तापमान
अधिकतम 29.3 डिग्री
न्यूनतम 8.0 डिग्री

हरिभूमि
सोनीपत भूमि

रोहतक, गुरुवार, 20 फरवरी 2025

9 महिला सुरक्षा पुलिस की प्राथमिकता : भसीन

10 बाल महोत्सव में ओपीएस ने जीते 21 पुरस्कार

खबर संक्षेप

ट्रेडिंग सीखने का झांसा देकर आठ लाख ठगे

सोनीपत। जिले में साइबर ठगी के मामले कम होने का नाम नहीं ले रहे है। साइबर ठगों ने कुंडली थाना क्षेत्र में ट्रेडिंग कर मुनाफा देने का झांसा देकर लाखों रुपये की राशि के ठगने का मामला सामने आया है। पीड़ित ने मामले को लेकर साइबर थाने में शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। टीडीआई सिटी कुंडली निवासी धूप झा ने बताया कि उसके मोबाइल पर गत 10 सितंबर 2024 को उसके पास कॉल आई। उसके बाद सोशल अकाउंट पर ट्रेडिंग सीखने का निमंत्रण दिया गया। उसके बाद कॉलर ने खुद को उसे बहु विदेशी कंपनी व फाइनेंशियल एडवाइजर बताते हुए ट्रेडिंग व मुनाफे में 70 से 80 प्रतिशत बचत देने का लालच दिया। उसके बाद उससे आठ लाख से ज्यादा रुपये की राशि को ठग लिया। राशि को वापस करने के नाम पर टैक्स जमा करवाने का डर दिखाया। मामले को लेकर टोल फ्री नंबर पर कॉल कर पुलिस को शिकायत दी। उसके बाद साइबर थाना पुलिस को अवगत करवाया।

ड्यूटी के लिए निकला युवक लापता, केस

गन्नौर । तेवडी गांव से ड्यूटी के लिए निकले युवक का सुराग नहीं लगा। लापता युवक की पत्नी ने पुलिस चौकी खुबडू में लापता का मामला दर्ज करवाया है । पुलिस को दी शिकायत में लापता युवक सुरेंद्र की पत्नी पूनम ने बताया कि मेरा पति सुरेंद्र सचिवालय में वी आर के ब्रांच में डीसी रेट पर काम करता है। 17 फरवरी की सुबह 9 बजे घर से आफिस के लिए निकला था लेकिन वह न तो आफिस मे पुंहचा औऱ ना ही घर वापिस आय़ा है। उसके बाद हमने रिश्तेदारियों को उसके दोस्तों के पास तलाश की लेकिन उसके बाद भी कोई सुराग नहीं लगा। पुलिस ने केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है।

सूने मकान से नकदी व आभूषण चोरी

गन्नौर। पिपली खेड़ा गांव से अपने ससुराल गए परिवार के घर का ताला तोड़ चोर चांदी के आभूषण व नकदी चोरी कर ले गए। पीड़ति ने चोरी की शिकायत बड़ी थाना पुलिस को दी है। शिकायत में पिपली खेड़ा निवासी जगदीश ने बताया कि वह 6 फरवरी को अपने परिवार के साथ अपनी ससुराल गया था। जब वह वापस आया तो घर का ताला टूटा हुआ था। उसने समान चेक किया तो घर से कानो के बाले, 2 पाजेब, तगड़ी, मंगलसूत्र, 2 चांदी की अंगूठी व 10 हजार रुपये की नकदी गायब थी। बड़ी थाना पुलिस ने चोर के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। गौरतलब है कि जिले में लगातार बढ़ रही चोरियां पुलिस के सिरदर्द बनी हुई है।

मेयर उपचुनाव : वापस नहीं हुआ कोई नामांकन, मैदान में पांच उम्मीदवार

■ भाजपा, कांग्रेस, आप और बसपा के साथ मुकाबले में एक आजाद उम्मीदवार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

नगर निगम मेयर उपचुनाव को लेकर उम्मीदवारों को लेकर तस्वीर पूरी तरह से साफ हो गई है। निगम उप चुनाव के इस दंगल में अब पांच उम्मीदवार ही दांव पेंच लगाएंगें। बुधवार को नामांकन वापसी का दिन था, लेकिन किसी भी प्रत्याशी ने नामांकन वापस नहीं लिया। जिसके चलते उप चुनाव में पांच उम्मीदवार शेष रह गए हैं। इसमें से चार उम्मीदवार तो अलग अलग राजनीतिक दलों से संबंधित हैं, जबकि एक उम्मीदवार आजाद है। राजनीतिक दलों से उम्मीदवारों में कांग्रेस के कमल दिवान, भाजपा के राजीव जैन, बसपा के धर्मवीर, आप से डॉ. कमलेश कुमार सैनी के नाम शामिल हैं। जबकि आजाद उम्मीदवार के तौर पर रमेश खत्री ताल ठोंक रहे हैं। बुधवार को आजाद उम्मीदवार रमेश खत्री को रोड रोलर का चुनाव चिन्ह भी आवंटित किया गया। जबकि राजनीतिक दलों के उम्मीदवार अपने अपने राजनीतिक दल के चुनाव चिन्ह पर ही चुनाव लड़ेंगे। जिसमें कमल दिवान पंजे पर, राजीव जैन कमल के फूल पर, डा. कमलेश कुमार सैनी झाड़ू पर और धर्मबीर हाथी के चुनाव चिन्ह पर मत प्राप्त करेंगें। बता दें कि नगर निगम मेयर उप चुनाव के साथ खरखौदा नगरपालिका का चुनाव 2 मार्च को होगा। मतगणना 12 मार्च को होगी। नपा चुनाव में मतदाता पहली बार सीधे चेयरमैन का चयन करने के लिए मतदान करेंगे। खरखौदा की जनता को करीब डेढ़ साल बाद चेयरमैन व पार्षद मिलेंगे। वहीं सोनीपत में तीन माह से मेयर का पद खाली था।

- अपनी पार्टी के सिंबल पर चुनाव लड़ेंगे प्रत्याशी, आजाद उम्मीदवार रमेश खत्री को रोड रोलर मिला
- 2 मार्च को होगा मतदान, 12 मार्च को होगी मतगणना

दिसंबर 2020 में हुआ था पिछला चुनाव

नगर निगम का पिछला चुनाव जोकि निगम का पहला चुनाव भी था, वो दिसंबर 2020 में हुआ था। उस दौरान 245 बूथ पर 246871 मतदाताओं ने अपना वोट डालकर शहर की सरकार का चुनाव किया था। जिसमें कांग्रेस के टिकट पर निखिल मदान जीत हासिल कर नगर निगम के पहले मेयर बने थे। विधानसभा चुनाव से पहले तत्कालीन मेयर निखिल मदान कांग्रेस छोड़कर भाजपा में शामिल हुए और अक्तूबर 2024 में भाजपा के टिकट पर विधानसभा चुनाव लड़ने के बाद विधायक बन गए। उसके बाद से मेयर पद खाली है।

दिसंबर तक बनना है मेयर, करीब 3 लाख मतदाता

शहर की सरकार का कार्यकाल इसी साल दिसंबर में पूरा होना है। इसी बीच मेयर का उप चुनाव कराने की घोषणा में हो गई। 2 मार्च को नगर निगम क्षेत्र के 2 लाख 94 हजार 362 मतदाता मेयर उपचुनाव में अपने मतों का प्रयोग करेंगे। जिसमें 1 लाख 53 हजार 320 पुरुष, 1 लाख 41 हजार 35 महिला व सात थर्ड जैंडर मतदाता वोट डालेंगे। इनमें 47 हजार 479 मतदाता पहली बार नये मेयर को वोट डालेंगे। मेयर उपचुनाव के लिये निगम क्षेत्र में 268 बूथ बनाए गए हैं।

डेढ साल पहले ही समाप्त हो गया था खरखौदा नपा का कार्यकाल

खरखौदा नगरपालिका का कार्यकाल मई 2023 में समाप्त हो गया था। उसके बाद से एसडीएम प्रशासक के तौर पर कार्यभार संभाल रहे हैं। नपा क्षेत्र में 16 वार्ड बनाए गए हैं। जिसमें 23 बूथों पर 20 हजार 149 मतदाता सीधे चेयरमैन व नपा पार्षदों के चयन के लिए मतदान करेंगे। इनमें 10 हजार 644 पुरुष और 9 हजार 502 महिला व तीन थर्ड जैंडर मतदाता शामिल है। खरखौदा में पहली बार नपा अध्यक्ष चुना जाएगा। नपा में अध्यक्ष पद अनुसूचित जाति (एससी) वर्ग के लिए आरक्षित किया गया है। खरखौदा नपा में 16 वार्ड बनाए गए हैं। वार्ड नंबर 1, 5 6, 9 व 11 अनुसूचित जाति के लिए आरक्षित किए गए है। वार्ड नंबर 2, 3, 4, 7, 8, 10, 13 व 16 सामान्य वर्ग के लिए आरक्षित है। वार्ड नंबर 12 बीसी बी वर्ग की महिला, वार्ड नंबर 14 बीसी ए महिला और वार्ड नंबर 15 बीसीए के लिए आरक्षित किया है।

नगरपालिका चेयरमैन के लिए चार व पार्षद के 42 उम्मीदवार आमने-सामने

खरखौदा। चुनाव चिह्न आवंटित करते निर्वाचन अधिकारी डॉ निर्मल नागर।

खरखौदा। नगर पालिका खरखौदा की चुनावी प्रक्रिया में बुधवार को उम्मीदवारों द्वारा नाम वापस लिए जाने और चुनाव चिन्ह आवंटित किए जाने का दिन था। मिली जानकारी के अनुसार चेयरमैन पद के तीन उम्मीदवारों ओमबीर राठी, रिंपल देवी व रिंकेश ने नामांकन वापस ले लिए हैं। फलस्वरूप अब चेयरमैन पद के लिए चार उम्मीदवार- भाजपा प्रत्याशी हीरालाल, निर्दलीय मैक्सिन ठेकेदार, किरण धर्मपत्नी रिंकेश, ममता मेहरा चुनावी मैदान में रह गए हैं। पार्षद पद के जिन उम्मीदवारों ने नामांकन वापस लिया है उनमें वार्ड संख्या 2 से अंजू, 3 से अजय व संदीप, 6 से अनीता, 7 से राजकुमारी, 10 से मीणा, 11 से पवन कुमारी ,13 से रामभज व राजवीर 14 से सीमा, 16 से रेखा देवी के नाम शामिल हैं। इस प्रकार पार्षद पद के 42 उम्मीदवार चुनावी समर में डटे हैं। बता दें कि वार्ड संख्या 12 से पूनम सैनी का चुनाव निर्विरोध हो गया है। निर्वाचन अधिकारी द्वारा उन्हें निर्वाचित घोषित किए जाने का प्रमाण पत्र दे दिया गया है। अब 16 वार्डों में से 15 वार्डों में 42 उम्मीदवार पार्षद पद का चुनाव लड़ रहे हैं।

