हरिभूमि

रेवाड़ी भूमि

रोहतक, शुक्रवार 19 जून 2026

तापमान

अधिकतम 39 .5 डिग्री से.
न्यूनतम 26 .4 डिग्री से.

11 बारिश से बदहाल हुआ सर्विस रोड सड़क हादसों की आशंका बढ़ी

12 योग दिवस की तैयारियां अंतिम चरण में, योग प्रोटोकॉल का करवाया अभ्यास

खबर संक्षेप

मारपीट मामले के दो आरोपी भेज जेल

जाटूसाना। पुलिस ने जातिसूचक शब्दों का प्रयोग करते हुए मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ित के बयान पर गत 22 मई को मारपीट व एससी-एसटी एक्ट के तहत केस दर्ज किया था। मामले की जांच कोसली डीएसपी ने की। पुलिस ने इस मामले में बेरली खुर्द निवासी देवेंद्र और रोहड़ाई निवासी अश्वनी को गिरफ्तार किया है। उनके कब्जे से एक बाइक व डंडे भी बरामद किए गए हैं। आरोपियों को कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

सड़क हादसे के बाद फरार चालक काबू

कुंड। पुलिस ने जैसलमेर नेशनल हाइव पर हुए सड़क हादसे के बाद मौके से फरार हुए एक वाहन चालक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने हादसे के बाद 12 फरवरी को आरोपी चालक के खिलाफ केस दर्ज किया था। हादसे में बाइक सवार घायल हो गया था। चालक मौके से फरार हो गया था। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में राजस्थान के झुनझुनु निवासी अखतर को गिरफ्तार कर लिया। उसका वाहन भी पुलिस ने कब्जे में ले लिया। आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

आपसी विवाद के चलते एक आरोपी गिरफ्तार

कुंड। आपसी विवाद में झगड़े की आशंका को देखते हुए थाना खोल पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। लुहाना गांव में दो गुटों के बीच विवाद चला आ रहा है। पुलिस ने दोनों पक्षों को थाने बुलाकर सुलहनामा कराने के प्रयास किए थे। दोनों पक्षों के बीच समझौता नहीं होने के बाद पुलिस ने लुहाना निवासी संजय को काबू कर लिया। उसके खिलाफ निवारक कार्रवाई के तहत केस दर्ज किया गया है। मजिस्ट्रेट के समक्ष पेश करने के बाद आरोपी को जमानत पर रिहा कर दिया गया।

मारपीट मामले के तीन आरोपी काबू

रेवाड़ी। थाना सदर पुलिस ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने अस्पताल मेंउपचाराधीन घायल के बयान पर 15 जून को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। पुलिस ने किशनगढ़ निवासी तरुण, बालावास निवासी धीरज और हर्ष यादव को गिरफ्तार कर लिया। वारदात में उपयोग की गई बाइक को भी कब्जे में ले लिया।

दो महिलाओं सहित पांच आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना रामपुरा पुलिस ने भांडोर में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में दो महिलाओं सहित पांच लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने अस्पताल में उपचाराधीन घायल के बयान पर 12 जून को कई आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज किया था। इस मामले में जांच के बाद पुलिस ने पुन्सिका निवासी राकेश, भांडोर निवासी शीशराम, जोगेंद्र, उमेश, उर्मिला व मंजू को गिरफ्तार कर लिया। तफ्तीश में शामिल करने के बाद आरोपियों को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

हुड़दंगबाजी करने के चार आरोपी काबू

रेवाड़ी। थाना मॉडल टाउन पुलिस ने हुड़दंगबाजी करने के मामलों में चार आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस को सूचना मिली थी कि मॉडल टाउन एरिया में दो लोग हुड़दंगबाजी कर रहे हैं। सूचना मिलने के बाद मौके पर पहुंची पुलिस ने राजस्थान के अडिंद निवासी नवीन और राजस्थान के चूरू निवासी राकेश को काबू कर लिया। दूसरे मामले में पुलिस ने नई बस्ती निवासी अजय और कृष्णा नगर निवासी जितेंद्र को गिरफ्तार करने के बाद उनके खिलाफ अलग-अलग मामले दर्ज किए हैं।

इस बार 91 हजार हेक्टेयर जमीन पर बाजरे की खेती का टारगेट, कपास का रकबा भी लगभग आधा हुआ

फसल विविधीकरण ने किया निराश खरीफ सीजन में बाजरा से ही आस

दलहन और तिलहन की खेती के लिए आगे नहीं आ रहे किसान

- बरसात के बाद 20 फीसदी किसान बाजरे की बिजाई कर चुके
- बाजरा व धान के लिए पानी की ज्यादा आवश्यकता

खेत में खड़ी कपास की अगेती फसल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

खरीफ के सीजन में दलहन और तिलहन की खेती को बढ़ावा देने की योजनाओं की ओर किसान दिलचस्पी नहीं ले रहे हैं। इसी वजह से फसल विविधीकरण के लिए शुरू की गई सरकारी योजनाएं भी दम तोड़ चुकी हैं। किसान खरीफ की मुख्य फसल के रूप में बाजरे को पहली पसंद बनाए हुए हैं, जिस कारण इस बार जिले में 91 हजार हेक्टेयर भूमि पर बाजरे की बिजाई किए जाने का टारगेट फिक्स किया है। जून माह के शुरू में हुई अच्छी बरसात के बाद लगभग 20 फीसदी किसान बाजरे की बिजाई कर चुके हैं। बाजरा का औसत उत्पादन 23.08 क्विंटल प्रति हेक्टेयर के आसपास होने के कारण इससे किसानों को अच्छा फायदा मिलता है। बाजरा व धान की फसल को ज्यादा पानी की आवश्यकता होती है। 'मेरा पानी-मेरी विरासत' योजना के तहत सरकार धान की जगह दलहन या तिलहन की खेती करने वाले किसानों को प्रति एकड़ 7 हजार रुपये प्रोत्साहन राशि देती रही है। इसी तरह बाजरे की जगह तिलहन और दलहन फसलों की खेती करने वाले किसानों को 4 हजार रुपये प्रति एकड़ के हिसाब से यह राशि दी जाती थी। वर्ष 2021 जिले में बड़ी संख्या में किसानों ने सरकार की इस योजना का लाभ उठाने के लिए बाजरे की जगह वैकल्पिक फसलों पर जोर दिया था। कई इलाकों में बाजरे की फसल अधिक वर्षा की भेंट चढ़ गई थी, जिससे पशुचारे का संकट पैदा हो गया था। क्षेत्र व राजस्थान के निकटवर्ती इलाकों में वर्ष 2020 में बाजरे की फसल की बंपर पैदावार हुई थी। सरकारी समर्थन मूल्य पर बाजरा बेचने के लिए किसानों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ा था। कई बार किसानों को आंदोलन भी करने पड़े थे। एमएसपी पर बाजरा की खरीद से सरकारी गोदाम बाजरे से भर गए थे। गोदाम खाली करने के लिए सरकार को बाद में बाजरा सस्ते दामों पर बेचना पड़ा था। फसल विविधिकरण का प्रयोग किसानों के लिए महंगा पड़ा था। मूंग और तिल की खेती किसानों को दगा दे गई थी। बाजरा उत्पादन काफी कम होने के कारण किसानों के सामने पशुचारे तक का संकट खड़ा हो गया था।

अलग खबर

जिले में खरीफ की फसलों का टारगेट

बाजरा	91 हजार हेक्टेयर
ज्वार	0.5 हजार हेक्टेयर
कपास	7.4 हजार हेक्टयेर
दालें	0.5 हजार हेक्टेयर
तिलहन	1.0 हजार हेक्टेयर

जमीन की उपजाऊ शक्ति बढ़ती है

कृषि विशेषज्ञों के अनुसार अगर किसान लगातर जमीन पर एक ही फसल उगाते हैं, तो इससे जमीन की उपजाऊ शक्ति क्षीण होती है। अगर फसलो में बदलाव करते हुए दलहन फसल बोई जाएं, तो इससे जमीन में नाइट्रोजन की कमी पूरी जाती है। दलहन फसल उगाने वाले खेत में रबी फसल का उत्पादन बढ़ने की पूरी संभावना रहती है। पर्याप्त उत्पादन के अभाव में किसान दलहन और तिलहन फसलों में रूचि नहीं ले रहे हैं।

रेवाड़ी। बारिश के बाद खेतों में छाई हरियाली। फोटो : हरिभूमि

मौसम का फायदा उठा रहे किसान

कृषि विशेषज्ञों के अनुसार बाजरा फसल बिजाई का सही समय 20 जून से शुरू होता है। इसके बाद जुलाई के अंत तक बाजरे की बिजाई की जा सकती है। इस बार प्री-मानसून बारिश होने से किसानों ने जून के शुरू में ही बाजरे की बिजाई करना शुरू कर दिया था। बाजरा फसल का टारगेट 91 हजार हेक्टयेर तय किया गया है, जबकि अभी तक किसान 20 हजार हेक्टेयर जमीन पर बाजरे की बिजाई कर चुके हैं। तिलहन और दलहन फसलों में अभी तक किसानों कोई दिलचस्पी नहीं दिखाई है। शेष किसानों को बारिश का इंतजार है।

दलहन व तिलहन फसलों से नुकसान

वर्ष 2021 में जिले के किसानों ने लगभग 30 हजार हेक्टेयर भूमि पर बाजरे के विकल्प के रूप में मूंग और तिल की खेती की थी। इसके लिए किसानों को प्रति एकड़ 4 हजार रुपये की प्रोत्साहन राशि मिली थी। यह राशि किसानों के बैंक खातों में आ गई थी। मौसम अनुकूल नहीं होने के कारण इन दोनों फसलों का उत्पादन संतोषजनक नहीं रहा था। प्रोत्साहन राशि भी बाजरे के दामों के बराबर भरपाई नहीं कर पाई थी, जिस कारण गत वर्ष ही किसानों ने वैकल्पिक फसलों से मुंह मोड़ लिया था। दलहन और तिलहन फसलों के चक्कर में बाजरा नहीं उगाने से किसानों के सामने पशुचारे का संकट भी खड़ा हो गया था।

वैकल्पिक फसलों से नहीं हुआ था लाभ

सरकार ने खरीफ के सीजन में धान और बाजरा फसल का विकल्प अपनाकर दलहन फसलों की बिजाई करने वाले किसानों के लिए प्रोत्साहन राशि देना शुरू किया था। किसानों के लिए इस एरिया में बाजरा ही अच्छा उत्पादन देने वाली फसल है, जिस कारण इन योजनाओं में कोई दिलचस्पी नहीं दिखाई थी।

-डा. जितेंद्र अहलावत, डीडीए।

बच्चे पर कुत्तों का हमला वीडियो हुआ वायरल

रेवाड़ी। बच्चे को काटने के लिए दौड़ रहे कुत्तों का सीसीटीवी फुटेज। फोटो :हरिभूमि

- कुत्तों ने बच्चे के पैर में दो जगह काट खाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

शहर में आवारा कुत्तों का आतंक तेजी से बढ़ रहा है। नगर परिषद की ओर से कुत्तों की समस्या का समाधान करने की दिशा में कोई कदम नहीं उठाए जा रहे। लगभग 5 साल के एक बच्चे पर कुत्तों के हमले का वीडियो वायरल हुआ है, जिसमें कई कुत्ते एक मासूम पर हमला करते हुए साफ नजर आ रहे हैं।

वायरल वीडियो में सड़क से गुजर रहे मासूम बच्चे पर कई कुत्तों के हमला करने की घटना साफ नजर आ रही है। कुत्तों ने बच्चे के पैर में दो जगह काट खाया। बच्चा घबराकर सड़क पर गिर गया। इसी दौरान एक कार चालक ने हॉर्न बजाना शुरू कर दिया, जिससे कुत्ते बच्चे से दूर हो गए। यह बच्चा सेक्टर-3 निवासी विजय सिंह का नाती है, जो गर्मियों की छुट्टियों में ननिहाल आया हुआ है। बाद में बच्चे को उपचार के लिए अस्पताल ले जाया गया। अगर समय पर कार चालक नहीं पहुंचता, तो कुत्ते बच्चे पर बड़ा हमला कर सकते थे। यह घटना पास के एक मकान के बाहर लगे सीसीटीवी कैमरे में दर्ज हो गई। इसके बाद यह वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो गया।

