

**खबर संक्षेप**

**मारपीट मामलों में तीन आरोपी गिरफ्तार**

रेवाड़ी। थाना पुलिस ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में तीन लोगों को गिरफ्तार किया है। रोहड़ाई थाना पुलिस ने पाल्हावास में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी के देने के आरोप में 17 जुलाई को आरोपियों के खिलाफ को विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। इस मामले में पुलिस ने पाल्हावास निवासी सतेंद्र और झज्जर के चड़वाना निवासी मोहित को गिरफ्तार किया है। कोसली थाना पुलिस ने 28 मई को दर्ज किए गए मामले में खुर्शीद नगर निवासी अजय को गिरफ्तार किया है।

**सड़क हादसे का आरोपी चालक गिरफ्तार**

जाटूसाना। पुलिस ने सड़क हादसे के बाद दर्ज मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। रोहतक नेशनल हाइवे पर हुए हादसे के बाद पुलिस ने एक वाहन चालक के खिलाफ 15 अगस्त को केस दर्ज किया था। हादसे में एक वाहन युवक गंभीर रूप से घायल हो गया था। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद चालक का पता लगाने के प्रयास शुरू किए थे। इस मामले में पुलिस ने झज्जर के कासनी निवासी मुकेश को गिरफ्तार किया है। बाद में आरोपी को पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

**दहेज उत्पीड़न मामले में आरोपी गिरफ्तार**

रेवाड़ी। पुलिस ने दहेज की मांग पर एक विवाहिता को प्रताड़ित करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने गत वर्ष दर्ज कराई विवाहिता सुमन की शिकायत के बाद दोनों पक्षों के बीच समझौता कराने के प्रयास किए थे। बार-बार दोनों पक्षों के बीच बातचीत कराने के बाद भी समझौता नहीं हुआ, तो पुलिस ने ससुराल पक्ष के लोगों के खिलाफ 23 जून को केस दर्ज किया था। जांच के बाद पुलिस ने इस मामले में महेंद्रगढ़ के सिरहो निवासी अभिजीत को गिरफ्तार कर लिया।

**गड्डे में पड़ा मिला युवक का शव, नहीं हुई पहचान**

धारूहेड़ा। खानपुर रोड पर सोमवार सुबह खेत में बने पानी के गड्डे से एक करीब 35 वर्षीय युवक का शव बरामद हुआ है। पुलिस ने शव को शिनाख्त के लिए सामान्य अस्पताल रेवाड़ी की मोचरी में रखवा दिया। पुलिस को सूचना मिली थी कि जेनसिस सोसायटी के पीछे राजस्थान सीमा पर एक खेत में पानी के गड्डे में शव पड़ा हुआ है। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर जाकर लोगों की मदद से शव को गड्डे से बाहर निकलवाया। सीन ऑफ क्राइम टीम को भी मौके पर बुलाया गया। पुलिस ने आसपास के परि्या में सूचना देकर शव की शिनाख्त कराने के प्रयास किए, सफलता नहीं मिली। बाद में पुलिस को सामान्य अस्पताल की मोचरी में रखवा दिया। मृतक के शरीर पर किसी तरह के चोट के निशान नहीं पाए गए हैं। पुलिस के अनुसार मौत के कारणों का पता पोस्टमार्टम रिपोर्ट के बाद ही चल सकेगा।

**भाजपा किसान सेल के प्रदेशाध्यक्ष आज धारूहेड़ा में धारूहेड़ा।**

भाजपा किसान सेल के प्रदेशाध्यक्ष महेश चौहान 18 अगस्त को धारूहेड़ा के एक होटल में सेल के पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं की बैठक लेंगे। बैठक में सेल को जिला स्तर पर मजबूत बनाने की दिशा में चर्चा की जाएगी। किसान सेल के पूर्व जिलाध्यक्ष अशोक कोसलिया ने बताया कि महेश चौहान सेल से जुड़े पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं के साथ बैठक करते हुए आगामी रणनीति और संगठन को मजबूती प्रदान करने की दिशा में उठाए जाने वाले कदमों पर चर्चा करेंगे। उन्होंने किसान सेल के पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं को बैठक में उपस्थित रहने के निर्देश दिए हैं।

**दूध निकालते ही सड़कों पर छोड़ रहे पशुओं को**

हरीभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

शहर के गली-माहेल्लों से लेकर पॉश इलाकों और सड़कों पर घूमने वाले सभी पशु बेसहारा नहीं हैं। इन पशुओं के मालिक हैं, जो सुबह-शाम दूध निकालने के बाद चरने के लिए सड़कों का रास्ता दिखा देते हैं। जब पशु पकड़ने वाली कंपनी का ठेका लेने वाली कंपनी के कर्मचारी इन पशुओं को पकड़कर गोशाला ले जाने का प्रयास करते हैं, तो दबंग मालिक उनके साथ मारपीट करने तक पर उतारू हो जाते हैं। हादसों के बाद भी प्रशासन ऐसे पशु मालिकों के खिलाफ कोई एक्शन नहीं ले पा रहा है। अगस्त माह के शुरू में ही सड़कों पर घूमने वाले पशुओं के कारण दो बुजुर्गों की जान चली गई थी। एक रिटायर्ड कैप्टन की स्कूटी को टक्कर मारने से उसकी मौत हो गई थी, तो नगर पार्षद का चचेरा

भाई गोवंश के हमले में मौत का शिकार हो गया था। इससे पूर्व भी सड़कों पर होने वाले पशुओं के कारण कई लोगों की जान जा चुकी है। शहर के लोगों में हादसों के बाद आक्रोश पनपना शुरू हुआ, तो अधिकारियों ने सड़कों पर पशु छोड़ने वाले मालिकों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराने की चेतावनी उसी अंदाज में दी, जिस अंदाज में पहले दी जाती रही है। ऐसी चेतावनी उन पशुपालकों के लिए पूरी तरह बेअसर साबित हो रही है, जिन्हें 'मुफ्त' का दूध बेचने की आदत पड़ी हुई है। हादसों के बाद भी शहर की सड़कों और कॉलोनियों में ऐसे पशुओं की संख्या कम नहीं हो पाई है। शहर के सरकुलर रोड पर ही नाईवाली चौक के पास दिन भर बड़ी संख्या में गोवंश का जमावड़ा रहता है। इनमें ज्यादातर गाएं हनुमान मंदिर बड़ा तालाब के आसपास पशु रखने वाले लोगों की हैं।

**एजेंसी के कर्मचारियों को करना पड़ रहा विरोध का सामना**

रेवाड़ी। सेक्टर में गाय को रस्से से पकड़े हुए एजेंसी के कारिंदे, गाय को पकड़ने पर भाग कर आते हुए पशुपालक।

**शहर में तीन हजार से ज्यादा पशु पालतू**

पूर्व डीएमसी बह्मप्रकाश ने अपने स्तर पर शहर में सर्वे कराया था, जिसमें शहर के अंदरूनी इलाकों में 3 हजार से अधिक पालतू पशु होने की बात सामने आई थी। पशुपालकों को इन पशुओं को सड़कों पर नहीं छोड़ने की चेतावनी भी दी गई, परंतु बाद में एक्शन के नाम पर कुछ नहीं किया गया। सड़कों से पशुओं को पकड़ने की कवायद जब भी शुरू की जाती है, कर्मचारियों को पशु पालकों के विरोध से लेकर मारपीट तक का सामना करना पड़ता है। ऐसे में कर्मचारियों के लिए पशु पकड़ना आसान नहीं होता।

**लाखों रुपये खर्च से नहीं बदले हालात**

नगर परिषद की ओर से शहर से 2 हजार पशु पकड़ने का ठेका दिया हुआ है। प्रति पशु 28 सौ रुपये का भुगतान किया जाता है। लाखों रुपये खर्च करने के बाद भी पशुओं की संख्या कम होने की बजाय बढ़ रही है। राजनीतिक रूप से जान-पहचान रखने वाले पशु पालक उनकी गाय पकड़े जाने पर नेताओं की शरण में पहुंच जाते हैं। प्रभावी नेताओं के फोन आने के बाद महज 5 सौ रुपये का चालान करने के बाद पशु छोड़ दिया जाता है। ऐसे में पशु पकड़ने का अभियान कारगर परिणाम नहीं दे पाता।

**नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी**

शहर की सड़कों पर घूमते गोवंश की वजह से पैदा हो रही समस्याओं को लेकर सीएसआई व एजेंसी सेपछले 4 महीनों की रिपोर्ट मांगी गई है। गोवंश को पकड़ने के अभियान में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। अभियान में बाधा डालने वाले पशुपालकों पर भी नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी।

-प्रदीप अहलावत, डीएमसी रेवाड़ी।

**धमकी देकर सुड़वाए चार पशु**

गत रविवार को प्रशासन की सूखी के बाद नगर परिषद की ओर से एक बार फिर शहर में पशु पकड़ने का अभियान शुरू किया गया था। टीम ने सेक्टरों में अभियान की शुरूआत की। लगभग एक दर्जन पशुओं को पकड़ लिया गया। उन्हें ररिसया बांधकर गोशाला ले जाने की तैयारी की जा रही थी। इसी दौरान पशु मालिकों ने आकर कर्मचारियों के साथ झगड़ा करना शुरू कर दिया। कर्मचारियों से झगड़ा करते हुए चेतावनी दी कि उनके खिलाफ एफआईआर दर्ज करा दो। इसके बाद चार पशुओं को छुड़वा लिया गया।

**अनियंत्रित होकर दुकान में घुसा ट्राला हाइटेशन लाइन का बिजली पोल टूटा**

■ घटना के समय ट्रॉले में ड्राइवर के साथ 4 श्रमिक भी मौजूद थे, जो बाल-बाल बच गए

हरीभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

जाटूसाना में रविवार को देर रात तेज रफ्तार ट्राला अनियंत्रित होकर दुकान में घुस गया। ट्रॉले की टक्कर से 11केवी हाइटेशन बिजली लाइन का पोल टूटकर ट्राले के उसके ऊपर गिर गया। घटना के समय ट्रॉले में ड्राइवर के साथ 4 श्रमिक भी मौजूद थे, जो बाल-बाल बच गए। सूचना के बाद मौके पर पहुंची जाटूसाना थाना पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। रविवार रात्रि ट्राला जाटूसाना से बरेली की ओर जा रहा था। सर्विस रोड पर अचानक अनियंत्रित होकर सड़क के किनारे खाली पड़ी दुकान में जा घुसा, जिससे दुकान के

