तापमान

अधिकतम 28.8 डिग्री

न्यूनतम 7.8 डिग्री

हरिभूमि

हिसार भूमि

रोहतक, मंगलवार, 25 नवंबर, 2025

12 पतंजलि योग समिति एवं भारत स्वाभिमान ने किया सम्मानित

12 राष्ट्रीय कवि संगम की काव्य गोष्ठी आयोजित

सीजेआई सूर्यकांत के शपथ दिवस पर हिसार बार में किया हवन

सीजेआई सूर्यकांत की शपथ ली झूमे हिसार के अधिवक्ता व न्यायिक अधिकारी

हिसार बार एसोसिएशन ने सीजेआई सूर्यकांत के सम्मान में किया भव्य आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

■ शपथ ग्रहण समारोह का लाइव प्रसारण बड़े स्क्रीन पर दिखाया गया।

जिला बार एसोसिएशन द्वारा भारत के मुख्य न्यायाधीश पद की शपथ ग्रहण करने वाले न्यायमूर्ति सूर्यकांत के सम्मान में सोमवार को बार परिसर में भव्य आयोजन किया गया। दिन का शुभारंभ सुबह 9:30 बजे बार परिसर स्थित लिटिगेंट हॉल के निकट हवन यज्ञ से हुआ। इसके बाद सुबह 10 बजे बार रूम में माननीय न्यायमूर्ति सूर्यकांत के शपथ ग्रहण समारोह का लाइव प्रसारण बड़े स्क्रीन पर दिखाया गया। जैसे ही राष्ट्रपति भवन में शपथ ग्रहण की प्रक्रिया शुरू हुई बार रूम तालियों व ढोल नगाड़ों से गूंज उठा और इस खुशी में न्यायिक अधिकारी एवं अधिवक्तागण झूमने लगे।

गौरतलब है कि माननीय न्यायमूर्ति सूर्यकांत हिसार बार के पूर्व सदस्य रहे हैं जिसके चलते यह दिन बार एसोसिएशन के लिए गर्व और उत्साह से भरपूर रहा। कार्यक्रम में वरिष्ठ और युवा अधिवक्ताओं सहित न्यायिक अधिकारियों ने भी बड़ी संख्या में भाग लिया। इसी क्रम में सुबह 10 बजे से दोपहर 1 बजे तक परिसर में विशाल स्वास्थ्य शिविर एवं कृत्रिम अंग वितरण कार्यक्रम आयोजित हुआ। कार्यक्रम में जिला बार एसोसिएशन हिसार के वरिष्ठ अधिवक्तागण सुभाष गोदारा, अधिवक्ता लाल बहादुर खोवाल, अधिवक्ता जेएस मल्ली ,पी के मित्तल, राजेश जैन, अजय इलावादी, कुलवंत सैनी, गौरव बेनीवाल, कमल सहरावत, राजकिशन वशिष्ठ, शाम गोदारा, यशवंत सिंह, रमन, विपिन सोनी शाहिद काफी संख्या में न्यायिक अधिकारी एवं अधिवक्ता उपस्थित रहे।

हिसार। सीजेआई सूर्यकांत के शपथ लेने पर झूमते अधिवक्ता और न्यायिक अधिकारी।

नारनौंद बार एसोसिएशन ने लड्डू बाटकर मनाई खुशी

नारनौंद। जस्टिस सूर्यकांत को चीफ जस्टिस बनाए जाने पर नारनौंद बार एसोसिएशन की तरफ से लड्डू बाटकर खुशियां बनाई गई। उनकी उपलब्धि को लेकर पूरे क्षेत्र में खुशी की लहर है। नारनौंद बार एसोसिएशन के प्रधान ज्ञान प्रकाश लोहान, एडवोकेट कृष्ण काजल, चांदी लोहान, देव लोहान, एडवोकेट सुनील पनिहार, दीपक लोहान, संदीप लोहान, अमनदीप ढांडा, अर्जुन, जयवीर सैनी, विनोद गर्ग, अजय जांगड़ा इत्यादि ने बताया कि चीफ जस्टिस सूर्यकांत ने पूरे क्षेत्र का नाम रोशन कर दिया है। उन्होंने बताया कि जनवरी के महीने से नारनौंद में कोर्ट के काम शुरू होने की पूरी संभावना है। क्षेत्र के लोगों व बार एसोसिएशन की तरफ से उनको कोर्ट बनाने का मांग पत्र सौंपा गया था।

सीजेआई शपथ ग्रहण समारोह में हुए शामिल

हिसार बार के लिए गौरवपूर्ण क्षण सुप्रीम कोर्ट पहुंचे हिसार के वकील

हिसार। सीजेआई सूर्यकांत के शपथ ग्रहण समारोह में शामिल हुए हिसार-हांसी के वकीलों का दल। फोटो : हरिभूमि

■ शपथ ग्रहण के बाद हिसार-हांसी के वकीलों से सीजेआई सूर्यकांत ने की मुलाकात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

जिला बार एसोसिएशन हिसार के लिए सोमवार का दिन इतिहास के सुनहरे अक्षरों में दर्ज होने वाला रहा। भारत के नए मुख्य न्यायाधीश (सीजेआई) माननीय न्यायमूर्ति सूर्यकांत के शपथ ग्रहण समारोह में सोमवार को हिसार व हांसी के वरिष्ठ एवं युवा अधिवक्ताओं का एक विशेष प्रतिनिधि दल दिल्ली स्थित सर्वोच्च न्यायालय पहुंचा और इस ऐतिहासिक क्षण का प्रत्यक्ष साक्षी बना।हिसार बार के पदाधिकारियों प्रधान एडवोकेट संदीप बूरा, सचिव एडवोकेट समीर भाटिया,उप प्रधान एडवोकेट विकास पुनिया,सहसचिव एडवोकेट सुनील भारद्वाज और सहसचिव एडवोकेट सुनील सहदेव सोनी ने बताया कि यह अवसर हर अधिवक्ता के लिए भावुक, प्रेरणादायक और गौरवपूर्ण रहा क्योंकि माननीय जस्टिस सूर्यकांत ने अपने विधिक जीवन की शुरुआत हिसार अदालत से ही की थी।

जल्द देंगे सीजेआई को हिसार आने का निमंत्रण

जिला बार एसोसिएशन हिसार के प्रधान एडवोकेट संदीप बुरा और सचिव एडवोकेट समीर भाटिया राष्ट्रपति भवन में आयोजित सीजेआई जस्टिस सूर्यकांत के ऐतिहासिक शपथ ग्रहण समारोह में विशेष रूप से मौजूद रहे। उधर, बार प्रधान व सचिव ने इच्छा व्यक्त की कि सीजेआई सूर्यकांत जल्द ही हिसार आएं और जिला बार एसोसिएशन के सदस्यों को संबोधित करें।

हांसी। सर्व व्यापार मंडल के व्यापारियों के साथ मीटिंग करते पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन। फोटो : हरिभूमि

शराब ठेकेदार आबकारी पॉलिसी के नियमों में कोई लापरवाही न बरतें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

■ व्यापारियों ने एसपी को दिए सुझाव, अमल करने का एसपी ने दिया आश्वासन

■ सर्राफा व्यापारियों, पेट्रोल पंप संचालकों, बैंक अधिकारियों व शराब ठेकेदारों संग सुरक्षा के मद्देनजर पुलिस अधीक्षक ने की गोष्ठी

पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन व उप पुलिस अधीक्षक हांसी विनोद शंकर ने पुलिस जिला हांसी में सुरक्षा को मद्देनजर रखते हुए सर्राफा व्यापार मंडल के पदाधिकारियों, पैट्रोल पंप संचालकों, बैंक अधिकारियों व शराब के ठेकेदारों संग बैठक की गई। मीटिंग में व्यापारियों व व्यापारिक प्रतिष्ठानों की सुरक्षा व्यवस्था के लिए व्यापार मंडल के पदाधिकारियों को अवगत कराया गया तथा व्यापार मंडल के पदाधिकारियों द्वारा दिए गए सुझावों को भी अमल में लाने का आश्वासन दिया गया। पुलिस अधीक्षक ने शराब ठेकेदारों को कहा कि शराब के ठेकों को आबकारी पोलिसी के तहत संचालन करे नियमों में कोई लापरवाही न बरतें। ठेकों पर हाई रेज्युलेशन के कैमरे लगवाए जिसमें ज्यादा से ज्यादा दिनों की रिकॉर्डिंग सेव रह सके कैमरों की फुटेज साफ होगी। जिससे अपराधियों की पहचान करने तथा उनको पकड़ने मे आसानी होगी। एसपी ने कहा कि बैंक अधिकारियों बैंक परिसरों मे अपराधियों की पहचान के लिए सॉफ्टवेयर से लैस उन्नत निगरानी व उच्च गुणवत्ता वाले मेगापिक्सल कैमरे लगाने का सुझाव दिया। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि बाजार में गश्त बढ़ाकर सुरक्षा के कड़े प्रबंध किए गए है। एसपी ने पेट्रोल पंप संचालकों से कहा कि कैमरों को इस प्रकार स्थापित करवाएं कि सामने से गुजरने वाले व्यक्तियों के हाव भाव, उनका चेहरा और वाहनों की नंबर प्लेट स्पष्ट रूप से दिखाई दें।

मारपीट व मोबाइल पेमेंट ठगी मामले में 3 गिरफ्तार

■ आरोपी ने चाकू की नौक पर धमकाया

हिसार। सिविल लाइन पुलिस ने एक युवक से मारपीट कर मोबाइल छीनने व उस मोबाइल के माध्यम से उसके बैंक खाते से राशि ट्रांसफर करने के मामले में तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। इनमें कंवारी गांव निवासी नकेश उर्फ निक्कू तथा कैमरी रोड स्थित संत विहार निवासी अमित व इसी कॉलोनी का विकास उर्फ बागी शामिल है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि इस संबंध में सहारा कौशल विकास महाविद्यालय, पटेल नगर में कार्यरत टिंकू ने थाना सिविल लाइन में शिकायत दी थी। शिकायत के अनुसार इस वर्ष 26 मई को रात्रि लगभग 9:30 बजे वह नहर और महाविद्यालय के बीच स्थित सड़क पर पुल के नीचे टहल रहा था। इसी दौरान चार अज्ञात युवक वहां पहुंचे और उसके साथ मारपीट करते हुए उसका मोबाइल फोन छीन लिया। शिकायतकर्ता ने बताया कि एक आरोपी ने चाकू दिखाकर धमकाया और फोन का पासवर्ड बताने के लिए दबाव बनाया। आरोपियों ने उसके मोबाइल से गूगल पे के माध्यम से पांच हजार रुपये एक क्यूआर कोड पर ट्रांसफर कर लिए। बाद में आरोपियों ने मोबाइल की हिस्ट्री डिलीट करवाकर उसे फोन वापस कर दिया। पुलिस ने दी गई शिकायत पर केस दर्ज करके छानबीन करते हुए उपरोक्त तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया।

खबर संक्षेप

अवैध पिस्तोल और दो कारतूस से एक गिरफ्तार

हिसार। सीआईए टीम ने जहाजपुल क्षेत्र से एक व्यक्ति को काबू करके उससे एक अवैध पिस्तोल और दो जिंदा कारतूस बरामद किए है। एएसआाई सुरेंद्र सिंह ने बताया कि पुलिस टीम ने गश्त के दौरान सूचना के आधार पर जहाजपुल से एक व्यक्ति को काबू किया। पूछताछ में उसने अपना नाम ठंडी सड़क निवासी शुभ बताया। तलाशी लेने पर उक्त शुभ के कब्जे से एक अवैध पिस्तोल और दो जिंदा कारतूस बरामद हुए। पुलिस ने पिस्तोल व कारतूस कब्जे में लेकर उसे गिरफ्तार कर लिया।

स्वच्छता नियमों के उल्लंघन पर किए चालान

हिसार। निगमायुक्त नीरज के निर्देश पर सोमवार को निरीक्षण के दौरान सीटीएल प्रदीप जाखड़ और तकनीकी विशेषज्ञ जसबीर कुंडू ने पारिजात चौक के आसपास जांच की। इस दौरान दो दुकानदारों को सिंगल यूज प्लास्टिक का उपयोग करने और दो दुकानदारों को डस्टबिन का प्रयोग न करने पर चालान किया गया। चारों चालान 1200 रुपये के थे। निरीक्षण टीम ने लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक भी किया और उन्हें सलाह दी कि सिंगल यूज प्लास्टिक के बजाय कपड़े के थैले जैसे पर्यावरण अनुकूल विकल्प अपनाएं।

निगम ने 17 बेसहारा पशुओं पकड़कर भेजा गौ-अभ्यारण

हिसार। नगर निगम का बेसहारा पशुओं को पकड़ने का अभियान की निरंतर जारी हैं। एएसआई संदीप कुमार ने बताया कि टीम सोमवार को सेक्टर 16-17और शिव कॉलोनी से बेसहारा पशु पकड़ने का अभियान चलाया गया। इस दौरान टीम ने 17 बेसहारा पशुओं को पकड़कर गौ-अभ्यारण में भेजा गया। टीम के साथ ऑफिस सहायक सुरेन्द्र वर्मा सहित पुलिस विभाग की टीम भी मौजूद रही।

