हरिभूमि

सोनीपत भूमि

रोहतक, मंगलवार, 9 सितंबर 2025

तापमान

अधिकतम 35.1 डिग्री
न्यूनतम 23.8 डिग्री

11 सीबीएसई जोन -2 तैराकी प्रतियोगिता में ब्राइट...

12 शिक्षा से ही मिट सकता है अज्ञानता का अंधकार...

अधर में लटकी चीनी मिल की टेंडर प्रक्रिया, समय पर पेराई सत्र शुरू न होने का खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

■ किसानों ने जिला उपायुक्त को सौंपा अपनी मांगों का ज्ञापन

शहर के कामी रोड स्थित दी सहकारिता चीनी मिल की टेंडर प्रक्रिया अधर में अटक गई है, जिससे वर्ष 2025-26 की पेराई प्रक्रिया समय पर शुरू होने पर संकट गहराता जा रहा है। हर वर्ष नवंबर माह में पेराई सत्र की शुरुआत होती है, लेकिन इस बार मिल प्रबंधन की ओर से समय पर टेंडर न होने के कारण हालात बिगड़ते नजर आ रहे है। मामले को लेकर किसानों ने जिला उपायुक्त को अपनी मांगों का ज्ञापन सौंपकर जल्द कारखाने में रिपेयरिंग का कार्य शुरू करने की मांग की है। उपायुक्त की तरफ से किसानों को जल्द कार्य को शुरू करवाने का आश्वासन दिया है।

जल्द टेंडर जारी करने व कारखाने में रिपेयरिंग का कार्य शुरू करने की रखी मांग

बता दें कि मिल प्रबंधन की तरफ से पहले पेराई स्तर चलाने वाली एक कंपनी को टेंडर जारी किया गया था, लेकिन बाद में तकनीकी खामियां बताते हुए इस टेंडर प्रक्रिया को रोक दिया गया। इस पर संबंधित कंपनी ने अदालत का दरवाजा खटखटाया और कोर्ट से स्टे ऑर्डर ले लिया। कोर्ट के इस आदेश के चलते टेंडर प्रक्रिया पूरी तरह से ठप हो गई है। वर्तमान में मिल प्रबंधन बार-बार नए टेंडर के लिए नोटिस जारी कर रहा है, लेकिन कानूनी व विभागीय अड़चनों की वजह से अब तक कोई समाधान नहीं निकल पाया है। इससे यह संभावना बढ़ गई है कि इस बार चीनी मिल का पेराई सत्र निर्धारित समय पर शुरू नहीं हो पाएगा। जिसके चलते समय पर पेराई न होने का सीधा असर जिले के गन्ना किसानों पर पड़ेगा। अगर कारखाने का काम समय पर शुरू नहीं हुआ, तो किसानों की फसल खेतों में खड़ी-खड़ी खराब हो सकती है, जिससे उन्हें भारी आर्थिक नुकसान उठाना पड़ सकता है।

सोनीपत। अपनी मांगों को ज्ञापन जिला उपायुक्त को सौंपते किसान।

प्रतिनिधिमंडल डीसी से मिला

इस स्थिति को देखते हुए किसानों में गहरी नाराजगी पाई जा रही है। किसानों का एक प्रतिनिधिमंडल जिला उपायुक्त से मिला और अपनी मांगों का ज्ञापन सौंपा। किसानों ने मांग की कि जल्द से जल्द टेंडर प्रक्रिया को अंतिम रूप दिया जाए और मिल में रिपेयरिंग का कार्य युद्धस्तर पर शुरू कराया जाए, ताकि पेराई सत्र समय पर चालू हो सके। किसानों का कहना है कि हर वर्ष नवंबर में पेराई कार्य शुरू हो जाता है, लेकिन इस बार देरी के कारण उन्हें गंभीर समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। उन्होंने चेतावनी दी कि अगर समय पर समाधान नहीं हुआ तो वे आंदोलन का रास्ता अपनाने को मजबूर होंगे। उपायुक्त ने जल्द से जल्द कारखाने की टेंडर प्रक्रिया को तेज करने का आश्वासन किसानों को दिया है।

खबर संक्षेप

राई। कुलपति अशोक कुमार चयिनत छात्र व कोच के साथ।

नेशनल योगासन में खेल विवि के छात्र लेंगे भाग

राई। खेल विश्वविद्यालय, राई के कोच विकाश लाठर, रणबीर सिंह (पीजी डिप्लोमा इन स्पोर्ट्स कोचिंग योगासन) के मागदर्शन में छात्र विशाल (बीएससी) का चयन 6वीं सीनियर नेशनल योगासन स्पोर्ट्स चैम्पियनशिप में हुआ है। प्रतियोगिता 11 से 14 सितम्बर तक अग्रसेन भवन, सेक्टर 6, भिलाई, जिला दुर्ग, छत्तीसगढ़ में आयोजित होगी। कुलपति अशोक कुमार (सेवानिवृत्त आईपीएस)ने कहा कि छात्रों ने राष्ट्रीय स्तर की प्रतिष्ठित प्रतियोगिताओं में भाग लेकर विश्वविद्यालय का नाम रोशन करेंगे।

अवैध हथियार सहित आरोपित को किया काबू

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस ने अवैध हथियार की घटना मे संलिप्त आरोपित गांव चिड़ाना निवासी कपिल पुत्र नरेन्द्र निवासी को अवैध हथियार सहित गिरफ्तार किया है।क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस टीम मे नियुक्त सहायक उप निरीक्षक प्रदीप अपनी पुलिस टीम के साथ गोहाना-पानीपत हाई-वे पर गांव मुंडलाना के नजदीक बुसाना मोड पर थे। उन्होंने खुफिया जानकारी के आधार पर कपिल को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने उसके पास से देशी पिस्तौल व एक जिन्दा रौंद बरामद किया। न्यायालय ने उसे जेल भेज दिया।

राजलू गढ़ी के सोनू ने पीएचडी की डिग्री पूरी की

गन्नौर। शिक्षक दिवस के अवसर पर गांव राजलू गढ़ी के सोनू सिंहमार ने गौरवशाली उपलब्धि हासिल की है। सोनू ने जियोलॉजी में अपनी पीएचडी पूरी कर ली है। सोनू के पिता ओमप्रकाश ने बताया कि सोनू शुरू से ही पढ़ाई में होशियार रहा और अपनी मेहनत से परिवार के साथ गांव का भी नाम रोशन किया। सोनू ने इस उपलब्धि का श्रेय परिजनों और शिक्षकों को दिया है। शैक्षणिक अनुभवों से वह युवाओं में शिक्षा की अलग जगाने और उपयुक्त मार्गदर्शन करने का काम करेंगे।

बारिश से जलमग्न शहर, चौक चौराहों पर लोगों को हुई परेशानी

आधे घंटे की बारिश ने सोनीपत को डुबोया, निगम की पोल फिर खुली

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत शहर में जलभराव से निपटने के लिए अभी तक कोई ठोस इंतजाम नहीं किए गए हैं। आधे घंटे की बरसात ने ही शहर की सूरत बिगाड़ दी और किसानों को नुकसान पहुंचा दिया। ऐसे में अब बड़ा सवाल यह है कि नगर निगम और प्रशासन कब तक केवल दावे करते रहेंगे और जमीनी हकीकत से मुंह चुराएंगे।

सोमवार को दोपहर बादल क्या बरसे, नगर निगम की हकीकत फिर सामने आ गई। सुबह तक चिलचिलाती धूप थी, लेकिन साढ़े 12 बजे अचानक आसमान बादलों से घिरा और आधे घंटे की बारिश ने शहर को तालाब बना दिया। यह नजारा साफ दिखा गया कि निगम के दावे सिर्फ कागजों तक सीमित हैं। सोमवार की बरसात ने एक बार फिर साबित कर दिया कि सोनीपत नगर निगम सिर्फ दिखावे के दावे करता है।

महज आधे घंटे की बारिश ने शहर को डुबो दिया, लोगों का जीवन अस्त-व्यस्त कर दिया और किसानों की मेहनत पर पानी फेर दिया। वहीं शहर के कुछ इलाकों में बारिश के उपरांत सीवर ओवरफ्लो हो गए, जिसके कारण सीवर का गंदा पानी सड़कों पर इकट्ठा हो गया। इससे लोगों को भारी परेशानी हुई।

■ बारिश के बाद कई जगहों पर सीवर ओवरफ्लो होने के कारण सड़कों पर इकट्ठा हुआ गंदा पानी

सुभाष चौक

रविवार तक साफ रहेगा मौसम : डॉ. प्रेमदीप

मानसून टर्फ उत्तर से थोड़ा नीचे मध्य भारत की तरफ बना हुआ है जो कच्छ, कोटा, औराय, सिद्धि, रांची, दीघा होते हुए उत्तरपूर्व बंगाल की खाड़ी तक बना हुआ है। जिससे राज्य में 12 सितंबर तक मानसून की सक्रियता में थोड़ी कमी आने की संभावना है। इस दौरान राज्य के पश्चिमी क्षेत्र के जिलों (सिरसा, फतेहाबाद, हिसार, भिवानी, चरखीदादरी, जींद, रोहतक, झज्जर) तथा दक्षिणी क्षेत्र के जिलों (महेंद्रगढ़, रेवाड़ी, गुरुग्राम, नूंह, फरीदाबाद, पलवल) जिलों में बीच-बीच में आंशिक बादलवाई तथा कहीं कहीं छिटपुट बूंदाबांदी या हल्की बारिश परंतु उत्तर क्षेत्र के जिलों (अंबाला, पंचकूला, यमुनानगर, करनाल, कुरुक्षेत्र, कैथल, पानीपत, सोनीपत) में कहीं कहीं हवाओं व गरज चमक के साथ हल्की बारिश तथा कुछ एक स्थानों पर मध्यम से तेज बारिश की संभावना है। परंतु इस दौरान विशेषकर पश्चिमी व दक्षिणी हरियाणा के जिलों में तापमान में हल्की बढ़ोतरी होने की संभावना है। अब कुछ दिन कड़कती धूप रहेगी, जिससे गर्मी और बढ़ेगी। रविवार को फिर बारिश की संभावना है, उससे पहले मौसम साफ रहेगा।

-डॉ. प्रेमदीप, वैज्ञानिक, कृषि विज्ञान केंद्र, जगदीशपुर।

ककरोई चौक

यहां हुआ जलभराव

ककरोई चौक, गीता भवन चौक, मिशन चौक और कालूपुर चुंगी जैसे व्यस्त इलाकों में पानी भर गया। वेस्ट रामनगर, देव नगर, विकास नगर जैसी कॉलोनियों से लेकर मॉडल टाउन और सेक्टर 14-15 जैसे पॉश इलाकों तक में जलभराव ने लोगों की मुश्किलें बढ़ा दीं। नाले-नालियों की सफाई के करोड़ों खर्च के बावजूद थोड़ी सी बरसात ने निगम की लापरवाही उजागर कर दी। लोग वाहन छोड़ पैदल कीचड़-पानी से गुजरने को मजबूर हुए और जाम में फंसी गाड़ियां घंटों तक रेंगती रहीं।

ठोस इंतजाम नहीं: सोमवार की बारिश ने यह साफ कर दिया कि सोनीपत शहर में जलभराव से निपटने के लिए अभी तक कोई ठोस इंतजाम नहीं किए गए हैं। आधे घंटे की बरसात ने ही शहर की सूरत बिगाड़ दी और किसानों को नुकसान पहुंचा दिया। ऐसे में अब बड़ा सवाल यह है कि नगर निगम और प्रशासन कब तक केवल दावे करते रहेंगे और जमीनी हकीकत से मुंह चुराएंगे।

फसलों के लिए भी परेशानी

केवल शहर ही नहीं, बल्कि गांवों और खेतों में भी इस बारिश ने कहर बरपाया। कृषि विशेषज्ञों ने साफ कहा कि यह बारिश किसानों के लिए आपदा साबित हुई है। धान की फसल पर बड़ा असर पड़ा है, वहीं कपास और मौसमी सब्जियां भी बर्बादी की कगार पर हैं। पहले से महंगाई की मार झेल रहे किसानों की उम्मीदों पर अब पानी फिर गया है।

खरखौदा में अब नए सिरे से सीवरेज लाइन बिछाए जाने पर पालिका पार्षदों में सहमति

खरखौदा। सोमवार को पार्षदों से रूबरू नपा अध्यक्ष हीरालाल।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| खरखौदा

