हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, मंगलवार 19 मई 2026

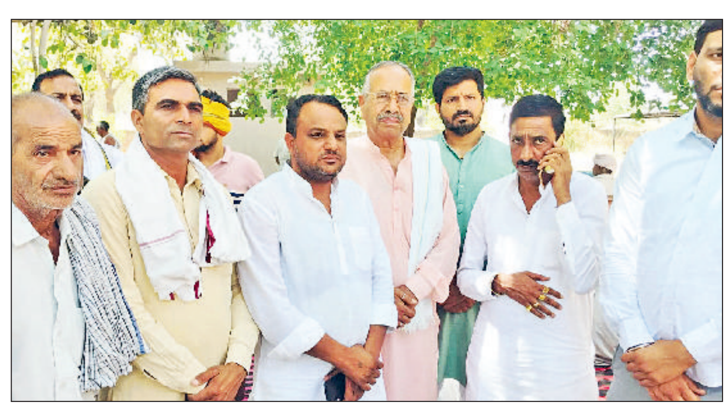
तापमान
अधिकतम 44 .5 डिग्री
न्यूनतम 25 .5 डिग्री

11 ग्रुप डांस में सोहा व रोल प्ले में भालखी स्कूल ने मारी बाजी

12 एमएससी बायोटेक दाखिला प्रक्रिया जल्द होगी शुरू, इस बार सीट बढ़ाने पर भी किया जा रहा विचार

दो दिन में पाइप नहीं हटाने पर आंदोलन की चेतावनी, डीजीएम ने समस्या के तुरंत समाधान का दिया आश्वासन

माइनर में दूषित पानी डालने की तैयारी, विरोध में 11 गांवों की महापंचायत, औद्योगिक निगम को अल्टीमेटम



रेवाड़ी। कसोली में आयोजित महापंचायत में मौजूद ग्रामीण व महापंचायत के बारे में जानकारी देते हुए ग्रामीण। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जवाहरलाल नेहरू नहर से कई गांवों की पेयजल योजना को पानी की आपूर्ति करने के लिए बनाई गई डिस्ट्रीब्यूटरी में एसटीपी का पानी छोड़ने के लिए पाइप लाइन बिछाते ही विरोध शुरू हो गया। कसोली गांव में 11 गांवों की महापंचायत में एचएसआईआईडीसी के पाइप लाइन माइनर में छोड़े जाने का विरोध करते हुए अल्टीमेटम दिया कि अगर दो दिन में नहर से पाइप लाइन नहीं हटाई गई, तो ग्रामीण निगम के खिलाफ बड़ा आंदोलन करने से पीछे नहीं हटेंगे। आनन-फानन में निगम की ओर से माइनर तक बिछाए गए पाइप को हटवा दिया गया। सोमवार सुबह कसोली के मंदिर में कसोला, कसोली, बगथला, गढ़ी, बोलनी, पीथनवास, लोधाना, बखापुर, मुकुंदपुर बसई, खेड़ी मोतला व खेड़ी हाजिपुर आदि गांवों के प्रबुद्ध लोग एकत्रित हुए। महापंचायत की अध्यक्षता बगथला के पूर्व सरपंच कैप्टन बलबीर सिंह ने की। महापंचायत में वक्ताओं ने कहा कि जवाहरलाल नेहरू नहर के पंप हाउस से उनके गांवों में बने वाटर वर्क्स को नहरी पानी की आपूर्ति की जाती है। पेयजल परियोजनाओं तक पानी पहुंचाने के लिए ही इस माइनर का निर्माण कराया गया था। अब एचएसआईआईडीसी की ओर से एक पाइप लाइन बिछाकर उसे इस माइनर में पंप हाउस पर ही छोड़ दिया गया है। यह पाइप लाइन दूसरी जबह तक जानी थी, लेकिन निगम ने उसे माइनर तक ही छोड़ दिया है।

नहर में एसटीपी का दूषित पानी आने से ग्रामीणों को साफ की जगह दूषित पेयजल की आपूर्ति होगी। उन्होंने कहा कि नहर में दूषित पानी छोड़े जाने से उसके पानी से पशु तक बीमार होने की आशंका बन गई है। इसे ग्रामीण किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं करेंगे।

उन्होंने निगम अधिकारियों को चेतावनी दी कि अगर दो दिन में इस पाइप लाइन को माइनर से नहीं हटाया गया, तो वह बड़ा आंदोलन करने से भी पीछे नहीं हटेंगे। निगम के डीजीएम अशोक यादव ने महापंचायत के बीच फोन पर हुई बातचीत में ग्रामीणों को भरोसा दिलाया कि जल्द ही इस पाइप लाइन को माइनर से हटवा दिया जाएगा। इसके बाद ग्रामीणों का गुस्सा शांत हो गया।

माइनर से हटवा दी गई पाइप लाइन

इस पाइप लाइन को माइनर से आगे तक ले जाना प्रस्तावित है। लेबर नहीं मिलने के कारण ठेकेदार ने पाइप लाइन माइनर तक छोड़ दी। ग्रामीणों की सूचना के बाद माइनर से पाइप लाइन को हटवा दिया गया है। अब ऐसा कोई इश्यू नहीं बचा है।
-अशोक कुमार यादव, डीजीएम, एचएसआईआईडीसी।

भूमिगत जल हो चुका जहरीला

ग्रामीणों ने बताया कि पंप हाउस के पास ही कई एकड़ जमीन में केमिकल युक्त पानी लंबे समय से भरा हुआ है। दूषित पानी के जमीन में जाने से भूमिगत जल भी दूषित हो चुका है। ग्रामीण नलकूपों तक का पानी इस्तेमाल नहीं कर पा रहे हैं। निगम की ओर एसटीपी का निर्माण तो कराया हुआ है, परंतु दूषित पानी की समस्या का अभी तक समाधान नहीं हुआ है। भूमिगत जल खेती करने योग्य भी नहीं बचा है।

यह लोग महापंचायत में मौजूद रहे

इस महापंचायत में कसोली के सरपंच धर्मसिंह, पूर्व सरपंच जगदीश पहलवान, जिला पार्षद प्रतिनिधि नरेश कुमार, भोलाराम प्रधान, ब्लॉक समिति के पूर्व वाइस चेयरमैन विक्रम सिंह, अशोक कुमार, मुरारीलाल, जसवंत सिंह, राकेश कुमार, अनिल कुमार व दिनेश सहित बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने हिस्सा लिया। उन्होंने कहा कि अगर एचएसआईडीसी के अधिकारियों ने मामले को गंभीरता से नहीं लिया, तो वह अपने स्तर पर बड़ा कदम उठाने में पीछे नहीं हटेंगे।

हरिभूमि
रोहतक, मंगलवार
19 मई 2026

सहेली

आज के दौर में महिलाएं हर क्षेत्र में अपने आपको साबित कर रही हैं, अपनी पहचान बना रही हैं। लेकिन अभी भी कुछ ऐसे डर हैं, जो उन्हें आगे बढ़ने से रोकते हैं, उनके मानसिक स्वास्थ्य, करियर और व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करते हैं। यह एक चिंताजनक स्थिति है। महिलाएं किसी प्रकार के डर को कैसे काबू में रखें, इनसे कैसे उबरें, जानिए।

डर के आगे जीत है
महिलाएं अपने डर पर कैसे पाएं काबू

कवर स्टोरी

ललिता गोयल

एक महिला के रूप में हम जानते और समझते हैं कि तब कैसा महसूस होता है, जब आपकी हथेलियां पसीने से भीग जाती हैं, आपका दिल तेजी से धड़कने लगता है, एक डर महसूस करती हैं और तब आप बस यही सोचती हैं कि इससे कैसे बचा जाए? वहां से भाग लिया जाए या रुक कर स्थिति से लड़ा जाए? कुछ ऐसे डर जो महिलाओं को पीछे हटने और खुद को एक दायरे में सीमित कर लेने के लिए मजबूर करते हैं, इनको समझना जरूरी है।

अपने डर को पहचानें

महिलाएं प्रायः जिन डरों से घिरती हैं, इनसे छुटकारा पाने के तरीकों को जानने से पहले यह जानना-पहचानना जरूरी है कि कौन से डर हैं, जिनका अधिकांश महिलाएं अपने जीवन में सामना करती हैं।

अपने कंफर्ट जोन से बाहर निकलने का डर: यह वह स्थिति होती है, जब महिलाएं कुछ नया करने से डरती हैं, क्योंकि उन्हें असफलता का भय होता है, उन्हें लगता है कि अगर वे असफल हो गईं तो घर-परिवार के सदस्य उनका मजाक बनाएंगे। इसलिए वे कंफर्ट जोन में बनी रहती हैं, अपने विकास के रास्ते बंद कर लेती हैं।

अस्वीकृति का भय: यह वह स्थिति होती है, जब महिलाओं को लगता है कि वे जो करना चाहती हैं, उसके लिए उन्हें परिवार से स्वीकृति नहीं मिलेगी। इस 'नहीं' को सुनने के डर से वे कुछ भी करने से पीछे हट जाती हैं। महिलाएं सफलता पाने की तुलना में अस्वीकृति की संभावना को लेकर अधिक चिंतित रहती हैं।

गलत साबित होने का डर: यह वह स्थिति है, जब आत्मविश्वास की कमी के कारण महिलाएं खुद को अनभिज्ञ या अज्ञानी नहीं दिखाना चाहतीं और वे शिक्षित, अनुभवी होने के बावजूद खुद पर भरोसा करने से इनकार कर देती हैं, अपनी राय व्यक्त करने या अपने ज्ञान और अनुभव को शेयर करने से इनकार कर देती हैं।

उपहास उड़ाए जाने का डर: यह वह स्थिति है, जब आप इस बात से डरती हैं कि लोग आपके बारे में क्या कहेंगे, उपहास उड़ाएंगे, मूर्ख कहेंगे, आपको समाज द्वारा जज किए जाने का डर होता है। यह डर महिलाओं को अपनी बात खुलकर रखने से रोकता है। भले ही वे जानती हैं कि वे सही हैं।

शारीरिक इमेज का डर: कुछ महिलाएं अपनी शारीरिक बनावट को लेकर भी असुरक्षित महसूस करती हैं। कुछ को हीनता का बोध भी हो सकता है। उनके लिए डर का सामना करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है।

डर से कैसे उबरें

सवाल यह है महिलाएं किसी प्रकार के डर से कैसे उबरें? यहां बता रहे हैं ऐसे कुछ आसान तरीके, जो रोजमर्रा के डर और घबराहट से लड़ने में मदद करेंगे।

सपोर्ट सिस्टम बनाएं: ऐसे दोस्तों या परिवार के सदस्यों का नेटवर्क रखें, जिन पर आप भरोसा कर सकें। इससे डर कम होता है। अपने डर के बारे में किसी दोस्त, परिवार वाले या हेल्पलाइन से बात करें। अपनी बात शेयर करने से मन का बोझ हल्का होता है और डर छोटा लगने लगता है।

