हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार, जून 27, 2024

11 मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना के प्लॉट प्रमाण पत्र पाते ही खिले चेहरे

11 विद्यार्थी पढ़ाई के साथ-साथ सीख रहे मूर्ति कला का हुनर

नन्हेड़ी में 42 साल पहले पंचायती भूमि पर काटे गए प्लॉटों पर दिलाया कब्जा

100-100 गज के प्लॉटों पर कब्जा मिलते ही खुशी से उछले लाभार्थी

मौके पर भारी पुलिस अमला रहा मौजूद, ड्यूटी मैजिस्ट्रेट मार्केटिंग बोर्ड के एसडीओ की देखरेख में हुआ कार्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶ जाखल

कुलां क्षेत्र के गांव नन्हेडी में लगभग 42 वर्ष पूर्व पंचायती भूमि पर गरीबों के लिए आवंटित किए गए प्लॉटों पर निशानदेही का कार्य बुधवार को आखिरकार तीसरी बार शांतिपूर्वक ढंग से सिरे चढ़ गया है। इससे लंबे अरसे से प्लॉट की आस लगाएं बैठे गरीब परिवारों की खुशी का तब ठिकाना न रहा, जब राजस्व विभाग ने निशानदेही कार्य सम्पन्न कर 14 लाभार्थियों को 100-100 गज के पंचायती प्लाटों का कब्जा दिला दिया। बुधवार को राजस्व विभाग की टीम द्वारा नन्हेडी गांव में पहुंचकर ड्यूटी मजिस्ट्रेट टोहाना के हरियाणा राज्य कृषि विपणन बोर्ड के एसडीओ गौरव वधवा की देखरेख में प्लॉटों की निशानदेही की गई। मौके पर सुरक्षा व्यवस्था को लेकर हालांकि भारी पुलिस सुरक्षा बल की तैनाती की गई थी, परंतु निशानदेही कार्य में किसी प्रकार की बाधा उत्पन्न नहीं हुई। निशानदेही कार्य होने से गांव के पात्र 14 परिवारों को अपने मकान का सपना पूरा होता दिखाई दिया है। बता दें कि वर्ष 1982 में स्थानीय तत्कालीन ग्राम पंचायत की ओर से गांव की पंचायती भूमि पर गरीब परिवारों को 100 -100 गज के प्लाट अलॉट किए गए थे, परंतु इसे शासन की उपेक्षा कहे या फिर प्रशासन की लापरवाही कि अभीतक इन पात्र परिवारों को प्लॉटों का कब्जा नहीं मिल रहा था। इससे पात्र परिवार लंबे समय से प्लाटों पर मालिकाना हक की मांग कर रहे है। गत दिनों पात्र लोगों द्वारा इसे लेकर खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी को शिकायत देकर कब्जा दिलाने की मांग की थी। इसके बाद उच्चधिकारियों के निर्देशों पर कार्यवाही करते हुए राजस्व विभाग की टीम ने इन प्लाटों की पैमाइश कर पात्र परिवारों को कब्जा दिला दिया है। इससे पहले भी राजस्व विभाग द्वारा दो बार इन प्लाटों की निशानदेही करने का प्रयास किया गया था, लेकिन गांव के कुछ लोगों के विरोध के चलते टीम को दोनों बार बैरंग लौटना पड़ा था।

जाखल। गांव नन्हेड़ी में निशानदेही के चलते मौके पर तैनात पुलिस कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

राजस्व विभाग के अधिकारियों ने किया निशानदेही कार्य

बुधवार को प्रस्तावित इन पंचायती प्लाटों की निशानदेही के लिए टोहाना खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी को ड्यूटी मैजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया था, लेकिन इन दिनों खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी का पद रिक्त होने पर टोहाना के उपमंडल अधिकारी द्वारा खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय को पत्र अग्रेषित कर उनके स्थान पर किसी अन्य उपयुक्त अधिकारी को नियुक्त करने के निर्देश दिए थे। इसके बाद प्रशासन द्वारा मार्केटिंग बोर्ड के एसडीओ को ड्यूटी मैजिस्ट्रेट नियुक्त किया गया था। इसके अलावा टोहाना के उपमंडलाधीश द्वारा पुलिस अधीक्षक को पत्र प्रेषित कर मार्केटिंग बोर्ड के एसडीओ को ड्यूटी मैजिस्ट्रेट नियुक्त करने के बारे में अवगत कराने के साथ ही निशानदेही कार्य में सुरक्षा व्यवस्था के लिए खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी की मांग अनुसार पर्याप्त मात्रा में पुलिस सहायता प्रदान करने की मांग की गई थी।

क्या कहते हैं अधिकारी

राजस्व विभाग की टीम द्वारा आज नन्हेडी गांव में पहुंचकर पंचायती भूमि पर काटे गए प्लॉटों की निशानदेही कर निशान लगा दिए गए हैं। सुरक्षा व्यवस्था को लेकर मौके पर पुलिस बल तैनात था, परंतु बिना किसी विवाद के शांतिपूर्वक ढंग से निशानदेही कार्य मुकम्मल किया गया है। इसकी रिपोर्ट तैयार कर उच्च अधिकारियों को प्रस्तुत कर दी जाएगी।

-सुखदेव सिंह, कानूनगो उपतहसील कुलां

दर्दनाक हादसा: फतेहाबाद के युवक की कनाडा में मौत

- चारा काटने वाली मशीन मे आने से हुई मौत, परिवार में मचा कोहराम
- 7 दिनों में ही वह एक दुखद हादसे में अपनी जान गंवा बैठा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद।

फतेहाबाद। मृतक केवल सिंह।

पैसा, शोहरत कमाने का सपना संजोये फतेहाबाद के रतिया क्षेत्र का एक युवक सात समंदर पार कनाडा पहुंचा, लेकिन मात्र 7 दिनों में ही वह एक दुखद हादसे में अपनी जान गंवा बैठा। गांव पिलछियां का रहने वाला युवक अपनी एक एकड़ जमीन बेच कर यहां से 14 जून को रवाना हुआ था। 21 जून को वह चारा काटने वाली मशीन की चपेट में आया और उसकी जान चली गई। मृतक का शव अभी तक कनाडा में ही है, जिसे देश में लाने के लिए लाखों रुपये का खर्च बताया गया है। इस कारण उसके पिता ने अब सोशल मीडिया के जरिये उसके शव को वापस देश लाने के लिए मदद की गुहार लगाई है। साथ ही गांव में शोक की लहर व्याप्त है। मिली जानकारी के अनुसार पिलछियां निवासी बिकर सिंह का 23 वर्षीय बेटा केवल सिंह विदेश जाकर कुछ बनने का सपना रखता था, ताकि परिवार की आर्थिक स्थिति मजबूत हो सके। इसके चलते उसने कनाडा जाने के लिए तैयारी शुरू कर दी थी। बताया जा रहा है उनके पास पांच एकड़ जमीन थी, जिसमें से एक एकड़ जमीन बेचकर वह 14 जून को कनाडा रवाना हो गया था। वहां पर वह एक फार्म में पशुओं के लिए चारा कुतरने के काम पर लग गया। बताया जा रहा है कि 21 जून को वह काम कर रहा था कि वह एक बड़ी चारा कुतरने वाली मशीन के अंदर जा गिरा, जिससे उसके पेट में लोहे की पत्ती घुसने पर उसकी मौत हो गई। परिवार को जब इस दुखद हादसे का पता चला तो उनके ऊपर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा। पिता ने पहले ही जमीन बेचकर भेजा था और अब उसके शव को लाने के लिए भी लाखों रुपये की जरूरत है। जिसकारण उन्होंने बीती सायं सोशल मीडिया पर इसको लेकर एक अपील भी जारी की। उनकी अपील पर अब पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति ने भी प्रशासन से मदद की गुहार लगाई है। संगठन के प्रदेश अध्यक्ष मनदीप सिंह ने कहा कि गांव पिलछिया के नौजवान युवक की कनाडा में मौत हो गई है इसलिए वह केंद्र सरकार और हरियाणा सरकार से मांग करते हैं कि मृतक युवक के शव को जल्द से जल्द भारत लाने के लिए प्रक्रिया शुरू की जाए और शव को सरकार अपने खर्चे पर कनाडा से भारत लेकर आए।

खबर संक्षेप

लाजपत नगर से लाखों के गहने चोरी

फतेहाबाद। चोरों ने लाजपत नगर में एक मकान से लाखों के गहने चोरी कर लिए। इस बारे पीड़ित महिला ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। पुलिस को दी शिकायत में लाजपत नगर फतेहाबाद निवासी उषा रानी ने कहा है कि उसने 8 जून को कमरे में रखी अलमारी के लॉकर में 2 सोने की चैन, 3 सोने की अंगूठियां, 3 जोड़ी सोने की बालियां, सोने का कड़ा, 2 सोने की चूड़ियां सहित करीब 5 तोले सोने के गहने रखे थे। अब जब उसने अलमारी के लॉकर को खोला तो देखा कि वहां रखे सोने के गहने गायब थे।

रतिया से युवती लापता पंजाब के युवक पर केस

फतेहाबाद। रतिया शहर से एक युवती के लापता होने का समाचार है। युवती के परिजनों ने पंजाब के एक युवक पर उनकी लड़की को छिपाने का आरोप लगाते हुए पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। इस बारे पुलिस को दी शिकायत में वार्ड नं. 1 रतिया निवासी एक व्यक्ति ने कहा है कि उसकी 20 वर्षीय लड़की गत दिवस बिना बताए घर से चली गई है और वापस नहीं लौटी है। इस पर उन्होंने उसकी काफी जगह तलाश की लेकिन जब उसका कहीं कुछ पता नहीं चला तो उसने इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई।

जाखल क्षेत्र में हेरोइन सहित युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। नशा तस्करी के आरोप में जाखल पुलिस ने पंजाब के एक युवक को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। मिली जानकारी के अनुसार थाना जाखल पुलिस की टीम एएसआई जतिन्द्र सिंह के नेतृत्व में नशीले पदाथार्ें की तस्करी रोकने को लेकर गश्त पर थी। इस दौरान पुलिस टीम जाखल से गांव नडैल की तरफ जा रही थी और घग्घर पुल पर पहुंची तो वहां मोटरसाइकिल पर एक युवक बैठा दिखाई दिया। उक्त युवक पुलिस गाड़ी को देखकर घबरा गया और मोटरसाइकिल को स्टार्ट करने लगा लेकिन मोटरसाइकिल स्टार्ट नहीं हुआ। शक के आधार पर पुलिस कर्मचारियों ने युवक को काबू कर उससे पूछताछ की तो उसने अपना नाम हरविन्द्र सिंह उर्फ बिन्द्र निवासी भूटाल कलां, जिला संगरूर, पंजाब बताया। पुलिस ने जब उकी तलाशी ली तो उसके पास से 6 ग्राम हेरोइन बरामद हुई।

चिम्मो में किरयाने की दुकान से नकदी चोरी

फतेहाबाद। चिम्मो में एक किरयाणे की दुकान से दो युवक गल्ले में रखी हजारों की नकदी चोरी कर ले गए। इस बारे दुकानदार ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। सदर रतिया पुलिस को दी शिकायत में चिम्मो निवासी पलक ने कहा है कि उसकी गांव में ही किरयाणे की दुकान है। गत दिवस दोपहर को दो अज्ञात युवक उसकी दुकान में आए और गल्ले में से 5-6 हजार रुपये की नकदी चोरी कर ले गए है। जब उसे चोरी का पता चला तो उसने पहले आसपास तलाश की और वहां लगे कैमरों की जांच की तो उसमें उक्त युवक चोरी करते नजर आए।

अग्रवाल सभा करवाएगी फव्वारा चौक का सौंदर्यकरण, काम शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

अग्रवाल सभा द्वारा शहर के फव्वारा चौक के सौंदर्यकरण का काम बुधवार से शुरू करवा दिया गया है। पिछले कई सालों से यह प्रोजेक्ट रूका हुआ था। ऐसे में शहर की सुंदरता भी खराब हो रही थी। अब अग्रवाल सभा ने बुधवार से फव्वारा चौक को तोड़ने का काम शुरू कर दिया है। इस चौक के सौंदर्यकरण पर करीब 20 लाख रुपये के आसपास खर्च आने की संभावना जताई जा रही है। उधर, फव्वार चौक पर बने अग्रसैन चौक का भी सौंदर्यकरण किया जाएगा। इस पर भी करीब 10 से 15 लाख रुपये खर्च होगी। इस चौक के नवनिर्माण से चौक ओर खुला हो जाएगा, जिससे लोगों को काफी राहत मिलेगी। बता दें कि कुछ महीने पहले हाउस बैठक में नगर परिषद प्रधान राजेंद्र सिंह खिंची ने प्रस्ताव रखा था कि अग्रवाल सभा इस चौक का सौंदर्यकरण करवाना चाहती है। इसके बाद मीटिंग में यह प्रस्ताव पास भी कर दिया गया था। ऐसे में आने वाले दिनों में इसका सौंदर्यकरण होने के साथ ही इसकी देखभाल भी सभा के सदस्य ही करेंगे। जिला बनने के बाद पहली बार इसका सौंदर्यकरण होगा। सभा के सदस्यों की माने तो हिसार में परिजात चौक बनाया गया है, उसी के तर्ज पर इस चौक को बनाया जाएगा। इसके अलावा आधुनिक तरीके से फव्वारे भी लगाए जाएंगे।

