रीय मंत्री अमित शाह ने किया फ्लोर मिल का वर्चुअली तरीके से शुभारंभ

- बार्ले माल्ट प्लांट की कमी को पूरा करेगी फ्लोर मिल
- हैफेड के आटे की भी मार्केट में अच्छी डिमांड

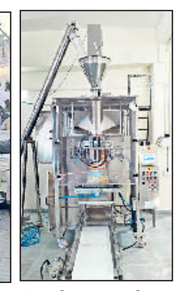
नरेन्द्र वत्स ▸▸| रेवाड़ी

यह मिल बार्ले माल्ट प्लांट की जमीन के लगभग 6 एकड़ हिस्से में तैयार की गई है, जिसके तीन मंजिला भवन में अलग-अलग प्रोसेसिंग यूनिट स्थापित की गई हैं। मिल का श्रेय पूरी तरह प्रदेश के पूर्व सहकारिता मंत्री डा. बनवारीलाल का जाता है।

वर्ष 1988 में तत्कालीन सीएम चौ. देवीलाल ने जाटूसाना में हैफेड के बार्ले माल्ट का निर्माण कराया था। माल्ट प्लांट आंतरिक भ्रष्टाचार की चपेट में आकर बंद हो गया था। प्लांट की जंग खाती मशीनरी आज भी बार्ले माल्ट प्लांट की यादों को संजोए हुए है। उसी जमीन पर केंद्रीय सहकारिता मंत्री अमित शाह ने बुधवार को हैफेड की फ्लोर मिल का शुभारंभ वर्चुअल माध्यम से कर दिया। यह मिल इलाके के लिए बडे तोहफे से कम नहीं है। मिल के निर्माण का श्रेय पूरी तरह प्रदेश के पूर्व सहकारिता मंत्री डा. बनवारीलाल का जाता है, जिन्होंने मंत्री पद पर रहते हुए सरकार से इसकी स्वीकृति दिलाकर निर्माण कार्य तेजी से शुरू कराया था।

हैफेड के कच्ची घानी सरसों के तेल को बाजार में अलग पहचान मिल चुकी है। सरसों के तेल के साथ हैफेड के कई अन्य उत्पाद भी बाजार में आ रहे हैं। इनमें हैफेड के आटे की भी मार्केट में अच्छी डिमांड है। हैफेड के पास करनाल के तरावड़ी में फ्लोर मिल है, जिसकी क्षमता प्रतिदिन 20 टन आटा तैयार करने की है। बाजार में आटा आपूर्ति बढ़ाने के लिए जाटूसाना में हैफेड ने 100 टन दैनिक आटा तैयार की क्षमता की मिल स्थापित की है, जिसके निर्माण पर लगभग 13.60 करोड़ रुपये राशि खर्च हुई है।

रेवाड़ी। हैफेड मील के उद्घाटन पर लोगों को संबोधित करते विधायक अनिल यादव। फोटो : हरिभूमि



रेवाड़ी। हैफेड मील में लगाई गई मशीन।

हैफेड मील में स्थापित आटा-चक्की युनिट।

आटे की टेस्टिंग के लिए आधुनिक लैब

दूसरी मंजिल पर आटा तैयार होने के बाद टेस्टिंग के लिए आधुनिक उपकरणों से लैस लैब भी स्थापित की गई है। इस लैब से लेकर पूरी मिल में सेंसर व अत्याधुनिक उपकरण लगे हुए हैं।

विधायक ने जताई खुशी

मिल के शुभारंभ अवसर पर कोसली के विधायक अनिल यादव ने मिल परिसर में केक काटकर खुशी का इजहार किया। उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार ने हैफेड फ्लोर मिल के रूप में हलके के लोगों को बड़ा तोहफा देने का काम किया है। इस मौके पर हैफेड के जीएम रामकुमार ने मिल की प्रक्रिया के बारे में वहां मौजूद लोगों को जानकारी दी। हैफेड की यह अत्याधुनिक फ्लोर मिल इतनी अधिक क्षमता की प्रदेश की पहली मिल है। मिल में तैयार आटा पैक होने के बाद बाजार में उतारा जाएगा, जिससे हैफेड के आटे की मार्केट में आपूर्ति बढ़ सकेगी।

ग्राउंड फ्लोर से दूसरी मंजिल तक प्रोसेस

इस मिल के ग्राउंड फ्लोर से गेहूं पहले चरण में साफ होकर पहली मंजिल तक हवा के प्रेशर से पाइपों के माध्यम से पहुंचेगा। इसके बाद चार बार गेहूं की मशीनों से अच्छी तरह सफाई होगी, ताकि उसके मिट्टी व कंकर के कण नहीं रह पाएं। इसके बाद गेहूं एयर प्रेशर से ही दूसरी मंजिल पर लगी एक अन्य मशीन से गुजरते हुए आटा चक्कियों में पहुंचेगा। इन चक्कियों में गेहूं की पिसाई होकर आटा तैयार होगा।

मल्टी ग्रेन आटा बनाने की मशीन अलग

मिल में बाजार की डिमांड को देखते हुए मल्टी ग्रेन आटा तैयार करने के लिए भी अलग से मशीन स्थापित की गई है। इस मशीन में विभिन्न अनाज मिलाकर डालने के बाद पिसाई का प्रोसस गेहूं की तरह ही किया जाएगा। मल्टी ग्रेन यूनिट को पहली मंजिल पर स्थापिता किया गया है। बाजार में डिमांड के अनुसार इस यूनिट को प्रोसिंग में लाया जाएगा। आवश्यकता पड़ने पर इसकी यूनिट बढ़ाई भी जा सकती है।

नाबालिग से दुष्कर्म करने में दोषी को बीस साल कैद

- मामला 10 जून 2020 का है, सीसीटीवी की एक फुटेज देखने के बाद खुला था मामला

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

रामपुरा थाना पुलिस की ओर से की गई उत्कृष्ट पैरवी पर एक नाबालिग का अपहरण और दुष्कर्म करने के मामले में लोकेश गुप्ता अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश फास्ट ट्रैक स्पेशल कोर्ट ने मामले में संलिप्त आरोपी राजेश निवासी दादरी तोये जिला झज्जर को दोषी करार देते हुए 20 साल कैद व 26 हजार रुपये के जुर्माने की सजा सुनाई है। जुर्माना अदा न करने पर दोषी को अतिरिक्त सजा भुगतनी होगी।

शहर निवासी एक महिला ने पुलिस को दी अपनी शिकायत में बताया था कि उसकी 15 वर्षीय बेटी 10 जून 2020 को घर से अपनी दादी से मिलने के लिए गई थी। इसके बाद वापस घर नहीं लौटी। परिवार की ओर से तलाश करने के बाद भी नाबालिग का कोई सुराग नहीं लग पाया था। रास्ते की सीसीटीवी कैमरे की एक फुटेज देखने के बाद परिवार को जिला झज्जर के गांव दादरी तोये निवासी राजेश पर नाबालिग को बहला फुसला कर ले जाने का आरोप लगाया था। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ अपहरण का मामला दर्ज करके जांच शुरू की थी। पुलिस ने आरोपी युवक को 18 जून 2020 को गांव कादीपुर जिला गुरुग्राम से गिरफ्तार कर लिया था। आरोपी से पूछताछ के बाद पुलिस ने राजस्थान के जिला कोटपूतली के एक गांव से नाबालिग लड़की को भी बरामद कर लिया था। बरामदगी के बाद दिए बयान में नाबालिग ने युवक पर बहला फुसला कर ले जाने और उसके साथ दुष्कर्म करने का आरोप लगाया था। पुलिस ने मामले में पोक्सो एक्ट की धारा भी ईजाद की थी।

20 साल कैद के साथ 26 हजार जुर्माना

की सजा सुनाई है। जुर्माना पुलिस ने जांच पूरी होने के बाद अदालत में चार्जशीट दायर की। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ अदालत में साक्ष्य प्रस्तुत किए और गवाहों के बयान भी दर्ज कराए। साक्ष्यों और सभी पहलुओं पर सुनवाई के बाद फास्ट ट्रैक स्पेशल कोर्ट के एएसजे लोकेश गुप्ता ने आरोपी युवक को नाबालिग का अपहरण और दुष्कर्म करने का दोषी करार दिया। अदालत ने दोषी को 20 साल कैद और 26 हजार रुपए जुर्माना की सजा सुनाई है। जुर्माना नहीं भरने पर दोषी को 20 महीने की अतिरिक्त सजा भी भुगतनी होगी।

सीएम फ्लाइंग का बिजली दफ्तर पर छापा पांच कर्मचारी मिले ड्यूटी से नदारद

- फाइल लंबित मिलने पर एसडीओ और जेई के खिलाफ कार्रवाई की अनुशंसा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

रेवाड़ी। पाल्हावास बिजली सब डिविजन ऑफिस में जांच करती सीएम फ्लाइंग टीम।

सीएम फ्लाइंग ने बुधवार सुबह ऑफिस खुलने के समय से कुछ देर बाद ही पाल्हावास बिजली सब डिविजन ऑफिस में दस्तक दे दी। इससे वहां मौजूद बिजली कर्मियों में हड़कंप मच गया। ऑफिस स्टाफ के 5 कर्मचारी ड्यूटी से नदारद पाए गए। रिकॉर्ड की जांच के दौरान लगभग 60 शिकायतें लंबित पाई गइं। सीएम फ्लाइंग ने इसके लिए निगम मुख्यालय को एसडीओ और संबंधित जेई के खिलाफ कार्रवाई की अनुशंसा की है।

सीएम फ्लाइंग निरीक्षक सत्येंद्र कुमार की अगुआई में ड्यूटी मजिस्ट्रेट के रूप में बिजली निगम के एसडीओ विजयपाल को साथ लेकर बिजली कार्यालय पहुंची। वहां सीए नितिन राठौर उपस्थित मिला। पूछताछ के दौरान पता चला कि एसडीओ उमेश यादव निगम के कार्य से हिसार मुख्यालय गए हुए हैं। जेई रजनीश चोपड़ा, एएफएम दौलतराम, एलडीसी विष्णु राम, एलएम बीना और गीता गैरहाजिर मिले।

एग्रीकल्चर एसडीओ बनकर सवा दो लाख की ठगी, काबू

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

अक्टूबर माह में एग्रीकल्चर डिपार्टमेंट का एसडीओ बताकर एक खाद-बीज विक्रेता को 2.25 लाख रुपये की ठगी का शिकार बनाने के आरोपी को सदर थाना पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। उसे कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

पुलिस शिकायत में गुरूग्राम के मिलकपुर निवासी ईश्वर सिंह ने बताया था कि उसने चिल्हड़ बस स्टैंड पर खाद-बीज की दुकान की हुई है। अक्टूबर माह में उसके पास एक नंबर से फोन आया। फोन करने वाले ने खुद को एग्रीकल्चर डिपार्टमेंट का एसडीओ बताते हुए कहा कि वह अपने ड्राइवर को भेज रहा है। उसे 25 हजार रुपये दे देना। वह उसकी दुकान पर खाद भिजवा देगा। इसके बाद एक व्यक्ति उसके पास पहुंचा, जिसने एसडीओ का ड्राइवर बताते हुए उससे 25 हजार रुपये ले लिए।

डंपर की टक्कर से पिकअप के दो हिस्से हुए, दोनों के चालक गंभीर

हरिभूमि न्यूज ▸▸| डहीना

डहीना-जाटूसाना रोड पर मंगलवार की रात कहाड़ी गांव के पास एक तेज रफ्तार डंपर ने पिकअप गाड़ी को टक्कर मार दी। हादसा इतना जबरदस्त था कि पिकअप गाड़ी के दो हिस्से हो गए। बाद में डंपर अनियंत्रित होकर एक पेड़ में घुस गया। इस हादसे में दोनों वाहनों के चालक गंभीर रूप से घायल हो गए। उन्हें ट्रॉमा सेंटर में दाखिल कराया गया है। जाटूसाना थाना पुलिस ने डंपर चालक के खिलाफ केस दर्ज कर लिया।

बेरली कलां निवासी सतीश रात को अपनी पिकअप गाड़ी लेकर कंवाली से घर की ओर जा रहा था। जब उसकी गाड़ी कहाड़ी और मोतला कलां के बीच पहुंची तो बेरली की ओर से आ रहे डंपर ने टक्कर मार दी। हादसा इतना जबरदस्त था कि पिकअप गाड़ी के दो हिस्से हो गए। डंपर अनियंत्रित होकर एक पेड़ से टकराकर बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया। वहां से गुजर रहे वाहन चालकों ने हादसे की सूचना पुलिस को दी।

रेवाड़ी। डंपर से टक्कर के बाद क्षतिग्रस्त पिकअप।

मौके पर पहुंची पुलिस

पुलिस की ईआरवी मौके पर पहुंच गई। सतीश और डंपर चालक सुमेर दोनों गंभीर रूप से घायल हो गए। उन्हें एंबुलेंस की मदद से ट्रॉमा सेंटर पहुंचाया गया, जहां उनकी हालत खतरे से बाहर बताई जा रही थी। बुधवार को पुलिस ने सतीश के बयान दर्ज करने के बाद डंपर चालक के खिलाफ केस दर्ज कर लिया।

