हरिभूमि

सोनीपत भूमि

रोहतक, गुरुवार, 24 जुलाई 2025

तापमान

अधिकतम 31.0 डिग्री
न्यूनतम 27.0 डिग्री

12 सीईटी परीक्षा : सोनीपत से गुरुग्राम तक तैयारियां

12 सुबह से छाए रहे बादल, दोपहर में आधा घंटा जमकर बरसे मेघा

खबर संक्षेप

फंदे पर लटका मिला प्रवासी श्रमिक का शव

सोनीपत। इंद्रा कॉलोनी में संदिग्ध हालत में युवक का शव फंदे से लटा हुआ मिला। सूचना के बाद पुलिस टीम मौके पर पहुंचकर शव कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेजा। बिहार के गांव तिहाई निवासी श्रीकांत शाह ने बताया कि वह बेटे प्रेम कुमार शाह (19) के साथ एक फैक्ट्री में काम करते थे। उसका बेटा इंद्रा कॉलोनी में किराए के कमरे पर था तथा वह काम पर गया हुआ था। उसे सूचना मिली कि प्रेम कुमार ने पंखे पर फंदा लगा लिया है। वह कमरे पर आए तो बेटा पंखे से लटका था।

चाचा का हत्यारोपी साथी के साथ गिरफ्तार

गोहाना। गांव मदीना में मारपीट की रंजिश में तीन दिन पहले किसान की हत्या के आरोपी मदीना निवासी अमन व भंडेरी गांव के अजय को गिरफ्तार किया। पुलिस आरोपियों से पूछताछ कर उनके साथियों इत्यादि का पता लगाने का प्रयास करेगी। कुछ दिन पहले नरेंद्र का अपने भतीजे अमन के साथ विवाद हुआ था। 19 जुलाई की रात नरेंद्र घर में बैठा था तथा अमन अपने साथियों के साथ कार में आया तथा नरेंद्र पर हमला कर दिया। घायल अवस्था में नरेंद्र को पीजीआई में भर्ती करवाया गया। जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

ककरोई के पास नहर में मिला युवक का शव

सोनीपत। सदर थाना के ककरोई गांव के पास नहर में अज्ञात युवक का शव मिला। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। जानकारी के अनुसार गांव ककरोई के पास पश्चिमी यमुना लिंक नहर में संदिग्ध हालत में युवक का शव मिला। सूचना के बाद पुलिस टीम मौके पर पहुंची। शव को नहर से बाहर निकालकर शिनाख्त के प्रयास किए गए। लेकिन कोई शिनाख्त नहीं हो सकी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां फॉरेंसिक चिकित्सक न होने के चलते महिला मेडिकल कॉलेज अस्पताल खानपुर रेफर कर दिया। पुलिस मृतक की पहचान के प्रयास कर रही है।

फूलों और रंग-बिरंगी लाइटों से सजाए गए थे जिले के मंदिर

मंदिरों में उमड़ा शिवभक्ति का सैलाब शिवालयों में गूंजे बम भोले के जयकारे

भक्तों ने किया रुद्राभिषेक भोर से ही मंदिरों में लगी लंबी कतारें, डाक कांवड़ियों का भव्य स्वागत, झांकियों ने आकर्षित किया श्रद्धालुओं का ध्यान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सावन की पावन शिवरात्रि पर जिले में श्रद्धा व भक्ति का अभूतपूर्व दृश्य देखने को मिला। आधी रात के बाद से ही शिवालयों में श्रद्धालुओं का सैलाब उमड़ने लगा। भोर होते ही जलाभिषेक की शुरुआत होते ही पूरा वातावरण हर-हर महादेव और बम-बम भोले के जयकारों से गूंज उठा। शिवभक्तों ने गंगाजल, दूध, दही, शहद व बेलपत्र से भोलेनाथ का रुद्राभिषेक किया। जिले के प्रमुख मंदिरों शंभूदयाल, कामी रोड स्थित बाबा धाम, मिशन चौक शिव, मुरथल रोड शिवधाम, सेक्टर-23, सिक्का कॉलोनी, जटवाड़ा, ककरोई रोड व महावीर कॉलोनी व ग्रामीण क्षेत्रों के मंदिरों में दिनभर श्रद्धालुओं की भीड़ लगी रही।

व्यवस्था और सुरक्षा रही चाक-चौबंद

भक्तों की भारी भीड़ को देखते हुए पुलिस प्रशासन पूरी तरह सतर्क रहा। मंदिरों के आसपास सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए गए थे। ट्रैफिक व्यवस्था प्रभावित जरूर हुई, लेकिन पुलिस कर्मियों ने तत्परता दिखाते हुए हालात को नियंत्रित किया। पुलिसकर्मी, पीसीआर और राइडर टीमों को कांवड़ मार्ग पर लगातार गश्त के लिए तैनात किया गया, ताकि श्रद्धालुओं को किसी प्रकार की असुविधा न हो।

डाक कांवड़ियों में दिखा उत्साह

इस बार डाक कांवड़ के प्रति युवाओं में खासा उत्साह देखने को मिला। डाक कांवड़ लाने वाले शिवभक्तों को मंदिर समितियों की ओर से सीधे जलाभिषेक की सुविधा दी गई। जगह-जगह कांवड़ियों का पुष्पवर्षा, तिलक और भोजन-भंडारों के माध्यम से स्वागत किया गया। ढोल-नगाड़ों की धुन पर मंदिर तक पहुंचते कांवड़ियों ने श्रद्धालुओं का मन मोह लिया।

शिव भक्ति में झूमते रहे शिवभक्त

शहर में निकली भव्य शिव झांकियों ने लोगों का ध्यान आकर्षित किया। झांकी में नंदी पर सवार भगवान शिव स्वरूप और शिव भक्ति में झूमते चल रहे शिवगण लोगों के आकर्षण का केंद्र बने रहे। जिन्हें देखने के लिए बड़ी संख्या में लोग एकत्रित हुए। महिलाओं ने भी झांकी में शामिल होकर शिव भजनों पर नृत्य किया, जिससे झांकी की शोभा और अधिक बढ़ गई। शिवभक्तों ने जयकारों के साथ भगवान शिव की आराधना की।

शिव वाटिका में उमड़ा आस्था का सैलाब

सोनीपत। शिव मन्दिर (शिव वाटिका) नंदवानी नगर में शिवरात्रि के अवसर पर शिव भक्त व श्रद्धालु शिवलिंग में जलाभिषेक करने के लिए मन्दिर प्रांगण में आज सुबह से भक्तों की लम्बी कतार देखने को मिली और भक्ति भाव से जय भोलेनाथ, ॐ नमः शिवाय का नाम जाप कर रहे है। प्रधान सीताराम भारद्वाज ने बताया कि सावन शिवरात्रि बेहद खास होती है यह हर साल सावन कृष्ण पक्ष चतुर्थशी को मनाई जाती है। इस दिन भक्त व्रत रखते है और भगवान शिव की पूजा-अर्चना करते हैं।

17 वार्डों में खर्च होंगे 50-50 लाख टेंडर अनफ्रीज, विकास कार्य जल्द

■ एक्सइन की वैरिफिकेशन के बाद टेंडर प्रक्रिया हुई पूरी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

शहर के 17 वार्डों में 50-50 लाख रुपये की लागत से होने वाले विकास कार्यों के लिए लगाए गए टेंडर अब अनफ्रीज हो गए हैं। एक्सईएन द्वारा वेरिफिकेशन और साइन किए जाने के बाद टेंडर प्रक्रिया पूरी हो गई है। मंगलवार को सभी टेंडर ओपन होकर ठेकेदारों को अलाट कर दिए गए। इसके बाद प्रत्येक वार्ड में रुके हुए विकास कार्यों को तेजी देने की तैयारी शुरू हो गई है। पूर्व में एक्सईएन की छुट्टी के कारण टेंडरों का वेरिफिकेशन नहीं हो सका था, जिसके चलते निदेशालय ने सभी 17 टेंडरों को फ्रीज कर दिया था। इस वजह से विकास कार्यों की प्रक्रिया रुक गई थी और पार्षदों ने नाराजगी जताई थी। वार्ड पार्षदों ने एसडीएम प्रवेश कादियान को इस संबंध में शिकायत देकर जल्द टेंडर प्रक्रिया शुरू करने की मांग की थी। उन्होंने कहा था कि पार्षद लंबे समय से इन टेंडरों की मांग कर रहे हैं, लेकिन अधिकारी बार-बार बहाने बनाकर प्रक्रिया को रोक रहे हैं। विधायक देवेंद्र कादियान ने भी आम बैठक में अधिकारियों को निर्देश दिए थे कि प्रत्येक वार्ड में बराबर बजट के तहत विकास कार्य कराए जाएं। अब टेंडरों के अलॉट होने से शहरवासियों को लंबे समय से रूकी हुई सुविधाएं मिलने की उम्मीद जगी है।

सभी औपचारिकताएं पूरी

नगरपालिका सचिव प्रदीप खर्ब ने बताया कि अब सभी औपचारिकताएं पूरी कर ली गई हैं। उन्होंने टेंडर अनफ्रीज करवाए और प्रक्रिया को आगे बढ़ाया। उन्होंने कहा कि सभी वार्डों में गलियों के निर्माण, नालियों की मरम्मत, स्ट्रीट लाइट लगाने, इंटरलॉकिंग टाइल्स बिछाने व अन्य सार्वजनिक सुविधाओं के कार्य जल्द शुरू कर दिए जाएंगे।

नपा सचिव प्रदीप खर्ब।

आज से फार्मेसी परीक्षाएं, ढाई हजार परीक्षार्थी बैठेंगे

■ पूर्ण मूर्ति कैंपस में बनाया 8 कॉलेजों का परीक्षा केंद्र।

सोनीपत। पंडित बीडी शर्मा यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज, रोहतक की ओर से संचालित होने वाली बैचलर ऑफ फार्मेसी (बी.फार्मेसी) की सेमेस्टर परीक्षाएं बृहस्पतिवार से शुरू होंगी। सोनीपत जिले में परीक्षा का एकमात्र केंद्र पूर्ण मूर्ति कैंपस, कामी रोड परिसर में स्थित पूर्ण मूर्ति कॉलेज ऑफ फार्मेसी में बनाया गया है। यहां सोनीपत के आठ कॉलेजों के करीब ढ़ाई हजार परीक्षार्थियों का परीक्षा केंद्र बनाया गया है। परीक्षा संचालन प्रक्रिया में शामिल यूनिवर्सिटी व कॉलेज की टीमों ने पूर्ण मूर्ति कैंपस के चेयरमैन डा.विजयपाल नैन के नेतृत्व में तैयारियों का जायजा लिया। उनके साथ सचिव गौतम नैन, कोषाध्यक्ष भोपाल सिंह, प्रबंधक निदेशक कपिल भाटिया, एमडी संदीप शाक्य, डायरेक्टर एकेडेमिक्स डा.स्वीटी, पूर्ण मूर्ति कॉलेज ऑफ फार्मेसी की डायरेक्टर डॉ.सुनीता, परिसर निदेशक कुलदीप, रजिस्ट्रार कंवलजीत सिंह संधू, डीन अकादमिक संदीप कुमार आदि मौजूद रहे। डा.विजयपाल नैन ने कहा कि पूर्ण मूर्ति कैंपस में नकल रहित परीक्षा संचालन के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

ड्रम में गिरने से मशीन ऑपरेटर की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

राई थाना क्षेत्र के औद्योगिक क्षेत्र स्थित एक दाल मिल फैक्टरी में बुधवार रात एक दर्दनाक हादसा हो गया। फैक्टरी में काम कर रहे 32 वर्षीय मशीन ऑपरेटर धीरेंद्र की ड्रम में गिरने से मौत हो गई। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है। मृतक के परिजनों की तलाश की जा रही है। धीरेंद्र (32)निवासी बिहार का रहने वाला था। तीन महीनों से राई औद्योगिक क्षेत्र की इस दाल मिल फैक्ट्री में कार्यरत था। फैक्ट्री की पहली मंजिल पर काम चह रहा था। अचानक संतुलन बिगड़ने के कारण दाल मिल के ड्रम में गिर गया। ड्रम के नीचे दाल के नीचे दबने से उसकी मौत हो गई।

10 दिन पहले मां बनी महिला की मौत, पति फरार

सोनीपत। कुंडली थाना क्षेत्र के जांटी कलां गांव में संदिग्ध हालत में रेखा नाम की महिला की मौत हो गई। मकान मालिक ने मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेजकर शिनाख्त करनी शुरू कर दी है। महिला ने करीब दस दिन पहले ही बच्चे को जन्म दिया था। जिसके बाद बच्चे की मौत हो गई थी। मिली जानकारी के अनुसार बिहार हालत में जाटी कलां निवासी रविंद्र अपनी पत्नी रेखा (40) के साथ रहता था। करीब दस दिन पहले ही महिला ने बच्चे को जन्म दिया था। जिससे उसकी मौत गई थी। जानकारी मिली है कि गत 22 जुलाई को संदिग्ध हालत में महिला की मौत हो गई।

