तापमान
अधिकतम 34 .3 डिग्री
न्यूनतम 17 .2 डिग्री

हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, गुरुवार, 13 मार्च 2025

11 युवा पीढ़ी ही हमारे देश का भविष्यः कुलपति

12 होली व दुल्हेंडी को लेकर पुलिस ने किए ...

शहर में आज

- लघुसचिवालय में समाधान शिविर।
- शहर में अलग अलग कॉलोनियों में होलिका दहन।
- आंबेडकर चौक पर रक्तदान शिविर का आयोजन।

सभी 22 वार्डों में पार्षदों के परिणाम भी घोषित, शहर की सरकार पर भाजपा का कब्जा

हुड्डा के गढ़ में कांग्रेस के हाथ खाली, 14 पर भाजपा जीती, कांग्रेस को मिली मात्र 2, आजाद जीते 6 सीट

मेयर पद पर भाजपा के रामअवतार वाल्मीकि ने सूरजमल किलोई को 45198 वोटों से हराया

- देर रात तक मेयर समर्थकों और भाजपा पार्षदों में जीत का जश्न चलता रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

नगर निगम चुनाव में पूर्व सीएम भूपेंद्र सिंह हुड्डा के गढ़ में कांग्रेस को बुरी तरह से हार का सामना करना पड़ा। जहां मेयर पद भाजपा की झोली में चला गया वहीं 22 वार्डों में कांग्रेस को केवल दो सीटों से ही संतोष करना पड़ा। भाजपा को 14 सीटें और 6 सीटें आजाद प्रत्याशियों को मिली। भाजपा के उम्मीदवार मेयर रामअवतार वाल्मीकि चुने गए। उन्होंने 45198 वोट से कांग्रेस के उम्मीदवार सूरजमल किलोई को मात दी। भाजपा ने जीत के साथ ही शहर भर में रोड शो निकाल कर होली मनाई और एक दूसरे को गुलाल लगाया। देर रात तक मेयर समर्थकों और भाजपा पार्षदों में जीत का जश्न चलता रहा। नगर निगम की निर्वाचन अधिकारी एवं क्षेत्रीय परिवहन प्राधिकरण की सचिव मेजर गायत्री अहलावत ने बताया कि मतगणना के दौरान आम आदमी पार्टी के मेयर पद के उम्मीदवार अमित खटक ने 3175 मत (एक बैलेट पेपर), भाजपा के मेयर प्रत्याशी राम अवतार को एक लाख 2269 मत (17 बैलेट पेपर), इंडियन नेशनल लोकदल के मेयर प्रत्याशी सूरज को 3458 मत, इंडियन नेशनल कांग्रेस के मेयर प्रत्याशी सूरजमल किलोई को 57071 मत (10 बैलेट पेपर), आजाद उम्मीदवार दीपक सिंह को 2055 तथा नोटा को 1956 मत प्राप्त हुए। निर्वाचन अधिकारी ने निर्वाचित मेयर राम अवतार को चुनाव सर्टिफिकेट भेंट किया तथा सभी वार्डों के निर्वाचित पार्षदों को सर्टिफिकेट दिए गए।

रोहतक। मेयर राम अवतार वाल्मिकी को जीत का प्रमाण पत्र देते निर्वाचन अधिकारी मेजर गायत्री अहलावत।

रोहतक। मेयर राम अवतार वाल्मिकी जीत पर विजय जलूस निकालते । फोटो: हरिभूमि

सभी घोषणाओं को पूरा किया जाएगाः रामअवतार वाल्मीकि

मेयर रामअवतार वाल्मीकि ने अपनी जीत पर कहा कि वे रोहतक की जनता को बधाई देते हैं। यह लोगों की जीत, नेताओं व पार्टी की जीत है। उन्होंने कहा पिछले साढ़े 10 साल से काम कर रहे हैं और अब तेजी से विकास करेंगे। उन्होंने कहा हमारा पहले का घोषणा पत्र देखें, हमने सारी घोषणाओं को पूरा किया है। अब जो संकल्प पत्र में घोषणा की है, उन्हें भी जल्द पूरा करेंगे। जनता की मांगें भी पूरी करेंगे। उन्होंने कहा कि जीत के लिए 100 प्रतिशत भरोसा था। भाजपा ने लोगों के लिए काम किया है, इसलिए जीत को लेकर आश्वस्त थे।

यहां के विधायक ने कांग्रेस के लिए वोट नहीं मांगेः ग्रोवर

भाजपा नेता मनीष ग्रोवर ने भी इस चुनाव को लेकर कांग्रेस पर निशाना साधा। उन्होंने कहा विधानसभा में लोग कांग्रेस के झांसे में आ गए थे। 13 राउंडों में एक भी बार रामअवतार पीछे नहीं रहा, लगातार आगे बढ़ता रहा।

ये चुने गए पार्षद

वार्ड -1

- भाजपा प्रत्याशी अक्षय कुमार ने 2187 मत लिए
- आजाद प्रत्याशी भीम सिंह को 502 वोट से हराया

वार्ड -2

- भाजपा की प्रत्याशी आशा लता ने 3183 वोट प्राप्त किए
- कांग्रेस के अशोक खुंडिया को 925 वोट से मात दी।

वार्ड -3

- आजाद प्रत्याशी ज्योति ने 1827 मत लिए
- भाजपा की शोभा को 108 वोट से हराया

वार्ड -4

- भाजपा के प्रत्याशी रिंकू ने 2718 वोट लिए
- आजाद प्रत्याशी अंजू को 1066 वोट से हराया।

वार्ड -5

- बीजेपी के प्रत्याशी सुरेश चंद्र ने 2584 मत लिए
- कांग्रेस के संदीप कांगड़ा को 998 वोट से मात दी

वार्ड -6

- भाजपा प्रत्याशी नीरा भटनागर ने 3684 वोट लिए
- आजाद प्रत्याशी आशा रानी को 1891 वोट से हराया।

वार्ड -7

- भाजपा के कपिल नागपाल को 4270 वोट मिले
- आजाद प्रत्याशी संजय को 2031 वोट से हराया।

वार्ड -8

- निर्दलीय अंजू सैनी ने 4047 वोट मिले
- भाजपा की कविता देवी को 1698 वोट से हराया।

वार्ड -9

- निर्दलीय प्रत्याशी बिजेंद्र सिंह ने 2130 वोट लिए
- आजाद प्रत्याशी रविंद्र को 302 को वोट से हराया।

वार्ड -10

- निर्दलीय प्रत्याशी मनीषा ने 5948 मत मिले
- भाजपा प्रत्याशी मेजर ज्योति बोहर को 985 वोट से हराया।

वार्ड -11

- कांग्रेस के प्रत्याशी प्रीक्षित देसवाल ने 3018 मत लिए
- भाजपा के प्रत्याशी राजेश को 305 वोट से मात दी

वार्ड -12

- भाजपा के प्रत्याशी सुशील ने 2094 मत लिए
- कांग्रेस प्रत्याशी कदम सिंह को 449 वोट से मात दी

वार्ड -13

- निर्दलीय प्रत्याशी कृष्णा ने 3708 मत मिले
- कांग्रेस के यशवीर सिंह को 2319 वोट से हराया

वार्ड -14

- भाजपा प्रत्याशी कंचन खुराना ने 5086 वोट मिले
- कांग्रेस प्रत्याशी आरती जुनेजा को 3176 वोट से मात दी

वार्ड -15

- भाजपा प्रत्याशी अनीता मिगलानी ने 6601 मत मिले
- कांग्रेस प्रत्याशी संजय खुराना को 4592 वोट से हराया।

वार्ड -16

- भाजपा प्रत्याशी मुक्ता नागपाल ने 5129 वोट लिए
- कांग्रेस के प्रत्याशी मयूर को 3327 वोट से हराया

वार्ड -17

- भाजपा प्रत्याशी डिंपल जैन ने 4736 वोट लिए।
- कांग्रेस प्रत्याशी गुलशन कुमार को 540 वोट से हराया।

वार्ड -18

- भाजपा प्रत्याशी बेबी रानी ने 2651 वोट मिले
- आजाद प्रत्याशी रितु कुमारी को 399 वोट से हराया।

वार्ड -19

- कांग्रेस के विजय कुमार गोयल ने 1697 वोट लिए
- भाजपा के नरेंद्र कौशिक को 357 वोट से हराया।

वार्ड -20

- भाजपा के प्रत्याशी प्रवीन को 4006 वोट मिले
- कांग्रेस प्रत्याशी अनिल कुमार को 1229 वोट से मात दी

वार्ड -21

- भाजपा के प्रत्याशी बिजेंद्र सिंह ने 2291 वोट लिए
- कांग्रेस के प्रत्याशी शमशेर सिंह को 59 वोट से हराया

वार्ड -22

- निर्दलीय प्रत्याशी सुमन ने 2986 मत मिले
- आजाद प्रत्याशी संगीत को 788 वोट से मात दी।

भाजपा के मेयर प्रत्याशी राम अवतार को एक लाख 2269 मत मिले

भाजपा के मेयर प्रत्याशी राम अवतार को एक लाख 2269 मत (17 बैलेट पेपर), इंडियन नेशनल लोकदल के मेयर प्रत्याशी सूरज को 3458 मत, इंडियन नेशनल कांग्रेस के मेयर प्रत्याशी सूरजमल किलोई को 57071 मत (10 बैलेट पेपर), आजाद उम्मीदवार दीपक सिंह को 2055 तथा नोटा को 1956 मत प्राप्त हुए।

खबर संक्षेप

डॉ. तनेजा डीन फैकल्टी ऑफ इंटरडिसीप्लीनरी स्टडीज मनोनीत

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने गणित विभाग के प्रोफेसर डॉ. गुलशन लाल तनेजा को डीन, फैकल्टी ऑफ इंटरडिसीप्लीनरी स्टडीज मनोनीत किया है। कुलसचिव डा. कृष्ण कांत ने यह जानकारी देते हुए बताया कि बतौर डीन, फैकल्टी ऑफ इंटरडिसीप्लीनरी स्टडीज प्रो. गुलशन लाल तनेजा की नियुक्ति तुरंत प्रभाव से आगामी आदेशों तक की गई है।

डॉ. मलिक डीन प्लानिंग एंड डेवलपमेंट मनोनीत

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने सांख्यिकी विभाग के प्रोफेसर डॉ. एससी मलिक को डीन, प्लानिंग एंड डेवलपमेंट मनोनीत किया है। कुलसचिव डॉ. कृष्ण कांत ने यह जानकारी देते हुए बताया कि बतौर डीन, प्लानिंग एंड डेवलपमेंट प्रो. एससी मलिक की नियुक्ति तुरंत प्रभाव से आगामी आदेशों तक की गई है।

