हरिभूमि

भिवानी-दादरी भूमि

रोहतक, गुरुवार 7 मई 2026

13 गरीबों के आशियाने जमींदोज, तपती...

14 48 घंटे बीते, न बिजली न पानी, 30 गांवों के घर-घर...

खबर संक्षेप

सीजेएम ने जेल और सेफ हाउस का किया निरीक्षण

भिवानी। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के चेयरमैन व जिला एवं सत्र न्यायाधीश डीआर चालिया के निर्देशानुसार प्राधिकरण के सीजेएम-कम-सचिव सीजेएम पवन कुमार ने बुधवार को स्थानीय जिला कारागार और सेफ हाउस का औचक निरीक्षण किया। जिला कारागार निरीक्षण के दौरान सीजेएम ने कैदियों-हवालातियों को उनके केसों में आ रही मुश्किलों को सुना व समस्याओं के समाधान संबंधी जानकारी दी। उन्होंने जेल की बैरकों व जेल में स्थापित कानूनी सहायता क्लीनिक और जेल अस्पताल का भी निरीक्षण किया।

दीपक लोहिया दिव्यांग क्रिकेट ट्रॉफी 10 को

भिवानी। ग्रेटर नोएडा के शहीद विजय सिंह पथिक इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में दीपक लोहिया मेमोरियल दिव्यांग ट्रॉफी के लिए हरियाणा व उत्तर प्रदेश की टीमें आमने-सामने होंगी। इसका आयोजन फिजिकल चैलेंज्ड क्रिकेट एसोसिएशन ऑफ इंडिया (पीसीसीएआई) करेगा। कार्यक्रम में संस्था के अध्यक्ष एवं स्वर्गीय दीपक लोहिया के पिता सुरेंद्र लोहिया बतौर मुख्यतिथि सपरिवार उपस्थित रहेंगे। मैच 10 मई को सुबह 10 बजे शुरू होगा, जहां खेल के माध्यम से दीपक लोहिया के योगदान को याद किया जाएगा। उन्होंने बताया कि दीपक लोहिया केवल सहयोगी नहीं, बल्कि दिव्यांग क्रिकेट की रीढ़ थे।

घरों में डस्टबिन से पॉलीथिन में पैक हुआ कूड़ा, बदबू फैलने पर सड़कों पर फेंका, रास्तों से गुजरना दूभर

सफाई कर्मचारियों की हड़ताल ने बिगाड़ी शहर की सफाई व्यवस्था, जगह-जगह लगने लगे कूड़े के ढेर

कर्मचारियों का रूख कड़ा, सरकार ने मांगें नहीं मानी तो लंबी खिच सकती है हड़ताल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। नगर परिषद के बाहर हड़ताल के दौरान नारेबाजी करते सफाई कर्मचारी।

भिवानी। नगर परिषद के सफाई कर्मचारियों की हड़ताल के चलते नगर सुधार मंडल मार्केट के सामने लगा गंदगी का ढेर।

खास बातें

- शहर में नहीं हुई साफ सफाई, प्रशासन को कोस रहे लोग, कर्मचारी कल लेंगे अगला फैसला
- एक व दो मई की हड़ताल के दौरान प्रशासन ने मांगों के संबंध में कोई निर्णय नहीं लिया
- मांगें न मानने से कर्मचारी वर्ग में दिखाई दे रहा कड़ा रोष

नगर पालिका कर्मचारी संघ के बैनर तले सफाई कर्मचारियों की हड़ताल बुधवार को छठे दिन में प्रवेश कर गई। संघ के प्रदेश सचिव पुरूषोत्तम दानव के नेतृत्व में चल रही हड़ताल में कर्मचारी कड़ा रुख अपनाए हुए हैं और मांगें माने जाने तक किसी भी सूरत में पीछे हटने को तैयार नहीं हैं। एक व दो मई की हड़ताल के दौरान प्रशासन ने मांगों के संबंध में कोई निर्णय नहीं लिया, जिससे कर्मचारी वर्ग में कड़ा रोष हैं। इसके बाद कर्मचारियों ने हड़ताल को तीन दिन और पांच मई तक बढ़ाया। प्रशासन की बेरूखी के चलते कर्मचारियों ने डोर टू डोर कूड़ा उठाने वाले टिप्पर व तिपहिया रेहड़ियों को भी बंद करवा दिया। कर्मचारी संघ ने हड़ताल समाप्त होने तक शहर में सफाई न करने और डोर टू डोर जाकर कूड़ा नहीं उठाने का फैसला लिया, जिसके बाद घरों में रखी डस्टबिन भर गई और कूड़ा पॉलीथिनों व कट्टों में पैक हो गया हैं और उसे सड़कों पर फेंक दिया हैं,जो शहर के सौंदर्यीकरण को ग्रहण लगा रहे हैं। नगर पालिका कर्मचारी संघ के बैनर तले सफाई कर्मचारियों की हड़ताल की एक मई से शुरू होकर छह मई बुधवार को छठे दिन में प्रवेश कर गई, जिसकी अध्यक्षता संघ जिला प्रधान शेरसिंह ने की। सफाई कर्मियों ने लंबित मांगें लागू करवाने को लेकर कड़ा रुख अपनाया हुआ हैं। हड़ताल के चलते सरकार व प्रशासन ने मांगों के संदर्भ में कोई कार्रवाही नहीं करने पर कर्मचारी संघ ने शहर के सभी 31 वार्डों में डोर-टू-डोर जाकर कूड़ा उठाने वाले टिप्पर व रेहड़ियों को भी पूर्णरुप से बंद करवा दिया। इसके साथ ही कचरा प्वाइंटों पर पड़े कूड़े को भी लोडर से नहीं उठाने का निर्णय लिया, जिसके बाद सफाई व्यवस्था व कूड़े उठान एवं निस्तारण पूर्णरुप से ठप हो गया। शहर के सभी 31 वार्डों में प्रत्येक में दो टिप्पर व करीब ढाई सौ तिपहिया रेहड़ियां डोर टू डोर कूड़ा उठाने का कार्य करते थे। शहर में कचरा प्वाइंटों पर पड़ी गंदगी बढ़ती जा रही हैं, वहीं घरों में कूड़े के लिए रखी डस्टबिने भर गई हैं और कूड़ा पॉलीथिनों व कट्टों में पैक हो गया हैं। वहीं कुछ लोग कूड़े की थैलियां व कट्टे रात व देर सबेर सड़कों पर फेंक रहे हैं, जिससे शहर के सौंदर्यीकरण को ग्रहण लग रहा हैं। शहर में हर तरफ गंदगी के अंबार लगे है और बदबू फैलने पर आमजन का जीना दूभर हो गया है। मुख्य बाजारों से रिहायशी इलाकों तक कूड़े के पहाड़ खड़े हो गए हैं। डस्टबिन ओवरफ्लो होकर सड़कों पर गंदगी फैल गई हैं, जिससे महामारी फैलने का अंदेशा बना हुआ हैं। वहीं कर्मचारी हड़ताल को लेकर सात मई दोपहर को कड़ा रुख अख्तियार कर सकते हैं। हड़ताल एवं धरने के दौरान नगर पालिका कर्मचारी संघ के प्रदेश सचिव पुरूषोत्तम दानव, शेरसिंह, बाला, मनीषा, द्रोपदी, सीमा, सुनीता, बिट्टू, रमेश, जयहिंद पहलवान, अमित, शिवकुमार, सुरेश, विशेष व राहुल आदि मौजूद रहे।

सवालः कितने दिन पॉलीथिनों में पैक रहेगा कूड़ा

सफाई कर्मचारियों की शहर में साफ सफाई छोड़ हड़ताल के बाद डोर टू डोर कूड़ा उठाने वाले टिप्पर व रेहड़ियों को भी बंद कर दिया हैं और संघ ने उन्हें हड़ताल खत्म होने तक पूर्णरुप से बंद रखने का फैसला ले लिया हैं। अब समस्या ये हैं कि घर की सफाई व रसोई से निकलने वाले कूड़े के लिए घरों में एक छोटी डस्टबिन का इस्तेमाल किया जाता हैं, जो भर चुकी हैं। अब लोगों ने मजबूरीवश डस्टबिनों का कूड़ा पॉलीथिनों में पैक करके रख दिया हैं कि कब टिप्पर व रेहड़ीवाला कूड़ा लेने आए और वे कूड़ा उसमें डालें। हड़ताल के चलते अब ये देखने वाली बात है कि आखिर कूड़ा कब तक पॉलीथिनों में पैक रहेगा और कब कूड़े से निजात मिलेगी।

ठेका प्रथा खत्म करने के नाम पर छल करने का आरोप

नगर पालिका कर्मचारी संघ के प्रदेश सचिव पुरूषोत्तम दानव ने कहा कि सफाई कर्मचारियों का न्यूनतम वेतन 30 हजार रुपये किया जाए और बढ़ती जनसंख्या एवं शहरों के विस्तार अनुसार नए पदों का सृजन कर पक्की भर्ती की जानी चाहिए। दानव ने सरकार के दावों की पोल खोलते हुए गंभीर आरोप लगाए कि वर्ष 1997 से लेकर 2026 तक सफाई एवं सीवर कर्मचारियों की कोई नई पक्की भर्ती नहीं की गई है। वहीं ठेका प्रथा खत्म करने के नाम पर सरकार ने हरियाणा कौशल रोजगार निगम बनाकर कर्मचारियों से छल किया है। उन्होंने कहा कि कर्मचारियों की मांगे जायज हैं और प्रशासन व सरकार जानबूझकर उक्त मांगों को लागू नहीं कर रहे, जो न्याय संगत नहीं हैं।

भिवानी। डोर टू डोर कूड़ा उठान बंद करने व हड़ताल के चलते सड़क पर फेंके गए गंदगी से भरी पॉलीथिन व कट्टे। फोटो : हरिभूमि

बवानी खेड़ा के शहीद गुलाब सिंह पार्क का बढ़ेगा दायरा

दीपक कुमार डुमड़ा ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानीखेड़ा शहरवासियों के लिए एक बड़ी सौगात सामने आई है। स्थानीय नगर पालिका प्रशासन द्वारा शहीद गुलाब सिंह पार्क के विस्तार और सौंदर्यीकरण की योजना तैयार की गई है, जिसके तहत पार्क का दायरा बढ़ाया जा सकता है इसके साथ-साथ आधुनिक सुविधाएं भी विकसित की जाएंगी। इस योजना से न केवल शहर की सुंदरता बढ़ेगी, बल्कि आमजन, बच्चों, बुजुर्गों और दिव्यांगजनों को बेहतर सुविधाएं भी मिलेंगी। नपा एमई पंकज गर्ग ने बताया कि पार्क में ओपन साइड जिम स्थापित करने की भी योजना है, जिसमें आधुनिक फिटनेस उपकरण लगाए जाएंगे। इस जिम का लाभ महिलाएं, पुरुष, युवा और बुजुर्ग सभी वर्ग के लोग उठा सकेंगे। खुले वातावरण में व्यायाम करने से लोगों के स्वास्थ्य में सुधार होगा और वे फिटनेस के प्रति अधिक जागरूक होंगे। इसके अलावा पार्क में हरियाली बढ़ाने, बैठने के लिए नई बेंच लगाने, बच्चों के लिए खेल क्षेत्र विकसित करने और लाइटिंग व्यवस्था को बेहतर बनाने पर भी जोर दिया जाएगा।

बवानीखेड़ा। बवानीखेड़ा में शहीद गुलाब सिंह पार्क का निर्माण कार्य के दौरान हटाई गई दिवारें। फोटो : हरिभूमि

दिव्यांगों के लिए लगेंगे झूले, बनेंगे रैंप

विधायक कपूर वाल्मीकि ने बताया कि प्रस्तावित योजना के अनुसार पार्क में दिव्यांगजनों के लिए विशेष झूले लगाए जाएंगे, जिससे वे भी मनोरंजन और व्यायाम का आनंद ले सकें। इसके साथ ही पूरे पार्क में रैंप की व्यवस्था की जाएगी ताकि व्हीलचेयर उपयोग करने वाले लोग बिना किसी परेशानी के पार्क में घूम सकें। यह पहल सामाजिक समावेशन की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम मानी जा रही है। इस पर लगभग 10 लाख रूपए की लागत आएगी। वहीं उन्होंने बताया कि यदि और धनराशि की जरूरत पड़ी तो वे सरकार से इसके सौदर्यकरण में चार-चांद लगाने का कार्य करेंगे।

विकास करवाना मकसद

नपा प्रधान सुंदर अत्री ने बताया कि दिव्यांगों के लिए रैंप, झूले व ऑपन जिम पर लगभग 15 लाख रूपए व्यय किए जाएंगे। इस विकास कार्य के पूरा होने के बाद शहीद गुलाब सिंह पार्क न केवल बवानी खेड़ा बल्कि आसपास के क्षेत्रों के लिए भी एक आकर्षण का केंद्र बन जाएगा। यह परियोजना क्षेत्र के विकास और लोगों के जीवन स्तर को सुधारने की दिशा में एक सराहनीय कदम साबित होगी। उन्होंने बताया कि उन्होंने शहर को विकास मामले में नंबर वन बनाने का प्रण लिया हुआ है और सभी पार्षदों व नपा प्रशासन संग मिलकर विकास की गति देने में लगे हैं।