खुद से पूछें: खुद से पूछिए सबसे बुरा क्या हो सकता है? जब आप सबसे बुरी स्थिति का सामना करने के लिए तैयार हो जाती हैं, तो डर छोटा लगने लगता है।

आत्म-विश्वास और मानसिक मजबूती बढ़ाएं: जब भी डर लगे, अपनी पिछली सफलताओं और उपलब्धियों को याद करें। इससे आपको याद आएगा कि आप चुनौतियों से निपटने में सक्षम हैं।

थोड़ा ब्रेक लें: जब आप डरी हुए होती हैं, तो साफ-साफ सोचना मुश्किल होता है। ऐसे में खुद को शांत करने के लिए थोड़ा समय निकालें। 15 मिनट के लिए उस जगह से हट जाएं, कहीं टहलने चली जाएं, चाय पिएं या कोई मजेदार वीडियो देखें।

गहरी सांस से दूर होगी घबराहट: अगर डर की वजह से अचानक आपके दिल की धड़कन तेज हो जाए या आपकी हथेलियों में पसीना आने लगे, तो एक पल वहीं रुकें और उस अहसास को महसूस करें। पेट पर हाथ रखें और गहरी सांस लें। इससे आपका दिमाग घबराहट को झेलने को तैयार हो जाएगा।

कंफर्ट जोन से बाहर निकलें: जिस चीज से डर लगता है, उसका थोड़ा-थोड़ा सामना करें। अगर बोलने से डर लगता है, तो छोटे ग्रुप्स में बोलना शुरू करें। यह एक्सपोजर थैरेपी की तरह काम करता है।

डर का सामना करें: डर से दूर भागने से वह और बढ़ता है। धीरे-धीरे उस चीज के संपर्क में आएं, जिससे आप डरती हैं। जैसे अगर आपको लिफ्ट या एस्केलेटर में जाने से डर लगता है, तो बार-बार इसे यूज करें। धीरे-धीरे आपका डर कम होने लगेगा।

शारीरिक लक्षणों को समझें: घबराहट में तेज धड़कन या सांस फूलना सामान्य है। यह शरीर का खुद को तैयार करने का एक तरीका है। यह समझें कि ये लक्षण खतरनाक नहीं हैं और थोड़ी देर में ठीक हो जाएंगे।

नेगेटिव सोच से दूरी: अपने आपसे तर्कपूर्ण सवाल पूछें। जैसे क्या वाकई लिफ्ट गिर जाएगी? या क्या सच में यहां कोई खतरा है? हकीकत को जानकर आप डर को कम कर सकती हैं।

परफेक्ट बनने की कोशिश न करें: यह सोचना छोड़ दें कि आपको हमेशा शांत रहना चाहिए या जिंदगी हमेशा अच्छी होनी चाहिए। जिंदगी थोड़ी उथल-पुथल भरी हो सकती है और यह बिल्कुल सामान्य है। खुद के साथ ज्यादा सख्ती न बरतें। एक अच्छी जगह की कल्पना करें। अपनी आंखें बंद करें और किसी ऐसी जगह या याद के बारे में सोचें, जहां आप सुरक्षित और खुश महसूस करती हैं, जैसे कोई समुद्र तट या बचपन की कोई खुशनुमा याद। लोग क्या कहेंगे की परवाह न करें। अपने विचारों को स्पष्टता से व्यक्त करें और निर्णय लेने में निडर बनें। लोग क्या कहेंगे की परवाह किए बिना अपने लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करें और छोटे-छोटे कदम उठाकर नए प्रयोग करें।

अपनी सेहत का ख्याल रखें: अच्छा खाना खाएं और एक्टिव रहें। शराब या नशीली चीजों से दूर रहें, क्योंकि ये घबराहट को और ज्यादा बढ़ा देती हैं। अच्छी नींद और सेहतमंद जीवनशैली मन को मजबूत बनाती है।

खुद को शाबाशी दें: जब भी आप अपने डर के बावजूद कुछ हासिल करें, तो खुद को कोई छोटा-सा तोहफा दें। जैसे- अपनी पसंद का खाना खाएं, कोई किताब खरीदें या कोई फिल्म देखें।

जरूरी सलाह: अगर आपका डर आपकी रोजमर्रा की जिंदगी में बहुत ज्यादा रुकावट डाल रहा है, तो डॉक्टर या विशेषज्ञ से सलाह लेने में संकोच न करें।

(लाइफ कोच डॉ. सुजाता से बातचीत पर आधारित)

जीवनसाथी से ऐसे बनाए रखें प्यार

दांपत्य जीवन में मिठास बनी रहे, इसके लिए जरूरी है पति-पत्नी के बीच हमेशा संवाद बना रहे। संवाद की निरंतरता दंपति को आपस में जोड़े रखती है, इससे रिश्ते गहरे बने रहते हैं। दांपत्य जीवन में हमेशा प्यार कैसे बना रहे, जानिए।

दांपत्य

स्नेहा सिंह

हम अकसर घर से ऑफिस के लिए निकलते समय अपने जीवनसाथी से बस यही कहते हैं, 'आने में देर हो जाएगी।', 'फोन करके परेशान मत करना।' या जीवनसाथी के कोई बात पूछने पर चिढ़ कर बोल देते हैं, 'बाद में बात करते हैं।' लेकिन क्या कभी आपने सोचा है कि घर से निकलते समय ऐसा रूखा व्यवहार जीवन साथी को कितना कचोटता होगा? आखिर हम घर से निकलते समय अपने जीवन साथी से प्यार के दो बोल क्यों नहीं बोल सकते, क्यों नहीं एक मुस्कराहट के साथ अपनी विदाई ले सकते हैं? दांपत्य जीवन में मधुरता बनी रहे, इसके लिए कुछ बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी है-

रिश्तों में हों मीठे संवाद: पति-पत्नी का रिश्ता केवल साथ रहने का नहीं, बल्कि भावनात्मक जुड़ाव का रिश्ता भी होता है। इस रिश्ते की नींव मीठे संवाद पर टिकी होती है। जब दो लोग अपने मन की बातें खुलकर मधुरता के साथ करते हैं, एक-दूसरे की परेशानियां और छोटे-छोटे अनुभव साझा करते हैं, तब संबंध गहरे होते जाते हैं। लेकिन आज की भाग-दौड़ भरी जिंदगी में दांपत्य जीवन में संवाद कम होता जा रहा है। लोग घंटों मोबाइल के साथ तो बिताते है, पर जीवनसाथी के साथ कुछ पल बैठकर बात नहीं करते। इसके अभाव में धीरे-धीरे दांपत्य रिश्तों में दूरी आ जाती है। कई बार पति-पत्नी एक ही घर में रहते हुए भी मानसिक रूप से बहुत दूर हो जाते हैं। वे केवल जिम्मेदारियां निभाते हैं, लेकिन भावनाओं को व्यक्त नहीं करते। ऐसे में रिश्ते बोझ लगने लगते हैं।

छोटी-छोटी बातें भी रखती हैं मायने: रिश्तों को मजबूत बनाए रखने के लिए हमेशा बड़े अवसरों या महंगे उपहारों की जरूरत नहीं होती। कभी-कभी छोटी-छोटी बातें भी बहुत बड़ा असर छोड़ जाती हैं। सुबह घर से निकलते समय एक प्यारी सी मुस्कान, 'अपना ध्यान रखना' जैसा वाक्य या अचानक किया गया एक फोन कॉल या फिर शाम को साथ बैठकर एक कप चाय पी लेना, ये सब बातें रिश्तों में गर्माहट बनाए रखती हैं।

नाराजगी को कभी लंबा न खींचें: रिश्तों में मतभेद होना स्वाभाविक है। पति-पत्नी के बीच बहस, गुस्सा और शिकायतें पैदा होती रहती हैं। लेकिन समस्या तब पैदा होती है, जब लोग अहं में आकर बात करना बंद कर देते हैं। कई बार लोग लंबी चुप्पी साधे रहते हैं। कोई बातचीत के लिए पहल नहीं करना चाहता। दोनों अपने-अपने दिल में शिकायतें जमा किए रहते हैं। झगड़े के बाद भी लंबे समय तक चुप्पी सही नहीं है। जल्दी संवाद शुरू हो जाना चाहिए।

समय देना सबसे बड़ा उपहार: आज लोग अपने करियर, सोशल मीडिया और बाहरी दुनिया में बिजी रहते हैं, रिश्तों के लिए समय ही नहीं निकालते। लेकिन सच्चाई यह है कि किसी भी रिश्ते को जीवित रखने के लिए समय देना बहुत जरूरी है। जीवनसाथी को केवल आर्थिक सुविधाएं ही नहीं चाहिए होतीं, भावनात्मक साथ भी चाहिए होता है। कभी साथ टहलना, साथ खाना, बिना मोबाइल के बैठकर बातें करना, ये सब रिश्तों को जीवंत बनाए रखते हैं। यदि हम अपने सबसे करीबी व्यक्ति के लिए समय नहीं निकाल पा रहे हैं, तो यह हमारे रिश्ते के लिए खतरे की घंटी है।

सीखें प्रेम को व्यक्त करना: बहुत से लोग अपने मन की भावनाएं व्यक्त नहीं कर पाते। वे प्रेम करते हैं, लेकिन जताते नहीं, जबकि रिश्तों में भावनाओं का खुलकर व्यक्त करना बहुत जरूरी है। कभी-कभी जीवनसाथी की तारीफ करना, उसकी मेहनत को सराहना या बस यह कहना कि 'तुम मेरे लिए बहुत महत्वपूर्ण हो।' रिश्तों में नई ऊर्जा भर देता है। जीवन अनिश्चित है। हमें नहीं पता अगला पल कैसा होगा। इसलिए अपने जीवन साथी को यह अहसास कराते रहना चाहिए कि वे हमारे लिए कितने खास हैं। रिश्ते केवल साथ रहने से नहीं प्रेम, सम्मान, संवाद और समय देने से गहरे होते हैं।

बच्चे और आप

शिखर चंद जैन

इन दिनों बच्चों की समर वैकेशन चल रही हैं। स्कूल जाना नहीं है, इसलिए बच्चों के पास काफी समय है। समर वैकेशन में बच्चे क्या खास कर सकते हैं, कैसे अपने समय का सदुपयोग करें, पैरेंट्स के लिए बहुत ही उपयोगी सलाह।

