तापमान
अधिकतम 35.3°C
न्यूनतम 18.5°C

हरिभूमि
सोनीपत भूमि
रोहतक, गुरुवार 15 अक्टूबर 2026

9 यूथ पार्लियामेंट में छात्रों ने दिखाई संसदीय कार्यवाही



10 बैंड-बाजों के साथ निकली श्रीराम बारात, गूंजे जयकारे



खबर संक्षेप

450 ग्राम चरस के साथ तस्कर गिरफ्तार

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस टीम उत्तम नगर निवासी शिवम उर्फ छोटा को 450 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार किया है। पुलिस ने केस दर्ज कर अदालत में पेश किया, जहां से छह दिन के रिमांड पर भेजा गया। सहायक उप निरीक्षक अनित पुलिस टीम के साथ गश्त कर रहे थे। सूचना मिली की शिवम चरस बेचने का काम करता है और गोहाना से रोहतक रोड स्थित जम्मू-कटरा एक्सप्रेसवे फलाईओवर के नीचे खड़ा है। पुलिस ने उसे काबू किया और राजपत्रित अधिकारी को बुलाकर तलाशी ली गई। उसके पास चरस की खेप मिली। उसके खिलाफ बरोदा थाने में केस दर्ज किया गया।

हाइवे पर फ्लाईओवर के नीचे शव मिला

सोनीपत। मुरथल नेशनल हाइवे पर फ्लाईओवर के नीचे बने सुलभ शौचालय के बाहर बुधवार शाम को एक अज्ञात व्यक्ति का शव मिलने से आसपास के क्षेत्र में सनसनी फैल गई। मृतक की उम्र करीब 50 वर्ष बताई जा रही है। सूचना मिलने पर मुरथल थाना पुलिस मौके पर पहुंची और एफएसएल टीम को बुलाया। इसके बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल के शवगृह में रखवा दिया गया। फिलहाल मृतक की पहचान नहीं हो पाई है।जांच अधिकारी प्रवीन कुमार ने बताया कि प्रारंभिक जांच में व्यक्ति की मौत के कारणों का पता नहीं चल पाया है। मृतक देखने में घुमंतू या बेसहारा प्रतीत हो रहा है। पुलिस शव की पहचान कराने के प्रयास कर रही है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के कारणों का पता चल सकेगा। पुलिस आसपास के सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगालने के साथ ही लोगों से पूछताछ कर रही है।

जनरल स्टोर और खिलौना घर में चोरी

गोहाना। शहर में फव्वारा चौक के पास चोरों ने एक जनरल स्टोर और खिलौना घर को निशाना बनाया। चोर दुकान का पिछला शटर और अंदर रखा गल्ला तोड़कर करीब सवा लाख रुपये, नोटों से तैयार मालाएं और मोबाइल फोन चोरी कर ले गए। दुकानदार की शिकायत पर शहर थाना पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मुख्य बाजार में जैन हाई स्कूल के नजदीक रहने वाले राकेश ने पुलिस को बताया कि फव्वारा चौक के पास उसकी दुकान है। मंगलवार को जब वह दुकान पर पहुंचा तो पिछला शटर और गल्ला टूटा हुआ मिला। दुकान से सामान भी गायब था। जांच करने पर पता चला कि चोर गल्ले में रखे करीब सवा लाख रुपये, नोटों से तैयार मालाएं और मोबाइल फोन चोरी कर ले गए। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी है।

ढाबे पर खाना खाकर लौट रहे दो भाइयों को कैंटर ने कुचला

बहालगढ़ फ्लाईओवर के पास कार खराब होने पर धक्का लगा रहे थे

हादसे के बाद कैंटर चालक फरार हुआ सीसीटीवी कैमरे खंगाल रही पुलिस

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

मुरथल के सुखदेव ढाबे पर खाना खाने के बाद घर लौट रहे परिवार की खुशियां मंगलवार देर रात एक दर्दनाक हादसे में मातम में बदल गईं। बहालगढ़ फ्लाईओवर के पास कार खराब होने पर उसे धक्का लगा रहे दो युवकों को तेज रफ्तार कैंटर ने कुचल दिया। हादसे में दिल्ली के बवाना स्थित अस्थल कॉलोनी निवासी विशाल और उनके ममेरे भाई प्रतीक कुमार की मौत हो गई। दोनों को गंभीर हालत में सरकारी अस्पताल, सोनीपत ले जाया गया, जहां चिकित्सकों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया।

देर रात हादसा

हादसे के बाद कैंटर चालक मौके से फरार हो गया। बहालगढ़ थाना पुलिस ने प्राथमिकी दर्ज कर उसकी तलाश शुरू कर दी है। विकास ने पुलिस को बताया कि मंगलवार रात वह अपनी पत्नी लक्ष्मी, भाई विशाल, बहन नीलम और मामा के बेटे प्रतीक कुमार के साथ कार में मुरथल के सुखदेव ढाबे पर खाना खाने आए थे। खाना खाने के बाद सभी घर लौट रहे थे। रात करीब 12:15 बजे बहालगढ़ फ्लाईओवर पार करने के बाद उनकी कार में तकनीकी खराबी आ गई और वह बंद हो गई।

काफी प्रयास के बावजूद कार स्टार्ट नहीं हुई तो विशाल और प्रतीक नीचे उतरकर उसे पीछे से धक्का लगाने लगे। विशाल और प्रतीक की मौत से परिवारों पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा। विशाल सात भाई-बहनों में छठे नंबर पर थे। उनकी तीन बहनें और तीन भाई हैं। वहीं, प्रतीक के परिवार में दो भाई और दो बहनें हैं। कुछ समय पहले तक परिवार के साथ खुशी-खुशी खाना खाकर लौट रहे दोनों युवकों की मौत से परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।



सोनीपत। हादसे में क्षतिग्रस्त कार। इनसेट में विशाल व प्रतीक के फाइल फोटो।

टक्कर लगने से सड़क पर दूर जा गिरे

विकास के अनुसार, विशाल और प्रतीक कार के पास से आगे बढ़ रहे थे, तभी पीछे से तेज रफ्तार में आए कैंटर ने कार के पिछले दाहिने पहिये में टक्कर मार दी। इसके बाद दोनों युवक कैंटर की चपेट में आ गए और टक्कर लगने से सड़क पर दूर जा गिरे। हादसे के बाद विकास और परिवार के अन्य सदस्य तुरंत नीचे उतरे। दोनों युवक गंभीर रूप से घायल थे और उनके शरीर से खून बह रहा था। विकास ने बताया कि कैंटर की रफ्तार अधिक होने के कारण वह उसका नंबर नहीं देख सका। राहगीर की मदद से एंबुलेंस बुलाकर दोनों को सरकारी अस्पताल पहुंचाया गया, लेकिन उनकी जान नहीं बच सकी।

डंपर की टक्कर से बाइक सवार युवक की मौत, चालक फरार

खरखौदा। दिल्ली रोड पर पेट्रोल पंप के पास डंपर की टक्कर लगने से बाइक सवार युवक की मौत हो गई। मृतक की पहचान हरनाथ पुत्र बहादुर सिंह, उम्र करीब 23-24 वर्ष, निवासी फर्रुखाबाद, उत्तर प्रदेश, के रूप में हुई है। वह गांव पिपली में किराये पर रहकर चिनाई मिस्त्री का काम करता था। जानकारी के अनुसार, हरनाथ अपनी मोटरसाइकिल में पेट्रोल डलवाने के लिए बुधवार सुबह खरखौदा आया था। पेट्रोल डलवाकर वापस लौटते समय पीछे से आए एक डंपर ने उसकी बाइक को टक्कर मार दी। हादसे में हरनाथ की मौत हो गई। घटना के बाद डंपर चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया। सूचना मिलने पर डायल 112 की टीम मौके पर पहुंची। मामले के जांच अधिकारी ने बताया की हादसे की जांच के लिए आसपास के सीसीटीवी चेक किए जाएंगे, ताकि आरोपी का सुराग लग सके।

- मृतक गांव पिपली में किराये पर रहकर करता था चिनाई का काम
- पुलिस ने केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू की

हथियारों के साथ इंस्टाग्राम पर फोटो डालने पर लड्डू पहलवान के खिलाफ केस

गन्नौर। सोशल मीडिया पर लाइसेंसी हथियारों के साथ तस्वीरें डालने के मामले में गन्नौर थाना पुलिस ने रामनारायण सिंह उर्फ लड्डू पहलवान के खिलाफ भारतीय शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है। पुलिस ने 12 अक्टूबर को प्राथमिकी दर्ज कर आगामी कार्रवाई शुरू कर दी। सोनीपत के पुलिस उपायुक्त (अपराध) की ओर से भेजी गई जांच रिपोर्ट में हथियारों के साथ तस्वीरें डालकर आमजन में भय का माहौल पैदा करने और हथियारों के लाइसेंस की शर्तों के उल्लंघन का उल्लेख किया गया है। पुलिस जांच रिपोर्ट के अनुसार, रामनारायण सिंह उर्फ लड्डू पहलवान ने इंस्टाग्राम पर अपने नाम से दो खाते बनाए हुए थे। आरोप है कि उसने गांव नया बांस में रमेश पहलवान के फार्म हाउस पर आने वाले विनोद, विकास और रामकरण के लाइसेंसी हथियारों के साथ अपनी तस्वीरें खींचकर इन खातों पर अपलोड की थीं।



जांच में सामने आया कि संबंधित हथियारधारकों को तस्वीरें खींचे जाने और सोशल मीडिया पर अपलोड किए जाने की जानकारी नहीं थी। जांच के दौरान रामनारायण ने अपने बयान में स्वीकार किया कि उसने अनुयायियों की संख्या बढ़ाने के उद्देश्य से हथियारों के साथ तस्वीरें डाली थीं। रिपोर्ट के अनुसार, विनोद, विकास और रामकरण के पास अपने-अपने हथियारों के लाइसेंस हैं और वे हथियार लेकर फार्म हाउस पर आते थे। जांच के दौरान उनके लाइसेंस की प्रतियां भी पुलिस को दी गईं। रिपोर्ट में हथियारों के लाइसेंस की शर्तों के उल्लंघन का उल्लेख करते हुए नियमानुसार कानूनी कार्रवाई की सिफारिश की गई।

- पुलिस की जांच रिपोर्ट के आधार पर गन्नौर थाने में मुकदमा दर्ज, हथियारों के लाइसेंस की शर्तों के उल्लंघन का आरोप

कंपनी के गेट के ऊपर से घुसे चोर, तीन लाख रुपये के कॉपर पाइप लेकर फरार

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

प्याऊ मनियारी स्थित शुभ मल्टी प्रोडक्ट इंडस्ट्रीज में चोरों ने रात के समय धावा बोलकर करीब तीन लाख रुपये कीमत के कॉपर पाइप चोरी कर लिए। चोर कंपनी के मुख्य गेट के ऊपर से अंदर दाखिल हुए और वारदात के बाद पाइप लेकर फरार हो गए। सुबह कंपनी पहुंचने पर मैनेजर को चोरी का पता चला। इसके बाद सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाली गई, जिसमें तीन से चार युवक पाइप ले जाते दिखाई दिए। कंपनी मैनेजर की शिकायत पर कुंडली थाना पुलिस ने प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पानीपत के गांव चुलकाना निवासी संदीप शर्मा ने पुलिस को बताया कि वह शुभ मल्टी प्रोडक्ट इंडस्ट्रीज में मैनेजर हैं। कंपनी में कॉपर पाइप तैयार किए जाते हैं। सोमवार रात वह कंपनी का ताला लगाकर घर चले गए थे। मंगलवार सुबह करीब नौ बजे कंपनी पहुंचे और गेट खोलकर अंदर गए तो कॉपर पाइप बिखरी मिलीं। जांच करने पर करीब 17 पाइप गायब मिलीं। इसके बाद कंपनी में लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज देखी गई। इसमें तीन से चार युवक मुख्य गेट के ऊपर से अंदर आते और पाइप लेकर बाहर जाते दिखाई दिए। मैनेजर ने फुटेज पुलिस को सौंपकर आरोपितों की पहचान कर कार्रवाई करने की मांग की है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

- सीसीटीवी फुटेज में कैद हुए युवक, कुंडली थाना पुलिस ने दर्ज की प्राथमिकी

तीन लोगों से 7.38 लाख की ठगी

- बैंक खाते से रकम निकाली तो कहीं रिश्तेदार बनकर लगाया चूना, फेसबुक विज्ञापन के जरिए भी ठगी

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

साइबर ठग नए-नए तरीके अपनाकर लोगों को निशाना बना रहे हैं। कहीं बैंक खाते से बिना अनुमति रकम निकाल ली गई, तो कहीं रिश्तेदार बनकर ऑपरेशन के नाम पर बुजुर्ग से रुपये ठग लिए गए। एक अन्य मामले में फेसबुक पर सूखे मेवे बेचने का विज्ञापन देकर व्यक्ति को जाल में फंसाया गया। तीनों मामलों में पीड़ितों की शिकायत पर साइबर अपराध थाना सोनीपत में प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। शिकायतों के अनुसार, तीनों मामलों में कुल 7.38 लाख रुपये की धोखाधड़ी हुई है।

