

# हरिभूमि रोहतक भूमि

रोहतक, गुरुवार, 11 जनवरी 2024

तापमान



अधिकतम 13.4 डिग्री  
न्यूनतम 5.7 डिग्री

11 100 मीटर रेस में मीनू व रलो साहिलिंग में निधि प्रथम



12 हिन्दी हमारे जीवन मूल्यों व संस्कृति की संवाहक



## हरियाणवी मजूदरों को इजराइल भेजने के लिए एमडीयू 15 से 19 तक लेगा एजाम महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के यूआईईटी के डायरेक्टर प्रो. युद्धवीर सिंह ने बताया, इजराइल के विशेषज्ञों की देखरेख में होगा पेपर

हरिभूमि न्यूज | रोहतक  
महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के यूआईईटी के डायरेक्टर प्रो. युद्धवीर सिंह ने बताया कि इजराइल में नौकरी करने के लिए हरियाणा सरकार ने दस हजार लोगों के लिए भर्ती निकाली है। यह पहली बार है जब राज्य सरकार की कंपनी 'हरियाणा कौशल रोजगार निगम' लोगों को विदेश में काम करने का



मौका उपलब्ध करवा रही है। सिंह ने कहा कि जिन लोगों को इजराइल भेजा जाएगा, उन्हें उससे पहले एक लिखित परीक्षा देनी होगी। एजाम एमडीयू लेगी। इसके लिए बकायदा शेड्यूल बनाया जा चुका है। 15 से 19 जनवरी तक परीक्षाओं का आयोजन होगा। प्रो. युद्धवीर ने बताया कि एजाम इजराइल विशेषज्ञों की देखरेख में होगा। परीक्षा शुरू होने से विशेषज्ञ एमडीयू पहुंच जाएंगे।

**ये योजना**  
कंपनी ने अपनी वेबसाइट पर दुबई में सिवोरिटी गार्ड, यूके में स्टाफ नर्स और इजराइल के लिए कंस्ट्रक्शन सेक्टर में नौकरियों के लिए आवेदन मांगे हैं। इन तीन देशों में सबसे खास इजराइल है। क्योंकि यहां के लिए 'हरियाणा कौशल रोजगार निगम' ने 10 हजार भर्तियां निकाली हैं, जबकि बाकी के दो देशों में नौकरी के लिए महज 170 लोगों को चुना जाएगा। इजराइल में नौकरी करने के लिए कंपनी ने कंस्ट्रक्शन सेक्टर में चार अलग-अलग पदों के लिए वैकेंसी निकाली है।

**7 अक्टूबर 2023 से इजराइल और हमारा के बीच चल रहा युद्ध**  
ध्यान रहे कि 7 अक्टूबर 2023 से इजराइल में फिलिस्तीन के लड़ाके हमारा के बीच युद्ध चल रहा है। इजराइल में कंस्ट्रक्शन का काम करने वाले 90 फॉसदी मिस्त्री व मजदूर फिलिस्तीन के रहने वाले थे। दोनों देशों के बीच युद्ध के दौरान इजराइल ने फिलिस्तीन के लोगों को अपने देश से निकाल दिया। इसी वजह से इजराइल में कंस्ट्रक्शन कंपनी के पास मजदूरों की कमी हो गई। इजराइल ने भारत से इस मामले में सहायता करने के अपील करते हुए कंस्ट्रक्शन काम करने के लिए एक लाख श्रमिक भेजने के लिए कहा था।

**कौशल रोजगार निगम के माध्यम से होगी भर्ती**  
इजराइल की तरफ से इन मजदूरों के लिए किसी भी प्रकार की कोई योग्यता निर्धारित नहीं की गई। लेकिन हरियाणा सरकार ने हरियाणा कौशल रोजगार निगम के माध्यम से भर्ती निकालते हुए दसवीं पास शैक्षणिक योग्यता व तीन वर्ष का अनुभव मांगा। इसी अनुभव के आधार पर चयनित उम्मीदवारों को इजराइल भेजा जा रहा है। अगर आप बेरोजगार है तो आप इजराइल जा सकते हैं। इन श्रमिकों को 1 लाख से ज्यादा मानदेय मिलेगा।

**शहर में आज**  
मदवि में क्रिकेट प्रतियोगिता जारी।  
आंबेडकर चौक पर रक्तदान शिविर का आयोजन।  
तहसील में पटवारियों का धरना।  
रेलवे स्टेशन पर रेलवे कर्मचारियों का धरना।

**खबर संक्षेप**  
एमडीयू ने परिणाम जारी किया  
रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय ने दिसंबर 2023 में आयोजित सीबीसीएस स्कीम की एमएससी- इनवायरमेंट बायोटेक, इनवायरमेंटल साइंस तथा माइक्रोबायोलॉजी के चौथे सेमेस्टर की केवल री-अपीयर की परीक्षा का परिणाम जारी कर दिया है। परीक्षा नियंत्रक डा. बीएस सिन्धु ने बताया कि उपरोक्त परीक्षाओं का परिणाम विश्वविद्यालय वेबसाइट पर उपलब्ध रहेगा।

**इलेक्ट्रिक दुकान और आंगनवाड़ी सेंटर में चोरी महम**  
कनका महम के थाना रोड पर स्थित चोरों ने इलेक्ट्रिक की एक दुकान से मोटरों में डाले जाने वाले तांबे के तार चोरी कर लिए। पुलिस को दी शिकायत में सिंघवा खास गांव निवासी रामपाल ने बताया कि उसने पटियाला बैंक के पास बिजली के उपकरण ठीक करने की दुकान कर रखी है। पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

**अमन वशिष्ठ बने युवा कांग्रेस के संयोजक**  
रोहतक। हरियाणा प्रदेश युवा कांग्रेस के प्रदेश प्रवक्ता अमन वशिष्ठ को राष्ट्रीय युवा कांग्रेस के मीडिया विभागा द्वारा आयोजित यूंग इंडिया के बोल सीजन- 04 कार्यक्रम का हरियाणा प्रदेश का संयोजक नियुक्त किया गया। अपनी इस नियुक्ति पर उन्होंने हरियाणा से राज्यसभा सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा, भारतीय युवा कांग्रेस के राष्ट्रीय प्रभारी कृष्णा अल्लवारु समेत अन्य नेताओं का आभार जताया।

**जॉब ऑफर देकर ठग लिए 35 हजार**  
महम। ऑन लाइन ठगी वारदात बढ़ती जा रही है। ऑन ठगी के नित नए मामले सामने आ रहे हैं। महम में एक युवक को जॉब का ऑफर देने की एवज में 35 हजार रुपये ठग लिए गए। पुलिस को दी शिकायत में महम निवासी राहुल गोयल ने बताया कि उसके पास व्हाट्सएप पर नौकरी के लिए

## कन्हेली डेयरी कॉम्प्लेक्स 21 करोड़ से होगा चकाचक, सीएम ने दी मंजूरी सड़कें, पानी, अस्पताल की मिलेगी सुविधा, निगम ने भेजा था प्रस्ताव

डेयरी संचालक काफी समय से कर रहे हैं सुविधाओं का इंतजार  
शहर में चल रही सभी डेयरीयों को शिफ्ट करने की है योजना



**ठेंडर लगाकर काम पूरे किए जाएंगे**  
सरकार के पास डिमांड भेजी गई थी। जिसमें मांग की गई थी डेयरी कॉम्प्लेक्स में पानी की सुविधा दी जानी है। इसके अलावा सड़कें और पशु अस्पताल भी बनाना है। साथ ही स्ट्रीट लाइट की जरूरत है। इसके लिए सरकार ने मंजूरी दे दी है। इन कार्यों पर करीब 21 करोड़ रुपये खर्च होंगे। जल्द ही टेंडर लगाकर काम पूरे किए जाएंगे। ताकि सभी डेयरी शहर से शिफ्ट हो सकें। इससे शहर को काफी फायदा होगा।  
-मनदीप धनखड़, एक्सईएन नगर निगम

**कई बार हाउस में की गई मांग**  
कई बार हाउस और सरकार से मांग की गई थी कि डेयरी कॉम्प्लेक्स में सुविधाएं दी जाए ताकि सभी डेयरी शिफ्ट कर सकें। यहां काफी मेहनत के बाद सौर की लाइटन बिछाई गई। पानी की लाइटन बिछाई गई लेकिन पानी की सप्लाई नहीं हुई। इसके अलावा बिजली कनेक्शन मिल गया है। जिसके बाद काफी डेयरी चल रही हैं। लेकिन अभी भी शहर से सैकड़ों डेयरी शिफ्ट की जानी हैं। मार्केट और सड़कों की भी जरूरत है।

**मेने गए थे डेयरी मालिकों को नोटिस**  
पूर्व आयुक्त के समय पशु डेयरी मालिकों को नोटिस भेजे गए थे। जिसमें स्पष्ट कहा गया था कि डेयरी शिफ्ट नहीं की गई तो 51 सौ रुपये जुर्माना लगाया जाएगा और साथ ही सभी पशु जब्त कर गोशाला में भेज दिए जाएंगे। लेकिन सुविधाएं न मिलने के कारण अधिकतर डेयरी शहर में ही चल रही हैं।

समस्या से भी निजात मिल जाएगी। दरअसल, शहर के रिहायशी इलाकों में बनी डेयरीयों से सीवर सिस्टम प्रभावित हो रहा है। इस समस्या की वजह से सरकार ने कन्हेली में डेयरी शिफ्ट करने की योजना तैयार की थी। जहां करीब 37 एकड़ में कॉम्प्लेक्स बनाया गया। इसके बाद 270 से अधिक डेयरी संचालकों को प्लाट आवंटित किए गए। उनसे आग्रह किया गया कि वह डेयरी को बाहर शिफ्ट करें। लेकिन कई साल तक यहां सुविधाएं नहीं मिल पाईं। जिसकी वजह से गिनी चुनी डेयरी ही शिफ्ट हो पाईं। डेयरी मालिकों का कहना है कि जब तक पूरी सुविधा नहीं मिलेगी वह कॉम्प्लेक्स में नहीं जाएंगे। वहां पानी के टैंकर मंगवाने पड़ते हैं। सड़कों का निर्माण नहीं हुआ है। मार्केट भी बनाई जानी है। नालों पर पत्थर नहीं लगाए गए हैं। इन समस्याओं की जानकारी मिलने के बाद पार्षदों ने मामला हाउस

**ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी पुरुष बास्केटबॉल में मदवि क्वार्टर फाइनल में यूटीडी-एमडीयू और जाट कॉलेज की टीम फाइनल में, आज खेला जाएगा मैच**  
हरिभूमि न्यूज | रोहतक  
महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय में खेले जा रही इंटर कॉलेज पुरुष क्रिकेट प्रतियोगिता में बुधवार को सेमीफाइनल मुकाबले खेले गए। पहले मैच में जाट कॉलेज रोहतक ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में 5 विकेट खोकर 197 रन बनाए इसके जवाब में वैश्य कॉलेज रोहतक की पूरी टीम 15 ओवर में 42 रन पर आउट हो गई। जाट कॉलेज रोहतक ने यह मैच 15.5 रनों से जीत हासिल की और फाइनल में जगह बनाई। जाट कॉलेज रोहतक के सौरभ ने 35 गेंदों में 53 रन और यशविंदर ने 25 गेंदों में 54 रन बनाए। जाट कॉलेज रोहतक के सुमित ने 3 ओवर में 15 रन देकर 3 विकेट और अखिल ने 3 ओवर में 8 रन देकर 2 विकेट लिए। यूटीडी ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में 180 रन बनाए। यूटीडी के

रोहित राठी ने 51 गेंदों में 77 रन और यूटीडी के नितेश दहिया ने 3.4 ओवर में 6 रन देकर 5 विकेट लिए। पंडित नेकी राम शर्मा राजकीय महाविद्यालय रोहतक की टीम 11.4 ओवर में 39 रनों पर पूरी टीम आउट हुई। यूटीडी ने यह मैच 14.2 रनों से जीत कर फाइनल में जगह बनाई। कल वैश्य कॉलेज रोहतक और पंडित नेकराम कॉलेज रोहतक के बीच में तीसरी पोजिशन के लिए मैच खेला जाएगा। आज डॉक्टर पुरुषोत्तम बंसल, डॉक्टर मस्त राम, डॉक्टर मनीष हुड्डा और श्री मनदीप हुड्डा विशेष रूप से उपस्थित रहे।