नपा अध्यक्ष हीरालाल की अध्यक्षता में सोमवार को पालिका कार्यालय में एक बैठक हुई। जिसमें पार्षदों की वार्ड दर वार्ड शिकायतों को सुना गया। तमाम पार्षदों ने नपा अध्यक्ष पेयजल, सीवरेज,पानी निकासी, सीवरेज के ढक्कन न होने की समस्या की ओर ध्यान आकृष्ट किया। समस्याओं के समाधान के दृष्टिगत जन स्वास्थ्य विभाग एसडीओ सुदेश कुमारी व जेई रविंद्र कुमार को शहरवासियों को हो रही समस्याओं से अवगत कराया। पार्षदों ने बताया कि दिल्ली मार्ग पर लगभग 3 महीने से पानी की पाइपलाइन टूटी हुई है। जिसके कारण घरों में गंदे पानी की सप्लाई हो रही है। शहर में दो स्थानों पर सीवरेज लाइन रुकी हुई है और कई स्थानों पर सीवरेज के ढक्कन टूटे हुए हैं।

एसडीओ सुदेश कुमारी ने पार्षदों को भरोसा दिलाया कि सप्ताह भर में सीवरेज के ढक्कन लगा दिए जाएंगे और क्षतिग्रस्त पेयजल पाइपलाइन की मरम्मत करा दी जाएगी। कई पार्षदों का तो यहां तक कहना था कि पेयजल की जो आपूर्ति की जा रही है, पीने योग्य नहीं है।

यह रहे मौजूद

मौके पर नपा सचिव पंकज जून, मुकेश सैनी, पार्षद प्रमोद इंदौरा, नवीन दहिया, संजय पवार, अनिल कुमार, अनूप दहिया, गोपाल, कृष्ण, जसवीर आदि मौजूद रहे।

बैठक में यह चर्चा का विषय रहा

बैठक में यह चर्चा का विषय रहा कि शहर में जो सीवरेज लाइन बिछी हुई है, वह सुचारु रुप से कार्य नहीं कर रही है। जिसमें बार-बार रुकावट व अन्य समस्याएं उत्पन्न हो रही हैं। यूं पुरानी सीवरेज का समय भी पूरा हो चुका है। इसलिए इस बात पर आम सहमति थी कि शहर में दोबारा सीवरेज डालने का प्रस्ताव पास करके जन स्वास्थ्य विभाग को भेजा जाए। पार्षदों ने जल निकासी का मुद्दा भी जोर शोर से उठाया। पार्षद इस बात से खफा नजर आए कि सरकार द्वारा करोड़ों रुपए की राशि उपलब्ध कराए जाने के बावजूद जल निकासी समस्या क्यों बनी हुई है।

कुत्ता आने से बिगड़ा संतुलन

पिता-बेटी सड़क हादसे का शिकार, पिता की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

■ बेटी महिला मेडिकल कॉलेज खानपुर किया रेफर

राष्ट्रीय राजमार्ग संख्या-44 पर मोटरसाइकिल पर सवार होकर पानीपत चुलकाना धाम पर दर्शन करने जा रहे पिता-बेटी भिगान फ्लाईओवर के पास सड़क हादसे का शिकार हो गए। राहगीरों ने घायलों नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां बुजुर्ग को मृत घोषित कर दिया और बेटी को महिला मेडिकल कॉलेज अस्पताल खानपुर रेफर कर दिया। जहां उसका उपचार चल रहा है।

चुलकाना धाम जा रहे थे

गांव नोरजापुर जालौन यूपी निवासी मनोज ने बताया कि उसका पिता रामगया प्रसाद (64) उसकी बहन पिंकी के साथ मोटरसाइकिल पर सवार होकर पानीपत चुलकाना धाम पर दर्शन करने के लिए जा रहा था। जीटी रोड पर गांव भिगान के पास कुत्ता सामने आने के चलते मोटरसाइकिल अनियंत्रित होकर गिर गई। हादसे में दोनों घायल हो गए। पुलिस ने भारतीय न्याय संहिता की धारा-194 के तहत कार्रवाई अमल में लाते हुए शव को परिजनों को सुपुर्द कर दिया।

गन्नौर में हादसा

रेलवे रोड पर युवक की बाइक में लगी आग, कूदकर बचाई जान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

रेलवे रोड पर सोमवार को उस समय अफरा-तफरी मच गई जब अदालत जा रहे युवक की बाइक अचानक धू-धू कर जल उठी। युवक ने सूझबूझ दिखाते हुए बाइक से कूदकर जान बचा ली। गांधी नगर निवासी प्रवीण किसी कार्य से टीवीएस अपाचे बाइक पर गन्नौर लघु सचिवालय की तरफ जा रहा था। जैसे ही लघु सचिवालय के पास पहुंचा, बाइक में शार्ट सर्किट हो गया। देखते ही देखते बाइक में आग भड़क उठी।

राहगीरों में भी मचा हड़कंप

अचानक उठती लपटें देखकर राहगीरों में भी हड़कंप मच गया। प्रवीण ने तत्काल बाइक से कूदकर खुद को सुरक्षित किया और दमकल विभाग को सूचना दी। कुछ ही देर में दमकल की गाड़ी मौके पर पहुंची और दमकल कर्मियों ने आग बुझाने का प्रयास किया। तब तक पूरी बाइक जलकर राख हो चुकी थी। हादसे से कोई जनहानि नहीं हुई।

नेशनल अवार्डी शिक्षिका सम्मानित

सोनीपत। उपायुक्त सुशील सारवान ने शिक्षक दिवस पर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू से राष्ट्रीय शिक्षक अवार्ड प्राप्त करने वाली शिक्षिका सुनीता ढुल को सोमवार को लघु सचिवालय में सम्मानित किया। गौरतलब है कि सुनीता ढुल हरियाणा की इकलौती शिक्षिका हैं जिन्हें इस बार राष्ट्रीय शिक्षक अवार्ड मिला है। वे रेडक्रॉस की राष्ट्रीय मास्टर ट्रेनर के रूप में अब तक 14 हजार बच्चों को फर्स्ट एड और जीवन रक्षक कौशल का प्रशिक्षण दे चुकी हैं तथा 'एक पेड़ मां के नाम' अभियान से बच्चों को जोड़ रही हैं। कार्यक्रम के दौरान उपायुक्त ने 'प्रशासन से परिचय' अभियान के तहत पीएम श्री स्कूल मुरथल अड्डा और बड़ौली के विद्यार्थियों को एमबेस्डर बैज पहनाकर प्रशासनिक कार्यप्रणाली से अवगत कराया। विद्यार्थियों ने समाधान शिविर में भाग लेकर प्रशासनिक अनुभव भी प्राप्त किया।

प्रताप स्कूल के निखलेश ने शॉटपुट में जीता स्वर्ण पदक

खरखौदा। कुरुक्षेत्र में आयोजित 12 वीं हरियाणा स्टेट सीनियर ओपन शॉटपुट चैम्पियनशिप में प्रताप स्कूल खरखौदा के होनहार खिलाड़ी निखलेश ने शॉटपुट स्पर्धा में 16.74 मीटर का शानदार थ्रो कर स्वर्ण पदक अपने नाम किया। इस उपलब्धि से निखलेश ने सोनीपत जिले, प्रताप स्कूल व अपने माता-पिता का नाम रोशन किया है। विद्यालय प्रांगण में पहुंचने पर निखलेश का भव्य स्वागत विद्यालय संस्थापक सतप्रकाश नम्बरदार, प्राचार्या दया दहिया, एकेडमिक डायरेक्टर डॉ. सुबोध दहिया, मास्टर महेन्द्र रोहणा, निखलेश के पिता देवेन्द्र दहिया व प्रशिक्षकों ने किया। इस अवसर पर प्रधान वेदप्रकाश दहिया एवं द्रोणाचार्य अवार्डी ओमप्रकाश दहिया ने निखलेश को विशेष बधाई दी। अपने संदेश में ओमप्रकाश दहिया ने कहा कि निखलेश अब तक 6 बार नेशनल मैडलिस्ट रह चुका है तथा सीबीएसई खेलों में नेशनल रिकॉर्ड होल्डर है। स्वर्ण पदक जीतकर उसने नेशनल चैम्पियनशिप के लिए भी क्वालीफाई किया है। निखलेश के पिता

सोनीपत पुलिस लाइन में जिला पुलिस ने की परेड

जनरल परेड: दंगा रोधक तैयारियों का लिया जायजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

पुलिस उपायुक्त ने दिए निर्देश

पुलिस लाइन सोनीपत में सोमवार को जनरल परेड का आयोजन किया गया। इस मौके पर जिला पुलिस के अधिकारियों और कर्मचारियों ने भाग लिया। परेड का निरीक्षण पुलिस उपायुक्त (पश्चिम) सोनीपत कुशल पाल सिंह ने किया। उन्होंने दंगा रोधक दस्ते की तैयारियों का भी बारीकी से जायजा लिया और विषम परिस्थितियों में अराजक तत्वों से निपटने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। अभ्यास के दौरान सहायक पुलिस आयुक्त सोनीपत मलकीत सिंह, सहायक पुलिस आयुक्त गन्नौर ऋषिकांत, जिले के निरीक्षक, थानाध्यक्ष और महिला पुलिसकर्मी मौजूद रहे।

सोनीपत। पुलिस लाइन में परेड के दौरान दंगा विरोधी तैयारियां दिखाते हुए पुलिस कर्मी।

पुलिस कर्मी सदैव मानसिक और शारीरिक रूप से तैयार रहें

डीसीपी ने बल को संबोधित करते हुए कहा कि पुलिस कर्मी सदैव मानसिक और शारीरिक रूप से तैयार रहें तथा ड्यूटी के दौरान दंगा नियंत्रण उपकरणों से लैस होकर ही कार्य करें। उन्होंने कहा कि आकस्मिक परिस्थितियों या असामाजिक तत्वों के प्रयासों को नाकाम करने के लिए एन्टी रायट ड्रिल बेहद महत्वपूर्ण है, जिससे कानून-व्यवस्था सामान्य बनाए रखी जा सके। निरीक्षण के दौरान पुलिस उपायुक्त ने पुलिस लाइन स्थित सभी कार्यालयों और कोठ को भी चेक किया और अधिकारियों-कर्मचारियों को उचित दिशा-निर्देश दिए।

बलवा ड्रिल का दिया डिमॉस्ट्रेशन

परेड के दौरान पुलिस कर्मियों को एंटी रायट ड्रिल, दंगा नियंत्रण उपकरणों के संचालन और बलवा नियंत्रण की विभिन्न तकनीकों की जानकारी दी गई। इस दौरान बलवा ड्रिल का डिमॉस्ट्रेशन भी कराया गया। पुलिस उपायुक्त ने शस्त्र प्रयोग के समय बरती जाने वाली सावधानियों और विधिक प्रावधानों पर विस्तार से अभ्यास करवाया।

हरिभूमि सहेली

लैट रिलेशनशिप

दूर रह कर साथ रहने का अहसास

लैट रिलेशन यानी दूर रहकर भी करीब रहने के अहसास के साथ रिश्ता बनाए रखने का चलन, तकनीकी सुविधाएं बढ़ने के बाद अपने देश-समाज में बढ़ रहा है। हालांकि इस तरह रिश्ते निभाने में कई तरह की सहूलियतें मिलती हैं लेकिन इसमें कुछ चुनौतियों का भी सामना करना पड़ता है। ऐसे में यह रिश्ता तभी सहज ढंग से चल सकता है, जब पति-पत्नी दोनों इसके लिए मानसिक रूप से तैयार हों।

कवर स्टोरी
सरस्वती रमेश

हमारे समाज में शादी के बाद पति-पत्नी अमूमन साथ रहते हैं। अगर पति शहर के बाहर नौकरी या बिजनेस करता है तो शादी होते ही या कुछ समय बाद पत्नी भी उसके पास जाकर रहने लगती है। चाहे पत्नी को इसके लिए अपनी नौकरी ही क्यों न छोड़नी पड़े। कम से कम 90 प्रतिशत मामले में ऐसा ही होता रहा है। असल में शादी का मतलब ही होता है एक-दूसरे के साथ रहना और साथ निभाना। लेकिन आज के दौर में विवाह की यह पारंपरिक सोच बदल रही है। इस नई सोच के मुताबिक पति-पत्नी एक-दूसरे का साथ जरूर निभा रहे हैं, लेकिन एक-दूसरे के साथ रहे बिना। जी हां, लिविंग अपार्ट टुगेदर (लैट) यानी दूर रह कर साथ रहना, आजकल के शादी-शुदा कपल्स के बीच तेजी से बढ़ता ट्रेंड है। वैसे तो यह अवधारणा पश्चिमी देशों से आयातित है। लेकिन हमारे देश में भी यह तेजी से बढ़ रहा है।