भैंसवाल कलां निवासी चंद्र मोहन ने पुलिस को बताया कि पांच अक्टूबर को उनके बैंक खाते से 97,500 रुपये निकल गए। इसके बाद सात अक्टूबर को 47 हजार और 49 हजार रुपये के दो संदिग्ध लेन-देन हुए। इस तरह खाते से कुल 1,93,500 रुपये निकल गए। उन्हें लेन-देन का कोई संदेश भी नहीं मिला। जानकारी मिलने पर उन्होंने बैंक खाता फ्रीज करवाया और साइबर हेल्पलाइन नंबर 1930 पर शिकायत दी।

फेसबुक विज्ञापन के बहाने 1.95 लाख रुपये ऐंठे: गोहाना के वार्ड-17 निवासी अशोक कुमार ने फेसबुक पर सूखे मेवे बेचने का विज्ञापन देखकर उसमें दिए गए व्हाट्सएप नंबर पर संपर्क किया था।

शुरुआत में उन्हें 3,300 रुपये के सामान की कीमत बताई गई। इसके बाद जीएसटी, भुगतान और रकम लौटाने की प्रक्रिया के नाम पर उनसे बार-बार रुपये जमा कराए गए। शिकायत के अनुसार, उनसे कुल 1.95 लाख रुपये ट्रांसफर कराए गए। रकम वापस मांगने पर ठग ने और पैसे जमा कराने का दबाव बनाया। इसके बाद पीड़ित ने पुलिस को शिकायत दी।

ऑपरेशन का बहाना बनाकर 3.50 लाख रुपये ऐंठे



गोहाना निवासी श्रीराम के पास 12 अक्टूबर को विदेशी नंबर से व्हाट्सएप कॉल आई। कॉल करने वाले ने अपना नाम अभि बताते हुए खुद को उनका नाती-दामाद बताया। उसने विदेश में रहने वाले अपने दोस्त के ऑपरेशन के लिए तुरंत रुपये मांगे। विश्वास करके श्रीराम ने बताए गए खाते में आरटीजीएस के जरिए 3.50 लाख रुपये भेज दिए। बाद में 2.50 लाख रुपये और मांगे जाने पर उन्हें ठगी का संदेह हुआ। इसके बाद उन्होंने बैंक और साइबर हेल्पलाइन पर शिकायत दी।

हेरोइन तस्करी मामले में तीसरा आरोपी भी गिरफ्तार, जेल भेजा

सोनीपत। सोनीपत की क्राइम यूनिट वेस्ट ने हेरोइन तस्करी के पुराने मामले में मयूर विहार निवासी हरीश को गिरफ्तार किया है। इस मामले में पुलिस दो आरोपितों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। हरीश को न्यायालय में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। पुलिस के अनुसार, 21 अगस्त 2026 को क्राइम यूनिट वेस्ट की टीम को सूचना मिली थी कि सौरभ उर्फ अन्ना निवासी भैंसवाल कलां कालूपुर चुंगी के पास हेरोइन बेचने की फिराक में खड़ा है।

पुलिस ने मौके पर पहुंचकर उसे पकड़ लिया। तलाशी के दौरान उसकी जींस की जेब से हेरोइन बरामद हुई। इलेक्ट्रॉनिक कांटे पर प्लास्टिक की थैली सहित इसका वजन 255 ग्राम 220 मिलीग्राम मिला। इसके अलावा 5,700 रुपये भी बरामद हुए। इस संबंध में शहर थाना सोनीपत में मादक पदार्थ निरोधक अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया था। जांच के दौरान पुलिस ने सौरभ उर्फ अन्ना और टीडीआई कुंडली निवासी राहुल को गिरफ्तार कर लिया था।

युवक की दाईं जेब से पिस्तौल, बाईं से .315 बोर का कारतूस बरामद

सोनीपत। शहर में अवैध हथियार रखने के मामले में क्राइम यूनिट सेक्टर-27 की टीम ने भटगांव निवासी आकाश को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपित को न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। पुलिस के अनुसार, 13 अक्टूबर को क्राइम यूनिट में तैनात मुख्य सिपाही सुमित अपनी टीम के साथ कालूपुर चुंगी पर गश्त कर रहे थे। इसी दौरान सूचना मिली कि आकाश गांव बयापुर से ककरोई रोड की तरफ अवैध हथियार लेकर खड़ा है। सूचना के आधार पर पुलिस टीम मौके पर पहुंची तो एक युवक पुलिस को देखकर पीछे मुड़कर तेजी से चलने लगा। शक होने पर पुलिस ने उसे पकड़कर पूछताछ की। उसकी पहचान भटगांव निवासी आकाश के रूप में हुई। तलाशी लेने पर उसकी जींस की दाईं जेब से एक देशी पिस्तौल और बाईं जेब से .315 बोर का एक जिंदा कारतूस बरामद हुआ। पिस्तौल की मैगजीन खाली मिली। हथियार का लाइसेंस नहीं मिलने पर सदर थाना सोनीपत में शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया।

पिकअप की टक्कर से युवक घायल, गंभीर

- भाई की शिकायत पर अज्ञात चालक के खिलाफ मामला दर्ज

गन्नौर। बजाना खुर्द से गन्नौर जा रहे बाइक सवार युवक को तेज रफ्तार पिकअप ने टक्कर मार दी। हादसे में युवक गंभीर रूप से घायल हो गया। दुर्घटना के बाद पिकअप चालक मौके से फरार हो गया। घायल को पहले खानपुर कलां स्थित भगत फूल सिंह राजकीय मेडिकल कॉलेज के अस्पताल में भर्ती करवाया गया। इसके बाद परिजन उसे बेहतर उपचार के लिए रोहतक के एक निजी अस्पताल में ले गए। पुलिस ने घायल के भाई की शिकायत पर अज्ञात पिकअप चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में बजाना खुर्द निवासी सुरजीत ने बताया कि उसका छोटा भाई पवन कुमार आठ अक्टूबर को अपनी काले रंग की प्लेटिना मोटरसाइकिल पर सवार होकर गांव से गन्नौर जा रहा था। जब वह रास्ते में था, तभी माजरा की ओर से सफेद रंग की महिंद्रा पिकअप तेज रफ्तार और लापरवाही से आती दिखाई दी। चालक ने वाहन को लापरवाही से चलाते हुए उसके भाई की मोटरसाइकिल में सीधी टक्कर मार दी। हादसे के बाद चालक पिकअप सहित मौके से फरार हो गया।

दीपावली : रंग-बिरंगी रोशनियों से होगा मां लक्ष्मी-गणेश और प्रभु श्रीराम का स्वागत

शहर के प्रमुख मार्गों और चौक-चौराहों पर लगेंगी 2500 लाइटें, निगम ने बजट बनाना किया शुरू

- साथ ही रेलवे ओवरब्रिज भी लाइट से जगमग होंगे

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

नगर निगम ने दीपावली उत्सव को लेकर शहर को सजाने की तैयारियां शुरू कर दी हैं। इस बार रंग-बिरंगी लाइटों की रोशनियों से मां लक्ष्मी, भगवान गणेश और प्रभु श्रीराम का स्वागत किया जाएगा।

निगम की ओर से दीपावली पर शहरभर की सड़कों, मुख्य चौक चौराहों को करीब 2500 डेकोरेटिव फैंसी एलईडी, लड़ियों व फॉक्स लाइटों से सजाया जाएगा। साथ ही रेलवे ओवरब्रिज भी लाइट से जगमग होंगे। शहर की सजावट के कार्य पर निगम की ओर से लाखों रुपये खर्च किए जाएंगे। निगम अधिकारियों ने कार्य को जल्द शुरू करवाने के लिए बजट तैयार करने और आगामी रुपरेखा तैयार करने पर काम शुरू कर दिया है।

त्योहारी सीजन में शहर में उत्साहित माहौल के बीच लोग बाजारों में खरीदारी में जुट गए हैं। नवरात्र उत्सव के बाद 20 अक्तूबर को दशहरा और 29 अक्तूबर को करवाचौथ पर्व मनाया जाएगा। इसके बाद धनतेरस व दीपावली उत्सव होगा। ऐसे में निगम ने दीपावली पर शहर को रंग-बिरंगी लाइटों की रोशनी से जगमग करने के लिए तैयारियां शुरू कर दी गई हैं।

15 अक्तूबर को बजट तैयार कर एक सप्ताह में किसी कंपनी को लाइटें लगाने का ठेका देकर कार्य शुरू करवाया जाएगा। अधिकारियों की मानें, तो मुरथल रोड स्थित महाराजा अग्रसेन चौक, बस अड्डे के पास देवीलाल चौक, सुभाष चौक, मुरथल अड्डा चौक स्थित प्रमुख मार्गों को रंग-बिरंगी लाइटों से सजाया जाएगा।



शहर को सजाने से लोगों में सकारात्मक संदेश जाएगा

दीपावली के अवसर पर नगर निगम क्षेत्र को स्वच्छ, सुंदर व जगमग बनाने का प्रयास है। शहर के चौक-चौराहों, प्रमुख मार्गों व सड़कों को रंग-बिरंगी लाइटों से सजाने का निर्णय लिया गया है। योजना के तहत जल्द जगहों का चयन कर बजट तैयार किया जाएगा। अकसर समाज को अंधेरे से निकालकर उजाले की राह दिखाने वाले महापुरुषों की चौक-चौराहों पर लगी मूर्तियां दीपावली पर अंधेरे में रहती थीं, लेकिन शहर को सजाने से लोगों में सकारात्मक संदेश जाएगा।

- अजय निराला
कार्यकारी अभियंता, नगर निगम, सोनीपत

नागरिक अस्पताल और स्वास्थ्य केंद्रों में कल से बदलेगा ओपीडी का समय

- शाम की ओपीडी पहले की तरह 4 से 6 बजे तक ही लगेगी

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

नागरिक अस्पताल प्रबंधन ने मौसम में परिवर्तन आने के कारण व मरीजों की सुविधा के लिए ओपीडी के समय में बदलाव करने का निर्णय लिया है। प्रबंधन की मानें, तो अस्पताल व उपमंडल अस्पतालों में 16 अक्तूबर से ओपीडी सुबह 9 से दोपहर 3 बजे तक लगेगी। फिलहाल सुबह 8 बजे खुलने वाली ओपीडी पर्ची खिड़की भी नए समय के अनुसार सुबह 9 बजे खुलेगी। यह व्यवस्था 15 अप्रैल 2027 तक लागू रहेगी।

स्वास्थ्य अधिकारियों ने बताया कि नई समय-सारणी का उद्देश्य मरीजों को मौसम के अनुरूप सुविधा उपलब्ध कराना है। इससे दूरदराज के क्षेत्रों से आने वाले मरीज भी निर्धारित समय पर अस्पताल पहुंचकर चिकित्सकों से परामर्श ले सकेंगे। बता दें कि स्वास्थ्य विभाग की ओर से मुख्यालय के निर्देशानुसार हर वर्ष मौसम परिवर्तन के अनुसार अस्पतालों की कार्यप्रणाली के समय में बदलाव किया जाता है। इसके तहत ओपीडी के साथ दवा वितरण व जांच कराने के समय में भी परिवर्तन होता आया है। चिकित्सकों और मेडिकल स्टाफ को नई समय-सारणी के बारे में सूचित कर दिया गया है। मरीजों को 16 अक्तूबर से परामर्श और स्वास्थ्य जांच के लिए नए समय के अनुसार अस्पताल पहुंचना होगा। वहीं अस्पतालों में शाम की ओपीडी के समय में फिलहाल कोई बदलाव नहीं किया गया है। यह पहले की तरह शाम 4 से 6 बजे तक चलेगी।

- अब सुबह 8 के बजाय 9 बजे खुलेगी ओपीडी



सोनीपत। नागरिक अस्पताल में उपचार के लिए आए मरीज।





हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

सिर की पुरानी चोट में जब फिर से उभरे दर्द



मेरी उम्र 27 वर्ष है। कुछ माह पहले मेरे सिर पर चोट लगी थी। पिछले कुछ समय से चोट वाली जगह पर दर्द हो रहा है। कभी-कभी दर्द तेज हो जाता है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-रोहन, रायपुर

आप तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें और जो भी वे सजेस्ट करें, सिर की एमआरआई या सीटी स्कैन करवा लें। क्योंकि कई बार चोट लगने पर क्लॉटिंग हो जाती है और उसके कारण दर्द और आगे चलकर कई बार ज्यादा बड़ी परेशानी बन सकती है। इसलिए आप तुरंत डॉक्टर से संपर्क कर जांच कराएं।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। कुछ समय पहले पेट के अल्ट्रासाउंड से पता चला कि किडनी के पास सिस्ट हैं। क्या इससे कोई नुकसान नहीं होता? इसका ट्रीटमेंट कैसे होगा?

