तापमान
अधिकतम 25.2 डिग्री
न्यूनतम 9.0 डिग्री

हरिभूमि
हिसार भूमि
रोहतक, गुरुवार, 13 फरवरी 2025

11 रविदास की शिक्षाओं पर चलकर समाजहित में करें अग्रणी कार्य

12 शिक्षा क्षेत्र में हिसार के नाम बड़ी उपलब्धि

खबर संक्षेप

अवैध पिस्तौल के साथ एक आरोपित काबू

हांसी। सीआईए ने अवैध पिस्तौल के साथ एक आरोपी को काबू किया है। आरोपी की पहचान गुराना निवासी अंकित उर्फ भालू के रूप में हुई है। प्रवक्ता के अनुसार सीआईए को सूचना मिली थी महजत गांव के समीप एक व्यक्ति अवैध पिस्तौल लिए घूम रहा है। पुलिस ने महजत गांव के पास शक के आधार पर रोक कर तलाशी ली तो उसके पास से एक अवैध पिस्तौल बरामद हुआ।

अवैध शराब की 13 बोतल के साथ एक काबू

हांसी। पुलिस ने 13 बोतल अवैध देशी शराब के साथ घिराय निवासी मंजीत को गिरफ्तार किया है। पुलिस के अनुसार सदर पुलिस ने सूचना मिली थी बरवाला रोड़ स्थित चानौत गांव के समीप एक व्यक्ति को 13 बोतल अवैध देशी शराब सहित गिरफ्तार कर आरोपी के खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत केस दर्ज किया।

तबादला नीतिः अध्यापक संघ ने दिए सुझाव

हिसार। सर्व कर्मचारी संघ से संबंधित हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के प्रतिनिधिमंडल ने बुधवार को निदेशक माध्यमिक शिक्षा हरियाणा की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में भाग लिया। बैठक में लगभग हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ सहित 16-17 संगठनों ने अपने सुझाव अधिकारियों को दिए। बैठक में एसीएस नीरज शर्मा, सुरेंद्र सिंह बांगड़, प्रधान सचिव पंकज अग्रवाल इत्यादि उपस्थित हुए। अध्यापक संघ के जिला प्रधान प्रमोद जांगड़ा व जिला सचिव विनोद प्रभाकर ने दी।

ओएसजीयू में 38वें एआईयू नॉर्थ-वेस्ट ज़ोन यूथ फेस्टिवल का समापन

बनस्थली विद्यापीठ ओवरऑल चैंपियन डीयू प्रथम-सीडीएलयू द्वितीय उपविजेता

पांच दिवसीय कार्यक्रम में 23 विवि के छात्रों ने दिखाई कलात्मक, संस्कृतिक प्रतिभा

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

हिसार : विजेताओं को सम्मानित करती विधायक सावित्री जिंदल, साथ हैं, ओएसजीयू के कुलाधिपति पुनीत गोयल व अन्य और व जीत का जश्न मनाती ओवर ऑल चैंपियन बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान की टीम। फोटो : हरिभूमि।

ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विश्वविद्यालय में चल रहे 38वें एआईयू नॉर्थ-वेस्ट ज़ोन यूथ फेस्टिवल का बुधवार को समापन समारोह आयोजित किया गया। महोत्सव में 23 विश्वविद्यालयों के प्रतिभागियों ने पांच दिन तक विभिन्न सांस्कृतिक, कलात्मक और साहित्यिक प्रतियोगिताओं में अपनी उत्कृष्ट प्रतिभा का प्रदर्शन किया। युवा महोत्सव के समापन के मुख्य अतिथि कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने इस आयोजन की सराहना की। पुरस्कार वितरण समारोह की मुख्य अतिथि विधायक सावित्री जिंदल ने विजेताओं को पुरस्कार देकर सम्मानित किया।

संस्कृति की बेहतरीन झलक दिखाई : जिंदल

विधायक जिंदल ने कहा कि ऐसे महोत्सव छात्रों के आत्मविश्वास को बढ़ाते हैं और उन्हें राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय मंचों पर अपनी पहचान बनाने का अवसर प्रदान करते हैं। इस मंच के माध्यम से छात्रों ने अपनी संस्कृति और कला की गहरी समझ को दर्शाया है। यह प्रतियोगिता न केवल उनके कौशल को निखारती है, बल्कि उन्हें अनुशासन, टीमवर्क और नेतृत्व कौशल भी सिखाती है। इस अवसर पर राष्ट्रीय कवि संगम राष्ट्रीय प्रधान जगदीश मित्तल, चेयरमैन ईश्वर मालवाल, पूर्व चेयरमैन सतबीर वर्मा, एसडीएम ज्योति मित्तल, पूर्व मेयर शकुंतला राजलीवाला, समाजसेवी वेद रावल इत्यादि सहित शहर के प्रमुख लोग मौजूद रहे।

आयोजन हमारे लिए गर्व के पलः डॉ. गोयल

ओएसजीयू के कुलाधिपति, डॉ. पुनीत गोयल ने कहा कि एआईयू युवा महोत्सव का आयोजन हमारे लिए गर्व की बात रही। इस मंच ने युवाओं को अपनी रचनात्मकता और बौद्धिक क्षमता को उजागर करने का अवसर दिया है, जो उनके भविष्य के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। प्रो-कुलाधिपति डॉ. पूनम गोयल ने कहा कि इस महोत्सव में छात्रों ने जो समर्पण, मेहनत और आत्मविश्वास दिखाया है, वह वास्तव में प्रेरणादायक है। यह आयोजन छात्रों को न केवल कला और संस्कृति के क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करता है, बल्कि उन्हें आत्मनिर्भर और सक्षम बनाने में भी मदद करता है। इस मौके पर कुलपति डॉ. एनपी कौशिक, प्रो-वाइस चांसलर राजेंद्र सिंह छिल्लर, डॉ. राकेश धीमान समेत अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

ये रहे परिणाम

महोत्सव में बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान को ओवरऑल चैंपियन घोषित किया गया, जबकि दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली को प्रथम उपविजेता और चौधरी देवी लाल विश्वविद्यालय, सिरसा, हरियाणा को द्वितीय उपविजेता घोषित किया गया। कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र, हरियाणा और अपीजय सत्य विश्वविद्यालय, गुरुग्राम, हरियाणा को संयुक्त रूप से तृतीय उपविजेता और महार्षि दयानंद विश्वविद्यालय, रोहतक, हरियाणा को चतुर्थ उपविजेता घोषित किया गया। संगीत स्पर्धाओं में दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली ओवर ऑल विजेता बना, नृत्य स्पर्धाओं में बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान ने जीत दर्ज की, नाट्य स्पर्धाओं में कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र, हरियाणा को सर्वोच्च स्थान मिला, साहित्यिक प्रतियोगिताओं में बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान शीर्ष पर रहा और ललित कला प्रतियोगिताओं में भी बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान ओवर ऑल विजेता घोषित हुआ।

गले लगकर ट्रेन के सामने कूदा प्रेमी जोड़ा, टुकड़ों में मिले शव

- युवती को शव क्षतविक्षत, युवक का आधा चेहरा व एक पांव कटा मिला दोनों के पास कोई दस्तावेज नहीं

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

हिसार रेवाड़ी रेलवे लाइन स्थित रामायण रेलवे फाटक के समीप मंगलवार रात एक प्रेमी जोड़े ने दिल्ली से सिरसा जा सिरसा एक्सप्रेस ट्रेन के सामने कूदकर अपनी जीवनलीला समाप्त कर ली। दोनों की मौके पर ही मौत हो गई। सूचना मिलने पर जीआरपी पुलिस ने मौके पर पहुंच दोनों के शवों को कब्जे में लेकर हांसी नागरिक अस्पताल के शवगृह में रखवाया है। खबर लिखे जाने तक दोनों की पहचान नहीं हो पाई थी। पुलिस को रेलवे ट्रैक पर मिले शवों में युवक का आधा चेहरा और एक पैर कटा हुआ पाया। जबकि युवती का शव भी क्षत विक्षिप्त अवस्था में मिला।

जांच अधिकारी एसआई कृष्ण कुमार ने बताया कि मंगलवार रात करीब 12 बजे हांसी रेलवे स्टेशन मास्टर से सूचना मिली थी कि रामायण रेलवे फाटक के समीप एक युवक ने सिरसा एक्सप्रेस के सामने कूद कर अपनी जीवनलीला समाप्त कर ली है। सूचना के बाद जब वे पुलिस के साथ मौके पर पहुंचे तो वहां युवक के साथ एक युवती का शव भी रेलवे ट्रैक पर पड़ा हुआ मिला। जांच अधिकारी ने बताया कि जब रेलवे गार्ड से बात की तो उन्होंने बताया कि दोनों रेलवे लाइन के पास खड़े हुए थे और जैसे ही ट्रेन उनके समीप पहुंची दोनों ने एक दूसरे को गले लगाया और ट्रेन के सामने छलांग लगा दी। जांच अधिकारी के अनुसार युवती ने अपने एक हाथ में चांदी का कड़ा व कानों में प्लास्टिक की बाली पहनी हुई हैं। इसके अलावा दोनों के पास कोई दस्तावेज या सामान बरामद नहीं हुआ।

खबर लिखे जाने तक तक दोनों की पहचान नहीं हो पाई है। उन्होंने बताया कि युवती की आयु 20-22 व युवक की उम्र करीब 26-27 साल है। पुलिस ने दोनों के शवों को पहचान के लिए हांसी नागरिक अस्पताल के शवगृह में रखवाया गया। दोनों की शिनाख्त होने के बाद व परिजनों के बयान के आधार पर आगे की कार्रवाई की जाएगी। देर रात युवक व युवती द्वारा ट्रेन के समक्ष कूद कर आत्महत्या की सूचना के बाद आस-पास के क्षेत्रों में सनसनी फैल गई तथा स्थानीय लोगों के लिए चर्चा का विषय बनी हुई है।

जींद में कुश्ती महादंगल 18 को, श्री श्री रविशंकर आएंगे

नारनौंद। आर्ट ऑफ लिविंग के संस्थापक श्री श्री रविशंकर की मुहिम से जुड़कर 18 फरवरी को जींद में कुश्ती महादंगल होगा। जिसमें देशभर के नामी पहलवान हिस्सा लेंगे। शहीद भगत सिंह कुश्ती एकेडमी के संचालक पहलवान अजय मिर्चपुर व आर्ट ऑफ लिविंग के प्रदेश के इंचार्ज चरण सिंह ने बताया कि आर्ट ऑफ लिविंग के संस्थापक श्री श्री रविशंकर 18 फरवरी को जींद में नस्ल बचाओ और फसल बचाओ अभियान के तहत कार्यक्रम में शिरकत करेंगे। इस दौरान वे प्रदेश भर की खापों के प्रतिनिधियों से मिलकर इस मुहिम को और आगे ले जाने का काम करेंगे। पहलवान अजय मिर्चपुर ने बताया कि इस दौरान इनामी कुश्तियां का भी आयोजन किया जाएगा।

अमेरिका भेजने के नाम पर 27 लाख की ठगी

- अदालत ने आरोपी को तीन दिन के पुलिस रिमांड पर, 35 लाख में अमेरिका भेजने की हुई थी बात

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

सिविल लाइन पुलिस ने अमेरिका भेजने के नाम पर 26 लाख 97 हजार की ठगी मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान ईश्वर सिंह नगर जालंधर निवासी गुरुपवित्र सिंह गिल के रूप में हुई है।