चर्चित रह चुकी कुत्तों की नसबंदी

नगर परिषद के पूर्व कार्यकाल के दौरान कुत्तों की नशबंदी के नाम पर 40 लाख रुपये से अधिक का घोटाला उजागर हुआ था। कुत्तों की नशबंदी की जांच तत्कालीन डीएमसी बीबी गोगिया ने शुरू की, तो इससे जुड़े प्रभावशाली लोगों में खलबली मच गई थी। फाइल खोलने के कुछ दिनों के अंदर ही डीएमसी का तबादला हो गया था। उसके बाद से कुत्तों की नशबंदी में गोलमाल की फाइल धूल फांक रही है।

शेयर मार्केट में निवेश के नाम पर ठगी का पांचवां आरोपी धरा

पुलिस इस मामले में चार आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

साइबर थाना पुलिस ने गत वर्ष अगस्त माह में सरकुलर रोड निवासी एक व्यक्ति से शेयर मार्केट में निवेश के नाम पर 36.18 लाख रुपये की ठगी करने के मामले में एक और आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस इस मामले में चार आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। गत वर्ष 23 अगस्त को धीरज शर्मा ने पुलिस शिकायत में बताया था कि उसने सोशल मीडिया पर शेयर मार्केट में निवेश करने का विज्ञापन देखा था। विज्ञापन पर अंकित मोबाइल नंबर पर संपर्क करने पर उसे शेयर मार्केट में निवेश करने पर मोटा मुनाफा कमाने के टिप्स दिए गए। इसके बाद उससे अलग-अलग खाता नंबरों पर शेयर खरीदने के लिए पैसे ट्रांसफर कराने शुरू कर दिए। उससे 20 जुलाई 2025 से 19 अगस्त 2025 तक 10 बैंक खातों में कुल 3618080 रुपये ट्रांसफर करा लिए। उसके शेयर खाते में लगभग 4.33 करोड़ रुपये दर्शाए गए। जब उसने राशि निकालने का प्रयास किया, तो उससे 10 लाख रुपये और ट्रांसफर करने को कहा गया। इसके बाद उसे साइबर ठगी का अहसास हुआ। पुलिस ने उसकी शिकायत पर केस दर्ज करने के बाद चार आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया था।

इसे मामले में पुलिस ने एक और आरोपी महाराष्ट्र के जिला गोंदिया के मंगाटोला गोरेगांव के मोहल्ला हल्बी निवासी चेतन भीवराम चकॉटे उर्फ बंटी को गिरफ्तार किया है। आरोपी के बैंक खाते में ठगी की रकम में से 1.20 लाख रुपये ट्रांसफर हुए थे। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया।

रेवाड़ी। पुलिस टीम के साथ साइबर ठगी का आरोपी। फोटो : हरिभूमि

कई किसानों के बिजली उपकरण व केबल चोरी

बावल। खेत में चोरी की जांच करने के लिए पहुंची पुलिस।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

सांझरपुर रोड पर चोर कई किसानों के ट्यूबवेल से बिजली की केबल व अन्य सामान चोरी कर ले गए। पुलिस ने मौका मुआयना करने के बाद चोरी की जांच शुरू कर दी। साबन निवासी वरुण का सांझरपुर रोड पर ट्यूबवेल है। वीरवार सुबह जब वह अपने ट्यूबवेल पर गया तो बिजली की केबल, स्टार्टर व अन्य सामान गायब मिला। उसने आसपास पूछताछ शुरू की, तो पड़ोस के किसानों ने बताया कि 6 अन्य किसानों के ट्यूबवेल पर भी चोरों ने वारदातों को अंजाम दिया है। वरुण ने पुलिस को चोरी की सूचना दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंच गई। घटनास्थल का जायजा लेने के बाद चोरों ने आसपास के सीसीटीवी कैमरों की मदद से चोरों का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए। किसानों ने आरोप लगाया कि पहले भी इस एरिया के खेतों में चोरी की वारदात हो चुकी हैं, परंतु पुलिस चोरों पर शिकंजा कसने में नाकाम साबित हो रही है। चोरी की इन घटनाओं से किसानों को लाखों रुपये का नुकसान हुआ है।

बेरली कलां में पुलिस बल की मौजूदगी में हटाया अतिक्रमण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जाटूसाना

बेरली कलां में मोतला रोड पर किए गए अतिक्रमण को पंचायत विभाग की टीम ने पुलिस बल की मौजूदगी में हटवा दिया गया। पुलिस मौजूद होने के कारण इस कार्रवाई का विरोध नहीं हुआ। लंबे समय से अतिक्रमण की शिकार सड़क इस कार्रवाई के बाद खुली नजर आने लगी। मोतला गांव की ओर से जाने वाले रोड के दोनों ओर ग्रामीणों ने इंधन व गोबर डालकर अतिक्रमण किया हुआ था। ग्राम पंचायत की ओर से बार-बार इंधन हटाने को कहा गया था, लेकिन अतिक्रमण करने वाले लोगों पर इसका कोई असर नहीं हुआ। इसके बाद ग्राम पंचायत ने प्रशासन से अतिक्रमण हटवाने की मांग की थी। प्रशासन की ओर से एचडीओ पंचायती राज विकासदीप को अतिक्रमण हटवाने के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया था। पुलिस बल की मौजूदगी में जेसीबी मशीन और ट्रैक्टरों की मदद से सड़क को दोनों ओर से साफ करा दिया गया।

जाटूसाना। सड़क से अतिक्रमण हटवाते हुए जेसीबी मशीन।

आवागमन हो रहा था बाधित

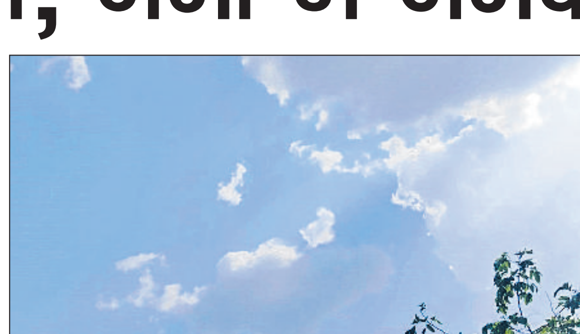
बताया जा रहा है कि बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने सड़क के दोनों ओर इंधन व गोबर की कूर्डियां डाल रखी थीं। इससे सड़क पर वाहनों का आवागमन बाधित हो रहा था। वाहन चालकों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा था। अतिक्रमण साफ होते ही सड़क दोनों ओर से चौड़ी हो गई, जिससे आवागमन में आने वाली परेशानी दूर हो गई।

शाम को बादल छाने के बाद बदला मौसम, आज भी बूंदाबांदी होने के आसार

चढ़ा पारा, गर्मी ने जमकर किया परेशान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

पश्चिमी विक्षोभ के बार-बार सक्रिय होने से मौसम परिवर्तनशील बना हुआ है। बारिश या बूदांबांदी के बाद गर्मी से राहत मिलती है। आसमान साफ होते ही उमस भरी गर्मी जमकर परेशान करती है। शुक्रवार को एक बार फिर मौसम में बदलाव की संभावना जताई जा रही है। वीरवार को सुबह के समय आसमान पूरी तरह साफ रहा। तेज धूप निकलने के बाद हवा में नमी के कारण उमस बन गई। दोपहर बाद तक लोग उमस भरी गर्मी का सामना करते रहे। अधिकतम तापमान 1.5 डिग्री सेल्सियस बढ़कर 39.5 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। न्यूनतम तापमान भी 4.4 डिग्री के उछाल के साथ 26.4 डिग्री सेल्सियस पर पहुंच गया। इससे रात के समय भी गर्मी ने लोगों को जमकर परेशान किया। हवा में नमी का स्तर 35 प्रतिशत तक रहने के कारण धूप ने उमस पैदा कर दी। इससे लोगों को शाम तक पसीने में तर-बतर होना पड़ा। चिपचिपाहट भरी गर्मी में कूलरों की हवा भी राहत नहीं देती। पंखे और एसी से ही राहत मिलती है। प्री-मानसून बारिश के बाद लोगों को अभी तक लू के प्रकोप से राहत मिली हुई है। अच्छी बारिश होने तक उमस भरी इसी तरह से परेशान करती रहेगी। वीरवार को शाम के समय एक बार फिर बादल गहराने से बूंदाबांदी की संभावना बन गई। मौसम भी शाम के समय सुहाना हो गया। कुछ इलाकों में बूंदाबांदी भी हुई।



रेवाड़ी। वीरवार को शाम के समय आसमान में छाए बादल। फोटो : हरिभूमि

किसानों को बारिश का इंतजार

मौसम विभाग के अनुसार कमजोर विक्षोभ की सक्रियता से 19 जून को एक बार फिर मौसम करवट ले सकता है। इस दौरान तेज हवाओं या आंधी के साथ बूंदाबांदी से लेकर हल्की बारिश तक हो सकती है। सप्ताह के अंत तक मौसम इसी तरह का बना रह सकता है। इस दौरान मध्यम बारिश भी हो सकती है। अगर इस समय अच्छी बारिश होती है, तो इससे किसानों को बाजरे की बिजाई करने में काफी मदद मिलेगी। किसान बारिश का इंतजार कर रहे हैं।

देशी पिस्तौल व कारतूस के साथ एक आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

सिटी थाना पुलिस ने एक आरोपी को देशी पिस्तौल व जिंदा कारतूस के साथ गिरफ्तार किया है। उसके खिलाफ आर्म्स एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया है। पुलिस को सूचना मिली थी कि रामपुरा निवासी बृजेश आपराधिक किस्म का युवक है। वह सनसिटी से टीपी स्कीम की ओर अवैध हथियार लेकर जा रहा है। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने बताए गए स्थान पर दबिश दी, वहां खड़े एक युवक ने पुलिस को देखकर भागने का प्रयास किया। पीछा करते हुए पुलिस ने उसे काबू कर लिया। पूछताछ करने पर उसने अपना नाम रामपुरा निवासी बृजेश बताया। तलाशी लेने पर उसके कब्जे से एक पिस्तौल व जिंदा कारतूस बरामद हुआ। आरोपी को मौके पर ही गिरफ्तार करने के बाद उसके खिलाफ केस दर्ज कर लिया गया। पूछताछ के बाद आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया।

रेवाड़ी। अवैध हथियार के साथ पकड़ा गया आरोपी पुलिस के साथ।

बच्चो, अगर तुम शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहना चाहते हो तो तुम्हें नित्य योग करना होगा। इससे ना सिर्फ तुम्हारा दिमाग तेज होगा, मन भी शांत और प्रसन्न रहेगा। योग के और क्या-क्या फायदे हैं, जानो।

नियमित करोगे योग हमेशा रहोगे निरोग

प्रेरणा
डॉ. मोनिका शर्मा

प्यारे बच्चो, हम सब फिट रहना चाहते हैं। बीमारियों के चंगुल से दूर रहना चाहते हैं। मतलब शारीरिक-मानसिक रूप से स्वस्थ रहना चाहते हैं। यह नियमित योग करने से ही संभव है। बच्चो, एक बात और, योग एक संपूर्ण जीवनशैली है। इसमें व्यायाम के साथ ही अच्छी फूड हैबिट्स और सही दिनचर्या भी जरूरी है। ऐसा करने से ही योग करने के अनेक लाभ तुमको मिल पाएंगे।