ये बोले रिटर्निंग अधिकारी

रिटर्निंग अधिकारी डॉ निर्मल नागर ने कहा कि चेयरमैन पद के उम्मीदवार को चुनाव खर्च करने के लिए साढ़े बारह लाख रुपए की सीमा दी गई है। चुनावी खर्च का नियमित ब्यौरा रजिस्टर में दर्ज करना होगा। दो उम्मीदवारों के खिलाफ अवैध कब्जा किए जाने की शिकायत मिली है। जिसकी जांच का जिम्मा बीडीपीओ आस्था गर्ग को सौंपा गया है। जो उम्मीदवार शपथ पत्र देने के बाद दोषी पाए जाते हैं तो उनके विरुद्ध कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

महिला विश्वविद्यालय की एलुमनी मीट 22 को

गोहाना। भगत फल सिंह महिला विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. सुदेश के मार्गदर्शन में महान शिक्षाविद् भगत फूल सिंह के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में जयंती सप्ताह का आयोजन किया जाएगा। इसी दौरान 22 फरवरी को विश्वविद्यालय की भूतपूर्व छात्राओं की एलुमनी मीट का आयोजन किया जाएगा, जिसे स्मृति कुंभ नाम दिया गया। कुलपति ने कहा कि पूर्व छात्राएं विश्वविद्यालय के विकास के लिए अपने सामर्थ्य एवं विशेषज्ञता के अनुसार बौद्धिक, व्यवसायिक एवं विशेषज्ञता आधारित योगदान दें। एलुमनी एसोसिएशन के निदेशक डा. नरेश भार्गव ने बताया कि वर्ष 2023 व 2024 में प्रतिष्ठित पद पाने वाली पूर्व छात्राओं को सम्मानित किया जाएगा। इस स्मृति कुंभ के माध्यम से समाज में प्रचलित म्हारी छोरी छोरा त घाट स के संदेश को सार्थक करना है। स्मृति कुंभ में विश्वविद्यालय की 250 पूर्व छात्राओं को आमंत्रित किया गया है।

■ महान शिक्षाविद् भगत फूल सिंह के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में जयंती सप्ताह का आयोजन किया जाएगा

कार की टक्कर में घायल युवक की उपचार के दौरान मौत

गन्नौर । तेज रफ्तार कार की टक्कर से घायल युवक ने रोहतक मेडिकल में उपचार के दौरान दम तोड़ दिया । मृतक युवक के पिता गांव गुमड़ निवासी नरेश ने तेज रफ्तार कार चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सौंप दिया । पुलिस को दी शिकायत में गांव गुमड़ के नरेश ने बताया कि मेरे पास एक लड़का भूपेंद्र व दो लड़कियां हैं। भूपेंद्र अपनी मोटरसाइकिल को लेकर 14 फरवरी को शहर गन्नौर से अपने गांव गुमड़ आ रहा था, जब वह रास्ते में शिव गार्डन के पास पहुंचा तो कि गांव खेड़ी महक रोहतक निवासी अपनी कार को तेज रफ्तार लापरवाही से चलता हुआ आया और सीधी टक्कर मेरे लड़के भूपेंद्र की मोटरसाइकिल में मार दी । शिकायत में बताया कि मेरा भाई प्रित सिंह उस दिन शिव गार्डन में गया हुआ था और हमारे पास गाड़ी चालक संजीव के परिवार वाले भी आए थे और राजीनामा के लिए भी कहा। शिकायत में बताया कि उपचार के लिए भूपेंद्र को पीजीआई रोहतक में दाखिल करवाया गया था, उपचार के चार दिन बाद उसने दम तोड़ दिया। मृतक भूपेंद्र के पिता की शिकायत पर पुलिस ने गाड़ी चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सौंप दिया ।

कुकर्म के आरोप में तीन काबू वीडियो इंटरनेट पर डाला

हरिभूमि न्यूज. सोनीपत

मोहाना थाना क्षेत्र में तीन नाबालिगों ने एक बच्चे के साथ कुकर्म कर वीडियो बनाकर इंटरनेट पर डालने के आरोप का मामला सामने आया है। बच्चे के परिजनों के पास वीडियो पहुंचा तो मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में आरोपितों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है।

थाना क्षेत्र के गांव निवासी पीड़ित 11 वर्षीय बच्चे परिजनों ने बताया कि उन्हें जानकारी मिली थी कि उनके बच्चे को कोई वीडियो इंटरनेट पर डाला गया है। जब उन्होंने वीडियो देखा तो वो स्तबध रहे गए। गांव के तीन लड़के उसके साथ गलत कार्य कर रहे थे। बच्चा सहमा हुआ था। जब इस बारे में उससे पूछा गया तो उसने बताया कि दो-तीन महीने पहले आरोपित उसे खेलने के बहाने से सुनसान जगह पर लेकर गए थे। वहां आरोपितों ने डरा-धमका कर बारी-बारी से उसके साथ गलत कार्य किया। इस दौरान उन्होंने मोबाइल से वीडियो भी बनाई। आरोपितों ने किसी को बताने पर जान से मारने की धमकी भी दी थी। शिकायत पर थाना मोहाना पुलिस ने आरोपितों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। मामले में कार्रवाई करते हुए मोहाना थाना पुलिस ने आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया। आरोपितों को अदालत में पेश किया। जहां से उन्हें बाल सुधार गृह में भेज दिया।

आरोपी गिरफ्तार, मोबाइल कब्जे में लिया

मोबाइल को कब्जे में ले लिया है। मोबाइल जांच के लिए लैब में भेजा गया है। फिलहाल तीनों आरोपितों के खिलाफ अप्राकृतिक यौनाचार और पॉक्सो एक्ट के तहत मामला दर्ज कर गिरफ्तार कर लिया है। उन्हें अदालत में पेश किया। जहां से उन्हें बाल सुधार गृह में भेज दिया है।
सुनील कुमार, कार्यकारी प्रभारी मोहाना थाना।

शहर की पांच दुकानों से एसी के पार्ट चोरी

सोनीपत। सेक्टर-27 शहर थाना सोनीपत के सेक्टर-15 में चोर पांच दुकानों के छतों से एसी के पार्ट्स चुराने का मामला सामने आया है। पीड़ितों ने मामले को लेकर पुलिस को अवगत करवाया। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। दुकानदारों ने क्षेत्र में सुरक्षा व्यवस्था पर सवाल उठाते हुए पुख्ता इंतजाम करने की मांग की है। दुकानदारों ने बताया की चोर स्टार सैलून, बेयर्ड सैलून, सैनी प्रापर्टी, स्टाइल मैक्स हेयर सैलून और मोहम्मद अरशद दुकान की छत पर चोरी की वारदात को अंजाम दिया गया। भगवती प्रॉपर्टी की दुकान पर भी दो महीने पहले चोरी हो चुकी है। करीब 15 दिन पहले भी मान पेडी शाप की छत से भी आउटडोर यूनिट चोरी हुई थी। करीब डेढ़ साल पहले भी 17 दुकानों के आउटडोर यूनिट चोरी हुए थे। सेक्टर-27 थाना प्रभारी सवित कुमार ने बताया कि मामले को लेकर सीसीटीवी कैमरों की जांच की जा रही है।

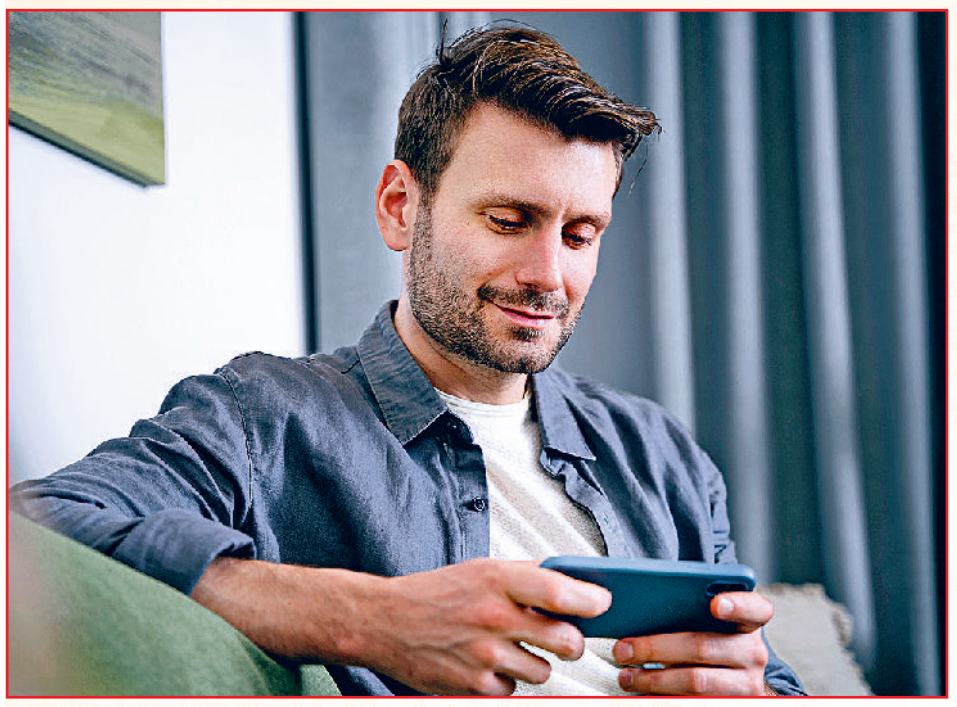
■ मलिक भवन में दादा घासीराम की 156वीं जयंती पर कई प्रस्ताव पास

