हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, गुरुवार, 27 मार्च 2025

11 श्रीकृष्णा ग्रुप के चार विद्यार्थियों का जवाहर...

12 मोहल्ला खटीकान में सड़क व सीवरेज व्यवस्था हुई...

30 मार्च से हिंदू नववर्ष व चैत्र नवरात्रि, अबकी बार द्वितीया व तृतीका तिथि एक, नवरात्र 9 नहीं 8 होंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ महेंद्रगढ़

- इस बार हाथी पर सवार होकर आएंगी मां दुर्गा

वैसे तो हम नए साल की शुरुआत अंग्रेजी पंचाग के हिसाब से एक जनवरी से कर लेते है, लेकिन हिंदू नववर्ष उस दिन से नहीं, बल्कि चैत्र मास की शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि से प्रारंभ होता है, जो साल का पहला दिन होता है। ज्योतिषाचार्य पंडित राहुल भारद्वाज गढ़ी ने बताया की इस वर्ष हिंदू नववर्ष और विक्रम संवत-2082 का प्रारंभ 30 मार्च रविवार से हो रहा है। इस संवत का नाम कालनाम और सिद्धार्थ रहेगा। उन्होंने बताया कि शास्त्रों के अनुसार ब्रह्म पुराण में इस बात का वर्णन मिलता है कि भगवान विष्णु ने सृष्टि के निर्माण का कार्य ब्रह्म देव को सौंपा था। चैत्र माह के शुक्ल पक्ष में आने वाली प्रतिपदा तिथि पर ही ब्रह्मा जी ने सृष्टि का निर्माण किया था। इसलिए इस तिथि को विशेष महत्व दिया जाता है और इसे हिंदू नव वर्ष के रूप में मनाया जाता है।

नवरात्रि माता का वाहन हाथी रहेगा

राहुल भारद्वाज ने बताया कि वैसे तो माता रानी सिंह (शेर) की सवारी करती हैं, लेकिन नवरात्र में धरती पर आते समय उनकी सवारी बदल जाती है। मां जगदंबे की सवारी नवरात्र के प्रारंभ होने वाले दिन पर निर्भर करती है। इस वार नवरात्रि का प्रारंभ रविवार से हो रहा है तो मां दुर्गा हाथी पर सवार होकर आएंगी। हाथी को शांति और शुभता का प्रतीक माना जाता है। मां का हाथी पर आना खुशहाली और धन-धान्य में बढ़ोतरी का संकेत समझा जाता है।

कलश स्थापना का शुभ मुहूर्त

नवरात्रि के प्रथम दिन शुभ मुहूर्त को ध्यान में रखते हुए (घटस्थापना) कलश स्थापना की जाती हैं। कलश स्थापना का शुभ मुहूर्त सुबह 7:52 बजे से सुबह 11:15 बजे तक रहेगा। इसके बाद अभिजित मुहूर्त में दोपहर 12:05 बजे से दोपहर 12:52 बजे तक रहेगा। कलश स्थापना के साथ ही इस दिन जौ भी बोए जाते हैं, जो कि जीवन में वृद्धि और सफलता का संकेत लेकर आते हैं। उन्होंने बताया कि शुभ मुहूर्त में किया गया कार्य पूजा अनुष्ठान हमेशा ही सफल होता है।

चैत्र मास के नवरात्रि भी होंगे प्रारंभ

पंडित राहुल भारद्वाज ने बताया कि हिंदू नव वर्ष के साथ-साथ चैत्र मास के नवरात्रि भी प्रारंभ हो जाएंगे। जो 30 मार्च से प्रारंभ होने व छह अप्रैल रामनवमी के दिन इनका समापन होगा। अबकी बार द्वितीया और तृतीका तिथि एक होने के कारण नवरात्रे नौ नहीं आठ होंगे। उन्होंने बताया कि नवरात्रि के इन दिनों में मां दुर्गा शक्ति की नौ अलग-अलग स्वरूपों की पूजा आराधना की जाती है। जिसमे मां शैलपुत्री, मां ब्रह्मचारिणी, चंद्रघंटा, मां कूष्मांडा, मां स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी, माता सिद्धिदात्री की उपासना होती है। नवरात्र में माता के साधक भगवती में आस्था रखने वाले भगत माता के व्रत और उपासना करते है। इन दिनों में दुर्गा सप्तशती और दुर्गा चालीसा व माता के विभिन्न स्तोत्र का पाठ किया जाता है। नवरात्रि का शुभारंभ इस बार सर्वार्थ सिद्धि योग में हो रहा है। उस दिन इंद्र योग और रेवती नक्षत्र है। ये योग बहुत शुभ बताए गए हैं। इन योग में आप जो भी कार्य करेंगे। वह सफल सिद्ध होंगे।

नववर्ष में राजा मंगल व शनि को मिलेगा मंत्री पद

मान्यताओं के अनुसार हिंदू नववर्ष पर जो वार पड़ता है, उसे ही वर्ष का राजा माना जाता है। इस नववर्ष के दिन रविवार रहेगा। इसलिए इस नए संवत्सर 2082 के राजा और मंत्री दोनों ही सूर्य होंगे, जो राजा होता है उसका प्रभाव पूरे सालभर मानव जीवन पर पड़ता हैं। इस संवत के राजा सूर्य होने के कारण विश्व में वर्षा कम होगी। वर्षा कम होने से फसलों और अनाज का उत्पादन कम होगा। खाद्य पदार्थों के दामों में तेजी होगी। जनता में गुस्सा, उत्तेजना व आंखों संबधित बीमारी बढ़ेगी। सूर्य के मंत्री होने से जनता सुखी रहेगी। देश की सीमाएं सुरक्षित रहेगी।

खबर संक्षेप

नारनौल। सुंदरकांड पाठ करते श्रद्धालु।

अनाज मंडी में किसा सुंदरकांड पाठ

नारनौल। श्री सीताराम शिव मंदिर अनाज मंडी में मंगलवार रात सुंदरकांड पाठ का आयोजन कथा वाचक सुशील भारद्वाज व उनकी टीम की ओर से किया गया। सर्वप्रथम मुख्य यजमान रामजीलाल मित्तल व उनकी पत्नी राजरानी ने हनुमान जी का पूजन किया। तत्पश्चात सुंदरकांड के बीच में कथा वाचक ने सुंदर भजनों से भक्तों का मन मोह लिया।

बाइक चोरी के मामले में आरोपी गिरफ्तार

नारनौल। थाना शहर पुलिस ने मोटरसाइकिल चोरी के मामले में कार्रवाई करते हुए एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। जिसकी पहचान बलराम वासी पटीकरा के रूप में हुई है। आरोपित को शिकायतकर्ता व स्थानीय लोगों ने बाइक चोरी करके ले जाते हुए पकड़कर पुलिस के हवाले कर दिया।

नारनौल। नशा मुक्त भारत अभियान को लेकर बैठक लेते डीसी डा. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

नशा मुक्त भारत अभियान को लेकर डीसी ने ली बैठक

नारनौल। उपायुक्त डा. विवेक भारती ने कहा कि नशा संपूर्ण समाज के लिए एक बड़ी समस्या है। नशे की समाप्ति के लिए समाज के हर वर्ग को आगे आकर प्रयास करना चाहिए। इसके खात्मे के लिए जिला महेंद्रगढ़ में जागरूकता के साथ-साथ पुनर्वास पर भी जोर दिया जा रहा है। डीसी बुधवार को लघु सचिवालय में नशा मुक्त भारत अभियान तथा एनकॉर्ड की बैठक में बोल रहे थे।

नांगल चौधरी अनाज मंडी में 126 क्विंटल सरसों की आवक, नमी मिलने पर 7 ढेरियां रिजेक्ट

जिले की मंडियों में समर्थन मूल्य पर सरसों की खरीद जारी, नारनौल में 92 क्विंटल खरीदी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल/नांगल चौधरी

नारनौल मंडी में खरीद शुरू होने के बाद बुधवार के करीब 92 क्विंटल सरयों की खरीद समर्थन मूल्य पर की गई। खरीद अधिकारी रूबि हुड्डा ने बताया कि अनाज मंडी में कुल 10 किसान सरसों लेकर आए थे, लेकिन चार किसानों की ही सरसों की खरीद की गई, क्योंकि छह किसानों की सरसों में नमी की मात्र अधिक थी। ऐसे में चार किसानों से कुल 92 क्विंटल सरसों खरीद गई। नांगल चौधरी अनाज मंडी में समर्थन मूल्यों पर सरसों बेचने के लिए नौ किसान 126 क्विंटल सरसों लेकर पहुंचे हैं। नमी मिलने के कारण सात किसानों की ढेरियों को रिजेक्ट कर दिया तथा दो किसानों की 28 क्विंटल सरसों परचेज की गई है। तोल की प्रक्रिया पूरी होने के बाद किसानों को जे फार्म मुहैया करवा दिया। किसानों को निर्धारित अवधि में उनके बैंक खाते में खरीद हुई फसल का भुगतान कर दिया जाएगा।

आपको बता दें कि नांगल चौधरी अनाज मंडी में 15 मार्च से समर्थन मूल्यों पर सरसों खरीद के निर्देश दिए गए थे, लेकिन कटाई व थ्रेसिंग नहीं होने के कारण सरसों की आवक संभव नहीं हुई। मंगलवार को 20 क्विंटल सरसों की आवक हुई थी। बुधवार को विभिन्न गांवों के नौ किसान 126 क्विंटन सरसों लेकर अनाज मंडी में टोकन रिलीज कराया। ढेरियां करने के बाद खरीद कमेटी ने टोकन व अन्य दस्तावेजों को चेक किया तथा सरसों की नमी मापी। जिसमें 11 से 14 फीसदी नमी होने की पुष्टि होने पर सात ढेरियों को रिजेक्ट कर दिया। दो किसानों की ढेरी में आठ फीसदी से कम नमी पाई।

नांगल चौधरी। अनाज मंडी में खरीद के लिए लगाई गई सरसों की ढेरी।

कनीना। मंगलवार को कनीना अनाज मंडी में सरसों की खरीद करते अधिकारी। फोटो : हरिभूमि

5950 रुपये प्रति क्विंटल की दर से खरीदा जाएगा सरसों

खरीद कमेटी के इंचार्ज सुनील कुमार ने बताया कि मापदंडों पर उतीर्ण सरसों को निर्धारित 5950 रुपये प्रति क्विंटल की दर से खरीदा जाएगा। अभी केंद्रीय खरीद एजेंसी नेफैड की ओर से खरीद की जाएगी। इसके बाद हरियाणा सरकार की खरीद आरंभ होगी। उन्होंने बताया कि पेमेंट का भुगतान किसानों के पंजीकृत बैंक अकाउंट में किया जाएगा।

कनीना मंडी में 1248 क्विंटल सरसों की हुई आवक

कनीना। कनीना मंडी में मंगलवार को 58 किसान 1248 क्विंटल सरसों पहुंची। जिनके मार्केट कमेटी की ओर से गेट पास जारी किए गए। प्रदेश सरकार की ओर से सरसों की खरीद 15 मार्च से शुरू करने की घोषणा की गई थी लेकिन मंडियों में सरसों नहीं पहुंचने के कारण खरीद शुरू नहीं हो सकी थी। मार्केट कमेटी के सचिव विजय सिंह ने किसानों से कहा कि मंडी में साफ-सुथरी तथा सुखाकर सरसों लेकर आएं। सरसों साफ नहीं होने तथा आठ फीसदी से अधिक नमी होने की स्थिति में सरसों की खरीद नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि नकली एवं मिलावटी सरसों पाए जाने पर पुलिस केस दर्ज कराया जाएगा। प्रारंभिक दौर में सरसों की खरीद नैफेड के लिए एनसीसीएफ,नैशनल को-ऑपरेटिव जकंज्यूमर फेडरेशन के माध्यम से स्टेट वेयर हाउस द्वारा की जाएगी। उनके प्रबंधक दीपक दुबे मंडी में पहुंच चुके हैं। सरसों खरीद होने के बाद खरीद एजेंसी द्वारा 72 घंटे में किसानों के खाते में राशि डाली जाएगी। उन्होंने बताया कि सरसों खरीद के लिए प्रदेश में 108 मंडिया निर्धारित की गई हैं। जहां एमएसपी 5950 रूपये प्रति क्विंटल के हिसाब से खरीद की जा रही है। किसानों को किसी तरह की कोई परेशानी नहीं आने दी जाएगी।