गुजवि में स्वास्थ्य जांच शिविर 26 को

हिसार। गुरु जंभेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के स्वास्थ्य केंद्र एवं महिला क्लब की ओर से सर्वेश हेल्थ सिटी हिसार के सौजन्य से 26 नवंबर को विश्वविद्यालय में एन्डोक्रिनोलोजी, ईएनटी एवं ओरथोपैडिक्स से संबंधित स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया जाएगा। विश्वविद्यालय की वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी (एसएमओ) डॉ. सरीना हसीजा ने बताया कि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. नरसीराम बिश्नोई इस स्वास्थ्य जांच शिविर में मुख्य अतिथि होंगे। विश्वविद्यालय की प्रथम महिला एवं विश्वविद्यालय महिला क्लब की संरक्षक डॉ. वंदना बिश्नोई इस जांच शिविर की अध्यक्षता करेंगी। सर्वेश हेल्थ सिटी के न्यूरोसर्जन एवं चेयरमैन डॉ. उमेश कालरा विशिष्टि अतिथि के रूप में उपस्थित रहेंगे।

श्री किसान धाम लाडवा गोशाला में 17वां वार्षिक श्रद्धांजलि समारोह

गोसेवा ही सबसे बड़ा धर्म: रणबीर गंगवा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

■ कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने की शिरकत

श्री किसान धाम लाडवा गोशाला परिसर में सोमवार को 17वां वार्षिक श्रद्धांजलि समारोह एवं श्रीमद् भागवत कथा महोत्सव आयोजन किया गया। इस भव्य आयोजन में क्षेत्र के हजारों श्रद्धालुओं ने भाग लिया और संत-महात्माओं के दिव्य प्रवचनों का श्रवण किया। हरियाणा के लोक निर्माण एवं जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर गंगवा ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। गोशाला पहुंचकर उन्होंने गौ माता और उपस्थित संत-महात्माओं का आशीर्वाद प्राप्त किया। कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने गौ सेवा के लिए11 लाख रुपये की अनुदान राशि देने की घोषणा की। उपस्थित जनसमूह को संबोधित करते हुए उन्होंने गौशाला प्रबंधन के द्वारा किए जा रहे नेक कार्यो की सराहना की। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि गोसेवा को सबसे बड़ा धर्म बताते हुए कहा कि भारतीय संस्कृति में गोमाता का स्थान सर्वोपरि है। हमारा कर्तव्य है कि हम इन गोशालाओं के संचालन में अपना अधिकतम सहयोग दें। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि हरियाणा सरकार ने गौवंश के संरक्षण एवं संवर्धन के लिए ऐतिहासिक कानून लागू किया है। सरकार ने गोशालाओं के लिए बजट की राशि बढ़ाकर भी 600 करोड़ रुपये किया है। इस अवसर पर गौशाला प्रधान आनंद राज, स्वामी राजदास, रघुवीर पुनिया, कुलदीप पूनिया, मोहन शर्मा, मनबीर शर्मा, पूर्ण प्रजापति, जयवीर पघांल, सचिन शर्मा, विनोद बंसल, नसीब सुरा, क्षेत्र के सामाजिक कार्यकर्ता और गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

हिसार। कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा को स्मृति चिन्ह देते आयोजक।

रविदास नगर के लोगों को एचएसवीपी के नोटिस मिलने से हड़कंप

आदमपुर। रविदास नगर के लोगों को एचएसवीपी द्वारा नोटिस मिलने से हडकंप मच गया है। कॉलोनी वासियों का कहना है कि नोटिस में जगह खाली करने के आदेश दिए गए है। उन्होंने बताया कि वे यहां पिछले 40 से 50 सालों से रह रहे हैं तथा उन्हें बिजली, पानी व सीवरेज के कनेक्शन भी मिले हुए हैं एवं वे बिल भी भर रहे हैं। उन्होंने दावा किया कि सरकार के नियमों के मुताबिक भी जो 20 से 30 वर्ष भी साल से कहीं रह रहा है तथा बिजली बिल भर रहे है उसका क्षेत्र दुकान या मकान खाली नहीं कराया जा सकता। उसके बावजूद उन्हें नोटिस मिलना समझ से दूर की बात है । इस बारे में कॉलोनी के लोगों ने भाजपा नेता कुलदीप बिश्नोई ने से संपर्क किया है तथा कुलदीप बिश्नोई ने भी उनकी समस्याएं सुनी एवं कहा कि उन्हें कोई परेशानी नहीं होने दी जाएगी तथा समस्या का सरकार से मिलकर हल करवाया जाएगा।

मेयर ने किया शुभारंभ, 10 लाख से अधिक की आएगी लागत

मॉडल टाउन स्थित कावेरी पार्क के नवीनीकरण कार्यों का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

मेयर प्रवीण पोपली ने सोमवार को मॉडल टाउन स्थित कावेरी पार्क के विभिन्न विकास कार्यों का विधिवत शुभारंभ किया। इन कार्यों पर लगभग 10 लाख 23 हजार रुपये की धनराशि व्यय की जाएगी। इस अवसर पर नगर निगम के कई अधिकारी, स्थानीय पार्षद तथा गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

मेयर प्रवीण पोपली ने इस अवसर पर कहा कि नगर निगम द्वारा शहर के प्रत्येक वार्ड में समान रूप से विकास कार्य करवाए जा रहे हैं। उन्होने कहा कि नागरिकों की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए पार्कों के नवीनीकरण, सड़कों की मरम्मत, जल निकासी व्यवस्था और साफ-सफाई को मजबूत करने जैसे कार्यों पर विशेष फोकस किया जा रहा है। कावेरी पार्क में होने वाले विकास कार्यों की जानकारी देते हुए मेयर ने बताया कि लगभग 10 लाख 23 हजार रुपये की लागत से कई महत्वपूर्ण सुधार और निर्माण कार्य किए जाएंगे। इसमें फुटपाथ का निर्माण, ग्रील और गेट की पेंटिंग, मुख्य द्वार को चौड़ा करना, घोलपुर पत्थर की मरम्मत, चबूतरे की फेंसिंग तैयार करना और अन्य सौंदर्यीकरण कार्य शामिल हैं। कार्यक्रम के दौरान पार्षद संजय डालमिया, पार्षद जगमोहन मित्तल, कार्यकारी अभियंता अमित कौशिक, जेई सुमीत नुनाच, विधायक सावित्री जिंदल के पीए ललित शर्मा, कालड़ा, धर्मवीर शर्मा आदि शामिल रहे।

हिसार। निर्माण कार्यों का शुभारंभ करते मेयर प्रवीण पोपली व अन्य।

दीनबंधु चौधरी सर छोटूराम की 145वीं जयंती पर कार्यक्रम आयोजित

समाज में एकरूपता लाने के लिए सर छोटूराम के दिखाए मार्गों पर चलने का आह्वान

■ राज्य सभा सांसद सुभाष बराला व प्रबुद्धजनों ने की शिरकत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

दीनबंधु चौधरी सर छोटूराम की 145वीं जयंती पर जाट धर्मशाला में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। राज्य सभा सांसद सुभाष बराला ने कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। चौधरी छोटूराम को याद करते हुए उन्होंने कहा कि चौधरी छोटूराम एक महान शख्सियत थे। वे किसी एक विशेष वर्ग के नहीं बल्कि 36 बिरादरी के नेता थे। उन्होंने कहा कि किसान और मजदूर वर्ग के लिए जो कार्य उन्होंने किए है। उनको याद रखने के लिए ऐसे कार्यक्रम होते रहने चाहिए। उन्होंने समाज में एकरूपता लाने के लिए चौधरी छोटूराम के दिखाए मार्गों पर चलने का आह्वान किया। उन्होंने समाज में व्याप्त जातिवादी जहर को समाप्त करने के लिए समाज के लोगों को आगे बढ़ने की अपील की। राज्य सभा सांसद बराला ने धर्मशाला के लिए सांसद निधि से 15 लाख रुपये की राशि देने की घोषणा की। इस दौरान उन्होंने सामाजिक क्षेत्र में प्रमुख भूमिका निभाने वाले सामाजिक संस्थाओं के सदस्यों तथा विभिन्न क्षेत्रों में देश व प्रदेश का नाम रोशन करने वाले व्यक्तियों को भी सम्मानित किया। जाट धर्मशाला प्रधान संजीव कोहाड़ ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। मंच संचालन प्रो मनदीप मलिक ने किया।

हिसार। कार्यक्रम में उपस्थित राज्य सभा सांसद सुभाष बराला।

अभियान ऑटो मार्केट में आज से शुरू होगा 9 दिन का अतिक्रमण हटाओ महाअभियान

अतिक्रमण को लेकर नगर निगम प्रशासन ने दिखाई सख्ती

अतिरिक्त निगम आयुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा ने लिया हालात का जायजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

ऑटो मार्केट में अतिक्रमण और अव्यवस्थित यातायात की शिकायतों को देखते हुए नगर निगम ने अब सख्त रुख अख्तियार कर लिया है। मेयर प्रवीण पोपली और निगमायुक्त के निर्देशानुसार सोमवार को तहबाजारी टीम ने ऑटो मार्केट सहित शहर के अन्य क्षेत्रों अतिक्रमण हटाने का कार्य किया है। इसके साथ ही यह भी मुनादी करवाई गई कि मंगलवार से ऑटो मार्केट में नौ दिन तक अतिक्रमण हटाओ विशेष महाअभियान चलाया जाएगा। इस महाअभियान का मुख्य उद्देश्य ऑटो मार्केट की सड़कों और गलियो को अवैध कब्जों से मुक्त कराना है ताकि दुकानदारों ग्राहकों और राहगीरों को बिना किसी परेशानी के आवागमन की सुविधा मिल सके। पिछले काफी समय से यहां फुटपाथ, सड़कों और मार्केट में सामान फैलाकर बैठे दुकानें सड़क तक बढ़ा देने और वाहनों के अनियमित खड़े होने की शिकायतें मिल रही थीं। इससे न केवल बाजार की सुंदरता प्रभावित हो रही थी। बल्कि अक्सर जाम की स्थिति भी उत्पन्न हो जाती थी।

हिसार। दिशानिर्देश देते अतिरिक्त निगम आयुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा। फोटो : हरिभूमि

अतिक्रमण बर्दाश्त नहीं किया जाएगा

सोमवार को कार्रवाई के दौरान अतिरिक्त निगम आयुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा स्वयं मौके पर पहुंचे और पूरे क्षेत्र का निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों से स्थिति की विस्तृत जानकारी ली और मौके पर ही निर्देश जारी किए कि किसी भी प्रकार का अतिक्रमण बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। उन्होंने कहा कि अभियान का लक्ष्य सिर्फ कुछ दिनों के लिए सफाई कर देना नहीं बल्कि मार्केट को स्थायी रूप से अतिक्रमण मुक्त बनाए रखना है।

हरिभूमि
रोहतक,मंगलवार
25 नवंबर 2025

सहेली

किसी पर भी ऐसी बड़ी विपदा आ सकती है कि वह टूट जाए, जीवन में एकदम अकेला हो जाए। अगर वह स्त्री है तो उसके जीवन का संकट और गहरा हो जाता है। ऐसी स्थिति में समझदारी के साथ धैर्य और साहस से काम लिया जाए तो हम बड़े से बड़े संकट से उबर सकते हैं। आशा की नई किरणों से जीवन में छाए अंधेरे को छांटकर, खूबसूरत जिंदगी जी सकते हैं।

अकेले हैं तो क्या गम है नजरिया बदलें और खुश रहें

कवर स्टोरी
प्रतिभा अग्निहोत्री

अपने इकलौते युवा बेटे को एक दुर्घटना में खोने से गीता बहुत दिनों तक अपसेट रहीं, लेकिन फिर उन्होंने अपने आपको संभाला। अब वह जिंदादिली से अपना जीवन जी रही हैं। छोटे-बड़े किसी भी समारोह में पहुंचकर वह अपने मधुर स्वभाव से वहां का वातावरण खुशनुमा बना देती हैं, उनसे मिलकर हर इंसान सकारात्मकता से भर उठता है। गीता बताती हैं, 'पति के देहांत के बाद बेटा ही एकमात्र सहारा था। एक पल को ऐसा लगा था, मानो अब सब कुछ खत्म हो गया। अपने दुखों के बारे में सोचते-सोचते कभी-कभी तो मुझे इतना तनाव हो जाता था कि रात में नींद नहीं आती थी। खाना नहीं बनाती थी और यदि किसी तरह बन गया तो खाने की इच्छा ही नहीं होती थी। इसी तरह दिन गुजर रहे थे, फिर एक दिन लगा कि इंसान का जन्म बहुत मुश्किल से मिलता है। और एक मैं हूं कि अपनी इस जिंदगी को यूं ही बर्बाद किए जा रही हूं। इस तरह तो एक दिन बीमार होकर बेड पर आ जाऊंगीं फिर क्या होगा? बस उस दिन से दुःख, अवसाद और तनाव को हटाकर मैं यथार्थ में आ गई। लगा कि अभी तो बहुत कुछ करना शेष है, और उसी दिन से मेरा जीवन को देखने का नजरिया ही बदल गया।