फिट और एक्टिव रहोगे

बच्चो, नियमित योग करने से शारीरिक और मानसिक रूप से चुस्त-दुरुस्त रहने में बहुत मदद मिलती है। योग अभ्यास को अपने जीवन का हिस्सा बना लो तो तुम्हारे शरीर की फ्लेक्सिबिलिटी के साथ ही इम्यूनिटी भी बढ़ेगी। योग से शरीर की मसल्स मजबूत बनती हैं। इसीलिए अपना मनपसंद खेल खेलते हुए तुम्हें थकान नहीं होगी। शारीरिक ताकत लगने वाली एक्टिविटीज करने में और आनंद आएगा। भारी बस्ता उठाने वाले कंधों में बल मिलेगा। योग अभ्यास करने से बॉडी का पोश्चर भी सही रहता है। स्कूल, ट्यूशन और घर में लंबे समय तक बैठकर पढ़ने या लैपटॉप पर काम करने से पोश्चर बिगड़ जाता है। खराब मुद्रा में बैठने, खड़े होने या लेटने से गर्दन, कंधे और बैक में पेन होने लगता है। ऐसे में रोजाना आधे घंटे भी योग को अपने रूटीन का हिस्सा बना लिया जाए तो बॉडी पोश्चर सही रखा जा सकता है।

मन रहता है शांत

योग करने से मन भी बहुत शांत रहता है। मस्तिष्क में एक संयत सक्रियता बनी रहती है, जिससे एग्जाम का स्ट्रेस, होमवर्क की टेंशन और किसी प्रतियोगिता में पीछे रह जाने का डर भी नहीं घेरता। योगासनों का अभ्यास तुम्हें पूरी एकाग्रता से अपना काम करने का मानसिक बल देता है।

बढ़ती है मेंटल स्ट्रेंथ

बच्चो, स्कूल की गतिविधियां हों या नियमित पढ़ाई। ट्यूशन के प्रोजेक्ट्स हों या क्लासरूम में मिला होमवर्क। ये सब कुछ करने के लिए मेंटल स्ट्रेंथ बहुत जरूरी है। तुम इस बात को खुद समझते हो कि बिना थके, बिना रुके, अपने रुटीन को फॉलो करना बहुत जरूरी है। मन की शक्ति से ही ऐसे हर फ्रंट पर अच्छे से परफॉर्म किया जा सकता है। योग करने से हमें यह सब करने का मानसिक बल भी मिलता है। योग से ही जुड़े प्राणायाम और मेडिटेशन के अभ्यास मन को शांत-सहज रखते हैं। किसी भी तरह के तनाव से दूर रखते हैं, जिससे अच्छी नींद आती है। चाइल्ड पोज (बालासन) नाम का आरामदायक आसन, हमारी नर्व्स को शांत कर थकान और एंग्जाइटी दूर करने में बहुत उपयोगी होता है। मस्तिष्क की कोशिकाओं को सक्रिय करने वाले योग आसनों से न केवल याददाश्त बढ़ती है, फोकस्ड रहने में भी मदद मिलती है।

बनते हैं इमोशनली स्ट्रॉन्ग

बच्चो, क्या तुम्हें भी जल्दी गुस्सा आ जाता है? कोई मजाक बनाए तो रो पड़ते हो? थोड़ी देर के लिए भी अकेले रहने में घबराहट होती है? स्विमिंग, साइकिलिंग, स्केटिंग जैसी किसी नई स्किल को सीखने में डर लगता है? अगर ऐसा है तो योग को अपने रुटीन का हिस्सा बनाकर तुम इमोशनली स्ट्रॉन्ग बन सकते हो। बच्चो, इमोशनल बैलेंस से हमें किसी भी एक्टिविटी को करने में डर नहीं लगता। इमोशनली स्ट्रॉन्ग होने से हर काम को रचनात्मक ढंग से सीखने-समझने की अप्रोच आती है।

असल में योग एक सधी हुई टेक्निक-सी है। यह हमें ऊर्जावान, खुशहाल और सकारात्मक सोच का धनी बनाता है। साथ ही गुस्सा, ईर्ष्या, उदासी और डर जैसी नकारात्मक भावनाओं से भी बचाती है। *

योग अपनाएं!

एआई इमेज

कविता / घमंडीलाल अग्रवाल

जीवन में हो योग योग का,
मिट जाएगा नाम रोग का।
अद्भुत शांति योग से मिलती,
खुशियाली की बगिया खिलती।

घोर तनाव सदा घटता है,
और लचीलापन बढ़ता है।
प्रतिरोधक क्षमता यह देता,
विकृतियों को है हर लेता।
मन-शरीर दोनों को जोड़े,
गलतफहमियां सारी तोड़े।
नियमित जब अभ्यास करेंगे,
तन में ऊर्जा नई भरेंगे।
ठीक देर तक कभी न सोना,
समय योग का तुम मत खोना।
सुंदर अपना स्वास्थ्य बनाएं,
बच्चो, चलो योग अपनाएं।

फीलिंग्स

लव यू पापा!

हमारे पापा हमें बहुत प्यार करते हैं। वे हर कदम पर हमारा हौसला बढ़ाते हैं, हमें मोटिवेट और इंस्पायर करते हैं। उनके साथ बिताए गए पल स्पेशल-मेमोरेबल हो जाते हैं। फादर्स-डे के अवसर पर टीवी के दो चाइल्ड आर्टिस्ट्स अपने पापा के साथ की स्पेशल मेमोरीज, उनकी सीख **बालभूमि** के साथ शेयर कर रहे हैं। यह भी बता रहे हैं, इस फादर्स-डे पर उनकी क्या खास प्लानिंग्स हैं।

मेरे लिए पापा से बेहतर कोई नहीं : अथर खान

सोनी सब चैनल पर हाल ही में शुरू हुए पौराणिक धारावाहिक 'हस्तिनापुर के वीर' में अथर खान किशोर युधिष्ठिर की भूमिका निभा रहा है। इस किरदार में वह दर्शकों को खूब पसंद आ रहा है। फादर्स-डे के खास मौके पर अथर अपने पिता से जुड़ी कुछ खूबसूरत यादों के बारे में बताता है, 'वैसे तो मेरे लिए पापा के साथ बिताया हुआ हर पल खास होता है। मेरी सबसे प्यारी यादों में से एक पल वह है, जब मेरी एक बर्थ-डे पर पापा के साथ मैंने जमकर डांस किया था। हमारे रिलेटिव्स और फ्रेंड्स ने हमें चीयर किया था। मेरे लिए मेरे पापा से बेहतर कोई और नहीं हो सकता।' अपने पापा की कही कुछ बातें अथर के लिए लाइफ लेसंस की तरह हैं, ये बातें कौन-सी हैं, वह बताता है, 'पापा ने मुझे दो बहुत जरूरी बातें सिखाई हैं। पहली, अपना काम हमेशा दिल और मेहनत से करो। साथ ही काम में एक ईमानदारी भी हो। पापा की दूसरी सीख यह है कि जिंदगी में सफलता के बाद कभी घमंड नहीं करो। घमंड में आकर इंसान नीचे आना शुरू कर देता है।' फादर्स-डे के लिए अथर का क्या स्पेशल प्लान है, वह बताता है, 'इस दिन मैं पापा के साथ पूरा डे-आउट प्लान करूंगा। उनके साथ घूमूंगा, लंच और डिनर भी करूंगा।' फादर्स-डे के मौके पर अथर का अपने पापा के लिए क्या मैसेज है, वह बताता है, 'पापा, मेरे लिए आप बहुत मेहनत करते हैं। हमेशा मेरा हौसला बढ़ाते हैं। पढ़ाई हो, शूटिंग हो या फिर कुछ और, हर परिस्थिति में मेरा साथ देते हैं। लव यू पापा! हैप्पी फादर्स-डे!' *

इंस्पायर करती हैं पापा की बातें : हरिति जोशी

सन नियो चैनल के शो 'दिव्य प्रेम: प्यार और रहस्य की कहानी' में तारा के किरदार में हरिति जोशी ने दर्शकों का दिल जीत रखा है। अपने पापा से जुड़ी स्पेशल मेमोरी शेयर करते हुए वह बताती है, 'एक बार मैं अपने पापा और पूरी फैमिली के साथ घूमने गई थी। उस दिन हमने साथ में गेम्स खेले, खूब मस्ती की। बहुत सारी तस्वीरें खिंचवाईं और अपनी पसंदीदा चीजें भी खाईं। हम सबने मिलकर इतना अच्छा टाइम स्पेंड किया कि वह दिन मेरी सबसे खूबसूरत यादों में शामिल हो गया।' हरिति को अपने पापा की कही बातें बहुत इंस्पायर करती हैं, वह बताती है, 'मेरे पापा कहते हैं, अपना काम हमेशा मेहनत और ईमानदारी से करना चाहिए। मेहनत और ईमानदारी से किया गया काम कभी बेकार नहीं जाता।' फादर्स-डे के लिए हरिति ने क्या कुछ स्पेशल प्लान किया है, वह बताती है, 'इस बार फादर्स-डे पर मैं अपने पापा के लिए हाथ से बनाया हुआ एक सुंदर-सा कार्ड और एक छोटा-सा गिफ्ट दूंगी। मैं उनके साथ पूरा दिन स्पेंड करूंगी ताकि उन्हें महसूस हो कि वे मेरे लिए कितने स्पेशल हैं।' फादर्स-डे पर हरिति का अपने पापा के लिए स्पेशल मैसेज है, 'पापा, आप मेरे सबसे बड़े हीरो हैं। आप हमेशा मेरा साथ देते हैं, मुझे हिम्मत देते हैं। मेरे हर सपनों पर फेथ करते हैं। इससे मुझे आगे बढ़ने की ताकत मिलती है। हैप्पी फादर्स-डे, पापा! आई लव यू!' *

प्रस्तुति : बालभूमि फीचर्स

तुम्हारे लिए नई किताब / सुरेंद्र विक्रम

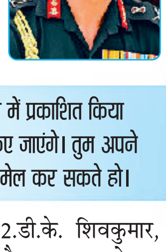
पर्यावरण संरक्षण की सीख देती रोचक कहानियां

बच्चो, तुम्हारे लिए मजेदार शीर्षक वाली एक नई किताब आई है-'जंगल गाने लगा।' इस किताब में तुम्हारे लिए चार बड़ी रोचक कहानियां हैं। शीर्षक कहानी में हाथियों के आतंक से गांव वाले बहुत परेशान थे। एक दिन गांव वालों ने आपस में मिलकर तय किया कि वे रात में जागकर हाथियों को भगाने के लिए ढोल बजाएंगे और पटाखे छोड़ेंगे। उनकी तरकीब काम आई। हाथियों ने गांव में आना बंद कर दिया। इस तरह गांव वाले खुश थे। उन्हें लगने लगा जैसे कि पूरा जंगल गा रहा है, वे एकजुट होकर नाच रहे हैं। दूसरी कहानी 'हरियाली और खुशहाली' में दो भाइयों मोहन और सोहन ने मिलकर गांव में पहले तालाब खोदा फिर गांव के बुजुर्गों की सलाह और अन्य लोगों की मदद से पूरे गांव की तस्वीर ही बदल दी। अब गांव में हरियाली और खुशहाली दोनों एकसाथ दिखाई देने लगी। तीसरी कहानी 'बरगद की मौत' में बताया गया है कि शुद्ध पर्यावरण के लिए पेड़ों को न केवल लगाना जरूरी है, उनकी देखभाल करना भी जरूरी है ताकि वे बचे रहें। असल में गांव वालों की लापरवाही से हरा-भरा बरगद का पेड़ कटकर गिर गया था। इस घटना से गांव के बच्चों का मन बहुत आहत हुआ। उन्होंने मिलकर संकल्प लिया कि वे गांव में अधिक से अधिक पेड़-पौधे लगाकर उसे हरा-भरा बनाएंगे। अंतिम कहानी 'पेड़ों से श्रृंगार' भी पर्यावरण संरक्षण पर आधारित है। कहानी कहती है कि अगर धरती पर पेड़ रहेंगे, तो न केवल हम स्वस्थ- सुरक्षित रहेंगे, हमारी अगली पीढ़ी को भी इसका लाभ मिलेगा। जानवरों पर केंद्रित मुखपृष्ठ तो इतना आकर्षक है कि किताब देखते ही इसे उठाकर पढ़ने का मन करता है। *

किताब: जंगल गाने लगा (बालकथा संग्रह), **लेखक:** अंकुश्री
मूल्य: 125 रुपए, **प्रकाशक:** साहित्यांजलि प्रकाशन, प्रयागराज

जीके क्विज-210

1. देश के अगले आर्मी चीफ कौन होंगे?
2. 23वें फीफा वर्ल्ड कप 2026 का उद्घाटन कहां किया गया?
3. हाल में पीएम नरेंद्र मोदी को किस देश ने अपने सर्वोच्च नागरिक सम्मान से सम्मानित किया?
4. भारतीय सेना में सर्वोच्च वीरता पुरस्कार कौन-सा है?
5. इसरो का मुख्यालय कहां स्थित है?
6. ताजमहल का निर्माण किस मुगल शासक ने करवाया था?
7. विश्व का सबसे छोटा महासागर कौन-सा है?
8. विद्युत धारा का एसआई मात्रक क्या है?
9. भारत का पहला सुपर कंप्यूटर कौन-सा था?
10. हॉकी में एक टीम में कितने खिलाड़ी होते हैं?



