हरिभूमि
हिसार भूमि
रोहतक, मंगलवार, 16 दिसंबर 2025

तापमान
अधिकतम 23.0 डिग्री
न्यूनतम 11.0 डिग्री

कई कंपनियों में अनियमितताएं मिली कृषि विभाग ने जारी किए नोटिस 12

इंडस स्कूल मिर्चपुर में खेल प्रतियोगिता में विंध्या सदन ने मारी बाजी 12

हिसार। स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य की तस्वीर पर माल्यार्पण करते जिप के चेयरमैन सोनू सिहाग डाटा।

चौधरी मित्रसेन आर्य का सामाजिक, सांस्कृतिक आर्थिक व बौद्धिक विकास में बहुमूल्य योगदान

- दैनिक हरिभूमि समाचार पत्र के संस्थापक स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य की जयंती पर श्रद्धा सुमन अर्पित किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

वैदिक पथ के पथिक एवं दैनिक हरिभूमि समाचार पत्र के संस्थापक स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य जी की 95वीं जयंती सोमवार को बड़ी श्रद्धा भाव के साथ मनाई गई। इस अवसर पर जिला परिषद के चेयरमैन सोनू सिहाग ने चौधरी मित्रसेन आर्य जी की तस्वीर पर माल्यार्पण किया और उन्हें दिखाए मार्ग पर चलने का आह्वान किया। जिला परिषद चेयरमैन ने कहा कि वेद के आदर्शों को अपनाने वाले चौधरी मित्रसेन ने इस सूत्र को चरितार्थ किया- मित्रस्य चक्षुषा समीक्षामहे। उनका व्यवहार सबके लिए मित्र के समान ही था। अपने अदम्य उत्साह, साहस और पुरुषार्थ से वे आजीवन देश के आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक और बौद्धिक विकास में योगदान करते रहे। उनके व्यवसाय से जुड़ा हुआ हर व्यक्ति उनके लिए परिवार के सदस्य के समान था। एक बार उनसे जो जुड़ा, वो फिर कभी दूर नहीं गया।

आर्य दर्शन स्मरण

चौधरी मित्रसेन आर्य जी को याद करते हुए चेयरमैन सोनू सिहाग ने कहा कि वे कहते थे कि मनुष्य के पांच शत्रु हैं - काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार। वे अज्ञानता, आलस्य, अन्याय और अभाव को बाह्य शत्रु मानते थे। उनका कहना था कि अज्ञानता, अभाव और आलस्य को यदि हम जीवन से दूर कर लेंगे तो हम कभी दुखी नहीं हो सकते। अभाव को दूर करने के लिए उन्होंने व्यवसाय किया और अपनी लगन और मेहनत से सफलता की उंचाइयों को छुआ। व्यवसाय के साथ-साथ उन्होंने अज्ञानता का अंधकार समाज से मिटाने के लिए निरन्तर प्रयास किए।

कर्मयोगी आर्य स्मरण

चेयरमैन सोनू सिहाग ने स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य को स्मरण करते हुए कहा कि उनका संपूर्ण जीवन कर्मयोग, परोपकार और वैदिक जीवन-दर्शन का संजीव उदाहरण रहा है। उनकी जयंती हमें यह स्मरण कराती है कि व्यक्ति यदि संकल्प, श्रम और संस्कार के साथ आगे बढ़े तो वह न केवल अपना भाग्य, बल्कि समाज की दिशा भी बदल सकता है। चौधरी मित्रसेन आर्य का जीवन शुरू से ही संघर्ष, अनुशासन तथा संस्कारों की प्रयोगशाला रहा है। वे कर्म में विश्वास रखते थे और उनके आचरण में सत्यनिष्ठा थी।

हिसार। बैठक में भाग लेने पहुंचे मेयर प्रवीण पोपली।

देशभर के शहरी विकास से जुड़े मुद्दों पर गहन मंथन

- मेयर पोपली ने अखिल भारतीय 'मेयर्स परिषद' की 116वीं कार्यकारिणी बैठक में लिया भाग

हिसार। मेयर प्रवीण पोपली अखिल भारतीय 'मेयर्स परिषद' की 116वीं कार्यकारिणी बैठक में हिस्सा लेने सूरत पहुंचे। बैठक में देशभर के शहरी विकास से जुड़े मुद्दों पर गहन मंथन किया गया। बैठक के मुख्य अतिथि गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल रहे। इस कार्यकारिणी बैठक में देश के 16 राज्यों से आए मेयरों के साथ-साथ परिषद के वरिष्ठ पदाधिकारियों ने हिस्सा लिया। बैठक का उद्देश्य देश के तेजी से बढ़ते शहरीकरण को चुनौती के बजाय अवसर के रूप में देखते हुए नगरों के विकास की दिशा में ठोस रणनीति तैयार करना। मेयर प्रवीण पोपली ने बताया कि बैठक का मुख्य एजेंडा शहरी क्षेत्रों में प्रभावी नगर नियोजन को बढ़ावा देना था। इसके अंतर्गत जल प्रबंधन, स्वच्छता, सीवेज व्यवस्था और ग्रीन एनर्जी जैसे अहम विषयों पर विस्तार से चर्चा की गई।

खबर संक्षेप

सड़क सुरक्षा को लेकर चलाया अभियान

उकलाना। घने कोहरे को देखते हुए भारत विकास परिषद, उकलाना द्वारा सड़क सुरक्षा को लेकर जागरूकता अभियान चलाया गया। सूरेवाला चौक पर आयोजित इस अभियान के तहत वाहनों पर रिफ्लेक्टर टेप लगाए गए, जिससे धुंध के दौरान दुर्घटनाओं से बचाव किया जा सके। अभियान थाना प्रभारी कुलदीप सिहाग के नेतृत्व में चलाया गया। थाना प्रभारी कुलदीप सिहाग ने वाहन चालकों से अपील की कि धुंध के मौसम में वाहन धीमी गति से चलाएं ।

डॉ. सुरेंद्र सेलवाल को मिला प्लाक ऑफ ऑनर

उकलाना। भारतीय दलित साहित्य अकादमी का 41वां राष्ट्रीय दलित साहित्यकार सम्मेलन में उकलाना से अकादमी के राष्ट्रीय सचिव डॉ. सुरेंद्र सेलवाल को दलितोत्थान के लिए सामाजिक व शैक्षणिक क्षेत्र में किए गए उल्लेखनीय कार्यों के लिए "प्लाक ऑफ ऑनर" से सम्मानित किया गया। सम्मेलन में विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट योगदान देने वाले अनेक साहित्यकारों व समाजसेवियों को भी राष्ट्रीय पुरस्कारों से सम्मानित किया गया।

आचार्य कृष्ण ने साधकों को विद्युत ध्यान करवाया

हिसार। समर्थगुरु धारा संघ के तत्वाधान में कौशिक नगर स्थित ध्यान साधना केंद्र में ध्यान सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें आचार्य कृष्ण उत्सव ने साधकों को विद्युत ध्यान करवाया। सत्र की शुरुआत उत्सव, गुरु वंदना और ध्यान की महत्ता पर संक्षिप्त प्रवचन से हुई। आचार्य ने बताया कि विद्युत ध्यान एक विशेष ध्यान पद्धति है, जिसमें साधक अपने शरीर और मन में विद्युत (ऊर्जा) के प्रवाह को महसूस और संतुलित करता है।

साइबर ठगों ने किसान से हड़पे 1.50 लाख रुपये

नेट बैंकिंग से रुपये ट्रांसफर करते समय हुआ साइबर फ्रॉड

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

साइबर ठगों द्वारा गांव सीसर निवासी एक किसान के खाते से अज्ञात साइबर ठगों ने नेट बैंकिंग के माध्यम से 1 लाख 50 हजार रुपये की ठगी कर ली। पीड़ित किसान की शिकायत पर थाना साइबर अपराध हांसी में मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है।

पुलिस को दी गई शिकायत में सीसर निवासी कृष्ण कुमार ने बताया कि वह अपने मोबाइल फोन पर नेट बैंकिंग का उपयोग करते हैं और 5 दिसंबर को अपने किसान क्रेडिट कार्ड से कुछ राशि अपने बचत खाते में स्थानांतरित कर रहे थे। इसी प्रक्रिया के दौरान उनके मोबाइल पर अचानक तीन ओटीपी प्राप्त हुए।

ओटीपी आते ही तीन बार में निकाले रुपये

कृष्ण कुमार के अनुसार ओटीपी आने के कुछ ही देर बाद उनके खाते से तीन अलग-अलग लेनदेन के माध्यम से 50-50 हजार करके कुल 1 लाख 50 हजार रुपए स्थानांतरित हो गए। पैसे निकलने का पता चलते ही उन्होंने तत्काल बैंक और 1930 नंबर पर फोन कर अपनी शिकायत दर्ज कराई थी।

पहले ऑनलाइन फिर लिखित शिकायत दी

कृष्ण कुमार ने बताया कि 5 दिसंबर को साइबर क्राइम पोर्टल पर ऑनलाइन शिकायत दर्ज कराई थी। इसके बाद 9 दिसंबर को उन्होंने थाना साइबर अपराध हांसी में लिखित शिकायत दी। पुलिस की प्रारंभिक जांच में भारतीय न्याय संहिता की धारा 318 (4) के तहत साइबर ठगी का अपराध पाए जाने पर अज्ञात के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर है।

यूएस स्टॉक ट्रेडिंग के नाम पर 19.76 लाख की साइबर ठगी

- एक आरोपी गिरफ्तार, तीन दिन के पुलिस रिमांड पर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

थाना साइबर क्राइम पुलिस ने यूएस स्टॉक मार्केट में निवेश के नाम पर की गई बड़ी साइबर धोखाधड़ी के मामले में एक आरोपी अबोहर, फाजिल्का निवासी संदीप कुमार को गिरफ्तार किया है। उसे अदालत में पेश करके रिमांड पर लिया गया है।

जांच अधिकारी एएसआई संदीप कुमार ने बताया कि 28 अक्टूबर को एनसीसीआपी पोर्टल पर शिकायत दर्ज करवाई गई। इसमें बताया गया कि उसे वट्सअप नंबर के माध्यम से एक कथित ट्रेडिंग कंपनी ने संपर्क किया। आरोपियों ने यूएस शेयर मार्केट में निवेश कर कम समय में धन को कई गुना करने का लालच दिया। आरोपियों ने शिकायतकर्ता को एक फर्जी ट्रेडिंग एप्लीकेशन डाउनलोड करवाई, जिसमें झूठा मुनाफा दिखाकर विश्वास में लिया गया। प्रारंभिक निवेश पर थोड़ी राशि वापस भेजकर भरोसा जीतने के बाद आरोपियों ने अलग-अलग बैंक खातों में निवेश के नाम पर भारी रकम जमा करवाई। शिकायतकर्ता से 19 सितंबर से 1 अक्टूबर के बीच अपने बैंक खाते से विभिन्न खातों में कुल 19 लाख 76 हजार 206 रुपये जमा करवाए गए।

सीएम नायब सैनी आज हांसी में विकास रैली को करेंगे संबोधित

हांसी को मिलेगी 288 करोड़ की पांच बड़ी परियोजनाओं की सौगात

मल्टीपर्पज हॉल, पुलिस लाइन सहित कई विकास परियोजनाओं का शिलान्यास तथा दो बिजली घरों का करेंगे उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी मंगलवार को हांसी की तोशाम रोड़ स्थित ऑटो मार्केट में होने वाली विकास रैली के दौरान अनेक विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और उद्घाटन करेंगे। इनमें पुरानी कचहरी परिसर में बनने वाला मल्टीपर्पज हॉल, पुलिस लाइन, जलघर को भाखड़ा से जोड़ने व नए बने दो बिजली घरों का उद्घाटन शामिल है। मल्टीपर्पज हॉल के लिए 10.84 करोड़ रुपये की प्रशासनिक मंजूरी मिल चुकी है। मल्टीपर्पज हॉल में 225 लोगों की बैठने की क्षमता होगी। इसमें दो कमरों, लिफ्ट, किचन, स्टोर, पैंट्री व शौचालय आदि बनाए जाएंगे तथा फर्स्ट फ्लौर पर एक बड़े हॉल का निर्माण किया जाएगा। वहीं बरवाला रोड़ पर 55 एकड़ में बनाई जा रही नई पुलिस लाइन के लिए 200 करोड़ रुपये की राशि मंजूर हुई है। पुलिस लाइन में 6 टाइप के कुल 341 आवासीय यूनिट का निर्माण किया जाना है। इनके अलावा एडमिनिस्ट्रेटिव ब्लॉक, ऑफिसर इंस्टीट्यूट, कम्युनिटी सेंटर, शॉप्स, स्कूल, शहीदी स्मारक व रोड सहित कई अन्य बुनियादी सुविधाएं शामिल हैं।

मई में स्थगित हो चुकी है मुख्यमंत्री की रैली

सीएम नायब सिंह की रैली हांसी में दूसरी बार घोषित की गई है। इससे पहले 11 मई को उनकी रैली की घोषणा की गई। इसे भी विकास रैली का नाम दिया गया था। लेकिन उस वक्त भारत और पाकिस्तान के बीच ऑपरेशन सिंदूर के चलते तनावपूर्ण माहौल के कारण रैली को स्थगित कर दिया गया।