शराब पीने से रोका, सिर पर बोतल से हमला, घायल

खरखौदा। मटिंडू गांव में खेत में बने कोठरे के पास शराब पीने से मना करने पर युवक के सिर में बोतल मारकर घायल कर दिया। साहिल ने बताया कि वह अपने खेत में गया तो वहां उनके खेत में बने कोठरे के पास आर्यन, अक्षय और प्रिंस शराब पी रहे थे। जब उसने शराब पीने से मना किया तो वह झगड़ा करके मारपीट करने लगे। अक्षय ने अपने हाथ में ली हुई शराब की बोतल को उसके सिर पर मारकर घायल हो गया।

महिला ने थैले को ब्लेड से काटकर निकाले 50 हजार

खरखौदा। सांपला मार्ग स्थित पंजाब नेशनल बैंक में पैसे निकलवाने पहुंचे ग्राहक के थैले को ब्लेड से काट कर एक महिला ने 50 हजार रुपये की गड्डी निकाल ली। कर्मवीर सिंह ने बताया कि वह बैंक में अपने खाते से 3 लाख निकलवा चुका था। उसने यह धनराशि अपने थैली में रख ली। जब उसने नई चेक बुक निकलवाने के लिए फॉर्म भरना शुरू किया, तो एक महिला ने उसके थैले को ब्लेड मारकर 500 रुपये की एक गड्डी निकाल ली।

अब जिले के पेट्रोल पंपों पर बिना नंबर प्लेट के वाहनों को तेल नहीं

सोनीपत। जिले में अपराध पर अंकुश लगाने और असामाजिक तत्वों की पहचान सुनिश्चित करने के लिए सोनीपत पुलिस ने एक विशेष अभियान की शुरुआत की है। इसी क्रम में जिला पुलिस ने सभी पेट्रोल पंप संचालकों से महत्वपूर्ण अपील की है कि वे बिना रजिस्ट्रेशन नंबर प्लेट वाले या फर्जी नंबर प्लेट लगे दोपहिया वाहनों को पेट्रोल न दें। अधिकारियों का कहना है कि हाल के समय में कई आपराधिक गतिविधियों में ऐसे वाहनों का इस्तेमाल बढ़ा है जिन पर या तो नंबर प्लेट नहीं होती या फर्जी नंबर प्लेट लगाई जाती है। इससे अपराध के बाद अपराधियों की पहचान और उनका पता लगाना बेहद कठिन हो जाता है। डीसीपी नरेंद्र कादयान ने कहा कि अपराध नियंत्रण और आम नागरिकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए यह कदम अत्यंत आवश्यक है। सभी पेट्रोल पंप संचालकों से आग्रह किया है कि वे सजग रहें और किसी भी संदिग्ध दोपहिया वाहन को पेट्रोल देने से पहले उसकी नंबर प्लेट की जांच अवश्य करें।

अपराध पर लगेगा अंकुश

पेट्रोल पंप स्तर पर सतर्कता बढ़ाने से अपराधियों के मंसूबों पर अंकुश लगाया जा सकता है। यदि पेट्रोल पंप संचालक बिना नंबर या फर्जी नंबर प्लेट वाले वाहनों को पेट्रोल देने से इनकार करेंगे, तो ऐसे वाहन अधिक समय तक सड़कों पर सक्रिय नहीं रह पाएंगे और पुलिस को अपराधियों को पकड़ने में मदद मिलेगी। पुलिस और जनता के सहयोग से अधिक प्रभावशाली सिद्ध हो सकता है। बिना नंबर प्लेट के वाहनों की सूचना तुरंत पुलिस को दें।

पिस्तौल तानकर कार, मोबाइल व 43 हजार रुपये लूटे

सोनीपत। ककरोई नहर के पास सोमवार देर रात तीन बदमाशों ने एक युवक से पिस्टल की नोक पर कार, 43,000 नकद, मोबाइल व दस्तावेज लूट लिए। सूचना के बाद सदर पुलिस मौके पर पहुंची व सर्च अभियान चलाया, फिलहाल लूटेरों का कोई सुराग हाथ नहीं लगा है। हाल देव नगर व मूलरूप से हुल्लाहेड़ी के जसबीर ने बताया कि वह फन फेयर में झूले लगाता है। सोमवार को रोहतक गया था। देर रात करीब एक बजे वह अपनी क्रेटा कार में लौट रहा था। ककरोई नहर के पास एक युवक ने हाथ देकर गाड़ी रुकवाई। जहां दो युवक झाड़ियों से निकलकर गाड़ी के पास पहुंचे और पिस्टल तान दी। बदमाशों ने उसे खींचकर गाड़ी से बाहर निकाला व उसकी क्रेटा कार लेकर फरार हो गए। तीसरा थोड़ी दूरी पर खड़ी बाइक से भागा। कार में 43 हजार रुपये, मोबाइल व दस्तावेज थे।

पांच हजार का इनामी दबोचा

गोहाना। सीआईए ने रिसेप्शनिस्ट से धोखाधड़ी, मारपीट, यौन उत्पीडन, धमकी व ब्लैकमेलिंग के आरोपी पांच हजार के इनामी बदमाश गांव महमूदपुर के पवन उर्फ पोना को गिरफ्तार किया। जिसे कोर्ट से दो दिन के रिमांड पर लिया है। रिसेप्शनिस्ट महिला ने 18 जनवरी 2025 को बताया था कि कार्यालय के पूर्व कर्मचारी देवेंद्र दहिया ने उससे जादू टोन से रुपये दोगुणा करने का झांसा देकर 10 लाख रुपये लिए तथा एक थैला देकर एक माह बाद खोलने पर 20 लाख मिलने की बात कही। जब उसे खोला तो उससे 10 व 20 रुपये के सामान्य नोट मिले। संपर्क करने पर उसे व उसके अधिकारी को गोहाना बुलाया। जहां मारपीट कर उसके कपड़े उतरवाकर न्यूड फोटो बनाए। जिसके बाद उसे ब्लैकमेल कर उसका यौण शोषण किया।

24.280 किलो गांजे के साथ तीन तस्कर पकड़े

सोनीपत। एनसीबी की करनाल यूनिट ने एक बड़ी कार्रवाई को अंजाम देते हुए सोनीपत-नरेला दिल्ली रोड पर स्थित गांव बारोटा में ड्रेन पुल के पास से तीन नशा तस्करों को दबोच लिया। आरोपियों के कब्जे से 24.280 किलोग्राम गांजा बरामद किया गया है, जिसे प्लास्टिक के कट्टे में छिपाकर रखा गया था। जिनमें पहचान रितिक जींद, वीरेंद्र राम कॉलोनी व सागर उर्फ गोला बारोटा शामिल हैं।

मंदिर गिराने का नोटिस, विरोध में पंचायत, समिति गठित

मांगें न मानी तो होगा बड़ा आंदोलन

■ राठधना गांव को नगर निगम से बाहर कर पुनः पंचायत बनाने की भी हो सकती है मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

राठधना गांव स्थित शिव रामेश्वरम धाम मंदिर को गिराने के लिए नगर निगम सोनीपत द्वारा जारी किए गए नोटिस के विरोध में आज फाजिलपुर गांव में क्षेत्रीय पंचायत आयोजित की गई। इस पंचायत में जाट जोशी, रायपुर, राई, गढ़ शाहजहानपुर, बैयापुर, लहराडा, कालूपुर और फाजिलपुर सहित आसपास के कई गांवों के प्रमुख लोग उपस्थित हुए। पंचायत की अध्यक्षता गढ़ शाहजहानपुर के उदय सिंह सैनी ने की।

जिसमें नगर निगम के नोटिस पर रोष व्यक्त करते हुए सामूहिक रूप से मांग की गई कि मंदिर को गिराने के आदेश को तुरंत सार्वजनिक रूप से वापस लें और इसका स्पष्ट नोटिफिकेशन जारी किया जाए। साथ ही पंचायत ने मांग की कि मंदिर को वैधता प्रदान की जाए, ताकि भविष्य में किसी प्रकार की कार्रवाई न हो। सभा में यह चेतावनी दी गई कि यदि नगर निगम ने पंचायत की भावनाओं का सम्मान नहीं किया तो बड़े स्तर पर आंदोलन किया जाएगा। जिसकी परिणति नगर निगम को भंग करने की मांग और गांवों में पंचायती शासन की पुनःस्थापना हो सकती है।

पंचायत में निर्णय लिया गया कि हिंदू मंदिर रक्षक समिति का गठन किया जाएगा, जो नगर निगम क्षेत्र में आने वाले सभी गांवों के मंदिरों की रक्षा के लिए कार्य करेगी। यह समिति मंदिरों की पहले से बनी स्थानीय कमेटियों के साथ मिलकर सुरक्षा और सुविधा के लिए प्रयास करेगी। जिसके लिए सभी गांवों में पंचायतें करके समिति का विस्तार किया जाएगा और फिर एक महापंचायत का आयोजन किया जाएगा।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बारिश के मौसम में जब बढ़े जोड़ों का दर्द

मेरी उम्र 63 वर्ष है। बारिश का मौसम शुरू होने पर मेरे घुटनों में दर्द बढ़ जाता है, चलने में परेशानी होती है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-जगदीश, भोपाल

आपने यह नहीं बताया कि क्या आपके घुटनों में हमेशा दर्द रहता है? आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि इस मौसम में दर्द बढ़ जाता है। अगर ऐसा है तो इसका कारण ढूंढना चाहिए। इस मौसम में धूप नहीं निकलती है। लगातार बारिश होने पर नमी रहती है, जिससे इस तरह की समस्या देखी जाती है। विटामिन डी और B12 की कमी से दर्द बढ़ सकता है। एक बार हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लें। जांच करने के बाद ही इसका उपचार किया जा सकता है।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मेरे पेट के निचले हिस्से में दाईं तरफ अकसर दर्द होता रहता है। कभी-कभी यह दर्द बहुत तेज और असहनीय हो जाता है। कृपया बताएं क्या करूं?

-चेतन, बिलासपुर

दर्द होने की कई वजहें हो सकती हैं। कभी स्टोन की वजह से तो कई बार इंफेक्शन भी दर्द का कारण बनता है, लेकिन बगैर जांच किए कुछ भी कहना मुश्किल है। इसलिए डॉक्टर से संपर्क कर सबसे पहले अल्ट्रासाउंड कराएं, जिससे दर्द का कारण पता चलेगा, इसके बाद ट्रीटमेंट किया जा सकेगा। बगैर जांच के कोई भी दवा ना खाएं, कई बार यह नुकसानदायक हो सकता है।

मेरी उम्र 57 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे सांस लेने में तकलीफ होने लगती है। छींकें भी आने लगती हैं। ऐसा क्यों होता है और इस प्रॉब्लम से कैसे बचा जाए?

-कुलदीप, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको डस्ट या धूल से एलर्जी हो सकती है। जब आप घर से बाहर निकलते हैं तो एलर्जन सक्रिय हो जाते हैं और इस वजह से छींक आने लगती है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि घर से बाहर निकलते हुए आप मास्क लगाएं, इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी कमर और बैक बोन में अकड़न रहती है और हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, महासमुंद

आपने यह नहीं बताया कि आपका वर्क प्रोफाइल क्या है, क्योंकि आजकल युवाओं में इस तरह की समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं। इसकी वजह लंबी सिटिंग वाली जॉब और अनियमित लाइफस्टाइल है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि आप सुबह और शाम नियमित रूप में बैक की एक्सरसाइज करें। इसके अलावा कैल्शियम वाली डिशेज अधिक खाएं। साथ ही विटामिन डी और B12 की कमी होना आजकल शहर के लोगों में आम है। डॉक्टर की सलाह पर इसकी दवा भी ले सकते हैं।

मेरी उम्र 56 वर्ष है। मैं जब भी सीढ़ियां चढ़ता-उतरता हूं मेरी सांस फूलने लगती है। जबकि प्लेन सरफेस पर चलने-फिरने से ऐसा नहीं होता। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-विनोद शंकर, कुरुक्षेत्र

सांस फूलने की वजह कई बार कमजोरी हो सकती है तो कई बार दिल संबंधी बीमारी की वजह से ऐसी समस्या देखने को मिलती है। क्योंकि आपकी उम्र अधिक है, इसलिए आप लापरवाही ना बरतें। डॉक्टर से संपर्क कर पहले शरीर में खून की जांच कराएं, अगर वह नॉर्मल है तो आपको हृदयरोग विशेषज्ञ से संपर्क करना चाहिए, वो ईको और टीएमटी जैसी कुछ हार्ट की जांच कराएंगे, जिससे समस्या का पता चल जाएगा और अगर कोई हार्ट की समस्या है तो इसका इलाज हो सकेगा। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. रणधीर सूद
प्रेसिडेंट-गैस्ट्रोएंटरोलॉजी
मेदांता हॉस्पिटल, गुरुग्राम

विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा जारी ग्लोबल हेपेटाइटिस रिपोर्ट 2024 के आंकड़ों के अनुसार, हेपेटाइटिस बी और सी के सर्वाधिक मामले चीन के बाद भारत में सामने आते हैं। भारत सरकार हेपेटाइटिस को लेकर गंभीर है, क्योंकि वह 28 जुलाई 2018 से राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम शुरू कर चुकी है। इस कार्यक्रम का प्रमुख उद्देश्य सन 2030 तक देश में वायरल हेपेटाइटिस को नियंत्रित कर इसका उन्मूलन करना है और इसके साथ ही हेपेटाइटिस के अन्य प्रकारों की रोकथाम करना भी है।

हेपेटाइटिस के प्रकार

ऐसी सूजन, जो लिवर में संक्रमण के कारण होती है, उसे हेपेटाइटिस कहते हैं। हेपेटाइटिस वायरस के पांच प्रकार हैं- हेपिटाइटिस ए, बी, सी, डी और हेपेटाइटिस ई।

हेपेटाइटिस एः इसका वायरस लिवर को दूषित पेयजल और अस्वच्छ खाद्य पदार्थों के जरिए संक्रमित करता है।

हेपेटाइटिस बी और सीः ये दोनों वायरस लिवर को गंभीर रूप से क्षति पहुंचाते हैं। हेपेटाइटिस बी और सी वायरस गलत तरीके से रक्त चढ़वाने, संक्रमित व्यक्ति द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली वस्तुओं जैसे टूथब्रश और रेजर आदि के इस्तेमाल से अन्य स्वस्थ लोगों को भी संक्रमित कर सकता है। वहीं जो लोग नशे का इंजेक्शन लेते हैं या फिर असुरक्षित यौन संबंध स्थापित करते हैं, उनमें हेपेटाइटिस बी और सी होने का खतरा कहीं ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस डीः हेपेटाइटिस के इस प्रकार में लिवर में सूजन लंबे समय तक रहती है। ऐसी स्थिति में लापरवाही बरतने पर लिवर फेल्योर की समस्या उत्पन्न हो सकती है। आमतौर पर अगर कोई व्यक्ति हेपेटाइटिस बी और सी से ग्रस्त है, तो उसे हेपेटाइटिस डी होने का खतरा ज्यादा होता है।

हेपेटाइटिस ईः हेपेटाइटिस के इस प्रकार का वायरस भी दूषित और अस्वच्छ खाद्य-पेय पदार्थों के जरिए लिवर को संक्रमित करता है।

प्रमुख लक्षण

हेपेटाइटिस का कोई भी प्रकार हो, लेकिन इन सभी के आमतौर पर लक्षण लगभग एक जैसे होते हैं। जैसे-भूख कम लगना। पेट मैं गैस बनना या दर्द होना। अकसर दस्त होना। जी मिचलाना और उल्टी होना। पीलिया होना। त्वचा, नाखूनों और आंखों में पीलापन। बुखार आना। वजन का धीरे-धीरे कम होना। शारीरिक श्रम के बगैर थकान महसूस करना। यूरिन का रंग गहरा पीला होना।

इन बातों का रखें ध्यान

- बरसात के मौसम में वातावरण में नमी और गंदगी के ज्यादा बढ़ने से हेपेटाइटिस के वायरस तेजी से पनपते हैं। इसलिए बरसात में खान-पान की स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना चाहिए।
- रक्त चढ़ाने की प्रक्रिया स्वच्छ और जीवाणु रहित होनी चाहिए।
- फलों और सब्जियों के जरिए भी हेपेटाइटिस ई के वायरस शरीर में प्रवेश कर सकते हैं। इसलिए आप जो भी फल और सब्जियां बाजार से लाएं, उन्हें अच्छी तरह से धोकर और पकाकर खाएं।
- किसी भी वस्तु को खाने से पहले हाथों को हैंड सेनिटाइजर, हैंड वॉश या एंटीबैक्टीरियल साबुन से साफ करें।
- हेपेटाइटिस बी मां से बच्चे में फैल सकता है और इसे टीकाकरण से रोका जा सकता है।
- स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें। किसी भी स्थिति में इंजेक्शन की नीडल का इस्तेमाल एक बार से ज्यादा नहीं होना चाहिए। इसके लिए स्टेराइल सिरिंज का इस्तेमाल करें और फिर इसे इस्तेमाल के बाद फेंक दें। यदि दो लोगों के बीच सिरिंज का पुनः उपयोग किया जाता है, तो हेपेटाइटिस और एचआईवी जैसे रोगों के संचरण का खतरा बढ़ जाता है।
- किसी दूसरे व्यक्ति का ब्लेड या रेजर भी रक्त को संक्रमित कर हेपेटाइटिस और एचआईवी आदि के खतरे को बढ़ा सकता है।
- टैटू गुदवाते समय सजगता बरतें। टैटू गुदवाने वाले उपकरण की सुई स्टेरलाइज होनी चाहिए।

स्पेशलः वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे, 28 जुलाई

पाचन तंत्र के पावर हाउस यकृत (लिवर) से संबंधित खतरनाक बीमारी है हेपेटाइटिस। भारत समेत दुनिया भर के लोगों को दिनों-दिन यह बीमारी अपनी गिरफ्त में ले रही है। हालांकि आधुनिक मेडिकल साइंस में इसका ट्रीटमेंट पॉसिबल है। लेकिन आपको इसके कारणों, लक्षणों के साथ प्रिवेंशन के तरीकों के बारे में भी जरूर जानना चाहिए।

लिवर का खतरनाक रोग हेपेटाइटिस पॉसिबल है ट्रीटमेंट-प्रिवेंशन है जरूरी

डायग्नोसिस के तरीके

- 'आईजीएम' एंटीबॉडी टेस्ट से हेपेटाइटिस ए और ई का पता चलता है।
- हेपेटाइटिस बी वायरस का पता करने के लिए 'डीएनए' लेवेल टेस्ट।
- हेपेटाइटिस सी के लिए 'आरएनए' टेस्ट और जीनोटाइपिंग टेस्ट कराए जाते हैं।
- लिवर फंक्शन टेस्ट, सीबीसी, किडनी फंक्शन टेस्ट भी कराते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

हेपेटाइटिस ए का इलाजः अधिकतर मामलों में शरीर स्वतः सेल्फ रिकवरी करता है, लेकिन मरीज को डॉक्टर के परामर्श पर अमल करना चाहिए।

हेपेटाइटिस बी का इलाजः इस वायरस का संक्रमण क्रॉनिक इंफेक्शन में भी तब्दील हो सकता है और कुछ मामलों में यह समस्या जीवनपर्यंत जारी रह सकती है। अगर हेपेटाइटिस बी का संक्रमण 6 महीने से ज्यादा चलता है तो इसे क्रॉनिक हेपेटाइटिस बी कहा जाता है। इस संक्रमण के इलाज में डॉक्टर के परामर्श से इंजेक्शन और टैबलेट्स दी जाती हैं। हेपेटाइटिस बी लिवर कैंसर या फिर लिवर सिरोसिस का कारण बन सकता है।

हेपेटाइटिस सी का इलाजः नई दवाओं के उपलब्ध हो जाने से हेपेटाइटिस सी का इलाज अब संभव है। इन दवाओं की सफलता दर बहुत अच्छी है और इनके साइड इफेक्ट भी नगण्य हैं।

हेपेटाइटिस डी का इलाजः देश में हेपेटाइटिस डी के मामले बहुत कम पाए जाते हैं। हेपेटाइटिस डी के इलाज के लिए दवाएं उपलब्ध हैं।

हेपेटाइटिस ई का इलाजः चिकित्सा विज्ञान में हुई प्रगति के कारण अब हेपेटाइटिस ई का इलाज संभव है, लेकिन हेपेटाइटिस ई में गर्भवती महिलाओं को जोखिम ज्यादा रहता है।

खान-पान पर दें ध्यान

हेपेटाइटिस को नियंत्रित करने में खान-पान की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। लिवर को सशक्त बनाए रखने में चुकंदर, हरी पत्तेदार सब्जियां, मूली और ब्रोकली आदि विशेष रूप से लाभप्रद हैं। इसके अलावा खट्टे फल जैसे संतरा, मौसंबी, नीबू और नारंगी आदि भी हितकर हैं। इसके अलावा अत्यधिक चिकनाई या वसायुक्त आहार लिवर की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं, इनसे बचें। जंक फूड्स से परहेज करें। प्रोसेस्ड फूड्स भी हानिप्रद हैं। आहार में साबुत अनाज को शामिल करें। दलिया, खिचड़ी और ओट्स विशेष रूप से लाभप्रद हैं। शराब लिवर की सबसे बड़ी शत्रु है। इससे दूर रहें। नमक का कम सेवन लाभप्रद है। खाद्य पदार्थों पर अलग से नमक न छिड़कें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

हेपेटाइटिस से बचाव के उपाय

हेपेटाइटिस ए और बी का टीका (वैक्सीन): हेपेटाइटिस के इन दोनों प्रकारों का टीका उपलब्ध है, जिसके लगवाने से हेपेटाइटिस का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है। इसके अलावा इन बातों पर भी दें ध्यान।

स्वच्छ पेयजल: फिल्टर, प्यूरीफायर या आर.ओ. का पानी ही पिएं। अगर यह सुविधा उपलब्ध नहीं है तो पानी को उबालकर और फिर इसे ठंडा कर पिएं, क्योंकि हेपेटाइटिस खासकर ए और ई के वायरस अशुद्ध पेयजल और दूषित खाद्य पदार्थों के जरिए शरीर में प्रवेश करते हैं।

टेस्ट करवाएं: हेपेटाइटिस का टेस्ट इस बीमारी की रोकथाम और प्रारंभिक स्तर पर इसके निदान (डायग्नोसिस) की सटीक विधि है। जब भी आप हेपेटाइटिस के कुछ लक्षण महसूस करें तो डॉक्टर से परामर्श लेकर परीक्षण करवाएं। ऐसा करने से किसी भी गंभीर बीमारी के जानलेवा होने का खतरा टल सकता है।

मेंटल हेल्थ

प्रो. (डॉ.) कोमल चावला
साइकोलॉजी-ब्रिटिश यूनिवर्सिटी, बहरीन

पिछले दिनों हुए एयर इंडिया प्लेन क्रैश के बाद से बहुत सारे लोग हवाई यात्रा से डरने लगे हैं। ऐसा एंग्जाइटी की वजह से होता है। इस मेंटल कंडीशन से उबरने के लिए आपको कुछ उपाय आजमाने चाहिए।

एयरोप्लेन एंग्जाइटी उबरने के लिए आजमाएं ये कारगर उपाय

हाल में ही हुए अहमदाबाद एयरोप्लेन क्रैश के बाद से फ्लाइट में निश्चिंत होकर सफर करने वाले कई लोगों के मन में डर, चिंता और घबराहट होने लगी है। ऐसा एयरोप्लेन एंग्जाइटी की वजह से हो रहा है।

एंग्जाइटी का कारण-प्रभावः असल में एंग्जाइटी एक सेकेंडरी इमोशनल रिएक्शन होता है। जब कभी हमें किसी चीज का डर होता है, तो उसकी वजह से हम तनावग्रस्त हो जाते हैं, उसके बारे में सोचना शुरू करते हैं और धीरे-धीरे पैनिक या घबरा जाते हैं। जहां तक एयरोप्लेन एंग्जाइटी का सवाल है-यह एयरोप्लेन से जुड़ी घबराहट, कमजोरी या बेवजह डर नहीं, बल्कि व्यक्ति के दिमाग का नए और अनजान माहौल में प्रतिक्रिया करने का तरीका है। एयरोप्लेन क्रैश की भयावह दुर्घटना और मीडिया के ओवर-एक्सपोजर की वजह से व्यक्ति का ब्रेन एयर ट्रैवल को खतरे के रूप में देखने लगता है और शरीर फाइटर फ्लाइट मोड में चला जाता है। बॉडी में कार्टिसोल और एड्रेनलिन हार्मोन रिलीज होने लगते हैं, जिससे व्यक्ति इंटरनल पैनिक या एंग्जाइटी महसूस करने लगता है। इसका व्यक्ति के दिलोदिमाग पर गहरा असर पड़ता है। वह गहरे दुख, विषाद और असुरक्षा की भावना का शिकार हो जाता है। उसे मेंटल-इमोशनल फॉलआउट का सामना करना पड़ता है। भले ही वह पर्सनल लेवल पर उस दुर्घटना का हिस्सा न रहा हो, लेकिन नित्य प्रति होने वाले मीडिया एक्सपोजर के चलते उस घटना से भावनात्मक रूप से जुड़ा होता है। कुछ लोगों में निराशा इतनी बढ़ जाती है कि वो एयरोप्लेन में ट्रैवल करने से डरने लगते हैं।