**बास्केटबॉल में एमडीयू का क्वार्टर फाइनल मुकाबला जैन युनिवर्सिटी बंगलूरु से आज होगा**  
रोहतक। मणिपाल यूनिवर्सिटी जयपुर द्वारा आयोजित ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी पुरुष बास्केटबॉल प्रतियोगिता में महर्षि दयानंद यूनिवर्सिटी रोहतक की टीम ने क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया है। टीम ने अपने तीन मैचों में दो मुकाबले जीत कर क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया और साथ ही खेले इंडिया के लिये क्वालीफाई किया। टीम ने अपना एक मुकाबला एमजी कोट्टयम चेन्नई को 69-62 और दूसरा मुकाबला एचसी दुर्ग से 60-38 के अंतर से हरा कर जीता। एमडीयू का क्वार्टर फाइनल मुकाबला जैन युनिवर्सिटी बंगलूरु से वीरवार को होगा।

## हसनगढ़ खुरमपुर मार्ग पर जेसीबी की चपेट में आने से बच्चे की मौत

सांपला। हसनगढ़ खुरमपुर मार्ग पर स्थित एक ईट भंडे पर जेसीबी की चपेट में आने से एक बच्चे की मौत हो गई। पुलिस ने बिहार निवासी मृतक के पिता उमेश की शिकायत पर जेसीबी चालक पिंटू के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। जानकारों के अनुसार, उमेश परिवार सहित एक ईट भंडे पर मजदूरी करता है। दोपहर को उसका 3 वर्षीय बेटा रईस वहीं पर खेल रहा था। पिंटू चालक जेसीबी से मिट्टी का लेवल ठीक कर रहा था। तभी वह बच्चा दिखाई नहीं दिया और जेसीबी की चपेट में आ गया। जिससे उसकी मौके पर मौत हो गई। घटना की सूचना पुलिस को दी। जांच अधिकारी अमित कुमार मौके पर पहुंचे और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए पीजीआई रोहतक भेज दिया। पिंटू के खिलाफ मामला दर्ज कानूनी कार्रवाई शुरू कर दी गई है। बच्चे की मौत से परिवार सदमे में है।

## बाइक व मोबाइल छीनने की वारदात का आरोपी धरा

हरिभूमि न्यूज | रोहतक  
पुलिस ने मोटरसाइकिल व मोबाइल फोन छीनने की वारदात में आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी को कोर्ट में पेश करके दो दिन के पुलिस रिमांड पर हासिल किया गया है। महम थाना प्रभारी राकेश सैनी ने बताया कि गांव सिंघवा खास निवासी रविन की शिकायत के आधार पर अकेस दर्ज करके जांच शुरू की गई। जांच में सामने आया कि 10 मई 2023 को रविन अपनी मोटरसाइकिल से महम आ रहा था। रविन जब शेर पंजाब से शहर महम की तरफ मुड़ा तो पीछे से आ रहे बाइक पर सवार तीन युवकों ने रविन की मोटरसाइकिल के आगे अडा दी। एक युवक ने अपने हाथ में लिए हुए सीरिए से रविन की कमर पर मारा और रविन से उसका मोबाइल फोन व मोटरसाइकिल छीन ली।

## अनजान नंबर से फोन आया और कटे 20 हजार 400 रुपये

महम। एक अनजान नंबर से कॉल आने पर बैंक खाते से हजारों रुपये उड़ा लिए जाने का मामला प्रकाश में आया है। मामला अक्टूबर महीने का है। पुलिस ने अब केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में महम के वार्ड 14 निवासी अखिल राठी पुत्र डॉ. अतर सिंह राठी ने बताया कि उसके मोबाइल नंबर पर एक किसी अनजान नंबर से फोन आया। यह फोन नंबर उसके पास सेव है। उसके बाद फोन ने द्वारा उसके खाते से 20 हजार 400 रुपये की रकम कट गई।

## 31 पुलिस जवान पदोन्नत होकर बने मुख्य सिपाही

रोहतक। पुलिस में सिपाही के पद पर तैनात 31 पुलिस जवान मुख्य सिपाही के पद पर पदोन्नत हुए हैं। एसपी हिमांशु गर्ग ने पदोन्नत हुए मुख्य सिपाहियों को बधाई दी है। पुलिस अधीक्षक ने पदोन्नत हुए सिपाही रविंद्र, आशीष, सुमित, सोनू, प्रवीण, मनीष, प्रवीण, अजय, अनिल कुमार, हरिश, जितेंद्र, महिला सिपाही मिनाक्षी, अमित, मोनू, नरेंद्र, अश्वनी, नरेंद्र, संदीप, अजय कुमार, मनोज कुमार, रविश, देवेन्द्र, कुडेमल, रविंद्र, जगमोहन, योगेंद्र, कर्मवीर, युद्धवीर, सुदीर, सिपाही हरजीत, रविंद्र व अनिता के उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हुए कहा कि आपको अब और अधिक मेहनत, लगन व सच्ची निष्ठा से कर्तव्यों का निर्वहन करने की आवश्यकता है।

## दो भाइयों पर जानलेवा हमले के मामले में आरोपी काबू

हरिभूमि न्यूज | रोहतक  
पुलिस ने माता दरवाजा चौक निवासी दो भाइयों पर हुए जानलेवा हमले की वारदात में सातवा आरोपी को गिरफ्तार किया। आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया है। अदालत के आदेश पर आरोपी को जेल भेजा गया है। थाना प्रभारी पुरानी सब्जी मंडी सत्यपाल ने बताया कि 13 नवंबर 2023 को पुलिस को मिली कि माता दरवाजा के साथ सोलरवाली गली में गोशाला चली है। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर जांच शुरू की। सन्नी निवासी माता दरवाजा की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके मामले की जांच शुरू की गई। जांच में सामने आया कि सन्नी ने बाबर मोहल्ले में कपड़ों की दुकान कर रखी है। 13 नवंबर को सन्नी अपने भाई व एक अन्य साथी के साथ अपने गली के कोने पर खड़ा था। तभी राहुल अपने

कार्यक्रम विकसित भारत संकल्प यात्रा से लोगों को सरकारी योजनाओं का लाभ उठाने के लिए कहा

## सांघी में विकसित भारत संकल्प यात्रा रोहतक की जनता नरेन्द्र मोदी को ही देखना चाहती है प्रधानमंत्री: बिप्लब कुमार देब

हरिभूमि न्यूज | रोहतक  
भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश प्रभारी बिप्लब कुमार देब बुधवार को पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा के गढ़ में गए। उन्होंने हुड्डा के गांव सांघी में पहुंची विकसित भारत संकल्प यात्रा में उमड़ी भीड़ को संबोधित करते हुए कहा कि रोहतक की जनता प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को ही तीसरी बार भी प्रधानमंत्री देखना चाहती है। उन्होंने कहा कि हरियाणा की जनता को रोटी से पहले सम्मान चाहिए और प्रदेश की जनता को सम्मान केवल नरेन्द्र मोदी ने दिया है, राहुल गांधी और हुड्डा ने नहीं। भाजपा प्रदेश प्रभारी ने यात्रा में उमड़े सांघी गांव के लोगों को केंद्र गांव सरकार की योजनाओं की जानकारी दी तथा इनका लाभ उठाने का आह्वान भी किया। विकसित भारत संकल्प यात्रा में रोहतक के सांसद अरविंद शर्मा, राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा आदि नेताओं ने भी मोदी-मनोहर सरकार की योजनाओं को जनता के सामने रखा। सांघी में कार्यक्रम के दौरान नरेन्द्र मोदी की फिटनेस से प्रभावित एक 87 वर्षीय बुजुर्ग कार्यकर्ता की ऊर्जा, जोश और जुनून को देखकर बिप्लब देब गदगद हो गए। देब ने इन बुजुर्ग का पगड़ी पहनकर सम्मान किया।



रोहतक। पुलिस के कब्जे में दो भाइयों पर जानलेवा हमला करने का आरोपी। अन्य साथियों के साथ वहां आया। राहुल व उसके साथियों ने सन्नी व उसके भाई पर फॉयबर कर दिया। सन्नी व उसका भाई ने वहां से भागकर अपनी जान बचाई। शोर सुनकर व्यक्तियों को इकट्ठा होते देखकर राहुल अपने साथियों सहित मौके से फरार हो गया। जांच के दौरान 9 जनवरी को आरोपी कशिप निवासी सल्लारा मोहल्ला को गिरफ्तार किया गया है। वारदात में 6 आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार किया जा चुका है।



सांघी में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए भाजपा प्रदेश प्रभारी बिप्लब कुमार देब।



गारंटी की गाड़ी कवर रही हर गांव  
लोकसभा सांसद डॉ. अरविंद कुमार शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की गारंटी की वैज जिले के प्रत्येक गांव व वार्ड में पहुंचकर लोगों के घर द्वार पर वंचित लोगों को पात्रता के अनुसार योजनाओं का लाभ दिलाया रही है। केंद्र सरकार द्वारा आयोजित भारत योजना के तहत पात्र परिवारों को 5 लाख रुपये वार्षिक स्वास्थ्य बीमा का लाभ दिया है। अब तक 55 करोड़ आयुष्मान कार्ड जारी किये गए हैं।

**तालाबों का किया जा रहा सौंदर्यकरण**  
प्रदेश उपाध्यक्ष सतीश नान्दल ने कहा कि प्रदेश में जल संरक्षण के लिए सरकार द्वारा तालाबों के सौंदर्यकरण का कार्य किया जा रहा है। खेतों में जलभरण की समस्या का स्थाई समाधान के लिए सरकार द्वारा जिले में लगभग 250 करोड़ रुपये की राशि की परियोजना शुरू की गई है। इसके तहत चिड़ी गांव में 2500 एकड़, कथूरा में 600 एकड़ भूमि से जल निकासी के लिए भूमिगत पाइप लाइन बिजने का कार्य जारी है। कटवाड़ा में भी पाइप लाइन डाली गई है। सरकार द्वारा सेम की समस्या का भी समाधान किया जा रहा है।

**मौके पर ये लोग रहे मौजूद**  
राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा, पूर्व मंत्री मनीष कुमार जोवर, प्रदेश उपाध्यक्ष सतीश नान्दल, जिला परिषद की व्हायरपर्सन मंजू हुड्डा, जिला उपाध्यक्ष रणधीर दाका, डॉ. दिनेश धीलोड, महिला प्रदेश उपाध्यक्ष सुनीता दागी, प्रदेश सचिव रेजु डाबला, पूर्व सौंधियर डिप्टी मेयर राजकमल सहगल, उपमंडलाधीश विवेक आर्य समेत अन्य गणमान्य मौजूद रहे।

## 12 को फरमाना में

महम। विकसित भारत संकल्प यात्रा 12 जनवरी को हलका महम के फरमाणा गांव में पहुंचेगी। भाजपा के प्रदेश प्रभारी बिप्लब देव कुमार बतौर मुख्य अतिथि इस यात्रा में शामिल होंगे। यह जानकारी भाजपा नेता शमशेर खरकड़ा ने बुधवार को फरमाणा गांव में पहुंचकर गामीणों को दी। उन्होंने कहा कि भाजपा के प्रदेश प्रभारी उनके गांव में पहुंच रहे हैं, यह न केवल फरमाणा गांव के लोगों के लिए बल्कि पूरे हलका महम की जनता के लिए गर्व की बात है। उन्होंने गामीणों से विकसित भारत संकल्प यात्रा में अधिक से अधिक संख्या में पहुंचकर बिप्लब देव कुमार के विचार सुनने की अपील की।

शरीर को एक्टिव और फिट बनाए रखने के लिए आजकल लोगों में जिम जाने का ट्रेंड बढ़ा है। लेकिन कई बार सही जानकारी के अभाव में इससे फायदे के बजाय नुकसान हो जाता है। वर्कआउट करते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए, जानिए।