तनाव को ना हावी होने दें: वास्तव में अकेलापन कोई समस्या नहीं है बल्कि हमारे ही नकारात्मक विचारों से उत्सर्जित तरंगों द्वारा निर्मित एक अहसास, मनोभाव और विचार है। काउंसलर कीर्ति वर्मा कहती हैं, 'अवसाद की शुरुआत तनाव से होती है। जब यह तनाव निरंतर मन-मस्तिष्क पर हावी रहता है तो इंसान अकेलेपन का शिकार हो जाता है। यह स्थिति लंबे समय तक रहती है तो फिर इंसान अवसाद में आ जाता है। इसलिए जरूरी है कि हम खुद पर अकेलेपन को हावी नहीं होने दें।'

वेबएमडी के एक सर्वे के अनुसार अकेलेपन के कारण 26 प्रतिशत तक समय पूर्व मृत्यु की और 32 प्रतिशत स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए आवश्यक है कि जैसे ही यह खालीपन आपके मन-मस्तिष्क में जगह बनाने लगे तो सचेत होकर स्वयं को सकारात्मक दिशा में लगा दें ताकि समस्या और अधिक गंभीर न हो।

दोस्तों और परिवार से मिलें: मनोवैज्ञानिकों के अनुसार दोस्तों और परिवार के सदस्यों से मिलना-जुलना बेहद जरूरी है। जब हम अपने प्रियजनों और इष्टमित्रों से मिलते हैं तो डोपामाइन हार्मोन रिलीज होता है, जो हमारे विचारों में सकारात्मकता का समावेश करता है, इसलिए जब भी समय मिले, अपने परिवार और दोस्तों के साथ समय अवश्य बिताएं। अपनी सखियों के साथ घूमने जाएं, उन्हें भोजन पर बुलाएं, गेम खेलें परंतु केवल उन्हीं दोस्तों के साथ, जिनसे मिलकर आपको खुशी मिलती हो।

नजरिया हो सकारात्मक: जब भी अकेलेपन के तनाव के कारण अवसाद में जाने लगें तो जीवन को देखने का नजरिया बदलें। अपनी ही स्थिति पर हरदम दुःखी होते रहने की अपेक्षा अपने से कमतर लोगों को देखें, आप पाएंगी कि आपसे अधिक सुखी इस संसार में कोई दूसरा नहीं है। सुखी इंसान सौ प्रतिशत वही है, जो हाथ-पैर और दिलो-दिमाग से पूरी तरह फिट है। हमें यह समझना चाहिए कि सुख-दुख जीवन के दो पहलू हैं, जिसमें कभी एक पहलू कमजोर होता है तो कभी दूसरा।

नकारात्मक लोगों से बनाएं दूरी: नकारात्मकता जहां आपके सोचने-समझने की शक्ति को क्षीण करके मन-मस्तिष्क को तनावग्रस्त करती है, वहीं सकारात्मकता असीम ऊर्जा का संचार करके मनुष्य की रचनात्मक शक्ति में वृद्धि करती है। इसके लिए आवश्यक है कि आप नकारात्मक लोगों से दूर रहें, क्योंकि ये लोग निराशा से भरे होते हैं, अपने निराशा भरे विचार आपके पास छोड़ते हैं, जिससे आप भी प्रभावित होती हैं। गृहिणी अनीता कहती हैं, 'मैं नेगेटिव लोगों से दो फुट की दूरी बनाकर रखती हूं, क्योंकि ऐसे लोग जब भी मिलते हैं, मेरे अच्छे खासे दिमाग में अपना कचरा छोड़ जाते हैं, जिससे जीवन में रुकावटें आती हैं।'

छोटी-छोटी खुशियों को सेलिब्रेट करें: जीवन के प्रति सदैव सकारात्मकता से भरपूर रहने वाली अनुभा कहती हैं, 'मेरे लिए हर नया दिन एक उत्सव जैसा होता है। अपनी मीटिंग के सफल हो जाने पर मनचाही मूवी देख लेने पर, दी गई समय सीमा में कार्य पूर्ण हो जाने पर या सप्ताहांत का अवकाश, मुझे असीम खुशी देता है, क्योंकि मेरी नजर में खुश होना या खुशी मनाना एक अहसास है, जिसके लिए किसी बड़ी घटना, कार्य या बहुत पैसे का होना जरूरी नहीं है।'

खुशी देना सीखें: किसी सहेली की कोई रेसिपी या पेंटिंग, सिंगिंग की तारीफ या किसी के विवाह, जन्मदिन की वर्षगांठ पर मैसेज के स्थान पर फोन कॉल करके बधाई देना, आपको सकारात्मकता से भर देगा। किसी भूखे को खाना खिलाना, गार्ड या मेड को गरमा-गरम चाय पिलाने से उसके चेहरे पर आई खुशी आपको ऊर्जा से भर देगी।

जीवन को सरलतम तरीके से जिएं: कुछ लोग बेवजह का अहंकार पालकर अपने जीवन को दुरुह बना लेते हैं। इसकी अपेक्षा आप जीवन को जितने सरल तरीके से जिएंगी, जीवन आपको उतना ही खूबसूरत लगेगा। अपने एकाकी जीवन में अपनी सोच में बदलाव लाकर, उसे सकारात्मक बनाकर आप अपने बेशकीमती जीवन को खूबसूरत बना सकती हैं।

फिट रहना है जरूरी

हम सदियों से सुनते आए हैं, निरोगी काया इस जीवन का सबसे बड़ा सुख है। इसके लिए आवश्यक है कि आप प्रतिदिन कम से कम 40 मिनट स्वयं को दें। इस अवधि में आप इच्छानुसार वॉकिंग, जिमिंग, योगा अथवा व्यायाम करें।

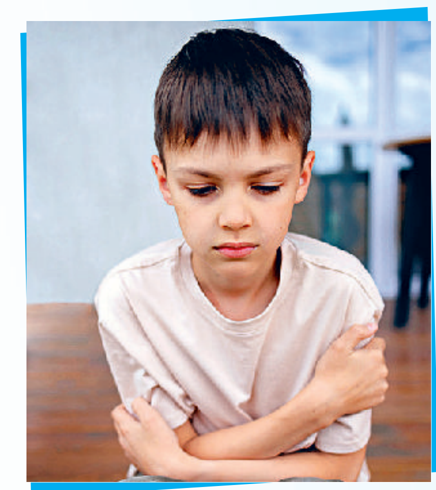
आहार हो पौष्टिक

अकसर देखा जाता है कि अकेला इंसान अपने लिए भोजन बनाने में आलस्य करता है या एक टाइम बनाकर दो या तीन टाइम तक बासी खाना खाता है। ऐसा करने की अपेक्षा हरदम पौष्टिक और ताजा भोजन खाने का प्रयास करें।

बच्चों को ना रखें डरा-धमका कर

कुछ पैरेंट्स अपने बच्चों को बहुत डरा-धमकाकर रखते हैं। इससे वे डरे-सहमे रहते हैं। उनके व्यक्तित्व का विकास बाधित होता है। पैरेंट्स बच्चों की परवरिश में किन बातों का ध्यान रखें कि वे दब्बू ना बनकर निर्भीक-साहसी बनें और सफल हों।

परवरिश
रेखा शाह आरबी



अकसर यह देखा जाता है, जब कभी छोटे बच्चे ज्यादा तंग-परेशान करते हैं तो पैरेंट्स यह कहकर उन्हें डराते हैं, 'चुपचाप सो जाओ, नहीं तो भूत आकर ले जाएगा।' इस तरह अलग-अलग तरीकों से बच्चों को डराया जाता है। हमें यह समझना चाहिए, बच्चों का मन बहुत कोमल होता है, वे डर जाते हैं। उनके मन में हमेशा के लिए भय का बीजारोपण हो जाता है। पैरेंट्स को यह अनुमान ही नहीं होता कि बच्चे के भीतर बचपन में एक डर समा रहा है। पैरेंट्स अलग-अलग डर से बच्चों को डराते हैं। ऐसा करना गलत है, उनके व्यक्तित्व विकास में बाधक है।

जीवन भर रहता है प्रभाव: हम सब जीवन भर किसी न किसी डर का सामना करते रहते हैं। ऐसा कोई भी नहीं है, जो किसी बात से डरता ना हो। कभी-कभी हमारे जीवन में ऐसे अनेक अवसर आते हैं कि हम अपने जीवन में बहुत आगे बढ़ सकते हैं, लेकिन अपने डर के कारण हम उन मौकों को गंवा देते हैं। बाद में जब उसी काम को करके दूसरों को सफल होते देखते हैं तो सोचते हैं, 'काश! हमने भी यह प्रयास किया होता।' यह 'काश' की नींव हमारे बचपन में हमारे पैरेंट्स रखते हैं, मतलब हम सफल होंगे या असफल।

पैरेंट्स से सीखता है डरना: हमें याद रखना चाहिए कि जब हम जन्म लेते हैं तो हमारे भीतर किसी वस्तु या स्थान के प्रति कोई भय नहीं होता है। एक छोटा बच्चा मात्र दो चीजों से डरता है- एक तेज आवाज और दूसरे नीचे गिरने से। बाकी दुनिया के सारे डर बच्चा अपने भाई-बहनों और माता-पिता से सीखता है। जब भी कोई शिशु नई वस्तु या किसी नई परिस्थिति में पड़ता है तो पैरेंट्स की तरफ देखता है। जब वह पैरेंट्स को भयभीत देखता है तो वह भी सहम जाता है। यदि निडर देखता है तो वह भी निडरता का व्यवहार करने लगता है। आप एक शिशु के सामने कोई खूंखार जानवर खड़ा कर दीजिए, वह भयभीत नहीं होगा। क्योंकि उसे नहीं मालूम कि वह खतरनाक है या नहीं। वह उस खूंखार जानवर के साथ अपने माता-पिता के व्यवहार को ऑब्जर्व करता है। यदि माता-पिता डरते हैं तो वह भी डरता है, यदि नहीं डरते हैं तो बच्चा भी नहीं डरता है। दुनिया भर के डर, बच्चों को अपने माता-पिता और परिजनों द्वारा मिलते हैं। हम कई बार अपने अनुचित डर के कारण भी पिछड़ते और कुंठित होते चले जाते हैं। यानी बच्चों को सारे डर अपने परिवार से ही मिलते हैं। निडरता और साहस भी अपने परिवार से मिलता है। अगर बचपन से ही बच्चों पर ध्यान दिया जाए, उन्हें गैर जरूरी चीजों से डराया ना जाए तो उनका ज्यादा बेहतर तरीके से विकास होगा। इसलिए जरूरी है, बच्चे डरकर नहीं रहें, खुलकर बोलें और अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करें, ताकि उनका सर्वांगीण विकास हो।

बात-बात पर डांटने का पड़ता है बुरा असर

कुछ बच्चों को अपनी बात किसी के सामने निर्भय होकर रखने में एक डर लगता है। बच्चा यही सोचता है कि सामने वाला उसके बारे में क्या सोचेगा? इस तरह वह खुलकर कभी बोल ही नहीं पाता। यह एक सामाजिक डर है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि बचपन में कई बार पैरेंट्स बच्चों को डांट कर चुप कराते रहते हैं। उन्हें उनकी मन की बात नहीं कहने देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि आगे चलकर बच्चा किसी के सामने कोई बात कहने में संकोच करता है। अपनी बात खुलकर कभी नहीं कह पाता।

स्पेशल: इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन, 25 नवंबर

देश-दुनिया में आज भी महिलाओं के प्रति समाज का नजरिया प्राय: अमानवीय बना हुआ है। उनके विरुद्ध शारीरिक-मानसिक हिंसा होती ही रहती है। आज का दिन स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हर तरह की हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। ऐसे में हर किसी को अपनी भूमिका निभानी चाहिए।

महिलाओं के विरुद्ध हिंसा मिले अपनों का साथ

मुद्दा
डॉ. मोनिका शर्मा

हर वर्ष मनाया जाने वाला 'इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन', स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। महिलाओं के खिलाफ वॉयलेंस को रोकने और जेंडर आधारित हिंसा के खिलाफ कार्रवाई का आह्वान करने के लिए इस दिन दुनिया भर में सजगता लाने के प्रयास किए जाते हैं। हर जगह स्त्रियों के साथ समान और सम्मानजनक व्यवहार करने के भाव को बल देने से जुड़ी कोशिशें की जाती हैं। गौरतलब है कि हर साल 25 नवंबर से शुरू हुई जागरूकता लाने वाली यह मुहिम भी सोलह दिन तक चलती है। वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन को लेकर सजगता लाने, संवेदनशील सोच को बढ़ावा देने और हिंसा खत्म करने वाली 16 दिनों की यह मुहिम 10 दिसंबर को अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस के साथ समाप्त होती है।

