हरिभूमि
# सोनीपत भूमि
रोहतक, गुरुवार, 10 अप्रैल 2025

तापमान
अधिकतम 42.2 डिग्री
न्यूनतम 20.9 डिग्री

11 उपायुक्त ने मंडी में पहुंचकर गेहूं में नमी की...

12 पार्टी में होती है कार्यकर्ता की आत्मा : डॉः अरविंद शर्मा

## खबर संक्षेप

### कशिश ने जीती 1.36 लाख की स्कॉलरशिप

**सोनीपत।** छोटूराम आर्य महाविद्यालय सोनीपत की छात्रा कशिश बीए द्वितीय वर्ष ने अभी हाल ही में पानीपत इंस्टिट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी (पाईट) में आयोजित 'साइंसेज क्वेस्ट-2025 कॉलेज एडिशन' में तृतीय स्थान प्राप्त किया है। कशिश ने कर एक लाख छत्तीस हजार की ईनामी राशि व एक डिजिटल टैब जीत कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया है। महाविद्यालय पहुंचने पर प्राचार्य डॉ. नरेंद्र सिंह ने स्वागत किया और उज्जवल भविष्य की कामना की। महाविद्यालय से टीम इंचार्ज के रूप में डॉ. उर्मिल हुड्डा उपस्थित रही जिन्होंने विद्यार्थियों को प्रतियोगिता के लिए तैयारी करवाई व प्रेरित किया।

### कटी सरसों की फसल को जलाकर नष्ट किया

**खरखौदा।** थाना कलां गांव में किसान की कटी हुई सरसों की फसल को जलाकर नष्ट कर दिया गया। अशोक कुमार ने बताया कि थाना कलां गांव में उसने 12 कनाल में सरसों की फसल बोई हुई थी। फसल पक जाने के बाद उसे काटकर उसने दो जगह पर इकट्ठा करके रख दिया था। रात्रि के समय गांव करसोला निवासी रामफल व उसके अन्य साथियों ने उसकी सरसों की कटी हुई फसल में आग लगा दी। इससे पहले भी वह उसकी फसल को कई बार नष्ट कर चुका है। पुलिस ने मामला दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है।

### गन्नौर में प्लाट पर कब्जा करने पर केस

**गन्नौर।** उदेशीपुर में प्लाट पर कब्जा करने पर पुलिस ने एक व्यक्ति के खिलाफ केस दर्ज किया है। शिकायतकर्ता गांव उदेशीपुर निवासी मोहित ने बताया कि उसे उसके स्व. दादा रामफल ने गोद लिया था और अपनी 250 वर्ग गज की संपत्ति मोहित के नाम की थी। उक्त प्लाट पर बलजीत द्वारा भूसा डालकर कब्जा कर लिया। उसके अपत्ति जताने पर भी बलजीत ने कब्जा नहीं हटाया। अपने मृत दादा की संपत्ति पर अवैध कब्जे को लेकर उसने आरोपित बलजीत थाना गन्नौर में शिकायत भेजी थी, जिसकी जांच एसीपी गन्नौर द्वारा की गई। उनकी जांच के बाद थाना गन्नौर पुलिस ने आरोपित बलजीत के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी है।

### 11 गांवों का भंडारा पुरखास में 13 को

**सोनीपत।** जैनसन्स ज्वैलर्स की तरफ से 11 गांवों का भंडारा पुरखास गांव में आयोजित किया जा रहा है। 13 अप्रैल को आयोजित होने वाले इस भंडारे में लोगों को मुफ्त में भोजन और अन्य सुविधाएं प्रदान की जाएंगी। इसके अलावा 12 अप्रैल को पांची जाटान में हनुमान की मूर्ति स्थापना का आयोजन भी किया जाएगा।

### अवैध हथियार सहित गिरफ्तार, कोर्ट में पेश

**सोनीपत।** कुंडली थाना पुलिस ने अवैध हथियार की वारदात में शामिल आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित दीपक निवासी सोनीपत हाल में पेपर मील प्याऊ कुंडली का है। पुलिस ने आरोपितों को अदालत में पेश किया। जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। जांच अधिकारी कृष्ण ने बताया कि उनकी टीम गश्त के दौरान हर्षवर्धन कॉलोनी नाले के पास मौजूद थी। उसी दौरान टीम को अवैध हथियार सहित युवक की आने की सूचना मिली।

त्याग और संयम, प्रेम, करुणा और सदाचार ही महावीर स्वामी के प्रवचनों का सार था

# गुरु और शिष्यों ने महावीर स्वामी को किया नमन

**गोहाना।** महावीर स्वामी का स्मरण करते हुए गुरु और शिष्य। फोटो :

आस्था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

गीता विद्या मंदिर गोहाना में बुधवार को 24वें तीर्थंकर महावीर स्वामी की जयंती मनाई गई। समारोह में गुरु और शिष्यों ने महावीर स्वामी के चित्र पर श्रद्धासुमन अर्पित करके श्रद्धांजलि दी। समारोह की अध्यक्षता प्राचार्य अश्विनी कुमार ने की।

समारोह का मुख्य उद्देश्य उनकी शिक्षाओं से अवगत कराना था। आचार्य दीपक कपूर ने कहा कि महावीर स्वामी का जन्म ईसा से 599 वर्ष पहले वैशाली गणतंत्र के क्षत्रिय कुण्डलपुर में पिता सिद्धार्थ और माता त्रिशला के यहां तीसरी संतान के रूप में चैत्र शुक्ल त्रियोदशी को हुआ। यही वर्धमान बाद में स्वामी महावीर बने। महावीर को 'वीर', 'अतिवीर' और 'सन्मति' भी कहा जाता है। बिहार के मुजफ्फरपुर जिले का आज का जो बसाड़ गांव है वही उस समय का वैशाली था। प्राचार्य अश्विनी कुमार ने कहा कि महावीर स्वामी ने लोगों को सत्य और अहिंसा के पथ पर चलने का ज्ञान दिया। उन्होंने अपने प्रवचनों में धर्म, सत्य, अहिंसा, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह, क्षमा पर सबसे अधिक जोर दिया है। त्याग और संयम, प्रेम, करुणा, शील और सदाचार ही उनके प्रवचनों का सार था।

## भगवान महावीर के जन्म कल्याण की झांकी प्रस्तुत की

**सोनीपत।** कार्यक्रम में पहुंचीं पूर्व मंत्री कविता जैन साथ में अन्य महिलाएं। *फोटो : हरिभूमि*

**सोनीपत।** शान्तिनाथ दिगंबर जैन मंदिर मंडी सोनीपत में भगवान महावीर के जन्म कल्याणक महोत्सव के अवसर पर महिला जैन मिलन व महिला चेतना जैन मिलन द्वारा भगवान महावीर के जन्म कल्याण की झांकी प्रस्तुत की। जिसमें प्रथमेश जैन ने राजकुमार महावीर और महक रजत जैन ने माता त्रिशला का अभिनय बखूबी निभाया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के तौर पर पूर्व कैबिनेट मंत्री कविता जैन ने कहा की भगवान महावीर के अहिंसा के राह पर ही चलकर विश्व में शांति स्थापित की जा सकती है। भगवान महावीर के संदेशों को अपने जीवन में फलिभूत करने से घर में परिवार में समाज में राष्ट्र में शांति का वातावरण होगा। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि पीयूष जैन, भावना जैन और पुरस्कार वितरणकर्ता रामपाल जैन, अनीता जैन ने उपस्थिति दर्ज कराई। इस अवसर जयकुमार, महेंद्र जैन, सुरेश जैन, सरिता जैन, शशि जैन, मधु जैन, शिल्पा जैन, राखी जैन, सुनीता जैन, रेखा जैन, मुकेश जैन, एसके जैन, जगदीश जैन आदि मौजूद रहे।

कासंडी में शिक्षक की पीट पीट कर हत्या का मामला, वीडियो हो रही वायरल

# 32 सेकंड में डंडे से 25 बार किए वार हाथों और पांवों से बहता रहा खून

मासूम शर्मा का गाना बैकग्राउंड में लगा कर वायरल किया है वीडियो

- शिक्षक संदीप काफी शांत स्वभाव का व्यक्ति था
- जिम से वापस लौट रहा था शिक्षक, उसी समय किया हमला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत/गोहाना

गोहाना के गांव कासंडी में शिक्षक पर किए गए हमले का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। वीडियो के अनुसार हमलावरों ने शिक्षक पर 32 सेंकड में डंडे से 25 वार किए।

हमले के दौरान शिक्षक सड़क के साथ जमीन पर गिरते हुए दिखाई देता है, जिसके बाद हमलावर लगातार मारपीट करते हुए दिखाई देते हैं। वायरल वीडियो में संदीप जमीन पर गिरा दिख रहा है। उसके बाद हमलावर लगातार डंडे बरसाते दिखाई दे रहे हैं। लगातार पिटाई से आहत संदीप हिम्मत हारकर तिरछा होकर जमीन पर लेट जाता है, जिसके बाद भी उन पर हमलावर डंडे बरसाते रहते हैं। संदीप के पैरों और हाथों से खून बहता दिखाई दे रहा है। उसके बाद भी हमलावर लगातार डंडे बरसाते दिख रहे हैं। बुरी तरह पिटाई के बाद संदीप हिम्मत जुटाकर गड्ढे में लुढ़क जाता है, जिसके बाद भी डंडे बरसाए जाते हैं। वीडियो में एक हमलावर का चेहरा कुछ नजर आ रहा है दूसरे का चेहरा नहीं दिखता। कमाल की बात तो ये है वीडियो के बैकग्राउंड में हरियाणवी गायक मासूम शर्मा का गाना लगाकर सोशल मीडिया पर वायरल किया गया है।

### तीन साल पहले हुआ था तलाक

जानकारी मिली है कि इस हमले में असमय कल का ग्रास बने संदीप की वर्ष 2015 में शादी हुई थी। शादी के बाद संदीप की नौ साल की बेटी है। करीब तीन साल पहले संदीप का पत्नी से तलाक हो गया था। तलाक के बाद वह बेटी को अपने पास रखकर उसका पालन-पोषण कर रहे थे। संदीप निजी स्कूल में शिक्षक के साथ ही ट्यूशन भी देते थे। स्कूल संचालक एवं गांव के सरपंच संदीप आर्य ने बताया कि संदीप काफी शांत स्वभाव का व्यक्ति था और एक बेहतरीन शिक्षक भी था

### पहले से ही कर रखी थी रैकी

आशंका है कि हमलावरों ने पहले ही रैकी कर रखी थी। उन्हें पता था कि संदीप गांव खानपुर कलां स्थित जिम में अभ्यास करने जाता है। वह जानते थे कि संदीप किस समय वापस आएगा। इसी वजह से जिम से वापस लौटते समय संदीप पर हमला किया गया।

रंजिश के चलते घटना को दिया अंजाम

## मीटर रीडर पर हमला कर हाथ-पैर तोड़ने का आरोप

- पुलिस ने पीड़ित के बयान पर आरोपितों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत किया मुकदमा दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सेक्टर-27 शहर थाना क्षेत्र में पुरानी रंजिश के चलते मीटर रीडर पर लोहे की रॉड से हमला कर हाथ-पैर तोड़ने व जान से मारने की धमकी देने के आरोप का मामला सामने आया है। मामले की सूचना मिलते ही मौके पर पहुंची पुलिस ने घायल के बयान पर आरोपितों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है।

### यह है मामला

गांव हसनपुर निवासी राहुल ने बताया कि वह सोमवार को खन्ना कॉलोनी में मीटरों की रीडिंग ले रहे थे। इसी दौरान गांव का रहने वाला साहिल कई अन्य युवकों के साथ कार में सवार होकर वहां पहुंचा। वह सड़क पर गाड़ी खड़ी कर उसके पास आ गए। साहिल के हाथ में लोहे की राड थी। उसने आते ही उस पर वार करने शुरू कर दिए। बाकि आरोपितों ने लाठी-डंडों से उस पर वार किए।

हमले में उसके सिर, पैरों और हाथों पर चोट आई। आसपास के लोग आए तो आरोपित उसे जान से मारने की धमकी देकर चले गए। उसने परिजनों को मामले की सूचना दी। जिसके बाद उसके भाई रिंकू उसे अस्पताल लेकर पहुंचे। जहां चिकित्सकों ने उसे हाथों और पैरों में फ्रेक्चर बनाया। फिलहाल उसका इलाज चल रहा है।

