खबर संक्षेप

वाहनों पर लगाई रिफ्लेक्टिव टेप

फतेहाबाद। सडक़ सुरक्षा एवं सुरक्षित स्कूल वाहन पॉलिसी की बैठक में उपायुक्त डॉ. विवेक भारती द्वारा दिए गए दिशा निर्देशों की अनुपालना में तथा आरटीए सचिव संजय बिश्नोई की अध्यक्षता में बुधवार को फतेहाबाद शहर में विशेष अभियान चलाया गया। अभियान के तहत अनाज मंडी, पुलिस लाइन, नया बस अड्डा व अन्य स्थानों पर ट्रैक्टर, ट्राली, ई-रिक्शा, ऑटो रिक्शा व अन्य तकरीबन 200-250 साधनों पर रिफ्लेक्टिव टेप लगाई गई।

नशे में पुलिसकर्मियों से अभद्रता करने वाला काबू

फतेहाबाद। पुलिस कर्मियों के साथ अभद्रता करने के मामले में जाखल पुलिस ने एक युवक को काबू किया है। युवक पर शराब के नशे में हंगामा करने, गाली-गलौज व पुलिसकर्मियों से हाथापाई करने का आरोप है। थाना जाखल प्रभारी उपनिरीक्षक सुरेश ने बताया कि 27 अक्टूबर की रात नाका कडैल चौक पर ईएचसी सुरेश कुमार अपनी टीम के साथ नाइट ड्यूटी पर तैनात थे। इस दौरान एक काले रंग की महिंद्रा एक्सयूवी 700 नाका के सामने आकर रुकी।

तीन जुआरियों को रंगे हाथों किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। रतिया पुलिस ने जुआ खेलते तीन व्यक्तियों को रंगे हाथों गिरफ्तार किया। थाना रतिया प्रभारी उप-निरीक्षक रणजीत सिंह ने बताया कि मुखबर की सूचना पर नीलकंठ हॉस्पिटल बिल्डिंग के ऊपर स्थित अरोड़ा डेकोरेशन की दुकान पर छापा मारा गया, जहाँ कुछ व्यक्ति ताश के साथ जुआ खेल रहे थे। पुलिस ने मौके से 3450/- नकद राशि और ताश की गड्डी बरामद की।

चेक बाउंस के मामले में वांछित काबू

सिरसा। सिविल लाइन थाना पुलिस ने चेक बाउंस मामले में वांछित भगौड़े को शहर सिरसा क्षेत्र से काबू किया है। सिविल लाइन थाना प्रभारी इंस्पेक्टर प्रदीप कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान गांव धनूर निवासी सतनाम सिंह के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि आरोपी के खिलाफ चेक बाउंस के मामले में विभिन्न धाराओं के तहत सिविल लाइन थाना सिरसा में मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी। उन्होने बताया कि माननीय अदालत द्वारा आरोपी व्यक्ति को बार-बार नोटिस देने के बाद भी आरोपी अदालत से हाजिर नही हुआ।

510 ग्राम चूरापोस्त सहित आरोपी दबोचा

सिरसा। एंटी नारकोटिक्स सेल पुलिस टीम ने गश्त के दौरान कार्रवाई करते हुए गांव वीरूवाला गुढ़ा क्षेत्र से एक व्यक्ति के कब्जे से एक किलो 510 ग्राम चूरापोस्त बरामद किया है। एंटी नारकोटिक्स सेल पुलिस टीम के प्रभारी सब इंस्पेक्टर राजेंद्र कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए व्यक्ति की पहचान कुलविंद्र सिंह निवासी गांव वीरूवाला गुढा के रूप में हुई है।

छीना-झपटी की वारदात के दो आरोपी दबोचे

सिरसा। बडागुढ़ा थाना पुलिस ने गांव भंगू क्षेत्र में स्थित एक घर से सोने की बालियां छीना झपटी की में संलिप्त दो युवकों को जेल से प्रोडक्शन वारंट पर लेकर गिरफ्तार किया गया है। बडागुढ़ा थाना प्रभारी इंस्पेक्टर राजेश कुमार ने बताया कि भंगू निवासी एक महिला रात के समय अपने घर में सो रही थी। इस दौरान दो नौजवान युवक आए और घर में घुसकर महिला के कानों की बालियां छीन कर मौका से फरार हो गए। पीड़िता की शिकायत के आधार पर थाना बडागुढा में छीना झपटी का अभियोग दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

7 डीएसपी, 14 इंस्पेक्टर सहित 1107 पुलिस कर्मचारी संभालेंगे व्यवस्था

पटेल जयंती पर फतेहाबाद में कल रन फॉर यूनिटी में सीएम के साथ दौड़ेंगे 30 हजार युवा

पार्किंग की व्यवस्था

1. **सामान्य पार्किंग :** लघु सचिवालय के सामने, हुड्डा ग्राउंड, फतेहाबाद (कार एवं मोटरसाइकिल के लिए)।
2. **प्रतिभागी पार्किंग :** रन फॉर यूनिटी में शामिल प्रतिभागियों के वाहनों की पार्किंग व्यवस्था एमएम कॉलेज (पुराना ग्राउंड), खेल मैदान, रतिया रोड पर की गई है

फतेहाबाद। मुख्यमंत्री के प्रस्तावित दौरा कार्यक्रम को लेकर विभिन्न स्थानों का निरीक्षण करते डीसी व एसपी।

- उपायुक्त ने सीएम के आगमन के लिए प्रस्तावित रूट का निरीक्षण किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल की जयंती के अवसर पर 31 अक्टूबर को फतेहाबाद में राज्य स्तरीय रन फॉर यूनिटी कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। इस राज्य स्तरीय कार्यक्रम में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे और जिलेवासियों के साथ एकता की दौड़ में शामिल होकर युवाओं को प्रेरित करेंगे। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती और पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने बुधवार को शहर फतेहाबाद में मुख्यमंत्री के आगमन के लिए प्रस्तावित रूट का निरीक्षण किया। उन्होंने हैलीपैड स्थल से लेकर कार्यक्रम स्थल तक सुरक्षा, यातायात व पार्किंग की व्यवस्थाओं का जायजा लिया। राज्य स्तरीय कार्यक्रम के लिए जिला प्रशासन की सभी तैयारियां अंतिम चरण में हैं। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने बताया कि रन फॉर यूनिटी का शुभारंभ सुबह 7 बजे स्थानीय पंचायत भवन से होगा और समापन एमएम कॉलेज परिसर में किया जाएगा।

राष्ट्रीय एकता और सद्भाव का जीवंत प्रतीक बनेगी दौड़

रन फॉर यूनिटी में जिलेभर से विद्यार्थियों, खिलाड़ियों, महिला समूहों, मेरा युवा भारत के स्वयंसेवकों, सीनियर सिटीजन तथा आम नागरिकों की उत्साहपूर्ण भागीदारी होगी। डीसी के अनुसार यह दौड़ राष्ट्रीय एकता और सद्भाव का जीवंत प्रतीक बनेगी, जिसमें करीब 30 हजार प्रतिभागियों के शामिल होने की संभावना है। उपायुक्त ने कहा कि सामाजिक, धार्मिक और स्वयंसेवी संस्थाओं की सहायता से अधिक से अधिक वॉलिंटियर तैनात किए जाएंगे, ताकि प्रतिभागियों को मार्ग में किसी प्रकार की असुविधा न हो।