**स्कूल वैन की टक्कर से छात्रा घायल ड्राइवर के खिलाफ केस दर्ज**

रेवाड़ी। शहर में मां के साथ स्कूल बस के इंतजार में खड़ी 5वीं की छात्रा को स्कूल वैन ने टक्कर मार दी, जिससे छात्रा गंभीर रूप से घायल हो गई। यहीं नहीं बस उसे कई किलोमीटर तक घसीटती रही। बच्ची की मां के वैन के पीछे दौड़ने पर ड्राइवर को पता चला, जिसके बाद ड्राइवर ने बच्ची को वैन से निजी अस्पताल पहुंचा दिया। कुंड चौकी पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मूलरूप से गांव पाली हाल में हरजीपुर नंगली बलिहार रोड के पास स्थित ढाणी निवासी महिला ने बताया कि उसकी 10 वर्षीय बच्ची माडर्न स्कूल पाली में 5वीं कक्षा में पढ़ती है। 14 अगस्त को वह बेटी के साथ स्कूल वैन का इंतजार कर रही थी। उसी समय कैजिब स्कूल चोताइसरा की तेज रफ्तार से आई वैन ने उसकी बेटी को सीधी टक्कर मार दी और चपेट में आने से बच्ची 50 मीटर दूर तक घसीटती चली गई। महिला चिल्लाते हुए वैन के पीछे दौड़ती रही। महर्ला के स्कूल में फोन करने पर पता चला कि बच्ची एक प्राइवेट अस्पताल में उपचाराधीन है। महिला की शिकायत पर कुंड चौकी पुलिस ने वैन ड्राइवर, स्कूल संचालक और प्राचार्य के खिलाफ केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है।

**बोड़िया कमालपुर में मकान से दिनदहाड़े लाखों रुपये के गहने और कैश चोरी**

■ चोरी हुई गहनों के फोटो और बेचने की चैट परिचित के व्हाट्सअप नंबर पर मिली

हरीभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

गांव बोड़िया कमालपुर से चोर दिनदहाड़े लाखों रुपये के गहने और कैश चुरा ले गए। चोरी के समय मकान में महिलाएं कार्य में व्यस्त थी। चोरी हुई गहनों के फोटो और बेचने की चैट परिचित के व्हाट्सअप नंबर पर मिली। सदर थाना पुलिस ने शिकायत मिलने के बाद केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है। गांव बोड़िया कमालपुर निवासी रजनी ने बताया कि उसके पति कंपनी में काम करते हैं और घर पर वह और उसकी सास

रेवाड़ी। मकान में खुला पड़ा अलमारी का लॉकर। फोटो: हरिभूमि

रहती है। 10 अगस्त को उसने करीब 7 लाख के गहने और 3 हजार कैश अलमारी में रखे थे। 13 अगस्त को जब उसकी सास ने तीन पर्व पर बच्चों के लिए पैसे मांगें तो अलमारी से कैश और गहने गायब मिले, जबकि अमलारी का ताला बंद था, जिसकी सूचना उसने अपनी सास और पति को दी। उन्होंने बताया कि

**खानपान के सामान को ढककर व सफाई का ध्यान रखें दुकानदार: एसडीएम**

कोसली। कोसली के एसडीएम विजय कुमार यादव ने कहा कि बरखात के मौसम में नागरिक अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें और बाजार में रेहड़ी-खोमचों पर बिक रहे खाद्य-पदार्थ न खाएं। उन्होंने कहा कि खाद्य सामग्री तथा जूस आदि बेचते वाले दुकानदार व रेहड़ी चालक अपने सामान को ढककर रखें तथा कहीं भी गंदगी न फैलाएं। एसडीएम सोमवार को अपने कार्यालय में समाधान शिविर के दौरान स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों को दिशा-निर्देश दे रहे थे। उन्होंने कहा कि खाद्य सुरक्षा अधिकारी एवं स्वास्थ्य विभाग की टीम यह सुनिश्चित करें कि बाजार में कहीं भी खुले में खानपान का सामान न बिक रहा हो। बारिश के मौसम में संक्रमण की बीमारियों फैलने का खतरा बना रहता है। पिछले कुछ दिनों से सरकारी अस्पतालों में बुखार, पेट दर्द, स्त्रि दर्द, जी मिचलाना, चर्म रोग व गला खराब जैसी बीमारियों के मरीज बढ़ते जा रहे हैं। ये बीमारी गलत खाने के तरीकों से भी फैलती हैं। इस अवसर पर डीएसपी विद्यानंद, नायब तहसीलदार नरेश कुमार व खंड कृषि अधिकारी नवीन कुमार उपस्थित रहे।

**ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के प्रांगण में लगाए पौधे**

रेवाड़ी। पर्यावरण संरक्षण एवं हरित वातावरण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से सोमवार को ओम शांति सेक्टर-4 स्थित सेवा केंद्र पर ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के प्रांगण में पौधरोपण अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान ब्रह्माकुमारी बुजेश बहन, उषा बहन, रचना बहन एवं मधु बहन ने पौधे रोपित किए। अभियान के तहत कनेर, रेड प्लाम, जामुन, करोंदा, आम, नीम और अमरुद सहित विभिन्न फलदार एवं छायादार पौधे लगाए गए। इस दौरान पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए पौधों की नियमित देखभाल एवं संरक्षण का संकल्प भी लिया गया। मुख्य वक्ता ब्रह्माकुमारी बुजेश दीदी ने कहा कि वर्तमान समय में लगातार बढ़ता प्रदूषण और ग्लोबल वार्मिंग पूरी मानवता के लिए बड़ी चुनौती बन चुके हैं। इन चुनौतियों से निपटने के लिए अधिक से अधिक पौधे लगाना और उनकी उचित देखभाल करना जरूरी है। केवल पौधे लगाना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि उन्हें पेड़ बनने तक सुरक्षित रखना भी हमारी जिम्मेदारी है। उन्होंने आमजन से अपील की कि वे अपने जीवन के विशेष अवसरों को यादगार बनाने के लिए पौधारोपण करें और लगाए गए पौधों की नियमित देखभाल करें। कार्यक्रम को सफल बनाने में रामसिंह भाई, केशव भाई, महेंद्र भाई, रवि भाई एवं ललित भाई सहित अन्य लोगों ने सहयोग किया।

रेवाड़ी। सेक्टर-4 में पौधरोपण करते हुए। फोटो: हरिभूमि

**जलाभिषेक के लिए लगी रही श्रद्धालुओं की लाइनें, भोले को जल चढ़ाकर मांगी मन्नतें मंदिरों में आस्था का सैलाब, हर-हर महादेव के जयघोष से गूँजे शिवालय**

हरीभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

सावन के तीसरे सोमवार को जिलेभर के शिव मंदिरों में श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ी। सूर्योदय के साथ ही महिलाएं, पुरुष और बच्चे भगवान शिव के दर्शन और जलाभिषेक के लिए मंदिरों में पहुंचने लगे। मंदिर परिसर हर-हर महादेव और बम-बम भोले के जयकारों से गुंजते रहे। श्रद्धालुओं ने भगवान शिव का जलाभिषेक कर बेलपत्र, धतूरा, फूल और फल अर्पित किए तथा परिवार की सुख-समृद्धि की कामना की। तीसरे सोमवार को लेकर भीड़ की संभावना को देखते

हुए मंदिरों में कपाट सुबह जल्द खोल दिए गए। श्रद्धालुओं ने कतार में लगकर भगवान शिव का जलाभिषेक किया। कुछ श्रद्धालु गंगाजल लेकर मंदिर पहुंचे तो कई भक्तों ने दूध से भगवान भोलेनाथ का अभिषेक किया। महिलाओं में विशेष उत्साह देखने को मिला। बड़ी संख्या में महिलाओं ने व्रत रखकर शिव परिवार की पूजा की। मंदिरों में भगवान शिव के साथ माता पार्वती, गणेश और कार्तिकेय की भी पूजा-अर्चना की गई। श्रद्धालुओं ने परिवार की खुशहाली, संतान की सुख-समृद्धि और मनोकामना पूर्ण होने की प्रार्थना की।

रेवाड़ी। सावन के तीसरे सोमवार को अनाजमंडी शिव मंदिर में भोलेबाबा का अभिषेक करती महिलाएं। फोटो: हरिभूमि

**मंदिरों में सुरक्षा और व्यवस्था के इंतजाम**

श्रद्धालुओं की भीड़ को देखते हुए प्रमुख मंदिरों के आसपास व्यवस्था बनाए रखने के लिए स्वयंसेवकों की तैनाती की गई। मंदिर समितियों की ओर से श्रद्धालुओं के लिए पेयजल सहित अन्य सुविधाओं की व्यवस्था की गई। कई स्थानों पर प्रसाद और भंडारे का भी आयोजन किया गया।

**शिवमय हुआ शहर और गांवों का माहौल**

सावन सोमवार के चलते सुबह से ही शहर और ग्रामीण क्षेत्रों का माहौल शिवमय नजर आया। मंदिरों के आसपास फूल, बेलपत्र, पूजन सामग्री और प्रसाद की दुकानों पर भी रौनक रही। श्रद्धालुओं के जयघोषों और मंदिरों में बज रहे भजनों से वातावरण भक्तिमय बना रहा।

**कोसली स्टेशन क्षेत्र से दुकानदार लापता**

कोसली। कोसली स्टेशन क्षेत्र के साल्हावास रोड से दुकानदार बाजार जाने की कहकर लापता हो गया। लापता व्यक्ति के भाई भूदेव कोसली पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उनका 40 वर्षीय भाई संदीप शर्मा 13 अगस्त को दुकान से बाजार जाने की कहकर गया था, लेकिन वापस नहीं आया। उन्होंने अपने स्तर पर सभी रिश्तेदारों, दोस्तों और संबंधित स्थानों पर उसकी तलाश की, लेकिन उसका कोई पता नहीं चल पाया। पुलिस ने गुमशुदगी का मामला दर्ज कर लिया है।



हरिभूमि

रोहतक,मंगलवार  
18 अगस्त 2026

# सहेली

हमारे आस-पास ऐसे भी लोग होते हैं, जो कुछ भी ऐसा बोल जाते हैं, जो तल्ख या कटाक्ष भरा होता है। इससे दिल को ठेस लगती है। इस कारण हम बहुत समय तक मेंटली डिस्टर्ब रहते हैं। यह हमारे मेंटल ही नहीं फिजिकल हेल्थ के लिए भी सही नहीं है। इसलिए लोगों की बातों को हमें इस तरह दिल पर नहीं लेना चाहिए। हमेशा मेंटली और इमोशनली स्ट्रॉन्ग रहना चाहिए।

## दूसरों की बातों को ना लें दिल पर बनें मेंटली-इमोशनली स्ट्रॉन्ग

**कवर स्टोरी**  
**डॉ. आरती आनंद**  
क्लीनिकल साइकोलॉजिस्ट  
सर गंगाराम अस्पताल, दिल्ली



यदि हमारी जीवनशैली तनावमुक्त हो, तो यह किसी वरदान से कम नहीं है, लेकिन अक्सर ही हम छोटी-छोटी बातों को भी दिल से लगा लेते हैं। किसी की आलोचना, कटु शब्द या नकारात्मक व्यवहार हमें भीतर तक कचोट जाता है। फिर हम उसी घटना के बारे में लगातार सोचते रहते हैं। यही ओवरथिंकिंग धीरे-धीरे हमारा मानसिक संतुलन बिगाड़ देती है। परिणाम यह होता है, हमारी सोच नेगेटिव होने लगती है, जो हमारी मेंटल हेल्थ के लिए सही नहीं है।