क्रेशर मलिक ने खानक में खनन कंपनी पर लगाया पत्थर के बदले रेत देने का आरोप

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

शिवा स्टोन क्रेशर के मालिक बलजीत सिंह ने एचएसआईआईडीसी के प्रबंध निदेशक को मेल भेजकर एचएसआईआईडीसी खानक द्वारा भेजे जा रहे निम्न गुणवत्ता वाले पत्थर व रेत डालने के संबंध में शिकायत की है। उन्होंने एचएसआईआईडीसी के प्रबंध निदेशक को शिकायत भेजकर अनुरोध किया है कि इस गंभीर विषय का संज्ञान लेते हुए शीघ्र आवश्यक कार्यवाही करें, ताकि उन्हें गुणवत्तापूर्ण पत्थर प्राप्त हो सके और व्यवसाय को हो रहे नुकसान को रोका जा सके। क्रेशर मालिक बलजीत ने बताया कि साफ पत्थर डालने के पैसे की डिमांड की जा रही है। उन्होंने बताया कि एचएसआईआईडीसी के अधिकारी 50 से 60 रुपये प्रति टन के हिसाब से मांग करते हैं। उन्होंने बताया कि वे पत्थर बोली लगाकर लेते हैं फिर भी रेत डाला जा रहा है, जो गलत है।

इस बारे में एचएसआईआईडीसी के प्रोजेक्ट मैनेजर संजय मितल ने बार-बार फोन करने पर भी फोन नहीं उठाया।

शिवा स्टोन क्रेशर मालिक का यह है कहना

बताया कि खानक पहाड़ से अपने क्रेशर हेतु पत्थर की नियमित खरीद कर रहे हैं। किन्तु पिछले कुछ समय से पत्थर की उच्च क्वालिटी ना होना व रेत भरने जैसी गंभीर समस्या सामने आ रही है कि जिन गाड़ियों में पत्थर भेजा जा रहा है, उनमें पत्थर के स्थान पर लगभग 95-100 प्रतिशत रेत भरी जा रही है। जो गलत है। उन्होंने बताया कि इस प्रकार की सामग्री क्रेशर पर पहले से उपलब्ध पत्थर के साथ मिश्रित होकर उसकी गुणवत्ता को पूर्णतः प्रभावित कर रही है, जिससे तैयार माल की गुणवत्ता में गिरावट आ रही है और उनके व्यवसाय पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा है।

खाते से लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने के मामले में डाक कर्मचारी को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज,लौहारू

जिला अनुसंधान इकाई भिवानी की टीम ने उप डाकघर लोहारू में खाताधारक के खाते से धोखाधड़ी कर रुपये निकालने के मामले में एक डाक कर्मचारी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है।

आरोपी को न्यायालय में पेश कर 01 दिन के रिमांड पर लिया है। अधीक्षक डाकघर भिवानी मंडल द्वारा थाना लोहारू में शिकायत दर्ज करवाई गई थी कि उप डाकघर लोहारू में खाताधारक राम सिंह के बचत खाते से वर्ष 2025 के दौरान अलग-अलग तिथियों में बिना जानकारी के 3,20,000 की राशि निकाली गई। जांच के दौरान जिला अनुसंधान इकाई के एएसआई विजेंद्र सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम ने कार्रवाई करते हुए आरोपी को भिवानी से गिरफ्तार किया। आरोपी की पहचान मनोज कुमार पुत्र रतन सिंह निवासी गांव बेरला, थाना बाढड़ा, जिला चरखी दादरी के रूप में हुई है।जो उप डाकघर लोहारू में डाक सहायक के पद पर कार्यरत था। पूछताछ के दौरान आरोपी ने खुलासा किया कि उसने अपने अन्य साथियों के साथ मिलकर खाताधारक राम सिंह के नाम से फर्जी विड्राल फॉर्म तैयार किए और फर्जी हस्ताक्षर कर वर्ष 2025 में अलग-अलग तिथियों पर लगभग 3,20,000 की राशि निकाल ली।

भाजपा की बैठक में महिला संगठन की मजबूती पर जोर

- **हर बूथ को सशक्त बनाना ही भाजपा व प्रत्येक कार्यकर्ता का है संकल्प : सोनिया**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। बैठक में मौजूद महिलाएं।

भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन के निर्देशों का पालन करते हुए संगठन को जमीनी स्तर पर सक्रिय करने की कवायद तेज हो गई है। इसी कड़ी में जोनपाल मंडल की मासिक बैठक गांव झरवाई की एससी चौपाल में हुई। जिला अध्यक्ष विरेंद्र कौशिक के नेतृत्व में हुई बैठक में संगठन की मजबूती और आगामी कार्यक्रमों की रूपरेखा पर विस्तार से चर्चा हुई। बैठक की अध्यक्षता जिला सचिव व मंडल प्रभारी सोनिया अत्री ने की। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में सांसद धर्मबीर सिंह के पुत्र एवं युवा भाजपा नेता मोहित चौधरी ने शिरकत कर कार्यकर्ताओं में जोश भरा। मुख्य वक्ता मोहित चौधरी ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के मन की बात कार्यक्रम को जन-जन तक पहुंचाना और उसे डिजिटल प्लेटफॉर्म पर दर्ज करना हमारी प्राथमिकता है, हमारा बूथ स्तर का प्रबंधन सटीक है, तो विकास की नीतियों को घर-घर पहुंचाने से हमें कोई नहीं रोक सकता। जोनपाल मंडल प्रभारी एवं जिला सचिव सोनिंया अत्री ने कहा कि मासिक बूथ बैठकों का नियमित आयोजन अनिवार्य है। हमें ये देखना होगा कि कार्यक्रमों को और अधिक प्रभावी कैसे बनाया जाए ताकि आम जनता का जुड़ाव पार्टी के साथ निरंतर बना रहे। इस अवसर पर मंडल अध्यक्ष धनराज यादव, महामंत्री पवन सैनी, डा. राजकुमार हालुवासिया, सरपंच कमला देवी, ओबीसी मोर्चा अध्यक्ष महेंद्र यादव, उमा शंकर, वीर सिंह, राजेश, दिनेश, शंकर शर्मा, रामावतार शर्मा, हरनंद, रघुबीर, बलबीर रामबक्श, रवि सीमा, सुनीता, सरोज, गीता, सरपंच जितेंद्र सहित अनेक लोग मौजूद रहे।

दहेज उन्मूलन के लिए विशेष जागरूकता अभियान शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

जिला विधि सेवा प्राधिकरण भिवानी द्वारा दहेज प्रथा के उन्मूलन एवं महिलाओं के अधिकारों के संरक्षण हेतु विशेष जागरूकता अभियान प्रारंभ किया गया है। यह अभियान जिलेभर में मोबाइल वैन के माध्यम से संचालित किया गया है ताकि अधिक से अधिक लोगों तक कानूनी जानकारी पहुंचाई जा सके।

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट-सह-सचिव पवन कुमार ने जानकारी देते हुए बताया कि इस अभियान के तहत सभी पैनल अधिवक्ताओं एवं पैरा लीगल स्वयंसेवकों को निर्देश दिए गए हैं कि वे दहेज निषेध कानून तथा भारतीय दंड संहिता की धारा 304-बी और 498-ए के अंतर्गत प्रावधानों के बारे में आमजन को जागरूक करें। उन्होंने बताया कि यह अभियान ग्रामीण एवं शहरी दोनों क्षेत्रों में चलाया जाएगा, जिससे समाज के हर वर्ग तक इस महत्वपूर्ण विषय की जानकारी पहुंच सके। अधिवक्ताओं एवं स्वयंसेवकों को निर्देश दिए गए हैं। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण का उद्देश्य इस अभियान के माध्यम से समाज में दहेज प्रथा के खिलाफ जागरूकता बढ़ाना तथा महिलाओं के अधिकारों की रक्षा सुनिश्चित करना है।

हरियाणा राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड ने चलाया पर्यावरण संरक्षण जागरूकता अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

डीसी साहिल गुप्ता के निर्देशानुसार प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा पर्यावरण संरक्षण को लेकर जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। इसी कड़ी में बोर्ड ने विभिन्न स्थानों पर जाकर व प्रचार सामग्री लगाकर किसानों और आम जनता को गेहूं के अवशेष न जलाने और सिंगल यूज प्लास्टिक का त्याग करने के प्रति जागरूक किया। प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के क्षेत्रीय अधिकारी शैलेन्द्र अरोड़ा ने बताया कि बोर्ड की टीम ने विभिन्न सार्वजनिक स्थानों पर जाकर लोगों को पर्यावरण के प्रति उनकी जिम्मेदारी बारे जागरूक किया। टीम ने बवानी खेड़ा के बस स्टैंड, तहसीलदार कार्यालय और अनाज मंडी तथा भिवानी का मुख्य बस स्टैंड, मार्केट कमेटी कार्यालय, सब्जी मंडी और अनाज मंडी में आमजन को गेहूं के अवशेष न जलाने और सिंगल यूज प्लास्टिक का त्याग करने के प्रति जागरूक किया। उन्होंने आमजन व किसानों को बताया कि गेहूं के अवशेष जलाने से न केवल वायु प्रदूषण बढ़ता है, बल्कि जमीन की उर्वरक शक्ति भी नष्ट हो जाती है। पराली जलाना और प्रतिबंधित प्लास्टिक का उपयोग करना दंडनीय अपराध है, जिसके लिए भारी जुर्माना भी लगाया जा सकता है।

सिंगल यूज प्लास्टिक के घातक परिणाम बताए

प्लास्टिक मुक्त भारत अभियान के तहत व्यापारियों व राहगीरों को सिंगल यूज प्लास्टिक के घातक परिणामों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। उन्हें कपड़े के थैले इस्तेमाल करने और प्लास्टिक मुक्त जीवनशैली अपनाने की शपथ दिलवाई। उन्होंने कहा कि पर्यावरण की सुरक्षा केवल सरकार की नहीं, बल्कि हर नागरिक की साझा जिम्मेदारी है। प्रदूषण मुक्त भविष्य के लिए किसानों का सहयोग अत्यंत अनिवार्य है। इस दौरान बोर्ड टीम ने अपील की है कि आने वाली पीढ़ी को स्वच्छ हवा और स्वस्थ वातावरण देने के लिए मिट्टी की सेहत न बिगाड़ें और प्लास्टिक को ना कहें।

कार्यकारी अभियन्ता ने शीघ्र समाधान का दिया आश्वासन

10 दिनों से पेयजल समस्या से परेशान लोगों का प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

जनसंघर्ष समिति भिवानी के नेतृत्व हनुमान गेट के नजदीक अंबेडकर कालोनी में पिछले 10 दिनों से पीने का पानी की आपूर्ति ठप्प होने के कारण कालोनी वासियों का गुस्सा फूट पड़ा तथा बुधवार को बड़ी संख्या में इक_ा होकर महिलाओं ने जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के अधिकारियों के खिलाफ प्रदर्शन करके बवाल काटा। इसी दौरान महिलाओं ने जनसंघर्ष समिति के संयोजक व माकपा नेता कामरेड ओमप्रकाश व सुखदेव सिंह पालुवास को फोन करके बुला लिया तथा उन्होंने तुरंत विभाग के कार्यकारी अभियंता कपिल वर्मा से बात की तथा कालोनी वासियों की पीने के पानी नहीं आने से हो रही समस्याओं से अवगत कराया तथा शीघ्र उनकी समस्या के समाधान की अपील की। उन्होंने बताया कि करीब सांयकाल 2.5 बजे अंबेडकर कालोनी में पानी छोड़ दिया जाएगा, फिर भी कोई समस्या हुई तो उनके पास पानी के टैंकर भेज दिए जाएंगे। कालोनी वासियों ने संबंधित विभाग के अधिकारियों को चेतावनी दी है कि यदि शीघ्र उनकी समस्या का समाधान नहीं हुआ तो वे उनका घेराव करने पर मजबूर होंगे। प्रदर्शन में सीताराम प्रजापत, बंटी अली, जसपाल सिंह, आमीर, ईश्वर सिंह, मुन्नी देवी, निर्मला, भतेरी, मीना, अंगूरी, रोशनी, सत्तोष, चमेली, सुमन आदि महिलांए शामिल हुई।

भिवानी। पीने के पानी की मांग को लेकर नारेबाजी करते हुए।

पानी की समस्या पर बोले प्रदर्शनकारी

कामरेड ओमप्रकाश, सुखदेव पालवास व कालोनीवासी कप्तान रामभगत व अतर सिंह ने बताया कि अंबेडकर कालोनी में दो बुस्टरों से पानी आपूर्ति होती है। एक बुस्टर पीपली वाली जोहड़ी की तरफ से तथा दूसरा बूस्टर हनुमान गेट से वहां पानी की आपूर्ति करते है। दोनों के वाल्व नहीं खोले जा रहे है, सभी वाल्व खुलने से पानी का दबाव बन जाता है, उसी से प्रैसर बनकर दूरदराज तक फैली हुई कालोनी में सभी घरों में पानी आ पाता है। पीने के पानी की लाईन भी कहीं सीवरेज से मिली हुई है और आम दिनों में भी गंदा पानी आता है। अब गर्मी के मौसम में भारी परेशानी रहती है। अब तो 10 दिनों से पानी बिलकुल ही नहीं आ रहा है।

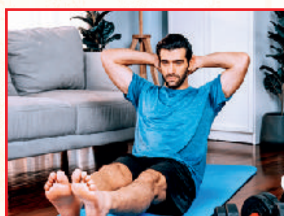
हेल्दी और फिट रहने के लिए केवल डाइट प्लान और वर्कआउट रूटीन को फॉलो करना पर्याप्त नहीं होता है। इसके लिए आपकी लाइफस्टाइल भी सही होनी चाहिए। आज अनेक यंगस्टर्स इसी फॉर्मूले को फॉलो कर रहे हैं।

फिटनेस के लिए यंगस्टर्स बदलें अपनी लाइफस्टाइल

फिटनेस
दिव्यज्योति 'नंदन'

