तापमान
अधिकतम 28 .0 डिग्री
न्यूनतम 13 .0 डिग्री

हरिभूमि
जींद-कैथल भूमि
रोहतक, गुरुवार 26 फरवरी 2026

11 बच्चों ने स्टेज पर प्रतिभा दिखा मोहा सबका मन

11 खेल छात्रों के सर्वांगीण विकास का आधारः मलिक

खबर संक्षेप

कष्ट निवारण समिति की बैठक 27 को

जींद। डीसी मोहम्मद इमरान रजा ने बताया कि जिला परिवेदना कष्ट निवारण समिति की मासिक बैठक का हुआ आयोजन 27 फरवरी को सायं तीन बजे होगा। डीआरडीए के सभागार में होने वाली इस बैठक की अध्यक्षता जिला कष्ट निवारण समिति के चेयरमैन एवं हरियाणा के शिक्षा एवं संसदीय कार्य मंत्री महिपाल ढांडा करेंगे।

कैथलः नशे से दूर रहें युवाः रामजी लाल

कैथल। जिला रेडक्रॉस सोसायटी सचिव रामजी लाल ने गांव कौल स्थित कृषि विश्वविद्यालय सात दिवसीय वार्षिक एनएसएस शिविर के पांचवें दिन आयोजित कार्यक्रम में शिरकत कर उपस्थितगण को संबोधित किया। सचिव रामजी लाल ने युवाओं का आह्वान करते कहा कि युवा सशक्तिकरण, रक्तदान, आपदा प्रबंधन, मानवीय मूल्यों के महत्व पर हम सबको विशेष ध्यान देना चाहिए।

मारपीट करने पर दस के खिलाफ शिकायत दर्ज

जींद। निडाना में रंजिशन घर में मारपीट करने पर जुलाना थाना पुलिस ने चार युवकों को नामजद कर छह अन्य के खिलाफ मामला दर्ज किया है। निडाना निवासी निवेश ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसकी गांव के ही राहुल तथा उसके दोस्तों से कहासुनी हो गई। जिस पर आरोपित घर से घसीटते बाहर ले आए और उसके साथ मारपीट की।

आईटीआई में जॉब मेले का आयोजन 27 को

कलायत। 27 फरवरी को कलायत की आईटीआई में जॉब मेले का आयोजन किया जा रहा है। संस्थान के प्राचार्य भूपेंद्र पाल सिंह ने बताया की मानेसर गुडगांव की एक कंपनी द्वारा आईटीआई पास छात्र छात्राओं का विभिन्न पदों के लिए चयन किया जाएगा। प्लेसमेंट अधिकारी रवींद्र कुमार ने बताया की जॉब मेले में चयनित छात्र छात्राओं को कंपनी द्वारा 17400 रुपये मासिक वेतन दिया जाएगा।

गांव मुआना से संदिग्ध हालात में युवती लापता

जींद। गांव मुआना से युवती के संदिग्ध हालात में गायब होने पर सदर थाना सफीदों पुलिस ने अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। गांव मुआना निवासी एक व्यक्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि गत 23 फरवरी को उसकी बेटी गत दिवस घर से संदिग्ध हालात में गायब हो गई।

महिला के बैग से लाखों रुपये के जेवरात चुराए

कैथल। कलायत थाना पुलिस ने चोरी का एक मामला दर्ज किया है। कैलरम की अनीता ने कलायत थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 23 फरवरी को जब वह बस में सवार होकर कैलरम से कलायत जा रही थी तो इसी बीच अज्ञात ने बैग से सोने व चांदी के जेवरात चुरा लिए। चुराए जेवरात की कीमत 107000 बताई है। कलायत पुलिस ने मामला दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी है।

बाल विवाह करवाने के आरोप में मामला दर्ज

कैथल। पुलिस ने बाल विवाह करवाने के आरोप में 4 महिलाओं सहित आठ के खिलाफ मामला दर्ज किया है। कलायत के वीरभान ने महिला पुलिस कैथल को दी शिकायत में बताया कि 22 नवंबर 2025 को कलायत के कपिल मुनि रोड पर राजेश आदि ने मिलकर करीब साढे 15 साल की किशोरी का बाल विवाह करवाया।

युवती को परेशान करने वाला आरोपी गिरफ्तार

कैथल। फर्जी इंस्टाग्राम आईडी बनाकर युवती को अश्लील वीडियो व संदेश भेजकर परेशान करने के मामले में थाना शहर पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी बुधवार को अदालत में पेश किया जाएगा, जिससे पूछताछ की जा रही है।

हरियाणा बोर्ड: 10वीं की 26 फरवरी से 20 मार्च तक व 12वीं कक्षा की परीक्षाएं एक अप्रैल तक चलेंगी

जींद में 88 केंद्रों पर 12वीं के 16,066 10वीं के 17,417 परीक्षार्थी देंगे परीक्षा

हर अधिकारी कम से कम एक परीक्षा केंद्र का निरीक्षण अवश्य करेः सीएम

डीसी, एसपी, एसडीएम ने किया परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

आगामी एक अप्रैल तक आयोजित होने वाली हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की वार्षिक परीक्षाएं बुधवार से शुरू हुई। 10वीं कक्षा की परीक्षाएं 26 फरवरी से 20 मार्च तक चलेंगी तथा 12वीं कक्षा की परीक्षाएं 25 फरवरी से एक अप्रैल तक आयोजित होंगी। इसके अतिरिक्त डीएलएड प्रथम एवं द्वितीय वर्ष की परीक्षाएं भी साथ-साथ संचालित की जा रही हैं। सभी परीक्षाएं नकलरहित एवं शांतिपूर्ण वातावरण में संपन्न हों, इसके लिए संबंधित एसडीएम, जिला शिक्षा अधिकारी, खंड शिक्षा अधिकारी सहित अन्य विभागीय अधिकारियों की अगुवाई में उडऩदस्तों ने परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण किया। डीसी मोहम्मद इमरान रजा, पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह ने 12वीं कक्षा की परीक्षा के मद्देनजर स्थानीय एसडी स्कूल में बनाए गए परीक्षा केंद्र का औचक निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने सुरक्षा व्यवस्था, पेयजल, प्रकाश व्यवस्था एवं अन्य मूलभूत सुविधाओं का गहन निरीक्षण किया। डीसी ने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी परीक्षा केंद्रों पर पर्याप्त पुलिसबल की तैनाती सुनिश्चित की जाए तथा परीक्षा केंद्रों के आसपास अनावश्यक भीड़ एकत्र न होने दी जाए। नकल रोकने के लिए प्रशासन पूरी तरह सतर्क है और यदि किसी भी स्तर पर अनियमितता पाई गई तो संबंधित के खिलाफ सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। गुरूवार से दसवीं कक्षा की परीक्षाएं शुरू होंगी। परीक्षाओं को जिला में निष्पक्ष एवं शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न करवाया जाएगा। एसडीएम सत्यवान सिंह मान ने राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल खरकरामजी में बनाए गए परीक्षा केंद्र का निरीक्षण किया। एसडीएम होशियार सिंह ने राजकीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल गांव गतौली में बनाए गए परीक्षा केंद्र का किया निरीक्षण किया। उन्होंने केंद्र अधीक्षक और स्टाफ को निर्देश दिए कि परीक्षाएं शांतिपूर्ण, नकल रहित और पारदर्शी तरीके से संपन्न कराई जाएं। इसी प्रकार गांव ईक्कस में बनाए गए परीक्षा केंद्र का जींद के तहसीलदार बलराम जाखड़ ने निरीक्षण किया और व्यवस्थाओं का जायजा लिया। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्डए भिवानी के तत्वावधान में जिला जींद में कुल 88 परीक्षा केंद्र स्थापित किए गए हैं। इनमें उपमंडल जींद में 40, नरवाना में 15, सफीदों में 15 तथा उचाना में 18 केंद्र बनाए गए हैं।

जींद। परीक्षा केंद्र का निरीक्षण करते डीसी व एसपी। फोटो :हरिभूमि

जींद। परीक्षा केंद्र पर परीक्षा देते बच्चे। फोटो :हरिभूमि

सीएम ने वीसी से दिए निर्देश

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने प्रदेश के सभी उपायुक्तों को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। डीसी ने कहा कि जिला में संचालित हो रही परीक्षा के दृष्टिगत कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए पुख्ता प्रबंध किए गए हैं। डीसी ने निर्देश दिए कि सभी एसडीएम अपने-अपने उपमंडल में संबंधित डीएसपी के साथ समन्वय स्थापित करें तथा स्वयं भी फील्ड में उपस्थित रहें। प्रत्येक अधिकारी कम से कम एक परीक्षा केंद्र का निरीक्षण अवश्य करे। उन्होंने सभी एसडीएम को निर्देश देते हुए कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में बने केंद्रों में परीक्षाओं को नकल रहित करवाने के लिए संबंधित नंबरदार, सरपंच एवं पंचायत सदस्यों से प्रशासन का सहयोग करने के लिए संवाद स्थापित करें। जिला प्रशासन द्वारा कंट्रोल रूम स्थापित किया गया है। किसी भी प्रकार की कानून व्यवस्था संबंधी समस्या की सूचना तत्काल देने के निर्देश दिए गए हैं। आवश्यकता पड़ने पर अतिरिक्त पुलिस बल उपलब्ध कराया जाएगा।

परीक्षा केंद्रों का लिया जायजा

कैथल। डीसी अपराजिता की अगुवाई में बुधवार को जिले के आला अधिकारी फील्ड में उतरे और हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की पहले दिन की बारहवीं की परीक्षा में की गई व्यवस्था जांचीं। एसपी उपासना ने भी कई स्कूलों का दौरा किया। बुधवार को हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की बारहवीं कक्षा की अंग्रेजी परीक्षा के दृष्टिगत कमेटी चौक स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय तथा राकवमावि में बनाए केंद्रों का दौरा किया और परीक्षा संचालन प्रक्रिया का जायजा लिया। उन्होंने एक-एक कक्षा में जाकर खिड़कियों, सुरक्षा व्यवस्था, प्रकाश आदि की व्यवस्था को बारीकि से जांचा। विद्यार्थियों की सुविधा के लिए दीवारों पर घड़ियां लगाए जाने सहित सभी परीक्षा केंद्रों के कमरों में उपस्थित एवं अनुपस्थित विद्यार्थियों की संख्या प्रदर्शित करने के निर्देश दिए। डीसी अपराजिता ने कहा कि जिला प्रशासन हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की 10वीं व 12वीं की परीक्षाओं को नकल रहित, निष्पक्ष एवं पारदर्शी रूप से संपन्न करवाने के लिए प्रतिबद्ध है।

कैथल। डीसी अपराजिता अधिकारियों की बैठक को संबोधित करते।

बोर्ड परीक्षाओं में ड्यूटी में लापरवाही नहीं की जाएगी बर्दाश्त : अपराजिता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

डीसी अपराजिता ने कहा कि एक अप्रैल तक हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की दसवीं व 12वीं कक्षा की परीक्षा आयोजित की जा रही है। सभी बोर्ड परीक्षा शांतिपूर्ण, नकल रहित, निष्पक्ष एवं पारदर्शी रूप से संपन्न करवाने के लिए जिला प्रशासन प्रतिबद्ध है। इसके लिए ड्यूटी पर तैनात पर सभी अधिकारी व कर्मचारी अलर्ट होकर कार्य करें। कहीं भी किसी भी स्थिति में लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। जिला प्रशासन द्वारा कानून व सुरक्षा व्यवस्था को बनाए रखने के लिए अतिरिक्त पुलिस बल की व्यवस्था सुनिश्चित की है। डीसी अपराजिता बुधवार को बोर्ड की परीक्षाएं शुरू होने से पूर्व लघु सचिवालय स्थित वीसी हॉल में विद्यालय शिक्षा बोर्ड की व्यवस्थाओं के संदर्भ में संबंधित विभागों के अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दे रही थी।

उड़नदस्तों का किया गठन

डीसी अपराजिता ने कहा कि हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड की परीक्षा के अंतर्गत 74 परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं, जिसके तहत कुल 17 हजार 305 विद्यार्थी परीक्षा देंगे, जिसमें दसवीं कक्षा के 9 हजार 624 तथा 12वीं कक्षा के 7 हजार 681 परीक्षार्थी शामिल हैं। परीक्षा नकल रहित और शांतिपूर्ण हो, इसके लिए उड़नदस्तों का गठन किया गया है। सभी एसडीएम व अन्य अधिकारीगण केंद्रों का निरीक्षण करेंगे। जिला में स्थित परीक्षा केंद्रों की 200 मीटर की परिधि में भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता की धारा 163 के तहत पांच या इससे अधिक व्यक्तियों के एकत्रित होने पर पूर्ण रूप से पाबंदी लगाने के आदेश जारी किए गए हैं।

कैथल। नगराधीश गुरविंद्र सिंह परीक्षा केंद्र का दौरा करते। फोटो :हरिभूमि

केंद्रों के बाहर अनावश्यक भीड़ एकत्रित न हो

कैथल। जिला प्रशासन के उच्च अधिकारियों ने जिला के विभिन्न परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण किया। एसपी उपासना ने राजकीय कन्या स्कूल कैथल, राजकीय ब्वायज स्कूल कैथल, दयौरा, क्योड़क, बरोट स्कूल का दौरा किया। एसपी ने सुरक्षा संबंधी व्यवस्थाओं का निरीक्षण कर आवश्यक निर्देश दिए। सभी पुलिस कर्मचारियों को निर्देश दिए कि परीक्षा केंद्रों के बाहर अनावश्यक भीड़ एकत्रित नहीं होनी चाहिए। एडीसी डा. सुशील कुमार ने गांव जाखौली, देवबन में बनाए गए केंद्र का दौरा किया। केंद्र अधीक्षक को आवश्यक निर्देश जारी किए। डीएमसी कपिल शर्मा ने स्कूल बरोट, दयौरा व ग्योंग, एमडी शुगर मिल कृष्ण ने पूंडरी स्कूल, ट्योंठा एवं पाई में बनाए गए परीक्षा केंद्रों का दौरा किया। एसडीएम कैथल गुरविंद्र सिंह ने पट्टी अफगान स्कूल, एवरग्रीन स्कूल व प्योदा, ऑक्सफोर्ड पब्लिक स्कूल, प्योदा, वहीं एसडीएम गुहला कैप्टन परमेश सिंह ने राजकीय स्कूल श्योमाजरा, एसडीएम कलायत अजय हुड्डा ने निर्मल पब्लिक स्कूल, कलायत, रावमवि, कलायत, एक्सईएन मार्केटिंग बोर्ड सतपाल गोपेरा ने पट्टी अफगान स्कूल का दौरा किया।