### नेगेटिव सोच का हेल्थ पर बुरा असर

जब मन नेगेटिव सोच से भरा रहता है, तो इसका असर हमारे पूरे जीवन पर पड़ता है। रातों की नींद उड़ जाती है, मन हर समय चिंता में डूबा रहता है, एक बेचैनी रहती है। घर का माहौल भी तनावपूर्ण हो जाता है। रिश्तों में भी खटास आने लगती है। लंबे समय तक ऐसी स्थिति बनी रहने से इसका प्रभाव केवल मन पर ही नहीं, शरीर पर भी पड़ने लगता है। सिरदर्द, थकान, उच्च रक्तचाप और कई अन्य शारीरिक समस्याएं जन्म लेने लगती हैं। इसलिए हमें मेंटली-इमोशनली स्ट्रॉन्ग होना चाहिए। किसी की पैनिंग बातों पर बहुत ज्यादा ध्यान नहीं देना चाहिए।

### इमोशनली कौन होता है स्ट्रॉन्ग

इमोशनली स्ट्रॉन्ग व्यक्ति वह नहीं होता, जो लोगों की बातों को दिल पर ना ले, उसे कभी दुःख न हो या जो लोगों के व्यवहार से व्यथित होकर कभी रोए नहीं। बल्कि वह व्यक्ति इमोशनली स्ट्रॉन्ग होता है, जो हर कठिन परिस्थिति में स्वयं को संभालना जानता है। अपनी भावनाओं और परिस्थितियों को समझता है, उन्हें स्वीकार करता है, परिस्थितियों के अनुसार सही निर्णय लेने का प्रयास करता है।

### लोग हमारे हिसाब से व्यवहार नहीं करते

इंसान को यह समझना चाहिए कि जीवन में हर व्यक्ति हमारे हिसाब से पेश नहीं आता। वह अपने हिसाब से बोलता है, व्यवहार करता है, ऐसे लोग हमारे नियंत्रण से बाहर होते हैं। वहीं कुछ लोग हमारे स्वभाव के अनुकूल होते हैं, अच्छे से पेश आते हैं। बुद्धिमानों इसी में है कि जो हमारे अनुकूल हैं, उसे स्वीकार करें, साथ ही जिन्हें हम बदल सकते हैं, उन्हें बदलने का प्रयास करें। यह सोच हमें मानसिक रूप से मजबूत बनाती है, तरह-तरह के लोगों का सामना करने का साहस देती है।

### लोग क्यों गलत व्यवहार करते हैं

जो लोग बिना सोचे-समझे गलत-सलत बोलते हैं, गलत व्यवहार करते हैं, इसके पीछे के कारणों को हमें समझना चाहिए। असल में ऐसे लोग यह नहीं



समझते कि उनके व्यवहार का सामने वाले पर क्या प्रभाव पड़ेगा। इस तरह के लोग नकारात्मक सोच रखते हैं, उनमें आत्मविश्वास की कमी होती है।

### काउंसलिंग कराना भी है फायदेमंद

यदि किसी व्यक्ति का व्यवहार सही नहीं रहता है, वह बार-बार आपको परेशान कर रहा है, तो सबसे पहले उसे शांत और प्रेम पूर्वक समझाने की कोशिश करें। यदि इसके बाद भी उसके व्यवहार में कोई बदलाव नहीं आता, तो उसे काउंसलिंग लेने की सलाह दें। अक्सर लोग काउंसलिंग शब्द सुनते ही घबरा जाते हैं, जबकि इसमें डरने जैसी कोई बात नहीं है। काउंसलिंग व्यक्ति को अपनी भावनाओं, सोच और व्यवहार को बेहतर ढंग से समझने और उनमें सकारात्मक बदलाव लाने में मदद करती है।



दरअसल, बचपन से वे अपने परिवार और माता-पिता के व्यवहार को देखकर यही सीखे होते हैं। इसलिए उन्हें लगता है कि यदि वे तुरंत कुछ नहीं बोलेंगे तो लोग उन्हें कमजोर समझेंगे। इसलिए वे कुछ भी उल्टा-सीधा बोल देते हैं।

### कैसे करें अपने आपको कंट्रोल

किसी को भी दूसरों के साथ इस तरह का गलत व्यवहार नहीं करना चाहिए कि वह हर्ट फील करें, अपमानित महसूस करें या गुस्सा आए। जब भी आपको इस तरह की किसी बात पर गुस्सा आए तो अपने आपको नियंत्रित करने की कोशिश करें। किसी भी बात को व्यक्तिगत रूप से न लें। अपने मन को शांत रखें, दो मिनट रुकें और फिर सामने वाले को शांत मन से प्रेम पूर्वक जवाब दें। जहां तक संभव हो, तुरंत प्रतिक्रिया देने से बचें। अक्सर हम गलत ढंग से तब ही प्रतिक्रिया देते हैं, जब हमारे मन में किसी व्यक्ति के प्रति पहले से नकारात्मक भाव भरे होते हैं। इसलिए मन में नकारात्मकता को स्थान न दें, हमेशा सकारात्मक सोच रखें। धैर्य से काम लें, संयमित व्यवहार करें।



### दूसरों की बातों को महत्व न दें

जब हम दूसरों की किसी बात को दिल से लगा लेते हैं तो उसी के बारे में लगातार सोचते रहते हैं, पूरे दिन मूड खराब रहता है। फिर हम इसके लिए दूसरे व्यक्ति को जिम्मेदार ठहराते हैं, जबकि वास्तविक गलती हमारी होती है, क्योंकि हमने उसकी बातों को सच मान लिया। ऐसा अक्सर अपने भीतर आत्मविश्वास की कमी के कारण होता है। इसलिए दूसरों की बातों को आवश्यकता से अधिक महत्व ना दें।

### अपने काम पर रहें केंद्रित

घर-परिवार या कार्यालय में जो कुछ भी हो रहा हो, उसे हर बार व्यक्तिगत रूप से ना लें। अपने मन को शांत रखें और अपने काम पर ध्यान केंद्रित करें। चाहे सामने वाला आपका बॉस हो या परिवार का कोई सदस्य, अपनी बात हमेशा शांत, संयमित और प्रेम पूर्वक सलीके से रखें। यह ध्यान रखें कि आपकी बात से सामने वाले को ठेस न पहुंचे।

### तुरंत प्रतिक्रिया देने से बचें

यदि कोई ऐसी बात आपके सामने आती है, जिससे आपको गुस्सा या दुःख महसूस हो तो तुरंत प्रतिक्रिया देने से बचें। पहले अपने मन को शांत करें, परिस्थिति पर विचार करें फिर अपनी बात सहजता और पूरी विनम्रता से व्यक्ति के सामने रखें।

### अपनी दिनचर्या को रखें व्यवस्थित

अपने बारे में कभी भी नेगेटिव बातें ना सोचें। शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए नियमित रूप से योग या व्यायाम करें। पर्याप्त नींद लें और संतुलित भोजन करें। एक व्यवस्थित दिनचर्या अपनाएं, क्योंकि स्वस्थ दिनचर्या भावनाओं को नियंत्रित रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। साथ ही उन लोगों के साथ समय बिताएं, जो आपसे प्रेम करते हैं, आपका सम्मान करते हैं, जिनके साथ रहकर आपको खुशी महसूस होती है, पॉजिटिव एनर्जी मिलती है। ✨

प्रस्तुति: संध्या रानी

## नई पीढ़ी के बदलते रिश्ते समझदारी से बढ़ाएं कदम

हाल के वर्षों में युवक-युवतियों के बीच 'फ्रेंड्स विद बेनिफिट्स' और 'सिचुएशनशिप' जैसे रिश्ते आसानी से देखे जा रहे हैं। ऐसे रिश्ते आसानी से स्थायी होते हैं, इनका भविष्य कैसा है, इस बारे में समझना जरूरी है।



**नया दौर**  
**रज्जहा सिंह**

आज की नई पीढ़ी में स्त्री-पुरुष के रिश्तों की परिभाषा तेजी से बदल रही है। पहले जहां प्रेम, विश्वास और विवाह को किसी भी संबंध का आधार माना जाता था, वहीं अब कुछ नए प्रकार के रिश्ते युवाओं के बीच सामान्य होते जा रहे हैं। इनमें 'फ्रेंड्स विद बेनिफिट्स' और 'सिचुएशनशिप' जैसे संबंध प्रमुख हैं। ऐसे रिश्ते आसानी से स्थायी होते हैं, इनका भविष्य कैसा है, इस बारे में समझना आवश्यक है।

### फ्रेंड्स विद बेनिफिट्स और सिचुएशनशिप

'फ्रेंड्स विद बेनिफिट्स' ऐसे दो दोस्तों का संबंध होता है, जिनके बीच दोस्ती तो होती है, लेकिन प्रेम या भविष्य को लेकर कोई प्रतिबद्धता नहीं होती। वे केवल अपनी जरूरतों को पूरा करने के लिए जुड़ते हैं। दोनों के बीच यह स्पष्ट समझ होती है कि भविष्य में कोई एक-दूसरे पर अधिकार नहीं जताएगा। दूसरी ओर 'सिचुएशनशिप' दोस्ती से एक कदम आगे का रिश्ता माना जाता है। इसमें आकर्षण, रोमांस, साथ समय बिताना, उपहार देना, डिनर पर जाना और एक-दूसरे की मदद करना जैसी बातें शामिल होती हैं, लेकिन विवाह या जीवन भर साथ निभाने का कोई वादा नहीं होता।

### वर्षों बढ़ रहे हैं ऐसे रिश्ते

ऐसे रिश्ते पारंपरिक सोच रखने वाले परिवारों

के लिए स्वीकार करना कठिन होते हैं। बचपन से बच्चों पर अच्छी पढ़ाई, बेहतर करियर, ऊंची आय और सामाजिक प्रतिष्ठा हासिल करने का दबाव समय के साथ बढ़ता जाता है। इस दौड़ में उन्हें रिश्तों की भावनात्मक गहराई, परिवार के महत्व और वैवाहिक जीवन की जिम्मेदारियों को समझने का पर्याप्त अवसर नहीं मिल पाता। परिणामस्वरूप कई युवा ऐसे रिश्तों को सुविधाजनक विकल्प मानने लगते हैं, जिनमें जिम्मेदारी कम और स्वतंत्रता अधिक होती है।

### महिलाएं रखें ध्यान

महिलाएं भावनाओं और आकर्षण के बीच का अंतर समझें। किसी भी रिश्ते में आत्मसम्मान, विश्वास, स्पष्टता और मानसिक सुरक्षा सबसे महत्वपूर्ण होता है। केवल अकेलेपन या आकर्षण के कारण ऐसा संबंध स्वीकार करना, जिसमें भविष्य की कोई स्पष्ट दिशा न हो, बाद में भावनात्मक पीड़ा का कारण बन सकता है। बदलते समय को समझना आवश्यक है, लेकिन ऐसे संबंधों का चुनाव करते समय महिलाओं को अपनी भावनात्मक सुरक्षा, सम्मान और भविष्य को हमेशा प्राथमिकता देनी चाहिए।