क्या होते हैं लक्षणः एयरोप्लेन एंग्जाइटी होने पर ट्रैवल कर रहे लोगों में कई तरह की व्यावहारिक असमानताएं दिखाई देने लगती हैं। जैसे- फ्लाइट के बारे में सोच कर हार्टबीट तेज होना, सांस फूलना या सांस लेने में तकलीफ होना, घबराहट होना, पसीना आना, यूरिन पास करने की फीलिंग बार-बार होना, नींद न आना। पैनिक की स्थिति में ब्रेन फॉग होना शुरू हो जाता है, व्यक्ति कोई निर्णय नहीं ले पाता।

क्या हैं कारणः एयरोप्लेन एंग्जाइटी बढ़ने के कई कारण हो सकते हैं-

- एयरोप्लेन क्रैश या एयरोप्लेन की इमरजेंसी लैंडिंग की होने वाली घटनाएं सबसे बड़ा कारण हैं। इनसे जुड़ी खबरें देख-सुनकर या फिर दूसरों से बात करने पर व्यक्ति के ब्रेन में फीयर इमोशन एक्टिवेट हो जाता है और वह एंग्जाइटी का शिकार हो जाता है।
- दूसरे लोगों के एयर ट्रैवल के अनुभव सुनकर या न्यूज में देखी-सुनी एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की दुविधा बनी रहती है।

कैसे करें हैंडलः पॉजीटिव सोच रखकर और सचेत रहकर व्यक्ति अपनी एयर ट्रैवल एंग्जाइटी पर काबू पा सकता है।

- सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि ट्रैवल करने के लिए हवाई-यात्रा सबसे सुरक्षित और सुविधाजनक माध्यम है। एयरोप्लेन क्रैश दुर्घटनाओं की संभावना काफी कम होती है।
- जरूरी है कि अपने को समझाएं कि यह कोई वास्तविक डर नहीं एंग्जाइटी है।
- मीडिया के ओवर-एक्सपोजर से बचें।
- भगवान पर भरोसा रखें। पैनिक स्थिति में अपनी धार्मिक आस्था के मुताबिक मन ही मन भगवान को याद करें।
- ट्रैवलिंग में टाइम पास करने या रिलैक्स होने के लिए अपनी पसंदीदा किताब या मैगजीन लेकर जाएं। बोरियत से बचने के लिए सीट पर लगी स्क्रीन या फोन पर अपने पसंदीदा प्रोग्राम देखें, डिजिटल गेम्स खेलें, म्यूजिक सुनें। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

सुबह उठते ही दिखें ये लक्षण तो ये थायराइड के हो सकते हैं संकेत

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में थायराइड की समस्या आम हो गई है। थायराइड किसी को भी अपनी चपेट में ले सकता है। सबसे पहले यह जानना जरूरी है कि थायराइड क्या होता है। बता दें कि यह एक तितली के आकार की ग्रंथि होती है, जोकि हमारे गले के सामने वाले हिस्से में मौजूद होती है। यह ग्रंथि टी-3 और टी-4 नामक हार्मोन से बनती है। जोकि शरीर के कई कामों के लिए काफी जरूरी होता है। यह वजन, एनर्जी, मेटाबॉलिज्म, मूड, स्किन और बालों की सेहत के लिए भी जरूरी होती है।

दो तरह का होता है थायराइड

बता दें कि थायराइड दो तरह का होता है, जिसमें एक हार्मोन कम होने लगता है और दूसरा जिसमें हार्मोन जरूरत से ज्यादा बनने लगता है। ज्यादातर लोगों को कम हार्मोन बनने वाली शिकायत होती है। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको कुछ ऐसे लक्षण के बारे में बताने जा रहे हैं, जो सुबह सोकर उठने पर दिखाई देते हैं।

सुबह आंख खुलते ही दिखते हैं लक्षण

रात भर सोने के बाद जब सुबह उठते हैं, तो आपको थकान महसूस होती है। तो आपको समझ जाना चाहिए कि आपको थायराइड घेर रहा है। शरीर के मेटाबॉलिज्म बनाने के प्रोसेस को थायराइड ग्रंथि को कंट्रोल करती है। जब यह ग्रंथि ठीक से काम नहीं करती है, तो शरीर में कुछ बदलाव आने लगता है। इसकी कमी से सुस्ती महसूस होती है।

हार्मोन की कमी में बॉडी में होता है फ्लुएड रिटेंशन

जब शरीर में इस हार्मोन की कमी होती है, तो बॉडी में फ्लुएड रिटेंशन होने लगता है। जिस कारण सुबह सोकर उठने के दौरान आपका चेहरा सूजा हुआ लगता है और आंखें भरी लगती हैं। अगर आप खुद में यह बदलाव देख रही हैं, तो आपको फौरन डॉक्टर से मिलना चाहिए।

थायराइड हार्मोन की कमी शरीर के हर सेल को प्रभावित करने का काम करती है। फिर चाहे वह जोड़ हो, मांसपेशियां हो या फिर तंत्रिका तंत्र हो। थायराइड हार्मोन

की कमी होने से मांसपेशियों में ऊर्जा की सप्लाई घट जाती है। इससे मांसपेशियों में दर्द और अकड़न महसूस होती है और कई बार उंगलियों में दर्द या अकड़न भी हो सकती है। अगर सुबह सोकर उठते ही आपको लगता है कि दिल की धड़कन काफी तेज है, यह थायराइड हार्मोन के लेवल का बहुत ज्यादा होने का संकेत हो सकता है। इसे पैल्पिटेशन कहा जाता है। ऐसा हाइपरथायरायडिज्म में होता है।

कुछ घरेलू उपाय

लौकी: थायराइड की बीमारी से निजात पाने के लिए रोज सुबह खाली पेट लोकी का जूस पिएं। इससे बीमारी से राहत मिलती है और बीमारी शांत होती है।

हरा धनिया: हरे धनिया के प्रयोग से थायराइड की बीमारी को ठीक किया जा सकता है। सबसे पहले इसे बारीक पीस लें और फीर रोजाना एक ग्लास पानी में घोल कर इसे पिएं। इससे थायराइड की बीमारी धीरे-धीरे कन्ट्रोल होने लगता है।

आयोडीन: थायराइड से ग्रस्त मरीजों को आयोडीन युक्त आहार का सेवन ज्यादा मात्रा में करना चाहिए। इसका अच्छा स्रोत प्याज, लहसुन और टमाटर जैसी चीजें हैं।

नारियल पानी: यह भी थायराइड को नियंत्रित करने में बहुत सहायक होता है। यदि हर दिन संभव नहीं है तो कम से कम ऐसे मरीज को हर दूसरे दिन इसका सेवन करना चाहिए।

हल्दी: हल्दी में करक्यूमिन नामक तत्व पाए जाते हैं, जो थायराइड को कंट्रोल करने में मददगार साबित होते हैं। इसलिए हमेशा रात को सोने से पहले हल्दी वाला दूध पीना थायराइड मरीजों के लिए अच्छा होता है।

डायबिटीज से भी हो सकती है इनफर्टिलिटी

अवेयरनेस

अब से कुछ दशक पहले तक डायबिटीज और बांझपन की समस्या ज्यादातर उम्र बढ़ने के बाद नजर आती थी। लेकिन अब 25-30 साल के युवाओं में भी ये प्रॉब्लम्स तेजी से बढ़ रही हैं। डायबिटीज, शरीर में हार्मोनल और मेटाबॉलिज्म सिस्टम को प्रभावित कर देती है, जिससे रिप्रोडक्शन में परेशानी होती है। यहां तक कि प्री-डायबिटीज या इंसुलिन रेजिस्टेंस भी यंगस्टर्स में रिप्रोडक्टिव हार्मोन और महिलाओं के पीरियड्स को प्रभावित कर सकता है। इस वजह से गर्भधारण करने में दिक्कत आती है।

डायबिटीज और इसका प्रभावः दिल्ली एनसीआर स्थित मदरहुड हॉस्पिटल में फर्टिलिटी-आइवीएफ स्पेशलिस्ट **डॉ. वर्षा अग्रवाल** के अनुसार, 'डायबिटीज पुरुषों और महिलाओं दोनों की प्रजनन क्षमता को प्रभावित करता है। डायबिटीज से पुरुषों में स्पर्म काउंट कम होना, स्पर्म की क्वालिटी खराब होना और इरेक्शन की समस्या हो सकती है। महिलाओं में ओव्यूलेशन में दिक्कत, पीसीओएस का खतरा और अंडे की क्वालिटी में कमी आ सकती है। डायबिटीज कंट्रोल न हो तो गर्भपात और प्रीमैच्योर डिलीवरी का खतरा बढ़ जाता है।'

नई दिल्ली स्थित नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी में फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. संदीप तलवार** बताते हैं, 'हम अकसर देखते हैं कि 20 से 30 की उम्र के बीच कई युवा डायबिटीज से अनजान होते हैं और हार्मोनल असंतुलन और इनफर्टिलिटी की समस्याओं से ग्रस्त होते हैं। गलत खान-पान, नींद की कमी और तनाव से डायबिटीज और हार्मोनल समस्याएं बढ़ती हैं।' इस समस्या को कंट्रोल करने के बारे में **डॉ. वर्षा अग्रवाल** बताती हैं, 'सही खान-पान (जैसे हरी सब्जियां, दालें, मछली आदि), नियमित व्यायाम और ब्लड शुगर कंट्रोल से डायबिटीज और बांझपन को काफी हद तक कंट्रोल किया जा सकता है।' *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

खबर संक्षेप

प्रबंधन कमेटी मर्जर के विरोध में सौंपा ज्ञापन

सोनीपत। सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा से संबंधित हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी यूनियन व हेमसा के सांझे मंच हरियाणा शिक्षा विभाग कर्मचारी तालमेल कमेटी के आह्वान पर हरियाणा सरकार की वादाखिलाफी व प्रत्येक गांव में स्कूल प्रबंधन कमेटी की एक यूनिट बनाने के विरोध में ब्लॉक स्तर पर धरना प्रदर्शन करते हुए ज्ञापन सौंपे जा रहे हैं।

आरती व उर्मि ने किया विश्वविद्यालय में टॉप

सोनीपत। दीनबंधु छोटूराम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विवि मुरथल द्वारा बीएड प्रथम वर्ष का वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित किया गया। इसमें टीका राम शिक्षा कालेज की छात्रा आरती एवं उर्मि ने 9 सीजीपीए के साथ संयुक्त रूप से विवि में प्रथम, रोमी, भावना, इंदु, निधि, निषा ढांढा, पुष्पा ने 8.86 सीजीपीए के साथ संयुक्त रूप से द्वितीय एवं पायल ने 8.79 सीजीपीए के साथ तृतीय स्थान प्राप्त किया है।

सब्सिडी का लाभ उठाएं किसान : उपायुक्त

सोनीपत। पैडी स्ट्रा सप्लाई चैन स्थापित करने के लिए उपायुक्त सुशील सारवान की अध्यक्षता में जिला स्तरीय कार्यकारी कमेटी का आयोजन किया गया। स्कीम के दिशानिर्देशानुसार पैडी स्ट्रॉ सप्लाई चैन परियोजना में वित्तीय सहायता केवल उच्च एचपी ट्रैक्टर, कटर, टेडर, बड़े बेलर, रेकर, लोडर, ग्रैबर्स और टेलीहैंडलर जैसी मशीनरी और उपकरणों की पूंजीगत लागत पर प्रदान की जाएगी।

नेट जेआरएफ में वंदना मलिक ने पाई सफलता

गन्नौर। किशनपुरा निवासी वंदना मलिक ने राष्ट्रीय पात्रता परीक्षा नेट के महिला अध्ययन (वूमेन स्टडी) विषय में जूनियर रिसर्च फैलोशिप (जेआरएफ) परीक्षा में पास की। वंदना मलिक की इस उपलब्धि से उनके जानकार और रिश्तेदारों सहित व परीक्षा की तैयारी करने वाले विद्यार्थियों में खुशी का माहौल है। वंदना मालिक के पिता रोहताश मलिक ने बेटी की उपलब्धि पर खुशी व्यक्त की है।

डीसी को शिकायत भेज कार्रवाई करने की मांग

गन्नौर। गांव भाखरपुर के राजकीय प्राथमिक विद्यालय में पहली से पांचवीं तक पढ़ने वाले 57 बच्चे सिर्फ एकमात्र शिक्षक के सहारे पढ़ाई करने को मजबूर हैं। इस मामले में अब राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग ने संज्ञान लिया है। आयोग की तरह से उपायुक्त को शिकायत भेज कर उचित कार्रवाई करने की मांग की है। भाखरपुर के स्कूल की दयनीय स्थिती की खबर प्रकाशित होने पर पांची गुजरान के जगदीप कुमार ने 14 जुलाई को इस मामले में राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग को शिकायत भेजी थी।

नाबालिग से दुष्कर्म का आरोपित गिरफ्तार

सोनीपत। शहर थाना सोनीपत पुलिस ने नाबालिग लड़की से दुष्कर्म करने के आरोपित को देर शाम गिरफ्तार कर लिया था। गिरफ्तार आरोपित हर्ष निवासी ईडियन कॉलोनी सोनीपत का है। पुलिस ने आरोपित को अदालत में पेश किया। जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया है।