गोली मारकर गाड़ी व नकदी लूटने में तीन और पकड़े

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

सीआईए रेवाड़ी ने गत 15-16 की रात्रि को दिल्ली-जयपुर राजमार्ग पर बनीपुर चौक के पास एक टैक्सी चालक को गोली मारकर गाड़ी व नकदी लूटने के मामले में तीन और आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान यूपी के जिला मेरठ के गांव अंची खुर्द निवासी अंकुर कुमार, जिला मेरठ के गांव कुंडा निवासी विक्रम सिंह व जिला मेरठ के दिल्ली रोड नजदीक देवतापुरम स्पोर्टस कॉम्प्लेक्स निवासी अश्वनी कुमार के रूप में हुई है। पुलिस इस मामले में तीन आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है।

यूपी के जिला अलीगढ़ के गांव मोहसनपुर निवासी संजय कुमार ने अपनी शिकायत में बताया था की उसने ओला की फ्रेंचाइचीज ली हुई है। वह गुरूग्राम और दिल्ली में टैक्सी चलाता है। गत 15-16 की रात्रि को समय करीब 1 बजे उसकी कैब फोन से बुक की गई थी। वह दो युवकों को पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन से बैठाकर जयपुर के लिए चला था। जब टैक्सी बनीपुर चौक के पास पहुंची तो पीछे बैठे युवकों ने पेशाब करने के बहाने गाड़ी रुकवा ली। दोनों युवकों में से एक ने उसकी कनपटी पर पिस्तौल लगा दी। जब उसने विरोध किया तो उसके दाहिने पैर में गोली मार दी। उसे सीट से हटकार दूसरा युवक गाड़ी चलाने लगा। इसके बाद दोनों युवक काफी देर तक इधर-उधर घुमाते रहे। उससे 18 हजार रुपये और मोबाइल फोन छीन लिए। पुलिस ने मामले में संलिप्त तीन आरोपी राजस्थान के जिला अजमेर के गांव अखर घूघरा घाटी नजदीक भेरू मंदिर गली निवासी देवांशु, यूपी के जिला आजमगढ़ के गांव सुरजीपुर निवासी शुभम वर्मा व यूपी के जिला मेरठ के भगवतपुरा निवासी बंटी सिंह को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से लुटी हुई गाड़ी, 7 देशी पिस्टल, 339 जिंदा रोंद, 11 मैगजीन, 22 मैगजीन की स्प्रिंग, एक बैरल की स्प्रिंग, एक बैग, 4 मोबाइल फोन, वारदात में प्रयोग किया गया 1 आईफोन, 5 सिमकार्ड, 1 वेव ब्लॉकर जैमर, 1 जीपीएस डिटेक्टर, 6 वाकी-टॉकी सैट, 5 वॉकी-टॉकी चार्जर, 5 अडैप्टर, एक पैकेट दस्ताना, एक दूरबीन, 2 पावर अडैप्टर, 3 रोंद की खाली डब्बी व एक हथकड़ी बरामद की थी।

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में टैक्सी चालक से लूट के आरोपी। फोटो : हरिभूमि

आज से मनाया जाएगा क्रिसमस पर्व

रेवाड़ी। ईसाई समुदाय का क्रिसमस पर्व वीरवार को धूमधाम से मनाया जाएगा। पर्व की सभी तैयारियां पूरी हो चुकी हैं। सरकुलर रोड स्थित सेंट एंड्रूज चर्च को आकर्षक लाइटों से सजाया गया है। शहर के मॉल्स, रिसोर्ट तथा होटलों में क्रिसमस को लेकर बड़ी तैयारियां की गई हैं। इन प्रतिष्ठानों में जहां क्रिसमस ट्री बनाए गए हैं, वहीं सैंटा क्लॉज का वेशभूषा धारण किए पुतले भी बनाए गए हैं। कई प्रतिष्ठानों में तो सैंटा क्लॉज बच्चों को उपहार व टॉफी व चॉकलेट बांटते दिखाई दे रहे हैं।

विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी पर हुआ व्याख्यान

हरिभूमि न्यूज ▸▸| बावल

पीएमश्री राजकीय बाल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बावल में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी तथा भारतीय ज्ञान प्रणाली विषय पर विशेषज्ञ व्याख्यान का आयोजन किया गया। इस अवसर पर एसोसिएट प्रोफेसर राजेश कुमार गुप्ता रसायन विज्ञान ने मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की। उन्होंने विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी में हो रहे नवीनतम विकास, आधुनिक वैज्ञानिक उपलब्धियों तथा भारतीय ज्ञान प्रणाली के वैज्ञानिक महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि प्राचीन भारतीय ज्ञान परंपरा आधुनिक विज्ञान के साथ सामंजस्य स्थापित करती है और आज के शोध एवं नवाचारों को दिशा प्रदान करती है। प्रयोगात्मक दृष्टिकोण पर विद्यार्थियों का मार्गदर्शन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय के प्रधानाचार्य प्रदीप कुमार ने की। इस अवसर पर विक्रम व सुशीला सहित विद्यालय के सभी स्टाफ सदस्य उपस्थित थे। इस मौके पर विज्ञान प्रदर्शनी का भी आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने विभिन्न विज्ञान मॉडलों का प्रदर्शन किया। राजेश कुमार गुप्ता ने सभी मॉडलों अवलोकन कर उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को पुरस्कार प्रदान किए। प्रधानाचार्य ने विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण विकसित करने के लिए कार्यक्रम की सराहना की।

रेवाड़ी। मॉडल प्रदर्शनी का अवलोकन करते राजेश गुप्ता।

मार्केट कमेटी चेयरमैन ने दो किसानों को सहायता राशि के चेक किए वितरित

हरिभूमि न्यूज ▸▸| कोसली

कोसली मार्केट कमेटी की ओर से बुधवार को मुख्यमंत्री किसान एवं खेतीहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना के तहत दी जाने वाली सहायता राशि के चैक वितरित किए गए। मार्केट कमेटी के चेयरमैन महेश यादव व उपचेयरमैन दिनेश गोयल ने रतनथल गांव के किसान प्रीतम को 75 हजार रुपये व रूड़ियावास गांव के किसान सतीश को एक लाख 25 हजार रुपये का चेक सौंपा। इस अवसर पर मार्केट कमेटी सचिव विकास यादव, धीरज यादव, दीपक यादव, नरोतम व राजेश मौजूद थे। चेयरमैन महेश यादव ने बताया कि खेती से संबंधित कार्य करते समय जो किसान व मजदूर दुर्घटनाग्रस्त हो जाते हैं, उन्हें मार्केट कमेटी द्वारा सहायता राशि प्रदान की जाती है।

परिजनों ने जताई नाराजगी, गिरफ्तारी के बाद पोस्टमार्टम कराने की जिद पर अड़े

रातभर खाक छानती रही पुलिस फिर भी निकल गए हत्यारे

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी/कोसली

बीते मंगलवार की शाम बहाला गांव में खाद-बीज विक्रेता की गोली मारकर हत्या किए जाने के बाद पुलिस ने नाकेबंदी करते हुए हत्यारों की तलाश तो शुरू की, परंतु रात भर सीआईए की टीमों कोसली पुलिस सड़कों की खाक छानने के बाद भी खाली हाथ रहीं। हत्यारोपियों की गिरफ्तारी नहीं होने से नाराज परिजनों ने बुधवार सुबह मोहन के शव का पोस्टमार्टम कराने से मना कर दिया। काफी देर तक परिजन हत्यारों की गिरफ्तारी के बाद पोस्टमार्टम कराने की जिद पर अड़े रहे। डीएसपी विद्यानंद के चौबीस घंटे में आरोपियों को पकड़ने के आश्वासन पर परिजन पोस्टमार्टम कराने के लिए तैयार हुए।

मोहन की हत्या उस समय कर दी गई थी, जब वह अपने बेटे और भाई के साथ दुकान पर बैठा हुआ था। इंडिवर कार में आए दो युवक कीटनाशक लेने के बहाने में दुकान में घुस गए। उनमें से एक ने मोहन के सिर में दो गोली मारी। उसके जमीन पर गिरने के बाद दूसरे युवक ने भी गोली मारी। बेटे दुष्यंत ने बदमाशों को काबू करने का प्रयास किया, तो उसे भी गोली मारने की धमकी देकर बदमाश फरार होने कामयाब हो गए थे। मोहन को ट्रॉमा सेंटर लाने पर मृत घोषित कर दिया गया था। सूचना मिलने के बाद डीएसपी सुरेंद्र श्योराण और सीआईए की टीमों सहित कोसली थाना पुलिस भी मौके पर पहुंच गई थी। सीन आफ क्राइम टीम को मौके पर बुलाया गया था। पुलिस ने मृतक के बेटे दुष्यंत के बयान पर हत्या व आर्म्स एक्ट के तहत केस दर्ज करने के बाद आरोपियों का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए। एक प्रत्यक्षदर्शी के अनुसार मोहन की हत्या को अंजाम देने के दोनों आरोपी सुबह से ही रेकी कर रहे थे। पुरानी इंडिवर कार पर दोनों नंबर प्लेट नई गाड़ी की लगी हुई थीं, जिन पर टेंपरेरी नंबर लिखे हुए थे। दो-तीन बार चक्कर लगाए थे।

रेवाड़ी। नागरिक अस्पताल में ग्रामीणों को समझाते हुए पुलिस।

हिसार के एक व्यक्ति पर जताया संदेह

मृतक के बेटे दुष्यंत ने पुलिस बयान में बताया कि उसके पिता का पैसे के लेन-देन को लेकर हिसार निवासी जयवीर के साथ विवाद हुआ था। उसने संदेह जाहिर किया कि जयवीर ने ही उसके पिता की हत्या कराई है। सीआईए व पुलिस की टीमों ने रात को ही नाकेबंदी करते हुए बदमाशों का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए थे। जयवीर को सीआईए ने रात को ही हिरासत में ले लिया था, परंतु आरंभिक पूछताछ में हत्या के पीछे उसका कोई रोल नजर नहीं आया।

गिरफ्तारी के प्रयास तेज

हत्या के बाद ही पुलिस ने आरोपियों को काबू करने के प्रयास तेज कर दिए थे। पुलिस विभिन्न पहलुओं को ध्यान में रखते हुए जांच कर रही है। शव का पोस्टमार्टम भी मेडिकल बोर्ड से कराया गया है, ताकि पर्याप्त साक्ष्य एकत्रित हो सकें। आरोपियों को जल्द से जल्द काबू कर लिया जाएगा।
-विद्यानंद, डीएसपी कोसली।

haribhoomi.com
सेहत

हरिभूमि 12
रोहतक, गुरुवार
25 दिसंबर 2025

किसी गंभीर दुर्घटना या बीमारी के कारण कई बार हमारी स्पाइन विकारग्रस्त हो जाती है। इसके ट्रीटमेंट में वेसलप्लास्टी तकनीक काफी प्रभावी सिद्ध हो रही है। इसकी विशेषताओं के बारे में एक्सपर्ट डॉ. यहां विस्तार से बता रहे हैं।

स्पाइन की कई समस्याओं से छुटकारा दिलाए वेसलप्लास्टी

ट्रीटमेंट
डॉ. सुदीप जैन
डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया
नारायणा विहार, नई दिल्ली

रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) से संबंधित कई समस्याओं के इलाज में वेसलप्लास्टी तकनीक, पीड़ितों के लिए नई उम्मीद की तरह विकसित हुई है। मौजूदा दौर में आमतौर पर पीड़ित व्यक्ति 'ओपन सर्जरी' से बचते हुए ऐसी सर्जरी कराने का इच्छुक रहता है, जिसमें कम से कम ऑपरेशन हो और जो सुरक्षित भी हो, इस कसौटी पर वेसलप्लास्टी खरी उतरती है।

वेसलप्लास्टी की जरूरत: तंत्रिका तंत्र का एक अभिन्न भाग रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) आपके शरीर को भी एक आकार प्रदान करती है, लेकिन कई बार दुर्घटनाओं या फिर बीमारियों के कारण जब यह विकारग्रस्त हो जाती है, तब कई गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। इन समस्याओं के संदर्भ में 'स्पाइनल कॉलम' और 'बर्टिब्रा' के बारे में जानना जरूरी है। गौरतलब है की रीढ़ की हड्डी की गर्दन से लेकर कमर के निचले भाग तक की पूरी संरचना को 'स्पाइनल कॉलम' कहा जाता है। इसी तरह रीढ़ की हड्डी में अनेक कशेरूकाएं (वर्टिब्रा) होती हैं, जिन्हें 'वर्टिब्रल बोन' कहा जाता है, जिनसे रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) बनती है।

संभव हैं ये दुष्प्रभाव: सड़क दुर्घटनाओं के अलावा आघात या चोट लगने, ऊंचाई से गिरने, ऑस्टियोपोरोसिस (जरा-सा आघात लगने पर हड्डियों का टूट जाना या फ्रैक्चर होना) की समस्याएं, हड्डियों से संबंधित टीबी (बोन टीबी), रीढ़ की हड्डी में पस पड़ जाना और बोन कैंसर आदि के कारण 'वर्टिब्रल बोन' क्षतिग्रस्त या विकारग्रस्त हो सकती हैं। आमतौर पर ऐसी समस्याएं तंत्रिका तंत्र (नर्वस सिस्टम) की कार्यप्रणाली पर प्रतिकूल प्रभाव डालती हैं। इनमें ये समस्याएं शामिल हैं-

