तापमान
अधिकतम 35.0°C
न्यूनतम 14.0°C

हरिभूमि
सोनीपत भूमि

रोहतक, गुरुवार 22 अक्टूबर 2026

11 शहीद कृष्ण कुमार के नाम से बनेगा भव्य द्वार



12 विक्रांत भूषण ने डीसीपी का पदभार संभाला



खबर संक्षेप

महिला विवि का चतुर्थ दीक्षांत समारोह 26 को

गोहाना। भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय (विवि) में 26 अक्तूबर को चतुर्थ दीक्षांत समारोह आयोजित होगा। समारोह में



हरियाणा के राज्यपाल व महिला विवि के कुलाधिपति प्रो.असीम कुमार घोष, मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा तथा कैबिनेट मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा समारोह में विशेष रूप से पहुंचेंगे। विवि की कुलपति प्रो. सुदेश के नेतृत्व में दीक्षांत समारोह की तैयारियां जोरों से चल रही हैं। समारोह का उद्देश्य उच्च शिक्षा के क्षेत्र में छात्राओं की शैक्षणिक उपलब्धियों, शोध एवं अकादमिक उत्कृष्टता को सम्मानित करना तथा उन्हें भविष्य में राष्ट्र निर्माण और समाज के विकास में सक्रिय योगदान देने के लिए प्रेरित करना है। कुलपति प्रो. सुदेश ने कहा कि दीक्षांत समारोह किसी भी विवि के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण अवसर होता है। यह विद्यार्थियों की वर्षों की मेहनत, अनुशासन और शैक्षणिक प्रतिबद्धता का सम्मान करने के साथ-साथ उन्हें जीवन में नई जिम्मेदारियों के निर्वहन के लिए प्रेरित करता है।

ट्राले ने बाइक को टक्कर मारी, महिला की मौत

खरखौदा। फरमाणा-सोनीपत मार्ग पर रिढ़ाऊ मोड़ के पास पेट्रोल पंप के नजदीक ट्राले की चपेट में आने से बाइक पर सवार महिला की मौत हो गई, जबकि बाइक चालक घायल हो गया। हादसे के बाद ट्राला चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया। फरमाणा गांव निवासी पवन का कहना है कि बुधवार को वह अपनी बाइक पर सवार होकर डेको कंपनी में जा रहा था। रास्ते में गांव की ही रेखा ने उससे लिफ्ट मांगी। रेखा भी उसी कंपनी में काम करती थी। वह उसे बाइक पर बैठाकर कंपनी की ओर चल पड़ा। रिढ़ाऊ मोड़ के पास पेट्रोल पंप के नजदीक पहुंचने पर एक ट्राला तेज गति से जा रहा था। पवन के अनुसार जब वह ट्राले को पार करने लगा तो चालक ने अचानक उसकी तरफ कट मार दिया। इससे उसकी बाइक ट्राले के बीच वाले टायर से टकरा गई और संतुलन बिगड़ने से वह सड़क पर गिर गया। इस दौरान बाइक पर पीछे बैठी रेखा ट्राले की तरफ गिर गई और उसके टायरों के नीचे आ गई। हादसे में रेखा की मौके पर ही मौत हो गई। पवन के अनुसार, ट्राला चालक हादसे के बाद रुका नहीं और वाहन लेकर फरार हो गया। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

टाइगर श्रॉफ फायरिंग मामले में दो और गिरफ्तार, देवडू के समीर और खरखौदा के जतिन को मुंबई ले गई पुलिस

■ पुलिस ने ट्रांजिट रिमांड पर लिया, अब तक जिले से सात गिरफ्तार ■ पुलिस हथियारों से लेकर रेकी और नेपाल तक की कड़ियां खंगाल रही

मुंबई पुलिस ने सोनीपत एसटीएफ की मदद से आरोपियों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

अभिनेता टाइगर श्रॉफ पर फायरिंग के मामले में मुंबई पुलिस ने सोनीपत एसटीएफ की मदद से दो और आरोपियों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान गांव देवडू निवासी समीर और खरखौदा के सांपला मार्ग निवासी जतिन के रूप में हुई है। मुंबई पुलिस ने दोनों को अदालत में पेश कर दो दिन का ट्रांजिट रिमांड हासिल किया और बुधवार रात ही उन्हें लेकर मुंबई रवाना हो गई। पुलिस सूत्रों के अनुसार, समीर ने मुख्य आरोपी अनिल पंडित से रेहान की बातचीत कराई थी, जबकि अमृतसर से हथियार लाने में इस्तेमाल की गई कार को जतिन लेकर गया था। दोनों की गिरफ्तारी के लिए मुंबई पुलिस और सोनीपत एसटीएफ की टीमें सक्रिय थीं। मुंबई पुलिस की तीन टीमें जिले में अलग-अलग स्थानों पर छापे मार रही हैं। जांच एजेंसियां आरोपियों के आपसी संपर्कों, उनकी भूमिका और वारदात से जुड़े नेटवर्क की कड़ियां जोड़ने में जुटी हैं। पुलिस को आशंका है कि जांच आगे बढ़ने के साथ कुछ और नाम सामने आ सकते हैं। इससे पहले बरोदा निवासी अंकित, रोहणा निवासी कुणाल और खरखौदा निवासी सुमित सहित अन्य आरोपियों को गिरफ्तार किया गया था। मामले में अब तक सोनीपत जिले के सात लोगों की गिरफ्तारी हो चुकी है। इनमें रेहान, गोहाना का एक नाबालिग, कुणाल, सुमित, समीर, अंकित और जतिन शामिल हैं। इसके अलावा दो युवतियों को दिल्ली से गिरफ्तार किया गया था। बताया जा रहा है कि वे बहालगढ़ क्षेत्र में किराये पर रह रही थीं।

■ पुलिस की तीन टीमों अलग-अलग जगह कर रही छापेमारी

अनिल पंडित के संपर्क में था अंकित

हालांकि, देर शाम तक स्थानीय पुलिस को उनके किराये के कमरे के बारे में जानकारी नहीं मिल सकी थी। पुलिस सूत्रों के अनुसार, बरोदा निवासी अंकित मुख्य आरोपी अनिल पंडित के संपर्क में था। उस पर टाइगर श्रॉफ की गतिविधियों पर नजर रखने और उनके आने-जाने के रास्तों की जानकारी जुटाने का आरोप है। जांच में उसके पैसों के लेनदेन से जुड़े होने की बात भी सामने आई है। पुलिस यह पता लगा रही है कि अंकित नेपाल कब गया था, वहां कितने दिन रहा और किन लोगों के संपर्क में था। आशंका है कि वह वारदात के बाद पुलिस से बचने के लिए संभावित ठिकानों की जानकारी जुटाने के सिलसिले में नेपाल गया था।

वारदात से पहले मुंबई से लौट आया था अंकित, 12वीं की कर रहा पढ़ाई

पुलिस सूत्रों के मुताबिक, अंकित हमलावरों के साथ मुंबई गया था, लेकिन फायरिंग की घटना से पहले ही लौट आया था। इस कारण वह वारदात के तुरंत बाद पुलिस की गिरफ्त में नहीं आया। मुंबई पुलिस ने सीआईए गोहाना की मदद से उसे गिरफ्तार किया था। अदालत से तीन दिन का ट्रांजिट रिमांड मिलने के बाद उसे पूछताछ के लिए मुंबई ले जाया गया। अंकित गांव के सरकारी स्कूल में 12वीं कक्षा का छात्र बताया जा रहा है। मामले में रोहणा निवासी कुणाल और खरखौदा निवासी सुमित पर हथियारों की व्यवस्था करने का आरोप है। उपलब्ध जानकारी के अनुसार, दिल्ली पुलिस की टीम ने दोनों को उनके घरों से गिरफ्तार किया था। आरोप है कि कुणाल ने सुमित के साथ मिलकर अमृतसर से एक पिस्तौल और 20 कारतूस जुटाए थे। जांच एजेंसियां पता लगा रही हैं कि हथियार किससे खरीदे गए, उन्हें लाने के निर्देश किसने दिए और इस सौदे में पैसों का लेनदेन कैसे हुआ।

जांच से जुड़े सूत्रों के अनुसार, जेल से जमानत पर रिहा होने के बाद कुणाल की पहचान हरसाना गांव के एक दोस्त के माध्यम से अनिल पंडित से हुई थी। इसके बाद दोनों के बीच एनक्रिप्टेड संदेश सेवा के जरिए बातचीत होने का आरोप है। पुलिस को आशंका है कि इसी संपर्क के बाद कुणाल को हथियारों की व्यवस्था करने की जिम्मेदारी दी गई। जांच एजेंसियां कुणाल और सुमित के अनिल पंडित से संपर्कों की पड़ताल कर रही हैं। जांच में सामने आई जानकारी के अनुसार, पंजाब से हथियार जुटाने के बाद उन्हें दो महिलाओं के जरिए मुंबई पहुंचाया गया। आरोप है कि दोनों महिलाएं ट्रेन से हथियार लेकर मुंबई गईं और वहां संबंधित लोगों तक पहुंचाए। बाद में पुलिस ने दोनों को गिरफ्तार कर लिया। जांच एजेंसियां यह पता लगाने में जुटी हैं कि हथियार महिलाओं को किसने सौंपे, मुंबई में उन्हें किसके हवाले किया गया और इस काम के लिए उन्हें कोई भुगतान किया गया था या नहीं। पुलिस यह भी जांच कर रही है कि अमृतसर से मुंबई तक हथियार पहुंचाने की योजना किसने बनाई थी और इसमें सोनीपत के युवकों के अलावा दूसरे जिलों या राज्यों के लोग भी शामिल थे या नहीं।

कुणाल का पुराना आपराधिक रिकॉर्ड भी खंगाला जा रहा



कुणाल की गिरफ्तारी के बाद उसके पुराने आपराधिक रिकॉर्ड की भी जांच की जा रही है। जानकारी के अनुसार, पानीपत में मनी ट्रांसफर कार्यालय पर फायरिंग कर उसके मालिक से रंगदारी मांगने का मामला भी उसके नाम से जुड़ा बताया जा रहा है। इस मामले में वह जेल में रहा था। जांच एजेंसियां पता लगा रही हैं कि पुराने मामले और टाइगर श्रॉफ फायरिंग प्रकरण के बीच कोई संपर्क है या नहीं।

सुमित की मां ने बेटे को बताया निर्दोष बोलीं -साथियों ने गलत तरीके से फंसाया



खरखौदा निवासी सुमित की गिरफ्तारी के बाद उसकी मां ने बेटे को निर्दोष बताते हुए आरोप लगाया कि उसे साथियों ने गलत तरीके से मामले में फंसाया है। परिवार किराये के कमरे में रहता है। मां के अनुसार, सुमित ने नौ अक्टूबर को अपना 18वां जन्मदिन मनाया था। उन्होंने बताया कि 14 या 15 अक्टूबर को पड़ोस का एक युवक उसे खाटूश्याम जाने की बात कहकर घर से ले गया था। उस दौरान कुणाल भी उसके साथ था। मां का कहना है कि सुमित शाम करीब चार बजे घर लौट आया था और मंगलवार को पुलिस उसे अपने साथ ले गई। हालांकि, पुलिस की जांच में सुमित पर कुणाल के साथ मिलकर हथियारों की व्यवस्था करने में मदद देने का आरोप है।

सोनीपत से मुंबई तक संपर्कों को जोड़कर देख रही पुलिस

आरोपियों की गिरफ्तारी के बाद जांच एजेंसियां कथित रेकी, हथियारों की व्यवस्था, पैसों के लेनदेन और मुख्य आरोपी अनिल पंडित के साथ उनके संपर्कों की कड़ियां जोड़ रही हैं। पुलिस यह पता लगाने का प्रयास कर रही है कि किस आरोपी को क्या जिम्मेदारी दी गई थी और हथियारों की आपूर्ति से लेकर अभिनेता की गतिविधियों की जानकारी जुटाने तक प्रत्येक की क्या भूमिका रही। फिलहाल मामले की जांच जारी है और आरोपियों के खिलाफ लगाए गए आरोपों की पुष्टि न्यायिक प्रक्रिया के तहत होगी।

कुंडली में कूलर फैक्ट्री में लगी भीषण आग

■ पानीपत और नरेला से बुलानी पड़ी दमकल गाड़ियां, 16 से ज्यादा वाहनों ने काबू पाया

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

कुंडली औद्योगिक क्षेत्र स्थित एक कूलर बनाने वाली फैक्ट्री में शॉर्ट-सर्किट के चलते मंगलवार देर रात आग लगने से लाखों का सामान जल गया। आग इतनी भंयकर थी कि उस पर काबू करने के लिए सोनीपत के अलावा आसपास के क्षेत्रों नरेला, पानीपत सहित कई जगहों से फायर ब्रिगेड की गाड़ियों को बुलाकर आग पर काबू पाया जा सका। फायर कर्मियों ने मशक्कत के साथ आग बुझाने का प्रयास करना पड़ा। इसके बाद बुधवार सुबह करीब 10 बजे आग पर काबू पाया जा सका। मिली जानकारी के अनुसार मंगलवार देर रात कूलर बनाने वाली फैक्ट्री में अचानक भीषण आग लग गई। आग इतनी तेजी से फैली कि इसे बुझाने के लिए अलग-अलग जगहों से फायर ब्रिगेड की गाड़ियां बुलानी पड़ीं। बुधवार सुबह तक करीब 16 से ज्यादा गाड़ियां मौके पर पहुंचकर आग बुझाने में जुटी रही, लेकिन आग पर काबू नहीं पाया जा सका।



सोनीपत। कूलर फैक्ट्री में लगी आग से उठती लपटें।

पुलिस जांच में जुटी : उधर फैक्ट्री में रखा लाखों रुपये का माल जलकर खाक हो गया। राहत की बात यह है कि आग के कारण किसी के हताहत होने की सूचना नहीं मिली। मामले की सूचना मिलते ही कुंडली थाना पुलिस भी मौके पर पहुंची और मामले की जांच शुरू की। बता दें कि कुंडली के जोन डी, सेक्टर-53 स्थित प्लॉट नंबर 124 में डेलिकेसी इंट्राबिल्ड प्राइवेट लिमिटेड की कूलर बनाने वाली फैक्ट्री में मंगलवार देर रात फैक्ट्री में आग लग गई। जिसकी सूचना रात 11:33 बजे फायर ब्रिगेड को दी गई।