चीनी मिल के पेराई सत्र की तैयारियां प्रारंभ

गोहाना। गांव आहुलाना स्थित चौ. देवीलाल सहकारी चीनी मिल में पेराई सत्र 2025-26 के लिए तैयारियां शुरू कर दी गई हैं। बुधवार को उपायुक्त एवं चीनी मिल के चेयरमैन सुशील सारवान ने मिल में अधिकारियों की बैठक ली। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि पेराई सीजन को ध्यान में रखकर मिल में समय पर मरम्मत कार्य पूरा कराएं।

जिले में समस्याओं की जानकारी जुटाएं : बिजेंद्र

गोहाना। बुधवार को सिंचाई विभाग के विश्रामगृह में भाजपा के मंडल अध्यक्षों और कष्ट निवारण समिति के सदस्यों की बैठक हुई। मुख्य अतिथि भाजपा के गोहाना के जिला अध्यक्ष बिजेंद्र मलिक ने अध्यक्षों व सदस्यों को उनकी नियुक्ति पर सम्मानित किया। जिला महामंत्री महेंद्र चिड़ाना, जितेंद्र शर्मा, भलेराम नरवाल मौजूद रहे।

विभिन्न शिविरों में पहुंचकर विधायक ने कांवड़ियों का किया स्वागत

शिवरात्रि का पर्व अटूट आस्था भक्ति-श्रद्धा का प्रतीक : मदान

विधायक निखिल मदान ने भगवान शिवजी के मधुर भजनों का श्रवण किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

विधायक निखिल मदान ने बुधवार को श्रावण शिवरात्रि के पर्व पर सोनीपत में विभिन्न जगहों पर आयोजित भजन कीर्तन और भंडारों में भाग लिया और क्षेत्रवासियों को शिवरात्रि के पर्व की शुभकामनाएं दी। साथ ही विधायक निखिल मदान ने शहर के प्राचीन शिवालय, शम्भु दयाल स्कूल में आयोजित शिवरात्रि महोत्सव और भजन संध्या में पहुंच कर श्रद्धालुओं को श्रावण शिवरात्रि की शुभकामनाएं दी और भगवान शिव का जलाभिषेक कर पूजा अर्चना की। इस अवसर पर विधायक निखिल मदान ने भगवान शिवजी के मधुर भजनों का श्रवण किया। विधायक निखिल मदान ने श्रावण शिवरात्रि के अवसर पर दुर्गा मंदिर गीता भवन चौक में आयोजित महा शिव पुराण कथा में हिस्सा लिया। साथ ही कोट मोहल्ला के शिव मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा के अवसर पर आयोजित भजन संध्या में हिस्सा लेकर क्षेत्रवासियों को शिवरात्रि की शुभकामनाएं दी। वहीं फौजी कॉलोनी, बैयांपुर खुर्द और बहालगढ़ रोड पर लगे हुए कांवड़ शिविरों में पहुंचकर कांवड़ियों से उनका कुशल क्षेम जाना और स्वागत करते हुए उन्हें शिवरात्रि की शुभकामनाएं दी। निखिल मदान ने कहा शिवरात्रि का पर्व हम सबके लिए आस्था का प्रतीक है और देवों के देव महादेव ही इस सृष्टि के कर्ता धर्ता है। भगवान शिव अनादि और अनंत है और अपने सभी भक्तों के दुःख दूर करते है। पूरे श्रावण माह में भगवान शिवजी की आराधना करने वाले भक्त की सभी मनोकामनाएं पूर्ण होती है। भोलेनाथ समस्त जग का कल्याण करने वाले हैं।

कार्यक्रम में पहुंचें विधायक निखिल मदान भक्तजनों को संबोधित करते हुए।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर प्रदीप गौतम, अनुराग प्रकाश गौतम, वीरेंद्र खत्री, नरेंद्र गौतम, राजेश गौतम,अशोक शर्मा, अनुज शर्मा,नीरज आत्रेय , राजकुमार, सुरेंद्र शर्मा,जगदीश चंद्र, हरि कौशिक, राहुल जैन, डब्बू, सौरभ चांदना, अमन, गौरव कौशिक, कुलदीप वत्स, शुभम वशिष्ठ आदि लोग मौजूद रहे।

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान पहुंचें मेयर राजीव जैन का स्वागत करते हुए।

भगवान शिव संतुलन और न्याय के प्रतीक : राजीव

सोनीपत। शिव सत्य है, शिव ही सृजन है, भगवान शिव केवल देवता नहीं बल्कि एक सम्पूर्ण जीवन दर्शन है और वह त्याग, संतुलन और न्याय के प्रतीक हैं। शिव ने उन आदर्शों को प्रस्तुत किया जो किसी भी समाज, अर्थव्यवस्था और शासन प्रणाली के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। उक्त विचार मेयर नगर निगम राजीव जैन ने शिवरात्रि की बधाई देते हुए विभिन्न मंदिरों में आयोजित कार्यकर्मों में भाग लेने के बाद श्रधालुओं को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किये। राजीव जैन ने भगवान शिव का जलाभिषेक भी किया और उनके चरणों में सर्व समाज के कल्याण एवं सनातन संस्कृति को मजबूत करने की प्रार्थना की। उन्होंने गोमुख, हरिद्वार से पावन पवित्र गंगा माँ की गोद से जल लाकर भगवान शिव का जलाभिषेक करने वाले कांवड़िया भाइयों के भी सुखमय जीवन की कामना की।कार्यकर्मों में राहुल जैन, विक्की चुघ, अनिल शर्मा, गौरव कौशिक, अमित कौशिक, अशोक शर्मा, जगबीर अत्रि, जयवीर पाराशर, जगदीश चंद्र शर्मा, सतवीर शर्मा, संतोष पाराशर, शशि अत्रि आदि उपस्थित रहे।

साउथ पॉइंट स्कूल में शिवरात्रि पर्व मनाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

साउथ पॉइंट स्कूल में शिवरात्रि पर्व पर अपनी प्रस्तुति देते नन्हे विद्यार्थी।

साउथ पॉइंट स्कूल में बुधवार को शिवरात्रि पर्व पर भक्ति और उल्लास का अद्भुत संगम देखने को मिला। स्कूल के नन्हे-मुन्ने विद्यार्थियों ने भगवान भोलेनाथ और माता पार्वती की वेशभूषा में मनोहारी प्रस्तुतियां दीं। भगवान भोले शंकर के भजनों और गीतों पर बच्चों की भाव-भंगिमाओं ने उपस्थित जनसमूह को मंत्रमुग्ध कर दिया। मंच पर शिव तांडव और पार्वती वंदना जैसी प्रस्तुतियों ने माहौल को भक्तिमय बना दिया। साउथ पॉइंट ग्रुप के चेयरमैन दिलबाग सिंह खत्री ने विद्यार्थियों की प्रस्तुतियों की सराहना की। साउथ पॉइंट ग्रुप के चेयरमैन दिलबाग सिंह खत्री ने कहा कि इस प्रकार के धार्मिक आयोजनों से विद्यार्थियों में भारतीय संस्कृति और अध्यात्म के प्रति आदरभाव जाग्रत होता है। बच्चे पढ़ाई के साथ ही अपनी संस्कृति से भी जुड़े रहते हैं। संस्थान के एग्जीक्यूटिव चेयरमैन रोहित खत्री व वाइस चेयरपर्सन वर्तिका खत्री ने कहा कि बच्चों ने जिस समर्पण के साथ शिव-पार्वती की भूमिका निभाई, वह बताता है कि हमारी नई पीढ़ी भी अपनी जड़ों से जुड़ने को उत्सुक है। विद्यालय ऐसे आयोजनों के जरिए विद्यार्थियों में आत्मविश्वास और नैतिकता दोनों का विकास करता है।

गोहाना। गांव धनाना में खरीदारी करते महिलाएं।

धनाना के शिव मंदिर में लगा मेला

गोहाना। शिवरात्रि का पर्व क्षेत्र में हर्षोल्लास से मनाया गया। श्रद्धालुओं ने शिवलिंग का जलाभिषेक करके मन्नतें मांगी और शिवालय हर-हर महादेव के उद्घोष से गूंज उठे। इस पर्व की बेला में गांव धनाना स्थित श्री प्राचीन सिद्ध पीठ श्री शिव मंदिर में विशाल मेला लगा और श्रद्धालुओं ने मंदिर में शिवलिंग का जलाभिषेक करके अपने परिवार व समाज में सुख-समृद्धि की कामना की। शिवरात्रि पर्व को लेकर श्रद्धालुओं में खूब उत्साह दिखाई दिया। इस दिन शिवालयों को आकर्षक रूप में सजाया गया। शिवालयों में शिवभक्तों द्वारा मध्य रात्रि के बाद से ही शिवलिंग का जलाभिषेक और पूजा शुरू कर दी गई। शिवलिंग के जलाभिषेक के लिए श्रद्धालु हरिद्वार से कांवड़ों में गंगाजल लेकर पहुंचे। इसी क्रम में गांव धनाना गांव स्थित प्रसिद्ध प्राचीन सिद्ध पीठ शिव मंदिर में भी हर वर्ष की भांति विशाल मेला लगा, जिसमें महिलाओं और बच्चों ने खूब खरीददारी की और झूले-झूलने का भी जमकर लुत्फ उठाया।

कावड़ियों के लिए लगाया मेडिकल कैंप

सोनीपत। शंभुदयाल मंदिर में कावड़ सेवा मेडिकल कैंप बुधवार को संपन्न हुआ। सेफ इंडिया फाउंडेशन व अखिल भारतीय अग्रवाल सम्मेलन जिला सोनीपत इकाई, महिला व युवा जिला इकाई, श्री श्याम बाला जी सेवा मंडल, सशक्त महिला संगठन, कृष्णा देवी श्याम मिष्ठान भण्डार द्वारा शंभुदयाल स्कूल सोनीपत में कावड़ियों के लिए निःशुल्क मेडिकल कैंप का आयोजन किया गया। कैंप 21 से 23 जुलाई तक चलाया गया, जिसमें लगभग 1000 से ऊपर कावड़ियों ने इस कैंप में सेवा ली। कैंप में डॉ. अभिमन्यु कुमार द्वारा कावड़ियों की मरहम पट्टी, शुगर, बीपी इत्यादि की स्वास्थ्य जांच की गई। डॉ. एसएन गुप्ता, राजेश गुप्ता गोहाना द्वारा दवाई मुफ्त में दी गई। कैंप के सफल आयोजन पर सहयोगी संस्थाओं द्वारा शंभुदयाल स्कूल की कार्यकारिणी का विशेष आभार जताया गया।

कावड़ सेवा मेडिकल कैंप में कांवड़िए की सेवा करते हुए।

शिव मंदिर में श्रद्धालुओं ने किया जलाभिषेक

खरखौदा। शिवरात्रि के अवसर पर क्षेत्र के प्राचीन छपडेश्वर मंदिर और कुंडल के शिव मंदिर में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने जलाभिषेक किया। भोलेनाथ के जयकारों से मंदिर परिसर गूंज उठा। श्रद्धालुओं ने हरिद्वार से लाया गंगाजल शिवलिंग पर अर्पित किया और अपने परिवार की सुख-समृद्धि की कामना की। दोनों मंदिरों में धार्मिक मेले का आयोजन भी किया गया, जिसमें स्थानीय ग्रामीणों के अलावा आसपास के जिलों से भी भक्तों ने भाग लिया। छपडेश्वर मंदिर में भोर से ही श्रद्धालुओं की लंबी कतारें लगनी शुरू हो गई थीं। कुंडल गांव के शिव मंदिर में भी कांवड़ियों के जत्थे पहुंचते रहे और बाबा भोलेनाथ को जल चढ़ाकर आरती की। प्रशासन द्वारा दोनों स्थलों पर सुरक्षा व सुविधाओं की समुचित व्यवस्था की गई थी। स्वयंसेवी संस्थाओं ने भी शीतल जल, दवाई व प्रसाद वितरण की व्यवस्था संभाली। पूरा दिन हर-हर महादेव के जयकारों से माहौल भक्तिमय बना रहा। इसके अलावा भी क्षेत्र के शिव मंदिरों में शिवरात्रि बड़ी श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाई गई।

छपडेश्वर धाम में जलाभिषेक के लिए बारी की प्रतीक्षा में श्रद्धालु।

सोनीपत। धाम में पहुंचीं गीता बड़ौली, सुनीता लोहचब एवं अन्य।

संकीर्तन के साथ कावड़ सेवा शिविर संपन्न

सोनीपत। रोहतक रोड स्थित दादा मोहनदास धाम में शिवरात्रि के मौके पर बुधवार को महिला संकीर्तन का आयोजन किया गया। महिला श्रद्धालुओं ने भगवान भोलेनाथ के भजनों से वातावरण को भक्तिमय बना दिया। महिलाओं के संकीर्तन के साथ कावड़ सेवा शिविर का भी समापन किया गया। इस मौके पर भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली की धर्मपत्नी गीता बड़ौली विशेषतौर पर से उपस्थित रही। वहीं पुष्पा बैरागी, सुनीता लोहचब, मीना खत्री, बबीता, विष्णु चुलकाना, सोमबीर आदि भी प्रमुख रूप से मौजूद रहे। भोले बाबा आश्रम प्रमुख सुनील बैरागी ने संदेश दिया कि भगवान भोले शंकर गुरुओं के गुरे हैं। उनकी भक्ति से संपूर्ण ज्ञान की प्राप्ति होती है।

