हरिभूमि
सोनीपत भूमि
रोहतक, मंगलवार 17 मार्च 2026

तापमान
अधिकतम 36.0 डिग्री
न्यूनतम 12.9 डिग्री

11 शिविर में 57 लोगों ने किया रक्तदान

12 कूड़ा उठान के नाम पर घरों से 50 रुपये की वसूली का आरोप

खबर संक्षेप

सविन के पंच से निकला रजत पदक

गोहाना। दून पब्लिक स्कूल गोहाना के कक्षा 7वीं के छात्र सविन ने मुक्केबाजी प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए रजत पदक प्राप्त कर विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया। सोमवार को स्कूल के एमडी राजेश कुमार व प्राचार्या ज्योति छाबड़ा ने उसे पुरस्कृत किया। 15 मार्च को जय बालाजी स्पोर्ट्स अकादमी गोहाना में राज्य स्तरीय मुक्केबाजी प्रतियोगिता आयोजित की गई। सविन ने इस प्रतियोगिता में 64 किलोग्राम भारवर्ग में रजत जीता।

घर में घुसकर हमला करने के आरोपी गिरफ्तार

सोनीपत। घर में घुसकर जानलेवा हमला करने के मामले में सोनीपत पुलिस ने पांच आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपितों की पहचान यश उर्फ अंडे वाला निवासी मोहन नगर, सुरजीत उर्फ जीत और कर्ण उर्फ बाबू निवासी गोविंद नगर तथा देवराज उर्फ देबू और नितिन उर्फ बिल्ली निवासी लक्ष्मण कॉलोनी के रूप में हुई है। पुलिस के अनुसार 8 मार्च 2026 को अरमान पुत्र वकील निवासी जीवन नगर ने थाना सिविल लाइन में शिकायत दी थी कि पुरानी रंजिश के चलते 7 मार्च को शाम करीब चार बजे यश उर्फ अंडे वाला अपने साथियों के साथ उनके घर में घुस आया और डंडों व लोहे की रॉड से उस पर और उसकी मां सबनम पर हमला कर दिया।

हमले में घायल कुक की उपचार के दौरान मौत

सोनीपत। राई क्षेत्र में बीसवां मील के पास स्थित एक ढाबे पर हुए हमले में गंभीर रूप से घायल रसोइये की उपचार के दौरान मौत हो गई। पुलिस ने दोनों आरोपितों को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था और अब मामले में हत्या के आरोप में चार्जशीट तैयार की जा रही है। पुलिस के अनुसार बीते 11 मार्च को राई थाना में राशिद निवासी गांव हजरतपुर जिला शाहजहांपुर उत्तर प्रदेश ने शिकायत दी थी कि वह बीसवां मील के पास स्थित खाना खजाना ढाबे पर खाना बनाने का काम करता है। उसके साथ संजय भी काम करता था और हाल में गांव लिवान में रह रहा था। शिकायत में बताया गया था कि 10 मार्च की रात करीब साढ़े आठ बजे ढाबे के पीछे स्थित एक कंपनी के दो कर्मी खाना खाने के लिए आए थे। खाने को लेकर कहासुनी होने पर दोनों ने गाली-गलौज शुरू कर दी। विरोध करने पर एक आरोपित ने ईंट से हमला कर दिया। इसके बाद दूसरा आरोपित लोहे की रॉड लेकर आया और संजय के सिर पर वार कर उसे गंभीर रूप से घायल कर दिया।

रेलवे के खंभे पर सीसीटीवी

रेलवे स्टेशन की सुरक्षा में चूक से हड़कंप

आरपीएफ थाने से कुछ दूर कोई सोलर से चलने वाला कैमरा लगाकर चला गया, जांच के नाम पर पुलिस के हाथ खाली

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

- आरपीएफ ने स्टेशन व उसके आसपास सुरक्षा बढ़ाई

सोनीपत रेलवे स्टेशन के पास सोलर प्लेट युक्त संदिग्ध सीसीटीवी ओएचई खंभे पर लगा मिलने से सोमवार को हड़कंप मच गया। रेलवे स्टेशन से करीब 500 मीटर दूरी व रेलवे सुरक्षा बल (आरपीएफ) थाना से कुछ दूरी पर लगे संदिग्ध सीसीटीवी का खुलासा तब हुआ, जब रविवार सुबह आरपीएफ कर्मी रेलवे स्टेशन के आसपास गश्त कर जायजा ले रहे थे। फिलहाल सीसीटीवी चालू अवस्था में है या नहीं, इस बात का भी खुलासा नहीं हुआ है। साथ ही सीसीटीवी किसने व किस मंशा से लगाया है, इस बात का भी पता नहीं चला है। फिलहाल इस बात के कयास लगाए जा रहे हैं कि आखिरकार यहां सीसीटीवी किसने और किस मंशा से लगाया है। करीब दो दिन बीतने के बावजूद सोनीपत आरपीएफ व जीआरपी थाना पुलिस मामले में दो कदम नहीं चल पाई है। हालांकि मामले की जानकारी दिल्ली उच्च अधिकारियों को दे दी गई है। संभावना है कि दिल्ली से अधिकारी व तकनीकी रेलवे टीम मंगलवार को सोनीपत पहुंचकर सीसीटीवी को कब्जे में लेकर कुछ खुलासा कर सकती है। स्थानीय रेलवे अधिकारी व पुलिस मामले में कुछ भी बोलने को तैयार नहीं है। ऐसे में कुछ भी स्थिति सामने नहीं आ रही है। सोनीपत स्टेशन से रोजाना करीब 40 हजार से ज्यादा यात्री ट्रेन से दिल्ली, गोहाना, जींद व पानीपत रूट पर आवागमन करते हैं। सोनीपत स्टेशन पर करीब 70 एक्सप्रेस, सुपरफास्ट व पैसेंजर ट्रेनों का ठहराव निर्धारित है। ऐसे में सीसीटीवी लगा मिलने को लेकर तरह-तरह के सवाल सामने आ रहे हैं। बता दें कि गाजियाबाद के कौशांबी क्षेत्र में हाल ही में पुलिस की ओर से पकड़े गए छह आरोपियों से राष्ट्रविरोधी गतिविधियों में शामिल होने का खुलासा किया गया है। सोनीपत में सीसीटीवी लगा होने का मामला कहीं इस मामले से तो जुड़ा नहीं है। इस पर भी चर्चाओं का माहौल शुरू हो गया है।

सोनीपत । स्टेशन के पास हिंदू कन्या कॉलेज के सामने ओएचई खंभे के पास तैनात आरपीएफ कर्मी।

आसपास के कई लोगों से पूछताछ, नहीं हुआ खुलासा

आरपीएफ कर्मियों को गश्त के दौरान रेल लाइन के साथ ओएचई पोल पर सीसीटीवी लगा मिला है। स्थानीय स्तर पर पूछताछ के बाद सीसीटीवी संबंधी कोई जानकारी नहीं मिली है। सीसीटीवी किसने लगाया, क्यों लगाया, यह जांच के बाद ही स्पष्ट हो सकेगा। फिलहाल सीसीटीवी को सफेद कपड़े से ढककर मामले की जानकारी दिल्ली उच्च अधिकारियों को दे दी गई है। इसके 50 मीटर दायरे में सभी के आने-जाने पर रोक लगा दी गई है, जल्द ही तकनीकी टीम मौके पर पहुंचकर सीसीटीवी संबंधी मामले की जांच करेगी।

-**इंस्पेक्टर संगम यादव**, प्रभारी, आरपीएफ थाना, सोनीपत

फूड बाजार में बढ़ी गैस की किल्लत, एजेंसियों पर बुकिंग का आंकड़ा बेकाबू

खाने-पीने का सामान होने लगा महंगा मिष्ठान भंडारों ने मिठाइयों के रेट बढ़ाए

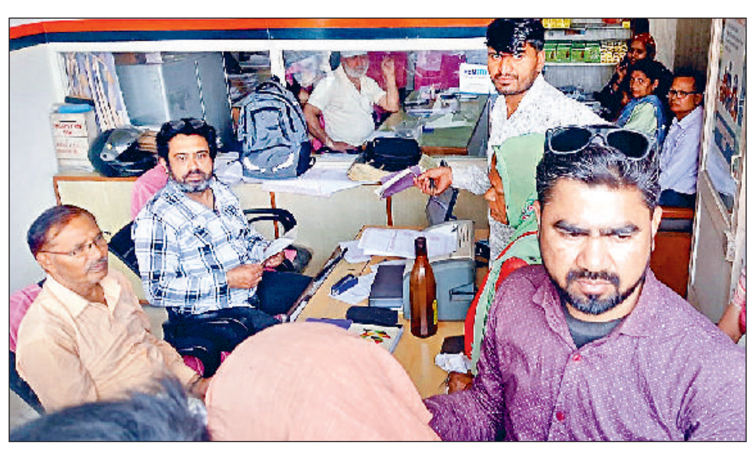
हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

- ऑनलाइन बुकिंग अभी भी नहीं हो रही
- उपभोक्ता एजेंसियों में पहुंचकर बुक करवा रहे सिलेंडर

जिले में कमर्शियल गैस आपूर्ति बंद हुए करीब सप्ताह बीतने को है। ऐसे में फूड बाजार गैस की किल्लत से जूझने लगा है। दुकानदारों ने खाने-पीने की चीजों के दाम बढ़ा दिए है। शहर में मिठाइयों के रेट में भी इजाफा हुआ है। उधर घरेलू सिलेंडर की पैनिक खरीद के चलते बुकिंग का आकड़ा बेकाबू होने से बैक लॉग का नियम लागू हो गया है। लोग ऑनलाइन बुकिंग नहीं होने पर एजेंसियों पर पहुंचकर अपनी बुकिंग करवा रहे हैं।

ऐसे में प्रत्येक एजेंसी पर बुकिंग का आकड़ा सिलेंडर स्टॉक से दोगुना पहुंचने पर उपभोक्ताओं को सिलेंडर आपूर्ति में 2 से 3 दिन का समय लग रहा है। हालांकि अब तक घरेलू गैस की किल्लत सामने नहीं आई है। उधर जब से कमर्शियल सिलेंडर पर पाबंदी लगी है, इसके बाद किसी भी व्यवसायी को सिलेंडर की आपूर्ति नहीं मिली है।

ऐसे में शहर की अधिकांश दुकानों, मिष्ठान भंडारों, होटल-रेस्तरां व खाद्य पदार्थों संबंधी स्टॉल पर कॉमर्शियल सिलेंडरों का स्टॉक खत्म होने लगा है। यहां अब घरेलू गैस सिलेंडरों के अलावा डीजल व लकड़ी की भट्ठी और इलेक्ट्रिक भट्ठी (इलेक्ट्रिक फर्नेस) का प्रयोग होने लगा है। दुकानदार रोजगार बचाने के लिए हाथ-पैर मार रहे है।


सोनीपत। सुभाष चौक स्थित गैस एजेंसी पर बुकिंग करवाने के लिए लगी उपभोक्ताओं की भीड़।

कमर्शियल सिलेंडर की आपूर्ति नहीं हुई बहाल

एजेंसी संचालकों की मानें तो सोमवार को सर्वर उचित रूप से चलने के कारण एजेंसियों पर बुकिंग करवाने के लिए आने वाले उपभोक्ताओं की संख्या कम रही, जबकि बुकिंग 3 दिन की तरह सामान्य से अधिक रही। ऑनलाइन बुकिंग नहीं होने पर उपभोक्ता एजेंसियों पर ऑफलाइन बुकिंग करवा रहे हैं। आमतौर पर जहां एजेंसियों पर रोजाना 300 से 350 सिलेंडरों की बुकिंग आती थी, अब यह आकड़ा 500 पार पहुंच चुका है। लोग करीब 4 दिन से पैनिक खरीद के चलते बुकिंग का आकड़ा बढ़ा है। अब तक कॉमर्शियल सिलेंडरों की आपूर्ति बहाल नहीं हुई है।

लकड़ी के गुटकों के दाम बढ़कर डबल

गोहाना स्थित मातुराम हलवाई के संचालक नीरज ने बताया कि रोजगार जारी रखने के लिए मिष्ठान भंडारों को डीजल, लकड़ी, कोयला व इलेक्ट्रिक भट्ठियों का सहारा लेना पड़ रहा है। साथ ही लकड़ी के गुटके अब 13-14 रुपये प्रति किलो के हिसाब से मिल रहे हैं, जबकि पहले इनकी कीमत केवल 6-7 रुपये प्रति किलो थी। इससे उनका आर्थिक खर्च बढ़ गया है। लागत राशि बढ़ने के चलते गोहाना में कई मिष्ठान भंडारों ने मिठाइयों के दाम 7 से 10 रुपये प्रति किलो तक बढ़ोतरी करने का निर्णय लिया है।