मामले में जांच अधिकारी एएसआई विनोद गोयत ने बताया कि सिविल लाइन थाना में बिठमडा निवासी जगजीत सिंह ने उसे अमेरिका भेजने के नाम पर 26 लाख 97 हजार रुपये की ठगी के बारे शिकायत दी थी। शिकायतकर्ता ने बताया कि आरोपी गुरुपवित्र सिंह गिल व इसके पार्टनर हरविंदर संधू से उसकी मुलाकात शिकायतकर्ता के मौसी के लड़के के जरिए हुई। आरोपियों ने शिकायतकर्ता से कहा कि वे उसे 35 लाख रुपए में अमेरिका भेज देंगे। इसके तहत 14 सितंबर 2023 को शिकायतकर्ता जगजीत सिंह को दुबई और फिर माली अफ्रीका भेज दिया और 9 लाख 80 हजार रुपए की मांग की। माली में शिकायतकर्ता को बंधक बनाकर एक कमरे में बंद रखा व पासपोर्ट और 3800 डॉलर छीन लिए। साथ ही छोड़ने के एवज में 10 लाख की मांग की। शिकायतकर्ता की पत्नी ने आरोपी गुरूपवित्र और हरविंदर संधू को 10 लाख रुपए दिए। इसके बाद शिकायतकर्ता को पासपोर्ट मिला और वह अपने घर वापस आया। इस तरह आरोपियों ने शिकायतकर्ता को अमेरिका भेजने के नाम पर 26 लाख 97 हजार रुपए की ठगी की।

एएसआई विनोद गोयत ने बताया कि सिविल लाइन पुलिस ने चार नामजद आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज किया था। इस मामले में एक आरोपी फगवाड़ा निवासी प्रिंस को पहले गिरफ्तार किया जा चुका है। पुलिस जांच में सामने आया कि उक्त आरोपी गुरुपवित्र सिंह गिल अपने साथियों सहित अवैध रूप से विदेश भेजने के लिए एजेंट के रूप में काम करता है। आरोपी को जालंधर पंजाब से गिरफ्तार किया गया है। आरोपी को आगामी पूछताछ के लिए अदालत में पेश किया, जहां से उसे तीन दिन के पुलिस रिमांड पर भेज दिया गया।

सोशल मीडिया पर हथियारों का प्रदर्शन, केस दर्ज

हिसार। हथियारों के साथ फोटो अपलोड करने वालों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए सदर पुलिस ने एक व्यक्ति के खिलाफ आर्म्स एक्ट के तहत अभियोग अंकित किया है। पुलिस सोशल मीडिया पर निगरानी कर रही है साथ ही सोशल मीडिया पर हथियारों के साथ फोटो और वीडियो अपलोड करने वालों का डाटा तैयार किया जा रहा है। इसके तहत थाना सदर में एक व्यक्ति के खिलाफ हथियार सहित फोटो सोशल मीडिया पर अपलोड करने के मामले में आर्म्स एक्ट के तहत आरोपी के खिलाफ केस दर्ज किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि सोशल मीडिया पर हथियारों का प्रदर्शन करने के संबंध में जांच करने पर हथियारों के साथ छपी फोटोज की पहचान की गई। इसमे हथियारों के साथ गांव सातरोड कलां निवासी राहुल पूनिया द्वारा हथियारों के साथ फोटोज खींचीं जानी पाई गई। राहुल पूनिया ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर हथियारों के साथ फोटो अपलोड किए थे।

सिविल इंजीनियरिंग के छात्र पर सुओं से हमला

नारनौंद। खांडा मोड़ पर पुलिस की नाक के नीचे मंगलवार देर शाम रेहड़ी पर बर्गर खा रहे सिविल इंजीनियर के 16 वर्षीय छात्र रिशु पर चार युवकों ने सुओं से हमला कर दिया। वारदात को अंजाम देकर वहां से भाग गए। घायल छात्र को नारनौंद के अस्पताल में भर्ती करवाया। जहां से उसे हिसार रेफर कर दिया। पुलिस मामले की जांच कर रही है। जानकारी के अनुसार रिशु महम से सिविल इंजीनियरिंग कर रहा है। वह मंगलवार को ही अपने घर पर आया था। मंगलवार को रात करीब साढ़े 7 बजे छात्र रिशु शहर के खांडा मोड़ पर एक रेहड़ी पर अपने दोस्तों के साथ बर्गर खा रहा था। उसी दौरान चार युवक आए और रिशु की पीठ पर सुओं से हमला कर दिया। रिशु अपने आप को बचाने के लिए भाग कर एक गारमेंट्स की दुकान में घुस गया। आसपास शोर सुनकर लोग वहां पर एकत्रित हो गए। लोगों को एकत्रित होता देखकर तीनों आरोपी मौके से फरार हो गए। इसके बाद रिशु ने फोन कर अपने परिजनों को मामले की सूचना दी। उसके परिजन रिशु को इलाज के लिए नारनौंद के नागरिक अस्पताल में लेकर गए। प्राथमिक उपचार के बाद डॉक्टर ने उसे हिसार रेफर कर दिया।

- रेहड़ी पर बर्गर खा रहा था रिशु, 4 युवकों ने किया हमला

सेनानियों ने हमें अपने सपनों का स्वतंत्र देश दिया: डॉ. एकता सिंधु

इंडस स्कूल में 'वीर विभूति' थीम पर शो

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

इंडस आरपीएस पब्लिक स्कूल में बुधवार को कक्षा छठी से आठवीं के विद्यार्थियों ने 'वीर विभूति' थीम पर क्लास शो का आयोजन किया। जिसका शुभारंभ मुख्य अतिथि के रूप में जावा हॉस्पिटल के डॉ. अमरेंद्र साहू, चेयरपर्सन डॉ. एकता सिंधु व प्रधानाचार्या नीलम राठी ने किया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने बड़े उत्साह के साथ भाग लिया। कक्षा छठी की छात्रा यशवी ने आत्मविश्वास और माधुर्य शब्दों से मंच का संचालन किया। कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती वंदना के माध्यम से किया। कक्षा सातवीं की मैत्री और कक्षा छठी की मिहिका ने देशभक्ति कविता प्रस्तुत की। कक्षा सातवीं के कार्तिक ने अपने भाषण में बताया कि इस देश का इतिहास उन महान व्यक्तियों से भरा हुआ है, जिन्होंने देश के लिए अपना बलिदान दिया। कक्षा छठी के विद्यार्थियों ने लक्ष्मीबाई से संबंधित नृत्य पर प्रस्तुति देकर कार्यक्रम को चार चांद लगा दिए। कक्षा सातवीं के विद्यार्थियों ने वंदे मातरम गीत के माध्यम से सभी का मन मोह लिया। कक्षा आठवीं के विद्यार्थियों ने मंगल पांडे ,सुभाष चंद्र बोस और भगत सिंह आदि देशभक्तों पर नाटक की प्रस्तुति देकर सभी में देशभक्ति की भावना भरी। अभिभावकों ने कार्यक्रम में उपस्थित होकर बच्चों का हौसला बढ़ाया व अभिभावकों ने बच्चों की प्रतिभा को सराहनीय बताते हुए उनकी प्रशंसा की।

स्वतंत्रता सेनानियों के सपनों को करें साकारः डॉ. एकता सिंधु

विद्यालय की चेयरपर्सन डॉ. एकता सिंधु ने कहा कि हमारे स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों ने हमें एक स्वतंत्र देश दिया, जहां हम अपने सपनों को साकार कर सकते हैं। अब हमारी जिम्मेदारी है कि हम इस स्वतंत्रता को बनाए रखें और अपने देश को समृद्धि की दिशा में ले जाएं।

देश की सुरक्षा सर्वप्रथम

प्राचार्या नीलम राठी ने कहा कि हमें अच्छी शिक्षा के साथ-साथ अच्छे नागरिक बनकर देश की सेवा, सुरक्षा और उन्नति के लिए हमेशा तत्पर रहना चाहिए। बच्चों को अच्छे कार्यों व समाजिक जिम्मेदारियों के प्रति जागरूक किया। हमारी जिम्मेदारी है कि संविधान के आदर्शों पर चलें और देश को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाएं। इस मौके पर आरपीएस ओलंपियाड सम्मान समारोह में दूसरी रैंक पाने वाले आश्रय साहू, 5वीं रैंक पाने वाले अमृत, 11वीं रैंक पाने वाली अनुश्री गर्ग, 14वीं रैंक पाने वाले केशव गर्ग, 16वीं रैंक प्राप्त करने वाले तन्मय तथा 29वीं रैंक हासिल करने वाले चेतन जैन को सम्मानित किया गया।

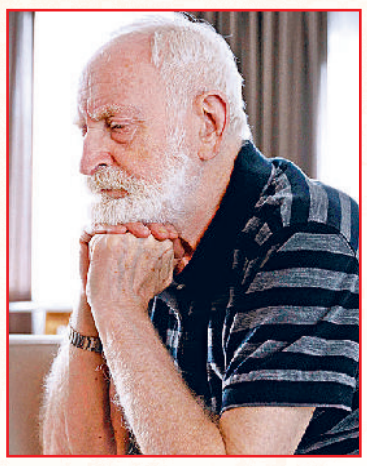
डॉक्टर सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

छोटी-छोटी बातों पर जब महसूस हो तनाव

मेरी उम्र 69 वर्ष है। मैं अकसर छोटी-छोटी बातों को लेकर तनावग्रस्त हो जाता हूं। इस वजह से मुझे ठीक से नींद नहीं आती और कभी-कभी ब्लड-प्रेशर भी बढ़ जाता है। कृपया बताएं कि मैं अपनी इस समस्या से कैसे निजात पाऊं?

-सर्वेश्वर, रायपुर



आप जो छोटी-छोटी बातों को लेकर तनावग्रस्त होते हैं, तनाव लेने के बजाय आपको उनका समाधान ढूंढना चाहिए। तनाव लेने से कुछ नहीं होगा, लेकिन समाधान से ही सब होना है। इसके साथ ही आप कोशिश करें कि कुछ क्रिएटिव काम करते रहें, क्योंकि अगर आप खाली रहेंगे तो आपका मन इधर-उधर डाइवर्ट होगा और परेशानी बढ़ सकती है। इससे भी आराम नहीं हो रहा है तो जरूर आपको एक बार मनोरोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मैं जब भी शेव करता हूं, मेरे चेहरे पर रैशेज हो जाते हैं। कई बार तो बड़े-बड़े लाल दाने भी निकल आते हैं। प्लीज इसका सॉल्यूशन बताएं।

-मुदित, रोहतक

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि चेहरे में हल्के दाने होंगे, जिसकी वजह से शेव करने से रैसेज पड़ जाते हैं। पहले आप किसी त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर इसकी जांच कराएं, जिससे कारण पता चलेगा, क्योंकि अगर दाने होंगे और आप शेविंग करेंगे तो यह समस्या बनी रहेगी। हालांकि कई बार शेविंग क्रीम से इंफेक्शन की भी संभावना होती है। यह डॉक्टर जांच करने के बाद बता पाएंगे।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दर्द रहता है। भूख नहीं लगती है और कभी-कभी बुखार भी आता है। कृपया बताएं कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-कुणाल, दुर्ग

आपको बगैर देर किए जनरल फिजिशियन से संपर्क कर लेना चाहिए, क्योंकि आपके लक्षण देखकर ऐसा लग रहा है कि आपको टाइफाइड हो सकता है, जिसमें बुखार भी रहता है। लेकिन बगैर जांच किए कुछ भी कहना मुश्किल है। इसलिए तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें और जांच के बाद ट्रीटमेंट कराएं।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे बैक-पेन की प्रॉब्लम है। लेटे रहने पर तो ठीक रहता है, लेकिन बैठने या खड़े होने पर दर्द बढ़ जाता है। कृपया इस समस्या का कोई समाधान बताएं।

