हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, गुरुवार, 20 फरवरी, 2025

9 फर्जी ट्रेवलिंग एजेंसी से सावधान रहने की सलाह

10 भाषण में दीपिका, रंगोली में खुशी रही अव्वल

खबर संक्षेप

झज्जर। हर घर-हर गृहिणी योजना के तहत रजिस्ट्रेशन करते हुए विभागीय टीम।

हर घर-हर गृहिणी योजना पंजीकरण में झज्जर प्रदेशभर में अग्रणी

झज्जर। डीसी प्रदीप दहिया ने बताया कि सरकार की सोच के अनुरूप हर घर-हर गृहिणी योजना का लाभ हर पात्र व्यक्ति तक पहुंचाने के उद्देश्य से योजना के लाभार्थियों के पंजीकरण को लेकर जिलाभर में विशेष कैंप लगाए जा रहे हैं। जिलाभर में अभी तक 85 हजार 621 पात्र परिवारों का पंजीकरण हो चुका है। बाकि पात्र परिवारों को भी पंजीकरण के लिए जागरूक किया जा रहा है। विभागीय अधिकारी स्वयं फील्ड में आयोजित हो रहे रजिस्ट्रेशन कैंपों का निरीक्षण कर रहे हैं।

गांव दुल्हेड़ा में खेत से मोटर चुराई

बहादुरगढ़। ग्रामीण क्षेत्र में मोटर चोरी की वारदात बढ़ रही हैं। अब गांव दुल्हेड़ा में एक किसान के खेत से पानी की मोटर चोरी हुई है। दुल्हेड़ा निवासी वेद प्रकाश के खेत में यह वारदात हुई है। उसने पुलिस को शिकायत दे दी है। बादली थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

अवैध हथियार सहित एक गिरफ्तार

बहादुरगढ़। स्थानीय पुलिस ने अवैध हथियार सहित एक युवक का गिरफ्तार किया है। आरोपी के खिलाफ सदर थाने में केस दर्ज किया गया है। दरअसल, पुलिस का सूचना मिली थी कि गांव सोलधा में सिद्दीपुर रोड पर एक युवक हथियार लेकर घूम रहा है। इस सूचना पर टीम वहां गई और आरोपी को काबू किया। उसकी पहचान इशांत के रूप में हुई। सोलधा का रहने वाला है। तलाशी लेने पर उसके पास अवैध पिस्तौल व एक कारतूस बरामद हुआ। आरोपी को हिरासत में ले लिया गया। उससे पूछताछ की जा रही है।

वाटिका के बाहर से बाइक चोरी

बहादुरगढ़। गांव डाबोदा में वाटिका के बाहर से बाइक चोरी हो गई। वाहन मालिक ने पुलिस को शिकायत दे दी है। डाबोदा के निवासी राहुल का कहना है कि वह गांव में स्थित एक वाटिका में आयोजित शादी समारोह में गया था। गेट के पास बाइक खड़ी की थी। कुछ देर बाद बाहर आया तो बाइक नहीं मिली। अपने स्तर पर जांच की लेकिन कुछ पता नहीं चला। उधर, सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

ग्रामीण विकास की धुरी है म्हारा गांव-जगमग गांव योजना

झज्जर। डीसी प्रदीप दहिया ने कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में निर्बाध बिजली आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए सरकार द्वारा म्हारा गांव-जगमग गांव योजना शुरू कर रखी हैं। जिले के आठ गांवों को छोड़कर बाकि सभी गांवों में ग्रामीण योजना का लाभ ले रहे हैं। शेष बचे आठ गांवों में भी बिजली निगम को कार्य शुरू करने को कहा गया है,जल्द ही इन गांवों में भी कार्य पूरा होते ही बिजली की आपूर्ति 19 से 24 घंटे तक आपूर्ति होगी। उन्होंने कहा कि म्हारा गांव-जगमग गांव योजना ग्रामीण विकास की धुरी है।

प्रदीप दहिया, डीसी झज्जर।

शहरी स्थानीय निकाय ने रोहतक मंडल आयुक्त के माध्यम से मांगी संबंधित रिपोर्ट

बहादुरगढ़ को नगर निगम बनाने के लिए सरकार ने बढ़ाए कदम

रवींद्र राठी ▶▶| बहादुरगढ़

समय की रफ्तार के साथ बढ़ती आबादी के बीच नगर का दायरा भी बढ़ता चला गया। बहादुरगढ़ नगर परिषद को नगर निगम बनाने की मांग पिछले कई वर्षों से होती रही है। आमजन को भी निगम बनने के बाद शहरी क्षेत्र की सूरत बदलने की उम्मीद है। सब्जी मंडी में 3 जनवरी को आए मुख्यमंत्री नायब सैनी के समक्ष भी भाजपा नेताओं ने नगर निगम का दर्जा देने की मांग पुरजोर तरीके से उठाई थी। अब निकाय विभाग ने इसके लिए मंडल आयुक्त के माध्यम से रिपोर्ट मांगी है।

बहादुरगढ़ नगर परिषद की सीमा विस्तार के लिए सर्वे समेत अन्य कवायद चल रही है। अब सरकार ने इसे नगर निगम बनाने की ओर कदम बढ़ा दिए हैं। निकाय विभाग द्वारा भेजा गया पत्र अधिकारियों के पास आ गया है।

बहादुरगढ़ को नगर निगम का दर्जा देना शहरवासियों की सुविधाएं बढने के लिए जहां बेहद महत्वपूर्ण है, वहीं दूसरी ओर इसका सियासी लाभ देखकर भी शासन द्वारा इस ओर कदम बढ़ाया जा रहा है। नप अधिकारियों द्वारा इससे संबंधित रिपोर्ट तैयार की जा रही है। नगर परिषद से नगर निगम बनने में सबसे बड़ी शर्त क्षेत्र की आबादी की है। बहादुरगढ़ नगर परिषद की आबादी अभी करीब तीन लाख है। इसे निगम तभी बनाया जा सकता है, जब आबादी पांच लाख या इससे अधिक हो जाए। नगर परिषद क्षेत्र से सटे गांव सांखोल, कसार, जाखौदा, सराय, नूना माजरा व नया गांव आदि ग्रामीण क्षेत्रों में शहरी क्षेत्र जैसी तब्दीली तो हुई लेकिन अब तक यह क्षेत्र नप क्षेत्र में शामिल नहीं किए जाने से इन क्षेत्रों के हजारों लोगों को नगरीय क्षेत्र की मूलभूत सुविधाओं से वंचित होना पड़ रहा है। बीते कुछ सालों में आउटर इलाके में एचएल सिटी, रॉयल ग्रीन काउंटी, आशा सिटी, केएलजे समेत कई कॉलोनियों का निर्माण हुआ है। यहां रहने वाले हजारों लोगों को सरकारी, गैर सरकारी कार्यालय के कार्यों के निष्पादन के लिए ग्रामीण कार्यालयों में चक्कर काटने पड़ते हैं, इससे परेशानी होती है, इसीलिए लगातार बहादुरगढ़ के नगर परिषद के दायरे को बढ़ाने और इसे नगर निगम का दर्जा देने की मांग की जाती रही है।

मापदंडों का होगा निरीक्षण

अब शहरी स्थानीय निकाय के महानिदेशक ने 11 फरवरी को रोहतक मंडल आयुक्त के कार्यालय से तालमेल कर तथ्यात्मक रिपोर्ट प्रस्ताव व अधिसूचना के हिंदी-अंग्रेजी प्रारूप सहित निदेशालय को भिजवाने के लिए कहा है। इस आदेश की कॉपी जिला नगर आयुक्त व कार्यकारी अधिकारी को भी भेजी गई है। दरअसल, हरियाणा सरकार ने 1 जनवरी 2010 को किसी भी नगर निगम के गठन के लिए दिशा-निर्देश जारी किए थे। इसके अनुसार गठित कमेटी मापदंडों का निरीक्षण करती है।

भाजपा नेताओं ने मुख्यमंत्री नायब सैनी से की थी मांग

भाजपा नेताओं ने सब्जी मंडी में आयोजित सावित्रीवाई फुले जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में सीएम नायब सैनी के समक्ष भी यह मांग उठाई थी। इसके बाद भाजपा नेता दिनेश कौशिक, जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा व नगर परिषद प्रधान सरोज राठी ने जनसंवाद पोर्टल के माध्यम से 7 व 9 जनवरी को इस सिलसिले में प्रतिवेदन दिए थे। इसके बाद निकाय निदेशालय द्वारा 24 जनवरी को पत्र लिखकर विस्तृत रिपोर्ट मांगी गई। हरियाणा नगर पालिका अधिनियम 1973 की धारा 2ए में नगर निगम बनाने के प्रावधान के दृष्टिगत यह सारी कवायद की जा रही है।

निगम बनने पर बढ़ेंगी सुविधाएं बजट में भी इजाफा होगा

बहादुरगढ़ के नगर निगम बनने के बाद शहर में आयुक्त बैठेंगे और शहर की व्यवस्था देखेंगे। विकास कार्यों के लिए बजट में बढ़ोतरी होगी। सिंगल विंडो सिस्टम शुरू हो जाएगा। शहर की सीमा में शामिल होने वाले गांवों में भी विकास तेजी से होगा। स्वास्थ्य और शिक्षा व्यवस्था में भी सुधार होगा।

शहरी क्षेत्र में विकास कार्यों की सूरत बदलने की उम्मीद जगी

रिपोर्ट निदेशालय में भिजवाई जाएगी

वर्तमान में नगर परिषद के तहत 31 वार्डों में बुनियादी सुविधाएं मुहैया करवाई जा रही हैं। निदेशालय द्वारा नगर निगम का दर्जा दिए जाने को लेकर विस्तृत रिपोर्ट मांगी गई है। इसके लिए आवश्यक डाटा के साथ रिपोर्ट तैयार की जाएगी। डीएमसी व मंडल आयुक्त के माध्यम से यह रिपोर्ट निदेशालय में भिजवाई जाएगी।