## जिम इंजरी से ऐसे बचें

प्रिक्शन  
विनीता

कई बार जिम में एक्सरसाइज के दौरान होने वाली छोटी-छोटी गलतियां बड़ी परेशानी की वजह बन जाती हैं। वर्कआउट के दौरान लोगों को किस तरह की इंजरी हो सकती है और उससे बचाव के लिए किन बातों का ध्यान रखना चाहिए, आइए यहां डिटेल में जानते हैं।

**मसल्स में खिंचाव:** शुरुआती दौर में वर्कआउट करने वाले लोगों को अकसर कंधे, हाथ, गर्दन और कमर की मांसपेशियों में खिंचाव महसूस होता है। इसकी वजह से उन्हें झुकने, उठने, बैठने या हाथों से कोई सामान उठाने में तकलीफ होती है।  
**क्या करें:** आमतौर पर प्रैक्टिस से धीरे-धीरे यह समस्या दूर हो जाती है। फिर भी दर्द ज्यादा हो तो तुरंत अपने ट्रेनर को इसकी जानकारी दें।

**ओवर यूज स्ट्रेस:** कुछ लोग जिम में देर तक वर्कआउट करते हैं, जिससे उनके पूरे शरीर में तेज दर्द होने लगता है। इसी समस्या को ओवर यूज स्ट्रेस कहा जाता है।

**क्या करें:** एक ही दिन में अपनी क्षमता से अधिक वर्कआउट करने की कोशिश ना करें, इससे फायदे के बजाय नुकसान होता है। प्रैक्टिस के साथ धीरे-धीरे अपने वर्कआउट की टाइमिंग बढ़ाएं।  
**कार्डिओ टियर्स:** जोड़ों की सुरक्षा के लिए उनके आस-पास सॉफ्ट टिश्यूज का कुशन सा बना होता है। बार-बार गलत तरीके से एक्सरसाइज करने के कारण जोड़ों में स्पेस बन जाता है, जिसे कार्डिओ टियर्स कहा जाता है।

**क्या करें:** बिना देर किए अस्थि रोग विशेषज्ञ से संपर्क करें। चोट गहरी है तो लेप्रोस्कोपी के जरिए शक्तिग्रस्त टिश्यूज की मरम्मत की जरूरत पड़ती है।  
**शोल्डर इंपिजमेंट:** एक्सरसाइज के दौरान कुछ लोग कंधे पर बहुत ज्यादा जोर डालते हैं, जिससे कमजोर मांसपेशियां अकड़ जाती हैं। कंधे की इन मसल्स को रोटेटर कफ कहा जाता है। जब ये मांसपेशियां कंधे पर दबाव डालती हैं तो इससे दर्द होता है। इसी समस्या को शोल्डर इंपिजमेंट कहा जाता है।  
**क्या करें:** कंधे के दर्द को अनदेखा ना करें, कई बार टूटी-फूटी मसल्स को जोड़ने के लिए लेप्रोस्कोपी सर्जरी की भी जरूरत पड़ती है।

**एंगल या रिस्ट में खिंचाव:** कुछ लोग सही फिटिंग के जूते नहीं पहनते, इसलिए वॉर्मअप



के लिए दौड़ते समय उनके टखने में मोच आ जाती है। इसी तरह कई बार झटके के साथ वेट लिफ्टिंग करने वाले लोगों की कलाई में मोच आ जाती है।

**क्या करें:** हमेशा सही फिटिंग के जूते पहनें और पहली बार में अधिक वजन उठाने की कोशिश ना करें।

**कमर में दर्द:** वेट लिफ्टिंग करने वाले लोग अगर अपनी क्षमता से अधिक वजन उठा लें तो उनके कमर में दर्द या स्लिप डिस्क की समस्या हो सकती है।  
**क्या करें:** अगर कमर में दर्द हो तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लें और उनके सभी निर्देशों का पालन करें।

**इनका भी रखें ध्यान:** अच्छी तरह जांचने-परखने के बाद ही किसी जिम का चुनाव करें।

► शुरुआत में 15 मिनट तक वॉर्मअप और बीच में थोड़ा

रिलैक्स करना ना भूलें।

► रोजाना एक ही तरह की एक्सरसाइज करने के बजाय अपनी जरूरत के अनुसार अलग-अलग तरीके का वर्कआउट करें।

► वेट लिफ्टिंग के लिए हमेशा कम वजन से शुरुआत करें और धीरे-धीरे वजन बढ़ाएं।

► जिम में एक्सरसाइज करने के लिए शरीर की पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन की जरूरत होती है, लेकिन इसके लिए डिब्बाबंद प्रोटीन का चुनाव ना करें बल्कि अपनी डाइट में अंडा, चिकन, फिश, चना, दालों, स्प्राउट और पनीर की मात्रा बढ़ाकर प्राकृतिक स्रोत से प्रोटीन की जरूरत को पूरा करें। \*

(मैस हॉस्पिटल दिल्ली के ऑर्थोपेडिक डिपार्टमेंट के डॉक्टर डॉ. एल. तोमर से बातचीत पर आधारित)

### डॉक्टर्स एडवाइस

हाल के कुछ समय में कोरोना वायरस के नए सब वैरिएंट जेएन.1 संक्रमण के मामले कई राज्यों में आ रहे हैं। हालांकि विश्व स्वास्थ्य संगठन ने इस वायरस के गंभीर होने की संभावना को कम बताया है, लेकिन इसका प्रसार तेजी से हो सकता है, इसलिए बचाव के लिए सतर्क रहना बहुत जरूरी है। ऐसे में कोरोना के इस नए सब वैरिएंट से बचने के लिए सावधानी बरतने की जरूरत है। साथ ही आपको अपने इम्यून सिस्टम को भी मजबूत बनाने की आवश्यकता है।

### ऐसे बढ़ाएं इम्यूनिटी

शरीर के इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के लिए क्या करना चाहिए, इस बारे में पूछने पर नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम में सीनियर कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन-डॉ. पंकज वर्मा बताते हैं, 'किसी भी तरह की बीमारी से बचाव के लिए आपको अपने इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के लिए अपने खान-पान पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। इसके लिए आप अपनी डेली डाइट में विटामिन ई से भरपूर खाद्य पदार्थों को शामिल करें। क्योंकि इनमें भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स और एंटीइंफ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं, जो आपके शरीर को घातक वायरस और संक्रमण से सुरक्षा प्रदान करने में मदद करते हैं। इसके लिए अपनी डाइट में बादाम, मूंगफली, एवोकाडो और चुकंदर जैसे खाद्य पदार्थों को शामिल करें। रिसिपेरी सिस्टम को मजबूत और बेहतर बनाने के लिए आपको विटामिन सी से युक्त खाद्य पदार्थ, जैसे- नींबू, संतरा, स्ट्रॉबेरी, आंवला और केले आदि को डाइट में शामिल करें। इसके अलावा इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के लिए विटामिन ए से भरपूर खाद्य पदार्थ जैसे- शकरकंद, हरी सब्जियां, झोकीली और शिमला मिर्च आदि डाइट में शामिल करें।'

डॉ. पंकज आगे बताते हैं, 'खान-पान के अलावा वैक्सिनेशन बहुत जरूरी है। वैक्सिनेशन की मदद से आप अपने इम्यून सिस्टम को काफी मजबूत कर सकते हैं। इसलिए वैक्सिनेशन की सभी डोजें अगर नहीं ली है तो जरूर लें। इसके अलावा आपको संक्रमण से सुरक्षा के लिए अपने नाक, कान और गले को साफ रखना जरूरी है। अपने हाथों को लगातार साफ करते रहना है। साथ ही नियमित योग अभ्यास और एक्सरसाइज करते रहें।'

### साफ-सफाई का रखें ख्याल

कोविड इंफेक्शन के बचने के लिए हाइजीन का ध्यान रखना बहुत जरूरी है। इस बारे में धर्मशिला नारायणा सुपरस्पेशियलिटी हॉस्पिटल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-पल्मोनोलॉजी और स्लीप मेडिसिन-डॉ. नवनीत सुद सलाह देते हैं, 'संक्रमण से सुरक्षा के लिए आप अपने नाक और गले को अच्छी तरह साफ रखें, क्योंकि कोरोना का संक्रमण नाक और गले के माध्यम से ही अधिकांशतः फैलता है। रात में सोने से पहले और सुबह उठने के बाद अपने गले और नाक को अच्छी तरह सफाई करें। सोने से पहले स्टीम का प्रयोग काफी लाभकारी साबित होता है। उसके साथ ही आंख, मुंह और नाक



देश के कई राज्यों में कोरोना वायरस के नए सब-वैरिएंट जेएन.1 के मामले आने से लोग डरे हुए हैं, लेकिन घबराने की बात नहीं है। कोरोना वायरस के इस नए सब-वैरिएंट से सुरक्षा के लिए आपको अपनी इम्यूनिटी को मजबूत बनाना होगा। साथ ही कुछ सावधानियों पर अमल भी करें। इस बारे में जानिए एक्सपर्ट डॉक्टर्स की राय।

## कोविड इंफेक्शन से बचाव के लिए इम्यून सिस्टम को बनाएं स्ट्रॉन्ग



की भी सफाई अच्छी तरह से करें। हाथों को भी अच्छी तरह साफ करें। इसके लिए कुछ अंतराल पर हाथों को साबुन से धोते रहें या सैनिटाइजर से साफ करें। तुलसी और अदरक के काढ़े का सेवन करें और गर्म पानी के गरारे भी करते रहें। साथ ही इम्यून सिस्टम को

मजबूत बनाने के लिए आपको नियमित रूप से व्यायाम और योग करते रहना चाहिए। रोजाना एक्सरसाइज के लिए 30 से 45 मिनट जरूर दें। किसी भी तरह के तनाव से दूर रहें क्योंकि कई बार मानसिक तनाव और अवसाद इम्यून सिस्टम पर बुरा प्रभाव डालते हैं।'

### सर्दी-पलू से बचाव के तरीके

कोरोना वायरस के संक्रमण के अलावा सामान्य सर्दी और पलू से बचना भी जरूरी है। ऐसा क्यों, इस बारे में पूछने पर श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-पल्मोनोलॉजी-डॉ. अनिमेष आर्या बताते हैं, 'अपनी इम्यूनिटी स्ट्रॉन्ग बनाए रखने के लिए इस मौसम में आप खुद को सामान्य पलू से भी बचाने की कोशिश करें, क्योंकि इससे भी इम्यून सिस्टम को नुकसान पहुंचता है। साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें। बाहर से

आने के बाद घर में घुसते ही सबसे पहले हाथों को अच्छे से धोएं। उसके बाद आंख, मुंह और नाक की भी सफाई अच्छी तरह से करें। सामान्य पानी पीने की बजाय गुनगुन पानी का ही सेवन करें। थोड़ी-थोड़ी देर पर हाथों को सैनिटाइज करें। सर्दी-जुकाम होने पर

गर्म पानी के गरारे करें। कोरोना वायरस हो या अन्य कोई घातक बीमारी, किसी भी तरह की बीमारी से बचाव के लिए आपका इम्यून सिस्टम मजबूत होना बहुत जरूरी है। अगर आपको बहुत जल्दी जुकाम या पलू हो जाता है तो डॉक्टर से कंसल्ट करके पलू की वैक्सीन लगवा लें। बच्चे, बुजुर्ग, प्रेग्नेंट महिलाएं और कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों को खास सावधानी बरतनी चाहिए। अगर आपको कोरोना से जुड़े लक्षण महसूस हों तो बिना देर किए नजदीकी अस्पताल में संपर्क करें और जरूरी जांच भी अवश्य करवाएं। इससे समय रहते आपका ट्रीटमेंट हो जाएगा। \*

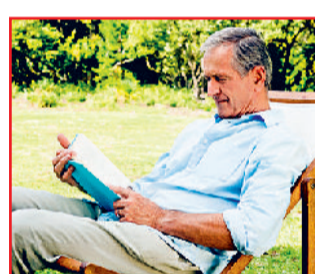
प्रस्तुति : संकेत फीचर्स

### सजेशन

सर्दी के दिनों में कुछ देर धूप में बैठने से भी इम्यूनिटी बढ़ती है। सर्दियों की गुनगुनी धूप स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद होती है। इस बारे में राम मनोहर लाहिआ हॉस्पिटल, नई दिल्ली में डायटीशियन अंजलि बताती हैं, 'घंटी धूप में बैठकर बातें करना, काम करना या नौद लेना काफी फायदेमंद होता है। अब से कुछ दशक पहले तक पहले ये कॉमन एक्टिविटीज हुआ करती थीं। लेकिन आजकल की व्यस्त जीवनशैली में लोगों के पास धूप लेने का समय ही नहीं है। ऐसा करना स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह साबित हो सकता है। शरीर को स्वस्थ रखने और