आज के दौर में सुबह पार्क में दौड़ते हुए युवा, जिम में पसीना बहाती हुई युवतियां, कलाइयों पर स्मार्ट वाच और सोशल मीडिया में फिटनेस अपडेट के साथ लगातार जुड़े यंगस्टर्स, अब सिर्फ फिट नहीं रहना चाहते बल्कि फिटनेस की अपनी पूरी अवधारणा ही बदल डालना चाहते हैं यानी, अब शरीर को फिट रखने की जगह वे अपनी पूरी जीवनशैली को ही फिट बनाने में लगे हैं। इसके लिए एफर्ट से ज्यादा अपनी सोच बदलने की जरूरत होती है। अगर आप अपनी सोच में हेल्थ और फिटनेस को तरजीह देंगे तो हेल्दी-फिट लाइफ जीना आसान हो जाएगा।

स्लिम नहीं स्ट्रांग को दें इंपॉर्टेंस: एक समय था जब युवाओं का लक्ष्य फिट दिखने के नाम पर पतला और स्मार्ट दिखना होता था। लेकिन अब फिट होने का मतलब है स्ट्रांग होना। आज के युवा सिक्स पैक या जीरो फिगर से आगे बढ़कर स्ट्रेंथ, स्टेमिना और वर्क पावर पर ध्यान दे रहे हैं। ऐसी सोच ही आपको रियली फिट रहने में हेल्पफुल होती है। इसी तरह युवतियों में वेट ट्रेनिंग का तेजी से चलन बढ़ रहा है, क्योंकि फिट दिखने से ज्यादा अब वे फिट महसूस करना जरूरी मानती हैं। इसके लिए बॉडी को पॉजिटिविटी चाहिए होती है। यंगस्टर्स की सोच में आया यह बदलाव बताता है कि फिटनेस अब दिखावे से बाहर निकलकर हेल्थ का मूल मंत्र बन गया है।



मेंटल हेल्थ पर ध्यान देना भी जरूरी: पूरी तरह हेल्दी और फिट रहने के लिए यह समझना भी जरूरी है कि सिर्फ शरीर को मजबूत करना ही पर्याप्त नहीं होता है। आज के दौर में यंगस्टर्स के लिए कॉलेज, करियर और सोशल मीडिया के दबाव के बीच मेंटल हेल्थ भी एक बड़ा मुद्दा बन चुका है। इसे बनाने के लिए योगासन, ध्यान और प्राणायाम भी अब युवाओं का पसंदीदा शगल बन गया है। अनेक विशेषज्ञ कहते हैं कि मेंटल हेल्थ के लिए योग का अभ्यास कारगर होता है। इसके अलावा डिजिटल डिटॉक्स और माइंडफुलनेस भी जरूरी मंत्र हैं। अच्छी फिटनेस तनाव कम करने का माध्यम भी बन सकती है। इसलिए अब फिटनेस की पुरानी परिभाषा केवल मसल्स फिटनेस तक सीमित नहीं रही है, बल्कि मस्तिष्क का संतुलन भी जरूरी है।

डिजिटल फिटनेस भी जरूरी: फिटनेस की दुनिया अब तकनीक की गहराई से भी जुड़ती है। स्मार्ट वॉच और फिटनेस बैंड से स्टेप काउंट अब यंगस्टर्स के लिए सामान्य बात है। अच्छी नींद, हार्ट रेट और कैलोरी ट्रैकिंग अब जरूरी होता जा रहा है। मोबाइल एप्स के जरिए भी वर्कआउट प्लान बनाया जा सकता है। सही तरह से यूज किया जाए तो ये सब डिजिटल टेक्नीक्स आपको हेल्दी, फिट रखने में हेल्पफुल साबित होते हैं। इनकी मदद से आप हर दिन अपने आंकड़े पहले से बेहतर करने के लिए प्रेरित हो सकते हैं। लेकिन डेटा के प्रेशर में आने से बचने में ही समझदारी है।

फिटनेस बना सोशल फेस: आज फिटनेस केवल स्वास्थ्य गतिविधि भर नहीं है। रनिंग क्लब, साइकिलिंग ग्रुप्स, जिम कम्युनिटी का एक तरह के सोशल प्लेटफॉर्म के रूप में यूज किया जा सकता है। इससे आपके सोशल रिलेशन मजबूत होते हैं, जो आपको मेंटली रिलैक्स होने में सहायक होती है।

फिटनेस पाने के नए तरीके: फिटनेस के लिए जरूरी नहीं कि आप जिम में जाकर ही एक्सरसाइज करें। फिटनेस के लिए आप पिलेट्स, क्रॉस फिट और फंक्शनल ट्रेनिंग भी आजमा सकते हैं।

डाइट कॉन्शसनेस भी आवश्यक: फिटनेस के लिए हेल्दी डाइट का भी बड़ा रोल होता है। यही कारण है कि आज के युवा हाई प्रोटीन सप्लीमेंट्स को अपनी फिटनेस जर्नी का जरूरी हिस्सा मानते हैं। लेकिन सप्लीमेंट लेने से पहले डॉक्टर से कंसल्ट जरूर कर लें। *

अवेयरनेस
रजनी अरोड़ा

कुछ लोगों को बेवजह, बिना किसी गंभीर बीमारी या बिना परिश्रम किए भी हमेशा थकान महसूस होती है। वास्तव में यह भी एक शारीरिक समस्या क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम के लक्षण हो सकते हैं। **इंटरनेशनल क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम अवेयरनेस डे (12 मई)** के अवसर पर यहां दे रहे हैं इससे जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारियां।

जब महसूस हो हर समय थकान

जतिन कुछ दिनों से महसूस कर रहा था कि रात को तकरीबन 7 घंटे की गहरी नींद सोने के बाद भी सुबह उठने में दिक्कत होती थी। जैसे-तैसे घर का काम निपटा कर ऑफिस चला तो जाता था। लेकिन काम करने का मन नहीं करता था। पूरा दिन सुस्ती, थकान बनी रहती थी। यहां तक कि आराम करने के लिए उसने ऑफिस से छुट्टियां भी लीं, पर थकान ने उसका पीछा नहीं छोड़ा। डॉक्टर को दिखाने और जरूरी टेस्ट करवाने पर पता चला कि मिडिल एज पर पहुंचे जतिन क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम से ग्रस्त हैं। उन्हें डॉक्टर ने हेल्दी लाइफस्टाइल फॉलो करने और मल्टीविटामिन सप्लीमेंट्स लेने की सलाह दी।

क्या है क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम

क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम (सीएफएस) गंभीर मेडिकल कंडीशन है, जिसमें व्यक्ति बहुत ज्यादा थकान महसूस करता है और यह थकान लंबे समय यानी 6 महीने या अधिक समय तक लगातार बनी रह सकती है। इसे सेट यानी सिस्टेमिक एक्जरशन इंटोलरेंस डिजीज भी कहते हैं। यह कोई आम थकान नहीं, सुबह उठने पर व्यक्ति को ऐसा लगता है, जैसे उसकी नींद पूरी ही नहीं हुई। मसल्स, पूरा शरीर एकदम टूटा-टूटा और थका-थका-सा महसूस करता है। थोड़ा और आराम करने पर भी राहत नहीं मिल पाती। थकान सारा दिन बनी रहती है और रोजमर्रा के काम करने में भी मुश्किल होती है। क्वालिटी ऑफ लाइफ प्रभावित होती है।

आम थकान से है अलग

दिन भर फिजिकल और मेंटल एक्टिविटीज करने के कारण व्यक्ति को कमजोरी और थकावट महसूस होती ही है। अगर कुछ देर आराम मिल जाए, तो एनर्जी लेवल रिचार्ज हो जाता है और वो दुबारा अपनी एक्टिविटीज में लग जाता है। लेकिन क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम में आराम करने के बाद भी यह थकान दूर नहीं होती, सुस्ती महसूस होती है, व्यक्ति का मूड खराब रहता है।

क्या होता है असर

अकसर मरीज के परिवार वाले मरीज की इस बीमारी को समझ नहीं पाते। परिवार वालों को लगता है कि व्यक्ति को सिर्फ वहम है, काम से बचने के लिए थकावट का बहाना बना रहा है। जबकि यह बहाना नहीं, लंबे समय तक चलने वाली बीमारी है, जिसका इलाज कराना होता है और फिजिकल रिहैबिलिटेशन और दवाइयां भी लेनी होती हैं। नजरअंदाज करने पर पीड़ित व्यक्ति को फ्रस्ट्रेशन, स्ट्रेस एंगजाइटी, डिप्रेशन होने की संभावना बनी रहती है, जिससे उबरने के लिए व्यक्ति को लंबे समय तक उपचार भी कराना पड़ सकता है।

फटीग सिंड्रोम के क्या हैं कारण

क्रॉनिक फटीग सिंड्रोम होने के कई कारण हो सकते हैं। इनमें शामिल हैं-अनहेल्दी लाइफस्टाइल, अनियमित दिनचर्या के कारण स्लीप साइकल गड़बड़ाना और नींद पूरी न होना, पौष्टिक और

संतुलित आहार का सेवन न करना, कैफीन का अधिक सेवन करना, मेटाबॉलिज्म गड़बड़ाने से पाचन क्रिया प्रभावित होना, शरीर में आयरन और विटामिन बी-12 की कमी से एनीमिया या खून में हीमोग्लोबिन की कमी होना, हाइपोथायरॉइड होने पर शरीर में कमजोरी रहना, हार्मोनल असंतुलन के कारण अनियमित मासिक धर्म और उससे जुड़ी समस्याएं होना, थायरॉइड, डायबिटीज, टीबी, लिवर, किडनी जैसी गंभीर बीमारियां होना, स्ट्रेस, एंगजाइटी, डिप्रेशन जैसी मानसिक समस्याएं होना।

फटीग सिंड्रोम के प्रमुख लक्षण

पीड़ित व्यक्ति में गहरी नींद का अल्फा डेल्टा वेव पैटर्न डिस्टर्ब होता रहता है, जिसकी वजह से रात भर सोने के बाद भी फ्रेश महसूस नहीं करते। लो-एनर्जी होने से हर वक्त थकान रहना, आराम करने के बाद भी थकान बनी रहना, भूख न लगना, लगातार कमजोरी महसूस होना, चक्कर आना, मांसपेशियों, जोड़ों और सिर में दर्द रहना, डाइजेशन (पाचन) संबंधी समस्याएं होना, किसी काम को करने में कंसंट्रेशन कम होना जैसी समस्याएं होती हैं। मरीजों को शॉर्ट टर्म मेमोरी लॉस, याददाश्त कम होना, मूड स्विंग जैसी न्यूरोलॉजिकल समस्याएं होने की शिकायत भी रहती है। यूं तो यह बीमारी किसी भी उम्र में किसी को हो सकती है। शोधों से साबित हो गया है कि सीएफएस, महिलाओं में पुरुषों की तुलना में चार गुना ज्यादा पाया जाता है।

आजमाएं ये उपाय

बॉडी में एनर्जी बनाए रखने के लिए लाइफस्टाइल मॉडिफिकेशन जरूरी है।

- स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं। अपनी बायोलॉजिकल क्लॉक को रिसेट करें। नियत दिनचर्या बनाएं और यथासंभव उस पर अमल करें। जिसमें सोने-जागने, खाने-पीने, दिनचर्या के काम करने, पढ़ने, काम करने, एक्सरसाइज, खेलने, आराम करने का समय निर्धारित करें। ब्रेकफास्ट अवॉइड न करें और रात का खाना सोने से तकरीबन 3 घंटे पहले कर लें।
- काम और आराम में संतुलन बनाएं। लगातार एक जैसा काम करते रहने से थकान के साथ बोरियत भी महसूस होती है। इससे बचने के लिए कोई भी काम लगातार न करें। टुकड़ों में बांट लें और बीच-बीच में छोटे-छोटे ब्रेक लेकर खुद को फ्रेश करें।
- आहार का पूरा ध्यान रखें। जंक या फास्ट फूड की बजाय पोषक तत्वों से भरपूर आहार लें। एंटी-इंफ्लेमेट्री डाइट का सेवन करें। खाने में रेनबो डाइट शामिल करें। आहार में मौसमी और ताजी फल-सब्जियां ज्यादा से ज्यादा लें। ग्लूकोज कम करें। गेहूं के बजाय स्टार्च निकले चावल या ब्राउन राइस, ओट्स, मक्की की रोटी, क्नीओवा, बेसन, मल्टीग्रेन आटा बेहतर है। हेल्दी फैट्स, कॉम्प्लेक्स कार्ब्स डाइट में शामिल करें। ओमेगा-3 फैटी एसिड से भरपूर ड्राई फ्रूट्स और सीड्स का सेवन करें। दिन में एक-दो बार कैमोमाइल टी लें।
- शुगर, रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट या ऑयली खाद्य पदार्थों के बजाय कैल्शियमरिच, आयरनयुक्त, प्रोटीन रिच फूड्स का सेवन करें। खाने में शुगर या कार्बोहाइड्रेट ज्यादा लेने से नींद ज्यादा आती है, जबकि प्रोटीन रिच डाइट लेने से ब्लड में शुगर धीरे-धीरे रिलीज होता है और आप ज्यादा एक्टिव रहते हैं। रात को सोने से पहले गुनगुना दूध पीना भी फायदेमंद है।
- चाय-कॉफी, एल्कोहल, सिगरेट से परहेज रखें। हालांकि लगातार काम करने की स्थिति में दिमाग थक जाता है और फ्रेश फील करने के लिए चाय-कॉफी पीना एनर्जेटिक तो फील कराती है, लेकिन ज्यादा कैफीन का सेवन सुस्ती की तरफ ले जाता है।
- स्क्रीन टाइम कम करें। शारीरिक-मानसिक थकावट दूर करने के लिए लाइट म्यूजिक सुनें। संगीत आपको पॉजिटिव ऊर्जा देगा और मूड को बेहतर बनाएगा, जिससे आप तरोताजा महसूस करेंगे और नए कार्य करने को सक्रिय होंगे।
- अपने को फिट रखने के लिए सुबह या दिन में कम से कम 30 मिनट एक्सरसाइज, वॉक, योगा जरूर करें। सुबह की ताजी हवा सुस्ती दूर करती है। वैज्ञानिक मानते हैं कि बहुत ज्यादा थकान रहने वाले लोगों को एक्सरसाइज करने से थकान का लेवल कम हो जाता है।
- कुछ समय मेंटल रिलेक्सेशन के लिए जरूर निकालें। प्रकृति के साथ कुछ समय बिताएं, बच्चों के साथ समय बिताएं। स्ट्रेस से बचने के लिए मेडिटेशन करें, घर में पेड़-पौधे लगाएं, उनसे थोड़ी पॉजिटिव एनर्जी आएगी। अपने पसंदीदा इंसान के साथ कुछ समय गुजारें।
- 7-8 घंटे की भरपूर नींद लें। यथासंभव दिन में एक पॉवर नैप लेना, खुद को रि-चार्ज कर लेने जैसा होता है। एक्टिव रहने के वास्ते नींद से समझौता बिलकुल न करें। रात को सोने से करीब एक घंटा पहले डिजिटल गैजेट्स से दूरी बना लें। अपनी पसंदीदा किताबें पढ़ें या पसंदीदा हॉबीज करें। *