दिन में वैदिक रीति रिवाजों से होंगी शादी डीजे नहीं बजाने पर भी सर्वसम्मति

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

शहर में बरोदा रोड स्थित मलिक भवन में बुधवार को दादा घासीराम की 156वीं जयंती धूमधाम से मनाई गई। समारोह में समाज की मजबूती के लिए कई प्रस्ताव पारित किए गए। जयंती समारोह के मुख्य अतिथि सहकारिता, पर्यटन एवं जेल मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा थे। अध्यक्षता गठवाला खाप के अध्यक्ष बलजीत सिंह मलिक ने की। समारोह में हर गांव के युवाओं को नशे से मुक्ति, दिन के समय आडम्बर रहित वैदिक विधि बिना डीजे बजाए शादी करना, समारोहों में थाली में झूठा खाना न छोडऩा, लिव इन रिलेशनशिप को अनैतिक कार्य, प्रेम विवाह में माता पिता की सहमति आवश्यक, दहेज मुक्त शादियां करना और शादी समारोह में शराब के स्टाल न लगाने के प्रस्ताव सर्वसम्मति से पारित किए गए। मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा ने कहा कि दादा घासीराम मलिक का जीवन हम सबके लिए प्रेरणादायक है। घासीराम ने समाजहित में कार्य किए और सभी बिरादरियों के भाईचारे को आगे बढ़ाने का काम किया। मंच संचालन जसबीर सिंह मलिक ने किया। समारोह में उल्लेखनीय कार्य करने वाली विलक्षण प्रतिभाओं को दादा घासीराम अवार्ड से सम्मानित किया गया। लोक कलाकार अमित मलिक ने अपनी शानदार प्रस्तुतियां दी। जयंती समारोह में पूर्व सांसद धर्मपाल मलिक सहित विभिन्न खाप, तपे व थांबों के प्रतिनिधि राजेंद्र सिंह मलिक, आकाशवाणी के पूर्व निदेशक धर्मपाल मलिक, जसबीर सिंह मलिक, कैप्टन जगवीर मलिक, जगदेव मलिक, बलराज व अन्य मौजूद रहे।

गोहाना। मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा को सम्मानित करते खाप अध्यक्ष बलजीत मलिक।



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

कई बीमारियों की वजह बढ़ता स्क्रीन टाइम

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

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

सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस

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

बचाव के उपायः कंप्यूटर, लैपटॉप या मोबाइल पर टाइप

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

ओवरवेट यानी ओबेसिटी

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

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

पीठ और कमर में दर्द

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

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

डायबिटीज-हाई ब्लडप्रेशर-कोलेस्ट्रॉल

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

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

कलाई और अंगुलियों में दर्द

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

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

अनिद्रा की समस्या

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

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

सिर में दर्द

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

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

मेंटल हेल्थ पर बुरा असर

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

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

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

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

प्रस्तुतिः विनीता

बच्चों का भी बढ़ रहा स्क्रीन टाइम

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

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

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

आंखों के लिए भी है बहुत हार्मफुल

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

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

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

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

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

घरेलू औषधि / रेखा देशराज

त्रिदोष नाशक कच्ची हल्दी

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

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

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

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

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

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। *

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। *

खबर संक्षेप

विकास कार्यों को समय पर पूरा करें : उपायुक्त

सोनीपत। उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि जिला में डीप्लान के तहत करवाएं जा रहे विकास कार्यों को समय सीमा में पूरा करवाने के तुरंत बाद उस कार्य से संबंधित बिल एडीसी कार्यालय में जमा करवाएं ताकि उसकी राशि जारी की जा सके। उन्होंने कहा कि इस कार्य में संबंधित अधिकारी किसी प्रकार की ढ़िलाई न बरतें। कहा कि संबंधित कार्यों के बिल अधिकारी 28 तक जमा करवाएं अन्यथा उसके लिए अधिकारी स्वयं जिम्मेदार होगा।

धान चोरी का आरोपित तीन दिन के रिमांड पर

सोनीपत। बहालगढ़ थाना सोनीपत पुलिस ने गाड़ी से धान चोरी करने की वारदात में शामिल आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित जोगिंद्र नविासी जौरासी खालसा पानीपत का है। पुलिस ने आरोपित को अदालत में पेश किया। जहां से उसे तीन दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा है। रिमांड अवधि के दौरान आरोपित से पूछताछ की जा रही है। असंल सनसाइन काउंटी निवासी राजेश ने गत 13 जनवरी को पुलिस से शिकायत दर्ज करवाई थी।

सेक्टर-23 से क्रेटा कार डेबिट कार्ड ले उड़े चोर

सोनीपत। शहर थाना क्षेत्र के सेक्टर-23 से चोर क्रेटा कार, डेबिट कार्ड सहित कागजात के चोरी होने का मामला सामने आया है। पीड़ित ने मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में मौके का मुआयना कर चोरी का मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस चोरों की तलाश के लिए क्षेत्र में लगे सीसीटीवी की रिकार्डिंग खंगाल रही है। ताकि कोई सुराग सुराग हाथ लग सके।

दुष्कर्म व धमकी देने का आरोपित गिरफ्तार

सोनीपत। शहर थाना सोनीपत पुलिस ने लड़की से दुष्कर्म करने व धमकी देने के आरोपित को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपित सन्नी निवासी वेस्ट राम नगर सोनीपत का है। पुलिस ने आरोपित को अदालत में पेश किया। जहां से न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। लड़की ने गत 21 जनवरी को पुलिस से शिकायत देकर बताया कि वर्ष 2019 में उसकी मुलाकात सन्नी के साथ हुई थी। सन्नी ने उसके साथ दुष्कर्म किया। उसके बाद उसे धमकी देने लगा था।

घर के अंदर घुसकर पीटकर किया घायल

सोनीपत। सदर थाना क्षेत्र के गांव बैंयापुर में महिला व उसके बेटी सहित पुत्रवधु से मारपीट कर घायल करने व जान से मारने की धमकी देने के आरोप का मामला सामने आया है। महिला ने मामले को लेकर पुलिस को अवगत करवाया। पुलिस ने इस संबंध में आरोपितों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस आरोपितों की तलाश कर रही है।

मकान का कब्जा नहीं दिए जाने का आरोप

खरखौदा। बरोना गांव निवासी ने मकान खरीदने के बाद बेचने वालों पर मकान का कब्जा नहीं दिए जाने का आरोप लगाया है। उसका कहना है कि अब अन्य पक्ष आकर भी उसी मकान को खुद खरीद लिए जाने की बात कह रहा है। राजेंद्र की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर लिया है। राजेंद्र का कहना है कि उसने 175 वर्ग गज का एक मकान खरीदा था, जिसकी पेमेंट देने के बाद भी उसे कब्जा नहीं दिया गया, शिकायत करने पर पुलिस ने आरोपितों को कब्जा देने को कहा, इस दौरान भी बात होने पर उसने डेढ़ लाख रुपये और दिए, साढ़े 15 लाख दिए जाने के बाद अब तक कब्जा नहीं मिल पाया।

अलग-अलग स्थानों पर बुजुर्ग व युवक की मौत

सोनीपत। सोनीपत-गोहाना-जींद रेलवे लाइन में ट्रेन की चपेट में आने से अलग-अलग स्थानों पर बुजुर्ग व युवक की मौत हो गई। मामले की सूचना मिलते ही मौके पर पहुंची राजकीय रेलवे पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां बुजुर्ग के शव की शिनाख्त होने के बाद पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया।

इंडियन मॉडर्न स्कूल में भव्य सांस्कृतिक उत्सव का आयोजन किया

आज के युग में ज्ञान ही सबसे बड़ी शक्ति : डॉ. अनिता सिंह

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

इंडियन मॉडर्न स्कूल में भव्य सांस्कृतिक उत्सव का आयोजन किया गया। जिसका थीम 'ज्ञान उत्सव' रखा गया। यह आयोजन विद्यालय प्रांगण में उत्साह और उमंग के साथ मनाया गया, जिसमें छात्रों ने अपनी प्रतिभा और रचनात्मकता का उत्कष्ट प्रदर्शन किया। कार्यक्रम की शुरुआत मुख्य अतिथि डॉ. अनीता सिंह ने दीप प्रज्वलित करके मां सरस्वती आशीर्वाद लिया।

विद्यालय प्राचार्य राजेन्द्र गाहल्याण ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कहा कि "ज्ञान ही व्यक्ति को सशक्त बनाता है, और इस उत्सव के माध्यम से हम ज्ञान के विविध रूपों को प्रदर्शित कर रहे हैं। छात्रों ने इस अवसर पर नृत्य, संगीत, नाटक तथा अन्य कलात्मक प्रस्तुतियों के माध्यम से ज्ञान और शिक्षा के महत्व को दर्शाया। 'ज्ञान उत्सव' की झलक दिखाने के लिए विभिन्न कला, विज्ञान, साहित्य, महाभारत-दृश्य आदि इतिहास से संबंधित गतिविधियां आयोजित की गई। मुख्य अतिथि डॉ. अनिता सिंह रहीं, उन्होनें अपने संबोधन में छात्रों को सतत सीखने और नवाचार के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि आज के युग में ज्ञान ही सबसे बड़ी शक्ति, इस तरह के आयोजनों से बच्चों को सीखने की नई प्रेरणा मिलती है। इस अवसर पर विद्यालय शिक्षकों, अभिभावकों व छात्रों की सक्रिय भागीदारी ने उत्सव को ओर भी मनोहर बना दिया। कार्यक्रम के अंत में प्रबंधक नीलम गाहल्याण ने सभी को धन्यवाद किया।

छात्रों ने अपनी प्रतिभा और रचनात्मकता का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान प्रस्तुति देते विद्यार्थी। *फोटो :हरिभूमि*