-दीपक, राजनांदगांव

इस मामले में बगैर रिपोर्ट देखें कुछ भी कहना ठीक नहीं है। सिस्ट किस तरह की है, क्या पोजीशन है वह रिपोर्ट से तय होगा। रिपोर्ट देखकर तय होगा कि ऑपरेट करने की जरूरत है यह दवा से ही ठीक हो सकती है।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। कुछ दिन पहले मेरी नाक से अचानक खून रिसने लगा, फिर कुछ समय बाद यह अपने-आप ही बंद हो गया। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हुआ? यह कोई चिंता की बात तो नहीं?

-सुजीत, बिलासपुर

इसको लेकर चिंता करने की कोई बात नहीं है। यह समस्या ज्यादातर गर्मियों में होती है। हालांकि कई बार दूसरे मौसम में भी हो सकती है। कोशिश करें कि जब ब्लड आ रहा हो तो उसे समय बगैर तकिए के लेट जाएं। कुछ देर में अपने आप ही ब्लड बंद हो जाएगा।

मेरी उम्र 62 वर्ष है। दो माह पहले प्रोस्टेट का ऑपरेशन हुआ था। कुछ दिनों से कमर में दर्द हो रहा है। दर्द का रिलेशन ऑपरेशन से तो नहीं है? मैं क्या करूं?

-हरीश, महेंद्रगढ़

चूंकि आपका ऑपरेशन हुआ है। इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। हो सकता है कि दर्द की वजह ऑपरेशन हो, लेकिन आपको उस डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए, जिसने आपकी सर्जरी की थी। वह जांच कर इसकी वजह बताएंगे और जरूरत पड़ेगी तो उसका ट्रीटमेंट करेंगे। फिलहाल बगैर डॉक्टर से संपर्क के आप किसी भी तरह की मेडिसिन ना लें।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। सर्दी शुरू होते ही हथेलियों में बार-बार रूखापन फील होता है। जेली, ऑयल लगाने के कुछ देर बाद फिर ड्रायनेस होती है, इसकी क्या वजह हो सकती है?

-कुलदीप, दुर्ग

कुछ लोगों की स्किन ऑयली होती है जबकि कुछ लोगों की ड्राय होती है। हो सकता है कि आपकी स्किन ड्राय हो, जिस वजह से लगातार ड्रायनेस रहती है। आप कोशिश करें कि पानी पर्याप्त मात्रा में पिएं। पानी की कमी की वजह से भी कई बार ड्रायनेस हो सकती है। इसके साथ कोशिश करें कि नारियल का तेल लगाएं। वह सबसे अच्छा रहेगा। नहाने के तुरंत बाद तेल लगाना सबसे ज्यादा फायदेमंद होता है।

मेरी उम्र 42 वर्ष है। मेरा पेट अकसर गड़बड़ रहता है। कभी कब्ज, तो कभी लूज मोशन की समस्या होती रहती है। मेरे पेट की समस्या का स्थाई निदान बताने का कष्ट करें।

-सागर, महासमुंद

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि डाइजेशन सिस्टम ठीक नहीं है। इस वजह से यह समस्या आ रही है। आप खान-पान में सुधार करें। दोपहर में खाने के साथ दही या छाछ जरूर लें। नाश्ते में फल को शामिल करें। रात में हल्का खाना लें। पर सबसे जरूरी चीज यह है कि अधिक तला-भुना या बाजार का पैक्ड फूड न खाएं। यह आपकी परेशानी और बढ़ा सकता है। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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





डॉक्टर्स एडवाइस



डॉ. सुदीप जैन
डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया
नई दिल्ली

स्पेशल: वर्ल्ड स्पाइन डे, 16 अक्टूबर

आमतौर पर लोग अपनी स्पाइन हेल्थ यानी रीढ़ की हड्डी के स्वास्थ्य पर जरूरी ध्यान नहीं देते हैं। ऐसे में इस बार के वर्ल्ड स्पाइन डे की थीम-स्पाइन हेल्थ फॉर लाइफ, बहुत मायने रखती है। यह थीम हमें प्रेरित करती है कि रीढ़ की सेहत का ख्याल रखना जीवन भर की जिम्मेदारी है। यहां एक्सपर्ट डॉक्टर स्पाइन हेल्थ से जुड़े यूजफुल सजेशंस दे रहे हैं।

ऐसे करें स्पाइन हेल्थ केयर

प्रसिद्ध मेडिकल जर्नल 'द लैंसेट' के अनुसार, दुनिया भर में प्रत्येक दस में से एक व्यक्ति कमर दर्द की समस्या से ग्रस्त है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार वर्ष 2020 में 619 मिलियन लोग दुनिया भर में कमर के निचले भाग में होने वाले दर्द (लोअर बैक पेन) से पीड़ित थे। मौजूदा दौर में कंप्यूटर, लैपटॉप और स्मार्टफोन आदि इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स पर देर तक काम करने से और गलत पोस्चर्स में बैठने के कारण लोगों में रीढ़ की हड्डी से संबंधित समस्याएं बढ़ रही हैं। अगर किसी व्यक्ति को लगभग एक हफ्ते से अधिक समय से गर्दन या फिर कमर दर्द की समस्या है, रीढ़ की हड्डी और उसके आसपास दर्द हो रहा है और उसे पारंपरिक उपचार (जैसे दर्द से राहत पाने के लिए ठंडे पानी से सिकाई और सूजन कम करने के लिए गर्म पानी से सिकाई) से राहत नहीं मिल रही हो तो मरीज को डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

स्पाइन की प्रमुख समस्याएं

स्पाइन से जुड़ी कुछ प्रमुख समस्याओं में शामिल हैं- साइटिका या सियाटिका, स्पाइनल कॉर्ड इंजरी, स्पाइनल अर्थराइटिस, हर्निएटेड डिस्क, स्पाइनल स्टेनोसिस, स्कोलियोसिस, एंकिलोसिंग स्पॉन्डिलाइटिस और कायफोसिस।

स्पाइन प्रॉब्लम्स के लक्षण

- कमर में दर्द और जकड़न महसूस करना। अधिकतर मामलों में यह दर्द कमर के निचले हिस्से यानी लंबर में ज्यादा होता है।
- गर्दन में जकड़न या दर्द।
- अनेक लोगों में कमर और गर्दन से संबंधित दर्द दिन की बजाय रात में ज्यादा होता है।
- कुछ लोग दर्द की समस्या कमर से लेकर कूल्हों तक महसूस करते हैं।
- अनेक लोगों में व्यायाम करने के बाद या फिर चलने-फिरने की स्थिति में कमर व गर्दन दर्द की समस्या बढ़ जाती है।
- कुछ मामलों में लोग गर्दन व कमर के भाग में सुन्नता का एहसास भी करते हैं।
- रीढ़ की समस्या के गंभीर होने पर मरीज को नित्य क्रिया करने जैसे पेशाब आदि से संबंधित समस्याएं हो सकती हैं।

स्पाइन प्रॉब्लम्स के प्रमुख कारण

- एक उम्र (चालीस-पैतालीस वर्ष) के बाद हड्डियों में प्राकृतिक क्षरण प्रक्रिया शुरू हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति का चलना-फिरना और उसकी सक्रियता कम होने लगती है।
- अस्वास्थ्यकर जीवनशैली, जिसके अंतर्गत व्यायाम न करना, मोटापा और गलत खान-पान आदि कई कारण शुमार हैं।
- इन दिनों स्पाइन संबंधी समस्याओं का एक प्रमुख कारण गलत पोस्चर में घंटों बैठना, चलना या लेटना है। आमतौर पर लोग लैपटॉप या कंप्यूटर पर कार्य करते समय या टेलीविजन देखते समय या अन्य इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स पर काम करते वक्त रीढ़ की हड्डी को उसके नेचुरल कर्व में नहीं रखते हैं।
- दिनों-दिन बढ़ती सड़क दुर्घटनाएं या अन्य दुर्घटना से भी ऐसा होता है।
- आनुवंशिक या जेनेटिक कारण।
- रीढ़ की हड्डी पर चोट लगना।
- धूम्रपान करना भी इसका कारण हो सकता है।

इलाज के तरीके

स्पाइन संबंधी समस्याओं में ऑपरेशन की नौबत तब आती है, जब पीड़ित व्यक्ति को दवाओं और फिजियोथेरेपी आदि से राहत नहीं मिलती। सर्जरी के भी कई तरीके हैं। जैसे- मिनिमली इनवेसिव स्पाइन सर्जरी, एंडोस्कोपिक स्पाइनल सर्जरी, स्पाइनल फ्यूजन सर्जरी, स्पाइनल लैमिनेक्टॅमी, डिस्केक्टॅमी, डिस्क रिप्लेसमेंट, वर्टिब्रोप्लास्टी। इनमें से डॉक्टर पेशेंट की कंडीशन के बेस पर तय करते हैं कि कौन सी सर्जरी इफेक्टिव रहेगी।

मोटापे का दुष्प्रभाव

वर्ल्ड ओबेसिटी फैडरेशन द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार मोटापा रीढ़ की हड्डियां और शरीर के अन्य जोड़ों की समस्याओं को बढ़ा देता है। मोटापे के कारण स्पाइन का एलाइनमेंट असंतुलित हो जाता है। इसलिए मोटापे पर नियंत्रण रखना आवश्यक है। इसके लिए अपने खान-पान और व्यायाम पर ध्यान दें।

स्पाइनल हेल्थ और व्यायाम

विभिन्न प्रकार के व्यायामों से स्पाइन में लचीलापन बना रहता और इनके समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत रहती हैं। अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार व्यायाम करें। इस क्रम में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लें। अपनी क्षमता के अनुसार नियमित रूप से टहलें, साइकिल चलाएं, स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज करें और तैराकी भी कर सकते हैं। योगासन भी रीढ़ की हड्डी को लचीला और सशक्त बनाने में मदद करते हैं, किंतु इनकी शुरुआत किसी योग विशेषज्ञ से परामर्श लेकर करना चाहिए।



डाइट भी है इंपॉर्टेंट

हरी पत्तेदार सब्जियों को अपने आहार में वरीयता दें। पत्तेदार सब्जियों में विटामिंस और मैग्नीशियम पर्याप्त मात्रा में पाए जाते हैं, जिनसे आपकी रीढ़ की हड्डी के समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत होती हैं और रीढ़ की हड्डियां सशक्त बनी रहती हैं। जंक फूड्स और अत्यधिक चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थ रीढ़ की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं। इसके अलावा अपने खान-पान में दूध, दही, पनीर, बटर, छाछ आदि को शामिल करें। दूध और इससे निर्मित उत्पादों में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है, जो रीढ़ को मजबूत रखने में सहायक हैं। इसके अलावा खट्टे फल, बींस, नट्स और ड्राय फ्रूट्स का सेवन करें।

सही पोस्चर में सोएं

पेट के बल सोने से रीढ़ को वांछित विश्राम नहीं मिल पाता। पेट के बल सोना नींद लेने की खराब स्थिति है, जो आपकी रीढ़ की मांसपेशियों और वर्टेब्रा पर सबसे अधिक दबाव डालती है। ऐसा इसलिए क्योंकि यह स्थिति आपकी रीढ़ के प्राकृतिक वक्र को समतल कर देती है। यही नहीं, पेट के बल सोने से आपको गर्दन भी मोड़नी पड़ सकती है। नतीजतन गर्दन और कमर में दर्द हो सकता है। अगर आप पेट के बल या करवट के बल सोते रहने के आदी हैं, तो भी अपने सोने की शुरुआत पीठ के बल लेटकर ही करें।

बैठने का सही तरीका

देर तक बैठे रहने के कारण 'स्पाइनल एलाइनमेंट' बनाए रखने में दिक्कत होती है। इससे बचने के लिए कुछ बातों पर गौर करें।

- अगर आपकी डेस्क जॉब है तो थोड़ी देर के बाद उठकर आस-पास टहल लें।
- बैठने के दौरान पीठ को सहारा दीजिए और जरूरत पड़ने पर पीठ के पीछे गद्दी रखें।
- बहुत देर तक झुककर बैठने से बचें। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

वर्कप्लेस पर रखें ध्यान

कर्मचारियों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाए बिना उनकी कार्य क्षमता बढ़ाने को एर्गोनॉमिक्स कहा जाता है। ऑफिस में एर्गोनॉमिक्स का पालन करने से स्वस्थ रीढ़ से संबंधित उपायों को सुनिश्चित करने में काफी मदद मिलती है। जैसे-

