हरिभूमि
जींद-कैथल भूमि
रोहतक, मंगलवार, 25 नवंबर 2025

तापमान
अधिकतम 24.0 डिग्री
न्यूनतम 8.0 डिग्री

11 150 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्ण भागीदारी...

11 दीनबंधु सर छोटू राम हमारे लिए विरासतः आदित्य

खबर संक्षेप

धूप सेक रही महिला से सोने की चैन झपटी

जींद। पटियाला चौक के शांति नगर में सोमवार दोपहर बाद मकान के सामने धूप सेक रही महिला के गले से सोने की चैन झपट ली और फरार हो गए। बाद में पुलिस ने बाइक सवारों का पीछा भी किया लेकिन कोई सुराग नही लगा। शिकायत के आधार पर शहर थाना पुलिस मामले की जांच कर रही है।

नशा तस्करी कर रहे पिता-पुत्र काबू

कैथल। एसपी उपासना के कुशल नेतृत्व में चलाए जा रहे ऑपरेशन ट्रेक डाउन तहत कैथल पुलिस लगातार कार्रवाई कर रही है। इसी कड़ी में एंटी नारकोटिक सेल द्वारा थाना राजौंद क्षेत्र से नशा तस्करी कर रहे पिता पुत्र सहित दो आरोपियों को काबू किया गया है। जिनके कब्जे से 6 किलोग्राम चुरापोस्त बरामद हुआ है।

बस में यात्री के सूटकेस से सोने के जेवरात चोरी

जींद। सफीदों से रोहतक के लिए बस में सवार यात्री के सूटकेस से किसी व्यक्ति ने सोने, चांदी के जेवरात निकाल लिए। शहर थाना सफीदों पुलिस ने शिकायत के आधार पर अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। चांग (भिवानी) निवासी रमेश शिकायत में बताया कि ससुराल गांव रोजला आया था। जिसके बाद पत्नी को ले सफीदों बस अड्डे से रोहतक के लिए रोडवेज बस में सवार हो गया।

विवाहिता बिना बताए लापता, मामला दर्ज

कैथल। जिले के गांव कैलरम से विवाहिता बिना बताए घर से लापता हो गई। इस संबंध में गांव कैलरम के व्यक्ति ने कलायत थाना पुलिस को शिकायत में बताया कि 22 नवंबर को उसकी 21 वर्षीय पत्नी बिना बताए घर से चली गई। तलाश की पर पता नहीं चला। जांच अधिकारी हेड कांस्टेबल सुमन ने बताया कि पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

बाइक की टक्कर से स्कूटी सवार घायल

जींद। गोहाना रोड पर ओवरब्रिज के निकट तेजरफ्तार बाइक की टक्कर से स्कूटी सवार युवक घायल हो गया। सिविल लाइन थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर बाइक चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। गांव सिंध्वीखेड़ा निवासी शक्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह स्कूटी पर सवार होकर गोहाना रोड ओवरब्रिज के पास से गुजर रहा था।

खेतों से हजारों रुपये का सामान चोरी

कैथल। चीका पुलिस ने चोरी का मामला दर्ज किया है। चीका के वार्ड नंबर 6 के बलकार सिंह ने चीका पुलिस को शिकायत में बताया कि 18 नवंबर को अज्ञात चोर खेतों से करीब 70 फीट की केबल तार चुराकर ले गए। चुराए गए तार की कीमत करीब 22000 बताई गई है। सब इंस्पेक्टर पंकज ने बताया कि पुलिस ने मामला दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी।

नकदी चोरी के आरोपी से 34 हजार बरामद

जींद। उचाना थाना पुलिस ने मंडी में आयोजित कार्यक्रम में व्यक्ति की जेब तराश कर 60 हजार रुपये की नगदी निकालने के एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। पुलिस आरोपित से पूछताछ कर रही है। उचाना मंडी निवासी वीरेंद्र ने गत 16 नवंबर को पुलिस को दी शिकायत दर्ज करवाई है।

दुकान से नकदी चोरी मामले में आरोपी काबू

कैथल। अपराधियों के खिलाफ डीजीपी हरियाणा ओपी सिंह के आदेशानुसार तथा एसपी उपासना के कुशल नेतृत्व में चलाए जा रहे ऑपरेशन ट्रेक डाउन तहत कैथल पुलिस कार्रवाई कर रही है। इसी कड़ी में थाना पूंडरी क्षेत्र में दुकान से नकदी चोरी मामले में कार्रवाई करते हुए एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ द्वारा एक आरोपी को काबू किया है।

चिकित्सा अधिकारियों के पास पहुंची शिकायत, अगले दिन आने के लिए कहा

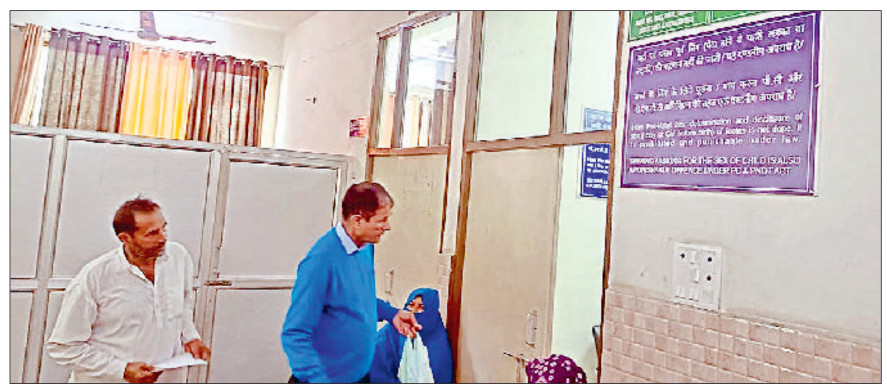
रेडियोलॉजिस्ट चिकित्सक छुट्टी पर अल्ट्रासाउंड के लिए भटक रहे लोग

नागरिक अस्पताल में गर्भवती महिलाओं के निःशुल्क किए जाते हैं अल्ट्रासाउंड

अस्पताल में प्रतिदिन 20 से 22 महिलाओं के अल्ट्रासाउंड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जिला मुख्यालय स्थित नागरिक अस्पताल में सोमवार को अल्ट्रासाउंड करवाने आई गर्भवती महिलाओं को उस समय भारी परेशानी का सामना करना पड़ गया जब चिकित्सक के छुट्टी पर होने की जानकारी मिली। जिसके चलते मरीजों के अल्ट्रासाउंड नहीं हो सके। खासकर गर्भवती महिलाओं को इस समस्या से दो-चार होना पड़ा। जिनके लिए अस्पताल में मुफ्त अल्ट्रासाउंड की सुविधा उपलब्ध है। सभी को अगले दिन का समय दिया और अल्ट्रासाउंड होने की बात कही। अस्पताल में प्रतिदिन 20 से 22 महिलाओं के अल्ट्रासाउंड किए जाते हैं। दस वर्ष के लंबे इंतजार के बाद शुरू हुई थी अल्ट्रासाउंड की सुविधाः नागरिक अस्पताल की नई बिल्डिंग में प्रथम तल पर कमरा नंबर 28 में अल्ट्रासाउंड की नई मशीन को इंस्टॉल किया गया है। इसके लिए चिकित्सक व अन्य स्टाफ की ड्यूटी निर्धारित की गई है। रेडियोलॉजिस्ट न होने के चलते अल्ट्रासाउंड मशीन पिछले दस साल से बंद पड़ी थी। जिसके चलते मरीजों को परेशानी होती थी। लोगों को बाहर निजी रेडियोलॉजिस्ट से महंगे दामों पर अल्ट्रासाउंड करवाना पड़ रहा था। लगभग दो माह पहले जिला की 14 लाख की आबादी के लिए जिला स्तर के अस्पताल में अल्ट्रासाउंड करने की सुविधा मिल पाई। वर्ष 2016 में यहां से रेडियोलॉजी विशेषज्ञ का पद खाली था। इससे पहले रेडियोलाजिस्ट डा. मंजूला डिप्टी सिविल सर्जन के पद पर कार्यरत थी लेकिन प्रशासनिक कार्य होने के चलते वह अल्ट्रासाउंड करने के लिए समय नहीं दे पाती थी। इसके बाद से यहां पर अल्ट्रासाउंड बंद हो गया था। ऐसे में डेपुटेशन पर रेडियोलॉजिस्ट महिला चिकित्सक मिली और यह सुविधा शुरू हई।



जींद। अल्ट्रासाउंड के लिए पूछताछ करते गर्भवती महिलाओं के परिजन। फोटो :हरिभूमि

जल्द होगा समाधान

डिप्टी एमएस डा. राजेश भोला ने बताया कि डा. नीरज छुट्टी पर जिससे अल्ट्रासाउंड नही हो पाए। जिन मरीजों का नंबर सोमवार को अल्ट्रासाउंड करवाने का था, उन्हें मंगलवार आने के लिए कहा है। महिला चिकित्सक के ज्वायन करते ही अल्ट्रासाउंड होने शुरू हो जाएंगी।

चिकित्सक छुट्टी पर होने से अल्ट्रासाउंड नही

सोमवार को अस्पताल पहुंची कई महिलाओं ने अल्ट्रासाउंड के लिए इंतजार किया लेकिन काफी देर इंतजार करने के बाद पता चला कि अल्ट्रासाउंड करने वाले डा. नीरज छुट्टी पर हैं। उनसे पहले डेपुटेशन पर डा. नैन्सी थी। जोकि अब जा चुकी हैं। परेशान मरीजों ने चिकित्सा अधिकारियों से शिकायत की, जिन्होंने उन्हें अगले दिन आने की सलाह दी। महिला सुमन के पति राजेश ने बताया कि उसकी पत्नी को नौंवा महीना लगा है और अल्ट्रासाउंड होना है। वो सुबह से इंतजार कर रहे हैं लेकिन डॉक्टर छुट्टी पर हैं। गर्भवती महिलाओं के लिए मुफ्त अल्ट्रासाउंड की सुविधा है लेकिन व्यवस्था की कमी से सब परेशान हैं। चिकित्सक की छुट्टी पर होने के चलते अस्पताल में वैकल्पिक व्यवस्था की जानी चाहिए ताकि मरीजों को असुविधा न हो।

जींद। पुलिस गिरफ्त में आरोपित। फोटो :हरिभूमि

पांच पिस्तौल और दस जिंदा कारतूस सहित बदमाश काबू

- आरोपित पर दर्ज हत्या समेत कई धाराओं के तहत अपराधिक मामले

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

डिटेक्टिव स्टाफ ने गांव फतेहगढ़ के निकट एक बदमाश को हथियारों की खेप के साथ काबू किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से पांच पिस्तौल तथा दस जिंदा कारतूस बरामद किए हैं। आरोपित पर हत्या, जानलेवा हमला करने, शस्त्र अधिनियम समेत विभिन्न धाराओं के तहत अपराधिक मामले दर्ज हैं। जुलाना थाना पुलिस ने आरोपित के खिलाफ शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर पूछताछ शुरू कर दी है। डिटेक्टिव स्टाफ को सूचना मिली थी कि गांव फतेहगढ़ निवासी कुलदीप अवैध असलहा के साथ गांव के निकट खड़ा हुआ है। जो किसी अपराधिक वारदात को अंजाम देने की फिराक में है। सूचना के आधार पर कार्रवाई करते डिटेक्टिव स्टाफ ने कुलदीप को काबू कर लिया। पुलिस ने जब आरोपित की तलाशी ली तो उसके कब्जे से पांच पिस्तौल तथा दस कारतूस बरामद हुए। जुलाना थाना पुलिस ने कुलदीप के खिलाफ शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है। आरोपित कुलदीप के खिलाफ हत्या, जानलेवा हमला करने, शस्त्र अधिनियम समेत विभिन्न धाराओं के तहत बीस अपराधिक मामले दर्ज हैं। पुलिस आरोपित से बरामद हथियारों की खेप के बारे में पूछताछ कर रही है कि आखिर इतनी मात्रा में अवैध असलहा को साथ रखने के पीछे मंशा क्या थी।

पुलिस की वाहन चालकों पर कड़ी कार्रवाई

- एक सप्ताह तक विशेष अभियान चला किए 115 वाहनों के चालान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

पुलिस महानिरीक्षक यातायात एवं हाईवे हरियाणा के आदेशानुसार, एसपी उपासना के कुशल नेतृत्व में जिला पुलिस द्वारा सड़क सुरक्षा सुनिश्चित करने तथा सड़क हादसों की रोकथाम के उद्देश्य से 17 नवंबर से 23 नवंबर तक विशेष अभियान चलाया गया। इस अभियान के तहत ट्रैफिक एस एच ओ इंस्पेक्टर नरेश कुमार की अगुवाई में ट्रैफिक पुलिस द्वारा गलत लेन में वाहन, लाल नीली बत्ती का इस्तेमाल व नशा करके वाहन चलाने वालों तथा प्रेशर हॉर्न व बुलेट बाइक से पटाखे बजाकर या अन्य तरीके से ध्वनि प्रदूषण करने वाले चालकों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की गई। अभियान के दौरान गलत लेन में वाहन चलाने के 67, ध्वनि प्रदूषण करने के 5, लाल नीली बत्ती इस्तेमाल के 35 तथा शराब पीकर वाहन चलाने वाले 8 वाहन चालकों के चालान काटे गए। पुलिस ने इस दौरान सभी वाहन चालकों को भी यातायात नियमों की पालना करने, सुरक्षित गति से वाहन चलाने तथा नशे की हालत में वाहन न चलाने की सख्त हिदायत दी। एसपी उपासना ने बताया कि जिला पुलिस द्वारा सड़क सुरक्षा को लेकर ऐसे विशेष अभियान लगातार चलाए जाएंगे। यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों पर कड़ी कार्रवाई के साथ-साथ आमजन को यातायात जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से नियमों की जानकारी भी दी जाएगी।

