हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 20 फरवरी 2025

9 आत्मा का प्रभाव प्रकृति पर पड़ता: बीके प्रेम

10 विधायक सांगवान ने केंद्रीय मंत्री मनोहर से...

खबर संक्षेप

पुलिस ने ढाबे से की अवैध शराब बरामद

भिवानी। थाना औद्योगिक क्षेत्र पुलिस ने ढांबे में बिना लाइसेंस के अवैध शराब रखकर बचने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। थाना औद्योगिक क्षेत्र भिवानी के उप निरीक्षक मुकेश कुमार अपनी टीम के साथ गश्त पड़ताल ड्यूटी के दौरान सूचना प्राप्त हुई की रोहतक रोड पर एक ढांबे के अंदर अवैध शराब रखकर बेची जा रही है पुलिस टीम के द्वारा सूचना की महत्वता को देखते हुए बताए गए स्थान पर रेड करके एक व्यक्ति को अवैध शराब के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान संजय पुत्र कृष्ण निवासी निगाना जिला रोहतक के रूप में हुई है। पुलिस टीम के द्वारा ढांबे से 06 बोतल अवैध शराब देसी, 15 बोतल हाफ अवैध शराब देशी व 15 क्वार्टर अवैध शराब देशी के बरामद किए गए हैं।

खेत से सामान चोरी मामले में किया काबू

बवानीखेडा। थाना बवानी खेड़ा पुलिस ने खेत से सामान चोरी करने के मामले में एक आरोपी को बवानी खेड़ा से गिरफ्तार किया है। फिलहाल पुलिस आरोपी से पूछताछ कर रही है। सत्यजीत निवासी दौलतपुर ने थाना बवानी खेड़ा पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई थी जिसमें शिकायतकर्ता ने पुलिस को बताया कि 17 फरवरी को को चोर उनके खेत से लोहे की एंगल, एक पंखा व अन्य सामान चोरी करके ले गया था। थाना बवानी खेड़ा के मुख्य सिपाही अश्विनी ने खेत से सामान चोरी करने के मामले में एक आरोपी को बवानी खेड़ा से गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान सोनू पुत्र सुरेश निवासी कुंगड जिला भिवानी के रूप में हुई है। पुलिस टीम के द्वारा आरोपी से पांच लोहे की एंगल, एक छत का पंखा,पाइप व वारदात में प्रयोग की गई मोटरसाइकिल को बरामद किया गया है।

तोशामः एचआईवी के बारे में किया जागरूक

तोशाम। स्वास्थ्य विभाग एवं सिविल सर्जन भिवानी के निर्देशानुसार तोशाम के चौधरी बंसीलाल राजकीय महिला महाविद्यालय में बुधवार को रेड रिबन क्लब के तत्वावधान में राष्ट्रीय यूथ दिवस को ध्यान में रखते हुए एचआइवी से संबंधित जागरूकता अभियान चलाया गया। तोशाम के नागरिक अस्पताल से महाविद्यालय परिसर में पहुंचे डॉक्टर अरुण जांगड़ा द्वारा एचआइवी पर जागरूक करने के लिए व्याख्यान दिया गया और एचआइवी टेस्ट किया गया। इस कार्यक्रम में महाविद्यालय के कार्यकारी प्राचार्य राजेंद्र सिंह, डॉक्टर अरुण जांगड़ा, राकेश एलटी (सिविल हॉस्पिटल ,तोशाम) आदि स्टाफ सदस्य तथा अनेक छात्राएं मौजूद थी।

नपा चुनाव: 2 मार्च को सुबह 08 बजे से सायं 06 तक होगा मतदान

बवानीखेड़ा में 23 योद्धाओं ने छोड़ा रण, अध्यक्ष पद के 8और पार्षद पदों के लिए 15 नामांकन पत्र वापस

चुनाव पर्यवेक्षक अनुराग डालिया की उपस्थित में अध्यक्ष पद और पार्षद पदों के उम्मीदवारों को आवंटित किए गए चुनाव चिन्ह

दीपक कुमार डुमड़ा ▶▶ बवानीखेड़ा

बुधवार को नपा चुनावी रण से 23 योद्धाओं ने मैदान छोड़ दिया। अध्यक्ष पद के 8 तथा पार्षदों पदों के लिए 15 उम्मीदवारों ने अपना नामाकंन पर्चा वापस लिया। अब अध्यक्ष पद के लिए 11 उम्मीदवार चुनावी मैदान में डटे है। इसी तरह 16 वार्डो के लिए पार्षद पदों के लिए 56 उम्मीदवार चुनावी रण में डटे है। जिनको दोपहर चुनावी चिंह अलॉट किए गए। रिटर्निंग अधिकारी एवं एसडीएम महेश कुमार ने बताया कि बवानी खेडा नगर पालिका के आम चुनाव-2025 में अध्यक्ष पद के लिए 11 उम्मीदवार शेष रहे हैं। रिटर्निंग अधिकारी ने कहा कि चुनाव पर्यवेक्षक अनुराग डालिया की उपस्थित में अध्यक्ष पद के और पार्षद पदों के उम्मीदवारों को निर्वाचन आयोग की हिदायतों के अनुसार आज दोपहर बाद तीन बजे के बाद चुनाव चिन्ह आवंटित किए गए हैं।

किसी को कलम दवात तो कोई चलाएगा रोड रोलर

नाम वापसी के तुरंत बाद अध्यक्ष पद के बाकी बचे 11 उम्मीदवारों में बीजेपी के उम्मीदवार सुन्दर शर्मा को कमल का फूल, वहीं निर्दलीय प्रत्याशियों में अजीत कुमार को पीपल का पता, रमेश कुमार को बस, संजय कुमार को कलम दवात, महेश कुमार को घडी, तरूण राठौर को डमरू, दिलबाग सिंह को रोड रोलर, मोहित यादव को कुर्सी,पंकज कुमार को नारियल का पेड, सतपाल को आम और सतपाल मुन्जाल को एयर कंडीशनर का चुनाव चिन्ह अलाट हुआ है। सभी 16 वार्डो के पार्षद पदों के 56 उम्मीदवारों को निर्वाचन आयोग की हिदायतों के अनुसार उनके नामांकन पत्रों में दिए गए मन पसंद के चुनाव चिन्ह अलाट किए गए हैं।

अब अध्यक्ष पद के लिए 11 उम्मीदवार चुनावी मैदान में डटे, प्रचार अभियान जोरों पर

बवानीखेड़ा। चुनाव चिंह के लिए अधिकारी के पास जाते हुए।

बवानीखेड़ा। चुनाव चिंह अलॉट करते अधिकारी।

इन्होंने लिया नाम वापस

चेयर उम्मीदवारों में कमल शर्मा, हीना रानी, हरिकेश शर्मा, आरती चौहान, टिंकू, सज्जन कुामर, सीमा रानी, कृष्ण कुमार यादव ने अपने नामांकन पत्र वापिस ले लिए वहीं पार्षद उम्मीदवारों में से मंजू बाई, कुसुम रानी, ईश्वर सिंह, सुंदर, सरोज, भागीरथ, देवेन्द्र, रमन कुमार, राकेश, हर्षा, देवी, जय कुमार, पूनम, योगेश आदि शामिल हैं। जिन्होंने अपने नामांकन पत्र वापिस ले लिए।

चस्पाई जाएगी सूची

रिटर्निंग अधिकारी ने बताया कि हरियाणा राज्य चुनाव आयोग के निर्देशानुसार नगर चुनाव लडने वाले प्रत्याशियों व मतदान केंद्रों की सूची निर्धारित स्थान पर आज ही चस्पा कर दी जाएगी। उन्होंने बताया कि आगामी 02 मार्च को सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक मतदान करवाया जाएगा। इसके बाद 12 मार्च को सुबह 8 बजे से मतगणना करवाई जाएगी।

लोहारू नपा के प्रधान पद के 8 उम्मीदवारों ने लिए अपने नामांकन वापस

लोहारू। चुनाव चिंह आबंटित करते अधिकारी।

- वार्ड पार्षद के 11 उम्मीदवारों ने किया अपना नामांकन वापस
- 13 वार्डों के लिए 36 उम्मीदवार रहे चुनाव मैदान में
- वार्ड नंबर 4 से महेश कुमार गांधी निर्विरोध घोषित

लोहारू। नगर पालिका लोहारू के प्रधान पद के 8 उम्मीदवारों ने लिए अपना नामांकन वापिस ले लिया है। अब 17 उम्मीदवा चुनाव मैदान में रह गए हैं। वार्ड पार्षद पद के 11 उम्मीदवारों ने किया अपना नामांकन वापिस ले लिया है। 13 वार्डों के लिए 36 उम्मीदवार चुनाव मैदान में रहे हैं। वार्ड नंबर 4 से महेश कुमार गांधी निर्विरोध घोषित किया गया है। चुनाव मैदान में रहे सभी उम्मीदवारों को चुनाव चिन्ह दे दिया गया है। एसडीएम एवं रिटर्निंग अधिकारी मनोज दलाल ने बताया कि चुनाव लड़ने वाले प्रत्याशियों की अंतिम सूची तथा मतदान केंद्रों की जानकारी सार्वजनिक स्थानों पर चस्पा कर दी गई है। उन्होंने बताया कि मतदान 2 मार्च को सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक कराया जाएगा। मतगणना 12 मार्च को सुबह 8 बजे से होगी। चुनाव प्रक्रिया को निष्पक्ष एवं पारदर्शी ढंग से संपन्न करवाने के लिए सभी आवश्यक तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। नामांकन प्रक्रिया जांच के दौरान तहसीलदार नवनीत, नायब तहसीलदार शेखर नरवाल , सचिव तेजपाल तंवर, दीपक शर्मा ,श्यामसुंदर सांगवान ,अनिल मेचू राजीव वत्स, जयवीर गिल सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

- 17 रहे चुनाव मैदान में

जातिगत समीकरणों के फेर में उलझा चेयरमैन पद का चुनाव

लोहारू। लोहारू नगरपालिका की बिछ चुकी चुनावी बिसात के बीच भले ही शहर के विकास का मुद्दा प्रत्येक उम्मीदवार की जुबान से सुना जा सकता है लेकिन इस बार प्रत्यक्ष तौर से हो रहा नगरपालिका अध्यक्ष पद का चुनाव जातिगत समीकरणों में उलझता दिखाई दे रहा है। कई उम्मीदवारों ने अपने अपने बिरादरी भाईयों की मीटिंग बुलाकर अपनी उम्मीदवारी को मजबूत तो कर लिया लेकिन सर्व समाज की एकजुटता और शहर के विकास के मुद्दे इसमें गौण होते दिखाई दे रहे हैं। लोहारू शहर में सबसे अधिक सैनी समाज के लोगों के वोट माने जाते हैं लेकिन सैनी समाज से 7 उम्मीदवार मैदान में डटे हैं, जिससे सैनी समाज के वोट बटते दिखाई दे रहे हैं। इसके अलावा दूसरे नंबर पर शहर में नायक समाज के लोगों के वोट माने जाते हैं तथा नायक समाज के लोगों ने बैठक कर पवन कुमार को अपना उम्मीदवार घोषित किया है। यहीं नही खटीक समाज के लोगों के भी शहर में अच्छे खासे वोट बताए जा रहे हैं जिन्होंने बैठक कर रामभगत सोलंकी को उम्मीदवार घोषित किया है। इसके अलावा महाजन समाज से संजय खंडेलवाल, प्रदीप तायल और राजकुमार चुनाव मैदान में डटे हैं। इसके अलावा उम्मीदवार देवी सिंह सोनी की समाजसेवी की छवि उन्हें मजबूत बना रही है। शहर में इन जातिगत समीकरणों के बीच शहर के विकास का मुद्दा गौण होता दिखाई दे रहा है। लेकिन उम्मीदवारों को बुधवार को चुनाव चिन्हं अलॉट हुएं हैं तथा चुनावी माहौल बनने में समय लगेगा। कौन उम्मीदवारों वोटरों को लुभाने में कामयाब हो पाता है इसका फैसला अभी चुनावी माहौल जमने के बाद ही पता चल पाएगा। बहरहाल शहर के लोगों की प्राथमिकता शहर के समग्र विकास को महत्व देने वाले किसी पढ़े लिखे और शिक्षित उम्मीदवार को चेयरमैन की कुर्सी पर देखना माना जा रहा है।

