तापमान
अधिकतम 34.0 डिग्री
न्यूनतम 26.0 डिग्री

हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, गुरुवार, 14 अगस्त 2025

11 स्वतंत्रता दिवसः सुरक्षा के कड़े बंदोबस्त ...

12 लक्ष्य तय कर आगे बढ़ें, संस्कार और सामाजिक ...

खबर संक्षेप

हर घर तिरंगा अभियान वैन 50 गांवों तक पहुंची

रोहतक। उपायुक्त धर्मेंद्र सिंह ने बताया कि जिला प्रशासन एवं रेडक्रॉस समिति द्वारा हर घर तिरंगा अभियान के अंतर्गत शुरू किए गए जागरूकता रथ के माध्यम से जिला के 50 से अधिक गांवों अभी तक कवर किए जा चुके हैं। उन्होंने बताया कि जिला रेडक्रॉस समिति द्वारा आधुनिक तकनीक पर आधारित जागरूकता वैन तैयार की गई है जो म्यूजिक सिस्टम से बनी हुई है और जिसके चारों ओर हर घर तिरंगा अभियान के लिए आम जन को जागरूक करते हुए पोस्टर बनाए गए हैं।

कूड़ा उठाने, निस्तारण कन्हेली डेयरी कॉम्प्लेक्स के विकास कार्यों को मंजूरी

रोहतक। नगर निगम क्षेत्र में सफाई व्यवस्था और डेयरी संचालकों की सुविधाओं में सुधार के लिए महत्वपूर्ण निर्णय लिया गया है। घर-घर से कूड़ा उठाने, कूड़े के निस्तारण और कन्हेली डेयरी कॉम्प्लेक्स के विकास कार्यों की ई-निविदाओं को हाई पावर्ड वर्क्स परचेज कमेटी की बैठक में मंजूरी दे दी गई है। यह बैठक 12 अगस्त 2025 को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की अध्यक्षता में हुई। आयुक्त डॉ. आनंद शर्मा ने बताया कि कन्हेली डेयरी कॉम्प्लेक्स में लगभग 13.92 करोड़ रुपये की लागत से सड़क निर्माण, पानी की लाइन बिछाने, स्ट्रीट लाइट लगाने और खुले नालों को कवर करने जैसे विकास कार्य किए जाएंगे। घर-घर से कूड़ा उठाने का कार्य 85.90 करोड़ रुपये की लागत से अगले 5 वर्षों तक संचालित किया जाएगा।

पार्षद और पुलिस मौके पर, बहस के बाद शुरू हुई समाधान की प्रक्रिया

दूषित पानी और कचरे की समस्या पर फूटा गुस्सा, सुनारियां चौक पर जाम

- करीब एक घंटे जाम से आने जाने वाले लोगों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ा
- जनस्वास्थ्य विभाग के कनिष्ठ अभियंता मयंक भी पहुंचे, पेयजल समस्या के समाधान का आश्वासन दिया और स्थिति की जांच शुरू की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

वार्ड-21 की अमृत कॉलोनी और हरिसिंह कॉलोनी में पिछले दो माह से लगातार दूषित पेयजल की सप्लाई और कचरा न उठाए जाने से परेशान लोगों का गुस्सा बुधवार को सुबह फूट पड़ा। नाराज लोगों ने सुनारियां चौक पर जाम लगाकर प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की। यह जाम करीब एक घंटे तक जारी रहा, जिससे वाहन चालकों और आमजन को भारी परेशानी का सामना करना पड़ा। सुनारियां चौक से ही सब्जी मंडी और नई अनाज मंडी जाने का मुख्य मार्ग गुजरता है। यही कारण था कि जाम लगते ही वाहनों की लंबी कतारें दोनों ओर लग गईं। स्थिति यह थी कि स्थानीय लोग, व्यापारी और राहगीर सभी जाम खुलने का इंतजार करते रहे।

नहीं होती सुनवाई

जाम की सूचना मिलते ही वार्ड-21 के पार्षद बिजेंद्र सिंह मौके पर पहुंचे। हालांकि गुस्साए लोगों ने उनसे भी बहस शुरू कर दी। लोगों का आरोप था कि जब उन्होंने कई बार समस्याओं के बारे में अवगत कराया, तब कोई समाधान नहीं हुआ, लेकिन जैसे ही जाम लगाया गया तो तुरंत मौके पर पहुंच गए। कुछ ही देर में एसएचओ राकेश सैनी भी पुलिस टीम के साथ मौके पर पहुंचे और लोगों को समझाने का प्रयास किया। जनस्वास्थ्य विभाग के कनिष्ठ अभियंता मयंक भी वहां पहुंचे। उन्होंने पेयजल समस्या के समाधान का आश्वासन दिया और स्थिति की जांच शुरू की। इसी बीच नगर निगम का कूड़ा उठाने वाला वाहन भी मौके पर पहुंच गया और कचरा उठाने का कार्य शुरू हुआ।

ऑटो का रास्ता रोकतीं महिलाएं

पुलिस के साथ बहस करती महिलाएं

यहां गंदे पानी की सप्लाई

डेयरी मोहल्ला, प्रेम नगर, हैफेड चौक, सुखपुरा, कन्हेली रोड, गांधी कैंप, लाढ़ौत रोड, शास्त्री नगर, वसंत विहार, सेक्टर एक, सेक्टर दो सहित अन्य कई कॉलोनियों में कई दिनों से मिट्टी का पानी आ रहा है। शिकायतें की गई हैं लेकिन सुनवाई करने वाला कोई नहीं है। लोगों को महंगे दामों पर पानी खरीदना पड़ रहा है। जिसकी वजह से परेशानी बढ़ गई है।

मजबूरी में उठाया यह कदम

हालांकि लोगों का कहना था कि यह कदम उन्होंने मजबूरी में उठाया है। सिर के ऊपर से पानी जाने के बाद ही हम सड़क पर उतरे हैं एक प्रदर्शनकारी ने कहा। उनका आरोप था कि दूषित पानी से बच्चों और बुजुर्गों में बीमारियां फैलने लगी हैं, लेकिन विभाग के अधिकारी गंभीरता से नहीं ले रहे। कितनी बार शिकायत करें। समाधान किया ही नहीं जा रहा है, घरों में लोग बीमार होने की कगार पर आ चुके है। मजबूरी में ही इस तरह के कदम उठाए जाते है।

एक घंटे बाद हटाया जाम

एक घंटे की कड़ी मशक्कत, बातचीत और पुलिस व प्रशासन की सक्रियता के बाद आखिरकार जाम हटाया गया। अधिकारियों ने आश्वासन दिया कि जल्द ही स्वच्छ पानी की आपूर्ति बहाल की जाएगी और नियमित रूप से कचरा उठाने की व्यवस्था सुनिश्चित की जाएगी। स्थानीय निवासियों ने चेतावनी दी कि यदि समस्याओं का जल्द समाधान नहीं हुआ तो वे फिर से आंदोलन का रास्ता अपनाएंगे। वहीं, प्रशासन ने लोगों से अपील की कि वे समस्याओं के समाधान के लिए संवाद का रास्ता अपनाएं, ताकि आमजन को असुविधा न हो।

कुलदीप बने कांग्रेस के शहरी जिलाध्यक्ष और बलवान को ग्रामीण की जिम्मेदारी

कांग्रेस की ओबीसी और अनुसूचित जाति के वोटरों को साधने की तैयारी

रोहतक। कांग्रेस भवन में कुलदीप उर्फ केडी और बलवान रंगा का स्वागत करते हुए कार्यकर्ता। फोटो हरिभूमि

- हुड्डा के करीबी हैं शहरी और ग्रामीण प्रधान दोनों नियुक्तियों से कार्यकर्ताओं में खुशी
- कुलदीप उर्फ केडी और बलवान रंगा लम्बे समय से कांग्रेस में सक्रिय, कई दिग्गज थे प्रधान बनने के लिए सक्रिय

विजय अहलावत ▶▶| रोहतक

कांग्रेस ने एक दिन पहले ही प्रदेशभर के जिलों के शहरी और ग्रामीण प्रधानों की सूची जारी की है। जिसके बाद से ही कई वर्ग अपनी अनदेखी का आरोप लगा रहे हैं। लेकिन रोहतक की बात करें तो पार्टी ने ओबीसी और अनुसूचित जाति के वोटरों को साधने का पूरा प्रयास किया है। शहरी प्रधान पद पर 22 साल से सक्रिय एवं ओबीसी समाज से सम्बंधित कुलदीप उर्फ केडी की नियुक्ति की गई है जबकि ग्रामीण अध्यक्ष पद पर घिलौड़ कलां के पूर्व सरपंच एवं अनूसूचित जाति से सम्बंध रखने वाले बलवान रंगा की नियुक्ति की गई है। दोनों ही नेता पूर्व सीएम भूपेंद्र सिंह हुड्डा के करीबी हैं। इसके अलावा कई बड़े चेहरों की अनदेखी भी हुई है। जिससे उनमें मायूसी छाई हुई है।

शहर से 102 थे दावेदार

रोहतक से शहरी प्रधान के पद के लिए 102 आवेदन किए गए थे। जबकि ग्रामीण प्रधान के लिए भी सैकड़ों आवेदन किए गए थे। पिछले दिनों पार्टी ने तीन आब्जर्वर को भी सर्वे के लिए भेजा था। माना जा रहा है कि सर्वे रिपोर्ट के आधार पर केंद्र से ही नियुक्तियां की गई हैं।

11 साल से नहीं हुई थी नियुक्ति

कांग्रेस में शहरी और ग्रामीण प्रधान पद पर कई साल से नियुक्ति नहीं हुई थी। करीब 11 साल पहले विधायक बीबी बतरा कांग्रेस के शहरी प्रधान थे। जबकि जयबीर धनखड़ कांग्रेस ग्रामीण के प्रधान थे। इसके बाद से ही कई बार कमेटी के गठन का प्रयास किया गया लेकिन बात सिरे नहीं चढ़ी।

कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने किया स्वागत

कुलदीप उर्फ केड़ी और ग्रामीण प्रधान बलवान रंगा कांग्रेस भवन में पहुंचे। जहां दिनभर कार्यकर्ता उनसे मिले और मुबारकबाद दी। इस दौरान कोई कार्यकर्ता उनकी नियुक्ति से नाराज नजर नहीं आया। सभी ने यही कहा कि सही कार्यकर्ताओं को पद देकर कांग्रेस पार्टी ने सम्मान किया है। इस दौरान किसी प्रकार का विरोध भी नहीं देखने को मिला।

कांग्रेस एससी सेल के अध्यक्ष थे रंगा

बलवान रंगा का पूरा परिवार 1985 से कांग्रेस में सक्रिय है। बलवान रंगा बचपन से कांग्रेस में रहे हैं और 1989 में पहली बार यूथ कांग्रेस के जिलाध्यक्ष बने थे। इसके बाद 2013 से लेकर 2022 तक रविदास हॉस्टल आर्य नगर के प्रधान रहे। बलवान रंगा गांव घिलौड़ में 2016 से लेकर 2021 तक सरपंच रहे। 2015 से लेकर अब तक कांग्रेस एससी सेल के जिलाध्यक्ष पद पर रहे हैं। बलवान रंगा भूपेंद्र सिंह हुड्डा की करीबियों में गिनती होती है।

दीपेंद्र के करीबी हैं केडी

रोहतक शहरी कांग्रेस के जिलाध्यक्ष बनाए गए कुलदीप केडी का परिवार भी कांग्रेस में लंबे समय से है। कुलदीप केडी खुद 22 साल से सक्रिय हैं। वह सांसद दीपेंद्र हुड्डा के करीबी हैं। कुलदीप केडी ऑटो यूनियन और सेन समाज के भी प्रधान रहे हैं। वह कांग्रेस में ओबीसी सैल के अध्यक्ष रहे। उन्हें पिछले बिहार चुनाव में औरया विधानसभा का चुनाव प्रभारी भी बनाया गया था।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बढ़ती उम्र में जब हो अपच की समस्या

मेरी उम्र 62 वर्ष है। मुझे खाना ठीक से नहीं पचता। साथ ही कभी कब्ज, तो कभी लूज मोशन की समस्या होती रहती है। मेरे पेट की समस्या का स्थाई उपचार बताने का कष्ट करें।

-रामदेव, बहादुरगढ़

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित हो गई है। बढ़ती उम्र में कई लोगों को यह समस्या आती है। इसके लिए आपको खान-पान में खास ध्यान देना पड़ेगा। खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करें, कोशिश करें कि अधिक तेल वाला खाना बिल्कुल ना खाएं। शाम को हल्का खाना खाएं और सोने से तीन-चार घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह बदलाव करने से राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 27 वर्ष है। मेरे चेहरे पर झाइयां हैं। कई प्रोडक्ट्स यूज करने के बाद भी कोई फायदा नहीं हुआ। इन झाइयों को कैसे ठीक किया जाए? कृपया इसका समाधान बताएं।

-पंकज, रायपुर

जैसा आप बता रहे हैं कि आपने झाइयों के लिए बहुत सारे प्रोडक्ट्स यूज किए। आपने यह नहीं बताया कि यह प्रोडक्ट आपने अपनी मर्जी से इस्तेमाल किए या डॉक्टर की सलाह से? क्योंकि त्वचा में कोई भी क्रीम या लोशन बगैर डॉक्टर के सलाह के नहीं इस्तेमाल करना चाहिए। बेहतर होगा कि आप एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लें, वही इसका ट्रीटमेंट बताएंगे, फिलहाल आप पानी का सेवन खूब करें।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। बारिश के मौसम में कुछ भी ठंडा खाने पर मुझे छींकें आने लगती हैं। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और यह कैसे ठीक होगा?