क्या है लैट रिलेशन: जब शादीशुदा जोड़े शारीरिक रूप से एक साथ रहने की बजाय दूसरे शहर, राज्य या देश में रहकर भी दांपत्य रिश्ते में बंधे रहना स्वीकार करते हैं तो इसे लैट रिलेशनशिप कहा जाता है। अब तो कपल्स एक ही शहर में अलग-अलग घरों में रहने का विकल्प भी चुन रहे हैं। कई बार साथ रहने की सुलभता के बावजूद दूर रहना वो स्वेच्छा से चुन रहे हैं। इसके पीछे का तर्क यह दिया जा रहा है कि इससे उनके रिश्ते में नई ऊर्जा मिलती रहेगी। किसी से कभी-कभी मुलाकात होने पर हम उससे अतिरिक्त उत्साह से मिलते हैं, जबकि रोज मिलने वालों के साथ मिलने का उत्साह खत्म-सा हो जाता है। लेकिन यह लैट रिलेशन का कोई अकेला कारण नहीं है, और भी वजहें हैं।

ट्रेंड बढ़ने की वजहें: कई शोधों से यह साबित हो चुका है कि आज की पीढ़ी में सहन करने की क्षमता कम हुई है। उनमें छोटी-छोटी बातों को लेकर एग्रेशन बढ़ा है। पति-पत्नी को भी गीला तौलिया बेड पर रखने, एसी का टेंपरेचर कम/ज्यादा करने या घर के छोटे-मोटे कामों के बंटवारे को लेकर झगड़ते हुए देखा जा सकता है। पश्चिमी देशों में लैट रिलेशन की यह भी एक बड़ी वजह है, लेकिन हमारे देश में इसकी बड़ी वजह है, पति-पत्नी के करियर और जॉब से जुड़ी जरूरतें। ज्यादातर मामलों में पति और पत्नी अलग-अलग प्रोफेशन से जुड़े होते हैं। उनकी जरूरतें, ऑफिस टाइमिंग, वर्किंग फील्ड सब कुछ अलग होता है। एक समय ऐसी परिस्थिति में पत्नी सहजता से अपनी नौकरी छोड़ कर अपने पति के साथ रहना स्वीकार कर लेती थी। आज भी अधिकतर मामलों में ऐसा ही होता है, लेकिन अपने करियर के लिए समर्पित महिलाएं शादी के बाद भी अब जॉब छोड़ना स्वीकार नहीं कर रही हैं। बल्कि पति से दूर रहकर अपने सपनों को पूरा करने में लगी हुई हैं। पति भी अपने जीवन साथी की भावनाओं को समझते हुए उन्हें ऐसा करने में सहयोग कर रहे हैं। रिश्तों को निभाने के लिए पारंपरिक शर्तें अब कोई शर्त नहीं रही। जोड़े अब अपनी सुविधा से अपने नियम बना रहे हैं। विशेषज्ञ भी मानते हैं कि दूरी एक-दूसरे के प्रति लगाव और प्रशंसा की भावना बढ़ाती है।

कब-कैसे हुई लैट रिलेशन की शुरुआत

सुनने में लैट रिलेशन टर्म हमें जितना नया लग रहा है, असल में यह इतना नया है नहीं। इसकी शुरुआत 1970 के दशक में नीदरलैंड में हुई थी। सबसे पहले इस टर्म को 'फ्रैंक एन इवा' फिल्म में दिखाया गया था। फ्रैंक और इवा न तो साथ रह पा रहे थे, न ही अलग होना चाहते थे। तब दोनों ने रिश्ते में रहते हुए दूर-दूर रहने का फैसला किया। अंग्रेजी भाषा में यह फिल्म 'लिविंग अपार्ट टुगेदर' नाम से रिलीज हुई थी। वहीं से यह शब्द मिला। लैट रिलेशन में पति-पत्नी शारीरिक रूप से दूर रहने के बावजूद भावनात्मक रूप से दांपत्य बंधन में बंधे हुए होते हैं। विज्ञान और तकनीक की प्रगति ने इस चलन को बढ़ावा दिया है। चूंकि आज हजारों किलोमीटर दूर रहते हुए भी मोबाइल इंटरनेट के माध्यम से जुड़े रहना संभव हो गया है, इसलिए ऐसे संबंधों को जरूरी ईंधन मिलता रहता है। भारतीय समाज में देखें तो यह शब्द अभी नया है, प्रचलन में नहीं है। अनेक पुरुष अपनी पत्नियों को गांव, कस्बे में छोड़कर रोजगार के लिए शहरों में चले जाते हैं। कई बार तो वो विदेशों में कमाने के लिए चले जाते हैं, कई वर्षों बाद वापस आते हैं। मतलब दूर रहते हुए भी अपने रिश्ते को जीवित रखते हैं।

खुद पर फोकस: ज्यादातर मामलों में पति-पत्नी का नेचर, पसंद, हॉबीज, जिंदगी के प्रति नजरिया सब अलग-अलग होते हैं। शादी के बाद अमूमन हर व्यक्ति को अपने पार्टनर का ख्याल रखना पड़ता है, चाहे वह स्त्री हो या पुरुष। जैसे पसंद का खाना, हॉबीज, मत, जरूरतें आदि। ऐसे में खुद की इच्छा कहीं पीछे छूट जाती है। लेकिन लैट रिलेशन में व्यक्ति खुद पर पूरा फोकस करता है, साथ ही अपने पार्टनर को खुद पर फोकस करने का पूरा मौका भी देता है। इसके अलावा आज की पीढ़ी के लिए पर्सनल स्पेस एक बड़ी जरूरत बन चुकी है। संयुक्त या एकल परिवारों में रह रहे महिला और पुरुष भी अब पर्सनल स्पेस चाहते हैं। थोड़ा या कुछ ज्यादा समय, जो सिर्फ उनका हो। ऐसी परिस्थितियां जिनमें शारीरिक या भावनात्मक रूप से किसी की टोका-टोकी या खलल न हो, वे अपनी मर्जी से जी सकें। व्यक्तित्व के समुचित विकास के लिए आज यह पर्सनल स्पेस काफी महत्वपूर्ण बन चुका है। लैट रिलेशन में रह रहे जोड़ों को बिन मांगे यह मुराद पूरी हो रही है।

विदेश में शादियां: अब मध्यवर्ग की लड़कियां भी एनआरआई दूल्हे के सपने देख रही हैं। लेकिन यदि लड़की अपने देश में ही किसी अच्छी जॉब में है तो शादी के बाद भी यहीं रुकना उसकी मजबूरी है। ऐसे कपल्स दूर रहकर भी लैट रिलेशन में अपने रिश्ते को बनाए रखते हैं। बीच-बीच में कुछ समय साथ बिताते हैं और फिर अलग हो जाते हैं। ऐसे संबंधों का सबसे बड़ा फायदा यह है कि जब जीवन साथी साथ न रहे, तो जिम्मेदारियों, काम के बंटवारे को लेकर बार-बार की एडजस्टमेंट नहीं करनी पड़ती। इससे किटपिट कम होता है। साथ ही यदि कोई लड़की शादी के बाद भी अपने माता-पिता के साथ रहकर उनकी देखभाल करना चाहे तो इस रिलेशन में रहकर वह कर सकती है।

चुनौतियां: अलग-अलग रहकर साथ होने के अपने नुकसान भी हैं। लैट रिलेशन कुछ खास तरह के जोड़ों के लिए, उपयोगी हो सकता है, लेकिन ज्यादातर के लिए नहीं।

आर्थिक भार: पहली बात तो यह कि ऐसी अवधारणा को मूर्त रूप सिर्फ अमीर लोग ही दे सकते हैं। दो घर यानी दो अलग-अलग गृहस्थियां चलाना महंगा पड़ता है। लैट रिलेशन में पति-पत्नी अपने इनकम को पूरी तरह अपने मुताबिक खर्च कर सकते हैं, लेकिन आगे परिवार बढ़ाने की प्लानिंग और बचत जैसे मुद्दों पर एक-दूसरे का आर्थिक सहयोग और साथ चाहिए होता है। दूसरी बात, इस तरह लंबे समय तक रहना व्यावहारिक नहीं जान पड़ता।

भावनात्मक दूरी: कहते हैं पति-पत्नी के बीच छोटी-मोटी तकरार उनके संबंध को और गहरा बनाती है, लेकिन जब मिलना ही नहीं होगा तो तकरार और दांपत्य की छोटी-छोटी खुशियां और गम भी एक-दूसरे से साझा नहीं हो पाएंगे। इस तरह लंबे समय तक अलगाव भावनात्मक दूरी भी बढ़ा सकता है।

अकेलेपन की समस्या: देखा जाए तो लैट रिलेशन अकेलेपन या अलगाव की भावनाओं को और बढ़ा सकता है। खासकर यदि व्यक्ति किसी अपरिचित स्थान पर हो और उसका कोई मजबूत सामाजिक दायरा न हो। वैसे भी आजकल की पीढ़ी काम की अधिकता और जीवन की जटिलताओं के कारण डिप्रेशन में चली जा रही है। अकेले रहने से पति-पत्नी एक-दूसरे को भावनात्मक संबल नहीं दे पाते हैं। इससे उनका आपसी जुड़ाव कमजोर होता है।

खिलौनों को लेकर रहें सजग

आजकल बाजार में मिलने वाले प्लास्टिक या धातु के खिलौने बच्चों के स्वास्थ्य के लिए घातक साबित हो रहे हैं। ये खिलौने ऑटिज्म को बढ़ा रहे हैं। इसलिए जरूरी हो गया है, बच्चों को पैरेंट्स लकड़ी, मिट्टी, कपड़े और धागे से बने परंपरागत देसी खिलौने दें, जो बच्चों के स्वास्थ्य के लिए हानिकारक नहीं हैं।

बच्चे और आप
डॉ. मोनिका शर्मा

बीते दिनों एम्स द्वारा किए गए रिसर्च में सामने आया कि ऑटिज्म पीड़ित बच्चों के शरीर में लेड, क्रोमियम, मर्करी, मैंगनीज, कॉपर, आर्सेनिक, कैडमियम जैसे भारी धातु पाए गए हैं, जो कि बच्चों में ऑटिज्म बीमारी बढ़ने का कारण बन रहे हैं। पैरेंट्स को ध्यान देना होगा कि स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाली ये धातुएं प्रदूषित भोजन, सिगरेट के धुएं, प्रदूषित हवा, औद्योगिक कचरे और खिलौनों के जरिए बच्चों के शरीर में पहुंच रही हैं। यहां ध्यान देने वाली बात यह है कि अध्ययन में ऑटिज्म से पीड़ित 3 से 12 साल के 180 बच्चों और 180 स्वस्थ बच्चों को शामिल किया गया। इनमें 32 प्रतिशत ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों में 7 तरह के हेवी मेटल्स ज्यादा पाए गए, जबकि स्वस्थ बच्चों में यह समस्या नहीं मिली। ऐसे में पैरेंट्स का बच्चों के शरीर में पहुंचते नुकसानदेह रसायनों और धातुओं को लेकर जागरूक रहना आवश्यक है। देखने में आता है कि खिलौनों से बढ़ते स्वास्थ्य जोखिमों को लेकर आज भी अवेयरनेस की कमी है।

ट्रेडिशनल खिलौने दें: बच्चों को खिलौनों से दूर नहीं किया जा सकता। बालमन के मनोरंजन और खेलने के लिए खिलौने जरूरी हैं। ऐसे में जागरुकता के साथ, जज्बाती जुड़ाव के इस मोर्चे पर हमारा परंपरागत खिलौनों की ओर लौटना जरूरी है। लकड़ी, मिट्टी, कपड़े और धागे जैसे सामानों से बने देसी खिलौने ना केवल परंपरा वाहक हैं। बल्कि भारतीय संस्कृति और जीवनशैली को समझने का जरिया भी हैं। इनसे बच्चों के स्वास्थ्य को कोई खतरा नहीं होता। वहीं प्लास्टिक और अन्य सामानों से बने विदेशी खिलौनों में मौजूद रसायन बच्चों की सेहत के लिए बेहद खतरनाक होते हैं। बच्चों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाते हैं। यही वजह है कि सेहत सहेजने और बच्चों को सहज और संवेदनशील जीवनशैली का पाठ पढ़ाने के लिए परंपरागत खिलौनों की बहुत अहमियत है। हमारे अधिकतर देसी खिलौने ग्रामीण जन-जीवन की झलक और प्रकृति से जुड़ाव का सबक लिए होते हैं। ट्रेडिशनल खिलौने बच्चों के लिए मनोरंजन के साथ ही जमीनी जुड़ाव और समझ को पोषित करने वाले साथी बन सकते हैं।

स्वास्थ्य के लिए कैसे हानिकारक हैं खिलौने: परवरिश के कई संजीदा पक्ष खिलौनों से जुड़े हैं। बाल स्वास्थ्य से जुड़े अनगिनत जोखिमों के बावजूद प्लास्टिक या धातु के खिलौने बच्चों के हाथ में थमा दिए जाते हैं। अब तो बाजार इलेक्ट्रॉनिक खिलौनों से भी अटा पड़ा है। देखने में आता है कि नुकसानदेह रसायन ही नहीं, कई तरह की तकनीक से लैस स्वचालित खिलौने बच्चों की मनः स्थिति पर भी दुष्प्रभाव डालते हैं। खिलौने बच्चों की शारीरिक-मानसिक सेहत को कई तरह से प्रभावित करते हैं। इसीलिए इस विषय में डॉक्टर से भी चर्चा करनी चाहिए। कई बार तो कुछ खास तरह के इंफेक्शन का कारण मुंह में डाले जाने वाले खिलौने भी होते हैं। दांत निकलने के समय तो बच्चे खिलौने को खूब चबाते हैं। मुंह में डालने से कई तरह के वायरस और बैक्टीरिया के बच्चों के शरीर में जाते हैं। ऐसे में गंदे खिलौनों से पेट और मुंह के इंफेक्शन ही नहीं, स्किन इंफेक्शन की समस्या भी हो सकती है। बीमार होने पर बच्चों के टॉयज की डॉक्टर को भी जानकारी दें। घर में भी खिलौनों की साफ-सफाई को लेकर सजग रहें। स्वच्छ रखें और कभी-कभी धूप भी दिखाएं।

बागवानी
अनु आर.