यूं ही न बीत जाएं
बच्चों की समर वैकेशन

गर्मी की छुट्टियां शुरू हो चुकी हैं। बच्चों के लिए मौज-मस्ती और धमाचौकड़ी का अच्छा मौका है। एक सी रुटीन लाइफ के बाद थोड़ा-सा वक्त कुछ अलग तरह से बीतना भी चाहिए। लेकिन ये लंबी छुट्टियां सिर्फ वक्त की बर्बादी साबित न हों, इसका ध्यान रखना जरूरी है। मजे-मजे में बच्चों को कुछ नई स्किल्स भी सिखा दें, ये जिंदगी भर उनके काम आएंगी।

म्यूजिक सिखाएं: म्यूजिक सिर्फ मनोरंजन का साधन नहीं, इससे मानसिक विकास भी होता है। कुछ अध्ययनों की मानें तो म्यूजिक सीखने वाले बच्चों की लर्निंग कैपेसिटी और गणित का ज्ञान दूसरों की तुलना में अधिक हो सकता है। इसलिए अपने बच्चे को म्यूजिकल इंस्ट्रूमेंट जैसे वाइलिन, पियानो, हारमोनियम या गिटार बजाना सिखाएं। यह स्किल उसके लिए काफी फायदेमंद साबित होगी।

सिखाएं कुकिंग की एबीसीडी: कुकिंग एक महत्वपूर्ण लाइफ स्किल है, जो किसी स्कूल में नहीं सिखाई जाती। इससे बच्चों को न सिर्फ तरह-तरह के प्रयोग करने का मौका मिलता है, कुछ नया बनाने पर सृजन-सुख भी मिलता है। जो बच्चे खुद कुछ, बनाना सीख जाते हैं, उन्हें हेल्दी फूड और नुकसानदायक खाद्य-पदार्थों के बीच अंतर आसानी से समझ में आ जाता है। उम्र के मुताबिक बच्चों का सब्जी, फल आदि काटकर सलाद बनाना, उनकी ड्रेसिंग करना, सैंडविच, जूस आदि बनाना सिखाएं। वे स्वयं भी कुकिंग करके एंज्वॉय करेंगे।

न्यूजपेपर-मैगजीन से टास्क दें: बच्चों को कोर्स की किताबों से इतर भी कुछ टास्क दें। पत्रिकाओं और अखबारों के कलरफुल सप्लीमेंट्स में छपी आकर्षक तस्वीरें काटकर उनके बारे में कुछ लिखने को कहें, साथ ही अपनी स्पेशल स्क्रैप बुक बनाने को कहें। नए शब्द और उनके अर्थ डायरी में लिखने और वाक्यों में उनका प्रयोग करना सिखाएं। रेखाचित्रों में कलर करने को कहें और अलग-अलग जगह छपे कुछ चित्रों में तालमेल बैठाकर उन पर छोटी-छोटी कहानियां या कविताएं लिखने का टास्क दें। यह काम उनकी क्रिएटिविटी को बढ़ाएगा।

स्विमिंग सिखाएं: गर्मी के मौसम में पानी में खेलना-कूदना बच्चों को खूब भाता है। समर वैकेशन अच्छा मौका है, जब वे मौज-मस्ती के साथ-साथ एक नई स्किल भी सीख लेंगे। स्विमिंग सिर्फ मनोरंजन का ही बेहतरीन साधन नहीं है, इससे बच्चों की एक्सरसाइज भी होगी और शारीरिक-मानसिक विकास भी होगा। यह एक लाइफ सेविंग स्किल भी है, जो मुसीबत के वक्त बच्चे के खूब काम आ सकती है। जरूरत पड़ने पर वह न सिर्फ खुद की बल्कि किसी दूसरे व्यक्ति की भी जान बचा सकता है।

सिखाएं नई भाषा: समर वैकेशन का सदुपयोग करने के लिए बच्चों को एक नई भाषा सिखाना एक अच्छा आइडिया है। कई वैज्ञानिक शोधों के नतीजे बता चुके हैं कि एक से अधिक भाषा जानने वाले बच्चों की बौद्धिक क्षमता दूसरे बच्चों की तुलना में कहीं अधिक होती है। सिर्फ यही नहीं, एक से ज्यादा भाषाओं का ज्ञान आगे चलकर बच्चे के करियर के लिए भी प्लस प्वॉइंट बन सकता है। जितनी अधिक भाषाओं का ज्ञान होगा, उसके ज्ञान का उतना ही विस्तार होगा और विदेश जाने की राह भी आसान होगी।

कंप्यूटर पर वर्क करना सिखाएं: आज की टेकसेवी दुनिया में बच्चे को कंप्यूटर का गहरा ज्ञान होना जरूरी है। गर्मी की छुट्टियों में बच्चे को कंप्यूटर पर हिंदी या अंग्रेजी टाइपिंग की प्रैक्टिस, फोटोशॉप, माइक्रोसॉफ्ट ऑफिस या इससे जुड़ी अन्य बारीकियां सिखाने के लिए किसी कोचिंग सेंटर भेजें। आपको यह सब आता हो तो आप खुद बच्चे को यह सब सिखाएं।

ये भी हैं अच्छे ऑप्शन

- बच्चे को आउटडोर गेम्स खेलने के लिए प्रेरित करें।
- रोज एक्सरसाइज करने को कहें।
- मॉर्निंग या इवनिंग वॉक के लिए कहें।
- गार्डनिंग के काम में बच्चों की मदद लें, उन्हें विभिन्न फूलों, पत्तियों और वनस्पतियों की जानकारी दें।

हेयर स्टाइल

नैंसी गुप्ता

बहुत ईजी हैं ये हेयर स्टाइल
कम समय में पाएं परफेक्ट लुक

गर्मी के मौसम में बालों को संभालना आसान नहीं होता है। पसीना, धूल और उमस के कारण बाल चिपचिपे हो जाते हैं और उन्हें स्टाइल करना मुश्किल लगने लगता है। खासकर जब समय कम हो, तब जल्दी और आसान हेयर स्टाइल की जरूरत और भी बढ़ जाती है। ऐसे में कुछ स्मार्ट-सिंपल हेयर स्टाइल्स अपनाकर आप कम समय में भी परफेक्ट लुक पा सकती हैं।

सिंपल लो पोनीटेल: अगर आपके पास समय कम है, तो यह लो पोनीटेल सबसे आसानी से बनने वाला क्लासी हेयर स्टाइल है। इसे बनाने में कुछ मिनट लगते हैं और यह आपको एक साफ-सुथरा लुक देता है। आप इसमें हल्का सा ट्विस्ट या पफ जोड़कर अपने ओवरऑल लुक को और स्टाइलिश बना सकती हैं।

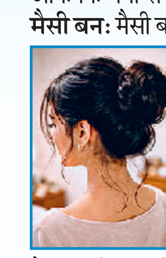
साइड ब्रेड हेयर स्टाइल: अगर आप कुछ अलग हेयर स्टाइल ट्राय करना चाहती हैं, तो साइड ब्रेड एक अच्छा विकल्प है। इसे बनाना आसान है और यह आपके लुक में एलिगेंस जोड़ता है। गर्मियों में यह बालों को उलझने से भी बचाता है।

हाफ पोनीटेल: हाफ पोनीटेल, उन महिलाओं के लिए बेहतरीन है, जो बालों को पूरी तरह बांधना नहीं चाहती हैं। इसमें आधे बालों को बांधकर बाकी को खुला रखा जाता है। खास बात यह है कि यह हेयर स्टाइल कुछ ही मिनटों में तैयार हो जाता है और आपको फ्रेश लुक देता है।

क्लॉ क्लिप स्टाइल: बालों में क्लॉ क्लिप का इस्तेमाल आजकल काफी ट्रेंड में है। बालों को ट्विस्ट करके क्लॉ क्लिप से सेट करना एक मिनट का काम है और यह आपको स्टाइलिश लुक देता है। यह खासकर ऑफिस ड्रेसअप के साथ या कैजुअल आउटिंग के लिए परफेक्ट लगता है।

स्कार्फ के साथ फंकी स्टाइल: गर्मियों में स्कार्फ का इस्तेमाल स्टाइल बढ़ाने के लिए भी किया जा सकता है। आप पोनीटेल या बन के साथ स्कार्फ जोड़कर अपने लुक को और आकर्षक बना सकती हैं।

मैसी बन: मैसी बन, गर्मियों के लिए परफेक्ट हेयर स्टाइल माना जाता है। इसे बनाने में ज्यादा मेहनत नहीं लगती और यह देखने में भी काफी ट्रेंडी लगता है। यह स्टाइल बालों को गर्दन से दूर रखता है, जिससे आपको गर्मी में राहत मिलती है।



ब्रेडेड बन: अगर आप थोड़ा स्टाइलिश और फॉर्मल लुक चाहती हैं, तो ब्रेडेड बन ट्राय कर सकती हैं। इसमें पहले चोटी बनाकर उसे जूड़े में बदल दिया जाता है। यह स्टाइल लंबे समय तक टिकता है।

(हेयर एक्सपर्ट नक्ष वर्मा से बातचीत पर आधारित)

प्रिकॉशन

निकिता चौहान

वैसे तो हर मौसम में फिजिकल हाइजीन के प्रति अवेयर रहना जरूरी है। लेकिन समर सीजन में इसके प्रति और भी अवेयर रहना चाहिए। इस सीजन में कैसे रखें हाइजीन का ध्यान, जानिए।

समर सीजन में ऐसे रखें हाइजीन का ध्यान

गर्मी का मौसम अपने साथ कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं लेकर आता है, खासकर महिलाओं के लिए। अधिक तापमान, पसीना, नमी और बैक्टीरिया की वृद्धि के कारण त्वचा और निजी स्वच्छता से जुड़ी समस्याएं बढ़ सकती हैं। ऐसे में अपनी दैनिक दिनचर्या में कुछ जरूरी बदलाव करके समर हाइजीन का विशेष ध्यान रखना चाहिए, ताकि आप स्वस्थ-सुरक्षित रह सकें।

करें प्रॉपर क्लीनिंग: गर्मी के मौसम में पसीना आने से सभी परेशान रहते हैं। इससे शरीर के संवेदनशील हिस्सों (इंटरनल ज्वाइंट्स और हमेशा कवर्ड रहने वाले एरिया) में बैक्टीरिया और फंगल इंफेक्शन का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए दिन में एक या दो बार स्नान करना जरूरी हो जाता है। खासकर जननांग क्षेत्र (इंटिमेट एरिया) की सफाई का विशेष ध्यान रखें। इस क्षेत्र को साफ और सूखा रखना बहुत जरूरी है। अत्यधिक केमिकल वाले प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करने से बचें और माइल्ड, पीएच-बैलेंस्ड क्लीनर का उपयोग करें।

कॉटन फैब्रिक ड्रेसेस: सही ड्रेस का चयन भी समर हाइजीन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। गर्मी में कॉटन फैब्रिक वाले लूज ड्रेसेस पहनना बेहतर होता है, क्योंकि ये स्किन को सांस लेने देते हैं और पसीने को सोख लेते हैं। सिंथेटिक फैब्रिक वाले टाइट ड्रेसेस पहनने से पसीना जमा होता है, जिससे खुजली, रैशेज और संक्रमण हो सकता है।