-साकेत, बिलासपुर

इस मौसम में गर्मी के मुकाबले तापमान में बदलाव आता है। कुछ लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होती है, जिसकी वजह से ठंडा या गरम खाने से तुरंत प्रभाव पड़ता है और उसके इफेक्ट सामने आते हैं। इसलिए कोशिश करें कि आप फ्रिज में रखी या ठंडी चीज ना खाएं। साथ ही रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए विटामिन सी वाले फल खाएं।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। मेरे तलवों में कभी-कभी सुई की चुभन जैसा तेज दर्द होता है। ऐसा क्यों होता है, यह किसी गंभीर बीमारी के लक्षण तो नहीं?

-दुर्गेश, भोपाल

बगैर जांच किए आपकी समस्या के बारे में कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। बेहतर होगा कि एक बार आप न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क कर लें। क्योंकि कई बार मसल्स या न्यूरो से संबंधित समस्या भी हो जाती है। इसलिए लापरवाही न करें और डॉक्टर से संपर्क कर लें तो हर शंका का समाधान हो जाएगा।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। बरसात के मौसम में भीगने पर मेरे पैर की अंगुलियों के बीच फफोले पड़ जाते हैं। कृपया बताएं कि इस समस्या से कैसे निजात पाया जाए?

-देवेंद्र, रायगढ़

आप बारिश के पानी से बचें क्योंकि सड़क में भरे पानी में कई बार नाली का पानी मिल जाता है, जो संक्रमण का कारण बनता है। इसलिए आप बारिश में सड़कों पर पानी में न जाएं। अगर जाना जरूरी भी हो तो पैरों में नारियल का तेल लगाकर ही जाएं, वापस आने पर गर्म पानी से पैरों को धोएं और ठीक से सुखा लें और फिर से नारियल तेल लगा लें। इस तरह राहत मिल सकती है। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com **पर ई-मेल कर सकते हैं।**

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

अगर आप भी इन दिनों यानी मानसून के दौरान डलनेस फील करते हैं तो परेशान ना हों। अपनी नियमित दिनचर्या में कुछ योगासनों को शामिल कर लें। इनके अभ्यास से आपका मूड हैप्पी रहेगा और आप एनर्जेटिक भी फील करेंगे। योगासन किस तरह से मूड को करता है बूस्ट, बता रहे हैं डिटेल में।

बारिश के मौसम में करें ये योगासन

मूड रहेगा हैप्पी-एनर्जेटिक

बारिश के दिनों में जब मन आलस से भरा या बुझा सा रहता है, तो उस दौरान योग, नेचुरल मूड बूस्टर की भूमिका निभाता है। इसके पीछे गहरे वैज्ञानिक कारण जिम्मेदार होते हैं। दरअसल, बारिश के दिनों में कई बार वातावरण, मन-मिजाज पर भारी पड़ता है। लगातार बादलों का घिरा रहना, सूरज की गैरमौजूदगी, घर से बाहर निकलने में असुविधा और थकी हुई दिनचर्या, लोगों को मानसून ब्लूज या टेंपरेरी डिप्रेशन के घेरे में पहुंचा देता है। ऐसी स्थितियों में कुछ योगासन, बेहद असरकारी मूड बूस्टर का रोल निभा सकते हैं, जो ना केवल शरीर को सक्रिय रखते हैं बल्कि मन को भी स्फूर्तिदायक बनाते हैं। क्योंकि योगासन, ना केवल शरीर को स्ट्रेच करते हैं बल्कि दिमाग को भी रिफ्रेश करते हैं। ये हमारे शरीर के जरूरी हार्मोनों को सक्रिय करते हैं और इस तरह बारिश के मौसम में मूड को बढ़िया रखते हैं।

रिलीज होते हैं सेरोटोनिन-एंडोर्फिन

सेरोटोनिन और एंडोर्फिन हार्मोंस, फील गुड हार्मोन कहलाते हैं और कई ऐसे योगासन हैं, जिनके करने से ये हार्मोन तेजी से रिलीज होते हैं। जैसे, धुंधले-धुंधले बारिश के दिनों में सूर्य नमस्कार करने से शरीर को गर्मी मिलती है और थकावट दूर भागती है। इसे करने से फील गुड हार्मोन पैदा होते हैं, जो हमारे मूड को खुशनुमा बनाते हैं। व्रजासन भी मानसून के दिनों के सुस्ती भगाने का महत्वपूर्ण योगासन है। इसके अलावा अन्य जो आसन बारिश के दिनों में फील गुड हार्मोन का स्राव बढ़ाकर हमारे मन-मस्तिष्क को सक्रिय और ऊर्जावान बनाते हैं, उनमें हैं- बालासन यानी चाइल्ड पोज और शवासन। बालासन करने से मन शांत और प्रसन्न होता है। इसी तरह शवासन भी बहुत फायदेमंद योगासन होता है, क्योंकि यह थकावट और चिड़चिड़ेपन दोनों में लाभकारी होता है। थकावट और चिड़चिड़ापन बारिश के दिनों में अकसर ही हमें अपनी गिरफ्त में ले लेता है। ऐसे में इन दिनों अगर नियमित रूप से ये आसन किए जाएं तो हमारे शरीर से कोर्टिसोल नामक हार्मोन का स्तर घटता है। कोर्टिसोल, तनाव पैदा करने वाला हार्मोन है, जो उन लोगों में बहुत कम रिलीज होता है, जो बारिश के दिनों में नियमित रूप से सक्रिय रहते हैं और जो सक्रिय नहीं रहते, उन्हें ये दिन बेहद थकान और तनाव से भरे लगते हैं। कोर्टिसोल कम बनने से शरीर को ऊर्जा मिलती है और तनाव से मुक्ति मिलती है। गौरतलब है कि कोर्टिसोल हार्मोन हमारी अनिद्रा, बेचैनी और डिप्रेशन के लिए भी जिम्मेदार होता है। जब कोर्टिसोल बनता ही नहीं तो या बहुत मामूली बनता है, तो हमें बारिश के दिनों में योग करने से विशेषकर बालासन और शवासन से तनाव से मुक्ति मिलती है।

योग इसलिए जरूरी है

वास्तव में योग कोई दवा या लत नहीं है, यह बिना किसी साइड इफेक्ट के एक ऐसा अभ्यास होता है, जो हमारे शरीर को वही फायदे देता है, जो कई जड़ी-बूटियों और दवाओं से मिलता है। इसलिए बारिश के दिनों में बाकी किसी मौसम के मुकाबले कहीं ज्यादा योगासन करने की जरूरत होती है। इसके लिए घर पर मैट बिछाकर या खुले कमरे में चादर बिछाकर आराम से आधे से एक घंटे तक योगासन करना चाहिए। ऐसा करने से शरीर का बाहरी आवरण तो स्वस्थ और सुंदर बनता ही है, मन का भीतरी आवरण यानी मानसिक भावनाएं भी ऊर्जा से लबरेज हो जाती हैं, क्योंकि इन दिनों सूरज कम दिखता है, जिससे हमारे शरीर को जरूरी विटामिन डी और हैप्पी हार्मोन जैसे सेरोटोनिन मिलने कम हो जाते हैं। ऐसे में पूरा शरीर डल, थका-थका सा महसूस करता है। लेकिन योग इन्हीं दिनों अपने नियमित अभ्यास के कारण आपको न केवल थकान और डलनेस से बचाता है बल्कि इसी के कारण बारिश के इन दिनों आप अस्वस्थ होने और कई तरह के संक्रमण से भी बचे रहते हैं।

इसलिए कहते हैं मूड बूस्टर

योग को नेचुरल मूड बूस्टर इसलिए माना जाता है क्योंकि इसकी कुछ विशेष क्रियाएं शरीर के हार्मोनल बदलाव में बड़ी भूमिका निभाती हैं। इससे मन शांत, स्फूर्तिवान तथा मूड ऊर्जावान बनता है। बारिश के दिनों में योग करने से शरीर से एंडोर्फिन और सेरोटोनिन का जो स्राव होता है, ये दोनो वही हार्मोन हैं, जो हमारे दोस्तों के साथ खिलखिलाकर हंसने से पैदा होते हैं या फिर व्यायाम करने से पैदा होते हैं। इन दिनों नियमित तौर पर योगासन करने से हम अपनी सांसों पर नियंत्रण कर सकते हैं। विशेषकर अनुलोम-विलोम, भ्रामरी और उज्जाई तकनीकों से मस्तिष्क को ताजगी और शांति मिलती है। वास्तव में इनको करने से हमारे भीतर आवश्यकता के अनुसार भरपूर मात्रा में प्राणवायु यानी ऑक्सीजन का प्रवाह होता है। इससे हमारे सभी तंत्र सक्रियता से अपना कार्य करते हैं और हम भीतर से खुद को ऊर्जावान महसूस करते हैं।

ऊब और अकेलापन भी करता है दूर

बारिश के दिनों में ऊब और अकेलापन भी एक बड़ी समस्या होती है। घर से जाकर मनोरंजन करने या मूड बदलने की हिम्मत नहीं होती और घर में पड़े-पड़े डिप्रेशन की गिरफ्त में हम आ सकते हैं। ऐसे में बारिश के दिनों में घर से बाहर निकलें, प्रकृति के बीच विचरण करें और योग करें तो इस तरह के सारे अकेलेपन के भाव दूर हो जाते हैं।

ये आसन हैं अधिक कारगर

वैसे तो योगासन का लाभ सभी मौसमों में हमारे शरीर और मन को मिलता है। लेकिन खासकर जिन आसनों को मानसून में करने से फायदा होता है, उनमें शामिल हैं-सूर्य नमस्कार, प्राणायाम, बालासन। सूर्य नमस्कार करने से शरीर का रक्त संचार बेहतर होता है और पूरे शरीर में ऊर्जा का प्रवाह महसूस होता है। बालासन करने से मन को शांति मिलती है, जो कई रसायनिक प्रक्रियाओं के साथ मन को स्फूर्तिदायक चेतना प्रदान करता है। सेतुबंध आसन, अनुलोम-विलोम, व्रजासन तथा भ्रामरी प्राणायाम बारिश के दिनों में मन की सुस्ती और थकान को दूर करके दिल-दिमाग को ऊर्जा से लबरेज करते हैं। इस बात का ध्यान रखें कि कोई भी योगासन करने से पहले उसे अच्छी तरह योग्य प्रशिक्षक से जरूर सीख लें। *