फतेहाबाद। फव्वारा चौक का शुरू हुआ नवनिर्माण।

पानी की मोटर चलाते समय लगा करंट, व्यक्ति की मौत: फतेहाबाद। शहर के साथ लगते गांव बीघड़ में पानी भरने के लिए मोटर चलाते समय एक व्यक्ति करंट की चपेट में आ गया। परिजनों ने उसे गंभीर हालत में फतेहाबाद के नागरिक अस्पताल में भर्ती करवाया जहां जांच के बाद चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया। घटना की सूचना मिलने पर सदर पुलिस टीम नागरिक अस्पताल पहुंची और परिजनों के बयान दर्ज करने की कार्रवाई शुरू की है। पुलिस शव का पोस्टमार्टम करवा रही है। मिली जानकारी के अनुसार गांव बीघड़ निवासी 45 वर्षीय कृष्ण बुधवार सुबह करीब साढ़े 6 बजे पानी की मोटर चलाने के लिए गया था। बताया जाता है कि गांव में 5 दिन बाद पानी की सप्लाई आई थी। कृष्ण के पड़ोसी महेन्द्र ने बताया कि गांव बीघड़ में इन दिनों नई पाइप लाइन डालने का काम चल रहा है।

मौजगढ़ माइनर पार करते समय ट्रक धंसा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

- ट्रक चालक के द्वारा बाइक चालक को बचाने के कारण हुई घटना

जिला के गांव देसूमलकाना में प्रशासन की लापरवाही के चलते रोजाना की तरह हादसे घटित हो रहे है। बुधवार को कालांवाली से देसूमलकाना होकर रिफाइनरी के पास स्थित शराब फैक्टरी में जाते समय एक खाली शराब की बोतलों से भरा ट्रक मौजगढ़ माइनर में धंस गया। जिससे ट्रक का चालक बाल-बाल बच गया। घटना ट्रक चालक के द्वारा बाइक चालक को बचाने के चक्कर में घटित हुई। घटना के बाद वहां पर रास्ता बंद हो गया। जिससे वाहन चालकों को काफी परेशानी झेलनी पड़ी। इसके बाद कई घंटों के बाद जेसीबी व के्रन की मदद से रास्ता खोलकर वाहन चालकों को राहत पहुंचाई गई।

टला हादसा: ट्रक में शराब की खाली बोतलें लेकर जा रहा था फैक्ट्री

ट्रक चालक ओम पाल ने बताया कि वह फिरोजाबाद यूपी से ट्रक में शराब की खाली बोतलें लेकर रिफाइनरी के पास स्थित शराब फैक्टरी में जा रहा था। इस दौरान तंग पुल से गुजरते समय एक बाइक चालक गाड़ी के सामने आ गया। जिसके बचाने के चक्कर में ट्रक का एक हिस्सा माइनर में जाने से ट्रक धंस गया। बता दें कि गांव देसूमलकाना में भाखड़ा नहर, मौजगढ़ माइनर साथ-साथ गुजरती है। गांव में भाखड़ा नहर पर पुल का निर्माण कर दिया है। जबकि मौजगढ़ माइनर पर पुल का कार्य निर्माणाधीन है। इससे वहां पर रास्ता तंग होने के कारण वाहन चालकों को काफी दिक्कते पेश आ रही है। हालांकि वहां पर अस्थाई तौर पर पुल बनाया गया है। जिसकी चौड़ााई बहुत कम है और उस पर बाइक व कार गुजर सकते है लेकिन उस पुल से रोजाना बड़े-बड़े ट्रक, ट्रैक्टर-ट्राली गुजर रहे है। जो वहां से गुजरते समय मिट्टी धंसने से माइनर में जा गिरते है। वाहन के माइनर में गिरने के चलते कई घंटों तक रास्ता बंद रहने से परेशानी के अलावा जान-मान का नुकसान होने का भी भय बना रहता है।

प्रशिक्षणार्थियों को नशे के दुष्प्रभाव बताए

सिरसा। जिला रेडक्रॉस सोसायटी द्वारा स्थानीय रानियां बाजार स्थित रेडक्रॉस भवन परिसर में नशीली दवाओं के दुरुपयोग व अवैध तस्करी के खिलाफ अंतर्राष्ट्रीय नशा निषेध दिवस का आयोजन किया गया। इस अवसर पर प्रोफेशनल प्राथमिक सहायता का प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे प्रशिक्षणार्थियों ने भाग लिया। जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव लाल बहादुर बैनीवाल ने युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि समाज में फैला नशा हम सभी के लिए चुनौती है। यह समाज के हर व्यक्ति के लिए घातक है। इसलिए युवा न तो स्वयं नशा करें और अपने आसपास नशा करने वालों को भी इससे दूर रहने के लिए प्रेरित करें। उन्होंने कहा कि जो व्यक्ति नशा बेचते हैं, ऐसे लोगों की गुप्त सूचना जिला व पुलिस प्रशासन को दें ताकि उनके खिलाफ कार्रवाई की जा सके। टी.आई.प्रोजेक्ट की प्रोजेक्ट मैनेजर राज रानी ने युवाओं को बताया कि जो व्यक्ति नशे का प्रयोग करते हैं उनमें एच.आई.वी., हैप्पीटाईटस-बी व सी आदि बीमारियां होने की संभावना ब? जाती है। इसके अलावा नशा करने वाले व्यक्ति स?क दुर्घटनाओं का अधिक शिकार होते हैं। रेडक्रॉस के उप अधीक्षक पवन राणा ने कार्यक्त्रम में भाग लेने वाले युवाओं को शपथ दिलवाई कि हमारे समाज में फैल रहे नशे को युवाओं में फैलने से रोकने के लिए हर संभव प्रयास करेंगें व युवा पी?ी को राष्ट्रहित के लिए नशा न करने के लिए प्रेरित करेंगे। इसके अतिरिक्त सभी प्रशिक्षणार्थियों ने एक-एक पौधा लगाने का भी प्रण किया। इस अवसर पर प्राथमिक सहायता व गृह परिचर्या प्रवक्ता राजेंद्र कुमार, टेक्निकल सहायक रजत कुमार, लिपिक अजीत सिंह व सुशील कुमार भी उपस्थित थे।

विभिन्न मामलों में 10 वांछितों की सूची जारी

सिरसा। पुलिस विभाग ने विभिन्न आपाराधिक मामलों में 10 वांछितों को इनामी घोषित किया गया है। पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने बताया कि जिला पुलिस द्वारा विभिन्न मामलों में वांछितों की गिरफ्तारी के लिए विशेष अभियान चलाया गया है। जिले में वांछित मीनाक्षी बेरी पत्नी अनिल कुमार निवासी सैक्टर एक रोहिणी, नई दिल्ली सी-140 पीरागढ़ी पश्चिमी दिल्ली के खिलाफ 25 जून 2020 को ऐलनाबाद थाना में धोखाधड़ी के दर्ज मामले में उसे 5 हजार रुपए का इनामी घोषित किया गया है जबकि अशोक कुमार निवासी हाउस नंबर 11/532 कल्याण नगर सोनीपत, जयचंद निवासी हाउस नंबर ए/529 उत्तम नगर, जेजे कॉलोनी, नई दिल्ली व विजय पाल निवासी गांव मनधुरा जिला सोनीपत के खिलाफ 31 जनवरी 2020 को ऐलनाबाद थाना में धोखाधड़ी व अन्य धाराओं के तहत अभियोग दर्ज हुआ था और इस मामले में तीनों आरोपियों पर 5-5 हजार रुपए का इनाम रखा गया है। उन्होंने बताया कि मनजीत सिंह निवासी गांव खारीसुरेरां, जिला सिरसा को बीती 4 फरवरी 2020 थाना ऐलनाबाद तथा 10 फरवरी 2020 को थाना रानियां में दर्ज मादक पदार्थ अधिनियम के मामलों में उसे 5 हजार रुपए का इनामी घोषित किया गया है। उन्होंने बताया कि गाम सिंह निवासी गांव हरियापटी रोड़ी के खिलाफ 30 अक्तूबर 2020 को रोड़ी थाना में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत अभियोग दर्ज हुआ था उसे इस मामले में आरोपी पर 5 हजार रुपए का इनाम रखा गया है। उन्होंने बताया कि वरुण कोंडा निवासी 372 पुरानी माधोपुरी नजदीक डिविजन नंबर 3 लुधियाना पंजाब के खिलाफ सदर थाना, सिरसा में बीती 18 अगस्त 2020 को धोखाधड़ी के मामला दर्ज हुआ था तथा उस पर पांच हजार रुपए का इनाम रखा गया है। मलकीत सिंह निवासी जलालआणा थाना ओढ़ा तथा जय सिंह निवासी वार्ड नंबर 16 मुक्तसर पंजाब के खिलाफ 22 अक्तूबर 2020 को ऐलनाबाद थाना में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत अभियोग दर्ज हुआ था जिनकी गिरफ्तारी के लिए दोनों पर 5-5 हजार रुपए का इनाम रखा गया है।

डॉक्टर सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

एक्सरसाइज करने से मिलेगी सरवाइकल पेन से राहत

मेरी उम्र 44 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मेरी गर्दन के पिछले हिस्से में दर्द है। कभी-कभी खड़े होने पर आंखों के आगे अंधेरा छा जाता है। यह किसी गंभीर बीमारी का संकेत तो नहीं? मुझे क्या करना चाहिए?

-नीरज, रोहतक

आपने यह नहीं बताया कि आपका प्रोफेशन क्या है, क्या आप लंबे समय तक कंप्यूटर या लैपटॉप के साथ काम करते हैं। मौजूदा समय में तमाम लोगों को सर्वाइकल की समस्या हो रही है, इसकी मुख्य वजह लंबे समय तक एक ही पोजिशन में बैठना है। अगर ऐसा कुछ है तो आपको सबसे पहले एक्सरसाइज शुरू करनी चाहिए, इसके लिए फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क करें और सर्वाइकल की कुछ एक्सरसाइज सीखकर उसकी प्रैक्टिस शुरू कर दें, जिससे आपको स्थायी रूप इस दर्द से राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 31 वर्ष है। मुझे कुछ खाने का मन नहीं होता है। भूख महसूस नहीं होती है, कई घंटे कुछ ना खाने पर भी पेट भरा भरा-सा लगता है। कृपया इस समस्या का उपचार बताएं।

-अनुज, धमतरी

आप बता रहे हैं कि आपको भूख नहीं लगती, इसका सामान्य कारण पाचन क्रिया प्रभावित होना होता है, जिससे खाया गया खाना डाइजेस्ट नहीं होता है। आप सबसे पहले खान-पान में थोड़ा परिवर्तन करें। तला, भुना खाना बंद कर दें। दोपहर के खाने में सलाद, दही और पपीता खाएं। रात में हल्का खाना खाएं और सोने से तीन घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह थोड़ा परिवर्तन करके देखें, अगर आराम मिलता है तो ठीक है, नहीं तो आप एक बार फिजिशियन डॉक्टर से संपर्क करें।

मेरी उम्र 25 वर्ष है। कभी-कभी मेरे सिर के दाहिनी तरफ तेज दर्द होने लगता है। धूप में निकलने पर या गर्मी में यह प्रॉब्लम अधिक होती है। कृपया इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-राजन, रायपुर

माइग्रेन में ऐसे ही लक्षण देखे जाते हैं। तेज धूप में निकलने पर सिर दर्द हो जाता है। यह दर्द एक ओर होता है। इससे बचाव का एक ही तरीका है कि आप उन स्थितियों से बचें, जिससे आपका सिर दर्द शुरू होता है। आप डॉक्टर से संपर्क करके कोई मेडिसिन लिखवा लें और तेज दर्द होने पर उसे खा लिया करें।

मेरी उम्र 58 वर्ष है। अकसर छोटी-छोटी बातों को लेकर मैं चिंतित और तनावग्रस्त हो जाता हूं। टेंशन की वजह से कई बार मेरा ब्लड-प्रेशर भी बढ़ जाता है। कुछ ऐसा उपाय बताएं, जिससे मैं चिंता और तनाव पर नियंत्रण रख सकूं।

-सदानंद, भोपाल

इसका सबसे बेहतर तरीका है कि उन चीजों का समाधान करें, जिससे तनाव होता है। साथ ही आप सुबह-शाम आस-पास के पार्क में सैर और योग करें, इससे तनाव कम करने में मदद मिलेगी। अगर ब्लड प्रेशर ज्यादा बढ़ रहा है तो जरूर आप चिकित्सक से संपर्क कर कोई दवा लिखवा लें और उसे नियमित ले सकते हैं।

मेरी उम्र 28 वर्ष है। मेरे फेस पर अकसर कील-मुंहासे निकल आते हैं। कई क्रीम यूज कर चुका हूं। लेकिन उनसे कोई खास फायदा नहीं हुआ। इनसे छुटकारा पाने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?

-चेतन, डोंगरगढ़

इस समस्या के लिए बाजार में उपलब्ध तरह-तरह के क्रीम लगाकर आप एक्सपेरिमेंट ना करें। इससे समस्या कम होने के बजाय और बढ़ सकती है। बेहतर होगा कि आप एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क करें। आपको वे कोई मेडिसिनल क्रीम एडवाइस करेंगे, जिनका नियमित रूप में इस्तेमाल करें। इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 36 वर्ष है। मैं फील्ड-जॉब करता हूं। धूप में बाहर रहने से मेरी स्किन टैन हो जाती है। कृपया बताएं कि टैनिंग और सन-बर्न से कैसे बचा जा सकता है?

