हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार, 17 जुलाई 2025

12 स्कूल संचालकों ने जिला मुख्यालय पर पहुंच कर दिया धरना

12 रेल राज्य मंत्री से मिले रास सांसद सुभाष बराला

एसडीओ और जेई आज करेंगे गली रामस्वरूप का दौरा, लोगों ने विभाग की टीम का किया विरोध

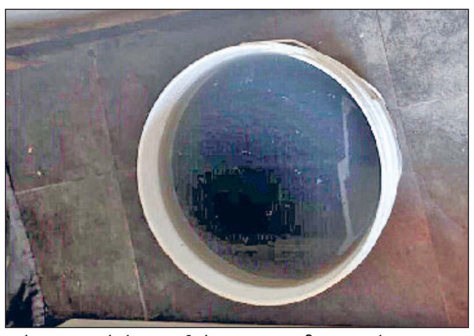
पेयजल के भयावह हालात : थाना रोड से सटे मोहल्लों में सीवरयुक्त काले रंग की हो रही पेयजल आपूर्ति

एक-दो दिन में पानी की सप्लाई ठीक नहीं होने पर आंदोलन की दी चेतावनी

- पेयजल सप्लाई आते ही मोहल्ले में फैल जाती है सीवरेज की दुर्गंध
- लोग उबाल कर या कैंपर मंगवाकर पी रहे पानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जनस्वास्थ्य विभाग के गैर जिम्मेदाराना रवैये के चलते शहर में पेयजल सप्लाई के भयावह हालात है। पिछले तीन महीनों से पुराने शहर के मुख्य बाजारों व कालोनियों में सीवरयुक्त गंदे पानी की सप्लाई हो रही है। पानी का रंग बिलकुल काला है। देखने में सीवर के मेनहोल से सीधा सप्लाई किया गया पानी लगता है। जनस्वास्थ्य विभाग को शहरवासियों ने कई बार इसकी शिकायत की है। यह नहीं है कि जनस्वास्थ्य विभाग हरकत में नहीं आता। विभाग अपने अनट्रेंड कर्मचारी भेजकर यहां प्रत्येक कालोनी में सड़कें उधेड़ कर रख दी। जगह-जगह गलियां उखड़ी पड़ी हैं लेकिन सीवरयुक्त पेयजल की सप्लाई बंद नहीं हुई। बुधवार को भी शहर के थाना रोड से सटे मोहल्लों में काले रंगे के बदबूदार पानी की सप्लाई होती रही जिससे मोहल्लावासियों में काफी रोष पाया जा रहा है। लोगों ने चेतावनी दी है कि अगर जल्द ही समस्या का समाधान नहीं हुआ तो लघु सचिवालय जाकर रोष प्रदर्शन करेंगे। थाना रोड से सटे मोहल्ले कृष्णपुरा, मस्जिद वाला स्कूल क्षेत्र, गली रामबाग, शादीराम घी वाली गली, सतीश एमसी वाली गली, अप्पू नहर, हरनाम सिंह गुरूद्वारे वाली गली सहित अनेक कालोनियों में पिछले 3 महीने से सीवरयुक्त गंदे पानी की सप्लाई हो रही है। पानी की सप्लाई सुबह 5 बजे और दोपहर 2 बजे निर्धारित समय पर होती है। दोपहर 2 बजे तक पेयजल सप्लाई आती है तो पूरे मोहल्ले में सीवरेज की दुर्गंध फैल जाती है। लोग उबाल कर पीने या फिर कैम्पर मंगवाकर प्यास बुझाने को मजबूर है। इस बारे तीन महीनों से ही जनस्वास्थ्य विभाग के जेई बलविन्द्र और एसडीएम सतपाल रोज को कई बार फोन पर बताया गया। ऐसा नहीं है कि अधिकारियों ने कार्रवाई नहीं की। अधिकारियों द्वारा हर बार औपचारिकता निभाने के लिए दिहाड़ीदार मजदूर भेज दिए जाते हैं। जिनका कहना होता है कि सीवरेज की पाइप लाइन गलकर पंचर हो गई है और उसका गंदा पानी पेयजल सप्लाई लाइन में मिक्स होकर घरों में सप्लाई हो रहा है। इसी प्रकार यह गली तोडक़र पाइप ढूंढने का प्रयास करते रहे हैं लेकिन इन्हें अभी तक सफलता हासिल नहीं हुई। यहां के वाशिंदे गंदा पानी पीने को मजबूर है। बुधवार को गली रामस्वरूप पकौड़े वाली में जब गंदा पानी की सप्लाई आई तो वहां मौके पर पहुंचे जनस्वास्थ्य विभाग के कर्मचारियों को विरोध का सामना करना पड़ा। मौके पर मौजूद अनिल कुमार, मेशी नारंग, राधेश्याम, यश कुमार, सोमनाथ, नंदलाल इत्यादि ने चेतावनी दी कि एक-दो दिन में पानी की सप्लाई ठीक नहीं हुई तो वह लघु सचिवालय में धरना देने को मजबूर होंगे।



फतेहाबाद। घरों में सप्लाई हो रहा काला सीवरयुक्त पेयजल। फोटो : हरिभूमि

कई बार की शिकायत, समाधान नहीं

स्थानीय लोगों ने बताया कि इस गंभीर समस्या को लेकर उन्होंने कई बार जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग को शिकायत की, लेकिन अब तक कोई स्थायी समाधान नहीं निकाला गया। उनका कहना है कि शायद सीवरेज लाइन और जलापूर्ति लाइन कहीं पर क्रॉस हो गई है, जिस कारण पानी में गंदगी मिल रही है। लोगों ने चेतावनी दी है कि यदि जल्द इस समस्या का समाधान नहीं किया गया तो वे विभागीय कार्यालय का घेराव करेंगे। गलीवासियों ने प्रशासन से जल्द से जल्द पानी की गुणवत्ता जांच कर सुधार की मांग की है।

क्या कहते है एसडीओ

इस समस्या के बारे में मुझे कई बार शिकायत मिली है लेकिन समाधान नहीं मिल रहा। वीरवार को मैं और जेई बलविंदर मौके पर आकर समस्या का स्थाई समाधान ढूंढेंगे ताकि लोगों को स्वच्छ पेयजल उपलब्ध हो सके।

-सतपाल रोज, एसडीओ जनस्वास्थ्य विभाग

अशोक नगर में भी बदहाल सीवरेज व्यवस्था, नप प्रधान ने अतिरिक्त पाइप डालने के लिए लिखा पत्र

सुपर सकर मशीन से करवाई जाएगी सफाई, विभाग ने जारी किया टेंडर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

अशोक नगर में सीवरेज की बदहाली को लेकर नगरपरिषद के चेयरमैन राजेन्द्र खिंची ने जनस्वास्थ्य विभाग के कार्यकारी अभियंता व एसडीओ को पत्र लिखकर कहा कि अशोक नगर में सीवरेज पानी के निकासी को लेकर गंभीर समस्या है। इसके निवारण के लिए यहां पर सीवरेज की अतिरिक्त पाइप डलवाई जाए ताकि उसके बाद नगरपरिषद यहां सड़क का निर्माण भी नए सिरे से करवा सके। अशोक नगर में सालों से सड़कों पर ओवरफ्लो होकर बह रहा सीवरेज के गंदे पानी की समस्या को लेकर पिछले दिनों नगरपरिषद के चेयरमैन राजेन्द्र खिंची ने अशोक नगर का दौरा किया था। इस बारे जनस्वास्थ्य विभाग के एसडीओ सतपाल रोज का कहना है कि यह संभव नहीं। विभाग अशोक नगर में सुपर सकर मशीन से सीवरेज की सफाई करवाएगा, इसको लेकर टेंडर लगा दिया गया है।

फतेहाबाद। अशोक नगर में सडक़ों पर फैला सीवरेज का गंदा पानी।

सालों से समस्या बरकरार

बता दें कि अशोक नगर में कई सालों से सीवरेज ओवरफ्लो होकर गंदा पानी सडक़ों पर बह रहा है। लोगों के घर में पेयजल सप्लाई में भी यह गंदा पानी मिक्स होकर जा रहा है। इस समस्या को लेकर यहां के पार्षद ने जनस्वास्थ्य विभाग कार्यालय में धरना भी लगाया था। जब अधिकारियों ने उन्हें आश्वासन देकर धरना खत्म करवा दिया था लेकिन समस्या जस की तस बनी हुई है। पिछले दिनों नगरपरिषद के चेयरमैन ने भी समस्या को देखने के लिए यहां का निरीक्षण भी किया। उसके बाद प्रधान राजेन्द्र खिंची ने विभाग को पत्र लिखकर कहा कि वार्ड के नागरिक और पार्षद चाहते हैं कि सीवरेज निकासी को लेकर सीवरेज की अतिरिक्त पाइप डलवाई जाए। उसके बाद नगरपरिषद यहां सडक़ का निर्माण करवाएगी। खिंची ने बताया कि सडक़ निर्माण के लिए टेंडर जारी कर दिया गया है। अतिरिक्त पाइप डालने के बाद सडक़ का निर्माण शुरू करवाया जाएगा। अगर जनस्वास्थ्य विभाग यहां सीवरेज की अतिरिक्त पाइप बिछा देता है तो यहां की सीवरेज समस्या का हमेशा के लिए निदान हो जाएगा। इस बारे विभाग के एसडीओ सतपाल रोज से बात की गई तो उन्होंने सिरे से इस बात को नकार दिया कि यहां कोई नई पाइप डाली जाएगी। उन्होंने कहा कि यहां 15 से 20 ईंच की पाइप डली हुई है, ऐसे में आबादी वाले क्षेत्र में गली को उखाडना आसान नहीं। सुपर सकर मशीन से सीवरेज लाइन की सफाई के लिए टेंडर लगाया गया है

खबर संक्षेप

लाखों रुपये की हेरोइन सहित आरोपी को दबोचा

फतेहाबाद। नशा मुक्त अभियान के तहत सीआईए टोहाना पुलिस को एक बड़ी सफलता मिली है। टीम ने टोहाना क्षेत्र से एक आरोपी को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान जसवीर उर्फ जस्सी उर्फ खीरा निवासी प्रेम नगर, टोहाना हाल निवासी टिब्बा बस्ती, टोहाना के रूप में हुई है।

सड़क हादसे में पुलिस कर्मचारी की मौत

फतेहाबाद। गांव झलनिया के पास बुधवार दोपहर बाद हुए एक दर्दनाक सड़क हादसे में पुलिसकर्मी की मौत हो गई। पुलिसकर्मी रामकिशन की ब्रेजा गाड़ी दोपहर 3 बजे भुना से फतेहाबाद लौटते समय सामने से आ रहे ट्रक से जा टकराई। हादसे में रामकिशन की मौके पर ही मौत हो गई।

करंट लगने से एक युवक की मौत

सिरसा। जिला के गांव देसूमलकाना में करंट लगने से एक युवक की मौत हो गई। मृतक की पहचान जशनदीप सिंह निवासी गांव देसूमलकाना के रूप में हुई है। जानकारी के अनुसार करीब 21 वर्षीय जशनदीप सिंह अपने बनाए नए मकान के लोहे के गेट का काम करवाने के लिए गांव में ही बैल्डिंग की दुकान पर गया था। इस दौरान ट्रैक्टर-ट्राली में करंट लगने से जशनदीप सिंह बुरी तरह से झुलस गया।

जेल लोक अदालत में दो केसों का किया निपटारा

सिरसा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा बुधवार को जिला जेल में लोक अदालत का आयोजन किया गया। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव प्रवेश सिंगला ने बताया कि जेल लोक अदालत में कुल पांच केसों की फाइलें रखी गई जिनमें दो केस का निपटारा किया गया तथा दो कैदी को रिहा कर दिया गया।

सड़क निर्माण की मांग को लेकर दुकानदारों में रोष, दिया धरना

- पाइप डालने के लिए तोड़ी गई थी सड़क

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डबवाली

क्षेत्र के गांव चौटाला में सड़क निर्माण की मांग को लेकर दुकानदारों ने बुधवार को धरना दिया और प्रदर्शन किया। दुकानदारों ने बताया कि पाइप डालने के लिए सड़क को तोड़ा गया लेकिन बाद में इसकी किसी ने सुध नहीं ली। इसके कारण दुकानदारों का कामकाज ठप हो गया। बरसात में तो स्थिति वद से बदतर हो गई। अब परेशान दुकानदार आंदोलन के लिए मजबूर हो गए। दुकानदारों के धरने को अन्य ग्रामीणों ने भी समर्थन किया। क्षेत्र के दुकानदारों ने बताया कि तीन-चार महीने पहले पाइप लाइन डालने को लेकर सडक़ को खोद दिया। अब बरसाती सीजन में सड़क किनारे खोदे गए गड्ढों में पानी जमा हो गया है, जिससे वाहन चालकों के साथ-साथ स्थानीय निवासियों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। संबंधित विभाग के अधिकारियों को कई बार इस बारे में अवगत करवाया गया, लेकिन विभाग ने सड़क की रिपेयर करने की जहमत नहीं उठाई जिस कारण उन्हें आंदोलन करने पर मजबूर होना पड़ा है।