- शारीरिक संतुलन स्थापित करने में दिक्कत।
- किसी भी तरह की संवेदना का एहसास करने में परेशानी।
- कई मामलों में मल और यूरिन पर नियंत्रण स्थापित न कर पाना।
- पक्षाघात या लकवा होने का जोखिम।

तकनीक की प्रक्रिया: वेसलप्लास्टी तकनीक की प्रक्रिया के अंतर्गत मरीज को 'लोकल एनेस्थीसिया' दिया जाता है और फिर इसके बाद उसके विकारग्रस्त या फ्रैक्चर्ड 'वर्टिब्रल बोन' के अंदर एक सूक्ष्म सुई डाली जाती है। इस सुई के आगे के भाग पर एक गुब्बारा (बैलून) लगा होता है। यह बैलून विकारग्रस्त 'वर्टिब्रल बोन' की विकृतियों को समाप्त कर देता है। इस प्रक्रिया के बाद इस बैलून में 'बोन सीमेंट' को भरते हैं, जिसके परिणामस्वरूप 'वर्टिब्रल बोन' के विकारों (डिफेक्ट्स) को दूर किया जाता है। बोन सीमेंट लगभग 15 मिनट के बाद वर्टिब्रल बोन पर अपना प्रभाव छोड़ती है। गौरतलब है कि बोन सीमेंट का शरीर पर कोई दुष्प्रभाव नहीं पड़ता है।

वेसलप्लास्टी की विशेषताएं: यह तकनीक अपनी कुछ विशेषताओं के कारण अपनाई जा रही है।

- इस तकनीक को अपनाने से मरीज की ओपन सर्जरी करने की जरूरत नहीं पड़ती। एक छोटे से चीरे से इस तकनीक की प्रक्रिया को अंजाम दिया जाता है।
- संक्रमण का खतरा कम रहता है।
- कम से कम रक्तस्राव होता है।
- मरीज अतिशीघ्र स्वास्थ्य लाभ करता है।
- रीढ़ की हड्डी की समस्याओं से छुटकारा पाने के लिए वेसलप्लास्टी के अलावा जो अन्य सर्जिकल प्रोसीजर अपनाएं जाते हैं, उनमें मरीज के विकारग्रस्त वर्टिब्रल बोन में इंप्लांट्स डालने की जरूरत पड़ती है, लेकिन वेसलप्लास्टी में इंप्लांट्स डालने की जरूरत नहीं होती है। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

हेल्थ सजेशन
डॉ. मोनिका शर्मा

आमतौर पर लोग अपनी फिजिकल हेल्थ पर तो ध्यान देते हैं लेकिन ब्रेन हेल्थ को इग्नोर करते हैं। जबकि ब्रेन हेल्थ हमारी पूरी मेंटल हेल्थ को कंट्रोल करता है। इसलिए यह जानना बहुत जरूरी है कि ब्रेन हेल्थ के लिए किन बैड हैबिट्स को छोड़ना और किन गुड हैबिट्स को अपनाना चाहिए। इस बारे में हम दे रहे हैं आपके लिए बहुत यूजफुल सजेशंस।

आपका ब्रेन हेल्थ रहेगा परफेक्ट लाइफस्टाइल में करें ये बदलाव

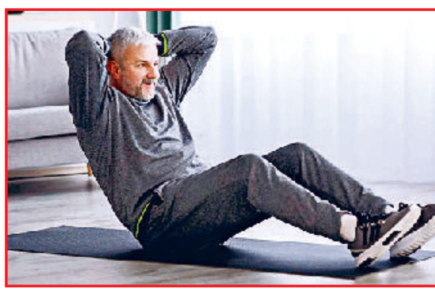
आमतौर पर अच्छे खान-पान से लेकर फिजिकल एक्टिविटी तक, सब कुछ शरीर की अच्छी सेहत से जोड़कर देखा जाता है। नींद और आराम को भी शरीर की थकान उतारने का ही जरिया माना जाता है। जबकि जीवनशैली से जुड़ी यही बातें हमारे ब्रेन हेल्थ को भी गहराई से प्रभावित करती हैं। असंतुलित आहार हो या प्रकृति से दूरी, आराम करने में की गई कोताही हो या नकारात्मक विचारों का घेरा, मस्तिष्क के स्वास्थ्य पर भी दुष्प्रभाव डालते हैं। ऐसी ही कुछ बातों का ध्यान रखने से दुरुस्त रहेगा ब्रेन हेल्थ।

शारीरिक सक्रियता

फिजिकल एक्टिविटी केवल शरीर का मोटापा काबू में रखने में ही नहीं, ब्रेन फॉग से बचाने में भी मददगार बनती है। व्यायाम चाहे किसी भी रूप में किया जाए, शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार लाने के साथ ही मानसिक स्वास्थ्य पर भी पॉजिटिव प्रभाव डालता है। नियमित शारीरिक एक्टिविटीज करना अवसाद और चिंता से बचाने वाली जीवनशैली से जोड़ता है। शारीरिक व्यायाम की मनोदशा सुधारने में महत्वपूर्ण भूमिका है। शारीरिक सक्रियता से शरीर को एंडोर्फिन हार्मोन मिलता है। यह हार्मोन शरीर का नेचुरल मूड लिफ्टर है। यही वजह है कि शारीरिक रूप से सक्रिय रहना ओवरथिंकिंग और नेगेटिविटी पैदा करने वाले विचारों से भी दूर रखता है। ये दोनों ही बातें दिमागी सेहत की बेहतरी से भी जुड़ी होती हैं।

संतुलित आहार

हमारे यहां तो कहा ही गया है कि 'जैसा खावें अन्न, वैसा हो मन।' हर आयुवर्ग के लोगों पर यह बात लागू होती है। समझना जरूरी है कि मन से ही मस्तिष्क भी जुड़ा है। ऐसे में हमारा भोजन शरीर ही नहीं, मानसिक स्वास्थ्य पर भी असर डालता है। फलों-सब्जियों से भरपूर संतुलित आहार तो भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए बहुत अच्छा माना गया है। ऐसी सुपाच्य चीजें बॉडी को भी सही पोषण देती हैं। वहीं खराब फूड हैबिट्स दिमाग से जुड़ी स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाती हैं। अस्वास्थ्यकर भोजन किसी काम पर फोकस ना कर पाना, सुस्ती, घबराहट और चिड़चिड़ेपन जैसी भावनाओं को बढ़ाता है। अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड, फास्ट फूड और शुगर युक्त ड्रिंक्स के सेवन से अवसाद और चिंता का जोखिम भी बढ़ता है। पब्लिक हेल्थ न्यूट्रिशन जर्नल में छपे अध्ययन के मुताबिक नियमित रूप से फास्ट फूड का सेवन करने वाले लोगों में अवसाद विकसित होने की संभावना 51 प्रतिशत ज्यादा होती है। असल में प्रोसेस्ड फूड्स में शामिल शुगर और नमक की अधिक क्वांटिटी वाले फूड प्रोडक्ट्स बहुत स्वादिष्ट लगते हैं। इससे ना केवल इन्हें रेगुलर खाने की लत लग जाती है बल्कि ऐसे फूड प्रोडक्ट्स बॉडी में हार्मोनल और न्यूरो बायोलॉजिकल बदलाव का भी कारण बन सकते हैं। मौजूदा जीवनशैली में अत्यधिक नमक का सेवन याददाश्त और इंटेलिजेंस को कमजोर करने का अहम कारण माना जा रहा है। इसीलिए फिजिकल फिटनेस के लिए ही नहीं दिमाग की सेहत दुरुस्त रखने के लिए भी हेल्दी फूड्स का सेवन करना आवश्यक है।



कुदरत से नजदीकी

आज के दौर में तकनीकी उपकरणों संग सीमित दायरे में बीत रहा समय हमें प्रकृति से दूर कर रहा है। प्रकृति के संपर्क में कमी को 'स्नेचर डेफिसिट डिसऑर्डर' कहा जाता है। यह डिसऑर्डर शरीर ही नहीं दिमाग की सेहत बिगाड़ने वाला भी है। समझना जरूरी है कि हरे-भरे परिवेश में सैर, योग या जॉगिंग करना शरीर को ही नहीं दिमाग को भी दुरुस्त रखता है। देखने में आता है कि अब फिजिकल एक्टिविटीज भी इंडोर ही की जाती हैं। घर-दफ्तर तो प्राकृतिक जुड़ाव से दूर हैं ही। ऐसे में इरादतन नेचर के करीब रहने का प्रयास किया जाना चाहिए। अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन के मुताबिक सप्ताह में कम से कम दो घंटे प्रकृति के करीब बिताने से शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों बेहतर हो सकते हैं। हरे-भरे वातावरण में रहने से कोग्निटिव हेल्थ सुधरती है। रचनात्मक सोच बढ़ती है। मन प्रसन्न रहता है। मस्तिष्क ठहराव और सुकून महसूस करता है। ऐसी सभी बातें दिमाग को सक्रिय और स्वस्थ रखती हैं।

नींद और आराम भी जरूरी

किसी भी काम, भागदौड़ या बिजी रुटीन के बाद शरीर की थकान कम करने के लिए अच्छी नींद लेने को कहा जाता है। हम सब समझते हैं कि यह फिजिकल थकान आराम करने से ही जाएगी। लेकिन यही बात दिमाग की थकान को लेकर नहीं सोची जाती। घंटों काम करने के बाद भी मन-मस्तिष्क को आराम नहीं दिया जाता। जबकि अच्छी नींद शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी है। मूड को बेहतर करने के लिए ही नहीं डिसट्रेक्शन घटाने के लिए भी पर्याप्त नींद लेनी ही चाहिए। स्पष्ट देखा जा सकता है कि आज की आपाधापी भरी जीवनशैली में नींद की कमी भी अवसाद, चिंता और दूसरी मानसिक समस्याओं को बढ़ावा दे रही है। इतना ही नहीं ठीक से नींद ना लेना, स्ट्रेस मैनेजमेंट की क्षमता पर भी दुष्प्रभाव डाल रहा है। शुरुआत में सही रुटीन बनाने और अच्छी नींद लेने की अहमियत नहीं समझी जाती और बाद में इंसान बाकायदा अनिद्रा की समस्या के घेरे में आ जाता है। गौरतलब है कि अवसाद के शिकार 90 प्रतिशत तक लोग अनिद्रा यानि इनसोमनिया की शिकायत करते हैं। असल में नींद की कमी से कोर्टिसॉल हार्मोन का लेवल बढ़ता है। ऐसे में समय पर सोने-जागने की दिनचर्या ना केवल तनाव और बेचैनी बढ़ाने वाले कोर्टिसॉल हार्मोन को नियंत्रित रखती है, बल्कि इमोशनल बैलेंस बनाए रखने में भी मदद करती है। *

हेल्थ न्यूज

यंगस्टर्स में बढ़ती इंफर्टिलिटी पॉसिबल है ट्रीटमेंट

आजकल पुरुषों में बांझपन यानी इंफर्टिलिटी तेजी से बढ़ रहा है। इसकी बड़ी वजह है बदलती जीवनशैली, तनाव, लंबे समय तक काम करना और प्रदूषण। डॉक्टरों का कहना है कि 30-35 साल के पुरुषों में यह समस्या सबसे ज्यादा देखी जा रही है। इस बारे में मदरहुड फर्टिलिटी एंड आईवीएफ सेंटर के फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. मंदावी राय** के अनुसार, 'पिछले कुछ सालों में, खासकर 30-35 साल के पुरुषों में बांझपन बहुत बढ़ रहा है। तनाव वाला काम, देर तक बैठकर काम करना, नाइट शिफ्ट और अनियमित डाइट हैबिट से स्पर्म की संख्या, उसकी गति और उसका आकार प्रभावित होता है। इनके अलावा हार्मोन का बिगड़ना और यौन इच्छा कम होना, पुरुषों में फर्टिलिटी बढ़ने की आम वजहें हैं। कई पुरुष इस बात को समझ नहीं पाते कि शराब, सिगरेट, टाइट ड्रेस, लैपटॉप की गर्मी और कम नींद, स्पर्म को काफी कमजोर कर देते हैं। सबसे चिंता की बात यह है कि बहुत कम पुरुष खुद से फर्टिलिटी चेकअप करवाने आते हैं। अगर समय पर चेकअप करवाएं और लाइफस्टाइल सुधारा जाए तो ज्यादातर समस्याओं का इलाज आसानी से हो सकता है।'

दिल्ली स्थित नोवा आईवीएफ सेंटर की **डॉ. पारुल गुप्ता खन्ना** कहती हैं, 'आज की लाइफस्टाइल का पुरुषों की फर्टिलिटी पर सीधा असर पड़ रहा है। तनाव, देर रात मोबाइल का उपयोग करना और शराब, सिगरेट का सेवन करना भी इसके कारण हैं। अच्छी नींद, डेली व्यायाम, हेल्दी फूड्स और सही सप्लीमेंट्स का सेवन करें तो सेहत में सुधार आ सकता हैं। जब पुरुष अपनी डाइट सुधारते हैं, शरीर को गर्मी से बचाते हैं और तनाव कम करते हैं, तो स्पर्म कुछ ही महीनों में बेहतर हो जाते हैं। लेकिन सप्लीमेंट्स बिना डॉक्टर की सलाह के कभी नहीं लेने चाहिए। शराब और सिगरेट से दूर रहें और सबसे जरूरी सालों तक इंतजार न करें नियमित जांच करवाएं।' *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