बच्चो, जीके क्विज-210 का उत्तर बालभूमि के अगले अंक में प्रकाशित किया जाएगा। सही जवाब देने वाले बच्चों के नाम भी प्रकाशित किए जाएंगे। तुम अपने जवाब हमें **balbhoomihb@gmail.com** पर मेल कर सकते हो।

जीके क्विज-209 का उत्तर : 1.आर. प्रज्ञानंदा, 2.डी.के. शिवकुमार, 3.ऑस्ट्रेलिया और मलेशिया, 4.योगासन, 5.अश्विनी वैष्णव, 6.हाइड्रोजन, 7.कर्जन, 8.टोकोफेरॉल, 9.ग्यानिमिड, 10.21 जून

जीके क्विज-209 का सही उत्तर देने वाले : डिंपल-गरियाबंद, कबीर-हिसार, साहिल-ईमेल से, हरि कृष्ण-लुधियाना, कमल-रायपुर, सुदीप-बिलासपुर, प्रिया-बलौदा बाजार, सुमंत-महासमुंद, जिया-दुर्ग, किशन-रोहतक, संचिता-भोपाल

कहानी
हरीश कुमार 'अमित'

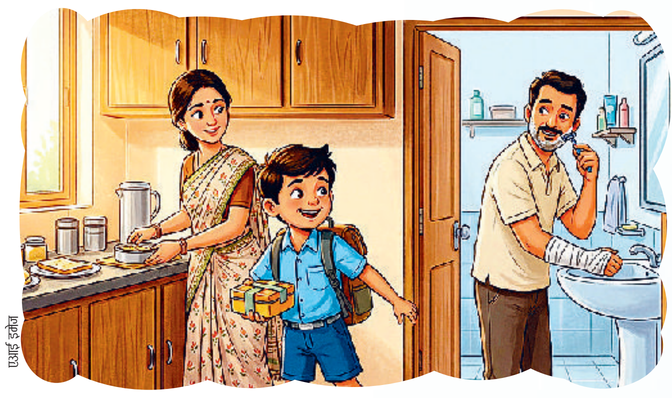
जरा-सी तबीयत बिगड़ी नहीं कि वैभव स्कूल जाना बंद कर देता। वह छोटी-छोटी तकलीफों को बहुत बड़ी तकलीफ मान लेता था। लेकिन एक दिन जब उसने देखा, पापा के हाथ में फ्रैक्चर होने पर भी उन्होंने अपने काम बंद नहीं किए, बोले, 'शो मस्ट गो ऑन!' वैभव को यह बात कितनी समझ में आई, क्या उसमें कोई बदलाव आया?

पापा ने कहा शो मस्ट गो ऑन!

वैभव पिछले दो दिनों से स्कूल नहीं जा रहा था, क्योंकि उसके दांत में दर्द था। हालांकि दर्द हल्का ही था, बहुत तेज नहीं था, लेकिन जब मम्मी ने दांत पर लौंग का तेल लगा दिया तो दर्द और कम हो गया था, लेकिन वैभव की आदत थी कि वह ऐसी छोटी-मोटी तकलीफों को भी बहुत बड़ी समस्या मान लेता था। अब दांत के इसी दर्द के कारण वह न सिर्फ स्कूल से छुट्टी पर था, बल्कि शाम को दोस्तों के साथ क्रिकेट खेलने भी नहीं जा रहा था।

वैभव को कभी हल्का-सा बुखार हो जाता या छोटी-मोटी चोट लग जाती या फिर हल्का-सा पेटदर्द हो जाता, वह स्कूल जाना और दोस्तों के साथ खेलना बंद कर देता था। सारा दिन बीमारों की तरह बिस्तर पर ही पड़ा रहता था। मम्मी-पापा उसे बहुत समझाते कि इस तरह की छोटी-मोटी तकलीफों को इतना बड़ा समझना ठीक नहीं है, मगर उनकी इन बातों का उस पर कोई असर नहीं होता था।

शाम को वैभव बिस्तर पर लेटकर टीवी देख रहा था, तभी पापा अपनी दुकान बंद करके घर वापस आए। उसके पापा संगमरमर की मूर्तियों का व्यापार करते थे। वैभव ने देखा कि उनकी दाईं कलाई पर प्लास्टर लगा हुआ है। मम्मी के पूछने पर पापा ने बताया, 'दोपहर को दुकान के शेल्फ में रखते वक्त एक बड़ी मूर्ति मेरी दाईं बांह पर गिर गई थी। खून तो नहीं निकला, लेकिन चोट के कारण कलाई में बहुत तेज दर्द होने लगा, मुझे डॉक्टर के पास जाना पड़ा। डॉक्टर ने मुआयना करके एक्स-रे करवाया तो पता चला कि मेरी दाईं कलाई में हल्का-सा फ्रैक्चर हो गया है। इसलिए डॉक्टर ने मेरी कलाई पर चार हफ्ते के लिए प्लास्टर लगा दिया है।' यह सब जानकर वैभव ने पूछा, 'पापा, अब तो चार हफ्ते तक दुकान बंद रहेगी न!'


एआई इमेज

'बंद क्यों रहेगी दुकान?' पापा हैरानी से बोले।

'क्योंकि, आप चार हफ्ते तक दुकान पर जा नहीं सकेंगे न।' वैभव बोला।

उसकी बात सुनकर पापा ने जानना चाहा, 'यह तुमसे किसने कहा कि मैं अगले चार हफ्ते तक दुकान पर नहीं जा पाऊंगा?'

'आपको चोट जो लगी है न पापा, आपको प्लास्टर भी लगा हुआ है।' वैभव ने जवाब दिया।

'ठीक है बेटा, चोट लगी है और प्लास्टर भी लगा है, लेकिन इसका मतलब यह तो नहीं कि मैं चार हफ्ते के लिए दुकान बंद करके घर पर बैठ जाऊं।' पापा धीरज के साथ बोले।

'लेकिन पापा, फिर आप ठीक कैसे होंगे?' वैभव को पापा की बात समझ में नहीं आ रही थी।

'बेटा, डॉक्टर ने मुझे पूरे चार हफ्ते के लिए बिस्तर पर आराम करने के लिए थोड़ी न कहा है! बांह पर लगे प्लास्टर का ध्यान रखते हुए मैं सब काम करता रहूंगा। दुकान पर भी जाऊंगा। हां, अगर किसी से थोड़ी-बहुत मदद लेनी पड़ी तो जरूर लूंगा। बेटा, चाहे कैसी भी रुकावटें हों, कोई काम नहीं रुकना चाहिए। शो मस्ट गो ऑन!' पापा मुस्कराते हुए बोले।

थोड़ी देर बाद वैभव ने देखा कि पापा ने बाएं हाथ से अपने जूते उतारे और मुंह-हाथ धोकर कपड़े बदले। फिर टीवी का रिमोट उठाकर कुर्सी पर बैठ गए और बाएं हाथ से टीवी के चैनल बदलने लगे। मम्मी पानी का गिलास लेकर आईं तो उन्होंने बाएं हाथ से गिलास ले लिया। फिर थोड़ी देर बाद चाय के मग को भी बाएं हाथ से पकड़ा। रात का खाना भी उन्होंने उसी हाथ से खाया। पापा को अपना बायां हाथ इस्तेमाल करते हुए देख वैभव यही सोच रहा था कि दाईं कलाई पर चोट लगी होने के कारण पापा बाएं हाथ का प्रयोग कर रहे हैं।

अगली सुबह पापा को दुकान पर जाने के लिए तैयारी करते देख वैभव बिस्तर से उतरा और रसोई में काम कर रहीं मम्मी के पास जाकर बोला, 'मम्मी, मेरा स्कूल का टिफिन भी तैयार कर देना, मैं स्कूल जाऊंगा।'

'लेकिन तुम्हारे दांत का दर्द अब ठीक है क्या?' मम्मी को मालूम था कि ऐसी कोई छोटी-मोटी तकलीफ होने पर वैभव तीन-चार दिनों तक स्कूल नहीं जाता था।

'मम्मी, दर्द तो हल्का-सा है अभी, लेकिन मुझे पापा ने बहुत बड़ी सीख दे दी है। पापा बांह में फ्रैक्चर होने पर भी सभी काम कर रहे हैं, दुकान पर भी जा रहे हैं, तो फिर मैं इस हल्के-से दांत दर्द की वजह से क्यों घर बैठा रहूं? मुझे समझ आ गया है- शो मस्ट गो ऑन!'

बाहर वॉश बेसिन के सामने बाएं हाथ से दाढ़ी बनाते हुए पापा ने वैभव के मुंह से यह सब सुना तो मुस्कुरा पड़े। *

एआई इमेज

कविता
सिराज अहमद

मैं पापा की जान

पापा मेरे सच्चे साथी
मैं पापा की जान।
कभी-कभी गुस्सा करते हैं
जब गलती हो जाए
लेकिन अगले पल हंसकर
मुझको गले लगाएं
चीजें मुझे दिलाएं सारी
ले जाकर दुकान।
उनके कंधों पर मैं बैठूं
जब भी मेले जाऊं
दुनिया देखूं, ऐसी खुशियां
और कहीं न पाऊं
पापा अकसर कहते मुझसे
मैं उनकी पहचान।
मेहनत और मशक्कत से वह
बिल्कुल न घबराते
कभी टेंशन में रहते भी
हमको नहीं बताते
प्यारे पापा आप हमारे
इस घर की हैं शान।

रंग भरो-204

रंग भरो-204 में दिए गए चित्र को तुम लोगों ने बहुत अच्छे से रंगकर हमें भेजा। उनमें से चुना गया सबसे अच्छा चित्र हम यहां प्रकाशित कर रहे हैं। उसे रंगकर भेजने वाले बच्चे के चित्र के साथ कुछ अन्य बच्चों के नाम और चित्र भी प्रकाशित कर रहे हैं।

दिव्या, बिलासपुर

आयांश, दुर्ग

पलक, अटेली मंडी

नंदिनी, उमरिया

साक्षी, रायपुर

सिद्धि, राजनांदगांव

इनके भी चित्र रहे प्रशंसनीय

वर्णिका-खैरागढ़, दिशा-बिलासपुर, श्रेया-दुर्ग, सचिन-रोहतक, रोहित-जबलपुर, नीरज-महासमुंद, यश-रायगढ़, खुशी-भिवानी, डॉली-दुर्ग, दीपक-जांजगीर, सौम्या-कटनी, हितेश-दिल्ली, राकेश-धमतरी, अंकित-गुना, कुणाल-करनाल, प्रिया-कोरबा