-शंभुनाथ, महासमुंद

उम्र बढ़ाने के साथ कई तरह की समस्याएं हो जाती हैं। लेकिन आप बता रहे हैं कि लेटने से आराम मिलता है, यानी मूवमेंट करने में दिक्कत आ रही है। हालांकि कई बार कैल्शियम और विटामिन डी की कमी भी बैक पेन का कारण बनता है। एक बार आप हड्डी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर एक्स-रे करा लें, जिससे पता चल जाएगा कि हड्डियों में तो कोई दिक्कत नहीं हो रही है। साथ ही आप नियमित रूप से बैक की एक्सरसाइज करें, इसी से स्थाई रूप में राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मुझे लगातार खांसी आ रही है। घर से बाहर यह प्रॉब्लम और भी बढ़ जाती है। प्लीज बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-रक्षित, बिलासपुर

अगर आपको लंबे समय से खांसी आ रही है तो जरूर एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क कर लेना चाहिए। लेकिन जैसा आप बता रहे हैं कि घर के बाहर समस्या और बढ़ जाती है, इससे ऐसा लग रहा है कि आपको पॉल्यूशन की वजह से ऐसी प्रॉब्लम आ रही है। इसलिए आप कोशिश करें कि घर से बाहर निकलें तो मास्क पहनकर निकलें। साथ ही एक बार डॉक्टर से संपर्क कर जांच करा लें, जिससे किसी तरह की शंका न रहे।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। मुझे बीते 3 सालों से पाइल्स की समस्या है। कृपया इसका उचित उपचार बताएं।

-एक पाठक, ईमेल से

पाइल्स की समस्या का सीधा संबंध कब्ज से होता है। अगर आपको कब्ज रहती है तो यह बीमारी होने की संभावना पूरी रहती है। इससे बचाव के लिए आप नियमित रूप में पपीता खाएं। अदरक और मिर्च वाले खाने से परहेज करें। साथ ही ऑयली खाना कम से कम खाएं। रात में हल्का खाना खाएं और सोने से पहले गुनगुना दूध लें। इन प्रयासों से आपको आराम मिलेगा। * **प्रस्तुति : रिचा पांडे**

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

हेल्थ-फिटनेस

विवेक कुमार

आज के दौर में हम में से अधिकांश लोगों की लाइफस्टाइल में स्टेबिलिटी बढ़ रही है, फिजिकल एक्टिविटी कम होती जा रही है। जॉब की वजह से भी बहुत लोग लॉन्ग सिटिंग करते हैं। इस वजह से कई तरह की हेल्थ प्रॉब्लम्स का रिस्क बढ़ता जा रहा है। कई स्टडीज में इसके नुकसान और इससे बचाव के तरीके बताए गए हैं। आपको इनके बारे में जरूर मालूम होना चाहिए।

कई बीमारियों का रिस्क बढ़ाती है लॉन्ग सिटिंग

हाल ही में ब्रिटेन की ग्लासगो कैलेडोनियन यूनिवर्सिटी में एक अध्ययन किया गया, जिसमें पाया गया कि एक जगह पर ज्यादा देर तक बैठने वाले लोगों में डायबिटीज, मोटापा और कैंसर जैसी बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। इनसे बचने के लिए प्रतिदिन एक्सरसाइज करने की जरूरत होती है। एक्सरसाइज से न केवल गंभीर बीमारियों से बच सकते हैं बल्कि लगातार बैठने के कारण अचानक होने वाली मौतों का खतरा भी 30 फीसदी तक घट सकता है। अध्ययनकर्ताओं के अनुसार 4 से 6 घंटे बैठने वालों को 12 से 18 मिनट, 6 से 8 घंटे तक बैठने वालों को 18 से 24 मिनट और 8 से 10 घंटे तक बैठने वालों को एक्सरसाइज के लिए कम से कम रोजाना 24 से 30 मिनट देने चाहिए।

जीवनशैली है जिम्मेदार

लॉन्ग सिटिंग की वजह यह है कि पहले लोगों की जीवनशैली में गतिशीलता अधिक थी। किसी भी काम को करने के लिए उन्हें कहीं न कहीं जाना पड़ता था। आज काम करने के लिए डेस्क है। खाना खाने के दौरान टीवी सेट सामने है। मूवमेंट बहुत कम होती है। पूरा दिन लोग सिर्फ ऑनलाइन रहते हैं। खाना भी हम अपने मोबाइल फोन, टीवी या लैपटॉप के सामने बैठकर ही खाते हैं, जिससे लगातार हम बैठे ही रहते हैं और हमारा वजन बढ़ता है। केवल प्रतिदिन 15 या 20 मिनट की आरामदायक सैर से हम इससे होने वाले तमाम खतरों को कम कर सकते हैं।

लॉन्ग सिटिंग की वजहें

कई लोगों के लिए ऑफिस वर्क का मतलब ही होता है, कई घंटों तक लगातार एक ही जगह पर बैठे रहना। वे पूरे दिन में बहुत की कम टहलने के लिए निकलते हैं बल्कि कहा जाए तो लगातार घंटों सिर्फ काम ही करते हैं। वे बैठकर लगातार काम करते हैं, बीच में खड़े भी नहीं होते। इस तरह की कार्यशैली को हम अपने काम का एक नियमित हिस्सा मान लेते हैं और इसे आसानी से नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन विभिन्न देशों में शोधकर्ताओं के बीच यह लगातार एक चिंता का विषय बन रहा है। येल मेडिसिन फिजियाट्रिस्ट एरिक के. होल्डर के अनुसार, 'मेरे मस्कुलोस्केलेटल क्लीनिक में लंबे समय तक बैठे रहना और उससे होने वाली कई परेशानियों के कई मरीज आते हैं। इस एक वजह के कारण उन्हें कई अन्य और प्रकार के डॉक्टरों के पास जाना पड़ता है।' वह आगे कहते हैं, 'लोग डेस्क पर बैठे रहते हैं, लंबे समय तक कंप्यूटर या टीवी के सामने बैठे रहते हैं, लगातार कार, ट्रेनों और विमानों में यात्रा करते रहते हैं। यह एक बड़ी स्वास्थ्य समस्या है, जो कई पुरानी बीमारियों को जन्म दे सकती है।'

हो सकती हैं कई समस्याएं

येल मेडिसिन विशेषज्ञों के अनुसार, लगातार बैठने से हमारे पैरों के निचले हिस्से और पंजे थक जाते हैं, उनमें सूजन और दर्द रहने लगती है। वहां रक्त और तरल पदार्थ जमा होने का हमें खुद एहसास होने लगता है। पैर की गहरी नसों में खून का थक्का जम जाता है और खून फेफड़ों तक न जा पाने के कारण हमारे बीमार होने की आशंका बढ़ती है। लगातार स्थिर रहने से इस तरह की समस्या भी उत्पन्न होती है। इसके लिए अपने जोखिम को कम करने हेतु हर 30 मिनट या 1 घंटे के बाद खड़े होकर टहलें। कुछ न कुछ फिजिकल एक्टिविटी करें।

स्पाइनल कॉर्ड पर पड़ता है दुष्प्रभाव

डॉक्टर होल्डर के अनुसार लंबे समय तक बैठे रहने से रीढ़ की हड्डी के साथ-साथ कंधों और कूल्हों पर भी अतिरिक्त दबाव पड़ता है। कंप्यूटर पर बैठने के दौरान आगे की ओर झुक कर हम अपनी कमर को सीधा नहीं रखते, जिससे मांसपेशियों में थकान होती है। पीठ के निचले हिस्से पर दबाव बढ़ने से रीढ़ की हड्डी का लचीलापन कम हो जाता है। उनके अनुसार 18 से 64 वर्ष की आयु के लोगों को कम से कम 150 मिनट एरोबिक एक्सरसाइज करनी चाहिए। बैठने के बुरे प्रभावों से बचने के लिए पूरे दिन में बार-बार हिलना-डुलना चाहिए।

सिटिंग के दौरान लेते रहें ब्रेक

डॉ. होल्डर का कहना है कि अपना वर्कस्टेशन ऐसा बनाएं, जिसमें स्टैंडिंग डेस्क हो। अगर ऐसा नहीं है तो अपने लैपटॉप या डेस्क टॉप को ऊंचे काउंटर पर रखें या हर आधे घंटे के बाद थोड़ा उठें और चलें-फिरें। ज्यादा कुछ न कर सकें तो अपनी पानी की बोतल छोटी रखें, ताकि दिन में कई बार पानी भरने के लिए आपको वॉटर कूलर तक जाना पड़े। घर पर भी लगातार टीवी देखने के दौरान विज्ञापनों के दौरान खड़े होने और चलने और स्ट्रेचिंग के लिए ब्रेक लेना चाहिए।

हार्ट डिजीज का बढ़ता है रिस्क

लगातार बैठना, शारीरिक गतिविधि की कमी से हृदय रोग की आशंकाओं को बढ़ाता है। डॉ. लैंपर्ड का कहना है कि इसके लिए हर घंटे थोड़ी देर टहलना ही एकमात्र समाधान है। लगातार बैठने से वजन बढ़ना, मोटापा, मधुमेह की आशंकाएं भी बढ़ती हैं। इसके अलावा काम पर लगातार बैठे रहना और गतिहीन जीवनशैली, कैंसर का भी कारण बनती है। इसलिए जितना संभव हो सके अपना काम खड़े होकर करें। बीच-बीच में चलते रहें। खड़े रहने से बैठने की तुलना में दोगुनी कैलोरी बर्न होती है।

कहने का कुल सार यही है कि किसी भी वजह से लगातर बैठे रहना हमारे हेल्थ और फिटनेस के लिए बहुत हार्मफुल है। इससे बचाव के लिए हमे यहां बताई गई बातों को अमल में लाना जरूरी है। *

इनका भी रखें ध्यान

हम सभी के पास करने के लिए काम है और कई लोगों के पास इतना समय नहीं है कि वर्कआउट कर सकें। इसलिए जितना संभव हो उतना ही काम करें, स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं, नियमित व्यायाम करें, धूम्रपान से बचें। शराब और मांस का सेवन कम करें और पर्याप्त मात्रा में फल और सब्जियां खाकर एक स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर हम कई रोगों से बच सकते हैं।

घरेलू औषधि / वीना गौतम

स्वाद बढ़ाए रोगों से बचाए तेजपत्ता

उत्तर हो या दक्षिण, पूरब हो या पश्चिम, शहर हो या गांव, घर हो या होटल, हर रसोई में मौजूद होता है तेजपत्ता। भारत में तेजपत्ते का इस्तेमाल स्वाद बढ़ाने वाले मसाले के रूप में ही नहीं बल्कि घरेलू औषधि और आयुर्वेदिक जड़ी-बूटी के रूप में भी सदियों से होता रहा है। यही वजह है कि इसकी देश में बहुत ज्यादा डिमांड है और देश में ही नहीं बल्कि पूरी दुनिया में मसाले के रूप में जो तेजपत्ता इस्तेमाल किया जाता है, उसमें करीब 70 फीसदी तेजपत्ता भारत से ही जाता है।

तेजपत्ता लॉरेसी परिवार का पेड़ है। अपने देश में इसके कई नाम प्रचलित हैं मसलन-सिन्नामोमम तमाला, मालाबार पत्ता, भारतीय छाल, भारतीय कैसिया या मालाबाश्रम के नाम से इसे भी जानते हैं। तेजपत्ता का पेड़ भारत के अलावा बांग्लादेश, नेपाल, भूटान, चीन, फ्रांस और इटली के साथ-साथ रूस, मध्य अमेरिका, उत्तरी अमेरिका औश्र बेल्जियम में भी पाया जाता है। तेजपत्ता के पेड़ की खेती भारत के कई राज्यों में की जाती है, जैसे- उत्तर प्रदेश, बिहार, केरल, कर्नाटक, महाराष्ट्र और पूर्वोत्तर के राज्यों में भी।