पीरियड्स टाइम हाइजीन: इस मौसम में पीरियड्स के दौरान स्वच्छता का ध्यान रखना और भी जरूरी हो जाता है। सेनेटरी पैड्स या टैंपोन को हर 4-6 घंटे में बदलना चाहिए। मेंस्टुअल कप का उपयोग भी सुरक्षित और पर्यावरण के अनुकूल विकल्प हो सकता है, बशर्ते उसकी सही तरीके से सफाई की जाए।

हाइड्रेशन-डाइट: शरीर की आंतरिक सफाई के लिए हाइड्रेशन और डाइट भी काफी महत्वपूर्ण है। अधिक पानी पीना शरीर को डिटॉक्स करने में मदद करता है और स्किन को हेल्दी बनाए रखता है। इसके लिए नारियल पानी, छाछ और ताजे फलों का सेवन करें। तला-भुना और अत्यधिक मसालेदार भोजन कम खाएं, क्योंकि यह शरीर में गर्मी बढ़ा सकता है।

यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन: गर्मी के मौसम में ध्यान ना देने पर महिलाओं में यूटीआई का होना भी कॉमन समस्या है। इसे रोकने के लिए पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं, यूरिन को लंबे समय तक रोककर न रखें और टॉयलेट जाने के बाद सफाई का सही तरीका अपनाएं। यदि जलन, दर्द या बार-बार यूरिन आने जैसी समस्या हो, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

फंगल इंफेक्शन: पसीने के कारण फंगल इंफेक्शन, घमौरियां और एलर्जी हो सकती हैं। जिन अंगों के आस-पास पसीना ज्यादा होता है, उस जगह को सूखा रखें और जरूरत पड़ने पर एंटी-फंगल पावडर या क्रीम का इस्तेमाल करें। बिना डॉक्टर की सलाह के कोई भी दवा न लें।

समर सीजन हाइजीन प्रिकॉशंस को नजरअंदाज करने से आगे चलकर कई समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए यहां बताई गई स्वच्छता आदतों को जरूर अपनाएं।

(सीनियर ऑब्स्टेट्रिशियन और गायनेकोलॉजिस्ट डॉ. मनन गुप्ता, दिल्ली से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

चोरी के आभूषण खरीदने का आरोपी भेजा जेल

रेवाड़ी। थाना खोल पुलिस ने चोरी का माल खरीदने के आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया। सीआईए कोसली ने गत वर्ष 1 जून को निमोठ गांव में हुई लाखों रुपये के जेवरात की चोरी मामले में महेंद्रगढ़ के भोजावास निवासी पवन कुमार सुनार को गिरफ्तार किया था। आरोप है कि उसने गुलेल गैंग से चोरी किए गए आभूषण खरीदे थे। पूछताछ करने के बाद आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया। पुलिस इस मामले के अन्य आरोपियों की तलाश कर रही है।

सड़क निर्माण की मांग ने पकड़ा जोर

डहीना। गांव निमोठ से कपूरी की ओर जाने वाले रोड की तत्काल मरम्मत कराने की मांग ग्रामीणों ने की है। निमोठ निवासी शिव कुमार, सत्यनारायण, सुनील कुमार, अमन प्रताप, सोमबीर व सुभाष यादव आदि ने बताया कि मार्केटिंग बोर्ड की यह 5 किलोमीटर लंबाई की सड़क टूटकर जर्जर हो चुकी है। इससे हादसों की आशंका बनी रहती है। कई बार प्रशासन से सड़क निर्माण कराने की मांग की जा चुकी है, लेकिन प्रशासन ने इस दिशा में कोई कदम नहीं उठाए हैं।

रास्ते में रोककर मारपीट करने का मामला दर्ज

कोसली। जुड्डी गांव के एक व्यक्ति ने गांव के ही तीन लोगों पर रास्ते में रोककर मारपीट करने, अभद्र भाषा का प्रयोग करने तथा जान से मारने की धमकी देने के आरोप में कोसली थाना पुलिस में मामला दर्ज कराया है। पीड़ित अजीत ने पुलिस शिकायत में बताया कि 23 अप्रैल की रात वह अपने खेत से घर लौट रहा था। आरोप है कि रास्ते में अमित और उसके बेटे प्रशांत ने उसे रोक लिया तथा गालियां देते हुए लाठी-डंडों से हमला कर दिया, जिससे उसे गंभीर चोटें आईं। शोर सुनकर उसकी भाभी पुष्पा, मां सरोज और बेटी ज्योति मौके पर पहुंचीं तो आरोपितों ने उनके साथ भी मारपीट की, जिससे उन्हें भी चोटें आईं।

समाजसेविका रानी सुशीला देवी का निधन

धारूहेड़ा। कस्बा के पूर्व सरपंच एवं जेलदार स्व. राव शमशेर सिंह की धर्मपत्नी तथा ब्रिगेडियर देविन्दर यादव व संजय यादव की माता समाजसेविका रानी सुशीला देवी (94) का सोमवार को निधन हो गया। वे पिछले कुछ समय से अस्वस्थ चल रही थीं। उनके निधन का समाचार मिलते ही धारूहेड़ा सहित आसपास के गांवों में शोक की लहर दौड़ गई। बड़ी संख्या में लोगों ने उनके निवास स्थान पर पहुंचकर शोकाकुल परिवार को सांत्वना दी।

मुकेश कबने केशव कुंज एसोसिएशन के प्रधान

रेवाड़ी। झज्जर रोड स्थित केशव कुंज रेजीडेंस वेलफेयर एसोसिएशन की बैठक सोमवार को प्रधान कार्यालय में आयोजित की गई, जिसमें मुकेश को सर्वसम्मति से एसोसिएशन का प्रधान चुन लिया गया। बैठक में कॉलोनी के वरिष्ठ सदस्यों एवं गणमान्य लोगों की उपस्थिति रही। प्रधान मुकेश कुमार ने एसोसिएशन की नई कार्यकारिणी की घोषणा की, जिसे उपस्थित सदस्यों ने सर्वसम्मति से अनुमोदित किया। नई कार्यकारिणी में राजबीर सिंह को संरक्षक, मनोज कुमार एवं ललित कुमार को उपप्रधान, सुरेन्द्र वशिष्ठ को महासचिव, इंद्रजीत एवं योगेश शर्मा को सहसचिव नियुक्त किया।

सीजेएम ने नशा मुक्ति केंद्रों का किया निरीक्षण

नारनौल। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी नीलम कुमारी ने नागरिक अस्पताल स्थित नशा मुक्ति केंद्र, माधव नशा मुक्ति केंद्र व स्थानीय पुलिस लाइन सेफ हाउस का दौरा कर वहां मिल रही सुविधाओं और सुरक्षा व्यवस्थाओं का बारीकी से जायजा लिया। उन्होंने केंद्र के प्रभारियों को निर्देश दिए कि नशा छोड़ रहे युवाओं की काउंसलिंग पर विशेष ध्यान दिया जाए।

शानदार प्रस्तुति देने वाले बच्चे किए सम्मानित

ग्रुप डांस में सीहा व रोल प्ले में भालखी स्कूल रहा प्रथम

डहीना। ग्रुप डांस प्रतिभागियों के साथ मुख्य अतिथि एवं आयोजन समिति सदस्य। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ डहीना

हर बच्चे में प्रतिभा होती है। शिक्षकों का दायित्व बनता है कि उस प्रतिभा को पहचान कर मंच प्रदान करने तथा मार्गदर्शन में सहयोग करें। ये विचार खंड खोल के शिक्षा अधिकारी अशोक कुमार नांदल ने आज सीहा स्कूल में व्यक्त किए। वे यहां खंड स्तरीय रोल प्ले व ग्रुप डांस प्रतियोगिता में बतौर मुख्य अतिथि बोल रहे थे। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य एवं साहित्यकार सत्यवीर नाहड़िया ने की। इस प्रतियोगिता में एक दर्जन से ज्यादा विद्यालयों के शताधिक विद्यार्थियों ने भाग लिया।

रोल प्ले में जहां शहीद फ्लाइट लेफ्टिनेंट सिद्धार्थ यादव राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय एमएम भालखी भालकी, मेजबान रावमावि सीहा तथा पीएमश्री रावमावि खोरी की टीमों ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त किया, वहीं ग्रुप डांस में सीहा स्कूल ने प्रथम,मूंदी स्कूल ने द्वितीय तथा बुड़ौली स्कूल की टीम ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। राष्ट्रीय शिक्षक पुरस्कार से अलंकृत सत्यपाल सिंह, आचार्य महेश शास्त्री, संगीतज्ञ नीलम सेठी, कवि जितेंद्र कुमार, टेकचंद प्रधान तथा प्राध्यापिका सुमन यादव ने निर्णायक मंडल की भूमिका निभाई। मेजबान विद्यालय के प्राध्यापक सतपाल सिंह, जैनाबाद ने इस अवसर पर मीठे शरबत की छबील लगाई। हिंदी अध्यापक शक्ति सिंह के कुशल संचालन में आयोजित प्रतियोगिता में एबीआरसी अनुराधा चौहान,पूजा, हरीश कुमार,रवि कुमार, दिनेश कुमार,शशि कपूर, प्रदीप चौहान, सतपाल सिंह,लक्ष्मी यादव, मंजू शर्मा, रेखा, अनिल कुमार अजय कुमार ने विभिन्न प्रभार संभाले।

कार्यक्रम में यह लोग रहे मौजूद

इस अवसर पर युवा चेतना संगठन के प्रधान नरेश भारद्वाज, सरपंच सरिता यादव, लेखक यशपाल आर्य के अलावा प्रतिभागी टीमों के प्रभारी प्राध्यापक मुकेश कुमार, प्रमिला कुमारी, सुनील कुमार, अनीता यादव,ज्योति, निशु,रेनू, सोनम, पूजा यादव, आदि उपस्थित रहे।

कांग्रेस ने जनता को हमेशा गुमराह किया : भट्ट

महंगाई पर नियंत्रण पाने में सरकार पूरी तरह फेल: कैप्टन अजय सिंह

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

बढ़ती महंगाई के विरोध में कांग्रेस पार्टी के 'हल्ला बोल' अभियान के तहत सोमवार को शहर में पूर्व मंत्री एवं वरिष्ठ कांग्रेस नेता कैप्टन अजय सिंह यादव की अगुवाई में कांग्रेस कार्यकतार्ओं ने रोष प्रदर्शन किया। कार्यकर्ता राजीव चौक स्थित न्यायालय परिसर के पास एकत्रित हुए और केंद्र सरकार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए जिला डीसी को ज्ञापन सौंपा।