मुख्यमंत्री ने पिछले साल की थी चुनावी रैली

विधानसभा चुनाव से पहले मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने पिछले साल 17 अगस्त को हांसी की अनाज मंडी में चुनावी रैली को संबोधित किया था। उस वक्त रैली में उन्होंने कहा था कि 4 अक्टूबर को विधानसभा चुनाव की मतगणना होगी और सरकार बनने पर हांसी को पूर्ण जिला घोषित कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा था कि एसपी यहां पहले से बैठते हैं, चुनाव के बाद डीसी भी यहां बैठना शुरू कर देंगे। बता दें कि हांसी को पुलिस जिला भी भाजपा सरकार के तत्कालीन मुख्यमंत्री मनोहर लाल ने ही बनाया था।

हांसी। रैली स्थल पर किए गए प्रबंधों का जायजा लेते विधायक विनोद भयाना व अन्य।

रैली को लेकर लोगों में उत्साह

हांसी। विधायक विनोद भयाना कहा कि तोशाम रोड़ स्थित नई ऑटो मार्केट में मंगलवार को होने वाली हांसी विकास रैली में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी क्षेत्र के विकास को लेकर कई बडी घोषणाएं करेंगे इसलिए अधिक से अधिक संख्या में लोग रैली में शामिल होकर इन ऐतिहासिक पलों के प्रत्यक्षदर्शी बने। यह बातें विधायक विनोद भयाना ने रविवार को हांसी विकास रैली स्थल पर तैयारियों का जायजा लेने के उपरांत पत्रकारों से बातचीत करते कही। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के हांसी आगमन पर क्षेत्र के लोगों में जबरदस्त उत्साह है। उनके स्वागत में लोगों ने हांसी शहर को पूरी तरह से सजाया हुआ है। उन्होंने कहा कि विकास रैली में मुख्यमंत्री 288 करोड रुपये लागत की पांच विकास परियोजना का उद्घाटन एवं शिलान्यास करेंगे। विधायक ने कहा कि हांसी विकास रैली को लेकर तमाम तैयारियां पूर्ण हो चुकी। इस दौरान भाजपा जिलाध्यक्ष अशोक सैनी, राजपाल यादव, भाजपा मंडल अध्यक्ष तनुज खुराना, भाजपा युवा जिलाध्यक्ष सुखविंदर जाखड़, सुभाष यादव, प्रेम वर्मा, डीएसपी विनोद शंकर, डीएसपी रविंद्र सांगवान, तहसीलदार अनिल कुमार बिढान सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी तथा भाजपा के अनेक पदाधिकारी मौजूद रहे।

सीएम के हांसी दौरे के दृष्टिगत धारा-163 रहेगी लागू

हिसार। जिलाधीश महेंद्र पाल ने 16 दिसंबर को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के हांसी दौरे के दृष्टिगत कार्यक्रम स्थल पर कानून व्यवस्था एवं शांति बनाए रखने के लिए भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 में वर्णित प्रदत्त शक्तियों के अंतर्गत कार्यक्रम स्थल को ड्रोन नियम 2021 के तहत रेड जोन घोषित करते हुए निषेधाज्ञा के आदेश पारित किए गए हैं। जिलाधीश द्वारा जारी आदेशों के अनुसार कार्यक्रम स्थल के 2 किलोमीटर के दायरे में लाठी-डंडे, तलवार, गंडासी, आग्नेय सशस्त्र, किसी भी प्रकार के घातक हथियार लेकर चलने, खुले पेट्रोल-डीजल की बोतल/केन इत्यादि में रखने तथा वीवीआईपी मार्ग के कार्यक्रम स्थल तथा आसपास के क्षेत्र में बिना किसी सक्षम अधिकारी की अनुमति के ड्रोन उड़ाने व 75 मीटर के दायरे में सडक के दोनों तरफ कोई भी वाहन खड़ा करने को पूर्णतः प्रतिबंधित किया गया है।

एसपी ने हांसी विकास रैली स्थल की सुरक्षा व्यवस्थाओं का लिया जायजा

हांसी। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की मंगलवार को प्रस्तावित रैली के दृष्टिगत पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन ने रैली स्थल का निरीक्षण कर सुरक्षा, यातायात एवं कानून-व्यवस्था से संबंधित तैयारियों का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने ड्यूटी पर तैनात पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों को सतर्कता के साथ ड्यूटी निभाने, भीड़ प्रबंधन, यातायात नियंत्रण तथा आपात स्थिति से निपटने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि रैली स्थल व उसके आसपास के क्षेत्र में पर्याप्त संख्या में पुलिस बल तैनात किया गया है। सुरक्षा की दृष्टि से सीसीटीवी कैमरों, ड्रोन कैमरों व वॉच टावरों के माध्यम से निरंतर निगरानी रखी जाएगी। इसके अतिरिक्त क्विक रिस्पॉन्स टीम, रिजर्व फोर्स, महिला पुलिस बल तथा ट्रैफिक पुलिस को विशेष रूप से तैनात किया गया है।

महारोजगार मेले में विभिन्न कंपनियों ने किए साक्षात्कार

स्वदेशी मेले के चौथे दिन बड़ी संख्या में उमड़े युवा

- स्वदेशी मेले में एकल नृत्य व रंगोली प्रतियोगिता में बच्चों ने दिखाया हुनर, खूब लूटी वाहवाही
- देशभक्ति से ओतप्रोत वंदे मातरम कार्यक्रम के साथ आज संपन्न होगा स्वदेशी मेला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हिसार। स्वदेशी मेले में आयोजित महारोजगार मेले में हिस्सा लेते युवा।

रोजगार को बढ़ावा देने एवं स्वरोजगार के लिए प्रेरित करने के उद्देश्य से स्वदेशी मेले के चौथे दिन महारोजगार मेला आयोजित किया गया। पुराना गवर्नमेंट कॉलेज मैदान में चल रहे स्वदेशी मेला स्थल पर ही स्वदेशी जागरण मंच, नेशनल करियर सर्विस सेंटर फॉर एससी/एसटी और श्रम एवं रोजगार मंत्रालय के संयुक्त तत्वावधान में महारोजगार मेला लगाया गया। इस महारोजगार मेले में हर क्षेत्र की विभिन्न कंपनियों ने युवाओं का साक्षात्कार किया और उन्हें यथासंभव रोजगार उपलब्ध भी करवाया। इस दौरान राजकीय महाविद्यालय, एफसी कॉलेज, डीएन कॉलेज व जाट कॉलेज सहित विभिन्न शिक्षण संस्थानों एवं कोचिंग सेंटर से जुड़े विद्यार्थियों ने बढ़-चढक़र हिस्सा लिया। इस दौरान महारोजगार मेला प्रमुख जसवीर शास्त्री, महारोजगार मेला सह प्रमुख भारत भूषण व उत्तर क्षेत्रीय रोजगार अधिकारी सुधीर थल्लुरू सहित स्वदेशी मेला आयोजन समिति के पदाधिकारी, कार्यकर्ता व काफी संख्या में युवा उपस्थित रहे। वंदे मातरम के साथ और भारत माता की जय के उदघोष के साथ पांच दिवसीय स्वदेशी मेले का 16 दिसंबर को धूमधाम से समापन होगा।

स्वदेशी मेले के चौथे दिन की शुरूआत अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद द्वारा समरसता महायज्ञ के साथ की गई। इसके उपरांत विद्यार्थियों के लिए एकल नृत्य व

स्वदेशी मेला आयोजित

स्वदेशी मेले में स्वदेशी मेला प्रांतीय प्रमुख अनिल गोयल, मेला संयोजक दिनेश चुघ, मेला सह संयोजक सुमन ऐरन व प्रदीप बामल, मेला प्रमुख संजीव शर्मा, स्कूल संपर्क प्रमुख मोना जैन, प्रतियोगिता प्रमुख ऋचा जांगड़ा, कार्यक्रम प्रमुख डॉ. अनिल कुमार व कमलदीप अत्री, मेला प्रचार प्रमुख पुनीत खुराना, स्टॉल प्रमुख ऋतुराज, अतिथि सत्कार प्रमुख राकेश चराया, युवा प्रमुख सोनिया श्योदान व महिला प्रमुख स्नेहलता सहित काफी संख्या में कार्यकर्ता मौजूद रहे।

पुस्तकालय समाज की बौद्धिक उन्नति का आधार

- कैबिनेट मंत्री ने गांव गंगवा में किया राजाराम मेमोरियल पुस्तकालय भवन का शिलान्यास

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हिसार। राजाराम मेमोरियल पुस्तकालय भवन का शिलान्यास करते कैबिनेट मंत्री।

लोक निर्माण एवं जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर सिंह गंगवा ने सोमवार को गांव गंगवा में बनने वाले राजाराम मेमोरियल पुस्तकालय भवन का शिलान्यास किया। उन्होंने कहा कि यह पुस्तकालय आने वाली पीढिय़ों के लिए शिक्षा और ज्ञान का एक सशक्त केंद्र बनेगा तथा इससे क्षेत्र के बच्चों और युवाओं को अध्ययन के बेहतर अवसर प्राप्त होंगे। पुस्तकालय समाज की बौद्धिक उन्नति का आधार होते हैं और यहां ज्ञान का दीप सदैव प्रज्वलित रहेगा।

कैबिनेट मंत्री ने कहा कि वर्तमान समय में शिक्षा के साथ-साथ सकारात्मक वातावरण और उचित संसाधनों की भी आवश्यकता है। हरियाणा सरकार शिक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए प्रदेशभर में विद्यालयों, महाविद्यालयों, पुस्तकालयों और तकनीकी संस्थानों के बुनियादी ढांचे को मजबूत कर रही है। सरकार द्वारा डिजिटल शिक्षा, स्मार्ट कक्षाओं, छात्रवृत्ति योजनाओं, प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए संसाधनों और ग्रामीण क्षेत्रों में शैक्षणिक सुविधाओं के विस्तार जैसे अनेक कार्य किए जा रहे हैं, जिनका सीधा लाभ विद्यार्थियों को मिल रहा है। राजाराम मेमोरियल पुस्तकालय भवन का निर्माण इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। यह पुस्तकालय विद्यार्थियों, शोधकर्ताओं और समाज के सभी वर्गों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा तथा शिक्षा के स्तर को ऊंचा उठाने में सहायक बनेगा।

इस अवसर पर पूर्व चेयरमैन सतबीर वर्मा, पूर्व आईपीएस दलबीर भारती, भाजपा नेता सुरेंद्र गंगवा, संजीव गंगवा, रामचंद्र गंगवा, पूर्व चेयरमैन भूपेंद्र गंगवा, अशोक मित्तल, सरपंच भगवान दास, सुरेंद्र मंडा, अजय गावड़, महेंद्र सिंह सहित अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

पैरेंटिंग का नया ट्रेंड सख्ती के साथ नरमी भी

समय और समाज में होने वाले परिवर्तन का असर बच्चों और उनके पैरेंट्स पर भी पड़ता है। यही वजह है कि पैरेंटिंग के तरीके में भी नए ट्रेंड देखे जा रहे हैं। नए दौर की पैरेंटिंग सख्ती से अधिक नरम बर्ताव पर यकीन करती है। पैरेंटिंग के नए ट्रेंड्स के बारे में सभी पैरेंट्स को जानना चाहिए।

कवर स्टोरी
अंशु सिंह

बच्चों का लालन-पालन यानी पैरेंटिंग की प्रक्रिया निरंतर बदलती रही है। हर युग के सांस्कृतिक, तकनीकी और मनोवैज्ञानिक संदर्भों के अनुरूप इसमें बदलाव आता रहता है। आज जब हम दुनिया में व्याप्त कई तरह की गंभीर चुनौतियों और प्रगति के बीच नई पीढ़ी की परवरिश कर रहे हैं, उसमें पैरेंटिंग के कई नए स्टाइल्स भी ट्रेंड कर रहे हैं। लेकिन आज बच्चों के लिए सबसे अधिक आवश्यक है प्यार और संवेदनशीलता।

विकसित हो रही हैं नई शैलियां

भारत में बच्चों की परवरिश में हमेशा से परंपराएं, सांस्कृतिक मूल्य और पारिवारिक अपेक्षाएं गहराई से निहित रही हैं। लेकिन जैसे-जैसे जीवनशैली बदल रही है, शहरों का विस्तार हो रहा है, वैश्विक प्रभाव हर घर तक पहुंच रहा है, परवरिश की विविध शैलियां भी विकसित हो रही हैं। आज भारतीय माता-पिता बच्चों के पालन-पोषणमें सदियों पुराने ज्ञान और आधुनिक पैरेंटिंग के बीच संतुलन बनाना सीख रहे हैं। असल में उलझनों और जटिलताओं से भरी इस दुनिया में पैरेंटिंग के ट्रेंड भी बड़े बदलावों से गुजर रहे हैं। अब लड़कियों के लिए गुलाबी और लड़कों के लिए नीले रंग जैसे विचार लगभग पुराने हो चुके हैं। आधुनिक पैरेंट्स इन्हें नकार रहे हैं। ज्यादातर शहरी माता-पिता लैंगिक भेदभाव वाली भाषा का इस्तेमाल करने से बचते हैं। इस तरह वे कपड़ों, खिलौनों के लचीले चयन के जरिए लैंगिक विविधता को अपना रहे हैं और अपने बच्चों को बिना किसी पूर्वाग्रह के अपनी बात कहने की पूरी आजादी भी दे रहे हैं। सवाल है कि आपके परिवार के बच्चों के लिए कौन-सी पैरेंटिंग स्टाइल सही रहेगी, इसके लिए आपको इनके बारे में जानना होगा।