कई रोगों में कारगर: तेजपत्ता के पेड़ के पत्तों में, लौंग जैसी सुगंध होती है, इसलिए इसका इस्तेमाल जहां मसालों के तौर पर खाना पकाने में किया जाता है, वहीं इसके तेल का इस्तेमाल सिरदर्द, जोड़ों के दर्द, अर्थराइटिस, सूजन आदि में रामबाण सरीखी राहत पाने के लिए किया जाता है। साथ ही तेजपत्ता के पेड़ के पत्तियों का इस्तेमाल हर्बल चाय बनाने में भी किया जाता है।

इसमें एंटीइंफ्लेमेट्री गुण होते हैं। इसलिए इसके सेवन से शारीरिक सूजन में आराम मिलता है। यह पाचक एंजाइम्स को स्टिमुलेट करता है। इस तरह पाचन में सहायक होता है और अपच, गैस जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है। इसमें प्रचुर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं इसलिए इसका सेवन हमें कैंसर और हार्ट डिजीज के रिस्क से बचाने में भी सहायक होता है। तेजपत्ते में कुछ ऐसे एसेंशियल ऑयल्स पाए जाते हैं, जो सांस संबंधी समस्याओं में राहत देते हैं, सीने की जकड़न को कम करते हैं। *

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

शारीरिक और मानसिक संतुलन बनाने में अर्धचंद्रासन बहुत कारगर है। इससे कई तरह की शारीरिक समस्याओं से मुक्ति मिलती है। लेकिन इसे करते समय बहुत सावधानी रखनी चाहिए। इस आसन को करने की विधि, इससे होने वाले लाभ और सावधानियों के बारे में जानिए।

शारीरिक-मानसिक संतुलन बनाने में सहायक अर्धचंद्रासन

अर्धचंद्रासन या 'हाफ मून पोज' हठ योग का बहुत ही महत्वपूर्ण आसन है। इस योगासन में शरीर अर्धचंद्र के आकार में आ जाता है। यह वह अवस्था है, जो सप्तमी या अष्टमी के चांद की होती है। इस आसन को करने के दौरान पूरे शरीर को सिर्फ पैर और हाथों के बीच में बैलेंस किया जाता है। यह आसन शरीर को गजब की संतुलन शक्ति देता है। अर्धचंद्रासन को कई योग शैलियों में अलग-अलग ढंग से किया जाता है। लेकिन इसका सबसे मूल प्रकार हठ योग में ही दिखता है। यह शरीर में लचीलापन लाता है।

अर्धचंद्रासन के फायदे: यह शारीरिक और मानसिक संतुलन को सुधारता है, शरीर में लचीलापन बढ़ाता है। शरीर के मुख्य हिस्सों जैसे पीठ, पैर और कूल्हों को लचीला बनाने के साथ ही उन्हें मजबूत भी बनाता है। इसी तरह पैर, टखनों और कंधों को भी मजबूती देता है। इस आसन का प्रभाव पूरे शरीर पर पड़ता है और यह पूरे शरीर को एक साथ काम करने के लिए प्रेरित करता है। नियमित रूप से यह आसन करने से रीढ़ की हड्डी और पीठ दर्द से हमेशा के लिए छुटकारा मिल जाता है। यह पाचनतंत्र को सुधारता है, वजन घटाता है, सांस लेने की क्षमता को बेहतर बनाता है, टखनों, हैमस्ट्रिंग और पिंडलियों को ताकत देता है। हिप्स, चेस्ट और शोल्डर्स को खोलता है। छाती और शरीर को गठीला बनाता है। बॉडी को टोंड करता है। सिक्स पैक एब्स बनाने में मददगार है। पेल्विक मसल्स को मजबूत करता है, साथ ही यह पाचनग्रंथियों को भी स्टिमुलेट करता है।

करने की सही विधि: पहले अपने योगा मैट पर त्रिकोणासन में खड़े हो जाएं। दायां पैर आगे रखें। अब दाहिने घुटने को मोड़ें और अपने बाएं हाथ को कूल्हे पर लाएं। दाहिने हाथ को दाहिने पैर के सामने फर्श पर ले जाएं। इस दौरान हाथ आपके कंधे के नीचे होना चाहिए। यह प्रक्रिया करते हुए एक फुट सामने की ओर देखें। अब पांच या छह इंच अपने दाहिने पैर के दाईं ओर हों और हाथों को इतना झुकाएं कि बस अंगुलियां फर्श पर रहें और दाएं पैर को उठाते हुए दाहिने पैर को सीधा करना शुरु करें। जबकि बाएं पैर को जितना संभव हो सीधा रखें। कूल्हे को खोलें, दाएं कूल्हे के शीर्ष पर बाएं कूल्हे को लेकर आएं। पैर की अंगुलियों के साथ बाएं पैर को फ्लैक्स करें। जब दायां पैर संतुलित हो जाए तो बाएं पैर को ऊपर ले जाएं। दाएं और बाएं पैर को सीधा करते हुए फर्श पर सीधी रेखा बनाएं और कम से कम पांच सांसों तक खुद को संतुलित बनाए रखें, फिर सामान्य हो जाएं।

इन बातों का रखें ध्यान: अर्धचंद्रासन करते समय ध्यान रखें कि सही मुद्रा बनाए रखना जरूरी है। अगर गलत तरीके से इस आसन को करते हैं तो आसन भले हो जाए, संतुलन सधना नहीं शुरू होगा। इसे हमेशा खाली पेट करें या तब करें जब कम से कम चार-पांच घंटे पहले खाना खाया हो। शुरुआत में दीवार या किसी सहारे की सहायता से करें। लेकिन तब यह आसन कतई न करें, जब आपकी रीढ़ की हड्डी में दर्द हो, डायरिया या अस्थमा की समस्या हो। विशेषकर गर्दन में दर्द हो, कंधे में दर्द की समस्या होने पर हाथ ऊपर न उठाएं। घुटनों में दर्द या अर्थराइटिस होने पर दीवार के सहारे ही अभ्यास करें। दिल और हाई ब्लडप्रेशर के मरीज़ इसे न करें। *

डाइट सजेशन

शिखर चंद जैन

अच्छे स्वास्थ्य के लिए सिर्फ भरपेट खाना या तरह-तरह के व्यंजन खाना ही पर्याप्त नहीं होता है। इसके लिए आपको भोजन संबंधी कुछ बातों का ध्यान रखना भी जरूरी है। क्या हैं वो भोजन संबंधी कायदे, आपको जरूर जानने चाहिए।

क्या आप जानते हैं भोजन करने के ये नियम

हम जो भोजन करते हैं, वो हमारे स्वास्थ्य, मन और स्वभाव को भी प्रभावित करता है। जो मन में आया, जब मन में आया ख़ा लिया यह आदत स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा सकती है। इसलिए जरूरी है, भोजन से संबंधित कुछ नियम-कायदों का पालन करें।

खाना कब खाएं: सुबह 10 से 11 बजे के बीच भोजन कर लेना चाहिए ताकि दिनभर कार्य करने के लिए ऊर्जा मिल सके। दिन का भोजन शारीरिक मेहनत के अनुसार अच्छी मात्रा में लेकिन रात्रि-भोजन हल्का और सुपाच्य होना चाहिए। रात्रि भोजन, सोने से दो या तीन घंटे पहले करना चाहिए। अच्छी तरह भूख लगने पर ही भोजन करना चाहिए। नाश्ता हो या लंच या डिनर, नियत समय पर करने से ही पाचन अच्छा होता है।

खाना कैसे खाएं: हाथ-पैर, मुंह धोकर व्यवस्थित रूप से बैठकर भोजन करें। खड़े-खड़े, जूते पहन कर, भोजन नहीं करना चाहिए। भोजन अच्छी तरह चबा-चबा कर करना चाहिए वरना दांतों का काम (पीसने का) आंतों को करना पड़ेगा, जिससे भोजन का पाचन सही नहीं हो पाएगा। भोजन करते समय शांत रहना चाहिए। इससे भोजन में लार मिलने से भोजन का पाचन अच्छा होता है। टीवी देखते या अखबार पढ़ते हुए खाना नहीं खाना चाहिए। भोजन हमेशा शांत-प्रसन्नचित्त होकर करना चाहिए।

क्या-कब और कैसे खाएं: अगर हम अपने शरीर को स्वस्थ रखना चाहते हैं तो भोजन से संबंधित इन महत्वपूर्ण बातों को ध्यान में रखें।

- भोजन को कभी भी भूख से अधिक नहीं खाना चाहिए। इसलिए धीरे-धीरे चबाकर खाना चाहिए और तीन-चौथाई पेट ही भोजन करना चाहिए।
- भूख लगने पर पानी और प्यास लगने पर भोजन नहीं करना चाहिए, अन्यथा स्वास्थ्य को हानि पहुंचती है।
- भोजन के बीच में प्यास लगने पर थोड़ा-थोड़ा करके पानी पीना चाहिए। भोजन के तुरंत पहले या अंत में तुरंत पानी नहीं पीना चाहिए।
- बासी, ठंडा, कच्चा या जला हुआ और दोबारा गर्म किया हुआ भोजन स्वास्थ्य के लिए लाभकारी नहीं होता है। इसलिए इनसे बचना चाहिए।
- भोजन पच जाने पर ही दूसरी बार भोजन करना चाहिए। प्रातः भोजन के बाद शाम को अगर अजीर्ण मालूम हो तो कुछ नर्म भोजन लिया जा सकता है। लेकिन रात्रि को भोजन के बाद प्रातः अजीर्ण हो तो बिल्कुल भोजन नहीं करना चाहिए।
- भोजन के तुरंत बाद सोना नहीं चाहिए।
- खाद्य सामग्री में कड़े पदार्थ पहले, नरम पदार्थ बीच में और पतले पदार्थ भोजन करने के अंत में खाना चाहिए।
- भोजन करते समय प्रारंभ में मीठे, बीच में नमकीन और अंत में कसैले पदार्थों को खाना चाहिए।
- भोजन करने से पहले केला और ककड़ी नहीं खाना चाहिए।
- भोजन में दूध, दही, छाछ का प्रयोग दीर्घजीवी बनाता है।
- भोजन करने के बाद न क्रोध करें, न तुरंत व्यायाम करें। इससे स्वास्थ्य को हानि पहुंचती है।
- डिनर के बाद दूध पीना हितकर है।

भोजन के बाद क्या करें: लंच के बाद टहलना और डिनर के बाद में सौ कदम टहलकर बाईं करवट लेटने या वज्रासन में बैठने से भोजन का पाचन अच्छा होता है। भोजन के एक घंटे पश्चात मीठा दूध और फ्रूट लेने से भोजन का पाचन अच्छा होता है।

भोजन के बाद क्या न करें: भोजन के तुरंत बाद पानी या चाय नहीं पीना चाहिए। भोजन के पश्चात घुड़सवारी, दौड़ना, बैठना, लेटना, सोना नहीं चाहिए।

क्या-क्या न खाएं: रात्रि को दही, सत्तू, तिल और गरिष्ठ भोजन नहीं लेना चाहिए। दूध के साथ नमक, दही, खट्टे पदार्थ, मछली, कटहल का सेवन नहीं करना चाहिए। शहद और घी का समान मात्रा में सेवन नहीं करना चाहिए। दूध-खीर के साथ खिचड़ी नहीं खाना चाहिए। *

(डाइटिशियन पिंकी गोयल से बातचीत पर आधारित)