दुकानदारों का स्टॉक खत्म

कमर्शियल सिलेंडर की आपूर्ति बंद होने से शहर के व्यवसायियों का स्टॉक भी खत्म होने लगा है। शहर में कच्चे क्वार्टर, एटलस रोड, सुभाष चौक, मॉडल टाउन, मिशन रोड, रेलवे रोड, हलवाई हट्टा में दुकानदार, होटल-रेस्तरां व खाद्य पदार्थों संबंधी स्टॉल संचालकों का कहना है कि आपूर्ति सुचारु नहीं हुई, तो उनके व्यापार पर ज्यादा असर पड़ सकता है। फिलहाल सभी अपने पुराने स्टॉक से काम चला रहे थे। अगर जल्द व्यवस्था नहीं हुई। ऐसे में उन्हें डीजल की भट्ठी या तंदूर में लकड़ी, कोयला भट्ठी या इलेक्ट्रिक भट्ठी से काम चलाना पड रहा है।

टहलने निकले डीडीपीओ लापता, 10 घंटे बाद मिले

परिजनों की शिकायत से प्रशासन में हड़कंप मचा

सोनीपत। जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी मनीष मलिक के रविवार को कई घंटों तक घर नहीं लौटने से प्रशासनिक और पुलिस महकमे में हलचल मच गई। सुबह टहलने के लिए घर से निकले अधिकारी का दोपहर तक कोई पता नहीं चलने पर परिजनों ने पुलिस को सूचना दी। इसके बाद पुलिस ने तुरंत सर्च अभियान शुरू किया और करीब दस घंटे बाद उन्हें पानीपत के मनाना गांव के पास सुरक्षित ढूंढ लिया।

फोन घर छोड़ गए

जानकारी के अनुसार कुमासपुर के पास स्थित एल्डिको सिटी निवासी सविता ने बहालगढ़ थाना में शिकायत दर्ज कराई कि उनके पति मनीष मलिक सोनीपत में जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी के पद पर कार्यरत हैं। रविवार सुबह करीब नौ बजे वह रोजाना की तरह घर से टहलने के लिए निकले थे। बताया गया कि वह जल्दबाजी में अपना मोबाइल फोन घर पर ही छोड़ गए थे। दोपहर तक उनके घर नहीं लौटने पर परिजनों को चिंता होने लगी। कई स्थानों पर तलाश करने और परिचितों से पूछताछ के बाद भी उनका कोई सुराग नहीं मिला। मोबाइल फोन भी घर पर होने के कारण उनसे संपर्क नहीं हो पा रहा था। स्थिति को देखते हुए परिवार ने बहालगढ़ थाना पुलिस को सूचना दी। सूचना मिलते ही पुलिस हरकत में आ गई और थाना प्रभारी महेश कुमार के नेतृत्व में कई टीमों का गठन किया गया। बाद में पुलिस ने उन्हें सुरक्षित ढूंढ लिया।

बोले : घूमने निकला था असमंजस में पुलिस

पुलिस अधिकारियों के अनुसार पूछताछ में मनीष मलिक ने बताया कि वह घर से टहलने के लिए निकले थे और चलते-चलते पानीपत के मनाना गांव की ओर पहुंच गए। हालांकि वह वहां तक किस तरह पहुंचे और इतनी लंबी दूरी कैसे तय हुई, इस बारे में उन्होंने कोई स्पष्ट कारण नहीं बताया। पुलिस ने उनके बयान दर्ज कर लिए हैं और उन्हें सुरक्षित परिजनों के पास पहुंचा दिया गया। अधिकारी के सुरक्षित मिलने के बाद परिवार के लोगों ने राहत महसूस की। वहीं प्रशासनिक महकमे में भी दिनभर चली चिंता के बाद स्थिति सामान्य हो गई।

अलग-अलग सड़क हादसों में दो की मौत, कई घायल

राई औद्योगिक क्षेत्र में बोलेरो की टक्कर में ऑटो पलटा

सोनीपत। जिले में अलग-अलग स्थानों पर हुए सड़क हादसों में महिला सहित दो लोगों की मौत हो गई, जबकि तीन बच्चों समेत पांच लोग घायल हो गए। दोनों हादसे राष्ट्रीय राजमार्ग-44 पर राई के पास हुए। पहले हादसे में रविवार देर शाम राई औद्योगिक क्षेत्र के सामने तेज रफ्तार बोलेरो ने ऑटो को टक्कर मार दी। टक्कर के बाद ऑटो सडक पर पलट गया और उसमें सवार लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। हादसे में उत्तर प्रदेश के सुजानपुर जिले के गांव कहोलिया गांव निवासी नितिका (35) की मौत हो गई। उनके तीन बच्चे, देवर व भाई चोटिल हो गए। मूलरूप से गांव कहोलिया हाल गांव लिवान नीरज ने राई थाना में प्राथमिकी दर्ज कराई है कि वह अपनी भाभी नितिका व उनके तीन बच्चों मोनिका (16), उमेद सिंह (10) व आशुतोष (5) तथा भाभी के भाई लखीमपुर खीरी के गांव मछेछा निवासी पवन के साथ ऑटो में सवार होकर लिवान से बीसवां चौक पर जा रहे थे। वहां से उनके भतीजे व भतीजी अपने मामा के साथ उत्तर प्रदेश जाने थे। जब वह राई औद्योगिक क्षेत्र अंडरपास से पानीपत-दिल्ली रोड पर पहुंचे तो इसी दौरान बोलेरो चालक तेज रफ्तार में आया और ऑटो को टक्कर मार दी। ऑटो सडक पर पलट गया। उनकी भाभी नितिका के सिर में चोट लगी और अन्य चोटिल हो गए। उपचार के दौरान निकिता ने दम तोड़ दिया।

फॉर्च्यूनर ने बाइक सवार कुचला

एनएच-44 के संपर्क मार्ग पर स्थित गांव राई चौक पर बाइक सवार फैक्टरी कर्मी की सडक हादसे में मौत हो गई। मूलरूप से यूपी के जिला मथुरा के गांव बाजना निवासी योगेश ने प्राथमिकी दर्ज कराई है कि बताया कि उनके भाई महेश (33) राई औद्योगिक क्षेत्र स्थित कंपनी में काम करते थे। वह राई क्षेत्र में किराए पर रहते थे। उनके भाई 13 मार्च को बाइक पर सवार होकर जा रहे थे। जब वह गांव राई के सामने पहुंचे तो फॉर्च्यूनर गाड़ी सवार ने उनकी बाइक को टक्कर मार दी। हादसे में उनके भाई गंभीर रूप से घायल हो गए। उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया। जहां उपचार के दौरान 15 मार्च को उनकी मौत हो गई।

सराहनीय सेवाओं के लिए कई मेडल मिले

1965 और 1971 की युद्ध में बहादुरी देखने वाले सूबेदार दलेल सिंह नहीं रहे

खरखौदा। 1965 और 1971 के भारत-पाकिस्तान युद्ध में बहादुरी दिखने वाले सूबेदार दलेल सिंह नहीं रहे। शोक पूर्ण माहौल में उनका अंतिम संस्कार किया गया। सूबेदार दलेल सिंह भारतीय सेना की ईएमई यूनिट में कार्यरत रहे और उन्होंने देश की सेवा में कई महत्वपूर्ण अभियानों में भाग लिया। अपनी बहादुरी, अनुशासन और निष्ठा के लिए उन्हें सेना द्वारा कई सम्मानित पदकों से नवाजा गया। उन्हें एसएसएम (नागा हिल्स क्लैस्प), रक्षा पदक 1965, जम्मू-कश्मीर सेवा के लिए एसएसएम क्लैस्प, 9 वर्ष लॉन्ग सर्विस मेडल, संग्राम पदक 1971, 25वीं स्वतंत्रता वर्षगांठ पदक 1972 और 20 वर्ष लॉन्ग सर्विस मेडल जैसे सम्मान प्राप्त हुए। सेना से सेवानिवृत्त होने के बाद भी दलेल सिंह ने अपने गांव की सेवा में कोई कमी नहीं छोड़ी। उनकी पुत्रवधू मोनिका सोनीपत जिला परिषद की चेयरपर्सन हैं।

6.16 करोड़ की भूमि को फर्जी अथॉरिटी लेटर बनाकर बेचा

फर्जी रजिस्ट्री मामले में एडवोकेट डीड राइटर के सहित पांच आरोपी गिरफ्तार

गन्नौर। फर्जी रजिस्ट्री के मामले में लंबी जांच के बाद एसआईटी ने पांच आरोपितों को गिरफ्तार किया है। इस प्रकरण में मामला पहले ही दर्ज किया जा चुका था, जिसके बाद पुलिस लगातार जांच में जुटी हुई थी। अब जांच में सामने आए तथ्यों के आधार पर पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपितों को काबू किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपितों में गन्नौर के एडवोकेट डीड राइटर दिनेश कुमार, सुरेश, सुरेंद्र, खरीदार बलबीर, फर्जी जमीन मालिक प्रमोद शामिल हैं। पुलिस जांच में सामने आया कि सुरेश प्रापर्टी का काम करता है। उसी ने उत्तर प्रदेश निवासी सुरेंद्र को जमीन के बारे में जानकारी दी थी, जिसके बाद सुरेंद्र ने जमीन के फर्जी दस्तावेज तैयार करवाए। प्रमोद ने फर्जी जमीन मालिक बनकर जमीन बेची, जबकि बलबीर ने खरीदार की भूमिका निभाई। गन्नौर के डीड राइटर दिनेश कुमार पर भी फर्जी रजिस्ट्री प्रक्रिया में सहयोग करने का आरोप है। आरोप है कि सभी ने आपसी मिलीभगत से नियमों को ताक पर रखकर भूमि की फर्जी रजिस्ट्री कराई। मामले की गंभीरता को देखते हुए जांच गन्नौर थाना प्रभारी को सौंपी गई थी। प्रारंभिक जांच में रजिस्ट्री से जुड़े दस्तावेजों में कई खामियां सामने आई थीं, जिसके बाद पुलिस ने गहराई से छानबीन शुरू की। जांच में पुलिस ने सुरेश, सुरेंद्र, खरीदार बलबीर, फर्जी जमीन मालिक प्रमोद तथा डीड राइटर दिनेश कुमार को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपितों को पुलिस ने गन्नौर अदालत में पेश किया जहां से उन्हें चार दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा गया है। रिमांड अवधि के दौरान पुलिस आरोपितों से मामले में संलिप्त अन्य आरोपितों के बारे में भी पता लगाने का प्रयास करेगी।

कार्यालय से कर्मचारी गायब

सोमवार को फर्जी रजिस्ट्री मामले में आरोपितों की गिरफ्तारी के बाद तहसील में कार्यरत रजिस्ट्री क्लर्क व रजिस्ट्री करने वाले नायब तहसीलदार के तहसील में दिखाई नही दिए। उसके बाद तहसील में चर्चाओं का बाजार गर्म रहा कि इस मामले की गंभीरता से जांच चल रही है। जिस कारण आज तहसील में तहसीलदार व रजिस्ट्री क्लर्क नहीं आए है। उन्होंने ही यह रजिस्ट्री की थी।

दिल्ली के युवक की शिकायत पर कार्रवाई

दिल्ली के शालीमार बाग के बी ब्लाक के मकान नंबर 127, दूसरी मंजिल के रहने वाले विकास पाड़िया ने 12 जनवरी को गन्नौर के एसीपी को दी शिकायत में बताया कि उनकी फर्म सपाज एस्टेट प्रा. लि. की गन्नौर के बाय रोड पर वर्ष 2011 से दो रजिस्ट्रियों में 36 कनाल जमीन जमीन है। 10 जनवरी को उन्हें पता चला कि उनकी जमीन की फर्जी कागजों के आधार पर रजिस्ट्री हो गई है। जांच में उन्हें पता चला कि उनकी फर्म का फर्जी अथारिटी लेटर बनवाकर जमीन 6.16 करोड़ रुपये में बेची गई। 27 नवंबर को जमीन की रजिस्ट्री के दौरान गोहाना के गांव बरोदा के प्रवीन कुमार को गवाह और गांव बाय के रविंद्र को नंबरदार दिखाया गया है।

लावारिस कार से पिस्तौल कारतूस व दो राज्यों की नंबर प्लेट बरामद

- शहजानपुर के पास खड़ी कार का पिछला टायर पंचर था

सोनीपत। गांव गढ़ शहजानपुर में संदिग्ध हालत में लावारिस खड़ी कार से अवैध पिस्तौल, कारतूस, दो राज्यों की नंबर प्लेट, कपड़े, बैग व औजार बरामद हुए हैं। पुलिस ने शस्त्र अधिनियम के तहत प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत के ग्रामीण ने बताया कि गढ़ शहजानपुर में एक संदिग्ध कार लावारिस हालत में खड़ी है। सूचना मिलने पर सहायक उपनिरीक्षक प्रदीप अपनी टीम के साथ मौके पर पहुंचे और कार की जांच की। जांच के दौरान पुलिस को गुरुग्राम नंबर की कार मिली। कार की कंडक्टर सीट के दूसरी ओर का पिछला टायर फटा हुआ मिला। सामने का शीशा भी टूटा था। पुलिस ने कार के अंदर तलाशी ली, तो नीले रंग के कपड़े, एक काला बैग व चार हाई सिक्योरिटी नंबर प्लेट बरामद हुईं। इनमें दो प्लेट उत्तराखंड व दो प्लेट दिल्ली नंबर की थी। पुलिस ने जब बैग की जांच की, तो उसमें कुछ औजारों के साथ एक देसी पिस्तौल व तीन कारतूस भी बरामद हुए। पुलिस ने बरामद पिस्तौल, कारतूस, नंबर प्लेट, बैग, कपड़े व औजारों को कब्जे में ले लिया है।