घर-परिवार में मिले सपोर्ट: महिलाओं के आत्मसम्मान को चोट पहुंचाने वाले हिंसक व्यवहार पर लगाम लगाने के लिए समाज में संवेदनाएं पोषित करने का प्रयास किया जाता है। हिंसा की शिकार हर महिला को अपनों का साथ मिले तो स्थितियां बदल सकती हैं।

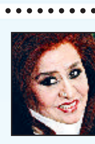
ना बनाएं उपहास का विषय : घर में किसी महिला के साथ होने वाला हिंसक बर्ताव, मजाक का विषय नहीं होता। देखने में आता है कि कई घरों में पीड़ादायी हरकतें, अपनों के लिए एक आम-सी बात बन जाती है। 'आज फिर?', 'अरे! उसने फिर तुम पर हाथ उठाया क्या?', 'अरे हमेशा रोने की आदत है रे तुम्हें तो।' जैसे शब्दों-वाक्यों के संग हंसकर टाल दिया जाने वाला बर्ताव मान लिया जाता है। सवाल यह है कि अपने ही स्त्रीमन की पीड़ा को नहीं समझेंगे तो हालात बदलेंगे कैसे? यह दुर्व्यवहार सीधे-सीधे एक स्त्री के मानवाधिकार का हनन है। इंसान होने के नाते मान के साथ जीने के अधिकार पर किया जाने वाला हमला है। इसे भी गंभीरता से लिया जाना आवश्यक है।

बढ़ावा बिल्कुल ना दें: यह एक कड़वा सच है कि कई घरों में महिलाओं के अपने ही उनके खिलाफ हिंसा को बढ़ावा देते हैं। कई परिवारों में शारीरिक हिंसा भले न की जाए, साइकोलॉजिकली महिलाओं को खूब प्रताड़ित किया जाता है। हमारे यहां बेटे के नकारात्मक व्यवहार पर पर्दा डालने वाले सास-ससुर भी हैं और पति की प्रताड़ना झेलती बेटी की शिकायतों के बावजूद चुप रहने वाले माता-पिता भी। बहू-बेटियों के साथ होने वाले हिंसक बर्ताव को जाने-अनजाने बढ़ावा दिया जाता है।

पुरुषों की भूमिका हो सकती है अहम: भाई, पिता हों या ससुर, देवर, जेठ, ननदोई या फिर बेटे, घर-परिवार में किसी महिला के साथ होने वाली हिंसा का विरोध पुरुषों को करना चाहिए। ऐसे में सहज रूप से विरोध जताने से लेकर खुद हिंसा ना करने और हिंसा की शिकार किसी महिला की मदद करने तक, पुरुषों का रोल बेहद अहम हो सकता है। ऐसे प्रयास से इस दंश का खात्मा कोई मुश्किल काम नहीं है।

बहू-बेटी में ना करें फर्क

हमारे परिवेश में महिलाओं के खिलाफ होने वाली हिंसा में घरेलू हिंसा सबसे ऊपर है। इसके पीछे बहू और बेटी में फर्क करने की मानसिकता भी जिम्मेदार है। माता-पिता के घर में प्यार-मान पाने वाली बेटी का दूसरे घर की बहू बनते ही दोयम दर्जे के व्यवहार से सामना होता है। आज भी यह भेदभाव बहुत से घरों में कायम है। असल में घर के भीतर होने वाली हिंसा के लिए कोई एक वजह नहीं होती। बहुत से सामाजिक और पारंपरिक सोच से उपजे कारण इसके पीछे होते हैं।



स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सर्दियों में ऐसे करें पैरों की स्किन केयर

सर्दियां आते ही वातावरण में नमी की कमी की वजह से पैरों की त्वचा रूखी और बेजान लगने लगती है। इस दौरान पैरों की एड़ियां भी फटने लगती हैं या पैरों में खुजली और इरिटेशन होने लगती है। इसके कारण कई बार चलने में भी परेशानी होने लगती हैं। इससे बचाव के लिए पैरों की एक्स्ट्रा केयर करने की जरूरत होती है। इस मौसम में पैरों की देखभाल के लिए घरेलू उपाय काफी कारगर साबित हो सकते हैं।

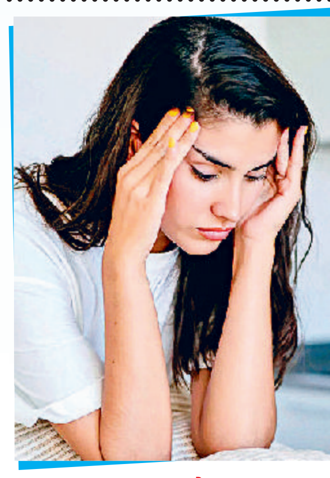
स्किन रहेगी मॉयश्चराइज: अपने पैरों के प्रभावित एरिया और दरारों पर जैतून का तेल लगाने से त्वचा को पोषण मिलता है। इससे रूखेपन को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। जैतून के तेल को गुनगुना करके पैर के तलवों की मालिश करने से पैरों की अकड़न दूर होती है। आप एक बाउल में थोड़ा जैतून का तेल लेकर उसे हल्का गर्म करें। अब इसमें लैवेंडर एसेंशियल ऑयल की तीन-चार बूंदें मिक्स करें। इसके बाद इस ऑयल से अपने पैरों की मालिश करें। इससे आपको कुछ ही देर में आराम का अहसास होगा। जैतून ऑयल में विटामिन-ई होता है इसलिए इसे लगाने से आपके पैर मुलायम होंगे और आप रिलैक्स महसूस करेंगी। गर्म पानी में व्हाइट विनेगर डालें और फिर पांच मिनट के लिए पैरों को इसमें भिगोएं। अब आप जैतून के तेल की कुछ बूंदों को क्यूटिकल्स पर लगाएं और इसे लगभग 10 मिनट तक फिर पानी में भीगने दें। जैतून का तेल पैरों की त्वचा को मॉयश्चराइज रखने में मदद करता है। आप इस तेल को एक जेंटल मॉयश्चराइजर के रूप में भी उपयोग कर सकती हैं। यह उन्हें क्रैक होने से बचाता है और डेड स्किन साफ करता है।

स्किन ऐसे रहेगी सॉफ्ट: सर्दियों में पैरों की त्वचा को नरम बनाए रखने के लिए नहाते वक्त पैर धोने के लिए गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें। लेकिन गर्म पानी का इस्तेमाल कतई न करें क्योंकि इससे पैर ड्राय हो सकते हैं, जिससे स्किन फट सकती है। गुनगुने पानी से ब्लड सर्कुलेशन सही रहता है।

मसाज करें: सोने से पहले पैरों की हल्के हाथ से मसाज करें। इसके लिए सरसों या नारियल तेल को एक कटोरे में गुनगुना कर लें। इस तेल से पंजों और पैर के बाकी हिस्सों की मालिश करें। इससे पैरों में ब्लड सर्कुलेशन तेज होगा, जिससे पैरों में गर्माहट आएगी और पैर सुंदर दिखेंगे। पैरों की देखभाल के लिए हाइड्रो थेरेपी भी लाभदायक साबित होती है। इसके लिए आपको पहले ठंडे पानी में पैरों को 2 मिनट तक डुबोकर रखना होगा। फिर पैरों को 1 मिनट के लिए गर्म पानी में डुबोना होगा। ऐसा ही 15-20 मिनट तक करती रहें। फिर पैरों को पानी से निकाल लें और तौलिए से अच्छी तरह पोंछ कर मोजे पहन लें।

जब एंग्जायटी सताए ऐसे करें बचाव

अलग-अलग वजहों से अनेक महिलाएं एंग्जायटी की शिकार हो जाती हैं। इससे बचाव के लिए आपको अपनी डाइट और लाइफस्टाइल में सुधार करना होगा। यहां आपको बता रहे हैं, इससे रिलेटेड बहुत ही यूजफुल सजेशंस।



सजेशन
निकिता चौहान

आजकल की भाग-दौड़ भरी लाइफस्टाइल में मानसिक तनाव एक सामान्य समस्या बन गई है। महिलाओं में यह समस्या काफी ज्यादा देखी जा रही है, क्योंकि वर्किंग महिलाएं हों या हाउसवाइफ, उनके पास घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारी होती हैं। इस वजह से कई महिलाएं एंग्जायटी, तनाव या चिंताग्रस्त रहने लगती हैं। इसके कारण उनकी रोजमर्रा की जिंदगी भी प्रभावित होने लगती है।

हो सकते हैं कई कारण: डॉक्टर्स के अनुसार महिलाओं में चिंता के कई कारण हो सकते हैं, जैसे- हार्मोनल बदलाव। पीरियड्स, प्रेग्नेंसी और मेनोपॉज के दौरान हार्मोनल बदलाव की वजह से यह समस्या और बढ़ जाती है। इसके अलावा, काम का दबाव, परिवार की जिम्मेदारियां और सामाजिक अपेक्षाएं भी तनाव को जन्म देती हैं। अगर आप या आपके परिवार या दोस्तों में कोई महिला बार-बार घबराहट, बेचैनी या तनाव महसूस करती है, तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह संकेत हो सकते हैं कि उन्हें मेंटल हेल्थ कंसल्टेशन की जरूरत है। ऐसे समय में तुरंत मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना बहुत जरूरी है, क्योंकि सही डायग्नोसिस और उपचार से एंग्जायटी को प्रभावी ढंग से नियंत्रित किया जा सकता है। इसलिए अपने और अपने संपर्क में रहने वाली महिलाओं की मानसिक स्थिति पर ध्यान दें, खुलकर उनसे बात करें, उन्हें सहारा दें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से मदद लेने से ना हिचकिचाएं। इससे न केवल चिंताओं से मुक्ति मिलेगी, बल्कि खुशहाल जीवन जीने में मदद मिलेगी।

संतुलित आहार लें: ताजे फल, सब्जियां, दालें, नट्स, और साबुत अनाज से भरपूर आहार आपकी मानसिक सेहत के लिए लाभकारी हैं। विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन-डी और मैग्नीशियम से भरपूर भोजन चिंता को कम करने में मदद करते हैं।

कैफीन-शक्कर का सेवन सीमित करें: अधिक कैफीन और शक्कर शरीर में एड्रेनलीन हॉर्मोन को बढ़ाते हैं, जिससे चिंता बढ़ सकती है।

ओमेगा-3 फैटी एसिड: मछली, अलसी, अखरोट में पाए जाने वाले ओमेगा-3 फैटी एसिड दिमाग की कार्यक्षमता सुधारते हैं और तनाव को कम करते हैं।

पर्याप्त पानी पिएं: डिहाइड्रेशन से मानसिक थकावट और चिंता बढ़ सकती है। इसलिए पानी खूब पिएं, नारियल पानी-जूस भी पिएं।

व्यायाम-योगाभ्यास: रोजाना 30 मिनट की हल्की-फुल्की एक्सरसाइज या योगाभ्यास करने से मानसिक तनाव कम होता है। रोज एक किलोमीटर की वॉक करें, यह एंग्जायटी रोकती है। साथ ही ध्यान, मानसिक स्थिति को शांत करता है और तनाव को कम करता है।

पर्याप्त नींद लें: नींद की कमी से भी चिंता और तनाव बढ़ता है, इसलिए डेली सात से आठ घंटे अच्छी नींद बहुत जरूरी है।

(क्लिनिकल डाइटीशियन-कंसल्टेंट न्यूट्रिशनिस्ट कनिका मल्होत्रा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

छाजूराम मैमोरियल जाट कॉलेज चैंपियन बना

हिसार। गुरु जंभेश्वर विश्वविद्यालय में आयोजित हुई इंटर कॉलेज एथलेटिक्स चैंपियनशिप के पुरुष व महिला दोनों वर्गों में छाजूराम मैमोरियल जाट कॉलेज चैंपियन बना है। महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग के अध्यक्ष एवं खेल प्रभारी डॉ. महेश ख्यालिया ने बताया कि गत वर्षो की तरह इस साल भी महाविद्यालय के एथलीट्स ने इंटर कॉलेज चैंपियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता के पुरुष वर्ग में महाविद्यालय के छात्र सुनील कुमार तथा महिला वर्ग में छात्रा कोमल बेस्ट एथलीट बने।

स्मॉल वंडर स्कूल में हुई फैन्सी ड्रेस प्रतियोगिता

हिसार। सेक्टर-15 स्थित स्माल वंडर स्कूल में बाल दिवस के उपलक्ष्य में एक सप्ताह तक फैन्सी ड्रेस एवं एकल नृत्य प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कक्षा नर्सरी से यूकेजी के विद्यार्थियों ने इस प्रतियोगिता में अपने जलवे बिखेरे जिसमें लगभग 350 बच्चों ने भाग लिया। बच्चों की आकर्षक वेशभूषा देखकर सभी मंत्रमुग्ध हो गए। आकर्षक व रंग बिरंगे परिधानों में सजे बच्चे न केवल आकर्षक लग रहे थे बल्कि उन्होंने अपनी मासूम अदाओं से जजों व दर्शकों का दिल जीत लिया। प्राचार्या तरुणा कुहाड़ ने बच्चों की सराहना की।