रेवाड़ी। महंगाई के खिलाफ ज्ञापन सौंपते हुए कांग्रेसी नेता। फोटो : हरिभूमि

इस अवसर पर कैप्टन अजय सिंह यादव ने कहा कि लगातार बढ़ रही महंगाई से आम आदमी परेशान है। पेट्रोल-डीजल, दूध, सीएनजी और रसोई गैस के दाम बढ़ने से लोगों का घरेलू बजट बिगड़ गया है। उन्होंने आरोप लगाया कि केंद्र सरकार महंगाई पर नियंत्रण करने में विफल रही है। उन्होंने कहा कि पेट्रोल-डीजल के दाम बढ़ने का असर रोजमर्रा की जरूरत की वस्तुओं पर पड़ता है, जिससे आम जनता की मुश्किलें लगातार बढ़ रही हैं। उन्होंने केंद्र सरकार की आर्थिक नीतियों पर सवाल उठाते हुए कहा कि देश में महंगाई और बेरोजगारी लगातार बढ़ रही है। कैप्टन यादव ने नीट परीक्षा विवाद और पेपर लीक मामलों को लेकर भी केंद्र सरकार को घेरा। उन्होंने कहा कि लाखों युवाओं का भविष्य दांव पर लगा हुआ है, लेकिन सरकार गंभीर नजर नहीं आ रही।

लोगों में अपराधों से भय का माहौल

उन्होंने प्रदेश की कानून व्यवस्था पर भी चिंता जताते हुए कहा कि अपराध की घटनाएं बढ़ रही हैं और लोगों में असुरक्षा का माहौल है। प्रदर्शन में सुभाष छाबड़ी, डॉ. एम.एल. रंगा, हरीश सैनी, शकुंतला भांडोरिया, दीवान सिंह चौहान, नीलम भगवाड़िया, विनोद गोला, रमेश ठेकेदार सहित बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता मौजूद रहे।

किसानों को सहायता राशि के चेक वितरित

कोसली। मार्केट कमेटी की ओर से सोमवार को मुख्यमंत्री किसान एवं खेतिहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना के तहत किसानों और खेतिहर मजदूरों को सहायता राशि के चैक वितरित किए गए। चेयरमैन महेश यादव एवं वाइस चेयरमैन दिनेश गोयल ने गांव धनिया निवासी ओमप्रकाश पुत्र रामपत, गांव झोलरी निवासी दीपक यादव पुत्र राजबीर तथा नया गांव निवासी नवीन कुमार पुत्र राजेंद्र को 37-37 हजार 500 रुपये की सहायता राशि के चैक सौंपे। वहीं गांव बिरोहड़ निवासी दीपिका पत्नी स्वर्गीय सुरेंद्र सिंह को पांच लाख रुपये की सहायता राशि प्रदान की गई। इस अवसर पर चेयरमैन महेश यादव एवं वाइस चेयरमैन दिनेश गोयल ने कहा कि हरियाणा सरकार द्वारा किसानों और खेतिहर मजदूरों के हित में अनेक जनकल्याणकारी योजनाएं चलाई जा रही हैं। उन्होंने बताया कि खेती से जुड़े कार्यों के दौरान दुर्घटना होने पर प्रभावित किसानों एवं मजदूरों को आर्थिक सहायता उपलब्ध करवाई जाती है, ताकि जरूरत के समय उन्हें राहत मिल सके। इस मौके पर मार्केट कमेटी सचिव विकास यादव, लेखाकार नरोतम तथा नीलामी अभिलेखक राजेश सहित अन्य कर्मचारी मौजूद रहे।

प्रतियोगिताओं से निखरती है छात्रों की प्रतिभा

■ वाणिज्य विभाग की विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं को कुलपति ने किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ मीरपुर

रेवाड़ी। विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए प्रो. असीम मिगलानी।

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय के वाणिज्य विभाग की ओर से सोमवार को विद्यार्थियों के लिए सम्मान समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर असीम मिगलानी एवं कुलसचिव प्रोफेसर दिलबाग सिंह मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। विभागाध्यक्ष प्रोफेसर रविंद्र, प्रोफेसर तेज सिंह, प्रोफेसर अदिति शर्मा, प्रोफेसर संजय कुमार हुड्डा एवं प्रोफेसर दीपक गुप्ता ने अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम के दौरान पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए वाणिज्य विभाग परिसर में लगभग 100 पौधे लगाए गए। कुलपति एवं कुलसचिव ने भी पौधारोपण कर विद्यार्थियों को पर्यावरण के प्रति जागरूक रहने का संदेश दिया। इसके साथ ही विभाग द्वारा विद्यार्थियों की सुविधा के लिए लगाए गए आरओ एवं वाटर कूलर का शुभारंभ भी कुलपति के हाथों कराया गया। वाणिज्य विभाग के कॉमर्स क्लब वाणिज्य दर्पण के माध्यम से विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास हेतु वर्षभर विभिन्न गतिविधियां आयोजित की जा रही हैं। इसी कड़ी में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ सिक्योरिटी मार्केट के सहयोग से मार्च माह में फाइनेंशियल लिटरेसी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई थी।

ये रहे प्रथम

प्रतियोगिता में रीना ने प्रथम, प्रिया चौहान ने द्वितीय तथा मयंक ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। विजेताओं को कुलपति द्वारा सम्मानित किया गया। इसके अलावा पृथ्वी दिवस के अवसर पर आयोजित पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने पर्यावरण संरक्षण पर आधारित आकर्षक पोस्टर प्रस्तुत किए। प्रतियोगिता में हिंदी विभाग की प्रिया प्रथम, तर्पणा द्वितीय तथा वाणिज्य विभाग की लक्ष्मी तृतीय स्थान पर रहीं। वहीं स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में मोनिका प्रथम, भारतीय एवं ध्रुव द्वितीय तथा शीतल एवं दिशा तृतीय स्थान पर रहे। सभी विजेताओं को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। गतिविधियों से विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास होता है।

रास्ते की जमीन से अवैध कब्जा हटवाने के निर्देश, डीसी ने सुनीं लोगों की शिकायतें

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। शिविर में लोगों की समस्याएं सुनते डीसी अभिषेक मीणा।

सोमवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में आयोजित समाधान शिविर में डीसी अभिषेक मीणा ने एसपी हेमेंद्र मीणा के साथ जनसमस्याओं को सुना और उनका मौके पर समाधान किया गया। समाधान शिविर में गांव जाडरा में खेतों के रास्ते पर अवैध कब्जा की शिकायत पर डीसी ने पंचायत विभाग के अधिकारियों को कब्जा हटवाने के निर्देश दिए। धारूहेड़ा सेक्टर-4 में ग्रीन बेल्ट पर शौचालय निर्माण की शिकायत पर डीसी ने एचएसवीपी के अधिकारियों को ग्रीन बेल्ट से शौचालय हटवाने के निर्देश दिए। गांव अकबरपुर में दूषित पानी की निकासी न होने पर डीसी ने पंचायत विभाग के अधिकारियों को जांच करते हुए निकासी की व्यवस्था करवाने के निर्देश दिए। गांव गोठड़ा टप्पा में पंचायत भूमि पर अवैध कब्जे की शिकायत पर डीसी ने अवैध कब्जा हटवाने के निर्देश दिए। डीसी ने कहा कि समाधान शिविर का मुख्य उद्देश्य है जनता और प्रशासन के बीच सीधा संवाद स्थापित करना है ताकि समस्याओं को समयबद्ध और पारदर्शी तरीके से निवारण किया जा सके।

डिप्लोमा इंजीनियररिंग में ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन अब 10 जून तक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। प्राचार्य विजय कुमार।

दसवीं कक्षा का परिणाम घोषित होने के बाद तकनीकी शिक्षा के क्षेत्र में करियर बनाने वाले विद्यार्थियों के लिए राहतभरी खबर है। हरियाणा राज्य तकनीकी शिक्षा समिति ने राजकीय बहु-तकनीकी संस्थानों में डिप्लोमा इंजीनियरिंग पाठ्यक्रमों के लिए ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन की अंतिम तिथि बढ़ाकर अब 10 जून कर दी है। यह निर्णय 10वीं के परिणाम के बाद प्रवेश प्रक्रिया में बढ़ती भीड़ और विद्यार्थियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए लिया गया है। शहीद सुखबीर सिंह यादव राजकीय बहुतकनीकी संस्थान धामलावास के प्राचार्य विजय सिंह ने बताया कि इस वर्ष प्रवेश प्रक्रिया को अधिक सरल, पारदर्शी और तकनीक आधारित बनाया गया है। परिवार पहचान पत्र के माध्यम से विद्यार्थियों का नाम, माता-पिता का नाम, जन्मतिथि और श्रेणी संबंधी विवरण स्वतः सत्यापित हो जाएगा। इसके अलावा 10वीं कक्षा का परिणाम डिजिलॉकर से लिंक होने के कारण मेरिट सूची तैयार करने में मानवीय त्रुटि की संभावना भी समाप्त हो गई है। उन्होंने बताया कि अंतिम तिथि बढ़ाने से उन विद्यार्थियों को विशेष लाभ मिलेगा।

निकुंज बने भारत विकास परिषद के अध्यक्ष नेहा शर्मा को मिली सचिव की जिम्मेदारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। कार्यक्रम में शपथ लेते हुए पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

भारत विकास परिषद विवेकानंद शाखा की जिला इकाई की ओर से बावल रोड स्थित एक होटल परिसर में नवनियुक्त पदाधिकारियों के शपथ ग्रहण एवं पारिवारिक मिलन समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता परिषद के संरक्षक मोहन गोयल ने की। समारोह में नवचयनित पदाधिकारियों को पद एवं कर्तव्यनिष्ठा की शपथ दिलाई गई तथा आगामी कार्यकाल की गतिविधियों की रूपरेखा भी तय की गई। कार्यक्रम का शुभारंभ राष्ट्रीय गीत वंदे मातरम् के साथ हुआ। अपने अध्यक्षीय संबोधन में मोहन गोयल ने कहा कि भारत विकास परिषद का मुख्य उद्देश्य समाज में राष्ट्रभक्ति, सेवा भावना और मानवता के प्रति समर्पण की भावना को मजबूत करना है। उन्होंने बताया कि परिषद द्वारा कालका रोड क्षेत्र में आर्थिक रूप से कमजोर बच्चों को निशुल्क शिक्षा उपलब्ध कराने के साथ-साथ उन्हें विभिन्न कौशल प्रशिक्षण भी दिए जा रहे हैं।

पतंजलि परिवार कर रहा स्वस्थ्य जीवनशैली के प्रति प्रेरित: मुकेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

