हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, मंगलवार 10 मार्च 2026

तापमान

अधिकतम 36 .0 डिग्री
न्यूनतम 14 .8 डिग्री

12 कपड़े की दुकान में दिनदहाड़े करने लगी चोरी, दुकानदारों ने चारों को पकड़कर पुलिस के हवाले किया

12 महिलाओं ने बासोड़ा पर्व पर की शीतला माता की पूजा

खबर संक्षेप

विद्यार्थियों ने विज्ञान, गणित व अंग्रेजी की गतिविधियों में लिया

भागखोरी। राजकीय माध्यमिक विद्यालय राजपुरा ईस्तमुरार में सोमवार को स्टेम मेले का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने विज्ञान, गणित, अंग्रेजी व सामाजिक अध्ययन में विभिन्न प्रकार की एक्टिविटी की। विद्यार्थियों ने चुंबक, एसिड बेस, पत्तियों में शिरा विन्यास, जड़ों के प्रकार, ठोस पदार्थ में ऊष्मा का स्थानांतरण भाज्य व अभाज्य संख्याएं, विभिन्न प्रकार की आकृतियां, पूर्णांकों का जोड़, भौतिक और रासायनिक परिवर्तन, हरियाणा का मानचित्र, इंग्लिश स्टोरी व पदार्थ में स्टार्च की उपस्थिति के मॉडल्स प्रदर्शित किए। मुख्य अध्यापिका संतोष कुमारी ने मेले का शुभारंभ किया। विज्ञान अध्यापिका रेखा यादव ने विद्यार्थियों को जानकारी दी। इस अवसर पर विद्यालय प्रबंधन समिति से रामपाल यादव, सरपंच सोमा देवी, एसएमसी अध्यक्ष रमाकांत आदि मौजूद रहे।

मारपीट मामले में एक आरोपी गिरफ्तार

बावल। पुलिस ने मारपीट करने और धमकी देने के मामले में एक आरोपी महिला को गिरफ्तार किया है। पीड़ित पक्ष के बयान पर पुलिस ने गत 13 फरवरी को विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। अस्पताल में उपचाराधीन घायल ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के आरोप लगाए थे। जांच के बाद पुलिस ने नारनौल के जादूपुरी निवासी महिला मनीषा को गिरफ्तार कर लिया। तफ्तीश में शामिल करने के बाद आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

दहेज उत्पीड़न के आरोप में एक गिरफ्तार

रेवाड़ी। सिटी पुलिस ने दहेज उत्पीड़न व जान से मारने की धमकी देने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने शहर निवासी एक विवाहिता की शिकायत के आधार पर दोनों पक्षों के बीच काउंसलिंग के जरिए समझौता कराने के प्रयास किए थे। कई बार पुलिस थाने में दोनों पक्षों के बीच बातचीत हुई, लेकिन उनमें सुलहनामा नहीं हुआ। इसके बाद पुलिस ने 11 फरवरी को ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ दहेज व मारपीट के आरोप में केस दर्ज किया था। इस मामले में अलवर के साली मार्ग निवासी मनुज को गिरफ्तार किया गया है।

हादसे के बाद फरार वाहन चालक गिरफ्तार

कोसली। पुलिस ने सड़क हादसे के बाद फरार हुए एक वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। कोसली थाना पुलिस ने गत 3 मार्च को हुए हादसे के बाद वाहन चालक के खिलाफ केस दर्ज किया था। हादसे में एक व्यक्ति की मौत हो गई थी। वाहन चालक के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद पुलिस ने आरोपी का पता लगाने के प्रयास शुरू किए थे। इस मामले में जांच के बाद पुलिस ने चरखी दादरी के जावा निवासी हितेष को गिरफ्तार कर लिया। कार को भी पुलिस ने कब्जे में ले लिया।

नशीला पदार्थ मुहैया कराने वाला काबू

जाटूसाना। पुलिस ने एनडीपीएस एक्ट के तहत दर्ज मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने गत वर्ष 10 दिसंबर को नशीला पदार्थ बेचने के आरोप में एक युवक को गिरफ्तार किया था। उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया था। पूछताछ के दौरान उसने बताया था कि उसे नशीला पदार्थ राजस्थान के पाटन निवासी हरबंश ने मुहैया कराया था। पुलिस ने इसके बाद हरबंश को भी गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

आए दिन हादसों का कारण बन रहे बेसहारा पशु, पालतु गायों को गोशाला भेजने की हिम्मत नहीं

पशुओं से ज्यादा पशुपालक बेलगाम, सड़कों पर गायों को छोड़ रहे खुला, बेबस नजर आ रहे अधिकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

सड़कों पर विचरण करते हुए अपना पेट भरने वाले बेसहारा पशुओं का मर्ज लगातार बढ़ता जा रहा है। यह पशु शहर के सौंदर्यकरण पर तो 'दाग' लगा ही रहे हैं, साथ ही आमजन की जान के लिए भी आफत साबित हो रहे हैं। 'बेजुबान' से ज्यादा दोषी लोग वह हैं, जो दूध निकालने के बाद इन पशुओं को पट भरने के लिए सड़कों पर छोड़ देते हैं। प्रभावशाली होने के कारण अधिकारी ऐसे पशुपालकों के खिलाफ बड़ा एक्शन लेने से बच रहे हैं, जिससे शहर और आसपास के एरिया में यह समस्या विकराल रूप धारण करती जा रही है।

बीते रविवार को गोवंश ने नया गांव दौलतपुर में लालाराम नामक बुजुर्ग पर एक गोवंश ने हमला कर दिया। उसे बुरी तरह घायल कर दिया गया। आसपास के लोगों ने बचाव करते हुए बुजुर्ग को अस्पताल पहुंचाया। फरवरी माह में गाय के हमले से एक महिला की मौत हो गई थी। गाय के मालिक का पता लगाकर उसके खिलाफ कार्रवाई की मांग को लेकर लोग श्मशान घाट से सीधे डीसी ऑफिस ज्ञापन देने के लिए पहुंच गए थे। इससे पहले भी गायों और सांडों के हमलों से कई लोग जान गंवा चुके हैं, तो कई अस्पताल का रास्ता देख चुके हैं। शहर के साथ-साथ बेसहारा पशु आसपास के गांवों के एरिया में भी सड़कों पर खुले घूमते हुए नजर आते हैं। एक ओर यह पशु मौका मिलते ही लोगों पर आक्रमण करते हैं, तो दूसरी ओर इनके कारण सड़क हादसे भी होते रहते हैं। पशुओं को गोशालाओं में भिजवाने के नाम पर हर साल लाखों रुपये की राशि खर्च की जाती है। इसके बावजूद पशुओं की संख्या कम होने की बजाय लगातार बढ़ती जा रही है। शहर के प्रमुख सरकुलर रोड पर बड़ी संख्या में पशुओं का जमावड़ा लगा रहता है।

रविवार को गोवंश ने नया गांव दौलतपुर में लालाराम नामक बुजुर्ग पर एक गोवंश ने हमला कर दिया। उसे बुरी तरह घायल कर दिया गया। आसपास के लोगों ने बचाव करते हुए बुजुर्ग को अस्पताल पहुंचाया।

रेवाड़ी। सरकुलर रोड पर खड़े गोवंश। फोटो : हरिभूमि

रेवाड़ी। पशुओं के कारण डिवाइडर पर चढ़ी कार। फोटो : हरिभूमि

रेवाड़ी। सोमवार को सचिवालय रोड पर घूमती गाय। फोटो : हरिभूमि

दूध निकालते ही सड़कों पर छोड़ रहे

शहर में लगभग 3 हजार गायों को दूध बेचने वाले लोगों ने रखा हुआ है। यह लोग सुबह और शाम के समय गायों को दूध निकालने के लिए खूंट पर ले आते हैं। दूध निकालने के बाद उन्हें चरने के लिए सड़कों पर छोड़ देते हैं। यह गाएं कचरे के ढेरों से अपना पेट भरती हैं, जिससे उनके बीमार होने की आशंका बनी रहती है। ऐसी गायों के दूध का सेवन भी सेहत के लिए हानिकारक साबित हो सकता है। जब भी नगर परिषद की ओर से ऐसी गायों को पकड़ने का अभियान शुरू किया जाता है, तो गोपालक कर्मचारियों के साथ मारपीट करने तक पर उतारू हो जाते हैं।

जुर्माना भरकर छुड़वाने के आदि

सड़कों पर घूमने वाली गायों को पकड़कर अगर गोशाला पहुंचा भी दिया जाता है, तो गाय रखने वाले लोग अधिकारियों के पास नेताओं तक के फोन कराने शुरू कर देते हैं। दूध देने वाली गायों को अगर पकड़ भी लिया जाता है, तो पास की गोशाला में भेजे जाने के कारण मामूली जुर्माना राशि का भुगतान करते हुए उन्हें छुड़वा लिया जाता है। दूध निकालने के बाद गायों को सड़कों पर छोड़ने की प्रक्रिया फिर से शुरू हो जाती है। अगर इन गायों को दूर-दराज की गोशालाओं में भेजा जाए, तो वहां से वापस लाना आसान नहीं होता।

जल्द शुरू होगा पशु पकड़ने का अभियान

बेसहारा पशुओं को पकड़ने के लिए नए सिरे से टेंडर की प्रक्रिया पूरी की गई है। वर्क ऑर्डर जारी होने के बाद पशुओं को पकड़कर गोशालाओं में भिजवाने का अभियान चलाया जाएगा। पालतु गायों को सड़कों पर छोड़ने वाले लोगों के खिलाफ भी कार्रवाई की जाएगी।
-अंकित शर्मा, कार्यकारी अभियंता, नप।

कागजों में धूल फांक रहे आदेश

बीते दिनों गोसेवा आयोग के चेयरमैन श्रवण कुमार गर्ग ने अपनी आंखों से शहर में घूमने वाले बेसहारा पशुओं को नजारा देखा था। अधिकारियों के साथ मीटिंग में उन्होंने सख्त लहजे में कहा था कि इन पशुओं को 15 दिनों के अंदर गोशाला भिजवाने के इंतजाम किए जाएं। चेयरमैन के आदेश के बाद ऐसा लग रहा था कि पशुओं के मामले में जरूर कुछ नया होगा, लेकिन अधिकारियों ने इस दिशा में कोई कदम नहीं उठाए। नप अधिकारी गोवंश पकड़ने को लेकर लगातार 'टेंडर-टेंडर' खेलने में व्यस्त नजर आते हैं।

ट्रक की टक्कर से कैंटर में लगी आग लाखों का माल गाड़ी सहित जला

- हादसे के बाद हाइवे पर लगा रहा जाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे पर रविवार की रात कैंटर के अचानक ब्रेक लगाने से पीछे से आ रहे ट्रक ने उसमें टक्कर मार दी। इससे कैंटर आगे चल रहे ट्रक से भी टकरा गई। हादसे बाद कैंटर में आग लग गई, जिससे उसमें रखा लाखों रुपये का लॉजिस्टिक का सामान गाड़ी समेत जलकर राख हो गया। हादसे के बाद हाइवे पर काफी देर तक यातायात बाधित रहा। रात को एक ट्रांसपोर्ट कंपनी की कैंटर गाड़ी लॉजिस्टिक का सामान भरकर जा रही थी। निखरी के पास उसके आगे चल रही कार के चालक ने अचानक ब्रेक लगाए, तो कैंटर चालक ने भी ब्रेक लगा दिए। कार तो तेजी से आगे निकल गई, लेकिन कैंटर को पीछे से ट्रक ने टक्कर मार दी। टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि कैंटर आगे चल रहे ट्रक में घुस गई। इसके बाद कैंटर गाड़ी में आग लग गई। चालक ने तुरंत कैंटर से कूदकर अपनी जान बचाई। ट्रक चालक हादसे के बाद मौके से फरार हो गया। आग लगने से कैंटर सामान सहित जलकर राख हो गई। सूचना मिलने के बाद पुलिस की ईआरवी और फायर ब्रिगेड मौके पर पहुंच गए। फायर ब्रिगेड ने कैंटर में लगी आग पर काबू पाया, परंतु तब तक कैंटर और उसमें लदा सारा सामान जलकर राख हो गया।

रेवाड़ी। ट्रक की टक्कर से आग लगने से जला कैंटर। फोटो : हरिभूमि

पुलिस ने वाहन हटाकर जाम खुलवाया

हादसे के बाद दिल्ली-जयपुर हाइवे पर यायातात बाधित हो गया। आग पर काबू पाने के बाद पुलिस ने कैंटर को सड़क से हटवाकर यातायात सुचारू कराया। काफी देर तक दिल्ली-जयपुर के बीच आवागमन करने वाले वाहन चालकों को परेशानी का सामना करना पड़ा। बाद में पुलिस ने कैंटर को टक्कर मारने वाले चालक के खिलाफ केस दर्ज कर लिया। आरोपी चालक का पता लगाने के प्रयास किए जा रहे हैं।