(लाइव लाइफ मोर वेलनेस क्लीनिक, कनाडा के सीनियर फिजीशियन, डॉ. संदीप जस्सल और आहार विशेषज्ञ पल्लवी जस्सल से बातचीत पर आधारित)

इलाज के तरीके

सबसे पहले यह जानना जरूरी होता है कि थकान के पीछे क्या कारण हैं। इसके लिए डॉक्टर कई तरह के ब्लड टेस्ट कराते हैं जैसे- हीमोग्लोबिन, थाइरॉयड फंक्शन टेस्ट, लिवर और किडनी फंक्शन टेस्ट, ब्लड शुगर, विटामिन-डी और बी-12 लेवल का टेस्ट, चेस्ट एक्स-रे। हीमोग्लोबिन या शरीर में विटामिन और आयरन की कमी होने पर मरीज को इनके सप्लीमेंट्स दिए जाते हैं। जरूरत के हिसाब से मल्टीविटामिंस भी दिए जाते हैं। थाइरॉयड हार्मोन की गड़बड़ी, डायबिटीज जैसी गंभीर बीमारियों को कंट्रोल करने के लिए मेडिसिन दी जाती हैं।

सीजनल डाइट / शिवचरण चौहान

गर्मी में बहुत लाभकारी है छाछ

एक मिट्टी की मटकी में जमाए गए दही में पानी मिला कर काठ की मथानी से मथे गए द्रव्य को मट्ठा या छाछ कहते हैं। जिस मट्ठे की मलाई ना निकाली गई हो पानी ना डाला गया हो उसे घोल कहते हैं। मट्ठे से मक्खन निकाल लिया गया हो और उसमें पानी ना डाला गया हो उसे मति कहा जाता है। जिस दही में न पानी डालकर मथा गया हो उसे तक्र कहा गया है। गाय के दूध से जमाए गए दही को बिलोकर बनाया गया मट्ठा गर्मी के मौसम में विशेष रूप से लाभकारी होता है।

कई रोगों में कारगर: हमारे प्राचीन ग्रंथों में भी मट्ठे का उल्लेख मिलता है। भुने हुए जीरा और काला नमक मिलाकर मट्ठा पीना, गर्मियों में पेट के रोगों के लिए रामबाण का काम करता है। मट्ठा स्वादिष्ट, खट्टा, हलका, उष्ण होता है। वात शूल, आमातिसार, वायु विकार, पीलिया, बवासीर, पेट पीड़ा, उल्टी, भोजन से अरुचि, मूत्र विकार, अजीर्ण समेत कई उदर विकारों में फायदेमंद होता है। मट्ठा त्रिदोष नाशक भी माना जाता है। कई विशेषज्ञों का मानना है कि सुबह दही के साथ नाश्ता करने, दोपहर के भोजन के बाद मट्ठा पीने और शाम को हल्का गुनगुना दूध पीना बहुत लाभकारी होता है। छाछ में प्रोबायोटिक्स होते हैं, जो पाचन सुधार में सहायक होते हैं। मसालेदार भोजन करने से अगर जलन या एसिडिटी हो रही हो तो छाछ का सेवन राहत देता है। इसकी तासीर ठंडी होती है, इसलिए गर्मी के मौसम में इसे पीने से लू लगने की आशंका कम होती है। शरीर में ताजगी बनी रहती है। नियमित छाछ पीने से बोंस मजबूत बनती हैं क्योंकि इसमें कैल्शियम प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। अगर आप अपना वजन कम करना चाहते हैं तो भी छाछ का सेवन फायदेमंद हो सकता है क्योंकि इसमें कैलोरीज कम होती हैं। यह शरीर में पानी की कमी को पूरा करता है और इलेक्ट्रोलाइट्स को संतुलित करता है, इसलिए गर्मी में इसका सेवन विशेष रूप से फायदेमंद माना जाता है। इतना ही नहीं यह रोग प्रतिरोधक क्षमता भी बढ़ाता है।

सेवन करते समय रखें ध्यान: नियमित मट्ठे का सेवन करने से मूत्र का पीलापन समाप्त हो जाता है। मट्ठे का नित्य सेवन करने से मनुष्य लंबी उम्र पाता है। सभी उम्र के लोगों को मट्ठा बहुत फायदा पहुंचाता है। लेकिन मट्ठे का सेवन समझ-बूझकर और डॉक्टर की सलाह से ही करना चाहिए। जलोदर, यकृत विकार, सांस, खांसी, बुखार से ग्रस्त व्यक्ति को मट्ठा नहीं पीना चाहिए। *

प्रिकॉशन
डॉ. माजिद अलीम

अनेक लोग अपने दांतों की सफाई को लेकर बहुत कॉन्शस नहीं रहते हैं। इससे केवल दांत संबंधी ही नहीं कई तरह की गंभीर बीमारियां भी हो सकती हैं। इन बीमारियों से कैसे बचें और अपनी ओरल हेल्थ अच्छी रखें, इस बारे में दे रहे हैं कुछ यूजफुल सजेशंस।

टीथ क्लीनिंग में लापरवाही से हो सकती है गंभीर समस्याएं

द लैंसेट रीजनल हेल्थ, साउथ ईस्ट एशिया में ओरल हेल्थ से संबंधित प्रकाशित एक लेख में इस बात की चर्चा की गई है कि हमें अपनी दांतों की सफाई के प्रति बेहद सजग और सचेत होना चाहिए, क्योंकि इसमें बरती गई लापरवाही कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी की वजह बन सकती है। ओरल हेल्थ और कैंसर के खतरे के बीच इस लेख में सिर और गर्दन के कैंसर के मामलों से भी जोड़कर बताया गया है।

बिल्कुल न बरतें लापरवाही: हम लोग अकसर मुंह की साफ-सफाई को या दांतों के स्वास्थ्य को सांस संबंधी बीमारियों से जोड़कर देखते हैं। हकीकत यह है कि कैविटी और मसूड़ों से जुड़ी बीमारियां और दांतों के रख-रखाव में बरती गई लापरवाही के कारण कैंसर और दूसरी गंभीर बीमारियों की वजह भी हो सकती है। हाल में ही एम्स द्वारा लोगों से अपील की गई है कि सुबह उठकर प्रतिदिन अपने दांत साफ करने को लेकर स्कूलों में भी बच्चों को इस बारे में सजगता बरतने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। आइए जानते हैं कि किस तरह हम ओरल हेल्थ को लेकर सजग रह सकते हैं?

दिन में दो बार ब्रश करें: सुबह सोकर उठने के बाद और रात को सोने से पहले दांतों की सफाई जरूरी है। रात को ब्रश करने से उनमें दिनभर में जमा होने वाला प्लाक, खाने के कण दांतों में जमने से दांतों की गंदगी से होने वाली बीमारियों के खतरे कम हो जाते हैं।

टंग क्लीनर न भूलें: दांतों की सफाई के साथ-साथ प्रतिदिन जीभ की भी सफाई करें ताकि पूरा मुंह साफ रहे। जीभ पर बैक्टीरिया जमा होने से सांसों की दुर्गंध और जीभ पर अनेक बैक्टीरिया जमा हो जाते हैं, जिनकी सफाई जरूरी है।

प्रतिदिन फ्लॉस करें: फ्लॉसिंग का मतलब दांतों और मसूड़ों के बीच की साफ-सफाई से होता है। फ्लॉसिंग से दांतों में फ्लॉस का जमाव कम होता है और कैविटी के साथ ही मसूड़ों की बीमारियां कम होती हैं।

माउथ वॉश: दिन में कम से कम एक बार माउथ वॉश से मुंह की सफाई करें, ये हमारे दांतों की सुरक्षा और सांसों की बदबू को दूर करता है। खाना खाने के बाद जब हमारे मुंह में भोजन के कण लंबे समय तक बने रहते हैं तो इससे सांसों में दुर्गंध पैदा होती है, इसलिए माउथ वॉश का इस्तेमाल जरूर करें।

ब्रश करने की सही तकनीक अपनाएं: जल्दबाजी में ब्रश करने से भोजन के कण दांतों में ही फंसे रह जाते हैं, जिससे उनमें प्लाक बनता है। नरम ब्रिसल वाले टूथब्रश से सर्कुलर मोशन में लगभग दो मिनट तक मुंह की सफाई करनी चाहिए। दांतों को तेजी से न रगड़ें क्योंकि इससे उनके इनेमिल को नुकसान पहुंचता है और मसूड़े खराब होते हैं।

फ्लोराइड युक्त टूथ पेस्ट चुनें: फ्लोराइड युक्त टूथ पेस्ट दांतों के इनेमिल की रक्षा करता है और उन्हें गिरने से बचाता है। अपने टूथ पेस्ट का इस्तेमाल करते हुए ब्रांड और फ्लेवर की बजाय फ्लोराइड युक्त पेस्ट का इस्तेमाल करें।

जमकर पानी पीएं: दिन में 8 से 10 गिलास पानी जरूर पीएं, ताकि दांतों में जमा भोजन के कण पानी के साथ मिल सकें और लार बनें, क्योंकि मुंह में बनने वाले और हमारे दांतों को नुकसान पहुंचाने वाले एसिड के लिए यह सुरक्षा कवच है।

ज्यादा मीठा-एसिडिक फूड न खाएं: सोडा, चाय और सिट्रिस ड्रिंक्स दांतों की बाहरी परत को नुकसान पहुंचाते हैं। इनको कम से कम लें और मीठा या सोडा लेने के बाद पानी पीएं।

नियमित जांच कराएं: हर छह महीने के बाद अपने दांतों की जांच करवाएं और किसी प्रोफेशनल डेंटिस्ट से क्लीनिंग करवाएं। डेंटिस्ट दांतों संबंधी बीमारियों को समय रहते डायग्नोस कर ट्रीटमेंट कर देंगे। *

डिजीज
रेखा देशराज

थैलेसीमिया एक आनुवांशिक जटिल रोग है। इसके अधिकांश रोगियों को सारी उम्र ब्लड ट्रांसफ्यूजन करवाना पड़ता है। लेकिन जागरूकता से इसे काफी हद तक कंट्रोल कर सकते हैं। **विश्व थैलेसीमिया दिवस (8 मई)** के अवसर पर यहां इस रोग के संबंध में कुछ उपयोगी जानकारियां दे रहे हैं।

जागरूकता से ही संभव है थैलेसीमिया पर नियंत्रण

वास्तव में थैलेसीमिया एक आनुवांशिक रक्त विकार है, जिसके चलते शरीर पर्याप्त मात्रा में हीमोग्लोबिन नहीं बना पाता। हीमोग्लोबिन, लाल रक्त कणिकाओं का मुख्य घटक होता है, जो शरीर में हर कोने तक ऑक्सीजन पहुंचाने का काम करता है। इसलिए इस रक्त विकार से पीड़ितों को बचपन से ही पूरी जिंदगी नियमित रूप से रक्त चढ़ाना पड़ता है। कुछ मामलों में बोन मैरो ट्रांसप्लांट से इस बीमारी का स्थाई इलाज किया जा सकता है।

जागरूकता की है कमी: भारत में हर साल हजारों बच्चे थैलेसीमिया विकार के साथ जन्म लेते हैं और इसका मुख्य कारण जागरूकता की कमी और विवाह के पहले आपस में शादी करने वाले जोड़ों का हेल्थ चेकअप न करवाना होता है। इसीलिए हर वर्ष विश्व थैलेसीमिया दिवस पर दुनिया भर में इस विकार से पीड़ित लोगों के लिए समय-समय पर जांच और सही नीतियों के कार्यान्वयन का अभियान चलाया जाता है, जिससे कि भविष्य में इस विकार या रोग से पीड़ित लोगों की संख्या में कमी आए।

इसलिए मनाते हैं थैलेसीमिया दिवस: साल 1994 में थैलेसीमिया इंटरनेशनल फेडरेशन ने इस दिन को मनाना शुरू किया। दरअसल 8 मई का दिन इसलिए चुना गया, क्योंकि थैलेसीमिया इंटरनेशनल फेडरेशन के संस्थापक जॉर्ज एंगलजोस के बेटे की इसी दिन इस विकार से पीड़ित होने के चलते मौत हो गई थी, इस स्मृति में यह दिन मनाया जाता है। इस दिवस को मनाए जाने के पीछे उद्देश्य यही है कि थैलेसीमिया के प्रति दुनिया में जागरूकता बढ़ाई जाए और इसके मरीजों तथा उनके परिजनों को सामाजिक और मानसिक रूप से सहयोग व समर्थन दिया जाए। आगे चलकर विश्व स्वास्थ्य संगठन और दूसरी अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं ने भी इस पहल को समर्थन दिया। जिस कारण आज यह दिन करीब-करीब पूरी दुनिया में मनाया जाता है और यह एक तरह से वैश्विक स्वास्थ्य आंदोलन का रूप ले चुका है।