### परिवार की क्या हो भूमिका

परिवारों की भी जिम्मेदारी है कि वे बेटियों, बेटों दोनों के साथ रिश्तों, भावनाओं और विवाह जैसे विषयों पर खुलकर संवाद करें। यदि युवाओं को स्वस्थ संबंधों का महत्व समझाया जाए तो वे जिम्मेदार रिश्तों की ओर अधिक आकर्षित होंगे। ✨

**सजेशन**  
**मनोज अग्निहोत्री**

शहरों-महानगरों के प्लैट कल्चर के इस युग में एक कैपस या सोसाइटी में सैकड़ों परिवार रहते हैं। यहां पर कैपस में ही सभी सुविधाएं होती हैं। ऐसे में बच्चों को सोसाइटी में रहने के एटिकेट्स सिखाना बहुत आवश्यक है, क्योंकि बच्चों की आदतें, स्वभाव और गतिविधियां कहीं-न-कहीं उनके पैरेंट्स की परवरिश के बारे में भी बताती हैं।

**पड़ोसियों से सम्मानजनक व्यवहार:** बच्चों को किसी के भी घर में जाकर यहां-वहां ताका-झांकी न करने को कहें। भले ही किसी पड़ोसी का दरवाजा खुला हो पर उन्हें कॉलबेल बजाकर ही घर में प्रवेश करने को कहें। किसी के भी घर में प्रवेश करने से पहले अपने से बड़ों का अभिवादन करना सिखाएं। कई बार बच्चे खेल-खेल में अपने आस-पास के प्लैट्स की कॉलबेल बजाकर भाग जाते हैं, जिससे उस प्लैट में रहने वालों को काफी परेशानी होती है। इसलिए बच्चों को ऐसा न करने की सख्त हिदायत दें। **एमिनटीज को ठीक से हैंडल करें:** आजकल प्रत्येक सोसाइटी में जिम, स्विमिंग पूल और झूलने जैसी अनेक एमिनटीज होती हैं। आप बच्चों को इन्हें सभ्यतापूर्वक प्रयोग करने की हिदायत दें। कई बार छोटे बच्चे जिम में जाकर डबल्स और अन्य चीजों की उठा-पटक करते हैं, जिससे उन्हें चोट तो लग ही सकती है। साथ ही जिम की चीजें भी अस्त-

अगर आप प्लैट में रहते हैं तो ध्यान रखें कि आपके बच्चों की एक्टिविटीज ऐसी नहीं होनी चाहिए कि सोसाइटी में रहने वाले दूसरे लोगों को कोई परेशानी हो। ऐसे में उन्हें बचपन से ही सोसाइटी में रहने के कुछ एटिकेट्स जरूर सिखाएं।

## बच्चों को सिखाएं सोसाइटी एटिकेट्स



व्यस्त हो जाती हैं। इसलिए उन्हें ऐसा न करने को समझाएं। **सोसाइटी को रखें साफ-सुथरा:** अक्सर बच्चे लिफ्ट, वेंटिंग एरिया आदि को स्केच पेन से गंदा कर देते हैं, अपनी साइकिलों को इधर-उधर छोड़ देते हैं, सोसाइटी के गार्डन एरिया में फूलों को तोड़ने लगते हैं या फिर कई बार बच्चे चिप्स, चॉकलेट-टॉफी आदि के पैकेट्स को कहीं भी फेंक देते हैं। सोसाइटी को भी अपने घर की तरह ही साफ-सुथरा रखने की हिदायत और सीख अपने बच्चों को दें। सामूहिक रूप से उन्हें सोसाइटी क्लीन करने के लिए प्रेरित करें। इसके लिए वीक में किसी हॉली-डे पर आप खुद भी बच्चों के साथ मिलकर सोसाइटी को क्लीन रखने के काम में उनका साथ दें

सकते हैं। इससे बच्चे प्रेरित होंगे और उत्साह से इस काम को करेंगे। **सभी को दें रेस्पेक्ट:** कुछ बच्चे सोसाइटी के गार्ड्स, स्वीपर्स और मेड्स से मिसबिहेव करते हैं। आप उन्हें अपने से बड़े प्रत्येक इंसान से सम्मानजनक तरीके से पेश आने को कहें फिर चाहे वह सोसाइटी का वर्कर हो या निवासी। **नियमों का करें पालन:** अक्सर बच्चे सोसाइटी की पार्किंग में खड़ी गाड़ियों के कांच तोड़ देते हैं या फिर उन पर स्क्रैच कर देते हैं। उन्हें इस प्रकार की हरकतें करने पर समझाएं, हल्की डांट भी लगाएं और आगे से न करने की सीख दें। उन्हें समझाएं कि अगर कोई हमारी गाड़ी पर ऐसा करेगा तो कितना गंदा लगेगा। इससे बच्चे जल्दी समझेंगे और भविष्य में ऐसा नहीं करेंगे। इसके साथ ही सोसाइटी के नियम उन्हें बताएं कि क्या करना है और क्या नहीं? आप उन्हें हर उस एक्टिविटी के बारे में जरूर बताएं, जिससे दूसरों को परेशानी हो सकती है। ✨

(चाइल्ड काउंसलर  
कीर्ति वर्मा से की गई  
बातचीत पर आधारित)

**स्किन केयर**  
**शहनाज हुसैन, ऑनकोलॉजिस्ट**

हालांकि बारिश के दिनों में धूप कम ही निकलती है लेकिन इसके बावजूद धूप से सुरक्षा बहुत जरूरी होती है क्योंकि सूर्य की युवी किरणें बादलों को पार करके जमीन पर आ जाती हैं और त्वचा को नुकसान पहुंचा सकती हैं। ऐसे में आप 30 एस पी एफ या इससे ज्यादा क्षमता की सनस्क्रीन जरूर लगाएं। लेकिन त्वचा की सुरक्षा के लिए सनस्क्रीन के साथ-साथ धरेलू उपचारों को भी आजमाएं। **ऐसे बना सकते हैं सनस्क्रीन:** घर में उपलब्ध चीजों से सनस्क्रीन बनाने के लिए एलोवेरा जेल, नारियल तेल, शिया बटर और जिंक ऑक्साइड का उपयोग किया जा सकता है। इन सबको मिलाकर एक क्रीम बनाई जा सकती है, जो त्वचा को धूप से

## स्किन प्रोटेक्शन के लिए घर में बनाएं सनस्क्रीन

बचाने में मदद करती है। धूप की जलन से त्वचा की सुरक्षा में एलोवेरा महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। एलोवेरा को आप सीधे पीघे से तोड़कर भी इस्तेमाल कर सकती हैं। आप इसकी शाखा को खुरच कर जेल निकाल लें और इसे सीधे अपनी त्वचा पर लगा लें। कुछ देर बाद त्वचा को ताजे पानी से धो डालें। यह सनबर्न का बेहतर इलाज है।

**खीरा-गुलाब जल:** त्वचा के लिए गुणकारी खीरा का इस्तेमाल भी आप सनस्क्रीन लोशन बनाने के लिए कर सकती हैं।

ऑफिस में कई-कई घंटे बैटकर रेगुलर डेस्क वर्क करने से आपकी हेल्थ पर बुरा असर पड़ सकता है। इससे बचने के लिए आप वर्कप्लेस पर माइक्रो वॉक कर सकती हैं। यह कैसे करते हैं, इसके क्या फायदे हैं, जानिए।

## ऑफिस में करें माइक्रो वॉक आप रहेंगी फिट-एनर्जेटिक



आप ऑफिस में हर घंटे सिर्फ 2-5 मिनट चलने की आदत बना लेती हैं, तो यह आपकी शारीरिक और मानसिक सेहत दोनों

हैं। इसे बनाने के लिए सबसे पहले खीरे को कद्दूस करें और उसका पूरा रस निकाल लें। अब इसमें गुलाब जल मिलाकर एक घोल तैयार कर लें। अब इस मिश्रण को आप सनस्क्रीन की तरह इस्तेमाल कर सकती हैं। ठंडी तासीर की वजह से खीरा आपको ठंडक देगा।

**नारियल-जैतून तेल:** नारियल-जैतून तेल स्किन के लिए काफी फायदेमंद हैं। इससे सनस्क्रीन बनाने के लिए आधे कप नारियल तेल में ऑलिव ऑयल

नारियल-जैतून तेल स्किन के लिए काफी फायदेमंद हैं। इससे सनस्क्रीन बनाने के लिए आधे कप नारियल तेल में ऑलिव ऑयल

के लिए लंबे समय में लाभकारी साबित हो सकता है। छोटी-छोटी स्वस्थ आदतें ही भविष्य में बड़ी बीमारियों से बचाती हैं। **क्या है माइक्रो वॉक:** इन समस्याओं से बचाव में माइक्रो वॉक काफी कारगर हो सकती है। माइक्रो वॉक का अर्थ है, दिन भर में नियमित अंतराल पर केवल 2 से 5 मिनट के लिए उठकर चलना। हर 30 से 60 मिनट में अपनी सीट से उठें, थोड़ा टहलें, पानी भरने जाएं, सीढ़ियां चढ़ें या ऑफिस के कॉरिडोर में कुछ मिनट टहलें। **माइक्रो वॉक के फायदे:** इसके कई फायदे हैं। जैसे-शरीर में रक्त संचार बेहतर होता है। कमर, गर्दन और कंधों पर पड़ने वाला दबाव कम होता है। शरीर में ऊर्जा बनी रहती है और थकान कम महसूस होती है। मानसिक तनाव कम करने और मूड बेहतर रखने में मदद मिलती है। एकाग्रता और उत्पादकता बढ़ती है। लंबे समय में मोटापा, डायबिटीज और

की 15 बूंदें डालें। अब इसमें 7 बूंदें कैरट सीड्स ऑयल मिलाएं और इसे एक कांच की बोतल में भरकर रख दें। आप इसे लंबे समय तक यूज कर सकती हैं।

**शिया बटर-बादाम ऑयल:** कांच की कटोरी में दो चम्मच बादाम का तेल, एक चम्मच शिया बटर, 1 चम्मच कोको बटर, विटामिन ए, कैल्शियम, जिंक ऑक्साइड आधा चम्मच लें। सभी चीजों को अच्छी तरह से मिलाकर एक एयर टाइट कंटेनर में रख लें, बाहर जाने से 15-20 मिनट पहले लगा लें। **एलोवेरा-शिया बटर:** 1 चम्मच एलोवेरा जेल, 1-2 चम्मच नारियल तेल, 3-4 चम्मच शिया बटर और 3-4 चम्मच जिंक ऑक्साइड को एक कटोरी में मिलाकर क्रीम जैसा मिश्रण बना लें। इस मिश्रण को एक प्लास्टिक के डब्बे में डालकर फ्रीज में रख लीजिए और यूज कीजिए। एलोवेरा जेल, स्किन को मॉयश्चराइज करने में मदद करता है और त्वचा को ठंडक प्रदान करता है। ✨