बस यात्रा खाटू श्याम व सालासर 1 दिसंबर को

हिसार। श्री श्याम संग परिवार द्वारा धार्मिक स्थलों खाटू श्याम व सालासर के लिए 1 दिसंबर को सुबह 8:30 बजे अग्रसेन भवन से रवाना होगी और 2 दिसंबर को वापिस हिसार पहुंचेंगी। श्री श्याम संग परिवार के प्रधान अनिल तनेजा ने बताया कि यह धार्मिक टूर परिवारिक रहेगा। इसके अलावा संस्था वृंदावन के लिए भी जाती रहती है। बस को सुबह साढ़े आठ बजे मुख्य समाज सेवी दीपक गर्ग हरी झंडी दिखा कर रवाना करेंगे।

चार लेबर कोड्स वापस लेने की मांग

हिसार। केंद्रीय ट्रेड यूनियन एआईयूटीयूसी की जिला कमेटी की मीटिंग जिला कमेटी के उपाध्यक्ष व वरिष्ठ सदस्य डाक्टर खुशी राम की अध्यक्षता में आयोजित की गई। मीटिंग को संबोधित करते हुए प्रदेश अध्यक्ष राजेंद्र सिंह एडवोकेट ने आरोप लगाया कि भाजपा गठबंधन की केंद्र सरकार ने घोर मजदूर विरोधी चार लेबर कोड्स को लागू करने का ऐलान कर दिया है। केंद्रीय ट्रेड यूनियन एआईयूटीयूसी ने इसकी कड़ी निंदा करते हुए इन लेबर कोड्स को तुरंत वापस लेने की मांग की है।

पुलिसकर्मी ने गायब हुआ मोबाइल लौटाया

हांसी। पुलिस कर्मी जनता की सेवा और सुरक्षा के साथ-साथ ईमानदारी का भी परिचय दे रहे है। 24 नवंबर सुबह गश्त ड्यूटी के दौरान सिसाय पुल चौकी में तैनात मुख्य सिपाही उमेद सिंह, दयाल सिंह कॉलोनी में गश्त पर जा रहे थे। इस दौरान उन्हें रास्ते में एक मोबाइल फोन पड़ा हुआ मिला। पुलिस कर्मचारी ने रास्ते में मिले मोबाइल को तुरंत मोबाइल के असल मालिक जींद जिले के गांव खापड़ निवासी अजय का पता लगाकर उसे वापस लौटा दिया।

पीसी एंड पीएनडीटी एक्ट के तहत समिति की बैठक

हिसार। पीसी एंड पीएनडीटी एक्ट के तहत सोमवार को सिविल सर्जन कार्यालय में जिला सलाहकार समिति की बैठक का आयोजन किया गया, जिसमें पीसी एंड पीएनडीटी एक्ट के तहत चार नए सेंटरों का रजिस्ट्रेशन किया गया तथा 7 सेंटरों का रजिस्ट्रेशन रिन्यूअल किया गया।

नसीसी की 78वीं रेजिंग डे वर्षगांठ मनाई

हिसार। गुरु दक्ष राजकीय पोलिटेक्निक में एनसीसी की 78वीं रेजिंग डे वर्षगांठ हर्षोल्लास के साथ मनाई गई। इस अवसर पर संस्थान की 3 हरियाणा बटालियन एनसीसी के कैडेटों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ एनसीसी प्रभारी अधिकारी लेफ्टिनेंट संदीप कुमार तथा स्थायी अनुदेशक स्टाफ सूबेदार शमशेर सिंह द्वारा एनसीसी ध्वज फहराकर किया गया, जिसके उपरांत समस्त कैडेटों ने गीत प्रस्तुत किया।

सांझा मोर्चा के बैनर तले गेट मीटिंग के बाद किया निर्णय

रोडवेज कर्मचारियों ने मांगों को लेकर किया विरोध प्रदर्शन, जीएम को सौंपा 21 सूत्रीय पत्र

सरकार पर वादा खिलाफी का आरोप लगाते हुए जमकर हमला बोला

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

रोडवेज कर्मचारियों ने सोमवार को सांझा मोर्चा के बैनर तले गेट मीटिंग की। इस दौरान कर्मचारियों ने प्रदेश सरकार पर वायदाखिलाफी का आरोप लगाते हुए दो घंटे तक विरोध प्रदर्शन किया और सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। प्रदर्शन के बाद रोडवेज कर्मचारियों ने महाप्रबंधक को 21 सूत्रीय मांग पत्र भी सौंपा। इस मौके पर डिपो प्रधान हनुमान वर्मा, प्रधान विजय नागपुर, संदीप जांडली, सत्यवान वर्मा, राजकुमार सोनी, राजेश सागु, राजेश साबरवास, कश्मीर सिंह, पवन सोनी, सुनील, संजीव, नरेंद्र सहित अनेक रोडवेज कर्मचारी मौजूद रहे।

रोडवेज नेताओ ने बताया कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की ओर धयान नही दे रही हैं। आम गरीब आदमी, व्यापारी, छात्र-छात्राओं की पसंद, सस्ती एवं सुरक्षित परिवहन सेवा दिन प्रति दिन पूंजीपतियों के हाथों में सौंपी जा रही हैं। एक ओर जहां परिवहन मंत्री हर गांव में सरकारी बस भेजने की बात करते हैं और दूसरी ओर योजना की इलेक्ट्रॉनिक बसों व किलोमीटर स्किम की बसों को रोडवेज विभाग में शामिल किया जा रहा है। यह बसे रोडवेज विभाग को बड़े घाटे की ओर ले जा रही हैं और पूंजीपतियों को लाभ पहुंचा रही हैं। सरकारी बसों को चलाने के लिए चालकों व परिचालकों की बहुत कमी हैं। इसी प्रकार बसों की मुरम्मत के लिए वर्कशॉपो में कर्मचारी ना के बराबर रह गए हैं।

चालक, परिचालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों पर काम बोझ बहुत बढ़ गया हैं। उन्होंने मांग की कि चालकों-परिचालक, लिपिक, स्टोर किपर, कैशियर के पद की वेतन विसंगति दूर करके पे ग्रे बढ़ाया जाए। देय अर्जित अवकाश कटौती पत्र को वापिस लेकर पूर्व की तरह देय अर्जित अवकाश दिए जाए। परिचालक, चालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों के खाली पदों पर भर्ती की जाए। 2002 के चालकों को नियुक्ति तिथि से पक्का किया जाए एवं पुरानी पेंशन योजना में शामिल किया जाए। चालकों की अड्डा इंचार्ज का नया पद सृजित करके प्रमोशन की जाए। वंचित 2008 के परिचालकों को प्रमोशन की जाए। प्रक्रिया पूरी करने वाले 2016 के चालको को पक्का किया जाए। जोखिम ड्यूटी करने वाले कर्मचारियों को जोखिम भत्ता दिया जाए। सरकार समय रहते बातचीत माध्यम से कर्मचारियों की समस्याओं को हल करे। अगर सरकार ने कर्मचारियों की समस्याओं का समाधान नही किया तो प्रदेश भर के सभी डिपूओं के रोडवेज कर्मचारी 18 जनवरी 2026 को अम्बाला छावनी में परिवहन मंत्री के आवास पर न्याय मार्च निकालेंगे।

फतेहाबाद। जीएम को ज्ञापन सौंपते रोडवेज कर्मचारी। *फोटो : हरिभूमि*

सिरसा। रोडवेज कर्मचारी मांगों को लेकर प्रदर्शन करते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

ये है मुख्य मांगें

कर्मचारियों की मुख्य मांगों में चालकों परिचालक, लिपिक, स्टोर कीपर, कैशियर के पद की वेतन विसंगति दूर करके पे ग्रेड बढ़ाया जाए। देय अर्जित अवकाश कटौती पत्र को वापिस लेकर पूर्व की तरह देय अर्जित अवकाश दिए जाए। परिचालक-चालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों के खाली पदों पर भर्ती की जाए, 2002 के चालकों को नियुक्ति तिथि से पक्का किया जाए एवं पुरानी पेंशन योजना में शामिल किया जाए। चालकों की अड्डा इंचार्ज का नया पद सृजित करके प्रमोशन की जाए। वंचित 2008 के परिचालकों को प्रमोशन दी जाए। सभी प्रकार की पूर्ण प्रक्रिया पूरी करने वाले 2016 के चालकों को पक्का किया जाए। कर्मशाला के 2018 के ग्रुप के कर्मचारियों को कॉमन कैडर से बाहर करके तकनीकी पदों पर प्रमोशन दी जाए।

सिरसा में कर्मचारियों ने किया प्रदर्शन, जीएम को सौंपा ज्ञापन

सिरसा। हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चे के बैनर तले कर्मचारियों ने सोमवार को प्रदर्शन कर महाप्रबंधक सिरसा को परिवहन मंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। प्रदर्शन का नेतृत्व रिछपाल सिंह संधू, पृथ्वी सिंह चाहर व सुरेंद्र बैरागी ने किया। प्रदर्शन में शामिल कर्मचारियों को संबोधित करते हुए कर्मचारी नेताओं ने बताया कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की ओर ध्यान नहीं दे रही है। आमजन, व्यापारी, छात्र-छात्राओं की पसंद सस्ती एवं सुरक्षित परिवहन सेवा दिन प्रतिदिन पूंजीपतियों के हाथों में सौंपी जा रही है। एक ओर जहां परिवहन मंत्री हर गांव में सरकारी बस भेजने की बात करते हैं तो दूसरी ओर योजना की इलेक्ट्रॉनिक बसों व किलोमीटर स्कीम की बसों को रोडवेज विभाग में शामिल किया जा रहा है। इन स्कीमों की बसों के परिणाम को देखें तो प्रमाण की आवश्यकता नहीं कि ये बसें रोडवेज विभाग को बड़े घाटे की ओर ले जा रही हैं और पूंजीपतियों को लाभ पहुंचा रही हैं, जबकि सरकारी बसों को चलाने के लिए चालकों व परिचालकों की बहुत कमी है। इसी प्रकार बसों की मरम्मत के लिए वर्कशॉपों में कर्मचारी न के बराबर रह गए हैं। सरकार बेरोजगारी दूर करने की तो बात करती है, लेकिन रोडवेज विभाग में हजारों पद खाली पड़े हैं, जिनपर सरकार द्वारा भर्ती नहीं की जा रही। आज चालक व परिचालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों पर काम का बोझ बहुत बढ़ गया है। उन्होंने कहा कि कर्मचारियों का मानसिक उत्पीडन किया जा रहा है। कर्मचारी नेताओं ने कहा कि प्रदेश सरकार के पास किलोमीटर स्कीम की ठेके की बसों को कोरोना समय में खड़ी बसों को करोड़ों रूपए देने के लिए तो बजट है, दूसरी ओर आम जनता की सेवा करने वाले रोडवेज कर्मचारियों से अधिक कार्य लेकर बहुत कम वेतनमानों पर गुजारा करने को मजबूर किया जा रहा है।

गुजवि के पांच स्वयंसेवकों का जोनल लेवल प्री आरडी सलेक्शन कैंप के

- एसपी ने परेड का किया निरीक्षण, जवानों को प्रेरित किया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ हिसार

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय की राष्ट्रीय स्वयं सेवा योजना (एनएसएस) के पांच स्वयंसेवकों का जोनल लेवल प्री आरडी सलेक्शन कैंप के लिए चयन हुआ है। एनएसएस का यह जोनल लेवल प्री आरडी सिलेक्शन कैंप चितकारा विश्वविद्यालय, राजपुरा (पंजाब) में 30 नवंबर तक आयोजित किया जा रहा है, जिसमें विश्वविद्यालय एवं राजकीय महाविद्यालय के स्वयंसेवक भागीदारी कर रहे हैं। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने विश्वविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना टीम को शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर कुलपति के तकनीकी सलाहकार प्रो. विनोद छोकर एवं परीक्षा नियंत्रक प्रो. यशपाल सिंगला उपस्थित रहे। विश्वविद्यालय के एनएसएस प्रोग्राम कोऑर्डिनेटर डॉ. महावीर प्रसाद ने बताया कि शिविर में विश्वविद्यालय से स्वयंसेविका मानसी तथा राजकीय महाविद्यालय, हिसार से ईश्वर, नीलम, रविना आदि रहे।

हिसार। जोनल लेवल प्री आरडी सलेक्शन कैंप में भाग लेने वाले स्वयंसेवक कुलपति प्रो. नरसीराम बिश्नोई से मिलते हुए।