भगवान शिव की महिमा का किया गुणगान

गन्नौर। महाशिवरात्रि के पावन अवसर पर आसपास के क्षेत्रों के शिव मंदिरों में भारी भीड़ उमड़ पड़ी। सुबह से ही श्रद्धालु जल, बेलपत्र, दूध, और फूलों के साथ मंदिरों में पहुंचे और भगवान शिव का जलाभिषेक किया। 'ॐ नमः शिवाय' और 'हर-हर महादेव' के जयकारों से वातावरण भक्तिमय हो गया। शहर के प्रमुख शिवालयों जैसे कि प्राचीन शिव मंदिर व अन्य महादेव मंदिर में अल सुबह से ही लंबी कतारें लगनी शुरू हो गई थीं। महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों में भी विशेष उत्साह देखने को मिला। भक्तों ने व्रत रखकर भक्ति भाव से पूजा-अर्चना की और रात्रि में शिव चालीसा व रुद्राभिषेक का आयोजन किया गया। प्रशासन द्वारा कावड़ियों की सुरक्षा, मंदिरों के आसपास पुख्ता इंतजाम किए गए थे। स्वास्थ्य विभाग ने भी प्राथमिक चिकित्सा सेवाएं उपलब्ध कराई। स्वयंसेवी संस्थाओं ने जल व प्रसाद वितरण की व्यवस्था की। मंदिर समितियों द्वारा भजन-कीर्तन, धार्मिक झांकियों और जागरण का आयोजन किया गया, जिसमें कलाकारों ने भगवान शिव की महिमा का गुणगान किया।

गोहाना। समारोह में प्रस्तुति देते शेर सिंह पब्लिक स्कूल के विद्यार्थी।

शिवरात्रि पर बनाई सुंदर कांवड़

गोहाना। शहर में सोनीपत मार्ग स्थित शेर सिंह पब्लिक स्कूल में बुधवार को शिवरात्रि पर्व धूमधाम से मनाया । समारोह का शुभारंभ भगवान शिव-पावर्ती की पूजा के साथ हुआ। समारोह में विद्यार्थियों ने शिव-पावर्ती विवाहोत्सव की शानदार प्रस्तुति से दर्शकों का मन मोह लिया। विद्यार्थियों ने समारोह में सुंदर कांवड़ भी बनाई। कांवड़ को फूलों व लड़ियों से सजाया गया। मुख्य वक्ता स्कूल के चेयरमैन महेंद्र सिंह मलिक ने कहा कि हमारे पर्व हमारी सांस्कृतिक धरोहर हैं। अपने त्योहारों को सभ्य तरीके से मनाएं और अपनी संस्कृति की गरिमा को बनाकर रखें। अपनी अपने वाली पढ़ियों को सांस्कृतिक मूल्यों से परिपूर्ण संस्कृति देकर जाएं। समारोह की अध्यक्षता प्राचार्य कुलदीप देशवाल ने की। शिक्षकवृंद संगीता अरोड़ा, पूजा, सादमा खान, तमन्ना, बीना और मनीता का विशेष सहयोग रहा।

सोनीपत। बस स्टैंड पर लोगों को जागरूक करते हुए। *फोटो :हरिभूमि*

लोगों को किया जागरूक

सोनीपत। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण (डीएलएसए) सोनीपत की ओर से बुधवार को सोनीपत बस स्टैंड पर सड़क नियम, जीवन के औजार अभियान के तहत एक जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। शिविर के दौरान उपस्थित ड्राइवरों, कंडक्टरों, छात्रों आदि को सड़क सुरक्षा कानूनों और यातायात नियमों के बारे में विस्तार से जागरूक किया। इसके अतिरिक्त परवीन कुमार, एसएचओ यातायात व श्रीभगवन ट्रैफिक इंचार्ज नार्थ व अधिवक्ता विकास सैनी ने भी लोगों को यातायात नियमों के बारे में विस्तृत जानकारी दी। एसएचओ ने विशेष रूप से यातायात नियमों और चालान दंडों से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी साझा की। अन्य अधिकारियों ने भी सड़क नियम, जीवन के औजार अभियान के हिस्से के रूप में बहुमूल्य जानकारी प्रदान की।

कांवड़ यात्रा एक महान आस्था और तपस्या का प्रतीक : देवेंद्र कादियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

गन्नौर जीटी पर फ्लाईओवर के नीचे श्रावण मास की शिवरात्रि के पावन अवसर पर श्रद्धालुओं के लिए भंडारे का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विधायक देवेंद्र कादियान मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे। उन्होंने फ्लाईओवर के नीचे स्थित मंदिर में पूजा-अर्चना कर क्षेत्र की सुख-समृद्धि और खुशहाली की कामना की। विधायक कादियान ने शिवभक्त कांवड़ियों को सम्मानित किया और कहा कि कांवड़ यात्रा एक महान आस्था और तपस्या का प्रतीक है, जो युवाओं में अनुशासन और भक्ति का भाव जागृत करती है। कांवड़ यात्रा केवल पैदल चलने की परंपरा नहीं, यह भक्ति, तप और त्याग का महान उदाहरण है। हमारा सौभाग्य है कि हमें ऐसे पुण्य अवसरों का हिस्सा बनने का अवसर मिलता है। भंडारे का आयोजन निशांत गोयल व सतीश बंसल द्वारा किया गया। सुरेंद्र गोयल, कमल जैन, कृष्ण गोयल, विपिन गोयल, अनिल कौशिक, प्रेम गोयल आदि मौजूद रहे।

गन्नौर। मंदिर में पहुंचे कांवड़ियों का स्वागत करते विधायक देवेंद्र कादियान।

गोहाना। चन्द्रशेखर आजाद की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर श्रद्धांजलि देते नागरिक।

चन्द्रशेखर आजाद को किया नमन

गोहाना। पुरानी सब्जी मंडी के समीप स्थित शहीद चंद्रशेखर आजाद पार्क में बुधवार को चंद्रशेखर आजाद की 119वीं जयंती मनाई गई। समारोह में नागरिकों ने चंद्रशेखर आजाद की प्रतिमा पर माल्यार्पण करके श्रद्धांजलि दी। मुख्य वक्ता आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के मुख्य संरक्षक आजाद सिंह दांगी ने कहा कि 1921 में जब चंद्रशेखर आजाद मात्र 15 वर्ष के थे तब उन्होंने असहयोग आंदोलन में भाग लेने के कारण गिरफ्तार कर लिया गया था। चंद्रशेखर आजाद को जज के सामने पेश किया गया। तब उन्होंने जज के सामने कहा था मैं आजाद हूं, आजाद रहूंगा और आजाद ही मरूंगा। जज ने जब उनका नाम पूछा तो उन्होंने अपना नाम आजाद और अपने पिता का नाम स्वतंत्रता बताया जिससे जज क्रोधित हो गया और उन्हें 15 कोडो की सजा सुनाई। चंद्रशेखर आजाद का जन्म 23 जुलाई 1906 को मध्य प्रदेश में हुआ। जयंती समारोह की अध्यक्षता पार्क सुधार सभा के पूर्व अध्यक्ष रमेश मेहता ने की। रोहतास अहलावत, हर भगवान चोपड़ा, भाग सिंह फौजी, अनिल बौद्ध, मदनलाल अत्री, कश्मीरी लाल बावा, राजेश बाजवान आदि मौजूद रहे।

पद्मश्री से सम्मानित प्रह्लाद सिंह टिपानिया आनंदमूर्ति गुरुमाँ से आशीर्वाद लेते हुए।

कबीर साहिब के भजनों की भावपूर्ण प्रस्तुति दी

गन्नौर। लोकगायक और पद्मश्री से सम्मानित प्रह्लाद सिंह टिपानिया ऋषि चैतन्य आश्रम में पहुंचकर पूज्य गुरुदेव आनंदमूर्ति गुरुमां से आशीर्वाद लिया एवं उनके सान्निध्य में संत कबीर दास के अमृत वचनों को अपनी सधी हुई मधुर वाणी में प्रस्तुत किया। प्रह्लाद सिंह टिपानिया ने कहा कि बिना गुरु के अध्यात्म के पथ पर कोई प्राप्ति नहीं होती। ज्ञान, मोक्ष और आत्मानुभूति गुरु की कृपा से ही संभव है। उन्होंने अपने इन भावों को कबीर साहिब के भजनों के माध्यम से सबके समक्ष प्रस्तुत किया। प्रह्लाद सिंह ने संत कबीरदास द्वारा रचित गुरु की महिमा, ज्ञान और भक्ति पर आधारित कई लोकप्रचलित भजनों, जैसे- 'बिन गुरु ज्ञान ना उपजे', 'जल भर कुम्भ रहे जल भीतर, बाहर भीतर बाग पानी', 'हल्के गाड़ी हाँकियो मेरे राम गाड़ी वाले', 'पी ले अमी रस धारा, गगन में झड़ी लगी' तथा 'हम परदेसी पंछी रे साधु भाई' को अपनी सुरमयी और भावरंजित वाणी में गाकर सभी श्रोताओं के हृदय की तारों को झंकृत कर दिया। पूज्या गुरुमां ने भी टिपानिया की प्रस्तुति की सराहना करते हुए कहा, "हम जितनी बार सुनें, उतनी बार ही आपकी भजन गायकी सुनना सुखद लगता है। आपकी गायकी में एक सहजता और गाँव की मिट्टी की खुशबू देखने को मिलती है।

वीरेंद्र कादियान बोले, यात्रा नहीं, आस्था की डोर से जुड़ने का अवसर

गांव भिगान से चौथी अमरनाथ यात्रा रवाना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

गन्नौर। विधायक देवेंद्र कादियान के अनुज समाजसेवी वीरेंद्र कादियान का स्मृति चिन्ह देकर सम्मान करते हुए ।

भिगान गांव स्थित श्री दक्षिण काली माता मंदिर परिसर से गुरु सुखानंद जी महाराज के पावन सानिध्य में बुधवार को सदा शिव पार्वती सेवा मंडल भिगान के सौजन्य से चौथी श्री अमरनाथ बस यात्रा रवाना की गई। कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि विधायक देवेंद्र कादियान के अनुज समाजसेवी वीरेंद्र कादियान ने शिरकत की।

उन्होंने नारियल फोड़कर और ध्वज फहराकर श्रद्धालुओं से भरी दो बसों व एक क्रूजर को बाबा बर्फानी के दर्शन के लिए रवाना किया। यात्रा की शुरुआत से पहले श्रद्धालुओं ने मंदिर में विधिवत पूजा-अर्चना की और गुरु सुखानंद महाराज से आशीर्वाद प्राप्त किया। बाबा अमरनाथ के जयकारों से मंदिर परिसर गूंज उठा। मंदिर में भंडारा भी लगाया, जिसमें श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। मुख्यातिथि वीरेंद्र कादियान ने कहा कि अमरनाथ यात्रा न केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक है, बल्कि यह भारत की सांस्कृतिक एकता का भी संदेश देती है। उन्होंने कहा कि यह वह सफर है, जहां श्रद्धा, समर्पण और संयम साथ चलते है। लाखों श्रद्धालु इस कठिन यात्रा को तय कर बाबा बर्फानी के दर्शन करते है, जो अपने आप में एक अलौकिक अनुभव होता है। उन्होंने यात्रा की कुशलता और सफल दर्शन की कामना करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन समाज को जोड़ने का कार्य करते है। इस मौके पर श्रद्धालुओं ने वीरेंद्र कादियान को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मान दिया। उन्होंने श्रद्धालुओं की कुशलता के लिए बाबा बर्फानी से प्रार्थना की। इस अवसर पर रमेश शीशला, धर्मवीर सेवक, सत्यवान, मंजीत सरपंच, गौरव मलिक, महावीर सरपंच, सतपाल दूल, रामराय, सुमित, प्रदीप, अरुण, भारत, बलराम शर्मा आदि मौजूद रहे।