अटेली अनाज मंडी में तीसरे दिन भी सरसों की खरीद जारी

मंडी अटेली। अनाज मंडी अटेली में तीसरे दिन 58 किसान सरसों बेचने पहुंचे। इन किसानों की 2171 क्विंटल सरसों खरीदी गई। किसान सीधे खेत से सरसों लाकर मंडी में बेचने आ रहे हैं। नमी अधिक होने के कारण खरीद एजेंसी के मानदंडों पर खरी नहीं उतर रही। किसान मंडी में ही फड़ पर सरसों फैलाकर सुखाने को मजबूर हैं। इससे जगह की कमी हो रही है और दूसरे किसानों को दिक्कत हो रही है। खरीद एजेंसी के मैनेजर रोशन लाल ने किसानों से कहा है कि वे साफ-सुथरी और सूखी सरसों लेकर आएं। इससे खरीद में कोई दिक्कत नहीं होगी। बुधवार को सरसों खरीद के तीसरे दिन 58 किसानों ने 1167 क्विंटल सरसों बेची। तीन दिनों में 110 किसान मंडी पहुंच चुके हैं। अब तक 2171 क्विंटल सरसों की आवक हो चुकी है। किसान दिन में ही फसल बेचकर घर लौट रहे हैं। खरीद एजेंसी ने बुधवार को 56 किसानो की 1164 क्विंटल सरसों खरीदी। अब तक 2041 क्विंटल सरसों की खरीद हो चुकी है। बुधवार के दिन तक 1000 बैग लिफ्टिंग हो चुकी है जिनको गोदाम में रखवा दिया गया है। अब तक 2171 क्विंटल सरसों खरीदी जा चुकी है। खरीदी गई 1050 क्विंटल सरसों के बैग सिलकर लिफ्टिंग के लिए तैयार कर दिए गए हैं।

ऑनलाइन खाण्ड का ऑर्डर देना पड़ा महंगा, गंवाई राशि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

पीड़ित की शिकायत पर साइबर क्राइम पुलिस थाने में केस दर्ज

पशु आहार बनाने वाली एक इंटरप्राइजेज को ऑनलाइन खाण्ड का ऑर्डर देना महंगा पड़ा गया। उसके साथ ठगी हो गई और जब तक मामला समझ में आया पैसा गंवाया जा चुका था। अब पीड़ित की शिकायत पर साइबर क्राइम पुलिस थाने में बीएनएस की धारा 318 (4) के तहत केस दर्ज किया गया है।

गांव कनीना वासी रमेश कुमार पशुपालन विभाग में कार्यरत है। शिकायत में उन्होंने बताया है कि पत्नी सुमन देवी गांव में ही भगवती इंटरप्राइजेज के नाम से पशु आहार बनाने का कार्य करती है। 19 मार्च को पत्नी ने नामजद नंबर से जस्ट डायल पर रजिस्ट्रड अलग अलग फर्मों से उपरोक्त फोन पर उक्त बारे सौदा करने हेतु फोन आने लगे थे। इसी प्रकार से एक मोबाइल फोन से उपरोक्त मोबाइल पर कॉल आई। जो कई बार की आपसी बातचीत के बाद उपरोक्त फोन नंबर पर बातचीत करने बारे ना मालूम व्यक्ति जिसमें अपना ट्रेडिंग का काम बताया था। जिसमें व्हाट्सएप पर खाण्ड के सैंपल भी भेजे। उससे खाण्ड खरीदने बारे हमारी बातचीत हो गई थी। 10 टन खाण्ड दो लाख रुपये में खरीदने की डील उपरोक्त फोन धारक से हो गई थी। जिसमें पहले हमारे से 20 प्रतिशत धनराशि मांगी। उसने नामजद खाता हरेला प्राईवेट लिमिटेड में 40 हजार जमा कराने बारे व उक्त खाता नंबर व्हाट्सएप किया। जिस पर हमने फर्म के खाता नंबर से 21 मार्च 2024 को एनईएफटी के द्वारा उक्त खाता में 40 हजार रुपये ट्रांसफर करावाएं लेकिन उक्त फोन धारक ने उक्त पैसे उनके उपरोक्त खाता में जमा ना होने की खाते फोन पर की। बाद में उपरोक्त पैसे वापस हमारे खाता में आ गए थे।

ऊंची भांडोर निवासी लापता व्यक्ति का कुएं में मिला शव

महेंद्रगढ़। गांव ऊंची भांडोर निवासी लापता व्यक्ति का शव बुधवार को कुएं में मिला हैं। मृतक व्यक्ति की दिमागी हालत ठीक नहीं थी। पत्नी की शिकायत पर सदर थाना पुलिस ने गुमशुदगी का मामला दर्ज किया हुआ था। पुलिस ने मृतक का नागरिक अस्पताल में पोस्टमार्टम करवा शव परिजनों को सौंप दिया हैं। ऊंची भांडोर गांव के सरपंच प्रतिनिधि वीरेंद्र ने बताया कि 32 वर्षीय जितेंद्र एक लड़की का पिता था। उसकी दिमागी हालत ठीक नहीं थी। उसकी दवाई चल रही थी। वह 23 मार्च को सुबह लगभग साढ़े पांच बजे घर से बिना बताए कहीं चला गया था। जितेंद्र की गुम होने की शिकायत थाने में दर्ज की हुई थी। परिजन व ग्रामीण उसकी तलाश कर रहे थे। उन्होंने बताया कि बुधवार की सुबह ग्रामीण घूमने व शौच के लिए गांव के नजदीक लगता हुआ गांव जासावास की तरफ गए। तब उन्हें एक खाली कुएं से बदूब महसूस हुई। उन्होंने मोबाइल व शीशे के माध्यम से कुएं में देखा। तब उन्हें वहां कोई गिरा हुआ दिखाई दिया। फिर ग्रामीणों ने उसे व पुलिस को सूचना दी। पुलिस मौके पर पहुंची ग्रामीणों के सहयोग से कुएं से शव को बाहर निकाला, जिसकी पहचान गांव ऊंची भांडोर निवासी जितेंद्र के रूप में हुई। पुलिस शव को नागरिक अस्पताल में लेकर आई जहां उसका पोस्टमार्टम करवा परिजनों को सौंप दिया।

4.30 ग्राम चिट्टा व 2.96 ग्राम गांजा सहित आरोपी गिरफ्तार

- पुलिस टीम ने नशीले पदार्थ को जब्त कर और आरोपी के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

सिटी पुलिस ने नशीले पदार्थ के मामले में एक आरोपित को काबू किया है। पुलिस ने नशीले पदार्थ सहित बिहार के दरभंगा जिला में गांव रतनपुर ब्रह्मपुर वासी आरोपित अनिल कुमार हालाबाद छिप्पी जोहड़ को काबू किया।

पुलिस ने मौके से आरोपित के पास से करीब 4.30 ग्राम चिट्टा व 2.96 ग्राम गांजा बरामद किया। आरोपित को न्यायालय में पेश किया गया। थाना शहर पुलिस गश्त के दौरान अग्रसेन चौक पर मौजूद थी। टीम को गुप्त सूचना मिली कि अनिल कुमार वासी रतनपुर ब्रह्मपुर जिला दरभंगा बिहार हाल छिप्पी जोहड़ देवीलाल कोम्पलेक्स में नशीला पदार्थ चिट्टा बेच रहा है। अगर तुरंत रेड की जाए तो चिट्टा हैरोइन सहित काबू आ सकता है। जिस पर टीम ने रेड की। जहां पर एक नौजवान लड़का पुलिस पार्टी को देखकर भागने लगा। जिसको काबू करके नाम पता पूछा तो उसने अपना नाम अनिल कुमार बताया। जिसकी तलाशी लेने पर सिल्वर कागज के 13 पैकेट मिले। जिनको खोलकर चेक किया तो चिट्टा हैरोईन मिला।

एक और पॉलीथिन से गांजा मिला। पुलिस टीम ने नशीले पदार्थ को जब्त कर लिया और आरोपित के खिलाफ थाना शहर में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

सहायक रजिस्ट्रार सहकारी समितियां कार्यालय के दो कर्मचारी मिले गैर हाजिर

- डीसी ने किया सरकारी कार्यालयों का औचक निरीक्षण, मांगा स्पष्टीकरण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

उपायुक्त डा. विवेक भारती ने बुधवार को लघु सचिवालय के पुराने भवन में स्थित कार्यालयों का औचक निरीक्षण किया। इस अवसर पर उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सरकार के स्वच्छता अभियान को लगातार जारी रखें। कार्यालय में रखे रिकॉर्ड को अच्छी तरह से मेंटेन रखा जाए। डीसी ने तहसीलदार चुनाव सुरेंद्र सिंह को निर्देश दिए कि वे पुराने व कंडम सामान को लेकर नियम अनुसार कार्रवाई सुनिश्चित करें।

डीईटीसी सेल टैक्स प्रियंका यादव को निर्देश दिए कि सुविधा केंद्र को और बेहतर तरीके से चलाया जाए। सुविधा केंद्र पर आने वाले हर नागरिक की बात को बेहतरीन तरीके से सुना जाए।

इसके अलावा उन्होंने महिला एवं बाल विकास विभागए मॉडर्न लैंड रिकॉर्ड रूम, जिला सूचना एवं जनसंपर्क कार्यालय तथा सहायक रजिस्ट्रार सहकारी समितियां के कार्यालय का भी निरीक्षण किया। सहायक रजिस्ट्रार सहकारी समितियां कार्यालय के दो कर्मचारियों के गैर हाजिर मिलने पर डीसी ने तुरंत प्रभाव से स्पष्टीकरण मांगने के निर्देश दिए। उपायुक्त ने इस भवन में मौजूद सभी अधिकारियों को निर्देश दिए की वे सार्वजनिक शौचालयों का बेहतर तरीके से रखरखाव करें।

नारनौल। लघु सचिवालय के पुराने भवन का निरीक्षण करते डीसी डा. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

बैठक सड़क हादसों को रोकने के लिए उठाए जा रहे ठोस कदमः उपायुक्त

सड़क हादसे में घायल निजी अस्पताल में 1.50 लाख तक कैशलेस इलाज का हकदार

- डीसी ने ली सड़क सुरक्षा समिति एवं सुरक्षित स्कूल वाहन पॉलिसी को लेकर बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौल

सड़क हादसों को रोकने व हादसों में घायल लोगों को तुरंत इलाज देने के लिए ठोस कदम उठाए जा रहे हैं। अब सड़क हादसे में घायल कोई भी नागरिक प्राइवेट सूचीबद्ध अस्पतालों में 1.50 लाख रुपये तक कैशलेस इलाज का हकदार है। इसके लिए अस्पतालों को निर्देशित कर दिया गया है। यह बात उपायुक्त डा. विवेक भारती ने बुधवार को लघु सचिवालय में सड़क सुरक्षा समिति एवं सुरक्षित स्कूल वाहन पॉलिसी की मासिक समीक्षा बैठक के दौरान कहीं।

उन्होंने बताया कि पुलिस द्वारा लगातार यातायात नियमों की अवहेलना करने वालों के चालान काटे जा रहे हैं, ताकि सड़क दुर्घटनाओं पर अंकुश लगे और वाहन चालकों का सुरक्षित सफर सुनिश्चित हो। उन्होंने सड़क हादसों में घायल नागरिकों को कैशलेस की योजना के बारे में जागरूकता बढ़ाने और अस्पतालों को इसका सख्ती से पालन करने के निर्देश दिए।

डीसी ने बारी बारी से सभी एजेंडों पर विस्तार से चर्चा की। उन्होंने जिले में सड़क दुर्घटना संभावित जगहों की पहचान कर उन्हें ठीक करने के लिए संबंधित विभागों को निर्देश दिए। इस दौरान सचिव आरटीए मनोज कुमार ने बताया कि फरवरी माह में आरटीए की तरफ से 276 स्कूल बसों की चेकिंग की गई। इनमें 36 बसों के चालान किए गए।

इसी प्रकार ट्रैफिक पुलिस की ओर से 203 स्कूल बसों की चेकिंग की गई। इनमें छह के चालान किए गए। इस बैठक में अतिरिक्त उपायुक्त डा. आनंद कुमार शर्मा, नगर परिषद चेयरपर्सन कमलेश सैनी, नांगल चौधरी के एसडीएम मनोज कुमार, कनीना के एसडीएम डा. जितेंद्र सिंह, एसडीएम रमित यादव, डीएसपी सुरेश कुमार, नगराधीश मंजीत कुमार, सीएमओ डा. अशोक कुमार के अलावा अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

नारनौल। सड़क सुरक्षा समिति की बैठक लेते डीसी डा. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

सड़क हादसों में घायलों की सहायता करें नागरिकः डीसी

उपायुक्त डा. विवेक भारती ने आम नागरिकों से आह्वान किया है कि वे सड़क हादसों में घायल नागरिकों की सहायता करें। सबसे पहले तुरंत 112 पर डायल करें, ताकि घायल को तुरंत चिकित्सा उपलब्ध करवाई जा सके। घायल की मदद करने वाले नागरिक को पुलिस थाने में नहीं बुलाएगी। पुलिस खुद सहायता करने वाले से केवल हादसे की जानकारी लेगी।

पब्लिक प्लेस पर जब फील हो एलर्जी

डॉक्टर्स सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह
सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

मेरी उम्र 29 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे लगातार छींकें आने लगती हैं। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे बचा जाए?

