हरिभूमि
रेवाड़ी भूमि
रोहतक, गुरुवार, 26 जून 2025

तापमान

अधिकतम 33 .0 डिग्री
न्यूनतम 24 .5 डिग्री

11 आपातकाल ने संविधान मौलिक अधिकारों और लोकतांत्रिक मूल्यों का गंभीर उल्लंघन किया: रामबिलास शर्मा

12 पहले नहीं मिल पा रही थी जमीन, अब कई गांव प्रस्ताव को तैयार अस्पताल को लेकर बढ़ रही तकरार

खबर संक्षेप

ट्रेन में चढ़ते महिला का मंगलसूत्र चोरी

रेवाड़ी। चेतक एक्सप्रेस में चढ़ते समय रेलवे स्टेशन पर एक महिला का सोने का मंगलसूत्र चोरी हो गया। जीआरपी उदयपुर को दर्ज शिकायत में गौरव जोशी ने बताया कि वह अपनी पत्नी के साथ चेतक एक्सप्रेस से उदयपुर जा रहा था। स्टेशन पर भीड़ होने के कारण जब उसकी पत्नी ट्रेन में चढ़ रही थी, तो किसी ने उसका मंगलसूत्र चोरी कर लिया। ट्रेन चलने के कारण उसने उदयपुर पहुंचकर जीरो एफआईआर दर्ज कराई। जीआरपी ने जीरो एफआईआर के आधार पर चोरी का केस दर्ज कर लिया।

मारपीट मामले में दो आरोपी गिरफ्तार

कुंड। पुलिस ने गोठड़ा में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में एक नाबालिग को अभिरक्षा में लेकर एक अन्य आरोपी को भी गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ति के बयान पर 3 जून को आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। मामले की जांच के बाद पुलिस ने एक नाबालिग को अभिरक्षा में लिया है, जबकि एक अन्य आरोपी रौनक को गिरफ्तार किया है। उसे पुलिस बेल पर रिहा कर दिया गया।

मारपीट मामले में एक आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। रामबास में मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में सिटी पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पीड़ति के बयान पर गत 9 जून को विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज किया था। पीड़ति ने मारपीट करने और जान से मारने की धमकी देने के आरोप लगाए थे। इस मामले में जांच करते हुए पुलिस ने हितेंद्र को गिरफ्तार कर लिया। उसे तफ्तीश में शामिल करने के बाद पुलिस बेल पर छोड़ दिया गया।

चलती ट्रेन में मोबाइल फोन छीनकर फरार

रेवाड़ी। हनुमानगढ़ से रेवाड़ी आ रहे एक रेल यात्री का मोबाइल फोन छीनकर बदमाश चलती ट्रेन से कूद गया। दिल्ली के न्यू मुफ्ताफबाद निवासी अहतेराम अहमद ने जीआरपी को दर्ज शिकायत में बताया कि वह ट्रेन से हनुमानगढ़ से रेवाड़ी आ रहा था। ट्रेन चलते ही एक युवक उसके हाथ से फोन छीनकर ट्रेन से कूद गया। ट्रेन के स्पीड पकड़ने के कारण वह उसका पीछा नहीं कर सका। उसकी शिकायत पर जीआरपी ने जीरो एफआईआर दर्ज करते हुए उसे हनुमानगढ़ जीआरपी को प्रेषित कर दिया।

सरेआम सट्टा खाईवाली करते हुए दो आरोपी काबू

रेवाड़ी। जिला पुलिस ने सरेआम सट्टा खाईवाली करते हुए दो अलग-अलग मामलों में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। कानोड़ गेट चौकी पुलिस ने सट्टा खाईवाली करते हुए एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान गांव सिहा हाल आबाद मोहल्ला विकास नगर निवासी सूरज के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 1750 रुपये बरामद किए है। गत 24 जून को पुलिस को सूचना मिली थी कि सूरज निवासी गांव सीहा हाल में मोहल्ला विकास नगर निवासी पीरबाबा वाली गली रेलवे स्टेशन के रास्ते के पास सट्टा खाईवाली कर रहा है। पुलिस ने मौके से आरोपी को काबू कर लिया। दूसरी घटना में गोकल गेट चौकी पुलिस ने सट्टा खाईवाली करते हुए मोहल्ला सरस्वती विहार निवासी तरुण को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 12590 रुपये बरामद किए है। पुलिस को सूचना मिली थी कि तरुण निवासी सरस्वती विहार झज्जर रोड फ्लाईओवर के पास सट्टा खाईवाली का कर रहा है। सूचना पर पुलिस ने आरोपी को काबू कर लिया। पुलिस ने दोनों आरोपियों के खिलाफ जुआ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है।

9 जुलाई को पहली व दूसरी लिस्ट से वंचित आवेदन फिजिकल काउंसलिंग में भाग लेकर दाखिला ले सकेंगे

स्नातक में दाखिले के लिए कॉलेजों में आज आउट होगी पहली मेरिट लिस्ट, ग्रामीण क्षेत्रों के कॉलेजों में आवेदन कम

■ रजिस्ट्रेशन के लिए 10 जुलाई को फिर से ओपन होगा पोर्टल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

जिले के कॉलेजों में बुधवार को स्नातक में दाखिले के लिए प्रोविजनल लिस्ट जारी की गई। 26 जून को पहली मेरिट लिस्ट जारी की जाएगी।

उच्चतर शिक्षा निदेशालय ने दाखिले के लिए 16 जून तक आवेदन करने का शेड्यूल बढ़ाया था। महाविद्यालयों में बीए प्रथम वर्ष में 4880 सीटें, बीकॉम प्रथम वर्ष में 1080 व बीएससी इन फिजिक्स साइंस में 1740 सीटें हैं। वहीं बीएससी मेडिकल के विद्यार्थियों के लिए कोसली स्थित राजकीय कॉलेज में 80 और सेक्टर-18 स्थित गर्ल्स कॉलेज में 160 सीटें हैं। कॉलेजों में एडमिशन के लिए 75 फीसदी आवेदन आए हैं। शहर के सरकारी दो सरकारी कॉलेजों में सीटों से ज्यादा आवेदन है, जबकि ग्रामीण क्षेत्रों के कॉलेजों में आवेदन की कमी से सीटें खाली रह सकती है। महाविद्यालयों की गठित कमेटी की ओर से विद्यार्थियों के दस्तावेजों का सत्यापन करने के बाद बुधवार को पहली प्रोविजनल मेरिट सूची जारी की गई।

रेवाड़ी। सेक्टर-18 स्थित राजकीय कन्या महाविद्यालय। फोटो :हरिभूमि

स्नातक में दाखिले का शेड्यूल

26 जून को पहली मेरिट लिस्ट जारी होगी। पहली लिस्ट में शामिल विद्यार्थी 27 से 30 जून तक फीस जमा करा सकेंगे। 2 जुलाई को दूसरी प्रोविजनल मेरिट सूची व 3 जुलाई को दूसरी फाइनल मेरिट लिस्ट लगाई जाएगी, इस लिस्ट में आने वाले विद्यार्थी 4 से 7 जुलाई तक फीस जमा करा सकेंगे। 9 जुलाई को पहली व दूसरी लिस्ट से वंचित आवेदन फिजिकल काउंसलिंग में भाग लेकर दाखिला ले सकेंगे। रजिस्ट्रेशन के लिए 10 जुलाई को पोर्टल फिर से ओपन होगा।

रेवाड़ी। आरडीएस गर्ल्स कॉलेज में हेल्प डेस्क से जानकारी लेती छात्राएं।

कॉलेजों में आए आवेदनों की स्थिति

जिले के 20 महाविद्यालयों में स्नातक प्रथम वर्ष में विभिन्न संकायों में दाखिले के लिए 7835 के करीब ऑनलाइन आवेदन आए हैं। राजकीय कन्या महाविद्यालय में 1660 छात्राओं ने 6 पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए आवेदन किया है। केएलपी महाविद्यालय में करीब 2 हजार आवेदन आए हैं। आरडीएस गर्ल्स पब्लिक कॉलेज में बीए में 256, बीकॉम में 103 और बीएससी फिजिकल साइंस में 69 छात्राओं ने आवेदन किया है। राजकीय महाविद्यालय में 709 आवेदन हुए हैं, जिसमें बीए में 166 व बीकॉम में 57 विद्यार्थियों ने आवेदन किया है।

पाली स्थित राजकीय कन्या महाविद्यालय में बीए में 108, बीए ऑनर्स अंग्रेजी में 11, बीकॉम में 26, बीएससी में 35 सहित 173 छात्राओं ने आवेदन किया है।

गुरावड़ा स्थित राजकीय कन्या महाविद्यालय में बीए में 55, बीकॉम में 6 और बीएससी में 29 आवेदन हुए हैं। कंवाली स्थित श्रीकृष्ण राजकीय महाविद्यालय में बीए में 364, बीकॉम में 76, बीसीए में 151 व बीएससी में 170 आवेदन हुए हैं। जाटूसाना स्थित राजकीय महाविद्यालय में बीए में 212, बीकॉम में 56 आवेदन हुए हैं।

30 जून तक ऑनलाइन फीस जमा करवानी होगी

स्नातक में दाखिले के लिए पहली प्रोविजनल लिस्ट जारी कर दी गई है। वीरवार को पहली फाइनल लिस्ट लगाई जाएगी, जिसमें नाम आने पर विद्यार्थियों को 30 जून तक ऑनलाइन फीस जमा करवानी होगी।

-डा. ज्योति यादव, प्राचार्या, सेक्टर-18 गर्ल्स कॉलेज।

दो डिग्री कॉलेजों को पांच नए कोर्स होंगे शुरू

सेक्टर-18 स्थित राजकीय कन्या महाविद्यालय में ग्रेजुएशन में एक और पोस्ट ग्रेजुएशन में दो कोर्स शुरू होंगे। कंवाली स्थित श्रीकृष्ण राजकीय महाविद्यालय में दो पोस्ट ग्रेजुएशन कोर्स के लिए मंजूरी दी गई है। माता सावित्रीबाई फुले राजकीय कन्या महाविद्यालय में बीएससी में प्रमुख विषय फिजिक्स में 80 सीटें तथा एमए अंग्रेजी व एमए योग में 40-40 सीटें स्वीकृत हुई हैं। इससे पहले यहां पर एमकॉम और एमएससी ज्योग्राफी में पोस्ट ग्रेजुएशन किया जा सकता था। श्रीकृष्ण राजकीय महाविद्यालय में ज्योग्राफी में एमए और पीजी डीसी (पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा इन कंप्यूटर) की कक्षाएं शुरू होंगी। दोनों कोर्स में 40-40 सीटों पर विद्यार्थियों के दाखिले होंगे। पीजीडीसी में एक साल का डिप्लोमा कोर्स होगा। स्नातक के विद्यार्थी पीजीडीसी में दाखिला ले सकता है। यह कोर्स करने के बाद कंप्यूटर साइंस में एमएससी और मास्टर ऑफ कंप्यूटर एप्लीकेशन के द्वितीय वर्ष में दाखिला मिल जाएगा।

चोरी की बाइक के साथ एक आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

सिटी पुलिस ने मई माह में एक शोरूम के सामने खड़ी बाइक चोरी करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। उसके कब्जे से चोरी की बाइक बरामद की गई है। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत के तहत जेल भेज दिया गया। गत 24 मई को थाना शहर पुलिस को दर्ज शिकायत में रामगढ़ भगवानपुर निवासी प्रशांत ने बताया था कि वह एक शोरूम में कार्य करता है। घर से बाइक लेकर वह ड्यूटी पर आया था। बाइक बाहर खड़ी करने के बाद वह अंदर चला गया। शाम को जब वह घर जाने लगा, तो उसे बाइक नहीं मिली। काफी तलाश करने के बाद भी बाइक का कोई पता नहीं चल सका। पुलिस ने उसकी शिकायत पर केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। जांच के बाद पुलिस ने राजस्थान के टिमलियावास निवासी स्वर्ण सिंह को चोरी की बाइक के साथ गिरफ्तार कर लिया।

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में बाइक चोरी का आरोपी स्वर्ण सिंह। फोटो :हरिभूमि

गांजा व स्मैक बेचने वाले दो आरोपी गिरफ्तार

■ आरोपियों के कब्जे से 212 ग्राम गांजा तथा 1.45 ग्राम स्मैक बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रामपुरा थाना पुलिस ने अवैध मादक पदार्थ बेचने के दो अलग-अलग मामलों में दो आरोपियों को किया गिरफ्तार। पुलिस ने गांजा बेचने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान मौहल्ला आदर्श नगर कुतुबपुर निवासी गौरव उर्फ गोरी के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 212 ग्राम गांजा बरामद किया है। गत 24 जून को पुलिस को सूचना मिली थी कि गौरव उर्फ गोरी पुराना बिजली घर आदर्श नगर के अंदर नशीला प्रदार्थ गांजा बेच रहा है। सूचना पर पुलिस ने मौके से आरोपी को गांजे के साथ काबू कर लिया। दूसरे मामले में पुलिस ने स्मैक बेचने पर एक आरोपी मोहल्ला सुभाष बस्ती निवासी लोकेश को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 1.45 ग्राम स्मैक बरामद की है। पुलिस को सूचना मिली थी कि लोकेश स्मैक बेचने का काम करता है तथा मोहल्ला आदर्श नगर रेलवे अंडरपास के पास नशीला पदार्थ स्मैक बेच रहा है।