खबर संक्षेप

खो-खो खेल महाकुंभ के लिए ट्रायल 24 को

सोनीपत। खेल विभाग हरियाणा पंचकूला के आदेश अनुसार राज्य स्तरीय खेल महाकुंभ का आयोजन (पुरुष एवं महिला) ओपन कैटेगरी में राज्य के विभिन्न जिलों में किया जा रहा है। इस प्रतियोगिता में सोनीपत से खो-खो खेल में प्रतिनिधित्व करने वाले खिलाड़ियों की ट्रायल दिनांक 24 जुलाई को राजकीय मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल बीसंवामील राई में 3:30 बजे आयोजित की जाएगी। जिला खेल अधिकारी मनोज कुमार ने बताया कि ट्रायल में भाग लेने वाले खिलाड़ियों को अपनी पहचान और आयु की पुष्टि के लिए आधार कार्ड, जन्म प्रमाण पत्र, मैट्रिक का प्रमाण पत्र तथा पासपोर्ट साइज फोटो सहित दो दस्तावेज़ तथा परिवार पहचान पत्र की प्रति साथ लाना अनिवार्य है।

घर से नकदी चुनाने के ओरोपित को भेजा जेल

गोहाना। थाना शहर गोहाना की पुलिस ने ताला तोड़ कर घर से 29 हजार रुपये चोरी करने की घटना में आरोपित गांव बिचपड़ी के मोहित को गिरफ्तार किया। न्यायालय के आदेश पर उसे न्यायिक हिरासत में भेजा गया। गांव गढ़ी उजाले खां के राम अवतार ने मंगलवार को पुलिस को शिकायत दी थी कि वह परिवार समेत बाजार में सामान लेने गया था। घर पर ताला लगा था। दोपहर को वापस आए तो ताला टूटा मिला और सामान बिखरा हुआ था। घर में रखने 29 हजार रुपये नहीं मिले। एक युवक दीवार फांद कर भागने लगा, जिसे पकड़ लिया गया। आरोपित की पहचान गांव बिचपड़ी के मोहित के रूप में हुई।

बुल्डोजर से अवैध निर्माण ध्वस्त किए

गोहाना। जिला नगर योजनाकार की टीम द्वारा बुधवार को गांव गुढ़ा में राजस्व संपदा में चार एकड़ पर विकसित की जा रही अवैध कॉलोनी पर कार्रवाई की। यहां पर अवैध निर्माणों व रास्तों को बुलडोजर से ध्वस्त किया गया। टीम ने इंटरलाक टाइलों से बनाई गई गलियों, सीवर नेटवर्क, 15 डीपीसी व चारदीवारी को तोड़ा गया। टीम ने प्रशासन और पुलिस की मदद से कार्रवाई की।
जिला नगर योजनाकार(डीटीपी) अजमेर सिंह ने बताया कि जिले में पनप रही अवैध कालोनियों और निर्माणों को प्रारंभिक चरण में ही ध्वस्त किया जा रहा है।

फोन चुराने का आरोपी गिरफ्तार किया

सोनीपत। सिविल लाइन थाना सोनीपत पुलिस ने मोबाइल फोन चोरी के आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित बिट्टू उर्फ हिमांशु निवासी सेक्टर-15 का रहने वाला है। सिविल लाइन थाना क्षेत्र निवासी महिला ने पुलिस को शिकायत देकर बताया कि वह सफाई का काम करती है। गत 19 जुलाई को वह करीब शाम साढ़े पांच बजे मंदिर में सफाई कर रही थी। वह अपना मोबाइल फोन चार्ज करने के लिए उसे खिड़की में रख दिया, जो चोरी हो गया।

सीईटी परीक्षा : सोनीपत से गुरुग्राम तक प्रशासन की तैयारियां

शहर में चलेंगी 143 शटल बसें, सोनीपत से बाहर जाने को 154 बसें, आठ धर्मशालाओं की व्यवस्था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग द्वारा आयोजित कॉमन एलिजिबिलिटी टेस्ट (सीईटी) के सफल आयोजन के लिए सोनीपत व गुरुग्राम जिला प्रशासन ने व्यापक तैयारियां की हैं। यह परीक्षा 26 और 27 जुलाई को आयोजित की जाएगी, जिसमें सोनीपत से लगभग 40 हजार अभ्यर्थी भाग लेंगे। इनमें से एक बड़ा हिस्सा गुरुग्राम व कुरुक्षेत्र के परीक्षा केंद्रों पर परीक्षा देगा। सोनीपत में बनाए गए सभी केंद्रों पर सुरक्षा, पेयजल, शौचालय, बैठने, चिकित्सा, नियंत्रण कक्ष, बिजली तथा आपातकालीन सेवाओं की पुख्ता व्यवस्था की गई है। सोनीपत में परीक्षा के लिए कुल 37 स्थानों पर 58 परीक्षा केंद्र स्थापित किए गए हैं, जहां पर पानीपत, भिवानी, दिल्ली व अन्य जिलों से लगभग 18 हजार अभ्यर्थी आएंगे। इनके सुगम आवागमन के लिए मुरथल स्थित चालक प्रशिक्षण संस्थान (डीटीआई) से 143 शटल फीडर बसें चलाई जाएंगी। वहीं, सोनीपत के अपने 40 हजार परीक्षार्थियों को गुरुग्राम व कुरुक्षेत्र पहुंचाने के लिए 154 रोडवेज बसें आरक्षित की गई हैं। इन सभी बसों के रूट व ठहराव पूर्व निर्धारित हैं।

परीक्षा केंद्रों के लिए नोडल अधिकारी

सोनीपत से जिन अभ्यर्थियों की परीक्षा गुरुग्राम में है, उनके लिए वहां के जिला प्रशासन ने पांच अलग-अलग क्षेत्रों में विशेष पिकअप प्वॉइंट और नोडल अधिकारी नियुक्त किए हैं।
लेजर वैली ग्राउंड (सेक्टर-29) : एसडीएम बादशाहपुर संजीव सिंगला, यहां से 9,466 विद्यार्थी शामिल होंगे।
ताऊ देवीलाल स्टेडियम : एसडीएम अखिलेश, यहां से 9,554 विद्यार्थी
राजीव चौक: एसडीएम परमजीत चहल, 10,442 परीक्षार्थी,
मानेसर : एसडीएम दर्शन यादव, 8,278 परीक्षार्थी
एसजीटी यूनिवर्सिटी : एसडीएम दर्शन यादव, 4,218 परीक्षार्थी शामिल होंगे।
इन सभी केंद्रों से परीक्षा केंद्रों तक पहुंचने के लिए शटल बस सेवाएं सुनिश्चित की गई हैं, जो छात्रों को विभिन्न स्कूलों, महाविद्यालयों और निजी संस्थानों में बने परीक्षा केंद्रों तक पहुंचाएंगी।

अभ्यर्थियों की सुविधा के लिए मुरथल स्थित दीनबंधु छोटूराम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में अस्थायी पार्किंग यार्ड बनाया गया है।

एडमिट कार्ड जारी, रोडवेज सुविधा के लिए रजिस्ट्रेशन

उपायुक्त ने बताया कि सीईटी-2025 के एडमिट कार्ड हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग (एचएसएससी) की वेबसाइट पर जारी किए जा चुके हैं। अभ्यर्थी आयोग की वेबसाइट से अपने प्रवेश पत्र डाउनलोड कर सकते हैं। परीक्षार्थियों को उनके परीक्षा स्थलों तक पहुंचाने के लिए हरियाणा रोडवेज द्वारा निशुल्क बस सेवा उपलब्ध कराई जा रही है। इस सुविधा का लाभ लेने के लिए ऑनलाइन पंजीकरण अनिवार्य है। सोनीपत जिले में 37 स्थानों पर 58 परीक्षा केंद्र स्थापित किए गए हैं।

सुरक्षा, स्वास्थ्य और सूचना सेवाएं भी रहेंगी सक्रिय

परीक्षार्थियों की सुरक्षा व सुविधा हेतु पुलिस, स्वास्थ्य विभाग और सूचना एवं जनसंपर्क विभाग की टीमें भी सक्रिय रहेंगी। सभी परीक्षा केंद्रों पर सुरक्षा के विशेष इंतजाम किए गए हैं, ताकि अभ्यर्थियों को कोई असुविधा न हो। सोनीपत उपायुक्त ने अभ्यर्थियों से अपील की है कि वे समय पर परीक्षा केंद्र पर पहुंचें, अपने एडमिट कार्ड और वैध पहचान पत्र साथ रखें और प्रशासन द्वारा जारी निर्देशों का पालन करें।

वरिष्ठ अधिकारियों ने लिया व्यवस्थाओं का जायजा

अस्थायी पार्किंग यार्ड, डीटीआई फीडर बस रूट व अन्य व्यवस्थाओं को लेकर बुधवार को अतिरिक्त उपायुक्त लक्षित सरीन, एसडीएम सुभाष चंद्र और रोडवेज महाप्रबंधक संजय कुमार ने चालक प्रशिक्षण संस्थान, मुरथल, दीनबंधु छोटूराम विश्वविद्यालय, मुरथल व सोनीपत मुख्य बस अड्डा का दौरा किया और सभी प्रबंधों की समीक्षा कर संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

निःशुल्क ठहरने के लिए ये स्थान आरक्षित

जो परीक्षार्थी परीक्षा से एक दिन पहले या परीक्षा के बाद देर शाम तक रुकते हैं उनके रात्रि ठहराव के लिए शहर की आठ धर्मशालाओं में सभी व्यवस्था की गई है। जहां परीक्षार्थी निशुल्क ठहर सकते हैं। इन धर्मशालाओं में कमरों व हॉल की संख्या के अनुसार ठहरने की व्यवस्था की गई है।

इन धर्मशालाओं में ठहर सकते हैं अभ्यर्थी

- अग्रवाल धर्मशाला, काठ मंडी, रोहतक रोड
- छोटूराम धर्मशाला, गोहाना रोड
- जाट धर्मशाला, आर्य नगर
- शेर सिंह धर्मशाला, महलाना रोड
- महाराजा अग्रसेन धर्मशाला, सेक्टर-14 सोनीपत
- पालीवाल धर्मशाला, प्रभु नगर
- वीर बंदा बहादुर बैरागी धर्मशाला, महलाना रोड
- जैन स्थानक, गुड मंडी सोनीपत

राई में 150 बेड के ईएसआई अस्पताल के लिए 6.35 एकड़ भूमि मंजूर हुई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| राई

विधायक कृष्णा गहलावत के प्रयास से राई विधानसभा क्षेत्र की जनता के लिए मुख्यमंत्री से लेकर रम विभाग तक आवाज बुलंद करते हुए एतिहासिक सपना साकार किया है। हरियाणा सरकार ने राई औद्योगिक क्षेत्र के सेक्टर - 38 में 150 बेड के आधुनिक ईएसआई अस्पताल के निर्माण के लिए 6.35 एकड़ भूमि 75 प्रतिशत जमीन के भाव में रियायत के साथ हरियाणा स्टेट इंडस्ट्रियल एंड इन्फ्रास्ट्रक्चर डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन आवंटित करने की औपचारिक मंजूरी दे दी है। अब जल्द ही उक्त जमीन में अस्पताल निर्माण का काम शुरू हो जाएगा। विधायक कृष्णा गहलावत ने बताया कि एचएसआईआईडीसी में ईएसआई अस्पताल बनाने के लिए भूमि की कुल कीमत 106.78 करोड़ थी, लेकिन इसे सिर्फ 26.70 करोड़ में ईएआई संस्थान को प्रदान किया गया है। विधायक गहलावत ने इसके लिए प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार जताया है। गहलावत ने बताया कि अब जल्द ही अस्पताल का निर्माण कार्य भी शुरू हो जाएगा। इस अस्पताल से न केवल राई, बल्कि सोनीपत, कुंडली, मुरथल, समालखा और आसपास के औद्योगिक क्षेत्रों में कार्यरत लाखों श्रमिकों, मजदूरों और उनके परिवारों को सीधा लाभ मिलेगा। स्वास्थ्य सेवाओं का यह केंद्र अत्याधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित होगा, जिसमें आपातकालीन सेवाएं, ऑपरेशन थियेटर, लेबोरेटरी सहित अन्य सुविधाएं भी मिलेंगी। राई एचएसआईआईडीसी के सम्पदा अधिकारी रोहित देशवाल ने बताया कि ईएसआई अस्पताल के लिए औद्योगिक क्षेत्र में अस्पताल बनाने के लिए 75 प्रतिशत रियायत दर पर एचएसआईआईडीसी ने ईएसआई को जमीन देने की मंजूरी दे दी है। अस्पताल बनने के बाद क्षेत्र के लोगों को काफी फायदा होगा।

मिलेगी सुविधा

गहलावत ने कहा कि मुख्यमंत्री ने ईएसआई अस्पताल को जमीन भी सब्सिडी दरों पर भूमि देने का प्रावधान करके हलके की जनता को ईएसआई अस्पताल की आधुनिक सुविधा दी है। गहलावत ने बताया कि जिस जमीन में अस्पताल बनेगा। 6.35 एकड़ जमीन की कीमत बिना छूट के 41550 रूपयें गज थी, अब रियायत मिलने के बाद 10387 रूपयें प्रति वर्ग मीटर ईएसआई को दी गई है।

कृष्णा गहलावत

शेर सिंह पब्लिक स्कूल में कविता पाठ स्पर्धा, विद्यार्थियों की झलकी प्रतिभा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

