हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार, 18 सितंबर, 2025

11 व्यवसायिक संस्थान लगवाएं कैमरे, सुरक्षा में न बरतें लापरवाही...

12 पीएम के जन्मदिन पर उत्साह के साथ शुरू हुआ सेवा पखवाड़ा...

खबर संक्षेप

सड़क हादसे में महिला की मौत, चालक काबू

फतेहाबाद। सड़क हादसे के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर टोहाना पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी को न्यायालय के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। थाना शहर टोहाना प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद ने बताया कि इस बारे मेजर सिंह ने पुलिस को बयान दर्ज करवाया कि वह अपनी पत्नी प्रीति कौर साथ रतिया रोड से हरा चारा लेकर लौट रहा था। इसी दौरान हादसा हो गया।

200 लीटर लाहण व 25 लीटर अवैध शराब बरामद

फतेहाबाद। जिलेभर में अवैध शराब के खिलाफ विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी क्रम में थाना शहर टोहाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी रमेश कुमार पुत्र महेंद्र सिंह निवासी गांव कन्हेड़ी को गिरफ्तार किया है। आरोपी को न्यायालय के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में भेज दिया है।

हेरोइन तस्करी मामले में तीसरे आरोपी काबू

फतेहाबाद। नशा तस्करों के विरुद्ध चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत थाना शहर रतिया पुलिस ने हेरोइन तस्करी प्रकरण में तीसरे आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान रमनदीप पुत्र मंगत राम निवासी वार्ड नं. 13, रतिया के रूप में हुई है। इससे पहले इसी मामले में पुलिस एक नाबालिग आरोपी को 6 ग्राम हेरोइन सहित काबू कर चुकी है तथा एक अन्य आरोपी को भी गिरफ्तार किया जा चुका है।

हजारों रुपये हड़पने वाला आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। रतिया पुलिस ने 5 हजार की साइबर ठगी करने के मामले में आरोपी को गिरफ्तार कर ठगी का खुलासा किया है। थाना प्रभारी निरीक्षक बिजेंद्र सिंह ने बताया कि पीड़िता सोनिका पुत्री मदनलाल निवासी ढाणी बिलासपुर अपने गांव में सीएससी सेंटर संचालित करती है। 5 सितंबर को एक अज्ञात व्यक्ति उसकी दुकान पर आया और नकद लौटाने के बहाने स्कैनर पर 5 हजार स्कैन करवा लिए।

वन विभाग ने लगाए 10.97 लाख पौधे

सिरसा। जिला को हराभरा बनाने व पर्यावरण संरक्षण के लिए वन विभाग द्वारा वित्त वर्ष 2025-26 में 10.97 लाख पौधे रोपित किए गए हैं। यह जानकारी जिला वन अधिकारी सतीश कुमार ने दी। उन्होंने बताया कि पौधारोपण मुख्यतः सड़क एवं रेलवे लाइन के साथ लगती भूमि एवं सरकारी पट्टियों पर किया गया है। इन पट्टियों पर नीम, पिपल, बरगद, पिलखन आदि प्रजातियों के पौधे लगाए गए हैं।

बिना नोटिस दिए पहुंची टीम, जनरेटर को किया क्षतिग्रस्त

मॉडल रोड पर अतिक्रमण हटवाने को लेकर किसानों ने किया हंगामा

डीएमसी ने दो घंटे का दिया समय, उसके बाद की कार्रवाई

विरोध के बाद डीएमसी ने अतिक्रमण हटाने का दिया समय

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

नगर परिषद प्रशासन ने बुधवार को स्वच्छता पखवाड़ा के तहत मॉडल रोड पर सफाई अभियान चलाया। अभियान की शुरुआत सिरसा रोड से भट्टू रोड की तरफ की गई। जिला नगर आयुक्त संजय बिश्नोई, नगरपरिषद चेयरमैन राजेंद्र सिंह खिंची ने खुद झाड़ू लगाकर शुरुआत की। अभियान के दौरान नगर परिषद की पूरी टीम मौजूद रही। टीम जब अभियान चलाते हुए एसबीआई बैंक के पास पहुंची तो यहां बैंकों के बाहर जनरेटर, शोरूमों के आगे भी जनरेटर रखे मिले। इसके अलावा दुकानों के आगे शेड लगे हुए थे। डीएमसी ने अवैध अतिक्रमण हटाने के निर्देश दिए और मौके पर जेसीबी मंगवाई गई। कार्रवाई शुरू होते ही बैंकों के अधिकारी मौके पर पहुंच गए और समय देने की मांग रखी, डीएमसी ने दो घंटे का समय दिया और कहा कि बैंकों के आगे से अवैध रूप से रखे जनरेटर हटवा लें। इसके बाद जब टीम दुकानों के बाहर लगे बोर्ड उखाड़ने लगी तो दुकानदारों ने इसका विरोध किया। बाद में डीएमसी ने दुकानदारों को स्वयं इनको हटाने का समय दिया। डीएमसी ने कहा कि यह एक मॉडल रोड है और यहां अतिक्रमण किसी सूरत में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। बैंक अधिकारियों और दुकानदारों ने स्वयं अतिक्रमण हटाने को लेकर उनसे समय मांगा है। यदि तय समय में अतिक्रमण नहीं हटाया गया तो प्रशासन जेसीबी की मदद से इन्हें हटा देगा।

फतेहाबाद। नगरपरिषद कर्मचारियों को चेतावनी देते हुए डीएमसी।

ठेकेदार व नप की मिलीभगत का आरोप

दुकानदार सुनील असीजा, अनिल असीजा आदि ने कहा कि यह फतेहाबाद की मॉडल रोड है। इसे बनाते हुए एक साल से अधिक का समय बीत चुका है। अभी तक साइडों में इंटरलॉक नहीं लगी। सीवरेज पहले से टूट चुके हैं। ठेकेदार व नगरपरिषद की मिलीभगत के चलते यहां हर रोज गड्ढों के कारण हादसे हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि नगरपरिषद के कर्मचारियों ने बिना नोटिस दिए उनके यहां रखे जरनेटर पर जेसीबी चलाकर उसे क्षतिग्रस्त कर दिया। अनिल ने बताया कि पिछले 15 दिनों से दिनभर बिजली नहीं रहती। उनके घर 15 दिन बाद शादी है। ऐसे में जरनेटर बेहद जरूरी है। डीएमसी ने उनकी एक नहीं सुनी बल्कि सुनील को धमकाने लगे। जब दुकानदारों ने विरोध किया तो डीएमसी को उनकी बात माननी पड़ी और समय दिया।

जान बचाने वाली महिला बोली-मैं पालूंगी

झाड़ियों में मिली नवजात बच्ची पुलिस ने अस्पताल पहुंचाया

चोपटा। नाथुसरी चोपटा क्षेत्र में पुलिस ने एक नवजात शिशु को झाड़ियों से बरामद किया है। शिशु स्वस्थ है और उसे जिला नागरिक अस्पताल में पहुंचा दिया गया है।

बताया जा रहा है कि किसी अज्ञात महिला ने अपना पाप छुपाने के लिए इस कृत्य को अंजाम दिया है। जानकारी के अनुसार गांव नाथूसरी कलां के प्राथमिक विद्यालय के पास हंजीरा रोड पर एक महिला बुधवार को कूड़ा डालने के लिए सड़क की तरफ गई तो एक नवजात के रोने की आवाज आई। महिला ने पास जाकर देखा तो कपड़े में लिपटी हुई एक नवजात लड़की मिली जिसकी सांसे चल रही थी। महिला ने आसपास के लोगों को सूचना दी। सूचना मिलने के बाद ग्रामीण एकत्रित हो गए और एंबुलेंस की सहायता से बच्ची को सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र नाथूसरी चोपटा में पहुंचाया गया। जहां पर बच्ची पूरी तरह से स्वस्थ है।

8वें राष्ट्रीय पोषण माह की शुरुआत

सिरसा। महिला एवं बाल विकास विभाग की ओर से 'स्वस्थ नारी सशक्त नारी' मुहिम के तहत बुधवार को स्थानीय पंचायत भवन में 8वें राष्ट्रीय पोषण माह की शुरुआत की गई। सीईओ डॉ. सुभाष चंद्र ने कहा कि महिला सशक्तिकरण के लिए विभाग द्वारा अनेकों गतिविधियां आयोजित की जा रही है, जोकि सराहनीय है। उन्होंने गर्भवती महिलाओं से पोषक तत्वों के माध्यम से अपना ध्यान रखने का आग्रह किया और उन्हें मोटे अनाज व पोषक तत्वों के गुणों के बारे में बच्चों को बताने व दैनिक आहार में शामिल करने के लिए जागरूक किया।

भगवान विश्वकर्मा जयंती पर श्रमिक सम्मान एवं जागरुकता समारोह

सिरसा। श्रम विभाग की ओर से भगवान विश्वकर्मा जयंती के अवसर पर जिला में विभिन्न स्थानों पर श्रमिक सम्मान एवं जागरूकता समारोह का आयोजन किया गया। समारोह के नोडल अधिकारी औद्योगिक स्वास्थ्य के सहायक निदेशक हरिंद्र मान रहे। समारोह के तहत श्रमिकों को हरियाणा सरकार द्वारा दी जाने वाली योजनाओं, उनके अधिकारों एवं श्रम कानूनों के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई। साथ ही विभिन्न स्थानों पर श्रमिकों को सम्मानित भी किया गया। जिला में घंटाघर चौक पर आयोजित कार्यक्रम में जिलाध्यक्ष भाजपा यतिंद्र सिंह एडवोकेट, अंबेडकर चौक पर रोहताश जांगड़ा, कालांवाली में राजेंद्र देसूजोधा, रानियां में शीशपाल कंबोज, ऐलनाबाद में अमीर चंद मेहता तथा डबवाली में जिलाध्यक्ष भाजपा रेणु शर्मा मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित रहे। इस अवसर पर पूर्व चेयरमैन जगदीश चोपड़ा, सुरेंद्र आर्य, निताशा सिहाग, भूपेश मेहता आदि भी मौजूद रहे।

विदेश भेजने के नाम पर 17 लाख की ठगी पुलिस ने तीसरे आरोपी को किया गिरफ्तार

दो आरोपी पहले से गिरफ्तार, अन्यों की तलाश जारी

साइबर अपराध पर पुलिस की कार्रवाई

फतेहाबाद। जिलेभर में ठगी व साइबर अपराध के मामलों पर सख्त कार्रवाई की जा रही है। इसी कड़ी में थाना भुना पुलिस ने विदेश भेजने के नाम पर 17 लाख रुपये की धोखाधड़ी करने वाले गिरोह के तीसरे आरोपी को काबू किया है। थाना भुना प्रभारी उपनिरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी रणजीत कुमार उर्फ रणजीत पुत्र फकीरा लाल निवासी सिरमग्नी सिवनी, मध्यप्रदेश को गिरफ्तार किया है। आरोपी से एक मोबाइल फोन बरामद हुआ है। इससे पहले इसी मामले में दो अन्य आरोपियों को भी पुलिस गिरफ्तार कर चुकी है। जांच में सामने आया कि आरोपियों ने फतेहाबाद जिले के हरपाल सिंह निवासी रहनखेड़ी से उसके भतीजे को आस्ट्रेलिया भेजने का झांसा देकर करीब 17 लाख रुपये ऐंठ लिए थे। रकम आरोपियों के बैंक खातों और मनी ट्रांसफर सेंटरों के जरिए ली गई थी। पीड़ित द्वारा की गई शिकायत के आधार पर थाना भुना में 23 अक्टूबर 2024 को धोखाधड़ी के आरोप में मामला दर्ज किया गया था।

आरोपियों को बख्शा नहीं जाएगा

पुलिस अधीक्षक श्री सिद्धांत जैन ने कहा कि विदेश भेजने के नाम पर भोले-भाले लोगों से ठगी करने वाले किसी भी आरोपी को बख्शा नहीं जाएगा। उन्होंने नागरिकों से अपील की कि वे बिना पंजीकृत एजेंटों या संदिग्ध व्यक्तियों के बहकावे में आकर पैसे न दें।

पुलिस गिरफ्त में धोखाधड़ी का आरोपी।

किसानों को करें जागरूक: डीसी

फतेहाबाद। फसल अवशेष प्रबंधन स्कीम के तहत जिला अधिकारी व उप मंडल स्तरीय टीम के अधिकारी जिला के किसानों को धान फसल की कटाई उपरांत बचे हुए अवशेषों/पराली में आगजनी न करने बारे जागरूक करें। इसके उपरांत जो भी किसान अपने खेत में धान के बचे हुए अवशेषों/पराली में आगजनी करता पाया जाता है तो उसके विरूद्ध भारतीय दंड सहिंता, 1860 की धारा 188 एवं भारतीय नागरिक न्याय सहिंता की धारा 163 उल्लंघन करने के तहत कार्यवाही अमल में लाई जाए। यह निर्देश उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने कृषि विभाग के अधिकारियों की बैठक को संबोधित करते हुए विभिन्न गठित निगरानी टीमों को दिए। ग्राम स्तरीय नोडल अधिकारी, खंड तथा उप मंडल स्तरीय निगरानी टीम के अधिकारियों/कर्मचारियों को भी निर्देश दिए हैं।