सिरसा। गांव चौटाला में धरने पर बैठे दुकानदार। फोटो : हरिभूमि

एसडीएम ने दिए गड्ढे भरने के निर्देश

डबवाली के एसडीएम अर्पित संगल ने मंडी डबवाली में गुजरात गैस पाइपलाइन डालने के कारण बने गड्ढों को तुरंत भरने के निर्देश दिए है, ताकि आमजन को किसी समस्या का सामना न करना पड़े। गौरतलब है कि मंडी डबवाली में गुजरात गैस पाइपलाइन डालने के दौरान हुए गड्ढों से आमजन को समस्याओं का सामना करना पड़ रहा था। इस पर एसडीएम ने स्वयं संज्ञान लेते हुए मौके का निरीक्षण किया और एजेंसी के एरिया अधिकारी को इसके तुरंत समाधान के निर्देश दिए हैं। उन्होंने एजेंसी के अधिकारी को निर्देश दिए हैं पाइप लाइन डालने के दौरान या उसके उपरांत बनने वाले गड्ढों को तुरंत भरा जाए, ताकि इनमें बरसाती पानी न खड़ा हो सके।

सरकारी ट्रांसफार्मर को क्षति पहुंचाने वाला कंटेनर चालक काबू

फतेहाबाद। सार्वजनिक संपत्ति को नुकसान पहुंचाने के मामले में शहर फतेहाबाद की पुलिस टीम ने एक कंटेनर चालक को काबू किया है। आरोपी की पहचान रोहित उर्फ पंकज पुत्र महिपाल, निवासी पार्शपुर, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई है। हुडा पुलिस चौकी प्रभारी उप निरीक्षक संदीप कुमार ने बताया कि यह कार्रवाई बिजली निगम के जूनियर इंजीनियर राकेश कुमार की शिकायत पर की गई। शिकायत के अनुसार, 11 सितंबर 2024 को सुबह 9:34 बजे उन्हें सूचना प्राप्त हुई कि लाजपत नगर के पास अरोड़वंश चौक के निकट स्थित 200 केवीए का ट्रांसफार्मर एक वाहन की टक्कर से क्षतिग्रस्त होकर गिर गया है। मौके पर पहुंची टीम ने जांच में पाया कि ट्रांसफार्मर क्षतिग्रस्त होकर जमीन पर गिरा पड़ा था, जिससे उसका तेल बह चुका था और उसकी बॉडी सहित एचटी/एलटी एमुल्टर व रोड को गंभीर क्षति पहुंची थी। स्थानीय स्तर पर की गई जांच में स्पष्ट हुआ कि यह दुर्घटना वाहन संख्या 5 से हुई, जो हिमांशु ट्रेडिंग नामक दुकान पर सामान डिलीवर करने आया था।

फतेहाबाद में रोडवेज बस का टायर फटा, बाल-बाल बचे दर्जनों यात्री

- ड्राइवर की सूझबूझ से बड़ा हादसा होने से टला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

नेशनल हाइवे 9 हिसार रोड पर स्थित गांव धांगड़ के पास बुधवार सुबह उस समय बड़ा हादसा होते-होते टल गया जब सवारियों से भरी एक रोडवेज बस का टायर अचानक तेज धमाके के साथ फट गया। धमाके की आवाज सुनकर यात्रियों में हडकंप मच गया। धमाका होते ही ड्राइवर ने बस की स्पीड स्लो की और उसे साइड में किया, जिस वजह से बस पलटने से बच गई और किसी को चोट नहीं आई। घटना हाइवे पर स्थित धांगड़ गांव में फ्लाईओवर की है। रोडवेज बस पानीपत डिपो की थी, जो सिरसा जा रही थी। ड्राइवर की सूझबूझ से बड़ा हादसा टल गया। इसके बाद दूसरी बस मंगाकर सवारियों को आगे के लिए रवाना किया गया। रोडवेज वर्कशॉप से क्रेन भेजकर बस को वर्कशॉप में लाया गया। यहां टायर बदलवाने के बाद बस रवाना कर दिया गया।

फतेहाबाद। गांव धांगड़ के पास फटा रोडवेज बस का टायर।

हिसार से फतेहाबाद आ रही थी बस

मिली जानकारी के मुताबिक बुधवार सुबह हरियाणा रोडवेज के पानीपत डिपो की किलोमीटर स्कीम की बस हिसार से फतेहाबाद की ओर आ रही थी। तभी गांव धांगड़ के पास ओवरब्रिज पर चढ़ते समय धमाके साथ बस का टायर फट गया। धमाके के बाद बस पलटने से बच गई। उस दौरान बस में दर्जनों लोग सवार थे। इनमें कॉलेज जाने वाले स्टूडेंट्स की संख्या ज्यादा थी। एकदम से हुए इस हादसे से बस में बैठी सवारियां घबरा गई। एक यात्री के अनुसार वह हिसार से इस पानीपत डिपो की बस में सवार हुए थे। जैसे ही बस ओवरब्रिज पर चढ़ी तो अगला टायर फट गया। एकदम से सवारियां सहम गई। ड्राइवर ने बड़ी मुश्किल से बस को कंट्रोल किया। इसके बाद बस को रोक कर सवारियों को अन्य बसों में चढ़ाया। एक अन्य यात्री ने बताया कि ओवरब्रिज पर चढ़ने के कारण बस की स्पीड कम थी। अगर ज्यादा स्पीड में इस तरह टायर फटता तो बड़ा हादसा हो सकता था।

एवीटी स्टाफ ने अवैध पिस्तौल सहित युवक किया गिरफ्तार

- अपराध मुक्त अभियान के तहत की गई कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला फतेहाबाद में अपराध पर लगाम कसने और आमजन में सुरक्षा की भावना सुदृढ़ करने के उद्देश्य से चलाए जा रहे अपराध मुक्त अभियान के तहत एवीटी स्टाफ फतेहाबाद सफलता हाथ लगी है। एवीटी स्टाफ ने एक युवक को अवैध पिस्तौल 315 बोर सहित गिरफ्तार कर संभावित गंभीर वारदात को समय रहते विफल कर दिया है। आरोपी की पहचान राजू बाबा उर्फ महंत पुत्र सीमा महंत निवासी गांव काबरेल, हाल नायक मोहल्ला, भट्टू मंडी के रूप में हुई है। आरोपी के खिलाफ थाना भट्टूकलां में आर्म्स एक्ट की धाराओं के अंतर्गत मुकदमा दर्ज किया गया है। एवीटी प्रभारी उपनिरीक्षक बेदपाल ने बताया कि अपराध पर नियंत्रण के लिए एवीटी स्टाफ की टीम सहायक उपनिरीक्षक रामकिशन के नेतृत्व में भट्टू क्षेत्र में नियमित गश्त कर रही थी। इसी दौरान टीम को एक गुप्त सूचना प्राप्त हुई कि राजू बाबा उर्फ महंत के पास अवैध हथियार है और वह किसी बड़ी वारदात को अंजाम देने की फिराक में है। सूचना की गंभीरता को भांपते हुए पुलिस टीम ने बिना समय गंवाए खाबड़ा रोड, भट्टू पर नाकाबंदी कर संदिग्ध व्यक्तियों की चेकिंग शुरू की।

फतेहाबाद। अवैध पिस्तौल सहित पकड़ा गया युवक।

विरोध | झाड़ साहिब में किसानों ने सरकार के खिलाफ किया प्रदर्शन, सीएम का पुतला फूंका

सरकार ने पैदा किया खाद का संकट, निजी व्यापारी खाद ब्लैक कर किसानों को लूट रहे : मनदीप नथवान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

प्रदेश सरकार किसानों को पर्याप्त मात्रा में डीएपी खाद उपलब्ध करवाने में नाकाम रही है जबकि निजी व्यापारियों के गोदाम खाद से भरे पड़े हैं और सरकार की शह पर निजी व्यापारी खाद की ब्लैक कर दोनों हाथों से किसानों को लूटने में लगे हैं। पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति इसे किसी कीमत पर सहन नहीं करेगी। अगर सरकार ने जल्द ही खाद की ब्लैक करने वालों पर कार्रवाई नहीं की और किसानों को पर्याप्त मात्रा में खाद उपलब्ध नहीं करवाई तो किसान सडक़ों पर उतरने को मजबूर होंगे। यह बात पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के प्रदेश अध्यक्ष मनदीप नथवान ने संघर्ष समिति के राज्य कमेटी के आह्वान पर गुरूद्वारा झाड़ साहिब बस अड्डे के समीप किसानों के प्रदर्शन को संबोधित करते हुए कही। किसानों ने खाद की कमी, महंगी होती बिजली सहित अन्य समस्याओं को लेकर हरियाणा सरकार के खिलाफ प्रदर्शन किया और सीएम का पुतला फूंका। प्रदर्शन की अध्यक्षता किसान नेता लवी बाठ ने की।

फतेहाबाद। झाड़ साहिब में सरकार के खिलाफ प्रदर्शन करते किसान।

17 को कराई जाएगी गोदामों की जांच

किसान नेता मनदीप नथवान ने कहा कि पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति पिछले काफी समय से खाद की कमी का मामला अधिकारियों के सामने उठा रही है लेकिन कृषि विभाग के अधिकारियों के कानों पर जूं तक नहीं रेंग रही। अब जब किसानों को फसल के लिए खाद की बेहद जरूरत है तो उन्हें दर-दर की ठोकरें खाने के लिए छोड़ दिया गया है। सरकार किसानों को खाद देने में पूरी तरह फेल साबित हुई है। उन्होंने कहा कि किसान संघर्ष समिति द्वारा 17 जुलाई को फतेहाबाद और रतिया में निजी व्यापारियों के खाद के गोदामों की चैकिंग करवाई जाएगी। अगर कोई व्यापारी खाद की ब्लैक करते पाया गया तो उसके खिलाफ कार्रवाई की मांग की जाएगी। मनदीप नथवान ने कहा कि किसान हितैषी होने का ढिंढोरा पीटने वाली बीजेपी सरकार किसानों की सबसे बड़ी दुश्मन बनकर आई है। एक तरफ खाद की कमी तो दूसरी ओर सरकार ने बिजली की महंगा करके किसानों के जले पर नमक छिडक़ने का काम किया है। पैसे भरने के बावजूद किसानों को ट्यूब्वैलों के कनैक्शन नहीं दिए जा रहे। किसान संघर्ष समिति मांग करती है कि बिजली के बढ़ाए गए रेट तुरंत वापस लिए जाए। एचटी लाइनों के लिए प्रदेश में किसानों को उचित मुआवजा दिया जाए। इस अवसर पर किसान नेता सुखदीप रंधावा, अमन बाठ, सुरजीत सिंह, बंटी सिंह, गुरमीत सिंह, जीत जठोल, मेवा सिंह, प्रभ सन्धू, पाल सन्धू, सूखा सन्धू, प्रीत सन्धू, हरपाल सिंह सहित काफी संख्या में किसान मौजूद रहे।

हाल के वर्षों में आम लोगों से लेकर कई सेलिब्रिटीज की भी डेथ सडन कार्डिएक अरेस्ट की वजह से हुई है। इसकी अनेक वजहें हो सकती हैं। लेकिन अगर आप अपनी हेल्थ को लेकर कॉन्शस रहें, मनमाने ढंग से कोई ट्रीटमेंट न लें और बैलेंस्ड डाइट लें तो इससे बचे रह सकते हैं। इस बारे में यहां दे रहे हैं बहुत युजफुल सजेशंस।

रोका जा सकता है सडन कार्डिएक अरेस्ट

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. महेश वाधवानी
डायरेक्टर, एचओडी-सीटीवीएस
फोर्टिस मानेसर, गुरुग्राम

हाल ही में 'कांटा लगा गर्ल' के नाम से पॉपुलर 42 वर्षीय मॉडल-एक्ट्रेस शेफाली जरीवाला की अचानक कार्डिएक अरेस्ट आने से हुए निधन ने सबको चौंका दिया। हालांकि फिटनेस-फ्रीक शेफाली जरीवाला को कोई बीमारी नहीं थी। लेकिन खबरों के अनुसार सुंदर-जवां दिखने की चाहत में पिछले 7-8 साल से लगातार एंटी-एजिंग ट्रीटमेंट ले रही थीं। जिसमें वो स्किन वाइटनिंग, यूथफुल ग्लो और लिवर डिटॉक्सीफिकेशन के लिए ग्लूटाथियॉन, विटामिन-सी जैसी मेडिसिन और आईवी इंजेक्शन ले रही थीं। हार्मफुल केमिकल्स के रिएक्शन को उनकी डेथ की बड़ी वजह माना जा रहा है। दरअसल, केमिकल से वेसोवेगल तंत्रिका प्रभावित होती है और व्यक्ति का ब्लड प्रेशर एकाएक कम हो जाता है। इन दवाओं का असर हार्ट फंक्शन पर भी पड़ता है, यानी वो पंप करना बंद कर सकता है, जिससे बेहोश होने और सडन कार्डिएक अरेस्ट का रिस्क हो सकता है।

आज के दौर में अनेक महिलाएं और पुरुष भी यंग और अट्रैक्टिव दिखने के लिए कई तरह के ब्यूटी ट्रीटमेंट्स लेने लगे हैं। लेकिन इन्हें एक्सपर्ट के सुपरविजन में लेना ही उपयुक्त रहता है। जवां दिखने के जुनून में इन मेडिसिन की ओवरडोज लेने से लोगों में हार्मोनल असंतुलन, ब्लड प्रेशर बढ़ने या गैस्ट्रिक समस्याएं होने का खतरा बढ़ता है। खासकर व्रत के दौरान ऐसी दवाएं लेना ज्यादा नुकसानदायक हो सकता है।

बढ़ रहा कार्डिएक अरेस्ट

सडन कार्डिएक अरेस्ट किसी भी व्यक्ति को कभी भी हो सकता है, लेकिन आजकल की भागम-भाग जिंदगी में कम उम्र में भी बहुतायत में ऐसा देखा जा रहा है। पिछले दो-तीन दशकों में लाइफस्टाइल में बदलावों यानी मीठा ज्यादा खाना, शारीरिक श्रम कम करना, सिगरेट-एल्कोहल के सेवन से लोगों में मेटाबॉलिक सिंड्रोम की समस्या बढ़ी है, जिससे महिलाओं में कार्डिएक अरेस्ट का रिस्क दोगुना हो गया है, हालांकि पुरुषों की तुलना में अभी भी काफी कम (90:10 प्रतिशत) है।