अचानक तबियत बिगड़ने के बाद कंपनी कर्मचारी की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

औद्योगिक एरिया की एक कंपनी में कार्यरत राजस्थान के कर्मचारी की सोमवार को अचानक तबियत बिगड़ने के बाद मौत हो गई। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए बावल सीएचसी की मोर्चरी में रखवा दिया। मृतक के परिजनों के आने का इंतजार किया जा रहा था। राजस्थान के सीकर जिला के गांव गाजी का बास निवासी 37 वर्षीय जितेंद्र वर्मा एक कंपनी में कार्यरत था। वह किराए का कमरा लेकर रहा था। सोमवार को वह कंपनी में एक गाड़ी से सामान उतरवा रहा था। इसी दौरान चक्कर खाकर वह गाड़ी से गिर गया। कंपनी के कर्मचारी उसे रेवाड़ी के एक निजी अस्पताल ले गए, जहां डॉक्टर ने उसे मृत घोषित कर दिया। कर्मचारी शव को लेकर वापस बावल सीएचसी पहुंच गए। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंच गई।

शराब ठेके के पीछे मिला एक व्यक्ति का शव

रेवाड़ी। शराब के ठेके के पीछे शव मिलने पर पहुंची पुलिस। फोटो : हरिभूमि

खोरी। खोरी बस स्टैंड के पास एक शराब ठेके के पीछे सोमवार सुबह लगभग 50 वर्षीय व्यक्ति का शव मिला। शिनाख्त होने के बाद पुलिस ने पोस्टमार्टम कराते हुए शव परिजनों को सौप दिया। उसकी मौत अधिक शराब पीने के कारण होना माना जा रहा है। सुबह के समय लोगों ने शराब ठेके के पीछे एक व्यक्ति मृतावस्था में पड़ा देखकर पुलिस को सूचित किया। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर जाकर शव कब्जे में ले लिया। सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया। मृतक की पहचान कराने के लिए आसपास के गांवों में सूचना प्रेषित की गई। रविवार शाम घर से निकलने के बाद पिथडावास निवासी इंद्रपाल रात को घर नहीं पहुंचा था। उसके परिजन तलाश में लगे हुए थे। बाद में परिजनों ने मृतक की पहचान इंद्रपाल के रूप में कर दी। पुलिस के अनुसार मृतक के शरीर पर चोट के कोई निशान नहीं पाए गए हैं, जिस कारण उसकी मौत अधिक शराब पीने से हुई होगी। पुलिस के अनुसार इंद्रपाल गत 2-3 दिनों से लगातार शराब पी रहा था। मौसत के कारणों सही पता पोस्टमार्टम रिपोर्ट के बाद ही चल सकेगा।

पुलिस ने ड्रिंक एंड ड्राइव अभियान के तहत शराब पीकर वाहन चलाने पर 18 वाहन चालकों के चालान किए

ट्रैफिक नियम तोड़ने वालों पर कार्रवाई 1465 वाहन चालकों के काटे चालान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिला पुलिस की ओर से बीते सप्ताह ड्रिंक एंड ड्राइव, वाहनों में तेज डीजे-प्रेशर हॉर्न बजाने, लेन चेंज नियमों की अवहेलना करने व बुलेट बाइक में पटाखा छोड़ने वाले चालकों के खिलाफ स्पेशल अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान पुलिस ने नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहन चालकों पर कार्रवाई करते हुए चालान किए। पुलिस ने ड्रिंक एंड ड्राइव अभियान के तहत शराब पीकर वाहन चलाने पर 18 वाहन चालकों के चालान किए। एसपी हेमेन्द्र कुमार मीणा ने कहा कि अक्सर देखने में आता है कि रात्रि के समय काफी वाहन चालक नशे में धुत होकर वाहन चलाते हैं, जिससे वे अपने आपको तो खतरे में डालते ही हैं, साथ में सड़क पर चल रहे अन्य वाहन चालक के लिए भी खतरा बन जाते है। शराब पीकर गाड़ी चलाना सड़क दुर्घटनाओं की बड़ी वजह बनता है और यह मोटर वाहन अधिनियम, 1988 की धारा 185 के तहत दंडनीय अपराध है।

रेवाड़ी। वाहन चालक में शराब की मात्रा चैक करती पुलिस। फोटो : हरिभूमि

गाड़ियों में ब्लैक फिल्म का प्रयोग न करें

ध्वनि प्रदूषण भी सड़क दुर्घटनाओं का कारण बन जाता हैं। पुलिस ने ध्वनि प्रदूषण करने वाले 6 वाहन चालकों पर शिकंजा कसा है। इनके अलावा लाल व नीली बत्ती लगाने पर 1 व लेन चेंज से संबंधित नियमों की अवहेलना पर 1440 वाहन चालकों के चालान किए गए। एसपी हेमेंद्र मीणा ने कहा कि शहर में कानून-व्यवस्था और सुरक्षा के साथ कोई समझौता नहीं किया जाएगा। जो भी व्यक्ति नियमों का उल्लंघन करेगा, उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। गाड़ियों में ब्लैक फिल्म का प्रयोग न करें। नशे की हालत में वाहन चलाकर अपनी और दूसरों की जान जोखिम में न डालें। बुलेट मोटरसाइकिल पर पटाखा छोड़ने व ध्वनि प्रदूषण करने से बचें।

सड़क हादसे में पति की मौत पत्नी गंभीर रूप से घायल

रेवाड़ी। रविवार देर सायं हांसाका के पास किसी वाहन की चपेट में आने से एयरफोर्स के रिटायर्ड सैनिक की मौत हो गई, जबकि उसकी पत्नी गंभीर रूप से घायल हो गई। पुलिस ने पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया। हादसे को अंजाम देने वाले वाहन का पता लगाने के प्रयास किए जा रहे हैं। गोकलगढ़ निवासी लगभग 70 वर्षीय कृष्ण कुमार एयरफोर्स से रिटायर होने के बाद घर पर ही रह रहे थे। वह किसी कार्य से अपनी पत्नी सूरजी देवी को बाइक पर साथ लेकर हांसाका गए थे। देर शाम घर लौटते समय किसी वाहन ने बाइक को टक्कर मार दी। इस हादसे में कृष्ण और सूरजी देवी दोनों गंभीर रूप से घायल हो गए। आसपास के लोगों ने दोनों को अस्पताल पहुंचाया, डॉक्टरों ने कृष्ण को मृत घोषित कर दिया। सदर थाना पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम करा दिया। अज्ञात वाहन चालक के खिलाफ केस दर्ज करने के बाद पुलिस ने सीसीटीवी कैमरों की मदद से वाहन का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए।

आज भी आंशिक बादल छाने की संभावना, गर्मी से निजात मिलने के आसार नहीं

बादल छाने के बावजूद गर्मी से राहत नहीं

- बादल छाने के बाद हवा में नमी का स्तर बढ़कर 42 फीसदी तक हो गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

कमजोर पश्चिमी विक्षोभ की सक्रियता के चलते आसमान में आंशिक बादल तो छाए, लेकिन इससे तापमान में खास गिरावट दर्ज नहीं की गई। उल्टे रात का तापमान और बढ़ गया। गर्मी जमकर पसीने छुड़ा रही है। इस सप्ताह मौसम में बार-बार बदलाव देखने को मिलेगा। आंशिक या घने बादलों के बीच फुहारें भी गिर सकती हैं। बारिश की अभी कोई संभावना नजर नहीं आ रही है। सोमवार को सुबह के समय एक बार आसमान में बादल गहरा गए। इससे बूंदाबांदी की संभावना बनने लगी। करीब 9 बजे बाद आसमान साफ होते ही गर्मी ने पसीना छुड़ाना शुरू कर दिया। अधिकतम तापमान 0.6 डिग्री की मामूली कमी के साथ 36.0 डिग्री सेल्सियस पर आ गया। न्यूयनतम तापमान 2.0 डिग्री सेल्सियस की वृद्धि के साथ 14.8 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। गत वर्ष के मुकाबले इस बार दिन का तापमान लगभग 4 डिग्री सेल्सियस अधिक बना हुआ है। बादल छाने के बाद हवा में नमी का स्तर बढ़कर 42 फीसदी तक हो गया, जबकि 14 किलोमीटर प्रति घंटा की रफ्तार से हवाएं चलीं। बादल छाने के बाद सुबह के समय मौसम ठंडा बना रहा।

बादल साफ होते ही तेज धूप ने लोगों के जमकर पसीने छुड़ाने शुरू कर दिए। मौसम विभाग के अनुसार इस सप्ताह के अंत तक मौसम में बार-बार बदलाव देखने को मिल सकता है। बादलों के बीच बूंदाबांदी भी हो सकती है। कभी मौसम साफ बना रहेगा, तो कभी बादल गहराएंगे। हवाओं की गति भी बीच-बीच में ज्यादा हो सकती है।

रेवाड़ी। एक किसान के खेत में कटी हुई सरसों की फसल। फोटो : हरिभूमि

सरसों की कटाई ने पकड़ा जोर

इस समय खेतों में सरसों की कटाई का कार्य जोर पकड़ने लगा। अगेती सरसों की कटाई शुरू हो चुकी है। कुछ एरिया में किसान सरसों निकाल रहे हैं। बाहर से श्रमिकों के कम आने के कारण इस बार किसानों को कटाई कार्य में भी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है। दूसरी ओर तापमान बढ़ने के कारण गेहूं की फसल भी समय से पहले पकनी शुरू हो गई है। फसल पर पीलापन छाने लगा है। पकाव पूरा नहीं होने से फसल उत्पादन में कमी की आशंका बनी हुई है। अगर इस समय हल्की बरसात होती है, तो उससे गेहूं की फसल को अच्छा फायदा मिल सकता है।

नाबालिग से अश्लील हरकत के आरोप में दुकानदार नामजद

कोसली। थाना क्षेत्र की एक नाबालिग से अश्लील हरकत करने और ब्लैकमेल करने के आरोप में पुलिस ने एक दुकानदार के खिलाफ केस दर्ज किया है। पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दर्ज शिकायत में एक गांव निवासी महिला ने बताया कि उसके पड़ोसी के घर दुकानदार का आना-जाना है। दुकानदार उसकी नाबालिग भतीजी को कुछ दिन पहले बहला-फुसलाकर पड़ोसी के घर ले गया था। महिला का आरोप है कि दुकानदार ने उसकी भतीजी के साथ अश्लील हरकत की। इसके बाद उसे नग्न तस्वीरें भेजने को कहा गया। जब लड़की ने डर के मारे तस्वीरें भेजीं, तो दुकानदार ने उसे परेशान करना शुरू कर दिया। किसी को बताने पर अश्लील तस्वीरों से उसे बदनाम करने की धमकी दी गई।

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

हरिभूमि
रोहतक, मंगलवार
10 मार्च 2026

सहेली

दांपत्य का रिश्ता बहुत प्यारा,अनूठा होता है। अगर कोई पुरुष अपनी जीवनसंगिनी में केवल पत्नी को ही देखेगा या स्त्री अपने जीवनसाथी में केवल पति को देखेगी तो रिश्ते में एकरसता आएगी ही। ऐसा न हो, दांपत्य सदैव मधुर और रिश्ता हमेशा प्रगाढ़ बना रहे, इसके लिए जरूरी है कि दोनों आवश्यकतानुसार एक-दूसरे को कभी मां-पिता, कभी फ्रेंड, कभी सहयोगी तो कभी प्रेमी-प्रेमिका होने का एहसास करवाते रहें।

जीवन साथी में उभरती हैं मां-पिता-मित्र-प्रेमी की छवियां

कवर स्टोरी
मेघा राठी

दांपत्य कोई एकरंगी रिश्ता नहीं होता। यह समय, परिस्थिति और भावनात्मक जरूरतों के साथ अपना रूप बदलता रहता है। कभी इसमें मां-पिता जैसा प्रेम-स्नेह उतर आता है, कभी मित्रता की सहजता तो कभी प्रेमी, प्रेमिका जैसा रुमानी आकर्षण। यही अनेक रूप या लचीलापन दांपत्य रिश्ते को जीवित रखता है। पति-पत्नी का रिश्ता जब केवल एक ही रूप में जकड़ जाता है, तब वह बोझिल हो जाता है।

