हरिभूमि
रोहतक भूमि
रोहतक, मंगलवार, 29 अप्रैल 2025

तापमान
अधिकतम 38.1 डिग्री
न्यूनतम 22.2 डिग्री

11 एकड़ में फैली दो अवैध कॉलोनियों में की तोड़फोड़ .. 11

नशे के सौदागरों पर प्रहार, 5 दिन में ... 12

शहर में आज

- अंबेडकर चौक पर रक्तदान शिविर का आयोजन।
- परशुराम जयंती पर विभिन्न स्थानों पर होंगे कार्यक्रम।

11 साल से समस्या का समाधान नहीं, नए जलघर की जगह भी नहीं हो पाई फाइनल

जेएलएन में 3 दिन देरी से आया क्षमता से 2 तिहाई कम पानी, मुश्किल होगी लोगों की प्यास बुझानी

खबर संक्षेप

अब तक 236493 मीट्रिक टन गेहूं की हुई खरीद

रोहतक। अब तक जिला की मंडियों में 236493.87 मीट्रिक टन गेहूं की खरीद की गई है। इसमें कलानौर मंडी से एफसीआई ने 5038 व हरियाणा राज्य वेयरहाऊस कोरपोरेशन द्वारा 19200 , किलोई मंडी 20305.60 , लाखनमाजरा मंडी में 20600.50 , मदीना मंडी में 11197.50 , महम मंडी 33231 , रोहतक मंडी में 71982.37 , सांपला मंडी में 37239.20 व सांघी मंडी में 17699.30 मीट्रिक की खरीद की गई है।

मदवि: यूजीसी नेट परीक्षा की तैयारी के लिए कोचिंग शुरू

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय का यूनिवर्सिटी सेंटर फॉर कंपीटीटिव एग्जामिनेशन के तत्वाधान आगामी जून में आयोजित होने वाली यूजीसी नेट-जेआरएफ परीक्षा की तैयारी के लिए कोचिंग प्रोग्राम प्रारंभ हो चुका है। यूसीसीई निदेशक प्रो. जेएस हुड्डा ने बताया कि यूनिवर्सिटी टीचिंग डिपार्टमेंट्स, संबद्ध महाविद्यालयों के नियमित, डीडीई एवं पूर्व विद्यार्थी इस कोचिंग प्रोग्राम में एडमिशन ले सकते हैं। एडमिशन के लिए रजिस्ट्रेशन 30 अप्रैल तक करवा सकते हैं।

- सोमवार शाम सात बजे के करीब 1100 क्यूसिक से भी कम पानी चल रहा था

अमरजीत एस गिल ▶▶ रोहतक

तीन दिन देरी से सोमवार सुबह तीन बजे के करीब जवाहर लाल नेहरू (जेएनएल) फीडर में गांव बोहर के पास पानी पहुंच गया। शहर में काफी दिनों से व्याप्त पीने के पानी की समस्या का हल होगा,इसको लेकर सैकड़ों किंतु-परंतु हैं। वजह फीडर में क्षमता से दो तिहाई कम पानी की सप्लाई दी गई है। ऐसे में शहर के जलघर कैसे भरेंगे, इसको लेकर जन स्वास्थ्य विभाग एवं अभियांत्रिक विभाग की सांसें ऊपरी नीचे हो रही है। अगर फीडर में पूरी क्षमता से पानी छोड़ा जाता तो वाटर टैंक भर जाते। सोमवार शाम सात बजे के करीब 1100 क्यूसिक से भी कम पानी चल रहा था। जबकि क्षमता 3500-3600 क्यूसिक ही है। जेएनएल फीडर में पानी बंद होने के बाद भालौठ सब ब्रांच में पानी की सप्लाई सिंचाई विभाग द्वारा शुरू की जाएगी, ऐसा सिंचाई विभाग का कहना है। विभाग क्या कहता है और क्या होता है, इसकी बानगी आप ऐसे देख सकते हैं। सिंचाई विभाग के अफसर लगातार कह रहे थे कि जेएनएल में 25 अप्रैल को पानी आएगा। लेकिन आया 28 को।

नहर के निचले हिस्से में बहता पानी

3 हजार क्यूसिक की थी मांग

सिंचाई विभाग के मुताबिक पीने के पानी और खेती में प्रयोग के लिए सिंचाई विभाग ने सरकार से 3 हजार क्यूसिक की मांग की थी। लेकिन पानी मिला है मात्र 1100-1200 क्यूसिक ही। ऐसे में ना केवल रोहतक के जन स्वास्थ्य विभाग के सामने समस्या खड़ी है। बल्कि झज्जर, रेवाड़ी और महेंद्रगढ़ जिले को फीडर में पानी आने के बाद भी समस्या से जूझना पड़ेगा। क्योंकि इन सभी जिलों में जेएनएल से ही पीने के पानी की आपूर्ति होती है।

पानी करना पड़ेगा लिफ्ट

शहर में दोनों समय पांच-सात दिन पानी की आपूर्ति अगर जन स्वास्थ्य विभाग ने देनी है तो अब एक ही जरिया है कि अब जेएनएल ने और दो सप्ताह बाद भालौठ सब ब्रांच से पानी को लिफ्ट करके जलघरों तक पहुंचाना होगा। अगर ऐसा नहीं किया तो फिर संकट और ज्यादा गहराएगा। हालांकि हर बार ही पानी लिफ्ट किया जाता है। ग्रेविटी के मुताबिक इस बार पानी जलघरों तक पहुंचेगा, इसकी उम्मीद बिल्कुल भी नहीं है। सिंचाई विभाग के अधिकारी बताते हैं कि रोहतक के जलघरों को भरने के लिए केवल 90 क्यूसिक पानी की आवश्यकता है। जबकि जेएनएल फीडर में इस समय 1100 क्यूसिक पानी चल रहा है।

एक टाइम ही होगी सप्लाई

सिंचाई विभाग के सूत्रों का कहना है कि फीडर में 1100-1200 क्यूसिक के करीब ही पानी का बहाव रहेगा। क्योंकि इतने ही पानी का इंडेंट फिलहाल तक मिला है। वजह है मूनक हेड से इतना ही पानी जेएनएल के हिस्से में आया है। शहर में पानी के लिए जो हाहाकार दो-तीन सप्ताह से मचा हुआ है, उसके हल होने के आसार कम ही दिखाई दे रहे हैं। हो सकता है कि पांच-सात दिन लोगों को दोनों समय सप्लाई जन स्वास्थ्य विभाग दे दे। वरना तो फिर से वही एक टाइम ही पानी दिया जाएगा। एक टाइम पानी देने का मतलब है कि लोग पानी से महरूम रहेंगे ही। ज्यादा दिक्कतें उन कॉलोनी के लोगों को होंगी,जो वाटर सप्लाई लाइनों की टेल पर हैं। एक समय पानी की सप्लाई देने के कारण टेल पर अमूमन पानी नहीं पहुंचता है।

फीडर में नहीं बह रहा क्षमता अनुसार पानी

जेएनएल फीडर के लिए सरकार से 3000 हजार क्यूसिक पानी की मांग की थी। लेकिन मिला 1100-1200 क्यूसिक है। जन स्वास्थ्य विभाग पानी लिफ्ट करके जलघरों को भर सकता है। क्योंकि फीडर में क्षमता से मुताबिक पानी नहीं बह रहा है। ऐसे में ग्रेविटी से जलघर नहीं भर पाएंगे। **-सतीश कुमार**, अधीक्षक अभियंता जवाहर लाल नेहरू फीडर, सिंचाई विभाग

11 साल में भी पीने के पानी की व्यवस्था नहीं की जन स्वास्थ्य-अभियांत्रिक विभाग ने

जेएनएल में पानी आने के 5 दिन बाद भी हालात सामान्य हों तो बड़ी बात, 26 से शुरू होगी सप्लाई

साफ-सफाई अच्छे से करवानी चाहिए

बनी हुई है नियमित दिक्कत

क्षमता मुताबिक नहीं मिलता पानी

इन कॉलोनियों में नहीं आ रहा पानी

गुरुवार को हरिभूमि में प्रकाशित खबर

कई सालों से दिक्कत

ये जगजाहिर है कि गर्मी क्या सर्दी के मौसम में भी लोगों के हलक पीने का पानी नहीं मिलने की वजह से सूखते हैं। बावजूद इसके जन स्वास्थ्य विभाग ने समस्या का निदान नहीं किया। विकराल समस्या का अब एक दशक से भी अधिक का समय हो चुका है। लेकिन समाधान कोई भी नहीं। रोहतक शहर के लोगों की विडंबना देखिए कि आने वाले पांच-चार साल में लोगों को जरूरत के मुताबिक पानी नहीं मिलेगा। कारण कोई ठोस प्रोजेक्ट अभी तक बना नहीं। आज की तारीख में ही अगर किसी प्रोजेक्ट को सरकार स्वीकृति देती है तो उसे पूरे होने में ही तीन-चार आराम से लगेंगे। दीगर ये है कि फिलहाल तो जन स्वास्थ्य विभाग वह जगह ही मुकर्रर नहीं कर पाया है, जहां शहर की बढ़ती आबादी के मुताबिक नए जलघरों का निर्माण करवाया जाएगा।

महम। पीएनबी मदीना शाखा में आग लगने के बाद स्टोर रूम का दृश्य।

पीएनबी मदीना के स्टोर रूम में आग बड़ा हादसा टला

- खरक जाटान व भैणी सुरजन और मदीना के खेतों में भी लगी आग

महम। दमकल केंद्र महम के कर्मचारियों के आग बुझाने में पसीने छूट रहे हैं। एक ही दिन में कई जगह से आग लगने की सूचनाएं पहुंच रही हैं। दमकलकर्मियों को आग बुझाने में काफी मशक्कत करनी पड़ रही है। सोमवार को सुबह 10 बजे भैणी सुरजन गांव के खेतों में गेहूं के फानों में आग लगने की सूचना मिली। वहां पर पहुंचकर दमकलकर्मियों ने आग पर काबू पाया। सुबह 11 बजे पंजाब नेशनल बैंक की मदीना शाखा में आग लगने की सूचना मिली। बताते हैं कि बैंक के स्टोर रूम में बिजली का शॉर्ट सर्किट हो जाने की वजह से आग लग गई। वहां पड़े कबाड़ ने आग पकड़ ली। जिस वजह से बैंक शाखा में अचानक धुंआ फैल गया। आग लगते ही बैंक में अफरा तफरी मच गई। गनीमत रही कि बैंक कर्मियों व ग्रामीणों की तत्परता की वजह से आग को बुझा दिया गया। दमकल केंद्र महम के कर्मचारी भी मौके पर पहुंच गए, जहां उन्होंने आग को वहां पर धधक रही राख को पूरी तरह से ठंडा कर दिया।

डेयरी मोहल्ला में युवक ने फंदा लगाकर की आत्महत्या

- सोनू ने सुसाइड नोट में लिखा मौत के लिए मैं ही जिम्मेदार हूं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