इन बातों का ध्यान रखें

बारिश के दिनों में योगासन करने से मूड बूस्ट होता है, लेकिन भूल करके भी इन दिनों नमी वाले फर्श पर योगासन नहीं करें। जिम में पहने जाने वाले टाइट-फिटेड ड्रेस पहन कर भी कभी योगासन नहीं करें। हल्के, कॉटन ड्रेस पहनकर ही योगासन करें। भोजन के कम से कम ढाई से तीन घंटे बाद ही मानसून के दिनों में आसन करें वर्ना पाचन की समस्या हो सकती है। इन दिनों अपने योगासनों में ध्यान को भी जरूर शामिल कर लें। इससे मन को ऊर्जा और शांति मिलती है।

हर्बल जोन / रेखा देशराज

फंगल इंफेक्शन-एलर्जी से बचाए एलोवेरा

बारिश के मौसम में एलोवेरा हमें फंगल इंफेक्शन और एलर्जी से बचाने के लिए एक इफेक्टिव नेचुरल प्लांट है। यह न केवल शरीर के बाहरी संक्रमण से हमें बचाता है बल्कि हमें भीतरी तौर पर भी मजबूती देता है। बारिश के दिनों में एलोवेरा के इस्तेमाल से हमारा पाचन दुरुस्त रहता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता हममें बरकरार रहती है। त्वचा विभिन्न तरह के मौसमी संक्रमण से बची रहती है और बाल जो इन दिनों बारिश के पानी आदि से खराब हो जाते हैं, उससे भी एलोवेरा हमारा बचाव करता है। इसका कारण यह है कि एलोवेरा में प्राकृतिक एंटी फंगल, एंटी बैक्टीरियल और एंटी इंफ्लेमेट्री गुण पाए जाते हैं।

फंगल संक्रमण से बचावः चूंकि बारिश के दिनों में वातावरण में नमी बहुत अधिक होती है, जो फंगल यानी फफूंदी के पनपने के लिए सबसे आदर्श स्थिति होती है। इस मौसम में शरीर के पसीने वाले हिस्सों जैसे पैर, बगल, गर्दन, पीठ पर फंगल इंफेक्शन का खतरा रहता है। इस संक्रमण से खुजली होती है, जलन महसूस होती है, लाल चकत्ते पड़ जाते हैं या बदूबदार दाने निकल आते हैं।

एलर्जी से बचावः मानसून के दिनों में कई लोगों को त्वचा की एलर्जी बहुत परेशान करती है। जैसे पसीने से रैशेज, गंदे पानी से खुजली, मच्छरों के काटने से सूजन आदि का होना। ऐसे में एलोवेरा त्वचा की सभी समस्याओं से राहत दिलाता है। एलोवेरा जैल का इस्तेमाल करने से त्वचा में आई सूजन भी समाप्त हो जाती है। दरअसल, एलोवेरा में ग्लूकोमैनन और जिबरेलिन जैसे तत्व मौजूद होते हैं, जो त्वचा में किसी भी तरह से आई सूजन को कम करते हैं। इसके साथ ही एलोवेरा त्वचा को नमी देता है, जिससे इसकी ड्राइनेस और जलन खत्म होती है। इसका एंटी ऑक्सीडेंट गुण बारिश के दिनों में त्वचा को होने वाली विभिन्न नुकसानों की भरपाई करता है।

बरतें सावधानीः एलोवेरा के इस्तेमाल के पहले यह सुनिश्चित कर लें कि आप जिस एलोवेरा जैल का इस्तेमाल कर रहे हैं, वह सौ प्रतिशत शुद्ध है, इसमें किसी तरह की कोई सुगंध या रसायन की मिलावट न की गई हो। गर्भवती महिलाओं को विशेष तौर पर इसके इस्तेमाल से सावधान रहना चाहिए और सेवन करने के पहले डॉक्टर की सलाह ले लेना चाहिए।*

डाइट सजेशन

संध्या सिंह

रेनी सीजन में सुबह-शाम के नाश्ते में यंगस्टर्स का मन कुछ चटपटा खाने का करता है। लेकिन हेल्थ का ध्यान रखते हुए आपको ऐसे ऑप्शंस चुनने चाहिए, जो टेस्टी होने के साथ हेल्दी भी हों।

इस सीजन में यंगस्टर्स के लिए हेल्दी ब्रेकफास्ट के ऑप्शंस

बारिश के मौसम में युवा अकसर तली-भुनी चीजों की ओर आकर्षित होते हैं जैसे पकौड़े, समोसे, फ्राइड राइस, नूडल्स आदि। लेकिन अगर इस मौसम में वे सुबह और शाम के नाश्तों के लिए हेल्दी विकल्प चुनें, तो इसमें उन्हें बढ़िया स्वाद तो मिलेगा ही, उनकी सेहत भी सुरक्षित रहेगी।

ओट्स चीलाः ओट्स चीला सुबह के समय का पसंदीदा स्मार्ट ब्रेकफास्ट हो सकता है। क्योंकि ओट्स में फाइबर ज्यादा होता है, इसलिए यह बच्चों को सुबह पढ़ाई करने या आपको दफ्तर में फ्रेश और एनर्जी से भरपूर भी रखेगा। इसे बनाना भी बहुत आसान है। ओट्स को पीसकर उसमें दही, कटी हुई सब्जियां जैसे गाजर, शिमला मिर्च, प्याज आदि मिला लें। स्वाद के अनुसार हरी मिर्च और मसाले भी डालकर चीले बनाएं और चाय या कॉफी के साथ गर्मा-गर्म ले सकते हैं।

स्प्राउट भेलः ये प्रोटीन, फाइबर और मिनरल्स से भरपूर और फायदेमंद नाश्ता है। यह इस मायने में स्मार्ट भी है कि इसे बनाना बहुत आसान है। अंकुरित मूंग या चना, टमाटर, प्याज, नीबू और भुनी मूंगफली को साथ में मिक्स करें। इसमें चाट मसाला मिलाएं और मजे लेकर खाएं। स्वाद तो मिलेगा ही हेल्थ के लिए बहुत फायदेमंद भी होगा।

स्टीम्ड वेज पनीर मोमोजः ये शाम के नाश्ते का बढ़िया विकल्प है। तले हुए चाट पकौड़े की जगह अगर स्टीम्ड मोमोज लिए जाएं तो यह हल्के भी होंगे और शानदार भी।

बेसन टोस्टः बेसन टोस्ट या बेसन पैन केक भी हेल्दी नाश्ता हैं, जो सुबह के लिए भी शानदार है और शाम के लिए भी। इसमें बेसन प्रोटीन और आयरन से भरपूर होता है। साथ ही प्याज, टमाटर, हल्दी और अजवाइन की मौजूदगी, इसे स्वाद से भी भरपूर बनाती है। नॉनस्टिक तवे में कम तेल पर इसे सेंककर खाएं मजा आ जाएगा।

फ्रूट-नट योगर्ट बाउलः आजकल युवा इस नाश्ते को बहुत ज्यादा पसंद कर रहे हैं, क्योंकि यह इंस्टाग्राम फ्रेंडली दिखता है और हेल्दी तो होता ही है। इसे बनाने के लिए ग्रीक योगर्ट में कटे हुए फल जैसे सेब, केला, कीवी डालते हैं। कुछ ड्राई फ्रूट्स और थोड़ा शहद मिलाएं। शानदार स्वाद और हेल्दी नाश्ता रेडी हो जाएगा।

स्टीम्ड इडली-पुदीना चटनीः कम ऑयल और ज्यादा टेस्ट पाना है, तो साउथ इंडियन डिश खाएं, जो पेट भारी नहीं करता। चाहें तो रागी इडली या ओट्स इडली भी खा सकते हैं।

मक्का चाटः मक्का चाट या भुट्टा चाट भी बारिश की शामों का एक बेहद परफेक्ट नाश्ता है। उबले हुए मक्के में नीबू, मसाला और धनिया डालें और मजे से खाएं। यह पेट के लिए हल्का और शरीर के लिए पौष्टिक होता है। इसके अलावा युवा हेल्दी रहने के लिए सुबह और शाम की चाय के साथ बिस्कुट की जगह ड्राई फ्रूट्स ले सकते हैं। इसके अलावा बारिश के दिनों में इम्यूनिटी बूस्टर नाश्ते में अदरक, हल्दी, तुलसी और काली मिर्च का जरूर इस्तेमाल करें।

टेस्टी-हेल्दी सूपः सूप विशेषकर ईवनिंग के लिए बेस्ट ऑप्शन है। जब बारिश के रिमझिम मौसम में हल्की ठंड महसूस हो रही हो, तो गर्मा-गर्म सूप जैसे टमाटर या मिक्स वेज का या फिर मूंग की दाल का न सिर्फ बहुत स्वादिष्ट लगता है बल्कि इस मौसम में इम्यूनिटी बूस्ट करने का भी यह शानदार नाश्ता है। इसमें मल्टीग्रेन या ओट्स ब्रेड का भी शानदार विकल्प मिलता है। *

हेल्थ सजेशन

डॉ. माजिद अलीम

आज के दौर में अच्छी और पूरी नींद कम ही लोगों को आती है। कुछ लोग नींद के बाद भी थकावट महसूस करते हैं तो कुछ अनिद्रा से बेचैन रहते हैं। ऐसे में यहां दी जा रही सलाहें आपके लिए यूजफुल हो सकती हैं।

क्या आपको भी नींद के बाद महसूस होती है थकावट

हममें से अधिकतर लोगों की पूरे सप्ताह काम में व्यस्तता के चलते नींद पूरी नहीं हो पाती है। यही वजह है कि हमें इंतजार होता है वीकेंड का, जब हम अपनी नींद पूरी करें। कई बार तो अपनी नींद पूरी करने के चक्कर में लोग शनिवार को दिन का बड़ा हिस्सा सोने में ही गुजार देते हैं। नतीजा होता है ओवर स्लीपिंग के कारण सप्ताह के और दिनों के मुकाबले ज्यादा थकान महसूस होना। अगर आपके साथ भी ऐसा होता है तो आपको अपनी नींद के पैटर्न में बदलाव करने की जरूरत है। क्योंकि हमारे देश में नींद न आने और कम सोने, ज्यादा सोने यानी नींद से जुड़ी आम समस्याएं लोगों में देखने को मिलती हैं। ऐसे में जरूरत से ज्यादा सोना, कैसे हार्मफुल हो सकता है, आइए जानें।

ओवर स्लीपिंग के नुकसानः हमारे लिए प्रतिदिन कम से कम 7 से 8 घंटे की नींद लेना आवश्यक होता है। यदि हम 7 से 8 घंटे की तय सीमा से ज्यादा सोते हैं तो यह हमारे स्वास्थ्य के लिए सही नहीं होता। ज्यादा सोने से हमारे शरीर के अंगों और कोशिकाओं में डेली रूटीन का जो चक्र निर्मित होता है, उसमें गड़बड़ी आ जाती है। इस पैटर्न से पूरे सप्ताह तो हम कम नींद लेते हैं और वीकेंड पर जब ज्यादा सोते हैं तो हममें पाचन संबंधी और हृदय संबंधी विकार पैदा हो सकते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का तो यहां तक मानना है कि जरूरत से ज्यादा सोने से हमें कम सोने की तुलना में ज्यादा थकान महसूस होती है, जिसके कारण चिड़चिड़ापन और काम में ध्यान न लगना जैसी समस्याएं पैदा हो जाती हैं। कुछ लोग वीकेंड पर बिस्तर पर ही ज्यादातर समय इसलिए रहते हैं कि उन्हें लगता है कि पूरे सप्ताह की थकान मिटाने के लिए नींद से बेहतर और कोई विकल्प नहीं है। लेकिन इस तरह जरूरत से ज्यादा सोने के कारण हमें ज्यादा आलसपन आता है, पढ़ने-लिखने और दूसरे बौद्धिक कार्य करने वालों के लिए तो यह और भी नुकसानदेय होता है, क्योंकि इससे उनकी प्रोडक्टिविटी पर बुरा असर पड़ता है।