रेवाड़ी। साधक मुकेश कुमार।

लगातार बढ़ रही गर्मी, तेज धूप और बदलती जीवनशैली के कारण लोगों में थकान, डिहाइड्रेशन, चिड़चिड़ापन तथा अन्य स्वास्थ्य समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं। ऐसे में पतंजलि परिवार लोगों को योग एवं प्राणायाम अपनाकर स्वस्थ जीवनशैली जीने के लिए प्रेरित कर रहा है। भारत स्वाभिमान के जिला प्रभारी मुकेश कुमार ने कहा कि गर्मी के मौसम में अनुलोम-विलोम, शीतली प्राणायाम और ताड़ासन जैसे योगाभ्यास शरीर को शीतलता, ऊर्जा और मानसिक शांति प्रदान करते हैं। उन्होंने कहा कि नियमित योग एवं प्राणायाम से शरीर संतुलित रहता है और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। इससे तनाव कम होता है, मन शांत रहता है तथा शरीर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। उन्होंने बताया कि अनुलोम-विलोम प्राणायाम शरीर की नाड़ियों को शुद्ध कर फेफड़ों को मजबूत बनाता है तथा गर्मी के प्रभाव को कम करने में सहायक होता है। मुकेश कुमार ने लोगों से गर्मी के मौसम में हल्का, सुपाच्य एवं शीतल भोजन लेने की अपील की।

ऑनलाइन सुरक्षा को लेकर एडवाइजरी जारी

बच्चों की गतिविधियों पर अभिभावक रखें नजर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

बच्चों की ऑनलाइन सुरक्षा को लेकर जिला पुलिस ने आमजन के लिए महत्वपूर्ण एडवाइजरी जारी की है। एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने अभिभावकों से अपील की है कि वे बच्चों की ऑनलाइन गतिविधियों पर विशेष ध्यान दें तथा समय-समय पर उन्हें साइबर अपराधों के प्रति जागरूक करें। पैरेंटल कंट्रोल के जरिए बच्चों को साइबर अपराध से बचाना जरूरी है। एसपी ने बताया कि वर्तमान समय में बच्चे मोबाइल फोन, सोशल मीडिया, ऑनलाइन गेमिंग और इंटरनेट का अत्यधिक उपयोग कर रहे हैं। साइबर अपराधी बच्चों को आसान निशाना बनाकर फर्जी लिंक, ऑनलाइन गेम, सोशल मीडिया चैट और वीडियो कॉल के माध्यम से ठगी, ब्लैकमेलिंग तथा डेटा चोरी जैसी घटनाओं को अंजाम दे रहे हैं। उन्होंने बताया कि कई बार बच्चे अनजान लोगों से ऑनलाइन दोस्ती कर लेते हैं और अनजाने में अपनी निजी जानकारी साझा कर देते हैं। साइबर अपराधी इसी जानकारी का दुरुपयोग कर बच्चों और उनके परिवार को नुकसान पहुंचा सकते हैं। ऐसे में बच्चों की गतिविधियों पर अभिभावकों की नजर आवश्यक है।

साइबर अपराध की तुरंत दें सूचना

एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने बताया कि यदि किसी व्यक्ति को साइबर अपराध से संबंधित कोई शिकायत हो तो तुरंत राष्ट्रीय साइबर हेल्पलाइन नंबर 1930 पर संपर्क करें। समय पर दी गई सूचना साइबर ठगी से बचाव में सहायक साबित हो सकती है। उन्होंने अभिभावकों से अपील की कि वे बच्चों को सुरक्षित इंटरनेट उपयोग के बारे में जागरूक करें और इस एडवाइजरी को अधिक से अधिक साझा करें। सतर्क अभिभावक ही बच्चों की ऑनलाइन सुरक्षा की सबसे बड़ी ढाल हैं।

इस तरह से बरतें सावधानियां

- बच्चों को अनजान लोगों से चैटिंग या वीडियो कॉल करने से रोकें।
- ऑनलाइन गेमिंग के दौरान किसी भी संदिग्ध लिंक या फाइल को डाउनलोड न करने दें।
- बच्चों को अपनी फोटो, मोबाइल नंबर या अन्य जानकारी साझा न करने की सलाह दें।
- मोबाइल व इंटरनेट उपयोग पर पैरेंटल कंट्रोल का इस्तेमाल करें।
- बच्चों की सोशल मीडिया गतिविधियों पर नियमित नजर रखें।
- धमकी या किसी संदिग्ध गतिविधि की जानकारी तुरंत पुलिस को दें।

जनगणना प्रगणक समय पर जमा कराएं रिपोर्ट, 107 ब्लॉक में कार्य हुआ पूरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रेवाड़ी

जिले के कुल 1952 ब्लॉकों में से 107 ब्लॉकों में मकानों के सूचीकरण का कार्य पूरा हो चुका है। कई क्षेत्रों में कार्य पूरा होने की स्थिति में पहुंच चुका है और बाकी ब्लॉकों में भी तेजी से कार्य किया जा रहा है। धारूहेड़ा ब्लॉक में 54.2 प्रतिशत कार्य पूर्ण हो चुका है। डीसी अभिषेक मीणा ने बताया कि जिले में जनगणना का कार्य पूरी जिम्मेदारी और सुव्यवस्थित ढंग से लगातार आगे बढ़ाया जा रहा है। उन्होंने जिले के नागरिकों से अपील करते हुए कहा कि वे जनगणना कार्य में प्रशासन का सहयोग करें और प्रगणकों को सही जानकारी उपलब्ध करवाएं। उन्होंने बताया कि जनगणना कार्य के लिए नियुक्त प्रगणक एवं पर्यवेक्षक आपके घरों पर जानकारी एकत्र करने के लिए आएंगे। जिला के सभी नागरिक उन्हें सही, पूर्ण एवं आवश्यक जानकारी प्रदान कर जनगणना कार्य में पूर्ण सहयोग दें। यदि आपने स्व-गणना की है, तो प्रगणक को एसई आईडी प्रदान करें। उन्होंने आश्वस्त करते हुए कहा कि जनगणना के दौरान प्राप्त समस्त जानकारी गोपनीय रखी जाएगी। किसी भी व्यक्ति द्वारा दी गई व्यक्तिगत जानकारी को किसी अन्य व्यक्ति अथवा संस्था के साथ साझा नहीं किया जाएगा।

सूचना

मैं, लीलावती (LEELAWATI) पत्नी श्री चरण सिंह निवासी ग्राम नाहड़-123303 तह० कोसली जिला रेवाड़ी बयान करती हूं कि मेरे वोटर कार्ड में मेरा घरेलू नाम नीलम दर्ज है जबकि मेरे स्कूल सर्टिफिकेट में मेरा सही व वास्तविक नाम लीलावती (LEELAWATI) दर्ज हैं। उपरोक्त दोनों नाम लीलावती (LEELAWATI) व नीलम मेरे स्वयं के व मुझ एक ही व्यक्ति के है।

खबर संक्षेप

फरार चल रहा पीओ चढ़ा पुलिस के हत्थे

रेवाड़ी। थाना मॉडल टाउन पुलिस ने कोर्ट से पीओ घोषित होने के बाद फरार चल रहे एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। कोर्ट ने गुरुग्राम के घीलावास निवासी राहुल को अदालत में पेश नहीं होने के कारण पीओ घोषित किया था। उसके खिलाफ केस दर्ज करने के आदेश जारी किए गए थे। आरोपी के खिलाफ गुरुग्राम के डीएलएफ पुलिस थाने में भी धोखाधड़ी का केस दर्ज है। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। उसे कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया।

दहेज उत्पीड़न मामलों में एक गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने दहेज की मांग पर विवाहिता को परेशान करने और जान से मारने की धमकी देने के में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। महिला थाना पुलिस ने एक विवाहिता की शिकायत के बाद दोनों पक्षों के बीच बातचीत से समझौता कराने के प्रयास किए थे। समझौता नहीं होने के बाद ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ 22 फरवरी को दहेज उत्पीड़न का केस दर्ज किया था। इस मामले में पुलिस ने गुरुग्राम के जटौली निवासी संदीप को गिरफ्तार किया है। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर छोड़ दिया गया।

सड़क हादसे का आरोपी चालक गिरफ्तार

रेवाड़ी। पुलिस ने सड़क हादसे के बाद फरार एक ट्रक चालक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने गत 21 अप्रैल को हुए हादसे के बाद ट्रक चालक के खिलाफ केस दर्ज किया था। चालक हादसे के बाद मौके से फरार होने में कामयाब हो गया था। इस हादसे में एक बाइक सवार की मौत हो गई थी। पुलिस ने जांच के बाद इस मामले में राजस्थान के मुंडावर निवासी अमरजीत को गिरफ्तार कर लिया। उसका ट्रक भी पुलिस ने कब्जे में ले लिया। आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

बंद मकान में फांसी पर लटका मिला युवक का शव

जाटूसाना। जाटूसाना गांव में एक युवक का शव फांसी के फंदे से लटका मिला। शव दो-तीन दिन पुराना बताया जा रहा है। पुलिस ने पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया। पुलिस के अनुसार गांव निवासी 33 वर्षीय दिनेश कुमार अपने घर में अकेला रह रहा था। उसकी पत्नी काफी समय से बच्चों के साथ मायके में रह रही है। सोमवार सुबह उसके मकान से दुर्गंध आने के कारण ग्रामीणों को संदेह हुआ। उन्होंने मकान में जाकर देखा तो युवक का शव फांसी के फंदे पर लटक रहा था। शव पुराना होने के कारण उससे दुर्गंध आ रही थी। ग्रामीणों की सूचना पर जाटूसाना थाना पुलिस ने मौके पर जाकर शव कब्जे में ले लिया। सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया।

विश्वविद्यालय प्रशासन ने विद्यार्थियों से समय रहते आवेदन करने की अपील की

एमएससी बायोटेक दाखिला प्रक्रिया जल्द होगी शुरू

इस बार सीट बढ़ाने पर भी किया जा रहा विचार

बीस की जगह तीस सीटों की मंजूरी लेने का प्रस्ताव, बायोटेक में शोध और रोजगार की अपार संभावनाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। मीरपुर स्थिति इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय। फोटो : हरिभूमि

बायोटेक में एमएससी के लिए इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में दाखिले के लिए आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। इस विषय में रोजगार और शोध की अपार संभावनाएं हैं। यूनिवर्सिटी में अभी 20 सीटों के लिए आवेदन जल्द मांगे जाने की प्रक्रिया शुरू की जा रही है। विद्यार्थियों की रूचि बढ़ी, तो इस बार 10 सीटें बढ़ाने पर भी विचार किया जा रहा है। जून माह के शुरू में प्रवेश प्रक्रिया शुरू होने की संभावना है।