चालकों की जांच करते पुलिस कर्मचारी

कैथल। अतिक्रमण हटाओ अभियान चलाते पुलिस और नप कर्मचारी।

नप की टीम ने अतिक्रमण हटवाओ अभियान चलाया

कैथल। कैथल शहर में सुगम व सुरक्षित यातायात व्यवस्था स्थापित करने के लिए एसपी उपासना के दिशा निर्देश तहत चलाई जा रही मुहिम के तहत ट्रैफिक पुलिस व नगर परिषद की टीम द्वारा सड़क पर सामान रखकर किए गए अतिक्रमण को हटवाया गया। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एसपी उपासना के निर्देश पर शहर में सुगम व सुरक्षित तथा निर्बाध यातायात व्यवस्था स्थापित करने के लिए थाना प्रबंधक यातायात इंस्पेक्टर नरेश कुमार की अगुवाई में ट्रैफिक पुलिस तथा कैथल नगर परिषद की टीम द्वारा संयुक्त अभियान तहत नया बस अड्डा के पास व करनाल रोड़ से दुकानदारों व रेहड़ी वालों द्वारा किया गया अतिक्रमण हटवाया गया। कार्रवाई के दौरान सड़क पर सामान रखने वाले दुकानदारों को समझाया गया तथा उन्हें बताया गया कि दोबारा दुकान के सामने सड़क पर सामान रखने पर उनका सामान जब्त किया जाएगा। बार बार समझाने पर भी अतिक्रमण करने वाले दुकानदारो का सामान नगर परिषद टीम द्वारा जब्त भी किया गया। इस अवसर पर दुकानदारों द्वारा पुलिस को सहयोग देते हुए आश्वासन दिया गया कि वे आगे से पुलिस प्रशासन के कल्याणकारी कार्य में सहयोग करके सडक पर अतिक्रमण नहीं करेंगे।

छात्र बसों की छत पर बैठ सफर करने को मजबूर

- प्राइवेट बस संचालकों की मनमानी से नगर वासियों में रोष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सीवन

दोपहर में स्कूल की छुट्टी के समय बसों की संख्या कम होने से स्कूल के बच्चों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। आसपास के कई गांवों से बच्चे रोजाना सीवन में शिक्षा ग्रहण करने आते हैं और छुट्टी के समय इन्हीं बसों से वापस गांव पहुंचते हैं। बसों की संख्या कम होने के चलते उनमें अत्यधिक भीड़ हो जाती है और कई छात्र मजबूरन बस की छत पर बैठकर जोखिम भरा सफर करते हैं। यह स्थिति किसी भी समय बड़े हादसे का कारण बन सकती है। नगरवासियों ने बताया कि निजी बस संचालक बच्चों को रोकने की बजाय क्षमता से अधिक सवारियां भरते हैं। किराया देने वाली सवारियों को बस के अंदर बैठा लिया जाता है जबकि फ्री यात्रा करने वाले छात्रों को छत पर बैठा दिया जाता है, जो उनकी जान के साथ खिलवाड़ है। इसके अलावा निजी बस चालकों द्वारा अधिक सवारियां बैठाने के चक्कर में बसें तेज रफ्तार में चलाई जाती हैं जिससे अंदर बैठे यात्रियों और सड़क पर चल रहे अन्य लोगों को भी खतरा रहता है। लोगों ने बताया कि निजी बस संचालक अधिक कमाई के लालच में नियम-कानूनों की पूरी तरह अनदेखी कर रहे हैं। प्रशासन से मांग की कि दोपहर के समय बसों की संख्या बढ़ाई जाए।

सीवन। बस की छत पर बैठे बच्चे। फोटो :हरिभूमि

सुरक्षा से खिलवाड़ सहन नहीं

इस संबंध में आरटीओ गिरीश कुमार ने कहा कि सभी बस संचालकों को स्पष्ट निर्देश दिए गए हैं कि बस की छत पर किसी भी यात्री को बैठाना पूरी तरह गैरकानूनी है। यदि किसी भी प्रकार की शिकायत प्राप्त होती है तो तत्काल कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने कहा कि सुरक्षा से खिलवाड़ करने वालों को बख्शा नहीं जाएगा।

घर में आग से लाखों का सामान खाक

शादी में गया था परिवार पीछे से लग गई आग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जुलाना

जुलाना क्षेत्र के खरेंटी गांव में एक मकान में आग लगने से लाखों रुपये का सामान जलकर राख हो गया। घर में आग लगने से परिवार बेघर हो गया। खरेंटी गांव निवासी सुनील ने बताया कि रात को करीब साढ़े 10 बजे अज्ञात कारणों से उसके मकान में अचानक आग लग गई। आग लगने की सूचना पाकर आसपास के लोग मौके पर पहुंचे और कड़ी मशक्त के बाद आग पर काबू पाया। जब तक आग पर काबू पाया जाता तब तक घर का सारा सामान जलकर राख हो चुका था। सुनील ने बताया कि उसके घर में रखा फ्रिज, एलईडी, पानी की मोटर, कूलर, चार पंखे, पांच चारपाई, 10 क्विंटल गेहूं और घर की सारी छत जलकर राख हो गई। सुनील ने बताया कि घर में आग लगने से उनके परिवार के पास कुछ भी नही बचा है।

जुलाना। खरेंटी गांव में आग लगने से जला सामान।

ताला तोड़कर बुझाई आग

सुनील अपने परिवार के साथ जींद चाचा की लड़की की शादी में गया हुआ। रात को करीब 12 बजे उसके पास पड़ोस से फोन आया कि उनके घर में आग लग गई है। जब तक वो घर पहुंचे तो पड़ोस के लोगों ने आग को बुझा दिया था। आग बुझाते समय पड़ोस के युवक को करंट लग गया तो बिजली बोर्ड में फोन किया तो उन्होंने लाइन नही काटी। फिर आस पास के लोगों ने पलास से तार को काट दिया और ताला तोड़ कर आग बुझाई।

तितरम के राजकीय विद्यालय में चले चाकू, एक विद्यार्थी घायल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

गांव तितरम में मामूली कहासुनी के बाद कक्षा 12वीं के विद्यार्थी पर चाकू पर पंच से हमला कर उसे घायल कर दिया। इसके बाद विद्यार्थी को घायल अवस्था में जिला नागरिक अस्पताल में दाखिल करवाया गया। मामले में तितरम थाना पुलिस ने दो किशोरों पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। तितरम थाना में दी गई शिकायत में गांव चंदाना निवासी आयुष ने बताया कि वह 12वीं कक्षा में पढ़ता है। 19 नवंबर को वह तितरम स्थित सरकारी स्कूल में पढ़ाई के लिए गया हुआ था। दोपहर को करीब 12 बजे उसकी गांव तितरम में दो किशोरों के साथ कहासुनी हो गई। इससे वे दोनों तैश में आ गए। दोनों ने उसे पर चाकू व पंच से हमला कर दिया। आरोपियों ने उसके सिर व कंधों पर पंच और चाकू मारे। जब वह घायल हो गया और उसने शोर मचाया तो आरोपी मौके से भाग गए। इसके बाद वह बेसुध हो गया, जिसे बाद में अस्पताल ले जाकर उसका उपचार करवाया। तितरम थाना एसएचओ राजेंद्र कुमार ने बताया कि पुलिस ने शिकायत मिलने के बाद दो किशोरों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कैथलः अवैध तरीके से ब्लॉक उखाड़कर बेचने का आरोप

कैथल। निर्माण एजेंसी पर शहर के अंबाला-ढांड रोड के बीच एक गली में अवैध तरीके से ब्लॉक उखाड़कर उन्हें बेच देने का आरोप लगा है। मामले में एजेंसी पर आरोप लगा कि एजेंसी ने बिना किसी परमिशन के ये ब्लॉक उखाड़ इसे बेच दिया। थाना शहर पुलिस ने नगर परिषद के कार्यकारी अधिकारी की शिकायत पर एजेंसी के खिलाफ केस दर्ज किया गया है। सिटी थाना पुलिस को दी गई शिकायत में नगर परिषद के कार्यकारी अधिकारी संदीप सोलंकी ने पुलिस बताया कि नगर परिषद कैथल द्वारा गली को बनाने के कार्य का टेंडर ई-निविदा के माध्यम से 19 अगस्त को लगाया था। इस कार्य में एलआई द प्रतीक कॉप. लैंड सोसायटी लिमिटेड एजेंसी पाई गई थी। एजेंसी को नगर परिषद कार्यालय द्वारा लेटर ऑफ ऐक्सेप्टेंस जारी कर दिया गया था।

उचाना विधायक ने किया जल परियोजना का शिलान्यास

गांव नगूरां में 69 करोड़ से सीवरेज लाइन बिछाई जाएगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अलेवा

जिले के बड़े गांवों में शामिल नगूरां को सरकार ने महाग्राम योजना में शामिल किया है। इस योजना के तहत गांव में 69 करोड़ रुपये की लागत से सीवरेज लाइन बिछाई जाएगी और नया जलघर बनाया जाएगा। इसी के चलते उचाना कलां के विधायक देवेंद्र चतुर्भुज अत्री ने सोमवार को 69 करोड़ 13 लाख रुपये की लागत से बनने वाली नई जल परियोजना का शिल्यानास किया। जलापूर्ति विभाग जींद के एसडीओ रणबीर सिंह ने बताया कि प्रदेश सरकार द्वारा शहरों की तर्ज पर बड़े गांवों को विकसित करने के उद्देश्य से महाग्राम योजना चलाई जा रही है। प्रदेश सरकार जिस गांव की जनसंख्या 10 हजार या उससे अधिक है तो उन गांवों को शहरों की तर्ज पर पीने के पानी व सीवर की सुविधाएं उपलब्ध करवा रही है। इसी योजना में जींद जिले के लगभग 15 हजार की आबादी वाले गांव नगूरां को शामिल किया गया है। योजना के तहत गांव में 69 करोड़ रुपये की लागत से बुनियादी सुविधाओं को सुदृढ़ किया जाएगा। गांव में 25.32 करोड़ रुपये से सीवरेज लाइन बिछाई जाएगी। वहीं 43.81 करोड़ रुपये की लागत से गांव में सात एकड़ क्षेत्र में नया जलघर बनाया जाएगा। हालांकि गांव में पहले से एक जलघर बना हुआ है, लेकिन नई योजना से जलापूर्ति व्यवस्था और बेहतर होने की उम्मीद है। गांव में 55 लीटर प्रति व्यक्ति पानी आबंटन को बढा कर 135 लीटर कर दिया गया है।

नगूरां में नए जलघर के लिए भूमि का शिलान्यास करते विधायक देवेंद्र चतुर्भुज अत्री।

जमीन उपलब्ध करवा दी

नगूरां सरपंच प्रतिनिधि कुलदीप ने बताया कि गांव नगूरां को सरकार ने महाग्राम योजना में शामिल किया है। अब गांव में 69 करोड़ रुपये की लागत से सीवर लाइन व नया जलघर बनाया जाएगा। इस कार्य के लिए पंचायत ने सात एकड़ जमीन उपलब्ध करवा दी है। जिसका सोमवार को उचाना कलां के विधायक देवेंद्र चतुर्भुज अत्री ने शिलान्यास किया है।

वहीं दूसरी तरफ उचाना कलां के विधायक देवेंद्र चतुर्भुज अत्री ने डाहौला गांव में 30 लाख रूपये की लागत से लगने वाले नए ट्यूबवैल का सोमवार को उद्घाटन किया। जलापूर्ति विभाग जींद के एसडीओ रणबीर ने बताया कि डाहौला गांव के मंदिर के आसपास कालोनी के 500 से 600 घरों तक काफी समय से पीने का पानी नहीं पहुंच रहा था। जिसके कारण लोगों की काफी समय से एक नया ट्यूबवैल लगाने की मांग थी। इसी मांग के मध्यनजर गांव डाहौला में नया ट्यूबवैल लगाया है।

हरिभूमि
सहेली
रोहतक,मंगलवार
25 नवंबर 2025

किसी पर भी ऐसी बड़ी विपदा आ सकती है कि वह टूट जाए, जीवन में एकदम अकेला हो जाए। अगर वह स्त्री है तो उसके जीवन का संकट और गहरा हो जाता है। ऐसी स्थिति में समझदारी के साथ धैर्य और साहस से काम लिया जाए तो हम बड़े से बड़े संकट से उबर सकते हैं। आशा की नई किरणों से जीवन में छाए अंधेरे को छांटकर, खूबसूरत जिंदगी जी सकते हैं।

अकेले हैं तो क्या गम है नजरिया बदलें और खुश रहें

कवर स्टोरी
प्रतिभा अग्निहोत्री

अपने इकलौते युवा बेटे को एक दुर्घटना में खोने से गीता बहुत दिनों तक अपसेट रहीं, लेकिन फिर उन्होंने अपने आपको संभाला। अब वह जिंदादिली से अपना जीवन जी रही हैं। छोटे-बड़े किसी भी समारोह में पहुंचकर वह अपने मधुर स्वभाव से वहां का वातावरण खुशनुमा बना देती हैं, उनसे मिलकर हर इंसान सकारात्मकता से भर उठता है। गीता बताती हैं, 'पति के देहांत के बाद बेटा ही एकमात्र सहारा था। एक पल को ऐसा लगा था, मानो अब सब कुछ खत्म हो गया। अपने दुखों के बारे में सो च ते - सो च ते कभी-कभी तो मुझे इतना तनाव हो जाता था कि रात में नींद नहीं आती थी। खाना नहीं बनाती थी और यदि किसी तरह बन गया तो खाने की इच्छा ही नहीं होती थी। इसी तरह दिन गुजर रहे थे, फिर एक दिन लगा कि इंसान का जन्म बहुत मुश्किल से मिलता है। और एक मैं हूं कि अपनी इस जिंदगी को यूं ही बर्बाद किए जा रही हूं। इस तरह तो एक दिन बीमार होकर बेड पर आ जाऊंगीं फिर क्या होगा? बस उस दिन से दुःख, अवसाद और तनाव को हटाकर मैं यथार्थ में आ गई। लगा कि अभी तो बहुत कुछ करना शेष है, और उसी दिन से मेरा जीवन को देखने का नजरिया ही बदल गया।