सूचना पर पुलिस ने आरोपी को काबू कर लिया। आरोपी की तलाशी ली गई तो कब्जे से 1.45 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पुलिस ने दोनों आरोपियों के खिलाफ नशीला पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है।

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में नशीला पदार्थ बेचने के आरोपी। फोटो :हरिभूमि

जोहड़ में डूबने से युवक की मौत एक दिन पहले हुआ था लापता

रेवाड़ी। ठोठवाल गांव में एक युवक की जोहड़ में डूबने से मौत हो गई। पुलिस ने शव को जोहड़ से बाहर निकलवाकर सामान्य अस्पताल से पोस्टमार्टम करा दिया। जोहड़ में डूबने के कारणों का पता नहीं चल सका था। गांव निवासी 40 वर्षीय ईश्वर सिंह मंगलवार को अपने घर से गांव में ही घूमने के लिए गया था। इसके बाद वह घर नहीं लौटा। परिजनों ने उसकी काफी तलाश की, परंतु उसका कोई पता नहीं चल सका। सुबह ग्रामीणों ने जोहड़ में एक शव पड़ा देखा। ग्रामीणों ने इसकी सूचना थाना रामपुरा पुलिस को दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंच गई। पुलिस ने शव को जोहड़ से बाहर निकलवाया। शिनाख्त होने के बाद पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम कराकर परिजनों को सौंप दिया।

रेवाड़ी। जोहड़ में पड़ा युवक का शव।

सर्विस स्टेशन पर चोरी की वारदात को अंजाम देने का एक आरोपी काबू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

थाना बावल पुलिस ने मोहनपुर बस स्टैंड पर एक सर्विस स्टेशन पर फरवरी माह में चोरी की वारदात को अंजाम देने के एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को रिमांड पर लेकर पूछताछ की जा रही है। पुलिस को दर्ज शिकायत में खंडोड़ा निवासी गुलशन कुमार ने बताया था कि उसने मोहनपुर बस स्टैंड के पास श्याम सर्विस स्टेशन के नाम से वाशिंग सैंटर किया हुआ है। 3 फरपरी की रात वह सर्विस स्टेशन को लॉक करने के बाद घर चला गया था। अगले दिन सुबह जब वह सर्विस स्टेशन पर गया तो मेन गेट के दोनों ताले गायब मिले। चोर सर्विस स्टेशन से 7.5 केवी का जनरेटर, एक गाड़ी उठाने का बड़ा जैक, कंपाउन्डर मशीन व टूल किट सहित काफी सामान चोरी कर ले गए। उसकी शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। इस मामले में पुलिस ने राजस्थान के कुतीना निवासी नीरज को गिरफ्तार किया है। चोरी का सामान बरामद करने के लिए पुलिस आरोपी से पूछताछ कर रही है।

भूडला में करंट की चपेट में आई तीन भैंस

बावल। भूडला गांव में बुधवार को जोहड़ के पानी में करंट प्रवाहित होने से तीन भैंस जख्मी हो गई। पुलिस ने मौके पर जाकर मुआयना करते हुए आगामी कार्यवाही शुरू कर दी। गांव निवासी जयराम गुर्जर अपनी भैंसों को नहलाने के लिए गांव के जोहड़ पर ले गया था। बताया गया है कि जोहड़ के पास खड़े बिजली के खंभों में करंट प्रवाहित हो रहा था, जिस कारण करंट का प्रवाह पानी तक पहुंच गया। इससे तीनों भैंस करंट की चपेट में आ गई। ग्रामीणों ने सूचना देकर बिजली आपूर्ति बंद कराई। भैंसों से उठकर चला भी नहीं जा रहा था। सूचना मिलने के बाद कसोला पुलिस भी मौके पर पहुंच गई। ग्रामीणों का कहना है कि बिजली लाइनों की हालत खस्ता बनी हुई है, जिस कारण बिजली के खंभों के आसपास करंट प्रवाहित हुआ है। बरसात के मौसम में इससे गांव में कोई बड़ा हादसा भी हो सकता है।

अज्ञात वाहन की चपेट में आकर कंपनी कर्मचारी की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बावल

औद्योगिक एरिया में अज्ञात वाहन की चपेट में आने से बाइक सवार कंपनी कर्मचारी की मौत हो गई, जबकि उसका साथी गंभीर रूप से घायल हो गया। पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद वाहन का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए।

राजस्थान के कीर्तसिंह पुरा निवासी 24 वर्षीय लालचंद एक कंपनी की गाड़ी पर हेल्पर लगा हुआ था। बुधवार सुबह वह बाइक लेकर अपने साथी विक्रम निवासी दिल्ली के साथ कंपनी से कसोला चौक पर सब्जी लाने के लिए जा रहा था। बिजली निगम ऑफिस के पास किसी वाहन ने उनकी बाइक को टक्कर मार दी, जिससे दोनों सड़क पर गिरकर गंभीर रूप से घायल हो गए। आसपास के लोगों ने दोनों को एंबुलेंस की मदद से अस्पताल पहुंचाया, जहां डॉक्टरों ने लालचंद को मृत घोषित कर दिया तथा विक्रम की हालत गंभीर बनी हुई है। घायल विक्रम को उपचार के लिए रेवाड़ी के प्राइवेट अस्पताल में दाखिल कराया गया है। कसोला थाना पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के बाद परिजनों को सौंप दिया।

मृतक लालचंद का फाइल फोटो

■ पुलिस ने केस दर्ज करने के बाद वाहन का पता लगाने के प्रयास शुरू कर दिए

आसमान में बादलों के बीच गिरती रहीं फुहार, कुछ दिन मौसम इसी तरह का बना रहने के आसार

तापमान में गिरावट के बावजूद गर्मी से राहत नहीं

■ आज भी झमाझम बरसात होने की संभावना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

आसमान में गहराए बादलों के बीच दिन भर कई इलाकों में फुवारें गिरती रहीं। तापमान में गिरावट के बावजूद उमस भरी गर्मी का असर कम नहीं हुआ। अच्छी बरसात होने तक उमस परेशान करती रहेगी। लगभग एक सप्ताह तक मौसम इसी तरह का बना रह सकता है। वीरवार को अच्छी बारिश होने की संभावना जताई जा रही है। बुधवार को सुबह से ही आसमान में गहरे बादल छाए रहे।

बादलों के बीच बूंदाबांदी भी होती रही। कुछ इलाकों में हल्की बरसात भी हुई। अधिकतम तापमान 1.5 डिग्री सेल्सियस गिरकर 33.0 डिग्री पर आ गया। रात का तापमान 5.5 डिग्री बढ़कर 24.5 डिग्री सेल्सियस पर पहुंच गया। दिन भर सूरज बादलों के आगोश में समाया रहा। हवा में नमी का स्तर 76 फीसदी तक होने के कारण वातावरण में भारी उमस व चिपचिपाहट बनी रही। इससे लोगों को सारा दिन पसीना बहाना पड़ा। शाम के समय कुछ इलाकों में बूंदाबांदी के बाद मौसम सुहाना हो गया। दोपहर बाद तक कूलरों की हवा में भी लोगों के पसीने छूटते रहे। शाम के समय भी आसमान में गहरे बादल छाए रहे, जिससे रात को बारिश की संभावना बनी हुई थी। मौसम विभाग के अनुसार मानूसन की बारिश जल्द शुरू हो सकती है। लगभग एक सप्ताह तक रुक-रुककर बरसात होने की संभावना है। इस दौरान तापमान में मामूली उतार-चढ़ाव बना रहेगा। इस दौरान बीच-बीच में भारी बारिश होने की संभावना भी जताई जा रही है।

रेवाड़ी। बावल रोड पर जमा बरसात का पानी। फोटो :हरिभूमि

कृषि क्षेत्र में बिजली की खपत कम

बारिश शुरू होने के बाद कपास व बाजरे की फसलों में सिंचाई से किसानों का पीछा छूट गया है। इससे कृषि क्षेत्र में बिजली की खपत 2 लाख यूनिट तक कम हुई है। घरेलू बिजली की खपत भी 10 लाख यूनिट तक कम हो गई है। बिजली निगमों को मौसम में बदलाव से जहां बड़ी राहत मिली है, वहीं उपभोक्ताओं को अनावश्यक पावर कटों से छुटकारा मिल गया है। इस समय किसान बाजरे की बिजाई करने में जुटे हुए हैं। बरसात से पहले से बिजाई की गई बाजरे की फसल पर हरियाली छाने लगी है। कपास की फसल का भी तेजी से विकास हो रहा है।

मोबाइल फोन चोरी के मामले में एक आरोपी गिरफ्तार

रेवाड़ी। थाना शहर पुलिस ने मार्च माह में गंज बाजार में घर में घुसकर मोबाइल फोन चोरी करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस उसके दूसरे साथी की तलाश कर रही है। 27 मार्च को पुलिस शिकायत में गंज बाजार निवासी रमन अग्रवाल ने बताया था कि सुबह के समय दो अनजान व्यक्ति उसके घर में घुस गए। सीसीटीवी फुटेज के अनुसार वह लगभग 3 मिनट तक घर में रहे और उसकी पत्नी का मोबाइल फोन लेकर फरार हो गए। पुलिस ने उसकी शिकायत पर चोरी का केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की थी। इस मामले में पुलिस ने गाजियाबाद की नवीन कुंज कॉलोनी निवासी सचिन को काबू किया है।

डॉक्टर सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब लूज मोशन के साथ पेट में हो दर्द-ऐंठन

मेरी उम्र 62 वर्ष है। तमाम तरह की सावधानी और संयमित खान-पान के बावजूद हर 10-15 दिन के अंतराल पर मुझे लूज मोशन और पेट दर्द होता है। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-सोनेलाल, रोहतक

जैसा आप बता रहे हैं कि आपका खान-पान बैलेंस रहता है लेकिन कई बार सामान्य तौर पर लोग बाहर की कोई चीज खा लेते हैं या पानी पी लेते हैं, जो पेट में इंफेक्शन पैदा कर देता है, जिस वजह से ऐसी समस्या आ जाती है। आप इस बात पर भी ध्यान दें कि बाहर की कोई भी चीज खाने से परहेज करें। घर की बनी डिशेज ही खाएं। बाहर का पानी भी ना पिएं। इस तरह के बदलाव से आपको राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 42 वर्ष है। मेरे पैर की अंगुलियों के बीच अकसर फफोले पड़ जाते हैं। बरसात के मौसम में ऐसा अधिक होता है। कृपया बताएं कि इस समस्या से कैसे निजात पाया जाए?

-गौतम, रायपुर

आपकी परेशानी सुनकर ऐसा लग रहा है कि बारिश के मौसम में जब उमस बढ़ती है, तब इंफेक्शन होता है और फफोले पड़ जाते हैं। इसके लिए कोशिश करें कि जब बाहर से वापस घर लौटें तो पैरों को डेटॉल से अच्छी तरह साफ करें और सुखा लें। इसके अलावा इस बात पर भी ध्यान दें कि पैरों की अंगुलियों में पसीना बना ना रहे। जब भी पसीना आए उसे पोंछते रहें। इस तरह बदलाव करने से राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 27 वर्ष है। पिछले कुछ समय से मेरी गर्दन पर दाद निकल आए हैं। कई तरह के क्रीम और लोशन ट्राई करने के बाद भी यह ठीक नहीं हो रहा। प्लीज बताएं कि ये दाद कैसे ठीक होगा?

-राजेश, बिलासपुर

दाद ऐसी जगह होता है, जहां पसीना आता है और सूख नहीं पाता। इस मौसम में गले में कई बार पसीना आता है और सूख नहीं पाता, जिससे संक्रमण हो जाता है और खुजली शुरू हो जाती है। इसके लिए बेहतर होगा कि आप पसीने को लगातार पोछते रहें और दिन में एक बार डेटॉल से जरूर धुलें। ज्यादा दिक्कत होने पर डॉक्टर से संपर्क करने के बाद ही कोई क्रीम या पावडर का इस्तेमाल करें।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मेरी जीभ पर अकसर ही फफोले निकल आते हैं, जिससे खाने-पीने में काफी तकलीफ होती है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे बचा जाए?