रंग भरो 205

बच्चो, यहां दिए गए ब्लैक एंड व्हाइट चित्र में हर्ष और खुशी अपने पापा को फादर्स-डे के मौके पर गिफ्ट दे रहे हैं। इस प्यारे-से चित्र को मनचाहे रंगों से रंग कर हमें भेजो। जिस बच्चे का चित्र सर्वश्रेष्ठ होगा, उसे हम बालभूमि में प्रकाशित करेंगे। चित्र के साथ अपनी फोटो, अपना और शहर का नाम हमें इस पते पर भेजो- संपादक-फीचर, हरिभूमि कार्यालय, 129, ट्रांसपोर्ट सेंटर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035 या ई-मेल आईडी balbhoomihb@gmail.com पर मेल करो।

खबर संक्षेप

घर से करीब आठ तोला सोने के जेवर चोरी

नारनौल। गांव सिहमा में एक घर से चोर करीब आठ तोला सोना चोरी कर ले गए। पीड़ित ने घर में रंग-रोगन का काम करने आए तीन मजदूरों पर शक जताया है। शिकायत के आधार पर पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। गांव सिहमा निवासी बृहमानन्द ने फैजाबाद पुलिस चौकी में दी शिकायत में बताया कि उसके घर में रंग-पेंट का काम चल रहा था। यह कार्य गांव खासपुर निवासी मंजीत, मोनू और लखन कर रहे थे। शिकायतकर्ता के अनुसार गत 4 जून को उसकी पत्नी ने इन तीनों के सामने संदूक में सोने के गहने रखे थे। घर में सामान एक कमरे से दूसरे कमरे में शिफ्ट किया जा रहा था, जिसके दौरान उक्त मजदूरों ने गहनों को देखा था। बाद में अब जब परिवार ने गहनों की जांच की तो वे गायब मिले। पीड़ित ने बताया कि काफी तलाश के बावजूद गहने नहीं मिले। पूरे घर का सामान बाहर निकालकर भी जांच की गई, लेकिन केवल वे दो पॉलीथीन ही गायब मिली, जिनमें गहने थे। चोरी हुए गहनों में करीब दो तोले की सोने की चेन, पुरुषों की तीन अंगूठियां, महिलाओं की एक जोड़ी अंगूठियां, एक जोड़ी टॉप्स, एक जोड़ी झूमकी, एक नोज पिन तथा दो लौंग शामिल हैं।

विधायक कोसली में आज सुनेंगे जनसमस्याएं

कोसली। विधायक अनिल यादव 19 जून को सुबह 10 से 12 बजे तक अनाज मंडी के अपने कार्यालय में जनसमस्याओं की सुनवाई करेंगे। निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार विधायक अनिल यादव कोसली अनाज मंडी में स्थित अपने कार्यालय में 19 जून शुक्रवार को सवेरे 10 बजे आम जन की शिकायतें सुनेंगे। कोसली हलका के निवासी 19 जून को सुबह 10 से 12 बजे तक विधायक के समक्ष अपनी शिकायत रख सकते हैं। नागरिकों से अनुरोध किया गया है कि वे अपनी शिकायत को लिखित में लेकर आएं जिससे कि उन पर तत्काल कार्रवाई शुरू की जा सके।

जनता जनार्दन मंदिर में मूर्ति प्राण प्रतिष्ठा कल

कोसली। भगवान के प्रति आस्था रखने वाले सभी धर्म प्रेमियों के सहयोग से महिला मंडल शिव मंदिर खासापुरा की ओर से जनता जनार्दन मंदिर में भगवान शंकर की मूर्ति स्थापना की जा रही है। मंडल की जनरल सेकेट्री उषा देवी ने जानकारी देते हुए बताया कि मंडल की प्रधान मंजू यादव की अध्यक्षता में मूर्ति स्थापना की विधिवत पूजा से पहले 20 जून को कलश यात्रा मंदिर स्थल से प्रातः 7:15 बजे प्रारम्भ होकर मोहल्ला में भ्रमण करते हुए वापिस मंदिर स्थल पर सम्पन्न होगी तथा बुधवार 24 जून को प्रातः 8:15 बजे हवन, प्रातः11:15 बजे विधिवत रूप से मूर्ति स्थापित की जाएगी। तत्पश्चात भंडारा प्रसाद का आयोजन होगा। उन्होंने बताया कि कलश उठाने हेतु श्रद्धालु मंदिर में पंडित संपर्क करें।

प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना पर सम्मेलन आज

हरियाणा में दस स्थानों पर होगा सीधा प्रसारण, पीएम बांटेंगे प्रोत्साहन राशि

- पचास से अधिक श्रमिकों वाले प्रतिष्ठान में रखने होंगे एक्स्ट्रा श्रमिक

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के शुक्रवार को 19 जून को शाम 5 बजे दिल्ली विज्ञान भवन से प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना के लाभार्थियों के सम्मेलन को संबोधित किए जाने के कार्यक्रम का धारूहेड़ा हीरो मोटोकॉर्प कंपनी में सीधा प्रसारण किया जाएगा। इस अवसर रेवाड़ी के विधायक लक्ष्मण सिंह यादव मुख्य अतिथि के तौर पर उपस्थित रहेंगे।

कर्मचारी भविष्य निधि संगठन के क्षेत्रीय आयुक्त प्रमोद सिंह ने गुरुवार को पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि अगस्त, 2025 में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना का शुभारंभ किया था।

इस योजना का पहला सम्मेलन 19 जून शुक्रवार को दिल्ली विज्ञान भवन में आयोजित किया जा रहा है। हरियाणा में दस स्थानों पर इस कार्यक्रम का सीधा प्रसारण होगा, जिनमें धारूहेड़ा भी शामिल है। कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री 2400 करोड़ रुपए की प्रोत्साहन राशि का आवंटन करेंगे। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना के तहत किसी भी उपक्रम में जुड़े नए कर्मचारियों और रोजगार देने वाले उद्यमियों को यह राशि दी जाएगी। इस योजना के अंतर्गत रोजगार देने वाले को कर्मचारी भविष्य निधि संगठन की ओर से कर्मचारी के वेतन अनुसार प्रोत्साहन राशि दी जाती है।

विकसित भारत रोजगार योजना के बारे में बताते हुए प्रमोद सिंह ने कहा कि किसी फैक्ट्री या व्यापारिक उद्यम में 50 से कर्मचारी हैं तो उसे कम से कम दो श्रमिक और रखने होंगे, जिनके वेतन के आधार पर उद्यमी को प्रोत्साहन राशि दी जाएगी। इसी प्रकार 50 से अधिक कहीं मजदूर काम कर रहे हैं तो नियोक्ता को 5 मजदूर और रखने होंगे। श्रमिक को भविष्य निधि में नियोक्ता की ओर से 12 प्रतिशत अंशदान मिलता है और 12 प्रतिशत उसके वेतन में से जमा होता है। इस राशि पर 8 प्रतिशत से अधिक ब्याज भी दिया जाता है।

रेवाड़ी। पत्रकारों से बातचीत करते हुए आयुक्त प्रमोद सिंह। फोटो : हरिभूमि

कभी भी निकाल सकते हैं पीएफ की राशि

कर्मचारी कभी भी पीएफ फंड से राशि को ऑनलाइन निकाल सकता है। प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना का उद्देश्य श्रमिकों की आर्थिक व सामाजिक सुरक्षा को बढ़ाना है। इस अवसर पर ईपीएफओ के आयुक्त अशोक कुमार, इंद्राज ढूकसह, अमित चौधरी आदि मौजूद रहे।

कोसली। लोगों की समस्याएं सुनते विभिन्न विभागों के कर्मचारी।

शिविर में अधिकारियों ने सुनीं लोगों की समस्याएं

- शिविर में कर्मचारियों ने आनलाइन सेवा सरल पोर्टल के माध्यम से शिकायतों का निराकरण किया

हरिभूमि न्यूज. कोसली

कोसली लघु सचिवालय परिसर में लगाए गए जनकल्याण शिविर का वीरवार को समापन हो गया। इस दौरान सैकड़ों नागरिकों ने आकर सरकार की जन सेवाओं का लाभ उठाया तथा नई योजनाओं के बारे में जानकारी प्राप्त की। शिविर में अधिकांश लोगों ने फैमिली आईडी, मेरी फसल मेरा ब्यौरा, प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना, वृद्धावस्था पेंशन, विधवा पेंशन, बिजली व पानी के बिल आदि से संबंधित शिकायतें रखीं।

शिविर में मौजूद कर्मचारियों ने आनलाइन सेवा सरल पोर्टल के माध्यम से इन शिकायतों का निराकरण किया। इसके अलावा लोगों ने एलईडी पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 12 साल के कार्यकाल में चलाई गई योजनाओं को साकार होते हुए देखा। लोगों ने महसूस किया कि विकास की इस दौड़ में भारत तेजी से आगे बढ़ रहा है। भारत में विज्ञान, शिक्षा, रोजगार, जनसुविधाएं, ढ़ांचागत विकास, रेलवे, एयरपोर्ट, रक्षा आदि क्षेत्र अत्याधुनिक रुप ले चुके हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार के 12 साल पूरे होने के उपलक्ष्य में लगाए गए शिविर के दौरान आयुष विभाग, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी, सिंचाई, बिजली वितरण निगम, पशुपालन एवं डेरी विभाग, कृषि एवं किसान कल्याण विभाग, बागवानी, महिला एवं बाल विकास विभाग, स्वास्थ्य विभाग ने सेवाएं दीं।

आईआईआईडीईएम का स्थापना दिवस मनाया

चुनावी क्षमता निर्माण पर मंथन शुरू

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

इंडिया इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ डेमोक्रेसी एंड इलेक्शन मैनेजमेंट अपना 15वां स्थापना दिवस मना रहा है। इस मौके पर आईआईआईडीईएम ने 16-17 जून को नई दिल्ली में क्षमता निर्माण और रणनीतिक रोडमैप पर दो दिवसीय सम्मेलन आयोजित किया। इस कार्यक्रम में 450 से ज्यादा लोगों ने हिस्सा लिया, जिनमें 250 राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय मास्टर ट्रेनर, एकेडमिक पार्टनर, आईआईआईडीएम के 80 प्रतिभागी, ईसीआई के 30 अधिकारी और सीईओ दिल्ली के 100 बीएलओ सुपरवाइजर शामिल थे। इस सम्मेलन का उद्देश्य चुनावी प्रशिक्षण की उपलब्धियों की समीक्षा करना, नई चुनौतियों पर चर्चा करना और लोकतांत्रिक क्षमता निर्माण के भविष्य की दिशा तय करना था। सम्मेलन के प्लेनरी सत्र को संबोधित करते हुए मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने आईआईआईडीईएम की पूरी टीम को 15 वर्षों की सफल यात्रा के लिए बधाई दी। उन्होंने कहा कि भारत जैसे विशाल लोकतंत्र में चुनाव केवल मतदान तक सीमित नहीं है, बल्कि इसके पीछे लाखों लोगों की मेहनत और व्यापक प्रशिक्षण व्यवस्था काम करती है। मुख्य चुनाव आयुक्त ने बताया कि लोकसभा चुनावों के दौरान आईआईआईडीईएम लगभग 1.8 करोड़ अधिकारियों और कर्मचारियों के प्रशिक्षण की जिम्मेदारी निभाता है, ताकि वे संविधान, चुनावी कानूनों और निर्वाचन आयोग द्वारा जारी दिशा-निर्देशों के अनुरूप अपने दायित्वों का निर्वहन कर सकें।

संस्थान चुनाव प्रबंधन का अनूठा मंच

आईआईआईडीईएम के महानिदेशक राकेश वर्मा ने अपने उद्घाटन संबोधन में कहा कि यह संस्थान चुनाव प्रबंधन के क्षेत्र में एक अनूठा मंच है, जहां चुनाव कराने का वर्षों का अनुभव रखने वाले अधिकारी और लोकतंत्र पर शोध करने वाले शिक्षाविद एक साथ आते हैं। उन्होंने कहा कि इस संवाद और ज्ञान-साझाकरण की प्रक्रिया से चुनावी व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने में मदद मिलती है।