डिसाइड हो स्लीप शेड्यूलः नींद का भी एक निश्चित शेड्यूल होना चाहिए। जो लोग अपने नींद के सही पैटर्न पर ध्यान नहीं देते, उनको स्वास्थ्य संबंधी कई समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। पूरे सप्ताह कम नींद लेना और सप्ताहांत पर ज्यादा सोना, उनके मेटाबॉलिक और कार्डियोवेस्कुलर सिस्टम में गड़बड़ी पैदा कर सकता है।

ऐसे लें सही नींदः अगर आप सप्ताह के पांच दिन 7 से 8 घंटे की पूरी नींद लेते हैं तो सप्ताहांत पर ज्यादा सोने की जरूरत नहीं होती। घर का माहौल शांतिपूर्ण बनाकर रखें, सोने का एक समय निर्धारित करें और प्रतिदिन उस निर्धारित समय पर बिस्तर पर आकर लेट जाएं और सोने का प्रयास करें।

कैफीन से परहेज रखेंः खाना खाने के बाद, खासतौर से रात का डिनर लेने के बाद चाय और कॉफी पीने से परहेज करें। क्योंकि इनसे भी नींद नहीं आती और नींद न आने से अगले दिन का पूरा रूटीन गड़बड़ा जाता है।

हल्का भोजन करेंः रात के समय ज्यादा गरिष्ठ भोजन करने की बजाय हल्का-फुल्का भोजन करें और रात को आठ बजे से पहले ही अपना भोजन करें ताकि भोजन सही प्रकार से पच सके।

नियमित व्यायाम करेंः अपनी व्यस्त दिनचर्या में समय निकालकर नियमित योगाभ्यास, मेडिटेशन, वर्कआउट या कोई स्पोर्ट्स की गतिविधि करें ताकि थकान से अच्छी नींद आए।

फोन और लैपटॉप को रखें दूरः रात को सोने से पहले अपने सारे ऑफिस के काम निपटाकर सोएं ताकि बेडरूम में लैपटॉप ले जाने की जरूरत न पड़े। सोने के समय खास तौर पर मोबाइल फोन से दूरी बनाकर रखें। मोबाइल स्क्रॉलिंग के दौरान घंटों गुजर जाते हैं और अगर एक बार नींद आने पर हम न सोएं तो फिर देर रात तक नींद नहीं आती। *

खबर संक्षेप

23-24 को होगा महिला क्रिकेट टीम का चयन

रोहतक। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड द्वारा आयोजित की जाने वाली अंतर राज्य महिला क्रिकेट प्रतियोगिता के लिए हरियाणा की अंडर 15, अंडर 19, अंडर 23 व सीनियर वर्ग की महिला टीम के चयन की तारीखें बुधवार को घोषित कर दी गई। अंडर 19 अंडर, 23 व सीनियर वर्ग की टीम के लिए 23 अगस्त को चौधरी बंसीलाल ने क्रिकेट स्टेडियम लाहली में ट्रायल लिया जाएगा।

जितेंद्र ने गौड़ ब्राह्मण शिक्षण संस्थान को 5 लाख, ललित ने दिया 1 लाख का योगदान

रोहतक। सामाजिक सरोकारों में अग्रणी भूमिका निभाते हुए समाजसेवी जितेंद्र अत्री अमृत कॉलोनी निवासी ने अपनी उदारता का परिचय देते हुए गौड़ ब्राह्मण शिक्षण संस्थाओं को 5 लाख की आर्थिक सहायता प्रदान की। इसी अवसर पर समाजसेवी ललित जमदग्नि न्यू विजय नगर ने भी संस्थान के विकास के लिए 1 लाख का चैक भेंट किया। उनकी इस पहल से संस्थान में शैक्षिक और आधारभूत सुविधाओं के सुदृढ़ीकरण को गति मिलेगी। यह चैक गौड़ ब्राह्मण शिक्षण संस्थाओं के प्रशासक एवं एसडीएम रोहतक आशीष वशिष्ठ को औपचारिक रूप से सौंपा गया। इस अवसर पर संस्थाओं के पदेन सचिव डॉ. जयपाल शर्मा भी मौजूद रहे। प्रशासक आशीष वशिष्ठ ने कहा कि शिक्षा और संस्थागत विकास के क्षेत्र में ऐसे दानदाताओं का योगदान अमूल्य है।

■ सभी नाकों पर हथियार, वॉकी टॉकी सेट व अन्य आधुनिक उपकरण मौजूद

प्रशासन ने उठाए कड़े कदम, स्वाट टीम-क्यूआर टीम ने बाजारों में की गश्त

स्वतंत्रता दिवसः सुरक्षा के कड़े बंदोबस्त, 34 स्थानों को चिन्हित कर की जाएगी नाकाबंदी

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

स्वतंत्रता दिवस को देखते हुए सुरक्षा को बढ़ाया गया है। जहां एक तरफ जिले में कुल 34 स्थानों पर पुलिस नाके लगाए गए हैं। वहीं दूसरी तरफ बम निरोधक दस्ता भी नियमित रूप से जांच में जुटा हुआ है। ताकि किसी भी अप्रिय घटना को होने से रोका जा सके। स्वतंत्रता दिवस पर पुलिस ने सुरक्षा के लिए विशेष रूप से 34 स्थानों को चिन्हित कर नाकाबंदी की है। रोहतक में राजीव गांधी खेल परिसर, रोहतक, महम में राजकीय महाविद्यालय व सांपला में नई अनाज मंडी में होने वाले स्वतंत्रता दिवस समारोह के लिए समारोह स्थल के चारों तरफ भी विशेष नाकाबंदी की गई है।

सभी नाकों पर हथियार, वॉकी टॉकी सेट व अन्य आधुनिक उपकरण मौजूद है। जिला में तैनात सभी राइडर-पीसीआर-ईआरवी निरंतर गस्त में रहेंगी। अत्याधुनिक हथियारों से लैस टीमें शहर में तैनात की गई है। बम निरोधक दस्ता प्रभारी निरीक्षक जगबीर के नेतृत्व में बम निरोधक दस्ता व स्वाट टीम द्वारा बुधवार को अभियान शुरू करते हुए बस स्टैंड, पार्किंग, रेलवे स्टेशन आदि जगहों पर गहनता से जांच की गई। पुलिस ने लोगों से अपील की है कि कोई भी व्यक्ति संदिग्ध दिखता है तो उसकी सूचना पुलिस को दें, जिसने भी अपने घर में किरायेदार या नौकर रखे हैं वह सत्यापन अवश्य करवा लें।

पुलिस अधिकारियों को दिए निर्देश

स्वतंत्रता दिवस को लेकर सभी पुलिस अधिकारियों को सुरक्षा के संबंध में दिशा-निर्देश जारी किए हैं। उन्होंने आमजन से अपील की कि किसी भी संदिग्ध वस्तु को ना छूए और ना ही किसी को छूने दें। संदिग्ध वस्तु, व्यक्ति या वाहन दिखाई देने पर तुरन्त पुलिस को डायल 112, फोन नम्बर 01262-228113 पर सूचित करे। नाकाबन्दी व चैकिंग के दौरान जिला पुलिस का सहयोग करे।

-नरेंद्र बिजराणिया, एसपी, रोहतक

राजीव गांधी खेल परिसर में यह व्यवस्था रहेगी

राजीव गांधी खेल परिसर में सेक्टर-6 मे होने वाले जिला स्तरीय कार्यक्रम में एथेलेटिक्स स्टेडियम के गेट नंबर-3 केवल वीआईपी व प्रशासनिक अधिकारी के लिए आरक्षित किया गया है। आमजन एथेलेटिक्स स्टेडियम के गेट नंबर 1 व 2 से पवेलियन (सीटिंग एरिया) के अंदर प्रवेश कर सकते है।

पूर्वाभ्यास कार्यक्रम में डीसी ने किया राष्ट्रीय ध्वजारोहण

79 वें स्वतंत्रता दिवस के राज्य स्तरीय समारोह का स्थानीय राजीव गांधी खेल स्टेडियम में अंतिम पूर्वाभ्यास आयोजित किया गया, जिसमें उपायुक्त धर्मेंद्र सिंह ने राष्ट्रीय ध्वजारोहण किया तथा भव्य मार्च पास्ट की सलामी ली। अंतिम पूर्वाभ्यास में हरियाणा पुलिस के जवानों द्वारा प्रस्तुत किए गए हैरतअंगेज करतब समारोह के मुख्य आकर्षक रहे। स्वतंत्रता दिवस 15 अगस्त को राज्य स्तरीय समारोह में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी राष्ट्रीय ध्वजारोहण करेंगे। उपायुक्त धर्मेंद्र सिंह ने ध्वजारोहण करने के उपरांत परेड कमांडर एएसपी फैसल खान के साथ खुली जीप में सवार होकर परेड टुकडियों का निरीक्षण किया। इस अवसर पर पुलिस महानिरीक्षक वाई पूर्ण कुमार, पुलिस अधीक्षक नरेंद्र बिजारणियां, अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार आदि भी मौजूद रहे। हरियाणा पुलिस मधुबन अकादमी के बैंड की मधुर स्वर लहरियों के बीच परेड में शामिल विभिन्न 11 टुकडियां परेड कमांडर ए.एस.पी फैसल खान के नेतृत्व में भव्य मार्च पास्ट निकालते हुए मुख्य मंच के सामने से सलामी देते हुए गुजरी। इन टुकडियों की सलामी उपायुक्त धर्मेंद्र सिंह ने ली। गुरुकुल लाढ़ौत के 77 विद्यार्थियों ने संगीत की धुन पर भव्य मलखम्भ व सामूहिक योगासन का प्रदर्शन किया। सांस्कृतिक कार्यक्रमों में पठानिया पब्लिक स्कूल के 107 विद्यार्थी ऑपरेशन सिंदूर की प्रस्तुति के दौरान पहलगाम आतंकी हमला से लेकर आप्रेशन सिंदूर का सजीव चित्रण किया। संस्कार वैली पब्लिक स्कूल के 120 विद्यार्थियों ने भव्य प्रस्तुति के माध्यम से स्वच्छता के साथ-साथ नशा मुक्त भारत अभियान का संदेश दिया। जैड ग्लोबल स्कूल के 112 विद्यार्थियों ने धर्मों का संगम प्रस्तुति के तहत भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के वीर योद्धाओं के योगदान का प्रदर्शन किया। आरपीएस इंटरनेशनल स्कूल के 87 विद्यार्थियों ने संस्कृति के रंग-एकता के संग के तहत विभिन्न प्रदेशों की समृद्ध संस्कृतियों पर आधारित लोक नृत्य प्रस्तुत किए। पूर्वाभ्यास कार्यक्रम के उपरांत स्थानीय लघु सचिवालय स्थित सभागार में अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने अधिकारियों की बैठक में कार्यक्रम की समीक्षा की।

भव्य मार्च पास्ट निकाला

परेड कमांडर एएसपी फैसल खान के नेतृत्व में भव्य मार्च पास्ट निकाला गया। मार्च पास्ट में शामिल परेड की टुकडियों में पहली टुकड़ी हरियाणा पुलिस (महिला) का नेतृत्व पीएसआई ज्योति, दूसरी टुकड़ी हरियाणा पुलिस मधुबन अकादमी (महिला) का नेतृत्व एसआई प्रोमिला देवी, तीसरी टुकड़ी हरियाणा पुलिस मधुबन अकादमी (पुरूष) का नेतृत्व पीएसआई राहुल, चौथी टुकडी हरियाणा पुलिस मधुबन अकादमी (पुरूष) का नेतृत्व एएसआई रजनीश, पांचवीं टुकड़ी हरियाणा पुलिस (पुरूष) का नेतृत्व पीएसआई सत्यदेव, एनसीसी ब्वॉयज का नेतृत्व अंडर ऑफिसर निखिल, एनसीसी गर्ल्स का नेतृत्व कैडेट निकिता, बाबा मस्तनाथ सैनिक स्कूल जूनियर ब्वॉयज का नेतृत्व कैडेट अभि, बाबा मस्तनाथ सैनिक स्कूल जूनियर गर्ल्स का नेतृत्व कैडेट जिव्या, भारत स्काउट गाईड ब्वॉयज का नेतृत्व कृश आर्य एवं भारत स्काउट गाईड गर्ल्स का नेतृत्व महेन्दी ने किया।