-सौरभ, मटियारी

जीभ में फफोले की समस्या कई बार पेट से जुड़ी होती है। पेट ठीक से साफ नहीं होता तो इस तरह के फफोले पड़ जाते हैं। लेकिन अगर आपका पेट रेग्युलर साफ हो रहा है, इसके बावजूद भी फफोले पड़ रहे हैं तो आपको जरूर एक बार ईएनटी के डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। वे चेक कर लेंगे, जिससे कारण पता चल जाएगा फिर उपचार किया जाएगा।

मेरी उम्र 55 वर्ष है। पिछले कुछ महीनों से मेरा वजन अचानक से कम होना शुरू हो गया है। जबकि मेरी डाइट और डेली रूटीन पहले की तरह ही है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हो रहा है?

-राजेंद्र, बलौदा बाजार

आपको सबसे पहले जनरल फिजिशियन से संपर्क कर लेना चाहिए। कई बार शुगर होने पर भी वजन कम होना शुरू जाता है तो कई बार थायरॉइड की समस्या इसका कारण बनता है। इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना मुश्किल है। आप डॉक्टर से संपर्क करके एक बार जांच करवा लें। इसके बाद ही कारण का पता चलेगा और उपचार किया जा सकेगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

मेंटल हेल्थ

डॉ. राखी आनंद
सीनियर क्लीनिकल साइकोलॉजिस्ट
इंद्रप्रस्थ अपोलो अस्पताल, नई दिल्ली

स्पेशलः पोस्ट ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसआर्डर डे , 27 जून

पीटीएसडी एक गंभीर मानसिक स्थिति है। यह मनःस्थिति ऐसे लोगों में मिलती है, जो जीवन में किसी भयावह, दर्दनाक या दुखद घटना का शिकार हुए हों या उसके चश्मदीद गवाह बने हों। ऐसे में व्यक्ति अपना सामान्य ढंग से जीवन नहीं जी पाता है। यहां हम आपको बता रहे हैं, इसके कारण, लक्षण और उपचार के बारे में।

पीटीएसडी समुचित उपचार के साथ अपनों का सपोर्ट भी है जरूरी

हाल ही में अहमदाबाद से लंदन जाने वाले एयर इंडिया विमान क्रैश की दुर्घटना ने देश-विदेश के लोगों को सकते में डाल दिया। जिसमें मरने वालों के परिवार न केवल शोकाकुल अवस्था का सामना कर रहे हैं बल्कि उस हादसे के चश्मदीद गवाहों के दिलो-दिमाग पर भी इसका गहरा असर पड़ा है। क्रैश के भयावह दृश्य बार-बार उनके सामने आ जाते हैं, जिसकी वजह से वो गंभीर मानसिक तनाव से जूझ रहे हैं। डॉक्टरों की माने तो इससे उबरने में उन्हें काफी समय लग सकता है। वैज्ञानिक भाषा में इस स्थिति को पोस्ट ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसआर्डर (पीटीएसडी) कहा जाता है।

क्या है पीटीएसडी

पीटीएसडी के पेशेंट में दर्दनाक घटनाओं की यादें फ्लैशबैक की तरह उसके मन में बार-बार घूमती रहती हैं, डराती हैं और असहाय बना देती हैं। पीड़ित व्यक्ति दुखद घटनाओं के सदमे से बाहर नहीं निकल पाता है। इनमें से कई मरीज परिवार की सपोर्ट, समुचित देखभाल से कुछ समय बाद ठीक हो जाते हैं और सामान्य जिंदगी गुजारने लगते हैं। लेकिन कुछ मरीजों के दिलो-दिमाग में दुखद घटनाओं का फ्लैशबैक इतना ज्यादा होता रहता है कि उनका सदमे से बाहर निकलना मुश्किल हो जाता है।

प्रमुख लक्षण

पीटीएसडी के लक्षण कभी-कभी एकाएक, कभी धीरे-धीरे दिखते हैं या कम-ज्यादा होते रहते हैं। इनमें शामिल हैं-

- छोटी-छोटी बातों को लेकर हमेशा परेशान रहना, अनचाहे ही दिमाग में दुखद घटना की पुरानी बातें याद आना, बहुत ज्यादा घबराहट और डर महसूस करना, किसी भी काम को ठीक से न कर पाना, भूख-प्यास और नींद की कमी आना, बुरे सपने आना, नींद में भी घबरा कर उठ जाना, पसीने से तर-बतर होना, दिल की धड़कन तेज होना, ब्लड प्रेशर बढ़ जाना, चक्कर आना। डेली रूटीन के काम ठीक से न कर पाना। दर्दनाक घटना से जुड़ी बातों के बारे में सोचने या बात करने से बचने की कोशिश करना। व्यवहार में चिड़चिड़ापन आना, डिप्रेशन होना। सोच और मनोदशा में नकारात्मक बदलाव आना, घटना के लिए खुद को जिम्मेवार ठहराना, आत्महत्या करने के विचार आना।

रोग के प्रमुख कारण

- पहले घटी दुर्घटना से एंग्जाइटी या डिप्रेशन होने की हिस्ट्री रही हो।
- हिंसक माहौल में पलने या बचपन में यौन दुर्व्यवहार झेलने वाले बच्चे।
- शारीरिक और मानसिक प्रताड़ना, यौन उत्पीड़न या बलात्कार या अपहरण का शिकार हुए लोग।
- करीबी व्यक्ति रिलेटिव की मौत का सदमा।
- परिवार, दोस्तों या रिलेटिव्स के सपोर्ट की कमी।
- एल्कोहल और दवाओं का अत्यधिक सेवन करना।
- दुखद घटनाओं जैसे- सड़क दुर्घटना, विमान दुर्घटना, हिंसक वारदात, सैन्य संघर्ष, आतंकवादी हमला, बाढ़, भूकंप, सुनामी आदि से पीड़ित या इसके साक्षी लोग।

कब करें डॉक्टर को कंसल्ट

आमतौर पर ये लोग समय के साथ अपने आप ठीक हो जाते हैं। लेकिन अगर पीटीएसडी के लक्षण अधिक गंभीर होते जाएं और एक महीने से ज्यादा समय तक बने रहें, तो स्थिति गंभीर हो सकती है। मरीज को पीटीएसडी के लक्षण पता चलने पर जितना जल्दी हो सके, मनोचिकित्सक या क्लीनिकल मनोवैज्ञानिक से कंसल्ट करना चाहिए। समुचित उपचार और देखभाल मिलने पर भी ऐसे मरीजों को दुखद घटनाओं की यादों से निकलने में 6 महीने से ज्यादा वक्त लग जाता है।

उपचार का तरीका

पीटीएसडी मरीज का इलाज साइकोथेरेपी से किया जाता है। इसमें शामिल हैं-

एक्सपोजर थेरेपीः इसमें मरीज को घटना जानबूझकर याद कराई जाती है। डॉक्टर काउंसलिंग में साकारात्मक बातचीत करके उसका मनोबल बढ़ाते हैं और बुरे ख्यालों से छुटकारा दिलाते हैं। ताकि उसकी तकलीफ कम हो सके।

कॉगनिटिव बिहेवियर थेरेपी (सीबीटी): इसमें मरीज से बातचीत कर बिहेवियर को समझा जाता है।

सपोर्टिव टॉक थेरेपीः इसमें मरीज को जिस घटना से आघात पहुंचा है, उसके बारे में बात की जाती है। नकारात्मक विचार के कारण जानकर उसे दूर करने की कोशिश की जाती है।

मेडिसिन भी हैं सहायकः स्थिति के हिसाब से मरीज की एंग्जाइटी को नियंत्रित करने के लिए मूड स्टैब्लाइज़र और सेलेक्टिव सेरोटोनिन रीअपटेक इनहिबिटर (एसएसआरआई), एंटीसाइकोटिक्स, ट्राइसाइक्लिक एंटीड्रिप्रेसेंट जैसी मेडिसिन दी जाती हैं। मरीज को ब्लड प्रेशर और घबराहट को नियंत्रित करने और बुरे सपनों के लिए भी कुद मेडिसिन दी जाती हैं। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

इन बातों का रखें ध्यान

पीटीएसडी पेशेंट को अपने परिवार के सदस्यों और दोस्तो के सपोर्ट, धैर्य और मदद की जरूरत होती है। ऐसे में जरूरी है कि वह अपने रिश्तेदारों, दोस्तो से मेलजोल बढ़ाए और यथासंभव उनके साथ समय बिताए। उनसे अपनी परेशानी शेयर करे ताकि उसका स्ट्रेस कम हो सके।

- नकारात्मक विचारों वाले लोगों से दूर रहें।
- रोजाना समय पर भोजन करें, जिसमें पोषक तत्वों से भरपूर बैलेंस डाइट लें।
- नियमित रूप से एक्सरसाइज, योगासन या मेडिटेशन करें। रिलैक्स होने के लिए मन-पसंद म्यूजिक सुनें।

अवेयरनेस

डॉ. रेश्मा टी. विश्नानी
डर्मेटोलॉजिस्ट, कोकिलाबेन अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

सफेद दाग रोग का न अब तक सटीक कारण ज्ञात हुआ है न इसका स्थायी उपचार उपलब्ध है। लेकिन सही ट्रीटमेंट के जरिए इस त्वचा रोग को कंट्रोल किया जा सकता है। कल ही वर्ल्ड विटिलिगो डे था, इस मौके पर इसके बारे में यहां विस्तार से बता रहे हैं।

विटिलिगो संभव है इसका नियंत्रण

विटिलिगो को सफेद दाग या ल्यूकोडर्मा भी कहा जाता है। यह ऐसी बीमारी है, जिसमें त्वचा की रंगत चली जाती है, जिससे सफेद धब्बे बन जाते हैं। विटिलिगो को ऑटोइम्यून बीमारी माना जाता है, जिसका आशय है कि यह समस्या शरीर की अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली द्वारा त्वचा की रंगद्रव्य कोशिकाओं (मेलेनोसाइट्स) पर हमला करने के कारण होती है। दूसरे शब्दों में कहें तो विटिलिगो एक ऐसा रोग है, जिसमें त्वचा पर सफेद या हल्के रंग के धब्बे दिखाई देते हैं। यह तब होता है, जब त्वचा में मेलेनिन नामक वर्णक बनाने वाली कोशिकाएं नष्ट हो जाती हैं। मेलेनिन त्वचा को रंग देता है, और जब यह कम हो जाता है, तो त्वचा पर सफेद धब्बे दिखाई पड़ने लगते हैं।

क्या हैं कारणः विटिलिगो के होने का प्रमुख कारण अज्ञात है, लेकिन इसे एक ऑटोइम्यून बीमारी माना जाता है। विटिलिगो के कारणों के बारे में शोध-अध्ययन जारी हैं। यह ऐसा त्वचा रोग है, जिसके अनेक कारण हो सकते हैं।

आनुवंशिक कारकः कुछ लोगों में विटिलिगो विकसित होने की संभावना अधिक होती है। खासकर यदि उनके परिवार में अतीत में किसी को विटिलिगो हो चुका है।

तनावः कुछ मामलों में अत्यधिक तनाव विटिलिगो को ट्रिगर कर सकता है या इसे और बदतर बना सकता है।

पर्यावरणीय कारकः अत्यधिक धूप में रहने से भी विटिलिगो की समस्या बढ़ सकती है या जो लोग पहले से ही इस समस्या से ग्रस्त हैं, उनकी स्थिति बदतर हो सकती है। सनबर्न जैसे पर्यावरणीय कारक भी विटिलिगो को ट्रिगर कर सकते हैं।

अन्य बीमारियांः थायरॉइड संबंधी समस्या, टाइप 1 मधुमेह और एडिसन रोग आदि भी विटिलिगो की समस्या बढ़ा सकते हैं या उत्पन्न कर सकते हैं।

प्रमुख लक्षणः इसके प्रमुख लक्षण यहां बताए जा रहे हैं। जब त्वचा पर यहां बताए जा रहे कुछ लक्षण या फिर त्वचा के किसी भाग पर रंगहीन पैच दिखाई दें, तब शीघ्र ही डर्मेटोलॉजिस्ट से परामर्श लें।

- त्वचा पर सफेद या हल्के रंग के धब्बे शरीर के किसी भी भाग पर हो सकते हैं।
- आमतौर पर चेहरे, गर्दन, हाथों और पैरों पर सफेद धब्बे अधिक दिखाई देते हैं।
- धब्बे आमतौर पर शरीर के दोनों तरफ दिखाई देते हैं।
- त्वचा का रंग पैच में बदल जाता है।

रखें ध्यानः विटिलिगो के बारे में कुछ बातों को समझना आवश्यक है।

- विटिलिगो सभी आयु वर्ग के लोगों को प्रभावित कर सकता है।
- यह रोग पुरुषों और महिलाओं दोनों को समान रूप से प्रभावित करता है।
- विटिलिगो के कारण होने वाले सफेद धब्बे सूर्य की किरणों के प्रति अधिक संवेदनशील होते हैं। इसलिए धूप से बचाव करना महत्वपूर्ण है।