- उपायुक्त ने ग्राम, खंड व उप मंडल स्तरीय निगरानी कमेटी को दिए निर्देश

स्टांप विक्रेताओं की कमी से लोग परेशान

उप तहसील में नागरिकों को लाइन में घंटों करना पड़ इंतेजार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भट्टूकलां

भट्टू कला उप तहसील क्षेत्र में स्टांप विक्रेताओं की भारी कमी लोगों के लिए परेशानी का कारण बनी हुई है। कभी यहां चार स्टांप वेंडर कार्यरत थे, लेकिन वर्तमान में केवल एकमात्र स्टांप विक्रेता रह गया है, जिससे आसपास के गांवों और ब्लॉक क्षेत्र के हजारों लोगों को जरूरी दस्तावेजों के कार्यों के लिए घंटों इंतजार करना पड़ता है। स्थानीय नागरिकों का कहना है कि भट्टूकलां, जो कि एक उप तहसील और ब्लॉक मुख्यालय है, वहां पर स्टांप विक्रेताओं की संख्या बेहद कम होना प्रशासन की लापरवाही को दर्शाता है। इस क्षेत्र में रोजाना सैंकड़ों की संख्या में लोग रजिस्ट्री, शपथ पत्र, अनुबंध आदि के लिए स्टांप पेपर लेने आते हैं, लेकिन एक वेंडर के भरोसे पूरा क्षेत्र चलाना बेहद मुश्किल हो गया है। स्थानीय लोगों ने बताया कि पहले यहां संतोष वर्मा, एक अनुभवी और भरोसेमंद स्टांप विक्रेता के रूप में वर्षों तक सेवाएं देते रहे, लेकिन उनके निधन के बाद हालात और भी खराब हो गए हैं। उनके जाने के बाद अभी तक उनकी जगह किसी नए स्टांप वेंडर की नियुक्ति नहीं हो सकी है।

समाधान की मांग

स्टांप खरीदने के लिए लोगों को सुबह से ही लाइन में लगना पड़ता है। एक वेंडर के पास सीमित समय और संसाधनों के कारण, कई बार स्टांप खत्म हो जाते हैं या समय पर दस्तावेज तैयार नहीं हो पाते। लोगों की मांग है कि या तो पूर्व विक्रेताओं की जगह नई नियुक्ति की जाए या फिर नए आवेदन आमंत्रित किए जाएं ताकि जनता को राहत मिल सके।

भावनात्मक और आर्थिक सतर्कता रखें बरकरार : पुलिस अधीक्षक

भावनाओं के जाल में फंसाकर हो रही साइबर लूट, 'पिग बुचरिंग स्कैम' से रहें सतर्क

डिजिटल युग में अपराधी साइबर ठगी के अपना रहें नए-नए तरीके

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

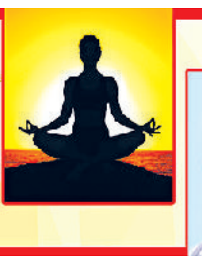
डिजिटल युग में जहां इंटरनेट ने जीवन को तेज और सरल बनाया है, वहीं साइबर अपराधियों ने ठगी के नए-नए तरीकों को भी जन्म दिया है। ताजा मामला 'पिग बुचरिंग स्कैम' का है, जो न केवल तकनीकी रूप से अत्यंत परिष्कृत है, बल्कि यह लोगों की भावनाओं और मनोविज्ञान को निशाना बनाकर उन्हें आर्थिक नुकसान पहुंचा रहा है। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने आमजन को इस साइबर फ्रॉड से सतर्क करते हुए बताया कि यह स्कैम मूलतः चीन और दक्षिण एशिया में शुरू हुआ था, लेकिन अब भारत में भी इसके मामले तेजी से सामने आ रहे हैं। अपराधी सोशल मीडिया, मैसेजिंग ऐप्स और डेटिंग साइट्स के माध्यम से लोगों से संपर्क कर उन्हें धीरे-धीरे अपने जाल में फँसाते हैं।

इस घोटाले की शुरुआत आकर्षक प्रोफाइल और मीठी बातों से होती है। अपराधी व्हाटसएप, टेलीग्राम, इंस्टाग्राम, फेसबुक जैसे प्लेटफॉर्म पर नकली पहचान बनाकर किसी व्यक्ति से दोस्ती या रिश्ते की शुरुआत करते हैं। धीरे-धीरे वे भावनात्मक या व्यावसायिक संबंध का रूप देते हैं और जब भरोसा जम जाता है, तो पीड़ित को क्रिप्टोकरेंसी, स्टॉक ट्रेडिंग या किसी हाई रिटर्न देने वाले प्लेटफॉर्म में निवेश के लिए प्रेरित किया जाता है। शुरुआत में दिखावटी मुनाफा दिखाकर बार-बार अधिक निवेश के लिए उकसाया जाता है। जैसे ही पीड़ित मोटी रकम लगा देता है और पैसे निकालना चाहता है, उसे टैक्स, केवाईसी, फ्रीजिंग चार्ज जैसे बहानों में उलझा दिया जाता है। अंततः अपराधी संपर्क बंद कर देते हैं और पीड़ित की संपूर्ण पूंजी ठगी का शिकार हो जाती है।

- देश में ठगी के मामले तेजी से आगे आ रहे

लोगों से की अपील

पुलिस अधीक्षक के अनुसार, इस तरह की साइबर ठगी का शिकार आमतौर पर वे लोग होते हैं जो आर्थिक रूप से शिक्षित तो होते हैं, लेकिन भावनात्मक रूप से असुरक्षित होते हैं। अकेलेपन से ग्रसित व्यक्ति, वरिष्ठ नागरिक, जल्दी अमीर बनने की चाह रखने वाले युवा, मध्यम वर्गीय परिवार, जिनकी जीवनभर की बचत खतरे में पड़ सकती है। एसपी ने लोगों से अपील की है कि किसी भी अनजान व्यक्ति से ऑनलाइन संबंध बनाते समय अत्यधिक सावधानी बरतें। किसी भी निवेश से पहले उस संस्था की वैधता की जांच अवश्य करें। केवल आरबीआई अथवा सेबी से पंजीकृत संस्थानों में ही निवेश करें। 100 प्रतिशत गारंटीड प्रॉफिट जैसे वादों से हमेशा सतर्क रहें, ये अक्सर फ्रॉड का हिस्सा होते हैं।किसी भी लिंक, ऐप या वेबसाइट पर क्लिक करने से पहले उसकी प्रामाणिकता की पुष्टि करें।



अनेक वजहों से आज के दौर में बहुत से लोग कब्ज की समस्या से ग्रस्त रहते हैं। इसके कारणों को जानकर आप कुछ उपायों पर अमल करके इस समस्या का समाधान कर सकते हैं। इनके बारे में जानिए।

तब कब्ज नहीं करेगा परेशान

ट्रीटमेंट
शिखर चंद जैन

वर्तमान समय में कब्ज की समस्या लोगों में काफी बढ़ गई है। इसके कई कारण हैं। मुख्य रूप से हमारी आधुनिक जीवनशैली, बिगड़ा खान-पान और पर्यावरण में बदलाव इसके लिए जिम्मेदार हैं।

अनहेल्दी डाइट: फास्ट फूड और प्रोसेस्ड फूड की बढ़ती हुई आदत, फाइबर युक्त भोजन (जैसे फल, सब्जियां, साबुत अनाज) की कमी और और कम पोषक तत्वों वाले आहार का अधिक सेवन हमारी आंतों को नुकसान पहुंचाते हैं। पर्याप्त मात्रा में पानी न पीने से मल नरम नहीं रहता और पाचन प्रक्रिया प्रभावित होती है। साथ ही अत्यधिक चीनी, वसा और रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट युक्त भोजन का सेवन भी नुकसानदायक है।

बदलती जीवनशैली: शारीरिक गतिविधि की कमी जैसे लंबे समय तक बैठे रहना, व्यायाम न करना आदि से आंतों की गतिशीलता कम होती है। नींद पर्याप्त न लेना भी पाचन तंत्र को प्रभावित करता है। व्यस्तता या सुविधाओं की कमी के कारण शौच की इच्छा को बार-बार दबाना भी एक बड़ी वजह है।

मानसिक स्वास्थ्य: आधुनिक जीवन का तनाव, चिंता और अवसाद पाचन तंत्र पर नकारात्मक प्रभाव डालते हैं। तनाव आंतों की गतिशीलता को कम कर सकता है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं आंत-मस्तिष्क संबंध को प्रभावित करती हैं।

चिकित्सीय कारण: कुछ दवाएं जैसे दर्द निवारक, एंटासिड, एंटी-डिप्रेसेंट और आयरन सप्लीमेंट्स कब्ज का कारण बन सकती हैं। मधुमेह, थायरॉइड और अन्य पुरानी बीमारियां भी पाचन तंत्र को प्रभावित करती हैं।

आयु और हार्मोनल बदलाव: उम्र बढ़ने के साथ आंतों की कार्यक्षमता कम हो सकती है। इसके अलावा गर्भावस्था, मासिक धर्म या रजोनिवृत्ति जैसे हार्मोनल बदलाव भी कब्ज को बढ़ा सकते हैं।

समाधान के उपाय: कब्ज से बचाव के कई उपाय हैं।

चोकरयुक्त आटा: डायबिटिक डाइटीशियन एवं न्यूट्रिशनिस्ट्स कहते हैं कि यदि 3 मुट्ठी आटे में एक मुट्ठी चोकर डालकर गूंधा जाए तो इस आटे से बनी चपाती अधिक संतुष्टि देती है। चोकरयुक्त आटे का इस्तेमाल किया जाए, तो रोटियां पौष्टिकता देने के साथ-साथ वजन भी कम करेंगी और पेट भी साफ रहेगा।

ओट्स: ओट्स में मौजूद घुलनशील डाइटरी फाइबर पाचन क्रिया को सुचारु रखता है, जिससे भोजन आसानी से पच जाता है। इससे कब्ज की शिकायत नहीं रहती। यदि नाश्ते में सुबह केवल ओट्स लेते हैं, तो साथ में सूखे फल और ताजा मौसमी फल जैसे सेब, नाशपाती, आम, स्ट्राबेरी, केला, ब्लूबेरी इत्यादि अवश्य लें। ऐसा करना पौष्टिकता देने के साथ पेट भी साफ रखेगा।

कुदरती उपचार: सुबह उठते ही सीधे लेट जाएं, फिर एक तौलिया ठंडे पानी में भिगोकर पेट पर रखें। उसके ऊपर गरम शॉल लपेट लें। 10 मिनट के बाद ठंडा तौलिया हटाकर उस के स्थान पर गरम पानी में भीगा निचोड़ा हुआ तौलिया पेट पर रख कर उस के ऊपर शॉल लपेट कर 10-15 मिनट लेटें। शुरू-शुरू में यह प्रक्रिया हो सके तो 2-3 बार करें। आप देखेंगे बहुत जल्द ही आप के बॉवेल सिंड्रोम और बॉवेल मूवमेंट में फर्क पड़ेगा। सर्द-गरम पेट पर पट्टी लगाने और हल्की-फुल्की कसरत से भी लाभ होगा।

ये भी आजमाएं

- फाइबरयुक्त आहार (जैसे हरी सब्जियां, फल, ओट्स, चिया सीड्स) का सेवन बढ़ाने से लाभ होगा।
- रोजाना 2-3 लीटर पानी पिएं।
- नियमित किसी भी तरह का व्यायाम करें, जैसे योग या तेज चलना।
- तनाव प्रबंधन के लिए ध्यान, योग या गहरी सांस लेने की तकनीक अपनाएं।
- शौच की इच्छा को नजरअंदाज न करें और नियमित समय पर शौच जाएं।
- आवश्यक हो तो चिकित्सक से सलाह लें, विशेष रूप से यदि कब्ज पुराना हो। *

(आयुर्वेद-यूनानी चिकित्सा विशेषज्ञ डॉ. राजन शर्मा से बातचीत पर आधारित)

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ.(प्रोफेसर) विनय गोयल
चेयरमैन-न्यूरोलॉजी
मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम

स्पेशलः वर्ल्ड अल्जाइमर-डे, 21 सितंबर

ओल्ड एज में न्यूरॉन्स के डैमेज होने और अन्य कुछ कारणों से व्यक्ति अल्जाइमर की गिरफ्त में आ सकता है। इससे उसकी मेमोरी पावर वीक होने लगती है और कई तरह की मेंटल प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। इससे पेशेंट को नॉर्मल लाइफ जीने में परेशानी होती है। लेकिन अगर शुरुआती लक्षणों के साथ ही कुछ बातों को लेकर सावधानी बरती जाए तो इसके प्रभाव को काफी कम किया जा सकता है। इस बारे में यहां डिटेल में बता रहे हैं।

अल्जाइमर जब ओल्ड एज में मेमोरी पावर होने लगती है वीक

डब्ल्यूएचओ के अनुसार साढ़े पांच करोड़ से अधिक लोग दुनिया भर में डिमेंशिया (जिसका एक प्रमुख प्रकार अल्जाइमर डिजीज (संक्षेप में ए.डी. है) से पीड़ित हैं। डिमेंशिया के लगभग 60 फीसदी मामले अल्जाइमर से ही संबंधित होते हैं।