तनाव को ना हावी होने दें: वास्तव में अकेलापन कोई समस्या नहीं है बल्कि हमारे ही नकारात्मक विचारों से उत्सर्जित तरंगों द्वारा निर्मित एक अहसास, मनोभाव और विचार है। काउंसलर कीर्ति वर्मा कहती हैं, 'अवसाद की शुरुआत तनाव से होती है। जब यह तनाव निरंतर मन-मस्तिष्क पर हावी रहता है तो इंसान अकेलेपन का शिकार हो जाता है। यह स्थिति लंबे समय तक रहती है तो फिर इंसान अवसाद में आ जाता है। इसलिए जरूरी है कि हम खुद पर अकेलेपन को हावी नहीं होने दें।'

वेबएमडी के एक सर्वे के अनुसार अकेलेपन के कारण 26 प्रतिशत तक समय पूर्व मृत्यु की और 32 प्रतिशत स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए आवश्यक है कि जैसे ही यह खालीपन आपके मन-मस्तिष्क में जगह बनाने लगे तो सचेत होकर स्वयं को सकारात्मक दिशा में लगा दें ताकि समस्या और अधिक गंभीर न हो।

दोस्तों और परिवार से मिलें: मनोवैज्ञानिकों के अनुसार दोस्तों और परिवार के सदस्यों से मिलना-जुलना बेहद जरूरी है। जब हम अपने प्रियजनों और इष्टमित्रों से मिलते हैं तो डोपामाइन हार्मोन रिलीज होता है, जो हमारे विचारों में सकारात्मकता का समावेश करता है, इसलिए जब भी समय मिले, अपने परिवार और दोस्तों के साथ समय अवश्य बिताएं। अपनी सखियों के साथ घूमने जाएं, उन्हें भोजन पर बुलाएं, गेम खेलें परंतु केवल उन्हीं दोस्तों के साथ, जिनसे मिलकर आपको खुशी मिलती हो।

नजरिया हो सकारात्मक: जब भी अकेलेपन के तनाव के कारण अवसाद में जाने लगें तो जीवन को देखने का नजरिया बदलें। अपनी ही स्थिति पर हरदम दुःखी होते रहने की अपेक्षा अपने से कमतर लोगों को देखें, आप पाएंगी कि आपसे अधिक सुखी इस संसार में कोई दूसरा नहीं है। सुखी इंसान सौ प्रतिशत वही है, जो हाथ-पैर और दिलो-दिमाग से पूरी तरह फिट है। हमें यह समझना चाहिए कि सुख-दुख जीवन के दो पहलू हैं, जिसमें कभी एक पहलू कमजोर होता है तो कभी दूसरा।

नकारात्मक लोगों से बनाएं दूरी: नकारात्मकता जहां आपके सोचने-समझने की शक्ति को क्षीण करके मन-मस्तिष्क को तनावग्रस्त करती है, वहीं सकारात्मकता असीम ऊर्जा का संचार करके मनुष्य की रचनात्मक शक्ति में वृद्धि करती है। इसके लिए आवश्यक है कि आप नकारात्मक लोगों से दूर रहें, क्योंकि ये लोग निराशा से भरे होते हैं, अपने निराशा भरे विचार आपके पास छोड़ते हैं, जिससे आप भी प्रभावित होती हैं। गृहिणी अनीता कहती हैं, 'मैं नेगेटिव लोगों से दो फुट की दूरी बनाकर रखती हूं, क्योंकि ऐसे लोग जब भी मिलते हैं, मेरे अच्छे खासे दिमाग में अपना कचरा छोड़ जाते हैं, जिससे जीवन में रुकावटें आती हैं।'

छोटी-छोटी खुशियों को सेलिब्रेट करें: जीवन के प्रति सदैव सकारात्मकता से भरपूर रहने वाली अनुभा कहती हैं, 'मेरे लिए हर नया दिन एक उत्सव जैसा होता है। अपनी मीटिंग के सफल हो जाने पर मनचाही मूवी देख लेने पर, दी गई समय सीमा में कार्य पूर्ण हो जाने पर या सप्ताहांत का अवकाश, मुझे असीम खुशी देता है, क्योंकि मेरी नजर में खुश होना या खुशी मनाना एक अहसास है, जिसके लिए किसी बड़ी घटना, कार्य या बहुत पैसे का होना जरूरी नहीं है।'

खुशी देना सीखें: किसी सहेली की कोई रेसिपी या पेंटिंग, सिंगिंग की तारीफ या किसी के विवाह, जन्मदिन की वर्षगांठ पर मैसेज के स्थान पर फोन कॉल करके बधाई देना, आपको सकारात्मकता से भर देगा। किसी भूखे को खाना खिलाना, गार्ड या मेड को गरमा-गरम चाय पिलाने से उसके चेहरे पर आई खुशी आपको ऊर्जा से भर देगी।

जीवन को सरलतम तरीके से जिएं: कुछ लोग बेवजह का अहंकार पालकर अपने जीवन को दुरुह बना लेते हैं। इसकी अपेक्षा आप जीवन को जितने सरल तरीके से जिएंगी, जीवन आपको उतना ही खूबसूरत लगेगा। अपने एकाकी जीवन में अपनी सोच में बदलाव लाकर, उसे सकारात्मक बनाकर आप अपने बेशकीमती जीवन को खूबसूरत बना सकती हैं। ❁

फिट रहना है जरूरी

हम सदियों से सुनते आए हैं, निरोगी काया इस जीवन का सबसे बड़ा सुख है। इसके लिए आवश्यक है कि आप प्रतिदिन कम से कम 40 मिनट स्वयं को दें। इस अवधि में आप इच्छानुसार वॉकिंग, जिमिंग, योगा अथवा व्यायाम करें।

आहार हो पौष्टिक

अकसर देखा जाता है कि अकेला इंसान अपने लिए भोजन बनाने में आलस्य करता है या एक टाइम बनाकर दो या तीन टाइम तक बासी खाना खाता है। ऐसा करने की अपेक्षा हरदम पौष्टिक और ताजा भोजन खाने का प्रयास करें।

बच्चों को ना रखें डरा-धमका कर

कुछ पैरेंट्स अपने बच्चों को बहुत डरा-धमकाकर रखते हैं। इससे वे डरे-सहमे रहते हैं। उनके व्यक्तित्व का विकास बाधित होता है। पैरेंट्स बच्चों की परवरिश में किन बातों का ध्यान रखें कि वे दब्बू ना बनकर निर्भीक-साहसी बनें और सफल हों।

परवरिश
रेखा शाह आरबी

अकसर यह देखा जाता है, जब कभी छोटे बच्चे ज्यादा तंग-परेशान करते हैं तो पैरेंट्स यह कहकर उन्हें डराते हैं, 'चुपचाप सो जाओ, नहीं तो भूत आकर ले जाएगा।' इस तरह अलग-अलग तरीकों से बच्चों को डराया जाता है। हमें यह समझना चाहिए, बच्चों का मन बहुत कोमल होता है, वे डर जाते हैं। उनके मन में हमेशा के लिए भय का बीजारोपण हो जाता है। पैरेंट्स को यह अनुमान ही नहीं होता कि बच्चे के भीतर बचपन में एक डर समा रहा है। पैरेंट्स अलग-अलग डर से बच्चों को डराते हैं। ऐसा करना गलत है, उनके व्यक्तित्व विकास में बाधक है।

जीवन भर रहता है प्रभाव: हम सब जीवन भर किसी न किसी डर का सामना करते रहते हैं। ऐसा कोई भी नहीं है, जो किसी बात से डरता ना हो। कभी-कभी हमारे जीवन में ऐसे अनेक अवसर आते हैं कि हम अपने जीवन में बहुत आगे बढ़ सकते हैं, लेकिन अपने डर के कारण हम उन मौकों को गंवा देते हैं। बाद में जब उसी काम को करके दूसरों को सफल होते देखते हैं तो सोचते हैं, 'काश! हमने भी यह प्रयास किया होता।' यह 'काश' की नींव हमारे बचपन में हमारे पैरेंट्स रखते हैं, मतलब हम सफल होंगे या असफल।

पैरेंट्स से सीखता है डरना: हमें याद रखना चाहिए कि जब हम जन्म लेते हैं तो हमारे भीतर किसी वस्तु या स्थान के प्रति कोई भय नहीं होता है। एक छोटा बच्चा मात्र दो चीजों से डरता है- एक तेज आवाज और दूसरे नीचे गिरने से। बाकी दुनिया के सारे डर बच्चा अपने भाई-बहनों और माता-पिता से सीखता है। जब भी कोई शिशु नई वस्तु या किसी नई परिस्थिति में पड़ता है तो पैरेंट्स की तरफ देखता है। जब वह पैरेंट्स को भयभीत देखता है तो वह भी सहम जाता है। यदि निडर देखता है तो वह भी निडरता का व्यवहार करने लगता है। आप एक शिशु के सामने कोई खूंखार जानवर खड़ा कर दीजिए, वह भयभीत नहीं होगा। क्योंकि उसे नहीं मालूम कि वह खतरनाक है या नहीं। वह उस खूंखार जानवर के साथ अपने माता-पिता के व्यवहार को ऑब्जर्व करता है। यदि माता-पिता डरते हैं तो वह भी डरता है, यदि नहीं डरते हैं तो बच्चा भी नहीं डरता है। दुनिया भर के डर, बच्चों को अपने माता-पिता और परिजनों द्वारा मिलते हैं। हम कई बार अपने अनुचित डर के कारण भी पिछड़ते और कुंठित होते चले जाते हैं। यानी बच्चों को सारे डर अपने परिवार से ही मिलते हैं। निडरता और साहस भी अपने परिवार से मिलता है। अगर बचपन से ही बच्चों पर ध्यान दिया जाए, उन्हें गैर जरूरी चीजों से डराया ना जाए तो उनका ज्यादा बेहतर तरीके से विकास होगा। इसलिए जरूरी है, बच्चे डरकर नहीं रहें, खुलकर बोलें और अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करें, ताकि उनका सर्वांगीण विकास हो। ❁

बात-बात पर डांटने का पड़ता है बुरा असर

कुछ बच्चों को अपनी बात किसी के सामने निर्भय होकर रखने में एक डर लगता है। बच्चा यही सोचता है कि सामने वाला उसके बारे में क्या सोचेगा? इस तरह वह खुलकर कभी बोल ही नहीं पाता। यह एक सामाजिक डर है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि बचपन में कई बार पैरेंट्स बच्चों को डांट कर चुप कराते रहते हैं। उन्हें उनकी मन की बात नहीं कहने देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि आगे चलकर बच्चा किसी के सामने कोई बात कहने में संकोच करता है। अपनी बात खुलकर कभी नहीं कह पाता।

स्पेशल: इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन, 25 नवंबर

देश-दुनिया में आज भी महिलाओं के प्रति समाज का नजरिया प्राय: अमानवीय बना हुआ है। उनके विरुद्ध शारीरिक-मानसिक हिंसा होती ही रहती है। आज का दिन स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हर तरह की हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। ऐसे में हर किसी को अपनी भूमिका निभानी चाहिए।

महिलाओं के विरुद्ध हिंसा मिले अपनों का साथ

मुद्दा
डॉ. मोनिका शर्मा

हर वर्ष मनाया जाने वाला 'इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन', स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। महिलाओं के खिलाफ वॉयलेंस को रोकने और जेंडर आधारित हिंसा के खिलाफ कार्रवाई का आह्वान करने के लिए इस दिन दुनिया भर में सजगता लाने के प्रयास किए जाते हैं। हर जगह स्त्रियों के साथ समान और सम्मानजनक व्यवहार करने के भाव को बल देने से जुड़ी कोशिशें की जाती हैं। गौरतलब है कि हर साल 25 नवंबर से शुरू हुई जागरूकता लाने वाली यह मुहिम भी सोलह दिन तक चलती है। वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन को लेकर सजगता लाने, संवेदनशील सोच को बढ़ावा देने और हिंसा खत्म करने वाली 16 दिनों की यह मुहिम 10 दिसंबर को अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस के साथ समाप्त होती है।

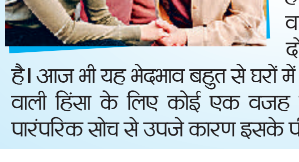
घर-परिवार में मिले सपोर्ट: महिलाओं के आत्मसम्मान को चोट पहुंचाने वाले हिंसक व्यवहार पर लगाम लगाने के लिए समाज में संवेदनाएं पोषित करने का प्रयास किया जाता है। हिंसा की शिकार हर महिला को अपनों का साथ मिले तो स्थितियां बदल सकती हैं।

ना बनाएं उपहास का विषय : घर में किसी महिला के साथ होने वाला हिंसक बर्ताव, मजाक का विषय नहीं होता। देखने में आता है कि कई घरों में पीड़ादायी हरकतें, अपनों के लिए एक आम-सी बात बन जाती है। 'आज फिर?', 'अरे! उसने फिर तुम पर हाथ उठाया क्या?', 'अरे हमेशा रोने की आदत है रे तुम्हें तो।' जैसे शब्दों-वाक्यों के संग हंसकर टाल दिया जाने वाला बर्ताव मान लिया जाता है। सवाल यह है कि अपने ही स्त्रीमन की पीड़ा को नहीं समझेंगे तो हालात बदलेंगे कैसे? यह दुर्व्यवहार सीधे-सीधे एक स्त्री के मानवाधिकार का हनन है। इंसान होने के नाते मान के साथ जीने के अधिकार पर किया जाने वाला हमला है। इसे भी गंभीरता से लिया जाना आवश्यक है।

बढ़ावा बिल्कुल ना दें: यह एक कड़वा सच है कि कई घरों में महिलाओं के अपने ही उनके खिलाफ हिंसा को बढ़ावा देते हैं। कई परिवारों में शारीरिक हिंसा भले न की जाए, साइकोलॉजिकली महिलाओं को खूब प्रताड़ित किया जाता है। हमारे यहां बेटे के नकारात्मक व्यवहार पर पर्दा डालने वाले सास-ससुर भी हैं और पति की प्रताड़ना झेलती बेटी की शिकायतों के बावजूद चुप रहने वाले माता-पिता भी। बहू-बेटियों के साथ होने वाले हिंसक बर्ताव को जाने-अनजाने बढ़ावा दिया जाता है।