साइकिल ब्रेकिंग

यह एक ऐसी पैरेंटिंग शैली है, जिसमें पैरेंट्स जान-बूझकर अपने बचपन के नेगेटिव पैटर्न को दोहराने से बचते हैं। कठोर अनुशासन, उपेक्षा या पुरानी मान्यताओं का इस्तेमाल करने के बजाय वे समझ, धैर्य और भावनात्मक समर्थन पर ध्यान केंद्रित करते हैं। युवा माता-पिता स्वस्थ पारिवारिक वातावरण बनाने और बच्चों को सुरक्षित, आत्मविश्वासी और प्यार महसूस कराने के लिए इस दृष्टिकोण को अपना रहे हैं। वे खुले संवाद, सहानुभूति और सकारात्मक उदाहरण स्थापित करने को प्राथमिकता देते हैं। बाल मनोवैज्ञानिक गीतिका कपूर कहती हैं, 'यदि किसी माता-पिता का पालन-पोषण सख्त माहौल में हुआ है, तो अब वे यह सुनिश्चित करते हैं कि उनके अपने बच्चे के साथ वही सख्ती न दोहराई जाए। वे अलग रास्ता चुन रहे हैं। मेंटल हेल्थ एवं इमोशनल संतुलन के प्रति बढ़ती जागरूकता के साथ माता-पिता मजबूत, खुशहाल परिवार बनाने के लिए इस शैली को अपना रहे हैं।'

एफएएफओ पैरेंटिंग

फॉरगेट अराउंड एंड फाइंड आउट पैरेंटिंग की यह शैली भले ही इन दिनों ट्रेंड कर रही हो, लेकिन इसके सिद्धांत नए नहीं हैं। फ्लोरिडा के गेंसविले स्थित चाइल्ड्स अकादमी की शिक्षिका रेबेका पैट्रिक कहती हैं, 'बिना किसी हस्तक्षेप के पालन-पोषण की यह शैली मूलतः बच्चों को प्राकृतिक परिणामों से सीखने देने के समान है।' जेनरेशन एक्स के बचपन में भी एफएएफओ एक सामान्य बात थी, बस इसका आकर्षक नाम गायब था। एफएएफओ पैरेंटिंग एक दृढ़, परिणाम-आधारित दृष्टिकोण है, जहां बच्चे चेतावनियों के बजाय वास्तविक दुनिया के परिणामों से सीखते हैं।

लाइटहाउस पैरेंटिंग

प्रतिष्ठित बाल रोग विशेषज्ञ और लेखक डॉ. केनेथ गिंसबर्ग द्वारा गढ़ी गई, 'लाइटहाउस पैरेंटिंग' एक ऐसा मॉडल है, जो अटूट प्यार और सहयोग के साथ-साथ बच्चों को स्वतंत्रता और आत्मनिर्भरता विकसित करने के लिए आवश्यक स्पेस प्रदान करता है। इसमें पैरेंट्स, लाइटहाउस की तरह निरंतर अपनी प्रेमपूर्ण उपस्थिति बच्चों को प्रदान करते हैं, स्पष्ट मार्गदर्शन देते हैं और दृढ़ सीमाएं निर्धारित करते हैं। पैरेंट्स अपने बच्चे पर भरोसा करते हैं, उनका हौसला बढ़ाते हैं, जिससे कि वह जीवन की लहरों, ठोकरों और गलतियों आदि निपटना सीख जाते हैं।

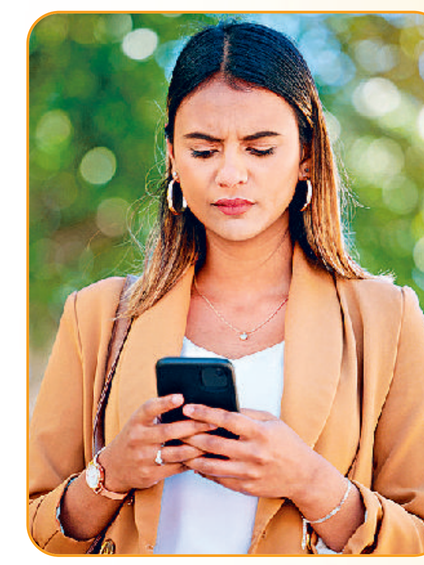
पॉपुलर हो रहे हैं नए पैरेंटिंग ट्रेंड्स

- आज पैरेंट्स अपने बच्चों के लिए समग्र स्कूली शिक्षा और भविष्योन्मुखी संस्थानों को प्राथमिकता देते हैं। खासकर, महामारी के बाद से होम स्कूलिंग, हाइब्रिड और 100 प्रतिशत ऑनलाइन स्कूलिंग को व्यापक रूप से स्वीकृति मिली है।
- आधुनिक माता-पिता ऑनलाइन संसाधनों तक पहुंचने और अपने बच्चे की शिक्षा को बेहतर बनाने के लिए मोबाइल एप्लिकेशन का उपयोग करते हैं। इसके अलावा, वे बच्चों के पालन-पोषण के लिए आवश्यक कौशल विकसित करने के लिए भी तकनीक का उपयोग करते हैं।
- आजकल के पैरेंट्स हेल्दी ब्रेकफास्ट के विकल्पों के बारे में जागरूक हैं और बेहतर फूड च्वाइस के लिए इन पर अधिक पैसा खर्च करने को भी तैयार रहते हैं। इसी तरह, खेलकूद, जिम और शारीरिक गतिविधियों में समय बिताना भी एक अच्छा चलन देखा जा रहा है। कई माता-पिता बच्चों को इसके लिए प्रेरित करने लगे हैं।

सोशल मीडिया पर आपके कमेंट्स बनाते हैं आपकी सोशल इमेज

आप अगर सोशल मीडिया पर एक्टिव रहती हैं तो किसी भी रील या पोस्ट पर कोई कमेंट करने से पहले अच्छी तरह सोच लेना चाहिए। खासतौर पर कोई भी नेगेटिव कमेंट करने से पहले बहुत सावधानी बरतनी चाहिए। ऐसा क्यों जरूरी है, जानिए।

टेक्नो-बिहेवियर
मधु सिंह



यह सही है कि सोशल मीडिया बहुत रोमांचक और मनोरंजक प्लेटफॉर्म है। लेकिन कभी-कभी यह आपके लिए तनाव की वजह भी बन सकता है। यह तब होता है, जब आप यहां किसी पोस्ट या रील पर कोई ऐसा कमेंट करती हैं, जो लोगों को रास नहीं आता और लोग आपकी इसके लिए आलोचना करते हैं। कभी-कभी तो बहुत बुरे कमेंट्स भी करते हैं।

नेगेटिव कमेंट करने की हैबिट

कई लोग तो चैट रूम में सिर्फ लोगों को रोस्ट करने, बेइज्जत करने के लिए ही सक्रिय रहते हैं। बल्कि कहा जाए तो कुछ लोग तो इस लत का शिकार भी होते हैं। ऐसे लोग सोशल मीडिया पर कोई भी ऐसा कंटेंट ढूंढ़ते हैं, जिस पर वे कोई बुरी या अपमानजनक टिप्पणी कर सकें। वे ऐसा कभी-कभार नहीं, बार-बार करते हैं। आप किसी भी फेमस यू-ट्यूब वीडियो, इंस्टाग्राम फोटो, लेख, ब्लॉग, पोस्ट या फेसबुक अपडेट के कमेंट सेक्शन में झांकें तो आपको ऐसे दूसरों को हेट कमेंट देने वाले कोई न कोई व्यक्ति जरूर मिल जाएंगे।

नेगेटिव कमेंट से बचें

इंटरनेट पर आप किसी से भी असहमत हो सकते हैं। आपको किसी का लुक या उसके विचार पसंद नहीं आ सकते हैं। लेकिन आपको यह नहीं भूलना चाहिए कि आपके कमेंट करने का तरीका आपकी पर्सनालिटी को लोगों के सामने लाकर रखता है। ऐसे में आपका कमेंट बताता है कि आप कितने क्रिएटिव, कितने बुद्धिमान हो? वास्तव में सोशल मीडिया ऐसा माध्यम है, जिसमें कोई एक-दूसरे के सामने नहीं होता है, लेकिन वर्चुअल दुनिया में उनके बीच संवाद का सिलसिला चल रहा होता है। आपका कोई कमेंट या आपके बारे में किया गया कोई कमेंट का पता सबको लग जाता है। इसलिए कोई भी नेगेटिव कमेंट करने से बचना चाहिए।

धर्म-जाति पर न करें कमेंट

सोशल मीडिया पर कुछ लोग धर्म-जाति पर भी अभद्र कमेंट करते हैं। आपको ऐसे कमेंट देने से पूरी तरह बचना चाहिए। अगर आप किसी ऐसे व्यक्ति के संपर्क में हैं जो ऐसे कमेंट करता है तो उससे भी खुद को अलग कर लेना चाहिए। सोशल मीडिया पर दिखने वाले ऐसे कमेंट्स पर ध्यान न देते हुए उन्हें इग्नोर करना चाहिए। इस तरह आपकी सोशल मीडिया पर अच्छी इमेज बनी रहेगी।

कमेंट करने से पहले सोच लें

- कमेंट करना और अपना अनुभव साझा करना गलत नहीं है। लेकिन दूसरों की आलोचना से पहले अच्छी तरह सोच लें। क्या आपको लगता है कि जो आप कह रही हैं, उसे कहना बहुत जरूरी है? यह न भूलें कि हर कमेंट से आपकी एक इमेज भी निर्मित होती है।
- कमेंट करने से पहले रुकें और सोचें कि पोस्ट के बारे में आप क्या महसूस कर रही हैं? जो आप लिख रही हैं, उसका उद्देश्य दूसरों के दृष्टिकोण को समझना है या अपनी भावनाओं को व्यक्त करने या उन्हें शांत करने की जरूरत से प्रेरित है?
- अपनी भावनात्मक प्रतिक्रियाओं को नियंत्रित करने के बाद ही सोच-समझकर अपनी प्रतिक्रिया दें।
- किसी पोस्ट पर तुरंत प्रतिक्रिया नहीं देनी चाहिए। क्योंकि जल्दबाजी में लिखे गए शब्द कई बार किसी को नीचा दिखाने के लिए या अपमानित करने के लिए होते हैं।

ब्रोकन वुमेन सिंड्रोम मन की टूटन, ना हो जीवन पर हावी

कई बार जीवन में ऐसी नकारात्मक परिस्थितियां आ जाती हैं, जिससे मन टूट जाता है। ऐसे में हताश होने के बजाय एक्सपर्ट से कंसल्टेशन और पॉजिटिव अप्रोच से कंडीशन में सुधार हो सकता है।

मेंटल हेल्थ
शिखर चंद जैन

नंदिनी का बुझा हुआ चेहरा, बेतरतीब हेयर स्टाइल, फीके और ढीली-ढाली ड्रेस देखकर परिणीता हैरान रह गई। कॉलेज टाइम की सबसे स्मार्ट, तेज-तर्रार लड़की का ये हाल कैसे हो गया? कई साल बाद मार्केट में अचानक मिली नंदिनी को देखकर परिणीता को यकीन नहीं हो रहा था। वह उसे अपने साथ कैफे में ले गई। इत्मीनान से बातचीत करने पर पता चला कि शादी के छह महीने के भीतर ही पति और ससुराल वालों की उपेक्षा और अत्याचार के कारण और बाद में अपने भैया-भाभी द्वारा दुत्कार दिए जाने के बाद वह बहुत दुःखी और परेशान हो गई थी। नंदिनी के माता-पिता तो किशोरावस्था में ही गुजर चुके थे। अब उसे न कोई हौसला देने वाला था, न कोई मदद करने वाला। परिणीता समझ गई कि नंदिनी ब्रोकन वुमेन सिंड्रोम से ग्रस्त हो चुकी है। उसने न केवल नंदिनी को अपने साथ रखा बल्कि साइकिएट्रिस्ट से मिलवाया भी।

क्या है ब्रोकन वुमेन सिंड्रोम: ब्रोकन वुमेन सिंड्रोम, एक टर्म है, जिसका प्रयोग अकसर उन महिलाओं के लिए किया जाता है, जो भावनात्मक, मानसिक या शारीरिक रूप से लंबे समय तक दर्दनाक अनुभवों, दुर्व्यवहार, उपेक्षा या सामाजिक दबावों, के कारण गहरे भावनात्मक आघात से गुजरी होती हैं। यह शब्द विशेष रूप से उन महिलाओं की मनःस्थिति को प्रकट करता है, जो अपनी ताकत और लचीलापन दिखाने के बावजूद, आंतरिक रूप से टूटन महसूस करती हैं।

प्रमुख लक्षण: ब्रोकन वूमेन सिंड्रोम से ग्रस्त महिलाओं में कई शारीरिक और मानसिक लक्षण दिखते हैं।