खरखौदा। विजेता टीम को ट्रॉफी देकर सम्मानित करते सुमन दहिया।

भाषण प्रतियोगिता में नीरज अव्वल, वंश द्वितीय रहे

सोनीपत। छोटूराम आर्य महाविद्यालय सोनीपत में इतिहास विभाग द्वारा शहीद भगत सिंह के राष्ट्र निर्माण में योगदान पर भाषण प्रतियोगिता का आयोजन करवाया गया। जिसमें प्रथम स्थान नीरज, द्वितीय स्थान वंश आर्य तथा तृतीय स्थान मोहित ने प्राप्त किया और सांत्वना पुरस्कार अमन बीए प्रथम वर्ष ने प्राप्त किया। इस प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका डॉ. ऊषा दहिया, डॉ. अनु राठी व डॉ. उर्मिल हुड्डा ने निभाई। विजेताओं को डॉ. जितेन्द्र फ्रोर द्वारा पुरस्कृत किया । इतिहास विभाग से प्रो. सतीश राठी व डॉ. पिंकी व डॉ. सुशीला उपस्थित रहे।

जेबीएच स्कूल में वाद विवाद प्रतियोगिता का आयोजन

खरखौदा। दिल्ली मार्ग पर स्थित जेबीएच स्कूल में वाद विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसकी विषय वस्तु इंटरनेट के लाभ-हानि से अवगत कराना था। इसमें कक्षा तीसरी, चौथी और पांचवीं के विद्यार्थियों ने भाग लिया। प्रतिभागियों ने विषय के पक्ष और विपक्ष में अपने विचार व्यक्त किए। इस प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों को सोशल मीडिया के प्रभावों पर अपने विचार प्रस्तुत करना था। स्कूल प्राचार्या सुमन दहिया ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि सोशल मीडिया का उपयोग हमें जागरुक करने और शिक्षित करने के लिए किया जाना चाहिए, ना कि एकाकीपन को बढ़ावा देने के लिए। इस प्रतियोगिता में कक्षा तीसरी से अंश और कक्षा पांचवी से आशीष की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। विजेता विद्यार्थियों को सुमन दहिया ने ट्रॉफी देकर सम्मानित किया। इस मौके पर कविता पांचाल, कविता गर्ग, प्रीती दहिया, वंदना दहिया, पलक शुक्ला ,मंजू दहिया आदि अध्यापक गण मौजूद रहे।

सोनीपत। अर्धनग्न होकर विरोध प्रदर्शन करते सफाई कर्मी। *फोटो :हरिभूमि*

सोनीपत : ठेका सफाईकर्मियों ने अर्द्धनग्न होकर निकाला जुलूस

- सरकार-निगम प्रशासन से की चार महीने से बकाया वेतन देने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

नगर पालिका कर्मचारी संघ सोनीपत इकाई के आह्वान पर ठेका सफाई कर्मियों ने बुधवार दोपहर अर्धनग्न होकर शहर में जुलूस निकाला। उन्होंने सरकार व निगम प्रशासन से चार माह से बकाया वेतन की मांग की। उनका आरोप है कि वेतन न मिलने से फाइनेंसरों ने उन्हें तंग करना शुरू कर दिया है। बच्चों को स्कूलों से बाहर किया जा रहा है। दुकानदारों ने सामान देना बंद कर दिया है। जिला प्रधान राजाभाई ने बताया कि सफाई का टेंडर खत्म होने के बाद उन्हें सूचना तक नहीं दी गई थी। पश्चिमी क्षेत्र के साथ पूर्वी क्षेत्र में भी 27 अगस्त 2024 को टेंडर खत्म होने के बावजूद निगम प्रशासन की तरफ से उनसे काम लिया गया। काम के बदले उन्हें वेतन जारी नहीं किया है। चार माह का वेतन बकाया है। अधिकारियों को बार-बार शिकायत करने पर सुनवाई नहीं हो रही है। इकाई प्रधान भारत कंडेरा ने बताया कि पिछले महीने नगर निगम के संविदा सफाई कर्मियों ने हड़ताल की थी। निगम आयुक्त हर्षित कुमार के आश्वासन पर उन्होंने 22वें दिन हड़ताल को संपन्न किया था। उस समय उन्हें आश्वासन दिया गया था कि 5 फरवरी तक एक माह का वेतन दिया जाएगा। 15 फरवरी तक बकाया सारा वेतन दिया जाएगा। उसके बाद भी आज तक उन्हें वेतन जारी नहीं किया गया है। जिससे ठेका सफाई कर्मियों की परेशानी बढ़ गई है।

ये रहे मौजूद

इस दौरान इकाई सचिव अनिल, युधिष्ठिर, राहुल, मुकेश कर्मा, सुनील, हरिदर्शन, दीपक, अमित, बिजेंद्र, राकेश, अजीत, रिंकू भी मौजूद रहे।

सोनीपत। शाखा के दौरान युवाओं को संबोधित करते हुए। **फोटो :हरिभूमि**

छात्रों को शिवाजी राव भोसले के जीवन से अवगत करवाया

सोनीपत। आर्यवीर दल सोनीपत की सेक्टर 12 शाखा में आज शिवाजी जयंती मनाई गई। इस अवसर पर शिक्षक राजा आर्य ने उपस्थित विद्यार्थियों को भारत के गौरव वीर सपूत शिवाजी राव भोसले के जीवन से अवगत कराया। मुगल शासक औरंगजेब के विरुद्ध उनका संघर्ष भारत का स्वर्णिम इतिहास है। शिवाजी न केवल मराठा साम्राज्य अपितु समस्त राष्ट्र के गौरव हैं। उन्होंने बताया कि नीतिपूर्वक युद्ध करने की परंपरा की शुरुआत उन्होंने की थी। अफजल खान जैसे क्रूर व्यक्तियों का निर्भीकता और बुद्धिमत्ता से उन्होंने सामना किया था। उनके जीवन से हम सभी को प्रेरणा देनी चाहिए। व्यक्तिगत जीवन से ऊंचे उठकर राष्ट्रीय उन्नति के लिए तन मन धन से प्रयास करना चाहिए। शिवाजी सदृश महान पुरुष हम सबके लिए सदैव पूजनीय और अनुकरणीय है। कार्यक्रम के इस अवसर पर अनेक आर्यवीर और वीरांगनाएं उपस्थित रहे। प्रसाद वितरण और शांति पाठ के साथ कार्यक्रम की समाप्ति हुई।

आंगनबाड़ी वर्कर्स का रोष प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

आंगनबाड़ी वर्कर एंड हेल्पर यूनियन के बैनर तले वर्कर्स ने सोनीपत में जिला कार्यक्रम अधिकारी के ऑफिस बुधवार को विरोध प्रदर्शन किया। कामरेड श्रद्धानंद सोलंकी की देखरेख में प्रदर्शन की अध्यक्षता उषा ने की और संचालन सोना देवी ने किया। सरकार बहुत ही कम वेतन में आंगनबाड़ी वर्करों से बहुत ज्यादा काम लेने का कार्य कर रही है सरकार द्वारा वर्करों को 3जी के फोन देकर 5जी वाले नेटवर्क का काम करवाना चाहती है। पोषण ट्रैक्टर द्वारा फेस कैपचरिंग का कार्य सेनेटरी नैपकिन आदि कामों को लेकर वर्करों पर बहुत ज्यादा दबाव विभाग द्वारा बनाया जा रहा है। सरकार सेंटर्स का किराया ईंधन का पैसा बहुत कम दे रही है और सेंटर विभाग को अच्छी फैसिलिटी वाले चाहिए। समय पर मानदेय नहीं दिया जा रहा जोकि न्यूनतम वेतन से बहुत ही कम है। सरकार महिलाओं का शोषण बंद करें और धरातल पर पोषण कुपोषित हो चुका है। विभाग द्वारा हमारी मांगो का कोई ठोस समाधान नहीं निकला और टर्मिनेट वर्करों का बकाया मानदेय जारी नहीं किया गया तो मजबूरन 11 मार्च आंगनवाड़ी वर्कर्स हेल्पर्स यूनियन डायरेक्टर ऑफिस पर एक दिन का प्रदर्शन करेंगे। इस मौके पर सुनीता, कविता, मंजू, बबीता, अनीता, शीला, कृष्णा, संतोष, सुशीला, उषा, शकुंतला, दर्शन, मीना, कविता, सुरेश, बाला, ललिता, सरोज आदि मौजूद रही।

सोनीपत। आंगनवाड़ी वर्कर्स विरोध प्रदर्शन करते हुए। *फोटो :हरिभूमि*

मार्केट न्यूज

हृदय और फेफड़ों के 65 रोगियों का किया मूल्यांकन

वेंकटेश्वर अस्पताल द्वारा अभिषेक मेमोरियल अस्पताल में लगाया गया शिविर

सोनीपत। वेंकटेश्वर अस्पताल, द्वारका दिल्ली द्वारा गोहाना स्थित अभिषेक मेमोरियल अस्पताल में निःशुल्क कार्डियोलॉजी, फेफड़े और स्वास्थ्य मूल्यांकन शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में निःशुल्क चिकित्सा परामर्श, कार्डियोलॉजी स्क्रीनिंग, कार्डियोलॉजी, सीटीवीएस विशेषज्ञ और पल्मोनोलॉजी परामर्श के साथ-साथ पोषण संबंधी सलाह भी शामिल थी। मूल्यांकन में ईसीजी निगरानी, रक्त शर्करा माप, बीपी माप, बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) शामिल थे। इसके अलावा बीएमडी और पीएफटी भी किया गया। हृदय और फेफड़ों से संबंधित समस्याओं के लिए 65 रोगियों का मूल्यांकन किया गया, उन्हें सलाह दी गई। इस दौरान वेंकटेश्वर अस्पताल के प्रवक्ता ने बताया कि किसी भी सार्वजनिक पहल और सामुदायिक सेवा में सहायता प्रदान करने में वेंकटेश्वर अस्पताल हमेशा अग्रणी रहा है। इस परंपरा को जारी रखते हुए इस शिविर का आयोजन किया। चिकित्सकों की टीम में डॉ. राकेश चुघ (सीटीवीएस सर्जन), डॉ. वरुण गुप्ता (हृदय रोग विशेषज्ञ) और डॉ. गौरव मलिक (पल्मोनोलॉजिस्ट) के साथ-साथ वेंकटेश्वर अस्पताल, द्वारका दिल्ली और अभिषेक मेमोरियल अस्पताल, गोहाना के स्वयंसेवक, नर्स और ईसीजी तकनीशियन शामिल रहे।