हृदय रोगों के जोखिम को कम करने में सहायता मिलती है। लंबे समय तक बैठने से होने वाली मसल्स की अकड़न में राहत मिलती है।

**कैसे करें माइक्रो वॉक :** हर 45-60 मिनट का रिमाइंडर अपने फोन पर सेट करें। फोन पर बात करते समय बैठे रहने की बजाय चलते हुए बातचीत करें। पानी की बोतल बार-बार भरने के लिए स्वयं जाएं। यदि संभव हो, लिफ्ट की जगह सीढ़ियों का उपयोग करें। प्रिंटर तक या सहकर्मी को डेस्क तक पहुंचाएं। बर्किंग ऑवर्स में छोटे-छोटे ब्रेक लेकर कुछ कदम जरूर चलें। **मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद:** जब हम कुछ मिनटों के लिए अपनी सीट छोड़कर चलते हैं, तो मस्तिष्क को भी एक छोटा ब्रेक मिलता है। इससे तनाव कम होता है, ध्यान केंद्रित करने की क्षमता बढ़ती है और कार्य के प्रति उत्साह बना रहता है। कई बार केवल दो-तीन मिनट की वॉक भी मानसिक थकान को काफी हद तक कम कर सकती है। वैसे तो सिटिंग जाँब करने वाले सभी के लिए माइक्रो जाँब फायदेमंद है लेकिन आईटी प्रोफेशनल्स, बैंक, कॉल सेंटर, आकॉउंट्स आदि प्रोफेशनल्स के लिए अधिक जरूरी है। ✨

(फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. इंद्रमणि उपाध्याय से बातचीत पर आधारित)

**दूसरे बच्चों से अच्छा बिहेवियर**  
अपने बच्चों को सोसाइटी के सभी बच्चों के साथ मित्रतापूर्वक व्यवहार करने और परस्पर लड़ाई-झगड़ा न करने को कहें। साथ ही किसी बात पर मतभेद होने पर खुद ही झगड़ा करने के स्थान पर बड़ों से शिकायत करने की कठिनाई ताकि बच्चे आपस में मारपीट से बचे रहें।



खबर संक्षेप

**सैनिक कैटीन ने समस्याओं के लिए बनाया व्हाट्सएप ग्रुप**  
कोसली। कोसली सैनिक कैटीन ने पूर्व सैनिकों एवं सैनिक परिवारों की समस्याओं का समाधान करने के उद्देश्य से सोशल मीडिया पर व्हाट्सएप ग्रुप शुरू किया है। ग्रुप पर सैनिक अपनी प्रश्न, ईसीएचएस व कैटीन आदि से संबंधित समस्याएं व सुझाव डाल सकते हैं। कैटीन के प्रबंधक कैटन सीताराम ने बताया कि जीओसी कोटा के साथ हुई मीटिंग में यह सोशल मीडिया का चैनल शुरू करने का सुझाव रखा था। व्हाट्सएप ग्रुप का नाम ईएसएम कैटीन कोसली है और इसका क्यू आर कोड कैटीन की दीवार पर लगा दिया गया है। ग्रुप पर पूर्व सैनिक किसी प्रकार की समस्या या अपने सुझावों को भेज सकते हैं।

**कनीना की प्रीति यादव बनी डिप्टी डायरेक्टर**  
कनीना। भारत सरकार के इलेक्ट्रॉनिक एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय के तहत आने वाले राष्ट्रीय सूचना विज्ञान केंद्र ने एक अहम अधिसूचना जारी कर विभाग में कार्यरत कनीना वासी प्रीति यादव को डिप्टी डायरेक्टर के पद पर पदोन्नत किया है। जिसे लेकर नगरवासियों तथा परिजनों ने खुशी जताई है। कनीना के वार्ड 13 निवासी रोडवेज कर्मचारी यूनियन के पूर्व प्रधान सुरेश यादव ने बताया कि उनकी पुत्रवधू प्रीति यादव, अब तक असिस्टेंट डायरेक्टर के पद पर कार्यरत थी। जिन्हें हाल ही में पदोन्नत कर डिप्टी डायरेक्टर के पद पर नियुक्त किया गया है।

**शहीदों के सम्मान में लगाई चारे की सवामणी**  
नारनौल। सामाजिक संस्था नेकी की दीवार नीडी हेल्प ग्रुप की मुहिम गो सेवा गोपाल सेवा के अंतर्गत श्रीअनाथ गोशाला में शहीदों के सम्मान में हरे चारे की सवामणी लगाई। संथापक मनीष गोगिया ने बताया कि शहीदों को इससे अच्छी श्रद्धांजलि नहीं दी जा सकती। संस्था की ओर से समय समय पर गो माताओं के लिय सृष्टिग का आयोजन करती आ रही है ये सेवा निरंतर जारी रखी जाएगी। कोषाध्यक्ष अनिल शर्मा ने आह्वान किया कि वो भी गो माता के लिय सवामणी लगाए और उनका आशीर्वाद प्राप्त करें। मार्गदर्शक मोहरसिंह प्रजापति ने कहा कि वो अपने बच्चों के जन्मदिन, शादी की सालगिरह, पित्रों की शांति के सवामणी करनी चाहिए।

नांगल दर्गू में निकाली घर -घर तिरंगा यात्रा, बच्चों ने लिया भाग



नारनौल। तिरंगा यात्रा निकालते विद्यार्थी।

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

पीएम श्री राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नांगल दर्गू में घर-घर तिरंगा यात्रा का आयोजन किया गया। जिसकी अगुवाई एनएसएस यूनिट ने की। प्राचार्य कैलाश यादव, पूर्णसिंह सरपंच, जिला समन्वयक एनएसएस चरण सिंह बड़ेसरा ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। राम रूप भोपा, सत्यपाल सिंह, अनिल कुमार, योगेन्द्र सिंह,



रेवाड़ी। समाधान शिविर में शिकायतें सुनते डीसी।

समाधान शिविर में दूषित पानी, अवैध कब्जे व सीवर सफाई न होने की पहुंची शिकायतें

रेवाड़ी। डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि जिला प्रशासन का मुख्य उद्देश्य लोगों की समस्याओं का समयबद्ध समाधान सुनिश्चित करना है। डीसी मीणा सोमवार को लघु सचिवालय समागार में आयोजित समाधान शिविर में लोगों की शिकायतों को सुनवाई कर रहे थे। समाधान शिविर में आरबीएस स्कूल रामपुरा के पीछे सीवर व खाली प्लाट में गंदे दूषित पानी की निकासने, गांव रसूली में जोहड़ की जगह पर हो रहे अवैध निर्माण, गांव गंगायचा अहीर में रास्ते पर अवैध कब्जे व यादव नगर में सीवर सफाई करके की शिकायत पर डीसी अधिकारियों को समस्याओं का समाधान करने निर्देश दिए। इस अवसर पर एसपी हमेंद्र मीणा, एडीसी राहुल मोदी, सीटीएम जितेंद्र कुमार व डीएसपी संजीव बल्हारा सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

कहीं उग आई झाड़ियां, कहीं लगा कचरे का अंबार  
एक करोड़ से बना स्टेडियम बदहाल, खिलाड़ी परेशान



रेवाड़ी। खेल स्टेडियम में ऊगी कटीली झाड़ियां।

फोटो : हरिभूमि

स्टेडियम जाने वाला रास्ता बदहाल

खेल स्टेडियम में सुविधाओं के अभाव में खिलाड़ी चोटिल होने के खतरे से कम होते जा रहे हैं। कस्बे से स्टेडियम की ओर जाने वाला रास्ता भी बदहाल स्थिति में है। गागीणों का कहना है कि खेलों को बढ़ावा देने से युवाओं को नशे से दूर रखा जा सकता है। उन्होंने कहा कि पिछले साल में युवा तीन बार अपने स्तर पर ट्रैक्टर व रोटावेक्टर से खेल स्टेडियम को सफाई करा चुके हैं। जेपी यादव ने कहा कि खेल स्टेडियम में सभी सुविधाएं होनी चाहिए ताकि युवा अधिक से अधिक अभ्यास कर सकें। उन्होंने कहा स्टेडियम के साथ ही कचरा भी डाला जा रहा है, जिससे युवाओं को स्वस्थ वातावरण नहीं मिल पा रहा है। उन्होंने स्टेडियम के पास से कचरा डंपिंग गार्ड को भी हटाने की मांग की है।

पड़ रही है। युवाओं को मजबूरी में सड़क पर दौड़ लगानी पड़ रही है, जिससे दुर्घटना होने का खतरा बना रहता है। देखरेख व मरम्मत के



रेवाड़ी। खेल स्टेडियम की दयनीय हालत।

फोटो : हरिभूमि

सिध्या ने सीबीएसई नॉर्थ जोन शूटिंग चैंपियनशिप में जीता कांस्य पदक

■ 400 में से 374 अंक हासिल कर मनवाया लोहा

हरिभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी



रेवाड़ी। कोच रमन राव के साथ पदक विजेता खिलाड़ी।

चैंपियनशिप में 1200 खिलाड़ियों ने भाग लिया। सिध्या सीबीएसई नेशनल शूटिंग चैंपियनशिप के लिए चयनित हो गई है। वहीं अकादमी की एक और खिलाड़ी मानवी यादव ने अंडर-14 वर्ग में खेलते हुए 400 में से 374 का स्कोर लगाकर कांस्य पदक हासिल किया। कोच ने बताया कि जोनल स्तर की

सीबीएसई नेशनल चैंपियनशिप के लिए चयन हुआ है। कोच ने बताया की टॉप 5 खिलाड़ियों का चयन जोनल से नेशनल चैंपियनशिप के लिए होता है। रमन राव ने बताया कि अकादमी के खिलाड़ी एशियाई चैंपियनशिप एवं वर्ल्ड कप में भारत के लिए पदक ला चुके हैं।

किसान कृषि यंत्रों पर अनुदान के लिए 24 तक अनिवार्य रूप से जमा करवाएं बिल

हरिभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

कृषि एवं किसान कल्याण विभाग की ओर से स्कीम 2025-26 के तहत कृषि यंत्रों पर अनुदान का लाभ लेने के लिए आवेदन करने वाले किसानों में से पात्र लाभार्थियों का चयन ड्रा के माध्यम से किया गया है। इसके लिए मशीनों के बिल 24 अगस्त तक जमा कराने होंगे।

सहायक कृषि अभियंता इंजीनियर दिनेश शर्मा ने बताया कि चयनित किसानों को विभिन्न कृषि यंत्रों की खरीद पर 40 से 50 प्रतिशत तक अनुदान दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि गत 21 जुलाई को डीसी को अध्यक्षता में किसानों की