सीवन। परीक्षा भवन के सामने तैनात पुलिस बल। फोटो :हरिभूमि

थाना प्रभारी ने संभाली सुरक्षा कमान

सीवन। हरियाणा बोर्ड की 10वीं व 12वीं कक्षाओं की परीक्षाओं के शुरू होते ही सीवन क्षेत्र में सुरक्षा व्यवस्था को लेकर पुलिस प्रशासन सक्रिय हो गया है। थाना प्रभारी पारस कुमार ने थाना क्षेत्र के अंतर्गत बनाए गए सभी परीक्षा केंद्रों का दौरा कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया और संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान उन्होंने परीक्षा केंद्रों के आसपास पुलिस बल की तैनाती, यातायात नियंत्रण और संदिग्ध गतिविधियों पर निगरानी की स्थिति की समीक्षा की। पारस कुमार ने स्पष्ट किया कि परीक्षा की निष्पक्षता और विद्यार्थियों की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है। किसी भी प्रकार की गड़बड़ी या बाहरी हस्तक्षेप को सख्ती से रोका जाएगा। खंड शिक्षा अधिकारी अनिल छाबड़ा ने जानकारी दी कि ब्लॉक सीवन में 7 परीक्षा केंद्र स्थापित किए गए हैं। सभी केंद्रों पर प्रशासनिक और सुरक्षा प्रबंध सुनिश्चित किए गए हैं ताकि परीक्षाएं शांतिपूर्ण वातावरण में संपन्न हो सकें। इसी क्रम में थाना प्रभारी ने पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, सीवन का भी निरीक्षण किया। उन्होंने विद्यालय प्रबंधन से बातचीत कर व्यवस्थाओं की जानकारी ली और परीक्षा केंद्र के बाहर अनावश्यक भीड़ न लगने देने के निर्देश दिए।

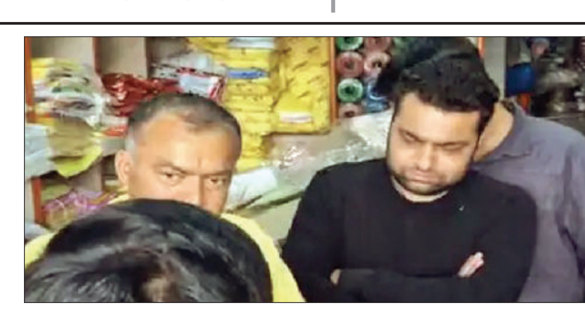
नगूरां में 69 करोड़ से सुधरेगी पेयजल-सीवरेज व्यवस्था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

महाग्राम में शामिल किए गए गांव नगूरां में पेयजल व सीवरेज व्यवस्था को लेकर 69 करोड़ रुपये खर्च किए जाएंगे। जिसका निर्माण कार्य तीव्र गति से चल रहा है। बुधवार को जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के उपमंडल अभियंता रणवीर सिंह ने नगूरां गांव में बन रहे वाटर ट्रीटमेंट प्लांट व सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट का औचक निरीक्षण किया। उनके साथ जिला सलाहकार रणधीर मताना व कनिष्ठ अभियंता हितेश्वर सिंह भी उपस्थित रहे। उप मंडल अभियंता ने बताया कि महाग्राम नगूरां में पेयजल की समस्या को खत्म करने के लिए विभाग द्वारा बड़ा जलघर बनाया जा रहा है। इस योजना के तहत दो वाटर ट्रीटमेंट प्लांट बनाए जाएंगे। जोकि 1.00 एमएलडी व 2.50 एमएलडी के लगाए जाएंगे। गांव में पेयजल आपूर्ति करने के लिए गांव के विभिन्न स्थानों पर तीन बूस्टर की स्थापना की जाएगी ताकि हर घर तक पेयजल व्यवस्था को सुचारित की जा सके। इसके साथ ही इस योजना में पेयजल की पाइपलाइन डलवाने का प्रावधान भी है। उन्होंने बताया कि गांव में गंदे पानी की निकासी करने के लिए गांव में सीवरेज व्यवस्था की जाएगी। इसके तहत पूरे गांव में सीवरेज पाइप लाइन डाली जाएगी व 2.50 एमएलडी का सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट लगाया जाएगा। इस योजना पर करीब 25 करोड़ 31 लाख रुपये खर्च किए जाएंगें। महाग्राम में यह दोनों सुविधा प्रदान करने के लिए कार्य प्रगति पर चल रहा है। इस मौके पर जिला सलाहकार रणधीर मताना ने बताया कि गांव में पेयजल संरक्षण व पेयजल बिल एकत्रित करने के लिए अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान के तहत लोगों को अपने पानी के बिल ऑनलाइन भरने के लिए प्रेरित किया जा रहा है तथा पानी बचाने के लिए नलों पर टेप लगाने के लिए जागरूक किया जा रहा है ताकि पानी को अधिक से अधिक बचाया जा सके।

करोड़ों से चंदाना व थरोटा माइनर का होगा पुनर्वास

पूंडरी। हरियाणा विधानसभा के सदन में पुंडरी क्षेत्र के किसानों से जुड़े एक अहम विषय को प्रमुखता से उठाया गया। पुंडरी के विधायक सतपाल जांबा ने क्षेत्र की चंदाना माइनर (लगभग ₹7 करोड़ 52 लाख) एवं थरोटा माइनर (लगभग ₹9 करोड़ 62 लाख) के पुनर्वास एवं मरम्मत कार्यों को शीघ्र प्रारंभ करवाने को लेकर प्रश्न किया। दोनों परियोजनाओं पर कुल लगभग ₹17.14 करोड़ की राशि व्यय की जाएगी। विधायक ने सदन में कहा कि इन दोनों माइनरों की जर्जर स्थिति के कारण किसानों को सिंचाई संबंधी गंभीर समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। विशेषकर फसल सीजन के दौरान पानी की आपूर्ति बाधित होने से कृषि उत्पादन प्रभावित होता है। उन्होंने सरकार से आग्रह किया कि किसानों की सुविधा को प्राथमिकता देते हुए इन कार्यों को जल्द से जल्द शुरू किया जाए।



कैथल। भाजपा नेता गौरव मित्तल पाडला अधिकारियों से बातचीत करते।

प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की टीम ने काटा 25 हजार का चालान

कैथल। हरियाणा प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड व नगर परिषद की टीम ने बुधवार को सायं कैथल के भगत सिंह चौक पर भाजपा नेता का 25 हजार रुपए का चालान कर दिया। वह अपनी दुकान पर प्रतिबंधित सिंगल यूज प्लास्टिक बेच रहा था। हरियाणा प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के एसडीओ शशिकांत के नेतृत्व में टीम दुकान पर पहुंची और छापेमारी की। इस दौरान दुकान में भारी मात्रा में सिंगल यूज प्लास्टिक के प्रोडक्ट पाए गए। टीम ने तुरंत 25 हजार रुपए का चालान कर दिया। यही नहीं टीम ने प्रतिबंधित सिंगल यूज प्लास्टिक भी जब्त कर लिया। हिंदी सलाहकार समिति के सदस्य की दुकान बता दें कि यह दुकान भाजपा नेता एवं हिंदी सलाहकार समिति के सदस्य गौरव मित्तल पाडला की है और इसे वह और उसके भाई नरेश चलाते हैं। हरियाणा प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की टीम और नगर परिषद के कर्मचारी दलबल के साथ कैथल के भगत सिंह चौक पर पहुंचे। जैसे ही टीम नरेश ट्रेडिंग स्थित दुकान पर पहुंची, तो दुकान के अंदर प्रतिबंधित प्लास्टिक का सामान मिला। इस दौरान टीम की कार्रवाई को रोकने की कोशिश भी की गई और राजनीतिक रसूख का हवाला भी दिया गया, लेकिन प्रशासन की टीम नहीं मानी।

जींदः बार एसो.चुनाव का फैसला आज होगा

जींद। जिला बार एसो चुनाव के इतिहास में पहली बार अधिवक्ताओं का जनमत तय करेगा कि बार चुनाव 27 फरवरी को होगा या नही। इससे पूर्व वीरवार को अधिवक्ता मतदान कर यह फैसला लेंगे कि 27 फरवरी को चुनाव करवाया जाए या नही। 26 फरवरी को अधिवक्ताओं द्वारा जनमत मतदान चुनाव के पक्ष में अधिक मत मिलते हैं तो 27 फरवरी को चुनाव करवाया जाएगा। अगर चुनाव के पक्ष में कम मत मिलते हैं तो फिर 27 फरवरी को चुनाव नही होगा। चुनाव करवाने को लेकर दो धड़ों में बंटा बार एसो जिला बार एसो चुनाव को लेकर जिला बार दो धड़ों मे बंटा हुआ है। एक पक्ष 27 फरवरी को चुनाव करने के पक्ष में दूसरा अभी चुनाव कराने के पक्ष में नही है। बार के कार्यकारी अध्यक्ष विकास लोहान पक्ष का कहना है कि बार कौंसिल पंजाब एव हरियाणा के चुनाव 18 मार्च को होना है।

कॉलेज छात्रा बनीं एक दिन की थाना प्रभारी, जानी लोगों की समस्याएं

पुलिस और जनता के बीच रिश्ता मजबूत करने के लिए महिला थाना जींद में अनोखी पहल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह के निर्देशन में महिला सशक्तिकरण को चरित्रार्थ करते महिला थाना प्रभारी सब इंस्पेक्टर मोनिका के नेतृत्व में नई पहल की गई। प्रियदर्शिनी इंदिरा गांधी महिला महाविद्यालय की छात्रा ओजशी को एक दिन के लिए एसएचओ की जिम्मेदारी सौंपी गई। इस अनूठे प्रयोग का उद्देश्य युवाओं, विशेषकर छात्राओं व महिलाओं में पुलिस की कार्य व न्याय प्रणाली और सुरक्षा के प्रति विश्वास और जागरूकता को मजबूत करना रहा। इस विशेष कार्यक्रम के तहत छात्रा ने महिला थाना की कार्यप्रणाली को नजदीक से समझा कि थाने में किस प्रकार से प्रकरण दर्ज होते हैं तथा महिलाओं से संबंधित अपराध जैसे घरेलू हिंसा, दहेज उत्पीड़न, छेड़छाड़, साइबर क्राइम, बच्चों से संबंधित अपराध जैसे मामलों में पुलिस किस प्रकार त्वरित कार्रवाई करती है। छात्रा एसएचओ ने संवाद के माध्यम से यह संदेश दिया कि पुलिस सिर्फ कानून लागू करने वाली संस्था ही नहीं बल्कि समाज की संरक्षक और सहयोगी है। उन्होंने छात्राओं, अभिभावकों व आमजन से अपील की कि वे किसी भी प्रकार की समस्या या शंका होने पर निडर होकर पुलिस से संपर्क करें। महिला थाना प्रभारी मोनिका ने बताया कि पहल का मुख्य उद्देश्य महिलाओं खासकर छात्राओं व युवाओं को यह समझाना है कि थाना एक डर का स्थान नहीं बल्कि न्याय और सुरक्षा का महत्वपूर्ण केंद्र है। उन्होंने कहा कि जब छात्रा द्वारा स्वयं एक दिन के लिए ये जिम्मेदारी निभाई है तो उसमें नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास और सामाजिक जिम्मेदारी की भावना विकसित होती है।

महिला थाना प्रभारी बनी छात्रा।

जनता में सकारात्मक सोच के लिए जारी रहेगा अभियान

पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह ने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम से नागरिकों में पुलिस की कार्य प्रणाली को जानने, उनकी शिकायतों का समाधान करने तथा जनता में पुलिस के प्रति सकारात्मक सोच को बढ़ाना है। भविष्य में भी इस प्रकार के कार्यक्रमों के माध्यम से कानून व्यवस्था सुदृढ़ बनाने, नागरिक कर्तव्यों के बोध बारे व अपराध नियंत्रण में आमजन की भागेदारी सुनिश्चित की जाएगी।

ग्रामीणों ने पशु चोर गिरोह को घेरा तो कैंटर छोड़ कर फरार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

ढाठरथ में बीती रात पशु चोर गिराह के कैंटर तथा पिकअप गाड़ी को घेर लिया। उसी दौरान पिकअप में चढाई गई भैंस निचे गिर कर घायल हो गई। ग्रामीणों से घिरते देख पशुचोर गिरोह कैंटर को छोड़ कर पिकअप से फरार हो गए। कब्जे में लिया गया कैंटर भी गांव किठाना से चोरी करना पाया गया। पिल्लूखेड़ा थाना पुलिस ने कैंटर को कब्जे में ले शिकायत के आधार पर मामले की जांच शुरू कर दी है। गांव ढाठरथ में बीती देर रात कैंटर तथा पिकअप गाड़ी लेकर पशुचोर गिरोह बलजीत की तीन भैंस चोरी कर पिकअप में चढ़ाने लगे। एक भैंस को चढ़ाया जा चुका था। जिसकी भनक ग्रामीणों को लग गई। जिन्होने पिकअप तथा कैंटर को घेर लिया। जिस पर पशुचोर गिरोह कैटर को छोड़ पिकअप में चढाई गई भैंस को लेकर भागने लगे। भैंस रस्सा तुड़वा कर नीचे गिर कर घायल हो गई। ग्रामीणों ने जब कैंटर के दस्तावेज जांचे तो वह गांव किठाना निवासी मनोज की पाई गई। कैंटर रात को ही चोरी हुआ था। जिसकी वीटी कैथल पुलिस द्वारा की गई थी। सूचना मिलने ने कैटर मालिक मनोज तथा कैथल पुलिस गांव ढाठरथ पहुंची और कैंटर को अपने साथ ले जाने लगे थे।

डॉक्टर्स सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

केमिकल कलर्स से जब हो स्किन प्रॉब्लम

मेरी उम्र 28 वर्ष है। पिछले साल होली में रंग-गुलाल खेलने के बाद मेरी स्किन पर दाने और रैशेज हो गए थे। कृपया कोई ऐसा उपाय बताएं, जिससे इस बार ऐसी प्रॉब्लम न हो।

-सौरभ, हिसार

बाजार में तरह-तरह के केमिकल वाले रंग भी मिलते हैं। कई बार लोग इनका इस्तेमाल करते हैं। इसलिए इनके इस्तेमाल से खुद भी बचें और दूसरों को भी जागरूक करें। साथ ही रंग खेलने से पहले पूरे शरीर पर नारियल का तेल या मॉयश्चराइजर लगा लें। नारियल तेल ज्यादा बेहतर रहेगा। साथ ही केवल हर्बल कलर का इस्तेमाल करें। एक ही बार मे रंग छुड़ाने की कोशिश ना करें। कई लोग एक ही बार में पूरा रंग छुड़ाने के लिए कई बार साबुन लगाते रहते हैं। ऐसा न करें। अगर थोड़ा हल्का भी हो जाए तो अगले दिन उतर जाएगा। इस तरह त्वचा को बचाया जा सकता है।

मेरी उम्र 23 वर्ष है। अभी से ही मेरे सिर के आधे से अधिक बाल सफेद हो गए हैं। कृपया बताएं कि इसकी क्या वजह है और इसे कैसे ठीक किया जा सकता है?