मदविः कई परीक्षाओं के परिणाम घोषित

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय ने दिसंबर 2024 में आयोजित बैचलर ऑफ स्पोर्ट्स साइंस के प्रथम व दूसरे सेमेस्टर की री-अपीयर तथा बीसीए तीसरे सेमेस्टर रेगुलर व री-अपीयर की परीक्षा का परिणाम जारी कर दिया है। एसोसिएट कंट्रोलर ऑफ एग्जामिनेशन प्रो. राहुल ऋषि ने बताया कि परीक्षा परिणाम विश्वविद्यालय वेबसाइट पर उपलब्ध रहेंगे।

20 से सॉफ्ट स्किल्स एंड एसएसबी गाइडेंस प्रोग्राम

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण कार्यालय के तत्वाधान में संचालित यूथ सेंटर फॉर स्किल डेवलपमेंट फॉर ऑल सर्विसेज 20 मार्च से 10 अप्रैल तक- सॉफ्ट स्किल्स एंड एसएसबी गाइडेंस प्रोग्राम के छठे बैच का आयोजन करेगा।प्रोजेक्ट डायरेक्टर प्रो. शालिनी सिंह ने बताया कि इस एसएसबी गाइडेंस प्रोग्राम में विद्यार्थियों के संचार कौशल, व्यक्तित्व विकास, समूह चर्चा, साक्षात्कार कौशल, सामान्य ज्ञान पर विषय विशेषज्ञ विशेष फोकस करेंगे।

समर्थगुरुधाम मुरथल में मनाएंगे होली पर्व

रोहतक। समर्थगुरु संघ रोहतक के साधक हर वर्ष की भांति होली का पर्व मनाने समर्थगुरुधाम मुरथल जाएंगे। हरियाणा, दिल्ली, पंजाब व आस-पास के साधक समर्थगुरु सिद्धार्थ औलिया के चरणों में गुलाल अर्पित कर आनंद, उमंग व प्रेम के त्योहार को धूमधाम से मनाएंगे। इसी के साथ 17 मार्च से 22 मार्च तक मुरथल महोत्सव के लिए साधक देश विदेश से मुरथल आश्रम में एकत्रित होने शुरू हो गए हैं।

महम चीनी मिल समिति की बैठक 25 को

महम। महम सहकारी चीनी मिल के प्रबंध निदेशक मुकुंद तंवर ने बताया कि मिल की सामान्य सभा की बैठक 25 मार्च को मिल प्रांगण परिसर में आयोजित की जाएगी। 2 सितंबर 2024 को आयोजित हुई बैठक में रखें गए एजेंडे को अनुमोदित निर्णय लिया जाएगा।

कलानौर नगर पालिका में निर्मला बनीं चेयरपर्सन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

कलानौर नगर पालिका के निर्वाचन अधिकारी तथा महम के उपमंडलाधीश दलबीर फौगाट ने बताया कि मतगणना संपन्न होने के दौरान निर्मला को नगर पालिका की चेयरपर्सन निर्वाचित घोषित किया गया है। नगर पालिका के सभी 16 वार्डों के विजेता पार्षदों की भी घोषणा कर दी गई है।

उन्होंने निर्वाचित चेयरपर्सन एवं पार्षदों को चुनाव सर्टिफिकेट वितरित किए। दलबीर फौगाट ने बताया कि नगर पालिका की निर्वाचित चेयरपर्सन निर्मला ने 9339 मत प्राप्त किए, जिनमें 7 बैलेट पेपर मत शामिल है। उन्होंने सोनिया को पराजित किया। सोनिया को 3 बैलेट पेपर मत सहित 3394 मत प्राप्त हुए। चेयरपर्सन पद की प्रत्याशी मनीषा को 825 मत, सुरेखा को 160 मत तथा नोटा को 158 मत प्राप्त हुए। नगर पालिका के वार्ड एक से सन्नी ने 225 मत, वार्ड 2 से सत्यवान ने 232 मत, वार्ड 3 से कमलेश ने 281 मत, वार्ड 4 से मोनिका ने 612 मत, वार्ड 5 से सन्नी ने 349 मत, वार्ड 6 से मंजीत सिंह ने 575 मत, वार्ड 7 से प्रियंका पुनियानी ने 686 मत, वार्ड 8 से कांता देवी ने 582 मत, वार्ड 9 से अमित कुमार ने 391 मत, वार्ड 10 से रामबीर ने 321 मत, वार्ड 11 से काजल ने 351 मत, वार्ड 12 से प्रवीन कुमारी ने 420 मत, वार्ड 13 से हरप्रीत सिंह ने 494 मत, वार्ड 14 से मनिया ने 342 मत, वार्ड 15 से प्रियंका ने 468 मत तथा वार्ड 16 से राजकुमार ने 312 मत प्राप्त कर जीत हासिल की।

रोहतक। कलानौर के वार्ड 6 से विजयी मंजीत सिक्का।

वार्ड 7 से जीती प्रियंका पुनियानी।

मदवि के कुलपति कार्यालय में बिल्डिंग कमेटी की वार्षिक बैठक

बुनियादी ढांचे व विकास योजनाओं पर की चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के कुलपति कार्यालय में बुधवार को आयोजित बिल्डिंग कमेटी की वार्षिक बैठक में विश्वविद्यालय के बुनियादी ढांचे और विकास योजनाओं पर विस्तृत चर्चा करते हुए कंस्ट्रक्शन से जुड़े अहम प्रस्तावों को मंजूरी दी गई। कुलपति प्रो. राजबीर सिंह की अध्यक्षता में आयोजित इस बैठक में कुलपति ने कहा कि एमडीयू के इंफ्रास्ट्रक्चर को सुदृढ़ किया जाएगा। खासतौर पर विद्यार्थी हित से जुड़े प्रस्तावों, लाइब्रेरी की कंप्यूटर लैब तथा रीडिंग हाल के नवीनीकरण, प्रयोगशालाओं के अपग्रेडेशन और उनमें अत्याधुनिक उपकरण उपलब्ध करवाने, हास्टल व्यवस्था, पार्किंग व्यवस्था, खेल मैदानों के निर्माण पर विशेष फोकस करने की बात कुलपति ने कही। कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने बैठक में विश्वविद्यालय में संचालित निर्माण कार्यों की प्रगति का ब्यौरा लिया और निर्माण कार्यों में तेजी लाने के दिशा-निर्देश दिए। इस बैठक में वर्ष 2023 में आयोजित बिल्डिंग कमेटी की बैठक के मिनट्स को मंजूरी प्रदान की गई।

स्टैटिसटिक्स, डाटा साइंसेज और एक्चुअरियल साइंसेज विभाग, इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक हेल्थ साइंसेज, जेनेटिक्स तथा कंप्यूटर साइंस एंड एप्लीकेशन्स इत्यादि विभागों के भवन के निर्माण के प्रस्ताव को बैठक में मंजूरी प्रदान की गई।इस बैठक में एमडीयू के हेरीटेज तालाब के पास बायो डायवर्सिटी पार्क डेवलप करने, लॉ लाइब्रेरी, लॉ विभाग भवन तथा इमसॉर भवन के एक्सटेंशन, डॉ. अंबेडकर स्टडी सेंटर तथा एससी/एसटी विद्यार्थियों के लिए हास्टल के निर्माण समेत कई प्रस्तावों को मंजूरी प्रदान की गई।

एसजेके कॉलेज में एनएसएस ने चलाया जागरूकता अभियान

रोहतक। सत जींदा कल्याणा महाविद्यालय कलानौर में आयोजित सात दिवसीय एनएसएस विशेष शिविर के दूसरे दिन डिजिटल लिटेरसी पर पोस्टर मेंकिग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें स्वंयसेवकों व स्वयंसेविकाओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कनिका, प्राध्यापिका, कम्पयूटर विभाग ने यूथ फॉर डिजिटल लिटरेसी पर विस्तार व्याख्यान दिया। कनिका ने युवाओं को डिजिटल साक्षरता और जिम्मेदार तरीके से डिजिटल प्रौद्योगिकी का उपयोग करने डिजिटल अवसरों का लाभ उठाने के लिए जागरूक किया।

स्टार्स टिप्स

सेलिब्रेट करते हैं होली लेकिन जरा संभलकर...

होली ऐसा त्योहार है, जिसका मजा सभी लेते हैं। लेकिन इस दौरान अपनी हेल्थ का ध्यान रखना भी जरूरी है। यहां कुछ टीवी एक्टर्स हरिभूमि को बता रहे हैं कि होली सेलिब्रेशन के दौरान वे क्या सावधानियां बरतते हैं?

कलर रिमूव करने के लिए नेचुरल तरीके अपनाता हूं: सवी ठाकुर

सन नियो चैनल पर हाल ही में लांच हुए शो 'रिश्तों से बंधी गौरी' में रुद्र का किरदार निभा रहे सवी ठाकुर होली पर रंग खेलने और इस दौरान हेल्थ केयर के अपने तरीके के बारे में बताते हैं, 'मैं केमिकल वाले रंगों से होली नहीं खेलता हूं। हालांकि चाहे जितना भी बचाव किया जाए, लोग केमिकल वाले रंग इस्तेमाल करते ही हैं। ये रंग आंखों, नाक या मुंह में चले जाएं तो काफी नुकसान पहुंचा सकते हैं। इसलिए मुझे यह ठीक नहीं लगता। लेकिन बचपन में जब मैं होली खेलता था, तब अपनी त्वचा की सुरक्षा के लिए शरीर पर नारियल का तेल लगाकर जाता था। मुझे लगता है कि यह सबसे अच्छा और प्राकृतिक उपाय है, जिससे रंग आसानी से नहीं चिपकते और त्वचा को भी पोषण मिलता है।

अगर शरीर पर रंग लग जाए तो मैं त्वचा को साफ करने के लिए हल्के और प्राकृतिक उपाय ही अपनाता हूं। बेसन, हल्दी और दही का मिश्रण एक अच्छा विकल्प होता है, जिससे त्वचा से रंग भी हट जाता है और नमी भी बनी रहती है। इसके अलावा गुलाब जल से चेहरा धोना या एलोवेरा जैल लगाना भी काफी फायदेमंद होता है। होली के बाद त्वचा को हाइड्रेट रखना बहुत जरूरी होता है, इसलिए खूब पानी पीना और मॉयश्चराइजर लगाना नहीं भूलना चाहिए।' *