## धूप लेने से बढ़ती है इम्यूनिटी

इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए जिस प्रकार संतुलित भोजन जरूरी है। ठीक उसी प्रकार शरीर की इम्यूनिटी को मजबूत बनाने और उसे बढ़ाने के लिए सर्दियों में कुछ देर धूप में बैठना जरूरी है। सर्दियों में धूप संकने से नौद बेहतर होती है। दरअसल, सूरज की रोशनी की वजह से हमारे शरीर में मौजूद



है। यह हार्मोन डिप्रेशन को कम करके हमें खुश रखता है। सर्दियों में धूप संकने से फोकस बढ़ता

बेहतर बनाने में सहायक होता है। धूप संकने से हमारे शरीर की सरकेडियन रिदम (प्राकृतिक आंतरिक घड़ी) सुधरती है। ठंड में धूप में बैठने से अंदर से खुशी मिलती है, क्योंकि इससे शरीर में हैप्पी हार्मोन सेरोटोनिन का लेवल बढ़ता है। यह हार्मोन डिप्रेशन को कम करके हमें खुश रखता है। सर्दियों में धूप संकने से फोकस बढ़ता

है और याददाश्त अच्छी होती है। धूप संकने से विटामिन डी बनता है। शरीर को स्वस्थ रखने में विटामिन डी बहुत ही महत्वपूर्ण होता है। विटामिन-डी से इम्यूनिटी बढ़ती है और हड्डियां मजबूत होती हैं। सर्दियों में धूप संकने से डायबिटीज, हार्ट डिजीज और कुछ तरह के कैंसर का खतरा कम होता है। विटामिन-डी ऑस्टियोपोरोसिस के रिस्क को भी कम करता है। सर्दियों में धूप संकने से आलस दूर होता है, तनाव, नौद की समस्या, फोबिया, सिजोप्रेनिया जैसी समस्याएं कम हो सकती हैं। इससे सफेद रक्त कोशिकाओं का उत्पादन बढ़ता है, इससे संक्रमण से बचने में मदद मिलती है। \*

-अजेश कुमार

### हेल्थ स्टडी

## जब यूज करें अलार्म क्लॉक

हम में से बहुत लोग सुबह जल्द उठने के लिए अलार्म क्लॉक का यूज करते हैं। हालांकि आजकल अधिकांश लोग अलार्म क्लॉक के बजाय मोबाइल में अलार्म फिट करके सोते हैं। इनसे हमें समय पर उठने और अपनी रूटीन को सही वक्त पर शुरू करने में मदद मिलती है। लेकिन जापान की नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ इंटरियल हेल्थ के



वैज्ञानिकों ने अपने अध्ययन में पाया है कि अलार्म क्लॉक की मदद से जागने पर हार्ट रेट बढ़ने और हाई ब्लड प्रेशर जैसी समस्याएं हो सकती हैं। सुबह गहरी नौद में अचानक तेज अलार्म बजने से स्ट्रेस लेवल भी बढ़ता है। अगर आप अलार्म

क्लॉक के बिना समय पर नहीं उठ सकते हैं तो फिर इसे अपने सिर से कम से कम एक मीटर दूर रखें और आवाज धीमी और मधुर टोन रखें। कई महिलाएं मानती हैं कि शादी, ब्याह या इवनिंग पार्टीज में ग्लिटर वाली आईशेडो लगाए बिना मेकअप क्लॉक नहीं हो पाता है। ग्लिटर आईशेडो से चेहरे के सौंदर्य में चार चांद लग जाते हैं। लेकिन नेत्र रोग विशेषज्ञों का मानना है कि ग्लिटर आईशेडो आंखों को नुकसान पहुंचा सकती है। इससे आंखों में इंफेक्शन, ड्राई आई सिंड्रोम और कॉर्निया में इरिटेशन की समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए अगर आपको कोई आइज प्रॉब्लम है तो ग्लिटर आईशेडो लगाने से बचें। अगर आपको आइज हेल्दी हैं तो भी ग्लिटर आईशेडो प्रयोग करने से पहले आई प्रॉडर लगाना ठीक रहता है ताकि ये अपनी जगह पर टिकी रहे। \*

-शिखर चंद जैन

### योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

अगर आपका ब्लैडर यानी मूत्राशय ओवरएक्टिव है तो इससे कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। लेकिन कुछ योगासनों के जरिए इस पर काबू पाया जा सकता है। क्योंकि इस समस्या का कारण होता है पेल्विक फ्लोर की मसल्स का कमजोर होना। पेल्विक फ्लोर दरअसल, उन सभी मांसपेशियों का समूह है, जो मूत्राशय, गर्भाशय, प्रोस्टेट, योनि, मलाशय और गुदा से जुड़ी रहती हैं। पेल्विक क्षेत्र जांच के ऊपर और नाभि के नीचे मौजूद होता है। नियमित योगासन एक ऐसा उपाय है, जिससे आप अपने पेल्विक फ्लोर को मजबूत कर सकते हैं। पेल्विक फ्लोर की मसल्स को मजबूत करने से बढ़े हुए प्रोस्टेट के लक्षणों में भी सुधार होता है, तनाव कम होता है और समग्र स्वास्थ्य बेहतर होता है। वैसे तो पेल्विक मसल्स को मजबूत करने के लिए कई योगासन हैं, जिनकी मदद ली जा सकती है जैसे- सूर्य नमस्कार, वज्रासन, वीरभद्रासन, भू-नमन आसन और मलासन। लेकिन इनमें जो सबसे आसान और प्रभावी आसन है, वह है-मलासन। इस योगासन को गारलैंड पोज के रूप में भी जाना जाता है।

**मलासन की विधि:** मलासन एक बेहद सरल योगासन है। आपको बस इतना करना है कि अपनी एड़ी पर जितना संभव हो उतना करीब बैठना है और अपनी जांघों को शरीर से अलग रखना है। पहले योग मैट पर बिल्कुल सीधे खड़े हो जाएं। रीढ़ की हड्डी में खिंचाव के साथ पेट को अंदर की ओर ले जाएं और कंधों को खींचते हुए गहरी सांस लें। अब हाथों को प्रणाम की मुद्रा में लें और सांस छोड़ते हुए धीरे-धीरे घुटनों के बल बैठ जाएं। ध्यान रखें इस समय आपको अपने दोनों हाथों की कोहनियों को घुटनों पर टिकाना है और हथेलियों को बिल्कुल नमस्कार की मुद्रा में ले आना है। कुछ क्षणों बाद धीरे-धीरे सांस अंदर की ओर ले जाएं और फिर कुछ और सेकेंड बाद आसन को विराम दें। कम से कम दो या तीन बार इसे दोहराएं। शुरू में किसी सहारे के साथ करें। धीरे-धीरे बिना सहारे के आप इसे करने लगेंगे।

**मलासन के फायदे:** मलासन हमारे कूल्हों को खोलने में मदद करता है। यह कमर और आंतरिक जांघ की मसल्स को फैलाने और सिकोड़ने में भी मदद करता है। यह कूल्हों और आंतरिक जांघों के क्षेत्र में खिंचाव पैदा करता है। शरीर के निचले हिस्से को अनिवार्य रूप से स्ट्रेच करता है। इस योगासन से यूटर्स, ब्लैडर, छोटी आंत और रेक्टम

अगर सर्दी के मौसम में आपको बार-बार पेशाब के लिए जाना पड़ता है। यहां तक कि जोर से हंसने या छींक आने पर से पेशाब निकल जाती है, तो इसका मतलब है कि आपका ब्लैडर ओवरएक्टिव है। ऐसे में मलासन करना फायदेमंद है।

## कूल्हे की मसल्स मजबूत बनाए मलासन



आदि को मजबूती मिलती है। इसलिए इसे नियमित रूप से करने पर मूत्राशय पर नियंत्रण बेहतर होता है। यह मूत्राशय पर हमारा नियंत्रण तो बढ़ाता ही है, इसके अन्य भी कई फायदे हैं। यह कूल्हों और जांघों की परेशानियों से निजात दिलाता है। इससे एकाग्रता बढ़ती है, जिन्हें सिक्स पैक एक्स बनाने का शौक होता है, उन्हें इस आसन के जरिए बहुत मदद मिलती है। इससे डिप्रेशन सही रहता है। पेटबॉलिंग की कार्यक्षमता बढ़ती है। कब्ज की समस्या से छुटकारा मिलता है। पेट की मांसपेशियां टोन होती हैं। साथ ही यह घुटनों और टखनों को लचीला बनाता है। यदि आपके घुटनों या रीढ़ की हड्डी में चोट लगी है तो इस आसन को भूलकर ना करें वरना आपका दर्द बढ़ जाएगा। बिना मल त्यागे कभी मलासन ना करें। मलासन करते समय अगर जरा भी परेशानी हो तो बेहतर संतुलन के लिए एडिजों के नीचे शुरुआत में कोई मोटा सफाई रख लें। अगर आपका वजन ज्यादा है तो शुरुआत में ऐसी जगह में इस आसन को करें, जहां अपना संतुलन बनाए रखने के लिए आप किसी चीज को पकड़ सके वरना चोट लगने का डर रहता है। \*

### आमंत्रित है लेख...

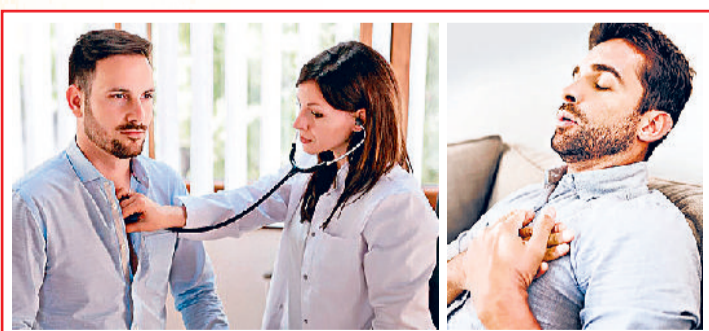
स्वयं डॉक्टर या लेखक, स्पेशलिस्ट डॉक्टरों से बातचीत पर आधारित लेख हमें इस पृष्ठ में प्रकाशनाथ भेज सकते हैं। लेख इस पृष्ठ पर भेजें

### हरिभूमि- संपादक-संकेत

129, ट्रांसपोर्ट सेक्टर, पंजाबी बाग, पश्चिमी दिल्ली, नई दिल्ली-110035  
या मेल करें- sehatharibhoomi@gmail.com

अगर आप हार्ट ऐटैक हैं तो इस कड़ाके की सर्दी में हार्ट अटैक का रिस्क बढ़ सकता है। ऐसे में इसकी प्रॉपर केयर करनी जरूरी है। जानिए हार्ट अटैक के संकेत, बचाव के तरीकों के बारे में।

## सर्दी के इस मौसम में हार्ट की करें प्रॉपर केयर



► जब चक्कर आ रहा हो। साथ में बिना किसी वजह के पसीना भी बह रहा हो, तो इसे चिंतित करने वाला लक्षण समझना चाहिए। यह दिल के दौरे का सूचक हो सकता है।

► नब्ज कमजोर हो रही हो, साथ में बेचैनी भी बढ़ रही हो तो यह हार्ट अटैक का मूक संकेत हो सकता है। इनके अलावा भी कई तरह के संकेत हो सकते हैं। मसलन पीठ, जबड़े या बाईं बांह में अचानक बहुत कमजोरी और पैरालिसिस की फीलिंग का होना। कभी-कभी यह दर्द दाईं बांह तक भी फैल जाता है। इस समय कई बार सीने में बिल्कुल दर्द नहीं होता। लेकिन यह