डीसी अभिषेक मीणा ने नीट परीक्षा की तैयारी को लेकर संबंधित अधिकारियों को दिए दिशा निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

डीसी अभिषेक मीणा ने आगामी 21 जून को होने वाली राष्ट्रीय पात्रता सह प्रवेश परीक्षा नीट-यूजी 2026 के सफल, निष्पक्ष और सुव्यवस्थित संचालन को सुनिश्चित करने के लिए लघु सचिवालय सभागार में गुरुवार को समीक्षा बैठक की। बैठक में जिला के संबंधित विभागों के अधिकारियों को परीक्षा व्यवस्था के हर पहलू पर नजर रखते हुए सफलतापूर्वक सम्पन्न करवाने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

डीसी अभिषेक मीणा ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि समय-सीमा के भीतर सभी तैयारियां पूर्ण करने के साथ-साथ कंट्रोल रूम, हेल्पडेस्क और आपातकालीन व्यवस्थाओं को सक्रिय रखा जाए, ताकि किसी भी अप्रत्याशित स्थिति से प्रभावी ढंग से निपटा जा सके।

उन्होंने परीक्षा के दौरान निर्बाध विद्युत आपूर्ति, पेयजल, स्वच्छ शौचालय, बैठने की उचित व्यवस्था को प्राथमिकता देने के निर्देश दिए गए। डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि परीक्षा के दिन अभ्यर्थियों को किसी भी प्रकार की असुविधा नहीं होनी चाहिए और सभी विभाग आपसी समन्वय के साथ कार्य करें। उन्होंने विशेष रूप से परीक्षा केंद्रों के आसपास कानून-व्यवस्था बनाए रखने और परीक्षा की गोपनीयता तथा निष्पक्षता सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

रेवाड़ी। नीट की परीक्षा को लेकर अधिकारियों की मीटिंग लेते हुए डीसी।

पुख्ता होगी सुरक्षा और यातायात व्यवस्था

एसपी हेमेंद्र मीणा ने कहा कि नीट परीक्षा को लेकर सुरक्षा और यातायात प्रबंधन के लिए पुख्ता व्यवस्था की जाएगी। उन्होंने पुलिस कर्मियों को परीक्षा केंद्रों के आसपास कड़ी निगरानी रखने और संदिग्ध गतिविधियों पर तुरंत कार्रवाई करने के निर्देश दिए। उन्होंने बताया कि परीक्षा से संबंधित अफवाहों पर पुलिस विभाग द्वारा पूरी निगरानी रखी जाएगी। परीक्षा से जुड़ी किसी भी तरह की अफवाह फैलाने वालों के खिलाफ कड़ी कार्रवाही की जाएगी।

बारिश से बदहाल हुआ सर्विस रोड सड़क हादसों की आशंका बढ़ी

बावल। दिल्ली-जयपुर नेशनल हाइवे के समानांतर बना एचएसआईआईडीसी का सर्विस रोड एक बार फिर हादसों को न्योता देने लगा है। बारिश में सड़क टूटकर गड्ढों में तब्दील हो चुकी है, जिससे कभी भी बड़ा हादसा हो सकता है। आसपास के लोगों ने निगम प्रशासन से सड़क की तुरंत मरम्मत कराने की मांग की है। बनीपुर चौक पर फ्लाईओवर निर्माण का कार्य चल रहा है। लगभग तीन साल से बड़ी संख्या में दिल्ली से जयपुर की ओर जाने वाले वाहन चालक हाइवे के समानांतर बने एचएसआईआईडीसी के सर्विस रोड का इस्तेमाल करते हैं। इसके साथ-साथ औद्योगिक एरिया के वाहनों का आवागमन भी इसी रोड से होता है। बीते दिनों हुई बारिश के बाद इस रोड में जगह-जगह मोटे गड्ढे बन गए हैं, जिनमें पानी भरा हुआ है। क्षमता से अधिक वजन वाले वाहन इन गड्ढों में फंसकर क्षतिग्रस्त हो रहे हैं।

योग को जन-जन तक पहुंचाने का संकल्प दोहराया

- जिला व खंड स्तर पर 21 जून को मनाया जाएगा 12 वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

डीसी अभिषेक मीणा के मार्गदर्शन में आगामी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस एवं राज्य स्तरीय योग कार्यक्रमों की तैयारियों के क्रम में आयुष विभाग रेवाड़ी द्वारा योग रिहर्सल कार्यक्रम का सफल आयोजन किया गया।

कार्यक्रम में जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ. बसंत कुमार, योगाचार्य राकेश छिल्लर, जिला कार्यक्रम प्रबंधक संदीप यादव सहित आयुष विभाग के चिकित्साधिकारी एवं कर्मचारी, खेल विभाग के अधिकारी एवं कर्मचारी, विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राएं तथा अन्य विभागों के कर्मचारी गण उपस्थित रहे। रेवाड़ी पुलिस विभाग से कई अधिकारी और कर्मचारीगण काफी संख्या में उपस्थित रहे और योग प्रोटोकॉल में हिस्सा लिया।

योगाचार्य राकेश छिल्लर एवं उनकी टीम द्वारा उपस्थित प्रतिभागियों को आगामी योग दिवस कार्यक्रम के सफल संचालन हेतु योगाभ्यास एवं प्रोटोकॉल की विस्तृत रिहर्सल करवाई गई। प्रतिभागियों को योग की विभिन्न क्रियाओं एवं उनके सही अभ्यास की जानकारी भी प्रदान की गई ताकि आगामी कार्यक्रमों में अधिक से अधिक लोगों की सहभागिता सुनिश्चित की जा सके। एसडीएम सुरेश कुमार ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है तथा स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के लिए योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना आवश्यक है। उन्होंने उपस्थित सभी प्रतिभागियों को योग को जन-जन तक पहुंचाने का संदेश दिया।

रेवाड़ी। योग का अभ्यास करते हुए साधक। फोटो : हरिभूमि

निर्देशों की दी जानकारी

सरकारी निर्देशों की दी जानकारी जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ. बसंत कुमार ने उपस्थित योग साधकों एवं अधिकारियों को संबोधित करते हुए आगामी कार्यक्रमों की रूपरेखा, व्यवस्थाओं तथा सरकार द्वारा निर्धारित दिशा-निर्देशों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित होने वाले कार्यक्रमों को सफल बनाने हेतु सभी विभागों के सहयोग से व्यापक तैयारियां की जा रही हैं।

एसआईआर अभियान में सहयोग दें मतदाता: एसडीएम

कोसली। एसडीएम विजय कुमार यादव ने कहा कि एसआईआर अभियान को सफल बनाने में सभी नागरिक अपना सहयोग दें। उन्होंने कहा कि बीएलओ घर-घर जाकर अपने एरिया में गणक प्रपत्रों का वितरण कर रहे हैं। मतदाता अपनी नवीनतम पासपोर्ट साइज फोटो इस फार्म पर लगाने के लिए तैयार रखें।एसडीएम विजय कुमार यादव आज स्थानीय मीडिया सेंटर में पत्रकार वार्ता को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि कोसली विधानसभा क्षेत्र की शुद्ध मतदाता सूची तैयार करने के लिए इस अभियान को भारत निर्वाचन आयोग के निदेर्शानुसार चलाया जा रहा है। जिसके लिए कांग्रेस व भाजपा ने बीएलए-1 तथा बीएलए-2 नियुक्त कर दिए हैं। उन्होंने बाकी राजनीतिक पार्टियों से भी सभी 276 बूथों पर अपने बीएलए-1 और बीएलए-2 नियुक्त कर उन्हें सूची देने का अनुरोध किया है। उन्होंने बताया कि इनेलो व जेजेपी ने बीएलए-1 की लिस्ट उन्हें सौंप दी है। कोसली विधानसभा के निर्वाचन अधिकारी एवं एसडीएम विजय कुमार यादव ने बताया कि गणक प्रपत्र में मतदाता को वर्ष 2002 की वोटर लिस्ट में अपना क्रमांक भी फार्म में लिखना है। किसी व्यक्ति का वोट वर्ष 2002 के बाद बना है तो उसे अपने माता-पिता के वोट का नंबर लिखना होगा।

एडीसी ने सुनीं समाधान शिविर में लोगों की समस्याएं

सुलखा में बिजली का पोल ठीक करने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

वीरवार को समाधान शिविर में एडीसी राहुल मोदी ने अधिकारियों के साथ बैठकर आमजन की शिकायतों को सुनते हुए समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर निराकरण किया। समाधान शिविर में सुलखा गांव में घर के पास बिजली का पोल झुका होने की शिकायत पर एडीसी ने डीएचबीवीएन के अधिकारियों को बिजली का पोल सही करने के निर्देश दिए।

सरस्वती विहार, महावीर नगर, हंसनगर में दूषित पानी के अवरोध की शिकायत पर एडीसी ने जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के अधिकारियों को सीवरेज की सफाई करवाते हुए समस्या का समाधान करवाने के निर्देश दिए। इसके अतिरिक्त समाधान शिविर में परिवार पहचान पत्र, पेंशन, जमीनी विवाद, अवैध कब्जे, बिजली व पानी से संबंधित शिकायतें प्राप्त हुई जिनका एडीसी ने संबंधित अधिकारियों को त्वरित कार्यवाही सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। एडीसी ने शिकायतकतार्ओं को आश्वासन दिया कि सभी समस्याओं का समाधान समयबद्ध तरीके से किया जाएगा। उन्होंने कहा कि शिविरों के माध्यम से नागरिकों को अपनी शिकायतों के समाधान के लिए दफ्तरों के चक्कर नहीं लगाने पड़ते बल्कि वे एक ही स्थान पर अधिकारियों से सीधे संवाद कर सकते हैं। इस अवसर पर सीटीएम जितेंद्र कुमार, डीएसपी पवन, जिला राजस्व अधिकारी प्रदीप देशवाल सहित विभिन्न विभागों के अधिकारीगण मौजूद रहे।

रेवाड़ी। समाधान शिविर में समस्याएं सुनते एडीसी राहुल मोदी।

मानवाधिकार आयोग के चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने किया वृद्धाश्रम का निरीक्षण

वृद्धजनों के स्वास्थ्य का रखें विशेष ध्यान, काउंसलर विशेषज्ञ नियमित करें विजिट: जस्टिस बत्रा

हरिभूमि न्यूज ⏭ रेवाड़ी

हरियाणा मानवाधिकार आयोग के चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने वीरवार को मॉडल टाउन स्थित होम फॉर एज्ड एंड डेस्टिट्यूट का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया। चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने वृद्धाश्रम में रह रहे बुजुर्गों की जीवनशैली, स्वास्थ्य सेवाएं, भोजन, साफ-सफाई और अन्य जरूरी सुविधाओं के बारे में जानकारी ली। उन्होंने बुजुर्गों को फलाहार वितरित करते हुए उनका कुशलक्षेम भी जाना।

आयोग के चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने वृद्धाश्रम में रहने वाले बुजुर्गों के स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं को लेकर निर्देश दिए कि वृद्धाश्रम में नियमित रूप से स्वास्थ्य जांच की जाए। इसके साथ साथ विशेषज्ञ और काउंसर भी समय समय पर आकर वृद्धों को अपनी सेवाएं प्रदान करें। उन्होंने इन वृद्धजनों को आध्यात्म से जोड़ने के लिए भी दिशा निर्देश दिए। इसके अलावा जरूरत के समय एंबुलेंस की व्यवस्था भी समय पर उपलब्ध करवाना सुनिश्चित किया जाए। इस दौरान चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने वृद्धाश्रम भवन का जायजा लेते हुए संबंधित विभाग के अधिकारियों को भवन में मरम्मत कार्य करवाकर दुरुस्त करने के निर्देश दिए। इसके अलावा भवन परिसर में बनाए गए पार्क को दुरुस्त करवाने के लिए नगर परिषद अधिकारियों को आदेश दिए। इस अवसर पर जिला समाज कल्याण अधिकारी को सुरक्षाकर्मी, सफाई कर्मी और पर्याप्त संख्या में अन्य स्टाफ सदस्य रखने को लेकर दिशा-निर्देश भी दिए।

