हरिभूमि
सोनीपत भूमि
रोहतक, मंगलवार, 18 मार्च 2025

तापमान
अधिकतम 32.2 डिग्री
न्यूनतम 17.2 डिग्री

11 कर्मचारियों ने लगाई जन असेंबली, उठाए मुद्दे

12 फ्री यूपीएससी की तैयारी करवाएगा विवि प्रो. सुदेश

खबर संक्षेप

कार ने एक युवक को मारी टक्कर, मौत

गन्नौर। इलाज के लिए समालखा जा रहे 21 वर्षीय युवक को कार ने टक्कर मार दी। घायल को इलाज के लिए रोहतक पीजीआई में दाखिल कराया, जहां घायल ने दम तोड़ दिया। मृतक के पिता गांव देवगना, मुजफ्फरपुर, बिहार हाल बड़ी गांव निवासी दीप कुमार ने बताया कि वह पिछले 8 वर्षों से बड़ी स्थित जगदम्बा पोलट्री फार्म में काम करता है। उसका 21 वर्षीय बड़ा बेटा प्रियरंजन पिछले कई दिनों से बीमार था। वह 16 मार्च को इलाज के लिए समालखा ले जा रहा था। सड़क पार करते समय एक तेज रफ्तार कार ने उसे टक्कर मार दी और मौके से फरार हो गया।

कटवाला गांव में खेत से मोटर चोरी, केस दर्ज

गोहाना। गांव कटवाल से अजीत के खेत से मोटर चोरी कर ली गई। सदर थाना गोहाना में अज्ञात के विरुद्ध केस दर्ज किया गया। अजीत ने बताया कि उसने अपने खेत में सिंचाई के लिए ट्यूबवेल लगाकर सोलर प्लांट लगवा रखा है। वह शनिवार को खेत में गया तो मोटर नहीं मिली। उसने अपने स्तर पर मोटर व चोर की तलाश की।

सड़क हादसे में बाइक सवार युवक घायल

गोहाना। सोनीपत-गोहाना मार्ग स्थित गांव बीधल के निकट सड़क हादसे में बाइक पर सवार युवक गंभीर रूप से घायल हो गया। उसे बीपीएस मेडिकल कालेज से रोहतक स्थित ट्रामा सेंटर के लिए रेफर कर दिया गया। गांव बुटाना कुंडू के मनोज ने पुलिस को बताया कि उसका भाई संजय बाइक पर अपने दोस्त संदीप के साथ गोहाना से बीधल जा रहा था। नोगजा पीर के पास बाइक को रोड किनारे रोकी व संदीप बाइक से उतरा। दोबारा बाइक लेकर रोड पर चढ़ा तो पीछे से दूसरी बाइक ने टक्कर मार दी। उसका भाई गंभीर रूप से घायल हो गया। राहगीरों ने उसे अस्पताल पहुंचाया।

घर से खेत में गया व्यक्ति लापता, केस

गोहाना। गांव रुखी से घर से खेत के लिए गया ग्रामीण लापता हो गया। भाई सुनील की शिकायत पर बरोदा थाना में केस दर्ज किया गया। सुनील ने बताया कि उसका भाई सुरेंद्र 13 मार्च को सुबह घर से खेत की तरफ गया था। इसके बाद वह वापस नहीं लौटा। स्वजन ने उसकी तलाश की लेकिन सुराग नहीं लगा। स्वजन ने सुरेंद्र के साथ अनहोनी की आशंका जताई है।

दो अवैध कालोनियों पर चला पीला पंजा

सोनीपत। सोमवार को गांव गुड्डा व नगर की राजस्व सम्पदा में 12 एकड़ भूमि में 150 डीपीसी, कच्चा रास्ता, बिजली के खम्बे, निर्माणाधीन मकान व चारदीवारी बनाकर अवैध कालोनियां को जिला प्रशासन की मदद से तोडफोड की कार्यवाही अमल में लाई गई। उक्त अवैध कालोनी/निर्माण विकसित की जा रही थीं। तोड़फोड़ की कार्यवाही ड्यूटी मजिस्ट्रेट एवं ईन्फोरसपमैन्ट स्टाफ व पुलिस बल की मौजूदगी में अमल में लाई गई।

आत्मनिर्भर बनेंगी महिलाएं, सुविधाएं मिलने से युवाओं का खेलों में बढ़ेगा रुझान

सोनीपत को बस अड्डा, अत्याधुनिक मातृ व शिशु स्वास्थ्य विंग की सौगात

स्कूलों की तर्ज पर कॉलेज भी बनेंगे मॉडल संस्कृति महाविद्यालय, सुविधाओं का भी होगा विस्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

प्रदेश सरकार की तरफ से सोमवार को विधानसभा में पेश किया गए अपने बजट में जिलावासियों की लंबे समय से अटकी मांग को पूरा करते हुए बस अड्डा बनाने की घोषणा कर दी है।

बस अड्डा कहां बनेगा, इसके लिए अभी जगह चिह्नित की जाएगी। बस अड्डा शहर से बाहर बनने की घोषणा से जिलावासियों को आए दिए लगने वाले जाम से राहत मिल सकेगी।

इसके अलावा जिला नागरिक अस्पताल परिसर में 100 बेड का अत्याधुनिक मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य (एमसीएच) विंग के निर्माण करवाने की घोषणा की गई है। वहीं प्रदेश सरकार की तरफ से बजट में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के लिए खेती-बाड़ी में व डेयरी फार्मिंग, बागवानी व पशुपालन सहित मत्स्य में ब्याज मुक्त ऋण देने का प्रावधान किया है।

महिला किसानों को एक लाख रुपये का ब्याज मुक्त ऋण दिया जाएगा। इससे जिले की 22 हजार महिलाएं लाभान्वित होंगी। जिससे महिला उत्थान की राह खुलेगी। महिला सुरक्षा के लिए भी विशेष प्रावधान बजट में किया गया है।

पीपीपी मोड में बनेगा बस अड्डा

बजट में की गई घोषणा के तहत शहर के बीच में बने बस अड्डे को शहर से बाहर स्थानांतरित किया जाएगा। मुख्यमंत्री ने नए कमर्शियल बस अड्डे की घोषणा की है। यह बस अड्डा प्राइवेट-पब्लिक-पार्टनरशिप (पीपीपी) मोड के तहत विकसित किया जाएगा। जिसमें शापिंग काम्प्लेक्स, फूड कोर्ट व यात्रियों के लिए अन्य बेहतर सुविधाएं दी जाएंगी। फिलहाल बस अड्डे के लिए जमीन चिह्नित करने का काम किया जा रहा है। इसके लिए सेक्टर-सात व गांव जाट जोशी में से एक जगह बस अड्डा बनाया जाएगा। बस अड्डा बनाने के लिए सेक्टर-सात में भूमि को प्रस्तावित किया गया था। इसमें 4.06 एकड़ भूमि ग्रीन बेल्ट में थी, जबकि एक एकड़ से अधिक क्षेत्र सड़क के लिए आरक्षित था। ऐसे में यहां बस अड्डा निर्माण की संभावनाएं कम हैं। अब जाट जोशी गांव की 9.5 एकड़ जमीन पर बस टर्मिनल बनाने का प्रस्ताव है। इसके लिए विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डीपीआर) तैयार करने के लिए एडवाइजर नियुक्त किया गया है। रिपोर्ट तैयार होने के बाद सरकार आगे की प्रक्रिया शुरू करेगी।

सर्वश्रेष्ठ तीन अखाड़े होंगे पुरस्कृत

बजट में खेलों को बढ़ावा देने के लिए पिटारा खोल दिया है। अखाड़ों को बेहतर बनाने, प्रतिस्पर्धा बढ़ाने और उच्च गुणवत्ता बनाए रखने के लिए प्रदेश स्तर पर हर साल सर्वश्रेष्ठ तीन अखाड़ों को 50 लाख, 30 लाख व 20 लाख रुपये का पुरस्कार दिया जाएगा। इससे प्रतिस्पर्धा बढ़ेगी, उच्च गुणवत्ता बनाए रखने के भी प्रयास किए जाएंगे, जिसका पहलवानों को फायदा मिलेगा। बजट में वर्ष 2036 में होने वाले ओलंपिक में प्रदेश के खिलाड़ियों को 36 पदक लाने का लक्ष्य देते हुए मिशन ओलंपिक 2036 विजयीभव शुरू की है, जिसमें 20 करोड़ रुपये का प्रावधान किया है। राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रतिभागिता करने वाले खिलाड़ी को 20 लाख रुपये तक का मेडिकल कवरेज मिलेगा। खेल नर्सरियों में अभ्यास करने वाले 8 से 14 वर्ष तक के खिलाड़ियों की छात्रवृत्ति बढ़ाकर दो हजार रुपये व 15 से 19 वर्ष तक के खिलाड़ियों की तीन हजार रुपये की गई है। वहीं 01 अप्रैल से आवासीय अकादमी के खिलाड़ियों की डाइट मनी 400 से बढ़ाकर 500 रुपये प्रतिदिन की गई है।

शिक्षा को मिलेगा बूस्ट

बजट में शिक्षा में सुधार करने के लिए बेहतर प्रयास किए हैं। जिसके तहत स्कूल शिक्षा विभाग की आवंटित राशि को 8.10 फीसदी से बढ़ाकर 17848.70 करोड़ रुपये और उच्चतर शिक्षा विभाग की आवंटित राशि को 9.90 फीसदी से बढ़ाकर 3874.09 करोड़ रुपये किया है। वहीं राजकीय आईटीआई में मशीनों व उपकरणों को उन्नत करने के लिए बजट गत वर्ष के 39 करोड़ रुपये से बढ़ाकर 90 करोड़ रुपये किया है। हर 10 किलोमीटर पर मॉडल संस्कृति स्कूल खोलने व हर जिले में एक महाविद्यालय को मॉडल संस्कृति महाविद्यालय के रूप में विकसित करने की योजना शिक्षा के स्तर को ऊंचा उठाएगा, वहीं विद्यार्थियों को बेहतर शैक्षणिक सुविधाएं मिल सकेंगी। बजट में प्रदेश सरकार ने विद्यार्थियों के शिक्षा स्तर को उठाने के साथ उन्हें सुरक्षा मुहैया करवाने का प्रावधान किया है। सभी स्कूलों में सीसीटीवी लगाए जाएंगे। शैक्षणिक संस्थानों में पुस्तकालय, प्रयोगशालाएं व कार्यशालाएं खोलने की बात कही है। जिले के स्कूल में अटल टिकरिंग लैब के साथ ही गणित लैब भी स्थापित की जाएगी। जिसका विद्यार्थियों को फायदा मिलेगा।

जिला अस्पताल में बनेगा 100 बेड का हाईटेक मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य विंग

- बजट में हुई है घोषणा, पहले से चल रहा है निर्माण का कार्य
- लोक निर्माण विभाग की तरफ से टेंडर किया जा चुका है जारी

नागिरक अस्पताल का फोटो।

सोनीपत। नागरिक अस्पताल में 100 बेड का अत्याधुनिक मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य (एमसीएच) विंग के निर्माण करवाने की घोषणा की गई है। हालांकि उक्त कार्य के लिए लोक निर्माण विभाग की तरफ से पहले ही टेंडर जारी किया हुआ है। 65 करोड़ रुपये का टेंडर जारी कर रखा है।

इससे जच्चा-बच्चा की स्वास्थ्य सुविधाओं में सुधार के उद्देश्य से यह सुविधा 100 बिस्तरों वाली आधुनिक विंग साबित होने की उम्मीद है। नई विंग स्थापित होने पर अब जिला नागरिक अस्पताल 200 से बढ़कर 300 बेड का हो जाएगा।

सुरक्षित होंगे नवजात

नया विंग एक ही छत के नीचे व्यापक स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करेगा। एमसीएच विंग माताओं और नवजात शिशुओं के लिए उन्नत सुविधाएं प्रदान करके मातृ और नवजात मृत्यु दर को कम करेगा। इसमें डिलीवरी टेबल, स्त्री रोग और बाल चिकित्सा ओपीडी, नवजात शिशु देखभाल इकाई (एसएनसीयू), नवजात शिशु गहन देखभाल इकाई (एनआईसीयू), नवजात शिशु स्थिरीकरण इकाई (एनबीएसयू), कंगारू मदर केयर यूनिट, महिलाओं और उन्नत परीक्षण प्रयोगशाला बनेगी।

खेती व डेयरी सहित बागवानी में महिलाओं को बिना ब्याज ऋण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

प्रदेश सरकार की तरफ से बजट में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के लिए खेती-बाड़ी में व डेयरी फार्मिंग, बागवानी व पशुपालन सहित मत्स्य में ब्याज मुक्त ऋण देने का प्रावधान किया है। महिला किसानों को एक लाख रुपये का ब्याज मुक्त ऋण दिया जाएगा। इससे जिले की 22 हजार महिलाएं लाभान्वित होंगी। जिससे महिला उत्थान की राह खुलेगी। महिला सुरक्षा के लिए भी विशेष प्रावधान बजट में किया गया है।

महिलाओं के लिए ये योजनाएं

- खेती-बाड़ी से जुड़ी महिलाओं को एक लाख तक का ब्याज मुक्त ऋण
- योजनाओं से खुलेगी महिला उत्थान की राह, रोजगार कर स्वावलंबी बनेगी महिलाएं
- डेयरी फार्मिंग, बागवानी, पशुपालन और मत्स्य पालन में लगी महिला किसानों को एक लाख रुपये का ब्याज मुक्त ऋण दिए जाने की योजना महिलाओं के लिए फायदेमंद साबित होगी। बजट के अभाव में महिलाएं काम शुरू नहीं कर पाती। बिना ब्याज ऋण मिलने पर वो घर पर रहकर की जीविका की व्यवस्था कर पाएंगी। वहीं ग्रामीण आंचल की ज्यादातर महिलाएं खेती-बाड़ी और पशुपालन से जुड़ी है। पर्याप्त बजट न होने की वजह से वह अपना काम बढ़ा नहीं पाती है। सरकार की ओर से बिना ब्याज ऋण उपलब्ध करवाने से उनको काफी मदद मिलेगी।