उपचार के तरीकेः विटिलिगो का स्थायी इलाज नहीं है, लेकिन विभिन्न उपचार विधियों से इस त्वचा रोग को नियंत्रित किया जा सकता है, जिनसे त्वचा के रंग को वापस लाया जा सकता है। विटिलिगो के उपचार के विकल्पों में शामिल हैं-

टॉपिकल उपचारः विशेषज्ञ डॉक्टर आमतौर पर 'टॉपिकल कॉर्टिकोस्टेरॉयड्स' या गैर-स्टेरॉयडल इम्यूनोसप्रेसेंट आदि से उपचार शुरू करते हैं। टॉपिकल कॉर्टिकोस्टेरॉयड्स दवाएं सूजन कम करने और त्वचा के रंग को वापस लाने में मदद करती हैं। वहीं गैर-स्टेरॉयडल विकल्प लंबे समय तक उपयोग के लिए बेहतर होते हैं, क्योंकि स्टेरॉयड्स की तुलना में उनके कम दुष्प्रभाव होते हैं, खासकर बच्चों के लिए या शरीर के संवेदनशील भागों के उपचार में।

फोटोथेरेपीः इस थेरेपी के अंतर्गत विशेष प्रकाश किरणों का उपयोग करके त्वचा के विकारों या खामियों को दूर किया जाता है।

दवाएंः अतीत में उपचार के विकल्प काफी कम थे, लेकिन अब ओरल कॉर्टिकोस्टेरॉइड्स से लेकर नए गैर-स्टेरॉयडल इम्यूनोसप्रेसिव और इम्यूनोमॉडुलेटरी दवाओं की एक विस्तृत श्रंखला उपलब्ध है। दवा का चयन पूरी तरह से त्वचा रोग विशेषज्ञ पर निर्भर करता है। दवाओं को नियमित लेना जरूरी है। इन दवाओं का त्वचा रोग विशेषज्ञ के परामर्श से उपयोग किया जाए तो वे विटिलिगो के बढ़ने को काफी हद तक रोक सकती हैं।

सर्जिकल विकल्पः अनेक मामलों में सर्जरी का उपयोग किया जा सकता है, जहां अन्य उपचार असरदार नहीं होते। विटिलिगो के उपचार के लिए, त्वचा रोग विशेषज्ञ से परामर्श करना महत्वपूर्ण है,जो मरीज की स्थिति का मूल्यांकन कर उपयुक्त उपचार योजना बना सकता है। स्थिर विटिलिगो वाले मरीजों के लिए, पंच ग्राफ्टिंग, सक्शन ब्लिस्टर ग्राफ्टिंग और एडवांस्ड नॉन-कल्चर्ड मेलानोसाइट सस्पेंशन तकनीक सहित कई सर्जिकल उपचार उपलब्ध हैं।

गौरतलब है कि पंच ग्राफ्टिंग विटिलिगो के उपचार की एक सर्जिकल प्रक्रिया है, जिसमें शरीर के स्वस्थ हिस्से से त्वचा के छोटे-छोटे टुकड़े लेकर विटिलिगो से प्रभावित क्षेत्र में प्रत्यारोपित किए जाते हैं। इस प्रक्रिया से त्वचा के रंग को बहाल करने और विटिलिगो के धब्बों को कम करने में मदद मिलती है। * **प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला**

दूर करें गलतफहमियां

मिथः एक गंभीर बीमारी है विटिलिगो।
तथ्यः विटिलिगो गंभीर बीमारी नहीं है, लेकिन यह व्यक्ति के शारीरिक सौंदर्य को प्रभावित कर सकती है।

मिथः विटिलिगो एक संक्रामक रोग है।
तथ्यः विटिलिगो संक्रामक नहीं है। इस कारण यह एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में नहीं फैलता।

मिथः विटिलिगो कैंसर का कारण बनता है।
तथ्यः विटिलिगो का कैंसर से कोई संबंध नहीं है।

मिथः विटिलिगो केवल गोरी त्वचा वाले लोगों को होता है।
तथ्यः विटिलिगो किसी भी उम्र या किसी भी रंग की त्वचा वाले व्यक्ति को हो सकता है।

मिथः विटिलिगो का कोई इलाज नहीं है।
तथ्यः फिलहाल विटिलिगो का कोई स्थाई इलाज नहीं है, लेकिन विभिन्न उपचार विकल्प मौजूद हैं जो इस बीमारी के लक्षणों को प्रबंधित या नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।

मिथः मछली और दूध एक साथ खाने से विटिलिगो होता है।
तथ्यः यह गलत धारणा है। विटिलिगो एक ऑटोइम्यून बीमारी है और इसका खाद्य पदार्थों से कोई संबंध नहीं है।

रोजाना इन चमत्कारी मुद्राएं करने से चांद की तरह चमकेगा चेहरा

अगर आप भी चाहती हैं कि आपका चेहरा हमेशा खिला-खिला और चमकदार दिखाई दे, तो यह कई मुश्किल काम नहीं है। लेकिन आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी, प्रदूषण, अनहेल्दी खाना और तनाव की वजह से स्किन अपना नेचुरल ग्लो खोने लगता है। हालांकि स्किन को ग्लोइंग और चमकदार बनाने के लिए महंगे ब्यूटी प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करते हैं। जिसका असर थोड़े समय के लिए दिखता है। लेकिन आप स्किन को अंदर से हेल्दी और चमकदार बनाने के लिए नेचुरल उपाय अपना सकते हैं। योग एक ऐसी आसान तकनीक है, जो न सिर्फ शारीरिक बल्कि मानसिक स्वास्थ्य को सही रखता है। बल्कि इससे आपकी स्किन को भी नई जान मिलती है। इन्हीं में से एक योग मुद्रा है। बता दें कि योग मुद्राएं हाथों की विशेष आकृतियां होती हैं, जिनको रोजाना करने से बॉडी में एनर्जी का फ्लो बैलेंस होता है और स्वास्थ्य को भी कई लाभ मिलते हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको 3 खास मुद्राओं के बारे में बताने जा रहे हैं, जिनको करने से आपकी स्किन पहले से ज्यादा हेल्दी और ग्लोइंग बनती है।

वरुण मुद्रा

वरण मुद्रा का संबंध जल तत्व से है। यह शरीर में जल तत्व को संतुलित करने का काम करती है, जोकि स्किन को नमी और हेल्थ के लिए बेहद जरूरी है।

ऐसे करें वरुण मुद्रा

- इस मुद्रा को करने के लिए रीढ़ की हड्डी सीधी रखें और कंधों को ढीला छोड़कर आराम से बैठ जाएं।
- अपने मन को शांत करें और गहरी सांस लें।
- अब दोनों हाथों को घुटनों पर रखें और हथेलियां ऊपर की ओर खुला रखें।
- हाथ की सबसे छोटी उंगली के सिरे को अंगूठे के सिरे से छुएं।
- वहीं बाकी की तीनों उंगलियां सीधी रखें।
- इस दौरान आंखें बंद कर लें और सांसों पर फोकस करें।
- कुछ देर इस मुद्रा में रहें, फिर सामान्य अवस्था में वापस आ जाएं।

फायदे

वरुण मुद्रा करने से शरीर में जल तत्व संतुलित बनी रहती है। इससे स्किन में नमी बनी रहती है और स्किन का रूखापन दूर होता है। यह आसान स्किन को अंदर से ग्लो देने और हाइड्रेशन के अलावा जवां बनाए रखने में भी सहायता करती है। यह आसन न सिर्फ स्किन को साफ रखती है, बल्कि बॉडी में पसीने के तौर पर टॉक्सिन्स निकालने में भी सहायता करती है, जिससे स्किन डिटॉक्स होती है। इस मुद्रा को रोजाना करने से स्किन संबंधी रोग जैसे सोरायसिस, एक्जिमा और ड्राइनेस में फायदा होता है।

अपान मुद्रा

इस मुद्रा को 'ऊर्जा मुद्रा' या 'शक्ति मुद्रा' भी कहा जाता है। अपान मुद्रा शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालती है, जिससे स्किन नेचुरली चमकदार बनती है।

ऐसे करें अपान मुद्रा : अपान मुद्रा करने के लिए रीढ़ की हड्डी को सीधा और कंधों को ढीला छोड़कर आराम से बैठ जाएं। अब दोनों हाथों को घुटनों पर रखें और हथेलियों को ऊपर की ओर रखें। फिर अंगूठे के अगले हिस्स को बीच की उंगली और अनामिका उंगली के आगे के हिस्से से मिलाएं। वहीं इंडेक्स फिंगर और छोटी उंगली को सीधा रखें। अब आंखें बंद करके सामान्य रूप से सांस लें और कुछ देर इसी मुद्रा में बने रहें।

फायदे : अपान मुद्रा विशेष रूप से डाइजेशन पर काम करती है। इस आसन को करने से शरीर से गंदगी बाहर निकलती है और जब शरीर अंदर से साफ होता है। तो स्किन पर दाग-धब्बे, मुंहासे और अन्य समस्याएं कम होती है। यह आसन स्किन को साफ करने के साथ ही पूरे शरीर में ब्लड सर्कुलेशन को बेहतर बनाती है।

मुकुल मुद्रा

बता दें कि मुकुल मुद्रा को 'बीक हैंड मुद्रा' या 'उपचार मुद्रा' भी कहा जाता है। यह मुद्रा शरीर के सभी पांच तत्वों को बैलेंस करने का काम करती है। यह आपकी स्किन को अंदर से ग्लो और हाइड्रेटेट रखता है। वहीं यह लंबे समय तक स्किन को जवां बनाए रखने में सहायता करती है।

ऐसे करें मुकुल मुद्रा : इस आसन को करने के लिए आसानदायक आसन में बैठ जाएं। अब दोनों हाथों की चारों उंगलियों के सिरों को अंगूठे के सिरे से मिलाएं। इससे एक कली जैसा आकार बन जाएगा। अब इस मुद्रा बने हाथ को शरीर के उस हिस्से पर रखना चाहिए, जहां पर उपचार की आवश्यकता हो। आप हल्के से इस मुद्रा को अपने माथे, गालों या आंखों के आसपास रख सकती हैं। आंख बंद करके गहरी सांस लें और फील करें कि इस स्थान पर ऊर्जा प्रवाह हो रही है। रोजाना इस मुद्रा को 5 मिनट के लिए करें।

फायदे : मुकुल मुद्रा का इस्तेमाल करने से तनाव कम होता है और मसल्स को भी आराम मिलता है। इससे स्किन जवां दिखती है। इस मुद्रा को करने से स्किन के दाग-धब्बों को हल्का करने और स्किन की रंगत को निखारने में सहायता करती है।

आपातकाल ने संविधान व लोकतांत्रिक मूल्यों का उल्लंघन किया : रामबिलास

रेवाड़ी। आपातकाल के 50वें वर्ष पर कार्यक्रम में मौजूद भाजपा पदाधिकारी।

फोटो : हरिभूमि

1. भाजपा ने बुधवार को आपातकाल के 50वें वर्ष पर स्मरण कार्यक्रम एवं प्रदर्शनी का किया आयोजन
2. मुख्य वक्ता के रूप में पूर्व शिक्षा मंत्री रामबिलास शर्मा तथा अमरपाल राणा ने शिरकत की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

भारतीय जनता पार्टी की ओर से बुधवार को बावल रोड स्थित निजी होटल में 'आपातकाल के काले अध्याय का 50वें वर्ष' के अवसर पर स्मरण कार्यक्रम एवं प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में 25 जून 1975 के आपातकाल की घोषणा के दिन को याद करते हुए लोकतंत्र की रक्षा के प्रति संकल्प दोहराया गया। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता के रूप में पूर्व शिक्षा मंत्री रामबिलास शर्मा तथा अमरपाल राणा ने शिरकत की। उन्होंने आपातकाल के दौरान लोकतांत्रिक मूल्यों की रक्षा के लिए संघर्ष करने वाले स्वतंत्रता सेनानियों, कार्यकर्ताओं और जनता के बलिदान को याद किया। इस मौके पर मुख्य वक्ताओं ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी 25 जून 1975 से 21 मार्च 1977 तक आपातकाल को भारतीय लोकतंत्र के इतिहास का सबसे काला अध्याय मानती है। उन्होंने कहा कि तत्कालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की ओर से लगाए गए आपातकाल ने संविधान, मौलिक अधिकारों और लोकतांत्रिक मूल्यों का गंभीर उल्लंघन किया था। इस मौके पर रेवाड़ी जिले से लोकतंत्र सेनानियों और उनके परिजनों को सम्मानित किया गया, जिन्होंने आपातकाल के समय में अत्याचार सहे थे। कार्यक्रम में ओमप्रकाश राजपाल, बुद्धदेव यादव, लक्ष्मी नारायण, पूरनचंद, कुलदीप कोहली, विजय गुप्ता की पत्नी पुष्पा गुप्ता, दशरथ चौहान के बेटे मृदुल चौहान व राधेश्याम के पोते साहिल को सम्मानित किया गया। इस मौके पर जिलाध्यक्ष डा. वंदना पोपली ने कहा कि आपातकाल ने साबित किया कि भारत की जनता किसी भी तानाशाही को सहन नहीं करेगी। भाजपा उन सभी वीरों को नमन करती है, जिन्होंने लोकतंत्र की रक्षा के लिए संघर्ष किया। आपातकाल का काला अध्याय भारतीय लोकतंत्र के लिए एक सबक है, जिसे कभी भुलाया नहीं जा सकता। हमें संविधान और लोकतंत्र की रक्षा के लिए सदैव सजग रहना होगा।