शार्ट सर्किट से आग लगने की आशंका

फैक्ट्री में आग तेजी से फैलने के कारण फायर कर्मियों को आग बुझाने में काफी मशक्कत करनी पड़ी। स्थिति को देखते हुए पानीपत, गन्नौर, एजुकेशन सिटी, नरेला, बहादुरगढ़ और सेक्टर-23 समेत अलग-अलग स्थानों से फायर ब्रिगेड की गाड़ियां बुलाई गईं। देर रात से ही फायर कर्मी आग पर काबू पाने के प्रयास में जुटे रहे। सुबह तक मौके पर 16 से ज्यादा गाड़ियां पहुंची। कुंडली थाने से जांच अधिकारी रतन सिंह ने बताया कि प्रारंभिक जांच में आग लगने का कारण शॉर्ट सर्किट माना जा रहा है। हालांकि आग लगने के वास्तविक कारणों की पुष्टि जांच के बाद ही हो सकेगी। पुलिस मामले की जांच कर रही है। फायर कर्मियों के सामने फिलहाल आग पर काबू पाने और उसे आसपास फैलने से रोकने की चुनौती बनी थी। फैक्ट्री में कूलर बनाने का काम होता है।

जेबीटी हिंदी की परीक्षा में नकल के 10 मामले पकड़े, तीन शिक्षक ड्यूटी से रिलीव

एडमिट कार्ड के पीछे पेंसिल से लिखकर नकल का प्रयास

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

डिप्लोमा इन एलीमेंट्री एजुकेशन (जेबीटी) की हिंदी विषय की परीक्षा में बुधवार को नकल के 10 मामले पकड़े गए। शिक्षा बोर्ड की चेयरमैन फ्लाइंग टीम ने सोनीपत के तीन परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण कर नकल करते मिले विद्यार्थियों के अनफेयर मीन्स केस (यूएमसी) बनाए। वहीं, ड्यूटी में लापरवाही मिलने पर मुरथल अड्डा स्थित परीक्षा केंद्र से तीन शिक्षकों को रिलीव कर दिया गया। शिक्षा बोर्ड की चेयरमैन फ्लाइंग टीम ने मुरथल अड्डा स्थित पीएमश्री राजकीय कन्या विद्यालय के परीक्षा केंद्र पर निरीक्षण के दौरान नकल के छह मामले पकड़े।

जटवाड़ा स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के परीक्षा केंद्र पर नकल के तीन मामले सामने आए, जबकि हलवाई हट्टा स्थित आर्य स्कूल के परीक्षा केंद्र पर नकल का एक मामला पकड़ा गया। टीम ने सभी संबंधित विद्यार्थियों के यूएमसी केस बनाए। खंड शिक्षा अधिकारी अनिल वर्मा ने बताया कि जेबीटी हिंदी विषय की परीक्षा के दौरान बुधवार को शिक्षा बोर्ड की चेयरमैन फ्लाइंग टीम ने सोनीपत के तीन परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण किया। इस दौरान नकल करते पकड़े गए 10 विद्यार्थियों के यूएमसी केस बनाए गए, जबकि मुरथल अड्डा स्थित परीक्षा केंद्र से तीन शिक्षकों को ड्यूटी से रिलीव किया गया

तीन छात्राओं के पास मिले मोबाइल फोन

जेबीटी हिंदी विषय की परीक्षा बुधवार को दोपहर दो बजे से शाम पांच बजे तक आयोजित की गई। निरीक्षण के दौरान जटवाड़ा स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के परीक्षा केंद्र पर दो छात्राओं के पास मोबाइल फोन मिले। वहीं, मुरथल अड्डा स्थित पीएमश्री राजकीय कन्या विद्यालय के परीक्षा केंद्र पर भी एक छात्रा के पास मोबाइल फोन बरामद हुआ। इसके अलावा जटवाड़ा स्थित राजकीय विद्यालय के परीक्षा केंद्र पर एक विद्यार्थी ने प्रवेश पत्र के पीछे पेंसिल से लिखकर नकल करने का प्रयास किया। उड़नदस्ते ने उसे पकड़ लिया और नियमानुसार कार्रवाई की। परीक्षा के दौरान ड्यूटी में लापरवाही मिलने पर मुरथल अड्डा स्थित परीक्षा केंद्र से तीन शिक्षकों को भी ड्यूटी से रिलीव कर दिया गया।

पहली बैठक में रखे 375 से अधिक मुद्दों पर काम शुरू नहीं होने से नाराजगी

निगम हाउस की बैठक कल, पार्षदों ने सदन के पटल पर रखने को तैयार किए 203 से ज्यादा मुद्दे

विकास और जनसमस्याओं पर अधिकारियों से जवाब मांगेंगे निगम पार्षद

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

दीपावली से पहले सोनीपत नगर निगम की दूसरी हाउस बैठक 23 अक्तूबर को होगी। बैठक में शहर के विकास, सफाई व्यवस्था और जनसमस्याओं के समाधान से जुड़े 203 से अधिक मुद्दे उठाए जाएंगे। सभी 22 वार्डों के पार्षदों ने इन मुद्दों की सूची तैयार कर मेयर राजीव जैन और निगम आयुक्त हर्षित कुमार को सौंप दी है। वहीं, पांच जून को हुई पहली हाउस बैठक में रखे गए 375 से अधिक मुद्दों में से अधिकांश पर काम शुरू नहीं होने से पार्षदों में नाराजगी है। ऐसे में दूसरी बैठक में पार्षद और अधिकारी आमने-सामने होंगे।

बैठक की अध्यक्षता मेयर राजीव जैन करेंगे। इसमें निगम आयुक्त हर्षित कुमार, सह आयुक्त मीतू धनखड़, सहायक आयुक्त विजय यादव सहित निगम के अधिकारी और सभी वार्डों के पार्षद शामिल होंगे। पार्षदों का आरोप है कि पहली बैठक में वार्डों की समस्याएं उठाने और विकास कार्यों के प्रस्ताव रखने के बावजूद अधिकतर मामलों में अब तक कार्रवाई नहीं हुई है। कई प्रस्ताव अभी भी अधर में हैं। वार्डों की समस्याओं के समाधान के लिए वार्ड कमेटियों के गठन की दिशा में भी उचित कदम नहीं उठाए गए हैं।



सोनीपत। नगर निगम कार्यालय में लोगों की समस्या सुनते मेयर राजीव जैन।

समाधान करवाएंगे : जैन

नगर निगम हाउस की दूसरी बैठक 23 अक्तूबर को करने का निर्णय लिया गया है। सभी पार्षदों से बैठक में शामिल होकर अपने वार्डों की समस्याएं अधिकारियों के समक्ष रखने का आह्वान किया गया है, ताकि उनका समाधान करवाया जा सके।

-राजीव जैन, मेयर, नगर निगम

सफाई, सीवरेज व पेयजल व्यवस्था के मुद्दे उठेंगे

पार्षदों ने अपनी सूची में विकास कार्यों के अलावा सफाई व्यवस्था, सीवरेज, पेयजल, सीसीटीवी कैमरे, पार्कों की देखरेख, बेसहारा पशुओं और बंदरों की समस्या को शामिल किया है। इसके अलावा वार्डों में लंबित कार्यों और नागरिक सुविधाओं से जुड़ी समस्याओं को भी अधिकारियों के समक्ष रखा जाएगा। नगर निगम चुनाव में भाजपा के 17 और कांग्रेस के पांच पार्षदों ने जीत दर्ज की थी। चुनाव के बाद से ही पार्षद अपने-अपने वार्डों की समस्याओं को लेकर निगम कार्यालय में अधिकारियों के सामने मुद्दे उठाते रहे हैं। पार्षदों का कहना है कि यदि हाउस बैठक में लिए गए निर्णयों पर समयबद्ध तरीके से काम नहीं होगा तो शहर की समस्याओं का समाधान मुश्किल रहेगा। पहली बैठक में भी शहर की अनदेखी और विकास कार्यों में देरी को लेकर सवाल उठे थे। अब पार्षद दूसरी बैठक में लंबित प्रस्तावों की स्थिति जानने और नए मुद्दों पर कार्रवाई सुनिश्चित करने की मांग करेंगे।

सोनीपत में ग्रैप का पहला चरण लागू

धूल और धुएं पर नियंत्रण के लिए निगम ने बनाई कार्ययोजना

■ सड़कों से मिट्टी उठाने, निर्माण मलबे का उचित निस्तारण और पानी के छिड़काव पर जोर, तंदूरों-भट्टियों और खुले में आग जलाने पर भी होगी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत

दिल्ली-एनसीआर में वायु प्रदूषण बढ़ने के बाद ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (ग्रैप) का पहला चरण लागू कर दिया गया है। इसके तहत सोनीपत में भी धूल और धुएं से होने वाले प्रदूषण पर नियंत्रण के लिए संबंधित विभागों को उपाय तेज करने होंगे। नगर निगम ने भी प्रदूषण की आशंका को देखते हुए तैयारियां शुरू कर दी हैं। मेयर राजीव जैन और निगम आयुक्त हर्षित कुमार की अध्यक्षता में हुई बैठक में शहर की सड़कों से मिट्टी उठाने, निर्माण एवं तोड़फोड़ से निकलने वाले मलबे का उचित निस्तारण करने और धूल को नियंत्रित करने के लिए पानी का छिड़काव करने सहित कई निर्णय लिए गए।

वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग की ओर से 21 अक्तूबर को जारी आदेश के अनुसार, दिल्ली का वायु गुणवत्ता सूचकांक 20 अक्तूबर को 179 था, जो बुधवार दोपहर दो बजे बढ़कर 244 पहुंच गया। इसके बाद एनसीआर में ग्रैप के पहले चरण के उपाय लागू करने का फैसला लिया गया। इस आदेश के दायरे में सोनीपत भी शामिल है। हरियाणा राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के क्षेत्रीय अधिकारी अजय मलिक के अनुसार, फिलहाल पहले चरण के उपाय लागू किए गए हैं।

यह आदेश अपने आप में दूसरे या तीसरे चरण के प्रतिबंध लागू होने का संकेत नहीं है। मेयर राजीव जैन ने कहा कि वायु गुणवत्ता में सुधार के लिए धूल और धुएं के स्रोतों पर नियंत्रण करना जरूरी है। उन्होंने अधिकारियों को आपसी तालमेल से काम करने और प्रदूषण नियंत्रण के उपाय प्रभावी ढंग से लागू करने के निर्देश दिए। बैठक में कोयले और लकड़ी से चलने वाले तंदूरों तथा भट्टियों पर रोक लगाने के लिए आवश्यक कार्रवाई करने पर भी चर्चा हुई। रात के समय ठंड से बचने के लिए चौकीदारों और अन्य लोगों की ओर से खुले में आग जलाने की घटनाओं को रोकने के लिए निगम ने चौकीदारों को हीटर वितरित करने की योजना बनाई है। इसके अलावा ट्रैफिक जाम के कारण होने वाले प्रदूषण को कम करने के उपाय भी किए जाएंगे।

सड़कों की सफाई और पानी के छिड़काव पर जोर

नगर निगम की बैठक में निर्णय लिया गया कि शहर की सड़कों पर जमा मिट्टी को उठाया जाएगा। निर्माण एवं तोड़फोड़ से निकलने वाले मलबे का उचित निस्तारण सुनिश्चित किया जाएगा। धूल उड़ने से रोकने के लिए जरूरत के अनुसार सड़कों पर पानी का छिड़काव किया जाएगा। इसके लिए नगर निगम, लोक निर्माण विभाग, सोनीपत महानगर विकास प्राधिकरण, शहरी विकास प्राधिकरण, राज्य औद्योगिक विभाग और राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के अधिकारी अपने-अपने क्षेत्रों में संयुक्त कार्ययोजना तैयार करेंगे।

पचास वर्ष से अधिक उम्र के ऐसे लोग, जिन्हें बचपन में चिकन पॉक्स हो चुका है या किसी बीमारी की वजह से जिनकी इम्यूनिटी वीक है, उन्हें शिंगल्स डिजीज हो सकता है। यह बहुत पेनफुल वायरल इंफेक्शन है, जिससे बचाव के लिए वैक्सीन लगवा सकते हैं। इस बारे में एक्सपर्ट डॉक्टर दे रहे हैं बहुत यूजफुल एडवाइस।

पेनफुल डिजीज शिंगल्स वैक्सीन से संभव है बचाव



प्रिकॉशन



डॉ. विपुल गुप्ता
सीनियर फिजिशियन
नई दिल्ली

शिंगल्स रोग को हर्पीस जोस्टर भी कहा जाता है। यह वेरिसेला जोस्टर वायरस के इंफेक्शन से होने वाला एक पेनफुल डिजीज है। यह उन लोगों को हो सकता है, जिन्हें बचपन में कभी चिकन पॉक्स हो चुका है। दरअसल, चिकन पॉक्स ठीक होने के बाद उसके वायरस इनएक्टिव फॉर्म में रोगी के टिश्यूज में या स्पाइनल कॉर्ड की नर्व्स में पड़े रहते हैं। फिर जब व्यक्ति पचास वर्ष की उम्र को पार कर लेता है, किसी बीमारी की वजह से उसकी इम्यूनिटी वीक हो जाती है तो ये वायरस फिर से एक्टिव होकर उसकी बॉडी स्किन के किसी एक पार्ट पर छोटे-छोटे वेसिकल्स के रूप में सामने आ सकते हैं, जिसे शिंगल्स कहते हैं। इस रोग के होने की आशंका उन लोगों में ज्यादा होती है, जिन्हें डायबिटीज, बीपी, कैंसर, अस्थमा जैसे रोग होते हैं, क्योंकि उनकी इम्यूनिटी काफी कमजोर हो जाती है।



शिंगल्स के लक्षण: शिंगल्स, बॉडी के किसी एक निश्चित पार्ट की स्किन पर छोटे-छोटे दानों या पानी वाले फफोलों के रूप में होता है। ज्यादातर शरीर के ऊपरी हिस्से यानी थोरेसिक पार्ट में, आंखों के पास या बैक पार्ट में स्पाइन के आस-पास की स्किन पर होता है।