सीएम के कार्यक्रम के मद्देनजर मानव रहित हवाई उड़ान पर लगाया प्रतिबंध

जिलाधीश डॉ. विवेक भारती ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 के तहत प्रदत शक्तियों का प्रयोग करते हुए 31 अक्टूबर को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के प्रस्तावित दौरा कार्यक्रम की सुरक्षा के दृष्टि से हैलीपेड स्थल व कार्यक्रम स्थल के 500 मीटर क्षेत्र के क्षेत्र को रेड जोन घोषित करते हुए निषेधाज्ञा के आदेश पारित किए है। जारी आदेशों के तहत कार्यक्रम स्थल पर प्रोग्राम की कवरेज के लिए मांगी गई ड्रोन उड़ाने की स्वीकृति के अतिरिक्त अन्य कोई भी वीवीआईपी मार्ग के सभी कार्यक्रम स्थलों के 5 किलोमीटर के क्षेत्र में ड्रोन या पैराग्लाइडर उड़ानें पर प्रतिबंध रहेगा। इसके साथ ही वीवीआईपी मार्ग तथा वीआईपी के सभी कार्यक्रम स्थलों तथा उसके आसपास 75 मीटर के दायरे तक सडक़ के दोनों तरफ कोई भी वाहन खड़ा करने, कार्यक्रम स्थलों के पांच किलोमीटर की परिधि के क्षेत्र में लाठी-डंडे, तलवार, गंडासी व किसी प्रकार के घातक हथियार लेकर चलने पर तथा खुल पैट्रोल व डीजल की बोतल/केन पर प्रतिबंध रहेगा।

सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम

एसपी सिद्धांत जैन।

पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने बताया कि आयोजन स्थल एवं पूरे रन फॉर यूनिटी रूट पर 17 नाकों सहित भारी पुलिस बल की तैनाती की गई है। मुख्य मार्गों से जुड़े लिंक मार्गों पर बैरियर लगाकर यह सुनिश्चित किया जाएगा कि कोई भी वाहन या पशु मार्ग पर न आ सके। कार्यक्रम स्थल एवं मुख्य मार्ग की बीडीएस टीम द्वारा चेकिंग भी की जाएगी। क्षेत्र में कानून-व्यवस्था एवं शांति बनाए रखने हेतु 7 डीएसपी, 14 इंस्पेक्टर सहित कुल 1107 पुलिस कर्मियों की तैनाती की गई है।

रूट डायवर्ट, पुलिस ने जारी की लिस्ट

1. मिनी बाईपास, हिसार चुंगी से लेकर लघु सचिवालय, पंचायत भवन, लाल बत्ती चौक, पुराना बस अड्डा से नई अनाज मंडी मिनी बाईपास, सिरसा चुगीं तक वाहनों की आवाजाही बंद रहेगी।
2. सिरसा से हिसार व हिसार से सिरसा जाने वाले वाहन फतेहाबाद बाईपास का प्रयोग करें।
3. भट्टू से रतिया, हिसार व सिरसा जाने वाले वाहन मिनी बाईपास सडक़ का उपयोग करते हुए नई अनाज मंडी, दौलतपुर रोड से हंसपुर कैंची होकर एनएच-9 का प्रयोग करें।
4. रतिया से हिसार व सिरसा जाने वाले वाहन सीधे एनएच-9 हाईवे सडक़ का प्रयोग करें।
5. रतिया से भट्टू जाने वाले वाहन हंसपुर कैंची-दौलतपुर रोड-नई अनाज मंडी-मिनी बाईपास-भोडियाखेड़ा मार्ग का उपयोग करें।
6. भूना से भट्टू जाने वाले वाहन भी हंसपुर कैंची-दौलतपुर रोड-नई अनाज मंडी-मिनी बाईपास-भोडियाखेड़ा मार्ग का उपयोग करें।
7. हिसार से शहर में प्रवेश करने वाले वाहन मिनी बाईपास सडक से सुंदर नगर, योग नगर, जगजीवनपुरा, बीघड़ रोड, स्वामी नगर, हरनाम सिंह कॉलोनी, मातूराम कॉलोनी, सतीश कॉलोनी, नहर कॉलोनी, अग्रवाल कॉलोनी, परशुराम कॉलोनी, पुरानी अनाज मंडी की ओर जाने के लिए भट्टू रोड व बीघड़ रोड का उपयोग करें।
8. हिसार से शहर में आने वाले अन्य वाहन नेशनल हाइवे-9 से माजरा रोड कट के माध्यम से अशोक नगर, रविदास चौक, डीएसपी रोड, जवाहर चौक, फव्वारा चौक, वाल्मीकि चौक, मॉडल टाउन, गुरुनानक पुरा मोहल्ला की ओर जा सकते हैं।
9. सिरसा व रतिया से आने वाले वाहन एनएच-9 हाइवे से रतिया कट के माध्यम से अशोक नगर, रविदास चौक, डीएसपी रोड, जवाहर चौक, फव्वारा चौक, वाल्मीकि चौक, मॉडल टाउन, गुरुनानक पुरा मोहल्ला, भाटिया कॉलोनी, प्रोफेसर कॉलोनी, हंसपुर रोड की ओर जा सकते हैं।

अनेक मार्गों पर यातायात अस्थायी रूप से बंद रहेगा

रन फॉर यूनिटी को लेकर रूट डायवर्ट, पुलिस ने जारी की लिस्ट कार्यक्रम को लेकर 30 अक्टूबर को दोपहर 2 बजे से 31 अक्टूबर को दोपहर 12 बजे तक अनेक मार्गों पर यातायात अस्थायी रूप से बंद रहेगा। नागरिकों की सुविधा के लिए वैकल्पिक मार्ग निर्धारित किए गए हैं।

हिजरावां कलां में नशीली दवाएं बेचने वाला झोलाछाप डॉक्टर पुलिस के हत्थे चढ़ा

- आरोपी के कब्जे से 560 नशीली गोलियां बरामद की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। नशीली गोलियों सहित गिरफ्तार युवक। *फोटो : हरिभूमि*

सीआईए फतेहाबाद टीम ने नशीली गोलियों की सप्लाई करने वाले एक झोला छाप डॉक्टर को काबू किया है। पकड़े गए युवक की पहचान लक्ष्मण उर्फ लच्छा पुत्र मिठा राम निवासी हिजरांवा कलां के रूप में हुई है।आरोपी के कब्जे से कॉमर्शियल मात्रा में 560 नशीली गोलियां बरामद की गई हैं। सीआईए फतेहाबाद प्रभारी उपनिरीक्षक वेदपाल ने बताया कि एएसआई गोबिन्द राम को मुखबिर खास से सूचना मिली थी कि एक व्यक्ति लक्ष्मण उर्फ लच्छा पुत्र मिठा राम निवासी हिजरांवा कलां गांव में झोलाछाप डॉक्टर बनकर नशीली गोलियां बेचने का काम करता है सूचना की पुष्टि होने पर पुलिस टीम ने डीएसपी जगदीश कुमार की मौजूदगी में हिजरांवा बाईपास रोड पर निगरानी अभियान चलाया। थोड़ी देर में एक युवक काले रंग का पॉलिथीन हाथ में लिए वहां आता दिखाई दिया, जो पुलिस टीम को देखकर घबराकर वापिस मुड़ गया। शक के आधार पर उसे काबू किया गया।

डॉग स्क्वायड के प्रशिक्षित स्वान जैक और रैंबो की मदद से ली तलाशी

रतिया पुलिस ने चलाया सघन चेकिंग अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

रतिया। क्षेत्र में अपराधियों की धरपकड़ को लेकर चैकिंग अभियान चलाते पुलिस कर्मचारी।

अपराध, नशा और असामाजिक गतिविधियों पर प्रभावी नियंत्रण के लिए पुलिस द्वारा बुधवार सुबह रतिया क्षेत्र में विशेष सघन चेकिंग अभियान चलाया गया। इस अभियान में डॉग स्क्वायड के प्रशिक्षित स्वान जैक और रैंबो सक्रिय भूमिका में रहे, जिन्होंने संदिग्ध व्यक्तियों और संदिग्ध वाहनों की गहन तलाशी में पुलिस टीम की मदद की।