क्या है अल्जाइमर

जर्मनी के प्रख्यात मनोचिकित्सक एलोइस अल्जाइमर ने अल्जाइर रोग की पहचान की थी। इसलिए उन्हीं के नाम पर इस मर्ज का नाम अल्जाइमर पड़ा, जिसे अंग्रेजी भाषा में 'अल्जाइमर्स डिजीज' या ए.डी. कहा जाता है। एलोइस अल्जाइमर ने कहा था कि जब युवावस्था की दोपहर के बाद जिंदगी की शाम होती है, तब यादें ही हमारा सहारा होती है। मन दुखद यादों को भूलना चाहता है और सुखद यादों में डूबना चाहता है। उम्र बढ़ने के साथ यादें हमारी साथी बन जाती हैं, लेकिन क्या होगा अगर याद्दाश्त खुद ही फीकी पड़ने लगे और खो जाए? अल्जाइमर रोग में यही होता है।

समय रहते हो जाएं सचेत

डिमेंशिया (मनोभ्रंश) का एक प्रमुख प्रकार है- अल्जाइमर। डिमेंशिया मस्तिष्क संबंधी विकारों का एक समूह है, जिसमें व्यक्ति की याद्दाश्त, सोच, भाषा और उसका कौशल क्षीण होने लगता है और उसके व्यक्तित्व एवं व्यवहार में नकारात्मक बदलाव आने लगते हैं। डिमेंशिया के लगभग 60 फीसदी मामले अल्जाइमर से संबंधित होते हैं। गौरतलब है कि अल्जाइमर की समस्या रातों-रात नहीं होती। कई सालों के बाद यह रोग गंभीर रूप धारण करता है। समय रहते इस रोग का पता चलने पर पीड़ित व्यक्ति की जीवन प्रत्याशा (लाइफ एक्सपेक्टेंसी) 8-10 साल से अधिक हो सकती है, हालांकि इसके अपवाद भी संभव हैं।

रोग के कारण

बढ़ती उम्र यानी वृद्धावस्था (आमतौर पर 60 साल से अधिक) में मस्तिष्क की कोशिकाओं (न्यूरॉन्स) के मृत होने और इनमें असामान्य रूप से प्रोटीन के संचित होने को अल्जाइमर का कारण माना जाता है, लेकिन इस रोग के कारणों पर अभी तक शोध-अध्ययन जारी हैं।

ये हैं प्रमुख लक्षण

- चंद दिनों पहले घटी घटना भी भूल जाना।
- हाल में ही संपर्क में आए लोगों के नामों को भी भूल जाना।
- समय और स्थान के बारे में असमंजस होना।

- अत्यंत गंभीर स्थिति में मरीज अपने परिजनों तक को नहीं पहचानता या फिर उनका नाम भूल जाता है।
- बोलते समय सही शब्द का चयन और उच्चारण करने में दिक्कत।
- नित्य क्रिया और दैनिक कार्य करने में कठिनाई जैसे कमीज के बटन बंद करने में दिक्कत महसूस करना आदि।
- लोगों का चेहरा पहचानने में परेशानी।
- पीड़ित व्यक्ति के व्यक्तित्व में नकारात्मक परिवर्तन होना।
- अल्जाइमर रोगी अकसर समाज से अलग-थलग पड़ जाते हैं। इस कारण ये अवसाद से ग्रस्त हो सकते हैं। क्रोध और चिड़चिड़ापन इनके स्वभाव का अंग बन जाता है।
- आमतौर पर अल्जाइमर के लक्षण इस बीमारी की अवस्था (स्टेज) पर निर्भर करते हैं। जैसे बीमारी के शुरुआती दौर में व्यक्ति नाम या स्थान को कुछ सेकेंड या मिनट के लिए भूल सकता है, लेकिन बीमारी की तीसरी अवस्था या स्टेज में व्यक्ति अपने घर वालों का नाम भी भूल सकता है।

एजिंग प्रोसेस नहीं है अल्जाइमर

उम्र बढ़ने (आमतौर पर 60 साल के बाद) के साथ मस्तिष्क और शरीर की कार्यक्षमता निरंतर कम होती जाती है, जिसे एजिंग प्रोसेस कहा जाता है। इस दौरान व्यक्ति की याददाश्त कम होने लगती है, लेकिन उसे बोलते समय सही शब्द का चयन करने और दैनिक कार्यों को अंजाम देने में दिक्कत महसूस नहीं होती, जबकि अल्जाइमर की समस्या में उपरोक्त लक्षण सामने आते हैं।

डायग्नोसिस के तरीके

न्यूरोलॉजिस्ट द्वारा सबसे पहले मरीज का क्लीनिक में शारीरिक और मानसिक परीक्षण (जिसमें स्मृति परीक्षण भी शामिल है) किया जाता है। इसके अलावा मस्तिष्क में स्मृति से संबंधित कौन सा भाग कितना विकारग्रस्त है, यह जानने के लिए सीटी स्कैन या एमआरआई या पीईटी स्कैन नामक परीक्षण कराए जाते हैं। कुछ मामलों में ईईजी टेस्ट भी कराते हैं।

इलाज के बारे में

अल्जाइमर्स का कोई स्थाई इलाज नहीं है। अतीत में 'अमेरिकन ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन' अल्जाइमर्स से संबंधित एक दवा को अनुमति प्रदान कर चुका है, जिसके क्लीनिकल ट्रायल जारी हैं। इस मर्ज में सिर्फ लक्षणों को कम करने के लिए कुछ विधियां और उपचार उपलब्ध हैं।

- अवसाद (डिप्रेशन) और मरीज की घबराहट को नियंत्रित करने के लिए दवाएं दी जाती हैं।
- उच्च रक्तचाप की समस्या होने पर इसे नियंत्रित करने वाली दवाएं देते हैं।
- शारीरिक और मानसिक गतिविधियां रोगी की प्रतिदिन की गतिविधियों में सुधार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। जैसे योगासन, प्राणायाम शारीरिक फिटनेस को बनाए रखने में सहायक हो सकते हैं।
- कुछ मानसिक अभ्यास जैसे सुडोकू, क्रॉसवर्ड, पहेली आदि मस्तिष्क को सक्रिय बनाए रखने में सहायक हैं।
- कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि नई भाषाएं सीखने से मस्तिष्क का अच्छा अभ्यास होता है और सीखने की इस प्रवृत्ति से अल्जाइमर्स की रोकथाम में मदद मिलती है।

फैमिली सपोर्ट है इंपॉर्टेंट

अल्जाइमर न केवल रोगी को बल्कि उसके परिवार को भी प्रभावित करता है। इसलिए परिवार के सदस्य पीड़ित व्यक्ति के लिए वक्त निकालें, उनसे बात करें और उनके साथ टहलें ताकि उनके तनाव को दूर करने में मदद मिले। डॉक्टर, दोस्त और पड़ोसी के रूप में हम मरीज की मदद कर सकते हैं।

इन्हें है अल्जाइमर का अधिक रिस्क

- 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में अल्जाइमर का जोखिम सर्वाधिक होता है।
- जिन लोगों के परिवार के किसी सदस्य को अतीत में अल्जाइमर की समस्या रही है, उनमें इस रोग के होने का जोखिम ज्यादा होता है।
- किसी व्यक्ति के शरीर में कुछ जींस ऐसे होते हैं, जो अल्जाइमर रोग के खतरे को बढ़ा देते हैं।
- जिन लोगों के मस्तिष्क में किसी दुर्घटना से गंभीर आघात लगा है या किन्ही कारणों से गंभीर चोट लगी है और ऐसे लोग दुर्घटना के बाद देर तक बेहोश रहे हैं, उनमें कालांतर में अल्जाइमर होने का जोखिम बढ़ जाता है। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

पोषक तत्वों का सेवन लाभकारी

अल्जाइमर की रोकथाम या इस मर्ज की प्रक्रिया को धीमा करने में संतुलित और पौष्टिक खान-पान का भी महत्व होता है। इसके अलावा जो लोग अल्जाइमर से ग्रस्त हो चुके हैं, उन्हें और उनके परिजनों को भी मरीज के संदर्भ में संतुलित और पौष्टिक खान-पान पर ध्यान देना चाहिए। पौष्टिक और संतुलित आहार मस्तिष्क और इसकी कोशिकाओं (न्यूरॉन्स) के क्रियाकलाप को सही तरीके से संचालित करने में मदद करता है। जैसे अखरोट के सेवन से याददाश्त को बरकरार रखने में मदद मिलती है। ऐसा इसलिए क्योंकि अखरोट में ओमेगा 3 फैटी एसिड पाया जाता है, जो मस्तिष्क के क्रियाकलापों को सुचारु रूप से संचालित करने में मदद करता है।
अखरोट के अलावा विटामिन बी 12 (जो मौसमी फलों, हरी सब्जियों और ड्राई फ्रूट्स में पाया जाता है), मछली, कीवी, अनार और विभिन्न रूपों में हल्दी का सेवन कमजोर होती याददाश्त को रोकने में सहायक हैं। हल्दी में करक्यूमिन नामक तत्व पाया जाता है, जो याददाश्त को सशक्त बनाने में सहायक है।

सीजनल डिजीज

डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजीशियन
सर गंगाराम अस्पताल, नई दिल्ली

इन दिनों कई इलाकों में वायरल फीवर से बड़ी संख्या में लोग बीमार हो रहे हैं। एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट की वजह से होने वाले वायरल फीवर से पेशेंट लंबे समय तक ग्रस्त रह सकता है। इसके कारण, लक्षणों के साथ यहां विस्तार से बचाव के बारे में भी बता रहे हैं।

वायरल फीवर कर रहा है लंबे समय तक बीमार

इन दिनों कई इलाकों में वायरल फीवर के मामले बहुतायत में देखने को मिल रहे हैं। इसकी बड़ी वजह बारिश का दूसरे साल से अपेक्षाकृत अधिक मात्रा में होना और जगह-जगह जल-जमाव होना मानी जा रही है। बरसात के बाद के मॉयश्चरयुक्त आबोहवा में वायरस, बैक्टीरिया और मच्छर तेजी से मल्टीप्लाई करते हैं और उनके नए वेरिएंट्स भी पैदा होते हैं, जिनकी वजह से कई तरह के बुखार और बीमारियों का सामना करना पड़ता है। इनमें से एक है- आजकल फैला वायरल फीवर। इस बार का वायरल फीवर एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट की वजह से फैल रहा है। इसकी पुष्टि मेडिकल साइंस मे बायोफार्मा टेस्ट से हुई है।

वायरस के नए वेरिएंट के लक्षण हैं ज्यादा गंभीर

यूं तो वायरल फीवर हर साल बदलते मौसम में फैलता है, जिसमें मरीज आमतौर पर 3 से 5 दिन में ठीक हो जाते थे। लेकिन एच3एन2 इंफ्लूएंजा-ए के नए वेरिएंट से पीड़ित कई मरीजों का बुखार पैरासिटामॉल या क्रोसिन जैसी दवाइयों से काबू नहीं हो पा रहा है। बुखार जल्दी नहीं उतरता, उतरने के कुछ समय बाद दुबारा आ जाता है। बुखार उतरने में 10-12 दिन लग रहे हैं। कुछ मामलों में तो यह बुखार 3 सप्ताह तक बना रहता है। ऐसे मरीजों को अस्पताल में भर्ती होने की नौबत आ रही है। यही नहीं कई मरीज ऐसे भी हैं, जिन्हें ठीक होने के बाद भी लगातार खांसी, कमजोरी और भूख न लगने जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। इसे देखते हुए कुछ डॉक्टरों ने तो इस वायरल फीवर को क्रोसिन फेल फीवर का नाम दे दिया है।

कैसे फैलता है यह वायरस

इंफ्लूएंजा एच3एन2 वायरस, संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने पर दूसरे व्यक्ति में फैलता है। संक्रमित मरीज जब छींकता या खांसता है, तो ड्रॉपलेट एक मीटर के दायरे तक फैल जाते हैं और आस-पास मौजूद व्यक्ति के सांस लेने पर ड्रॉपलेट उसके शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। या फिर संक्रमित व्यक्ति के खांसने-छींकने पर वायरसयुक्त ड्रॉपलेट किसी सतह या किसी चीज पर गिरते हैं, जिसे स्वस्थ व्यक्ति के छूने पर हाथ में ट्रांसफर हो जाते हैं और आंख-नाक-मुंह के जरिए उसके शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। ऐसे में परिवार में एक से दूसरा व्यक्ति इसकी चपेट में आ रहे हैं।

क्या होते हैं लक्षण

संक्रमित व्यक्ति को तेज बुखार आता है। इसके साथ ही सिर दर्द, पूरे बदन का टूटना और दर्द होना, जबड़ों-गर्दन-कमर-जोड़ों में दर्द होना, उल्टी आना, खांसी-जुकाम होना, गले में खराश, बलगम, नाक बंद होना, सांस लेने में कठिनाई होना, भूख कम होना, पेट दर्द, डायरिया या लूज मोशन होना, बहुत ज्यादा थकान और कमजोरी महसूस होना जैसी समस्याएं हो रही हैं।

किन्हें है ज्यादा रिस्क

कमजोर इम्यूनिटी वाले छोटे बच्चे, बुजुर्ग और गर्भवती महिलाएं इस वायरस की चपेट में जल्दी आ सकते हैं। इम्यूनो कॉम्प्रोमाइज लोग यानी टीबी, अस्थमा या पहले फेफड़ों में इंफेक्शन, किडनी, कार्डिएक डिजीज जैसी गंभीर बीमारी से पीड़ित मरीजों को विशेष सावधानी बरतनी जरूरी है।