शिंगल्स होने से पहले स्किन के उस पार्ट में बहुत ज्यादा दर्द महसूस होता है। फिर उसी स्थान पर तीन से पांच दिनों के बाद इसके वेसिकल्स प्रकट होते हैं। फिर इनमें पानी भर जाता है। इससे जुड़ा सबसे कॉम्प्लीकेटेड आस्पेक्ट, पोस्ट हरपेटिक न्यूराल्जिया है। इसमें कुछ पेशेंट्स को शिंगल्स के ठीक होने के बाद भी कई दिन, महीने या कभी-कभी एक साल तक करेंट लगने जैसा पेन होता रहता है।

अब उपलब्ध है वैक्सीन: शिंगल्स के मामले में अच्छी बात यह है कि अब इससे बचाव के लिए इफेक्टिव वैक्सीन उपलब्ध है। हालांकि वैक्सीन पहले भी उपलब्ध थीं लेकिन वो ज्यादा इफेक्टिव नहीं होती थीं और उनके कुछ साइड इफेक्ट्स भी होते थे। लेकिन अब शिंगरिक्स नामक वैक्सीन की दो डोज इससे बचाव करने में काफी कारगर है। इस वैक्सीन की दो डोज को दो से छह महीने के अंतराल पर लगाया जाता है। इसकी एफिशिएंसी 90 प्रतिशत से ज्यादा पाई गई है। इसलिए पचास वर्ष से ऊपर के ऐसे लोग, जिन्हें बचपन में स्मॉल या चिकन पॉक्स हो चुका है या जो बीपी, शुगर, अस्थमा के पेशेंट हैं या फिर जो इम्यूनोथेरेपी ले रहे हैं, वे शिंगल्स जैसे पेनफुल डिजीज से बचने के लिए यह वैक्सीन अपने डॉक्टर से कंसल्ट कर लगवा सकते हैं।

ट्रीटमेंट का तरीका: जहां तक शिंगल्स के उपचार की बात है तो इसके पेशेंट्स को एंटीवायरल मेडिसिन दी जाती हैं। चूंकि यह बहुत पेनफुल डिजीज है, इससे राहत के लिए कई बार पेशेंट की कंडीशन के अनुसार नर्व्स को सुन्न करने वाली दवाएं भी दी जाती हैं। लेकिन इन दवाओं को देने के बाद भी कई बार पेशेंट को दर्द से पूरी राहत नहीं मिल पाती है। पेशेंट अपने रोजमर्रा के काम भी नहीं कर पाता है। इसीलिए इससे बचाव के लिए वैक्सीन लगवाना ही कारगर उपाय है। *

प्रस्तुति: विज्ञान भूषण

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. राजेश कालिटा
जनरल मेडिसिन स्पेशलिस्ट, दिल्ली

बदलते मौसम में बढ़ जाता है कई बीमारियों के होने का रिस्क

मौसम में बदलाव का असर केवल तापमान पर ही नहीं, बल्कि हमारी सेहत पर भी पड़ता है। कभी सुबह और शाम हल्की ठंडक, तो कभी दिन में गर्मी, उमस, बारिश और बढ़ता वायु प्रदूषण शरीर के लिए कई तरह के रोगों के होने का रिस्क बढ़ा देता है। इनसे बचाव के लिए पूरी सावधानी बरतते हुए यहां दिए जा रहे सुझावों पर अमल करें।







इन दिनों मौसम में बदलाव हो रहा है। सुबह-शाम, रात में ठंड तो दिन में गर्मी लगती है। मच्छरों का प्रकोप और प्रदूषण भी बढ़ रहा है। इससे कई बीमारियों का रिस्क बढ़ गया है।

इन रोगों का बढ़ता है रिस्क

सर्दी-जुकाम और फ्लू: यह इस मौसम की सबसे आम समस्या है। इसमें नाक बहना या बंद होना, छींकें आना, गले में खराश, हल्का बुखार, बदन दर्द और थकान जैसे लक्षण दिखते हैं। सामान्य जुकाम आमतौर पर 5-7 दिन में ठीक हो जाता है, जबकि फ्लू (इंफ्लूएंजा) में बुखार तेज होता है और कमजोरी अधिक रहती है। यह एक व्यक्ति से दूसरे में खांसने-छींकने और हाथ मिलाने से आसानी से फैलता है।

गले का संक्रमण: टॉन्सिलाइटिस और फेरिन्जाइटिस जैसे गले के संक्रमण में गले में दर्द, निगलने में तकलीफ, आवाज बैठना और कभी-कभी बुखार होता है। ठंडी चीजों का सेवन और अचानक तापमान बदलना इसके प्रमुख कारण हैं। बच्चों में यह समस्या अधिक देखी जाती है।

खांसी और ब्रोंकाइटिस: लगातार खांसी, सीने में जकड़न, बलगम और सांस लेते समय घरघराहट, ब्रोंकाइटिस के लक्षण हो सकते हैं। यदि खांसी दो-तीन हफ्ते से अधिक चले, तो डॉक्टर को अवश्य दिखाना चाहिए।

एलर्जी और अस्थमा: धूल, धुएं, परागकणों और प्रदूषण के कारण आंखों में खुजली, लगातार छींकें, नाक से पानी बहना और त्वचा पर चकत्ते हो सकते हैं। अस्थमा या दमे के मरीजों में सांस फूलना, सीटी जैसी आवाज और सीने में भारीपन बढ़ जाता है। प्रदूषण के दिनों में यह समस्या गंभीर रूप ले सकती है।

वायरल फीवर: इसमें तेज बुखार, सिरदर्द, बदन टूटना, कमजोरी और कभी-कभी उल्टी या दस्त की शिकायत होती है। यह आमतौर पर 3 से 5 दिन में ठीक हो जाता है, पर आराम और पर्याप्त तरल पदार्थ जरूरी हैं।



डेंगू और मलेरिया: बरसात के बाद मौसम बदलने के दौरान रुके हुए पानी में मच्छर पनपते हैं। डेंगू, एडीज मच्छर के काटने से होता है, जिसमें तेज बुखार, तेज सिरदर्द, आंखों के पीछे दर्द, जोड़ों और मांसपेशियों में दर्द तथा शरीर पर दाने हो सकते हैं। मलेरिया में ठंड लगकर बुखार आता है और पसीना आकर उतर जाता है। इन दोनों बीमारियों में देरी करना जानलेवा हो सकता है, इसलिए तुरंत जांच कराना आवश्यक है।

पेट के संक्रमण: दूषित पानी और बासी भोजन से दस्त, उल्टी, पेट दर्द, फूड पॉइजनिंग, टाइफाइड और पीलिया (हेपेटाइटिस-ए) जैसी बीमारियां हो सकती हैं। इनमें शरीर में पानी की कमी (डिहाइड्रेशन) सबसे बड़ा खतरा है।

जोड़ों का दर्द और अकड़न: ठंडे और नम मौसम में गठिया के रोगियों और बुजुर्गों के जोड़ों का दर्द बढ़ जाता है। सुबह उठने पर अकड़न महसूस होती है।

त्वचा और आंखों की समस्याएं: मौसम में नमी, धूल, प्रदूषण और एलर्जी के कारण त्वचा में खुजली, चकत्ते, रूखापन तथा आंखों में जलन या पानी आने जैसी समस्याएं हो सकती हैं। पसीने और नमी के कारण कुछ लोगों में फंगल संक्रमण का खतरा भी बढ़ सकता है।

रोगों के कारण

इस मौसम में होने वाले तमाम तरह के रोगों के कई कारण हो सकते हैं।

तापमान में उतार-चढ़ाव: दिन में गर्मी और रात में ठंड होने से शरीर को बार-बार अपना तापमान संतुलित करना पड़ता है। इससे शरीर पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है और इम्यून सिस्टम कमजोर हो सकता है।

वायरस का संक्रमण: फ्लू और सर्दी-जुकाम के वायरस ठंडे और शुष्क मौसम में ज्यादा सक्रिय रहते हैं।

नमी और गंदा पानी: बरसात के बाद जगह-जगह पानी जमा हो जाता है, जिसमें मच्छर पनपते हैं। साथ ही दूषित पानी से पेट की बीमारियां फैलती हैं।

एलर्जी के कारक: धूल, परागकण (पोलन), फफूंद और प्रदूषण के कण हवा में बढ़ जाते हैं, जो एलर्जी और दमे के रोगियों को परेशान करते हैं।

खान-पान में लापरवाही: मौसम के अनुसार खान-पान और सोने-जागने के समय में बदलाव न करने से भी शरीर बीमार पड़ जाता है।

बचाव है संभव

इस मौसम में होने वाले रोगों से बचने के लिए आप कुछ उपाय आजमा सकते हैं।

लें पौष्टिक आहार: घर का ताजा और गर्म खाना खाएं। बाहर का खुला और तला-भुना भोजन, कटे हुए फल और बासी खाने से बचें। मौसमी फल, हरी सब्जियां, दालें, साबुत अनाज और प्रोटीन युक्त भोजन लें। विटामिन-सी युक्त खाद्य पदार्थ, जैसे अमरूद, आंवला, संतरा और नीबू का सेवन करें। भोजन में हल्दी, अदरक, लहसुन, तुलसी और काली मिर्च का प्रयोग करें, जो प्राकृतिक रूप से संक्रमण से लड़ने में सहायक माने जाते हैं। सूखे मेवे, दालें और अंकुरित अनाज प्रोटीन और ऊर्जा के अच्छे स्रोत हैं। बहुत अधिक मीठे पेय पदार्थों और अत्यधिक प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों का सेवन सीमित रखें।

हाइड्रेशन का रखें ध्यान: हमेशा उबला हुआ या फिल्टर किया हुआ पानी पिएं। दिनभर में पर्याप्त पानी पिएं। गुनगुना पानी, सूप, दाल का पानी और अदरक-तुलसी का काढ़ा भी लाभकारी है।

बीमार व्यक्ति से रहें दूर: सर्दी-खांसी वाले व्यक्ति से उचित दूरी बनाएं। यदि आप स्वयं बीमार हैं, तो घर पर आराम करें, ताकि संक्रमण दूसरों तक न फैले। खांसते या छींकते समय मुंह और नाक को टिश्यू या कोहनी से ढकें। भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें।

पर्सनल हाइजीन का रखें ध्यान: हाथों को साबुन से कम से कम 20 सेकेंड तक धोएं, खासकर खाने से पहले, शौचालय के बाद और बाहर से आने पर। आंख, नाक और मुंह को बिना हाथ धोए न छुएं।

पहनें सही ड्रेस: परतों में ड्रेसेस पहनें, ताकि गर्मी या ठंड के हिसाब से उन्हें कम या ज्यादा किया जा सके। सुबह-शाम की ठंड से बचने के लिए हल्का जैकेट या शॉल साथ रखें। पसीने में भीगे कपड़े तुरंत बदलें और अचानक एसी या ठंडे कमरे से तेज गर्मी में न जाएं। एसी का तापमान 24-26 डिग्री से कम न रखें।

नाक, गले की देखभाल: जुकाम की शुरुआत में दिन में एक-दो बार भाप लें। गुनगुने पानी में चुटकी भर नमक डालकर दिन में 2-3 बार गरारे करें। सलाइन नेजल स्प्रे या ड्रॉप, धूल और एलर्जी में आराम देते हैं।

मच्छरों से सुरक्षा: घर के आस-पास पानी जमा न होने दें। कूलर, गमलों, टायरों और छत पर रखे बर्तनों का पानी हर सप्ताह बदलें या खाली करें। खिड़कियों पर जाली लगवाएं और सोते समय मच्छरदानी या रिपेलेंट का उपयोग करें। पूरी बांह के कपड़े पहनें, खासकर सुबह और शाम के समय। नालियों की सफाई और कीटनाशक के छिड़काव में सहयोग करें।

प्रदूषण से करें बचाव: बाहर निकलने से पहले वायु गुणवत्ता सूचकांक (एक्यूआई) देखें। प्रदूषण अधिक होने पर बाहरी गतिविधियां कम करें और जरूरत के अनुसार अच्छी फिटिंग वाला एन-95 मास्क पहनें। सुबह की सैर तब करें जब हवा की गुणवत्ता बेहतर हो। प्रदूषण अधिक हो तो घर के अंदर हल्का व्यायाम करें। प्रदूषण अधिक होने पर खुले में व्यायाम करने से बचें। घर में एयर प्यूरीफायर या घर के अंदर लगाए जाने वाले पौधे उपयोगी हो सकते हैं। दमे और एलर्जी के मरीज अपनी दवाइयां और इनहेलर हमेशा साथ रखें। सार्वजनिक जगहों पर खासकर बंद जगहों (बस, मेट्रो, बाजार) में जाना यथासंभव अवॉयड करें। जरूरत के अनुसार मास्क पहनें।

करें व्यायाम: प्रतिदिन 5-10 मिनट डीप ब्रीदिंग, अनुलोम-विलोम करें। कम से कम 30 मिनट टहलें, योग या प्राणायाम करें। तनाव कम करने के लिए ध्यान, संगीत या परिवार के साथ समय बिताएं। रोज 7 से 8 घंटे की नींद भी जरूर लें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

इन बातों का भी रखें ध्यान



गुनगुने पानी से गरारे, अदरक-तुलसी की चाय, हल्दी वाला दूध और भाप लेना हल्के सर्दी-जुकाम में आराम पहुंचा सकता है। लेकिन यदि लक्षण गंभीर हों या कुछ दिनों में ठीक न हों, तो घरेलू नुस्खों पर निर्भर रहने की बजाय चिकित्सक से परामर्श करना चाहिए। बच्चों को स्कूल भेजते समय मौसम के अनुसार कपड़े पहनाएं, हैंड हाइजीन रखना सिखाएं और उन्हें ठंडे पेय और आइसक्रीम से कुछ समय के लिए दूर रखें। बुजुर्गों को नियमित दवाइयां समय पर देना, गर्म कपड़े पहनाना और ब्लड प्रेशर तथा शुगर की जांच कराते रहना जरूरी है। डॉक्टर की सलाह के बिना कोई दवा, विशेषकर बुखार या खांसी की सिरप न दें। इंफ्लूएंजा वैक्सीन लगवा सकते हैं। लेकिन बच्चों, 60 वर्ष से अधिक आयु के लोगों, गर्भवती महिलाओं, दमा, मधुमेह या हृदय रोग से पीड़ित लोगों को इसके बारे में डॉक्टर से सलाह लें।