-विकास, दुर्ग

आजकल यंगस्टर्स में यह समस्या काफी देखी जा रही है। सबसे पहले आप बाजार में उपलब्ध तरह-तरह के शैंपू का बदल-बदल कर इस्तेमाल करना बंद करें। साथ ही एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लें, वे आपको कुछ शैंपू और साबुन बताएंगे, उनका इस्तेमाल करें और जरूरत पड़ी तो कुछ जांच कराएंगे। बगैर जांच करवाए कोई उपचार नहीं बताया जा सकता है।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। अकसर सुबह के समय मेरी आंखों के नीचे और चेहरे पर सूजन सी लगती है। कुछ देर बाद खुद ही नॉर्मल हो जाता है। यह किसी बीमारी का संकेत तो नहीं, कृपया बताएं।

-एक पाठक, ई-मेल से

आंखों के नीचे सूजन आना कई बार शुगर बढ़ने के लक्षण भी होते हैं। लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। सबसे पहले आप डॉक्टर से संपर्क कर शुगर की जांच कराएं। अगर वह रिपोर्ट नॉर्मल निकलती है तो फिर डॉक्टर और भी जांच कराएंगे, जिससे कारण पता चलेगा और इलाज हो सकेगा।

मेरी उम्र 32 वर्ष है। मुझे दिन भर मीठा खाने की क्रेविंग होती रहती है। प्लीज बताएं इससे मुझे डायबिटीज तो नहीं हो जाएगी? अपनी इस हैबिट को छोड़ने के लिए क्या उपाय करूं?

-कल्पेश, रायपुर

कोई भी चीज लिमिट में खाना ठीक होता है, लेकिन जरूरत से ज्यादा खाना नुकसानदायक होगा। सबसे पहले आप दो चीजों पर गौर करें कि आपकी शुगर कितनी है और आप फिजिकल एक्टिविटीज कितनी करते हैं? क्योंकि अगर आपकी फिजिकल एक्टिविटीज कम हैं और शुगर कंट्रोल है तो भी आपको मीठा कम खाना चाहिए। मीठे में भी ऐसे आइटम खाएं, जिसमें शुगर कम हो। डीप फ्राई वाली चीजें बिल्कुल ना खाएं।

मेरी पिता की उम्र 74 वर्ष है। उनके गॉल ब्लैडर में स्टोन है। लेकिन डॉक्टर ऑपरेशन करने से मना कर रहे हैं। इससे उनको कोई प्रॉब्लम तो नहीं होगी? कृपया बताएं हमें क्या करना चाहिए?

-पंकज, बिलासपुर

देखिए, अगर डॉक्टर ही मना कर रहे हैं ऑपरेशन करने के लिए, तो कोई न कोई उसका कारण होगा। इसलिए आप रिस्क ना लें और डॉक्टर द्वारा बताई गयी सावधानी बरतते हुए ही ट्रीटमेंट कराएं।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। मैं जब भी ट्रैफिक में होता हूं तो बहुत घबराहट महसूस होती है। इस वजह से घर से कम निकलता हूं। ऐसा क्यों होता है? प्लीज इसका कोई कारगर उपचार बताएं।

-अवधेश, कांकेर

सबसे पहले आप डॉक्टर से संपर्क कर अपनी सारी जांच कराएं, जिससे पता चल जाएगा कि यह किसी बीमारी के लक्षण तो नहीं हैं। अगर रिपोर्ट नॉर्मल है तो इसके बाद आप मनोचिकित्सक से संपर्क कर सकते हैं। कई लोगों को भीड़ से घबराहट होती है। वो इससे बचाव के उपाय बताएंगे। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडेय

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

हाल के वर्षों में अस्वास्थ्यकर जीवनशैली और गलत खान-पान के कारण वयस्कों से लेकर बच्चों में भी ओबेसिटी यानी मोटापे की समस्या बढ़ती जा रही है। असल में मोटापा कोई बीमारी नहीं है बल्कि यह एक ऐसी स्थिति है जो अनेक बीमारियों की आशंका बढ़ाती है। **वर्ल्ड ओबेसिटी डे (4 मार्च)** के अवसर पर आइए जानते हैं, मोटापे से संबंधित विभिन्न पहलुओं और इस पर नियंत्रण के बारे में।

गुड हेल्थ के लिए है जरूरी ओबेसिटी को कंट्रोल करना

हेल्थ एडवाइस

संध्या पांडेय
चीफ डाइटिशियन
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

सारी दुनिया में ओबेसिटी एक बड़ी हेल्थ प्रॉब्लम के रूप में सामने आ रहा है। इसके प्रति अवेयर करने के लिए ही वर्ल्ड ओबेसिटी डे मनाया जाता है। इस बार इस दिवस की थीम है- 8 बिलियन रीजंस टू एक्ट ऑन ओबेसिटी। इस थीम का आशय है कि दुनिया की 8 अरब आबादी के लिए मोटापे के खिलाफ कार्रवाई करने के अनेक कारण हैं। हमें हर हाल में मोटापे के प्रति सचेत रहकर इसे नियंत्रित करना है।

कैसे तय होता है मोटापा

मोटापे के आकलन की सबसे प्रमुख विधि बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) है। कमर की माप से भी मोटापे का अंदाजा लगाया जा सकता है, लेकिन मान्य और प्रचलित विधि बीएमआई ही है। बीएमआई की गणना के लिए पहले किसी व्यक्ति के वजन को किलोग्राम में मापा जाता है और फिर उसे उसकी लंबाई (मीटर वर्ग) से विभाजित किया जाता है। सामान्य यानी स्वस्थ वजन वाले व्यक्ति का बीएमआई वैल्यू 23 से कम होना चाहिए। महिलाओं में कमर का घेरा 80 सेंटीमीटर से कम और पुरुषों में 90 सेंटीमीटर से कम होना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति को बीएमआई के संदर्भ में अपने डॉक्टर या फिर डाइटिशियन से परामर्श लेना बेहतर रहेगा।

हो सकती है ये समस्याएं

मोटापे से ग्रस्त लोगों में उच्च रक्त चाप (हाई ब्लड प्रेशर), हृदय की बीमारियां, डायबिटीज टाइप 2, स्ट्रोक, अर्थराइटिस, सोते समय खर्राटे भरना या स्लीप एप्निया जैसी समस्याओं के होने का जोखिम कहीं ज्यादा बढ़ जाता है। मोटापे से ग्रस्त गर्भवती महिलाओं में अत्यधिक वजन के बढ़ने से उनके गर्भस्थ शिशु को भी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इसके अलावा जो लोग पहले से ही उपरोक्त बीमारियों से ग्रस्त हैं, उन्हें अपने वजन नियंत्रण पर डॉक्टर से परामर्श लेकर विशेष ध्यान देना चाहिए, तभी वे उपरोक्त समस्याओं को नियंत्रित कर सकते हैं। इसके अलावा जो नवयुवक या नवयुवतियां अत्यधिक मोटापे से ग्रस्त हैं, उनके अंदर कुछ मनोवैज्ञानिक समस्याएं भी उत्पन्न हो सकती हैं। जैसे वे शारीरिक रूप से हीनता ग्रंथि के शिकार हो सकते हैं। उन्हें लोगों से मिलने-जुलने में अच्छा महसूस नहीं होता। यही नहीं, मोटापा और बांझपन (इनफर्टिलिटी) के बीच एक गहरा संबंध है। अधिक वजन और मोटापा महिलाओं और पुरुषों दोनों में प्रजनन क्षमता को प्रभावित कर सकता है।

ओबेसिटी के प्रमुख कारण

- जो लोग नियमित रूप से व्यायाम नहीं करते या कम शारीरिक श्रम करते हैं, उनके मोटे होने की संभावना बढ़ जाती है। मोटापे के अधिकांश मामलों में एक व्यक्ति जितनी कैलोरी बर्न करता है, उससे बहुत अधिक कैलोरी ग्रहण करता है। शरीर द्वारा इस्तेमाल न की जाने वाली कैलोरी वसा के रूप में संचित हो जाती है।
- लगभग हर दिन अत्यधिक चिकनाई युक्त आहार ग्रहण करना या फिर अकसर जंक फूड्स लेना कालांतर में मोटापे से ग्रस्त कर देता है। इसके अतिरिक्त जो लोग अपने खान-पान में फलों और सब्जियों को वरीयता नहीं देते हैं, वे भी मोटापे से ग्रस्त हो सकते हैं।
- अकसर तनावग्रस्त रहना कालांतर में मोटापे का कारण बन सकता है। ऐसा इसलिए क्योंकि तनाव से शरीर में हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं। हार्मोंस के असंतुलन की स्थिति से भी मोटापा बढ़ सकता है।
- वंशानुगत कारण से भी मोटापा बढ़ सकता है। जैसे अगर मां-बाप अपने जीवन काल में मोटापे की समस्या से ग्रस्त हैं तो उनकी संतानों में भी मोटापा बढ़ने की आशंका काफी ज्यादा होती है।
- थायरॉइड ग्रंथि के विकार या असंतुलन से भी मोटापा बढ़ने की काफी आशंका रहती है।

कब लें डॉक्टर से परामर्श

जिन लोगों का वजन बीएमआई के मानकों से परे जाकर बढ़ता जा रहा है या जो लोग पहले से ही मोटापे से ग्रस्त हैं, उन्हें अपने डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। डॉक्टर आपको अपनी जीवनशैली में सकारात्मक परिवर्तन करने और स्वास्थ्यकर खान-पान के संदर्भ में समुचित जानकारी देंगे। इस संदर्भ में डॉक्टर आपसे कुछ सवाल भी पूछ सकते हैं। जैसे आप डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर अन्य किसी रोग से पीड़ित तो नहीं हैं, फिलहाल आप क्या दवाएं ले रहे हैं, शराब या धूम्रपान के तलबगार तो नहीं हैं। आप कितनी देर तक व्यायाम या शारीरिक गतिविधियों में भाग लेते हैं? इसके अलावा डॉक्टर आपकी बीएमआई भी चेक कर सकते हैं और अगर आपको कोई बीमारी है तो उससे संबंधित जांच भी करवा सकते हैं। डॉक्टर आपको डाइटिशियन के पास भी रेफर कर सकते हैं और इस संदर्भ में व्यायाम या योगासन के लिए किसी विशेषज्ञ को भी रेफर कर सकते हैं। अत्यधिक मोटापाग्रस्त होने की स्थिति में वे आपको बैरियाट्रिक सर्जन से परामर्श लेने की भी राय भी दे सकते हैं।

मोटापे का सर्जिकल इलाज

बैरियाट्रिक सर्जरी एक प्रकार की सर्जरी है, जिसका उद्देश्य अत्यधिक मोटापे का इलाज करना है। यह सर्जरी विशेष रूप से उन व्यक्तियों के लिए होती है, जिनका बीएमआई 40 या उससे अधिक होता है, या जिनका बीएमआई 35-39.9 होता है और उन्हें मोटापे से संबंधित गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं होती हैं, जैसे कि डायबिटीज, हृदय रोग, उच्च रक्तचाप आदि। इसके अलावा यदि किसी व्यक्ति ने आहार और व्यायाम के माध्यम से वजन घटाने की कोशिश की है, लेकिन उसे सफलता नहीं मिली, तो बैरियाट्रिक सर्जरी का विकल्प दिया जा सकता है।

मोटापा कम करने वाली दवाएं

इस संदर्भ में महत्वपूर्ण बात यह है कि मोटापा कम करने वाली दवाओं का सेवन अपने डॉक्टर से परामर्श लिए बगैर नहीं करना चाहिए। अत्यधिक मोटापा (मॉर्बिड ओबेसिटी) को नियंत्रण करने में दवाओं का एक सीमित योगदान है। ये दवाइयां डॉक्टर की निगरानी में ली जाती हैं। ऐसा इसलिए, क्योंकि इनके साइड इफेक्ट भी होते हैं।