जागरूकता बढ़ाने की जरूरत: विश्व थैलेसीमिया दिवस का महत्व कई तरह से समझा जा सकता है। सबसे पहले तो इस दिन का आह्वान इसकी रोकथाम पर जोर देना होता है, क्योंकि थैलेसीमिया एक ऐसी बीमारी है, जिसे सिर्फ जन्म से पहले ही रोका जा सकता है। यदि शादी से पहले दोनो पार्टनर अपना हेल्थ चेकअप कराएं, तो यह पता लग सकता है कि उनसे पैदा होने वाला बच्चा थैलेसीमिया विकार से पीड़ित होगा या नहीं। थैलेसीमिया मरीजों को नियमित रक्त चढ़ाने की जरूरत होती है। यह दिन समाज को स्वैच्छिक रक्तदान के लिए प्रेरित करता है, क्योंकि लोगों के द्वारा किए गए रक्तदान से ही इस विकार से पीड़ित लोग जिंदा रह सकते हैं। यह दिन इस बात पर भी जोर देता है कि थैलेसीमिया मरीजों को सस्ती और सुलभ चिकित्सा उपलब्ध कराई जाए, ताकि वह भी अपने जीवन के अधिकार को सही तरह से हासिल कर सकें। याद रहे, दुनिया के कई समाजों में इस बीमारी को लेकर तरह-तरह की मनगढ़ंत धारणाएं जोड़ दी गई हैं तथा यह दिन उन धारणाओं और मिथकों को तोड़ने व थैलेसीमिया के मरीजों को सम्मान देने का काम भी करता है।

बढ़ रही है सजगता: वैसे हाल के सालों में देखा गया है कि थैलेसीमिया को लेकर प्री-मैरिज टेस्टिंग में अच्छी खासी बढ़ोत्तरी हुई है। डिजिटल प्लेटफॉर्म और सोशल मीडिया के कारण भी अब इस बीमारी को लेकर लोगों में पहले के मुकाबले बेहतर जागरूकता आई है। इसलिए भारत जैसे देश में जहां बहुत बड़ी तादाद में जनसंख्या है और स्वास्थ्य संसाधन सीमित हैं, वहां यह और भी जरूरी हो जाता है कि हर नागरिक इस विषय को अच्छी तरह से समझे और शादी के पहले अपने घर के युवाओं हेतु यह सुनिश्चित करें कि थैलेसीमिया टेस्ट जरूर हो। एक छोटा सा टेस्ट इस मामले में बड़ा बदलाव ला सकता है। *

खबर संक्षेप

एड. शिवकुमार की माता के निधन पर जताया शोक

भिवानी। एडवोकेट शिवकुमार बेडवाल की माता स्वर्गीय सावित्री देवी के निधन पर स्वतंत्रता सेनानी उत्तराधिकारी कल्याण संगठन के पदाधिकारियों ने निमड़ीवाली गांव में उनके निवास पर पहुंचकर शोक जताया। संगठन के संस्थापक राष्ट्रीय अध्यक्ष महेन्द्रपाल यादव ने कहा कि स्वर्गीय सावित्री देवी धर्मप्रायण महिला थी, उन्होंने अपने परिवार को अच्छे संस्कार दिए तथा एकता के सूत्र में बांधे रखा। सावित्री देवी के निधन से समाज को भारी क्षति पहुंची है, जिसकी भरपाई नहीं की जा सकती। उन्होंने भगवान से दिव्यंग आत्मा को अपने चरणों में स्थान देने तथा परिवार को दुःख सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की।

सहारा चेरिटेबल ट्रस्ट का रक्तदान शिविर कल

भिवानी। विश्व थैलेसीमिया दिवस पर सहारा चेरिटेबल ट्रस्ट व वंशिका फाउंडेशन द्वारा आठ मई को रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। रक्तवीर मनीष वर्मा ने बताया कि आठ मई को चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल में होने वाले रक्तदान शिविर में बतौर मुख्यतिथि सिविल सर्जन डॉ. रघुबीर शांडिल्य होंगे व विशिष्ट अतिथि ब्लड बैंक इंचार्ज डॉ. हर्ष व शतकवीर रक्तदाता राजेश डुडेजा होंगे तथा शिविर की अध्यक्षता डॉ. रोहित मेहला करेंगे। उन्होंने बताया कि रक्तदान शिविर सुबह सवा 9 बजे से 11 बजे तक आयोजित होगा। शिविर का उद्देश्य थैलीसमिया से पीड़ित बच्चों के लिए रक्त एकत्रित करना रहेगा।

अदालत का खटखटाएंगे दरवाजा, पीड़ितों ने किया अनिश्चितकालीन धरना शुरू

गरीबों के आशियाने जमींदोज, तपती दोपहरी में खुले आसमान के नीचे जीवन जीने को मजबूर

पीड़ित लोग वहीं धरने पर बैठ कर अपनी बर्बादी की कहानी अपनी अश्रु भरी आंखों से देख रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शायद लगता है कायदें व कानून गरीबों के लिए ही बने है। अमीर या रसूदखोर चाहे कैसे भी कार्य करें, उनके सभी कार्य नियमों के हिसाब से माने जा रहे है। ऐसा ही वाक्या बवानीखेड़ा कस्बे में देखने को मिला है। बवानीखेड़ा में नेताओं से सम्पर्क रखने वाले लोगों के नपा की जमीन पर लंबी चौड़ी बाऊंडरी खड़ी है,लेकिन गरीबों के सिर छिपाने के लिए बनाई गई कुछ गजों के आशियानों को ताश के पत्तों की तरफ बिखेर दिया। अब पीड़ित लोग वहीं धरने पर बैठ कर अपनी बर्बादी की कहानी अपनी अश्रु भरी आंखों से देख रहे है। कस्बे में इस तरह के करीब दो दर्जन परिवार है। जिनके आशियानें को मिट्टी में मिलाया है। हैरानी की बात यह है कि दादु नगरी का कोई भी दानी या सामाजिक लोग इनकी मदद के लिए आगे नहीं आया है। केवल नपा की पूर्व पार्षद मीना चौपड़ा ने उनके धरनास्थल पर पहुंचकर आंखों से बहते अश्रुओं को पौछा है। दूसरी तरफ नपा की पूर्व पार्षद एवं अधिवक्ता मीना चौपड़ा ने चेतावनी दी कि जब तक इन पीड़ितों के आशियाने की कोई व्यवस्था नहीं हो जाती। तब तक वे उनके साथ धरने पर ही बैठी रहेगी। साथ ही कहा कि अगर

भिवानी। टूटे अरमान, बिखरे सपने..। नपा द्वारा आशियान तोड़ने के बाद जमींदोज हुए आशियाने के पास बैठा पीड़ित व आशियाना टूटने के विरोध में नारेबाजी करते हुए व बवानीखेड़ा में पीड़ितों का हालचाल जानते कांग्रेसी। *फोटो : हरिभूमि*

क्या था मामला

बवानीखेड़ा में खेड़ी अलखपुरा रोड पर कुछ गरीब लोगों ने अपने घर बनाए हुए थे। जो कि पिछले करीब 30 से 40 साल पहले से यहां पर रह रहे है। वे पशु (भेड व बकरी) पाल कर अपने परिवार का पालन करते है। अब उनके आशियानों को तोड़ दिया। ऐसे में उनके पास सिर छिपाने के लिए कोई भी जगह नहीं है। अब उनकी दिन की तपती दुपहरी पेड़ों की छांव तथा रात खुले आसमान तले कट रही है। इन पीड़ित परिवारों में करीब एक दर्जन से ज्यादा छोटे बच्चे है। जो कि स्कूलों में पढाई कर रहे है। अब देखना ये है कि पीड़ितों के पुर्नवास की कोई व्यवस्था होती है या फिर ऐसे ही पेड़ों के नीचे दिन व रातें कटेंगी। इस मौके पर सुमन,नफे सिंह, बलराम, देवीलाल, बीरू, चांदराम,गीता, कविता, टीना, मीना, अमीर आदि मौजूद थी।

40 साल के आशियानों पर चला सरकारी पीला पंजा, छीने दो दर्जन परिवारों के आशियाने

- **दशकों की मेहनत से तिनका-तिनका जोड़कर बनाए गए इन आशियानों को पल भर में मिट्टी में मिला दिया**

बवानीखेड़ा। एक तरफ सरकार हर सिर को छत देने के बड़े-बड़े दावे करती है, वहीं दूसरी तरफ भिवानी के बवानीखेड़ा में जो तस्वीर सामने आई है, उसने मानवता को शर्मसार कर दिया है। खेड़ी अलखपुरा रोड पर पिछले 40 वर्षों से रह रहे करीब दो दर्जन गरीब परिवारों के घरों को प्रशासन ने जमींदोज कर दिया। दशकों की मेहनत से तिनका-तिनका जोडक़र बनाए गए इन आशियानों को पल भर में मिट्टी में मिला दिया गया, जिससे कई परिवार अब बेघर होकर पेड़ों की छांव और खुले आसमान के नीचे रातें काटने को मजबूर हैं। मलबे के ढेर में तब्दील हो चुके इन घरों की कहानी रूह कपा देने वाली है। इन परिवारों का मुख्य पेशा भेड़-बकरी पालन है, जिनसे वे मुश्किल से अपना गुजारा करते हैं। सबसे हृदयविदारक स्थिति उन एक दर्जन से ज्यादा मासूम बच्चों की है, जो स्कूलों में पढ़ाई कर रहे हैं। जिस उम्र में बच्चों के हाथों में किताबें और सिर पर सुरक्षित छत होनी चाहिए, उस उम्र में ये बच्चे चिलचिलाती धूप में बेघर होकर बैठने को मजबूर हैं। प्रशासन की इस कार्रवाई ने न केवल उनके घर छीने हैं, बल्कि उनकी शिक्षा और भविष्य पर भी सवालिया निशान लगा दिया है। बुधवार को इन पीड़ित परिवारों का दर्द बांटने कांग्रेस के शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप जोगी बवानीखेड़ा पहुंचे। वहां की हृदयविदारक स्थिति को देख जोगी ने सरकार और स्थानीय प्रशासन को आड़े हाथों लिया।

गरीबों के पक्ष में आए प्रदीप जोगी

प्रदीप जोगी ने कहा कि ये लोग कोई अपराधी नहीं हैं, ये वो गरीब हैं जो 30-40 सालों से यहां रह रहे हैं। अगर ये मकान अवैध थे, तो प्रशासन ने इन्हें बनने ही क्यों दिया? तब सरकार कहां सोई हुई थी। आज अचानक 40 साल बाद सरकार को याद आया कि ये जगह अवैध है। कांग्रेस शहरी जिला अध्यक्ष ने सरकार से दो टूक शब्दों में मांग की है कि इन बेघर हुए परिवारों के साथ न्याय किया जाए। उन्होंने प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा कि पीड़ित परिवारों को तुरंत रहने के लिए वैकल्पिक स्थान दिया जाए ताकि वे अपने छोटे बच्चों और पशुओं के साथ सुरक्षित रह सकें, जिन लोगों के पक्के मकान तोड़े गए हैं, उन्हें उचित मुआवजा प्रदान किया जाए।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर प्रधान ईश्वर शर्मा, नरेश तंवर जीएम, इंटक प्रधान रामोतार खोरड़ा, अनुप बड़ेसरा, एससी सैल प्रधान शिवकुमार चांगिया, पूर्व पार्षद मीना चौपड़ा, विरेंद्र वाल्मीकि, संजीव जागलान, प्रकाश भाट, कैप्टन विरेंद्र फौजी, सेवादल प्रधान विजेंद्र सिवाच, रोहताश प्रजापत, संजय गांधी, संजय जोगी, बलबीर सरोहा, कैप्टन विरेंद्र फौजी, डा. फूल सिंह धनाना, लक्ष्मण वर्मा, देवा हालुवास, सत्यवान, भूपेंद्र खटक वकील, सूरज, विरेंद्र बापोड़ा, मा. बलवंत घणघस, सुनील खिच्ची, सुमित बराड़, राजकुमार, अमित, श्यामलाल चारण सहित अन्य पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद रहे।

राजकीय प्राथमिक पाठशाला में पानी संकट गहराया

- **जेई बोले करवाएंगे पानी के कनेक्शन, पार्षद ने टैंकर भेजकर दी राहत**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बवानीखेड़ा

बवानीखेड़ा। पाठशाला में पानी के टैंकर से व्यवस्था करते हुए।

बवानीखेड़ा क्षेत्र के ढाणी यादव स्थित राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक पाठशाला में इन दिनों पानी की भारी कमी के कारण विद्यार्थियों और स्टाफ को गंभीर परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। बढ़ती गर्मी और लगातार पानी की कमी ने विद्यालय की दैनिक गतिविधियों को प्रभावित कर दिया है। विद्यालय स्टाफ ने पानी की समस्या से गहरी चिंता जताई। वहीं स्थिति को देखते हुए वार्ड पार्षद प्रतिनिधि अमित कुमार ने त्वरित कार्रवाई करते हुए विद्यालय में पानी का टैंकर भिजवाया, जिससे अस्थायी रूप से राहत मिल सकी। विद्यालय के स्टाफ सदस्यों में दयावंती, रामनरेश, विजय कुमार आदि ने बताया कि पिछले लगभग एक माह से स्कूल में पानी की आपूर्ति नियमित नहीं हो रही थी। इसके चलते बच्चों को पीने के पानी से लेकर शौचालय उपयोग तक में कठिनाई का सामना करना पड़ रहा था। शिक्षकों ने कहा कि पानी जैसी मूलभूत सुविधा के अभाव में बच्चों की पढ़ाई भी प्रभावित हो रही है, क्योंकि बार-बार पानी की समस्या के चलते स्कूल का माहौल बाधित हो जाता है। मिड-डे-मील के लिए खरीदकर पानी लाना पड़ रहा है।