रेवाड़ी। वृद्धाश्रम में एक वृद्ध का हालचाल जानते हुए जस्टिस बत्रा।

अपनेपन का अहसास कराना जरूरी

आयोग के चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने कहा कि यहां रहने वाले वृद्ध व्यक्ति अपनेपन का अहसास करवाना चाहिए। वहीं उनके साथ किसी भी सूरत में पक्षपात नहीं किया जाए। उन्होंने कहा कि वृद्धजन समाज का प्रमुख हिस्सा हैं। उनको अहसास दिलाएं कि हम सब उनके साथ है वो अकेले नहीं हैं। उन्होंने कहा कि हर व्यक्ति को अपने बुजुर्गों का सत्कार व उनकी संभाल करनी चाहिए। यदि किसी कारणवश वृद्ध आश्रम में बुजुर्ग रहने को मजबूर हैं तो उनकी वहां पर संभाल भी जरूर करनी चाहिए।

अधिकारियों के साथ भी की चर्चा

निरीक्षण से पहले आयोग के चेयरपर्सन जस्टिस ललित बत्रा ने एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा और एडीसी राहुल मोदी समेत संबंधित अधिकारियों के साथ लोक निर्माण विश्रामगृह में बैठक कर जिला में कानून व्यवस्था और प्रशासनिक कार्यों को लेकर चर्चा कर आवश्यक दिशा निर्देश दिए। इस अवसर पर एसडीएम सुरेश कुमार, डीएसपी सुरेंद्र श्योराण, उप सिविल सर्जन डा. भंवर, पीडब्ल्यूडी एक्सईएन सत्येंद्र सिंह और जिला समाज कल्याण अधिकारी रेनू बाला आदि मौजूद रहे।

सभी बीएलओ पूरी निष्ठा के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करें

एसआईआर अभियान में गणक प्रपत्रों का शत-प्रतिशत वितरण सुनिश्चित करें

चुनाव आयोग के निर्देशानुसार प्रत्येक मतदाता को दो प्रपत्र दिए जाएंगे, ताकि एक प्रति मतदाता अपने रिकॉर्ड के लिए सुरक्षित रख सकें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

हरियाणा के राज्य चुनाव आयुक्त ए. श्रीनिवास ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के तहत गणक प्रपत्रों का 100 प्रतिशत वितरण हर हाल में सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने कहा कि निर्वाचन अधिकारी, सहायक निर्वाचन अधिकारी और बीएलओ सुपरवाइजर अपने-अपने क्षेत्रों में सक्रिय रहकर इस कार्य की नियमित निगरानी करें और सभी बीएलओ पूरी निष्ठा के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करें। गुरुवार को स्थानीय लघु सचिवालय सभागार में आयोजित समीक्षा बैठक में राज्य चुनाव आयुक्त ने अधिकारियों को संबोधित किया। इस दौरान जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त अभिषेक मीणा भी मौजूद रहे।अधिकारियों को निर्देश दिए गए कि इस कार्य को प्राथमिकता देते हुए जल्द से जल्द शत-प्रतिशत वितरण सुनिश्चित किया जाए।राज्य चुनाव आयुक्त ने कहा कि यदि कोई मतदाता घर पर नहीं मिलता है तो ऐसे लोगों की अलग सूची तैयार की जाए। गर्मी को देखते हुए बीएलओ सुबह और शाम के समय घर-घर जाकर प्रपत्र वितरित कर सकते हैं।

चुनाव आयोग के निर्देशानुसार प्रत्येक मतदाता को दो प्रपत्र दिए जाएंगे, ताकि एक प्रति मतदाता अपने रिकॉर्ड के लिए सुरक्षित रख सके। बैठक के बाद ए. श्रीनिवास ने शिव चौक के समीप स्थित ईवीएम स्टोर का निरीक्षण किया। उन्होंने इसकी व्यवस्थाओं की सराहना करते हुए कहा कि रेवाड़ी में उत्कृष्ट ईवीएम स्टोर बनाया गया है, जिससे बैलेट यूनिट और वीवीपैट मशीनों के सुरक्षित रखरखाव में सुविधा रहती है। दोनों प्रवेश द्वारों पर पेपर सील लगाने के निर्देश भी दिए।इसके अलावा, उन्होंने शहर के सेक्टर-3 में घर-घर जाकर गणक प्रपत्र वितरित कर रहे बीएलओ के कार्य का भी निरीक्षण किया।

शुद्ध एवं वास्तविक मतदाताओं की नई सूची तैयार करना

ए. श्रीनिवास ने बताया कि मतदाता सूची को नए सिरे से तैयार करने के लिए यह विशेष पुनरीक्षण अभियान चलाया जा रहा है। इसका उद्देश्य विधानसभा क्षेत्रों से विस्थापित, मृत अथवा दो स्थानों पर नाम दर्ज कराने वाले मतदाताओं के नाम सूची से हटाकर शुद्ध एवं वास्तविक मतदाताओं की नई सूची तैयार करना है। उन्होंने कहा कि रेवाड़ी जिले में गणक प्रपत्रों के वितरण का कार्य संतोषजनक गति से चल रहा है और अब तक लगभग 35 प्रतिशत प्रपत्र वितरित किए जा चुके हैं।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर अतिरिक्त उपायुक्त राहुल मोदी, एसडीएम रेवाड़ी सुरेश कुमार, एसडीएम बावल संजीव कुमार, एसडीएम कोसली विजय कुमार यादव, नगराधीश जितेंद्र कुमार, डीडीपीओ नरेंद्र सारवान, बीडीपीओ अनिल कुमार, युधिष्ठिर, नायब तहसीलदार रमन कुंडू, नेहा यादव, महिमा, चुनाव विभाग के नायब तहसीलदार अजय कुमार तथा विभिन्न राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि उपस्थित रहे।

रेवाड़ी। कार्यक्रम में मौजूद किसान व कृषि विभाग के अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

प्राकृतिक खेती बढ़ाती है जमीन की उर्वरा शक्तिः अहलावत

- कृषि विभाग की ओर से आयोजित किए गए कार्यक्रम, किसानों को रसायनमुक्त खेती अपनाने के लिए किया प्रेरित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

उप कृषि निदेशक डा. जितेंद्र अहलावत ने कहा कि प्राकृतिक खेती एक ओर जहां पर्यावरण संरक्षण में महत्वपूर्ण साबित होती है, तो दूसरी ओर इससे मिट्टी की उर्वरा शक्ति भी बढ़ती है। जमीन की उपजाऊ शक्ति बढ़ने से फसल उत्पादन में वृद्धि होती है, जो किसानों की आय बढ़ाने वाली साबित होती है। अहलावत वीरवार को जिले के विभिन्न खंडों में आयोजित प्राकृतिक कृषि को बढ़ावा देने के कार्यक्रमों में बोल रहे थे। सतत एवं पर्यावरण अनुकूल कृषि को बढ़ावा देने के उद्देश्य से रेवाड़ी जिले में प्राकृतिक खेती को लेकर व्यापक जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। यह अभियान 7 से 20 जून 2026 तक प्रदेशभर में संचालित किए जा रहे राज्यस्तरीय कार्यक्रम का हिस्सा है, जिसका उद्देश्य किसानों को रसायन-मुक्त खेती के लाभों से अवगत कराना और प्राकृतिक खेती को अपनाने के लिए प्रेरित करना है। वीरवार को जिले के विभिन्न ब्लॉकों के गांवों में कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिनमें किसानों को प्राकृतिक खेती की तकनीकों, मृदा संरक्षण और कम लागत वाली कृषि पद्धतियों की जानकारी दी गई।

बावल खंड में तकनीकी जानकारी

बावल खंड के गांव सांजरपुर में आयोजित कार्यक्रम में 21 किसानों ने भाग लिया। इस दौरान डॉ. बलबीर और रिछपाल सुपरवाइजर ने किसानों को प्राकृतिक खेती की तकनीकों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। वहीं प्रगतिशील किसान योगेश, राजेश और नरेश ने व्यावहारिक प्रदर्शन कर किसानों को नई तकनीकों से परिचित कराया।

सीहा में बीस किसान हुए शामिल

खोल ब्लॉक के गांव सीहा में 20 किसानों ने भागीदारी की। कार्यक्रम में परवीन और शिवपाल ने किसानों को प्राकृतिक खेती के विभिन्न पहलुओं की जानकारी दी। प्रगतिशील किसान हरकेश ने भी किसानों का मार्गदर्शन किया।

किसानों को बताए खेती के तरीके

रेवाड़ी ब्लॉक गांव खरसंकी में आयोजित सत्र में 21 किसानों ने हिस्सा लिया। इस दौरान किशन पाल और प्रगतिशील किसान बीर सिंह ने किसानों को प्राकृतिक खेती अपनाने के तरीके समझाए।

देहलावास में किसानों से किया संवाद

जाटूसाना ब्लॉक के गांव देहलावास में आयोजित कार्यक्रम में 23 किसानों ने हिस्सा लिया। मंजीत और रामपाल ने किसानों को प्राकृतिक खेती के लाभ बताए। इस दौरान प्रगतिशील किसान राजकुमार और सज्जन ने भी अपने अनुभव साझा किए।

पतंजलि परिवार का पांच दिवसीय योग शिविर शुरू 21 जून को मनाया जाएगा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

- भारत स्वाभिमान ट्रस्ट के जिला प्रभारी दयानंद आर्य ने प्रतिभागियों को विभिन्न प्राणायामों का अभ्यास करवाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डहीना

डहीना। शिविर में योगाभ्यास करते हुए लोग। फोटो : हरिभूमि

पतंजलि परिवार की ओर से विवेकानंद पब्लिक स्कूल डहीना में पांच दिवसीय निःशुल्क योग शिविर का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्ज्वलन के साथ हुआ। शिविर की अध्यक्षता पतंजलि योग समिति के जिला प्रभारी नरेश यादव ने की। योग शिविर के प्रथम दिन भारत स्वाभिमान ट्रस्ट के जिला प्रभारी दयानंद आर्य ने प्रतिभागियों को विभिन्न प्राणायामों का अभ्यास कराया। वहीं पतंजलि परिवार के जिला संयोजक श्याम सुंदर ने योगिंग-जॉगिंग के माध्यम से शारीरिक फिटनेस और स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया। इस दौरान नरेश यादव ने प्रतिभागियों को 21 जून को आयोजित होने वाले 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के निर्धारित प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया और नियमित योग को जीवन का हिस्सा बनाने का संदेश दिया। 21 तक प्रतिदिन चलेगा योगाभ्यास रामनिवास बेनीवाल ने बताया कि यह पांच दिवसीय योग शिविर 21 जून तक प्रतिदिन आयोजित किया जाएगा। शिविर के समापन अवसर पर विवेकानंद पब्लिक स्कूल, डहिना में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस उत्साह और धूमधाम के साथ मनाया जाएगा। उन्होंने कहा कि योग शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य का आधार है तथा समाज को स्वस्थ और नशामुक्त बनाने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका है।

पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया गया

शिक्षण संस्थान में जन्मदिन पर लगाया शिविर, 51 यूनिट ब्लड किया एकत्रित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जाटूसाना

गांव भोतवास भोन्दू के कृष्ण आदर्श शिक्षा संस्थान में दीपांशु यादव के जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में रक्तदान शिविर, वन महोत्सव एवं नशा मुक्ति शपथ कार्यक्रम का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में गणमान्य व्यक्तियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और ग्रामीणों ने भाग लिया।

मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे रेवाड़ी के विधायक लक्ष्मण सिंह यादव ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि यह कार्यक्रम पर्यावरण संरक्षण, मानव सेवा और समाज को नशामुक्त बनाने की दिशा में एक प्रेरणादायक प्रयास है। उन्होंने कहा कि मानव जीवन अत्यंत अनमोल है और हमें अपने जीवन में परोपकारी, मर्यादित, संस्कारवान और ऊर्जावान बनने का प्रयास करना चाहिए।