कार की टक्कर में हुई थी महिला की मौत, तीन माह बाद केस दर्ज

सोनीपत। कुंडली क्षेत्र में राष्ट्रीय राजमार्ग-44 पार करते समय कार की टक्कर से महिला कर्मचारी की मौत और दो के घायल होने के मामले में पुलिस ने साढ़े तीन माह बाद प्राथमिकी दर्ज की है। हादसे में घायल महिला ने अब बयान दर्ज कराए हैं। उत्तर प्रदेश के पीलीभीत के नेहान नगर निवासी राजपती ने प्राथमिकी दर्ज कराई है कि वह कुंडली की पाठशाला वाली गली में किराए पर रहती हैं। वह कुंडली क्षेत्र स्थित कनोडिया कंपनी में काम करती हैं। वह 1 दिसंबर, 2025 की सुबह अपनी सहकर्मी सुनीता के साथ काम पर जाने के लिए कुंडली थाना के पास वाहन का इंतजार कर रही थी। उसी दौरान उनकी एक अन्य सहकर्मी गांव खटकड़ निवासी ममता भी वहां पहुंच गई थीं। तीनों पैदल ही राष्ट्रीय राजमार्ग-44 को पार करने लगी। जब वह जांटी मोड़ के सामने सडक़ पार कर रही थीं तभी पानीपत की ओर से तेज गति से आई कार के चालक ने उन्हें टक्कर मार दी थी। तीनों उछलकर दूसरी कार पर जा गिरी थीं। हादसे में तीनों को गंभीर चोट आई थी। सिर में चोट के कारण बाद में सुनीता की मौत हो गई थी। राजपती व ममता का उपचार निजी अस्पतालों में चल रहा था। अब राजपती ने कुंडली थाना में शिकायत देकर प्राथमिकी दर्ज कराई है।

चैत्र नवरात्र का पर्व हम तब मनाते हैं, जब शीत ऋतु का प्रस्थान, ग्रीष्म ऋतु का आगमन हो रहा होता है। यह वसंत ऋतु का समय होता है, जब वृक्षों पर नव कोंपल आ रही होती हैं, बागों में फूल महक बिखेर रहे होते हैं। प्रकृति के इस नवीन वातावरण में हम मां शक्ति की नौ दिन पूरी आस्था के साथ पूजन करते हैं, अपने भीतर आध्यात्मिक चेतना जगाते हैं। यह समय मां शक्ति की उपासना करते हुए, स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने का भाव जगाता है।

मां शक्ति की उपासना के साथ नवजीवन का उत्सव

आवरण कथा
डॉ. मोनिका शर्मा

बदलाव की स्वीकार्यता, जीवन को सहज बना देती है। यह पाठ प्रकृति से ज्यादा और कौन पढ़ा सकता है? समय के साथ आगत के स्वागत का भाव एक ओर भावनाओं के मोर्चे पर सुकून देता है तो दूसरी ओर जीवन को गति। मानवीय अनुभूतियों को आस्था के भाव संग जोड़ने का संदेश देते चैत्र नवरात्र, नएपन के ऐसे ही स्वागत-सत्कार का संदेश देते हैं। वासंतिक नवरात्र का यह समय प्रकृति के आंगन में नई कोंपलों के फूटने और रंग-बिरंगे फूलों के खिलने का समय होता है। मां भगवती के अर्चन के इन दिनों में स्त्रियां नवीनता को सहजता से आत्मसात करने का आशीष भी मांगती हैं।

समय के साथ चलने का सुख

आस्था और पूजन-अर्चन से जुड़ीं हमारी परंपराएं प्रकृति से भी गहराई से जुड़ी हैं। यही वजह है कि हर रीत समय के साथ चलने की प्यारी सीख देती है। आस्था की यह राह मन को साधने का भी काम करती है। नई कोंपलों के स्वागत के इस मौसम में मां भगवती की उपासना के नौ दिन आध्यात्मिक चेतना के साथ और शारीरिक नवीनीकरण के दिन होते हैं। नवरात्र में उपवास करने की बात हो या दिनचर्या में सहज बदलाव कर, मां दुर्गा के नौ रूपों की साधना करते हुए मन-जीवन में नयापन लाने के प्रयास, सब कुछ नकारात्मक ऊर्जा के घेरे को कम करने से जुड़ा है। यह समय चेतनामयी आभा को पोसने वाला है। यह चेतना और सकारात्मकता, नई बातों और हालातों को अपनाकर नई शुरुआत करने की मनःस्थिति बनाती है। आमतौर पर स्त्रियां नएपन को स्वीकारने में जरा झिझकती हैं। महिलाओं के लिए समय के साथ सहजता से ढलना-बदलना मुश्किल होता है, जबकि प्रकृति और परंपराओं के इन रंगों को सबसे अधिक स्त्रियां ही जीती, निभाती और मानती हैं। ऐसे में धरा के पोर-पोर में खिलते नएपन और उल्लास के बीच चैत्र नवरात्र में अपनी भीतरी ऊर्जा को जगाने की राह जरूर पकड़ें। सशक्त मन और सजग मस्तिष्क की धनी बन, मां आदिशक्ति से जीवन के हर पड़ाव पर सहजता से जीने और नएपन से जुड़ने का आशीष भी मांगें।

मन को आधार देती आस्था

वैज्ञानिक अध्ययन भी बताते हैं कि रंग, रस और सुगंध में डूबे संपूर्ण पर्यावरण और परिवेश में इंसानी मन में भी नई ऊर्जा का संचार होता है। चैत्र प्रतिपदा से शुरू होने वाले वासंतिक नवरात्र को परिवर्तन का भी काल जाता है। इस दौरान प्रकृति नवीन हो जाती है। धरा का कोना-कोना महकता और सजा-धजा नजर आता है। कोयल की कूक से लेकर खिलते पलाश तक, सब कुछ नवजीवन का सुंदर संदेश देता-सा लगता है। बदलते मौसम के इसी पड़ाव पर मां शक्ति की उपासना से जुड़े श्रद्धा के भाव मन को नया आधार देते हैं। नववर्ष की इस दस्तक पर कई दूसरे सार्थक रिवाज निभाए जाते हैं। ईश्वरीय शक्ति में विश्वास के संग प्रकृति को सहेजना इन परंपराओं का हिस्सा है। नदियों में स्नान करने से लेकर बरगद, पीपल सींचने तक, प्रकृति से जोड़ने वाले कई प्रण नव वर्ष के अवसर पर लिए जाते हैं। इन रिवाजों को निभाने और धरती के सहेजने वाले प्रयासों संग हर स्त्री अपने जीवन में भी नई ऊर्जा उपार्जित कर सकती है। मन की शक्ति को साधते हुए अपने व्यक्तित्व को नए रंग में ढाल सकती है।

श्रद्धा और सृजनशीलता का उत्सव

नवरात्र के नौ दिन एक अनुष्ठान के समान होते हैं। मानसिक ऊर्जा को सहेजने का संकल्प लेने के विशेष दिन। श्रद्धा भाव से जुड़ी यह शक्ति शारीरिक और मानसिक रूप से रिचार्ज करती है। नवसृजन की सोच को बल देती है। हर मन को नई ऊर्जा देने वाले इस मौसम में ऊर्जामयी प्रकृति से सीखते हुए आगे बढ़ने का प्रेरणादायी सूत्र आध्यात्मिक ही नहीं, व्यावहारिक जीवन की बेहतरी से भी जुड़ा है। यही वजह है कि मां दुर्गा की आराधना और धरती पर हर ओर फैले नएपन के उत्सव में शक्ति को साधने और मन जीवन को नई ऊर्जा देने की रीत घर-घर में रही है। यह समय धरती और मां शक्ति की उपासना करते हुए स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने के भाव जगाता है। भारतीय संस्कृति में मातृशक्ति को ही प्राणशक्ति कहा गया है। हर घर में मां की भूमिका बहुत अहम होती है। जीवन देने वाली मां का स्थान सबसे ऊपर माना गया है। नवरात्र का आध्यात्मिक और पारंपरिक पर्व प्रभु श्रीराम द्वारा मां आदिशक्ति की उपासना कर बुराई से लड़ने की शक्ति पाने से भी जुड़ा है। स्त्रियों के लिए भी मां भगवती का पूजन-अर्चन अपने सामर्थ्य को पहचानने का उत्सव ही है। नवरात्र, मुसीबतों के आगे डट कर शक्ति का आह्वान करने का अनुष्ठान है। अपने व्यक्तित्व की प्रफुल्लता, स्फूर्ति और तेजस्विता को बल देते हुए सृजनशील रहने का भाव जगाने का अवसर भी है। ❁

अपनाएं सही डाइट प्लान व्रत में नहीं बिगड़ेगी सेहत

डाइट सजेशन
शीला सहरावत, डाइटीशियन

आने वाले नवरात्र के दौरान आप अगर एक-दो दिन या पूरे नौ दिन व्रत रखने वाली हैं तो आपको अपने डाइट प्लान पर ध्यान देना चाहिए। इससे आप पूरे दिन एनर्जेटिक रहेंगी और आपकी तबियत भी नहीं बिगड़ेगी।

नवरात्र के दौरान आप भी जरूर व्रत रखेंगी। लेकिन इस दौरान अगर आप अपनी डाइट का ध्यान नहीं रखेंगी तो कुछ हेल्थ प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। जैसे-कई महिलाओं को व्रत में अन्न और नमक न लेने से एनर्जी में कमी महसूस होने लगती है। शुगर या बीपी की पेशेंट्स भी समझ नहीं पातीं कि व्रत में क्या खाना सही रहेगा। इसलिए हम आपको ऐसा डाइट प्लान बता रहे हैं, जिससे व्रत के दौरान भी आप फिट रहेंगी और आपको कमजोरी या सुस्ती भी महसूस नहीं होगी।

डाइट प्लान बनाएं ऐसा

- नीबू पानी और शहद मिला पानी पीने के साथ ही भिगोए हुए ड्राय फ्रूट्स से दिन की शुरुआत करें।
- लंच से पहले शरीर के टॉक्सिंस निकालने के लिए एक गिलास डिटॉक्स ड्रिंक जैसे नीबू पानी, छाछ या नारियल पानी को डाइट में अवश्य शामिल करें।
- रात के खाने में आप अंगूर, आम, अनानास जैसे खट्टे फल न खाएं। ये एसिडिटी की समस्या को बढ़ा सकते हैं।
- व्रत की डाइट में कार्ब्स, प्रोटीन, फाइबर और हेल्दी फैट का बैलेंस बनाएं।
- ज्यादा तेल या चीनी डाइट में न शामिल करें। ज्यादा चीनी वाले या क्रीमी डेजर्ट्स से भी बचें।
- कार्ब्स के लिए हल्के और कम कैलोरी वाले सामक के चावल शामिल करें।
- फाइबर से भरपूर कुट्टू की रोटी शामिल करें, इससे भूख कंट्रोल रहती है।
- फाइबर से भरपूर और कम कैलोरी वाली सब्जियां जैसे लौकी, कद्दू, शकरकंद, खीरा या टमाटर को अपनी डाइट में शामिल करें।
- फलों में नेचुरल शुगर देने वाले सेब, पपीता, अनार या केला शामिल करें।
- प्रोटीन के लिए राजगिरा का दलिया, लो फैट पनीर, दही या नट्स जैसे बादाम, अखरोट लें। ये भूख कंट्रोल करते हैं।
- फैट के लिए थोड़ा-सा घी या कोल्ड प्रेस्ड ऑयल में व्यंजन पकाएं।
- पूरे दिन में 2-3 सीजनल फ्रूट्स, थोड़ी सब्जी और दूध या दही जरूर खाएं।
- ज्यादा कैलोरी वाली तली हुई चीजों जैसे कुट्टू के पकौड़े, आलू के चिप्स या साबुदाना पापड़ से परहेज करें।
- फलाहार बनाने में सेंधा नमक ज्यादा न डालें क्योंकि यह पानी रिटेंशन बढ़ाता है और सूजन आती है।
- आलू ज्यादा न खाएं क्योंकि ये स्टार्च से भरपूर है और कैलोरी बढ़ाता है।
- पैकेज्ड फूड अवॉइड करें, क्योंकि उनमें चीनी और नमक ज्यादा होता है।
- व्रत के दौरान चाय-कॉफी ज्यादा न पिएं, इसके बजाय हर्बल टी लें।

डायबिटिक-बीपी पेशेंट्स की डाइट

डायबिटीज और हाई बीपी (हाइपरटेंशन) के मरीजों को व्रत के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।

क्या खाएं: डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर के मरीज, दिन में थोड़ा-थोड़ा खाकर, हाइड्रेटेड रहकर और तले-भुने से बचकर व्रत रख सकती हैं। कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की रोटी, सामक के चावल, दही, मखाना, पनीर और लौकी, कद्दू की सब्जी का सेवन करें। भोजन में लो-फैट दही, छाछ, पनीर और दूध शामिल करें। स्नैक्स में भुने हुए मखाने, बादाम, अखरोट लें।