इन बातों पर दें ध्यान

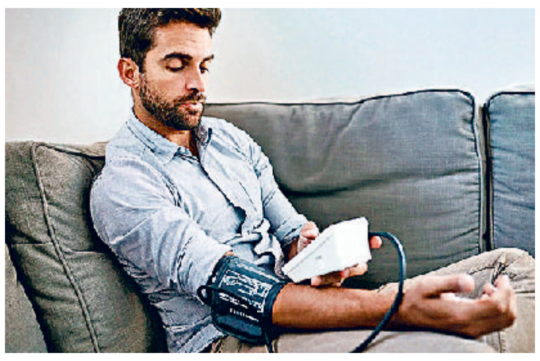
- डॉक्टर या डाइटिशियन से परामर्श लेकर अपनी शारीरिक स्थिति और मेडिकल कंडीशन के अनुसार खान-पान का एक चार्ट बनवा लें और फिर उस पर अमल करें।
- मोटे अनाज या मिलेट्स वजन को नियंत्रित करने में सहायक हैं।
- अत्यधिक चिकनाईयुक्त खाद्य पदार्थों से परहेज करें।
- नियमित रूप से व्यायाम करें, लेकिन इस संदर्भ में याद रखें कि प्रत्येक व्यक्ति की उम्र और उसकी मेडिकल कंडीशन के अनुसार ही व्यायाम और उसका समय निर्धारित किया जाता है। इसलिए इस संदर्भ में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श जरूर लें।
- जीवन के प्रति सकारात्मक सोच रखें और तनाव को स्वयं पर हावी न होने दें। ऐसा इसलिए क्योंकि तनाव से भी मोटापा या वजन बढ़ सकता है। तनाव को नियंत्रित करने के लिए मेडिटेशन करें।
- खाना खाते समय टीवी या मोबाइल न देखें, इससे आप ओवरईटिंग से बचे रहेंगे, जो ओबेसिटी बढ़ाने का मुख्य कारण है।
- नमक, शुगर और प्रोसेस्ड फूड्स का कम से कम सेवन करें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

प्रिकॉशन

यह सही है कि होली उल्लास-उमंग का पर्व है। लेकिन इसे मनाते हुए भी अपने स्वास्थ्य के प्रति लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। खासतौर पर अस्थमा, हाई बीपी और डायबिटीज पेशेंट्स, अगर यहां बताए जा रहे सुझावों को अमल में लाएंगे तो उनकी तबियत नहीं बिगड़ेगी।

होली सेलिब्रेशन में बरतें सावधानी अस्थमा-बीपी-डायबिटीज पेशेंट्स



रंगों का त्योहार होली खुशियां और उमंग लेकर आता है, लेकिन अस्थमा, हाई ब्लड प्रेशर (बीपी) और डायबिटीज के मरीजों के लिए यह त्योहार और इन दिनों का मौसम कुछ अतिरिक्त सावधानियां बरतने की मांग करता है। हल्की सी लापरवाही उनके स्वास्थ्य पर भारी पड़ सकती है, इसलिए त्योहार का आनंद लेते हुए स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखना जरूरी है।

अस्थमा पेशेंट्स के लिए यूजफुल सजेशंस

श्वास संबंधी रोगी होली खेलते समय किन बातों का ध्यान रखें इस बारे में रीजेंसी हॉस्पिटल, गोरखपुर में कंसल्टेंट-पल्मनोलॉजी, **डॉ. आमिर नदीम** कहते हैं, 'होली पर उड़ने वाला गुलाल, धूल, धुआं और केमिकल युक्त रंग सांस के मरीजों के लिए गंभीर परेशानी पैदा कर सकते हैं। इन कणों के संपर्क में आने से सांस की नलियों में सूजन बढ़ सकती है और अस्थमा अटैक का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए अस्थमा मरीजों को कोशिश करनी चाहिए कि वे भीड़-भाड़ वाली जगहों और तेज धूल-धुएं से दूर रहें। होली खेलने के लिए केमिकल वाले गहरे रंगों की जगह फूलों से बने या हर्बल रंगों का इस्तेमाल ज्यादा सुरक्षित विकल्प है। घर से बाहर निकलते समय अच्छी क्वालिटी का मास्क जरूर पहनें, ताकि धूल और रंग सीधे श्वास नली में न जाएं। अपना रेस्क्यू इनहेलर और नियमित दवाएं हमेशा साथ रखें और दवा समय पर लेते रहें। जिन लोगों को परागकणों (पोलेन ग्रेंस) से एलर्जी है, वे खुले पार्क या बगीचों में खेलने से बचें। होली खेलने के बाद तुरंत स्नान कर लें और कपड़े बदल लें, ताकि त्वचा और बालों पर जमे कण सांस के जरिए अंदर न जाएं। अगर सांस फूलना, सीने में जकड़न, सीटी जैसी आवाज के साथ सांस आना या तेज खांसी की समस्या बढ़े तो इसे नजरअंदाज न करें और तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।'

बीपी पेशेंट्स बरतें ये सावधानियां

होली जैसे पर्व को सेलिब्रेट करते समय बीपी पेशेंट्स को भी सावधानी बरतनी चाहिए। इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली के सीनियर कंसल्टेंट-इंटरनल मेडिसिन, **डॉ. संचयन रॉय** सलाह देते हैं, 'होली के दौरान खान-पान और उत्साह बढ़ने से हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों की परेशानी बढ़ सकती है। ज्यादा नमकीन, तला-भुना और मसालेदार भोजन ब्लड प्रेशर को बढ़ा सकता है, इसलिए हल्का और संतुलित आहार लें और नमक का सेवन सीमित रखें। तेज डीजे और अत्यधिक शोर भी तनाव बढ़ाकर बीपी पर असर डाल सकता है, इसलिए शांत माहौल में रहें। अपनी नियमित दवाएं समय पर लें और पर्याप्त पानी पिएं, क्योंकि डिहाइड्रेशन से भी बीपी असंतुलित हो सकता है। कोशिश करें कि पर्याप्त नींद लें और अत्यधिक थकान से बचें। दिन में एक बार बीपी मॉनिटर कर लेना भी फायदेमंद रहता है। अगर चक्कर, तेज सिरदर्द, घबराहट या धुंधला दिखने जैसे लक्षण महसूस हों तो तुरंत आराम करें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से सलाह लें।'

डायबिटीज पेशेंट्स रखें इन बातों का ध्यान

होली के मौके पर डाइट में लापरवाही बरतने से डायबिटिक पेशेंट्स की तबियत बिगड़ सकती है। इससे बचाव के लिए श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली के सीनियर कंसल्टेंट-एंडोक्राइनोलॉजी, **डॉ. साकेत कांत** सजेस्ट करते हैं, 'होली पर गुझिया, मिठाई और ठंडाई का काफी लोग सेवन करते हैं। लेकिन डायबिटीज मरीजों को मीठे का सेवन बहुत सीमित मात्रा में और सोच-समझकर करना चाहिए। कोशिश करें कि खाली पेट मीठा न खाएं और पहले सलाद, दाल या प्रोटीन युक्त हल्का भोजन लें, ताकि शुगर अचानक न बढ़े। दिन में नियमित रूप से ब्लड शुगर लेवल की जांच करते रहें और डॉक्टर द्वारा बताई गई दवा या इंसुलिन समय पर लें। ज्यादा देर धूप में रहने, भाग-दौड़ या अनियमित खान-पान से भी शुगर लेवल ऊपर-नीचे हो सकता है। इसलिए समय पर भोजन करें और लंबा गैप न रखें। शरीर को हाइड्रेट रखना भी जरूरी है, क्योंकि डिहाइड्रेशन से शुगर असंतुलित हो सकती है। पर्याप्त पानी, छाछ या बिना शक्कर वाले पेय ही लें। *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

इन बातों पर भी करें अमल

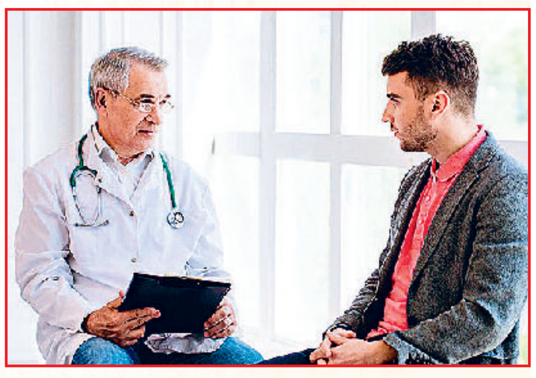
होली के दौरान कुछ सामान्य सावधानियां बरतना सभी के लिए जरूरी है, इससे आप हेल्थ प्रॉब्लम्स से बचे रहेंगे।

- हमेशा हर्बल और स्किन-फ्रेंडली रंगों का ही उपयोग करें।
- शरीर को डिहाइड्रेशन से बचाने के लिए पर्याप्त पानी और तरल पदार्थ लेते रहें।
- भीड़-भाड़, धूल और धुएं वाली जगहों से दूरी बनाए रखें तथा किसी भी असामान्य लक्षण जैसे सांस लेने में दिक्कत, चक्कर, घबराहट या शुगर लेवल में उतार-चढ़ाव को नजरअंदाज न करें।

अवेयरनेस
डॉ. माजिद अलीम

आमतौर पर हम लोग जिन रोगों के बारे में जानते हैं, उनके अलावा भी हजारों रोग ऐसे हैं, जिन्हें दुर्लभ माना जाता है। दुनिया भर में करोड़ों लोग इनसे ग्रसित हैं। इनके बारे में सभी को पता होना चाहिए।

दुर्लभ रोग सजगता के साथ संवेदनशीलता भी है जरूरी



हर साल 28 फरवरी को और लीप ईयर में 29 फरवरी को दुनिया भर में दुर्लभ रोग दिवस मनाया जाता है। यह तारीख साल की सबसे दुर्लभ तारीख का प्रतीक है ताकि ये याद दिलाया जा सके कि कुछ बीमारियां इतनी कम दिखती हैं कि वे समाज, चिकित्सा व्यवस्था और नीति निर्माताओं की नजर से भी ओझल रह जाती हैं। दरअसल, दुर्लभ रोग उन रोगों को कहते हैं, जो दुनिया के बहुत कम लोगों को होते हैं। लेकिन जिनका असर जीवन पर बेहद गहरा और अकसर आजीवन होता है। विडंबना यह है कि संख्या में कम होने के बावजूद दुर्लभ रोगों से पीड़ित लोगों की सामूहिक संख्या दुनिया भर में करोड़ों में है। शायद इसीलिए हर साल 28 या 29 फरवरी को यह महत्वपूर्ण दिवस मनाया जाता है ताकि लोग दुर्लभ कही जाने वाली बीमारियों को लेकर सजग रहें।

ऐसे होते हैं दुर्लभ रोगः भारत में आमतौर पर दुर्लभ रोग उन्हें माना जाता है, जो दस हजार में से किसी एक व्यक्ति को या उससे भी कम लोगों को होते हैं। लेकिन ये रोग भले कम लोगों को होते हों, मगर इन रोगों की कम संख्या नहीं है। अब तक दुनिया में 7 हजार से ज्यादा ऐसे रोग चिन्हित किए जा चुके हैं, जिन्हें दुर्लभ रोग कहा जा सकता है। जैसे- प्रोजेरिया, फेनकोनी एनीमिया आदि। इनमें से अधिकांश रोग आनुवांशिक या जेनेटिक होते हैं यानी ये जन्म से जुड़े होते हैं। इन रोगों की सबसे बड़ी समस्या यह है कि इनके लक्षण जो सामान्य बीमारियों जैसे ही दिखते हैं, लेकिन ये सामान्य बीमारियां नहीं होती हैं। यही कारण है कि इनके निदान में वर्षों लग जाते हैं और हां, इनका इलाज भी बहुत महंगा होता है या कोई इलाज ही नहीं उपलब्ध होता है।

पूरा जीवन होता है प्रभावितः दुर्लभ रोग किसी एक अंग या समस्या तक सीमित नहीं होते हैं। वे व्यक्ति की पूरी जीवन यात्रा को प्रभावित करते हैं। शिक्षा, रोजगार, विवाह, सामाजिक स्थिति और स्वीकार्यता जैसे सभी सामाजिक पहलुओं पर इस दुर्लभ रोग का बहुत जबर्दस्त प्रभाव पड़ता है।

स्वास्थ्य सजगता का महत्वः दुर्लभ रोग दिवस मनाने का सबसे बड़ा उद्देश्य, लोगों को इनके बारे में जागरूक करना है। डॉक्टरों में, समाज में और सरकारों में, दुर्लभ रोगों के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाना है। जागरूकता बढ़ने से सबसे बड़ा लाभ यह होता है कि डॉक्टर शुरुआती लक्षणों को गंभीरता से लेते हैं और इसके निदान में लगने वाले वर्षों को कम करके महीनों में बदल देते हैं। लेकिन ऐसा तब होता है, जब सरकारें दवाओं, रिसर्च और सहायता योजनाओं के बजट तय करती हैं और लोगों को इनकी दहशत से मुक्ति दिलाती हैं। यह दिवस बताता है कि स्वास्थ्य की गंभीर समस्याओं के लिए हेल्थ एक्सपर्ट्स चिंतित हैं और पीड़ित लोगों के साथ हैं। इसलिए दुर्लभ रोगों के संबंध में बीमार को समय रहते जानकारी मिलना जरूरी है कि वह आखिर किस रोग से पीड़ित है और क्या यह उसकी पिछली पीढ़ियों से चला आ रहा रोग है? अगर ऐसा होता है तो कोशिश की जाती है कि आने वाली पीढ़ियां इन विशेष रोगों से पीड़ित न हों।

अपने देश में भी है बड़ी चुनौतीः यूं तो पूरी दुनिया के लिए दुर्लभ रोग एक गंभीर समस्या हैं, लेकिन भारत के लिए भी यह विकट चुनौती हैं। अनुमान है कि देश में 7 से 9 करोड़ तक लोग किसी न किसी दुर्लभ रोग से पीड़ित हैं। विशेषकर ऐसे रोगों से पीड़ित लोगों के लिए सबसे बड़ी समस्या ग्रामीण क्षेत्र में होती है, जहां विशेषज्ञों की भारी कमी होती है और जांच सुविधाएं बहुत सीमित होती हैं। अधिकांश इलाज आम आदमी की सीमा से बाहर होता है यानी इलाज में खर्च आने वाला बजट आम आदमी के बस में नहीं होता। इसलिए हाल के वर्षों में सरकार ने राष्ट्रीय दुर्लभ रोग नीति बनाई है। लेकिन यह बात भी सही है कि इस दिशा में पर्याप्त कदम उठाने के लिए अभी काफी प्रयासों और संसाधनों की जरूरत है।