- संजय रोहिल्ला, कार्यकारी अधिकारी, नगर परिषद बहादुरगढ़

गांव माजरी में बिजली कनेक्शन काटकर लौट रहे कर्मियों पर हमला

गाड़ी से टक्कर मार गिराए, फिर मारपीट

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

गांव माजरी में बिजली कनेक्शन काटने गई टीम पर लोगों ने हमला कर दिया। पहले गाड़ी से टक्कर मारकर स्कूटी सवार कर्मचारियों को गिराया गया। फिर बंधक बनाकर उनके साथ मारपीट की गई। इतना ही नहीं उनसे कनेक्शन काटकर उतारा गया मीटर भी छीनकर वापस लगा दिया गया और मोबाइल भी तोड़ दिए गए। पीड़ित कर्मचारियों की शिकायत पर बादली थाना पुलिस ने केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है।

दरअसल, बिजली निगम की ओर से डिफाल्टर उपभोक्ताओं के खिलाफ पीडीसीओ अभियान चलाया जा रहा है। इसके तहत कनेक्शन काटे जा रहे हैं। इस सिलसिले में अधिकारियों के आदेश पर बादली सब डिवीजन में कार्यरत असिस्टेंट लाइनमैन अमित कुमार और सोनू कुमार माजरी गांव एक मकान पर गए। वहां एक मकान का कनेक्शन काटने के बाद मीटर लेकर अपने सेंटर की ओर चल दिए। दोनों स्कूटी पर सवार थे। आरोप है कि जब वे सरकारी स्कूल के पास पहुंचे तो पीछे से एक गाड़ी आई और उनको रुकवा लिया। गाड़ी से एक महिला व युवक उतरा और हमें मीटर छीनने लगे। जब मीटर देने से इंकार किया तो इसी दौरान तेज गति से एक वैगनआर गाड़ी आई और पीछे से हमारी स्कूटी को टक्कर मार दी। हम दूर जा गिरे और स्कूटी भी पूरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गई।

बंधक बनाकर गोली मारने की धमकी देने का भी आरोप

फोन भी तोड़ा

स्कूटी गिरने के बाद गाड़ी से दो व्यक्ति बाहर आए और हमारे साथ मारपीट शुरू कर दी। पेचकस से हमला करने की कोशिश की। हमारा एक फोन तोड़ दिया और दूसरा छीन लिया। वे लोग पीडीसीओ किया गया मीटर छीनकर ले गए और वापस लगा लिया। इसके बाद जान से मारने की नीयत से बंधक बनाकर हमें ईसापुर रोड स्थित जंगल में ले गए। वहां गोली मारने की धमकी दी। जैसे तैसे हम अपनी जान बचाकर वहां से निकले। फिर अपने अधिकारियों को मामले से अवगत कराया। इस संबंध में बादली थाना पुलिस ने सरकारी ड्यूटी में बाधा डालने, मारपीट करने, बंधक बनाकर जान से मारने की कोशिश करने, मोबाइल तोड़ने सहित अन्य आरोपों के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कर चुके हैं 30 से 40 लाख रुपये की साइबर ठगी

नौकरी के नाम पर साइबर फ्रॉड करने मामले में सात आरोपी गिरफ्तार, आठ फोन बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

जिला पुलिस की एक टीम द्वारा नौकरी के नाम पर लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने वाले गिरोह का भंडाफोड़ करते हुए मात्र तीन दिनों में सात आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। आरोपियों के कब्जे से आठ मोबाइल फोन बरामद किए गए है। पुलिस ने जांच के दौरान पाया कि आरोपी 15 से 20 व्यक्तियों के साथ साइबर फ्रॉड करके 30 से 40 लाख रुपये की साइबर ठगी कर चुके हैं। साइबर थाना प्रभारी अजय कुमार ने बताया कि बहादुरगढ़ निवासी एक युवक ने नौकरी के नाम पर ठगी की शिकायत पुलिस को दी थी। जिस पर कार्रवाई करते हुए मामला दर्ज किया गया था। पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि 10 फरवरी 2025 को उसने अपने मोबाइल फोन पर फेसबुक के माध्यम से नौकरी के लिए एक साइट से मोबाइल नंबर प्राप्त किया। इसके बाद शिकायतकर्ता युवक से साइबर फ्रॉड करने वाले व्यक्ति ने संपर्क किया और उसे शिप ज्वाइन करने को कहा। ठगी करने वालों ने कंपनी में शिप ज्वाइन करने,फ्लाइट टिकट चार्ज बताकर अलग-अलग तरीकों से अलग-अलग खाते में ढाई लाख के करीब पैसे डलवाए। पैसा ट्रांसफर होते ही व्हाट्सएप के माध्यम से दो फ्लाइट टिकट भेजी। 15 फरवरी 2025 को जब वह टिकट लेकर अपने दोस्त के साथ इस्तांबुल जाने के लिए एयरपोर्ट दिल्ली पहुंचा तो पाया कि भेजी गई फ्लाइट टिकट फेक हैं। जिस पर पुलिस टीम द्वारा पकड़ा गया।

बड़ा वोट बैंक

पकड़े गए आरोपियों की पहचान हेमंत निवासी दिल्ली, नितेश निवासी समसपुर जिला झुंझनू राजस्थान, रोहित निवासी सुलाना झुंझनू राजस्थान, राहुल निवासी सातड़ा जिला चुरू राजस्थान, प्रिंस निवासी पथरी घाट जिला पश्चिम चंपारन बिहार, जिसानवसी निवासी पकौली नारायण बिहार हाल दिल्ली, समीर सिद्की निवासी मोहसिहाता बिहार हॉल दिल्ली के तौर पर की गई है। पकड़े गए आरोपियों के अदालत में पेश किया गया। जहां से दो आरोपियों जिसानवसी और समीर सिद्की को पूछताछ के लिए दो दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया। जबकि बाकी सभी आरोपियों को अदालत के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है।

लाइनपार में रास्ता रोककर डंडे से हमला

बहादुरगढ़। लाइनपार में एक व्यक्ति पर रास्ता रोककर डंडों से हमला कर दिया गया। इस हमले में उसे काफी चोट आई। हमले की वजह स्पष्ट नहीं है। घायल ने अपने पड़ोसी पर मारपीट करने और धमकी देने का आरोप लगाया है। लाइनपार पुलिस ने केस दर्ज कर्ज शुरू कर दी है। वारदात न्यू पटेल पार्क के निवासी रामप्रकाश के साथ हुई है। रामप्रकाश का कहना है कि वह डिग्गी वाले रोड से अपने घर की तरफ जा रहा था। जब अपने मकान के पास पहुंचा तो पड़ोसी शख्स ने रास्ता रोक लिया। पुरानी रंजिश की वजह से गाली गलौज करने लगा। जब विरोध किया तो उसने डंडे से मेरे सिर पर वार किया। हमले में मेरा सिर फट गया। पड़ोसियों ने बीच बचाव कर मुझे छुड़वाया। इसी दौरान आरोपी हमलावर धमकी देकर वहां से भाग गया। इसके बाद मुझे अस्पताल में भर्ती कराया गया। उधर, सूचना पाकर पुलिस अस्पताल में पहुंची और घायल के बयान लिए।

ईओ और चेयरपर्सन ने समाप्त कराया पार्षद मोहित का अनशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

विकास कार्यों में अनदेखी का आरोप लगाते हुए आमरण अनशन पर बैठे पार्षद मोहित राठी को तीसरे दिन बुधवार को जूस पिलाकर चेयरपर्सन व ईओ ने अनशन समाप्त करवाया। चेयरपर्सन ने आश्वासन दिलाया कि सभी वार्डों में समान रूप से विकास करवाना उनकी प्राथमिकता है। वार्ड 13 में भी समान रूप से विकास कार्य कराए जाएंगे। बुधवार को नगर परिषद में पहुंची चेयरपर्सन सरोज राठी ने गेट पर आमरण अनशन कर रहे पार्षद मोहित राठी से बात की। उन्हें विश्वास दिलाया कि वार्ड 13 समेत किसी भी वार्ड में विकास कार्यों को लेकर कोई अनदेखी नहीं की जा रही, बल्कि बजट की कमी की वजह से काम शुरू नहीं हो पा रहे। नगर परिषद के पास अभी बजट नहीं है। आगामी बजट में वार्ड 13 के सभी विकास कार्य करवाए जाएंगे। चेयरपर्सन सरोज राठी के आश्वासन के बाद मोहित राठी भी अनशन समाप्त करने को रजामंद हो गए। ईओ संजय रोहिल्ला व चेयरपर्सन सरोज राठी ने जूस पिलाकर मोहित का अनशन खत्म करवाया। दोनों ने आश्वस्त किया कि वार्ड 13 में विकास कार्य करवाए जाएंगे और सभी समस्याओं का जल्द समाधान कर दिया जाएगा। इस अवसर पर भूपेंद्र राठी, संदीप दहिया, बिजेंद्र दलाल, कुलदीप राठी, सचिन दलाल, रमन यादव, पालेराम शर्मा, अशोक शर्मा, विनोद जांगड़ा, बलराम दलाल, योगेश धनखड़, संदीप अहलावत, राजेश तंवर व रामनिवास सैनी आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। जूस पिलाकर मोहित राठी का अनशन समाप्त करवाते ईओ व चेयरपर्सन।