पुरुषों की भूमिका हो सकती है अहम: भाई, पिता हों या ससुर, देवर, जेठ, ननदोई या फिर बेटे, घर-परिवार में किसी महिला के साथ होने वाली हिंसा का विरोध पुरुषों को करना चाहिए। ऐसे में सहज रूप से विरोध जताने से लेकर खुद हिंसा ना करने और हिंसा की शिकार किसी महिला की मदद करने तक, पुरुषों का रोल बेहद अहम हो सकता है। ऐसे प्रयास से इस दंश का खात्मा कोई मुश्किल काम नहीं है। ❁

बहू-बेटी में ना करें फर्क



हमारे परिवेश में महिलाओं के खिलाफ होने वाली हिंसा में घरेलू हिंसा सबसे ऊपर है। इसके पीछे बहू और बेटी में फर्क करने की मानसिकता भी जिम्मेदार है। माता-पिता के घर में प्यार-मान पाने वाली बेटी का दूसरे घर की बहू बनते ही दोयम दर्जे के व्यवहार से सामना होता है। आज भी यह भेदभाव बहुत से घरों में कायम है। असल में घर के भीतर होने वाली हिंसा के लिए कोई एक वजह नहीं होती। बहुत से सामाजिक और पारंपरिक सोच से उपजे कारण इसके पीछे होते हैं।

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सर्दियों में ऐसे करें पैरों की स्किन केयर

सर्दियां आते ही वातावरण में नमी की कमी की वजह से पैरों की त्वचा रूखी और बेजान लगने लगती है। इस दौरान पैरों की एड़ियां भी फटने लगती हैं या पैरों में खुजली और इरिटेशन होने लगती है। इसके कारण कई बार चलने में भी परेशानी होने लगती हैं। इससे बचाव के लिए पैरों की एक्स्ट्रा केयर करने की जरूरत होती है। इस मौसम में पैरों की देखभाल के लिए घरेलू उपाय काफी कारगर साबित हो सकते हैं।

स्किन रहेगी मॉयश्चराइज: अपने पैरों के प्रभावित एरिया और दरारों पर जैतून का तेल लगाने से त्वचा को पोषण मिलता है। इससे रूखेपन को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। जैतून के तेल को गुनगुना करके पैर के तलवों की मालिश करने से पैरों की अकड़न दूर होती है। आप एक बाउल में थोड़ा जैतून का तेल लेकर उसे हल्का गर्म करें। अब इसमें लैवेंडर एसेंशियल ऑयल की तीन-चार बूंदें मिक्स करें। इसके बाद इस ऑयल से अपने पैरों की मालिश करें। इससे आपको कुछ ही देर में आराम का अहसास होगा। जैतून ऑयल में विटामिन-ई होता है इसलिए इसे लगाने से आपके पैर मुलायम होंगे और आप रिलैक्स महसूस करेंगी। गर्म पानी में व्हाइट विनेगर डालें और फिर पांच मिनट के लिए पैरों को इसमें भिगोएं। अब आप जैतून के तेल की कुछ बूंदों को क्यूटिकल्स पर लगाएं और इसे लगभग 10 मिनट तक फिर पानी में भीगने दें। जैतून का तेल पैरों की त्वचा को मॉयश्चराइज रखने में मदद करता है। आप इस तेल को एक जेंटल मॉयश्चराइजर के रूप में भी उपयोग कर सकती हैं। यह उन्हें क्रैक होने से बचाता है और डेड स्किन साफ करता है।

स्किन ऐसे रहेगी सॉफ्ट: सर्दियों में पैरों की त्वचा को नरम बनाए रखने के लिए नहाते वक्त पैर धोने के लिए गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें। लेकिन गर्म पानी का इस्तेमाल कतई न करें क्योंकि इससे पैर ड्राय हो सकते हैं, जिससे स्किन फट सकती है। गुनगुने पानी से ब्लड सर्कुलेशन सही रहता है।

मसाज करें: सोने से पहले पैरों की हल्के हाथ से मसाज करें। इसके लिए सरसों या नारियल तेल को एक कटोरे में गुनगुना कर लें। इस तेल से पंजों और पैर के बाकी हिस्सों की मालिश करें। इससे पैरों में ब्लड सर्कुलेशन तेज होगा, जिससे पैरों में गर्माहट आएगी और पैर सुंदर दिखेंगे। पैरों की देखभाल के लिए हाइड्रो थेरेपी भी लाभदायक साबित होती है। इसके लिए आपको पहले ठंडे पानी में पैरों को 2 मिनट तक डुबोकर रखना होगा। फिर पैरों को 1 मिनट के लिए गर्म पानी में डुबोना होगा। ऐसा ही 15-20 मिनट तक करती रहें। फिर पैरों को पानी से निकाल लें और तौलिए से अच्छी तरह पोंछ कर मोजे पहन लें। ❁

जब एंग्जायटी सताए ऐसे करें बचाव

अलग-अलग वजहों से अनेक महिलाएं एंग्जायटी की शिकार हो जाती हैं। इससे बचाव के लिए आपको अपनी डाइट और लाइफस्टाइल में सुधार करना होगा। यहां आपको बता रहे हैं, इससे रिलेटेड बहुत ही यूजफुल सजेशंस।

सजेशन
निकिता चौहान

आजकल की भाग-दौड़ भरी लाइफस्टाइल में मानसिक तनाव एक सामान्य समस्या बन गई है। महिलाओं में यह समस्या काफी ज्यादा देखी जा रही है, क्योंकि वर्किंग महिलाएं हों या हाउसवाइफ, उनके पास घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारी होती हैं। इस वजह से कई महिलाएं एंग्जायटी, तनाव या चिंताग्रस्त रहने लगती हैं। इसके कारण उनकी रोजमर्रा की जिंदगी भी प्रभावित होने लगती है।

हो सकते हैं कई कारण: डॉक्टर्स के अनुसार महिलाओं में चिंता के कई कारण हो सकते हैं, जैसे- हार्मोनल बदलाव। पीरियड्स, प्रेग्नेंसी और मेनोपॉज के दौरान हार्मोनल बदलाव की वजह से यह समस्या और बढ़ जाती है। इसके अलावा, काम का दबाव, परिवार की जिम्मेदारियां और सामाजिक अपेक्षाएं भी तनाव को जन्म देती हैं। अगर आप या आपके परिवार या दोस्तों में कोई महिला बार-बार घबराहट, बेचैनी या तनाव महसूस करती है, तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह संकेत हो सकते हैं कि उन्हें मेंटल हेल्थ कंसल्टेशन की जरूरत है। ऐसे समय में तुरंत मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना बहुत जरूरी है, क्योंकि सही डायग्नोसिस और उपचार से एंग्जायटी को प्रभावी ढंग से नियंत्रित किया जा सकता है। इसलिए अपने और अपने संपर्क में रहने वाली महिलाओं की मानसिक स्थिति पर ध्यान दें, खुलकर उनसे बात करें, उन्हें सहारा दें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से मदद लेने से ना हिचकिचाएं। इससे न केवल चिंताओं से मुक्ति मिलेगी, बल्कि खुशहाल जीवन जीने में मदद मिलेगी।

संतुलित आहार लें: ताजे फल, सब्जियां, दालें, नट्स, और साबुत अनाज से भरपूर आहार आपकी मानसिक सेहत के लिए लाभकारी हैं। विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन-डी और मैग्नीशियम से भरपूर भोजन चिंता को कम करने में मदद करते हैं।

कैफीन-शक्कर का सेवन सीमित करें: अधिक कैफीन और शक्कर शरीर में एड्रेनलीन हॉर्मोन को बढ़ाते हैं, जिससे चिंता बढ़ सकती है।

ओमेगा-3 फैटी एसिड: मछली, अलसी, अखरोट में पाए जाने वाले ओमेगा-3 फैटी एसिड दिमाग की कार्यक्षमता सुधारते हैं और तनाव को कम करते हैं।

पर्याप्त पानी पिएं: डिहाइड्रेशन से मानसिक थकावट और चिंता बढ़ सकती है। इसलिए पानी खूब पिएं, नारियल पानी-जूस भी पिएं।

व्यायाम-योगाभ्यास: रोजाना 30 मिनट की हल्की-फुल्की एक्सरसाइज या योगाभ्यास करने से मानसिक तनाव कम होता है। रोज एक किलोमीटर की वॉक करें, यह एंग्जायटी रोकती है। साथ ही ध्यान, मानसिक स्थिति को शांत करता है और तनाव को कम करता है।

पर्याप्त नींद लें: नींद की कमी से भी चिंता और तनाव बढ़ता है, इसलिए डेली सात से आठ घंटे अच्छी नींद बहुत जरूरी है। ❁

(क्लिनिकल डाइटीशियन-कंसल्टेंट न्यूट्रिशनिस्ट कनिका मल्होत्रा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

वित्तीय साक्षरता पर ऑनलाइन वेबिनार

जींद। राजकीय महाविद्यालय की कॉमर्स सोसायटी द्वारा वित्तीय साक्षरता विषय पर ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। प्राचार्य डा. सत्यवान मलिक ने अध्यक्षता करते छात्रों को निवेश से जुड़े मूल सिद्धांत समझने तथा जागरूक रहने की आवश्यकता पर बल दिया। वेबिनार का उद्देश्य विद्यार्थियों में वित्तीय अनुशासन, सुरक्षित निवेश और भविष्य की आर्थिक योजना के प्रति जागरूकता बढ़ाना रहा।

जिला स्तरीय प्रदर्शन की तैयारियों को लेकर बैठक

जींद। जींद जिला के गांव अशरफगढ़, रधाना, सिंधवीखेड़ा, बराहखुर्द, लखमीरवाला, किनाना, नंदगढ़, फतेहगढ़, लजवाना कलां, बुढ़ा खेड़ा आदि गांवों में 26 नवंबर के जिलास्तरीय प्रदर्शन की तैयारियों को लेकर बैठकें की। इन बैठकों को सीटू जींद के जिला प्रधान रमेश चंद्र, जिला कमेटी सदस्य राजेश कुमार, सीटू कोषाध्यक्ष पवन कुमार आदि ने संबोधित किया।

प्रांत स्तरीय भारत को जानो प्रतियोगिता हुई

नरवाना। प्रांत स्तरीय भारत को जानो प्रतियोगिता रविवार को चौधरी रणबीर सिंह यूनिवर्सिटी जींद में आयोजित हुई। इस प्रतियोगिता में बहुत सारे गणमान्य व्यक्तियों ने शिरकत की। विद्यालय प्रधानाचार्य जोगिंद्र सिंह ने बताया कि इस प्रतियोगिता में प्रांत के कुल 27 विद्यालयों ने भाग लिया।

पराली प्रबंधन को लेकर किया जागरूक

जींद। सफीदों एसडीएम पुलकित ने सोमवार को पराली प्रबंधन को लेकर उपमंडल के कई गांवों का दौरा किया। बागडू कलां व खुर्द, ऐचरां कलां व खुर्द, हाट,ए माल सिवाना, रामनगर सफीदों सहित अन्य गांवों में किसानों से मुलाकात कर पराली न जलाने का संदेश दिया। दौरे के दौरान एसडीएम ने किसानों को बताया कि पराली जलाने से पर्यावरण, मिट्टी की उपजाऊ क्षमता और मानव स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव पड़ता है।

सरस्वती स्कूल में भूगोल प्रदर्शनी का आयोजन

जींद। नगूरां गांव के सरस्वती पब्लिक स्कूल में भूगोल प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्कूल प्राचार्य डा. प्रदीप खटकड़ ने की तथा मुख्य रूप से स्कूल प्रबंधक कुलदीप दलाल ने भाग लिया। इस दौरान बच्चों ने भूगोल अध्यापक कर्मबीर बूरा के नेतृत्व में भूगोल के सुंदर-सुंदर माडल बनाए। स्कूल प्राचार्य ने बताया कि इस दौरान 11वीं से 12वीं कक्षा तक बच्चों ने अपनी प्रदर्शनी से सभी का ध्यान आकर्षित किया।

पूर्व डिप्टी सीएम दुष्यंत आज उचाना दौरे पर

उचाना। आगामी सात दिसंबर को जुलाना में जेजेपी के स्थापना दिवस पर होने वाली रैली का निमंत्रण देने के लिए 25 नवम्बर को पूर्व डिप्टी सीएम दुष्यंत चौटाला उचाना हलके के विभिन्न गांव के दौरे करेंगे। जिलाध्यक्ष जोरा सिंह डूमरखां ने बताया कि नगूरां गांव में पूर्व हलकाध्यक्ष शमशेर नगूरां के यहां आयोजित समारोह में पहुंचेंगे।

भाषण प्रतियोगिता में लवनीत तीसरा रहे

राजौंद। जिला स्तरीय रेड क्रॉस सोसाइटी द्वारा जूट महाविद्यालय कैथल में आयोजित पांच दिवसीय शिविर में राजकीय महाविद्यालय राजौंद की छात्रा लवनीत कक्षा बीए ने भाषण प्रतियोगिता में तीसरा स्थान प्राप्त किया है। इसमें विक्रम सहायक प्रोफेसर इतिहास को बेस्ट कॉउंसलर का अवार्ड मिला।

जजपा किसान सैल हलका प्रधानों की सूची जारी की

जींद। जजपा के जिला कार्यालय जींद में सोमवार को किसान सैल के जिला जींद के हलका प्रधानों की सूची जारी की गई। यह सूची किसान सेल के जिला संयोजक ताराचंद चहल द्वारा जारी की गई। उन्होंने बताया कि सूची को अंतिम रूप जिला प्रधान जोरा सिंह डूमरखां, प्रदेश अध्यक्ष नरेश द्वारका किसान सेल, प्रदेश प्रभारी किसान सेल रोशन ढाडा तथा अन्य वरिष्ठ नेताओं के बाद विचार-विमर्श के बाद तैयार किया है।