दुर्लभ रोगों में समाज की भूमिकाः दुर्लभ रोग दिवस हमें सोचने पर मजबूर करता है कि सभी तरह की बीमारियों से छुटकारा पाना केवल अस्पताल के जरिए संभव नहीं है। सामाजिक जागरूकता भी जरूरी है। *

खबर संक्षेप

एसडीएम ने परीक्षा केंद्रों का किया निरीक्षण

जींद। सफीदों के एसडीएम पुलकित मल्होत्रा ने उपमंडल के विभिन्न परीक्षा केंद्रों का दौरा कर हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा आयोजित 10वीं एवं 12वीं की वार्षिक परीक्षाओं की व्यवस्थाओं का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने परीक्षा केंद्रों पर चल रही व्यवस्थाओं का गहन निरीक्षण करते हुए अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

विधायक अत्री की कथनी करनी में कोई अंतर नहीं

उचाना। कसूहन भाजपा मंडल महामंत्री रोहताश खटकड़ ने कहा कि विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री जुबान के धनी है। कथनी करनी में उनके पिता स्व. चतरभुज अत्री की तरह कोई अंतर नहीं है। उचाना हलके के किसानों से ढाकल हैड से रजबाहा लाने की मांग को विस में जोरदार ढंग से उठाने के बाद सीएम के समक्ष भी ढाकल हैड से रजाबाहा लाने, बरसोला माइनर में नहरी पानी की समय अवधि को बढ़ाने की मांग को जोरदार तरीके से उठाने का काम किया।

हरियाणा ओलम्पिक एसो अध्यक्ष से की मुलाकात

उचाना। हरियाणा ओलम्पिक एसो अध्यक्ष कप्तान जसविंद्र बैनीवाल से पंचकूला ओलम्पिक भवन में कराटे फैडरेशन हरियाणा के वाइस चेयरमैन सूर्यदेव सुदकैन ने अपनी टीम के साथ मुलाकात की। दौरान खेलों को बढ़ावा देने को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। सुदकैन ने कहा कि सीएम नायब सिंह सैनी सरकार का उदेश्य है कि जो गांव में होनहार खिलाड़ी खेल सुविधाओं से वंचित है उनको खेल संबंधित सुविधाएं गांव में मुहैय्या करवाना है।

रोजगार मेले में 21 छात्रों का चयन

जींद। राजकीय आईटीआई में लगे रोजगार मेले में 21 छात्रों का चयन हुआ। मेला प्रधानाचार्य नरेश कुमार की अध्यक्षता में आयोजित किया गया। इसमें मानेसर की कंपनी ने छात्रों के चयन के लिए इंटरव्यू की प्रक्रिया अपनाई। इसमें विभिन्न ट्रेडों के 28 छात्रों ने रजिस्ट्रेशन करवाया और कंपनी ने 21 कैंडिडेट को इंटरव्यू की प्रक्रिया के आधार पर चयन किया।

संदिग्ध हालात में दो महिलाएं लापता

जींद। जिले में अलग-अलग स्थानों से दो महिलाओं के संदिग्ध हालात में गायब होने पर संबंधित थाना पुलिस ने अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया है।

गांव बुआना निवासी एक व्यक्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि गत 16 फरवरी को उसकी पत्नी घर से गायब हो गई। वही गांव मांडी कलां से भी गत दिवस 25 वर्षीय महिला गायब हो गई।

सैन समाज से राज्यसभा सदस्य बनाने की मांग

उचाना। हरियाणा कोर कमेटी सैन समाज के प्रदेश प्रवक्ता सुरेश कटारिया नंबरदार ने कहा कि प्रदेश में दो राज्यसभा सीटों का चुनाव होना है। सैन समाज एक समक्ष समाज के रूप में उभर रहा है। दोनों पार्टियों को बैवकर्ड क्लाश की उपयोगिता को देखते हुए कम से कम एक सीट पर सैन समाज को प्रतिनिधित्व देना चाहिए।

दुष्यंत एक मार्च को लेंगे कार्यकर्ताओं की मीटिंग

उचाना। जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय सिंह चौटाला के जन्म दिन पर 13 मार्च को हांसी में आयोजित प्रदेशस्तरीय सम्मेलन को लेकर पूर्व डिप्टी सीएम दुष्यंत चौटाला नरवाना में 1 मार्च को रेलवे स्टेशन के पास पब्लिक धर्मशाला में नरवाना, उचाना हलके की मीटिंग लेंगे। जिलाध्यक्ष जोरा सिंह ने बताया मीटिंग में पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं की जिम्मेदारी हांसी में होने वाले प्रदेशस्तरीय सम्मेलन को लेकर लगाई जाएगी।

28 को उचाना पहुंचेंगे मुकेश मुनि ठाणे-3

उचाना। सुदर्शनलाल महाराज के सशिष्य व संघ संचालक गुरुदेव नरेश चंद्र महाराज के आज्ञानुवर्ती प्रवचन प्रभावक मुकेश मुनि महाराज, अचल मुनि महाराज के सुशिष्यदम शीतल मुनि महाराज, अखिल मुनि महाराज ठाणे-3 उचाना में 28 फरवरी को जैन स्थानक महावीर चौक पहुंचेंगे।

इंडस स्कूल में उत्कर्ष रंगारंग कार्यक्रम की रही धूम

बच्चों ने स्टेज पर प्रतिभा दिखा मोहा सबका मन

गतिविधियां बच्चों के सर्वांगीण विकास में अहमः प्राचार्या

आधुनिक शिक्षा प्रणाली में गतिविधियों की अहम भूमिका

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

इंडस पब्लिक स्कूल के प्रांगण में तीसरी कक्षा के बच्चों द्वारा उत्कर्ष विषय पर अनेक सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्यअतिथि के रूप में केंद्रीय विद्यालय बुडायन के प्राचार्य सुरेंद्र सिंह ने शिरकत की। इंडस ग्रुप के निदेशक सुभाष श्योराण, कॉर्डिनेटर प्रवीन परूथी, स्कूल निदेशिका रचना श्योराण, स्कूल प्राचार्या अरूणा शर्मा, प्राचार्य इंडस ग्लोबल अकेडमी संजीव तायल, उपप्राचार्य प्रवीन कुमार, मुख्याध्यापिका गुरमीत कौर ने मुख्यअतिथि का स्वागत किया। इस कार्यक्रम में तीसरी कक्षा के सभी विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। इस कार्यक्रम में तीसरी कक्षा के बच्चों के साथ-साथ उनके अभिभावकों को भी विषेश रूप से आमंत्रित किया गया। कार्यक्रम में स्वागत नृत्य, इंग्लिश नाट्य, शास्त्रीय नृत्य, बटरफ्लाई प्रस्तुति, युग नृत्य और राष्ट्रीय प्रतीक आदि प्रस्तुतियों ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। राष्ट्रीय प्रतीक मुख्य आकर्षण का केंद्र रहा। इस अवसर पर मुख्यअतिथि सुरेन्द्र ने कहा कि आज इस रंगारंग कार्यक्रम में आकर, इन छोटे-छोटे बच्चों की मुस्कान और प्रतिभा देखकर मन बहुत प्रसन्न है। आज मंच पर बच्चों की प्रस्तुतियों ने यह साबित कर दिया कि शिक्षा केवल किताबों तक सीमित नहीं है। युग नृत्य में चारों युगों की मनमोहक प्रस्तुति को देखते उन्होंने कहा कि छोटा बच्चा सतयुग में पैदा होता है परंतु समाज में फैली बुराइयों के कारण हमारा समाज उसे बड़े होने तक कलयुग में पहुंचा देता है। बच्चों ने आत्मविश्वास के साथ जो नृत्य, नाटक और गायन प्रस्तुत किया, वह उनके सर्वांगीण विकास को दर्शाता है। इंडस ग्रुप के निदेशक सुभाष श्योराण ने बच्चों तथा अध्यापकों को प्रोत्साहित करते कहा कि जिंदगी अवसरों का खेल है, जो व्यक्ति साहस के साथ अवसरों का लाभ उठाकर आगे बढ़ता है, वही सफलता की बुलंदियों को छूता है। आज इंडस के छात्र देश में ही नही, विदेशों में भी अपनी सफलता का परचम लहरा रहे हैं। साहस और आत्मविश्वास को विकसित करने के लिए एकाग्रता, आत्मविश्वास एवं अनुशासन की आवश्यकता है। कॉर्डिनेटर प्रवीन परूथी ने कहा कि आधुनिक शिक्षा प्रणाली में इस प्रकार की गतिविधियों की अहम भूमिका होती है। इस प्रकार की गतिविधियां बच्चों के अंदर मनोरंजन के साथ-साथ ज्ञान एवं आत्मविश्वास में भी वृद्धि करती है। स्कूल प्राचार्या अरूणा शर्मा ने कहा कि इंडस पब्लिक स्कूल जींद नित नए आयामों को छूता हुआ हर प्रकार की गतिविधियों के माध्यम से बच्चों में छिपी हुई प्रतिभा को निखारता है। इस प्रकार की गतिविधियां बच्चों के सर्वांगीण विकास में अहम भूमिका निभाती हैं। उन्होंने कहा कि आज के इस आधुनिक युग में शिक्षा, खेल या सांस्कृतिक कार्यक्रम हों, इंडस पब्लिक स्कूल जींद बुलंदियों को छूता हुआ लगातार आगे बढ़ रहा है। राष्ट्रगान के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ।

किसान छात्र एकता संगठन ने सीआरएसयू के डीन ऑफ अकादमिक को सौंपा मांगपत्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

किसान छात्र एकता संगठन ने बुधवार को चौधरी रणबीर सिंह विवि के डीन ऑफ अकादमिक डा. विशाला वर्मा से मिल कर ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन के माध्यम से विद्यार्थियों के आंतरिक मूल्यांकन के अंकों में हो रही गड़बड़ी को दूर करने की मांग की गई। डा. विशाला वर्मा ने छात्रों को आश्वासन दिया कि आंतरिक मूल्यांकन में गड़बड़ी नही होने दी जाएगी। किसान छात्र एकता संगठन के युवा अध्यक्ष नवरत्न माथुर ने डीन ऑफ अकादमिक को सौंपे ज्ञापन में बताया कि नोटिस बोर्ड पर दिखाए गए आंतरिक मूल्यांकन के अंक और घोषित परिणाम में दिए गए अंक अलग-अलग हैं। जो छात्रों के साथ सीधा अन्याय है। इस गड़बड़ी से छात्रों में भारी गुस्सा और चिंता है। संगठन ने प्रशासन को साफ चेतावनी दी कि मामले की तुरंत जांच कराई जाए और जिन छात्रों के अंक गलत किए गए हैं, उन्हें सही कर न्याय दिया जाए। भविष्य में ऐसी लापरवाही बिल्कुल बर्दाश्त नहीं की जाएगी। छात्र नेता सुमित लाठर ने कहा कि पहले भी कुछ शिक्षकों द्वारा छात्रों के अंकों में भेदभाव किया जाता रहा है। जिसके खिलाफ उन्होंने संघर्ष किया था। उन्होंने स्पष्ट कहा कि अब किसी भी छात्र के साथ एक नंबर का भी भेदभाव सहन नही किया जाएगा और छात्रों के हक के लिए मजबूती से लड़ाई जारी रहेगी। संगठन ने कहा कि छात्रों के भविष्य के साथ खिलवाड़ बंद होना चाहिए। वरना किसान छात्र एकता संगठन छात्रों के साथ मिलकर बड़ा आंदोलन करने से पीछे नहीं हटेगा।

जींद। होली महोत्सव में उपस्थित महिलाएं। *फोटो :हरिभूमि*

होली महोत्सव भक्ति भाव के साथ संपन्न

जींद। गांधी नगर स्थित सेवा सदन में अखिल भारतीय अग्रवाल समाज जींद की महिला विंग द्वारा आयोजित तीन दिवसीय ब्रज रसामृत एवं होली महोत्सव श्रद्धा, भक्ति और रंगों के उल्लास के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम में तीनों दिन सैंकड़ों महिलाओं, पुरुषों और बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। समापन अवसर पर आम आदमी पार्टी की महिला प्रधान डा. रजनीश जैन, अग्रवाल समाज के प्रदेश अध्यक्ष डा. राजकुमार गोयल, मीना शर्मा आदि प्रमुख रूप से उपस्थित रहे। इस महोत्सव में मथुरा से पधारे प्रसिद्ध कथा व्याख्याता अक्षित लाडली शरण ने ब्रज रसामृत पर भावपूर्ण व्याख्यान प्रस्तुत किया। महोत्सव के दौरान मंच पर सुसज्जित राधा कृष्ण की झांकी के समक्ष कथा वाचन और भजन कीर्तन का आयोजन किया गया। समापन अवसर पर भव्य होली महोत्सव मनाया गया। जिसमें रंग, गुलाल और फूलों की होली खेली गई। महिलाओं और बच्चों ने उत्साह के साथ एक-दूसरे को रंग लगाकर प्रेम, सौहार्द और एकता का संदेश दिया।