-मंजीत, बिलासपुर

टैनिंग से बचने के लिए आप कोशिश करें कि कम से कम धूप में निकलें। अगर धूप में निकलना अनिवार्य है तो त्वचा का एक्सपोजर कम से कम हो, इसके लिए हाथ पैर ढंक कर रखें। साथ ही सनस्क्रीन लगा सकते हैं। इसके अलावा आप किसी त्वचा रोग विशेषज्ञ से कंसल्ट कर लें। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

विशेष: विश्व मधुमेह जागृति दिवस

आमतौर पर डायबिटीज होने की मुख्य वजह गलत जीवनशैली और अनहेल्दी खान-पान को फॉलो करना होता है। यही वजह है कि हाल के वर्षों में इसकी गिरफ्त में सबसे ज्यादा यंगस्टर्स ही आ रहे हैं। आज विश्व मधुमेह जागृति दिवस के अवसर पर यंगस्टर्स को डायबिटीज के प्रति अवेयर करने, उसके लक्षणों और बचाव के तरीकों के बारे में यहां विस्तार से बता रहे हैं।

यंगस्टर्स में तेजी से बढ़ रही डायबिटीज की प्रॉब्लम

अवेयरनेस

रेखा देशराज

इंटरनेशनल डायबिटीज फेडरेशन की एक रिपोर्ट के मुताबिक भारत में करीब 7 करोड़ 50 लाख लोग डायबिटीज या मधुमेह से पीड़ित हैं। सबसे बड़ी बात यह है कि मधुमेह से पीड़ित इन लोगों में बड़े पैमाने पर (20 से 25 फीसदी तक) युवा हैं, जिन्हें आमतौर पर पहले लाइफस्टाइल बीमारियां कम हुआ करती थीं। लेकिन वर्तमान में डायबिटीज एक ऐसी जानलेवा लाइफस्टाइल बीमारी बन गई है, जिसने पूरी दुनिया पर अपना शिकंजा कसा है। इसके चलते हर साल दुनिया भर से 67 लाख लोग असमय मौत के मुंह में समा जाते हैं। अकेले भारत में ही 6 लाख से ज्यादा लोग हर साल डायबिटीज की वजह से समय पूर्व मर जाते हैं। इसलिए हर साल 27 जून को विश्व मधुमेह जागृति दिवस मनाया जाता है, विशेषकर युवाओं को जागरूक करने के लिए।

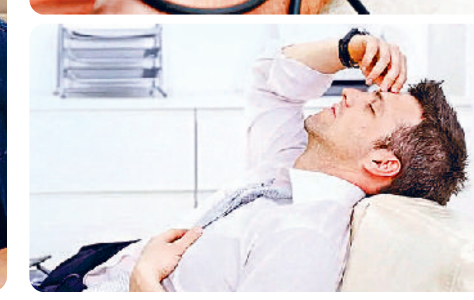
डिस्टर्ब लाइफस्टाइल का परिणाम

मधुमेह को साइलेंट किलर डिजीज इसलिए कहते हैं, क्योंकि चुपके से होने वाली एक जानलेवा बीमारी है। इसे होने से रोक पाना तो आसान होता है, लेकिन एक बार हो जाए तो फिर उससे छुटकारा पाना बहुत मुश्किल होता है। आमतौर पर मधुमेह बेतरतीब जीवनशैली का दुष्परिणाम होता है। इस दौर में युवाओं को ना सिर्फ सबसे ज्यादा मानसिक श्रम करना पड़ता है बल्कि उससे भी कहीं ज्यादा तनाव में रहना पड़ता है, क्योंकि हर तरफ जिंदगी में भागम-भाग लगी हुई है। अगर अलग-अलग क्षेत्रों के मानदंडों के हिसाब से देखें तो इस समय जहां 20वीं सदी के मध्य के दशकों के मुकाबले काम-काज के घंटे औसतन 2 से 3 बढ़ गए हैं, वहीं देखने वाली एक बात यह भी है कि आज काम-काज का तौर-तरीका बेहद जटिल और तनावपूर्ण हो चुका है। पहले जहां इंसान मैन्युअल तरीके से काम किया करता था, तो उसके काम-काज में गंभीर प्रतिस्पर्धा नहीं होती थी, लेकिन आज इंसान की सामान्य गतिविधियों में भी 50 प्रतिशत तक

तकनीक का हस्तक्षेप हो गया है, इसलिए आज काम-काज का तरीका बहुत तेज रफ्तार हो गया है, जो कि ज्यादा सजगता और लगातार ज्यादा मेहनत की मांग करता है।

मेंटल प्रेशर भी है वजह

मौजूदा दौर में लोगों के बीच जानलेवा प्रतिस्पर्धा लगातार बढ़ रही है और इसके पीछे का सबसे बड़ा कारण बेहतर लाइफस्टाइल हासिल करने की होड़ है। क्योंकि इतिहास के किसी भी दौर से ज्यादा आज लोगों में उपभोक्तावादी प्रवृत्ति हावी है, इसलिए लोग ज्यादा से ज्यादा उपभोग करते हैं और ज्यादा से ज्यादा काम के बोझ से भी लदे रहते हैं। इन सब स्थितियों ने हमारी जीवनशैली को अतीत के मुकाबले ज्यादा आसान और सुविधायुक्त तो बनाया है, लेकिन ये सुविधाएं बहुत ज्यादा कीमत वसूल रही हैं। इस वजह से युवाओं में बहुत ज्यादा तनाव है, इस कारण पहले जो युवा मस्त और बेफिक्र हुआ करते थे, आज ऐसे युवा ढूंढ़ने पर भी नहीं मिलते। करियर से लेकर अच्छी नौकरी, आरामतलब लाइफ की चाहत और समय पर ईएमआई चुकाने का युवाओं पर जो भयानक दबाव है, उस दबाव को न झेल पाने के कारण हर साल भारत में हजारों नए युवा डायबिटीज के चक्रव्यूह में फंसने के लिए मजबूर हैं।



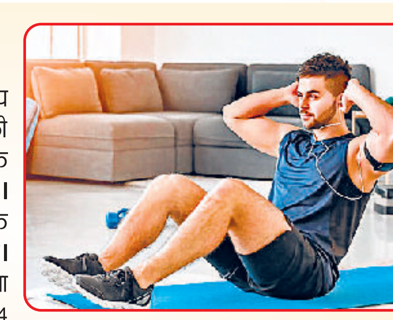
यंगस्टर्स बरतें पूरी सावधानी

जीवनशैली की ऐसी स्थितियों को देखते हुए युवाओं को विशेष रूप से इस जानलेवा बीमारी से बचने की जरूरत है। पूरी दुनिया में जो 53 करोड़ 70 लाख लोग मधुमेह से पीड़ित हैं, उनमें करीब 17 करोड़ युवा हैं। भारत में करीब एक करोड़ से ज्यादा युवा अलग-अलग टाइप की डायबिटीज से पीड़ित हैं। इसलिए उन्हें अपने खान-पान से लेकर दिनचर्या तक में ज्यादा से ज्यादा सजग और अनुशासित रहना चाहिए। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, चाहे युवा हों या अधेड़, डायबिटीज से तभी बच सकते हैं, जब हम इससे अतिरिक्त रूप से सजग रहें और डायबिटीज के शुरुआती लक्षणों के दिखते ही सही ट्रीटमेंट शुरू कर दें।

इन लक्षणों पर रखें नजर

बहुत सारे युवाओं को यह समझना थोड़ा मुश्किल होता है कि क्या वे डायबिटीज से पीड़ित हैं? यह जानने का सबसे आसान तरीका डायबिटीज के कुछ लक्षण हैं। डायबिटीज का शुरुआती लक्षण ब्लड प्रेशर का बढ़ना है। शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ सकती है। अकसर तनाव में रहने के कारण भूख भी कम लगती है और आंखों के नीचे बहुत कम उम्र में ही काले-काले धब्बे दिखने लगते हैं। कुछ लोगों को जहां डायबिटीज में कम या बिल्कुल भूख नहीं लगती, वहीं कुछ दूसरे लोगों को ज्यादा भूख लगने लगती है। बार-बार थकान लगना, प्यास बहुत लगना, अचानक आंखों के सामने अंधेरा छा जाना और आखों की रोशनी का धीरे-धीरे कम होते जाना। डायबिटीज के ये सब लक्षण हैं और इसके कारण आप तेजी से बूढ़े दिखने लगते हैं। इसके अलावा याद्दाश्त कम होने लगती है और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों से अरुचि हो सकती है। *

बचाव का तरीका



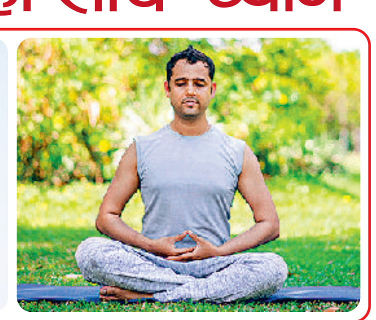
युवाओं को डायबिटीज को लेकर विशेष रूप से सजग रहना चाहिए। उन्हें इसकी अनदेखी नहीं करनी चाहिए और इसके शुरुआती लक्षणों पर नजर भी रखनी चाहिए। इससे बचाव का सबसे आसान तरीका है कि नियमित रूप से एक्सरसाइज की जाए। फास्ट फूड या जंक फूड्स के सेवन से बचा जाए। हर दिन युवा मोबाइल स्क्रीन पर जो 4 से 5 घंटे का वक्त बिताते हैं, उसे घटाकर एक से सवा घंटे तक लाया जाए और हर दिन भरपूर नींद ली जाए। अगर ये उपाय किए जाएं तो युवाओं का डायबिटीज से आसानी से बचाव हो सकता है। लेकिन अगर आप डायबिटीज से ग्रस्त हो ही जाएं तो ट्रीटमेंट शुरू करने में देर नहीं करनी चाहिए। इससे उसे कंट्रोल किया जा सकता है।

सेल्फ ट्रीटमेंट

डॉ. मोहित गुप्ता
कार्डियोलॉजिस्ट
जीबी पंत हॉस्पिटल, दिल्ली

आमतौर पर कोई सामान्य या गंभीर रोग होने पर मेडिकल ट्रीटमेंट की सलाह दी जाती है। यह तो जरूरी है ही लेकिन इसके साथ ही अगर आप सकारात्मक सोच के साथ निरंतर निरोग होने का संकल्प लेते हुए ध्यान भी करें तो चमत्कारी लाभ होता है।

गंभीर रोगों में भी कारगर संकल्प-सही सोच-ध्यान



हालांकि आज के दौर में कम ही लोग इस बात को मानते हैं लेकिन इसमें संदेह नहीं कि दृढ़ संकल्प से कोई भी कार्य सिद्ध हो सकता है। हमारा मन ही अपने संकल्पों को दृढ़ या कमजोर करता है। कई बार हमें अपने संकल्पों पर विश्वास ही नहीं होता है कि वह पूरा भी होगा। इससे हमारी संकल्प की शक्ति कमजोर पड़ जाती है। अपने संकल्पों की शक्ति को किसी भी परिस्थिति में कमजोर ना होने दें। यदि हमारे मन की स्थिति सकारात्मक है तो संकल्प जरूर पूरा होता है। बीमारियों के इलाज में भी यह बात लागू होती है।

ट्रीटमेंट में कारगर है संकल्प शक्ति: आंतरिक शक्ति यानी संकल्प से किसी भी रोग का इलाज हो सकता है। इस बात को समझना बेहद जरूरी है कि हमारी सोच ही हमें बीमार और अच्छा बनाती है। जब मरीज हमारे पास आते हैं और हम उनके अंदर हिम्मत और उल्लास भरते हैं तो वह हील करने लगता है। आज साइंस भी मान चुका है कि मज़बूत मनोबल वाले मरीजों का जब इलाज किया जाता है, तब दूसरे मरीजों की अपेक्षा वे जल्दी स्वस्थ होते हैं।

ध्यान-योग बढ़ाए सकारात्मकता: सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ाने के लिए योग और राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करना बेहद प्रभावी है, क्योंकि यह हमारे संकल्पों को पावरफुल बनाता है। जब हमारा दृष्टिकोण पॉजिटिव और पावरफुल होगा, तब हमारा जीवन भी पॉजिटिव और पावरफुल होगा। लोग नकारात्मक दृष्टिकोण, नकारात्मक भावनाओं और परिस्थितियों को अपने मन में लंबे समय तक बैठा लेते हैं, जो हमें बहुत नुकसान पहुंचाती है। उसी तरह हमारे पुराने या निरर्थक संकल्प, नेगेटिव संकल्प हमारे अंदर सकारात्मक संकल्पों को आने ही नहीं देते हैं। इसके कारण अच्छी चीजों को देखने की हमारी शक्ति क्षीण हो जाती है। मेडिटेशन का अभ्यास हमें यह सिखाता है कि अपने दृष्टिकोण, सोच और व्यवहार को बदलें। जब हम अपने संकल्पों को बदलकर सकारात्मक करते हैं तो उससे हमारी दृष्टि, वृत्ति, कृति, संस्कृति और सृष्टि सब बदल जाती है।