मामले को लेकर पुलिस का कहना है कि आपसी रंजिश के मामले में वारदात को अंजाम दिया गया है। आसपास के क्षेत्र में लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज की जांच की जाएगी। जल्द ही आरोपितों को गिरफ्तार कर कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

**सोनीपत।** सड़क में बने गड्ढे पर बैठकर विरोध प्रदर्शन करते जिला पार्षद एवं अन्य। फोटो : हरिभूमि

## गड्ढों में बैठकर किया प्रदर्शन

- एक सप्ताह बाद टूटी सड़क के पत्थर लेकर जाएंगें कार्यालय

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

करेवड़ी गांव से जुआं की सड़क के बार-बार टूटने और प्रशासन की अनदेखी के विरोध में जिला पार्षद संजय बड़वासनिया ने सोमवार को सड़क के गड्ढे में बैठकर अनोखा विरोध प्रदर्शन किया। उन्होंने आरोप लगाया कि संबंधित विभाग के अधिकारी ठेकेदारों के साथ मिलकर लगातार घटिया सामग्री का उपयोग कर रहे हैं, जिससे सड़कें कुछ ही समय में टूटने लगती हैं।

### वर्क पैचिंग के नाम पर बड़ा घोटाला

जिला पार्षद बड़वासनिया ने कहा, वर्क पैचिंग के नाम पर बड़ा घोटाला किया जा रहा है। ठेकेदारों द्वारा घटिया सामग्री का इस्तेमाल करवाया जा रहा है और अधिकारी आंखें मूंदे बैठे हैं। प्रशासन को ऐसे ठेकेदारों का लाइसेंस रद कर उन्हें ब्लैकलिस्ट करना चाहिए और उनके खिलाफ रिकवरी की जाए। उन्होंने आगे कहा कि जैसे ही सड़क बनती है, वह टूटनी शुरू हो जाती है, जो इस बात का प्रमाण है कि निर्माण कार्य में गुणवत्ता की अनदेखी की गई है। उन्होंने संबंधित अधिकारियों और ठेकेदारों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग करते हुए कहा, जनता के पैसों का दुरुपयोग बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। प्रदर्शन के दौरान उन्होंने प्रशासन को सोमवार तक का अल्टीमेटम देते हुए कहा कि यदि टूटी सड़कें ठीक नहीं की गईं, तो मंगलवार को वे खुद टूटी हुई सड़क की बजरी और पत्थर तसले में भरकर पीडब्ल्यूडी कार्यालय पहुंचेंगे और वहां सिर पर तसला रखकर प्रदर्शन करेंगे।

## विवि के मैनेजर को झांसे में लेकर लाखों की राशि ठगी

- पुलिस ने विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर की जांच शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

राई थाना क्षेत्र के सोनीपत-नरेला सड़क मार्ग पर स्थित निजी विवि में कार्यरत सहायक मैनेजर के साथ ठगी करने के आरोप का मामला सामने आया है। पीड़ित ने मामले को लेकर पुलिस को शिकायत दी। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। पुलिस ठगों की तलाश के प्रयास कर रही है।

मैक्स हाइट्स मेट्रो व्यू अपार्टमेंट निवासी निहारिका गोदारा ने पुलिस को बताया कि एक अप्रैल को उनके पास एक फोन काल आई थी। फोन करने वाला उनके बैंक खाते में बारे में जानकारी ले रहा था।

इसके बाद उनके खाते से एक और दो अप्रैल को 2,37,566 रुपये की राशि ट्रांसफर कर ली गई। खाते से रुपये ट्रांसफर किए जाने के बाद उन्होंने बैंक के जानकारी जुटाई तो पता चला कि फर्जी कागजों पर खुलवाए गए खातों में उनके रुपये ट्रांसफर किए गए है। मामले को लेकर पुलिस को अवगत करवाया। राई थाना पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है। जांच अधिकारी कुलदीप सिंह ने बताया कि मामले की गंभीरता से जांच की जा रही है। जल्द से जल्द ठगों का पता लगाकर आगामी कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

रोहतक से सोनीपत जिला में प्रवेश करेगी यात्रा

# 15 को पहुंचेंगी साइक्लोथॉन, भागीदार बने

- उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार ने कैंप कार्यालय में ली अधिकारियों की बैठक, दिए कड़े दिशा-निर्देश
- गांव सिसाना में किया जाएगा भव्य स्वागत : उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सैनी के नेतृत्व में हरियाणा को नशामुक्त बनाने के अभियान के अंतर्गत अनोखी पहल के रूप शुरू की गई साइक्लोथॉन 15 अप्रैल को रोहतक से सोनीपत जिला में प्रवेश करेगी, जहां गांव सिसाना में साइक्लोथॉन का भव्य स्वागत किया जाएगा।

साइक्लोथॉन की तैयारियों को लेकर उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार ने बुधवार को कैंप कार्यालय में अधिकारियों के साथ बैठक कर उन्हें जरूरी दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने निर्देश दिए कि गांव सिसाना में जहां साइक्लोथॉन का स्वागत किया जाना है वहां गर्मी के मौसम को देखते हुए छांव में बैठने का प्रबंधन करने के साथ-साथ प्रत्येक पड़ाव स्थल पर मूलभूत सुविधाएं, चिकित्सा सहायता, जल व्यवस्था, यातायात प्रबंधन और सुरक्षा व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। इस दौरान जिस रास्ते साइक्लोथॉन गुजरेगी वहां स्थानीय युवाओं, छात्र-छात्राओं, खिलाड़ियों, सामाजिक एवं धार्मिक संस्थाओं तथा ग्राम पंचायतों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित की जाए।

**सोनीपत।** बैठक में हिस्सा लेते हुए अधिकारीगण। *फोटो : हरिभूमि*

### नशे के विरुद्ध मुहिम

उन्होंने कहा कि नशे के विरुद्ध इस मुहिम में जिला के सभी विभागों, शैक्षणिक संस्थानों, एनजीओ, खेल संगठनों, महिला मंडलों व ग्राम समितियों को जोड़ा जाए। उन्होंने बताया कि जिले में यात्रा के पड़ाव हेतु प्रमुख प्वाइंट्स निर्धारित किए गए हैं, जहां साइक्लोथॉन कुछ समय के लिए रुकेगी और जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा।

इन स्थानों पर नशा के खिलाफ शपथ दिलाई जाएगी तथा जनसमूह को नशे के दुष्प्रभावों से अवगत कराया जाएगा। उन्होंने बताया कि साइक्लोथॉन 16 अप्रैल की सुबह सोनीपत शहर से गन्नौर होते हुए पानीपत के लिए रवाना होगी। इस मौके पर सभी अधिकारी मौजूद रहे।

haribhoomi.com
सेहत
हरिभूमि 10
रोहतक, गुरुवार
10 अप्रैल 2025

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

# जब अचानक शुरू हो हेयर फॉलिंग की प्रॉब्लम

**मेरी उम्र 38 वर्ष है। पिछले कुछ समय से मेरे बाल कुछ ज्यादा ही झड़ रहे हैं। कृपया बताएं कि इस समस्या से निजात पाने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?**

**-अंकुर, रायपुर**

आप इस बात पर गौर करें कि क्या आपका रहने का स्थान चेंज हुआ है? मतलब आप जो पानी पीते हैं, वो तो नहीं बदला है, क्योंकि कई बार पानी बदलने की वजह से इस तरह की समस्या देखी जाती है। आपने बताया है कि समस्या अभी शुरू हुई है। अगर ऐसा है तो आपको पानी बदलना चाहिए, साथ ही बाजार में उपलब्ध तरह-तरह के शैंपू और साबुन का प्रयोग कम से कम करें। अगर प्रॉब्लम ज्यादा है तो आप एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर सकते हैं।

**मेरी उम्र 29 वर्ष है। पर्याप्त मात्रा में पानी पीने के बाद भी मेरा गला सूखता रहता है। हमेशा प्यास-सी लगी रहती है। ऐसा क्यों होता है? कृपया बताएं कि मुझे क्या करना चाहिए?**

**-पवन, बिलासपुर**

यह समस्या आपको कब से शुरू हुई है, क्योंकि मौसम बदलते यानी गर्मी के मौसम में यह समस्या काफी लोगों को देखी जा रही है। अगर ऐसा है तो चिंता की बात नहीं है, प्यास के अनुसार पानी पीते रहे। लेकिन अगर सभी मौसम में ऐसा है तो जरूर आपको ध्यान देना चाहिए। हालांकि कई बार पेट की समस्या की वजह से प्यास ज्यादा लगती है, इस बात पर ध्यान दें। फिलहाल कुछ दिनों के लिए अधिक ऑयली खाना ना खाएं, इस तरह परिवर्तन करने से आपको आराम मिलेगा।

**मेरी उम्र 45 वर्ष है। मुझे सिगरेट पीने की लत है। कई बार इस लत को छोड़ने की कोशिश की, लेकिन छोड़ नहीं पाया। कृपया कोई उपाय बताएं, जिससे मेरी स्मोकिंग छूट जाए।**

**-संकेत, रोहतक**

मौजूदा समय में देश में कई शहरों में ऐसे सरकारी केंद्र हैं, जहां पर इस तरह की लत छुड़वाई जाती है। वहां डॉक्टर ऐसी दवा देते हैं, जिससे उस जैसे केमिकल बॉडी को मिलते हैं, जो सिगरेट पीने के दौरान मिलते हैं और इसकी मात्रा धीरे-धीरे करके कम की जाती है, जिससे आदत छोड़ने में मदद मिलती है। तो बेहतर होगा कि आप एक बार किसी ऐसे सेंटर में संपर्क कर लें।

**मेरी उम्र 54 वर्ष है। आजकल मुझे छोटी-छोटी बातों पर बहुत अधिक गुस्सा आता है। गुस्से की वजह से मेरे हाथ-पैर कांपने लगते हैं और पसीना भी बहुत आता है। कृपया बताएं ऐसा क्यों हो रहा है?**

**-महेंद्र प्रताप, बलौदा बाजार**

आपके लक्षणों से ऐसा लग रहा है कि बीपी बढ़ने की वजह से इस तरह की समस्या आ रही है। बेहतर होगा कि आप एक बार डॉक्टर से संपर्क कर अपने बीपी की जांच कराएं। क्योंकि बीपी का प्रमुख लक्षण कुछ ऐसा ही होता है। अगर ऐसा है तो डॉक्टर आपके लिए दवा शुरू करेंगे, जिसे आपको रेग्युलर खाना पड़ेगा, जिससे आराम मिलेगा। इसे लेकर लापरवाही न बरतें।

**मेरी उम्र 61 वर्ष है। मेरे ब्लड टेस्ट रिपोर्ट में सोडियम का लेवल कम आया है। मैं दवा तो ले रहा हूं लेकिन प्लीज बताएं मुझे कैसी डाइट लेनी चाहिए, जिससे सोडियम लेवल नॉर्मल करने में मदद मिल सके?**

**-संजय, महासमुंद**

चूंकि आपकी उम्र अधिक है, सोडियम की कमी से परेशानी हो सकती है। हालांकि सोडियम की कमी और अधिकता नुकसानदेय हो सकती है। आपको खान-पान में ध्यान देना होगा। सामान्य नमक का सेवन करना होगा। बेहतर होगा कि आप एक बार डाइटीशियन से संपर्क कर लें, वो खान-पान का चार्ट बनाकर देंगे, उसी के अनुसार डाइट लेने से सोडियम बैलेंस रहेगा। *

**प्रस्तुति: रिचा पांडे**

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

स्पेशल: वर्ल्ड पार्किंसंस डे, 11 अप्रैल

आमतौर पर माना जाता है कि पार्किंसंस रोग बुजुर्गों में होता है लेकिन यंग और मिड एज के लोग भी इससे ग्रस्त हो सकते हैं। यह एक न्यूरोलॉजिकल रोग है, जिसके कई कारण हो सकते हैं। इस रोग के होने के कारणों, लक्षणों, इससे जुड़े मिथ्स-फैक्ट्स और केयर के तरीकों के बारे में यहां बता रहे हैं।

# प्रॉपर केयर से बेहतर होती है पार्किंसंस पेशेंट की लाइफ

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. विनय गोयल
चेयरमैन-मूवमेंट डिसऑर्डर-न्यूरोलॉजी
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