विकास रैली से मिली उचाना को बड़ी सौगात : रमेश राणा

उचाना। उचाना भाजपा मंडल महामंत्री रमेश राणा ने कहा कि 18 को उचाना में विधायक देवेंद्र अत्री की अगुवाई में हुई उचाना विकास रैली में सीएम नायब सिंह सैनी ने उचाना हलके को सौगात देने का काम किया। 103 करोड़ से अधिक विकास के कामों का उदघाटन एवं शिलान्यास किया तो 200 करोड़ से अधिक विकास के कार्यों की घोषणा की। ये रैली विकसित उचाना के सपने को पूरा करने में कारगार साबित होगी। रैली में उमड़ी रिकॉर्ड तोड़ भीड़ ने एक बात साबित कर दी कि विधायक अत्री की लोकप्रियता उचाना में हर रोज बढ़ रही है। रैली को रैला बना कर इतिहास उचाना के मतदाताओं ने बनाने का काम किया। रैली में उमड़ी भीड़ सीएम नायब सिंह सैनी, विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री की लोकप्रियता का प्रमाण है।

कैपेसिटी बिल्डिंग प्रोग्राम का आयोजन

पूंडरी। चौधरी ईश्वर सिंह कन्या महाविद्यालय, फतेहपुर पुंडरी में आज कॉलेज के संस्थापक स्वर्गीय चौधरी ईश्वर सिंह के आशीर्वाद स्वरूप एनईपी कमेटी द्वारा एक कैपेसिटी बिल्डिंग प्रोग्राम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की थीम "एनईपी 2020: डिजिटल परिवर्तन, नैतिक नेतृत्व और समग्र विकास की ओर"रहा। यह कार्यक्रम छात्राओं के समग्र विकास और नई शिक्षा नीति के उद्धेश्यों को समझाने के लिए आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. शकुंतला सिंगला, कन्वीनर्स डॉ. निधि और डॉ. प्रेमलता सहित अन्य स्टाफ सदस्यों द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया। मंच का सफल संचालन डॉ. निधि व निशा द्वारा किया गया। प्राचार्या डॉ. शकुंतला सिंगला ने छात्राओं को संबोधित करते राष्ट्रीय शिक्षा नीति के मुख्य उद्धेश्यों पर प्रकाश डाला।

पूंडरी। छात्राओं को संबोधित करते हुए प्राचार्या डॉ. शकुंतला सिंगला।

नवीन जिन्दल फाउंडेशन के सौजन्य से कैम्प में भाग लेते ग्रामीण।

1264 ने लिया स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ

पूंडरी। सांसद नवीन जिन्दल की पहल पर निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरों का सफल संचालन किया जा रहा है। इसी कड़ी में बुधवार को पुण्डरी विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत 20वां निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर, पाई गांव के ग्राम सचिवालय में सफल आयोजन किया गया। प्रातः 10 बजे से सायं 4 बजे तक चले इस स्वास्थ्य शिविर में बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिकों ने सहभागिता की और विभिन्न निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाओं का 1264 लोगों ने स्वास्थ्य लाभ उठाया। शिविर के दौरान नेत्र परीक्षण एवं उपचार, दंत परीक्षण एवं उपचार, स्त्री रोग जांच एवं परामर्श, स्तन कैंसर की स्क्रीनिंग, सामान्य स्वास्थ्य जांच तथा एनीमिया जांच जैसी सेवाएं अनुभवी चिकित्सकों द्वारा उपलब्ध कराई गईं। स्वास्थ्य जांच के उपरांत आवश्यकता अनुसार मरीजों को निःशुल्क दवाइयां वितरित की गईं।

बाबा के नाम की मेहंदी रस्म संपन्न

राजौंद। दादा खेड़ा प्रांगण में स्थित श्री श्याम मंदिर में फाल्गुन मेले के पावन अवसर पर श्रद्धा और भक्ति का अनूठा संगम देखने को मिला। मंदिर प्रांगण में कार्यक्रम के दौरान सभी भक्तों ने श्रद्धापूर्वक बाबा श्याम के नाम की मेहंदी रस्म अदा की। महिलाओं, युवतियों और बच्चियों ने अपने हाथों पर बाबा के नाम की मेहंदी रचाकर भक्ति भाव प्रकट किया। मंदिर परिसर में सुबह से ही भक्तों की आवाजाही बनी रही। भजन-कीर्तन के मधुर स्वरों से वातावरण भक्तिमय हो गया। श्रद्धालुओं ने बाबा के जयकारों के साथ मेहंदी की रस्म को उत्साहपूर्वक पूरा किया। कार्यक्रम में महिलाओं ने कहा कि मेहंदी रस्म केवल एक परंपरा नहीं, बल्कि बाबा के प्रति आस्था और समर्पण का प्रतीक है। हाथों पर रची मेहंदी के साथ भक्तों के चेहरों पर भी भक्ति की चमक स्पष्ट दिखाई दे रही थी।

श्याम मंदिर में मेहंदी की रस्म अदा करती हुई महिलाएं।

कैथल। उप-प्राचार्य डॉ. राजबीर पाराशर अतिथियों का स्वागत करते हुए।

योजनाबद्ध निवेश के लिए किया प्रेरित

कैथल। आरकेएसडी कॉलेज कैथल के वाणिज्य विभाग द्वारा प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों के लिए "वित्तीय साक्षरता" विषय पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। कार्यक्रम का मुख्य उद्धेश्य विद्यार्थियों को वित्तीय प्रबंधन, बचत, निवेश योजना तथा जिम्मेदार आर्थिक निर्णयों के प्रति जागरूक बनाना था। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता के रूप में धर्मेन्द्र कथूरिया उपस्थित रहे। उन्होंने विद्यार्थियों को बजट निर्माण की आवश्यकता, नियमित बचत की आदत, डिजिटल भुगतान की सुरक्षा, विभिन्न बीमा योजनाओं, पीपीएफ, सुकन्या समृद्धि योजना, विविध निवेश विकल्पों तथा कर योजना के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी प्रदान की। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रारंभिक अवस्था से ही वित्तीय अनुशासन अपनाने और भविष्य की आर्थिक सुरक्षा के लिए योजनाबद्ध निवेश करने के लिए प्रेरित किया।

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में बोर्ड परीक्षा केंद्र पर पुलिस की टीम

252 ने दी परीक्षा, दो रहे गैरहाजिर

राजौंद। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा राजकीय कन्या वमावि में बनाए गए परीक्षा केंद्र पर पहले दिन अंग्रेजी विषय की परीक्षा शांतिपूर्ण एवं सुव्यवस्थित ढंग से संपन्न हुई। केंद्र अधीक्षक संजय कुमार ने बताया कि पहले दिन कुल अंग्रेजी विषय की 254 परीक्षार्थियों को परीक्षा देनी थी, जिनमें से 252 विद्यार्थी उपस्थित रहे तथा 2 परीक्षार्थी अनुपस्थित रहे। बताया कि परीक्षा केंद्र पर सभी आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित की गई हैं और विद्यार्थियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसका विशेष ध्यान रखा जा रहा है। संजय कुमार ने कहा कि परीक्षा के दौरान पूर्ण सतर्कता बरती जा रही है। केंद्र पर निगरानी के लिए आवश्यक स्टाफ की तैनाती की गई है तथा नियमों का कड़ाई से पालन कराया जा रहा है। प्रशासन द्वारा भी सुरक्षा एवं अनुशासन के पुख्ता प्रबंध किए गए हैं।

पौधरोपण से दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जुलाना

जुलाना। खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय में पौधरोपण करते थाना प्रभारी व अन्य।

जुलाना कस्बे में पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक प्रेरणादायक पहल की गई। मंडी चौकी प्रभारी अजय कुमार की शादी की सालगिरह के अवसर पर खंड शिक्षा अधिकारी कार्यालय परिसर में पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्यअतिथि के रूप में थाना प्रभारी विक्रम जोसन ने शिरकत की। उन्होंने कहा कि आज के समय में बढ़ती ग्लोबल वार्मिंग और प्रदूषण पूरी दुनिया के लिए चिंता का विषय है। ऐसे में प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्तर पर पौधारोपण करना चाहिए। पेड़ व पौधे न केवल वातावरण को शुद्ध करते हैं बल्कि हमें छाया, फलख ऑक्सीजन और जीवनदायिनी ऊर्जा भी प्रदान करते हैं। विक्रम जोसन ने कहा कि केवल पौधा लगाना ही पर्याप्त नही है बल्कि जब तक वह पौधा बड़ा होकर पेड़ न बन जाए, तब तक उसकी देखभाल एक बच्चे की तरह करनी चाहिए। नियमित सिंचाई, सुरक्षा और संरक्षण से ही पौधा विकसित होकर पर्यावरण के लिए उपयोगी बन सकता है। उन्होंने उपस्थित लोगों से वर्ष में कम से कम एक पौधा अवश्य लगाने और उसकी देखरेख करने का संकल्प लेने का आह्वान किया। इस मौके पर आरोग्यम अस्पताल के डायरेक्टर डा. योगेश नांदल, संजीत कौशिक, जयभगवान आदि मौजूद रहे।

सीवन। गांव मलिकपुर के स्कूल में पौधरोपण करते अभिषेक मेहता व अन्य।

रा. स्कूल मलिकपुर में किया पौधरोपण

सीवन। पर्यावरण संरक्षण के संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के उद्धेश्य से समाजसेवी अभिषेक मेहता ने राजकीय माध्यमिक विद्यालय मलिकपुर में पहुंचकर पौधारोपण किया। आयोजित कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय के मुख्य अध्यापक पंकज तवर ने की। कार्यक्रम में विद्यालय के विद्यार्थियों और स्टाफ सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया तथा पौधारोपण अभियान में सक्रिय सहयोग दिया। कार्यक्रम के दौरान विद्यालय परिसर में विभिन्न प्रकार के छायादार एवं फलदार पौधे लगाए गए। अभिषेक मेहता ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज के समय में पर्यावरण संरक्षण हम सभी की सामूहिक जिम्मेदारी है। बढ़ते प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन को देखते हुए प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन में कम से कम एक पौधा अवश्य लगाना चाहिए।

राजकीय महाविद्यालय में दो दिवसीय एनुअल एथलेटिक मीट संपन्न

खेल छात्रों के सर्वांगीण विकास का आधारः मलिक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। विजेता छात्रा को सम्मानित करते हुए। *फोटो :हरिभूमि*

राजकीय महाविद्यालय में एनुअल एथलेटिक मीट 2026 का आयोजन प्राचार्य सत्यवान मलिक की अध्यक्षता में बड़े हर्षोल्लास एवं उत्साह के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने बढ़चढ़ कर भाग लेते अपनी खेल प्रतिभा का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। प्राचार्य सत्यवान मलिक ने कहा कि खेल विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास का आधार है। उन्होंने सभी प्रतिभागियों को निरंतर परिश्रम एवं खेल भावना बनाए रखने का संदेश दिया। कार्यक्रम के मुख्यअतिथि भीम पुरस्कार से सम्मानित एवं जिला खेल अधिकारी रामपाल हुड्डा रहे। उन्होंने खिलाडियों को संबोधित करते हुए कहा कि खेल अनुशासन, समर्पण और दृढ़ संकल्प का प्रतीक हैं तथा जीवन में सफलता प्राप्त करने का सशक्त माध्यम है। आयोजन सचिव डा. सतीश कुमार ने बताया कि सत्र के दौरान महाविद्यालय के छात्र व छात्राओं ने विभिन्न खेल प्रतियोगिता में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया है। इस अवसर पर छात्र अमित और छात्रा गरिमा को उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर सर्वश्रेष्ठ एथलीट घोषित किया गया व उन्हें पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया। एथलेटिक मीट के अंतर्गत 100 मीटर, 400 मीटर, 800 मीटर, 1500 मीटर दौड़, लंबी कूद, तीन टांग दौड़, कर्मचारी वर्ग की दौड़ तथा फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता सहित विभिन्न स्पर्धाओं का आयोजन किया गया। सभी प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

ये रहे विजेता

जेवेलियन थ्रो में प्रथम विश्वजीत, द्वितीय साहिल और तृतीय इशू रही। जेवेलियन थ्रो वीमेन में प्रथम गरिमा, द्वितीय खुशी और तृतीय काफी, 100 मीटर रेस में प्रथम अमित, द्वितीय आशीष और तृतीय यमन रहे। 100 मीटर रेस वीमेन में प्रथम गरिमा, द्वितीय खुशी और तृतीय शिवानी, 800 मीटर रेस में प्रथम आशीष, द्वितीय जतिन और तृतीय यमन, लॉग जंप में प्रथम अमित, द्वितीय इशू और तृतीय आशीष रहे। लॉग जंप वीमेन में प्रथम गरिमा, द्वितीय दिव्या रानी और तृतीय कोमल, 1500 मीटर रेस में प्रथम आशीष, द्वितीय जतिन और तृतीय साहिल, 1500 मीटर रेस वीमेन में प्रथम गरिमा, द्वितीय खुशी और तृतीय दिव्या रानी, क्लास एम्प्लॉय रेस में प्रथम सन्नी, द्वितीय पवन और तृतीय राजेंद्र रहे। टीचिंग स्टाफ 100 मीटर रेस में प्रथम कमलजीत, द्वितीय सोनू और तृतीय गुरदीप, फैंसी ड्रेस में प्रथम दीपिका, पिंरसी, द्वितीय प्रिया और तृतीय समीर रहे।

छात्रों को सम्मानित करते जिला सलाहकार दीपक एवं प्राचार्य गिरधारीलाल शर्मा।

जल संरक्षण के प्रति किया जागरूक

कैथल। जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग कैथल एवं पुंडरी शहर के चयनित विद्यालयों में स्कूल जागरूकता अभियान का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। अभियान का उद्धेश्य विद्यार्थियों में जल संरक्षण, स्वच्छ जल प्रबंधन तथा जिम्मेदार नागरिकता के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना रहा। पूंडरी में यह कार्यक्रम राजकीय मॉडल वमावि में प्राचार्य गिरधारीलाल शर्मा की अध्यक्षता में आयोजित किया गया, जबकि कैथल में पीएम श्री राजकीय वमावि, जाखौली अड्डा में प्राचार्य मनीषा राणा की अध्यक्षता में कार्यक्रम संपन्न हुआ। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जिला सलाहकार दीपक कुमार उपस्थित रहे। आयोजन नोडल अधिकारी एवं कार्यकारी अभियंता जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी कैथल अभिषेक शेर के दिशा-निर्देशन में संपन्न हुआ। छात्रों के मध्य "जल संरक्षण एवं स्वच्छ जल प्रबंधन" विषय पर चित्रकला प्रतियोगिता आयोजित करवाई गई।