इन पदाधिकारियों की रही कार्यक्रम में उपस्थिति

इस अवसर पर एक विशेष प्रदर्शनी भी लगाई गई, जिसमें आपातकाल से जुड़े ऐतिहासिक दस्तावेज, तस्वीरें और पत्रकारिता के संघर्ष को दर्शाया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में पार्टी कार्यकर्ता, सामाजिक कार्यकर्ता और गणमान्य नागरिकों ने भाग लिया। इस मौके पर हुकुमचंद यादव, रामपाल यादव, प्रीतम चौहान, रत्नेश बंसल, सफाई आयोग के चेयरमैन बंसल, सफाई आयोग के चेयरमैन कृष्ण कुमार, चेयरपर्सन पूनम यादव, सिंहराम महलावत, कार्यक्रम की जिला संयोजक सुमन चौहान, हिमांशु पालीवाल, कुलदीप चौहान, गौरव शर्मा, जतिन अरनेजा, धीरज यादव, प्रवीण शर्मा, परिशा शर्मा, मनोज सैनी, श्याम चुघ, राजेंद्र सिंघल, रमेश भालिया, मंडल अध्यक्ष हरीश, अजीत, नरेश सरपंच, दिनेश खोल, बलराज, गोपी लिसान, नीतू चौधरी, विद्यानंद लांबा, राममेहर यादव, कमल निम्बल, बलजीत यादव, रामदत्त भारद्वाज, अमित यादव, एडवोकेट नरेश यादव, कृपा जैमिनी, सावन सैनी, नवीन शर्मा, मनीष यादव, दलीप शर्मा, चांदनी चांदना, कृपा जैमिनी, नीरू भारद्वाज, जयमाला कौशिक, रेखा शर्मा, अल्पना गोठवाल, अमृतकलां टिकानियां, संजय बडगूजर, राजीव आहूजा, मुकेश सारवान, शंभू सैनी, रोशनलाल, जोगिंदर यादव, मीर सिंह एक्स सरपंच, योगेश शर्मा, कुमारी गीता, आशा माखीजा, सुनीता गुड़ियानी, दीपा भारद्वाज, सहित अनेक कार्यकर्ता उपस्थित थे।

बरसात में स्वयं मॉनिटरिंग करके जलभराव वाले क्षेत्रों में व्यापक प्रबंध करें विभाग : उपायुक्त

रेवाड़ी। अधिकारियों की बैठक लेते हुए डीसी अभिषेक मीणा। फोटो : हरिभूमि

- डीसी अभिषेक मीणा ने जिला समन्वय समिति की बैठक में की विकास कार्यों की समीक्षा, अधिकारियों को आपसी तालमेल से कार्य करने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

डीसी अभिषेक मीणा ने बुधवार को लघु सचिवालय सभागार में आयोजित जिला समन्वय समिति की बैठक में सभी विभागों के अधिकारियों के साथ विभिन्न विकास कार्यों की समीक्षा की और योजनाओं के क्रियान्वयन में तेजी लाने के निर्देश दिए। डीसी ने अधिकारियों को सडकों के साथ लगते पेड़ों की छटाई करने के निर्देश दिए। उन्होंने रोहड़ाई से जाटूसाना रोड़ पर बिजली विभाग के खंभों के शिफ्ट करने के कार्य को शीघ्र पूरा करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कोसली बाइपास के निर्माण कार्य में आ रही अड़चनों को दूर करते हुए रिपोर्ट प्रस्तुत करें। उन्होंने कहा कि क्षेत्रों में अतिक्रमण हटाया जाएं। उन्होंने लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों को सोलहराही व बड़ा तालाब में लाइट लगवाने के निर्देश दिए। डीसी ने बावल में बनाए जाने वाले वाटर वर्क्स के लिए जगह चयनित करने के निर्देश दिए। डीसी ने आंकेड़ा व मसानी पीएचसी निर्माण कार्य के लिए आवश्यक कार्यवाही करने के निर्देश भी दिए। डीसी ने कहा कि सभी विभाग लंबित कार्यों को शीघ्र पूरा करें। उन्होंने कहा कि सभी अधिकारी आपसी समन्वय के साथ कार्य करते हुए अपनी भूमिका अदा करें।

बाढ़ की स्थिति से निपटने के लिए कंट्रोल रूम स्थापित

डीसी ने बताया कि आपदा प्रबंधन के तहत विभागवार कार्य योजना तैयार की गई है। उन्होंने बताया कि जिला में बाढ़ की स्थिति से निपटने के लिए कंट्रोल रूम स्थापित किया गया है, इसके लिए 18001801530 टोल फ्री नंबर भी जारी किया गया है, जिस पर नागरिक बाढ़ संबंधी स्थिति में सूचना दे सकता है। बैठक में एडीसी राहुल मोदी, एसडीएम सुरेन्द्र सिंह, एसडीएम बावल, उदय सिंह, एसडीएम कोसली विजय कुमार, सीटीएम प्रीति रावत, डीडीपीओ नरेन्द्र सारवान, डीआरओ प्रदीप देशवाल व डीआईओ सचिन सहित विभिन्न विभागों के अधिकारीगण मौजूद थे।

जलभराव की स्थिति में व्यापक प्रबंध करें

डीसी ने शहर में जलभराव की स्थिति से निपटने के लिए अधिकारियों को बरसात में स्वयं मॉनिटरिंग करते हुए जलभराव वाले क्षेत्रों में व्यापक प्रबंध कराने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि सिविल अस्पताल में बरसात में जलभराव की स्थिति के दौरान यदि कोई अप्रिय घटना होती है तो संबंधित अधिकारी के खिलाफ कार्यवाही की जाएगी। उन्होंने कहा कि अस्पताल में स्थापित पैनल को जल्द से जल्द शिफ्ट कराएं, जब तक यह शिफ्ट न हो, इसके लिए उचित प्रबंध करें। इसके अलावा सिविल अस्पताल में निर्बाध पावर सप्लाई के लिए अतिरिक्त बैकअप का भी प्रबंध करे। इस मौके पर जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने बताया कि सिविल अस्पताल में जलभराव की स्थिति से निपटने के लिए एक डीजी सेट अलग से लगवा दिया गया है। डीसी ने कहा कि आमजन को बरसात में कोई परेशानी न हो इसके लिए मॉनिटरिंग करते हुए सभी जगह उचित प्रबंध किए जाएं।

अत्याचार अधिनियम के तहत पीड़ित को समय पर सहायता उपलब्ध कराए विभाग : डीसी

- लघु सचिवालय सभागार में जिला स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी समिति की बैठक आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। जिला स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी समिति की बैठक लेते डीसी अभिषेक मीणा। फोटो : हरिभूमि

डीसी अभिषेक मीणा ने कहा कि पीड़ति व्यक्तियों की नियमों व अत्याचार अधिनियम के तहत सहायता करने में अधिकारी किसी भी प्रकार की देरी न करें, पीड़ति व्यक्तियों के आवेदन पर जल्द से जल्द कार्यवाही करके आर्थिक सहायता प्रदान की जाए। डीसी अभिषेक मीणा बुधवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में जिला स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी समिति की समीक्षा बैठक में अधिकारियों व समिति के सदस्यों को आवश्यक दिशा निर्देश दे रहे थे। डीसी मीणा ने कहा कि अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति के खिलाफ अत्याचारों को रोकने के लिए बनाए अधिनियम, 1989 के प्रावधानों के क्रियान्वयन के लिए अधिकारी आपस में तालमेल स्थापित कर कार्य करें। उन्होंने कहा कि अत्याचार अधिनियम 1989 के अंतर्गत पीड़ति व्यक्तियों को दी गई राहत, प्राप्त मामलों और पुनर्वास सुविधाएं तथा उनसे संबंधित अन्य मामलों के क्रियान्वयन के लिए समिति नियमानुसार कार्यवाही करें। डीसी ने कहा कि अधिनियम के अधीन गैर अनुसूचित जाति के व्यक्तियों की ओर से अनुसूचित जाति के पीड़ति व्यक्तियों के आवेदन पर जल्द से जल्द कार्यवाही करके आर्थिक सहायता प्रदान की जाए। उन्होंने कहा कि समाज में ऐसी घटनाएं न हो, इसके लिए जागरूकता कार्यक्रम कराएं जाएं। उन्होंने कहा कि एससी-एसटी एक्ट में दर्ज मुकदमों में समस्याओं का त्वरित निराकरण करें। जिला कल्याण अधिकारी अमित शर्मा ने बताया कि अनुसूचित जाति एवं जनजाति अत्याचार निवारण अधिनियम एवं नियम के तहत प्राप्त 2025 में अब तक 14 लाख रुपए की आर्थिक सहायता पीड़तों को प्रदान की गई है। बैठक में एसपी हेमेन्द्र मीणा, डीएसपी रविंद्र कुमार, जिला न्यायवादी हरपाल सिंह, डा. धमेन्द्र कुमार, शंकर सिंह, जगदेव सिंह सेवानिवृत्त जिला कल्याण अधिकारी, सरोज बाला व रमेश कुमार मोरवाल मौजूद थे।

जेएनवी नैचाना में छठी कक्षा में प्रवेश के लिए 29 जुलाई तक होंगे ऑनलाइन आवेदन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। डीसी अभिषेक मीणा।

जवाहर नवोदय विद्यालय नैचाना में आगामी सत्र 2026-27 के लिए कक्षा छठी में प्रवेश के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। डीसी एवं चेयरमैन जेएनवी अभिषेक मीणा ने बताया कि कक्षा छठी में प्रवेश के लिए आवेदन की अंतिम तिथि 29 जुलाई निर्धारित की गई है।

छठी कक्षा में प्रवेश के लिए प्रवेश परीक्षा आगामी 13 दिसंबर को सुबह 11:30 बजे आयोजित होगी। डीसी मीणा ने बताया कि जवाहर नवोदय विद्यालय केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय के अंतर्गत कार्यरत पूर्णतया आवासीय विद्यालय है, जिसमें छात्र-छात्राओं के लिए अलग-अलग छात्रावास उपलब्ध है। इसके अलावा विद्यालय में अध्ययनरत सभी विद्यार्थियों को मुफ्त शिक्षा के साथ भोजन, वर्दी एवं अन्य दैनिक उपयोग सामग्री उपलब्ध कराई जाती है। पात्र अभ्यर्थी ऑनलाइन आवेदन स्वयं के स्तर पर अथवा गांव नैचाना स्थित जवाहर नवोदय विद्यालय से संपर्क कर सकते हैं। ऑनलाइन आवेदन करने के लिए अभ्यर्थी को फोटो एवं आधार कार्ड की आवश्यकता होगी। अभ्यर्थी और अभिभावक के हस्ताक्षर भी अपलोड कराने होंगे। छठी कक्षा में प्रवेश के लिए अभ्यर्थी का जन्म 1 मई 2014 से 31 जुलाई 2016 के बीच होना आवश्यक है। प्रवेश के संबंध में अन्य जानकारी के लिए विद्यार्थी नवोदय विद्यालय समिति के नोएडा स्थित मुख्यालय की आधिकारिक वेबसाइट नवोदया.जीओवी.इन का विजिट कर सकते है।

पुलिस ने भगौड़ा को काबू कर कोर्ट में किया पेश

कनीना। मारपीट के मामले में कोर्ट में पेशी से गैर हाजिर चल रहे एक पीओ को सिटी थाना पुलिस ने काबू करने में सफलता हासिल की है। इस बारे में शहर थाना इंचार्ज रविंद्र सिंह ने बताया कि नांगल हरनाथ वासी सुधीर मारपीट के मामले में शामिल था, जो पिछले समय से कोर्ट में पेशी से गैरहाजिर चल रहा था। अदालत के आदेश पर आरोपित के खिलाफ पीओ घोषित होने का केस दर्ज किया गया था। पुलिस ने आरोपित को काबू कर एसडीजेएम कोर्ट में पेश किया।

योग लेखक प्रोत्साहन योजना से शोध एवं साहित्य के सृजन को मिलेगा बढ़ावा

- मुख्यमंत्री की ओर से हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डा. जयदीप आर्य की मांग पर योग को लेकर की गई घोषणाएं योग के क्षेत्र में नया आयाम स्थापित करेंगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। डा. युद्धवीर