मंडल अध्यक्ष ने प्रदेशाध्यक्ष से आशीर्वाद लिया

गोहाना। बुधवार को भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मोहन लाल बड़ौली पार्टी गोहाना मंडल के अध्यक्ष भूपेन्द्र मुदगिल के कार्यालय पर पहुंचे। भूपेंद्र मुदगिल ने मंडल अध्यक्ष बनने पर प्रदेश अध्यक्ष से आशीर्वाद लिया। मोहन लाल बडोली बड़ौली ने कहा कि भाजपा सब का साथ सब का विकास की नीति पर काम कर रही है। भाजपा समाज के हर वर्ग के उत्थान के लिए नई योजनाएं शुरू की हैं। भाजपा की जन कल्याणकारी नीतियों के चलते ही प्रदेश में पार्टी ट्रिपल इंजन की सरकार बनाने जा रही है। कार्यक्रम में भाजपा जिला कोषाध्यक्ष बलराम कौशिक, बुटाना मंडल अध्यक्ष राजेश भावड़, खानपुर मंडल अध्यक्ष जस्सी खुराना, डॉ. ओम प्रकाश, डॉ. रमेश कश्यप, सूरजमल शर्मा, मनोज कुमार, बबलू वाल्मीकि, सतीश उरलाना, महिला अध्यक्ष रीना शर्मा, गंगेसर सरपंच सविता, विजय व वीरेन्द्र मौजूद रहे।

गोहाना। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष को पुष्पगुच्छ भेंट करते हुए मंडल अध्यक्ष भूपेंद्र मुदगिल। *फोटो : हरिभूमि*

छात्राओं व महिलाओं के साथ पुलिस आयुक्त व अन्य पुलिस कर्मी।

कामकाजी महिला को डायल 112 से जोड़ा जा रहा

सोनीपत। पुलिस आयुक्त नाजनीन भसीन ने कहा कि छात्राओं और कामकाजी महिलाओं को डायल-112 से जोड़ा जा रहा है। इससे जुड़ने पर जब भी कोई छात्रा या महिला ई-रिक्शा या ऑटो रिक्शा में सवार होगी तो पुलिस सुनिश्चित करेगी की वो सुरक्षित गंतव्य तक पहुंची है या नहीं। इसको लेकर ऑटो और ई रिक्शा चालकों का रजिस्ट्रेशन तथा वेरिफिकेशन हो गया है। जल्द इस सुविधा की शुरुआत होगी। पुलिस आयुक्त बुधवार को ग्रामीण भ्रमण कार्यक्रम के दौरान बड़वासनी के राजकीय स्कूल में छात्राओं और महिलाओं को सुरक्षा के प्रति जागरूक कर रही थी। पुलिस आयुक्त नाजनीन भसीन ने कहा कि स्कूलों और कॉलेजों के आसपास सुरक्षा के भी व्यापक प्रबंध किए गए हैं। स्कूल और कॉलेज के सुबह खुलने व छुट्टी होने के समय सुरक्षा व्यवस्था कड़ी की गई है। इस दौरान उनको यातायात के नियमों के बारे में भी जानकारी दी। वहीं, साइबर ठगी के प्रति भी जागरूक किया। पुलिस आयुक्त ने कहा कि आपके साथ किसी भी प्रकार की साइबर धोखाधड़ी हो जाती है तो तुरंत साइबर हेल्पलाइन नंबर-1930 पर काल करें या साइबर पोर्टल वेबसाइट पर अपनी शिकायत दर्ज करवाएं।

जाट भवन के 5वें तल का निर्माणकार्य प्रारंभ

गोहाना। शहर के सेक्टर सात में तैयार हो रहे जाट भवन के 5वें तल का निर्माणकार्य बुधवार हो शुरू कर दिया गया। भवन की इस पांचवीं मंजिल का निर्माण गांव धनाना स्थित सतलोक आश्रम कमेटी द्वारा करवाया जाएगा। पिछले दिनों आश्रम कमेटी द्वारा भवन की यह मंजिल बनवाने की घोषणा की गई थी। पूरी मंजिल संत रामपाल के नाम से बनेगी। जाट भवन कमेटी द्वारा सेक्टर सात में जाट भवन तैयार करवाया जा रहा है। सतगुरु रामपाल से आज्ञा लेकर दिसंबर 2024 में सतलोक आश्रम की कमेटी संत वीरेंद्र पाल के नेतृत्व में जाट भवन का निरीक्षण करने पहुंची थी। आश्रम कमेटी ने जाट भवन की कमेटी के सामने आश्रम कमेटी ने प्रस्ताव रखा कि यहां पर सतगुरु रामपाल के नाम से जाट भवन में पूरी एक मंजिल बना दी जाएगी। भवन कमेटी के इस प्रस्ताव को स्वीकार कर लिया था। बुधवार को संत रामपाल के दो बेटे वीरेंद्र और मनोज, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली व भाजपा जिला उपाध्यक्ष इंद्रजीत विरमानी द्वारा भवन की उक्त मंजिल का निर्माणकार्य शुरू करवाया। इस अवसर पर डॉ. कपूर नरवाल, नरेंद्र गहलावत, संतराज मान, विनोद सहरावत, रणबीर चहल, संजय दूहन, संजय मलिक आदि मौजूद रहे।

गोहाना। अतिथियों का फूलों की मालाओं से स्वागत करते जाट भवन कमेटी के प्रतिनिधि। *फोटो :हरिभूमि*

सोनीपत। आर्यन दहिया का स्वागत करते प्राचार्या एवं अन्य।

राष्ट्रीय खेलों में आर्यन का शानदार प्रदर्शन

सोनीपत। देहरादून में आयोजित 38वें राष्ट्रीय खेलों में शानदार प्रदर्शन कर शानदार प्रदर्शन कर लौटे लिटल एंजल्स स्कूल के खिलाड़ी आर्यन का स्कूल पहुंचने पर स्वागत किया गया। यह प्रतियोगिता 7 से 13 फरवरी तक आयोजित की गई। जिसकी हरियाणा नेटबॉल, ट्रेडिशनल नेटबॉल, फास्ट फाइव नेटबॉल, मिक्सड नेटबॉल स्पर्धा में हरियाणा की टीम ने शानदार प्रदर्शन किया। आर्यन ने हरियाणा टीम में खेलते हुए दो स्वर्ण पदक जीत प्रदेश व स्कूल का नाम रोशन किया। लिटल एंजल्स स्कूल के खिलाड़ी आर्यन दहिया ने हरियाणा टीम में खेलते हुए दो स्वर्ण पदक प्राप्त कर शानदार जीत हासिल की। इसी दौरान ट्रेडिशनल खेलों का आयोजन हुआ, जिसमें हरियाणा ने स्वर्ण पदक जीते व फास्ट फाइव नेटबॉल में भी स्वर्ण पदक प्राप्त किए। आर्यन दहिया ने दोनों ही इवेंट में बेहतरीन प्रदर्शन कर शानदार जीत हासिल की। आर्यन दहिया का फूल मालाओं से स्वागत किया गया । विद्यालय के चेयरमैन तरसेम कुमार गर्ग, सचिव डॉ. विशाल गर्ग, प्रधानाचार्य आशा गोयल व उप प्रधानाचार्य गीता अरोड़ा ने आर्यन दहिया को उनकी शानदार उपलब्धि पर बधाई दी।

अध्यक्ष पद पर तीन, उपाध्यक्ष पर दो व सचिव पर एक ने नामांकन वापस लिया

- बार एसो. चुनाव में नामांकन वापस लेने की प्रक्रिया पूर्ण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

बार एसो. गोहाना के चुनाव में बुधवार को नामांकन वापस लेने की प्रक्रिया पूरी हो गई। अध्यक्ष पद पर तीन, उपाध्यक्ष पद पर दो और सचिव पद पर एक ने नामांकन वापस लिया। अब अध्यक्ष पद के लिए चार प्रत्याशियों के बीच मुकाबला होगा। आरओ वरिष्ठ अधिवक्ता इंद्र सिंह भनवाला, एआरओ नरेश शर्मा, संदीप सैनी और रिंकू हुड्डा ने बताया कि तीन पदों पर पहले निर्विरोध प्रत्याशी चुने जा चुके हैं। आरओ इंद्र सिंह भनवाला ने बताया कि अध्यक्ष पद पर वीरेंद्र सिंह, संदीप सैनी व संदीप सनसनवाल ने नामांकन वापस ले लिए। अब अध्यक्ष पद के लिए भूपेंद्र मान, कुलदीप शर्मा, प्रदीप कुमार पांचाल व संदीप पूनिया के बीच चुनाव होगा। उपाध्यक्ष पद पर वरुण दत्त अत्री व शुभम जैन ने नामांकन वापस लिए। डा. सुरेंद्र प्रताप चित्रा व अमित सहराया के बीच मुकाबला होगा। सचिव पद पर आशीष बंसल ने नामांकन वापस लिया।