उपचार के तरीके

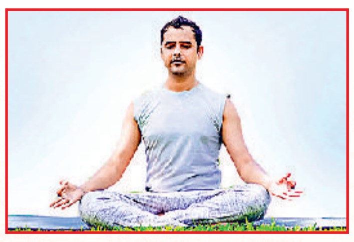
डॉक्टर मरीज को ऑब्जर्व करके, पूरा एग्जामिनेशन करके और एच3एन2 का बायोफार्मा टेस्ट करवाते हैं। इसके साथ एहतियातन टाइफायड, डेंगू, मलेरिया का टेस्ट भी कर सकते हैं। बुखार के लिए पैरासिटामोल, विटामिन सी देते हैं। कुछ लोगों को एंटीबायोटिक दवाइयां भी देने की जरूरत पड़ती है ताकि आगे जाकर सेकेंड इंफेक्शन न हो। मरीज को पूरा आराम करने, बलगम ज्यादा होने पर स्टीम लेने, शरीर को हाइड्रेटेड रखने के लिए पानी भरपूर मात्रा में पीने और लिक्विड डाइट लेने की सलाह दी जाती है।

कब करें डॉक्टर से कंसल्ट

अगर बुखार 3 दिन से ज्यादा बना हुआ है और पैरासिटामोल लेने के बाद भी काबू में नहीं आ रहा तो यह साधारण वायरल फीवर नहीं है, तब देर न करें, तुरंत डॉक्टर से जांच करवानी चाहिए।

कैसे करें बचाव

- अपनी इम्यूनिटी मजबूत करने पर पूरा ध्यान दें। स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं।
- घर का बना ताजा, गर्म, पौष्टिक और संतुलित खाना खाएं। इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए मौसमी और ताजी फल-सब्जियों का सेवन करें। अदरक, लहसुन जैसी चीजों को अपने आहार में जरूर शामिल करें। खट्टे फल, फ्रिज में रखा ठंडा जूस, कोल्ड ड्रिंक्स, आइसक्रीम से परहेज करें। खटाई, दही जैसे खाद्य पदार्थों का सेवन कम से कम करें।
- शरीर को हाइड्रेट रखें। ज्यादा से ज्यादा पानी और लिक्विड डाइट का सेवन करें। यथासंभव गुनगुना पानी पिएं।
- बरसात में भीगने की स्थिति में गर्म पानी से जरूर नहाएं। सिर और बाल अच्छी तरह धोकर सुखाएं। चाय-कॉफी-कहवा जैसे गर्म पेय लें। केसर वाला दूध या चाय पीने से आराम मिलता है।



- रेगुलर वर्कआउट, व्यायाम, शुद्ध-साफ हवा में सांस लें, योग करें।
- बदलते मौसम में फ्लू से बचने के लिए न्यूमोकोकल इंफ्लूएजा वैक्सीन हर साल जरूर लगवाएं। छोटे बच्चों, बुजुर्गों और कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों के लिए जरूरी है।
- फ्लू होने पर अपने आपको आइसोलेट करें ताकि दूसरे लोग संक्रमित न हो पाएं। जितना जल्दी हो सके, डॉक्टर से कंसल्ट करें। बिना डॉक्टर की सलाह के एंटीबायोटिक दवाइयां न लें। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

सजेशन
निकिता चौहान

कुछ युवा पुरुष मस्कुलर बॉडी की चाहत में बिना डॉक्टर से कंसल्ट किए प्रोटीन की ओवरडोज लेने लगते हैं। इससे क्या नुकसान हो सकते हैं और इससे बचाव के लिए क्या करें, आपको जरूर जानना चाहिए।

सही मात्रा में करें प्रोटीन का सेवन

एक हेल्दी शरीर के लिए हमें प्रोटीन, वसा, कार्बोहाइड्रेट और विटामिंस सभी पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है। सभी न्यूट्रिएंट की एक निश्चित मात्रा में जरूरत होती है। प्रोटीन एक इंपॉर्टेंट न्यूट्रिएंट है, जो टिश्यू के निर्माण और रिपेयर, एंजाइम और हार्मोन को बनाने और शरीर के लिए कई तरह के कार्यों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। लेकिन कई पुरुष अपनी मस्कुलर बॉडी बनाने के लिए अपनी डाइट में प्रोटीन को बहुत ज्यादा मात्रा में लेने लगते हैं। किसी भी चीज का ज्यादा सेवन शरीर पर कई दुष्प्रभाव डाल सकता है। खासतौर पर पुरुषों की प्रजनन क्षमता पर इसका बहुत बुरा असर पड़ता है और लंबे समय तक ज्यादा प्रोटीन लेने से शुक्राणुओं (स्पर्म) की संख्या कम हो सकती है। इसलिए इस बारे में सावधान रहें।

किडनी पर पड़ता है दबावः प्रोटीन से मांसपेशियां मजबूत होती हैं, इम्यूनिटी बढ़ती है और कसरत करने के बाद रिकवरी होती है। लेकिन जब यह बहुत ज्यादा लिया जाता है, खासकर पावडर या प्रोसेस्ड सोर्स के रूप में तो किडनी पर दबाव पड़ता है, हार्मोन बिगड़ सकते हैं और शुक्राणु बनने की प्रक्रिया भी प्रभावित हो सकती है।

डाइजेस्टिव सिस्टम होता है खराबः प्रोटीन का ज्यादा सेवन करने से पाचन सबंधी समस्याएं पैदा होती हैं। आप प्रोटीन को फाइबर के साथ लें, इससे आपका पाचन बेहतर होगा और साथ ही इससे स्पर्म काउंट बढ़ता है। फाइबर स्वस्थ पाचन के लिए आवश्यक होता है।

हाईड्रेट रहें: ज्यादा प्रोटीन का सेवन करने से डिहाइड्रेशन हो सकता है। इसके लिए जरूरी है कि खूब पानी पिएं। जितना हो सके तरल पदार्थ अपनी डाइट में शामिल करें।

ऐसे करें प्रोटीन का सेवनः अगर आप प्रोटीन के फायदों को बिना किसी दुष्प्रभाव के प्राप्त करना चाहते हैं तो आप ध्यान रखें कि अपने डाइट में प्रोटीन का सेवन कुछ इस तरीके से करें कि प्रोटीन और अन्य पोषक तत्व बैलेंस्ड रहें। भरपूर मात्रा में फल और सब्जियों का सेवन करें। इनमें विटामिन, खनिज और फाइबर प्रचुर मात्रा में होते हैं, जो हेल्थ के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। आप सप्लीमेंट्स के बजाय फलों, सब्जियों, अनाज, अंडे, मछली, दालें और मेवों से प्रोटीन ले सकते हैं। जितना हो सके उतना फिजिकल वर्कआउट करें। अगर आप रेडीमेड प्रोटीन पावडर का इस्तेमाल करते हैं तो ध्यान रखें उसमें बहुत ज्यादा शुगर होता है, जिस कारण आपके स्पर्म काउंट कम हो सकते हैं और प्रजनन क्षमता भी घटती है। इसलिए बगैर डॉक्टर से पूछे प्रोटीन सप्लीमेंट का सेवन ना करें। नेचुरल तरीकों से ही प्रोटीन का सेवन करें। अपने लिए प्रोटीन की सही मात्रा जानने के लिए एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें। *

(गुरुग्राम स्थित नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी की फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट डॉ. रश्मि अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से। हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

खबर संक्षेप

मुख्त्यार सिंह कॉलेज के तीरंदाज का चयन

फतेहाबाद। तीरंदाजी एक ऐसा खेल है, जिसमें फोकस, सब्र तथा एकाग्रता को बहुत महत्व दिया जाता है। देखते ही देखते इसने पूरे विश्व में अपनी अलग जगह बना ली है। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा में पुरुष तीरंदाजी के लिए एक दिवसीय अंतर महाविद्यालय टूर्नामेंट एवं ट्रायल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें सिरसा व फतेहाबाद के विभिन्न महाविद्यालयों के तीरंदाजों ने रिकर्व प्रतियोगिता में भाग लिया।

जाखल नगर पालिका उपाध्यक्ष चुनाव टला

फतेहाबाद। जिले की जाखल नगर पालिका के उपाध्यक्ष का चुनाव स्थगित कर दिया गया है। यह चुनाव बुधवार सुबह 11 बजे होना था। टोहाना के एसडीएम आकाश शर्मा ने प्रशासनिक कारणों का हवाला देते हुए चुनाव स्थगित करने का पत्र जारी किया है। जाखल नगर पालिका में एक माह पहले हुए चुनाव के बाद से उपाध्यक्ष पद रिक्त है। इस पद के लिए 17 सितंबर को चुनाव होना तय था। नगर पालिका सचिव ने सभी पार्षदों को चुनाव स्थगित होने की सूचना भेज दी है।

विश्वकर्मा पूजन दिवस पर मंदिर में हुई पूजा

फतेहाबाद। शहर के भुना रोड स्थित भगवान विश्वकर्मा के मंदिर में विश्वकर्मा पूजा दिवस के अवसर पर हवन का आयोजन किया गया। अंत में भंडारे का प्रसाद वितरित किया गए। इस दौरान पुजारी सुरेश शर्मा ने विधि-विधान से पूजा करवाई, सभी ने भगवान विश्वकर्मा को नमन किया। विश्वकर्मा सभा के वरिष्ठ प्रधान रामकुमार जांगड़ा ने बताया कि इस तरह के कार्यक्रम के आयोजन से धार्मिक भावनाओं का प्रचार प्रसार होता है।

चोरी के मामले का तीसरा आरोपी दबोचा

सिरसा। पुलिस ने चोरी की वारदात का पर्दाफाश करते हुए चोरी का सामान बरामद कर लिया है। थाना प्रबंधक ने बताया कि उक्त मामले में दो आरोपियों गुरप्रीत निवासी रानियां व हंसराज निवासी रानिया को बीती 1 सितंबर को पहले ही गिरफ्तार किया जा चुका था। अब इस मामले में रानियां निवासी तीसरे आरोपी सुखदेव सिंह को गिरफ्तार किया गया है। प्रबंधक अफसर, थाना रानियां निरीक्षक दिनेश कुमार ने बताया कि बीती 19 अगस्त को सतपाल मिढा, सेवक श्री गौशाला रानियां की शिकायत पर उक्त मामला दर्ज किया गया था।

तीरांदाजी में हैवन स्कूल का हरदिल रहा प्रथम

सिरसा। स्कॉलर्स हैवन स्कूल सिकंदरपुर के सातवीं कक्षा के विद्यार्थी हरदिल ने 58वीं राज्य स्तरीय तीरंदाजी प्रतियोगिता में भाग लिया। इस प्रतियोगिता में प्रदेश के विभिन्न जिलों से प्रतिभागियों ने भाग लिया, जहां विद्यालय के छात्र हरदिल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। हरदिल ने अपनी उत्कृष्ट एकाग्रता, निशानेबाज़ी और मेहनत के दम पर सबको पीछे छोड़ते हुए विजय हासिल की। यह उपलब्धि हमारे विद्यालय के लिए गौरव का विषय है।

सुरक्षा एवं सतर्कता को लेकर पुलिस अधीक्षक ने संगठनों के साथ की बैठक

व्यवसायिक संस्थान लगवाएं कैमरे सुरक्षा में न बरतें लापरवाही : एसपी

■ वर्तमान समय में अपराधी केवल हथियारों से नहीं, बल्कि मोबाइल, इंटरनेट और भावनात्मक जुड़ाव के जरिए भी अपराध कर रहे

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद। व्यवसायिक संस्थानों के प्रतिनिधियों को संबोधित करते एसपी सिद्धांत जैन। फोटो : हरिभूमि

प्रदेश में बढ़ते साइबर अपराध, फर्जी कॉल, ठगी, चोरी और अन्य अवैध गतिविधियों को देखते हुए पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने जिलेभर के प्रमुख व्यावसायिक एवं सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों के साथ पुलिस लाइन स्थित एनजीओ मैश मीटिंग हॉल में एक महत्वपूर्ण सुरक्षा बैठक का आयोजन किया।

बैठक में आढ़ती एसोसिएशन, मेडिकल एसोसिएशन, बैंक अधिकारी, ज्वैलर्स एसोसिएशन, सरकारी व निजी स्कूलों के संचालक, शराब व्यवसायी, होटल और ढाबा संचालक शामिल रहे। सभी प्रतिनिधियों को अपने-अपने क्षेत्र में सुरक्षा मानकों का पालन करने और अपराध की रोकथाम के लिए जरूरी दिशा-निर्देश दिए गए। इस अवसर पर डीएसपी मुख्यालय एवं क्राइम कुलवंत सिंह, यातायात प्रभारी उप निरीक्षक जय सिंह, सुरक्षा प्रभारी उप निरीक्षक सत्यवान, प्रवाचक उप निरीक्षक राहुल कुमार, सेनालिपिक सहायक उप निरीक्षक संदीप कुमार सहित जिलेभर से आए सभी व्यवसायी उपस्थित रहे।

पुलिस अधीक्षक ने कहा कि वर्तमान समय में अपराधी केवल हथियारों से नहीं, बल्कि मोबाइल, इंटरनेट और भावनात्मक जुड़ाव के जरिये भी अपराध कर रहे हैं।