डेयरी मोहल्ला में एक युवक ने फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। मृतक की पहचान डेयरी मोहल्ला निवासी 32 वर्षीय सोनू के रूप में हुई। सोनू ने रात को कमरे में पंखे से फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। पूरा दिन किसी को इसके बारे में पता नहीं चला। शाम को जब मां ने कमरे का दरवाजा खोलकर देखा तो सोनू पंखे से लटक रहा था। सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। मृतक सोनू की शादी गोहाना निवासी एक महिला से हुई थी। मृतक के दो लड़की है, जिसमें एक दो साल की और दूसरी 8 माह की है। सोनू का अपनी पत्नी के साथ किसी बात को लेकर झगड़ा हो गया, जिसके बाद पत्नी पिछले 4 माह से अपने मायके गोहाना गई हुई थी। पुलिस ने मिली जानकारी के अनुसार मृतक के पास एक सुसाइड नोट भी मिला है। सुसाइड नोट में लिखा है कि मेरी मौत के लिए मैं ही जिम्मेदार हूं। मेरे मरने के बाद किसी को भी परेशान नहीं किया जाए। मैं अपनी मर्जी से आत्महत्या कर रहा हूं। पुलिस जांच कर रही है।

रोहतक। मौके पर जांच करती एफएसएल एक्सपर्ट डॉ. सरोज दहिया व पुलिस अधिकारी।

महम। चंडीगढ़ सीएम आवास पर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मिलकर शहर की समस्याओं के समाधान की मांग करते महम नगर पालिका के पार्षद।

मुख्यमंत्री से मिले नपा पार्षद, महम की समस्याओं के समाधान की मांग

महम। महम की समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर महम नगर पालिका के कई पार्षद सोमवार को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से उनके चंडीगढ़ स्थित आवास पर मिले। मुख्यमंत्री से मिलने वालों में नगर पालिका प्रधान भारती पंवार के ससुर फतेह सिंह, वार्ड 14 से पार्षद विकास श्योराण, वार्ड 9 के पार्षद जयनारायण, वार्ड 8 के पार्षद विनोद गोयल, वार्ड वार्ड पांच से पार्षद अनिल चावरिया और वार्ड दो से पार्षद मोनू जांगड़ा शामिल थे। पार्षदों ने कहा कि महम शहर का बस स्टैंड कंडम हो चुका है, उसको बाइपास पर शिफ्ट किया जाए। खेल स्टेडियम का जीर्णोद्धार किया जाए। शहर की सीवर व्यवस्था को दुरुस्त किया जाए। सामुदायिक केंद्रों की मरम्मत की जाए। श्मशान घाटों की चारदीवारी बनाई जाए और वहां जाने वाले रास्तों को पक्का किया जाए। महम के सरकारी अस्पताल में अल्ट्रासाउंड की सुविधा मुहैया करवाई जाए। वार्ड 13 व 14 के लिए सामुद्धायिक केंद्र बनाया जाए। शहर के जलभरत तालाब का सौंदर्यकरण करवाया जाए। वार्ड 14 के अनअप्रुव्ड एरिया को अप्रुवड बनाकर उनमें गलियों पक्की की जाएं।

सख्ती किसान वर्तमान तथा आगामी 2 सीजन तक फसल मंडी में नहीं बेच पाएगा

सेटेलाइट के माध्यम से 24 घंटे की जा रही है निगरानी

गेहूं की कटाई के बाद फसल अवेशष जलाए तो लगेगा 30 हजार रुपये जुर्माना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

गेहूं फसल की कटाई के उपरांत खेत में बचे शेष अवशेषों में आग न लगाए। किसान इन फसल अवशेषों से पशुओं के लिए चारा बनवाए तथा शेष अवशेषों को मिट्टी में मिलाकर खेत की उपजाऊ शक्ति बढ़ाए। फसल अवशेषों को जलाने से उठने वाले धुएं से पर्यावरण प्रदूषण होता है तथा जान-माल के खतरे की आशंका भी बनी रहती है। किसान फसल अवशेषों का उचित प्रबंधन करें। फसल अवशेष जलाने के दोषी किसान पर दो एकड़ भूमि तक 5 हजार रुपए प्रति घटना, दो से पांच एकड़ तक 10 हजार रुपए प्रति घटना तथा पांच एकड़ से ज्यादा भूमि पर 30 हजार रुपए प्रति घटना की दर से पर्यावरणीय प्रतिकर लगाया जाएगा। यदि कोई किसान मौके पर आगजनी करता पाया गया तो दोषी किसान के विरुद्ध पॉल्युशन प्रोटेक्शन के तहत कार्रवाई की जाएगी। दोषी किसान वर्तमान सीजन तथा आगामी 2 सीजन तक अपने फसल उत्पाद मंडी में नहीं बेच पाएगा। इसके अलावा ऐसा किसान कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के माध्यम से क्रियान्वित की जा रही विभिन्न किसान लाभकारी योजनाओं का लाभ भी प्राप्त नहीं कर पाएगा। अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने सोमवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में सांपला के उपमंडलाधीश उत्सव आनंद व महम के उपमंडलाधीश दलबीर फौगाट, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल, कृषि उपनिदेशक डॉ. सुरेंद्र सिंह के साथ फसल अवशेष प्रबंधन बारे समीक्षा कर रहे थे। फसल अवशेष जलाने की घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए ग्राम स्तर पर गठित की गई टीमों को सक्रिय करने के निर्देश दिए है। उन्होंने कहा कि फसल अवशेष जलाने की घटना की ग्राम स्तर की टीमें तुरंत सूचना दें।

रोहतक। अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार, सांपला के उपमंडलाधीश उत्सव आनंद व कृषि उपनिदेशक डॉ. सुरेंद्र सिंह। फोटो: हरिभूमि

करौंथा: रात होते ही जला देते हैं अवशेष

शीतकालीन समय में फसलों के अवशेष जलने के कारण एनसीआर में प्रदूषण का स्तर बढ़ गया था। लेकिन अबकी बार गर्मी में भी सबसे ज्यादा फसलों के अवशेष जल रहे हैं। इनमें आग कैसे लग रही है, यह जांच का विषय है। इसकी वजह से रोहतक और आसपास के क्षेत्र में प्रदूषण बढ़ गया है। फसलों के अवशेष जला देने के कारण खेतों में पशु पक्षी अपना जीवन खो देते हैं। साथ ही प्रशासन गाइडलाइन जारी करके जिम्मेदारी पूरी कर लेता है। करौंथा के पास के खेतों में शाम को फसलों के अवशेष जलते हुए देखे गए। हालांकि यह पता नहीं चल सका कि आग कैसे लगी।

हरिभूमि
सहेली

स्पेशलः वर्ल्ड लाफ्टर-डे
4 मई

जिंदगी की इस आपा-धापी में हम हंसना भूलते जा रहे हैं, जबकि हेल्दी लाइफ के लिए हंसना बहुत जरूरी है। इस बात की पुष्टि कई शोध भी करते हैं। इसलिए नई-नई वजहों से खुलकर, जमकर हंसते रहिए, साथ ही दूसरों को भी हंसाते रहिए।

खुलकर हंसें-हंसाएं जिंदगी में बहार लाएं

कवर स्टोरी

चेतना झा

सच कहा जाता है, 'लाफ्टर इज द बेस्ट थेरेपी'। हंसने से बड़ी कोई दवा नहीं। लाखों के कपड़े-गहने पहन लें या दुनिया के बेस्ट प्रोडक्ट से मेकअप कर लें, तस्वीर तो तभी अच्छी आएगी जब आप 'स्माइल प्लीज' कहने पर मुस्कुरा देंगी। 'हंसता हुआ नूरानी चेहरा...' जैसे फिल्मी गीत यों ही नहीं बने हैं। छोटी-सी मुस्कुराहट चेहरे पर चार चांद लगा देती है। किसी की हंसी-मुस्कान कभी पहली नजर में भा जाती है, जीवन भर के साथी बन जाते हैं, तो किसी का संबल भी बनती है। कुदरत का यह तोहफा नायाब है। जब हम आज की व्यस्त दिनचर्या में अपनी हंसी खोते जा रहे हैं तो इसकी अहमियत को समझें, सजग हों कि हंसना जरूरी है। आज दुनिया भर में हंसने के बहाने ढूंढ़े जा रहे हैं। हंसना जरूरी न समझा जाता तो हर साल 'वर्ल्ड लाफ्टर-डे' क्यों मनाया जाता? आज तो हंसने-हंसाने के लिए जगह-जगह लाफ्टर क्लब खुल चुके हैं, लोग यहां आकर एक साथ हंसते हैं, अपना मेंटल स्ट्रेस कम करते हैं। अपने भीतर खुशियां समेटते हैं।

शुरू हुई मेडिकल क्लाउनिंगः हंसने के फायदे इसी से समझे जा सकते हैं कि मेडिकल क्लाउनिंग जैसे प्रोफेशन अब शुरू हो गए। इस प्रोफेशन को अपनाने वाले लोग अस्पतालों में या स्वयं क्लीनिक खोलकर असाध्य रोगों से जूझ रहे लोगों के होंठों पर मुस्कान लाने का प्रयास करते हैं। विभिन्न शोधों से मालूम हो चुका है कि ऐसे प्रयास किसी दवा से कम कारगर नहीं होते बल्कि यह कहिए कि दवाएं तभी काम करती हैं, जब चेहरे पर हंसी हो। दरअसल, हंसी हमारे भीतर सकारात्मक भाव पैदा करती है, इससे रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। कई शोधों से यह पता चला है कि हंसने से शरीर में एंडोर्फिन नामक हार्मोन बनता है, जो हमारा मूड हैप्पी रखता है। हम

अपने आपको तरोताजा महसूस करते हैं। यह हार्मोन हमें सुखद एहसास और पॉजिटिव थिंकिंग देता है।

हंसी को न बनाइए दुर्लभः हंसना हमारे लिए बहुत फायदेमंद है। इसीलिए अब लोग लाफ्टर क्लब के सदस्य बनने लगे हैं, लोग पार्क में एकत्र होकर हंसते हैं, लेकिन यहां यह भी सवाल उठता है कि क्या हंसी इतनी दुर्लभ हो गई है कि इसके लिए हमें बनावटी तरीके अपनाने पड़ें। हंसने के लिए हमें सहज तरीके अपनाने चाहिए ताकि हम सचमुच हंसें। हंसने के लिए हमें अपने आस-पास के लोगों की बातों पर हंसने की वजह खोजनी चाहिए। आमतौर पर हम हंसना-हंसाना दोस्तों-सहेलियों या फिर देवर-भाभी, जीजा-साली जैसे रिश्तों के बीच हुई बातें मानते हैं, लेकिन सिर्फ इनसे ही नहीं, आप अपने पति, बच्चों और बुजुर्ग माता-पिता के साथ भी मजेदार बातें करें, सबके साथ हंसिए। परिवार के सदस्यों के साथ हंसना आपके रिश्तों में मिठास घोलेगा, इससे आपके रिश्ते गहरे भी होंगे।

बेस्ट एंटी एजिंग फॉर्मूलाः अगर आप यह कॉम्प्लिमेंट पाना चाहती हैं, 'आपकी स्किन से आपकी उम्र का पता ही नहीं चलता,' तो किसी साबुन या क्रीम से ज्यादा अपनी हंसी पर भरोसा कीजिए। इसमें कोई दो राय नहीं कि हंसने से चेहरे की मांसपेशियों की बेहतरीन एक्सरसाइज होती है। इससे चेहरे पर झुर्रियां जल्दी नहीं पड़तीं। हंसने के दौरान हम गहरी सांस लेते और छोड़ते हैं, इस कारण शरीर में ऑक्सीजन का संचार बेहतर होता है। यही कारण है कि हंसने-हंसाने वाली महिलाएं न केवल अधिक जवां दिखती हैं, ऊर्जावान भी रहती हैं, तो एंटी एजिंग प्रोडक्ट्स पर पैसे बहाने की बजाए, बस हंसी पर ऐतबार कीजिए और हमेशा जिंदादिल, जवां रहें।

ध्यान कीजिए पिछली बार कब खुलकर हंसी थींः आज की लाइफस्टाइल में हंसना-हंसाना बहुत बड़ी बात हो गई है।

हास्य कलाकारों या कवियों के पारिश्रमिक कई बार आपको चौंका सकते हैं। यह और बात है कि ऊंचा पेमेंट लेकर भी कई बार वे घिसी-पिटी हास्य कविताएं या जोक सुनाते हैं। हंसाने के लिए टीवी पर कई कॉमेडी शोज भी आते हैं। इनकी टीआरपी बहुत अच्छी होती है। असल में यह सारी मशक्कत इसलिए है कि हम हंसना अब भूलते जा रहे हैं। बड़ी-से-बड़ी किसी हंसी वाली बात पर भी बस हल्के से मुस्कुरा देना,हमारी आदत-सी बन गई है। यकीन न हो तो खुद ही याद कीजिए कि पिछली बार आप कब खुलकर हंसी थीं?