डाइट एडवाइस
राजकुमार 'दिनकर'

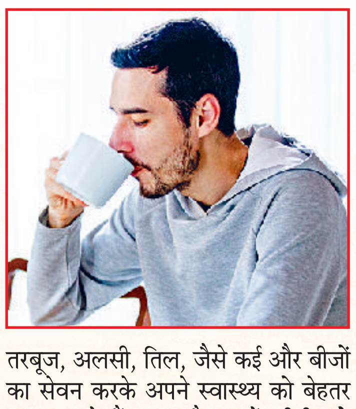
सर्दी के मौसम में हेल्दी बने रहने के लिए आपको अपनी डाइट पर पूरा ध्यान देना चाहिए। इस दौरान आप अपनी डाइट में क्या शामिल कर सकते हैं, बता रहे हैं डिटेल में।

इनका करें नियमित सेवन इस मौसम में रहेंगे हेल्दी

सर्दी का मौसम अपने साथ बहुत सी समस्याएं लेकर आता है। वायरल इंफेक्शन, धीमी पाचनक्रिया, सर्दी-जुकाम, खांसी, रूखी त्वचा, धूप कम होने से लगातार ठंड लगना, कमजोर प्रतिरोधक क्षमता, हृदय रोगियों के लिए कई तरह के खतरे, लगातार ठंड के कारण मनोदशा में उतार-चढ़ाव। सर्दी के साथ इन समस्याओं के समाधान के लिए प्रकृति प्रदत्त अनेक खाने की चीजें फल, हरी सब्जियां, रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले खाद्य पदार्थ हमें मिलते हैं। सर्दी के मौसम में अगर हमें स्वस्थ रहना है तो प्रोसेस्ड फूड की बजाय, मौसमी फल, सब्जियों के सेवन से अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के साथ-साथ अपनी ऊर्जा और मनोदशा में भी स्थिरता ला सकते हैं।

मौसमी फल: सर्दी के मौसम में अमरूद, कीवी, सेब, अनार, केला, संतरे, मौसंबी, पपीता और भी कई तरह के रसीले फल जो एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं, इनका खूब सेवन करना चाहिए। ये हमारे त्वचा के सौंदर्यवर्धन करने के साथ-साथ हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त करते हैं और शरीर को संक्रमण से लड़ने के लिए तैयार करते हैं।

साबुत अनाज: मोटे और साबुत अनाजों को खाने और पचाने के लिए सर्दी का मौसम सबसे उपयुक्त होता है। ज्वार, बाजरा, रागी, मक्का, सोयाबीन, जई, जैसे पारंपरिक भारतीय अनाज को हम रोटी के रूप में या इनके खिचड़ी, दलिया, बनाकर उन्हें मेवों के साथ भी खा सकते हैं। ये अनाज हमारे शरीर को गर्मी देने के साथ-साथ पाचनक्रिया को दुरुस्त करते हैं और ऊर्जा के स्तर में भी सुधार करते हैं। ग्लूटेन फ्री ये मोटे अनाज सर्दियों में बढ़ने वाले वजन को भी नियंत्रित रखते हैं।



गुड़ और इससे बने व्यंजन: सर्दी के मौसम में हम भरपूर मात्रा में पिस्ता, बादाम, अंजीर, किशमिश जैसे सूखे मेवों और खरबूजें, तरबूज, अलसी, तिल, जैसे कई और बीजों का सेवन करके अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं। इस मौसम में चीनी को दरकिनार करके गुड़ और गुड़ से बने ड्राइफ्रूट्स के लड्डु और मीठे खाद्य पदार्थ न केवल हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त करते हैं, हमें ठंड से भी बचाते हैं। शरीर में आयरन की कमी को भी पूरा करते हैं।

हरी पत्तेदार सब्जियां: सर्दी के मौसम में मौसमी सब्जियां, भरपूर मात्रा में उपलब्ध होती हैं। शकरकंद, पालक, मेथी, सरसों, बथुआ, मूली, चुकंदर, शलजम, गाजर, सोया साग, गांठ गोभी, जैसी सब्जियां प्राकृतिक रूप से खनिज लवणों से भरपूर होती हैं। गर्म तासीर वाली इन सब्जियों में आयरन, कैल्शियम, मैग्नीशियम, फाइबर, बीटा कैरोटीन, विटामिन के और महत्वपूर्ण एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, जो रक्त में हिमोग्लोबिन की मात्रा को बढ़ाकर शरीर में आयरन की कमी पूरा करते हैं। हड्डियों को मजबूत बनाते हैं। पाचनक्रिया में सुधार करके आंतों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाते हैं।

गर्म पेय पदार्थ: अदरक, लहसुन, कालीमिर्च, दालचीनी, हल्दी, अजवाइन और तुलसी सर्दी के मौसम में हमें विशेष तौर पर ठंड से बचाते हैं। ठंड लगने पर तुलसी, सौंफ और दूसरे मसालों से बनी चाय हमें राहत दिलाती है। संक्रमण से बचाकर हमारे फेफड़ों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाती है। हल्दी वाला दूध, सब्जियों के सूप, शोरबा, गर्म पानी और काढ़ा, शरीर को ठंड से बचाते हैं। सर्दियों में गाजर, टमाटर, मिक्स सब्जियों का सूप भी हमें कब्ज से निजात दिलाकर हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त रखता है। इसलिए सर्दी के इस मौसम का भरपूर फायदा उठाएं और यहां बताए गए फूड आइटम्स का सेवन करें। इससे आप पूरे सर्दी के मौसम में हेल्दी बने रहेंगे। *

सजेशन
दिव्यज्योति 'नंदन'

सुबह धूप में करें योगाभ्यास ऊर्जावान रहेगा तन-मन

वैसे तो सुबह या शाम को योगाभ्यास करना फायदेमंद होता ही है। लेकिन अगर इसे आप सर्दी के मौसम में सुबह की धूप में करें तो यह और भी लाभकारी सिद्ध होता है। तन-मन को भरपूर ऊर्जा मिलती है। इस बारे में विस्तार से जानिए।

सर्दियों की सुबह-सुबह व्यायाम महज व्यायाम नहीं होता बल्कि यह शरीर में लय, मन में शांति और आत्मा को प्रकाश से नहलाने का उपक्रम होता है। सूर्य को जीवन ऊर्जा का स्रोत कहा जाता है। इसलिए प्राचीन भारतीय ग्रंथों में सूर्योपासना और सूर्य नमस्कार का विशेष महत्व वर्णित है।

इसलिए है लाभदायक: सुबह की धूप में व्यायाम या योगा करने से शरीर को प्राकृतिक रूप से विटामिन-डी हासिल होती है। वास्तव में सुबह की धूप, विशेषकर सूर्योदय के बाद पहले 30 से 60 मिनट तक की धूप विटामिन-डी से भरपूर होती है और धरती पर इंसान के लिए यह विटामिन-डी का सबसे बड़ा स्रोत भी होती है। यह धूप शरीर में कैल्शियम के अवशोषण को बढ़ाती है, जिससे हड्डियां मजबूत होती हैं। जोड़ों का दर्द या गठिया जैसी समस्याओं से राहत मिलती है। इसलिए सर्दियों की सुबह की धूप में योगा करना बहुत फायदेमंद होता है। इस दौरान शरीर से निकला हुआ पसीना शरीर को डिटॉक्स करता है।

रक्त संचार-ऑक्सीजन पूर्ति बेहतर: सर्दियों की सुबह धूप में किए गए योगा से शरीर की रक्तवाहनियां फैलती हैं, जिस कारण शरीर में रक्त का संचार बेहतर होता है और इससे शरीर के कोने-कोने तक ऑक्सीजन की ज्यादा मात्रा पहुंचती है। नतीजतन शरीर न केवल प्रसन्न और ऊर्जा से भरा-पूरा होता है बल्कि इस दौरान हमारा मस्तिष्क सर्वाधिक सक्रिय और मन बेहद एकाग्र रहता है। यह विशेष रूप से प्राणायाम और सूर्य नमस्कार के चलते लाभदायक साबित होता है। जब श्वास और प्रकाश का मेल शरीर के हर कोने को जीवंत कर देता है, तब शरीर में रक्त संचार और ऑक्सीजन की आपूर्ति बढ़ जाती है।

बेहतर होता है हार्मोनल संतुलन: सर्दियों में सुबह-सुबह की धूप में योगा करने से हमारे शरीर का हार्मोनल संतुलन बेहतर होता है, जिस कारण हमें मानसिक शांति मिलती है। सुबह के समय की धूप में जो नीली और लाल रोशनी की तरंगें मौजूद होती हैं, वे मस्तिष्क के सेरोटोनिन और मेलाटोनिन हार्मोन को संतुलित करते हैं। सेरोटोनिन हार्मोन शरीर के मूड को बेहतर बनाता है, जबकि मेलाटोनिन हार्मोन हमारी नींद को नियमित करता है। जब हम सर्दियों की रात में भरपूर आरामदायक नींद लेते हैं, तो शरीर के सभी अंग स्वस्थ और ऊर्जावान होते हैं। जो लोग सुबह-सुबह की धूप में योग करते हैं, उन्हें तनाव, चिंता और अवसाद से राहत मिलती है। ऐसे लोग दिन भर अपनी एकाग्रता और सकारात्मकता बनाए रहते हैं। साथ ही रात को गहरी और स्वाभाविक नींद हासिल करते हैं।

प्रतिरक्षा प्रणाली होती है मजबूत: सर्दियों और संक्रमण के मौसम में सुबह-सुबह की धूप के दौरान योगा करना उसी तरह काम करता है, जैसे शरीर के लिए प्राकृतिक वैक्सीन काम करती है। सुबह की धूप से शरीर में श्वेत रक्त कणिकाएं सक्रिय होती हैं, जो वायरस और बैक्टीरिया से लड़ती हैं। सुबह की धूप के समय किए गए कुछ आसन जैसे भस्त्रिका, कपालभाती और धनुरासन शरीर की ऊष्मा बढ़ाते हैं, इससे शरीर में ठंड लगने और एलर्जी समस्याएं बहुत कम होती हैं।

आंखों के लिए भी लाभदायक: सुबह की कोमल धूप के बीच किए गए योगासनों का लाभ हमारी आंख और देखने की क्षमता को भी मिलता है। सुबह की कोमल रोशनी में आंखें खोलकर किया गया त्राटक योग देखने की क्षमता को तो बढ़ाता है।

मानसिक ऊर्जा का स्रोत: सुबह की धूप में जब हम योग करते हैं तो प्रकृति का हर तत्व- हवा, प्रकाश, पक्षियों का चहचहाना और मिट्टी की गंध हमारे जीवन में ताजगी का एहसास कराती है। यह वातावरण हमारे मन और उत्साह को लबालब कर देता है। इससे आत्मविश्वास भी बढ़ने लगता है। *

खबर संक्षेप

टैगोर में तुलसी दिवस व क्रिसमस–डे मनाया

महेंद्रगढ़। टैगोर सीनियर सेकेंडरी स्कूल में तुलसी दिवस एवं क्रिसमस–डे कार्यक्रम आयोजित किए गए। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में भारतीय संस्कृति, पर्यावरण संरक्षण तथा आपसी भाईचारे और प्रेम की भावना को विकसित करना रहा। विद्यालय परिसर में तुलसी पूजन किया गया तथा विद्यार्थियों ने तुलसी के महत्व पर अपने विचार प्रस्तुत किए। शिक्षकों ने बताया कि तुलसी न केवल हमारी संस्कृति का प्रतीक है, बल्कि स्वास्थ्य की दृष्टि से भी अत्यंत लाभकारी है।

नेशनल मॉडल स्कूल में वीर बाल दिवस मनाया

महेंद्रगढ़। नेशनल मॉडल स्कूल में वीर बाल दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। प्राचार्य ओमप्रकाश यादव ने कहा कि हमारे लिए बड़े खेद का विषय है कि 300 वर्ष पहले की इस असामान्य घटना को हमने भुला दिया। हमें अपने गौरवशाली इतिहास की जानकारी होनी चाहिए। पौष मास की षष्ठी तिथि से लेकर त्रयोदशी तिथि तक गुरु दशमेश के चारों पुत्रों का बलिदान देश धर्म की रक्षा करते हुए हुआ। गुरु गोविंद सिंह के दो बेटे चमकौर के युद्ध में शहीद हुए तथा दो बेटे दीवार में चिनवा दिए गए।

एसडी स्कूल ककराला में तुलसी पूजन समारोह

कनीना। एसडी विद्यालय ककराला में बुधवार को तुलसी पूजन दिवस का आयोजन किया गया। समारोह में शिक्षकों व विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। तुलसी का पूरी श्रद्धा व भक्ति के साथ पूजन किया गया। विद्यालय के चेयरमैन जगदेव सिंह यादव ने विद्यार्थियों को तुलसी औषधीय, धार्मिक और पर्यावरणीय लाभ की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों में भारतीय संस्कृति, धार्मिक आस्था, नैतिक मूल्यों व संस्कारों का भाव जागृत हुआ है।