पूरी तैयारी के बाद ही होली खेलने निकलता हूं: योगेश त्रिपाठी

एंड टीवी के शो 'हप्पू की उलटन-पलटन' में योगेश त्रिपाठी दारोगा हप्पू सिंह का रोल निभा रहे हैं। होली पर रंगों के बैड इफेक्ट्स से स्किन को बचाने के लिए वे क्या करते हैं, पूछने पर बताते हैं, 'होली रंगों का त्योहार है, लेकिन कुछ रंगों में मिले रसायन त्वचा और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं। इसलिए, मैं हमेशा पहले से कुछ तैयारियां करता हूं ताकि सुरक्षित तरीके से होली मना सकूं। होली खेलने से पहले मैं अपनी त्वचा पर नारियल या सरसों का तेल अच्छी तरह से लगाता हूं, जिससे रंग सीधे त्वचा पर असर न करे और आसानी से हट जाए। इसके अलावा, मैं होली खेलने के दौरान पूरी बाजू के कपड़े पहनता हूं ताकि शरीर कम से कम रंगों के संपर्क में आए। आंखों और बालों की सुरक्षा के लिए मैं सनग्लासेस पहनता हूं और बालों में तेल लगाकर होली खेलने बाहर निकलता हूं। होली खेलने के बाद चेहरे और त्वचा का विशेष ख्याल रखना जरूरी होता है। मैं सबसे पहले हल्के गुनगुने पानी से चेहरा धोता हूं और फिर दही या बेसन का पैक लगाता हूं ताकि रंग कोमलता से निकल जाए। किसी भी केमिकल युक्त साबुन या स्क्रब का इस्तेमाल नहीं करता क्योंकि इससे त्वचा रूखी हो सकती है।' *

अपने बालों और स्किन की करता हूं प्रॉपर केयर: रोहित सुचांती

जी टीवी के शो 'भाग्य लक्ष्मी' में ऋषि की भूमिका निभाने वाले रोहित सुचांती होली खेलने और इस दौरान अपनी हेल्थ केयर के बारे में बताते हैं, 'होली हमेशा से ही मेरे पसंदीदा त्योहारों में से एक रहा है। ऐसा सिर्फ रंगों की वजह से नहीं है, बल्कि ऐसा इसलिए है क्योंकि मेरे बचपन की कई खूबसूरत यादें इस पर्व से जुड़ी हुई हैं। मुझे आज भी बचपन के वो बेफिक्री वाले दिन याद हैं, जब मैं और मेरे दोस्त रंगों से खेलते थे, एक-दूसरे को पानी से भिगोते थे। इस फेस्टिवल को खूब एंज्वॉय करते थे।

होली को लेकर आज भी मुझमें वैसा ही उत्साह है। लेकिन अब मैं अपनी त्वचा और बालों का खास ख्याल रखता हूं। इसके लिए मैं हमेशा नेचुरल कलर्स से होली खेलना पसंद करता हूं। साथ ही हार्मफुल केमिकल्स से अपनी स्किन और बालों को बचाने के लिए होली खेलने से पहले कोकोनट या आल्मंड ऑयल स्किन पर लगाता हूं। यह हार्मफुल केमिकल्स और हमारी स्किन के बीच बैरियर का काम करता है। होली खेलने के बाद, मैं माइल्ड क्लींजर का इस्तेमाल करता हूं। इसके बाद मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल करता हूं ताकि मेरी स्किन हाइड्रेटेड रहे। अपने बालों को मैं सल्फेट-फ्री शैंपू से धोता हूं और बालों में रूखापन न आए इसके लिए मैं अपने बालों की डीप कंडीशनिंग करता हूं। अपने सभी फैंस से मैं यही कहूंगा कि ईकोफ्रेंडली ढंग से इस खूबसूरत त्योहार को एंज्वॉय करें। अपना ध्यान रखें और सुरक्षित रहें।' *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

होली स्पेशल

कल होली है। इसे मनाने की, जमकर रंग खेलने की तैयारी आपने कर ली होगी। लेकिन अगर आपकी उम्र अधिक हैं या डायबिटीज, हाई बीपी, एलर्जी या अस्थमा के पेशेंट हैं तो होली खेलने के दौरान आपको कुछ बातों का ध्यान रखना होगा। ऐसा न करने पर आपकी हेल्थ संबंधी परेशानी बढ़ सकती है। इस बारे में स्पेशलिस्ट डॉक्टर्स के यूजफुल सजेशंस।

डॉक्टर्स एडवाइस

अगर आप हैं बुजुर्ग-बीमार होली पर रखें अपना ध्यान

होली रंग और मस्ती का पर्व है। इसे सभी उत्साह और उल्लास से मनाना चाहते हैं। लेकिन अगर आपको डायबिटीज, अस्थमा, हाई ब्लड प्रेशर या किसी तरह की एलर्जी है, तो इस खुशी में जरा संभलकर शामिल होना जरूरी है। खासकर बुजुर्गों को और भी सतर्क रहने की जरूरत होती है ताकि त्योहार के मजे के साथ स्वास्थ्य संबंधी कोई परेशानी न बढ़े।

डायबिटिक पेशेंट्स ऐसे करें केयर

होली के मौके पर डायबिटीज के पेशेंट्स किस तरह की सावधानियां बरतें, इस बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली में प्रिंसिपल कंसल्टेंट-एंडोक्राइनोलॉजी एंड ओबेसिटी मेडिसिन, **डॉ. साकेत कांत** कहते हैं- डायबिटीज के मरीजों को होली पर मीठे व्यंजनों को खाने से खासतौर पर बचना चाहिए, क्योंकि इस दिन तरह-तरह की मिठाइयां जैसे गुझिया या गुलाब जामुन आदि का सेवन किया जाता है। मिठाइयों की जगह घर पर बनी हेल्दी चीजे खाएं, जैसे सूखे मेवों से बनी मिठाइयां। ठंडाई में ज्यादा शक्कर या भांग न डालें, क्योंकि यह शुगर लेवल बढ़ा सकती है। त्योहार के दिन भी दवाइयां समय पर लें और ब्लड शुगर लेवल चेक करते रहें। बहुत ज्यादा भाग-दौड़ या ज्यादा देर तक खाली पेट न रहें। इसके अलावा कुछ सावधानियां भी बरतें जैसे- बाजार की मिठाइयां या ज्यादा तली-भुनी चीजें खाने से बचें। बहुत ज्यादा देर धूप में न रहें, इससे डिहाइड्रेशन हो सकता है। होली के दौरान थकावट या कमजोरी महसूस हो तो तुरंत कुछ खाएं और आराम करें।

अस्थमा-हाई बीपी मरीजों के लिए सावधानी

अस्थमा और हाई बीपी के मरीजों को भी होली पर अपना पूरा ध्यान रखना जरूरी है।

इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, करोल बाग, दिल्ली में पल्मोनोलॉजिस्ट, **डॉ. प्रीतपाल कौर** कहती हैं- होली के रंगों में कई बार केमिकल होते हैं, जो अस्थमा के मरीजों के लिए खतरनाक हो सकते हैं। रंगों से निकलने वाली धूल और गुलाल सांस के जरिए फेफड़ों में जाकर परेशानी बढ़ा सकते हैं। इसलिए होली खेलने से पहले घर से निकलने पर इनहेलर साथ रखें। ऑर्गेनिक रंगों का इस्तेमाल करें और गुलाल को सीधे चेहरे पर न लगने दें। होली खेलने के बाद नहाने के तुरंत बाद भाप लें, जिससे फेफड़ों में जमे रंग के कण बाहर निकल सकें। ज्यादा धूल भरी जगहों पर जाने से बचें और मास्क पहनें। वहीं बचाव के तौर पर सूखे गुलाल या पावडर वाले रंगों से बचें, क्योंकि ये सांस की नली में जाकर दिक्कत बढ़ा सकते हैं। रंगों के माहौल में ज्यादा देर तक न रहें, खासकर खुले मैदानों में जहां हवा में रंग उड़ता रहता है। इसके अलावा भीड़-भाड़ वाली जगहों पर न जाएं, जहां धुआं, धूल और रंगों का मिलावटी असर ज्यादा हो। इसके अलावा हाई बीपी के मरीजों को होली के दौरान बहुत ज्यादा एक्साइटमेंट या दौड़-भाग से बचना चाहिए। ज्यादा शोर-शराबा, अधिक तली-भुनी चीजें और तनाव, ब्लड प्रेशर को बढ़ा सकते हैं। बहुत ज्यादा शारीरिक मेहनत करने से बचें और अपने शरीर को ज्यादा थकाएं नहीं।

खूब पानी पिएं ताकि शरीर हाइड्रेट रहे और ब्लड प्रेशर नियंत्रण में रहे। किसी भी पार्टी में जाएं तो अपने खाने-पीने का ध्यान रखें और बहुत ज्यादा नमक वाली डिशेज न खाएं। दवाइयां समय पर लें और ब्लड प्रेशर मॉनिटर करते रहें। बहुत ज्यादा कैफीन वाले ड्रिंक का सेवन न करें, क्योंकि यह ब्लड प्रेशर बढ़ा सकती हैं। बहुत ज्यादा देर तक खाली पेट न रहें।

एलर्जी से ग्रसित लोग ऐसे करें बचाव

होली के रंगों में अकसर केमिकल और हानिकारक पदार्थ होते हैं, जो एलर्जी को ट्रिगर कर सकते हैं। ऐसे लोगों को विशेष रूप से ध्यान रखना चाहिए। होली खेलने से पहले अपने शरीर पर नारियल या सरसों का तेल लगाएं, जिससे रंग स्किन पर चिपके नहीं। अगर आपको धूल, रंग या किसी भी चीज से एलर्जी है, तो मास्क पहनें और फुल स्लीव्स ड्रेस पहनें। रंगों से अगर स्किन पर एलर्जी हो तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें और एंटी-एलर्जिक दवा लें। सिंथेटिक या केमिकल वाले रंगों का इस्तेमाल न करें। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