- साइलेंट वोटर बिगाड़ेंगे कइयों का चुनावी गणित

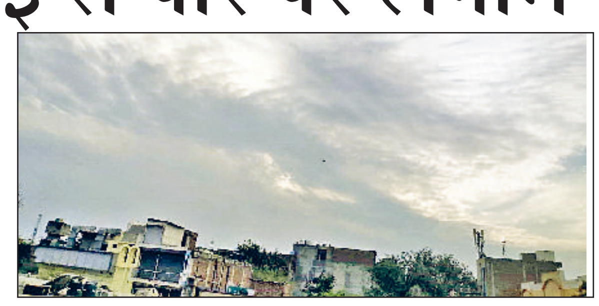
मौसम का बदला मिजाज, सुबह सवेरे तो चटक धूप खिली

बादलवाई से पारे पर लगाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

बुधवार को भी मौसम मिजाज बदला बदला रहा। सुबह सवेरे तो चटक धूप खिली रही,लेकिन दिन चढ़ने के दौरान आसमान में बादलों की आवाजाही बढने लगी। दोपहर तक आसमान काले बादलों से अट गया। हालांकि बारिश नहीं आई,लेकिन काले बादलों की वजह सक कभी भी आसमान से पानी टपकना शुरू हो सकता।

सुबह जब लोग सोकर उठे तो उस वक्त आसमान पूरी तरह से साफ था। चटक धूप खिली हुई थी। लोगों को लगा कि पूरे दिन सूर्य देव तपिश बिखेरते रहेंगे,लेकिन जैसे ही दोपहर हुआ तो आसमान में काले बादल छाने लगे। धीरे धीरे बादलों ने पूरे आसमान को ढक लिया। इस दौरान धीमी गति से हवा बहने लगी। लोगों को लगा कि कभी भी आसमान से पानी बरसना शुरू हो सकता है,लेकिन बिना बरसे ही बादल गुजर गए। शाम तक मौसम इसी तरह का रहा। दूसरी तरफ आसमान में काले बादल उमड़ने की वजह से पारे पर भी लगाम लग गई। जो कि बीते सप्ताह 29 डिग्री सेल्सियस के आसपास था। आज वह 27 डिग्री सेल्सियस पर टिका रहा। पारा नीचे रहने की वजह से लोगों को ज्यादा गर्मी नहीं झेलनी पड़ी,बल्कि लोगों को ठंड का अहसास होने लगा। दोपहर बाद लोगों ने फिर से गर्म कपड़े पहनते नजर आए। यह स्थिति सभी जगहों पर बनी रही।



भिवानी। आसमान में छाए काले बादलों का दृश्य। *फोटो : हरिभूमि*

बदलाव का फायदा रबी फसलों में होगा

दूसरी तरफ मौसम में आए एकदम बदलाव का फायदा रबी फसलों में होगा। क्योंकि इस वक्त गर्मी ज्यादा होने की वजह से रबी फसलों में नुकसान होने की आशंका बन गई थी। क्योंकि फिलहाल रबी फसल पक रही है। अगर इस वक्त थोड़ी सी मौसम में ठंडक हो जाए तो फसलें सही ढंग से पक जाएंगी। मौसम में आए बदलाव से फसलों की औसतन पैदावार में बढ़ोतरी होगी।

जिले में अवैध निर्माण हटाने का चलाया जा रहा विशेष अभियान

अवैध कालोनियों में प्लाट न खरीदें: डीसी

- नगर योजनाकार विभाग ने भिवानी जोनपाल में भिवानी-हालुवास रोड़ पर 10 एकड़ में फैली अवैध कॉलोनी में बने निर्माण को तोड़ा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

उपायुक्त महावीर कौशिक ने कहा कि अवैध निर्माण करना गैर कानूनी कार्य है और इसकी अनुमति किसी को नहीं है। अवैध निर्माण करने का किसी को अधिकार नहीं है।

जिला में अवैध निर्माण हटाने के लिए विशेष अभियान का चलाया जा रहा है। उपायुक्त ने नागरिकों का आह्वान किया है कि वे जिला में कहीं भी सरकारी जमीन पर किसी भी प्रकार का अवैध निर्माण न करें। नगर योजनाकार विभाग द्वारा मौजा भिवानी जोनपाल में भिवानी-हालुवास लिंक रोड़ पर नजदीक मुक्तिधाम के पास 10 एकड़ में फैली एक अवैध कॉलोनी से कब्जा हटवाया गया। इस अभियान के दौरान जेसीबी मशीन द्वारा 8 चार दीवारी, 12 डीपीसी, एक मकान व पांच बिजली के खंभों को तोड़ा गया।

इस दौरान कुछ लोगों ने विरोध किया,लेकिन पुलिस बल की मौजूदगी के चलते उनका विरोध ज्यादा देर तक नहीं चला। उसके बाद टीम का अभियान जारी रहा।

भिवानी। अवैध निर्माण तोड़ती जेसीबी। *फोटो : हरिभूमि*

भिवानी। अवैध कॉलोनी में निर्माण गिराती जेसीबी।

हटाने का अभियान जारी रहेगा

उपायुक्त महावीर कौशिक ने बताया कि नगर योजनाकार विभाग द्वारा अवैध निर्माण की जानकारी जुटाई जा रही है और इसको हटाने का अभियान जारी रहेगा। जिला नगर योजनाकार द्वारा लोगों को समझाया गया कि आम जन अवैध कॉलोनियों में प्रोपर्टी डीलरों के बहकावे में न आयें व अवैध कालोनियों में प्लॉट न खरीदे तथा शहरी क्षेत्र, नियंत्रित क्षेत्र एवं अनुसूचित सड़कों की हरित पट्टी में किसी भी तरह का निर्माण कार्य न करें तथा वैद्य निर्माण करने से पूर्व विभागीय अनुमति लेना सुनिश्चित करें। उल्लेखनीय है कि अनेक जगहों पर लोगों द्वारा अवैध कॉलोनियां काटी गई है। जो कि भोले भाले लोगों को बेहतरीन सुविधाओं का झांसा देकर उनको प्लाट बेच दिए जाते है। बाद में प्लाट बेचने वालों का कोई अता पता नहीं होता। जिस वजह से उनकी जीवनभर कमाई खतम हो जाती है।

ZEE LITERA
DEDICATED TO EXCELLENCE

ZEE LITERA VALLEY SCHOOL
A Senior Secondary School, Affiliated to C.B.S.E., New Delhi
6.6 km Stone, Hansi Road, Bhiwani-127021

Join Our Esteemed School! Exciting Opportunities Await!

We are inviting passionate and dedicated individuals to be part of our vibrant educational community. Applications are open for the following positions:

Teaching Positions

ADMISSION OPEN
FOR 2025-26 (For Nursery to IX and XI -All Streams)

INDOOR SWIMMING POOL

NTT : Mother Teachers
PRT : All Subjects
TGT : English, Hindi, Mathematics, Science, and Social Science.
Coach : SWIMMING TEACHER (FEMALE)
PGT : Physics, Chemistry, Biology, English, Mathematics, Account, Business Studies, Economics, Political Science, Music, History, Hindi and Computer Science

Annual Package of
NTT 1,32,000-2,00,000
PRT 1,44,000-2,16,000
TGT 1,80,000-2,52,000
PGT 2,64,000-4,20,000

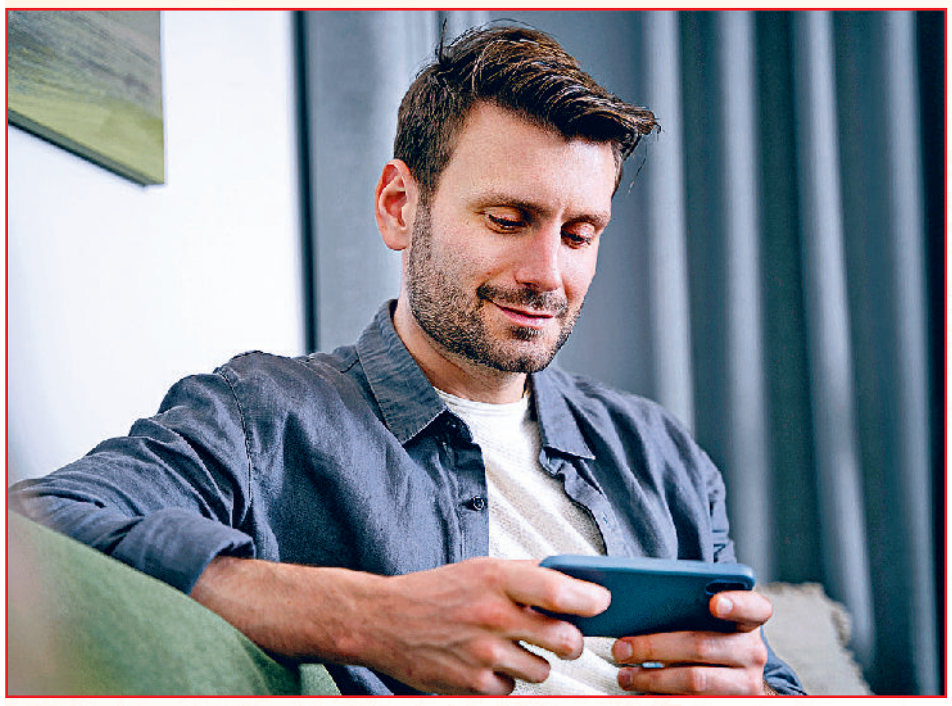
Walk-in-Interview
Sunday, 23 February 2025 | 11:00 AM
at School Campus
zeeschool.bwn@gmail.com
WhatsApp your CV to 9050797555

Join us in nurturing future leaders and making a difference in the community!

Note : Expected Qualification : PGTs & TGTs - Master's Degree with B.Ed, PRTs - Bachelor's Degree with B.Ed
Excellent command over English Spoken

https://www.zeeliteravalleybhiwani.org
zeeschool.bwn@gmail.com
Zee Litera Valley Bhiwani

Contact Us : - 9215499905
- 9215499904



आज के दौर में मोबाइल, टैबलेट और लैपटॉप जैसे गैजेट्स पर बढ़ती निर्भरता के कारण हर उम्र के लोगों का स्क्रीन टाइम बढ़ता जा रहा है। इसका सीधा असर हमारे शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। नतीजा, कई तरह की बीमारियों के चंगुल में हम फंसते जा रहे हैं। ऐसी समस्याओं से बचने के लिए किन बातों का ध्यान रखें, इस बारे में बहुत जरूरी सुझाव।

कई बीमारियों की वजह बढ़ता स्क्रीन टाइम

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. हर्षल साल्वे
एडिशनल प्रोफेसर-सेंटर फॉर कम्युनिटी मेडिसिन, एम्स, दिल्ली

चाहे ऑफिस से जुड़ा काम-काज हो या करनी हो स्टडी, ऑनलाइन शॉपिंग करनी हो या फिर अपनों के साथ चैटिंग, ऐसी अनेक एक्टिविटीज की वजह से लोगों का स्क्रीन टाइम बढ़ता जा रहा है। यह सेहत के लिए बहुत नुकसानदेह साबित होता है। इसकी वजह से लोगों को कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं घेरने लगती हैं। इनके बारे में जरूर पता होना चाहिए, ताकि इनसे बचाव किया जा सके।

सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस

कंप्यूटर या लैपटॉप के साथ लगातार घंटों काम करते समय अधिकतर लोगों को अपने सही पोस्चर का ध्यान नहीं रहता। टाइपिंग करते समय अकसर लोगों की गर्दन झुक जाती है, इससे उनकी गर्दन और कंधे में दर्द की समस्या होने लगती है। अगर लंबे समय तक ध्यान न दिया जाए तो इससे सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस की समस्या हो सकती है।