कार्डिएक अरेस्ट के लक्षण

ज्यादातर मरीजों को ये लक्षण महसूस होते हैं- पेट में गैस होना, छाती में होने वाला दर्द, कंधे, पीठ या बांह में जाना, धड़कन तेज होना, बहुत ज्यादा कमजोरी और थकान महसूस होना, चक्कर आना, बेहोशी आना। किसी भी तरह की तकलीफ महसूस होने पर नजरअंदाज करना घातक हो सकता है। ऐसे में यथाशीघ्र आस-पास के लोगों को सूचित जरूर करना चाहिए ताकि जल्द से जल्द पेशेंट को मेडिकल मदद मिल सके और कॉम्प्लीकेशन होने की संभावना को रोका जा सके।

क्या है कारण

सडन कार्डिएक अरेस्ट होने के पीछे कई कारण जिम्मेदार होते हैं। इनमें शामिल हैं- आरामपरस्त जीवनशैली होना। अनहेल्दी फूड हैबिट्स, हाई कैलोरी फूड खाना, जंक-प्रोसेस्ड फूड का सेवन अधिक करना। मेटाबॉलिक सिंड्रोम होना। यानी ब्लड में कोलेस्ट्रॉल या शुगर लेवल बढ़ना, जिनकी वजह से आर्टरीज का ब्लॉक होना। हार्मोनल बदलाव, ओबेसिटी खासकर सेंट्रल ओबेसिटी, हाइपरटेंशन, डिप्रेशन, एंग्जाइटी, मिरगी जैसी बीमारियों से ग्रस्त होना। सीवियर डिसफंक्शनल हार्ट होना यानी कई कारणों से हार्ट के सेल्स डैमेज होने से कार्यक्षमता 35 प्रतिशत से कम हो जाना। कोरोनरी आर्टरी डिजीज या खून की नसें ब्लॉक होना। या फिर बायपास सर्जरी हुई हो और बायपास के बाद स्टेंट लगा हो, हार्ट ट्रीटमेंट और दवाइयां पहले से चल रही हों। हाइपरट्रोफिक हार्ट डिजीज होना। यानी हार्ट के मुख्य वॉल्व में रुकावट होना, अनकंट्रोल हाई ब्लड प्रेशर, जन्मजात दोष जैसे कारणों से हार्ट की मसल्स का मोटा होना, जिससे हार्ट की पंपिंग क्षमता कम होना। हार्ट इलेक्ट्रिकल स्टीमुलस में गड़बड़ी के कारण हार्टबीट बहुत धीमी या तेज होना। पल्मोनरी थ्रम्बोएंबॉलिज्म होना, जिसमें डीप वेन थ्रंबोसिस के ब्लड क्लॉट माइग्रेट कर हार्ट तक आने से उसकी कार्यक्षमता प्रभावित होना। परिवार में किसी को हार्ट डिजीज, डायबिटीज या हाई ब्लड प्रेशर की शिकायत होना। माइक्रोवेस्कुलर डिजीज होना यानी महिलाओं में हार्ट की नसें प्राकृतिक रूप से छोटी होने की वजह से ज्यादा ब्लॉकेज होना।

एस्ट्रोजन हार्मोन में कमी की वजह से रिप्रोडक्टिव उम्र से आगे बढ़ना या मेनोपॉज की उम्र में पहुंची महिलाएं। स्ट्रेस बढ़ना। बॉडी बिल्डिंग के लिए जिम में बिना ट्रेनर की गाइडेंस के जरूरत से ज्यादा या हाई इंटेंसिटी एक्सरसाइज करना। वजन कम करने, सुंदर और फिट दिखने के पियर प्रेशर की वजह से बिना डॉक्टर की सलाह पर एंटी एजिंग मेडिसिन, प्रोटीन सप्लीमेंट्स, स्टेरॉयड या ड्रग्स की ओवरडोज लेना। तंबाकू, एल्कोहल का सेवन अधिक करना। भरपूर नींद न लेना।

बचाव के उपाय

सडन कार्डिएक अरेस्ट से होने वाली मौत से बचने के लिए ऐसी आदतों में बदलाव लाना चाहिए, जिनसे कोलेस्ट्रॉल या ब्लड शुगर लेवल बढ़ता है। सबसे आसान तरीका है, खाना संयमित तरीके से खाएं, मीठी या तली हुई, मैदे से बनी चीजें कम से कम खाएं। फल, शहद जैसी नेचुरल शुगर कंट्रोल में लेना बेहतर है। नमक या सोडियम सीमित मात्रा (रोजाना 4-5 ग्राम) लें क्योंकि ज्यादा नमक आर्टरीज में जमा होने लगता है, जिससे आर्टरीज सख्त हो जाती हैं और व्यक्ति का ब्लड प्रेशर लेवल बढ़ता रहता है। अपनी डाइट में विटामिन-सी, ए, ई रिच फूड्स शामिल करें, जिससे स्किन ग्लोइंग बनती है। हाइड्रेटेड रहें ताकि स्किन नेचुरली ग्लो करे।

स्ट्रेस अवॉयड करें: स्ट्रेस मैनेजमेंट के लिए रोजाना मेडिटेशन, हास्य योगा, अपने करीबियों के साथ हास-परिहास करें। जो चीज आपके कंट्रोल में नहीं है, उस पर दुखी होने के बजाय हंस कर टाल दें। टेंशन अपने आप कम हो जाएगी। प्रोफेशन-पर्सनल लाइफ में बैलेंस बनाकर चलें। सोशल नेटवर्क बढ़ाएं। रोज मिल पाना संभव न हो तो फोन से संपर्क में रहें। मी टाइम या पर्सनल कामों के लिए कुछ समय जरूर निकालें। अपने पसंदीदा काम करें, हॉबीज को अंजाम दें।

सही वेट मेंटेन करें: बॉडी मास इंडेक्स (बीएमआई) 25 से नीचे रहना चाहिए। अगर वजन ज्यादा है, तो हार्ट को हेल्दी रखने के लिए अपने वर्तमान वजन से कम से कम 10 प्रतिशत जरूर घटाएं। इसके लिए डाइट पर कंट्रोल और रेगुलर एक्सरसाइज करें। 30-35 साल की उम्र के बाद मेंटल और फिजीकल फिटनेस जरूर मेंटेन करें। खासकर महिलाएं घर-बाहर के कामों को एक्सरसाइज मानने के बजाय रेग्युलर वर्कआउट के लिए समय निकालें। एक्सरसाइज में योगा, मेडिटेशन सबसे अच्छी एक्सरसाइज हैं। इससे ब्लड फ्लो बेटर होता है और एक्सरसाइज टॉक्सिंस को भी आपकी बॉडी से बाहर निकालता है।

कार्डियो एक्सरसाइज: कार्डियो एक्सरसाइज में एज का फार्मूला होता है। 220 माइनस द एज। अगर कोई व्यक्ति 50 साल का है तो 220-50=170। यानी व्यक्ति की हार्टरेट अधिकतम रेंज 170 होनी चाहिए। ऐसे फार्मूला में अगर व्यक्ति 70 प्रतिशत तक की रेंज तक यानी 135 की हार्टरेट तक पहुंच जाता है, तो उसे अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज माना जाता है। इसी हिसाब से एक्सरसाइज के दौरान अपनी हार्टरेट को एक्सरसाइज के रेंज में ले जाकर 15-20 मिनट तक वहीं पर होल्ड रखें। लेकिन अगर व्यक्ति की टारगेट हार्टरेट ज्यादा हो जाती है तो एरिद्मिया ट्रिगर होने और एक्सरसाइज के दौरान मौत होने की संभावना रहती है।

ओवरएक्सरसाइज से बचें: 50 साल की उम्र के व्यक्ति जिसकी फिटनेस अच्छी नहीं है और ओवरएक्सरसाइज करके अपनी हार्टरेट 150 या अधिक की रेंज में ले जा रहा हो- ऐसे में कार्डिएक अरेस्ट की संभावना बढ़ जाती है। खासकर महिलाओं में फिटनेस शेड्यूल थोड़ा कम होती है, उनमें एक्सरसाइज टॉलरेंस नहीं होती, उनकी हार्टरेट पुरुषों की तुलना में ज्यादा रहती है। एक्सरसाइज के दौरान उनकी टारगेट हार्टरेट से ज्यादा पहुंचने की संभावना रहती है, जिससे कार्डिएक अरेस्ट होने की संभावना रहती है।

नशे से बचें: तंबाकू, सिगरेट, एल्कोहल के सेवन से दूर रहें। ये चीजें एंग्जाइटी बढ़ाती हैं, जिनका असर हार्ट पर पड़ता है।

कंसल्टेशन से लें दवा: अच्छा दिखने के लिए अगर कोई सप्लीमेंट्स लेना हो तो डॉक्टर के प्रिसक्रिप्शन से लें और ब्लड टेस्ट के बाद ही लें। लाइफ-लांग मेडिसिन डॉक्टर को कंसल्ट करके ही लें। सेल्फ-मेडिकेशन या कॉस्मेटिक प्रोसिजर में किए जाने वाले ट्रीटमेंट कई बार बॉडी को शॉक भी देते हैं। किडनी, लिवर पर असर डालती हैं और कार्डिएक अरेस्ट की नौबत भी आ जाती है।

इग्नोर न करें लक्षण: किसी बीमारियों के संकेतों को नजरअंदाज न करें। छोटा समझ कर छिपाना या अनदेखा करना सेहत के लिए हानिकारक हो सकता है। जितना जल्दी हो सके डॉक्टर को कंसल्ट करके उपचार कराएं। छोटी-छोटी तकलीफ हार्ट डिजीज का कारण बन सकती हैं।

रेग्युलर चेकअप: 30 साल की उम्र के बाद मेडिकल चेकअप जरूर कराएं। जैसे- ईको टेस्ट से व्यक्ति के हार्ट की गलत बनावट या ब्लॉकेज का पता चल जाता है। नॉर्मल हो, तो आगे 5-10 साल में एक बार या फिर बीमारीग्रस्त होने पर समय-समय पर टेस्ट जरूर करवाते रहें।

नींद है जरूरी: रोजाना रात में 7-8 घंटे की गहरी नींद जरूर लें। खाने के समान रोजाना अच्छी नींद सोना जरूरी है क्योंकि रात में भरपूर नींद लेने से सभी एंडोक्राइन ग्लैंड्स एक्टिव होते हैं और मेटाबॉलिज्म दुरुस्त रहता है। इससे शरीर के सेल्स रिपेयर होने, इंफ्लेमेशन कम करने, हार्मोनल बैलेंस बनाए रखने में मदद मिलती है। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

हार्ट अटैक-कार्डिएक अरेस्ट में अंतर

कार्डिएक अरेस्ट और हार्ट अटैक में अंतर होता है। दिल की सतह पर बहुत सारी नसें यानी एपिकार्डियल वेसेल्स या कोरोनरी आर्टरीज होती हैं। हार्ट अटैक तब होता है, जब दिल को खून पहुंचाने वाली ये नसें कोलेस्ट्रॉल के जमने या ब्लड क्लॉट बनने से ब्लॉक हो जाती हैं, जिससे ऑक्सीजनेटिड ब्लड दिल की मांसपेशियों तक नहीं पहुंच पाता और हार्ट का वो हिस्सा काम करना बंद कर देता है। सीने में तेज दर्द होता है, सांस लेने में मुश्किल होती है। लेकिन मरीज होश में रहता है। यथासमय ट्रीटमेंट मिल जाए तो तकरीबन 70 प्रतिशत लोगों की जान बच सकती है।

कार्डिएक अरेस्ट एक इलेक्ट्रिकल फेलियर होता है। शरीर की मांसपेशियों को चलाने के लिए इलेक्ट्रिकल स्टीमुलस की जरूरत होती है। कुछ कारणों से इसमें गड़बड़ी आने पर हार्ट पंप करना अचानक बंद कर देता है। हार्ट की धड़कन धीमी या तेज हो जाती हैं, जिससे पूरे शरीर तक जाने वाला ऑक्सीजनेटिड ब्लड फ्लो रुक जाता है। सांसें थम जाती हैं और इंसान अचानक बेहोश होकर गिर जाता है। अगर कुछ मिनटों के अंदर सीपीआर और एईडी ट्रीटमेंट न मिले, तो तकरीबन 90 प्रतिशत मरीजों की मौत हो जाती है।

इन दिनों सोनी सब चैनल के शो 'पुष्पा इंपॉसिबल' में प्रोफेसर राजवीर शास्त्री के रोल में गौरव चोपड़ा दिख रहे हैं। इसमें वह काफी एनर्जेटिक नजर आ रहे हैं। अपनी हेल्थ और फिटनेस के बारे में गौरव यहां बता रहे हैं अपनी जुबानी।