वार्ड पार्षद प्रतिनिधि ने पहुंचाया टैंकर

पार्षद प्रतिनिधि अमित कुमार ने तुरंत संज्ञान लेते हुए स्कूल में पानी का टैंकर भेजा। टैंकर पहुंचने से बच्चों और स्टाफ को कुछ हद तक राहत मिली। इस दौरान पार्षद स्वयं भी विद्यालय पहुंचे और स्थिति का जायजा लिया और बताया कि वे विद्यालय में पानी का नया कनेक्शन करवाने के साथ-साथ पानी की मोटरें भी उपलब्ध करवाएंगे। उन्होंने विद्यालय स्टाफ और ग्रामीणों को आश्वस्त करते हुए कहा कि भविष्य में पानी की कमी नहीं होने दी जाएगी। उन्होंने कहा कि स्कूल में स्थायी समाधान के लिए पानी की मोटर उपलब्ध करवाई जाएगी और नए पानी के कनेक्शन भी करवाए जाएंगे, ताकि नियमित रूप से पानी की आपूर्ति सुनिश्चित की जा सके। पार्षद ने यह भी कहा कि बच्चों की शिक्षा और सुविधाओं में किसी प्रकार की कमी नहीं आने दी जाएगी। उन्होंने संबंधित

क्या कहते हैं कनिष्ट अभियंता

इस बारे जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के कनिष्ट अभियंता सचिन कौशिक ने बताया कि किसी को भी मेन लाइन में कनेक्शन नहीं लेने दिया जाएगा। अंतिम छोर तक पानी पहुंचाना उनका लक्ष्य है। इस वार्ड के लिए अलग पाइपलाइन बिछाई गई है और अलग मोटर की व्यवस्था की गई है। एक दिन छोड़कर पानी की सप्लाई दी जाएगी। विद्यालय के लिए पानी का कनेक्शन करवाया जाएगा विद्यालय में किसी प्रकार की पानी की कमी नहीं रहेगी।

बेटियों को बेटों के समान अवसर देकर समाज में सकारात्मक बदलाव लाना जरूरी: प्रदीप

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी

भिवानी। बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ को लेकर जागरूकता रैली निकालती महिलाएं।

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (सीएचसी) धनाना के तत्वावधान में स्वास्थ्य विभाग द्वारा सामाजिक सरोकारों को मजबूती देने की दिशा में एक और कदम उठाया गया है। सीएचसी धनाना के एसएमओ डॉ. नागेश महर्षि के मार्गदर्शन में सब सैंटर मुंढ़ालकलां में बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान के तहत जागरूकता रैली का आयोजन किया। रैली का मुख्य उद्देश्य ग्रामीणों को कन्या भ्रूण हत्या जैसी सामाजिक बुराई के खिलाफ एकजुट करना और बेटियों की शिक्षा व उनके अधिकारों के प्रति जागरूक करना रहा। रैली के दौरान स्वास्थ्य विभाग के दल ने गांव की गलियों में भ्रमण करते हुए ग्रामीणों को जागरूक किया। प्रदीप डीईओ व सीएचओ डॉ. रेखा ने कहा कि बेटियां समाज का आधार हैं, समाज में सकारात्मक बदलाव तभी आएगा जब हम बेटियों को बेटों के समान अवसर और अधिकार देंगे। उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा चलाई जा रही बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ योजना के सकारात्मक परिणाम सामने आ रहे हैं, लेकिन अभी भी जमीनी स्तर पर लगातार संवाद और जागरूकता की आवश्यकता है। सुखविंद्र, कमलेश एएनएम, आशा वर्कर मौसम देवी व लक्ष्मी आदि मौजूद रहे।

भिवानी। अपने जन्मदिन पर पौधरोपण करती अदिति।

अदिति के 15वें जन्मदिन पर 15 पौधे रोपे

भिवानी। गांव झुप्पाकलां के एक परिवार ने पर्यावरण संरक्षण की अनूठी मिसाल पेश की है। अदिति नेहरा के 15वें जन्मदिन को यादगार बनाने के लिए रिटायर अधीक्षक नेहरा ने बाबा श्रीश्याम की पावन बगीची में पौधरोपण कर प्रकृति को अनमोल उपहार दिया। त्रिवेणी बाबा के सानिध्य व पर्यावरण प्रहरी हवलदार लोकराम नेहरा के नेतृत्व में कार्यक्रम संपन्न हुआ। इस दौरान अशोक, मौसमी, चीकू, माल्टा, अनार, रुद्राक्ष और पवित्र त्रिवेणी सहित विभिन्न प्रजातियों के 15 पौधों का रोपण किया। पर्यावरण प्रहरी हवलदार लोकराम नेहरा ने कहा कि धरती का श्रृंगार केवल पेड़ों से है। आज हम जो सांसें ले रहे हैं, वे हमारे पूर्वजों द्वारा लगाए गए पेड़ों की अमानत हैं। अदिति के दादा दर्शनानन्द नेहरा का ये कदम समाज को आईना दिखाता है कि खुशियां बांटने का सबसे बेहतरीन तरीका प्रकृति की सेवा है। हर परिवार अपने बच्चों के जन्मदिन, शादी की सालगिरह या बुजुर्गों की स्मृति में एक पौधा लगाने का संकल्प ले ले, तो आने वाली पीढ़ियों को हम शुद्ध हवा की वसीयत देकर जाएंगे।

विश्व एथलेटिक्स दिवस पर बुजुर्ग खिलाड़ी सम्मानित

- **धावक रामकिशन राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जीत चुके 300 पदक**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बाढ़ड़ा

बुजुर्ग खिलाड़ी रामकिशन शर्मा ने 300 पदक जीतकर इतिहास रच दिया हैं, लेकिन उन्हें अभी तक सरकारी सहायता नहीं मिली हैं, जिससे रामकिशन शर्मा को वंचित रखा गया हैं। करीब नौ वर्षों के खेल जीवन में उन्होंने राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर शानदार प्रदर्शन कर कुल 300 पदक अपने नाम किए, लेकिन हैरानी की बात ये है कि अब तक उन्हें सरकार की ओर से कोई विशेष सहायता या सम्मान नहीं मिला है। रामकिशन ने अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में आठ स्वर्ण पदक जीतकर देश का नाम रोशन किया है। वहीं राष्ट्रीय स्तर पर 162 स्वर्ण, 27 रजत व 5 कांस्य पदक हासिल किए हैं। वहीं राज्य स्तर पर उन्होंने 98 स्वर्ण पदक जीतकर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। इतनी बड़ी उपलब्धियों के बावजूद खिलाड़ी को उचित प्रोत्साहन एवं आर्थिक सहायता नहीं मिल पाना खेल व्यवस्था पर सवाल खड़े करता है।

बाढ़ड़ा। अपने पदकों के साथ बुजुर्ग खिलाडी रामकिशन शर्मा। *फोटो : हरिभूमि*

ऐसे प्रतिभाशाली एवं समर्पित खिलाड़ियों को सरकार भी करे सम्मानित

स्थानीय लोगों व खेलप्रेमियों का कहना है कि ऐसे प्रतिभाशाली एवं समर्पित खिलाड़ियों को सरकार द्वारा सम्मानित किया जाना चाहिए, ताकि वे आगे भी देश का नाम रोशन कर सकें और युवाओं के लिए प्रेरणा बनें। रामकिशन ने बताया कि सीमित संसाधनों एवं अपने दम पर मुकाम हासिल किया है। उन्होंने सरकार से मांग की कि खिलाड़ियों को उचित सुविधाएं, आर्थिक सहायता और सम्मान दिया जाए, ताकि खेलों को बढ़ावा मिल सके। उन्होंने विश्व एथलैटिक्स दिवस पर प्रदेश सरकार सें मांग की कि अगर उन्हें सुविधाए मिले तो वे और भी अच्छा प्रदर्शन कर देश के लिए पदक जीत सकते है।

भिवानी की धरा पर 390वें दिन भी जारी रही मथुरा-वृंदावन जैसी नगर परिक्रमा

भिवानी। छोटी काशी कहे जाने वाले भिवानी में भक्ति एवं संस्कृति का अनूठा संगम देखने को मिल रहा है। हनुमान जोहड़ी मंदिर धाम परिवार द्वारा युवा जागृति एवं जनकल्याण मिशन ट्रस्ट के बैनर तले बालयोगी महंत चरणदास महाराज के सान्निध्य में निकाली जा रही नगर परिक्रमा बुधवार को 390वें दिन भी श्रद्धा एवं भक्तिभाव के साथ जारी रही। मथुरा व वृंदावन की तर्ज पर निकाली परिक्रमा में श्रद्धालु भजनों की धुन पर थिरकते और जयकारे लगाते नजर आए। भक्ति गीतों और नृत्य प्रस्तुतियों ने माहौल को पूरी तरह आध्यात्मिक बना दिया। महंत चरणदास ने कहा कि नगर परिक्रमा केवल एक शारीरिक यात्रा नहीं, बल्कि आत्मा की शुद्धि और नगर के कल्याण का मार्ग है, जैसे ब्रज में परिक्रमा का महत्व है, वैसे ही भिवानी की यह अढाई कोसी परिक्रमा यहां की सुख-समृद्धि और युवा पीढ़ी में संस्कारों के सिंचन के लिए अनवरत जारी है। चरणदास महाराज ने कहा कि मथुरा व वृंदावन की तर्ज पर भिवानी में पिछले 390 दिनों से लगातार नगर परिक्रमा जारी है, जिसमें श्रद्धालुगण भी बड़े उत्साह एवं श्रद्धा के साथ भाग ले रहे है।

पूंजीपतियों की तिजोरियां भरने में व्यस्त सरकार, प्यासी जनता की सुध लेने वाला कोई नहीं : प्रदीप

पेयजल समस्या के विरोध में कांग्रेस का नारेबाजी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भिवानी। पानी की समस्या को लेकर अधिकारी के कार्यालय के बाहर बैठे कांग्रेसी।

भिवानी शहर में गहराते पेयजल संकट और सत्तासीन भाजपा सरकार की संवेदनहीनता के खिलाफ बुधवार को जिला कांग्रेस कमेटी का गुस्सा सडक़ों पर फूट पड़ा। शहर के प्यासे कंठों की आवाज बुलंद करते हुए कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की और जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के कार्यालय का घेराव कर चेतावनी दी। प्रदर्शन का नेतृत्व कांग्रेस के शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप जोगी ने किया। इस अवसर पर भारी संख्या में कांग्रेस पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद रहे, जिन्होंने एक सुर में पानी दो या गद्दी छोड़ो के नारे बुलंद किए।

विरोध प्रदर्शन का नेतृत्व कर रहे कांग्रेस शहरी जिला अध्यक्ष प्रदीप जोगी ने सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि भाजपा शासन में आमजन को पानी जैसी मूलभूत सुविधाओं के लिए भी दर-दर भटकना पड़ रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार का पूरा ध्यान केवल पूंजीपतियों की तिजोरियां भरने पर है, जबकि आम नागरिक भीषण गर्मी में पानी की एक-एक बूंद के लिए त्राहि-त्राहि कर रहा है। उन्होंने कहा कि एसई ने आश्वासन दिया है कि जल्द पानी सप्लाई होगा। उन्हह्नोंने चेतावनी दी कि यदि जल्द पानी सप्लाई सुचारू नहीं हुई तजो जनस्वास्थ्य विभाग को ताला जडऩे पर मजबूर होंगे। जिसके बाद भी सप्लाई सुचारू नहीं हुई विधायक व सांसद आवास का भी घेराव करने पर मजबूर होंगे। उन्होंने सरकार और प्रशासन को आड़े हाथों लेते हुए कहा कि भाजपा के इस कुशासन में नागरिक बूंद-बूंद पानी के लिए तरस रहे हैं। स्थिति इतनी भयावह हो चुकी है कि लोगों को अपना कंठ गीला करने तक के लिए पानी नसीब नहीं हो रहा है। शहर की दर्जनों कॉलोनियां ऐसी हैं जहां हफ्तों से सप्लाई ठप है और जहां पानी आ भी रहा है, वहां जहरीला और दूषित पेयजल भेजकर लोगों के स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है।

जल्द पेयजल व्यवस्था में सुधार की मांग

कांग्रेस नेताओं ने दो टूक शब्दों में कहा कि यदि जल्द शहर की पेयजल व्यवस्था में सुधार नहीं किया गया और दूषित पानी की समस्या का समाधान नहीं हुआ तो कांग्रेस पार्टी चुप नहीं बैठेगी। उन्होंने चेतावनी दी कि इसके बाद शहर के हर कोने में चक्का जाम किया जाएगा और इस गूंगी-बहरी सरकार की ईंट से ईंट बजा दी जाएगी। इस अवसर पर प्रधान ईश्वर शर्मा, नरेश तंवर जीएम, इंटक प्रधान रामोतार खोरड़ा, अनुप बड़ेसरा, एससी सैल प्रधान शिवकुमार चांगिया, विरेंद्र वाल्मीकि, संजीव जागलान, प्रकाश भाट, कैप्टन विरेंद्र फौजी, सेवादल प्रधान विजेंद्र सिवाच, रोहताश प्रजापत, संजय गांधी, संजय जोगी, बलबीर सरोहा, कैप्टन विरेंद्र फौजी, डा. फूल सिंह धनाना, लक्ष्मण वर्मा, देवा हालुवास, सत्यवान, भूपेंद्र खटक वकील, सूरज, विरेंद्र बापोड़ा, मा. बलवंत घणघस, सुनील खिच्ची, सुमित बराड़, राजकुमार, अमित, श्यामलाल चारण सहित अन्य पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद रहे।