क्या न खाएं: डीप फ्राइड भोजन जैसे कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की पूड़ी, पकौड़े खाने से परहेज करें। डायबिटीज के मरीज ज्यादा मीठे फल जैसे केला, लीची, चीकू, अनानास, सूखे खजूर (ड्राय डेट्स) और खोए की मिठाई न खाएं। हाई बीपी के मरीज सेंधा नमक भी कम मात्रा में लें। साबूदाना न खाएं क्योंकि इसमें हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाला पदार्थ होता है, जिसके कारण इसमें कार्ब्स ज्यादा और फाइबर कम होते हैं, जिससे शुगर बढ़ सकता है। डायबिटीज के मरीज पैक्ड फ्रूट्स जूस से दूरी बनाएं। ❁ **प्रस्तुतिः ललिता गोयल**

इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम-जल और लिंग, लैंगिक समानता, जल की कम उपलब्धता और उसकी अशुद्धता से महिलाओं के जीवन पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों को प्रकट करता है। इस बारे में सही कदम उठाने की जरूरत है।

जल की उपलब्धता से संवरेगा स्त्रियों का जीवन

जागरूकता
अंजू जैन

हर वर्ष की तरह इस बार भी 22 मार्च को विश्व जल दिवस मनाने की तैयारी की जा रही है। लेकिन इस वर्ष जल दिवस की थीम हमें एक ऐसे कड़वे सच से रूबरू कराती है, जिसे हम अकसर नजरअंदाज कर देते हैं। दुनिया भर में कई ऐसे देश, शहर और ग्रामीण क्षेत्र हैं, जहां जल संकट बहुत गंभीर रूप ले चुका है। यह जल संकट, महिलाओं के लिए भी एक गंभीर संकट बन चुका है। इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम हमें याद दिलाती है कि स्वच्छ जल कोई विलासिता नहीं, बल्कि स्त्री सशक्तिकरण की दिशा में पहली सीढ़ी की तरह है।

पानी की कतार में थमती जिंदगी: जल संकट को अकसर पर्यावरण या भूगोल के नजरिए से देखा जाता है, लेकिन यह गहराई से एक सामाजिक और आर्थिक मुद्दा भी है। जल संकट की कीमत महिलाओं को कई प्रकार से चुकानी पड़ती है। घर के लिए पानी जुटाने की जिम्मेदारी लगभग पूरी दुनिया में आज भी मुख्य रूप से महिलाओं के कंधों पर है। आंकड़ों के मुताबिक, दुनिया भर में महिलाएं और लड़कियां हर दिन 20 करोड़ घंटे सिर्फ पानी लाने में बिता देती हैं।

पड़ते हैं कई दुष्प्रभाव: एक बेटी जब दूर से पानी लाने में अपनी मां की मदद करती है, तो वह स्कूल नहीं जा पाती, ठीक से पढ़ाई नहीं कर पाती और अनावश्यक श्रम करने के लिए मजबूर होती है। भारी भरकम मटके या बाल्टियां ढोने से होने वाली शारीरिक समस्याएं और असुरक्षित स्रोतों से मिलने वाला दूषित पानी उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव डालता है। स्वच्छ जल और सैनिटेशन (सफाई) का सीधा संबंध महिलाओं के शारीरिक स्वास्थ्य और सम्मान से जुड़ा है। स्कूलों या कार्यस्थलों पर पानी और निजी शौचालय की कमी महिलाओं को घर में ही रहने पर मजबूर करती है। सुरक्षित प्रसव के लिए भी स्वच्छ जल अनिवार्य है। दूषित पानी और गंदगी के कारण होने वाले संक्रमण जच्चा-बच्चा दोनों के लिए जानलेवा साबित होते हैं। भारी वजन उठाकर मीलों चलने से महिलाओं में रीढ़ की हड्डी और गर्भाशय से जुड़ी गंभीर बीमारियां पनप सकती हैं।

जल प्रबंधन है जरूरी: संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा इस वर्ष यूनिसेफ के सहयोग से यह संदेश दिया जा रहा है कि जल प्रबंधन में महिलाओं की भागीदारी केवल सामाजिक कार्य नहीं, बल्कि 'मानवाधिकार' भी है। इनका कहना है कि यदि हम चाहते हैं कि समाज में लैंगिक समानता आए, तो हमें हर घर के नल तक पानी पहुंचाना होगा।

जरूरी हैं कारगर प्रयास: विश्व जल दिवस हमें याद दिलाता है कि जब हम एक महिला के लिए स्वच्छ जल की उपलब्धता सुनिश्चित करते हैं, तो हम उसे समय देते हैं, पढ़ने के लिए, कमाने के लिए और खुद को साबित करने के लिए। जरूरी है कि पूरी शिद्दत से जल उपलब्धता के लिए कुछ ठोस कदम उठाए जाएं। इस वर्ष जल दिवस की थीम यह मांग करती है कि जल समितियों, सिंचाई विभागों और सरकारी योजनाओं में महिलाओं को निर्णायक पदों पर रखा जाए। पानी की बर्बादी को रोकना केवल पर्यावरण के लिए नहीं, बल्कि उन करोड़ों महिलाओं के लिए भी जरूरी है, जो एक-एक बूंद के लिए मीलों पैदल चलती हैं। इसलिए ऐसी तकनीकों को बढ़ावा देना जरूरी है।

हम सब करें प्रयास: पानी बचाना केवल कर्तव्य नहीं, बल्कि उन महिलाओं के प्रति एकजुटता दिखाना है, जो पानी के लिए संघर्ष कर रही हैं। सब्जियों को बहते नल के बजाय एक बर्तन में पानी भरकर धोएं। उस पानी को पौधों में डालें। घर के काम-काज में जल-बचत वाली मशीनों और तकनीकों का उपयोग करें ताकि पानी और समय दोनों की बचत हो। अपने घर के नलों में वॉटर एयरेटर्स लगाएं, जो पानी का बहाव 50 प्रतिशत तक कम कर देते हैं। अपने क्षेत्र की जल समितियों में सुनिश्चित करें कि पानी की पाइपलाइन का नक्शा बनाते समय महिलाओं की सुविधा को ध्यान में रखा जाए। ❁

सलाह
प्रतिभा अग्निहोत्री

भावनात्मक रूप से बनिए मजबूत

आज महिलाएं हर क्षेत्र में बड़ी कुशलता से काम कर रही हैं, देश के विकास में अपना योगदान दे रही हैं। वे घर-परिवार, करियर और अन्य जिम्मेदारियों को एक साथ निभा रही हैं। इन सभी जिम्मेदारियों के बीच अकसर उन्हें अनेक प्रकार के मानसिक-भावनात्मक दबाव का सामना करना पड़ता है। ऐसे में अगर महिलाएं भावनात्मक रूप से मजबूत होंगी तो वे हर परिस्थिति का सामना आसानी से कर सकेंगी, वहीं दूसरी ओर भावनात्मक रूप से कमजोर महिलाएं छोटी-छोटी बात पर घबरा जाएंगी। कई बार तो वे अंदर-अंदर घुटती रहती हैं, तनाव का शिकार हो जाती हैं, जिससे उनकी सेहत पर विपरीत प्रभाव पड़ता है। कभी-कभी वे अनेक बीमारियों का शिकार हो जाती हैं। इस दृष्टि से नवरात्र में आप नौ दिन माता की पूजा करें। अध्यात्म, इंसान की आत्मशक्ति को बढ़ाता है, भावनात्मक रूप से मजबूत बनाता है, इससे आप जीवन में आने वाली कठिनाइयों का मुकाबला आसानी से कर सकेंगी।

अपनी भावनाओं को स्वीकार करें: हमारा समाज महिलाओं से दूसरों का ध्यान रखने और अपनी भावनाओं को दबाकर रखने की उम्मीद करता है। कई बार महिलाएं न चाहते हुए, मन मारकर थके शरीर से भी दूसरों के प्रति अपने कर्तव्यों का निर्वहन करती हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इसलिए आप अपनी भावनाएं समझें और तनाव से बचें। यदि आवश्यकता हो तो किसी भरोसेमंद व्यक्ति से साझा करें ताकि आपका मन हल्का हो।

बढ़ाएं आत्मविश्वास: अकसर आत्मविश्वास के अभाव में महिलाएं सही निर्णय नहीं ले पातीं, उन्हें अपने आप पर भरोसा नहीं होता। इससे बचने के लिए आप अपने शौक, रुचि और क्षमता को पहचानकर उसका विकास करें। संभव है तो इसे अपना प्रोफेशन बनाएं। अपनी छोटी-छोटी उपलब्धियों पर गर्व करें, खुश हों।

सोच सकारात्मक रखें: जीवन में सुख-दुःख आते-जाते रहते हैं। ऐसे में हर परिस्थिति में खुद को सकारात्मक रखकर आप बड़ी से बड़ी समस्या का समाधान निकाल सकती हैं। नकारात्मक सोच आपको भावनात्मक रूप से कमजोर बनाती है, वहीं सकारात्मक सोच आपके आत्मविश्वास में वृद्धि करती है।

घर के सदस्यों से लें सहयोग: घर-बाहर के सभी काम खुद ना करके परिवार के अन्य सदस्यों से उनकी क्षमता के अनुसार सहयोग लें। इससे उनकी कार्यक्षमता का तो विकास होगा, वहीं आपका काम आसान हो जाएगा। आप अपने लिए कुछ समय निकाल सकेंगी।

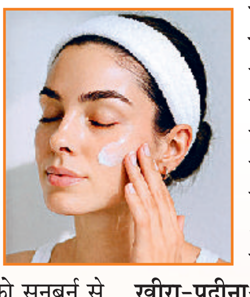
मन का करें: लोग क्या कहेंगे, यह सोचकर अपने मन को बार-बार मारने की जगह अपने मन के काम भी जरूर करें। मन का पहनें, मन का खाएं अगर सिंगिंग, डांसिंग या राइटिंग का शौक हो तो अपने रूटीन में से समय निकालकर उसे पूरा करें। इससे शरीर में डोपामाइन हार्मोन रिलीज होगा और आप भावनात्मक रूप से मजबूत बनेंगी। ❁

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

गर्मी के मौसम में बढ़ते तापमान, धूप और पसीने की वजह से कई स्किन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इनसे बचने के लिए स्किन का हाइड्रेटेड होना जरूरी है। जानिएं ऐसे तरीके, जिनसे आपकी स्किन हाइड्रेट रहेगी।

गर्मी में भी स्किन बनी रहेगी हाइड्रेटेड

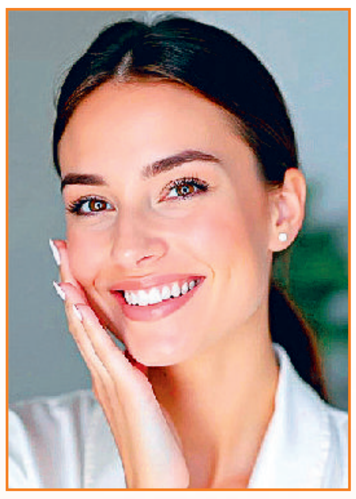
अब धीरे-धीरे तापमान बढ़ने के साथ गर्मी के मौसम का प्रभाव बढ़ने लगा है। इसका असर आपकी स्किन को भी नुकसान पहुंचा सकता है। धूप से होने वाली टैनिंग और सनबर्न से त्वचा काली पड़ने लगती है। गर्मियों में चिलचिलाती धूप, प्रदूषण, आद्रता और धूल-मिट्टी, चेहरे की नेचुरल ग्लो को खत्म कर देती है, जिससे त्वचा बेजान दिखाई देने लगती है। अगर आप चाहती हैं कि आने वाले दिनों में भी आपका चेहरा ग्लो करे और स्किन संबंधी समस्याएं नहीं हों तो यहां बताए जा रहे टिप्स अपनाने होंगे।



सनस्क्रीन: धूप में घर से बाहर जाने से पहले स्किन पर सनस्क्रीन का इस्तेमाल आपको सनबर्न से बचाएगा। तेज धूप में 30 एसपीएफ या इससे ऊपर वाली सनस्क्रीन का इस्तेमाल फायदेमंद होता है। चेहरे को ढंक कर तेज धूप में बाहर निकलना चाहिए। अगर संभव हो तो आने वाले दिनों में दोपहर 11 बजे से शाम 4 बजे तक घर से बाहर निकलने से परहेज करें, क्योंकि इस दौरान ज्यादा गर्मी और धूप होती है। सनस्क्रीन के साथ-साथ मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल जरूर करें। दरअसल, इसका प्रयोग न करने से चेहरे की नमी खोने लगती है, इससे कील-मुंहासों संबंधी समस्याओं का खतरा बढ़ता है।

ग्लिसरीन-शहद-कच्चा दूध: एक चम्मच ग्लिसरीन, एक चम्मच शहद और एक चम्मच कच्चा दूध लेकर पेस्ट बना लें। इसे चेहरे पर लगाकर कुछ समय बाद ताजे साफ पानी से धो डालिए। इससे आपकी त्वचा कोमल और चमकदार बनी रहेगी।