बायोटेक्नोलॉजी विभाग में सत्र 2026-27 के लिए एमएससी बायोटेक्नोलॉजी पाठ्यक्रम में प्रवेश प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। विश्वविद्यालय प्रशासन ने विद्यार्थियों से समय रहते आवेदन करने की अपील की है। विश्वविद्यालय की ओर से जारी जानकारी के अनुसार विभाग में आधुनिक लैब, उन्नत शोध सुविधाएं तथा अनुभवी फैकल्टी उपलब्ध है। विद्यार्थियों को राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर के शोध एवं प्रशिक्षण प्लेटफॉर्म से भी जोड़ा जाएगा। विभाग में कुल 20 सीटों पर प्रवेश दिया जाएगा। अगर आवेदकों की संख्या ज्यादा रही, तो बार सीटों में इजाफा करने का भी प्रस्ताव है। विभागाध्यक्ष ने बताया कि बायोटेक्नोलॉजी के क्षेत्र में फार्मास्यूटिकल्स, बायोफार्मास्यूटिकल्स, एग्रीकल्चर बायोटेक्नोलॉजी, बायोइन्फॉर्मेटिक्स, फूड एंड न्यूट्रिशन, क्लीनिकल रिसर्च तथा पर्यावरण संरक्षण जैसे क्षेत्रों में रोजगार और शोध की व्यापक संभावनाएं हैं।

विश्वविद्यालय के अनुसार एमएससी बायोटेक्नोलॉजी डिग्री को लाइफ साइंस विषयों में टीचिंग इक्विवेलेंसी भी प्राप्त है, जिससे विद्यार्थी कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में शिक्षण कार्य के लिए भी पात्र होंगे। इच्छुक विद्यार्थी अधिक जानकारी के लिए विश्वविद्यालय की वेबसाइट विभाग के मोबाइल नंबर 9013344576 एवं 9896126746 पर संपर्क कर सकते हैं।

विद्यार्थियों को मिल रहा आदर्श माहौल

यूनिवर्सिटी के प्रो. संजय यादव ने बताया कि ग्रामीण इलाके में मौजूद यह यूनिवर्सिटी बायोटेक में एमएसएसी करने वाले विद्यार्थियों को आदर्श माहौल दे रही है। यूनिवर्सिटी के स्मार्ट क्लासरूम में आईसीटी आधारित शिक्षण, प्रेक्टिकल अनुभव और सिर्च आधारित पढ़ाई होती है, जो विद्यार्थियों को भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करती है। विद्यार्थियों को इंडस्ट्रियल विजिट, इंटर्नशिप, ट्रेनिंग और कैरियर के नए मौके मिलते हैं।

चालू शैक्षणिक सत्र में भी हुए दाखिले

विवि प्रशासन के अनुसार चालू शैक्षणिक सत्र में एमएससी बायोटेक में सभी 20 सीटों पर प्रवेश हो गया था। विवि प्रशासन के अनुसार इस यूनिवर्सिटी में एमएससी बायोटेक में प्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों को गुणवत्तापरक शिक्षा प्रदान करने के लिए पर्याप्त संशासन मौजूद हैं। ग्रामीण आंचल के विद्यार्थियों को इसका पूरा लाभ उठाना चाहिए। एक फैकल्टी में प्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों की पढ़ाई के लिए खास इंतजाम किए गए हैं, ताकि उन्हें अच्छी गुणवत्ता की शिक्षा मिल सके।

उच्च शिक्षा के लिए बेहतर विश्वविद्यालय

उन्होंने बताया कि ग्रामीण अंचल में स्थित इस यूनिवर्सिटी में पढ़ाई का माहौल काफी अच्छा है। कैंपस में वर्कशॉप, सेमिनार, कौशल-विकास कार्यक्रम और शिक्षण के नए-नए तरीके छात्रों का आत्मविश्वास और रोजगार पाने की क्षमता बढ़ाते हैं। यूनिवर्सिटी आधुनिक शिक्षा को मजबूत नैतिक और शैक्षणिक मूल्यों के साथ जोड़कर, भविष्य के पेशेवरों को तैयार कर रही है।

रेवाड़ी। बैठक में मौजूद मेघवाल समाज से जुड़े लोग व महिलाएं। फोटो : हरिभूमि

बैठक में सामाजिक सुधार का संकल्प सरकारी दस्तावेजों में शामिल हो 'मेघवाल'

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

मेघवाल उत्थान समिति हरियाणा के तत्वावधान में गांव नारायणपुर में मेघवाल समाज की सभा का आयोजन किया गया। सभा की अध्यक्षता रामानंद मेघवाल नारायणपुर ने की, जबकि मंच संचालन भूपेन्द्र मेघवाल शेखपुर ने किया गया। सभा को संबोधित करते हुए देवेन्द्र पाल धामलाका ने कहा कि समाज को अंधविश्वास और पुरानी कुरीतियों को पूरी तरह त्याग देना चाहिए। बैठक में सबसे महत्वपूर्ण सहमति मेघवाल शब्द को लेकर बनी। वक्ताओं ने आह्वान किया कि भविष्य में सर्वसमाज के बीच अपनी पहचान 'मेघवाल' के रूप में ही स्थापित करें। साथ ही सरकारी दस्तावेजों में भी 'मेघवाल' दर्ज कराने को लेकर गहन चर्चा हुई। इस पर सभी ने एक सुर में सहमति जताई। राजस्थान से आए विशेष सलाहकार मेघवंशी सुन्दरलाल भटेड़ीया ने भी इस मुहिम को लेकर अपने बहुमूल्य विचार साझा किए। समिति के संरक्षक वेदप्रकाश नांगल तेजू, अध्यक्ष सूरजभान मेघवाल और सचिव भूपेन्द्र शेखपुर ने शिक्षा को समाज के विकास की पहली सीढ़ी बताया। सभा के समापन पर उपस्थित सभी समाजसेवियों और ग्रामीणों ने बच्चों की उच्च शिक्षा, समाज की मजबूती और एकता के लिए मिलकर काम करने का सामूहिक संकल्प लिया।

ये रहे मौजूद

इन लोगों ने लिया बैठक में हिस्सा समिति के संरक्षक वेदप्रकाश, अध्यक्ष सूरजभान मेघवाल, भूपेन्द्र मेघवाल शेखपुर, सूबेदार मेजर बलबीर सिंह, देवेन्द्रपाल धमलाका, रेवाड़ी अध्यक्ष महेन्द्र सिंह झांझरिया, भान सिंह खोरी, रूडाराम, फतेह सिंह, वैद्य हीरासिंह, शिक्षाविद सुजान सिंह, प्रदीप, नेतराम, रामजीवन, राजेश, दीपक, ओमप्रकाश, चिरंजीलाल, रामचंद्र मेघवाल, विजयसिंह, हुकमसिंह, संजय और रोशनलाल आदि ने बैठक में हिस्सा लिया।

यह महिलाएं भी रहीं बैठक में मौजूद

बैठक में सुमन, ज्योति, मौसमी देवी, सुनीता, आशा, प्रिया, चंचल, दुर्गा, किरण, पूनम, रजनी, अध्यापिका अनीता, पूजा, शर्मिला, बबलेश, निकिता, मंजू, भतेरी, सुशीला और रेखा आदि महिलाएं भी मौजूद रहीं।

जैनाबाद में हुई थी लाखों की चोरी, सुनार दबोचा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

गत वर्ष जून माह में जैनाबाद गांव में हुई लाखों रुपये की चोरी के मामले में सीआईए कोसली ने चोरी के जेवरात खरीदने के आरोपी सुनार को गिरफ्तार किया है। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद एक दिन के रिमांड पर लिया गया है।

गत वर्ष 1 जून को गांव जैनाबाद निवासी प्रदीप कुमार ने अपनी शिकायत में बताया था कि उनके पिता सीआईएसएफ में कार्यरत हैं। उनकी मां की तबियत खराब होने के कारण उन्हें दिल्ली के अस्पताल में दाखिल कराया गया था। वह और उसके पिता दिल्ली में ही अपनी ड्यूटी के साथ-साथ अस्पताल में मां की देखरेख कर रहे थे। इसी दौरान गांव में उनके घर पर कोई नही था। 29 मई 2025 की रात को चोरों ने उनके सूने मकान को निशाना बनाया। जब वह 31 मई 2025 की रात समय करीब 8:45 बजे अपने घर पहुंचा, तो उसने देखा कि घर के सभी ताले टूटे हुए थे और सामान बिखरा पड़ा था। चोरों ने पहचान छुपाने के लिए घर में लगे सीसीटीवी कैमरों को तोड़ दिया था और कैमरों की एलईडी छत पर फेंक दी थी।

नकदी व जेवरात हुए थे चोरी

चोर घर के कमरे में रखे एक सूटकेस को चोरी कर ले गए थे, जिसमें करीब 32 लाख रुपये की एफडी, 1.50 लाख रुपये नकद, पैन कार्ड, आधार कार्ड, प्रॉपर्टी के कागजात और गाड़ी की आरसी रखी हुई थी। इसके अलावा अलमारी में रखे 85 हजार रुपये, सोने-चांदी के जेवरात और पीड़ित के अन्य ओरिजिनल दस्तावेज वाला बैग भी चोरी हो गया था। उसकी शिकायत पर पुलिस ने चोरी का केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। पुलिस ने इस मामले में महेंद्रगढ़ के पड़तल निवासी संतरा उर्फ काली सहित कई आरोपियों को गिरफ्तार किया था।

जोहड़ में डूबने से युवक की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

सैदपुर चांग गांव में सोमवार को जोहड़ में डूबने से एक युवक की मौत हो गई। रोहड़ाई पुलिस ने शव को जोहड़ से निकलवाने के बाद पोस्टमार्टम करा दिया। पुलिस मौत के कारणों की जांच कर रही है। पुलिस के अनुसार लगभग 40 वर्षीय सुनील जोहड़ के पास से निकलते समय गहरे पानी में चला गया। आसपास के लोगों ने उसे जोहड़ में डूबते हुए देख लिया। ग्रामीणों ने इसकी सूचना पुलिस को दी। सूचना मिलने के बाद रोहड़ाई पुलिस मौके पर पहुंच गई। गोताखोरों को बुलाकर जोहड़ में सुनील की तलाश शुरू की गई। बाद में उसका शव बरामद हो गया। पुलिस के अनुसार मृतक के पिता ने पुलिस बयान में बताया कि सुनील शराब पीने का आदि था। उसके जोहड़ में डूबने का कारण भी नशे की हालत में होना माना जा रहा है। बहरहाल पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम कराने के बाद जांच शुरू कर दी।

रेवाड़ी। एंबुलेंस में युवक का शव रखवाते हुए ग्रामीण।

सरकारी कॉलेज में मिलेंगी सभी तरह की सुविधाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