बेरी नपा चुनाव | 9 उम्मीदवारों ने पार्षद और 5 ने चेयरमैन पद से वापस लिए नामांकन

40 प्रत्याशी पार्षद पद और पांच उम्मीदवार चेयरमैन बनने के लिए चुनाव मैदान में

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

बुधवार को नगर पालिका बेरी चुनाव के लिए नामाकंन वापसी के साथ ही प्रत्याशियों को चुनाव चिन्ह आवंटित करने की प्रक्रिया संपन्न हो गई। रिटर्निंग अधिकारी एवं एसडीएम रेणुका नांदल ने कहा कि नगर पालिका चुनाव के तहत नामांकन पत्र वापिस लेने की निर्धारित तिथि के बाद 40 प्रत्याशी पार्षद पद के लिए तथा 5 प्रत्याशी चेयरमैन पद के लिए मैदान में रह गए हैं। उन्होंने बताया कि वार्ड नंबर 3 से ज्योति पुत्री राजसिंह, वार्ड नंबर 5 से संतोष पत्नी जितेंद्र, वार्ड नंबर 6 से आशीष कादियान पुत्र सतबीर व अजय पुत्र राजबीर सिंह, वार्ड नंबर 8 से धर्मवीर पुत्र सतबीर, वार्ड नंबर 9 से राजबाला पत्नी जय भगवान, वार्ड नंबर 11 से ममता देवी पत्नी हवासिंह, वार्ड नंबर 13 से दीपांशु पुत्र बलराज, वार्ड नंबर 14 से रितु पत्नी मनीष ने पार्षद पद से अपना नामांकन वापिस लिया है। इसी प्रकार जिंदल पत्नी देवेंद्र, रवि पुत्र सज्जन सिंह, पिनाक पुत्र कुलदीप सिंह, मनीष कुमार पुत्र गोविंद राम व अत्तर सिंह पुत्र रामचंद्र ने चेयरमैन पद से अपना नामांकन पत्र वापिस ले लिया है। उन्होंने बताया कि राज्य चुनाव आयोग के निर्देशानुसार नामांकन पत्र वापसी प्रक्रिया के बाद प्रत्याशियों को चुनाव चिह्न आवंटित किए गए।

झज्जर। नगर पालिका बेरी के भवन का फाइल फोटो।

आज साफ होगी बार चुनाव की तस्वीर

पूर्व प्रधान देवेंद्र लाठर ने प्रधान पद के लिए भरा नामांकन

बहादुरगढ़। बार एसोसिएशन के चुनाव प्रकिया पेचिदा स्थिति में पहुंच गई है। बुधवार को विक्रम छिल्लर को प्रोविजनल सदस्यता दे दी गई। हालांकि उन्हें डीबार करने के मामले में वीरवार 20 फरवरी को हाईकोर्ट में सुनवाई होगी। बुधवार को पूर्व प्रधान देवेंद्र लाठर ने प्रधान पद के लिए नामांकन दाखिल किया। वीरवार को नामांकन का आखिरी दिन है। निर्वाचन अधिकारी सुरेंद्र लोहचब द्वारा जारी चुनाव शेड्यूल के अनुसार 19 व 20 फरवरी को नामांकन होगा। जबकि 21 फरवरी को नामांकन पत्रों की जांच 11 बजे तक होगी और नामांकन वापसी 3 बजे तक होगी। प्रत्याशियों को प्रचार के लिए इस बार महज 6 दिन ही मिलेंगे। फिर 28 फरवरी को सुबह 8 बजे से साढ़े 4 बजे तक मतदान होगा। बुधवार को पूर्व प्रधान देवेंद्र लाठर ने प्रधान पद के लिए नामांकन फार्म भरा। उनके साथ मौजूद सीनियर वकीलों ने हर संभव समर्थन का भरोसा दिलाया। नामांकन के दौरान अधिवक्ता जोगेंद्र छिल्लर, राकेश वत्स, कुलदीप सैनी, धर्मवीर, संजय गुलिया, प्रताप सिंह, नीरज सैनी, योगेंद्र सांगवान, संदीप कौशिक, दीपक दलाल, संदीप मलिक, मनीष राठी, दीपक सिंहरोहा, रेणुका, मुक्ता राठी, ज्योति, मनदीप, स्वतंत्र धाकरे, विनय छिल्लर, रविंद्र अहलावत, वसंत छिल्लर व कार्तिक खंडेलवाल आदि मौजूद रहे।

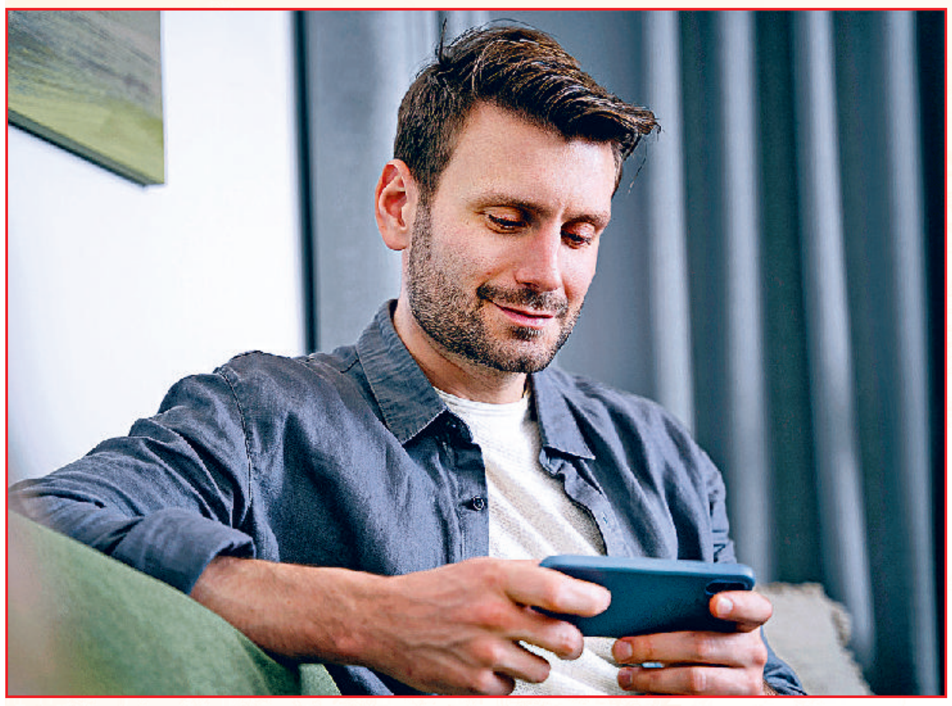
शहर में जगह-जगह खुले पड़े हैं निकासी नाले

स्टेडियम के गेट पर खुले नाले से हादसे का डर, ढकने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

शहर में जगह-जगह निकासी नाले खुले हैं। बादली रोड स्थित डॉ. भीमराव अंबेडकर स्टेडियम के बाहर के बाहर भी ये हालात हैं। नाला खुला होने की वजह से यहां हादसा होने की आशंका है। लोगों ने नाले को ढकवाने की मांग उठाई है। जानकारी के अनुसार, काफी समय पहले सीवर से कनेक्ट करने के लिए यह नाला बनाया गया था। लेकिन इसका इस्तेमाल नहीं हो सका और फिलहाल ये चालू हालत में नहीं है। इसमें मलबा भरा हुआ है। ढक्कन तक टूटे हुए हैं। अरुण गुलयानी, प्रदीप गर्ग, नरेश कुमार, अनुज आदि का कहना है कि इस रोड से चौबीसों घंटे वाहन गुजरते हैं। आसपास रिहायशी कॉलोनियां हैं। ठीक स्टेडियम के गेट के बाहर यह नाला खुला है। एक तरह से बड़ा गड्ढा बना हुआ है। सुबह, रात के वक्त स्टेडियम में काफी लोग टहलने आते हैं। ऐसे में यह गड्ढा/खुला नाला किसी बड़े हादसे का कारण बन सकता है। बहादुरगढ़ में पहले भी खुले नालों की वजह से दुर्घटनाएं होती रहीं हैं। इस संबंध में शिकायत दी गई है लेकिन कोई हल नहीं निकला। अधिकारी इस तरफ ध्यान दें। यदि नाले में कोई खामी है तो इसे दूर कर ढकवाया जाए ताकि हादसे की आशंका खत्म हो।

बहादुरगढ़। स्टेडियम के बाहर खुला नाला दिखाते अरुण।



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

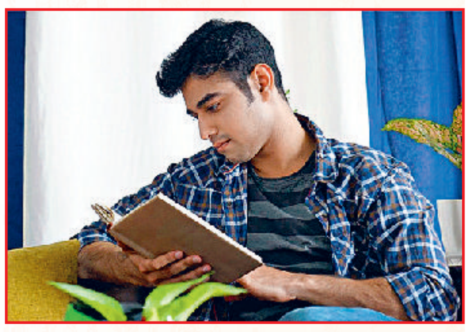
सोशल मीडिया पर एक्टिव रहने और रील्स देखने की लत के कारण अधिकतर लोग देर रात तक जागते हैं, जिससे उनकी नींद पूरी नहीं होती। इससे उनमें चिड़चिड़ापन, थकान और आंखों में जलन जैसी समस्याएं भी होती हैं। नींद की कमी के कारण स्मरण शक्ति भी कमजोर पड़ने लगती है। पाचन संबंधी समस्याएं भी परेशान करती हैं।
बचाव के उपायः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

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान छात्राओं को संबोधित करते हुए संस्था सदस्य मनोज कुमार। फोटो :हरिभूमि