ड्रामा नहीं, कॉमेडी देखिएः पिछले दिनों यूनिवर्सिटी ऑफ मेरीलैंड में एक शोध किया गया। जिन लोगों पर यह शोध किया गया, उन्हें दो ग्रुप में बांटा गया। पहले ग्रुप को कॉमेडी दिखाई गई तो दूसरे को थोड़ा तनाव देने वाला ड्रामा दिखाया गया। परिणाम में देखा गया कि जिस ग्रुप को कॉमेडी दिखा कर हंसाया गया, उनका रक्त संचार दूसरे ग्रुप से बेहतर था। इसलिए टीवी पर सास-बहू या अपराध से जुड़े सीरियल देखने से कहीं बेहतर है, आप हेल्दी कॉमेडी शोज को देखें।

दर्द हो जाएगा उड़न-छूः यकीनन आपकी जिंदगी में भी कई ऐसे लोग होंगे, जिनकी हंसी-ठिठोली देखकर आपके सारे गम उड़न-छू हो जाते होंगे। काम से थक कर वापस आने पर जीवन साथी या बच्चों की हंसी और बूढ़े माता-पिता की मुस्कान एक सुकून देती है। इनकी वजह से ही हम कुछ देर के लिए सारे दुख-दर्द भूल जाते हैं। कई शोध में पाया गया है कि स्पोंडिलाइटिस या कमर, रीढ़ के असहनीय दर्द को दूर भगाने में लाफ्टर थेरेपी बहुत कारगर साबित हुई है। इसीलिए लाफ्टर थेरेपी को मानने वालों का नारा है, 'दस मिनट ठहाके लगाइए और घंटे भर दर्द से दूर रहिए।'

हम देखते हैं कि इस भागम-भाग भरी जिंदगी में हम अकसर भौतिक संसाधन बटोर कर खुश रहने का प्रयास करते हैं, लेकिन सच तो यह है हम अपना सुकून खो रहे हैं। तो इस लाफ्टर-डे पर अपने आपसे प्रॉमिस कीजिए कि हंसने-हंसाने के नए-नए बहाने खोजेंगे, खुलकर खुद हंसेंगे और दूसरों को भी हंसाएंगे।

मिड एज में आते ही कुछ महिलाओं को लगता है, जीवन बहुत जी लिया, अब कुछ नया करने की उम्र नहीं है। उम्र के किसी भी पड़ाव पर आप बहुत कुछ नया कर सकती हैं, बस हमेशा उत्साह-उमंग से भरे रहिए, आपकी हर आकांक्षा पूरी होगी।

मिड एज में भी जिंदगी लगेगी खूबसूरत

बी पॉजिटिव

शिखर चंद जैन

यही 40-45 की उम्र में आते ही कुछ महिलाएं जिंदगी में एक ठहराव महसूस करने लगती हैं। उन्हें लगता है, बस अब जिंदगी की रफ्तार थम गई है। अब कुछ नया करने को नहीं है। ऐसी महिलाओं में जिंदगी के प्रति कोई उत्साह-उमंग नहीं रहता। इस तरह की नेगेटिव सोच सही नहीं है। हमें यह समझना चाहिए, जिंदगी का हर दिन नया है। चाहे मिड एज हो या ओल्ड, नएपन, निखार, सुधार, तरक्की, उत्साह-उमंग और सफलता की गुंजाइश हमेशा बनी रहती है। बस जिंदगी के प्रति हमारा नजरिया उत्साहपूर्ण और पॉजिटिव होना चाहिए।

जीवन जितना है, बहुत हैः मिड एज में आते ही बहुत-सी महिलाएं सोचती हैं, 'अब जिंदगी बची ही कितनी है, जो कुछ नया शुरू किया जाए।' इस तरह की नेगेटिव सोच आपको उत्साह-उमंग भरी जिंदगी जीने से रोकती है। हमेशा यही सोचना चाहिए कि अभी तो हमारे सामने जीवन जीने के लिए लंबा समय है, बहुत कुछ करना बाकी है। जीवन जितना है, बहुत है। इसलिए उम्र के किसी भी पड़ाव पर नए सपने देखिए और इन्हें पूरा कीजिए, इससे आप हमेशा जीवंत रहेंगी। जिंदगी बहुत प्यारी-सी लगेगी।

सोशल एक्टिविटीज बोझ नहींः कई महिलाएं उम्र का हवाला देकर सोशल एक्टिविटीज से बचती हैं। उन्हें लगता है कि यह सब फालतू काम हैं, इनमें समय की बर्बादी होती है। यह सोच गलत है। सोशल एक्टिविटीज न सिर्फ हमारा मन स्वस्थ रखती हैं बल्कि इससे हमारा सामाजिक दायरा, मित्रता और लोगों से घनिष्ठता भी बढ़ती है। मिड लाइफ तो विशेष रूप से सोशल एक्टिविटीज में इंवॉल्व होने का सही समय है। इससे आपका अपना एक सपोर्ट सिस्टम तैयार होता है।

व्यर्थ की चिंताओं में न उलझेंः 'मैंने शुरू से ऐसा किया होता तो अच्छा होता', 'मैंने वैसे क्यों नहीं किया?', इस तरह की बातें व्यर्थ की चिंताएं हैं। जो बीत गई, सो बात गई, बीता समय कभी लौटकर नहीं आ सकता। इसलिए व्यर्थ की चिंताओं से मुक्त होकर जिंदगी जिएं। जीवन को सरसता और सहजता से जिएं। चिंताओं के बजाय आगे की जिंदगी के लक्ष्य तय करके, इन्हें पूरा करने में लग जाएं। आपको जिंदगी खूबसूरत लगेगी।

कुछ सार्थक करेंः अगर इन दिनों आपके पास कुछ अतिरिक्त समय है, तो इसे किसी सार्थक काम में लगाएं। इसे सोशल नेटवर्क बढ़ाने, नई स्किल सीखने, मोटिवेशनल बुक्स पढ़ने, तन-मन की सेहत संभालने-संवारने में इस्तेमाल करें। आप चाहें तो बागवानी करें, पर्यटन के लिए निकलें। जीवन में नयापन चाहिए तो हर रोज नए-नए लोगों से मिलें।

कुछ ऐसा करें जो आत्मसंतुष्टि देः जब हम अपने समाज और देश हित के लिए कुछ करते हैं तो हमें एक आत्मसंतुष्टि महसूस होती है। इसलिए अपनी पारिवारिक जिम्मेदारियां निभाने के बाद अब आपको देश-समाज के लिए भी कुछ ऐसा करना चाहिए, जिसे करके आपको आत्मसंतुष्टि मिले, गर्व महसूस हो। गरीब बच्चों को मुफ्त में पढ़ाएं, उनके लिए कॉपी-किताब उपलब्ध कराएं। निरक्षर या वृद्ध लोगों के लिए सरकारी या बैंक संबंधी कार्य का निष्पादन करने में उनकी मदद करें, इससे आपको खुशी मिलेगी।

स्पेशलः इंटरनेशनल डांस डे, 29 अप्रैल

डांस एक ऐसी एक्टिविटी है, जो शरीर ही नहीं मन के मोर्चे पर भी बदलाव लाती है। सोशल फ्रंट पर जुड़ाव को इंस्पायर करती है। यही वजह है कि हमारे यहां पर्व और खुशी के हर अवसर पर नृत्य करने की परंपरा रही है। आइए, हम भी इसे अपने जीवन में शामिल कर, इसे उल्लास से भर दें।

हेल्थ-सोशल बॉन्डिंग से जुड़ा आर्ट ऑफ डांस

लाइफस्टाइल

चैतन्या

नृत्य कला में संस्कृति के रंग ही नहीं, स्वास्थ्य से जुड़े फायदे भी निहित हैं। नृत्य करने से मन उल्लासित और शरीर सक्रिय रहता है। इसे करने से मन-जीवन को खुशहाल रखने वाले हार्मोंस स्रावित होते हैं। आलस दूर भागता है। चेहरे की भाव-भंगिमाओं से लेकर शरीर की लचक तक, नृत्य के अनगिनत लाभ हैं। सबसे अहम यह है कि नृत्य की उमंग संग होने वाले सेलिब्रेशंस में महिलाओं की भूमिका सबसे मुखर होती है। इसीलिए स्वास्थ्य सहेजने की बात हो या खुशियां मनाने की, डांस को अपने जीवन में जरूर जगह दीजिए। समय मिले तो अपनी पसंद की किसी नृत्य विधा को सीखिए। देश के जिस हिस्से से भी जुड़ी हैं, वहां के परंपरागत नृत्य की थाती को सहेजने में रुचि लीजिए। यह जुड़ाव आपके अपने जीवन को उल्लासित बनाए रखेगा।

मन-मस्तिष्क रहते हैं स्वस्थः नृत्य मनोभावों की अभिव्यक्ति का प्रभावी माध्यम है। यह कला सदा से ही अपने आपको एक्सप्रेस करने का सबसे सुंदर तरीका रही है। यही वजह है कि यह आर्ट, सीधे-सीधे मन-मस्तिष्क की बेहतरी से जुड़ी है। डांस करने से तनाव और अवसाद जैसी कई बीमारियों का खतरा कम होता है। मन तरोताजा रहता है। याददाश्त अच्छी होती है। नियमित डांस करने से दिमाग सजग रहता है। न्यू इंग्लैंड जर्नल ऑफ मेडिसिन का अध्ययन बताता है कि डांस करने से डिमेंशिया होने की संभावना कम हो जाती है। नए-नए स्टेप्स सीखना और नृत्य करने की आदत से मस्तिष्क सही और समय पर प्रतिक्रिया देने को लेकर सचेत रहता है। स्मार्ट गैजेट्स के इस दौर में जब दिमाग छोटी-छोटी बातें भूलने लगा है, डांस की एक्टिविटी फोकस बढ़ाने में मददगार बन सकती है। असल में शारीरिक संतुलन और सही भावाभिव्यक्ति को साधने से जुड़ी यह गतिविधि दिमाग को फोकस्ड रहना सिखाती है। इतना ही नहीं डांस करने से मूड भी अच्छा रहता है। यह मनःस्थिति उदासी और डिप्रेशन के घेरे से बचाती है। डांस एक ऐसी एक्टिविटी है, जिसे मिल-जुलकर ही नहीं अकेले भी किया जा सकता है। यही कारण है कि नृत्य में रुचि रखने वाले लोगों को अकेलापन भी नहीं घेरता।