सबसे जरूरी है एक्टिव रहना

फिटनेस फंडा
गौरव चोपड़ा

जहां तक मेरे फिटनेस फंडे की बात है तो मैं इस बात पर विश्वास नहीं रखता कि रोजाना वर्कआउट करना जरूरी है। मेरा मानना है कि डेली एक्टिव रहना सबसे जरूरी है। मुझे लगता है कि लोग अकसर शब्दों और उनकी व्याख्या को लेकर भ्रमित हो जाते हैं। जैसे ही एक्सरसाइज शब्द सुनते हैं, उन्हें लगता है कि इसका मतलब है, जिम जाना, जबकि ऐसा जरूरी नहीं है। आप बस सीढ़ियां चढ़-उतर लें, या फिर छोटी दूरी के लिए गाड़ी निकालने की बजाय कुछ कदम पैदल चल लें। यह भी बहुत कारगर है। असली बात यह है कि आप चलते-फिरते रहें, अपने शरीर को मूवमेंट देते रहें। जब आप खा रहे हों, तो यह भी सुनिश्चित करें कि आप अपनी बॉडी मशीन का सही इस्तेमाल कर रहे हैं। मैं अकसर एक उदाहरण देता हूं कि जैसे अगर आप कार में बार-बार पेट्रोल भरते रहें लेकिन उसे चलाएं नहीं, तो उसका क्या फायदा? कार अच्छा माइलेज तभी देगी, जब आप उसे चलाएंगे, वो भी सही स्पीड पर। वैसे ही हमारा शरीर भी तभी स्वस्थ रह सकता है, जब हम उसे सक्रिय रूप से इस्तेमाल करें।

वर्कआउट रूटीन: मेरा वर्कआउट रूटीन पूरी तरह उस भूमिका पर निर्भर करता है, जिसे मैं किसी शो में निभा रहा होता हूं। जैसे कि फिलहाल मैं प्रोफेसर राजवीर शास्त्री की भूमिका निभा रहा हूं, तो उसके लिए बहुत ज्यादा मस्कुलर शरीर की जरूरत नहीं है। इस किरदार के लिए एक दुबला-पतला और सामान्य-सा शरीर चाहिए। इस समय मैं हफ्ते में तीन बार योग करता हूं और एक-दो बार जिम भी चला जाता हूं।

डाइट प्लान: मेरे पास कोई निश्चित डाइट प्लान नहीं है। सच कहूं तो मेरा कोई डाइट प्लान है ही नहीं। मैं एक पुरानी आदत पर चलता हूं, जिसे मैं सालों से अपनाता आ रहा हूं यानी मैं सब कुछ खाता हूं, लेकिन संतुलन के साथ। मैं न न्यूट्रिशन के मामले में और न ही स्वाद के मामले में किसी भी चीज की अति करता हूं। अगर कभी मीठा या डेजर्ट खाने का मन हो, तो खा लेता हूं, लेकिन फिर दो-तीन या चार दिन तक उसे नहीं खाता। इस तरह मुझे लगता है कि हर चीज का संतुलन बना रहता है, क्योंकि मेरा मानना है कि शरीर को हर तरह के पोषक तत्वों की जरूरत होती है। मैं नहीं चाहता कि खुद को किसी भी चीज से पूरी तरह वंचित रखूं या किसी फूड का एडिक्ट हो जाऊं।

रीडर्स को मैसेज: मैं रीडर्स से यह कहना चाहूंगा कि मैं फिटनेस के लिए जबरदस्ती समय निकालने की कोशिश नहीं करता। बल्कि मैं फिटनेस को अपनी रोजमर्रा की जिंदगी का हिस्सा बना लेता हूं। कभी-कभी मैं शूट पर निकलने से पहले 50 पुश-अप्स कर लेता हूं, या फिर जब भी किसी नए सीन के लिए ड्रेस बदलता हूं, उस दौरान कर लेता हूं। ऐसे दिनों में जब मैं जिम नहीं जा पाता, तो हर बार ड्रेस बदलते समय 50 पुश-अप्स कर लेता हूं। अब अगर किसी दिन मुझे 4 या 5 बार ड्रेस बदलने हों, तो उतनी बार एक्सरसाइज भी हो जाती है। इस तरह से आप भी फिटनेस को अपनी डेली रूटीन में शामिल कर सकते हैं।

फिटनेस मंत्र: मेरा फिटनेस मंत्र बहुत ही सरल है, मैं सब कुछ खाता हूं, सक्रिय रहता हूं, यह सुनिश्चित करता हूं कि मुझे पर्याप्त और अच्छी नींद मिले। इसके अलावा जहां तक संभव हो, प्रोसेस्ड फूड्स से दूर रहता हूं। आप खाने के शौकीन हो सकते हैं और फिर भी फिट रह सकते हैं, यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप अपने शरीर रूपी इंजन को कितनी अच्छी तरह समझते हैं? उसमें कितना और कैसा 'फ्यूल' डालते हैं और कितना बर्न करते हैं? यह एक संतुलित तंत्र है, जिसे समझना जरूरी है। किसी भी चीज की अति न करें और खुद को किसी भी चीज से पूरी तरह वंचित भी न रखें। मेरा मानना है कि बैलेंस ही सबसे बेहतर और सबसे कारगर तरीका है। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

हार्ट अटैक आने से पहले शरीर में दिखने वाले इन लक्षणों को न करें नजरअंदाज

दुनियाभर में हार्ट अटैक मृत्यु के प्रमुख कारणों में से एक है। हाल के कुछ सालों में हार्ट अटैक के मामलों में तेजी से वृद्धि देखी गई है। साल 2023 में हार्ट सहित हृदय रोग के मामले भारत में मृत्यु के प्रमुख कारण रहे हैं। जो सभी मौतों का करीब 30% हिस्सा था। कम उम्र के लोगों यहां तक कि 30 से कम आयु वालों में भी न सिर्फ हार्ट अटैक के मामले सामने आए हैं। बल्कि इसकी वजह मौतों में भी वृद्धि देखी गई है। हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक हृदय की समस्याओं पर लगातार और गंभीरता से ध्यान देना बहुत जरूरी है। आजकल का जीवन काफी व्यस्त और तनावपूर्ण हो चुका है, जिसका सीधा असर हमारे स्वास्थ्य पर पड़ता है। लाइफस्टाइल और खानपान में गड़बड़ी को हृदय रोगों का मुख्य कारण माना जाता है। जिस पर कम उम्र से ही ध्यान देना जरूरी होता है। आमतौर पर हार्ट अटैक का नाम सुनते ही जो लक्षण सबसे पहले हमारे दिमाग में आता है, वह सीने में दर्द होना है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हार्ट अटैक के लक्षण इससे कहीं अधिक जटिल हो सकते हैं, जिनकी समय रहते पहचान करना बेहद जरूरी होता है।

हार्ट अटैक के सामान्य लक्षण

- हार्ट अटैक होने पर सीने में दर्द होना सबसे प्रमुख माना जाता है। ऐसा आपने फिल्मों में भी देखा होगा। यह दर्द अचानक से शुरू होता है, यह कंधे, पीठ, जबड़ा या गर्दन में भी फैल सकता है। लेकिन सिर्फ यह लक्षण हार्ट अटैक के संकेत नहीं होते हैं।
- सीने में तीव्र दर्द, भारीपन या फिर दबाव महसूस होने के अलावा हार्ट अटैक में कई सारी और भी समस्याएं हो सकती हैं।

शरीर के अन्य हिस्सों में दर्द और सांस लेने में परेशानी

हार्ट अटैक के दौरान सीने में दर्द होने के साथ ही अन्य हिस्सों में भी फैल जाता है। ऐसे लक्षण विशेष रूप से महिलाओं में अधिक सामान्य है। हालांकि यह समझना जरूरी है कि हार्ट अटैक के समय दिल का ब्लड सर्कुलेशन बाधित हो जाता है। इससे बॉडी में ऑक्सीजन में कमी होने लगती है, ऐसे में व्यक्ति को सांस लेने परेशानी महसूस हो सकती है। यह लक्षण सीने में दर्द के साथ बिना दर्द के भी हो सकते हैं। अगर आपको यह दिक्कतें महसूस हो रही हैं, तो आपको तुरंत ही सावधान जाना चाहिए और एक्शन लेना चाहिए।

ठंडे पसीने का आना या मतली और उल्टी

हार्ट अटैक के दौरान शरीर में तनाव

और रक्तचाप में बदलाव की वजह से व्यक्ति को ठंडा पसीना आने की समस्या हो सकती है। यह लक्षण अचानक और बहुत तेज हो सकते हैं। कई बार हार्ट अटैक के दौरान व्यक्ति को पेट में मतली, असहजता और उल्टी का भी अनुभव हो सकता है। इसको सिर्फ पाचन की समस्या समझने की भूल न करें। क्योंकि यह हार्ट अटैक का भी संकेत हो सकता है, जिस पर ध्यान देना जरूरी है।

क्या कहते हैं एक्सपर्ट

हृदय रोग एक्सपर्ट की मानें, तो हार्ट अटैक के लक्षणों की पहचान समय पर सबसे ज्यादा अहम है। अगर किसी व्यक्ति को सांस लेने में तकलीफ, ठंडे पसीने का अनुभव और सीने में दर्द की समस्या है, तो ऐसे में फौरन डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए। हार्ट अटैक के सिर्फ एक लक्षण पर ध्यान न दें। कभी-कभी लक्षण बहुत हल्के होते हैं या किसी और स्थिति की तरह महसूस होते हैं। इसलिए इन सभी के बारे में जानना और समय रहते हेल्थ एक्सपर्ट की सलाह जरूर लेना चाहिए। समय रहते सावधानी बरतने से बचाव हो जाता है।

बरसात के मौसम में करें सात्विक भोजन, अच्छी रहेगी सेहत

डाइट सजेशन
राजकुमार 'दिनकर'

बारिश के मौसम और उसमें भी प्रमुख रूप से सावन के महीने में सात्विक भोजन की परंपरा केवल धार्मिक या आध्यात्मिक कारणों से ही नहीं है बल्कि इसके पीछे पुख्ता वैज्ञानिक दृष्टिकोण भी है।

इसलिए है जरूरी: बरसात के मौसम में आर्द्रता और तापमान में बदलाव के कारण शरीर की पाचनशक्ति बाकी किसी भी मौसम के मुकाबले में काफी कम हो जाती है। ऐसे में तली, भुनी चीजें और मांसाहार पाचन तंत्र को खराब कर देती हैं। सावन का महीना बारिश के मध्य का वह महीना होता है, जब खाद्य सामग्री सबसे जल्दी खराब होती है। इस महीने में ही सबसे ज्यादा जलजनित रोग भी फैलते हैं। यही कारण है कि इस माह में डॉक्टर, लोगों को ताजा, थोड़ा और हल्का खाना खाने की सलाह देते हैं। सात्विक भोजन में ताजे, उबले और कम मसालेदार भोजन किया जाता है। कम मसालों के साथ-साथ इनमें तले पदार्थ भी कम होते हैं, जिस कारण इस दौरान आप कई तरह के संक्रमणों से बचे रह सकते हैं। बारिश के मौसम में पेट की तरह हमारी त्वचा भी बहुत जल्द संक्रमित हो जाती है। बरसात में एलर्जी, दमा और त्वचा रोग बहुत आसानी से लोगों को अपनी चपेट में ले लेते हैं। ऐसे में जब हम सात्विक भोजन करते हैं और हमारे भोजन में हल्दी, अदरक, तुलसी, नीबू आदि हर्बल औषधियां शामिल होती हैं, तो ये हमारे भोजन को शुद्ध और सात्विक तो बनाती ही हैं, हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी कई गुना ज्यादा बढ़ा देती हैं। इसलिए डॉक्टर और डाइटीशियन लोगों को बारिश के महीनों में शुद्ध, सात्विक, ताजा और हल्का भोजन करने की सलाह देते हैं। सात्विक भोजन हमारे तन को ही स्वस्थ नहीं मन को भी शांत रखता है। *

खबर संक्षेप

चैक बाउंस व चोरी केस में दो उद्घघोषित आरोपी काबू

हांसी। विशेष अभियान के दौरान पीओ स्टाफ हांसी पुलिस ने चैक बाउंस व चोरी के मामले में दो उद्घघोषित आरोपियों को गिरफ्तार किया है। दोनों आरोपी की पहचान चैक बाउंस मामले में जमावड़ी निवासी प्रवीन उर्फ पिना व चोरी मामले में ढाणी कुतुबपुर निवासी योगेश के रूप में हुई है। पुलिस प्रवक्ता के अनुसार अदालत ने आरोपी प्रवीन को चेक बाउंस मामले में और योगेश को हांसी के चोरी मामले में उद्घघोषित आरोपी करार दिया हुआ था। पीओ स्टाफ हांसी पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दोनों आरोपियों को गिरफ्तार कर कोर्ट में पेश किया।

मकान में चोरी के सामान सहित एक गिरफ्तार

हांसी। शहर थाना पुलिस ने निर्माणाधीन मकान से सामान चोरी करने वाले एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान न्यू सुभाष नगर कालोनी निवासी पवन कुमार के रूप में हुई है। शहर थाना हांसी में तैनात एएसआई मुकेश ने बताया कि आरोपी ने 14 जुलाई की रात को राम शरणम् के नजदीक निर्माणाधीन कालोनी में बने कमरे में से एक पानी की मोटर, एक हुक्का, दो लोहा प्लेट, एक लोहा फर्मे व 7 छोटे लोहे के जाल चोरी कर लिए थे। शहर थाना ने जांच करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर उसके पास से चुराया गया सामान व चोरी की वारदात में प्रयुक्त कार को कब्जा पुलिस में ले लिया गया है। पुलिस ने आरोपी को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत जेल भेज दिया।

हरियाली तीज संकीर्तन आज, तैयारियां पूरी

हिसार। मोक्ष वृद्धाश्रम में 17 जुलाई को आयोजित किए जाने वाले हरियाली तीज संकीर्तन की तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। इस संकीर्तन के लिए मोक्ष वृद्धाश्रम को सजाया गया है। इस संकीर्तन में निशा दीदी व सुनीता सातरोडिय़ा की मंडली भजन प्रस्तुत करेगी। इसके साथ विभिन्न सामाजिक व धार्मिक संस्थाएं संकीर्तन में हिस्सा लेकर इसे यादगार बनाएंगे। मोक्ष वृद्धाश्रम की संरक्षक माता पंकज संधीर व प्रधान विजय भृगु ने यह जानकारी दी।