भी दिल के दौरे का दर्द हो सकता है।

### बचाव के उपाय

अगर आपको या आपके घर में किसी सदस्य की हार्ट डिजीज की हिस्ट्री रही हो, तो ब्लड प्रेशर और कोलेस्ट्रॉल की जांच हर छह महीने में करवाएं। फिर जांच के आधार पर डॉक्टर जिन भी दवाइयों का सेवन करने के लिए कहें, उसे लेते रहें।

► इस मौसम में अपने शरीर को ज्यादातर समय ऊनी कपड़ों से ढंक्कर रखें। थले बहुत सर्दी ना लग रही हो, लेकिन फिर भी सर्दी से बचाव का पूरा इंतजाम करके रखें।

### एलर्टनेस

संघ्या सिंह

सर्दी के मौसम में गर्मी को तुलना में हार्ट अटैक का खतरा 25 फीसदी बढ़ जाता है। लेकिन हम में से ज्यादातर लोग यह बात नहीं जानते कि ऐसा क्यों होता है? आइए, इस बारे में जान लेते हैं।

### हार्ट अटैक अधिक होने की वजहें

सर्दी के मौसम में हार्मोनल बदलाव, ब्लड में कोलेस्ट्रॉल लेवल को बढ़ाते हैं। इसकी वजह से ब्लड उस स्थान पर पहुंचने में परेशानी महसूस करता है, जहां उसे वास्तव में जाना होता है। इसलिए लोगों को हार्ट अटैक इस मौसम में कहीं ज्यादा होता है। इसकी एक वजह यह भी है कि सर्दी के मौसम में सबका रक्तचाप बढ़ा होता है, जिस कारण कोरोनरी धमनियां संकुचित हो जाती हैं। इससे हृदय और उसकी मांसपेशियों में रक्त और ऑक्सीजन का प्रवाह कम हो जाता है। इसलिए भी इस मौसम में दिल का दौरा बाकी मौसमों की तुलना में ज्यादा पड़ता है।

### ऐसे पहचानें संकेत

हार्ट अटैक के चार प्रमुख संकेत होते हैं। इनके बारे में आपको जरूर पता होना चाहिए।

► जब भी सीने में जकड़न और बेचैनी महसूस हो तो सावधान हो जाएं, यह दिल के दौरे का मूक संकेत हो सकता है।

► जब सांस अचानक बहुत तेजी से चलने लगें और कोशिश करने के बाद भी नियंत्रण में ना आए, तो मान लेंना चाहिए कि दिल में कुछ गड़बड़ है।

खबर संक्षेप

रेलवे कर्मचारी रहे मूख हड़ताल पर

रोहतक। मांगों को लेकर नार्दन रेलवे मेन्स यूनियन की क्रमिक मूख हड़ताल बुधवार को भी जारी रही। पुरानी पेंशन बहाली को लेकर जेएफआरओपीएस, एआईआरएफ के आह्वान पर नार्दन रेलवे में मंस यूनियन रोहतक शाखा के कर्मचारियों ने रेलवे स्टेशन प्लेटफार्म नंबर एक पर धरना दिया। बुधवार की क्रमिक मूख हड़ताल में करीब 45 कर्मचारियों ने भाग लिया। शाखा सचिव सुरेंद्र सैनी ने कहा कि यह हड़ताल 11 जनवरी तक जारी रहेगी।

अच्छे भविष्य के लिए सकारात्मक सोच रखें

रोहतक। श्री लालनाथ हिंदू महाविद्यालय में उन्मुखीकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता प्राचार्य डॉ. अनिल कुमार तनेजा ने की। मुख्य अतिथि डॉ. मार्कण्डेय आहूजा एवं मुख्य वक्ता डॉ. राकेश भाटिया रहे। डॉ. मार्कण्डेय आहूजा ने बताया कि व्यक्ति की सोच से आदत का निर्माण होता है, आदत से व्यक्तित्व का तथा व्यक्तित्व से भविष्य का निर्धारण होता है, इसलिए अच्छे भविष्य निर्माण के लिए सकारात्मक सोच रखनी चाहिए।

सर्व कर्मचारी संघ ने मांगों को लेकर की बैठक

रोहतक। कर्मचारी भवन में बुधवार को सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा जिला कार्यकारणी की बैठक हुई। इसकी अध्यक्षता जिला प्रथान कर्मवीर सिवाच ने की। बैठक का संचालन जिला सचिव मनजीत पांचाल ने किया। मुख्य वक्ता के तौर पर राज्य प्रधान धर्मवीर फौगाट मौजूद रहे। बैठक में बिजली निगम, रिटायर्ड कर्मचारी संघ, हेमशा, चतुर्थ क्लास यूनियन, सिंचाई विभाग, हरियाणा रोडवेज, नगर निगम, टूरिज्म विभाग आदि समेत काफी संख्या में मौजूद रहे।

कर्मचारियों को दिया प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण

महम। मोखरा गांव स्थित भारत रसायन फैक्ट्री में प्राथमिक उपचार एवं होम नर्सिंग ट्रेनिंग कैंप लगाया गया। तीन दिवसीय प्रशिक्षण शिविर का बुधवार को समापन किया गया। इस कैंप में रेडक्रॉस सोसाइटी के अधिकृत प्रवक्ता कर्मवीर सिंह ने कर्मचारियों को होम नर्सिंग व प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण दिया। उन्होंने कर्मचारियों को दोनों ही विषयों की जानकारी दी। बताया की आपातकाल में विभिन्न प्रकार से चोटिल व्यक्तियों को सही समय पर प्राथमिक उपचार दे उन के जीवन की सुरक्षा की जा सकती है।

# विकसित भारत संकल्प यात्रा का सांघी, भैणी मातो में हुआ स्वागत लोगों को बताई पीएम मोदी की गारंटी वाली योजनाएं

130 लाभार्थियों ने 33.94 लाख रुपये की धन राशि के स्वास्थ्य बीमा का लाभ उठाया

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

विकसित भारत संकल्प यात्रा का जिला के गांव सांघी, भैणी मातो एवं भैणी सूरजन में पहुंचने पर ग्रामीणों ने स्वागत किया। सांघी व भैणी मातो गांवों में 1614 लाभार्थियों को सामाजिक सुरक्षा पेंशनों का लाभ दिया जा रहा है। इन गांवों में आयुष्मान व चिरायु हरियाणा योजना के तहत 130 लाभार्थियों ने 33.94 लाख रुपये की धन राशि के स्वास्थ्य बीमा का लाभ उठाया है। इन गांवों में अब तक 66 पेंशन स्वतः बनी हैं। उपायुक्त अजय कुमार ने बताया कि सांघी गांव में 1332 लाभार्थियों को सामाजिक सुरक्षा पेंशन का लाभ दिया जा रहा है। अब तक इस गांव में 54 पेंशन स्वतः बनी हैं। गांव में आयुष्मान व चिरायु योजना के 3064 लाभार्थियों में से 78 लाभार्थियों ने स्वास्थ्य बीमा के तहत 22 लाख 56 हजार रुपये का लाभ प्राप्त किया है। भैणी मातो गांव में 282 लाभार्थियों को सामाजिक सुरक्षा पेंशन का लाभ



रोहतक। भारत विकसित यात्रा के दौरान लोगों को सरकारी योजनाओं की जानकारी देते अधिकारी। फोटो: हरिभूमि

## देश को विकसित राष्ट्र बनाने की ली शपथ

रोहतक। उपायुक्त अजय कुमार ने बताया कि भारत को 2047 तक आत्मनिर्भर और विकसित राष्ट्र बनाने के सपने को साकार करने, गुलामी की मानसिकता को जड़ से उखाड़ फेंकने, देश की समृद्ध विकासात्मक पर्यटन, भारत की एकता को मजबूत करने, देश की रक्षा करने

जानकल्याणकारी योजनाओं पर आधारित लघु फिल्में दिखाई गईं। इसके अलावा ग्रामीणों को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एवं प्रदेश के मुख्यमंत्री मनोहर लाल के संदेश भी सुनवाये गए। योजनाओं के लाभार्थियों ने मेरी कहानी-मेरी जुबानी के तहत अपने अनुभव साझा किये।

दिया जा रहा है। अब तक इस गांव में 12 पेंशन स्वतः बनी हैं। गांव में आयुष्मान व चिरायु योजना के तहत 52 लाभार्थियों ने स्वास्थ्य बीमा के

तहत 11 लाख 38 हजार रुपये का लाभ प्राप्त किया है।

## भाजपा प्रदेश प्रभारी का अभिनंदन किया

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश प्रभारी व त्रिपुरा के पूर्व मुख्यमंत्री बिप्लब देव बुधवार को अपने तीन दिवसीय प्रवास पर रोहतक पहुंचे। मकरोली टोल पर जिला अध्यक्ष एडवोकेट रणवीर ढाका के नेतृत्व में जिला टीम ने उनका अभिनंदन किया। अभिनंदन से अभिभूत प्रदेश प्रभारी ने कहा कि हरियाणा का व्यक्ति बड़े दिलवाला है। हरियाणा का व्यक्ति सम्मान चाहता है। रोटी से पहले भी वह सम्मान की ही अपेक्षा रखता है और सम्मान केवल नरेंद्र मोदी ही दे सकते हैं। इस दौरान वे 11 जनवरी को चमारिया गांव में विकसित भारत संकल्प यात्रा में मुख्यातिथि होंगे। इसके अलावा 12 जनवरी को वह महम हल्के के फरमाणा खास गांव में विकसित भारत संकल्प यात्रा में



मुख्यातिथि के रूप में रहेंगे। स्वागत करने वालों में मेयर मनमोहन गोयल, जिला उपाध्यक्ष हरिओम मित्तल भाली, सीनियर डिप्टी मेयर राजकमल सहगल, उदयवीर मलिक, वीर सिंह हुड्डा, सुखवीर चंदेरीया, पूर्व विधायक सरिता नारायण, पूर्व मेयर रेणु डबला, अशोक सहगल, अमित जैन, जिला

## सोशल मीडिया ने दुनिया को और छोटा परिवार बनाया: डॉ. दुआ

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के फार्मास्यूटिकल साइंसेज विभाग में बुधवार को शोधार्थियों के लिए एमर्जिंग सिमिनीफिकेंस ऑफ सोशल मीडिया इन कंटेपरेरी रिसर्च इनवायरमेंट विषय पर अतिथि व्याख्यान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्नोलोजी सिडनी आस्ट्रेलिया के डॉ. कमल दुआ ने बतौर अतिथि वक्ता यह व्याख्यान दिया। डा. दुआ ने समसामयिक शोध में सोशल मीडिया के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि जानकारी प्राप्त करने के लिए तथा नवीन विचार साझा करने में एक्स (पूर्व में ट्वीटर) जैसे मीडिया प्लेटफार्मस की उपयोगिता अहम है।

## भाषण प्रतियोगिता में भूमिका प्रथम

मेरा भारत विकसित भारत पर युवाओं ने रखे विचार

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

नेहरू युवा केंद्र द्वारा पंडित नेकीराम शर्मा राजकीय महाविद्यालय के सहयोग से मेरा भारत विकसित भारत विषय पर एक दिवसीय भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने बताया कि जिला स्तरीय कार्यक्रम में जिलाभर से 15 से 29 आयु वर्ग के युवाओं ने भाग लिया। जिसमें प्रथम स्थान भूमिका, द्वितीय स्थान स्वाति चौधरी व तृतीय स्थान जतिन मलिक ने प्राप्त किया। कार्यक्रम में निर्णायक मंडल की भूमिका में पूर्व प्रधानाचार्य एस



नकवी, शमशेर अहलावत रहे। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि विद्यालय के प्राचार्य डॉ. लोकेश बल्लार ने युवाओं को ऐसे कार्यक्रम में बढ़ चढ़कर भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया। कार्यक्रम में उपस्थित रहे मनोविज्ञान के प्रो. दिनेश व मनोपा ने युवाओं को कैसे