-रितेश, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है, आपको धूल से एलर्जी है, क्योंकि आप जब घर से बाहर भीड़-भाड़ वाले स्थान पर जाते हैं तो वहां जो धूल उड़ती है, उससे आपको छींकें आना शुरू हो जाती हैं। यह समस्या तमाम लोगों में देखी जाती है। इससे बचाव के लिए बेहतर होगा कि आप जब ऐसे स्थान पर जाएं तो मास्क लाकर ही जाएं। इस उपाय को अपनाने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 32 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी गर्दन से लेकर कंधे तक अकड़न बनी रहती है, साथ ही हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, बिलासपुर

यह समस्या उन लोगों को ज्यादा होती है, जिनकी लंबी सिटिंग होती हैं यानी, ऑफिस में एक ही पोश्चर में लंबे समय तक बैठे रहते हैं। इसके स्थाई समाधान के लिए आपको रेग्युलर एक्सरसाइज करना पड़ेगा। सर्वाइकल की एक्सरसाइज कौन-कौन सी होती हैं यह जानने के लिए बेहतर होगा कि आप किसी फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर लें। वे आपको बताएंगे, उसके बाद नियमित रूप से सुबह-शाम एक्सरसाइज करें। साथ ही ऑफिस में लंबे समय तक एक ही पोश्चर में ना बैठें। बीच-बीच में मूवमेंट करते रहें। इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। दो-तीन महीने से बहुत स्ट्रेस फील कर रहा हूं। न अच्छी भूख लगती है, न ठीक से सो पाता हूं। कृपया बताएं कि मुझे क्या करना चाहिए?

-कामेश्वर, भोपाल

आप अपनी परेशानी का कारण खुद ही बता रहे हैं। आप यह जानने की कोशिश करें कि जब से यह समस्या शुरू हुई है, उसके आस-पास जीवन में क्या ऐसा घटित हुआ है, जिससे स्ट्रेस हो रहा है। इसकी वजह क्या है? अगर जरूरत पड़े तो आप मनोचिकित्सक से संपर्क कर सकते हैं। इसे तरह स्ट्रेस से मुक्ति मिलेगी और आपको नींद भी आने लगेगी।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मैं हेयर ट्रांसप्लांट करवाना चाहता हूं। क्या यह सेफ है? इसके लिए मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए? कृपया सजेस्ट करें।

-विभूति, रोहतक

आजकल हेयर ट्रांसप्लांट करने का चलन बढ़ा हुआ है, लेकिन आपके लिए कितना सेफ रहेगा, यह तो जांच करने के बाद ही पता चलेगा। आपकी स्किन कैसी है, आपको किसी चीज से एलर्जी तो नहीं है, जांच के बाद तय किया जा सकता है। बेहतर होगा कि आप किसी स्किन स्पेशलिस्ट डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे आपको जांच के बाद बताएंगे कि आपके लिए ट्रांसप्लांट करवाना कितना उचित रहेगा।

मेरी उम्र 54 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मुझे भूख बिल्कुल नहीं लगती है। पेट हमेशा भरा-भरा सा लगता है। कभी-कभी खट्टी डकारें भी आती हैं। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-सखाराम, जींद

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित हो रही है। जिस वजह से आपको खट्टी डकार आती है और भूख कम लगती है। इसके लिए आप दोपहर के खाने में दही और सलाद जरूर शामिल करें। साथ ही तली-भुनी और ऑयली चीजें खाने से बचें। रात में हल्का खाना जैसे दलिया या खिचड़ी खाएं। साथ ही सुबह-शाम सैर जरूर करें। इससे आपको आराम मिलेगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

स्पेशलः वर्ल्ड बाइपोलर-डे, 30 मार्च

बाइपोलर डिसऑर्डर हेल्दी लाइफस्टाइल सही मेडिकल ट्रीटमेंट से मिलती है राहत

बाइपोलर डिसऑर्डर एक जटिल मेंटल डिजीज है। इसके होने की कई वजहें हो सकती हैं। लेकिन अगर इसके लक्षणों को ध्यान में रखते हुए सही लाइफस्टाइल को फॉलो किया जाए और जरूरत पड़ने पर मेडिकल ट्रीटमेंट करवाया जाए, साथ ही फैमिली सपोर्ट मिले तो इसे कंट्रोल किया जा सकता है। इस रोग के बारे में आप भी विस्तार से जानिए।

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. गौरव गुप्ता
डायरेक्टर-तुलसी हेल्थ केयर
नई दिल्ली-गुरुग्राम

अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार द्विध्रुवीय विकार (बाइपोलर डिसऑर्डर) एक मनोरोग है, जिसमें पीड़ित व्यक्ति के मूड, ऊर्जा और उसकी कार्यक्षमता में बदलाव आता है। दूसरे शब्दों में कहें तो बाइपोलर डिसऑर्डर एक ऐसी मानसिक स्थिति है, जिसमें मूड में अत्यधिक उतार-चढ़ाव होते हैं। इस मनोरोग में उन्माद (मेनिया) और अवसाद (डिप्रेशन) सरीखी स्थितियां (मूड एपिसोड्स) भी शामिल हैं। ऐसे मूड एपिसोड कई दिनों से लेकर हफ्तों तक रह सकते हैं।

क्या हैं कारण

बाइपोलर डिसऑर्डर के कई संभावित कारण हो सकते हैं, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं।

न्यूरोकेमिकल में असंतुलनः मस्तिष्क रसायनों (न्यूरोकेमिकल्स) जैसे डोपामाइन और सेरोटोनिन आदि में असंतुलन बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं।

आनुवांशिक कारकः अगर परिवार के किसी सदस्य को बाइपोलर डिसऑर्डर रहा है, तो परिवार के अन्य सदस्य में इसके होने का जोखिम बढ़ जाता है। एक अध्ययन के अनुसार बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लगभग 60% मरीज ऐसे हैं, जिन्हें डिप्रेशन या बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या जेनेटिक कारणों से मिली है।

तनावपूर्ण घटनाएंः इसके अंतर्गत जीवन की गंभीर तनावपूर्ण घटनाएं जैसे किसी रिश्ते का टूटना, गंभीर बीमारी या कोई भावनात्मक समस्या आदि शामिल की जाती हैं, जो बाइपोलर डिसऑर्डर का कारण बन सकती हैं। भावनात्मक समस्या में आपसी संबंधों का बिगड़ना, पति-पत्नी के बीच तलाक होना, परिवार में किसी प्रियजन की मृत्यु होना आदि को शामिल किया जा सकता है।

मस्तिष्क की संरचना में बदलावः ब्रेन इमेजिंग अध्ययनों से पता चला है कि बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त लोगों के मस्तिष्क में संरचनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षण

पीड़ित व्यक्ति कभी-कभी बहुत ज्यादा निराश, उदास और दुखी महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग अवसाद (डिप्रेशन) से मिलते-जुलते होते हैं। कभी-कभी वह बहुत ज्यादा प्रफुल्लित और स्वयं को असाधारण रूप से ऊर्जावान महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग उन्माद (मेनिया) सरीखे होते हैं। उन्माद और अवसाद की स्थितियों (एपिसोड्स) के बीच मूड में अचानक और तीव्र बदलाव होना। इस स्थिति को मनोचिकित्सकीय भाषा में 'मूड स्विंग्स' कहते हैं। इनके अलावा अपनी क्षमताओं के बारे में गलतफहमी रखना, तेज गति से सोचना और बोलना, गलत फैसले लेना, नींद बहुत कम आना, चिड़चिड़ापन महसूस करना, स्वयं को बहुत ज्यादा महत्व देना या फिर अपने को श्रेष्ठ समझना भी इसके लक्षणों में शामिल हो सकता है।

ऐसे करते हैं डायग्नोसिस

बाइपोलर डिसऑर्डर का पता लगाने के लिए विशेषज्ञ डॉक्टर सबसे पहले मरीज से बात करते हैं, उसके बाद उसके परिजनों से भी। इसके अलावा डॉक्टर मरीज की अन्य बीमारियों का पता लगाने के लिए कंप्लीट फिजिकल टेस्ट भी करवा सकते हैं ताकि उसके लक्षणों का पता लगाया जा सके। साथ ही, मरीज की मेडिकल हिस्ट्री और फैमिली हिस्ट्री आदि के जरिए भी डॉक्टर मर्ज का पता लगाते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

यह सच है कि फिलहाल बाइपोलर डिसऑर्डर का कोई स्थाई इलाज नहीं है, लेकिन विशेषज्ञ डॉक्टरों द्वारा सुझाई गई दवाएं लेने और उनके परामर्श पर अमल करने से बाइपोलर डिसऑर्डर का प्रबंधन और नियंत्रण जरूर किया जा सकता है, जिससे मरीज के जीवन की गुणवत्ता में सुधार होता है। विशेषज्ञ डॉक्टर विशेषकर मनोचिकित्सक कुछ दवाओं के सेवन का सुझाव दे सकते हैं, जिन्हें 'मूड स्टेबलाइजर्स' के रूप में जाना जाता है। इसके अलावा चिकित्सक के परामर्श से एंटीडिप्रेसेंट दवाएं भी मूड स्विंग को नियंत्रित करने में मदद कर सकती हैं।

मनोचिकित्सा (साइकोथेरेपी)ः मनोचिकित्सक मरीज की स्थिति के अनुसार साइकोथेरेपी का सहारा लेते हैं। मरीज के अलावा वे परिवार के सदस्यों की भी काउंसलिंग करते हैं। इसके अलावा कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (सीबीटी) बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षणों को प्रबंधित करने में सहायक है।

जीवनशैली में बदलावः यूरोपियन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के मुताबिक बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लोगों को जहां तक संभव हो सके, स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करना चाहिए। ऐसा करने से उन्हें अपनी समस्या को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। यही नहीं, जो लोग बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त नहीं हैं, वे भी अगर स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करें तो इससे उनमें भी इस समस्या के भविष्य में होने का जोखिम काफी हद तक कम हो सकता है। स्वास्थ्यकर जीवनशैली के अंतर्गत संतुलित पौष्टिक खान-पान, नियमित रूप से व्यायाम, 6 से 8 घंटे की पर्याप्त नींद लेना और तनाव का समुचित प्रबंधन आदि बातें शामिल हैं।

नियमित व्यायाम करेंः नियमित व्यायाम, बाइपोलर डिसऑर्डर पेशेंट्स के मूड को स्थिर करने में मदद कर सकता है। किस व्यक्ति को कितने समय तक और किस-किस प्रकार के व्यायाम करना चाहिए, इस संदर्भ में पीड़ित व्यक्ति को डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना चाहिए। इसके अलावा मेडिटेशन भी फायदेमंद हो सकता है।

पर्याप्त नींद जरूरीः बाइपोलर डिसऑर्डर किसी व्यक्ति की नींद उड़ा सकता है। ऐसा व्यक्ति बहुत कम सोता है। नींद पूरी न होने से मूड में बदलाव ज्यादा आता है। इसलिए मूड को प्रबंधित करने के लिए पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है। इसके लिए नियमित समय पर बिस्तर पर जाने और सुबह एक निश्चित समय पर उठने की आदत डालें। सोने से पहले स्क्रीन टाइम यानी टेलीविजन देखने, स्मार्टफोन और कंप्यूटर के इस्तेमाल से दूर रहें। जिन लोगों को सोने में कठिनाई होती है, उन्हें डॉक्टर से बात करनी चाहिए। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इन बातों का रखें ध्यान

- परिवार और दोस्तों के साथ समय बिताएं और उनसे मदद लें।
- सकारात्मक सोच रखें।
- तनाव और चिंता को नियंत्रित करने के लिए योग और ध्यान का सहारा लें।
- शराब और अन्य मादक पदार्थों का सेवन न करें, क्योंकि वे आपकी समस्या को बढ़ा सकते हैं।

स्पेशलः वर्ल्ड ऑटिज्म अवेयरनेस डे, 2 अप्रैल

ऑटिज्म एक विकास संबंधी एब्नॉर्मलिटी है, जिससे पीड़ित व्यक्ति को बातचीत करने, पढ़ने-लिखने और दूसरों से घुलने-मिलने में परेशानी होती है। ऐसे बच्चों की केयर पैरेंट्स को बहुत सावधानी से करने की जरूरत होती है। इस बारे में बहुत जरूरी सजेशंस।