महावारी स्वच्छता एवं प्रबंधन की दी जानकारी

झज्जर। बुधवार को क्षेत्र के गांव भूरावास स्थित राजकीय मॉडल संस्कृति विद्यालय में छात्राओं को महावारी स्वच्छता एवं प्रबंधन विषय पर जागरुक किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, एमडीडी ऑफ इंडिया, स्वास्थ्य विभाग व शिक्षा विभाग द्वारा स्वास्थ्य सखी कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को जागरुक करते हुए आशा वर्कर कविता व पिंकी ने माहवारी के दौरान शरीर की साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने माहवारी के दिनों में प्रयोग किए हुए सैनेटरी पैड के निस्तारण बारे भी जानकारी दी। इसके अलावा यूनिटी स्कूल व सर्वोदय हाई स्कूल साल्हावास में बाल विवाह मुक्त भारत बनाने को लेकर आयोजित कार्यक्रम में एमडीडी ऑफ इंडिया से जिला समन्वयक मनोज कुमार ने विद्यार्थियों को बाल विवाह निषेध अधिनियम बारे जानकारी दी। कार्यक्रमों के दौरान प्राचार्य सम्मत सिंह, प्रदीप, संगीता, नीलम, मीना, पवन, इंदुबाला, अजीत, विवेक, सुनीता, हिमांशु, प्रमिला सहित अन्य भी मौजूद रहे।

घर से ड्यूटी के लिए निकला सेना का जवान लापता

बावल। बावल क्षेत्र के गांव प्राणपुरा से ड्यूटी के लिए निकला सेना का जवान संदिग्ध परिस्थितियों में लापता हो गया। गांव प्राणपुरा निवासी रणबीर सिंह ने बावल थाना पुलिस को बताया कि उसका 30 वर्षीय बेटा सोनू भारतीय सेना में पंजाब में तैनात है। एक फरवरी को सोनू छुट्टी पर गांव प्राणपुरा आया हुआ था। छुट्टी बिताने के बाद वह 16 फरवरी को दोपहर 12 बजे करीब घर से ड्यूटी के लिए चला गया था। 18 फरवरी को सोनू की यूनिट के अधिकारी का फोन आया कि सोनू अभी तक ड्यूटी पर नहीं पहुंचा है। सोनू का मोबाइल फोन भी बंद आ रहा है। पुलिस ने गुमशुदगी का केस दर्ज कर लिया है।

मंगलेश्वर से मानसिक रूप से बीमार युवक लापता

बावल। जिले के गांव से एक युवक लापता हो गया। गांव मंगलेश्वर निवासी युवक के चाचा ओमबीर ने बावल थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसका 24 वर्षीय भतीजा रोहित 17 फरवरी को सुबह करीब 9 बजे सुबह घर से बिना बताए कहीं चला गया है। रोहित की मानसिक स्थिति भी ठीक नहीं है। गांव व रिश्तेदारी में काफी तलाश करने पर भी उसका कोई पता नहीं चल पाया है। पुलिस ने गुमशुदगी का केस दर्ज कर लिया है।

रिटायर्ड फौजी के मकान से दिन-दहाड़े लाखों की चोरी

रेवाड़ी। शहर के महावीर नगर स्थित रिटायर्ड फौजी के मकान से चोर दिन-दहाड़े नकदी व गहने चोरी कर ले गए। सुरेश कुमार ने मॉडल टाउन थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह इंडियन नेवी से रिटायर्ड है तथा घर पर उसकी पत्नी संतोष व दामाद मनदीप तंवर रहते है। वह गुरुग्राम प्राइवेट अस्पताल से दवाई लेने के लिए गए था तथा उसकी पत्नी संतोष सीएचसी मीरपुर ड्यूटी पर गई हुई थी। उसका दामाद मनदीप तंवर भी हुंडई शोरूम पर ड्यूटी पर गया हुआ था। मकान पर ताला लगा हुआ था।

डीसीपी मयंक मिश्रा ने सराय औरंगाबाद व सांखोल का किया दौरा

युवाओं को फर्जी ट्रेवलिंग एजेंसी से सावधान रहने की सलाह

बहादुरगढ़। सांखोल में युवाओं को जागरूक करते डीसीपी मयंक मिश्रा फोटो :हरिभूमि

कार्यक्रम के दौरान उपस्थित कर्मचारियों को जागरूक करते हुए एसीपी दिनेश कुमार।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

ग्रामीण भ्रमण कार्यक्रम के तहत बहादुरगढ़ के पुलिस उपायुक्त मयंक मिश्रा बुधवार को सराय औरंगाबाद और सांखोल में पहुंचे। यहां आयोजित कार्यक्रमों में उन्होंने ग्रामीणों को नशे, साइबर क्राइम, यातायात नियम, महिला विरुद्ध अपराध आदि के प्रति जागरूक किया। साथ ही युवाओं को फर्जी ट्रेवलिंग एजेंसी और एजेंट्स से सावधान रहने की भी सलाह दी। आईपीएस मयंक मिश्रा ने कहा है कि नशा एक भयानक बुराई है। इससे न केवल शारीरिक बल्कि सामाजिक और आर्थिक नुकसान भी होता है। एक व्यक्ति के नशे करने की लत उसके परिवार को बर्बाद कर देती है। अपराध बढ़ने की भी एक बड़ी वजह नशा है। इसलिए इससे दूर रहें और दूसरों को भी जागरूक करें। अपने बच्चों की गतिविधियों पर नजर रखें। यदि कहीं नशीला पदार्थ बेचा जा रहा हो या अपराध हो रहा हो तो उसकी सूचना पुलिस को दें। उन्होंने कहा कि आजकल युवाओं में विदेश जाने की चाह बढ़ गई है। इस चाह में बहुत से युवक फर्जी एजेंटों के चंगुल में फंस जाते हैं। यदि किसी को पढ़ाई या नौकरी आदि के लिए विदेश जाना है तो सही और कानूनी तरीके अपनाएं। फर्जी एजेंसियों और एजेंटों के झांसे में न आएं, न ही गलत रास्ता अपनाएं। फर्जी एजेंट्स के झांसे में आकर आपके रुपये तो खराब होंगे ही, आपके जीवन को भी नुकसान हो सकता है। इसलिए सतर्क रहें।

एसीपी ने कर्मचारियों को किया नशे के दुष्प्रभाव, यातायात नियमों व साइबर फ्राड के प्रति जागरूक

झज्जर। बुधवार को क्षेत्र के गांव लुहारी स्थित डिलीवरी वेयरहाऊस में एसीपी दिनेश कुमार ने कर्मचारियों को किसी प्रकार का नशे के दुष्प्रभाव, यातायात नियमों की पालना करने, साइबर अपराध, महिला विरुद्ध अपराध के प्रति जागरूक किया गया। एसीपी दिनेश कुमार ने कहा कि नशा करने से जहां हमारे शरीर को नुकसान होता है, वही समाज में हमारी छवि भी खराब होती है और हमें धन की हानि भी होती है। इसलिए स्वयं भी नशा न करें और दूसरों को भी नशा नहीं करने के लिए प्रेरित करें। उन्होंने कहा कि अगर आपके आसपास क्षेत्र में कोई नशीला पदार्थ बेचता है तो उसकी सूचना पुलिस को दें ताकि ऐसा कार्य करने वाले लोगों के खिलाफ कार्रवाई की जा सके। इसके अलावा साइबर अपराध के प्रति जागरूक करते हुए कहा कि साइबर अपराध से तभी बचा जा सकता है जब हम इसके प्रति जागरूक हो। उन्होंने बताया कि आज का युग टेक्निकल युग है। किसी के भी पास कोई भी ओटीपी मैसेज लिंक किसी अनजान नंबर से आए तो उसे पर क्लिक न करें तथा ओटीपी किसी के साथ साझा ना करें तभी हम साइबर फ्रॉड से बच सकते हैं। उन्होंने कर्मचारियों से यातायात नियमों की पालना करने के लिए भी जागरूक किया।

बहादुरगढ़। कार्यक्रम में ग्रामीणों के साथ विधायक राजेश जून। फोटो :हरिभूमि

नूना माजरा में भंडारा व सिद्दीपुर में हुआ कारज

बहादुरगढ़। बुधवार को गांव नूना माजरा में समस्त ग्राम वासियों द्वारा शिव मंदिर में विशाल भंडारे का आयोजन किया गया। इसके अलावा गांव सिद्दीपुर में स्व. सूरत सिंह की याद में कारज का आयोजन किया गया। विधायक राजेश जून ने दोनों कार्यक्रमों में शिरकत की। गांव नूना माजरा में हुए भंडारे में विधायक राजेश जून ने भी प्रसाद ग्रहण किया और भगवान शिव की पूजा अर्चना करते हुए सभी बहादुरगढ़ वासियों के लिए सुख व समृद्धि की कामना की। आयोजकों ने स्मृति चिह्न भेंटकर व पगड़ी बांधकर उनका सम्मान किया। विधायक ने भी 11 हजार रुपये की धनराशि शिव मंदिर में दान स्वरूप भेंट की। गांव सिद्दीपुर में स्व. सूरत सिंह की तस्वीर पर पुष्प अर्पित कर विधायक ने श्रद्धांजलि अर्पित की। इस मौके पर सतरह के प्रधान अशोक मान व मंजीत जून समेत अनेक मौजिज लोग मौजूद रहे।

जसौरखेड़ी कॉलेज में हुआ व्याख्यान

बहादुरगढ़। छात्राओं को व्याख्यान देते डा. बिजेंद्र सिंह। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