पति-पत्नी के बीच रिश्तों के हों विविध रंगः अनुज और काव्या को देखें। उनकी शादी को बारह वर्ष हो चुके हैं। शुरुआती वर्षों में इनका रिश्ता प्रेम-उत्साह से भरा था, लंबी बातचीत, अचानक बाहर घूमने के प्लान, छोटे-छोटे सरप्राइज। समय के साथ उनकी जिम्मेदारियां बढ़ीं। बच्चे, नौकरी, परिवार, सब कुछ जीवन में आ गया। कभी-कभी अनुज ऑफिस से थककर घर लौटता तो बिना कुछ कहे सोफे पर बैठ जाता, काव्या समझ जाती, बात क्या है। कुछ कहे बिना वह उसके लिए कॉफी बनाकर, उसके पास बैठकर, उसका हाथ थाम लेती या सिर सहला देती। उस पल अनुज को काव्या में अपनी मां की छवि नजर आती, उसे बेहद सुकून महसूस होता। ऐसा भी नहीं कि सिर्फ काव्या ही अनुज का ध्यान रखती थी। कई बार काव्या दिनभर के कामों से थककर चूर हो जाती, तब अनुज रसोई में उसके साथ हाथ बंटाता, बच्चों को पढ़ा देता या घर के दूसरे और काम निपटा देता। प्यार से काव्या के गाल थपथपा कर कहता, 'सब कुछ अकेले मत करो।' उस समय काव्या को अपने पापा याद आ जाते। उसे अनुज के दिए यह अहसास बहुत संबल देते। इसी तरह किसी दिन अनुज-काव्या मित्र बन जाते, खुलकर दोस्तों की तरह बातें करते, हंसते। जब किसी दिन घर में बच्चे ना होते तो दोनों बालकनी में बैठकर चाय पीते, पुराने गीत सुनते, तब वे प्रेमी-प्रेमिका होते, पुरानी यादों के साथ एक दूसरे के साथ छेड़छाड़ करते, रोमांटिक हो जाते। अनुज और काव्या इस बात को जानते थे कि उनका रिश्ता इसलिए गहरा और मजबूत है, क्योंकि उन्होंने अपने रिश्तों को किसी एक ही रूप में रखने की कोशिश नहीं की, उनके रिश्तों में विविध रंग हैं।

पत्नी के स्नेह भाव और ममता से मित्रता तक

पत्नी का स्नेह भाव केवल देखभाल तक सीमित नहीं होता। वह कभी मां सी ममता देती है तो कभी मित्र बनकर पति की बातें सुनती है बिना जज किए, तो कभी प्रेमिका की तरह उसमें आत्मविश्वास जगाती है। यह स्नेह भाव मां के स्नेह का विकल्प नहीं है, उसका परिपक्व रूप है। यहां समझ, संवाद और सीमाएं भी साथ चलती हैं। पत्नी का स्नेह तभी सुंदर रहता है, जब वह अपने अस्तित्व और भावनाओं को खोए बिना दिया जाए।

दंपती तलाशते हैं एक-दूसरे में अपने मां-पिता की छविः हमारा पहला भावनात्मक जुड़ाव अपने मां-पिता से होता है। मां से हमें सुरक्षा, पोषण और बिना शर्त स्वीकार्यता मिलती है, जबकि पिता से दिशा, भरोसा और स्थिरता का अनुभव। यही अनुभव हमारे अवचेतन में गहरे बैठ जाते हैं। जब व्यक्ति वयस्क जीवन में प्रवेश करता है, अपना जीवनसाथी चुनता है तो अनजाने में वह उन्हीं परिचित भावनात्मक अनुभवों को फिर से महसूस करना चाहता है। इसलिए कई बार पति अपनी पत्नी में मां की छवि खोजता है, जो उसे थाम ले, समझे और सुरक्षित महसूस कराए। वहीं पत्नी अपने पति में पिता समान स्थिरता, संरक्षण और भरोसे की अनुभूति ढूंढ़ती है। यह तलाश स्वाभाविक है, क्योंकि मन अपने पुराने सुरक्षित अनुभवों की ओर लौटना चाहता है। समस्या तब होती है, जब यह तलाश हमेशा के लिए एक अपेक्षा बन जाए। पति हर समय पत्नी से मां जैसी ममता की चाहत करे या पत्नी, पति से हर क्षण पिता जैसा संरक्षण चाहे तो दांपत्य जीवन में एक दबाव आ जाएगा। इसलिए एक संतुलन जरूरी है, इससे दांपत्य रिश्ता कभी बोझिल नहीं लगेगा।

पति का स्नेह देता है सुरक्षा, भरोसा और सम्मान भावः दांपत्य में स्नेह केवल पाने का नाम नहीं। पति भी पत्नी के लिए पिता समान सुरक्षा, मित्र समान भरोसा और प्रेमी-समान अपनेपन के भाव देता है। जब वह पत्नी के निर्णयों का सम्मान करता है, उसकी भावनाओं को हल्के में नहीं लेता, उसके सपनों में सहभागी बनता है, ऐसे में उसका स्नेह गहरा और अर्थपूर्ण हो जाता है। पति का स्नेह तब और गहरा, मजबूत हो जाता है, जब वह केवल जिम्मेदारियों तक सीमित न रहे, भावनात्मक रूप से भी उपस्थित रहे। अपनी पत्नी को संबल प्रदान करे।

प्रेमी-प्रेमिका जैसा व्यवहार है दांपत्य की प्राणवायुः देखा यही जाता है कि लंबे वैवाहिक जीवन में सबसे पहले जो खोता जाता है, वह है प्रेमी-प्रेमिका वाला व्यवहार। जबकि सच यह है, यही तत्व दांपत्य को जीवंत बनाए रखता है। एक-दूसरे की तारीफ करना, साथ समय बिताना, हल्की छेड़छाड़, स्पर्श की भाषा और भावनात्मक निकटता, ये सब रिश्ते में ऊर्जा भरते हैं।

जब पति-पत्नी यह मान लेते हैं कि अब प्रेम बनाए रखने के लिए किसी तरह के प्रयास करने की आवश्यकता नहीं है, प्रेम तो हमेशा ऐसा ही रहेगा, तब धीरे-धीरे प्रेम घटने लगता है, दूरी बनने लगती है। प्रेम को भी समय, प्रयास और सजगता चाहिए।

अनजाने में उभरी छवियां ही रिश्ते को बनाती हैं मजबूतः जब पति-पत्नी अनजाने में एक-दूसरे के लिए मां या पिता जैसी भूमिका निभाते रहते हैं, तब रिश्ता भीतर से मजबूत हो जाता है। क्योंकि यह भूमिका मांगी हुई नहीं होती, परिस्थिति से सहज भाव से उपजी होती है। ऐसे क्षणों में अहं नहीं होता, केवल संवेदनशीलता होती है। लेकिन यही छवियां अगर जान-बूझकर खोजी जाएं, जुमले बोले जाएं, 'तुम मेरी मां की तरह क्यों नहीं हो' या 'तुम मेरे पिता जैसे क्यों नहीं हो' तो रिश्ते में तुलना, शिकायत और असंतोष को जन्म देती है, क्योंकि जीवनसाथी माता-पिता का स्थान नहीं ले सकता। इसलिए स्वस्थ दांपत्य में ये छवियां सहज रूप से आती-जाती हैं, इनका आना-जाना ही ज्यादा दांपत्य रिश्ते को खूबसूरत बनाता है।

जरूरी है भूमिकाओं का संतुलनः दांपत्य की सबसे बड़ी खूबसूरती उसकी बहुरूपता है। कभी पति-पत्नी मित्र होते हैं, कभी माता-पिता, कभी प्रेमी-प्रेमिका और कभी केवल सहयात्री। यदि इन भूमिकाओं को लचीलेपन के साथ अपनाया जाए तो रिश्ते कभी बोझ नहीं बनते। एक ही भूमिका की अपेक्षा रखना रिश्ते को सीमित कर देता है। स्नेह तब परिपक्व हो जाता है, जब उसमें बराबरी, संवाद और साझा जिम्मेदारी हो। पति-पत्नी आनंद से तब साथ रह पाते हैं, जब वे एक-दूसरे की परवाह को कर्तव्य नहीं, प्रेम समझते हैं। कभी एक आगे बढ़कर थाम लेता है, कभी दूसरा। कभी प्रेमी बनकर रोमांच रचते हैं, कभी मित्र बनकर हंसते हैं तो कभी माता-पिता जैसी कोमलता में एक-दूसरे को संबल देते हैं। दांपत्य का मनोविज्ञान यही सिखाता है कि ऐसा संतुलन ही इसे प्रगाढ़ और मधुर बनाता है।

घर में भी रहें सजी-संवरी

अधिकतर होममेकर्स घर में रफ-टफ ढंग से रहती हैं। उन्हें मेकओवर करना गैरजरूरी लगता है, जबकि घर में सज-संवर कर रहने से न केवल कॉन्फिडेंस बढ़ता है, आप हैप्पी-एनर्जेटिक भी फील करती हैं।

सेल्फ केयर
चैतन्या

हमारे घरों में होममेकर महिलाओं का रुटीन आमतौर पर नीरस सा होता है। यह केवल जिम्मेदारियों की भागदौड़ के चलते ही नहीं होता। स्वयं की अनदेखी भी इसके पीछे एक बड़ा कारण है। घर तक सिमटकर रहने वाली महिलाएं अपनी संभाल-देखभाल करना ही भूल जाती हैं। सोचने वाली बात है कि तैयार होकर रहने के लिए घर से बाहर जाने की शर्त ही क्यों हो? घर के काम-काज करते हुए भी खुद को सजा-संवरा रखा जा सकता है। इसके कई फायदे हैं।

आत्मविश्वास की सौगातः सेल्फ केयर से आत्मविश्वास बढ़ता है। इसलिए गृहणियां भी अच्छी दिनचर्या बनाकर अपनी केयर के लिए कुछ समय जरूर निकालें। काम-काजी महिलाएं ऑफिस के लिए तैयार होकर निकलती हैं। पर प्रायः होममेकर्स, सुबह से शाम तक खुद को ठीक से आईने में भी नहीं देखतीं। धीरे-धीरे यह रुटीन पूरे व्यक्तित्व को ही नीरस बना देता है। ऐसे में जरूरी है कि घर के कोने-कोने का मेकओवर करने वाली स्त्रियां खुद को न भूलें। सेल्फ केयर को भी तवज्जो दें। सहज ढंग से घर में भी तैयार होकर रहें। बालों को संवारकर रखें। ये सभी बातें आपका आत्मविश्वास तो बढ़ाएंगी ही मानसिक सुकून भी देंगी।

फील करेंगी एक्टिव-एनर्जेटिकः घर की चारदीवारी के भीतर का मोनोटोनस रुटीन, गृहणियों को थके मन और बिखरे से जीवन की ओर ले जाता है। ऐसे में गृहणियों को यह समय रहते समझना होगा कि यह दिनचर्या कोई एक-दो दिन या कुछ महीनों की बात नहीं होती। जब जीवन ही घर-आंगन में बीतना है तो क्यों ना खुद की देखभाल भी रोजमर्रा के रुटीन का हिस्सा हो! अपनी पसंद के मुताबिक सज-संवरकर रहा जाए। अच्छे से तैयार होकर रहना मानसिक रूप से भी ताजगी देता है। अपने ही व्यक्तित्व के प्रति पॉजिटिव फीलिंग बढ़ती है। इसीलिए घरेलू कामों में भी अपनी ड्रेसिंग सेंस पर ध्यान जरूर दें। नियमित अच्छी ड्रेसेस पहनने से आप खुद को एक्टिव भी रख सकेंगी।

बच्चों के व्यक्तित्व पर असरः होममेकर मांओं के लाइफस्टाइल का असर बच्चों के व्यक्तित्व पर भी पड़ता है। आपकी सेल्फ केयर से बच्चे भी ऐसा करना सीखते हैं। खुद का ख्याल रखने वाले बच्चे आत्मविश्वासी बनते हैं। अपनी साज-संवार का ध्यान रखते हैं। निष्क्रिय बनने के बजाय एक्टिव और अलर्ट व्यक्तित्व के धनी बनते हैं। इसीलिए बच्चों की बेहतरी के लिए भी खुद को सभालें।

बच्चे और आप
विधि गोयल

सभी बच्चे एक जैसे नहीं होते हैं। जहां कई बच्चे आसानी से अनजान लोगों के साथ बातचीत कर लेते हैं, अपनी बात कह लेते हैं, वहीं कुछ बच्चे लोगों से बात नहीं कर पाते या झिझकते हैं। ऐसे बच्चों की इस झिझक को आसानी से दूर किया जा सकता है।

बच्चे की वीक कम्युनिकेशन स्किल आसानी से कर सकते हैं इंप्रूव

सभी पैरेंट्स चाहते हैं कि उनके बच्चे क्लास में अच्छा परफॉर्म करें, कॉन्फिडेंट बनें, स्कूल, कॉलेज में लीडिंग रोल्स में रहें। लेकिन कुछ बच्चे वीक कम्युनिकेशन स्किल की वजह से दूसरों से बात करने में झिझकते हैं। इससे उन्हें पर्सनल लाइफ ही नहीं बल्कि प्रोफेशनल लाइफ में भी ग्रो करने में परेशानी होती है। तो ऐसे में परेशान होने के बजाय कुछ बातों पर पैरेंट्स को अमल करना चाहिए। आइए जानते हैं कि किस तरह बच्चों में बातचीत यानी कम्युनिकेशन स्किल्स को स्ट्रॉन्ग कर सकते हैं?