बचाव के उपायः कंप्यूटर, लैपटॉप या मोबाइल पर टाइप

करते समय अपनी गर्दन सीधी रखें। लगातार बहुत देर तक काम न करें। हर एक घंटे के अंतराल पर बीच में उठकर पांच से दस मिनट का ब्रेक लें। इससे गर्दन में दर्द की समस्या नहीं होगी।

ओवरवेट यानी ओबेसिटी

जो लोग इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स के साथ ज्यादा वक्त बिताते हैं, उनकी शारीरिक गतिविधियां सीमित हो जाती हैं। साथ ही काम के दौरान होने वाली बोरियत को दूर करने के लिए अधिकतर लोग बिस्किट, चॉकलेट, चिप्स, वेफर्स या जंक फूड्स जैसी अधिक कैलोरी वाली चीजों का सेवन करते हैं, इससे उनका वजन बढ़ जाता है और ओबेसिटी जैसी समस्या परेशान करने लगती है।

बचाव के उपायः चाहे कितनी भी व्यस्तता हो, नियमित एक्सरसाइज और वॉक के लिए समय जरूर निकालें। काम के दौरान अगर बीच में हल्की भूख लगे तो मंचिंग के लिए हाई कैलोरी वाले जंक फूड के बजाय फल, भुने चने और मुरमुरे जैसी चीजों का सेवन करें।

पीठ और कमर में दर्द

कंप्यूटर या लैपटॉप पर टाइप करते हुए अधिकतर लोग अपनी पीठ और कमर के सही पोस्चर का भी ध्यान नहीं रखते हैं। इसी वजह से उनकी पीठ और कमर में दर्द की समस्या होती है। लगातार एक ही मुद्रा में बैठकर काम करना या पीठ को सीधी न रखना इस समस्या की बड़ी वजह है।

बचाव के उपायः चाहे आप बेड पर बैठें या कुर्सी पर आपकी पीठ हमेशा सीधी होनी चाहिए। कुर्सी टेबल पर बैठकर काम करते समय तकिए या कुशन का सहारा लेना चाहिए। इससे पीठ और कमर में दर्द नहीं होगा।

डायबिटीज-हाई ब्लडप्रेशर-कोलेस्ट्रॉल

स्क्रीन के साथ ज्यादा वक्त बिना किसी फिजिकल एक्टिविटी के बिताने वाले लोगों के शरीर में अतिरिक्त कैलोरी और फैट का संग्रह होने लगता है। इसी वजह से उनमें डायबिटीज, हाई ब्लडप्रेशर और कोलेस्ट्रॉल की आशंका भी बढ़ जाती है।

बचाव के उपायः घी-तेल और चीनी से बने फूड आइटम्स से दूर रहें। नियमित रूप से एक्सरसाइज और वॉक के लिए समय जरूर निकालें।

कलाई और अंगुलियों में दर्द

आजकल लोग घंटों तक मोबाइल पर चैटिंग करते हैं या स्क्रीन स्क्रॉल करके रील्स देखते रहते हैं। इससे उन्हें अंगुलियों और कलाई में दर्द की समस्या भी होती है।

बचाव के उपायः मोबाइल देखने के समय में कटौती करें, जहां तक संभव हो लोगों को टेक्स्ट मैसेज भेजने के बजाय वॉयस नोट भेजें।

अनिद्रा की समस्या

सोशल मीडिया पर एक्टिव रहने और रील्स देखने की लत के कारण अधिकतर लोग देर रात तक जागते हैं, जिससे उनकी नींद पूरी नहीं होती। इससे उनमें चिड़चिड़ापन, थकान और आंखों में जलन जैसी समस्याएं भी होती हैं। नींद की कमी के कारण स्मरण शक्ति भी कमजोर पड़ने लगती है। पाचन संबंधी समस्याएं भी परेशान करती हैं।

बचाव के उपायः रोजाना कम से कम आठ घंटे की नींद जरूर लें। रात को सोने से एक घंटे पहले से मोबाइल को स्विच ऑफ कर दें, लैपटॉप और टीवी स्क्रीन से भी दूर रहें। रात को सोते समय मोबाइल को बेडरूम से बाहर रखें।

सिर में दर्द

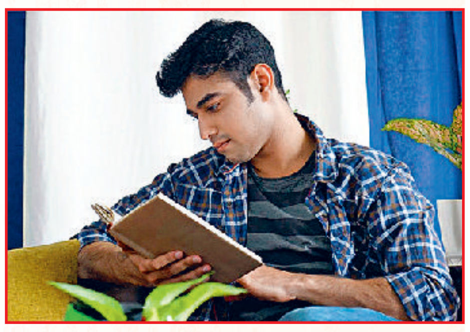
मोबइल पर लगातार चैटिंग करने से लोगों को सिर में दर्द की समस्या भी होती है। लगातार रील्स स्क्रॉल करते रहने की आदत ब्रेन की सेहत के लिए नुकसानदेह होती है। इससे खास तरह की न्यूरोलॉजिकल समस्या होती है, जिसे ब्रेन रोट प्रॉब्लम कहते हैं। इसमें लोगों को ध्यान केंद्रित करने और सोचने-समझने की क्षमता में गिरावट आती है।

बचाव के उपायः अपने मोबाइल में सोशल मीडिया के नोटिफिकेशन के बटन को ऑफ रखें। मनोरंजन के लिए किताबें पढ़ना या टीवी देखना ज्यादा बेहतर विकल्प हैं। इसलिए जहां तक संभव हो मोबाइल से दूर रहें।

मेंटल हेल्थ पर बुरा असर

लंबे समय तक लगातार सोशल मीडिया पर एक्टिव रहने और मोबाइल, लैपटॉप के साथ ज्यादा वक्त बिताने के कारण लोगों में एंग्जायटी, स्ट्रेस, उदासी और डिप्रेशन जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याओं की आशंका बढ़ जाती है। ऐसा करने वाले लोग इंट्रोवर्ट और उदास रहने लगते हैं। ज्यादा रील्स देखने से सोचने-समझने और निर्णय लेने की क्षमता घटने लगती है।

बचाव के उपायः सचेत तरीके से अपना स्क्रीन टाइम घटाने की कोशिश करें। खाली समय में अकेलापन या उदासी दूर करने के लिए मोबाइल स्क्रॉल करने से बचें, बल्कि खुद को कुकिंग, बागवानी, पेंटिंग और लेखन जैसे रचनात्मक कार्यों में व्यस्त रखने की कोशिश करें। अपनों से मिलने-जुलने और बातचीत के लिए समय निकालें। ध्यान



रहे, जब भी आप किसी से मिलने जाएं, उस दौरान मोबाइल को अपने पर्स में रख दें। इससे आपके स्क्रीन टाइम में कटौती होगी और आप अपनों के साथ क्वॉलिटी टाइम बिता पाएंगे।

अगर आप यहां बताई गई बातों का ध्यान रखेंगे तो मोबाइल और गैजेट्स के सीमित इस्तेमाल के वाबजूद आपको कोई स्वास्थ्य समस्या नहीं होगी। *

प्रस्तुतिः विनीता

बच्चों का भी बढ़ रहा स्क्रीन टाइम

आजकल एक-दो साल की उम्र से ही लोग रोते बच्चों को बहलाने के लिए उनके हाथों में मोबाइल पकड़ा देते हैं।

इसी वजह से उन्हें मोबाइल की लत लग जाती है और अकसर वे मोबाइल देखे बिना खाना तक नहीं खाते। ऑनलाइन क्लास और स्टडी की वजह से भी बच्चे लैपटॉप और स्मार्टफोन के साथ काफी वक्त गुजारते हैं। मोबाइल के स्क्रीन से ब्लू लाइट वैसे तो बड़ों के लिए भी नुकसानदेह होती है, लेकिन बच्चों की कोमल आंखों पर इसका ज्यादा बुरा असर पड़ता है।

बचाव के उपायः दो वर्ष से कम उम्र के बच्चों को स्क्रीन से पूरी तरह दूर रखें। पांच वर्ष के बाद बच्चे मोबाइल तो देख सकते हैं, लेकिन उनका स्क्रीन टाइम 2 घंटे से अधिक नहीं होना चाहिए। अमेरिकन एसोसिएशन ऑफ पीडियाट्रिक्स के अनुसार बच्चों को सोने से एक घंटे पहले से ही स्क्रीन न देखने दें। अगर परिवार में बड़े भी यह नियम अपनाएं तो यह उनके लिए फायदेमंद साबित होगा।

आंखों के लिए भी है बहुत हार्मफुल

स्क्रीन टाइम बढ़ने का बुरा असर आंखों पर भी बहुत अधिक पड़ रहा है। मोबाइल, लैपटॉप, कंप्यूटर या टीवी स्क्रीन के साथ ज्यादा वक्त बिताने की वजह से लोगों की आंखों की मांसपेशियों में खिंचाव और दर्द महसूस होता है। स्क्रीन पर लगातार देखने के कारण पलकें झपकाने का मौका नहीं मिलता, इससे आंखों की नमी सूखने लगती है। आंखों में ड्राइनेस की समस्या के कारण खुजली, जलन और लालिमा जैसी परेशानियां हो सकती हैं।

बचाव के उपायः आंखों को स्क्रीन से होने वाले नुकसान से बचाने के लिए 20: 20: 20 का फॉर्मूला अपनाएं। यानी, हर 20 मिनट के अंतराल पर 20 सेकेंड का ब्रेक लेकर 20 फीट की दूरी पर रखी किसी वस्तु को

देखें। इसके अलावा फोन के स्क्रीन को ज्यादा नजदीक से न देखें। लैपटॉप का स्क्रीन भी लगभग डेढ़ फीट की दूरी पर होना चाहिए। लैपटॉप पर काम करते समय हर 20 मिनट के अंतराल पर अपनी दोनों हथेलियां बंद पलकों पर रखें, इससे आंखों की थकान दूर होगी। ब्राइट लाइट का रिफ्लेक्शन सीधे स्क्रीन पर नहीं होना चाहिए। आप जिस कमरे में रहते हैं, वहां की प्रकाश व्यवस्था संतुलित होनी चाहिए।

ज्यादा तेज या बहुत हल्की रोशनी दोनों ही आंखों के लिए नुकसानदेह होती है, अपने कमरे में हमेशा मीडियम रोशनी का प्रबंध रखें। अगर आंखों में कोई तकलीफ न हो तो भी साल में एक बार आई चेकअप अवश्य कराएं।

- सर गंगाराम हॉस्पिटल, नई दिल्ली की सीनियर आई स्पेशलिस्ट डॉ. इकेदा लाल

घरेलू औषधि / रेखा देशराज

त्रिदोष नाशक कच्ची हल्दी

हल्दी, भारतीय रसोई के सबसे लोकप्रिय मसालों में से एक है। लेकिन यह एक प्रभावी जड़ी-बूटी भी है। जी हां, आयुर्वेद में हल्दी के सैकड़ों तरह के औषधीय उपयोग हजारों सालों से मौजूद हैं।

त्रिदोष को करती है दूरः आयुर्वेद में हल्दी को 'त्रिदोष नाशक' माना गया है। बहुत कम ऐसी चीजें होती हैं, जिनमें वात, पित्त और कफ को संतुलित करने की क्षमता होती है। हल्दी कुछ गिनी-चुनी औषधियों में से है, जिसमें इन तीनों को संतुलित करने का गुण पाया जाता है। इसलिए हल्दी को त्रिदोष नाशक कहा जाता है।

होते हैं अनेक औषधीय गुणः जिन्हें सूजन से संबंधित परेशानियां होती हैं, जैसे गठिया आदि में अपने एंटीइंफ्लेमेट्री गुण के कारण हल्दी सूजन को कम करती है और परेशानी से राहत पहुंचाती है। हल्दी में एंटीऑक्सीडेंट्स भी पाए जाते हैं, जो शरीर को फ्री-रेडिकल्स से बचाते हैं। हल्दी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाती है। हल्दी के सेवन से पाचन में सुधार होता है। यह गैस, अपच और पेट फूलने जैसी समस्याओं में बेहद