हर्बल जोन

रेखा देशराज

आंवले का सेवन करना है फायदेमंद

इन दिनों सब्जी-फल मार्केट में आंवला खूब बिक रहा है। यह सिर्फ विटामिन-सी का भंडार ही नहीं है बल्कि कई रोगों से बचाव में भी सहायक है। इसीलिए हमारे खान-पान से लेकर अनेक तरह की पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों में आंवले का प्रयोग सदियों से हो रहा है। कभी दादी-नानी के मुरब्बे, कभी खट्टी, कसैली या तीखी स्वाद वाली चटनी, तो कभी आंवले का जूस, कभी आंवले का अचार। इस फल को अनेक तरीकों से सेहत और स्वाद दोनों के लिए खाया जाता है।

विटामिन-सी का खजाना: आंवले की सबसे बड़ी पोषण विशेषता इसमें मौजूद विटामिन-सी है। यह विटामिन शरीर में कोलेजन के निर्माण, घाव भरने की प्रतिरक्षा तंत्र के सामान्य कामकाज में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। आंवला एक एंटीऑक्सीडेंट है, जो कोशिकाओं को ऑक्सीडेटिव क्षति से बचाने में मददगार होता है। आंवला खाना शरीर को जरूरी पोषण देने का एक तरीका है। लेकिन इसे किसी बीमारी का पूर्णतः इलाज नहीं समझना चाहिए।



ये भी होते हैं पोषक तत्व: आंवले में विटामिन-सी के अलावा भी अनेक महत्वपूर्ण पोषक तत्व पाए जाते हैं। मसलन पॉलिफेनॉल जैसे जैव सक्रिय यौगिक। ये यौगिक शरीर में ऑक्सीडेटिव तनाव से जुड़ी प्रक्रियाओं पर प्रभाव डाल सकते हैं। यह रक्त में वसा के स्तर, रक्त शर्करा और शरीर में सूजन से संबंधित समस्याओं पर बेहद सकारात्मक परिणाम देता है।

नियमित रूप से आंवला खाने से मधुमेह, हृदय रोग या दूसरी गंभीर बीमारियों की रोकथाम में मदद मिलती है।

रखें ध्यान: जिन लोगों को गुर्दे की पथरी की समस्या हो, उन्हें विशेष रूप से अधिक मात्रा में आंवले का रस या इस पर केंद्रित सप्लीमेंट लेने से पहले अपने डॉक्टर से इस पर गंभीरता से सलाह लेना चाहिए। अधिक चीनी वाले आंवले का मुरब्बा भी सीमित मात्रा में सेवन करने चाहिए। डॉक्टर से कंसल्ट कर ही इसकी मात्रा निर्धारित करें।

ऐसे करें सेवन: ताजा आंवला अच्छी तरह धोकर काटें और अपनी सहनशीलता के अनुसार थोड़ी मात्रा से खाना शुरू करें।

चटनी के रूप में आंवला खाने के लिए इसे धनिया, पुदीना और दूसरे मसालों के साथ तैयार कर सकते हैं। कद्दूकस किया हुआ आंवला गाजर या खीरे के सलाद में डालकर खा सकते हैं। बिना अतिरिक्त चीनी वाले आंवला के रस को पिएं, लेकिन इसे पानी का विकल्प न मानें। आंवले का मुरब्बा या कैंडी खाते समय चीनी की मात्रा का ध्यान जरूर रखें। *

प्रिकॉशन

ललिता गोयल

अगर आप भी अकसर अपनी गोद में लैपटॉप रखकर काम करते हैं तो सावधान हो जाएं, क्योंकि इससे कई तरह के हेल्थ इश्यूज हो सकते हैं। इन प्रॉब्लम्स और इनसे बचने के उपायों के बारे में जानिए।

क्या आप भी करते हैं गोद में लैपटॉप लेकर काम



आज के डिजिटल दौर में कंप्यूटर और लैपटॉप हम सबकी रोजमर्रा की जिंदगी का अहम हिस्सा बन चुके हैं। पढ़ाई हो, ऑफिस का काम हो या ऑनलाइन मीटिंग, घंटों लैपटॉप के सामने बिताना अब आम बात हो गई है और अकसर लोग टेबल-कुर्सी पर बैठने के बजाय लैपटॉप को गोद में रखकर काम करना आसान समझते हैं। चाहे सोफे पर या बिस्तर पर बैठना हो गोद में लैपटॉप रखकर काम करना आरामदायक और सुविधाजनक लगता है, लेकिन ऐसा करना सेहत के लिए बेहद हार्मफुल साबित हो सकता है। लैपटॉप से निकलने वाली हीट त्वचा और अंदरूनी टिशू को प्रभावित करती है, जिससे शरीर को कई तरह की गंभीर परेशानियां झेलनी पड़ सकती हैं। यहां जानते हैं कि लैपटॉप को गोद में रखकर काम करने से आपको किन दिक्कतों का सामना करना पड़ सकता है।

आंखों पर असर: लंबे समय तक पास रखकर लैपटॉप पर काम करने से आंखों में ड्रायनेस, सूजन, पानी आना जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

नींद न आना: गोद में लैपटॉप रखकर काम करते समय स्क्रीन आंखों के काफी करीब होती है। इससे निकलने वाली नीली रोशनी आंखों में सूखापन, जलन और थकान पैदा करती है। इसके कारण मस्तिष्क में 'मेलाटोनिन' हार्मोन का बनना कम हो जाता है, जिससे नींद न आने की समस्या होती है।

पुरुषों में इनफर्टिलिटी: पुरुषों में लैपटॉप की हीट का असर महिलाओं से ज्यादा होता है। जब लैपटॉप गोद में रखा होता है, तो स्क्रोटम का तापमान बढ़ जाता है। ज्यादा तापमान होने से पुरुषों की स्पर्म क्वालिटी कमजोर होने लगती है और इस वजह से फर्टिलिटी में समस्या आ सकती है और प्रजनन क्षमता प्रभावित हो सकती है।

रेडिएशन का असर: लैपटॉप को ज्यादा देर तक गोद में रखकर काम करने से लैपटॉप से निकलने वाली हीट लो फ्रीक्वेंसी रेडिएशन छोड़ते हैं और ब्लूटूथ कनेक्शन से ही रेडिएशन बाहर आती है और इस वजह से सिर दर्द की समस्या हो सकती है।

स्किन इंफेक्शन: लैपटॉप से निकलने वाली गर्म हवा के कारण त्वचा में जलन होने लगती है। लैपटॉप से निकलने वाली हीट के कारण स्किन पर रेड रैशेज आ सकते हैं। लंबे समय तक स्किन के संपर्क में लैपटॉप रखने से असामान्य त्वचा में छोटे-छोटे दाने हो सकते हैं।

पॉस्चर प्रॉब्लम: गोद में लैपटॉप रखकर इस्तेमाल करते रहने से कमर दर्द की समस्या हो सकती है। इससे शरीर के पॉस्चर पर भी असर हो सकता है। गर्दन में दर्द की शिकायत भी हो सकती है।

पीठ और कंधों में दर्द: गोद में लैपटॉप रखकर काम करते समय स्क्रीन आपकी आंखों के लेवल से काफी नीचे होती है। इस वजह से आपको गर्दन झुकाकर बैठना पड़ता है। लगातार इस स्थिति में रहने से रीढ़ की हड्डी का प्राकृतिक आकार बिगड़ने लगता है, जिससे सर्वाइकल, स्पॉन्डिलाइटिस और पीठ के निचले हिस्से में तेज दर्द की समस्या हो जाती है।

बचने के लिए क्या करें: इन सभी समस्याओं से बचने के लिए आप इन उपायों पर गौर कर सकते हैं।

- हमेशा लैपटॉप को एक टेबल पर रखकर इस्तेमाल करें।
- टेबल न हो, तो कुशन वाले लैप डेस्क या कूलिंग पैड का इस्तेमाल करें ताकि लैपटॉप की गर्मी सीधे शरीर तक न पहुंचे।
- हर 20 मिनट के काम के बाद 20 सेकेंड के लिए 20 फीट दूर किसी वस्तु को देखें।
- अपनी आदतों में यह छोटा-सा बदलाव करके आप रीढ़ की हड्डी, त्वचा और संपूर्ण सेहत को लंबे समय तक सुरक्षित रख सकते हैं। *

(जनरल फिजिशियन डॉ. तृप्ति अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

अवेयरनेस

डॉ. नरेश कुमार
सीनियर जनरल फिजिशियन
एलएनजेपी अस्पताल, दिल्ली

हालांकि देश में पोलियो इरेडिकेशन प्रोग्राम से वाइल्ड पोलियो वायरस से मुक्ति मिल चुकी है, लेकिन इस दिशा में निरंतर प्रयास करते रहना जरूरी है। वर्ल्ड पोलियो डे (24 अक्टूबर) के अवसर पर जानिए इस बारे में यूजफुल सजेशंस।

पोलियो से बचाव के लिए सतर्कता बरतना है जरूरी

पोलियो को चिकित्सा विज्ञान में पोलियोमाइलाइटिस कहा जाता है। यह बीमारी पोलियो वायरस के कारण होती है, जो मुख्य रूप से मुंह के रास्ते शरीर में प्रवेश करता है और आंतों में अपनी संख्या बढ़ाता है। कुछ मामलों में वायरस रक्त के माध्यम से केंद्रीय तंत्रिका तंत्र तक पहुंचकर उन तंत्रिका कोशिकाओं को नुकसान पहुंचा सकता है, जो मांसपेशियों की गतिविधियों को नियंत्रित करती हैं। इससे मांसपेशियों में कमजोरी या स्थाई लकवा हो सकता है। कुछ मामलों में यह सांस की मांसपेशियों को भी प्रभावित करता है, जिससे जान भी जा सकती है।



बच्चों को ज्यादा रिस्क: पोलियो एक गंभीर संक्रामक बीमारी है। इसे 'बच्चों का लकवा' भी कहा जाता है। हालांकि यह बीमारी किसी भी उम्र के व्यक्ति को हो सकती है, लेकिन पांच साल से कम उम्र के बच्चों में इसका खतरा अधिक होता है। लगभग 200 संक्रमित बच्चों में से किसी एक में गंभीर रूप दिखता है, यानी पैरालिटिक पोलियो। लकवाग्रस्त बच्चों में से 5 से 10 प्रतिशत की मौत भी हो सकती है।

क्या है स्थिति: डब्ल्यूएचओ के अनुसार वैक्सीन की बदौलत आज दुनिया भर में पोलियो की बीमारी लगभग खत्म हो चुकी है। भारत में भी 'दो बूंद जिंदगी की' संदेश लेकर चला पल्स पोलियो अभियान काफी कारगर रहा। फिर भी इसके वाइल्ड पोलियो वायरस और वैक्सीन डिराइव्ड पोलियो वायरस का खतरा कई देशों में अभी भी मौजूद है। इसीलिए भारत में रुटीन इम्यूनाइजेशन के तहत बच्चों को ओपीवी और आईपीवी की खुराकें दी जाती हैं और समय-समय पर पल्स पोलियो अभियान चलाए जाते हैं।

कैसे फैलता है: पोलियो वायरस इंसान के शरीर में मुंह के रास्ते दाखिल होता है। इसका मुख्य तरीका फीकल-ओरल रूट है, यानी दूषित पानी या खाना, साफ-सफाई की कमी, संक्रमित व्यक्ति के मल के संपर्क में आना। कभी-कभी खांसी या छींक के जरिए भी यह फैल सकता है। वायरस आंत में बढ़ता है और संक्रमित व्यक्ति के मल के जरिए हफ्तों तक बाहर निकलता रहता है। इसीलिए जहां सैनिटेशन कमजोर होता है, वहां यह तेजी से फैलता है।

रोग के लक्षण: पोलियो के ज्यादातर संक्रमित लोगों (लगभग 70 प्रतिशत से ज्यादा) में कोई लक्षण दिखते ही नहीं, लेकिन वे दूसरों को वायरस फैला सकते हैं। कुछ लोगों में हल्के लक्षण होते हैं। इनमें बुखार, थकान, सिरदर्द, उल्टी, गर्दन में अकड़न, हाथ-पैरों में दर्द, मांसपेशियों में कमजोरी, गंभीर मामलों में हाथ या पैर में अचानक ढीलापन और लकवा होना।

पोलियो का इलाज: पोलियो का कोई प्रॉपर परफेक्ट इलाज नहीं है। एक बार लकवा हो जाए तो उसे ठीक नहीं किया जा सकता। इलाज सिर्फ सपोर्टिव होता है- आराम, दर्द की दवा, फिजियोथेरेपी, ब्रेसेस या कैलिपर्स और गंभीर मामलों में सांस के लिए वेंटिलेटर। इसीलिए रोकथाम ही सबसे कारगर उपाय है।

बचाव के उपाय: पोलियो से बचाव के लिए टीकाकरण और संक्रमण की रोकथाम बेहद महत्वपूर्ण हैं। पोलियो से बचने के लिए मुख्य रूप से दो प्रकार के टीकों का इस्तेमाल किया जाता है। ओरल पोलियो वैक्सीन (ओपीवी), जो मुंह में बूंदों के रूप में दी जाती है। इनएक्टिवेटेड पोलियो वैक्सीन (आईपीवी) यह इंजेक्शन के माध्यम से दी जाती है। बच्चों को समय पर इसकी सभी खुराकें दिलाएं। 5 साल से कम उम्र के हर बच्चे को ओपीवी की डोज पिलाएं, चाहे उसे पहले सारी खुराकें मिल चुकी हों। साफ-सफाई और स्वच्छता का ध्यान रखें। खाना खाने से पहले साबुन से हाथ धोएं। साफ और सुरक्षित पीने का पानी इस्तेमाल करें। पानी उबालकर या फिल्टर करके पिएं। *

प्रस्तुति: सृजन अरोड़ा

श्री रामलीला सभा व श्री ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर सेवा समिति की ओर से 10 दिवसीय रामलीला मंचन संपन्न