खीरा-पुदीना-डिस्टिल्ड वॉटर: खीरे को 4 या 5 लंबे टुकड़ों में काट लें। डिस्टिल्ड वॉटर और पुदीने की पत्तियों के साथ एयर टाइट डिब्बे में पैक करके 1 घंटे के लिए फ्रिज में रख दें। इस पानी को छानकर अलग स्प्रे बॉटल में डाल लें। फ्रिज में स्टोर करें और स्किन पर इसे अप्लाई करें। यह मिस्ट स्प्रे गर्मी में स्किन को कूल और फ्रेश रखेगा। रैशेज से भी बचाएगा।



खीरा और नारियल पानी: खीरे को कद्दूकस कर उसका जूस निकाल लें। इसे ठंडा होने के लिए फ्रिज में 20-25 मिनट के लिए रख दें। इसके बाद इसमें 1 कप नारियल पानी मिलाएं और अच्छी तरह से मिक्स करके स्प्रे बॉटल में भर लें। यह मिस्ट स्किन टोनर का काम करेगा।

गुलाब जल टोनर: एक खीरे के जूस, एक चम्मच गुलाब जल को एक कप मिनरल वॉटर में डालकर स्किन टोनर बना लें। इसके उपयोग से स्किन टोनिंग के अलावा त्वचा मुलायम हो जाएगी।

आइसिंग है कारगर: गर्मी के मौसम में चेहरे पर बर्फ लगाने से स्किन को पोषण मिलता है, जिससे त्वचा फ्रेश नजर आती है। इससे रिंकल्स और फाइन लाइंस कम नजर आती हैं। कील मुंहासे कम होते हैं। आइसिंग करने से त्वचा को हाइड्रेटेड रहती है।

मेकअप करें रिमूव: सोने से पहले मेकअप उचित तरीके से हटाने से त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। इससे मुंहासे और अन्य त्वचा संबंधी समस्याओं का खतरा कम हो जाता है। मेकअप हटाने के लिए आप नारियल तेल, ऑलिव ऑयल, एलोवेरा जैल, दूध या शहद का उपयोग कर सकती हैं। ❁

सभी 71 केंद्रों पर शांतिपूर्ण माहौल में दी विद्यार्थियों ने परीक्षा

बोर्ड परीक्षाएं : 15646 ने दी सामाजिक विज्ञान की परीक्षा, 218 रहे अनुपस्थित

जिले के सभी ब्लॉक में एचबीएसई के तहत कुल 31104 विद्यार्थी परीक्षाएं देकर अपना भाग्य आजमा रहे

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

जिला में हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड (एचबीएसई) की कक्षा 10वीं व 12वीं की बोर्ड परीक्षाओं का दौर जारी है। एचबीएसई की ओर से बनाए गए 71 परीक्षा केंद्रों पर सोमवार को कक्षा 10वीं के पंजीकृत 15864 विद्यार्थियों में से 15646 ने सामाजिक विज्ञान विषय का पेपर दिया, जबकि 218 विद्यार्थी परीक्षा के दौरान अनुपस्थित रहे। हालांकि जिलाभर नकल संबंधी कोई मामला सामने नहीं आया। सभी केंद्रों पर शांतिपूर्ण माहौल में विद्यार्थियों ने परीक्षा दी। इस वर्ष जिले के सभी ब्लॉक में एचबीएसई के तहत कुल 31104 विद्यार्थी परीक्षाएं देकर अपना भाग्य आजमा रहे हैं।

सोनीपत । गीता भवन चौक के पास बने केंद्र पर परीक्षा देकर बाहर आते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

एचबीएसई बोर्ड परीक्षा के अंतर्गत जिलाभर में कक्षा 10वीं व 12वीं के लिए 82 परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं। साथ ही नकलरहित व शांतिपूर्ण माहौल में परीक्षा संपन्न करवाने के लिए प्रशासन की ओर से 7 उड़नदस्ता टीमों का गठन किया गया है। सोमवार 71 केंद्रों पर कक्षा 10वीं के विद्यार्थियों का सामाजिक विज्ञान विषय का पेपर रहा। विद्यार्थियों ने कड़े सुरक्षा प्रबंधों के बीच सीसीटीवी की निगरानी में पेपर दिया, जबकि

प्रशासन सहित उड़नदस्ता टीमों ने संभाला मोर्चा

इस वर्ष कुल 82 परीक्षा केंद्रों में से 8 को संवेदनशील केंद्र की श्रेणी में शामिल किया गया है। जिलाभर में बोर्ड की परीक्षाओं के नकल रहित संचालित करने के लिए व्यापक कदम उठाए गए हैं। नकलचियों पर लगाम कसने के लिए प्रशासन, जिला शिक्षा अधिकारी सहित उड़नदस्ता की टीमें दिनभर मोर्चा संभाले नजर आईं। अधिकारियों ने उड़नदस्ता की टीमों के साथ परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण किया। इसके अलावा बाहरी हस्तक्षेप रोकने के लिए सभी केंद्रों के प्रवेश द्वार पर पुलिस बल तैनात रहा। केंद्रों के आसपास फोटोस्टेट की दुकानें बंद रही।

सभी केंद्रों पर 218 विद्यार्थी गैरहाजिर पाए गए। परीक्षा को लेकर केंद्रों पर प्रवेश के समय चहल-पहल का माहौल रहा। कड़ी जांच के बाद सुबह 11:30 बजे के बाद विद्यार्थियों को परीक्षा केंद्रों में प्रवेश दिया गया। परीक्षा दोपहर 12:30 से 3:30 बजे तक आयोजित हुई। उधर जिला प्रशासन व शिक्षा विभाग ने परीक्षा को शांतिपूर्ण व नकलरहित संपन्न करवाने के लिए सुरक्षा के कड़े इंतजाम रखे गए। केंद्रों के बाहर जहां काफी पुलिस बल तैनात रहा। अब तक एचबीएसई की परीक्षा में कुल 12 नकल के मामले सामने आ चुके है, जबकि सोमवार को परीक्षा के दौरान नकल का कोई मामला जिले में सामने नहीं आया। नकलरहित परीक्षा संपन्न होने पर शिक्षा विभाग ने राहत की सांस ली है।

कड़ी सुरक्षा रही

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की ओर से सोमवार को कक्षा 10वीं की सामाजिक विज्ञान विषय की परीक्षा रही। परीक्षा सभी केंद्रों पर शांतिपूर्ण माहौल में कड़ी सुरक्षा के बीच संपन्न करवाई गई। परीक्षा के दौरान सभी केंद्रों पर नकल संबंधी कोई मामला सामने नहीं आया है। नकल को रोकने के लिए बोर्ड के साथ जिला शिक्षा विभाग भी पूरी तरह सतर्क है। **-नवीन गुलिया, जिला शिक्षा अधिकारी, सोनीपत**

खबर संक्षेप

खरखौदा। विद्यार्थियों को व्याखान देते विशेषज्ञ वक्ता। फोटो : हरिभूमि

विद्यार्थियों को इंटर्नशिप के लिए किया तैयार

खरखौदा। राजकीय महाविद्यालय खरखौदा में आंतरिक गुणवत्ता आश्वासन प्रकोष्ठ और ईएसएस संस्थान के बीच हुए समझौता ज्ञापन के तहत द्वितीय वर्ष के छात्रों के लिए एक अभिविन्यास कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों को उनकी अनिवार्य इंटर्नशिप के लिए तैयार करना था। प्राचार्या डॉ. तराना नेगी के मार्गदर्शन में आयोजित इस कार्यक्रम में छात्रों को वेब और ग्राफिक डिजाइनिंग, वित्त और लेखांकन, मानवाधिकार और वकालत जैसे कई विकल्प दिए गए।

खरखौदा। पुरस्कार स्वरूप मिले मेडल को दर्शाते हुए आदित्य।

50 हजार से पुरस्कृत किए आरएसी प्रशिक्षु आदित्य

खरखौदा। औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान (आईटीआई) खरखौदा के आरएसी अर्थात रेफ्रिजरेशन और एयर कंडीशनिंग ट्रेड के प्रशिक्षु आदित्य ने क्षेत्रीय कौशल प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए द्वितीय स्थान प्राप्त किया है। आदित्य की इस शानदार उपलब्धि ने न केवल संस्थान, बल्कि खरखौदा उपमंडल का मान बढ़ाया है। यह प्रतिष्ठित क्षेत्रीय कौशल प्रतियोगिता 10 से 14 मार्च के बीच उत्तर प्रदेश के आगरा स्थित बीएसएल ग्राउंड में आयोजित की गई थी। प्रतियोगिता में उत्तर भारत के विभिन्न राज्यों के अग्रणी आईटीआई संस्थानों से आए सर्वश्रेष्ठ प्रशिक्षुओं ने हिस्सा लिया।

अनुराधा को सर्वश्रेष्ठ स्वयंसेविका तथा मुस्कान को सर्वश्रेष्ठ शिविरार्थी चुना

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

जीवीएम गर्ल्स कालेज की एनएसएस इकाई का सात दिवसीय शिविर सोमवार को पारितोषिक वितरण के साथ गांव ठरू में संपन्न हुआ, जिसमें अनुराधा को सर्वश्रेष्ठ स्वयंसेविका तथा मुस्कान को सर्वश्रेष्ठ शिविरार्थी के खिताब से नवाजा गया।

मोस्ट क्रिएटिव वोल्यूंटियर का खिताब लक्षिता व पलक को तथा मोस्ट डेडिकेटिड वोल्यूंटियर का पुरस्कार निहारिका व तन्नू को मिला। साथ ही बेस्ट फोटोग्राफी अवॉर्ड हिमांशी को मिला। संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी व प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने सफल आयोजन के साथ विजेताओं को बधाई दी। जीवीएम की एनएसएस की कार्यक्रम अधिकारी रूचिका विरमानी के नेतृत्व में गांव ठरू में एनएसएस इकाई का सात दिवसीय आवासीय शिविर सफलतापूर्वक आयोजित किया गया। समाज एवं राष्ट्रोत्थान को समर्पित विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया गया, जिसमें ग्रामीणों ने भी उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया।

सोनीपत। जीवीएम गर्ल्स कॉलेज में कार्यक्रम के दौरान प्रस्तुति देती छात्रा।

कंपनी के विज्ञापन से कमीशन का लालच देकर 11.53 लाख की ठगी

- लुधियाना और जोधपुर से पकड़ा गया अंतरराज्यीय गिरोह, 2.50 लाख रुपये बैंक खातों में फ्रीज

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

कंपनी के विज्ञापन से कमीशन कमाने का झांसा देकर लाखों रुपये की साइबर ठगी करने वाले अंतरराज्यीय गिरोह का सोनीपत पुलिस ने भंडाफोड़ किया है। पुलिस ने इस मामले में गिरोह के दो सदस्यों को लुधियाना और जोधपुर से गिरफ्तार किया है। आरोपितों की पहचान जितेंद्र उर्फ जानी निवासी जोधपुर (राजस्थान) और अनमोल निवासी जयपुर (राजस्थान) के रूप में हुई है। पुलिस आयुक्त ममता सिंह के नेतृत्व और पुलिस उपायुक्त पश्चिम एवं साइबर कुशल पाल सिंह के मार्गदर्शन में थाना साइबर सोनीपत की टीम ने यह कार्रवाई की। पुलिस के अनुसार गन्नौर निवासी अंकुश ने शिकायत दी थी कि 4 अगस्त 2025 को उसके पास व्हाट्सएप पर एक संदेश आया, जिसमें कंपनी की वेबसाइट पर विज्ञापन करने के बदले 900 से 1500 रुपये तक कमीशन देने का लालच दिया गया।

इसके बाद क्रेडिट स्कोर बढ़ाने के नाम पर अलग-अलग खातों में पैसे जमा करवाते हुए उससे 4 अगस्त से 18 अगस्त के बीच कुल 11,53,996 रुपये ठग लिए गए। मामले की जांच करते हुए थाना साइबर के प्रभारी निरीक्षक बसंत कुमार के नेतृत्व में टीम ने तकनीकी साक्ष्यों के आधार पर दोनों आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया।

पुलिस टीम के साथ गिरफ्तार आरोपित।

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान शपथ लेती छात्राएं।

एंथम और शपथ के माध्यम से छात्राओं को यातायात नियमों के प्रति किया जागरूक

सोनीपत। जीवीएम गर्ल्स कॉलेज में सोमवार को रोड सेफ्टी क्लब की ओर से सड़क सुरक्षा जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को यातायात नियमों के प्रति जागरूक करना और उन्हें जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए प्रेरित करना था। कार्यक्रम में छात्राओं और शिक्षकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी और कॉलेज की प्राचार्या डा. मंजुला ने कहा कि सड़क सुरक्षा केवल सरकार या प्रशासन की जिम्मेदारी नहीं, बल्कि हर नागरिक का कर्तव्य है। उन्होंने छात्राओं से स्वयं यातायात नियमों का पालन करने और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। कार्यक्रम की शुरुआत सड़क सुरक्षा एंथम से हुई, जिसमें छात्राओं और शिक्षकों ने एक साथ खड़े होकर एंथम गाया। इसके बाद छात्राओं को सड़क सुरक्षा की शपथ दिलाई गई, जिसमें हेलमेट और सीट बेल्ट का उपयोग करने तथा सावधानी से वाहन चलाने का संकल्प लिया गया। इस अवसर पर क्लब की संयोजक डा. स्मृति अग्रवाल, सदस्य डा. कुसुम दहिया और अन्य शिक्षक भी उपस्थित रहे।