आंखों की सुरक्षा के लिए रखें इन बातों का ध्यान

होली पर खेले जाने वाले केमिकल वाले रंगों से आंखों को भी नुकसान हो सकता है। इससे बचने के लिए क्या उपाय करने चाहिए इस बारे में छत्रपति शिवाजी सुभारती हॉस्पिटल, मेरठ में कंसल्टेंट ऑप्थाल्मोलॉजिस्ट, **डॉ. मालविका धर** सजेस्ट करती हैं, होली खेलने से पहले सनग्लासेस पहनें ताकि रंग और गुलाल आंखों में न जाए। अगर रंग आंखों में चला जाए, तो तुरंत साफ पानी से धो लें और आंखों को न रगड़ें। केमिकल वाले रंगों से होली खेलने से बचें, क्योंकि ये आंखों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। केमिकल वाले रंगों से बचें और सिर्फ ऑर्गेनिक या हर्बल रंगों का इस्तेमाल करें।

होली खेलने के बाद तुरंत ज्यादा गरम पानी से न नहाएं, बल्कि गुनगुने पानी से धीरे-धीरे रंग हटाएं।

अवेयरनेस

डॉ. श्रीराम काबरा
क्लीनिकल डायरेक्टर-नेफ्रोलॉजी एंड किडनी ट्रांसप्लांट मेडिसिन, मैरिंगो एशिया अस्पताल, फरीदाबाद

स्पेशल: वर्ल्ड किडनी-डे

हमारे शरीर में ब्लड क्लीनिंग और टॉक्सिंस को बाहर निकालने के लिए एक जोड़ी छोटा-सा ऑर्गन किडनी होता है। कई बार हमारे अनहेल्दी लाइफस्टाइल, गलत आदतों या अन्य कारणों से ये ठीक तरह से काम नहीं कर पाते हैं। ऐसा आपके साथ न हो, इसके लिए प्रॉपर केयर करना जरूरी है।

जरा भी न बरतें लापरवाही किडनी की करें प्रॉपर केयर

डब्ल्यूएचओ के हिसाब से दुनिया भर में लगभग 85 करोड़ लोगों को किडनी डिजीज होने का अनुमान है। 10 में से 1 व्यक्ति किडनी की किसी न किसी डिजीज का शिकार है। जबकि 10 में से 9 व्यक्ति इस बात से अंजान होते हैं कि उन्हें किसी तरह की किडनी डिजीज है और वो समय पर अपना इलाज नहीं करवाते। जबकि प्रारंभिक स्तर पर ही इलाज शुरू कर दिया जाए तो काफी हद तक इसे डैमेज होने से बचाया जा सकता है। वैश्विक आधार पर देखें तो हार्ट डिजीज, स्ट्रोक और श्वसन रोगों के विपरीत किडनी डिजीज से होने वाली मृत्यु दर निरंतर बढ़ रही है। 2040 तक नॉन-कम्यूनिकेबल डिजीज से होने वाली मौतों का पांचवां सबसे बड़ा कारण किडनी डिजीज होगा। किडनी डिजीज के प्रति लोगों में जागरुकता लाने के लिए हर साल मार्च के दूसरे गुरुवार को वर्ल्ड किडनी डे मानाया जाता है। इस साल की थीम है-'क्या आपकी किडनी ठीक है? जल्दी पता लगाएं, किडनी के स्वास्थ्य की रक्षा करें।'

किडनी खराब होने के कारण: कई कारणों से किडनी के फिल्टर्स को नुकसान पहुंचता है, जिसकी वजह से किडनी ठीक तरह से काम नहीं कर पाती। ध्यान न देने पर धीरे-धीरे खराब होने लगती है। जैसे-हेल्दी लाइफस्टाइल न होना, पोषक-संतुलित आहार के बजाय जंक या प्रोसेस्ड फूड का सेवन ज्यादा करना, आहार में नमक और चीनी की मात्रा अधिक होना, पानी या लिक्विड डाइट कम लेना, व्यक्ति को लंबे समय से अनकंट्रोल ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर का होना या फैमिली हिस्ट्री होना, किडनी स्टोन होना जिससे किडनी के फिल्टर्स में सूजन यानी आईजीएन नेफ्रोपैथी आ जाना, पाइलोनेफ्राइटिस जैसे किडनी इंफेक्शन होना, कई तरह के नेचुरल या आर्टिफिशियल हेल्थ प्रोडक्ट्स, हेल्थ टॉनिक या प्रोटीन सप्लीमेंट्स के गैर-जरूरी सेवन से किडनी में इंटरस्टीशियल नैफ्राइटिस एलर्जी होना, पेनकिलर, एंटी बायोटिक या किसी भी मेडिसिन का ज्यादा सेवन करना, आनुवांशिक किडनी बीमारियां होना जैसे-ऑटोसोमल डॉमिनेंट पॉलीसिस्टिक किडनी डिजीज, हाइपरॉक्सालुरिया (किडनी पथरी), नेफ्रोनोफ्थिसिस डिसऑर्डर, रूमेटॉयड आर्थराइटिस या मिक्स कनेक्टिव टिशू डिसऑर्डर जैसी ऑटोइम्यून डिजीज होना।

शरीर पर क्या होता है असर: किडनी खराब होने की वजह से शरीर के कई ऑर्गन प्रभावित होते हैं और कई तरह की समस्याएं उभर कर आती हैं-

- शरीर के विभिन्न हिस्सों जैसे-चेहरे, पैर और टखनों में सूजन आ जाती है। शिथिलता या सुस्ती,कमजोरी, थकावट ज्यादा महसूस होती है। पानी लंग्स तक पहुंच जाता है, जिससे सांस लेने में परेशानी होती है।
- यूटीआई इंफेक्शन होना। बार-बार यूरिन पास करने की इच्छा होना या यूरिन रुक-रुक कर आना। सामान्य से अधिक या कम यूरिन आना, दिन के बजाय रात को यूरिन ज्यादा आना। यूरिन में एलब्यूमिन-एथ्रोप्रोटीन नामक प्रोटीन का रिसाव होना, यूरिन का पीला या भूरे रंग का होना, झाग आना या बदबू आना, यूरिन करते हुए जलन होना।
- फिल्टर न कर पाने के कारण ब्लड में यूरिया, क्रिएटिनिन और दूसरे टॉक्सिन का लेवल बढ़ जाता है।
- बाहर न निकलने पर शरीर में जमा होने वाले टॉक्सिन ब्लड प्रेशर का लेवल बढ़ाते हैं। हार्ट पर प्रेशर डालने के अलावा हाई ब्लड प्रेशर शरीर के कई अंगों को प्रभावित करता है। हार्ट फैलियर, विजन लॉस या ब्लाइंडनेस की संभावना कई गुना बढ़ जाती है।
- विटामिन डी का निर्माण कम होने से हड्डियां कमजोर होने लगती हैं और फ्रैक्चर होने का रिस्क बढ़ जाता है। कूल्हे और कंधे की मसल्स पर सबसे ज्यादा असर पड़ता है। शरीर खासकर कमर के निचले हिस्से और हाथ-पैरों में दर्द रहना। बैठ कर उठने, सीढ़ियां चढ़ने, हाथ उठाकर कंघी करने, ऊपर से सामान निकालने, शर्ट पहनने में कठिनाई होती है। कमर के निचले हिस्से खासकर दोनों साइड दर्द रहना।

डायग्नोसिस के तरीके: किडनी फंक्शन की जांच के लिए ग्लोमेरुलर फिल्ट्रेशन रेट (जीएफआर) टेस्ट किया जाता है। इसके अलावा किडनी डिजीज का पता लगाने के लिए 3-4 टेस्ट किए जाते हैं- किडनी का अल्ट्रासाउंड, यूरिन का रूटीन टेस्ट, यूरिन में प्रोटीन के रिसाव की जांच, ब्लड में यूरिया, क्रिएटनिन और इलेक्ट्रोलाइट्स टेस्ट।

कैसे होता है उपचार: मरीज और रोग की स्थिति के हिसाब से उपचार किया जाता है। डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर को पहले कंट्रोल किया जाता है। एक्यूट किडनी फैल्योर के मरीज का उपचार अगर सही समय पर शुरू कर दिया जाता है, तो मेडिसिन से भी स्थिति में सुधार हो सकता है। लेकिन जब किडनी अपने रूटीन फंक्शन करने में असमर्थ हो जाती है और लाइफ-थ्रेटनिंग सिंप्टंप्स आने शुरू हो जाते हैं, तो डायलिसिस का सहारा लिया जाता है। ऐसी स्थिति में किडनी का फिल्ट्रेशन फंक्शन 15 एमएल या उससे भी कम रह जाता है या क्रिएटनिन अचानक बढ़ जाता है। ऐसी कंडीशन में तुरंत डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

ऐसे करें किडनी केयर

- लाइफस्टाइल सही रखें। रोजाना कुछ देर व्यायाम और योगाभ्यास जरूर करें।
- पोषक तत्वों से भरपूर संतुलित आहार का सेवन करें। प्रोटीन सीमित मात्रा में ही लें। मांसाहारी खाद्य पदार्थों के बजाय प्लांट बेस्ड प्रोटीन को प्रेफर करें।
- किडनी संबंधी कोई भी समस्या हो तो पोटेशियम रिच फलों से बचें। पालक, साग, टमाटर, रेड मीट, अंडा जैसी चीजों से परहेज रखें।
- यथासंभव जंक, पैकेज्ड और प्रोसेस्ड फूड खाने से परहेज करें।
- रोजाना 4-5 ग्राम से ज्यादा नमक न खाएं। खाने में ऊपर से नमक न डालें। चीनी भी सीमित मात्रा में यानी दिन भर में 20-25 ग्राम से ज्यादा न लें। हाइड्रेशन स्टेटस मेंटेन रखें। मौसम, शरीर और काम के हिसाब से पानी पिएं। सर्दियों में 2 लीटर से ज्यादा और गर्मियों में ढाई से तीन लिटर पानी या लिक्विड पीना चाहिए।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह
सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

अगर केमिकल वाले कलर्स से हो एलर्जी

मेरी उम्र 33 वर्ष है। होली पर जब भी मैं रंग-गुलाल खेलता हूं तो स्किन पर लाल-लाल दाने और चकत्ते निकल आते हैं। कृपया कोई उपाय बताएं, ताकि मुझे इस प्रॉब्लम का सामना न करना पड़े।

-अक्षत, रायपुर

कुछ लोगों को केमिकल कलर्स से एलर्जी होती है। होली के अवसर पर बाजार में बिकने वाले ज्यादातर रंग-गुलाल में केमिकल मिला होता है। केमिकल के संपर्क में आने से ही शरीर पर एलर्जी हो जाती है और इचिंग शुरू हो जाती है। इससे बचाव के लिए कोशिश करें कि नेचुरल कलर से ही होली खेलें। होली खेलने से पहले पूरे शरीर पर नारियल का तेल लगा लें।