फायदेमंद है। कहीं कट-फट जाए तो हल्दी का पेस्ट ऐसे घावों और संक्रमण को तेजी से ठीक करने में मददगार होती है। दाग, धब्बों, मुहांसों और त्वचा संबंधी दूसरी परेशानियों को हल्दी दूर करती है। हल्दी रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रण करने में मदद करती है। इसमें पाया जाने वाला यौगिक करक्यूमिन कैंसररोधी होता है। इसलिए हल्दी के सेवन से कैंसर कोशिकाओं के विकास को रोकने में मदद मिलती है। हल्दी का पेस्ट त्वचा की जलन, खुजली, एग्जिमा और सोरायसिस जैसी समस्याओं में फायदेमंद होता है। हल्दी को दूध में मिलाकर या काढ़े के रूप में पीने से गले की खराश दूर होती है। सर्दी लगने पर भी फायदेमंद होती है।

इन बीमारियों में भी है कारगरः जिन्हें लगातार अपच, एसिडिटी और पेट दर्द की शिकायत रहती है, उन्हें अदरक के साथ मिलाकर कच्ची हल्दी भूनकर चूसना चाहिए या दांतों से चबाकर उसका रस पीना चाहिए। इससे पेट संबंधी ये सारी शिकायतें खत्म हो जाती हैं। हल्दी लिवर को डिटॉक्स करने में और इसकी कार्यक्षमता को बढ़ाने में बहुत मददगार होती है। जो घाव लंबे समय से भर न रहा हो, उसमें शुद्ध शहद में हल्दी के पावडर को मिलाकर लेप करना चाहिए। डायबिटीज की समस्या में कच्ची हल्दी के रस का सेवन फायदेमंद होता है, क्योंकि यह इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ाता है। हल्दी रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी नियंत्रित करती है। क्योंकि हल्दी दिमाग की सूजन को कम करती है, इसलिए यह याद्दाश्त सुधारने में मददगार होती है। जिन्हें अस्थमा और ब्रोंकाइटिस की समस्या हो, उन्हें हल्दी का सेवन करना चाहिए। *

अवेयरनेस

डॉ. माजिद अलीम

हालांकि ब्लड डोनेशन को लेकर समाज में कई तरह के मिथ प्रचलित हैं। लेकिन सच्चाई यह है कि ब्लड डोनेशन से कोई नुकसान नहीं होता। इससे कई तरह के फायदे ही होते हैं। इस बारे में आपको जरूर पता होना चाहिए।

ब्लड डोनेशन से नहीं होता किसी तरह का नुकसान

समय-समय पर रक्तदान करना यानी ब्लड डोनेशन के बारे में आप जरूर जानते होंगे। इसमें रक्तदान आयोजित करने वाले कैंप्स में ब्लड ग्रुप के अनुसार ब्लड एकत्रित किया जाता है और जब किसी को रक्त की जरूरत हो, तो उसे यह रक्त चढ़ाया जाता है।

प्रचलित हैं भ्रांतियांः यह बहुत हैरत की बात है कि रक्तदान करने के नाम पर हमारे समाज में कई मिथ और धारणाएं प्रचलित हैं कि रक्तदान करने से शरीर में कमजोरी आ जाती है और अपने रक्त को किसी को यूं ही क्यों दान दे दिया जाए की सोच के चलते लोग रक्तदान करने से कतराते हैं। हकीकत में ऐसा नहीं है। रक्तदान करने का मतलब है, किसी को जीवनदान देना। रक्तदान एक ऐसा दान है, जिसे कोई भी स्वस्थ व्यक्ति कर सकता है। क्या आपको पता है कि आपके एक यूनिट रक्तदान करने से तीन लोगों की जान बचाई जा सकती है?

क्या है रक्तदानः रक्तदान करने से पहले रक्तदान करने वाले यानी डोनर के शरीर की कुछ विशेष किस्म की जांच की जाती है और उसके रक्त की गुणवत्ता की जांच करने के बाद ही उससे रक्तदान कराया जाता है। इसमें डोनर के ब्लड के करीब ढाई सौ मिलीलीटर रक्त की मात्रा को मशीन की सहायता से एक बैग में जमा किया जाता है। इस बैग को परीक्षणों के बाद ब्लड बैंकों में स्टोर कर दिया जाता है और इस जमा ब्लड को मरीज की जरूरत के अनुसार दिया जाता है।

इसका रखें ध्यानः अगर आप रक्तदान करना चाहते हैं, तो इसके लिए समय-समय पर विभिन्न स्वयं सेवी संगठनों द्वारा विभिन्न अस्पतालों में या डिस्पेंसरीज में रक्तदान के कैंप आयोजित किए जाते हैं। जहां जाकर आप रक्तदान कर सकते हैं, इसके लिए रजिस्ट्रेशन कराना होता है। चिकित्सक मेडिकल चेकअप के बाद आपका ब्लड लेते हैं। इस प्रक्रिया में 10 से 15 मिनट लगते हैं।

कौन कर सकता है रक्तदानः रक्तदान करने के लिए रक्तदाता का सेहतमंद होना जरूरी है। उसका वजन कम से कम 50 किलोग्राम हो और उम्र कम से कम 18 और अधिकतम 65 साल होनी चाहिए। कोई भी स्वस्थ व्यक्ति हर तीन महीने पर रक्तदान कर सकता है। यदि उस व्यक्ति के घर में किसी को इमरजेंसी में रक्त की जरूरत हो तो एक महीने के बाद भी डॉक्टर उसे रक्तदान की इजाजत दे देते हैं। रक्तदान करते समय रक्त देने वाले का ब्लड प्रेशर, तापमान और नाड़ी की गति सामान्य होनी चाहिए। हीमोग्लोबिन लेवल भी 12.5 से कम नहीं होना चाहिए।

कौन नहीं कर सकता रक्तदानः हेपेटाइटेस बी, सी, टीबी, लैप्रोसी, एचआईवी, अस्थमा के मरीज, दिल के मरीज रक्तदान नहीं कर सकते। यदि किसी महिला की डिलीवरी हुई हो या वह बच्चे को दूध पिला रही हो तो उसका भी रक्तदान स्वीकार नहीं होता। मासिक धर्म के दौरान, मिस कैरेज के 6 महीने के भीतर, टैटू, पियर्सिंग कराने के 6 महीने के भीतर ब्लड डोनेट नहीं किया जा सकता। वैक्सीनेशन, एंटीबॉयाटिक, आयुर्वेद, होम्योपैथिक दवाइयों का नियमित सेवन करने वालों को भी रक्तदान के लिए पात्र नहीं समझा जाता।

ब्लड डोनेशन के फायदेः विभिन्न अध्ययन भी इस बात की पुष्टि करते हैं कि नियमित रक्तदान करने वालों में कोलेस्ट्रॉल लेवल कम होता है। ब्लड प्रेशर में भी कमी आती है, जिससे हार्ट अटैक के खतरे कम होते हैं। यह कार्डियोवैस्कुलर बीमारियों के जोखिम को भी कम करता है। रक्तदान करने से पहले बहुत सारी जांचें की जाती हैं, जिससे शरीर में किसी भी किस्म के विकार का पता चल जाता है। रक्तदान का सबसे बड़ा लाभ तो यह होता है कि मन में फील गुड आता है कि हमने समाज के लिए कुछ अच्छा कार्य किया है और हमारे रक्त से अगर किसी की जान बच जाती है तो यह भी एक पुण्य का कार्य है। *

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

वैसे तो अधिकांश आसन युवा लोग कर सकते हैं, इसके लाभ उठा सकते हैं। लेकिन पार्श्व उपविष्ठ कोणासन, ऐसा आसन है, जिसे युवा बहुत पसंद करते हैं। इसकी क्या वजह है, इसे करने की विधि, लाभ और सावधानियों के बारे में जानिए।

युवाओं का पसंदीदा योगासन पार्श्व उपविष्ठ कोणासन

पार्श्व उपविष्ठ कोणासन, जिसे अंग्रेजी में वाइड एंगल सीटेड फॉरवर्ड वेंड पोज या संक्षेप में साइड सीटेड एंगल पोज भी कहते हैं, युवाओं को सूर्य नमस्कार की तरह सबसे ज्यादा पसंदीदा आसनों में से एक है। शायद इसकी वजह यह भी है कि यह एक ऐसा आसन है, जिसे ज्यादा बूढ़े या अधेड़ लोग मुश्किल से कर पाते हैं और बच्चों को इसे करने की जरूरत नहीं होती। इस तरह यह मूलतः युवाओं का ही आसन माना जाता है, क्योंकि इस आसन के लिए जितनी फ्लेक्सिबिलिटी की जरूरत होती है, उतनी लोच-लचक आमतौर पर युवाओं में ही आसानी से मिलती है।

इससे होने वाले फायदेः नियमित रूप से उपविष्ठ कोणासन करने से कई तरह के फायदे होते हैं। इस आसन से पैरों के निचले और भीतरी हिस्से को अच्छा स्ट्रेच मिलता है, जिससे वे सुडौल और टोंड दिखती हैं। इसे करने से पेट के भीतरी अंग भी टोंड और स्टिमुलेट होते हैं। यह रीढ़ की हड्डी को मजबूत बनाता है। शरीर को रिलैक्स और दिमाग को शांत करता है। इससे साइटिका और अर्थराइटिस की समस्या दूर होती है। इसके अभ्यास से किडनी स्वस्थ और सक्रिय रहती है। यह युवाओं के लिए विशेष रूप से सिक्स पैक एब्स हासिल करने में मददगार होता है। यह अस्थमा से राहत दिलाता है। इससे लोअर बॉडी का फैट कम होता है तथा वजन को कम करता है।

करने का सही तरीकाः सबसे पहले अपने योगा मैट पर बिल्कुल सीधे होकर बैठ जाएं। अब दोनों पैरों को जितना संभव हो, एक-दूसरे के विपरीत 90 डिग्री के कोण में फैलाने की कोशिश करें। इस दौरान अपने दोनों पैरों के पंजों को आगे की तरफ झुकाए रखें और दोनों पैरों को जितना सहा जा सकता हो, उतना सीधा करें। इस अवस्था में कमर के नीचे के हिस्से में जितना झुकाव महसूस होगा, उतना ही अच्छे से यह आसन होगा।

लेकिन इसे करने के पहले इस बात पर ध्यान दें कि सारे योगाचार्यों ने इस आसन के बारे में खासतौर पर कहा है कि अगर असुविधा महसूस हो रही हो तो इसे तुरंत बंद कर दें। शुरुआती दौर में यह करने के लिए मुलायम गद्दी का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इस आसन में अपनी दोनों हथेलियों को हिप्स के पीछे योगा मैट पर रखें और लंबी-गहरी सांसें भीतर की तरफ खींचें। कुछ सेकेंड तक इस स्थिति में रुकें और फिर जब पैरों को अच्छा स्ट्रेच महसूस होने लगे, तब सांस छोड़ते हुए पेट को भीतर की तरफ खींचें और सामने की तरफ झुक जाएं। अब अपने दोनों हाथों को भी धीरे-धीरे सामने की तरफ लाएं। स्पाइन को जितना हो सके स्ट्रेच करें। एक मिनट से ज्यादा इसे न करें। एक मिनट के बाद धीरे-धीरे सांस छोड़ते हुए पुरानी सामान्य स्थिति में वापस आएं। घुटनों को मोड़ें और पैरों को फिर से एक साथ सीध में लाएं।

बरतें सावधानीः उपविष्ठ कोणासन करते समय कुछ बातों का जरूर ध्यान रखें। इसे तब बिल्कुल न करें, जब रीढ़ की हड्डी में दर्द हो। अगर किसी तरह की गंभीर बीमारी से गुजर रहे हैं तो भी इसे न करें। गर्दन में दर्द हो, कंधों में दर्द की समस्या रहती हो, घुटनों में दर्द या अर्थराइटिस हो तो यह आसन करने से बचें और करें भी तो किसी योग्य योगाचार्य की मौजूदगी में ही करें। जब तक अच्छी तरह सीख न जाएं, तब तक उपविष्ठ कोणासन योगा ट्रेनर की मौजूदगी में ही करें, कभी अपने आप न करें। जब दक्ष हो जाएं तब अकेले करें। *

खबर संक्षेप

भिवानी। पीटीआई प्रवीण भारद्वाज को सम्मानित करते प्राचार्य कमल सिंह एवं स्कूल स्टाफ सदस्य।