ऑटिज्म पेशेंट के लिए जरूरी सही ट्रीटमेंट-इमोशनल सपोर्ट

अवेयरनेस
शिखर चंद जैन

ऑटिज्म को ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर भी कहते हैं। यह एक ऐसी स्थिति है, जिससे पीड़ित व्यक्ति का दिमाग अन्य लोगों के दिमाग की तुलना में अलग तरीके से काम करता है। इस बीमारी के बारे में अभी तक बहुत ज्यादा जानकारी उपलब्ध नहीं है और न ही वर्तमान में इसका कोई परफेक्ट ट्रीटमेंट उपलब्ध है। हालांकि इस बीमारी से पीड़ित लोग नौकरी करने, परिवार और दोस्तों के साथ मेल-मिलाप करने में सक्षम होते हैं, लेकिन कई बार उन्हें दूसरों की मदद लेनी पड़ती है। फैमिली मेंबर्स, टीचर्स या दोस्तों के सहयोग से ये लोग भी नई स्किल्स सीख लेते हैं और बिना किसी सपोर्ट के अपने काम भी कर लेते हैं। सही डायग्नोसिस और इंटरवेंशन ट्रीटमेंट की मदद से ऑटिस्टिक लोगों को सामाजिक व्यवहार और नई स्किल्स सीखने में मदद मिलती है, जिससे वे अपना जीवन बेहतर तरीके से जी पाते हैं।

ऑटिज्म की वजह से बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर आ जाता है, जो यह तय करता है कि वह अपने आस-पास की दुनिया के साथ कैसे रिस्पॉन्स करता है। यह अंतर कुछ ऐसा है जिसके साथ वे पैदा होते हैं-इसका उनके पालन-पोषण के तरीके, भोजन, टीके या जन्म के बाद बच्चे के साथ हुई किसी भी अन्य एक्टिविटी से कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

क्या है ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डरः ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर, एक न्यूरोलॉजिकल और डेवेलपमेंटल डिसऑर्डर है, जो लोगों के दूसरों के साथ बातचीत करने, संवाद करने, सीखने और व्यवहार करने के तरीके को प्रभावित करता है। इसके लक्षण आमतौर पर जीवन के पहले दो वर्षों यानी बचपन में दिखाई देते हैं। ऑटिज्म बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर लाता है, जो उन्हें सामाजिक रूप से घुलने-मिलने और अनोखे तरीके से व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है।

प्रमुख लक्षणः इसके प्रमुख लक्षणों में लिमिटेड आइज कॉन्टेक्ट, एब्नॉर्मल बॉडी लैंग्वेज और रिपीटेटिव बिहेवियर या बातें शामिल होते हैं। इसके अलावा अकेले रहना, दूसरे बच्चों के साथ ना खेलना, बोलने के बजाय इशारों से ज्यादा रिस्पॉन्स करना। खुद को चोट लगाना या नुकसान पहुंचाने के प्रयास करना। इस स्थिति के शुरुआती लक्षण माता-पिता या बाल रोग विशेषज्ञों द्वारा बच्चे के एक वर्ष की आयु तक पहुंचने से पहले ही देखे जा सकते हैं। कुछ मामलों में, ऑटिज्म से संबंधित समस्याएं हल्की हो सकती हैं और तब तक स्पष्ट नहीं होती हैं जब तक कि बच्चा स्कूल जाना शुरू नहीं करता।

इससे बढ़ता है रिस्कः नई मेडिकल स्टडीज के अनुसार कई आनुवंशिक कारक ऑटिज्म के जोखिम को जटिल तरीके से बढ़ा सकते हैं। फ्रेजाइल एक्स सिंड्रोम और ट्यूबरस स्क्लेरोसिस जैसी कुछ विशिष्ट आनुवंशिक स्थितियों वाले लोगों में ऑटिज्म के निदान के लिए जोखिम अधिक होता है। ये दो स्थितियां ऑटिज्म के सैकड़ों अलग-अलग दुर्लभ आनुवंशिक कारणों के साथ मिलकर 30% से अधिक मामलों की व्याख्या करती हैं। इसके अलावा गर्भावस्था के दौरान मां द्वारा ली जाने वाली कुछ दवाइयां जैसे कि वैल्प्रोइक एसिड और थैलिडोमाइड, ऑटिज्म के हाई रिस्क से भी जुड़ी हुई हैं। गर्भावस्था के समय माता-पिता का अधिक उम्र का होना भी ऑटिज्म के अधिक जोखिम से जुड़ा हुआ है।

इलाज के तरीकेः ऐसे कई प्रभावी तरीके हैं, जो ऑटिस्टिक बच्चे को अपनी पूरी क्षमता तक पहुंचने में मदद कर सकते हैं।

अप्लाइड बिहेवियर एनालिसिसः इसमें बच्चे की कार्यात्मक चुनौतियों का व्यवस्थित अध्ययन शामिल है, जिसका उपयोग उनके स्किल में सुधार और मिसबिहेव को कम करने के लिए एक बिहेवियरल प्लानिंग बनाने के लिए किया जाता है।

सोशल स्किल ट्रेनिंगः ग्रुप या पर्सनल सेटिंग में किया गया यह प्रयास ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों को सामाजिक स्थितियों में नेविगेट करने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद करता है।

वर्बल-लैंग्वेज ट्रीटमेंटः बच्चे के बोलने के तरीके और उसकी भाषा की समझ में सुधार लाने का प्रयास किया जाता है।

पैरेंटल मैनेजमेंट ट्रेनिंगः इसमें पैरेंट्स को अपने ऑटिस्टिक बच्चे के एब्नॉर्मल बिहेव पर सही प्रतिक्रिया करने और अपने बच्चे में उचित व्यवहार को प्रोत्साहित करने के प्रभावी तरीके सिखाए जाते हैं। पैरेंटल हेल्प ग्रुप्स, पैरेंट्स को ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे की परवरिश के तनाव से निपटने में मदद करते हैं। *

(मनोचिकित्सक डॉ.संजय गर्ग और मनोविज्ञानी डॉ.रूपा तालुकदार से बातचीत पर आधारित)

पैरेंट्स रखें ध्यान

- ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिजीज के बारे में जितना संभव हो उतना जानें।
- ऑटिज्म से पीड़ित अपने बच्चे को अच्छी और बैलेंस्ड डेली रूटीन फॉलो करने के लिए इंस्पायर करें।
- ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों के अन्य पैरेंट्स और अपने समुदाय के रिसोर्सेस से जुड़ें।
- जरूरत पड़ने पर मेडिकल एक्सपर्ट से कंसल्ट करें।
- बच्चे के साथ बिताने के लिए पर्याप्त समय निकालें।
- अपने बच्चे की शिक्षा और उपचार से संबंधित अवेयरनेस को बढ़ाएं।

जब भी सूखे मेवे यानी ड्राय फ्रूट्स की बात आती है तो सबसे पहले बादाम का नाम लिया जाता है। वजह है इसमें मौजूद बेशुमार स्वास्थ्यवर्धक गुण। यह किस तरह से हमारे लिए फायदेमंद है, आपको जरूर जानना चाहिए।

हेल्थ के लिए भरपूर फायदेमंद नट है बादाम

डाइट
राजकुमार 'दिनकर'

बादाम के पोषण के स्तर को देखते हुए पाक कला में सदियों से इसका इस्तेमाल किया जाता रहा है। इसके सेवन का इतिहास हजारों साल पुराना है। बादाम मीठे और कड़वे दो तरह के होते हैं। कड़वे बादाम की कड़वाहट निकालने के बाद उसके तेल का इस्तेमाल खाने में किया जाता है। कड़वे बादाम के फूल सफेद होते हैं और मीठे बादाम के फूल गुलाबी होते हैं। कड़वे बादाम और मीठे बादाम की रासायनिक संरचना समान होती है। बादाम का फल जब पकता है तो यह खुद ही खुल जाता है और उससे यह नट बाहर आ जाता है। बादाम के बीज कठोर छिलकों के अंदर होते हैं।

होते हैं कई पोषक तत्वः पोषक तत्वों से भरपूर बादाम में विटामिन बी1, फोलेट, विटामिन बी3, नियासिन, बी कॉम्प्लेक्स और मैग्नीज भरपूर मात्रा में होता है। 28 ग्राम यानी एक औंस बादाम में 183 कैलोरी, 5.82 ग्राम प्रोटीन, 2.94 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, 16.4 ग्राम फैट, 3.4 ग्राम फाइबर, 7.3 मिलीग्राम विटामिन ई पाया जाता है।

कई तरह से लाभकारीः बादाम हमारी मस्तिष्क और तंत्रिका प्रणाली को मजबूत बनाकर याद्दाश्त को अच्छा बनाता है। बादाम में एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को कम करने का गुण होता है। यह एलडीएल और एचडीएल कोलेस्ट्रॉल के बीच संतुलन बनाकर रखता है। इसमें मौजूद फॉस्फोरस हमारी हृदय गति को सामान्य बनाए रखता है। इसका ग्लासेमिक इंडेक्स कम होता है। यह हमारी रक्त शर्करा के स्तर को बढ़ने से रोकता है। मैग्नीशियम और मैग्नीज से भरपूर होने के कारण यह हड्डियों और दांतों को मजबूती देता है। यह हमारे शरीर के वजन को भी नियंत्रित करके मोटापे के जोखिम को कम करता है। इसमें मौजूद आर्जीनिन एक ऐसा अमीनो एसिड है, जो रक्तप्रवाह को नियमित करता है और इससे हमारी मांसपेशियों को ऑक्सीजन और पोषक तत्व मिलते हैं। विटामिन-ई से भरपूर बादाम त्वचा की नमी को लॉक करके हमें जवां और खूबसूरत बनाता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स बालों की ग्रोथ को बढ़ाते हैं। फास्फोरस युक्त बादाम एसिडिटी को नियंत्रित करता है और शरीर में टीएच लेवल को बनाकर रखता है। आयरन से भरपूर बादाम हमारे शरीर की लाल रक्त कोशिकाओं के विकास को बढ़ाता है और एनीमिया में बहुत फायदेमंद होता है।

ऐसे करें सेवनः बादाम दुनिया में सबसे पुराना और सबसे ज्यादा उगाया जाने वाला नट है। बादाम को साबुत भूनकर या तलकर खाया जाता है। बादाम का छिलका पचाना चूंकि मुश्किल होता है, इसलिए आयुर्वेद इन्हें उबालकर पकाने के बाद खाने की सलाह देता है। इनको अगर भिगोकर खाया जाए तो यह जल्दी पचते हैं। इन्हें बिना भिगोए कच्चा नहीं खाना चाहिए। रात भर भिगोकर, छिलका उताकर इन्हें खाना चाहिए। बादाम मिल्क शेक या बादाम को अन्य फ्रूट्स के साथ मिलाकर इनकी स्मूदी बनाई जा सकती है। अखरोट, सूरजमुखी के बीज, खजूर, मखाना, किशमिश के साथ मिलाकर अलग-अलग तरह के अनाजों के साथ खा सकते हैं। इसके अलावा बादाम का शीरा, बादाम का हलवा, बादाम की बर्फी, बादाम कतली, बादाम की चटनी, बादाम का दूध, बादाम-खजूर मिल्क शेक, बादाम केला स्मूदी का सेवन किया जा सकता है। *

खबर संक्षेप

मंडी अटेली। गौरव यादव।

गौरव ने की ऑल इंडिया बार एग्जामिनेशन परीक्षा उत्तीर्ण

मंडी अटेली। गणपति ग्रुप अटेली के संस्थापक एडवोकेट ललित यादव के बेटे गौरव यादव ने अपने प्रथम प्रयास में ही ऑल इंडिया बार एग्जामिनेशन का परीक्षा उत्तीर्ण की है। इस अवसर पर गणपति ग्रुप ने उनके निवास स्थान पर एडवोकेट ललित यादव व पूरे परिवार को हरियाली का पौधा भेंट करके सम्मानित करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है। फिलहाल एडवोकेट गौरव यादव अपनी प्रैक्टिस भारत के किसी भी उच्च न्यायालय में कर सकता है। एडवोकेट गौरव यादव ने इस उपलब्धि का श्रेय अपने दादा प्राचार्य धर्मपाल यादव, माता डॉ. सुमन यादव, प्राचार्य गणपति इंस्टिट्यूट ऑफ एजुकेशन एंड टेक्नोलॉजी कारोली व पत्नी पायल यादव को दिया।