छात्राओं को दी साइबर क्राइम व नशा-निरोधक अभियान की जानकारी

फतेहाबाद। जिला पुलिस द्वारा जिलेभर के गांवों, शहरों, स्कूलों, कॉलेजों व विभिन्न संस्थानों में साइबर क्राइम जागरूकता एवं नशा-निरोधक मुहिम चलाई जा रही है। इसी क्रम में थाना सदर रतिया से उप-निरीक्षक राजबाला द्वारा आज गांव बलियाला के सरकारी स्कूल में पहुंचकर छात्राओं को इन विषयों पर विस्तारपूर्वक जागरूक किया गया। छात्राओं को सोशल मीडिया पर अजनबियों से दूरी, फर्जी आईडी, साइबर बुलींग व ऑनलाइन फ्रॉड से बचाव के तरीके समझाए गए। अनजान लिंक, कॉल, मैसेज, ओटीपी शेयरिंग व बैंकिंग धोखाधड़ी के सामान्य तरीकों के बारे में बताया गया।

सिवानी तहसील कार्यालय का क्लर्क 50000 की रिश्वत लेते रंगे हाथों काबू

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिवानी

राज्य सतर्कता एवं भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो, हिसार की टीम ने सोमवार देर सायं को 50000 की रिश्वत लेते सिवानी तहसील कार्यालय के क्लर्क अनिल कुमार को रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। आरोपी के खिलाफ भ्रष्टाचार अधिनियम के तहत केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है। आरोपी को मंगलवार को अदालत में पेश किया जाएगा। मामले के शिकायतकर्ता ने राज्य सतर्कता एवं भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो को दी गई अपनी शिकायत में आरोप लगाया कि उसकी गांव कालोद जिला भिवानी में स्थित करीब 26 कनाल कृषि भूमि राजबाला पत्नी रत्न सिंह निवासी कालोद ने धोखे से अपने नाम करवा ली थी। इस सम्बन्ध में उसके द्वारा सिविल न्यायालय, सिवानी में दावा दायर किया था। न्यायालय द्वारा उसकी जमीन पर स्टे के आदेश दिए गए है। राजबाला द्वारा इस जमीन खाता विभाजन के लिए तहसील न्यायालय, सिवानी में दावा किया हुआ है जिसकी सुनवाई नायब तहसीलदार सरजीत सिंह कर रहे हैं। इस मामले के सम्बन्ध में शिकायतकर्ता द्वारा तहसील कार्यालय, सिवानी में प्रार्थना दायर की हुई है, कि जब तक न्यायालय का फैसला नहीं आता तब तक उसकी इस विवादित जमीन का खाता विभाजन न किया जाए। इस सम्बन्ध में जब वह शिकायतकर्ता शिवानी तहसील कार्यालय के आरोपी क्लर्क अनिल कुमार लिपिक कार्यालय से मिला था तो उसने तहसील न्यायालय में जमीन खाता विभाजन मामले में न्यायालय के आदेश लागू करवाने की एवज में उससे शिकायतकर्ता पचास हजार नकद रुपये रिश्वत की मांग की गई।

फतेहाबाद। रामदेव मंदिर में पूजा अर्चना करते श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

श्रद्धालुओं ने बाबा रामदेव के दरबार में लिया आशीर्वाद

फतेहाबाद। चांदनी दूज और चांदनी दशमी पर श्रद्धालु शक्ति नगर स्थित प्राचीन बाबा रामदेव मंदिर रामदेवरा पहुंचे और बाबा रामदेव के दरबार में शीश नवाकर आशीर्वाद लिया। श्रद्धालुओं ने मंदिर परिसर में नारियल व ध्वजा अर्पित कर परिक्रमा की और जयकारों से माहौल को भक्तिमय बना दिया। इस दौरान श्रद्धालु पूरी श्रद्धा से बाबा रामदेव की महिमा का गुणगान करते नजर आए। बाबा रामदेव सेवा समिति के प्रधान रमेश जोइया एवं अन्य सदस्यों ने बाबा की प्रतिमा पर फूलमालाएं अर्पित कर विधिवत पूजा-अर्चना की। इस दौरान बाबा रामदेव की पावन सांची जोत प्रज्वलित की गई, जिसके दर्शन कर श्रद्धालुओं ने मन्नतें मांगी। आरती उपरांत बाबा को चूरमा, मिश्री, मेवे, फल व बताशों का भोग अर्पित किया गया, जिसे बाद में प्रसाद रूप में श्रद्धालुओं के बीच वितरित किया गया। समिति प्रधान रमेश जोइया ने बताया कि हर माह की चांदनी दूज और चांदनी दशमी पर मंदिर में विशेष रूप से पूजा-अर्चना की जाती है, जिसमें क्षेत्र भर से श्रद्धालु बड़ी संख्या में भाग लेते हैं।

गांव बीघड़ में किसानों को गेहूं की पछेती बिजाई के लिए करवाया बीज उपलब्ध

- उच्च गुणवत्ता वाला गेहूं बीजने के लिए प्रेरित किया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

कृषि तथा किसान कल्याण विभाग के सहयोग से गांव बीघड़ में गेहूं की पछेती बिजाई के लिए अनुसूचित जाति के पात्र किसानों को बीज वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान किसानों को बताया गया कि उच्च गुणवत्ता वाला यह गेहूं बीज चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार द्वारा उपलब्ध करवाया गया है, जो पछेती परिस्थितियों में भी उत्कृष्ट उत्पादन क्षमता प्रदान करता है। इस मौके पर कृषि विकास अधिकारी डॉ. अंकित ढिल्लों ने किसानों को बिजाई से पहले बीज उपचार, संतुलित उर्वरक प्रबंधन, रोग एवं कीट नियंत्रण संबंधी महत्वपूर्ण सुझाव दिए। उन्होंने कहा कि वैज्ञानिक सिफारिशों का पालन कर किसान पछेती बिजाई के बावजूद भी अधिकतम उत्पादन प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने किसानों को यह भी सलाह दी कि किसी भी तकनीकी समस्या के समाधान या मार्गदर्शन हेतु वे विभागीय अधिकारियों से नियमित संपर्क बनाए रखें।

फतेहाबाद। बीघड़ में किसानों को गेहूं की पछेती बिजाई के लिए बीज वितरित करते अधिकारी।

डीसी ने दिव्यांग नीको बाई को वितरित किए उपकरणःफतेहाबाद। जिला रेडक्रॉस सोसायटी के अध्यक्ष एवं उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने सोमवार को लघु सचिवालय स्थित उपायुक्त कार्यालय में जिला रेडक्रॉस सोसायटी की ओर से निवासी दमकौरा दिव्यांग नीको बाई पत्नी घनश्याम दास को वाकर व बैसाखी उपलब्ध करवाई।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (251 से अन्तिम विजेता तक)

❖ वंतिका सुपुत्री जितेंद्र, बाबा मस्तनाथ नगर, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह पुत्र श्री रामनेवाज सिंह निवासी गिज्जी रोड़, देव नगर, सांपला, रोहतक ❖ दिलबाग सिंह फौगाट, सुपुत्र श्री राममेहर सिंह, विजय नगर, बाग वाली गली, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह सुपुत्र स्व. श्री रामनेवाज सिंह, गिज्जी रोड, देवनगर, सांपला, रोहतक ❖ इंशीका फौगाट पुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट निवासी गांव रिठाल फौगाट, जिला रोहतक ❖ अंकुश पुत्र श्री राम कृष्ण लाल निवासी 186/15, पंचकुला ❖ अक्षित पुत्र श्री सुभाष चंद निवासी 2700, जी.एफ /15, पंचकुला ❖ ईशिका सुपुत्री गगनदीप, नजदीक पुराना बस स्टैण्ड, कुम्हारों की गली, भिवानी ❖ प्रीत सुपुत्र सत्यनारायण, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ धर्मवीर शर्मा सुपुत्र श्री भगवान शर्मा, उत्तम नगर, भिवानी ❖ कार्तिक सुपुत्र श्री विरेन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ राशि सुपुत्री श्री रविन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ कनिका सुपुत्री श्री धीरेन्द्र, गुजरो की ढाणी, भिवानी ❖ इशीका फौगाट सुपुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट, गांव रिठाल फौगाट, रोहतक ❖ रविन्द्र सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह, बीपीओ छुछकवास, रोहतक ❖ सुनील कुमार सुपुत्र श्री नन्दलाल, नजदीक राणा धीर मन्दिर, भुना, फतेहाबाद ❖ श्रीरामबिलास बंसल सुपुत्र श्री कन्हैया लाल रामबिलास किरयाना हिसार, भूना, फतेहाबाद ❖ हर्षिता सुपुत्री श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास हिसार ❖ अर्जुन सिंह सुपुत्र श्री लाजे राम बास बादशाहपुर, हांसी, हिसार ❖ शिवकुमार सुपुत्र श्री फतेह सिंह, बास, आजमशाहपुर, बास, हिसार ❖ राजेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, खाण्डा खेड़ी, हांसी, हिसार ❖ विनीत सुपुत्र श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास, हिसार ❖ तेलु राम सुपुत्र श्री राम स्वरूप, बास, आजम शाहपुर, बास, हिसार ❖ राजसिंह सुपुत्र श्री चन्दर सिंह, नगली गोधा, जिला रेवाड़ी, हरियाणा ❖ रणसिंह, मार्डन हेयर ड्रेसर सुपुत्र श्री मदन लाल मोहनपुर नागल, रसुलपुर, कनीना, महेन्द्रगढ़ ❖ सुरेश कुमार सुपुत्र श्री मुसडी लाल गांव बुयावास, झगडोली, महेन्द्रगढ़ ❖ रामानन्द यादव सुपुत्र श्री सिंहराम, गांव बचीनी, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री जगराम सुपुत्र श्री सोहनलाल यादव, गांव सिहोर, कनीना, महेन्द्रगढ़

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतू साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रात: 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 7988727916, 9315429403, 9253681005

जब तक सूरज चांद रहेगा, शहीद देविन्द्र सिंह तेरा नाम रहेगा के

शहीद देविन्द्र सिंह के शहीदी समागम में बड़ी संख्या

शहीद देवेंद्र सिंह ने आज से 24 वर्ष पूर्व देश की आन, बान व शान के लिए प्राणों की आहुति दी थी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रतिया

शहीद देविन्द्र सिंह यादगारी ट्रस्ट द्वारा शहीद देविन्द्र सिंह के 24वें शहीदी समागम के मौके पर बुढलाडा रोड पर स्थित शहीद के समाधि स्थल पर श्रद्धांजलि एवं चेतना समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में प्रमुख समाज सेवी कैप्टन जगजीत सिंह व इकबाल सिंह खोखर मुख्य अतिथि रहे। जत्थेदार काका सिंह लधूवास, एसएचओ रणजीत सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में शामिल हुए। समारोह की अध्यक्षता ट्रस्ट के अध्यक्ष अजैब सिंह मंडेर ने की। इस मौके पर मुख्यातिथि कैप्टन जगजीत सिंह ने अपने संबोधन में कहा कि शहीद देवेंद्र सिंह ने आज से 24 वर्ष पूर्व देश की आन, बान व शान के लिए अपने प्राणों की आहुति देकर शहीद का बड़ा रुतबा हासिल किया है। उनकी शहादत को हम कभी नहीं भूल पाएंगे। इस मौके पर शहीद देविन्द्र सिंह की धर्मपत्नी जसविन्द्र कौर, सैनिक हवलदार जसकरण सिंह व एसएचओ रणजीत सिंह को ट्रस्ट के द्वारा प्रशस्ति पत्र एवं शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। समाधि स्थल पर आयोजित श्रद्धांजलि समारोह से पूर्व राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रतिया में आयोजित कार्यक्रम में प्राचार्य गजा नन्द तथा राजकीय मॉडल संस्कृति माडल माध्यमिक विद्यालय रतिया में मुख्यातिथि सतपाल जिंदल थे। प्रवक्ता शशिबाला, प्रवक्ता राज सिंह कमाना की अध्यक्षता में श्रद्धांजलि समारोह आयोजित किया गया। दोनों विद्यालयों के छात्र- छात्राओं ने प्रवक्ता वीर सिंह, भूप सिंह, राज कमाना, गुरविंदर सिंह के नेतृत्व में चेतना रैली में नशा भगाओ, समाज बचाओ, पर्यावरण बचाओ, जीवन बचाओ तथा जब तक सूरज चांद रहेगा, शहीद देविन्द्र सिंह तेरा नाम रहेगा के नारे गूंजे। दोनों विद्यालयों की चेतना रैली शहीद देविन्द्र सिंह जी के समाधि स्थल पर नारे लगाते हुए पहुंची। समाधि स्थल पर श्रद्धांजलि समारोह में छात्रा स्नेहा, कोमल व भारती ने शहीद देविन्द्र सिंह की जीवनी प्रस्तुत की।

रतिया। शहीद देविन्द्र सिंह को याद करते शहरवासी। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