हरियाणा योगासन खेल संघ के उपाध्यक्ष व नव सृष्टि योग एव शोध संस्थान के संस्थापक डा. युद्धवीर ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर राज्य स्तरीय कार्यक्रम में मुख्यमंत्री नायब सैनी की ओर से की गई योग से संबंधित घोषणाओं से राज्य में योग का और तेजी से विस्तार होगा। उन्होंने मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा की मुख्यमंत्री की ओर से हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डा. जयदीप आर्य की मांग पर योग को लेकर की गई घोषणाएं योग के क्षेत्र में नया आयाम स्थापित करेंगी। उन्होंने कहा कि योगासन के 40 कोचों की भर्ती तथा योगासन को हरियाणा खेल नीति में शामिल होने से योगासन खेल को नहीं दिशा मिलेगी तथा खिलाड़ियों के प्रशिक्षण व अनुदान में सहयोग मिलेगा। दूसरी और योग लेखक प्रोत्साहन योजना से शोध एवं साहित्य के सृजन को बढ़ावा मिलेगा। उन्होंने कहा कि श्रीकृष्ण आयुष विश्वविद्यालय में अंतराष्ट्रीय स्तर का ध्यान केंद्र बनने से हरियाणा में पर्यटन को बढ़ावा मिलेगा। योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा संस्थाओं के पंजीकरण से लोगों को इसकी प्रामाणिक सेवाएं मिलनी शुरू होंगी। विश्वविद्यालयों में योग का समान पाठ्यक्रम लागू होने तथा सरकारी विद्यालयों में क्रेडिट आधारित मूल्यांकन प्रणाली लागू होने से विद्यार्थियों में योग के प्रति सजगता बढ़ेगी तथा संस्कार व स्वास्थ्य को लेकर जागरूकता आएगी।

छात्राओं को नशे से दूर रहने के लिए किया जागरूक

रेवाड़ी। गर्ल्स कॉलेज के कार्यक्रम में मौजूद शिक्षक व छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

रेवाड़ी। सेक्टर-18 स्थित प्रथम महिला शिक्षिका माता सावित्रीबाई फुले राजकीय कन्या महाविद्यालय में बुधवार को नशा मुक्ति अभियान के तहत कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कॉलेज की प्राचार्या डा. ज्योति यादव के नेतृत्व में आयोजित कार्यक्रम में विद्यार्थियों को नशा न लेने की शपथ दिलाई गई। कार्यक्रम के संयोजक डा. वीरेंद्र सिंह ने बताया कि उच्चतर शिक्षा विभाग हरियाणा के निर्देशानुसार महाविद्यालयों में 26 जून तक नशा मुक्त भारत पखवाड़ा मनाया जा रहा है। इस मौके पर छात्राओं ने नशे से दूर रहने की शपथ ली तथा समाज में नशे के खिलाफ जागरूकता फैलाने का भी प्रण लिया। महाविद्यालय के उप प्राचार्य सत्येंद्र सिंह, नरेंद्र सिंह, डा. हरीश शर्मा व चंद्रकांत ने भी विद्यार्थियों को नशे के खिलाफ जागरूक किया। इस अवसर पर कॉलेज स्टाफ व काफी संख्या में छात्राएं उपस्थित रही।

बिजली उपभोक्ताओं की जेब पर डाका डाल रही सरकार : अनिल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। अनिल पाल्हावास।

कांग्रेस के प्रदेश प्रवक्ता अनिल पाल्हावास ने कहा कि प्रदेश सरकार आमजन को राहत देने की बजाय उन्हें परेशान करने का काम कर रही है। बिजली की दरों में बेतहाशा वृद्धि से सरकार उपभोक्ताओं की जेब पर डाका डाल रही है।

बुधवार को एक बयान में अनिल पाल्हावास ने कहा कि भाजपा सरकार जन हितैषी होने का ढोंग रच रही है। आए दिन जन विरोधी निर्णय लेकर लोगों पर आर्थिक भार बढ़ाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि सरकार की मंशा बिजली निगमों का पूर्ण निजीकरण करने की है, जिस कारण बिजली बिलों में भारी वृद्धि की गई है। आम उपभोक्ता के लिए बिजली बिलों का बढ़ा हुआ भार उठाना आसान नहीं है। इससे उनका बजट बिगड़ जाएगा। उन्होंने सरकार से मांग की कि बिजली की बढ़ी हुई दरों को तुरंत वापस लिया जाए, ताकि इससे उपभोक्ताओं को राहत मिल सके। अगर बिजली दरों में कमी नहीं की गई, तो कांग्रेस सरकार के खिलाफ आंदोलन शुरू करने में भी पीछे नहीं हटेगी।

सीआईए ने दो तस्करों को 858 ग्राम चिट्टे के साथ किया गिरफ्तार

मंडी अटेली। नारनौल सीआईए पुलिस ने मुखबरी के आधार पर छापेमारी कर चंदपुरा बॉर्डर पर बड़ी कार्रवाई करते हुए दो तस्करों को 858 ग्राम चिट्टे व एक बाइक के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान पंकज व ललित के रूप में हुई है, जो नारनौल के रहने वाले है तथा दिल्ली से नारनौल के लिए तस्करी करते थे। कांस्टेबल रोहित कुमार की मुखबिरी पर एएसआई भारत, कॉस्टेबल परमिंद्र, दीपक, अमन आदि की टीम ने इस कार्रवाई को अंजाम दिया। पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ के दिशानिर्देश पर सीआईए टीम जिलेभर में लगातार सघन अभियान चलाया हुआ है। जिसमे पुलिस की इस तरह की कार्रवाई से क्षेत्र में नशीले पदार्थों की तस्करी पर अंकुश लगाने में मदद मिल सकती है।

खाते के खिलाफ विभिन्न राज्यों में 33 करोड़ रुपये की 113 शिकायतें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

- साइबर ठगी मामले में आरोपित गिरफ्तार, साइबर ठगी की वारदातों में प्रयोग हो रहा था खाता

नारनौल। पुलिस गिरफ्त में आरोपित। फोटो : हरिभूमि

साइबर जालसाजों पर लगातार प्रहार करते हुए साइबर थाना की टीम ने साइबर ठगी की वारदातों में प्रयोग हो रहे खाता के धारक को गिरफ्तार किया है। साइबर थाना की पुलिस टीम ने पटीकरा के रहने वाले प्रीतम को गिरफ्तार किया है। प्रारंभिक पूछताछ में पुलिस ने पता लगाया कि आरोपित ने अपना खाता साइबर जालसाजों को दिया हुआ था। आरोपित के खाते में साइबर ठगी की करीब छह करोड़ 90 लाख रुपये की राशि का ट्रांजेक्शन हुआ था। आरोपित के खाते के खिलाफ विभिन्न राज्यों में करीब 33 करोड़ रुपये की 113 शिकायतें थी। आरोपित को न्यायालय में पेश कर पुलिस रिमांड पर लिया गया है। पुलिस की ओर से आरोपित से पूछताछ की जा रही है।

साइबर थाना की पुलिस टीम को गुप्त सूचना प्राप्त हुई कि शहर में एक फर्म के नाम से कैनरा बैंक में खुलवाए गए खाते में साइबर फ्रॉड की काफी धनराशि का लेनदेन हुआ है। जिस पर टीम ने मिनिस्ट्री ऑफ होम अफेयर्स के अधीन कार्यरत भारतीय साइबर क्राइम समन्वय केन्द्र के समन्वय पोर्टल पर बैंक खाता बारे डिटेल सर्च की तो बैंक खाता के खिलाफ विभिन्न राज्यो में कुल 113 शिकायतें पाई गई। टीम की ओर से बैंक खाता की स्टेटमैंट व अन्य रिकॉर्ड कैनरा बैंक नारनौल से लिया गया। रिकॉर्ड के अनुसार खाता फर्म गुलशन फोटो स्टूडियो रेलवे स्टेशन पटीकरा के प्रोपराइटर प्रीतम वासी पटीकरा के नाम से पाया गया। कैनरा बैंक से पूछताछ पर खाता में खाता में कुल 69083645 रुपये ऑनलाइन जमा होने व 68869976 रुपये ऑनलाइन ही ट्रांसफर होने पाए गए। पुलिस ने प्रीतम वासी पटीकरा से पूछताछ तो उसने यह खाता साइबर ठगों को देने बारे बताया। पुलिस ने संबंधित धाराओं के तहत आरोपित के खिलाफ मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

सार्वजनिक सूचना
कण्डम भवन के मैटिरियल की नीलामी
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत मामड़िया अहीर, खण्ड खोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा) गांव में स्थित राजकीय प्राथमिक पाठशाला भवन के खड़े मैटिरियल को दिनांक 01.07.2025 को प्रात: 11:00 बजे मौके पर निलाम करने जा रही है। इच्छुक बोली दाता बोली का मौके पर पहुंचकर लाभ उठाएं। शर्तें मौके पर सुना दी जाएगी।
नरेश कुमार, ग्राम सचिव, मो. 9416548262
प्रमिला देवी, सरपंच, 9729259210

विकास जनता के लिए अनेक परियोजनाएं चलाई हुई है, लेकिन जानकारी के अभाव में जनता को लाभ नहीं मिल पाता

विकास के लिए धन नहीं कमी, काम समय पर पूरा करें अधिकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रेवाड़ी

रेवाड़ी। बैठक में जिला पार्षदों को संबोधित करते जिला प्रमुख। फोटो : हरिभूमि

बुधवार को जिला परिषद की बैठक का आयोजन किया गया। बैठक की अध्यक्षता जिला प्रमुख मनोज यादव ने की। इस मौके पर जिला प्रमुख मनोज यादव ने कहा कि केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह और कैबिनेट मंत्री आरती सिंह राव के सहयोग से विकास के लिए धन की कोई कमी नहीं है। उन्होंने कहा कि अधिकारी आमजन के विकास कार्यों को समय पर पूरा करें। मनोज यादव ने कहा सरकार ने जनता के लिए अनेक परियोजनाएं चलाई हुई है, लेकिन जानकारी के अभाव में जनता को इनका लाभ नहीं मिल पाता है। जनप्रतिनिधि और अधिकारी इन योजनाओं के बारे में आमजन को अवगत कराए। जिला प्रमुख ने कहा कि स्टाम्प ड्यूटी से प्राप्त बजट से करीब 11 करोड़ के जिले में विकास कार्य कराए जाएंगे। इस मौके पर जिला परिषद् सीईओ राहुल मोदी व अन्य विभागों के अधिकारी भी मौजूद थे। बैठक में जिला पार्षदों ने पूर्व बैठक में समस्याओं का समाधान नहीं होने पर नाराजगी जताई। बैठक में पीडब्ल्यूडी, पब्लिक हेल्थ व बिजली विभाग से संबंधित समस्याएं भी रखी गई।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर उप जिला प्रमुख नीलम यादव, जिला पार्षद निरंजन पटवारी, जिला पार्षद महेंद्र सिंह, जिला पार्षद जीवन हितैषी, जिला पार्षद नीरज कुमार, जिला पार्षद सरोज मेहरा, जिला पार्षद शारदा यादव, जिला पार्षद जयसिंह, जिला पार्षद रेखा, जिला पार्षद सुनीता देवी, जिला पार्षद मीना देवी, जिला पार्षद सरिता यादव, जिला पार्षद विनोद यादव, जिला पार्षद मनीराम व जिला पार्षद सुरेंद्र कुमार मौजूद थे।

खबर संक्षेप

पेंशनर्स ऑनलाइन प्राप्त कर सकते हैं आयकर कटौती प्रमाण पत्र

रेवाड़ी। जिला कोषाधिकारी सतीश कुमार यादव ने बताया कि हरियाणा सरकार से सेवानिवृत्त जिन पेंशनर्स के वित्तीय वर्ष 2024-2025 के दौरान आयकर की कटौती हुई है या आयकर फाईल करने के लिए फार्म-16 पार्ट ए, फार्म-16 पार्ट बी, या कन्सोलिडेटेड फार्म-16 की आवश्यकता है, उन पेंशनर्स को खजाना कार्यालय में आने की आवश्यकता नहीं है। वे हरियाणा सरकार की वेबसाइट ईपेंशनएचआरवाई.एनआईसी.इन से डाउनलोड फार्म-16 या कन्सोडिलेडिट फार्म-16 पर क्लिक करके अपना पैन नंबर या पीपीओ नंबर भरकर आयकर की कटौती का प्रमाण प्राप्त कर सकते हैं। इसके साथ-साथ पेंसनर्स वेबसाइट से अपनी मासिक-वार्षिक पेंशन विवरण भी निकाल सकते हैं।