आरपीएस कॉलेज बलाना में युवा मचाएंगे धमाल

महेंद्रगढ़। आरपीएस कॉलेज बलाना में दो दिवसीय युवा उत्सव इयूफोरिया-2025 अंतर कॉलेज विभिन्न सांस्कृति कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। जिसमें मुख्य अतिथि संस्था चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव, सीईओ इंजीनियर मनीष राव विशिष्ट अतिथि कॉलेज डॉयरेक्टर डॉ. महेश यादव, रजिस्ट्रार डॉ. देवेंद्र यादव, विशेष अतिथि डीन प्रो. राजेंद्र यादव, प्रिंसिपल डॉ. देवेंद्र कादयान, डीन डॉ. हेमंत कुमार होंगे। कॉलेज डीन व कार्यक्रम संयोजक प्रो. राजेंद्र यादव ने बताया कि हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी विद्यार्थियों प्रतिभाओं को निखारने के लिए इयूफोरिया-2025 थीम पर अंतरकॉलेज विभिन्न प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा।

अंतर राष्ट्रीय रंगमंच दिवस आज

महेंद्रगढ़। विश्वभर में 27 मार्च को अंतर राष्ट्रीय रंगमंच दिवस मनाया जाता हैं, जो ने केवल रंगकर्मियों के योगदान को सम्मानित करने का अवसर देता हैं, बल्कि इस विद्या की सामाजिक व सांस्कृतिक महत्ता को भी रेखांकित करता हैं। रंगमंच केवल एक कला नहीं, बल्कि जीवन का सार हैं। यह हमें समझने में मदद करता है हम सभी इस महान नाटक के हिस्से हैं और हमारा उद्देश्य व्यक्तित्व उपलब्धियां हासिल करना नहीं, बल्कि समाज में एक सार्थक योगदान देना भी हैं। इसलिए इस रंगमंच दिवस पर आए हम संकल्प ले कि हम अपने किरदार को बेहतर बनाएंगे। समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी समझेंगे और इस रंगमंच को ओर सुंदर बनाएंगे। हरिभूमि संवाददाता से बात करते हुए रंगकर्मी अभिषेक डागर ने कहा कि वह एक थिएटर के कलाकार है, जो की महेंद्रगढ़ से ही है। अभिषेक पिछले 10 वर्षो से थिएटर से जुड़े हुए हैं। उन्होंने 50 से भी अधिक नाटकों में अभिनय किया है, जिनमें 10 नाटक के खुद लेखक व निर्देशक है तथा नेशनल लेवल व यूनिवर्सिटी लेवल पर कई बार पुरुस्कार जीत चुके हैं।

हमारा प्रयास राष्ट्र सेवा के लिए सर्वश्रेष्ठ विद्यार्थी तैयार करना है: कर्मवीर राव

श्रीकृष्णा ग्रुप के चार विद्यार्थियों का जवाहर नवोदय में हुआ चयन

- नवोदय विद्यालय शिक्षा समिति ने संचालित नवोदय स्कूल का प्रवेश परीक्षा परिणाम जारी किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

श्रीकृष्णा ग्रुप ऑफ इंस्टि. के चार विद्यार्थियों का जवाहर नवोदय में चयनित होने पर सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्यातिथि विद्यालय सीईओ कर्मवीर राव व अध्यक्षता प्राचार्य रवि प्रकाश ने की। प्राइमरी हेड नत्थूराम व कोचिंग हेड शमशेर सिंह ने बताया कि दिसंबर माह में जवाहर नवोदय की कक्षा छठी की परीक्षा राजकीय स्कूल महेंद्रगढ़ व कक्षा नौवीं की परीक्षा जवाहर नवोदय स्कूल करीरा में आयोजित की गई थी।

उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित नवोदय विद्यालय शिक्षा समिति ने संचालित नवोदय स्कूल का प्रवेश परीक्षा परिणाम जारी किया था। जिसमें श्रीकृष्णा स्कूल के छात्र सक्षम पुत्र ईश्वर यादव रिवासा व धारा पुत्री शेरपाल का चयन हुआ। वहीं दूसरी ओर श्रीकृष्णा स्कूल सिहमा से आरती पुत्री सुधीर डेरोली अहीर व नव्या पुत्री कर्मवीर दुबलाना का चयन हुआ। सीईओ कर्मवीर राव ने कहा कि शिक्षा को एक नया आयाम देने के लिए जवाहर नवोदय की स्थापना की गई। श्रीकृष्णा स्कूल का प्रयास हमेशा सर्वश्रेष्ठ देने को रहा है। सफलताओं के इस कारवां में एक नई सफलता जवाहर नवोदय में चयनित विद्यार्थियों के रूप में दी है। हमारा प्रयास राष्ट्र सेवा के लिए सर्वश्रेष्ठ विद्यार्थी तैयार करना है। जिसको हम विगत 20 वर्षो से साकार कर रहे है।

उन्होंने बताया कि प्रतिभाएं किसी की मोहताज नही होती यदि उन्हें उचित मंच दिया जाए। वर्तमान समय में श्रीकृष्णा स्कूल शिक्षा के क्षेत्र में नई ऊंचाइयों को छू रहा है। डॉ. कविता राव ने विद्यार्थियों को जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया तथा उन्होंने इसका श्रेय शिक्षकों एवं विद्यार्थियों की कठिन मेहनत को बताया। उन्होंने कहा कि मेहनत के अलावा सफलता का ओर कोई दूसरा रास्ता नहीं है। प्राचार्य रवि प्रकाश ने चयनित विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

महेंद्रगढ़। विद्यार्थियों को सम्मानित करती डॉ. कविता राव। फोटो : हरिभूमि

महेंद्रगढ़। विजेता बच्चों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

यदुवंशी शिक्षा निकेतन में हुई कविता पाठ प्रतियोगिता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

यदुवंशी शिक्षा निकेतन में आयोजित कविता पाठ प्रतियोगिता में छात्रों ने अपनी प्रतिभा का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। इस प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों में साहित्यिक रूचि को बढ़ावा देना और उनकी अभिव्यक्ति क्षमता को निखारना था। संस्था चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने छात्रों को प्रोत्साहित करते हुए कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिता विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है तथा जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करती है। प्राचार्य पवन कुमार ने बताया कि इस काव्य प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने अपनी क्षमता से अधिक बढ़-चढ़कर भाग लिया व अपनी कविताओं की प्रस्तुतियों से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। इस दौरान सभी प्रतिभागियों की सराहना करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस मौके पर वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्णसिंह यादव, वाइस चेयरपर्सन संगीता यादव, फाउंडर डायरेक्टर राजेन्द्र सिंह आदि मौजूद थे।

जवाहर नवोदय विद्यालय में चयनित छात्रों का बीआर विद्यालय सेहलंग में हुआ सम्मान

- किसी भी क्षेत्र में सफलता असंख्य दिनों की कठिन परिश्रम का परिणाम : डॉ. राममोहन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सेहलंग

बीआर विद्यालय सेहलंग में जवाहर नवोदय विद्यालय में चयनित छात्रों का सम्मान समारोह विद्यालय प्रबंधन समिति की ओर से आयोजित किया गया। यह कार्यक्रम प्रार्थना सभा में संपन्न हुआ, जिसमें विद्यालय चेयरमैन हरीश भारद्वाज, उपाध्यक्ष कृष्ण भारद्वाज, प्राचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ, उपप्राचार्या ज्योति भारद्वाज ने चयनित विद्यार्थियों को सम्मानित किया। इस आयोजन के माध्यम से छात्रों की सफलता का उत्सव मनाया गया।

प्राचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ ने कहा कि किसी भी क्षेत्र में सफलता असंख्य दिनों की कठिन परिश्रम का परिणाम होती है। विद्यार्थी हर प्रतियोगिता में अपनी छाप छोड़ते हैं और आने वाली पीढ़ी के लिए एक मानक स्थापित करते हैं। अंतरराष्ट्रीय ओलंपियाड, कैंप परीक्षा, खंड एवं राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में सराहनीय प्रदर्शन तथा नवोदय विद्यालय में रितिका पुत्री कुलभूषण नौताणा व समर पुत्र नरेश सेहलंग का चयन होना इस बात का प्रमाण है कि विद्यालय में छात्रों को समग्र शिक्षा प्रदान की जाती है। उन्होंने कहा कि यह उपलब्धि केवल विद्यार्थियों के कठिन परिश्रम का ही नहीं, बल्कि माता-पिता के अटूट विश्वास और धैर्य का भी परिणाम है।

विद्यार्थी की प्रतिभा को निखारना हमारा लक्ष्य: चेयरमैन हरीश भारद्वाज ने कहा कि हमारा लक्ष्य प्रत्येक विद्यार्थी की प्रतिभा को निखारना हैं। केवल किताबी ज्ञान देना नहीं। हमारी समर्पित शिक्षकों की टीम इस परंपरा को आगे बढ़ा रही है और शानदार परीक्षा परिणाम मात्र उनके कठिन परिश्रम और लक्ष्य प्राप्ति के प्रति समर्पण का एक स्वाभाविक परिणाम है। सम्मान समारोह में सफल छात्रों को स्मृति चिह्न भेंट किए और फूलमाला पहनाकर उनका अभिनंदन किया।

महेंद्रगढ़। सफल विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

इंडस वैली में हुआ यज्ञ के साथ नए शिक्षण सत्र का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

इंडस वैली पब्लिक स्कूल दौंगड़ा अहीर में हवन करके शिक्षण सत्र का शुभारंभ हुआ। इस देव यज्ञ के पुरोहित जगमोहन भारद्वाज एवं ब्रहमा आचार्य उजागर सिंह रहे। वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ शिक्षकों एवं विद्यार्थियों ने अपनी हवन में आहुति दी। यज्ञ के मुख्य यजमान चेयरमैन धर्मेंद्र यादव पत्नी सुनिता यादव, निदेशक केसी यादव पत्नी ममता यादव रहे और संस्था के वाइस चेयरमैन विजय सिंह यादव यज्ञमान रहे।

प्राचार्य जयवीर सिंह यादव ने बताया कि हमारी संस्था प्रत्येक शुभकार्य का शुभारंभ यज्ञ-हवन से ही करती है। उन्होंने याजक कर्म करने के लिए बच्चों को प्रेरित किया कि अगर आप सच्ची लग्न से यह इष्ट कार्य करते हैं तो निश्चित रूप में आपको अपने लक्ष्य की प्राप्ति होती है। उन्होंने नियमित पठन-पाठन व अनुशासन के बारे में भी बच्चों को बताया। आचार्य उजागर सिंह ने बताया कि जीवन में परोपकार और परिवार में संस्कार बहुत जरूरी है।

संस्कार के बिना जीवन परिष्कृत नहीं होता है और परोपकार/यज्ञ के बिना किसी का भला नहीं होता है। उन्होंने आज समाज में साहित्य के प्रति घटती रुचि पर भी चिंता व्यक्त की। उन्होंने कहा कि समाज बच्चों से महान बनता है और बच्चे साहित्य-स्वाध्याय, सत्संग, संस्कारों में रुचि अपनी पढ़ाई (पाठ्यक्रम) के साथ-साथ बनाएंगे। समापन के बाद सभी को फलाहार का प्रसाद वितरण करवाया गया।

महेंद्रगढ़। हवन में आहुति डालते हुए। फोटो : हरिभूमि फोटो : हरिभूमि

नारनौल। जागरण में श्रीश्याम की महिमा का गुणगान करते गायकार। फोटो : हरिभूमि

दे दे सांवरे मंदिर का कोना जब जी चाहे देख लूं तेरा रूप सलोना भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

नारनौल। श्रीश्याम मस्ताने ए नारनौल व लैंडस्वर्थी माइनिंग एंड इंफ्रा एलएलपी की ओर से बाबा श्रीश्याम का संकीर्तन मंगलवार रात्रि श्रीश्याम मंदिर जोरासी धाम पर आयोजित हुआ। जिसमें इत्र वर्षा, अलौकिक दरबार, छप्पन भोग, अखंड ज्योत आकर्षण का केंद्र रहा। महंत कमलकांत पूजारी ने श्रीश्याम मस्ताने परिवार के सभी सदस्यों से पूजन करवा बाबा श्याम की ज्योति प्रज्वलित करवाकर संकीर्तन शुभारंभ करवाया। पुजारी जितेंद्र भारद्वाज ने बताया कि बाबा श्याम का संकीर्तन हर माह की कृष्ण पक्ष की एकादशी कब आयोजित किया जाता है। विकास म्यूजिकल ग्रुप ने गणेश वंदना की। भजन संध्या में भजन गायक कलाकारों ने बाबा श्याम जी की महिमा का गुणगान किया। मनोज गोयल बहरोड़ ने जिनको बाबा श्याम चलते हैं किस्मत वाले होते हैं, राहुल सांवरा दिल्ली ने बहा पकड़ ले सांवरा कहीं छूट ना जाए, दे दे सांवरे मंदिर का कोना जब जी चाहे देख लूं तेरा रूप सलोना आदि से भजनों से सभी को मनमुग्ध कर दिया। श्री श्याम मस्ताने परिवार के सदस्यों ने बताया कि आगामी वार्षिक उत्सव 16 सितंबर से 18 सितंबर तक जोरासी धाम में मनाया जाएगा।