स्क्रीन टाइम करें मैनेजः स्मार्ट फोन, टीवी स्क्रीन और ऑनलाइन गेम्स में बच्चों की जरूरत से ज्यादा सक्रियता के चलते भी बच्चे अपनी ही दुनिया में व्यस्त रहते हैं। इस कारण उन्हें अन्य बच्चों और घर में आए मेहमानों से, बाहर लोगों से मेलजोल करने में झिझक होती है। इसलिए बच्चों के अंदर बातचीत या सोशल स्किल्स सिखाने के लिए जरूरी है कि बच्चों का स्क्रीन टाइम मैनेज किया जाए और उन्हें लोगों से मिलना-जुलना, अपनी बात कहना, सिखाया जाए। कम्युनिकेशन सिखाने की शुरुआत के लिए बच्चों के उम्र के ही दूसरे बच्चों को घर में बुलाएं। अपनी उम्र के बच्चों के साथ खेलकर और बातचीत करके बच्चों के लिए घुलना-मिलना आसान हो जाता है। इससे बच्चे की कम्युनिकेशन स्किल्स बेहतर होती हैं।

घर से करें शुरुआतः बच्चों को कुछ भी नया सिखाने से पहले अपने बच्चों को वह जैसा है, उसे स्वीकार करें। पैरेंट्स बच्चे के सामने बार-बार यह न कहें कि ये तो बहुत शर्माता है, किसी से बात नहीं करता तो इससे बच्चे का कॉन्फिडेंस कम होने लगता है। इससे वे बेहतर तरीके से कम्युनिकेशन करना सीख नहीं पाएंगे। अगर कोई बच्चा अनजान लोगों से बात करने में डरता है तो उस डर को एकदम से खत्म नहीं किया जा सकता। बातचीत की शुरुआत खुद और घर के अन्य मेंबर्स से करें। उनकी पसंद की बातें करें, इससे बच्चों के अंदर बात करने का कॉन्फिडेंस बढ़ेगा और धीरे-धीरे घर से बाहर के लोगों से भी बात करने में उसका डर भी घटेगा।

कर सकते हैं एक्टिंगः पैरेंट्स एक्टिंग वाला कोई प्ले खेल सकते हैं। इसमें आप टीचर, शॉप-कीपर बन सकते हैं और बच्चा स्टूडेंट या खरीददार बन सकता है। ऐसा करने से बच्चे के साथ इंट्रैक्ट करने पर बच्चे का कॉन्फिडेंस बढ़ेगा और वह दूसरों से बातचीत करने की स्किल भी सीखेगा।

बच्चे को प्रिपेयर करें: अगर घर में गेस्ट आने वाले हैं या आप किसी के घर मेहमान बन कर जाने वाले हों तो बच्चे को पहले से तैयार करें। उसे बताएं कि आपको किसी से मिलना है तो कैसे उन्हें विश करना है, नमस्ते या हाय हैल्लो कहना है? इंट्रोवर्ट बच्चों को अचानक यह समझ नहीं आता है कि उन्हें दूसरों के सामने कैसे बिहेव करना है? इसीलिए बच्चे को पहले से प्रिपेयर करने से बच्चे बातचीत करने में झिझकते नहीं हैं।

खिलौने हो सकते हैं सहायकः छोटे बच्चों को कम्युनिकेशन सिखाने के लिए टॉयज की मदद ली जा सकती है। शुरुआती दौर में बच्चों के पसंदीदा खिलौने को चुनकर बच्चों को बातचीत करना सिखा सकते हैं। इस तरह की बातचीत से बच्चों को खुशी, डर, भय, अकेलापन, दुःख जैसे इमोशंस भी सिखा सकते हैं। टॉय टॉक बच्चों को कम्युनिकेशन सिखाने का एक इफेक्टिव तरीका है। ऐसा करने से बच्चा खेल-खेल में कम्युनिकेशन करना सीख जाता है।

कहानियों के माध्यम से सिखाएंः बच्चों को कहानी सुनना बहुत अच्छा लगता है। कहानी सुनाते समय बच्चे से कहानी के बारे में सवाल-जवाब करें और उन्हें कहानी को आगे बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करें।

(पैरेंटिंग कंसल्टेंट डॉ. शिल्पा गुप्ता से बातचीत पर आधारित)

स्किन केयर
नीलोफर

स्किन केयर के लिए परफेक्ट मानी जाती है हल्दी

अपने देश में केवल खाने में ही नहीं बल्कि ब्यूटी प्रोडक्ट्स में भी हल्दी का खूब इस्तेमाल होता है। चेहरे की रंगत निखारने में हल्दी काफी उपयोगी होती है। इसीलिए मैरिज के अवसर पर दूल्हा-दुल्हन के रंग-रूप को निखारने के लिए हल्दी से बने उबटन का उपयोग किया जाता है। हल्दी में एंटीऑक्सीडेंट, एंटीबैक्टीरियल और एंटीवायरल गुण होते हैं। इसीलिए कई प्रॉब्लम्स में कारगर होती है।

निखार के लिएः हल्दी का चमकीला पीला रंग उसमें मौजूद करक्यूमिन नामक तत्व के कारण होता है। यह त्वचा को नुकसान पहुंचाने वाले रसायनों और पर्यावरणीय प्रदूषकों से हमें सुरक्षा प्रदान करता है। यह स्किन की डेड सेल्स की मरम्मत करके उसमें निखार लाता है। यही वजह है हल्दी त्वचा की देखभाल के लिए यूजफुल मानी जाती है।

मुंहासों से बचाएः हल्दी में मौजूद करक्यूमिन तत्व मुंहासों से बचाता है। जब हमारी त्वचा के रोमछिद्र, ऑयल, डेड स्किन और बाहरी प्रदूष से बंद हो जाते हैं तो चेहरे पर ब्लैक हेड्स, व्हाइट हेड्स और मुंहासे होने की संभावना बढ़ जाती है। ऐसे में हल्दी, त्वचा में सीरम के उत्पादन को नियंत्रित करने का काम करती है। यही वजह है कि चेहरे पर हल्दी और बेसन को मिलाकर लगाने से मुंहासों से भी छुटकारा मिलता है।

पिग्मेंटेशन से बचाएः लगातार सूरज की किरणों के संपर्क में रहने से हमारी त्वचा में पिग्मेंटेशन हो सकता है। सूर्य की अल्ट्रावॉयलेट किरणों से अगर सुरक्षा के लिए उपाय न किए जाएं तो त्वचा समय से पहले एजिंग का शिकार होने लगती है। त्वचा पर झुर्रियां पड़ जाती हैं और उसकी चमक खत्म हो जाती है। हल्दी में मौजूद करक्यूमिन इस नुकसान से लड़ने और फ्री रेडिकल्स को लड़ने में मदद करता है।

लाभकारी है हल्दीः हल्दी में अनेक एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, जिससे यह त्वचा को भरपूर पोषण देने के साथ-साथ एंटीबैक्टीरियल और एंटीइंफ्लेमेटरी गुणों से संपन्न होती है। मुंहासों से बचने के लिए ही नहीं बल्कि मुंहासों के निशानों को मिटाने के लिए भी त्वचा पर इसका इस्तेमाल किया जाता है। स्ट्रेच मार्क, त्वचा में सूजन, त्वचा का बदरंग होना, इन सभी के लिए यह लाभकारी होती है।

पैच टेस्ट जरूर करें: स्किन ब्यूटी को निखारने के लिए हल्दी के अनेक फायदे हैं। इसका सही फायदा लेने के लिए जहां तक संभव हो हल्दी जैविक, प्राकृतिक और मिलावट रहित होना चाहिए। इसलिए जब भी उबटन बनाने के लिए हल्दी का इस्तेमाल किया जाए, उसका पैच टेस्ट फेस से पहले हाथ की स्किन पर जरूर करना चाहिए ताकि सीधे चेहरे की त्वचा पर इसे लगाने से कोई नुकसान न हो।

डाइट एडवाइस
डॉ. माजिद अलीम

अकसर हाथ-पैरों और जोड़ों में दर्द होना, कमजोर दांत-नाखून, हेयर फॉलिंग या पीरियड्स के दौरान दर्द, कैल्शियम की कमी से हो सकता है। अपनी डाइट में सुधार कर शरीर में होने वाली कैल्शियम की कमी को दूर कर सकती हैं।

शरीर में कैल्शियम की कमी को ऐसे करें दूर

कैल्शियम एक ऐसा महत्वपूर्ण खनिज है, जो हमारे दांतों और हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है। यह हमारी मांसपेशियों के संकुचन, खून के थक्के जमने के लिए भी जरूरी होता है। अकसर 14 से लेकर 17 साल के आयुवर्ग की लड़कियों में और मेनोपॉज के दौरान महिलाओं में कैल्शियम की कमी देखी जाती है। प्रेग्नेंसी के दौरान यदि मां के शरीर में कैल्शियम की कमी हो तो इससे बच्चें के स्वास्थ्य पर इसका बुरा असर होता है। मानव शरीर कैल्शियम उत्पादित नहीं करता, इसलिए हमें अपने आहार से ही इसे पूरा करना होता है।

इसलिए होती है कमीः महिलाओं में कैल्शियम की कमी का सबसे बड़ा कारण अपने स्वास्थ्य के प्रति लापरवाही होती है। इसके अलावा खराब जीवनशैली, रेडी टू ईट फूड का सेवन, संतुलित आहार की कमी, खाद्य पदार्थों में मिलावट के कारण भी इसकी कमी देखी जाती है। कैल्शियम युक्त भोज्य पदार्थों की कमी, विटामिन-डी की कमी, मेनोपॉज के दौरान होने वाले हार्मोनल बदलाव, कैल्शियम अवशोषण में बाधा डालने वाली दवाओं के सेवन, डेयरी उत्पादों का कम सेवन जैसी तमाम वजहों से उनमें कैल्शियम की कमी हो जाती है।

कैल्शियम की कमी के लक्षणः कैल्शियम हड्डियों और दांतों की सेहत के लिए जरूरी तो है ही, यह नाखूनों को मजबूती देता है। इसकी कमी से मांसपेशियों में दर्द, थकावट, दिल की धड़कन बढ़ना, पीरियड्स के दौरान अधिक दर्द होना, बालों का झड़ना, त्वचा का सूखापन, नाखूनों का कमजोर होकर बार-बार टूटना, दांतों का कमजोर होना, जोड़ों में दर्द, याद्दाश्त में कमी, नींद में परेशानी, कब्ज, गैस या पेट दर्द जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

कमी ऐसे करें दूरः शरीर में कैल्शियम की कमी दूर करने के लिए ऐसे आहार का सेवन करें, जो कैल्शियम से भरपूर हों।

पालकः 100 ग्राम पालक में 90 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। पालक को सिर्फ एक मिनट उबालकर सेवन करना चाहिए।

सोयाबीनः 100 ग्राम सोयाबीन में तकरीबन 175 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। सोयाबीन से बना दूध, टोफू, दही भी फायदेमंद है।

रागीः 100 ग्राम रागी में तकरीबन 370 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। रागी के आटे से कई प्रकार के व्यंजन बनाकर इसका सेवन किया जा सकता है।

मेथी के पत्ते-बीजः 100 ग्राम मेथी के पत्तों में 150 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। मेथी के पत्तों का इस्तेमाल करी, दाल, चावल, कर सकते हैं।

खट्टे फलः खट्टे फलों में विटामिन-सी के साथ कैल्शियम भी भरपूर मात्रा में होता है।

बादामः प्रति 100 ग्राम बादाम में 264 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। प्रतिदिन पांच भीगे बादाम की गिरि खाली पेट खाने से हड्डियां मजबूत होती हैं और त्वचा कोमल और बाल भी स्वस्थ रहते हैं।

काले चनेः ड़ेढ कप काले चने में 315 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। उबले हुए काले या सफेद चने में औसतन एक बाउल में 80 मिलीग्राम कैल्शियम होता है।

दहीः 100 ग्राम दही में 85 मिलीग्राम कैल्शियम होता है।

चिया सीड्सः 100 ग्राम चिया सीड्स में लगभग 630 मिलीग्राम कैल्शियम होता है।

धूप का सेवनः महिलाओं को अपने शरीर में कैल्शियम की अपूर्ति के लिए कैल्शियमयुक्त आहार की जरूरत के साथ-साथ सुबह की धूप भी सेकना जरूरी है। क्योंकि इसमें मौजूद विटामिन-डी, कैल्शियम अवशोषण के लिए जरूरी होता है।