- पीड़ित महिला लगातार दुख, निराशा या जीवन में सूनापन महसूस करती है।
- ऐसी महिलाएं छोटी-छोटी बातों पर अत्यधिक भावुक हो जाती हैं या फिर अकसर चुप और गुमसुम रहती हैं।
- इससे प्रभावित महिलाएं खुद को अयोग्य या भीतर से टूट चुका मानने लगती हैं।
- हर मामले में खुद को कमतर समझने लगती हैं।
- खुद के साथ हुए विश्वासघात, दुर्व्यवहार या उपेक्षा के कारण ऐसी महिलाओं को दूसरों पर भरोसा करने में कठिनाई होती है।
- रिश्तों में असुरक्षा की भावना आने लगती है या हरदम परित्याग का डर सताता है। नतीजतन ये दोस्तों, परिवार या सामाजिक गतिविधियों से दूरी बनाने लगती हैं। उन्हें लगता है कि कोई उनकी स्थिति को नहीं समझेगा।
- तनाव के कारण अकसर थकान, सिरदर्द, या पाचन संबंधी समस्याएं होने लगती हैं।
- नींद में गड़बड़ी या भूख में कमी नजर आने लगती है।

समस्या के कारण: विशेषज्ञ बताते हैं कि विशेष रूप से अंतरंग रिश्तों में दुर्व्यवहार, शारीरिक, भावनात्मक या यौन दुर्व्यवहार, सामाजिक दबाव, विवाह, मातृत्व या करियर से जुड़ी अत्यधिक अपेक्षाएं उनको मानसिक रूप से परेशान कर देती हैं। इसके अलावा किसी प्रकार का आघात, प्रियजन की हानि या आर्थिक समस्या के कारण हो सकता है।

(फोर्टिस हॉस्पिटल, कोलकाता के साइकिएट्रिस्ट डॉ. संजय गर्ग से बातचीत पर आधारित)

रोकथाम के उपाय

मनोवैज्ञानिक परामर्श और संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी, प्रभावित महिला के नकारात्मक विचार पैटर्न को बदलने में मदद करती है। इसके साथ ही सेल्फ केयर, ध्यान, योग (जैसे प्राणायाम, सूर्य नमस्कार) और नियमित व्यायाम काफी राहत देते हैं। डायरी लेखन या रचनात्मक गतिविधियां जैसे पेंटिंग आदि करने से मन को सुकून मिलता है। आत्म-स्वीकृति यानी यह समझना कि 'टूटा हुआ' महसूस करना कमजोरी नहीं है, यह उपचार की प्रक्रिया को प्रभावी बनाता है। इसके साथ ही आत्म-प्रेम और अपनी उपलब्धियों को महत्व देना बेहद जरूरी है।

तब हैंड स्किन बनी रहेगी सॉफ्ट

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

हाथों की त्वचा पर हर मौसम का प्रभाव सबसे ज्यादा पड़ता है। धूल, साबुन, पानी, सूखी हवाएं को लगातार सहते हुए इसकी त्वचा रूखी-बेजान हो जाती हैं। सर्दियों में यह समस्या ज्यादा गंभीर रूप धारण कर लेती है। बार-बार साबुन, डिटर्जेंट, पानी और ठंडी हवाओं के संपर्क में आने से हाथों की स्किन लाल, खुरदरी, ड्राय, बेजान या मुरझाई दिखने लगती है। इसकी प्रॉपर केयर जरूरी है।

मालिश है जरूरी: कच्चे दूध को कुछ देर के लिए फ्रिज में रख लें फिर जब भी समय मिले तो हाथों पर मल कर धीरे-धीरे मालिश करें। इससे त्वचा मुलायम होगी और त्वचा पर जमी मैल, गंदगी दूर होगी। आप इस प्रक्रिया को रोजाना दो या 1-2 दिन के अंतराल के पर भी कर सकती हैं। स्नान से पहले हाथों पर गुनगुना तेल लगाकर अच्छी तरह मालिश कीजिए, इससे भी हाथों की त्वचा कोमल हो जाती है। इसके लिए आप नारियल तेल, तिल, जैतून या बादाम तेल का उपयोग करें तो ज्यादा बेहतर होगा। नहाने के तत्काल बाद जब आपकी त्वचा गीली हो तो हाथों पर मॉयश्चराइजर-क्रीम लगा लीजिए, इससे भी त्वचा में नमी को बनाए रखने में मदद मिलेगी।

करती रहें मॉयश्चराइज: हाथों को मॉयश्चराइज करने के लिए आप होममेड पैक अप्लाई कर सकती हैं। इसको बनाने के लिए बादाम पावडर, दही और चुटकी भर हल्दी का मिश्रण बना लें। फिर हाथों पर लगाकर 30 मिनट बाद इसको ताजे ठंडे पानी से धो लें। इस प्रक्रिया को आप हफ्ते में दो बार अपना सकती हैं। आजकल बाजार में कई तरह के मॉयश्चराइजर, हैंड क्रीम भी उपलब्ध है। बॉडी लोशन की बजाय हैंड क्रीम हमेशा बेहतर साबित होती है, क्योंकि हैंड क्रीम ज्यादा न्यूट्रीशस होती है। वाटर बेस्ड लोशन के मुकाबले ऑयल बेस्ड क्रीम लगाना कहीं ज्यादा प्रभावी और रहता है। सूखे हाथों पर जैल या मॉयश्चराइजिंग मास्क भी अप्लाई कर सकती हैं। सर्दियों में शावर जैल या ग्लिसरीन युक्त साबुन का प्रयोग बेहतर रहता है। इससे स्किन पर नमी बनी रहती है।

ये उपाय भी हैं कारगर: यहां बताए जा रहे उपायों को आजमाकर भी आप अपनी हाथों की त्वचा को कोमल बना सकती हैं।

- दो चम्मच सूर्यमुखी का तेल, दो चम्मच नीबू का रस, तीन चम्मच चीनी को मिलाकर बनाए मिश्रण को हाथों पर लगाकर आधे घंटे बाद हाथों को ताजे साफ पानी से धो डालिए। इसे हफ्ते में तीन बार प्रयोग कर सकती हैं।
- ताजे संतरे की फांकों को एक फॉर्क से भेदकर इन्हें अपने हाथों पर आहिस्ता-आहिस्ता रगड़ने से नमी बनी रहती है।
- चोकर, बेसन, हल्दी पावडर और दूध को मिलाकर पेस्ट बना लीजिए। इस मिश्रण को 20 मिनट तक हाथों पर लगाने के बाद हाथों को ताजे साफ पानी से धोने से लाभ मिलता है।

इस सीजन में ऐसा हो आपका डाइट प्लान

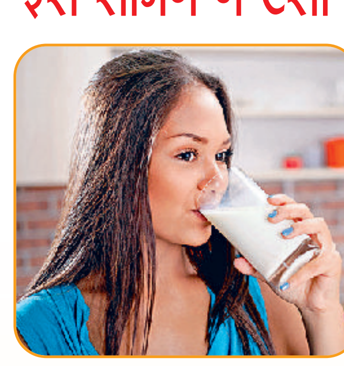
मौसम बदलने के साथ शरीर को अलग तरह के पोषण की जरूरत होती है। सर्दी के इस मौसम में हेल्दी और एनर्जेटिक बने रहने के लिए आप यहां बताए जा रहे डाइट सजेशंस को फॉलो कर सकती हैं।

डाइट सजेशन
निकिता चौहान

सर्दी के मौसम में आमतौर पर सभी की भूख बढ़ जाती है। इस वजह से डाइट का ध्यान न रखने पर वेट बढ़ने का रिस्क रहता है। इस मौसम में पानी भी लोग कम ही पीते हैं। इस वजह से बहुत जल्द बॉडी डिहाइड्रेट भी हो जाती है। दिन छोटे होते हैं, इस वजह से घर-बाहर के काम-काज में बिजी रहने से वे अपने लिए वर्कआउट या एक्सरसाइज के लिए समय नहीं निकाल पाती हैं, जिस कारण महिलाओं का वजन बढ़ने लगता है और हार्मोंस डिसबैलेंस होने लगते हैं। यही नहीं इस मौसम में कमजोरी, जुकाम-खांसी, त्वचा का रूखापन, जोड़ों में दर्द, इम्यूनिटी वीक होने संबंधी समस्याएं भी बढ़ जाती हैं। इन समस्याओं से बचने के लिए सर्दी के मौसम में अपनी डाइट का पूरा ध्यान रखना जरूरी है। इससे इस मौसम में होने वाली कई हेल्थ प्रॉब्लम्स से आप बची रहेंगी।

फॉलो करें ये डाइट रूल्स: सर्दी के मौसम में हर उम्र की महिलाओं को अपनी डाइट हैबिट में कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए।

- ताजा, गर्म और पौष्टिक भोजन ही खाएं।
- मौसमी सब्जियां जैसे पालक, गाजर, चुकंदर, मेथी आदि को अपनी डेली डाइट में शामिल करें।



- गेहूं और चावल के अलावा बाजरा और ज्वार को भी अपनी डाइट में शामिल करें।
- प्रोटीन के लिए अंडे, दालें, पनीर और मेवे भी खाएं।
- टमाटर, स्वीट कॉर्न या ब्रोकली का सूप पीना फायदेमंद है।
- रोजाना हर्बल चाय भी पी सकती हैं।
- विटामिन-सी के लिए संतरा, आंवला और शिमला मिर्च खाएं।
- गुड फैट के लिए देसी घी, अलसी और बादाम का सेवन करें।

- जंक फूड, तला-भुना और पैकेट वाले फूड्स कम खाएं।

गर्भवती महिलाओं के लिए: प्रेग्नेंट महिलाओं को भी इस सीजन में अपनी डाइट का विशेष ध्यान रखना चाहिए। बेहतर होगा कि आप अपनी डाइट के लिए डॉक्टर से सलाह लें।

- आयरन, प्रोटीन और कैल्शियम से भरपूर डाइट का सेवन करें।
- घर का बना ताजा और पौष्टिक खाना ही खाएं।
- इस सीजन में डेली हरी सब्जियां, ताजे फल खाएं और दूध जरूर पिएं।
- सूप, राजमा, छोले, खजूर और पालक का सेवन जरूर करें।
- अखरोट और अलसी के बीज खाएं, ये गर्भ में पल रहे बच्चे के दिमाग के लिए फायदेमंद होते हैं।
- दिन भर में 12-15 गिलास पानी जरूर पिएं।
- बहुत ज्यादा मीठे स्नैक्स से बचें।

50 प्लस महिलाओं के लिए: बढ़ती उम्र में मौसम के अनुसार महिलाओं की डाइट संबंधी जरूरतें बदल जाती हैं।

- कैल्शियम और विटामिन-डी रिच डाइट जैस-दूध, दही, तिल, रागी, पालक का सेवन करें।
- बेहतर पाचन के लिए फाइबर वाले खाद्य पदार्थ जैसे-साबुत अनाज, फल और सब्जियां खाएं।
- गर्म सूप और प्रोटीन रिच डाइट शरीर को मजबूत बनाते हैं।
- भिगोए हुए मेवे खाना फायदेमंद है।

(मदरहुड हॉस्पिटल, एनसीआर की कंसल्टेंट न्यूट्रिशन- डायटेटिक्स डॉ. निव्या विकल से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

केवीएस का स्थापना दिवस मनाया

फतेहाबाद। केंद्रीय विद्यालय, बड़ोपल में केंद्रीय विद्यालय संगठन के स्थापना दिवस को हर्षोल्लास एवं गरिमामय वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय प्राचार्य अश्वनी कुमार सिंह द्वारा दीप प्रज्वलन एवं सरस्वती वंदना के साथ किया गया। प्राचार्य ने अपने संबोधन में संगठन के स्थापना उद्देश्यों, शैक्षणिक उपलब्धियों एवं मूल्यों पर बल देते हुए विद्यार्थियों को अनुशासन, परिश्रम एवं नैतिक मूल्यों को अपनाने के लिए प्रेरित किया।

नववर्ष पर लगेगा नीलकंठ धाम में भंडारा

सिरसा। श्री नीलकंठ समाज सेवा ट्रस्ट ने आगामी नववर्ष को जनसेवा और धार्मिक उल्लास के साथ मनाने का संकल्प लिया है। इस संदर्भ में ट्रस्ट की एक महत्वपूर्ण बैठक प्रधान राजेश फुटेला की अध्यक्षता में हुई। बैठक में नववर्ष के अवसर पर 25वां विशाल भंडारे के आयोजन को लेकर गहन चर्चा हुई। सभी सदस्यों की सहमति से यह तय किया गया कि भक्तों की श्रद्धा और सेवा भावना को केंद्र में रखते हुए यह नव वर्ष पर श्री नीलकंठ धाम में विशाल भंडारा लगाया जाएगा।

नीलांवाली में रात्रि ठहराव कार्यक्रम 18 को

सिरसा। जिला प्रशासन द्वारा खंड डबवाली के गांव नीलांवाली के राजकीय माध्यमिक विद्यालय में 18 दिसंबर को सायं 4 बजे से प्रशासन का रात्रि ठहराव कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। इस दौरान जिला प्रशासन के सभी विभाग दिन में आमजन को स्टाल के माध्यम से योजनाओं की जानकारी देंगे और उनकी समस्याएं सुनेंगे। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में जिला प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों सहित सभी विभागों के अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहेंगे।