अगर आप चाहती हैं कि आने वाली सर्दियों में अपने गार्डन में उगी ताजी, ऑर्गेनिक और तरह-तरह की सब्जियों का आनंद लें तो इसी महीने कुछ सब्जियों के बीज बो दें। आप कौन सी सब्जियां कैसे लगा सकती हैं, दे रहे हैं कुछ उपयोगी सलाह।

इसी महीने बो दें इन सब्जियों के बीज

मानसून का अंतिम महीना माना जाता है सितंबर माह को, जब वातावरण में नमी बढ़ने लगती है और मौसम ठंडा होने लगता है। कई सारी सब्जियों को उगाने के लिए यह सबसे अनुकूल मौसम होता है। ऐसे में हम आपको बताते है, कुछ ऐसी सब्जियों के बारे में, जिन्हें आप इस माह अपने गार्डन में उगा सकती हैं। इस माह में आप अपने गार्डन में हरी मटर, फूलगोभी, गाजर, टमाटर, ब्रोकली और मूली जैसी सब्जियों को लगा सकती हैं। इस मौसम में लगाई गई ये सब्जियां सर्दी के मौसम में तैयार हो जाएंगी।

फूल गोभी: फूल गोभी हमारे देश में पूरे साल उपलब्ध होती है और किसान इसकी खेती पूरे साल करते हैं। लेकिन मुख्य तौर पर ठंडे मौसम की फसल है। इस महीने में इसे लगाकर सर्दियों में आप अपने बगीचे में उगी गोभी का स्वाद ले सकती हैं। फूल गोभी 6 से 7 के बीच पीएच मान वाली और अच्छी निकास वाली कार्बनिक पदार्थों से भरपूर मिट्टी में अच्छी तरह पनपती है। इसकी मिट्टी को लगातार नम रखें और ज्यादा नाइट्रोजन वाली खाद डालकर इसको अच्छी तरह उगा सकती हैं।

टमाटर: सर्दी के मौसम में ताजे टमाटर खाने के लिए इसी महीने टमाटर के बीज बो दें। इसे ग्रो बैग में लगाएं, गमले में या जमीन पर। इसके लिए दोमट मिट्टी सबसे अनुकूल होती है। टमाटर की फसल बहुत जल्द तैयार हो जाती है।

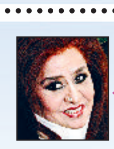
ब्रोकली: हरी फूल गोभी की तरह दिखने वाली ब्रोकली की सर्दी के मौसम में बहुत मांग बढ़ जाती है। कैल्शियम और आयरन से भरपूर यह सब्जी अगर आप इस महीने में अपने घर के गार्डन में लगाती हैं तो पूरी सर्दियां आप इसका स्वाद ले सकेंगी। ब्रोकली के पौधे को कम गीली मिट्टी में ऐसी जगह पर लगाएं जहां अच्छी धूप आती हो।

हरी मिर्च: भोजन में स्वाद जगाने वाली और सेहत से भरपूर हरी मिर्च को इस माह गमलों में लगा सकती हैं। इसके दो-चार पौधों से ही काफी मात्रा में हरी मिर्च प्राप्त हो जाती हैं। इसके लिए दोमट मिट्टी बेहतरीन होती है और कुछ ही दिनों बाद पौधे में खूब सारी हरी मिर्च लगना शुरू हो जाती हैं।

मूली: मूली को अगर गमले में लगाना हो तो मिट्टी में खाद डालकर उसमें अच्छी-सी नमी लाकर गमले की मिट्टी में ऊपर से इसके बीज बिखेरें और इसमें समय-समय पर पानी देती रहें। 40 से 60 दिन के बाद मूली की फसल तैयार हो जाएगी।

गाजर: सर्दी के मौसम में सब्जी के रूप में, सलाद के तौर पर गाजर खूब खाई जाती है। इसका हलवा भी लोग चाव से खाते हैं। इसके लिए आपको इसी महीने में गाजर के बीज बो देने चाहिए। बीज बोने से पहले मिट्टी को अच्छी तरह से तैयार कर लें। इसे ऐसी जगह पर रोपें, जहां अच्छी धूप आती हो।

हरी मटर: सर्दी के दिनों में अपने गार्डन में उगी ताजा और मीठी मटर खाने का मजा ही अलग होता है। इसके लिए आपको इन्हीं दिनों में मटर बो देना चाहिए। मटर उगाने के लिए इन्हें कार्बनिक पदार्थों से भरपूर अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी में बोएं। बारिश के बाद जब मौसम सूखा हो, तो इनकी बेलों को चढ़ाने के लिए डंडे या दीवार का सहारा जरूर दें। पौधों को चूहों से बचाने के लिए इन्हें जाल से कवर कर सकती हैं।



स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सूखे नीबू से स्किन बनेगी सॉफ्ट-ग्लोइंग

नीबू के छिलकों में विटामिन-सी, कैल्शियम, पोटेशियम और मैग्नीशियम जैसे कई मिनरल्स के अलावा एंटी-बैक्टीरियल गुण भी पाए जाते हैं। ये स्किन को सॉफ्ट बनाने के साथ-साथ स्किन से फाइन लाइंस, झुर्रियों, टैनिंग, मुंहासों और दाग-धब्बों को कम करने जैसी कई समस्याओं से राहत दिलाने में मदद करते हैं। ताजे नीबू की तरह ही सूखे हुए नीबू के छिलकों को भी अपने ब्यूटी रुटीन में आप अलग-अलग तरीके से शामिल कर सकती हैं। नीबू के छिलके का पावडर बनाने के लिए सबसे पहले इसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट कर धूप में सूखा लें और मिक्सर में डालकर पीस लें। अब इस मिश्रण को स्टोर करने के लिए किसी एयर टाइट कंटेनर में रख दें। आप इस मिश्रण का इस्तेमाल लिप बाम, क्लींजर या फिर फेस मास्क के लिए कर सकती हैं।

फेस पैक: नीबू के छिलके से बने फेस पैक ऑयली स्किन वाली महिलाओं को काफी राहत मिलती है। फेस पैक बनाने के लिए एक चम्मच बेसन में एक छोटा चम्मच नीबू के छिलके का पावडर और गुलाब जल मिक्स करके लगा लें और जब यह मिश्रण स्किन पर नेचुरल तरीके से सूख जाए तो इसे ताजे पानी से धो लें। इस मिश्रण के साथ आप दही का यूज भी कर सकती हैं। इस फेस पैक से आपकी स्किन और भी सॉफ्ट और अट्रैक्टिव दिखेगी।

स्क्रब: बॉडी और फेस स्क्रब बनाने के लिए आप एक मिक्सर में थोड़ी सी चीनी, शहद और नारियल के दूध के साथ सूखे नीबू के छिलकों के पावडर को अच्छी तरह मिक्स कर लें। शहद, एक्सफोलिएशन में मदद करता है, जबकि नारियल का दूध स्किन को फ्रेश और सॉफ्ट बनाता है। चेहरे की थकावट को दूर करने के लिए येह फेस स्क्रब काफी मददगार साबित हो सकता है। नीबू में साइट्रिक एसिड होता है, जिसकी वजह से यह स्किन की ड्राई सेल्स में जमी परत को एक्सफोलिएट करता है। इसे लगाने से त्वचा मुलायम और चमकदार दिखती है। शहद में पाए जाने बाले एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेट्री गुण मुंहासों के उपचार के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं।

हर्बल टी भी है कारगर: लेमन हर्बल टी बनाने के लिए सूखे नीबू को छोटे टुकड़ों में काटकर उनके छिलकों को रातभर पानी में छोड़ दें। सुबह इनके छिलकों को पानी में थोड़ी देर के लिए उबालकर इसे छान लें। इसके बाद इसे चीनी या शहद से मीठा कर सकती हैं। आप इस चाय में अदरक, तुलसी और इलायची के साथ या फिर किसी जड़ी-बूटी को भी डाल सकती हैं। इसे पीने से आपकी स्किन ग्लो करेगी और एक्सट्रा बॉडी वेट को घटाने में भी मदद मिलेगी।

मेडिकल एडवाइस
डॉ. रवींद्र गुप्ता
एचओडी-इंटरनल मेडिसिन
सी. के. बिड़ला हॉस्पिटल, एनसीआर

ऐसे रहेगा कंट्रोल बैड कोलेस्ट्रॉल

अस्त-व्यस्त लाइफस्टाइल और अनहेल्दी डाइट के कारण हमारे शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ने लगती है। इससे हार्ट अटैक और ब्रेन स्ट्रोक का रिस्क बढ़ने लगता है। क्या हैं बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के कारण, इसके लक्षणों के साथ ही इससे बचाव के बारे में जानिए।

हमारे शरीर के सेल्स में पाया जाने वाला कोलेस्ट्रॉल नामक पदार्थ पिघले मोम की तरह चिपचिपा और वसा का ही एक रूप है। यह इतना ऑयली होता है कि पानी में नहीं घुल पाता, जिससे लिपोप्रोटीन पार्टिकल्स ब्लड फ्लो की मदद से इसे शरीर के सभी भागों में पहुंचता है। लेकिन बैड कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से हार्ट अटैक, ब्रेन स्ट्रोक, नजर कमजोर होना, अल्जाइमर और शरीर में दर्द-अकड़न जैसी समस्याएं देखने को मिलती हैं।

कोलेस्ट्रॉल के प्रकार: हमारे शरीर में दो तरह के कोलेस्ट्रॉल मौजूद होते हैं। पहला हाई डेंसिटी लिपोप्रोटीन (एचडीएल), यानी गुड कोलेस्ट्रॉल। यह हार्मोंस के स्राव को नियंत्रित करना, नर्वस सिस्टम के न्यूरांस को बनाना, विटामिन की पाचन क्रिया के साथ नई सेल्स की दीवारों और विटामिन डी को बनाने में भी मदद करता है।

दूसरा लो डेंसिटी लिपोप्रोटीन (एलडीएल), यानी बैड कोलेस्ट्रॉल। यह ब्लड वेसेल्स के अंदर की दीवारों में चिपककर उन्हें संकरा बना देता है, जिससे ब्लड फ्लो में रुकावट पैदा होने की वजह से हार्ट अटैक, ब्रेन स्ट्रोक, नजर का कमजोर होना और शरीर के कुछ भागों में हमेशा दर्द रहता है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के कारण : हमारे शरीर में 20 प्रतिशत बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा डायटरी, सैचुरेटेड और ट्रांस फैट से आती है, जैसे, रेड मीट, तेल, मक्खन और घी का अधिक मात्रा में सेवन करने से बढ़ता है। इसके अलावा 80 प्रतिशत फैट लिवर में तैयार होता है। मैदा, चीनी, चावल, सूजी, ओट्स, एल्कोहल, सॉफ्ट ड्रिंक्स और जंक फूड जैसी चीजों में कार्ब की मात्रा अधिक होने से लिवर इनमें मौजूद कार्ब्स को बैड कोलेस्ट्रॉल में बदल देता है। एक्सरसाइज न करना भी इसकी मात्रा बढ़ने की बड़ी वजह है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने के लक्षण : शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने पर आपको अलग-अलग लक्षण देखने को मिल सकते हैं। आंखों के सफेद हिस्से पर काले या भूरे रंग का घेरा नजर आना, शरीर में अकड़न, पसीना आना, दिल की धड़कन बढ़ने के साथ सीने, कंधे और गर्दन में दर्द होने जैसे लक्षण नजर आते हैं। बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा जरूरत से अधिक बढ़ने पर यह ब्लड वेसेल्स में जमा होकर प्लाक बनाता है, जिससे ब्लड फ्लो में रुकावट के कारण दिल का दौरा और ब्रेन स्ट्रोक होने का रिस्क बढ़ सकता है।