शारीरिक फिटनेस में सहायकः शारीरिक सक्रियता के लिए नृत्य एक बेहतरीन एक्टिविटी है। इसीलिए कसरत करने के लिए भी डांस आर्ट से जुड़ा जा सकता है। यह कला ना सिर्फ फिजिकल फिटनेस में मदद करती है बल्कि शरीर को एजिंग से भी दूर रखती है। मोटापे की समस्या से जूझने और वजन घटाने के लिए एक्सरसाइज के रूप में डांस करना एक बेहतरीन विकल्प है। डांस करने से कैलोरीज तो बर्न होती ही हैं, मन भी खुश रहता है। इसके चलते शरीर को खुशी बढ़ाने वाले हार्मोंस मिलते हैं। नींद अच्छी आती है। ऐसे बातें भी अप्रत्यक्ष रूप से वजन कम करने में मददगार बनती हैं। डांस करने से स्टेमिना भी बढ़ता है। हेल्दी और एक्टिव लाइफस्टाइल को बढ़ावा मिलता है। हर ओर से चिंताओं में घिरी जिंदगी के इस दौर में नृत्य कला से जुड़ाव मन को स्थिर रखने में भी मदद करता है। शरीर की थिरकन समग्र जीवन को उमंग की सौगात देती है।

सामाजिकता-आत्मविश्वास को बलः नवरात्र में मिलकर गरबा करने की बात हो या लोहड़ी पर भांगड़ा-गिद्दा नृत्य की धूम। शादी-ब्याह की रौनक में थिरकने का उल्लास हो या परंपरागत नृत्य शैली को साधने की यात्रा। नृत्य, सामाजिकता मेल-जोल बढ़ाने और आत्मविश्वास को बल देने वाली कला है। खास धुन और खास अवसर पर मिलकर झूमने-थिरकने से आपसी जुड़ाव बढ़ता है। त्योहार हो या सामाजिक-पारिवारिक आयोजन, डांस करने से हर मौके की रौनक बढ़ जाती है। अध्ययन भी बताते हैं कि खुद को अभिव्यक्त करने की यह कला इंसान को नकारात्मक भावना से दूर रखती है। सामाजिक जुड़ाव और आपसी संवाद मानसिक और शारीरिक सेहत पर असर डालने वाले महत्वपूर्ण फैक्टर्स हैं। इसलिए अपनी जिंदगी में डांस को जरूर शामिल कीजिए।

मेकअप

सरिता गुप्ता

गर्मियों के लिए परफेक्ट मैटलुक मेकअप

गर्मी के दिनों में नॉर्मल मेकअप अच्छा नहीं लगता है। इस मौसम में नेचुरल और मैटलुक मेकअप ही इंप्रेसिव लगता है। मिनिमल मेकअप से आपके फीचर्स शार्प और स्किन नेचुरल, फ्रेश और ग्लोइंग नजर आती है। अगर आपका फेस ऑयली है तो इस सीजन में आप मैटलुक मेकअप करें, क्योंकि इससे आपको प्यारा-सा लुक और स्मूद टेक्सचर मिलता है।

क्लीनिंगः सबसे पहले अपने चेहरे को क्लीन करें। इससे मेकअप में फिनिशिंग लुक परफेक्ट आएगा और यह लॉन्ग लास्टिंग भी बना रहेगा। फेस को धोने के लिए आप फेसवॉश से चेहरे को साफ करें और फिर बर्फ के टुकड़े से मसाज करें। चेहरा साफ करने के बाद सनस्क्रीन लगाएं।

जरूरी है प्राइमरः कभी-कभी स्किन पर रेडनेस, डलनेस और अनइवन स्किन टोन जैसी समस्याएं आ जाती हैं। इसलिए हमेशा मेकअप से पहले प्राइमर यूज करना सही रहता है। प्राइमर के इस्तेमाल से मेकअप आपकी स्किन के पोर्स के अंदर नहीं जाता और साथ ही मेकअप प्रोडक्ट्स को एक चिकना बेस देने में मदद करता है। प्राइमर, मेकअप को लॉन्ग लास्टिंग भी बनाता है।

फाउंडेशनः मैटलुक मेकअप के लिए वाटर बेस्ड फाउंडेशन का ही चयन करें। वाटर बेस्ड फाउंडेशन की एक मोटी परत लगा कर इसे स्पंज की मदद से स्मूद फिनिश दें और इसे धीरे-धीरे ब्लेंड करें।

कंसीलर-ब्रांजरः कंसीलर से अपने चेहरे के दाग-धब्बों और डार्क सर्कल को छुपाने के लिए आपको फाउंडेशन से मैच करता हुआ शेड ही लगाना चाहिए। इसके साथ ब्रांजर का यूज आपके मैटलुक को नेचुरल दिखाता है। लेकिन ध्यान रखें कि इसको ज्यादा मात्रा में यूज ना करें। ब्रांजर को माथे के ऊपरी हिस्से, चीक बोंस और चिन पर लगा सकती हैं।

लूज पावडरः फाउंडेशन लगाने के बाद मेकअप को सेट करने के लिए कांपैक्ट फेस पावडर की बजाय हमेशा लूज पावडर का इस्तेमाल करें।

मैट ब्लशः कोरल-पिंक मैट ब्लश का यूज करके आप अपने गालों को हाईलाइट कर सकती हैं। मैट ब्लश को हमेशा ब्रश की मदद से ही अप्लाई करें।

आईशैडोः मैट फिनिश लुक के लिए न्यूड शेड वाले मैट आईशैडो का यूज करें। आप अपने आउटफिट से मैच करता हुआ आईशैडो का कलर भी चुन सकती हैं।

मैट लिपस्टिकः मैटलुक के लिए आप लिक्विड लिपस्टिक का यूज करें।

(मेकअप आर्टिस्ट कोमल चौधरी से बातचीत पर आधारित)

बच्चे और आप

रजनी अरोड़ा

आप जरूर चाहती होंगी, आपके बच्चे का शारीरिक और मानसिक विकास सही ढंग से हो, उसका व्यक्तित्व प्रभावशाली हो, जीवन हमेशा खुशहाल रहे। इसके लिए आपको बच्चे की परवरिश में कुछ जरूरी बातों का ध्यान रखना होगा।

परवरिश का होगा यह तरीका बच्चों का होगा खुशहाल जीवन

हर माता-पिता की ख्वाहिश होती है, उनका बच्चा स्वस्थ और खुश रहे। उसके व्यक्तित्व का सही ढंग से विकास हो। इसके लिए वे पूरी तरह प्रयासरत भी रहते हैं। लेकिन खुशी केवल बाहरी कारकों से नहीं आती, यह बच्चे की मनःस्थिति, सकारात्मक सोच, स्वस्थ जीवनशैली और अच्छे सामाजिक संबंधों पर निर्भर करती है। खुशी एक कौशल है, जिसे सही आदतों और दृष्टिकोण से विकसित किया जा सकता है। यह संभव है, बच्चे की अच्छी परवरिश से। विशेषज्ञ मानते हैं कि बच्चों की परवरिश केवल उनकी भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करने तक सीमित नहीं होनी चाहिए। बच्चों में सही मानसिकता, भावनात्मक स्थिरता और सकारात्मक सोच विकसित करना भी जरूरी है। रोजमर्रा की अच्छी आदतें बच्चों को न सिर्फ खुश रहने, बल्कि जीवनभर के लिए खुशहाल और आशावादी बनने में भी मदद करती हैं। जिनका ध्यान रखना पैरेंट्स के लिए बहुत जरूरी है।

दें खुशहाल और सुरक्षित माहौलः बच्चों का मानसिक स्वास्थ्य आस-पास के वातावरण पर निर्भर करता है। अगर घर का माहौल सकारात्मक, सुरक्षित और प्रेम से भरा होगा, तो बच्चे में आत्मविश्वास बढ़ेगा, वे खुश भी रहेंगे। इसलिए परिवार में आपसी तनाव या नकारात्मक भावों को खत्म कर हमेशा सकारात्मक माहौल बनाए रखें। बच्चों के साथ क्वालिटी टाइम बिताएं। यह एहसास कराएं कि वे आपके लिए अहम हैं। इससे बच्चे खुलकर अपनी बातें आपके सामने रखेंगे। आप भी उनकी समस्याओं का निवारण आसानी से कर सकेंगी।

किताबें पढ़ने को बढ़ावा देंः बच्चों को तरह-तरह की पुस्तकें पढ़ने की आदत डालें। सोचने और समझने की क्षमता विकसित होती है। आत्मिक संतुष्टि प्रदान करने के साथ खुशहाल जीवन बिताने की प्रेरणा प्रदान करती हैं। पसंदीदा किताबें पढ़कर सुनाएं और उन्हें पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें। हल्की-फुल्की कहानियां, कॉमिक बुक्स पढ़ने को दें। नैतिक शिक्षा पर आधारित किताबें पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें।

स्वस्थ सामाजिक रिश्ते बनाना सिखाएंः बच्चे को मजबूत और प्रेमपूर्ण संबंध बनाना सिखाएं। सहानुभूति सिखाएं, जिससे वे दूसरों की भावनाओं को समझ सकें। अपनी टीमवर्क, दोस्तों, परिवार और शिक्षकों के साथ अच्छे संबंध बनाए रखें। दूसरों की मदद करने की आदत बनाएं।

सकारात्मक सोच को दें बढ़ावाः बच्चों में सकारात्मक सोच को बढ़ावा दें, ताकि धैर्य रखकर वे बुरे वक्त में निराश न होकर सकारात्मक समाधान ढूंढ़ पाएं। बच्चों को सिखाएं कि हर समस्या का समाधान मुमकिन है। उनका आत्मविश्वास बढ़ाएं। 'मैं नहीं कर सकता' को 'मैं कोशिश करूंगा' में बदलने के लिए प्रेरित करें। पैरेंट्स बच्चों के सामने सकारात्मक बातें करें, जैसे- 'तुम कर सकते हो', 'अगली बार और बेहतर होगा।'

खुद से प्यार करना सिखाएंः हर बच्चा दूसरे से अलग होता है। व्यक्तिगत विशेषताओं और कार्यक्षमता को समझ कर विशिष्ट बनने के लिए प्रोत्साहित करें। उसकी क्षमताओं की सराहना करें। बच्चों की दूसरों से तुलना करने से बचें।

करें प्रेरितः रचनात्मक गतिविधियों में भाग लेने वाले बच्चे ज्यादा खुश और हेल्दी रहते हैं। उन्हे संगीत सुनने या वाद्य यंत्र बजाने के लिए प्रोत्साहित करें।

(सर गंगाराम अस्पताल, दिल्ली के सीनियर साइकोलॉजिस्ट डॉ. इमरान नूरानी से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

गांव सांघी में लगाया स्वास्थ्य जांच शिविर

रोहतक। मां दानो देवी धर्मार्थ ट्रस्ट की तरफ से संचालित विमल प्रसाद जैन एवं सुशीला देवी जैन फिजियोथैरेपी सेंटर पर गांव सांघी में फ्री कैंप का आयोजन किया गया। जिसमें लोगों ने आकर अपने जोड़ों के दर्द की जांच करवाई। संस्था के संचालक तस्वीर हुड्डा ने बताया कि इस कैंप का आयोजन हर सप्ताह सांघी गांव के बस अड्डे के नजदीक किया जाता है। जिसके अंदर कोई भी व्यक्ति आकर अपने जोड़ों के दर्द की फ्री में जांच करवा सकता है। साथ ही डॉक्टरों से परामर्श ले सकता है।