- कंप्यूटर व लैपटॉप आदि गैजेट्स का संचालन ऐसी खास कुर्सियों पर बैठकर करना, जो आपकी रीढ़ को पर्याप्त सपोर्ट करती हों।
- कार्य के दौरान कुछ समय के लिए 'ब्रेक' लेने के लिए एक ऐसे कक्ष की व्यवस्था करना, जिसमें आप गर्दन और कमर से संबंधित स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज कर सकें।
- कंप्यूटर पर कार्य करने की ऐसी विधि अपनाना, जिससे रीढ़ की हड्डी पर प्रतिकूल प्रभाव न पड़े।

फिटनेस

अंजू जैन

एक्सरसाइज का नया ट्रेंड हायरॉक्स वर्कआउट



हायरॉक्स वर्कआउट, ग्लोबल फिटनेस का सबसे तेजी से उभरता हुआ खेल और एक्सरसाइज ट्रेंड है। यह एक ऐसा स्टैंडर्ड फॉर्मेट है, जो दौड़ने और फंक्शनल स्ट्रेंथ ट्रेनिंग को एक साथ परफॉर्म करने का मौका देता है।

क्या है हायरॉक्स: यह एक इनडोर फिटनेस रेस है। इसका एक निश्चित प्रारूप होता है। इस रेस में भाग लेने वाले एथलीट को कुल 8 किलोमीटर की दौड़ लगानी होती है और 8 अलग-अलग फंक्शनल वर्कआउट स्टेशनों को पूरा करना होता है। रेस की शुरुआत 1 किलोमीटर की दौड़ से होती है, जिसके तुरंत बाद पहला वर्कआउट स्टेशन आता है। इसके 8 चैलेंजिंग वर्कआउट स्टेशनों में पहला स्टेशन स्कीएर्ग है। इसमें स्कीइंग मशीन पर 1,000 मीटर की दूरी पूरी करनी होती है, जो ऊपरी शरीर और कोर को टार्गेट करती है। स्टेशन 2 स्लेड पुश है। इसमें एक भारी स्लेज को 50 मीटर तक पैर की ताकत से धकेलना होता है। स्टेशन 3 स्लेड पुल होता है। 50 मीटर तक भारी स्लेज को रस्सी के सहारे अपनी तरफ खींचना होता है। स्टेशन 4 बरपी ब्रॉड जंप्स होता है। इसमें बर्पी करने के बाद आगे की तरफ लंबी छलांग लगानी होती है, जिसे 80 मीटर तक पूरा करना होता है। स्टेशन 5 में रोइंग मशीन पर 1,000 मीटर की दूरी तय करनी होती है, जो पूरे शरीर का कार्डियो टेस्ट है। स्टेशन 6 फॉर्मर्स कैरी है। इसमें दोनों हाथों में भारी केटलबेल या डंबल उठाकर 200 मीटर तक चलना होता है। स्टेशन 7 सैंडबैग लॉन्जेज होता है। इसमें पीठ पर भारी सैंडबैग (रेत की बोरी) रखकर 100 मीटर तक लंज वॉक करनी होती है। स्टेशन 8 वॉल्स बॉल्स में एक भारी मेडिसिन बॉल को स्क्वैट करते हुए दीवार पर बने निश्चित निशान पर 100 बार फेंकना होता है।

बढ़ रही पॉपुलैरिटी: पश्चिमी देशों के साथ ही एशियाई बाजारों में भारत इस समय हायरॉक्स के लिए सबसे तेजी से बढ़ता हुआ केंद्र बनकर उभरा है। साल 2025-2026 के दौरान मुंबई और बेंगलुरु जैसे महानगरों में आयोजित इसके इवेंट्स में प्रतिभागियों की संख्या में 5 गुना से अधिक की वृद्धि देखी गई। इससे साबित होता है कि भारतीय फिटनेस संस्कृति में लोग अब केवल 'दिखने के लिए' बॉडी बिल्डिंग करने के बजाय, व्यावहारिक शारीरिक क्षमता को अपना नया स्टेटस सिंबल मान रहे हैं। *

अवेयरनेस

संध्या सिंह

रोड एक्सीडेंट, फायर एक्सीडेंट या अन्य हादसों की वजह से लाखों लोग हर साल ट्रॉमा सेंटर पहुंचते हैं। इमरजेंसी में लाइफ सेव करने में इनका बड़ा रोल होता है। विश्व ट्रॉमा दिवस, 17 अक्टूबर के अवसर पर जानिए, इनकी इंपॉर्टेंस के बारे में।

एक्सीडेंट-इमरजेंसी में लाइफ सेवर ट्रॉमा सेंटर



सड़क खाली थी। ट्रैफिक सामान्य था। फोन स्क्रीन पर सिर्फ एक नोटिफिकेशन चमका। ड्राइवर ने सोचा बस एक सेकेंड में देख लेता हूं। उसका अंगूठा स्क्रीन तक पहुंचा। पलभर को नजर सामने से हटी। ठीक उसी समय सामने चल रही गाड़ी ने अचानक ब्रेक लगाया। ब्रेक पेडल दबाने और उससे पहले जरूरी फैसला लेने के बीच जो कुछ सेकेंड का फासला रहा, बस उन्हीं पलों में ड्राइवर की जिंदगी की दिशा बदल गई। एक घंटे बाद जब उसे होश आया, वह ट्रॉमा सेंटर में था।

जरा भी लापरवाही होती है खतरनाक: सड़क हादसे अकसर किसी बहुत बड़ी गलती से नहीं होते, कई बार इनकी वजह बस एक सेकेंड को सामने से ध्यान हटना भर होता है। कभी बज रहे मोबाइल फोन को उठा लेने की वजह से, कभी एक मैसेज पढ़ लेने के लालच से या कभी सोशल मीडिया के किसी नोटिफिकेशन को देखने की उत्सुकता के चलते, बड़ा से बड़ा एक्सीडेंट हो जाता है। ऐसे में समस्या मोबाइल के महज हाथ में लेने भर की नहीं है, असली समस्या उस क्षण हमारा ध्यान सड़क से हट जाना है। क्योंकि आज मोबाइल हमारी जेब में रखा महज एक उपकरण भर नहीं है। यह हमारी लगातार चलती-फिरती दुनिया का नियंत्रण केंद्र है। सड़क पर वाहन चलाते समय इस दुनिया की तरफ ध्यान देने भर की कोशिश कई बार जानलेवा होती है।

क्या है ट्रॉमा सेंटर: केंद्र सरकार की योजना नेशनल प्रोग्राम फॉर प्रिवेंशन एंड मैनेजमेंट ऑफ ट्रॉमा एंड बर्न इंजरीज (एनपीपीएमटी एंड बीआई) के तहत दिसंबर 2024 में देश में 163 ट्रॉमा सेंटर चल रहे थे, जबकि 2026 के अंत तक इन्हें बढ़ाकर 196 किए जाने का लक्ष्य है। ट्रॉमा सेंटर कोई अलग अस्पताल नहीं होता, इसकी स्थापना के पीछे मूल अवधारणा यह है, 'घायल व्यक्ति को शुरुआत से लेकर ऑपरेशन, विशेषज्ञ उपचार और रिहैबिलिटेशन' तक एक संगठित और लगातार चलने वाली ट्रॉमा केयर उपलब्ध कराना।

लाखों लोगों की बचती है जान: साल 2019-20 में हेल्थ मैनेजमेंट इंफॉर्मेशन सिस्टम (एचएमआईएस) के आंकड़ों के मुताबिक लगभग 97.9 लाख लोगों का ट्रॉमा रजिस्ट्रेशन हुआ था। हालांकि यह सभी ट्रॉमा सेंटरों के मरीज नहीं बल्कि रिपोर्ट किए गए मामले थे। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि हर साल कितने बड़े पैमाने पर दुर्घटनाओं के शिकार लोग ट्रॉमा सेंटर पहुंचते हैं। आल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज (एआईआईएमएस) के जयप्रकाश नारायण एपेक्स ट्रॉमा सेंटर में 1,70,576 लोग ओपीडी पहुंचे थे, जिनमें 7,379 लोगों को एडमिट किया गया था और इनमें से 7,535 सर्जरी हुई थी। देश में साल 2023 में 4,80,583 सड़क दुर्घटनाएं दर्ज हुई थीं, जिनमें 4,62,825 लोग घायल हुए थे, जबकि 1,72,890 लोगों की मृत्यु हो गई थी। ट्रॉमा का मतलब केवल सड़क दुर्घटनाओं के शिकार लोगों को मेडिकल सुविधाएं उपलब्ध कराना भर नहीं होता है। कार्यस्थलों में होने वाली दुर्घटनाओं, आग के शिकार लोगों तथा हिंसा आदि में शिकार लोगों को तुरंत इलाज उपलब्ध कराना भी इसें शामिल है।

रोड एक्सीडेंट है बड़ी वजह: स्वास्थ्य मंत्रालय की मानें तो देश में हर साल 10 फीसदी से ज्यादा मौतें लोगों के दुर्घटनाओं में शिकार होने से होती हैं। इनमें सबसे ज्यादा होने वाली सड़क दुर्घटनाएं हैं। सिर्फ फोन के कारण ही सड़क दुर्घटनाएं नहीं होती हैं, सड़क पर गाड़ी चलाते समय अचानक कुछ ही सेकेंडों के लिए ही सही ड्राइवर को नींद आ जाना, अचानक आगे चल रही गाड़ी का रुक जाना या गलत दिशा में मुड़ जाना आदि सड़क दुर्घटनाओं के अनेक कारण होते हैं। हमें यह समझना होगा कि कोई भी सूचना जिंदगी से ज्यादा कीमती नहीं होती। इसलिए गाड़ी चलाते समय कभी भी एक सेकेंड के आत्मविश्वास में मैसेज नहीं देखना चाहिए या फोन नहीं सुनना चाहिए। *

हेल्थ सजेशन

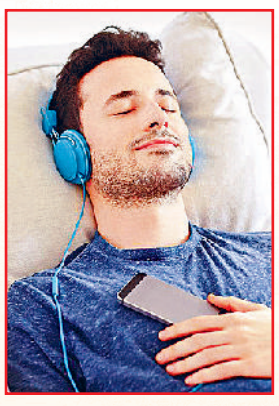
शिखर चंद जैन

स्वस्थ जीवन के लिए अच्छा खान-पान, साफ-सफाई आदि तो जरूरी है ही, हमारे दैनिक जीवन में कुछ आदतों में सुधार और दिनचर्या में कुछ आदतों को शुमार करना भी जरूरी है। इनके बारे में यहां बता रहे हैं।

स्वस्थ रहने के आसान सूत्र

अगर आप अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में कुछ आदतों को शामिल कर लें तो इसका असर आपकी हेल्थ पर पड़ेगा।

नाक से सांस लेना: कई लोगों को देखा जाता है कि वे अकसर मुंह से सांस लेते हैं या डीप ब्रीदिंग न करके उथली व छिछली ब्रीदिंग करते हैं। यह गलत है। सांस हमेशा नाक से लें और गहरी सांस लें। नाक के अंदर 'नाइट्रिक ऑक्साइड' गैस बनती है। जब हम नाक से सांस लेते हैं, तो यह गैस फेफड़ों में जाती है, जिससे रक्त वाहिकाएं चौड़ी हो जाती हैं और शरीर 18 प्रतिशत अधिक ऑक्सीजन सोख पाता है। जागते समय दिन भर और सोते समय भी सचेत रहें कि आपका मुंह बंद रहे। अगर सोते समय मुंह खुलता है, तो 'माउथ टेपिंग' (विशेष टेप) का उपयोग आजकल एक रिसर्च आधारित ट्रेंड है। दिन भर आप नाक से सांस ले रहे हैं या नहीं इसके लिए शुरू में ब्रीदिंग चेक करें। हर 1-2 घंटे में एक रिमाइंडर सेट करें (या फोन पर वॉलपेपर लगाएं) यह चेक करने के लिए कि आपका मुंह बंद है और आप नाक से गहरी सांस ले रहे हैं। अगर डेस्क जॉब है, तो हर बार पानी पीते समय 2 मिनट अपनी नाक से होने वाली सांस पर ध्यान दें। इस तरह धीरे-धीरे आपकी आदत ठीक हो जाएगी।





ग्राउंडिंग या अर्थिंग: विज्ञान कहता है कि पृथ्वी की सतह में 'मुक्त इलेक्ट्रॉन' का भंडार होता है। जब हमारी त्वचा सीधे मिट्टी या घास के संपर्क में आती है, तो ये इलेक्ट्रॉन शरीर में प्रवेश कर एंटी-ऑक्सीडेंट की तरह काम करते हैं। शोध बताते हैं कि यह शरीर की सूजन को कम करता है और नींद की गुणवत्ता सुधारता है। इसके लिए रोज सुबह 10-15 मिनट नंगे पैर घास, गीली मिट्टी या रेत पर चलें। कंक्रीट या टाइल्स पर यह काम नहीं करता। जमीन पर लेटना, नदी, तालाब, झील में पैर डाल कर बैठना भी फायदेमंद है। गठिया में इससे फायदा होता है।