डीएसपी रतिया नर सिंह ने बताया कि अभियान के दौरान टीम ने बस स्टैंड क्षेत्र, अनाज मंडी, मुख्य बाजार, स्कूलों के पास और बाहरी प्रवेश-पथ सहित रतिया के सभी महत्वपूर्ण स्थलों पर विशेष निगरानी रखी। डॉग स्क्वायड और अन्य पुलिस कर्मियों ने संदिग्ध व्यक्तियों की पहचान की, उनकी गहन पूछताछ की और आवश्यकतानुसार तलाशी ली। यह अभियान रतिया क्षेत्र में अपराध, नशा, जुआ और अन्य अवैध गतिविधियों पर अंकुश लगाने और आम नागरिकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के उद्देश्य से चलाया गया।

लोगों से की अपील

डीएसपी रतिया ने लोगों से अपील करते हुए कहा कि वे किसी भी संदिग्ध व्यक्ति, गतिविधि या नशे के सौदागर की जानकारी तुरंत पुलिस को दें। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने स्पष्ट किया कि नशा और अपराध से जुड़े किसी भी प्रयास को अब बख्शा नहीं जाएगा। इस प्रकार की कार्रवाईयों से अपराधियों को उनके कुकृत्यों का दंड अवश्य भुगतना पड़ेगा।

रतिया। पुलिस गिरफ्त में नशा सप्लायर।

नशे से युवक की मौत के के मामले में सप्लायर को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव मिराना में युवक सेवक सिंह की नशे से हुई मृत्यु के मामले में रतिया पुलिस ने मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी की पहचान अमरीक सिंह पुत्र बच्चन सिंह निवासी मिराना के रूप में हुई है। आरोप है कि मृतक युवक सेवक सिंह अमरीक सिंह से ही नशा खरीदा करता था। इस मामले में पुलिस ने मृतक युवक के भाई बूटा सिंह के बयानों पर गांव के ही दो व्यक्तियों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। पुलिस को दी गई शिकायत में बूटा सिंह ने बताया कि उसका भाई सेवक सिंह चिट्टे का आदी था। गांव के ही मलकीत सिंह व अमरीक सिंह चिट्टे बेचने का काम करते थे। उसका भाई सेवक सिंह उक्त दोनों व्यक्तियों से के घर से नशा लेकर आता था और उक्त दोनों व्यक्तियों की लापरवाही और नशा देने के कारण ही उसके भाई की मृत्यु हुई है। पुलिस ने बूटा सिंह के बयानों पर गांव के मलकीत सिंह व अमरीक सिंह के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर एक आरोपी अमरीक को काबू कर लिया है।

पांच लाख रुपये की एक किलो 654 ग्राम अफीम सहित तस्कर गिरफ्तार

आरोपी की पहचान अरदास सिंह के रूप में हुई

सिरसा। पुलिस गिरफ्त में अफीम तस्कर।

सिरसा। पुलिस ने जिला के गांव मतुवाला वाला क्षेत्र से एक नशा तस्कर को करीब 5 लाख रुपये की एक किलो 654 ग्राम अफीम के साथ गिरफ्तार किया है। पुलिस अधीक्षक, सिरसा दीपक सहारण ने बुधवार बताया कि गिरफ्तार किए गए तस्कर की पहचान अरदास सिंह उर्फ भोला पुत्र सोहन सिंह निवासी गांव मतुवाला वाला जिला सिरसा के रुप में हुई है। उन्होंने बताया कि सीआईए ऐलनाबाद पुलिस टीम के प्रभारी इंस्पेक्टर धर्मवीर सिंह के नेतृत्व में एक पुलिस टीम गश्त व चेकिंग के दौरान रानियां थाना क्षेत्र के गांव मतुवाला की तरफ जा रही थी। इस दौरान पुलिस टीम को गली में से एक युवक अपने हाथ में प्लास्टिक बैग लिए हुए आता हुआ दिखाई दिया। उक्त युवक ने सामने पुलिस टीम को देखकर अचानक वापस मुडक़र भागने की कोशिश की तो शक के आधार पर पुलिस ने युवक को काबू कर उसके हाथ में लिए प्लास्टिक के बैग की तलाशी ली तो उसके कब्जे से करीब पांच लाख रुपए की एक किलो 654 ग्राम अफीम बरामद हुई।

पुलिस पर फायरिंग कर कैदी छुड़वाने के मामले में सीआईए ने एक और आरोपी को किया काबू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। पुलिस गिरफ्त में कैदी छुड़वाने के मामले में पकड़ा गया युवक।

कैदी छुड़वाने और पुलिस पर फायरिंग करने के मामले में सीआईए फतेहाबाद ने आरोपी मुकेश उर्फ मिकू पुत्र सज्जन निवासी दिनोद, जिला भिवानी को काबू किया है। इससे पहले इसी मामले में 8 आरोपियों को पुलिस पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। सीआईए फतेहाबाद प्रभारी उपनिरीक्षक वेदपाल ने बताया कि यह मामला 20 दिसंबर 2024 का है, जब एस्कॉर्ट गार्ड फरीदाबाद पुलिस टीम कैदी रवि पुत्र राममेहर निवासी जागसी, जिला सोनीपत को पेशी हेतु फतेहाबाद कोर्ट लेकर आई थी। पेशी पूरी करने के बाद पुलिस पार्टी कैदी को वापिस नीमका जेल ले जा रही थी। जब पुलिस वाहन बडोपल नहर पुल के पास पहुंचा तो कैदी ने लघुशंका के बहाने वाहन रुकवाया। उसी दौरान मौके पर एक काले रंग की स्कॉर्पियो गाड़ी से 6-7 युवक हथियारों सहित आए और पुलिस पार्टी पर फायरिंग करते हुए कैदी को छुड़वा लिया।

मिसाल आय में वृद्धि और पर्यावरण संरक्षण का उत्कृष्ट उदाहरण किया प्रस्तुत

प्रगतिशील किसान सतपाल ने 700 एकड़ में किया पराली प्रबंधन

- अब तक लगभग 10 हजार एकड़ क्षेत्र की पराली का प्रबंधन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। पराली प्रबंधन का कार्य करते नाढोड़ी निवासी प्रगतिशील किसान सतपाल सिंह। फोटो : हरिभूमि

जिले के गांव नाढोड़ी के प्रगतिशील किसान सतपाल सिंह पुत्र मांगे राम ने आधुनिक कृषि यंत्रों और सरकारी योजनाओं का सदुपयोग करते हुए पराली प्रबंधन के क्षेत्र में एक मिसाल कायम की है। खेती के साथ-साथ वे एक निजी आईटीआई संस्थान का संचालन भी करते हैं। आधुनिक तकनीक अपनाकर उन्होंने न केवल अपनी आय में वृद्धि की है बल्कि पर्यावरण संरक्षण का भी उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया है। वर्ष 2018-19 में सतपाल सिंह ने कृषि विभाग से अनुदान पर एक स्ट्रॉ बेलर मशीन प्राप्त की। इसी वर्ष उन्होंने लगभग 700 एकड़ क्षेत्र की पराली का सफल प्रबंधन किया। पराली को जलाने के बजाय गांठें बनाकर उपयोगी बनाया। इस सफलता से प्रेरित होकर उन्होंने वर्ष 2020 में अपने साथ 6-7 अन्य किसानों को जोड़ा तथा कुल 7 बेलर मशीनों के माध्यम से कार्य प्रारंभ किया, जिनमें से 4 मशीनें विभागीय अनुदान से प्राप्त की गई।

वर्तमान में सतपाल सिंह अपनी 7 बेलर मशीनों की सहायता से भूना, टोहाना और रतिया ब्लॉकों के लगभग 20 गांवों में सक्रिय रूप से कार्य कर रहे हैं। अब तक उन्होंने लगभग 10 हजार एकड़ क्षेत्र की पराली का सफलतापूर्वक प्रबंधन किया है, जिससे लगभग दो लाख क्विंटल पराली की गांठें तैयार की गईं। इन गांठों का उपयोग गौशालाओं एवं विभिन्न उद्योगों में किया गया है। सेवा शुल्क के रूप में कुछ किसानों से एक हजार रुपये प्रति एकड़ लिया गया। इसके अतिरिक्त, उन्होंने सुपर सीडर एवं जीरो ड्रिल मशीन से लगभग 300 एकड़ क्षेत्र में भी पराली का प्रबंधन किया।