हकेंवि में प्रोफेशनल कम्युनिकेशन स्किल्स पर दो दिवसीय कार्यशाला शुरू

- प्रतिभागियों को पेशेवर सेटिंग्स में संवाद सुधारने के लिए व्यावहारिक टिप्स प्रदान किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के ट्रेनिंग सेल की ओर से बुधवार से दो दिवसीय कार्यशाला की शुरुआत हुई। प्रोफेशनल कम्युनिकेशन स्किल्स पर केंद्रित यह कार्यशाला विद्यार्थियों की संचार क्षमताओं को बढ़ाने के लिए डिजाइन किया गया था। विश्वविद्यालय कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार के निर्देशन में आयोजित इस कार्यशाला में प्रो. पीजे फिलिप विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित रहे। इस कार्यशाला में विशेषज्ञ का संचालन प्रो. पीजे फिलिप ने प्रतिभागियों को पेशेवर सेटिंग्स में संवाद सुधारने के लिए व्यावहारिक टिप्स प्रदान किए। प्रो. फिलिप ने मौखिक और गैर-मौखिक कौशल, प्रभावी सुनने और बातचीत में आत्मविश्वास बढ़ाने के तरीको पर विस्तार से प्रकाश डाला। इस कार्यशाला में 100 विद्यार्थियों ने प्रतिभागिता की। विश्वविद्यालय के प्रशिक्षण सेल के निदेशक प्रो. विकास गर्ग ने कार्यशाला के उद्देश्य व महत्व से प्रतिभागियों को अवगत कराया। उन्होंने पेशेवर दुनिया में संवाद कौशल के महत्व पर जोर दिया। उन्होंने प्रतिभागी विद्यार्थियों को सीखने के अवसर का उपयोग करने के लिए प्रेरित किया। आयोजन में डॉ. स्नेहसता ने मंच का संचालन किया। साथ ही आयोजन में डॉ. दिव्या और डॉ. तरुण ने कार्यशाला के आयोजन में सक्रिय भागीदारी की।

महेंद्रगढ़। कार्यशाला के उद्घाटन सत्र में विशेषज्ञ को स्मृति चिह्न भेंट करतीं डॉ. स्नेहसता। फोटो : हरिभूमि

नवोदय विद्यालय प्रवेश परीक्षा में चयनित होकर बढ़ाया मान

- नवज्ञान पब्लिक स्कूल मांदी के तीन बच्चों का हुआ चयन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

नोवदय विद्यालय के प्रवेश की परीक्षा का परिणाम 25 मार्च को जारी हुआ। जिसमें नवज्ञान पब्लिक स्कूल मांदी के तीन बच्चों का चयन हुआ है। इसकी वजह से विद्यालय में बच्चों सहित खुशी की लहर है। विद्यालय के संस्थापक सोमवीर यादव ने बताया कि विद्यालय के छात्र रक्षित पुत्र मनोज कुमार वासी मांदी, दीया पुत्री मनीष वासी कारोता व पार्थ पुत्र गजराज वासी मांदी का नवोदय विद्यालय में चयन हुआ है। अब तक विद्यालय 40 से अधिक नवोदय विद्यालय में चयन दे चुका है। बच्चों व अध्यापकों की मेहनत से विद्यालय में प्रतिवर्ष चयन हो रहे है। विद्यालय में पढ़ाई के साथ सैनिक व नवोदय विद्यालय की तैयारी करवाई जाती है। सतीश कुमार ने बताया कि किताबी पढ़ाई के साथ बच्चों को खेल, कलात्मक, रचनात्मक व सांस्कृतिक गतिविधियों में निखारा जाता है। जिस कारण विद्यार्थियों को सर्वांगीण विकास करने में मदद मिल रही है। उन्होंने बताया कि नवज्ञान पब्लिक स्कूल जिले की एकमात्र संस्था है, जहां बच्चों को आध्यात्मिक व सामाजिक संस्कारों से जुड़ी शिक्षा भी मुहैया करवाई जाती है।

नारनौल। मांदी स्कूल के विद्यार्थी।

एक अप्रैल तक प्रतिदिन दोपहर दो बजे से सायं 5:30 बजे तक होगी कथा

कलशयात्रा से हुआ श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

दीवान कॉलोनी में स्थित श्रीराम कॉलेज ऑफ एजुकेशन में बुधवार से श्री राधाबल्लभ सेवा परिवार समिति के तत्वावधान में सभी भक्तों की ओर से सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ कलशयात्रा से किया गया। इस कार्यक्रम के यजमान एडवोकेट मनीष दीवान व स्वाति दीवान रहे। जिन्होंने श्रीमद्भागवत ग्रंथ को अपने सिर पर रखकर कलशयात्रा के दौरान अपनी भागीदारी निभाई और आचार्य त्रिलोक शर्मा ने विधिवत मंत्र उच्चारण से श्रीमद्भागवत पूजन करवाया गया। श्रीराम कॉलेज ऑफ एजुकेशन के संचालक व कथा प्रबंधक डॉ. सुकेश दीवान तथा बबीता दीवान ने बताया कि कथा से पूर्व प्रातः काल के समय एक कलश यात्रा निकाली गई, जो दीवान कॉलोनी में स्थित प्राचीन शिव मंदिर से प्रारंभ होकर शहर के मुख्य मार्गों में होती हुई वापस कथा स्थल श्रीराम कॉलेज पहुंची।

इस कलशयात्रा में 211 महिलाएं अपने सिर पर कलश उठाकर ढोल-नगाड़ों के साथ श्रीकृष्ण भक्ति में झूमती हुई चल रही थी, जबकि वृंदावन धाम से आए कथा व्यास योगेश महाराज भी सभी भक्तों को आशीर्वाद देते हुए उनके साथ-साथ चले। प्रवक्ता अमरसिंह सोनी ने बताया कि यह सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा श्रीराम कॉलेज ऑफ एजुकेशन के प्रांगण में बुधवार से एक अप्रैल तक प्रतिदिन दोपहर दो बजे से सायं 5:30 बजे तक चलेगी, जिसमें कथा व्यास योगेश महाराज व्यास गद्दी पर विराजमान होकर सभी भक्तों को अपनी अमृत वाणी से कथा का रसपान करवाएंगे। इस दौरान कॉलोनी के बच्चों ने कथा प्रसंग से संबंधित भव्य झांकियां भी पेश की जाएंगी। उन्होंने बताया कि दो मार्च को प्रातः 8:15 बजे हवन पूजन एवं गुरु पूजा से इस सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का समापन समारोह मनाया जाएगा।

इस मौके पर नगर पालिका प्रधान रमेश सैनी, नरेश दीवान, राजेश दीवान, जुगल किशोर राजस्थानी, सुभाष झूकिया, गोविंद शर्मा, ओमप्रकाश शास्त्री, देवेश पचौरी, प्रवीण दीवान, रवि, नारायण, अमित शर्मा, नवदीप, योगेश शर्मा, सुनील शर्मा, राजकुमार, डॉक्टर धर्मबीर यादव, उमा, कमलेश अग्रवाल, रीना झूकिया, कविता शर्मा, मंजू शर्मा, रेनू दीवान, अंजू अग्रवाल बचीनी, ज्योति, ममता राजस्थानी उपस्थित रही।

महेंद्रगढ़। शहर में कलश यात्रा निकालती महिलाएं। *फोटो : हरिभूमि*

विप्र महासंघ सेवा समिति के जिला अध्यक्ष बने पवन

नारनौल। अखिल भारतीय विप्र महासंघ सेवा समिति संपूर्ण भारत के राष्ट्रीय संयोजक डा. एलसी जोशी व राष्ट्रीय अध्यक्ष डा. अम्बिका दत कौशिक तथा राष्ट्रीय महामंत्री केशव प्रसाद शर्मा की सहमति से मांदी निवासी एडवोकेट पवन कुमार शर्मा को अखिल भारतीय विप्र महासंघ सेवा समिति संपूर्ण भारत महेंद्रगढ़ जिला अध्यक्ष मनोनीत किया गया है। शर्मा को शीघ्र ही जिला कार्यकारिणी गठन करने के निर्देश प्रदान किए हैं। शर्मा को जिला अध्यक्ष नियुक्त करने पर स्वामी आत्मानंद सरस्वती समदर्शी योगा आश्रम विनोद कौशिक, डा. रामानंद शर्मा, डा. अभिमन्यु पाराशर, डा. ताराचंद शर्मा, पूर्व प्रिंसिपल आनंद शर्मा, डा. रामनिवास मानव, डा. अनिल शर्मा, डा. पूर्णमल सुरोलिया, डा. प्रदीप कुमार सुरोलिया, धीरज शर्मा, शिवकुमार मेहता, गोविंद भारद्वाज, देवेंद्र शर्मा, भीम शर्मा, हेमंत शर्मा, आचार्य शशिकांत शास्त्री, शुभम कौशिक, एडवोकेट भारत कौशिक, एडवोकेट अखिलेश कौशिक, एडवोकेट देवेंद्र शर्मा, निवाजनगर सरपंच राजकुमार शर्मा ने बधाई दी।

बैजनाथ चौधरी गर्ल्स कॉलेज में एमआइडी टर्म एग्जाम आज से

नांगल चौधरी। बैजनाथ चौधरी गर्ल्स कॉलेज में एमआइडी टर्म एग्जाम 27 मार्च से आरंभ होंगे। जिसमें छात्राओं को उतीर्ण होना अनिवार्य रहेगा। परीक्षा का शेड्यूल कॉलेज के नोटिस बोर्ड पर चस्पा दिया गया है। कॉलेज के रजिस्ट्रार रमन यादव ने बताया कि बीए, बीएससी, बीकॉम द्वितीय वर्ष की छात्राओं को निर्धारित शेड्यूल के अनुसार एमआइडी परीक्षा में सम्मलित होना है। इस परीक्षा में अनुपस्थित या अनुतीर्ण होने वाली छात्राओं को इंटरनल असेसमेंट के अंक नहीं मिलेंगे। उन्होंने बताया कि 27 मार्च को हिंदी, 28 को मैथ, 29 को इतिहास, एक को भूगोल, दो को अर्थशास्त्र, तीन को पब्लिक एड, चार को राजनीति शास्त्र, पांच को हिंदी, अंग्रेजी की परीक्षा होगी। बीकॉम द्वितीय वर्ष की 27 को कंप्यूटराइज, 28 को कंपनी लॉ, 29 को प्रिंसिपल ऑफ मार्केटिंग, एक अप्रैल को बिजनेस मनेजमेंट, दो को एमडीसी, तीन को एइसी, चार को एसइसी, पांच को वीएसी विषय की परीक्षा निर्धारित है।

सार्वजनिक सूचना

मैं, सुमित्रा देवी पत्नी सरजीत सिंह निवासी मकान संख्या एमआइजी 856, हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, महेंद्रगढ़ रोड, नारनौल तहसील नारनौल जिला महेंद्रगढ़ (हरियाणा) ने सभी प्रयोजनों के लिए अपना नाम सुमित्रा से बदलकर सुमित्रा देवी रख लिया है।

खबर संक्षेप

हवन के साथ नए शैक्षणिक सत्र का किया शुभारंभ

नांगल चौधरी। संत ठाकूरदास सीनियर सेकेंडरी स्कूल में प्राचार्य बस्तीराम यादव की अध्यक्षता में शैक्षणिक सत्र का शुभारंभ किया। शिक्षक एवं विद्यार्थियों ने हवन में आहुति डालकर विश्व कल्याण की मन्नतें मांगी और राष्ट्र निर्माण में योगदान देने का संकल्प लिया। उन्हेंने कहा कि शिक्षा, संस्कार और अनुशासन ही सफलता का आधार होते हैं। विद्यार्थियों को सामाजिक व नैतिकता से समावेशित शिक्षा ग्रहण करने की जरूरत है।