नागरिक अस्पताल में टेंडर घोटाला पार्ट-2 उजागर

- टीबी विभाग में नियमों को दरकिनार कर दोगुनी कीमत पर कंज्यूमेबल आइटम्स की खरीद का आरोप

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

दवाइयों की खरीद से जुड़े टेंडर में गड़बड़ियों के तथ्य पेश करने के बाद सामाजिक कार्यकर्ता अधिवक्ता देवेंद्र गौतम ने सोमवार को नागरिक अस्पताल के टीबी विभाग में कंज्यूमेबल आइटम्स की खरीद से जुड़े टेंडर में भी गड़बड़ियों के दस्तावेज दिखाकर प्रबंधन पर आरोप लगाए हैं। उनका कहना है कि स्वास्थ्य के क्षेत्र में भ्रष्टाचार केवल आर्थिक अपराध नहीं है, बल्कि यह मरीजों व आमजन के स्वास्थ्य के साथ भी सीधा खिलवाड़ है। सरकार व प्रशासन से निष्पक्ष जांच की मांग करने के बावजूद अब तक कोई कार्रवाई अमल में नहीं लाई गई है।

अन्याय के विरुद्ध– न्याय युद्ध मंच के बैनर तले अधिवक्ता देवेंद्र गौतम ने रेलवे रोड स्थित लोक निर्माण विभाग के विश्राम गृह में पत्रकारों से बातचीत के दौरान सोनीपत के नागरिक अस्पताल में टेंडर प्रक्रियाओं में गंभीर अनियमितताओं का आरोप लगाकर संबंधित दस्तावेज सबके समक्ष पेश किए। उन्होंने इससे पहले 23 फरवरी को दवाइयों की खरीद से जुड़े टेंडर में गड़बड़ियों के आरोप लगाकर तथ्य सबके समक्ष रखे थे। इसी कड़ी में अस्पताल में घोटाला पार्ट-2 के आधार पर बड़ा मामला उजागर करते हुए नागरिक अस्पताल के टीबी विभाग में कंज्यूमेबल आइटम्स की खरीद से जुड़े टेंडर में भी गड़बड़ियों के आरोप लगा दस्तावेज दिखाए। देवेंद्र गौतम का आरोप है कि 12 सितंबर 2025 को इस खरीद के लिए टेंडर प्रकाशित किया गया था। टेंडर खुलने के बाद 3 कंपनियों सात्विक मेडिकोज, ऑर्थोटेक सर्जिकल, एलिट ऑर्थोकेयर ने आवेदन किया। टेंडर अनुसार सात्विक मेडिकोज ने सबसे कम कीमत का कोटेशन अपलोड किया, जबकि अन्य दो कंपनियों ने उसी सामान की दोगुना से अधिक कीमत बताई।

पत्रकारों को दस्तावेज दिखाकर जानकारी देते अधिवक्ता देवेंद्र गौतम।

यह हैं आरोप

- अधिवक्ता देवेंद्र गौतम ने दवा खरीद से जुड़े टेंडर में गड़बड़ियों के बाद अब कंज्यूमेबल आइटम्स की खरीद से जुड़े टेंडर में गड़बड़ी के लगाए आरोप
- स्वास्थ्य विभाग में बड़ा खेल?
- नियमों को ताक पर रख पसंदीदा कंपनियों को टेंडर, कम कीमत वाली कंपनी को किया दरकिनार
- फर्जीवाड़े का शक : इंटीग्रिटी पैक्ट तक पर उठाए सवाल, दस्तावेज दिखाकर जांच की लगाई गुहार

भ्रष्टाचार मुक्त व्यवस्था के लिए सभी अधिकारी-कर्मचारी पारदर्शिता से करें कार्य : एसडीएम

सेमिनार में भ्रष्टाचार के प्रति अफसरों को किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

फूड सप्लाई विभाग, सोनीपत के अधिकारियों व कर्मचारियों को भ्रष्टाचार न करने के प्रति जागरूक करने के लिए सोमवार को सेमिनार का अयोजन किया गया। सेमिनार का अयोजन सोनीपत के लघु सचिवालय के तृतीय तल पर पर किया गया, जिसमें एसडीएम सुभाष चंद्र ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करी। सेमिनार का मुख्य उद्देश्य विभागीय कार्यों में पारदर्शिता बनाए रखना तथा भ्रष्टाचार को पूरी तरह समाप्त करने के लिए सभी को जागरूक करना रहा। सेमिनार के दौरान एसडीएम सुभाष चंद्र ने संबोधित करते हुए कहा कि कि सभी अधिकारी और कर्मचारी अपने कार्यों को पूरी ईमानदारी और नियमानुसार करें। उन्होंने कहा कि भ्रष्टाचार किसी भी स्थिति में स्वीकार्य नहीं है और पारदर्शिता के साथ कार्य करना ही सुशासन की पहचान है। इस दौरान एएफएसओ गोहाना सतीश दहिया, एएफएसओ गन्नौर हरेन्द्र, एसओ अशोक रोहिल्ला, इंस्पेक्टर अभिषेक, संजय व पेट्रोंल पंप संचालक, गैस एजेंसी संचालक, डिपोधारक व अन्य कर्मचारी मौजूद रहे।

सोनीपत। बैठक को संबोधित करते हुए एसडीएम एवं अन्य। फोटो : हरिभूमि

समाधान शिविर : 29 शिकायतें हुई प्राप्त

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सोनीपत

उपायुक्त सुशील सारवान की अध्यक्षता में सोनीपत के लघु सचिवालय में आयोजित समाधान शिविर के दौरान 29 शिकायतें प्राप्त हुई।

सोमवार को लघु सचिवालय में आयोजित समाधान शिविर के दौरान 29 शिकायतें प्राप्त हुई। जिसमें गांव ककरोई में महिला चौपाल बनाने की मांग, पीएचसी भटगांव को सीएचसी जुआं में शामिल करने बारे, सोनीपत के नरेन्द्र नगर में जाम सीवर को खुलवाने बारे, वार्ड नम्बर 21 की गलियों में लाइट लगवाने बारे, परिवार पहचान पत्र में अतिरिक्त मीटर को हटवाने बारे, नई प्रोपटी आइडी बनवाने बारे, निजी जमीन से नाजायज कब्जा हटवाने बारे, मृत्यु प्रमाण-पत्र बनवाने बारे, बिजली का बिल ठीक करवाने बारे, इंतकाल करवाने बारे, 20 साल पुराने कब्जों की रजिस्ट्री करवाने बारे, बिजली बिल माफ करवाने बारे, व अन्य शिकायतें प्राप्त हुई। इन सभी शिकायतों पर सुनवाई करते उपायुक्त सुशील सारवान ने संबंधित अधिकारियों को शिकायतों के समाधान के निर्देश दिए।

सोनीपत। समाधान शिविर में लोगों की शिकायतों सुनते हुए उपायुक्त।

न्यूज डायरी

गोहाना। शिविर में रक्तदाताओं के साथ अतिथि एवं आयोजक। फोटो : हरिभूमि

साप्ताहिक शिविर में 57 लोगों ने किया रक्तदान

गोहाना। सोमवार को भागराम ट्रस्ट के साप्ताहिक शिविर में 57 लोगों ने रक्तदान किया। सप्ताह के प्रत्येक सोमवार की तरह यह शिविर शहर में सोनीपत मार्ग टी-प्वाइंट पर भगवान परशुराम चौक में आयोजित हुआ। रक्तदान शिविर के मुख्य अतिथि विजय जिंदल और विशिष्ट अतिथि रोहतास विरोधिया थे। अध्यक्षता ट्रस्ट की अध्यक्षता उषा गगनेजा ने की और संयुक्त संयोजन स्टार रक्तदाता सुरेंद्र विश्वास और सतीश सैनी का रहा। शिविर में विशेष रक्तदाता के रूप में हरियाणा पुलिस ने प्रदीप मलिक ने रक्तदान किया। नियमित रक्तदाताओं में दीपक शर्मा, राहुल, अजय शर्मा, अमित, रविंद्र, इंद्रपाल, बलराज, श्याम, विनोद, गोविंद, दीपक, रणबीर, पुनीत और जितेंद्र ने रक्तदान का पुण्य कमाया। शिविर में संदीप, राहुल, अतुल, नमन, दीपांशु, मोहित, अजय, सन्नी और सौरभ ने पहली बार रक्तदान का खाता खोला।

खरखौदा। योग की सूक्ष्म क्रिया करते हुए महाविद्यालय स्टाफ। फोटो : हरिभूमि

तनाव को दूर करने को किया योगाभ्यास

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय खरखौदा में योग क्लब प्रभारी डॉ. दर्शना के नेतृत्व व सदस्य डॉ. प्रमिला के सहयोग से कॉलेज इंचार्ज डॉ. योगिता मलिक की अध्यक्षता में योग कार्यक्रम रखा गया। आयुष विभाग सोनीपत के तत्वावधान से वाई ब्रेक नाम से एक योग अभियान चलाया जा रहा है। उसी के अंतर्गत महाविद्यालय में भी आज एक योग कार्यक्रम 11 से सवा 11 बजे के बीच रखा गया। आयुष्मान विभाग से सरिता और रेणु द्वारा योग ब्रेक कार्यक्रम में स्टाफ सदस्यों को विभिन्न सूक्ष्म योग क्रियाएं जैसे गर्दन एवं कंधों की एक्सरसाइज, ताड़ासन, वृक्षासन आदि का अभ्यास करवाया गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य स्टाफ सदस्यों को शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य प्रदान कर उनके तनाव को दूर करना रहा। दिन भर के परिश्रम और काम के बोझ से थकान, मानसिक तनाव, सर्वाइकल जैसी बीमारियां बढ़ रही हैं।

गोहाना। विद्यार्थियों का मार्गदर्शन करते हुए परामर्शदाता नीरज कुमार।

स्वयं-मूल्यांकन कर प्राप्त कर सकते हैं लक्ष्य : नीरज

गोहाना। हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद द्वारा जेएलएन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, गोहाना में स्थापित परामर्श केंद्र में सोमवार को विद्यार्थियों के लिए एक प्रेरणादायक काउंसलिंग सत्र आयोजित किया गया। नोडल अधिकारी अनिल मलिक के मार्गदर्शन में यह कार्यक्रम परामर्शदाता नीरज कुमार द्वारा संचालित किया गया। अध्यक्षता एमडी सुनील शर्मा तथा प्राचार्य डॉ. सचिन शर्मा ने की। कार्यक्रम के अंतर्गत दो सेमिनार सत्र आयोजित किए गए। मुख्य विषय स्व-मूल्यांकन, प्रभावी ढंग से सीखने की कला तथा जीवन के लक्ष्यों को निर्धारित कर उन्हें प्राप्त करने की रणनीति रहा। पहले सत्र में कक्षा 10वीं के 54 विद्यार्थियों तथा दूसरे सत्र में कक्षा 12वीं के 38 विद्यार्थियों ने भाग लिया। सत्र के दौरान विद्यार्थियों को अपनी क्षमताओं को पहचानने, पढ़ाई की गुणवत्ता को बेहतर बनाने, समय प्रबंधन अपनाने तथा सकारात्मक सोच के साथ अपने लक्ष्य निर्धारित करने के लिए प्रेरित किया गया।

सोनीपत। रैली के दौरान महाविद्यालय की छात्राएं साथ में अन्य।

छात्राओं ने रैली निकालकर दिया स्वच्छता का संदेश

सोनीपत। टीकाराम कन्या महाविद्यालय की एनएसएस यूनिट 1 और यूनिट 2 द्वारा 'यूथ फॉर माय भारत एंड डिजिटल लिटरेसी' विषय पर गांव महलाना में लगाए गए सात दिवसीय शिविर के छठे दिन स्वयंसेविकाओं ने विभिन्न जागरूकता गतिविधियां आयोजित कीं। स्वयंसेविकाओं ने सड़क सुरक्षा को लेकर गांव में रैली निकालकर लोगों को यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया। इसके साथ ही डिजिटल लिटरेसी के लाभ और हानि विषय पर सर्वे करते हुए ग्रामीणों के विचार भी साझा किए। स्वयंसेविकाओं ने स्कूल प्रांगण में सफाई अभियान चलाकर स्वच्छता का संदेश दिया। महाविद्यालय परिसर में डिजिटल लिटरेसी विषय पर पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें ईशा ने प्रथम, लक्ष्मी ने द्वितीय और आरती ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। शिविर की संयोजिका एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर हां. दिव्याश्री और डॉ. आशा रानी रहीं। इस शिविर में 106 स्वयंसेविकाएं भाग ले रही हैं।