20 हजार एकड़ में पराली प्रबंधन का लक्ष्य

सतपाल सिंह द्वारा तैयार की गई पराली बेलों की आपूर्ति हरियाणा, पंजाब, गुजरात और राजस्थान की गौशालाओं व उद्योगों को की जा रही है। अब पराली किसानों के लिए कचरा नहीं, कमाई का जरिया बन चुकी है। सतपाल सिंह का लक्ष्य आगामी वर्षों में 20 हजार एकड़ क्षेत्र की पराली का प्रबंधन करना है। वे कृषि विभाग के सहयोग से इस कार्य का विस्तार करने और अधिक से अधिक किसानों को इस मुहिम से जोडऩे की दिशा में कार्यरत हैं। सतपाल सिंह ने यह सिद्ध किया है कि यदि किसान आधुनिक तकनीक और सरकारी योजनाओं का सही उपयोग करें, तो पराली जलाने जैसी समस्या को अवसर में बदला जा सकता है। उनकी यह पहल वेस्ट टू वेल्थ का सजीव उदाहरण है जो पर्यावरण संरक्षण, पशु चारा उपलब्धता एवं ग्रामीण आजीविका सशक्तिकरण तीनों को एक साथ बढ़ावा देती है।

साउंड हीलिंग थेरेपी ध्वनि से संभव तन-मन का उपचार

बदलती जीवनशैली की वजह से आज के दौर में अधिकतर लोग मानसिक रूप से परेशान नजर आते हैं। इसका असर शारीरिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। इनसे राहत के लिए साउंड हीलिंग थेरेपी बहुत कारगर हो सकती है।

नेचुरोपैथी

बुशरा फातमा

बीते एक दशक में जितनी तेजी से हमारी लाइफस्टाइल में बदलाव आया है, उसने पूरी तरह हमारे मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य को बदल दिया है। छोटी-छोटी बातों पर तनावग्रस्त हो जाना या डिप्रेशन में चले जाना, आम समस्या बनती जा रही है। भारत उन देशों की कतार में भी आगे होता जा रहा है, जहां डिप्रेशन के मरीजों की संख्या अधिक है। बढ़ता तनाव और उससे जुड़ी शारीरिक समस्याएं, लोगों को फिर से उन प्राचीन यौगिक क्रियाओं और प्राकृतिक चिकित्सा की तरफ मोड़ रहा है, जो एक समय में हमारे देश में बहुत प्रचलित हुआ करती थीं। साउंड हीलिंग थेरेपी एक ऐसी ही थेरेपी है, जिसे लेकर लोगों में में रुझान बढ़ रहा है, जो तनाव कम करने में कारगर साबित हो रहा है।

कैसे काम करती है थेरेपी: साउंड हीलिंग एक ऐसी थेरेपी है, जिसमें ध्वनि तरंगों का इस्तेमाल किया जाता है, जो हमारे शरीर के सातों चक्रों पर काम करते हैं। इन सात चक्रों से संबंधित सात अलग-अलग बाउल का यूज किया जाता है, जिनके अलग नोट्स होते हैं और वो शरीर पर उसी नोट्स के हिसाब से काम करते हैं। ये बाउल मुख्यत: हाथों से बने होते हैं, जिनमें सात धातुओं का मिश्रण होता है, जिन्हें पूर्णिमा की रात में बनाया जाता है। इन बाउल में इतने वाइब्रेशन मौजूद होते हैं कि ये हमारे शरीर के चक्रों को सीधे प्रभावित करते हैं। इसलिए जब अलग-अलग चक्र के बाउल्स हमारे आस-पास बजाए जाते हैं, तब उनसे जो वाइब्रेशंस निकलती हैं, वो हमारे चक्रों के ब्लॉक को तोड़ देती हैं। चूंकि शरीर में मौजूद चक्रों के असंतुलन से ही मानसिक और शारीरिक समस्याएं उत्पन्न होती हैं। ऐसे में साउंड हीलिंग थेरेपी हमारे चक्रों को बैलेंस करने का काम करता है।

साउंड हीलिंग उन लोगों के लिए बहुत लाभदायक है, जो किसी मानसिक समस्या से गुजर रहे हैं और अपने दैनिक जीवन में तनाव को आसानी से हैंडल नहीं कर पाते हैं। चूंकि मन का स्वास्थ्य, तन के स्वास्थ्य से जुड़ा होता है, इसलिए कई ऐसे लोग जो किसी गंभीर बीमारी से भी गुजर रहे हों तो साउंड हीलिंग उनके लिए लाभदायक सिद्ध हो सकता है।

तनाव-चिंता से दिलाए राहत: साउंड हीलिंग थेरेपी में अलग-अलग ध्वनि के वाइब्रेशन शरीर को अलग-अलग तरीके से ही प्रभावित करते हैं, जो हमारी चिंता और तनाव को काफी हद तक कम करने में मदद करते हैं। ये वाइब्रेशन, कोशिकाओं को शांत करती है, जिससे तनाव कम महसूस होने लगता है। कई बार जब आप ये थेरेपी लेंगे तो सर भारी महसूस होगा लेकिन कुछ सेशन लेने के बाद आप अपने तनाव को कम होता महसूस करेंगे।

अच्छी नींद में मददगार: जिन लोगों को कम नींद या नींद न आने की समस्या हो उनके लिए ये थेरेपी रामबाण की तरह काम करती है। शरीर में मौजूद चक्र जब धीरे-धीरे संतुलन में आने लगते हैं तो दिमाग शांत होने लगता है और उससे अच्छी नींद आती है।

एकाग्रता बढ़ाने में सहायक: बढ़ते काम का बोझ हो या स्टूडेंट्स की पढ़ाई का बढ़ता स्ट्रेस दिमाग को अशांत तो बनाता ही है। साथ ही ये एकाग्रता को भी कम करता है। साउंड हीलिंग थेरेपी एकाग्रता को बढ़ाने में मदद करती है और फोकस में वृद्धि करती है। रैटल शेकर इस थेरेपी में इस्तेमाल किया जाने वाला एक ऐसा अद्भुत यंत्र है, जिसे ऋषिकेश के जंगलों में पाए जाने वाले एक पेड़ के बीज से बनाया जाता है। हमारा दिमाग चार अलग-अलग वेव्स पर काम करता है अल्फा, बीटा, डेल्टा और गामा और जब हम किसी बात को लेकर ओवर थिंकिंग करते हैं तो वो दिमाग अल्फा, बीटा के स्टेट में चला जाता है। जब रैटल शेकर को मस्तिष्क पर रखा जाता है तो उससे निकलने वाली आवाज से शरीर प्रतिक्रियाएं देता है और दिमाग शांत होता चला जाता है।

कोर्टिसोल हॉर्मोन पर नियंत्रण: हमारे शरीर में मौजूद कोर्टिसोल हॉर्मोन बहुत-सी बीमारियों को जन्म देती है और शरीर के जिस हिस्से में यह बढ़ता है, वहां म्यूकस पैदा होता है। डिप्रेशन के मरीजों में कोर्टिसोल हॉर्मोन की मात्रा बहुत बढ़ जाती है और साउंड हीलिंग थेरेपी में ये हॉर्मोन रिएक्ट करता है इसलिए रेगुलर सेशन के बाद मरीज खुद को काफी शांत और हल्का महसूस करता है।