बचपन प्ले स्कूल में किया तुलसी पूजन

महेंद्रगढ़। बचपन प्ले स्कूल में बुधवार को तुलसी पूजन दिन एवं बड़ा दिन मनाया गया। उधर विद्यालय की दूसरी ब्रांच किड्स गार्डन प्ले स्कूल में भी तुलसी पूजन एवं बड़ा दिन मनाया गया। जिसके मुख्य अतिथि विद्यालय संस्थापक शेरसिंह सैनी थे। कार्यक्रम के दौरान विद्यालय स्टाफ एवं बच्चों द्वारा तुलसी माता की विधिवत पूजा- अर्चना और आरती की गई तथा बच्चों को बड़ा दिन के बारे में बताया गया। चेयरपर्सन निशा सैनी ने बताया कि तुलसी की पूजा करने से माता लक्ष्मी और विष्णु दोनों ही प्रसन्न होते हैं।

देवयानी स्कूल में मनाया क्रिसमस–डे पर्व

महेंद्रगढ़। देवयानी इंटरनेशनल स्कूल बेवल के बच्चों ने क्रिसमस–डे मनाया। बच्चों ने सांता क्लॉज का रूप धारण कर मिठाई और उपहार भेंट किए। दूसरी कक्षा से आयशा, प्रियांशी यादव, भावी राव, जिया यादव, वंशिका, माही राव, सनाया, जिया, अनिका, हनिका यादव, आरजू राव और पूर्वी यादव ने आई है रात क्रिसमस की गीत पर नृत्य प्रस्तुत किया। पार्थ, दक्ष, पियूष, रोहित शर्मा, डॉयल शर्मा, मनन राव, दक्ष, भावेश, रियान, सारांश, यक्षित, देवांक, चिराग राव ने ग्रुप डांस किया।

प्रख्यात शिक्षाविद् व कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के पूर्व डीन डॉ. जेएस यादव को किया याद

वैज्ञानिक डॉ. जेएस यादव की स्मृति में 10वीं और 12वीं में टॉपर विद्यार्थियों को दी प्रेरणा स्कॉलरशिप

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

प्रख्यात शिक्षाविद् एवं कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के पूर्व डीन डॉ. जेएस यादव की स्मृति में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नीरपुर में बुधवार प्रेरणा दिवस का आयोजन किया गया। इस अवसर पर डॉ जेएस यादव मेमोरियल चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को प्रेरणा स्कॉलरशिप दी गई। शिक्षा व समाजसेवा के क्षेत्र में विशिष्ट कार्य करने पर डॉ संजय शर्मा व सुश्री कांता गांधी को प्रेरणा पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस दौरान स्कूली बच्चों ने क्विज और भाषण के माध्यम से अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। कार्यक्रम में जिला शिक्षा अधिकारी डॉ विश्वेश्वर कौशिक मुख्य अतिथि थे। अध्यक्षता प्राचार्य सत्यपाल यादव ने की। पूर्व प्राचार्य मदन गोपाल विशिष्ट अतिथि थे। गौरतलब है कि पर्यावरणविद्ध डॉ जेएस यादव की स्मृति में प्रतिवर्ष गांव नीरपुर में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में 10वीं कक्षा में व 12वीं कक्षा के तीनों संकायों में प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान पर रहने वाले छात्रों को प्रेरणा स्कॉलरशिप दी जाती है। इसके अलावा सामाजिक कार्यो व उत्कृष्ट सेवा के लिए प्रतिवर्ष प्रेरणा पुरस्कार भी दिया जाता है।

नारनौल। प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को सम्मानित करते मुख्यातिथि व अन्य।

शिक्षा से होता है हर अंधेरा दूर

डॉ विश्वेश्वर कौशिक ने कहा कि शिक्षा वह प्रकाश है जो जीवन से हर तरह के अंधेरे को दूर करता है। स्व. डॉ. जेएस यादव ने जीवन भर शिक्षा का प्रचार और प्रसार किया तथा बच्चों के साथ युवाओ का भी मार्गदर्शन किया। नीरपुर जैसे छोटे से गांव से निकलकर विश्व भर में विज्ञान के क्षेत्र में अपनी विशिष्ट पहचान बनाने वाले डॉ. जेएस यादव के जीवन से बच्चों को प्रेरणा लेनी चाहिए तभी प्रेरणा दिवस का आयोजन सफल होगा। उन्होंने कहा कि डॉ.यादव ने विज्ञान और शिक्षा के अलावा सामजसेवा के क्षेत्र में भी अपनी अलग पहचान कायम की। उनका प्रयास था कि विज्ञान आम आदमी तक पहुंचे तभी देश उन्नति करेगा।

छात्रों की करते थे मदद

ट्रस्ट के प्रधान डॉ अतुल यादव ने अपने संबोधन में कहा कि डा.जेएस यादव कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय में पढ़ने वाले दक्षिणी हरियाणा के सभी विद्यार्थियों के सरंक्षक थे। उनके आवास से लेकर फीस व खाने तक की समस्याओं का वो हमेशा ध्यान रखते थे और उनका समाधान करते थे। इस मौके पर डॉ सुरेश कुमारी, साहित्यकार रघुविन्दर यादव, पार्षद प्रतिनिधि सुमेर कांडा, नम्बरदार असीम यादव, योगेश यादव, कप्तान हरिसिंह, प्राध्यापक नीतू यादव, मंजू यादव, कुलदीप शर्मा, प्रतिभा, रजनी, सुदेश, संगीता, सुमन, राजबाला, उर्मिला, शशि बाला, कविता, सुनीता, सुरेश, सुरेंद्र, पुष्पा, विक्रम सिंह, ममता आदि अध्यापकगण भी उपस्थित थे।

डॉ. संजय शर्मा व प्राचार्य कांता गांधी को मिला प्रेरणा पुरस्कार

कार्यक्रम में शिक्षा व समाजसेवा के क्षेत्र में उत्कृष्ठ कार्य करने के लिए अध्यापक डॉ संजय शर्मा व नेत्रहीन कन्या विद्यालय की प्राचार्य कांता गांधी को स्मृति चिन्ह व शाल ओढाकर प्रेरणा पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर कक्षा 10वीं कक्षा की निशा, योगेश, सुमित, निधि, महिमा व निशु, कक्षा बारहवीं में आर्ट्स में निधि, रिया, रचना व अन्नू सैनी, मोनिका, दीपिका, मुस्कान, कॉमर्स में सुमित, रवि व दीपक, पायल, हरीश, पायल, विज्ञान संकाय में यश कुमार, महक, खुशी व सुषमा को परीक्षाओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने पर प्रेरणा स्कॉलरशिप दी गई। क्विज प्रतियोगिता में सुखदेव हाउस प्रथम व भगत हाउस द्वितीय व राजगुरु हाउस तृतीय स्थान पर रहा।

सुभाष पार्क से लेकर लघु सचिवालय तक नारेबाजी की

पंचायतों में कार्यरत सीपीएलओ ने किया मांगों को लेकर प्रदर्शन

आंदोलनकारियों ने एसडीएम अनिरुद्ध यादव को सौंपा मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

हरियाणा पंचायत कंप्यूटर ऑपरेटर संघ संबंधित भारतीय मजदूर संघ जिला इकाई के बैनर के नीचे जिले की ग्राम पंचायतों में कार्यरत सभी सीपीएलओ कर्मचारी नेताजी सुभाष पार्क में एकत्रित हुए। इसके बाद भारतीय मजदूर संघ के जिला अध्यक्ष आशीष गोरा की अध्यक्षता में प्रदर्शन करते हुए सिंघाना रोड, महावीर चौक, महेंद्रगढ़ रोड़ से होते हुए लघु सचिवालय में पहुंचे। जहां एक आम सभा का आयोजन किया गया। इसा अवसर पर सभा को सम्बोधित करते हुए भारतीय मजदूर संघ के जिलाध्यक्ष आशीष गोरा ने कहा कि सरकार सीपीएलओ कर्मचारियों को अकेले ना समझे, भारतीय मजदूर संघ से सम्बंधित सभी संगठन सीपीएलओ कर्मचारियों के साथ खड़े हैं, सरकार जल्द से जल्द इनकी मांगों को पूरा करें।

इस अवसर पर हरियाणा पंचायत कंप्यूटर ऑपरेटर संघ के जिला अध्यक्ष देवेश ने कहा कि कर्मचारियों में सरकार के प्रति रोष पनप रहा हैं। रोष का बड़ा कारण कई बार सरकार द्वारा आश्वासन देने के बाद भी सरकार ने कोई संज्ञान नहीं लिया। इन कर्मचारियों का वेतन मात्र छह हजार प्रति महीना है। जिससे इनके परिवार का गुजर बसर नहीं हो पा रहा है और इन कर्मचारियों के परिवारों की हालत दयनीय हो गई है। पंचायत कंप्यूटर ऑपरेटर संघ के जिला मंत्री चरण सिंह ने बताया कि सीपीएलओ का मासिक वेतन कभी भी समय पर नहीं मिलता है। जिसके कारण कर्मचारियों को आर्थिक शोषण के साथ-साथ सामाजिक हीन भावना भी झेलनी पड़ रही है। अन्त में सीपीएलओ की सभा स्थल पर एसडीएम अनिरुद्ध यादव ज्ञापन लेने के लिए पहुंचे। कर्मचारियों के प्रतिनिधि मंडल ने मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन एसडीएम को सौंपा। ज्ञापन लेने उपरांत एसडीएम ने कर्मचारियों को आश्वासत किया गया कि मांग पत्र बिना किसी देरी के सरकार के पास भेज दिया जाएगा। इस मौके पर भारतीय मजदूर संघ के जिला मंत्री हरकेश, जिला कोषाध्यक्ष भूपेश पालीवाल, जिला कमेटी सदस्य कर्मबीर जाखड़ विशेष रूप से उपस्थित रहे।

नारनौल। प्रदर्शन करते कर्मचारी व एसडीएम अनिरुद्ध यादव को ज्ञापन सौंपते कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

> **कर्मचारियों का वेतन मात्र छह हजार रुपये प्रति महीना है, जिससे इनके परिवार का गुजर बसर नहीं हो पा रहा। यह मामूली वेतन भी कभी समय पर नहीं मिलता।**

यह हैं मुख्य मांगें

सीपीएलओ की जिम्मेदारी पूर्ण रूप से पंचायत विभाग व शहरी सीपीएलओ की जिम्मेदारी शहरी स्थानीय निकाय को सौंपी जाए, ताकि कार्य व प्रशासनिक नियंत्रण में स्पष्टता बनी रहे। टेक्निकल पोस्ट के समान बेसिक वेतनमान, अन्य सभी सरकारी सुविधाएं व भत्ते उपलब्ध करवाए जाएं। सीपीएलओ का मासिक वेतन प्रत्येक माह की सात तारीख तक सुनिश्चित रूप से प्रदान किया जाए। मार्च 2024 से लेकर 31 मार्च 2025 तक सीपीएलओ के बकाया वेतनमान का पूरा भुगतान किया जाए।

यह हुए प्रदर्शन में शामिल

प्रदर्शन में हरियाणा पंचायत कंप्यूटर ऑपरेटर संघ जिला महेंद्रगढ़ के उपाध्यक्ष धर्मबीर व ममता, जिला सहमन्त्री पुष्पा, कोषाध्यक्ष विजयपाल, सहकोषाध्यक्ष दिनेश जांगिड़, संगठन मंत्री विपिन चन्द्रपाल, प्रेस सचिव नवनीत, इन्द्रसिंह, अंकिता, रिया, कुसुम, अशोक कुमार, विनीत कुमार, प्रदीप कुमार, नीरज, चन्द्र प्रकाश, सुनील कुमार, अभिषेक आदि सहित सैकड़ों सीपीएलओ कर्मचारी शामिल हुए।

सांसद किरण चौधरी के प्रयास से बूढ़वाल का अंडरपास होगा ऊंचा

- जलभराव से मिलेगी निजात, बूढ़वाल सरपंच की अगुवाई में राज्यसभा सांसद किरण चौधरी से मिले थे ग्रामीण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

राष्ट्रीय राजमार्ग 148 बी पर गांव बूढ़वाल के अड्डे के समीप राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण की ओर से एक छोटा अंडरपास बनाया गया था। जिससे ग्राम वासियों व आसपास के गांव के वाहन चालकों को काफी असुविधा का सामना करना पड़ता था। अंडरपास पर जल भराव की समस्या भी बनी रहती है। विगत दिनों बूढ़वाल गांव के सरपंच की अगुवाई में ग्रामवासियों का एक समूह ने एडवोकेट दीपांकन गुप्ता के साथ राज्यसभा सांसद किरण चोंधरी से भेंट कर उन्हें अपनी समस्याओं से अवगत करवाकर ज्ञापन दिया। जिस पर त्वरित कारवाई करते हुए राज्यसभा सांसद ने सड़क एवं परिवहन मंत्री नितिन गडकरी को पत्र के माध्यम से राष्ट्रीय राजमार्ग संख्या 148 बी पर बूढ़वाल अड्डे के समीप बने छोटे अंडरपास की ऊंचाई व चौड़ाई बढ़ाने, उचित जल निकासी व्यवस्था व सर्विस लेन पर उतरने हेतु उपयुक्त कट मंजूर करवाया है।