खबर संक्षेप

नांगल चौधरी क्षेत्र की नहरों के लिए मांगा पानी

नारनौल। किसानों ने सिंचाई के लिए नांगल चौधरी क्षेत्र में एक महीने के बाद भी नहरी पानी उपलब्ध न करवाने पर कार्यकारी अभियंता संदीप नासीर से मिलकर उनसे नहर में पानी सप्लाई सुनिश्चित करने बारे आग्रह किया। किसानों ने अधिकारी से बताया कि गेहूं की फसल को पानी दिए एक महीने से ऊपर हो गया है। तापमान सामान्य से 5-6 डिग्री ऊपर चल रहा है। गेहूं की फसल सूखने के कगार पर है। ऐसे में गेहूं की फसल को 15 दिन में पानी चाहिए। इन हालातों में अगर जल्द ही पानी नहीं मिला तो निश्चित ही गेहूं फसल पर बुरा प्रभाव पड़ेगा। इस पर एक्शन संदीप नासिर ने जेई व एसडीओ को बुलाकर निर्देश दिया कि नांगल चौधरी क्षेत्र में नहर के पानी की सप्लाई तुरंत चालू की जाए।

प्रधान ने किया विकास कार्यों का निरीक्षण

महेंद्रगढ़। नगर पालिका प्रधान रमेश सैनी की ओर से शहर में चल रहे विभिन्न विकास कार्यों का मौके पर जाकर निरीक्षण किया गया। उन्होंने इस दौरान वार्ड नंबर 12 व 13 के लोगों की समस्याओं को सुनते हुए अधिकारियों को मौके पर ही उचित कार्यवाही करने के निर्देश दिए। लोगों ने प्रधान रमेश सैनी को नालियों द्वारा पानी निकासी, सीवर व सड़क निर्माण संबंधित अनेक समस्याओं से अवगत करवाया। प्रधान ने लोगों का को आश्वासन दिया कि उनकी जो भी समस्याएं हैं, उन पर तुरंत प्रभाव से गौर किया जाएगा। इसी कड़ी में वार्ड नंबर छह की कटला गली में चल रहे सीवर लाइन डालने के कार्य का भी मौके पर निरीक्षण किया गया और संबंधित ठेकेदार को फोन पर ही उचित दिशा निर्देश दिए गए।

श्रीपरशुराम भवन के लिए 2.51 लाख का अनुदान

नारनौल। शहर के मोहल्ला देवस्थान निवासी स्वर्गीय मूलचन्द पाण्डे नक्शानवीस की पावन स्मृति में उनके पुत्र किशनलाल पाण्डे व पौत्र द्वारका प्रसाद पुत्र स्वर्गीय शिवचरण पाण्डे ने निर्माणाधीन भगवान श्रीपरशुराम भवन (संचालित श्रीगौड़ ब्राह्मण सभा) के लिए आर्थिक योगदान के रूप में दो लाख 51 हजार रुपये प्रदान किए। इस अवसर पर सभा प्रधान राकेश मेहता अधिवक्ता ने बताया कि इस पावन कार्य के लिए सम्पूर्ण सभा के सदस्य इस परिवार का धन्यवाद करते हैं और भगवान श्रीपरशुराम जी से प्रार्थना करते हैं।

चोरी की भनक लगते ही एकत्र हुए दुकानदार, बुलाई पुलिस

महिलाओं ने खरीदारी के बहाने दुकान से चुराए कपड़े, 4 काबू

पुलिस ने आरोपी महिलाओं को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ चोरी का केस दर्ज कर लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। गिरफ्तार की गई महिलाएं पुलिस टीम के साथ। फोटो : हरिभूमि

गुर्जवाड़ा के पास नया बाजार में कपड़े की दुकान में खरीददारी के बहाने आई चार महिलाओं में से दो ने कपड़े चोरी करना शुरू कर दिया। पता चलते ही दुकानदार ने बाजार के अन्य दुकानदारों के साथ मिलकर चारों महिलाओं को पकड़ लिया। उनके पास से चोरी किए गए कपड़े मिलने के बाद चारों को पुलिस के हवाले कर दिया गया। पुलिस ने आरोपी महिलाओं को गिरफ्तार कर, उनके खिलाफ चोरी का केस दर्ज कर लिया। उन्हें मंगलवार को कोर्ट में पेश किया जाएगा। नांगल पठानी निवासी राजसिंह की नया बाजार में कपड़े की दुकान है। उसने पुलिस शिकायत में बताया कि उसकी दुकान पर सोमवार को शाम के समय चार महिलाएं आई थीं। उनमें से दो महिलाएं दुकान के अंदर कपड़े देखने लगीं। एक महिला दुकान के बाहर खड़ी हो गई, जबकि एक पास में बीज भंडार पर बैठ गई। जब दोनों महिलाएं कपड़े देख रही थीं, तो बाहर खड़ी महिला दुकान से कपड़े चोरी करके बीज भंडार में बैठी महिला को दे रही थी। बीज भंडार पर कार्य करने वाले युवक ने राजसिंह को चोरी के बारे में बताया। चोरी का पता चलते ही राजसिंह ने आसपास के दुकानदारों को बुला लिया। चारों महिलाओं से पूछताछ करने पर उन्होंने अपना नाम गुरूग्राम के धनकोट निवासी अंजली, गीता, एकता और मंजीत देवी बताया।

शराब ठेके के मुनीम से मारपीट, केस दर्ज

रेवाड़ी। किशनपुर में शराब ठेके के मुनीम के साथ मारपीट करने और मंथली मांगने की शिकायत पर पुलिस ने चार लोगों ने केस दर्ज किया है। अभी पुलिस मंथली मांगने के आरोपों की जांच कर रही है। पुलिस शिकायत में राजस्थान के खंदवा निवासी प्रदीप ने बताया कि वह किशनपुर में शराब ठेके के मुनीम के तौर पर कार्य करता है। गत 6 मार्च को शाम के समय वह ठेके के ऑफिस में बैठा हुआ था। इसी दौरान चार लोग उसके पास आए। प्रदीप ने आरोप लगाया कि इन लोगों ने उसे हर माह 1 लाख मंथली देने की मांग की।

मौके पर ही दबोची चारों महिलाएं

इसके बाद पुलिस को सूचना दी गई। सिटी पुलिस के एएसआई विनोद कुमार पुलिस टीम के साथ मौके पर पहुंच गए। महिलाओं के पास से चोरी के कपड़े पाए जाने के बाद पुलिस ने चारों को गिरफ्तार कर लिया। उनके खिलाफ चोरी का केस दर्ज कर लिया गया है। आरोपियों से चोरी की अन्य वारदातों का खुलासा होने की उम्मीद जताई जा रही है।

खोल मंडल में भाजपा का दो दिवसीय कार्यकर्ता प्रशिक्षण शिविर संपन्न

- पदाधिकारियों ने दी कार्यकर्ताओं को योजनाओं की जानकारी

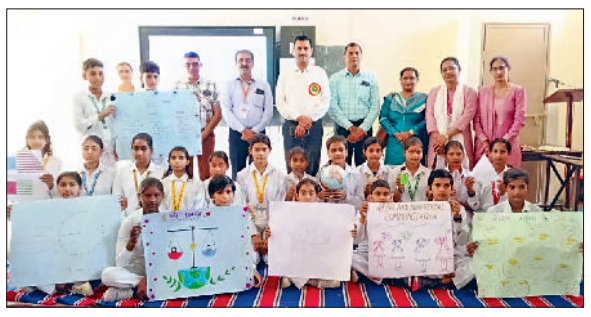
हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। कार्यक्रम में पदाधिकारियों का स्वागत करते कार्यकर्ता। फोटो : हरिभूमि

विधानसभा बावल के खोल मंडल में भाजपा पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं का दो दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम सोमवार को संपन्न हो गया। प्रशिक्षण कार्यक्रम 7 सत्रों का रहा, जिसमें प्रत्येक सत्र के लिए अलग-अलग मुख्य वक्ता थे। मंच संचालन मंडल महामंत्री अशोक सरपंच ने किया। हरियाणा प्रदेश भाजपा संगठन मंत्री फणीन्द्रनाथ शर्मा ने कार्यक्रम में शिरकत की। प्रशिक्षण कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में भाजपा जिला अध्यक्ष वंदना पोपली, भाजपा प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य वरुण श्योराण, भाजपा जिला महामंत्री हिमांशु पालीवाल, कुलदीप चौहान भाजपा जिला उपाध्यक्ष, वरिष्ठ बीजेपी नेता डा. अरविन्द यादव, जितेंद्र कुमार, भाजपा खोल मंडल अध्यक्ष सुभाष, महामंत्री अशोक सरपंच व अतर सिंह थे। इस मौके पर एमिनेंट पर्सन जीवनराम गर्ग, मंडल उपाध्यक्ष खोल सुखदेव, चेतन सरपंच अहरोद, हेमलता तंवर, सीमा गुप्ता, मिथिलेश नंदा, सोनिया खोल, गूगन मायन, मनोज गोठड़ा, जोगिंद्र माजरा, जितेंद्र वाल्मीकि, भाजपा मीडिया प्रमुख मुरारी यादव, माजरा सह प्रमुख धीर सिंह व आईटी सेल से संदीप पाली, राजेंद्र पाली व दयाराम जांगिड़ सहित अनेक कार्यकर्ता मौजूद थे। प्रशिक्षण शिविर में भाजपा के इतिहास, देश की प्रगति, मन की बात, केंद्र व राज्य की योजनाएं व कार्यकर्ता कर्तव्य,अनुशासन समर्पण व बूथ स्तर पर पार्टी संगठन की मजबूती पर जोर दिया गया।

विद्यार्थियों ने स्टेम विज्ञान मेले में दिखाए प्रतिभा के जौहर

रेवाड़ी। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सीहा में डा. सीवी रमन साइंस क्लब की देखरेख में स्टेम विज्ञान मेले का आयोजन किया गया, जिसमें छठी से आठवीं कक्षाओं के करीब दो दर्जन नन्हे वैज्ञानिकों ने अपनी प्रतिभा के जौहर दिखाए। कार्यक्रम के मुख्यातिथि खंड शिक्षा अधिकारी अशोक नांदल थे, जबकि अध्यक्षता क्लब के संरक्षक एवं विद्यालय के प्राचार्य सत्यवीर नाहड़िया ने की। क्लब की सचिव विज्ञान अध्यापिका रेखा कुमारी ने बताया कि विद्यार्थियों ने मेले में विज्ञान, गणित, कला तथा इंजीनियरिंग की विभिन्न गतिविधियों को बेहद रोचक प्रारूप में प्रस्तुत किया गया। मुख्य अतिथि बीईओ नांदल ने विद्यार्थियों की मौलिकता तथा नवाचारी रचनात्मकता को सराहते हुए उन्हें जीवन में वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाने के लिए प्रेरित किया। प्राचार्य श्री नाहड़िया ने विद्यालय की वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत की। मेले के आयोजन में क्लब की अध्यक्ष अलका, सीमा, अनीता, नरेश कुमार, सतपाल सिंह, रवि कुमार, दिनेश कुमार,सोनू, प्रियंका, अंजू, शक्तिसिंह, अनिल व अजय ने सहयोग दिया। क्लब के उपाध्यक्ष प्राध्यापक हरीश कुमार ने सभी का आभार जताया।



रेवाड़ी। समाधान शिविर में जनसमस्याओं को सुनते हुए एडीसी राहुल मोदी।

समाधान शिविर में दी अवैध कब्जे की शिकायत

रेवाड़ी। एडीसी राहुल मोदी ने सोमवार को लघु सचिवालय के सभागार में आयोजित समाधान शिविर में लोगों की शिकायतें सुनते हुए मौके पर ही निवारण कराया और लंबित शिकायतों के समाधान के लिए संबंधित विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए। समाधान शिविर में गांव औलांत में अवैध कब्जे व गांव दौलतपुर में सडकों पर घूम रहे पशुओं की शिकायत रखी गई। एडीसी ने समस्याओं के समाधान के निर्देश दिए। इसके अलावा प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, पेंशन और पुलिस संबंधित आई शिकायतों के भी प्राथमिकता से निवारण करने के निर्देश दिए गए। इस अवसर पर सीटीएम जितेंद्र कुमार व डीएसपी पवन कुमार सहित विभागीय अधिकारी मौजूद थे।

स्टेम मेले का आयोजन, नन्हे वैज्ञानिकों ने नवाचार में दिखाई अद्भुत प्रतिभा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। विद्यार्थियों के मॉडल्स का अवलोकन करते शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

राजकीय बाल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रेवाड़ी में सोमवार को मिडिल विंग की ओर से स्टेम मेले का आयोजन किया गया। विद्यालय के प्राचार्य विनोद कुमार यादव की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने अपनी सृजनात्मकता, तार्किक क्षमता और वैज्ञानिक दृष्टिकोण का अद्वितीय परिचय दिया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि खंड शिक्षा अधिकारी राजेश वर्मा ने छात्रों की ओर से निर्मित मॉडल्स का अवलोकन किया। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते हुए कहा कि आज का युग पूर्णतः नवाचार का है। इस प्रकार के मेले छात्रों में रटने की संकुचित प्रवृत्ति को समाप्त कर उनमें खोजी जिज्ञासा उत्पन्न करते हैं। विशिष्ट अतिथि एबीआरसी मधु यादव एवं जितेंद्र यादव ने भी विद्यार्थियों के प्रयासों की प्रशंसा की। प्राचार्य विनोद कुमार ने कहा कि किसी भी शिक्षण संस्थान की वास्तविक सफलता उसकी चारदीवारी में नहीं, बल्कि उसके विद्यार्थियों की स्वतंत्र और मौलिक सोच में निहित होती है।