जसौर खेड़ी स्थित राजकीय महाविद्यालय में रिमोट सेंसिंग एंड जी-18 पर व्याख्यान का आयोजन किया गया। बड़ोता राजकीय महाविद्यालय डॉ. बिजेंद्र सिंह ने व्याख्यान के माध्यम से छात्राओं को जागरुकि किया। इस मौके पर कार्यक्रम संयोजक डॉ. सुनील, कालेज प्रभारी डॉ. संदीप किराड़, डॉ. सुनील कुमार, डॉ. प्रियंका अग्रवाल, डॉ. अजय कुमार व पूनम आदि उपस्थित रहे।

पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंपा शव

झज्जर। पोस्टमार्टम के दौरान अस्पताल परिसर में मौजूद मृतक के परिजन। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

शहर के सांपला रोड स्थित फ्लाईओवर के नजदीक हुई अज्ञात वाहन की टक्कर में किशोर की मौत मामले में बुधवार को शव को पोस्टमार्टम कराया गया। पुलिस द्वारा मृतक के चाचा के बयान पर अज्ञात वाहन चालक के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है। पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया। इस संबंध में पुलिस को दी शिकायत में यूपी के नथुवापुर, जिला बहराइच निवासी वारीस पुत्र ईस्माईल ने बताया कि उसके बड़े भाई अली अहमद का बड़ा लड़का करीब तेरह वर्षीय सरतार अली पन्द्रह दिन पहले अपने ममेरे भाई मोहम्मद हनीफ के पास झज्जर छारा चुंगी आया था। बीती सत्रह फरवरी की रात उन्हें सूचना मिली कि सरतार अली का सांपला रोड पर एक्सीडेंट हो गया। उसके भाई अली अहमद की तबीयत खराब होने के कारण वह यहां पहुंचा। यहां उसे पता चला कि जब सत्रह फरवरी की शाम करीब आठ बजे मोहम्मद हनीफ की गन्ने की दुकान से सरताल अली रोटी लाने के लिए सड़क क्रॉस कर रहा था किसी अज्ञात वाहन ने टक्कर मार दी। टक्कर लगने से सरतार अली गंभीर रूप से घायल हो गया। उसे उपचार के लिए गिरावड़ के एक निजी मेडिकल कॉलेज ले जाया गया जहां उसकी मौत हो गई। पुलिस ने पीड़ित की शिकायत पर मामला दर्ज कर नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

अंतरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए स्कूल मुखियाओं ने कसी कमर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

भाषाई विविधता और सांस्कृतिक धरोहर के सरंक्षण बारे जागरुकता फैलाने के उद्देश्य से शुक्रवार को मनाए जाने वाले अंतरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के संबंध में स्कूल मुखियाओं द्वारा कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए तैयारियां शुरू कर दी है। स्कूल मुखियाओं द्वारा जहां एसएमएसी सदस्यों व गांव के मौजिज लोगों को आमंत्रित किया जा रहा है वहीं विद्यार्थियों से भी आह्वान किया जा रहा है कि वे अपने माता-पिता या घर के बड़े बुजुर्गों के साथ कार्यक्रम में शामिल हों। बता दें कि हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद पंचकूला द्वारा इस संबंध में राज्य के सभी जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी, खंड शिक्षा अधिकारी व जिला एफएलएन समन्वयक को भी अंतरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस मनाने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए हैं। जारी किए गए पत्र के अनुसार इस दिन विद्यालय में प्रार्थना सभा के दौरान अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के महत्व पर चर्चा तथा अपनी मातृभाषा को बचाने के लिए सामूहिक संकल्प लिया जाएगा। कक्षा की गतिविधियों में विद्यार्थियों के लिए मातृभाषा में कविता व कहानी सुनाना, बोर्ड सजाना, नाटक की प्रस्तुति व मातृभाषा संबंधी खेल का आयोजन किया जाएगा। जारी निर्देशों में शिक्षकों से आह्वान किया गया है कि वे कार्यक्रम में अभिभावकों, एसएमसी सदस्यों को भी विभिन्न सांस्कृतिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए आमंत्रित करें तथा इस दौरान की जाने वाली विभिन्न गतिविधियों की फोटो व वीडियो भी निपुण हरियाणा के अधिकारिक प्लेटफार्म पर अपलोड करें ताकि इन्हे प्रचारित किया जा सके। इसके अलावा कार्यक्रम की सफलता सुनिश्चित करने के लिए जिलों में एक निगरानी तंत्र स्थापित किया जाए और शिक्षकों द्वारा यह भी सुनिश्चित किया जाए कि सभी गतिविधियों विद्यार्थियों के लिए आनंद दायक व शैक्षणिक रूप से लाभकारी हों। सामूहिक संकल्प के दौरान सभी शिक्षकों और विद्यार्थियों को कहना होगा कि हम अपनी मातृभाषा का सम्मान करेंगे, इसे रोजमर्रा की जिंदगी में अपनाएंगे और इसे अगली पीढ़ी तक पहुंचाने का संकल्प लेते हैं।

ये गतिविधियां रहेंगी शामिल

ये गतिविधियां रहेंगी शामिल : हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद द्वारा अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस को लेकर आयोजित की जाने वाली विभिन्न गतिविधियों का सुझाव भी दिया गया है। जिनमें माता-पिता, अभिभावकों द्वारा कहानियां सुनाना, लोकगीतों का प्रदर्शन, मातृभाषा खेलों में कुछ शब्दों व वाक्यांशों का अनुवाद मातृभाषाओं में करना, शब्द मिलान खेल, मातृभाषा पर चर्चा, स्थानीय कवि या गायक से मातृभाष की विरासत पर चर्चा, मातृभाषा में बाल काव्य सम्मेलन, कहानी और कविताएं सुनाना, हिंदी भाषा में श्यामपट्ट सजाना, कहावतों के अर्थ व प्रासंगिकता स्पष्ट करना, लोक कथाओं पर आधारित नाट्य की प्रस्तुति, मातृभाषा में शब्द श्रृंखला आदि गतिविधियां शामिल हैं।

स्वयंसेवियों को समझाया आध्यात्मिका का महत्व

आध्यात्मिकता से विद्यार्थियों को कार्य के प्रति जिम्मेदारी का एहसास होता है

- एक अनुशासित विद्यार्थी ही आगे चल के समाज के निर्माण में अहम योगदान देता है

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित स्वयंसेवियों को संबोधित करते हुए विषय विशेषज्ञ। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

बुधवार को गांव दुजाना स्थित राजकीय महाविद्यालय में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ कार्यवाहक प्राचार्य नसीब सिंह ने सरस्वती पूजन, मंत्रोचार व दीप प्रज्वलन कर किया। इस दौरान अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना से स्वयंसेवियों में विभिन्न कौशल जैसे नेतृत्व, संचार, टीमवर्क तथा समस्याओं को हल करने के लिए तैयार करता है ताकि वे सामाजिक समस्याओं का समाधान कर सके। इस दौरान दोपहर बाद के सत्र में हार्टफुलनेस संस्था के विलेज कोऑर्डिनेटर व राष्ट्रपति गैलंट्री अवॉर्ड से सम्मानित रामकुमार दहिया व अजमत सिंह ने रिलैक्सेशन एवं मेडिटेशन करवाया गया। उन्होंने आध्यात्मिकता के महत्व को समझाते हुए स्वयंसेवियों को बताया कि आध्यात्मिकता से विद्यार्थियों को कार्य के प्रति जिम्मेदारी का एहसास होता है तथा अनुशासन व समाज के प्रति उत्तरदायित्व का बोध होता है। क्योंकि एक अनुशासित विद्यार्थी ही आगे चल के समाज के निर्माण में अहम योगदान देता है। इस दौरान कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर नरेंद्र दहिया, डॉक्टर सजनी देवी, डॉक्टर अजय कुमार, डॉक्टर सीमा, डॉक्टर रवि प्रकाश, डॉक्टर दीपा, डॉक्टर निधि, डॉक्टर अनीता सहित स्टॉफ के अन्य सदस्य भी मौजूद रहे।

चौधरी रणबीर सिंह संस्थान में वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिताएं शुरू

- खिलाड़ियों को खेल भावना से खेलने के लिए प्रेरित किया

झज्जर। क्रिकेट स्पर्धा के शुरूआती अवसर पर मौजूद अतिथि एवं खिलाड़ी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

चौधरी रणबीर सिंह स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी सिलानी केशो में दो दिवसीय वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता की शुरूआत की गई। संस्थान निदेशक डॉक्टर रवीन आहूजा ने कुलसचिव राजेश यादव, खेल प्रभारी डॉक्टर कुलवंत खरब, स्टाफ सदस्य वीरेंद्र सहरावत, पिंकी, सुनीता आदि के साथ दीप प्रज्ज्वलित करके प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। उन्होंने खिलाड़ियों को खेल भावना से खेलने के लिए प्रेरित किया। वार्षिक खेल उत्सव में मुख्यातिथि के रूप में मौजूद पूर्व अंतर्राष्ट्रीय मुक्केबाज एवं डीसीपी अखिल कुमार ने प्रतिभागी खिलाड़ियों के साथ अनुभव सांझा किए। इस दौरान क्रिकेट, कबड्डी, वॉलीबॉल, 100 मीटर, 200 मीटर दौड़, 4 गुणा 100 मीटर दौड़, ऊंची कूद, लंबी कूद, रस्साकसी आदि स्पर्धाओं का आयोजन किया गया। खिलाड़ियों के प्रोत्साहन के लिए निदेशक डॉक्टर रवीन आहूजा व रजिस्ट्रार राजेश यादव ने स्वयं खेलते हुए क्रिकेट स्पर्धा की शुरूआत की। कमेंटेटर की भूमिका डॉक्टर जगबीर कादियान व डॉक्टर नरेन्द्र पंवार ने निभाई।

नशा मुक्ति के प्रति जागरूकता के लिए निकाली रैली

- रैली को प्राचार्या डॉ. माधवी शर्मा ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया

झज्जर। नेत्रहीनों के बीच महाविद्यालय की स्वयंसेवी छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय में चल रहे एनएसएस शिविर के तीसरे दिन स्वयंसेविकाओं द्वारा नशा मुक्ति विषय पर जागरुकता रैली निकालकर लोगों को जागरुक किया। एनएसएस कार्यक्रम प्रभारी अनु बरवड़ ने बताया कि एनएसएस गीत से शुरू हुए शिविर में राजकुमार और अजमत सिंह ने हार्टफुलनेस तथा मेडिटेशन बारे विस्तार से जानकारी दी। इसके उपरांत नशा मुक्ति विषय पर स्वयंसेविकाओं द्वारा निकाली गई जागरुकता रैली को प्राचार्या डॉ. माधवी शर्मा ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। स्वयंसेविकाओं ने श्रीश्याम जनकल्याण सेवा संस्थान पहुंच कर वहां रहने वाले नेत्रहीन लोगों से उनकी समस्याएं जानी। इस दौरान स्वयंसेविकाओं को प्रोत्साहन मिला कि शारीरिक कमी के बावजूद वहां के सदस्य कैसे अपने जीवन को आगे बढ़ा रहे हैं। स्वयंसेविकाओं ने इस दौरान अपने सामर्थ्य अनुसार अनुदान राशि भी दान की। सायंकालीन सत्र में आयोजित स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में कुमारी अनु ने प्रथम, कुमारी पुष्पा और कुमारी चारू ने संयुक्त रूप से द्वितीय तथा कुमारी ओजस्वी व कुमारी खुशी ने संयुक्त रूप से तृतीय स्थान हासिल किया। सभी विजेता छात्राओं को प्रमाण पत्र देकर पुरस्कृत किया गया।

लघुसचिवालय परिसर में शिकायत देने पहुंचे ग्रामीण।

पंचायती जमीन पर कब्जे का प्रयास, डीसी को दी शिकायत

झज्जर। पंचायती जमीन पर प्रभावशाली लोगों द्वारा कब्जा करने की शिकायत जब क्षेत्र के गांव रईया निवासी ग्रामीणों द्वारा दी गई तो डीसी ने त्वरित कार्रवाई करते हुए अधिकारियों को भेज कर अवैध कब्जा रुकवा दिया। ग्रामीणों ने डीसी को दी शिकायत में बताया कि ग्राम पंचायत इस भूमि पर एक सरकारी विद्यालय के उपयोग के लिए पुस्तकालय, खेल मैदान सहित अन्य सुविधाएं विकसित करने का प्रस्ताव पारित कर चुकी है, लेकिन कुछ लोगों द्वारा इस भूमि पर जबरन कब्जा करने का प्रयास किया जा रहा है। प्रभावशाली लोगों ने इस भूमि पर जबरन बालू रेत भी डलवा दिया है। ग्राम पंचायत ने बताया कि इस संबंध में पहले भी पुलिस को सूचित किया गया था लेकिन कोई ठोस कार्रवाई नहीं हुई। इसके उपरांत सर्व सम्मति से निर्णय लिया गया कि इस पंचायती भूमि को सरकारी विद्यालय को प्रदान किया जाएगा जहां पुस्तकाल, खेल मैदान व अन्य आवश्यक सुविधाएं विकसित की जा सकें।

सूचना

हम, ओमप्रकाश पुत्र श्री रामलाल व राजबाला पत्नी ओमप्रकाश निवासी गली नंबर-1, न्यू नेताजी नगर, लाइनपार, बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र नवीन तूर तथा हमारी पुत्रवधु पूजा हमारे कहने–सुनने से बाहर हैं। इसलिये हम इनको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। इनसे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारी व हमारे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

झज्जर। शिविर में स्वास्थ्य जांच करवाते हुए ग्रामीण।

शिविर में दो सौ लोगों का स्वास्थ्य जांचा

झज्जर। आम जन विकास सेवा समिति द्वारा क्षेत्र के गांव बहू में चिकित्सा परामर्श एवं जांच शिविर का आयोजन किया गया। इस दौरान एसीपी शमशेर सिंह ने मुख्यातिथि तथ जिला परिषद के चेयरमैन कप्तान बिरधाना ने विशिष्टातिथि के रूप में शिरकत की। शिविर में जयपुर की चिकित्सकीय टीम ने सेवाएं देते हुए करीब दो सौ लोगों की कान, नाक, गला, हड्डियों व आंखों की जांच की तथा जरुरतमंद लोगों को दवाइयां भी प्रदान की। इस मौके पर प्राचार्य जितेंद्र भारद्वाज, समिति के अध्यक्ष प्रदीप शर्मा, प्रेम नंबरदार, डॉक्टर बलवान, अनिल अग्रवाल, संजय मित्तल, डॉक्टर जिले सिंह सहित अन्य भी मौजूद रहे।

झज्जर। शिक्षकों को संबोधित करते हुए निदेशक जितेंद्र सिंह अहलावत।

नए शिक्षकों को समझाई कार्यप्रणाली

झज्जर। बुधवार को आरईडी स्कूल छुछकवास में इंडक्शन प्रोग्राम का आयोजन किया गया। प्रोग्राम में नए अध्यापकों का स्वागत करते हुए उन्हें विद्यालय की कार्यप्रणाली से अवगत कराया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता संस्था निदेशक जितेन्द्र सिंह अहलावत ने की। उन्होंने नए अध्यापकों का स्वागत करते हुए विद्यालय के विजन व दृष्टिकोण पर प्रकाश डाला तथा शिक्षण के महत्व और विद्यार्थियों के समग्र विकास में अध्यापकों की भूमिका पर भी चर्चा की।

राजकीय महाविद्यालय में आयोजित दो दिवसीय सांस्कृतिक कार्यक्रम संपन्न

भाषण में दीपिका, रंगोली में खुशी और डांस में साक्षी रही अव्वल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

राजकीय महाविद्यालय में आयोजित दो दिवसीय सांस्कृतिक कार्यक्रम 'संस्कृति-2025' बुधवार को संपन्न हुआ। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने अत्यंत उत्साह के साथ भाग लेते हुए अपनी उत्कृष्ट प्रतिभा का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम के अंतिम दिन विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं की घोषणा की गई। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे कुलाना राजकीय महाविद्यालय के प्राचार्य दलबीर सिंह ने कहा कि ऐसे सांस्कृतिक आयोजनों से विद्यार्थियों में आत्मविश्वास बढ़ता है तथा उनकी प्रतिभा निखरती है। प्राचार्या सुमन हुड्डा के निर्देशन में हुए कार्यक्रम का संचालन विकास शौकीन ने किया। भाषण प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार दीपिका, द्वितीय पुरस्कार दिव्या और तृतीय पुरस्कार स्नेहा को मिला। काव्य पाठ प्रतियोगिता में प्रथम

बहादुरगढ़। कार्यक्रम में हरियाणवी नृत्य प्रस्तुत करती छात्राएं तथा विजेता विद्यार्थियों के साथ कॉलेज स्टॉफ। फोटो : हरिभूमि

पुरस्कार दीपिका, द्वितीय पुरस्कार संजना और तृतीय पुरस्कार वैष्णवी को मिला। श्लोक उच्चारण प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार नेहा, द्वितीय पुरस्कार अम्बिका व तृतीय पुरस्कार कामिनी को मिला। वाद-विवाद प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर दुर्गेश व हरीश, द्वितीय स्थान पर पवन रहा। निर्णायक मंडल में सहायक प्रोफेसर विकास यादव, भूपेंद्र कुमार, कमल रंगा, मंजू दलाल आदि शामिल रहे। रंगोली प्रतियोगिता में खुशी प्रथम, पारुल द्वितीय और सुजिता तृतीय रहे। पोस्टर मेकिंग में सारिका पहले, काजल दूसरे और डिम्पी तीसरे नंबर पर रही। स्लोगन लेखन प्रतियोगिता में सारिका प्रथम, रिया द्वितीय और ऋतिक तृतीय स्थान पर रही। निर्णायक मंडल में सहायक प्रोफेसर डॉ. मोनिका, कविता, अनूप कुमार व प्रदीप भारती शामिल रहे। भजन प्रतियोगिता में वैष्णवी को प्रथम, कामिनी को द्वितीय और प्रणव को तृतीय स्थान मिला। सोलो गीत प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार कामिनी, द्वितीय पुरस्कार वैष्णवी और तृतीय पुरस्कार प्रगति को मिला। निर्णायक मंडल में सहायक प्रोफेसर रीना, रचना, श्वेता व जोगेंद्र शामिल रहे। सोलो डांस प्रतियोगिता में साक्षी पहले, वैष्णवी दूसरे व इशिका तीसरे नंबर पर रही। ग्रुप डांस प्रतियोगिता में वैष्णवी के ग्रुप को प्रथम पुरस्कार मिला। नाटक/विशेष अभिनय में जागृति ग्रुप पहले नंबर पर रहा। निर्णायक मंडल में सहायक प्रोफेसर डॉ. शशी रापड़िया, हीरा रापड़िया, राकेश कुमार व अमित कुमार शामिल रहे। सांस्कृतिक समिति की संयोजिका सहायक प्रोफेसर जागृति ने विद्यार्थियों की प्रस्तुतियों को जमकर सराहा। कार्यक्रम में प्रो अमित छिकारा, प्रो राजीव दहिया, प्रो नीतू कटारिया, प्रो मीनाक्षी कालरा ने विशेष योगदान दिया।

केएमपी पर हादसे में गाड़ी चालक की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