जिलेभर में जंयती पर कार्यक्रमों का आयोजन

गुरु रविदास की शिक्षाओं पर चलकर समाजहित में करें अग्रणी कार्यः गंगवा

गुरु रविदास महाराज के 648वें प्रगट दिवस कार्यक्रम में पहुंचे मंत्री रणबीर गंगवा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बरवाला

संत शिरोमणि गुरु रविदास महाराज की प्रेरणाओं का हम सभी को अनुसरण करना चाहिए। उन्होंने मानवता का संदेश देते हुए यही कहा था कि कोई व्यक्ति जन्म से छोटा बड़ा नहीं होता, बल्कि कर्मों से होता है। हमें गुरु रविदास की पावन शिक्षाओं पर चलते हुए समाज हित के लिए अग्रणी होकर कार्य करने चाहिए। यह बात प्रदेश के लोक निर्माण एवं जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर गंगवा ने बरवाला में आयोजित कार्यक्रम में कहीं। संत शिरोमणि गुरु रविदास महाराज के 648वें प्रगट दिवस के मौके पर श्री गुरु रविदास सभा की तरफ से सत्संग एवं भंडारे के कार्यक्रम का आयोजन किया गया था, कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि जन स्वास्थ्य लोक निर्माण एवं जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर गंगवा ने शिरकत की थी। गुरु रविदास छात्रावास में आयोजित कार्यक्रम में कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने 21 लाख रुपये रविदास सभा को छात्रावास में निर्माण कार्य के लिए तथा 11 लाख रुपये रविदास चौपाल के नवीनीकरण के लिए देने की घोषणा भी की। बरवाला में एक चौक का नाम भी गुरु रविदास के नाम पर रखे जाने की बात कहीं। लोकनिर्माण एवं जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर गंगवा ने अपने सम्बोधन में यह बात कही।

बरवाला। संत गुरु रविदास प्रगट दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में शिरकत करते कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा।

कुमारी सैलजा का गुरु रविदास की तस्वीर देकर स्वागत

उकलाना। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता पंकज बिठमड़ा ने पूर्व केंद्रीय मंत्री एवं कांग्रेस की राष्ट्रीय महासचिव कुमारी सैलजा को गुरु रविदास जयंती पर उकलाना आगमन पर गुरु रविदास की प्रतिमा देकर उनका स्वागत किया। इस मौके पर पूर्व सरपंच प्रतिनिधि राजपूतानी, बलराज गर्ग, बलबीर लाक्खा, सतीश कुमार, विजेंद्र कपूर आदि अनेक लोग मौजूद थे।

गुरु रविदास के दिखाए मार्ग पर चलें : विधायक

हांसी। संत शिरोमणि श्री गुरु रविदास की 648वीं जयंती के अवसर पर आयोजित समारोह में विधायक विनोद भयाना ने उनके मानवतावादी सिद्धांतों को आधुनिक युग में भी प्रासंगिक बताते हुए समाज के हर वर्ग को उनके दिखाए मार्ग पर चलने का आह्वान किया। यह समारोह संत शिरोमणि श्री गुरु रविदास सेवा समिति द्वारा आयोजित किया गया। जिसमें विधायक विनोद भयाना मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। उन्होंने अपने संबोधन में आगे कहा कि संत शिरोमणि श्री गुरु रविदास एक महान संत थे, जिन्होंने मानवता, समानता और भाईचारे के सिद्धांतों को अपने जीवन और शिक्षाओं के माध्यम से प्रतिपादित किया।

पौधे लगाने के साथ देखभाल की ली शपथ

हिसार। रविदास जयंती के उपलक्ष्य में महावीर कॉलोनी में पूर्व पार्षद भूप सिंह रोहिल्ला के नेतृत्व मे पौधरोपण किया गया। इस मौके पर कपिल सैनी ने उपस्थितजनों को पर्यावरण संरक्षण की महत्ता बताते हुए अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनकी देखभाल करने की शपथ दिलवाई। हम सभी को अपने आसपास हरियाली बढ़ाने के लिए जिम्मेदारी से कार्य करना चाहिए, ताकि आने वाली पीढ़ियों को एक स्वच्छ और हरित पर्यावरण मिल सके। इस पहल ने स्थानीय लोगों को प्रकृति से जुड़ने व उसकी रक्षा करने की प्रेरणा मिलेगी।

इनेलो ने मनाई संत रविदास की जयंती

हिसार। इनेलो पार्टी कार्यालय देवीलाल सदन में बुधवार को पार्टी जिला अध्यक्ष सतबीर सिंह सिसाय की अध्यक्षता में संत शिरामणी रविदास जी की जयंती मनाई गई। इस मौके पर प्रदीप सिंह बाजिया, राजीव राजा, साहिलदीप कसवां, रमा जाखड़, गंगाराम एडवोकेट, देवीलाल सिहाग, प्रमोद बागड़ी, सतपाल काजला, अनु सुरा, सुभाष टांक, रामचंद्र बेनीवाल, ललिता टांक, तेलूराम सरपंच, श्यामलाल गर्ग व बलबीर सिहाग आदि मौजूद थे।

गुरु रविदास का जन्मोत्सव मनाया

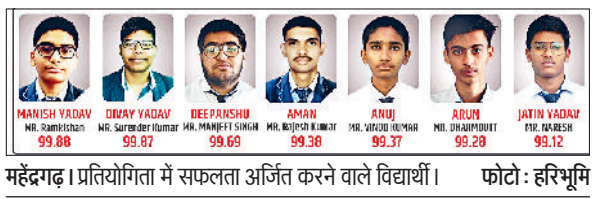
हिसार। संत शिरोमणि श्री गुरु रविदास महासभा व डॉ. बीआर अंबेडकर सभा के संयुक्त तत्वावधान में संत शिरोमणि गुरु रविदास जी महाराज का 648वां जन्मोत्सव बड़े हर्षोल्लास एवं श्रद्धा के साथ गुरु रविदास भवन एवं छात्रावास सिरसा बायपास में मनाया गया। इस अवसर हिसार के सांसद जयप्रकाश ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की, जबकि समारोह की अध्यक्षता विधायक नरेश सेलवाल ने की। इस कार्यक्रम में विधायक चंद्र प्रकाश व विधायक जस्सी पेटवाड़ ने विशिष्ट अतिथि के रूप में भाग लिया ।

हरियाणा लड़कियों की सब जूनियर रग्बी टीम ने हासिल की ऐतिहासिक रैंकिंग

हिसार। हरियाणा की लड़कियों ने सब जूनियर राष्ट्रीय रग्बी प्रतियोगिता में बुधवार को दूसरे दिन क्वार्टर फाइनल में दिल्ली से 10-0 से मैच हारा व रैंकिंग के लिए राजस्थान के साथ मैच में राजस्थान को अंतिम समय तक स्कोर से रोके रखा लेकिन राजस्थान की लड़कियां अंत में एक ट्राई करने में कामयाब रही। हरियाणा की टीम 5-0 से हार गई। ग्वालियर में जारी इस प्रतियोगिता में 7 और 8 रैंकिंग के लिए हरियाणा की लड़कियों का मैच छत्तीसगढ़ के साथ हुआ जिसमें एक तरफा खेलते हुए शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए हरियाणा की लड़कियों ने पूरे टूर्नामेंट का हाईएस्ट स्कोर करते हुए 31-0 से मैच जीतकर और प्रदेश के इतिहास में रग्बी खेल में सातवां रैंक प्राप्त किया है। टीम की ओर से खेलते हुए मुस्कान ने 1 ट्राई किया, निशा ने 2, स्नेहा ने 2 ट्राई किए, खुशबू ने 1 तथा एक कन्वर्जन किया। ट्राई के 5 अंक और कन्वर्जन के 2 अंक होते हैं। अब तक हरियाणा की तरफ से सीनियर पुरुषों की टीम को छोड़कर कोई भी टीम टॉप 16 में भी जगह नहीं बना पाई थी।

सेवानिवृत कर्मियों के जिला कार्यकारिणी चुनाव 8 को

हिसार। हरियाणा कर्मचारी महासंघ से संबंधित हरियाणा सेवानिवृत्त कर्मचारी संगठन की बैठक बस स्टैंड परिसर स्थित रोडवेज कर्मचारी यूनियन कार्यालय में हुई। जिला प्रधान राजबीर सिंधु की अध्यक्षता में बुधवार को बैठक में मंच संचालन वरिष्ठ कर्मचारी नेता एमएल सहगल ने की। बैठक में संगठन के चुनाव को लेकर चर्चा की गई। संयोजक राजपाल नैन ने बताया कि बैठक में संगठन का जिला का चुनाव 8 मार्च को क्रांतिमान पार्क में करवाने का निर्णय लिया गया। जिला के चुनाव से पहले ब्लॉकों के चुनाव करवाए जाएंगे। इसमें 15 फरवरी को आदमपुर ब्लॉक के चुनाव बालसमंद, 22 फरवरी को हांसी व नारनौंद ब्लॉक के हांसी बस स्टैंड परिसर स्थित महासंघ यूनियन कार्यालय में, 1 मार्च को बरवाला ब्लॉक के चुनाव बिजली निगम कार्यालय परिसर में व 5 मार्च को अग्रोहा व उकलाना ब्लॉक के चुनाव बस स्टैंड परिसर में करवाए जाएंगे।



महेंद्रगढ़। प्रतियोगिता में सफलता अर्जित करने वाले विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

जेईई मेन में आरपीएस के 51 विद्यार्थियों ने 99% से अधिक स्कोर हासिल कर पाई अभूतपूर्व सफलता

महेंद्रगढ़। सराहनीय परीक्षा परिणाम आने पर खुशी मनाते स्कूल के विद्यार्थी।

यदुवंशी के मनीष यादव ने जेईई मैंस में पाई 99.88 परसेंटाइल

महेंद्रगढ़। यदुवंशी शिक्षा निकेतन के विद्यार्थियों ने आईआईटी, जेईई मैंस (अखिल भारतीय इंजीनियरिंग) प्रवेश परीक्षा में अच्छी परसेंटाइल से रिकॉर्ड तोड़ सफलता प्राप्त कर विद्यालय व क्षेत्र को गौरवान्वित किया है। ज्ञातव्य है कि जेईई मेन एक राष्ट्रीय स्तर की प्रवेश परीक्षा है जिसके माध्यम से विद्यार्थियों को आईआईटी, एनआईटी आदि प्रतिष्ठित टेक्निकल इंस्टीट्यूट में बीई, बीटेक, बीआर्च एवं बीप्लानिंग कोर्सों में दाखिला मिलता है। विद्यालय के छात्रों ने शानदार प्रदर्शन किया। छात्र मनीष 99.88, दिव्य 99.87, दिपांशु 99.69, अमन 99.38, अनुज 99.37, अरूण 99.28, जतिन 99.12 ने उल्लेखनीय सफलता हासिल की। वहीं 95 परसेंटाइल से अधिक जय सहरावत 98.95, विशांत 98.82, मुस्कान 98.73, दिव्यांशु 98.62, श्वेत 98.48, कपिल 98.40, रितिका 98.38, साहिल सैनी 98.28, सिद्धार्थ 98.20, मोहित 97.97, अनुज 97.81, प्रियांशी 97.69, विनित 97.69, दिव्या, 97.69, एंजल 97.48, भावेश 97.48, मिलन 97.08, साहिल 96.69, अंकित 96.69, गाव्यांशी 96.42, अंकित 96.07, त्रिपति 95.99, प्रिंस 95.95, गीतिका 95.15 आदि विद्यार्थी रहे। वहीं 90 परसेंटाइल से ऊपर छविकांत 94.95, दीक्षा 94.74, पीयूष 94.52, यथार्थ रतन 94.24, अमन 94.16, अमन राज 93.88, ऋषभ 92.95, हर्ष 93.53, विवेक 93.37, पुरूषोतम 92.74, शिवानी 92.12, कुणाल 92.01, कुमकुम 91.97, कल्पना 91.91, लोकेश 91.78, अभिजीत 91.41, योगेश 91.76, नवनीत 91.61, राहुल 91.34, आर्यन 90.38, योगेश 90.62, रूपेश 90.52, रिया 90.41, मयंक 90.15, साक्षी 90.10, प्रियांशु 90.05, गरिमा 90, रक्षित शामिल रहे। ग्रुप निदेशक विजय सिंह यादव व फाउंडर डायरेक्टर राजेन्द्र सिंह, वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव व प्राचार्य पवन कुमार ने सभी विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। ग्रुप के चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने सभी विद्यार्थियों, प्राध्यापकों एवं अभिभावकों को बधाई देते हुए कहा कि इंजीनियर बनकर एक सुदृढ़ समाज की स्थापना करेंगे।