स्कूल में लगे स्टेम मेले में बच्चों ने बनाए मॉडल

रेवाड़ी। राजकीय माध्यमिक विद्यालय परखोत्तमपुर में सोमवार को स्टेम मेले का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने स्टेम मेले में मॉडल, चार्ट और अन्य गतिविधियों के माध्यम से अंग्रेजी, सामाजिक विज्ञान व गणित के कठिन विषयों को समझने का प्रयास किया। छात्र संदेश, गौरव, वंश, विधि, आशी, तान्या, माही, अरुण, चेस्टा, परीक्षित, रोहित, दीपांशु, विनय, नंदिनी एवं अमन के मॉडल को सभी ने काफी सराहा। मेले का आयोजन मुख्य अध्यापक शिवचरण यादव के मार्गदर्शन में किया गया। इस अवसर पर ज्योति यादव, सुरेंद्र कुमार व लिपिक संजीव कुमार सहित समस्त स्टाफ सदस्य उपस्थित थे।

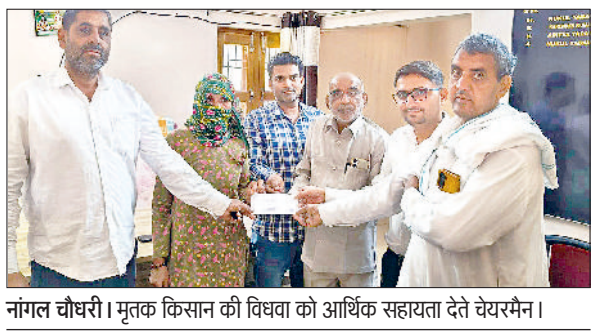
रेवाड़ी। स्टेम मेले में अपने मॉडल दिखाते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

शिविर में डीसी ने सुनीं शिकायतें

नारनौल। उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार ने लघु सचिवालय में आयोजित समाधान शिविर में आमजन की शिकायतें सुनीं। इस मौके पर कुल 35 नागरिकों ने अपनी समस्याएं दर्ज कराई, जिनका अधिकारियों को तुरंत समाधान करने के निर्देश दिए। उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि हर शिकायत को गंभीरता से लिया जाए। किसी भी तरह की देरी बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि जो अधिकारी जानबूझकर शिकायतों को लंबित रखेगा, उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। आज मिली शिकायतों में बिजली, पानी, सीवरेज, पेंशन, परिवार पहचान पत्र, पंचायत व राजस्व विभाग से संबंधित मामले शामिल थे। जिनके त्वरित निपटान के लिए उपायुक्त ने संबंधित विभागों को निर्देश दिए। इस मौके पर पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ, नगराधीश डॉ. मंगल सेन के अलावा विभिन्न विभागों के अधिकारी भी उपस्थित थे।

मृतक किसान की विधवा को सौंपा 5 लाख रुपये का चेक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नांगल चौधरी



नांगल चौधरी। मृतक किसान की विधवा को आर्थिक सहायता देते चेयरमैन।

गांवड़ी जाट निवासी मृतक किसान की विधवा संतरा देवी को मार्केट कमेटी के चेयरमैन रमाशंकर ने पांच लाख का चेक सौंपकर आर्थिक सहायता दी। इस दौरान उन्होंने विभागीय अधिकारियों को मंडी में मूलभूत सुविधाओं का प्रबंध करने की हिदायत दी। उन्होंने बताया कि किसानों की सुविधा के लिए 2013 में मुख्यमंत्री खेत खलिहान योजना क्रियांवित की गई थी। जिसमें किसानों को खेतीबाड़ी करते समय अंग भंग होने तथा देहांत होने की स्थिति में आर्थिक सहायता का प्रावधान किया है। गांवड़ी जाट निवासी किसान खेत में ट्रैक्टर की मदद से काम कर रहा था। इसी दौरान ट्रैक्टर पलट गया था, जिसके नीचे दबने से सत्यपाल सिंह की मौत हो गई थी। दिवंगत किसान की पत्नी संतरा देवी को पांच लाख की आर्थिक सहायता मुहैया कराई है। इस मौके पर मंडी सुपरवाइजर विकास कुमार, रविकांत, जितेंद्र ऑक्शन रिकार्डर, विकास यादव कमेटी मेंबर, सुनील डांगी, देशराज मौजूद रहे।

महिला दिवस पर लगाया रक्तदान शिविर

नारनौल। नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप की ओर से अंतर राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर ब्लड बैंक नागरिक अस्पताल में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि सिविल सर्जन डॉ. अशोक कुमार थे। अध्यक्षता डॉ. संगीता यादव व रेडक्रॉस सोसायटी से डॉ. एसपी सिंह ने की। कार्यक्रम संयोजक मनीष गोगिया संस्थापक नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप थे। विशेष रूप से नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप के संस्थापक की पत्नी प्रीति गोगिया ने भी रक्तदान किया। संस्था के संस्थापक ने बताया कि 22 मार्च को शहीदी दिवस की पूर्व संध्या पर 44वां रक्तदान शिविर का आयोजन जैन मांगलिक भवन तालाब बहादुर सिंह में किया जाएगा। इस मौके पर मनीष गोगिया, सुनील यादव, अनिल यादव, पवित्रा यादव, सुरभि यादव, अनिल शर्मा, मनीष गर्ग, संदीप जैन, पवन यादव, सुनील गोयल, प्रीति गोगिया, राघव गोगिया आदि मौजूद थे।

छितरौली में महिलाओं को किया सम्मानित

कनीना। छितरौली के एसडीएम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें स्कूल प्रबंधन ने विभिन्न क्षेत्रों में श्रेष्ठ कार्य करने वाली महिलाओं को स्मृति चिह्न प्रदान कर सम्मानित किया। महिला दिवस के मौके पर आयोजित इस समारोह में खेलकूद प्रतियोगिता सहित म्यूजिकल चेयर, मोबाइल प्रयोग, निबंध लेखन, भाषण सहित रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम शामिल रहे।

कनीना। महिलाओं को सम्मानित करती प्राचार्या रेखा।

मार्च माह की शुरुआत के साथ ही खेतों में किसानों की चहल-पहल बढ़ी

अटेली क्षेत्र में सरसों की कटाई शुरू, बंपर पैदावार की उम्मीद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मंडी अटेली

मंडी अटेली। उनिंदा में कटाई के बाद रखी सरसों की फसल। फोटो : हरिभूमि

अटेली क्षेत्र के ग्रामीण इलाकों में सरसों की फसल की कटाई का कार्य शुरू हो गया है। मार्च माह की शुरुआत के साथ ही खेतों में किसानों की चहल-पहल बढ़ गई है। सुबह से लेकर सायं तक किसान अपने खेतों में सरसों की कटाई में जुटे हुए दिखाई दे रहे हैं। इस बार मौसम अनुकूल रहने और समय पर हुई वर्षा के कारण किसानों को सरसों की अच्छी पैदावार की उम्मीद है। खेतों में लहलहाती सरसों की फसल अब पककर तैयार हो चुकी है और किसान तेजी से इसकी कटाई कर रहे हैं। किसानों का कहना है कि इस वर्ष मौसम ने फसल का पूरा साथ दिया है। समय पर हुई बारिश, ठंड का अनुकूल प्रभाव और किसानों द्वारा की गई समय पर देखभाल के चलते फसल अच्छी तैयार हुई है। किसानों के अनुसार इस बार सरसों की पैदावार लगभग आठ से 12 क्विंटल प्रति एकड़ तक होने की संभावना है, जिससे किसानों को अच्छी आमदनी मिलने की उम्मीद है। क्षेत्र के किसान इंद्रजीत और बिटु लांबा ने बताया कि पिछले साल की तुलना में इस बार सरसों की फसल काफी बेहतर स्थिति में है। मौसम अनुकूल रहा और रोगों का प्रकोप भी कम देखने को मिला। जिससे फसल की गुणवत्ता भी अच्छी है। किसानों ने बताया कि खेतों में अब तक लगभग 50 प्रतिशत सरसों की कटाई का कार्य पूरा हो चुका है और अगले कुछ दिनों में बाकी फसल की कटाई भी पूरी कर ली जाएगी। सरसों की कटाई के साथ ही मजदूरों की मांग भी बढ़ गई है। वहीं दिहाड़ी पर काम करने वाले मजदूर प्रतिदिन लगभग सात सौ से आठ सौ रुपये तक मेहनताना ले रहे हैं। कटाई के बाद किसान फसल को मंडी में ले जाने की तैयारी में भी जुट गए हैं। किसानों के अनुसार सरसों की कटाई के बाद अब गेहूं की फसल भी पकने के करीब है और लगभग एक सप्ताह के भीतर गेहूं की कटाई का कार्य भी शुरू हो जाएगा।

डॉ. मेघा मित्तल को मिला प्रगति नारी शक्ति सम्मान

नारनौल। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर प्रगतिशील शिक्षक ट्रस्ट की ओर से आयोजित भव्य समारोह में संवेदना अस्पताल की महिला चिकित्सक डॉ. मेघा मित्तल को चिकित्सा क्षेत्र में उनके उत्कृष्ट योगदान व महिला सशक्तिकरण के लिए प्रगति नारी शक्ति सम्मान से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि विजय गोस्वामी, विशिष्ट अतिथि डॉ. उषा यादव, डॉ. सुरेंद्र मित्तल, संगीता शर्मा, कार्यक्रम संयोजक रवीना सोनी, नरोत्तम सोनी, ओशीन शुक्ला ने उन्हें स्मृति चिह्न व प्रशस्ति पत्र, अंग वस्त्रम प्रदान कर सम्मानित किया।

टेंपो एक्सीडेंट में घायल महिला की इलाज के दौरान मौत

नारनौल। गत दो मार्च को हमीदपुर बस स्टैंड पर एर्टिगा कार एवं ऑटो के बीच हुए एक्सीडेंट में गंभीर रूप से घायल पटीकरा की एक और महिला की इलाज के दौरान मौत हो गई। महिला की मौत की खबर से गांव में शोक की लहर दौड़ गई और परिवार पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा। जानकारी के अनुसार पटीकरा निवासी करीब 31 वर्षीय मौसम देवी पत्नी भूपेंद्र मजदूरी कर अपने परिवार का पालन-पोषण करती थी। वह भी दो मार्च को हुई दुर्घटना में गंभीर रूप से घायल हो गई थी। हादसे के बाद उसे पहले नारनौल में उपचार दिया गया, लेकिन हालत गंभीर होने के कारण डॉक्टरों ने उसे रेफर कर दिया था, जिस पर परिजन उसे जयपुर लेकर गए हुए थे। परिजनों ने बताया कि जयपुर में इलाज के दौरान मौसम देवी की हालत लगातार नाजुक बनी हुई थी। डॉक्टरों ने उसे बचाने की काफी कोशिश की, लेकिन आखिरकार उसकी मौत हो गई। जैसे ही मौत की खबर गांव पहुंची तो परिवार और आसपास के लोगों में शोक छा गया। मौसम देवी अपने पीछे तीन छोटे बच्चों को छोड़ गई है, जिनमें एक बेटी और दो बेटे शामिल हैं। मां की असमय मौत के बाद बच्चों के सिर से मां का साया उठ गया है। परिवार की आर्थिक स्थिति भी कमजोर बताई जा रही, जिससे परिजनों के सामने अब बच्चों के पालन-पोषण की चिंता खड़ी हो गई है।

खबर संक्षेप

नहर से मिले शव की शिनाख्त नहीं

रोहड़ाई। लिसाना के निकट नहर से मिले शव की शिनाख्त सोमवार को भी नहीं हो सकी। ग्रामीणों ने बीते रविवार को जवाहरलाल नेहरू नहर में शव तैरता दिखाई देखकर पुलिस को सूचना दी थी। सदर थाना पुलिस ने मौके पर जाकर नहर से शव को बाहर निकलवाया था। पुलिस ने शिनाख्त कराने के प्रयास किए, लेकिन मृतक की पहचान नहीं हो सकी थी। शव को शिनाख्त के लिए शव गृह में रखवाया गया था। उसके शरीर पर चोट के कोई निशान नहीं मिले। शव की पहचान दूसरे दिन भी नहीं होने के कारण उसे अंतिम संस्कार के लिए भेज दिया गया।