दयानंद कॉलेज में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता आयोजित

हिसार। उच्चतर शिक्षा निदेशालय, हरियाणा की मासिक गतिविधियों के आयोजन के संबंध में प्राप्त निर्देशों के अनुसार, दयानंद कॉलेज परिसर में एनसीसी आर्मी विंग (लड़कियां और लड़के) के सहयोग से नशा विरोधी जागरूकता प्रकोष्ठ ने एक अंतर महाविद्यालय पोस्टर मेकिंग और स्लोगन लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस प्रतियोगिता में खुशबू, काफी और ममता ने पहला, दूसरा और तीसरा स्थान प्राप्त किया। महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह ने छात्रों के प्रयासों की प्रशंसा की और नशा न करने की शपथ लेने का आह्वान किया। यह कार्यक्रम संयोजक डॉ. सुरेन्द्र कुमार और आयोजन सचिव डॉ. हेमंत शर्मा और डॉ. मंजू शर्मा रही।

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में सम्मेलन कल से

हिसार। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में 26 से 28 नवम्बर तक इंडियन सोसाइटी ऑफ एग्रीकल्चर इकोनॉमिक्स का 85वां राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन किया जाएगा। कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता एवं सम्मेलन के आयोजन सचिव डॉ. एसके पाहुजा ने बताया कि सम्मेलन में विभिन्न कृषि विश्वविद्यालयों, आईसीएआर के संस्थानों, नीति निर्धारकों, सरकारी एवं निजी औद्योगिक संस्थानों तथा देश-विदेश से प्रख्यात शिक्षाविद् भाग लेंगे। प्रतिभागियों द्वारा सम्मेलन में कृषि अर्थशास्त्र से संबंधित विभिन्न तकनीकी सत्र एवं शोध पत्र प्रस्तुत किए जाएंगे। इस सम्मेलन में 250 से अधिक वैज्ञानिक भाग लेंगे।

रोडवेज कर्मचारियों ने प्रदर्शन कर सौंपा ज्ञापन

हिसार। रोडवेज कर्मचारियों की मांगे व समस्याएं हल करवाने की की मांग पर हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चा ने रोष प्रदर्शन कर डिपो महाप्रबंधक को परिवहन मंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। प्रदर्शन की अध्यक्षता राजबीर दूहन ने की। प्रदर्शनकारी कर्मचारियों को संबोधित करते हुए राजबीर दूहन व अन्य वक्ताओं ने बताया कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की अनदेखी कर रही है। सरकार परिवहन कर्मचारियों की मांगों को जायज मानकर यूनियन नेताओं से समझौते तो लगातार कर रही है, लेकिन मानी गई मांगों को लागू नहीं कर रही है।

लुवास की क्रिकेट टीम इंटर यूनिवर्सिटी के लिए रवाना

हिसार। लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय (लुवास) की 15 सदस्यीय पुरुष क्रिकेट टीम आज उत्साह, जोश और आत्मविश्वास के साथ नॉर्थ जोन इंटर यूनिवर्सिटी क्रिकेट टूर्नामेंट में भाग लेने के लिए अलीगढ़ के लिए रवाना हुई। यह प्रतिष्ठित प्रतियोगिता 22 नवम्बर से 2 दिसम्बर तक अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय (एएमयू) में आयोजित की जा रही है। कुलपति डॉ. विनोद कुमार वर्मा ने खिलाड़ियों पर विश्वास व्यक्त करते हुए कहा कि लुवास के युवा खिलाड़ी अपनी उत्कृष्ट प्रतिभा और संघर्षशीलता के दम पर इस टूर्नामेंट में शानदार प्रदर्शन करेंगे। टीम के प्रस्थान अवसर पर कुलसचिव डॉ. सुरेंद्र सिंह ढाका, छात्र कल्याण निदेशक डॉ. संदीप गुप्ता, डॉ. मनोज रोज, डॉ. देवेन्द्र बिढान, डॉ. यशवंत सिंह और डॉ. सतबीर शर्मा उपस्थित रहे।

साइबर अपराधी लोगों की तकनीकी जानकारी की कमी का फायदा उठा रहे

हिसार पुलिस ने इस वर्ष नागरिकों के बचाए तीन करोड़ से अधिक रुपये

पुलिस अधीक्षक शशांक कुमार सावन ने बताया कि बढ़ती डिजिटल सुविधाओं के साथ साइबर अपराध भी बढ़ रहे

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

जिला पुलिस की साइबर टीम ने इस वर्ष में ऑनलाइन ठगी के मामलों पर त्वरित कार्रवाई करते हुए नागरिकों के कुल तीन करोड़ पांच लाख 55 हजार रुपये सुरक्षित किए हैं। इनमें से दो करोड़ 16 लाख 65 हजार रुपये को समय रहते संबंधित खातों में ब्लॉक कराया गया, जबकि 88 लाख 89 हजार रुपये को पीड़ितों के बैंक खातों में सफलतापूर्वक वापस भेजा गया है। पुलिस अधीक्षक शशांक कुमार सावन ने बताया कि बढ़ती डिजिटल सुविधाओं के साथ साइबर अपराध भी तेजी से बढ़ रहे हैं। साइबर अपराधी लोगों की जिज्ञासा, लालच, भय और तकनीकी जानकारी की कमी का फायदा उठाकर ठगी कर रहे हैं। ऐसे अपराधों से बचाव के लिए नागरिकों को जागरूक और सतर्क रहना अत्यंत आवश्यक है।

शशांक कुमार सावन, एसपी, हिसार।

नागरिकों से अपील

नागरिकों से अपील, सतर्क रहें, सुरक्षित रहें पुलिस अधीक्षक ने नागरिकों को सावधानियां बरतने की सलाह देते हुए कहा है कि मोबाइल में ऑटोमैटिक डाउनलोड बंद रखें, किसी अंजान लिंक, फाइल, व्हाट्सएप कॉल, वीडियो कॉल को स्वीकार न करें, केवाईसी, बैंकिंग, लोन, बीमा, डिजिटल अरेस्ट आदि से जुड़े फर्जी कॉल पर विश्वास न करें, लालच, रिवार्ड, बोनस या त्वरित पैसा कमाने के झांसे से बचें। किसी भी प्रकार की ऑनलाइन ठगी होने पर साइबर हेल्पलाइन 1930 और साइबर क्राइम पोर्टल या नजदीकी थाना/चौकी में तुरंत सूचना दें। नागरिकों की जागरूकता और पुलिस की त्वरित कार्रवाई से ही साइबर अपराधों पर प्रभावी रोक संभव है।

साइबर अपराधियों के मुख्य तरीके

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि साइबर ठग अनेक प्रकार की तरकीबों से लोगों को फंसाते हैं, जिनमें शेयर बाजार, ट्रेडिंग स्कैम, टास्क पूरा कर पैसे कमाने का झांसा, फर्जी ऐप (एपीके फाइल) डाउनलोड कराना, फ्री गिफ्ट, लॉटरी, कूपन, बीमा पॉलिसी का लालच, लोन/क्रेडिट कार्ड लिमिट बढ़ाने का झांसा, केवाईसी अपडेट या बैंकिंग कार्य के नाम पर ठगी, फर्जी डीलरशिप या नौकरी का ऑफर, व्हाट्सएप वीडियो कॉल/लिंक के जरिए धोखाधड़ी और डिजिटल अरेस्ट, जो साइबर ठगों का नया और खतरनाक तरीका है।

देश को प्रगति के रास्ते पर ले जा रही भाजपा सरकार : डॉ. गुप्ता

हिसार। वरिष्ठ भाजपा नेता एवं पूर्व मंत्री डॉ. कमल गुप्ता ने कहा है कि जनता की समस्याएं दूर करके मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध करवाना भाजपा सरकार का प्रथम ध्येय है। केन्द्र व प्रदेश की भाजपा सरकार अपने इसी उद्देश्य से काम कर रही है ताकि जनता को कोई परेशानी न हो। डॉ. कमल गुप्ता भाजपा जिला कार्यालय में विभिन्न क्षेत्रों से आए नागरिकों की समस्याएं सुन रहे थे। उन्होंने कहा कि वर्ष 2014 के बाद केन्द्र व प्रदेश की भाजपा सरकारें समान रूप से विकास करवाते हुए देश को प्रगति के रास्ते पर लेकर जा रही है। जनता के सामने है कि किस प्रकार देश व प्रदेश के विकासात्मक ढांचे में आमूलचूल परिवर्तन हुआ है। इस अवसर पर रामचन्द्र गुप्ता, सतीश सुरलिया, राजेन्द्र सपड़ा, सुरेन्द्र सैनी, कृष्ण बिश्नोई, लोकेश असीजा, विनोद तोसावर, प्रोमिला पूनिया, उषा सिंह कौशिक, अनुज जैन, जय भगवान, कैप्टन नरेन्द्र शर्मा, प्रीतम सैनी, विनोद कुमार व सुरेश कुमार आदि मौजूद रहे।

एकीकृत खेती छात्रों ने प्रस्तुत किए मॉडल

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

'ग्रीन लिविंग, बेहतर कल' और विकसित भारत संकल्प के तहत, ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विश्वविद्यालय के छात्र-छात्राओं ने राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रम और लाइफस्टाइल फॉर एनवायरनमेंट जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर जागरूकता बढ़ाने के लिए दो महत्वपूर्ण गतिविधियां आयोजित की। इन आयोजनों में छात्रों ने अपने रचनात्मक और व्यावहारिक मॉडलों के माध्यम से पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉ. पुनीत गोयल और प्रो चांसलर डॉ. पूनम गोयल ने सभी विद्यार्थियों के अभिनव प्रयासों के लिए उन्हें शुभकामनाएं दीं और कहा कि युवा पीढ़ी का यह उत्साह ही विकसित भारत के सपने को साकार करेगा। छात्रों ने एकीकृत खेती का प्रतिनिधित्व करते हुए 15 बेहतरीन कार्यशील मॉडल प्रस्तुत किए। अकादमिक डायमंड क्लब के विद्यार्थियों ने फ्रॉम क्लासरूम टू क्लीन एयरक्लासरूमर पर एक कार्यशील मॉडल प्रस्तुत किया। विद्यार्थियों ने अपने मॉडल के माध्यम से वायु और जल प्रदूषण के गंभीर प्रभावों को उजागर किया और प्रदूषण कम करने के लिए समाधान भी सुझाए। विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. एन.पी. कौशिक ने स्कूल ऑफ एग्रीकल्चर और अकादमिक डायमंड क्लब के सभी विद्यार्थियों को उनके उत्कृष्ट प्रयासों और रचनात्मकता के लिए बधाई दी।

हिसार। विद्यार्थियों को सम्मानित करते कुलपति डॉ. राजेंद्र छिल्लर व अन्य।

नशा, अंधविश्वास और अनपढ़ता को जड़ से मिटाएंगे : मंच

हिसार। वीर वाल्मीकि जागृति मंच हिसार के सदस्यों की बैठक गुरू जंभेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में हुई। बैठक में संगठन के प्रदेश अध्यक्ष बृजमोहन गिल गोल्डी ने अध्यक्षता की। प्रदेश उपाध्यक्ष आकाश बिडलान ने बैठक को संबोधित करते हुए कहा कि समाज में फैली बुराईयां नशा, अंधविश्वास और अनपड़ता को दूर करने के लिए समाज के सभी युवाओं को आगे आकर सोच-समझकर काम करने की जरूरत है। उन्होंने बताया कि संगठन नशे के खिलाफ नशा रोका अभियान पूरे हरियाणा में चलाएगा व युवाओं को इस अभियान के साथ जोड़ेगा।

हिसार। विजेता विद्यार्थी स्कूल एमडी आरएस सिंधु के साथ।

रिहान ने राष्ट्रीय कराटे चैंपियनशिप में जीता स्वर्ण पदक

हिसार। होली चाइल्ड सीनियर सेकेंडरी स्कूल के कक्षा सातवीं के प्रतिभाशाली छात्र रिहान ने तीसरी ऑल इंडिया विनर्स कराटे चैंपियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण और कांस्य पदक जीतकर विद्यालय और शहर का नाम रोशन किया है। यह प्रतियोगिता मुंबई, महाराष्ट्र में आयोजित की गई थी। रिहान ने अंडर-14 आयु वर्ग और 35 किलोग्राम से कम वज़न वर्ग में प्रतिभाग किया। प्रतियोगिता में उन्होंने अद्भुत कौशल और दृढ़ता का प्रदर्शन करते हुए कुमिते (कराटे फाइट) में कांस्य पदक तथा काता में शानदार प्रदर्शन करके स्वर्ण पदक अपने नाम किया। उनकी इस उपलब्धि पर विद्यालय के एमडी आरएस सिंधु तथा प्रिंसिपल अनीता पन्नू दलाल ने रिहान को बधाई दी।

पतंजलि योग समिति एवं भारत स्वाभिमान ने किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