खेड़ी गांव से उपकरण व कच्ची शराब बरामद केस दर्ज

कोसली। कोसली पुलिस ने खेड़ी गांव के एक व्यक्ति के प्लाट से मंगलवार को कच्ची शराब बनाने के उपकरण व चार बोतल हाथ से बनी हुई कच्ची शराब बरामद की है। पुलिस को सूचना मिली थी कि खेड़ी गांव में एक व्यक्ति अपने प्लाट में कच्ची शराब बना रहा है। सूचना के बाद पुलिस टीम मौके पर पहुंची तो वहां दो लीटर की चार प्लास्टिक की बोतलों में पानी नुमा तरल पदार्थ भरकर रखा हुआ पाया गया तथा एक व्यक्ति शराब बनाने की सामग्री देगचा व नलकी को समेटता हुआ मिला। नाम-पता पूछने पर उसने अपना नाम सतीश निवासी गाव खेड़ी बताया। शराब को लेकर वह कोई लाईसेंस अथवा परमिट पेश नहीं कर सका।

खाटूश्याम धाम गए एक नाबालिग सहित तीन लापता हुए

कोसली। सेहादतनगर गांव में भाई के परिवार के साथ रह रही राजस्थान के बिसरासर गांव की एक महिला ने तीन बच्चों की गुमशुदगी की शिकायत कोसली थाने में दी है। महिला रानी देवी ने पुलिस को बताया कि 6 जून को प्रातः उनकी नाबालिग लड़की अमृता व उनके भाई रामानंद के 22 वर्षीय लड़के तीर्थ व 21 वर्षीय लड़की निशा के साथ प्रातः 4 बजे खाटूश्याम जी घूमने के लिए गए थे, लेकिन तीनों बच्चे अभी तक वापस नहीं आए हैं। परिजनों ने अपने स्तर पर बच्चों की तलाश की, परन्तु उनका कुछ पता नहीं चल सका।

अस्पताल के लिए बढ़ी तकरार, पहले नहीं मिल रही थी जमीन, अब कई गांव प्रस्ताव को तैयार

अपनी-अपनी जमीन को बता रहे उपयुक्त, फिदेड़ी के ग्रामीणों ने भी उठाई मांग

- अपने-अपने गांवों में अस्पताल खुलवाने के लिए सरकार पर दबाव बनाना शुरू किया

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

रेवाड़ी। अस्पताल की मांग को लेकर धरने पर बैठे ग्रामीण तथा अस्पताल की मांग को लेकर धरने पर बैठे ग्रामीणों को संबोधित करते वक्ता। फोटो : हरिभूमि

शहर के सिविल अस्पताल को बाहर शिफ्ट करने के लिए पहले प्रशासन की जमीन की तलाश पूरी नहीं हो रही थी। उपयुक्त गांव जमीन देने को तैयार नहीं थे। अब कई गांवों ने अस्पताल के लिए जमीन की पेशकश करते हुए अपने-अपने गांवों में अस्पताल खुलवाने के लिए सरकार पर दबाव बनाना शुरू कर दिया है। अस्पताल की मांग को लेकर रामगढ़ भगवानपुर में पांच गांवों के लोगों का धरना 9वें दिन भी जारी रहा, तो फिदेड़ी के ग्रामीणों ने अपने गांव की जमीन को उपयुक्त बताते हुए सरकार से अस्पताल खोलने की मांग रख दी। शहबाजपुर व आसपास के गांवों के ग्रामीणों ने धरने को समर्थन देने वाले नेताओं का बहिष्कार करने तक की चेतावनी दे डाली है।

प्रदेश सरकार की ओर से शहर से अस्पताल को शिफ्ट करने की मंजूरी करीब तीन साल पहले ही प्रदान कर दी गई थी। स्वास्थ्य विभाग के लिए नए अस्पताल भवन का बजट भी उपलब्ध है, परंतु जमीन की तलाश पूरी नहीं हो सकी है। वर्ष 2023 में गोकलगढ़ में अस्पताल खोलने के लिए जमीन का निरीक्षण किया गया था।

दो साइड रेलवे लाइन होने के कारण इस जमीन को अस्पताल के लिए उपयुक्त नहीं माना गया था। रामगढ़ भगवानपुर के ग्रामीणों से केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह ने वायदा किया था कि अगर वह शहर की पेयजल समस्या का समाधान करने के लिए वाटर टैंक निर्माण की जमीन मुहैया कराएंगे, तो उनके गांव में ही 200 बेड का अस्पताल बनवा दिया जाएगा। ग्रामीणों ने लगभग 9 एकड़ 7 कनाल जमीन सरकार को वाटर टैंकों का निर्माण कराने के लिए दे दी थी।

ग्राम पंचायत ने अस्पताल के लिए जमीन देने का प्रस्ताव भी सरकार को भेज दिया था। सीएम नायब सिंह सैनी के 15 जून को रेवाड़ी आगमन पर ग्रामीणों को पता चला कि प्रशासन की ओर से शहबाजपुर में अस्पताल खोलने पर विचार किया जा रहा है। ग्रामीण अगले ही दिन केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह से मिलने के लिए उनके रामपुरा निवास पर गए थे। राव ने मिलने का समय नहीं दिया, तो ग्रामीणों का रोष बढ़ गया। ग्रामीणों ने उन पर वायदा खिलाफी के आरोप लगाते हुए गांव के बस स्टैंड पर 17 जून से अनिश्चितकालीन धरना शुरू कर दिया। धरने के आसपास के चार और गांवों के लोगों का समर्थन मिल रहा है।

अब फिदेड़ी की पंचायत ने दावा जताया

फिदेड़ी के सरपंच लालसिंह की अध्यक्षता में हुई ग्रामीणों का बैठक में दावा किया गया कि इस गांव की जमीन सरकारी अस्पताल खोलने के लिए उपयुक्त है। उनका गांव एनएच-71 से 500 गज व दिल्ली रोड से आधा किलोमीटर की दूरी पर है। गांव के पास से ही आईजीयू को जाने वाला रोड निकल रहा है। ग्रामीणों का दावा है कि गांव की वाटर सप्लाई से वह कई गांवों को पानी पिला रहे हैं। पंचायत जमीन देने के लिए तैयार है, इसलिए सरकार को उनके गांव में अस्पताल का निर्माण कराना चाहिए।

शहबाजपुर के ग्रामीण भी जता रहे दावा

एक ओर जहां अस्पताल निर्माण की मांग को लेकर नांगल भगवानपुर में आंदोलन चल रहा है, तो दूसरी ओर शहबाजपुर के ग्रामीण अस्पताल से दावा छोड़ने को तैयार नहीं हैं। ग्रामीणों का कहना है कि उनकी जमीन अस्पताल के लिए पूरी तरह उपयुक्त है। अधिकारियों की टीम जमीन का निरीक्षण कर चुकी है। जमीन को उपयुक्त मानने के बाद गांव के अस्पताल का रास्ता साफ हो चुका है, इसलिए सरकार को उनके गांव में ही अस्पताल का निर्माण कराना चाहिए। बुधवार को धरने पर बैठे लोगों एक बार फिर राव के खिलाफ नारेबाजी की।

ग्रामीणों ने बताया राजनीति से प्रेरित

नांगल भगवानपुर में अनिश्चितकालीन धरने को लेकर शहबाजपुर, पदैयावास, व बैरियावास सहित कई गांवों के ग्रामीण भी राव इंद्रजीत सिंह के पक्ष में उतर आए हैं। राव के पक्ष के उतरे ग्रामीणों ने धरने को राजनीति से प्रेरित बताया। सरपंच मनोज कुमार ने कहा कि उनका गांव अस्पताल खोलने की शर्तों पर खरा उतर आ रहा है। यह शहरी आबादी के साथ लगता गांव है। ग्राम पंचायत की ओर से जमीन का प्रस्ताव सरकार को दिया जा चुका है। उन्होंने चेतावनी दी कि धरने पर बैठे लोगों का समर्थन करने वाले नेताओं का वह बहिष्कार करने का कदम उठाएंगे।

आईजीयू के पर्यावरण विभाग में दाखिले का दौर

प्रवेश के लिए 27 जून तक होंगे ऑनलाइन आवेदन

हरिभूमि न्यूज. रेवाड़ी

डॉ. सुमन नागपाल।

इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर के पर्यावरण विभाग में शैक्षणिक सत्र 2025-26 के लिए एमएससी 2 वर्षीय प्रोग्राम में प्रवेश के लिए ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया चल रही है। विभागाध्यक्षा डा. सुमन नागपाल ने बताया कि यह कार्यक्रम राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुरूप डिजाइन किया गया है। आवेदन करने के पश्चात अभ्यर्थी को 2 जुलाई तक आवेदन फार्म की हार्ड कॉपी आवश्यक दस्तावेजों के साथ विभाग में जमा करानी होगी। उन्होंने बताया कि एमएससी. के अंतर्गत विद्यार्थियों को इंडस्ट्रियल विजिट, पर्यावरण संरक्षण पर विस्तृत व्याख्यान, खेल एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में नियमित रूप से भागीदारी का अवसर मिलता है। उन्होंने बताया कि पर्यावरण विभाग से एमएससी करने के बाद विद्यार्थी सरकारी एवं गैर सरकारी संस्थानों में अपना करियर बना सकते हैं। पर्यावरण संरक्षण एवं प्रदूषण बोर्ड में भी विभिन्न प्रकार के रोजगार पाने के अवसर मिलते हैं। विषय में पीएचडी करके विभिन्न शोध कार्यों के द्वारा पर्यावरण संरक्षण संबंधित प्रयोगशालाओं में भी अपनी सेवाएं दे सकते हैं। प्रवेश के लिए साइंस में स्नातक उत्तीर्ण विद्यार्थी एवं अंतिम वर्ष की परीक्षा दे चुके परिणाम प्रतीक्षारत छात्र, आवेदन कर सकते हैं। इच्छुक अभ्यर्थी विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट आईजीयू.एसी.इन पर एमएससी ईवीएस प्रोग्राम चुनकर आवेदन कर सकते हैं। प्रवेश परीक्षा 7 जुलाई को प्रातः 10 बजे से 11:30 बजे तक आयोजित की जाएगी। इस परीक्षा में शामिल होने के लिए एडमिट कार्ड 1 जुलाई को विश्वविद्यालय की वेबसाइट पर जारी किए जाएंगे, जिन्हें अभ्यर्थी डाउनलोड कर सकते हैं। एडमिशन के लिए प्रथम फिजिकल काउंसलिंग 14 जुलाई को आयोजित की जाएगी।

नियति पाठशाला के बच्चों को वितरित की स्टेशनरी

रेवाड़ी। करमसेतु फाउंडेशन की ओर से संचालित नियति पाठशाला में बुधवार को समाजसेवी ओमप्रकाश की ओर से जरूरतमंद बच्चों को स्टेशनरी वितरित की गई। संस्था के निदेशक सुरेंद्र सिंह ने बताया की संस्था के प्रधान ओमप्रकाश ने अपनी बेटी रजनी का जन्मदिन नियति पाठशाला के बच्चों के साथ मनाया। संस्था के 50 बच्चों को स्टेशनरी प्रदान की गई। ओम प्रकाश ने कहा कि कड़ी मेहनत से ही मंजिल को पाया जा सकता है। इस मौके पर सुमित्रा देवी, ईश्वर सिंह, नरेंद्रसिंह, डिंपल, रीतू, रिया, योगिता व प्रिया मौजूद थे।

पुलिस की नशा मुक्त टीम ने गांव मीरपुर व जौनावास में लोगों को नशे के दुष्प्रभावों व बचाव की दी जानकारी

समाज में कई तरह के अपराध केवल नशे के कारण होते हैं: एसपी हेमेंद्र मीणा

रेवाड़ी। युवाओं को नशा न करने की शपथ दिलाती पुलिस। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

समाज को नशा मुक्त करने के उद्देश्य से हरियाणा पुलिस की ओर से प्रदेश 26 जून तक नशा मुक्त भारत पखवाड़ा मनाया जा रहा है। एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा ने जिला पुलिस की नशा मुक्त टीम सहित सभी पुलिस अधिकारियों को लोगों को ज्यादा से ज्यादा जागरूक करने के निर्देश दिए हुए है। अभियान का मुख्य उद्देश्य मादक पदार्थों के दुरुपयोग और उनकी अवैध तस्करी के प्रति समाज में जन-जागरूकता फैलाना है, साथ ही युवाओं को नशे की गिरफ्त में आने से रोककर एक स्वस्थ, सुरक्षित और जागरूक समाज का निर्माण करना है। बुधवार को निरीक्षक रामपाल के नेतृत्व जिला पुलिस की नशा मुक्त टीम ने गांव मीरपुर व जौनावास में लोगों को नशे के दुष्प्रभावों से अवगत कराया। युवाओं को नशे से दूर रहने तथा शिक्षा व खेलों से जुड़ने के लिए प्रेरित किया गया तथा नशा न करने की शपथ भी दिलाई गई।