रिश्तों का कत्लः पिता ने करवाई बेटे की हत्या

- संस्कार के बाद परिजनों को नौकर पर हुआ शक, पूछताछ में खुलासा तेजधार हथियार से किया हमला
- एफएसएल टीम ने जलती चिता से राख व हड्डियों के नमूने लिए

मृतक निक्कू का फाइल फोटो।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

गांव छतैहरा में ग्रामीण ने नौकर को लालच देकर अपने ही बेटे की हत्या करवा दी। नौकर ने उसकी गर्दन पर तेजधार हथियार से हमला किया और रस्सी व कपड़े से गला घोंट दिया। परिजनों ने हादसा मानकर संस्कार कर दिया। संदेह होने पर नौकर से पूछताछ की तो भेद खुल गया। पुलिस जब मौके पर पहुंची शव जल चुका था। एफएसएल की टीम ने जलती चिता से राख व हड्डियों के नमूने लिए। ताऊ के लडक़े की शिकायत पर बरोदा थाना में पिता व नौकर के विरुद्ध केस दर्ज किया गया। गांव छतैहरा के राकेश ने पुलिस को बताया कि ताऊ का लड़का निक्कू गांव में पशु डेरी चलाता था। रोहतक के गांव मकड़ौली के अमन उर्फ मामन को डेरी में रखा था।

लहूलुहान पड़ा मिला था शव

रविवार सुबह वह अपने चाचा जगबीर उर्फ पप्पू और पड़ोसी संदीप खेतों में काम करने गए। निक्कू अपने खेत में कमरे में जमीन पर लहूलुहान पड़ा था और उसके शरीर पर चोट के निशान थे। संदीप ने मोबाइल से फोटो लिए और उसके स्वजन को सूचना दी। निक्कू अकसर शराब पीता था, जिससे उन्हें लगा कि वह नशे में गिर गया और चोट लगने से मौत हो गई। हादसा मानकर बिना पोस्टमार्टम कराए ही उसका अंतिम संस्कार कर दिया गया। घर आने के बाद पता चला कि अमन खेत में दो-तीन बार गया था। संदेह होने पर उससे सख्ती से पूछताछ की गई। इसके बाद उसने भेद खोल दिया। अमन ने बताया कि उसने पहले निक्कू को शराब पिलाई और उसके बाद उसके पिता रणबीर के कहने पर कमरे में रखे धारदार हथियार उठाकर उसकी गर्दन पर वार किया। बाद में रस्सी व कपड़ा लेकर उसका गला घोट दिया। राकेश की शिकायत पर अमन व निक्कू के पिता रणबीर के विरुद्ध केस दर्ज किया गया। पुलिस के अनुसार रणबीर ने अपने बेटे की हत्या कराने के लिए नौकर को पैसे देने का लालच दिया, जिस पर उसने वारदात को अंजाम दिया।

पिता व नौकर के खिलाफ केस दर्ज

पुलिस को जब सूचना मिली तब तक निक्कू का अंतिम संस्कार किया जा चुका था। रात को पुलिस मौके पर पहुंची और एफएसएल की टीम को भी बुलाया गया। टीम ने चिता से नमूने लिए। मृतक के पिता और उनके नौकर पर केस दर्ज कर लिया।

- ऋषिकांत, एसीपी गोहाना

गरीबों, किसानों, महिलाओं व युवाओं के सुंदर भविष्य की रुपरेखा का बजट

- 2000 करोड़ रूपये का एक फंड आफ फंड्स बनाने से युवाओं को मिलेंगे रोजगार के अधिक अवसर : मोहन लाल बड़ौली
- मुख्यमंत्री ने लाड़ो लक्ष्मी योजना के तहत 5000 करोड़ का प्रावधान कर अपना वचन निभाया

भाजपा प्रदेश अध्यक्ष पंडित मोहन लाल बड़ौली ।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| राई

नायब सरकार द्वारा प्रस्तुत बजट पर प्रतिक्रिया देते हुए भाजपा प्रदेश अध्यक्ष पंडित मोहन लाल बड़ौली ने बजट की जमकर सराहना की है।

उन्होंने कहा कि वित्त मंत्री के रूप में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा प्रस्तुत किए गया बजट एक नये विजन के साथ विकास की अवधारणा को धरातल पर उतारने को सम्बल प्रदान करेगा। उन्होंने कहा कि यह बजट सभी वर्गो के उत्थान के साथ गरीबों, किसानों, महिलाओं, वंचितों व युवाओं के सुन्दर भविष्य की रुपरेखा भी तय करेगा। बडौली ने बजट में महिलाओं की आर्थिक सहायता के लिए 5 हजार करोड़ के प्रावधान करने पर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार जताया।

भविष्य का बजट

बड़ौली ने कहा कि हरियाणा का 'भविष्य सक्षम' बनाने के लिए ''डिपार्टमेंट ऑफ फ्यूचर'' नाम से नया विभाग बनेगा। एआई मिशन द्वारा गुरुग्राम और पंचकूला में हब स्थापित किए जाएंगे। स्टार्टअप को बढ़ावा देने को सरकार निजी निवेशकों को 2000 करोड़ रूपये का एक फंड आफ फंड्स बनाने के लिए प्रेरित करेगी जिससे रोजगार को बढ़ावा मिलेगा।

गांव खेड़ी गुज्जर का परीक्षा केंद्र

केंद्र से महज 300 मीटर दूर कार में तैयार कर रहे थे नकल की पर्ची

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

खेड़ी गुज्जर गांव में 10वीं की बोर्ड की सामाजिक विज्ञान की परीक्षा के दौरान नकल के लिए पर्चियां बनाए जाने का मामला सामने आया है। गांव के रावमावि में बने परीक्षा केंद्र से 300 मीटर दूर एक इको वैन में सवार व्यक्ति नकल की पर्चियां तैयार कर रहे थे। बोर्ड उड़नदस्ते की टीम ने वैन में पर्ची बना रखे व्यक्ति की वीडियो बना कर मौके से करीब 4 व्यक्तियों को काबू कर लिया।

सूचना पर गन्नौर थाना प्रभारी जसपाल सिंह मौके पर पहुंचे चारों व्यक्तियों को काबू कर जांच शुरू कर दी है। उनमें एक स्कूल का लैब एटेंडेंट भी शामिल है। थाना प्रभारी जसपाल सिंह ने कहा कि पुलिस आरोपियों से पूछताछ के बाद केस दर्ज कर जांच करेगी।

दूध की थैली में नकल पहुंचाने थी योजना

जानकारी अनुसार वैन में तैयार की गई नकल की पर्चियों को दूध की थैली में छुपाकर परीक्षा कक्ष तक पहुंचाए जाने की योजना बनाई जा रही थी। हांलाकि प्राथमिक जांच में सामने आया है कि परीक्षा केंद्र में किसी बाहरी व्यक्ति का प्रवेश नहीं हुआ था और न ही परीक्षा केंद्र से नकल की पर्ची बरामद हुई है।

बाइक को मारी थी टक्कर, दो माह की कैद, 21 हजार जुर्माना

खरखौदा। न्यायाधीश विक्रांत ने दुर्घटना के मामले में लापरवाही से बिना लाइसेंस बाइक चलाते हुए दूसरी बाइक को टक्कर मारने के मामले में दोषी मानते हुए निजामपुर खुर्द गांव के आशीष को 2माह की सजा व 21 हजार रुपये जुर्माना किया है। अभियोग के अनुसार राजेश ने पुलिस को शिकायत दी थी। जिसमें बताया कि वे सैदपुर इंडस्ट्री से 30 अगस्त 2024 को घर जा रहे थे। उसी दौरान आशीष ने गलत दिशा से आते हुए उनकी बाइक को टक्कर मार दी थी। जिसमें उसके साले को चोट लगी थी। पब्लिक प्रोसीक्यूटर इंदू ने बताया कि इस मामले में सोमवार को माननीय न्यायाधीश विक्रांत ने आरोपी को दो महीने की सजा व 21 हजार रुपए जुर्माना लगाया है। इसलिए बगैर लाईसेंस के कोई भी वाहन ना चलाए। जांच में ये भी सामने आया था कि आरोपी किसी और की बाइक लेकर चला हुआ था।

दर्दनाक हादसाः दिव्यांग बेटे को बचाने गए पिता, ट्रेन की चपेट में आने से दोनों की मौत

- ट्रैक पार करते समय बेटे के भागने पर ट्रेन आती देख पीछे भागा था पिता

सोनीपत। मृतक पिता-पुत्र के फाइल फोटो।

सोनीपत। अंबाला-दिल्ली रेल मार्ग पर शनि मंदिर के पास ईदगाह कॉलोनी के सामने ट्रेन की चपेट में आने से पिता-पुत्र की मौत हो गई। सूचना पर पहुंची आरपीएफ ने शव कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंप दिए

रविवार देर शाम ईदगाह कॉलोनी निवासी मेहरबान (34) अपने दिव्यांग बेटे सुफियान (8) को दवा दिलाने लाया था। उसका दिल्ली एम्स से उपचार चल रहा था। रेलवे लाइन पार करते समय बेटा अचानक भाग लिया। ट्रैक पर ट्रेन आती देख मेहरबान उसके पीछे भागा और दोनों दादर एक्सप्रेस की चपेट में आ गए। हादसे में दोनों की मौके पर ही मौत हो गई। ट्रेन चालक ने मामले से स्टेशन मास्टर को अवगत कराया। स्टेशन मास्टर ने आरपीएफ को जानकारी दी। पुलिस टीम ने मौके पर पहुंचकर शवों को कब्जे में लेकर नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां शवों का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया। मेहरबान राजमिस्त्री का काम करता था। उसके बेटे का उपचार दिल्ली के एम्स में चल रहा था। सुफियान चार वर्ष का हुआ तो उन्हें दिव्यांग होने के बारे में जानकारी मिली। उसके बाद से उसका उपचार चल रहा था।

पहले दिन मंडी में फसल लेकर नई अनाज मंडी में पहुंचे केवल दो किसान

- पोर्टल पर नहीं था रजिस्ट्रेशन, कम दाम पर बेचनी पड़ी फसल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। नई अनाज मंडी में पहुंची सरसों की फसल।

सोनीपत-रोहतक रोड पर स्थित नई अनाज मंडी में सोमवार को रबी सीजन की सरसों की फसल लेकर किसान पहुंचे। गांव बागडू के दो किसान एक-एक एकड़ की सरसों की फसल लेकर मंडी में पहुंचे। फसल में नमी की जांच करने पर नमी की मात्रा 8 फीसदी से ज्यादा मिली। किसानों ने मेरी फसल मेरा ब्यौरा पोर्टल पर अपनी फसल का पंजीकरण भी नहीं करा रखा था। ऐसे में किसानों ने न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) से कम दाम में फसल बेचनी पड़ी।

सोमवार को नई अनाज मंडी में गांव बाघडू निवासी बलवान व जगदीश पहुंचे। उसके बाद प्राइवेट मिलर्स की तरफ से करीब 20 क्विंटल सरसों की खरीद की गई। सरसों 5100 से 5660 रुपये प्रति क्विंटल बिकी। सरकार ने सरसों का एमएसपी 5950 रुपये प्रति क्विंटल निर्धारित कर रखा है। सरकारी खरीद एजेंसियां मेरी फसल मेरा ब्यौरा पोर्टल पर पंजीकृत किसानों से ही सरसों खरीदेंगी। गत वर्ष के मुकाबले इस बार सरसों का एमएसपी 300 रुपये ज्यादा दिया जा रहा है।

350 एकड़ की एकत्रित पराली में लगाई आग

गोहाना। गांव रुखी के निकट खेत में एकत्रित की गई 350 एकड़ की पराली में आग लगा दी गई थी। आग झगड़े के रंजिश में लगाई गई। इस संबंध में पुलिस ने केस दर्ज किया। गांव गंगेसर के राममेहर ने पुलिस को बताया कि उसने रोहतक रोड स्थित गांव रुखी के निकट ढाबा कर रखा है। ढाबा के साथ खेत में लगभग 350 एकड़ की पराली का ढेर लगा रखा था। उसका फरवरी में गांव रुखी के सुरेंद्र के साथ झगड़ा हो गया था, लेकिन बाद में राजीनामा हो गया था। सुरेंद्र उससे रंजिश रखे हुआ है। 13 मार्च को उसे आर्थिक नुकसान पहुंचाने के लिए पराली में आग लगा दी गई। वह पराली की ढेर की तरफ गया तो वहां सुरेंद्र भागता हुआ नजर आया। उसे यकीन है कि सुरेंद्र ने पराली में आग लगाई।

लंबे समय बाद हुई बीडीसी की साधारण बैठक

पूर्व प्रधान के कार्यकाल का मांगा ब्यौरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

गन्नौर। आम बैठक में हिस्सा लेते सदस्य।

खंड विकास पंचायत कार्यालय में सोमवार को ब्लाक समिति की साधारण बैठक नव निर्वाचित अध्यक्ष अनिल कुमार की अध्यक्षता में हुई। बैठक में लगभग सभी वार्डों के सदस्यों ने हिस्सा लिया। बैठक में बीडीपीओ पूनम चंदा ने सदस्यों के समक्ष ब्लाक समिति के फंड की जानकारी रखी। जियके बाद अध्यक्ष अनिल कुमार ने सभी सदस्यों ने विकास कार्यों की जानकारी मांगी। जिसके बाद सभी अपनी मांगे अध्यक्ष के सामने रखी। इसके बाद सभी सदस्यों ने पूर्व चेयरमैन के कार्यकाल में हुए विकास कार्यों की जानकारी व खर्च का ब्यौरा मांगा। इस पर बीडीपीओ पूनम चंदा ने सभी सदस्यों को इस संबंध में जल्द ही जानकारी देने का आश्वासन दिया। सदस्यों ने अगली साधारण बैठक में इस संबंध में जानकारी देने की मांग की। इस मौके पर ब्लाक समिति उपाध्यक्ष अरुण शर्मा इत्यादि भी मौजूद रहे।

जुलाई 2024 में हुई थी बैठक

ब्लाक समिति की पिछले वर्ष जुलाई 2024 में साधारण बैठक बुलाई गई थी, लेकिन वह सभी सदस्यों ने इस बैठक से दूरी बना ली थी, जिसके बाद से साधारण बैठक नहीं हो पाई। इसके बाद 10 जनवरी 2025 को समिति के 29 सदस्यों में से 25 ने अविश्वास ला कर अध्यक्ष व उपाध्यक्ष को उनके पदों से हटा दिया था। जिसके बाद अनिल कुमार को अध्यक्ष व अरुण शर्मा को उपाध्यक्ष बनाया गया। उनके बनने के बाद अब आठ महीने के बाद सोमवार को साधारण बैठक हुई।

हरिभूमि
सहेली

स्पेशल: इंटरनेशनल-डे ऑफ हैप्पीनेस, 20 मार्च

खुश रहना जीवन की सबसे बड़ी प्राथमिकता होनी चाहिए। स्वस्थ जीवन के लिए खुशी बहुत जरूरी है। खुश इंसान शारीरिक-मानसिक रूप से स्वस्थ रहकर न सिर्फ अपना जीवन संवारता है, दूसरों की भी संभाल और देखभाल कर सकता है। आपसी केयरिंग-शेयरिंग इंसान को बहुत बड़ा संबल देती है। शायद इसीलिए इस साल इंटरनेशनल-डे ऑफ हैप्पीनेस की थीम है- शेयरिंग इज केयरिंग। यह बात आज के दौर में तब और ज्यादा मायने रखती है, जब समाज-परिवार में आपसी संवाद और अपनेपन के भाव कम होते जा रहे हैं।

संभाल-साझेदारी के भाव देते हैं खुशियां

कवर स्टोरी
डॉ. मोनिका शर्मा

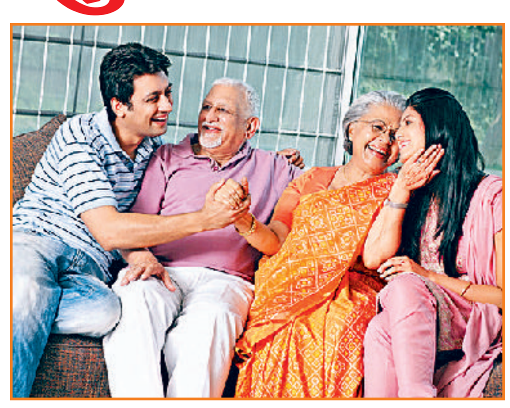
खुश रहना खुद के प्रति भी एक जिम्मेदारी है। खुश रहकर ही खुशहाल परिवेश बनाया जा सकता है। खुशमिजाज अभिभावक ही नई पीढ़ी को खुशियों की विरासत दे सकते हैं। खुश रहने से सेहत अच्छी रहती है। स्वस्थ इंसान ही अपने से जुड़े लोगों की केयर कर सकता है। खुशियां अपने साथ हर तरह की सुखदायी सौगात लेकर आती हैं। यही वजह है कि थोड़ा ठहर कर मन को समझने की जरूरत होती है। भावनाओं की दिशा को आंकने की दरकार होती है। नाखुशी के कारण जानने की कोशिश आवश्यक है। इंटरनेशनल-डे ऑफ हैप्पीनेस ऐसी ही बातें याद दिलाती है।

जरूरी हैं संभाल-साझेदारी के भाव

साल 2025 में इंटरनेशनल-डे ऑफ हैप्पीनेस की थीम 'शेयरिंग इज केयरिंग' है। यानी संभाल-देखभाल और साझेदारी के इमोशंस से जुड़ी है। यह सब्जेक्ट मेंटल हेल्थ से लेकर रिश्तों और शारीरिक स्वास्थ्य से जुड़े पहलुओं को भी संबोधित करता है। साझेदारी और संभाल दोनों ही बातें व्यक्तिगत ही नहीं, पूरे समाज की खुशहाली से जुड़े भाव हैं। इतना ही नहीं, शेयरिंग और केयरिंग का भाव एक-दूजे से भी गहराई से जुड़ा है। मन जीवन से जुड़ी बातों और हालातों को साझा करने से संभाल देखभाल की राह निकलती है।

खुशियों की साझी बुनियाद

दिल की बात कहना, समझाइश देना, समय निकालना या कोई काम की चीज देकर सहयोग करना शेयरिंग है। इसी की बुनियाद पर केयरिंग सोच के इमोशन भी टिके हैं। अपने दिल के भाव साझा करना विश्वास और सम्मान से जुड़ा है। वहीं किसी को समझने-जानने के लिए समय निकालने का भाव केयरिंग है। यह खुशियां पाने की साझी बुनियाद है। शेयरिंग और केयरिंग से जुड़े इमोशंस बहुत पॉजिटिव होते हैं। भरोसे की नींव मजबूत करते हैं। दो इंसानों में ही नहीं, पूरे समाज में सहयोग की भावना बढ़ाते हैं। एक-दूसरे की परवाह करने की सोच को बल देते हुए हर परिस्थिति को सहज बनाए रखने वाले इमोशंस हैं।



समझना मुश्किल नहीं, इन बातों से हर इंसान को खुशी ही मिलती है। ऐसे हालातों में सभी के लिए सहजता से खुशियों को जीने की राह निकलती है।

केयरिंग कल्चर की जरूरत

मौजूदा दौर में सचमुच केयरिंग कल्चर को अपनाने की आवश्यकता है। किसी घर में बच्चे अकेले समय बिता रहे हैं तो कहीं बुजुर्गों को सेवा-सुश्रूषा नहीं मिल पा रही है। ऐसे में एक दूजे की केयर करने और साथ देने का भाव हर किसी को खुशी ही देगा। यों भी सुख-दुख साझा करने से ही खुशियां पाई जा सकती हैं। देखभाल की इस संस्कृति को विस्तार देने का पहला पड़ाव शेयरिंग ही है। आपसी संवाद से अपनेपन का भाव आता है। आपाधापी भरी जिंदगी में तो आस-पड़ोस में भी आपसी संवाद की कड़ी टूट गई है। परिवार के सदस्य भी एक-दूसरे से कम ही बतियाते हैं। कहना गलत नहीं होगा कि इस अलगाव के साथ ही नाखुशी भी विस्तार पा रही है। अनहैप्पी लोगों के आंकड़े भी बढ़ रहे हैं। हर उम्र के लोग अकेलेपन और अवसाद के घेरे में हैं। इसीलिए मन की परेशानियां साझा करने के साथ ही केयरिंग कल्चर को बढ़ावा देना भी जरूरी है। पारस्परिक निर्भरता से बनने वाला सहयोगी परिवेश सभी की झोली में खुशियां भर देता है।

खुशियों का स्वागत

हाल के वर्षों में दुनिया के हर समाज में ही असंतोष, चिंता, उदासी, गुस्से और अपराधबोध के इमोशंस बढ़े हैं। लोग खुश रहने और दूसरों को खुश रखने वाले सहज व्यवहार को भूल रहे हैं, जबकि वैज्ञानिक अध्ययन भी कहते हैं कि दोस्तों और परिवार का साथ देने वाले लोगों की मेंटल और फिजिकल हेल्थ बेहतर रहती है। यह जुड़ाव जितना गहरा होगा, इंसान उतना ही अच्छा महसूस करता है। यानी शेयरिंग और केयरिंग दूसरों को खुशी देने का ही नहीं, खुद को खुश रखने का भी रास्ता है। उदार सोच अपने मन को भी तनाव से दूर रखती है। यह भाव कॉमन खुशियों को न्योता देने वाला है, क्योंकि लोगों की खुशी पूरे समाज की खुशहाली से जुड़ी है। इसीलिए हैप्पीनेस के स्वागत के लिए किसी दोस्त की सहायता करने और इमोशनल सपोर्ट देने का भाव रखें। जरूरतमंद इंसान की मदद करने के मोर्चे पर डटें। उदासी से जूझते किसी इंसान के साथी बनें। जितना संभव हो उचित सलाह देने का प्रयास करें। आम-सा लगने वाला यह मेल-जोल हर किसी को खुशी ही देता है।

अपनी मम्मी के साथ टीनएज गर्ल्स क्यों करती हैं मिसबिहेव

बिहेवियर
नीलम अरोड़ा

एक समय था सविता और उसकी टीनएज बेटी प्रियंका के बीच आए दिन तकरार होती थी। स्कूल की क्लास बंक करना, ट्यूशन की क्लास बंक करना, जिनके साथ सविता मना करती थी, उनके साथ इधर-उधर घूमना, कमरा बंद करके अपनी फ्रेंड्स के साथ घंटों बातचीत में लगे रहना, इन आदतों से सविता अकसर उसे डांटती रहती थी। बीच-बीच में सविता और उसकी बेटी के साथ रिश्ते काफी खराब हो गए थे। आज सविता की बेटी पचीस साल की एक समझदार, सुलझी हुई और अपने करियर के प्रति बहुत सीरियस युवती है। आज सविता को समझ में आ चुका है कि अकसर बेटियां और मांएं क्यों एक लंबा समय तनाव के बीच गुजारती हैं।

मां-बेटी के बीच क्यों रहता है तनाव: टीनएज में जहां बेटियां हार्मोनल परिवर्तन का सामना कर रही होती हैं, वहीं मांएं भी बेटियों के मूड स्विंग, चिड़चिड़ापन और बात-बात पर कटाक्ष और मिसबिहेव से खीजती हैं। मांएं अपनी बेटियों पर कंट्रोल करना चाहती हैं, लेकिन बेटियां उनको सुनने को तैयार नहीं होतीं। बेटी की अनमैच्योरिटी और उसमें समझ की कमी मांओं को और ज्यादा तनावग्रस्त करती है। एक-दूसरे के प्रति शिकवा-शिकायतें, गलतफहमियां रहती हैं। नतीजा यह होता है कि दोनों के बीच लंबे समय तक बातचीत बंद हो जाती है। कई बार तो किशोर बेटी मां से बहुत दूर होती जाती है। सविता की तरह बहुत-सी मांएं अपनी टीनएजर बेटी के मिसबिहेव को सहती हैं, तनाव में रहती हैं।

क्या करें टीनएजर के पैरेंट्स: टीनएज में लड़कियों के मूड या व्यवहार में अचानक परिवर्तन दिखता है। ऐसे में मांओं को समझदारी के साथ गहराई से सोचना चाहिए कि बेटी छोटी-छोटी बातों पर क्यों गुस्सा हो जाती है? दरअसल, टीनएज में जब बच्चे अपने अलग व्यक्तित्व और पहचान को प्रकट करना चाहते हैं तो पैरेंट्स की नसीहतें उन्हें अपनी आजादी में खलल लगती है, जिसकी वजह से मां-बेटी के रिश्तों में कड़वाहट आ जाती है। ऐसे में मां को ही समझदारी से काम लेना चाहिए। अगर टीनएज बेटी के ड्रेसिंग या अन्य एक्टीविटीज के बारे में मां को कोई परेशानी या आपत्ति है तो बेटी को अपने बारे में कुछ डिसीजन लेने की छूट दें, लेकिन कुछ सीमाओं के साथ।

पीयर प्रेशर का सामना: आजकल के टीनएज बच्चे पीयर प्रेशर, समाज में अपनी स्थिति, एजुकेशन, करियर और अन्य दूसरी चीजों के कारण तनाव और दबाव पहले की तुलना में ज्यादा महसूस करते हैं। इस तरह की बातें टीनएज लड़कियों को चिड़चिड़ी और तनावग्रस्त बनाती हैं। इन सबका गुस्सा अकसर टीनएज बेटियां अपने मम्मी-पापा पर उतारती हैं, वे अपनी मम्मी से चिढ़ने लगती हैं। पैरेंट्स के रूप में मांओं को उन पर पड़ने वाले दबावों के प्रति सजग रहते हुए उनकी मानसिक स्थिति को समझना चाहिए। क्योंकि कभी-कभी दुख और अवसाद के क्षणों में हमें भी ऐसे महसूस होता है कि कोई तो हमारी सुने, तो फिर अपनी बेटी की शिकायत हमें क्यों परेशान करने वाली लगती है? चीजों को देखने का नजरिया उसका भले ही मैच्यौर न हो, लेकिन उसकी भावनाएं तो मायने रखती हैं। 'तुम इतना परेशान क्यों हो' कहने की बजाय 'हां, मैं समझ सकती हूं, तुम परेशान हो, मैं तुम्हारी क्या हेल्प कर सकती हूं?' कहकर आप उसका मन हल्का कर सकती हैं।

बेटी के साथ रखें अच्छा कम्युनिकेशन: बेटी के साथ कम्युनिकेशन का रास्ता हमेशा खुला रखें। टीनएज बेटी के साथ ज्यादा सख्त व्यवहार स्थिति को और नाजुक बना सकता है। इस बात को मांएं याद रखें, उनकी बेटी तो बड़ी हो रही है लेकिन वे स्वयं बड़ी हैं।

इंटीरियर
रेखा

वैसे तो घर में फ्लोरिंग कराने के कई ऑप्शंस अवेलेबल हैं। लेकिन अगर आप कम बजट में अट्रैक्टिव लुक चाहती हैं तो वुडेन फ्लोरिंग अच्छा ऑप्शन हो सकता है।

वुडेन फ्लोरिंग घर को दे अट्रैक्टिव लुक

आज के समय में बहुत लोग अपने घरों में महंगे मार्बल्स की जगह लकड़ी से बनी फर्श बनवाना पसंद करते हैं। इसे वुडेन फ्लोरिंग कहा जाता है। इससे घर का इंटीरियर लुक ही बदल जाता है। यही वजह है कि इन दिनों वुडेन फ्लोरिंग काफी ज्यादा चलन में हैं।

ट्रेंड में है वुडेन फ्लोरिंग : इन दिनों वुडेन फ्लोरिंग काफी ज्यादा ट्रेंड में है। ज्यादातर लोग इसे पसंद कर रहे हैं। खास बात यह है कि वुडेन फ्लोरिंग अपनी इंसुलेटिंग क्षमता के कारण लंबे समय तक खराब नहीं होती। इसे केवल 3-4 घंटों में ही रेडी किया या जा सकता है, क्योंकि तख्तों को एक-दूसरे के साथ एक विशेष बॉन्डिंग के साथ जोड़ते हुए इंटरलॉक किया जाता है। इसे लगाना आसान है। इसे लगाने पर लॉक करने के लिए 'टंग एंड ग्रूव' तकनीक या किसी चिपकाने वाले पदार्थ अथवा कीलों का प्रयोग करते हैं। बाजार में डिफरेंट पैटर्न और लुक में आपको वुडेन फ्लोरिंग के ऑप्शंस मिल जाएंगे।

डिजाइनर नक्काशी: इसे कवर्ड पैटर्न भी कहते हैं। इस पैटर्न में लकड़ी पर डिजाइनर नक्काशी की जाती है। यह एक बेहद खूबसूरत कला है। डिजाइनर नक्काशी वाली वुडेन फ्लोरिंग की कलर और अपीयरेंस, सूरज की रोशनी में और चमक उठता है।

बॉक्स डिजाइंड पैटर्न: इसे परक्यूट पैटर्न भी कहते हैं। फ्लोरिंग का यह पैटर्न आपके रूम को बिल्कुल नया और वार्म लुक देता है। बॉक्स डिजाइंड का यह पैटर्न चेस बोर्ड की तरह लाइट और ब्राइट कलर कॉम्बिनेशन में आता है, जिससे रूम को बहुत डिफरेंट और अट्रैक्टिव लुक मिलता है।

हीरिंगबोन पैटर्न: यह पैटर्न जिग-जैग डिजाइन में मिलता है। यह पैटर्न घर को रैंडम लुक देता है। वुडेन का क्रीमिश कलर मैचिंग दीवारों के साथ खूब फबता है।

बॉर्डर पैटर्न: वुडेन फ्लोरिंग का यह पैटर्न आपके फ्लोर के बॉर्डर को आउटलाइन करता है। इससे कमरे को फॉर्मल लुक मिलता है। अगर आप बिना डिजाइन की फ्लोरिंग चाहती हैं, तो इस वुडेन पैटर्न को चूज कर सकती हैं।

जब संभव न हो रियल वुड फ्लोरिंग: अगर आपको लगता है कि रियल वुडेन फ्लोरिंग आपके बजट में नहीं है, तो इस बात को लेकर अफसोस करने की जरूरत नहीं है कि आप अपने घर को खूबसूरत लुक नहीं दे पाएंगी। आधुनिक तकनीक की वजह से आज बाजार में ऐसी फ्लोरिंग उपलब्ध हैं, जो वुडेन न होने के बावजूद उस जैसी ही लगती हैं। इसे लगाकर आप कम खर्च में हार्डवुड जैसा एलिगेंट लुक डेकोर में ला सकती हैं। ये डिजाइन विनायल प्लैंक फ्लोरिंग यानी पॉली विनायल क्लोराइड (पीवीसी) से बनी होती है। यह एक बहुत ऊंची क्वालिटी का प्लास्टिक होता है, जिसके पीछे चिपकाने वाला पदार्थ लगाकर फ्लोर पर चिपका दिया जाता है। देखने में बिल्कुल हार्डवुड जैसी लगने वाली यह वूडेन फ्लोरिंग, वाटरप्रूफ भी होती है और इस पर दीमक भी नहीं लगती है।

• वुडेन फ्लोरिंग की ऐसे करें केयर

वुडेन फ्लोरिंग पर जमी धूल-मिट्टी को साफ करने के लिए सूखे कपड़े से ही पोंछें। हर 5-6 साल के अंतराल पर फर्श को पॉलिश जरूर कराएं। अगर कमरे की फर्श पर धूप आती है, तो वहां परदे का इस्तेमाल करें, क्योंकि धूप से लकड़ी का रंग फीका पड़ सकता है। फर्श पर पानी इकट्ठा न रहने दें, क्योंकि इससे लकड़ी खराब हो सकती है।

हेयर केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

बालों की समस्याएं दूर करने में कारगर है नीबू

बढ़ते पॉल्यूशन और केमिकल बेस्ड प्रोडक्ट्स यूज करने की वजह से बहुत सी महिलाएं कम उम्र में ही बाल सफेद होने की समस्या का सामना करने लगती हैं। इस समस्या को दूर करने के लिए यूज किए जाने वाले कई हेयर केयर प्रोडक्ट्स की वजह से बालों में अन्य प्रॉब्लम्स जैसे-डेंड्रफ, रूखे-कमजोर बाल, बालों का झड़ना, शुरू हो सकती हैं। इन सभी प्रॉब्लम्स से बचने के लिए आप नीबू का अलग-अलग तरह से यूज कर सकती हैं।

नीबू का रस-कैस्टर ऑयल: बाउल में एक चम्मच कैस्टर ऑयल (अरंडी का तेल) में तीन से चार बूंदें नीबू का रस मिलाकर उसे हल्का गुनगुना कर लें। इस मिश्रण से स्कैल्प पर अच्छे से मसाज करें फिर इसे आधे घंटे तक छोड़ दें। इसके बाद माइल्ड शैंपू से धो लें। इस मिश्रण को हफ्ते में दो-तीन बार लगाने से बेहतर परिणाम मिलेगा।

नीबू रस-नारियल तेल: किसी बाउल में एक बड़ा चम्मच नीबू का रस लें, उसमें एक बड़ा चम्मच नारियल का तेल मिलाएं। इस मिश्रण को स्कैल्प में अच्छे से लगाएं। फिर हल्के हाथों से मसाज करें। फिर आधे घंटे बाद बालों को माइल्ड शैंपू से धो लें। जरूरत पड़ने पर कंडीशनर लगाएं। आप हफ्ते में सिर्फ एक बार ही इसे अप्लाई करें। इससे असमय बाल सफेद होना रुकेगा।

नीबू रस-मेथी हेयर पैक: अगर आप डेंड्रफ की समस्या से जूझ रही हैं तो नीबू के रस में मेथी दानों का पेस्ट बनाकर हेयर पैक बना लें। इस हेयर पैक को स्कैल्प पर लगा कर कुछ मिनटों के लिए छोड़ दें। बाद में ताजे पानी से धो डालें। इससे बालों को पोषण मिलेगा और डेंड्रफ से भी छुटकारा मिलेगा।

नीबू का शैंपू: नीबू का शैंपू बनाने के लिए मेहंदी पावडर में एक अंडा मिलाएं। उसमें एक कप गर्म पानी, आधा नीबू का रस मिलाएं। जब गाढ़ा पेस्ट बन जाए तो अपनी हथेली में इस शैंपू की कुछ बूंदें लेकर गीले बालों पर धीरे से मालिश करें। जब झाग बन जाए तो साफ पानी से धो डालें।

एवोकाडो-नीबू शैंपू: इसे बनाने के लिए एक एवोकाडो, 4 कप कैमोमाइल चाय, 1/4 कप ताजा नीबू का रस लें। एवोकाडो का गूदा, कैमोमाइल चाय, नीबू का रस अच्छी तरह ब्लेंड कर लें। इस मिश्रण को गीले बालों में लगाकर हल्के हाथों से मालिश करें। 15 मिनट तक लगा रहने दें। बाद में ठंडे पानी से अच्छी तरह धो लें।

डाइट एडवाइस
अंजू जैन

अच्छी सेहत बहुत हद तक पौष्टिक खान-पान की आदत और सही जीवनशैली पर निर्भर करती है। अगर हम खान-पान की सही आदतें और बेसिक रूल्स अपना लें, तो हेल्दी रह सकती हैं। कुछ यूजफुल डाइट रूल्स के बारे में जानिए।

फॉलो करें डाइट रूल्स आप रहेंगी हेल्दी

हम सभी भूख लगने पर स्वादिष्ट भोजन करना चाहते हैं। इससे पेट भरता है, मन को संतुष्टि मिलती है। लेकिन भोजन केवल स्वाद के लिए नहीं शारीरिक-मानसिक सेहत को ध्यान में रखकर करना चाहिए। इसके लिए भोजन करने के कुछ नियमों का पालन करना जरूरी है।

वैरायटी शामिल करें: न्यूट्रिशन एक्सपर्ट्स का मानना है कि भोजन में रंग-बिरंगी सब्जियां, हेल्दी ऑयल, मेवे, दूध, फल आदि शामिल करने चाहिए। जापान में डाइट हैबिट पर किए गए शोध के नतीजे बताते हैं कि भोजन में वैरायटीज शामिल करने से आपको तरह-तरह के विटामिन और न्यूट्रिएंट्स मिलते हैं। आपको अपनी डेली डाइट में मौसमी सब्जियों और फलों को जरूर शामिल करना चाहिए। अगर आप नॉनवेज खाती हैं तो इसे सीमित मात्रा में ही खाएं। वेज फूड्स को प्रेफरेंस दें।

ओवर ईटिंग से बचें: अच्छी हेल्थ के लिए ओवर ईटिंग से बचना जरूरी है। जो भी खाएं, भूख से 10-15 फीसदी कम मात्रा में खाएं। स्वाद के कारण या दूसरों के दबाव में अगर आपने दिन में एक टाइम अधिक भोजन कर लिया है तो अगला भोजन हल्का लें। कहने का अर्थ है कि अगर आपने किसी पार्टी में लंच अधिक कर लिया है या मीठा और ऑयली फूड अधिक खा लिया है तो डिनर में कम भोजन लें। अगर आप केवल सलाद खाएं तो यह सबसे बेहतर रहेगा। अगर आपने डिनर में हैवी खाना खाया है तो अगली सुबह जूस या सलाद लेना सही रहेगा।

रुचि लेकर करें भोजन: कई लोग भोजन करते वक्त फोन पर बातें करते हैं, व्हाट्सएप या फेसबुक चलाते हैं, न्यूज पेपर, मैगजीन पढ़ते हैं या फिर टीवी देखते हैं। कुछ लोग बहुत हड़बड़ी में भोजन करते हैं और इसे एक काम समझ कर निपटा देते हैं। इसी प्रकार कुछ लोग भोजन को सिर्फ पेट भरने का जरिया मानकर कुछ भी खा या पी लेते हैं या फिर बाजार से मंगवा कर जंक फूड खा लेते हैं। ऐसी सभी आदतें सेहत के लिए सही नहीं होती हैं। भोजन को रुचि के साथ पकाना और खाना चाहिए। तरह-तरह के स्वाद वाला पौष्टिक भोजन करना स्वास्थ्यवर्धक होता है। भोजन बनाने में अच्छी क्वालिटी वाली ताजी सब्जियां, मसाले, आटा, चावल आदि का इस्तेमाल करें। भोजन रुचिकर होने के साथ हाइजीनिक भी होना चाहिए। इसी प्रकार भोजन करते वक्त हर कौर का आनंद लें, चबाकर, पूरा स्वाद लेते हुए धैर्यपूर्वक भोजन करें ताकि उसका सही ढंग से पाचन हो और भोजन तन को लगे।

स्वाद को न दें अधिक महत्व: तेज मसालों और ज्यादा तेल में फ्राई किया हुआ चटपटा भोजन देखने और खाने में भले ही स्वादिष्ट और सुंदर लगता हो लेकिन यह सेहत के लिए काफी नुकसानदायक होता है। हर रोज रेस्तरां में जाकर या डिब्बाबंद भोजन खाने की आदत न डालें बल्कि हल्का और आसानी से डाइजेस्ट होने वाला भोजन करें। दिखने में आकर्षक भोजन की बजाए सेहत के लिए फायदेमंद भोजन को इंपॉर्टेंस दें।

स्प्राउटेड-फर्मेंटेड फूड लें: दही, ढोकला, इडली जैसे फर्मेंटेड फूड पेट की सेहत और पाचन के लिए फायदेमंद होते हैं। इनमें पोषक तत्व भी होते हैं। इसी प्रकार अंकुरित अनाज फाइबर, विटामिन और मिनरल्स के अच्छे सोर्स होते हैं। इनका नियमित सेवन बेहद जरूरी है।

(डायटिशियन संगीता मिश्रा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपने का निर्णय लिया

खरखौदा। उपमंडल खरखौदा को प्रस्तावित गोहाना जिला में शामिल किए जाने की संभावनाओं के चलते स्थानीय लोगों ने विरोध जताया है। उनका कहना है कि खरखौदा का ऐतिहासिक, सामाजिक और आर्थिक विकास हमेशा से सोनीपत से जुड़ा रहा है और इसे गोहाना में शामिल करने से उनकी पहचान कमजोर हो जाएगी। खरखौदा क्षेत्र के निवासियों, व्यापारियों और समाजसेवियों का मानना है कि खरखौदा का औद्योगिक महत्व, खासतौर पर मारुति प्लांट की स्थापना के बाद काफी बढ़ गया है। यहां के लोग प्रशासनिक कार्यों के लिए सोनीपत पर निर्भर रहते हैं और नए जिले में जाने से उन्हें अनावश्यक परेशानी होगी। खरखौदा सरपंच एसो और अन्य सामाजिक संगठनों ने इस फैसले के विरोध में एकजुट होकर मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपने का निर्णय लिया है।

फरार चल रहा उद्घोषित अपराधी गिरफ्तार

रोहतक। अर्बन एस्टेट थाना प्रभारी प्रदीप कुमार ने बताया कि आरोपी अंशु निवासी इस्माइला अपने दोस्त की मोटरसाइकिल लेकर मौके से फरार हो गया था। जिस संदर्भ में अंशु के खिलाफ थाना अर्बन एस्टेट में केस दर्ज किया गया। 23 जनवरी को अदालत मंगलेश चौबे एसीजेएम द्वारा आरोपी को उद्घोषित अपराधी घोषित किया गया। आरोपी को गिरफ्तार करने के लिए पुलिस टीम निरंतर प्रयास कर रही थी। 16 मार्च को पुलिस टीम ने छापेमारी करते हुए उद्घोषित अपराधी अंशु को उक्त मामलें में गिरफ्तार किया है। आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया है।

नशीले पदार्थ सहित महिला व युवक काबू

रोहतक। पुलिस ने सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए युवक व महिला को नशीले पदार्थ सहित काबू किया गया है। आरोपियों को कोर्ट में पेश किया गया है। आरोपियों के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत कार्यवाही की गई हैं। पीजीआईएमएस थाना प्रभारी महेश कुमार ने बताया कि दिल्ली बाइपास के नजदीक से एक महिला व युवक को शक के आधार पर काबू किया गया। युवक की पहचान ज्योती निवासी धारसुल जिला फतेहाबाद व योगेश निवासी मोखरा पाना खेडी जिला रोहतक के रुप में हुई। नियमानुसार तलाशी लेने पर 17 ग्राम 43 मिलीग्राम अफीम बरामद हुई है।

नायब सिंह सैनी ने बतौर वित्तमंत्री अपना पहला बजट पेश किया

बजट : सत्ता पक्ष ने सराहा तो विपक्ष ने बताया जुमलेबाजी

भाजपा नेताओं ने कहा कि हर वर्ग का रखा ध्यान, जिले के लिए भी कई घोषणाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

प्रदेश की नायब सरकार ने सोमवार को अपना पहला बजट पेश किया। बतौर वित्तमंत्री प्रदेश का बजट मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने ही बजट पेश किया। बजट को लेकर राजनीतिक गलियारों में अलग-अलग चर्चाएं हैं। सत्ता पक्ष ने जहां बजट की जमकर सराहना की है, वहीं विपक्ष ने बजट को कोरी जुमलेबाजी करार दिया है। सत्ता पक्ष के नेताओं का कहना है कि बजट में हर वर्ग का ध्यान रखा गया है। सोनीपत जिले को भी काफी कुछ मिला है। जिसमें स्वास्थ्य, शिक्षा एवं अन्य क्षेत्रों को ध्यान में रखा गया है। दूसरी ओर विपक्ष के नेताओं ने बजट को सिर्फ घोषणाओं का पिटारा की संज्ञा देते हुए कहा कि इस बजट में केवल हवाहवाई बातें की गई हैं। बजट में घोषणाएं तो बहुत सी की हैं, लेकिन इन्हें कैसे पूरा किया जाएगा। इसके बारे में कोई विशेष जानकारी नहीं दी गई है। रही बात जिले के सरकारी अस्पताल में सुविधाएं बढ़ाने की तो सिर्फ इमारत का जिक्र किया गया है, जबकि अस्पतालों में स्टाफ की भारी कमी है। बिना स्टाफ के इमारतों से इलाज तो संभव नहीं है।

बजट जनता की उम्मीदों पर खरा उतरा

बजट में पीपीपी मॉडल के तहत पीपली, करनाल, गुरुग्राम, बल्लभगढ़ (फरीदाबाद), सोनीपत के नए बस अड्डे बनवाये जाएंगे। सोनीपत में स्वास्थ्य क्षेत्र में भी काम किया जाएगा। महिलाओं के लिये बजट में लाडो लक्ष्मी योजना के तहत प्रतिमाह 2100 रुपये देने का प्रावधान किया गया है। महिलाओं को 1 लाख रुपए तक का लोन बिना ब्याज दिया जाएगा। 615 राजकीय स्कूलों में साइंस लैब खोली जाएगी। सभी दिव्यांग व्यक्तियों के लिए मुफ्त बस यात्रा प्रदान की जाएगी। गोहाना-सोनीपत, भिवानी-हांसी व गुरूग्राम-पटौदी को फॉर लेन किया जाएगा। सड़कों की सुरक्षा में सुधार हेतु लोक निर्माण विभाग की सभी 3500 किलोमीटर 12 फीट चौड़ी सड़कों को मार्च, 2027 तक 18 फीट चौड़ा किया जाएगा। नायब सरकार का पहला बजट जनता की उम्मीदों पर पूरी तरह से खरा उतरा है। *निखिल मदान, विधायक, सोनीपत*

सरकार की कथनी और करनी में फर्क: सुरेंद्र पंवार

सीएम द्वारा विधानसभा में जो बजट पेश किया गया है, वह बेहद निराश करने वाला बजट है। युवाओं को रोजगार देने का वादा किया था, लेकिन इस बजट से युवाओं को निराशा मिली है, युवाओं को नौकरी देने की समय अवधि का कोई स्पष्ट उल्लेख नहीं किया गया, न हीं सरकार द्वारा कोई भर्ती कैलेंडर के बारे में सदन में बात रखी गई। बुजुर्गों दिव्यांगों सहीत अन्य की पेंशन बढ़ोतरी के बारे में भी कोई विशेष बजट का प्रावधान नहीं किया गया है। मात्र घोषणाओं तक बजट सीमित है। अस्पतालों की स्थिति का सभी को पता सिर्फ बेडों की संख्या बढ़ाने से क्या होगा। ईडब्ल्यूएस के तहत मिले फ्लैट्स की हालत खस्ता है। बजट से विकास का कोई लेनदेना नहीं है। इन सबके बावजूद भाजपा अपने आप की प्रशंसा कर साबित कर रही है कि यह सरकार जुमलेबाजों की सरकार है। *सुरेंद्र पंवार, पूर्व विधायक, सोनीपत।*

बजट अत्यंत लाभकारी एवं दूरदर्शी होगा

राज्य के विकास के लिए यह बजट अत्यंत लाभकारी एवं दूरदर्शी होगा। यह बजट कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य, आधारभूत संरचना और रोजगार के क्षेत्र में नए अवसर प्रदान करेगा। शिक्षा क्षेत्र में डिजिटल शिक्षा को बढ़ावा देने, स्कूलों में बुनियादी सुविधाएं बेहतर करने और युवाओं को रोजगारपरक प्रशिक्षण देने की योजनाएं तारीफ के काबिल हैं। सभी जिला अस्पतालों में आधुनिक सेवाओं तथा आधुनिक उपकरण जैसे सीटी स्कैन, एमआरआई, अल्ट्रासाउन्ड, ब्लड एनालाइजर और डिजीटल एक्सरे उपलब्ध करवाए जाने का प्रस्ताव रखा गया। सभी जिला अस्पतालों में मरीजों के लिए निजी कमरों, उनके सहयोगियों के लिए भी आश्रय गृह की सुविधा उपलब्ध करायी जाएगी। खरखौदा में आईएमटी का विस्तार किया जाएगा, जिससे यहां औद्योगिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलेगा। *राजीव जैन, मेयर, नगर निगम सोनीपत।*

धोखेबाजी के अलावा कुछ नहीं : सीटू

बजट में राज्य प्रतिव्यक्ति आय ओर जीडीपी की वृद्धि दर में बढ़ी बढ़ोतरी का बड़ा बखान किया है, सरकार को यह भी आंकड़ा देना चाहिए कि इस प्रतिव्यक्ति आय में ऊपर के 2- 3 प्रतिशत की कितना आमदनी है। क्योंकि लाखों की संख्या की मजदूर आबादी को तो 5 से 10 हजार रुपए तक नहीं मिल रहे। 2047 तक राज्य के 50 लाख युवाओं को रोजगार देने को जुमला भर है। क्योंकि हरियाणा बेरोजगारी के मामले में नंबर 1 पर है। सरकार ने कच्चे कर्मचारियों, एचकेआर एन कर्मचारियों, सफाई के कार्य में लगे कच्चे कर्मचारियों, आंगनवाड़ी, आशा, मिड डे मील, क्रेच आदि को स्थाई करने बारे एक शब्द नहीं बोला। यह बजट जनविरोधी, जुमलेबाजी और मजदूरों ओर मेहनतकश जनता के साथ धोखेबाजी मात्र है। *आनंद शर्मा, वरिष्ठ नेता, सीटू।*

सरकार का आम आदमी से कोई लेनदेना नहीं

बजट पूरी तरह से घोषणाओं का पिटारा है। एक भी ऐसी घोषणा नहीं है, जिसे अमलीजामा कैसे पहनाया जाएगा, इसके बारे में चर्चा की गई हो। बेरोजगारी के मामले में प्रदेश नंबर वन है, इसके बावजूद सिर्फ युवाओं को सपने दिखाए जा रहे हैं। अस्पतालों में बेडों की संख्या बढ़ाने पर जोर दिया जा रहा है, लेकिन भर्तियों को लेकर कोई काम नहीं किया जा रहा। बजट को पेश करने से पहले प्रदेश सरकार को आम लोगों के बीच सर्वे करवाना चाहिये था, लेकिन सिर्फ सुझावों को आधार बताते बजट सुना दिया। सुझाव भी असली हैं या नकली, इसकी सत्यता भी नहीं है। उससे स्पष्ट है कि यह सरकार सिर्फ हवा हवाई सरकार है। इस सरकार का आम आदमी से कोई लेनदेना नहीं है। *कमल दिवान, कांग्रेस नेता, सोनीपत।*

योजना के तहत 138 करोड़ का फंड रखा

गन्नौर। प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा सोमवार को प्रस्तुत बजट की सराहना की। कादियान ने कहा कि गन्नौर में अंतर्राष्ट्रीय फल, सब्जी मंडी टर्मिनल नवंबर तक पहला चरण नवंबर तक पूरा होगा। नायब सरकार ने 2025-26 के लिए इस योजना के तहत 138 करोड़ रुपये का फंड रखा है। पहले चरण में 400 दुकानों के अलावा 5 शैड्स बनाए जा रहे हैं। आधुनिक सुविधाओं से लैस यह मंडी किसानों को सस्ती दरों पर बेहतर मूल्य, उन्नत भंडारण और कोल्ड स्टोरेज की सुविधाएं प्रदान करेगी। सरकार इस मंडी टर्मिनल पर 2600 करोड़ रुपये से अधिक खर्च कर रही है। मुख्यमंत्री ने बागवानी क्षेत्र में तीन नई उभरती हुई गतिविधियों को प्रोत्साहित करने के लिए 20 किलोवाट से अधिक लोड वाले कोल्ड स्टोरों को 7 रुपये 50 पैसे की बजाय 6 रुपये 50 पैसे प्रति यूनिट के हिसाब से बिजली आपूर्ति का निर्णय लिया है। *गन्नौर विधायक देवेन्द्र कादियान।*

आत्मनिर्भर बनाने में मील का पत्थर

गन्नौर। मुख्यमंत्री द्वारा प्रस्तुत बजट की सराहना करते भाजपा नेता देवेन्द्र कौशिक ने कहा कि यह बजट हरियाणा को आर्थिक रूप से सशक्त और आत्मनिर्भर बनाने में मील का पत्थर साबित होगा। गुरुग्राम, फरीदाबाद, पलवल, मेवात, रेवाड़ी, महेन्द्रगढ़, जीन्द, भिवानी, रोहतक, करनाल, पानीपत, सोनीपत, झज्जर व चरखी दादरी के जिला अस्पतालों में 70 एडवांस लाईफ स्पोर्ट एम्बुलेंस एवं अन्य संरचनात्मक सुधारों के लिए सरकार ने 201.59 करोड़ रूपये को स्वीकृति दी। सभी जिलों में कैंसर के मरीजों के लिए डे केयर सैंटर बनाने का प्रस्ताव रखा गया। 2025-26 के लिए प्रदेश में एमबीबीएस की सीटें 2185 से बढ़ाकर 2485 सीटें करने का प्रस्ताव रखा गया। प्रदेश में निवारक स्वास्थ्य के लिए शहीद हसन खान मेवाती राजकीय चिकित्सा महाविद्यालय एवं अस्पताल नूंह में उत्कृष्टता केंद्र स्थापित किया जाएगा। *भाजपा नेता देवेन्द्र कौशिक।*

औद्योगिक क्षेत्र के लिए पायलट प्रोजेक्ट

गन्नौर। भाजपा नेता आजाद सिंह नेहरा ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सैनी द्वारा प्रस्तुत बजट की सराहना करते हुए कहा कि हरियाणा के किसानों के बागवानी उत्पादों के निर्यात को बढ़ावा देने के लिए हिसार में बनाए जा रहे महाराजा अग्रसेन इंटरनेशनल एयरपोर्ट में एक एयर कारगो गोदाम बनाया जाएगा। इसके लिए सरकार ने पांच एकड़ भूमि का चयन किया है। इसी तरह से हिसार एयरपोर्ट पर विमानों की पार्किंग, मरम्मत व रखरखाव के लिए अलग से 4 एकड़ भूमि का चयन किया है। हिसार एयरपोर्ट के संचालन के लिए एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया की ओर से लाइसेंस जारी किया हरियाणा को जीरो वाटर वेस्टेज औद्योगिक क्षेत्र के रूप में विकसित करने के लिए एक पायलट प्रोजेक्ट के लिए आईएमटी मानेसर को चुना गया है। खरखौदा में आईएमटी का विस्तार किया जाएगा, जिससे यहां औद्योगिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलेगा। *भाजपा नेता आजाद सिंह नेहरा।*

विकास के लिए अत्यंत लाभकारी

राई। राई। हरियाणा विधानसभा में प्रस्तुत बजट 2025-26 की राई की विधायक एवं पूर्व मंत्री कृष्णा गहलावत ने प्रशंसा की है। विधायक कृष्णा गहलावत ने बजट को राज्य के विकास के लिए अत्यंत लाभकारी एवं दूरदर्शी बताया। उन्होंने कहा कि यह बजट कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य, आधारभूत संरचना और रोजगार के क्षेत्र में नए अवसर प्रदान करेगा। उन्होंने प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी को इस संतुलित और समावेशी बजट के लिए बधाई दी। विधायक कृष्णा गहलावत ने विशेष रूप से किसानों के लिए की गई घोषणाओं की सराहना की, जिसमें आधुनिक कृषि उपकरणों पर सब्सिडी, सिंचाई सुविधाओं का विस्तार और जैविक खेती को बढ़ावा देने के लिए विशेष प्रावधान शामिल हैं। साथ ही, शिक्षा क्षेत्र में डिजिटल शिक्षा को बढ़ावा देने, स्कूलों में बुनियादी सुविधाएं बेहतर करने और युवाओं को रोजगारपरक प्रशिक्षण देने की योजनाओं की भी तारीफ की। *विधायक एवं पूर्व मंत्री कृष्णा गहलावत।*

रक्तदान समाजसेवा का कार्य : जय सिंह

- साप्ताहिक शिविर में 35 नागरिकों ने बटोरा रक्तदान का पुण्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

गोहाना। रक्तदाताओं को आशीर्वाद देते मुख्य अतिथि ठेकेदार जयसिंह।

सोमवार को शहर में सोनीपत मार्ग टी प्वाइंट के समीप भगवान परशुराम चौक में सम्पन्न भागराम ट्रस्ट के साप्ताहिक शिविर में एक महिला समेत 35 नागरिकों ने रक्तदान का पुण्य कमाया। यह शिविर विशेषत कैंसर पीड़ित नागरिकों को रक्त की सेवा के लिए लगाया गया। अध्यक्षता ट्रस्ट की अध्यक्ष उषा गगनेजा ने की। संयोजन स्टार रक्तदाता सुरेंद्र विश्वास और सेवा सिंह ढुल का रहा। मुख्य अतिथि समाजसेवी ठेकेदार जय सिंह ने कहा कि रक्तदान करना एक बड़ी समाजसेवा है। इस सेवा के माध्यम से हम किसी अनजान व्यक्ति की जान बचा सकते हैं। वे बोले कि जरूरत पड़ने पर किसी मनुष्य को दूसरे मनुष्य का रक्त ही चढ़ाया जा सकता है किसी अन्य जीव का नहीं। ऐसे में इस पुनीत काम से कभी पीछे न हटें। शिविर में महिला कौशल्या , दो सगे भाई उदय प्रकाश सैनी और राहुल सैनी और विशेष रक्तदाताओं में पत्रकार अनूप जाटायन ने रक्तदान किया। नियमित रक्तदाताओं में अशोक, सोमवीर खोखर, ओम, अशोक, संदीप आदि ने रक्तदान किया

58 नागरिकों ने कमाया रक्तदान का पुण्य

- विधायक इंदुराज के भाई इंदुपाल ने रक्तदाताओं को प्रोत्साहित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

गोहाना। शिविर में रक्तदाताओं को प्रोत्साहित करते इंदुपाल नरवाल व आयोजक।

शहीद भगत सिंह युवा क्लब आहुलाना द्वारा सोमवार को शहर में महम मार्ग स्थित गुढ़ा चुंगी पर रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। शिविर में 58 नागरिकों ने रक्तदान का पुण्य कमाया। रक्त संकलन के लिए पीजीआई रोहतक की टीम पहुंची।

शिविर के मुख्य अतिथि बरोदा विधानसभा क्षेत्र के कांग्रेस विधायक इंदुराज नरवाल के बड़े भाई इंदुपाल नरवाल थे। शिविर की अध्यक्षता जगत सिंह मलिक ने की। उन्होंने अपने पुत्र जतिन, दो भतीजे अमन मलिक और नवीन मलिक के साथ रक्तदान किया। संयोजन नवीन मलिक का रहा। आयोजक समिति में डॉ. सुमित, लोकेश, कर्मपाल, शौर्य, सक्षम, आयुष और आर्यन शामिल थे। शिविर में नियमित रक्तदाताओं में सोमदत्त, सुरेंद्र, संजय, जसवंत, कर्मपाल, डॉ. सुमित मलिक, पहलवान मनोज, अजय, श्रीपाल, सुरेश, सुभाष, प्रमोद, अनिल, जितेंद्र, रवि, अमन, बृजमोहन, सेवा सिंह, राकेश, मंजीत और पवन ने रक्तदान किया। शिविर में सचिन, साहिल, निशांत, सुशील व सुरेश ने पहली बार रक्तदान किया।

सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता में मरकरी टीम प्रथम

आर्य कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित

- स्कूल प्राचार्य ने अध्यापिकाओं का आभार व्यक्त किया
- बच्चों को सर्टिफिकेट प्रदान कर अपना आशीर्वाद प्रदान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों के साथ विद्यालय स्टाफ।

आर्य कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित की गई, जिसमें वरिष्ठ वर्ग में सामान्य ज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता, कनिष्ठ वर्ग में कुकिंग विदाउट फ़ायर (बिना आग के भोजन पकाना)तथा प्राइमरी विंग में विभिन्न रुचिकर प्रतियोगिताएं आयोजित की गई। बच्चों ने अपनी-अपनी प्रस्तुति दी। सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता में मरकरी टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। विद्यालय की प्राचार्य द्वारा अध्यापिकाओं का आभार व्यक्त किया गया। कार्यक्रम में मुख्य भूमिका स्नेह, पूनम कविता द्वारा निभाई गई। मंच संचालन मीनाक्षी और पूजा के द्वारा किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के प्रधान अजय गर्ग, सचिव सुरेश गुप्ता, मिडिया प्रभारी संजय सिंगला, प्राचार्या सुनीता अहलावत, प्राइमरी हेड सुषमा शर्मा ने बच्चों को सर्टिफिकेट प्रदान कर उन्हें अपना आशीर्वाद प्रदान किया।

अग्रसेन भवन में फ्री काउंसलिंग, छात्रों ने उठाया फायदा

सोनीपत। छात्रों को जानकारी देते काउंसलर डॉ. मोहित बंसल। फोटो :हरिभूमि

सोनीपत। सोनीपत की दी महाराजा अग्रसेन समाज कल्याण समिति द्वारा सेक्टर 14 स्थित अग्रसेन भवन में छात्रों के लिये फ्री काउंसलिंग सत्र का आयोजन किया गया। रविवार को शाम के समय आयोजित किए गए सत्र में काउंसलर डॉ. मोहित बंसल, रिटायर्ड अधिकारी सुभाष चंद गर्ग ने छात्रों को शिक्षा, दाखिले या कैरियर से संबंधित हर तरह की समस्या का समाधान किया। समिति के उपप्रधान व मिडिया सलाहकार संजय सिंगला ने बताया कि संस्था द्वारा यह फ्री कैरियर कॉउंसलिंग कार्यक्रम हर रविवार आयोजित किया जा रहा है।

कार्यशाला कैपिसिटी बिल्डिंग कार्यक्रम में शिक्षकों ने लिया हिस्सा

छात्र सहभागिता बढाने के लिए सक्रिय शिक्षण प्रभावशाली पद्धतियों के पहलुओं पर चर्चा की

- अभिभावक बच्चों के प्रथम शिक्षक, उनके सहयोग से ही बच्चों का सर्वांगीण विकास संभव : गोयल
- कार्यशाला के दौरान विभिन्न प्रकार की क्रियात्मक गतिविधियाँ का आयोजन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान अतिथियों के साथ स्कूल के शिक्षक। फोटो :हरिभूमि

लिटल एंजल्स स्कूल, सोनीपत में शिक्षकों के लिए सीबीएसई द्वारा कैपेसिटी बिल्डिंग कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यालय की प्रधानाचार्या आशा गोयल, उपप्रधानाचार्या गीता अरोड़ा तथा अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। कार्यशाला का संचालन नीरू और डॉ. निशा द्वारा किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत में प्रधानाचार्या ने उपस्थित संसाधन व्यक्तियों का प्लांटर देकर स्वागत किया। इस कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य 21वीं सदी की राष्ट्रीय शिक्षा नीति के अंतर्गत नवीन शिक्षण तकनीकों एवं शिक्षण कौशल से सभी को अवगत कराना था।

छात्र सहभागिता बढाने के लिए सक्रिय शिक्षण प्रभावशाली पद्धतियों के विभिन्न पहलुओं पर चर्चा की गई। कार्यशाला के दौरान विभिन्न प्रकार की क्रियात्मक गतिविधियाँ कराई गईं, जिनमें सभी शिक्षकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। विद्यालय की प्रधानाचार्या आशा गोयल ने कहा कि अभिभावक बच्चों के प्रथम शिक्षक होते हैं, और उनके सहयोग से ही बच्चों का सर्वांगीण विकास संभव है।

प्रदीप चहल को सम्मानित करते एसो . की गोहाना इकाई के प्रतिनिधि।

नवचयनित प्रदेश संगठन सचिव सम्मानित

गोहाना। हरियाणा केमिस्ट एंड ड्रग एसोसिएशन के नवचयनित राज्य संगठन सचिव प्रदीप चहल को सोमवार को सम्मानित किया गया। प्रदीप चहल को यह जिम्मेदारी एसोसिएशन की कुरुक्षेत्र में सम्पन्न राज्य स्तरीय बैठक में दी गई थी। प्रदीप चहल केमिस्ट एसोसिएशन गोहाना के अध्यक्ष भी हैं। एसोसिएशन के प्रति उनकी सक्रिय कार्यशैली को देखते हुए अब उनको राज्य कार्यकारिणी में सर्वसम्मति से उक्त नई जिम्मेदारी दी गई है। इससे पहले भी वे संगठन में विभिन्न पदों का दायित्व निभा चुके हैं। सम्मान समारोह में एसो के जिलाध्यक्ष सतपाल सिंह, महासचिव सुरेश बजाज, खजांची हरि प्रकाश गुप्ता, लेखाकार पुरूषोतम गोयल, ओम प्रकाश जैन, सुरेश परुथी, रमेश बजाज, अशोक शर्मा, राजेश बुधिराजा दीपक अरोड़ा, अनमोल, राकेश गुंबर, बोनी बजाज, रवि आहूजा, मनीष, राममेहर, संजय, प्रेमलता व रवि सैनी सहित एसोसिएशन के अन्य प्रतिनिधि मौजूद रहे।

युमना नदी घाट से रेत चोरी करते पकड़ा गया ट्रैक्टर-ट्राली

सोनीपत। थाना राई पुलिस व खनन विभाग की टीम द्वारा रविवार देर रात को कार्रवाई करते हुए रेत से भरे एक ट्रेक्टर-ट्राली को गांव जगदीशपुर-झुण्डपुर युमना घाट पर पकड़ा है। जिसको मौका टीम द्वारा रात को ही उक्त ट्रैक्टर-ट्राली को पुलिस थाना राई में लाकर खनिज अधिनियम 1957, हरियाणा राज्य खनन नियम 2012 के अर्न्तगत व राष्ट्रीय हरित अधिकरण के आदेशों की अनुपालना में सीज कर दिया गया है।

सूचना

मैं, संदीप कुमार पुत्र श्री जयपौल सिंह निवासी गांव बली कुतुबपुर तह. गन्नौर जिला सोनीपत बयान करता हूं कि मेरी पुत्री दीक्षा की 10वीं की मार्कशीट में मेरा नाम संदीप है जोकि गलत है और मेरी पुत्री के बाकी कागजों में और मेरे कागजों में मेरा नाम संदीप कुमार है जोकि सही है। संदीप व संदीप कुमार दोनों मेरे ही नाम हैं। मेरी पुत्री दीक्षा की 10वीं की मार्कशीट में मेरा नाम संदीप कुमार किया जाए।

खबर संक्षेप

पीएचडी उपाधि के लिए 9 शोधार्थी पात्र घोषित

सोनीपत। दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, मुरथल के कुलपति प्रो. श्रीप्रकाश सिंह ने शोध समिति तथा परीक्षकों के बोर्ड की अनुशंसा पर 9 शोधार्थियों को पीएचडी उपाधि के लिए पात्र घोषित किया है। उन्होंने कहा कि पीएचडी उपाधि के पात्र घोषित किए गए शोधार्थियों में कंप्यूटर साइंस एंड इंजीनियरिंग की इंदू छिल्लर, इलेक्ट्रिकल इंजीनियरिंग की रुचिका व नवीन कुमार, केमिस्ट्री के वसुंधरा व प्रियंका रानी, फिजिक्स से प्रिया व सोनिया, बायोटेक्नोलॉजी से शैफाली व ह्यूमिनिटी से रिचा का नाम शामिल है।

कल्पनाओं से भी ऊंची थी कल्पना की उड़ान

गोहाना। आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के तत्वावधान में सोमवार को शहर में पुराना बस अड्डा स्थित सत नगर में कल्पना चावला की 63वीं जयंती मनाई गई। समारोह में नागरिकों ने कल्पना चावला के चित्र पर पुष्प अर्पित करके श्रद्धांजलि दी।

मुख्य वक्ता सेवानिवृत्ति उप प्राचार्या सुषमा सेतिया ने कहा कल्पना चावला अंतरिक्ष में जाने वाली भारत की पहली महिला थी। वह एक ऐयरोस्पेस इंजीनियर थी और अंतरिक्ष सटल मिशन विशेषज्ञ थी। उन्होंने दो बार अंतरिक्ष की यात्रा की। पहली बार 1997 में और दूसरी बार साल 2003 में अंतरिक्ष सटल कोलंबिया में सभी सवार यात्रियों के साथ उनकी मौत हो गई थी। जयंती समारोह की अध्यक्षता मोर्चे के मुख्य संरक्षक आजाद सिंह दांगी ने की। उन्होंने कहा कि कल्पना चावला ने अपने पहले मिशन में पृथ्वी की 252 कक्षाएं पूरी की थी।

रोमांचक खेलों का आनंद उठाया, बच्चों ने की मस्ती

सोनीपत। ब्राइट स्कॉलर स्कूल में सोमवार को विद्यालय में प्रवेश लेने वाले नन्हे सेटलर्स की कक्षाएं शुरू की गई। बच्चों ने प्रथम दिन खेल के मैदान में मिकी माउस, बाउंसी महल, जंबो स्लाइड, गुड़िया घर और जलपान सहित कई रोमांचक खेलों का आनंद उठाया। विद्यालय प्राचार्या डॉ. किरण दलाल ने बच्चों के बीच केक काटकर बच्चों का स्वागत किया। सभी विद्यार्थियों ने जमकर मस्ती की। प्राचार्या ने कहा कि हमें प्रयास करना चाहिये है कि बच्चा पढाई को बोझ न समझे और इसे खेल खेल में सीखे।

भाजपा ने की जिलाध्यक्षों की घोषणा, तीन-तीन विस में विभाजित गोहाना-सोनीपत

अशोक भारद्वाज को सोनीपत तो बिजेंद्र मलिक को गोहाना की सौंपी कमान

खास बातें

- संगठन स्तर पर गोहाना को बनाया अलग जिला, गोहाना-बरोदा और खरखौदा विधानसभा रहेंगी नए जिलाध्यक्ष का कार्यक्षेत्र
- सोनीपत जिलाध्यक्ष के लिए सोनीपत, गन्नौर और राई विधानसभा होंगे कार्यक्षेत्र

सोनीपत। गोहाना के नवनियुक्त बिजेंद्र मलिक और सोनीपत के नवनियुक्त जिलाध्यक्ष अशोक भारद्वाज व नवनियुक्त जिलाध्यक्ष भाजपा प्रदेशाध्यक्ष के भाई माईराम कौशिक का मुंह मीठा करवाते हुए साथ में भाजपा कार्यकर्ता।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

भाजपा ने सोमवार को जिलाध्यक्षों की घोषणा कर दी है। जिसके तहत सोनीपत और गोहाना के लिए अलग अलग अध्यक्ष बनाए गए हैं। जिसमें सोनीपत के लिये कुंडली नगर पालिका के वाइस चेयरमैन अशोक भारद्वाज और गोहाना के लिये जिला परिषद के पूर्व वाइस चेयरमैन बिजेंद्र मलिक (मल्हा) को जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी सौंपी गई। दोनों नेताओं का सेक्टर 15 स्थित भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहन लाल बड़ौली के कार्यालय पर स्वागत किया गया। इस दौरान प्रदेशाध्यक्ष के भाई माईराम कौशिक मौजूद रहे। जिनका भाजपा कार्यकर्ताओं ने लड्डू खिलाकर मुंह मीठा करवाया।

बता दें कि भाजपा ने अपने संगठन के स्तर पर सोनीपत और गोहाना को अलग अलग जिला बना लिया है। इसी वजह से सोनीपत और गोहाना के अलग अलग जिलाध्यक्ष बनाए गए हैं। इससे पहले रविवार को कार्यकर्ताओं से आवेदन मंगवाए गए थे। जिसके तहत कुल 85 आवेदन प्राप्त हुए थे। इसमें से सोनीपत के लिये 40 तो गोहाना के लिये 45 कार्यकर्ताओं ने आवेदन किया था। देर शाम तक छंटनी के उपरांत सभी आवेदन सही पाए गए थे और इन्हें प्रदेशाध्यक्ष के पास भेजा गया था। प्रदेशाध्यक्ष की ओर से ही सोमवार सुबह सोनीपत और गोहाना के जिलाध्यक्षों के नाम की घोषणा की गई।

पंचायत वार्ड सदस्य से शुरू हुई थी राजनीति

कुंडली नगरपालिका के वाइस चेयरमैन अशोक भारद्वाज को सोनीपत के भाजपा जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी मिली है। अशोक भारद्वाज ने जनप्रतिनिधि के तौर पर राजनीति की शुरुआत 2010 में की थी। वर्ष 2010 में वे कुंडली ग्राम पंचायत के वार्ड सदस्य बने थे। वर्ष 2016 में सरपंच का चुनाव लड़ा था और दूसरे स्थान पर रहे थे। उसके बाद वह वर्ष 2013 में भाजपा युवा मोर्चा के नाहरी मंडल अध्यक्ष बने, फिर वर्ष 2015 में भाजपा नाहरी मंडल उपाध्यक्ष, वर्ष 2019 और 2022 में नाहरी मंडल अध्यक्ष की जिम्मेदारी संभाली। वहीं 2022 में कुंडली नगरपालिका के वार्ड नंबर एक से सर्वसम्मति से पार्षद बने। उसी समय कुंडली नगरपालिका के वाइस चेयरमैन की जिम्मेदारी मिली। अब भाजपा के शीर्ष नेतृत्व ने उन्हें सोनीपत जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी सौंपी है।

जिप के वाइस चेयरमैन के साथ जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी मिली

गांव माहरा के रहने वाले बिजेंद्र मलिक को भाजपा गोहाना जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी मिली है। बिजेंद्र मलिक को बजाए बिजेंद्र मल्हा के नाम से पहचाने जाने वाले बिजेंद्र ने वर्ष 2016 में जिला परिषद का चुनाव जीत चुके हैं। इसके बाद वाइस चेयरमैन की जिम्मेदारी संभाल चुके हैं। उसी समय वह भाजपा जिला उपाध्यक्ष भी रहे। उन्होंने बताया कि जिस समय मोहनलाल बड़ौली को सोनीपत जिलाध्यक्ष की जिम्मेदारी मिली, उस समय वह जिला महामंत्री बने। उसके बाद मोहनलाल बड़ौली प्रदेश महामंत्री बने तब उन्हें प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य नियुक्त किया गया। अब संगठन की तरफ से उन्हें गोहाना जिलाध्यक्ष नियुक्त किया है।

अशोक भारद्वाज के जिलाध्यक्ष बनने पर बांटे लड्डू

खरखौदा। शहर के वार्ड संख्या 12 स्थित ब्राह्मण चौपाल में ब्राह्मण समाज प्रधान अमित के नेतृत्व में एक बैठक आयोजित हुई। जिसमें भाजपा पार्टी द्वारा अशोक भारद्वाज को सोनीपत का जिला अध्यक्ष नियुक्त करने का स्वागत किया गया और प्रदेश अध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली व सभी वरिष्ठ नेताओं का धन्यवाद किया गया। इस उपलक्ष में लड्डू बांटकर अपनी खुशी जाहिर की गई। खरखौदा ब्राह्मण समाज प्रधान अमित ने बताया कि जिस तरह बीजेपी पार्टी ने ब्राह्मण समाज के व्यक्ति को सोनीपत का जिला का अध्यक्ष नियुक्त किया है। उन्होंने भरोसा जताया कि नव नियुक्त जिलाध्यक्ष अपने पार्टीगत दायित्वों का निर्वहन निष्ठापूर्वक करेंगे। इस मौके पर सूरत सिंह, मुकेश पाराशर, सतीश, विनोद, सुनील कुमार, प्रेम जांगड़ा, कुलदीप, बादल, आकाश, अजय, अमरकांत, नीरज बहल, रामदास, बिजेंद्र पाराशर आदि मौजूद रहे।

नवनियुक्त जिलाध्यक्षों को दी बधाई

राई। भाजपा द्वारा सोमवार को भाजपा के नवनियुक्त सोनीपत जिलाध्यक्ष कुंडली नगरपालिका के उपाध्यक्ष अशोक भारद्वाज व गोहाना का जिलाध्यक्ष बिजेन्द्र मलिक को बनाए जाने भाजपा युवा नेता पुनीत राई व युवा नेता योगेश जठेड़ी ने बधाई दी। पुनीत राई व योगेश जठेड़ी ने कहा कि सोनीपत के जिलाध्यक्ष अशोक भारद्वाज काफी लंबे समय से पार्टी से जुड़े है और पार्टी की नीतियों के प्रचार-प्रसार में हमेशा सक्रीय रहे है।

राज्य स्तरीय युवा रेडक्रॉस प्रशिक्षण शिविर आयोजित

जीवीएम गर्ल्स कॉलेज की टीम वाईआरसी ने जीती ओवरऑल ट्राफी

सोनीपत। विजेता छात्राओं के साथ प्राचार्या, संस्था के प्रधान एवं अन्य।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

राज्य स्तरीय युवा रैडक्रॉस प्रशिक्षण शिविर में जीवीएम गर्ल्स कॉलेज की युवा रेडक्रॉस टीम वाईआरसी ने बेस्ट कालेज की ओवरऑल ट्रॉफी जीती। संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी व प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने (वाईआरसी) को बधाई देते हुए कहा कि टीम ने कालेज को गौरवमयी उपलब्धि दिलाई है।

नंगली बेला आश्रम हरिद्वार में राज्य स्तरीय युवा रैडक्रॉस प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया, जिसमें 35 टीमों ने हिस्सा लिया जिनमें 209 प्रतिभागी शामिल रहे। इनमें जीवीएम की वाईआरसी टीम भी शामिल रही। जीवीएम की वाईआरसी टीम की काउंसलर डा. पूजा गुलाटी को भी सर्वश्रेष्ठ काउंसलर के पुरस्कार से सुशोभित किया गया। जीवीएम की छात्राओं ने इस शिविर में समूह नृत्य, गायन, स्किट में प्रथम, एकल नृत्य, वाद-विवाद प्रतियोगिता, क्विज में द्वितीय स्थान हासिल किया। इस प्रदर्शन पर बधाई देते हुए प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने कहा कि कठिन प्रतिस्पर्धा में भी समर्पण और टीम वर्क सफलता की कुंजी होते हैं।

सिसाना की सरपंच ने समाधान शिविर में दी अवैध खनन की शिकायत

खरखौदा। सिसाना ग्राम पंचायत- 2 गांव की सरपंच सुदेश कुमारी ने समाधान शिविर में एसडीएम के समक्ष शिकायत प्रस्तुत की है। उन्होंने बताया कि हसनगढ़ मार्ग पर पंचायती जमीन है। पहले वहां हडवारा था, लेकिन अब वह नहीं है। जमीन खाली पड़ी थी, जिसे लीज पर नहीं दिया गया है। खनन माफिया ने रात के अंधेरे में चोरी-छिपे करीब आधा एकड़ जमीन से 4 फीट मिट्टी उठा ली है। उठाई गई मिट्टी कीमत 10 से 12 लाख रुपए आंकी गई है। सरपंच ने मांग की कि मिट्टी चोरी में संलिप्त लोगों पर कानूनी कार्रवाई हो। साथ ही, इसमें प्रयुक्त किए उपकरणों को जब्त किया जाए। उनकी अपील है कि मिट्टी को दोबारा भरवाकर जमीन को समतल कराया जाए। उक्त जमीन हसनगढ़ मार्ग पर मसाक वाले पूजा स्थल से थोड़ा आगे स्थित है।

खरखौदा। पंचायती जमीन जिससे मिट्टी उठाई गई।

कर्मियों ने लगाई जन असेंबली, उठाए मुद्दे

तहसीलदार को सौंपा मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन

- कार्यक्रम का संचालन सचिव सुनील दत्त ने व सहयोग जयभगवान दहिया ने किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सोनीपत। जन असेंबली में उपस्थित विभिन्न विभागों के कर्मचारी एवं पदाधिकारी।

सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा के आवाहन पर जिला कमेटी सोनीपत ने डीसी कार्यालय पर जन असेंबली का संचालन किया। जन असेंबली की अध्यक्षता जिला प्रधान देशराज नैन ने की व संचालन सचिव सुनील दत्त ने किया व सहयोग जयभगवान दहिया ने किया। जनअसेंबली को विभिन्न विभागों से आए हुए कर्मचारी साथियों ने अपने-अपने विभाग की समस्याओं को जन असेंबली में मुद्दा उठाया। जन असेंबली को सर्व कर्मचारी संघ राज्य सचिव विजेंद्र चहल, जगमेंद्र मलिक, जिला सचिव सुनील दत्त, शिलकराम मलिक, भारत कंडेरा, संदीप तूर आदि नेताओ ने सम्बोधित किया।

ये रहे मौजूद : इस मौके पर सुनील, राजीव खत्री, आनंद हुड्डा ,मास्टर नरेंद्र चहल, मास्टर जोगिंदर, नफीस अली, मास्टर नफे, राजेश, संदीप चहल, अर्जुन मलिक, सतबीर धनखड़, राकेश त्यागी, राकेश लाकड़ा, सुरेश यादव, रामकरण, संजय, सतीश आदि नेताओं ने भी अपने-अपने विभाग की मांगे व समस्याएं रखी।

डिजिटल रिटेल एक्सपों कार्यक्रम 22 मार्च को

गन्नौर। लड़सौली गांव के पास स्थित कनक गार्डन में 22 मार्च को नारंग रियलटर्स प्राइवेट लिमिटेड द्वारा डिजिटल रिटेल एक्सपों कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। यह जानकारी नारंग ग्रुप के संस्थापक व डायेक्ट टू कार्ट आ न ला ई ल प्लेटफार्म के प्रमुख सुमित नारंग ने दी। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम का उद्देश्य खुदरा क्षेत्र में डिजिटल प्लेटफार्म के परिवर्तनकारी प्रभाव को प्रदर्शित करना है। कार्यक्रम में विभिन्न उद्योगपति, विशेषज्ञ आदि मंच सांझा करेंगे। सुमित नारंग ने बताया कि सोनू शर्मा मोटिवेशनल स्पीकर, पंजाबी सिंगर अमन संधु, प्रतिक संधु व कशिश रावत एंकर भी पहुंचकर मार्गदर्शन करेंगे।

सुमित नारंग

अभिभावक बच्चों के साथ करें मित्रवत व्यवहार

पानीपत रोड स्थित दून पब्लिक स्कूल में अभिभावक सेमीनार आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

- समारोह की अध्यक्षता प्राचार्या ज्योति छाबड़ा ने की।

गोहाना-पानीपत मार्ग स्थित दून पब्लिक स्कूल में अभिभावकों के लिए एक सेमीनार आयोजित किया गया। सेमीनार में अभिभावकों को उनके बच्चों को संस्कारपूरित शिक्षा देने के लिए प्रेरित किया गया। कार्यक्रम का नेतृत्व स्कूल के चेयरमैन राजेश कुमार व वाइस चेयरमैन विक्रांत ने किया। समारोह की अध्यक्षता प्राचार्या ज्योति छाबड़ा ने की। मुख्य वक्ता प्रतिष्ठित शिक्षाविद् एवं प्रेरक वक्ता डॉ. जेपी दलाल ने कहा कि अभिभावक अपने बच्चों के साथ मित्रवत व्यवहार करें। बच्चा जब कोई गलती करता है तो उसे डांटने की बजाए प्यार से समझाएं। जब बच्चों को यह अहसास हो जाएगा कि इस दुनिया में उनके माता-पिता से बढक़र उनका कोई शुभचिंतक या मित्र नहीं है तो वे उनसे कोई बात छुपाएंगे नहीं। वक्ता डॉ. दलाल ने कहा कि अगर बच्चा गलती करता है तो उसे सभ्य तरीके से गलती का अहसास करवाएं और सही और गलत में अंतर समझाएं। वे बोले कि बच्चों को उसकी पढ़ाई का तभी पूर्णतः लाभ मिल सकेगा जब वह अच्छे संस्कारों की भावना से परिपूर्ण होगा। उन्होंने कहा कि घर संस्कारों की प्राथमिक पाठशाला है।

गोहाना। वक्ता डॉ. जेपी दलाल को स्मृति चिह्न भेंट करते हुए स्कूल के चेयरमैन राजेश कुमार।

चाकू से हमला करने के मामले में दो आरोपित गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

- आरोपियों से प्रयुक्त चाकू व कटर किया बरामद किया

मुरथल थाना सोनीपत पुलिस ने चाकू से हमला कर घायल करने की वारदात में शामिल दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित शिवम उर्फ शिबू व अमन उर्फ स्टार निवासी नया बांस सोनीपत का है। पुलिस ने आरोपितों को अदालत में पेश किया। जहां से दोनों को न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। गांव पिनाना निवासी सागर ने गत चार फरवरी को पुलिस से शिकायत देकर बताया था कि वह अपने दोस्त कपिल, रितेश, अंकित, सोनू के साथ सोनू की कार में सवार होकर सुखदेव ढाबे पर खाना-खाने के लिए आया था। ढाबे पर बाथरूम में रितेश के साथ कहासुनी हो गई। उसके बाद वह ढाबे से बाहर आ गए। उसके बाद फिर से उनकी कहासुनी हो गई। दो लड़कों ने उसे व कपिल पर हमला कर घायल कर दिया। उपचार के लिए वह महिला मेडिकल कॉलेज अस्पताल खानपुर में पहुंचे। पुलिस ने इस संबंध में मुकदमा दर्ज कर लिया था। मामले में सिपाही जोगिंद्र की टीम ने दो आरोपितों को पहले काबू कर लिया था। वारदात में शामिल दो आरोपितों को गिरफ्तार कर उनके पास से वारदात में प्रयुक्त चाकू व कटर को बरामद किया है।

दो-पहिया वाहन चोरी करने के दो आरोपी काबू

सोनीपत। क्राइम यूनिट वेस्ट सोनीपत की पुलिस टीम ने दो-पहिया वाहन चोरी करने की वारदात में शामिल दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित नीरज उर्फ बिठूल कानिया निवासी धानक बस्ती, जोगिंद्र उर्फ विक्की निवासी नाहरी सोनीपत का है। पुलिस ने आरोपितों को अदालत में पेश किया। जहां से उन्हें न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। चार मरला निवासी गौरव ने 16 मार्च को पुलिस से शिकायत देकर बताया था वह गांधी चौक पर अपनी बाइक को खड़ी करके अपने दोस्त के घर चला गया। अपने स्तर पर बाइक की तलाश की, लेकिन सुराग हाथ नहीं लग पाया। मामले को लेकर पुलिस को अवगत करवाया। पुलिस ने इस संबंध में मुकदमा दर्ज कर लिया था। मामले में कार्रवाई करते हुए सिपाही सुशील की टीम ने दो आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपितों के पास से चोरी की बाइक को बरामद किया है। आरोपितों को अदालत में पेश किया।

यात्रियों पर हमला कर नकदी लूटने पर तीन गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

- पुलिस ने आरोपितों को अदालत में किया पेश

दिल्ली-अंबाला रेलमार्ग पर आम्रपाली एक्सप्रेस में यात्रियों पर हमला कर घायल करने व उनसे नकदी लूटने की वारदात में शामिल तीन आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित संदीप निवासी तिहाड़ कलां, निखिल निवासी सुभाष नगर, मोहित निवासी सेवली का है। पुलिस ने आरोपितो को अदालत में पेश किया। जहां से उन्हें जेल भेज दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। गांव पालम दिल्ली निवासी अनिल कुमार ने बताया कि वह रविवार को अपनी बुआ के बेटे राहुल के साथ आम्रपाली एक्सप्रेस में पानीपत से दिल्ली जाने के लिए सवार हुए थे। वह ट्रेन में दिव्यांग डिब्बे में सवार हुए थे। जब वह सोनीपत स्टेशन पर पहुंचे तो यहां से तीन युवक ट्रेन में सवार हो गए। उनमें से एक के हाथ में चापड़ (धारदार हथियार) था। तीनों ने यात्रियों से कहा कि जो उनके पास है निकालकर दे दो। उन्होंने युवकों का विरोध कर दिया।

समारोह में गए युवक के दो-पहिया वाहन सहित अन्य स्थानों से मोटरसाइकिल चोरी

- पुलिस ने पीड़ितों के बयान पर विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमें दर्ज कर की जांच शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सिविल लाइन थाना क्षेत्र में अलग-अलग स्थानों से दो-पहिया वाहन चोरी की वारदातें सामने आई है। होली पर्व पर रखे कार्यक्रम में शिरकत करने आए युवक की बाइक सहित दो अन्य स्थानों से बाइक चोरी हो गई। पुलिस ने इस संबंध में पीड़ितों के बयान दर्ज कर चोरी के मुकदमे दर्ज कर लिए है। पुलिस मामलों की गंभीरता से जांच कर रही है। महाबीर कॉलोनी निवासी सुभाष चावला ने बताया कि वह बृहस्पतिवार को कबीरपुर रोड स्थित वृंदावन गार्डन में आयोजित होली मिलन समारोह में गए थे। समारोह में शामिल होने के बाद जब वापस घर जाने के लिए बाइक खड़ी करने की जगह पहुंचे तो वहां बाइक नहीं मिली। बाइक को कोई चोरी कर ले गया। शिकायत पुलिस को दी। पुलिस ने इस संबंध में मुकदमा दर्ज कर लिया है। दुसरे मामले में रिश्तेदार से मिलने आए युवक की बाइक चोरी हो गई। न्यू ब्रह्म कालोनी के रहने वाले इशांत सेतिया ने पुलिस को बताया कि वह अपने रिश्तेदार से मिलने के लिए आए थे। इस दौरान उनकी बाइक चोरी हो गई। एक अन्य मामले से सब्जी मंडी के पास से मंजीत की बाइक चोरी हो गई।

कार्रवाई की जाएगी

अलग-अलग स्थानों से तीन बाइकों के चोरी होने की शिकायतें मिली है। इस संबंध में मुकदमें दर्ज कर लिए है। जल्द से जल्द चोरों का पता लगाकर आगामी कार्यवाही अमल में लाई जायेगी।
-सतबीर सिंह, प्रभारी सिविल लाइन थाना।

कार्यक्रम — कुलपति प्रो. सुदेश ने राज्यपाल बंडारू से शिष्टाचार भेंट की

सेंटर फॉर कॉम्पिटिटिव एग्जाम में फ्री यूपीएससी की तैयारी करवाएगा विश्वविद्यालय : प्रो. सुदेश

- कुलपति ने 3 साल के लिए पुन: उन पर विश्वास जताने के लिए कुलाधिपति का आभार व्यक्त किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय (विवि), खानपुर कलांकी कुलपति प्रो. सुदेश ने राज्यपाल एवं विवि के कुलाधिपति बंडारू दत्तात्रेय से हरियाणा राजभवन में शिष्टाचार भेंट की। कुलपति ने 3 साल के लिए पुनः उन पर विश्वास जताने के लिए कुलाधिपति का आभार व्यक्त किया। प्रो. सुदेश ने महामहिम राज्यपाल को विवि की वित्तीय एवं शैक्षणिक व्यवस्था से अवगत करवाते हुए बताया कि विवि में छात्राओं के लिए पहले से स्थापित यूनिवर्सिटी सेंटर फॉर कॉम्पिटिटिव एग्जाम के अंतर्गत संघ लोक सेवा आयोग द्वारा आयोजित आईएएस की निःशुल्क तैयारी के लिए योजना पर काम किया जा रहा है। कुलपति ने उन्हें बताया कि विवि द्वारा पढ़ाई, खेल व अन्य गतिविधियों के माध्यम से 7000 ग्रामीण प्रतिभा को निखारने का काम महिला विवि कर रहा है। विवि द्वारा नई शिक्षा नीति 2020 को लागू करना, हाल ही में विवि द्वारा स्वीकृत किए पीजी कोर्स, रिसर्च प्रोजेक्ट, एआईयू द्वारा आयोजित आल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी प्रतियोगिताओं में विवि की उपलब्धियों तथा विवि को प्रतिष्ठित ग्रीन मैट्रिक्स रैंकिंग में विश्व भर में 441 वां तथा भारत भर में 16 वां स्थान हासिल करने के बारे में भी सूचित किया। कुलपति प्रो सुदेश ने कुलाधिपति को बताया कि विश्वविद्यालय द्वारा संचालित सभी इंजीनियरिंग कोर्स के लिए नेशनल बोर्ड ऑफ एक्रीडेशन, टेक्निकल एजुकेशन डिपार्टमेंट से मान्यता के लिए तथा चार वर्षीय इंटीग्रेटेड टीचर ट्रेनिंग प्रोग्राम एनसीटीई द्वारा मान्यता के लिए प्रोसेस में है जिस की आने वाले शैक्षणिक वर्ष में लागू होने की प्रबल सम्भावना है। राज्यपाल ने विवि को प्रगति यात्रा में जरूरी सहयोग का आश्वासन दिया।

गोहाना। राज्यपाल एवं कुलाधिपति बंडारू दत्तात्रेय से शिष्टाचार भेंट करते हुए कुलपति प्रो. सुदेश। फोटो : हरिभूमि

कार्यालय से लैपटॉप व अन्य सामान चोरी करने का आरोपित गिरफ्तार

सोनीपत। सिविल लाइन थाना क्षेत्र में कार्यालय से लैपटॉप व सामान चोरी करने की वारदात में शामिल आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित कृष्ण निवासी बिजनौर यूपी का है। पुलिस ने आरोपित को अदालत में पेश किया। जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है।

गांव चौधरीवास जिला हिसार निवासी धर्मबीर ने गत 20 जून को पुलिस से शिकायत देकर बताया कि उनकी कंपनी में सोनीपत बीएसएनएल कार्यालय में फाइबर लगाने का काम लिया हुआ है। कंपनी में कृष्ण लेबर का काम करता है। गत पांच मई को वह कार्यालय से लैपटॉप चोरी करके ले गया। मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में मुकदमा दर्ज कर लिया था। मामले में कार्रवाई करते हुए सिपाही ब्रिजेश की टीम ने आरोपित को गिरफ्तार कर लिया। आरोपित के पास से चोरी एक लैपटॉप, एक चाबी, एक पाना, एक प्लास, एक पेचकस भी बरामद किया।