रोटरी क्लब ऑफ चैंपियंस ने गर्म वस्त्र वितरित किए

फतेहाबाद। रोटरी क्लब ऑफ फतेहाबाद चैंपियंस द्वारा सीनियर सेकेंडरी मॉडल स्कूल, फतेहाबाद में जर्सी वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यार्थियों को सर्दी से बचाव हेतु जर्सी वितरित की गई। इस प्रोजेक्ट की चेयरमैन सिद्धी मिढा एवं को-चेयरमैन शिखा कटारिया रहीं। कार्यक्रम में क्लब की अध्यक्ष साक्षी अरोड़ा, सचिव किंजा मिढा एवं पब्लिक इमेज ऑफिसर मेघा बत्रा की उपस्थिति रही। इसके अतिरिक्त क्लब सदस्य राशी जैन, रचना अरोड़ा, आरती जिंदल, प्रीति अरोड़ा व अन्य मौजूद रहे।

हेरोइन सहित युवक पकड़ा, केस दर्ज

सिरसा। पुलिस ने ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन अभियान के दौरान नशा तस्करों पर कार्रवाई करते हुए शहर रानियां क्षेत्र से एक नशा तस्कर को गिरफ्तार किया है। शहर थाना प्रभारी संदीप कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए युवक की पहचान साहिल के रूप में हुई है। उसके कब्जे से 6 ग्राम एक मिलीग्राम हेरोइन बरामद हुई। शहर थाना प्रभारी ने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपी के खिलाफ थाना शहर सिरसा में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है।

ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन से पुलिस तोड़ी अपराधियों की कमर

जिले में 46 स्थानों पर छापेमारी कर आठ लोगों को गिरफ्तार किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने बताया कि नशा तस्करों, अवैध हथियार रखने वालों एवं गैर कानूनी धंधा करने वाले अपराधियों के नैक्सस को तोडने व अपराधियों के नेटवर्क को ध्वस्त करने के लिए पुलिस की तोबड़-तोड़ कार्रवाई जारी है। उन्होंने बताया कि पुलिस ने इस अभियान के तहत बीते दिन अपराधियों के 46 ठिकानों पर दबिश देकर 6 मामले दर्जकर 8 लोगों को गिरफ्तार किया गया। गिरफ्तार किए गए लोगों के कब्जा से 4 अवैध पिस्तौल, 408 ग्राम अफीम, 7 किलो 970 ग्राम डोडा चूरापोस्त बरामद की है। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि सिरसा पुलिस की इस सक्रियता से न केवल अपराधिक तत्वों की गतिविधियों पर अंकुश लगा है, बल्कि संदिग्ध क्षेत्रों में गहनता से चैकिंग कर सुरक्षा व्यवस्था को और भी मजबूत बनाया जा रहा है। उन्होंने बताया कि सीआईए सिरसा पुलिस की दो टीमों ने महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए दो नौजवान युवकों को 315 बोर के दो अवैध पिस्तौल व 4 जिंदा कारतूस सहित गिरफ्तार किया है। वहीं एक अन्य घटना में सीआईए सिरसा की दूसरी पुलिस टीम ने गांव कंगनपुर से एक युवक संदीप निवासी गांव भंबूर को गिरफ्तार कर उसके कब्जा से 315 बोर के अवैध पिस्तौल बरामद किया है। उन्होंने बताया की जिला की एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा की एक पुलिस टीम ने बड़ागुढा थाना क्षेत्र के गांव नागोकी से एक

सिरसा। चूरापोस्त के साथ पकड़ा गया आरोपी पुलिस की गिरफ्त में।

अवैध हथियार सहित दबोचा

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि सीआईए ऐलनाबाद की एक पुलिस टीम झोरननाली निवासी जगजीत सिंह 315 बोर के अवैध पिस्तौल व 4 जिंदा कारतूस सहित काबू कर लिया है। बताया उन्होंने बताया कि एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा पुलिस टीम ने नशा तस्करों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत कार्रवाई करते हुए बेगू रोड़ सिरसा क्षेत्र से एक व्यक्ति गिरधारी लाल निवासी गांव बाजवा जिला झुंझनू राजस्थान को लाखों रुपए का 408 ग्राम अफीम व 7 किलो 970 ग्राम डोडा चूरा पोस्त सहित पकड़ा है। उन्होंने बताया की गिरफ्तार किए गए लोगों के खिलाफ संबंधित थानों में मादक पदार्थ अधिनियम व आर्मज एक्ट के तहत मामले दर्ज कर जांच संबंधित थानों के हवाले की गई है। उन्होंने बताया कि इसके अतिरिक्त पुलिस ने सर्दी के मौसम में बेसहारा घूम रहे 40 लोगों को स्थानीय प्रशासन के सहयोग से सर्दी के कंबल, रोटी, कपड़ा व रात को रहने की उचित व्यवस्था करते हुए मानवता की भलाई में भी अग्रणी भूमिका निभाई है।

ड्रग तस्करों पर कसा शिकंजा

टोहाना में पुलिस ने चलाया सर्च अभियान, कई ठिकाने खंगाले

टोहाना। ऑपरेशन हॉटस्पॉट डॉमिनेशन के अंतर्गत टोहाना पुलिस ने सोमवार सुबह टोहाना कस्बे के विभिन्न हिस्सों में विशेष सर्च ड्राइव चलाकर नशे से जुड़ी गतिविधियों पर रोक लगाने का प्रयास किया। अभियान में उन पॉकेट्स को प्राथमिकता दी गई, जहां अवैध नशे की सप्लाई से जुड़े इनपुट पूर्व में प्राप्त हुए थे।

थाना शहर टोहाना प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद सिंह की अगुवाई में पुलिस टीम तडक़े ही डॉग स्क्वाड और कमांडो स्टाफ के साथ क्षेत्र में उतरी। टीम ने संकरी गलियों, झुग्गियों, पुराने मकानों, खाली प्लॉटों और संवेदनशील ठिकानों पर सर्चिंग की। कई स्थानों पर गुप्त कक्षों व छिपाव स्थानों की भी जांच की गई। पुलिस ने मौके पर मौजूद लोगों से बातचीत कर स्थानीय परिस्थितियों और संदिग्ध गतिविधियों की जानकारी ली। वाहनों को भी चेक किया।

टोहाना। तलाशी अभियान चलाते पुलिस कर्मचारी।

पुलिस ने लगाई गश्त

अभियान के दौरान कई चिह्नित हॉटस्पॉट पॉइंट्स पर अतिरिक्त पुलिस बल तैनात किया गया। पुलिस दल ने क्षेत्र में नियमित गश्त बढ़ाने के साथ-साथ सुरक्षा व्यवस्था को और मजबूत करने के निर्देश भी दिए। स्थानीय निवासियों ने पुलिस टीम को यह कदम जारी रखने की आवश्यकता पर बल देते हुए सहयोग का आश्वासन दिया। एसएचओ प्रहलाद सिंह ने कहा कि अभियान जारी रहेगा।

फतेहाबाद। धांगड़ विद्यालय में आयोजित स्वास्थ्य वार्ता में भाग लेती छात्राएं।

डॉ. सुजाता अग्रवाल ने छात्राओं को रोग व उसके उपचार के बारे में बताया

कैंसर जागरूकता शिविर में छात्राओं को किया जागरूक

- स्वास्थ्य वार्ता में 200 छात्राओं व शिक्षकों ने हिस्सा लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गांव धांगड़ स्थित पीएम श्री राजकीय विद्यालय में सर्वेश हेल्थ सिटी, हिसार के सहयोग से स्तन कैंसर जागरूकता विषय पर स्वास्थ्य वार्ता का आयोजन किया गया। इस अवसर पर प्रसिद्ध स्तन रोग विशेषज्ञ एवं ब्रेस्ट ऑनकोप्लास्टिक सर्जन डॉ. सुजाता अग्रवाल ने स्तन कैंसर से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारियां साझा कीं। इस स्वास्थ्य वार्ता में 200 से अधिक छात्राओं एवं विद्यालय के शिक्षण स्टाफ ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। डॉ. सुजाता अग्रवाल ने स्तन कैंसर के प्रारंभिक लक्षण, समय पर पहचान, स्वयं स्तन परीक्षण, बचाव के उपाय एवं आधुनिक उपचार पद्धतियों के बारे में सरल एवं प्रभावी ढंग से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि समय रहते जांच एवं सही उपचार से स्तन कैंसर को पूरी तरह नियंत्रित किया जा सकता है।

कार्यक्रम के दौरान सर्वेश हेल्थ सिटी, हिसार द्वारा समाज में स्वास्थ्य जागरूकता फैलाने की दिशा में किए जा रहे निरंतर प्रयासों को विशेष रूप से रेखांकित किया गया।

सावधानी जरूरी

विद्यालय की प्रधानाचार्या डॉ. शारदा बिश्नोई ने कहा कि इस प्रकार के स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम आज की आवश्यकता हैं। उन्होंने सर्वेश हेल्थ सिटी एवं डॉ. सुजाता अग्रवाल का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस कार्यक्रम से छात्राओं एवं स्टाफ को अमूल्य स्वास्थ्य संबंधी जानकारी प्राप्त हुई, जो उनके भविष्य के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी।

धुंध में वाहन सावधानी से चलाने का किया आह्वान

ट्रैफिक पुलिस ने चलाई जागरूकता मुहिम, वाहनों पर लगाए रिफ्लेक्टर

- कोहरे में वाहन चलाते समय पीली लाइट का प्रयोग करें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

धुंध के दौरान होने वाले सडक़ हादसों की रोकथाम को लेकर थाना यातायात फतेहाबाद की टीम द्वारा विशेष जागरूकता अभियान चलाया गया। इस अभियान के दौरान ट्रैफिक पुलिस ने टाटा ऐस सहित अन्य छोटे व्यावसायिक वाहनों के चालकों को धुंध के समय वाहन चलाते हुए आवश्यक सावधानियों के बारे में विस्तार से अवगत करवाया। साथ ही सुरक्षा की दृष्टि से वाहनों पर रिफ्लेक्टर भी लगाए गए, ताकि धुंध के दौरान वाहनों की दृश्यता बनी रहे और दुर्घटनाओं से बचाव हो सके। चालकों को धुंध में पीली लाइट यानि फॉग लाइट का प्रयोग करने, चारों इंडिकेटर जगा कर रखने, सडक़ पर सफेद पट्टी के साथ बाईं ओर वाहन चलाने, गति सीमा कम रखने तथा यातायात नियमों का पूर्ण पालन करने के निर्देश दिए गए। ट्रैफिक थाना प्रभारी उप निरीक्षक जय सिंह ने बताया कि धुंध के मौसम में दृश्यता कम होने के कारण सडक़ दुर्घटनाओं की संभावना बढ़ जाती है। ऐसे में यदि वाहन चालक सावधानी बरतें, रिफ्लेक्टर का प्रयोग करें।

फतेहाबाद। वाहनों पर रिफ्लेक्टर लगाते ट्रैफिक पुलिस कर्मचारी।

आज कार्यकर्ताओं की बैठक लेंगे अर्जुन

फतेहाबाद। वरिष्ठ इनेलो नेता एवं रानिया से विधायक अर्जुन चौटाला 16 दिसंबर को फतेहाबाद जिले के दौरे पर रहेंगे। अर्जुन चौटाला मंगलवार सुबह 11 बजे फतेहाबाद में ताऊ देवीलाल स्मारक के सामने स्थित जाट धर्मशाला में कार्यकर्ता सम्मेलन को संबोधित करेंगे वहीं इसके बाद दोपहर एक बजे वह रतिया टोहाना रोड स्थित नूर पैलेस में भी कार्यकर्ताओं से रूबरू होंगे। यह जानकारी देते हुए इनेलो जिला प्रधान बीकर सिंह हड़ौली ने बताया कि फतेहाबाद व रतिया में कार्यकर्ता सम्मेलनों के दौरान अर्जुन चौटाला द्वारा संगठन को मजबूत करने और आमजन को पार्टी से जोडने को लेकर कार्यकर्ताओं को दिशा-निर्देश देंगे वहीं पूर्व सीएम चौ. ओमप्रकाश चौटाला की पहली पुण्यातिथि पर 20 दिसंबर को तेजाखेड़ा स्थित संघर्ष स्थल पर आयोजित होने वाली श्रद्धांजली सभा को लेकर भी कार्यकर्ताओं की ड्यूटियां लगाएंगे।

पुलिस लाइन में कर्मचारियों ने की सधे कदमों से परेड

डीएसपी ने पुलिसकर्मियो को पुलिसिंग और अनुशासन का महत्व बताया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