उन्होंने सभी संगठनों से अपील की कि वे सतर्कता, तकनीकी जागरूकता और सामाजिक जिम्मेदारी के साथ कार्य करें। बैंक अधिकारियों को निर्देशित किया गया कि वे एटीएम पर 24 घंटे सुरक्षा गार्ड की तैनाती सुनिश्चित करें और किसी भी संदिग्ध लेन-देन अथवा फर्जी खातों की जानकारी तुरंत पुलिस को दें। व्यापारियों, आढ़तियों और ज्वैलर्स को अपने प्रतिष्ठानों में उच्च गुणवत्ता वाले सीसीटीवी कैमरे लगवाने और यह सुनिश्चित करने को कहा गया कि वे 24 घंटे कार्यशील रहें।

साथ ही, कैमरा रिकॉर्डिंग कम से कम 15 दिन तक सुरक्षित रखी जाए। होटल, ढाबा और शराब विक्रेताओं को अपने प्रतिष्ठानों में सीसीटीवी लगवाने, संदिग्ध गतिविधियों की निगरानी रखने और अज्ञात व्यक्ति को बिना वैध पहचान पत्र के कमरा न देने की सख्त हिदायत दी गई।

संचालकों को दी हिदायत

स्कूल संचालकों को छात्रों की सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देने को कहा गया। उन्होंने बसों में जीपीएस सिस्टम, महिला सहायिका, अनुभवी ड्राइवर, और कैमरे सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मेडिकल स्टोर संचालकों से कहा गया कि वे फर्जी पर्चियों पर दवा न दें और नशीली दवाओं की बिक्री में विशेष सावधानी बरतें। सभी संगठनों को क्यूआर कोड/लिंक के जरिए लेन-देन से पूर्व सत्यापन, नकद लेन-देन में सतर्कता, और किसी भी संदिग्ध कॉल या व्यक्ति की सूचना तुरंत पुलिस को देने की अपील की गई। एसपी जैन ने कहा कि पुलिस तभी प्रभावी रूप से कार्य कर सकती है जब समाज का हर वर्ग सतर्कता और सहयोग करे। उन्होंने कहा कि संदिग्ध गतिविधियों की पहचान, त्वरित सूचना और तकनीकी सुरक्षा उपायों का पालन आज के समय में अत्यंत आवश्यक है।

सिरसा। कार्यकर्ताओं के साथ बैठक करते अजय चौटाला।

किसानों के साथ पोर्टल-पोर्टल खेल रही सरकार: चौटाला

■ नाथूसरी चोपटा व ऐलनाबाद में पहुंच कर दिया युवा योद्धा सम्मेलन का न्यौता

हरिभूमि न्यूज ⏭ चोपटा

जननायक जनता पार्टी (जेजेपी) के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय चौटाला बुधवार को नाथूसरी चौपटा व ऐलनाबाद शहर में कार्यकर्ताओं के साथ बैठक की। इस दौरान अजय चौटाला ने सभी कार्यकर्ताओं को आगामी 23 सितंबर को होने वाले युवा योद्धा सम्मेलन के लिए आमंत्रित किया। उन्होंने कहा कि आज हरियाणा में युवाओं में जागृति लाना वर्तमान की जरूरत है, इसलिए जेजेपी ने युवा प्रदेश अध्यक्ष दिग्विजय सिंह चौटाला के नेतृत्व में युवा जोड़ो अभियान चलाया और अब युवाओं को एक मंच पर लाने के लिए प्रदेश में युवा योद्धा सम्मेलन आयोजित किए जा रहे हैं, जिसकी शुरुआत सिरसा से 23 सितंबर से की जाएगी। अजय चौटाला ने कहा कि प्रदेशभर में पिछले दिनों भारी बरसात व बाढ़ से हुए नुकसान की भरपाई के लिए भाजपा सरकार संवदेनशील नहीं है। इस बात का प्रमाण इसी बात से लिया जा सकता है कि जलभराव व बाढ़ से प्रभावित किसी भी किसान को अभी तक कोई आर्थिक मदद नहीं मिली।

कानून व्यवस्था बेहाल

जेजेपी नेता ने कहा कि आज हरियाणा में कानून व्यवस्था का जनाजा निकला हुआ है और हालत यहां तक है कि चुने हुए प्रतिनिधि भी आज प्रदेश में सुरक्षित नहीं है। प्रदेश सरकार केवल लोगों को बरगलाने और अपनी राजनीतिक रोटियां सेकने का काम कर रही है। अजय चौटाला ने इस दौरान बताया कि आगामी 25 सितंबर को पूरे प्रदेशभर में जेजेपी चौधरी देवीलाल जयंती पर सामाजिक कार्यक्रम करेगी। इस अवसर पर पार्टी कार्यकर्ता प्रदेशभर में चौधरी देवीलाल की स्थापित 72 प्रतिमाओं की सफाई भी जाएगी। इस अवसर पर उनके साथ जेजेपी के जिलाध्यक्ष अशोक वर्मा ने भी पार्टी कार्यकर्ताओं से आगामी 23 सितंबर को युवा योद्धा सम्मेलन में शिरकत कर इसे ऐतिहासिक बनाने का आह्वान किया।

सिरसा। एडीसी व्यापारी प्रतिनिधिमंडल के साथ बैठक करते। फोटो : हरिभूमि

बैठक में व्यापारियों की समस्याओं पर की चर्चा

■ प्रतिनिधिमंडल ने एडीसी के साथ की बैठक

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

पैकेजिंग एंड डिस्पोजन एसोसिएशन का एक प्रतिनिधिमंडल बुधवार को प्रदेश व्यापार मंडल के प्रधान हीरालाल शर्मा के नेतृत्व में एडीसी से मिला और बैठक की। इस दौरानं हिसार से प्रदूषण विभाग के अधिकारी व सिरसा नगर परिषद अध्यक्ष शांति स्वरूप भी पहुंचे। प्रतिनिधिमंडल में पैकेजिंग एसोसिएशन के जिला प्रधान सुमित गुप्ता, विक्की फुटेला, उमंग मेहता, मोनू फडिया, करियाणा एसोसिएशन के प्रधान सतीश शर्मा मौजूद रहे। प्रदेश व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष हीरालाल शर्मा ने बताया कि एडीसी के साथ काफी देर तक चली मीटिंग में व्यापारियों की समस्याओं को लेकर चर्चा हुई। नगर परिषद अध्यक्ष वीर शांति स्वरूप ने मध्यस्ता करते हुए व्यापारियों को आश्वस्त किया कि उनका पूरा प्रयास रहेगा कि व्यापारियों के साथ किसी प्रकार की ज्यादती नहीं होने दी जाएगी। वे अधिकारियों के साथ मिलकर इस समस्या का समाधान तलाशकर व्यापारियों को राहत पहुंचाने का काम करेंगे। एसोसिएशन के जिला प्रधान सुमित गुप्ता ने कहा कि उनका तीन दिन का अल्टीमेटम आज पूरा हो गया है। वीरवार से सभी दुकानदार अपने प्रतिष्ठान खोलेंगे। अगर जल0द इस मामले में प्रशासन की ओर से कोई कार्रवाई नहीं की गई तो जल्द व्यापारिक संगठनों से मिलकर संघर्ष की आगामी रणनीति बनाई जाएगी।

रेडियो स्थानीय समुदाय की आवाज को मंच प्रदान करता : विजय कुमार

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

■ सामुदायिक रेडियो स्टेशन के एंकरों की हुई बैठक

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार ने कहा कि सामुदायिक रेडियो समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचने का सशक्त माध्यम है। यह न केवल शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, संस्कृति और सामाजिक सरोकारों से जुड़ी जानकारी को जन-जन तक पहुंचाता है, बल्कि स्थानीय समुदाय की आवाज़ को भी मंच प्रदान करता है। विश्वविद्यालय का यह सामुदायिक रेडियो क्षेत्रीय विकास, जनजागरण और युवा सशक्तिकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इस अवसर पर यूनिवर्सिटी सेंटर फॉर इनफार्मेशन टेक्नोलॉजी एंड डेटा सेंटर के निदेशक प्रोफेसर विक्रम सिंह भी उपस्थित थे। इसी परिप्रेक्ष्य में चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के सामुदायिक रेडियो स्टेशन के एंकरों की एक बैठक मीडिया सेंटर में आयोजित की गई। बैठक में सामुदायिक रेडियो स्टेशन के पूर्ण क्षमता के साथ प्रसारण आरंभ करने की रणनीति पर विस्तार से चर्चा की गई।

मोहन लाल ने कुलपति का जताया आभार

बैठक में एंकर छिंदर पाल कौर एवं भगवान दास सेठी सहित अधिवक्ता मोहन लाल, सतबीर सिंह धमीजा, सोहनलाल ललका, सुभाष मोंगा, अधिवक्ता सौरव नागपाल और राधेश्याम शर्मा भी उपस्थित रहे। बैठक उपरांत अधिवक्ता मोहन लाल के नेतृत्व में श्रोता संघ ने विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार से भेंट की और सामुदायिक रेडियो स्टेशन को नई ऊर्जा प्रदान करने के लिए उनका आभार व्यक्त किया।

तीन माह से गली का निर्माण न होने के चलते पार्षद पहुंचे नगर परिषद

फतेहाबाद। शहर के वार्ड नंबर 12 के जगजीवनपुरा मोहल्ले में पिछले तीन माह से गली का निर्माण होने के चलते आज पार्षद व गाली वासी गली के निर्माण को शुरू करवाने के लिए आज नगर परिषद कार्यालय में अधिकारियों से मिलने पहुंचे। हालांकि इस दौरान कोई भी संबंधित अधिकारी वहां पर मौजूद नहीं था। इसके बाद उन्होंने डीएमसी को फोन कर समय मांगा और उनकी समस्या को सुनते हुए उन्होंने कहा कि जल्द से जल्द इसका समाधान करवाया जाएगा, वार्ड के पार्षद मोहन लाल नारंग का कहना था कि ठेकेदार ने पिछले 3 महीने से गली को उखाड़ कर छोड़ रखा है जिस कारण सभी गली वासियों को दिक्कत आ रही है। यह गली जो ठेकेदार के द्वारा बनाई गई है वह बिगड़ रोड से जगजीवन पुरा चौक तक जाती है। इस गली का निर्माण रोकने से लोगों को काफी परेशानी हो रही है।

लंबित इंतकाल व जमाबंदी मामलों का जल्द निपटारा करें अधिकारी : डीसी

फतेहाबाद। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने राजस्व विभाग के अधिकारियों के साथ बैठक कर जिले की सभी तहसील व उप तहसीलों में लंबित पड़े इंतकाल, जमाबंदी, गिरदावरी व तातिमा कटिंग के मामलों की समीक्षा की। उपायुक्त ने निर्देश दिए कि राजस्व संबंधी लंबित मामलों के निपटान को प्राथमिकता दी जाए। बैठक में उपायुक्त ने तहसीलदारों व नायब तहसीलदारों को निर्देश दिए कि सरकार की गाइडलाइन के अनुसार इंतकाल समय पर दर्ज हों और लंबित जमाबंदी कार्य को प्राथमिकता के आधार पर पूरा किया जाए। पुराने इंतकाल भी आगामी दिनों में निपटाए जाएं ताकि आमजन को समय पर राजस्व संबंधी सेवाएं मिल सकें। गांवो में विशेष कैंप लगाकर रेवेन्यू केस को हल करें। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने अधिकारियों से कहा कि वे अपनी-अपनी कोर्ट में नियमित रूप से सुनवाई करें और किसी भी प्रकार की लापरवाही न बरती जाए।

मेगा ब्लड डोनेशन ड्राइव का किया आयोजन

फतेहाबाद। तेरापंथ युवक परिषद एवं अग्रवाल समाज फतेहाबाद के संयुक्त तत्वावधान में मेगा ब्लड डोनेशन ड्राइव का आयोजन अग्रवाल धर्मशाला में किया गया। इस महाअभियान में समाज के विभिन्न वर्गों, युवाओं और वरिष्ठ जनों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। 40 से अधिक रक्तदाताओं ने स्वेच्छा से रक्तदान कर मानवता की सेवा का अनूठा उदाहरण प्रस्तुत किया। सभी रक्तदाताओं को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। कैंप में मौजूद डॉक्टरों की टीम को समाज की ओर से पटका पहना कर सम्मानित किया। तेरापंथ जैन सभा के जम्मू कश्मीर-लेह लद्दाख के प्रभारी संजय जैन ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की व रक्तदान किया। मुख्य अतिथि के रूप में बीजेपी जिला अध्यक्ष प्रवीण जोड़ा एवं नगर परिषद अध्यक्ष राजेंद्र खींची उपस्थित रहे।

रक्तदान सबसे बड़ा दान : जोड़ा

तेरापंथ युवक परिषद फतेहाबाद से प्रधान लोकेश जैन, भारत भूषण जैन तथा अग्रवाल समाज फतेहाबाद से प्रधान मनोज गर्ग, सचिव ललित गोयल, कोषाध्यक्ष अमित बंसल ने कार्यक्रम को सफल बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया। बीजेपी जिला अध्यक्ष प्रवीण जोड़ा ने कहा कि रक्तदान सबसे बड़ा दान है। जब हम अपने समय और रक्त से किसी की जान बचाते हैं, तो यह समाज सेवा का सर्वोच्च रूप बन जाता है। उन्होंने कहा कि ऐसे कार्यक्रम से न केवल जरूरतमंदों की मदद होती है, बल्कि समाज में जागरूकता और एकता का संदेश भी फैलता है।