ये कहा एसपी हेमेंद्र मीणा ने

एसपी हेमेंद्र मीणा ने कहा कि नशा केवल एक व्यक्ति को ही नहीं बल्कि पूरे परिवार को बर्बाद करता है। समाज में कई तरह के अपराध तो केवल नशे के कारण होते हैं। कुछ लोग लूट-मार जैसी वारदातों को केवल इसलिए अंजाम देते हैं ताकि वे नशीले पदार्थों की अपनी जरूरत पूरी कर सकें। खासकर वे युवा जो बेरोजगार हैं, या जिनकी आमदनी कम है, वे अगर नशे के चंगुल में फंस गए तो उनके पास अपनी यह जरूरत पूरी करने के लिए केवल गलत रास्ते ही हैं। पहले वे अपने घर से ही छोटी-मोटी चोरी या हेराफेरी की शुरूआत करते हैं और जब यह आगे नहीं चल पाती तो बाहर झपटमारी या लूटमार का रूप ले लेती है। देश का युवा वर्ग इस दलदल में और अधिक न फंसे, इसके लिए सबसे जरूरी है कि युवाओं को जागरूक किया जाए। यदि कोई युवा किसी वजह से गलत संगत का शिकार होकर नशे का आदी हो गया है तो उसे नशा छोड़ने के लिए प्रेरित करें, जिला पुलिस भी इसमें पूरा सहयोग करेगी। नशा एक अभिशाप है इसका मिलकर बहिष्कार करें। अगर किसी प्रकार की नशे संबंधी सूचना है तो हेल्पलाइन 1933 या 112 नंबर पर सूचित करें।

टास्क के नाम पर मुनाफे का लालच देकर ठगी करने वाले दो और पकड़े

हरिभूमि न्यूज. रेवाड़ी

साइबर थाना पुलिस ने कंपनी बाग निवासी एक व्यक्ति से टास्क व इंवेस्टमेंट के नाम पर मोटे मुनाफे का लालच देकर ठगी करने के मामले दो और आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान राजस्थान के जिला बाडमेर के राय कालोनी निवासी ओंमकार गिरी व जिला बाडमेर हाल आबाद जिला जौधपुर के पंचवती कालोनी रातानाडा निवासी गौरव खत्री के रूप में हुई हैं। पुलिस इस मामले में चार आरोपियों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी हैं। कंपनी बाग निवासी अंकित गुप्ता सोशल मीडिया पर ऑनलाइन टास्क के जरिए पैसा कमाने के लिए एक व्हाट्स एप ग्रुप से जुड़ा था। इसके बाद आरोपियों ने उससे टॉस्क के नाम पर रुपये डलवाने शुरू कर दिए और उससे कुल 5 लाख 4 हजार 700 रुपए अलग-अलग खातों में ट्रांसवऊर करा लिए। पुलिस ने मामले में संलिप्त चार आरोपी कमल चौधरी, गोपाल जाट उर्फ कालू, सचिन चौधरी व रतनलाल को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने

रेवाड़ी। पुलिस गिरफ्त में साइबर ठगी के आरोपी।

बुधवार को मामले में संलिप्त दो और आरोपी औमकार गिरी व गौरव खत्री को भी गिरफ्तार कर लिया हैं। साइबर ठगी के इस मामले में आरोपी ओमकार गिरी का बैंक खाता भी प्रयोग किया गया था। ओमकार गिरी के खाते से करीब 40 हजार रुपये की राशी गई थी। गौरव खत्री ने ओमकार गिरी से बैंक खाता लेकर, कमीशन के आधार पर आगे साइबर ठगों को उपलब्ध कराया था। पुलिस ने दोनों आरोपियों को अदालत में पेश करके न्यायिक हिरासत में भेज दिया है।

आईजीयू में पीजी कोर्सो के लिए आवेदन 27 तक

रेवाड़ी। इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में सत्र 2025-26 के लिए विश्वविद्यालय शैक्षणिक विभागों के विभिन्न पोस्ट ग्रेजुएट कोर्स एमए, एमकॉम, एमएससी, एमसीए व एलएलबी में प्रवेश के लिए ऑनलाइन आवेदन करने की अंतिम तिथि 27 जून हैं। विद्यार्थी विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट आईजीयू.एसी.इन पर ऑनलाइन माध्यम से आवेदन कर सकते है। आवेदन करने के पश्चात 2 जुलाई तक आवेदन फार्म की हार्ड कॉपी आवश्यक दस्तावेजों के साथ संबंधित विभाग में जमा कराना अनिवार्य है। प्रवेश परीक्षा के लिए एडमिट कार्ड 1 जुलाई से विश्वविद्यालय वेबसाइट से डाउनलोड कर सकते हैं। प्रवेश परीक्षा 3 जुलाई से 8 जुलाई के मध्य होगी। प्रथम मेरिट सूची 11 जुलाई को विश्वविद्यालय की वेबसाइट पर प्रदर्शित की जाएगी एवं प्रथम काउंसलिंग 14 जुलाई को होगी। द्वितीय काउंसलिंग 17 जुलाई को एवं तृतीय काउंसलिंग 21 जुलाई को होगी।

डहीना में पद संभालने पर तहसीलदार का स्वागत किया

रेवाड़ी। नायब तहसीलदार का स्वागत करते ग्रामीण। फोटो : हरिभूमि

अनुशासित विद्यार्थी जीवन में सफलता प्राप्त करते हैं : दिनेश

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

वीर भगत सिंह युवा दल की ओर से बुधवार को झुग्गी झोपड़ी संस्कार केंद में विद्यार्थियों के लिए प्रेरणादायक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर युवा दल के प्रधान दिनेश कपूर ने कहा कि विद्यार्थी जीवन ही वह काल है, जिसमें बच्चे के चरित्र, व्यवहार तथा आचरण को जैसे चाहे वैसे मोड़ा जा सकता है। पूर्णतया विकसित वृक्ष की शाखाओं को मोड़ना संभव नहीं है, इसीलिए बाल्यकाल से ही विद्यार्थी जीवन में ही सुसंस्कार व सद्प्रवृत्तियां डालने का प्रयास किया जाता है। जो विद्यार्थी अपने जीवन में अपनी आदतों पर नियंत्रण रखते हुए अनुशासन में रहता है, वह निसंदेह जीवन में सर्वोच्च सफलता को प्राप्त करता है। संस्कार केंद्र के संचालक नरेंद्र गुगनानी ने अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम में रोहतक से आए समाजसेवी वीएस नारंग का सम्मान किया गया। मेधावी विद्यार्थियों को उपयोगी साहित्य प्रदान किए गए। कार्यक्रम में सोनिया कपूर, प्रवक्ता देवेंद्र कुमार, शिक्षिका नीलम गुप्ता, वंदना तथा मोनिका उपस्थित रहे।

रेवाड़ी। बच्चों को पुस्तकें भेंट करते युवा दल के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

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 :-
रेवाड़ी कार्यालय : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, सेक्टर-1 वाला कच्चा रास्ता, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी सम्पर्क करें: 8053076211, 8295738500, 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 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 1500/- रु. 2000/-

+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
रेवाड़ी : दुकान नंबर 67, दुर्गा मार्केट, नजदीक महाराणा प्रताप चौक, बावल रोड, रेवाड़ी फोन : 9653537253, 9671434260

डहीना उप तहसील में नायब तहसीलदार रिंकू यादव ने संभाला पद

डहीना। जिले की डहीना उप तहसील में बतौर नायब तहसीलदार के रूप में रिंकु यादव ने पदभार ग्रहण कर लिया है। नायब तहसीलदार के पदभार संभालने पर आसपास के ग्रामीणों एवं प्रतिनिधियों की ओर से स्वागत किया गया। भाजपा नेता बिजेंद्र डहीना ने बताया कि डहीना उप तहसील में काफी समय में उप तहसीलदार का पद रिक्त पड़ा हुआ था, जिसके चलते आसपास के अनेक गांवों के लोगों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा था।

समस्या को देखते हुए रिंकु यादव को डहीना में नायब तहसीलदार के रूप में नियुक्त किया गया है। रिंकु यादव इससे पूर्व बिहार में बतौर सर्कल ऑफिसर के पद पर तैनात थे तथा उनके पास राजस्व विभाग का अच्छा अनुभव भी है। इस मौके पर बार एसोसिएशन के प्रधान विश्वामित्र, इंद्र राव एडवोकेट, सुधीर यादव, जलदीप यादव एडवोकेट व सतीश यादव सहित गांवों के प्रतिनिधि मौजूद रहे।

अभियान पुलिस ने चलाया विशेष अभियान, कई जगहों पर छापेमारी

अवैध हथियार रखने वालों पर पुलिस का शिकंजा पांच पकड़े, देशी कट्टे और कारतूस बरामद किए

- गांव गुर्जर माजरी, निलाहेड़ी, आजाद नगर, मोहल्ला कुतुबपुर और गांव बेरली खुर्द के युवक पकड़े

हरिभूमि न्यूज ⏭रेवाड़ी

जिला पुलिस ने एसपी हेमेंद्र कुमार मीणा के नेतृत्व में अवैध हथियार रखने वाले आरोपियों की धरपकड़ के लिए एक विशेष अभियान चलाया हुआ है। पुलिस ने विभिन्न स्थानों पर रेड करते हुए पांच आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस ने गांव गुर्जर माजरी निवासी योगेश उर्फ योगी, गांव निलाहेडी निवासी रवि कुमार, मोहल्ला आजाद नगर निवासी दीपांशु उर्फ दीपू, मोहल्ला कुतुबपुर निवासी रितिक उर्फ रामपट व गांव बेरली खुर्द निवासी प्रदुमन को गिरफ्तार किया है।

रेवाड़ी। सीआईए की गिरफ्त में आरोपी दीपांशु, योगेश, प्रदुमन, रितिक उर्फ रामपट्ट तथा रवि कुमार। फोटो : हरिभूमि

गर्ल्स कॉलेज के पास से एक पकड़ा

सीआईए इंचार्ज निरीक्षक सुमेर सिंह की टीम ने अवैध देशी कट्टा व दो जिंदा रोंद के साथ गांव गुर्जर माजरी निवासी योगेश उर्फ योगी को गिरफ्तार किया है। सीआईए को सूचना मिली थी कि योगेश उर्फ योगी निवासी गांव गुर्जर माजरी अवैध हथियार के साथ सेक्टर-18 गर्ल्स कॉलेज के पास किसी के इंतजार में खड़ा हुआ है। सूचना पर सीआईए ने मौके से आरोपी को काबू कर लिया।

धारोली कोसली रोड से युवक गिरफ्तार

कोसली थाना पुलिस ने अवैध देशी पिस्टल के साथ एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान जिला झज्जर के गांव निलाहेड़ी निवासी रवि कुमार के रूप में हुई है। गत 24 जून को पुलिस को सूचना मिली थी कि एक युवक बाईपास धारोली कोसली रोड पर खड़ा हुआ है, जिसके पास अवैध देशी पिस्टल है। सूचना पर पुलिस ने मौके से आरोपी को काबू कर लिया। आरोपी की तलाशी लेने पर 1 अवैध देशी पिस्टल बरामद हुआ।

रेलवे फाटक के पास से एक काबू

सीआईए रेवाड़ी की टीम ने अवैध देशी पिस्टल के साथ एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान मौहल्ला आजाद नगर निवासी दीपांशु उर्फ दिपु के रूप में हुई है। सीआईए को सूचना मिली थी कि दीपांशु के पास अवैध देशी पिस्टल है तथा वह बाइपास रोड पर प्रजापति चौक के रेलवे फाटक से पैदल जा रहा है। सूचना पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर आरोपी को काबू कर लिया। आरोपी की तलाशी लेने पर एक अवैध देशी पिस्टल बरामद हुआ।

रेलवे पुल के नीचे से युवक दबोचा

थाना रामपुरा पुलिस ने अवैध देशी पिस्टल व एक जिंदा रोंद के साथ आरोपी मोहल्ला कुतुबपुर निवासी रितिक उर्फ रामपट को गिरफ्तार किया है। पुलिस को सूचना मिली थी कि रितिक उर्फ रामपट के पास अवैध हथियार है तथा आरोपी महेंद्रगढ़ रोड स्थित रेलवे पुल के नीचे किसी के इंतजार में खड़ा हुआ है। सूचना पर पुलिस ने मौके से आरोपी रितिक उर्फ रामपट को एक अवैध देशी पिस्टल व एक जिंदा रोंद के साथ गिरफ्तार कर लिया।

बोडिया कमालपुर बस स्टैंड के पास एक धरा

सीआईए रेवाड़ी टीम ने अवैध देशी कट्टा के साथ एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान गांव बेरली खुर्द निवासी प्रदुमन के रूप में हुई है। सीआईए को सूचना मिली थी कि प्रदुमन निवासी गांव बेरली खुर्द के पास अवैध हथियार है। जोकि गांव बोडिया कमालपुर बस स्टैंड के पास किसी के इंतजार में खड़ा हुआ है। सूचना पर पुलिस ने मौके से आरोपी को काबू कर लिया। आरोपी की तलाशी लेने पर 1 अवैध देशी कट्टा बरामद हुआ। पुलिस ने सभी आरोपियों के खिलाफ शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है।