एसजेके कॉलेज में विद्यार्थियों को दिलवाई नशा न करने की शपथ

रोहतक। सत जींदा कल्याणा कॉलेज कलानौर में बुधवार को नशा मुक्त भारत अभियान के तहत, ड्रग्स अवेयरनेस सैल, कामर्स विभाग व एंटी रैंगिग सैल के संयुक्त तत्वावधान में विद्यार्थियों के लिए नशा न करने की शपथ दिलवाई गई। तत्पश्चात विद्यार्थियों को नशे पर आधारित एक डॉक्युमेंट्री फिल्म भी दिखाई गई। इस फिल्म को दिखाने का उद्देश्य विद्यार्थियों में नशे के दुष्परिणामों से उन्हें अवगत कराना था व इसके साथ बचाव के तरीके तथा सामाजिक मेल जोल से सम्पूर्ण समाज के चहुंमुखी विकास की तरफ से कैसे बढ़ सकते है। कॉलेज प्राचार्य डॉ. नरेश कुमार दुआ ने विद्यार्थियों से कहा कि नशा समाज की एक गंभीर और आवश्यक चुनौती है, जो न केवल व्यक्ति के स्वास्थ्य पर बल्कि उसके पारिवारिक और आर्थिक जीवन पर भी गहरा प्रभाव डालती है। नशे की लत व्यक्ति को मानसिक रूप से कमजोर बनाकर उसे समाज से अलग-थलग कर देती है। नशा मुक्ति के लिए शिक्षा, जागरूकता और उचित मार्गदर्शन अत्यंत आवश्यक है। साथ ही कॉलिज ने एंटी रैगिंग के लिए शपथ दिलवाई गई। प्राचार्य डॉ. दुआ ने बताया कि रैगिंग को भारत के सर्वोच्चय न्यायलय ने एक आपराधिक गतिविधी घोषित किया हुआ है। दोषियों को कठोर कारावास व आर्थिक जुर्माना भी लगाया जा सकता है। यह कार्यक्रम डॉ. रितू लाल, डॉ. सतीश नरवालए डॉ. सुमन व डॉ. हरीश चंद्र के कुशल दिशा-निर्देशन में हुआ। इस दौरान कॉलेज स्टाफ से डॉ. शालिनी शर्मा, डॉ. गुरविन्द्र सिंह, डॉ. पूनम अधलखा व डॉ. पायल गुलाटी मौजूद रहे।

सैनी सीनियर सेकेंडरी स्कूल में नशा मुक्ति अभियान

रोहतक। सैनी सीनियर सेकेंडरी स्कूल में नशा मुक्ति सेमिनार का आयोजन किया गया। स्कूल के प्राचार्य डॉ. आरके सैनी ने स्वयंसेवकों को नशीले पदार्थों के दुष्प्रभाव के बारे में जागरूक किया और साथ ही नशे की जगह स्वस्थ आदतें जैसे योग, व्यायाम और अच्छा खान-पान व शिक्षक अध्ययन में रुचि बढ़ाने का संदेश दिया। शिक्षिका सुमन सैनी ने स्वयंसेवकों को बताया कि एक स्वस्थ मनुष्य ही अपने परिवार, समाज और एक उन्नत राष्ट्र का विकास कर सकता है यदि युवा शक्ति नशा मुक्ति पर अमल करे, तो समाज में अपराध और हिंसा की दर कम होती है स्वयंसेवकों ने देश को बचाना है। एनएसएस यूनिट ने नशा मुक्ति राष्ट्रीय की शपथ ली क्योंकि यह हमारी सामूहिक जिम्मेदारी है। मौके पर एनएसएसपीओ सुमन लता, रिंकी सुमन सैनी, कविता ,पूजा, दीपिका मौजूद रही।

पार्षद कंचन खुराना ने सड़क निर्माण का किया शुभारम्भ

रोहतक। नगर निगम वार्ड नंबर 14 की निगम पार्षद कंचन खुराना ने न्यू चिन्योट कॉलोनी के पास स्थित रेलवे अंडरपास के नीचे कालोनीवासियों के साथ नारियल फोड़ कर सड़क निर्माण का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा की रेलवे अंडरपास के नीचे का रास्ता कच्चा होने व पानी निकासी की सुविधा ना होने के कारण क्षेत्र के लोगों को जीवन संकट में डालकर अंडरपास से गुजरना पड़ता था। बरसात के दिनों में अंडरपास के नीचे पानी भर जाने से क्षेत्र की स्थिति कोढ़ में खाज वाली हो जाती थी। पिछले कई वर्षों से क्षेत्रवासी इस समस्या से जूझ रहे थे। अब नगर निगम के माध्यम से कंक्रीट की सड़क का निर्माण करवाया जा रहा है। मौके पर रिंकू कपूर, सावित्री दहिया, डॉ राजीव कुमार, राजेन्द्र सिंह, मोनू विक्रम, रामपाल, सुनिता कुमारी, सरोज कुमारी, कविता कुमारी सहित कई गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

द आर्यन ग्लोबल स्कूल में अंतर-गृह नुक्कड़ नाटक प्रतियोगिता आयोजित

रोहतक। द आर्यन ग्लोबल स्कूल में बुधवार को कक्षा छठीं से आठवीं के सभी विद्यार्थियों के लिए अंतर-गृह नुक्कड़ नाटक प्रतियोगिता का सफल आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों में सामाजिक जागरूकता, टीमवर्क और रचनात्मक अभिव्यक्ति को बढ़ावा देना था। कार्यक्रम में प्रत्येक गृह के प्रतिभागियों ने विभिन्न सामाजिक मुद्दों पर आधारित प्रभावशाली प्रस्तुतियां दीं, जिनमें संवाद, अभिनय और संदेश का अद्भुत संगम देखने को मिला। दर्शकों ने सभी प्रस्तुतियों का आनंद लिया और विद्यार्थियों के अभिनय क्षमता की सराहना की। प्राचार्य आरके खन्ना ने सभी प्रतिभागियों को उनके उत्कृष्ट प्रयासों के लिए बधाई दी और कहा कि इस प्रकार की गतिविधियां विद्यार्थियों में नेतृत्व कौशल और सामाजिक जिम्मेदारी की भावना विकसित करने में सहायक होती हैं।

चाणक्यपुरी कॉलोनी में सड़क पर खतरनाक गड्ढा, डेढ़ माह में 15 से अधिक हादसे

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

शहर की चाणक्यपुरी कॉलोनी, नियर ओल्ड शीला थिएटर में सड़क की पटरी पर बना बड़ा गड्ढा राहगीरों और वाहन चालकों के लिए जानलेवा साबित हो रहा है। पिछले करीब डेढ़ माह में इस गड्ढे के कारण 15 से अधिक दुर्घटनाएं हो चुकी हैं। स्थानीय निवासी और राहगीर हर रोज अपने जान-माल के खतरे के साथ इस रास्ते से गुजरने को मजबूर हैं। शिकायतकर्ता राजेश जून ने बताया कि गड्ढा इतना बड़ा और गहरा है कि इसमें दोपहिया वाहन का पहिया फंसने पर चालक का संतुलन बिगड़ जाता है, जिससे गंभीर चोटें लगने की आशंका बनी रहती है। मौजूदा समय में गड्ढे को केवल सूखी टहनियों और पत्तों से ढककर चेतावनी देने की कोशिश की गई है, लेकिन यह अस्थायी इंतजाम किसी भी वक्त बड़ा हादसा होने से नहीं रोक सकता। कॉलोनी वासी लंबे समय से इस समस्या को लेकर परेशान हैं। उनका कहना है कि बार-बार शिकायत करने के बावजूद नगर निगम या संबंधित विभाग की ओर से कोई ठोस कार्रवाई नहीं की जा रही है। हादसों का शिकार सिर्फ स्थानीय लोग ही नहीं, बल्कि बाहर से आने वाले वाहन चालक भी बन रहे हैं जिन्हें इस गड्ढे की जानकारी नहीं होती। यह गड्ढा कॉलोनी की मुख्य सड़क पर स्थित है और यहां ट्रैफिक भी काफी रहता है। ऐसे में किसी भी समय बड़ा हादसा हो सकता है। उन्होंने प्रशासन से मांग की है कि इस गड्ढे की तुरंत मरम्मत कराई जाए और इस क्षेत्र की सड़क का स्थायी समाधान निकाला जाए।

मार्केट न्यूज

नवजीवन अस्पताल में 17 अगस्त को घुटना रिप्लेसमेंट जागरूकता शिविर

रोहतक। शहर के मॉडल टाउन स्थित नवजीवन अस्पताल में 17 अगस्त को घुटना रिप्लेसमेंट जागरूकता शिविर का आयोजन किया जाएगा। अस्पताल प्रवक्ता ने जानकारी देते हुए बताया कि यह शिविर सुबह 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक आयोजित होगा। शिविर में हड्डियों की कैल्शियम (BMD) जांच, आरबीएस, एचबी और एक्स-रे जांच निःशुल्क की जाएंगी।

उन्होंने ने बताया कि शिविर में आने वाले सभी मरीजों की जांच प्रसिद्ध हड्डी रोग विशेषज्ञ डॉ. कुणाल अरोड़ा करेंगे। इस शिविर का उद्देश्य लोगों में घुटना रिप्लेसमेंट संबंधी जागरूकता फैलाना और समय पर इलाज के महत्व को समझाना है। अस्पताल प्रशासन ने शहरवासियों से अपील की है कि इस निःशुल्क शिविर का अधिक से अधिक लोग लाभ उठाएं और अपने स्वास्थ्य की जांच करवाएं। यह पहल खासकर उन लोगों के लिए फायदेमंद होगी जो लंबे समय से घुटनों के दर्द, चलने-फिरने में परेशानी या हड्डियों की कमजोरी से जूझ रहे हैं। अस्पताल के प्रवक्ता ने कहा कि समय रहते जांच और इलाज कराने से कई गंभीर समस्याओं से बचा जा सकता है।

सांपला में तिरंगा यात्रा निकाल कर शहीदों को याद किया

सांपला। बीजेपी ने कस्बे में भव्य तिरंगा यात्रा निकाली। जोश उत्सव और उल्लास के रंग में सजी यात्रा में बड़ी संख्या में लोग शामिल हुए। हाथों में तिरंगा लेकर निकले युवाओं की तस्वीर लेते हुए नजर आए। यात्रा पुरानी अनाज मंडी अग्रसेन की प्रतिमा से शुरू हुई, जो खरखोदा मार्ग मैन बाजार झज्जर रोड से सर छोटूराम संग्रहालय पर संपन्न हुई। भाजपा नेताओं ने महाराजा अग्रसेन ,सर छोटू राम और शाहिद राय सिंह की प्रतिमा की सफाई कर फूल अर्पित किए और उन्हें याद किया। शहीद की पत्नी का शाल देकर सम्मानित किया गया। यात्रा की अगुवाई जिला अध्यक्ष रणवीर सिंह ढाका मंडल अध्यक्ष कपिल खत्री व प्रभारी उदयभान मलिक ने की। यात्रा में प्रतिभा सुमन, डॉक्टर दिनेश घिलौड़ , राजेश बंसल, अभिनंदन, देवराज, रौनक ,नवीन ,कृष्ण लाल ,बिजेंदर नंबरदार ब्लॉक समिति अध्यक्ष टीनू खत्री ,सरपंच पुनीत कुमार , सुरेंद्र आदि शामिल थे।