मेरी उम्र 50 वर्ष है। मुझे हाई बीपी और अस्थमा की समस्या है। होली के अवसर पर मुझे कोई प्रॉब्लम न हो, इसके लिए मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए, प्लीज बताएं।

-सत्यवीर, भोपाल

रंग-गुलाल से ब्लड प्रेशर का सीधा संपर्क नहीं है, लेकिन जैसा आप बता रहे हैं कि आप अस्थमा के भी पेशेंट हैं, इसलिए आपको अधिक सावधानी बरतने की जरूरत है। होली खेलते वक्त मास्क लगाएं। क्योंकि आप ब्लड प्रेशर के मरीज हैं इसलिए अधिक नमक वाली चीजों का सेवन कम करें। होली खेलने से पहले पूरे शरीर पर नारियल तेल जरूर लगाएं।

मेरी उम्र 48 वर्ष है। मेरे तलवों, एड़ियों और हथेलियों में कभी-कभी सुई की चुभन जैसा तेज दर्द होता है। ऐसा क्यों होता है? कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-राजेश, बिलासपुर

आपकी बीमारी जानकर ऐसा लग रहा है कि आपको नर्वस सिस्टम से जुड़ी कोई परेशानी है, इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना मुश्किल है। आपको पहले मस्तिष्क रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर जांच करानी चाहिए। इस बात का ध्यान रखें कि बगैर जांच कराए, कारण जानें, कोई भी ट्रीटमेंट न कराएं।

मेरी उम्र 26 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से पढ़ते वक्त मेरी आंखों से पानी आने लगता है, जलन होती है और सिर दर्द भी शुरू हो जाता है। प्लीज मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-तुषार, बलौदा बाजार

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आंखों की रोशनी कमजोर हो रही है, क्योंकि रोशनी कमजोर होने से सिर दर्द और पानी आने जैसे लक्षण दिखते हैं। कई बार मस्तिष्क रोग के कारण भी सिर दर्द होता है। लेकिन शुरुआती लक्षणों से लग रहा है कि आप की आंखें कमजोर हैं, इसलिए आप पहले आंखों की जांच कराएं, उसके बाद ही उपचार होगा।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। मेरा पेट अकसर गड़बड़ रहता है। कभी कब्ज, तो कभी लूज मोशन की समस्या होती रहती है। कोई उपचार बताने का कष्ट करें।

-कुशेश्वर, हिसार

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है। इस वजह से लूज मोशन होते हैं। सबसे पहले आप अपने खान-पान में सुधार करें। अधिक ऑयली और स्पाइसी खाना बिल्कुल न खाएं। खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करें। इसके अलावा रात में गरिष्ठ भोजन न करें। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

खबर संक्षेप

वेतन आयोग को लेकर करेंगे कर्मचारी जन असेंबली: सिवाच

रोहतक। सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा की जिला कार्यकारणी मीटिंग नहर भवन स्थित कार्यालय में संपन्न हुई। मीटिंग की अध्यक्षता जिला प्रधान कर्मवीर सिवाच व संचालन जिला सचिव मनजीत पांचाल ने किया। मीटिंग में मुख्य वक्ता के रूप में राज्य सचिव जयवीर चहल राज्य कमेटी सदस्य प्रेम घिलौडिया मौजूद रहे। कर्मचारियों को संबोधित करते हुए जयवीर चहल ने बताया कि केंद्र सरकार ने आठवें वेतन आयोग की घोषणा तो कर दी है, लेकिन अब तक वेतन आयोग के लिए कोई कमेटी गठित नहीं की है। सरकार केवल घोषणा करके कर्मचारियों को गुमराह कर रही है। हरियाणा सरकार से हम मांग कर रहे हैं कि हरियाणा का भी अलग से वेतन आयोग लागू हो। क्योंकि केंद्र और राज्य के वेतन आयोग में बहुत सी भिन्नताएं हैं। कर्मवीर सिवाच ने बात की जिस दिन सरकार विधानसभा क्षेत्र का बजट पेश करेगी, उसी दिन 17 मार्च 2025 को उपायुक्त कार्यालय रोहतक पर कर्मचारी अपनी कर्मचारी जन असेंबली बैठाकर हरियाणा का अलग से वेतन आयोग लागू हो, पुरानी पेंशन बहाल हो, अंतरिम राहत 5000 रुपये हो।

बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय में सात दिवसीय राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर का समापन

युवा पीढ़ी ही हमारे देश का भविष्य: कुलपति

स्वयंसेवकों ने विभिन्न सामाजिक और रचनात्मक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लिया। सोशल मीडिया के बुरे प्रभाव को स्वयंसेवकों ने नाटक के रूप में प्रस्तुत कर जागरूकता फैलाई।

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

रोहतक। एनएसएस के सात दिवसीय शिविर के दौरान कूड़ा एकत्र कर सफाई अभियान चलाते हुए स्वयंसेवक व बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय में एनएसएस के सात दिवसीय शिविर के समापन पर कुलपति प्रो. (डॉ.) एचएल वर्मा को में पौधा भेट करेत हुए एनएसएस समन्वयक डॉ. मनजीत कुमार। फोटो: हरिभूमि

बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय में 4 मार्च से आयोजित राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) के सात दिवसीय विशेष शिविर का समापन समारोह उत्साह और उमंग के साथ संपन्न हुआ। समापन अवसर पर कुलपति प्रो. (डॉ.) एचएल वर्मा ने पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया, जबकि कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार ने स्वयंसेवकों को मिठाई वितरित कर उनके योगदान की सराहना की। इस अवसर पर डॉ. श्रीभगवान ने स्वयंसेवकों को युवाओं की राष्ट्र निर्माण में भूमिका के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। शिविर के दौरान स्वयंसेवकों ने विभिन्न सामाजिक और रचनात्मक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लिया। सोशल मीडिया के बुरे प्रभाव को स्वयंसेवकों ने नाटक के रूप में प्रस्तुत कर जागरूकता फैलाई। साथ ही, स्वयंसेवकों ने जन सेवा संस्थान रोहतक के वृद्धाश्रम और अनाथालय का भ्रमण कर वहां रह रहे लोगों से आत्मीय संवाद स्थापित किया।

समापन समारोह में कुलपति प्रो. (डॉ.) एचएल वर्मा ने स्वयंसेवकों की समाज सेवा और राष्ट्र निर्माण में उनके योगदान की सराहना करते हुए कहा कि युवा पीढ़ी ही हमारे देश का भविष्य है। जब युवा सेवा और कर्तव्यनिष्ठा को अपनाते हैं, तो राष्ट्र विकास की ओर अग्रसर होता है। एनएसएस शिविर में आपने जो सीखा है, उसे अपने जीवन में आत्मसात करें और समाज सेवा को अपनी प्राथमिकता बनाएं।

कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार कहा कि सेवा भावना और परोपकार ही जीवन का वास्तविक उद्देश्य होना चाहिए। बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय के स्वयंसेवकों ने इस शिविर के दौरान जो अनुशासन, समर्पण और सेवा भाव दिखाया है, वह अत्यंत प्रेरणादायक है। हमें गर्व है कि हमारे छात्र सामाजिक कार्यों में अपनी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

सात दिवसीय विशेष शिविर के दौरान डॉ. टीना चावला ने स्वयंसेवकों को आध्यात्मिक ज्ञान और जीवन मूल्यों के महत्व पर विस्तार से व्याख्यान दिया। उन्होंने बताया कि सेवा, परोपकार और आध्यात्मिक चिंतन से ही व्यक्ति अपने जीवन को सार्थक बना सकता है। केवल भौतिक उपलब्धियां ही जीवन का लक्ष्य नहीं होनी चाहिए, बल्कि आत्मिक संतोष और समाज के लिए योगदान भी अत्यंत आवश्यक है। डॉ. टीना चावला ने ध्यान (मेडिटेशन), सकारात्मक सोच, आंतरिक शांति और मानवीय मूल्यों के महत्व को समझाया और स्वयंसेवकों को प्रेरित किया कि वे अपने जीवन में सेवा और आध्यात्मिकता को अपनाएं।

सफाई अभियान चलाया

शिविर के प्रमुख आयोजन एवं गतिविधियां में विभिन्न विषयों पर व्याख्यान हुए, जिसमें डॉ. कपिल ने युवा सशक्तिकरण, डॉ. जगदीश आचार्य ने भारतीय संस्कार, डॉ. अरुणाचल ने नारी सशक्तिकरण के बारे में व्याख्यान दिया। शिविर के दौरान तिलयार झील पर स्वयंसेवकों ने कूड़ा एकत्र कर सफाई अभियान चलाया, जो कि स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक सराहनीय पहल रही। स्वयंसेवकों ने एमएसएमई सेंटर, रोहतक का दौरा कर विभिन्न नवीनतम तकनीकों की जानकारी प्राप्त की, जिससे उनके तकनीकी ज्ञान में वृद्धि हुई।

प्लास्टिक के उपयोग को कम करने के लिए किया जागरूक

श्री बाबा मस्तनाथ की स्मृति में आयोजित तीन दिवसीय सालाना मेले में एनएसएस स्वयंसेवकों ने सक्रिय रूप से भाग लिया। इस दौरान अपंग एवं वृद्ध श्रद्धालुओं को दर्शन कराने में सहायता की, मठ परिसर की साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखा, श्रद्धालुओं के लिए जल सेवा एवं चिकित्सा सहायता केंद्र संचालित किया व पर्यावरण संरक्षण के लिए रैली निकालकर लोगों को प्लास्टिक के उपयोग को कम करने के लिए जागरूक किया।

उत्कृष्ट स्वयंसेवकों को किया सम्मानित

समापन समारोह में रंगोली प्रतियोगिता, निबंध लेखन प्रतियोगिता, पोस्टर प्रतियोगिता एवं नृत्य प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस अवसर पर उत्कृष्ट स्वयंसेवकों को सम्मानित भी किया गया। दीपक (फिजियोथेरेपी विभाग) एवं चेष्टा (विधि विभाग) को 2023-2025 के श्रेष्ठ स्वयंसेवक का सम्मान प्रदान किया गया। विशाल (फिजियोथेरेपी विभाग), सृष्टि मलिक (फिजियोथेरेपी विभाग) एवं हर्ष (विधि विभाग) को वरिष्ठ स्वयंसेवक सम्मान से नवाजा गया। सभी प्रोग्राम ऑफिसर्स को स्मृति चिन्ह भेंट किए गए।