सहायक कृषि अभियंता इंजीनियर दिनेश शर्मा।

मौजूदगी में जिला स्तरीय कार्यकारिणी कमेटी की बैठक लघु सचिवालय में आयोजित की गई थी। बैठक में ड्रा के माध्यम से रोटावेक्टर, लेजर लैंड लेवलर सहित अन्य कृषि यंत्रों के लिए किसानों का चयन किया गया। दस्तावेजों की जांच के बाद चयनित किसानों को कृषि यंत्र खरीदने के लिए विभागीय पोर्टल पर ऑनलाइन परमिट जारी कर दिए गए हैं। चयनित किसान विभागीय पोर्टल

तय समय में प्रक्रिया पूरी करें चयनित किसान

कृषि यंत्र खरीदने के बाद संबंधित किसान को मशीन के बिल, ई-वे बिल तथा मशीन के साथ जीपीएस सहित फोटो 24 अगस्त तक डीलर के माध्यम से पोर्टल पर अपलोड करवाने होंगे। विभाग ने चयनित किसानों से निर्धारित समय सीमा के भीतर प्रक्रिया पूरी करने का आह्वान किया है, ताकि उन्हें अनुदान का लाभ मिल सके।

पर उपलब्ध अपनी पसंद के निमांता अथवा डीलर से 18 अगस्त तक कृषि यंत्र खरीद सकते हैं।

मुख्यमंत्री नायब सैनी होंगे मुख्य अतिथि, उपायुक्त ने ली अधिकारियों की बैठक  
नशामुक्त हरियाणा संदेश के साथ 6 सितंबर को होगी मैराथन



मैराथन के लिए पंजीकरण प्रक्रिया आज से शुरू

हरिभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

नशे के खिलाफ जन जागरूकता का संदेश देने के उद्देश्य से रेवाड़ी में आगामी 6 सितंबर को मैराथन का आयोजन किया जाएगा। मैराथन में हर आयु वर्ग के नागरिकों, युवाओं, विद्यार्थियों, सामाजिक संगठनों, औद्योगिक इकाइयों तथा विभिन्न संस्थाओं की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी कार्यक्रम



रेवाड़ी। मैराथन को लेकर अधिकारियों की बैठक लेते डीसी।

में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत करेंगे। मैराथन के सफल आयोजन को लेकर डीसी अभिषेक मीणा ने सोमवार को विभागों के अधिकारियों के साथ बैठक की और तैयारियों की समीक्षा की। उन्होंने

अधिकारियों को निर्देश दिए कि कार्यक्रम को व्यवस्थित, सुरक्षित और आकर्षक बनाने के लिए सभी आवश्यक व्यवस्थाएं समय रहते पूरी करें। उन्होंने कहा कि मैराथन केवल एक खेल आयोजन नहीं, बल्कि समाज को नशे के दुष्प्रभावों

जर्नलिज्म विभाग में स्टूडियो की मांग को लेकर कुलपति को सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज़ ►► नीरपुर

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय के जर्नलिज्म एवं मास कम्यूनिकेशन विभाग के विद्यार्थियों ने एनएसयूआई छात्र नेता रवि मसीत के नेतृत्व में विभाग में आधुनिक मीडिया स्टूडियो की सुविधा उपलब्ध कराने की मांग को लेकर विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. असीम मिंगलानी को ज्ञापन सौंपा। विद्यार्थियों ने बताया कि जर्नलिज्म विभाग में स्टूडियो की सुविधा उपलब्ध नहीं होने के कारण उन्हें प्रैक्टिकल एवं मीडिया प्रशिक्षण में परेशानियों का सामना करना पड़ रहा



रेवाड़ी। कुलपति को ज्ञापन सौंपते हुए विद्यार्थी।

है। कुलपति प्रो. मिंगलानी ने विद्यार्थियों की मांग को सुनते हुए जल्द ही समस्या का समाधान कराने का आश्वासन दिया। विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय प्रशासन को 15 दिन के अंदर सकारात्मक कार्रवाई करने का समय दिया है। एनएसयूआई छात्र नेता रवि मसीत ने कहा कि विद्यार्थियों की समस्याओं

और उनके अधिकारों की आवाज को पहले भी लगातार उठाया गया है और आगे भी पूरी मजबूती के साथ उठाया जाता रहेगा। उन्होंने कहा कि जर्नलिज्म के विद्यार्थियों के लिए स्टूडियो कोई अतिरिक्त सुविधा नहीं, बल्कि उनकी पढ़ाई और व्यावहारिक प्रशिक्षण का महत्वपूर्ण हिस्सा है।

भाजपा के नव नियुक्त जिला प्रभारी का रेवाड़ी आगमन पर हुआ अभिनंदन

हरिभूमि न्यूज़ ►► रेवाड़ी

भाजपा के नव नियुक्त जिला प्रभारी डॉ. मदनलाल गोयल के रेवाड़ी आगमन पर गंगायचा टोल पर अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद के पूर्व छात्र नेताओं ने फूलमालाओं से स्वागत किया। पूर्व जिला अध्यक्ष युवा

■ डॉ. मदनलाल के मार्गदर्शन में जिला भाजपा संगठन को नई ऊर्जा एवं मजबूती मिलेगी : एडवोकेट रविन्द्र गुर्जर

गुर्जर के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने प्रभारी को स्मृति चिह्न भेंट किया।

इस मौके पर युवा मोर्चा प्रदेश उपाध्यक्ष एवं अभाविप के पूर्व प्रदेश उपाध्यक्ष कुलदीप यादव व अमित यादव



रेवाड़ी। डॉ. मदनलाल गोयल का स्वागत करते कार्यकर्ता।

पूर्व जिला महामंत्री भाजपा सहित अनेक एबीवीपी कार्यकर्ता मौजूद थे। इस मौके पर एडवोकेट रविन्द्र गुर्जर ने कहा कि डॉ. मदनलाल गोयल के मार्गदर्शन में जिला भाजपा संगठन को नई ऊर्जा एवं मजबूती मिलेगी।

नशे से दूर रहने को पुलिस ने किया जागरूक



रेवाड़ी। ग्रामीणों को जागरूक करती नशा मुक्ति टीम।

फोटो : हरिभूमि

का भविष्य भी अंधकारमय कर देता है। युवा देश का भविष्य है, जिन्हें पढ़ाई, खेल और अपने सपनों में ध्यान लगाना नशे जैसी बुरी आदतों से हमेशा दूर रहना चाहिए। उन्होंने ग्रामीणों को साइबर अपराध के खतरों से भी अवगत कराया। उन्होंने बताया कि आजकल

अपराधी फोन कॉल, सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों से व्यक्तिगत जानकारी जैसे ओटीपी व पासवर्ड आदि हासिल करने की कोशिश करते हैं। ऐसे में आप सभी को सतर्क रहकर किसी भी अनजान व्यक्ति से अपनी निजी जानकारी साझा नहीं करनी चाहिए। साइबर

संदिग्ध व्यक्ति की तत्काल दे सूचना

नशा मुक्ति टीम ने लोगों से अपील करते हुए कहा कि यदि कोई भी असामाजिक तत्व, संदिग्ध व्यक्ति या वाहन दिखाई दे या आपातकालीन स्थिति हो तो तुरंत डायल 112 पर सूचना दें। इसके अलावा नशा गतिविधियों की सूचना मानस हेल्पलाइन नंबर 1933 पर करें। उन्होंने गागीणों से नशा और साइबर अपराधों से दूर रहने की शपथ भी दिलाई।

ठगी होने पर साइबर राष्ट्रीय हेल्पलाइन नंबर 1930 पर कॉल करें। उन्होंने ग्रामीणों से यातायात नियमों का पालन करने का भी आह्वान किया।

16 हरियाणा एनसीसी बटालियन के नेतृत्व में निकाली तिरंगा यात्रा

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

युवा, सशक्तिकरण व उद्यमिता विभाग हरियाणा सरकार की ओर से जारी दिशा निर्देशानुसार व 16 हरियाणा बटालियन एनसीसी के मार्गदर्शन में राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में देशभक्ति की भावना से ओतप्रोत तिरंगा यात्रा का आयोजन किया। इस यात्रा का मुख्य उद्देश्य युवाओं में राष्ट्र प्रेम की भावना को जागृत करना और देश की एकता व अखंडता का संदेश जन-जन तक पहुंचाना है।

संस्थान के प्रांगण से शुरू हुई इस यात्रा को प्रधानाचार्य विनोद खन्गवाल ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। यात्रा में संस्थान के सेकेंड्री छात्र-छात्राओं, शिक्षकों और कर्मचारियों ने अभूतपूर्व उत्साह और राष्ट्रभक्ति के साथ हिस्सा लिया। इस अवसर पर संस्थान



नारनौल। तिरंगा यात्रा को हरी झंडी दिखाकर रवाना करते प्रधानाचार्य विनोद खन्गवाल।

के एनसीसी प्रभारी मेजर वीरेंद्र सेकवाल ने कहा कि तिरंगा हमारे देश की आन, बान और शान का प्रतीक है। यह यात्रा न केवल हमारे विद्यार्थियों को देश के वीर शहीदों के अमर बलिदानों की याद दिलाती है, बल्कि उन्हें राष्ट्र निर्माण में अपना सकारात्मक योगदान देने के लिए भी निरंतर प्रेरित करती है।

मुख्यमंत्री नायब सैनी होंगे मुख्य अतिथि, उपायुक्त ने ली अधिकारियों की बैठक

नशामुक्त हरियाणा संदेश के साथ 6 सितंबर को होगी मैराथन

मैराथन नशा मुक्त समाज के संकल्प को लोगों तक पहुंचाने का प्रभावी माध्यम

डीसी ने कहा कि शहर में आयोजित होने वाली यह मैराथन नशा मुक्त समाज के संकल्प को जन-जन तक पहुंचाने का प्रभावी माध्यम बनेगी। उन्होंने कहा कि युवाओं की ऊर्जा को खेल, शिक्षा और रचनात्मक गतिविधियों की ओर मोड़ना समय की आवश्यकता है। जिले के

नागरिकों की सामूहिक भागीदारी से इस आयोजन को जन-अभियान का रूप दिया जाएगा। बैठक में एडीसी राहुल मोदी, एसडीएम दलबीर सिंह, एसडीएम बाबल संचौव कुमार व सीटीएम जितेंद्र कुमार सहित इंडस्ट्री एसोसिएशन के प्रतिनिधि मौजूद रहे।

से जागरूक करने और युवाओं में शामिल होने का आह्वान किया। बैठक में मैराथन के रूट, प्रतिभागियों की संख्या, रूट प्रबंधन, यातायात व्यवस्था, चिकित्सा एवं सुरक्षा प्रबंधन, पेयजल, टेंट, मंच, प्रकाश एवं ध्वनि व्यवस्था, एलईडी स्क्रीन, फोटोग्राफी तथा अन्य आवश्यक

व्यवस्थाओं पर चर्चा की गई। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मैराथन के दौरान किसी भी प्रकार की अव्यवस्था न हो, इसके लिए संबंधित विभाग अधिकारियों की दृष्टी समय रहते निर्धारित करें। उन्होंने कहा कि मैराथन के प्रचार-प्रसार के लिए भी व्यापक स्तर पर अभियान चलाया जाए।