रोज दोहराएं सकारात्मक संकल्प: किसी रोग की हीलिंग का काम केवल डॉक्टरों का ही नहीं है, बल्कि हीलिंग के लिए बहुत आवश्यक है कि अपने संकल्पों को बहुत पावरफुल बनाएं और उस पावरफुल संकल्पों को बनाने के लिए अपने मनोबल और सोच को भी पावरफुल बनाना बहुत आवश्यक है। रोग के लिए दवाई तो जरूर लें, लेकिन इसके साथ ही मेडिटेशन यानी ध्यान को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाएं। इसके अलावा रोज ईश्वर को आभार व्यक्त करने का अभ्यास जरूर करें। रात को सोने से पहले तीन संकल्प अवश्य करें- पहला, मैं अपने आज के कार्य को समाप्त करता हूं। दूसरा, आज का दिन बहुत परफेक्ट और अच्छा रहा। जो कुछ भी मेरे साथ हुआ, उस नेगेटिव और पॉजिटिव भावना को अपने मन में नहीं रखूंगा और हर आत्मा के पति शुक्रिया की भावना रखूंगा। तीसरा, मेरा आने वाला कल सुपर, परफेक्ट और वंडरफुल होगा। उसको मुझे पावरफुल तरीके से क्रिएट करना है।

इन संकल्पों का अभ्यास रोज पूरे दिन में करना है। रोज अपने मन की सफाई करनी है। अपने मन में पॉजिटिव और अच्छे संकल्पों को रखना है। जब भी आप कुछ खाएं तो परमात्मा की याद में खाएं, क्योंकि भोजन भी हमें हील करता है। दवाई भी परमात्मा को याद करके खाना चाहिए। इन सबसे आप शीघ्र स्वस्थ होंगे, निरोग जीवन जिएंगे। *

प्रस्तुति:संध्या रानी

हर्बल जोन

कई रोगों में उपयोगी जल ब्राह्मी

जल ब्राह्मी या गोटू कोला एक बारहमासी पौधा है, जो अजमोद परिवार का सदस्य है। इसमें विटामिन बी, विटामिन सी, प्रोटीन और टैनिन जैसे कई महत्वपूर्ण तत्व पाए जाते हैं। हर्बल एक्सपर्ट्स कहते हैं, अगर आप अपने स्किन का ख्याल प्राकृतिक तरीके से रखना चाहते हैं तो गोटू कोला को अपने स्किन केयर रूटीन में शामिल कर सकते हैं।

क्या है जल ब्राह्मी: इसकी पत्तियां छोटे-मोटे पंख के आकार की होती हैं और इनमें सफेद या हल्के बैंगनी रंग के फूल आते हैं। इसका वैज्ञानिक नाम 'सेंटेला एशियाटिका' है। इसमें बहुत छोटे-छोटे अंडाकार फल निकलते हैं, जिनका कई औषधियों में इस्तेमाल होता है। लेकिन सबसे ज्यादा यह त्वचा को निखारने के लिए जानी जाती है। घावों को ठीक करने, मानसिक मंदता को दूर करने, कुष्ठ रोग और सोरायसिस के इलाज के लिए भी इसे यूज किया जाता है।

त्वचा का रखवाला: गोटू कोला नेचुरल एंटी-इंफ्लेमेट्री गुणों से भरपूर होता है। यह त्वचा को प्रदूषकों से होने वाले नुकसान से बचाता है। यह त्वचा की प्राकृतिक नमी को बरकरार रखता है और अत्यधिक गर्मी या सर्दी से त्वचा में आने वाली सूजन, लालिमा, रैशेज आदि को दूर करने में मदद करता है। यह त्वचा में कोलेजन को बरकरार रखता है, जिस कारण त्वचा कसी और चिकनी बनी रहती है। नियमित रूप से गोटू कोला का इस्तेमाल करने से त्वचा में झुर्रियों जैसे लक्षण बहुत कम दिखते हैं। इसके इस्तेमाल से जहां त्वचा साफ होती है, वहीं त्वचा में मौजूद नुकसानदायक टॉक्सिन भी बाहर निकल जाते हैं। गोटू कोला के एस्ट्रेंजमेंट स्वभाव के कारण ये चेहरे की त्वचा में मौजूद गैरजरूरी तेल को बाहर निकाल देता है और पोर्स को अच्छी तरह से साफ कर देता है, जिससे चेहरा बेहद निखरा-निखरा नजर आता है।

कई रोगों में कारगर: गोटू कोला में एंटीसेप्टिक गुण भी होते हैं। इसलिए इसके इस्तेमाल से त्वचा विभिन्न तरह के संक्रमणों से बची रहती है। अगर त्वचा में कहीं कोई घाव हो गया है तो गोटू कोला के नियमित इस्तेमाल से घाव बहुत जल्दी भर जाता है। यह तनाव भी कम करता हैं। जो लोग समय से पहले बूढ़े दिखने लगते हैं, उन्हें गोटू कोला का इस्तेमाल किसी हर्बल एक्सपर्ट की देख-रेख में करना चाहिए। यह शरीर में कफ को कम करता है, वात को शांत करता है और पित्त के लिए टॉनिक है। यह आर्थराइटिस में भी कारगर है और एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव के चलते इसका हमारे इम्यून सिस्टम पर भी सकारात्मक असर रहता है।

बहुगुणकारी होने के बावजूद गोटू कोला का इस्तेमाल हमेशा एक्सपर्ट की देख-रेख में ही करना चाहिए। * **-एफएमएन**

डाइट सजेशन

राजकुमार 'दिनकर'

देश-दुनिया के अनेक लोगों में ओवर वेट या ओबेसिटी एक बड़ी समस्या बनकर उभर रहा है। हालांकि इसे कंट्रोल करने में फिजिकल एक्टिविटी सबसे कारगर है लेकिन डाइट में बदलाव करके भी बढ़ते वेट को कंट्रोल कर सकते हैं।

खान-पान में बदलाव से कर सकते हैं वेट कंट्रोल

कई-कई घंटे सिटिंग वर्क करना, काम की अधिकता और समय की कमी के कारण दिन भर अस्त-व्यस्त रहना, अनियमित दिनचर्या, ये कुछ ऐसी हैबिट्स हैं, जिनके चलते हमारे स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ता है। इसका परिणाम सबसे पहले हमारी बढ़ी हुई तोंद यानी बैली फैट के रूप में सामने आता है। यह अकारण नहीं है कि आज देश-दुनिया में हर पांचवां नौजवान औसत से ज्यादा मोटा और हर आठवें नौजवान की तोंद बाहर निकली हुई है। हालांकि मिड और ओल्ड एज में यह समस्या ज्यादा देखने को मिलती है। ओवर वेटेड या एक्सट्रा बैली फैट वाली फिगर हमारी पर्सनालिटी को तो बिगाड़ती ही है, यह हमारे लिए कई तरह की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को भी जन्म देता है।

लापरवाही है मुख्य वजह: बॉडी वेट बढ़ना इस बात का परिचायक है कि आप अपनी हेल्थ और फिटनेस को लेकर लापरवाही बरतते हैं। अपनी लाइफस्टाइल पर ध्यान नहीं देते हैं और जरूरी फिजिकल एक्टिविटी नहीं करते हैं। इसके लिए डॉक्टर की सलाह पर वर्कआउट करने के साथ ही अपनी डाइट में भी कुछ बदलाव कर सकते हैं।

पुदीना-सौंफ-मूली: अगर आपका बैली फैट बढ़ा हुआ है, तो आपके लिए पुदीना काफी फायदेमंद साबित हो सकता है। नियमित रूप से इसकी चटनी और पुदीने से बनी चाय पीजिए। जल्द ही एक्स्ट्रा फैट से निजात मिलेगी। आपके लिए सौंफ भी काफी फायदेमंद साबित हो सकती है। इसके लिए आधा चम्मच सौंफ को एक कप पानी में उबालें और फिर करीब 10 मिनट तक के लिए इसे ढंककर रख दें। इसके बाद इस पानी का सेवन करें। लगातार तीन महीने तक ऐसा करने से आपके बढ़े हुए वजन में कमी दिखने लगेगी। मूली को सलाद के रूप में खाने के अलावा इसके रस का सेवन करना भी वेट लूज करने में हेल्पफुल हो सकता है। दो बड़े चम्मच मूली के रस में शहद की बराबर मात्रा मिलाकर, इसे पानी के साथ पी लें। एक महीना ऐसा करने से आपके वजन में निश्चित रूप से फर्क दिखेगा।

ये भी हैं फायदेमंद: टमाटर और प्याज भी फैट कम करने में काफी फायदेमंद साबित हो सकते हैं। इसके लिए खाने के साथ टमाटर और प्याज के सलाद पर काली मिर्च पावडर और नमक डालकर खाइए। इससे बढ़ता वजन कम होने लगेगा। करेले की सब्जी खाने से भी वजन में फर्क पड़ता है। इसके लिए कम तेल में कटे हुए करेले की सब्जी खाएं लेकिन तले हुए करेले की सब्जी ना खाएं। ग्रीन-टी भी मोटापा कम करने में सहायक है। ग्रीन-टी का सेवन तभी फायदेमंद है जब इसमें चीनी और दूध ना मिलाया जाए। लौकी का जूस वजन घटाने का एक अच्छा माध्यम है। इससे आपका पेट भी भरा रहता है और इसमें मौजूद फाइबर्स शरीर को स्वस्थ रखते हैं। जाहिर है, मोटापा तो कंट्रोल में रहता ही है। अपने वेट को लूज करने में गाजर की भी काफी उपयोगिता है। इसके लिए खाना खाने से कुछ देर पहले गाजर खाएं। गाजर का जूस भी वजन कम करने में सहायक होता है। पपीता भी फायदेमंद है। लंबे समय तक पपीते का सेवन फैट को कम करता है। मोटापा कम करने के लिए छाछ का सेवन भी काफी उपयोगी है। लेकिन लस्सी की तरह इसे ना पीएं। कहने का सार यही है कि शारीरिक मेहनत करने के साथ खान-पान में यहां बताए गए बदलाव के जरिए भी आप अपना बैली फैट कम कर सकते हैं, मोटापे को नियंत्रित कर सकते हैं। लेकिन वेट लूज करने के लिए यहां बताई गई किसी भी डाइट को फॉलो करने से पहले अपने डॉक्टर से कंसल्ट जरूर कर लें। *

खबर संक्षेप

लायंस क्लब ने गोशाला में मनाया सेवा प्रकल्प

रतिया। लायंस क्लब रतिया टाउन द्वारा प्रधान विजय जिंदल के सुपुत्र गौतम जिंदल व डिस्ट्रिक्ट गवर्नर सुधा कामरा के इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस ऑस्ट्रेलिया से शपथ ग्रहण कर वापस स्वदेश आगमन पर गौशाला में सेवा प्रकल्प का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में जिंदल परिवार के सहयोग से गऊओं व गोवंश को हरा चारा व दलिया व अन्य खाद्य सामग्री डालकर सेवा की गई।

गांव में कूड़े के ढेरों को हटाकर लगाए जाएंगे पौधे

ओढां। गांव ओढ़ा में स्थित जगह जगह पर लगे सभी कूड़े के ढेरों को उठवाकर वहां पर छायादार पौधे लगवाए जाएंगे। यह जानकारी देते हुए सरपंच संदीप सिंह ने बताया कि सरकार के निर्देशानुसार बरसात के समय खाली जगह पर पौधे लगाकर गांव को हरा भरा किया जाएगा।

मुनीम भाईचारा यूनियन ने किया पौधरोपण

रतिया। मुनीम भाईचारा युनियन ने बढ़ती हुई गर्मी व अपने आसपास पेड़ पौधों की कमी को देखते हुए अनाज मंडी स्थित दुकानों के आगे व अनेक स्थानों पर पेड़ पौधे लगाने की मुहीम चलाई। मुनीम यूनियन सदस्यों ने कहा कि हम ज्यादा से ज्यादा पेड़ पौधे लगाना चाहते हैं, जिसका हमें व हमारी आने वाली पीढ़ी को बहुत फायदा होगा।

12 में से सिर्फ 4 शिकायतों का किया निपटारा

रतिया। उपमंडलाधीश जगदीश चन्द्र ने बुधवार को अधिकारियों व कर्मचारियों को निर्देश दिए कि समाधान शिविर में आने वाले नागरिकों की समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर निवारण करें। उन्होंने कहा कि आमजन की समस्याओं का एक ही स्थान पर निवारण कर शिविर में नागरिकों को मौके पर ही लाभ दिया जा रहा है। समाधान शिविर में कुल 12 शिकायत में से 4 का मौके पर ही समाधान किया गया।

गैर सत्यापित मोबाइल एप्स से रहें सावधान

सिरसा। पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने कहा कि आज के समय में सभी स्मार्ट फोन का प्रयोग करते हैं। अब मोबाइल में कुछ एप्स के जरिए साइबर क्राइम बढ़ रहा है। स्मार्टफोन में इन एप्स के माध्यम से होने वाली धोखाधड़ी से बचना चाहिए। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि साइबर अपराधियों द्वारा एसएमएस, सोशल मीडिया और इंस्टेंट मैसेंजर के माध्यम से कुछ लिंक सांझा किए जाते हैं जो अधिकृत संस्थाओं के मौजूदा एप जैसे ही दिखते हैं।

पनिहारी के युवक से हजारों ठगे, शिकायत

सिरसा। साइबर ठगों द्वारा नित नए ढंग से ठगी की वारदातों को अंजाम दिया जा रहा है। ताजा घटनाक्त्रम में सिरसा जिला के गांव पनिहारी निवासी एक युवक को अज्ञात महिला ने यूएसए की नागरिक बता इंडिया में घूमने की इच्छा जताई और उसे 40500 रुपये ठग लिए। पनिहारी निवासी राजकुमार पुत्र भगवान चंद की ओर से साइबर थाना सिरसा में दर्ज करवाई अपनी शिकायत में बताया कि उसे फेसबुक पर मैरी स्मिथ नाम से फ्रेंड रिक्वेस्ट आई, जिसे उसने स्वीकार कर लिया। इसके बाद उसने अपना नंबर दिया, जिस पर उसके साथ व्हाट्स पर बातचीत हुई।