प्रवीण भारती को आरएसएस में सौंपी अहम जिम्मेदारी

भूना। रोहतक में आयोजित राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की प्रांत बैठक में भूना निवासी प्रवीण कंबोज भारती को महत्वपूर्ण दायित्व सौंपा गया है। उन्हें आरएसएस हरियाणा प्रांत कार्यकारिणी का एसएमटी सदस्य नियुक्त किया गया है। साथ ही प्रवीण भारती को हिसार विभाग पालक की जिम्मेदारी भी दी गई है। इस विभाग में हिसार, फतेहाबाद, सिरसा और हांसी जिले शामिल हैं। प्रवीण भारती लंबे समय से संगठन से जुड़े हुए हैं। इससे पहले वे भारतीय मजदूर संघ हरियाणा के राज्य सचिव के पद पर अपनी सेवाएं दे चुके हैं। संगठनात्मक अनुभव और सक्रिय भूमिका को देखते हुए संघ ने उन्हें यह नई जिम्मेदारी सौंपी है।स्थानीय स्तर पर लोगों ने प्रवीण भारती को मिले इस दायित्व पर खुशी जताई और विश्वास व्यक्त किया कि उनके नेतृत्व में क्षेत्र मंज संगठन और अधिक मजबूत होगा।

मुहिम | जिलेभर में ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों से अवगत कराया जा रहा

नशा मुक्ति अभियान के तहत नुक्कड़ सभाएं, 12 ड्रग पीड़ितों को मिली काउंसलिंग व औषधि सुविधा

■ निरंतर जनजागरुकता और पुनर्वास गतिविधियां संचालित की जा रही

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद। बबनपुर में ग्रामीणों को जागरूक करते एसआई सुंदर मुसाफिर।

जिलेभर में चलाए जा रहे नशा मुक्ति अभियान के अंतर्गत निरंतर जनजागरूकता और पुनर्वास गतिविधियां संचालित की जा रही हैं। इसी क्रम में एसआई सुंदर के नेतृत्व में नशा मुक्ति टीम द्वारा गांव ढाणी बबनपुर में नुक्कड़ सभा का आयोजन किया गया। इस दौरान टीम ने ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों से अवगत कराते हुए समाज से सहयोग की अपील की। स्थानीय ग्रामीणों की मदद से 7 नए ड्रग पीड़ितों की पहचान की गई, जिन्हें मौके पर ही काउंसलिंग प्रदान की गई।

नशा सामाजिक संकट का कारण

पूर्व में चिन्हित 5 नशा पीड़ितों को दोबारा काउंसलिंग के बाद आयुर्वेदिक एवं होम्योपैथिक औषधियाँ उपलब्ध करवाई गई। टीम के सदस्यों ने बताया कि नियमित काउंसलिंग और वैकल्पिक चिकित्सा पद्धतियों के माध्यम से पीड़ितों को नशे की लत से बाहर लाने का प्रयास किया जा रहा है। इस दिशा में समाज की सक्रिय भागीदारी अत्यंत आवश्यक है। इसके अतिरिक्त, टीम द्वारा गांव बबनपुर में भी नुक्कड़ सभा आयोजित की गई, जिसमें पंचायत प्रतिनिधियों, युवाओं एवं आम नागरिकों को नशा विरोधी संदेश दिया गया। सभा में ग्रामीणों को बताया गया कि नशा केवल व्यक्तिगत नहीं, बल्कि पारिवारिक और सामाजिक संकट का कारण बनता है। इससे व्यक्ति का शारीरिक, मानसिक, आर्थिक और सामाजिक संतुलन प्रभावित होता है। नशा मुक्ति टीम ने कहा कि इस अभियान का मुख्य उद्देश्य ड्रग पीड़ितों की पहचान करना, समुचित काउंसलिंग और उपचार देना और उन्हें मुख्यधारा में पुनः शामिल करना है।

सरपंचों की रस्साकसी प्रतियोगिता 21 को

टोहाना। सांसद खेल महोत्सव के अंतर्गत 21 सितंबर को दमकौरा खेल स्टेडियम में ब्लॉक स्तर पर सरपंचों की रस्साकसी प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। इस प्रतियोगिता में जिले के ब्लॉकों के सरपंच भाग लेंगे। विजेता का लोकसभा स्तर पर सिरसा की टीम के साथ फाइनल मुकाबला खेलने का अवसर प्रदान किया जाएगा। लोकसभा स्तर के फाइनल मुकाबले में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाली टीम को 21 हज़ार रुपये तथा द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाली टीम को 11 हजार रुपये की इनामी राशि प्रदान की जाएगी। गौरतलब है कि सांसद खेल महोत्सव का शुभारंभ 21 सितम्बर को सुबह 9 बजे दमकौरा स्टेडियम से राज्यसभा सांसद सुभाष बराला और भाजपा प्रदेश प्रभारी सतीश पूनिया द्वारा किया जाएगा।

न्यूज डायरी

कानूनी सुरक्षा की दी जानकारी

सिरसा। सीएमके नेशनल स्नातकोत्तर महाविद्यालय ऑनलाइन दुव्यवहार और कानूनी सुरक्षा पर एक जागरूकता सत्र का आयोजन किया। प्राचार्या डॉ रंजना ग्रोवर ने कहा कि तकनीक के विकास के साथ साथ हमें और अधिक सतर्क, सजग व जागरूक होना होगा, क्योंकि तकनीकों में तीव्रता से बदलाव आ रहा है। ऐसे में बदलाव के साथ कानूनी साक्षरता व तकनीक को जानना समझना आवश्यक हो जाता है। इसलिए कानूनों की जानकारी समय समय पर लेतें रहना चाहिए। मुख्य वक्ता एडवोकेट सिंपल ग्रोवर ने कहा की वर्तमान में साइबर क्राइम तेजी से अपने पांव फैला रहा है। ऐसी परिस्थियों में सही मार्गदर्शन, जागरुकता ही किसी अप्रिय घटना से बचाव कर सकती है। इसलिए हमें अपने मूलभूत अधिकार, मूलभूत कर्तव्य, आईटीएक्ट, साइबर क्राइम, स्पेशल एक्ट फोर वूमेन, दहेज संबन्धित कानून, हेल्प लाइन नंबर आदि की जानकारी होनी आवश्यक है। आपकी सजगता ही आपकी प्राथमिक सुरक्षा है।

खराब फसलों का जल्द मुआवजा दे सरकार : सुनैना

भूना। नहला गांव में हाल ही में हुई मूसलाधार बारिश के बाद जलभराव से हालात बिगड़े हुए हैं। खेतों और रास्तों में पानी भरे होने के कारण ग्रामीणों की जिंदगी प्रभावित हो रही है, लेकिन प्रशासन की ओर से अब तक कोई राहत नहीं पहुंची। इस स्थिति पर इनेलो महिला प्रदेश प्रभारी सुनैना चौटाला ने कड़ी नाराजगी जताई। सुनैना चौटाला बुधवार को ट्रैक्टर पर सवार होकर गांव नहला पहुंचीं और खेतों में डूबी फसलों को लेकर किसानों से मुलाकात की। उन्होंने कहा कि हर किसान का खेत पूरी तरह डूब चुका है और जीरी की फसल नष्ट हो गई है। सुनैना ने प्रशासन से मांग की कि बरसात से खराब हुई फसलों का जल्द मुआवजा दिया जाए। साथ ही जिन ढाणियों और मकानों को नुकसान पहुंचा है, उनके मालिकों को आर्थिक सहायता दी जाए।

भूमिशा शर्मा ने बॉक्सिंग में जीता कांस्य पदक

सिरसा। दिल्ली पब्लिक स्कूल की छात्रा भूमिशा शर्मा ने एसडी पब्लिक स्कूल, कनीना में आयोजित राज्य स्तरीय बॉक्सिंग टूर्नामेंट में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए कांस्य पदक हासिल किया है। भूमिशा की इस उपलब्धि ने न केवल विद्यालय, बल्कि पूरे क्षेत्र को गौरवांवित किया है। प्रतियोगिता में प्रदेशभर के अनेक विद्यालयों से प्रतिभाशाली खिलाड़ियों ने भाग लिया। कठिन मुकाबलों के बीच भूमिशा ने अपनी बेहतरीन तकनीक, दृढ़ आत्मविश्वास और खेल भावना का परिचय देते हुए प्रतिद्वंद्वियों को परास्त किया। निर्णायकों ने उनके सधे हुए खेल और दमदार प्रहारों की सराहना की। पदक जीतने के साथ ही उनका चयन एसजीएफएल नेशनल चैंपियनशिप के लिए और खेलो इंडिया यूथ 2025-26 में भी हुआ है, जो उनके उज्ज्वल भविष्य की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है।

मोनिका बिश्नोई ने बैंकॉक में किया कमाल

टोहाना। गांव पिरथला की बेटी मोनिका बिश्नोई ने बैंकॉक में आयोजित यूबीओ इंटरनेशनल बेल्ट बॉक्सिंग चैंपियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए विजेता का खिताब अपने नाम किया। यह उपलब्धि हासिल कर मोनिका ने न केवल जिला फतेहाबाद बल्कि पूरे हरियाणा का नाम अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर रोशन किया है। बुधवार को मोनिका बिश्नोई ने टोहाना एसडीएम आकाश शर्मा से शिष्टाचार मुलाकात की। इस अवसर पर एसडीएम आकाश शर्मा ने मोनिका को जीत की बधाई दी और कहा कि उनकी मेहनत, लगन और संघर्ष की कहानी आज युवाओं के लिए प्रेरणा का स्रोत है। उन्होंने कहा कि बेटियों ने हर क्षेत्र में अपनी पहचान बनाई है और मोनिका ने खेल जगत में यह सिद्ध कर दिखाया है कि ग्रामीण पृष्ठभूमि से निकलकर भी अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर सफलता पाई जा सकती है।

गांव बिसला में चलाया सफाई अभियान

फतेहाबाद। सेवा पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत बुधवार को खंड के गांव बिसला में ग्राम पंचायत की ओर से माजरा रोड पर सरकारी स्कूल के सामने व सडक़ के साथ-साथ पड़ी रूढियां व गंदगी के ढेर को उठाकर स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस दौरान सडक़ों की साफ-सफाई की गई और लोगों को स्वच्छता के महत्व के बारे में जागरूक किया गया। साथ ही लोगों को पॉलोथिन मुक्त बनाने बारे जागरूक किया गया। इस सफाई अभियान में गांव के लोगों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया। इस अवसर पर एसएपीओ ऋषि गोयल, सरपंच पूनम रानी, सरपंच प्रतिनिधि राम नारायण, ग्राम सचिव नरेंद्र चानना, राजेश मताना, सरकारी स्कूल के अध्यापक रमेश कुमार, पूर्व सरपंच सतपाल सिंह, पूर्व सरपंच पूर्ण सिंह, पंच रमेश वर्मा, मदनलाल सिघड़ ग्राम सचिव आजाद सिंह व शमशेर सिंह मौजूद रहे।

महर्षि वाल्मीकि आरती से होगी रामलीला की शुरुआत

भूना। रामलीला की पवित्र परंपरा में इस बार एक नया और ऐतिहासिक अध्याय जुडऩे जा रहा है। विश्व हिंदू परिषद व बजरंग दल की भूना इकाई ने प्रस्ताव रखा कि हर साल रामा कृष्णा कला मंच भूना द्वारा आयोजित रामलीला की शुरुआत आदि कवि और रामायण के रचयिता महर्षि वाल्मीकि की आरती से हो। इस प्रस्ताव को रामलीला कमेटी ने सहर्ष स्वीकार कर लिया।विश्व हिंदू परिषद के जिला मंत्री सुशील बागड़ी, हरीश कुमार, सूरजमल रेड्डू, अमर सोनी, राजेश नायक, प्यारे लाल शर्मा, राजा बागड़ी, पवन और सौरभ समेत कई कार्यकर्ताओं ने रामलीला कमेटी भूना के पदाधिकारियों से मुलाकात की। इस दौरान कमेटी के डायरेक्टर सुनील खुराना, प्रधान हरविंदर मेहता, संजय मेहता, राकेश मदान और सुरेंद्र हंस ने सर्वसम्मति से इस पहल का समर्थन किया।

खबर संक्षेप

सिरसा। बेरोजगारी के खिलाफ रेहड़िया लगाकर प्रदर्शन करते युवा कांग्रेस कार्यकर्ता।

यूथ कांग्रेस ने मनाया बेरोजगारी दिवस

सिरसा। यूथ कांग्रेस जिला इकाई सिरसा व आईएनएसयूआई ने प्रधानमंत्री के जन्मदिन को बेरोजगारी दिवस के रूप में मनाते हुए सुभाष चौक पर रेहडियां लेकर रोष का इजहार किया। यूथ कांग्रेस के प्रधान गोविंद सिंह ने कहा कि 2014 में नरेंद्र मोदी ने प्रतिवर्ष 2 करोड़ युवाओं को रोजगार देने का वादा किया था, लेकिन आज वह वादा खोखला साबित हुआ है।