तिरंगा यात्रा में पीजीआई के विद्यार्थियों में दिखा जोश : कुलपति डॉ. अग्रवाल

रोहतक। पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय में कुलपति डॉ. एचके अग्रवाल के दिशा-निर्देशन में सुश्रुत सभागार से मेडिकल मोड तक तिरंगा यात्रा का आयोजन किया गया। इस तिरंगा यात्रा में सैकड़ों विद्यार्थियों, चिकित्सकों व कर्मचारियों ने हिस्सा लिया। इस अवसर पर उपस्थित विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कुलपति डॉ.एच.के. अग्रवाल ने कहा कि इस तिरंगा यात्रा का उद्देश्य देशभक्ति की भावना को बढ़ावा देना और राष्ट्रीय ध्वज के प्रति सम्मान प्रकट करना था। कुलपति डॉ. एच. के. अग्रवाल ने तिरंगा यात्रा के दौरान कहा कि राष्ट्रीय ध्वज हमारे देश की एकता और अखंडता का प्रतीक है।

डीएलसी सुपवा का तिरंगा महोत्सव रंगों, संस्कृति और सृजनशीलता के साथ रफ्तार पकड़ता उत्सव

रोहतक। स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर दादा लख्मी चंद स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ परफॉर्मिंग एंड विजुअल आर्ट्स में चल रहे सप्ताहभर के उत्सव ने बुधवार को तिरंगा महोत्सव के तहत डिजाइन विभाग द्वारा आयोजित उत्साहपूर्ण रंगोली प्रतियोगिता के साथ और भी गति पकड़ ली। लगभग 64 छात्र-छात्राओं ने 3–5 के समूहों में मिलकर विश्वविद्यालय की गलियों को रंग-बिरंगे कैनवस में बदल दिया। देशभक्ति और राष्ट्रीय एकता से लेकर सामाजिक मुद्दों समानता, एकीकरण और सशक्तिकरण तक के विषयों पर बनाई गई इन बारीक डिजाइनों में रचनात्मकता और शिल्पकौशल का अद्भुत संगम देखने को मिला। इस प्रतियोगिता ने 14 अगस्त को होने वाले भव्य फाउंडेशन डे समारोह के लिए माहौल तैयार कर दिया है। कुलपति डॉ. अमित आर्य ने कहा इस सप्ताह का हर आयोजन केवल प्रदर्शन भर नहीं है, बल्कि यह हमारे छात्रों की नवोन्मेषी सोच और हमारे संकाय के सहयोगी दृष्टिकोण का जीवंत प्रमाण है। रंगोली प्रतियोगिता रंग और विचारों का अद्भुत संगम थी।

सरकार ने प्रजापत समाज के कल्याण व उत्थान के लिए शुरू की अनेक योजनाएं :डॉ. अरविंद

रोहतक। सहकारिता, निर्वाचन, कारागार, पर्यटन एवं विरासत मंत्री डॉ. अरविंद कुमार शर्मा ने कहा कि केंद्र व प्रदेश सरकार ने प्रजापति समाज के उत्थान व कल्याण के लिए अनेक योजनाएं चलाई हैं। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की करनी और कथनी में कोई अंतर नहीं है। उन्होंने पार्टी के घोषणा पत्र को लागू करने की दिशा में कार्य किया है। मुख्यमंत्री ने भिवानी में आयोजित दक्ष प्रजापति जयंती के अवसर पर की गई घोषणा को अमलीजामा पहना दिया है। डॉ. अरविंद शर्मा स्थानीय जिला विकास भवन स्थित डीआरडीए सभागार में कुम्हार/प्रजापत समाज के परिवारों को पात्रता प्रमाण पत्र वितरण के जिला स्तरीय समारोह में बतौर मुख्यातिथि उपस्थितगण को संबोधित कर रहे थे। इसके उपरांत उन्होंने 11 पात्र परिवारों को पात्रता प्रमाण पत्र वितरित किए गए। रामधारी, महाबीर, सुशीला, रोशनी, मेनपाल, राजीव, रोशनी, कृष्ण, बाला, मनोज व गीता शामिल है।

अंडर-19 क्रिकेट प्रतियोगिता में वैश्य सीनियर सेकेंडरी स्कूल बना विजेता

रोहतक। वैश्य संस्था के अग्रसेन क्रिकेट स्टेडियम में आयोजित अंडर-19 रोहतक ब्लॉक क्रिकेट प्रतियोगिता के रोमांचक मुकाबलों में बुधवार को सेमीफाइनल और फाइनल मैच खेले गए, मीडिया कन्वीनर डॉक्टर जनक राज ने बताया कि पहले सेमीफाइनल में डीएवी पब्लिक स्कूल ने पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित ओवरों में 74 रन बनाए, जवाब में गवर्नमेंट मॉडल संस्कृति स्कूल, भिवानी रोड की टीम 41 रन पर सिमट गई, इस प्रकार डीएवी पब्लिक स्कूल ने जीत दर्ज कर फाइनल में प्रवेश किया। सफल संचालन में कन्वीनर सत्येंद्र मान, जगदीश (प्रधानाचार्य), संजय मलिक (एईओ), राकेश सिवाच (एईईओ) सहित भैरव, संजीव मलिक, कुलबीर हुड्डा, इजहार, सुनील वत्स, अशोक कुमार, ओमपाल, डॉ. जनक राज, मुकेश, राजेश, जितेंद्र, मनोज, राजेश, सत्यवान, कुलदीप, राजू और अन्य शारीरिक शिक्षकों का विशेष सहयोग रहा। जिला शिक्षा अधिकारी मनजीत मलिक व जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी दिलजीत के दिशा-निर्देशानुसार, खंड शिक्षा अधिकारी जयभगवान के नेतृत्व में आयोजित इस स्पर्धा में सरकारी एवं निजी विद्यालयों के शिक्षकों ने सराहनीय योगदान दिया।

दूसरे सेमीफाइनल और फाइनल मुकाबले

दूसरे सेमीफाइनल में वैश्य सीनियर सेकेंडरी स्कूल ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 125 रन बनाए, लक्ष्य का पीछा करते हुए महेंद्रा मॉडल स्कूल की टीम मात्र 30 रन पर ऑल आउट हो गई, वैश्य पब्लिक स्कूल ने 95 रन से जीत हासिल कर फाइनल में जगह बनाई। फाइनल मुकाबले में डीएवी स्कूल ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी का निर्णय लिया और निर्धारित ओवरों में 45 रन बनाए, वैश्य स्कूल के युवराज ने शानदार गेंदबाजी करते हुए 2 विकेट लिए, 46 रनों के लक्ष्य को वैश्य स्कूल ने मात्र 6.4 ओवर में एक विकेट के नुकसान पर हासिल कर खिताब अपने नाम किया, टीम के चिराग सैनी ने 16 गेंदों में नाबाद 28 रनों की तेजतर्रार पारी खेली।

TOP-IN-TOWN रोहतक बाजार
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

ADARSH COLLEGE OF EDUCATION
Adarsh School Of Nursing
MADINA, ROHTAK
Affiliated to Haryana Govt. HNRC & INC
ADMISSION OPEN
LIMITED SEATS
SC/ST को सरकार से 100% फीस छात्रवृति
ANM 2 YEARS | GNM 3 YEARS | JBT 2 YEARS
ELIGIBILITY: 10+2 in any stream with 45% Marks
SC/BC with 40% Marks | AGE LIMIT: 17-35 Years.
Required Nursing Tutors
रोहतक और नजदीक के गांव से बस सुविधा उपलब्ध
Mob.: 8307117069, 9306840763, 9485578148
Email: adarshschoolmadina@gmail.com

मानसरोवर हॉस्पिटल
REQUIRES
RMO 4
ICU STAFF 6
MRI TECHNICIAN 1
PRO/MARKETING EXECUTIVE 2
COMPUTER OPERATOR 1
SWEEPER NIGHT 2
नजदीक पी.एन.बी. बैंक, विकास नगर के सामने, सोनीपत रोड, रोहतक
Tel. :- +91-1262-253500 Mobile: 9254302848, 9053005599

S.V. COLLEGE
18 वर्षों से शिक्षा के क्षेत्र में कार्यरत
हेल्थकेयर क्षेत्र में अपना भविष्य बनाने का सुनहरा मौका
Courses:- Limited Seats
DMLT | HOSPITAL MANAGEMENT
DOTT | Radio & Medical Imaging Technology
Eligibilty 12th in any Stream
All Para Medical Course
(6 Month Certificate, 2/3 Years Programme)
UNDER UGC & MHRD (Govt. of India) Approved
Online Course
(नौकरी के साथ पढ़ाई)
BA - MA | B. COM - M. COM
BCA - MCA | LLB - LLM
BBA - MBA | & many more...
UGC-अप्रूव्ड कोर्स के साथ काउंसिलिंग रजिस्ट्रेशन भी करवाया जाता हैं।
Jind Hissar Bypass Railway Bridge, (Nehru Colony) Rohtak -124001
98126-69100, 94665-10173

hartron ISO 9001 : 2015
Enhance your talent
HARTRON
SKILL CENTRE For Computer Education & Training
M.7206002575, 8929411222
Above IDBI Bank, Power House, Chowk, Rohtak
ADMISSION OPEN-2025

Sr. No.	Name of Course	Course Duration
1.	Computer Hardware and Networking Associate	52 (Weeks)
2.	Course In Computer Application	52 (Weeks)
3.	Course in Digital Accounting	52 (Weeks
4.	Course in Designing and Publishing	52 (Weeks
5.	Course in Web Technology	52 (Weeks
6.	Course in Software Development	52 (Weeks
7.	Advanced Course in Computer Application	52 (Weeks
8.	Digital Marketing Assistant	26 (Weeks
9.	Software Or Application Testing Assistant	26 (Weeks
10.	Assistant PHP Developer	26 (Weeks)
11.	Hardware Peripheral and Installation Assistant	26 (Weeks
12.	Application Development -Android	26 (Weeks
13.	Course in IT Foundation and Tools	26 (Weeks
14.	Certificate Course in Computer Basics & Accounting	26 (Weeks)
15.	Certificate Course in Web Designing and Multimedia	26 (Weeks
16.	C Language	04 (Weeks
17.	C Plus Plus With Oops	08 (Weeks)
18.	PHP With Mysql	04 (Weeks)
19.	Core Java	06 (Weeks
20.	Advance Java	08 (Weeks
21.	Financial Accounting	06 (Weeks)
22.	Autocad	08 (Weeks)
23.	Fundamentals of Cyber Security	06 (Weeks)
24.	Programming with Python	12 (Weeks)
25.	Fundamentals of Computer	12 (Weeks)

खबर संक्षेप

महिला कॉलेज में किया ध्वजा रोहण

रोहतक। हर घर तिरंगा मुहिम के अंतर्गत राजकीय महिला महाविद्यालय लाखन माजरा में राष्ट्रीय सेवा योजना और यूथ रेडक्रॉस के संयुक्त तत्वाधान में ध्वजा रोहण किया गया है। कार्यक्रम के प्रारंभ में प्राचार्या इंदु सपरा ने प्रत्येक छात्रा को गर्व से इसे फहराने के लिए प्रोत्साहित किया। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी मोनिका कौशिक, जोगेंदर, डॉ. अलका उपस्थित रहे।

दिव्यांग बच्चों के लिए खाद्य सामग्री भेंट की

रोहतक। भूमिका दिव्यांग जन सेवा संस्थान में बुधवार को शुभम बंसल द्वारा खाद्य सामग्री-फ्रूटी जूस, लेज, पेस्ट्री, केले आदि सभी दिव्यांग बच्चों को वितरित की गई। शुभम बंसल का यह कदम समाज को यह सशक्त संदेश देता है कि दिव्यांग बच्चे हमारे समाज का अभिन्न हिस्सा हैं।