पीटीआई प्रवीण को किया सम्मानित

भिवानी। बीते सात से 13 फरवरी तक उत्तराखंड में करवाए गए 38वें नेशनल गेम्स में जिले के गांव भाखड़ा स्थित राजकीय वमा विद्यालय के पीटीआई प्रवीण भारद्वाज ने हिस्सा लिया तथा हरियाणा की नेटबॉल टीम को स्वर्ण पदक दिलाने में अहम भूमिका निभाई। विद्यालय में पहुंचने पर पीटीआई प्रवीन का जोरदार स्वागत किया। प्राचार्य कमल सिंह ने पीटीआई प्रवीण भारद्वाज को सम्मानित किया। प्रवीण के कुशल नेतृत्व में हरियाणा की टीम ने राष्ट्रीय प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक हासिल किया है। प्राचार्य कमल ने कहा कि जब कोई खिलाड़ी किसी प्रतियोगिता में पदक जीतकर लाता है, वह तो सम्मान का हकदार होती ही है, साथ-साथ ही उनके कोच का भी सम्मान करना जरूरी है, क्योंकि बेहतर नेतृत्व में खिलाड़ी की प्रतिभा उभरकर सामने आती है।

आत्मा का प्रभाव प्रकृति पर पड़ताः बीके प्रेम

भिवानी। अच्छा संग आगे बढ़ने का बल एवं हिम्मत देता है, जिससे संस्कार परिवर्तन से विश्व परिवर्तन की नींव रखी जा सकती है,ये बात सूर्य नगर स्थित प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज की गीता पाठशाला प्रमुख बीके प्रेम बहन ने शिव बाबा का ध्वज फहराते हुए कही। बीके प्रेम ने कहा कि जीवन के कुछ आध्यात्मिक समीकरण होते हैं, जो हमें ध्यान रखने हैं, हमें ये हमेशा याद रखना है कि आत्मा का प्रभाव प्रकृति पर पड़ता है। संकल्प से सृष्टि बनती है, जब भी बाहर कोई चेंज आएगा।

जिला कारागार में जागरूकता शिविर

भिवानी। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन व जिला एवं सत्र न्यायाधीश देशराज चालिया के निर्देशानुसार तथा प्राधिकरण के सचिव कम सीजेएम पवन कुमार की अध्यक्षता में जिला कारागार में एक विशेष अभियान मासिक धर्म स्वच्छता के लिए बाधाओं को दूर करने के उद्देश्य से जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। अभियान महिलाओं में मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता के महत्व को समझाने और मासिक धर्म से जुड़ी हुई सामाजिक बाधाओं को समाप्त करने का उद्देश्य लेकर शुरू किया गया। महिलाओं को मासिक धर्म की देखभाल के बारे में जागरूक किया गया।

नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था ने मनाई छत्रपति शिवाजी महाराज की जयंती

छत्रपति शिवाजी की जयंती पर युवाओं ने लिया राष्ट्र निर्माण में योगदान देने का संकल्प

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था के मुख्य कार्यालय में वीर मराठा सम्राट छत्रपति शिवाजी महाराज की जयंती श्रद्धा एवं उत्साह के साथ मनाई। इस अवसर पर संस्था के संस्थापक सुरेश सैनी, पार्षद विनोद प्रजापति और अन्य सदस्यों ने शिवाजी महाराज के चित्र पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। कार्यक्रम में जय भवानी, जय शिवाजी के नारों से वीरता और राष्ट्रभक्ति का माहौल बना। इस अवसर पर संस्था के संस्थापक सुरेश सैनी, पार्षद विनोद प्रजापति ने युवाओं को संबोधित करते हुए कहा छत्रपति शिवाजी महाराज केवल एक महान योद्धा ही नहीं थे, बल्कि वे अनुशासन, प्रशासन और राष्ट्र प्रेम के प्रतीक थे। आज के युवाओं को उनकी नीतियों से सीख लेकर अपने जीवन में परिश्रम, निष्ठा और कर्तव्यपरायणता को अपनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि शिवाजी महाराज ने स्वराज की स्थापना के लिए संघर्ष किया और हमें सिखाया कि आत्मनिर्भर और संगठित समाज ही सशक्त राष्ट्र का निर्माण कर सकता है। युवाओं को उनके नेतृत्व गुणों और साहस से प्रेरणा लेनी चाहिए और अपने जीवन में देशसेवा और सामाजिक उत्थान को प्राथमिकता देनी चाहिए। उन्होंने युवाओं को संदेश दिया कि सब युवाओं को अपने अधिकारों के लिए निडर होकर खड़े होना चाहिए और अपने कार्य को पूरी निष्ठा और ईमानदारी से करना और देश और समाज के विकास में योगदान देना। कार्यक्रम के दौरान शिवाजी महाराज के जीवन और उनके शौर्य पर चर्चा हुई। वक्ताओं ने कहा कि हमें शिवाजी के नेतृत्व आत्मसम्मान और संघर्ष से प्रेरणा लेकर एक मजबूत और आत्मनिर्भर राष्ट्र की दिशा में कार्य करना चाहिए। सभी ने संकल्प लिया कि शिवाजी महाराज के विचारों को जन-जन तक पहुंचाकर राष्ट्र निर्माण में योगदान देंगे। इस अवसर पर स्वामी जीतू धानक समाज कल्याण समिति के उपप्रधान राजू सोलंकी, मुख्य सलाहकार साधुराम इंदौरा, दिनेश राजौरा, रविंद्र, राजू, मुकेश सैनी, पवन, डिम्पल व राजेश आदि उपस्थित थे।

भिवानी। वीर मराठा सम्राट छत्रपति शिवाजी महाराज को नमन करते नवदुर्गा सेवा सहयोग संस्था के सदस्य। फोटो :हरिभूमि

भिवानी। कार्यक्रम में लघु नाटक प्रस्तुत करते विद्यार्थी। फोटो :हरिभूमि

यदुवंशी मंदौला में छत्रपति शिवाजी को दी श्रद्धांजलि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

मंदौला यदुवंशी शिक्षा निकेतन में मराठा सम्राट छत्रपति शिवाजी महाराज की जयंती पर उन्हें पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी गई। प्राचार्य नरेंद्र यादव और स्टाफ सदस्यों ने शिवाजी के जीवन, उनके देशभक्ति, बलिदान और उनकी अद्भुत युद्ध नीति के बारे में छात्रों को अवगत करवाया। कार्यक्रम में पांचवीं कक्षा के विद्यार्थियों ने शिवाजी के क्षमादान नामक लघु नाटक प्रस्तुत किया, जिसमें तनीषा, अनुष्का और दिशिका ने अपनी बेहतरीन प्रस्तुति दी। नाटक के माध्यम से शिवाजी की महानता, न्यायप्रियता और क्षमाशीलता का परिचय करवाया। इसके अलावा विद्यार्थियों मोहिनी, निकिता, दीक्षा, याची व दीप्ति ने छत्रपति शिवाजी और गोपाल कृष्ण के पोस्टर बनाकर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। प्राचार्य नरेंद्र यादव ने कहा कि छत्रपति शिवाजी केवल एक योद्धा नहीं थे, बल्कि वे एक दूरदर्शी नेता, नीति-निर्माता रहे।

एचडी पब्लिक स्कूल में छात्रवृत्ति परीक्षा में 117 विद्यार्थी चयनित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

एचडी स्कूल में 9 फरवरी को हुई छात्रवृत्ति परीक्षा का में 517 छात्रों ने भाग लिया था जिनमें से 117 छात्रों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन कर अपनी योग्यता साबित की। विद्यालय प्रबंधन द्वारा परीक्षा परिणाम घोषित करने के बाद एक विशेष सम्मान समारोह आयोजित किया गया, जिसमें चयनित छात्रों और उनके अभिभावकों को सम्मानित किया। समाजसेवी और शिक्षा के प्रति समर्पित विद्यालय के निदेशक बलराज फौगाट और प्राचार्या नमिता दास ने छात्रों को पुरस्कार स्वरूप स्टेशनरी किट और अभिभावकों को शॉल भेंट किए। उन्होंने छात्रों को मेहनत और अनुशासन के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा दी। फौगाट ने कहा कि शिक्षा समाज के विकास का आधार है और एचडी स्कूल का उद्देश्य योग्य छात्रों को प्रोत्साहित करना और उन्हें उच्च गुणवत्ता की शिक्षा प्रदान करना है। घोषणा की कि विद्यालय में दाखिला लेने वाले छात्रों को हरसंभव सहायता प्रदान की जाएगी, जिससे वे अपनी शिक्षा को बाधा रहित जारी रख सकें। प्राचार्या ने कहा कि छात्रवृत्ति परीक्षा केवल आर्थिक सहायता प्रदान करने तक सीमित नहीं है।

चरखी दादरी। चयनित बच्चों को सम्मानित करते स्कूल स्टाफ।

शहर में फ्लैक्स बैनर लगाने वाले हो जाएं सावधानः डीसी

चरखी दादरी। शहर में फ्लैक्स बैनर लगाकर इसकी सुंदरता एवं स्वच्छता को खराब करने वाले लोगों को अब कानूनी कार्रवाई का सामना करना पड़ सकता है। ऐसे लोगों पर नगर परिषद की ओर से सार्वजनिक संपत्ति विरूपण अधिनियम के तहत कार्यवाही की जाएगी। इसके तहत दोषी पर जुर्माना एवं सजा दोनों हो सकते हैं। उपायुक्त मुनीश शर्मा का कहना है कि नगर परिषद की ओर से शहर को साफ एवं स्वच्छ बनाए रखने के लिए काम किए जा रहे हैं और शहर को सुंदर बनाने की कोशिश हो रही है। उन्होंने कहा कि कोई भी संस्था व नागरिक कहीं भी फ्लैक्स बैनर लगा देते हैं, जिसके कारण शहर की सुंदरता खराब होती हैं।

मीठा खिलाने से बीमार पड़े जानवरों का टीम रक्षक ने किया उपचार

- बंदरों व कुत्तों के लिए अत्याधिक मात्रा में मीठा साबित हो रहा जानलेवा : परमार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

देशभर में विभिन्न धार्मिक स्थलों पर श्रद्धालुओं द्वारा बंदरों व कुत्तों को मिठाईयां व अन्य मीठे पदार्थ खिलाने की परंपरा रही है, लेकिन विशेषज्ञों का कहना है कि ये परंपरा अब जानवरों के स्वास्थ्य एवं पर्यावरण के लिए हानिकारक साबित हो रही है, ऐसा ही राजस्थान के सीकर जिले में खाटू श्रीश्याम मंदिर में देखने को मिली, जहां पर श्रद्धालुओं द्वारा कुत्तों व बंदरों को अत्याधिक मात्रा में मीठा खिलाने से वे बीमार हो रहे थे। जब इस बात की सूचना गौरक्षा दल भिवानी की टीम को मिली तो प्रधान संजय परमार के नेतृत्व में गांव नौरंगाबाद की टीम रक्षक के पशुसेवक बिजेंद्र रक्षक अन्य साथियों के साथ खाटू श्रीश्याम मंदिर में पहुंचे तथा बीमार कुत्तों व बंदरों का उपचार शुरू किया। एक सप्ताह तक खाटू श्रीश्याम में कुत्तों व बंदरों का उपचार करने के बाद भिवानी पहुंची। गांव नौरंगाबाद की टीम रक्षक के पशुसेवक बिजेंद्र रक्षक ने बताया कि उन्हें किसी साथी द्वारा सूचना मिली थी कि खाटू श्रीश्याम मंदिर में पहुंचने वाले श्रद्धालुओं द्वारा कुत्तों व बंदरों को अत्याधिक मात्रा में मीठा खिलाया जा रहा है, जिससे वे स्किन इंफेक्शन की बीमारी कुत्तों व बंदरों में फैल रही है, जिसके बाद वे अपनी टीम के पशुसेवकों के साथ पहुंचे।

चरखी दादरी । साइबर थाना का निरीक्षण करते एसपी अर्श वर्मा।

पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा ने थाना साइबर दादरी व थाना झोझूकलां का किया दौरा