भरत मिलाप दृश्य ने किया भावुक, भाइयों का मिलन देख छलके आंखों से आंसू, रघुवर का हुआ राज्याभिषेक



सोनीपत। श्री ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर में रामलीला मंचन के दौरान वनवास से लौटने पर प्रभु श्रीराम की आरती उतारती माताएं। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

श्री रामलीला सभा व श्री ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर सेवा समिति की ओर से आयोजित रामलीला मंचन बुधवार को भरत मिलाप और श्रीराम राज्याभिषेक के साथ संपन्न किया गया। ठाकुरद्वारा पंचायती मंदिर में भरत मिलाप के प्रसंग की लीला का भावपूर्ण मंचन किया। चारों भाइयों का मिलन देख दर्शकों के नयन छलक उठे। इसके बाद मंदिर परिसर में शोभायात्रा निकाली गई। कार्यक्रम में मुख्यातिथि के रूप में पूर्व पार्षद रेखा, सुरेश गोयल व साधुराम गुप्ता ने शिरकत की। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रधान महेंद्र मंगला व मंच संचालन गजेंद्र मंगला ने किया।

वृंदावन से आचार्य सौरभ द्विवेदी, टीवी फेम स्वामी शिवदयाल शर्मा, स्वामी गिरिराज प्रसाद शर्मा के मार्गदर्शन में कलाकारों ने मंचन में दर्शाया कि रावण वध के बाद श्रीराम, माता सीता, लक्ष्मण सहित सभी के साथ अयोध्या लौटते हैं। अपनी माताओं से आशीर्वाद लेकर भाइयो से मिलाप करते हैं। भरत मिलाप मंचन के बाद श्रद्धालुओं ने श्रीराम दरबार की आरती उतारी। इसके बाद मंदिर परिसर से बैंड-बाजों के साथ शोभायात्रा निकाली गई। शोभायात्रा हलवाई हट्टा, चौड़ा बाजार, मुरथल अड्डा, गीता भव रोड, गोहाना रोड सहित विभिन्न प्रमुख मार्गों से होती हुई पुरानी गुड़ मंडी मिशन चौक स्थित शिव मंदिर पहुंची।

भगवान श्रीराम ने भरत-शत्रुघ्न को गले लगाया

गुड़ मंडी में पहुंचने पर कलाकारों ने मंचन से दर्शाया गया कि श्रीराम के 14 वर्ष का वनवास पूरा होने के बाद अयोध्या लौटने पर हर क्षेत्र वासी प्रसन्न था। भगवान श्रीराम ने भरत-शत्रुघ्न को गले लगाया। चारों भाइयों के मिलन को देखकर दर्शकों के आंसू छलक उठे। तत्पश्चात गुरु वशिष्ठ ने भगवान श्रीराम का राज्याभिषेक किया। श्रीराम के राज्याभिषेक व उनका संपूर्ण दरबार अलौकिक लग रहा था। कार्यक्रम में राजेंद्र कुच्छल, अमित कुच्छल, पंडित अमित शौनक, बृजभूषण बंसल, सुरेश मित्तल, नवीन गर्ग, प्रवीण कुच्छल, रामनारायण गोयल, पवन गोयल, अतुल जैन, अंशुल अग्रवाल, संजय वर्मा, चंद्रमोहन गुप्ता, ललित गोयल, पवन सिंगला, रमेश जैन, दीपक बत्रा सहित संस्थाओं के सभी पदाधिकारी व सदस्य मौजूद रहे।





झांकियां रहीं आकर्षण का केंद्र

यात्रा में भगवान गणेश, श्रीराम दरबार, गुरु वशिष्ठ, सुग्रीव-विभीषण, मां दुर्गा, शिव परिवार, हनुमान जी सहित विभिन्न झांकियां आकर्षण का केंद्र रहीं। शोभायात्रा के दौरान अयोध्या लौट रहे श्रीराम का शहरवासियों ने कई जगह पुष्प वर्षा के साथ स्वागत किया। कई जगह श्रद्धालुओं ने भगवान श्रीराम दरबार की आरती उतारकर भोग लगाया। मिशन चौक शिव मंदिर में शिव शक्ति सेवा समिति की ओर से शोभायात्रा के अभिनंदन समारोह का आयोजन किया गया।



न्यूज डायरी

सेक्टर-13 में हर्षोल्लास से किया रावण दहन

सोनीपत। सेक्टर-13 में मकान नंबर 176 के सामने 20 अक्टूबर को रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशन की ओर से दशहरा पर्व हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर रावण दहन का आयोजन किया गया, जिसमें सेक्टरवासियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम में क्षेत्र के पार्षद डॉ. महेश लूथरा मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। आयोजन में सेक्टरवासियों ने आपसी सहयोग और उत्साह के साथ पर्व मनाया। कार्यक्रम को सफल बनाने में जयदेव अरोड़ा, सुंदर दास अरोड़ा, डॉ. ओम चौधरी, तरनजीत (मनी), मदनलाल पोपली, रविंद्र कामरा, हंसराज, बलवान अंतिल, अशोक कुकरेजा, राकेश मलिक, श्रीपाल, सुरेंद्र ऐलावादी, हवा सिंह राठी और सरोहा परिवार का विशेष योगदान रहा। इस दौरान दशहरा पर्व के महत्व को उत्साह के साथ मनाया गया। रावण दहन के माध्यम से बुराई पर अच्छाई की जीत का संदेश दिया गया। आयोजन में सेक्टरवासियों की भागीदारी से उत्सव का माहौल बना रहा।





एचएसवीपी में कथित घोटालों की जांच की मांग

सोनीपत। हरियाणा संयुक्त कर्मचारी मंच के बैनर तले बुधवार को पुलिस कमिश्नर कार्यालय राई के बाहर दोपहर 12 से 2 बजे तक धरना दिया गया। मीना सैनी और मुकेश कर्मा की अध्यक्षता में आयोजित धरने का संचालन यशवंत राव चौहान और सुरेश मदीना ने किया। पुलिस कमिश्नर ममता सिंह को राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा गया। इस दौरान एचएसवीपी सोनीपत के दोनों मंडलों में टेंडरों और कोटेशन के कथित फर्जी बिलों से जुड़े घोटालों की राज्य सतर्कता एवं भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो से जांच कराने की मांग उठाई गई। रामकिशन नागर पर 11 और 17 अगस्त को हुए कथित जानलेवा हमलों के आरोपितों की गिरफ्तारी की मांग भी की गई। सुरेश मदीना की नाबालिग लड़की से दुर्व्यवहार के मामले में सीसीटीवी में दिखाई देने वाले युवकों को गिरफ्तार करने की मांग रखी गई। आरके नागर ने कौशल रोजगार निगम कर्मचारियों को 31 अक्टूबर तक नौकरी सुरक्षा पत्र जारी करने और कर्मचारियों को प्रदर्शन पुरस्कार देने की मांग की। उन्होंने चेतावनी दी कि मांगें नहीं मानी गईं तो एक माह बाद पंचकूला में राज्यस्तरीय आंदोलन होगा। धरने में अशोक कुमार छिक्कारा, कुलदीप सिंह बेदी, पूनम एडवोकेट, सुरेंद्र सिंह लड़वाल, योगेंद्र सिंह, शमशेर सिंह और ध्रुव कुमार सहित अन्य लोग शामिल रहे।



अध्यापकों का छह दिवसीय प्रशिक्षण सम्पन्न

खरखौदा। खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय में प्राथमिक अध्यापकों के लिए चल रहे 6 दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का समापन किया गया। इस प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ 6 अक्टूबर, 2026 से हुआ। चार समूहों में अध्यापकों को प्रशिक्षित किया गया। कुल मिलाकर लगभग 200 अध्यापकों ने यह प्रशिक्षण ग्रहण किया। प्रशिक्षण का उद्देश्य अध्यापकों को आधारभूत साक्षरता एवं संख्या ज्ञान, नई पाठ्यपुस्तकों एवं शिक्षक संदर्शिका में बदलाव के बारे में जानकारी प्रदान करने, बाल वाटिका की गतिविधियों एवं अनेक अन्य नई पहलों के बारे में जानकारी प्रदान करना रहा। सविता बीआरपी, डॉ निशा एबीआरसी, कविता एबीआरसी तथा सीमा एबीआरसी ने सभी अध्यापकों को विभिन्न विषयों पर प्रशिक्षण प्रदान किया, संजीव, राजेश, डॉ नवीन, कविता, रीना, नीना तथा किरण डारोलिया ने खंड संसाधन समूह के रूप में कार्यक्रम की व्यवस्थाओं को संचालित किया। बुधवार को कार्यक्रम के अंतिम दिवस पर जिला एफएलएन कोऑर्डिनेटर मनोज वर्मा भी पहुंचे, जिन्होंने प्रशिक्षण का निरीक्षण किया।

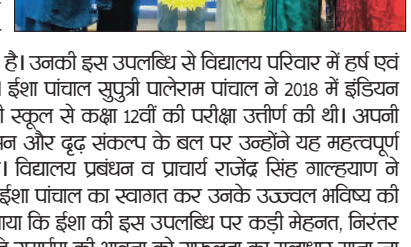
एचसीएस परीक्षा उत्तीर्ण करने पर ईशा का स्वागत

सोनीपत। गोहाना रोड स्थित इंडियन मॉडर्न स्कूल की पूर्व छात्रा ईशा पांचाल ने हरियाणा सिविल सेवा (एचसीएस) परीक्षा उत्तीर्ण कर न केवल अपने परिवार, बल्कि अपने विद्यालय एवं क्षेत्र का नाम भी रोशन किया है। उनकी इस उपलब्धि से विद्यालय परिवार में हर्ष एवं गर्व का वातावरण रहा। ईशा पांचाल सुपुत्री पालेराम पांचाल ने 2018 में इंडियन मॉडर्न सीनियर सेकेंडरी स्कूल से कक्षा 12वीं की परीक्षा उत्तीर्ण की थी। अपनी मेहनत, लगन, अनुशासन और दृढ़ संकल्प के बल पर उन्होंने यह महत्वपूर्ण सफलता हासिल की है। विद्यालय प्रबंधन व प्राचार्य राजेंद्र सिंह गाल्हयाण ने स्टाफ सदस्यों के साथ ईशा पांचाल का स्वागत कर उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने बताया कि ईशा की इस उपलब्धि पर कड़ी मेहनत, निरंतर प्रयास और लक्ष्य के प्रति समर्पण की भावना को सफलता का मूलाधार माना जा रहा है। उनकी सफलता उन सभी विद्यार्थियों के लिए प्रेरणास्रोत है, जो अपने सपनों को साकार करने के लिए निरंतर प्रयासरत हैं। विद्यालय के लिए यह गर्व का विषय है कि उसकी पूर्व छात्रा ने अपनी प्रतिभा और परिश्रम से यह मुकाम हासिल किया है। ईशा की उपलब्धि विद्यालय के वर्तमान विद्यार्थियों, विशेषकर बेटियों के लिए प्रेरणादायक है। यह सफलता सिद्ध करती है कि दृढ़ इच्छाशक्ति, सही दिशा और निरंतर मेहनत से किसी भी लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है।



लिटिगेंट हॉल की बिजली काटने पर अधिवक्ताओं में रोष

सोनीपत। जिला बार एसोसिएशन सोनीपत के लिटिगेंट हॉल की बिजली काटे जाने के विरोध में बुधवार को अधिवक्ताओं ने वर्क सस्पेंड रखा। अधिवक्ताओं ने बिजली विभाग और जिला प्रशासन की कार्यप्रणाली पर रोष जताते हुए बिजली आपूर्ति तत्काल बहाल करने की मांग की।जिला बार एसोसिएशन के प्रधान महेंद्र सिंह सैनी ने बताया कि पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय के आदेशानुसार लिटिगेंट हॉल और बार लाइब्रेरी के बिजली बिलों का भुगतान हरियाणा सरकार को करना है। इस संबंध में उच्च न्यायालय ने 16 सितंबर 2026 को उपायुक्त सोनीपत को पत्र भेजा था। इसके बाद जिला एवं सत्र न्यायाधीश सोनीपत ने 24 सितंबर को अनुस्मारक भी भेजा, लेकिन इसके बावजूद बिजली काट दी गई। महेंद्र सिंह सैनी ने कहा कि बिजली आपूर्ति बाधित होने से अधिवक्ताओं के साथ न्यायालय में अपने मामलों के सिलसिले में आने वाले आम नागरिकों को भी परेशानी हो रही है।



गेहूं के एमएसपी में बढ़ोतरी को बताया किसानों से मजाक

सोनीपत। जननायक जनता पार्टी की जिला इकाई ने जिला अध्यक्ष अशोक सरोहा की अगुवाई में लघु सचिवालय पहुंचकर उपायुक्त के माध्यम से प्रधानमंत्री के नाम दो ज्ञापन सौंपे। कार्यकर्ताओं ने गेहूं के न्यूनतम समर्थन मूल्य में बढ़ोतरी और मतदाता सूचियों की विसंगतियों को लेकर विरोध जताया। जजपा ने रबी विपणन वर्ष 2027-28 के लिए गेहूं के एमएसपी में 25 रुपये प्रति क्विंटल की बढ़ोतरी को नाकाफी बताया। विरोध स्वरूप 25 रुपये का बैंक ड्राफ्ट ज्ञापन के साथ सौंपा। पार्टी ने गेहूं के एमएसपी में कम से कम 150 रुपये प्रति क्विंटल की वृद्धि और स्वामीनाथन आयोग की सिफारिशों के अनुसार फसलों की खरीद की कानूनी गारंटी मांगी। इस मौके पर अनिल त्यागी, बिजेंद्र आंतिल, राम प्रसाद शर्मा, रमेश बड़ौली, देवेंद्र दहिया गोपालपुर, शमशेर नरवाल, पाले राम, अजय कुहाड़, सुनील बड़ौली, विशाल मलिक, प्रवीन आंतिल, सागर दहिया, संदीप दहिया और कर्मबीर राठधना मौजूद रहे।

विधायक ने गांव में ट्यूबवेल लगाने और सरकारी स्कूल के नवीनीकरण का भी दिया भरोसा

शहीद कृष्ण कुमार के नाम से बनेगा भव्य द्वार विधायक कादियान ने 11 लाख देने की घोषणा की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