बचाव और उपचार के तरीके

बैड कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से संबंधित कोई भी लक्षण नजर आए तो लिपिड प्रोफाइल नामक जांच अवश्य कराएं। इससे शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल का पता लगाया जा सकता है। आमतौर पर स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल का लेवल 130 से कम होना चाहिए, अगर किसी की हार्ट की सर्जरी हुई है तो शरीर में इसका लेवल 100 से कम होना चाहिए। अगर किसी तरह के लक्षण नजर नहीं भी आते तब भी चालीस पार के लोगों को साल में एक से दो बार कोलेस्ट्रॉल लेवल की जांच जरूर करवानी चाहिए। बैड कोलेस्ट्रॉल के लेवल को कंट्रोल में रखने के लिए नियमित एक्सरसाइज और वॉकिंग करें। घी, तेल, मक्खन, मैदा और बाजार में बिकने वाले जंक फूड्स जैसी चीजों को अवॉयड करें। डॉक्टर की सलाह पर दवाओं की मदद से भी इसे कंट्रोल किया जा सकता है।

प्रस्तुतिः विनीता

खबर संक्षेप

बाढ़ और भूस्खलन की स्थिति पर जताई चिंता

सोनीपत। सीपीआई (एम) के जिला सचिव आनंद शर्मा ने कहा कि सीपीआईएम (माकपा) उत्तर भारत में बाढ़ और भूस्खलन की असाधारण स्थिति पर गहरी चिंता व्यक्त करती है। पंजाब, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, जम्मू कश्मीर, हरियाणा, राजस्थान और दिल्ली भारी बारिश, बाढ़ और भूस्खलन से जूझ रहे हैं।

साक्षरता दिवस पर विशेष प्रार्थना सभा आयोजित

सोनीपत। ब्राइट स्कॉलर स्कूल में सोमवार को कक्षा 6 के छात्रों ने अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस के उपलक्ष्य में एक विशेष सभा का नेतृत्व किया। एक विचारोत्तेजक भाषण और रचनात्मक प्रस्तुतियों के माध्यम से, उन्होंने एक उज्ज्वल और अधिक समावेशी भविष्य के निर्माण में साक्षरता की महत्वपूर्ण भूमिका पर जोर दिया। इस वर्ष की थीम, परिवर्तनशील विश्व में साक्षरता को बढ़ावा देना पर केंद्रित इस कार्यक्रम ने सभी को याद दिलाया कि साक्षरता केवल एक कौशल नहीं है, बल्कि परिवर्तन और प्रगति का एक शक्तिशाली साधन है।

प्रतियोगिता में 1500 खिलाड़ियों ने भाग लेकर दिखाई प्रतिभा

सीबीएसई जोन -2 तैराकी प्रतियोगिता में ब्राइट स्कॉलर स्कूल ओवरऑल विजेता

ऋषिकुल विद्यापीठ सोनीपत में किया गया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

ऋषिकुल विद्यापीठ सोनीपत में चार दिवसीय सीबीएसई तैराकी प्रतियोगिता का समापन किया गया। यह प्रतियोगिता 5 सितंबर से 8 सितंबर तक जारी रही। प्रतियोगिता में उत्तर भारत से लगभग 1500 प्रतिभागियों ने भाग लिया था। इस अवसर पर ऋषिकुल विद्यापीठ सोनीपत के चेयरमैन एसके शर्मा ने मुख्य अतिथि के रुप में शिरकत की। विद्यालय की प्राइमरी शाखा के विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। तैराकी प्रतियोगिता में ब्राइट स्कॉलर विद्यालय आवर आल विजेता रहा है, प्रतिभागियों को मुख्य अतिथि द्वारा सम्मानित किया गया। अतिथि ने सभी प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए कहा कि तैराकी शरीर में सभी मांसपेशियों की ताकत व मजबूती में सुधार करती है।

सोनीपत। प्रतियोगिता में विजेताओं को सम्मानित करते हुए अतिथि साथ में चेयरमैन एवं अन्य।

विजेता प्रतिभागियों को दी बधाई

विद्यालय के चेयरमैन एसके शर्मा ने सभी विजेता प्रतिभागियों का उत्साहवर्धन किया तथा बताया कि खेल हमारे जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। इससे शारीरिक तथा मानसिक विकास होता है तथा तनाव मुक्त जीवन जीने के लाभ मिलता है। विद्यालय के निदेशक धीरज शर्मा ने विजेता प्रतिभागियों को बधाई दी तथा बताया कि खेल अनुशासन का पर्याय हैं अतः खेलों के द्वारा हम अपने जीवन में अनुशासन का लाभ प्राप्त कर सकते हैं। सीबीएसई आब्जर्वर सुशील चौधरी एवं टेक्निकल आब्जर्वर सुधीर देशवाल ने प्रतियोगिता के समापन पर ऋषिकुल विद्यापीठ सोनीपत के प्रबंधन की सराहना की। कार्यक्रम के अंत में विद्यालय के प्रधानाचार्य उमेश शर्मा ने मुख्य अतिथि सहित सभी उपस्थित दर्शकों व प्रतिभागियों का धन्यवाद किया। इस अवसर पर एचआर मैनेजर अर्चना शर्मा, उप प्रधानाचार्या कृति चौधरी, मिडिल शाखा प्रभारी निशा शर्मा, प्राइमरी शाखा प्रभारी सुरभि व समस्त अध्यापक मौजूद रहे।

पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में छात्रा तमन्ना ने मारी बाजी

गोहाना। विजेता विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान करते हुए शिक्षकगण।

गोहाना। यूथ रेडक्रॉस क्लब द्वारा सोमवार को राजकीय महाविद्यालय बड़ौता में एड्स जागरूकता विषय पर पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता करवाई गई। प्रतिभागी विद्यार्थियों ने प्रतियोगिता के माध्यम से एड्स के प्रति जागरूकता संदेश दिया। अध्यक्षता प्राचार्य डॉ. अनिल कुमार ने की और संयोजन यूथ रेडक्रॉस क्लब प्रभारी डॉ. अनुराधा मलिक का रहा। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में कक्षा बीसीए की छात्रा तमन्ना अव्वल रही। इसी कक्षा की दूसरी छात्रा कीर्ति दूसरे व कक्षा बीएससी के छात्र मनदीप तीसरे स्थान पर रहे। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अनिल कुमार ने विजेता एवं उप विजेता विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान करके सम्मानित किया। उन्होंने विद्यार्थियों के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि युवाओं में जागरूकता ही एड्स रोकथाम का सबसे सशक्त साधन है।

विविध भाषाओं के ज्ञान के साथ हिंदी पर रखें मजबूत पकड़ : दिनेश

कन्या कॉलेज में हिन्दी सप्ताह का शुभारंभ

खरखौदा। निबंध प्रतियोगिता में भाग लेती प्रतिभागी छात्राएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ खरखौदा

कन्या महाविद्यालय खरखौदा में प्राचार्या डॉ. तराना नेगी की अध्यक्षता और इंचार्ज डॉ.दिनेश के निर्देशन में हिंदी विभाग द्वारा डॉ. प्रमिला और डॉ. विजयदीप के नेतृत्व में 14 सितंबर हिंदी दिवस के उपलक्ष में हिंदी सप्ताह कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। हिंदी सप्ताह के अंतर्गत साप्ताहिक कार्यक्रमों में हिंदी निबंध लेखन, नारा लेखन, पोस्टर बनाओ, हिंदी कहानी वचन, मुहावरा लेखन हिंदी कविता पाठ और भाषण आदि प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा। हिंदी सप्ताह 8 सितंबर से 13 सितंबर तक मनाया जाएगा। इसी कड़ी में सोमवार को विभाग प्रभारियों द्वारा हिंदी निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसका विषय हिंदी भाषा और संस्कृति तथा विश्व स्तर पर हिंदी की लोकप्रियता रखा गया।

25 छात्राओं ने हिस्सा लिया

हिंदी सप्ताह आयोजन का मुख्य उद्देश्य हिंदी भाषा के संवर्धन के साथ-साथ छात्राओं में हिंदी भाषा के प्रति प्रेम और सम्मान की भावना जागृत करना है। निबंध लेखन प्रतियोगिता में महाविद्यालय की बी.ए, बीसीए, एम ए ज्योग्राफी से 25 छात्राओं ने हिस्सा लिया। प्रतियोगिता का परिणाम 13 सितंबर को घोषित किया जाएगा।

हिन्दी भाषा का महत्व बताया

इस अवसर पर डॉ. दिनेश ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को विविध भाषाओं का ज्ञान प्राप्त करने के साथ ही अपनी भाषा के प्रति आदर और सम्मान रखने के साथ-साथ उस पर मजबूत पकड़ भी रखनी चाहिए। हम विदेशी भाषाओं का ज्ञान प्राप्त करते हैं यह अच्छी बात है, जो हमारे प्रोफेशनल विकास के काम आती है।

स्वामी शिवानंद सरस्वती की 138वीं जयंती मनाई

वेदांत के महान आचार्य थे स्वामी शिवानंद सरस्वती

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

शहर के मुख्य बाजार स्थित सनातन धर्म मंदिर में सोमवार को स्वामी शिवानंद सरस्वती की138वीं जयंती मनाई गई। समारोह में नागरिकों ने स्वमी शिवानंद सरस्वती के चित्र पर पुष्प अर्पित करके श्रद्धांजलि दी। मुख्य वक्ता आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के प्रदेश प्रचार मंत्री डॉ. समुद्र दास ने कहा कि स्वामी शिवानंद सरस्वती वेदांत के महान आचार्य और सनातन धर्म के विख्यात नेता थे। उन्होंने अपने जीवन को समाजसेवा में समर्पित कर दिया। वे मुख्य रूप से अपने मानवतावादी संदेश, योग और वेदांत दर्शन के क्षेत्र में योगदान और आध्यात्मिक साहित्य के विशाल प्रसार के कारण प्रसिद्ध हुए।

गोहाना। स्वामी शिवानंद सरस्वती के चित्र पर पुष्प अर्पित करते हुए नागरिक।

कठिन तपस्या सहित लिखी हजारों पृष्ठों की किताबें

स्वामी शिवानंद सरस्वती ने ऋषिकेश में कठिन तपस्या की और हजारों पृष्ठों की किताबें लिखी। जयंती समारोह के अध्यक्षता मदनलाल अत्री ने की। उन्होंने कहा स्वामी शिवानंद सरस्वती ने दिव्य जीवन संघ की स्थापना की जिससे उनका ज्ञान और शिक्षाएं विश्व भर में फैली। उनका जन्म 8 सितंबर 1887 को तमिलनाडु में हुआ था। समारोह के लिए मार्गदर्शन मोर्चे के मुख्य संरक्षक आजाद सिंह दांगी का रहा। इस अवसर पर मास्टर रमेश मेहता, हरभगवान चोपड़ा, सतपाल खुराना, कालूराम लूथरा, साहिल, विजय, सुरेश, पिंकी व सुभाष सहित अन्य नागरिक उपस्थित रहे।

सोनीपत। कार्यक्रम में पहुंचें कांग्रेस जिलाध्यक्ष कमल दिवान एवं अन्य।

धार्मिक आयोजन समाज में प्रेम व एकता का संदेश देते हैं : दिवान

सोनीपत। तारानगर स्थित श्रद्धानंद आश्रम में आयोजित श्रीमद् भागवत कथा समारोह में शहरी कांग्रेस कमेटी सोनीपत के जिला अध्यक्ष कमल दिवान ने शिरकत की। इस अवसर पर उन्होंने स्वामी शिव प्रेमानंद पुरी महाराज से आशीर्वाद प्राप्त किया। समारोह को संबोधित करते हुए महामंडलेश्वर स्वामी शिव प्रेमानंद पुरी महाराज ने भागवत कथा के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि जीवन में धर्म, सेवा और सत्संग का विशेष स्थान है। कथा श्रवण से व्यक्ति के जीवन में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है और आत्मिक शांति प्राप्त होती है। इस मौके पर कमल दिवान ने कहा कि धार्मिक आयोजन समाज में प्रेम, एकता और सद्भाव का संदेश देते हैं। उन्होंने श्रद्धानंद आश्रम परिवार और आयोजन समिति का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि ऐसे कार्यक्रमों से सामाजिक जीवन और अधिक मजबूत बनता है।

विश्वकर्मा पूजन को लेकर राज मिस्त्री एकता समिति की बैठक

- विधायक देवेन्द्र कादियान होंगे पूजन समारोह के मुख्यातिथि : प्रेमचंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