हिसार रोड स्थित पुलिस लाइन में सोमवार सुबह पुलिस परेड का आयोजन किया गया। जिले के पुलिस बल ने सधे हुए कदमों, प्रभावी कमांड और उत्कृष्ट ड्रिल के जरिए अपनी पेशेवर दक्षता का प्रभावशाली प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का नेतृत्व डीएसपी हैडक्वाटर कुलवंत सिंह ने किया। उन्होंने परेड का निरीक्षण करते हुए जवानों की फिटनेस, तैयारी और मिशन भावना की सराहना की। निरीक्षण उपरांत डीएसपी कुलवंत सिंह ने कहा कि पुलिसकर्मी हर परिस्थिति में तत्पर रहने वाले प्रहरी हैं और उनके आचरण, अनुशासन व सजगता से ही जनता का भरोसा कायम रहता है। उन्होंने बल को टीमवर्क, स्पष्ट फोकस और संवेदनशील व्यवहार के साथ मैदान व फील्ड दोनों में उत्कृष्टता बनाए रखने के लिए प्रेरित किया। परेड के बाद डीएसपी ने ईआरवी, राइडर और पीसीआर यूनिट्स की कार्यशैली का विस्तृत निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि संकट की हर सूचना पर त्वरित प्रतिक्रिया और स्मार्ट पुलिसिंग ही प्राथमिकता होनी चाहिए। उन्होंने जवानों को नियमित व्यायाम करने की भी सलाद दी।

फतेहाबाद। परेड में भाग लेते पुलिस कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ भटिंडा व पटियाला जोन प्रभारी नियुक्त

फतेहाबाद। अखिल भारतीय संगठन ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष सूर्यवंशी साहिब दयाल वधवा ने अनेक पदाधिकारियों की नियुक्ति की है। हरियाणा प्रदेशाध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ को पंजाब के भटिंडा और पटियाला जोन का प्रभारी नियुक्त किया गया है। इसके अलावा उन्होंने संस्थापक कमल हांडा, राष्ट्रीय महासचिव ज्योति कमल हांडा, राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष परमजीत कोचर तथा प्रदेशाध्यक्ष औम प्रकाश चुघ से विचार-विमर्श के पश्चात सिरसा निवासी सतीश अरोड़ा को प्रदेश उपाध्यक्ष, फतेहाबाद निवासी विनोद अरोड़ा को प्रदेश प्रवक्ता, पूर्व जिला अध्यक्ष व पार्षद रविन्द्र मेहता तथा पूर्व जिला महिला अध्यक्षा राखी मक्कड़ को उनकी संगठन के प्रति लग्न, मेहनत, समर्पण एवं कर्मठता को देखते हुए प्रदेश कार्यकारिणी का सदस्य बनाया गया है। नवनियुक्त पदाधिकारियों ने उन्हें महत्वपूर्ण पदभार सौंपने पर राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा, संस्थापक कमल हांडा, राष्ट्रीय महासचिव ज्योति कमल हांडा, राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष परमजीत कोचर तथा प्रदेश अध्यक्ष औम प्रकाश चुघ का आभार जताते हुए पूर्व से ओर अधिक सक्रिय होकर एक नई ऊर्जा, जोश व उत्साह के साथ कार्य करते हुए संगठन की मजबूती में अपना बढ़-चढक़र योगदान देने का विश्वास दिलाया है। उनकी नियुक्ति पर ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी पदाधिकारियों, सदस्यों तथा समाज के गणमान्य व्यक्तियों ने खुशी का इजहार करते हुए संगठन एवं समाज हित में उचित निर्णय बताया है।

मेहूवाला के सरकारी स्कूल में यूथ फॉर माय भारत विषय पर शिविर का आयोजन

फतेहाबाद। शहीद नरेंद्र सिंह राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, मेहूवाला में यूथ फॉर माय भारत विषय पर एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया। शिविर के मुख्य अतिथि राजकीय महाविद्यालय, भट्टू कलां के हिंदी प्रोफेसर डॉ. राजाराम रहे। उन्होंने बच्चों को विकसित भारत के युवा बनने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने सभी स्वयंसेवकों को खेल के प्रति जागरूक किया। उन्होंने कहा कि हमारे जीवन में शिक्षा और खेल का बहुत महत्व है। स्वयंसेवकों को पढ़ाई के लिए जागरूक रहने और अपने लक्ष्य को निर्धारित करने के लिए प्रोत्साहित किया गया। शिविर के प्रथम सत्र के दौरान कविता, गीत, प्रश्नोत्तरी का आयोजन करवाया गया। इन प्रतियोगिताओं में स्वयंसेवकों ने बढ़-चढक़र भाग लिया। शिविर के दूसरे सत्र में शारीरिक गतिविधियों का मापन किया गया। तीसरे सत्र में प्रश्नोत्तरी एवं सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। प्रश्नोत्तरी के विषय में हरियाणा जीके और एनएसएस से संबंधित प्रश्न पूछे गए।

युवाओं ने रक्तदान भी किया

बाबा चांदीराम धाम पालसर में नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर लगा

रतिया। गांव पालसर के बाबा चांदीराम धाम में हिसार के सर्वेश हेल्थ सिटी अस्पताल द्वारा फ्री स्वास्थ्य जांच कैंप व रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इस कैंप में मरीजों को फ्री दवा वितरण के साथ-साथ ईसीजी, शुगर, ब्लड प्रेशर की जांच निशुल्क की गई। इस कैंप का अनेक लोगों ने लाभ उठाया। इस कैंप में हिसार के सर्वेश हेल्थ सिटी के डॉ. आशीष कुमार व अन्य स्टाफ द्वारा मरीजों की जांच कर उनके नि:शुल्क ब्लड प्रेशर , ब्लड शुगर , ईसीजी व अन्य टेस्ट करके उन्हें फ्री दवाइयां वितरण भी की गई। इस दौरान करीब 122 मरीज ने अपने स्वास्थ्य की जांच करवाई व दवाइयां प्राप्त की। सर्वेश हेल्थ सिटी के ही ब्लड बैंक की टीम द्वारा इंचार्ज गुरमीत सिंह की देखरेख में लगाए गए रक्तदान कैंप में करीब 68 लोगों ने रक्तदान किया।

पालसर धाम में रक्तदान करते श्रद्धालु।

युवा ग्राम पंचायत में विद्यार्थियों ने गांव में सीसीटीवी लगवाने की रखी मांग

सिरसा। गांव खेरेका के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में सोमवार को जिला स्तरीय युवा ग्राम पंचायत प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह प्रतियोगिता राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद गुरुग्राम के सौजन्य से आयोजित की गई। इस प्रतियोगिता में कक्षा 9वीं व 11वीं के लगभग 50 विद्यार्थियों ने भाग लिया। इस अवसर पर बच्चों ने गांव से जुड़े मुद्दे जैसे की गांव मे शुद्ध पेयजल की व्यवस्था, गलियां पक्की करवानी, व गांव में सीसीटीवी कैमरा लगवाने, स्ट्रीट लाइट की व्यवस्था करवाने जैसे विषयों पर विचार-विमर्श किया गया। ग्राम सभा में सभी मुद्दों पर चर्चा के बाद आम सहमति से निर्णय लिए गए। प्रतियोगिता की तैयारी इतिहास प्राध्यापिका ममता वर्मा, रिंकू शर्मा, राकेश कुमार, ममता चौहान के मार्गदर्शन में की गई। कार्यक्रम में छात्रा बंदना ने सरपंच की भूमिका निभाई, जबकि कोमल ने ग्राम सचिव की भूमिका अदा की। पर्यवेक्षक के तौर पर राजनीति विज्ञान प्रवक्ता जगदीश चंद्र बराच व निर्णायक मंडल में राजनीतिक विज्ञान के प्रवक्ता हेमराज व प्रवक्ता सुरेश शर्मा ने इस युवा ग्राम पंचायत की भूमिका का अवलोकन किया।

धर्म-कर्म बाबे दा मेला धूमधाम से सम्पन्न, भजनों पर झूमे श्रद्धालु

धार्मिक कार्यक्रमों में भाग लेने से होता है सकारात्मक ऊर्जा का संचार : कृष्ण मिड्ढा

विधानसभा के डिप्टी स्पीकर डॉ. कृष्ण मिढ़ा ने बतौर मुख्य अतिथि की शिरकत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गुरु अपने शिष्य को सद्मार्ग पर चलाकर परमात्मा को पाने का मार्ग प्रशस्त करते हैं। धार्मिक कार्यक्रमों में भाग लेने से जहां हमारा तन और मन निर्मल हो जाता है वहीं सकारात्मक ऊर्जा का भी संचार होता है। यह बात हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर डॉ. कृष्ण मिढ़ा ने कही। वो भीमां बस्ती पानी वाली टंकी के पास स्थित डेरा बाबा सतराम भारा में आयोजित वार्षिक बाबे दा मेला के उपलक्ष्य में आयोजित तीन दिवसीय संकीर्तन और सत्संग समारोह के समापन अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि शिरकत कर रहे थे। उनके अलावा सर्वजातीय मंच के प्रदेशाध्यक्ष विजय चौधरी, महिला विंग की संरक्षक आशा चौधरी, संन्यास आश्रम मंदिर के प्रधान राकेश नागपाल और सुरेश सुखीजा ने भी कार्यक्रम में उपस्थिति दर्ज करवाई। डेरा के गद्दीनशीन बाबा दीनदयाल की अध्यक्षता में मंच संचालन राजकुमार मदान ने किया।

फतेहाबाद। डिप्टी स्पीकर डॉ. कृष्ण मिढ़ा को सम्मानित करते डेरा बाबा सतराम भारा के गद्दीनशीन बाबा दीनदयाल। फोटो : हरिभूमि

गुरु के दिखाए मार्ग पर चलने का आह्वान

डिप्टी स्पीकर ने कहा कि पाकिस्तान से चले आ रहे डेरा सतराम भारा से उनका परिवार भी शुरु से जुड़ा हुआ है। उनके पिता स्वर्गीय डॉ. हरीचंद मिढ़ा भी गुरुघर में हाजिरी लगाते थे। उन्हीं के द्वारा दिखाए गए मार्ग पर चलते हुए वो भी आज यहां पहुंचे हैं। इसके बाद मोना मेहता मदान, ख्वाहिश कपूर और सुनील मदान, राघव मदान और शगुन मदान ने भजनों के माध्यम से बाबा की महिमा का गुणगान किया। डेरा के गद्दीनशीन बाबा दीनदयाल ने आए हुए अतिथियों को स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया। मोना मेहता मदान द्वारा 'गुरुदेव दया करके मुझको अपना लेना, राम नाम से तूने बंदे क्यूं अपना मुख मोडा, दौड़ा जाए रे समय का घोड़ा, मुझे श्याम तूने बहुत कुछ दिया, करु किस जुबान से तेरा शुक्रिया, गुरु जी मैनू चरणा दा रख लो सेवादार, श्री राधे जय राधे जय श्रीकृष्णा बोलो श्री राधे' भजन प्रस्तुत किए गए। इस अवसर पर डेरा प्रबंधन कमेटी के सरंक्षक अमर लाल मदान, प्रधान घनश्याम मदान, सचिव सुभाष गांधी, कौषाध्यक्ष अनिल मदान, नरेश मदान, राजेंद्र आहूजा, लेखराज नारंग, शंकर नारंग, भीमसैन नारंग, मनोहर हंबीरिया, हरपाल बठेजा, नीरज मदान, नंदलाल तेहरिया, मोहनलाल असीजा, सुरेश सरदाना, गाजियाबाद से राजेंद्र सुखीजा, हिमांशु सुखीजा, हरीनाम संकीर्तन मंडल के बसंत मुंजाल, जुगलकिशोर धींगड़ा, चंद्र भान नारंग, ओमप्रकाश गोयल, सुरेन्द्र काकू, विनोद मदान, गुलशन मदान, दीपक आहूजा, सहित अनेक सेवादार उपस्थित थे।

खबर संक्षेप

सीएम की हांसी रैली को लेकर अभियान चलाया

हिसार। भाजपा हिसार लोकसभा निगरानी समिति के अध्यक्ष मनदीप मलिक ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की 16 दिसंबर को हांसी में होने वाली रैली को लेकर सातबास खाप के गांवों में अभियान चलाया। उन्होंने उमरा, सुल्तानपुर, मुजादपुर, रामायण, ढंडेरी एवं मिलगेट हिसार में जनसंपर्क करके ग्रामीणों को रैली में आने का निमंत्रण दिया।

हकृवि कुलपति के पिता की शोक बैठक कल

हिसार। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बलदेव राज कम्बोज के पिताजी चौधरी धर्म सिंह कम्बोज 11 दिसंबर को अपनी सांसारिक यात्रा पूर्ण करके प्रभु चरणों में विलीन हो गए। इस संबंध में शोक बैठक विश्वविद्यालय स्थित कुलपति निवास पर 17 दिसंबर बुधवार को सुबह 10 बजे से 4 बजे अपराह्न तक रखी गई है।

डॉ. गुप्ता ने मॉर्निंग वॉक क्लब के सदस्यों से की चर्चा

हिसार। पूर्व कैबिनेट मंत्री डॉ. कमल गुप्ता ने मॉर्निंग वाक क्लब के सदस्यों के साथ गणेश मार्केट में चाय पर अनौपचारिक व गंभीर विचार-विमर्श किया। इस अवसर पर देश की समकालीन राजनीति, लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं की मजबूती, तथा स्थानीय स्तर पर हो रहे विकास कार्यों को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। चर्चा के दौरान चुनाव आयोग द्वारा चलाए जा रहे विशेष मतदाता सूची सर्वेक्षण पर भी विचार रखे गए।