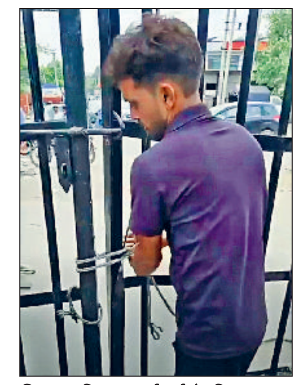
दुकानदारों को दिया पांच दिन का समय : शालिनी चेतल

अतिक्रमण हटाने गए निगम अफसरों को दुकानदारों ने गेट बंदकर किया कैद

पुलिस ने ऑटो मार्केट के दुकानदारों को समझा-बुझाकर करवाया मामला शांत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। ऑटो मार्केट फेस-3 में दुकानदारों द्वारा किए गए अतिक्रमण को देखती अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल।


हिसार। निगम कार्रवाई के खिलाफ गेट बंद करते युवक।

नगर निगम ने बुधवार को ऑटो मार्केट से अतिक्रमण हटाने का कार्य शुरू किया। निगम की कार्रवाई से ऑटो मार्केट के दुकानदारों में हड़कंप मच गया। निगम की कार्रवाई के खिलाफ भारी संख्या में दुकानदार व मिस्त्री एकत्रित हो गए और उन्होंने मार्केट के गेट बंद कर दिए, ताकि निगम अधिकारी उनका सामान अपने साथ न ले जा सके।

घटना के समय अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल और अतिरिक्त निगमायुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा समेत निगम के अधिकारी व कर्मचारी मार्केट के गेट के अंदर की कैद हो गए। इस दौरान काफी हंगामा होता रहा। निगम अधिकारियों ने मामले की सूचना तुरंत पुलिस को दी। इस पर शहर थाना प्रभारी भारी संख्या में पुलिस बल को लेकर ऑटो मार्केट पहुंचे और दुकानदारों को सामान उठाने के लिए मोहलत दिलवा करवा कर मामले को शांत करवाया है। अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल ने दुकानदारों व मिस्त्रियों को सड़क से सामान उठाने के लिए 5 दिन का समय दिया है।

इस पूर्व अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल निगम अधिकारियों तथा पुलिस बल के साथ ऑटो मार्केट फेस-3 में पहुंची और दुकानदारों द्वारा सड़क पर रखे सामान तथा कंडम गाड़ियों को उठाने की कार्रवाई शुरू कर दी। दुकानदारों द्वारा रोड पर रखा सामान नगर निगम की टीम ने जब्त किया। निगम की इस कार्रवाई को देखते मार्केट के दुकानदार एकत्रित हो गए और उन्होंने निगम कार्रवाई के खिलाफ हंगामा शुरू कर दिया। उन्होंने निगम प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी करते हुए मार्केट के गेट बंद कर दिया और गेट के सामने खड़े हो गए।

इस दौरान स्थिति बिगड़ते देख निगम अधिकारियों ने पुलिस को सूचित किया। ऑटो मार्केट व्यापारियों ने सामान अपनी परिधि में रखने के लिए समय मांगा। मौजूद अधिकारियों ने ऑटो मार्केट के व्यापारियों को अगले 5 दिन तक पूरा सामान अपनी परिधि में रखने का समय दिया।

इस दौरान एमई अमित बेरवाल, जेई कुशल, जेई राजकुमार, एएसआई राहुल सैनी व सुरेन्द्र शर्मा तहबाजारी टीम सहित पुलिस विभाग के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।

ट्रक से टक्कर लगने पर कार हुई क्षतिग्रस्त

हांसी। टक्कर के बाद घटनास्थल पर खड़ी क्षतिग्रस्त कार व कार चालक अध्यापिका के बयान दर्ज करता पुलिस अधिकारी। *फोटो : हरिभूमि*

- एयरबैग खुलने से बची महिला अध्यापिकाओं की जान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

राष्ट्रीय राजमार्ग स्थित गीता चौक पर बुधवार सुबह एक कार और ट्रक की टक्कर हो गई, लेकिन टक्कर के बाद कार के एयरबैग खुल जाने से किसी प्रकार की जनहानि नहीं हुई। हालांकि की ट्रक की टक्कर से कार क्षतिग्रस्त हो गई।

हादसे के वक्त कार में दो महिला अध्यापिका सवार थी और दोनों हांसी के शिवलाल कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय आ रही थीं। लेकिन गनिमत रही कि हादसे के बाद कार के एयरबैग खुलने से दोनों की जान बच गई। इस दौरान कार सवार अध्यापिका के गर्दन में मामुली चोट आई है। सूचना मिलने पुलिस ने मौके पर पहुंचकर दोनों पक्षों के बयान दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस के अनुसार कार चालक हिसार निवासी महिला अध्यापिका सरोज एक अन्य अध्यापिका के साथ अपनी कार में सवार होकर हांसी के शिवलाल कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में आ रही थी और जैसे ही उनकी कार गीता चौक पर हांसी की ओर मुड़ रही थी तो दिल्ली से हिसार की ओर जा रहे एक ट्रक ने उनकी कार को टक्कर मार दी जिससे कार का अगला हिस्सा क्षतिग्रस्त हो गया। हालांकि कार सवार अध्यापिका के गर्दन पर मामूली चोट आई है। ट्रक चालक शिकारपुर निवासी राजेश ने बताया कि वह अपने ट्रक में सामान लेकर हिसार जा रहा था। वह गीता चौक पहुंचा तो एक अचानक तेज रफ़्तार कार उसके ट्रक के सामने आ गई और ट्रक के साथ टक्कर हो गई। स्कूल स्टाफ के काफी सदस्य मौके पर पहुंचे और ट्रक चालक के खिलाफ कार्रवाई की मांग की।

सिंचाई अधिकारी नहर में डाल रहे सीवरेज का पानी

- किसानों ने किया विरोध, आवाज नहीं सुनीं तो करेंगे आंदोलन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। पंपसेट लगाकर नहर में डाला जा रहा ड्रेन का पानी। *फोटो : हरिभूमि*

जिले के सिंचाई विभाग के अधिकारियों की बड़ी कारस्तानी सामने आई है। विभाग ने चार स्थानों पर पंपसेट लगाकर सीवर का पानी नहरी जल में मिलाया जा रहा है और यह दूषित पानी हिसार व भिवानी जिले के 100 से अधिक गांवों के जल घरों तक पहुंच रहा है।

सिंचाई विभाग के इस कार्य का बालसमंद क्षेत्र के किसान संगठनों ने कार्य का विरोध किया है। किसानों ने उपायुक्त और सिंचाई विभाग के अधिकारियों से मिलकर इसे तुरंत बंद करने की मांग की है। किसान संघर्ष समिति के प्रधान सुरेंद्र आर्य ने बताया कि 16 दिन की नहर बंदी के बाद सोमवार को पानी आया। मंगलवार से ही सीवर का पानी नहरों में डाला जाने लगा। अभी तक सभी गांवों के जलघर नहीं भरे हैं। फिर भी सीवर का पानी 100 से अधिक जलघरों तक पहुंच रहा है। किसान नेताओं ने कहा कि उन्होंने सिंचाई विभाग के साथ कई बैठकों में इस प्रोजेक्ट का विरोध किया था। इसके बावजूद विभाग ने जानबूझकर यह कार्य शुरू कर दिया है। इस कार्रवाई क्षेत्र के सैकड़ों गांवों को दूषित पानी की आपूर्ति हो रही है। जल घर तक आने वाली पाइपलाइन में नहर के जरिए गंदा पानी पहुंचने की सूचना जैसे ही किसानों को मिली तो विरोध करने बालसमंद क्षेत्र के किसान नहरी विभाग के एसई कार्यालय में पहुंचे लेकिन यहां पर सभी अधिकारी कार्यालय में नहीं मिले। किसान नहरी विभाग के अधिकारियो से बातचीत कर उपायुक्त अनीश यादव से मिलकर इसको हटवाने का आग्रह करेंगे। अगर सहमति नहीं बनी तो किसान विरोध में धरना प्रदर्शन कर पंपसैट को उखाड़ फेंक देंगे।

क्या बोले चिकित्सक

नागरिक अस्पताल के डॉ. सुभाष खतरेजा का कहना है कि नहरी पानी में ड्रेन का गंदा पानी डालने से कई बीमारियां फैल सकती हैं। इन बीमारियों में मुख्य रूप से जलजनित रोग जैसे हैजा, टाइफाइड, पेचिश जैसी बीमारियां हो सकती हैं, दूषित पानी में हेपेटाइटिस ए और ई जैसे वायरस हो सकते हैं, जो गंभीर बीमारियों का कारण बन सकते हैं, ई. कोलाई, साल्मोनेला जैसे बैक्टीरिया दूषित पानी में पाए जा सकते हैं, जो दस्त, उल्टी और पेट दर्द जैसी समस्याएं पैदा कर सकते हैं, दूषित पानी में परजीवी जैसे कि गरार्डिया और क्रिप्टो स्पोरिडियम हो सकते हैं, जो पेट की समस्याएं पैदा कर सकते हैं।

होली चाइल्ड स्कूल की दो छात्राओं का हरियाणा कोर्फबॉल टीम में चयन

- विद्यालय के प्रबंध निदेशक ने छात्राओं को बधाई दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। प्रधानाचार्या और खेल प्रशिक्षक के साथ चयनित छात्राएं।

होली चाइल्ड सीनियर सेकेंडरी स्कूल की नौवीं कक्षा की दो प्रतिभाशाली छात्राओं तमन्ना और रिया का चयन राष्ट्रीय सब जूनियर कोर्फबॉल प्रतियोगिता के लिए हरियाणा राज्य टीम में हुआ है।

दोनों छात्राओं ने हाल ही में रोहतक में आयोजित चयन ट्रायल्स में भाग लिया, जहां उनके शानदार प्रदर्शन के आधार पर उन्हें टीम में जगह दी गई। राष्ट्रीय स्तर की यह प्रतिष्ठित प्रतियोगिता आगामी 23 जुलाई से 27 जुलाई को चेन्नई में आयोजित होगी, जिसमें तमन्ना और रिया हरियाणा का प्रतिनिधित्व करते हुए अपनी खेल प्रतिभा का प्रदर्शन करेंगी। प्रबंध निदेशक आरएस सिंधु ने छात्राओं को उनकी उपलब्धि पर बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि विद्यालय में शिक्षा के साथ-साथ खेलों को भी समान महत्व दिया जाता है। यही कारण है कि विद्यार्थी राष्ट्रीय स्तर तक अपनी प्रतिभा का परचम लहरा रहे हैं। प्रधानाचार्या अनीता पन्नू दलाल ने इस उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त की है। विद्यालय के खेल प्रशिक्षक रामनिवास श्योकंद ने जानकारी दी कि दोनों छात्राएं बचपन से ही खेलों के प्रति समर्पित रही हैं।

पुलिस ने दबंगों को दिए नोटिस

- पुलिस ने स्पेशल अभियान चलाकर दबंग प्रवृत्ति के 185 लोगों की पहचान की
- चिन्हित में से 34 व्यक्ति जेल में, नोटिस देने पहुंचे पुलिस कर्मियों को 50 घर में नहीं मिले हाजिर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

अमित यशवर्धन, एसपी।

पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन के निर्देशानुसार पुलिस जिला हांसी में कानून व्यवस्था बनाए रखने तथा आमजन में भयमुक्त वातावरण सुनिश्चित करने के लिए दबंग, उपद्रवी तथा समाज विरोधी प्रवृत्ति के व्यक्तियों की पहचान कर उनके विरुद्ध नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। इस संदर्भ में पुलिस जिला हांसी के सभी थाना प्रबन्धकों व चौकी प्रभारियों ने स्पेशल अभियान चलाकर कुल 185 ऐसे लोगो की पहचान की है।

ऐसे 101 व्यक्तियों को भारतीय न्याय संहिता की धारा 172(1) के तहत नोटिस जारी कर तामिल करवाए गए हैं। 34 व्यक्ति इस समय जेल में है और 50 व्यक्ति नोटिस देने पहुंचे पुलिस कर्मियों को अपने घर पर हाजिर नही मिलें जो अपने किसी निजी कार्य से बाहर गए हुए है।

पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन ने बताया कि जो व्यक्ति बार-बार शांति भंग करने या आम जनता को डराने-धमकाने का प्रयास करते हैं, उनके विरुद्ध सख्त कानूनी कार्रवाई की जाएगी। पुलिस ऐसे लोगों पर लगातार निगरानी रख रही है ताकि किसी भी स्थिति में कानून व्यवस्था प्रभावित न हो।

एसपी ने बताया कि भारतीय न्याय संहिता की धारा 172 (1) के अंतर्गत यदि कोई व्यक्ति समाज में शांति व्यवस्था के लिए खतरा बनता है अथवा उसकी गतिविधियां सार्वजनिक सुरक्षा को प्रभावित करती हैं, तो उसे नोटिस देकर यह चेतावनी दी जाती है कि भविष्य में ऐसे गतिविधि दोहराए जाने पर उसके विरुद्ध भारतीय न्याया संहिता की धारा 172(2) के अंतर्गत कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

बरवाला में सीवरेज, पेयजल तथा एसटीपी कार्यों के लिए करोड़ों रुपये की राशि को दी प्रशासनिक स्वीकृति