देश सेवा में प्राण गंवाने वाले उदेशीपुर के आईटीबीपी एएसआई कृष्ण कुमार की स्मृति को स्थायी पहचान देने के लिए गांव के मुख्य मार्ग पर भव्य शहीद द्वार बनाया जाएगा। बुधवार को सरकारी स्कूल परिसर में आयोजित प्रेरणा दिवस कार्यक्रम में विधायक देवेंद्र कादियान ने इसके निर्माण के लिए 11 लाख रुपये देने की घोषणा की। उन्होंने शहीद की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। कृष्ण कुमार आईटीबीपी की सेकंड बटालियन कुल्लू में तैनात थे। 24 मार्च 2025 को ड्यूटी के दौरान हृदय गति रुकने से उनका निधन हो गया था। उनकी स्मृति में आईटीबीपी ने गांव के सरकारी स्कूल परिसर में शहीद स्मारक बनवाया है। प्रेरणा दिवस पर जवानों, ग्रामीणों और गणमान्य लोगों ने उन्हें नमन किया।



गन्नौर। विधायक देवेंद्र कादियान शहीद की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि देते साथ में शहीद के परिजन। फोटो : हरिभूमि

विधायक कादियान ने कहा कि शहीद कृष्ण कुमार का बलिदान और देशसेवा के प्रति समर्पण हमेशा याद रखा जाएगा। कादियान ग्रामीणों की मांग पर गांव में पब्लिक हेल्थ विभाग का ट्यूबवेल जल्द लगवाने और सरकारी स्कूल में नवीनीकरण कार्य कराने का भरोसा दिया।

इससे ग्रामीणों को स्वच्छ पेयजल और विद्यार्थियों को बेहतर शैक्षणिक सुविधाएं उपलब्ध कराने में मदद मिलेगी।

ये मौजूद रहे

कार्यक्रम में आईटीबीपी के असिस्टेंट कमांडेंट धनीराम, एएसआई नरेश कुमार, कैप्टन सतबीर सिंह दहिया, एयरमैन नवीन प्रताप त्यागी, एचएफओ विजयपाल त्यागी, लेफ्टिनेंट सोनेश्वर, प्रधान भानाराम, सरपंच आजाद सिंह, स्कूल प्राचार्य सुनीता गहलावत समेत गणमान्य लोग मौजूद रहे।

शहीदी स्मृति दिवस पर शहीदों को किया नमन 154 पुलिसकर्मियों के बलिदान को किया याद

सोनीपत। जिला पुलिस लाइन में बुधवार को पुलिस शहीदी स्मृति दिवस एवं पुलिस झंडा दिवस श्रद्धा और सम्मान के साथ मनाया गया। पुलिस उपायुक्त मुख्यालय सोनाक्षी सिंह ने शहीद स्मारक पर पुष्पचक्र अर्पित कर वीर जवानों को श्रद्धांजलि दी। पुलिसकर्मियों ने दो मिनट का मौन रखकर शहीदों को नमन किया और एक-दूसरे की वर्दी पर पुलिस झंडा लगाया। सोनाक्षी सिंह ने बताया कि सोनीपत जिले के 15 पुलिसकर्मियों ने कर्तव्य पालन के दौरान सर्वोच्च बलिदान दिया। वर्ष 2025-26 में देशभर के 154 पुलिस जवानों ने देशसेवा में प्राण न्योछावर किए। उनके नाम पढ़कर श्रद्धांजलि अर्पित की गई। पुलिस आयुक्त ममता सिंह ने कहा कि शहीद जवानों की शहादत और वीरता को कभी भुलाया नहीं जा सकता। उनके बलिदान से सभी पुलिसकर्मियों को कर्तव्यनिष्ठा की प्रेरणा मिलती है। उन्होंने शहीद परिवारों को सम्मानित करते हुए हरसंभव सहयोग का भरोसा दिलाया। कार्यक्रम में पुलिस आयुक्त ममता सिंह, पुलिस उपायुक्त क्राइम जितेंद्र गहलावत, सहायक पुलिस आयुक्त, थाना व चौकी प्रभारी तथा अन्य पुलिसकर्मी उपस्थित रहे।



बिजली कर्मियों ने निजीकरण के आदेशों की फूंकी प्रतियां



गोहाना। निजीकरण के खिलाफ रोष व्यक्त करते हुए कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

गोहाना। बिजली विभाग के संयुक्त संघर्ष मोर्चा के आह्वान पर बुधवार को शहर में बरोदा मार्ग स्थित बिजली निगम के शहरी कार्यालय में कर्मचारियों ने सरकार के निजीकरण के आदेशों की प्रतियां जलाई। ऑल हरियाणा पावर कारपोरेशन वर्कर यूनियन की राज्य कमेटी के सदस्य सुरेश यादव ने बताया कि सरकार द्वारा गुरुग्राम और नूंह की बिजली व्यवस्था को 11-पावर कंपनी के हाथों में सौंप दिया गया है। इस कंपनी का निर्माण अगस्त 2025 में हुआ है जिसका किसी भी प्रकार का कोई अनुभव नहीं है। यादव ने कहा कि अगर बिजली का निजीकरण हो जाता है इसका सबसे ज्यादा नुकसान किसानों के ऊपर और आम उपभोक्ताओं को होगा। इससे किसानों और उपभोक्ताओं को मिलने वाली सब्सिडी खत्म हो जाएगी बिजली। कनेक्शन महंगे हो जाएंगे और कंपनी मनचाहे रेट पर बिजली बेचेगी। बिजली कर्मचारियों के संयुक्त संघर्ष मोर्चा ने फैसला लिया है कि किसी भी सूरत में बिजली का निजीकरण नहीं होने देंगे और इसके विरोध में 22, 23 और 24 अक्तूबर को पूरे प्रदेश का बिजली कर्मचारी हड़ताल पर रहेंगे। बिजली कर्मचारियों का जन संघर्ष मंच के नेताओं सूरजभान चहल और नरेश विरोधिया ने भी समर्थन किया। इस अवसर पर मोनिका, प्रियंका, मनीषा, जितेंद्र, वीरेंद्र चोपड़ा, सुनील चहल, सुमेर, लहना सिंह, सुनील शर्मा, अशोक मलिक, अनिल मलिक और गजराज सहित सैकड़ों कर्मचारी मौजूद रहे।

साइबर अपराधों से बचाव के उपाय सुझाए

गोहाना। पुलिस द्वारा बुधवार को एडवांस्ड हारट्रॉन सेंटर, गोहाना में साइबर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों को साइबर अपराधों से बचाव के उपाय सुझाए गए। जागरूकता कार्यक्रम पुलिस आयुक्त सोनीपत ममता सिंह के मार्गदर्शन एवं पुलिस उपायुक्त गोहाना विक्रांत भूषण के निर्देशन में आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में साइबर थाना गोहाना के प्रभारी निरीक्षक विनीत कुमार ने एसआई संदीप कुमार, एचसी हरेंद्र व कांस्टेबल दीपक के साथ विद्यार्थियों को जागरूक किया। पुलिस टीम ने विद्यार्थियों को समझाया कि किसी भी अनजान या संदिग्ध लिंक पर क्लिक न करें और अपनी गोपनीय जानकारी जैसे ओटीपी, पासवर्ड, पिन तथा बैंक खाते से संबंधित विवरण किसी के साथ साझा न करें। संदिग्ध फोन कॉल, मैसेज या ऑनलाइन माध्यम से मिलने वाले लालच और प्रलोभनों से बचें।

निजीकरण के खिलाफ बिजली कर्मियों की आज से हड़ताल, प्रदर्शन कर जताया रोष

सोनीपत। हरियाणा बिजली कर्मचारी एवं इंजीनियर संयुक्त मोर्चा के आह्वान पर बुधवार को बिजली कर्मचारियों ने सभी सब डिवीजनों के परिसर में सरकार की ओर से दिए गए 11 पावर प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के पैरलर लाइसेंस के विरोध में बढ़-चढ़कर भाग लिया। सभी यूनियनों के पदाधिकारियों व कर्मचारियों ने सरकार की दमनकारी नीतियों के खिलाफ प्रदर्शन किया। कर्मचारियों ने चेताया कि अगर यह लाइसेंस रद्द नहीं किया गया, तो कर्मचारी 22 से 24 अक्तूबर तक 3 दिवसीय हड़ताल पर रहेंगे। प्रदर्शन के दौरान एचएसईबी के प्रधान महिपाल, शहरी सब डिवीजन के प्रधान विकास दहिया, एचकेआरएन के प्रधान प्रवीण, इंजीनियरिंग इकाई के प्रधान ओमपाल ने बताया कि अगर सरकार ने हड़ताल के बावजूद कर्मचारी विरोधी फैसले को वापस नहीं लिया, तो संयुक्त मोर्चा के शीर्ष नेतृत्व का 24 अक्तूबर को जो भी फैसला आएगा, उस पर सभी बिजली कर्मचारी अमल करेंगे। उन्होंने बिजली कर्मियों का आह्वान किया कि वह इस निजीकरण के खिलाफ एकजुट होकर हड़ताल में संयुक्त मोर्चा का साथ दें। प्रदर्शन में मोहन, तपन, विनोद, अमित, श्रीपाल, प्रवीण, प्रदीप, जयदीप, संदीप, दीप्ति, हेमलता, सचिन, अशोक सहित सभी कर्मचारी मौजूद रहे।



सोनीपत। सोनीपत सब डिवीजन में प्रतियां लेकर निजीकरण के विरोध में प्रदर्शन करते बिजली कर्मी। फोटो : हरिभूमि

महर्षि वाल्मीकि के प्रकटोत्सव पर 25 को होगी भजन संध्या

सोनीपत। महर्षि वाल्मीकि आश्रम ट्रस्ट की कार्यकारिणी की बैठक श्याम नगर स्थित महर्षि वाल्मीकि आश्रम में हुई। जिसकी अध्यक्षता ट्रस्ट के चेयरमैन नरेंद्र लोहट ने की। बैठक में 26 अक्टूबर को महर्षि वाल्मीकि के प्रकटोत्सव के उपलक्ष्य में वाल्मीकि आश्रम में होने वाले समारोह पर विचार-विमर्श किया गया। चेयरमैन नरेंद्र लोहट ने बताया कि ट्रस्ट की ओर से श्याम नगर में भव्य कार्यक्रम का आयोजन करने का निर्णय लिया गया है। आश्रम में 25 अक्टूबर को रात 8 बजे भजन संध्या का कार्यक्रम होगा। इसके बाद 26 अक्टूबर को भंडारा लगाया जाएगा। कार्यक्रम के लिए शहर के गणमान्य लोगों और वाल्मीकि समाज के प्रबुद्ध लोगों को आमंत्रित किया जाएगा। बैठक में ओमप्रकाश सौदा, सूरजभान, बालकिशन मंडल, अशोक बिरला, सतबीर, सुरेश, रामेश्वर, इंद्रजीत राणा, नीटू मौजूद रहे।

समारोह पूर्ण मूर्ति कॉलेज ऑफ फार्मेसी में व्हाइट कोट सेरेमनी का आयोजन, विद्यार्थियों में दिखा अभूतपूर्व उत्साह

फार्मेसी के विद्यार्थियों ने लिया स्वास्थ्य सेवाओं में समर्पण और नैतिक मूल्यों के साथ योगदान देने का संकल्प

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

पूर्ण मूर्ति कॉलेज ऑफ फार्मेसी में नवप्रवेशित प्रथम वर्ष के फार्मेसी विद्यार्थियों के लिए व्हाइट कोट सेरेमनी का आयोजन किया गया। व्हाइट कोट सेरेमनी ने विद्यार्थियों को उनके भविष्य के पेशेवर दायित्वों का एहसास कराया। विद्यार्थियों ने फार्मेसी के क्षेत्र में अपने कर्तव्यों का ईमानदारी से निर्वहन करने, नैतिक सिद्धांतों का पालन करने और अपने ज्ञान के माध्यम से समाज की सेवा करने का संकल्प लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ पूर्ण मूर्ति विद्यापीठ के चेयरमैन डॉ. विजयपाल नैन ने सचिव गौतम नैन, कोषाध्यक्ष भोपाल सिंह, प्रबंध निदेशक कपिल भाटिया, एमडी इंजी. संघदीप शाक्य, डायरेक्टर एकेडेमिक्स डॉ. स्वीटी, कैंपस डायरेक्टर कुलदीप, रजिस्ट्रार कंवलजीत सिंह संधू व प्राचार्य डॉ. सुनीता, डॉ. सुमिता के साथ दीप प्रज्ज्वलित करके किया।

चेयरमैन डॉ. विजयपाल नैन ने बैचलर ऑफ फार्मेसी (बी.फार्मा.) और डिप्लोमा इन फार्मेसी (डी.फार्मा.) के विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए उन्हें ईमानदारी, अनुशासन और नैतिक मूल्यों के साथ अपने पेशेवर दायित्वों का निर्वहन करने के लिए प्रेरित किया। फार्मेसी का क्षेत्र केवल दवाओं के अध्ययन तक सीमित नहीं है, इसमें मरीजों की देखभाल, दवाओं के सुरक्षित उपयोग और समाज के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी भी शामिल है। उन्होंने विद्यार्थियों का आह्वान किया कि वे संस्थान में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, व्यावहारिक अनुभव और आधुनिक तकनीकी ज्ञान हासिल करें तथा इसका उपयोग समाज के हित में करें। फार्मेसी के क्षेत्र में ज्ञान और कौशल के साथ मानवीय संवेदनशीलता तथा नैतिक मूल्यों का होना भी आवश्यक है।



सोनीपत। पूर्ण मूर्ति कॉलेज ऑफ फार्मेसी में सेरेमनी के दौरान स्वास्थ्य सेवाओं में समर्पण और नैतिक मूल्यों के साथ योगदान देने का संकल्प लेते विद्यार्थी।