इंटरनेशनल पार्किंसंस एंड मूवमेंट डिसऑर्डर सोसाइटी (एमडीएस) के अनुसार पार्किंसंस धीमी गति से बढ़ने वाला न्यूरोडीजेनेरेटिव रोग है, जो मस्तिष्क में डोपामाइन (डोपामिन) नामक रसायन के स्तर को कम कर देता है। यानी, पार्किंसंस की समस्या में मस्तिष्क की कोशिकाओं (न्यूरॉन्स) की क्षति होती है, जिसके परिणामस्वरूप शरीर में कंपन जैसे लक्षण उत्पन्न होते हैं। आमतौर पर इसे वृद्धावस्था की समस्या माना जाता है, लेकिन मौजूदा दौर में युवा वर्ग (जिनकी उम्र 40 वर्ष से कम है) में भी इस समस्या के मामले बढ़ रहे हैं। इस रोग को लेकर लोगों में अवेयरनेस बढ़ाने के लिए हर वर्ष 11 अप्रैल को वर्ल्ड पार्किंसंस डे मनाया जाता है। ब्रिटिश डॉक्टर जेम्स पार्किंसन ने इस समस्या को आधुनिक मेडिकल साइंस में मान्यता दिलवाने के संदर्भ में सार्थक पहल की थी। इसलिए उनके जन्मदिवस 11 अप्रैल को वर्ल्ड पार्किंसंस डे के रूप में मनाया जाता है।

## रोग के कारण

मस्तिष्क में डोपामाइन नामक रसायन की कमी इस समस्या का एक प्रमुख कारण है। इसके अलावा भी कुछ वजहें हो सकती हैं।

**जेनेटिक कारण:** इसके अंतर्गत लगभग 20 ऐसे 'जींस' हैं, जिनके विकारग्रस्त या असामान्य होने से लोग पार्किंसन से ग्रस्त होते हैं। दूसरे शब्दों में कहें तो जेनेटिक डिफेक्ट के कारण एक बड़ी संख्या में लोग पार्किंसंस से ग्रस्त होते हैं।

**मस्तिष्क में चोट:** विभिन्न कारणों जैसे ऊंचाई से गिरने या दुर्घटना से मस्तिष्क में चोट लगने पर कालांतर में पार्किंसंस की समस्या हो सकती है।

**लकवा:** उच्च रक्तचाप या फिर स्ट्रोक होने के बाद होने वाले पैरालिसिस से पार्किंसंस से ग्रस्त होने का जोखिम बढ़ जाता है।

## प्रमुख लक्षण

- चलने में परेशानी या चाल में धीमापन।
- मांसपेशियों में अकड़न।
- शारीरिक संतुलन में दिक्कत।
- दाहिने या बाएं हाथ में कंपन होना।
- आमतौर पर पार्किंसन से ग्रस्त व्यक्ति जब विश्रामपूर्ण स्थिति में होता है, तब उसके हाथों में कंपन होता है, लेकिन काम करने की स्थिति में नहीं होता।

- पार्किंसन से ग्रस्त लोगों का शरीर आगे की तरफ झुक जाता है।

- लिखावट का छोटा होना, जिसे मेडिकल भाषा में माइक्रोग्राफिया कहते हैं।
- आवाज में धीमापन।
- रक्तचाप का निम्न या 'लो' होना।
- छोटे-छोटे कदमों वाली चाल।
- आवाज के वॉल्यूम का कम हो जाना।
- ऐसे लोग एक ही सांस में बोलना चाहते हैं। इस कारण वे शब्दों का सही उच्चारण नहीं कर पाते हैं।
- अकसर कब्ज की समस्या होना और सूंघने की क्षमता कम हो जाना।
- अनिद्रा की समस्या या नींद कम आना।

## ऐसे मिलेगी राहत

फिलहाल पार्किंसंस रोग का कोई स्थाई उपचार उपलब्ध नहीं है, लेकिन लक्षणों से राहत पाकर पीड़ित व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता को बनाए रखने में मदद करने के लिए उपचार अवश्य उपलब्ध हैं। इसके इलाज को तीन भागों में विभाजित किया जा सकता है। मेडिकल मैनेजमेंट, सर्जरी और नॉन मेडिकल ट्रीटमेंट।

**मेडिकल मैनेजमेंट:** इसके अंतर्गत पार्किंसंस से पीड़ित मरीज को न्यूरोलॉजिस्ट के परामर्श से पहले ऐसी दवाएं दी जाती हैं, जिनसे शरीर में डोपामाइन नामक हार्मोन का लेवल बढ़े। गौरतलब है कि डोपामाइन के स्तर को बढ़ाने वाली दवाएं शुरुआती दौर में या एक निश्चित समय तक पार्किंसंस पीड़ितों को राहत प्रदान करती हैं, लेकिन लगातार दवा लेने के कुछ वक्त के बाद ऐसी दवाओं के साइड इफेक्ट मरीज पर पड़ सकते हैं।

**पैलिडोटॉमी:** इस न्यूरोसर्जिकल प्रक्रिया का उपयोग अकसर डीप ब्रेन स्टिमुलेशन के विकल्प के रूप में, पार्किंसंस रोग के इलाज के लिए किया जाता है।

**डीप ब्रेन स्टिमुलेशन:** यह पार्किंसंस रोग का सर्जिकल उपचार है, जिसके अंतर्गत पार्किंसंस से पीड़ित व्यक्ति के मस्तिष्क में इलेक्ट्रोड्स डालकर मस्तिष्क की 'सिग्नल प्रणाली' को सही किया जाता है।

**नॉन मेडिकल ट्रीटमेंट:** इसके अंतर्गत नियमित व्यायाम, संतुलित पौष्टिक खान-पान, पर्याप्त नींद, योग और मेडिटेशन और स्वास्थ्य कर जीवनशैली से संबंधित बातों को शामिल किया जाता है। पार्किंसंस से ग्रस्त लगभग 40% व्यक्ति कब्ज की समस्या से पीड़ित रहते हैं। इसलिए ऐसे व्यक्तियों को पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए।

**जीन थेरेपी और स्टेम सेल थेरेपी:** भविष्य में पार्किंसंस के इलाज में जीन थेरेपी और स्टेम सेल थेरेपी का भी इस्तेमाल किया जा सकेगा, ऐसा जीववैज्ञानिकों का मानना है। इस संदर्भ में अमेरिका और यूरोप महाद्वीप के कई देशों में शोध व अध्ययन जारी हैं। *

**प्रस्तुति: विवेक शुक्ला**

### पार्किंसंस से जुड़े मिथ्स और फैक्ट्स

**मिथ:** पार्किंसंस एक संक्रामक रोग है।
**फैक्ट:** पार्किंसंस संक्रामक रोग नहीं है। यह किसी व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में नहीं फैलता है।
**मिथ:** केवल वृद्ध लोगों को पार्किंसंस होता है।
**फैक्ट:** आमतौर पर पार्किंसंस के मामले 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों को सबसे ज्यादा प्रभावित करते हैं, लेकिन युवावर्ग (40 साल तक की उम्र वालों) में भी इस रोग के मामले सामने आ रहे हैं।
**मिथ:** पार्किंसंस लाइलाज बीमारी है।
**फैक्ट:** यह सही है कि पार्किंसंस का कोई विशिष्ट स्थाई इलाज फिलहाल नहीं है, लेकिन इस बीमारी के लक्षणों को नियंत्रित करने के लिए उपचार उपलब्ध हैं। जैसे दवाएं, सर्जरी, व्यायाम आदि।

**मिथ:** पार्किंसंस रोग से पीड़ित हर व्यक्ति के हाथ-पैर कांपते हैं।
**फैक्ट:** यह सही है कि कंपन पार्किंसंस बीमारी का एक आम लक्षण है, लेकिन यह हर मरीज को नहीं होता। पार्किंसंस वालों को चलने में परेशानी या चाल में धीमापन, मांसपेशियों में अकड़न और शारीरिक संतुलन में दिक्कत आदि समस्याएं भी हो सकती हैं।
**मिथ:** पार्किंसंस रोग वाले मरीज सामान्य जीवन नहीं जी सकते हैं।
**फैक्ट:** अगर पार्किंसंस से पीड़ित लोग डॉक्टर के परामर्श पर अमल कर अपना इलाज करवाते हैं तो वे सामान्य जीवन जी सकते हैं।
**मिथ:** पार्किंसंस से ग्रस्त हो जाने के बाद लोगों की रचनात्मक क्षमता कम हो जाती है।
**फैक्ट:** समुचित इलाज कराते रहने से पार्किंसंस के दुष्प्रभाव मरीज पर हावी नहीं होने पाते, जिसके परिणामस्वरूप उनकी रचनात्मक क्षमता पर बहुत कम या नगण्य प्रभाव पड़ सकता है।
**मिथ:** पार्किंसंस रोगी की जीवन प्रत्याशा कम हो सकती है।
**फैक्ट:** यह सही है कि कुछ मामलों में पार्किंसंस रोगी की जीवन प्रत्याशा कम हो सकती है, लेकिन डॉक्टर के परामर्श पर अमल करने वाले मरीज सामान्य जीवन प्रत्याशा के साथ जी सकते हैं।

हर्बल जोन / रेखा देशराज

# भरपूर बलवर्धक विदारीकंद

आयुर्वेद की सदियों पुरानी जड़ी-बूटी विदारीकंद के साथ अनेक किंवदंतियां जुड़ी हुई हैं। माना जाता है कि महाभारत काल में भीम और दुर्योधन में जो हाथियों जैसा बल था, उसकी वजह विदारीकंद जड़ी बूटी ही थी। विदारीकंद को भारतीय कुड़जू के नाम से भी जानते हैं। विदारीकंद देखने में शकरकंद जैसी प्रतीत होती है। इसका वैज्ञानिक नाम प्यूररिआ ट्यूबरोजा है। इसमें अनगिनत पोषक तत्व पाए जाते हैं। यह शारीरिक शक्ति में वृद्धि करती है। यह प्रतिरक्षा शक्ति बढ़ाने वाली और तेजी से रिकवरी करने वाली टॉनिक के रूप में भी इस्तेमाल की जाती है। विदारीकंद का इस्तेमाल अनेक दवाइयों को बनाने में किया जाता है। उत्तर भारत के मैदानी और पहाड़ी इलाकों में यह लता के रूप में फैलती है और जमीन के अंदर इसके कंद का विकास होता है। लेकिन आजकल इसकी खूब खेती भी होती है। यह एंटीऑक्सीडेंट, एंटीबैक्टीरियल, एंटीवायरल और एंटीफंगल गुणों से भरपूर होती है। पुरुषों द्वारा इसे नियमित रूप से सेवन किए जाने पर प्रजनन क्षमता बढ़ती है। इसके सेवन से त्वचा में निखार आता है। विदारीकंद का चूर्ण मुनक्का के साथ खाने पर यह बच्चों के शरीर को मजबूत करती है। इसकी तासीर मधुर, स्निग्ध, शीतल और शुक्रवर्धक होती है। बाजार में बहुत आसानी से विदारीकंद का पावडर उपलब्ध होता है। विदारीकंद में पाया जाने वाला दूध उन महिलाओं के लिए बहुत फायदेमंद होता है, जो ब्रेस्टफीडिंग कराती हैं। विदारीकंद का उपयोग करने से उनमें दूध की मात्रा भी बढ़ती है और गुणवत्ता में सुधार होता है। लेकिन इसका इस्तेमाल हमेशा दूध पिलाने वाली मांओं को डॉक्टर की सलाह पर ही करना चाहिए। यह पुरुषों के मानसिक तनाव और चिंता को कम करता है। यह उन लोगों के लिए भी बड़ी उपयोगी जड़ी बूटी है, जो मूत्र संबंधी परेशानियों से ग्रस्त हैं। इसके सही सेवन से पेशाब करते समय होने वाली जलन और दर्द से राहत मिलती है। लेकिन जहां विदारीकंद इतनी फायदेमंद जड़ी-बूटी है, वहीं इसके कुछ नुकसान भी हैं। इसका ज्यादा इस्तेमाल करने से लिवर डैमेज हो सकता है। साथ ही खुजली की समस्या, उल्टियां और शरीर में लाल रक्त कणिकाओं की कमी हो सकती है। इसलिए विदारीकंद का सेवन कभी भी बिना डॉक्टर या आयुर्वेद विशेषज्ञ की सलाह के नहीं करना चाहिए। *

डाइट सजेशन

विवेक कुमार

हमारे डेली डाइट रूटीन में सुबह के नाश्ते का बड़ा रोल होता है। खाली पेट हम जो भी खाते हैं, उसका हमारी हेल्थ और फिटनेस पर सीधा असर पड़ता है। इसलिए आपको पता होना चाहिए कि नाश्ते में क्या खाएं और क्या न खाएं?