विधायक डा. कृष्ण कुमार ने सोमवार को बावल के राजकीय प्राथमिक विद्यालय भवन में संचालित राजकीय महाविद्यालय की मेडिकल कक्षाओं का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने विद्यार्थियों से संवाद कर उनकी शैक्षणिक आवश्यकताओं और सुविधाओं के बारे में जानकारी ली। विधायक डा. कृष्ण कुमार ने कहा कि बावल क्षेत्र के विद्यार्थियों को बेहतर उच्च शिक्षा उपलब्ध करवाना उनकी प्राथमिकता है। उन्होंने बताया कि विद्यार्थियों की बढ़ती संख्या को देखते हुए मेडिकल सहित अन्य संकाय की सीटें बढ़ाने और नॉन मेडिकल संकाय शुरू करवाने के लिए वे जल्द ही हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी तथा शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा से मुलाकात करेंगे। उन्होंने कहा कि वर्तमान में संचालित कक्षाओं को जल्द ही राजकीय महाविद्यालय के नवनिर्मित भवन में स्थानांतरित करवाने के प्रयास किए जा रहे हैं, ताकि विद्यार्थियों को आधुनिक सुविधाओं के साथ बेहतर शैक्षणिक वातावरण मिल सके। उन्होंने आश्वासन दिया कि महाविद्यालय में सभी आवश्यक सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएंगी।

बावल। कॉलेज स्टाफ से बातचीत करते हुए डा. कृष्ण कुमार। फोटो : हरिभूमि

पात्र नागरिक सरकार की योजनाओं से वंचित नहीं रहेगा: खोला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

परिवार पहचान प्राधिकरण के स्टेट कोऑर्डिनेटर डा. सतीश खोला ने सेक्टर-1 स्थित कार्यालय में आयोजित जनसुनवाई कार्यक्रम के दौरान आम नागरिकों की समस्याएं सुनीं। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में लोग अपनी शिकायतों और समस्याओं को लेकर पहुंचे।

जनसुनवाई के दौरान कुल 125 नागरिकों की समस्याओं का मौके पर ही स्थानीय प्रशासन के माध्यम से समाधान किया गया, जबकि अन्य शिकायतों के समाधान के लिए संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। इस अवसर पर डा. सतीश खोला ने कहा कि नायब सिंह सैनी के स्पष्ट निर्देश हैं कि कोई भी पात्र नागरिक सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं से वंचित नहीं रहना चाहिए। इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए परिवार पहचान पत्र से जुड़ी समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर समाधान किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि हरियाणा सरकार नागरिकों को पारदर्शी और प्रभावी सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए निरंतर प्रयासरत है। अधिकारियों को निर्देश दिए गए हैं कि नागरिकों की शिकायतों का समयबद्ध निपटारा सुनिश्चित किया जाए, ताकि लोगों को कार्यालयों के चक्कर न लगाने पड़ें।

रेवाड़ी। कार्यालय में पीपीपी से संबंधित शिकायतें सुनते सतीश खोला।

मौके पर ही किया समस्याओं का समाधान

जनसुनवाई के दौरान नागरिकों ने परिवार पहचान पत्र में आय, जन्मतिथि, परिवार विवरण, राशन कार्ड, सामाजिक सुरक्षा पेंशन तथा अन्य सरकारी योजनाओं से संबंधित समस्याएं रखीं। अधिकारियों ने कई मामलों का मौके पर ही समाधान किया, जबकि शेष मामलों को प्राथमिकता के आधार पर संबंधित विभागों को भेजा गया।

कोसली। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों के साथ प्राचार्य एवं स्टाफ सदस्य।

राष्ट्रीय लोक डांस एवं रोल प्ले प्रतियोगिता में दिखाई प्रतिभा

कोसली। गुड़ियानी स्थित बाबू बालमुकुंद गुप्त मॉडल संस्कृति राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में सोमवार को राष्ट्रीय लोक डांस एवं रोल प्ले प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में खंड नाहड़ के विभिन्न विद्यालयों की टीमों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम की अध्यक्षता सीआरसी हेड एवं प्राचार्य विद्या भूषण गुप्ता ने की, जबकि मंच संचालन प्रवक्ता रमेश चंद्र ने किया। प्रतियोगिता में निर्णायक की भूमिका मनदीप, प्रमिला, नीरू, कविता यादव, नीमा यादव एवं सोनू यादव ने निभाई। प्राचार्य विद्या भूषण गुप्ता ने सभी विद्यालयों के टीम प्रभारियों का स्वागत करते हुए विद्यार्थियों को इस प्रकार की सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं में बढ़-चढ़कर भाग लेने के लिए प्रेरित किया। फोल्क डांस प्रतियोगिता में शहीद रण सिंह पीएमश्री राजकीय उच्च विद्यालय गुड़ियानी की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। बाबू बालमुकुंद गुप्त मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गुड़ियानी की टीम दूसरे तथा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भाकली की टीम तीसरे स्थान पर रही। रोल प्ले प्रतियोगिता में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रतनथल की टीम प्रथम, शहीद रण सिंह पीएमश्री राजकीय कन्या उच्च विद्यालय गुड़ियानी की टीम द्वितीय तथा बाबू बालमुकुंद गुप्त मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की टीम तृतीय स्थान पर रही। प्राचार्य ने विजेता प्रतिभागियों एवं टीम प्रभारियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस अवसर पर मुख्य अध्यापक सुभाष चंद्र मुलोदिया, राजेश्वरी, स्वरूप रानी, पूजा, श्याम सुंदर यादव तथा एबीआरसी संगीता यादव सहित अन्य स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

मौसम | लोग बाजार में खरीद दारी के लिए सुबह और शाम के समय ही निकल रहे

पारा पहुंचा 44 डिग्री के पार गर्मी के प्रचंड तेवरों से जनजीवन प्रभावित

प्रशासन की ओर से जारी की गई एडवाइजरी, अभी भारी गर्मी से राहत की उम्मीद नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

गर्मी के तेवर उग्र होने के साथ ही लू के थपेड़ों ने जनजीवन को बुरी तरह प्रभावित कर दिया है। पारा 44 डिग्री के पार पहुंचने के कारण गर्मी ने लोगों को बुरी तरह परेशान करना शुरू कर दिया है। हीट वेव के चलते प्रशासन की ओर से एडवाजरी जारी की गई है। अभी भारी गर्मी के प्रकोप से जल्द राहत मिलने की संभावना नहीं है।

सोमवार को सुबह से ही आसमान साफ बना रहा। सूर्य देव की तपिश ने हवाओं को गर्म बना दिया। अधिकतम तापमान 2.0 डिग्री सेल्सियस बढ़कर 44.5 डिग्री सेल्सियस पर पहुंच गया। सीजन में इस स्तर पर दूसरी बार दिन का तापमान आया है। न्यूनतम तापमान भी 0.9 डिग्री की वृद्धि के साथ 25.5 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। हवा में नमी का स्तर काफी कम होकर 12 प्रतिशत पर आ गया। 18 किलोमीटर प्रति घंटा की रफ्तार से गर्म हवाएं चलने से लोगों का दोपहर के समय घरों से बाहर निकलना मुश्किल हो गया। गत वर्ष की तुलना में दिन का तापमान लगभग सामान्य बना हुआ है, जबकि रात का तापमान सामान्य से ज्यादा है। सड़कों से लेकर बाजार तक सुनसान नजर आए। दो दिन से भारी गर्मी का प्रकोप जमकर परेशान कर रहा है।

लोग बाजार में खरीददारी के लिए सुबह और शाम के समय ही निकलते हैं। दोपहर के समय दुकानदार अपनी दुकानों में आराम फरमाते हैं। मौसम विभाग के अनुसार भारी गर्मी से अभी जल्द राहत मिलने की उम्मीद नहीं है। मई माह के अंत तक तापमान में मामूली उतार-चढ़ाव के बीच लू का प्रकोप बना रहेगा। अभी जल्द बारिश की कोई संभावना नहीं है। बीच में तेज आंधी आने की संभावना भी जताई जा रही है।

रेवाड़ी। एक दुकान पर कूलर देखते हुए युवक। फोटो : हरिभूमि

प्रशासन की ओर से जारी एडवाइजरी

डीसी ने आमजन से आह्वान किया कि प्रशासन की ओर से जारी की गई एडवाइजरी की पालना करें और हीट वेव से बचे रहें। उन्होंने बताया कि हीट वेव से बचाव के लिए स्थानीय मौसम संबंधी खबरों के लिए रेडियो सुनें, टीवी देखें, समाचार पत्र पढ़ें। गर्मी में हल्के रंग के ढीले सूती कपड़े पहने, अपना सिर ढककर रखें, कपड़े, हैट अथवा छतरी का उपयोग करें, पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं-भले ही प्यास न लगी हो, ओआरएस का घोल, घर में बने पेय जैसे लस्सी, तोरानी, नींबू पानी, छाछ आदि का सेवन कर तरोताजा रहें।

वृद्धों का भी गर्मी में रखें ख्याल

डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि गर्मी में वृद्ध एवं कमजोर व्यक्तियों व छोटे बच्चों की खास देखभाल करें। तेज गर्मी, खासतौर से जब वे अकेले हों तो उन्हें ठंडे वातारण में रखें। बुजुर्गों को बार-बार पानी पिलाएं। उनके शरीर को गीले कपड़े से पौंछते रहें। उन्हें संतुलित आहार और फलों का अधिक से अधिक सेवन कराएं।

बाजार में बढ़ी कूलरों की मांग

गर्मी के कारण बाजार में कूलर और एसी की मांग तेजी से बढ़ने लगी है। पंखों की हवा लोगों को राहत नहीं दे रही है। दुकानदार अजय कुमार ने बताया कि गत तीन दिनों से कूलर और एसी की बिक्री ज्यादा बढ़ी है। ब्रांडेड कंपनियों ने अपने उत्पादों की मांग बढ़ने पर लगभग एक हजार रुपये तक रेट बढ़ा दिए हैं। बाजार में असेंबल किए जा रहे कूलरों की बिक्री रेट कम होने के कारण ज्यादा हो रही है। कई दुकानदार इन कूलरों की बिक्री पर जीएसटी की चोरी भी जमकर कर रहे हैं।

वाहनों में बच्चों को नहीं छोड़ें अकेला

पार्किंग के समय बच्चों को वाहनों में छोडकर न जाएं, उन्हें लू लगने का खतरा हो सकता है, नंगे पांव बाहर न जाएं, गर्मी से राहत के लिए हाथ का पंखा अपने पास रखें, काम के बीच में थोड़ा-थोड़ा विश्राम लें, खेत खलिहान में काम कर रहे हैं तो समय-समय पर पेड़ या छाया में आसरा लें। गर्मी के मौसम में जंक फूड का सेवन न करें। ताजे फल, सलाद तथा घर में बना खाना खाएं। खासतौर से दोपहर 12 बजे से सायं 3 बजे के बीच धूप में सीधे ना जाएं।