मरीजों के प्रति संवेदनशीलता का महत्व समझाया

समारोह में छात्र-छात्राओं को उनके गुरुओं और संकाय सदस्यों ने औपचारिक रूप से सफेद कोट पहनाए। उन्हें स्वास्थ्य सेवाओं के क्षेत्र में अपनी जिम्मेदारियों, पेशेवर अनुशासन और मरीजों के प्रति संवेदनशीलता का महत्व समझाया। प्राचार्य डॉ. सुनीता ने विद्यार्थियों को अपने ज्ञान और कौशल का निरंतर विकास करने तथा चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाओं के क्षेत्र में सकारात्मक योगदान देने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने विश्वास जताया कि विद्यार्थी भविष्य में अपने ज्ञान, मेहनत और समर्पण से फार्मेसी के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान देंगे।

दीपक का खरखौदा पहुंचने पर भव्य स्वागत



खरखौदा। एशियन गेम्स कुश्ती में कांस्य पदक विजेता दीपक पूनिया का खरखौदा पहुंचने पर भव्य स्वागत किया गया। पूनिया ने कहा कि क्षेत्र में आने से उन्हें आज बहुत बड़ी ताकत मिली है यह ताकत और प्यार को ओलंपिक गोल्ड मेडल में बदलने का काम करेंगे। कहा कि आज का युवा जो नशे आदि की ओर बढ़ रहा है, इससे उन्हें बहुत पीड़ा होती है। खिलाड़ियों का पूरा ध्यान खेलों की तरफ फोकस रखना चाहिए। कहने की जरूरत नहीं कि खेल हमारे शरीर को तो स्वस्थ रखता ही है साथ ही खेल ऐसी ताकत है जिसके जरिए हम अपने क्षेत्र का विदेशों में नाम रोशन कर सकते हैं।उन्होंने कहा कि खेल में हार जीत एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। हार मिले तो और अधिक मेहनत करनी चाहिए। सफलता निश्चित रूप से आपके कदम चूमेगी।कोच अश्विनी ने बताया कि दीपक पूनिया ने ऐसा देश का कोई भी अवार्ड नहीं बचा, जो प्राप्त न किया हो। अब तो केवल एक ही मेडल की चाह है, ओलंपिक मेडल की। निलौठी की ग्राम पंचायत ने सरपंच ओमप्रकाश की अगुवाई में नोटों की माला पहनकर दीपक पुनिया का भव्य स्वागत किया गया। दहिया खाप अठगामा के प्रधान एवं गोपालपुर के सरपंच विनोद दहिया, हरविंदर दहिया, बार एसो के पूर्व प्रधान आशुतोष सरोहा मौजूद थे।

भटगांव के मंजीत ने एशियन पैरा गेम्स में जीता रजत, भाला फेंक में बनाया सर्वश्रेष्ठ रिकॉर्ड

- दूसरे प्रयास में 61.03 मीटर दूर फेंका भाला, 16 साल के संघर्ष और मेहनत का मिला फल; सिंचाई विभाग में बेलदार के पद पर कार्यरत हैं पैरा एथलीट

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत



सोनीपत। पदक जीतने के बाद मंजीत।

गांव भटगांव के पैरा एथलीट मंजीत ने अपनी मेहनत और दृढ़ संकल्प के दम पर अंतरराष्ट्रीय खेल मंच पर देश का नाम रोशन किया है। आइची-नागोया 2026 एशियन पैरा गेम्स में मंजीत ने पुरुषों की एफ-13 भाला फेंक स्पर्धा में 61.03 मीटर का थ्रो कर रजत पदक हासिल किया। प्रतियोगिता में उनका दूसरा प्रयास सबसे शानदार रहा, जिसमें उन्होंने अपने खेल करियर का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन किया। मंजीत की इस उपलब्धि से गांव भटगांव में खुशी का माहौल है। ग्रामीणों और परिजनों ने उनकी कामयाबी पर खुशी जताते हुए इसे वर्षों की मेहनत का परिणाम बताया। मंजीत पिछले 16 वर्षों से खेलों में अपनी पहचान बनाने के लिए लगातार प्रयास कर रहे हैं। खेल के शुरुआती दिनों में उन्होंने पोल वॉल्ट में हाथ आजमाया और बाद में लंबी कूद में भी हिस्सा लिया। इसके बाद उन्होंने भाला फेंक को अपना प्रमुख खेल बनाया। आंखों में परेशानी होने के कारण वह पैरा एथलेटिक्स की एफ-13 श्रेणी में प्रतिस्पर्धा करते हैं। चुनौतियों के बावजूद उन्होंने अभ्यास जारी रखा और लगातार बेहतर प्रदर्शन करते हुए एशियाई स्तर पर पदक जीतने का मुकाम हासिल किया।

विश्व प्रतियोगिताओं में भी दिखा चुके हैं दम

मंजीत की यह उपलब्धि उनके लगातार बेहतर होते प्रदर्शन का प्रमाण है। इससे पहले उन्होंने दिल्ली में आयोजित विश्व पैरा एथलेटिक्स ग्रां प्री-2026 और बंगलूरू में हुई इंडियन ओपन पैरा एथलेटिक्स चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक जीते थे। एशियन पैरा गेम्स के क्वालिफायर मुकाबले में भी उन्होंने 59.08 मीटर भाला फेंककर स्वर्ण पदक अपने नाम किया था। इस बार एशियन पैरा गेम्स में 61.03 मीटर का थ्रो कर उन्होंने अपने ही प्रदर्शन को पीछे छोड़ते हुए रजत पदक हासिल किया।

पदक विजेता कुशल दलाल का किया स्वागत



सोनीपत। ऋषिकुल वर्ल्ड एकेडमी में एशियन गेम्स के स्वर्ण पदक विजेता खिलाड़ी कुशल दलाल के स्वागत समारोह का आयोजन किया गया। विद्यालय प्रबंधन व स्टाफ सदस्यों ने खेल जगत में अपनी प्रतिभा, परिश्रम और लगन से विशेष उपलब्धि हासिल करने वाले कुशल दलाल का अभिनंदन कर उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय प्रबंधक नीरज शर्मा जी, रीमा शर्मा, चंचल शर्मा, मीनू शर्मा ने कुशल दलाल की खेल उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त कर विद्यार्थियों को जीवन में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रेरित किया। समारोह का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को खेलों के प्रति जागरूक करना, उनमें अनुशासन एवं आत्मविश्वास की भावना विकसित करना तथा उन्हें अपने लक्ष्य की ओर निरंतर आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करना रहा। कुशल दलाल ने विद्यार्थियों में नई ऊर्जा और उत्साह का संचार किया। प्रबंधक नीरज शर्मा ने कहा कि सफलता का मार्ग निरंतर परिश्रम, अनुशासन, धैर्य और आत्मविश्वास से होकर गुजरता है। जीवन में बड़े लक्ष्य निर्धारित करना जितना आवश्यक है, उतना ही आवश्यक उन लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए नियमित रूप से प्रयास करना भी है।



गोहाना। ड्रोन की रिहर्सल करते हुए टीम। फोटो : हरिभूमि

पराली जलाने के मामलों को लेकर चप्पे-चप्पे होगी नजर

गोहाना। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग व प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड धान की पराली जलाने के मामलों को लेकर गंभीर है। पराली जलाने के मामलों को लेकर इस बार पहले की अपेक्षा और अधिक मुश्तैदी से काम किया जाएगा। इस मामले में ड्रोन के माध्यम से चप्पे-चप्पे पर नजर रखी जाएगी और आरोपित के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जाएगी। पराली जलाने की घटनाओं पर ड्रोन से निगरानी रखी जाएगी। बुधवार को कृषि एवं किसान कल्याण विभाग व प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की टीम में निदेशक अजय, मेघा राजपूर और एटीएम कृष्ण खासा द्वारा गांव आहुलाना में ड्रोन की रिहर्सल की गई। टीम द्वारा ड्रोन को 200 मीटर की उंचाई तक उड़ाकर देखा गया। ड्रोन से काफी उंचाई से फोटो खींचा जा सकता है। एटीएम कृष्ण खासा ने कहा कि धान की पराली जलाने के केवल नुकसान हैं जबकि फायदा एक भी नहीं है।

निगम 60 लाख खर्च कर शहरभर से सीएंडडी वेस्ट का करवाएगा उठान

मलबे को एकत्रित करने के लिए शहर में चार प्रमुख सेकेंडरी प्वाइंट का चयन

- वर्क ऑर्डर जारी होने के बाद सड़कों के किनारे, सार्वजनिक खाली स्थानों से शुरू हो सकेगा सीएंडडी वेस्ट का उठान कार्य

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत



सोनीपत। रेलवे रोड स्थित नगर निगम कार्यालय। फोटो: हरिभूमि

नगर निगम की ओर से शहर की सड़कों, सार्वजनिक स्थानों पर जगह-जगह पड़े निर्माण एवं एवं तोड़फोड़ के मलबे (सीएंडडी वेस्ट) का उठान जल्द शुरू करवाने से शहरवासियों को राहत मिलती नजर आ रही है। इस कार्य को शुरू करवाने के लिए निगम ने 60 लाख रुपये का टेंडर आवंटित किया है। हालांकि वर्क ऑर्डर जारी होने के बाद ही सीएंडडी वेस्ट का उठान कार्य शुरू हो सकेगा। अधिकारियों की मानें, तो मलबे को एकत्रित करने के लिए शहरभर में चार प्रमुख सेकेंडरी प्वाइंट का चयन किया गया है। बता दें कि शहर में भवनों के निर्माण और पुराने ढांचों को तोड़ने के दौरान निकलने वाला मलबा कई बार सड़कों के किनारे, सार्वजनिक व खाली स्थानों पर डाल दिया जाता है। इससे न केवल शहर की सुंदरता प्रभावित होती है, बल्कि लोगों को आवागमन में भी परेशानी झेलनी पड़ती है। सड़क किनारे पड़े मलबे के कारण रास्ते संकरे होने के अलावा मिट्टी व धूल उड़ने की समस्या भी बनी रहती है। ऐसे में नगर निगम ने मलबे के जल्द उठान की योजना तैयार की है। कार्य को जल्द शुरू करवाने के भरसक प्रयास किए जा रहे हैं। बताया जा रहा है कि वर्क ऑर्डर जारी होने के बाद संबंधित एजेंसी मलबे का उठान कार्य शुरू करेगी।

शहरवासियों को मिलेगी सुविधा

नगर निगम ने शहर की सड़कों से सीएंडडी वेस्ट उठान के लिए टेंडर प्रक्रिया को पूरा कर लिया है। एजेंसी को 6 माह के लिए टेंडर आवंटित किया गया है। जल्द ही वर्क आर्डर जारी करके सीएंडडी वेस्ट उठान का कार्य शुरू कराया जाएगा, ताकि शहरवासियों को सुविधा मिल सके।

-अजय निराला, कार्यकारी अभियंता, नगर निगम, सोनीपत

टेंडर प्रक्रिया पूरी, जल्द काम प्रारंभ होने की उम्मीद

अधिकारियों की मानें, तो तय योजना अनुसार निगम क्षेत्र में जगह-जगह से उठाए जाने वाले सीएंडडी वेस्ट को एकत्रित करने के लिए चार प्रमुख जगहों का चयन किया गया है। इनमें सेक्टर-23, देवड़ू, लिवान व रेवली के पास स्थित खाली जमीन को चुना गया, जहां शहरभर से मलबा उठाने के बाद इन जगहों पर डाला जाएगा। निर्धारित स्थानों पर मलबा पहुंचाने से सड़कों और सार्वजनिक स्थानों पर इसके बेतरतीब ढंग से जमा होने की समस्या कम करने में मदद मिलेगी। इसके लिए टेंडर प्रक्रिया पूरी कर ली गई है।

बेहतर होगी सफाई व्यवस्था, आवागमन में मिलेगी सुविधा

निगम की ओर से इस कार्य के लिए 60 लाख रुपये का टेंडर दिया गया है। वर्क ऑर्डर जारी होने के बाद शहर में मलबा उठाने का काम जल्द शुरू होने की संभावना है। अभियान के तहत सड़कों के किनारे और अन्य सार्वजनिक स्थानों पर जमा निर्माण सामग्री के अवशेषों को हटाने पर जोर रहेगा। इससे शहर में सफाई व्यवस्था बेहतर होने और लोगों को आवागमन में होने वाली परेशानी से राहत मिलने की उम्मीद रहेगी। साथ प्रदूषण को नियंत्रण किया जा सकेगा।

प्रताप स्कूल के यश राणा ने जीता गोल्ड



खरखौदा। प्रताप स्कूल खरखौदा के खिलाड़ी यश राणा ने 8 वीं राष्ट्रीय बैंडी (आइस हॉकी) प्रतियोगिता में अंडर-19 आयु वर्ग में स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय और क्षेत्र का नाम रोशन किया है। देहरादून में आयोजित इस राष्ट्रीय प्रतियोगिता में यश ने शानदार प्रदर्शन करते हुए यह उपलब्धि हासिल की। यश राणा की इस शानदार उपलब्धि पर प्रताप स्कूल परिसर में उनका भव्य स्वागत किया गया। इस अवसर पर द्रोणाचार्य अवार्डी एवं प्रताप स्कूल के स्पोर्ट्स डायरेक्टर ओमप्रकाश दहिया, विद्यालय प्राचार्या दया दहिया, एकेडमिक डायरेक्टर डॉ. सुबोध दहिया तथा कोच सुमनलता ने खिलाड़ी को बधाई दी और उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस अवसर पर द्रोणाचार्य अवार्डी ओमप्रकाश दहिया ने कहा कि यश राणा की उपलब्धि अन्य खिलाड़ियों के लिए भी प्रेरणास्रोत है।

सड़क सुरक्षा क्विज में जेएलएन की टीम प्रथम



गोहाना। खंड स्तरीय सडक सुरक्षा क्विज प्रतियोगिता के लेवल-वन में जेएलएन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की टीम ने प्रथम स्थान हासिल किया। बुधवार को स्कूल में विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया गया। समारोह की अध्यक्षता विद्यालय के एमडी एडवोकेट सुनील शर्मा और प्राचार्य डॉ. सचिन शर्मा ने की। संयोजन उप प्राचार्य सूरत शर्मा का रहा। प्रतियोगिता के लेवल वन यानी कक्षा तीसरी से कक्षा 5वीं में जेएलएन विद्यालय के विद्यार्थी लक्ष्य, शौर्य और काव्या की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त करके उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। बुधवार को विद्यालय में विजेता विद्यार्थियों को पदक एवं प्रशस्ति पत्र करके सम्मानित किया गया। प्राचार्य डॉ. सचिन शर्मा ने अपने संबोधन में कहा कि इस तरह की प्रतियोगिताओं के आयोजन से बच्चों में यातायात संबंधी नियमों का व्यावहारिक ज्ञान बढ़ता है और वे भविष्य में एक जिम्मेदार नागरिक बनते हैं।