केएमपी एक्सप्रेस वे पर दर्दनाक हादसा हो गया। यहां मांडोठी के निकट टाटा इंट्रा और एक गाड़ी की टक्कर हो गई। इस हादसे में इंट्रा (छोटा हाथी) के चालक की मौत हो गई। जबकि एक युवक घायल हो गया। इस संबंध में आरोपी गाड़ी चालक के खिलाफ आसौदा थाने में केस दर्ज किया गया है। मृतक की पहचान 45 वर्षीय उमेश के रूप में है। जबकि घायल मोहम्मद अमजद हुआ है। पुलिस को दी शिकायत में मोहम्मद अमजद ने कहा है कि उसका दोस्त उमेश गाड़ी चलाता है। बुधवार को उसने बहादुरगढ़ के सेक्टर 17 से अपने छोटा हाथी गाड़ी में माल लोड किया। मैं भी गाड़ी में सवार था। हम केएमपी के रास्ते आगरा के लिए रवाना हुए। जब केएमपी पर मांडोठी के पास पहुंचे तो गाड़ी का टायर पंक्चर हो गया। हमने गाड़ी सड़क किनारे लगा दी। इसी दौरान पीछे से केरला नंबर की गाड़ी आई और हमारी गाड़ी में टक्कर मार दी। इस दुर्घटना में हमें चोट आई। उमेश की हालत गंभीर थी। राहगीरों की मदद से हमें बहादुरगढ़ के सरकारी अस्पताल ले जाया गया। जहां उमेश को मृत घोषित कर दिया गया। उधर, सूचना पाकर आसौदा थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और आवश्यक कार्रवाई शुरू की। मोहम्मद अमजद के बयान पर केस दर्ज करने के बाद पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम करा दिया। पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

गाड़ी का शीशा तोड़कर रिवाल्वर चुराई

बहादुरगढ़। सैय्यद के पास पुराना कोर्ट परिसर की ओर जाने वाली सड़क पर खड़ी गाड़ी के किसी अज्ञात चोर ने शीशे चटका दिए। गाड़ी से रुपये तथा लाइसेंसी रिवाल्वर चुरा ली। जब गाड़ी मालिक वापस आया तो उसे वारदात का पता चला। उसने पुलिस को शिकायत दे दी है। सिटी पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। यह वारदात खेड़ी खुमार गांव के निवासी राजेश के साथ हुई है। राजेश का कहना है कि वह मंगलवार को अपने दोस्त सतीश के साथ बहादुरगढ़ आया था। उसने सैय्यद के सामने पुराना कोर्ट की तरफ जाने वाली सड़क पर अपनी गाड़ी खड़ी की थी। इसके बाद वे दोनों मार्केट में चले गए। इसी दौरान शातिर ने उसकी गाड़ी के शीशे चटका दिए और वारदात कर डाली। जब कुछ देर बाद वे वापस आए तो गाड़ी का शीशा टूटा हुआ मिला। अंदर देखा तो 3700 रुपये और लाइसेंसी रिवाल्वर गायब थी। यह सूचना पुलिस को दी गई। सूचना पाकर सिटी थाने से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। पुलिस ने राजेश की शिकायत पर अज्ञात चोर के खिलाफ संबंधित धाराओं के तहत के दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मामले की तह तक जाने के लिए आसपास सीसीटीवी चेक किए जाएंगे। बता दें कि बहादुरगढ़ इलाके में इस तरह की कई वारदात हो चुकी हैं। अधिकांश वारदात अनसुलझी हैं।

वार्ड-10 में 30 लाख से बनेंगी 7 गलियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

भाजपा नेता दिनेश कौशिक व झज्जर जिला अध्यक्ष राजपाल जांगड़ा ने बुधवार को वार्ड-10 के छोटूराम नगर में 30 लाख रुपए की लागत से बनने वाले 7 गलियों के निर्माण कार्य का नारियल फोड़कर शुभारंभ किया। दिनेश कौशिक ने कहा कि इन गलियों के निर्माण से लोगों को आवागमन में सुविधा होगी और क्षेत्र में तेजी से विकास होगा। उन्होंने बताया कि गलियों का निर्माण कार्य पूरी गुणवत्ता व टेंडर के तय मानकों के अनुसार होगा। स्थानीय निवासियों ने दिनेश कौशिक का आभार जताया। कौशिक ने कहा कि भाजपा की डबल इंजन सरकार जनकल्याण की योजनाओं को धरातल पर साकार कर रही है। घर बैठे पात्र लोगों को सरकारी योजनाओं का लाभ दिया जा रहा है। राजपाल जांगड़ा ने कहा कि सीएम नायब सिंह

बहादुरगढ़। वार्ड–10 में गलियों के निर्माण का नारियल फोड़ते दिनेश कौशिक। फोटो : हरिभूमि

सैनी के कुशल नेतृत्व में प्रदेश विकास की राह पर अग्रसर है। इस मौके पर जिला प्रवक्ता भीम सिंह प्रणामी, जिला मंत्री नरेश भारद्वाज, मंडल अध्यक्ष सोनू मान, जेई नीरज, रणजीत दहिया, संजय राठी, दीपक ठेकेदार, सुरेंद्र आसौदा, मुकेश कौशिक, शमशेर, हीरालाल, विभूति मिश्रा, विनोद सिंह, शशि, राजेश, शेरु निशा, कविता आदि मौजूद रहे।

विद्यार्थियों ने विज्ञान पर आधारित मॉडल और पोस्टर बनाए

झज्जर। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गिजाड़ौद में विद्यार्थियों को मैंटरिंग के लिए राजकीय बहुतकनीकी संस्थान के भौतिक विज्ञान के प्रवक्ता सुमित कुमार द्वारा विद्यालय का दौरा किया गया। इस दौरान उन्होंने छठी से बारहवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों से विज्ञान विषय संबंधित विभिन्न गतिविधियों की जानकारी ली। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने विज्ञान विषय से संबंधित विभिन्न मॉडल व पोस्टर भी तैयार किए। कार्यक्रम में प्राचार्य तख्त सिंह, अर्थ शास्त्र प्रवक्ता सोमबीर, इतिहास प्रवक्ता कमलेश, संस्कृत प्रवक्ता पूजा, विज्ञान अध्यापक कर्मवीर सहित अन्य भी मौजूद रहे।

एआईकेकेएम ने की बैठक, प्रदर्शन सफल बनाने का आह्वान किया

बहादुरगढ़। ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के कार्यकर्ताओं तथा समर्थकों ने कई गांवों का दौरा कर 25 फरवरी के धरने प्रदर्शन को सफल बनाने का आह्वान किया। नई कृषि विपणन नीति की भी आलोचना की गई। संगठन के प्रदेश सचिव जयकरण मांडौठी ने बताया कि 13 महीने चले किसान आंदोलन के निलंबन के समय मोदी सरकार द्वारा किए गए वायदे आज भी अधूरे हैं। इस नीति से कॉरपोरेट घरानों को अपने गोदाम खाद्यान्नों से भरने की पूरी छूट मिल जाएगी और आवश्यक वस्तु अधिनियम भी बेजान हो जाएगा। प्रदेश कमेटी सदस्य रामकिशन ने बताया कि नई कृषि मार्केटिंग नीति को निरस्त करने, एमएसपी की गारंटी का

कानून बनाने, सभी मेहनतकशों को कर्ज मुक्त करने, बिजली बिल 2023 रद्द करने, प्रीपेड स्मार्ट बिजली मीटर लगाने की स्कीम को वापस लेने, बुढ़ापा पेंशन 10 हजार रुपए महीना लागू करने आदि मुद्दों को लेकर 25 फरवरी को चंडीगढ़, पंचकूला में विरोध प्रदर्शन किया जाएगा।

... मैं हूं शरण मे तेरी संसार के रचैया भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

झज्जर। बाबा कांशीगिरी मंदिर में 240वां सुंदरकांड पाठ एवं भजन संध्या का आयोजन किया गया। पंडित पवन कौशिक ने कहा कि आस्था व विश्वास से बढ़कर कुछ नहीं है, यह जीवन का मूल मंत्र है। जो हमें ईश्वर के करीब ले जाता है। भक्ति एवं ज्ञान एक दूसरे के पूरक है। कार्यक्रम में सुंदरकांड पाठ वाचक योगेश रंजन, दिनेश दुजाना, भारत भूषण नंदा, राजेद्र वधवा, सुरेश गाबा, आशा नागपाल, वीना वर्मा, सुमन वधवा, शीला चुघ, शांति कटारिया, संतोष हंस, हर्ष चावला, विशन वधवा, उमा गुलाटी, प्रिया तनेजा, नारायणी

झज्जर। बाबा कांशीगिरी मंदिर में भजनों का आनंद लेते हुए श्रद्धालु।

सरदाना, अनिल छाबड़ा, मनोज तलवार, रमेश लखेरा, विनोद भूटानी, उमंग खुराना सहित अन्य श्रद्धालुओं ने संगीतमयी श्री सुंदरकांड पाठ का सामूहिक गायन किया। भजन गायक दिनेश दुजाना ने मैं हूं शरण मे तेरी संसार के रचैया, कश्ती मेरी लगा दो, उस पार ओ कन्हैया..राजेद्र वधवा ने मां ने खोले है भंडारे खुशी से मन के, चलो दर शेरा वाली मैया के सवाली बन के..योगेश रंजन ने कीजो केसरी के लाल मेरा छोटा सा यह काम मेरी राम जी से कह देना जय सियाराम.. भजन प्रस्तुत कर उपस्थित श्रद्धालुओं को भाव विभोर कर दिया। इस मौके पर मंदिर समिति के उप-प्रधान पदम खट्टर, वेद बहल पाशु, मनोज चुघ, प्रदीप काठपालिया, विकास नरुला, सक्षम वर्मा, वीरेंद्र वर्मा, भवित वर्मा, रुद्र कौशिक, सतीश चुघ, मनोहर लाल, जगदीश छाबड़ा, निखिल सलूजा, जय प्रकाश उपस्थित रहे।