1950 पर मिलेगी चुनाव से जुड़ी जानकारी

सिरसा। मतदाताओं व आमजन की सुविधा के लिए चुनाव आयोग की ओर से टोल फ्री नंबर जारी किया गया गया है, जिस पर संपर्क कर न केवल चुनाव से जुड़ी जानकारी हासिल की जा सकती है बल्कि मतदाता अपने मत व मतदाता सूची के संबंध में कोई भी शिकायत है, तो उसका भी समाधान इस टोल फ्री नंबर के जरिये करवा सकते हैं। यह जानकारी देते हुए उपायुक्त आर.के. सिंह ने बताया कि चुनाव आयोग की ओर से जारी टोल फ्री नंबर 1950 पर कोई भी व्यक्ति या मतदाता चुनाव व मतदाता सूची संबंधी शिकायत या जानकारी के लिए संपर्क कर सकता है।

स्वास्थ्य मंत्री ने लाभार्थियों को वितरित किए प्लॉट प्रमाण पत्र

मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना के प्लॉट प्रमाण पत्र पाते ही खिले चेहरे

अपने घर का सपना साकार होने की दिशा में कारगर सिद्ध हो रही है मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना : डा. कमल गुप्ता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। पात्र परिवारों को प्लाटों के प्रमाण पत्र वितरित करते मंत्री डॉ .कमल गुप्ता। फोटो : हरिभूमि

मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना के अंतर्गत बुधवार को चौ. देवीलाल विश्वविद्यालय के मल्टीपर्पज हॉल में आयोजित एक भव्य समारोह में जिला के अनुसूचित जाति से संबंधित, विधवा महिलाओं व घुमंतू जाति से संबंधित गरीब परिवारों के लाभार्थियों को 30-30 वर्ग गज के प्लॉट के प्रमाण पत्र वितरित किए गए। समारोह में हरियाणा के स्वास्थ्य मंत्री डॉ कमल गुप्ता ने बतौर मुख्यअतिथि शिरकत की। इस अवसर पर रोहतक में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी की अध्यक्षता में आयोजित रा'य स्तरीय कार्यक्रम का वर्चुअल माध्यम से लाइव प्रसारण किया गया। ये प्रमाण पत्र जिला सिरसा के 853 व फतेहाबाद जिला के 195 लाभार्थियों को दिए गए हैं। स्वास्थ्य मंत्री डा. कमल गुप्ता ने संबोधित करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के विकसित भारत के स्वप्न की ओर महत्वपूर्ण कदम है। केंद्र व प्रदेश सरकार द्वारा अंत्योदय की भावना से कार्य करते हुए गरीब परिवारों को हर संभव सहायता मुहैया करवाई जा रही है। सभी को मुफ्त स्वास्थ्य सुविधा, बिना भेदभाव के विकास कार्य, हर पात्र व्यक्ति को योजना का सीधा लाभ, पेयजल, बिजली आदि की दिशा में सरकार महत्वपूर्ण कदम उठा रही है। उन्होंने कहा कि हरियाणा हाउसिंग फॉर ऑल विभाग द्वारा शहरी क्षेत्रों में रहने वाले अंत्योदय परिवारों के लोगों के लिए मुख्यमंत्री शहरी आवास योजना लागू की गई है। इस योजना के तहत एक लाख 80 हजार रुपये से कम वार्षिक आय वाले अंत्योदय परिवारों को शहरी क्षेत्र में 30-30 वर्ग गज के प्लॉट दिए जा रहे है। इससे अब हर गरीब व्यक्ति का अपने घर का सपना साकार हो रहा है। उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा आज प्रदेश के 14 शहरों में 15 हजार 200 प्लॉट आवंटित किए जा रहे हैं। हाल ही में हरियाणा सरकार द्वारा गरीब परिवारों को हेप्पी कार्ड वितरित किए गए हैं ताकि उन्हें एक हजार किलोमीटर तक की मुफ्त यात्रा का लाभ मिल सके। किसान सम्मान निधि योजना के तहत प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 19वीं किश्त के 20 हजार करोड़ रूपये की राशि सीधे किसानों के खाते में भिजवाई है। इस अवसर पर जिलाध्यक्ष भाजपा निताशा सिहाग, वरिष्ठ भाजपा नेता एवं पूर्व सांसद डा. अशोक तंवर, मुख्यमंत्री के पूर्व राजनीतिक सलाहकार जगदीश चोपड़ा, उपायुक्त आरके सिंह, डीएमसी सुरेंद्र बेनीवाल, एसडीएम राजेंद्र कुमार, प्रदेश महामंत्री भाजपा सुरेंद्र आर्य, प्रदीप रातुसरिया, अमन चोपड़ा, मुकेश मेहता, एमआईएस इंचार्ज दिव्या बतरा, विरेंद्र तिन्ना, ईओ एमसी अतर सिंह, गोपाल, पूजा यादव सहित योजना के लाभार्थी मौजूद रहे।

दुकानदारों ने नगर पालिका से निर्माण शु:ल्क व ऑडिट के नाम पर ली राशि वापिस दिलवाने की मांग की

रतिया। शहर के पुराने बस स्टैंड के आसपास के दुकानदारों ने एसडीएम से मिलकर उनकी समस्या के समाधान की मांग करते हुए एक ज्ञापन सौंपा। एसडीएम जगदीश चंद्र को सौंपे ज्ञापन में शहर के पुराना बस स्टैंड के आसपास के दुकानदारों रमेश कुमार, कृष्ण लाल, दीपक कुमार, राधेश्याम, पवन कुमार, राजेंद्र, कृष्णलाल, प्रेम कुमार सहित अन्य दुकानदारों कहा कि प्रदेश सरकार ने 20 साल से पुराने नगर पालिका की दुकानों में बैठे दुकानदारों को मुख्यमंत्री स्वामित्व योजना के तहत मालिकाना हक देने की योजना बनाई थी। इस योजना के तहत नगर पालिका के अधिकारियों द्वारा दुकानों का मालिकाना हक देने को लेकर पहले तो दुकानदारों को परेशान किया गया। उसके बाद दुकानदारों से

बिजली मंत्री ने रानियां के विकास की ओर नहीं दिया ध्यान

रानियां। शहर में बारिश के पानी की वजह से जलभराव होने की समस्या को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने नगरपालिका के बाहर जोरदार प्रदर्शन किया। प्रदर्शनकारियों ने नगरपालिका सचिव को मांगों से संबंधित ज्ञापन सौंपा। प्रदर्शन का नेतृत्व कर रहे विशाल वर्मा ने कहा कि शहर में एक बरसात से सैंट्रल को-आपरेटिव बैंक के सामने, डेरा सच्चा सौदा के पास, पीएनबी बैंक मोड से बीडीपीओ दफ्तर रोड, नपा कार्यालय के समीप चौराहे, सब्जीमंडी, नामधारी गुरुद्वारा के पास सहित अन्य कई स्थानों पर जलभराव की समस्या उत्पन्न हो जाती है। जलभराव की वजह से लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ता है। यह पानी कई घंटों तक वहां पर खड़ा रहता है। वर्मा ने कहा कि यहां से विधायक रहे रणजीत सिंह सरकार में बिजली मंत्री हैं। पानी निकासी की व्यवस्था सुचारु नहीं होगी यहां पर जलभराव की स्थिति बनी रहेगी।

डीसी ने मौके पर ही बनवाकर दिया राशन कार्ड

फतेहाबाद। डीसी राहुल नरवाल ने बुधवार को लघु सचिवालय के सभागार में सुबह 9 बजे से 11 बजे तक समाधान शिविर लगाकर आमजन की समस्याएं सुनीं। उन्होंने संबंधित विभाग के अधिकारियों को प्राथमिकता के आधार पर समस्याओं का समाधान करने के निर्देश दिए। बुधवार को आयोजित समाधान शिविर में कुल 54 शिकायतें आई, जिनमें से 33 शिकायतों का मौके पर ही समाधान किया गया। शिविर में पुलिस विभाग की 4, क्रिड विभाग की 47 शिकायतों में से 30, समाज कल्याण विभाग की 1 में से एक तथा फूड सप्लाई विभाग की 2 शिकायतों में से 2 का मौके पर निपटारा किया गया। डीसी राहुल नरवाल ने मौके पर मौजूद अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि समाधान शिविर में आने वाले नागरिकों की समस्याओं का तत्परता से समाधान करते हुए उन्हें राहत पहुंचाएं। आज शिविर में आम नागरिकों की प्रॉपर्टी आईडी, परिवार पहचान पत्र, राशन कार्ड, बिजली, पानी तथा विभिन्न सामाजिक सुरक्षा पेंशन योजनाओं से संबंधित शिकायतों का निवारण किया गया।

शिविर में क्लबफुट से ग्रस्त बच्चों की जांच कर किया उपचार

सिरसा। स्वास्थ्य विभाग द्वारा राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम (आरबीएसके) के तहत जून 2024 को राष्ट्रीय क्लबफुट जागरूकता माह के रूप में मनाया जा रहा है। डॉ. शम्मी जिंदल, उपसिविल सर्जन (आरबीएसके), सिरसा ने बताया कि आरबीएसके प्रोग्राम, सिरसा व अनुष्का फाउंडेशन, इंडिया के साथ मिलकर द्वारा माह जून में क्लबफुट से ग्रस्त बच्चों के लिए मेडिकल एवं जागरूकता शिविरों का आयोजन जिला शीघ्र उपचार केंद्र (डीईआईसी) नागरिक अस्पताल सिरसा में किए गए। इन शिविरों में डॉ. पवन कुमार हड्डी रोग विशेषज्ञ, नागरिक अस्पताल सिरसा द्वारा अपनी सेवाएं देते हुए क्लबफुट से ग्रस्त बच्चों की जांच की व उनको पीओपी लगाकर उनका ईलाज किया गया तथा बच्चों के साथ आए अभिभावकों को बच्चों की देखभाल बारे जागरूक किया गया।

आप ने लोगों के बीच जन संवाद कार्यक्रम किया शुरू

- बदलेंगे हरियाणा का हाल, अब लाएंगे केजरीवाल अभियान के तहत बदलाव जनसंवाद शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। बदलेंगे हरियाणा का हाल, अब लाएंगे केजरीवाल अभियान की शुरूआत करते आप नेता। फोटो : हरिभूमि

आम आदमी पार्टी ने आज से फतेहाबाद में बदलाव जनसंवाद की शुरूआत की। इस दौरान आप नेताओं ने 'बदलेंगे हरियाणा का हाल, अब लाएंगे केजरीवाल' अभियान के तहत हरियाणा में बड़े बदलाव को लेकर लोगों को जागरूक किया। जिला पदाधिकारियों की बैठक के बाद रा'य सहसचिव लक्ष्य गर्ग ने कहा कि हरियाणा की जनता ने एक बार सभी पार्टियों को मौका दिया। लेकिन उन्होंने हरियाणा के लोगों के लिए कुछ नहीं किया। इस बार जनता को हरियाणा के लिए वोट करना है। यदि हरियाणा में बड़ा बदलाव चाहिए तो अरविंद केजरीवाल और आम आदमी पार्टी को लाना पड़ेगा। इस बार गाड़ी के टायर को नहीं बल्कि पूरी गाड़ी बदलना है। तभी हरियाणा के लोगों का भला हो सकेगा। इस अवसर पर आप नेता सुखविन्द्र गिल, बराड़, जिला अध्यक्ष किसान सेल जयविन्द्र मेचू, जिला अध्यक्ष एससी सेल विनोद भड़ोलांवाली, बीबो इंदौरा, महिला जिलाध्यक्ष मनदीप शेखों, पूर्व जिलाध्यक्ष अजय झाझड़ा, कल्याण सिंह, मंगल खरोड़, बिट्टू, ब्लाक अध्यक्ष रोहताश खति, ललित गोयल, सिहाग, सत्यवान जांगड़ा, लक्ष्मण कुलड़िया, महिला सचिव लक्ष्मी सिंह, कुलदीप हरितवाल, बलकार सिंह, हवा सिंह पेंटर, जिला मीडिया दीपक भाम्भू व सोनू दुपका सहित अनेक कार्यकर्ता मौजूद रहे। आप नेता लक्ष्य गर्ग ने कहा कि महंगाई चरम सीमा पर है। एक भी सरकारी स्कूल पढ़ने लायक नहीं है। अमीर के बच्चे डॉक्टर, इंजीनियर बनेंगे और गरीब किसान व छोटे व्यापारी के बच्चों की जिम्मेदारी कौन लेगा। सरकारी अस्पताल में न दवाई, न डॉक्टर और न कोई सुविधा है। बिजली के लंबे लंबे कटों से जनता परेशान है। यदि ये सब कुछ बदलना है तो पूरी गाड़ी बदलनी पड़ेगी। इस बार बड़ा बदलाव लाना है। उन्होंने कहा कि हरियाणा के लोगों ने कभी किसी के बेटे तो कभी किसी के पिता के नाम पर वोट दिया। इस बार अपने बच्चों के भविष्य के लिए वोट करना है। बीजेपी सरकार ने किसानों पर डंडे बरसाए और हमारी बहनों को दिल्ली में सड़कों पर घसीटा। हम अपनी मां बहनों के मान सम्मान के साथ खिलवाड़ बर्दाशत नहीं करेंगे। इन्होंने पिछले 10 साल में कुछ काम नहीं किया। हरियाणा की जनता आम आदमी पार्टी को एक बार मौका देकर देखे हम काम करके दिखाएंगे। इसलिए इस बार हरियाणा को बड़े बदलाव की तरफ ले जाने के लिए वोट करें।