सरदार पटेल को पुण्यतिथि अर्पित किए श्रद्धासुमन

हिसार। गुर्जर कल्याण सभा की ओर से सरदार वल्लभ भाई पटेल भवन में लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल की 75वीं पुण्यतिथि मनाई गई। इस दौरान उपस्थित लोगों ने सरदार वल्लभ भाई पटेल की शिक्षा पर चलने का प्रण लिया। सरदार वल्लभ भाई पटेल की जीवनी पर प्रकाश डालते हुए सभा के महासचिव एडवोकेट कृष्ण खटाणा ने कहा कि लौह पुरुष भारत रत्न सरदार वल्लभ भाई पटेल की कार्य करने की शैली अदभुत थी।

महिला काव्य मंच की मासिक गोष्ठी आयोजित

हिसार। महिला काव्य मंच द्वारा ऑनलाइन मासिक गोष्ठी का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में काव्यगोष्ठी में राष्ट्रीय महासचिव सीमा शर्मा की गरिमामयी उपस्थिति रही। इकाई की अध्यक्ष पूनम मनचंदा ने गोष्ठी की अध्यक्षता की एवं खूबसूरती से मंच संचालन किया। मां शारदे की वंदना के उपरांत कवयित्री डॉ. प्रज्ञा कौशिक ने अपनी रचना 'जब सुख नही ठहरा,तो दुख कैसे रहेगा? ' सुनाकर सभी से सराहना पाई।

डीसी महेंद्र पाल ने सुनीं शिकायतें

हिसार। उपायुक्त महेंद्र पाल ने सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में प्रशासनिक अधिकारियों के साथ बैठकर आमजन की शिकायतों को सुनते हुए समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर निराकरण किया। समाधान शिविर में गांव स्याहड़वा निवासी एक प्रार्थी द्वारा जमीन से से जुड़े मामले में जान से मारने की धमकी मिलने की शिकायत पर उपायुक्त ने पुलिस विभाग के अधिकारियों को मामले की जांच कर आगामी आवश्यक कार्रवाई करने की हिदायत दी।

धर्मवीर शर्मा को रजतपत्र से किया सम्मानित

हिसार। पूर्व विधायक एवं हरियाणा खादी व ग्रामोद्योग मंडल के पूर्व अध्यक्ष जयनारायण वर्मा की स्मृति में हिसार के सर्वोदय भवन में श्री जयनारायण वर्मा स्मारक चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा श्रद्धांजलि व स्मृति सभा एवं सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में प्रमुख व्यवसायी एवं समाजसेवी संजय गुप्ता उपस्थित रहे।

सीएम फ्लाइंग ने जांची खाद बीज व कीटनाशक कंपनियां

कई कंपनियों में अनियमितताएं मिली कृषि विभाग ने जारी किए नोटिस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

- कार्रवाई का नेतृत्व सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने किया

सीएम फ्लाइंग टीम सोमवार को विभिन्न बीज, फर्टिलाइजर व कीटनाशक कंपनियों के गोदामों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान कई कंपनियों में अनियमितताएं सामने आईं, जिस पर कृषि विभाग की ओर से संबंधित को कारण बताओ नोटिस जारी किए गए हैं। इस कार्रवाई का नेतृत्व सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने किया। उनके साथ कृषि विभाग की गुण नियंत्रण निरीक्षक डॉ. प्रियंका तथा एएसआई सुरेंद्र, ईएसआई कृष्ण, एचसी विजय भी टीम में शामिल रहे।

सीएम फ्लाइंग रेंज इंचार्ज सुनैना ने बताया कि हिसार में कुछ कीटनाशक व फर्टिलाइजर कंपनियों द्वारा नियमों की अनदेखी और अनियमितताएं बरतने की शिकायतें प्राप्त हुई थीं। इन्हीं शिकायतों के आधार पर सोमवार को शांति फर्टिलाइजर एंड केमिकल, हिसार का औचक निरीक्षण किया गया। मौके पर सी एंड एफ मालिक नीतीश तायल की मौजूदगी में निरीक्षण के दौरान पाया गया कि परिसर में कई गोदाम हैं, जिन्हें अलग-अलग कंपनियों को किराए पर दिया गया है।

निरीक्षण के दौरान यहां 11 कीटनाशक व फर्टिलाइजर कंपनियां तथा 6 बीज कंपनियां पाई गईं, जो अपने-अपने उत्पादों का भंडारण व बिक्री कर रही थीं। टीम द्वारा इन कंपनियों का रैंडम निरीक्षण किया गया। इस दौरान सुमिटोमो कंपनी के गोदाम में रखे स्टॉक का स्टॉक रजिस्टर से मिलान किया गया, लेकिन मिलान सही नहीं पाया गया। अनियमितता बरतने पर कृषि विभाग की ओर से कारण बताओ नोटिस जारी किया गया। इसी तरह लाइफ साइंस कॉरपोरेशन कंपनी के गोदाम का निरीक्षण किया गया, जहां भी स्टॉक व रजिस्टर में कई प्रकार की अनियमितताएं सामने आईं। इस पर भी कारण बताओ नोटिस जारी किया गया।

हिसार। फर्टीलाइजर, कीटनाशक कंपनियों में निरीक्षण करते सीएम फ्लाइंग टीम। फोटो : हरिभूमि

दवाइयों का स्टॉक रजिस्टर में मिली खामियां

इसके पश्चात टीम ने हिसार स्थित खुराना एग्रो एजेंसीज पर भी औचक निरीक्षण किया। यहां सी एंड एफ संचालक सचिन खुराना की मौजूदगी में जांच की गई। निरीक्षण में यहां 7 फर्टिलाइजर व पेस्टीसाइड कंपनियां तथा 4 बीज कंपनियां पाई गईं। निरीक्षण के दौरान सुमिटोमो केमिकल इंडिया लिमिटेड के गोदाम में स्टॉक का मिलान किया गया, लेकिन दवाइयों का स्टॉक रजिस्टर से मिलान नहीं हो पाया। इसी प्रकार सायाजी सीड्स कंपनी के गोदाम तथा सीसीबा क्रॉप साइंस कंपनी के गोदाम जांच की गई, जहां दोनों ही कंपनियों में स्टॉक रजिस्टर व गोदाम में उपलब्ध स्टॉक का मिलान नहीं पाया गया। उपरोक्त तीनों को अनियमितता बरतने पर कृषि विभाग की गुण नियंत्रण निरीक्षक डॉ. प्रियंका द्वारा कारण बताओ नोटिस जारी किए गए हैं। साथ ही, एक कंपनी के कीटनाशक दवाइयों के तीन सैंपल भी जांच के लिए लिए गए हैं, जिन्हें प्रयोगशाला भेजा जाएगा।

आरपीएस स्कूल के विद्यार्थियों ने किया मिल्क प्लांट का शैक्षणिक भ्रमण

- प्लांट के प्रबंधक सतबीर रेढ़ू ने बच्चों को मिल्क प्लांट की स्थापना व उसकी कार्य प्रणाली के बारे में विस्तृत जानकारी दी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

आरपीएस पब्लिक स्कूल के सातवीं कक्षा के विद्यार्थियों को सोमवार को शैक्षणिक भ्रमण के लिए जींद के लक्ष्य मिल्क प्लांट ले जाया गया। जहां विद्यार्थियों ने मिल्क प्लांट के बारे में जानकारी प्राप्त की। प्लांट के प्रबंधक सतबीर रेढ़ू ने बच्चों को मिल्क प्लांट की स्थापना व उसकी कार्य प्रणाली के बारे में विस्तृत जानकारी दी। इस शैक्षणिक भ्रमण के दौरान विद्यार्थियों ने दुग्ध उत्पादों के निर्माण की आधुनिक तकनीकों को प्रत्यक्ष रूप से देखा व स्वच्छता एवं गुणवत्ता नियंत्रण की प्रक्रिया के महत्व को भी समझा। विद्यार्थियों ने जाना कि दुग्ध को सुरक्षित रखने के लिए किन - किन मानकों का पालन किया जाता है। स्कूल निदेशक संदीप देसवाल ने बताया कि इस प्रकार से भ्रमण से विद्यार्थियों में टीम-वर्क, अनुशासन एवं अवलोकन क्षमता का विकास होता है। विद्यालय की प्रधानाचार्या एकता सचदेवा ने कहा कि बच्चों के लिए शैक्षणिक भ्रमण बहुत आवश्यक है।

हांसी। मिल्क प्लांट में जानकारी हासिल करते स्कूली बच्चे। फोटो : हरिभूमि

हिसार के मुकुल संस्कृति और गुरमीत ने अर्जित किए स्वर्ण पदक

हिसार। दूसरी हरियाणा किड्स एथलेटिक्स चैंपियनशिप में हिसार के तीन बच्चों ने अपने-अपने आयु वर्ग की स्पर्धाओं में प्रथम स्थान प्राप्त किया हैं। दो दिवसीय यह प्रतियोगिता सोनीपत के सीआरए कालेज में हुई जिसमें प्रदेश भर से आए काफी संख्या में खिलाड़ियों ने भाग लिया।

चैम्पियनशिप के अंतिम दिन प्रतियोगिता के इवेंट का शुभारंभ राजू सिंधू एसएचओ सिटी सोनीपत द्वारा किया गया। इस चैंपियनशिप का आयोजन राजकुमार मिटान, एथलेटिक्स फैडरेशन ऑफ इंडिया (एएफआई) ग्रीवेंस कमेटी सदस्य के नेतृत्व में किया गया।

खबर संक्षेप

नई रामलीला कमेटी से बड़ी उम्मीदें : पवन काका

हिसार। अग्रवाल ग्रुप के प्रधान पवन गोयल काका ने श्रीरामलीला कमेटी कटला की कार्यकारिणी के चुनाव सफलतापूर्वक संपन्न होने पर प्रधान विनोद गुप्ता सहित सभी नवनिर्वाचित पदाधिकारियों का स्वागत करते हुए चुनाव करवाने के लिए नियुक्त सभी चुनाव अधिकारियों का आभार प्रकट किया है। पवन गोयल काका ने कहा कि कमेटी सदस्यों व समाज को पूर्ण विश्वास है कि नवनिर्वाचित पूरी कार्यकारिणी अपने दायित्वों का निष्ठा, ईमानदारी और समर्पण के साथ निर्वहन करते हुए रामलीला कमेटी की परंपराओं को और अधिक सशक्त व गौरवशाली बनाएंगे।

रॉबिन हुड आर्मी ने झुग्गी बच्चों को बांटी गर्म जैकेट

हिसार। रॉबिन हुड आर्मी हिसार द्वारा सेक्टर 33 की झुग्गियों में रहने वाले 40 छोटे बच्चों को ठंड से बचाव के लिए गर्म जैकेट वितरित की गईं। इसके साथ ही बच्चों को खाने-पीने का आवश्यक सामान भी उपलब्ध कराया गया। इस अवसर पर हिसार चैप्टर की तरफ से तुषार गुप्ता ने बताया कि कार्यक्रम की विशेष बात यह रही कि 9 वर्षीय अयान गुप्ता ने भी इस सेवा मुहिम में सक्रिय भागीदारी निभाते हुए बच्चों को जैकेट भेंट कीं। इस सेवा अभियान में तुषार गुप्ता, कृष्ण जैन, अयान गुप्ता, मोलिक, रोहित बंसल, मंजू गर्ग, संदीप सिंघल और संयम सिंघल की उपस्थिति रहे।

बीड़ बबरान धाम की गोशाला के लिए भूमि पूजन आज

हिसार। बीड़ बबरान धाम की ओर से मिल गेट स्थित कैप्टन स्कूल रोड के पास 13वां ताली कीर्तन धूमधाम से आयोजित किया गया। ताली कीर्तन में भक्तों को जहां श्याम बाबा के भजन सुनने का अवसर मिला, वहीं बीड़ बबरान धाम की अखंड ज्योति के दर्शन करने का भी मौका मिला। तेरहवें ताली कीर्तन व अर्जी संकीर्तन में बीड़ बबरान धाम के निज पुजारी विनय शर्मा व अन्य गायकों ने श्याम बाबा की महिमा का गुणगान करके समां बांध दिया। शर्मा ने बताया कि गोशाला प्रधान शिव कुमार के तत्वावधान में 16 दिसंबर को बीड़ बबरान धाम की गोशाला के लिए भूमि पूजन किया जाएगा। इस अवसर पर राज्य सूचना आयुक्त डॉ. जगबीर सिंह, लुवास के कुलपति डॉ. विनोद वर्मा व बीड़ बबरान के सरपंच देवेंद्र मुख्यातिथि के रूप में मौजूद रहेंगे।

ओशो ध्यान उपवन में ध्यान सत्र आयोजित

हिसार। ओशो ध्यान उपवन में ध्यान सत्र का आयोजन किया गया। इस ध्यान सत्र में विभिन्न क्षेत्रों से साधकों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इस दौरान साधकों को ध्यान की सरल विधियां बताते हुए शांत व आनंदमय जीवन जीने के उपाय साझा किए गए। इसके साथ ही ध्यान के द्वारा तन और मन को स्वस्थ रखने के उपायों को भी समझाया गया। ध्यान सत्र के आयोजक स्वामी संजय व मां सांची ने साधकों को ध्यान का अभ्यास भी करवाया। ध्यान सत्र के दौरान स्वामी संजय ने नियमित रूप से ध्यान करने का आह्वान करते हुए समझाया कि इससे इंसान का तनाव कम होता है और एकाग्रता बढ़ती जाती है।