इंडस स्कूल में इंट्रा इंडस स्केटिंग एवं बॉक्सिंग टूर्नामेंट

150 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्ण भागीदारी निभाई

गोल्ड मेडलिस्ट बॉक्सर गेस्ट मनीषा मौन को दिया ऑफ ओनर

पूरा कार्यक्रम ऊर्जा, उत्साह और रोमांच से सराबोर रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

कैथल। बाक्सिंग में दमखम दिखाते खिलाड़ी। फोटो :हरिभूमि

कैथल। अव्वल रहे खिलाड़ियों को सम्मानित करते अधिकारी। फोटो :हरिभूमि

इंडस पब्लिक स्कूल कैथल में इंट्रा इंडस स्केटिंग एवं बॉक्सिंग टूर्नामेंट का भव्य और शानदार आयोजन किया गया, जिसमें रोहतक, हिसार, मिर्चपुर, जींद, किनाना एवं कैथल जिले के इंडस समूह के लगभग 150 से अधिक प्रतिभागी छात्रों ने उत्साहपूर्ण भागीदारी निभाई। पूरा कार्यक्रम ऊर्जा, उत्साह और रोमांच से सराबोर रहा।

कार्यक्रम का शुभारंभ गेस्ट ऑफ ओनर मनीषा मौन (वर्ल्ड बॉक्सिंग गेम्स चैंपियन एवं इंटरनेशनल गोल्ड मेडलिस्ट), विद्यालय की पूर्व छात्रा सुश्री स्नेहा तंवर (यूथ एशियाई चैंपियन एवं इंटरनेशनल गोल्ड मेडलिस्ट) तथा इंडस ग्रुप इंस्टीटयूट के को-ऑर्डिनेटर प्रवीण परुथी का तिलक एवं पुष्पगुच्छ भेंट कर हार्दिक स्वागत के साथ हुआ। दीप प्रज्वलन तथा चौधरी मित्रसेन आर्य की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर समारोह का शुभारंभ हुआ। इसमें बॉक्सिंग कोच राजेंद्र सिंह, विक्रम ढुल, गुरमीत सिंह, सुनील डागी, अमरजीत सिंह, महेंद्र सिंह, लकी दविंदर सिंह स्केटिंग कोच दीपक कौशिक, प्रमोद कौशिक, आर्यन, वंश आदि भी मौजूद रहे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियां स्वागत गीत "एक मधुर शुरुआत" और नृत्य प्रस्तुति "देश का मान बेटिया" ने सभी का मन मोह लिया और दर्शकों से खूब तालिया बटोरीं।

इसके बाद प्रधानाचार्या तनु पूनिया, डायरेक्टर अभिषेक सहारण एवं अतिथियों द्वारा गुब्बारे उड़ाकर प्रतियोगिता का औपचारिक उद्घाटन किया गया। प्रधानाचार्या ने खेलों के महत्त्व, अनुशासन, परिश्रम और उत्कृष्टता पर प्रेरणादायक विचार व्यक्त किए। डायरेक्टर अभिषेक सहारण ने भी कार्यक्रम की प्रशंसा की। बॉक्सिंग प्रतियोगिता में 46- 56 भार वर्ग की सभी श्रेणियों में कैथल की लड़कियों ने 4 गोल्ड मेडल और 1 ब्रोंज मेडल प्राप्त किया। वहीं भार वर्ग 28 से 80 में विभिन्न श्रेणियां में कैथल के लड़कों ने 9 गोल्ड मेडल,4 सिल्वर मेडल और एक ब्रॉन्ज मेडल प्राप्त किया। बॉक्सिंग प्रतियोगिता में कैथल बॉयज तथा गर्ल्स ओवर आल ट्राफी का विजेता रहा।

केएम रा.कॉलेज छाया

नरवाना। चौधरी रणबीर सिंह विवि जींद के निर्देशन में प्रियदर्शनी इंदिरा गांधी महिला कॉलेज में आयोजित नरवाना जोन के क्षेत्रीय युवा उत्सव में केएम राजकीय कालेज नरवाना की टीम ने ओवरऑल ट्रॉफी प्राप्त की। युवा कल्याण एवं सांस्कृतिक विभाग की संयोजिका प्रोफेसर उषा शर्मा ने बताया कि कालेज के प्रतिभागियों ने नृत्य की ट्रॉफी पंडित बिरजू महाराजए थिएटर की सुनील दत्त ट्रॉफी सांग के लिए पंडित लख्मीचंद ट्रॉफी तथा गायकी की पंडित जसराज ट्रॉफी प्राप्त करके महाविद्यालय ने सभी विधाओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। इन सभी के आधार पर महाविद्यालय को ओवरऑल ट्राफी प्रदान की गई।

विकसित उचाना का सपना करेंगे साकार: अत्री

एक करोड़ की लागत से बने कामों का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| उचाना

गुरूकुल खेड़ा में विकास के कामों को उद्घाटन करते विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री।

भाजपा विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री ने हलके के गांव में विकास की रफ्तार को बढ़ाते विकास कार्यों को लेकर शिलान्यास उद्घाटन किया। विभिन्न गांव में एक करोड़ की लागत से बने कामों का उद्घाटन, शिलान्यास किया।

कालता गांव में बने शैड, सचिवालय, सफाखेड़ी गांव में सचिवालय, मोहनगढ़ छापड़ा चौपाल नवीनीकरण, पानी निकासी के लिए नाला निर्माण, गुरूकुल खेड़ा बस स्टॉप, कन्या गुरूकुल खेड़ा में बने शैड सहित अन्य कामों हुए है। विधायक ने कहा कि विकसित उचाना के सपने को साकार करने का काम करेंगे। भाजपा सरकार ने समान विकास की सोच के तहत पूरे प्रदेश में कार्य किया है। अब से पहले की सरकारों में क्या होता था ये सबको पता है। विकास के काम एक जिले में होते थे। कांग्रेस पर कटाक्ष करते हुए विधायक ने कहा कि आज कांग्रेस के पास कोई मुद्दा नहीं है। कांग्रेस लुप्त हो गई है। आज कांग्रेस के पल्ले वोट नहीं है। सीएम नायब सिंह सैनी की अगुवाई में प्रदेश तरक्की के पथ पर अग्रसर है। सीएम नायब सिंह सैनी ऐसे सीएम है जो रात तक लोगों से मिलकर उनकी समस्याओं को सुनने का कम करते है।

जींद। बैठक करते हुए एसडीएम। फोटो :हरिभूमि

समारोह की तैयारियों को लेकर समीक्षा की

जींद। एसडीएम सत्यवान मान ने सोमवार को सिख समाज के गणमान्य व्यक्तियों एवं पंचायत प्रतिनिधियों के साथ बैठक कर गुरु तेग बहादुर जी की 350वीं जयंती समारोह के संबंध में तैयारियों की समीक्षा की। बैठक में कार्यक्रम की सुचारू व्यवस्था और जिला स्तर पर जन भागीदारी सुनिश्चित करने को लेकर बातचीत की गई। बैठक में हरियाणा गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के सदस्य सरदार करनेल सिंह निम्नाबाद, गांव खरकड़ा के सरपंच सरदार नरवेल सिंह, गांव धरमगढ़ से सरपंच प्रतिनिधि अजीतपाल चड्डा, सफीदों पंचायत समिति के प्रधान, गुरुद्वारा जींद से सरदार वचित्र सिंह सहित अन्य गांवों के सरपंच एवं प्रतिनिधि मौजूद रहे। एसडीएम ने बताया कि मंगलवार 25 दिसंबर को गुरु तेग बहादुर की 350वीं जयंती के उपलक्ष्य में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी कुरुक्षेत्र में पधारेंगे। अवसर पर जिला प्रशासन की ओर से अधिक से अधिक श्रद्धालुओं की सुरक्षित और सुव्यवस्थित भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी। इस पर प्रतिनिधियों ने आश्वस्त किया कि जिला जींद से सिख समाज के सदस्य गुरु तेग बहादुर जी की जयंती समारोह में उत्साहपूर्वक व बड़े स्तर पर भाग लेंगे तथा कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग देंगे।

वाटर प्लांट में लगी आग से लाखों का नुकसान

कैथल। शहर के वार्ड नंबर 22 में एक आरओ वाटर प्लांट में अचानक आग लगने से लाखों रुपए का सामान जल गया। प्लांट में आग लगने की सूचना के बाद मौके पर फायर ब्रिगेड की गाड़ियां और पुलिस टीम मौके पर पहुंची और आग पर काबू पाया। गनीमत रही कि इस घटना में किसी को जान का नुकसान नहीं हुआ। आग के कारण करीब 15 लाख रुपए के नुकसान की संभावना जताई जा रही है। अनुमान लगाया जा रहा है कि किसी व्यक्ति ने प्लांट के पास कचरे में आग लगा दी। इससे चिंगारी उठने के बाद प्लांट में जा गिरी, जिससे आग लग गई। आग के कारण प्लांट की मशीनरी, उपकरण और टैंक जल गए। कैथल के दमकल केंद्र अधिकारी संदीप ग्रेवाल ने बताया कि यह प्लांट एक एनजीओ की ओर से चलाया ला रहा था। करीब 4 साल पहले इसे यहां पर स्थापित किया था।

लखनऊ रवाना होने से पहले प्राचार्या के साथ डॉण विद्यार्थी के साथ मौजूद बच्चे।

लखनऊ में राष्ट्रीय जंबूरी में भाग लेंगे डीएवी जींद के छात्र

जींद। राज्य भारत स्काउट एवं गाइड के दिशा निर्देशन में डीएवी जोन का 21 सदस्यीय दल राष्ट्रीय मुख्यालय दिल्ली द्वारा आयोजित 19वीं राष्ट्रीय जंबूरी लखनऊ में भाग लेने के लिए रवाना हुआ। इस दल को प्राचार्या रश्मि विद्यार्थी व पूर्व जिला कमिश्नर डीएवी जोन व हरियाणा साहित्य एवं संस्कृति अकादमी के निदेशक डा. धर्मदेव विद्यार्थी ने बच्चों का विभिन्न जानकारी देते हुए व मार्गदर्शन करते हुए हरी झंडी दिखा कर रवाना किया। इस अवसर पर बच्चों का उत्साह देखने योग्य था। डा. विद्यार्थी ने बताया कि इस राष्ट्रीय जंबूरी में पूरे देश तथा विदेशों से लगभग 30 हजार स्काउट एवं गाइड भाग लेंगे। यह भव्य आयोजन 23 नवंबर से 29 नवंबर तक चलेगा। जिसका उद्घाटन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा किया जाएगा। जंबूरी में प्रतिभागी बच्चे मार्च पास्ट, कलर पार्टी, बैंड, समूह लोकनृत्य, फिजिकल डिस्प्ले व विभिन्न प्रकार की एडवेंचर एक्टिविटी व मनोरंजक गतिविधियों जैसी अनेक प्रतियोगिताओं में प्रतिभा का प्रदर्शन करेंगे। स्काउटिंग को आउटिंग की साइंस कहा जाता है और इसी भावना के अनुरूप सभी प्रतिभागी सात दिन तक टेंटों में ही निवास करेंगे। लगभग पांच हजार टेंटों से सुसज्जित एक अत्याधुनिक स्मार्ट टेंट सिटी बनाई गई है।

नौकर के वेरिफिकेशन में कोताही न बरते: उपासना

कैथल। कैथल पुलिस ने जिले में रह रहे किरायेदारों व घर/दुकान में काम करने वाले नौकरों की वेरिफिकेशन करवाने के लिए मकान/ दुकान मालिकों को एडवाइजरी जारी की है। एसपी उपासना ने बताया कि कई बार नौकर या किरायेदार द्वारा मालिक से झगड़ा, हत्या व चोरी आदि की वारदात होने की खबरें आती रहती हैं। कई अपराधी किसी अन्य शहर या राज्य में आपराधिक वारदात करके अपनी पहचान छुपा कर अन्य शहरों में किरायेदार बनकर रहते हैं। वहीं से अपना नेटवर्क चलाते हैं। इसके अलावा कई अपराधी मकान किराए पर लेकर शहर में वारदात करने के लिए रेकी करते हैं और मौका मिलते ही घटना को अंजाम देकर भाग जाते हैं। जब मकान मालिक से पुलिस द्वारा पूछताछ की जाती हैं तो मकान मालिक के पास किरायेदार का कोई फोटो व मोबाइल नंबर व सही पता नहीं होता हैं। जिनका कोई अता पता नहीं होने से वारदात को सुलझाने में भी दिक्कत आती है और अपराधी पुलिस की पकड़ से दूर हो जाता हैं।

मुख्य बाजार में रोजाना जाम से लोग परेशान

दुकानदारों के अतिक्रमण से बिगड़ रही व्यवस्था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पूंडरी

पूंडरी। मुख्य बाजार में जाम में फंसे वाहन। फोटो :हरिभूमि

गिरधरलाल अहलूवालिया चौक से लेकर मुख्य बाजार पुंडरीक तीर्थ मार्ग तक प्रतिदिन जाम की स्थिति बनी रहती है। सड़क पर बढ़ता अतिक्रमण न केवल वाहन चालकों को परेशान कर रहा है, बल्कि पैदल चलने वाले राहगिरों के लिए भी बड़ी समस्या बन चुका है। स्थानीय लोगों का कहना है कि बाजार की यह स्थिति पिछले लंबे समय से जस की तस बनी हुई है और प्रशासन की कार्रवाई केवल दिखावे तक सीमित होकर रह गई है। मुख्य बाजार की सड़क के बीचों-बीच डिवाइडर बना हुआ है, लेकिन सड़क के दोनों ओर बैठे दुकानदार अपनी दुकानों के सामने 5 से 6 फुट तक सामान फैला कर रखते हैं। इससे सड़क का अधिकांश हिस्सा तो अतिक्रमण की भेंट चढ़ जाता है, बची हुई संकरी जगह में मुश्किल से एक वाहन निकल पाता है। ऊपर से दुकानों के सामने खड़े किए जाने वाले वाहन स्थिति को और अधिक जामग्रस्त बना देते हैं। स्थानीय लोगों का कहना है कि कई बार तो ऐसा होता है कि यदि कोई राहगीर गलती से बाहर रखे सामान से टकरा जाए, तो दुकानदार झगड़ा करने पर आमादा हो जाते हैं। इससे बाजार का माहौल तनावपूर्ण हो जाता है। शहरवासी रमेश कुमार, सुभाष, प्रवीण कुमार, शीशपाल, बलवान और जीत सिंह ने बताया कि वे कई बार इस समस्या को लेकर प्रशासनिक अधिकारियों और जनप्रतिनिधियों से मिल चुके हैं, लेकिन आज तक कोई स्थायी समाधान नहीं निकला। नगरपालिका कभी-कभार कार्रवाई करती है तो दुकानदार सामान अंदर रख लेते हैं, लेकिन कर्मचारियों के जाते ही दोबारा सामान बाहर लगा दिया जाता है। स्थानीय लोगों ने बताया कि वे इस समस्या को लेकर विधायक सतपाल जांबा से भी गुहार लगा चुके हैं, लेकिन स्थिति में अभी तक कोई सुधार नहीं हुआ है। लोगों की मांग है कि प्रशासन इस गंभीर समस्या पर तुरंत सख्त और स्थायी कार्रवाई करे, ताकि मुख्य बाजार में सुचारु यातायात व्यवस्था बहाल हो सके और लोगों को राहत मिल सके।