29 जुलाई से 3 अगस्त तक लगेगी लोक अदालत

सिरसा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरपर्सन एवं जिला एवं सत्र न्यायधीश वाणी गोपाल शर्मा ने बताया कि सवारे्च्च न्यायालय में आगामी 29 जुलाई से 3 अगस्त तक विशेष लोक अदालत का आयोजन किया जा रहा है। यह विशेष लोक अदालत का आयोजन सवारे्च्च न्यायालय में होना है। उन्होंने बताया कि सवारे्च्च न्यायालय (सुप्रीम कोर्ट) में स्पेशल (विशेष) लोक अदालत में लिए जाने वाले मामलों में श्रम मामले, चैक बाउन्स मामले (सेक्शन-138 एनआई एक्ट), दुर्घटना क्लेम मामले (मोटर दुर्घटना क्लेम), अन्य मुआवजा संबंधी मामले, पारिवारिक कानूनी मामले, सेवाओं से संबंधित मामले, किराया संबंधी मामले, शैक्षणिक मामले, भरण-पोषण संबंधित मुद्दे, बंधक मामल आदि वाद निपटाए जाएंगे।

सफाईकर्मियों ने मांगों को लेकर पूर्व सीएम को भेजा ज्ञापन

- नगरपालिका कर्मचारी संघ इकाई रतिया के कर्मचारियों के बेनर तले एकत्र हुए सफाई कर्मचारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

रतिया। नेता प्रतिपक्ष भूपेन्द्र सिंह हुड्डा के नाम टीटू गिल को मांग पत्र सौंपते सफाई कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

नगरपालिका कर्मचारी संघ इकाई रतिया के कर्मचारियों ने अपनी मांगों को लेकर प्रदेश के नेता प्रतिपक्ष एवं पूर्व सीएम भूपेन्द्र सिंह हुड्डा को मांगपत्र भेजा है। उन्होंने पूर्व सीएम के नाम कांग्रेस नेता टीटू गिल को यह मांगपत्र सौंपा। सफाई कर्मचारी संघ रतिया इकाई के प्रधान मुकेश कुमार ने मांग पत्र सौंपते हुए कहा कि बीजेपी के लगभग 10 साल के कार्यकाल में सफाई कर्मचारियों के लिए कुछ नहीं किया गया। अब जब चंद दिनों की बीजेपी सरकार मेहमान रह गई है तो हमें पक्का क्या करेंगे, बल्कि ग्रुप सी और डी में लगे कर्मचारियों के पर भी सवारे्च्च न्यायालय के फैसले के बाद तलवार लटक गई है, इसलिए प्रदेश की सैनी सरकार से हमें कोई उम्मीद नहीं बची है। कांग्रेस नेता टीटू गिल ने सफाई कर्मचारीयों का मांग पत्र लेने के उपरांत पत्रकार वार्ता में कहा कि नगरपालिका के ये कर्मचारी देश व प्रदेश को साफ सुथरा रखने में अपना अहम योगदान देते हैं। हरियाणा में कांग्रेस की सरकार बनने पर भूपेन्द्र सिंह हुड्डा उक्त कामगारों के साथ-साथ सभी कर्मचारियों की ओल्ड पैंशन बहाल करेंगे, एक्सग्रेशिया स्कीम लागू करेंगे, कच्चे कर्मचारियों को पक्का करेंगे। गिल ने कहा कि ठेकेदारी प्रथा से उक्त कामगारों का अत्याचार और शोषण होता है इसके लिए ऐसी व्यवस्था का निर्माण करवायेंगे ताकि इससे इन्हें निजात मिल सके। कामगारों के सुरक्षा मानकों से संबंधित सभी प्रकार के उपकरण मुहैया करवाये जायेंगे और उक्त कामगारों को आ रही समस्याओं का समाधान प्राथमिकता के आधार पर करवायेंगे। इस अवसर पर अंजुरी देवी, राजबाला, सुनीता, मनोज, कमला, भर्ती बाई, मुकेश, अनिल, गुरमीत, तरसेम, सुरेन्द्र, रमेश कुमार सहित अन्य लोग मौजूद थे।

हरियाणा राज्य प्री सुब्रतो कप में भूना क्लब प्रथम

फतेहाबाद। खेल विभाग हरियाणा के सौजन्य से अंबाला में हरियाणा राज्य प्री सुब्रतो कप के तहत फुटबॉल की अंडर-17 (लड़कों) टूर्नामिंट आयोजित हुई, जिसमें भूना क्लब की ओर खेलते हुए लॉर्ड कृष्णा वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, भूना ने प्रथम स्थान हासिल किया। टूर्नामिंट के दौरान फतेहाबाद टीम ने पहले मैच में पानीपत को 3-0 और दूसरे मैच में जींद की टीम को 3-0 से हराया। इसी प्रकार से सेमीफाइनल में फतेहाबाद टीम ने सोनीपत को 3-0 और फाइनल में अंबाला को 3-0 से हराया। टूर्नामिंट में प्रथम स्थान हासि करने पर स्कूल के प्रिंसीपल रमेश कंबोज, डायरेक्टर दीपक कंबोज, फुटबॉल प्रशिक्षक जसमेर, डीपी राजेश आदि ने विजेता खिलाड़ियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

वायदाखिलाफी के विरुद्ध भूख-हड़ताल पर रोडवेजकर्मी

फतेहाबाद। हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चा के आह्वान पर सरकार की वादाखिलाफी व मानी गई मांगों को लागू नहीं करने पर रोडवेज कर्मचारी भूख हड़ताल पर बैठे और सांकेतिक धरना देते हुए सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। धरने की अध्यक्षता सभी संगठनों के डिपो प्रधान शिवकुमार श्योराण, संदीप जांडली, विजय नागपुर, हर्ष डारा, सतेंद्र, जोगिंदर सिंह रेड्डू, वीरेंद्र कुलेरी, राजकुमार बिघड़, सत्यनारायण, नरेश कुमार, देवीलाल, संजय डाबला, भजनलाल आदि ने संयुक्त रूप से की। संचालन प्रदेश सचिव सुबे सिंह धनाणा ने किया। सांझा मोर्चा नेताओं ने मांगों का ज्ञापन महानिदेशक के नाम महाप्रबंधक को दिया गया। रोडवेज नेताओं ने कहा कि सरकार द्वारा बार-बार की जा रही वादाखिलाफी व उच्च अधिकारियों के टरकाऊ रवैये से कर्मचारियों को सड़कों पर उतरना पड़ा। उन्होंने बताया कि सांझा मोर्चा के साथ अनेक बैठकों में विभाग के मंत्री व उच्चाधिकारी रोडवेज कर्मचारियों की मांगों के लिए गंभीर नहीं दिखाई दिए। सरकार के इस रवैये के खिलाफ 14 जुलाई को सांझा मोर्चा के आह्वान पर अम्बाला में परिवहन मंत्री आवास का घेराव कर निर्णायक आंदोलन की शुरुआत करेंगे। उन्होंने मुख्य मांगों पर चर्चा करते हुए कहा कि परिचालकों व लिपिकों का वेतनमान 35400 रुपए करने सहित सभी मांगों को पूरा कराया जाना जरूरी है।

विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण कड़ी है टाबर उत्सवः कौशल

विद्यार्थी पढ़ाई के साथ-साथ सीख रहे मूर्तिकला का हुनर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। टाबर उत्सव में बच्चों द्वारा मनाई गई मूर्ति का अवलोकन करते टीम के सदस्य।

कला एवं सांस्कृतिक कार्य विभाग व शिक्षा विभाग के संयुक्त तत्वावधान में प्रदेश भर में 'टाबर उत्सव' मनाया जा रहा है। टाबर उत्सव में विद्यार्थियों को मूर्तिकला का निऱ्शुल्क प्रशिक्षण दिया जा रहा है। जिला में ऐलनाबाद के राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में इस उत्सव के तहत बच्चों को मूर्तिकला का हुनर सीखाया जा रहा है। कला एवं सांस्कृतिक अधिकारी (मूर्तिकला) हृदय कौशल ने ऐलनाबाद पहुंचकर बच्चों की कलाकृतियों का निरीक्षण किया। यह कार्यक्त्रम 30 जून तक सुबह 8 बजे से 11 बजे तक ग्रीष्मकालीन अवकाश के दौरान चलेगा।कला एवं सांस्कृतिक अधिकारी (मूर्तिकला) हृदय कौशल ने बताया कि टाबर उत्सव विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण कड़ी है। बच्चों में छुपी हुई प्रतिभा को पूर्ण विकसित करका व उनमें कलात्मक गुण की उत्पत्ति करना ही इस टाबर उत्सव का लक्ष्य है। यह प्रयोग अपने आप में मिसाल बनता जा रहा है। 8वीं से 12वीं कक्षा के छात्र कला महाविद्यालय तक का सफर तय कर अपने हुनर को कला के क्षेत्र में स्थापित होने में सक्षम हुए हैं। ऐलनाबाद के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में चल रहे टाबर उत्सव के प्रतिभावान छात्रों द्वारा बनाई गई कलाकृतियां जैसे अभी बोल उठेगी। इस तरह की अनेकों कलाकृतियां शिक्षा विभाग के अधिकारियों को अपनी ओर खींच रही है। प्रशिक्षक के रूप में प्रसिद्ध मूर्तिकार चित्रकार आशीष व अभिषेक ने इन बच्चों को कला के गुणों से रूबरू करा रहे हैं।

सूचना

मैं, मनोज कुमार पुत्र मूल चन्द निवासी वार्ड नं. 21, भाटिया नगर, टोहाना जिला फतेहाबाद बयान करता हूं कि मेरा लड़का राहुल कुमार मेरे व मेरी पत्नी मीना देवी के कहने-सुनने से बाहर है। मैं उसे अपनी चल-अचल सम्पति से बेदखल करता हूं। भविष्य में उसके द्वारा किए गए लेन-देन व अच्छे-बुरे कार्य के लिए वह स्वयं जिम्मेवार होगा। आज के बाद मेरा व मेरे परिवार का उसके साथ कोई ताल्लुक वा वास्ता नहीं रहा है।

खबर संक्षेप

शराब के ठेके से लुटेरों ने नगदी लूटी

डबवाली। क्षेत्र में लूट की वारदातें थमने का नाम नहीं ले रही। ताज वाक्या में आज गांव फूल्लों के शराब के ठेके से अज्ञात लुटेरे करीब 8000 की नगदी लूट कर ले गए। मिली जानकारी के मुताबिक बाइक सवार दो युवक शराब के ठेके पर पहुंचे और वहां कार्यरत मनोज को धमकी देकर उसके पास की नगदी छीन ली और फरार हो गए। इसके बाद लूट की इस वारदात की पुलिस को सूचना दी गई। पुलिस मामले की जांच कर रही है। गौरतलब है कि 2 दिन पहले भी अबूबशहर में एक पेट्रोल पंप पर लूट की वारदात हुई थी।

पुलिस ने पकड़े हत्यारोपी हथियार बरामद

सिरसा। कालांवाली पुलिस ने हत्या के मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान मलकीत सिंह निवासी दादू व मनजीत सिंह निवासी कालांवाली के रूप में हुई है। आरोपियों के कब्जे से वारदात में प्रयोग की गई एक तलवार तथा लोहे की रॉड बरामद की गई है। थाना कालांवाली प्रभारी चांद सिंह ने बताया कि 10 जून को संदीप सिंह निवासी गांव गदराना के बयान पर उसके दोस्त देवेंद्र सिंह निवासी गदराणा की 10-15 व्यक्तियों द्वारा मिलकर हत्या करने पर मामला दर्ज किया गया था।

बीज विकास निगम कार्यालय से सामान चोरी

सिरसा। हिसार रोड पर स्थित हरियाणा बीज विकास निगम कार्यालय से चोर हजारों रुपए का सामान चोरी कर ले गए। पुलिस को दी शिकायत में प्रबंधक राहुल राणा ने बताया कि बीती 24 जून की शाम को वे कार्यालय बंद कर घर चले गए। देर रात को चोरों ने कार्यालय में घुसकर 15 छत के पंखे, 3 फ्यूज ग्रिप व लगभग 10 फीट स्टार्टर की तार चोरी करके ले गए।

घर के बाहर खड़ी गाड़ी से बैटरी चोरी

सिरसा। शहर के इंद्रपुरी मोहल्ले में घर के बाहर खड़ी गाड़ी की चोर बैटरी चोरी कर ले गए। पुलिस को दी शिकायत में सुनील तंवर ने बताया कि बीती 24 जून की रात को उसने अपनी गाड़ी रोजाना की भांति घर के बाहर गली में खड़ी की थी। देर रात को चोर गाड़ी से बैटरी चोरी कर ले गए। सुबह उसे घटना का पता चला। उन्होंने अपने स्तर पर आसपास के लोगों से भी पूछताछ की, लेकिन कोई सुराग नहीं लगा। जिसके बाद पुलिस को सूचित किया गया। पुलिस ने शिकायत के आधार पर केस दर्जकर आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