स्वयंसेवकों की सेवा भावना की सराहना

इस अवसर पर डॉ. सुधीर मलिक ने स्वयंसेवकों की सेवा भावना की सराहना की और सभी को बधाई दी। एनएसएस समन्वयक डॉ. मनजीत कुमार ने सात दिवसीय शिविर की झलकियां वीडियों के रूप में प्रस्तुत की।

मतगणना की झलकियां

रोहतक। मतगणना केंद्र के बाहर चेकिंग करते पुलिस कर्मी। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। मतगणना केंद्र के बाहर खड़े समर्थक। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। मतगणना केंद्र पर बैठे विभिन्न पार्टियों के मेयर प्रत्याशियों के समर्थक।

रोहतक। मेयर राम अवतार वाल्मिकी जीत के बाद खुशी मनाते हुए पूर्व मंत्री मनीष ग्रोवर, भाजपा के प्रदेश उपाध्यक्ष सतीश नांदल, पूर्व मेयर मनमोहन गोयल व जिला अध्यक्ष रणबीर डाका। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। कपिल नागपाल जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। बिजेंद्र सिंह जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। परीक्षित देशवाल जीत पर खुशी मनाते फोटो: हरिभूमि

रोहतक। कृष्णा जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। कंचन खुराना जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। मुक्ता नागपाल जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

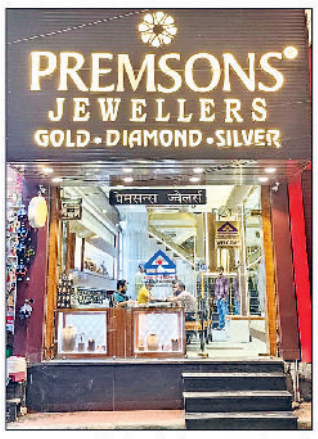
रोहतक। विजय गोयल जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

रोहतक। अनिता मिगलानी जीत पर खुशी मनाते। फोटो: अनिल चहल

रोहतक। डिम्पल जैन जीत पर खुशी मनाते। फोटो: हरिभूमि

मार्केट न्यूज

प्रेमसंस ज्वेलर्स: परंपरा, शुद्धता और खूबसूरती का संगम



रोहतक। रेलवे रोड स्थित प्रेमसंस ज्वेलर्स ने शादी और त्योहारी सीजन के लिए नया और आकर्षक ब्राइडल एवं फेस्टिव कलेक्शन लॉन्च किया है। यहां गोल्ड, डायमंड, कुंदन और सिल्वर ज्वेलरी के अनोखे डिजाइन ग्राहकों को खास अनुभव देते हैं। आशीष आहूजा व विपुल आहूजा ने बताया कि हर आभूषण हॉलमार्क प्रमाणित होता है, जिससे शुद्धता और गुणवत्ता की गारंटी मिलती है। ग्राहकों को उनकी पसंद के अनुसार कस्टमाइज्ड ज्वेलरी भी तैयार कर दी जाती है। परंपरा और आधुनिकता का मेल प्रेमसंस ज्वेलर्स को खास बनाता है। शहरभर के ग्राहकों का कहना है कि यहां के डिजाइन ट्रेंडी और क्लासिक दोनों होते हैं। गहनों की बेहतरीन कारीगरी और विश्वसनीयता के कारण प्रेमसंस ज्वेलर्स ने लोगों के दिलों में जगह बनाई है। शादी, सगाई, जन्मदिन या कोई भी खास अवसर, प्रेमसंस ज्वेलर्स हर मौके के लिए परफेक्ट ज्वेलरी प्रदान करता है। विशेष ऑफर्स और कलेक्शन देखने के लिए आज ही प्रेमसंस ज्वेलर्स पर पधारें। प्रेमसंस ज्वेलर्स जहां हर गहना एक कहानी कहता है।

वैश्य महाविद्यालय में हुआ फ्लावर फेस्ट कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

वैश्य महाविद्यालय के वनस्पति व जीव विज्ञान, भूगोल विभाग, एनवायर्नमेंटल व इको क्लब तथा वाईआरसी यूनिट द्वारा फ्लावर फेस्ट का आयोजन किया। इस कार्यक्रम को चार कैटेगरी में विभाजित किया गया। आर्नामेंटल प्लांट्स, फ्लावरिंग प्लांट्स, जीरोफाइट्स एंड मेडिसिनल प्लांट्स। इस कार्यक्रम के आयोजक जूलॉजी एवं बोटैनिक डिपार्टमेंट के एचओडी डॉक्टर फूल सिंह यादव, भूगोल डिपार्टमेंट की एचओडी डॉ. विनीत बाला एवं पिंकी यादव रही। प्राचार्य डॉ. संजय गुप्ता ने छात्रों-छात्रों का उत्साहवर्धन करते हुए उन्हें वनस्पति के सूक्ष्म महत्व के बारे में बताया। इस मौके पर डॉ. दिनेश रानी बंसल, डॉ. मोनिका गुप्ता, डॉ. राजल गुप्ता, डॉ. अंजू गुप्ता, डॉ. मधु, डॉ. सुनयना, डॉ. गीता गुप्ता आदि मौजूद रहे।

हेल्थ चेकअप कैंप का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

एमआर डीएवी विशेष बाल स्कूल में सिविल हॉस्टिपल के चिकित्सकों द्वारा हेल्थ चेकअप कैंप का आयोजन किया गया। इसमें सामान्य अस्पताल से डॉक्टर कविता, फार्मासिस्ट मिस मेनका व एएनएम मिस सुदेश ने दिव्यांग बच्चों का चेकअप किया। उन्होंने बच्चों को स्वस्थ रखने के लिए थैरेपी और व्यायाम के बारे में भी जानकारी दी।

इस कार्यक्रम के आयोजन के लिए संस्थान के डायरेक्टर, डॉ. वैभव जिंदल ने टीम का आभार जताया। इस अवसर पर विशेष बाल स्कूल के प्रिंसिपल डॉ. मनदीप, दिव्यांग बच्चे और उनके अभिभावक व स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे।

घर में घुसकर दंपति पर हमला

बहादुरगढ़। गांव डाबोदा कलां में मकान में घुसकर दंपति पर हमला कर दिया गया। हमले में दोनों को काफी चोट आई। पूर्व फौजी का दांत भी हिल गया। गांव के ही चार लोगों पर मारपीट करने व धमकी देने का आरोप है। हमले की वजह अभी स्पष्ट नहीं है। जांच के बाद ही मामले की तस्वीर साफ हो पाएगी।

सूचना

हम, नरेश कुमार पुत्र श्री कपूर सिंह व लक्ष्मी पत्नी नरेश कुमार, गांव नीडाना तहसील महम जिला रोहतक बयान करते हैं कि हमारी पुत्री वर्षा हमारे कहने–सुनने से बाहर है। इसलिये हम इसको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। इससे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारी व हमारे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया 10 तक

रोहतक। अग्निपथ योजना तथा रेगुलर एंट्री के तहत ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया 10 अप्रैल तक जारी रहेगी। जिसके लिए ऑनलाइन पोर्टल **www.joinindianarmy.nic.in** पर आवेदन किए जा सकते हैं। सेना भर्ती कार्यालय के निदेशक गौतम चौहान ने बताया कि भर्ती वर्ष 2025-26 के लिए भर्ती दो चरणों में की जाएगी। प्रथम चरण ऑनलाइन कंप्यूटर आधारित लिखित परीक्षा (ऑनलाइन सीईई) व द्वितीय चरण भर्ती रैली होगी। इच्छुक उम्मीदवार अपना नाम वेबसाइट पर पंजीकरण करवाना अनिवार्य है।

वीबी कॉलेज ऑफ एजूकेशन में मनाया होली का त्योहार

हरिभूमि न्यूज ⏭ रोहतक

वीबी कॉलेज ऑफ एजूकेशन में होली का त्योहार हर्ष उल्लास के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में अध्यक्ष सुदर्शन मलिक व डायरेक्ट संतोष मलिक ने सभागार में उपस्थित स्टाफ के सभी सदस्यों व छात्र अध्यापकों के समक्ष होलिका दहन की ऐतिहासिक, पौराणिक, धार्मिक महत्व की चर्चा की। उन्होंने बताया कि होली का त्यौहार बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है और होली के त्यौहार की शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर प्राचार्य तृष्णा वर्मा व स्टाफ के सभी सदस्य उपस्थित रहे।

SHORT AND LONG TERM NEW BATCHES
CUET
DU/KU/IPU/MDU
IPM-IIMs
(ROHTAK, INDORE, AMRITSAR, RANCHI, BANGALORE, JAMMU, BODHGAYA)
CAT-2025
IIMs
NDA
BBA
HM (HOTEL MANAGEMENT)
T.I.M.E.
Triumphant Institute of Management Education Pvt. Ltd.
D-Park, Delhi Road
Rohtak
M. 9254304337

हुड़दंग करने वाले लोगों पर की जाएगी सख्त कार्रवाई

होली व दुल्हेंडी को लेकर पुलिस ने किए सुरक्षा के पुख्ता बंदोबस्त

शहर में अलग-2 स्थानों को चिन्हित करते हुए करीब 40 जगहों पर लगाए जाएंगे नाके

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

पुलिस ने होली के पर्व पर सुरक्षा के पुख्ता बंदोबस्त किए गए हैं ताकि जिला वासी होली के पर्व को आनन्द, भाईचारे से मना सके। एसपी नरेन्द्र बिजारणिया ने सभी राजपत्रित अधिकारियों, प्रभारी थाना-चौकी, सीआईए स्टाफ, महिला पुलिस व यातायात पुलिस को होली के पावन पर्व पर अलर्ट रहने के निर्देश दिए हैं। जिले में कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखना और यातायात को सुचारू रूप से चलाने के साथ-साथ पुलिस विभाग किसी भी आपात स्थिति से निपटने के लिए तैयार रहेगी।