सोनीपत। बैठक के दौरान उपस्थित अधिकारीगण। फोटो : हरिभूमि

जल शक्ति जन भागीदारी अभियान की समीक्षा

सोनीपत। जल संरक्षण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से केंद्र सरकार द्वारा चलाए जा रहे जल शक्ति जन भागीदारी अभियान के तहत अतिरिक्त उपायुक्त लक्षित सरीन ने सोमवार को लघु सचिवालय में संबंधित विभागों के अधिकारियों के साथ बैठक आयोजित कर अभियान के अंतर्गत जिले में किए जा रहे कार्यों की समीक्षा की। बैठक में विभिन्न विभागों द्वारा जल संरक्षण और भूजल पुनर्भरण से संबंधित गतिविधियों की प्रगति पर विस्तार से चर्चा की गई। अतिरिक्त उपायुक्त लक्षित सरीन ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि जल संरक्षण से संबंधित सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाओं और गतिविधियों की नियमित निगरानी सुनिश्चित की जाए। उन्होंने कहा कि अभियान के तहत जिले में विभिन्न विभागों द्वारा जो भी कार्य किए जा रहे हैं, उनका पूरा विवरण जल शक्ति जन भागीदारी (जेएसजेबी) पोर्टल पर समयबद्ध तरीके से अपलोड किया जाए, ताकि इन कार्यों की प्रभावी मॉनिटरिंग और समीक्षा की जा सके।

शहीदों की शहादत में सभा 23 को

सोनीपत। सेक्टर 15 स्थित एचएसवीपी परिसर में सोमवार को हुड्डा जन स्वास्थ्य कर्मचारी यूनियन, संबंधित हरियाणा संयुक्त कर्मचारी मंच के प्रमुख पदाधिकारियों की कार्यसमिति की आवश्यक बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता प्रदेश अध्यक्ष आरके नागर ने की, जबकि संचालन राज्य कोषाध्यक्ष महावीर सिंह नागर ने किया। बैठक में नेताओं ने बताया कि 23 मार्च को शहीद-ए-आजम भगत सिंह और उनके साथियों की शहादत को लेकर दोपहर 12 से 2 बजे तक एक सभा आयोजित की जाएगी।

खबर संक्षेप

ब्लॉक स्तर पर मंजू बनी सर्वोत्तम माता

खरखौदा। महिला एवं बाल विकास परियोजना कार्यालय प्रांगण में सर्वोत्तम माता पुरस्कार प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी नीलम रंगा ने की। जिसमें सर्कल स्तर पर प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाली माताओं ने भाग लिया। प्रतियोगिता में थाना खुर्द की मंजू ने प्रथम, फरमाणा की सोनिया ने द्वितीय और खरखौदा के वार्ड नंबर -2 की कनिका ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

प्रदर्शनी में दिखाई 6 हजार से अधिक पुस्तकें

राई। हरियाणा खेल विश्वविद्यालय राई में सोमवार को वार्षिक पुस्तक प्रदर्शनी का आयोजन विद्यार्थियों और संकाय सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रदर्शनी का उद्घाटन विश्वविद्यालय के कुलपति अशोक कुमार ने किया। प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए कहा कि इस वर्ष प्रदर्शनी में पिछले वर्ष की तुलना में पुस्तकों का संग्रह अधिक समृद्ध और बेहतर है। प्रदर्शनी में 11 विक्रेताओं के 29 प्रतिनिधियों ने भाग लिया, जिन्होंने करीब 6000 से अधिक पुस्तकों का प्रदर्शन किया। विद्यार्थियों के साथ कोचिंग संकाय के सदस्यों ने भी पुस्तकों के चयन और अध्ययन में रुचि दिखाई।

गांव जाट जोशी में कर्मियों की लापरवाही के चलते बिगड़ने लगी सफाई व्यवस्था

नगर निगम की ओर से सफाई के नाम पर करोड़ों रुपये के टेंडर बेकार

कूड़ा उठान के नाम पर घरों से 50 रुपये की वसूली का आरोप

» ग्रामीण बोले, पैसे नहीं देने की एवज में चालक गाड़ी में कूड़ा नहीं डलवा रहे, अभद्र व्यवहार भी करते हैं

» आयुक्त से ज्ञापन के माध्यम से कर्मचारियों और गाड़ी चालकों की बदली करवाने की मांग

ओवरफ्लो नालियां

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सोनीपत

नगर निगम की ओर से साफ-सफाई के नाम पर करोड़ों रुपये के टेंडर लगाए जाते हैं। इसके बावजूद कूड़ा उठाने के नाम पर घर-घर से 50 रुपये वसूल किए जा रहे है। ऐसे में नगर निगम के अंतर्गत आने वाले गांवों के लोगों के साथ सरासर अन्याय किया जा रहा है। ग्रामीणों का आरोप है कि गांव जाट जोशी में इन दिनों सफाई व्यवस्था को लेकर लापरवाही बरती जा रही है। गलियों में कूड़ा फैलने लगा है, नालियां सफाई के अभाव में ओवरफ्लो होकर दूषित पानी गलियों में फैल रहा है। गांव में सफाई की व्यवस्था को लेकर रामराज सेवा समिति के संस्थापक जयवीर हुड्डा, हिंदू सेना परिषद के अध्यक्ष कृष्ण हुड्डा, केंटर यूनियन के प्रधान महेंद्र फौजी, जाट जोशी के ग्राम प्रधान नफे सिंह हुड्डा, संजय हुड्डा ने सोमवार को नगर निगम कार्यालय में आयुक्त हर्षित कुमार को ज्ञापन देकर उनकी समस्या का समाधान करवाने की मांग की।

सोनीपत। नगर निगम कार्यालय में आयुक्त हर्षित कुमार को ज्ञापन देते गांव जाट जोशी के ग्रामीण।

गाड़ियां समय पर नहीं आती

ग्रामीणों ने ज्ञापन में आरोप लगाया कि गांव जाट जोशी में कचरा उठाने वाली गाड़ियां निश्चित समय पर नहीं आती है। गाड़ी वाले कचरा डलवाने के बदले पैसे की मांग करते हैं। जो लोग पैसा देने से मना कर देते हैं, उनका कचरा गाड़ी में नहीं डलवाया जा रहा है। साथ ही ग्रामीणों से अभद्र व्यवहार भी किया जाता है। ऐसे में सफाई व्यवस्था को लेकर गांव का माहौल खराब होने लगा है। सफाई करने वाले कर्मचारी एससी, एसटी एक्ट के तहत केस करवाने की धमकी देते हैं। उनकी मांग है कि गांव के सफाई कर्मचारियों की बदली करवाई जाए। सही तरीके से काम करने वाले कर्मचारियों की ही गांव में नियुक्ति की जाए। साथ ही कूड़ा उठान के लिए आने वाली गाड़ियों के चालकों की बदली की जाए। गाड़ी का निश्चित समय निर्धारित किया जाए और दिन में दो बार कूड़ा उठान की गाड़ियों की ड्यूटी लगाई जाए, ताकि सफाई व्यवस्था को दुरुस्त किया जा सके।

करोड़ों रुपये किए हजम

जयवीर हुड्डा, कृष्ण हुड्डा, महेंद्र फौजी, नफे सिंह हुड्डा, संजय हुड्डा ने बताया कि हाल ही में गांव जाट जोशी की पंचायती जमीन पर बस अड्डे का प्रस्ताव पास हो चुका है। इसके लिए करीब 17 करोड़ रुपये की राशि परिवहन विभाग ने नगर निगम को जमा करवाई है। आरोप है कि इस हिसाब से गांव जाट जोशी के करोड़ों रुपये नगर निगम ने हजम कर लिए हैं, लेकिन गांव का कोई विकास नहीं हुआ। उपरोक्त करोड़ों रुपये का ब्याज मात्र भी गांव के विकास में नहीं लगाया गया है। इसके विपरीत गांव वासियों पर भारी भरकम प्रॉपर्टी टैक्स थोपे जा रहे हैं। उनकी मांग है कि गांव का पैसा गांव के विकास पर ही खर्च किया जाए।

अपना विकास स्वयं करने में सक्षम था जाट जोशी

रामराज सेवा समिति के संस्थापक जयवीर हुड्डा ने बताया कि गांव जाट जोशी को जब नगर निगम में शामिल किया गया था, तब गांव की पंचायत के पास करीब 15 करोड़ रुपये की राशि थी। ऐसे में गांव अपना विकास स्वयं करने में सक्षम था, लेकिन गांव को विकसित करने का सपना दिखाकर नगर निगम में जबरदस्ती शामिल कर लिया गया, जबकि इस बात का सभी गांव वासियों ने विरोध किया था। इसको लेकर धरना, प्रदर्शन कर गांव जाट जोशी को नगर निगम से बाहर करने की मांग की थी, लेकिन ग्रामीणों की कोई सुनवाई नहीं की गई।

गांव को नगर निगम से बाहर करने की मांग

ग्रामीणों का कहना है कि अगर नगर निगम गांव जाट जोशी में विकास कार्य नहीं करवा सकता और लोगों की मूलभूत सुविधाओं का ध्यान रखने में सक्षम नहीं है, तो उपरोक्त पैसे को वापस गांव की पंचायत में जमा करवाया जाए। गांव जाट जोशी को जल्द से जल्द नगर निगम से बाहर निकाला जाए। यहां दोबारा पंचायती व्यवस्था को लागू किया जाए। ग्रामीणों का आरोप है कि विकास के नाम पर गांव के करोड़ों रुपये और करोड़ों रुपये की जमीन हड़पना बिल्कुल गलत है।

टूटी सड़कों और सीवर समस्या को लेकर प्रदर्शन

सोनीपत। निगम कार्यालय में ज्ञापन सौंपते हुए संजय बड़वासनिया एवं अन्य।

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सोनीपत

महलाना रोड और ककरोई रोड के टूटे होने, मयूर विहार की गलियों में पक्की सड़क निर्माण, ओवरफ्लो सीवर लाइन तथा आवारा पशुओं की समस्या को लेकर सोमवार को जिला पार्षद संजय बड़वासनिया ने नगर निगम कार्यालय के सामने प्रदर्शन किया। इस दौरान उन्होंने नगर निगम कमिश्नर को ज्ञापन सौंपते हुए कहा कि टूटी सड़कों के कारण रोजाना दुर्घटनाएं हो रही हैं और आम लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने बताया कि कई बार शिकायत करने के बावजूद भी महलाना रोड और ककरोई रोड की मरम्मत नहीं की गई। गढ़ी ब्राह्मण रोड पर सिटी सेंटर के पास करीब 10 फुट गहरा सीवर खुला हुआ है, जबकि हनुमान मंदिर के पास सड़क पर बड़ा गड्ढा बना हुआ है। सरस्वती विहार गली में पक्की गली बना दी गई, लेकिन सीवर लाइन नहीं दबाई गई, जिससे पानी निकासी की समस्या बनी हुई है। नगर निगम कमिश्नर ने जल्द समाधान का आश्वासन दिया। इस दौरान विजय केतन, ऋतुराज, जयवीर राठी, योगेश गौतम, संदीप, कुलदीप, राजवीर और योगेश आदि मौजूद रहे।

ढाई साल बाद घर लौटे नरेश को बिजली निगम ने थमाया 40 हजार रुपये का बिल

खरखौदा। सिसाना निवासी नरेश को उस समय गहरा झटका लगा जब वह करीब ढाई साल बाद वह अपने घर लौटा और बिजली निगम ने उसे लगभग 40 हजार रुपये का बिजली बिल थमा दिया। नरेश का कहना है कि उसके मकान में बिजली की खपत बेहद कम है। घर में केवल दो पंखे और दो बल्ब लगे हुए हैं। वह अपने परिवार के साथ पिछले करीब ढाई साल से ससुराल में रह रहा था और घर बंद पड़ा था। नरेश के अनुसार जब वह वापस गांव सिसाना पहुंचा तो इतना बड़ा बिजली बिल देखकर वह हैरान और परेशान हो गया। वह अपनी समस्या को लेकर लगातार बिजली निगम दफ्तर के चक्कर काट रहा है, लेकिन अभी तक उसकी सुनवाई नहीं हुई है। इस मामले में बिजली निगम के एसडीओ रवि कुमार ने बताया कि उनके पास अभी तक लिखित शिकायत नहीं आई है। शिकायत मिलते ही मामले की जांच कर उचित कार्रवाई की जाएगी।

किसानों को ड्रा के तहत 19 को मिलेंगे प्लाट : चौहान

राई। एचएसआईआईडीसी राई द्वारा राई गांव के प्रथम चरण के ड्रा वाले किसानों को सैक्टर 38 में पुर्नवास एवं पुनरर्थापना नीति के तहत प्लाट देने के लिए 19 मार्च को कार्यालय में ड्रा निकाला जाएगा। एचएसआईआईडीसी राई के सम्पदा अधिकारी ऋषि चौहान ने जानकारी दी। उन्होंने किसानों से ड्रा में शामिल होने की अपील की।

सोनीपत। पुलिस आयुक्त कार्यालय पहुंचें रक्षक सेना के पदाधिकारी मांग पत्र दिखाते हुए।

नवरात्रि के दौरान मांसाहार की दुकानों को बंद कराने की मांग, अधिकारियों को सौंपा ज्ञापन