एनपीके उर्वरकों के रेट बढ़ोत्तरी की कड़े शब्दों में निंदा

तोशाम। ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के जिला प्रधान रोहतास सिंह व जिला सचिव एडवोकेट बस्तीराम ने एनपीके उर्वरकों में बेइंतहां रेट बढ़ोतरी का कड़े शब्दों में विरोध किया है। उनका कहना था कि सरकार ने एक अप्रैल से इन उर्वरकों के रेट बढ़ा दिए हैं जो लागू भी कर दिए हैं। जो किसानों के साथ एक बहुत बड़ा विश्वास घात है। किसान नेताओं ने कहा कि खेती में लागत पहले ही बहुत ज्यादा थी और उर्वरक पहले ही इतने महंगे हैं कि किसान के लिए खेती करना मुश्किल होता जा रहा है। इस बढ़ोतरी से किसान बर्बाद हो जाएंगे। उन्होंने यह भी कहा कि किसानों को डीएपी व यूरिया खाद भी उचित समय पर नहीं मिलता। अगर जैसे-तैसे करके एक कट्टा डीएपी का देते हैं, तो उसके साथ दो कट्टा एनपीके और कई तरह के गैर उपयोगी पदार्थ जैसे नैनो यूरिया आदि खरीदने के लिए किसान को मजबूर कर दिया जाता है। उन्होंने सरकार से मांग की है कि सरकार किसानों के हित में उर्वरकों के बढ़ाए गए रेट वापस ले अन्यथा हमारा संगठन अन्य किसान संगठनों के साथ मिलकर इस मूल्य वृद्धि के खिलाफ जोरदार आंदोलन करेगा। उन्होंने किसानों से भी इस मूल्य वृद्धि के विरोध में आवाज उठाने की अपील की है।

सूचना

मैं, समुन्द्र पुत्र श्री धर्म सिंह निवासी हिन्डोल, तहसील व जिला चरखी दादरी, हरियाणा बयान करता हूं कि मेरा पुत्र दीपक तथा पुत्रवधु अर्चना उर्फ प्रिया रानी मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इनसे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

8 घंटे की मशक्कत के बाद बहाल हुई सप्लाई

भिवानी। पिछले दिनों आई तेज आंधी और तूफान ने शहर की बिजली और पानी व्यवस्था को बुरी तरह प्रभावित कर दिया। तूफान के दौरान कई स्थानों पर पेड़-पौधे और उनकी टहनियां बिजली के तारों में उलझ गईं, जिससे तार टूटने और पोल क्षतिग्रस्त होने की घटनाएं सामने आईं। इसके चलते शहर के कई हिस्सों में बिजली आपूर्ति बाधित हो गई और इसका सीधा असर जल आपूर्ति पर भी पड़ा। बूस्टिंग स्टेशन तक बिजली न पहुंच पाने के कारण हनुमान गेट, नई बस्ती, अंबेडकर कॉलोनी, पिपली वाली जोहड़ी, हनुमान ढाणी, अमर नगर, आजाद नगर, पतराम गेट, रामगंज मोहल्ला और दादरी गेट सहित कई इलाकों में लोगों को पानी के लिए भारी परेशानी का सामना करना पड़ा।

स्थानांतरण होने पर क्रीड के अधिकारी को दी विदाई

भिवानी। क्रीड विभाग के अधिकारी मोहम्मद साजिद खान के भिवानी से पलवल स्थानांतरण होने पर उनके सम्मान में लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में विदाई समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता एडीसी दीपक बाबूलाल करवा ने की। कार्यक्रम में साजिद खान को क्रीड के कर्मचारियों द्वारा सम्मान स्वरूप स्मृतिचिन्ह देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में एडीसी ने साजिद खान की कार्यशैली की सराहना करते हुए उसे एक कर्मठ अधिकारी बताया और कहा कि उन्होंने भिवान में अपने कार्यकाल के दौरान विभागीय कार्यों को पूरी निष्ठा और लगन से पूरा किया।

तीन दिन बाद भी आपातकालीन लाइनों से चलाया जा रहा काम

48 घंटे बीते, न बिजली न पानी, 30 गांवों के घर-घर की यही कहानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

जिले में तेज अंधड़ के साथ आई हलकी बारिश को करीब 48 घंटे से ज्यादा का समय बीत गया,लेकिन अभी तक विद्युत निगम के बिजली की सप्लाई काबू में नहीं आई है। अभी भी ढाणी माहू का 33 केवी का पॉवर हाऊस से सप्लाई चालू नहीं हो सकी है। जिस वजह से अभी तक जिले में करीब 35 से 40 गांव ऐसे है। जिनमें पिछले तीन दिनों से न तो बिजली की सप्लाई बहाल हुई है और न ही पानी की एक बूंद घरों तक पहुंची है। अकेले तोशाम हलके के करीब 20 गांव इस तरह के है। भिवानी शहर के आसपास तथा बवानीखेड़ा में तीन से चार गांवों में पूरी तरह से बिजली की सप्लाई चालू नहीं हुई है। आज शाम तक इन गांवों के कुछ इलाकों में बिजली की सप्लाई शुरू हो सकती है। बिजली की सप्लाई चालू न होने से इन गांवों का जनजीवन पूरी तरह से प्रभावित है। उल्लेखनीय है कि चार मई को करीब नौ बजे के आसपास भिवानी जिले के अनेक जगहों पर तेज अंधड के साथ हलकी बारिश आई थी। जिसमें अनेक जगहों पर पेड़ों के गिरने से अनेक बिजली के पोल टूट गए थे। यहां तक बड़ी लाइन के पोल टूटकर उसके तार घरेलू उपयोग वाली लाइट की लाइन पर गिरने से बिजली पूरी तरह से ठप्प हुई। उसी दिन से निगम की टीमें बिजली की सप्लाई को बहाल करने में जुटी है,लेकिन अभी तक पूरी तरह से बिजली चालू नहीं हुई है।

भिवानी। शांत पड़ा ढाणी माहू का पावर हाऊस व बिजली की लाइन में आए फाल्ट को ठीक करता एक कर्मचारी। *फोटो : हरिभूमि*

ढाणी माहू के पावर हाऊस आऊट ऑफ आर्डर

अंधड़ का सबसे ज्यादा नुकसान तोशाम, बवानीखेड़ा व भिवानी सब डिविजन में हुआ। इनके अलावा बहल, व ढिगावा मंडी इलाके में अनेक जगहों पर पोल गिरे। अभी तक तोशाम, बवानीखेड़ा व भिवानी शहर के तीनों डीविजनों में करीब 14 सौ पोल गिर गए। जिस वजह से अभी तक तोशाम के ढाणी माहू स्थित 33 केवी के पॉवर से अभी तक बिजली चालू नहीं हो पाई है। जिस वजह से तोशाम के करीब 20 गांवों में पिछले तीन दिनों से अंधेरा छाया हुआ है। यही हाल बवानीखेड़ा पॉवर हाऊस का बना है। यहां पर अभी तक तीन से चार गांवों में बिजली की सप्लाई दुरुस्त नहीं हुई है। इनके अलावा आधा दर्जन गांव ऐसे है। जिनकी आधी आबादी तक ही बिजली पहुंची है। भिवानी शहर के फीडरों से जुड़े आधा दर्जन गांव में बिजली की सप्लाई पूरी तरह से प्रभावित है। हां यह बताते चले कि भिवानी शहर के पॉवर हाऊस में सांगवान पॉवर हाऊस से बिजली मिलती है,लेकिन वहां पर अनेक जगहों पर पोल टूटे हैं।

निगम को चार करोड़ की चपत

अभी तक जो रिपोर्ट निगम कार्यालय तक पहुंची है। उसमें करीब 14 सौ पोल तथा 50 के आसपास ट्रांसफार्मर डैमेज हुए है। यह आंकड़ा केवल तोशाम, बवानीखेड़ा तथा भिवानी का है। तूफान से निगम को करीब साढे तीन से चार करोड़ तक नुकसान हुआ है। अभी तक कई गांवों में बिजली की सप्लाई चालू नहीं हो पाई है। वहां पर भी पोल गिरे है और वायर भी जली है। जब तक सभी जगहों पर बिजली की सप्लाई चालू नहीं हो जाती। तब तक सही अनुमान नहीं लगाया जा सकता। फिलहाल लोग बिजली की सप्लाई के इंतजार में है।

क्या कहते है अधिकारी

बवानीखेड़ा सब डीविजन के एसडीओ राजेंद्र कुमार ने बताया कि बिजली की सप्लाई अभी पूरी तरह से पटरी पर नहीं लौटी है। बवानीखेड़ा में निगम की टीमें दिन रात काम कर रही है। उसके बावजूद तीन चार गांवों की बिजली सप्लाई ठप्प है। शाम तक उन गांवों में बिजली की सप्लाई चालू होने की संभावना जताई जा रही है। वहीं भिवानी व अन्य जगहों पर भी यही हाल है।

भिवानी। तिगड़ाना गांव की बिजली सप्लाई भिवानी फीडर से जोड़ने की मांग को लेकर ज्ञापन सौंपते ग्रामीण। *फोटो : हरिभूमि*

तिगड़ाना की बिजली भिवानी फीडर से जोड़ने की मांग

दूरी अधिक होने के कारण मामूली तकनीकी खराबी से घंटों तक बाधित रहती सप्लाई : सरपंच सुरेंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

गांव तिगड़ाना के ग्रामीणों ने गांव की गड़बड़ाई बिजली व्यवस्था को सुचारू करने के लिए मोर्चा खोल दिया है। वर्तमान में गांव तिगड़ाना की बिजली सप्लाई मंढ़ाणा फीडर से जुड़ी हुई है, जिससे दूरी अधिक होने के कारण ग्रामीणों को आए दिन भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। इस समस्या के स्थायी समाधान के लिए ग्रामीणों ने बुधवार को बिजली निगम के एसई के नाम मांगपत्र सौंपा। उन्होंने मांग की कि गांव की बिजली सप्लाई को मंढ़ाणा फीडर से हटाकर भिवानी फीडर से जोड़ने, दूरी ज्यादा होने के कारण आने वाले बार-बार के व्यवधान को रोकने, ग्रामीणों को नियमित और पर्याप्त वोल्टेज के साथ बिजली उपलब्ध करवाने की मांग की गई। ग्रामीणों का कहना है कि तिगड़ाना से मंढ़ाणा की दूरी अधिक होने के कारण लाइन में अक्सर तकनीकी खामियां आती रहती हैं, बल्कि भिवानी फीडर से जुड़ने से दूरी कम होगी। वहीं मामूली आंधी या मौसम खराब होने पर सप्लाई घंटों बाधित रहती है, जिससे बच्चों की पढ़ाई भी बाधित होती है।

लंबे कट बने परेशानी

लोगों का कहना है कि तिगड़ाना की बिजली लाइन को भिवानी से जोड़ा जाए। अगर ऐसा होता है, तो गांव को निर्बाध बिजली मिल सकेगी और बार-बार आने वाले फॉल्ट से निजात मिलेगी। उन्होंने कहा कि बिजली आज के समय की बुनियादी जरूरत है। मंढ़ाणा से सप्लाई होने के कारण वोल्टेज की समस्या और लंबे कटों ने ग्रामीणों का जीना मुहाल कर दिया है। भिवानी से सीधा कनेक्शन होने पर लाइन लॉस भी कम होगा और ग्रामीणों को राहत मिलेगी। वहीं विभाग को जल्द से जल्द इस पर कार्रवाई करनी चाहिए। ग्रामीणों ने पत्र के माध्यम से एसई भिवानी को अवगत करवाया कि समय रहते सप्लाई को भिवानी फीडर से नहीं जोड़ा तो ग्रामीणों की परेशानी और ज्यादा बढ़ जाएगी। इस अवसर पर अनिल परमार, अमित कुमार, मनोज, रवि, विकास, साहिल, इंद्रपाल व भारत आदि मौजूद रहे।

शहर में सड़कों व पार्किंग पर होंगे 15 करोड़ रुपये खर्च

■ डीसी साहिल गुप्ता के निर्देशानुसार हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण ने सिरे चढ़ाई जीर्णोद्धार की योजना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

डीसी साहिल गुप्ता के सख्त निर्देशानुसार हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण ने शहर में विभिन्न स्थानों पर पार्किंग और सडक़ों के जीर्णोद्धार व अधर में पड़ी परियोजनाओं को पूरा करने की योजना को अमलीजामा पहनाया है। इन कार्यों पर करीब 15 करोड़.रुपए से अधिक की राशि खर्च की जाएगी। मानसून की दस्तक से पहले सभी कार्य पूरे हो जाएंगे। कई वर्षों से अधूरे पड़े जिमखाना क्लब का निर्माण कार्य भी इसी जून महीने के अंत तक पूरा हो जाएगा। इसके अलावा सिटी सेंटर सडक़, चौ. सुरेंद्र सिंह मैमोरियल पार्क जीर्णोद्धार कार्य, सिटी सेंटर व पुराना बस स्टैंड पर पार्किंग की विशेष मरम्मत, सेक्टर 13 में सडक़ मरम्मत, कोर्ट क्षेत्र में सडक़ मरम्मत कार्य व एचएसवीपी के कार्यालय भवन निर्माण कार्य को पूरा करना शामिल है।

उल्लेखनीय है कि हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण के तहत आने वाली कुछ सडक़ों व पार्किंग स्थल की हालत जर्जर बनी हुई थी, जिससे आमजन को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा था। डीसी साहिल गुप्ता ने आमजन की परेशानी को गंभीरता से लिया और हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण के अधिकारियों को सडक़ों व पार्किंग स्थलों की हालत सुधारने के सख्त निर्देश दिए। डीसी के निर्देशानुसार विभाग ने सभी जगहों का निरीक्षण किया और एस्टीमेट तैयार कर मुख्यालय से स्वीकृति ली और टैंडर लगाए। विभिन्न कार्यों के टेंडर खुल चुके हैं और कुछ कार्य प्रगति पर भी हैं।