खबर संक्षेप

कपास की आवक होने लगी है कम

उचाना। कपास की आवक धीरे-धीरे कम होने लगी है। भाव भी बीते साल के आस-पास कपास के किसानों को मिल रहे है। मार्केट कमेटी में दर्ज रिकॉर्ड के अनुसार अब तक 67386 क्विंटल कपास मंडी आ चुकी है। बीते साल इन दिनों तक 68663 क्विंटल कपास आई थी। अब तक 1277 क्विंटल कपास कम आई है। इन दिनों कम से कम 5310 रुपए प्रति क्विंटल तो अधिक से अधिक 7250 रुपए प्रति क्विंटल के भाव किसानों को मिल रहे है। बीते साल इन दिनों कम से कम 7060 तो अधिक से अधिक 7201 रुपए प्रति क्विंटल तक के भाव मिल रहे थे। मार्केट कमेटी सचिव योगेश गुप्ता ने कहा कि कुछ दिनों से कपास की आवक कम हो रही है।

डॉ सुरेंद्र सिंह यादव संयुक्त निदेशक के पद पर पदोन्नत

कैथल। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डॉ सुरेंद्र सिंह यादव की संयुक्त निदेशक के तौर पर पदोन्नति हुई है। उनके कार्यकाल के दौरान विभागीय कार्यों में उल्लेखनीय सुधार हुआ तथा आमजन की समस्याओं के समाधान के प्रति उन्होंने सदैव सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाया।पराली प्रबंधन के दौरान भी बेहतरीन कार्य किया गया। डीसी अपराजिता ने पदोन्नति पर उन्हें शुभकामनाएं देते हुए आशा व्यक्त की कि वे नई जिम्मेदारियों का निर्वहन भी पूरी निष्ठा एवं समर्पण के साथ करेंगे।

महिलाओं ने निकाली जागरूकता रैली

राजौंद। क्षेत्र के गांव कुकर कंडा में महिला स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा बेटी बचाओ–बेटी पढ़ाओ अभियान के तहत जागरूकता रैली निकालकर सराहनीय पहल की गई। रैली के माध्यम से ग्रामीणों को बेटियों के संरक्षण, शिक्षा और उनके अधिकारों के प्रति जागरूक किया गया। इस अवसर पर स्वास्थ्य विभाग की टीम द्वारा गांव में एक जागरूकता कार्यक्रम भी आयोजित किया गया। कार्यक्रम में कन्या भ्रूण हत्या रोकने, बालिकाओं की शिक्षा सुनिश्चित करने तथा समाज में बेटियों के प्रति सकारात्मक सोच विकसित करने पर जोर दिया गया।

कर्मचारियों का ब्लॉक स्तरीय प्रदर्शन आज

कैथल। अखिल भारतीय राज्य सरकारी कर्मचारी फेडरेशन के आह्वान पर आज 26 फरवरी को राष्ट्रीय मांग दिवस पर ब्लॉक स्तरीय प्रदर्शन करते हुए ज्ञापन सौंपे जाएंगे। इसकी तैयारियों की समीक्षा व सहयोगी संगठनों के साथ सयुक्त रूप से 8 मार्च को महिला दिवस और 23 मार्च को शहीदी दिवस पर सेमिनार आयोजित करने हेतु सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा की जवाहर पार्क स्थित संगठन कार्यालय में जिला प्रधान ओमपाल भाल की अध्यक्षता व जिला सचिव शिवचरण के संचालन में जिला कार्यकारिणी बैठक की गई। उन्होंने बताया कि कल सभी ब्लॉकों में प्रदर्शन करते हुए मुख्य सचिव हरियाणा सरकार के नाम ज्ञापन सौंपे जाएंगे।

एसडीएम को सौंपा सीएम के नाम ज्ञापन

उचाना। एससी, बीसी के विद्यार्थियों की समस्याओं के समाधान को लेकर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नाम एसडीएम दलजीत सिंह को ज्ञापन सौंपा। दिनेश अटवाल ने बताया कि ज्ञापन पत्र के माध्यम से प्रदेश स्थित सभी सरकारी विश्वविद्यालयों, कॉलेजों में जीरो फीस स्कीम लागू करवाना, पिछड़ा वर्ग के कॉलेजों, विश्वविद्यालयों में पढ़ रहे छात्रों की 3 साल से पेंडिंग छात्रवृत्ति तुरंत प्रभाव से जारी करवाना, परिवार पहचान पत्र के कारण छात्रों को आने वाली समस्याओं का तुरंत प्रभाव से दूर करवाने की मांग की। इस मौके पर डॉ. राजेश मेहंदिया, नरेश छात्तर, पवन घसो मौजूद रहे।

जन समस्याओं का समाधान करना प्रशासन की प्राथमिकता : एडीसी

शामदो में जिला प्रशासन ने किया रात्रि ठहराव, एडीसी ने सुनीं 67 शिकायतें

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

जींद। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में शिकायत रखते हुए महिलाएं तथा शिकायत सुनते हुए एडीसी प्रदीप कुमार। फोटो : हरिभूमि

एडीसी प्रदीप कुमार ने कहा कि ग्रामीण आपस में मिलजुलकर आपसी भाईचारे के साथ सामाजिक सरोकारों के कार्य करें। आधी समस्याओं का समाधान अपने आप हो जाएगा और युवा पीढ़ी को अच्छे संस्कार मिलेंगे। जनसमस्याओं का समाधान करना जिला प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकताओं में शुमार है।

एडीसी प्रदीप कुमार मंगलवार रात को गांव शामदो के राजकीय स्कूल में आयोजित रात्रि ठहराव कार्यक्रम में ग्रामीणों की समस्याएं को सुनते हुए कहा। एडीसी ने ग्रामीणों से सीधा संवाद कर उनकी समस्याएं सुनी और मौके पर ही अधिकारियों को समाधान के निर्देश दिए। इस दौरान ग्रामीणों द्वारा कुल 67 शिकायतें समाधान के लिए रखी गई। अधिकतर शिकायतों का मौके पर ही समाधान किया गया। ग्रामीणों ने अपनी व्यक्तिगत और सार्वजनिक समस्याएं एडीसी के समक्ष रखी। जिनमें बिजली, सड़क, स्वच्छता, पेयजल, शिक्षा से जुड़ी समस्याएं प्रमुख रही। इस दौरान प्राप्त प्रार्थनापत्रों में पारिवारिक पहचान पत्र को अलग करवाने, वोटर कार्ड पुनः जारी करवाने, अंबेडकर भवन की चारदीवारी एवं प्रकाश व्यवस्था करवाने, गांव में सामुदायिक भवन, चैपाल के लिए स्थान उपलब्ध करवाने, लाडो लक्ष्मी योजना के अंतर्गत बैंक खाता परिवर्तन करवाने, बेरोजगारी भत्ता दिलवाने, अतिरिक्त सफाई कर्मचारी नियुक्त करने एवं नालों की सफाई करवाने, श्मशान घाट से लेकर आवासीय क्षेत्र तक गली निर्माण करवाने तथा विकलांग पेंशन पुनः शुरू करवाने, लंबे रुट की बसें शामदो गांव में रूकवाने से संबंधी शिकायतें प्राप्त हुईं। संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए गए कि सभी शिकायतों का नियमानुसार प्राथमिकता के आधार पर समाधान सुनिश्चित किया जाए।

> **ये रहे उपस्थित**
>
> इस अवसर पर उचाना के एसडीएम दलजीत सिंह, नगराधीश मोनिका रानी, डीआरओ राजकुमार, डीडीपीओ संदीप भारद्वाज व अन्य सम्बंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

> **शिकायतों की होती है मॉनिटरिंग : एडीसी**
>
> *एडीसी ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार ने रात्रि ठहराव कार्यक्रम शुरू किया है, जो एक काफी अच्छी पहल है। जिससे ग्रामीणों को सीधे जिला प्रशासन से संवाद का बेहतरीन अवसर मिलता है। इस दौरान जो भी ग्रामीणों की समस्याएं दर्ज होती हैं, उनका पूरी गंभीरता के साथ समाधान किया जाता है। रात्रि ठहराव के दौरान शिकायतों की मॉनिटरिंग की जा रही है ताकि ग्रामीणों की संतुष्टि हो। रात्रि ठहराव कार्यक्रम की शुरुआत एडीसी, एसडीएम तथा सीटीएम द्वारा पौधारोपण कर की गई। इस दौरान जिला प्रशासन के सभी विभागों ने शिविर लगाकर ग्रामीणों को सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में सरपंच ने ग्राम पंचायत शामदों की तरफ से अपने गांव का मांग पत्र एडीसी के समक्ष रखा। एडीसी ने कहा कि सरकार के दिशा-निर्देशन में जिला प्रशासन जनता की सेवा के लिए तत्पर है। एडीसी ने ग्रामीणों को आश्वस्त किया कि हर समस्या का समाधान किया जाएगा। एडीसी ने कहा कि विभिन्न विभागों से संबंधित जो भी शिकायतें प्राप्त हुई हैं, वे आगामी दो दिनों के भीतर संबंधित गांवों में स्वयं जाकर कम से कम एक-दो घंटे का समय निकालते हुए स्थल निरीक्षण करें तथा शिकायतों का गंभीरता से संज्ञान लें। जिनका मौके पर समाधान संभव हो उनका तत्काल रूप से हल करवाया जाए।*

राजौंद। वार्ड नंबर 4 में गली निर्माण कार्य का शिलान्यास करते हुए नगर पालिका अध्यक्ष बबीता रानी व अन्य।

वार्ड नंबर 4 में गली निर्माण कार्य का शिलान्यास

हरिभूमि न्यूज ▶▶ राजौंद

- 12 लाख रुपये की लागत से बनेगी पक्की गली

नगर के वार्ड नंबर 4 में गली निर्माण कार्य का विधिवत शुभारंभ नगर पालिका अध्यक्ष बबीता रानी द्वारा नारियल फोड़कर किया गया। इस दौरान नागरिकों और जनप्रतिनिधियों की उपस्थिति में 12 लाख रुपये की लागत से बनने वाली गली का शिलान्यास किया गया। इस दौरान बबीता रानी नपा सचिव नरेंद्र शर्मा ने कहा कि नगर के समग्र विकास को लेकर पालिका पूरी तरह प्रतिबद्ध है।

किसी भी वार्ड के साथ भेदभाव नहीं किया जाएगा और सभी वार्डों में समान रूप से विकास कार्य करवाए जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि वार्ड नंबर 4 की इस गली के निर्माण से क्षेत्रवासियों को आवागमन में सुविधा मिलेगी और लंबे समय से चली आ रही समस्या का समाधान होगा। नगर पालिका सचिव नरेंद्र शर्मा ने बताया कि करीब 12 लाख रुपये की लागत से बनने वाली इस गली का निर्माण कार्य शीघ्र ही पूरा कर लिया जाएगा। गुणवत्ता का विशेष ध्यान रखते हुए निर्माण कार्य निर्धारित समयावधि में पूर्ण कराया जाएगा।

> **ये रहे मौजूद**
>
> इस दौरान कनिष्ठ अभियंता अश्विनी कुमार, अकाउंटेंट कर्म सिंह हुड्डा, चेयरमैन प्रतिनिधि सचिन इंसा, वार्ड नंबर 12 से पार्षद प्रतिनिधि कर्म सिंह, वार्ड नंबर 4 के पार्षद जॉनी राणा, ठेकेदार नीरज कुंडू रोहेड़ा,द कुंडू को-ऑप एलएंडसी सोसाइटी लिमिटेड रोहेड़ा सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

एसपी कुलदीप सिंह ने व्यापारियों के साथ बैठक करके मांगे सुझाव

- शहर में कानून व्यवस्था, यातायात व्यवस्था को लेकर व्यापारियों ने की खुलकर बात
- व्यापारियों ने एसपी को दिए यातायात को लेकर सुझाव

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह ने शहर की विभिन्न ट्रेड यूनियनों के पदाधिकारियों के साथ अपने कार्यालय में बातचीत की। उन्होंने व्यापारियों से शहर में कानून व्यवस्था को और अधिक मजबूत बनाने व यातायात व्यवस्था को सुदृढ़ रखने के लिए सुझाव मांगे। व्यापारियों ने भी अपने सुझाव दिए। एसपी ने कहा कि किसी भी घटना होने पर कोई भी व्यापारी उनसे सीधे फोन कर सकता है। एसपी ने व्यापारियों की समस्याओं को भी सुना। एसपी ने लगभग दो घंटे व्यापारियों से बाचतीत की। हरियाणा व्यापार मंडल के जिला अध्यक्ष महावीर कंप्यूटर, फोटो वीडियो वेलफेयर सोसायटी के प्रधान बलजीत रेढ़ू, व्यापार मंडल के प्रधान अनिल अग्रवाल, व्यापार मंडल के सचिव मनोज अरोड़ा, कोषाध्यक्ष राजेश कुमार व शिवचरण ने बताया कि देवीलाल चौक के पास जो अंडरपास बना है। वहां पर दुर्घटनाओं को अंदेशा रहता हैए इसलिए वहां पर कोई बैरियर की व्यवस्था की जाए। इस अवसर पर नरेश यादव, जितेंद्र गोयल, दीपक शर्मा, बलराज, ऋषि जैन, आनंद जैन, जय कुमार गोयल ने भी एसपी को अपनी अपनी समस्याएं बताई। उन्होंने व्यापारियों से कहा कि जिले में अपराध पर रोकथाम के लिए पुलिस हर संभव मदद के लिए तैयार है। किसी भी प्रकार सूचना यदि पुलिस को समय रहते मिल जाए तो अपराध पर काफी अंकुश लगाया जा सकता है। पुलिस लोगों की मदद के लिए है। यदि सभी नागरिक इस बात को समझने लग जाएं तो पुलिस व नागरिक दोनों की मदद हो सकती है।