डवाना पंप हाउस पर नहर में युवक का शव मिला

रेवाड़ी। डवाना नहर के पंप हाउस सोमवार दोपहर एक युवक का शव बरामद हुआ है। पुलिस ने शव को नहर से निकलवाने के बाद शिनाख्त कराने के प्रयास किए, लेकिन मृतक की पहचान नहीं हो सकी। बाद में शव को मोर्चरी में रखवा दिया गया। नहर विभाग के पंप हाउस पर कर्मचारी ने नहर में एक शव पड़ा हुआ देखकर कसोला पुलिस को सूचना दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंच गई। पुलिस ने लोगों की मदद से शव को बाहर निकलवाया। सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया। मृतक की उम्र लगभग 40 साल के आसपास मानी जा रही है। उसके हाथ पर रमेश गुदा हुआ है। पुलिस ने आसपास के गांवों में सूचना प्रेषित करते हुए मृतक की पहचान कराने के प्रयास किए, लेकिन पहचान नहीं हो सकी।

बेटी के जन्म पर किया कुआं पूजन

बाढड़ा। क्षेत्र के गांव कुजानगर में बेटी के जन्म की खुशी पर कुआ पूजन कार्यक्रम का आयोजन हुआ। बेटी के जन्म की खुशी में पारंपरिक कुआं पूजन समारोह धूमधाम से आयोजित किया गया। यह आयोजन बेटियों के प्रति बदलती सामाजिक सोच और सम्मान का प्रतीक बना। वे सभी रीति-रस्में हुई जो बेटे के जन्म पर निभाई जाती है। बुजुर्गो ने नवजात कन्या और उसकी मॉ को आशीर्वाद दिया। गांव कुब्जानगर वासी योगेश के घर किलकारिया गूंजी। उनकी पत्नी अर्चना ने संतान के रूप में कन्या को जन्म दिया। कन्या का नाम चारू रखा गया। बेटी के जन्म से ही परिवार बेहद खुश है। इस खुशी को साझा करने के लिए यहा कूआ पूजन कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

समाधान शिविर में दी घूम रहे पशुओं की शिकायत

रेवाड़ी। एडीसी राहुल मोदी ने सोमवार को लघु सचिवालय के सभागार में आयोजित समाधान शिविर में लोगों की शिकायतें सुनते हुए मौके पर ही निवारण करवाया और लंबित शिकायतों के समाधान के लिए संबंधित विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए। समाधान शिविर में गांव औलांत में अवैध कब्जे व गांव दौलतपुर में सड़कों पर घूम रहे पशुओं की शिकायत रखी गई। एडीसी ने समस्याओं के समाधान के निर्देश दिए। प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, पेंशन और पुलिस संबंधित आई शिकायतों के भी प्राथमिकता से निवारण करने के निर्देश दिए गए। सीटीएम जितेंद्र कुमार व डीएसपी पवन कुमार मौजूद थे।

मई में संचालन के लिए उत्तर-पश्चिम रेलवे पर 16 रेलसेवाओं का बदला गया मार्ग

जयपुर मंडल के कनकपुरा स्टेशन यार्ड में तकनीकी कार्य, रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होंगी ट्रेनें

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

उत्तर पश्चिम रेलवे की ओर से जयपुर मंडल के कनकपुरा स्टेशन यार्ड में तकनीकी नॉन इंटरलॉकिंग कार्य किया जाएगा। कार्य के कारण मई माह में रेल यातायात प्रभावित रहेगा। उत्तर पश्चिम रेलवे के सीपीआरओ अमित सुदर्शन ने बताया कि कार्य के कारण उत्तर पश्चिम रेलवे पर संचालित रेलसेवाएं प्रभावित रहेगी। कार्य के कारण जयुपर-अलवर-रेवाड़ी रेलमार्ग पर संचालित करीब 16 रेलसेवाएं मार्ग परिवर्तित होकर आगामी मई माह में फुलेरा-रींगस नारनौल व रेवाड़ी से रेलमार्ग से संचालित होगी। गाड़ी संख्या 12215 दिल्ली सराय-बान्द्रा टर्मिनस रेलसेवा 12 मई को दिल्ली सराय से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। मार्ग परिवर्तन में ट्रेन नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 15013 जैसलमेर-काठगोदाम रेलसेवा 12 मई को जैसलमेर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी तथा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 15014 काठगोदाम-जैसलमेर रेलसेवा 3 मई से 7 मई, 8 मई तथा 12 मई से 14 मई तक काठगोदाम से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 15716 अजमेर-किशनगंज रेलसेवा 12 मई को अजमेर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 17019 हिसार-हैदराबाद रेलसेवा 12 मई को हिसार से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। संख्या 19269 पोरबंदर-मुजफ्फरपुर रेलसेवा 8 मई को पोरबंदर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। 19416 श्रीमातावैष्णोदेवीकटरा-साबरमती रेलसेवा 5 मई व 12 मई को श्रीमातावैष्णोदेवीकटरा से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी- रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी।

रेवाड़ी। उत्तर-पश्चिम रेलमार्ग से गुजरती ट्रेन।

इन स्टेशनों पर होगा ठहराव

गाडी संख्या 20939 साबरमती-सुल्तानपुर रेलसेवा 12 मई को साबरमती से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 19270 मुजफ्फरपुर-पोरबंदर रेलसेवा 11 मई को मुजफ्फरपुर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी।

ट्रेनों के परिवर्तित मार्ग व ठहराव

गाड़ी संख्या 20937 पोरबंदर-दिल्ली सराय रेलसेवा 9 मई को पोरबंदर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 20940 सुल्तानपुर-साबरमती रेलसेवा 13 मई को सुल्तानपुर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 14322 भुज-बरेली रेलसेवा 11 मई को भुज से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 12983 अजमेर-चंडीगढ़ रेलसेवा 12 मई को अजमेर से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग फुलेरा-रींगस-रेवाड़ी होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा रींगस, नीमकाथाना, नारनौल स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 14311 बरेली-भुज रेलसेवा 12 मई को बरेली से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 14662 जम्मूतवी-बाड़मेर रेलसेवा 11 मई को जम्मूतवी से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी। गाड़ी संख्या 19602 न्यू जलपाईगुडी-उदयपुर सिटी रेलसेवा 11 मई को न्यू जलपाईगुडी से प्रस्थान करके परिवर्तित मार्ग रेवाड़ी-रींगस-फुलेरा होकर संचालित होगी। परिवर्तित मार्ग में यह रेलसेवा नारनौल, नीमकाथाना, रींगस स्टेशनों पर ठहराव करेगी।

रेवाड़ी। बासोड़ा पर्व पर शीतला माता मंदिर के बाहर लगी श्रद्धालुओं की कतार।

महिलाओं ने बासोड़ा पर्व पर की शीतला माता की पूजा

बच्चों की दीर्घायु व सुख-समृद्धि मांगी

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

जिले में होली पर्व के बाद पहले सोमवार को शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों में शीतला माता का पूजन कर बासोड़ा का पर्व श्रद्धा और आस्था के साथ मनाया गया। माता के मंदिर में अलसुबह से ही श्रद्धालुओं की काफी भीड़ रही। महिलाओं ने रविवार रात बनाए गए व्यजनों का माता को भोग लगाया एवं आरती, पूजा-अर्चना कर अराध्यदेवी के दरबार में सुख-समृद्धि व बच्चों की सलामती के लिए मन्नतें मांगी। बासोड़ा पर्व पर मंदिर में व्यवस्था बनाए रखने के लिए पुलिसकर्मी भी तैनात थे। सूर्यदेव निकलने से पहले ही मंदिर में श्रद्धालुओं के आने का क्रम शुरू हो गया, जोकि दोपहर तक जारी रहा। काफी लोगों ने होली दहन स्थलों पर भी पूरी श्रद्धा के साथ बासोड़ा का पर्व मनाया और मां शीतला से बच्चों की दीर्घायु व परिवार में सुख-समृद्धि की कामना भी की। शहर के सैनी स्कूल के पास व नई अनाजमंडी स्थित माता शीतला के मंदिर में महिलाओं ने माता को शीतल पकवानों का भोग लगाकर परिवार की रक्षा करने के मन्नतें मांगी। मंदिरों में बुरी नजर से बचने के लिए महिलाओं ने अपने बच्चों सहित झाड़ा भी लगवाया। मंदिर कमेटी की ओर से आने वाले सभी श्रद्धालुओं को प्रसाद वितरित किया गया।

माता शीतला रोगों निदान करने की देवी

बासोड़ा पर्व को मनाने का महत्व ज्योतिषाचार्य दलीप शास्त्री ने बताया कि चैत्र मास के कृष्ण पक्ष की अष्टमी तिथि को बासोड़ा मनाया जाता है। इसे बासोड़े और शीतला अष्टमी के नाम से भी जाना जाता है। बड़ी संख्या में श्रद्धालु होलिका दहन के बाद आने वाले सोमवार को बासोड़ा का पर्व मनाते आ रहे हैं। इस दिन माता शीतला की पूजा की जाती है। बासोडा के एक दिन पहले खाना बनाया जाता है, जिसमें कच्चा और पक्का दोनों प्रकार का भोजन होता है। बसोड़ा के दिन जहां पर होलिका दहन किया गया हो उस जगह जाकर माता शीतला की पूजा की जाती है। उनका कहना है कि माता शीतला को रोगों निदान करने की देवी माना जाता है।

ग्रामीणों ने ली पानी बचाने की शपथ

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

सोमवार को खंड डहीना के गांव नांगल भगवानपुर में जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग की ओर से जल अर्पण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता सरपंच ओमप्रकाश ने की। इस अवसर पर विभाग के कनिष्ठ अभियंता दीपांशु डहीनवाल, खंड संसाधन समन्वयक जितेंद्र कुमार, ट्यूबवेल ऑपरेटर विनोद कुमार, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता, वीडब्ल्यूएससी सदस्य और ग्रामीण मौजूद थे। जितेंद्र कुमार ने जल जीवन मिशन की योजनाओं की जानकारी दी और ग्रामीणों को जल संरक्षण जल जांच, ग्राम जल सीवरेज समिति की ग्रामीण पेयजल व्यवस्था के संचालन में भूमिका और कार्य व स्वच्छ पेयजल के महत्व के बारे में जागरूक किया। कार्यक्रम में गांव के ट्यूबवेल को सबसे बुजुर्ग महिला नथिया देवी ने धांगा बांधकर जल स्त्रोत का सम्मान किया और सभी ग्रामीणों को जल स्त्रोतों के साथ-साथ जल संरक्षण की शपथ भी दिलाई। इस अवसर पर जल जागरूकता रैली भी निकाली गई। सरपंच ने ग्रामीणों से जल संरक्षण, जल स्त्रोतों की सुरक्षा और स्वच्छ पेयजल व्यवस्था को बनाए रखने में सक्रिय भागीदारी की अपील की। कार्यक्रम में ज्योति पंच, राजेश, मोनिका, सुदेश, मंजू, निर्मला व परमेश सहित अनेक लोग मौजूद थे।

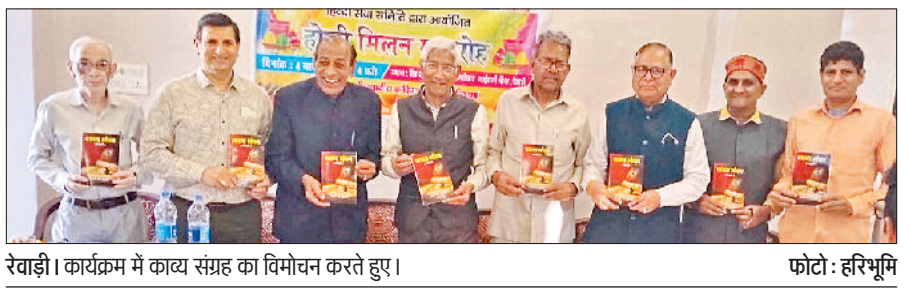
रेवाड़ी। गांव में जल जागरूकता रैली निकालते हुए। फोटो : हरिभूमि