चार को मनाया जाएगा श्री परशुराम जन्मोत्सव

रोहतक। भगवान परशुराम आश्रम जनकल्याण समिति की समस्त कार्यकारिणी एवं आजीवन सदस्यों द्वारा सेक्टर दो सोनीपत रोड 4 मई रविवार को भगवान परशुराम जन्मोत्सव बड़ी ही धूमधाम से मनाया जाएगा। इसके लिए सोमवार को आश्रम कार्यालय में समिति अध्यक्ष एडवोकेट ललित कौशिक की अध्यक्षता में एक मीटिंग हुई।

एएसआई जयदीप ने पाया दूसरा स्थान

रोहतक। पुलिस में कार्यरत एएसआई जयदीप ने मैसूर, कर्नाटक में पुलिस का नाम रोशन किया है। एएसआई जयदीप ने 44 नेशनल मास्टर्स एथलेटिक्स चैम्पियनशिप में एएसआई जयदीप ने दूसरा स्थान हासिल किया है। इस उपलब्धि पर एसपी नरेंद्र बिजारणिया ने जयदीप को सम्मानित किया है तथा प्रशंसा पत्र से भी नवाजा है।

अवैध निर्माण, कॉलोनियों में नागरिक न करें खरीद-फरोख्त

11 एकड़ में फैली दो अवैध कॉलोनियों में की तोड़फोड़

- इंटरलॉक व कच्चा रोड नेटवर्क, चार अवैध निर्माण, 8 नींव, सीवरेज सिस्टम, आरसीसी चारदीवारी को किया गया ध्वस्त

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

जिला प्रशासन द्वारा सोमवार को जींद रोड पर डीपीएस स्कूल और गांव सिंहपुरा में रोहतक-जींद रोड पर करीब 11 एकड़ भूमि में विकसित की जा रही दो अवैध कॉलोनियों को तोड़ा गया। लोगों ने विरोध जताना चाहा लेकिन अधिकारियों के साथ पुलिस बल मौजूद रहा। जानकारी के अनुसार, इस अभियान के दौरान रोहतक गांव में रोहतक-जींद रोड के अंदर डीपीएस स्कूल के अंदर लगभग 9.5 एकड़ भूमि पर विकसित की जा रही कॉलोनी में चार अवैध निर्माण, 8 नींव, सीवरेज सिस्टम, बिजली के खंबे व इंटरलॉक रोड़ नेटवर्क को तोड़ा गया। इसके अलावा सिंहपुरा गांव में रोहतक जींद रोड पर लगभग 1.5 एकड़ में थैमिस मड हाऊस के सामने विकसित की जा रही एक अवैध कॉलोनी में कच्चा रोड नेटवर्क एवं आरसीसी की चारदीवारी को तोड़ा गया। इस अभियान के दौरान जिला नगर योजनाकार कार्यालय के अधिकारी, कर्मचारी के अलावा किसी भी अप्रिय घटना से निपटने के लिए पुलिस बल मौजूद रहा।

नियमित रूप से होगी कार्रवाई

नागरिक अवैध कॉलोनी, निर्माण में जीवन की जमा पूंजी को निवेश न करें। प्रशासन द्वारा नियमित रूप से जिले के नियंत्रित एवं शहरी क्षेत्र में अवैध निर्माण, कॉलोनियों में तोड़फोड़ अभियान चलाया जा रहा है।

-नरेंद्र कुमार, एडीसी

जिला नगर योजनाकार सुमनदीप ने नागरिकों से अपील की है कि वे अपनी जीवन की पूंजी अवैध निर्माणों में या डीलर/भू-मालिकों के द्वारा काटी जा रही अवैध कालोनियों में निवेश न करें क्योंकि इस तरह की विभागीय कार्यवाही समय-समय पर प्रशासन द्वारा अमल में लाई जायेगी। उन्होंने कहा है कि आमजन अपनी पूंजी को निवेश करने से पहले उनके कार्यालय में किसी भी कार्य दिवस में आकर पूछताछ कर सकते है।

पठानिया स्कूल में सुडोकू स्पर्धा आयोजित

- कक्षा 5 से 8 तक के विद्यार्थियों ने दिखाया शानदार प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

पठानिया स्कूल में कक्षा 5 से 8 तक के विद्यार्थियों के लिए सुडोकू प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का आयोजन गणित अध्यापिका मोनिका नेहरा, दिव्या, अवनीत, जयंती, सुनीता और साहिबा ने समन्वयक प्रभा शर्मा, अनु सहरावत और रजनी गुलाटी के दिशा निर्देशन में करवाया। इस प्रकार की प्रतियोगिताएं करवाने का उद्देश्य विद्यार्थियों में कार्यदक्षता, कुशलता को बढ़ावा देना व उनकी छिपी प्रतिभा को उजागर करके उनका बहुमुखी विकास करना है। स्कूल में ऐसी प्रतियोगिताओं के माध्यम से बच्चों को अपने हुनर का प्रदर्शन करने का मौका मिलता है। प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने के लिए 75 विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया गया। कक्षा सातवीं-ए के विद्यार्थी अरमान राठी को भी खेल प्रतिभा के लिए पुरस्कृत किया गया। अरमान राठी ने गुरूग्राम में अंडर-13 बैडमिंटन टूर्नामेंट में प्रथम स्थान हासिल किया। स्कूल निदेशक अंशुल पठानिया ने कहा कि शारीरिक और मानसिक गतिविधियां स्वास्थ्य, ध्यान व मानसिक एकाग्रता के लिए आवश्यक है। स्कूल को-फाउण्डर वर्षा पठानिया, प्रधानाचार्या तन्वी पठानिया, उप-प्रधानाचार्या प्रीति ढांडा, सुनीता मोर, हैड मिस्ट्रेस सुमन राठी ने बच्चों को इस तरह की गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित करते हुए उनका उत्साहवर्धन किया।

सुगनी देवी क्रिकेट फाउंडेशन ने तीन विकेट से जीता मुकाबला

रोहतक। हनुमंत क्रिकेट ग्राउंड पर सोमवार को खेले गए 40 ओवर के एक दिवसीय श्रृंखला के तीसरे मुकाबले में सुगनी देवी क्रिकेट फाउंडेशन क्लब ने गोयल क्रिकेट क्लब को तीन विकेट से शिकस्त दी। इस जीत के साथ ही सुगनी देवी क्लब ने पांच मैचों की श्रृंखला में 2-1 की बढ़त बना ली है। टॉस जीतकर सुगनी देवी क्रिकेट क्लब ने पहले गेंदबाजी करने का निर्णय लिया। पहले बल्लेबाजी करते हुए गोयल क्रिकेट क्लब ने निर्धारित 40 ओवरों में 249 रन बनाए।

मन्नत ने कराटे चैंपियन में जीता स्वर्ण पदक

रोहतक। विकल्प पब्लिक स्कूल की कक्षा ग्यारहवीं की छात्रा मन्नत ने नोर्थ इंडिया कराटे चैंपियन टूर्नामेंट में गोल्ड मेडल प्राप्त कर प्रदेश, अभिभावक व शिक्षकों का नाम रोशन किया है। मन्नत ने 60 वेट कैटगरी, अंडर 15 आयु वर्ग में हिस्सा लिया। इस टूर्नामेंट में 6 राज्यों सहित 4 केन्द्र शासित प्रदेशों से बच्चों ने हिस्सा लिया। स्कूल प्रशासन द्वारा प्रातः कालीन विशेष सभा में मन्नत को गोल्ड मेडल देकर सम्मानित किया गया व उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की गई। इस अवसर पर निदेशक सुखबीर सिंह, प्रधानाचार्या किरन पाहवा, कोर्डिनेटर मंजु सहित सभी अध्यापक उपस्थित रहे।

सामान्य अस्पताल के गेट से हटेगा कूड़े का डंपिंग प्वाइंट, आज होगा पौधरोपण

रोहतक। पौधरोपण के लिए खरीदे गए लोहे के जाल।

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

सामान्य अस्पताल के मैन गेट पर लम्बे समय से लोगों ने कूड़े का डंपिंग प्वाइंट बनाया हुआ है। यहां फैली गंदगी की वजह से अस्पताल में आने वाले मरीजों को परेशानी का सामना करना पड़ता है। रोजाना से दो से ढाई हजार लोग अस्पताल में आते हैं। इसलिए डंपिंग प्वाइंट खत्म करते हुए यहां पौधे लगाए जाएंगे। मंगलवार को होने वाले कार्यक्रम में पूर्व सहकारिता मंत्री मनीष ग्रोवर और सिविल सर्जन डॉ रमेश चंद्र पहुंचेंगे। वार्ड 7 के पार्षद कपिल नागपाल ने बताया कि वह कई दिन से प्रयास कर रहे थे कि सामान्य अस्पताल के गेट पर कूड़ा डलना बंद हो जाए। लोग रोजाना शिकायत कर रहे थे। अधिकारियों को भी शिकायत दी गई थी। इसलिए यहां से कूड़े का डंपिंग प्वाइंट हटाते हुए मां के नाम पौधरोपण किया जाएगा।

ग्रीन फील्ड स्कूल के छात्र पार्थ ने हासिल किया कांस्य पदक

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

ग्रीन फील्ड पब्लिक स्कूल कारोर के कक्षा नौवीं कक्षा के छात्र पार्थ ने एशियन जूनियर बॉक्सिंग चैम्पियनशिप के 70 किग्रा भारवर्ग में कांस्य पदक हासिल किया है। पार्थ ने ओमान में कजाकिस्तान के मुक्केबाज को हराकर ये उपलब्धि हासिल की है। उनकी इस सफलता से स्कूल में खुशी की लहर है। पार्थ ने अपनी सफलता का श्रेय कोच व माता पिता को दिया है। संस्था की प्राचार्या ज्योति दलाल ने उनके उज्जवल भविष्य की कामना की। संस्था के निदेशक ईश्वर सिंह मलिक ने उनकी मेहनत की प्रशंसा करते हुए, उन्हें आगे बढ़ने की की प्रेरणा दी। पार्थ अपना पुरूस्कार 30 अप्रैल को पुरस्कार वितरण समारोह में प्राप्त करेगा और 2 मई को स्वदेश लौटेगा। इस अवसर पर नरेश कुमारी, मंजू सिंधु, बबीता दूहन, प्रियंका, भावना, निर्मला मलिक, ज्योति सिंधू, मनदीप, यशवंती, स्वीटी ढाका, सीमा, कोमल, सुमन, सुरेन्द्र सिंह, डिम्पल, अनु, कविता, ज्योति गहलावत आदि मौजूद रहे।

संपत्तिकर वसूली के लिए होगी सीलिंग

- सम्पति की सूचना स्वत: प्रमाणित करवाने के लिए चलेगा अभियान
- नगर निगम आयुक्त धर्मेन्द्र सिंह ने जारी किए आदेश

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

नगर निगम आयुक्त धर्मेन्द्र सिंह ने सोमवार को निगम व पालिकाओं के अधिकारियों के साथ मीटिंग की। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सम्पत्तिकर वसूली के लिए विषेष अभियान चलाएं और बकाएदारों पर कार्यवाही सुनिश्चित की जाए। वर्तमान समय से ही एक कार्य योजना के तहत कार्य कर सम्पत्तिकर को वसूला जाए और सीलिंग की कार्यवाही की जाए। सम्पत्ति की सूचना स्वतः प्रमाणित करवाने के लिए प्रयासरत रहे तथा फिल्ड में कार्य करवाना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा इस बारे में आमजन को जागरूक भी किया जाए कि सम्पत्ति को स्वतः प्रमाणित करने पर सम्पत्ति मालिक के अतिरिक्त अन्य कोई व्यक्ति आपकी प्रोपर्टी आईडी पर अपना आवेदन नहीं कर सकता और न ही प्रोपर्टी आईडी के सम्बंध में सूचना प्राप्त कर सकता है।