# ऐसी हो मॉर्निंग डाइट आप रहेंगे हेल्दी-फिट

आपके फिट दिखने और स्वस्थ होने में इस बात की बड़ी भूमिका है कि आप किस समय क्या खाते हैं? सुबह खाली पेट क्या खाएं और क्या न खाएं, अगर आपको इस बात की समझ है तो आप हेल्दी-फिट रहेंगे। लब्बोलुआब यह कि आपको इस बात की समझ होनी बहुत जरूरी है कि किस समय क्या खाएं?

**सबसे पहले गुनगुना पानी:** यह इसलिए जरूरी है क्योंकि इससे शरीर हाइड्रेट रहता है, मेटाबॉलिज्म मजबूत और सक्रिय रहता है और यह शरीर के टॉक्सिंस को बाहर निकालने में मदद करता है। इसलिए सुबह उठने के बाद सबसे पहले एक-दो गिलास, जितना सहजता से पी सकें गुनगुना पानी पीएं। इसमें नीबू और शहद मिलाकर पीएं तो और अच्छा है। फ्रेश नारियल पानी पीना भी बहुत फायदेमंद होता है क्योंकि यह इलेक्ट्रोलाइट्स से भरपूर होता है और शरीर को प्राकृतिक तरीके से रिहाइड्रेट करता है। घी या शुद्ध मक्खन के साथ सुबह गर्म पानी पीना भी बहुत फायदेमंद है क्योंकि एक चम्मच घी या मक्खन के साथ गर्म पानी पीना शरीर को साफ करता है और वेट लॉस में भी मदद करता है।

**डेटॉक्स वॉटर:** सुबह-सुबह डेटॉक्स वॉटर (इसे आसानी से घर में बना सकते हैं) पीने के कई फायदे हैं, जैसे- यह हाइड्रेशन बढ़ाता है क्योंकि स्वादिष्ट होने के कारण इसे आप साधारण पानी की तुलना में ज्यादा पीते हैं। यह वजन घटाने में मददगार है क्योंकि यह मेटाबॉलिज्म को तेज करता है। इसे पीने से स्किन चमकदार बनती है, क्योंकि यह विटामिन और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होता है। इसे पीने से पाचन सुधरता है, यह पाचनतंत्र को सही रखने में मदद करता है।

**भीगे बादाम और अखरोट:** सुबह फ्रेश होने के बाद सबसे पहले भीगे बादाम और अखरोट खाना बहुत फायदेमंद होता है। ये विटामिन ई, प्रोटीन और हेल्दी फैट्स के अच्छे स्रोत हैं। बादाम और अखरोट दिमाग को तेज और पेट को भरा हुआ महसूस कराते हैं। सुबह खाली पेट भीगे हुए बादाम और अखरोट खाने से इम्यूनिटी बढ़ती है। बादाम और अखरोट में प्रोटीन, जिंक, आयरन, विटामिन ए और फोलिक एसिड होता है, जो इम्यूनिटी बढ़ाने में मदद करता है। ये खाने से याददाश्त में सुधार होता है, क्योंकि बादाम में ओमेगा फैटी एसिड और विटामिन ई होता है, जो याददाश्त बढ़ाने में मदद करता है। इन्हें खाने से वजन कम होता है। बादाम और अखरोट में फाइबर होता है, जो लंबे समय तक पेट भरा रखता है और मेटाबॉलिज्म को बढ़ाता है। इन्हें खाने से हार्ट हेल्थ बेहतर होता है। बादाम और अखरोट में पोटैशियम होता है, जो हृदय को स्वस्थ रखता है। बादाम और अखरोट में कैल्शियम होता है, जो हड्डियों को मजबूत करता है।

**ताजे फल:** सुबह-सुबह ताजे फल खाने से फाइबर, एंटीऑक्सीडेंट और प्राकृतिक शुगर मिलती है, जो ऊर्जा से लबालब कर देती है। ऐसे फलों में पपीता, सेब, केला, नाशपाती, अमरूद, कीवी, अनार और तरबूज सबसे शानदार फल हैं। सुबह खाली पेट फल खाने से पाचन तंत्र मजबूत होता है। शरीर को ज्यादा पोषक तत्व मिलते हैं। वजन कंट्रोल में रहता है। शरीर हाइड्रेट रहता है। दिल की सेहत अच्छी रहती है। इम्यूनिटी बढ़ती है।

**इनसे करें परहेज:** हालांकि ज्यादातर लोगों की आदत होती है लेकिन सुबह चाय या कॉफी पीने से बचना चाहिए क्योंकि इससे एसिडिटी होती है। इससे ब्लड शुगर लेवल में बदलाव आ सकता है। सुबह खाली पेट फ्रूट जूस पीने से भी बचना चाहिए क्योंकि जूस की प्रोसेस में फलों के रेशे और कई विटामिन, न्यूट्रिएंट्स नष्ट हो जाते हैं। पोषण के लिहाज से पूरे फल को ही डाइट में शामिल करना चाहिए। खाली पेट दही खाने से पेट के एसिड में इजाफा हो सकता है। ऐसे में, सुबह की शुरुआत दही खाने से न करें। इससे एसिडिटी और कब्ज हो सकती हैं। नाश्ते में स्पाइसी फूड्स सेहत के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है। इससे पेट में जलन पैदा हो सकती है, जिससे अपच, एसिडिटी और पेट दर्द जैसी समस्याएं हो सकती हैं। *

अवेयरनेस

अपोलो हॉस्पिटल्स के द्वारा करवाए गए टेस्ट स्टडी की रिपोर्ट, भारतीय लोगों में हेल्थ संबंधी समस्याओं के बारे में कई खुलासे करती है। इस बारे में आपको जानना चाहिए, ताकि आप भी अपनी हेल्थ को लेकर पूरी तरह अवेयर रहें।

# लक्षणों का न करें इंतजार रेग्युलर करवाएं चेकअप

हाल में ही अपोलो हॉस्पिटल्स ने अपनी 'हेल्थ ऑफ द नेशन 2025' रिपोर्ट का पांचवां संस्करण जारी किया है। जो स्पष्ट रूप से संदेश देता है कि 'लक्षणों का इंतजार न करें, बल्कि निवारक स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें।' देश भर में अपोलो सिस्टम से 2.5 मिलियन लोगों के हेल्थ चेकअप पर आधारित इस रिपोर्ट के अनुसार लाखों लोग क्रॉनिक बीमारियों से पीड़ित हैं, जबकि उनमें इन बीमारियों के कोई लक्षण दिखाई नहीं देते हैं। उल्लेखनीय है कि इनमें से 26 फीसदी लोग हाइपरटेंशन (उच्च रक्तचाप) का शिकार हैं और 23 फीसदी डायबिटीज से पीड़ित हैं। इन आंकड़ों से साफ है कि लक्षणों पर आधारित हेल्थकेयर अब व्यावहारिक नहीं रहा है।

**लोगों में बढ़ रही अवेयरनेस:** इस रिपोर्ट के मुताबिक निवारक स्वास्थ्य जांच अब कई गुना बढ़ गई है। 2019 में यह आंकड़ा 1 मिलियन था, जो 5 सालों में 150 फीसदी बढ़कर 2024 में 2.5 मिलियन पर पहुंच गया है। ये आंकड़े आम लोगों में बढ़ती जागरुकता और निवारक स्वास्थ्य जांच के बढ़ते महत्व की ओर इशारा करते हैं। यह रिपोर्ट तात्कालिक स्वास्थ्य की तीन चुनौतियों पर ध्यान केंद्रित करती है। फैटी लिवर रोग, मेनोपॉज के बाद महिलाओं के स्वास्थ्य में गिरावट और बचपन में मोटापा। इन पर ध्यान देने की तुरंत जरूरत है। इस बारे में अपोलो हॉस्पिटल्स के चेयरमैन डॉ. प्रताप रेड्डी के अनुसार, 'भारत में हर परिवार को स्वास्थ्य को प्राथमिकता देकर स्वस्थ एवं खुशहाल बनने का अवसर मिलना चाहिए। यह रिपोर्ट हर नागरिक को जागरूक एवं सशक्त बनाने, जल्द से जल्द टेस्ट या स्क्रीनिंग कराने की आवश्यकता पर जोर देती है।'

इस रिपोर्ट में इन प्रमुख रोगों के मामले सबसे अधिक सामने आए हैं।

**फैटी लिवर:** एक समय था, जब माना जाता था कि फैटी लिवर सिर्फ उन्हीं लोगों को होता है, जो शराब का सेवन करते हैं। लेकिन आज मोटापे, डायबिटीज और उच्च रक्तचाप के चलते भी फैटी लिवर के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। 257,199 लोगों की जांच में 65 फीसदी में फैटी लिवर पाया गया। खास बात यह है कि इनमें से 85 फीसदी लोग शराब का सेवन नहीं करते हैं।

**महिलाओं का स्वास्थ्य:** इस रिपोर्ट से यह भी साफ है कि मेनोपॉज के बाद महिलाओं के स्वास्थ्य में अचानक गिरावट आती है। मेनोपॉज से पहले डायबिटीज के 14 फीसदी मामले पाए गए, वहीं मेनोपॉज के बाद यह आंकड़ा 40 फीसदी दर्ज किया गया। इसी तरह ओबेसिटी की संभावना भी 76 फीसदी से बढ़कर 86 फीसदी हो गई और फैटी लिवर के मामले 54 फीसदी से बढ़कर 70 फीसदी पर पहुंच गए। इन आंकड़ों से स्पष्ट है कि हॉर्मोनल बदलाव का महिलाओं के स्वास्थ्य पर गहरा असर होता है। ऐसे में महिलाओं के लिए जरूरी है कि मेनोपॉज की अवस्था में पहुंचने पर वे अपने स्वास्थ्य की देखभाल के लिए पूरी तरह सजग रहें और रेग्युलर हेल्थ चेकअप करवाती रहें।

**बच्चों में ओबेसिटी:** रिपोर्ट में यह भी सामने आया है कि छात्रों में ओबेसिटी के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं, जो सार्वजनिक स्वास्थ्य पर गहरा खतरा हैं। रिपोर्ट के अनुसार प्राइमरी स्कूल के 8 फीसदी छात्रों का वजन सामान्य से अधिक पाया गया। किशोरावस्था तक ये आंकड़े और अधिक बढ़ जाते हैं।

निश्चित ही यह रिपोर्ट हमें अवेयर करती है कि हम अपनी हेल्थ का पूरा ध्यान रखें और रेग्युलर चेकअप करवाते रहें। *

**प्रस्तुति: सेहत फीचर्स**

## खबर संक्षेप

### कैंटर ने बुजुर्ग को चपेट में लिया, मौत

**सोनीपत।** राष्ट्रीय राजमार्ग संख्या-44 पर बहालगढ़ फ्लाईओवर चौक पर तेज रफ्तार का कहर देखने को मिला। तेज रफ्तार कैंटर ने बुजुर्ग को चपेट में ले लिया। हादसे में बुजुर्ग गंभीर रूप से घायल हो गया। घायल को उपचार के लिए अस्पताल में लाया गया। जहां चिकित्सक ने बुजुर्ग को मृत घोषित कर दिया। गली नंबर-5 बुधदेव शर्मा ने बताया कि घनश्याम गुप्ता निवासी कुंडली का वह दामाद है। घनश्याम गुप्ता का लड़का अमित दुबई में गया हुआ है।

### ट्रेन से कटकर युवक ने दी जान, पहचान नहीं

सोनीपत। अंबाला-दिल्ली रेलमार्ग पर सांदल कलां व सोनीपत रेलवे स्टेशन के बीच एक युवक ने ट्रेन से कटकर आत्महत्या कर ली। लोको पायलट ने की सूचना स्टेशन मास्टर को दी। शव की पहचान नहीं हो पाई है। राजकीय रेलवे पुलिस मृतक की शिनाख्त के प्रयास कर रही है। जम्मू से चलकर अजमेर जाने वाली गाड़ी संख्या 12414 पूजा एक्सप्रेस के लोको पायलट ने सोनीपत स्टेशन मास्टर को बताया कि ट्रेन रात करीब 2:35 बजे तक सांदल कलां व सोनीपत स्टेशन के बीच पहुंची तो युवक घुटनों में सिर देकर पटरी पर बैठा था।