समस्त विश्वकर्मा राज मिस्त्री एकता समिति गन्नौर की बैठक 17 सितम्बर को विश्वकर्मा पूजन को लेकर हुई। जिसमें समिति के प्रधान सतीश ने अध्यक्षता की और बैठक संचालन प्रेमचंद ठेकेदार ने किया। प्रेमचंद ठेकेदार ने बताया कि विश्वकर्मा पूजन कार्यक्रम में विधायक देवेन्द्र कादियान बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे। इसके बाद भंडारे का आयोजन किया जाएगा। प्रेमचंद ठेकेदार ने बताया कि कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर सभी समिति के सदस्य लगे हुए है। नरेश उर्फ दिलावर ने बताया कि विश्वकर्मा पूजन कार्यक्रम एक औद्योगिक और पारंपरिक त्योहार है, हर साल कन्या संक्रांति के दिन मनाया जाता है। इस दिन शिल्पकार, कारीगर और अन्य पेशेवर अपने कार्यस्थल, औजारों और मशीनों की पूजा करते हैं। पूजा विधि में सुबह स्नान कर घर और कार्यस्थल को साफ करना, भगवान विश्वकर्मा की मूर्ति या चित्र स्थापित करना, और धूप, दीप, फूल, फल व प्रसाद अर्पित करना है। इस मौके पर नरेश कुमार, पलटूराम, नंदकिशोर आदि मौजूद थे।

गन्नौर। विश्वकर्मा पूजन कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर बैठक करते हुए।

गीता विद्या मंदिर में साक्षरता दिवस मनाया

गोहाना। गीता विद्या मंदिर गोहाना में साक्षरता दिवस मनाया गया। छात्रा हर्षिता ने इस दिवस के उद्देश्य को स्पष्ट करते हुए कहा कि आधुनिक समय में सिर्फ पढना-लिखना पर्याप्त नहीं, डिजिटल जानकारी को समझने, मूल्यांकन करने, सुरक्षित रूप से उपयोग करने और डिजिटल दुनिया में सहभागिता करने का कौशल भी उतना ही महत्वपूर्ण है। विभाग प्रमुख दीपक कपूर ने कहा कि हर छात्र डिजिटल साक्षरता प्राप्त करे तो वही भविष्य की चुनौतियों का सामना करने में सक्षम होगा। एक सशक्त समाज का निर्माण इसी से संभव है। प्राचार्य अश्विनी कुमार ने कहा कि डिजिटल युग में साक्षरता का दायरा व्यापक हुआ है। इस वर्ष की थीम भी-डिजिटल युग में साक्षरता को बढ़ावा देने विषय पर आधारित है।

भव्यता के साथ मनाई जाएगी शहीद भगत सिंह की जयंती

गोहाना। शहीद-ए-आजम भगत सिंह की जयंती 27 सितम्बर को गोहाना के शहीद मदनलाल धींगड़ा स्टेडियम में भव्यता के साथ मनाई जाएगी। समारोह की तैयारियों को लेकर सोमवार को सरदार भगत सिंह के पौत्र और शहीद भगत सिंह ब्रिगेड के राष्ट्रीय अध्यक्ष यादवेंद्र सिंह संधू स्टेडियम में पहुंचे। वहां पंजाबी महासभा के अध्यक्ष इंद्रजीत विरमानी ने उनका स्वागत किया। यादवेंद्र सिंह संधू ने शहीद भगत सिंह जयंती समारोह को लेकर विस्तारपूर्वक चर्चा की। उनके अनुसार इस कार्यक्रम में एक किलोमीटर लम्बे राष्ट्र ध्वज तिरंगे के साथ सामूहिक रूप से वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने का काम करेंगे। कार्यक्रम में हजारों की संख्या में विभिन्न संगठनों के सदस्य और विद्यार्थी भाग लेंगे। इस अवसर पर शहीद भगत सिंह ब्रिगेड और सज्जन सेवा संघ से मास्टर राजेश लठवाल चिड़ाना, जीतू पहलवान जागसी, रणजीत सिंह बेदी, विपिन झा, इरशाद कुरैशी, डॉ0. राजपाल देशवाल, यश लठवाल और अनेक युवा साथी उपस्थित रहे।

छात्रा रिया ने स्पार्क प्रोजेक्ट किया पूर्ण

रिया को सीसीआरएएस की ओर से स्वीकृति एवं फंडिंग सैंक्शन लेटर प्राप्त हुआ

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय (विवि), खानपुर कलां के माडू सिंह मेमोरियल आयुर्वेद संस्थान की बीएएमएस तृतीय प्रोफेशनल वर्ष की छात्रा रिया यादव ने केंद्रीय आयुर्वेदिक विज्ञान अनुसंधान परिषद (सीसीआरएएस), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा प्रायोजित स्टूडेंटशिप प्रोग्राम फॉर आयुर्वेदा रिसर्च केन (स्पार्क) प्रोजेक्ट को सफलतापूर्वक पूर्ण कर लिया। सीसीआरएएस की ओर से छात्रा को स्वीकृति एवं फंडिंग सैंक्शन लेटर प्राप्त हुआ है, जिसके अंतर्गत उनके शोध कार्य हेतु वित्तीय सहायता जारी की गई है । आयुर्वेद संस्थान के प्राचार्य डॉ. ए पी नायक ने बताया कि छात्रा रिया यादव ने अपने शोध शीर्षक दिवसीय एवं छात्रावास में रहने वाली छात्राओं में पुरीषवह

गोहाना। छात्रा रिया यादव को प्रोत्साहित करते महिला विवि की कुलपति प्रो. सुदेश व अन्य।

स्त्रोतोदुष्टि (फंक्शनल कॉन्स्टिपेशन) का तुलनात्मक अध्ययनः प्रकृति, आहार-विहार एवं तनाव का प्रभाव पर कार्य किया। यह प्रोजेक्ट स्नातकोत्तर द्रव्यगुण विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. नरेश भार्गव के निर्देशन में सम्पन्न हुआ। विवि की कुलपति प्रो. सुदेश ने रिया को बधाई दी।

सोनीपत। जीवीएम गर्ल्स कॉलेज में एनएसएस की छात्राएं चयन प्रक्रिया में हिस्सा लेते हुए।

एनएसएस की छात्राओं के लिए प्री-रिपब्लिक डे चयन प्रक्रिया आयोजित

सोनीपत। राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित की जाने वाली गणतंत्र दिवस की परेड के लिए जीवीएम गर्ल्स कालेज में एनएसएस की छात्राओं के लिए प्रारंभिक स्तर की चयन प्रक्रिया का आयोजन किया गया, जिसमें चार छात्राओं का चयन किया गया। संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी व प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने चयनित छात्राओं को बधाई दी। जीवीएम की एनएसएस इकाई की कार्यक्रम अधिकारी रूचिका विरमानी ने बताया कि प्री-रिपब्लिक डे के लिए चयन प्रक्रिया की शुरुआत हो चुकी है, जिसके तहत पहले यूनिट लेवल पर छात्राओं का चयन किया जाना है। इस दौरान रीमा, मुस्कान, कोमल और लेखा का चयन किया गया। चयन प्रक्रिया रूचिका विरमानी व डा. मनीता के निर्देशन में संपूर्ण हुई।

प्रतियोगिता खंड स्तरीय हिंदी पखवाड़ा प्रतियोगिता का किया आयोजन

विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राओं ने उत्साहपूर्वक लिया भाग

हिन्दी भाषा केवल संवाद का माध्यम नहीं, बल्कि हमारी संस्कृति व परंपराओं की संवाहक भी : राजीव

हरिभूमि न्यूज ▶▶ खरखौदा

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खाण्डा में सोमवार को खण्ड स्तरीय हिंदी पखवाड़ा प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसका शुभारम्भ विद्यालय प्राचार्य राजीव कुमार द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि हिंदी हमारी पहचान और गौरव की भाषा है। यह केवल संवाद का माध्यम नहीं, बल्कि हमारी संस्कृति और परंपराओं की संवाहक भी है।

खरखौदा। हिंदी पखवाड़ा प्रतियोगिता में भाग लेते विद्यार्थी।

विभिन्न विषयों पर प्रभावशाली प्रस्तुतियां दी

प्रतियोगिता में खण्ड के विभिन्न विद्यालयों के छात्र-छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इसे तीन श्रेणियों में आयोजित किया गया। कक्षा 4 व 5 : मेरी प्यारी मातृभाषा, मातृभाषा का महत्व एवं मातृभाषा की विशेषताएँ विषयों पर भाषण और निबंध लेखन। कक्षा 6 से 8 में हिंदी भाषा और रोजगार, हिंदी भाषा का उद्भव और विकास एवं मातृभाषा के प्रति मेरी जिम्मेदारी विषयों पर प्रतियोगिताएं। कक्षा 9 से 12 में देवनागरी हिंदी बनाम रोमन हिंदी, हिंदी एक वैज्ञानिक भाषा एवं राजभाषा हिंदी : दशा और दिशा विषयों पर प्रभावशाली प्रस्तुतियां। इसके अतिरिक्त निबंध लेखन, नारा लेखन, व्याकरण आधारित प्रश्नोत्तरी, स्वरचित कहानी एवं कविता लेखन, चित्र देखकर लेखन आदि प्रतियोगिताएं भी सम्पन्न हुईं, जिनमें प्रतिभागियों ने अपनी रचनात्मकता और भाषाई कौशल का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। निर्णायक मंडल ने प्रतिभागियों का मूल्यांकन करते हुए परिणाम घोषित किए। विजेताओं को प्रमाण पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया।

प्रमाण पत्र भेंट किया

चयनित प्रथम स्थान प्राप्त छात्र-छात्राएं अब जिला स्तरीय प्रतियोगिता में खण्ड का प्रतिनिधित्व करेंगे। मेजबान विद्यालय प्राचार्य राजीव कुमार ने विजेताओं को बधाई दी और विद्यार्थियों को हिंदी भाषा के अधिकाधिक प्रयोग हेतु प्रेरित किया। कार्यक्रम में निर्णायक मंडली, खण्ड संसाधन समन्वयक कार्यालय खरखौदा से बीआरपी एवं एबीआरसी, विभिन्न विद्यालयों के अध्यापकगण एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

प्रधानमंत्री से खून के धंधे पर रोक लगाने की अपील

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

सेफ इंडिया फाउंडेशन सोनीपत के अध्यक्ष संजय सिंगला ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पत्र लिखकर रक्तदान से जुड़े अव्यवस्थित प्रावधानों पर चिंता जताई है। उन्होंने कहा कि रक्तदाता इंसानियत और सेवा भाव से खून दान करता है, लेकिन सरकारी ब्लड बैंक एक यूनिट पर लगभग 1050 रुपये और निजी ब्लड बैंक 1450 रुपये तक प्रोसेसिंग फीस वसूलते हैं। रक्त का कोई मूल्य नहीं होना चाहिए और मरीजों से इस अनमोल दान का चार्ज लेना गलत है। उन्होंने यह भी कहा कि ब्लड डोनर कार्ड हर ब्लड बैंक में मान्य होना चाहिए और अस्पतालों को मरीजों पर दबाव डालकर नया रक्तदाता बुलाने की प्रथा बंद करनी चाहिए। उन्होंने प्रधानमंत्री से अपील की है कि खून को व्यावसायिक धंधा बनने से रोकने के लिए ठोस कानून बनाया जाए ताकि रक्तदान की असली भावना सुरक्षित रहे।

सूचना

मैं, सोनू पुत्र श्री भाना राम निवासी प्रेम नगर, गोहाना, तहसील गोहाना, जिला सोनीपत बयान करता हूं कि मेरा पुत्र आदित्य मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

खरखौदा। बस्ती के लोगों की समस्या सुनते विधायक पवन खरखौदा।

पिपली की बस्ती का पानी निकाला जाना हुआ संभव

खरखौदा। सोमवार को विधायक पवन खरखौदा ने पीपली गांव के राजकीय महाविद्यालय के पीछे बसी बस्ती का दौरा किया। बस्ती में लोगों के घरों के चारों तरफ बारिश का पानी भरा हुआ है। जिसके कारण वहां रहने वाले लोगों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। विधायक पवन खरखौदा ने तुरंत बस्ती के पानी को निकालने के लिए उच्च अधिकारियों से संपर्क करके तुरंत पानी निकासी के निर्देश दिए हैं। इसके बाद अधिकारियों ने बंद पड़े नाले को जेसीबी से खुदवाकर पानी निकासी करने का कार्य शुरू कर दिया है।

बारिश से तबाही, प्रशासन पर लापरवाही के आरोप

सोनीपत। लगातार बारिश के चलते जिले के कई गांवों में पानी भर गया है, जिससे किसानों को भारी नुकसान झेलना पड़ रहा है। परेशान लोगों ने सोमवार को लघु सचिवालय पहुंचकर प्रशासन को मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। इस दौरान जिला पार्षद संजय बड़वासनिया ने प्रशासन पर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा कि समय रहते ड्रेन की सफाई नहीं करवाई गई और सिर्फ खानापूर्ति की गई।