लंबित न रखें काम

उन्होंने निर्देश दिए कि लोगों प्राप्त आवेदनो को लंबित न रखा जाए व बिना किसी कारण के आवेदन वापिस न भेजे जाये इस कार्य की निरंतर निगरानी एवं जांच करे यदि किसी द्वारा बिना किसी कारण के यदि किसी द्वारा आवेदन वापिस किया जाता है तो सम्बन्धित के विरूद्व नियमानुसार कार्रवाई की जाए। इसके अतिरिक्त आबादी देह, लाल डोरा के अर्न्तगत आने वाली सम्पत्तियो के अधिभोगियो को दिए जाने वाले सम्पत्ति प्रमाण पत्र के कार्य में तेजी लाये तथा सम्बन्धित को जल्द से जल्द प्रमाण पत्र देने की कार्यवाही अविलंब की जाए।

ये रहे मौजूद

बैठक में संयुक्त आयुक्त भूपेन्द्र सिंह व नमिता कुमारी, कार्यकारी अभियंता मंजीत दहिया व नवीन कुमार धनखड़, वरिष्ठ लेखा अधिकारी देवेन्द्र सिंह, सहायक नगर योजनाकार तिलकराज, क्षेत्रीय कराधान अधिकारी जगबीर सिंह, भू-अधिकारी संदीप बत्तरा आदि उपस्थित रहे व नगर परिषद व पालिकाओं के अधिकारी विडियो कान्फ्रैंस के माध्यम से जुड़े।

आतंकी हमले में जान गंवाने वाले लोगों को दी श्रद्धांजलि

रोहतक। चिन्योट कॉलोनी स्थित सीनियर सिटीजन जन सेवा कल्याण समिति द्वारा पहलगाम में जान गंवाने वाले पर्यटकों को श्रद्धांजलि देने के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें सेवानिवृत्त सीएमओ डॉक्टर शिव कुमार व कांग्रेस नेता एवं पूर्व सरपंच कृष्ण छाबड़ा बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे। सभी ने 2 मिनट का मौन रख दिवंगत आत्माओं को श्रद्धा सुमन से श्रद्धांजलि अर्पित की। इस मौके पर समिति के प्रधान राजेंद्र शर्मा ने बताया कि सभी सीनियर सिटीजन इस घटना के बाद से अत्यंत दुखी हैं तथा इस घटना के जवाब में सरकार के हर कड़े निर्णय के साथ समूचा राष्ट्र खड़ा है। इस अवसर पर राम प्रकाश खुराना, यशपाल भाटिया, शिवचरण शर्मा, राजेंद्र शर्मा, रमेश बत्रा, सतनाम आदि उपस्थित रहे।

सैनी संस्था के मीडिया प्रभारी को मातृ शोक, 79 की आयु में निधन

रोहतक। सैनी एजुकेशन सोसाइटी के मीडिया प्रभारी श्याम कटारिया की माता का शनिवार को लंबी बीमारी के चलते 79 आयु में निधन हो गया। सोमवार को शोकसभा आयोजित की गई। प्रधान अवनीश कुमार सैनी ने संस्था के कोलेजियम सदस्य एवं मीडिया प्रभारी की माता के निधन पर गहरा दुःख प्रकट किया। उन्होंने कहा कि भगवान परिवार को इस दुःख को सहन करने की शक्ति दे। सैनी डिग्री कॉलेज और सैनी बीएड कॉलेज के प्रधान धर्म सिंह दहिया सहित गणमान्य व्यक्तियों ने भी शोक व्यक्त किया है।

पहलगाम में आंतकी हमले पर जताया दुख

रोहतक। सतगामा प्रधान श्रीपाल बालंद की अध्यक्षता में सर्वजातीय सतगामा की पंचायत हुई। इसमें पहलगाम में हुई घटना पर दुख व्यक्त किया गया। सभी ने सरकार से अपील की कि इसमें जो दोषी हैं उनके खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई की जाए। इस मौके पर सरपंच नितिन, सरपंच रिटौली मंजीत, प्रवीन सरपंच मायना, धर्मेंद्र सरपंच शिमली, सतबीर सरपंच गरनावटी, बिजेंद्र सरपंच मड़ोदी, अरविंद सरपंच करौंथा, जयदेव जिला पार्षद आदि मौजूद रहे।

ग्राम पंचायत-मायना
M. NO. 9728569000, 9467716600

प्रमाणित किया जाता है कि ग्राम पंचायत मायना में नया तालाब की मछली पालन हेतु पट्टे पर देने के लिए खुली बोली दिनांक 05.05.2025 को प्रातः 11:00 बजे सोमनार बड़ी चौपाल में होनी निश्चित की गई है। बोलीदाता को जमानत राशी 50000/- रुपये जमा करवानी होगी। नियम शर्तें मौके पर सुनाई जाएंगी।

हस्ता/-सरपंच
ग्राम पंचायत मायना, रोहतक।

भाविप के रक्तदान शिविर का किया आयोजन

महम। भारत विकास परिषद् की स्थानीय शाखा द्वारा राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान में रक्तदान शिविर लगाया गया। इस में 90 रक्तदाताओं ने रक्तदान किया। भारत विकास परिषद् के प्रधान बजरंग उर्फ बोबी गोयल ने बताया कि महंत सतीश दास कार्यक्रम के मुख्य अतिथि रहे, जबकि एसडीएम दलबीर सिंह फोगाट ने विशिष्ट अतिथि के तौर पर शिविर में शिरकत की। कार्यक्रम की अध्यक्षता जयवीर मुदगिल ने की। इस मौके पर अतुल, प्रदीप, दिनेश गुप्ता, विकास गोयल, अजय गर्ग, सतीश गोयल, हरिओम, विपिन व अनिल मौजूद थे।

कर्म का बोध कराता भागवत सत्संग : यमुना दीदी

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

माता दरवाजा स्थित संकट मोचन मंदिर में ब्रह्मलीन गुरुमां गायत्री जी के निर्वाण दिवस के उपलक्ष में चल रही श्रीमद्भागवत ज्ञान यज्ञ कथा में सोमवार को कथावाचक यमुना दीदी ने कहा कि मनुष्य को अपने जीवन में धर्म की राह पर चलना चाहिए। उन्होंने कहा कि कर्म का बोध केवल सत्संग ही करा सकता है। ऐसा शास्त्रों में वर्णन आया है, कर्म के बिना मनुष्य विचाराधीन रहता है। केवल विचार की दुनिया के अंदर भूला भटका जा इधर उधर का चिंतन करता हुआ अपने आप को खो देता है, यदि हम कर्म के अनुसार अपने जीवन को नहीं व्यतीत करते तो समझो यह वही बात है जिस प्रकार से बिना घास कोई हिरण चारावहां में चर रहा हो। उन्होंने कहा कि कर्म के बिना धर्म की कल्पना करना निरर्थक है, क्योंकि कर्म ही धर्म की प्रथम सीढ़ी है। इस मौके पर गद्दीनशीन साध्वी मानेश्वरी देवी द्वारा कीर्तन, सत्संग व आरती की गई। पंडित अशोक शर्मा ने प्रसाद वितरित किया। मुख्य अतिथि डॉ. आदित्य बत्तरा (होली हार्ट हॉस्पिटल) ने भक्तिभाव से कथा से पूर्व ज्योत प्रचंड कर माथा टेका और आरती की। मंदिर ट्रस्ट द्वारा उनका स्वागत किया गया। उन्हें भगवान हनुमान की प्रतिमा भेंट कर सम्मानित किया गया। डॉ बत्रा ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा नशा मुक्ति के खिलाफ चलाए गए अभियान की तारीफ की। यह जानकारी सचिव गुलशन भाटिया ने दी।

रोहतक। श्रीमद्भागवत कथा में प्रवचन देती यमुना दीदी और माता दरवाजा स्थित सकट मोचन मंदिर में कथा में प्रवचन सुनते भक्तजन।

निःशुल्क आंखों की जांच का शिविर आज

वही मंगलवार 29 अप्रैल को सुबह 9 बजे आंखों का कैंप लगेगा, जिसमें डॉ. ओमवीर राठी व उनकी टीम निशुल्क आंखों की जांच करेगी। साथ ही चश्मे वितरित किए जाएंगे।

रेबीज का समय पर इलाज संभव : अतिरिक्त उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

रोहतक। रेबीज बीमारी से बचाव के संदर्भ में आयोजित बैठक लेते एडीसी नरेंद्र कुमार

अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने संबंधित विभागों के अधिकारियों से कहा कि वे रेबीज लाइलाज बीमारी से बचाव के लिए लोगों को जागरूक करें। उन्होंने कहा कि समय पर इलाज से जानलेवा बीमारी रेबीज से शत-प्रतिशत रोकथाम संभव है, परंतु रेबीज के लक्षण आने के बाद इलाज संभव नहीं है। यह बीमारी पशुओं काटने से फैलती है, जिसमें कुत्ता, बिल्ली, बंदर, चमगादड़ इत्यादि शामिल है। नरेंद्र कुमार सोमवार को जिला विकास भवन स्थित अपने कार्यालय में रेबीज बीमारी से बचाव के संदर्भ में आयोजित बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। उन्होंने कहा कि नगर निगम द्वारा मीट की दुकानों व ढाबों इत्यादि से निकलने वाले कचरे का व्यवस्थित निस्तारण सुनिश्चित किया जाए तथा साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखा जाए। बैठक में नगर निगम की संयुक्त आयुक्त नमिता सिंह, सिविल सर्जन डॉ. रमेश चंद्र, उप सिविल सर्जन डॉ. सुशीला, जिला कार्यक्रम अधिकारी दीपिका सैनी के अलावा स्वास्थ्य विभाग के वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी, पशुपालन विभाग के अधिकारी व अन्य संबंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

TOP-IN-TOWN रोहतक बाजार
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

NEW FRESH BATCHES
CLAT (LAW) 2026/27
IPM (IIMs) 2026/27
BANK SSC
MCA NDA
T.I.M.E. Triumphant Institute of Management Education Pvt. Ltd.
D-Park, Delhi Road Rohtak M. 9254304337

सैक्स समस्याएं
MOST TRUSTED SEXOLOGIST AWARDEE
Dr. Kawatra Rohtak.com

WE... THE BEST CREATION OF ALMIGHTY CREATOR SERVING HUMANITY FOR THEIR WELL BEING
RELATIONSHIP MANAGEMENT
Wish you speedy Recovery
पुल पार, हिसार रोड, रोहतक 9215161430

शिव देव सर्विसेज
आवश्यकता है
मैन पावर कंपनी में
- एचआर हेड (महिला)
- फील्ड ऑफिसर
- टेलीकॉलर (महिला)
सिक्योरिटी गार्ड और हाउसकीपिंग स्टाफ के लिए सम्पर्क करें।
202, टाउन सेंटर मॉल, डी-पार्क, रोहतक
अपना रिज्यूम व्हाट्सएप करें M. 9991789000