### संपत्ति विवाद में पसली की हड्डी तोड़ने का आरोप

**सोनीपत।** बहालगढ़ थाना क्षेत्र के गांव जाट जोशी में घर के अंदर घुसकर तोड़फोड़ करने व मारपीट कर घायल करने के आरोप का मामला सामने आया है। पीड़ित ने विरोध करने पर उसे जान से मारने की धमकी भी दे रहे है। दोनों पक्षों में संपत्ति को लेकर विवाद का आरोप है। पीड़ित ने मामले की शिकायत पुलिस को दी। पुलिस ने इस संबंध में विभिन्न धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया है।

### सगे भाइयों पर ईंट हथियार से हमला

**सोनीपत।** मुरथल थाना क्षेत्र के गांव असदपुर में पार्क में टहल रहे दो सगे भाइयों पर एक युवक और उसकी बहन ने तेजधार हथियारों से हमला करने के आरोप का मामला सामने आया है। पीड़ितों पर ईंट से भी हमला किया गया है। शोर सुनकर आए आसपास के लोगों ने दोनों छुड़ाया। परिजन उसे लेकर अस्पताल में पहुंचे। जहां एक की हालत गंभीर होने के चलते रोहतक पीजीआई रेफर कर दिया। गांव असावरपुर निवासी नरेश ने बताया कि वह अपने भाई सुरेश के साथ गांव के पार्क में घूम रहे थे।

### आशानन्द वधवा हिन्दू मंच का वार्षिकोत्सव कल होगा

**सोनीपत।** महात्मा आशानन्द वधवा हिन्दू मंच सोनीपत के तत्वावधान में 11 अप्रैल से 13 अप्रैल तक वार्षिकोत्सव, गायत्री महायज्ञ और वैसाखी का पर्व लक्ष्मी देवी गोसाईं धर्मशाला सिक्का कालोनी सोनीपत में धूमधाम से आयोजित किया जा रहा है। प्रधान हरिचंद स्नेही ने बताया कि कार्यक्रम में मुख्य वैदिक प्रवक्ता और यज्ञ के ब्रह्मा आचार्य शिव कुमार शास्त्री सहारनपुर से तथा भजनोपदेशक संगीत रत्न आचार्य प्रदीप शास्त्री फरीदाबाद से आमन्त्रित किए गए है।

### हथियारो का प्रदर्शन करने की घटना में संलिप्त आरोपी काबू

**गोहाना।** थाना बरोदा की पुलिस ने सोशल मीडिया पर हथियारो का प्रदर्शन करने की घटना मे संलिप्त आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित गांव रूखी निवासी सोनू पुत्र महाबीर है। बीती 8 मार्च को गगनदीप पुत्र ऋषिप्रकाश निवासी गांव हूमायूपुर जिला रोहतक ने थाना बरोदा में शिकायत दी थी। उसके अनुसार गांव रूखी निवासी सोनू पुत्र महाबीर इंस्टाग्राम पर अवैध हथियार तथा कारतूस दिखाकर विडियो बनाता है और आम जनता में भय का माहोल पैदा कर रहा है।

### वारदात में शामिल तीन आरोपित गिरफ्तार

**सोनीपत।** बहालगढ़ थाना क्षेत्र में जानलेवा हमला करने की वारदात में शामिल तीन आरोपितों को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित दीपक उर्फ मुकाला निवासी रामनगर जींद, पुनीत उर्फ पुन्टा निवासी सिवाह पानीपत, रविंद्र उर्फ फौजी निवासी अलेवा जींद का है।

## उपायुक्त ने गोहाना की नई अनाज मंडी का निरीक्षण किया

# मंडियों से खरीदे गेहूं को शीघ्र उठवाने की व्यवस्था की जाए

### किसानों से अपील की कि वे सूखाकर गेहूं ही मंडी में लाएं

अधिकारियों को निर्देश दिए कि किसानों की फसल की खरीद प्रक्रिया को सुचारू रूप से और तेजी से पूरा किया जाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

**गोहाना।** मंडी का दौरा करते उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार, साथ में एसडीएम अंजलि श्रोत्रिय व अन्य अधिकारी।

उपायुक्त डॉ. मनोज कुमार ने बुधवार को गोहाना की नई अनाज मंडी का दौरा करके गेहूं खरीद प्रक्रिया से संबंधित कार्यों का निरीक्षण किया। उपायुक्त ने मंडी में पहुंचकर स्वयं गेहूं की ढेरियों की नमी जांची। उन्होंने किसानों से अपील की कि वे 12 प्रतिशत नमी वाला सूखा गेहूं ही मंडी में लाएं ताकि खरीद एजेंसियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो।

जिला उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि किसानों की फसल की खरीद प्रक्रिया को सुचारू रूप से और तेजी से पूरा किया जाए। खरीद एजेंसियों को यह भी निर्देशित किया कि मंडियों से खरीदे गए गेहूं को शीघ्र उठवाने की व्यवस्था की जाए ताकि किसानों को अपनी फसल बेचने में कोई असुविधा न हो और मंडी में जाम की स्थिति उत्पन्न न हो। मंडी दौरे में उपायुक्त ने आढ़तियों और किसानों से बातचीत कर उनकी समस्याएं भी सुनीं और बिजली, पानी, शौचालय और सफाई की समुचित व्यवस्था का जायजा लिया। उन्होंने किसानों से अनुरोध किया कि वे अपनी फसल को साफ-सुथरा और मापदंडों के अनुरूप मंडी में लेकर आएं ताकि उन्हें उनकी फसल का उचित मूल्य समय पर मिल सके। उन्होंने मंडी में अनाज की पैकिंग के लिए तुरंत प्रभाव से 25 प्रतिशत बारदाना उपलब्ध करवाने का आश्वासन दिया।

इस मौके पर गोहाना की एसडीएम अंजली श्रोत्रिय, डीएमओ ज्योति धनखड़, हैफेड के डीएम उमाकांत शर्मा, डीएफएसओ बिशल सहरावत, मार्केट कमेटी के सचिव सुरेश कुमार, कृषि विभाग के एसडीओ डॉ. राजेंद्र प्रसाद मेहरा, डॉ. विपिन सैनी और आशीष पूनिया सहित आढ़ती, किसान एवं अन्य अधिकारी उपस्थित रहे। 48 घंटे में भुगतान सुनिश्चित करेंः उपायुक्त ने यह भी स्पष्ट किया कि हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार किसानों की फसल खरीद के 48 घंटे के भीतर भुगतान की प्रक्रिया को सुनिश्चित करने के लिए सख्त निर्देश दिए गए हैं।

# कॅरियर निर्माण के लिए मेहनत जरूरी

■ जेएलएन विद्यालय में राज्य बाल कल्याण परिषद द्वारा कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गोहाना

अतिथियों को स्मृति चिह्न भेंट करते एमडी सुनील और प्राचार्य डॉ. सचिन शर्मा।

हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद की महत्वाकांक्षी राज्यस्तरीय परियोजना के अंतर्गत जवाहर लाल नेहरू वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोहाना में स्थापित उपमंडल स्तरीय केंद्र में एक दिवसीय कॅरियर मार्गदर्शन कार्यशाला का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम बाल सलाह, परामर्श एवं कल्याण केन्द्र के तत्वावधान में आयोजित किया गया। मुख्य अतिथि भाजपा गोहाना के जिलाध्यक्ष बिजेन्द्र मलिक ने कहा कि कॅरियर निर्माण के लिए मेहनत करने की जरूरत होती है। जीवन में अनुशासन, सच्ची लग्न और दृढ़ संकल्प कॅरियर निर्माण के मार्ग को प्रशस्त करते हैं। संयुक्त अध्यक्षता एमडी सुनील शर्मा और प्राचार्य डॉ. सचिन शर्मा ने की। संचालन उप प्राचार्य सुरत शर्मा ने किया। वक्ता मंडलीय बाल कल्याण अधिकारी एवं राज्य नोडल अधिकारी अनिल मलिक ने कहा कि कॅरियर मार्गदर्शन वह प्रक्रिया होती है जिसमें विषय-विकल्पों की जानकारी के साथ सही निर्णय लेने व रुचि, योग्यता, क्षमता, कर्मठता अनुसार उपलब्ध विकल्पों को समझने की आवश्यकता होती है।

कार्यक्रम के दौरान प्रतिभागी विद्यार्थियों के साथ अधिकारी एवं अन्य।

### दो दिवसीय कार्यशाला का समापन

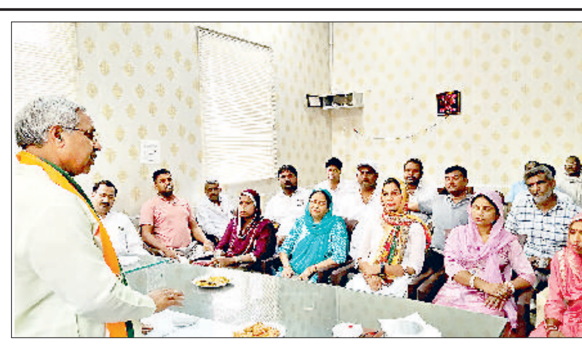
**सोनीपत।** स्वर्णप्रस्थ संग्रहालय में हरियाणा पुरातत्व स्थलों से संबंधित जानकारी सरकारी स्कूलों के बच्चों को देने के मकसद को लेकर दो दिवसीय कार्यशाला का समापन बुधवार को हुआ। जिसमें ब्यूटीफिकेशन सोसाइटी के सदस्य सचिव राजेश खत्री द्वारा पुरातत्व एवं संग्रहालय विभाग हरियाणा द्वारा तैयार की गई हरियाणा धरोहर की पहली किट कोट मोहल्ला स्थित सरकारी स्कूल की मुख्याध्यापिका सुनीता रानी को सौंपी और प्रतिभागी छात्र-छात्राओं को सर्टिफिकेट वितरण किए। पुरातत्व एवं संग्रहालय विभाग हरियाणा की सुपरवाइजर सुरुचिका चावला ने संबोधित किया और बच्चों को जमीन से खुदाई में निकली मूर्तियों के संबंध मे जानकारी दी। प्रतिभागी स्कूलों को सर्टिफिकेट भी सौंपे गए। विजय कुमार, बिद्र सिंह, रवीन कुमार, रिशु कुमारी मौजूद रहे।

### आर्य समाज के सिद्धांतों पर नाटिका का मंचन किया

**गोहाना।** भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय के कन्या गुरुकुल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बुधवार को आर्य समाज का स्थापना दिवस मनाया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य सुमिता सिंह ने की। छात्राओं ने भजन द्वारा स्वामी दयानंद सरस्वती को याद किया। इसके बाद गंगा सदन की छात्राओं ने आर्य समाज के सिद्धांतों पर आधारित नाटिका का मंचन किया, जिसमें आर्य समाज की स्थापना, ऋषि दयानंद के द्वारा नारी शिक्षा, नारी उत्थान एवं समाज के अन्य पिछड़े वर्गो के लिए सामाजिक समानता के लिए किए गए प्रयासों को दिखाते हुए स्वामी दयानंद सरस्वती का जीवन वृतांत प्रस्तुत किया गया। प्राचार्य सुमिता सिंह ने छात्राओं को आर्य समाज के सिद्धांतों का पालन करने के लिए प्रेरित करते हुए कहा कि आर्य समाज ने जो नारी शिक्षा की अलख जगाई, उसी के कारण आज हमारी बेटियां जीवन के हर क्षेत्र में बखूबी योगदान दे रही है।