जेकेआर पब्लिक स्कूल में बुधवार को कविता पाठ प्रतियोगिता आयोजित की गई। प्रतियोगिता में मेधावी विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का सराहनीय प्रदर्शन किया। विजेताओं को स्कूल के एमडी राजबीर राठी ने प्रशंसा पत्र प्रदान किए। कविता पाठ प्रतियोगिता कक्षा 9वीं से कक्षा 12वीं तक के विद्यार्थियों के लिए आयोजित की गई। नेतृत्व शिक्षा निदेशक महेन्द्र पाराशर का रहा। अध्यक्षता पवन यादव ने की। प्रतियोगिता में शिशु वर्ग में यूरेनस सदन से भानू प्रथम, जूपिटर सदन से आकांक्षा द्वितीय और मार्स सदन से रिधि तृतीय स्थान पर रही। बाल वर्ग में यूरेनस सदन से आरुव प्रथम, जूपिटर सदन से रिधि द्वितीय और मार्स सदन से सिधि तृतीय स्थान पर रही। किशोर वर्ग में यूरेनस सदन से तान्या, जूपिटर सदन से भूमिका और अर्थ सदन से खुशी क्रमशः प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान पर रहे।

गोहाना। विजेता घोषित विद्यार्थी अपने गुरुजनों के साथ।

महिलाओं पर बढ़ रहा अत्याचार, बेटियों के पंख काटे जा रहे मासूम का यौन शोषण करने वाले दरिंदों को मिले फांसी : अहलावत

- पानीपत की घटना पर प्रदेश महिला कांग्रेस महासचिव एडवोकेट आशा अहलावत ने तीखी प्रतिक्रिया दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

हरियाणा में लगातार महिलाओं और बच्चियों पर बढ़ते अपराधों को लेकर प्रदेश महिला कांग्रेस महासचिव एडवोकेट आशा अहलावत ने तीखी प्रतिक्रिया दी है। उन्होंने कहा कि हरियाणा जो कभी शांति और खुशहाली का प्रतीक माना जाता था, आज अपराधियों का अड्डा बन चुका है। कोई दिन ऐसा नहीं जाता जब किसी महिला, बेटी या मासूम के साथ यौन शोषण की खबर सामने न आती हो। उन्होंने हाल ही में पानीपत में हुई एक दिल दहला देने वाली घटना का जिक्र करते हुए बताया कि एक दरिंदा महज छह साल की बच्ची को, जो अपने परिवार के साथ सो रही थी, उठा कर ले गया और उसके साथ दुष्कर्म किया। यह केवल एक घटना नहीं, बल्कि समाज को झकझोर कर रख देने वाली सच्चाई है। इसके अलावा पानीपत में एक महिला के साथ चलती ट्रेन में गैंगरेप और एक छात्रा के साथ रेप कर शादी का झांसा देकर छोड़ने की घटनाएं भी सामने आ चुकी हैं।

एडवोकेट बोलीं- क्या बेटियां हरियाणा में सुरक्षित हैं

आशा अहलावत।

आशा अहलावत ने कहा कि यह जानकर दिल दहलता है कि बच्चियों की उड़ान भरने से पहले ही उनके पंख काट दिए जाते हैं। ऐसे मामलों में पीड़ितों की मानसिक हालत क्या होगी, यह सोचकर भी रूह कांप जाती है। उन्होंने सवाल किया कि क्या बेटियां हरियाणा में सुरक्षित हैं? उन्होंने जोर देकर कहा कि ऐसे अपराधियों को तुरंत फास्ट ट्रैक कोर्ट के माध्यम से सख्त सजा, यहां तक कि मौत की सजा दी जानी चाहिए, ताकि समाज में भय का माहौल बने और कोई भी ऐसा घिनौना अपराध करने की हिम्मत न करे।

चंद्रशेखर ने स्वतंत्रता संग्राम को नई दिशा दी : गौड़

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

गन्नौर में बार एसोसिएशन द्वारा बुधवार को अदालत परिसर में स्थित शहीद चंद्रशेखर आजाद की जयंती मनाई गई। जयंती पर उप मंडलीय न्यायिक दंडाधिकारी गन्नौर मानसी गौड़ व सागर शर्मा नागरिक न्यायाधीश (जूनियर डिवीजन), गन्नौर ने शिरकत की। बार एसोसिएशन गन्नौर के प्रधान गौरव त्यागी ने गौड़ व सागर शर्मा नागरिक न्यायाधीश का स्वागत किया। इसके बाद चंद्रशेखर आज़ाद की तस्वीर पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी गई। मानसी गौड़ ने कहा कि शहीद चंद्रशेखर आजाद की बहादुरी, देशभक्ति और बलिदान ने स्वतंत्रता संग्राम को नई दिशा दी। यह दिन केवल उनके जन्म का स्मरण नहीं, बल्कि उनके विचारों, आदर्शों और आत्मबलिदान को आत्मसात करने का अवसर है। न्यायाधीश (जूनियर डिवीजन) सागर शर्मा ने कहा कि युवा यदि चंद्रशेखर आजाद की तरह निर्भीक, निस्वार्थ और देश के प्रति समर्पित बनें, तो हमारा राष्ट्र हर क्षेत्र में गौरव की नई ऊँचाइयों को छू सकता है। हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि आज़ाद ने कभी भी व्यक्तिगत लाभ या नाम की कामना नहीं की उनका उद्देश्य सिर्फ एक था भारत को स्वतंत्र देखना। बार प्रधान गौरव त्यागी ने कहा कि आज की पीढ़ी को उनके जीवन से यह सीख लेनी चाहिए कि देश सेवा केवल सीमा पर ही नहीं होती बल्कि अपने कर्तव्यों को ईमानदारी से निभाने से भी होती है। इस मौके पर एडवोकेट विशाल चौहान, युद्धवीर रापड़िया, अनिल राठी, एडवोकेट जय भगवान त्यागी, सुंदर सिंह रापड़िया, सुमित आदि एडवोकेट मौजूद रहे।

गन्नौर। कार्यक्रम में मौजूद उप मंडलीय न्यायिक दंडाधिकारी गन्नौर मानसी गौड़ व न्यायाधीश जूनियर डिवीजन सागर शर्मा।

विधायक ने यमुना तटबंध के रास्ते के निर्माण को लेकर अधिकारियों को दिए निर्देश

राई। विधायक कृष्णा गहलावत ने बुधवार को हलके के गांव मेंहन्दीपुर में बाबा गोपाल दास की कुटिया में आयोजित धार्मिक कार्यक्रम में शिरकत की। विधायक ने कुटिया में पहुंचकर स्वामी विधानद सरस्वती महाराज से आशीर्वाद लिया। कुटिया में पहुंचने पर विधायक का ग्रामीणों ने पुष्प गुच्छ व फूल मालाओं से स्वागत किया। इसके बाद विधायक कृष्णा गहलावत ने लोगों को महाशिवरात्रि की हार्दिक बधाई दी। इसके बाद ग्रामीणों ने विधायक के सामने गांव की समस्याएं रखी, जिस पर विधायक ने संबंधित विभाग के अधिकारियों को समाधान करने के आदेश दिए। ग्रामीणों ने बताया कि गांव से लेकर यमुना के बांध तक सड़क का काम काफी दिनों से अधूरा पड़ा है। जिसे ग्रामीणों को आवागमन में परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। गहलावत ने भंडारे में प्रसाद ग्रहण किया। इस अवसर पर स्वामी विधानद सरस्वती, अमरजीत, अशोक, शीलू, सरपंच प्रतिनिधि रमेश, अरुण, गोर्वधन, रामफूल, मंजीत,अशोक, बिजेंदर, जोगेंद्र आदि मौजूद रहे।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 0130-2989288, 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
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन 0130-4012310, 9253681028

दिनभर करवट बदलता रहा मौसम का मिजाज

सुबह से छाए बादल, दोपहर में जमकर बरसे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

पिछले कुछ दिनों से मौसम का मिजाज लगातार परिवर्तनशील बना हुआ है। बुधवार सुबह से ही आसमान में घने बादल छाए रहे, जिससे लोगों को तेज धूप से राहत मिली हुई थी, लेकिन दोपहर को अचानक हुई बारिश ने उमस बढ़ा दी। करीब आधे घंटे तक हुई इस बारिश के कारण शहर के कई इलाकों में जलभराव की स्थिति उत्पन्न हो गई, जिससे राहगीरों और वाहन चालकों को खासी परेशानी का सामना करना पड़ा। जबकि बारिश के बाद बढ़ी उमस की वजह से लोग और भी परेशान रहे। बारिश से पहले तक जहां गर्मी से राहत मिली हुई थी, वहीं बारिश के बाद नमी बढ़ने की वजह से उमस भी बढ़ गई। मौसम विभाग की मानें तो आने वाले कुछ दिनों में मानसून की गतिविधियां कमजोर बनी हुई है। आकस्मिक परिवर्तन होता है तो जिले के कुछ इलाकों में बूंदाबांदी संभव है। हालांकि अगले सप्ताह फिर से मौसम परिवर्तनशील होगा और बारिश की उम्मीद है। तापमान की बात करें तो दिन का अधिकतम तापमान 31 डिग्री सेल्सियस और न्यूनतम तापमान 27 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया है। जोकि मंगलवार की ही भांति रहा। हालांकि आने वाले दिनों में अधिकतम तापमान बढ़ने के आसार बने हुए हैं।

जिले में पिछले 24 घंटों के दौरान 8.5 एमएम औसतम बारिश दर्ज की गई है। जिसमें सबसे बड़ा हिस्सा गन्नौर ब्लॉक का रहा, जहां पर कुल 21 एमएम बारिश दर्ज की गई है, वहीं राई ब्लॉक में 18 एमएम बारिश दर्ज की गई। खरखौदा ब्लॉक में 10 और सोनीपत ब्लॉक में 2 एमएम बारिश दर्ज की गई है।

सोनीपत। बारिश के बीच गुजरते वाहन।

जलभराव ने किया परेशान

आधे घंटे की अच्छी बारिश की वजह से सोनीपत शहर में कई जगहों पर जलभराव हुआ। सूरी पेट्रोल पंप वाली गली, वेस्ट रामनगर, सेक्टर 14, 15, मॉडल टाउन में कई जगहों पर जलभराव हुआ। जिसकी वजह से लोगों को आवागमन करने में परेशानी हुई। विशेषतौर पर दोपहिया वाहन चालक सड़कों पर अपने वाहनों को धक्के मारते दिखाई दिए।

29 को बरसात

26 जुलाई तक मानसून की गतिविधियां कमजोर रहेंगी। 26-27 को एक और पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होगा, जिसके बाद 29 जुलाई तक बारिश के आसार बने हुए हैं।
- डॉ. प्रेमदीप, वैज्ञानिक, केवीके जगदीशपुर।

तीन दिन बाद सक्रिय होगा पश्चिमी विक्षोभ

मौसम विभाग के अनुसार 26 जुलाई तक मानसून की गतिविधियां कमजोर रहेंगी। वहीं इसके बाद एक और पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होगा। उम्मीद की जा रही है 26 जुलाई की रात को ही पहाड़ी क्षेत्रों में पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होगा। जिसका प्रभाव 29 जुलाई तक संभव है। ऐसे में 27 से 29 जुलाई तक बारिश की उम्मीद है।

एसडीम नागर ने ई-दिशा केंद्र तहसील और खजाना कार्यालय का औचक निरीक्षण किया

खरखौदा। दस्तावेजों की जांच करते एसडीएम डॉ. निर्मल नागर।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| खरखौदा

एसडीम डॉ. निर्मल नागर ने बुधवार को ई-दिशा केंद्र, तहसील और खजाना कार्यालय का औचक निरीक्षण किया और कर्मचारियों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। कुछेक रिकॉर्ड की जांच के भी आदेश दिए गए और ट्रेजरी विभाग में कई कर्मचारी गैर हाजिर मिले। जिनको कारण बताओ नोटिस जारी किया जाएगा । एसडीम डॉ निर्मल नागर ने कहा कि जो भी कर्मचारी किसी भी कार्य से बाहर जाता है, तो फील्ड बुक में एंट्री करके जाएगा। यदि कोई सोनीपत जिला मुख्यालय या दूसरे स्थान पर जाता है तो उसका आदेश होना चाहिए। सभी कर्मचारियों की जेब में उनका आई कार्ड होना चाहिए। इसके साथ-साथ उन्होंने कहा कि जो ट्रेजरी गार्ड है, वह भी अच्छे से मेंटेन रहे। उन्होंने कर्मचारियों को निर्देश दिए हैं कि वह ऑफिशियल ड्रेस में ही कार्यालय में पहुंचे। भड़कीले व जींस जैसे कपड़े ऑफिस में पहन कर ना आए। औपचारिक परिधान को ही कार्यालय में पहन कर आए। तहसील की कोर्ट रूम के कर्मचारियों को निर्देश दिए गए हैं कि वे सफेद कमीज ड्यूटी के दौरान पहनें।