चरखी दादरी । पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा ने बुधवार को साइबर पुलिस थाना व झोझू कलां का थाने का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान लंबित शिकायतों का निष्पादन करने, होल्ड की गई राशि का सत्यापन करवाकर पीड़ित को जल्द से जल्द वापस करने और साइबर अपराधियों की संदिग्ध गतिविधियों पर कड़ी नजर रखने के निर्देश दिए। पुलिस अधीक्षक पुलिस के समक्ष उत्पन्न समस्याओं से भी अवगत हुए। उन्होंने थाना प्रबंधकों को जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को साइबर अपराधियों द्वारा धोखाधड़ी करने के लिए अपनाए जा रहे नए नए तरीकों बारे जानकारी देकर सजग व जागरूक करने के निर्देश दिए। उन्होंने दोनों थानो के भवन परिसर में की गई व्यवस्थाओं, जवानों के रहन-सहन, रसोई तथा स्वच्छता आदि का निरीक्षण किया। थानों के रिकॉर्ड का गहनता से निरीक्षण कर उन्होंने थाना प्रबंधकों को थानों के रिकॉर्ड व अन्य व्यवस्थाओं को दुरुस्त रखने तथा थानों के प्रांगण में साफ सफाई का विशेष ध्यान रखने के निर्देश दिए।

पीओके भारत का अभिन्न अंग है और रहेगा

- भारतवासियों को हर हाल में अपने देश का यह अभिन्न अंग वापिस चाहिए- विवेक बालियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

हलवासिया विद्या विहार में संकल्प दिवस मुहिम के तत्वावधान में पाकिस्तान द्वारा कब्ज़ाई गई जम्मू कश्मीर (पीओके) की भूमि को वापिस लेने के लिए छात्रों को जागरूक करने के उद्देश्य से 'संकल्प दिवस' मनाया गया। इस अवसर पर सेंट्रल यूनिवर्सिटी महेंद्रगढ़ से विवेक बालियान पधारे। उन्होंने बताया विद्यालय आने का उनका उद्देश्य है छात्रों को इस बात से अवगत कराना कि 22 फरवरी 1994 को देश की संसद में एक प्रस्ताव पारित किया गया था, जिसमें यह बताया गया था कि पीओजेके जम्मू कश्मीर और भारत का अभिन्न अंग है और हमेशा रहेगा। पाकिस्तान ने भारत के इस हिस्से पर कब्ज़ा कर रखा है। संसद में संकल्प लिया गया था कि पाकिस्तान के अवैध क़ब्ज़े में लद्दाख और जम्मू-कश्मीर की जो हमारी भूमि है उसे हम हर हाल में वापिस लेंगे और पाकिस्तान को हमारे देश की इस भूमि को खाली करना होगा, लेकिन आज तक भी संसद में लिया गया वह संकल्प अधूरा है। इस अधूरे संकल्प को पूरा करने के लिए 'संकल्प दिवस' मुहिम के अंतर्गत छात्रों को जागरूक करना बहुत आवश्यक है। पीओजेके के बारे में विस्तारपूर्वक चर्चा करते हुए उन्होंने छात्रों को बताया पाकिस्तान हमारे ऐतिहासिक धरोहरों एवं प्राकृतिक संसाधनों का लगातार दोहन करता आ रहा है। पीओजेके पर पाकिस्तान का 77 वर्षों से अवैध कब्ज़ा है लेकिन बदलते समय के साथ आज सभी देशवासियों की यही माँग है कि पाकिस्तान के पास हमारा जो हिस्सा है उसे वापिस लिया जाए। जम्मू कश्मीर का पूरा क्षेत्र भारतीय क्षेत्र का अभिन्न अंग है। यह काफ़ी दुर्लभ खदानों एवं प्राकृतिक खनिजों से भरपूर क्षेत्र है। इसको प्राप्त करना हमारा अधिकार है भारत की यह अमूल्य निधि यदि वापिस हमें मिलेगी तो विश्व पटल पर भारत की धाक होगी।

भिवानी। संकल्प दिवस के तहत बच्चों को जागरूक करते हुए।

तोशाम। मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपते हुए। फोटो :हरिभूमि

मुंगीपा स्पोर्ट्स क्लब के सदस्यों ने विभिन्न मांगों को लेकर एसडीएम को सौंपा ज्ञापन

तोशाम। मुंगीपा स्पोर्ट्स क्लब के सदस्यों ने विभिन्न मांगों को लेकर एसडीएम तोशाम को ज्ञापन सौंपा है। क्लब के सदस्यों ने इसकी एक-एक कॉपी माइनिंग अधिकारी चंडीगढ़, डीसी व एसपी भिवानी को भेजी हैं। पवन कुमार खानक ने ज्ञापन के माध्यम से बताया कि पिछले दिनों सरकार द्वारा एक गजट sजारी किया गया था जिसमें खनन व क्रेशरों पर कुछ पाबंधिया लगाई गई थी व कुछ सुझाव दिए गए थे। जिसमें कहा गया था किदिल्ली एनसीआर में अगर एक्यूआई 200 से अधिक हो जाता है तो क्रशर बंद करने का प्रावधान किया गया है, जबकि सीपीसीबी एवं सीएक्यूएम के नियमों के अनुसार यह सीमा 400 एक्यूआई निर्धारित की गई थी। पवन ने बताया कि हमारे क्षेत्र में खनन और क्रशर उद्योग एक महत्वपूर्ण आर्थिक गतिविधि है, जिससे लगभग 20 हजार लोगों को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार मिलता है। उन्होंने बताया कि ऐसा होने से लोगों को रोजगार नहीं मिलेगा। पहले ही मानसून के 2 महीने क्रशर उद्योग बंद रहता है। 6 महीने अतिरिक्त बंद रहने से हजारों लोगों का रोजगार छिन जाएगा और उनके परिवारों पर गंभीर आर्थिक संकट आ जाएगा। उन्होंने बताया कि यदि क्रशर लंबे समय तक बंद रहे तो निर्माण कार्यों के लिए पत्थर व अन्य सामग्री की उपलब्धता कम हो जाएगी, जिससे निर्माण उद्योग प्रभावित होगा और उसकी लागत बढ़ जाएगी। उन्होंने बताया कि पहले क्रशर माइनिंग साइट के पास लगाए

जेल लोक अदालत में मौके पर एक मुजरिम को दिए रिहा करने के आदेशः सीजेएम

- हर महीने के पहले और तीसरे बुधवार को जेल के अंदर लोक अदालत एवं कानूनी जागरूकता शिविर का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन व जिला एवं सत्र न्यायाधीश डीआर चालिया के निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव सीजेएम पवन कुमार ने बुधवार को जिला कारागार में लोक अदालत आयोजन किया। इस जेल लोक अदालत में दो केसों में से एक मुलजिम को मौके पर ही रिहा करने के आदेश जारी किये।

सीजेएम पवन कुमार ने बताया कि जेल में लोक अदालत को आयोजित करने का मुख्य उद्देश्य कैदियों को उनके अधिकारों के बारे में जानकारी देना है। प्राधिकरण द्वारा हर महीने के पहले और तीसरे बुधवार को जेल के अंदर लोक अदालत एवं कानूनी जागरूकता शिविर का आयोजन किया जाता है ताकि कैदियों को विभिन्न प्रकार के कानूनी प्रावधानों के बारे में जानकारी मिले सके। जेल लोक अदालत में केसों का मौके पर ही निपटारा किया जाता है। लोक अदालत उपरांत सीजेएम पवन कुमार ने जिला कारागार का निरीक्षण भी किया और अधिकारियों को जरूरी निर्देश दिए। उन्होंने निरीक्षण के दौरान कैदियों-हवालातियों के केसों में आ रही मुश्किलों को सुना और समस्याओं के समाधान के लिए अधिकारी को जरूरी निर्देश दिए। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी पवन ने जेल की बैरकों व जेल में स्थापित कानूनी सहायता क्लीनिक और जेल अस्पताल का भी निरीक्षण किया। अस्पताल में दवाइयों के बारे में जानकारी ली और कहा कि किसी कैदी व बंदी की तबीयत अधिक खराब होने पर तुरंत सिविल हॉस्पिटल लेकर जाएं। जेल के रसोई घर का दौरा कर वहां तैयार हो रहे भोजन का निरीक्षण किया व अधिकारियों को खाना पकाने में साफ-सफाई का ध्यान रखने के निर्देश दिए। मौके पर उप अधीक्षक अनिल शर्मा, लीगल एड डिफेंस काउंसलर के डिप्टी चीफ नरेंद्र कांटीवाल, लीगल एड डिफेंस काउंसलर के सहायक अधिवक्ता विनोद तंवर एवं जेल बंदी मौजूद रहे।

जेल का निरीक्षण करते न्यायाधीश।

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की झोझूकलां-कादमा शाखा ने चलाया अभियान

चांगरोड़, बालरोड़ और पालड़ी में ग्रामीणों को संबोधित किया

शराब और तंबाकू का सेवन हमारे स्वास्थ्य के लिए घातक : बीके वसुधा

- बोलीं-हमें मिलजुल कर इस बीमारी का खात्मा करना चहिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शराब और तंबाकू का सेवन स्वास्थ्य के लिए घातक है,जो व्यक्ति को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा आर्थिक रूप से नष्ट कर देता है, ये उद्गार प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की झोझूकलां-कादमा शाखा के तत्वावधान में नशामुक्त भारत अभियान के अंतर्गत चलाए जा रहे मेरा गांव नशा मुक्त गांव अभियान द्वारा चांगरोड़, बालरोड़ व पालड़ी में ग्रामीणों को संबोधित करते हुए क्षेत्रीय प्रभारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने व्यक्त किए। बीके वसुधा ने ग्रामीणों को कहा नशीले पदार्थों के सेवन से आनंद की अनुभूति कुछ समय होती है, लेकिन थोड़े समय में ये दुःख एवं पीड़ा में बदल जाती है और झूठ, ठगी, चोरी की आदत शुरू हो जाती है जो समाज उत्थान में बाधक है। झोझूकलां सेवाकेंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी ज्योति बहन ने कहा कि आज मानव भौतिक साधनों की तरफ इतना बढ़ गया है जिससे दुःख और अशांति उसके चारों तरफ रहती है, जिसकारण वह है हमेशा मानसिक तनाव में रहता है। इसी कारण वह बीड़ी, सिगरेट, शराब और अन्य नशीले पदार्थों का सेवन केवल मात्र कुछ समय की शांति के लिए करता है, लेकिन इन व्यसनों के सेवन से अनेक प्रकार की शारीरिक व मानसिक बीमारियों से परेशान हो जाता है। ब्रह्माकुमारी नीलम बहन ने कहा की नशे का प्रभाव अपने बच्चों पर भी पड़ता है क्योंकि जो कर्म हम करेंगे हमें देखकर वह भी करेंगे इसलिए हमें अपने बच्चों को इन नशीले पदार्थों से दूर रखना है तो हमें खुद को दूर करना होगा। इस अवसर पर पालड़ी के पूर्व सरपंच कैलाश व समाजसेवी अतर सिंह ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था का समाज को नशामुक्त बनाने का संकल्प अवश्य ही सफल होगा। हमें मिलजुल कर इस बीमारी का खात्मा करना चहिए।

भिवानी। नशामुक्त यात्रा निकालते ब्रह्माकुमारी भाई-बहन व अन्य।। फोटो : हरिभूमि

बच्चा गोद लेने के लिए सरकारी कानून की पालना जरूरीः उपायुक्त

भिवानी। उपायुक्त महावीर कौशिक ने कहा है कि बच्चा गोद लेने के लिए सरकारी कानून की पालना करना जरूरी है। उन्होंने बताया कि बच्चा गोद लेने के लिए प्रक्रिया निर्धारित की गई है और प्रक्रिया पूर्ण करने के उपरांत की बच्चों को गोद दिया जा सकता है। उपायुक्त महावीर कौशिक ने स्पष्ट करते हुए बताया है कि बच्चा गोद लेने में किसी बिचौलिए या दलाल की कोई भूमिका नहीं है। ऐसे लोग गैर कानूनी तरीके से बच्चा गोद लेने के लिए किसी को भी बहला सकते हैं। उन्होंने कहा कि गोद लेने के लिए सीधे किसी व्यक्ति, गैर कानूनी संस्था, मेटरनिटी होम अस्पताल अथवा नर्सिंग होम आदि से संपर्क ना करें। उन्होंने बताया कि किशोर न्याय अधिनियम 2015 की धारा 80 व 81 के अनुसार अनाधिकृत स्त्रोत व गैरकानूनी तरीके से बच्चा गोद लेने पर आपके खिलाफ दंडात्मक कार्रवाई भी हो सकती है।