### स्वस्थ पुलिस समृद्धि सुरक्षा के तहत पांच को किया सम्मानित

**सोनीपत।** आईपीएस नाजनीन भसीन पुलिस कमिश्नर सोनीपत के आदेशानुसार स्वस्थ पुलिस समृद्धि सुरक्षा के तहत शहर के पांच लोगों को किया गया सम्मानित। आईपीएस मनवीर सिंह डिप्टी कमिश्नर सोनीपत हेडक्वार्टर द्वारा डा. सुरेश कालरा यूनिट हेड उजाला सिग्नस जेके हिंदू हॉस्पिटल, राजीव गर्ग मैनेजिंग डायरेक्टर अंकल जीमा लाइफ साइंस, शशांक गर्ग डायरेक्टर कॉम्बीक्टिक ग्लोबल केप्लट प्राइवेट लिमिटेड, अमरदीप बंसल मैनेजिंग डायरेक्टर अटेक्स फार्मास्यूटिकल्स कुंडली, प्रदीप मालिक मालिक लैब एंड डिजिटल एक्स-र सेंटर सोनीपत एवं हरियाणा पुलिस सोनीपत में कार्यरत फार्मेसी ऑफिसर देवेंद्र सिंह को किया गया। सम्मानित इन सभी के द्वारा हरियाणा पुलिस सोनीपत को स्वास्थ्य सेवा पिछले तीन सालों से प्रदान की जा रही हैं।


**खरखौदा।** पार्षदों को संबोधित करते चेयरमैन हीरालाल इंदौरा।

### कर्मियों की अकर्मण्यता से पार्षद नाराज

**खरखौदा।** नपा कार्यालय में बुधवार को चेयरमैन हीरालाल इंदौरा की अध्यक्षता में पार्षदों की बैठक आयोजित की । जिसमें पार्षदों द्वारा अपने-अपने वार्ड की समस्याएं चेयरमैन व नपा सचिव पंकज जून के समक्ष रखी गई। जिसमें पार्षद मुकेश सैनी ने बताया कि नंदी शाला में पशुओं को सड़ा गला चारा दिया जा रहा है। जिसमें ठेकेदार मनानी पर उतर आया है। शहर में सफाई कर्मचारियों की काफी कमी है। जिससे शहर की सफाई विधिवत रूप से नहीं हो पा रही है। पार्षद अनिल ने बताया कि गलियों की नालियों में जो पाइप बिछाए जा रहे हैं, उनका लेवल ठीक नहीं है। जिसके कारण पानी की निकासी हो पाना संभव नहीं है। पार्षद अनूप दहिया ने बताया कि दिल्ली चौक व सांपला बाईपास चौराहे पर लाइट की व्यवस्था नहीं है। शहर में बंदरों का काफी आतंक है। जो महिलाओं व अन्य लोगों को काटकर घायल कर रहे हैं। इन्हें पकड़ने की व्यवस्था की जानी चाहिए। बरोना सड़क मार्ग पर एक ब्रेकर बनाया जाए।

# विकसित भारत बनाने के संकल्प को पूरा करने में जुटें भाजपा कार्यकर्ता : निखिल

■ सोनीपत विधानसभा में भाजपा के सक्रिय सदस्यों का सम्मेलन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

सक्रिय सदस्यों के सम्मेलन के दौरान मंचासीन विधायक एवं अन्य।

भाजपा के जिला कार्यालय में सोनीपत विधानसभा के सक्रिय कार्यकर्ताओं के सम्मेलन का आयोजन विधायक निखिल मदान के संयोजन में किया गया। इस दौरान कार्यकर्ताओं का उत्साहवर्धन करते हुए विधायक निखिल मदान ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में पिछले 11 वर्षों में देश आत्मनिर्भर बना है। साथ ही मेक इन इंडिया, स्टार्टअप इंडिया और डिजिटल इंडिया जैसी योजनाओं के माध्यम से देश की अर्थव्यवस्था सशक्त हुई है और आज देश विश्व की पांचवीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन चुका है। प्रधानमंत्री जन धन योजना के माध्यम से सरकार ने गरीबों को बैंकिंग प्रणाली से जोड़ा है। उज्ज्वला योजना ने महिलाओं को मुफ्त गैस कनेक्शन देकर उनके जीवन को सरल बनाया है। आयुष्मान भारत योजना ने 50 करोड़ से अधिक लोगों को स्वास्थ्य बीमा देकर चिकित्सा सुरक्षा दी है। वहीं पीएम किसान सम्मान निधि ने किसानों को आर्थिक सहायता दी है। इस अवसर पर मुख्य वक्ता पूर्व मंत्री कविता जैन ने भी कार्यकर्ताओं को संबोधित किया। साथ ही कार्यक्रम में पहुंचे माई राम कौशिक ने भी कार्यकर्ताओं को भाजपा की नीतियों का पाठ पढ़ाया। इस अवसर पर जिला महामंत्री नवीन मंगला, राजकुमार कटारिया, मंडल अध्यक्ष राजकुमार शर्मा, नीरज सोनी, आरती शर्मा, पार्षद सुरेंद्र मदान, बबीता कौशिक, संजीव इंदु वलेचा, नीरज आत्रेय, नरेश वर्मा, सुनीता लोहचाब आदि लोग मौजूद रहे।

**खरखौदा।** कार्यकता को सम्मानित करते विधायक पवन खरखौदा।

### भाजपा का सक्रिय सदस्यता सम्मेलन

**खरखौदा।** शहर के रोहतक मार्ग स्थित सैनी चौपाल में विधायक पवन खरखौदा की अध्यक्षता में भाजपा का सक्रिय सदस्यता सम्मेलन आयोजित किया गया।अपने अध्यक्षीय भाषण में उन्होंने कहा कि इस विधानसभा क्षेत्र में 50000 सदस्य बनाने का लक्ष्य रखा गया था। जबकि पार्टी के कर्मठ कार्यकर्ताओं ने 58000 से अधिक सदस्य बनाकर सराहनीय कार्य किया है।विधायक ने कहा कि प्रधानमंत्री के ग्यारह संकल्पों के बारे में बताया और उन पर अमलीजामा पहनाने की अपील की। उन्होंने उन कार्यकताओं को सम्मानित किया जिन्होंने अढ़ाई सौ से अधिक व्यक्तियों को भाजपा सदस्य बनाया है। उन्होंने बताया कि 14 अप्रैल को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यमुनानगर व हिसार में पावर प्लांट व एयरपोर्ट का उद्घाटन करके रैली को संबोधित करेंगे।

# मजदूर मौत मामला : पुलिस ने परिजनों के बयान दर्ज कर शव का करवाया पोस्टमार्टम

■ सीवर सफाई के दौरान हो गई थी दोनों की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

**सोनीपत।** अस्पताल में शव लेने पहुंचे मृतको के परिजन।

सेक्टर-27 शहर थाना क्षेत्र के राठधना-नरेला रोड स्थित एक्सप्रेस सिटी में सीवर की सफाई करने उतरे दो युवकों की मौत मामले में पुलिस ने शवों का बुधवार को पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया। पुलिस ने शुरुआती जांच में किसी तरह के सुरक्षा उपकरण मुहैया नहीं कराने का पता लगा है। पुलिस ने मामले में एक्सप्रेस सिटी के खिलाफ लापरवाही का मुकदमा दर्ज कर लिया है। छत्तीसगढ़ के जिला जांजगीर चंपा निवासी पिंटू राठधना रोड स्थित एक्सप्रेस सिटी के पास एक होटल में काम करता था। वह पहले सीवर सफाई का काम कर चुका था। एक्सप्रेस सिटी में सीवर जाम होने के कारण परेशानी आ रही थी। पिंटू को सिटी में जाम सीवर खोलने के भेजा गया था। उसके साथ एक्सप्रेस सिटी में काम करने वाले उत्तर प्रदेश के जिला इटावा के भगौती निवासी अभिषेक (25) भी थे। मंगलवार दोपहर बाद पिंटू सीवर में सफाई करने उतरे तो अंदर जहरीली गैस की संपर्क में आने से बेहोश हो गए। उनके साथ सीवर खुलवाने गए अभिषेक ने देखा कि पिंटू बेसुध हो हो गया।

**खरखौदा।** छात्राओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित करते प्राचार्या।

### दीक्षा व स्वीटी ने मारी बाजी

**खरखौदा।** कन्या महाविद्यालय के ड्रामा क्लब द्वारा मोनोलॉग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। छात्राओं ने मंच पर अपने अभिनय की प्रस्तुति दी। प्राचार्या डॉ. प्रमिला ने कहा कि इस तरह के कार्यक्रमों से छात्राओं में अभिनय के प्रति रुझान बढ़ता है और मंच पर किसी तरह की घबराहट महसूस न करके आत्मविश्वास बढ़ता है। प्रतियोगिता में बी ए प्रथम वर्ष की छात्रा दीक्षा व स्वीटी ने प्रथम, ईशा व तमन्ना ने द्वितीय तथा बीए तृतीय वर्ष की आकांक्षा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। डॉ.सीमांत और डॉ. प्रमिला ने निर्णायक मंडल की भूमिका निभाई। विजेता छात्राओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संयोजन ड्रामा क्लब इंचार्ज डॉ. सारिका के द्वारा किया गया। वहीं दूसरी ओर कालेज में करियर काउंसलिंग और प्लेसमेंट सेल प्रभारी डॉ. नमिता, डॉ.शालिनी और डॉ. रमेश द्वारा राष्ट्रीय स्तरीय ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया।

## जीवीएम गर्ल्स कालेज में वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता हुई

# फर्राटा दौड़ में सिमरन ने अव्वल स्थान पाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

जीवीएम गर्ल्स कॉलेज में प्रतियोगिता के दौरान हिस्सा लेती छात्राएं।

नशा मुक्त हरियाणा की शपथ लेते हुए जीवीएम गर्ल्स कालेज की वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता में छात्राओं ने उत्साहपूर्वक हिस्सा, जिसका शुभारंभ मुख्य अतिथि के रूप में डीसीपी ईस्ट प्रबीना पी. ने गुब्बारे उड़ाकर दीप प्रज्वलित करते हुए किया। इस दौरान सिमरन को सर्वश्रेष्ठ एथलीट के खिताब से भी सुशोभित किया गया।

संस्था के प्रधान डा. ओपी परूथी व प्राचार्या डा. मंजुला स्पाह ने मुख्यातिथि का स्वागत करते हुए विजेताओं को बधाई दी। उत्साहपूर्वक आयोजित वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता में जीवीएम की छात्राओं ने बढ़-चढक़र हिस्सा लिया। मुख्यातिथि ने ध्वजारोहण कर मार्च पास्ट की सलामी ली। एनएसएस, एनसीसी तथा वाईआरसी और खिलाड़ी छात्राओं ने मार्च पास्ट में कदमताल की। खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करते हुए डीसीपी ईस्ट प्रबीना पी. ने कहा कि जीवन में सफलता के लिए कड़ी मेहनत के साथ नियमित अभ्यास जरूरी है। लक्ष्य को साधने के लिए साधना बेहद आवश्यक है। हमें अपने सामाजिक जीवन को विस्तार देना चाहिए। उन्होंने कहा कि खेलों के माध्यम से स्वर्णिम भविष्य का निर्माण किया जा सकता है। खेल प्रतिभाओं को इसका पूर्ण लाभ उठाना चाहिए।

### ये रहे विजेता

इस दौरान विभिन्न खेल स्पर्धाएं आयोजित की गई, जिनमें फर्राटा दौड़ (100 मीटर) में सिमरन, शॉटपुट में सिमरन, स्टैंडिंग जंप में सिमरन, वन लैग रेस में अनुषा, लेमन रेस में ज्योति, थ्री लैग रेस में तिलक्षा व अनुषा की जोड़ी, मटका दौड़ में नैन्सी, स्लो-वॉक में संजना, रिले रेस में स्नेहा, रूचिका, गरिमा व मुस्कान की टीम अव्वल रही। इस दौरान शिक्षण और गैर-शिक्षण कर्मियों की भी खेल प्रतियोगिताएं करवाई गई।

# होल ब्लॉक चोरी करने का आरोपित युवक गिरफ्तार

**सोनीपत।** बहालगढ़ थाना सोनीपत पुलिस ने कंपनी से लोहे के होल ब्लॉक चोरी करने की वारदात में शामिल आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित समीर खान निवासी ईदगाह कॉलोनी सोनीपत का है। पुलिस ने आरोपित को अदालत में पेश किया। जहां से उसे एक दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा है। संजय कॉलोनी पानीपत निवासी अंकुश ने बताया कि वह बहालगढ़ स्थित कंपनी में बतौर एचआर के तौर पर कार्यरत है। गत 8 मार्च को सिक्योरिटी गार्ड ने लड़का बाइक के साथ कंपनी की दीवार के पास सर्विस लाइन पर खड़ा दिखाई दिया। कुछ युवक दीवार से अंदर कूदकर लोहे के हॉल ब्लॉक चोरी कर रहे है।