इस अवसर पर विधायक लक्ष्मण सिंह यादव ने दीपांशु यादव के जन्मोत्सव पर 'राम आएंगे, आएंगे राम आएंगे' भजन भी प्रस्तुत किया, जिसे उपस्थित लोगों ने खूब सराहा। कार्यक्रम के दौरान 51 यूनिट रक्तदान किया गया तथा वन महोत्सव के तहत पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया गया।

जाटूसाना। कार्यक्रम के दौरान संस्थान में पौधा लगाते हुए विधायक व अन्य।

ये रहे मौजूद

कार्यक्रम में डॉ. सुभाष यादव, डॉ. रमेश कुमार, डॉ. भानुराम, वीरभान पार्षद झज्जर, सविता यादव, रोहन यादव, श्री राम यादव, सूरत सिंह प्रधान जाट सभा रेवाड़ी, आजाद, बलजीत कुमरोधा, डॉ. बलवान यादव, विक्रम यादव, जिला शिक्षा अधिकारी राजेंद्र शर्मा सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

दीपांशु ने खुद भी किया रक्तदान

पूर्व पार्षद एवं कृष्ण आदर्श शिक्षा संस्थान के चेयरमैन अमित यादव ने बताया कि जन्मदिन को सामाजिक सरोकारों से जोड़ते हुए दीपांशु यादव ने स्वयं रक्तदान कर युवाओं के लिए एक नई मिसाल पेश की है। उन्होंने सभी अतिथियों एवं सहयोगियों का आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि के रूप में राजपाल बेनीवाल, अध्यक्ष किसान कल्याण प्राधिकरण, हरियाणा तथा वन विभाग के अधिकारी उपस्थित रहे।

अर्थशास्त्र विभाग में प्रवेश के लिए आवेदन कल तक विद्यार्थियों से समय रहते आवेदन करने की अपील

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मीरपुर

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय, मीरपुर के अर्थशास्त्र विभाग में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए प्रवेश प्रक्रिया जारी है। विभाग में दाखिला लेने के इच्छुक विद्यार्थी 20 जून 2026 तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। अर्थशास्त्र विभाग अपने उत्कृष्ट शिक्षण, अनुभवी शिक्षकों, शोधोन्मुख वातावरण और विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए जाना जाता है। विभाग में प्रोफेसर डॉ. विकास बत्रा, एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. देविंदर सिंह और असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. ऋतु कुमारी जैसे अनुभवी शिक्षकों की टीम विद्यार्थियों का मार्गदर्शन कर रही है।

विभागाध्यक्ष प्रो. सतीश कुमार ने बताया कि अर्थशास्त्र विषय बैंकिंग, वित्त, कॉर्पोरेट क्षेत्र, शोध और शिक्षण सहित अनेक क्षेत्रों में रोजगार के व्यापक अवसर प्रदान करता है। इसके अलावा यह विषय यूपीएससी, एचपीएससी, यूजीसी-नेट तथा अन्य प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए भी मजबूत आधार उपलब्ध कराता है।उन्होंने कहा कि यदि विद्यार्थी भविष्य में आईएएस, एचसीएस अधिकारी, बैंक अधिकारी, अर्थशास्त्री, शोधकर्ता या कॉर्पोरेट प्रोफेशनल बनना चाहते हैं, तो उनकी सफलता की यात्रा सही विषय के चयन से शुरू होती है। बदलते दौर में वही व्यक्ति आगे बढ़ता है, जिसे अर्थव्यवस्था, नीतियों और बाजार की गहरी समझ होती है।

22 जून की यूजी-पीजी परीक्षाएं स्थगित अब 27 जून को होंगी

मीरपुर। इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय, मीरपुर ने प्रशासनिक कारणों से 22 जून को आयोजित होने वाली सभी स्नातक (यूजी) एवं स्नातकोत्तर (पीजी) परीक्षाओं को स्थगित कर दिया है। विश्वविद्यालय के परीक्षा नियंत्रक कार्यालय द्वारा जारी अधिसूचना के अनुसार अब ये सभी परीक्षाएं 27 जून को आयोजित की जाएंगी। विश्वविद्यालय प्रशासन के अनुसार 22 जून को प्रातःकालीन और सायंकालीन सत्र में निर्धारित सभी परीक्षाएं अपने पूर्व निर्धारित समय और उसी सत्र के अनुसार 27 जून को आयोजित होंगी। परीक्षा के समय में किसी प्रकार का बदलाव नहीं किया गया है।साथ ही, परीक्षा केंद्रों में भी कोई परिवर्तन नहीं किया गया है। विद्यार्थियों को अपने प्रवेश पत्र में अंकित परीक्षा केंद्र पर ही उपस्थित होना होगा।विश्वविद्यालय ने सभी संबद्ध महाविद्यालयों, विभागाध्यक्षों, प्राचार्यों और निदेशकों से अनुरोध किया है कि वे परीक्षा तिथि में हुए इस बदलाव की सूचना समय पर विद्यार्थियों तक पहुंचाएं, ताकि किसी भी प्रकार की असुविधा से बचा जा सके।परीक्षा नियंत्रक कार्यालय ने विद्यार्थियों से अपील की है कि वे संशोधित परीक्षा तिथि के अनुसार अपनी तैयारी जारी रखें और विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट पर जारी होने वाले निर्देशों एवं सूचनाओं पर नियमित रूप से नजर बनाए रखे।

पुलिस टीम ने घर-घर जाकर ग्रामीणों से संवाद किया

माजरा गुरदास पहुंची नशामुक्ति टीम ग्रामीणों को किया नशे के प्रति जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

'नशा मुक्त रेवाड़ी, सुरक्षित रेवाड़ी' अभियान लगातार गति पकड़ रहा है। इसी क्रम में निरीक्षक रामपाल के नेतृत्व में गठित नशा मुक्ति टीम ने गांव शहबाजपुर खालसा और माजरा गुरदास में डोर-टू-डोर अभियान चलाकर ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभाव, साइबर अपराधों और यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया। अभियान के दौरान पुलिस टीम ने घर-घर जाकर ग्रामीणों से संवाद किया और बताया कि नशा केवल व्यक्ति के स्वास्थ्य को ही नहीं, बल्कि पूरे परिवार और समाज को प्रभावित करता है। युवाओं से विशेष रूप से अपील की गई कि वे पढ़ाई, खेल और अपने लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करें तथा नशे जैसी बुराइयों से हमेशा दूर रहें। पुलिस टीम ने ग्रामीणों को 'जिंदगी को हां, नशे को ना' अभियान से जुड़ने का आह्वान करते हुए नशामुक्त समाज के निर्माण में सक्रिय भागीदारी निभाने की अपील की।

रेवाड़ी। ग्रामीणों को नशे के प्रति जागरूक करते नशा मुक्ति टीम के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

श्रमिकों की मांगों को लेकर आंदोलन तेज करने की चेतावनी

रेवाड़ी। ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन की ओर से वीरवार को गांव मांढैया कला में एक सभा का आयोजन किया गया। सभा में बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने भाग लिया। कार्यक्रम का संचालन जिला कमेटी सदस्य निरंजन कुमार मांढैया ने किया। लोगों को संबोधित करते हुए मुख्य वक्ता राजेंद्र सिंह ने किसानों और मजदूरों से जुड़े ज्वलंत मुद्दों पर विस्तार से चर्चा की। उन्होंने कहा कि बढ़ती महंगाई, बेरोजगारी, मनरेगा योजना की बहाली, किसानों को उनकी फसल का उचित मूल्य दिलाने, किसान विरोधी बताए जा रहे अमेरिका-भारत समझौते का विरोध, किसानों और मजदूरों की कर्ज माफी, बिजली के निजीकरण तथा पेट्रोल, डीजल, रसोई गैस, सीएनजी, खाद और बीजों की बढ़ी कीमतों के खिलाफ प्रदेशव्यापी मजबूत आंदोलन खड़ा करने की आवश्यकता है। संगठन चला रहा जागृति अभियान सभा को संबोधित करते हुए संगठन के जिला प्रधान रामकुमार निमोठ ने कहा कि ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन किसानों और मजदूरों की मांगों को लेकर गांव-गांव जनजागृति अभियान चला रहा है, ताकि लोगों को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक किया जा सके और व्यापक जनसमर्थन जुटाया जा सके। इस अवसर पर नरेश तुर्कियावास, राजबीर, श्रीचंद, नंदलाल, राकेश कुमार, होशियार सिंह, पवन कुमार, देवकी नंदन, रतन सिंह, श्योताज, अंतर सिंह, मास्टर पवन कुमार, सतेन्द्र हवलदार, धर्मबीर, नेहरू लाल सहित सैकड़ों ग्रामीण मौजूद रहे।

योग बड़ी संख्या में महिला योग साधकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया

आयुर्वेद स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की सीख देता है

योग दिवस की तैयारियां अंतिम चरण में, योग प्रोटोकॉल का कराया अभ्यास

- अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में अमनगनी सोसाइटी में वीरवार को योग प्रोटोकॉल का विशेष अभ्यास सत्र आयोजित किया गया। कार्यक्रम जिला महिला प्रभारी पतंजलि योग समिति सरोज आर्या के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ, जिसमें बड़ी संख्या में महिला योग साधकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

मीडिया प्रभारी मुकेश कुमार ने बताया कि जिला प्रभारी पतंजलि योग समिति दयाराम आर्य ने प्रतिभागियों को सामान्य योग प्रोटोकॉल का अभ्यास कराया और कहा कि योग स्वस्थ, संतुलित एवं तनावमुक्त जीवन का आधार है। उन्होंने सभी नागरिकों से 21 जून को आयोजित होने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया। डॉ. सुमित ने कहा कि आयुर्वेद और योग एक-दूसरे के पूरक हैं। आयुर्वेद स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की सीख देता है, जबकि योग शरीर और मन को संतुलित रखने का प्रभावी माध्यम है। दोनों को अपनाकर अनेक बीमारियों से बचा जा सकता है।

डॉ. बिंदु ने मेडिटेशन के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि नियमित ध्यान से मन शांत, एकाग्र और सकारात्मक बनता है तथा तनाव और मानसिक अशांति दूर होती है। योग शिक्षिका बिंदु ने कहा कि नियमित योग और प्राणायाम से शरीर लचीला, मन एकाग्र और जीवन ऊर्जावान बनता है। उन्होंने सभी से योग को दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने की अपील की।

रेवाड़ी। सोसायटी में योग का अभ्यास करते हुए साधक। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर प्रवेश कुमारी, भावना, सपना, सुनीता, कृष्णा, कमला, सीमा तिवारी, ऊषा शर्मा, आशा शर्मा, सरला शर्मा, कौशल्या देवी, राज अरोड़ा, शारदा यादव और बिमला देवी सहित अनेक योग साधकों ने भाग लिया तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संकल्प लिया।

योग संस्कृति की अमूल्य धरोधर

जिला महिला प्रभारी सरोज आर्या ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जिसे अपनाकर समाज को निरोग और स्वस्थ बनाया जा सकता है। वहीं, भारत स्वाभिमान ट्रस्ट रेवाड़ी के जिला प्रभारी मुकेश कुमार ने योग कक्षाओं को नियमित रूप से संचालित करने और अधिक से अधिक लोगों को योग से जोड़ने की अपील की।

रास्ता रोककर मारपीट के आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। मॉडल टाउन थाना पुलिस ने रास्ता रोककर मारपीट करने और धमकी देने के आरोप में दो लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ति की शिकायत के आधार पर आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। पीड़ति ने मारपीट करने और धमकी देने के आरोप लगाए थे। इस मामले में जांच के बाद बैरियावास निवासी विक्रम और फदनी निवासी पवन को गिरफ्तार किया गया है। दोनों आरोपियों को बाद में पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया। मामले के अन्य आरोपियों की तलाश की जा रही है।