किरण चौधरी।

आभार जताया

एडवोकेट दिपांकन गुप्ता के साथ सरपंच धर्मबीर, महावीर नंबरदार, विजय सिंह प्रधान जाट महासभा, अनिल अग्रवाल, राजबीर नंबरदार, जयसिंह पंच, मामचंद जाट, रामकरण नंबरदार, परमानन्द शर्मा पंच, विजेंद्र नंबरदार, मुकेश अग्रवाल, सतवन्त सिंह पंच, हरीसिंह पंच, उर्मिला पंच, बबली देवी पंच, सुमन देवी पंच आदि ने राज्यसभा सांसद किरण चौधरी का आभार व्यक्त किया व कहा कि सांसद दक्षिण हरियाणा के अंतिम छोर रायमलिकपुर तक आमजन की समस्याओं व विकास के लिए हमेशा तैयार रहती है। उनकी सोच समूचे हरियाणा के आमजन मानस को प्रगति के पथ पर अग्रसर करने की रही है।

अरावली पर्वतमाला का संरक्षण जरूरी : डॉ. राजवती

- 100 मीटर की ऊंचाई वाले शिखरों को अरावली की परिभाषा से बाहर करने संबंधी मापदंड से पैदा होगा खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

नारनौल। जिला सहित हरियाणा–राजस्थान क्षेत्र की जीवनरेखा कही जाने वाली अरावली पर्वतमाला आज गंभीर संकट के दौर से गुजर रही है। हाल ही में 100 मीटर की ऊंचाई को अरावली की परिभाषा से बाहर करने संबंधी मापदंड ने पर्यावरण संरक्षण को लेकर गहरी चिंता पैदा की है। यह निर्णय न केवल अरावली के मूल उद्देश्य जल, जंगल और जमीन के संरक्षण के विपरित है, बल्कि इससे खनन को अप्रत्यक्ष रूप से बढ़ावा मिलने का खतरा भी उत्पन्न होता है। यह बात महिला कांग्रेस जिला अध्यक्ष डॉ. राजवती ने कही। उन्होंने कहा कि अरावली ने कभी चुनाव नहीं लड़ा, न कोई भाषण दिया, न कोई नारा लगाया। वह चुपचाप रेगिस्तान को रोकती रही, पानी सहेजती रही, हवा को साफ करती रही। शायद यही उसकी सबसे बड़ी गलती बन गई, क्योंकि आज के दौर में जो चुप है उसे या तो दोषी मान लिया जाता है या फिर परिभाषा से बाहर कर दिया जाता है।

डॉ. राजवती।

दोबारा विचार करें

उन्होंने कहा कि अरावली केवल ऊंचाई का नाम नहीं, बल्कि एक पूरा पारिस्थितिकी तंत्र है, जो रेगिस्तान से उड़ने वाली धूल को दूसरी दिशा में जाने से रोकती है, मरुस्थलीकरण को आगे बढ़ने के बीच दीवार है, जो भूजल रिचार्ज, तापमान संतुलन, जैव विविधता और स्थानीय लोगों के स्वास्थ्य की रक्षा करता है। हम बात करे महेंद्रगढ़ की तो यहां भी अरावली श्रंखलाएं है, उनमें से केवल एक या दो पहाड़ी को छोड़ के सारी पहाड़ी नई 100 मीटर की परिभाषा से बाहर हो जाती है और आने वाले समय में कभी भी उनका हटाया जा सकता है या इनमें खनन शुरू किया जा सकता। उन्होंने कहा कि 100 मीटर के मापदंड के आधार पर पहाड़ियों को अरावली मानने से इंकार करना, क्षेत्र में अनियंत्रित खनन व पर्यावरणीय क्षति को वैधता देने जैसा कदम है।

सीएल में तुलसी पूजन व क्रिसमस डे मनाया

नारनौल। क्रिसमस डे कार्यक्रम के दौरान बच्चे। फोटो : हरिभूमि

नारनौल। हुडा स्थित सीएल पब्लिक स्कूल में तुलसी पूजन व क्रिसमस पर्व का आयोजन किया गया। इस अवसर पर बच्चों ने कई सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। जिसमें बच्चों ने सांता क्लॉज बनकर, देश भक्ति नृत्य व गीत प्रस्तुत कर सबका मन मोह लिया। कार्यक्रम की शुरूआत में संस्था के प्रबंधन निदेशक डॉ. अमित गुप्ता, प्राचार्य रविन्द्र सिंह, मुख्याध्यापिका मोनिका कौशल व समस्त स्टाफ सदस्यों ने मिलकर तुलसी पूजन कर की। इस अवसर पर मुख्य अतिथि रहे विद्यालय के प्रबंधक निदेशक डॉ. अमित गुप्ता ने बच्चों को तुलसी पूजन के अध्यात्मिक महत्व के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि यह पर्व आपस में खुशियां बांटने का पर्व है। प्राचार्य रविन्द्र सिंह ने कहा कि हम इस दिन अच्छे विचारों को स्वीकार करें तथा इसे अपने जीवन में लागू करे।

एमआर स्कूल में क्रिसमस डे पर सांता क्लॉज की ड्रेस पहनकर आए बच्चे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

अटेली स्थित एमआर पब्लिक स्कूल में क्रिसमस डे पर अनेक प्रतियोगिताएं आयोजित करवाई गई। जिसमें निबंध लेखन में अशी, पलक, मानवी, हरीश ने अपने ग्रुप में प्रथम, भूमि, पूर्वी, उमंग, हिमांशी, गरिमा ने दूसरा, महक, तनीषा, विधि, पुरवंशिका व जीविका ने तीसरा स्थान पाया। वाद विवाद प्रतियोगिता में जिगर व अंश ने पक्ष व संगम व रेखा ने विपक्ष में अपने विचार रखे। चित्र में रंग भरने में तपस ने प्रथम, गार्गी व नव्या ने दूसरा, दक्ष, श्रेया, पूर्वी ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। सांता ड्रेस में वन्या, जयेश, कनिष्का, वंश, नियति, लक्ष्य ने प्रथम स्थान पाया। कक्षा प्रथम से पांचवी तक के वर्ग में रौनक, तनुलता, लक्ष्य, मान्या, मुकुल, हिमांशी, लव्य, पुलकित, चित्रा, श्रेया, प्रियांशु ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। क्रिसमस ट्री बनाओ में पुनीत, कनिष्क, भाविका, तेजल, शुभम, महक, नित्य, रिया, मयंक, लक्षित, पलक, पीयूष, नव्या, रक्षित, जीवांश, देवांश, हर्षिता, जियांस, वंशु, तान्या, जयंत, सोमेश, विवेक, अलीशा आदि ने अपनी प्रतिभा दिखाइ। इस मौके पर चेयरमैन सियाराम यादव, प्राचार्य मनोज कुमार ने विजेता विद्यार्थियों को सम्मानित किया।

नारनौल। क्रिसमस डे कार्यक्रम में भाग लेते बच्चे। फोटो : हरिभूमि

पीएम कुसुम योजना का किसान उठाएं लाभ

सोलर पंप पर 75 प्रतिशत सब्सिडी, 29 तक करें आवेदन

2019 से 2023 के बीच बिजली आधारित नलकूप के लिए आवेदन करने वालों को भी वरीयता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा विभाग हरियाणा के सौजन्य से जिले के किसानों के लिए पीएम कुसुम योजना के तहत 75 प्रतिशत अनुदान पर सोलर ऊर्जा पंप लगवाने का एक सुनहरा अवसर है। इस संबंध में जानकारी देते हुए अतिरिक्त उपायुक्त ने बताया कि इच्छुक किसान 25 दिसंबर से 29 दिसंबर तक हरियाणा सरकार के सरल पोर्टल पर ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। योजना के तहत तीन एचपी, पांच एचपी, 7.5 एचपी और 10 एचपी की 12 विभिन्न श्रेणियों में सोलर पंप उपलब्ध कराए जा रहे हैं। चयन की प्रक्रिया परिवार की वार्षिक आय और भूमि धारण के आधार पर निर्धारित की जाएगी। प्रशासन की ओर से बिजली आधारित नलकूप कनेक्शन के मौजूदा आवेदकों को प्राथमिकता दी जाएगी। बशर्ते उन्हें अपना वर्तमान बिजली कनेक्शन सरेंडर करना होगा। वर्ष 2019 से 2023 के बीच बिजली आधारित नलकूप के लिए आवेदन करने वाले किसानों को भी इस योजना में वरीयता मिलेगी। प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि जिन गांवों में भूजल स्तर 100 फीट से नीचे चला गया है, वहां सूक्ष्म सिंचाई प्रणाली माइक्रो इरिगेशन स्थापित करना अनिवार्य है। अन्य क्षेत्रों में भी भूमिगत पाइप लाइन या सूक्ष्म सिंचाई प्रणाली अनिवार्य होगी। हालांकि धान उगाने वाले वे किसान इस योजना के पात्र नहीं होंगे, जिनके क्षेत्र का भूजल स्तर 40 मीटर से नीचे गिर चुका है। प्रतीक्षा सूची में शामिल पुराने आवेदकों को सलाह दी गई है कि यदि वे अपने सोलर पंप की क्षमता या प्रकार बदलना चाहते हैं, तो अपनी पुरानी फैमिली आईडी का उपयोग कर नया आवेदन कर सकते हैं। ऐसे आवेदकों को नया चालान जमा करने की आवश्यकता नहीं होगी।

आवश्यक दस्तावेज

ऑनलाइन आवेदन के लिए किसानों के पास परिवार पहचान पत्र, कृषि भूमि की जमाबंदी फर्द और आवेदक के नाम पर बिजली आधारित पंप न होने का प्रमाण पत्र होना आवश्यक है। आवेदन व कंपनी चयन के बाद किसानों को एक वर्चुअल अकाउंट नंबर वाला चालान प्राप्त होगा। जिसमें लाभार्थी हिस्सा एनईएफटी या आरटीजीएस के माध्यम से जमा करना होगा। इन सोलर पंपों पर पांच वर्ष की वारंटी दी जाएगी और साथ ही पांच वर्षों के लिए चोरी व प्राकृतिक आपदा से सुरक्षा के लिए बीमा भी प्रदान किया जाएगा।

आरपीएस विद्यालय के मिडिल विभाग में स्पोर्ट्स कार्निवल का भव्य शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

आरपीएस विद्यालय के मिडिल विभाग में स्पोर्ट्स कार्निवाल का शुभारंभ किया गया। विद्यालय प्रांगण में खेल भावना और उमंग से भरपूर इस आयोजन में विद्यार्थियों ने भाग लिया। कार्यक्रम में मुख्यातिथि एसडीएम कनिका गोयल (आईएएस) रहीं, जबकि अध्यक्षता आरपीएस ग्रुप चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव ने की। प्राचार्य डॉ. किशोर तिवारी ने अतिथियों का स्वागत कर अभिवादन किया। तुलसी पूजन कर भारतीय संस्कृति और परंपराओं का संदेश दिया। एइस मौके पर उपप्राचार्य दिनेश कुमार, डीन एलएन गौड़, पवन तिवारी, विंग हेड देवेंद्र पूनिया, जिलेसिंह, अमित कुमार, साक्षी मलिक, अनीता अहलावत, खेल एचओडी राजकुमार यादव उपस्थित रहे।

पहले दिन ये रहे विजेता : मिडिल विंग हैड साक्षी मलिक व स्पोर्ट्स हैड राजकुमार यादव ने बताया कि छठी कक्षा की 100 मी. लड़कियों की दौड़ में छवि प्रथम यशिका द्वितीय, विभा लक्ष्मी तृतीय रही। लड़कों की 100 मीटर में रवि कांत प्रथम, यश द्वितीय, भव्या तृतीय रही। 200 मीटर में कनिका प्रथम, दिवांशी द्वितीय, जीविका तृतीय रही। आठवीं कक्षा से लड़कों की 100 मीटर दौड़ में आयुष प्रथम, अंशु द्वितीय, अंश तृतीय, लड़कियों की 100 मीटर में एकता प्रथम, प्रियंका द्वितीय, तन्वी तृतीय रही।

सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि रेवाड़ी जिले के खंड नाहड़ की ग्राम पंचायत लुखी में खड़े हरे कीकर, नीम, शहतूत, बड़बेरी, जांटी,लेहसवा के कुल 40 पेड़ों की निलामी दिनांक 30-12-2025 को प्रातः 11:00 बजे आदर्श पार्क लुखी में की जाएगी। बोलीदाता को बतौर जमानत राशि दस हजार रूपये जमा करवानी होगी। बाकी शर्तें मौके पर सुनाई जायेंगी।

शमशेर सिंह, ग्राम सचिव
ओमप्रकाश, सरपंच
ग्राम पंचायत लुखी, खंड नाहड़
जिला रेवाड़ी
मो. 9466189242

खबर संक्षेप

दहेज प्रताड़ना मामले में एक आरोपी काबू

धारूहेड़ा। पुलिस ने दहेज के लिए मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। क्षेत्र के एक गांव निवासी विवाहिता की शिकायत के बाद पुलिस ने दोनों पक्षों के बीच समझौता कराने के प्रयास किए थे। जब उनके बीच बातचीत सिरे नहीं चढ़ी तो पुलिस ने 9 दिसंबर को ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में जसवंत नगर निवासी अमन को गिरफ्तार कर लिया। बाद में उसे पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