### सूचना

हम, राजू पुत्र परश राम और सुनीता पत्नी राजू निवासी गांव धनाना अलादादपुर, तहसील गोहाना, जिला सोनीपत बयान करते हैं कि हमारी पुत्री शीलवती हमारे कहने–सुनने से बाहर है। इसलिये हम इसको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। इससे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारी व हमारे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

## खबर संक्षेप

### राहगीरों को दी चाय नाश्ता की सेवा

**सोनीपत।** लहराड़ा स्थित दादा मोहनदास धाम में बुधवार को भी सुबह के समय राहगीरों को चाय नाश्ता की सेवा दी गई। इस मौके पर योगी बाबा विजयनाथ महाराज ने बताया कि बाबा बुद्धनाथ के आशीर्वाद से सेवा कार्य शुरू किया गया है। इस मौके पर प्रवीण, देवीनाथ, सुनील बैरागी, ओमनाथ, शम्भूनाथ, संजय सरोहा, उमेश आदि मौजूद रहे।

### मोटरसाइकिल चोरी की घटना में 2 आरोपी पकड़े

**गोहाना।** जिले के क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस टीम ने मोटरसाइकिल चोरी करने की घटना में संलिप्त दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित गांव बरोदा निवासी महेश पुत्र भगत व गौरव पुत्र विजेंद्र हैं। गांव लाठ निवासी दीपक पुत्र सत्यवान ने 8 अप्रैल को थाना शहर गोहाना में उसकी मोटरसाइकिल चोरी होने की शिकायत दी थी। उनके अनुसार वह 5 अप्रैल को गोहाना में रोहटा पार्क के पास अपनी मोटरसाइकिल खड़ी करके बाजार में सामान लेने चला गया था। जब वह वापस आया तो उसके उसकी मोटरसाइकिल नहीं मिली। पुलिस टीम के साथ इस घटना में उक्त दोनों आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया और उनके पास से चोरीशुदा मोटरसाइकिल भी बरामद कर ली गई। पुलिस ने गिरफ्तार आरोपितों को न्यायालय में पेश करके उसके आदेश पर उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

### दिनेश अध्यक्ष व बलराज राठी उपाध्यक्ष चुने

**गोहाना।** बुधवार को टैक्स बार एसोसिएशन की गोहाना इकाई की नई कार्यकारिणी गठित की गई। चुनाव कार्यक्रम की अध्यक्षता एसोसिएशन के संरक्षक अशोक कुमार जैन और नरेन्द्र कुमार गुप्ता ने की। नई कार्यकारिणी में दिनेश तनेजा को अध्यक्ष, बलराज राठी को उपाध्यक्ष, सीए हिमांशु गर्ग को सचिव, अनिल वर्मा को सह सचिव और मंदीप सैनी को खजांची नियुक्त किया गया। बैठक में एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष प्रभात जैन, आशीष बंसल, नवीन गर्ग, सुनील मित्तल, कर्मवीर लठवाल, शशिपाल गोयल, नितिन गोयल, योगेश रहेजा और अंकित कुमार उपस्थित रहे।

### उपमंडल अस्पताल में एक दिवसीय योग शिविर

**गन्नौर।** आयुष विभाग और हरियाणा योग आयोग के निर्देश पर उपमंडल अस्पताल के परिसर में एक दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। आयुष विभाग गन्नौर की प्रभारी डा. 'योति मान ने बताया कि 7 अप्रैल से 1 मई तक जिले के सभी अस्पतालों में विशेष योग शिविर आयोजित किए जाएंगे। इन शिविरों का उद्देश्य दिव्यांगों, गर्भवती महिलाओं और बच्चों को निरोग रखना है। डा. मान ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की पहल पर 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस घोषित किया गया था, जो देश की सांस्कृतिक विरासत का प्रतीक है।

# बुराइयों के खिलाफ चलाएंगे अभियान संयुक्त कार्य योजना होगी तैयार

## राजकीय महिला महाविद्यालय और स्प्रेड स्माइल फाउंडेशन में एमओयू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

राजकीय महिला महाविद्यालय, सोनीपत तथा स्प्रेड स्माइल फाउंडेशन के बीच एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए गए। यह फाउंडेशन समाज के कमजोर वर्गों को स्वास्थ्य और शिक्षा सुविधाएं प्रदान करने एवं अन्य सामाजिक गतिविधियों को संचालित करने हेतु समर्पित है। इसका पंजीकृत कार्यालय सेक्टर 12, सोनीपत में स्थित है और इसके निदेशक नितिन जैन हैं।

■ समझौता ज्ञापन का उद्देश्य आपसी सहयोग के नए क्षेत्रों की खोज करना जिससे दोनों को पक्षों लाभ हो

इस समझौता ज्ञापन का उद्देश्य आपसी सहयोग के नए क्षेत्रों की खोज करना है, जिससे दोनों संस्थाओं को लाभ प्राप्त हो और छात्राओं को बेहतर अवसर मिलें। इसके अंतर्गत कौशल निर्माण एवं स्वरोजगार के अवसरों को बढ़ावा देने के लिए प्रशिक्षण सत्रों, जागरूकता अभियानों, शैक्षणिक कार्यक्रमों, कार्यशालाओं, अतिथि व्याख्यानों तथा संवादात्मक सत्रों का आयोजन किया जाएगा। इसके अतिरिक्त, दोनों संस्थाएं सामाजिक बुराइयों जैसे धूम्रपान, नशीली दवाओं की लत आदि के विरुद्ध अभियान चलाकर छात्राओं को समाज सेवा से जोड़ने का कार्य करेंगी। इसके लिए स्वास्थ्य जांच शिविर, रक्तदान शिविर एवं अन्य सामाजिक गतिविधियों का आयोजन किया जाएगा।

### विशेषज्ञता एवं ज्ञान साझा करेंगे दोनों पक्ष

दोनों पक्ष इस समझौता ज्ञापन के उद्देश्यों की प्राप्ति हेतु विशेषज्ञता एवं ज्ञान साझा करने पर भी सहमत हुए हैं। इन गतिविधियों के प्रभावी संचालन के लिए एक संयुक्त विस्तृत कार्य योजना तैयार की जाएगी। यह समझौता ज्ञापन हस्ताक्षर की तिथि से तीन वर्षों के लिए प्रभावी रहेगा। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. नरेश कुमार ने इसे छात्राओं के सर्वांगीण विकास की दिशा में एक मील का पत्थर बताया। कार्यक्रम के दौरान डॉ. वंदना नासा, डॉ. रेखा, मंजीत, डॉ. राजवंती, पूनम, रुचि तथा नीरज दहिया भी उपस्थित रहीं।

सोनीपत। एमओयू के साथ प्राचार्य साथ में नितिन जैन एवं छात्राएं।

### भौगोलिक सूचना प्रणाली के बारे जानकारी दी

गोहाना। भगत फल सिंह महिला विश्वविद्यालय के भूगोल विभाग में विस्तृत व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विभागाध्यक्ष डॉ. कोकिला मलिक ने की जबकि बतौर मुख्य वक्ता भू स्थानिक संस्थान रोहतक से डॉ. अजय देशवाल ने छात्राओं को संबोधित किया। उन्होंने भौगोलिक सूचना प्रणाली (जीआईएस) और इसमें रोजगार की संभावनाओं पर विस्तार से बात की। डॉ. अजय देशवाल के अनुसार जीआईएस के माध्यम से किस प्रकार से पर्यावरण प्रबंधन, शहरी योजना, कृषि उत्पादन, भूमि उपयोग, स्वास्थ्य एवं आपातकालीन प्रबंधन पर नियंत्रण किया जा सकता है। जीआइएस एक बहुत ही उपयोगी सिस्टम है। डॉ. देशवाल ने सेंसर और सेटेलाइट के बारे में भी विस्तार से बताया। कुलपति प्रो. सुदेश ने कहा कि छात्राओं को तकनीक के साथ खुद को अपडेट रखने की जरूरत है।

सोनीपत। विद्यार्थियों को पुरस्कृत करते मेयर राजीव जैन साथ में प्राचार्य एवं अन्य।

## कार्यक्रम में छात्रों ने दी सांस्कृतिक प्रस्तुतियां, वितरित किए पुरस्कार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

■ राजकीय पॉलिटेक्निक संस्थान में वार्षिक पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन

राजकीय पॉलिटेक्निक संस्थान, सोनीपत में बुधवार को वार्षिक पुरस्कार वितरण समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि मेयर राजीव जैन द्वारा दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। कार्यक्रम में छात्रों द्वारा विविध सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दी गईं जिनमें स्वागत गीत, पंजाबी नृत्य, हरियाणवी नृत्य और हास्य नाटक प्रमुख आकर्षण रहे। संस्थान के प्राचार्य प्रवेश सांगवान ने संस्थान की वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत करते हुए वर्ष भर की उपलब्धियों और गतिविधियों का विस्तार से उल्लेख किया। मुख्य अतिथि राजीव जैन ने अपने संबोधन में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में किए गए प्रयासों की सराहना की। जैन ने बताया कि सरकार द्वारा 20,000 युवाओं को प्रशिक्षण देकर उन्हें स्वरोजगार के लिए प्रोत्साहित किया गया है। इस अवसर पर विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागियों को सम्मानित किया गया। सर्वश्रेष्ठ एथलीट का पुरस्कार मनीष (ईसीई) और अंजली (मैकेनिकल इंजीनियरिंग) को दिया गया। सर्वश्रेष्ठ छात्रावास पुरस्कार परविंद्र (कमरा नंबर 1) को मिला। सर्वश्रेष्ठ डाटा एंट्री ऑपरेटर मीनाक्षी राय, सर्वश्रेष्ठ माली विनोद, सर्वश्रेष्ठ सेवक दीपक और सर्वश्रेष्ठ चौकीदार सुशील को घोषित किया।

## महिला सदस्यों ने शहर में कार रैली निकालकर किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

महिलाओं में तेजी से फेल रहे सर्वाइकल कैंसर के प्रति महिलाओं को जागरूक करने के उद्देश्य से बुधवार को लायन क्लब गन्नौर गौरव की प्रोजेक्ट चेयरमैन शालू वाधवा के नेतृत्व में सैकड़ों महिलाओं ने स्वयं कार चलाकर एक रैली गन्नौर शहर में निकाली। रैली को चारु चांदना व चारु बत्रा ने संयुक्त रूप से झंडी दिखाकर रवाना किया। रैली तहसील परिसर से शुरू होकर शहर से होती हुई रेलवे स्टेशन पर सम्पन्न हुई। शालू वाधवा ने बताया कि क्लब द्वारा आज पूरे भारत मे अलग अगल टोलियां रैली निकाल रही है। उन्होंने कहा कि महिलाओं ने किसी प्रकार का संकोच नही करना चाहिए वे हमेशा महिलाओं के साथ है। वाधवा ने कहा कि सर्वाइकल कैंसर में जहां महिला को असहनीय पीड़ा होती है। जिसके चलते परिवार आर्थिक तौर पर भी कमजोर हो जाता है। उन्होंने कहा कि इस बीमारी से महिलाएं ज्यादा त्रस्त होती तो आज उन्होंने निर्णय लिया कि इस बीमारी के लिए महिलाएं ही खुद कार चलाकर रैली निकाल कर महिलाओं को जागरूक करेंगी।

गन्नौर। लायन क्लब गन्नौर गौरव की प्रोजेक्ट चेयरमैन शालू वाधवा व उनकी टीम महिलाओं को संदेश देते हुए। फोटो : हरिभूमि