सुडाना मंडल में निकली तिरंगा यात्रा

कलानौर। कलानौर विधानसभा क्षेत्र के गांव माडोधी रागडांन के डॉ भीमराव अम्बेडकर पुस्तकालय से आरंभ हुई तिरंगा यात्रा गांव बल्लम, तैमूर पूर ,काहनौर चौक होते हुए गांव मसूदपुर में सम्पन्न हुई। यात्रा के मुख्य अतिथि जिला अध्यक्ष एडवोकेट रणबीर ढाका रहे जबकि यात्रा संयोजक डॉ. अशोक कुमार रंगा थे। यात्रा की अध्यक्षता मंडल अध्यक्ष भूप सिंह गरनावठी ने की। यात्रा गांव बल्लम में पहुंचने पर सरपंच सुनीता आर्य व सरपंच प्रतिनिधि सोमबीर ने ग्रामीणों के साथ यात्रा का स्वागत किया।

एमडीयू दीक्षारंभ उत्सव में केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल का आह्वान

लक्ष्य तय कर आगे बढ़ें, संस्कार और सामाजिक सरोकार से जुड़ें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय में आयोजित दीक्षारम्भ उत्सव के समापन दिवस में केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल ने विद्यार्थियों को जीवन में स्पष्ट लक्ष्य तय करने और उसकी प्राप्ति के लिए निरंतर प्रयास करने का संदेश दिया। उन्होंने महर्षि दयानंद के आदर्शों पर चलते हुए सत्य और विद्या के पथ पर अग्रसर होना प्रेरणा नव प्रवेश प्राप्त विद्यार्थियों को दी। एमडीयू कुलपति प्रो. राजबीर सिंह, भारतीय पुनर्वास परिषद की अध्यक्षा डॉ. शरणजीत कौर, डीन, एकेडमिक एफेयर्स प्रो. एससी मलिक, कुलसचिव डॉ. कृष्णकांत, डीन स्टूडेंट वेलफेयर प्रो. सपना गर्ग समेत एमडीयू के डीन, विभागाध्यक्ष, विद्यार्थी एवं शहर के प्रबुद्धजन इस अवसर पर उपस्थित रहे। केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल ने विद्यार्थियों को प्रेरित करते हुए कहा कि जीवन में संस्कार, संस्कृति और सामाजिक सरोकार का जुड़ाव आवश्यक है। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के एक पेड़ मां के नाम और बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियानों की सराहना करते हुए युवाओं से सामाजिक जिम्मेदारियों से सक्रिय रूप से जुड़ने का आह्वान किया। केन्द्रीय मंत्री ने एमडीयू के सामाजिक उत्थान से जुड़े अभियानों की भी जमकर सराहना की और इन्हें प्रेरणादायी बताया। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि इसमें राष्ट्रीयता, व्यावहारिक ज्ञान और सामाजिक जिम्मेदारी को विशेष महत्व दिया गया है। केन्द्रीय मंत्री ने एमडीयू कुलपति प्रो. राजबीर सिंह द्वारा नशा मुक्त समाज के लिए ताउम्र कार्य करने के संकल्प को सराहा और शुभकामनाएं दी। उन्होंने कहा कि एमडीयू कुलपति आगे का जीवन समाज के लिए कार्य करने का संकल्प, विशेष तौर पर प्रदेश में घर-घर नशा मुक्त करने का संकल्प लें और इस दिशा में सेवा भाव से कार्य करें। उन्होंने एमडीयू के प्रोफेसर ऑफ प्रैक्टिस सुनील जागलान को समाज सेवा कार्य के लिए तथा एमडीयू एलुमनी नीरज सहगल की विश्वविद्यालय के लिए निशुल्क ऐप बनाने की पहल की सराहना की। कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने नशा मुक्त घर अभियान को जन-जन तक पहुंचाने का संकल्प दोहराया। उन्होंने कहा कि एमडीयू समाज में सकारात्मक बदलाव के लिए निरंतर प्रयासरत है। उन्होंने एमडीयू विश्वविद्यालय द्वारा समाज के उत्थान के लिए किए जा रहे प्रयासों तथा विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए की जा रही नूतन पहलों बारे जानकारी दी।

रोहतक। कार्यक्रम में पुस्तक का विमोचन करते केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल ।

रोहतक। नशा मुक्त घरों के मुखिया को नेम प्लेट देकर सम्मानित करते मनोहर लाल।

इंसेंटिव स्कीम फॉर स्टूडेंट्स का शुभारंभ किया

केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल ने एमडीयू की विद्यार्थियों के सशक्तिकरण तथा कौशल विकास के उद्देश्य से अनूठी पहल- पं दीन दयाल उपाध्याय स्किल-बेस्ड इंसेंटिव स्कीम फॉर स्टूडेंट्स का शुभारंभ किया। उन्होंने इस स्कीम को विकसित भारत अभियान के लिए महत्वपूर्ण करार दिया। उन्होंने कहा कि पूर्व में अर्न व्हाइल यू लर्न स्कीम की तरह है, परंतु इसके जरिए विद्यार्थियों का समग्र कौशल तथा वित्तीय सशक्तिकरण का रास्ता प्रशस्त हो रहा है।

कम्युनिटी सर्विस एंड आउटरीच ऐप लांच

केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल ने एमडीयू द्वारा विद्यार्थियों को सामाजिक सरोकारों से सक्रिय रूप से जोड़ने वाले कम्युनिटी सर्विस एंड आउटरीच ऐप लांच किया। उल्लेखनीय है कि इस कम्युनिटी रिच ऐप के जरिए विद्यार्थीगण कम्युनिटी सर्विस हेतु पंजीकरण कराते हुए सामाजिक सरोकार के कार्य कर पाएंगे। इसके तहत राष्ट्रीय सेवा योजना, यूथ रेड क्रॉस, यूनिवर्सिटी आउटरीच आदि संकल्पों के साथ विद्यार्थीगण सक्रिय रूप से जुड़ पाएंगे।

नशा मुक्त घरों के मुखिया को सम्मानित किया

केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल ने कार्यक्रम में नशा मुक्त घर अभियान के तहत एमडीयू के गोद लिए गांवों में नशा मुक्त घरों के मुखिया को नशा मुक्त घर की नेम प्लेट देकर सम्मानित किया। नशा मुक्त घरों के मुखिया- माली आनंदपुर के जय भगवान, टिटौली के नरेश कुमार व कमला देवी, लाहली के सुरेश व जितेन्द्र, बनियानी के सोहन तथा विजय कुमार तथा माड़ौदी के सोमबीर व अनिल को नशा मुक्त घर की नेम प्लेट देकर सम्मान दिया गया।

90 साल के बुजुर्ग दीपचंद हुए भावुक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय द्वारा प्रारंभ किए गए नशा मुक्त घर सम्मान के तहत आज गांव जठैर के 90 वर्षीय बुजुर्ग दीपचंद को सम्मानित किए जाने पर वे बेहद भावुक हो गए। उन्होंने कहा कि उनका बड़ा परिवार है, जिसमें 25 सदस्य हैं। पूरा परिवार नशा मुक्त है। दीपचंद ने कहा कि जीवन में पहली बारे ऐसा सम्मान उनको मिला। बेहद भावुक होकर दीपचंद ने इस नशा मुक्त घर सम्मान अभियान के लिए शुभकामनाएं दी।

मनोहर लाल ने दिलाई नशा मुक्ति की शपथ

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय का परिसर बुधवार को देशभक्ति के रंगों में रंगा नजर आया, जहां भव्य तिरंगा यात्रा ने जनसैलाब उमड़ा दिया। यह आयोजन न केवल आजादी के अमृत महोत्सव का हिस्सा था, बल्कि युवाओं में राष्ट्रप्रेम, नशा मुक्ति और पर्यावरण संरक्षण की भावना जगाने का एक मजबूत माध्यम बना। हजारों विद्यार्थी, शिक्षक, शहरवासी और गणमान्य व्यक्ति हाथों में तिरंगा थामे सड़कों पर उतरे, और पूरा वातावरण 'भारत माता की जय' तथा 'वंदे मातरम' के नारों से गूंज उठा। इस मौके पर मनोहर लाल ने सभी को नशा मुक्ति की शपथ दिलाई। केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल ने सरदार वल्लभभाई पटेल अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम से तिरंगा लहराकर यात्रा का शुभारंभ किया। इस मौके पर एमडीयू कुलपति प्रो. राजबीर सिंह, भारतीय पुनर्वास परिषद की अध्यक्षा डॉ. शरणजीत कौर, कुलसचिव डॉ. कृष्णकांत, प्रतिष्ठित चिकित्सक डॉ. आदित्य बतरा, उद्योगपति राजेश जैन समेत कई विशिष्ट अतिथि मौजूद थे।

गांव में आकर यादें होती ताजा : मनोहर लाल

रोहतक। केंद्रीय ऊर्जा, आवास एवं शहरी विकास मंत्री मनोहर लाल आज अपने पैतृक गांव बनियानी पहुंचे। गांव में केंद्रीय मंत्री ने अपने पुराने साथियों व ग्रामीणों का कुशलक्षेम जाना। उन्होंने ग्रामीणों से सीधा संवाद किया और विकास कार्यों व सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी नीतियों के बारे में फीडबैक भी लिया। केंद्रीय मंत्रीमनोहर लाल ने अपने पैतृक घर का भी दौरा किया। उल्लेखनीय है कि हरियाणा के मुख्यमंत्री पद पर रहते हुए उन्होंने अपना पैतृक घर गांव-समाज के नाम कर दिया था। लगभग 200 गज के इस मकान में लाइब्रेरी बनाने का कार्य किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि वे जब-जब गांव में आते हैं तो उनकी बचपन की यादें भी ताजा हो जाती हैं।

मॉडल संस्कृति सांपला में नशा मुक्ति अभियान की दिलाई शपथ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

माडल संस्कृति सांपला में नशा मुक्ति अभियान की शपथ दिलाई गई। विद्यालय के प्रभारी पुरुषोंतम प्राध्यापक ने बताया कि विद्यालय में भगत सिंह सदन की प्रभारी एवं अंग्रेजी विषय की प्राध्यापिका भारती के नेतृत्व में नशा मुक्ति अभियान के बारे में विधार्थियों से जानकारी सांझा की गई। इन्होंने विधार्थियों को जागरूक करते हुए बताया कि नशा से व्यक्ति के शरीर के साथ उसकी बुद्धि का भी विनाश होता है। व्यक्ति की सोचने समझने की शक्ति समाप्त हो जाती। मानसिक रूप से व्यक्ति विकृत हो जाता है । बहुत सारे बच्चों में नशा की लत लगने से वे उसके लिए समाज विरोधी एवं गैर कानूनी गतिविधियों में पड़ जाते हैं। जिससे व्यक्ति समाज एवं राष्ट्र सभी का नुक़सान होता है। इसलिए विधार्थियों को नशे जैसी भयंकर बुराई से बचकर रहना चाहिए। इस अवसर पर विद्यालय के इंचार्ज प्राध्यापक संत कुंवर, नितेश कुमार, रेखा, जगजीत सिंह मौजूद रहे।

निगम आयुक्त ने वार्ड-10 व 15 में निरीक्षण कर सुनी समस्याएं टीम ने गांधी कैम्प बाजार से तुरंत हटवाया अतिक्रमण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

शहर के वार्ड-10 और वार्ड-15 में बुधवार को निगम आयुक्त डॉ. आनंद शर्मा ने निरीक्षण अभियान चलाकर स्थानीय नागरिकों की समस्याएं सुनी गईं और कई मामलों में मौके पर ही समाधान के निर्देश दिए गए। वार्ड-10 की सदस्य मनीषा के प्रतिनिधि सुमित व रमेश बोहर तथा वार्ड-15 की सदस्य अनीता के साथ अधिकारियों की टीम ने दोनों वार्डों के विभिन्न इलाकों का दौरा किया। निरीक्षण की शुरुआत वार्ड 10 के गांव बोहर से हुई, जहां नालों की सफाई, पार्क में शौचालय निर्माण, तालाबों के सौंदर्यीकरण, फिरनी के नालों की सफाई, गांव बस स्टैंड के नालों की सफाई, और पीने के पानी के बूस्टर में नाले का पानी जाने संबंधी शिकायतें मिलीं। इसके अलावा बाबा मस्तनाथ कॉलोनी के सामने ग्रीन बेल्ट विकसित करने और गांव गढ़ी बोहर की गरीब बस्ती के लिए रास्ता बनवाने की मांग भी रखी गई। सीवर और पानी की सुविधा से जुड़ी समस्याएं भी सामने आईं। अधिकारियों को तुरंत नालों की सफाई शुरू करने, तालाबों के सौंदर्यीकरण की योजना तैयार करने, पार्क में शौचालय बनाने, ग्रीन बेल्ट विकसित करने और रास्ते का रिकॉर्ड जांचकर निर्माण कराने के आदेश दिए गए। जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग को पीने के पानी और सीवर ओवरफ्लो की समस्या का समाधान करने के निर्देश मिले। गांधी कैम्प मार्केट में अतिक्रमण की जांच के दौरान पाया गया कि कई दुकानदारों ने सड़क पर कब्जा कर रखा था। मौके पर ही एनफोर्समेंट टीम को आदेश देकर कब्जे हटवाए गए।