कार्रवाई होगी

जब भी कोई शिकायत मिलती है तो अतिक्रमण को हटाने के लिए नोटिस भी दिए जाते है और कार्रवाई भी की जाती है। कर्मचारी समान तक जप्त तक करने की कार्रवाई करते हैं, लेकिन दोबारा फिर वही स्थिति हो जाती है। अब भी ऐसे दुकानदारों पर कार्रवाई की जाएगी। *नरेश कुमार, सचिव नगरपालिका पूंडरी।*

ढांड। मार्केट कमेटी के चेयरमैन विजेंद्र मेहला सदस्यों के साथ। फोटो :हरिभूमि

अनाज मंडी में सुलभ शौचालय बनाए जाएंगे: विजेंद्र

ढांड। ढांड–मार्केट कमेटी की पहली हाउस मीटिंग आज सम्पन्न हुई। बैठक की शुरुआत में मार्केट कमेटी के चेयरमैन विजेंद्र मेहला का पदाधिकारियों ने गर्मजोशी से स्वागत किया।बैठक में मंडी क्षेत्र की कई महत्वपूर्ण समस्याओं और विकास योजनाओं पर विस्तृत चर्चा हुई। कमेटी ने सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि अनाज मंडी की चारदीवारी पर सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए कांटेदार तार लगाई जाएगी। पुरानी अनाज मंडी में सुलभ शौचालय बनाए जाएंगे तथा सीवरेज व्यवस्था को दुरुस्त किया जाएगा। विस्तार अनाज मंडी के मुख्य गेट पर बारिश के समय पानी रुकने की समस्या को दूर करने के लिए मिट्टी डालकर मार्ग का पुनर्निर्माण कराया जाएगा। इसके अलावा रुके हुए रिचार्ज बोरों की सफाई करवाने, नई अनाज मंडी में शेड निर्माण तथा मार्केट कमेटी कार्यालय के प्रांगण में पार्किंग शेड बनाने पर भी सहमति बनी। सभी प्रस्तावों को सर्वसम्मति से पारित करते हुए चेयरमैन ने कहा कि इन कार्यों को प्राथमिकता के आधार पर जल्द शुरू किया जाएगा ताकि मंडी में आने वाले व्यापारियों व किसानों को बेहतर सुविधाएं मिल सकें।

प्रेरणा शक्ति व्यक्ति की आतंरिक ऊर्जा : मलिक

जींद। सफीदों उपमंडल के मुआना गांव स्थित पीएमश्री राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में सोमवार को किशोरावस्था के दौरान प्रेरित रहना सकारात्मक भावनाओं को समझें, अपनाएं और लागू करे विषय पर आयोजित सेमिनार आयोजित किया गया। इसमें उपस्थित किशोरों एवं उनके शिक्षकों को संबोधित करते हुए मुख्यवक्ता मंडलीय बाल कल्याण अधिकारी रोहतक एवं राज्य नोडल अधिकारी अनिल मलिक ने कहा कि हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद की राज्यस्तरीय परियोजना बाल सलाह, परामर्श एवं कल्याण केन्द्रों की स्थापना के अंतर्गत निरंतर आयोजित किए जा रहे सेमिनारों का मकसद है।

नगूरां गांव में टीबी मरीज को पोषण कीट वितरित करती स्वास्थ्य विभाग की टीम।

टीबी मरीज को पोषण कीट वितरित की

जींद। प्रधानमंत्री टीबी मुक्त अभियान के तहत स्वास्थ्य विभाग ने नगूरां गांव के दो टीबी मरीजों को पोषण कीट वितरित की। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्वास्थ्य निरीक्षक नरेंद्र ढांडा ने की। नरेंद्र ढांडा ने कहा कि टीबी मरीजों के लिए पोषण कीट एक वरदान है। क्योंकि इस कीट में प्रोटिन युक्त आहार बांटा जाता है। जिससे रोगी की प्रतिरक्षा प्रणाली मजबूत होती है और टीबी मरीज के जल्दी स्वस्थ होने की संभावना बनी रहती है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा गोद लिए गए मरीजों को पोषण और देखभाल प्रदान कर उन्हें स्वस्थ जीवन की ओर प्रेरित किया जा रहा है। इस अभियान के तहत निक्षय मित्र के रूप में कोई भी व्यक्ति, संस्था, संगठन स्वेच्छा से टीबी मरीज को गोद ले सकता है और कम से कम छह महीने तक उन्हें भोजन, जांच जैसी सेवाएं प्रदान कर सकता है। उन्होंने बताया कि इस प्रकार की भागीदारी से टीबी उन्मूलन के राष्ट्रीय लक्ष्य को प्राप्त करने में मदद मिलेगी और मरीजों को सामाजिक सहयोग व सम्मान भी मिलेगा। कहा कि गांव नगूरां को टीबी मुक्त ग्राम बनाने के लिए स्वास्थ्य विभाग की टीम, आशा वर्कर, आंगनबाड़ी वर्कर, समाजसेवी, युवा संगठन, अध्यापकों ने कमर कस ली है।

जाट शिक्षण संस्थान में दीनबंधु सर छोटूराम जयंती मनाई

दीनबंधु सर छोटूराम हमारे लिए विरासत: आदित्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

कैथल। विधायक आदित्य सुरजेवाला कार्यक्रम का शुभारंभ करते। फोटो :हरिभूमि

दीनबंधु सर छोटू राम जयंती जाट शिक्षण संस्थान में बड़े धूमधाम से मनाई। मुख्यतिथि विधायक आदित्य सुरजेवाला ने शिरकत की। शिक्षण संस्थान में पहुंचने पर प्रधान राजकुमार बैनिवाल, उप प्रधान बलजिंदर बनवाला, महासचिव एडवोकेट रश्मि ढुल, कोषाध्यक्ष बलकार नैन व समस्त कार्यकारिणी सदस्यों व प्राचार्य ने पुष्प गुच्छ व फूल मालाओं के साथ स्वागत किया। तत्पश्चात कॉलेज में स्थापित रहबर ए आजम दीनबंधु सर छोटूराम की प्रतिमा पर मुख्य अतिथि ने प्रबंधन समिति के साथ अपने श्रद्धा सुमन अर्पित किए । प्रधान राजकुमार ने मुख्यतिथि का स्वागत किया व बच्चों को दीनबंधु सर छोटू राम की जीवनी को पढ़कर उनसे प्रेरणा लेने का आवहान किया। महासचिव एडवोकेट रश्मि ढुल ने शिक्षण संस्थान की वार्षिक लेखा-जोखा रिपोर्ट पढ़ी। इसमें उन्होंने अपने कार्यकाल के अब तक के विकासात्मक कार्यों का विवरण दिया। आदित्य सुरजेवाला ने कहा कि- रहबर ए आज़म दीनबंधु सर छोटू राम कोई साधारण व्यक्ति नहीं थे वह असाधारण प्रतिभा के धनी थे वे हमारे लिए एक विरासत थे और रहेंगे। आजादी से पूर्व किसानों व दबे कुचले पिछड़े लोगों की आवाज को बुलंद किया। उपज का उचित भाव दिलवाया लोगों को जागरूक करने के लिए जाट गजट अखबार निकाला। आज के युवाओं को उनके जीवन से प्रेरणा लेने का आह्वान किया।

इन दानवीरों ने विकास में दिया सहयोग

इसके अतिरिक्त विभिन्न दानवीरों ने जाट संस्था के विकास के लिए सहयोग दिया। जाट हाई स्कूल सोसाइटी के प्रधान राजकुमार बैनिवाल ने 5 लाख रुपए संस्था को दान दिया। इसके साथ-साथ टेक सिंह व भाग सिंह सुपुत्र रलदू नंबरदार ने ₹100000, शमशेर सिंह चट्ठा सुपुत्र रिसाल सिंह ने ₹100000, वीरेंद्र सिंह सुपुत्र रामकिशन ने ₹100000, कुलदीप सिंह सुपुत्र लक्ष्मी चंद ने ₹100000, फूल सिंह सुपुत्र मिया सिंह ने ₹100000 ,संदीप चहल एसडीओ ने ₹100000, संदीप खरब सुपुत्र बीर सिंह ने ₹100000, मनोज कुमार कादयान सुपुत्र मंगतराम ने ₹100000, चौधरी लाल सिंह शास्त्री सुपुत्र शिवचंद ने ₹100000, शमशेर सिंह फौजी सुपुत्र देवा सिंह ने एक लाख रुपये, रामधारी व सुरजीत सरपंच ने ₹100000, कुलदीप सिंह बिढ़ान सुपुत्र चांदीराम ने ₹100000, डॉ. दिनेश ढिल्लों सुपुत्र गुलाब सिंह ढिल्लों चैयरमेन प्राचार्य जाट कॉलेज कैथल ने ₹100000, दरवेश पूनिया सुपुत्र बलवंत सिंह ने ₹100000, दलबीर सिंह मास्टर सुपुत्र मेहर चंद ने ₹100000, सुरेंद्र कुमार सुपुत्र प्रीतम सिंह ने ₹100000 इंदर सिंह सुपुत्र हरदेव सिंह ने 51000 हजार का योगदान संस्था में विकास के लिए दिया।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (251 से अन्तिम विजेता तक)

❖ वंतिका सुपुत्री जितेंद्र, बाबा मस्तनाथ नगर, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह पुत्र श्री रामनेवाज सिंह निवासी गिज्जी रोड़, देव नगर, सांपला, रोहतक ❖ दिलबाग सिंह फौगाट, सुपुत्र श्री राममेहर सिंह, विजय नगर, बाग वाली गली, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह सुपुत्र स्व. श्री रामनेवाज सिंह, गिज्जी रोड, देवनगर, सांपला, रोहतक ❖ ईशीका फौगाट पुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट निवासी गांव रिठाल फौगाट, जिला रोहतक ❖ अंकुश पुत्र श्री राम कृष्ण लाल निवासी 186/15, पंचकुला ❖ अक्षित पुत्र श्री सुभाष चंद निवासी 2700, जी.एफ /15, पंचकुला ❖ ईशिका सुपुत्री गगनदीप, नजदीक पुराना बस स्टैण्ड, कुम्हारों की गली, भिवानी ❖ प्रीत सुपुत्र सत्यनारायण, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ धर्मवीर शर्मा सुपुत्र श्री भगवान शर्मा, उत्तम नगर, भिवानी ❖ कार्तिक सुपुत्र श्री विरेन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ राशि सुपुत्री श्री रविन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ कनिका सुपुत्री श्री धीरेन्द्र, गुजरो की ढाणी, भिवानी ❖ इशीका फौगाट सुपुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट, गांव रिठाल फौगाट, रोहतक ❖ रविन्द्र सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह, बीपीओ छुछकवास, रोहतक ❖ सुनील कुमार सुपुत्र श्री नन्दलाल, नजदीक राणा धीर मन्दिर, भुना, फतेहाबाद ❖ श्रीरामबिलास बंसल सुपुत्र श्री कन्हैया लाल रामबिलास किरयाना हिसार, भूना, फतेहाबाद ❖ हर्षिता सुपुत्री श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास हिसार ❖ अर्जुन सिंह सुपुत्र श्री लाजे राम बास बादशाहपुर, हांसी, हिसार ❖ शिवकुमार सुपुत्र श्री फतेह सिंह, बास, आजमशाहपुर, बास, हिसार ❖ राजेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, खाण्डा खेड़ी, हांसी, हिसार ❖ विनीत सुपुत्र श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास, हिसार ❖ तेलु राम सुपुत्र श्री राम स्वरूप, बास, आजम शाहपुर, बास, हिसार ❖ राजसिंह सुपुत्र श्री चन्दर सिंह, नगली गोधा, जिला रेवाड़ी, हरियाणा ❖ रणसिंह, मार्डन हेयर ड्रेसर सुपुत्र श्री मदन लाल मोहनपुर नागल, रसुलपुर, कनीना, महेन्द्रगढ़ ❖ सुरेश कुमार सुपुत्र श्री मुसडी लाल गांव बुयावास, झगडोली, महेन्द्रगढ़ ❖ रामानन्द यादव सुपुत्र श्री सिंहराम, गांव बचीनी, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री जगराम सुपुत्र श्री सोहनलाल यादव, गांव सिहोर, कनीना, महेन्द्रगढ़

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतू साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रात: 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

हुड्डा कॉम्पलेक्स, डी.आर.डी.ए. के सामने, जीन्द
हरिभूमि कार्यालय, करनाल रोड, जाट स्टेडियम के सामने, कैथल
फोन : 8295157800, 8814999186, 8814999166, 9253681005