महेंद्रगढ़। हाल ही में नेशनल टेस्टिंग एजेंसी द्वारा घोषित जेईई मेन के परीक्षा परिणामों में आरपीएस ग्रुप के 51 विद्यार्थियों ने 99 परसेंटाइल व इससे अधिक अंक प्राप्त कर एक नया किर्तिमान रचा। आरपीएस की हर्षि ने 99.99, परसेंटाईल, छवी यादव ने 99.92 परसेंटाईल, सुजल व पियुष ने 99.86 परसेंटाइल प्राप्त कर अंको की सर्वश्रेष्ठता का शिखर छुआ। वहीं आरपीएस की हर्षि एवं अनुज ने फिजिक्स में 100 पर्सेंटाइल प्राप्त कर पूरे भारत में अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन की अमिट छाप छोड़ी। वहीं मैथ्स में छवि ने 99.99, हर्षि ने 99.98, इशान ने मैथ्स व फिजिक्स में 99.96 पर्सेंटाइल, तनिष्क व कार्तिक ने फिजिक्स में 99.96 पर्सेंटाइल, केमेस्ट्रि में हर्षि ने 99.98 पर्सेंटाइल प्राप्तकर एक नया कीर्तिमान स्थापित किया। आरपीएस ग्रुप के सीईओ इंजी मनीष राव ने बताया की हर्षि ने 99.99 परसेंटाइल, छवी यादव ने 99.92, सुजल ने 99.86, पियुष ने 99.86, हर्षित राय ने 99.80, इसान अफरिया ने 99.79, प्रणव कुमार ने 99.78, रिदम ने 99.77, दिव्यांशी तेवतीया ने 99.77, गुणादित्य संधू ने 99.77, चितवन ने 99.75, प्रियांशु ने 99.75, कृष ने 99.74, अनुज ने 99.69, याशिका ने 99.60, ललित ने 99.58, सुमित पहल ने 99.55, कार्तिक ने 99.52, कृष ने 99.52, श्रुति ने 99.52, द्वितिया गर्ग ने 99.51, मान्यु यादव ने 99.51, वंश ने 99.46, शुभम ने 99.46, विवान राव ने 99.42, विनय ने 99.42, लक्षिका ने 99.38, श्रेयांश रावत ने 99.38, अन्नुश्री शर्मा ने 99.37, दिव्यम ने 99.35, दिपांशु ने 99.34, सिद्धार्थ ने 99.34, मानस झा ने 99.32, अंकित गौतम ने 99.29, गुलशन कुमार ने 99.29, मानव चैधरी ने 99.29, निखिल ने 99.26, रिजुल ने 99.20, प्रियांशु ने 99.19, मोहित यादव ने 99.15, रेनित राव ने 99.14, प्रियांशु ने 99.14, गौरव सांगवान ने 99.03, हरमित खुराना ने 99, समर्थ ने 99 व रितू यादव ने 99 परसेंटाइल अंक प्राप्त कर अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। जेईई मेन में एक ही ग्रुप से इतनी अच्छी परसेंटाइल हासिल करने वाले विद्यार्थियों की सफलता पर जश्न मनाया। विद्यार्थी, शिक्षक व अभिभावकों ने मिलकर इस खुशी को काफी उत्साह के साथ सांझा किया। स्कूल प्रबंधन की ओर से आरपीएस ग्रुप की चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव, सीईओ इंजी. मनीष राव एवं डिप्टी सीईओ कुनाल राव सहित ग्रुप के सभी विद्यालयों के प्राचार्यों ने अपने प्राध्यापकों के उचित मार्गदर्शन व बच्चों की कड़ी मेहनत तथा अभिभावकों के सहयोग की सराहना की।

सूचना

मैं, सन्त लाल पुत्र श्री राम लाल निवासी मकान नंबर-754, बीएसएनएस टावर वाली गली, नजदीक हनुमान मंदिर, महाबीर कालोनी, तहसील व जिला हिसार बयान करता हूं कि मेरा पुत्र कुलदीप तथा मेरी पुत्रवधु आशु सैनी मेरे व मेरे परिवार के कहने–सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

डिजिटल युग में इंटरनेट जिंदगी का अभिन्न अंगः डीआईओ

हिसार। इंटरनेट के सुरक्षित और जिम्मेदार उपयोग को बढ़ावा देने तथा नागरिकों को साइबर खतरों से बचाने के उद्देश्य से हर साल फरवरी के दूसरे मंगलवार को सुरक्षित इंटरनेट दिवस मनाया जाता है। एनआईसी हिसार की ओर से जिला स्तर पर विभिन्न जागरूकता कार्यशालाओं का आयोजन किया गया, जिनका मुख्य उद्देश्य नागरिकों को साइबर सुरक्षा और इंटरनेट स्वच्छता के प्रति शिक्षित करना था।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

बम्पर इनामी योजना-2025

नाम.....सुपुत्र/सुपुत्री/पत्नी.....
पता.....तहसील .....पिन.....
जिला ..... फोन नं. ..... एजेंट का नाम .....

सामान्य कूपन | सामान्य कूपन | सामान्य कूपन
सामान्य कूपन | सामान्य कूपन | सामान्य कूपन
सामान्य कूपन | सामान्य कूपन | सामान्य कूपन
सामान्य कूपन | सामान्य कूपन | सामान्य कूपन
मास्टर कूपन | मास्टर कूपन | मास्टर कूपन
मास्टर कूपन | मास्टर कूपन | मास्टर कूपन

नियम व शर्तें हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 - 5 फरवरी 2025 से 5 अगस्त 2025 की अवधि के लिए है। ▶▶| बम्पर ड्रा. में भाग लेने वाले हर प्रतिभागी को एक सुनिश्चित उपहार जीतने का अवसर होगा। ▶▶| योजना में भाग लेने के लिए पाठकों को हरिभूमि में प्रकाशित प्रपत्र पर उपरोक्त अवधि के दौरान समाचार पत्र में प्रकाशित 24 कूपनों में से कुल 18 कूपन (12 सामान्य एवं 6 मास्टर कूपन) चिपकाने होंगे। ▶▶| हर माह के दो सामान्य कूपन चिपकाना अनिवार्य है। ▶▶| फोटोकॉपी या कटे-फटे कूपन फार्मेट में मान्य नहीं होगे। ▶▶| राज्य सरकार एवं केन्द्र सरकार के सभी नियम लागू होंगे। ▶▶| हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं को आयकर के नियम व शर्तें मान्य होगी। ▶▶| यदि किसी पुरस्कार पर टी. डी. एस. की कटौती लागू होगी तो विजेता को टी.डी.एस. का भुगतान स्वंय करना होगा। ▶▶| वाहनों के एक्स शोरूम की कीमत को हरिभूमि द्वारा वहन किया जायेगा और अन्य खर्च विजेता को देने होंगे। ▶▶| हरिभूमि निर्णायक मंडल का निर्णय अंतिम एवं सर्वमान्य होगा। ▶▶|किसी प्रकार के विवाद में न्यायालय क्षेत्र रोहतक होगा। ▶▶| चित्र में दर्शाए गए उपहार वास्तविक उपहार से भिन्न हो सकते हैं। ▶▶| हरिभूमि कर्मचारी, एजेंट व उनके परिवार के सदस्य इस योजना के पात्र नहीं हो सकते। ▶▶| प्रपत्र जमा करने की अंतिम तिथि 5 सितम्बर 2025 होगी। ▶▶| पूर्णरूप से भरा हुआ मूल प्रपत्र अपने नजदीक के हरिभूमि कार्यालय या मुख्य कार्यालय में स्वंय अथवा साधारण डाक द्वारा भिजवाएं। ▶▶| किसी भी कूपन और प्रपत्र की फोटोप्रति मान्य नहीं होगी। ▶▶| अंतिम तिथि के बाद प्रपत्र स्वीकार नहीं होंगे। विजेताओं का चयन ड्रॉ द्वारा किया जायेगा। ▶▶| ड्रॉ निकालने की तिथि 5 अक्टूबर 2025 होगी। ▶▶| विजेताओं की सूची 10 नवम्बर से समाचार पत्र में प्रकाशित की जायेगी। ▶▶| प्रथम, द्वितीय, तृतीय विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय रोहतक से पुरस्कार प्राप्त करना होगा। अन्य सभी विजेता हरिभूमि के उनके नजदीकी कार्यालय से पुरस्कार प्राप्त कर सकेंगे। ▶▶| सभी विजेताओं को पुरस्कार प्राप्त करने के लिए अपनी फोटो पहचान पत्र की फोटो प्रति हरिभूमि कार्यालय में जमा करनी होगी। अपने साथ पहचान पत्र की मूल प्रति लाना न भूलें।

हरिभूमि कार्यालय : 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9653530207, 8814999173, 9253681005

खबर संक्षेप

हिसार। भाषण व खेल में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाली छात्रा के साथ प्राचार्य व अन्य स्टाफ सदस्य।

भाषण में हिमांशी प्रथम और खेल में द्वितीय

हिसार। महिला कॉलेज की छात्राओं व रेडक्रॉस इंचार्ज डॉ. अनीता तनेजा ने गुरु गोरखनाथ कॉलेज में रेडक्रॉस की ओर से आयोजित जिला स्तरीय प्रशिक्षण कैंप में भाग लिया। महिला कॉलेज की छात्रा हितांशी ने इस कार्यक्रम में आयोजित भाषण प्रतियोगिता में प्रथम स्थान व खेल प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान प्राप्त किया। प्राचार्य डॉ. सतबीर सिंह सांगा ने रेडक्रॉस के इंचार्ज व छात्राओं को इस उपलब्धि पर बधाई दी।

ठेके से एलईडी व नकदी चोरी का आरोपी काबू

बरवाला। बरवाला पुलिस ने हांसी रोड बरवाला स्थित शराब के ठेके से एलईडी टीवी और नकदी चोरी के मामले में बरवाला के वार्ड 10 निवासी नरसी उर्फ मलाड़ को गिरफ्तार किया गया है। उप निरीक्षक अतुल मोर ने बताया कि इस संबंध में पिछले वर्ष 9 अक्टूबर को थाना बरवाला में हांसी रोड बरवाला पर बने शराब के ठेके के इंचार्ज धांसू निवासी संदीप कुमार ने शराब के ठेके और उसके पास बने अहाता से दो एलईडी टीवी और नकदी चोरी होने के बारे में शिकायत दी थी। जिसमें बताया कि 4 अक्टूबर 2024 को प्रशासन ने ठेका सील कर दिया था।