खरखौदा। विजेता टीम को सम्मानित करते आयोजक। *फोटो :हरिभूमि*

नेटबॉल चैंपियनशिप में खरखौदा ब्लॉक ने मारी बाजी

खरखौदा। नेटबॉल एसो ऑफ जिला सोनीपत के महासचिव अंकित ने बताया कि 17 वीं जूनियर जिला सोनीपत नेटबॉल चैम्पियनशिप (लड़के और लड़कियां) व तृतीय जूनियर जिला सोनीपत फास्ट फाइव नेटबॉल चैम्पियनशिप (लड़के और लड़कियां) व प्रथम जूनियर जिला सोनीपत मिक्सड नेटबॉल चैम्पियनशिप जो 17 फरवरी और 18 फरवरी को स्पोर्ट्स कांप्लेक्स, गीवाना, सोनीपत में आयोजित की गई। 17 वीं जूनियर के लड़कों के वर्ग में फाइनल मैच में खरखौदा ने गोहाना ब्लॉक को 22-18 के अंतर से हराया। चैंपियनशिप में प्रथम स्थान खरखौदा ब्लॉक ने द्वितीय स्थान गोहाना ब्लॉक व तृतीय स्थान राई ब्लॉक ने प्राप्त किया । लड़कियों के वर्ग में खरखौदा ने राई ब्लॉक 18-16 अंतर से हराया। प्रथम स्थान खरखौदा ब्लॉक ने, द्वितीयगोहाना ब्लॉक व तृतीय स्थान राई ब्लॉक ने प्राप्त किया।

नपा ने 68 लाख रुपये खर्च कर करीब 1800 लाइटें मंगवाई, शहर होगा रोशन

गन्नौर। नपा ने शहर की सड़कों, गलियों व वार्डो को रोशन करने के लिए लाखों रुपये खर्च कर स्ट्रीट लाइटें मंगवाई है। नगरपालिका ने 68 लाख रुपये खर्च कर करीब 1800 लाइटें मंगवाई है। इस लाइटो को गलियों, सड़को व वार्डो में लगाया जाएगा। शहर के 17 वार्डो में लाइट लगाई गई थी, लेकिन धीरे-धीरे लाइटे खराब होने लगी। लाइट खराब होने को लेकर पार्षदो को तरफ से लगातार शिकायत मिल रही थीं जिसके बाद अब नपा ने 68 लाख रुपये खर्च कर लाइट मंगवाई है। जिनको 17 वार्डो में लगाया जायगा। वही पार्षदो को 24-24 लाइटे दी गई है, लेकिन अजय, विकास, प्रदीप का कहना है कि कुछ पार्षदो को नगरपालिका अधिकारियों ने 48 लाइटे दी है। उनके साथ भेदभाव किया जा रहा है। वार्डो में लाइट खराब होने की वजह से अंधेरा रहता है, कई बार अधिकारियों को शिकायत दी, लेकिन उन्हें लाइट नही मिल रही। नपा सचिव नितिन वत्स ने बताया कि वार्डो में लाइट लगाने का टेंडर किया जाएगा। जिसके बाद सभी वार्डो में लाइट लगेगी। पार्षदो को किसने लाइट दी उन्हें जानकारी नही है। टेंडर लगने के बाद खराब पड़ी लाइट ठीक कराई जाएगी।

न्यायालय श्री अभिमन्यु नायब तहसीलदार एवं सहायक कलैक्टर प्रथम श्रेणी गोहाना।
केस नं. : 47/एन.टी., तिथि दायरा : 07.10.2020
तिथि पेशी : 19.03.2025
किस्म मुकदमा : दुरूस्ती गिरदावारी
मौजा : गोहाना
जयसिंह आदि। ...पक्ष अव्वल
बनाम
1. मनफुल पुत्र इन्द्राज पुत्र अमीलाल 2. चन्दन पुत्र हीरा 3. श्योचन्द पुत्र धनसिंह निवासीगण गांव गढी उजाले खां तहसील गोहाना जिला सोनीपत खेवट नं0 2370/2256 खाता नं0 2556, 2557, 2558 जमाबन्दी साल 2015-2016 खसरा नं0 160 कुल तादादी 2 कनाल 15 मरले मौजा गोहाना।
...पक्ष दोयमगण
नोटिस बनाम फरीक दोयमगण बजरिये प्रकाशन अखबार हरिभूमि समाचार पत्र
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि उपरोक्त केस अनुमान इस न्यायालय में विचाराधीन है। जो फरीक दोयम का दुरूस्त पता ना होने का कारण फरीक अव्वल के वकील द्वारा अखबारी प्रकाशन किया जाना है। इसलिए अखबार में प्रकाशन के जरिए फरीक दोयमगण को सूचित किया जावे कि उपरोक्त केस की आगामी तिथि 19.03.2025 निश्चित है उपरोक्त फरीक दोयमगण जहा भी रहते हैं निश्चित तिथि पेशी तक असालतन या वकालतन न्यायालय हाजिर आवें। अन्यथा उनके विरूद्ध एकतरफा कार्यवाही अम्ल में लाई जावेगी
हस्ता/- सहायक कलैक्टर
प्रथम श्रेणी गोहाना। 13/02/2025

खबर संक्षेप

चलती गाड़ी से हवाई फायर करने वाला पकड़ा

गोहाना। शहर थाना गोहाना की पुलिस ने हाईवे पर चलती गाड़ी से हवाई फायर करने की घटना में आरोपित गांधी नगर के विकास व मोहित को गिरफ्तार किया। कोर्ट ने उनको न्यायिक हिरासत में भेजा। गांव सैनीपुरा के रविंद्र ने बताया कि 18 फरवरी की रात को वह दोस्तों के साथ स्कार्पियो में गोहाना के निकट ढाबे से खाना लेने आ रहा था। इसी दौरान क्रेटा ने ओवरटैक किया था और उसमें सवार युवक ने बंदूक से हवाई फायर किया था। पुलिस ने विकास व मोहित को गिरफ्तार कर लिया। उनसे हथियार व गाड़ी बरामद कर ली गई।

मादक पदार्थ तस्करी में आरोपित गिरफ्तार

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस ने मादक पदार्थ तस्करी की घटना में संलिप्त दूसरे आरोपित दिल्ली में बुध विहार के दीपांशु को गिरफ्तार किया। उसने कासंडी गांव के हरबीर को अफीम उपलब्ध करवाई थी। पुलिस ने दीपांशु को पांच दिन के रिमांड पर लिया है। सहायक उप निरीक्षक विजयश्वर ने पुलिस टीम के साथ 16 फरवरी को गांव कासंडी के हरबीर को मादक पदार्थ के साथ गिरफ्तार किया था। उससे 815 ग्राम अफीम बरामद की थी। पुलिस पूछताछ में सामने आया था कि हरबीर एसएसबी में कार्यरत है और उसने दूसरे व्यक्त से मादक पदार्थ लिया था। पुलिस ने मादक पदार्थ उपलब्ध करवाने वाले दीपांशु को गिरफ्तार किया।

सड़क दुघर्टना में बाइक सवार दो घायल

खरखौदा। मोटरसाइकिल और कार में हुई टक्कर में बाइक सवार दो लोग घायल हो गए। जिन्हें खरखौदा के सरकारी अस्पताल में भर्ती करवाया गया। घायल मोनू की शिकायत पर पुलिस ने कार चालक पर केस दर्ज कर लिया है। मध्य प्रदेश के जिला मुरैना के पचंमपुरा गांव के रहने वाले मोनू का कहना है कि वह हाल समय में झरोठी गांव में रहता है। बाइक पर साथी सतबीर के साथ वह घर जा रहा था, रास्ते में उसे कार चालक ने टक्कर मार दी व कार छोड़कर फरार हो गया।

अवैध हथियार सहित युवक को किया काबू

खरखौदा। अवैध हथियार सहित एक युवक को एसएजी यूनिट, सोनीपत की टीम ने गिरफ्तार किया है। आरोपित मोहित सेहरी गांव का रहने वाला है। एएसआई नवीन अपनी टीम के साथ खरखौदा क्षेत्र में गश्त पर थे, इसी दौरान मोहित को अवैध हथियार व कारतूस के साथ गिरफ्तार किया गया।

दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विवि में आयोजित बैठक में बोले-शिक्षा मंत्री

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के क्रियान्वयन में हरियाणा को बनाएंगे देश में नंबर वन

- शिक्षा मंत्री ढांडा ने कहा कि हॉर्टिकल्चर के माध्यम से महिलाएं दे सकती हैं दूसरों को रोजगार
- प्रदेश की बोली को भाषा बनाने पर करें संस्कृत विश्वविद्यालय कार्य
- शिक्षा मंत्री ढांडा ने विश्वविद्यालयों के कुलपतियों को सुझाव दिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए शिक्षा मंत्री साथ में अन्य। *फोटो : हरिभूमि*

प्रदेश के शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति के क्रियान्वयन में हरियाणा शायद देश में अव्वल है। अगर नहीं है तो हमें गंभीरता से राष्ट्रीय शिक्षा नीति को प्रदेश में लागू करके नंबर वन बनना होगा। उन्होंने कहा कि हॉर्टिकल्चर के माध्यम से महिलाएं व्यवसाय करके दूसरों को रोजगार देने का कार्य कर सकती हैं।

दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, मुरथल में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 को लागू करने के लिए हुई मीटिंग की अध्यक्षता प्रदेश के शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा ने की। शिक्षा मंत्री ढांडा ने मीटिंग प्रारंभ होने से पूर्व दीनबंधु छोटू राम की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित की। कार्यक्रम का प्रारंभ शिक्षा मंत्री ढांडा ने दीप प्रज्वलन करके किया। डीसीआरयूएसटी, मुरथल का न्यूज लेटर भी ढांडा ने अनावरण किया। शिक्षा मंत्री ढांडा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के क्रियान्वयन को लेकर कुलपतियों को संबोधित करते हुए कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति को लागू करने को लेकर प्रदेश के विश्वविद्यालय द्वारा अच्छा कार्य किया जा रहा है। इस विषय पर गंभीरता से कार्य किया जा रहा है। इसको पूर्णत प्रदेश में लागू करने पर अभी समय लगेगा। उन्होंने कहा कि हरियाणा उच्चतर शिक्षा परिषद के साथ मिलकर सभी कुलपति गंभीरता के साथ कार्य करें। विश्वविद्यालय यह सुनिश्चित कर लें कि अगले एक माह में क्या कार्य करना है तथा अगले तीन माह में क्या कार्य करना है। शिक्षा मंत्री ढांडा ने कहा कि हमें राष्ट्रीय शिक्षा नीति बच्चों के अच्छे भविष्य के लिए लागू करनी है। इस विषय पर पूरी ताकत लगाकर कार्य करें,ताकि राष्ट्रीय शिक्षा नीति को लागू करने में हम देश में प्रथम स्थान पर रहें। शिक्षा मंत्री ढांडा ने डा. बीआरएनएनयू की कुलपति को सुझाव दिया कि आपके विद्यार्थियों को कानून की अच्छी जानकारी है। उन्होंने सुपवा के कुलपति को कहा कि जिस प्रकार पंजाब व देश के दक्षिणी राज्यों ने वहां की संस्कृति, कला, वाद्य यंत्र व लोक संगीत पर कार्य किया है, उसी प्रकार से प्रदेश के विश्वविद्यालय को भी हरियाणा की संस्कृति, कला, वाद्य यंत्र व लोक संगीत पर कार्य करना चाहिए।