सर्केडियन ईटिंग: हमारे शरीर के हर अंग की अपनी एक घड़ी होती है। पाचन तंत्र सूर्योदय के समय सबसे सक्रिय और सूर्यास्त के बाद धीमा हो जाता है। रात को देर से खाने से शरीर भोजन को पचाने में ऊर्जा लगाता है, जिससे 'सेलुलर रिपेयर' (कोशिकाओं की मरम्मत) का काम रुक जाता है। इसके लिए 'सनराइज टू सनसेट' नियम अपनाएं। कोशिश करें कि रात का आखिरी भोजन सूर्यास्त के 2-3 घंटे के भीतर या रात 8 बजे से पहले हो जाए। रात को सोने से कम से कम 2-3 घंटे पहले कुछ न खाएं। अगर भूख लगे, तो सिर्फ हर्बल टी या पानी लें। इससे सोते समय आपका शरीर 'पाचन' के बजाय 'रिपेयरिंग' (मरम्मत) पर ध्यान दे पाएगा।



योग निद्रा: स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी के शोध के अनुसार, योग निद्रा दिमाग को 'थीटा' और 'डेल्टा' ब्रेन वेव अवस्था में ले जाता है। यह गहरी नींद के बिना भी नर्वस सिस्टम को शांत करता है और मस्तिष्क की न्यूरोप्लास्टिसिटी को बढ़ाता है। इसके अभ्यास के लिए दिन में जब भी थकान महसूस हो, 15-20 मिनट के लिए लेट जाएं और किसी गाइडेड 'योग निद्रा' ऑडियो को सुनें। यह 2 घंटे की नींद जितनी ताजगी दे सकता है। दिनचर्या में जब सुस्ती महसूस हो, तो 20 मिनट आंखें बंद करके लेट जाएं। *

(डाइटिशियन पिंकी गोयल, लाइफ स्टाइल कोच हरिराम अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

पुलिस थाने में लगे शिविर में 80 रक्त यूनिट संकलित

गोहाना। जिला पुलिस की तरफ से थाना शहर गोहाना में रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। इसमें पुलिस कर्मियों और आम नागरिकों ने स्वेच्छा से रक्तदान किया। शिविर में कुल 80 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। पुलिस आयुक्त ममता सिंह के दिशानिर्देश के तहत आयोजित शिविर का उद्देश्य जरूरतमंद मरीजों के लिए रक्त की उपलब्धता सुनिश्चित करने में सहयोग देना और लोगों को रक्तदान के महत्व के प्रति जागरूक करना रहा। पुलिस आयुक्त ने कहा कि रक्तदान मानवता की सेवा का महत्वपूर्ण माध्यम है।

छात्रों को साइबर ठगी से बचाव की जानकारी दी



गोहाना। पुलिस की साइबर थाना टीम ने बुधवार को शहर में सोनीपत मार्ग स्थित शेर सिंह स्कूल में साइबर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों को आनलाइन ठगी और साइबर अपराधों से बचाव के प्रति जागरूक किया गया। निरीक्षक विनीत कुमार ने विद्यार्थियों को फर्जी कॉल, संदिग्ध लिंक, फर्जी संदेश और इंटरनेट मीडिया से जुड़े अपराधों की जानकारी दी गई। उन्होंने कहा कि साइबर अपराधी लालच या डर दिखाकर बैंकिंग संबंधी गोपनीय जानकारी हासिल करते हैं।

आदिशक्ति मां जगदम्बा के गूंजे जयकारे, भक्तिमय रहा माहौल

नवरात्र उत्सव : भक्तों ने मां कूष्मांडा की पूजा-आराधना कर मांगी मन्नतें

प्राचीन मंदिरों में दिनभर खुले रहे कपाट, श्रद्धालुओं ने सुबह-शाम आराधना कर लिया माता रानी का आशीर्वाद, आज मां दुर्गा के पांचवें स्वरूप मां स्कंदमाता का होगा पूजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत



सोनीपत। सिद्धपीठ श्री चंडी मां महाकाली प्राचीन मंदिर में पूजा-अर्चना के लिए पहुंचे श्रद्धालु।



सोनीपत। सिद्धपीठ श्री चंडी मां महाकाली प्राचीन मंदिर में सजा दरबार।

शारदीय नवरात्र उत्सव के चौथे दिन भी पांडव नगरी में मां के जयकारों की गूंज रही। श्रद्धालुओं ने मां दुर्गा के चौथे स्वरूप कूष्मांडा की विधिविधान से पूजा-अर्चना की। मंदिरों में पूजा-अर्चना करने के लिए सुबह से शाम तक श्रद्धालुओं की भीड़ रही। मंदिरों में पूजा-अर्चना के लिए श्रद्धालुओं का आवागमन लगा रहा। श्रद्धालुओं ने पूजा-अर्चना कर घर-परिवार व समाज में सुख-शांति एवं समृद्धि की कामना की। साथ ही मंदिरों में गूंजते मां दुर्गा के भजनों ने माहौल को भक्तिमय बनाया। बड़ा बाजार स्थित सिद्धपीठ चिटाने वाली माता मंदिर, कामी रोड स्थित सिद्धपीठ श्री चंडी मां महाकाली प्राचीन मंदिर, सेक्टर-14 स्थित श्री चिंतपूर्णी मंदिर, सिद्धपीठ बाबा धाम मंदिर, मॉडल टाउन स्थित नवदुर्गा माता मंदिर, कच्चे क्वार्टर स्थित दुर्गा मंदिर, मॉडल टाउन में नव दुर्गा मंदिर, कैलाश कॉलोनी स्थित शिव धाम मंदिर सहित अन्य प्राचीन मंदिरों में प्रातःकाल से ही माता रानी के दर्शन के लिए कपाट खुले रहे। कई मंदिरों व घरों में दुर्गा सप्तशती, दुर्गा चालीसा का पाठ किया गया। महिला संकीर्तन मंडली ने माता रानी का कीर्तन कर गुणगान किया। पंडित अमित शौनक ने बताया कि नवरात्र के पांचवें दिन मां दुर्गा के पांचवें स्वरूप मां स्कंदमाता की पूजा की जाएगी। भगवान स्कंद (कार्तिकेय) की माता होने के कारण देवी के पांचवें स्वरूप को स्कंदमाता के नाम से जाना जाता है। यह कमल के आसान पर विराजमान हैं, इसलिए इन्हें पद्मासन देवी भी कहा जाता है। स्कंदमाता की साधना से साधकों को आरोग्य, बुद्धिमता तथा ज्ञान की प्राप्ति होती है।

त्रिकुटा माता मंदिर में 21 अक्टूबर को सजेगा मां श्री कालेश्वर का दरबार

गन्नौर। गांव गढ़ी केसरी स्थित त्रिकुटा माता मंदिर में बुधवार, 21 अक्टूबर को मां श्री कालेश्वर के दरबार के द्वार श्रद्धालुओं के लिए खोले जाएंगे। श्री कालेश्वर ट्रस्ट की ओर से कार्यक्रम की तैयारियां की जा रही हैं। आयोजन में क्षेत्र के श्रद्धालु शामिल होकर मां का आशीर्वाद प्राप्त करेंगे। श्री कालेश्वर ट्रस्ट के सेवक पंडित प्रेम नाथ शर्मा ने बताया कि ट्रस्ट के तत्वावधान में आयोजित होने वाले इस धार्मिक कार्यक्रम में दिन के समय भंडारा लगाया जाएगा। रात को विशाल जागरण का आयोजन होगा, जिसमें भजन गायकों द्वारा मां की महिमा का गुणगान किया जाएगा। ट्रस्ट की ओर से कार्यक्रम की व्यवस्थाओं को अंतिम रूप दिया जा रहा है, ताकि मंदिर में पहुंचने वाले भक्तों को किसी प्रकार की परेशानी न हो।

आवासीय योजना में कब्जा न मिलने पर एसडीएम को ज्ञापन



खरखौदा। आवासीय योजना में कब्जे की मांग करते सोहटी वासी।

■ सोहटी में प्लाट आवंटन के बाद कब्जा नहीं मिलने का मामला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ खरखौदा

गांव सोहटी में मुख्यमंत्री आवासीय योजना के तहत प्लॉट आवंटित होने के बावजूद रजिस्ट्री एवं कब्जा नहीं मिलने का मामला सामने आया है। मंगलवार को योजना के पात्र लाभार्थियों ने एसडीएम खरखौदा अमित भारद्वाज को ज्ञापन सौंपकर आवंटित प्लॉटों की रजिस्ट्री करवाने और कब्जा दिलाने की मांग की। इस दौरान काफी संख्या में महिला एवं पुरुष मौजूद रहे। लाभार्थियों ने ज्ञापन में बताया कि गांव सोहटी के 158 पात्र लाभार्थियों का चयन कमेटी, सर्वे और ऑनलाइन ड्रॉ के माध्यम से किया गया था। ग्राम सभा द्वारा आवंटन सूची स्वीकृत की गई थी तथा प्रत्येक लाभार्थी से 1,000 रुपये रजिस्ट्रेशन फीस लेकर हाउसिंग फॉर ऑल विभाग में जमा करवाई गई थी। हरियाणा सरकार की ओर से लाभार्थियों को आवंटन पत्र भी जारी किए जा चुके हैं। इसके बावजूद अभी तक प्लॉटों की रजिस्ट्री और कब्जा दिलाने की प्रक्रिया पूरी नहीं हुई है।लाभार्थियों ने बताया कि वे इस मामले में न्यायालय से भी राहत प्राप्त कर चुके हैं, लेकिन अभी तक उन्हें आवंटित प्लॉटों की रजिस्ट्री और कब्जा नहीं मिल पाया है। उन्होंने प्रशासन से जल्द आवश्यक कार्रवाई करते हुए उन्हें उनके आवंटित प्लॉटों का अधिकार दिलाने की मांग की। लाभार्थियों ने कहा कि वे इस समस्या के समाधान के लिए काफी समय से प्रयास कर रहे हैं। उन्होंने प्रशासन से जल्द रजिस्ट्री करवाकर प्लॉटों का कब्जा दिलाने की मांग की। साथ ही कहा कि यदि उनकी समस्या का समाधान नहीं हुआ तो वे अपनी मांग मुख्यमंत्री के समक्ष रखने के लिए चंडीगढ़ जा सकते हैं। एसडीएम अमित भारद्वाज ने लाभार्थियों को मामले में जल्द कार्रवाई करने का आश्वासन दिया। इसके बाद सभी लाभार्थी शांतिपूर्वक वापस लौट गए।

निशानेबाजी प्रतियोगिता में बीआर ग्लोबल के खिलाड़ियों ने जीते पदक

■ टीम स्पर्धाओं में तीन टीमों ने हासिल किया प्रथम स्थान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर



गन्नौर। निदेशक राकेश यादव, उपप्रधानाचार्या मंजू सहरावत स्वागत करते हुए।

चौथी अभिनंदन निशानेबाजी प्रतियोगिता में बीआर ग्लोबल विद्यालय के खिलाड़ियों ने विभिन्न स्पर्धाओं में प्रथम स्थान पाया। उपजूनियर वर्ग की टीम स्पर्धा में रोहन, दिव्यांश और राजीव की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसी वर्ग में युवान, वियांशु और परम की टीम ने भी बेहतरीन निशानेबाजी करते हुए पहला स्थान हासिल किया। वहीं, युवा वर्ग की टीम स्पर्धा में आदेश, वैभव और हेमंत की टीम ने सटीक निशाने लगाते हुए प्रथम स्थान पाया। उपजूनियर राइफल वर्ग में प्रतीक कुमार ने अपने सटीक निशानों के दम पर प्रथम स्थान प्राप्त किया। निदेशक राकेश यादव, शैक्षणिक निदेशिका पूजा पहल और उपप्रधानाचार्या मंजू सहरावत ने विजेता खिलाड़ियों को बधाई दी। विद्यालय प्रबंधन ने खिलाड़ियों की सफलता का श्रेय प्रशिक्षक कपिल के मार्गदर्शन को दिया।



अनाज मंडी में निर्धारित नियमों के अनुरूप की जाए धान फसल की खरीद : एसडीएम अंकित

गोहाना। एसडीएम अंकित कुमार ने बुधवार को गांव कासंडी की अनाज मंडी में धान की खरीद एवं बिक्री व्यवस्था का निरीक्षण किया। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि मंडी में धान बेचने के लिए आने वाले किसानों को किसी भी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। मंडी में धान की खरीद निर्धारित नियमों के अनुसार सुनिश्चित की जाए। एसडीएम ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मंडी में किसानों की सुविधा के लिए पेयजल, बिजली और शौचालय सहित सभी आवश्यक मूलभूत सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। उन्होंने कहा कि अनाज मंडी के साथ-साथ गोहाना की मुख्य अनाज मंडी में भी धान खरीद की व्यवस्था सुचारू रूप से संचालित होनी चाहिए। किसानों की सुविधा को प्राथमिकता देते हुए मंडी में सभी व्यवस्थाएं दुरुस्त रखी जाएं, ताकि उन्हें अपनी फसल बेचने के लिए अनावश्यक परेशानी न उठानी पड़े। एसडीएम ने किसानों से भी अपील की कि वे अपनी धान की फसल को अच्छी तरह सुखाकर ही मंडी में लाएं। इस अवसर पर मार्केट कमेटी सचिव कविता जैन, उप सचिव उमेद व आढती मौजूद रहे।