धुंध में ड्राइविंग करते समय बरतें सावधानियां : कौशिक

हिसार। सर्दियों के मौसम में बढ़ती हुई धुंध को देखते हुए डाबड़ा चौक स्थित उत्तम कार ड्राइविंग स्कूल द्वारा धुंध को देखते हुए विशेष जागरुकता अभियान चलाया गया। ड्राइविंग प्रशिक्षुओं के अलावा अन्य लोगों को भी बारे में जागरूक किया गया। ड्राइविंग स्कूल के संचालक संजीव कौशिक ने बताया कि धुंध के मौसम में दुर्घटनाएं बढ़ जाती हैं। धुंध की शुरुआत होते ही अनेक स्थानों से वाहन टकराने की घटनाएं हो रही हैं इससे बचने के लिए विशेष सावधानी बरतनी जरूरी होती है।

रास्ते में मिले मोबाइल को पुलिस कर्मी ने लौटाया

हांसी। पुलिस कर्मी जनता की सेवा और सुरक्षा के साथ-साथ ईमानदारी का भी परिचय दे रहे हैं। ऐसा ही एक मामला सोमवार सुबह हिसार से हांसी आने वाली बस में अपनी ड्यूटी पर आ रहे पुलिस जिला हांसी में तैनात सिपाही सुनील को बस के अंदर एक मोबाइल फोन मिला। पुलिस कर्मचारी ने मोबाइल को तुरंत मोबाइल के असल मालिक गढ़ी निवासी कर्मवीर का पता लगाकर उसे सही-सलामत लौटा दिया या। हांसी पुलिस की इस निष्ठावान व पारदर्शी कार्रवाई ने आमजन के बीच पुलिस की छवि को और मजबूत किया है।

22 बेसहारा पशुओं पकड़कर भेजा गो-अभ्यारण

हिसार। नगर निगम आयुक्त नीरज के आदेशानुसार तथा अतिरिक्त आयुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा के निर्देशानुसार बेसहारा पशुओं को पकड़े जाने का अभियान लगातार जारी है। अभियान के सहायक नोडल अधिकारी ने बताया कि निगम की टीम ने सोमवार सातरोड, मास्टर कॉलोनी, सेक्टर 1-4, मिर्जापुर रोड, सेक्टर 9-11 क्षेत्र से 22 बेसहारा पशुओं को पकड़ाकर गो-अभ्यारण भेजा गया। बेसहारा पशु पकड़ने वाली टीम के साथ एएसआई संदीप कुमार सहित पुलिस विभाग की टीम भी मौजूद रही।

हॉटस्पॉट डोमिनेशन के दौरान 20 ग्राम हेरोइन पकड़ी

हांसी। ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन के दौरान सीआईए पुलिस ने 20 ग्राम हेरोइन के साथ दो आरोपियों को काबू किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान इनके भैणी सुरजन निवासी विजय व अनु सिंह के रूप में हुई है। एएसआई अनिल कुमार ने बताया कि उन्हें गश्त पड़ताल के दौरान सुचना मिली थी कि थोड़ी देर में मोटरसाइकिल पर सवार दो व्यक्ति गांव राजथल से कागसर रोड़ पर नशीला पदार्थ लेकर जाएगें।

स्वस्थ जीवन शैली से ही रोग मुक्त समाज का निर्माण संभव : यशपाल आर्य

हिसार। आरोग्य भारती हरियाणा के सानिध्य में जिला के गांव सिवानी बोलान स्थित ब्रह्मा आयुर्वेद पंचकर्म केंद्र, अग्रोहा में "स्वस्थ जीवन शैली" विषय पर राज्यस्तरीय आरोग्य मित्र प्रांत कार्यशाला का भव्य एवं सफल आयोजन किया गया। कार्यशाला में हरियाणा के विभिन्न जिलों से आए आरोग्य मित्रों, समाजसेवियों, चिकित्सकों, युवाओं, मातृशक्ति एवं आमजन ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि आरोग्य भारती के राष्ट्रीय सह-संगठन सचिव डॉ. मुरली कृष्ण तथा विशिष्ट अतिथि राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, हरियाणा प्रांत के प्रांत कार्यवाह डॉ. प्रताप रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता आरोग्य मित्र योजना प्रमुख संजीवन कुमार ने की। विशिष्ट अतिथियों में समाजसेवी अजीत सिहाग, ब्रह्माकुमारी पीस पैलेस से बहन मुकेश दीदी एवं वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. राजेश सिंगल उपस्थित रहे। मंच संचालन आरोग्य भारती हरियाणा के प्रान्त सचिव यशपाल आर्य ने किया।

वोट चोर गद्दी छोड़ महारैली मील का पत्थर साबित होगी : चंद्रप्रकाश

आदमपुर हलके सहित हिसार जिले से हजारों कार्यकर्ताओं ने लिया हिस्सा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

विधायक चंद्रप्रकाश ने दिल्ली के रामलीला मैदान में आयोजित वोट चोर गद्दी छोड़ महारैली में हजारों कार्यकर्ताओं के साथ हिस्सा लिया। महारैली की सफलता देखकर चंद्रप्रकाश ने कहा कि भाजपा की जनविरोधी नीतियों से जनता बुरी तरह आहत है। इसलिए अपनी आवाज बुलंद करने के लिए आदमपुर हलके सहित हिसार जिले से हजारों कार्यकर्ताओं ने महारैली में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। उन्होंने कहा कि कार्यकर्ताओं का भाजपा के प्रति रोष देखकर स्पष्ट हो गया कि यह महारैली मील का पत्थर साबित होगी। विधायक चंद्रप्रकाश ने कहा कि कांग्रेस के वरिष्ठ नेता व नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने महारैली के माध्यम से हरियाणा के हर मतदाता के हित की बात की। रैली के उपरांत कार्यकर्ताओं के साथ बैठक करते हुए चद्रप्रकाश ने महारैली की सफलता की बधाई दी और कहा कि वोट चोरी के लिए हरियाणावासी भाजपा को सबक सिखाने के लिए तैयार हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा छल, कपट व झूठ-फरेब की राजनीति कर रही है।

हिसार। कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं व कार्यकर्ताओं के साथ महारैली में हिस्सा लेते विधायक चंद्रप्रकाश। फोटो : हरिभूमि

अग्रोहा धाम में वैश्य समाज के प्रतिनिधियों की बैठक

अग्रोहा टीले की खुदाई के काम की धीमी गति से होने से वैश्य समाज में नाराजगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

वैश्य समाज के प्रतिनिधियों की मीटिंग अग्रोहा धाम वैश्य समाज के राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष व हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग की अध्यक्षता में हुई। मीटिंग में अग्रोहा धाम टीलें की खुदाई का काम धीमी गति से चलने पर भी चिंता प्रकट की।

राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष बजरंग गर्ग ने कहा कि अग्रोहा टीले की खुदाई के काम धीमी गति से होने से वैश्य समाज व जनता में बड़ी भारी नाराजगी है। एक साल से अग्रोहा टीले की खुदाई का काम चल रहा है। जिस प्रकार अग्रोहा टीलें की खुदाई का काम धीमी गति से चलने से काम 20 साल तक भी पूरा नहीं होगा।

सरकार को अपनी घोषणा के अनुसार अग्रोहा टीलें की खुदाई का काम जल्द से जल्द पूरा करना चाहिए। बजरंग गर्ग ने कहा कि अग्रोहा टीला 125 एकड़ में महाराजा अग्रसेन जी का महल हुआ करता था जो टीलें के रूप में बदल चुका है। अग्रोहा टीले की खुदाई में बेशुमार कीमती सामान मिलने की पूरी उम्मीद है।

हिसार। अग्रोहा धाम वैश्य समाज के राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष बजरंग गर्ग समाज के प्रतिनिधियों को संबोधित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

1851 आवेदनों में से 632 को मिले चैंबर

हिसार बार में 316 चैंबरों का ड्रा

- 316 नए चैंबरों का 632 अधिवक्ताओं को हुआ आवंटन

हिसार। जिला बार एसोसिएशन हिसार के तत्वावधान में बीडीपीओ ब्लॉक के पास लगभग डेढ़ एकड़ क्षेत्र में निर्मित होने वाली डॉ. बी.आर. अंबेडकर लॉयर्स चैंबर्स बिल्डिंग में नए अधिवक्ता चैंबरों के आवंटन के लिए योग्य आवेदकों का ड्रा सोमवार को जिला न्यायालय परिसर हिसार स्थित बार रूम में शांतिपूर्ण, अनुशासित एवं पूर्ण पारदर्शिता के साथ सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ। ड्रा प्रक्रिया का एलईडी स्क्रीन के माध्यम से लाइव प्रदर्शन किया गया। ड्रा प्रक्रिया ड्यूटी मजिस्ट्रेट रविंद्र सिंह की उपस्थिति में जिला बार एसोसिएशन की वर्तमान कार्यकारिणी एवं बिल्डिंग कमेटी के सदस्यों की निगरानी में सम्पन्न हुई। इस अवसर पर पूर्व प्रधान एडवोकेट बंसीलाल गोदारा, पूर्व प्रधान एडवोकेट मोहित अरोड़ा, एडवोकेट जसवीर ढिल्लों, जयबीर काजला, गोपीचंद वर्मा, विकास बिश्नोई एवं रामनिवास कुलड़िया सहित अन्य सदस्यों ने ड्रा प्रक्रिया को सुचारू रूप से संचालित किया। लगभग पांच घंटे चली ड्रा प्रक्रिया के अंतर्गत कुल 316 नए अधिवक्ता चैंबरों का आवंटन 632 अधिवक्ताओं को किया गया जबकि इसके लिए कुल 1851 अधिवक्ताओं ने आवेदन किया था।

प्रतियोगिता अंतरसंदनिय प्रतियोगिता में विंध्या सदन के विद्यार्थियों ने अपना उत्कृष्ट प्रदर्शन किया

इंडस स्कूल मिर्चपुर में खेल प्रतियोगिता में विंध्या सदन ने मारी बाजी

बच्चों को पढ़ाई के साथ- साथ खेलों में भी रूचि लेने के लिए प्रेरित किया: डॉ. राकेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौंद

इंडस पब्लिक स्कूल मिर्चपुर के प्रांगण में वार्षिक खेल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में डॉ. राकेश श्योराण ने बतौर मुख्यातिथि व प्रवीण पुरुथी समन्वयक इंडस शिक्षण-संस्थान ने बतौर विशिष्ट अतिथि शिरकत की। इस प्रतियोगिता में सम्पूर्ण विद्यालय परिवार जो चार सदनों विंध्या, अरावली, नीलगिरि और शिवालिक में विभक्त हैं, ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और अपनी अपनी खेल-प्रतिभा को प्रदर्शित किया। प्रतियोगिता के माध्यम से वर्षभर चलने वाली विभिन्न गतिविधियों एवं प्रतियोगिताओं के आधार पर विजेता सदन को पुरस्कृत किया जाता है। इसके साथ ही अभिभावकों के लिए भी विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित की जाती हैं, जैसे सौ मीटर की दौड़, रस्सा कसी और मटका - दौड आदि। इस अंतरसंदनीय प्रतियोगिता में विंध्या सदन के विद्यार्थियों ने अपना उत्कृष्ट प्रदर्शन किया और अपने सदन को विजयी बनाया। मुख्य अतिथि डॉ. राकेश श्योराण ने बच्चों को पढ़ाई के साथ- साथ खेलों में भी रूचि लेने के लिए प्रेरित किया।

नारनौंद। विजेता छात्रों को सम्मानित करते हुए मुख्य अतिथि व अन्य।

खेलों से होता है सच्चरित्र का निर्माण

विशिष्ट अतिथि प्रवीण पुरुथी ने बताया कि खेलों से सच्चरित्र का निर्माण तो होता ही है साथ में सहयोग की भावना भी विकसित होती है। कार्यक्रम के अन्त में विद्यालय के प्रधानाचार्य विजेन्द्र सिंह ने मुख्यातिथि एवं अभिभावकों का इस कार्यक्रम में आने के लिए धन्यवाद करते हुए कहा कि स्कूल में पढ़ाई के अलावा अन्य गतिविधियो में भी छात्रों को निपुण बनाया जाता है ताकि उनका बौद्धिक और शारीरिक विकास हो सके।

स्थापित - 1936 सर्वेसन्तु निरामया :
डॉ. बनारसी दास शर्मा हस्पताल
3 पीढ़ीयों से आपकी सेवा में
आयुर्वेद चिकित्सा-श्रेष्ठ चिकित्सा
चर्म रोग

सोरायसिस सफेद दाग बालों का झड़ना मुंहासे
एग्जीमा, Fungal, Acne, Alcpocia, Urticaria आदि सभी प्रकार के चर्म रोगों के विशुद्ध आयुर्वेदिक उपचार के लिए सम्पर्क करें।

डॉ. साकेत शर्मा, आयुर्वेदाचार्य
मोहल्ला सैनियान, हिसार | मो. 98960-04939