काव्य फुहारों के बीच मनाया होली मिलन उत्सव

हिंदी सेवा समिति की ओर से आयोजित समारोह में काव्य मंथन पुस्तक का विमोचन होगा

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

वरिष्ठ साहित्यकार रमेशचंद्र शर्मा ने कहा कि आपसी प्रेम और सौहार्द का प्रतीक होली का पर्व मन और तन को स्वच्छ रखकर गले लगाने का पर्व है। वे रविवार शाम नाईवाली चौक स्थित सैंडपाइपर काम्प्लेक्स में काव्य प्रेमियों को संबोधित कर रहे थे। हिंदी सेवा समिति की ओर से आयोजित समारोह में काव्य मंथन पुस्तक का विमोचन भी किया गया। इस मौके पर कवि हलचल हरियाणवी ने अपने हास्य-व्यंग्य से जमकर हसाया। प्रो.शर्मा ने कहा कि होली सांस्कृतिक जड़ों से जुड़ने का माध्यम है। कवि हलचल हरियाणवी ने ठेठ हरियाणवी शैली और तीखे कटाक्षों से श्रोताओं को लोटपोट किया। कवि त्रिलोक चंद फतेहपुरी के काव्य संग्रह काव्य मंथन घनाक्षरी संग्रह का विमोचन भी किया गया। डा. देवी राम शर्मा ने आज रेवाड़ी में होली रे रसिया, लाल गुलाल सबके मन बसिया। आज रात सपने में देखी पशुओं जैसी होली। झूम रही थी गलियों में मस्तानों की एक टोली सुनाकर रंग जमाया। गौतम इलाहाबादी ने दोहों से सामाजिक कुरीतियों पर कड़ा प्रहार किया। गोपाल वशिष्ठ की रचना चेहरे सबके बुझे हुए, हंसी भी पोली-पोली है। रंगहीन हुआ समाज, कैसे कह दें कि होली है। राजेश भुलक्कड ने हास्य-व्यंग्य की फुलझड़ियों से गुदगुदाया। पूर्व डीईओ धर्मवीर बल्डोदिया ने सामाजिक विसंगतियों पर प्रहार करते हुए प्रेम का संदेश दिया। इस मौके पर संजय लखानी, डा. ओमप्रकाश, संदीप कुमार, नवीन कुमार, उमेद सिंह, रमेश कुमार व नवरंग शर्मा सहित अनेक लोग मौजूद थे।


रेवाड़ी। कार्यक्रम में काव्य संग्रह का विमोचन करते हुए। फोटो : हरिभूमि

अवैध कब्जों की शिकायत दी गई

मकानों के ऊपर से हाई वोल्टेज लाइन हटाएगा बिजली निगम

हरिभूमि न्यूज ⏭ कोसली

कोसली लघु सचिवालय में सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में एसडीएम विजय कुमार यादव ने आमजन की समस्याएं सुनते हुए अधिकारियों को उनका निवारण करने के निर्देश दिए। शिविर में गांव गूगोढ़ के सीवरेज लाइन के खुले मेनहोल की शिकायत दी। कोसली निवासी सतबीर ने बताया कि उसने नलकूप कनेक्शन का लोड बढ़वाने के लिए बिजली विभाग को एप्लीकेशन दी हुई है। उसका मीटर उतार कर दस महीने से रखा हुआ है, जिसे अब तक लगाया नहीं गया। गांव झोलरी और रतनथल में अवैध कब्जों की शिकायत दी गई। गांव जाहिदपुर निवासी देवेंद्र ने बताया कि उसके घर की छत के ऊपर से 11 हजार केवी की लाइन गुजर रही है।

20 करोड़ 89 लाख का एस्टीमेट तैयार

बिजली वितरण निगम ने इस लाइन को हटाने के लिए 20 करोड़ 89 लाख का एस्टीमेट तैयार किया है, लेकिन अभी तक काम शुरू नहीं हुआ। निगम अधिकारियों ने बताया कि जल्दी ही इस लाइन को हटा दिया जाएगा। बीडीपीओ अनिल कुमार, बिजली विभाग के एसडीओ रोहित, रणधीर सिंह, संदीप कुमार, राम, संजय व जतिन मौजूद थे।

बावल विस क्षेत्र के राजकीय विद्यालयों का होगा कायाकल्प, 7 करोड़ की राशि स्वीकृत

हरिभूमि न्यूज ⏭ बावल

हरियाणा सरकार की ओर से बावल विधानसभा क्षेत्र के राजकीय प्राथमिक और मॉडल विद्यालयों की मरम्मत और निर्माण कार्यों के लिए 7 करोड़ रुपये से अधिक की राशि की स्वीकृत की गई है। विद्यालयों का कायाकल्प होने से विद्यार्थियों को बेहतरीन सुविधाएं मिल सकेंगी। बावल के विधायक डा. कृष्ण कुमार ने क्षेत्र के लोगों की करीब 5 वर्ष पुरानी मांग के पूरा होने पर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार व्यक्त किया। विधायक ने बताया कि बावल विधानसभा क्षेत्र के 6 राजकीय प्राथमिक विद्यालयों के मरम्मत कार्यों के लिए 83 लाख 88 हजार 838 रुपये और 10 राजकीय प्राथमिक और मॉडल विद्यालयों के भवन और मेजर निर्माण कार्यों के लिए 6 करोड़ 67 लाख 52 हजार रुपये की मंजूरी प्रदान की गई है। राजकीय प्राथमिक विद्यालय ओढ़ी के लिए 10 लाख 21 हजार 11 रुपये, जीपीएस बीदावास के लिए 21 लाख 55 हजार रुपये, जीपीएस रानोली के लिए 8 लाख 84 हजार 631 रुपये और जीपीएस मेलावास में मरम्मत कार्यों के लिए 20 लाख 44 हजार रुपए की मंजूरी दी गई है।

भवन और मेजर निर्माण कार्य करवाया जाएगा

डा. कृष्ण कुमार

इनके अलावा राजकीय कन्या मॉडल विद्यालय बावल के लिए 61 लाख 27000 रुपये, जीपीएस भादोज के लिए 95 लाख 7000 रुपये, जीपीएस ढुल्हेड़ा खुर्द के लिए 51 लाख 10000 रुपये, जीपीएस खरखड़ी के लिए 96 लाख 16000 रुपये, जीपीएस लालपुर के लिए 65 लाख 11000 रुपये, जीपीएस नांगल उगरा के लिए 91 लाख 97000 रुपये, जीएमएस पाड़ला के लिए 1 करोड़ 15 लाख 79000 रुपये, शहबाजपुर इस्तमुरार के लिए 56 लाख 71000 रुपये, जीपीएस हरिनगर के लिए 71 लाख 28000 रुपये और जीपीएस कमालपुर के लिए 90 लाख 50000 रुपये की राशि भवन और मेजर निर्माण कार्यों की लिए मंजूर की गई है।

पीएमएफएमई योजना में 35% तक दिया जा रहा अनुदान

अधिकतम सीमा 10 लाख रुपये निर्धारित

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

केंद्र सरकार की ओर से सूक्ष्म खाद्य प्रसंस्करण उद्यमों के विकास एवं सुदृढ़ीकरण के उद्देश्य से प्रधानमंत्री सूक्ष्म खाद्य उद्योग उन्नयन योजना यानि पीएमएफएमई शुरू की गई है। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि पीएमएफएमई योजना के अंतर्गत पात्र लाभार्थियों को ऋण पूंजी पर 35 प्रतिशत तक कैपिटल सब्सिडी प्रदान की जाती है, जिसकी अधिकतम सीमा 10 लाख रुपये निर्धारित है। योजना का लाभ नए व मौजूदा निजी तथा समूह आधारित सूक्ष्म उद्यमों को दिया जा रहा है। योजना के लिए 18 वर्ष से अधिक आयु के सभी भारतीय नागरिक पात्र हैं। व्यक्तिगत उद्यमी, गैर-सरकारी संगठन, सरकारी समितियां, प्रोपराइटरशिप फर्म, साझेदारी फर्म, स्वयं सहायता समूह, किसान उत्पादक संगठन तथा प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के रूप में भी आवेदन किया जा सकता है। अन्य सरकारी योजनाओं के लाभार्थी भी इस योजना का लाभ लेने के लिए पात्र हैं।

डीसी ने बताया कि पीएमएफएफएमआई योजना का लाभ 18 वर्ष से ऊपर की आयु का भारतीय नागरिक होना चाहिए।

कंपनी से पाइप चोरी के दोषियों को एक-एक साल की जेल

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

बावल औद्योगिक क्षेत्र की एक कंपनी से शटरिंग पाइप चोरी करने के मामले में सब डिविजनल ज्यूडिशियल मजिस्ट्रेट बावल आलोक आनंद की अदालत ने चार आरोपियों को दोषी करार देते हुए एक-एक साल के कारावास और एक-एक हजार रुपये जुमार्ना की सजा सुनाई है। चोरी का सामान खरीदने के दोषी कबाड़ी को एक साल की कैद की सजा सुनाई गई है। उस पर जुर्माना नहीं किया गया है। कंपनी में प्रबंधक के पद पर कार्यरत ओमप्रकाश यादव निवासी गांव बलेवा जिला गुरुग्राम ने बावल थाना पुलिस को दी अपनी शिकायत में बताया था कि 9 अगस्त 2021 को सुबह करीब 9 बजे उन्हें सूचना मिली थी कि कंपनी परिसर से शटरिंग पाइप चोरी कर दीवार के बाहर मंदिर की तरफ घास में छिपाकर रखे गए हैं। सूचना मिलते ही वे मौके पर पहुंचे और देखा कि करीब 20 पाइप के पीस घास में पड़े हुए थे। उन्होंने आसपास तलाश की तो पास में एक युवक दिखाई दिया, जिसने अपना नाम टिलू निवासी बावल बताया। पूछताछ के दौरान वह मौका देखकर वहां से भाग गया। इसके बाद कंपनी प्रबंधन ने पीछे की दीवार के पास सुरक्षा गार्ड तैनात कर दिया। शिकायत के अनुसार अगले दिन रात को दो युवक दोबारा कंपनी में घुस आए और करीब 20 पाइप दीवार के बाहर फेंक दिए।

पांच आरोपियों को किया था गिरफ्तार

दोनों आरोपियों को पकड़कर कंपनी प्रबंधन ने पुलिस के हवाले कर दिया था। पुलिस ने चोरी का मामला दर्ज करके मामले में संलिप्त पांच आरोपी मोहल्ला फकीरवाडा बावल निवासी हिम्मत उर्फ टिलू, मोहल्ला जटवाडा बावल निवासी दीपक उर्फ मोनू, सोनू, बंटी और गांव टांकड़ी निवासी कबाड़ी बिजेंद्र को गिरफ्तार किया था। आरोपियों को दोषी करार देते हुए अदालत ने उन्हें सजा सुना दी।

एसपी हेमेंद्र कुमार बोले, बैंक अकाउंट केवाईसी लिंक फ्रॉड से रहें सतर्क

सावधान: फर्जी केवाईसी अपडेट लिंक पर क्लिक करते ही हो सकते हैं फ्रॉड का शिकार

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

पुलिस अधीक्षक हेमेंद्र कुमार मीणा ने बैंक अकाउंट केवाईसी अपडेट के नाम पर बढ़ते साइबर फ्रॉड मामलों को लेकर आम नागरिकों को सतर्क किया है। उन्होंने बताया कि वर्तमान समय में साइबर अपराधी बैंक, डिजिटल भुगतान प्लेटफॉर्म और सरकारी संस्थानों के नाम पर फर्जी मैसेज, ई-मेल, व्हाट्सएप संदेश और लिंक भेजकर लोगों को ठगी का शिकार बना रहे हैं। साइबर ठग खुद को बैंक कर्मचारी या अधिकृत प्रतिनिधि बताकर मैसेज या कॉल करते हैं। मैसेज में यह दावा किया जाता है कि आपके बैंक खाते की केवाईसी अधूरी है और जल्द अपडेट न करने पर खाता बंद कर दिया जाएगा। इसके बाद पीड़ति को एक फर्जी लिंक भेजा जाता है, जिस पर क्लिक करने के लिए दबाव बनाया जाता है। लिंक पर क्लिक करते ही फर्जी वेबसाइट खुलती है, जहां बैंक खाता संख्या, एटीएम पिन, ओटीपी, सीवीवी या नेट बैंकिंग डिटेल भरने को कहा जाता है। जैसे ही व्यक्ति यह जानकारी दर्ज करता है, साइबर अपराधी उसके बैंक खाते से रकम निकाल लेते हैं।

रेवाड़ी। एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा।

लिंक नहीं, लॉजिक पर भरोसा करें: एसपी

एसपी हेमेंद्र मीणा ने स्पष्ट किया कि कोई भी बैंक या वित्तीय संस्था कभी भी फोन कॉल, मैसेज या लिंक के माध्यम से केवाईसी अपडेट कराने के लिए गोपनीय जानकारी नहीं मांगती। उन्होंने नागरिकों से अपील करते हुए कहा कि किसी भी केवाईसी अपडेट लिंक पर क्लिक न करें। केवाई सी से संबंधित जानकारी केवल बैंक शाखा या आधिकारिक बैंक ऐप-वेबसाइट के माध्यम से ही अपडेट करें। केवाईसी अपडेट से जुड़े अनजान मैसेज या कॉल को नजरअंदाज करें। ओटीपी, एटीएम पिन, पासवर्ड और सीवीवी किसी को न बताएं। व्हाट्सएप, एसएमएस या ई-मेल में आए संदिग्ध लिंक पर क्लिक न करें। ठगी होने पर तुरंत साइबर हेल्पलाइन 1930 पर कॉल करें या साइबरक्राइम.जीओवी.इन पर शिकायत दर्ज करें।