एनएसएस का एक दिवसीय शिविर आयोजित

सतनाली मंडी। स्वच्छ भारत अभियान के तहत राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय में दोनों एनएसएस यूनिटों के तत्वावधान में एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया। शिविर का मोटो स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत रहा। जिसके तहत जल संरक्षण व पर्यावरण संरक्षण पर विभिन्न गतिविधियां आयोजित की गई। शिविर के शुभारंभ अवसर पर प्राचार्य डा. सुधीर लांबा ने कहा कि हमें सतत विकास को ध्यान में रखकर ही साधनों का प्रयोग करा चाहिए।

हुडा सेक्टर एक में संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन

नारनौल। श्रीराम हनुमान गुणगान प्रचार मंडल एवं श्रीराम मेहंदीपुर बालाजी सेवा संघ के तत्वावधान में एकादशी के पावन अवसर पर मंगलवार रात हुडा सेक्टर एक में संगीतमय सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल के प्रधान आचार्य क्रांति निर्मल ने की। सांवरमल गोयल विशेष रूप से मौजूद रहे।

परशुराम कॉलोनी में किया सुंदरकांड पाठ

नारनौल। श्री मेहंदीपुर बालाजी मित्र मंडल के तत्वावधान में मंगलवार रात का सुंदरकांड पाठ परशुराम कॉलोनी में ज्ञानचंद सैनी के निवास स्थान पर किया गया। सर्वप्रथम आचार्य अश्वनी शर्मा ने पूजा अर्चना करवाकर हनुमान चालीसा, रामधुन व गणेश वंदना के साथ सुंदरकांड पाठ का शुभारंभ किया। राजेश सोनी ने रंग बिरंगें फूलों से बालाजी महाराज का भव्य दरबार सजाया। अध्यक्षता मंडल के प्रधान महावीर प्रसाद अग्रवाल ने की।

हकेंवि में जागरूकता कार्यक्रम सम्पन्न

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के मालवीय मिशन शिक्षक प्रशिक्षण केंद्र (एमएमटीटीसी) की ओर से राष्ट्रीय शिक्षा नीति (एनईपी)-2020 पर केंद्रित आठ दिवसीय उन्मुखीकरण व जागरूकता कार्यक्रम का समापन हो गया। इस कार्यक्रम मे देश के विभिन्न शिक्षण संस्थानों से कुल 82 प्रतिभागियों ने प्रतिभागिता की। कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने कहा कि इस राष्ट्रीय शिक्षा नीति का उद्देश्य गुणवत्तापूर्ण शिक्षा को बढ़ावा देना, नवाचार व शोध को प्रोत्साहित करना है।

11 हट्टा बाजार से मोहल्ला वाल्मीकि तक पूरा रोड टूटा

मोहल्ला खटीकान में सड़क व सीवरेज व्यवस्था हुई खस्ता, आमजन में रोष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

मोहल्ला खटीकान में करीब 350 मीटर सड़क मार्ग पिछले 13 वर्षों से बदहाल अवस्था में पड़ा है। इसके अलावा सीवरेज व्यवस्था भी खराब हैं। आए दिन मार्ग पर सीवरेज ओवरफ्लो होकर गंदा पानी रोड पर बहता रहता हैं। जिसके चलते आसपास रहने वाले दुकानदार व मोहल्लावासी काफी दिनों से परेशान हैं। यह मार्ग 350 मीटर लंबा व करीब 30 मीटर चौड़ा है। 11 हट्टा बाजार से स्टेट हाईवे को जोड़ने वाला मुख्य रास्ता है। इस मार्ग से दो से ढाई हजार वाहनों का आवागमन रहता है। आसपास के गांवों के ग्रामीण भी इसी रास्ते से सब्जी व अन्य सामान लेने के लिए आते हैं। रोड टूटे होने के कारण वाहन चालक गिरकर चोटिल हो रहे हैं। पिछले वर्ष इस मार्ग को लेकर टेंडर लगाए गए थे। लेकिन किसी कारणवश काम शुरू नहीं हो पाया। बता दें कि 11 हट्टा बाजार से स्टेट हाईवे का लगभग डेढ़ किलोमीटर रोड 2008 में बनाया गया था। रोड बनने के दो साल बाद ही रोड टूटने लगा था, तब से 11 हट्टा बाजार से मोहल्ला वाल्मीकि तक पूरा रोड टूटा हुआ है। कई स्थानों पर रोड दिखाई नहीं देता। इसके अलावा जर्जर रोड से निकली रोड़िया छुटकर आसपास रहने वाले लोगों को घायल कर रहीं हैं। वहीं इस रोड पर कबाड़ की कई दुकान होने के चलते कील, तार भी रोड पर पड़ी रहती हैं, जिसके कारण चार पहियां व दो पहिया वाहव भी अक्सर पंचर होते रहते हैं। आसापास के लोगों का कहना है कि नगर पालिका प्रशासन इस रोड की सुध नहीं ले रहा हैं। यह रोड इतना जर्जर हो चुका है कि आए दिन हादसे होते रहते हैं।

महेंद्रगढ़। मौहल्ला खटीकान ओवरफ्लो सीवरेज का पानी। फोटो : हरिभूमि

महेंद्रगढ़। जर्जर अवस्था में सड़क। फोटो : हरिभूमि

मार्ग पर है कई दुकानें

इस मार्ग पर दो मंदिर, एक अस्पताल, स्कूल, मस्जिद, मासाखोरों की दुकान, कबाड़ की दुकानें, पटवार घर स्थित है। लोग लघु सचिवालय जाने के लिए इसी मार्ग का इस्तेमाल करते हैं। इसके अलावा लोग सब्जी मंडी व शहर का प्रमुख 11 हट्टा बाजार जाने के लिए इसी रोड से होकर गुजरते हैं। स्कूली विद्यार्थी व कॉलेज की छात्राएं महाविद्यालय में इसी रास्ते से जाते हैं। यह छोटा व आसान रास्ता भी है। आसपास के ग्रामीण पटवारी के पास भी इसी रास्ते से आते है। पिछले 13 वर्षों से यह रोड टूटा हुआ है। लोगों ने प्रशासन से इस रोड का जल्द निर्माण करने की मांग उठाई हैं।

सीवरेज व्यवस्था भी हुई फेल

जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा इस मार्ग पर सीवरेज लाइन डाली हुई हैं। सीवरेज का गंदा पानी ओवरफ्लो होकर रोड पर बहता रहता हैं। इसके अलावा सीवरेज के मैनहॉल के ढक्कन भी जर्जर अवस्था में होने के चलते कभी भी हादसा हो सकता हैं। जनस्वास्थ्य विभाग के कर्मचारी पानी ओवरफ्लो होने की शिकायत पर ठीक तो कर जाते हैं, लेकिन एक-दो दिन बाद हीं फिर से वहीं समस्या उत्पन्न हो जाती मौहल्ले के लोगों ने प्रशासन से स्थाई समाधन करने की मांग की हैं।

क्या कहते है लोग

-कन्हैया राम ने बताया कि यह मार्ग काफी व्यस्त मार्ग है। टूटे रोड के साथ-साथ नालियां भी टूटी हुई है जिसके कारण नालियों का पानी भी रोड पर आ जाता है। रोड पर पानी भर जाने से राहगीरों को काफी परेशानी होती है।

मुरारीलाल ने बताया कि यह रोड बाजार से स्टेट हाइवे से जोड़ता है। यहां से हजारों लोग आवागमन करते हैं। इस मार्ग पर मंदिर, स्कूल, मस्जिद, कबाड की दुकानें की दुकान स्थिति है। प्रशासन को जल्द से जल्द इस मार्ग की सुध लेनी चाहिए ताकि लोगों को परेशानी न हो।

मोतीलाल ने बताया कि रोड टूटा होने के कारण दिनभर धूल उड़ती रहती है। आसपास के दुकानदारों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ता है। दुकानों में धूल जम जाती है।

दुकानदार देवकरण ने बताया कि प्रशासन ने यह मार्ग करीब 13 साल पहले बनाया था। जर्जर रोड से निकले रोड़े सीधे लोगों को आकर लग जाते है। जिससे वे चोटिल हो जाते है। नगर पालिका को जल्द इसकी सुध लेनी चाहिए।

क्या कहते है प्रधान: नगर पालिका के प्रधान रमेश सैनी ने बताया कि नगर पालिका हाउस द्वारा इस रोड का प्रस्ताव पास किया हुआ हैं। जल्द ही इस रोड के टेंडर जारी किए जाएंगे। टेंडर के बाद सड़क का निर्माण करवाया जाएगा। जब तक सड़क का निर्माण नहीं होता तक पेचवर्क किया जाएगा ताकि लोगों को कोई परेशानी न हो।

प्राथमिकता के आधार पर करवाई जाएगी गंदे जल की निकासी

कनीना। आने वाले बरसात के सीजन को देखते हुए कनीना शहर में गंदे पानी की निकासी प्राथमिकता के आधार पर करवाई जाएगी। यह बात कनीना की नगर पालिका अध्यक्ष डॉक्टर रिंपी कुमारी ने शपथ ग्रहण करने के बाद कनीना पहुंचने पर कही।

उन्होंने मंगलवार को पंचकूला में आयोजित कार्यक्रम में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने शपथ ग्रहण करवाई थी। उन्होंने बताया कि प्रदेश स्तर पर आयोजित इसका कार्यक्रम में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने प्रदेश के सभी नवनिर्वाचित मेयर नगर पालिका व नगर परिषद अध्यक्ष पार्षदों को शपथ दिलाई थी।

हकेंवि में विशेषज्ञ व्याख्यान आयोजित

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के संस्कृत विभाग में बुधवार को विशेषज्ञ व्याख्यान का आयोजन किया गया। आयोजन में लाल बहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय के धर्मशास्त्र विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. यशवीर सिंह विशेषज्ञ वक्ता के रूप में उपस्थित रहे। प्रो. यशवीर सिंह ने प्राचीन भारतीय संस्कृति की वर्तमान उपादेयता पर चर्चा करते हुए मूल्यवान समाज के निर्माण पर विस्तार से प्रकाश डाला। इस मौके पर संस्कृत विभाग के विभाग प्रभारी डॉ. देवेंद्र सिंह राजपूत, डॉ. सुमन रानी, सुमित शर्मा, डॉ. कृष्ण कुमार, डॉ. अर्चना कुमारी एवं शोधार्थी व विद्यार्थी मौजूद थे।

छात्र संख्या बढ़ाने पर सरकारी स्कूल इंचार्जों को मेडल देकर सम्मानित करेगा विभाग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

बीईओ कार्यालय में विभागीय स्कूल इंचार्जों की मीटिंग खंड शिक्षा अधिकारी सुनीता यादव की अध्यक्षता में संपन्न हुई। जिसमें जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी सुभाष सांभरिया मौजूद रहे। उन्होंने स्कूल इंचार्जों को छात्र संख्या बढ़ाने की हिदायत दी। कहा कि सर्वाधिक छात्र संख्या बढ़ाने वाले शिक्षण संस्थानों को विभाग द्वारा गोल्ड, सिल्वर व ब्रांज मेडल देकर सम्मानित किया जाएगा।

उन्होंने कहा कि विभागीय शिक्षण संस्थानों में मूलभूत सुविधाएं व संसाधन उपलब्ध हैं। सभी स्कूलों में स्वीकृत पोस्टों पर शिक्षकों की नियुक्ति कर दी है। निजी स्कूलों की तर्ज पर सरकारी स्कूलों को सुंदर व आकर्षक बनाया गया है। बावजूद बीते कुछ सालों से छात्र संख्या निरंतर कम हो रही है, दूसरी तरफ निजी स्कूलों का क्रेज बढ़ना आरंभ हो गया। जहां महंगी फीस होने के साथ कई अव्यवस्थाएं मिलने की शिकायतें विभाग को मिलती रहती हैं।

नांगल चौधरी। स्कूल इंचार्जों को छात्र संख्या बढ़ाने की हिदायत देते डीईईओ सुभाष सांभरिया। फोटो : हरिभूमि

महिलाओं के लिए ब्यूटी पार्लर जीविकोपार्जन का माध्यम: सभरवाल

नारनौल। पंजाब नेशनल बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान नसीबपुर में संस्थान के निदेशक एचआर सभरवाल ने दीप प्रज्ज्वलित कर ब्यूटी पार्लर प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ किया। संस्थान के निदेशक एचआर सभरवाल ने महिला प्रशिक्षणार्थियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि वर्तमान में ब्यूटी पार्लर जीविकोपार्जन का सबसे अच्छा माध्यम हो सकता है, क्योंकि वर्तमान परिवेश में हर कोई सुन्दर दिखने की चाहत रखता है। उन्होंने कहा कि आप पूरी लग्न एवं ईमानदारी से प्रशिक्षण लें, ताकि आप अपना व्यवसाय शुरू करके अपने परिवार के पालन पोषण की अहम भूमिका निभा सके। उन्होंने बताया कि संस्थान की ओर से विभिन्न रोजगारोन्मुखी कोर्स सिलाई, कम्प्यूटराईज्ड अंकाउटिंग, ब्यूटी पार्लर, कृत्रिम आभूषण निर्माण सहित विभिन्न कोर्सों की निःशुल्क ट्रेनिंग दी जाती है।