शहर में नाकाबंदी और गश्त की जाएगी

एसपी नरेंद्र बिजारणिया ने बताया कि होली व धुल्हंडी के दिन कानून व्यवस्था की स्थिति से निपटने के लिए शहर प्रभावी रूप से नाकाबंदी व गश्त की जाएगी। शहर में अलग-2 स्थानों को चिन्हित करते हुए करीब 40 जगहों पर नाकाबंदी की जाएगी। इसके अतिरिक्त अल्कोहल सैंसर के नाके भी लगाए जाएंगे। बाजार व भीड़-भाड़ वाले इलाकों में पैदल पेट्रोलिंग पार्टी रहेगी। पीसीआर, ईआरवी व राइडर अपने अपने ईलाके में निरंतर गश्त में मौजूद रहेंगी। असामाजिक एवं शरारती तत्वों व हुड़दंग करने वाले युवकों पर पैनी नजर रखेगी तथा जरूरत पड़ने पर नियमानुसार आवश्यक कार्यवाही करेगी।

एसपी ने बताया कि पुलिस द्वारा निरंतर चैकिंग की जाएगी तथा शराब पीकर गाड़ी चलाने वाले वाहन चालकों के खिलाफ सख्त कार्यवाही की जाएगी। कुछ शरारती तत्व बुलेट मोटरसाइकिल पर सवार होकर होली के दिन सड़कों पर हुड़दंग करते हैं और साइलेंसर से पटाखे की ध्वनि छोड़ते हैं। ऐसे हुड़दंग करने वालों के साथ पुलिस सख्ती से निपटेगी और नियमानुसार सख्त कार्यवाही की जाएगी।

रोहतक।होली की तैयारियों में जुटे लोग।

सावधानी में ही सुरक्षा : एसपी

एसपी नरेंद्र बिजारणिया ने आमजन को होली व दुल्हेंडी की बधाई देते हुए कहा कि रोहतकवासी हर्षोल्लास, शांतिपूर्वक व सद्भावना के साथ त्योहार को मनाए। सावधानी में ही सुरक्षा है। किसी भी प्रकार से कानून का उल्लंघन ना करें। शराब पीकर वाहन न चलाए, मोटरसाइकिल चालक बिना हेलमेट व ट्रिपलिंग राइडिंग आदि न करें, हुड़दंग न मचाए और कानून व्यवस्था को बनाए रखने में पुलिस का सहयोग करें।

अभद्र व्यावहार न करें

लड़कियों-महिलाओं के साथ अभद्र व्यवहार न करें। समाज के मौजिज व गणमान्य व्यक्तियों से अनुरोध है कि युवा पीढ़ी को त्यौहार के अवसर पर हुड़दंगबाजी न करने बारे प्रेरित करें। उन्होंने नागरिकों से रंगों के त्यौहार को मनाते समय दूसरों की भावनाओं का सम्मान करने और उनकी संवेदनशीलता को ठेस न पहुंचाने की भी अपील की है। किसी भी प्रकार की संदिग्ध वस्तु-व्यक्ति की सूचना या किसी प्रकार की कोई दुर्घटना बारे या पुलिस सहायता के लिए डायल-112 पर संपर्क करें।

ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त

उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा ने शक्तियों का प्रयोग करते हुए 13 व 14 मार्च को होली एवं दुल्हेंडी त्यौहार के दौरान कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त करने के आदेश जारी किए है। उन्होंने जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी डिविजन संख्या-1 के कार्यकारी अभियंता राजेश सोनी को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा सिटी पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, पंचायतीराज के एसडीओ गिरीश बत्तरा को ड्यूटी मजिस्ट्रेट एवं पुरानी सब्जी मंडी पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, यमुना वाटर सर्विसिज के एसडीओ जगदीप दलाल को ट्यूटी मजिस्ट्रेट व सिविल लाइन पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम की डिविजन-3 के एसडीओ आशीष चौहान को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा आर्य नगर पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, जनस्वास्थ्य विभाग की डिविजन संख्या 9 के उपमंडल अभियंता मुकेश कुमार को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा शिवाजी कॉलोनी पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, लोक निर्माण विभाग की डिविजन संख्या-2 के उपमंडल अभियंता सुरेंद्र को ड्यूटी मजिस्ट्रेट व पीजीआईएमएस पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, निर्माण डिविजन संख्या 7 के एसडीओ संजीव कुमार को ड्यूटी मजिस्ट्रेट व अर्बन एस्टेट पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी नियुक्त किया गया।

पुलिस अधिकारियों की लगाई ड्यूटी

धीरेंद्र खड़गट ने बताया कि भालौठ वाटर सर्विसिज डिविजन के एसडीओ उदयभान सांगवान को ड्यूटी मजिस्ट्रेट व सदर पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, लोक निर्माण विभाग के उपमंडल अभियंता अशोक सरोहा को ड्यूटी मजिस्ट्रेट व आईएमटी पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग सांपला के उपमंडल अभियंता अनिल कुमार को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा सांपला पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, पंचायतीराज विभाग कलानौर के एसडीओ अतुल को ड्यूटी मजिस्ट्रेट व कलानौर पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी, पंचायतीराज विभाग लाखनमाजरा के एसडीओ यादवेंद्र सिंह को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा लाखनमाजरा पुलिस थाना के एसएचओ पुलिस अधिकारी, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग महम के उपमंडल अभियंता सुरजीत सिंह को ड्यूटी मजिस्ट्रेट तथा महम पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी तथा मिकाडा के एसडीओ अनीश कुमार ड्यूटी मजिस्ट्रेट व बहुअकबरपुर पुलिस थाना के एसएचओ को पुलिस अधिकारी नियुक्त किया गया है।

शरारती तत्वों पर रखी जाएगी नजर

सीआईए की टीमें भी गश्त में रहेगी तथा आदतन अपराधियों व शरारती तत्वों पर नजर रखेगी तथा उनके खिलाफ कानून अनुसार कार्यवाही की जाएगी। किसी भी स्थिति से निपटने के लिए पुलिस लाईन में रिजर्व पुलिस बल तैनात किया गया है। जो आवश्यकता पड़ने पर तुरंत मौके पर पहुंचकर स्थिति को नियंत्रण में करेंगे।

जॉन वेस्ले कॉन्वेंट के छात्रों ने हर्षोल्लास के साथ मनाया रंगों भरा त्योहार होली

रोहतक। गोहाना रोड स्थित जॉन वेस्ले कॉन्वेंट में रंगों के त्योहार होली पर मनोरंजक कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें विद्यालय के बच्चों ने रंगों से भरे त्योहार पर अपने सहपाठियों के साथ अबीर गुलाल लगाकर आनंद उठाया। कार्यक्रम में सभी विद्यार्थियों को होली और होलिका दहन से संबंधित कहानी सुना कर एक्टिविटी करवाई गई। जिसे करते हुए विद्यार्थियों में नई उमंग और जोश दिखाई दिया। कक्षा नर्सरी, केजी, यूकेजी के विद्यार्थियों ने कलरिंग एक्टिविटी के माध्यम से अपने मन के भावों को उजागर किया तथा उत्साह के साथ दी गई एक्टिविटी को पूर्ण किया। विद्यार्थियों को आपस में ही रंग-बिरंगे ऑर्गेनिक रंगों के द्वारा तिलक लगवाया गया। प्रधानाचार्या डॉ. ममता मालिक ने विद्यार्थियों को होली पर्व की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि संस्कृति की रक्षा के लिए हमें हमारे पर्वों को मनाते रहना चाहिए और साथ ही उन्होंने कहा कि होली आनंद से भरे रंगों और आपसी भाईचारे का प्रतीक है। इस अवसर पर उप प्रधानाचार्या मशेंका, सीमा दुआ, सीमा शर्मा, मीनाक्षी, ज्योति चावला, सिमरन, कनिका चावला, मोनिका खनेजा, संध्या, विनी, रितु, रवनीत, शोभा, हर्ष, रेखा, रुचि, कृष्णा, सुमित, नवदीप आदि मौजूद रहे।

एसवीएम नर्सिंग कॉलेज में मनाया होली उत्सव

रोहतक। एसवीएम नर्सिंग कॉलेज में होली उत्सव का आयोजन किया गया। इस दौरान छात्र-छात्राओं ने अबीर-गुलाल से होली खेली और नृत्य की प्रस्तुति देकर सभी को भाव-विभोर कर दिया। कार्यक्रम में फूलों और रंगो से जमकर होली खेली और एक दूसरे को होली के पर्व की बधाई दी। कार्यक्रम के दौरान कॉलेज के डायरेक्टर श्रीपाल बालद ने सभी शिक्षकों और छात्रों को होली की महत्ता बताते हुए शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम की शुरुआत डॉयरेक्टर श्रीपाल बालद को भेंट देकर की। इसके बाद छात्रों ने पंजाबी दोल व डीजे पर डांस करके होली के त्यौहार का लुत्फ उठाया। विद्यार्थियों के साथ डॉयरेक्टर सभी शिक्षक व मैनेजमैंट कमेटी ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

गांव लाहली में श्री श्याम बाबा की प्राण प्रतिष्ठा के उपरांत प्रतिमा स्थापित की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

- कार्यक्रम के दौरान पूजन कर भंडारे का किया आयोजन

गांव लाहली में श्री श्याम बाबा के नवनिर्मित मंदिर में श्री श्याम बाबा की प्राण प्रतिष्ठा के उपरांत प्रतिमा स्थापित की गई। कार्यक्रम के दौरान हवन पूजन उपरांत श्री श्याम बाबा के भव्य दर्शन एवं भंडारे का आयोजन किया गया। इस अवसर पर रोहतक को-आपरेटिव बैंक के चेयरमैन हरीश कौशिक एवं श्री श्याम बाबा सेवा समिति के पदाधिकारियों द्वारा प्रतिमा भेंट कर सम्मानित किया गया। महंत बाबा ईश्वर शाह, भाजपा प्रदेश सचिव रेनू डाबला, रोहतक को-ऑपरेटिव बैंक के चेयरमैन हरीश कौशिक, जिलाध्यक्ष रणबीर ढाका, प्रदेश कोषाध्यक्ष अजय बंसल, पूर्व जिलाध्यक्ष रमेश भाटिया, कैबिनेट सहकारिता मंत्री के सचिव विपिन गोयल, पूर्व चेयरमैन सुनील कात्याल, प्रसिद्ध समाज सेवी राजू फौजी, लाहली गांव की सरपंच कश्मीरी देवी, सरपंच मसूदपुर भगवत दयाल, सरपंच सांगहेड़ा चुन्नी लाल, मंडल अध्यक्ष कुलदीप कौशिक, मंडल अध्यक्ष गीता ओहल्याण, आनन्द कौशिक, रमेश कौशिक आदि मौजूद रहे।

जीडी गोयनका टॉडलर हाउस सनसिटी में मनाई होली

रोहतक। जीडी गोयनका टॉडलर हाउस सनसिटी में बुधवार को होली मनाई गई। विद्यालय के निदेशक बलराज लोहचब और प्रधानाचार्या अनामिका बल्हारा ने सभी बच्चों को होली की बधाई देते हुए उनके साथ गुलाल और फूलों से होली मनाई। अनामिका ने यह संदेश भी सभी बच्चों को दिया कि होली केवल एक त्यौहार नहीं बल्कि यह रंग, प्रेम और खुशी का प्रतीक है। यह दिन दोस्तों परिवार और अपनों के बीच स्नेह और सौहार्द को बढ़ाता है बच्चों को अंत में अनामिका के द्वार यह भी समझा गया कि हमें होली सावधानी से खेलना चाहिए। अंत में प्रधानाचार्या अनामिका बल्हारा ने बच्चों के लिए दो पंक्तियां सुनाई।

बच्चों ने राधा-कृष्ण का रूप धर मनाया उत्सव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

- शिक्षा भारती विद्यालय रामनगर कार्यक्रम का आयोजन

शिक्षा भारती विद्यालय रामनगर में होली के शुभ अवसर पर बच्चों के लिए रंगोत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें 2 से 10 वर्ष की आयु वर्ग के बच्चों ने अपनी माताओं के साथ उत्साह पूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय प्राचार्या ममता भोला, मुख्य अतिथि लीला सैनी, निर्णायक बृजबाला गुप्ता, तृप्ता वाही के कर-कमलों द्वारा मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलन व वंदना से किया गया। प्राचार्या ममता भोला ने कार्यक्रम में उपस्थित सभी अतिथियों का परिचय करवाते हुए उत्तरीय पहनाकर स्वागत व अभिनंदन किया। मंचीय प्रस्तुतियों में 2 से 10 वर्ष की आयु वर्ग के बच्चों ने फैंसी ड्रैस, रैंप वॉक तथा होली के गीतों पर नृत्य करके समां बांधा। कार्यक्रम के अंत में प्राचार्या ममता भोला ने सभी प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया तथा बताया कि विद्यालय में बच्चों के सर्वांगीण विकास पर पूरा ध्यान दिया जाता है।स अवसर पर विद्यालय की पूर्व छात्रा सुक्रमा जग्गा ने मंच संचालन करते हुए एकरिंग के क्षेत्र में प्रतिष्ठित होने का श्रेय विद्यालय परिवार को देते हुए आभार व्यक्त किया। इस मौके पर विद्यालय प्रबंध समिति के अध्यक्ष अनुराग जैन, प्रबंधक हरीश वधवा, कोषाध्यक्ष महेंद्र गुलाटी ने सभी को होली की बधाई दी। यह सारी जानकारी विद्यालय प्रचार प्रमुख सरिता शर्मा के द्वारा दी गई ।

होली समारोह का किया आयोजन

रोहतक। गुलाबी पंख ने अभिनव टोली के सहयोग से होली समारोह का आयोजन किया। जिसमें लगभग 70 वंचित प्रवासी श्रमिकों के बच्चों को उपहार और रंग देकर होली मनाने का अवसर प्रदान किया गया। इस कार्यक्रम में आईएमए की अध्यक्ष डॉ. आरती साहू, डॉ. वनीता गोयल, अध्यक्ष, गुलाबी पंख, और डॉ. कांता जोला, सचिव, गुलाबी पंख पहल ने भाग लिया। अभिनव टोली के प्रभारी जगदीप ने संगठन और उनके द्वारा वंचित बच्चों के लिए किए जा रहे कार्यों की जानकारी दी।

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, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
ऑफिस नं.: 9253681019-20,
फोन : 9253681010, 9253681005

इंडस जूनियर विंग में बच्चों को योग के महत्व की दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

इंडस जूनियर विंग में बच्चों को योग का महत्व बताते हुए बटरफ्लाई, जिराफ, फ्लैमिंगो आदि आसन शिखाए गए। बच्चों ने इन सब का खूब आनंद लिया। कक्षा अध्यापिका ने सभी को प्रतिदिन घर में भी योग करने के लिए प्रेरित किया।

होली पर स्वास्थ्य विभाग की हिदायतों का रखें ध्यान : डीसी

- बच्चों से इको फ्रेंडली होली खेलने का किया आह्वान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

उपायुक्त धीरेंद्र खडग़टा ने होली की शुभकामनाएं प्रेषित की और स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी हिदायतों की पालना करने को कहा है। ताकि नागरिकों का स्वास्थ्य ठीक रहे। उन्होंने कहा है कि नागरिक इस त्यौहार के अवसर पर भाईचारे की भावना को प्रबल करते हुए प्रेम पूर्वक होली का पर्व मनाए। नागरिक होली के दौरान पानी को बर्बाद न करें। होली रंगों का त्यौहार है। डीसी ने कहा है कि होली के त्योहार पर हर्बल रंगों के साथ तिलक कर होली मनाएं। उन्होंने विशेषकर बच्चों व विद्यार्थियों से इको फ्रेंडली होली खेलने का आह्वान किया है। उन्होंने कहा है कि केमिकल युक्त रंगों के पानी में मिलने से त्वचा और शरीर को काफी नुकसान पहुंचता है। कई कई दिनों तक केमिकल युक्त रंग हमारे शरीर से नहीं छूटता। हानिकारक केमिकल वाले रंगों से स्किन एलर्जी भी हो जाती है।

उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा

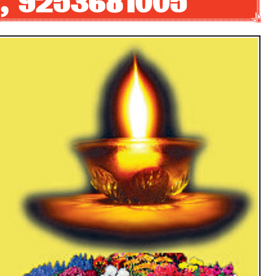
त्योहार पर बरतें सावधानियां : रमेश चंद्र

सिविल सर्जन डॉ. रमेश चंद्र ने लोगों को होली की शुभकामनाएं प्रेषित करते हुए कहा है कि वे इस त्योहार के दौरान कुछ सावधानियां बरतें। नागरिक होली खेलने से पूर्व त्वचा पर तेल या सनस्क्रीन लगाएं, त्वचा को ढककर रखें, मेकअप का प्रयोग न करें तथा होली खेलने के बाद रंगों को हटाने के लिए माइल्ड क्लींजर का उपयोग करें, शांत लोशन लगाएं। आंखों की सुरक्षा के दृष्टिगत धूप के चश्मे या गॉगल्स का उपयोग करें, कॉन्टैक्ट लेंस न पहनें, आंखों को रगड़ें नहीं, स्वयं दवा का प्रयोग न करें, आंखों में रंग जाने की स्थिति में तुरंत साफ पानी से धोएं। होली का पर्व मनाते समय धूल भरे क्षेत्रों से दूर रहे तथा खुले व हवादार स्थानों पर ही खेलें।

आपातकालीन स्थिति में 112 पर करें कॉल

उपायुक्त धीरेंद्र खडग़टा ने कहा है कि नागरिक खुद को अच्छी तरह से हाइड्रेटेड रखें, त्यौहार के अवसर पर एक दूसरे का अभिवादन, प्रसन्नता, और मिठाइयों का आदान-प्रदान करें, तिलक होली खेलें, केवल जैविक रंगों या फूलों का उपयोग करें, आंखों, त्वचा, नाक को धूप के चश्मे, सनस्क्रीन या मास्क से बचाएं, आपातकालीन स्थिति में योग्य चिकित्सक से परामर्श लें या निकटतम सरकारी स्वास्थ्य सुविधा पर जाएं या 112 पर कॉल करें। उन्होंने नागरिकों का आह्वान किया है कि वे त्यौहार के अवसर पर सुरक्षित रहने के लिए कुछ सावधानियां बरतें। नागरिक कभी भी शराब पीकर गाड़ी न चलाएं, नशीली दवाओं का सेवन न करें।

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 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
सिटी कार्यालय :- हरिभूमि, कृषि विज्ञान केन्द्र के सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9996959400
मुख्य कार्यालय :- हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

समाधान शिविर अब तक 5,855 समस्याओं में से 4,934 का किया समाधान

अधिकारी शिकायतों को गंभीरता से निपटाएं : एडीसी

- प्रत्येक कार्य दिवस पर सुबह 10 से 12 बजे तक समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने कहा कि अधिकारी समाधान शिविर में प्राप्त शिकायतों को गंभीरता से लेते हुए यथाशीघ्र निपटारा करवाया। नागरिक विभिन्न विभागों से संबंधित शिकायतों के एक छत के नीचे निपटारे के उद्देश्य से समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। अब तक इन शिविरों में 5855 प्राप्त शिकायतों में से 4934 शिकायतों का निपटारा करवाया जा चुका है तथा 434 लंबित शिकायतों के निपटारे की प्रक्रिया जारी है। नरेंद्र कुमार लघु सचिवालय स्थित वीडियो कॉन्फ्रेंस हॉल में जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल के साथ समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतों की सुनवाई कर रहे थे। उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार के निर्देशानुसार नागरिकों की शिकायतों के शीघ्र निपटान के लिए प्रत्येक कार्य दिवस जिला मुख्यालय, उपमंडल मुख्यालय एवं नगर निगम कार्यालय में सुबह 10 से 12 बजे तक समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। इन शिविरों में बिजली, पानी, सीवर, परिवार पहचान पत्र, प्रॉपर्टी आईडी, बिजली व पानी के बिल के अलावा नागरिकों की अन्य शिकायतों का विभागों के उच्चाधिकारी मौके पर मौजूद रहकर निपटारा कर रहे है।

रोहतक। समाधान शिविर में लोगों की समस्याएं सुनते अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार

लंबित शिकायतों की समीक्षा की

अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने समाधान शिविरों की लंबित शिकायतों की समीक्षा करते हुए विभाग अनुसार लंबित शिकायतों बारे जानकारी हासिल की तथा संबंधित अधिकारियों को इन शिकायतों के शीघ्र निपटारे के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में पंचायती भूमि पर गत 20 वर्षों से 500 वर्ग गज तक क्षेत्र में बनाए गए मकानों को नियमित करने की कार्रवाई की जा रही है। ऐसे नागरिक अपने आवेदन संबंधित खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय में सौंप सकते है। सरकार द्वारा निर्धारित कलैक्टर दर भरवाकर ऐसे मकानों को नियमित करवाया जा सकता है, बर्ते यह मकान तालाब या सडक़ की भूमि पर न बने हुए हो। समाधान शिविर में संबंधित विभागों से उच्चाधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।