नशा सप्लायर को प्रोडक्शन वारंट पर लिया

हांसी। एंटी नारकोटिक सेल पुलिस ने 2 किलो 300 ग्राम सुल्फा सप्लाई करने वाले असल सप्लायर को प्रोडक्शन वारंट पर लिया है। प्रोडक्शन वारंट पर लिए गए आरोपी की पहचान बीड़ फार्म निवासी प्रदीप के रूप में हुई है। पुलिस प्रवक्ता के अनुसार आरोपी ने वर्ष 2022 में महेंदा हाल हनुमान कॉलोनी हांसी निवासी लक्ष्मण को 2 किलो 300 ग्राम सुल्फा सप्लाई किया था। इसे लेकर आरोपी के खिलाफ थाना शहर हांसी में मामला दर्ज किया गया था।

नीलगाय को मारने की अनुमति देना गलतः सभा

उकलाना। हरियाणा सरकार द्वारा नीलगाय को मारने की अनुमति प्रदान करने के कदम को अखिल भारतीय किसान सभा उचित नहीं मानती। किसान सभा के जिला उपाध्यक्ष सरबत सिंह पूनिया, तहसील सचिव दयानंद ढुकिया व खेत मजदूर यूनियन जिला प्रधान डॉ. मियां सिंह बिठमड़ा ने मांग की कि आवारा पशुओं और जंगली जानवरों को नियंत्रित करने की सर्वसमावेशी योजना बनाए। संख्या नियंत्रण के लिए नसबंदी, अभ्यारण्यों की स्थापना, पशु व्यापार से सख्ती हटाना, फसल सुरक्षा के कार्य को मनरेगा के कामों की सूची में डालना, फसल खराबे का मुआवजा दिया जाए।

नगर निगम चुनाव: ईवीएम और वीवीपीएटी का प्रथम रेंडमाइजेशन कल

चुनाव में पारदर्शिता व निष्पक्षता बनाए रखने के लिए उठाए जा रहे आवश्यक कदम

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

नगर निगम चुनाव में उपयोग होने वाले ईवीएम और वीवीपीएटी के साथ मतदान कर्मियों का प्रथम रेंडमाइजेशन 14 फरवरी को होगी। यह प्रक्रिया पंजीकृत एवं मान्यता प्राप्त राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों की उपस्थिति में पूरी तरह पारदर्शी तरीके से संपन्न होगी। जिला निर्वाचन अधिकारी एवं डीसी अनीश यादव ने बताया कि मशीनों को रेंडम तरीके से विभिन्न वार्डों और मतदान केंद्रों के लिए आवंटित किया जाएगा। इसी दिन, मतदान प्रक्रिया में शामिल अधिकारियों और कर्मचारियों का भी रेंडमाइजेशन किया जाएगा। निष्पक्षता व कर्मियों की तैनाती में पारदर्शिता सुनिश्चित करने के लिए यह किया गया है। रेंडमाइजेशन की पूरी प्रक्रिया में सभी मान्यता प्राप्त राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों को शामिल होने के लिए सूचना भेजी गई हैं।

खास बातें

- यह प्रक्रिया पंजीकृत एवं मान्यता प्राप्त राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों की उपस्थिति में पूरी तरह पारदर्शी तरीके से संपन्न होगी। जिला निर्वाचन अधिकारी ने बताया कि मशीनों को रेंडम तरीके से विभिन्न वार्डों और मतदान केंद्रों के लिए आवंटित होंगी

कांग्रेस : टिकट के इच्छुक दावेदारों के हुए इंटरव्यू

हिसार। कांग्रेस के राष्ट्रीय सचिव प्रफुल्ल गुडधे पाटिल ने कांग्रेस भवन में मेयर व पार्षद के पद के इच्छुक उम्मीदवारों से मिले। मेयर के 26 उम्मीदवारों ने अपने आवेदन पार्टी नेताओं को सौंपे। राष्ट्रीय सचिव ने एक-एक करके उम्मीदवारों से मुकालात की। उन्होंने कहा कि 2 दिन में उम्मीदवार की घोषणा हो जाएगी। बजरंग गर्ग, पूर्व मंत्री अतर सिंह सैनी, धर्मवीर कोलेखन, प्रदेश चेयरमैन लाल बहादुर खोवाल, पूर्व चेयरमैन तेलू राम जांगडा मौजूद रहे।

नारनौंद नपा: चुनाव को लेकर तैयारियां पूर्ण : महराणा

नारनौंद। नगर पालिका नारनौंद के चुनाव को निष्पक्ष, पारदर्शी एवं शांतिपूर्वक तरीके से संपन्न करवाने के उद्देश्य को लेकर प्रशासन द्वारा लगभग सभी तैयारियां पूर्ण कर ली गई है। रिटर्निंग अधिकारी एवं एसडीएम मोहित महराणा ने बुधवार को बताया कि नारनौंद नगर पालिका क्षेत्र में कुल 16 वार्ड है। मतदाताओं की सुविधा के लिए प्रत्येक वार्ड में एक-एक मतदान केंद्र आवश्यक स्थापित करवाया जाएगा। उन्होंने बताया कि नगर पालिका में अब तक कुल 14081 मतदाता है। जिनमें 7378 पुरुष तथा 6702 महिला मतदाता है। एक मतदाता थर्ड जेंडर है। उन्होंने मतदाताओं से अपील की है कि वह निर्भीक होकर पोलिंग बूथ पर जाए और बिना किसी भी प्रकार के दबाव के मतदान करें। हरेक मतदान केंद्र पर सुरक्षा के लिहाज से पुख्ता प्रबंध करने को लेकर भी तैयारी की जा चुकी है। मतदान करना हर मतदाता का संवैधानिक मौलिक अधिकार है। चुनाव में प्रत्येक मतदाता को मतदान कर लोकतंत्र को मजबूत बनाने में अपनी भागीदारी सुनिश्चित करनी चाहिए।

नौ छात्रों ने जेईई मेन में हासिल किया 99 परसेंटाइल से अधिक का स्कोर

शिक्षा क्षेत्र में हिसार के नाम बड़ी उपलब्धि

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

आकाश एजुकेशनल सर्विसेज लिमिटेड ने संयुक्त प्रवेश परीक्षा (जेईई) मेन 2025 (सेशन 1) में एक शानदार उपलब्धि हासिल की है। हिसार के 9 होनहार छात्रों ने पहले सत्र की परीक्षा में 99 परसेंटाइल से अधिक स्कोर किया है। शीर्ष प्रदर्शन करने वालों में लक्षित ने 99.95 परसेंटाइल,अभिसार ने 99.90,हिमेश सोनी ने 99.80, हर्ष ने 99.69, गोरिश गर्ग ने 99.63, नैनीश ने 99.52,मुस्कान ने 99.49,गर्वित ने 99.26 और मितुल गर्ग ने 99.10 परसेंटाइल प्राप्त किए हैं। इन परिणामों ने भारत की सबसे चुनौतीपूर्ण परीक्षाओं में से एक में छात्रों की मेहनत और शैक्षणिक उत्कृष्टता को दर्शाया है। आकाश एजुकेशनल सर्विसेज लिमिटेड के मुख्य अकादमिक एवं बिजनेस हेड, अमित सिंह राठौर ने शानदार प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को बधाई देते हुए बताया कि नेशनल टेस्टिंग एजेंसी ने 11 फरवरी को परिणाम घोषित किए, जो इस वर्ष की दो निर्धारित जेईई परीक्षाओं की शुरुआत का प्रतीक है। इनमें से अधिकांश छात्र आकाश के कक्षा कार्यक्रम में नामांकित थे, जिसका उद्देश्य प्रतिष्ठित आईआईटी-जेईई को क्रैक करना है, जिसे वैश्विक स्तर पर सबसे कठिन प्रवेश परीक्षाओं में से एक माना जाता है। जेईई (मेन) परीक्षा दो सत्रों में आयोजित की जाती है, जिससे छात्रों को अपने स्कोर में सुधार के लिए कई अवसर मिलते हैं। जहां जेईई एडवांस्ड विशेष रूप से प्रतिष्ठित भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थानों में प्रवेश की सुविधा प्रदान करता है

हिसार। शानदार प्रदर्शन करने पर सम्मान प्राप्त करते विद्यार्थी।

होली चाइल्ड स्कूल की कल्पना ने माउंट गिरनार प्रतियोगिता में किया उत्कृष्ट प्रदर्शन

हिसार। गुजरात राज्य की ओर से आयोजित 17वीं ऑल इंडिया माउंट गिरनार असेंडिंग- डिसेंडिंग प्रतियोगिता 2025 में होली चाइल्ड सीनियर सेकेंडरी स्कूल की छात्रा कल्पना ने शानदार प्रदर्शन कर विद्यालय एवं क्षेत्र का नाम रोशन किया। प्रतियोगिता में देशभर के प्रतिभागी शामिल हुए, जिसमें कल्पना ने जूनियर वर्ग में छठा स्थान प्राप्त कर अपनी कड़ी मेहनत और दृढ़ संकल्प का परिचय दिया। विद्यालय पहुंचने पर कल्पना का भव्य स्वागत किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के प्रबंध निदेशक आरएस सिंधु ने कल्पना को हार्दिक बधाई दी। प्रधानाचार्या अनीता पन्नू दलाल ने अपनी खुशी व्यक्त करते हुए कहा कि विद्यालय को कल्पना पर नाज है। विद्यालय के खेल प्रशिक्षक रामनिवास श्योकंद ने जानकारी दी।

आर्यन के जेईई मेन में 99.71 फीसद अंक

हिसार। श्री चैतन्य इंस्टीट्यूट ने पहले ही वर्ष में जेईई मेन परीक्षा में अपनी योग्यता साबित कर दी है, जिसमें आर्यन ने जेईई मेन 2025 (सत्र 1) में 99.71 फीसद अंक प्राप्त किए हैं। इसके अतिरिक्त, हिसार परिसर से, 4 छात्रों ने 99 फीसद से अधिक अंक प्राप्त किए हैं। जेईई मेन 2025 के बहुप्रतीक्षित परिणाम ने जेईई एडवांस्ड, 2025 के लिए एक मजबूत नींव रखी है। श्री चैतन्य के शैक्षणिक प्रमुख अविनाश त्यागी ने कहा आर्यन श्री चैतन्य हिसार में एक साल के नियमित कक्षा के छात्र आर्यन ने जेईई मेन 2025 में प्रभावशाली 99.71 फीसद अंक हासिल किए हैं। आर्यन के माता-पिता को उस पर बेहद गर्व है। इंस्टीट्यूट के गौरव बेनीवाल ने 99.58, अमनदीप ने 99.31, तथा अविनाश ने 99.04 फीसद अंक हासिल किए हैं।

हिसार। एचएयू में कार्यक्रम को सम्बोधित करते संतोष कुमारी।

महिला सशक्तीकरण की प्रबल पक्षधर थी अहिल्याबाई : संतोष

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के सामुदायिक विज्ञान महाविद्यालय में पंचनद शोध संस्थान-अध्ययन केंद्र हिसार के सयुक्त तत्वाधान में 'महारानी अहिल्याबाई होलकर- महिला सशक्तिकरण का जीवंत उदाहरण' विषय पर एक गोष्ठी का आयोजन किया गया। कैपस स्कूल की निदेशिका संतोष कुमारी ने गोष्ठी की अध्यक्षता की जबकि राजकीय महाविद्यालय हिसार से सेवानिवृत्त प्रो. मुदिता वर्मा प्रस्तोता के तौर पर उपस्थित रहीं। कॉलेज की अधिष्ठाता डॉ. बीना यादव ने गोष्ठी में स्वागताध्यक्ष रही। कैंपस स्कूल की निदेशका संतोष कुमारी ने बुधवार को हुई इस गोष्ठी में बताया कि महारानी अहिल्याबाई मालवा प्रांत की महारानी थी। उनकी कार्य प्रणाली बहुत ही सुगम एवं सरल थी। अहिल्याबाई होलकर एक कुशल शासक होने के साथ-साथ महिला सशक्तिकरण की प्रबल पक्षधर थी। समाज की सेवा के लिए अपना सर्वस्व समर्पित कर दिया। उनका नाम समूचे भारत वर्ष में बहुत ही सम्मान के साथ लिया जाता है। प्रो. मुदिता वर्मा ने अपने संबोधन में कहा कि महारानी अहिल्याबाई होल्कर ने महिला सशक्तिकरण एवं जन कल्याण के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य किए। इस मौके पर राज्य सूचना आयुक्त एवं पंचनद शोध संस्थान के अध्यक्ष डॉ. जगबीर सिंह, पंचनद शोध संस्थान के संरक्षक ज्ञानचंद बंसल मौजूद रहे।