मानसरोवर हॉस्पिटल
REQUIRES
PRO 5
NURSING STAFF 4
ICU STAFF 10
MALE NURSING STAFF 5
HOUSE KEEPING 2
नजदीक पी.एन.बी. बैंक, विकास नगर के सामने, सोनीपत रोड, रोहतक
Tel.:- +91-1262-253500 Mobile: 9254302848, 9053005599

PRIME SCHOOL UNIFORMS
Mfrs & Traders: All Types of School Uniforms, T-Shirts, Lower & Track Suits etc.
Deals in All Kind of School Bag, School Shoes & Stationary Items
Shoes 20% off
VIPIN KUMAR M. 9812587499
All School Dress also available
▸All Vaish School ▸Vedanta School ▸Shiksha Bharti ▸Scholar Rosary ▸St. Pall School ▸ZAD Global School ▸Model School ▸Shivalik School ▸DAV School ▸MRGS School ▸Baba Mast Nath School ▸GD Royal School
802/12, Arya Nagar, Opp. Vedic Ashram, Near HUDA Complex, Rohtak | Ph.: 01262-258299

खबर संक्षेप

प्रधान राजेश कांगड़ा ने पदभार ग्रहण किया

कलानौर। नगर पालिका कर्मचारी संघ हरियाणा की सफाई यूनियन की कलानौर इकाई के प्रधान राजेश कांगड़ा ने यूनियन प्रधान का पदभार ग्रहण किया। पार्षद प्रतिनिधि लक्ष्मी नारायण तथा नगर पालिका कलानौर के कनिष्ठ अभियंता देव आशीष की मौजूदगी में उन्होंने पदभार ग्रहण किया। उन्होंने कहा कि वह नगर पालिका कलानौर की इकाई के सभी पदाधिकारी तथा सदस्यों के हितों के लिए कार्य करेंगे तथा उनकी उम्मीदों पर खरा उतरेंगे। इस मौके पर नगर पालिका कलानौर इकाई के उप प्रधान तनुज, सहसचिव चतर सिंह, महिला विंग की प्रधान सरोज देवी, कोषाध्यक्ष राजवंती सहित अन्य मौजूद रहे।

एक युवती के साथ 99 हजार रुपये की ठगी

रोहतक। कमला नगर में एक युवती के साथ 99 हजार रुपये की ऑनलाइन ठगी हो गई। युवती ने शिवाजी कॉलोनी थाना में केस दर्ज करवाया है। पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। शिवाजी कॉलोनी थाना पुलिस को दी शिकातय में पीड़ति उर्वशी ने बताया कि मुस्कान कलेक्शन से एक ड्रेस ऑर्डर की थी, जिसके पैसे भी ऑनलाइन भेज दिए थे। इसके बाद मोबाइल पर कॉल आया कि डीएलएफ कोरियर सर्विस से बोल रहे हैं कि 1199 रुपये की पेमेंट कर दो, डिलीवरी में दिक्कत आ रही है। उसने 1199 रुपये जमा करवाए और कुछ देर बाद पैसे वापस आ गए। उर्वशी ने बताया कि आरोपी ने 4350 रुपये जमा करवाने को कहा। जब पैसे जमा करवाए तो वापस नहीं आए। बैंक लिमिट के नाम पर उससे 11300 रुपये जमा करवाए। आरोपी ने इसके बाद 19 हजार 749 रुपये ओर जमा करवाए और ऐसे करके आरोपी ने उससे कई बार ट्रांजैक्शन के जरिए 99 हजार रुपये की ठगी कर ली। उर्वशी ने बताया कि आरोपी का दोबारा उसके पास फोन आया और 24 हजार 350 रुपये जमा करने कहा।

समाधान शिविरों में अब तक 5,341 शिकायतों का समाधान : एडीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

रोहतक। लघु सचिवालय स्थित सभागार में आयोजित समाधान शिविर में नागरिकों की समस्याएं सुनते अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार व अन्य अधिकारी।

लघु सचिवालय में काफी समय से लगाए रहे समाधान शिविरों में प्राप्त 6221 शिकायतों में से 5341 शिकायतों का निपटारा करने का दावा प्रशासन की तरफ से किया गया है। बताया गया है कि लंबित 284 शिकायतों के निपटारे की प्रक्रिया जारी है। शेष शिकायतों में रद्द की गई 227 शिकायतें व रि-ओपन हुई 198 शिकायतें शामिल है। सोमवार को नरेंद्र कुमार लघु सचिवालय स्थित सभागार में जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल तथा संबंधित विभागों के उच्चाधिकारियों के साथ समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतों की सुनवाई कर रहे थे। उन्होंने कहा कि हर सोमवार व वीरवार को सुबह 10 से 12 बजे तक जिला स्तर एवं उपमंडल स्तर पर समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। इन शिविरों के आयोजन का मुख्य उद्देश्य एक छत के नीचे सभी विभागों से संबंधित शिकायतों का मौके पर समाधान करना है। शिविर में अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने कहा कि सभी विभागों के नोडल अधिकारी यह सुनिश्चित करें कि लंबित शिकायतों का यथाशीघ्र निपटारा हो। उन्होंने कहा कि नागरिक किसी भी विभाग से संबंधित अपनी समस्या या शिकायत को साधारण कागज पर लिखकर लाए। समाधान शिविर में ऐसी शिकायतों की सुनवाई की जाती है तथा यदि कोई व्यक्ति लिखने में असमर्थ है तो उनकी शिकायत को लिखवाने के प्रबंध भी किए गए है। उशिविर में परिवार पहचान पत्र में दर्ज विवरण में शुद्धिकरण, विभिन्न सामाजिक पेंशन, जनस्वास्थ्य विभाग, उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम, पुलिस, नगर निगम, राजस्व विभाग, श्रम विभाग इत्यादि विभागों से संबंधित प्राप्त शिकायतों की सुनवाई के दौरान संबंधित अधिकारियों को इन शिकायतों को शीघ्र निपटाने के निर्देश दिए गए।

गंदे पानी की शिकायत दी

वार्ड नंबर 20 पुराना हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी में पिछले काफी दिनों से गंदा व बदबूदार पानी आ रहा है। यह समस्या 10 घरों में बनी हुई है। बार बार शिकायत करने के बाद भी अधिकारी सुनवाई नहीं कर रहे। कालोनी निवासी जसबीर सिंह और अन्य समाधान शिविर में गंदे पानी की बोतल लेकर पहुंचे और कार्रवाई की मांग की।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम के कार्यकारी अभियंता रामेंद्र मलिक, जिला खाद्य एवं पूर्ति नियंत्रक वरिंद्र सिंह, जिला बाल संरक्षण अधिकारी कुलदीप सिंह, जिला समाज कल्याण अधिकारी महाबीर गोदारा, सिंचाई विभाग के भूविज्ञान अधिकारी दलबीर राणा, जिला सैनिक एवं अर्ध सैनिक कल्याण अधिकारी विंग कमांडर गौरिका सुहाग, जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव श्याम सुंदर सहित विभिन्न विभागों के उच्चाधिकारी आदि मौजूद रहे।

ड्रग तस्करों की शामत : पुलिस ने चरस सहित युवक को दबोचा

नशे के सौदागरों पर प्रहार, 5 दिन में 3.88 क्विंटल चूरापोस्त बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

जिले में नशा तस्करी के मामले बढ़ते जा रहे हैं। दिन प्रतिदिन नशा तस्करी के मामलों में नए-नए खुलासे होते रहते हैं। हालांकि पुलिस ने नशाखोरी पर शिकंजा कसने के लिए तमाम कड़े कानून बनाए हैं, लेकिन इसके बावजूद भी नशा तस्कर बाज नहीं आ रहे हैं। सोमवार को पुलिस की टीम ने सूचना के आधार पर दो नशा तस्करों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पिछले पांच दिनों में चेकिंग अभियान चलाकर 3 क्विंटल 88 किलो डोडा पोस्त चुरा पोस्त बरामद की है। वहीं, पुलिस ने एक युवक से 1 किलो 580 ग्राम चरस बरामद की है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

युवक को नशीले पदार्थ सहित किया काबू

एंटी नारकोटिक्स सेल की टीम ने सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुये युवक को नशीले पदार्थो सहित काबू किया। आरोपी को कोर्ट में पेश करके 5 दिन के रिमांड पर हासिल किया गया है। एंटी नारकोटिक्स सेल प्रभारी मनोज ने बताया कि पाकस्मा निवासी युवक नशीला पदार्थ बेचने का काम करता है। सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए बोहर से सोनीपत रोड की तरफ पैदल आ रहे युवक को शक के आधार पर काबू किया गया। युवक की पहचान नरेंद्र निवासी गांव पाक्समा के रुप में हुई। युवक से 1 किलों 580 ग्राम चरस बरामद हुई है। आरोपी के खिलाफ आईएमटी थाना में केस दर्ज करके गिरफ्तार किया गया है।

केस 1

2 क्विंटल 51 किलो डोडा चुरा पोस्त मामले में दो आरोपी गिरफ्तार

कलानौर थाना पुलिस की टीम ने एनएच 152 डी पर गाड़ी से 2 क्विंटल 51 किलो 100 ग्राम डोडा चुरा पोस्त बरामद किया था। पुलिस ने नशीले पदार्थ की तस्करी करने वाले दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों को कोर्ट में पेश करके 6 दिन के पुलिस रिमांड पर लिया। एएनसी प्रभारी मनोज सिंह ने बताया कि 25 अप्रैल को एनएच 152 डी रोड कलानौर महम साइड नजदीक खरैडी टोल से नशीला पदार्थ मिला था। गाड़ी से कुल 2 क्विंटल 51 किलो 100 ग्राम डोडा चुरा पोस्त बरामद किया था। अज्ञात आरोपियों के खिलाफ थाना कलानौर में केस दर्ज करके जांच शुरू की गई। जांच के दौरान 27 अप्रैल को आरोपी कुलदीप निवासी गांव जसवंत पुरा जिला संगरुर, पंजाब व दर्शन निवासी गांव अली पुर अराईया जिला पटियाल, पंजाब को गिरफ्तार किया गया है।

अन्य मामले में 137 किलो 460 ग्राम डोडा पोस्त बरामद

एंटी नारकोटिक्स सेल के जांच अधिकारी पीएसआई मनोज कुमार ने बताया कि पुलिस को गुप्त सूचना मिली थी कि दो युवक नशीला पदार्थ लेकर दूसरे राज्य में जाने की फिराक में है। सूचना के आधार पर पुलिस ने दो युवकों को गांव डोभ के पास काबू किया और आरोपियों के पास से 137 किलो 460 ग्राम डोडा पोस्त को बरामद किया। मनोज कुमार ने बताया कि दो युवक नशीला पदार्थ बेचने का अवैध धंधा करते है जो दूसरे राज्य की तरफ जा रहे है। सूचना पर तुरंत कार्यवाही करते हुए आउटर बाईपास नजदीक गांव डोभ में निर्माणाधीन फ्लाई ओवर के पास नाकाबंदी करते हुए वाहनो की चैकिंग शुरू की।
इस दौरान सांपला की तरफ से एक गाड़ी आ रही थी। पुलिस ने गाड़ी को रोकने का इशारा किया तो आरोपी गाड़ी को मोड़कर भागने लगे। पुलिस ने गाड़ी का शीशा तोड़कर युवक को काबू किया।

किशोरों को स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के लिए इंडस स्कूल में कार्यशाला का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