छह दिवसीय एफएलएन प्रशिक्षण के दो नए बैचों का खरखौदा में शुभारंभ

■ प्रथम बैच में 45 और द्वितीय बैच में 44 शिक्षक ले रहे है भाग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ खरखौदा



खरखौदा। शिक्षकों को प्रेरित करते खंड शिक्षा अधिकारी प्रदीप राठी।

खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय, खरखौदा में प्राथमिक शिक्षकों (पीआरटी) के लिए छह दिवसीय आधारभूत साक्षरता एवं संख्यात्मक ज्ञान (एफएलएन) प्रशिक्षण कार्यक्रम के दो नए बैचों का आज शुभारंभ हुआ। कार्यक्रम का उद्घाटन खंड शिक्षा अधिकारी प्रदीप कुमार, खंड संसाधन समन्वयक मनोज कुमार, समाजसेवी स्वामी राजानंद तथा विधायक पवन खरखौदा के पिता आजाद सिंह द्वारा मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित करके किया गया। इस अवसर पर खंड शिक्षा अधिकारी प्रदीप कुमार ने प्रशिक्षणार्थी शिक्षकों को सक्रिय सहभागिता सुनिश्चित करने तथा निर्धारित समय-सारणी के अनुसार सभी गतिविधियों में भाग लेने का आह्वान किया। कार्यक्रम के अंतर्गत दो बैच संचालित किए जा रहे हैं, जिनमें क्रमशः 45 एवं 44 शिक्षक भाग ले रहे हैं।



हरियाणा खेल महाकुंभ के लिए प्रताप स्कूल में हुई जिला टीम के ट्रायल, खिलाड़ियों ने दिखाया दमखम

खरखौदा। प्रताप सिंह मेमोरियल स्कूल, खरखौदा में हरियाणा खेल महाकुंभ के लिए सोनीपत जिला की टीम के चयन हेतु विभिन्न खेलों के ट्रायल आयोजित किए गए। ट्रायल में जिले के खिलाड़ियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी खेल प्रतिभा, शारीरिक क्षमता और कौशल का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता का शुभारंभ द्रोणाचार्य अवार्डी ओमप्रकाश दहिया, विद्यालय की प्राचार्या दया दहिया तथा एकेडमिक डायरेक्टर डॉ. सुबोध दहिया ने विभिन्न खेलों की बाउट आरंभ करवाकर किया। ट्रायल के दौरान कुश्ती, वॉलीबॉल, वुशु, ताइक्वांडो और वेटलिफ्टिंग सहित विभिन्न खेलों में खिलाड़ियों ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। ट्रायल में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले खिलाड़ी हरियाणा खेल महाकुंभ में सोनीपत जिले का प्रतिनिधित्व करेंगे। इस अवसर पर ताइक्वांडो कोच सौरभ, सीमा, काजल, जगप्रकाश और प्रदीप, वॉलीबॉल कोच सुनीता, कुश्ती कोच योगेश, सुनीता, सीमा, कुलबीर और कुलदीप, वुशु कोच सवि दहिया और विनोद गुलिया तथा वेटलिफ्टिंग कोच यशवीर दहिया, संजय और सोनिया सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

सीबीएसई राष्ट्रीय मुक्केबाजी चैंपियनशिप में गोहाना के अंश ने हासिल किया कांस्य पदक

गोहाना। सीबीएसई की राष्ट्रीय स्कूल मुक्केबाजी चैंपियनशिप में गोहाना के होनहार मुक्केबाज अंश के मुक्कों ने कांस्य पदक उगला। अंश ने इस चैंपियनशिप में अंडर-14 आयु वर्ग में अपने मुक्के का दम दिखाया। पदक विजेता अंश का बुधवार को गोहाना बॉक्सिंग क्लब में सम्मान समारोह आयोजित किया गया। समारोह में क्लब के अध्यक्ष अरुण बड़ौक ने खिलाड़ी को फूलों की मालाएं पहनाकर सम्मानित किया। बड़ौक ने कहा कि देश के युवा अपने अंदर छुपी प्रतिभा को पहचानें और पढ़ाई और खेलों में अपनी ऊर्जा लगाएं। उन्होंने कहा कि अपनी प्रतिभा को पहचाकर उसे सही दिशा देना ही सफलता की पहली सीढ़ी है। खिलाड़ी अंश ने राष्ट्रीय मुक्केबाजी चैंपियनशिप में पदक जीतकर राष्ट्रीय पटल पर गोहाना मान बढ़ाया है। समारोह में ओम प्रकाश, कोच विकास मलिक, बलराज, सुरेंद्र, बंटी और अनिल पूनिया उपस्थित रहे।





ऋषिकुल विद्यापीठ में एनसीसी शिविर संपन्न कैडेट्स ने जीते स्वर्ण और रजत पदक

सोनीपत। ऋषिकुल विद्यापीठ में 12 हरियाणा बटालियन एनसीसी की ओर से 5 से 14 अक्टूबर तक संयुक्त वार्षिक प्रशिक्षण शिविर आयोजित किया गया। कमांडिंग ऑफिसर विशाल दुबे के नेतृत्व में आयोजित शिविर में विभिन्न विद्यालयों और महाविद्यालयों के करीब 400 कैडेट्स ने भाग लिया। ड्रिल, शस्त्र प्रशिक्षण, मानचित्र अध्ययन, फायरिंग, भाषण, सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं और खेलों के माध्यम से कैडेट्स को प्रशिक्षित किया गया। आपदा प्रबंधन और साइबर सुरक्षा पर व्याख्यान भी हुए। प्रतियोगिताओं में मायरा ने फायरिंग और नव्या व प्रतीक ने भाषण में स्वर्ण पदक जीते। कार्तिक ने भाषण में रजत पदक हासिल किया। नव्या, जिया, मायरा, गौरी, एंजेल, आलिया, अन्वेषा, वर्षा, दिव्या और अदिति की सांस्कृतिक टीम प्रथम रही। हर्ष डांगी, सनी, विवान और बलराज ने बादल दल ड्रिल में स्वर्ण पदक जीते। कारगिल युद्ध के योद्धा और भारत के प्रथम ब्लेड रनर मेजर देवेंद्र पाल सिंह ने कैडेट्स को प्रेरित किया। चेयरमैन एसके शर्मा, निदेशक धीरज शर्मा, प्रधानाचार्य उमेश कुमार और कैंप एडजुटेंट मोनिका के मार्गदर्शन में शिविर संपन्न हुआ।

ग्लोबल स्कूल के पूर्व विद्यार्थी रोहन नाथ ने पीसीएस की परीक्षा में प्राप्त की छठी रैंक

गोहाना। उत्तराखंड लोक सेवा आयोग (पीसीएस) की परीक्षा में छठी रैंक प्राप्त करके रोहन नाथ पुत्र बिशन नाथ ने अपनी प्रतिभा का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। परीक्षा उतीर्ण करने पर वह उत्तराखंड में नायब तहसीलदार के पद पर नियुक्त हुए हैं। रोहन नाथ गोहाना-खानपुर कलां मार्ग स्थित ग्लोबल पब्लिक स्कूल के पूर्व छात्र हैं। बुधवार को स्कूल में उनको समारोहपूर्वक सम्मानित किया गया। समारोह की अध्यक्षता स्कूल के एमडी पंकज जाले ने की और संयोजन प्राचार्या डॉ. प्रीति शर्मा का रहा। समारोह में रोहन नाथ व उनके पिता बिशन नाथ को फूलों की मालाएं पहनाकर, स्मृति चिह्न और शॉल भेंट करके सम्मानित किया गया। रोहन ने अपनी सफलता का श्रेय अपने माता-पिता, गुरूजनों और विद्यालय को दिया। उन्होंने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। निरंतर मेहनत, सही मार्गदर्शन और आत्मविश्वास से ही लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। प्राचार्या डॉ. प्रीति शर्मा जी ने कहा कि रोहन की यह सफलता विद्यालय के सभी विद्यार्थियों के लिए प्रेरणा स्रोत है। यह सिद्ध करता है कि साधारण पृष्ठभूमि के विद्यार्थी भी कड़ी मेहनत से देश की सबसे कठिन परीक्षा को पास कर सकते हैं।



पीएम श्री विद्यालय में हुआ जिलास्तरीय पार्लियामेंट कार्यक्रम

यूथ पार्लियामेंट में छात्रों ने दिखाई संसदीय कार्यवाही

प्रतियोगिता में राजकीय व निजी स्कूलों के करीब 900 विद्यार्थियों ने लिया हिस्सा, दिखाई प्रतिभा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत



सोनीपत। जिलास्तरीय यूथ पार्लियामेंट में भाग लेती छात्राएं।

मुरथल अड्डा स्थित पीएमश्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान (डायट), बीसवांमील के तत्वावधान में जिलास्तरीय यूथ पार्लियामेंट कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में संसदीय कार्यप्रणाली, लोकतांत्रिक मूल्यों व नेतृत्व क्षमता का विकास करना रहा। विद्यालय प्रभारी राजेश के मार्गदर्शन में विद्यार्थियों ने संसदीय कार्यवाही का प्रदर्शन किया। डायट से धर्मवीर, सोमवीर, जितेंद्र ने निर्णायकमंडल के रूप में विद्यार्थियों के प्रदर्शन का मूल्यांकन किया। विद्यार्थियों ने प्रश्नकाल, संसदीय चर्चा व लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं के माध्यम से अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। विद्यालय की राजनीतिक विज्ञान प्रवक्ता मुकेश रानी, रेनू, कांता, उर्मिला, सुशीला, प्रमिला ने कार्यक्रम में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। स्कूल इंचार्ज डॉ. कांता हुड्डा ने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

सड़क सुरक्षा प्रश्नोत्तरी में युवराज, काव्या, धैर्य प्रथम

विद्यालय में खंड स्तरीय सड़क सुरक्षा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया। जिसकी अध्यक्षता खंड शिक्षा अधिकारी अनिल वर्मा ने की, जबकि नोडल अधिकारी बीआरपी मंजू ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूक करना व यातायात नियमों की विस्तृत जानकारी देना रहा। इसमें राजकीय व निजी स्कूलों के करीब 900 विद्यार्थियों ने भाग लिया। सरस्वती शिक्षण संस्थान वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय से युवराज सिंह, काव्या व धैर्य दीक्षित की टीम प्रथम रही। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, मुरथल से प्रशांत, यश व नैतिक की टीम द्वितीय स्थान पर रही। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, भटगांव से रोहित, रजत व अमन की टीम ने तीसरा स्थान हासिल किया।



खंड स्तरीय भाषण प्रतियोगिता में नैंसी प्रथम और पलक तृतीय

गोहाना। गोहाना-सोनीपत मार्ग स्थित शेर सिंह पब्लिक स्कूल की दो छात्राओं ने 17वें राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर आयोजित खंड स्तरीय भाषण प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। यह प्रतियोगिता राष्ट्रीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोहाना में सम्पन्न हुई। खंड स्तरीय भाषण प्रतियोगिता में छात्रा नैंसी पुत्री अजीत ने प्रथम और पलक पुत्री बलराम ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। स्कूल के एमडी महेंद्र सिंह मलिक और प्राचार्य कुलदीप सिंह देशवाल ने दोनों छात्राओं को सम्मानित किया। एमडी महेंद्र सिंह मलिक ने कहा कि भारत मतदाताओं की संख्या और लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं के पैमाने की दृष्टि से दुनिया का सबसे बड़ा लोकतंत्र है। देश में लोकतंत्र व्यवस्था को मजबूत बनाने के लिए मतदान आवश्यक है। इस अवसर पर निर्मला देवी, ऋतु रानी और जगमोहन सहित अन्य शिक्षकगण उपस्थित रहे।