ठेका लेने वाली कंपनी ने पूरी टीम के साथ कार्य की गति को तेज किया

नागरिक अस्पताल में रिपेयरिंग का काम जारी, मरीजों को झेलनी पड़ रही परेशानी

■ अस्पताल परिसर में सड़क, शौचालय, छत सहित अन्य पर होने है करोड़ों रुपये खर्च

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

जिले के नागरिक अस्पताल में मरम्मत कार्य को अब युद्धस्तर पर शुरू कर दिया गया है। अस्पताल की इमारत काफी पुरानी होने के कारण कई हिस्सों में दरारें आने लगी थी और छतों से पानी रिसने जैसी समस्याएं सामने आ रही थीं। प्रबंधन की ओर से बार-बार इस संबंध में स्वास्थ्य विभाग को अवगत कराया गया था, जिसके बाद करोड़ों रुपये की लागत से मरम्मत कार्य कराने की मंजूरी दी गई। संबंधित कंपनी व ठेकेदार ने अस्पताल परिसर में कार्य को शुरू कर दिया है। जगह-जगह से सड़क उखाड़ने व ओपीडी में फर्श उखाने के लिए चलते मरीजों को परेशानी का सामना करने पर मजबूर होना पड़ रहा है।

बता दें कि नागरिक अस्पताल की इमारत काफी पुरानी हो चुकी है। बारिश होने पर आपातकालीन कक्ष से लेकर ओपीडी व शिशु वार्ड में छत से जगह-जगह से पानी टपकने लगता है। जिसके चलते स्वास्थ्य कर्मचारियों के साथ अस्पताल में उपचार के लिए आए मरीजों व उनके परिजनों को परेशानी का सामना करने पर मजबूर होना पड़ता है। प्रबंधन की तरफ से इमारत की रिपेयरिंग को लेकर उच्च अधिकारियों को पत्राचार कर अवगत करवाया। जिसके बाद अस्पताल में स्पेशल रिपेयरिंग के तहत कार्य करने की मंजूरी मिल पाई। मरम्मत कार्य के तहत अस्पताल परिसर के अंदर सड़कों, शौचालयों, छतों और स्पेशल रिपेयरिंग का काम शामिल है। ओपीडी के बाहर पुराने फर्श और दीवारों की तोड़फोड़ का काम भी शुरू कर दिया गया है। ठेका लेने वाली कंपनी ने पूरी टीम के साथ कार्य की गति तेज कर दी है ताकि यह काम जल्द से जल्द पूरा हो सके। हालांकि मरम्मत कार्य के चलते मरीजों और उनके परिजनों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। ओपीडी में आने वाले मरीजों को धूल और शोरगुल के बीच इलाज कराना पड़ रहा है। अस्पताल के कुछ हिस्सों में अस्थायी रूप से रास्ते बंद किए गए है। अस्पताल प्रशासन ने मरीजों की सुविधा के लिए वैकल्पिक व्यवस्था करने का प्रयास किया है, लेकिन भीड़ अधिक होने के कारण परेशानियां कम नहीं हो पा रही है।

सोनीपत। रिपेयरिंग के लिए उखाड़ी गई सड़क, ओपीडी में फर्श व शौचालय में कार्य करते हुए ठेकेदार के कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

कितना कहा होना है खर्च

मिली जानकारी के अनुसार नागरिक अस्पताल में स्पेशल रिपेयरिंग का बजट सरकार की तरफ से जारी किया गया है। जिसमें स्पेशल रिपेयरिंग में करीब चार करोड़ रुपये, शौचालय रिपेयरिंग के लिए 66.50 लाख रुपये, परिसर में सड़कों की मरम्मत पर एक करोड़ 18 लाख रुपये, छतों की रिपेयरिंग के लिए 25. 34 लाख रुपये खर्च होने है।

स्पेशल रिपेयरिंग का बजट मिला

अस्पताल में मरीजों की सुविधा को बढ़ाने के लिए प्रबंधन की तरफ से समय- समय पर जरूरी कदम उठाने का कार्य किया जाता है। शुरुआत के समय में अस्पताल में मात्र 100 बेड की सुविधा थी। मौजूदा समय पर 200 बेड की सुविधा अस्पताल में मौजूद है। वहीं 100 बेड का मातृ एवं शिशु विंग अलग से परिसर में तैयार होनी है। ईमारत पूरानी होने के चलते परेशानियां आने लगी थी। जिससे उच्च अधिकारियों को अवगत करवाया गया। स्पेशल रिपेयरिंग का बजट मिला है। जिसके बाद से कार्य को शुरू कर दिया गया है।

-डा. संदीप लठवाल, मीडिया नोडल अधिकारी नागरिक अस्पताल

गन्नौर। पबनेरा में किसानों से मिल कर उनकी समस्याएं सुनते भाजपा नेता देवेंद्र कौशिक।

भाजपा नेता ने पबनेरा घाट का दौरा किया किसानों को हरसंभव मदद का भरोसा

गन्नौर। यमुना नदी में जलस्तर बढ़ने के बाद किसानों को हुए नुकसान का जायजा लेने के लिए सोमवार को भाजपा नेता देवेंद्र कौशिक ने पबनेरा घाट का दौरा किया। उन्होंने ग्रामीणों से बातचीत कर उनकी समस्याएं सुनीं और किसानों को आश्वस्त किया कि किसी भी सूरत में उनकी परेशानियों को अनदेखा नहीं किया जाएगा। कौशिक ने कहा कि किसान देश की रीढ़ हैं, इनकी परेशानी में सहयोग करना हम सबकी जिम्मेदारी है। सरकार व संगठन प्रभावित परिवारों के साथ खड़े हैं और हरसंभव सहायता प्रदान करेंगे। साथ ही उन्होंने उपायुक्त सुशील सारवान से फोन पर बात कर प्रशासन की तरफ से पीड़ित किसानों को हर संभव मदद करने की अपील की। कौशिक ने कहा कि समाज के हर वर्ग का कर्तव्य है कि प्राकृतिक आपदा जैसी परिस्थितियों में एक-दूसरे की मदद करें। उन्होंने भाजपा कार्यकर्ताओं से भी अपील की कि वे बाढ़ प्रभावित परिवारों तक जाकर हर संभव सहयोग सुनिश्चित करें। इस मौके पर सरपंच प्रतिनिधि प्रदीप, मंडल अध्यक्ष गौरव कामरा, राजकुमार जांगड़ा और डा. हरी पबनेरा भी मौजूद रहे।

गन्नौर। घसौली गांव में ग्रामीणों के साथ इनेलो हल्का अध्यक्ष बिजेंद्र शेखपुरा व खेल प्रकोष्ठ के जिला अध्यक्ष सुनील ढाका। फोटो : हरिभूमि

इनेलो ने सम्मान दिवस में पहुंचने का दिया न्योता

गन्नौर। इनेलो नेताओं ने सोमवार को घसौली, ग्यासपुर और पबनेरा गांवों में पहुंचकर ग्रामीणों से मुलाकात की। उन्होंने कहा कि इनेलो हमेशा किसानों, मजदूरों और आम जनता की आवाज बुलंद करती आई है। मौजूदा समय में प्रदेश की जनता महंगाई, बेरोजगारी और किसानों की समस्याओं से जूझ रही है। ऐसे में जनता को मजबूत विकल्प देने के लिए इनेलो मैदान में उतरी है। नेताओं ने विशेष रूप से ग्रामीणों से आह्वान किया कि वे आगामी 25 सितंबर को रोहतक में चौधरी देवीलाल के जन्मदिवस पर आयोजित सम्मान दिवस में पहुंचकर इनेलो के जनसंघर्ष में अपनी भागीदारी सुनिश्चित करें। इस अवसर पर इनेलो हल्का अध्यक्ष बिजेंद्र शेखपुरा, खेल प्रकोष्ठ के जिला अध्यक्ष सुनील ढाका, युवा हल्का अध्यक्ष आशू त्यागी, हैप्पी, राजेंद्र, अनिल, सत्ता, अतुल, रौनक, गौरव व मोहित मौजूद रहे।

खरखौदा। शिविर के समापन अवसर पर सेवाभावी प्रशिक्षिणार्थी। फोटो : हरिभूमि

सेवाभावी ग्राम विकास का आधार : अग्रवाल

खरखौदा। सूर्या साधना स्थली झिंझौली में चल रहे पांच दिवसीय सेवाभावी प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न हो गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि पद्मश्री जयप्रकाश अग्रवाल, वेद, मुकेश त्रिपाठी, सूर्या फाउंडेशन के वाइस चेयरमैन हेमंत शर्मा, रामबरण उर्फ काका जी, आदर्श गांव योजना प्रमुख प्रमोद आसरे, सूर्या फाउंडेशन के ट्रस्टी कामेश्वर उपस्थित रहे। शिविर में सात राज्य- हरियाणा, उत्तरप्रदेश, गुजरात, मध्यप्रदेश, राजस्थान उत्तराखंड और आंध्रप्रदेश से 62 सेवाभावी उपस्थित रहे। शिविर के तीसरे दिन सूर्या फाउंडेशन - आदर्श गांव योजना द्वारा सूर्या साधना स्थली, झिंझौली में निःशुल्क होम्योपैथिक स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें होमियोपैथी के डॉ. अरुण जैन, डॉ. मुक्ता गर्ग व डॉ. सुनीता गुप्ता ने लगभग 100 लोगों की जाँच की व परामर्श दिया। फाउंडेशन की ओर से आदर्श गांव योजना प्रमुख प्रमोद आसरे, ट्रस्टी कामेश्वर और कृषि एवं डेरी प्रमुख गौतम, भंवर सिंह ने डॉक्टर्स को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया।

संदिग्ध हालत में फंदे से लटका मिला व्यक्ति का शव

सोनीपत। कुंडली थाना क्षेत्र की प्रेम कॉलोनी में किराए के मकान पर रह रहे व्यक्ति ने संदिग्ध हालत में फंदे से लटककर अपनी जीवन लीला समाप्त कर ली। मामले की सूचना मिलते ही मौके पर पहुंची पुलिस ने जरूरी नमूने एकत्रित कर शव को कब्जे में लेकर नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। यूपी हाल में प्रेम कॉलोनी निवासी महिला ने बताया कि उसका पति अवधेश कुमार (45) मेहनत-मजदूरी का काम करता है। वह काफी दिनों से मानसिक परेशान चल रहा था। मानसिक परेशानी के चलते उसे कमरे के अंदर फंदे से लटककर अपनी जीवन लीला समाप्त कर ली।

गोहाना। प्रो. सुषमा जोशी छात्राओं को शपथ दिलाते हुए। फोटो : हरिभूमि

शिक्षा से ही मिट सकता है अज्ञानता का अंधकार : प्रो. सुदेश

गोहाना। भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट आफ हायर लर्निंग में सोमवार को अंतरराष्ट्रीय साक्षरता दिवस पर छात्राओं को पूर्ण साक्षरता की शपथ दिलाई। विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. सुदेश ने कहा कि यह दिन हमें याद दिलाता है कि शिक्षा ही असली शक्ति है, जो अज्ञान के अंधकार को मिटाकर हमें आत्मनिर्भर और सशक्त बनाती है। साक्षरता केवल पढना-लिखना भर नहीं है, बल्कि यह जीवन को सही दिशा देने वाली रोशनी है। प्राचार्य प्रो. सुषमा जोशी ने छात्राओं को शपथ दिलाई। उन्होंने कहा कि सभी को साक्षर करने के लिए टीच वन इच वन की प्रतिज्ञा के साथ काम करना होगा। कार्यक्रम में स्वयंसेविकाओं ने भाग लिया। इस मौके पर कार्यक्रम अधिकारी प्रो. नूतन, डा. नितिका, डा. परविंद्र, डा. प्रीति, डा. विजय मलिक, संदीप रहे।

15 वर्ष की हिति बंसल को विधानसभा अध्यक्ष कल्याण ने किया सम्मानित

सोनीपत। शिक्षा, प्रतिभा और नवाचार का अनोखा संगम उस समय देखने को मिला जब शिवा शिक्षा सदन की मेधावी छात्रा हिति बंसल को हरियाणा विधानसभा के अध्यक्ष डॉ. हरविंदर कल्याण ने सम्मानित किया। हिति मात्र 15 वर्ष की आयु में वह कर दिखाने में सफल रही हैं, जो कई लोग वर्षों में भी नहीं कर पाते। उन्होंने युवाओं को अपनी बात और विचार समाज तक पहुँचाने के उद्देश्य से एक विशेष मंच की स्थापना की।इस मंच पर युवा अपनी राय स्वतंत्र रूप से साझा कर सकते हैं। यहां शिक्षा, महिला सशक्तिकरण, सतत विकास, विज्ञान, प्रौद्योगिकी, साहित्य और सामाजिक मुद्दों जैसे विषयों पर नए दृष्टिकोण सामने आते हैं। यह पहल विशेष रूप से उन युवाओं के लिए महत्त्वपूर्ण है जिन्हें सामान्यतः अभिव्यक्ति का अवसर नहीं मिल पाता। सम्मान समारोह के अवसर पर डॉ. हरविंदर कल्याण ने कहा कि युवा पीढ़ी ऊर्जा और नवाचार की प्रतीक है। पढ़ाई में भी हिति ने उत्कृष्ट उपलब्धियां हासिल की हैं। हाल ही में आयोजित गणित प्रतियोगिता में उन्होंने राज्य स्तर पर 9वां तथा अंग्रेजी प्रतियोगिता में 5वां स्थान प्राप्त किया। इसके लिए उन्हें 'द्वितीय स्तर विजेता' का सम्मान मिला।