सिरसा। ग्रामीणों को संबोधित करते हुए विधायक अर्जुन चौटाला।

चौधरी देवीलाल जयंती का दिया न्योता

सिरसा। रानियां के विधायक अर्जुन चौटाला ने कहा कि आगामी 25 सितंबर को इनेलो के बैनर तले जिला रोहतक में पूर्व उपप्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल की जयंती पूरी श्रद्धा से मनाई जाएगी। अर्जुन चौटाला बुधवार को गांव केलनिया, सलारपुर, चौबुर्जा, मोडियाखेड़ा, धिंगतानिया, बेगू, नेजिया, अलीमोहम्मद, चाडीवाल, साहुवाला 2, कैरांवाली, नहराना, नारायणखेड़ा, गदली,मोचीवाली व अन्य गांवों का दौरा किया।

स्कूटी सवार चूरापोस्त सहित गिरफ्तार

डबवाली। पुलिस ने गश्त व चेकिंग के दौरान संगरिया रोड गांव चौटाला क्षेत्र से स्कूटी सवार दो लोगों को तीन किलो 770 ग्राम चूरापोस्त सहित गिरफ्तार किया है। चौटाला पुलिस चौकी प्रभारी आनंद कुमार ने बताया कि पकड़े गए आरोपियों की पहचान हसराज व सतंतराम निवासी बठिंडा पंजाब के रूप में हुई है।

किसानों को तुरंत मुआवजा दे सरकार

सिरसा। सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने कहा है कि हरियाणा में बाढ़ ने किसानों की फसलों को भारी नुकसान पहुंचाया है। इस कठिन समय में किसानों को राहत पहुंचाने की बजाय सरकार उन्हें पोर्टल की उलझनों में फंसा रही है। ऐसे में सरकार की जिम्मेदारी बनती है कि वह तत्काल किसान हित में कदम उठाए और जल्द से जल्द पीड़ित किसानों को उचित मुआवजा प्रदान करे। सांसद सैलजा ने बुधवार को जारी प्रेस बयान में कहा है कि किसानों की ओर से शिकायतें मिल रही हैं कि बाढ़ पीड़ितों के लिए बनाए गए पोर्टल पर न तो समय पर इंटरनेट सुविधा मिल रही है और न ही पोर्टल सुचारु रूप से काम कर रहा है।

निबंध लेखन व वाद विवाद में दिखाई प्रतिभा

सिरसा। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, खैरपुर में विभिन्न प्रकार की जिला स्तरीय निबंध लेखन, पोस्टर मेकिंग, कार्टून मेकिंग, स्लोगन राइटिंग एवं वाद विवाद प्रतियोगिताओं का आयोजन किया। डाइट प्रवक्ता डॉ. विनोद ने बताया कि इस कार्यक्रम में जिले के विभिन्न खंडों में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों ने भिन्न-भिन्न प्रकार की प्रतियोगिताओं में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

छीना-झपटी मामले में दूसरा आरोपी काबू

सिरसा। पुलिस ने छीना झपटे के मामले में दूसरे आरोपी उत्तर प्रदेश रविंद्र कुमार को गिरफ्तार किया है। सिविल लाइन थाना प्रभारी प्रदीप कुमार ने बताया कि शिकायतकर्ता बलविंद्र कौर निवासी गोविंद नगर ने बीती 14 मई को शिकायत दी थी कि जब वह सुबह टहल रही थी तभी दो युवक पल्सर मोटरसाइकिल पर सवार होकर उसके गले से लगभग 35 ग्राम वजन की सोने की चैन झपटकर फरार हो गए थे।

जिले में जगह-जगह कार्यक्रमों का आयोजन, बच्चों को स्वच्छता का पाठ पढ़ाया

प्रधानमंत्री के जन्मदिन पर उत्साह के साथ शुरू हुआ सेवा पखवाड़ा अधिकारियों और नेताओं ने हाथों में झाड़ू लेकर की साफ-सफाई

उपायुक्त राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय से जिला स्तरीय सेवा पखवाड़ा व स्वच्छता ही सेवा कार्यक्रम का शुभारंभ किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। गांव गोरखपुर में स्वच्छता ही सेवा कार्यक्रम के तहत श्रमदान करते उपायुक्त डॉ. विवेक भारती व गांव गोरखपुर में स्वच्छता की शपथ लेते विद्यार्थी।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिन पर जिले में बुधवार को सेवा पखवाड़े की शुरूआत हुई। यह पखवाड़ा गांधी जयंती 2 अक्टूबर तक चलेगा। इस दौरान अनेक सामाजिक कार्य किए जाएंगे। बुधवार को इस पखवाड़े की शुरूआत स्वच्छता अभियान और मेडिकल कैम्प के साथ की गई। आज भाजपा के नेता से लेकर अधिकारी तक हाथों में झाड़ू थामे सफाई करते नजर आए।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस पर उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने गांव गोरखपुर के राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय से जिला स्तरीय सेवा पखवाड़ा व स्वच्छता ही सेवा कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्जवलित करके किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार ने की। उपायुक्त ने कहा कि बेटियां घरों की शान होती है। बेटियों के शिक्षित होने से दो परिवारों का उद्धार होता है। उपायुक्त ने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे शिक्षा को प्राथमिकता दें और आगे चलकर समाज के उत्थान में अपनी भागीदारी करें। बेटियां अपने आप को सशक्त बनाए ताकि बड़ी जिम्मेवारी संभाल सके। कार्यक्रम में विशेष रूप से पहुंचे शहीदों के परिवारों व उनके आश्रितों को उपायुक्त ने सम्मानित भी किया। कार्यक्रम में उपायुक्त ने विद्यालय प्रांगण में पौधारोपण कर पर्यावरण को स्वच्छ बनाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि हर व्यक्ति को अपने जीवन में वृक्षारोपण और उनकी देखभाल की जिम्मेदारी निभानी चाहिए। इसके उपरांत उपायुक्त ने गांव के आदीयोगी चौक पर स्वच्छता ही सेवा कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए श्रमदान किया और नागरिकों को स्वच्छता अपनाने का संदेश दिया।

ग्रामीणों ने उपायुक्त को गत दिनों हुई बरसात के कारण खेतों में हुए जल भराव को जल्द निकालने की मांग रखी। इस पर उपायुक्त ने मौके पर मौजूद अधिकारियों को दिशा निर्देश दिए।

कार्यक्रम में ये रहे मौजूद

इस मौके पर जिला परिषद मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार, डीडीपीओ अनूप सिंह, डीईओ संगीता बिश्नोई, सैनिक बोर्ड सचिव विंग कमांडर सुजाता, सूचना एवं जनसंपर्क विभाग के उप निदेशक अमित पंवार, बीडीपीओ ऋषभ सिंघल, एबीपीओ संदीप जांगड़ा, बीईओ जगदीश सेवदा, प्रिंसिपल प्रहलाद सिंह मावलिया, एसईपीओ रामफल मलिक, जिला परिषद पार्षद प्रतिनिधि जसमेर सिवाच, सरपंच मनदीप योगी, सीता राम पुनिया, ब्लॉक समिति सदस्य राजा राम सिवाच, संजय शर्मा, पंच पृथ्वी सिंह, विजय गिल, विनोद कुमार, हरपाल बोंगरिया, फकीरचंद शर्मा, प्रताप सिंह, निहाल सिंह, बलबीर सिवाच, बलबीर बेनीवाल, पंचायत सचिव वीरेंद्र कस्वा, मास्टर रमेश कुमार, पवन कुमार आदि मौजूद रहे।

नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश ने नई ऊंचाइयों को छुआ

टोहाना। रक्तदाताओं को प्रोत्साहित करते सांसद सुभाष बराला।

टोहाना। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन के अवसर पर अमृत महोत्सव 2.0 के तहत बुधवार को टोहाना के मानव सेवा संगम हॉस्पिटल में मेगा ब्लड डोनेशन ड्राइव का आयोजन किया गया। इस अवसर पर राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की और शिविर का शुभारंभ किया। मेगा ड्राइव में युवाओं, सामाजिक संस्थाओं, स्वयंसेवी संगठनों और सेवाभावी लोगों ने बढ़-चढ़कर भागीदारी की। सांसद सुभाष बराला ने कहा कि रक्तदान जीवन बचाने का संकल्प है और इससे बड़ा कोई दान नहीं हो सकता। रक्तदान करने वाला व्यक्ति न केवल एक मरीज की जिंदगी बचाता है बल्कि परिवार को भी नया जीवन देता है। उन्होंने कहा कि रक्तदान जैसी पुण्य सेवा से समाज में सहयोग और मानवीय संवेदनाओं का प्रसार होता है। सांसद ने रक्तदान करने वाले सभी युवाओं और संगठनों को साधुवाद देते हुए कहा कि उनकी यह सेवा भावी पीढ़ियों के लिए प्रेरणा का स्रोत बनेगी। सांसद ने इस अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार की उपलब्धियों का भी विस्तार से उल्लेख किया। उन्होंने कहा कि बीते साढ़े 11 वर्षों में भारत ने स्वास्थ्य, शिक्षा, इंफ्रास्ट्रक्चर और सामाजिक सुरक्षा के क्षेत्र में ऐतिहासिक प्रगति की है। आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत करोड़ों गरीब परिवारों को बेहतर इलाज की सुविधा मिल रही है। जन औषधि केंद्रों ने आम आदमी को सस्ती दवाइयों की सुविधा उपलब्ध करवाई है। जल जीवन मिशन ने करोड़ों घरों तक शुद्ध पेयजल पहुंचाने का कार्य किया है। उज्ज्वला योजना ने महिलाओं को धुएं से मुक्त जीवन दिया है।

भाजपाईयों ने रतिया में झाड़ू लेकर की साफ-सफाई

रतिया। सफाई अभियान चलाते भाजपा नेता। फोटो : हरिभूमि

■ शहर के भगत सिंह चौक पर की सफाई

रतिया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन के उपलक्ष्य में हरियाणा सरकार व पेयजल एवं स्वच्छता विभाग, जल शक्ति मंत्रालय, स्वच्छ भारत मिशन-ग्रामीण के अन्तर्गत सेवा पखवाड़ा अभियान शुरू किया गया। सेवा पखवाड़ा के तहत बुधवार को रतिया शहर में स्वच्छता अभियान की शुरुवात की गई। इस दौरान एसडीएम सुरेन्द्र सिंह, बीजेपी पदाधिकारी सहित मॉडल टाउन एसोसिएशन और विभिन्न सामाजिक सस्थाओं ने सेवा पखवाड़ा अभियान के दौरान भगत सिंह चौंक से सफाई अभियान की शुरुवात की। नागरिकों को सफाई व्यवस्था दुरुस्त रखने में सहयोग का आह्वान किया गया। इसके अलावा हरियाणा शहर स्वच्छता अभियान के तहत नगरपालिका द्वारा रतिया शहर के विभिन्न स्थानों पर साफ-सफाई कर, अतिक्रमण न करने और पॉलीथिन का प्रयोग न करने बारे जागरूकता अभियान चलाया गया। इस दौरान एसडीएम सुरेन्द्र सिंह ने सामुदायिक केंद्र में पौधारोपण कर आमजन से अधिक से अधिक पौधे लगाने और शहर को गंदगी से मुक्त कर स्वच्छ रखने की अपील की। उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया कि शहर में कहीं भी अतिक्रमण न करने, पॉलीथिन का प्रयोग न करने का आह्वान किया।

एमएम कॉलेज में पौधरोपण के साथ सेवा पखवाड़े का शुभारंभ

फतेहाबाद। सेवा पखवाड़े के शुभारंभ पर पौधारोपण करते एमएम कॉलेज स्टाफ सदस्य व विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

■ एनएसएस वॉलंटियर्स ने लिया हिस्सा

फतेहाबाद। उच्चतर शिक्षा विभाग हरियाणा के निर्देशानुसार मनोहर मैमोरियल कॉलेज फतेहाबाद में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिन के अवसर पर सेवा पखवाड़े का शुभारंभ किया गया। यह सेवा पखवाड़ा 17 सितम्बर से शुरू हुआ जोकि 2 अक्टूबर तक चलेगा। इस दौरान कॉलेज में विभिन्न सेवा कार्यों का आयोजन किया जाएगा। बुधवार को सेवा पखवाड़े की शुरूआत एनएसएस यूनिट एवं पर्यावरण विभाग के संयुक्त तत्वाधान में प्लांटेशन ड्राइव के साथ की गई। प्रो. तारिका नारंग व प्रो. वंदना के नेतृत्व में आयोजित इस अभियान में एनएसएस वॉलंटियर्स के अलावा विद्यार्थियों व स्टाफ सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। यूथ रेडक्रॉस कोर्डिनेटर डॉ. मीनाक्षी कोहली, एनएसएस ब्वॉयज यूनिट इंचार्ज डॉ. विकेश सेठी, गर्ल्ज यूनिट इंचार्ज प्रो. प्रतिभा मखीजा, प्रो. वंदना, प्रो. तारिका नारंग ने भी विद्यार्थियों के साथ मिलकर पौधारोपण किया और प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को जन्मदिन की बधाई देते हुए उनकी लंबी आयु की कामना की। इस अवसर पर कॉलेज प्रांगण में विभिन्न तरह के पौधे लगाए गए। एमएम एजुकेशन सोसायटी के प्रधान राजीव बत्रा ने विद्यार्थियों को ग्रीन हाऊस गैंसों के उत्सर्जन को कम करने का आह्वान करते हुए कहा कि ग्लोबल वार्मिंग से खतरा बढ़ रहा है।