पीएनबी के मेगा एक्सपो में 60 करोड़ के ऋण की संभावित मांग

सोनीपत। पंजाब नेशनल बैंक, पानीपत मंडल के तत्वावधान में बुधवार को सेक्टर-15 स्थित सामुदायिक केंद्र में मेगा खुदरा ऋण एक्सपो का आयोजन किया गया। एशियाई खेलों में कबड्डी के स्वर्ण पदक विजेता आशु मलिक ने कार्यक्रम का उद्घाटन किया। इसकी अध्यक्षता मंडल प्रमुख अनुज वर्मा ने की। एक्सपो में जिले के प्रमुख बिल्डरों और कॉलोनाइजरों ने आवास योजनाओं का प्रदर्शन किया। विभिन्न कंपनियों के नौ कार डीलरों ने भी भाग लिया। एक्सपो का उद्देश्य नागरिकों को एक ही स्थान पर अपनी पसंद का घर और कार चुनने के साथ पंजाब नेशनल बैंक से ऋण सुविधा उपलब्ध कराना था। इस दौरान निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर भी लगाया गया। आशु मलिक ने बैंक की पहल की सराहना करते हुए समृद्धि की कामना की। अनुज वर्मा ने बताया कि एक्सपो में 60 करोड़ रुपये की संभावित ऋण मांग प्राप्त हुई और पांच करोड़ रुपये के ऋण स्वीकृति पत्र ग्राहकों को सौंपे गए।



आईटीआई दाखिले में छूट के बावजूद कम दिलचस्पी दिखा रहे युवा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण निदेशालय की ओर से राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों (आईटीआई) में दाखिले से वंचित विद्यार्थियों को प्रवेश के दिए गए अंतिम अवसर के बावजूद युवा दाखिला लेने में ज्यादा रूचि नहीं दिखा रहे हैं। निदेशालय ने 12 अक्तूबर को निर्देश जारी कर संस्थानों में पांचवीं बार दाखिले की अंतिम तिथि बढ़ाते हुए छात्रों को 15 अक्तूबर तक दाखिला लेने का मौका दिया है। इस बीच सोनीपत आईटीआई में मंगलवार को 4 और बुधवार को 5 नए विद्यार्थियों ने दाखिला लिया है। बता दें कि आखिरी अवसर में बिना आवेदन करवाने वाले विद्यार्थियों को भी दाखिला लेने का मौका दिया गया है। किसी भी आईटीआई में प्रवेश के लिए युवाओं ने आवेदन नहीं किया है, तो भी वह एक साथ सभी चरणों को पूरा करवाकर संस्थान में प्रवेश पा सकते हैं।



सोनीपत। राठधना रोड स्थित राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में स्थापित हेल्प डेस्क पर दाखिला संबंधी जानकारी लेते विद्यार्थी।

पांच बार बढ़ाई तिथि, आज प्रवेश का अंतिम मौका

237 सीटे अभी भी रिक्त

बता दें कि आईटीआई संस्थानों में चार चरणों की दाखिला प्रक्रिया संपन्न होने के बाद विद्यार्थियों के लिए 24 अगस्त से कक्षाएं प्रारंभ की गई थी, लेकिन अधिकांश संस्थानों में 25 प्रतिशत तक सीटें खाली रहने के कारण निदेशालय ने विद्यार्थियों को पांचवां अवसर प्रदान किया है। सोनीपत आईटीआई संस्थान में चार चरणों में 25 ट्रेड की 872 सीटों पर कुल 626 विद्यार्थियों ने दाखिला लिया था, जबकि दो दिन में कुल 9 नए विद्यार्थियों आवेदन, फीस जमा करवाकर अपना दाखिला सुनिश्चित किया है। अब संस्थान में शेष 237 सीटों पर दाखिला प्रक्रिया पूरी करने के लिए वीरवार को अंतिम और केवल एक दिन का समय बचा है। संस्थान प्रबंधकों ने वंचित विद्यार्थियों से अपनी रुचि व योग्यता के अनुसार उपलब्ध सीटों पर दाखिला लेने का आह्वान किया है। उधर आईटीआई संस्थानों में दाखिला प्रक्रिया के साथ विद्यार्थियों के लिए शैक्षणिक सत्र 2026-27 की कक्षाओं का एक साथ दौर जारी है।

मिशन एडमिशन

सुबह 9 से 11 बजे तक करें आवेदन

अगर कोई भी छात्र आईटीआई में दाखिला लेने का इच्छुक है, तो उसे निदेशालय की शर्तों के निर्देशानुसार ही दाखिला मिल सकेगा। सभी शेष सीटों को भरने का लक्ष्य निर्धारित करते हुए विद्यार्थियों को 15 अक्तूबर तक ट्रेड व संस्थान चयन का मौका दिया गया है। इच्छुक विद्यार्थियों को सुबह 9 से 11 बजे तक आवेदन करना होगा। इसके बाद दोपहर 12 बजे तक मेरिट सूची जारी की जाएगी। मेरिट सूची में शामिल विद्यार्थियों को उसी दिन आवश्यक दस्तावेजों का सत्यापन करवाकर निर्धारित शुल्क जमा करवाकर दाखिला सुनिश्चित करना होगा।

-विक्रम सिंह, प्रधानाचार्य, आईटीआई, सोनीपत

सीसीएएस जैन एजुकेशनल सोसायटी की नई कार्यकारिणी का सर्वसम्मति से गठन

गन्नौर। चरित्र चक्रवर्ती आचार्य 108 शांति सागर जैन एजुकेशनल सोसायटी, जीटी रोड गन्नौर की नई कार्यकारिणी का गठन सर्वसम्मति से किया गया।



संस्था के पूर्व अध्यक्ष आनंद जैन ने बताया कि सभी पदों पर एक-एक नामांकन प्राप्त होने के कारण चुनाव निर्विरोध संपन्न हुआ। चुनाव में संस्था के पूर्व अध्यक्ष आनंद जैन को चेयरमैन, अरिंजय जैन को प्रधान तथा भूषण भाटिया को उपप्रधान नियुक्त किया गया। वहीं निखिल जैन को महासचिव, आशीष जैन को संयुक्त सचिव और नरेंद्र कुमार जैन को कोषाध्यक्ष की जिम्मेदारी सौंपी गई। इसके अतिरिक्त शालिनी जैन, नितिन जैन, अनिल कुमार जैन, रोहित जैन और दिशा जैन को कार्यकारिणी सदस्य चुना गया। कॉलेज के प्राचार्य एवं जैन विद्यामंदिर स्कूल, गन्नौर के डायरेक्टर डॉ. मनोज, जैन सीनियर सेकेंडरी स्कूल की प्रिंसिपल शालिनी जैन, जैन विद्यामंदिर स्कूल की प्रिंसिपल शीतल शर्मा, वाइस प्रिंसिपल ऋचा जैन और मोनिका पराशर सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। सभी ने नवनियुक्त पदाधिकारियों एवं सदस्यों को बधाई देते हुए संस्था के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

खबर संक्षेप

युवक की बाइक और छात्रा की स्कूटी चोरी

गोहाना। गांव भावड़ से युवक की बाइक और शहर में कालेज के बाहर से छात्रा की स्कूटी चोरी कर ली गई। दोनों की शिकायत पर केस दर्ज किए गए। गांव भावड़ निवासी सुभाष ने बताया कि वह बाइक पर गांव के अड्डे पर सामान लेने गया था। उसने बाइक को खड़ा किया और दुकान से सामान लेने चला गया। वापस आया तो बाइक नहीं मिली। उसकी शिकायत पर बरोदा थाना में केस दर्ज किया गया।

प्रॉपर्टी डीलर के कार्यालय के बाहर से बाइक चोरी

गन्नौर। महादेव नगर में प्रॉपर्टी डीलर के कार्यालय के बाहर खड़ी मोटरसाइकिल चोरी हो गई। गांव गढ़ी केसरी निवासी नितिन त्यागी की शिकायत पर पुलिस ने अज्ञात व्यक्ति के खिलाफ मामला दर्ज किया है। पुलिस मोटरसाइकिल की तलाश में जुटी है।

घर से दो मोबाइल और सोने की चेन चोरी

सोनीपत। गांव लहराड़ा की नई बस्ती में चोर घर से दो मोबाइल फोन, सोने की चेन और आठ हजार रुपये चोरी कर ले गए। पीड़ित अमित की शिकायत पर सदर थाना पुलिस ने प्राथमिकी दर्ज कर ली है। उनका कहना है कि बुधवार तड़के चोर घर का दरवाजा खुला होने का फायदा उठाकर अंदर घुस गया। चोर कमरे से दो मोबाइल फोन, सोने की चेन और आठ हजार रुपये चोरी कर ले गया। थाना प्रभारी सुखबीर सिंह ने बताया कि शिकायत पर प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

रामलीला में श्रीराम-सीता विवाह महोत्सव का मंचन

बैंड-बाजों के साथ निकली श्रीराम बारात, गूंजे जयकारे



हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

श्री रामलीला सभा और श्री ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर सेवा समिति की ओर से बुधवार को शहर में श्रीराम बारात निकाली गई। बारात में अपने तीनों भाईयों संग रघुराई दूल्हा बनकर गुरुओं व पिता महाराजा दशरथ के साथ निकले। बैंडबाजों, ढोल-नगाड़ों की धुनों के साथ निकाली गई श्रीराम बरात का बाजारों में जगह-जगह श्रद्धालुओं ने पुष्प वर्षा कर स्वागत किया। संस्थाओं के पदाधिकारियों व सदस्यों ने श्रीराम बारात की शुरुआत हला ई हट्टा स्थित श्री ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर में पूजा-अर्चना व सेहराबंदी के साथ की गई। इसके बाद बड़ा बाजार, मुरथल अड्डा, सब्जी मंडी रोड व कामी रोड होते हुए रामलीला मैदान में पहुंची।



तालियां बजाकर उत्साह बढ़ाया

कामी रोड स्थित रामलीला मैदान में रात को रामलीला मंचन के चौथे दिन श्रीराम-सीता विवाह महोत्सव मनाया गया। वृंदावन से आचार्य सौरभ द्विवेदी, टीवी फेम स्वामी शिवदयाल शर्मा और स्वामी गिरिराज प्रसाद शर्मा के मार्गदर्शन में कलाकारों ने दर्शाया कि श्रीराम-सीता ने एक दूसरे को वरमाला पहनाई। प्रभु श्रीराम-सीता की जयमाला के दौरान श्रद्धालुओं ने जयकारे लगाए। जिससे पांडव नगरी धर्ममय हो उठी। देवताओं ने भी आकाश से उन पर पुष्प वर्षा की। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में बृजमोहन कुच्छल, बृजेश कुच्छल, ललित बत्रा, प्रदीप गौतम, राकेश शर्मा ने शिरकत की। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रो. बीबी गुप्ता व मंच संचालन गजेंद्र सलूजा ने किया। मंचन के दौरान दर्शकों ने तालियां बजाकर कलाकारों का उत्साह बढ़ाया। कार्यक्रम में रामलीला से जुड़े प्रश्न भी दर्शकों से पूछे गए। संस्था के पदाधिकारियों ने बताया कि रामलीला का उद्देश्य धार्मिक आस्था के साथ भारतीय संस्कृति और परंपराओं को जीवंत रखना है। भगवान श्रीराम के जीवन प्रसंग समाज को मर्यादा, सत्य और आदर्श जीवन जीने की प्रेरणा देते हैं। इस मौके पर महेंद्र मंगला, राजकुमार गोयल, अमित शौनक, प्रवीन गोयल, अमित कुच्छल, महेंद्र वर्मा, राहुल अग्रवाल और अनिल जैन सहित संस्थाओं के अन्य सदस्य मौजूद रहे।

कलाकारों ने मोहा दर्शकों का मन

सीता स्वयंवर के मंचन में जनकपुर दरबार की भव्य सजावट, मंगल गीतों और कलाकारों के अभिनय ने दर्शकों का मन मोह लिया। भगवान श्रीराम की ओर से शिवधनुष तोड़ने के प्रसंग के बाद लक्ष्मण और परशुराम के बीच हुए संवाद ने विशेष आकर्षण पैदा किया। दोनों पात्रों के बीच तीखी नोकझोंक और तर्क-वितर्क को देखकर दर्शकों ने तालियां बजाकर कलाकारों का उत्साह बढ़ाया। विवाह प्रसंग में वरमाला, विवाह की रस्मों और आशीर्वाद के दृश्यों को पारंपरिक शैली में प्रस्तुत किया गया। देर रात सामूहिक आरती और प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम संपन्न हुआ।

जीटी रोड फ्लाईओवर के नीचे दिखेगी सामाजिक संदेशों की छटा

- नगरपालिका खर्च करेगी 20 लाख रुपये, विधायक देवेंद्र कादियान ने किया शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर



जीटी रोड पर फ्लाईओवर के नीचे अब खाली दीवारों की जगह सामाजिक संदेशों से सजी आकर्षक पेंटिंग नजर आएगी। नगरपालिका प्रशासन शहर के सौंदर्यीकरण पर करीब 20 लाख रुपए खर्च करेगा। गन्नौर विधायक देवेंद्र कादियान ने नारियल फोड़कर इस काम का शुभारंभ किया। आज गुरुवार से पेंटिंग का काम शुरू होगा। पेंटिंग के माध्यम से बेटियों को शिक्षा, स्वच्छता और पर्यावरण संरक्षण जैसे मुद्दों को प्रमुखता दी जाएगी। कार्यक्रम में पहुंचने पर विधायक का फूलमाला से स्वागत किया गया। इस अवसर पर पार्षद वरुण जैन, दिनेश अदलखा, विकास शर्मा, अजय सरोहा, शमशेर सैनी, ईश्वर कश्यप, अंकित मल्होत्रा, हरीश मदान, तरुण चुद्य, प्रवेश मदान, मा. बिजेंद्र, रामचंद्र नंबरदार आदि मौजूद रहे। विधायक कादियान ने बताया कि जीटी रोड फ्लाईओवर के नीचे सुलभ शौचालय बनाने की योजना पर भी काम चल रहा है। इसके लिए टेंडर प्रक्रिया जारी है। नगरपालिका सचिव प्रदीप खर्ब ने कहा कि शहर को सुंदर बनाने के लिए फ्लाईओवर के नीचे पेंटिंग कराई जा रही है। पेंटिंग होने के बाद अगर कोई व्यक्ति दीवार पर पोस्टर या अन्य सामग्री का इस्तेमाल करेगा। प्रशासन उस पर 25 हजार रुपए तक जुर्माना लगाएगा।

11 लोगों के मोतियाबिंद के किए निःशुल्क ऑपरेशन

गोहाना। वेलकम फाउंडेशन वेलफेयर सोसयटी, गोहाना द्वारा 'नेत्र शक्ति' परियोजना के अंतर्गत 11 जरूरतमंदों की आंखों में मोतियाबिंद का निःशुल्क ऑपरेशन करवाए गए। सोसायटी द्वारा 4 को सनातन धर्म मंदिर, पुरानी सब्जी मंडी, गोहाना में निःशुल्क नेत्र जांच एवं मोतियाबिंद ऑपरेशन शिविर का आयोजन किया गया था। संस्था के संस्थापक अध्यक्ष केसी शर्मा और गोहाना इकाई के अध्यक्ष इंद्रजीत गोयल के अनुसार इस शिविर में 174 रोगियों ने पहुंचकर अपनी आंखों की जांच करवाई। जांच के बाद 31 मरीजों को आगे के उपचार एवं ऑपरेशन के लिए चिह्नित किया गया। मरीजों की आर्थिक स्थिति को ध्यान में रखते हुए संस्था द्वारा 11 जरूरतमंद व्यक्तियों के मोतियाबिंद ऑपरेशन निःशुल्क करवाए गए।

महिला कॉलेज में 29 एनसीसी कैडेट्स को मिले सीएटीसी प्रमाणपत्र



गोहाना। राजकीय महिला महाविद्यालय, गोहाना की 29 एनसीसी कैडेट्स को सीएटीसी प्रमाणपत्र वितरित किए गए। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. मीनाक्षी सांगवान ने एनसीसी प्रभारी नेहा चौहान और मोनिका मलिक के साथ कैडेट्स को प्रमाणपत्र वितरित किए। प्राचार्या डॉ. मीनाक्षी सांगवान ने कहा कि एनसीसी विद्यार्थियों में अनुशासन, नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास और देशभक्ति की भावना विकसित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। प्राचार्या ने कैडेट्स को जीवन में निरंतर आगे बढ़ने और समाज व राष्ट्र की सेवा में निरंतर तत्पर रहने का संदेश दिया। इस अवसर पर शिक्षकों ने कैडेट्स को अपना आशीर्वाद देकर उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

फायरिंग कर जानलेवा हमला करने के मामले में दूसरा आरोपित गिरफ्तार

सोनीपत। सोनीपत में फायरिंग कर जानलेवा हमला करने के मामले में क्राइम यूनिट वेस्ट ने दूसरे आरोपित विवेक उर्फ कालू निवासी सुलतानपुर, दिल्ली को गिरफ्तार किया है। पुलिस के अनुसार, आरोपित पर मुख्य आरोपित सौरभ उर्फ अन्ना को हथियार मुहैया कराने का आरोप है। न्यायालय में पेश करने के बाद उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। पुलिस के मुताबिक, 31 जुलाई 2026 को विकास नगर निवासी लोकेश ने शहर थाना सोनीपत में शिकायत दी थी कि वह अपने दोस्त के साथ रात करीब दो बजे सौरभ के घर गया था। आरोप था कि सौरभ ने दोनों हाथों में पिस्तौल लेकर उन पर तीन गोलियां चलाईं। इनमें से एक गोली लोकेश के पैर में लगी, जबकि दूसरी उसकी गाड़ी के सामने वाले शीशे में लगी।

विद्यार्थियों ने मुक्केबाजी और स्केटिंग प्रतियोगिताओं में दिखाया कौशल

गोहाना। दून पब्लिक स्कूल, गोहाना में बुधवार को कक्षा छठी से कक्षा 8वीं तक के विद्यार्थियों के लिए इंटर-हाउस मुक्केबाजी और बास्केटबॉल खेल प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। प्रतियोगिताओं में स्कूल के खिलाड़ियों ने अपनी खेल प्रतिभा एवं कौशल का सराहनीय प्रदर्शन किया। इन प्रतियोगिताओं का शुभारंभ स्कूल के प्रबंधक राजेश कुमार और प्राचार्या ज्योति छाबड़ा ने किया। मुक्केबाजी प्रतियोगिता में रमन सदन ने प्रथम, टैगोर सदन ने द्वितीय और मिल्खा सदन ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। बास्केटबॉल स्केटिंग प्रतियोगिता में टैगोर सदन ने प्रथम, मिल्खा सदन ने द्वितीय और गांधी सदन ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। स्केटिंग स्पीड प्रतियोगिता में अंडर-14 आयु वर्ग में लड़कियों के वर्ग में मिल्खा सदन से मायरा ने प्रथम, गांधी सदन से विशा ने द्वितीय और रमन सदन से नव्या ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। लडकों के वर्ग में टैगोर सदन से शिवम प्रथम, रमन सदन से लक्ष्य द्वितीय और मिल्खा सदन से पूर्व तृतीय स्थान पर रहे। अंडर-17 आयु वर्ग में लडकों के वर्ग में मिल्खा सदन से अमन प्रथम, टैगोर सदन से लविश द्वितीय और गांधी सदन से आदि तृतीय स्थान पर रहे। प्रबंधक राजेश कुमार ने कहा कि खेल शिक्षा का अभिन्न अंग हैं।



पीआर धान की खरीद न होने पर किसानों का धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

पीआर धान की खरीद शुरू नहीं होने से परेशान किसानों ने संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर बुधवार को रोहतक रोड स्थित अनाज मंडी में मार्केट कमेटी सचिव के कार्यालय के मुख्य गेट पर सांकेतिक धरना दिया। किसानों ने सरकार व प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी करते हुए कहा कि धान की खरीद शुरू कराने को लेकर लगातार आश्वासन दिए जा रहे हैं, लेकिन अब तक समस्या का समाधान नहीं हुआ है। किसानों ने चेताया कि अगर धान की जल्द खरीद शुरू नहीं हुई, तो एक दिन का सांकेतिक धरना बड़े आंदोलन में तब्दील किया जाएगा।

समाधान नहीं होने पर बड़े आंदोलन की चेतावनी



यह हैं प्रमुख मांगें

- किसानों की पूरी फसल एमएसपी पर खरीदी जाए।
- पीआर धान की खरीद के लिए सभी राइस मिलरों का पंजीकरण जल्द करें।
- स्थानीय मिलर खरीद नहीं करते हैं तो दूसरे जिलों के मिलरों को अनुमति दे।
- मंडी में खरीद और फसल को बारिश से बचाने के पर्याप्त इंतजाम हों।
- किसानों का कर्ज माफ किया जाए और पीआर धान 3100 रुपये प्रति क्विंटल खरीदने का वादा पूरा किया जाए।

खरीद शुरू, उठान बाकी

सोनीपत के रोहतक रोड स्थित अनाज मंडी में अब तक 5229 क्विंटल पीआर धान की आवक हो चुकी है। उसमें से हैफेड की ओर से बिना मिलर्स के 1507 क्विंटल पीआर धान खरीदा जा चुका है। मिलर्स आने के बाद बोरों का उठान कराया जाएगा। उसके बाद किसानों को उनकी फसल का भुगतान करवाया जाएगा।

-विजय शर्मा, डीएम, हैफेड

सरकार वादा करे पूरा

जयवीर हुड्डा ने कहा कि विधानसभा चुनाव के दौरान पीआर धान 3100 रुपये प्रति क्विंटल खरीदने का वादा किया गया था, लेकिन किसान अपनी फसल का उचित मूल्य नहीं मिलने से परेशान हैं। उन्होंने सरकार से वादा पूरा करने की मांग की।

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 : 8295154800, 9653530209, 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

कार्यक्रम भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय में तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन का शुभारंभ

जलवायु परिवर्तन वैश्विक चिंता का विषय : मोहनलाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय (विवि) के प्रबंधन अध्ययन विभाग द्वारा अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद (एआईसीटीई) की वाणी योजना के प्रयोजन से आयोजित तीन दिवसीय सम्मेलन 'ऊर्जा, संधारणीयता और जलवायु परिवर्तन भारत के लिए हरित भविष्य की दिशा में मार्ग' का शुभारंभ हुआ। हरियाणा सार्वजनिक उपक्रम ब्यूरो के चेयरमैन मोहन लाल बड़ौली ने बतौर मुख्य अतिथि दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। अध्यक्षता विवि की कुलपति प्रो. सुदेश ने की। मुख्य अतिथि मोहन लाल बड़ौली ने कहा कि जलवायु परिवर्तन आज वैश्विक चिंता का विषय है। इसके प्रभावों को कम करने के लिए समाज के प्रत्येक वर्ग की सक्रिय भागीदारी आवश्यक है।



गोहाना। दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम का शुभारम्भ करते चेयरमैन मोहन लाल बड़ौली व कुलपति प्रो. सुदेश। फोटो : हरिभूमि

सभी से 15-15 पेड़ लगाने की अपील

स्वच्छ ऊर्जा के उपयोग, प्राकृतिक संसाधनों के विवेकपूर्ण दोहन तथा पर्यावरण के अनुकूल जीवनशैली को अपनाकर सतत भविष्य के निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान दिया जा सकता है। उन्होंने कहा कि केवल सरकार की जिम्मेदारी बोल कर हम अपनी जिम्मेदारी से नहीं बच सकते। उन्होंने सभी से 15-15 पेड़ लगाने और उनकी देखभाल करने अपील की। बड़ौली ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का लक्ष्य है कि हर घर ऊर्जा उत्पादक बने। इसके लिए सोलर ऊर्जा पर सब्सिडी का प्रावधान किया गया है। उन्होंने प्रकृति के साथ छेड़छाड़ न करने का निवेदन किया। मुख्य वक्ता के रूप में ग्लोबल जिंदल विवि के ऑफिस ऑफ डॉक्टरोल स्टडीज के डीन प्रो. कृष्ण कुमार पांडेय ने अपने पहले तकनीकी सत्र में सोलर एनर्जी पर विस्तार से बात की। सम्मेलन की समन्वयक प्रो अंशु भारद्वाज ने बताया सम्मेलन में विभिन्न विश्वविद्यालयों के 27 प्रतिभागी भाग ले रहे हैं। कार्यक्रम में सम्मेलन के संरक्षक एवं विवि के कुलसचिव प्रो. शिवालिक यादव, प्रो. पूरणमल गौड़, बलराम कौशिक, राजकुमार कटारिया, नरेंद्र भाटी, प्रवीण खुराना, सम्मेलन सह-समन्वयक डॉ. कपिल कुमार, प्रो संकेत विज, प्रो. इप्शिता बंसल, प्रो. संदीप दहिया, डॉ. नरेंद्र हुड्डा सहित विभिन विभागों के अध्यक्ष, शोधार्थी व छात्राएं मौजूद रहे।

शिक्षा अनुसंधान और नवाचार को आगे बढ़ना जरूरी : प्रो. सुदेश

कुलपति प्रो. सुदेश ने अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा कि वर्तमान समय में ऊर्जा की बढ़ती मांग, पर्यावरणीय असंतुलन और जलवायु परिवर्तन जैसी चुनौतियों के समाधान के लिए शिक्षा, अनुसंधान और नवाचार को एक साथ आगे बढ़ाना आवश्यक है। विश्वविद्यालयों की भूमिका केवल ज्ञान प्रदान करने तक सीमित नहीं है, बल्कि उन्हें समाज और राष्ट्र के सामने उपस्थित ज्वलंत समस्याओं के समाधान खोजने में भी अग्रणी भूमिका निभानी चाहिए। ऐसे सम्मेलन विद्यार्थियों और शोधार्थियों को नवीन विचारों, वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा सतत विकास की अवधारणा से जोड़ते हैं।