लाइफस्टाइल में बदलाव है जरूरी: डिजिटल और सोशल मीडिया के बढ़ते इस्तेमाल ने लोगों को बहुत इंपल्सिव और इंसिक्योर बना दिया है और लोग शांति और सुकून की तलाश में अपने पुराने दौर की जीवनशैली की तरफ दोबारा बढ़ रहे हैं। लेकिन अगर अपने लाइफस्टाइल में हेल्दी बदलाव लाया जाए तो मानसिक तनाव पर बहुत हद तक काबू पाया जा सकता है। अच्छे खान-पान की आदत, अच्छी नींद और हार्मोनल बैलेंस के लिए सुबह-सुबह घास पर नंगे पांव चलना न सिर्फ फिजिकली फिट रखने में मदद करता है बल्कि यह हमारे मानसिक स्वास्थ्य को भी ठीक करता है। पूरे दिन में एक घंटे की फिजिकल एक्टिविटी जैसे वॉक, योग या जॉगिंग भी मेंटल फिटनेस के लिए बहुत जरूरी है। *

(होलिस्टिक हीलर शुभांगी चौहान से बातचीत पर आधारित)

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. विकास अग्रवाल

जनरल फिजीशियन, कोलकाता

अस्त-व्यस्त जीवनशैली समेत कुछ अन्य वजहों से इन दिनों अनेक लोग थाइरॉयड प्रॉब्लम से ग्रस्त रहने लगे हैं। हालांकि पुरुषों की तुलना में महिलाएं इससे अधिक ग्रस्त रहती हैं लेकिन पुरुषों में भी इसे काफी देखा जाने लगा है। ध्यान ना देने पर कई बार यह रोग गंभीर रूप भी ले लेता है। इसलिए यहां आपको इस रोग के कारणों, लक्षणों, उपचार और बचाव के बारे में डिटेल में बता रहे हैं।

कई अन्य समस्याओं की वजह बन सकती है थाइरॉयड प्रॉब्लम

अगर आप अकसर बिना किसी कारण के खुद को बेचैन महसूस करते हैं, घबराए हुए से रहते हैं और जरा भुलक्कड़ भी हो गए हैं। किसी कार्य में एकाग्रचित्त नहीं हो पाते हैं। अचानक आपका शारीरिक वजन घटने या बढ़ने लगा है। जरूरत से ज्यादा थकान महसूस होती रहती है तो सावधान हो जाएं ऐसा थाइरॉयड प्रॉब्लम की वजह से भी हो सकता है। इंडियन थाइरॉयड सोसाइटी से प्राप्त आंकड़ों के मुताबिक भारत में 4.2 करोड़ से ज्यादा लोग थाइरॉयड के मरीज हैं, जिनमें 60 प्रतिशत महिलाएं हैं।

क्या है थाइरॉयड प्रॉब्लम

हमारे गले में अखरोट के आकार की थाइरॉयड ग्लैंड होती है, जो दो तरह के हारमोन टी3 और टी4 बनाती है। यह शरीर की सबसे महत्वपूर्ण ग्रंथियों में से एक है, जो कई शारीरिक क्रियाओं को कंट्रोल में रखती है। अच्छी नींद, स्वस्थ पाचन तंत्र, मेटाबॉलिज्म, लिवर फंक्शन, शरीर के तापमान को नियमित रखना और उसका विकास आदि। इस तरह आप थाइरॉयड ग्रंथि को शरीर का सेंट्रल कंट्रोलर मान सकते हैं। यह समस्या दो प्रकार की हो सकती है- हाइपोथाइरॉयडिज्म और हाइपरथाइरॉयडिज्म। हाइपो में वजन बढ़ने लगता है और भूख कम लगती है। हाथ पांव में सूजन आ जाती है। सुस्ती और ठंड लगने से व्यक्ति परेशान रहता है। महिलाओं में मासिकधर्म में गड़बड़ी और याददाश्त में कमी हो जाती है। आयोडीन की कमी के अलावा खान-पान पर ध्यान नहीं देना और जरूरत से ज्यादा तनावयुक्त जीवन थाइरॉयड समस्या को बढ़ावा देता है।

हाइपरथाइरॉयडिज्म समस्या में मरीज का वजन कम हो जाता है और बार-बार भूख लगती है। हमेशा टेंशन महसूस होना, ध्यान केंद्रित ना कर पाना, तेज या धीमी धड़कन और ब्लड प्रेशर की समस्या, वजन का तेजी से गिरना या बढ़ना, गले में सूजन, ज्यादा पसीना आना, मासिकधर्म की परेशानी, नींद में कमी, थकान को मिटाने के लिए बार-बार कुछ खाने की इच्छा, गैस्ट्रिक अल्सर, बार-बार यूरिन आना इसके लक्षणों में शामिल हैं। हाइपर थाइरॉयडिज्म की तुलना में हाइपोथाइरॉयडिज्म में यह समस्या ज्यादा देखी जाती है। ऐसा तब होता है, जब शरीर के कुछ सेल्स थाइरॉयड ग्लैंड की सेल्स को खत्म करना शुरू कर देते हैं। इसीलिए इसे ऑटो इम्यून बीमारी भी कह सकते हैं। पहले के दौर में यह समस्या काफी ज्यादा हुआ करती थी, लेकिन आजकल लोग इसके प्रति सचेत हो गए हैं।

थाइरॉयड रोग के लक्षण

इसके लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि थायराइड ग्रंथि अधिक सक्रिय (हाइपरथाइरॉयडिज्म) है या कम सक्रिय (हाइपोथाइरॉयडिज्म) है। थाइरॉयड के लक्षण हर व्यक्ति में अलग-अलग हो सकते हैं और धीरे-धीरे विकसित हो सकते हैं।

कम सक्रिय थाइरॉयड के लक्षण: थकान और कमजोरी, वजन बढ़ना, ठंड लगना, त्वचा और बालों का रूखापन, बाल झड़ना, कब्ज, मांसपेशियों में दर्द या जकड़न, डिप्रेशन या मूड स्विंग्स, धीमी हृदय गति, अनियमित या हैवी ब्लीडिंग, याददाश्त कमजोर होना, चेहरा या आंखों के आस-पास सूजन इसके लक्षणों में शामिल हैं।

अधिक सक्रिय थाइरॉयड के लक्षण: वजन कम होना (भूख बढ़ने के बावजूद), घबराहट, चिंता या बेचैनी महसूस होना, तेज हृदय गति या धड़कन, पसीना आना या गर्मी लगना, असहज लगना, नींद में परेशानी, बार-बार मल त्याग या दस्त, मांसपेशियों में कमजोरी, हाथों में कंपन, महिलाओं में अनियमित पीरियड्स, बालों का पतला होना, आंखों में उभार होना।

थाइरॉयड प्रॉब्लम के साइड इफेक्ट्स

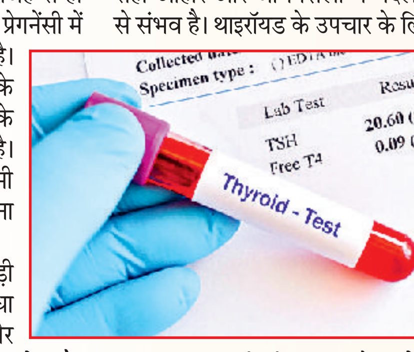
इससे हड्डियां भी कमजोर पड़ने लगती हैं। थाइरॉयड के मरीजों को ऑस्टियोपोरोसिस होने की आशंका हो सकती है। पैरों में दर्द और वाटर रिटेंशन की समस्या भी थाइरॉयड प्रॉब्लम से ही जुड़ी है।

थाइरॉयड ग्लैंड में असंतुलन होने की वजह से हारमोंस में असंतुलन होता है। इससे दिल की बीमारी से लेकर इनफर्टिलिटी तक भी हो सकती है। थाइरॉयड कैंसर भी इसी असंतुलन का ही नतीजा है। गले में दर्द, सूजन और हमेशा भारीपन महसूस होना इसकी वजह से हो सकता है। हाइपोथाइरॉयडिज्म, प्रेगनेंसी में काफी खतरनाक हो सकता है। यह गर्भ में पल रहे शिशु के विकास और उसके मस्तिष्क के लिए काफी नुकसानदेह होता है। इसलिए महिलाएं जब भी प्रेगनेंसी प्लान करें, तो अपना थाइरॉयड टेस्ट जरूर कराएं।