रक्तदान व हवन कर मनाया प्रधानमंत्री का जन्मदिन

सिरसा। मोदी के जन्मदिन पर हवन यज्ञ करते हुए। फोटो : हरिभूमि

■ सामाजिक संस्थाओं ने की शिरकत

सिरसा। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जन्मदिन बुधवार को सिरसा जिले में भाजपा व अन्य सामाजिक संस्थाओं द्वारा हवन यज्ञ व रक्तदान कर मनाया गया। भाजपा महिला मोर्चा ने सिरसा के श्याम बगीची में श्री श्री 1008 हरिओम महाराज के सान्निध्य में आयोजित अंतरराष्ट्रीय यज्ञ दिवस कार्यक्रम में पहुंचकर यज्ञ में आहुति डाली। कार्यकर्ताओं ने प्रधानमंत्री की लंबी आयु व अच्छे स्वास्थ्य की कामना की। इसके बाद कार्यकर्ता अनेक स्थानों पर लगाए गए रक्तदान शिविरों में पहुंची और रक्तदान किया। महिला मोर्चा की जिलाध्यक्ष एडवोकेट भावना शर्मा ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी द्वारा पीएम मोदी का जन्मदिन के जश्न को दो सप्ताह के सेवा पखवाड़े के तौर पर मनाया जा रहा है। 17 सितंबर से दो अक्तूबर तक चलने वाले सेवा पखवाड़े के दौरान भाजपा कार्यकर्ता देशभर के एक हजार जिलों में रक्तदान शिविर के साथ-साथ 75 शहरों में नमो दौड़ का भी आयोजन किया जा रहा है। इसके अलावा पौधरोपण से लेकर और भी कई तैयारियां की गई हैं। भावना शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व में देश ने अभूतपूर्व तरक्की की है और देश की जनता पीएम मोदी के 2047 में विकसित राष्ट्र के सपने को साकार करने का मन बना चुकी है इसके अलावा हरियाणा बीज विकास निगम में प्रधानमंत्री के जन्मदिन पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

सफाई अभियान चलाकर लोगों को दिया स्वच्छता का संदेश

रानियां। सेवा पखवाड़ा के तहत नगर पालिका रानियां द्वारा बुधवार को नए बस स्टैंड में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान नगर पालिका की टीम ने पूरे शहर में सफाई अभियान चलाकर लोगों को स्वच्छता के महत्व के प्रति जागरूक किया। बस स्टैंड एवं आस-पास के क्षेत्रों में विशेष सफाई की गई और नागरिकों को गीले और सूखे कचरे को अलग-अलग रखने की अपील की गई। गौरतलब है कि बुधवार से सेवा पखवाड़ा की शुरुआत की गई है और यह पखवाड़ा दो अक्टूबर चलेगा। इस पखवाड़े के तहत प्रतिदिन जागरूकता गतिविधियों का आयोजन किया जाएगा। इस अभियान का उद्देश्य स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक करना है।

जन्मदिन पर कार्यकर्ताओं ने किया रक्तदान, नेत्र जांच शिविर लगा व स्वच्छता अभियान चलाया

फतेहाबाद। रक्तदाताओं को प्रोत्साहित करते भाजपा नेता।

फतेहाबाद। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में आज फतेहाबाद जिले में भाजपा द्वारा सेवा पखवाड़ा का शुभारंभ किया गया। जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा के नेतृत्व में जिलेभर में सेवा के अनेक प्रकल्प चलाये गए। जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा व जिला प्रभारी सुरेन्द्र आर्य ने बतौर मुख्यातिथि विभिन्न सेवा कार्यों में शिरकत की। टोहाना विधानसभा क्षेत्र में पूर्व कैबिनेट मंत्री देवेन्द्र बबली के प्रयासों से विशाल नेत्र जांच कैम्प का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जन्मदिन केक काटकर मनाया गया।

इसके अलावा आईटीआई भोडियाखेड़ा तथा अग्रवाल धर्मशाला में आयोजित रक्तदान शिविरों में भी जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा और जिला प्रभारी सुरेन्द्र आर्य ने अपनी टीम के साथ भाग लिया। उन्होंने रक्तदान करने वाले युवाओं का हौंसला बढ़ाया और कहा कि रक्तदान से बड़ी कोई सेवा नहीं है। रक्तदान शिविर में बीजेपी नेता राजपाल बैनीवाल व कंवल चौधरी ने भी रक्तदान किया। इसके अलाव फतेहाबाद के तहसील चौक से स्वच्छता अभियान की शुरुआत की गई। इस अभियान के दौरान प्रवीण जोड़ा और सुरेन्द्र आर्य ने स्वयं झाड़ू लगाकर लोगों को स्वच्छता के प्रति प्रेरित किया। कार्यकर्ताओं ने अभियान में हिस्सा लेकर साफ-सफाई का संदेश दिया। उन्होंने कहा कि स्वच्छता केवल सरकारी कार्यक्रम नहीं, बल्कि हर नागरिक की जिम्मेदारी है। इसके लिए युवाओं, महिलाओं और समाज के हर वर्ग को आगे आना होगा। जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जन्मदिन केवल एक उत्सव नहीं बल्कि सेवा और समाज को आगे बढ़ाने का एक अभियान बन चुका है। उनके नेतृत्व में देश ने कई नई ऊँचाइयाँ हासिल की हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जीवन और उनके कार्य युवाओं के लिए प्रेरणा स्रोत हैं।

कार्यक्रम में ये पदाधिकारी रहे मौजूद

इस अवसर पर चेयरमैन भारत भूषण मिढ़ा, राजपाल बैनीवाल, महामंत्री विकास लालोदा, अशोक जाखड़, जंगजीत हुडा, संजय रेवड़ी, जगदीश शर्मा, सविता टुटेजा, संकेत गर्ग, पूनम सिंगला, रामकुमार मेहरा, किरण शर्मा, रमन मढ़िया, प्रवीण गिल, विनोद खीचड़, संदीप भोडिया, विकास शर्मा, आर्यन ग्रोवर, मंजीत शर्मा, जगदीप ग्रोवर, अनिल सिहाग मौजूद रहे।

स्वच्छता स्वास्थ्य, देश और समाज की प्रगति का आधार: वीरेंद्र सहरावत

सिरसा। मेगा सफाई अभियान की शुरूआत करते एडीसी व चेयरमैन शांति स्वरूप।

■ 'स्वच्छता ही सेवा' पखवाड़ा के तहत मेगा सफाई अभियान की शुरुआत

सिरसा। 'स्वच्छता ही सेवा' पखवाड़ा के तहत बुधवार को सिरसा में मेगा सफाई अभियान की शुरूआत की गई। अतिरिक्त उपायुक्त वीरेंद्र सहरावत व नगर परिषद सिरसा के चेयरमैन शांति स्वरूप ने स्थानीय लघु सचिवालय के पास झंडी दिखाते हुए अभियान का शुभारंभ किया। मेगा सफाई अभियान में नगर परिषद की टीमों के अलावा सामाजिक संस्थाओं के प्रतिनिधियों, स्कूली बच्चों व आमजन ने बढ़चढ़कर हिस्सा लिया। अभियान के तहत शहर के सभी 32 वार्डों में सफाई अभियान चलाया गया। इसके अलावा राजकीय विद्यालयों, सार्वजनिक स्थानों व शौचालयों, रिहायशी इलाकों व सरकारी कार्यालयों में सफाई अभियान संचालित किया गया। इस अवसर पर उपस्थित जनों को स्वच्छता की शपथ भी दिलवाई गई, जिसमें सभी ने अपने घर, कार्यालय व आसपास के वातावरण को स्वच्छ रखने का संकल्प लिया। इस दौरान पौधारोपण भी किया गया। साथ ही 'स्वच्छ उत्सव' टी-शर्ट भी लांच की गई। अतिरिक्त उपायुक्त वीरेंद्र सहरावत ने कहा कि स्वच्छता न केवल हमारे स्वास्थ्य से जुड़ी है, बल्कि यह समाज की प्रगति का भी आधार है। उन्होंने कहा कि सेवा पखवाड़ा सिर्फ एक कार्यक्रम नहीं, बल्कि सेवा और समर्पण का एक मौका है, जिसमें हर नागरिक को बढ़-चढ़कर हिस्सा लेना चाहिए। हर नागरिक स्वच्छता को जीवनशैली का हिस्सा बनाए। रोजाना अपने आसपास के क्षेत्र को साफ, सुंदर बनाए। जब स्वच्छता हमारी जीवनशैली का हिस्सा बनेगी तो हर अपने शहर को सुंदर, साफ व स्वच्छ बना सकेंगे। नगर परिषद के चेयरमैन शांति स्वरूप ने कहा कि स्वच्छता को जीवनशैली का हिस्सा बनाना प्रधानमंत्री मोदी के संकल्प को पूरा किया जाएगा।

जागरूकता एक पेड़ नशे के खिलाफ अभियान की बोसवाल से हुई शुरूआत

नशे से युवाओं का भविष्य अंधकारमय हो रहा : सिंगला

■ एएसपी दिव्यांशी सिंगला ने युवाओं का किया मार्गदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। बोसवाल में पौधारोपण करते एएसपी दिव्यांशी सिंगला व भवानी सिंह।

जिले को नशा मुक्त बनाने के संकल्प के साथ महाशक्ति चैरीटेबल ट्रस्ट द्वारा चलाए जा रहे एक पेड़ नशे के खिलाफ अभियान की शुरूआत गांव बोसवाल से अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक दिव्यांशी सिंगला ने की।

कार्यक्रम की अध्यक्षता ट्रस्ट के संस्थापक भवानी सिंह ने की। इस अवसर पर अमन राघव, अशोक कंबोज, मनोज चन्देल, पारस सिंगला, करण सरपंच, विजय शर्मा, अशोक नम्बरदार, गुरदीप अयालकी, कृष्ण पारचा, विपुल सोनी, विक्की हिजरांवा, शान्ति पूनिया, राजू खुम्बर, शैली सरपंच, बिक्करं सिंह अनिल कुमार आदि गणमान्य लोग उपस्थित थे।

एएसपी दिव्यांशी सिंगला ने कहा कि महाशक्ति चैरीटेबल ट्रस्ट दिन रात नशे के खिलाफ जिस तरह से कार्य कर पुलिस प्रशासन का सहयोग कर रहा है तो वह दिन दूर नहीं जब फतेहाबाद जिला नशा मुक्त होगा। उन्होंने कहा कि नशा समाज और परिवार दोनों के लिए विनाशकारी है। इससे न केवल युवाओं का भविष्य अंधकारमय होता है बल्कि परिवार और समाज भी प्रभावित होते हैं।

ड्रग फ्री समाज का किया आह्वान

उन्होंने ग्रामीणों, महिलाओं और युवाओं से आह्वान किया कि वे नशे के खिलाफ इस जनजागरण में बढ़-चढ़कर हिस्सा लें और अपने आस-पास के वातावरण को नशामुक्त बनाने का संकल्प लें। भवानी सिंह ने कहा कि एक पेड़ नशे के खिलाफ मुहिम का उद्देश्य लोगों को यह संदेश देना है कि जैसे एक पेड़ पर्यावरण और जीवन के लिए जरूरी है, वैसे ही नशामुक्त जीवन समाज के स्वास्थ्य और प्रगति के लिए अनिवार्य है। भवानी सिंह ने कहा कि महाशक्ति चैरीटेबल ट्रस्ट समय समय पर नशे के खिलाफ विभिन्न गांवों में पौधारोपण, जनजागरूकता रैलियाँ, नुक्कड़ नाटक और सेमिनार आयोजित किए जाएंगे। गांव बोसवाल में आयोजित कार्यक्रम में ग्रामीण, महिलाएँ, युवा और विद्यार्थी उपस्थित रहे।

शिविर में 250 यूनिट रक्त एकत्रित

सिरसा। शिविर में रक्तदान करते हुए रक्तदाता। फोटो : हरिभूमि

सिरसा। तेरापंथ युवक परिषद, अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के सहयोग से देशभर में मानवता के कल्याण के लिए बुधवार को मेगा रक्तदान शिविर आयोजित किए गए। इसी कड़ी में जिले में भी चार स्थानों पर रक्तदान शिविर लगाए गए। संयोजक देवेंद्र डागा ने बताया कि सिरसा में जैन धर्मशाला, शिव शक्ति ब्लड बैंक, आचार्य चैरिटेबल ट्रस्ट व खैरेकां युवा क्लब द्वारा रक्तदान शिविर लगाए गए। उन्होंने बताया कि शहर की तेरापंथ सभा, तेरापंथ महिला मंडल, तेरापंथ प्रोफेशनल फॉम, अणुव्रत समिति, भारतीय जनता पार्टी युवा मोर्चा डबवाली, आढ़ती एसोसिएशन व भारत विकास परिषद ने इस शिविर में सहयोग किया। अभियान के हरियाणा कोच मक्खन लाल गोयल ने बताया कि पिछले 14 वर्षों से परिषद द्वारा मानवता के कल्याण के लिए यह अभियान चलाया जा रहा है। उन्होंने बताया कि तेरापंथ युवक परिषद संस्था अध्यात्म के साथ-साथ सामाजिक कार्यों में भी अग्रणी भूमिका निभा रही है। उन्होंने युवा वर्ग का आह्वान किया कि वे नशे की प्रवृत्ति को छोडक़र समाजसेवा के कार्यों में बढ़चढ़कर भाग लें। रक्तदान शिविरों में करीब 250 यूनिट रक्त संग्रहण किया गया।