मनुष्य को सत्कर्म से होती है मोक्ष की प्राप्ति : पुरुषोत्तम जोशी

हांसी। मुख्य यजमान विजय अग्रवाल को स्मृति चिह्न भेंट करते हुए ट्रस्ट के सचिव प्रवीण बंसल, प्रबंधक रतन कुमार शर्मा व अन्य

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

चौपटा बाजार स्थित विष्णु भगवान मन्दिर ट्रस्ट द्वारा बुधवार को पूर्णिमा के अवसर पर मंदिर प्रांगण में श्री सत्यनारायण भगवान की कथा एवं भंडारे का आयोजन किया गया। कथा में विजय अग्रवाल व उनकी पत्नी रूपा अग्रवाल मुख्य यजमान बने। पुजारी एवं कथा वाचक पंडित पुरुषोत्तम जोशी ने पूर्ण विधि विधान से पूजा करवाई श्री सत्यनारायण भगवान की कथा करते हुए कहा कि माघ पूर्णिमा हिंदू धर्म में विशेष महत्व रखती है। इस दिन गंगा स्नान, व्रत, दान और सत्यनारायण भगवान की पूजा का विशेष पुण्य बताया गया है। यही कारण है कि आज करोड़ों श्रद्धालु महाकुंभ में पवित्र स्नान का पुण्य कमाने पहुंच चुके हैं। यह दिन भगवान विष्णु को समर्पित होता है और इस अवसर पर किए गए सत्कर्म मोक्ष प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

पिस्तोल के बल पर शराब से भरी आयशर गाड़ी छीनने के मामले में तीन गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

अर्बन एस्टेट थाना पुलिस ने पिछले माह 20 जनवरी की रात को मोटरसाइकिल सवार तीन युवकों द्वारा शराब से भरी आयशर गाड़ी छीनने के मामले में तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। इनमें सूर्यनगर निवासी रोहित उर्फ गिन्नी, साहिल उर्फ लिंदू और न्यू मॉडल टाउन निवासी परमदीप शामिल है। पुलिस प्रवक्ता ने बुधवार को बताया कि इस संबंध में थाना अर्बन एस्टेट में 20-21 जनवरी की रात में तीन युवकों द्वारा पिस्तोल के बल पर एक शराब से भरी आयशर गाड़ी छीने जाने के बारे सूचना मिली प्राप्त हुई थी। इसमें शिकायतकर्ता कलिंगा भिवानी निवासी संदीप कुमार ने बताया कि 20-21 जनवरी की रात आयशर गाड़ी में करनाल के कुटेल से शराब भरकर हिसार इंडस्ट्रीज एरिया स्थित गोदाम में खाली करने के लिए लाया था और आधी रात के बाद उसे गोदाम नहीं मिला। उसने मोटरसाइकिल सवार तीन युवकों से गोदाम का पता पूछा तो उन्होंने देसी कट्टा दिखा मोबाइल फोन, पांच हजार नकदी और शराब से भरी आयशर गाड़ी छीन कर भाग गए।

हिसार। शराब से भरी गाड़ी छीनने के तीनों आरोपी पुलिस गिरफ्त में।

सूचना मिलते ही अर्बन एस्टेट थाना पुलिस टीम से एएसआई विरेंद्र और मुख्य सिपाही राजसिंह ने पीछा करते हुए छीनी गई शराब की गाड़ी को दो घंटे के अंदर ही हिसार के सेक्टर 27-28 क्षेत्र से बरामद कर लिया था। पुलिस को पीछे देख आरोपी अंधेरे का फायदा उठाकर गाड़ी छोड़ भाग गए। पुलिस ने मामले में छानबीन करते हुए उपरोक्त तीनों आरोपियों रोहित उर्फ गिन्नी, साहिल उर्फ लिंदू और परमदीप को गिरफ्तार किया है। पुलिस छीनी गई शराब से भरी गाड़ी और वारदात में प्रयुक्त स्कूटी पहले ही बरामद कर चुकी है।

एडवोकेट के साथ धोखाधड़ी मामले में 17वां आरोपी काबू

हांसी। साइबर क्राइम थाना पुलिस ने वकील कालोनी निवासी एडवोकेट राजकुमार वत्स के साथ 1 करोड़ 33 लाख 50 हजार रुपये की धोखाधड़ी मामले में 17वीं महिला आरोपी दिल्ली के उत्तम नगर कॉलोनी निवासी पलक को गिरफ्तार किया है। प्रवक्ता के अनुसार एडवोकेट राजकुमार वत्स के साथ हुई 1 करोड़ 33 लाख 50 हजार रुपये की धोखाधड़ी मामले में संलिप्त आरोपिया ने कमीशन लेकर अपने बैक खातों में रुपये डलवाए थे। साइबर थाना क्राइम पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपिया को गिरफ्तार न्यायालय में पेश करके न्यायालय के आदेशानुसार 2 दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। रिमांड के दौरान आरोपिया से गहनता से पूछताछ की जाएगी।

जांभाणी कथा के अंतिम दिन 60 लोगों ने किया रक्तदान

मंडी आदमपुर। गांव आदमपुर के पश्चिम पाना स्थित श्री गुरु जंभेश्वर मंदिर में चल रही साप्ताहिक जाम्भाणी हरि कथा के अंतिम दिन रक्तदान शिविर लगाया गया जिसमें 60 श्रद्धालुओं ने रक्तदान किया। मंदिर कमेटी के प्रधान कैलाश ज्याणी ने बताया कि संत डॉ. गोवर्धन राम आचार्य के सानिध्य में आयोजित इस रक्तदान शिविर में रेडक्रॉस हिसार के निर्देश पर अग्रोहा मेडिकल की टीम डॉ. रिचा जैन के नेतृत्व में रक्त संग्रहण के लिए पहुंची। शिविर में कलावती व छोटू राम बेनीवाल तथा मधुबाला व एडवोकेट चंद्र सहारण ने दंपति के रूप में रक्तदान किया। रक्तदाताओं को प्रमाण पत्र व आए हुए मेहमानों को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर सचिव कृष्ण बेनीवाल, पटेल गोदारा, सूबेदार नंदराम सिंवर, राम सिंह गोदारा, रामचंद्र ज्याणी, रोहतास बेनीवाल, सरपंच कपिल खीचड़, वीर सिंह राहड़, सुभाष ज्याणी, नरषोत्तम मेजर आदि उपस्थित थे।

लापता युवती का सुराग न लगना पुलिस की नाकामी

हिसार। विश्व हिंदू महासंघ के राष्ट्रीय सचिव एवं हरियाणा प्रभारी हरीश वर्मा ने पुलिस प्रशासन द्वारा पिछले तीन माह से लापता गीता कॉलोनी आजाद नगर निवासी युवती हर्षिता का पता नहीं लगाने पर पुलिस प्रशासन की कार्यप्रणाली पर सवाल खड़े किए हैं। यह पुलिस प्रशासन का बड़ी नाकामी है कि तीन माह से प्रशासन युवती का कोई सुराग नहीं लगा पाया है। हरीश वर्मा ने बुधवार को कहा कि युवती के पिता सुनील सोनी व परिवार परेशान हैं,लेकिन पुलिस प्रशासन युवती का कुछ भी पता नहीं लगा पाया है। घर से बेटी के गुमशुदा हो जाने पर परिजनों पर क्या बीतती है।

तीसरी बार जेसीआई स्टार के प्रधान बने राजेश बंसल

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

जेसीआई हांसी स्टार के सदस्यों की बैठक मंगलवार शाम को आईपीपी विजय गोयल की अध्यक्षता में श्री वैश्य पंचायती धर्मशाला हांसी में हुई। बैठक में वर्ष 2025 के लिए प्रधान का चुनाव करवाया गया जिसमें सर्वसम्मति से राजेश बंसल को पुनः संस्था का अध्यक्ष चुना गया और राजेश बंसल को वर्ष 2025 की कार्यकारिणी का गठन करने का भी अधिकार दिया गया। सभी सदस्यों ने राजेश बंसल को बधाई दी। प्रधान राजेश बंसल ने सभी सदस्यों का आभार व्यक्त करते हुए विश्वास दिलाया कि वे भविष्य में भी पूर्व की भांति संस्था के विकास के लिए कार्य करते रहेंगे। इस अवसर पर जेसीआई हांसी स्टार के सभी पदाधिकारी व सदस्य उपस्थित थे।

हांसी। नवनियुक्त जेसीआई हांसी स्टार के प्रधान राजेश बंसल का फूल मालाएं पहनाकर स्वागत करते जेसीआई सदस्य

तकनीकी कौशल में सुधार से मिलेंगे रोजगार के अच्छे अवसर : कैप्टन

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

हरियाणा सरकार के कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग और जैक्वार फाउंडेशन के बीच राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान हिसार में उन्नत प्लंबिंग लैब की स्थापना के लिए महत्वपूर्ण समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए। समझौते पर हस्ताक्षर समारोह में विभाग की ओर से निदेशक कैप्टन मनोज कुमार, अतिरिक्त निदेशक राजकुमार, एडी एसडीआईटी मनोज सैनी, जैक्वार फाउंडेशन की ओर से कंवर शमशेर और वीरेंद्र इस अवसर पर मौजूद रहे। समारोह के दौरान कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग, हरियाणा के निदेशक कैप्टन मनोज कुमार ने कहा कि यह उन्नत प्लंबिंग लैब युवाओं को आधुनिक तकनीकों पर आधारित व्यावसायिक प्रशिक्षण प्रदान करने में सहायक सिद्ध होगी।

सूरजकुंड मेले में बिखेरी कलाकारों ने कला

हिसार। कला एवं सांस्कृतिक कार्य विभाग तथा पर्यटन विभाग हरियाणा द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित किए जा रहे अंतरराष्ट्रीय सूरजकुंड शिल्प मेला में हरियाणा कला परिषद हिसार डिवीजन के लोक कलाकारों ने प्राचीन वाद्य यंत्रों पर आधारित रंगारंग कार्यक्रमों की प्रस्तुतियां देकर दर्शकों का मन मोह लिया। कलाकारों ने हरियाणवी लोक वाद्यवृंद,कव्वाली, हिंदी गीतों, डांगरी नृत्य, हरियाणवी लोक नृत्य एवं बीन पार्टी द्वारा मनमोहक प्रस्तुतियां के माध्यम से प्राचीन संस्कृति से जुड़ी लोक कलाओं का एक मंच पर प्रदर्शन करके दर्शकों की खूब वाही- वाही लूटी। सांस्कृतिक कार्यक्रमों में डॉ रविंद्र नागर के ग्रुप द्वारा हरियाणवी लोक वाद्यवृंद रचनाओं की प्रस्तुतियां दी गई।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9653530207, 8814999173, 9253681005