सोनीपत। नवरात्रि के पावन पर्व को देखते हुए रक्षक सेना के एक प्रतिनिधिमंडल ने सोमवार को पुलिस आयुक्त कार्यालय राई पहुंचकर अधिकारियों को मांग पत्र सौंपा। प्रतिनिधिमंडल ने नवरात्रि के दौरान पूरे सोनीपत जिले में मांसाहार की दुकानों को बंद कराने की मांग उठाई। रक्षक सेना के मनजीत तिहाड़ा ने कहा कि चैत्र मास की शुक्ल प्रतिपदा से नवरात्रि पर्व की शुरुआत होती है, जिसे हिन्दू धर्म में अत्यंत पवित्र माना जाता है। उन्होंने कहा कि इन दिनों बड़ी संख्या में श्रद्धालु व्रत और उपवास रखते हैं। ऐसे में ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में मांसाहार की दुकानों के खुले रहने से कई लोगों की धार्मिक भावनाएं आहत होती हैं और पवित्रता में भी बाधा उत्पन्न होती है। उन्होंने प्रशासन से मांग करते हुए कहा कि नवरात्रि के दिनों में जिले भर में मांसाहार की दुकानों को बंद कराया जाए, ताकि धार्मिक भावनाओं का सम्मान बना रहे और सामाजिक सौहार्द भी कायम रह सके। रक्षक सेना के सदस्यों ने कहा कि इस संबंध में पुलिस प्रशासन से उचित कार्रवाई की अपेक्षा की गई है, ताकि पर्व की पवित्रता और शांति बनाए रखी जा सके। इस दौरान मनजीत तिहाड़ा, राजेश भगत, अभिषेक बहालगढ़, सुशील जाहरी, अंकित, भूपेंद्र और निक्कू सहित अन्य सदस्य मौजूद रहे।

सरकार की नई नीति पर जताई चिंता

खरखौदा। गेहूं खरीद सीजन से पहले सरकार की नई नीति को लेकर अनाज मंडी आढ़ती एसोसिएशन ने चिंता जताई है। अनाज मंडी एसोसिएशन के चेयरमैन रोहतास दहिया ने प्रेस कॉन्फ्रेंस कर कहा कि सरकार द्वारा लागू की गई नई व्यवस्था किसानों और आढ़तियों के लिए कई समस्याएं खड़ी कर सकती है। उन्होंने बताया कि नई नीति के अनुसार इस बार मंडी में गेट पास उसी किसान को मिलेगा जिसके नाम से फसल का रजिस्ट्रेशन हुआ है और गेट पास लेते समय उस किसान की मौजूदगी जरूरी होगी। इसके लिए बायोमेट्रिक प्रक्रिया के तहत अंगूठे के निशान लिए जाएंगे। दहिया ने कहा कि व्यवहारिक रूप से यह व्यवस्था कई दिक्कतें पैदा करेगी।

जीवन को सही दिशा देता है अनुशासन : गर्ग

गोहाना। अनुशासन सफलता की आधारशिला है, जिसके बिना किसी भी क्षेत्र में लक्ष्य प्राप्त करना असंभव है। यह वह धुरी है जिस पर सफलता का पहिया घूमता है। विद्यार्थियों को यह संदेश गांव बिचपड़ी स्थित सरस्वती वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की प्राचार्या रितिका गर्ग ने दिया। वे विद्यार्थियों को जीवन में अनुशासन का महत्व समझा रही थीं। प्राचार्या रितिका गर्ग ने कहा कि अनुशासन का जीवन में महत्वपूर्ण स्थान है। यह जीवन को सही दिशा प्रदान करता है। इसके बिना सफलता और सुव्यवस्थित जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती। अनुशासन ही वह शक्ति है जिससे कठिन परिस्थितियों में भी जीवन में आगे बढने की ऊर्जा प्राप्त होती है। उन्होंने कहा कि अनुशासन आपके सपनों को हकीकत में बदलने के लिए मेहनत को निरंतरता से जोड़ता है। यह सही दिशा, आदतों और समय प्रबंधन के माध्यम से कार्यक्षमता बढ़ाता है। जीवन में किसी भी लक्ष्य को हासिल करने के लिए जीवन शैली का अनुशासित होना बेहद जरूरी है। रितिका ने कहा कि अनुशासन का अर्थ अपने समय और सोच पर नियंत्रण रखते हुए सही दिशा में आगे बढ़ना है।

पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महाअभियान के तहत कार्यक्रम

फरमाणा मंडल में कार्यकर्ताओं के लिए प्रशिक्षण शिविर आयोजित

- कार्यकर्ताओं को सरकार की उपलब्धियों की दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ खरखौदा

फरमाणा मंडल में पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महाअभियान 2026 के तहत कार्यकर्ताओं के लिए प्रशिक्षण शिविर आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में एडवोकेट बबीता दहिया ने कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए सरकार की उपलब्धियों और उनके प्रभावी क्रियान्वयन पर विस्तृत जानकारी दी।

कार्यक्रम की अध्यक्षता पूर्व जिला परिषद चेयरपर्सन मीना नरवाल ने की। इस दौरान कार्यकर्ताओं का उत्साह और समर्पण देखने को मिला। इस मौके पर मंडल अध्यक्ष संजय रोहिला, मंडल महामंत्री केशव कुमार, जयप्रकाश शर्मा, नवीन जांगड़ा, रोहित पाराशर, अशोक कुमार सहित सैकड़ों की संख्या में कार्यकर्ता मौजूद रहे। वक्ताओं ने सभी कार्यकर्ताओं को सफल आयोजन के लिए बधाई व शुभकामनाएं दीं।

बूस्टिंग स्टेशनों पर खामियां दूर करवाने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सोनीपत

नगर निगम के निवर्तमान मेयर राजीव जैन ने निगम आयुक्त को पत्र भेजकर शहर के सभी वाटर बूस्टिंग स्टेशनों में पाई गई छोटी छोटी खामियों से अवगत करवाते हुए आग्रह किया है कि गर्मियों के मौसम का पीक शुरू होने से पहले सभी कमियां दूर करवाई जाएं। पत्र में राजीव जैन ने लिखा है कि ईस्टर्न साइड में सब्जी मंडी वाले बूस्टिंग पर दो मोटरों के पम्प एवं स्टार्टर तथा एक एनआरबी ख़राब है, जानकी दास बूस्टिंग की एक मोटर ख़राब है और पम्प हाउस से पानी निकालने वाली एक हॉर्स पॉवर की मोटर लगाने की आवश्यकता है, इसी तरह आई टी आई, मॉडल टाउन तथा मुखी हस्पताल वाले बूस्टिंग में

सोनीपत। बूस्टिंग स्टेशन का दौरा करते हुए भाजपा नेता राजीव जैन।,

भी एक एक मोटर ख़राब है। गर्मियों में दूसरी चल रही मोटरों में खराबी आ जाये तो वैकल्पिक मोटर ना चलने की वजह से पेयजल वयवस्था ठप्प हो जाएगी। उन्होंने लिखा है कि ऋषि कालोनी बूस्टिंग में डीप ट्यूबवेल पानी कम दे रहा है, उसकी लोरिंग करवाई जाये, मुरथल में सात में से तीन ट्यूबवेल चल रहे हैं, जाजल में पेयजल की सप्लाई कम होने पर मुरथल के ट्यूबवेल ही कमी को पूरा करते हैं।

पैनल के फाल्ट को दूर करने के निर्देश

राजीव जैन ने बताया कि कालूपुर के पुराने बूस्टिंग पर जनरेटर की सर्विस होनी है तथा नए बने बूस्टिंग में पैनल का फाल्ट है जिसे दूर किया जाये। सदर थाना बूस्टिंग में पैनल का फाल्ट है और जनरेटर की सर्विस होनी जरूरी है। महलाना रोड वाटर ट्रीटमेंट प्लांट का जनरेटर सर्विस मांग रहा है और बिजली का ट्रांसफार्मर बार बार ख़राब हो जाता है, उन्होंने जिन बूस्टिंग स्टेशनों पर जनरेटर की वयवस्था नहीं है वहां भी गर्मी गर्मी जनरेटर सेट लगवाने का सुझाव दिया है।

हरियाणा की सब जूनियर सेपक टकरा टीम में ज्ञान गंगा ग्लोबल स्कूल के खिलाड़ी हर्ष का चयन

सोनीपत। ज्ञान गंगा ग्लोबल स्कूल (जी-3) के सेपक टकरा खिलाड़ी हर्ष का चयन हरियाणा की सब जूनियर सेपक टकरा टीम में किया गया है। नौवीं कक्षा का छात्र हर्ष आगामी 23 से 27 मार्च तक रांची, झारखंड में होने वाले सब जूनियर नेशनल सेपक टकरा चैंपियनशिप में हरियाणा की तरफ से मैदान में उतरेगा। विदित हो कि सब जूनियर स्टेट चैंपियनशिप में भी वह कांस्य पदक विजेता सोनीपत जिले की टीम का सक्रिय सदस्य था। इस दौरान भी उसने अपने सधे हुए खेल से सभी को प्रभावित किया था। अब हरियाणा की सब जूनियर सेपक टकरा टीम में चयन होने पर स्कूल में उसका फूल मालाओं से जोरदार स्वागत किया गया। स्कूल के चेयरमैन सुधीर जैन, डायरेक्टर ध्रुव जैन, प्राचार्या गीता चोपड़ा व उप प्राचार्या रूना दास ने हर्ष को बधाई देते हुए उसके उज्जवल भविष्य की कामना की। हरियाणा की सब जूनियर सेपक टकरा टीम में हर्ष का चयन होने पर उसके पिता पंकज शर्मा व माता पूनम रानी ने भी प्रसन्नता व्यक्त की है।

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 : 9253681005, 9253681010

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 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

बेबे नानकी असीस भलाई केंद्र का सालाना कीर्तन समागम संपन्न

सोनीपत। सैक्टर 15 स्थित गुरुद्वारा श्री गुरु तेग बहादुर साहब में बेबे नानकी असीस भलाई केंद्र की ओर से सालाना कीर्तन समागम श्रद्धा और उत्साह के साथ आयोजित किया गया। कार्यक्रम के तहत रविवार सुबह करीब 400 गरीब और विधवा महिलाओं को राशन वितरित किया गया। संस्था की ओर से यह सेवा कार्य प्रत्येक माह नियमित रूप से किया जाता है। रात्रि के दीवान में बड़ी संख्या में संगत गुरुद्वारा साहब में पहुंची और गुरबाणी कीर्तन का श्रवण किया। इस अवसर पर अरुण बंसल, मोहन मदान और मेघा दीवान भी गुरुद्वारा पहुंचे। अमृतसर से विशेष रूप से पहुंची परमजीत कौर (पम्मा बहन) ने संगत को गुरबाणी कीर्तन सुनाया। वहीं गुरु के कीर्तनिये भाई जगजीत सिंह बबीहा ने भी अमृतमयी वाणी से संगत को निहाल किया। समागम के समापन पर गुरु का लंगर बरताया गया। इस अवसर पर सरदार भवानी सिंह, प्रीतम सिंह, गौरव चुघ, मनजीत सिंह बिल्लू, जतिन नारंग और वेद प्रकाश सहित कई सदस्य उपस्थित रहे। गुरुद्वारा प्रबंधक समिति के प्रधान गुरदयाल सिंह सोढ़ी और महासचिव परमजीत सिंह भी कार्यक्रम में मौजूद रहे।

कार्यक्रम महिला विवि में मेगा सांस्कृतिक कार्यक्रम लोक कला उत्सव आज से शुरू

असम की टीम ने विवि में पहुंचकर किया अभ्यास

देशभर के कलाकार देंगे लोक नृत्य और संगीत की प्रस्तुतियां

हरिभूमि न्यूज ▸▸ गोहाना

भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय (विवि) में छात्र कल्याण अधिष्ठाता विभाग एवं धर्म पुत्र कला मंच, गोहाना के संयुक्त तत्वावधान से 17 से 19 मार्च तक तीन दिवसीय मेगा सांस्कृतिक कार्यक्रम लोक कला उत्सव आयोजित होगा। समारोह में देश भर के विभिन्न राज्यों से लोक कलाकारों की टीमें भाग लेंगी और अपनी समृद्ध लोक संस्कृति, लोक नृत्य एवं लोक संगीत की प्रस्तुतियों से दर्शकों को मंत्रमुग्ध करेंगी।

महिला विवि में इस समारोह की

गोहाना। असम की टीम के साथ प्रो. श्वेता सिंह व धर्म पुत्र कला मंच के प्रतिनिधि मनोज जाले। फोटो : हरिभूमि

तैयारियां जोर-शोर से की गई हैं। इसी क्रम में असम राज्य की सांस्कृतिक टीम विवि परिसर में पहुंच चुकी है। टीम के कलाकारों ने कार्यक्रम में प्रस्तुति देने के लिए अभ्यास किया जिससे परिसर में उत्सव जैसा माहौल बन गया है। अभ्यास के दौरान छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो. श्वेता सिंह ने कलाकारों से मुलाकात की और उनका उत्साहवर्धन किया। उन्होंने कहा कि लोक कला उत्सव का उद्देश्य देश की विविध लोक संस्कृतियों को एक मंच पर लाना तथा छात्राओं को भारत की समृद्ध सांस्कृतिक परंपराओं से परिचित कराना है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि यह उत्सव विवि परिसर में सांस्कृतिक समरसता और रचनात्मक ऊर्जा का नया वातावरण बनाएगा।