रणबीर सिंह गंगवा, कैबिनेट मंत्री।

हिसार। प्रदेश सरकार ने बरवाला शहर में सीवरेज व्यवस्थाओं के विस्तार, पेयजल आपूर्ति व्यवस्था में सुधार तथा सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट इत्यादि कार्यों के लिए करोड़ों रुपये की राशि मंजूर करते हुए विभिन्न कार्यों की प्रशासनिक स्वीकृति प्रदान की है। कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने बताया कि बरवाला शहर में बहुत से क्षेत्र सीवरेज सुविधाओं से वंचित है, इनके अलावा कुछ नई कॉलोनियां भी बनी है। ऐसे में शहर की विभिन्न कॉलोनियों में सीवरेज व्यवस्था में सुधार करते हुए 200 मिमी, 250 मिमी, 300 मिमी, 350 मिमी, 400 मिमी और 800 मिमी सीवर लाइन बिछाई जाएगी। एक एसटीपी और एक एमपीएस के निर्माण किया जाएगा। इसके अतिरिक्त विभिन्न स्थानों पर मैनहोल का निर्माण कार्य भी किया जाएगा। इन सभी कार्यों का 2372.54 लाख रुपये की अनुमानित लागत आएगी।

उन्होंने कहा कि बरवाला शहर में जलापूर्ति व्यवस्था के अपग्रेडेशन के लिए जाने वाले विभिन्न कार्यों के लिए भी 1387.38 लाख रुपये की लागत से विभिन कार्य करवाए जाएंगे। वर्तमान में बरवाला शहर के विभिन्न स्थानों पर 2 नहर आधारित जलघर और 5 बूस्टिंग स्टेशन स्थित हैं। शहरी क्षेत्र के विस्तार और बढ़ती आबादी के चलते इनका विस्तार किया जाना वर्तमान समय की जरूरत है। नई कॉलोनियों तथा अभी तक जलापूर्ति सुविधाओं से वंचित कालोनियों में जलापूर्ति सुविधाएं उपलब्ध करवाने के लिए जल उपचार संयंत्र सहित अन्य कार्य करवाए जाएंगे। कैबिनेट मंत्री ने आगे बताया कि बरवाला कस्बे में मौजूदा एसटीपी से उपचारित अपशिष्ट के निपटान के लिए नगर पालिका बरवाला द्वारा 7 एकड़ की एक तालाब भूमि प्रदान की गई थी, जो एसटीपी और बरवाला कस्बे के बरसाती पानी के निपटान के लिए काफी है।

सर्वेश हेल्थ सिटी ने हिसार में पहली बार इकमो थैरेपी से जीवन बचाया

- यह केस टीम वर्क और मरीजों के प्रति प्रतिबद्धता का प्रमाण : कालरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। इलाज के बाद स्वास्थ्य लाभ ले रहे मरीज के साथ डॉ. उमेश कालरा व उनकी टीम। *फोटो : हरिभूमि*

सर्वेश हेल्थ सिटी में पहली बार एक्स्ट्राकोर्पोरियल मेम्ब्रेन ऑक्सीजनेशन (इकमो) थैरेपी की सहायता से सल्फास ज़हर से पीड़ित एक 40 वर्षीय युवक की जान बचाई गई है। यह सफलता न केवल सर्वेश हेल्थ सिटी बल्कि पूरे हिसार के लिए एक ऐतिहासिक उपलब्धि है।

यह दावा करते हुए सर्वेश हेल्थ सिटी के चेयरमैन डॉ. उमेश कालरा एवं वाइस चेयरपर्सन डॉ. सरिता कालरा ने कहा कि यह केस हमारे मेडिकल और टेक्निकल कौशल, टीम वर्क और मरीजों के प्रति प्रतिबद्धता का प्रमाण है। हम आईएमए हिसार चिकित्सा समुदाय व क्षेत्रवासियों का आभार व्यक्त करते हैं, जिन्होंने हम पर विश्वास जताया। डॉ. कालरा के अनुसार सर्वेश हेल्थ सिटी ने एक बार फिर जीवन रक्षक चिकित्सा सेवाओं की अपनी उत्कृष्टता को सिद्ध करते हुए सल्फास विषाक्तता के गंभीर मामले में इकमो और सीआरआरटी थेरेपी के माध्यम से एक 40 वर्षीय मरीज की जान बचाई है।

नारनौंद। जेसीबी की सहायता से दरार पाटने का प्रयास करते कर्मचारी।

ड्रेन टूटने से बडाला गांव में कृषि भूमि जलमग्न

नारनौंद। क्षेत्र के गांव बास के पास उगालन गांव से आने वाली ड्रेन टूटने से बडाला गांव में लगभग 500 एकड़ कृषि भूमि जलमग्न हो गई है। खेतों में खड़ी धान की फसल को भारी नुकसान का खतरा है। सिंचाई विभाग ने बुधवार को जेसीबी मशीन से ड्रेन की साइड में मिट्टी डालकर पानी रोकने का प्रयास किया। मौके पर मौजूद ग्रामीणों ने बताया कि ड्रेन में पानी का स्तर लगातार बढ़ रहा है। अगर एक-दो दिन में स्थिति नहीं सुधरी तो पूरा गांव पानी की चपेट में आ सकता है। किसान जोगेंद्र, अनूप भांभू, विजय फौजी समेत कई लोगों ने बताया कि लगभग 100 एकड़ धान की फसल पूरी तरह डूब चुकी है। उनका आरोप है कि बारिश से पहले सिंचाई विभाग ने ड्रेन की सफाई नहीं करवाई।इसी कारण पानी का बहाव रुका और दबाव बढ़ने से ड्रेन टूट गई। किसानों ने ड्रेन को पाटकर पानी की निकासी की मांग की है। साथ ही फसल के नुकसान का उचित मुआवजा देने की अपील की है। ग्रामीणों ने चेतावनी दी है कि प्रशासन के जल्द कदम न उठाने पर वे आंदोलन करेंगे। प्रशासन की निष्क्रियता पर सवाल उठ रहे हैं। ग्रामीण अब खुद मोर्चा संभालने की तैयारी कर रहे हैं।

कीट विज्ञान विभाग की ओर से तकनीकी कार्यक्रम संपन्न

कीट प्रबंधन तकनीकें विकसित करने की सलाह

- कीट प्रतिरोधी किस्मों के विकास, जैव-कीटनाशकों एवं मित्र कीटों के संवर्धन की महत्ता बताई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। एचएयू के कार्यक्रम में उपस्थित अधिकारी। *फोटो : हरिभूमि*

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कीट विज्ञान विभाग की ओर से गत वर्ष 2024-25 की अनुसंधान योजनाओं की समीक्षा एवं वर्ष 2025-26 के लिए नई योजनाओं का प्रारूप तैयार करने के लिए तकनीकी कार्यक्रम का आयोजन किया गया। बैठक में कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज मुख्य अतिथि रहे जबकि जबकि अनुसंधान निदेशक डॉ. राजबीर गर्ग ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। इस अवसर पर अनुसंधान विभाग के अधिकारी, विश्वविद्यालय के सभी विभागाध्यक्ष एवं कीट विज्ञान विभाग के वैज्ञानिक उपस्थित रहे।

कुलपति ने वैज्ञानिकों को रासायनिक कीटनाशकों पर निर्भरता घटाकर जैविक एवं पर्यावरण-अनुकूल कीट प्रबंधन तकनीकें विकसित करने की सलाह दी। उन्होंने फसल-प्रणाली आधारित एकीकृत कीट प्रबंधन (आईपीएम) पर जोर देते हुए कीट प्रतिरोधी किस्मों के विकास, जैव-कीटनाशकों एवं मित्र कीटों के संवर्धन की महत्ता बताई। उन्होंने कपास में गुलाबी सुंडी, गन्ने में बोरर तथा अन्य प्रमुख फसलों में कीट प्रकोप के समयबद्ध प्रबंधन के लिए नवीनतम तकनीकों के विकास की आवश्यकता पर बल दिया।

कुलपति ने आशा व्यक्त की कि विश्वविद्यालय के वैज्ञानिक इन दिशा-निर्देशों का पालन कर प्रदेश के किसानों के हित में सशक्त योगदान देंगे। अनुसंधान निदेशक डॉ. राजबीर गर्ग ने वैज्ञानिकों को सभी प्रमुख फसलों के हानिकारक कीटों की पहचान, जीवन-चक्र क्षति-लक्षण एवं प्रबंधन पद्धतियों पर आधारित विस्तृत कैटलॉग अथवा एटलस तैयार करने की सलाह दी। कार्यशाला के समापन अवसर पर विभागाध्यक्ष डॉ. सुनीता यादव ने सभी उपस्थित अधिकारियों का आभार व्यक्त किया।

इस अवसर पर डॉ. आरके गुप्ता, डॉ. सुरेन्द्र धनखड़, डॉ. सुरेन्द्र यादव, डॉ. सुरेश सीला व डॉ. रामनिवास श्योकंद उपस्थित रहे।

पुलिस ने अंतिम संस्कार किया तो परिजन नहीं होंगे शामिल

हिसार। शहर के 12 क्वार्टर क्षेत्र में म्यूजिक सिस्टम बंद करवाने के विवाद में हुई युवक की मौत मामले में दलित समुदाय ने प्रशासन व पुलिस पर दबाव बनाने का आरोप लगाते हुए महापंचायत बुलाकर बड़ा निर्णय लिया है। महापंचायत में 21 सदस्यों की कमेटी गठित करके आगामी आंदोलन के संचालन की रूपरेखा तय की गई। मृतक के परिजन व समाज के लोग आरोपी पुलिस कर्मियों पर केस दर्ज करने की मांग पर अड़े हैं वहीं पुलिस ने मंगलवार को नोटिस जारी करके चेताया था कि यदि परिजनों ने शव का अंतिम संस्कार नहीं किया तो पुलिस कर देगी और बाधा डालने वालों के खिलाफ कार्रवाई होगी। युवक की मौत को 10 दिन हो चुके हैं। प्रशासन व पुलिस ने दबाव बनाने का आरोप लगाते हुए मृतक के परिजनों व समाज के लोगों ने बुधवार को महापंचायत बुलाई। महापंचायत देर शाम तक चली और इसमें शामिल लोगों ने परिवार को न्याय देने व पुलिस कर्मचारियों पर कार्रवाई की मांग उठाई। महापंचायत में 21 सदस्यीय कमेटी बनाई है। कमेटी के सदस्यों ने महापंचायत के फैसले से अवगत करवाते हुए बताया कि हम पुलिस से तीन दिन का समय मांगेंगे, अगर पुलिस अपनी मर्जी से शव का अंतिम संस्कार करती है तो परिवार के लोग उसमें शामिल नहीं होंगे। पुलिस ने अंतिम संस्कार किया तो राख लेकर हम देशव्यापी आंदोलन चलाएंगे। यही नहीं, ऐसा होने पर हम धरनास्थल से मुख्यमंत्री की अर्थी बनाकर लघु सचिवालय जाएंगे और वहां स्थाई धरना लगाकर न्याय की मांग करेंगे।

खबर संक्षेप

शराब ठेके से नकदी चोरी का आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने शराब ठेके से नकदी चोरी के मामले में वांछित आरोपी हिसार निवासी मांगेराम को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से 3600 रुपए बरामद किए हैं। शहर थाना प्रभारी उप निरीक्षक संदीप कुमार ने बताया कि 12 फरवरी को बेगू रोड निवासी सागर की शिकायत पर उपरोक्त आरोपी के खिलाफ केस दर्ज किया गया था। शिकायतकर्ता ने बताया था कि आरोपी मांगेराम हेमंत कुमार कंपनी के शराब ठेकों में काम करता था। इसी दौरान एक दिन वह ठेके से गल्ले की नकदी चुराकर ठेका बंदकर फरार हो गया।

ठगी के आरोपी को पंजाब से किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। वीआईपी मोबाइल नंबर देने के नाम पर एक युवक से हजारों रुपये ठगने के मामले में थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान बलविंदर सिंह पुत्र जोगिंदर सिंह, निवासी महावल, अबोहर, जिला फाजिल्का (पंजाब) के रूप में हुई है। थाना प्रभारी निरीक्षक कुलदीप ने बताया कि यह कार्रवाई चिंदड़ गांव निवासी मुकेश कुमार की शिकायत पर की गई, जो हिसार में निजी कंपनी में कार्यरत हैं। उन्होंने 11 मार्च 2025 को फेसबुक पर एक विज्ञापन देखा जिसमें वीआईपी मोबाइल नंबर उपलब्ध कराने की बात कही गई थी। व्हाट्सएपप्रत्येक नंबर के बदले 4,500 मांगे गए।

अजय ने स्नातक में पाया द्वितीय स्थान

सिरसा। सीएमके नेशनल स्नातकोत्तर महाविद्यालय के छात्र अभय ने चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय द्वारा घोषित स्नातक प्रथम सेमेस्टर परीक्षा परिणाम में द्वितीय स्थान प्राप्त किया है। छात्र अभय ने इस उपलब्धि का श्रेय माता-पिता, गुरुजनों के सहयोग और कॉलेज के प्रेरणादायी वातावरण को दिया।

दो स्कूलों से सिलेंडर व अन्य सामान चोरी

ओढां। गांव जंडवाला जटान के राजकीय माध्यमिक विद्यालय व राजकीय प्राथमिक विद्यालय में चोरों ने ताला तोडक़र चोरी की गई। मुख्याध्यापक संदीप सिंह ने बताया कि स्टाफ के सदस्य 7 जुलाई सभी घर चला गए थे। दो दिन बाद जब आए तो चोर विद्यालय की रसोई से पीतल का टब, एक सिलिंडर व एक भट्टी और राजकीय प्राथमिक विद्यालय से एक सिलिंडर व एक पीतल का टब चोरी करके ले गए।