## जीएसटी बार एसोसिएशन ने वन टाइम सेटलमेंट स्कीम पर की मीटिंग

रोहतक। जीएसटी बार एसोसिएशन रोहतक की वन टाइम सेटलमेंट स्कीम पर मीटिंग हुई। जिसकी अध्यक्षता जिला प्रधान विनोद गर्ग ने की। मीटिंग में मुख्य अतिथि डीईटीसी एसके बोंडवाल ने वन टाइम सेटलमेंट स्कीम के बारे में विस्तार से चर्चा की और बताया कि हरियाणा सरकार द्वारा यह स्कीम 30 मार्च 2024 तक लागू रहेगी। स्कीम में व्यापारी वर्ग को बकाया डिमांड 30 जून 2017 से पहले की डिमांड पर लागू होगा। स्कीम के तहत सिर्फ टैक्स का 30 या 50 प्रतिशत भरना होगा पेनल्टी व ब्याज पूरी तरह से माफ हो जाएंगे। वन टाइम सेटलमेंट स्कीम की तहत सभी कार्यवाही ऑनलाइन होगी।



## नए जिले अलॉट करने की मांग

रोहतक। प्राथमिक अध्यापक वेलफेयर एसोसिएशन की बैठक बुधवार को छोटाराम धर्मशाला में हुई। जिसकी अध्यक्षता राज्य प्रधान नरेंद्र दहिया ने की। इस दौरान उपस्थित अशोक अट्टला ने कहा कि सरकार ने 2017 में लगे जेबीटी अध्यापकों को अक्टूबर 2023 में ऑनलाइन मरिट के आधार पर स्थाई जिले दिए थे, लेकिन आज तक इन अध्यापकों को नए व स्थाई जिले अलॉट नहीं किए गए। वहीं 2004, 2008, 2011 बैच के अध्यापकों के भी ऑनलाइन ट्रांसफर करके जिले बदले मगर इन्हें भी नए जिलों में स्कूल अलॉट नहीं किया। उन्होंने कहा कि ट्रांसफर प्रक्रिया बीच में रोक देने से अध्यापकों में रोष है। अध्यापकों ने सरकार से मांग की है कि सरकार तुरंत प्रभाव से ट्रांसफर प्रक्रिया आरंभ करके अध्यापकों को स्कूल अलॉट करे। उन्होंने कहा कि इन्हें मुझे के विरोध में 12 जनवरी को करनाल प्रदेश के जेबीटी अध्यापक सीएम आवास का घेराव करेंगे। इस मौके पर श्रीमंगलदा देवी, नीलम, मुनेश, सुमन, नरेंद्र शर्मा, मन्वीर, रोहित यादव, मुनीराम, राजकुमार जांगड़ा आदि रहे।

## सम्मेलन में रोहतक के 1300 युवा लेंगे भाग

सभी 13 मंडलों में से 12 जनवरी को 26 बसों द्वारा कुरुक्षेत्र पहुंचेंगे

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

भारतीय जनता पार्टी युवा मोर्चा की बैठक हुआ कॉम्प्लेक्स स्थित भाजपा प्रदेश कार्यालय में भाजयुमो जिला अध्यक्ष नवीन दुल को अध्यक्षता में सम्मन हुई। भाजयुमो जिला मीडिया प्रभारी पं. लोकेश शर्मा ने बताया कि आगामी 12 जनवरी को कुरुक्षेत्र में राष्ट्रीय युवा दिवस के उपलक्ष्य में राष्ट्रीय युवा सम्मेलन का आयोजन किया जा रहा है जिसकी तैयारियों के लिए बैठक का आयोजन किया गया है। बैठक की अध्यक्षता कर रहे नवीन दुल ने भाजपा जिला अध्यक्ष रणवीर ढाका से विचार विमर्श करके युवा



मोर्चा का विस्तार करते हुए निवर्तमान महम मंडल अध्यक्ष एवं पापंद विकास श्योराण को जिला उपाध्यक्ष, मन्नु रंजन को रोहतक विधानसभा के महाराजा शूरसेन मण्डल अध्यक्ष, सुनील वशिष्ठ को अग्रसेन मण्डल अध्यक्ष, रमेश मलिक मोखरा को महम विधानसभा के बहुअकबरपुर मण्डल का अध्यक्ष, सचिन पांचाल को कलानौर विधानसभा के गौकर्ण मण्डल का अध्यक्ष एवं मंजीत बाबा को सुनारिया मण्डल अध्यक्ष को नियुक्त किया। नवनियुक्त भाजपा प्रदेश कोषाध्यक्ष एवं भारतीय जनता युवा मोर्चा रोहतक जिला पर्वक्षेत्र अध्यक्ष बंसल ने बैठक में कहा कि कार्यकर्ताओं को लोकसभा चुनाव की तैयारियों में जुट जाना चाहिए।



हैडबॉल में राष्ट्रीय स्तर पर छाई एमडीएन की छात्रा द्विजा रोहतक। एमडीएन स्कूल की 12वीं कक्षा की छात्रा द्विजा वशिष्ठ ने हियावर के महावीर स्टेडियम में 5 जनवरी से 9 जनवरी तक हुए 61वें नेशनल खेलों में अंडर 19 में हरियाणा टीम की तरफ से जीत हासिल की है। उन्होंने हिमावत की टीम को 22-19 के स्कोर से हराया। द्विजा ने शानदार प्रदर्शन का श्रेय अपने प्रशिक्षक, विद्यालय और माता-पिता को दिया है। विद्यालय के एडमिनिस्ट्रेशन डायरेक्टर कृष्ण कुमार ने स्कूल का गौरव बढ़ाने के लिए छात्रा को बधाई दी तथा उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

## सरकार ने अंग्रेजों के समय के कानूनों में किया बदलाव: रामचंद्र जांगड़ा

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

केंद्र सरकार द्वारा अंग्रेजों के समय के कानूनों में बदलाव किया है ताकि गुलामी की मानसिकता दूर हो। विकसित भारत संकल्प यात्रा के दौरान लोगों को विकसित भारत की शपथ भी दिलवाई जा रही है, जिसमें गुलामी की मानसिकता को छोड़ने का संकल्प है। यह जानकारी राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगड़ा ने दी। उन्होंने जिला के गांव भैणी सूरजन में विकसित भारत संकल्प यात्रा के तहत आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि वर्ष



1947 में देश की आजादी के बाद अभी तक अंग्रेजों के बनाए कानून ही लागू थे। अब केंद्र सरकार द्वारा इन कानूनों में बदलाव किया गया है। उन्होंने कहा कि नागरिक अपने कर्तव्यों को याद करें। केवल अधिकारों को दुहाई न दें। सभी नागरिक जल संरक्षण में अपना योगदान दें तथा घरेलू पेयजल कनेक्शनों पर टूटी लगाए ताकि आवश्यकता अनुसार ही जल का बुद्धिमता पूर्वक प्रयोग किया जा सके।

## 63वीं वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता का हुआ समापन

# 100 मीटर रेस में मीनू व स्लो साइविलिंग में निधि प्रथम

हरिभूमि न्यूज | रोहतक

राजकीय महिला महाविद्यालय में चल रही 63वीं वार्षिक खेल कूद प्रतियोगिता का बुधवार को समापन हो गया। प्रथम वर्ष की छात्रा मीनू देवी ने बेस्ट एथलीट का खिताब हासिल किया। इस दौरान 100 मीटर रेस में मीनू ने प्रथम, तनुजा ने द्वितीय व अंजलि तथा लिपि ने तृतीय स्थान, तिहिरि कूद में नैसी ने प्रथम, अंजलि ने द्वितीय, उषा ने तृतीय, मटकी रेस में नितिका प्रथम, अंजलि द्वितीय, सरिता ने तृतीय स्थान हासिल किया। इसी तरह से स्लो साइविलिंग में निधि ने पहला, वर्षा ने दूसरा और कृति ने तीसरा स्थान



प्राप्त किया। वहीं 100 मीटर हर्डल रेस में मीनू ने प्रथम, वेदिका ने द्वितीय, तनुजा ने तृतीय, 800 मीटर रेस में मीनू प्रथम, वेदिका द्वितीय, उषा ने तृतीय, शॉट पुट में उषा ने प्रथम, नैसी ने द्वितीय और वर्षा ने तृतीय स्थान हासिल किया। इसके अलावा श्री लोग रेस में

मुस्कान व मीनू देवी प्रथम उषा व रीतू द्वितीय तथा वर्षा व माफी ने तृतीय, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी रेस में मंजू ने प्रथम, मुन्नी ने द्वितीय, सतवंती ने तृतीय, चिल्ड्रेन रेस में नीलाक्ष प्रथम, रिहान द्वितीय, जेविश तृतीय स्थान पर रहे। म्यूजिकल चेरर इवेंट में प्रथम रहा। उन्होंने खलाड़िया का हौसलाअफजाही की। साथ ही समय की महता पर प्रकाश डाला। प्राचार्या सविता परूथी ने सभी प्रतिभागी छात्राओं को बधाई दी और खिलाड़ियों को खेल भावना से खेलने के लिए प्रेरित किया। प्रतियोगिता सचिव बंसंत कुमार ने वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत की। इस अवसर पर डॉ. वीना सचदेवा, डॉ. रेनु हुड्डा, डॉ. नीरज आदि मौजूद रहे।

## इन्हें मिला पुरस्कार

इस मौके पर डॉ प्रदुमन, डॉ प्रवीण खत्री, डॉ कविता, डॉ नरेश, डॉ निशांत डॉ सुभाष बल्लार, डॉ योगेश, डॉ मूषेद, डॉ सविता ठाकरान, डॉ मीनू देवी, डॉ रेणु पंचाल, राजबाला सदीप और बहुत सी छात्राओं के अतिमावक मौजूद रहे। छात्र रिया, अंजलि, कुसुम, पूजा, उमा, वैदिका आदि छात्राओं ने वार्षिक खेल कूद प्रतियोगिता करवाने में अहम भूमिका निभाई।

स्थान डॉ. राजनंद प्रसाद गग न हासिल किया। वहीं द्वितीय स्थान पर डॉ. नरेश कुमारी और तृतीय स्थान पर डॉ. नीरज रही।

## खिलाड़ियों की हौसला अफजाई की

बुधवार को पारितोषिक वितरण समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि डॉ. राजेंद्र प्रसाद गंग डायरेक्टर स्पोर्ट्स व डीन फैकल्टी एजुकेशन एमडीयू

**Top-in-Town रोहतक बाजार**  
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक  
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

**मानसरोवर हॉस्पिटल**  
**REQUIRES**  
❖ BAMS Doctor 2  
❖ Nursing Staff 6  
❖ RMO 6  
❖ Computer Operator 1  
❖ Accountant 1  
❖ Gatekeeper 3  
❖ Sweeper 2

**चेहरे की सुंदरता बढ़ाएं**  
**Levo Fairness Cream**  
चेहरे पर छायें, धान-धबबे (घाई सर्कल) कम करने में लाभदायक  
MRP. 120/-  
आफ़ी ऑर्डर करें। घर बैठे मंगवाएं  
**8529169000**  
MHC Ayurveda: Rohtak Gate, Bhiwani  
आवश्यकता: नाहिला (घर बैठे जान करें)

**NOTICE**  
I, Krishana W/o Jaipal R/o H.No. 1395 Sector-3 Rohtak declare that I am owner and in possession of plot no. 0007 South City-1 Palam, Gurugram. I have lost my original allotment letter/ documents somewhere at Shila Bye Pass Rohtak on 10.12.2023. I tried to find out the same but I could not found the same. I will deposit the same if I found it in future. I will not misuse the same.