थाइरॉयड हारमोंस से जुड़ी समस्या है, इसीलिए इसका सीधा असर सेक्स इच्छा और इनफर्टिलिटी पर पड़ता है। पुरुषों और महिलाओं में भी थाइरॉयड, सेक्स को प्रभावित करता है। अचानक आए मूड में बदलाव के लिए डॉक्टर से कंसल्ट करके थाइरॉयड टेस्ट कराएं और एंडोक्राइनोलॉजिस्ट से मिलें। थाइरॉयड की दवाएं लेने पर व्यक्ति नॉर्मल सेक्सुअल लाइफ जी सकता है। थाइरॉयड की समस्या ज्यादातर स्त्रियों में ही देखने को मिलती है। पुरुषों में थाइरॉयड की समस्या स्त्रियों की तुलना में कम देखने को मिलती है। इसके लक्षण दिखने पर डॉक्टर को जरूर बताएं। इससे जुड़ी सावधानियों और दवाओं के बारे में वे बताएंगे। जब तक थाइरॉयड नार्मल नहीं हो तब तक महिलाओं को प्रेगनेंसी प्लान करने से बचना चाहिए।

टेस्ट-ट्रीटमेंट

थाइरॉयड प्रॉब्लम की जांच के लिए डॉक्टर की सलाह पर TSH, T3, T4 जैसे ब्लड टेस्ट करवाए जा सकते हैं। थाइरॉयड की समस्या का इलाज दवाओं, सही आहार और जीवनशैली में बदलाव से संभव है। थाइरॉयड के उपचार के लिए डॉक्टर द्वारा बताई गई दवा फायदेमंद होती है। इससे मोटापा और थकान कंट्रोल में हो जाता है। थाइरॉयड की गोली ताउम्र खानी पड़ सकती है, पर कुछ केस में यह दवा छूट सकती है। दवा खाने और ना खाने का निर्णय आप डॉक्टर से कंसल्ट कर ही तय कर सकते हैं। *

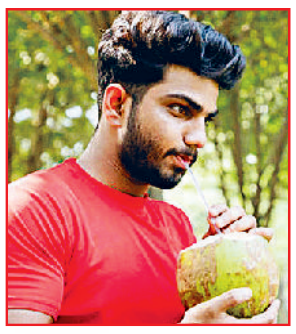


प्रस्तुति: शिखर चंद जैन

प्रिकॉशन

राजकुमार 'दिनकर'

नारियल पानी पीने से पहले...



हम अकसर हरे नारियल को कटवाकर उसमें सीधे स्ट्रॉ लगाकर उसका पानी पीते हैं। क्या आपको पता है कि नारियल पानी को इस तरह सीधे नारियल से पीना, हमारे लिए फंगल इंफेक्शन का भी कारण बन सकता है। हालिया हुए एक अध्ययन से खुलासा हुआ है कि नारियल पानी को सीधे नारियल से पीना हमारी सेहत के लिए नुकसानदेय हो सकता है। क्योंकि इन हरे नारियल को आमतौर पर किसी ठंडी जगह पर स्टोर नहीं किया जाता, उन्हें एक बार तोड़ने के बाद एक जगह से दूसरी जगह लाकर बेचा जाता है। इस प्रक्रिया में नारियल कभी ठंडे, तो कभी बेहद गर्म वातावरण में रहते हैं। नम वातावरण में भी लगातार महीनों ऐसे ही रहने के कारण इनमें खतरनाक बैक्टीरिया, कवक और विषाक्त पदार्थ भी पैदा हो सकते हैं।

हो सकती हैं इस तरह की समस्याएं: प्रदूषित नारियल पानी बासी होने के कारण बहुत किस्म के हानिकारक बैक्टीरिया का घर हो सकते हैं। जिस पानी को पीने से हमें पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इसे पीने के बाद उल्टी, पेट दर्द और दस्त हो सकता है। दूषित नारियल पानी में नाइट्रोप्रोपियोनिक एसिड जैसे विषाक्त पदार्थ हमारे तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करता है, जिसमें चक्कर आना, मांसपेशियों में सिकुड़न होने के लक्षण दिखाई देते हैं। अगर नारियल के भीतर मौजूद पानी ज्यादा प्रदूषित हो तो सांस लेने में भी कठिनाई महसूस होती है। इससे सीने में जकड़न या फेफड़ों में तरल पदार्थ का जमाव हो सकता है। अगर ऐसे लक्षण दिखाई दें या असहज महसूस हो तो समझ जाएं कि नारियल पानी में कोई कमी है। तो तुरंत चिकित्सक से संपर्क करना चाहिए।

सावधानी बरतें: नारियल पानी पीते समय कुछ सावधानी बरतें।

- नारियल सीधे न पिएं क्योंकि इसके बाहरी आवरण पर मौजूद दरारों से सूक्ष्मजीव नारियल में प्रवेश करते हैं।
- नारियल या नारियल पानी लाने के बाद उसको फ्रिज में रखें ताकि इसमें फफूंद और जीवाणु पनप न सकें।
- नारियल पानी पीते समय अगर आपको उसके स्वाद में खट्टापन, महक महसूस हो तो समझ जाएं कि यह भीतरी तौर से प्रदूषित है।
- कहीं भी खुले में नारियल खरीदने की बजाय सीलबंद पॉश्चराइज्ड नारियल पानी ही चुनें, जिनको सावधानीपूर्वक संरक्षित किया गया हो।
- अगर नारियल के खोल पर दरारें दिखती हैं तो ऐसे नारियल को न खरीदें। यह जरूरी नहीं कि रेफ्रिजरेटर में रखे नारियल भी पीने के लिहाज से सुरक्षित हों। इसलिए पीने से पहले हमेशा उसके स्वाद और गंध की जांच कर लें। *

सर्दी के मौसम ने दस्तक दे दी है। आने वाली कड़ाके की सर्दियों में स्वस्थ रहने के लिए अभी से तैयारी शुरू कर देनी चाहिए। इसीलिए हम आपको कुछ सरल योगासनों के बारे में बता रहे हैं, जिनके अभ्यास से आप सर्दी के मौसम में भी स्वस्थ रहेंगे।

सर्दियों में आप रहेंगे स्वस्थ जब रोज करेंगे ये योगासन

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

सर्दियों में हमारे स्वास्थ्य की सच्ची रखवाली दवाइयां नहीं बल्कि कई तरह की हमारी शारीरिक गतिविधियां करती हैं। इनमें ही योगासन भी शामिल हैं। हल्की सर्दियां शुरू होते ही किस तरह हमारे शरीर और सेहत के लिए ये सीधे, सरल योगासन महत्वपूर्ण हैं। ये न केवल इन दिनों हमारे शरीर को गर्म रखते हैं बल्कि मन को भी सक्रिय और उत्साहित रखते हैं, जिससे हम प्रसन्न और एक्टिव रहते हैं, तो आइए सरल ढंग से जानें कि ये छह सीधे सरल योगासन कौन से हैं?