बवानीखेड़ा को मिलेगी विशेष सुविधाएं

हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण के अनुसार भिवानी एवं बवानीखेड़ा क्षेत्र में शहरी आधारभूत संरचना को मजबूत करने के लिए विभिन्न विकास परियोजनाओं पर तेजी से कार्य किया जा रहा है। एचएसवीपी सेक्टरों, पार्कों, सडक़ों, पार्किंग, पेयजल और सीवरेज सुविधाओं से जुड़े अनेक महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट प्रगति पर हैं। सिटी सेंटर भिवानी में बैलेंस रोड़, पार्किंग और पेवमेंट की विशेष मरम्मत के लिए लगभग 92.65 लाख रुपये की परियोजना शीघ्र शुरू की जाएगी। चौधरी सुरेंद्र सिंह मेमोरियल पार्क के जीर्णोद्धार एवं विशेष मरम्मत कार्य पर लगभग 59.73 लाख रुपये खर्च किए जा रहे हैं, जहां म्यूजिकल फाउंटेन, दीवारों, फुटपाथ और अन्य संरचनात्मक सुधार किए जा रहे हैं। पुराना बस स्टैंड, सेक्टर-13 एजुकेशन बोर्ड रोड़ तथा सेक्टर-13 के कोर्ट स्टे क्षेत्र में विशेष सडक़ मरम्मत परियोजनाओं पर भी तेजी से काम जारी है, जिनमें अधिकांश परियोजनाएं 50 से 95 प्रतिशत तक पूर्ण हो चुकी हैं।

सड़क का होगा जीर्णोद्धार

डीसी ने बताया शहर में कई नई परियोजनाओं के लिए करोड़ों रुपये के रफकॉस्ट एस्टीमेट तैयार किए गए हैं, जिनमें बासिया भवन से चिड़ियाघर रोड को जानी वाली हाऊसिंग बोर्ड के साथ लगती सड़क का जीर्णोद्धार किया जाएगा। इस कार्य का टेंडर हो चुका है। इसी प्रकार से सनसिटी के सामने से जाने वाले रोड़ व यहां पर छह पार्किंग स्थल का जीर्णोद्धार किया जाएगा। शहीद भगत सिंह चौक से सिटी रेलवे स्टेशन को जाने वाली जर्जर हो चुकी सडक़ का नवीनीकरण किया जाएगा, जिस पर करीब एक करोड़ 56 लाख रुपए खर्च होंगे। इसी प्रकार से लघु सचिवालय के पास ही सिटी सेंटर में एचएसवीपी कार्यालय भवन निर्माण के लिए लगभग 231.86 लाख रुपये की डीएनआईटी स्वीकृति प्रक्रिया में है।

मेधावियों का नकद पुरस्कार से सम्मान

■ महिला महाविद्यालय में पुरस्कार वितरण समारोह आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी

महिला महाविद्यालय, झोझू कलां में कैप्टन ज़िले सिंह अकैडमी के सहयोग से संचालित कोचिंग कक्षा के अंतर्गत शैक्षणिक परीक्षण (टेस्ट) के उपलक्ष्य में आज पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन किया गया। इस अवसर पर छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। परीक्षण के परिणामस्वरूप प्रथम स्थान पर एकता, द्वितीय स्थान पर अंतिम तथा तृतीय स्थान पर प्रीति, दीप्ति एवं वंदना रहीं। सभी विजेता छात्राओं को कैप्टन ज़िले सिंह अकैडमी द्वारा क्रमशः प्रथम स्थान हेतु 2100 , द्वितीय स्थान हेतु 1100 तथा तृतीय स्थान पर रही प्रत्येक छात्रा को 500 नकद पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर कैप्टन ज़िले सिंह अकैडमी के संचालक श्री जयपाल सांगवान ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और निरंतर अभ्यास ही सफलता की कुंजी है। उन्होंने छात्राओं को अनुशासन एवं मेहनत के साथ अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर रहने के लिए प्रेरित किया।

प्राचार्य डॉ. राजपाल राठी ने अकैडमी के सहयोग की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के संयुक्त प्रयास छात्राओं के शैक्षणिक विकास एवं प्रतिस्पर्धात्मक भावना को बढ़ावा देते हैं। प्रधान सुरेंद्रपाल सांगवान ने शिक्षा को समाज के विकास का आधार बताते हुए इस पहल की प्रशंसा की।

चरखी दादरी। मेधावियों को पुरस्कार देकर सम्मानित करते हुए।

तोशाम में वरिष्ठ नागरिकों एवं समाजसेवियों का सम्मान समारोह हुआ आयोजित

तोशाम। ब्रह्माकुमारीज़ तोशाम के समाज सेवा प्रभाव द्वारा बुधवार को स्थानीय जाट धर्मशाला में "संगम – गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन" विषय पर एक भव्य सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में लगभग 1000 प्रतिभागियों ने प्रत्यक्ष रूप से सहभागिता की तथा कार्यक्रम का सीधा प्रसारण यूट्यूब के माध्यम से भी किया गया, जिससे अनेक दर्शकों ने लाभ प्राप्त किया। इस दौरान कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में सांसद धर्मबीर सिंह के पुत्र एवं भाजपा युवा नेता तथा समाजसेवी मोहित चौधरी प्रतिनिधि के तौर पर उपस्थित रहे। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में मुंबई से पधारे प्रो. ई.वी. गिरीश ने अपने प्रेरणादायी विचारों से उपस्थित जनसमूह को लाभान्वित किया। साथ ही माउंट आबू समाज सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्रह्माकुमार बीरेंद्र ने भी अपने उद्बोधन द्वारा आध्यात्मिक मूल्यों पर प्रकाश डाला।

बाढ़ड़ा। चित्रकला प्रतियोगिता में भाग लेते बच्चे। *फोटो : हरिभूमि*

हड़ौदी के राजकीय स्कूल में जल संरक्षण को लेकर करवाई चित्रकला प्रतियोगिता

बाढ़ड़ा। गांव हड़ौदी स्थित राजकीय वमा विद्यालय परिसर में जल संरक्षण के प्रति बच्चों को प्रेरित करने के लिए चित्रकला प्रतियोगिता करवाई। प्रतियोगिता की अध्यक्षता प्राचार्या विजेता फौगाट ने की। उन्होंने बच्चों को जल संरक्षण विषय में विस्तार से अवगत करवाया। इस मौके पर विभिन्न कक्षाओं के बच्चों ने अपने विचारों को कागजों पर रंगों के जरिये उकेरा। एनएसएस प्रभारी सुरेंद्र जाखड़ ने बच्चों को जीवन में जल के महत्व से अवगत करवाया। प्राध्यापिका सुचित्रा ने बताया कि पानी मनुष्यों सहित सभी जीवों के जीवन के लिए महत्वपूर्ण है। इसे बचाना ही एक मात्र विकल्प है क्योंकि पीने योग्य पानी धरती पर बहुत कम मौजूद है। इसे बचा कर ही हम आने वाले भविष्य में पानी की कमी से होने वाली मुसीबतों से बच सकते हैं। इस मौके पर समाजसेवी जगबीर चांदनी, सुमन, सुनीता, मिष्ठा, बनीत, राजेंद्र डीपीई व नरेश आदि मौजूद रहे।

विद्यार्थी मानसिक प्रताड़ना व शोषण का शिकार नहीं होना चाहिए: एडीसी

■ जिला स्तरीय निगरानी समिति की बैठक में एडीसी दीपक बाबू लाल करवा ने दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

शिक्षण संस्थाओं में विद्यार्थियों के मानसिक परेशानी या अन्य किसी भी प्रकार से उत्पीडऩ को रोकने को लेकर सर्वोच्च न्यायालय के निर्देशानुसार एडीसी दीपक बाबू लाल करवा की अध्यक्षता में स्थानीय लघु सचिवालय परिसर स्थित डीआरडीए सभागार में जिला स्तरीय निगरानी समिति की बैठक आयोजित हुई। बैठक में एडीसी ने सभी संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि स्कूल-कॉलेजों व होस्टलों में मानसिक रूप से परेशान विद्यार्थियों की काऊंसलिंग की जाए ताकि कोई भी विद्यार्थी आत्म हत्या जैसा कदम उठाने पर मजबूर ना हो। उन्होंने स्कूल कॉलेजों में हेल्पलाइन नंबर जारी करने के साथ-साथ कमेटी सदस्यों को शिक्षण संस्थाओं व जिला में सभी होस्टल का नियमित रूप से निरीक्षण करने के निर्देश दिए। एडीसी ने निर्देश देते हुए कहा कि शिक्षण संस्थाओं व होस्टलों में विद्यार्थियों को अनुकूल व सुरक्षित माहौल मिलना जरूरी है। उन्होंने कहा कि अक्सर युवा किसी न किसी प्रकार की मानसिक प्रताडऩा का शिकार होते हैं और वे बाद में आत्म हत्या जैसा कदम उठाने पर मजबूर हो जाते हैं, जबकि ऐसा नहीं होना चाहिए।

भिवानी। आयोजित ट्रेनिंग कैम्प में उपस्थित चिकित्सक व अन्य।

नागरिक अस्पताल में छोटे बच्चों की जांच के लिए हुआ एक दिवसीय ट्रेनिंग कार्यक्रम

भिवानी। चौ. बंसीलाल नागरिक अस्पताल में छोटे बच्चों की टीबी जांच के लिए एक दिवसीय ट्रेनिंग कार्यक्रम आयोजित किया गया। यह ट्रेनिंग कार्यक्रम वैल्ड हैल्थ पार्टनर संस्था की तरफ से आयोजित करवाया गया। कार्यक्रम में वल्ड हैल्थ पार्टनर से कृष्ण बजाड़ डीपीसी भी मौजूद रहे। इस दौरान जीरो से 14 साल तक के बच्चों में होने वाली टीबी बीमारी के लक्षण व बचाव के तरीके बताए गए। शिविर में मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. रघुबीर शांडिल्य, उप सिविल सर्जन डा. सुमन विश्वकर्मा पहुंचे। इस मौके पर मास्टर ट्रेनर डा. रीटा सिसोदिया व डब्ल्यूएचओ डा. अमन सचदेवा ने बच्चों में टीबी के सामान्य लक्षणों में लगातार खांसी, वजन कम होना, बुखार आना, रात में पसीना आना और भूख ना लगने जैसे लक्षणों बारे जानकारी दी। उन्होंने कहा कि यदि बच्चे में टीके लक्षण दिखे तो तुरंत नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र पर जाकर जांच करवाएं।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8814999151, 9253681005

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण लागू करने की उठाई मांग

जनवादी महिला समिति का प्रदर्शन, राष्ट्रपति व प्रधानमंत्री को भेजा ज्ञापन

रोष प्रदर्शन एवं सभा की अध्यक्षता समिति की जिला प्रधान बिमला घणघस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

अखिल भारतीय जनवादी महिला समिति व जनसंगठनों के आह्वान पर संसद व विधानसभाओं में महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण को तत्काल लागू करने की मांग को लेकर ने चौधरी सुरेन्द्र मैमोरियल पार्क में इक्टठा हुए और उपायुक्त कार्यालय पर रोष प्रदर्शन किया। वहीं उपायुक्त के मार्फत प्रधानमंत्री के नाम ज्ञापन डीआईपीआरओं सुरेन्द्र सिंह को सौपा। रोष प्रदर्शन एवं सभा की अध्यक्षता समिति की जिला प्रधान बिमला घणघस व संचालन जिला सचिव अनुराधा ने किया। इस दौरान समिति की सदस्यों ने जोरदार नारेबाजी की।

रोष सभा व प्रदर्शन को सम्बोधित करते हुए महिला नेताओं ने बताया कि लम्बे वर्षो के संघर्षों के बाद भाजपा ने 2023 में लोकसभा में नारी वंदन बिल पास कर दिया था, लेकिन अब इसे आगामी जनगणना व परिसिमन से जोड़ दिया। दरअसल केन्द्र सरकार की मंशा 33 प्रतिशत महिला आरक्षण को लागू करने की नहीं थी। अखिल भारतीय जनवादी महिला समिति व अन्य प्रगतिशील हिस्सों ने तब भी केन्द्र सरकार की चाल का विरोध किया तथा महिला आरक्षण उसी दिन से लागू करने की मांग की गई।

भिवानी। लघु सचिवालय परिसर के बाहर प्रदर्शन करती जनवादी महिला समिति की सदस्य। *फोटो : हरिभूमि*

नारी शक्ति वंदन लागू करने की मांग

गत 21 अप्रैल को भाजपा सरकार ने विशेष सत्र बुलाकर नारी शक्ति वंदन कानून के बहाने परिसीमन को लागू करवाना था। इसके लिए भाजपा सरकार ने किसी भी विपक्षी पार्टी से विमर्श नहीं किया, जिसके चलते बिल पास नहीं हो पाया। असल में नारी शक्ति का उपयोग केवल राजनीतिक एजेण्डा, यानी परिसीमन को लागू करने के लिए कर रहे थे। महिला नेताओं ने कहा कि संसद द्वारा विपक्ष के समर्थन से पास नारी शक्ति वंदन अधिनियम 2023 को बिना किसी देरी व शर्त के लागू किया जाए, ताकि संसद व विधानसभाओं में महिलाओं को उचित प्रतिनिधित्व मिल सके। रोष प्रदर्शन व सभा को महिला नेत्री बिमला घणघस, अनुराधा, स्नेह खेडी, रेनू शर्मा, राजबाला, गंगा, सुमन, बबीता, सीटू नेता अनिल कुमार, कर्मचारी नेता राजकुमार, अजय व राजेश आदि ने अपने विचार रखे।