खबर संक्षेप

सीजेएम के पिता का निधन पर वर्क सस्पेंड

जींद। मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट अमित सिहाग के पिता का लंबी बीमारी से निधन हो गया। इसके कारण सोमवार को जिला बार में वर्क सस्पेंड किया गया। उनका अंतिम संस्कार उनके पैतृक क्षेत्र हांसी में किया गया। जिला अदालत दो दिन अवकाश के बाद सोमवार को खुले थे। जैसे ही मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट अमित सिहाग के पिता 72 वर्षीय धर्म सिंह के निधन की सूचना मिली तो बार ने वर्क सस्पेंड करने की घोषणा कर दी। इसके कारण किसी भी अदालत में सुनवाई नहीं हुई, जो लोग कोर्ट से संबंधित कार्यों को लेकर पहुंचे थे।

विद्यार्थियों में राष्ट्र भक्ति की भावना करेंगे

जींद। चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय में वीसी प्रो. डा. रामपाल सैनी के कुशल मार्गदर्शन एवं नेतृत्व में इतिहास विभाग द्वारा स्वतंत्रता संग्राम में हरियाणा का योगदान विषय पर विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। यह आयोजन इतिहास विभाग की शैक्षणिक गतिविधियों की श्रृंखला का एक महत्वपूर्ण हिस्सा था। जिसका उद्देश्य छात्रों में ऐतिहासिक चेतनाए राष्ट्रभक्ति और स्थानीय इतिहास के प्रति शोध रुचि का विकास करना भी था।

हमला करने के मामले में नाबालिग को किया निरूद्ध

कैथल। थाना पुंडरी क्षेत्र के अंतर्गत गांव खनोदा में एक नाबालिग लड़के पर जानलेवा हमला किए जाने के मामले की जांच थाना पूंडरी पुलिस के पीएसआई सुनील कुमार की टीम द्वारा करते हुए गांव खनौदा निवासी 14 वर्षीय नाबालिग को निरुद्ध किया गया है। गांव खनौदा निवासी व्यक्ति की शिकायत अनुसार उसका 15 वर्षीय बेटा 21 नवंबर को दोपहर लगभग 3:30 बजे से 4:00 बजे के बीच हेयर कटिंग करवाने घर से गया था। इसी दौरान एक युवक द्वारा उनकी पत्नी को सूचना दी गई कि झगड़े में शिवम घायल हो गया है।

विद्यार्थियों को नहीं मिल रही स्कॉलरशिप

जींद । विश्वविद्यालय और कॉलेज के ओबीसी विद्यार्थियों को दो साल से स्कॉलरशिप राशि नही मिल रही है। जींद विश्वविद्यालय इकाई अध्यक्ष राहुल कक्कड़ ने बताया कि विश्वविद्यालय और कॉलेज के सभी ओबीसी विद्यार्थियों को दो साल से विद्यार्थियों को नहीं मिली है। जिसमें विद्यार्थियों को आठ हजार रुपये से लेकर 20 हजार रुपये मिलते हैं। स्कॉलरशिप नहीं मिलने से विद्यार्थियों को फीस भरने और पढ़ाई जारी रखने में समस्या आ रही है।

गुरु तेग बहादुर को किया याद

सीवन। माता गुजरी पब्लिक स्कूल कांगथली में 24 नवंबर को सिख धर्म के नौवें गुरु, श्री गुरु तेग बहादुर जी की 350वीं पुण्यतिथि अत्यंत श्रद्धा और भक्ति भाव के साथ मनाई गई। इस पावन अवसर को शहीदी दिवस के रूप में समर्पित किया गया, क्योंकि श्री गुरु तेग बहादुर जी ने सत्य, न्याय और मानवता की रक्षा के लिए अपना सर्वोच्च बलिदान दिया था। कार्यक्रम की शुरुआत स्कूल प्रांगण में गुरु ग्रंथ साहिब की हजूरी में अरदास के साथ की गई। इसके बाद विद्यार्थियों ने कीर्तन-शब्द, से गुरु साहिब की वाणी का मधुर रस में पिरोया प्रस्तुतीकरण किया।

जुलाना में शपथ ग्रहण पर लड्डू बांटे

जुलाना। जुलाना कस्बे की परशुराम धर्मशाला में सोमवार को चीफ जस्टिस सूर्यकांत के शपथ ग्रहण पर लोगों ने लड्डू बांट कर खुशी जताई। कार्यक्रम में बड़ा उत्साह देखने को मिला। ब्राह्मण सभा के प्रधान देवेंद्र शर्मा ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की और उपस्थित लोगों को संबोधित करते हुए कहा कि यह क्षण पूरे समाज और क्षेत्र के लिए गर्व का विषय है। मुख्यातिथि भाजपा के पूर्व प्रत्याशी कैप्टन योगेश बैरागी ने शिरकत की। हरियाणा के निवासी के सर्वोच्च न्यायपालिका में उच्च पद पर पहुंचने से खुशी की लहर है।

युवा कार्यक्रम मामलों को लेकर जिला स्तर पर गठित होगी विशेष ब्रांच

निष्क्रिय हो चुके युवा व युवती मंडल फिर होंगे सक्रिय

नरेश पंवार. कैथल

करीब 10 सालों से निष्क्रिय हो चुके युवा व युवती मंडलों में फिर से जान फूंकती नजर आ रही है। इसके लिए कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग के महानिदेशक द्वारा सभी जिला स्तर के राजकीय आईटीआई में युवा कार्यक्रम मामले के तहत अलग से शाखा गठित करने के आदेश दिए हैं। कार्यालय में जहां जिला स्तर पर चार अधिकारी व कर्मचारी काम करेंगे तो वहीं खंड स्तर पर भी कर्मचारियों की डयूटी लगाई जाएगी ताकि युवा कार्यक्रम मामलों से संबंधित काम को नई गति दी जा सके। बता दें कि हरियाणा सरकार द्वारा जारी की गई अधिसूचना 1 जनवरी 2023 के अनुसार खेल एवं युवा कार्यक्रम विभाग के युवा विंग को कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण निदेशालय हरियाणा में विलय करते हुए प्रदेश के सभी 143 विकास खण्डों को राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों से जोड़ते हुए संस्थाओं के प्रधानाचार्य को खंड यूथ कोऑर्डिनेटर ऑफिसर तथा संस्थान के एक स्नात्तक वर्ग अनुदेशक को अपने कार्य के अतिरिक्त जूनियर यूथ कोऑर्डिनेटर ऑफिसर घोषित किया गया था। इसके तहत युवा मामले कार्यक्रम को लागू करने एवं प्रचार-प्रसार करने का कार्य सोंपा गया था। इसी कड़ी में प्रदेश के सभी जिलों में स्थित राजकीय आईटीआई के नोडल प्रधानाचार्य को जिला यूथ कोऑर्डिनेटर ऑफिसर घोषित करते हुए सभी विकास खण्डों में 6222 ग्राम पंचायतों के 7356 गांव में युवा क्लब के माध्यम से गतिविधियां पुनः शुरू करने के आदेश दिए गए थे। बता दें कि वर्ष 2012 में हरियाणा सरकार द्वारा नया सोसायटी पंजीकरण एक्ट लागू हो जाने के बाद प्रदेश के सभी यूथ क्लब निष्क्रिय हो गए थे। अब इन सभी बंद पड़े यूथ क्लब को पुनः संगठित करके उन्हें पंजीकृत करवाने हेतु प्रदेश के सभी जिला उपायुक्त को 31 दिसंबर 2025 तक प्रत्येक जिले में 250 यूथ क्लब जागृत करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। इस लक्ष्य को पूरा करने के लिए युवा अधिकारिता एवं उद्यमिता विभाग हरियाणा द्वारा प्रदेश के सभी जिला उपायुक्त की अध्यक्षता में एक कमेटी का गठन किया गया है जिसमें नोडल प्रधानाचार्य को सदस्य सचिव तथा जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी को सदस्य नियुक्त किया गया है।

ये कार्य करते हैं

महापुरुषों दिवसों व पर्वों पर सेमिनार/गोष्ठियां/ व जागरूकता रैलियां आयोजन करना/ सामाजिक कुरीतियों के खिलाफ जन जागरण अभियान चलाना/ रक्तदान शिवरों का आयोजन करना/ पौधारोपण कार्यक्रम/ सांस्कृतिक गतिविधियों हेतु युवाओं को जागरूक करना/ महिला सशक्तिकरण कार्यक्रमों का आयोजन/नुक्कड़ नाटकों/ सभाओं के माध्यम से कार्यक्रमों का समय-समय पर आयोजन करवाना इसके अलावा सभी सरकारी योजनाओं का जन-जन तक लाभ पहुंचाने के लिए आम आदमी की सहायता करना शामिल है।

जारी किए आदेश

निदेशालय कौशल विकास एवं औद्योगिक प्रशिक्षण हरियाणा द्वारा 20 नवंबर को जारी पत्र के अनुसार सभी नोडल प्रधानाचार्य को आदेश दिए गए हैं कि प्रत्येक जिला स्तरीय आईटीआई में 4 सदस्य यूथ ब्रांच स्थापित की जाए। इसमें एक स्नातक वर्ग अनुदेशक दो अनुदेशक व एक लिपिक को शामिल करते हुए यूथ ब्रांच का गठन किया जाए। यह यूथ ब्रांच जिले के सभी खंड विकास अधिकारियों, राजकीय व प्राइवेट कॉलेज, विद्यालयों के मुखिया से तालमेल करने को कहा है।

दी जाएगी वित्तीय सहायता

युवती मंडलों को कार्यशील बनाने के लिए 500 प्रति महीना की वित्तीय सहायता इस शर्त पर दी जाएगी की युवा मंडल प्रत्येक माह में कम से कम एक बैठक आयोजित करेगा और दो सामाजिक गतिविधियों को ग्राम स्तर पर आयोजित करेगा। यह राशि प्रत्येक तिमाही युवक/युवती मंडल के 60% सदस्यों के हस्ताक्षर उपरांत संतोषजनक रिपोर्ट नोडल आईटीआई में प्राप्त होने पर उनके बैंक खातों में डीबीटी के माध्यम से विभाग द्वारा सीधे अदा कर दी जाएगी।

ठेके की किलोमीटर स्कीम बसों को कोरोना समय में बिना संचालन के पेमेंट करने पर रोष

रोडवेज कर्मचारियों ने बस अड्डा परिसर में किया जोरदार प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चे के आह्वान पर सोमवार को कर्मियों ने बस अड्डा परिसर में दो घंटे के लिए रोश प्रदर्शन किया गया। प्रदर्शनकारी कर्मियों ने ठेके की किलोमीटर स्कीम बसों को कोरोना समय में बिना संचालन के पेमेंट करने पर रोष जताया। प्रदर्शन में निर्णय लिया गया कि आगामी 18 जनवरी को रोडवेज कर्मचारी अंबाला में न्याय मार्च करके परिवहन मंत्री से रोडवेज विभाग में चालक व परिचालक, हैल्परों, मैकेनिक सहित अन्य के खाली पड़े हजारों पदों पर नई भर्ती की मांग करेंगे। मांगों को लागू नही किया तो बड़े आंदोलन का आगाज किया जाएगा। बाद में महाप्रबंधक को मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपा गया।

प्रदर्शन की अध्यक्षता राममेहर रेढू, अनूप लाठर, जितेंद्र लाठर, सोमबीर जांगड़ा ने किया तथा संचालन नीतीश शर्मा ने किया। प्रदर्शन में शामिल कर्मचारियों को संबोधित करते हुए अनूप लाठर, अशोक गोरिया, जसबीर चहल ने कहा कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की ओर धयान नही दे रही है। आम गरीब आदमी, व्यापारी, छात्र, छात्राओं की पसंद सस्ती एवं सुरक्षित परिवहन सेवा दिन प्रतिदिन पूंजीपतियों के हाथों में सौंपी जा रही है। एक ओर जहां परिवहन मंत्री हर गांव में सरकारी बस भेजने की बात करते हैं और दूसरी ओर योजना की इलेक्ट्रोनिक बसों व किलोमीटर स्किम की बसों को रोडवेज विभाग में शामिल किया जा रहा है। इन स्कीमों की बसों के परिणाम को देखे तो प्रमाण की आवश्यकता नही कि ये बसें रोडवेज विभाग को बड़े घाटे की ओर ले जा रही हैं और पूंजीपतियों को लाभ पहुंचा रही हैं। जबकि सरकारी बसों को चलाने के लिए चालकों व परिचालकों की बहुत कमी है। इसी प्रकार बसों की मरम्मत के लिए वर्कशॉपों में कर्मचारी ना के बराबर रह गए हैं। उन्होंने कहा कि सरकार बेरोजगारी दूर करने की तो बात करती हैं लेकिन रोडवेज विभाग में हजारों पद खाली पड़े हैं। जिन पर सरकार भर्ती नही कर रही है। आज चालक व परिचालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों पर कार्य बोझ बहुत बढ़ गया हैं। सरकार की इस कार्यशैली से कर्मचारियों को आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा है। धरने में मुख्य रूप से बिजेंद्र ढांडा, बिजेंद्र सांगवान, संदीप रंगा, बलकार रेढू, सुभाष वैद, प्रदीप पूनिया, सुदीप गिल मौजूद रहे।

जींद । मांगों को लेकर रोष जताते हुए रोडवेज कर्मचारी।

ये हैं कर्मचारियों की मांगें

कर्मचारियों की मुख्य मांगो में चालकों परिचालक, लिपिक, स्टोर कीपर, कैशियर के पद की वेतन विसंगति दूर करके पे ग्रेड बढ़ाया जाए। देय अर्जित अवकाश कटौती पत्र को वापस लेकर पूर्व की तरह देय अर्जित अवकाश दिए जाएं। परिचालक, चालको व कर्मशाला के कर्मचारियों के खाली पदों पर भर्ती की जाए। 2002 के चालकों को नियुक्ति तिथि से पक्का किया जाए एवं पुरानी पेंशन योजना में शामिल किया जाए। चालकों की अड्डा इंचार्ज का नया पद सृजित करके प्रमोशन की जाए। वंचित 2008 के परिचालकों को प्रमोशन की जाए। सभी प्रकार की पूर्ण प्रक्रिया पूरी करने वाले 2016 के चालकों को पक्का किया जाए। अगर सरकार ने कर्मचारियों की समस्याओं का समाधान नही किया तो प्रदेशभर के सभी रोडवेज कर्मचारी 18 जनवरी को परिवहन मंत्री के आवास पर न्याय मार्च निकालेंगे।