जनता की समस्याएं सुनने और समाधान के लिए विधायक कादियान ने लगाया जनता दरबार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

समस्याओं को मौके पर सुनकर तत्काल समाधान करने के उद्देश्य से गन्नौर हलके के निर्दलीय विधायक देवेंद्र कादियान ने सोमवार को अपने कार्यालय परिसर में नियमित साप्ताहिक जनता दरबार लगाया। काफी संख्या में ग्रामीण और शहरवासी अपनी-अपनी शिकायतें लेकर पहुंचे। दरबार में बिजली, पानी की समस्या, नाली सफाई, पीएम आवास योजना, पेंशन और पीपीपी से जुड़ी शिकायतें प्रमुख रहीं।

मौके पर बिजली निगम, जल आपूर्ति, नगरपालिका, बीडीपीओ सहित अन्य विभागों के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे। विधायक ने अधिकांश मामलों में तत्काल कार्रवाई के आदेश दिए और कई शिकायतें मौके पर ही निपटाईं। विधायक कादियान ने कहा, मैं हर सोमवार खुद जनता के बीच बैठता हूं ताकि लोगों को विभागों के चक्कर न काटने पड़ें। क्षेत्र की हर छोटी-बड़ी समस्या मेरी अपनी है और उसे हल करवाना मेरा फर्ज है। उन्होंने बताया कि विधानसभा के बीते सत्रों में उन्होंने हलके से जुड़े कई अहम मुद्दे उठाए हैं।

इस अवसर पर रामेश्वर सैनी, ओमप्रकाश वाल्मीकि, ओमबीर, गुरदीप, सोनू पांचाल, पाल कश्यप, रमेश, सुरेश आदि मौजूद रहे।

गन्नौर। विधायक देवेन्द्र कादियान जनता दरबार में लोगों की समस्या सुनते हुए।

ट्रैक्टर-डंपर का उद्घाटन

ग्राम पंचायत समसपुर गामड़ा में सरपंच गुरमेल धनखड़ की पहल पर शहरी तर्ज पर स्वच्छता बनाए रखने के लिए एक स्कीम के तहत करीब 5 लाख की लागत से खरीदे गए ट्रैक्टर-डंपर का उद्घाटन विधायक देवेंद्र कादियान ने ग्रामीणों की मौजूदगी में किया। विधायक ने कहा, स्वच्छता हमारे जीवन का अहम हिस्सा है और इसे नियमित बनाए रखना जरूरी है। सभी ग्रामीण स्वच्छता के महत्व को समझें और अपने गांव को स्वच्छ-सुंदर बनाएं।

गोहाना। मोर्चा की महिला पदाधिकारियों के साथ डॉ. रीटा शर्मा। फोटो : हरिभूमि

भाजपा महिला मोर्चा लगाएगा स्वास्थ्य जांच शिविर : रीटा

■ सेवा पखवाडा अभियान के लिए गोहाना भाजपा जिला कार्यकारिणी की बैठक आयोजित

गोहाना। सहकारिता मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा की पत्नी डॉ. रीटा शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन से प्रारंभ हो रहे सेवा पखवाड़ा अभियान में भाजपा महिला मोर्चा गोहाना जिला में योजनाबद्ध तरीके से नवरात्रों के दौरान मंदिरों में स्वच्छता अभियान चलाएगा। मोर्चा द्वारा एक पेड मां के नाम अभियान के तहत हर घर पौधारोपण के साथ-साथ स्वास्थ्य जांच शिविर भी आयोजित किए जाएंगे। भाजपा महिला मोर्चा की जिला कार्यकारिणी की बैठक सोनीपत रोड स्थित सिंचाई विश्राम गृह में आयोजित हुई।

महिला मोर्चा जिलाध्यक्ष रीना शर्मा ने ने डॉ. रीटा शर्मा व मुख्य वक्ता बलराम कौशिक व ज्योति गोयल का पुष्पगुच्छ देकर स्वागत किया। डॉ. रीटा शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बीते 11 साल के दौरान नारी शक्ति को सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक दृष्टि से मजबूत बनाने के ऐतिहासिक कदम उठाए हैं। आज महिलाएं अपनी प्रतिभा और क्षमता की बदौलत देश का अंतरराष्ट्रीय मंच पर डंका बजा रही हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन 17 सितंबर से राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के जन्मदिन 2 अक्टूबर तक चलने वाले सेवा पखवाड़ा के दौरान भाजपा महिला मोर्चा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की नीतियों को न केवल जन-जन तक पहुंचाते हुए जागरूकता अभियान चलाएगा।

सड़क हादसे में 6 वर्षीय बच्चे की मौत

सोनीपत। सोनीपत-बहालगढ़ रोड पर एक निजी अस्पताल के सामने हुए दर्दनाक सड़क हादसे में 6 वर्षीय बच्चे की मौत हो गई। बच्चा अपनी चाची के साथ सड़क पार कर रहा था। अपना हाथ छुड़ाकर सड़क पार करने लगा। उसी दौरान मोटरसाइकिल की चपेट में आ गया। मृतक की पहचान शिवम, निवासी तिलक नगर, भोंगलपुर, बिहार के रूप में हुई है। पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। मिली जानकारी के अनुसार, शिवम अपनी चाची के साथ सड़क पार कर रहा था। इसी दौरान अचानक उसने अपनी चाची का हाथ छुड़ा लिया और सड़क की ओर भागने लगा। तभी तेज रफ्तार से आ रही एक मोटरसाइकिल की चपेट में आने से वह गंभीर रूप से घायल हो गया। मौके पर मौजूद लोगों ने तुरंत बच्चे को पास के अस्पताल में भर्ती कराया। हालत नाजुक होने के कारण उसे तुरंत उपचार दिया गया, डॉक्टरों ने उसे बचाने की पूरी कोशिश के बावजूद इलाज के दौरान उसकी मौत हो गई। सूचना मिलते ही बहालगढ़ थाना पुलिस मौके पर पहुंची और घटनास्थल का निरीक्षण किया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल भेजा। पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार हादसा इत्तफाकिया हुआ है। जिसके चलते पुलिस ने मृतक के पिता के बयान पर भारतीय न्याय संहिता की धारा-194 के तहत कार्यवाही अमल में लाई गई है।

सोनीपत। कानूनी जागरूकता शिविर के दौरान उपस्थित अधिवक्तागण। फोटो : हरिभूमि

जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण ने मनाया अंतरराष्ट्रीय साक्षरता दिवस

सोनीपत। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण सोनीपत की ओर से अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस पर दो जागरूकता शिविर आयोजित किए गए। यह आयोजन मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं सचिव प्रचेता सिंह के मार्गदर्शन में हुआ। गांव बढ़मलिक में अधिवक्ता विकास सैनी ने विशेष कानूनी जागरूकता शिविर लगाया, वहीं गांव अकबरपुर बरोटा में अधिवक्ता अरुण शर्मा ने कार्यक्रम आयोजित किया। इन शिविरों में गांव के लोग और लॉ कॉलेज के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। कार्यक्रम में वक्ताओं ने बताया कि इस वर्ष साक्षरता दिवस की थीम डिजिटल युग में साक्षरता को बढ़ावा देना है, जिसका उद्देश्य हर व्यक्ति को सुरक्षित और सार्थक तरीके से डिजिटल दुनिया से जोड़ना है। उन्होंने कहा कि साक्षरता का उद्देश्य पढ़ने-लिखने और समझने की क्षमता विकसित कर समाज में सक्रिय भागीदारी और बेहतर जीवन सुनिश्चित करना है। इस अवसर पर अधिवक्ताओं ने प्राधिकरण की मुफ्त कानूनी सेवाओं, जरूरतमंदों के अधिकारों, साइबर अपराधों से बचाव, मौलिक अधिकारों और कर्तव्यों, आपदा पीड़ितों के अधिकारों और सरकारी योजनाओं की जानकारी दी।

बरोदा हलका में पानी में डूब रही फसलें, सरकार बेफिक्र: विधायक

गोहाना। बरोदा हलका के विधायक इंदुराज नरवाल ने सोमवार को अपने कार्यालय में जनसमस्याएं सुनी। विधायक के समक्ष कई गांवों के लोगों ने बरसात के पानी में फसलें डूबने की समस्या रखी। विधायक ने कहा कि प्रदेश की भाजपा सरकार किस मंशा से बरोदा हलके के साथ भेदभाव कर रही है और किसानों को परेशान करने का काम कर रही है, यह समझ से परे है। उन्होंने कहा कि पूरी गोहाना तहसील में पंपहाउस और स्थायी पंपसेट इसलिए लगाए गए थे ताकि बरसात के समय इन्हें तुरंत चलाकर खेतों से पानी की निकासी की जा सके और किसानों की फसलें सुरक्षित रखी जा सकें। लेकिन दुर्भाग्यवश, सरकार के आदेश पर क्षेत्र में सभी पंप हाउस को चलाने की बजाय बंद करा दिया गया है। गांव धनाना, कथूरा, रिंढाणा, छपरा, बरोदा, जसराना, शामड़ी और घड़वाल सहित पूरे हलके में पंप हाउस बंद पड़े हैं। जब ग्रामीण मौके पर कारण पूछते हैं तो ऑपरेटर यह कहकर पल्ला झाड़ लेते हैं कि उन्हें ऊपर से कड़े आदेश मिले हैं कि पंप हाउस न चलाए जाएं। विधायक ने कहा कि किसानों की फसलें डूब रही हैं लेकिन सरकार बेफिक्र है। सरकार पंपहाउसों को शीघ्र चलाने के आदेश दे।

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोहाना में खंड स्तरीय सांस्कृतिक उत्सव : 2025

खंड स्तरीय सांस्कृतिक उत्सव में कला प्रतिभा का जलवा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोहाना में खंड स्तरीय सांस्कृति उत्सव : 2025 का आयोजन किया गया। समारोह में शैक्षणिक खंड गोहाना क्षेत्र के विभिन्न विद्यालयों से कक्षा 5वीं से कक्षा 12वीं तक के विद्यार्थियों ने समूह लोक नृत्य, सोलो नृत्य, रागिनी और स्किट प्रतियोगिताओं में अपनी कला प्रतिभा का जलवा बिखेरा।

मुख्य अतिथि उप जिला शिक्षा अधिकारी सोनीपत अनिल श्योरान और खंड शिक्षा अधिकारी राजेन्द्र सांगवान रहे। अध्यक्षता मेजबान विद्यालय की प्राचार्या ईना रानी ने की। संयोजन जिला को-ऑर्डिनेटर सुनीता ढुल का रहा। मुख्य अतिथि अनिल श्योरान ने कहा कि हमारी संस्कृति हमारी पहचान है। हमें दुनिया में अपनी पहचान को और अधिक मजबूत बनाने के लिए अपने सांस्कृतिक मूल्यों को आने वाली पीढ़ियों तक पहुंचाना होगा। इसके लिए इस प्रकार के आयोजन आवश्यक हैं। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार भी संस्कृति को बढ़ावा देने के प्रति अग्रसर है। इस अवसर पर रविन्द्र गर्ग, संजय, हरीश सैनी, शीला सिंगरोहा, कांता, मीनू गोयल, महेश, शमशेर, सुनीला, रानी, सुदेश, पारुल जुनेजा, लकी अरोड़ा, अरुण, रेणुका, नीलम वत्स, ममता देवी, मुनीराम, प्रवीन, प्राक्षी, मंजू, महेंद्र, निशा, कुसुम और आशा वर्मा मौजूद रहे।

गोहाना। समारोह में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले मेधावी विद्यार्थी अतिथियों व शिक्षकों के साथ।

OSCAR SUPER SPECIALITY HOSPITAL & TRAUMA CENTER, SONIPAT
Urgently Required
Walk in Interview
• RECEPTIONIST M/F
• MALE/FEMALE NURSING STAFF
• SECURITY GUARD MALE
• TELECOLLING FEMALE STAFF
• NURSING INCHARGE
• RMO/MBBS DOCTOR
• SWEEPER • ULTRASOUND TYPIST
NEAR CIVIL HOSPITAL, SONEPAT
M. 9518861810, 9992093331