होटल के ताले तोड़कर चोरी, मामला दर्ज

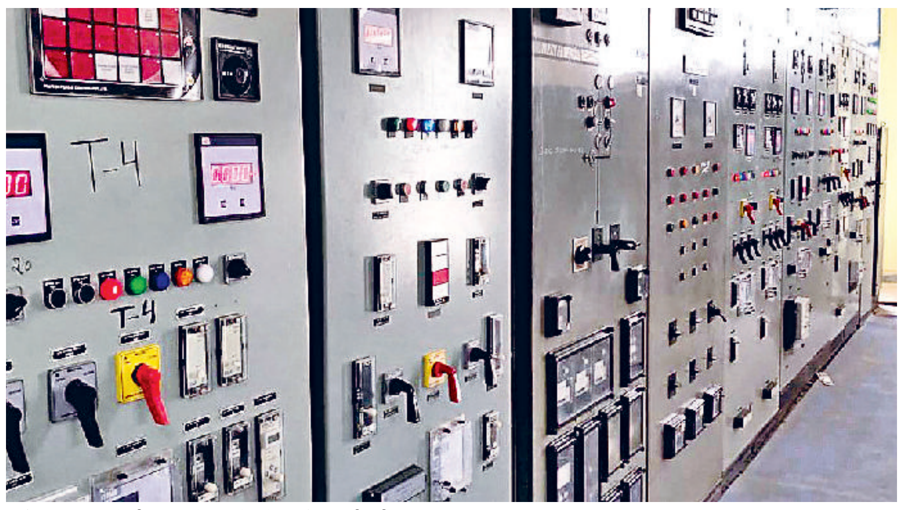
रानियां। रानियां पुलिस ने वार्ड नंबर 15 रानियां निवासी प्रेमकुमार पुत्र जगराज की शिकायत पर अज्ञात के खिलाफ चोरी व सेंधमारी का मामला दर्ज किया है। अपनी शिकायत में प्रेमकुमार ने बताया कि वह जीवननगर रोड पर न्यू क्वालिटी होटल के नाम से नॉनवेज होटल संचालित करता है। उसने बताया कि 24 जून की रात्रि को वह अपना होटल मंगल करके गया था। अगले दिन 25 जून को जब वह होटल पहुंचा तो ताले टूटे हुए पाए।

50 लाख यूनिट बिजली की खपत हो रही प्रतिदिन

प्री-मानसून बारिश न होने से 7 करोड़ यूनिट तक बढ़ी बिजली की डिमांड

डिमांड 27 लाख 85 हजार से बढ़कर 50 लाख यूनिट प्रतिदिन तक पहुंची

सुरेन्द्र असीजा ▶▶| फतेहाबाद



फतेहाबाद। 33केवी सब स्टेशन में ओवरलोड मशीनरी। फोटो : हरिभूमि

जून माह में इस बार अब तक प्री मानसून की बरसात न होने का सीधा असर बिजली आपूर्ति पर पड़ा है। जून मास में बिजली आपूर्ति की डिमांड एकदम से 7 करोड़ यूनिट बढ़ गई। यही कारण है कि विद्युत निगम को गांवों को छोड़िये, शहरों में भी बिजली के अघोषित कट लगाने पड़ रहे हैं। इतना ही नहीं, रात के समय तो हालात ओर भी खराब हो जाते हैं। रात के समय बिजली निगम को मजबूरन कम वोल्टेज में बिजली मुहैया करवानी पड़ रही है। अगर जल्द ही अच्छी और नियमित बारिश नहीं हुई तो आने वाले दिन बिजली आपूर्ति के लिहाज से ओर भी बदतर हो सकते हैं। फतेहाबाद डिवीजन में प्रतिदिन की बात की जाए तो अप्रैल माह में 16 लाख 22 हजार यूनिट प्रतिदिन की डिमांड थी, जोकि मई में बढ़कर 27 लाख 85 हजार यूनिट तक जा पहुंची। जून माह में यह डिमांड बढ़कर 50 लाख यूनिट प्रतिदिन तक आ पहुंची। इसकी पुष्टि खुद बिजली निगम के कार्यकारी अभियंता भी कर रहे हैं। कम बारिश के चलते बिजली की डिमांड एकदम से बढ़ गई है, जिसके चलते बिजली आपूर्ति में परेशानी आ रही है। बारिश न होने पर जुलाई में डिमांड 17 करोड़ यूनिट करेगी पार फतेहाबाद डिवीजन में फतेहाबाद शहर, रतिया शहर, बड़ोपल व भट्टूकलां पड़ते हैं। इसी साल अप्रैल में जिले में बिजली की कुल डिमांड 4 करोड़ 86 लाख 71 हजार यूनिट थी। मई में यह बढ़कर 8 करोड़ 35 लाख 35 हजार और जून में अब तक यह बढ़कर 15 करोड़ 50 लाख यूनिट तक जा पहुंची है। अगर पर्याप्त बारिश नहीं हुई तो अगले माह बिजली डिमांड बढ़कर 17 करोड़ यूनिट से अधिक चली जाएगी। इतनी बिजली का इंतजाम करना बिजली निगम के अधिकारियों के लिए मुश्किल भरा हो सकता है। अप्रैल माह में फतेहाबाद में प्रतिदिन 16 लाख यूनिट की डिमांड थी जोकि मई में बढ़कर 27 लाख हो गई और जून में यह आंकड़ा 50 लाख यूनिट प्रतिदिन तक पहुंच गया।

बिजली निगम भी सुधार के लिए नहीं छोड़ रहा कोई कसर

ऐसा नहीं है कि बिजली निगम ने गर्मी में लोड बढ़ने की स्थिति से निपटने का कोई इंतजाम नहीं किया। निगम ने अपनी तरफ से कोई कसर भी नहीं छोड़ी। फतेहाबाद के भट्टू रोड स्थित 33 केवी सब स्टेशन की क्षमता 26 एमवीए से बढ़ाकर 28 एमवीए की गई है। ऐसे ही बनगांव में 10 एमवीए से 20 एमवीए, हुडा सैक्टर में 16.3 एमवीए से 20 एमवीए, भट्टू सोतर में 10 से 20 एमवीए, कुलां में 10 से 20 एमवीए, हड़ौली में 24.3 से 28 एमवीए तक क्षमता बढ़ाई गई है।

शिकायत केन्द्र पर कोई सुनने वाला नहीं

मेनपावर के हिसाब से निगम पहले ही कमजोर है। हालांकि निगम की मेनपॉवर में इजाफा हुआ है लेकिन बढ़ती शहरी क्षेत्र को देखते हुए यह अभी भी अपर्याप्त है। कर्मचारी दिन-रात ट्रिपिंग होने व बार-बार ट्रांसफार्मर उड़ने की समस्या के समाधान में लगे हैं।

अप्रैल से जून तक आपूर्ति (2023)

मास	यूनिट
अप्रैल	5.91 करोड़
मई	9.85 करोड़
जून	13.6 करोड़

अप्रैल से जून तक आपूर्ति (2024)

मास	यूनिट
अप्रैल	4.86 करोड़
मई	8.35 करोड़
जून	15.2 करोड़

बिजली खपत कम करनी चाहिए

बारिश न होने से बिजली की डिमांड बढ़ती है तो उत्तरी ग्रिड भी ओवरलोड हो जाता है। उत्तरी ग्रिड ओवरलोड होने से पानीपत सिस्टम ऑपरेशन के पास बिजली कटौती का संदेश आता है। मजबूरन उन्हें बिजली बंद करनी पड़ती है। इस बार प्री मानसून की बारिश न होने से बिजली की डिमांड एकाएक बढ़ गई है। इस बारे उपभोक्ता को बिजली खपत कम करने की कोशिश करनी चाहिए। बरसात होते ही सारी स्थिति सामान्य हो जाएगा।

-संदीप मेहता, कार्यकारी अभियंता, द.ह.बि.वि. निगम फतेहाबाद

राडवेज कर्मचारियों ने की भूख हड़ताल, सौंपा ज्ञापन

सिरसा। मांगों को लेकर रोडवेज कर्मचारी प्रदर्शन करते हुए।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

- बोले : जल्द समस्याओं का समाधान न होने पर करेंगे आंदोलन

हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चा की ओर से रोडवेज परिसर में बुधवार को सुबह 10 बजे से लेकर 4 बजे तक भूख हड़ताल करते हुए धरना दिया गया और उसके बाद महाप्रबंधक को कर्मचारियों की मांगों संबंधी ज्ञापन दिया गया। प्रदेश प्रवक्ता पृथ्वी सिंह चाहर, रिछपाल सिंह संधु व मोहन सहारण ने संयुक्त रूप से बताया कि कर्मचारियों की कुछ मांगें काफी समय से लंबित पड़ी हैं, जिसकी ओर विभाग व सरकार की ओर से गौर नहीं किया जा रहा है। विभाग व सरकार के उदासीन रवैये से कर्मचारियों में भारी रोष है। उन्होंने विभाग व सरकार को चेताते हुए कहा कि जल्द कर्मचारियों की समस्याओं पर गौर नहीं किया गया तो उन्हें मजबूरन आंदोलन करना पड़ेगा। इस मौके पर प्रदर्शनकारी कर्मचारियों में मदनलाल खोथ, भीम सिंह चक्कां, रमेश कुमार सैनी, निर्मल सिंह, विनोद कुमार, सुरेंद्र कुमार भुर्टवाला, शिवराज, प्रदीप, शेर सिंह खोड, दाताराम, विजयपाल, प्रवीण कुमार, सुरेंद्र निरानिया, शैलेंद्र कुमार रानियां, बलजीत सिंह, विनोद कुमार खारियां, सागर कंबोज, सतवीर कुमार, विनोद कुमार, सुभाष चंद्र, नवीन कुमार, शशि कुमार आदि मौजूद थे।

ये हैं प्रमुख मांगें

रोडवेज कर्मचारियों ने सरकार से जिन मांगों को पूरा करने का आग्रह किया है उनमें परिचालकों का पे ग्रेड काम के आधार पर बढ़ाने, चालकों को हैवी चालक ग्रेड पे स्केल देने, लिपिकों का पे ग्रेड बढ़ाने, चालक, परिचालकों को सीमित ओवरटाइम देने के आदेश पत्र को वापिस लेने, चालक, परिचालकों को रात्रि ठहराव सीमित करने के आदेश पत्र को वापिस लेने, परिचालकों की प्रमोशन पुलिस विभाग कर्मचारियों की तरह तय सीमा (वर्ष) में प्रमोशन करने, चालक, परिचालक, निरीक्षक, उप निरीक्षक, कर्मशाला के कर्मचारियों के देय अर्जित अवकाश कटौती बारे सितंबर 2022 में जारी आदेशों को वापस लिया जाए, 3 फरवरी 1984 की हिदायतों अनुसार देय अर्जित अवकाश दिए जाएं या सिविल सर्विसेज रूल के वाले सभी प्रकार के हॉलिडे, शनिवार व 8 घंटे की ड्यूटी ली जाए। इसके अलावा कई अन्य मांगों को लेकर भी कर्मचारियों ने सरकार से उन्हें पूरा करने की मांग की।

गोवंश के लिए किया पानी का प्रबंध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। गोवंश के पानी की टंकियां भेंट करते संस्था के सदस्य।

ह्यूमन हेल्पिंग हार्टस एसोसिएशन शाखा सिरसा द्वारा शहर में बेसहारा घूम रहे गोवंश के पानी का प्रबंध करने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में निशुल्क पानी की टंकियां रखवाई गई हैं। संरक्षक सुमन मित्तल ने कहा कि गोसेवा को ईश्वर की पूजा के समान बताया गया है क्योंकि गोमुख में सभी देवी-देवताओं का वास होता है और गोमाता हमारे ऊपर आने वाली सभी मुसीबतों को खत्म कर देती है। भीषण गर्मी में प्यास के मारे इधर-उधर भटकते व गंदा पानी पीने को मजबूर गोवंश के लिए पानी की टंकियों का प्रबंध संस्था की तरफ से किया गया है। सेवा प्रकल्प में प्रांतीय कार्यकारिणी सदस्य योगेश मेहता, अध्यक्ष योगेश टूटेजा, उपाध्यक्ष मोहित बांसल, सचिव अमित कुमार, कोषाध्यक्ष कुणाल जैन, अनिल बजाज, मयूर मेहता, सोहनलाल, जशन दीप, सोनू, सुमन मित्तल ने सहयोग किया। पहली टंकी श्याम बगीची के बाहर रख सेवा कार्य प्रारंभ किया गया। तत्पश्चात एयरफोर्स के पास, पारखों वाली गली, गली मोचियोंवाली, गोशाला मोहल्ला, कीर्तिनगर तथा अन्य क्षेत्रों में टंकियां रखवाई गई।

समाधान शिविर में मिली कान की मशीन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। एडीसी समाधान शिविर में लोगों की शिकयतें सुनते हुए।

- समाधान शिविर में आई 64 शिकायतें

प्रदेश सरकार की समाधान शिविर की पहल लोगों की समस्याओं के समाधान में कारगर हो रही है। समस्या चाहे कोई भी हो सबका निदान समाधान शिविर में हो रहा है। निरंतर उपायुक्त कार्यालय में उपायुक्त आर.के सिंह स्वंय लोगों की समस्या को एक-एक कर गंभीरता से सुन रहे हैं। इसी कड़ी में उपायुक्त के निर्देशन में बुधवार को अतिरिक्त उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने समाधान शिविर में आमजन की समस्याओं को सुनकर उनके समाधान बारे अधिकारियों को दिशा निर्देश दिए। इस दौरान पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने भी समाधान शिविर में पुलिस सबंधी आई शिकायतों को सुना। समाधान शिविर में हर कोई अलग-अलग समस्या लेकर पहुंच रहे हैं, जिनका मौके पर ही समाधान हो रहा है। इसी कड़ी में रानियां बाजार सिरसा निवासी बलवंत राय कम सुनने की समस्या के समाधान के लिए समाधान शिविर में पहुंचा। अतिरिक्त उपायुक्त ने जिला रेडक्रॉस अधिकारी को मौके पर बुलाकर समस्या का समाधन का निर्देश दिया। रेडक्रॉस सचिव लाल बहादुर बेनीवाल ने मोके पर ही बलवंत राय को कान की मशीन उपलब्ध करवाई। बुधवार को समाधान शिविर में 64 शिकायतें आई। उपायुक्त के निर्देशन में अतिरिक्त उपायुक्त डॉ विवेक भारती व पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने एक-एक कर समस्याओं को सुना।