पतंजलि योग समिति एवं भारत स्वाभिमान की जिला कार्यकारिणी की बैठक का आयोजन राज्य प्रभारी ईश आर्य के मार्गदर्शन एवं अध्यक्षता में जिला कार्यालय में हुई। बैठक में योग के व्यापक विस्तार, संगठन के सुदृढ़ीकरण तथा आगामी कार्ययोजनाओं पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई। बैठक की सह-अध्यक्षता जिला प्रभारी भारत स्वाभिमान डॉ. मुकेश कुमार एवं जिला प्रभारी पतंजलि योग समिति वीरेन्द्र बड़ाला ने संयुक्त रूप से की। इस अवसर पर समिति की ओर से प्रवक्ता सुरेन्द्र हिन्दुस्तानी को हाल ही में दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम में उप अधीक्षक पद पर पदोन्नति प्राप्त होने पर अंगवस्त्र पहनाकर सम्मानित किया गया। साथ ही, शिक्षा विभाग से सेवानिवृत्त हुए राजकंवर को पतंजलि शिक्षक प्रकोष्ठ का जिला प्रभारी, रामशरण यादव को सह-कार्यालय प्रभारी, पतंजलि योग समिति हिसार, तथा राजेश सिंगल एवं देवीलाल को योग प्रतियोगिता में पदक जीतने पर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर प्रमुख रूप से वकील देवकीनंदन भाटिया, जीसी नारंग, अमर सिंह यादव, सुरेंद्र हिन्दुस्तानी, सुनील कक्कड़, राजकंवर, अनिल पानू, संजीव शर्मा, विनय मल्होत्रा आदि रहे।

हिसार। सुरेंद्र हिन्दुस्तानी का स्वागत करते पदाधिकारी व सदस्य।

लेबर कोड्स को लागू करना मजदूर वर्ग पर बड़ा हमला : सहगल

हिसार। हरियाणा कर्मचारी महासंघ से संबंधित सेवानिवृत कर्मचारी संगठन की बैठक क्रांतिमान पार्क में महेंद्र सिंह स्याहड़वा की अध्यक्षता में हुई। बैठक में केंद्र सरकार द्वारा लागू किए गए चार नए लेबर कोड्स पर रोष प्रकट किया गया। बैठक को संबोधित करते हुए अखिल भारतीय राज्य कर्मचारी परिसंघ के राष्ट्रीय चेयरमैन एमएल सहगल ने लेबर कोड्स को लागू करने को मजदूर वर्ग पर बड़ा हमला बताया है। इनको लागू करने के विरोध में 26 नवंबर को पूरे भारत में जिला मुख्यालयों पर धरना-प्रदर्शन करने का निर्णय लिया गया है, जिसमें हरियाणा कर्मचारी महासंघ से संबंधित सेवानिवृत्त कर्मचारी संगठन बढ़-चढ़कर भागीदारी करेगा।

सत्संग की दो घड़ी बदल सकती है जीवन

- बाबा के भजनों पर झूमे श्रद्धालु

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

तरसेम नगर स्थित बाबा बालक नाथ एवं दुर्गा माता मंदिर में जेठा रविवार के अवसर पर भजन एवं सत्संग का समारोह बड़े भक्तिभाव के साथ संपन्न हुआ। मंदिर परिसर में श्रद्धालुओं की काफी भीड़ रही। सत्संग में उपस्थित भक्तों को संबोधित करते हुए मंदिर के मुख्य सेवक रामचरण गुप्ता ने कहा कि सत्संग की दो घड़ी हमारे जीवन को बदलने की क्षमता रखती है। भगवान की भक्ति में लगाया गया पल कभी व्यर्थ नहीं जाता। उन्होंने कहा कि भगवान को सच्चे मन से याद करने पर मन के दुख स्वयं दूर होने लगते हैं। गुप्ता ने बताया कि मनुष्य के दुखों का सबसे बड़ा कारण उसकी बढ़ती इच्छाएं हैं। यदि व्यक्ति सच्चे मन से भक्ति करे तो दिखावे की भावनाएं स्वयं समाप्त हो जाती हैं और जीवन सुखमय बनता जाता है। सत्संग में रामचरण गुप्ता ने बच्चों को अच्छे संस्कार देने की आवश्यकता पर विशेष बल दिया। उन्होंने कहा कि बचपन में मिले संस्कार ही व्यक्ति की दिशा तय करते हैं। माता-पिता और गुरुजनों के सम्मान को सबसे बड़ा पुण्य बताते हुए उन्होंने कहा कि जब हम स्वयं अपने बड़ों का आदर करेंगे, तभी हमारे बच्चे भी इन संस्कारों को अपनाएंगे। भजन-कीर्तन के दौरान श्रद्धालु बाबा बालक नाथ जी के भजनों पर खूब झूमे।

हिसार। श्रद्धालुओं को प्रवचन देते बाबा बालक नाथ मंदिर के मुख्य सेवक रामचरण गुप्ता।

कैडेट्स ने पौधरोपण कर चलाया सफाई अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

आरपीएस सैनिक स्कूल प्रांगण में सोमवार को एनसीसी कैडेट्स द्वारा पौधरोपण एवं सफाई अभियान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के तहत कैडेट्स ने विद्यालय परिसर में विभिन्न प्रकार के फल व छायादार पौधे रोपे किए तथा आसपास के क्षेत्रों में स्वच्छता व जागरूकता अभियान चलाया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य कैडेट्स में पर्यावरण संरक्षण, स्वच्छता और सामाजिक दायित्व के प्रति संवेदनशीलता विकसित करना था। विद्यार्थियों ने स्वच्छ हांसी–सुंदर हांसी, पेड़ लगाओ–पृथ्वी बचाओ जैसे नारों के माध्यम से लोगों में जागरूकता फैलाई। कैडेट लक्ष्य के नेतृत्व में सफाई अभियान व कैडेट आर्यमान व भविष्य के नेतृत्व में पौधा रोपण किया गया।

हांसी। विद्यालय प्रांगण में पौधारोपण करते केडेट्स

वन मित्रों ने डीसी को सौंपा ज्ञापन

- वन विभाग से सभी सुविधाएं व मासिक मानदेय लागू करने की मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

अपनी मांगों को लेकर वन विभाग में वन मित्र योजना के तहत भर्ती वन मित्रों ने सोमवार को लघु सचिवालय में डीसी को ज्ञापन सौंपा। वन मित्रों ने वन विभाग की सभी सुविधाएं देने व पूर्व सीएम मनोहर लाल द्वारा किए गए वादे अनुसार बीपीएल वन मित्रों को रोजगार देने व मासिक मानदेय लागू करने की मांग ज्ञापन के माध्यम से उठाई। डीसी को सौंपे ज्ञापन में वन मित्रों ने बताया कि प्रदेश सरकार ने पेड़ लगाने और उनकी देखभाल करने के लिए वन विभाग में वन मित्र योजना के तहत वन मित्र भर्ती कर रखे हैं। वन मित्र पिछले डेढ़ साल से पेड़ लगा रहे हैं और उनकी देखभाल कर रहे हैं और हरियाणा को हरा-भरा बनाने में जी जान से जुटे हैं। लेकिन वन मित्रों को वन विभाग की न तो कोई सुविधा और न ही मासिक वेतन मिल रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा एक पेड़ मां के नाम अभियान शुरू किया है उसमें जितने भी पेड़ लगेंगे उनकी रक्षा भी वन मित्र करेंगे यह प्रावधान वनमित्र योजना में है। इस मौके पर वन मित्र पवन कुमार, रामकेश, संदीप कुमार, सुमित, दुष्यंत सिंह, मनदीप, सुनील कुमार, सोनू कुमार, दिलबाग सिंह, सोमनाथ, श्याम सुंदर आदि उपस्थित रहे।

हिसार। डीसी को ज्ञापन देने पहुंचे वन विभाग के वन मित्र।

श्री सनातन धर्म कन्या विद्यालय में मनाया गुरु तेग बहादुर जी का शहीदी दिवस

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

श्री सनातन धर्म कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में सोमवार गुरु तेग बहादुर जी का शहीदी दिवस श्रद्धापूर्वक मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रार्थना और शांतिपाठ के साथ हुआ। इसमें विद्यालय अध्यापिकाओं व छात्राओं ने गुरु तेग बहादुर जी के जीवन, त्याग और बलिदान पर प्रकाश डाला। विद्यालय प्राचार्या रेणु बंसल ने अपने संबोधन में कहा कि गुरु तेग बहादुर जी ने सत्य और धर्म की रक्षा हेतु अपना सर्वोच्च बलिदान दिया है, जो संपूर्ण विश्व के लिए प्रेरणास्त्रोत है। विद्यालय संरक्षक सज्जन कुमार अग्रवाल, अध्यक्ष प्रीतम कुमार गोयल, प्रबंधक रजत कुमार अग्रवाल, सचिव नकुल कुमार अग्रवाल व सह- सचिव ईश्वर कुमार गोयल ने गुरु तेग बहादुर को श्रद्धा सुमन अर्पित किए।

हांसी। गुरु तेग बहादुर जी को श्रद्धांजलि अर्पित करती छात्राएं

डोभी कन्या गुरुकुल में मनाई सर छोटूराम जयंती

हिसार। कन्या गुरुकुल डोभी में सर छोटू राम जयंती धूमधाम से मनाई गई। यह कार्यक्रम मेरा युवा भारत केन्द्र हिसार एवं आजाद हिन्द युवा क्लब गांव किरतान के सहयोग से किया गया। कार्यक्रम में सर छोटू राम की प्रतिमा पर पुष्पमाला अर्पित की गई। मुख्य वक्ता राम प्रताप ने सर छोटू राम की जीवनी पर विचार रखे। उन्होंने बताया कि सर छोटू राम ने आजादी से पूर्व भारत को आत्मनिर्भर बनाने के लिएं काम करना शुरू कर दिया था। हरियाणा, पंजाब, राजस्थान में बहने वाली भाखड़ा नहर सर छोटू राम की ही देन है। इस मौके पर गुरुकुल के मुख्य अधिष्ठाता परमजीत सिंह आर्य, कुलपति बलजीत सिंह, प्रोमिल आर्य, सुनीता आर्य, प्रिंसिपल संतोष कुमारी आर्य, ममता आर्य आदि मौजूद रहे।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 7988727916, 9315429403, 9253681005

नशा मुक्त समाज-हमारी जिम्मेदारी

हिसार। नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत करते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

महारानी लक्ष्मीबाई त्रिलोक चंद स्कूल भिवानी रोहिल्ला के प्रांगण में एक जागरूकता कार्यक्रम नशा मुक्त समाज-हमारी जिम्मेदारी" तथा "जल बचाओ, जीवन बचाओ" विषय पर जागरूकता सेमिनार एवं नुक्कड़ नाटक का सफल आयोजन किया गया। इसके बाद कक्षा 11वीं की मेधावी छात्रा कृति ने के माध्यम से बच्चों को जल संकट की गंभीरता वर्षा जल संरक्षण के तरींको और दैनिक जीवन में पानी बचाने के छोटे-छोटे उपायों से अवगत कराया गया। कार्यक्रम के विशेष अतिथि सामाजिक कार्यकर्ता रमेश गोयल रहे, जिन्होंने सभी से नशे से दूर रहने और समाज को नशा मुक्त बनाने का संकल्प लेने का आह्वान किया। इसी क्रम में स्कूल के कक्षा ग्यारहवीं व नौवीं के बच्चों द्वारा एक प्रभावशाली नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत किया गया।

गोष्ठी कवि डॉ दीपक कुमार 'दीप' ने कविता 'अंततः आज वो चली गई ' सुना सभी का दिल जीता

राष्ट्रीय कवि संगम की काव्य गोष्ठी आयोजित

- कवि कृष्ण आर्य ने अपनी रचना 'नमन तुझे है मातृभूमि' सुनाकर सबकी सराहना पाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

राष्ट्रीय कवि संगम की हिसार इकाई द्वारा जिला पुस्तकालय के सभागार कक्ष में एक काव्य गोष्ठी का आयोजन किया गया। गोष्ठी में राष्ट्रीय कवि संगम हिसार इकाई के सरंक्षक तिलक जैन, मार्गदर्शक डॉ. चंद्रशेखर और मुख्य अतिथि के रूप में पुस्तकालय अध्यक्ष हरीश चंद्र की गरिमामयी उपस्थिति रही।

मंच के अध्यक्ष नीरज कुमार मनचंदा ने काव्य गोष्ठी की अध्यक्षता एवं मंच संचालन किया। इस मौके पर कवि कृष्ण आर्य ने अपनी रचना 'नमन तुझे है मातृभूमि' सुनाकर सबकी सराहना पाई। कवि जगदीश श्योराण ने अपनी रचना ' मैं बंधन में ऐसी बंध गई, फिर भी कहां डरी हूं मैं 'सुनाकर सभी की वाह वाही पायी। कवि डॉ दीपक कुमार 'दीप' ने कविता 'अंततः आज वो चली गई ' सुना सभी का दिल जीत लिया। इस मौके पर कवि संदीप कौशिक, रविंद्र कौशिक, पीपी शर्मा, दीपक प्रताप, दीपक, कवयित्री पूनम मनचंदा, रिया नागपाल, डॉ. राजेश सरदाना, आरती ने भी अपनी रचनाएं प्रस्तुत की।

हिसार। काव्य गोष्ठी में हिस्सा लेते रचनाकार व अन्य।