हिंदी ओलंपियाड में पेस के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट

झज्जर। अखिल भारतीय हिंदी ओलंपियाड के घोषित परीक्षा परिणामों में पेस ग्रुप के विद्यार्थियों का प्रदर्शन उत्कृष्ट रहा। ग्रुप के डायरेक्टर जय विकास ने बताया कि उनके संस्थान छह विद्यार्थियों ने ऑल इंडिया टॉप 10 रैंक हासिल कर जिले का गौरव बढ़ाया है। उनके संस्थान की छठी कक्षा से कार्तिक, मेघना व दीपाली यादव ने पहला रैक, सातवीं कक्षा से वंशिका और आयशा ने राष्ट्रीय स्तर पर द्वितीय रैंक और दसवीं कक्षा से देवांश मलिक ने राष्ट्रीय स्तर पर तृतीय रैंक हासिल की। उन्होंने इस उपलब्धि का श्रेय विद्यार्थियों व हिंदी शिक्षक आरती, पूजा, सुदेश, गीता, ज्योति व रीना की मेहनत को दिया।

झज्जर। शिक्षिकाओं के साथ मौजूद निबंध लेखन की प्रतिभागी छात्राएं।

निबंध लेखन में निकिता रही प्रथम

झज्जर। बुधवार को राजकीय महाविद्यालय बिरोहड़ में निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। महिला प्रकोष्ठ द्वारा आयोजित इस प्रतियोगिता की अध्यक्षता प्राचार्या डॉक्टर अनीता रानी ने की। तकनीकी का क्या महत्व है और इसके बिना हमारी शिक्षा नीति आगे बढ़ सकती है या नहीं, विषय पर छात्राओं अपनी लेखन कला दिखाई। कार्यक्रम प्रभारी डॉक्टर पवित्रा देवी व डॉक्टर रीना ने छात्राओं को बताया कि तकनीकी का शिक्षा में अहम योगदान हैं, तकनीकी का विकास आगे बढ़ता जा रहा है। ये हमारे शिक्षा के सभी आयामों से जुड़ा हुआ है। प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका में निशा, सुनीता व मंजू शामिल रहे। निबंध लेखन प्रतियोगिता में निकिता को प्रथम, शिल्पा को द्वितीय व किरण को तृतीय स्थान मिला।

छारा कॉलेज में किया पौधारोपण

बहादुरगढ़। छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में कार्यकारी प्रिंसिपल डॉ अनीता दलाल के दिशानिर्देशन में पौधरोपण कार्यक्रम हुआ। नेचर इंटरप्रेटेशन सेंटर, सॉलिड वेस्ट मैनेजमेंट व इको क्लब के नोडल ऑफिसर डॉ अश्वनी कुमार द्वारा आयोजित कार्यक्रम की शुरुआत डॉ अनीता दलाल ने पौधा लगाकर की। उन्होंने महाविद्यालय के स्टूडेंट्स को अधिक से अधिक पौधे लगाने के लिए प्रोत्साहित किया। छात्रों ने बड़ी संख्या में छायादार-फलदार पौधे लगाकर कार्यक्रम को सफल मनाया। इस अवसर पर डॉ संजय देसवाल, देवेंद्र, मंजू मलिक, ज्योति, डॉ मनोज कुमार, मोहित, मोनिका, डॉ जयंत, विजय व प्रवीन आदि मौजूद रहे।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
बहादुरगढ़ : सूरजमल वाली गली, गणपति ट्रैवलर्स के ऊपर, नजदीक टैक्सी स्टैंड, बहादुरगढ़
झज्जर :- पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, झज्जर
फोन : 8295738500, 8814999142, 8295157800, 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. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
झज्जर : हरिभूमि कार्यालय, पुराना बर्फ खाना रोड, शिव चौक, फोन : 8295876400
बहादुरगढ़ : सुरजमल वाली गली, रोहतक रोड, गणपति ट्रैवल्स के ऊपर, 8295852900

सफाई कर्मचारियों ने किया प्रदर्शन

वेतन को लेकर तीन दिन से जारी है कर्मियों की हड़ताल

बहादुरगढ़। शहर में प्रदर्शन करते सफाई कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

वेतन न मिलने से परेशान सफाई कर्मचारियों की हड़ताल तीन दिन से जारी है। वहीं दूसरी तरफ स्थाई सफाई कर्मचारियों ने भी इन हड़ताली कर्मचारियों को समर्थन दिया है। बुधवार को कर्मचारियों ने शहर में प्रदर्शन करके जोर शोर से अपनी मांग उठाई। ये चेतावनी दी कि यदि सप्ताहभर में वेतन संबंधित समस्या का हल नहीं निकलता है तो तमाम कर्मचारी पूरी तरह से हड़ताल पर चले जाएंगे। इस हड़ताल के चलते शहर में सफाई व्यवस्था चरमरा गई है। जगह, जगह गंदगी के ढेर लगे हैं। दरअसल, नगर परिषद में ठेकेदार के अधीन कार्यरत इन कर्मचारियों को बीते चार महीने से वेतन नहीं मिला है। इसलिए कर्मचारियों ने सोमवार को हड़ताल शुरू कर दी थी। बुधवार को तीसरे दिन नगर परिषद के गेट पर धरना देकर कर्मचारियों ने नारेबाजी की। उधर, दूसरी तरफ कर्मचारी नेताओं व स्थाई कर्मचारी भी इनके समर्थन में आगे आए हैं। सभी ने मिलकर बुधवार को शहर में प्रदर्शन किया। नगर पालिका कर्मचारी संघ के इकाई प्रधान राजेश ने बताया कि यदि इन कर्मचारियों को वेतन नहीं मिला तो एक सप्ताह बाद बहादुरगढ़ के सभी कच्चे और पक्के सफाई हड़ताल पर चले जाएंगे। इस संबंध में अधिकारियों को नोटिस दे दिया गया है। राज्य संगठनकर्ता राजपाल ने कहा कि गरीब कर्मचारियों का शोषण किया जा रहा है। वेतन मांगते हैं तो उन्हें काम से हटाने की धमकी दी जाती है। इस समस्या का हल होना चाहिए। जिला प्रधान राजेंद्र ने भी कर्मचारियों की आवाज उठाई। राज्य वरिष्ठ उप प्रधान लीला, सचिव अमित, उप प्रधान अजय, सरोज, संजय, संदीप, कृष्णा, मोनू सहित कई कर्मचारी प्रदर्शन में शामिल थे।

झज्जर। कार्यशाला में मौजूद टीचिंग व नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्य।

कार्यशाला में प्रशिक्षण पाठ्यक्रम और प्रशासनिक प्रक्रिया की जानकारी दी

झज्जर। बुधवार को महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय में हरियाणा लोक प्रशासन संस्था के कार्मिक और प्रशिक्षण विभाग द्वारा तीन दिवसीय कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। प्राचार्य डॉक्टर माधवी शर्मा तथा मुख्य वक्ता वीपी पसरीजा ने मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित करते हुए कार्यशाला की शुरूआत की। कार्यशाला में महाविद्यालय के सभी टीचिंग और नॉन टीचिंग कर्मचारियों ने भाग लिया। मुख्य वक्ता वीपी पसरीजा ने पुस्तक के माध्यम से प्रशिक्षण पाठ्यक्रम और प्रशासनिक प्रक्रिया बारे विस्तार पूर्वक जानकारी दी। इसके अलावा उन्होंने विभिन्न प्रकार के अवकाश से संबंधित नियमों बारे भी अवगत कराया। वक्ता श्रवण कुमार ने सूचना के अधिकार के संदर्भ में तथा कर्मचारी आचार नियमों की विस्तृत जानकारी प्रदान करते हुए आरटीआई की प्रक्रिया, नियम व शुल्क आदि बारे अवगत कराया।

बहादुरगढ़। वार्ड 26 में नारियल फोड़कर गली निर्माण का शुभारंभ करते विधायक राजेश जून। फोटो : हरिभूमि

विधायक ने वार्ड-26 में गली निर्माण का शुभारंभ किया

बहादुरगढ़। विधायक राजेश जून ने बुधवार को वार्ड 26 में राज अखाड़े के पीछे डी प्लान से बनने वाली गली के निर्माण कार्य का शुभारंभ किया। वार्ड वासियों ने फूलमालाएं पहनाकर उनका जोरदार स्वागत किया। विधायक राजेश जून ने स्थानीय निवासियों के साथ नारियल फोड़कर गली निर्माण कार्य का विधिवत शुभारंभ किया। ठेकेदार को गली के निर्माण कार्य में मैटेरियल की गुणवत्ता का पूरा ध्यान रखने के निर्देश दिए। उन्होंने दोहराया कि गली के निर्माण कार्य में किसी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। टेंडर के तय मानकों के अनुसार इस गली को बनाया जाए। जून ने कहा कि जनता के आशीर्वाद से पिछले कई वर्षों से विकास व सुविधाओं में पिछड़े बहादुरगढ़ हलके का अब विकास कराया जा रहा है। सभी समस्याओं का समाधान जमीनी स्तर पर करके जनता को ज्यादा से ज्यादा मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही है। इस अवसर पर पूर्व पार्षद युवराज छिल्लर, नरेश छिकारा, बलराज दलाल, विपिन, सोनू धनखड़, मनोज, धर्मेंद्र जून, वीरेंद्र खत्री, जय सिंह पहलवान व बलविंदर आदि मौजूद रहे।