गोहाना। विजेता विद्यार्थी एमडी निर्मल लाठर, प्राचार्य डॉ. मनजीत खासा व शिक्षकों के साथ। फोटो : हरिभूमि

ओपीएस कला संगम का ओवर ऑल विजेता बना

गोहाना। गोहाना-जींद मार्ग स्थित ओम पब्लिक स्कूल (ओपीएस) अंतर विद्यालय कला संगम समारोह का ओवरऑल बिजेता बना। इस समारोह में समूह नृत्य एवं समूहगान प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। बुधवार को विजेता विद्यार्थियों को स्कूल की एमडी निर्मल लाठर, प्राचार्य डॉ. मनजीत खासा और उप प्राचार्या रेखा बजाज ने समारोहपूर्वक सम्मानित किया। प्राचार्य डॉ. मनजीत खासा के अनुसार 17 अक्तूबर को ब्राइट स्कॉलर स्कूल सोनीपत में अंतर विद्यालय सांस्कृतिक संगम समारोह आयोजित किया गया। समारोह में 11 विद्यालयों की टीमों ने भाग लिया। इस समारोह में ओपीएस के विद्यार्थियों ने समूह नृत्य एवं समूहगान दोनों प्रतियोगिताओं में ओवरऑल ट्रॉफी कब्जा ली। समूह नृत्य में सम्पन्न, विद्युषी, अनुष्का, शावी, मानवी, सीमर, गीताली, दिव्या, शिया, पावी और प्रीत जबकि समूहगान में श्रेया, नव्या, अर्पिता, गीतांजली, हनिका, ईशानी, अर्श, सहज और मयंक की टीम ने अपनी धमाकेदार प्रस्तुति से कला प्रतिभा का लोहा मनवाया।

बिजली-पानी से लेकर प्रॉपर्टी टैक्स तक की समस्याएं लेकर पहुंचे लोग

हरिभूमि न्यूज ⏭ गन्नौर



गन्नौर। विधायक देवेंद्र कादियान जनता दरबार में लोगों की समस्याएं सुनते हुए।

लोगों की समस्याओं के समाधान के लिए विधायक देवेंद्र कादियान ने बुधवार को अपने निजी कार्यालय में खुला दरबार लगाया। इसमें बड़ी संख्या में लोग अपनी शिकायतें लेकर पहुंचे। सबसे ज्यादा समस्याएं बिजली, पानी, प्रॉपर्टी टैक्स और पंचायत विभाग से संबंधित रहीं। विधायक ने लोगों की शिकायतें सुनने के बाद संबंधित अधिकारियों को उनके समाधान के निर्देश दिए। वहीं, कई व्यक्तिगत समस्याओं का मौके पर ही समाधान कराया गया। विधायक देवेंद्र कादियान ने कहा कि क्षेत्र के लोगों की समस्याएं सुनना और उनका समाधान कराना उनकी प्राथमिकता है। कादियान ने कहा कि जनता की समस्याओं का समय पर समाधान होना जरूरी है।



गोहाना। नए डीसीपी विक्रांत भूषण को फूलों का गुलदस्ता भेंट करते हुए पुलिस अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

विक्रांत भूषण ने डीसीपी का पदभार संभाला

गोहाना। आईपीएस विक्रांत भूषण ने बुधवार को पुलिस उपायुक्त (डीसीपी) गोहाना के रूप में पदभार ग्रहण कर लिया। नए डीसीपी ने लोगों को भरोसा दिलाया कि आमजन की सुरक्षा, शांति व्यवस्था और कानून का पालन सुनिश्चित करने के लिए गोहाना पुलिस पूरी तत्परता से कार्य करेगी। क्षेत्र में सुरक्षा व्यवस्था को और अधिक मजबूत किया जाएगा। विक्रांत भूषण ने कहा कि क्षेत्र में शांति एवं कानून-व्यवस्था बनाए रखना पुलिस की सर्वोच्च प्राथमिकता है। व्यापारियों, दुकानदारों और आमजन को भयमुक्त वातावरण प्रदान किया जाएगा, ताकि प्रत्येक व्यक्ति सुरक्षित महसूस करे और बिना किसी भय के अपने दैनिक कार्य कर सकें। अपराध-असामाजिक गतिविधियों में संलिप्त व्यक्तियों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की जाएगी। कहा कि पुलिस का मुख्य उद्देश्य केवल अपराध होने के बाद कार्रवाई करना ही नहीं, बल्कि प्रभावी पुलिसिंग के माध्यम से अपराधों की रोकथाम करना भी है।

अंग्रेज़ी भाषण में प्रियांश ने मारी बाजी

खरखौदा। कल्पना चावला विद्यापीठ, खरखौदा में बुधवार को कक्षा छठी से आठवीं तक के विद्यार्थियों के लिए अंतरसदनीय अंग्रेजी भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें विद्यालय के तीनों सदनों—सत्यम, शिवम एवं सुंदरम के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रत्येक सदन से तीन-तीन विद्यार्थियों का चयन किया गया था। कार्यक्रम का मंच संचालन अध्यापिका निधि द्वारा कुशलतापूर्वक किया गया। विद्यार्थियों ने इन विषयों पर अंग्रेज़ी में अपने विचार प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किए। सभी प्रतिभागियों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया और अपनी भाषाई दक्षता, आत्मविश्वास एवं अभिव्यक्ति कौशल का शानदार प्रदर्शन किया। निर्णायक का दायित्व अध्यापक दीपक ने निभाया प्रतियोगिता के परिणाम के अनुसार सुंदरम सदन के प्रियांश ने प्रथम स्थान, सुंदरम सदन की कनिका ने द्वितीय स्थान तथा शिवम सदन की अवनी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

एचसीएस उत्तीर्ण करने पर ईशा को दी बधाई



सोनीपत। पूर्व विधायक सुरेंद्र पंवार ने कहा कि हरियाणा सिविल सेवा (एचसीएस) परीक्षा में प्रगति नगर एक्सटेंशन निवासी ईशा पांचाल ने 75वीं रैंक हासिल कर अपनी प्रतिभा और मेहनत का परिचय दिया है। उनकी इस उपलब्धि से परिवार और क्षेत्र में खुशी का माहौल है। सुरेंद्र पंवार ने ईशा के निवास स्थान पर पहुंचकर उन्हें बधाई दी और उज्ज्वल भविष्य की कामना की। पूर्व विधायक ने कहा कि ईशा ने अपनी मेहनत और लगन से एचसीएस परीक्षा में 75वीं रैंक हासिल कर अपनी योग्यता साबित की है। इससे क्षेत्र के अन्य युवाओं को भी आगे बढ़ने की प्रेरणा मिलेगी। उन्होंने कहा कि युवाओं की सफलता किसी भी समाज की प्रगति का महत्वपूर्ण आधार होती है।

ब्रह्मशक्ति स्कूल में मनाई महान सांगी निहालचंद की 139वीं जयंती

खरखौदा। ब्रह्मशक्ति सीनियर सेकेंडरी स्कूल, थाना कलां में हरियाणा के महान सांगी, उच्चकोटि के कवि एवं प्रसिद्ध समाजसेवी निहालचंद की 139 वीं जयंती श्रद्धापूर्वक मनाई गई। इस अवसर पर विद्यालय के प्राचार्य रामबीर सिंह ने उनके जीवन, साहित्यिक योगदान और समाजसेवा के कार्यों का स्मरण किया। प्राचार्य रामबीर सिंह ने बताया कि 21 अक्टूबर, 1887 को परमपिता परमात्मा ने निहालचंद जी को इस धरा पर शुभ कर्मों और लोककल्याण के लिए भेजा था। वे बहुमुखी प्रतिभा के धनी थे। उनका जीवन स्वच्छता, शुचिता, सादगी और उच्च नैतिक आदर्शों का प्रतीक था। उनकी आवाज अत्यंत मधुर एवं सुरीली थी। उनकी गायन प्रतिभा और काव्य-कौशल श्रोताओं को मंत्रमुग्ध कर देते थे। उनकी रचनाओं में लोकजीवन की संवेदनाओं, नैतिक मूल्यों और सामाजिक चेतना का सुंदर समन्वय देखने को मिलता था। निहालचंद जी ने अपनी रचनाओं और सांगी परंपरा के माध्यम से समाज में जागृति फैलाने का महत्वपूर्ण कार्य किया।



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 पास, 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

प्रहार | बेलगाम अपराध, भ्रष्टाचार व वादाखिलाफी को लेकर उठाए सवाल

सरकार के दो साल पूरे होने पर कांग्रेस ने बोला हमला

पत्रकारवार्ता के दौरान सरकार के कार्यकाल की विफलताओं को लेकर कांग्रेस ने मांगा जवाब

हरिभूमि न्यूज ⏭ सोनीपत



सोनीपत। जिला कांग्रेस भवन में पत्रकारों से बातचीत करते सांसद पंडित सतपाल, जिला शहरी अध्यक्ष कमल दीवान व अन्य। फोटो : हरिभूमि

हरियाणा में भाजपा की सरकार के तीसरे कार्यकाल के दो वर्ष पूरे होने पर प्रदेश कांग्रेस कमेटी के निर्देशानुसार जिला कांग्रेस भवन में बुधवार को पत्रकारवार्ता रखी गई। इस दौरान सोनीपत सांसद पंडित सतपाल ने पत्रकारों को संबोधित करते हुए प्रदेश सरकार के दो वर्षों के कार्यकाल से जुड़े विभिन्न मुद्दों को प्रमुखता से उठाया। साथ ही कुशासन, भय, भ्रष्टाचार, बेलगाम अपराध, वादाखिलाफी व जनविरोधी नीतियों को लेकर सरकार की कार्यप्रणाली पर सवाल खड़े किए। कांग्रेस ने कानून-व्यवस्था, आम नागरिकों की सुरक्षा और जनहित से जुड़े मुद्दों पर सरकार की जवाबदेही सुनिश्चित करने की आवश्यकता पर जोर दिया। पत्रकारवार्ता का उद्देश्य भाजपा सरकार के दो वर्षों की समीक्षा करते सरकार की कथित विफलताओं को जनता के सामने रखना और जनहित से जुड़े मुद्दों को प्रमुखता से उठाना रहा। कहा कि लोकतंत्र में किसी भी सरकार के कार्यकाल का आकलन केवल घोषणाओं और दावों के आधार पर नहीं, बल्कि जमीनी परिस्थितियों, और चुनाव के दौरान किए गए वादों को पूरा करने की दिशा में उठाए गए कदमों के आधार पर होना चाहिए।

ये रहे मौजूद

पत्रकारवार्ता में बरोदा से विधायक इंदुराज नरवाल, जिला कांग्रेस शहरी अध्यक्ष कमल दीवान, ग्रामीण अध्यक्ष संजीव दहिया, पूर्व विधायक सुरेंद्र पंवार, पद्म सिंह दहिया, जयवीर वाल्मीकि, वरिष्ठ नेता जयभगवान आंतिल, मनोज रिढ़ाऊ, प्रदीप गौतम, ऋतुराज प्रधान, पुनीत राणा, प्रेम नारायण गुप्ता, राकेश सौदा, पायल मलिक सहित कई कांग्रेस नेता एवं कार्यकर्ता मौजूद रहे।

सक्षम जूनियर एशियन चैंपियनशिप में दिखाएगा दम



सोनीपत। ज्ञान गंगा ग्लोबल स्कूल (जी-3) के सेपक टकरा खिलाड़ी सक्षम रांगी का चयन भारतीय जूनियर (अंडर-19) सेपक टकरा टीम में किया गया है। कक्षा 12वीं के छात्र सक्षम 26 से 30 नवंबर तक फिलीपींस में होने वाली जूनियर एशियन सेपक टकरा चैंपियनशिप में भारतीय टीम की तरफ से खेलेंगे। सक्षम की इस उपलब्धि से स्कूल में खुशी का माहौल है। स्कूल के चेयरमैन सुधीर जैन, डायरेक्टर ध्रुव जैन व प्राचार्य गीता चोपड़ा ने सक्षम रांगी को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। चेयरमैन सुधीर जैन ने बताया कि स्कूल के सेपक टकरा खिलाड़ियों ने चरखी दादरी में आयोजित 23 वीं सीनियर हरियाणा स्टेट सेपक टकरा चैंपियनशिप में शानदार प्रदर्शन कर जिले व विद्यालय का नाम रोशन किया था। प्रतियोगिता में सोनीपत की पुरुष टीम ने रेगु, क्वाड और डबल, तीनों स्पर्धाओं में कांस्य पदक जीतकर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। टीम में विद्यालय के खिलाड़ी सक्षम रांगी, दक्ष, देव और वीर शामिल रहे।

कर्मवीर बने हरियाणा नंबरदार एसो. के प्रदेश अध्यक्ष

सोनीपत। हरियाणा नंबरदार एसोसिएशन की बैठक बुधवार को लिवान गांव में लहना सिंह की अध्यक्षता में हुई। इसमें हरियाणा के सभी जिलों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। बैठक में संगठन को मजबूत बनाने और प्रदेश स्तर पर एकजुट होकर काम करने को लेकर विस्तार से चर्चा की गई। विचार-विमर्श के बाद सभी प्रतिनिधियों की सहमति से कर्मवीर सरोहा को एसोसिएशन का प्रदेश अध्यक्ष चुना गया। बैठक में प्रदेश कार्यकारिणी का भी गठन किया गया। इसमें डॉ. विजय सिंह चौहान को सचिव, कैथल के सतबीर सिंह को सहसचिव, पानीपत के जसबीर सिंह को कोषाध्यक्ष और कुरुक्षेत्र के खैरी निवासी रणबीर सिंह को सहकोषाध्यक्ष बनाया गया। यमुनानगर के शिव कुमार को प्रेस प्रवक्ता की जिम्मेदारी सौंपी गई।बैठक में नरेश यादव, जागीर सिंह, प्रताप छिक्कारा, रमेश माहरा मौजूद रहे।