मारपीट मामलों में दो आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामलों में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। धारूहेड़ा थाना पुलिस ने मारपीट में घायल व्यक्ति के बयान पर गत 8 दिसंबर को विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। जांच के बाद इस मामले में नारनौल के बड़कोदा निवासी महेश को गिरफ्तार किया गया है। सिटी पुलिस ने 9 दिसंबर को घायल के बयान पर दर्ज किए गए केस में सनसिटी निवासी सुनील को गिरफ्तार किया है। बाद में दोनों आरोपियों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

हादसों के बाद फरार चालक गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने सड़क हादसों के बाद फरार एक वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। धारूहेड़ा थाना पुलिस ने 20 दिसंबर को हुए हादसे के बाद आरोपी चालक के खिलाफ केस दर्ज किया था। चालक हादसे के बाद मौके से फरार होने में कामयाब हो गया था। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद इस मामले में वाहन चालक महेंद्रगढ़ के खुड़ाना निवासी केवल कुमार को गिरफ्तार कर लिया। उसका वाहन भी पुलिस ने अपने कब्जे में ले लिया। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

धोखाधड़ी मामले में एक आरोपी काबू

धारूहेड़ा। सेक्टर-6 थाना पुलिस ने धोखाधड़ी मामले में फरार चल रहे एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ित पक्ष की शिकायत के आधार पर गत 19 अप्रैल को विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। मामले की जांच पुलिस की आर्थिक अपराध शाखा कर रही थी। इस मामले में पुलिस ने यूपी के पीलीभीत के सुरेश शर्मा नगर निवासी अमन अग्रवाल को गिरफ्तार कर लिया। उसके खिलाफ पहले भी मामले दर्ज हैं। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया।

सुशासन दिवस पर जिला स्तरीय कार्यक्रम आज

रेवाड़ी। सुशासन दिवस के अवसर पर 25 दिसंबर को प्रातः 11 बजे मॉडल टाउन स्थित बाल भवन सभागार में जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन होगा। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि वीरवार को सुशासन दिवस के अवसर पर आयोजित जिला स्तरीय कार्यक्रम में हरियाणा की स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित होंगी। सुशासन दिवस कार्यक्रम में जिला में उत्कृष्ट कार्य करने वाले अधिकारियों व कर्मचारियों को सम्मानित भी किया जाएगा। इस अवसर पर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के राज्य स्तरीय कार्यक्रम का लाइव प्रसारण भी दिखाया जाएगा।

माउंट हेरिटेज इंटरनेशनल स्कूल का वार्षिकोत्सव कल

रेवाड़ी। माउंट हेरिटेज इंटरनेशनल स्कूल में 26 दिसंबर को वार्षिक समारोह विरासत 2.0 का आयोजन किया जाएगा। कार्यक्रम में डा. सुधा यादव सदस्य केंद्रीय संसदीय बोर्ड एवं केंद्रीय चुनाव समिति व विपुल गोयल राजस्व एवं शहरी स्थानीय निकाय मंत्री मुख्य अतिथि तथा लक्ष्मण यादव विधायक विशिष्ट अतिथि के रूप में शिरकत करेंगे। कार्यक्रम का प्रमुख आकर्षण होगा नव-निर्मित प्रशासनिक भवन एवं अत्याधुनिक रोबोटिक्स प्रयोगशाला का उद्घाटन होगा।

आधुनिक सुविधाओं से लैस होगा रेलवे स्टेशन

इतिहास दोहराने को तैयार रेवाड़ी जंक्शन अमृत भारत योजना ने बदल दी तस्वीर

- अब पांच लिफ्ट व चार एस्केलेटर लगाने का होगा कार्य, दिव्यांगजनों की सुविधा का रखा गया पूरा ध्यान, महिलाओं के लिए अगल से बनाया वेटिंग हाल
- रेलवे स्टेशन पर दो पार्किंग में 140 फोर व्हीलर व 650 टू-व्हीलर के खड़े करने की मिली सुविधा

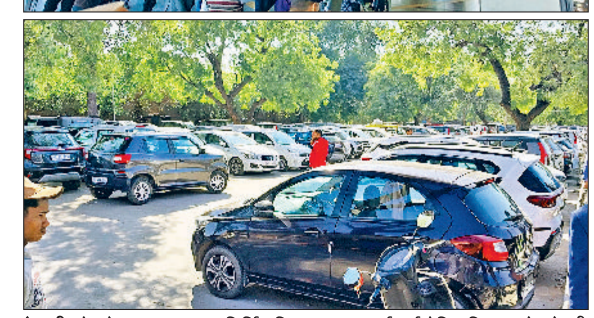
रेवाड़ी। रेलवे जंक्शन पर कार्यों का अवलोकन करते रेलवे अधिकारी तथा वेटिंग हाल का निरीक्षण करते रेलवे अधिकारी।

हेमंत शर्मा ▸▸| रेवाड़ी

रेवाड़ी रेलवे जंक्शन इतिहास दोहराने को तैयार है। अमृत भारत योजना ने रेलवे जंक्शन की तस्वीर बदल दी है। उत्तर पश्चिम रेलवे जयपुर मंडल पर अमृत भारत स्टेशन योजना के अंतर्गत रेवाड़ी रेलवे जंक्शन के पुनर्विकास कार्यों के लिए 31.91 करोड़ की राशि खर्च की जा रही है। रेलवे स्टेशन के भवन को पूर्ण रूप से नवीनीकृत किया गया है, जिसमें सुविधा क्षेत्र को 430 वर्ग मीटर से बढ़ाकर 1600 वर्ग मीटर किया गया है तथा दो भव्य प्रवेश और निकास द्वार बनाए गए है। स्टेशन भवन के अंदर भारतीय कला और संस्कृति को दर्शाते चित्र बनाए गए है। साथ ही स्टेशन भवन में पोर्च का निर्माण भी किया गया है। स्टेशन भवन के अग्रभाग में प्रकाश व्यवस्था का उन्नयन किया गया है। सकुर्लेटिंग क्षेत्र में सड़क वाहनों के यातायात संचालन में सुधारकर और हरित पट्टी विकसित की गई है। पार्किंग स्थान के साथ प्रतीक्षा कक्ष और वीआईपी रूम बनाया गया है। आधुनिक फिटिंग के साथ मौजूदा शौचालय ब्लॉकों का नवीनीकरण और मौजूदा प्लेटफॉर्म शेल्टरों की जीआई शीट को बदलने मे साथ नए आकर्षक बाउंड्री वॉल का कार्य भी किया गया है। प्लेटफॉर्मों के 6150 वर्ग मीटर सतह को नवीनीकृत किया गया है। स्टेशन पर ट्रेन इन्फोरमेशन बोर्ड और कोच इंडिकेशन बोर्ड लगाए गए हैं। रेलवे स्टेशन पर दिव्यांगों की सुविधा के लिए हेल्प बूथ, विशेष शौचालय, विशेष वाटर बूथ, रेम्प, अलग पार्किंग, साईनेज व विशेष कुर्सियों की वयवस्था की गई है। बुधवार को उत्तर पश्चिम रेलवे के अधिकारियों ने रेलवे स्टेशन के नवीनीकरण के कार्य का अवलोकन किया। इस मौके पर उत्तर-पश्चिम रेलवे के सीपीआरओ शशि किरण, डीसीएम कमल शर्मा, सीनियर पीआरओ कमल जोशी, पीआरओ राकेश चौधरी, सीएमआई रेवाड़ी राजकुमार शर्मा, एसएस सत्यबीर सिंह, टीआई सीपी यादव, आरपीएफ निरीक्षक विनोद कुमार जांगड़े सहित अनेक रेलवे अधिकारी मौजूद थे।

5 लिफ्ट व 4 एस्केलेटर लगाने का होगा कार्य

रेलवे स्टेशन पर पुनर्विकास कार्यों में जीपीएस आधारित घड़ियां, 5 लिफ्ट व 4 एस्केलेटर व फूड प्लाजा का प्रावधान भी किया गया है। साथ ही 10 करोड़ रुपए की लागत से 12 मीटर चौडा फुट ओवर ब्रिज का कार्य भी किया जाएगा। इसके अतिरिक्त सीसीटीवी लगाए गए है। महिला और बच्चों के लिए सुरक्षा के विशेष प्रावधान किए गए हैं। स्टेशन पर जल संरक्षण के लिए रेन वाटर हार्वेस्टिंग, वाटर रिसाईक्लिंग प्लांट तथा उर्जा संरक्षण के लिए रूफ टॉप सोलर प्लांट भी लगाया जा रहा है। प्रथम चरण में रेलवे स्टेशन पर बाइक पार्किंग, सकुर्लेटिंग एरिया, कार पार्किंग, पोर्च, दो मुख्य द्वार, एचटीसी के लिए कमरे, मुख्य नाली, प्लेटफॉर्म नंबर-1 पर कोपिंग स्टोन, ग्रेनाइट स्टोन का कार्य पूर्ण कर लिया गया है। साथ ही महिला प्रतीक्षालय, सामान्य प्रतीक्षालय, बुकिंग काउंटर, बुकिंग हॉल, कॉनकॉर हॉल, वीआईपी कक्ष, एसएस कक्ष, स्टेशन भवन का अग्रभाग, स्टेशन के मुख्य द्वार व पोर्च का कार्य पूरा हो चुका है।



रेवाड़ी। रेलवे जंक्शन पर नवनिर्मित टिकट घर, बनाई गई ऐतिहासिक धरोहरों की पेंटिंग तथा पार्किंग में खड़ी गाड़ियां। *फोटो : हरिभूमि*

स्टेशन के सकुर्लेटिंग क्षेत्र को बढ़ाया

रेलवे स्टेशन का पहले सकुर्लेटिंग एरिया करीब 4000 स्क्वेयर मीटर था जो कि अब 10 हजार स्क्वेयर मीटर किया गया है। इसके अलावा नई पार्किंग में 140 फोर-व्हीलर व दूसरी पार्किंग में 650 टू-व्हीलर खड़े किए जा सकते है। स्टेशन पर यात्रियों की सुविधा के लिए टिकट विड़ों भी बढ़ाई गई है। पहले 4 प्लस वन होते थे, जिनको 6 प्लस वन किया गया है तथा टिकिट घर से ही एंट्री कर दी गई है, जिससे यात्री सीधे प्लेटफार्म पर जा सकते है। इसके अलावा रेलवे स्टेशन पर हेमू की जिले की ऐतिहासिक धरोहरों की पेंटिंग बनाई गई है तथा स्टेशन पर स्वतंत्रता सेनानी राव तुलाराम का स्टेच्यू लगाया गया है।

हनुमान मंदिर में सुंदरकांड व भजन संध्या का आयोजन

रेवाड़ी। सेक्टर-1 सोलहराही स्थित प्राचीन इच्छापूर्ण चोले वाले हनुमान मंदिर में मंगलवार रात्रि सुंदरकांड पाठ, भजन संध्या व भंडारे का आयोजन किया गया मंदिर के पुजारी पंडित बिजेंद्र भारद्वाज मेहंदीपुर बालाजी धाम वाले ने पूजा करते सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। मंदिर के संस्थापक व राष्ट्रीय व्यापार सेवा संघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष एडवोकेट भूपेन्द्र सिंह गुप्ता के बताया कि सुंदरकांड पाठ व भंडारा सभी भक्तों के सहयोग से किया जाता है। कार्यक्रम में भजन गायक गोपाल वर्मा, धर्मबीर फौजी दिल्ली व दीक्षा गुप्ता ने भजनों के माध्यम से बालाजी महाराज व श्रीश्याम बाबा की महिमा का गुणगान किया। इस मौके पर राष्ट्रीय व्यापार सेवा संघ के प्रदेश महामंत्री सुरेन्द्र वशिष्ठ, उपाध्यक्ष अंकित लोहिया, प्रदेश मीडिया प्रभारी मधु वशिष्ठ, दीपक मंगला, प्रधान बिल्लू पोसवाल, चरण सिंह, प्रशांत गोयल, अतुल, अनिरुद्ध, तरुण यादव, दीपक, पवन, अमित सांघी, पन्नालाल, संजीव, राकेश, विकास व अनिल कुमार सहित अनेक श्रृद्धालु मौजूद थे।

रेवाड़ी। सुंदरकांड में मौजूद श्रृद्धालुजन। *फोटो : हरिभूमि*

अनुदान राशि पर तीन एचपी से दस एचपी के सोलर पंप के लिए आवेदन 29 तक

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

हरियाणा सरकार की ओर से नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा विभाग के माध्यम से प्रधानमंत्री कुसुम योजना के अंतर्गत हरियाणा के किसानों के लिए सोलर पंप लगवाने के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए गए है।