मितर पर्यावरण मामलों के मानद सलाहकार नियुक्त

सिरसा। चौधरी देवी लाल विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार ने मितर सैन गर्ग को विश्वविद्यालय का पर्यावरण मामलों का मानद सलाहकार नियुक्त करने की स्वीकृति प्रदान की है। उन्होंने कहा कि मित्तर सैन गर्ग का अनुभव विश्वविद्यालय में पर्यावरणीय गतिविधियों को नई दिशा देगा और छात्रों में पर्यावरण संरक्षण की चेतना को और सशक्त बनाएगा। उल्लेखनीय है कि मितर सैन गर्ग, हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग से प्रधानाचार्य पद से 31 अक्तूबर 2018 को सेवानिवृत्त हुए हैं। वे एक समर्पित पर्यावरणविद्, समाजसेवी और नशा मुक्ति जागरूकता अभियानों में सक्रिय भूमिका निभाने वाले व्यक्तित्व हैं।

प्रिंसिपल की हत्या के विरोध में जिले के निजी स्कूल रहे बंद

स्कूल संचालकों ने जिला मुख्यालय पर पहुंच कर किया धरना प्रदर्शन, सौंपा ज्ञापन

सिरसा। प्राइवेट स्कूल संचालक डीसी कार्यालय के समक्ष प्रदर्शन करते हुए। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सिरसा

हिसार के एक प्राइवेट स्कूल प्रिंसिपल की हत्या के विरोध में बुधवार को सिरसा जिला के निजी स्कूल बंद रहे। विरोधस्वरुप प्राइवेट स्कूल संघ ने जिला मुख्यालय पर धरना प्रदर्शन किया और डीसी को एक ज्ञापन सौंपा। स्कूल संचालकों ने दिवंगत प्रिंसिपल को श्रद्धांजलि दी तथा सरकार से मांग की कि संघ द्वारा उठाई गई मांगों को पूरा किया जाए। एसोसिएशन के प्रदेश उपाध्यक्ष अमित मेहता, जिला प्रधान पंकज सिडाना व सहोदया प्रधान राम सिंह यादव ने बताया कि आज जिस तरह के हालात बन रहे हैं, ऐसे में शिक्षक काम नहीं कर सकता । हिसार में प्रिंसिपल की हत्या के बाद शिक्षक ख़ौफ़ में हैं। स्कूल स्टाफ की मानसिक, सामाजिक और शारीरिक सुरक्षा की जिम्मेदारी सरकार की होनी चाहिए। इसलिए हरियाणा में जल्द से जल्द स्कूल सेफ्टी एक्ट पारित किया जाए, दिवगंत शिक्षक जगबीर पानू को शहीद का दिया जाए, परिवार को एक करोड़ की आर्थिक सहायता और परिवार के एक सदस्य को सरकारी नौकरी दी जाए, छात्रों व अभिभावकों द्वारा शिक्षकों के साथ हो रहे दुर्व्यवहार को रोकने के लिए सख्त कानून लागू हो। ज्ञापन सौंपते हुए मांग की है कि सरकार इस मामले को गंभीरता से लेकर तुरंत कानून बनाए, ताकि भविष्य में शिक्षक या स्कूल स्टाफ ऐसी त्रासदी का शिकार न हो। मौके पर राज्य कार्यकारिणी सदस्य भूपेंद्र जैन, ओढ़ा व बड़ागुढ़ा ब्लॉक प्रधान घनश्याम मेहता, रानिया ब्लॉक प्रधान राजाराम, जिला उप प्रधान विक्रमजीत सिंह, आरके मजीठिया, डबवाली प्रधान विजयंत शर्मा, बलदेव सहगल, बीएल जलंधरा, चोपटा प्रधान रामकृष्ण खोथ, रणजीत कंबोज, अमर सिंह जोसन, ओमवीर दुहन, सागर पाहुजा, शशि सचदेवा, सुमन शर्मा, शोभा अरोड़ा, शशि भूषण शर्मा, रामलाल भंगू, पीसी तिवाड़ी, बलजीत नैन, रोशन लाल, सतनाम सिंह, सुरेंद्र मदान, जगजीत सिंह, जगदीप सिंह भी मौजूद थे।

प्रिंसिपल की हत्या के विरोध में जिलेभर के सभी प्राइवेट स्कूल रहे बंद, हत्यारों को सजा की मांग

फतेहाबाद/रतिया। हिसार जिले के गांव बादशाहपुर में करतार मैमोरियल सीनियर सेकेंडरी सस्कूल के प्रिंसिपल की हाल ही में हुई निर्मम हत्या के विरोध में बुधवार को जिलेभर के के सभी निजी स्कूल बंद रहे। निजी स्कूल संचालकों ने निजी स्कूलों में एक दिन का अवकाश घोषित करके प्रिंसिपल के हत्यारों को कठोर से कठोर सजा दिलवाने की मांग की। प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन के जिला अध्यक्ष शैलेंद्र रोमी गोस्वामी ने कहा कि हिसार जिले के गांव बादशाहपुर में स्कूल प्रिंसिपल की हत्या ने पूरे शैक्षिक जगत को झकझोर कर रख दिया है। आज सुबह से ही सभी प्राइवेट स्कूल संचालकों ने रोष स्वरूप अपने स्कूल बंद रखकर शिक्षकों ने शांतिपूर्वक तरीके से काली पट्टी बांधकर विरोध प्रदर्शन किया। सभी स्कूल संगठनों ने इस हत्या की न्यायिक जांच की मांग की है और दोषियों को कड़ी से कड़ी सजा दिलाने की मांग की। जिला अध्यक्ष शैलेंद्र गोस्वामी ने बताया कि प्रिंसिपल की हत्या केवल एक व्यक्ति पर हमला नहीं, बल्कि पूरे शिक्षा तंत्र पर हमला है। अगर ऐसे मामलों में सख्ती नहीं बरती गई, तो आने वाले समय में शिक्षक बच्चों को पढ़ाते वक्त अपने आप को असुरक्षित महसूस करेंगे। निजी स्कूल संघ के शिक्षकों और स्कूल प्रबंधनों ने जिला प्रशासन से मांग की है कि स्कूलों और शिक्षकों की सुरक्षा के लिए विशेष इंतजाम किए जाएं, और दोषियों को कड़ी से कड़ी सजा दिलवाई जाए।

प्रवेश परीक्षा में सफलता हासिल करने वाली छात्राओं का किया सम्मान

सिरसा। राजकीय कन्या उच्च विद्यालय कागदाना में बुधवार को कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें नवोदय विद्यालय में प्रवेश पाने वाले विद्यार्थियों का सम्मान किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में खंड शिक्षा अधिकारी विजय सचदेवा ने अलीशा बानो, पूजा, निशा को सम्मानित कर उनका उत्साहवर्धन किया। सचदेवा ने बच्चों को मेहनत, अनुशासन और निरंतर अभ्यास का संदेश देते हुए कहा कि बच्चे यदि निष्ठा व समर्पण से अध्ययन करें तो किसी भी ऊंचाई को छू सकते हैं। उन्होंने विद्यालय की व्यवस्थाओं की सराहना करते हुए समस्त स्टाफ के कार्यों की प्रशंसा की। कार्यक्रम में उनके साथ संदीप नुहिया विशेष रूप से उपस्थित रहे। विद्यालय परिवार की ओर से सुनील बैनीवाल, राजीव बैनीवाल, श्याम सुंदर, अजय नेहरा, कृष्ण कुमार सहित समस्त शिक्षक उपस्थित रहे।

डीएवी पुलिस स्कूल एनएसएस विंग ने किया पौधारोपण

फतेहाबाद। पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल की एनएसएस विंग द्वारा पौधारोपण कर प्रकृति के संरक्षण का सन्देश दिया। जिला फतेहाबाद के स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में जिला महिला समन्वय समिति के द्वारा आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम में भाग लेते हुए डीएवी पुलिस स्कूल की एनएसएस विंग की स्वयंसेविकाओं ने बुधवार को जिला परिषद फतेहाबाद कार्यालय के साथ बने पार्क में फलदार पौधे लगाए। विद्यालय की एनसएसएस वालंटियर्स ने जिला परिषद फतेहाबाद का भ्रमण करते हुए जिला परिषद की कार्य-प्रणाली के साथ-साथ बालिका पंचायत के बारे में विस्तार से जाना। इस अवसर पर सम्बोधित करते हुए जिला परिषद की मुखिया एडवोकेट सुमन खिचड़ ने महिला शिक्षा की आवश्यकता पर अपने विचार रखे वहीं प्रमुख समाजसेवी सुभाष खिचड़ ने सम्बोधित करते हुए पुरुष प्रधान समाज के बीच महिलाओं के प्रतिनिधित्व पर अपने विचार रखे। इस अवसर पर नगर परिषद की उपाध्यक्ष सविता टुटेजा व महिला मोर्चा अध्यक्षा सुमन बजाज सहित महिला समन्वय समिति की जिला संयोजिका ज्योत्स्ना बिश्नोई ने सम्बोधित करते हुए वृक्षों के महत्त्व पर प्रकाश डाला और नशामुक्ति पर विचार रखे।

पारम्परिक खेलों से युवाओं को जोड़ें

हरिभूमि न्यूज ▸▸| फतेहाबाद/रतिया।

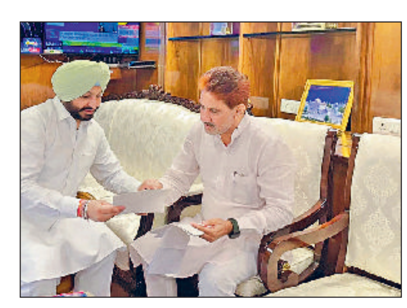
फतेहाबाद। जिला स्तरीय गतका चैम्पियनशिप में खिलाडियों को प्रोत्साहित करते भवानी सिंह।

जिला गतका फेडरेशन की तरफ से गुरुद्वारा अंगीठा साहिब, नथवान में जिला स्तरीय गतका चैम्पियनशिप का आयोजन किया गया। इस चैम्पियनशिप में जिलेभर से सैंकड़ों खिलाडिय़ों ने भाग लिया और गतका के हैरतअंगेज करतब दिखाकर अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर वरिष्ठ भाजपा नेता एवं महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट के संस्थापक भवानी सिंह ने भाग लिया और खिलाडिय़ों को प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि गतका जैसे पारम्परिक खेल आज भी हमारे युवाओं की रग-रग में बसे हुए हैं लेकिन धीरे-धीरे युवाओं में ऐसे खेलों को लेकर रूझान कम होता जा रहा है। इस प्रकार की प्रतियोगिताएं युवाओं को इन खेलों से जोडऩे में काफी मददगार साबित होती है। उन्होंने चैम्पियनशिप में भाग ले रहे युवाओं से आह्वान किया कि वह न केवल स्वयं खेलों में अपनी प्रतिभा को निखारें बल्कि अपने आसपास के क्षेत्रों में जाकर भी युवाओं को इस खेल से जोड़े क्योंकि हमारे समाज को दीमक की तरह खोखला कर रहे नशे से युवा पीढ़ी को बचाने के लिए उन्हें खेलों से जोडऩा बेहद जरूरी है। इसको लेकर उनके ट्रस्ट द्वारा गांवों में कमेटियां गठित की जा रही है।

रेल राज्य मंत्री से मिले रास सांसद सुभाष बराला

- टोहाना और जाखल क्षेत्र की रेल सुविधाओं के विस्तार को लेकर की विस्तृत चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| टोहाना/फतेहाबाद



राज्यसभा सांसद श्री सुभाष बराला ने बुधवार को केंद्रीय रेल राज्य मंत्री श्री रवनीत सिंह बिट्टू से भेंट कर टोहाना और जाखल क्षेत्र से संबंधित विभिन्न रेल विकास कार्यों को लेकर विस्तार से चर्चा की। बैठक के दौरान सांसद श्री बराला ने टोहाना और जाखल की जनता को बेहतर रेल सुविधाएँ उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से अनेक जरूरी सुझाव और माँगें रखीं।

सांसद सुभाष बराला ने मंत्री के समक्ष क्षेत्र में नई ट्रेनों के संचालन, पुराने रूटों के विस्तार, स्टेशनों के आधुनिकीकरण, ट्रेन के अतिरिक्त ठहराव की माँगों सहित रेलगाड़ियों की संख्या और समयबद्धता को लेकर अपनी बात रखी। उन्होंने कहा कि ये क्षेत्र हरियाणा-पंजाब सीमा पर स्थित एक महत्त्वपूर्ण क्षेत्र है, जहां के नागरिकों को बेहतर रेल संपर्क विस्तार की आवश्यकता लंबे समय से महसूस की जा रही है। राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने टोहाना और जाखल रेलवे स्टेशनों को क्षेत्र की जीवनरेखा बताते हुए कहा कि यह स्टेशन न केवल नागरिकों की दैनिक आवाजाही का केंद्र हैं, बल्कि व्यापारिक गतिविधियों, कृषि उपज के परिवहन तथा विद्यार्थियों की शैक्षणिक यात्रा के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने कहा कि यह केवल क्षेत्रीय विकास की दृष्टि से महत्त्वपूर्ण है, बल्कि इससे स्थानीय यात्रियों, विद्यार्थियों, व्यापारियों और किसानों को सीधा लाभ प्राप्त होगा सांसद ने टोहाना और जाखल स्टेशन पर अतिरिक्त ट्रेनों के ठहराव, स्टेशन पर यात्री सुविधाओं के उन्नयन, प्लेटफार्म विस्तार, फुटओवर ब्रिज और डिजिटल सूचना तंत्र को मजबूत करने जैसे मुद्दे भी बैठक में उठाए। इसके साथ ही उन्होंने नई ट्रेन सेवाओं के संचालन की संभावनाओं पर भी मंत्री का ध्यान आकर्षित किया। केंद्रीय रेल राज्य मंत्री श्री रवनीत बिट्टू ने सांसद द्वारा रखे गए सभी बिंदुओं को गंभीरता से सुना और सकारात्मक रुख दिखाते हुए हरसंभव सहयोग देने का आश्वासन दिया। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार आमजन को आधुनिक व सुविधाजनक रेल सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए लगातार प्रयासरत है, और क्षेत्र की माँगों को प्राथमिकता के आधार पर विचार में लिया जाएगा।

राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने रेल राज्य मंत्री से मिले सकारात्मक आश्वासन पर आभार जताया।

विद्यालय विकास में सामुदायिक सहभागिता की मिसालः ओमप्रकाश टोक्सिया

चोपटा। राजकीय कन्या उच्च विद्यालय कागदाना में ग्राम पंचायत द्वारा 3500 लीटर क्षमता वाली टंकी का निर्माण किया गया है। इसके अलावा पंचायत द्वारा खेल मैदान में शेड, 90 मीटर की चारदीवारी और मनरेगा योजना के अंतर्गत सफाई कार्य भी संपन्न हुआ। विद्यालय विकास समिति के आग्रह पर समाजसेवी डॉ. धर्मपाल गढ़वाल ने अपनी माता स्व. चंदो देवी की पुण्य स्मृति में एक नया वाटर कूलर विद्यालय को भेंट किया। वहीं, युवा संगठन कागदाना के सदस्यों ने एक वाटर आर ओ प्यूरिफायर और दो पंखे भेंट कर सहयोग की अनूठी मिसाल पेश की। इन सब कार्यों को लेकर स्कूल प्रांगण में कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें ग्राम पंचायत कागदाना के सरपंच प्रतिनिधि मांगेराम बेनीवाल, समाजसेवी डॉ. धर्मपाल गढ़वाल, राजेंद्र बेनीवाल, केहर सिंह बेनीवाल एवं युवा संगठन कागदाना के सक्रिय सदस्य सुरेंद्र कुमार, ओमप्रकाश और सुनील कुमार को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे विद्यालय के डीडीओ ओमप्रकाश टोक्सिया ने सभी सहयोगकर्ताओं का आभार व्यक्त किया।

भाजपा शासन में भ्रष्टाचार बेलगामः शर्मा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| सिरसा

शहर में बरसात के बाद हुए जलभराव का दृश्य।

सावन की पहली मूसलाधार बरसात के बाद शहर में बाढ़ जैसे हालात पैदा हो गए हैं। लोगों के घरों व दुकानों में पानी घुस आया है। प्रशासन द्वारा जलनिकासी के किए गए तमाम दावों की पोलपट्टी खुलकर सामने आ गई है। यह बात वरिष्ठ कांग्रेस नेता राजकुमार शर्मा ने बुधवार को शहर का दौरा करने के बाद कही।

शर्मा ने कहा कि नोहरिया बाजार, सुरतगढिय़ा बाजार, सरकूलर रोड से वाल्मीकि चौक, कमालिया भवन रोड, बंद गेट, नई अनाज मंडी, जनता भवन रोड, सब्जी मंडी, हिसारिया बाजार, परशुराम चौक, अंबेडकर चौक, बस स्टैंड रोड, बेगू रोड, कंगनपुर रोड सहित सभी बाजारों में जलभराव होने से राहगीरों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। शर्मा ने कहा कि स्टॉर्म वाटर परियोजना फेज-1 पर लगभग 42 करोड़ रूपए का खर्चा नगरपरिषद ने दिखाया। सत्ताधारी नेताओं ने भी खूब दावे किए कि शहर में एक बूंद पानी भी जमा नहीं होगा।

मगर बरसात ने सारे दावों की हवा निकालकर रख दी। उन्होंने कहा कि अगर इस जल निकासी प्रोजेक्ट पर पूरा पैसा खर्च होता तो स्थिति में निश्चित तौर पर सुधार होता, पर अधिकारियों व नेताओं ने आपसी मिलीभगत कर पैसे की बंदरबाट कर शहरवासियों के साथ दगा किया है, जिसके लिए जनता उन्हें कभी माफ नहीं करेगी। शर्मा ने कहा कि अब स्टॉर्म वाटर प्रोजेक्ट-2 पर करोड़ों रुपये खर्च करने के दावे किए जा रहे हैं, जबकि इस प्रोजेक्ट में भी पहले की तरह नप अधिकारियों व सत्ता से जुड़े लोगों ने करोड़ों रूपए हजम करने की तैयारी कर ली है।

नशा मुक्ति अभियान : तलवाड़ा और सिधानी में युवाओं को किया जागरूक

फतेहाबाद। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन के दिशा-निर्देशन में जिलेभर में नशा उन्मूलन को लेकर जागरूकता अभियान निरंतर जारी है। इसी क्रम में एएसआई सुंदर के कुशल नेतृत्व में फतेहाबाद पुलिस की नशा मुक्ति टीम ने आज जाखल थाना क्षेत्र के अंतर्गत गांव सिधानी, तलवाड़ा और भरपूर का दौरा किया। अभियान के दौरान गांव तलवाड़ा में दो नुक्कड़ सभाओं का आयोजन किया गया, जिसमें मनरेगा मजदूरों के दो समूहों सहित अन्य ग्रामीणों को नशे के दुष्परिणामों के प्रति जागरूक किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत ग्रामीणों के सहयोग से 8 नए ड्रग पीड़ितों की पहचान की गई, जबकि पहले से उपचाराधीन 8 पीड़ितों की काउंसलिंग कर उन्हें आयुर्वेदिक एवं होम्योपैथिक दवाएं उपलब्ध करवाई गई। इसी क्रम में गांव सिधानी के राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में एक जागरूकता सेमिनार आयोजित किया गया, जिसमें विद्यार्थियों को नशे से दूर रहने और समाज से इसकी समाप्ति के लिए प्रेरित किया गया।

सरकार ने महिला उद्यमियों को प्रोत्साहित करने की योजना का मार्ग किया प्रशस्तः विमला सिंवर

सिरसा। केंद्र व प्रदेश सरकार द्वारा युवाओं व व्यापार में रूचि रखने वाले लोगों के लिए हर वर्ष विदेशी भ्रमण कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं जिसका लाभ बखूबी मिल रहा है। इसी कड़ी में हाल ही में सीएम हरियाणा नायब सैनी द्वारा सहकारिता विभाग सहकारिता महिला समिति व किसानों के लिए तंजानिया का भ्रमण करने के लिए दल भेजा गया। एडवाईजर पवन चौधरी की अगुवाई में प्रतिनिधिमंडल तंजानिया में पहुंचा और वहां के व्यापारिक सिस्टम को समझा व परखा। इस भ्रमण दल में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से सम्मानित हरियाणा की प्रथम महिला नमो ड्रोन दीदी विमला सिंवर भी शामिल रहीं।

कर्मचारी संघ व बाबा सरसाईनाथ ट्रस्ट के कार्यों को सराहा

सिरसा। एक पेड़ मां के नाम अभियान से प्रेरित होकर बाबा सरसाईनाथ सेवा ट्रस्ट व चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय कर्मचारी संघ ने पौधारोपण अभियान चलाते हुए फलदार पौधे लगाए। इस अवसर पर बतौर मुख्यातिथि शिरकत करते हुए महिला थाना प्रभारी दर्शना ने कहा कि ग्लोबल वार्मिंग की समस्या को देखते हुए अधिक से अधिक पौधे लगाएं। उन्होंने कहा कि संघ व बाबा ट्रस्ट समाजहित में बहुत बेहतरीन कार्य कर रहा है। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय का कर्मचारी संगठन बधाई का पात्र है, जो अपनी ड्यूटी के साथ-साथ समाजसेवा के क्षेत्र में भी विश्वविद्यालय का नाम चमका रहा है। अन्य संगठनों को भी इनसे प्रेरणा लेनी चाहिए। इस मौके पर विशिष्ट अतिथि मिलखराज कानूनगो ने संस्था व संघ के सदस्यों के प्रयासों की प्रशंसा की और अपनी तरफ से हर संभव सहयोग देने का आश्वासन दिया। चेयरमैन बजरंग लाल ने बताया कि इस मानसून सीजन में हमारा लक्ष्य 1100 पौधे लगाने का है। मौके पर संजय श्योराण, लीलूराम जांगड़ा, डॉ. सुरेंद्र हांडा, रोहताश गुर्जर, डॉ. सुमित सैनी, डॉ. सतवीर कंबोज, प्रवीन कपूर, नरेंद्र रावत, राघव शर्मा, प्रिंस, मनसाराम स्वामी, दलीप, बलविंद्र आदि मौजूद थे।

प्ले स्कूलों के लिए रजिस्ट्रेशन अनिवार्यः डा. दर्शना सिंह

सिरसा। जिला में संचालित होने वाले सभी प्राइवेट प्ले स्कूलों के लिए रजिस्ट्रेशन करवाना अनिवार्य है। राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग की गाइडलाइन के अनुसार बिना रजिस्ट्रेशन के कोई भी प्राइवेट प्ले स्कूल संचालित नहीं हो सकता। इस नियम का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ नियमानुसार कानूनी कार्रवाई की जाएगी। जिन स्कूलों ने अब तक रजिस्ट्रेशन के लिए आवेदन नहीं किया है। वे जल्द से जल्द अपने प्ले स्कूलों का रजिस्ट्रेशन करवाएं । महिला एवं बाल विकास विभाग की उप निदेशक कम जिला कार्यक्रम अधिकारी डॉ. दर्शना सिंह ने बताया कि जिला में चल रहे सभी प्राइवेट प्ले स्कूलों को एनसीपीसीआर की गाइडलाइन के तहत रजिस्ट्रेशन करवाना होगा।

मुहिम नई उम्मीद और जीव सेवा ट्रस्ट ने थाना शहर फतेहाबाद परिसर में किया पौधरोपण

बरसात में अधिक से अधिक पेड़-पौधे लगाएं

हरिभूमि न्यूज ▸▸| फतेहाबाद

फतेहाबाद। पौधारोपण करते नई उम्मीद व जीव सेवा ट्रस्ट सदस्य व अतिथिगण।

नई उम्मीद वेलफेयर ट्रस्ट एवं जीव सेवा जीवन सेवा ट्रस्ट द्वारा शहर थाना फतेहाबाद के नए परिसर में पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिला फतेहाबाद स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित इस पौधारोपण कार्यक्रम के दौरान ट्रस्ट सदस्यों द्वारा थाना परिसर में विभिन्न प्रकार के फल और छायादार पौधे लगाए गए। कार्यक्रम में मुख्यअतिथि के तौर पर नगरपरिषद उपप्रधान सविता टुटेजा और जिला परिषद चेयरमैन सुमन खिचड़ ने भाग लिया। पुलिस अधिकारियों ने भी ट्रस्ट सदस्यों द्वारा चलाए गए इस अभियान की सराहना की और कहा कि इस प्रकार के अभियान पर्यावरण को हरा-भरा बनाने और प्रदूषणमुक्त करने में सहायक साबित होंगे। ट्रस्ट प्रमुख संगीता प्रणामी ने आए हुए अतिथियों का स्वागत किया। उन्होंने कहा कि नई उम्मीद वेलफेयर ट्रस्ट का उद्देश्य न केवल जरूरतमंद लोगों की मदद और जीवरक्षा करना है बल्कि अपने सामाजिक दायित्व का निर्वाह करते हुए ट्रस्ट द्वारा सामूहिक तौर पर पौधारोपण जैसे कार्यक्रम भी आयोजित किए जाते हैं। जिला परिषद चेयरमैन सुमन खिचड़ और नगरपरिषद उपप्रधान सविता टुटेजा ने ट्रस्ट द्वारा किए जा रहे प्रयासों की सराहना की। इस अवसर पर एसआई तेलूराम, मुंशी हवा सिंह, रवि आहूजा, सुरेन्द्र बिश्नोई, सुनील दीक्षित, ईश्वर सिंह, अशोक उतरेजा, सुमन सोनी, सरिता सोनी, कांता सोनी, अन्नू उतरेजा, साक्षी ललित, शकुन्तला जांगड़ा, नीतू सिंगला, ऊषा बंसल व कविता सिवाच आदि भी मौजूद रहे।

नवकल्याण संस्था ने चलाया पौधारोपण अभियान

फतेहाबाद। फतेहाबाद जिले के स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में नवकल्याण संस्था द्वारा 'हर शुभ वार - पौधों से प्यार' अभियान के तहत पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। संस्था के प्रधान बंटी कंबोज के नेतृत्व में लघु सचिवालय परिसर स्थित पार्क में पौधारोपण आयोजित किया गया। इस मौके पर संस्था से कैशियर राजकमल, सचिव साहिल श्रीधर, संरक्षक व प्रचार मंत्री सुदर्शन नरूला, सह-सचिव ओम समीर इंसा, एडमिन अंकित मेहता, पर्यावरण संरक्षक रिंकू राजपूत, प्रवीण नरूला, रिषभ, हितेन नरूला, अनमोल इंसा, अमन व विजय आदि सदस्य सक्रिय रूप से मौजूद रहे। संस्था ने इस अवसर पर यह संकल्प भी लिया कि वह हर शुभ दिन पर अपनों के नाम पौधे लगाएगी और अगले स्थापना दिवस तक फतेहाबाद में 1000 पौधे लगाकर उनकी देखभाल करेगी।