कर्मचारियों का मानसिक उत्पीडऩ किया जा रहा

कर्मचारियों का मानसिक उत्पीडऩ किया जा रहा है। नेताओं ने आगे बताया कि प्रदेश सरकार के पास किलोमीटर स्कीम की ठेके की बसों को कोरोना समय मे खड़ी बसों को करोड़ों रुपये देने के लिए तो रुपये हैं, दूसरी ओर आम जनता की सेवा करने वाले रोडवेज कर्मचारियों से अधिक कार्य लेकर बहुत कम वेतनमानों पर गुजारा करने को मजबूर किया जा रहा है। सरकार परिवहन कर्मचारियों की मांगों को जायज मान कर यूनियन नेताओं से समझौता तो लगातार कर रही है। परंतु उन जायज मांगो को लागू नही कर रही है।

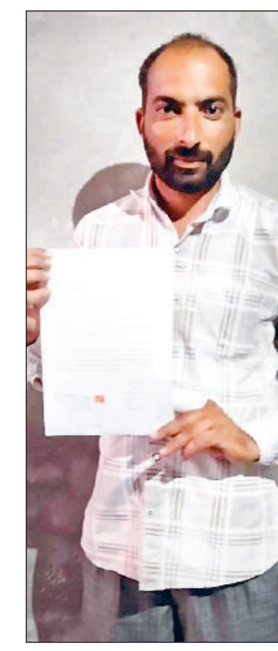
वार्ड 13 में गली निर्माण में लाखों के घोटाले के आरोप

ठेकेदार पर विजिलेंस की जांच तेज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गुहला चीका

दि भरत सहकारी एल एंड सी सोसाइटी लिमिटेड के मालिक पर वार्ड नंबर 13 में गली निर्माण के नाम पर लाखों रुपये के घोटाले का गंभीर आरोप लगा है। आरोप है कि उक्त वार्ड में किसी भी प्रकार का निर्माण कार्य किए बिना फर्जी बिल पास करवाकर सरकारी धन की भारी हेराफेरी की गई। मामले की शिकायत पर विजिलेंस टीम द्वारा कुछ ठेकेदारों की जांच की जा रही है। जांच के दौरान यह भी सामने आया है कि संबंधित ठेकेदार के खिलाफ कार्रवाई को कमजोर करने की कोशिश की जा रही है, जबकि ठेकेदार पर भारी स्तर पर अनियमितताओं के आरोप साफ दिखाई दे रहे हैं।

वार्ड नंबर 13 के निवासी सोमनाथ ने बताया कि एक भी गली का वास्तविक निर्माण नहीं हुआ। इसके बावजूद पास हुए बिलों के आधार पर बड़ी रकम निकाल ली गई। इसके साथ ही वार्ड नंबर 5 में बनाई जा रही गली को लेकर भी कई सवाल खड़े हो रहे हैं। वहां नए और पुराने ब्लॉकों को मिलाकर लगाया गया है तथा निर्माण कार्य नियमों के विपरीत किया जा रहा है। आरोपों के अनुसार यह पूरा फर्जीवाड़ा नगर पालिका प्रशासन और ठेकेदार की मिलीभगत से किया गया है। लोग उच्चस्तरीय जांच की मांग कर रहे हैं।



गुहला चीका। वार्ड 13 का सोमनाथ शिकायत को दिखाते हुए।

भगुतान राशि को रोक दिया जाएगी

एमई राजेश कुमार ने बताया कि उनकी ड्यूटी पुंडरी में है और चीका का अतिरिक्त प्रभार मेरे पास है। मैंने मौके का निरीक्षण करने के लिए जेई खुशीराम को भेज दिया है। यदि गली में किसी भी प्रकार की कमी पाई जाती है, तो ठेकेदार की भुगतान राशि रोक दी जाएगी।

डीजे वाली गाड़ी के पलटने से युवक की जान गई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

गांव जामनी के निकट डीजे वाली गाड़ी पलटने से एक युवक की मौत हो गई। पिल्लूखेड़ा थाना पुलिस ने मृतक के पिता की शिकायत पर गाड़ी चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

गांव जामनी निवासी तेजभान ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि गांव के ही मनोज डीजे वाली गाड़ी चलाता है। मनोज उसके बेटे अजय (22) को अपने साथ डीजे वाली गाड़ी पर ले गया। गांव के निकट ही लापरवाही से गाड़ी चलाए जाने के वह पलट गई। जिसमें उसका बेटा अजय गंभीर रूप से घायल हो गया। जिसे उपचार के लिए नागरिक अस्पताल लाया गया। जहां पर उपचार के दौरान अजय ने दम तोड़ दिया। घटना की सूचना पाकर पिल्लूखेड़ा थाना पुलिस मौके पर पहुंच गई और हालातों का जायजा लिया। पुलिस ने मृतक के पिता तेजभान की शिकायत पर गाड़ी चालक मनोज के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पिल्लूखेड़ा थाना के जांच अधिकारी सुखबीर सिंह ने बताया कि मृतक के पिता ने आरोप लगाते हुए शिकायत दी थी। फिलहाल आरोपित चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। मामले की जांच की जा रही है।

एचकेआरएन कर्मियों ने वीसी को सौंपा ज्ञापन

- एचकेआरएन के तहत कार्यरत 17 कर्मियों के नाम दो महीनों से निगम पोर्टल से हटे, नहीं मिल रहा वेतन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय के एचकेआरएन कर्मचारियों ने सोमवार को विश्वविद्यालय में कर्मियों को आ रही समस्याओं को लेकर वीसी प्रो. रामपाल सैनी को मुख्यमंत्री को संबोधित ज्ञापन सौंपा। वीसी ने कर्मियों को आश्वासन दिया कि जल्द ही कर्मियों की समस्याओं का निदान करवाया जाएगा। अमित, मीना, कविता, निशा, मोनिका, रितू ने बताया कि एचकेआरएन के तहत कार्यरत 17 कर्मचारियों के नाम पिछले दो महीनों से निगम के पोर्टल से हटे हुए हैं। जिसके कारण उनका वेतन रुका हुआ है। इस कारण कर्मचारियों को परिवार के भरण, पोषण और दैनिक खर्चों में भारी कठिनाई का सामना करना पड़ रहा है। कर्मचारियों ने बताया कि पोर्टल से नाम हटने के कारण उपस्थिति, वेतन और सेवा संबंधी सभी रिकार्ड प्रभावित हुए हैं और शिकायत के बावजूद समाधान नही मिला है। कर्मचारियों ने आग्रह किया है कि पोर्टल से नाम हटने की समस्या की जांच कर तुरंत बहाली की जाए।

जींद। समस्याओं को लेकर वीसी को ज्ञापन सौंपते हुए एचकेआरएन कर्मी।

सूचि उपलब्ध करवाएं

इस मौके पर कुलपति प्रो. राम पाल सैनी ने कर्मचारियों की समस्या को गंभीरता से सुनते हुए तुरंत कार्रवाई की। कुलपति ने मुख्यमंत्री कार्यालय से सीधी बातचीत कर स्थिति से अवगत करवाया तथा विश्वविद्यालय के डीलिंग हैंड को निर्देश दिए कि 17 कर्मचारियों की सूची तुरंत उपलब्ध करवाई जाए ताकि उनके नाम दोबारा पोर्टल पर अपलोड किए जा सकें। कुलपति ने आश्वासन दिया कि यह कार्य बहुत जल्द पूरा किया जाएगा।

शिविर संवाद का मजबूत माध्यमः एसडीएम

नरवाना। लघु सचिवालय सभागार में उपायुक्त मोहम्मद इमरान रज़ा के मार्गदर्शन में आयोजित समाधान शिविर में एसडीएम जगदीश चंद्र ने नागरिकों की समस्याएं सुनी। उपमंडल स्तरीय समाधान शिविर में नागरिक विभिन्न विभागों से जुड़ी 6 समस्याएं लेकर पहुंचे। जिसमें नगर परिषद से संबंधित एकए तहसील कार्यालय से संबंधित एकए खंड विकास एवं पंचायत विभाग से संबंधित एकए पब्लिक हेल्थ से संबंधित दोए सिंचाई विभाग से संबंधित एक शिकायत प्राप्त हुई । एसडीएम जगदीश चंद्र ने संबंधित विभागों के अधिकारियों को तुरंत एक्शन लेते हुए त्वरित समाधान के निर्देश दिये ओर कहा कि शिविर प्रदेश सरकार की अनुकरणीय पहल है।

आज 57 रोडवेज और परिवहन समिति की 102 बसें ही यात्रियों के लिए होंगी उपलब्ध

प्रधानमंत्री के कार्यक्रम में जींद से कुरुक्षेत्र जाएंगी 173 बसें

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

कुरुक्षेत्र में 25 नवंबर मंगलवार को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी आ रहे हैं। उनके आगमन पर जींद से लोगों को ले जाने के लिए कुल 173 बसें जाएंगी। इसमें रोडवेज बसों की संख्या 113 व परिवहन समिति की 60 बस शामिल हैं। हालांकि पहले रोडवेज और परिवहन समिति की कुल 160 बस भेजे जाने की योजना बनाई गई थी लेकिन अब पहले की अपेक्षा में ज्यादा बस कुरुक्षेत्र भेजी जाएंगी।

जींद डिपो में रोडवेज बसों की संख्या लगभग 170 है और परिवहन समिति की 162 बस अलग-अलग लोकल रूटों पर दौड़ रही है। ऐसे में मंगलवार को 57 रोडवेज और परिवहन समिति की 102 परिवहन समिति की बस ही यात्रियों के लिए उपलब्ध है। 24 नवंबर को शाम के समय ही बस अलग-अलग गांव में पहुंच गई हैं, जो मंगलवार को लोगों को लेकर कुरुक्षेत्र के लिए निकलेंगी। ऐसे में मंगलवार को यात्रियों को अपने निर्धारित स्थान पर जाने में परेशानी का सामना करना पड़ सकता है। जींद डिपो की रोडवेज बसों में हर रोज लगभग 15 हजार यात्री सफर करते हैं। जिससे डिपो को एक दिन में लगभग दस लाख रुपये से ज्यादा का राजस्व प्राप्त होता है।

हांसी, असंध, नरवाना, गोहाना और पानीपत जैसे लोकल रूट पर यात्रियों को प्राइवेट बसों का ही आसरा होता है। जिलेभर में अलग-अलग रूटों पर 162 प्राइवेट बसें दौड़ रही हैं। इनमें नरवाना रूट पर 31, असंध रूट पर 16, गोहाना और बरवाला रूट पर 19, हांसी रूट पर 26, पुंडरी रूट पर तीन, जींद से पानीपत रूट पर 26, पिल्लूखेड़ा से रोहतक रूट पर पांचए नरवाना से हांसी रूट पर पांच, नरवाना से कैथल रूट पर 24 और नरवाना से हिसार रूट पर 20 निजी बसें शामिल हैं। मंगलवार को रोडवेज सहित प्राइवेट बस जाने पर यात्रियों को परेशानी होगी।

जींद। रोडवेज बस अड्डा।

इन गांवों से कुरुक्षेत्र के लिए बस होगी रवाना

25 नवंबर को जींद के अलग-अगल गांवों से कुरुक्षेत्र के लिए कुल 173 बस जाएंगी। इसमें रोडवेज बसों की संख्या 113 है। जींद से कालवा, बिटानी, सिंघाना, सरनाखेड़ी, बेरीखेड़ा, लुदाना, भंभेवा, रिटौली, थुआ, छात्तर, करसिंधु, बड़ौदा, सुदकैन, डाहौला, मोरखी, बराह कलां, आसन, रामकली, मलार, करेला, गतौली, बुआना, लुदाना, जुलाना, पदार्थखेड़ा, सफीदों, अंटा, रजाना खुर्द, अशरफगढ़ जैसे अलग-अलग गांव से बस कुरुक्षेत्र के लिए मंगलवार को अल सुबह रवाना होंगी। जींद बस अड्डा के डीआई सुनील पूनिया ने बताया कि जिस रूट पर यात्रियों की भीड़ ज्यादा होगी, उस रूट पर बसों को भेज दिया जाएगा। जितनी भी बस रहेंगी उनसे परिवहन व्यवस्था सुचारू रूप से जारी रखने का प्रयास रहेगा। कुरुक्षेत्र में पीएम नरेन्द्र मोदी के आगमन पर जींद से कुछ रोडवेज बस कुरुक्षेत्र भेजी जाएंगी। प्रयास रहेगा कि यात्रियों को किसी प्रकार की परेशानी नहीं आने दी जाए।

कैथल। आयोग के सदस्य अधिकारियों की बैठक लेते हुए ।

बाल अधिकार संरक्षण आयोग के सदस्य ने दौरा किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कैथल

हरियाणा राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के सदस्य मांगे राम शर्मा ने जिले के प्ले स्कूलों के संबंध में दौरा किया। उन्होंने ने संबंधित अधिकारियों की बैठक ली और विभिन्न मुदों पर विस्तृत चर्चा की। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे आपसी तालमेल के साथ काम करे और एक दूसरे का सहयोग करे। उन्होंने प्ले स्कूल की स्थापना एवं रजिस्ट्रेशन तथा महिला एवं बाल विकास विभाग की ओर से जारी रेगुलेटरी गाईडलाईन को शत-प्रतिशत लागू करने के निर्देश दिए। साथ ही सभी स्कूलों को प्ले स्कूल पंजीकरण से संबंधित नोटिफिकेशन जारी करने के दिशा-निर्देश दिए। इस अवसर पर जिला कार्यक्रम अधिकारी गुरजीत कौर, बाल कल्याण समिति कैथल के चेयरमैन भीम सैन अग्रवाल, जिला बाल संरक्षण अधिकारी शशि बाला, प्रोटेक्षन राजबीर सिंह, सभी खण्ड शिक्षा अधिकारी व महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी व सुपरवाईजर उपस्थित रहे।