व्यवस्थाओं पर चर्चा की गई। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मैराथन के दौरान किसी भी प्रकार की अव्यवस्था न हो, इसके लिए संबंधित विभाग अधिकारियों की दृष्टी समय रहते निर्धारित करें। उन्होंने कहा कि मैराथन के प्रचार-प्रसार के लिए भी व्यापक स्तर पर अभियान चलाया जाए।

# निजी व सरकारी अस्पतालों में वायरल के मरीजों की ओपीडी में काफी इजाफा हो रहा तीन मरीज और मिलने से आठ पर पहुंचा डेंगू का आंकड़ा, लार्वा मिलने पर 1485 को थमाए नोटिस



रेवाड़ी। कूलर में लार्वा की जांच करते स्वास्थ्यकर्मी, लार्वा मिलने पर महिला को नोटिस तथा ठहरे हुए पानी में दवा का गोला फेंकते हुए स्वास्थ्यकर्मी।



फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶▶ रेवाड़ी

बरसात के मौसम में मलेरिया व डेंगू मच्छरों के पनपने से बीमारियों का प्रकोप बढ़ जाता है। इन दिनों में निजी व सरकारी अस्पतालों में वायरल के मरीजों की ओपीडी में भी काफी इजाफा हो रहा है। जिले में अगस्त माह में डेंगू के केस भी बढ़ने हैं। जिले में 3 डेंगू पॉजिटिव मरीज और मिलने से सीजन में आंकड़ा 8 पर पहुंच गया है। इसके अलावा अब तक मलेरिया के भी 10 केस मिल चुके हैं। राहत की बात यह है कि

इस बार स्वास्थ्य विभाग का मच्छरजनित बीमारियों पर पूरा कंट्रोल है। गत वर्ष 17 अगस्त तक जिले में डेंगू के 53 व मलेरिया के 11 मरीज मिले थे। गत वर्ष डेंगू के कुल केसों की संख्या 297 थी। स्वास्थ्य विभाग की ओर से प्रतिदिन डेंगू व मलेरिया संभावित लोगों की स्लाइड तैयार की जा रही है। इसके साथ ही ब्रीडिंग चेकर घरों में कूलर, पानी की टंकी, फ्रीज -ट्रे व पशुओं की खेल में भरे हुए पानी में लार्वा की जांच कर रहे हैं। वहीं ठहरे हुए पानी में काला तेल व टेम्पीपास की दवा डाली जा रही है। घरों में जांच के दौरान मच्छर का लार्वा मिलने पर लोगों को नोटिस भी दिए जा रहे हैं। स्वास्थ्य विभाग की टीम अभी तक लार्वा मिलने पर 1485 लोगों को नोटिस थमा चुकी है।

## डेंगू-मलेरिया से बचाव

डेंगू व मलेरिया बीमारियों से बचाव के लिए घर में आसपास साफ-सफाई रखें। ठहरे हुए पानी में काला तेल डालें। घरों के बर्तन, कूलर, पानी की टंकी व पशुओं की खेल की सफाई करते रहें, जिससे मच्छर का लार्वा न पनप सके। डेंगू व मलेरिया के लक्षण होने पर ब्लड की जांच कराकर डॉक्टर की सलाह पर ही दवाईयां लें। ज्यादा से ज्यादा पेय पदार्थों का सेवन करें। डिप्टी सीएमओ व मलेरिया नोडल अधिकारी डा. जोगेन्द्र तंवर ने बताया कि पूरे जिले में नियमित रूप से मच्छर सर्वेक्षण किया जा रहा है। घर-घर जाकर कूलर, टायर, बर्तनों, गमले, कस्टेशन साइट व रुके हुए पानी के सभी ओलों की पहचान कर लार्वा की जांच की जा रही है। एकत्रित पानी में काला तेल व लार्वा नाशक टेम्पीफोस का डाली जा रही है।

## स्कूलों में बच्चों को किया जा रहा जागरूक

स्वास्थ्य विभाग की ओर से सरकारी व निजी स्कूलों में शिक्षकों व विद्यार्थियों को डेंगू, मलेरिया व चिकनगुनिया बीमारियों से बचाव को लेकर जागरूक किया जा रहा है। वहीं स्कूलों में पानी की टंकी, गमले व पक्षियों के पात्रों की जांच की जा रही है। सोमवार को एचआई नरेश कुमार ने तुर्कियावास टीम के साथ मीरपुर के राजकीय हाई स्कूल में बच्चों को मच्छरजनित बीमारियों से बचाव के टिप्स दिए। इस दौरान उन्होंने साफ सफाई रखने पर विशेष जोर दिया।

## प्लेटलेट्स कम होने पर ज्यादा सावधानी बरतें: डा. तंवर

मौसमी बीमारियां होने पर मरीज अपने आप कोई भी टेबलेट न लेकर डॉक्टर की सलाह पर ही ट्रीटमेंट शुरू करें। ज्यादा से ज्यादा साफ पानी पीएं व बाड़ी खाना न खाएं। प्लेटलेट्स कम होने पर ज्यादा सावधानी बरतें। यदि किसी व्यक्ति को पहले डेंगू हो चुका है तो उसे ज्यादा सावधान रहने की जरूरत है। डा. जोगेन्द्र तंवर, डिप्टी सिविल सर्जन रेवाड़ी।

## नशे का प्रभाव राष्ट्र के विकास को प्रतिकूल रूप से प्रभावित कर रहा: डा. वर्मा

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶▶ रेवाड़ी

कार्यक्रम में 850 विद्यार्थियों एवं 25 शिक्षकों ने भाग लिया

हरियाणा राज्य नार को टि व स कंट्रोल ब्यूरो के अतिरिक्त पुलिस महानिरीक्षक राजेंद्र कुमार मीणा के मार्गदर्शन में प्रदेशभर में नशे के विरुद्ध विभिन्न स्तर पर कार्य किया जा रहा है। नशे को समूल नष्ट करने के लिए जहां एक ओर अपराधियों की धरपकड़ हो रही है, वहीं दूसरी ओर जागरूकता अभियान के अंतर्गत युवाओं को नशे के दुष्प्रभावों बारे



रेवाड़ी। कार्यक्रम में शिक्षकों व विद्यार्थियों को जागरूक करते डा. वर्मा।

जागरूक किया जा रहा है। सोमवार को राजकीय बहुतकीनी लिसाना में नशे के विरुद्ध जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। संस्थान के प्राचार्य के नेतृत्व में कार्यक्रम में 850 विद्यार्थियों एवं 25 शिक्षकों ने भाग लिया। इस मौके पर नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो के जागरूकता कार्यक्रम एवं पुनर्वास प्रभारी उप निरीक्षक डा. अशोक कुमार वर्मा ने कहा कि नशा न केवल एक व्यक्ति

के जीवन को नष्ट करता है, अपितु परिवार की सुख शांति और समृद्धि के द्वार बंद कर देता है। इसका प्रभाव राष्ट्र के विकास को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करता है। उन्होंने बताया कि हरियाणा राज्य नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो का उद्देश्य हरियाणा को नशा मुक्त बनाना है। उन्होंने कहा कि भारत सरकार नशे की लत से ग्रस्त व्यक्ति को उपचार योग्य पीड़ित मानती है।

## कमजोर पड़ चुका मानसून, बादल छाने के बाद बारिश नहीं

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶▶ रेवाड़ी

सावन माह में अक्सर मानसून की मेहरबानी बनी रहती है। इस बार बरसात के इस माह में दो दिन ही अच्छी बारिश देखने को मिली। अब आसमान में बादल दो छाते हैं, लेकिन बिना बरसे ही लौट जाते हैं। कुछ इलाकों में बूंदबांदी होने के बाद उमस बढ़ जा रही है, जो दिन भर लोगों के पसीने छुड़ाती है। सावन माह के अंतिम दिनों में एक बार फिर मानसून जोर पकड़ने का अनुमान लगाया जा रहा है।

अगस्त माह और सावन शुरू होने के साथ ही एक बार दो दिन में औसत 140 एमएम तक बारिश होने के बाद मौसम ठंडा हो गया था। उसके बाद से मानसून बूंदबांदी तक ही सीमित रहा है। सावन की लगातार चलने वाली झड़ी इस बार



रेवाड़ी। एक खेत में आई बाजरे की बालियां।

फोटो : हरिभूमि

देखने को नहीं मिली है। बीते रविवार को धारूहेड़ा क्षेत्र में 2 एमएम बारिश हुई, लेकिन जिले के अन्य खंडों में बारिश का अभाव बना रहा। सोमवार को सुबह से ही आंशिक बादल छाए रहे। हवा में नमी का स्तर 60 प्रतिशत तक बना रहा। अधिकतम तापमान 35.2 दर्ज किया गया। न्यूनतम तापमान 26.0 डिग्री सेल्सियस रहा। सुबह से बादलों को चीरकर सूर्यदेव बाहर

आए तो हवा में नमी के कारण भारी उमस का प्रकोप शुरू हो गया। दोपहर बाद तक उमस भारी गर्मी ने लोगों को जमकर परेशान किया। चिपचिपाहट भारी गर्मी पसीना निकालती रही। ऐसे मौसम में कूलरों की हवा पूरी तरह बेअसर साबित हो रही है। रात के समय भी मौसम का मिजाज गर्म बना हुआ है, जिससे लोगों को चैन की नौद भी नसीब नहीं हो रही है।

## यश तंवर का सीबीएसई नॉर्थ जोन क्रिकेट में नेशनल स्तर पर चयन

कोसली। आरपीएस स्कूल कोसली के छात्र यश तंवर ने सीबीएसई नॉर्थ जोन क्रिकेट प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर नेशनल लेवल के लिए चयनित होकर विद्यालय एवं क्षेत्र का नाम रोशन किया है। इस उपलब्धि पर विद्यालय परिवार में खुशी की लहर है। विद्यालय प्रबंधन ने कहा कि छात्र की सफलता उसकी मेहनत, लगन, अनुशासन एवं खेल के प्रति समर्पण का परिणाम है। नेशनल स्तर पर चयनित होकर यश ने यह साबित कर दिया है कि सही मार्गदर्शन और निरंतर अभ्यास से विद्यार्थी खेल के क्षेत्र में भी नई ऊंचाइयां हासिल कर सकते हैं।