रोहतक। गांव बोहर में निरीक्षण करते हुए आयुक्त डॉ आनंद कुमार शर्मा।

जैन सभा के चुनाव को लेकर हुई मीटिंग सदस्यों ने एक ग्रुप का समर्थन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

जैन सभा के चुनाव को लेकर एक मीटिंग सिद्धार्थ जैन की अध्यक्षता में दिल्ली रोड स्थित बीपी जैन डेवलपमेंट सेंटर में आयोजित की गई। जिसमें 17 अगस्त को होने वाले चुनाव के लिए चुनाव चिन्ह पतंग पर विचार किया गया। प्रधान पद के लिए रवि जैन पाइप वाले को उप प्रधान पद के लिए, अतुल जैन लोहिया महासचिव पद के लिए, मनीष जैन छोटू सहसचिव पद के लिए, अमित जैन लोहिया एवं कोषाध्यक्ष पद के लिए मुकेश जैन को समर्थन किया। उपस्थित सभी सदस्यों ने इस ग्रुप का समर्थन किया, मंच का संचालन राजेश जैन डीएलएफ ने किया। शैलेश जैन ने बताया कि जैन सभा रजिस्टर्ड का जैन बॉय स्कूल 1905 से बना हुआ है जो समाज का हरियाणा में पहला स्कूल है। जिसकों लगभग आज 120 साल पूरे हो गए हैं। जैन सभा के अंतर्गत जैन गर्ल्स स्कूल जैन औषधालय एवं जैन पब्लिक स्कूल है। महासचिव के प्रत्याशी मनीष जैन ने कहा कि हम सभी सदस्यों को एवं समाज के लोगों को साथ लेकर चलेंगे और जैन सभा की अभी जो चार संस्थाएं है।

पीजीआई में धूम्रपान मुक्त परिसर बनाने की पहल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय नशा मुक्त भारत अभियान में अपनी भागीदारी बढ़ चढकर निभाएगा। इसी कड़ी में पीजीआईएमएस में धूम्रपान मुक्त परिसर की पहल के तहत बुधवार को निदेशक डॉ.एसके सिंघल ने संबंधित अधिकारियों व छात्र प्रतिनिधियों के साथ एक बैठक की।

डॉ. एसके सिंघल ने बताया कि इस पहल के तहत, जो विश्वविद्यालय के सभी परिसरों में धूम्रपान पर पूर्ण प्रतिबंध लगाना है। उन्होंने कहा कि इसमें सुरक्षा कर्मियों को प्रवेश बिंदुओं पर धूम्रपान की जांच करने के निर्देश दिए हैं। यदि कोई धूम्रपान करते हुए पाया जाता है, तो उस पर जुर्माना लगाया जाएगा। उन्होंने बताया कि संस्थान ने धूम्रपान मुक्त परिसर बनाने के लिए स्वयंसेवी समूहों को शामिल करने पर विचार किया जा रहा है जोकि ये समूह धूम्रपान के खतरों के बारे में जागरूकता फैलाने में मदद करेंगे और धूम्रपान करने वालों को छोड़ने के लिए प्रोत्साहित करेंगे।

जिला स्तरीय योगासन चैम्पियनशिप में एचडी पब्लिक स्कूल का दबदबा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

हरकिशन मेमोरियल पब्लिक स्कूल में आयोजित जिला योगासन चैम्पियनशिप में एचडी पब्लिक स्कूल बहुअकबरपुर के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए अनेक पदक अपने नाम किए। यह जानकारी विद्यालय के निदेशक सुरेंद्र सिंह फौगाट ने दी। उन्होंने बताया कि सोनाक्षी, हंशिका ने स्वर्ण पदक, समाइरा, अलीना ने स्वर्ण एवं कांस्य पदक, श्रुति स्वर्ण एवं रजत पदक, परीशा ने कांस्य पदक व शिखा ने स्वर्ण एवं रजत पदक हासिल किया। इनमें से अलीना, श्रुति और शिखाका चयन राज्य स्तरीय योगासन प्रतियोगिता के लिए हुआ है, जो विद्यालय के लिए गर्व की बात है। विद्यालय की कोच एकता के मार्गदर्शन में इन खिलाड़ियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। विद्यालय के निदेशक सुरेंद्र सिंह फोगाट ने विजेताओं को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि यह उपलब्धि बच्चों की मेहनत, अनुशासन और समर्पण का परिणाम है।

हेल्थ यूनिवर्सिटी में डॉ. एचके अग्रवाल को बधाई देने वालों का तांता लगा रहा

पीजीआईएमएस में नर्सिंग एसो. के नए चुनाव की मांग तेज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

- एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष, अशोक यादव ने कुलपति को पत्र लिखकर कहा है कि वर्तमान नर्सिंग एसोसिएशन का कार्यकाल जुलाई 2024 में समाप्त हो चुका है

पंडित भगवत दयाल शर्मा पोस्ट ग्रेजुएट इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज में नर्सिंग एसोसिएशन के नए चुनाव कराने की मांग तेज हो गई है। नर्सिंग ऑफिसर एवं पूर्व अध्यक्ष, नर्सिंग एसोसिएशन अशोक यादव ने संस्थान के कुलपति को पत्र लिखकर कहा है कि वर्तमान नर्सिंग एसोसिएशन का कार्यकाल जुलाई 2024 में समाप्त हो चुका है। इसके बावजूद अभी तक नए चुनाव नहीं करवाए गए हैं, जिससे नर्सिंग कैडर की समस्याएं अनसुनी रह रही हैं।

अशोक यादव ने पत्र में उल्लेख किया कि एसोसिएशन का मुख्य उद्देश्य नर्सिंग कैडर की आवाज को प्रशासन तक पहुंचाना और उनकी समस्याओं का समाधान करवाना है, लेकिन वर्तमान एसोसिएशन ने इस दिशा में कोई ठोस कदम नहीं उठाया है। नर्सिंग कैडर से जुड़े मुद्दों को गंभीरता से नहीं उठाया जा रहा, जिसके कारण कर्मचारियों में नाराजगी है। उन्होंने मांग की कि मौजूदा नर्सिंग एसोसिएशन को तुरंत प्रभाव से भंग किया जाए और प्राथमिकता के आधार पर नए चुनाव आयोजित करवाए जाएं, ताकि एक सक्रिय और जिम्मेदार टीम का गठन हो सके, जो नर्सिंग कैडर की समस्याओं को सही मंच पर रख सके और उनके समाधान के लिए कार्य कर सके। पत्र की प्रति पीजीआईएमएस के निदेशक और संयुक्त निदेशक को भी भेजी गई है। इस मांग से नर्सिंग स्टाफ में उम्मीद जगी है कि जल्द ही नए प्रतिनिधि चुनकर उनकी आवाज को मजबूती मिलेगी और लंबे समय से लंबित मुद्दों का समाधान होगा।

कुलपति डॉ. अग्रवाल का स्वागत करने उमड़े कर्मचारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

हरियाणा के राज्यपाल असीम कुमार घोष द्वारा मंगलवार को डॉ. एचके अग्रवाल को स्थायी तौर पर पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय का कुलपति बनाए जाने पर बुधवार को संस्थान में काफी खुशी का माहौल दिखा। कुलपति डॉ.एचके अग्रवाल ने स्थायी कुलपति के पदभार को संभाल लिया। नॉन टीचिंग एसोसिएशन के कर्मचारी यूनियन कार्यालय से कुलपति कार्यालय तक ढोल नगाड़े की ताल पर नाचते हुए डॉ. अग्रवाल को बधाई देने पहुंचे। निदेशक डॉ. एसके सिंघल और डीन एकेडमिक अफेयर्स डॉ. ध्रुव चौधरी ने डॉ. अग्रवाल की नियुक्ति पर खुशी व्यक्त करते हुए कहा कि वह विश्वविद्यालय को नई ऊंचाइयों पर ले जाने के लिए काम करेंगे।

चिकित्सा अधीक्षक डॉ. कुंदन मित्तल ने डॉ. अग्रवाल को बधाई देते हुए कहा कि उनका लक्ष्य संस्थान की उन्नति और मरीजों की सेवा करना है। उन्होंने कहा कि उन्हें उम्मीद है कि वें मरीजों के हित के लिए कार्य करेंगे और नवीनतम तकनीक से मरीजों को इलाज उपलब्ध कराने के लिए प्रयासरत रहेंगे।

डॉ. उमेश यादव ने बताया कि आज डॉक्टर एसोसिएशन एचएसएमटीए ने डॉ. अग्रवाल को बधाई दी। उन्होंने कहा कि डॉ. एचके अग्रवाल एक अनुभवी और योग्य व्यक्ति हैं। उन्होंने कई महत्वपूर्ण परियोजनाओं को सफलतापूर्वक लागू किया है। डॉ. अग्रवाल एक मेधावी चिकित्सक और उत्कृष्ट प्रशासक हैं।

रोहतक। कुलपति का स्वागत करते नॉन टीचिंग एसोसिएशन के पदाधिकारी।

बुक्के भेंट करते नर्सिंग एसोसिएशन के पदाधिकारी।

स्वागतम करते एससी एसटी एसोसिएशन के पदाधिकारी।

नॉन टीचिंग एसोसिएशन

नॉन टीचिंग एसोसिएशन के प्रधान वजीर सिंह ने बताया कि उन्हें पूरी उम्मीद है कि डॉ. अग्रवाल का कुलपति के तौर पर कार्यकाल संस्थान के लिए रहेगा स्वर्णिम अध्याय। प्रतिनिधिमंडल में शामिल कर्मचारियों ने उनके मनोनयन पर प्रसन्नता जाहिर की व बुके भेंट कर शुभकामनाएं दी। वरिष्ठ उपप्रधान संजय सिंहमार ने बताया कि गैर शिक्षक कर्मचारी संघ पदाधिकारियों ने उनके सफलतम कार्यकाल की कामना की।

नर्सिंग एसोसिएशन

नर्सिंग एसोसिएशन के प्रधान विकास फौगाट ने कहा कि वें कुलाधिपति और हरियाणा सरकार का तहे दिल से धन्यवाद व्यक्त करते हैं जिन्होंने संस्थान की उन्नति के लिए बहुत अच्छा निर्णय लिया हैं। उन्होंने कहा कि डॉ. अग्रवाल के द्वार से आजतक कोई भी खाली नहीं गया है क्योंकि उन्होंने हमेशा सभी के हित में कार्य किया है। फोगाट ने कहा कि डॉ. अग्रवाल की नियुक्ति पीजीआई की उन्नति की तरफ पहला कदम है।

एससी एसटी एसोसिएशन

एससी एसटी एसोसिएशन के प्रधान अशोक कांगड़ा ने कहा कि कर्मचारी कुलपति कार्यालय में भी जमकर थिरके क्योंकि उन्हें उम्मीद है कि अब डॉ. अग्रवाल सभी कर्मचारियों के साथ मिलकर विश्वविद्यालय को ऊंचाइयों के शिखर पर लेकर जाएंगे। उन्होंने कहा कि डॉ. अग्रवाल सभी के चहेते हैं और हमेशा संस्थान की भलाई के लिए कार्य किया है, इसलिए आज उनका स्वागत किया गया।