सूर्य नमस्कार: सूर्य नमस्कार हमारे योगशास्त्र का पहला और सबसे महत्वपूर्ण अध्याय है। सूर्य नमस्कार सही मायने में अकेला ही हमारे स्वास्थ्य का सबसे मजबूत रखवाला है। सूर्य नमस्कार, शरीर को भीतर से गर्म रखता है। हमारे रक्त संचार को तेज करता है, जिसकी इन दिनों हमें जरूरत होती है। साथ ही यह योगासन सर्दी के दिनों में शरीर की हर मांसपेशी को सक्रिय बनाता है, जिस कारण ठंड से होने वाले आलस्य और थकान से राहत मिलती है। इस तरह हर दिन सुबह खाली पेट अगर पांच से छह राउंड केवल सूर्य नमस्कार के कर लिए जाएं, तो सर्दियों में स्वस्थ रहने के लिए यह सबसे अच्छी गतिविधि है।

वज्रासन: इस मौसम में हमारी सेहत के लिए यह भी जरूरी आसनों में से एक है। भोजन के बाद वज्रासन की मुद्रा में बैठना शरीर के लिए सर्वश्रेष्ठ गतिविधियों में से एक होता है। यह आसन करने से ठंड के मौसम में हमारा पाचन दुरुस्त रहता है, साथ ही इस आसन के करने से हमारा शरीर शांत और संतुलित रहता है। वास्तव में वज्रासन करने से शरीर का भारीपन, गैस और अपच जैसी परेशानियां दूर होती हैं। सर्दी के मौसम में नियमित रूप से वज्रासन करने से हमारी सेहत सही रहती है। *

भुजंगासन: सर्दी के मौसम में जो दूसरा आसन हमारे लिए बेहद उपयोगी है, उसका नाम है- भुजंगासन या कोबरा पोज। यह आसन हमारी रीढ़ और पीठ को लचीला बनाता है। इन दिनों में कई लोगों की छाती, अतिरिक्त रूप से जकड़न का शिकार रहती है, उसे यह आसन अच्छी तरह से खोलता है, जिससे ठंडी हवा से जकड़े हमारे फेफड़ों को राहत मिलती है और सर्दी जुकाम से हम बचे रहते हैं। हर दिन भुजंगासन करने से हम सर्दी के दिनों में सर्दी लगने से भी बचे रहते हैं। इसके चलते हमारा शरीर इन दिनों गर्म रहता है।

अवेयरनेस

रेखा

विश्व स्वास्थ्य संगठन का अनुमान है कि साल 2030 तक दुनिया में हर तीसरा व्यक्ति हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित होगा। इससे इस रोग की गंभीरता को समझ सकते हैं। ऐसे में जागरूक रहना बहुत जरूरी है। इस बारे में जानिए।

बीपी प्रॉब्लम इसलिए हो रही है खतरनाक

कभी मध्यम आयु तक सीमित रहने वाला ब्लडप्रेशर की प्रॉब्लम आज हर उम्र के लोगों के लिए खतरे की घंटी बन चुका है और अपने 'साइलेंट किलर' के तौर पर पहचाना जाने लगा है।

बीपी प्रॉब्लम बढ़ने के कारण: काम-काजी दबाव, असंतुलित जीवनशैली, नींद की कमी, तनाव और जंक फूड की बढ़ती खपत ने बीपी को एक वैश्विक महामारी बना दिया है। दरअसल, बीपी इसलिए बेहद खतरनाक हो चुका है, क्योंकि इस डिजिटल युग ने काम को आसान किया है, पर मानसिक दबावों को कई गुना ज्यादा बढ़ा दिया है। लगातार स्क्रीन टाइम, प्रतिस्पर्धा, आर्थिक असुरक्षा और अस्थिर नौकरी का माहौल, युवाओं में हाई बीपी का बड़ा कारण बन गया है। फास्ट फूड, पैक्ड स्नैक्स, नमक की अधिकता, चीनी और ट्रांसफैट्स का सेवन, ये सब चीजें रक्तचाप बढ़ने का प्रमुख कारण हैं। भारतीय भोजन में अत्यधिक नमक और तेल पहले से ही बहुत बड़ा जोखिम रहा है। इस पर भी शहरी जीवनशैली में करीब 60 प्रतिशत तक घटी शारीरिक गतिविधियां मसलन पैदल चलना, योग या व्यायाम में आई कमी, एक तरह से वीकेंड की गतिविधि बनकर रह गई हैं। इससे शरीर की मेटाबॉलिक गति घटती है, नतीजतन रक्तचाप बढ़ता है। सबसे बड़ी बात यह है कि आज हर भारतीय की नींद में औसतन डेढ़ से दो घंटे की कमी आ चुकी है, जिसका सबसे बड़ा कारण मोबाइल देखने की लत है। इन सब वजहों के चलते आज ब्लडप्रेशर अब तक के किसी भी समय के मुकाबले कहीं ज्यादा खतरनाक हो गया है।

क्या कहते हैं आंकड़े: विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) 2024 की एक रिपोर्ट के मुताबिक हर साल 1.04 करोड़ लोगों की मौत रक्तचाप या उससे संबंधित परेशानियों के चलते होती है। इनमें से करीब 50 फीसदी मौतें स्ट्रोक और हार्ट अटैक के कारण होती हैं। जहां तक अपने देश में सीधे सीधे हाई ब्लड प्रेशर से मौतों का सवाल है तो 22 लाख लोग हर साल इसके कारण हमेशा हमेशा के लिए मौत के मुंह में समा जाते हैं। भारत में 18 वर्ष से अधिक उम्र के लगभग 30 फीसदी पुरुष और 25 फीसदी महिलाएं बीपी का शिकार हैं।

ना बरतें लापरवाही: सवाल है, आखिर ब्लड प्रेशर के चलते मौतों में इतना अधिक इजाफा क्यों हो रहा है? इसका सबसे बड़ा कारण यह है कि ब्लड प्रेशर के शुरुआती लक्षण पता नहीं चलते। इसलिए लोग उन्हें नजरअंदाज कर देते हैं। जब एक बार बीपी अनियंत्रित हो जाता है, तो हृदय, गुर्दे, मस्तिष्क और आंखों को नुकसान पहुंचाने में जरा भी देर नहीं लगाता। कुछ लोग ब्लड प्रेशर की दवा बीच में ही खाना छोड़ देते हैं, इसलिए उनमें किसी दिन अचानक बीपी बढ़ता है और हार्ट अटैक के कारण उनकी मौत हो जाती है। इसलिए अब हर उम्र के लोगों को हाई बीपी की समस्या को लेकर सजग रहने की जरूरत है। *

हाई बीपी से बचाव के उपाय

- हर दिन कम से कम 30 मिनट पैदल चलें या योग करें।
- नमक, चीनी और तले हुए भोजन को सीमित करें।
- नींद पूरी लें और मोबाइल से दूरी बनाकर रखें।
- हफ्ते में एक दिन डिजिटल डिटॉक्स को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनाएं।
- बीपी की नियमित जांच कराएं।
- गुस्सा और चिंता को मेडिटेशन से नियंत्रित रखें।

खबर संक्षेप

ओढ़ा में वार्षिक दिवान व भंडारे का आयोजन आज

ओढां। श्री पीरखाना ओढ़ा के संस्थापक स्व. बाबा सरूप चंद गर्ग की बरसी व मूर्ति स्थापना दिवस के उपलक्ष पर 30 अक्टूबर को शुभ सलाना दीवान व भेडारा आयोजित किया जाएगा। जानकारी देते हुए पीर खाना चेरीटेबल ट्रस्ट के प्रवक्ता लभु राम गर्ग ने बताया कि समस्त सेवादार व नगरवासियों के सहयोग से प्रत्येक वर्ष की तरह इस बार भी बाबा की बरसी पर सलाना दिवान व भंडारा बड़ी धूमधाम व हर्षोल्लास के साथ मनया जाएगा।

पंजाबी साहित्य पर नेशनल सेमिनार 4 को

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के पंजाबी विभाग में भारतीय साहित्य अकादमी के सहयोग से आगामी 4 नवंबर को हरियाणा का पंजाबी साहित्य विषय पर एक नेशनल सेमिनार का आयोजन किया जाएगा। विभागध्यक्ष प्रो. रणजीत कौर ने बताया कि विश्वविद्यालय के कुलगुरु प्रो. विजय कुमार के दिशा निर्देशन में यह कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। उन्होंने बताया कि इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य हरियाणा के पंजाबी साहित्य के बारे में जानकारी प्रदान करना है।