सूचना

मैं, सलोचना पत्नी श्री औमप्रकाश निवासी कुंगड, तहसील बवानी खेड़ा, जिला भिवानी बयान करती हूं कि मेरा पुत्र नवीन व मेरी पुत्रवधु मीना मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करती हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

गर्भवती व छोटी बच्ची के लिए 10 ने किया रक्तदान

भिवानी। रक्तदान किसी के लिए भी बेहद सामान्य बात हो सकती है, लेकिन जरूरतमंद के लिए ये जिंदगी और मौत का सवाल होता है। शतकवीर रक्तदाता राजेश डुडेजा ने बताया कि भिवानी मे अलग-अलग अस्पतालों में मरीजों के लिए रक्तवीरों ने ब्लड बैंक पहुंच कर रक्तदान किया। गर्भवती के लिए ए-पॉजीटिव फ्रेश ब्लड के लिए जगमोहन सिंह, उनकी पत्नी प्रीती, पवन, अमन, चरनजीत सिंह व सुनील तथा दूसरी तरफ छोटी बच्ची के लिए एबी पॉजिटिव के लिए रविदत्त, ओमप्रकाश, सोनू, विनोद, राजकुमार व धीरज ने रक्तदान कर मरीजों की जिंदगी बचाने का सराहनीय कार्य किया।

11 हजार केवी नया बाजार फीडर रहेगा बंद

भिवानी। नया बाजार 11 हजार केवी फीडर 20 फरवरी गुरूवार को सुबह सात बजे से लेकर शाम तीन बजे तक बंद रहेगा। जेई पवन कुमार ने बताया कि 11 हजार केवी का तार बदलने के चलते 20 फरवरी गुरूवार को सुबह सात बजे से शाम तीन बजे तक नया बाजार फीडर 11 हजार केवी पूर्णरुप से बंद रहेगा और इसके अंतर्गत आने वाले रामनगर, चिरंजीवी कॉलोनी, बीटीएम चौक, जगत कॉलोनी, विजय नगर, हांसी चौक, नया बाजार फूलो का चौक व नया बाजार क्षेत्र की बिजली सप्लाई पूर्णरुप से बंद रहेगी।

नवीनीकरण करवाएं पंजीकृत समितियां

चरखी दादरी। सभी पंजीकृत समितियों को हरियाणा समिति पंजीकरण एवं विनियमन अधिनियम 2012 के तहत नवीनीकरण करवाना जरूरी है। जो समितियां पहले से नए अधिनियम हरियाणा समिति पंजीकरण एवं विनियमन अधिनियम 2012 के तहत पंजीकृत है जिन्होंने नवीनीकरण नए अधिनियम के तहत करवा लिया है, उनको समितियां हरियाणा समिति पंजीकरण एवं विनियमन अधिनियम 2012 के प्रावधान के अनुसार समिति चुनाव व वार्षिक रिटर्न आदि दस्तावेजों रजिस्ट्रार कार्यालय में प्रस्तुत करने होंगे।

कॉलोनी के लोग इस रास्ते पर आने से कतराते थे

डेढ़ साल से बने गड्ढों को पार्षदों ने भरवाया, राहत

- कमला भवन से लेकर सचिवालय तक तीन जगहों पर गहरे गड्ढे बने हुए थे
- वाहन चालक दूसरे रास्ते से सचिवालय की तरफ जाने लगे थे, मिलेगी राहत

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी। सड़क में बने गड्ढों को भरते कारीगर। फोटो :हरिभूमि

करीब डेढ साल सड़क धंसने से कमला भवन से लेकर सचिवालय तक तीन गहरे गडडे बन गए थे। जिनको बुधवार को पार्षद संदीप यादव व पार्षद सुभाष तंवर ने भरवा दिया। गड्ढे भरने के बाद क्षेत्र के लोगों ने राहत की सांस ली। वहीं अब उक्त रास्ते वे वाहन चालक आराम से गुजर सकेंगे।

क्योंकि डेढ साल से इस मार्ग से कोई भी वाहन चालक अपने वाहन को लेकर यहां से नहीं गुजर रहा था। आज सड़क में बने गडडे भरने के बाद वाहनों का जल्द ही आवागमन शुरू हो जाएगा। उल्लेखनीय है कि कमला भवन से लेकर सचिवालय तक तीन जगहों पर गहरे गड्ढे बने हुए थे। दो गड्ढों की लंबाई करीब 15 फुट तथा गहराई दो से ढाई फुट तक बनी थी। जिस वजह से वाहनों का इस रास्ते से आवागमन पूरी तरह से बंद हो गया था। वाहन चालक दूसरे रास्ते से सचिवालय की तरफ जाने लगे थे। यहां तक कि कॉलोनी के लोग भी इस रास्ते पर अपने वाहन लाने से कतराने लगे थे। उन्होंने भी दूसरी तरफ से निकलना आरंभ कर दिया था। कमला भवन के पास सड़क के बीचों बीच एक गहरा गड्ढा बना हुआ था। उस गड्ढे की वजह से हमेशा दुर्घटना घटने की आशकां बनी रहती थी। कई बार वाहन चालक इस रास्ते पर गड्ढे में गिरने से चोटिल हो चुके है। नगरपरिषद के पार्षद संदीप यादव व सुभाष तंवर ने अधिकारियों से सम्पर्क साधकर उक्त रास्ते में बने गड्ढों को दुरुस्त करवाया। अब इस रास्ते से वाहनों का आवागमन होना आरंभ हो जाएगा। सड़क में बने गड्ढों के दुरुस्त किए जाने के बाद क्षेत्र के लोगों ने राहत की सांस ली है। लोगों ने बताया कि इन गड्ढों की वजह से अच्छी खासी परेशानी बनी हुई थी। उनको रास्ते बदलने पड़ रहे थे। यहां तक वे खुद भी दूसरे रास्तों से आवागमन करने लगे थे।

क्या कहते है पार्षद

नगर पार्षद संदीप यादव व सुभाष तंवर ने बताया कि कई दिनों से सड़क के बीच में तीन चार जगहों पर गहरे गड्ढे बने थे। उनको आज दुरुस्त करवा दिया। उनमें रोड़ी व सीमेंट भरवा कर दुरुस्त करवाया गया है। ताकि दोबारा सड़क के बीच में गड्ढे बनने की समस्या न बन पाए। गड्ढों की समस्या खत्म होने के बाद वाहन चालकों को राहत मिल जाएगी।

विधायक सांगवान ने केंद्रीय मंत्री मनोहर से मुलाकात कर दादरी के विकास पर की चर्चा

हरिभूमि न्यूज ⏭ चरखी दादरी

विधायक सुनील सांगवान ने पूर्व मुख्यमंत्री एवं केंद्रीय बिजली मंत्री मनोहर लाल से दिल्ली में मुलाकात की और हरियाणा के राजनीतिक मुद्दो के अलावा दादरी हलका के विकास को लेकर चर्चा की। इस दौरान विधायक सांगवान ने हरियाणा में होने वाले निकाय चुनावों के साथ-साथ अपने क्षेत्र में जनसमस्याओं बारे भी अवगत भी करवाया।

मुलाकात के बाद विधायक सुनील सांगवान ने बताया कि पूर्व मुख्यमंत्री एवं केंद्रीय बिजली मंत्री मनोहर लाल से हरियाणा के राजनीतिक मुद्दों के अलावा दादरी में सीसीआई के समाधान के बारे में अवगत करवाया। इसके अलावा दादरी में विकास को आगे बढ़ाने को लेकर भी चर्चा की।

केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल से मुलाकात करते विधायक सुनील सांगवान।

गांव हालुवास में पेयजल संकट

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

- विधायक सहित अधिकारियों को अवगत करवाने के बाद भी समस्या ज्यों की त्यों : सरपंच
- विक्राल रूप लेने से पहले समस्या का समाधान करें सरकार व विभाग : मुकेश

गर्मी का मौसम शुरू होने से पहले ही विभिन्न गांवों में पेयजल समस्या उभरने लगी है, जिसके चलते ग्रामीणों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। पेयजल समस्या से गांव हालुवास के ग्रामीण बेहद परेशान है तथा वे बार-बार संबंधित विभाग के अधिकारियों से समस्या के समाधान की गुहार लगा रहे है, ताकि भीषण गर्मी के दिनों में पेयजल समस्या विक्राल रूप न लें। गांव हालुवास के सरपंच मुकेश, चौगामा प्रधान रामकिशन हालुवासिया, पूर्व सरपंच हरीश शर्मा, हरीश कुमार, पवन हालुवासिया, निहाल सिंह, कुलदीप तंवर, भूपसिंह, मनीष कुमार, धर्मबीर आदि ने बताया कि गांव के जलघर के टैंक में पेयजल आपूर्ति पर्याप्त मात्रा में नहीं की जा रही, जिसके चलते ग्रामीण पिछले कई दिनों से पेयजल आपूर्ति की समस्या झेल रहे है। उन्होंने बताया कि समस्या के समाधान के लिए वे कई बार विधायक सहित विभाग के अधिकारियों को अवगत करवा चुके है, लेकिन अब तक कोई समाधान नहीं किया गया। उन्होंने कहा कि जब विभाग को सूचित किया तो उनका तर्क था कि नहर में पानी न आने के कारण जलघर के टैंक नहीं भरे जा रहे। ग्रामीणों ने कहा कि गांव में पेयजल आपूर्ति पर्याप्त मात्रा में नहीं होने के कारण पानी को लेकर हाहाकार मचा हुआ है। ग्रामीणों ने कहा कि गर्मी का मौसम अभी शुरू भी नहीं हुआ है, तब पेयजल को लेकर समस्या बनी हुई तथा भीष्ण गर्मी मे तो यह समस्या विक्राल रूप ले लेती है। ग्रामीणों ने सरकार व संबंधित विभाग से मांग की कि जलघर में एक टैंकर होने के कारण पेयजल की समस्या बनती है, ऐसे में जलघर में एक अन्य टैंकर भी बनाया जाए, ताकि समुचित मात्रा में पानी स्टोर किया जा सकें।

केएम. पब्लिक स्कूल में साइबर सुरक्षा पर आयोजित जागरुकता कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

के एम .पब्लिक स्कूल में साइबर सुरक्षा पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया । कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि एवं प्रवक्ता नोडल अधिकारी विष्णु सिंह, पुलिस स्टेशन साइबर क्राइम ब्रांच, कांस्टेबल अमन ने हिस्सा लिया । विष्णु सिंह ने विद्यार्थियों को साइबर सुरक्षा से संबंधित जानकारी देकर उनका मार्गदर्शन किया तथा साइबर क्राइम से बचने के तरीकों से अवगत कराया । उन्होंने क्रेडिट कार्ड, जीमेल पासवर्ड, जीमेल हैकिंग, यूपीआई हैक, सोलर पैनल हैक, एलआईसी एजेंट फ्रॉड, वीडियो कॉल से चेहरा हैक करना आदि अपराधों के विषय में बताया । मौके पर प्राचार्या रेनू सैनी,उप प्राचार्या नीलम गौतम, प्रबंधन समिति सदस्य अमिता शर्मा और सुनील शर्मा व गतिविधि प्रभारी सारिका पंडित, साइबर क्लब सदस्य दीपक शर्मा, मोहित जैन व लक्ष्मी अरोड़ा व विद्यार्थी मौजूद रहे ।