### सांस्कृतिक उत्सव में छात्राओं ने दिखाई प्रतिभा

सोनीपत। कार्यक्रम के दौरान प्रतिभागी छात्र व छात्राएं।

**सोनीपत।** टीकाराम शिक्षा महाविद्यालय में वार्षिक सांस्कृतिक उत्सव अनुगूंज का आयोजन किया गया। जिसके तहत विभिन्न प्रतियोगिताओं में रैंपवॉक, फोटोग्राफी, बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट, कोलाज मेकिंग, कुकिंग विदाउट फायर शामिल की गई। विभिन्न प्रतियोगिताओं में बीएड प्रथम वर्ष, द्वितीय वर्ष एवं एमएड के विद्यार्थियों ने भाग लिया। उत्सव का प्रारंभ कॉलेज प्राचार्य डॉ. सुरेंद्र सिंह राणा एवं वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. बलबीर सिंह एवं डॉ. इंदु राठी द्वारा किया गया। उत्सव की विशेषता यह रही कि महाविद्यालय के सभी विद्यार्थियों ने आवश्यक रूप से सभी प्रतियोगिताओं में हिस्सा लिया। निर्णायक मंडल के निर्णय अनुसार कॉलेज मेकिंग में दीक्षा, बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट में रीना और बबीता, सलाद डेकोरेशन में कुसुम प्रथम स्थान पर रही। फोटोग्राफी में रिया दहिया प्रथम रही।

## सीनियर नेशनल नेटबाल में पलक व विधि ने जीते पदक

खरखौदा। बुधवार को पलक व विधि का स्वागत करते प्रताप स्कूल प्रबंधन।

■ सीनियर नेशनल नैटबाल चैम्पियनशिप पंजाब में आयोजित

**खरखौदा।** सीनियर नेशनल नैटबाल चैम्पियनशिप जोकि पंजाब में आयोजित हुई। जिसमें प्रताप स्पोर्ट्स स्कूल खरखौदा की खिलाड़ी रह चुकी पलक व विधि ने कांस्य पदक जीतकर प्रदेश का नाम रोशन किया। द्रोणाचार्य अवार्डी ओमप्रकाश दहिया स्कूल खेल निदेशक ने बताया कि पलक और विधि दोनों ने पहले भी इंटरनेशनल लेवल पर पदक प्राप्त कर चुकी हैं। पलक ने 13 व विधि ने 10 बार नेशनल लेवल पर पदक जीते हैं। विद्यालय में दोनों का द्रोणाचार्य अवार्डी ओमप्रकाश दहिया, दया दहिया, नरेश कुमार, एकेडमिक डायरेक्टर डॉ सुबोध दहिया खिलाड़ी विधि की माता जी संजीता, शर्मिला, आरती, कोच संसार व कुश्ती कोच संतोष ने फूल माला पहनाकर स्वागत किया।

## भाजपा आज विश्व की सबसे बड़ी पार्टी: भड़ाना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| गन्नौर

बुधवार को प्रजापति धर्मशाला में भाजपा के सक्रिय कार्यकर्ताओं के सम्मेलन का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में समालखा से विधायक मनमोहन भड़ाना ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। सम्मेलन में पहुंचने पर भाजपा नेता देवेन्द्र कौशिक,आजाद नेहरा व पार्टी कार्यकर्ताओं ने विधायक का पुष्प गुच्छ देकर स्वागत किया। पार्टी कार्यकर्ताओं को सम्बोधित करते हुए विधायक मनमोहन भड़ाना ने कहा कि जिस भारतीय जनता पार्टी ने 1980 मे मात्र 2 सांसदों से अपना सफर शुरू किया था और आज वो विश्व की सबसे बड़ी पार्टी है। विधायक ने कहा कि देश यशस्वी प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व मे देश व प्रदेश में पार्टी कि तीसरी बार सरकार बना कर कीर्तिमान स्थापित किया है। उन्होंने कहा कि प्रदेश में दो बार मनोहर लाल की और अब तीसरी बार नायब सिंह सैनी के नेतृत्व मे प्रदेश सरकार कुशलता से जन हितैषी कार्य कर रहीं हे भाजपा नेता देवेन्द्र कौशिक ने कहा कि भाजपा सरकार के कार्यों से सर्व समाज खुश है। भारतीय जनता पार्टी का हमेशा देश सर्वोपरि का सिद्धांत रहा है, जिसकी वजह से भाजपा का जनाधार दिन प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है। इसका उदाहरण हाल ही सम्पन्न हुए भाजपा विश्व की सबसे बड़ी पार्टी बनकर उभरी है।

गन्नौर। विधायक मनमोहन भड़ाना का बुके देकर स्वागत करते पार्टी नेता देवेन्द्र कौशिक व आजाद नेहरा।

## संदिग्ध हालत में जहरीला पदार्थ निगलने से युवक की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

■ परिजनों ने ससुराल पक्ष पर परेशान करने का आरोप लगाया

सोनीपत। कुंडली थाना क्षेत्र के गांव बारोटा में एक युवक की संदिग्ध परिस्थितियों में जहरीला पदार्थ खाने से मौत हो गई। परिजनों को पता लगा तो वह तलाश करते हुए मौके पर पहुंचे। युवक को मृत देखकर पुलिस को अवगत कराया। पुलिस ने मामले में निवारक कार्रवाई की है। हालांकि अस्पताल में पहुंचे परिजनों ने ससुराल पक्ष पर परेशान करने का आरोप लगाया है। युवक की पत्नी अपने मायके में रह रही थी। पुलिस मामले की गंभीरता से जांच कर रही है। गांव अकबरपुर बारोटा निवासी काला (28) गांव के पास ड्रेन नंबर आठ के पास बेसुध हालात में पड़ा मिला। वहां ड्रेन पर नहाने गए बिहार के दो लड़कों ने उन्हें देखा तो मोबाइल में फोटो खींचकर वह गांव में पहुंचे और लोगों को दिखाया। जिस पर ग्रामीणों ने उन्हें काला के घर भेजा। वहां पर उनके भाई राजेश से मिलकर लड़कों ने काला के बेसुध पड़ा होने की जानकारी दी। जिस पर परिजन मौके पर पहुंचे तो काला मृत पड़ा था। मामले को लेकर पुलिस को सूचना दी। सूचना के बाद पुलिस टीम मौके पर पहुंची। जहां से जरूरी नमूने एकत्रित करके शव को कब्जे में लेकर नागरिक अस्पताल में भिजवाया। जहां शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया।

सोनीपत। सेवकों को संबोधित करते रवि कुमार। फोटो : हरिभूमि

## विश्व हिन्दू परिषद ने कर्ण को बनाया प्रखंड का सह संयोजक

**खरखौदा।** स्थानीय बीडीएस कॉम्प्लेक्स में विश्व हिंदू परिषद ने राम जन्मोत्सव पखवाड़ा के तहत कार्यक्रम का आयोजन किया। जिसकी अध्यक्षता प्रखंड सह मंत्री अजय वशिष्ट सिलाना ने की। इस दौरान विश्व हिंदू परिषद के सुभाष गुप्ता (रोहतक विभाग मंत्री) व सह जिला मंत्री सोनीपत रवि कुमार ने अपना उद्बोधन दिया। उन्होंने सेवकों को आदर्श समाज व मजबूत संगठन बनाने के प्रति प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि भगवान श्री राम द्वारा जो समाज को आदर्श परिवार बनाने के लिए शिक्षाएं दी गई है। उन्हीं का अनुसरण करके समाज में समरसता व एकता स्थापित किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि संगठन के रूप में जहां पर हो, वहीं पर संगठित करके अपने अनुकूल समाज को परिपक्व बनाना चाहिए। जिस तरह भगवान श्री राम ने वनवास के समय वन में रहते हुए पशु पक्षियों व वहां के निवासियों को संगठित करके अपने अनुकूल बना लिया था। ठीक उसी प्रकार हमें भी उनके दिखाएं मार्ग पर चलकर आदर्श समाज की स्थापना करने में अपना अहम योगदान देना चाहिए। संदीप कंवाली को खरखौदा प्रखंड का सह मंत्री, परमजीत छिनौली को प्रखंड संयोजक, कर्ण खरखौदा को सह संयोजक, पंडित राकेश को सामाजिक समरसता प्रमुख, राजेंद्र भारद्वाज को संत मार्गदर्शक मंडल का दायित्व सौंपा गया। इस मौके पर एडवोकेट आशुतोष सरोहा, भरत शर्मा, सुनील पांचाल, अनिल व अन्य कार्यकर्ता मौजूद रहे।

■ सह जिला मंत्री ने सेवकों को आदर्श समाज व मजबूत संगठन बनाने के प्रति प्रेरित 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 कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 0130-2989288, 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<br>10×8 सें.मी | स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर | रु. 2000/-<br>रु. 2500/- |

+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
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन 0130-4012310, 9253681028

## कैंपस स्कूल में आत्म परिचय और ब्रेन टीजर कार्यक्रम

गोहाना। प्रतिभागी विद्यार्थियों के साथ प्राचार्य डॉ. सरोज सिंह।

**खरखौदा।** गोहाना। भगत फूल सिंह महिला विश्वविद्यालय खानपुर कलां स्थित यूनिवर्सिटी कैंपस स्कूल में नव आगंतुक विद्यार्थियों के लिए आत्म परिचय और ब्रेन टीजर गतिविधि का आयोजन किया गया। स्कूल की प्राचार्य डॉ सरोज सिंह ने बताया कि यह गतिविधि पहली से बारहवीं कक्षा तक विद्यार्थियों के लिए आयोजित की गई। जिसमें सभी विद्यार्थियों ने बढ़-चढक़र हिस्सा लिया।प्राचार्य ने बताया कि इस गतिविधि का उद्देश्य विद्यार्थियों को नए तरीके से सोचने के लिए प्रेरित करना था। यह गतिविधि विद्यार्थियों के लिए एक मजेदार और नया अनुभव रहा। जिसमें से उत्कृष्ट प्रदर्शन वाले विद्यार्थी का चयन भी किया गया। प्राचार्य डॉ. सरोज सिंह ने विद्यार्थियों के बौद्धिक कौशल की सराहना करते हुए कहा कि विद्यार्थी भविष्य में भी प्रतिभा का परिचय देते रहें।

■ पहली से 12वीं कक्षा तक विद्यार्थियों के लिए आयोजित की गई

# पार्टी में होती है कार्यकर्ता की आत्मा : डॉ: अरविंद

गोहाना। कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा।

हरिभूमि न्यूज ▶▶|. गोहाना

भाजपा के प्रत्येक कार्यकर्ता की आत्मा पार्टी के संगठन में है। वह पूरी शिद्दत के साथ अपनी जिम्मेदारी को निभाता है। इसलिए भाजपा दुनिया का सबसे बड़ा राजनीतिक संगठन है। यह बात सहकारिता, कारागार, निर्वाचन, विरासत व पर्यटन मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा ने कही। वे बुधवार को गोहाना में सिंचाई विश्राम गृह में आयोजित सक्रिय कार्यकर्ता सम्मेलन को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित कर रहे थे। मंत्री ने कहा कि भाजपा कार्यकर्ता राष्ट्र प्रथम, संगठन द्वितीय व परिवार तृतीय की विचारधारा से मेहनत करता है। देश और प्रदेश में लगातार तीसरी बार भाजपा का सत्ता में आना कार्यकर्ताओं की मेहनत का ही फल है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने वर्ष 2047 तक विकसित भारत का संकल्प लिया है। इस दिशा में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश और गोहाना की हिस्सेदारी बढाने का हमारा संकल्प है।

कैबिनेट मंत्री ने कहा कि कार्यकर्ताओं, जनता-जनार्दन की भागीदारी से प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह धारा 370 और 35ए को तोडऩे, भगवान श्रीराम का अयोध्या में भव्य मंदिर निर्माण, तीन तलाक कानून को खत्म करना, वक्फ संशोधन कानून बनाने जैसे व्यवस्था बदलाव के निर्णय लेने सम्भव हो पाए। इस अवसर पर गोहाना भाजपा जिलाध्यक्ष बिजेन्द्र मलिक, डॉ. धर्मबीर नांदल, तीर्थ राणा, जसबीर दोदवा, योगेश्वर दत्त, नरेन्द्र गहलावत, भूपेन्द्र मुदगिल, प्रवीन खुराना, अरुण बड़ौक, सुमित कक्कड़, सूरजमल शर्मा व कुलदीप कौशिक सहित अन्य पार्टी कार्यकर्ता मौजूद रहे।

PARAS CA
INSTITUTE OF COMMERCE PVT. LTD.
PIONEER INSTITUTE FOR CA COACHING SINCE 1995
Paras CA Foundation RESULT 80% to 90%
Admission OPEN FOR CA Foundation Sept. 25
350 DRISHTI
344 MANAN
339 DARSHIL
Batches Start 8th April 25
Book your seat now
Near City Mall, Sonipat
Call : 9149112716
7015755714