गेहूं के सीजन में हर दाना डिजिटल तराजू पर तोलेंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ पूंडरी

पूंडरी अनाज मंडी में भी गेहूं खरीद सीजन को पारदर्शी और निष्पक्ष बनाने के लिए इस बार मंडियों में बड़ा बदलाव किया गया है। अब गेहूं की तुलाई केवल डिजिटल इलेक्ट्रॉनिक कांटों से ही की जाएगी, जबकि पुराने तिपाही कांटे पूरी तरह बंद कर दिए गए हैं। इस संबंध में जिला प्रशासन एवं मार्केट कमेटी द्वारा सभी आढ़तियों को स्पष्ट निर्देश जारी कर दिए गए हैं।

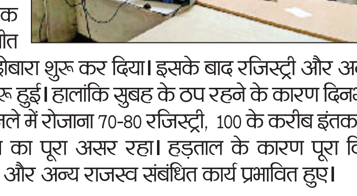
मार्केट कमेटी पूंडरी के सचिव गुलाब सिंह ने बताया कि किसानों के हितों की रक्षा और तौल में किसी भी प्रकार की गड़बड़ी को रोकने के लिए यह निर्णय लिया गया है। उन्होंने कहा कि सभी आढ़तियों को इलेक्ट्रॉनिक कांटे लगाने के आदेश दिए गए हैं। यदि कोई आढ़ती नियमों का उल्लंघन करता पाया गया तो उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी और जरूरत पड़ने पर लाइसेंस भी रद्द किया जा सकता है। इलेक्ट्रॉनिक कांटों से तुलाई होने पर किसानों को उनकी उपज का सही और पारदर्शी वजन मिलेगा, जिससे किसी भी प्रकार की कटौती या गड़बड़ी की संभावना समाप्त हो जाएगी।

न्यूज डायरी

पंजाब मॉडल से सीख ले हरियाणा में लाएं खेल क्रांति

कैथल। आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय मीडिया प्रभारी अनुराग ढांडा अपने पैतृक गांव धनौरी में आयोजित "जय बाबा खैरनाथ कबड्डी कप-1" में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। जय बाबा खैरनाथ स्टेडियम कमेटी द्वारा आयोजित इस भव्य खेल प्रतियोगिता में गांववासियों और आयोजन समिति ने उनका गर्मजोशी से स्वागत किया और स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया। अपने पैतृक गांव की धरती पर खिलाड़ियों को खेलते देख अनुराग ढांडा भावुक नजर आए। उन्होंने कहा कि धनौरी की मिट्टी से उनका गहरा भावनात्मक जुड़ाव है और यहां के युवाओं को खेलते देख उन्हें अपने बचपन के दिन याद आ गए। उन्होंने कहा कि हरियाणा खेल प्रतिभाओं की भूमि है और यहां के खिलाड़ियों ने ओलंपिक से लेकर अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं तक देश का नाम रोशन किया है। अनुराग ढांडा ने खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए कहा कि खेल केवल प्रतियोगिता नहीं, बल्कि अनुशासन, समर्पण और सकारात्मक ऊर्जा का माध्यम हैं। यदि युवाओं को उचित अवसर, मैदान, आधुनिक सुविधाएं और संतुलित डाइट मिले तो वे प्रदेश और देश को नई ऊंचाइयों तक ले जा सकते हैं। उन्होंने प्रदेश सरकार से खिलाड़ियों के लिए बुनियादी ढांचे को मजबूत करने की अपील की।

तहसील में कार्यरत कंप्यूटर ऑपरेटर रहे हड़ताल पर



जींद। जिले की तहसील में कार्यरत कंप्यूटर ऑपरेटरों ने मंगलवार को स्थायी रोजगार की मांग को लेकर हड़ताल की। इसके चलते सुबह से दोपहर तक तहसील का कामकाज पूरी तरह ठप रहा। दोपहर बाद प्रशासनिक अधिकारियों के साथ बातचीत के बाद ऑपरेटरों ने काम दोबारा शुरू कर दिया। इसके बाद रजिस्ट्री और अन्य कार्यों की प्रक्रिया फिर से शुरू हुई। हालांकि सुबह के ठप रहने के कारण दिनभर का शेड्यूल प्रभावित रहा। जिले में रोजाना 70-80 रजिस्ट्री, 100 के करीब इंतकाल होते हैं। जिन पर हड़ताल का पूरा असर रहा। हड़ताल के कारण पूरा दिन रजिस्ट्री, जमाबंदी, इंतकाल और अन्य राजस्व संबंधित कार्य प्रभावित हुए।

मांगों को लेकर लघु सचिवालय में किया प्रदर्शन

जींद। भारतीय मजदूर संघ के आह्वान पर लघु सचिवालय में प्रदर्शन किया गया और मांगों को लेकर देश के प्रधानमंत्री व केंद्रीय श्रम व रोजगार मंत्री को संबोधित ज्ञापन जिला राजस्व अधिकारी को सौंपा गया। ज्ञापन के माध्यम से मजदूर, श्रमिकों व सरकारी क्षेत्र के कर्मचारियों की समस्याओं को दूर करने की मांग की गई। प्रदर्शन से पहले पुराना बस अड्डा पर प्रदर्शनकारी कर्मियों को जिला मंत्री विनोद शर्मा ने संबोधित किया।

जनसेवा में सक्रिय पवन कुमार शर्मा का जनप्रतिनिधियों ने किया सम्मान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ ढांड

पूर्व उपायुक्त धर्मबीर सिंह समाज सेवी पवन शर्मा को सम्मानित करते हुए।

गांव चंदलाना निवासी समाजसेवी पवन कुमार शर्मा की सामाजिक सक्रियता एवं जनसेवा कार्यों को लेकर विभिन्न राजनीतिक और सामाजिक प्रतिनिधियों ने उनकी सराहना की है। नवीन जिंदल ने अपने संदेश में पवन कुमार शर्मा को सक्रिय कार्यकर्ता बताते हुए कहा कि उन्होंने संगठनात्मक गतिविधियों में सदैव बढ़-चढ़कर भाग लिया है तथा जनहित के कार्यों में निरंतर सहयोग दिया है। इसी कड़ी में भाजपा संगठन महामंत्री एडवोकेट भेद पाल, विधायक सतपाल जांबा, जिला अध्यक्ष कुरुक्षेत्र तजेंद्र सिंह, नगर परिषद थानेसर की चेयरपर्सन माफी ढांडा, पूर्व उपायुक्त धर्मबीर सिंह, जीएम डॉ. वत्स, पिहोवा से भाजपा प्रत्याशी डी.डी. शर्मा, पार्षद सुषमा मेहता, यू.ई. वेलफेयर सोसायटी के प्रधान सुनील दत्त शर्मा, हरियाणा ब्राह्मण धर्मशाला एवं छात्रावास कुरुक्षेत्र के प्रधान पवन शर्मा तथा चंदलाना ग्राम पंचायत के सरपंच अजय कुमार व पंचों सहित अन्य प्रतिनिधियों ने भी पवन कुमार शर्मा को ईमानदार, विनम्र और सामाजिक भावना से प्रेरित व्यक्ति बताया।

ग्रामीण विकास ही प्रदेश के सशक्त निर्माण की आधारशिला : अशोक गुर्जर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ ढांड

ढांड। ग्राम सभा की बैठक में हरियाणा भाजपा के वरिष्ठ नेता अशोक गुर्जर, सरपंच एवं अन्य ग्रामीणों के साथ।

गांव ढांड में आयोजित ग्राम सभा की महत्वपूर्ण बैठक में हरियाणा भाजपा के वरिष्ठ नेता अशोक गुर्जर ने शिरकत कर ग्रामीणों के साथ गांव के समग्र विकास पर विस्तार से चर्चा की। बैठक में विकास योजनाओं की प्रगति की समीक्षा की गई तथा भविष्य की प्राथमिकताओं को लेकर व्यापक रूपरेखा तैयार की गई।

ग्राम सभा को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि ग्रामीण विकास ही प्रदेश के सशक्त निर्माण की आधारशिला है। नायब सिंह सैनी के कुशल नेतृत्व में प्रदेश के प्रत्येक जिले और गांव में विकास कार्य तीव्र गति से आगे बढ़ रहे हैं। अशोक गुर्जर ने गांव में चल रहे विकास कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि ढांड निरंतर प्रगति की ओर अग्रसर है, जो ग्राम पंचायत एवं ग्रामीणों के सामूहिक प्रयासों का परिणाम है। उन्होंने आश्वस्त किया कि प्रदेश सरकार गांवों के बुनियादी ढांचे को सुदृढ़ करने, शिक्षा, स्वच्छता, पेयजल, सड़कों तथा अन्य मूलभूत सुविधाओं के विस्तार के लिए निरंतर प्रयासरत है। गांव ढांड के सरपंच जसबीर गुर्जर द्वारा कराए जा रहे विकास कार्यों की विशेष प्रशंसा की गई। इस अवसर पर सरपंच जसबीर गुर्जर, मार्केट कमेटी चेयरमैन विजेंद्र मैहला जडौला, ज्ञानचंद एडवोकेट, रामस्वरूप गांगल, विनोद कसाना, राजेंद्र गुर्जर , संजय गर्ग , बलिराम पठानिया, बलकार गुर्जर, राजवीर कसाना, जोगेंद्र पंवार, दासाराम पंवार, वीरभान गर्ग तथा वेद प्रकाश गर्ग सहित बड़ी संख्या में ग्रामीण उपस्थित रहे।

प्राइवेट खेल नर्सरियों में सबसे ज्यादा 77 आवेदन कबड्डी नर्सरी के लिए मिले, एथलेटिक्स के लिए 48 आए

खेल नर्सरी के लिए मिले 363 आवेदन, 27 विभागीय नर्सरियों के आए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जींद

नए सत्र में नर्सरी अलॉट करने को लेकर खेल विभाग ने नर्सरी संचालकों ने आवेदन मांगे थे। जिलेभर से कुल 363 आवेदन आए हैं। जिसमें 27 विभागीय नर्सरियों के हैं। वहीं 29 खेलों के लिए 336 आवेदन सरकारी स्कूलों, ग्राम पंचायतों व निजी स्कूल की नर्सरी संचालकों द्वारा किए गए हैं। प्राइवेट खेल नर्सरियों में इसमें सबसे ज्यादा 77 आवेदन कबड्डी नर्सरी के लिए आए हैं। इसके बाद एथलेटिक्स के लिए 48 व तीसरे नंबर पर कुश्ती के लिए 40 आवेदन आए हैं। अप्रैल माह की शुरुआत में नर्सरियां शुरू हो जाएंगी। ऐसे में जिन नर्सरी संचालकों द्वारा आवेदन किए गए हैं, उन्हें मार्च के लिए लास्ट में नर्सरी अलाट हो जाएंगी। अभी जो आवदेन किए गए हैं, उन खेल नर्सरियों की आगामी दिनों में जिला खेल विभाग व मुख्यालय की टीम द्वारा जांच की जाएगी। इस बार की खास बात यह है कि निजी स्कूल संचालकों से भी नर्सरी के लिए आवेदन मांगे गए हैं। जबकि पिछली बार केवल सरकारी स्कूलों व ग्राम पंचायतों को खेल नर्सरियां अलाट की गई थी।

इस बार खेलों को बढ़ावा देने के लिए ओलंपिकए एशियन व कॉमनवेल्थ खेलों में शामिल खेल नर्सरी खोली जाएंगी। विभाग द्वारा इन संस्थानों को हिदायत अनुसार 20 से 25 हजार रुपये प्रशिक्षकों को मानदेय व 1500 से दो हजार रुपये खिलाड़ियों को छात्रवृत्ति प्रदान की जाएगी। गौरतलब है कि सत्र 2025-26 में अलाट हुई खेल नर्सरियां 31 जनवरी को बंद हो चुकी हैं। अब अप्रैल माह में नई खेल नर्सरियां अलाट होंगी। पिछले सत्र में जिले में 58 खेल नर्सरियां ग्राम पंचायतों व सरकारी स्कूलों को अलॉट थी। एक नर्सरी में 25 खिलाड़ी अभ्यास करते हैं। खिलाड़ी को महीने में 22 दिन हाजिरी लगानी अनिवार्य होती है। हाजिरी के आधार पर ही खिलाडियों को डाइट राशि प्रदान की जाती है। खेल विभाग की ओर से आठ से 14 वर्ष के खिलाडियों को 1500 रुपये और 15 से 19 वर्ष के खिलाडियों को दो हजार रुपये की राशि दी जाती है।

> **नए सत्र में अलॉट की जाएंगी नर्सरियां**
>
> अभी तक आवेदन की तारीख बढ़ाए जाने को लेकर कोई अपडेट नहीं है। अगर कोई अपडेट आएगी तो नर्सरी संचालकों को अवगत करवा दिया जाएगा। खेल विभाग की ओर से नए सत्र में खेल नर्सरियां अलाट की जाएंगी। ऐसे में इच्छुक नर्सरी संचालक 22 फरवरी तक आवेदन कर सकते थे। कुल 363 आवेदन आए हैं, जिसमें 27 विभागीय नर्सरियों के हैं।
>
> - **रामपाल हुड्डा,** जिला खेल अधिकारी

खेल का नाम आवेदनों की संख्या

ऑर्चरी	8	कराटे	3
एथलेटिक्स	48	खो-खो	17
बैडमिंटन	1	नेटबाल	3
बास्केटबाल	20	रोइंग	3
बाक्सिंग	8	शूटिंग	4
कनोइंग	1	स्केटिंग	1
क्रिकेट	3	स्वीमिंग	16
साइकिलिंग	2	टेबल टेनिस	3
घुड़सवारी	1	ताइक्वांडो	1
फेंसिंग	4	वालीबाल	7
फुटबाल	18	वेटलिफ्टिंग	1
हैंडबाल	19	कुश्ती	40
हाकी	11	वुशू	9
जूडो	3	योगा	4
कबड्डी	77	कुल आवेदन	363