आस्ट्रेलिया की हार ने तोड़ा उसका घंमड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डिंग

डिंग क्षेत्र के क्रिकेट प्रेमी मांगेराम, पंकज, कृष्ण आदि ने कहा कि ऑस्ट्रेलिया विश्व की ऐसी क्रिकेट टीम है जो लगातार 6 विश्व कप जीतती आ रही है लेकिन मंगलवार को टी20 मैच में एक अफगानिस्तान की साधारण टीम से मैच हार कर एक घमंडी का सिर नीचा होने की कहावत सिद्ध होती हुई दिखाई दे रही है क्योंकि पिछले विश्व कप के दौरान अपनी मर्यादा भूल कर ऑस्ट्रेलिया के खिलाड़ी मिचेल मार्श विश्व कप ट्रॉफी पर पैर रखकर बियर पी रहे थे जिसको लेकर ऑस्ट्रेलिया टीम को ऐसी पटखनी झेलनी पड़ी जो कि शायद ऑस्ट्रेलिया टीम को हमेशा के लिए याद रहेगा कि क्रिकेट प्रेमियों की भावनाओं के साथ खेलना कितना महंगा पड़ सकता है। दरअसल पिछले विश्व कप के दौरान ऑस्ट्रेलियाई टीम ने विश्व कप जीता था तो ऑस्ट्रेलिया टीम के खिलाड़ी मिचेल मार्श ने सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायर किया जिसमें मिचेल मार्श विश्व कप ट्रॉफी पर पैर रखकर बियर पी रहे हैं। यह वीडियो उस अहंकार में किया गया जो कि यह बता रहे हैं यह ऑस्ट्रेलिया खिलाड़ी कितने धुआंधार खिलाड़ी है लेकिन मिशेल मार्श यह नहीं मालूम था कि कि आने वाले समय मे ऑस्ट्रेलिया को इस घमंड की ऐसी कीमत चुकानी पड़ सकती है।

फतेहाबाद में आज प्री-मानसून की बौछारों की आस

- जुलाई के प्रथम सप्ताह में दस्तक देगा मानसून

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। प्री मानसून की बरसात से पूर्व धान की रोपाई करते किसान।

जिला में इन दिनों गर्मी ने अपना प्रचंड रूप अख्तियार कर रखा है। बुधवार को कई जिलों में बारिश होने से प्री मानसून की बौछारों से लोग प्रसन्न दिखाई दिए तो फतेहाबाद में सुबह बादल की गड़गड़ाहट के बाद तेज धूप छा गई। अलसुबह लोगों को बारिश की उम्मीद जगी लेकिन धूप निकलने से उन्हें निराशा का सामना करना पड़ा। उधर आज वीरवार को प्री-मानसून की बारिश होने की पूरी संभावना है। हरियाणा में 27 जून को कुछ स्थानों पर, 28-29 जून को कई और 30 जून व 1 जुलाई को अधिकांश स्थानों पर हल्की से मध्यम बारिश की संभावना है। बुधवार को प्रदेश में कई जगह तो हल्की बारिश हुई लेकिन अधिकांश क्षेत्रों में गर्मी ने अपना रौद्र रूप अख्तियार कर रखा है। आमतौर पर जून महीने में प्री मानसून की बारिश हो जाती है। इस बार मौसम विभाग के सारे दावे धरे रह गए। बुधवार को यहां बादल छाने से तापमान में 6-7 डिग्री सेल्सियस की कमी आई। इस बार अप्रैल व मई माह के मौसम को देखते हुए नहीं लग रहा था कि जून में इतनी गर्मी पड़ेगी जबकि आश्चर्यजनक रूप से तापमान 45 से 47 डिग्री के बीच ही घूम रहा है। आईएमडी ने पिछले कई दिनों से पश्चिमी विक्षोभ के चलते बारिश व मौसम ठंडा होने की संभावना जताई थी लेकिन हरियाणा के एक छोर में बारिश होती रही तो दूसरे छोर में तापमान 40 के पार दिखा।

27 जून को बारिश की उम्मीद

प्रदेश में मौसम विभाग के अनुसार 27 जून से हवाओं के साथ कहीं-कहीं प्री-मानसून बारिश आने की उम्मीद जताई गई है। कुछ क्षेत्रों में अच्छी बारिश भी हो सकती है। यमुनानगर से लेकर वाया कुरुक्षेत्र, कैथल, फतेहाबाद, सिरसा तक एरिया को पैडी बैल्ट के तौर पर जाना जाता है। जहां से 15 जून से धान की बिजाई शुरू हो चुकी है। इन क्षेत्रों में किसानों को अब पानी की अत्यंत आवश्यकता है। कृषि विशेषज्ञों का मानना है कि अगर अब बरसात नहीं होती तो धान की फसल को नुकसान हो सकता है। इस समय धान की बिजाई तेजी पर है। ऐसे में प्री मानसून की बरसात होती है तो यह सोने पर सुहागा होगा।

तापमान में दिखेगी गिरावट

प्रदेश में बुधवार रात से मौसम में बदलाव शुरू होगी। 27 जून वीरवार से प्री-मानसून की बरसात होने के आसार है। यह मौसम 30 जून तक रहेगा। इस दौरान तापमान में गिरावट आएगी। कई क्षेत्रों में तेज बारिश हो सकती है। जुलाई के प्रथम सप्ताह में मानसून हरियाणा में दस्तक देगा।

--डॉ. एमएल खिचड़, अध्यक्ष, कृषि मौसम विज्ञान विभाग, एचएयू हिसार

भाजपा में रणजीत चौटाला, गोबिंद कांडा व रामचंद्र कंबोज टिकट के प्रबल दावेदार

देवीलाल परिवार के सदस्यों के बीच हो सकता है चुनावी दंगल

- कांग्रेस में एक अनार सौ बीमार वाली स्थिति
- इनेलो से कर्ण चौटाला मजबूत दावेदार, जसबीर जस्सा भी लाइन में

महाबीर गोदारा ▶▶| सिरसा

सिरसा। रणजीत सिंह, गोबिंद कांडा, कर्ण चौटाला, संदीप नेहरा।

रानियां विधानसभा क्षेत्र में इस बार सियासी समीकरण पूरी तरह से बदले हुए हैं। पिछले विधानसभा चुनाव में एक-दूसरे के आमने-सामने लड़ने वाले नेता इस बार एक ही पार्टी से टिकट के लिए जोरआजमाइश कर रहे हैं। कांग्रेस में भी एक अनार सौ बीमार वाली स्थिति बनी हुई है। यहां पर करीबन आधा दर्जन नेता टिकट के दावेदार हैं। इनेलो व जजपा में टिकट के ज्यादा दावेदार नहीं हैं। यहां पर एक बार फिर चौ. देवीलाल की दूसरी व चौथी पीढ़ी में भी आमने-सामने का राजनीतिक दंगल हो सकता है। इनेलो का गढ़ माने जाने वाली रानियां विधानसभा क्षेत्र में लोकसभा चुनाव में कांग्रेस को 27761 वोटों की लीड मिली और इनेलो उम्मीदवार को तीसरे स्थान पर संतोष करना पड़ा। सरकार में मंत्री होते हुए भी भाजपा यहां से लीड लेने में नाकाम रही। रानियां हलके से पिछली बार एक-दूसरे के सामने चुनाव लड़ने वाले रणजीत सिंह, गोबिंद कांडा व पूर्व विधायक रामचंद्र कंबोज अब भाजपा की राजनीति कर रहे हैं। 2019 के विधानसभा चुनाव में कांग्रेस की टिकट न मिलने पर रणजीत सिंह ने निर्दलीय चुनाव लड़ा और हलोपा के गोबिंद कांडा को करीबन 20 हजार वोटों से हरा कर मनोहर लाल सरकार में बिजली व जेल मंत्री बने। भाजपा के रामचंद्र कंबोज व गोबिंद कांडा के अलावा सभी उम्मीदवारों की जमानत जब्त हो गई थी। अब रणजीत सिंह विधायक पद से त्याग पत्र देकर भाजपा में विधिवत रूप से शामिल हो गए और उन्होंने भाजपा की टिकट पर हिसार से लोकसभा का चुनाव लड़ा, लेकिन उन्हें सफलता नहीं मिली। लोकसभा हारने के बाद रणजीत सिंह रानियां से विधानसभा चुनाव लड़ने की बात कह रहे हैं, हालांकि उन्हें टिकट मिलती है या नहीं, यह टिकट वितरण के बाद ही साफ हो पाएगा। पिछली बार हलोपा की टिकट पर चुनाव लड़ने वाले गोबिंद कांडा इस समय भाजपा में राजनीति कर रहे हैं और टिकट के प्रबल दावेदार हैं। इनके अलावा पूर्व विधायक रामचंद्र कंबोज भी अपनी उम्मीदवारी जता रहे हैं। भाजपा में रणजीत सिंह, गोबिंद कांडा व रामचंद्र कंबोज टिकट के प्रबल दावेदार बने हुए हैं।

रानियां हलके से आधा दर्जन नेता टिकट के दावेदार

लोकसभा में मिली जीत से उत्साहित कांग्रेस में भी रानियां हलके से आधा दर्जन नेता टिकट के दावेदार बने हुए हैं। पूर्व मंत्री जगदीश नेहरा के पुत्र संदीप नेहरा आबकारी एवं कराधान विभाग से स्वेच्छिक सेवानिवृत्ति लेकर कांग्रेस टिकट के लिए सबसे मजबूत उम्मीदवार बताए जा रहे हैं। पूर्व मंत्री जगदीश नेहरा का हमेशा चौ. देवीलाल व चौटाला परिवार से सियासी तौर पर 36 का आंकड़ा रहा है और नेहरा कई बार पूर्व मुख्यमंत्री ओमप्रकाश चौटाला व बिजली मंत्री रणजीत सिंह चौटाला के सामने चुनाव लड़ चुके हैं। संदीप नेहरा के अलावा पिछली बार कांग्रेस की टिकट पर चुनाव लड़ने वाले विनीत कंबोज, सुभाष जोधपुरिया व जसवंत कस्वां के अलावा डॉ. वाईके चौधरी भी टिकट के लिए दौड़ धूप कर रहे हैं। पूर्व ओएसडी रहे वरिष्ठ कांग्रेसी नेता डॉ. केवी सिंह का नाम भी गाहे-बगाहे रानियां हलके से उम्मीदवारी के तौर पर सामने आ रहा है। हालांकि इससे पूर्व 2009 व 2014 में डॉ. केवी सिंह डबवाली हलके से कांग्रेस की टिकट पर चुनाव लड़ चुके हैं और उन्हें जीत नसीब नहीं हुई। 2019 में डॉ. केवी सिंह की टिकट कटी तो उनके बेटे अमित सिहाग को युवा कोटे से पार्टी ने उम्मीदवार बनाया और वे विधायक बने। इनेलो की ओर से विधायक अभय चौटाला के बेटे कर्ण चौटाला के टिकट के सबसे प्रबल दावेदार हैं। कर्ण चौटाला जिला परिषद सिरसा के चेयरमैन हैं और रानियां हलके के ही जोन नंबर 4 से पार्षद हैं। अगर कर्ण चौटाला को पार्टी यहां से उम्मीदवार नहीं बनाती तो जसबीर सिंह जस्सा पर भी दाव खेला जा सकता है। जस्सा पूर्व मुख्यमंत्री ओमप्रकाश चौटाला व विधायक अभय चौटाला के विश्वास पात्रों में गिने जाते हैं और वे पिछले 15 सालों से रानियां हलके में मेहनत कर रहे हैं। जजपा से पार्टी के जिलाध्यक्ष अशोक वर्मा व पूर्व विधायक कृष्ण कंबोज टिकट के दावेदारों में प्रमुख चेहरा है।

जांडवाला बागड़ में एनएसएस कैम्प आज से

भट्टूकलां। बच्चों में सेवा संस्कार व राष्ट्रीय एकता की भावना पैदा करने के उद्देश्य से राष्ट्रीय सेवा योजना के तहत सात दिवसीय एनएसएस कैंप राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जांडवाला बागड़ में 27 जून से शुरू होगा। इस बारे में जानकारी देते हुए एनएसएस प्रभारी हरपाल बेनीवाल ने बताया कि 27 जून से राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जांडवाला बागड में एनएसएस का 7 दिवसीय कैम्प शुरू होगा। कैम्प का शुभारंभ विद्यालय के प्राचार्य मेवा सिंह द्वारा किया जाएगा। एनएसएस प्रभारी ने बताया की कैम्प के दौरान बच्चों को राष्ट्र निर्माण के लिए प्रेरित करना, मूल्यों का विकास करना, पर्यावरण संरक्षण व लाइफ स्किल डेवलपमेंट, इनोवेटिव आइडियाज़, डिजिटलाइजेशन के बारे में जागरूक किया जाएगा।