भिवानी। साइबर सुरक्षा जागरूकता कार्यक्रम के तहत जानकारी देते हुए।

मोदी की वजह से दुनिया में बज रहा भारत का डंका

- एशियाई संसदीय सभा में सांसद किरण चौधरी ने मजबूती से रखा भारत का पक्ष

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

सांसद किरण चौधरी ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी नेतृत्व वाली केंद्र सरकार की नीतियों की वजह से पूरी दुनिया में भारत का डंका बज रहा है। विश्व में भारत को एक अलग पहचान मिली है। यह बात किरण चौधरी ने अजरबैजान के बाकू में आयोजित एशियाई संसदीय सभा के 15वें सत्र में दूसरे दिन कही। अजरबैजान के बाकू दौरे पर सांसद किरण चौधरी देश का प्रतिनिधित्व कर रही है। किरण चौधरी ने कहा कि इस सत्र के दौरान भी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की धमक देखने को मिली। एशिया के सारे देश भारत को अहमियत देते हुए दिखाई दिए हैं। गौरतलब है अजरबैजान के बाकू में एशियाई संसदीय सभा का पूर्ण सत्र चल रहा है। ये सत्र 20 फरवरी तक चलेगा। भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए सांसद किरण चौधरी भी बाकू में पहुंची हुई है। सत्र में सांसद किरण चौधरी मजबूती से भारत का प्रतिनिधित्व कर रही है। आर्थिक, सुरक्षा, सांस्कृतिक और कूटनीतिक विषयों पर 18 फरवरी को भारत की बात सांसद किरण चौधरी ने रखी।

सत्र में किरण चौधरी ने भारत का मजबूती से प्रतिनिधित्व करते हुए पक्ष रखा। इस दौरान सहयोगी देशों ने किरण चौधरी की खूब तारीफ की। एशिया में बहुपक्षीय सहयोग को मजबूत करने के लिए भी सभी सदस्य देश चर्चा भी करेंगे। इस दौरान जिन प्रस्तावों पर चर्चा होनी है, उसको कैसे लागू किया जाएगा और किस तरह से अंतिम रूप दिया जाएगा, इस पर भी पूरा विचार विमर्श किया जाएगा। सम्मेलन के दौरान एपीए के अगले अध्यक्ष का भी चुनाव किया जाएगा। बता दे कि एशियाई संसदीय सभा एशिया की 43 संसदों का एक संगठन है। यह संगठन एशिया में संसदीय कूटनीति, क्षेत्रीय शांति, आर्थिक और सतत विकास और सामाजिक और सांस्कृतिक सहयोग के मुद्दों पर एशिया की संसदों के बीच संसदीय संवाद की सुविधा प्रदान करती है।

भिवानी। अजरबैजान के बाकू में आयोजित एशियाई संसदीय सभा के 15वें सत्र में पहुंची किरण चौधरी व अन्य अधिकारी। *फोटो : हरिभूमि*

भवन निर्माण कामगार यूनियन का सम्मेलन

बाढ़ड़ा। भवन निर्माण कामगार यूनियन का ब्लॉक स्तरीय सम्मेलन बुधवार करीब चार बजे बाढ़ड़ा की जांगड़ा धर्मशाला में आयोजित किया। उन्होंने लंबित मांगों को लेकर नारेबाजी कर रोष जताया और जल्द उनकी मांगें पूरा करने की मांग की। वहीं सम्मेलन के दौरान खंड स्तरीय कार्यकारिणी का गठन किया और आगामी चार मार्च को श्रम मंत्री के निवास घेराव को लेकर चर्चा की। बता दें कि भूपसिंह नान्धा ब्लाक प्रधान व सुमेरसिंह धारणी जिला सहसचिव भवन निर्माण कामगार यूनियन की संयुक्त अध्यक्षता में सम्मेलन का आयोजन हुआ, जिसमें राज्य प्रधान की मौजूदगी में खंड स्तर की कार्यकारिणी का गठन किया। मौके पर सर्वसम्मति से भूपसिंह नांधा को ब्लॉक प्रधान, राजेंद्र बेरला उपप्रधान, सुमेर धारणी सचिव, कृष्ण मोद सहसचिव व रोशन धारणी को कैशियर चुना गया। इसके बाद अपनी विभिन्न समस्याओं व मांगों बारे विचार विमर्श किया। वहीं इस दौरान लंबित मांगों को लेकर 4 मार्च को श्रममंत्री के निवास घेराव को लेकर चर्चा की और अधिक से अधिक संख्या में लोगों से इसमें शामिल होने की अपील की।

उपायुक्त ने सुनीं नागरिकों की समस्याएं

- अधिकारियों को दिए तुरंत एक्शन लेने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭ चरखी दादरी

जिला प्रशासन द्वारा मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के निर्देशों पर समाधान शिविर का सफलतापूर्वक आयोजन किया जा रहा है। नागरिकों का अपनी समस्याओं के समाधान के लिए शिविर को लेकर रुझान बढ़ रहा है। जिला प्रशासन द्वारा समाधान शिविर की शिकायतों का प्राथमिकता के साथ समाधान किया जा रहा है। नागरिक भी शिविर में जिला प्रशासन के अधिकारियों द्वारा की जा रही समस्याओं की सुनवाई के प्रति संतोष व्यक्त कर रहे हैं। बुधवार को समाधान शिविर में एसडीएम आशीष सांगवान और सीटीएम जितेन्द्र ने नागरिकों की समस्याओं पर सुनवाई की। उन्होंने कहा कि सुबह 10 बजे से 12 बजे तक लगाए शिविर में दर्ज शिकायतों का मौजूद अधिकारियों को समाधान त्वरित आधार पर करने के लिए तुरंत एक्शन लेने के निर्देश दिए। शिविर के दौरान नागरिक परिवार पहचान पत्र, राशन कार्ड, आयुष्मान कार्ड, सामाजिक सुरक्षा पेंशन, और अन्य सरकारी योजनाओं तथा पुलिस विभाग से जुड़े मुद्दे लेकर पहुंचे, इनमें से अधिकतर समस्याओं का मौके पर ही समाधान सुनिश्चित किया। सरकार व प्रशासन की प्राथमिकता है कि नागरिकों की समस्याओं का त्वरित समाधान किया जाए। इन शिविरों के माध्यम से प्रशासन ये सुनिश्चित करता है कि प्रत्येक नागरिक की सरकारी सेवाओं और योजनाओं तक आसान पहुंच हो और सरकारी योजनाओं व सेवाओं का लाभ लेने में उनकी समस्याओं का शीघ्र समाधान हो।

उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा लगाए जा रहे समाधान शिविर आमजन की समस्या के निवारण के लिए कारगर साबित हो रहे हैं। आमजन द्वारा शिविर की सराहना की जा रही है, क्योंकि उन्हें अपनी समस्याओं का समाधान करवाने के लिए बेहतर मंच मिला है, जहां विभिन्न विभागों के अधिकारी एक छत के नीचे मौजूद रहकर उनकी समस्या का निराकरण करते हैं।

चरखी दादरी। समाधान शिविर में समस्या सुनते एसडीएम आशीष सांगवान।

शिकायतों का अधिकारी तुरंत करें निपटान : नगराधीश

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

- समाधान शिविर प्रत्येक कार्य दिवस को आयोजित हो रहे

नगराधीश अनिल कुमार ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व वाली सरकार के निर्देशानुसार लोगों की शिकायतों के शीघ्र निपटारे के उद्देश्य से प्रत्येक कार्य दिवस को समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि वे समाधान शिविर में आने वाली शिकायतों का तुरंत निपटान करें।

अनिल कुमार लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में अन्य विभागों के उच्चाधिकारियों के साथ आयोजित समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुन रहे थे। उन्होंने कहा कि सभी संबंधित अधिकारी प्रतिदिन समाधान शिविर में आने वाली शिकायतों का अति शीघ्र निपटारा सुनिश्चित करें ताकि लोगों की असुविधाओं को दूर करके उन्हें राहत दी जा सके। सरकार द्वारा विभिन्न पेंशन योजनाएं के अलावा अनेक कल्याणकारी योजनाएं विभिन्न विभागों द्वारा चलाई जा रही हैं। ऐसे में अधिकारी पात्र एवं जरूरतमंद लोगों को इन योजनाओं का समय पर लाभ दिलाना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि समाधान शिविर में प्राप्त होने वाली शिकायतों के निपटारे के लिए विभाग के उच्च अधिकारी मौके पर समाधान शिविर में मौजूद रहकर इन शिकायतों का निपटारा करें।

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, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8295157800, 8814999151, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10× 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज़ के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

श्रीराम पाठशाला जैसी संस्थाएं समाज का गौरवः सिंगला

भिवानी। श्रीराम पाठशाला जैसी संस्थाएं समाज का गौरव है, आज इसमें आकर अपने आप को धन्य महसूस कर रहा हूं, ये बात जिले के प्रमुख समाजसेवी एवं चार्टर्ड अकाउंटेंट कोलकाता प्रवासी गिरधारी लाल सिंगला ने अपने संबोधन में कही। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रमुख समाजसेवी सिंगला ने मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष द्वीप प्रज्ज्वलन से हुआ। ट्रस्ट के अध्यक्ष सुरेंद्र जैन अधिवक्ता ने स्वागत वक्तव्य दिया। कार्यक्रम का संयोजन रमेश बंसल ने किया। उन्होंने पाठशाला में नवनिर्मित खंड का अवलोकन किया और अपने पूर्वजों की स्मृति में सहयोग राशि देने की घोषणा की। उन्होंने पाठशाला के संचालन में सेवारत श्रीराम पाठशाला चैरिटी ट्रस्ट के सभी पदाधिकारियों को नेक कार्य के लिए साधुवाद दिया। बच्चों की प्रस्तुतियां से खुश होकर सिंगला ने सभी उन बच्चों को नकद राशि से पुरस्कृत किया। विद्यालय परिवार की ओर से सिंगला एवं उनके साथियों को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। इस अवसर पर उपाध्यक्ष अजय सर्राफ, सचिव प्रमोद मिंडूका, प्रबंधक बैजनाथ जैन, प्राचार्य संगीता अरोड़ा, मोतीराम, जयकरण ढाका, जगबीर, रामचंद्र एवं लक्ष्मण अग्रवाल आदि उपस्थित थे।

कार्यक्रम मेहनत एवं लगन की बदौलत बेटियां भर रही सपनों की उड़ानः जगदीश

कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय टॉपर दिनोद की बेटी अंजली को मुख्यमंत्री सैनी ने किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिवानी

भिवानी जिले की बेटियों ने खेल व शिक्षा के क्षेत्र में अपनी प्रतिभा एवं मेहनत के दम पर विश्वभर में अलग पहचान बनाने का काम किया है तथा अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। इसी फेहरिस्त में अब गांव दिनोद की अंजली का नाम भी जुड़ गया है, जिन्होंने कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय में एमएससी इक्रोमिक्स में विश्वविद्यालय टॉप किया हैं और गोल्ड मेडल हासिल किया। गोल्ड मेडलिस्ट विवि टॉपर अंजली की उपलब्धि पर उन्हें मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने सम्मानित कर हौसला बढ़ाया। बता दें कि कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय में 34वां दीक्षांत समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को बतौर मुख्यतिथि पहुंचे मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने सम्मानित किया। समारोह में गांव दिनोद निवासी ईश्वर सिंह व मैनावंती की पुत्री अंजली को विश्वविद्यालय टॉपर होने पर सीएम सैनी ने सम्मानित किया। बेटी की उपलब्धि पर खुशी जताते हुए अंजली के चाचा जगदीश बिबान ने कहा कि उन्हें बेटी की इस उपलब्धि पर बेहद गर्व है। बेटियां अपनी मेहनत एवं लग्न की बदौलत सफलता की उड़ान भर रही है, जिसके लिए वे बधाई की पात्र है। बेटियों में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है, बस उन्हें तराशने एवं प्रोत्साहन की जरूरत है। अंजली ने अपनी उपलब्धि का श्रेय पिता ईश्वर सिंह, माता मैनावंती सहित अन्य परिजनों को दिया, जिनके उत्साहवर्धन एवं सहयोग की बदौलत उन्होंने ये उपलब्धि हासिल की हैं।

भिवानी। अंजली को सम्मानित करते मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी।