

हरिभूमि

महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि

रोहतक, मंगलवार, 1 अप्रैल 2025

11 राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल में 500 से अधिक...

12 हिंदू नववर्ष पर चंद्रशेखर आजाद को किया नमन...



MR SCHOOL Affiliated to CBSE
MITTERPURA | ATELI
A Name of Dedication, Hardwork and Sincerity

कोटा की FACULTY अब MR SCHOOL ATELI में **JEE / NEET COACHING** with KOTA Faculty Experts

ADMISSION OPEN अब MR में स्कूल व कोचिंग साथ-साथ

SAMBHAV CLASSES VI to X XI to XII
Foundation Classes JEE / NEET

Special Coaching for CLAT / NDA CA-CPT OLYMPIAD

Session 2025-26

MITTERPURA, NARNAUL (HR.)
9466945658, 9416903367
mrps530543@gmail.com www.mrpublicschool.com

NARNAUL ROAD, ATELI MANDI
8278085868, 9416903367
mrpsateli@gmail.com www.mrpsateli.in

नारनौल मंडी में खरीदी 1582 क्विंटल सरसों, अब तक अटेली में हो चुकी 12730 क्विंटल खरीद

हरिभूमि न्यूज ▶ मंडी अटेली

अटेली अनाज मंडी में मार्केट कमेटी की ओर से सोमवार को 4891 क्विंटल सरसों की खरीद हुई। अभी तक मंडी में 12730 क्विंटल की खरीद हो चुकी है, जबकि आवक 14374 क्विंटल की आवक करीब 6 हजार क्विंटल की खरीद हो चुकी है। प्राइवेट खरीद में सरसों का भाव 5700 से 6 हजार रुपये चल रहा है, जबकि सरसों का एमएसपी 5950 रुपये है। किसानों व मजदूरों को 10 रुपये में भोजन की सुविधा उपलब्ध है।

मार्केट कमेटी की सचिव सुनीता, सहायक सचिव संजय कुमार, खरीद एजेंसी हेड के मैनेजर रोशन लाल ने बताया कि मंडी में सरसों की आवक बढ़ रही है। कमेटी सचिव ने बताया



मंडी अटेली। अनाज मंडी में सरसों के ढेरियां व नारनौल में सरसों परचेज करती स्टेट वेयर हाउस की मैनेजर रुबी हुड्डा एवं अन्य।



फोटो: हरिभूमि

कि कमेटी की तरफ से खरीद के व्यापक प्रबंध किए हुए हैं। किसानों को किसी प्रकार की दिक्कत नहीं आने दी जा रही है। अटेली अनाज मंडी की लंबे समय से ग्रीन बेल्ट की सफाई व्यवस्था की गई है, धर्मकांटा भी शुरू हो गया है। किसानों को

किसी प्रकार की दिक्कत नहीं आने दी जाएगी। सचिव ने बताया कि अबकी बार सरसों का एमएसपी 5950 रुपये है। हेड के मैनेजर रोशन लाल ने बताया कि मंडी में ढाई लाख बारदाना आया हुआ है। अभी तक 603 किसानों की 11

हजार 119 क्विंटल खरीद हो चुकी है। मंडी में अभी तक सरसों को उतान 13 हजार 194 बैग का उतान हो चुका है, एक बैग 50 किलो का बैग होता है। उन्होंने बताया कि खरीद के 72 घंटे बाद किसान को पैमेंट उनके खाते में नहीं डाली जा रही है। किसान अपनी सरसों को सुखा कर लाएं। उन्होंने बताया कि गेहूं की खरीद के लिए एजेंसी पूर्ण तैयार है। पहले नेफेड द्वारा सरसों की खरीद की जा रही है, उसके बाद बची हुई फसल हेफेड खरीदेगा। किसानों से अनुरोध है कि वह अपनी फसल को अच्छी तरह साफ और सुखाकर लाएं, ताकि उन्हें बचने में परेशानी न हो। मार्केट कमेटी सचिव सुनीता देवी ने कहा कि फसलों की गुणवत्ता बनाए रखने के लिए झरने का इस्तेमाल जरूरी है। अक्सर देखा गया है कि बिना साफ किए अनाज को कट्टों में भर दिया जाता है। इससे गोदामों में फसल रिजेक्ट हो जाती है। मंडी सुपरवाइजर अनिल कुमार व पंकज कुमार ने मंडी में आने वाली सरसों को बराबर निरीक्षण पर रखा। आदित्यों और खरीद एजेंसियों को तय मानकों का पालन करना होगा। कवर्ड शेड को खाली

सरसों की सरकारी खरीद जारी

नारनौल। रबी सीजन के तहत नांगल चौधरी रोड स्थित अनाज मंडी में सरसों की सरकारी खरीद जारी है। यहां पर स्टेट वेयर हाउस की ओर से सरसों की 5950 रुपये प्रति क्विंटल की दर से खरीद की जा रही है। मैनेजर रुबी हुड्डा ने बताया कि 31 मार्च को नारनौल मंडी में 1927.50 क्विंटल सरसों की आवक हुई, जिसमें से शाम तक 1582 क्विंटल सरसों की खरीद की गई। उन्होंने बताया कि सरसों की खरीद केवल उन्हीं किसानों से की जा रही है, जिन्होंने मेरी फायल मेरा थ्योरा पोर्टल पर फखल का रजिस्ट्रेशन करवाया हुआ है।

काराकर केवल सीजन की फसलें रखने की व्यवस्था की गई है। मंडी के मुख्य एगेंट पर सीसीटीवी कैमरे लगाए गए हैं, जिससे आने-जाने वालों पर नजर रखी जाएगी। किसानों व मजदूरों को 10 रुपये में भोजन की सुविधा उपलब्ध है।

खबर संक्षेप

नारनौल। नेशनल टैस्टिंग एजेंसी की वेबसाइट पर सूचना।

अनहोनी होने से पहले रोडवेज विभाग को बदलना होगा भवन लीपापोती के बीच जर्जर हालात में बस स्टैंड का भवन, 42 साल में बिना छत बूथ बढ़े

जर्जर भवन पर लीपापोती का खेल साल 2019 में शुरू हुआ था। जब स्पेशल रिपेयर के नाम पर मोटा पैसा लगा जर्जर भवन की हकीकत को छिपाने का काम किया गया। अब यह लीपापोती भी उखड़ने लगी है।

सतीश सैनी ▶ नारनौल



नारनौल। बिना छत के बढ़ाए गए बूथ पर खड़ी बस व यात्री तथा बस स्टैंड में पानी की टंकी का गिरने की हालत में जर्जर छज्जा।



फोटो: हरिभूमि

जिला मुख्यालय का बस स्टैंड। कहने को यह रोडवेज विभाग का जिला मुख्यालय का ठिकाना है। हालात बद से बदतर है। इस जर्जर भवन पर लीपापोती का खेल साल 2019 में शुरू हुआ था। जब स्पेशल रिपेयर के नाम पर मोटा पैसा लगा जर्जर भवन की हकीकत को छिपाने का काम किया गया। अब यहीं लीपापोती भी उखड़ने लगी है। हालात यह है कि भवन में बहुत सी ऐसी जगह हैं, जिसमें साफ तौर पर दरार देखी जा सकती है। जब हरिभूमि टीम ने इस पूरे भवन को देखा तो हकीकत सामने आई। हालांकि यहां के जीएम का तर्क है कि उन्होंने एक माह पहले ही पीडब्ल्यूडी विभाग से पत्राचार किया था। टेंडनकल तौर पर भवन की हालत कैसी है, यह रिपोर्ट नहीं मिली है। उसी रिपोर्ट के आधार पर आगामी कार्रवाई होगी। फिलहाल रिपोर्ट का इंतजार हो रहा है।

प्रदेश के विकास एवं परिवहन मंत्री कर्नल रामसिंह ने बस स्टैंड भवन निर्माण के लिए 22 दिसम्बर 1974 को शिलान्यास किया था। बस स्टैंड पर लगे शिलान्यास के हिसाब से उद्घाटन कार्रवाई 1983 को कर्नल राव रामसिंह ने किया। मतलब शिलान्यास व उद्घाटन के बीच नौ साल का लंबा समय लगा। उस वक्त यह सब डिपो था। इसके बाद एक अप्रैल 1997



नारनौल। बस स्टैंड की छत पर की गई लीपापोती भी उखड़ी।

2013 का पैसा, लीपापोती कर 2018 में खर्च कर दिए लाखों

सूत्र बताते हैं कि बस स्टैंड भवन की हालत सुधारने के लिए साल 2013 में पैसा आया था। उस वक्त किसी जीएम ने रिक्स नहीं लिया और यह पैसा पड़ा रहा। पांच साल बाद जीएम की बजाय प्रशासनिक अधिकारी ने जब चार्ज संभाला तो उस पैसे को 2018 में रिपेयर के नाम पर खर्च कर दिया। उस वक्त भी रिपेयर की इस गतिविधि पर सवाल उठे थे। उस वक्त की गई लीपापोती आज भी साफ दिखाई देती है।

जर्जर भवन से कभी भी हो सकता है हादसा

सोमवार को हरिभूमि टीम ने बस स्टैंड भवन का निरीक्षण किया। इस भवन की जर्जर हालत पर लीपापोती दिखाई दी। रोडवेज कर्मों की मौजूदगी में छत के ऊपर जाकर देखा। वहां छत पर आई दरार को लीपापोती के कवर से ढका हुआ था। वह लीपापोती भी उखड़ी हुई थी। कई जगह दरार साफ नजर आई। लीपापोती भवन के कंधे हिस्सों में साफ दिखाई दिया। दूसरी बात, इस भवन के साथ लगती पानी की टंकी है, उसका छज्जा कब गिर जाए? कुछ कहां नहीं जा सकता। ऐसे में बस स्टैंड के नए भवन की जरूरत यात्रियों की सुरक्षा के मद्देनजर जरूरी है।

तया कहते हैं एक्सईएन

पीडब्ल्यूडी विभाग के एक्सईएन अश्वनी कुमार ने बताया कि जीएम के पत्राचार के बाद बस स्टैंड भवन के निरीक्षण के लिए उनकी टीम गई थी। अभी रिपोर्ट तैयार कर रहे हैं। नॉर्मस जरूर 40 साल बाद के होते हैं, पर उसमें भी भवन के हालत देखे जाते हैं। अगर कुछ रिपेयर से बात उच्च जाती है तो ठीक है, वरना उसे कंडम घोषित किया जा सकता है। यहां के बस स्टैंड की रिपोर्ट अभी तैयार नहीं हुई है। जैसे ही रिपोर्ट तैयार होगी, रोडवेज विभाग को भेज दी जाएगी।

तया कहते हैं जीएम

इस संबंध में रोडवेज महाप्रबंधक अनिता यादव ने बताया कि बस स्टैंड भवन निर्माण को करीब 42 साल हो गए हैं। सात आठ साल पहले स्पेशल रिपेयर भी करवाई गई थी। फिर भी हमने अपने स्तर पर एक माह पहले पीडब्ल्यूडी विभाग से पत्राचार किया है कि टेंडनकल तौर पर भवन की हालत की रिपोर्ट बनाकर दे ताकि उच्च अधिकारियों से बातचीत कर जा सके। पीडब्ल्यूडी विभाग से दो तीन जेई भी आए थे और भवन का निरीक्षण भी किया था। अभी रिपोर्ट नहीं मिली है। जिस तरह की रिपोर्ट होगी, उच्च अधिकारियों के संज्ञान में लाई जाएगी।

को इसे डिपो का दर्जा मिला। उस समय यहां बस खड़ी करने के छह बूथ बनाए गए थे। जो बूथ बढ़ाए गए, वह भी बिना छत के हैं। इनमें बूथ नंबर सात में अलवर रूट, आठ में अटेली कनीना रूट, नौ में पाटन खाटूश्याम

रूट, 10 में धौलेड़ा रूट और बूथ नंबर 11 में नांगल काठा रूट शामिल है। वहीं इस समय 145 में से 140 रोडवेज बस सड़क पर दौड़कर रोजाना करीब 15 से 16 हजार यात्रियों को उनके गंतव्य तक पहुंचा रही है।

गणपति शिक्षा निकेतन मोड़ी परीक्षा परिणाम आज

मंडी अटेली। गणपति शिक्षा निकेतन मोड़ी में एक अप्रैल को छात्रवृत्ति परीक्षा का परिणाम सुनाया जाएगा। संस्था के अध्यक्ष डॉ. ललित यादव एडवोकेट ने गत 23 मार्च रविवार को मार्च 4235 छात्रों ने भाग लिया था। परीक्षा में चार गुणों में बांटा गया था। गुण ए में दूसरी व तीसरी कक्षा के छात्र गुण बी में चौथी व पांचवीं, गुण सी में छठी से आठवीं तथा गुण डी में नवी से 11वीं कक्षा के छात्रों को रखा गया।

अधिकारी व नेताओं की कोठियों पर लगे सफाई कर्मचारी, खानापूति के लिए ली जा रही हाजिरी

डीएमसी ने सफाई कर्मचारियों की ली औचक हाजिरी

हरिभूमि न्यूज ▶ नारनौल

शहर में सफाई व्यवस्था का बहुत खराब हाल है। जिसके मुख्य कारण सफाई कर्मचारियों की कमी है, क्योंकि शहर में सफाई करने वाले कर्मचारियों में से बहुत से सफाई कर्मचारी अधिकारियों व नेताओं की कोठियों पर लगे हुए हैं। वहीं दूसरी ओर दिखावे के लिए प्रशासन की ओर से सफाई कर्मचारियों की हाजिरी ली जा रही है। ऐसे में शहर में सफाई कैसे रहेगी। इसका अंदाजा आसानी से लगाया जा सकता है। जबकि इन सभी कर्मचारियों को वेतन सरकार की ओर से दिया जाता है, लेकिन यह कर्मचारी काम अधिकारियों व नेताओं की कोठियों में करने को मजबूर हैं। बता दें कि जिला नगर आयुक्त एवं



नारनौल। मौके पर मौजूद सफाई कर्मचारी।

अतिरिक्त उपायुक्त ने सोमवार को नगर परिषद में सफाई कर्मचारियों की औचक हाजिरी ली। इस अवसर पर गैर हाजिर मिले 26 कर्मचारियों का वेतन काटने के निर्देश दिए। डीएमसी ने सफाई के प्रति कर्मचारी को जागरूक करते हुए कहा कि स्वच्छता जीवन का सबसे अहम हिस्सा है। स्वच्छता केवल हमारे आसपास के वातावरण को साफ रखने के बारे में नहीं है, बल्कि यह हमारे स्वास्थ्य और जीवनशैली के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण है। निदेश दिए। डीएमसी ने सफाई के प्रति लगातार नागरिकों से स्वच्छता का आह्वान करते हैं।

मनरेगा स्कीम से निर्माणधीन रास्ते की क्वालिटी की जांच की

कमानिया बार्डर से अकबरपुर तक 30 लाख रुपये की लागत से इंटरलॉक सड़क का निर्माण स्वीकृत

ग्रामीणों को खेतों में वाहनों की मिलेगी सुविधा

हरिभूमि न्यूज ▶ नांगल चौधरी



नांगल चौधरी। नांगल पीपा में मनरेगा स्कीम से निर्माणधीन रास्ते की क्वालिटी जांचते हुए।

जिला परिषद के सीईओ एवं नांगल चौधरी के एसडीएम ने नांगल पीपा में मनरेगा स्कीम से निर्माणधीन सड़क मार्ग का औचक निरीक्षण किया। निर्माण सामग्री की क्वालिटी जांचने के बाद उन्होंने निर्धारित अवधि में काम पूरा करने की हिदायत दी है। विभागीय अधिकारियों को विकास कार्य में परदर्शिता व तत्परता बरतने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि

ग्रामीणों को शहरों जैसी सुविधाएं देना सरकार का प्राथमिकता है। एबीओ विकास यादव ने बताया कि ग्रामीणों को रोजगार देने तथा गांवों का विकास कराने के मकसद से मनरेगा योजना क्रियान्वित की गई है। जिसके अंतर्गत पंचायतों को डब्ल्यूबीएम व कच्चे कार्यों के लिए बजट मुहैया कराया जाता है। नांगल पीपा पंचायत को डब्ल्यूबीएम स्कीम से 7.91 लाख रुपये ग्रांट मिली थी। जिससे कमानिया बार्डर से लेकर अकबरपुर तक करीब 2000 मीटर रास्ते का पक्का निर्माण स्वीकृत किया गया है। डब्ल्यूबीएम बजट खर्च होने की रिपोर्ट में जिला परिषद के सीईओ एवं एसडीएम ने निर्माण कार्य का मौका निरीक्षण किया।

रास्ते को खुदवाकर किया सामग्री का आंकलन

इस अवसर पर उन्होंने विभिन्न प्लांटों पर रास्ते को खुदवाकर सामग्री का आंकलन किया। साथ ही निर्माण में विभागीय नॉर्मस चेक किया गया है। उन्होंने बताया कि ग्राम पंचायत की मार्फत 7.31 लाख रुपये की लागत से रास्ते का डब्ल्यूबीएम काम कंप्लीट हो गया है। अब विभाग ने खेत खलिहान स्कीम से करीब 26 लाख रुपये का बजट मंजूर किया है। इस बजट से इंटरलॉक टाइलों की खरीद तथा बिछाने का काम होगा है। ठेकेदार को निर्धारित अवधि में काम पूरा करके विभागीय अधिकारियों को रिपोर्ट देने की हिदायत दी है। इस दौरान एसडीएम ने कहा कि विकास कार्यों में धांधली या अनियमितताएं किसी भी स्तर में बर्बर नहीं होंगी। उन्होंने डब्ल्यूबीएम स्कीम के काम पर संपीठ व्यवहार किया है। इस मौके पर पंचायत राज विभाग के जेई धर्मेद सिंह, सरपंच रामनरेश, सचिव कुमार पंचायत सचिव मौजूद थे।

अच्छा कार्य करने वाले कर्मचारियों को किया जाएगा सम्मानित: डीएमसी

डीएमसी ने कहा कि यह शहर आप सभी लोगों का है। ऐसे में हम सभी को पूरी प्रतिबद्धता के साथ कार्य का ख्याल चाहिए। डीएमसी ने कहा कि जो कर्मचारी अच्छा कार्य करेगा उसे सम्मानित किया जाएगा। आने वाले गर्मी के सीजन को देखते हुए उन्होंने सभी कर्मचारियों से आह्वान किया कि वे अपनी सेहत का ख्याल रखें। पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं। समय पर खाना लें। उन्होंने मौके पर मौजूद अधिकारियों को निर्देश दिए कि कर्मचारियों से तनख्वाह, एसीपी तथा पदोन्नति से संबंधित सभी मामलों को प्राथमिकता के आधार पर निपटाएं। कर्मचारी जब मेहनत करते हैं तो हमारी भी जिम्मेदारी बनती है कि उनकी हर बात का ख्याल रखा जाए। इसके अलावा उन्होंने निर्देश दिए कि सफाई कर्मचारियों के पास अगर किसी सामान की कमी है, तो उसे जल्द से जल्द उपलब्ध करवाया जाए। इस मौके पर नगर परिषद के एक्सईएन सुंदर शेरगार व जेई विकास शर्मा के अलावा अन्य अधिकारी तथा कर्मचारी भी मौजूद थे।

हरिभूमि

सहेली



हमारा शारीरिक ही नहीं मानसिक रूप से स्वस्थ रहना भी बहुत जरूरी है। जब हम महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की बात करते हैं तो आज की जीवनशैली में अधिकांश महिलाएं कई तरह की मनोवैज्ञानिक समस्याओं से घिरकर मानसिक रूप से अस्वस्थ रहती हैं। समय रहते इन्हें समझना बहुत जरूरी है, क्योंकि इसके घातक परिणाम हो सकते हैं। आजकल महिलाएं किन मानसिक समस्याओं से घिरी हैं, इनके शुरुआती लक्षण क्या हैं, बचाव के लिए किन बातों का ध्यान रखें? विशेषज्ञ की जरूरी सलाह।

मन को न रखें बीमार रहें हमेशा खुश

थोड़ा फूल बनकर-थोड़ा बनाकर हंसिए खुलकर

इस आप-घापी भरी जिंदगी में जब भी हंसने-हसाने का मौका मिले, चूकना नहीं चाहिए। फर्स्ट अप्रैल यानी फूल-डे जैसे अवसर पर फूल बनने या बनाने का मौका बिल्कुल भी नहीं छोड़ना चाहिए।

एजेंट्स चेतना झा

मेरे दिलवर, यह खत पाकर तुम शायद चौंक जाओ! चौंकने की बात भी है! मोबाइल कॉल, व्हाट्सएप, मैसेंजर के जमाने में खत! प्रोजेन शॉल्डर, बढ़ी तौंद और सफेदी झांके बाल के दौर में प्रेम पत्र! सच पृथो तो बस पंद्रह साल का देर हुई। यह खत तो तुम तक तभी पहुंचना था, जब कॉलेज में मेरी बेंच के पीछे तुम बैठा करते थे। याद है ना, दो चोटी वाली वह लड़की! नहीं याद आई? चलो और बताती हूँ, वही जो तुम्हें कभी-कभी चोर निगाहों से देख लिया करती थी। अब भी नहीं पहचानते? ओह, वही जिसके नाक अकसर पड़ोस में आ गई हूँ। खत मिलते ही छत पर चले आना, मैं तुम्हें सामने की बालकनी में दिखूंगी। तुम्हारी प्रतीक्षा में...



तुम्हारी प्रिया सुबह अखबार उठाने के लिए मेरा गेट तक आए सौरभ ने जब गुलाबी लिफाफे में यह खत देखा तो चौंककर वह आस-पास देखने लगा। मन ही मन सोचने लगा, 'किसी ने देखा तो नहीं। किसने भेजा यह खत? कॉलेज के दिनों की ऐसी किसी लड़की का तो मुझे याद ही नहीं। चलो एकांत में आज कॉलेज के साथी दुर्गा से इसकी चर्चा करता हूँ। शायद उसे याद हो।' पत्नी सोमन खिड़की से चिंतामन पति को देख कर मंद-मंद मुस्कुरा रही थी। भीतर आने पर चाय का प्याला पकड़ा कर शर्ट की पॉकेट से झांके गुलाबी लिफाफे के बारे में पूछा तो पति महोदय घबरा उठे, 'कुछ नहीं... कुछ नहीं... पेपर में आज विज्ञापन का पन्ना था, सो वही है।' अनमन डंग से चाय पीते पति और उन्हीं देख मुस्कुराती रही पत्नी। आज की सुबह तो वाकई खास थी। तभी पति कुर्सी पर से उठे तो पत्नी ने पूछा, 'कहां चल लिए, छत पर? उस दो चोटी वाली और नाक सुड़काने वाली प्रियतमा ही

मिलने!' पति अकबकाए खड़े और पत्नी हंसते-हंसते दोहरी होती जा रही। फिर बोली, 'अप्रैल फूल बनाया तो उनको...!' अब तो पति भी हंसते-हंसते बेहाल।

थोड़ा बनिए-थोड़ा बनाइए: वेशक अपनों के साथ हंसी-मजाक के लिए किसी विशेष दिन की दरकार नहीं होती। साथ ही अपनों को मूर्ख बनाने के संग, उनसे मूर्ख बनने का भी अपना एक अलग मजा है। ऐसे में अगर बात मूर्ख दिवस यानी फर्स्ट अप्रैल की आती है तो वैसा ही लाइसेंस-सा मिल जाता है, जैसा अभी-अभी बीते त्योहार होली में रंग लगाने पर मिला था। 'बुरा ना मानो होली है...!'

तो तैयार हो जाइए, थोड़ा फूल बनाइए, थोड़ा बनिए और जिंदगी में फूलों सी मुस्कान बिखेरिए।

रिशों का रिफ्रेश बटन: गंभीरता का लबादा उतार कर अपनों के साथ की गई मीठी शरारतें यकीनन आपके रिशतों पर रिफ्रेश बटन दबाने सरीखी होंगी। अप्रैल फूल बनने-बनाने के लिए

एक दिन तो सीमाओं को तोड़िए, कभी कलींग से तो कभी दोस्तों से कुछ ऐसी चुलक कर अंत में बोलिए, 'अप्रैल फूल!' इसके बाद तो वे लंबे समय तक आपका नाम सामने आते ही मुस्कुरा देंगे, 'अरे वही है...!' सिर्फ दोस्तों के साथ ही नहीं, अपने माता-पिता के साथ भी ऐसा कीजिए। **मुस्कुराहट का कार्यस्थल:** थोड़ी शरारत ता कलींग से भी बनती है। एक बार ऑफिस गुप में सबको भेज दीजिए, खुदी आने और मीटिंग की सूचना पर जल्द आप आइए इत्मीनान से और फिर कहिए वही, 'अप्रैल फूल बनाया...!' किसी कलींग की पीठ पर 'क्रिक मी' का मैसेज लगाकर देखिए। पूरा ऑफिस मुस्कुराता काम करेगा, इस दिन। क्रीमी बिस्किट की क्रीम हटा कर उसमें ट्यूथपेस्ट सजाना, कैंपेटर के पास नकली गिरिगिट या सांप रख देना...! आइडिया तो बहुत हैं, आपकी ही हूँदना होगा।

कवर स्टोरी डॉ. विपुल रस्तोगी सीनियर कंसल्टंट-साइकियट्रिस्ट

हम अपने शारीरिक स्वास्थ्य के लिए तो चिंतित रहते हैं, लेकिन मानसिक स्वास्थ्य पर अकसर ध्यान नहीं देते, जो बहुत जरूरी है। दरअसल, समय के साथ समाज बदल रहा है। आज के इस बदलते दौर में लोगों की व्यस्तता बहुत ज्यादा बढ़ चुकी है। लोगों के पास अपने परिवार के सदस्यों तक के लिए समय नहीं रहता। ऐसी जीवनशैली के प्रभाव से महिलाएं भी अछूती नहीं हैं। जहां एक ओर होममेकर्स पर खुद को ऑनलाइन साबित करने का सामाजिक दबाव रहता है, वहीं काम-काजी महिलाओं के सामने घर और ऑफिस की दोहरी जिम्मेदारी और खुद को बेहतर साबित करने की चुनौती होती है। दोहरी जिम्मेदारियां निभाते हुए वे शारीरिक और मानसिक थकान से जूझ रही होती हैं। घर और बाहर की जिंदगी के बीच संतुलन स्थापित करने की कोशिश में वे दिन-रात जुटी रहती हैं। इसी दबाव की वजह से हमेशा उनका मन अशांत और उदास रहता है, वे स्ट्रेस, एंजायटी और डिप्रेशन जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याओं की शिकार हो जाती हैं। यहां हम जानते हैं, कुछ ऐसी मनोवैज्ञानिक समस्याओं के बारे में, जिनकी गिरफ्त में आकर अधिकांश महिलाएं परेशान रहती हैं साथ ही यह भी जानते हैं कि इनसे कैसे उबरें-

मेंटल स्ट्रेस: पुराने समय की तुलना में आज की महिलाओं का जीवन ज्यादा मुश्किलों से भरा है। संयुक्त परिवार तेजी से टूट रहे हैं, शहरों में न्यूक्लियर फैमिलीज की संख्या बढ़ती जा रही है। खासतौर पर महानगरों की संस्कृति ऐसी है कि वहां के अपार्टमेंट्स में रहने वाले लोग अपने पड़ोसियों से



ज्यादा मिलना-जुलना पसंद नहीं करते। ऐसी स्थिति में होममेकर्स के आस-पास कोई ऐसा व्यक्ति नहीं होता, जिसके साथ वे अपने मन की बातें शेयर कर सकें, ऐसे में उनका तनाव बढ़ने लगता है। मनोसिक तनाव की स्थिति में ब्रेन से कार्टिसोल नामक हार्मोन का सिक्रीशन बढ़ने लगता है, जो तनाव बढ़ाता है। **प्रमुख लक्षण:** उदासी, चिड़चिड़ापन, थकान, ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई, कार्य क्षमता का घटना और मामूली बातों पर नियास हो जाना, मेंटली स्ट्रेसड होने के प्रमुख लक्षण हैं। ऐसी स्थिति में कई बार अनिद्रा, सिर या हाथ-पैरों में दर्द, भोजन में अरुचि होना और पाचन में गड़बड़ी जैसे शारीरिक लक्षण भी नजर आते हैं। **बचाव-उपचार:** नए लोगों से दोस्ती बढ़ाएं, प्रियजनों के साथ दिल की बातें शेयर करें, म्यूजिक सुनने, बागवानी या स्पार्ट्स जैसी एक्टिविटीज में अपनी सक्रियता बढ़ाएं। नियमित रूप से योगासन और प्राणायाम करें। अपनी कार्यक्षमता की सीमाएं पहचानें और जो कार्य बहुत ज्यादा मुश्किल हों, उसके लिए न कहना सीखें। सही ढंग से टाइम मैनेजमेंट करते हुए अपनी दिनचर्या को व्यवस्थित रखें। अगर इन प्रयासों के बावजूद तनाव कम न हो तो मनोवैज्ञानिक सलाहकार से संपर्क करें। वे कॉग्निटिव बिहेवियर थेरेपी की मदद से इस समस्या का समाधान करेंगे। **एंजायटी:** यह ऐसी मनोदशा है, जिसमें व्यक्ति को अत्यधिक चिंता, डर या बेचैनी महसूस होती है।

वर्तमान दौर में घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारियां, जीवन के हर क्षेत्र में खुद को सर्वश्रेष्ठ साबित करने की होड़, बच्चों की परवरिश से जुड़ी चुनौतियां और लोग की ईएमआई चुकाने की चिंता जैसी परेशानियों के कारण आजकल महिलाओं में एंजायटी की समस्या तेजी से बढ़ रही है। खान-पान की गलत आदतों के कारण होने

वाले हार्मोन संबंधी असंतुलन को भी इसके लिए जिम्मेदार माना जाता है।

प्रमुख लक्षण: मन में बार-बार नकारात्मक विचार आना, हमेशा सशकित रहना, वर्तमान को छोड़कर भविष्य के बारे में लगातार सोचते रहना, खुद को लाचार महसूस करना, दिल की धड़कन का तेज होना, पसीना आना, अनावश्यक थकान और सांस लेने में तकलीफ होना।

बचाव-उपचार: सोने-जागने का समय सुनिश्चित करें, जब मन परेशान हो तो गहरी सांस लें, योग और ध्यान करें, करीबी लोगों के साथ इस समस्या के बारे में खुलकर बातचीत करें, हमेशा अच्छा सोचें और मोटिवेशनल किताबें पढ़ें। इन प्रयासों के बावजूद अगर आपको मनोदशा में कोई बदलाव न आए तो एक्सपर्ट से सलाह लें। काउंसिलिंग और दवाओं की मदद से यह समस्या दूर हो जाती है।

डिप्रेशन: अगर किसी व्यक्ति के मन में उदासी और खालीपन की भावना लंबे समय तक बनी रहे तो ऐसी मनोदशा को डिप्रेशन कहा जाता है। आजकल

महिलाओं में यह समस्या तेजी से बढ़ रही है। खासतौर पर डिप्रेशन के बाद हार्मोन संबंधी असंतुलन, नवजात शिशु की देखभाल की वजह से दिनचर्या में अचानक आने वाला बदलाव, नौद की कमी और करियर की चिंता के कारण अधिकतर महिलाओं को अवसाद का सामना करना पड़ता है। इस तरह की समस्या को पोस्टपार्टम डिप्रेशन कहा जाता है। इसी तरह आजकल मिडिल एज महिलाओं में भी डिप्रेशन के लक्षण नजर आते हैं, क्योंकि उम्र के इस दौर में अधिकतर परिवारों की युवा संतानें उच्च शिक्षा या जॉब की वजह से घर से दूर चली जाती हैं। पति अपनी प्रोफेशनल लाइफ में बिजी रहते हैं, ऐसी स्थिति में अकेलेपन की वजह से महिलाओं के मन में गहरी उदासी की भावना घर कर जाती है। ऐसी मनोदशा को एंटीनेस सिंड्रोम कहा जाता है। **लक्षण:** हमेशा अकेलेपन और खालीपन महसूस करना, ज्यादा सोना या अनिद्रा, ओवर ईटिंग या भूख न लगना, अपनी रुचि से जुड़े कार्यों में भी दिव्यमसी कम होना, निर्णय लेने में कठिनाई महसूस होना, मन में हीन भावना पैदा होना, आत्मविश्वास में कमी महसूस होना।

बचाव-उपचार: अपनी रुचि से जुड़े कार्यों में स्वयं को व्यस्त रखें, खुशामिजाज लोगों से दोस्ती बढ़ाएं, कॉमेडी शोज देखें, मॉर्निंग वॉक और एक्सरसाइज करें, बच्चों के साथ वक्त बिताएं, पर्यटन स्थलों पर घूमने-फिरने जाएं, धार्मिक गतिविधियों में शामिल हों, बागवानी करें या घर में कोई पालतू जानवर रखें, फोन पर दोस्तों और रिश्तेदारों के साथ गप्पचर करें। ऐसे छोटे-छोटे प्रयास डिप्रेशन दूर करने में मददगार होते हैं। जरूरत महसूस होने पर साइकैट्रिस्ट से सलाह लें। उपचार की मदद से इस समस्या को निंत्रित किया जा सकता है।

प्रस्तुति: चिनीता

सजेशन ललिता गोयल

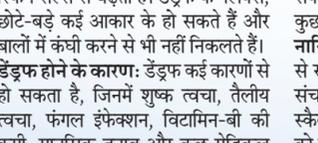
मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए जीवनशैली में जरूरी बदलावों के साथ ही आपको अपनी डाइट पर भी ध्यान देना चाहिए। अगर आपका मूड स्विंग होता है, आप अकसर तनावग्रस्त रहती हैं या बेवजह डिप्रेशन फील करती हैं तो इसका मतलब यह नहीं कि आप किसी तरह के मानसिक रोग का शिकार हैं। हो सकता है, आपके शरीर में कुछ पोषक तत्वों की कमी की वजह से आपको इन समस्याओं का सामना करना पड़ रहा हो। यह समझना बहुत जरूरी है कि बेहतर मेंटल हेल्थ के लिए हेल्दी खान-पान भी जरूरी होता है। कुछ फूड्स हमारी मेंटल हेल्थ को बेहतर करने में

हेयर केयर राहाना हुसैन, कंसल्टंट-डर्मेटोलॉजिस्ट

सिर के बालों में डेंड्रफ यानी रूसी होना कॉमन प्रॉब्लम है। मौसम कोई भी हो, बालों में रूसी की समस्या कुछ लोगों को बहुत परेशान करती है। आयुर्वेद के अनुसार पित्त और कफ के असंतुलित हो जाने के कारण यह समस्या होती है। हमारे शरीर में उपस्थित कफ और वात के असंतुलित हो जाने पर यह रक्त में मिलकर खून को गंदा कर देते हैं। यही सिर के रोम छिद्र को बंद कर देते हैं और जिससे सिर की त्वचा रूखी हो जाती है और सिर पर पपड़ी जमने लगती है, जिसे रूसी कहते हैं। डेंड्रफ न केवल देखने में खराब लगता है बल्कि खुजली और जलन भी पैदा करती है। स्केल्प में होने वाला डेंड्रफ फंगस के कारण होता है, जो सिर की त्वचा से सीबम और डेड स्किन सेल्स से बढ़ता है। डेंड्रफ के फ्लेक्स, छोटे-बड़े कई आकार के हो सकते हैं और बालों में कंघी करने से भी नहीं निकलते हैं। **डेंड्रफ होने के कारण:** डेंड्रफ कई कारणों से हो सकता है, जिनमें शुष्क त्वचा, तैलीय त्वचा, फंगल इन्फेक्शन, विटामिन-बी की कमी, मानसिक तनाव और कुछ मेडिकल कंडीशंस भी शामिल हैं। इनके अलावा केमिकल युक्त हेयर प्रोडक्ट्स का यूज करने, अस्त-व्यस्त जीवनशैली, बालों में मंगी, बालों की सही देख-रेख न करने और



रोज गर्म पानी से सिर धोने पर भी डेंड्रफ हो सकती है। इससे निजात पाने के लिए आप कुछ होम रेमिडीज अप्लाई कर सकती हैं। **नारियल तेल है कारगर:** नारियल के तेल से स्केल्प की मालिश करने से सिर में रक्त संचार बढ़ता है। नारियल का तेल लगाने से स्केल्प मॉयश्चराइज होती है, जिससे डेंड्रफ को कम करने में मदद मिलती है। हल्का ग्रीम करके नारियल का तेल स्केल्प पर लगाएं और कुछ घंटों के लिए छोड़ दें। फिर माइल्ड शैंपू से धो लें। इससे काफी राहत मिलेगी। नारियल तेल और नीबू के रस को बराबर



मात्रा में मिलाएं। इस मिश्रण को आप अपने स्केल्प पर लगाकर हल्के हाथों से मसाज करें। इसे एक घंटे तक लगा रहने दें और फिर शैंपू कर लें। बेहतर परिणाम के लिए आप इसको हफ्ते में तीन बार इस्तेमाल कर सकती हैं। **यूज करें एलोवेरा जैल:** डेंड्रफ की समस्या खत्म करने के लिए बालों पर एलोवेरा लगाना भी काफी फायदेमंद माना जाता है। एलोवेरा अपने एंटीफंगल और एंटी इन्फ्लेमेटरी गुणों के कारण डेंड्रफ के लिए प्रभावी होता है। यह खुजली और सिर को शांत करने में भी मदद कर सकता है। इसके लिए एलोवेरा जेल को अपने स्केल्प और बालों पर लगाएं। इसे 30 मिनट से एक घंटे तक लगा रहने दें और फिर हल्के शैंपू से अच्छी तरह धो लें। आप इस प्रक्रिया को हफ्ते में 2-

सूखे मेवे: सूखे मेवे जैसे कि काजू, बादाम, अखरोट, किशमिश और सीड्स जैसे चिया सीड्स में ओमेगा 3 फैटी एसिड एवं अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं। ये मूड और मेंटल हेल्थ को बेहतर करने में मदद करते हैं। **टमाटर:** टमाटर में मौजूद फाइटोन्यूट्रिएंट लाइकोपीन, अल्फाटोकोफेरॉल और डिमिथिया जैसी दिमाग से जुड़ी बीमारियों से बचाव करने में मदद करता है। इसे अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। **केला:** केले में विटामिन-बी 6 पाया जाता है, जो दिमाग के न्यूट्रोसमीटरी सेरोटोनिन और डोपामाइन का संचार बढ़ाता है। इससे मूड अच्छा होने में मदद मिलती है। **(डाइटिशियन शशीला सहरावत से बातचीत पर आधारित)**

न्यूट्रिशन डाइट से आप रहेंगी मेंटली हेल्दी

मददगार होते हैं। **साबुत अनाज:** साबुत अनाज जैसे कि कॉर्न, बारले और क्विनोआ, ओट्स, बींस, सोया अपनी डाइट में शामिल करने से ओवरऑल मेंटल हेल्थ बेहतर होती है। ये अनाज डिप्रेशन, एंजायटी से बचाव में भी मदद करते हैं। **हरी पत्तेदार सब्जियां:** भोजन में पालक और अन्य हरी पत्तेदार सब्जियों का सेवन करने से मेंटल हेल्थ को लाभ मिलता है। इन

अगर आप डेंड्रफ की प्रॉब्लम से परेशान हैं तो दवाइयों या केमिकल बेस्ड कॉस्मेटिक प्रोडक्ट्स की बजाय कुछ होम रेमिडीज अप्लाई कर सकती हैं। ये रेमिडीज आप बहुत आसानी से घर में कर सकती हैं और इसके बहुत अच्छे परिणाम आते हैं।

क्या आप डेंड्रफ से हैं परेशान अप्लाई करें ये होम रेमिडीज

3 बार दोहरा सकती हैं। हालांकि सीधे बालों पर एलोवेरा जेल लगाने से पहले आपको एक बार पैच टेस्ट अवश्य कर लेना चाहिए। एलोवेरा जेल में नीबू के रस की कुछ बूंदें और ग्लिसरीन मिला लें। अब इस मिश्रण से स्केल्प पर मसाज करें। 15 मिनट मसाज करने के बाद इसे 15 मिनट के लिए लगा रहने दें। उसके बाद गुनगुने पानी से बालों को धो लें। बालों को धोने के लिए माइल्ड शैंपू और कंडिशनर का ही इस्तेमाल करें। **बाद बालों को ताजे पानी से धो डालें।** इससे बालों की अच्छी सफाई हो जाती है और डेंड्रफ दूर होते हैं। दही में नीबू का रस, बेसन मिलाकर सिर पर लगाने से भी डेंड्रफ दूर होता है। दही और एलोवेरा जेल का मिश्रण भी बालों के डेंड्रफ का प्रभावी उपाय है। **मेथी दाना:** डेंड्रफ हटाने के लिए मेथी के दानों को रात भर पानी में भिगोकर रखें। अगली सुबह इन दानों को पीसें और बालों पर लगाकर आधे घंटे बाद ताजे साफ पानी से धो डालें। मेथी, डेंड्रफ दूर करने के साथ बालों की कई समस्याओं को दूर कर देती है।



न्यूट्रिशन डाइट से आप रहेंगी मेंटली हेल्दी

सूखे मेवे: सूखे मेवे जैसे कि काजू, बादाम, अखरोट, किशमिश और सीड्स जैसे चिया सीड्स में ओमेगा 3 फैटी एसिड एवं अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं। ये मूड और मेंटल हेल्थ को बेहतर करने में मदद करते हैं। **टमाटर:** टमाटर में मौजूद फाइटोन्यूट्रिएंट लाइकोपीन, अल्फाटोकोफेरॉल और डिमिथिया जैसी दिमाग से जुड़ी बीमारियों से बचाव करने में मदद करता है। इसे अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। **केला:** केले में विटामिन-बी 6 पाया जाता है, जो दिमाग के न्यूट्रोसमीटरी सेरोटोनिन और डोपामाइन का संचार बढ़ाता है। इससे मूड अच्छा होने में मदद मिलती है। **(डाइटिशियन शशीला सहरावत से बातचीत पर आधारित)**

स्पेशल : ऑटिज्म अवेयरनेस मंथ (अप्रैल)

आजकल बच्चे अपना ज्यादातर समय स्मार्ट गैजेट्स के साथ बीता रहे हैं, इसका बच्चों के समग्र विकास पर बुरा प्रभाव पड़ता है। वे ऑटिज्म का शिकार हो रहे हैं। समय रहते हमें अपने बच्चों को ऑटिज्म की ओर बढ़ने से रोकना होगा। यह कैसे संभव है, जरूरी सलाह।

स्क्रीन वर्ल्ड में खोए बच्चे ऑटिज्म का जोरिखम

बच्चे और आप
डॉ. मोनिका शर्मा
जकल बच्चों के पास स्मार्ट गैजेट्स होना आम बात है। बोलने-समझने की उम्र से पहले ही स्क्रीन में झांके रहने की आदत इन मासूमों के सहज विकास में बड़ी बाधा बन गई है। कभी गेम, कभी कार्टून फिल्म। पलक तक झपकाना भूल जाने वाले छोटे-छोटे बच्चों का स्क्रीन वर्ल्ड में खोए रहना बहुत-सी व्याधियों को न्योता देता है। परवरिश के परंपरागत रंग-ढंग की जिगह ले रहा तकनीकी जाल, बच्चों को वर्चुअल ऑटिज्म का शिकार बना रहा है। बहुत छोटे बच्चों में स्क्रीन यानी टेलीविजन, स्मार्ट फोन, टैबलेट जैसे गैजेट्स के अत्यधिक इस्तेमाल से वर्चुअल ऑटिज्म की समस्या पैदा होती है। आभासी संसार में खोए रहने वाले बच्चे सामाजिक संपर्क बनाने में असहज महसूस करते हैं। देरी से बोलना सीखते हैं। दूसरी की बात समझने में कठिनाई होने लगती है। कई मामलों में दोहराव पूर्ण व्यवहार जैसे कई लक्षण उनमें दिखाई देने लगते हैं। **समस्याओं का घेरा:** हालिया वर्षों में पैरेंटिंग के मोर्चे पर डिजिटल गैजेट्स के इस्तेमाल की अति से बच्चों को बचाने की जिम्मेदारी भी जुड़ गई है। यह डिजिटल व्यस्तता बालमन को कमोबेश हर मामले में नुकसान पहुंचाने वाली है। बच्चों के मानसिक-मनोवैज्ञानिक विकास को प्रभावित करने वाली वर्चुअल ऑटिज्म प्रॉब्लम, कई दूसरी व्याधियों की भी जड़ है। चिंतनीय है

बच्चे और आप डॉ. मोनिका शर्मा

नहीं, अकादमिक जीवन को भी प्रभावित करता है। **गैजेट एक्सपोजर घटाएं पैरेंट्स:** गैजेट्स के साथ बहुत अधिक समय बिताने वाले बच्चों को हार्दम स्क्रीन पर दिखते कंटेंट से एकाग्रता संवाद सुनने की आदत हो जाती है, जिसके चलते सहजता से कुछ बोल नहीं पाते। बातचीत के सहज हाव-भाव नहीं सीखते। पहले बहुत छोटे बच्चों का यह समय घर के बड़े-बुजुर्गों या पैरेंट्स के साथ बीता था। सहज इंसानी बातचीत सुनते हुए बड़े होने वाले बच्चे भी आसानी से बोलना सीखते हैं। हरे तरह के मनोभाव को जानना उन्हें आ जाता था। बच्चों के बढ़ते स्क्रीन टाइम ने दूसरों की बातों को सुनना-समझना भुला दिया है। बालमन सहज प्रतिक्रिया भूल गया है। बच्चे दूसरों से मेल-जोल में भी असहज महसूस करते हैं। इन समस्याओं का हल गैजेट्स से दूरी बरतना ही है। संभव हो तो पांच साल की उम्र तक के बच्चों को डिजिटल उपकरणों से पूरी तरह दूर रखें। वर्चुअल ऑटिज्म पांच-सात वर्ष से छोटे बच्चों में ही अधिक होता है। इस आयुवर्ग तक के बच्चों के साथ समय बिताने में पैरेंट्स की रुचि लें।

समय रहते चेंते
आज के तकनीकी दौर में परवरिश के मोर्चे पर सजमे आ रही वर्चुअल ऑटिज्म की समस्या को लेकर समय रहते चेतना जरूरी है। बच्चों को वर्चुअल दुनिया नहें, बल्कि असली संसार से जोड़ना आवश्यक है। मनोरंजन के परंपरागत माध्यमों का चुनाव, घर के बुजुर्गों का साथ-संवाद और गैर-डिजिटल गतिविधियों को बढ़ावा देना ही इस समस्या से बचा सकता है। अप्रैल का यह पूरा महीना ऑटिज्म की प्रॉब्लम को लेकर अवेयरनेस मंथ से जुड़ा है। ऐसे में वर्चुअल ऑटिज्म के जोखिम में आ रहे बच्चों को लेकर भी जागरूक होना आवश्यक है।

सूखे मेवे: सूखे मेवे जैसे कि काजू, बादाम, अखरोट, किशमिश और सीड्स जैसे चिया सीड्स में ओमेगा 3 फैटी एसिड एवं अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं। ये मूड और मेंटल हेल्थ को बेहतर करने में मदद करते हैं। **टमाटर:** टमाटर में मौजूद फाइटोन्यूट्रिएंट लाइकोपीन, अल्फाटोकोफेरॉल और डिमिथिया जैसी दिमाग से जुड़ी बीमारियों से बचाव करने में मदद करता है। इसे अपनी डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। **केला:** केले में विटामिन-बी 6 पाया जाता है, जो दिमाग के न्यूट्रोसमीटरी सेरोटोनिन और डोपामाइन का संचार बढ़ाता है। इससे मूड अच्छा होने में मदद मिलती है। **(डाइटिशियन शशीला सहरावत से बातचीत पर आधारित)**

खबर संक्षेप



मंडी अटेली। सेवानिवृत्ति पर डा. सीएस वर्मा को सम्मानित करते हुए।

हिंदी प्रवक्ता डॉ. सीएस वर्मा प्रगाकर सेवानिवृत्त मंडी अटेली।

पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय अटेली में सोमवार को सेवानिवृत्त हिंदी प्रवक्ता डॉ. सीएस वर्मा को सेवानिवृत्ति पर सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। समारोह की अध्यक्षता खंड शिक्षा अधिकारी डॉ. देवेन्द्र हरित ने की, जबकि जिला प्रमुख ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। कार्यक्रम में पूर्व उप जिला शिक्षा अधिकारी मदनलाल भाटिया तथा हसला जिला प्रधान अरविंद यादव भाजरा विशिष्ट अतिथि रहे। डॉ. देवेन्द्र हरित ने कहा कि अध्यापक समाज की रीढ़ होता है और समाज व राष्ट्र की उन्नति और विकास का दायित्व अध्यापक के मजबूत कंधों पर टिका है और डॉ. वर्मा ने शिक्षा विभाग का स्तंभ बनकर ईमानदारी से निर्वहन किया है। जिला प्रमुख ने कहा कि डॉ. वर्मा बहुआयामी व्यक्तित्व के धनी हैं और उन्होंने अपना समूचा जीवन शिक्षा को समर्पित किया है।

एसडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ककराला में मनाया वार्षिकोत्सव

मेधावी विद्यार्थियों, खिलाड़ियों व प्रतिभाओं को किया सम्मानित

नीट की परीक्षा उत्तीर्ण करने वाली छात्रा प्राची, रोनाक व शिक्षक जीतू व पूर्ण को दिया एक एक लाख रुपये का उपहार

हरिभूमि न्यूज़ ▶ कनीना

एसडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय ककराला में सोमवार को वार्षिकोत्सव व प्रतिभा सम्मन समारोह का आयोजन किया गया। इस समारोह के मुख्यातिथि सर संघ चालक रामावतार थे। वहीं विशिष्ट अतिथि के रूप में कर्नल अश्वनी ठाकुर थे। समारोह की अध्यक्षता विद्यालय के चेयरमैन जगदेव सिंह यादव ने की। समारोह का शुभारंभ मुख्यातिथि ने ज्ञान की देवी मां सरस्वती देवी के चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलित करके किया। विद्यार्थियों ने सरस्वती वंदना प्रस्तुत कर रांगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। मुख्यातिथि रामावतार ने कहा कि वर्तमान



कनीना। एसडी स्कूल में वार्षिकोत्सव में मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करते मुख्यातिथि व अन्य।

नीट की परीक्षा उत्तीर्ण करने वाली छात्राओं को दिया एक एक

उन्होंने नीट की परीक्षा में देशभर में चौथा स्थान प्राप्त करने वाली विद्यालय की छात्रा प्राची व रोनाक को एक-एक लाख रुपये की नकद प्रोत्साहन राशि प्रदान की। छात्रा पूनम को मुख्य उपहार प्रदान किया गया। छात्राओं के शिक्षकों जीतू श्रीवास्तव व प्रबंधन समिति के सदस्य पूर्ण सिंह यादव को एक एक लाख रुपये प्रदान किए गए। इसी प्रकार एनडीए परीक्षा उत्तीर्ण करने वाली छात्रा इशिका व कशिश को विद्यालय प्रबंधन की ओर से टेब प्रदान किया गया। वितरित किया। क्रीडा भारती में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाने वाले केशव को टेब उपहार के रूप में प्रदान किया गया।

परिप्रेक्ष्य में समाज में तेजी से गिरावट आ रही है। माता-पिता व बेटा-बेटी के विचार दूषित हो रहे हैं। रिश्तों का कल्ल हो रहा है, जो गहन

चिंता का विषय है। विशिष्ट अतिथि कर्नल अश्वनी ठाकुर ने कहा कि विद्यार्थियों को गुणवत्तापरक व संस्कारयुक्त शिक्षा की जरूरत है।

टेबल व स्कूल बैग से किया सम्मानित

स्टार ओलम्पियाड में 87 प्रतिष्ठित अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल करने वाली छात्रा जिवा को बाइसाइकिल प्रदान की गई। छात्र कार्तिक, समर, सिध, जिवा, अशिका, अदिति आर्य, अभिनव, रुपेश, जतिन, रोनाक को प्रथम स्थान प्राप्त करने पर स्टेडी टेबल प्रदान की गई। द्वितीय स्थान पर रहने वाले जतिन, रजत रमन, युग, ईशान्त, चिराग, प्राकी, धीरज को स्मार्ट वाच प्रदान की गई। तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले छात्र नवस, लक्ष्य, दीक्षान्त, अंकित को स्कूल बैग प्रदान कर सम्मानित किया गया। समारोह में प्रदेश स्तर पर आयोजित गुपु सोंग में प्रथम रहने वाली छात्रा सोनम एंड पार्टी, गुपु डान्स में विजेता रही छात्रा नुस्कान एंड पार्टी तथा नेशनल खेल प्रतियोगिता में सुशोी व अन्य को मुख्य उपहार प्रदान किया गया।

यातायात नियमों का करें पालन

समारोह में पहुंचे कनीना के डीएसपी दिनेश कुमार ने विद्यार्थियों को नशे से दूर रहने व यातायात नियमों की भलीभांति पालन करने की नसीहत दी। उन्होंने कहा कि नशे से आर्थिक व शारीरिक नुकसान होता है। वहीं यातायात नियमों में बरती गई लापवाही जिंदगी का मौका नहीं देती है।

विद्यालय के चेयरमैन जगदेव सिंह यादव ने कहा कि नई शिक्षानैतिक के तहत विद्यार्थियों को स्कूल डेवलपमेंट की ओर अग्रसर किया जा रहा है, जो केंद्र व प्रदेश सरकार की दूरगामी सोच का परिणाम है।

उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों को स्मार्ट फोन के इस्तेमाल से बचना चाहिए। हालांकि समाज में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने कदम रख दिया, जिससे आमजन का बचना मुमकिन है।

बच्चों को शिक्षित करने के साथ-साथ उन्हें अच्छा नागरिक बनाना भी हम सबका कर्तव्य: डा. गुप्ता

सीएल स्कूल में आयोजित वार्षिकोत्सव एवं पुरस्कार वितरण समारोह में बोले निदेशक डा. अमित गुप्ता

हरिभूमि न्यूज़ ▶ नारनौल

सीएल पब्लिक स्कूल प्रांगण में नर्सरी कक्षा से ग्यारहवीं कक्षा तक के बच्चों का वार्षिकोत्सव एवं पारितोषिक वितरण समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें नगर परिषद की चेयरपर्सन कमलेश सेनी विशेष रूप से आमंत्रित थीं, जिनको सीएल पब्लिक स्कूल के सचिव इंद्रजीत गुप्ता व निदेशक डॉ. अमित गुप्ता ने उन्हें स्मृति चिह्न भेंटकर उनका स्वागत किया। उन्होंने मां सरस्वती के चरणों में दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस समारोह में बच्चों व अभिभावकों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम में नन्हे-मुन्हे बच्चों ने विभिन्न आकर्षक प्रस्तुतियां देकर सभी का मन मोह लिया। इस

अवसर पर विभिन्न कक्षाओं में प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले व विषय में अखिल आने वाले विद्यार्थियों को अतिथियों द्वारा पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया और उनके उज्वल भविष्य की कामना की गई।

संस्था के प्रबंधक निदेशक डा. अमित गुप्ता ने पुरस्कार प्राप्त करने वाले बच्चों को बधाई दी और अपने संबोधन में कहा कि आज का युग डिजिटल युग है। उन्होंने कहा कि विभिन्न सोशल साइट्स का उपयोग कर बच्चे बिगड़ने लगें हैं, जबकि

अभिभावकों का दायित्व उन्हें सकारात्मक ढंग से सही रास्ते पर चलाना है। उन्हें शिक्षित करने के साथ-साथ उन्हें अच्छा नागरिक बनाना भी हम सबका कर्तव्य है। प्राचार्य रविन्द्र सिंह यादव ने सभी बच्चों को बधाई दी और उनके उज्वल भविष्य की कामना की। इस कार्यक्रम में बच्चों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत करते इसे रोचक एवं भव्य आकार दे दिया, जिसकी सभी ने सराहना की। इस मौके पर विद्यालय स्टाफ व अभिभावकगण मौजूद रहे।



नारनौल। मेधावी बच्चों को पुरस्कार देकर सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। सेवानिवृत्त होने पर विदाई देता स्टाफ। फोटो: हरिभूमि

गणित अध्यापक सत्यनारायण रावत सेवानिवृत्त

नारनौल। पीएमश्री राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नायन से सोमवार गणित अध्यापक सत्यनारायण रावत सेवानिवृत्त हो गए। उनके सम्मान में स्कूल परिसर में सम्मान समारोह आयोजित किया गया। इस दौरान सत्यनारायण रावत ने स्कूल परिसर में मां सरस्वती मूर्ति का अनावरण गुरु धर्मवीर सिंह रावत व प्राचार्य नीतू यादव से कराया। वहीं सेवानिवृत्त होने पर एक लाख की राशि गुर्जर भवन नांगल चौधरी को दान स्वरूप दिए। इस अवसर पर प्राचार्य नीतू यादव ने कहा कि सत्यनारायण रावत अपने 30 वर्ष के सेवाकाल में अध्यापन कार्य के साथ साथ गरीब व माता पिता विहिन विद्यार्थियों को फीस भी अपने निजी कमाई में से जमा करवाई। इनके द्वारा पढ़ाए गए अनेक विद्यार्थी आज सरकार में अपनी सेवाएं दे रहे हैं। इसके अलावा समाज के हित में अनेक कार्य किए हैं। कार्यक्रम के दौरान स्कूल स्टाफ व ग्राम पंचायत ने इनके कार्यों से प्रभावित होकर पगड़ी पहनाई। इस मौके पर आस पास के सैकड़ों ग्रामीण भी मौजूद रहे।

विजय इंटरनेशनल स्कूल में हुआ राष्ट्रीय सैम्बो बीच चैंपियनशिप

हरिभूमि न्यूज़ ▶ महेंद्रगढ़

विजय इंटरनेशनल स्कूल बलाना में राष्ट्रीय सैम्बो बीच चैंपियनशिप का आयोजन 29 से 31 मार्च तक किया गया। इस प्रतियोगिता में देशभर से लगभग 200 खिलाड़ियों ने हिस्सा लिया और अपने कौशल का शानदार प्रदर्शन किया। इस चैंपियनशिप के उद्घाटन समारोह में मुख्यातिथि महेंद्रगढ़ विधायक, विशिष्ट अतिथि राजकीय महाविद्यालय के पूर्व प्राचार्य मेजर मनोराम लांबा रहे। इस प्रतिष्ठित प्रतियोगिता का शुभारंभ संस्था संरक्षक महेंद्र सिंह ने अपने कर-कमलों से किया। संस्था चेयरमैन विजय यादव टूम्ना ने बताया कि इस राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में दिल्ली, बिहार, राजस्थान, हरियाणा, चंडीगढ़, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड सहित कई राज्यों के



महेंद्रगढ़। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथि व स्टाफ सदस्य। फोटो: हरिभूमि

खिलाड़ियों ने भाग लिया और अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। विद्यालय प्रधानाचार्य नरेश सिंह, एनआईएस महासचिव सैम्बो फेडरेशन आफ इंडिया के डिप्टी राम शर्मा, समस्त अध्यापक एवं क्षेत्र के गणमान्य व्यक्ति भी उपस्थित रहे। तीन दिनों तक चली इस प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने उत्साह और जोश के साथ भाग लिया, जिससे इस

आयोजन को अत्यंत सफल और यादगार बनाया गया। राष्ट्रीय सैम्बो बीच चैंपियनशिप का यह आयोजन खेलों के प्रति युवाओं में जागरूकता बढ़ाने और उनके प्रतिभा विकास के लिए एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ। खेल जगत में ऐसे आयोजन भविष्य में भी होते रहे, इसी आशा के साथ प्रतियोगिता का सफल समापन हुआ।

यदुवंशी डिग्री कॉलेज के योगा में विद्यार्थियों ने रचा नया कीर्तिमान



महेंद्रगढ़। सफलता प्राप्त करने वाली छात्राएं। फोटो: हरिभूमि

महेंद्रगढ़। इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर द्वारा बीए योगा के प्रथम सेमेस्टर का परीक्षा परिणाम घोषित किया गया, जिसमें यदुवंशी डिग्री कॉलेज के छात्रों का शानदार प्रदर्शन रहा। विद्यार्थियों ने कठिन परिश्रम और समर्पण से यह साबित कर दिया है कि शिक्षा के क्षेत्र में उनका योगदान अत्यंत सराहनीय है। कॉलेज स्तर पर उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों में ज्योति पुत्री रमचंद्र ने 9.55 एसजीपीए लेकर पूरे कॉलेज में प्रथम, पूनम पुत्री केलाश चंद ने 9.41 लेकर दूसरा, नीधि पुत्री विजयपाल ने 9.09 लेकर तीसरा, रिंतु पुत्री अशोक कुमार ने 8.95 लेकर चौथा व उमेश पुत्र पीतंबर ने 8.91 एसजीपीए लेकर पांचवा स्थान हासिल करते अपने परिवार और कॉलेज का नाम रोशन किया। चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने कहा कि यह परीक्षा परिणाम हमारे कॉलेज की शिक्षा व्यवस्था, शिक्षकों के प्रयासों और छात्रों की कड़ी मेहनत का प्रमाण है। हमें गर्व है कि हमारे छात्र इस उच्च शैक्षिक स्तर को प्राप्त कर रहे हैं। संस्था गुपु डायरेक्टर विजय सिंह यादव ने भी बीए योगा के विद्यार्थियों को बधाई देते हुए कहा यदुवंशी कॉलेज की शैक्षिक दिशा में यह सफलता एक मील का पत्थर है। हमारे विद्यार्थियों ने यह साबित कर दिया कि समर्पण और कड़ी मेहनत से कुछ भी हासिल किया जा सकता है। उन्होंने कहा योग तो आत्म शक्ति और मानसिक शांति का अद्वितीय संगम है। इस अवसर पर वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह, चेयरपर्सन संगीता यादव, फाउंडर डायरेक्टर राजेंद्र यादव, डॉ. प्रदीप यादव, कॉलेज प्राचार्य बबरभान ने भी सभी विद्यार्थियों को बधाई दी।

हिंदुस्तान स्कूल में वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित

परीक्षा परिणाम केवल अंकों की संख्या नहीं है, बल्कि यह हमारा कठोर परिश्रम, समर्पण और दृढ़ संकल्प का प्रतिफल है: शमशेर

हरिभूमि न्यूज़ ▶ मंडी अटेली

हिंदुस्तान पब्लिक स्कूल सलीमपुर में सोमवार को वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित हो गया है। इस मौके पर स्कूल प्राचार्य अनूप कुमार ने सभी विद्यार्थियों व अध्यापकों तथा अभिभावकों को इस अवसर पर शुभकामनाएं दी हैं। वहीं स्कूल चेयरमैन पूर्व सरपंच एवं जिला पार्षद प्रतिनिधि शमशेर सिंह ने बताया कि अत्यंत हर्ष और गर्व महसूस हो रहा है। ईमानदारी के साथ परिश्रम करने से कामयाबी के सपने पूर्ण होते हैं। स्कूल के विद्यार्थियों ने अच्छा प्रदर्शन करने पर उनको बधाई दी। परीक्षा परिणाम केवल



मंडी अटेली। सर्टिफिकेट्स के साथ वार्षिक परीक्षा में उत्तीर्ण विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

अंकों की संख्या नहीं है, बल्कि यह हमारा कठोर परिश्रम, समर्पण और दृढ़ संकल्प का प्रतिफल है। विद्यार्थियों ने यह सिद्ध कर दिया है कि समर्पण और कड़ी मेहनत से बेहतरीन परिणाम प्राप्त किए जा

सकते हैं। अंत में स्कूल के वाइस चेयरमैन मनोज कुमार ने न केवल वर्तमान स्तर के लिए बल्कि आगामी स्तर के लिए भी शुभकामनाएं देते हुए बताया कि हमें आगे बढ़कर प्रतिस्पर्धात्मक भावना के साथ

दिन-रात मेहनत करनी चाहिए। सभी अभिभावकों ने भी वार्षिक परीक्षा परिणाम एवं प्रबंधन की सराहना की। इस मौके पर स्कूल प्रबंधक राकेश यादव, एकता यादव के अन्य स्टाफ उपस्थित था।



नारनौल। नए सत्र के शुभारंभ पर हवन करते हुए। फोटो: हरिभूमि

सरस्वती बाल मंदिर विद्यालय में नए सत्र पर किया हवन

नारनौल। सरस्वती बाल मंदिर वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पुल बाजार में नए शैक्षणिक सत्र की शुरुआत एक हवन से की गई। विद्यालय में आयोजित इस धार्मिक अनुष्ठान का मुख्य उद्देश्य छात्रों की सफलता, समृद्धि और उनके उज्वल भविष्य की कामना करना था। हवन में विद्यालय के संचालक, प्राचार्य, शिक्षकगण व छात्र छात्राओं ने भाग लिया। हवन में विशेष रूप से विद्यालय के बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास के लिए प्रार्थना की गई। इस अवसर पर प्राचार्या ने सभी विद्यार्थियों को जीवन में शिक्षा की अहमियत समझाई और उन्हें ईमानदारी, मेहनत और समर्पण के साथ अध्ययन करने की प्रेरणा दी। यह कार्यक्रम विद्यालय के समग्र विकास व छात्रों की शैक्षणिक प्रगति की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ।

राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल में 500 से अधिक छात्राएं सीख चुकी हैं ब्यूटीशियन का कोर्स

हरिभूमि न्यूज़ ▶ महेंद्रगढ़

राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल में अब छात्राएं ब्यूटीशियन का कोर्स भी कर सकेंगी। शिक्षा विभाग द्वारा सत्र 2013-14 से कोर्स की पढ़ाई शुरू की गई थी। नए सत्र से कक्षा नौवीं से 12वीं तक की छात्राएं ब्यूटीशियन का कोर्स सीख पाएंगी। कौशल विकास पर आधारित ये कोर्स चार साल का होगा। जिसमें नौवीं कक्षा में शुरू किया जाएगा। इसके लिए परीक्षाओं का आयोजन भी किया जाएगा और परीक्षा पूरी होने के बाद छात्राओं को कोर्स का सर्टिफिकेट भी दिया जाएगा। स्कूल में कोर्स के लिए दो महिला शिक्षक



महेंद्रगढ़। राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल का भवन। फोटो: हरिभूमि

की जरूरत है, जबकि एक शिक्षक पढ़ा रही हैं। कोर्स की खास बात ये है कि छात्राओं को कोर्स परीक्षा में पास करने वाले अंक सूची में जोड़े जाएंगे। नौवीं से 12वीं में व्यावसायिक परीक्षा के लिए 100

अंक निर्धारित किए गए हैं। इसमें प्रैक्टिकल के अंक भी जोड़े जाएंगे। स्कूल के बाद छात्राएं को आईटीआई या अन्य बड़े संस्थान में इस कोर्स के बारे में और सीख सकती हैं। इसके लिए अतिरिक्त नंबर जोड़े जाएंगे।

ब्यूटीशियन का कोर्स शुरू होने से फायदा

राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल महेंद्रगढ़ में ब्यूटीशियन का कोर्स शुरू होने से छात्राओं को काफी फायदा हो रहा है। इस कोर्स के करने के बाद छात्राएं अपना खुद का ब्यूटी पालर खोल सकती हैं। पिछले दो साल से 500 से अधिक छात्राएं ब्यूटीशियन का कोर्स सीख चुकी हैं। वर्तमान में कक्षा नौवीं से 12वीं तक की करीब 200 से 250 छात्राएं कोर्स के लिए पढ़ाई कर रही हैं।

रोजगार के मिल रहे अवसर

शिक्षा विभाग की ओर से ब्यूटीशियन कोर्स की शुरुआत की गई थी। 500 से अधिक छात्राएं अपना खुद का रोजगार शुरू कर चुकी हैं। वर्तमान में नौवीं से 12वीं की छात्राएं कोर्स कर रही हैं। छात्राएं कोर्स में तालिम लेकर अपना खुद का स्वीटजगार शुरू कर सकती हैं। कोर्स के बाद विभाग की तरफ से प्रमाण पत्र व किट भी दी जाएगी।

-सुनील गोरा, प्राचार्य, राजकीय मॉडल संस्कृति स्कूल महेंद्रगढ़

गैलेक्सी स्कूल बवानिया में वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित

हरिभूमि न्यूज़ ▶ महेंद्रगढ़

गैलेक्सी स्कूल बवानिया में वार्षिक परीक्षा परिणाम घोषित किया गया। इस दौरान परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले छात्रों को प्रशस्ति पत्र और पुरस्कार देकर उत्साहवर्धन किया गया। वार्षिक परीक्षा परिणाम

महेंद्रगढ़। विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए। फोटो: हरिभूमि

प्राचार्य करन सिंह ने घोषित किया। नर्सरी से लेकर कक्षा नौवीं और 11वीं के उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले छात्र-छात्राओं को विद्यालय एमडी दरियाव सिंह ने बधाई देते हुए उनके उज्वल भविष्य की कामना की। एमडी दरियाव सिंह ने नए स्तर में होने वाले बदलाव एवं सुधार को सभी बच्चों एवं समस्त स्टाफ के सामने प्रस्तुत किया। इस मौके पर स्कूल का पूरा स्टाफ मौजूद रहा।

कारिया की मोना मालदीव में बनी होस्टेस

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के गांव कारिया निवासी लोक निर्माण विभाग उप अधीक्षक विक्रम सिंह की बेटी मोना ने अपनी मेहनत और लगन से मालदीव में होस्टेस के रूप में अपना कैरियर बनाया है। मोना की इस उपलब्धि ने उनके गांव एवं क्षेत्र को गौरवाचित किया है। मोना ने अपनी आरंभिक शिक्षा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बोचडिया तथा स्नातक की डिग्री राजकीय महिला महाविद्यालय अटेली से प्राप्त की। तदोपरंत जयपुर से होटल मैनेजमेंट में प्रशिक्षण लिया। मोना के पिता विक्रम सिंह एवं माता सुमित्रा ने अपनी बेटी की उपलब्धि पर गर्व व्यक्त करते हुए कहा कि मोना बचपन से ही महत्वाकांक्षी रही है और उसने मेहनत से अपने सपनों को साकार किया है।



खबर संक्षेप



पूर्व सरपंच के खेत से 25 सरसों के कट्टे चोरी

मंडी अटेली। गांव फतेहपुर की पूर्व सरपंच संतोष देवी पत्नी महाबीर के खोद स्थित खेतों से निकली गई हुई सरसों के 25 कट्टे चोरी हो गए। इन कट्टों में करीब 12 क्विंटल के सरसों थीं। सरपंच ने रविवार को दिन में ही सरसों निकलवा कर खलिहान में रखी हुई थी। चोरी की शिकायत अटेली थाने में दी है। पूर्व सरपंच प्रतिनिधि महाबीर सिंह ने बताया कि नेशनल हाईवे 11 पर रोहताश कॉलेज के सामने उसका कृषि फार्म है। रविवार दोपहर को दो एकड़ की सरसों निकलवाई थी। निकलवाई हुई सरसों को खेतों में अलग-अलग स्थानों पर रखा हुआ था। एक स्थान पर रखी करीब 25 कट्टे अज्ञात चोरों ने चुरा लिए हैं।

शिक्षा विभाग में अधीक्षक सरला देवी सेवानिवृत्त

नारनौल। शिक्षा विभाग में अधीक्षक के पद पर कार्यरत सरला देवी लगभग 40 वर्ष की सेवा के बाद सेवानिवृत्त हो गईं। सरला देवी ने सन 1984 में शिक्षा विभाग में लिपिक के पद से अपनी सेवाएं शुरू की थी। इसके बाद उन्होंने सहायक, उप अधीक्षक व अधीक्षक के पद पर अपनी सेवाएं दीं। इस मौके पर जिला शिक्षा अधिकारी ने संयुक्त रूप से कहा कि सरला देवी मिलनसार स्वभाव की महिला थीं।



अटेली जामा मस्जिद में ईद मनाई

मंडी अटेली। अटेली जामा मस्जिद में सोमवार को सुबह नौ बजे ईद की नमाज अता की गई। नमाज में अटेली क्षेत्र के अनेक गांवों के नमाजियों ने हिस्सा लिया। मस्जिद में विशेष नमाज के बाद खीर का वितरण किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में प्रसाद वाहन किया। आटेली इमाम मोहम्मद शखीर ने नमाज अता कराई। उन्होंने बताया कि ईद का चांद लजर आने पर नमाज सुबह नौ बजे ईद-उल-फ़ितर की नमाज अता की गई। मौलवी शाकिर हुसेन ने बताया कि रमजान माह के खत्म होने के बाद चांद दिखने पर ईद की नमाज अदा हुई है। अटेली मस्जिद में नमाजियों ने एक दूसरे से गले मिल कर खुमारकबाद दी। मौलवी ने अमन-चैन व माई चारे को स्थापित करने के लिए सभी धर्म के लोगों को अनुषंग के कल्याण के लिए मिल बैठकर आपसी सौहार्द से रहे।

जन-जन में साक्षरता की अलख जलाती उल्लास योजना: बीईओ

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

समाज के सभी लोगों को आजीवन सीखने के उद्देश्य से 15 साल से अधिक उम्र के लोगों के लिए रविवार को विभिन्न स्कूलों में उल्लास नव भारत साक्षरता कार्यक्रम की परीक्षा का आयोजन किया। खंड शिक्षा अधिकारी अशोक शर्मा ने कहा कि उल्लास कार्यक्रम भारत सरकार की एक योजना है, जिसका मकसद देश को साक्षर बनाना है। इसे नव भारत साक्षरता कार्यक्रम भी कहा जाता है। इस योजना के जरिए 15 साल से अधिक उम्र के उन लोगों को पढ़ना लिखना सिखाया जा रहा है, जो किसी वजह से स्कूल नहीं जा पाए। खंड के उल्लास परीक्षा



कार्यक्रम के नोडल अधिकारी अग्रंद कुमार ने बताया कि खंड में 62 परीक्षा केंद्र बनाए गए। उल्लास कार्यक्रम में देश के सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के 15 साल से अधिक उम्र के निरक्षरों को शामिल किया जा रहा है। इस योजना का मकसद समाज के सभी लोगों को आजीवन सीखने का मौका देना है। यह योजना केंद्र सरकार के कर्तव्य बोध की भावना पर आधारित है। इसे स्वैच्छिक सेवा के जरिए लागू किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि उल्लास कार्यक्रम के जरिए बुनियादी साक्षरता व संख्या ज्ञान, जरूरी जीवन कौशल, व्यावसायिक कौशल, बुनियादी शिक्षा, सतत शिक्षा का विकास जा रहा है।



कनीना। राजेश कुमार को स्मृति चिह्न प्रदान कर अभिन्नंदन करते कर्मचारी। निरीक्षक बनने पर कार्यालय कर्मचारियों ने जताई खुशी कनीना। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग कार्यालय में कार्यरत उप निरीक्षक राजेश कुमार को निरीक्षक के पद पर पदोन्नति मिलने पर सोमवार को स्टाफ सदस्यों ने स्मृति चिह्न प्रदान कर अभिन्नंदन किया। पदोन्नति होने के बाद उनका स्थानांतरण रेवाड़ी जिला मुख्यालय कर दिया गया है। कार्यालय में आयोजित इस समारोह में सहायक खाद्य एवं आपूर्ति अधिकारी केसर सिंह, निरीक्षक ध्यान सिंह, उप निरीक्षक संदीप कुमार व उपमंडल के डिपो धारकों ने खुशी जताई है। केसर सिंह ने कहा कि राजेश कुमार ने भारतीय सेना से सेवानिवृत्त होने के बाद खाद्य एवं आपूर्ति विभाग में उच्चान किया था। पिछले सात साल से उन्होंने ने निष्ठापूर्वक सेवाएं दीं। इस मौके पर ओमप्रकाश, संजय कुमार, नरेश कुमार, दलीप सिंह आदि मौजूद थे।

शिवाजी नगर स्थित जामा मस्जिद में ईद का जश्न धूमधाम से मनाया गया

आइए हम उन लोगों को माफ कर दें, जिनसे हमें पहुंची है कोई तकलीफ: मो. हनीफ गोरवाल

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

शिवाजी नगर स्थित जामा मस्जिद में ईद का जश्न धूमधाम से मनाया गया। इस खास मौके के लिए मुस्लिम समुदाय के लोगों ने रमजान के पूरे महीने रोजे रखे थे। मुस्लिम समुदाय के लोगों के लिए यह साल का सबसे खास दिन माना जाता है। इस मौके पर सुबह-सुबह लोग स्नान कर नए कपड़े पहनते हैं। मस्जिद इंदगाह में नमाज अदा करते हैं और फिर एक-दूसरे को ईद की मुबारकबाद देते हैं। शिवाजी नगर स्थित जामा मस्जिद के इमाम एवं तंजीम आइमा ओकाफ (हरियाणा) के प्रदेश अध्यक्ष मोहम्मद हनीफ फैजी गौरवाल ने सोमवार को ईद की नमाज प्रारंभ 9:30 बजे



नारनौल। शिवाजी नगर स्थित जामा मस्जिद में नमाज अता करते मुस्लिम धर्म के लोग। अदा कराई। उन्होंने कहा ईद की सच्ची खुशी उस वक्त हासिल हो सकती है, जब हमारा खलिक हमसे राजी हो। उसकी रजा हासिल कर का एक तरीका यह भी है कि उसकी मखलूक के साथ रहम का मामला किया जाए। आइए हम उन लोगों को माफ कर दें, जिनसे हमें कोई तकलीफ पहुंची है और उनसे माफी मांग लें, जिनको हमसे किसी मुश्किल का शिकायत है। अल्लाह ताला हमसे खुश हो जाए और हमारी बेशुमार गलतियों को माफ कर दे। उन्होंने कहा कि रमजान वह महीना है, जिसमें ईश्वर ने मानव जाति के लिए

कुरआन अवतरित किया और इसी महीने में ईश्वर ने रोजे भी फर्ज अनिवार्य किए, जिसमें मनुष्य तकवा ईशपरायणता के जरिए ईशग्रंथ कुरआन से हिदायत हासिल करता है। इन्ही दो नेमतों का शुक्र अदा करने के लिए हम मुस्लिम ईद का त्यौहार मनाते हैं। इसके अतिरिक्त ईद साम्प्रदायिक सौहार्द का त्यौहार भी है, जिसमें अमीर गरीब सब आपस में मिलकर खुशियां मनाते हैं, ताकि समाज में आपस में भाईचारा कायम हो सके। जो मुसलमान किसी दूसरे धर्म के लोगों के लिए अपने दिल में नफरत बदले की भावना रखेगा तो उसकी कोई दुआ या नेक अमल अल्लाह कबूल नहीं करेगा। भारत सम्पूर्ण विश्व का पहला देश है, जहां सभी धर्मों मानने वाले लोग अमन-चैन से रहते हैं। जहां एकसाथ होली का गुलाल और एकसाथ इप्तार कार्यक्रम होता है।

खुशियों व भाईचारे का त्योहार ईद उल-फ़ितर हर्षोल्लास के साथ मनाया

हरिभूमि न्यूज़ | महेन्द्रगढ़

खुशियों व भाईचारे का त्योहार ईद उल-फ़ितर सोमवार को मुस्लिम समुदाय के लोगों ने हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। लोगों ने सुबह आठ बजे पंचमुखी हनुमान मंदिर के पास ईदगाह में नमाज अदा कर अमन-चैन की दुआ मांगी। नमाज को लेकर खासा उत्साह नजर आया। ईद की मुख्य नमाज महेन्द्रगढ़ मस्जिद के इमाम मौलवी मुबारक हुसैन ने करवाई। उन्होंने कहा कि धैर्य और सौहार्द का नाम ही ईद है। पवित्र रमजान माह में पूरे धैर्य के



महेन्द्रगढ़। एक-दूसरे को गले मिलकर मुबारकबाद देते बच्चे। फोटो: हरिभूमि साथ धार्मिक नियमों का पालन करते हुए प्रतिदिन रोजा रखना धैर्य

ईद की नमाज प्रातः 9:30 बजे अदा कराई

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

हिंदू नववर्ष पर चंद्रशेखर आजाद को किया नमन, आजाद चौक के सौंदर्यीकरण की मांग

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

देश की फिजाओं को सदा याद रहेगा, आजाद था, आजाद हूँ, आजाद रहेगा। इस विचारधारा के महानायक, स्वतंत्रता संग्राम के अमर बलिदान चंद्रशेखर आजाद को हिंदू नववर्ष के पावन अवसर पर भावपूर्ण नमन किया गया। शहर के ऐतिहासिक आजाद चौक पर उनकी प्रतिमा पर दीप जलाकर पुष्प वर्षा की गई और भारत माता की जय, वंदे मातरम के उद्घोष के साथ श्रद्धांजलि अर्पित की गई। यह आयोजन आजाद चौक संगठन एवं



नारनौल। आजाद चौक के सौंदर्यीकरण करने की मांग करते संगठन के सदस्य।

एक दिया देश की आजादी के अमर वीर शहीदों के नाम मिशन के महानायकों, स्वतंत्रता सेनानियों व संयुक्त तत्वावधान में संपन्न हुआ।

इतिहास के वीरों को किया नमन

इस अवसर पर आर्य समाज के संस्थापक स्वामी दयानंद सरस्वती, 1857 की क्रांति के नायक राव तुलाराम, राव गोपाल देव और पांच हजार अनाम सैनिकों, गुरु अंगद देव, गुरु हरिकिशन सिंह, राजा विक्रमादित्य, डा. केशव बलिराम हेडगेवार, महाराजाधिराज अजमोद महाराज, आजाद हिंद फौज के स्वतंत्रता सेनानी शंकर लाल संधी सहित अनेक स्वतंत्रता सेनानियों को दीप जलाकर श्रद्धांजलि दी गई।

इस अवसर पर आजाद चौक संगठन के अध्यक्ष लोकेश निर्मल ने कहा कि हिंदू नववर्ष के अवसर पर शहीदों को दीप जलाकर नमन करना और उनके बलिदान को याद करना युवाओं को देशभक्ति की प्रेरणा प्रदान करता रहेगा। उन्होंने

कहा कि स्वतंत्रता संग्राम के महानायकों का बलिदान हमें सदैव प्रेरित करता रहेगा। उन्होंने कहा कि आजादी की राह में हर कदम पर मर मिटना ही हमारा संकल्प होना चाहिए। देश के लिए मरना कोई अंत नहीं, बल्कि एक नई शुरुआत है।

कार्यक्रम में सर्वसम्मति से प्रस्ताव पारित

कार्यक्रम में सर्वसम्मति से प्रस्ताव पारित कर प्रदेश के मुख्यमंत्री नाथ सिंह से, नगर परिषद की चेयरपर्सन कमलेश सेनी व नगर आयुक्त से मांग की गई कि शहर के ऐतिहासिक आजाद चौक का जीर्णोद्धार किया जाए। यहां साफ पाउंटन को पुनः चालू किया जाए और बड़े मकरटी लाइट्स लगाकर चौक का सौंदर्यीकरण किया जाए।

देशभक्ति की शाय

इस अवसर पर उपस्थित सभी युवाओं ने भारत माता की जय व वंदे मातरम के उद्घोष के साथ चंद्रशेखर आजाद के आदर्शों पर चलने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में लोकेश कुमार, पुरुषोत्तम आर्य, यादराम सेनी, सोनू मित्तल, अशोक

सेनी, विजय कुमार, प्रमोद सिंह, ओमप्रकाश सेनी, अमित सेनी, हरिओम सेनी, लख्मीचंद सेनी, विकास लाउठ, राकेश सोनी, देव शर्मा, सत्यनारायण शर्मा, अमरिंद्र सिंह सहित विभिन्न सामाजिक संस्थाओं के पदाधिकारियों ने देशभक्ति की शायत ली।

हरियाणा उदय: साइक्लोथॉन 2.0 जिले में बागोत गांव में सात को करेगी प्रवेश

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

मुख्यमंत्री नाथ सिंह सेनी ने सोमवार को साइक्लोथॉन 2.0 को लेकर उपायुक्त के साथ वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग की। हरियाणा उदय आउटरीच कार्यक्रम के तहत प्रदेश को नशा मुक्त बनाने के उद्देश्य से ड्रग फ्री हरियाणा के तहत एक साइकिल यात्रा नशा मुक्ति के नाम थीम पर आधारित साइक्लोथॉन 2.0 आगामी सात अप्रैल को जिला चरखी दादरी के चिड़िया गांव से जिला महेन्द्रगढ़ के बाघोत गांव में प्रवेश करेगी। इसके बाद आठ अप्रैल को नूनी अब्दल या नूनी शेखपुरा के नजदीक से यह यात्रा शुरू होकर जिला महेन्द्रगढ़ के आखिरी गांव चंदपुरा से रेवाड़ी जिले में प्रवेश

पंजीकरण कराने में जिला महेन्द्रगढ़ 20584 के आंकड़े के साथ फिलहाल प्रदेश में नंबर वन

■ ड्रग फ्री हरियाणा के तहत एक साइकिल यात्रा नशा मुक्ति के नाम थीम पर आधारित साइक्लोथॉन 2.0 आगामी सात अप्रैल को जिला चरखी दादरी के चिड़िया गांव से जिला महेन्द्रगढ़ के बाघोत गांव में प्रवेश करेगी।



नारनौल। वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग चलते हुए।

करेगी। डीसी ने इस यात्रा के लिए तैयार किए गए रूट चार्ट सहित तमाम तैयारियों के बारे में विस्तार से बताया। उपायुक्त ने बताया कि जिला महेन्द्रगढ़ के 20584 युवाओं ने पंजीकरण कराया है। फिलहाल

यह रहेगा साइक्लोथॉन का रूट चार्ट

उपायुक्त ने बताया कि हरियाणा उदय के तत्वावधान में यह यात्रा पांच अप्रैल को हिसार से शुरू होगी। मुख्यमंत्री इसका शुभारंभ करेंगे। आगामी सात अप्रैल को साइक्लोथॉन 2.0 जिला चरखी दादरी के गांव चिड़िया से जिला महेन्द्रगढ़ के गांव बागोत में प्रवेश करेगी। यह साइक्लोथॉन बागोत से सेहलवा, मालड़ा, माजरा कलां, माजरा खुर्द, महेन्द्रगढ़ गंगल शिरोही से होते हुए हुड्डा में संपन्न होगी। अगले दिन आठ अप्रैल को सुबह नूनी अब्दल व नूनी शेखपुरा के नजदीक से शुरू होकर बाछौड़, खोड़, सलीमपुर, चंदपुरा गांव से होते हुए रेवाड़ी जिले में प्रवेश करेगी।

जिला महेन्द्रगढ़ पूरे प्रदेश में पहले स्थान पर है। इसके बाद अधिकारियों के साथ डीसी बैठक में डीसी ने बताया कि जिला प्रशासन जन भागीदारों के साथ इस कार्यक्रम को सफल बनाएगा। इस कार्य के लिए विभिन्न

सरकारी स्कूल में दाखिले करने के लिए किया प्रेरित

महेन्द्रगढ़। सरकारी स्कूलों में विद्यार्थियों की संख्या बढ़ाने के लिए स्कूलों के अध्यापक गांव-गांव गली-गली घूमकर लोगों को अपने बच्चों को सरकारी स्कूलों में दाखिले करने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। इसी कड़ी में पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के प्राचार्य जयपाल व राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की कार्यकारी प्राचार्या अनीता ने बताया कि शिक्षा विभाग की ओर से 23 मार्च से 30 अप्रैल तक प्रवेश उत्सव कार्यक्रम चलाया जा रहा है। इस दौरान शिक्षकों की ओर से अभिभावकों और ग्रामीणों को प्रेरित कर सरकारी स्कूल शिक्षा के लिए एक बेहतर विकल्प बता रहे हैं। विद्यालय की ओर से पांच टीमें बनाई गई हैं, इनमें दो टीमें शहरी तथा तीन टीमें ग्रामीण क्षेत्रों में जाकर लोगों को जागरूक कर रही हैं। टीम घर-घर जाकर विद्यालय की उपलब्धियां गिनवा रही हैं। इस अवसर पर प्रवक्ता सतीश यादव, महेश कौशिक, जितेंद्र, हंसराज आदि मौजूद थे।

माता भूरा भवानी मंदिर में मां ब्रह्माचारिणी की हुई पूजा

हरिभूमि न्यूज़ | महेन्द्रगढ़

चैत्र नवरात्रि के दूसरे दिन द्वितीय और तृतीय तिथी एक होने पर माता भूरा भवानी मंदिर सिंसोठ में दुर्गा के दूसरे स्वरूप मां ब्रह्माचारिणी और तीसरे स्वरूप मां चंद्रघंटा की पूजा अर्चना की गई। मंदिर महंत शक्तिनाथ महाराज ने बताया कि नवरात्रि के दूसरे दिन देवी दुर्गा के दूसरे स्वरूप माता ब्रह्मचारिणी की पूजा अर्चना की जाती है। इनको ज्ञान, तपस्या और वैराग्य की देवी माना जाता है। कठोर साधना करने की वजह से और ब्रह्म में लीन रहने की वजह से इनको ब्रह्मचारिणी कहा जाता है। नवरात्र के दूसरे दिन



साधक का मन स्वाधिष्ठान चक्र में स्थित होता है। मां ब्रह्मचारिणी ने भगवान शिव को पति रूप में पाने के लिए कठोर तप किया। मां दुर्गा के तीसरे स्वरूप माता चंद्रघंटा की आराधना की गई। मां की आराधना ओम देवी चंद्रघंटायै नमः का जप करके की जाती है। माता चंद्रघंटा को सिंदूर, अक्षत, गंध, धूप, पुष्प अर्पित करें। मंदिर कमेट्री प्रधान संदीप यादव व कमेट्री सदस्य मुकेश चौहान ने बताया कि नवरात्रों में मंदिर में महंत शक्तिनाथ महाराज के सानिध्य में प्रतिदिन सुबह-शाम

आरती की जाती है एवं हवन किया जा रहा है। सिद्ध पीठ मां भूरा भवानी के दरबार में नियमित अर्घ्य ज्योत जल रहीं हैं। नवरात्रों में सुबह-शाम दोनों समय सैकड़ों की संख्या में श्रद्धालु पूजा पाठ कराने आ रहे। महेन्द्रगढ़ शहर एवं आसपास के गांव से महिलाएं ध्वजा लेकर माता रांगी के जय जय कार करते हुए मंदिर में पहुंच रही हैं। महंत शक्ति नाथ महाराज और मंदिर कमेट्री द्वारा मंदिर में बहुत ही सुंदर लाइटिंग लगावाकर एवं डेकोरेशन करके बहुत ही सुंदर सजावट की गई है। इसके अलावा शाम चार बजे ग्रामीण महिला प्रतिदिन भजन करके मंदिर परिसर को भक्तिमय बना रखा है।



नारनौल। दोस्तपुर की पहाड़ी। फोटो: हरिभूमि

अवैध खनन की शिकायत पर विभाग की टीम ने किया दोस्तपुर गांव का दौरा

नारनौल। खनन विभाग लगातार फॉल्ड में रहकर अवैध खनन व खनिज के अवैध परिवहन को लेकर कड़ी निगरानी कर रहा है। दोस्तपुर गांव में खनन की शिकायत पर सोमवार को जिला खनन इंजीनियर डा. राजेश कुमार ने अपनी टीम के साथ जाकर मौके का निरीक्षण किया। वहां पर किसी प्रकार का अवैध खनन नहीं पाया गया। जिला खनन इंजीनियर ने बताया कि दोस्तपुर गांव के राजस्व क्षेत्र में कोई अवैध अतिक्रमण नहीं देखा गया है। राजस्थान राज्य के देवता गांव में दो खानें संचालित हैं। दोस्तपुर गांव के सरपंच के पति व एक अन्य व्यक्ति जितिन कुमार ने शिकायत दर्ज की थी।

साइबर टगी से जुड़े 6 गिरफ्तार

■ 67 एटीएम कार्ड, नौ सिम कार्ड, पांच चेक बुक, दो पास बुक, 10 मोबाइल फोन व 100 विजिटिंग कार्ड बरामद

हरिभूमि न्यूज़ | नारनौल

साइबर थाना पुलिस की ओर से साइबर टगों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जा रही है। ऑनलाइन खांड खरीदने के नाम पर 75 हजार रुपये की साइबर टगी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना साइबर पुलिस ने मुख्य आरोपित समेत छह आरोपितों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपितों को गौतमबुद्ध नगर यूपी से गिरफ्तार किया है। शिकायतकर्ता की ओर से जस्ट डायल पर खांड खरीदने के लिए रिक्वेस्ट डाली हुई थी। इस संबंध में पुलिस प्रवक्ता सुमित कुमार ने बताया कि जिस पर आरोपितों ने शिकायतकर्ता से संपर्क कर खांड भेजने के नाम पर 75 हजार रुपये ट्रांसफर करा लिए थे। गिरफ्तार आरोपितों की पहचान हिमांशु वासी अमृतपुर जिला फरुखाबाद उत्तरप्रदेश, सुमित वासी



नारनौल। पुलिस गिरफ्त में आरोपित। फोटो: हरिभूमि

अमृतपुर जिला फरुखाबाद उत्तरप्रदेश, मंगल सिंह वासी दुबरी थाना समसाबाद जिला फरुखाबाद उत्तरप्रदेश, शिवा वासी नगला हुशा थाना अमृतपुर जिला फरुखाबाद उत्तरप्रदेश, अनूप वासी नसीबपुर थाना ओछा जिला मैनपुरी उत्तरप्रदेश के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपितों से 67 एटीएम कार्ड, नौ सिम कार्ड, पांच चेक बुक, दो पास बुक, 10 मोबाइल फोन व 100 विजिटिंग कार्ड बरामद किए हैं। आरोपितों को न्यायालय में पेश किया गया। जहां से मुख्य आरोपित सुमित को पुलिस रिमांड पर लिया गया है।