## मेहंदी में डा. नमिता कुलश्रेष्ठ एवं अल्पना खरे बनी विजेता

रेवाड़ी। श्री खर्व भगवान शिव एवं श्री चित्रगुप्त मंदिर चैरिटी ट्रस्ट तथा श्री चित्रगुप्त समा कुतुबपुर ने संयुक्त रूप से श्री चित्र गुप्त मंदिर कुतुबपुर में सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। ट्रस्ट के अध्यक्ष संजय माथुर व चित्रगुप्त समा सचिव डा. रुचि सक्सेना ने अतिथियों का स्वागत किया। मंच संचालन केके सक्सेना व डा. रुचि सक्सेना ने किया। पंडित सुनील दुलिया ने श्री चित्रगुप्त भगवान का पूजन करवाकर कार्यक्रम का शुभारंभ कराया। इस मौके पर नगर पाषंद वार्ड प्रदीप भागवत व नीलज कवीन प्रतियोगिता में डा. रुचि सक्सेना, डा. राजनी चंदा, डा. नमिता कुलश्रेष्ठ, अल्पना खरे, रूपाली उर्फ राजनी चंदा, इन्दु श्रीवास्तव, अनुपम कुलश्रेष्ठ, मुधरिमा सक्सेना व मधु भागवत ने भाग लिया, जिसमें सभी को सामान अंक मिले। इस मौके पर ट्रस्ट एवं समा के सदस्यों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति दी। इस मौके पर डा. ललित मोहन सक्सेना, डा. नमिता कुलश्रेष्ठ, टीएस मटनागर, डा. शिव शान्त चंदा, डा. हरिओम कुलश्रेष्ठ, अजय श्रीवास्तव, राम कुमार, मुकेश भागवत, पुष्पा गुप्ता, पल्लवी भागवत, क्षमा भागवत, प्रदीप कुमार, चंदावती, अजीत सिंह व जानी मौजूद थे।

## पतंजलि परिवार ने हवन करके मांगी राष्ट्र की सुख-समृद्धि

रेवाड़ी। हरियाली तीज के उपलक्ष्य में पतंजलि परिवार की ओर से राव तुलाराम स्टेडियम में श्रद्धा एवं उत्साह के साथ हवन का आयोजन किया गया। वैदिक मंत्रोच्चार के बीच यज्ञ में आहुतियां अर्पित कर राष्ट्र की सुख-समृद्धि, शांति, उन्नति एवं सर्व मंगल की कामना की गई। हवन का आयोजन सेवानिवृत्त मुख्याध्यापक एवं वरिष्ठ योग शिक्षक समय सिंह



## गंदगी से सरोबार नाले, एक साल से नहीं हुई सफाई, जांच की मांग

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶▶ धारूहेड़ा

कस्बे के नंदरामपुर बास रोड, दिल्ली व सोहना रोड के बरसाती नाले एक साल से सफाई का इंतजार कर रहे हैं। वर्तमान में नाले कीचड़ व गंदगी से सरोबार हैं, जिससे बरसात के पानी की निकासी न होने से लोगों को सड़कों पर जलभराव की समस्या झेलनी पड़ रही है। कस्बे के लोगों ने शहरी निकाय मंत्री विपुल गोयल को पत्र लिखकर नालों की सफाई के टेंडरों की जांच की मांग की है। उन्होंने मांग की है कि नपा ने कागजों में नालों को कितनी बार साफ कराकर बिल पास किए हैं। उन्होंने नालों की फिजीकल सत्यापन कराने की मांग की है। ग्रामीणों ने कहा कि धारूहेड़ा में सफाई के नाम पर खेल खेला जा रहा है। पिछले दिनों



रेवाड़ी। धारूहेड़ा में जगह-जगह लगे गंदगी के ढेर।

निरीक्षण के दौरान नगर पालिका व जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने जिल मोहल्लों व मार्गों पर नालों व सीवरों की कागजों में सफाई दिखाई हुई थी, मौके पर वे गंदगी से अटे हुए मिले। इनकी सालों से सफाई तक नहीं हुई है। नंदरामपुर बास रोड व सोहना रोड के नालों की सफाई के ठेके जरूर किए, लेकिन साफ नहीं किए गए।

## 85 लोगों ने किया स्वेचिक्क रवतदान

रेवाड़ी। भारत विकास परिषद की विवेकानंद शाखा व निती कंपनी की ओर से रवतदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 85 लोगों ने स्वेच्छा से रवतदान किया। शिविर का शुभारंभ परिषद के प्रधान निकुंज अगवाल ने किया। इस मौके पर अगवाल ने कहा कि रवतदान से बंदकर और कोई पुनीत कार्य नहीं है। रवतदान कर हम कई लोगों को नया जीवन दे सकते हैं। शिविर के आयोजन में शाखा सचिव नेहा शर्मा, सुरेंद्र अरोरा, मोहन गोयल, डा. दीपक जैन, अकिंत गुप्ता, बावल शाखा से प्यारेलाल जागिड़, नरेश कुमार, संस्थान के प्लांट हेड रविंदर कुमार, सुखपाल सिंह, संदीप सिंह, जयामनी, बीरेंद्र रॉय, संदीप कुमार, डा. चंद शेखर यादव, ज्योति यादव व निकिता शाह का सहयोग रहा।

**हरिभूमि**

**आवश्यक सूचना**

जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सएप करें :-

रेवाड़ी कार्यालय : टूकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, सेक्टर-1 वाला कच्चा रास्ता, नरेंद्रदेव महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी सम्पर्क करें: 8053076211, 8295738500, 8291554800

## राजनीति भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन की ओर से जारी की गई संगठन के पदाधिकारियों की सूची

## भाजपा संगठन में अहीरवाल को मान, सिद्धार्थ टीम नवीन के सबसे युवा सदस्य



नितिन नवीन डा. सुधा यादव सिद्धार्थ यादव

नरेन्द्र वत्स ▶▶▶ रेवाड़ी

भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन की ओर से सोमवार को जारी की गई संगठन के पदाधिकारियों की सूची में एक नाम ऐसा भी है, जिसके सामने आने से पूरे अहीरवाल क्षेत्र को गौरवान्वित होने का मौका मिला है। पूर्व सांसद डा.

सुधा यादव के बेटे सिद्धार्थ यादव को राष्ट्रीय मीडिया सह संयोजक की जिम्मेदारी सौंपी गई है। राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन की टीम में 30 वर्षीय सिद्धार्थ संभवतया सबसे कम उम्र के पदाधिकारी हैं। मूल रूप से जिले के गांव धामलावास निवासी डा. सुधा यादव कारगिल युद्ध में पति की

शहादत के बाद राजनीति के मैदान में उतरी थीं। उन्होंने कारगिल युद्ध के बाद हुए चुनावों में महेंद्रगढ़ लोकसभा क्षेत्र से अहीरवाल के दिग्गज नेता राव इंद्रजीत सिंह को हराकर संसद की दहलीज पर कदम रखा था। इस समय डा. सुधा यादव परिवार के साथ गुरुग्राम में रह रही हैं। वह भाजपा संसदीय समिति की मेंबर भी हैं। उनके बेटे सिद्धार्थ यादव लंबे समय से छात्र राजनीति, मीडिया और सार्वजनिक जीवन में सक्रिय रहे हैं। सिद्धार्थ यादव पेशे से अधिवक्ता हैं। एलएलबी और

अमाविष में निभा चुके सक्रिय भूमिका सिद्धार्थ यादव वर्ष 2013 से 2022 तक अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद में सक्रिय रहे। वह 2018 से 2021 तक एबीवीपी दिल्ली के प्रदेश मंत्री तथा 2021-22 में एबीवीपी के राष्ट्रीय मीडिया संयोजक रहे। इससे पूर्व वर्ष 2014-15 में रफउउ छात्र संघ के संयुक्त सचिव भी चुने गए थे। एलएलएम कर चुके यादव सर्वोच्च न्यायालय में वकालत करते हैं। उन्होंने विश्व के प्रतिष्ठित शिक्षण संस्थाओं में शामिल यूनिवर्सिटी



रेवाड़ी। कार्यालय में लोगों की समस्याएं सुनते सतीश खोला। फोटो : हरिभूमि

## हर वर्ग के विकास पर सीएम सैनी का फोकस: खोला

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶▶ रेवाड़ी

पीपीपी के स्टेट कोऑर्डिनेटर डॉ. सतीश खोला ने कहा कि सीएम नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार समाज के प्रत्येक वर्ग के कल्याण के लिए निरंतर कार्य कर रही है। सरकार की नीतियों और योजनाओं का उद्देश्य अंतिम पंक्ति में खड़े व्यक्ति तक विकास योजनाओं का लाभ पहुंचाना है। अपने कार्यालय में सोमवार को जनसुनवाई कार्यक्रम के दौरान उन्होंने दर्जनों नागरिकों की समस्याएं सुनीं तथा संबंधित विभागों के अधिकारियों से संपर्क कर उनके समाधान के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जनता की समस्याओं का समयबद्ध समाधान सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है तथा किसी भी पात्र व्यक्ति को सरकारी योजनाओं के लाभ से वंचित नहीं रहने दिया जाएगा। खोला ने बताया कि मुख्यमंत्री ने महिलाओं के आर्थिक सशक्तिकरण को प्राथमिकता देते

## लोगों ने भी सरकार के प्रयासों को सराहा

जनसुनवाई के दौरान पहुंचे नागरिकों ने भी अपनी समस्याओं के समाधान के लिए सरकार और प्रशासन के प्रयासों को सराहना की। डॉ. सतीश खोला ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में हरियाणा विकास, पारदर्शिता और जनसेवा के नए आयाम स्थापित कर रहा है तथा सरकार जनता की अपेक्षाओं पर पूरी तरह खरा उतरने के लिए प्रतिबद्ध है।

हूप महत्वपूर्ण निर्णय लिए हैं। जिन परिवारों की वार्षिक आय 1.80 लाख रुपये तक है, ऐसी लगभग 17 लाख महिलाओं को सितंबर माह से लाडो लक्ष्मी योजना के तहत प्रतिमाह 2100 रुपये की आर्थिक सहायता प्रदान की जाएगी। यह योजना महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने और उनके जीवन स्तर में सुधार लाने की दिशा में एक ऐतिहासिक कदम साबित होगा।

सावन माह में दो ही दिन देखने को मिली झड़ी अब सूखा बीत रहा बरसात का महीना

**कल से बदलाव की संभावना**

मौसम विभाग के अनुसार मानसून एक बार फिर तेजी पकड़ सकता है। बुधवार को आसमान में बादल गहराने के बाद हल्की से मध्यम बारिश हो सकती है। इस दौरान कुछ इलाकों में भारी बारिश का अनुमान भी लगाया जा रहा है। इसके बाद तीन से चार दिन तक मौसम इसी तरह का बना रह सकता है, जिससे सावन माह की विदाई झड़ी के साथ हो सकती है।

**बिजली की खपत में भी वृद्धि**

मानसून एक्टिव होने के बाद हुई अच्छी बारिश से बिजली की खपत में कमी दर्ज की गई थी। दैनिक खपत 80 लाख यूनिट तक आ गई थी। उसके बाद मानसून की बेरुखी ने बिजली की खपत में भी इजाजत करना शुरू कर दिया। अब बिजली की खपत भारी गर्मी के चलते 95 लाख यूनिट के आसपास पहुंच गई है। फसलों की सिंचाई शुरू होने से कृषि क्षेत्र में भी बिजली का लोड बढ़ गया है, जिससे लोगों को पावर कटों का सामना भी करना पड़ रहा है।