**खबर संक्षेप**

**पटवारियों का धरना 12 जनवरी तक जारी रहेगा**  
रोहतक। दी पटवार व कानूनगो एसोसिएशन 3 जनवरी से राज्य कार्यकारणी के आह्वान अनुसार धरना दे रही है। बुधवार को नंबरदार एसोसिएशन ने भी समर्थन देकर अपने कामकाज को बंद कर समर्थन किया। धरने की वजह से आमजन के कामकाज प्रभावित हो रहे हैं। धरने को अखिल भारतीय जनवादी महिला समित की नेता जगमती सांगवान, रामचंद्र सिवाच अधिवक्ता ने अपना समर्थन दिया। दी रेवेन्यू पटवार एवं कानूनगो एसोसिएशन ने सरकार की तरफ से कोई वार्तालाप निमंत्रण नहीं मिलने पर सांकेतिक धरने को 12 जनवरी तक बढ़ा दिया है।

**विनोद बने इनेलो झंजूर के जिला प्रभारी**

रोहतक। इंडियन नेशनल लोकदल सुप्रियो ओम प्रकाश चौटाला द्वारा हाल ही में संगठन की लिस्ट जारी करते हुए एडवोकेट विनोद अहलावत को दो जिम्मेदारी दी गई। झंजूर जिले के प्रभारी के अतिरिक्त उन्हें जिला रोहतक के कानूनी प्रकोष्ठ का अध्यक्ष भी बनाया गया है। एडवोकेट विनोद ने इनलो सुप्रियो चौधरी ओम प्रकाश चौटाला और इनेलो के प्रधान महासचिव अभय सिंह चौटाला, प्रदेश अध्यक्ष नरेश सिंह राठी का आभार जताया है।

**कुड़ा उठाने के लिए निगम के नंबरों पर सम्पर्क करें**

रोहतक। नागरिकों की सुविधा के लिए नगर निगम रोहतक में कुड़ा उठाने हेतु नगर निगम में कंट्रोल रूम स्थापित किया है। नगर निगम के संयुक्त आयुक्त राकेश सैनी ने बताया कि कुड़ा उठाने के लिए कोई भी नागरिक टोल फ्री नंबर 1800-180-5007, मोबाइल नंबर 90530-97001, 90530-97002 तथा लैंडलाइन नंबर 01262-250070 पर संपर्क कर सकते हैं। उन्होंने नागरिकों से अपील की कि अगर उन्हें कहीं पर कुड़े का ढेर नजर आए तो वे उपरोक्त नंबर पर डायल करके नगर निगम को अवश्य सूचित करें ताकि तुरंत प्रभाव से कुड़े का उठाना किया जा सके।



रूम स्थापित किया है। नगर निगम के संयुक्त आयुक्त राकेश सैनी ने बताया कि कुड़ा उठाने के लिए कोई भी नागरिक टोल फ्री नंबर 1800-180-5007, मोबाइल नंबर 90530-97001, 90530-97002 तथा लैंडलाइन नंबर 01262-250070 पर संपर्क कर सकते हैं। उन्होंने नागरिकों से अपील की कि अगर उन्हें कहीं पर कुड़े का ढेर नजर आए तो वे उपरोक्त नंबर पर डायल करके नगर निगम को अवश्य सूचित करें ताकि तुरंत प्रभाव से कुड़े का उठाना किया जा सके।

**विवादित जमीन से बिल्डर ने कटवा दिए थे हरे पेड़, वन विभाग ने लगाया जुर्माना**

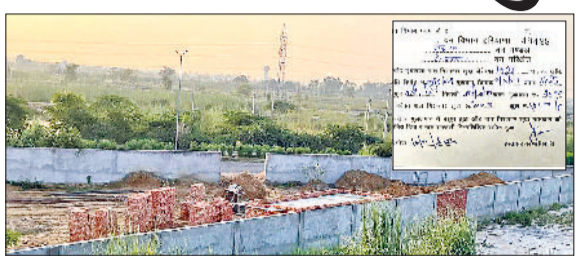
**माजरा का 'माजरा' फिलहाल 12 हजार रुपये जुर्माने में निपटा**

गांव माजरा में हुआ की जमीन को लेकर नया मोड़ आया

अमरजीत एस गिल ▶▶ रोहतक

बिल्डर और गांव माजरा के लोगों के बीच हुआ की जमीन को लेकर बुधवार को नया मोड़ आया। गत सोमवार रात को बिल्डर ने जमीन से हरे पेड़ कटवाए। मंगलवार को लोगों ने पेड़ काटने की शिकायत वन विभाग में की थी। बुधवार को वन विभाग की टीम ने मौका देखा और बिल्डर पर 12 हजार रुपये जुर्माना किया।

विवादित जमीन के साथ ही बिल्डर की पुरतैनी खेत की जमीन है। बिल्डर पर जुर्माना इसलिए किया गया कि उन्होंने वन विभाग की अनुमति के बिना हरे पेड़ कटवाए। कुल मिलाकर माजरा गांव का माजरा (मामला) फिलहाल निपट गया है। अब देखना ये है कि लोग अगला कदम कौन सा उठाते



रोहतक। विवादित जमीन तथा वन विभाग द्वारा काटी गई जुर्माना रसीद (इनसेट)।

**जमीन नहीं की जा सकती अधिवक्ता**  
शमशाण भूमि के लिए बेशक दूसरी जगह तय कर दी गई हो। लेकिन यह जमीन हमारे गांव के तालाब की है। तालाब को किसी भी सूरत में हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण अधिवक्ता नहीं कर सकता है। हम हर स्तर तक कानूनी लड़ाई लड़ेंगे।  
- बलवान सिंह माजरा

हैं। ध्यान ये भी रहे कि बिल्डर की जमीन सेक्टर 27 के लिए अधिग्रहित की गई थी। उसमें कुछ जमीन बची हुई है। बिल्डर अब सेक्टर 27 के मैन रोड से अपने खेत की शेष बची जमीन के लिए रास्ता भी मांग रहा है। प्राणी

सूरजभान ने बताया कि उन्होंने इस मामले को लेकर राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग, हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण समेत उन तमाम अफसरों को पत्र भेजे हैं, जो कार्रवाई करने में सक्षम हैं। जमीन हमारे तालाब की है, इस पर नहीं दिया गया है। चूंकि जमीन टोला पाना की थी, ऐसे में हो सकता है कि अब निगम को इसका मुआवजा मिले। मुआवजे को लेकर हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण और नगर निगम के बीच काफी दिनों से पत्र व्यवहार जारी है। मुआवजा निगम को मिले या ना मिले ये अलग मुद्दा है। लेकिन निगम ने साइट नंबर 210 पर शमशाण का शेंद बनवाने का काम शुरू करवाकर प्रशासनिक कमियों को उजागर कर दिया है। अगर मामला हाईकोर्ट नहीं पहुंचता तो कब का अवैध निर्माण बनकर तैयार हो जाता।

**ठेकेदार पर उतरेगा नजला**

बताया जा रहा है कि शेंद निर्माण का नजला निगम उस ठेकेदार पर उतारेगा, जिसने शेंद बनाने के लिए ठेका लिया है। निगम यह कहकर पत्ला झाड़ने की कोशिश में है कि ठेकेदार ने गलत साइट पर शेंद निर्माण का काम शुरू कर दिया था। ध्यान रहे कि सरकारी पैसा किसी भी कार्य पर ऐसे ही नहीं लगाया जा सकता है। इसके लिए बकायदा एक प्रक्रिया पूरी करनी होती है। निर्माण कार्य कहां और कैसे करवाया जाना है, इसके पूरे दस्तावेज पहले ही तैयार करके अनुबंधित फर्म को देने होते हैं। ताकि निर्माण सही स्थान पर हो।

हमारा हक बनता है और हमें इसे लेकर भी रहेंगे।

**जमीन के इस टुकड़े पर है विवाद**

साल जमाबंदी 2018-19 के मुताबिक मौजा बोहर, खेवट नंबर 2521,10, टोला लखान पाना, खसरा नंबर 396, रकबा 24 कनाल, सेक्टर-27 के विकास के लिए अर्जित की गई थी। जिसका मालिकाना हक अब हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण के नाम है। ये बिल्डर मंजूरित ने बताया है। बताया जा रहा है कि अभी तक इस रकबे का मुआवजा किसी को भी

**निःशुल्क शिविर में एमडीयू विद्यार्थियों के दांतों की जांच**

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के यूथ रेड क्रॉस के तत्वाधान में बुधवार को जेनेटिक्स विभाग में पोस्ट ग्रेजुएट इंस्टीट्यूट ऑफ डेंटल साइंस, रोहतक के सहयोग से फ्री डेंटल चेकअप एंड अवेयरनेस कैम्प लगाकर स्टाफ एवं विद्यार्थियों के दांत जांचे गए। अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो. रणदीप राणा ने बतौर मुख्यातिथि इस स्वास्थ्य कार्यक्रम का शुभारंभ किया। प्रो. रणदीप राणा ने इस कार्यक्रम के आयोजन के लिए यूथ रेड क्रॉस की कार्यक्रमात्मक समन्वयिका प्रो. अंजु धीमान और उनकी टीम को बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। प्रो. राणा ने कहा कि विद्यार्थी स्वस्थ जीवन शैली अपनाएं। दांतों की साफ-सफाई रखना बेहद जरूरी है। उन्होंने विद्यार्थियों से सुबह एवं रात को सोने से पहले नियमित दांतों की सफाई करने का आह्वान किया। यूथ रेड क्रॉस की कार्यक्रम समन्वयिका प्रो. अंजु धीमान ने डेंटल चेकअप कैम्प बरें जानकारी दी।

विभागों के स्टाफ एवं विद्यार्थियों के दांतों की जांच की जाएगी। उन्होंने बताया कि 11 जनवरी को जूलोजी विभाग में दंत चिकित्सा शिविर का आयोजन किया जाएगा, जिसमें जूलोजी, बांटनी, इनवायरमेंटल साइंसेज व विजुअल आर्ट्स इत्यादि विभागों के स्टाफ एवं विद्यार्थियों के दांतों को जांचा जाएगा।

पब्लिक हेल्थ डेंटिस्ट्री के प्रोफेसर डॉ. आदर्श कुमार और उनकी टीम- डॉ. विपुल याद, डॉ. सुधी, डॉ. नवीन तथा अन्य सहयोगी सदस्यों- पारूल, मनीषा, नेहा, अंशिका, मुस्कान व रिकी ने इस दंत चिकित्सा जांच एवं जागरूकता शिविर का संचालन किया। शिविर में विद्यार्थियों एवं स्टाफ के दांत की जांच की गई। इन अवसर पर जेनेटिक्स विभाग के प्राध्यापक डॉ. एसके तिवारी, पीआरओ पंकज नैन, डॉ. आशा शर्मा, एमसी धीमान समेत वार्डआरसी वालंटियर्स उपस्थित रहे।

**आज भी लगेगा शिविर**

प्रो. अंजु धीमान ने बताया कि इस स्वास्थ्य शिविर में कैमिस्ट्री, बायोकैमिस्ट्री, जेनेटिक्स, फूड एंड टेक्नोलॉजी तथा फ्लोरोस साइंस

**युवाओं की भूमिका पर चर्चा**

सेमिनार के दूसरे सत्र में पूर्व प्राचार्य राज कुमार वर्मा और समाज सेविका परमजीत कुंडू ने विचार व्यक्त किए। उन्होंने ग्रामीण विकास में युवाओं की भूमिका और उनके योगदान पर चर्चा की। उन्होंने युवा वर्ग से कृषि को अपना कर गरीब और आमजनों को विकास की कुव्वधारा में लाने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के दौरान संघ का संचालन डॉ. विनोद कुमार व सहयुक्त प्राध्यापक भूगोल द्वारा किया गया। इस अवसर पर सुनीता धनखड़, ईश्वर सिंह, कविता आनंद, खंडीप कुमार, सोनिया, महक, परमजीत मलिक, प्रभा, कृष्ण यादव, रविंद व आशीष मौजूद रहे।



महम। राष्ट्रीय सेमिनार में भाग लेने पहुंचे वक्ताओं का स्वागत करती राजकीय कन्या महाविद्यालय मोखरा की प्राचार्या डॉ. सीमा जैन।

के भारत में ग्रामीण विकास की मुख्य योजनाओं पर प्रकाश डालते हुए वर्तमान में गरीबी, अशिक्षा, कृषि का अतिक्रमण होना और कृषि में विभिन्न पारिस्थितिकी समस्याओं को ग्रामीण विकास में मुख्य बाधक बताया। डॉ. कुलदीप छिक्कारा ने राज्य के विभिन्न क्षेत्रों से आये शोधार्थियों और युवा पीढ़ी का मार्ग दर्शन करने वाले प्राध्यापकों से ग्रामीण विकास में समस्याओं के मर्म

**देश के विकास का रास्ता गांवों से होकर गुजरेगा**

ग्रामीण विकास पर राष्ट्रीय सेमिनार का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महम