उच्च शिक्षा व तकनीकी शिक्षा के अतिरिक्त प्रधान सचिव विनीत गर्ग ने कहा कि प्रदेश सरकार राष्ट्रीय शिक्षा नीति को लागू करने के लिए कार्य कर रही है।

बैठक में यह रहे मौजूद

बैठक में उच्चतर शिक्षा महानिदेशक राहुल हुड्डा, हरियाणा उच्चतर शिक्षा काउंसिल के अध्यक्ष प्रो.कैलाश चंद्र शर्मा, डीसीआरयूएसटी मुरथल के कुलपति प्रो. प्रकाश सिंह, डीपी भारद्वाज, मुकेश गर्ग, तकनीकी शिक्षा व उपाध्यक्ष प्रो. एसके गखड़ व प्रदेश के सरकारी विश्वविद्यालयों के कुलपति उपस्थित रहे।

शिक्षा मंत्री को सौंपा ज्ञापन

दीनबन्धु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, मुरथल, सोनीपत के गैर-शिक्षक कर्मचारियों ने शिक्षामंत्री, हरियाणा सरकार को ज्ञापन सौंपा। नई शिक्षा नीति लागू करने बारे आयोजित मीटिंग में हिस्सा लेने के लिये डीक्रस्ट में पहुंचें शिक्षा मंत्री से विवि के गैरशिक्षण कर्मचारियों के एक दल ने मुलाकात की। जिसमें उप-प्रधान सुरेश कुमार एवं पूर्व प्रधान प्रवेष त्यागी ने शिक्षा मंत्री से मुलाकात कर लंबित सेवा नियमों को हरियाणा सरकार से अनुमोदित करवाने एवं नए पदों (दूसरे दौर) को सृजित करवाने के लिए ज्ञापन सौंपा। शिक्षामंत्री के साथ सौहार्दपूर्ण वार्ता हुई। जिसमें शिक्षा मंत्री ने उक्त मांगों को जल्द से जल्द पूरा करवाने का आश्वासन दिया।

अपने सरनेम वाला नेता, सुपर सीएम और नंबर दो

सुनने में आया है कि भाईसाहब ने टिकट के लिये अपनी वीटो पावर यूज की थी। कोई बता रहा था कि एक लाला जी का नाम फाइनल था, लेकिन भाईसाहब ने अपने सरनेम वाले एक पुराने नेता से संपर्क साधकर अपनी टिकट फाइनल करवा ली। जिसके बाद सुपर सीएम की सिफारिश ना होने के बावजूद नंबर 2 की टेबल से टिकट फाइनल हुई।

सुपरस्टार थे पिता, बेटे की राजनीति में कंगाली

माड़े टाइम में भाजपा के सुपरस्टार रहे नेताजी के बेटे इन दिनों अजीब परिस्थितियों से गुजर रहे हैं। पिता के 9 हलकों के सम्राज्य में से 1 हलके में काम कर रहे हैं, लेकिन संगठन स्तर पर उनकी चल नहीं रही। पिछले दिनों उनके हलके से ऐसे व्यक्ति को मंडल अध्यक्ष बना दिया गया, जोकि पिछले चुनावों में नेता पुत्र के खिलाफ भीतराघात कर चुके हैं।

माल लूट कर खुद किया था इंतकाल

1 करोड़ की जिस रजिस्ट्री के मामले में फिट अफसर का तबादला हुआ था। उसी जमीन का पिछले साल अक्टूबर में इंतकाल दर्ज हुआ था। मजे की बात ये है कि जिस अनोखे अफसर की शिकायत पर यह तबादला हुआ था, उसी अनोखे अफसर ने यह इंतकाल दर्ज किया था। कोई बता रहा था कि अफसर ने उस समय लाखों का माल कूटा था।

900 चूहे खाकर बिल्ली हज को चली

रजिस्ट्री मामले में केवल फिट अफसर ही नहीं बल्कि अंग्रेज जैसे दिखने वाले अफसर भी नप गए थे। हालांकि अपना जुगाड़ लगाकर अफसर ने सोनीपत तो नहीं छोड़ा, हालांकि सचिवालय की कुर्सी जरूर छुट गई है। अफसरशाही में इस मामले में 900 चूहे खाकर बिल्ली हज को चली वाली कहावत को अनोखे अफसर की कारस्तानी से जोड़ कर सुनाया जा रहा है।

पहले पीते थे सोमरस, अब मार रहे हैं गुलाटियां

चुनावी मौसम में लोगों का इधर उधर जाना तो आम बात है। लेकिन एक दिवंगत नेता के खासमखास माने जाने वाले मंडी के एक लाला जी को लेकर खास चर्चा चल रही है। लाला जी हर रोज नेताजी के साथ विदेशी सोमरस का स्वाद चखते थे। लेकिन अब चुनावी मौसम में बेटे की मदद करने की बजाय इधर उधर गुलाटियां मार रहे हैं।

जिला बाल महोत्सव में ओपीएस ने जीते 21 पुरस्कार, किया सम्मानित

गोहाना। विजेता विद्यार्थियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान करके पुरस्कृत करते शिक्षकगण। *फोटो : हरिभूमि*

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

जिला स्तरीय बाल महोत्सव में गोहाना-जींद मार्ग स्थित ओम पब्लिक स्कूल (ओपीएस) ने 21 पुरस्कार जीते। स्कूल में विजेता विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। समारोह के लिए नेतृत्व स्कूल की एमडी निर्मल लाठर का रहा। अध्यक्षता प्राचार्य मनजीत खासा ने की जबकि संयोजन उप प्राचार्या रेखा बजाज का रहा।

जिला बाल कल्याण परिषद सोनीपत द्वारा 15 से 22 अक्तूबर तक विभिन्न प्रतियोगिताएं करवाई गई। ग्रुप-वन के समूह नृत्य में ओपीएस की टीम अव्वल रही और जोनल स्तर के लिए क्वालीफाई किया थाा। विजेता टीम में कक्षा 5वीं की वेदिका, निधि, रिया, मन्नत, हिमानी, यशिश, अनामिका और दिव्या शामिल थीं। ग्रुप-3 की समूहगान प्रतियोगिता में स्कूल की टीम ने तीसरा स्थान प्राप्त किया था।

विजेता टीम कक्षा 10वीं की रितु, साल्वी, प्रिंसी, संजना, प्रियांशी, पूर्वा, आरती और अनुभव पर आधारित थी। फन गेम्स में कक्षा 9वीं की छात्रा सोनाली और सोलो गायन में कक्षा 12वीं के विद्यार्थी कार्तिक ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। भाषण प्रतियोगिता में कक्षा 11वीं की छात्रा अनुष्का ने सांत्वना पुरस्कार जीता था। इस अवसर पर पूनम, अजय, मोहित, मालती, राजन, ईशा, बजाज, विजय और अभिषेक मौजूद रहे।

सैन्य अस्पताल अटैचमेंट कैंप के लिए शिवानी, दिशा और नेहा का चयन

सोनीपत। चयनित छात्राओं के साथ प्राचार्या व एनसीसी अधिकारी।

सोनीपत। हिंदू कन्या महाविद्यालय की तीन एनसीसी कैडेट्स सीपीएल शिवानी, कैडेट दिशा और एल-सीपीएल नेहा का चयन मिलिट्री हॉस्पिटल आर्मी अटैचमेंट शिविर के लिए हुआ है। यह शिविर 24 फरवरी से 7 मार्च तक अंबाला कैंट में आयोजित किया जाएगा। कॉलेज की एसोसिएट एनसीसी अधिकारी लेफ्टिनेंट नीतू नसीयर ने बताया कि यह चयन 12 हरियाणा बटालियन एनसीसी, सोनीपत के कमांडिंग अधिकारी कर्नल अनूप रावत की देखरेख में हुए चयन प्रक्रिया के माध्यम से किया गया है। महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. विपाशा अग्रवाल व लेफ्टिनेंट नीतू नसीयर ने चयनित कैडेट्स को शुभकामनाएं दी और उन्हें इस स्वर्णिम अवसर का पूर्ण लाभ उठाने के लिए प्रेरित किया।

कन्या महाविद्यालय में आयोजित शिविर में 42 यूनिट रक्त एकत्रित किया

खरखौदा। शिविर में रक्तदान करते रक्तदाता। *फोटो : हरिभूमि*

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय में प्राचार्या डॉ.प्रमिला के नेतृत्व में फिम्स ब्लड बैंक सोनीपत के सहयोग से रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि कॉलेज कार्यकारिणी समिति प्रधान वेद प्रकाश दहिया के साथ प्रबंधन समिति के उपप्रधान सतवीर दहिया, मुख्य सचिव नीरज दहिया, सचिव कुलदीप दहिया तथा कोषाध्यक्ष राजेंद्र गनौत्रा भी शिविर में पहुंचे। मुख्य अतिथि ने रिबन काटकर रक्तदान शिविर का शुभारंभ किया। प्राचार्या ने कहा कि ज्यादा से ज्यादा रक्तदान कर समाज हित में सभी को अपना योगदान देना चाहिए, क्योंकि रक्तदान महादान होता है। प्रतिवर्ष 14 जून को विश्व रक्तदाता दिवस मनाया जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन की इसमें विशेष भूमिका रहती है। मानवता के कल्याण के लिए हम सभी को बढ़-चढ़कर रक्तदान करना चाहिए। इस अवसर पर राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई दो की स्वयंसेविकाओं ने लोगों को रक्तदान के लिए प्रेरित करने के उद्देश्य से स्लोगन, पोस्टर तथा रंगोली बनाकर लोगों को रक्तदान जैसे पुण्य और जन कल्याणकारी कार्य करने का संदेश दिया। शिविर में 42 यूनिट रक्त इकट्ठा किया गया। स्टाफ में डॉ.विजयदीप , ईश्वर दहिया, सरोज तथा रिंकी आदि ने भी रक्तदान कर जनकल्याण में भागीदारी की। कॉलेज की वार्षिक पत्रिका दिशा दृष्टि का विमोचन मुख्य अतिथि वेदप्रकाश दहिया ने किया। इस अवसर पर मंच संचालन डॉ.सीमांत और डॉ. प्रमिला ने किया।