इंडस पब्लिक स्कूल में सोमवार को किशोरों के विकास और उनके जीवन को बेहतर बनाने के लिए सेमिनार का आयोजन किया गया। इसमें कक्षा 9वीं से 12वीं तक के छात्रों ने भाग लिया। इस दौरान डॉ. मोनिका, एमबीबीएस, एमडी, असिस्टेंट प्रोफेसर, पीजीआईएमएस, ने किशोरों को उनके सामाजिक और भावनात्मक विकास के बारे में जानकारी दी। छात्रों को यौन स्वास्थ्य और अधिकारों की जानकारी दी गई। कार्यशाला में किशोरावस्था की समस्याओं के समाधान बताए गए तथा किशोरों में विभिन्न प्रकार के परिवर्तनों, तनाव से निपटने के तरीके, स्वच्छता और विभिन्न प्रकार की सावधानियों के बारे समझाया गया।

मानसिक स्वास्थ्य में लाभ होता

उन्होंने कहा कि आजकल इंटरनेट के दुष्प्रभाव से किशोरावस्था में बच्चे अपने आप तक सीमित रहते हैं जो कि बहुत गलत है, इससे आए दिन अनेकों घटनाएं हो रही हैं। डॉ. मनीषा ने किशोरों द्वारा पूछे गए सभी सवालों के जवाब दिए। कक्षा बारहवीं के मेडीकल छात्रों ने स्वयं तैयार की हुई पीपीटी दिखाई। विद्यालय की चेयरपर्सन डॉ. एकता सिंधु ने कहा कि किशोरावस्था से संबंधित कार्यशालाएं किशोरों को यौन स्वास्थ्य और अधिकारों के बारे में जानकारी के अतिरिक्त उन्हें स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के लिए प्रोत्साहित करती हैं। आजकल छात्र बहुत अधिक तनाव व स्वयं को असहज महसूस करते हैं, इस तरह के आयोजनों से किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य में लाभ होता है। प्राचार्या ने डॉ. मोनिका का आभार व्यक्त किया।

फेयरवेल पार्टी का हुआ आयोजन

रोहतक। महारानी किशोरी जाट कन्या महाविद्यालय में बीए तृतीय वर्ष की फेयरवेल पार्टी का आयोजन किया गया। इस दौरान विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। विजयी छात्राओं को पुरस्कार भेंट किए गए। प्राचार्य डॉ रश्मी लोहचब ने छात्राओं के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। कोमल को मिस फेयरवेल चुना गया।

संविधान जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) तथा यूथ रेडक्रॉस द्वारा संविधान के 75वें वर्ष के उपलक्ष में सोमवार को एमडीयू के गोद लिए गांव डोभ, माडौदी जाटान व माडौदी रांगड़ान में संविधान जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। एमडीयू के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ अंजू पंवार, डॉ गुरदयाल सिंह तथा डॉ. एकता रानी की अगुवाई में एनएसएस तथा वाईआरसी वालंटियर्स द्वारा डोभ, माडौदी जाटान व माडौदी रांगड़ान का दौरा किया गया, जिसमें स्वयंसेवकों, एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों, स्कूल के अध्यापकों व विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। इन सभी गांव में जाकर संविधान की प्रस्तावना पढ़ी गई तथा संविधान को आत्मसात करने की शपथ ली गई।

रोहतक। योग आसन सिखते हुए पुलिस कर्मी।

पुलिस लाइन में जवानों ने किया योगाभ्यास

रोहतक। पुलिस लाइन में जवानों द्वारा योगाभ्यास किया गया। इस दौरान पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों ने हिस्सा लिया है। जवानों ने अलग-2 प्रकार के व्यायामों के अभ्यास किए। योग की शुरुआत प्राणायाम से की गई। जवानों ने योग आसन का भी अभ्यास किया। योग से शरीर मजबूत और लचीला बनता है। जवानों को स्वस्थ रहने के लिए नियमित रूप से व्यायाम करने, संतुलित भोजन खाने व उचित नींद लेने व स्वस्थ रहने के उपायो बारे भी विस्तार से बताया। शारीरिक फिटनेस के साथ-साथ मानसिक स्वास्थय का ध्यान रखे व रोज़ाना अपने लिए समय निकाल कसरत करने बारे सलाह दी। योग तनाव को कम करता है व बेहतर नींद देता है। योग दिमाग को शांत रखता है।

बाल विवाह के खिलाफ चलाया अभियान

एमडीडी ऑफ इंडिया ने धार्मिक स्थानों पर बैनर और पर्चे बांट कर किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

जस्ट राइटस फॉर चिल्ड्रन' की सहयोगी संस्था एमडीडी ऑफ इण्डिया द्वारा अक्षय तृतीया के मद्देनजर शहर के धार्मिक स्थलों में बाल विवाह के खिलाफ जागरूकता अभियान चलाया गया। यह अभियान संरक्षण एवं बाल विवाह निषेध अधिकारी, जिला बाल संरक्षण इकाई एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकारण के संयुक्त तत्वावधान में चलाया जा रहा है। इसी कड़ी में शहर के धार्मिक स्थलों पर बाल विवाह निषेध कानून के बारे में फलैक्स लगाए गए। साथ ही वहां उपस्थित लोगों को बाल विवाह के खिलाफ जागरूक किया गया। साथ ही एमडीडी ऑफ इण्डिया की टीम द्वारा उपस्थित लोगों को बाल विवाह के खिलाफ शपथ भी दिलवाई गई। एमडीडी ऑफ इण्डिया संस्था की टीम मानसरोवर पार्क के पास मंदिर में पहुंची। टीम सदस्य सीएसडब्ल्यू मंजीत और वीएससी विकास ने मंदिर के मुख्य दरवाजे के पास बाल विवाह निषेध कानून की जानकारी देते फलैक्स लगाए और पर्चे बांट कर मंदिर में आने वाले श्रद्धालुओं को जागरूक किया। साथ ही पुजारी से भी अपील की कि मंदिर में आने वाले श्रद्धालुओं को बाल विवाह निषेध कानून के बारे में जानकारी दें।

इसके बाद टीम माता दरवाजा स्थित मंदिर और गुरूद्वारे में जाकर श्रद्धालुओं को बाल विवाह के खिलाफ पर्चे बांट कर जागरूक किया। टीम ने मंदिर के पुजारी से आग्रह किया कि अक्षय तृतीया त्यौहार पर होने वाले विवाहों पर नजर रखें। साथ ही यह अभियान केवल अक्षर तृतीया तक सीमित नहीं है बल्कि जब तक हरियाणा बाल विवाह मुक्त नहीं हो जाता तब तक जारी रहेगा। सेक्टर 2, में स्थित परशुराम मंदिर में संस्था की वीएससी मिथलेश ने पर्चे बांट कर लोगों को जागरूक किया।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
ऑफिस नं.: 9253681019-20,
फोन : 9253681010, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5×8 सें.मी 10×8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

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

समाधान | गांव में आयोजित रात्रि ठहराव कार्यक्रम में एडीसी ने किया संबोधित

मोरखेड़ी को सरकार मॉडल गांव के रूप में करेगी विकसित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

रोहतक। गांव मोरखेड़ी के स्कूल में पौधरोपण करते अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार।

अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने युवाओं का आह्वान किया कि वे ग्रामीणों को प्रदेश सरकार द्वारा क्रियान्वित की जा रही कल्याणकारी योजनाओं के बारे में जागरूक करें ताकि सभी पात्र व्यक्ति योजनाओं का पूरा लाभ उठा सकें। जिला प्रशासन द्वारा मोरखेड़ी गांव की सभी समस्याओं का समाधान करवाया जाएगा तथा गांव वासियों के लिए जिला प्रशासन के द्वार हर समय खुले है। अतिरिक्त उपायुक्त सोमवार शाम को गांव मोरखेड़ी में आयोजित रात्रि ठहराव कार्यक्रम में उपस्थित ग्रामीणों को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि गांव में शामलात भूमि के लंबित मामले का समाधान शीघ्र करवाया जाएगा। तीन माह में स्टेडियम, महिला सांस्कृतिक केंद्र, ई-लाइब्रेरी व इंडोर जिम खुलवाया जाएगा। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत मकान के लिए पात्र व्यक्ति 30 अप्रैल तक ऑनलाइन आवेदन करें। अतिरिक्त उपायुक्त ने कहा कि जिला प्रशासन द्वारा गंदे पानी की निकासी के लिए पाइप लाइन दबवाई जा रही है तथा दो से तीन माह के अंदर संबंधित नाले का निर्माण भी करवा दिया जाएगा। उन्होंने पशुपालन विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे गांव में पशु डॉक्टर का पद स्वीकृत होने तक प्रत्येक दिन गांव में पशु चिकित्सक की डयूटी लगाएं। उन्होंने परिवहन विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे गांव में लड़कियों के लिए नियमित बस सेवा का शुभारंभ 29 अप्रैल से करें।

अवैध कब्जें करने वालों को नाटिस जारी

एडीसी ने कहा कि गांव में अवैध कब्जें करने वालों को नोटिस जारी किए जाए तथा अवैध कब्जे हटवाकर संबंधित लोगों को प्लॉटों पर कब्जा दिलवाया जाए। उन्होंने रजनीश को रैडक्रॉस सोसायटी की तरफ से व्हीलचेयर भेंट की तथा पात्र लोगों को चश्मे भी निशुल्क वितरित किए। इससे पूर्व अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार ने स्कूली विद्यार्थियों की प्रदर्शनी का अवलोकन किया। अतिरिक्त उपायुक्त नरेंद्र कुमार, एएसपी शशी शेखर, उपमंडलाधीश उत्सव आनंद स्कूल परिसर में पौधारोपण किया तथा भगत सिंह की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।

कल्याणकारी योजनाओं का मौके पर दिया लाभ

विभिन्न विभागों द्वारा स्टॉल लगाकर पात्र ग्रामीणों को कल्याणकारी योजनाओं का मौके पर लाभ दिया गया तथा संबंधित पात्रों से आवेदन प्राप्त किए गए। स्वास्थ्य विभाग तथा आयुष विभाग द्वारा स्वास्थ्य जांच शिविर लगाकर लोगों के स्वास्थ्य की जांच की गई एवं विभिन्न प्रकार के टेस्ट किए गए। आवश्यकता अनुसार लोगों को निशुल्क दवाइयां भी वितरित की गई। जिला रेडक्रॉस सोसायटी द्वारा नेत्र जांच शिविर लगाकर ग्रामीणों की आंखों की जांच की गई तथा उन्हें आवश्यकता अनुसार चश्मा व दवाइयां निशुल्क वितरित की गई।

ये रहे मौजूद

अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक शशी शेखर, सांपला के उपमंडलाधीश उत्सव आनंद, जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी प्रदीप कुमार, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी राजपाल चहल, जिला राजस्व अधिकारी कनब लाकड़ा, सिविल सर्जन डॉ. रमेश चंद्र, जिला मौखिक शिक्षा अधिकारी दिलजीत सिंह, कार्यकारी अभियंता गगन पांडे व अंशुल कादयान, सेवानिवृत उपनिदेशक डॉ. सतबीर सांगवान, खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी रोहताश,जिला कार्यक्रम अधिकारी दीपिका सैनी, जिला समाज कल्याण अधिकारी महाबीर गोदारा व जिला खाद्य एवं पूर्ति नियंत्रक वरिंद्र सिंह कार्यक्रम में मौजूद रहे।