साक्षी मलिक राजकीय कन्या महाविद्यालय मोखरा में ग्रामीण विकास पर बुधवार को राष्ट्रीय सेमिनार आयोजित किया गया। इसकी शुरुआत मंत्र सरस्वती की वंदना के साथ की गई। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्या डॉ. सीमा जैन द्वारा की गई। उन्होंने अपने व्याख्यान में मुख्य अतिथि मुख्य वक्ता, प्राध्यापकों, शोधार्थियों और सभी छात्र-छात्राओं का कार्यक्रम में स्वागत किया। मुख्यवक्ता के तौर पर महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के वाणिज्य विभाग के प्रोफेसर कुलदीप सिंह छिक्कारा शामिल हुए। उन्होंने ग्रामीण विकास और उसमें चुनौतियों पर प्रकाश डाला। उन्होंने आजादी के बाद से अब तक



महम। स्कूली नेशनल खेलों में जीते गए टॉफी व स्वर्ण पदक दिखाते हुए खेड़ी महम गांव की नेहा और सुमन।

कर रही हैं। उससे लगता है कि एक दिन ये बेटियां ओलंपिक जीतकर देश का नाम रोशन करेंगी।

**नेशनल हैंडबॉल में खेड़ी महम की नेहा और सुमन ने जीते स्वर्ण पदक**

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महम

हिसार के महावीर स्टेडियम में 5 से 9 जनवरी तक आयोजित की गई हैंडबॉल के नेशनल सीनियर स्कूली खेलों में खेड़ी महम गांव की खिलाड़ी नेहा और सुमन ने स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय, गांव, जिला और प्रदेश का नाम रोशन किया है। खेड़ी महम गांव निवासी नेहा और सुमन महम के द रॉयल सही राम सीनियर सेकेंडरी स्कूल में क्रमशः 12वीं व दसवीं कक्षा की छात्रा हैं। पहले भी ये बेटियां हैंडबॉल में स्वर्ण पदक जीतकर गांव का नाम रोशन कर चुकी हैं। राजकीय महाविद्यालय महम के प्राध्यापक रामनिवास चोपड़ा ने बताया कि लगातार ये बेटियां पदक जीत रही हैं। यह खिलाड़ियों की मेहनत और हैंडबॉल के खेल प्रशिक्षक उत्तम और अमित के मार्गदर्शन का नतीजा है। नेशनल सीनियर स्कूली खेलों में स्वर्ण पदक जीतकर लौटी विजेता छात्राओं और उनके प्रशिक्षकों को जल्द ही एक कार्यक्रम आयोजित कर सम्मानित किया जाएगा। जिस तरह से ये बेटियां इलाके के का नाम रोशन

**महर्षि दयानंद सरस्वती योग समिति की बैठक**

रोहतक। महर्षि दयानंद सरस्वती योग समिति की बुधवार को बैठक हुई। इसकी अध्यक्षता समाज सेवी नरेश कटान आर्य शास्त्री ने की। जिसमें प्रमुख समाज सेवी वरिष्ठ रणबीर सिंह आर्य को महर्षि दयानंद सरस्वती योग समिति का सर्वसम्मति से प्रदेश अध्यक्ष चुना गया। स्वामी गोविंद करतार ने अध्यक्ष पद के लिए रणबीर सिंह आर्य का नाम पेश किया, अमिल तंवर व ऋषि देव आर्य ने उनके नाम का समर्थन किया। रणबीर आर्य ने अध्यक्ष बनने के पश्चात सभी को यह आश्वासन दिया कि योग के कार्य को जोर शोर से आगे बढ़ाया जाएगा। इस मौके पर विरेंद्र आर्य कुंडू, कृष्ण, सहदेव हुड्डा, अजीत पाल शिंगला, विकास विद्वा, सुरेन्द्र तंवर, विनोद तंवर, मोजज तंवर, पंडित ताराकन्द शर्मा, जगत सिंह गौरिया, कालू राम भाऊ, सब राम, मीनू सिंह, संजीव मलिक, प्रवीण सिंह आर्य एडवोकेट, सरोज बाला, सुष्मा कच्छहली, प्रवीण टुटोजा, कोमल टुटोजा, सुनीता रंगा, चांद फर्नांडर वाले, प्रवीण सिंह सैन, इन्द्र सिंह संभरवाल, प्रदीप जांगड़ा बलमा, मोटू सैनी आदि मौजूद रहे।



रणबीर आर्य कोमल टुटोजा, सुनीता रंगा, चांद फर्नांडर वाले, प्रवीण सिंह सैन, इन्द्र सिंह संभरवाल, प्रदीप जांगड़ा बलमा, मोटू सैनी आदि मौजूद रहे।

**हरियाणा साहित्य अकादमी के चैयरमैन को पुस्तक भेंट की**

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

पुस्तक भ्रान्ति के लेखक राज कुमार शर्मा ने हरियाणा साहित्य अकादमी के चैयरमैन कुलदीप चंद अग्निहोत्री को अपनी पुस्तक 'भेंट' की। अग्निहोत्री ने कहा कि पुस्तक भ्रान्ति के 23 अध्यायों में मुख्य किरदार कुम्भा की अनोखी कहानी को समेटा गया है। कुम्भा इतिहास में स्नातक करने के बाद अपनी गृहनगरी, दोस्त और यहां तक कि परिवार भी छोड़, ऐसी जगह की तलाश में निकल पड़ता है जो उसने अपने सपनों में कई बार देखी है। एक ऐसी जगह जहां उन्नति है, बाजार-व्यापार है और भीड़ की चकाचौंध में दिखती सुनहरे काल के भारत की तस्वीर है। कौशल

और विकास से पूर्ण ऐसे स्थान की खोज कुम्भा को कर्नाटक राज्य के हमी में ले आती है। कहानी रोचक मोड़ और दिलचस्प किरदारों से पूर्ण है। लेखक ने बताया कि पुस्तक भौतिकवादी दुनिया और आभासी व्यावहारिक जीवन के बीच अंतर को समझने और एक अच्छे नागरिक के लिए युवाओं को तैयार करने के लिए युवाओं में आत्म-बोध लाने का प्रयास है।

**विद्यार्थियों ने स्वच्छता के प्रति किया जागरूक**

रोहतक। वैश्य कॉलेज ऑफ एजुकेशन में सफाई अभियान एवं व्यक्तिगत स्वच्छता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्राचार्या डॉक्टर तरुणा मल्होत्रा ने विद्यार्थियों को इस अभियान को सफल बनाने के लिए प्रेरित करते हुए समरगोपालपुर रवाना किया। विद्यार्थियों ने गांव वासियों व बच्चों को स्वच्छता के प्रति सचेत किया और बताया कि हमारे मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए साफ सफाई बेहद जरूरी है। साथ ही पोस्टर के माध्यम से विद्यार्थियों ने महिलाओं को मासिक धर्म के दौरान सेनेटरी पैड का प्रयोग करने की जानकारी दी। इस अवसर पर संयोजिका डॉ. मधु, डॉ. ज्योति, मीनू, डॉ. अंजु, डॉ. सुदेश, डॉ. इंदु, गांव के सरपंच राजेंद्र सिंह, डॉ. ज्योति, दिनेश, साहिल, मोनिका, सुनीता आदि मौजूद रहे।

**जरूरतमंदों का सहारा बन रहे छात्र**



सैनी कॉलेज में बुधवार को वरुण दान अभियान की शुरुआत की गई। सीवाईएसएस हरियाणा के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष दीपक धनखड़ ने कहा कि रोहतक के सभी कॉलेजों की सीवाईएसएस टीम द्वारा जनवरी में वरुणदान अभियान चलाया जाएगा। इसके बाद वरुण एकत्रित करके जरूरतमंद लोगों को वितरित किये जाएंगे। कार्यक्रम की शुरुआत सैनी कॉलेज से की गई है, कॉलेज प्राचार्य डॉ. भीम सिंह पवार ने दान पेटों में कंबल डाल कर अभियान को

शुरुआत की। उन्होंने कहा कि जब युवा ऐसे नेकी के कार्य करते हैं तो निश्चित तौर पर समाज को लाभ मिलता है। सीवाईएसएस के जिला अध्यक्ष रॉबिन मलिक ने बताया कि अभियान के लिए एक कार्टून-बॉक्स कॉलेज गेट रख दिया गया है। उन्होंने विद्यार्थी, अध्यापक, कर्मचारियों से अपील की कि वे गरम कपड़े पेटों में दान करें। इस अवसर पर डॉक्टर सरिता यादव, प्राध्यापक सुनीता सैनी, डॉक्टर कविता रानी, डॉक्टर गीतिका, डॉक्टर राकेश सैनी, डॉक्टर आशा सैनी, डॉक्टर ज्योति सैनी, अंकित, सचिन, मोहित, रवि, सन्नी, राजेश, हेमंत आदि मौजूद रहे।

कर्मचारियों से अपील की कि वे गरम कपड़े पेटों में दान करें। इस अवसर पर डॉक्टर सरिता यादव, प्राध्यापक सुनीता सैनी, डॉक्टर कविता रानी, डॉक्टर गीतिका, डॉक्टर राकेश सैनी, डॉक्टर आशा सैनी, डॉक्टर ज्योति सैनी, अंकित, सचिन, मोहित, रवि, सन्नी, राजेश, हेमंत आदि मौजूद रहे।

**हरिभूमि आवश्यक सूचना**  
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो वह निम्न टेलीफोन नम्बरों पर कार्यालय समय पर सूचित करें :-  
हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक  
ऑफिस नं.: 9253681019-20,  
फोन : 9253681010, 9253681005

**मृत्यु अंत नहीं है**  
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है आत्मा पथ प्रदर्शक है।  
**हरिभूमि** राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक  
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।  
**तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश**  
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से  
साईज संस्करण विशेष छूट राशि  
5 X 8 सें.मी स्थानीय संस्करण के ₹.2500/-  
10X 8 सें.मी अन्तर के पृष्ठ पर ₹. 3000/-  
+5% GST Extra  
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कई दरें लागू।  
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें  
सिटी कार्यालय - हरिभूमि, कृषि विद्यालय केन्द्र के मुख्य कार्यालय - हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9998959400  
सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

**मदवि में विश्व हिन्दी दिवस के उपलक्ष्य में व्याख्यान कार्यक्रम**

**हिन्दी हमारे जीवन मूल्यों व संस्कृति की संवाहक**

175 देशों में हिन्दी भाषा में पठन-पाठन का कार्य : बाबुराम  
हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

हिन्दी भाषा हमारे पारंपरिक ज्ञान, प्राचीन सभ्यता और आधुनिक प्रगति के बीच एक सेतु है। हिन्दी लोक भाषाओं का समुच्चय है, जो आधुनिक समय में रोजगार की भी प्रमुख भाषा बन गई है। यह कहना है कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के सेवानिवृत्त प्रोफेसर डॉ. बाबुराम का। वे बुधवार को महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के हिन्दी विभाग में विश्व हिन्दी दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित व्याख्यान कार्यक्रम में बतौर मुख्य संबोधन दे रहे थे। प्रो. बाबुराम ने विश्व में बढ़ता हिन्दी का



रोहतक। मुख्य वक्ता कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के सेवानिवृत्त प्रोफेसर डॉ. बाबुराम को स्मृति चिह्न देते हुए हिन्दी विभागाध्यक्ष प्रो. कृष्णा जून व अन्य प्रोफेसर।

बाबुराम ने हिन्दी की विकास यात्रा से परिचित कराया। उन्होंने कहा कि विश्व में लगभग 6000 भाषाएं, बोलियां, उप बोलियां, प्रांतीय भाषाएं तथा जनप्रांतीय भाषण हैं। उन्होंने बताया कि विश्व के लगभग 175 देशों में हिन्दी भाषा में पठन-पाठन का कार्य चल रहा है। विश्व भर में हिन्दी भाषा में पत्र-पत्रिकाएं निकाली जाती हैं, शोध कार्य होता है, जिसका श्रेय प्रवासी साहित्य को जाता है। उन्होंने बताया कि अहिंदी भाषी प्रदेशों में भी हिन्दी संपर्क भाषा, जन भाषा के रूप में प्रचलित हो गई है। हिन्दी भाषा ही नहीं बल्कि भावनाओं का मिलन हिन्दी विभागाध्यक्ष प्रो. कृष्णा जून ने

प्रभाव विषय पर विशेष व्याख्यान दिया। अपने प्रभावी संबोधन में प्रो.