मारपीट कर घायल करने का आरोप

खरखौदा। शहर के वार्ड दस के रहने वाले एक व्यक्ति ने मारपीट कर उसे व उसकी पत्नी को घायल करने का आरोप लगाया है। अनिल का कहना है कि वह अपने घर पर था और उसकी पत्नी उसकी दवा लेने के लिए बाजार में गई हुई थी। पीछे से कुछ बच्चों ने उसके घर के आंगन में पत्थर फैंके तो व छत पर देखने चला गया। वापस नीचे आने पर पड़ोस के ही कई लोगों ने उसके घर में घुसकर उस पर हमला कर दिया। इस बीच उसकी पत्नी घर आ रही थी, बीच गली में उसे भी पकड़कर पीटा गया। घायल की शिकायत पर पुलिस कई के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है।

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 कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 0130-2989288, 9253681010, 9253681005

इंटर कालेज डिबेट कंपीटिशन में अनुष्का प्रथम

- वन नेशन वन इलेक्शन विषय पर सीआरए कालेज में सफल आयोजन

सोनीपत। जीवीएम गर्ल्स कॉलेज में विजेताओं के साथ प्राचार्या एवं अन्य।

सोनीपत। छोटूराम आर्य महाविद्यालय (सीआरए) में आयोजित इंटर कालेज डिबेट कंपीटिशन में जीवीएम गर्ल्स कालेज की छात्राओं ने प्रथम पुरस्कार हासिल किया। संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी व प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने विजेताओं को बधाई दी। जीवीएम के कला संकाय की डीन एवं संयोजक प्राध्यापिका संगीता शर्मा ने बताया कि सीआरए कालेज के तत्वावधान में हुए वन नेशन वन इलेक्शन विषय पर इंटर कालेज डिबेट कंपीटिशन में बड़ी संख्या में विभिन्न कालेजों के विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। प्रतियोगिता में जीवीएम की टीम ने भी हिस्सा लिया जिसमें अनुष्का व अनुराधा शामिल रही। प्रतियोगिता में जीवीएम की बीकॉम प्रथम वर्ष की छात्रा अनुष्का ने विषय के पक्ष में बोलते हुए प्रथम पुरस्कार प्राप्त किया। अनुष्का को 500 रुपये पुरस्कार से नवाजा। कालेज लौटने पर प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह व कला संकाय की डीन संगीता शर्मा ने अनुष्का व अनुराधा का अभिनंदन किया।

बंगलामुखी मंदिर से श्रद्धालुओं का जत्था पहुंचा प्रयागराज

सोनीपत। महाकुंभ पहुंचे पं. रामकृष्ण पाठक व अन्य।

सोनीपत। बगलामुखी विष्णेश्वर महादेव मंदिर चेरिटेबल सोसायटी मोहननगर सोनीपत से प्रयागराज महाकुंभ के लिए एक जत्था मंगलवार शाम को रवाना किया गया। मंदिर के व्यवस्थापक सह पंडित रामकृष्ण पाठक, मंदिर के संस्थापक इन्द्रकला देवी, मंदिर के आजीवन सदस्य राम कुमार पाठक, संतोष ठाकुर, जानकी देवी, इंजिला देवी आदि इस जत्थे में शामिल रहे। सभी श्रद्धालुओं ने प्रयागराज में महाकुंभ स्नान का लाभ उठाया।

करियर निर्माण के अवसर विषय पर दिया एक्सटेंशन लेक्चर

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित विद्यार्थियों को जानकारी देते हुए।

सोनीपत। छोटूराम आर्य महाविद्यालय में भूगोल विभाग द्वारा ' भूगोल के क्षेत्र में करियर निर्माण के अवसर ' विषय पर एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन करवाया गया। जिसमें मुख्यवक्ता राकेश दास ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। जिनका महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. नरेंद्र सिंह एवं डॉ. निशा खत्री (भूगोल विभाग) ने स्वागत किया। मुख्य वक्ता ने अपने वक्तव्य में बताया कि भूगोल की महत्वत्ता क्या है। इस अवसर पर भूगोल विभाग के सभी प्राध्यापक उपस्थित रहे।

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 X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/-
10X 8 सें.मी		रु. 2500/-

+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
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन 0130-4012310, 9253681028

टीकाराम कन्या महाविद्यालय में वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता संपन्न

तनुजा बनी बेस्ट एथलीट, मिला नकद पुरस्कार

- कॉलेज प्राचार्य गीता ने सभी का पुष्पगुछ देकर स्वागत किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। विजेताओं को सम्मानित करते प्रधान सुरेंद्र सिंह दहिया साथ में अन्य।

टीकाराम कन्या महाविद्यालय में 29वीं वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसका शुभारंभ टीका राम शिक्षा समिति के प्रधान सुरेंद्र सिंह दहिया और अमित दहिया ने ध्वजारोहण कर किया।

कॉलेज प्राचार्य गीता ने सभी का पुष्पगुछ देकर स्वागत किया और महाविद्यालय की वार्षिक उपलब्धियों का ब्यौरा दिया। प्रतियोगिता में 100 मीटर रेस, 200 मीटर रेस, 400 मीटर रेस, साइकिल रेस, लेमन रेस, बुक बैलेंस रेस, मटका रेस, लोंग जम्प, हाई जम्प, शॉट पुट, रिले रेस आदि प्रतियोगिताएं रखी गई।

जिसमें छात्राओं ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। प्रधान सुरेंद्र सिंह दहिया ने जीवन में अनुशासन व मेहनत अपनाने का संदेश देते हुए आगे बढ़ने की प्रेरणा दी। 29वीं खेल खूद वार्षिक प्रतियोगिता की बेस्ट एथलीट तनुजा रही। बेस्ट एथलीट को नकद पुरस्कार से सम्मानित किया। मंच संचालन डॉ. उपासना और डॉ. नीलम दहिया ने किया। 100 मीटर रेस में दिनिका, चैटी रेस में आंचल, लेमन स्पून रेस में रितिका, पू. मीटर रेस में वंशिका, लॉन्ग जंप में अंशुल, हाई जंप में मेघा, थ्री लेग रेस में नेहा व जयश्री, बुक बेलेंस रेस में मीनाक्षी, स्किपिंग रेस में सुमन, साईकिल रेस में सुमन, स्लो साईकिल रेस में सोनिया, रिले रेस में खुशी व दीपिका, जैवलिन थ्रो में करीना, शॉट पुट में तनुजा, 400मीटर रेस में वंशिका प्रथम रही।

मौके पर यह रहे मौजूद

इस अवसर पर सीआरए कॉलेज के प्राचार्य डॉ. नरेंद्र खत्री, टीकाराम कॉलेज ऑफ एजुकेशन के प्राचार्य डॉ. सुरेंद्र राणा, टीकाराम मॉडल स्कूल की प्राचार्या डॉ. आशा छाबड़ा, शारीरिक शिक्षा विभाग की अध्यक्षा डॉ. सुमन मान, डॉ. अल्का दहिया, सविता, ज्योति दहिया आदि सभी शिक्षक व गैर शिक्षक स्टाफ स्दस्य मौजूद रहे।

शिक्षा में नैतिकता का समावेश आवश्यक : डॉ. पूर्णमल गौड़

सोनीपत। स्वर्ण जयंती व्याख्यान माला के तहत बुधवार को टीका राम शिक्षा महाविद्यालय सोनीपत में हरियाणा साहित्य अकादमी के पूर्व निदेशक डॉ. पूर्णमल गौड़ ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में राष्ट्रवाद, संस्कृति एवं नैतिकता का समावेश पर व्याख्यान दिया।

उन्होंने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में समाहित नैतिकता राष्ट्रवाद एवं संस्कृति इत्यादि बिंदुओं को अपने व्याख्यान में विस्तार पूर्वक बताया। डॉ. गौड़ ने शिक्षा में नैतिकता एवं मूल्यों का समावेश, शिक्षा एवं राष्ट्रवाद, समाज में शिक्षक की भूमिका एवं राष्ट्र निर्माण में मातृभाषा के महत्व को उल्लेखित किया। डॉ. पूर्णमल गौड़ ने वर्तमान शिक्षा के परिपेक्ष्य में शिक्षा महाविद्यालय की भूमिका को महत्वपूर्ण बताया। व्याख्यान के दौरान बीएड, एमएड के विद्यार्थी, स्टाफ एवं जीवीएम शिक्षा महाविद्यालय के विशेष तौर पर आमंत्रित प्राध्यापिकाएं, डॉ. आरती, डॉ. सीमा एवं सुषमा मौजूद रहे। विद्यार्थियों को संबोधित करने के उपरांत डॉ. गौड़ ने टीका राम एवं जीवीएम शिक्षा महाविद्यालय के प्राध्यापकों के साथ एनईपी-2020 के विभिन्न पहलुओं पर भी चर्चा की। कार्यक्रम की संयोजिका डॉ. इंदु राठी ने बताया कि एनईपी-2020 के विभिन्न पहलुओं पर आगामी दिनों में भी इस प्रकार का आयोजन किया जाएगा।

सोनीपत। व्याख्यान के दौरान मौजूद डॉ. पूर्णमल गौड़ साथ में महाविद्यालय के प्राचार्य एवं अन्य। *फोटो : हरिभूमि*