हमीदपुर में पेयजल प्रबंधन व पेयजल गुणवत्ता प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के जल एवं स्वच्छता सहायक संगठन की ओर से गांव हमीदपुर में पेयजल व्यवस्था प्रबंधन व स्वच्छता अभियान को सफल बनाने के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजन किया। इसकी अध्यक्षता सरपंच कैलाश चंद ने की।

खंड संसाधन संयोजक इंद्रजीत ने कहा कि जल प्रबंधन व स्वच्छता को अपनाते हुए जल जीवन मिशन को सफल बनाने में ग्राम जल एवं सीवरेज समिति की अहम भूमिका है। इसलिए ग्राम जल एवं सीवरेज समिति को अपने अधिकार व कर्तव्यों के प्रति जागरूक होते हुए कार्य करने की जरूरत है, ताकि पेयजल के उचित प्रयोग के साथ उसकी स्वच्छता बनी रहे। साफ पानी प्राप्त करना सभी का अधिकार है और पानी को साफ करना सभी का कर्तव्य है।

नारनौल। जल प्रबंधन के बारे में जानकारी देते खंड संसाधन संयोजक इंद्रजीत।

इस अवसर पर ग्राम सचिव हवासिंह ने बताया कि स्वस्थ जीवन के लिए सभी को स्वच्छता अभियान को सफल बनाने में भागीदारी करते हुए सार्वजनिक स्थानों व जल स्त्रोतों के पास गंदगी नहीं डालनी चाहिए।

महेंद्रगढ़। हकेंवि का भवन। फोटो : हरिभूमि

हकेंवि में चार वर्षीय आईटीईपी पाठ्यक्रम में दाखिले के लिए आवेदन 31 तक

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय के शिक्षक शिक्षा विभाग में उपलब्ध चार वर्षीय इंटीग्रेटिड टीचर एजुकेशन प्रोग्राम (आईटीईपी) में दाखिले लिए पंजीकरण की तिथि बढ़ाकर 31 मार्च कर दी गई है। विश्वविद्यालय इस पाठ्यक्रम में दाखिले राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) की ओर से आयोजित की जा रहे नेशनल कॉमन एंट्रेंस टेस्ट (एनसीईटी) -2025 के आधार पर करेगा। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार ने कहा कि शिक्षण के क्षेत्र में भविष्य तलाश रहे युवाओं के लिए चार वर्षीय आईटीईपी पाठ्यक्रम एक अच्छा विकल्प है। शिक्षक शिक्षा विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. प्रमोद कुमार ने बताया कि चार वर्षीय इंटीग्रेटिड टीचर एजुकेशन प्रोग्राम (आईटीईपी) में दाखिले के लिए निर्धारित शैक्षणिक योग्यता 12वीं पास निर्धारित है। कार्यक्रम समन्वयक डॉ. दिलीप पटेल ने बताया कि एनटीए की ओर से एनसीईटी-2025 की परीक्षा के लिए आवेदन की तिथि 31 मार्च कर दी गई है।

निर्माण कार्यों में सामग्री की गुणवत्ता की दी शिकायत, सरपंच ने आरोप को नकारा

- कचरा डालने के लिए सीमेंट से बनाया जा रहा पक्का स्थान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

अटेली खंड के गांव सलीमपुर के सरपंच पर गांव में हो रहे निर्माण कार्यों एवं विकास कार्यो को लेकर बीडीपीओ को शिकायत दी है। जिसमें विकास कार्यों की जांच करवाने तथा जब तक जांच पूरी नहीं होती, तब तक निर्माण कार्य बंद करवाने की मांग की है। वहीं, सरपंच आरती यादव ने शिकायतकर्ता को आदतन बताते हुए स्पष्ट किया है कि पंचायत में हो रहे विकास कार्यों की कभी भी बीडीपीओ या प्रशासनिक अधिकारी जांच कर सकते है।

बीडीपीओ को दिए शिकायत पत्र में शिकायतकर्ता गजराज सिंह ने बताया कि सलीमपुर गांव की पूर्व दिशा की ओर श्मशान घाट की तरफ जाने वाले रास्ते के साथ सूखा व गीला कूड़ा कचरा डालने के लिए सीमेंट से पक्का स्थान बनाया जा रहा है। इस कार्य में ग्राम पंचायत की ओर से तय मापदंड के अनुसार कार्य नहीं हो रहे है।

गजराज ने बताया कि गांव में एक भी हाई मास्क लाइट नहीं लगी है, गांव में लगी हुई लाइटें पूर्व सरपंच की ओर से लगाई थी।

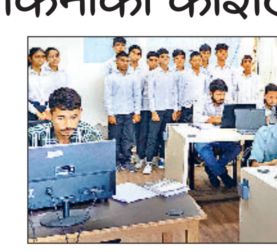
क्या कहती है सरपंच

इस संबंध में सरपंच आरती ने बताया कि कुछ लोग उसके द्वारा करवाए जा रहे विकास कार्यो से परेशान है। झूठी शिकायत कर रहे है। उसका लक्ष्य गांव के विकास व निर्मल गांव बनाने का संकल्प है। वह गांव को सुंदर देखना चाहती है। गांव के अधिकतर लोग ग्राम पंचायत द्वारा करवाए जा रहे विकास कार्यो से खुश है, लेकिन कुछ लोग चुनाव में हारने के कारण बेवजह शिकायत करते रहते है, लेकिन उसका लक्ष्य गांव को आदर्श व निर्मल गांव बनाना है।

एजिसएज टेक्नोलॉजीज में 64 छात्रों ने सीखे तकनीकी कौशल

महेंद्रगढ़। सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्कूल पोता के नौवीं से 12वीं कक्षा के 64 छात्रों ने हाल ही में एक अनूठे व्यावसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रम में हिस्सा लिया। इन छात्रों ने समग्र शिक्षा के तहत स्कूली शिक्षा के व्यावसायीकरण योजना के अंतर्गत महेंद्रगढ़ स्थित एजिसएज टेक्नोलॉजीज प्राइवेट लिमिटेड में चार दिनों की ऑन-द-जॉब ट्रेनिंग सफलतापूर्वक पूरी की। यह प्रशिक्षण 21 से 25 मार्च तक आयोजित किया गया, जिसका उद्देश्य छात्रों को तकनीकी और व्यावसायिक क्षेत्र में वास्तविक कार्य अनुभव प्रदान करना था।

प्राचार्य सतीश कुमार ने बताया कि यह पहल छात्रों को स्कूल स्तर पर ही प्रायोगिक ज्ञान से जोड़ने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने कहा कि इस प्रशिक्षण का मकसद बच्चों को किताबी ज्ञान से आगे बढ़ाकर वास्तविक कार्य वातावरण में तकनीकी कौशल और आत्मविश्वास प्रदान करना था। इस कार्यक्रम को सफल बनाने में कंपनी के निदेशक निखिल यादव और अंशुमन यादव का विशेष योगदान रहा।



महेंद्रगढ़। प्रशिक्षण लेने आए विद्यार्थी।

कुमारी आरती को 30 मेरीटोरियस छात्राओं की सूची में मिला स्थान

नांगल चौधरी। पीएमश्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की छात्र आरती ने 2023-24 के शैक्षणिक सत्र में प्रदेश स्तर पर 30 मेरीटोरियस छात्राओं की सूची में स्थान पाया है। मेधावी छात्रा को एब्रो इंडिया लिमिटेड कंपनी ने 21 हजार रुपये की पुरस्कार राशि से प्रोत्साहित किया है। कार्यक्रम में स्कूल प्राचार्य डॉ. दिनेश कुमार व अभिभावकों की भी सम्मानित किया।

प्राचार्य डॉ. दिनेश कुमार ने बताया कि करनाल के राजकीय मॉडल गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल में आयोजित कार्यक्रम प्रदेश के सभी जिलों के मेधावी विद्यार्थी उपस्थित रहे हैं। महेंद्रगढ़ जिले से केवल पीएमश्री गर्ल्स स्कूल की छात्रा ने सूची में स्थान बनाकर स्कूल व अभिभावकों का नाम रोशन किया है। उन्होंने कहा कि विभागीय स्कूलों में योग्यतावान शिक्षकों की नियुक्ति के अलावा सभी सुविधाएं निशुल्क उपलब्ध होती हैं। अबकी बार शिक्षण व्यवस्था को दुरुस्त करने के मकसद से विभाग ने यंग राइटर एडिटोरियल क्लब का गठन किया है।

नांगल चौधरी। पुरस्कृत होती पीएमश्री गर्ल्स स्कूल की छात्रा आरती कुमारी।

सौंदर्यीकरण प्रोत्साहन योजना | सौंदर्यीकरण के तहत एक लाख रुपये का पुरस्कार मिलेगा

अटेली खंड के गांव चंदपुरा स्थित राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल को मुख्यमंत्री सौंदर्यीकरण के तहत मिला प्रथम पुरस्कार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

शिक्षा विभाग की ओर से मुख्यमंत्री स्कूल सौंदर्यीकरण प्रोत्साहन योजना के तहत अटेली खंड के गांव चंदपुरा स्थित राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल को जिला स्तर पर प्रथम पुरस्कार मिला है। इसके तहत स्कूल को एक लाख रुपये की प्रोत्साहन राशि मिलेगी। शिक्षा विभाग की तरफ से स्कूलों में सौंदर्यीकरण को बढ़ावा देने के लिए जिला स्तर पर मुख्यमंत्री सौंदर्यीकरण योजना के तहत मिलेगे। प्राचार्य डा. राजेंद्र सिंह ने बताया कि इससे पहले फरवरी माह में को विद्यालय खंड स्तर पर प्रथम स्थान पर रहा था।

सौंदर्यीकरण के तहत स्कूल में पार्क, सफाई व्यवस्था के साथ पौधारोपण, पुस्तकालय, विज्ञान प्रयोगशाला, खेल मैदान, जल संरक्षण, कूड़े करकट का उचित निष्पादन आदि की दिशा में बेहतरीन कार्य करने पर यह पुरस्कार मिला है। प्राचार्य ने बताया कि विद्यालय में साफ सफाई व उचित प्रबंधन हेतु वरिष्ठ प्रवक्ता बाबूलाल के मार्गदर्शन में एक कमेटी गठित की हुई थी। जिसमें अध्यापकों के साथ विद्यार्थियों की सहभागिता रही है।

स्कूल में गुलाब, एरिका, पाम, कंघी पाम, ड्राई सेन, स्नेक प्लांट तथा फलदार पौधे भी तैयार किए हैं। साथ ही स्कूल में औषधीय पौधे भी लगाए हुए हैं। विद्यालय में दो पार्क के साथ सभी कमरों को सुंदर पेंटिंग आदि की हुई है। विद्यालय को चार सदनों में बांटा हुआ है। स्कूल में 225 के करीब विद्यार्थी अध्ययनरत है। स्कूल का 10वीं व 12वीं कक्षा बोर्ड का परिणाम शत प्रतिशत व उत्कृष्ट रहा है। वहीं स्कूल खेलकूद प्रतियोगिता में भी अव्वल रहता है। प्राचार्य ने बताया कि समाजसेवी तेजप्रकाश के अलावा स्कूल प्रबंधन कमेटी के प्रधान अलकेश, रिटायर्ड प्राध्यापक सुबेसिंह व एसएमसी सदस्यों का भी विशेष रोल रहा है। इस उपलब्धि पर शिक्षकगण सुनील कुमार, पीटीआई अनुप, कला अध्यापिका मनोज, इंदुबाला, महेश, राजेश आदि ने बधाई दी।

मंडी अटेली। प्राचार्य डा. राजेंद्र सिंह व चंदपुरा स्थित राजकीय सीनियर सेकेंडरी को जिला स्तर पर प्रथम पुरस्कार मिला। फोटो : हरिभूमि

क्या कहते है जिला शिक्षा अधिकारी

जिला शिक्षा अधिकारी संतोष चौहान ने बताया कि चंदपुरा स्कूल के अलावा राजकीय प्राथमिक पाठशाला सुराणा, राजकीय माध्यमिक विद्यालय कपूरी, राजकीय उच्च विद्यालय खटोटी कलां ने अपने वर्ग में जिले में प्रथम स्थान हासिल किया है।