एडीसी राहुल मोदी ने बताया कि किसान 75 प्रतिशत अनुदान राशि पर 3 एचपी, 5 एचपी, 7.5 एचपी व 10 एचपी. सोलर पंप के लिए आवेदन कर सकते है। उन्होंने बताया कि बिजली आधारित कनैक्शन (यूएचबीवीएन/डीएचबीवीएन) के आवेदकों को सौर ऊर्जा पम्प के कनेक्शन के लिए प्राथमिकता दी जाएगी, बशर्तें उनको अपने मौजूदा बिजली कनैक्शन का समर्पण करना होगा। इस वर्ष के लक्षित लाभाथीर्यों का चयन परिवार की वार्षिक आय व भूमि धारण के आधार पर किया जाएगा। उन्होंने बताया कि किसान अपने खेत के साईज, पानी के लेवल और पानी की जरूरत के अनुसार टाईप और पंप का चयन करें। किसान को अपने खेत में केवल बोर कराकर देना होगा बाकि पंप स्थापना का कार्य फर्म द्वारा किया जाएगा। इसके अतिरिक्त प्रतीक्षा सूची में मौजूद पुराने सभी आवेदकों को सलाह दी जाती है कि यदि वे अपने मौजूदा सोलर पम्प के प्रकार व क्षमता को बदलना चाहते हैं और नई उपलब्ध 12 श्रेणियों में से किसी सोलर पम्प को लेना चाहते हैं तो वे उसी फैमली आईडी का उपयोग करते हुए नया आवेदन जमा कर सकते है।

आवेदक केवल अपनी पसंद के पंप का चयन करें

आवेदक केवल अपनी पसंद के अनुसार उपलब्ध श्रेणी के सोलर पम्प के प्रकार और क्षमता का चयन करें तथा चयनित श्रेणी में नए सूचीबद्ध किए गए विक्रेताओं में से किसी एक विक्रेता का चयन करें। इन आवेदकों को उत्पन्न हुए चालान के अनुसार लाभार्थी हिस्से को जमा करने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि उनका लाभार्थी हिस्सा पहले से ही विभाग के पास मौजूद है। यदि कोई आवेदक निर्धारित अवधि में नया आवेदन जमा नहीं करता है और किसी आवंटित रद्द किसान की जगह उसका आवंटन नहीं होता है तो उसके द्वारा जमा लाभार्थी हिस्सा वापस कर दिया जाएगा।

न्यूज डायरी

तुलसी और वीर बाल दिवस पर कार्यक्रम आयोजित

बावल। ज्ञानदीप इंटरनेशनल स्कूल दुल्हेड़ा खुर्द में तुलसी दिवस और वीर बाल दिवस पर भारतीय संस्कृति का गुणगान किया गया। शिक्षकों ने तुलसी पूजन कराकर बच्चों को तुलसी के धार्मिक महत्व और औषधीय गुणों से अवगत कराया तथा वीर बाल दिवस पर गुरु गोविंद सिंह के चार साहिबजादों के अद्वितीय साहस, धर्म और बलिदान को याद किया गया, ताकि विद्यार्थी उनके त्याग और बलिदान से प्रेरित होकर अपने जीवन में लागू कर सकें। विद्यालय संचालिका शशिबाला और प्रधानाचार्य प्रोमिला शर्मा ने विद्यार्थियों को पाश्चात्य संस्कृति का अनुसरण न करके सनातन संस्कृति को अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया।

सांसद खेल महोत्सव के पंजीकरण की अंतिम तिथि आज

रेवाड़ी। सांसद खेल महोत्सव के तहत 27 से 29 दिसंबर 2025 तक खेलों का आयोजन किया जाएगा। इस महोत्सव में गुरुग्राम संसदीय क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले गुरुग्राम, रेवाड़ी एवं नूंह जिलों के ग्रामीण व शहरी क्षेत्रों से बड़ी संख्या में युवा खिलाड़ी भाग लेंगे। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि खेल महोत्सव में प्रतिभागिता के लिए ऑनलाइन पंजीकरण प्रक्रिया की अंतिम तिथि 25 दिसंबर है। उन्होंने बताया कि ताऊ देवीलाल खेल स्टेडियम, गुरुग्राम में एथलेटिक्स एवं बॉक्सिंग, राव तुलाराम खेल स्टेडियम रेवाड़ी में कबड्डी एनएस एवं फुटबॉल, अहीर कॉलेज रेवाड़ी में फुटबॉल, नेहरू खेल स्टेडियम सिविल लाइन गुरुग्राम में वालीबॉल, जूडों, जिम्नास्टिक एवं हॉकी, जबकि डीएवी पुलिस लाइन नूंह में कुश्ती प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी। उन्होंने बताया कि खेल महोत्सव के दौरान एथलेटिक्स, कबड्डी एनएस, फुटबॉल, वॉलीबॉल, हॉकी, कुश्ती, बॉक्सिंग, आर्चरी, जूडो एवं जिम्नास्टिक सहित विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा।

डीएवी पुलिस स्कूल में मैथ्स क्विज का आयोजन

रेवाड़ी। दिल्ली रोड पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल में कक्षा पांचवीं से आठवीं कक्षा के विद्यार्थियों के लिए मैथ्स क्विज का आयोजन किया गया। क्विज में विद्यालय के चारों सदनों के प्रतिभागियों ने भाग लिया। संदीपनी सदन से रिद्धिमा कक्षा आठवीं, दक्ष कक्षा छठी, द्वित्या कक्षा पांचवी और अर्णव कक्षा सातवीं ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। विश्वामित्र सदन से ओजस्वीनी कक्षा आठवीं, जिष्णु कक्षा छठी, कुनाल कक्षा पांचवी और अदिति कक्षा सातवीं ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। स्कूल के प्रधानाचार्य ने विजेता विद्यार्थियों को प्रोत्साहित किया।

चयनित गांवों में विकास कार्यों पर पूरा फोकस करें अधिकारी: डीसी मीणा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

रेवाड़ी। कार्यो की समीक्षा बैठक करते हुए डीसी अभिषेक मीणा। *फोटो : हरिभूमि*

डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि प्रधानमंत्री आदर्श ग्राम योजना के तहत चयनित किए गए गांवों में नागरिकों की मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करने के उद्देश्य से विकास कार्य कराए जाएं। उन्होंने कहा कि इन गांवों में आंगनबाड़ी केंद्र व राजकीय विद्यालयों में जन सुविधाएं मुहैया कराने व स्ट्रीट लाइट लगवाने जैसे कार्य किए जाने चाहिए। डीसी अभिषेक मीणा बुधवार को लघु सचिवालय सभागार में प्रधानमंत्री आदर्श ग्राम योजना की समीक्षा कर रहे थे। इस अवसर पर जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी डीपी बंसल, परियोजना अधिकारी अर्जुन लाल गुप्ता, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के कार्यकारी अभियंता विनय प्रकाश चौहान आदि मौजूद थे। डीसी मीणा ने कहा कि जिस गांव में 40 प्रतिशत से अधिक आबादी अनुसूचित वर्ग की है, उस गांव को आदर्श ग्राम योजना के लिए चुना जाता है। उन्होंने बताया कि प्रधानमंत्री आदर्श ग्राम योजना के तहत जिला के 32 गांवों का चयन किया गया है। फिलहाल जिला के 18 गांवों में एक करोड़ 6 लाख रुपए की राशि से इस योजना के तहत काम करवाया जा चुका है तथा अन्य कार्य कराए जा रहे है। उन्होंने कार्यकारी अभियंता विनय प्रकाश चौहान को निर्देश दिए कि जल जीवन मिशन के तहत गांव माखरियां में घरों तक जलापूर्ति सुनिश्चित की जाए। गांव मैलावास में स्ट्रीट लाइट व आंगनबाड़ी केंद्र को और अधिक सुविधाजनक बनाया जाए। गांव नारायणपुर के राजकीय विद्यालय के शौचालय नए बनवाए जाएं।

गोशाला के संचालन के लिए प्रशासक नियुक्त

कोसली। बाबा मुक्तेश्वरपुरी गोशाला कोसली के रोजमर्रा के कामकाज के संचालन व समिति के चुनाव कराने के लिए जिला रजिस्ट्रार फर्म व समितियां की ओर से प्रशासक की नियुक्ति की गई है। नवनियुक्त प्रशासक सतवीर सिंह पूर्व प्रधानाचार्य डाइट ने मंगलवार को ग्राम पंचायत के सरपंच रामकिशन जांगड़ा व ग्रामीणों की उपस्थिति में अपना कार्यभार ग्रहण किया। इस अवसर पर पुरानी कार्यकारिणी के पदाधिकारी व सदस्य नदारद थे। जिला रजिस्ट्रार द्वारा जारी पत्र के अनुसार प्रशासक का प्रमुख कार्य गोशाला के रोजमर्रा के कामकाज का संचालन व तीन महीने के भीतर चुनाव करवा कर कार्यकारिणी का गठन कर कार्यभार सौंपना होगा। तब तक गोशाला का समस्त संचालन प्रशासक के अधीन होगा। कुछ समय से कोसली गोशाला की प्रबंध कार्यकारिणी पर अनियमित्ताओं व संस्था के संविधान के विरुद्ध कार्य करने के आरोप लग रहे थे। गोशाला समिति के कुछ सदस्यों व ग्रामीणों ने रजिस्ट्रार को पत्र लिखकर समिति के कामकाज में अनियमितता व समिति के गठन में फर्जीवाड़े की शिकायत की थी। ग्रामीणों द्वारा हाल ही में गोशाला समिति द्वारा आश्रम व मंदिर पर कब्जा करने व आश्रम की धरोहर को खत्म करने और व्यावसायिक गतिविधियों के लिए दुकान व मार्केट बनाने के प्रयास को पुलिस हस्तक्षेप से रुकवाया गया था।

रेवाड़ी। बाबा मुक्तेश्वरपुरी गोशाला के नवनियुक्त प्रशासक सतबीर सिंह व सरपंच रामकिशन जांगड़ा। *फोटो : हरिभूमि*

रेवाड़ी। कोनसीवास रोड़ की झुग्गी-झोपड़ी पाठशाला में कंबल वितरित करते हुए।

दम्पति ने जरुरतमंदों को बांटे कंबल

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

शहर के सेक्टर-4 निवासी साहित्यकार दम्पति मास्टर राम अवतार व कमला देवी ने सामाजिक सरोकार के तहत जरूरतमंद लोगों को गर्म कंबल वितरित किए। वरिष्ठ साहित्यकार मास्टर राम अवतार ने कोनसीवास रोड़ की झुग्गी-झोपड़ी पाठशाला में विद्यार्थियों को कंबल वितरित किए, जिसमें पाठशाला की अध्यापिका शालू एवं संगीता ने सहयोग दिया।

सामाजिक कार्यकर्ता राजीव ने अन्य झुग्गी झोपड़यिां के अलावा रेलवे स्टेशन व बस स्टैंड आदि स्थानों पर कंबल वितरण के कार्य में सहयोग किया। मिशन का एजुकेशन के संयोजक सामाजिक कार्यकर्ता भगत ध्रुवकेश व टीम ने नेक कार्य के लिए साहित्यकार दम्पति का आभार जताया।

प्रशिक्षण | डाइट हुसैनपुर में वोकेशनल अध्यापकों के पांच दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित

पारंपरिक शिक्षा के साथ रोजगार उन्मुख कौशल सिखाकर आत्मनिर्भर बनाना उद्देश्य: डा. सिंह

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रेवाड़ी

हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद के संयुक्त तत्वाधान से डाइट हुसैनपुर में वोकेशनल अध्यापकों के पांच दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। डाइट के प्रभारी डा. बीर सिंह ने कहा कि प्रशिक्षण का उद्देश्य 9वीं से 12वीं कक्षा के छात्रों को पारंपरिक शिक्षा के साथ रोजगार-उन्मुख कौशल सिखाकर आत्मनिर्भर बनाना है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति का क्रियान्वयन करने के लिए स्कूली शिक्षकों को विभिन्न ट्रेडों जैसे ब्यूटी एवं वेलनेस, आईटी-आईटीईएस, हेल्थकेयर, ऑटोमोटिव, फिजिकल एजुकेशन व रिटेल में प्रेक्टिकल ट्रेनिंग दी जा रही है। प्रशिक्षण समाप्ति उपरांत स्कूलों के छात्र रोजगार के कौशल सीखेंगे।

रेवाड़ी। डाइट हुसैनपुर में शिक्षकों को ट्रेनिंग देते प्रशिक्षक। *फोटो : हरिभूमि*

इन्होंने दिया सहयोग

विज्ञान विषय के 30 अध्यापकों में ज्योग्राफी विषय के रेवाड़ी, गुरुग्राम व महेंद्रगढ़ जिलों के पिछले सत्र के शेष 18 प्राध्यापकों तथा साइकोलॉजी विषय के रेवाड़ी, महेंद्रगढ़, झज्जर व गुरुग्राम जिले के प्रथम बार ले रहे 18 प्राध्यापकों की ट्रेनिंग कार्यक्रम का बुधवार को समापन हो गया। एससीईआरटी गुरुग्राम से प्रशिक्षण प्राप्त विज्ञान विषय से प्रवीन कुमारी राउवि रालियावास व सुनील कुमार राकमा विद्यालय बावल, गणित विषय से अशोक यादव, सुदेश कुमारी व रवि प्रकाश डाइट हुसैनपुर, जियोग्राफी विषय से नीरू शर्मा रावमावि रतनथल व राजेश कुमार राजगढ, साइकोलॉजी विषय से प्राध्यापक अनिल कुमार डाइट गुरुग्राम व दीपक कुमार डाइट ने मास्टर ट्रेनर की भूमिका निभाई। अन्य गतिविधियों में सरोज, बबीता, अशोक यादव, सत्यपाल, रितु यादव, सहायक यशपाल, संजीव, विवेक, इन्द्र, मयंक व प्रवीण ने सहयोग दिया।