चार दिवसीय कार्तिक मेला महोत्सव आज से

सिरसा। प्राचीन श्री श्याम मंदिर में चार दिवसीय कार्तिक मेला महोत्सव आगामी बृहस्पतिवार से शुरू मंदिर के सह संरक्षक तेजपाल शर्मा ने बताया कि पहले दिन होने वाली श्री श्याम बाबा के नगर भ्रमण शोभा यात्रा के लिए शहर भर में तोरणद्वार सजाए जा रहे हैं। मुख्य बाजारों में दुकानदारों द्वारा श्री श्याम श्रद्धालुओं के सम्मान में जलपान स्टॉल लगाए जा रहे हैं। ढोल नगाड़ों बैंड बाजे और सैंकड़ों निशान धारी श्रद्धालुओं के जोश एवं उत्साह के साथ निकलने वाली बाबा की रथयात्रा में हजारों श्रद्धालुओं के जयकारों से शहर गूंज उठेगा।

आज अधिकारी से फिर होगी बातचीत

कार्यकारी अभियंता के खिलाफ पब्लिक हेल्थ कर्मियों का धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

जनस्वास्थ्य विभाग के कार्यकारी अभियंता के रवैये से खफा विभाग के कर्मचारियों ने बुधवार से ज्वाइंट एक्शन कमेटी पब्लिक हेल्थ के आह्वान पर आंदोलन शुरू कर दिया है। विभाग के तीनों संगठनों से जुड़े जिलेभर के कर्मचारियों द्वारा भट्टू रोड स्थित कार्यकारी अभियंता मंडल फतेहाबाद के कार्यालय में धरना देकर जमकर नारेबाजी की। धरने की अध्यक्षता ज्वाइंट एक्शन कमेटी के अध्यक्ष शमशेर कुंडू, जिला प्रधान हरियाणा कर्मचारी महासंघ ने किया। संचालन जिला सचिव रामकरण प्रजापत द्वारा किया गया। कर्मचारियों के आंदोलन को देखते हुए कार्यकारी अभियंता ने वीरवार सुबह 10 बजे ज्वाइंट एक्शन कमेटी के प्रतिनिधिमंडल को बातचीत के लिए बुलाया है। कर्मचारियों ने चेतावनी दी है कि यदि इस बातचीत में भी कर्मचारियों की लंबित मांगों को लेकर कोई समाधान नहीं निकलता तो ज्वाइंट एक्शन कमेटी द्वारा आंदोलन को तेज किया जाएगा और प्रदर्शन करते हुए उपायुक्त को ज्ञापन सौंपा जाएगा।

फतेहाबाद। कार्यकारी अभियंता के खिलाफ नारेबाजी करते जनस्वास्थ्य विभाग के कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

इन्होंने किया संबोधित

आज धरने को विनोद कुमार, धर्मपाल, राणा पंवार, महिपाल रावत, दलबीर, इन्द्र घासी, नीरज कुमार, लाधूराम, लीलाकृष्ण, बलजिन्द्र सिंह, ईश्वर बागड़ी, देवेन्द्र सिंह, राममेहर, सुरेश शर्मा, प्रवीन कुमार आदि कर्मचारियों ने भी संबोधित किया।

मांगें नहीं मानी तो अनिश्चितकालीन प्रदर्शन किया जाएगा

कर्मचारियों के धरने को संबोधित करते हुए तीनों संगठनों के कर्मचारी नेताओं ने कहा कि 16 अक्टूबर को कार्यकारी अभियंता, पब्लिक हेल्थ मंडल फतेहाबाद को एक मांग पत्र देकर कर्मचारियों की जायज मांगों औश्र समस्याओं को बातचीत के माध्यम से हल करने की कोशिश की गई थी लेकिन दो दौर व दो दिन की बातचीत करने के बाद कार्यकारी अभियंता के अड़ियल रवैये व हठधर्मिता के कारण बातचीत विफल रही। अधिकारी के इस रवैये के विरोधस्वरूप ज्वाइंट एक्शन कमेटी द्वारा 29 अक्टूबर से आंदोलन शुरू करने और उनके कार्यालय पर धरना प्रदर्शन की घोषणा की थी। इसी कड़ी में आज जिलेभर के कर्मचारी कार्यकारी अभियंता के कार्यालय में पहुंचे और धरना दिया। कर्मचारी नेताओं ने कहा कि यदि कार्यकारी अभियंता फिर भी नहीं मानते तो यह धरना अनिश्चितकालीन कर दिया जाएगा, जिसमें अधिकारी का घेराव भी हो सकता है। इसकी सारी जिम्मेवारी कार्यकारी अभियंता, मंडल फतेहाबाद की होगी।

सिरसा। मच्छरों के प्रकोप से बचाव के लिए फॉगिंग करते कर्मचारी।

सफाई अभियान : मच्छरों से बचाव के लिए की फॉगिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

जिले के ग्रामीण व शहरी क्षेत्र में मच्छरों के प्रकोप से बचाव के लिए जिला प्रशासन पूरी तरह सतर्क है। लोगों के स्वास्थ्य की सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए फॉगिंग और सफाई अभियान चलाया जा रहा है। मंगलवार को डबवाली के सी-ब्लॉक, खारियां, ओढां आदि क्षेत्रों में पंचायत व शहरी क्षेत्र में नगर परिषद के कर्मचारियों द्वारा स्वास्थ्य विभाग के साथ मिलकर फॉगिंग की गई। प्रशासन का प्रयास है कि मच्छरों से फैलने वाले रोग जैसे डेंगू, मलेरिया और चिकनगुनिया से आमजन का बचाव हो ताकि किसी भी प्रकार की बीमारी फैलने की स्थिति न बने। जिला परिषद सीईओ डा. सुभाष चंद्र ने बताया कि मच्छरों से बचाव के लिए ग्रामीण क्षेत्र में फॉगिंग करवाई जा रही है।

सावधानी बरतें

उन्होंने कहा कि फॉगिंग के साथ-साथ लोगों को जागरूक करना भी जरूरी है। ग्रामीणों से अपील की गई है कि वे अपने घरों और आसपास पानी जमा न होने दें, पानी की टंकियों को ढककर रखें तथा पुराने बर्तनों, टायरों, गमलों और अन्य बर्तनों में पानी न जमा होने दें। उन्होंने कहा कि यह सभी प्रयास तभी सफल होंगे जब हर नागरिक अपने घर और आस-पड़ोस की सफाई में सहयोग देगा। सीईओ ने आमजन से यह भी अपील की कि यदि किसी व्यक्ति को बुखार, सिरदर्द या शरीर में दर्द जैसी समस्या महसूस हो तो वह तुरंत नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र पर जांच करवाएं। किसी भी प्रकार की अफवाहों पर ध्यान न दें और स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी दिशा-निर्देशों का पालन करें।

सरदार पटेल का योगदान भुलाया नहीं जा सकता : ग्रोवर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सीएमके नेशनल स्नातकोत्तर महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना की दोनों यूनिटों ने बुधवार को लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल की आगामी 31 अक्तूबर होने वाली 150 वीं जयंती पर कई कार्यक्रम आयोजित किए। प्राचार्या डॉ. रंजना ग्रोवर ने सरदार पटेल को श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए कहा कि राष्ट्र की एकता और अखंडता में सरदार पटेल का बहुत महत्वपूर्ण योगदान रहा है, जिसको कभी भुलाया नहीं जा सकता। सरदार वल्लभ भाई पटेल के सकारात्मक नेतृत्व के कारण ही देसी रियासतों को स्वतंत्र भारत का हिस्सा बनाया जा सका, जोकि भारत के स्वतंत्र होने के समय देश के सामने सबसे बड़ी चुनौती थी। इस अवसर निबंध प्रतियोगिता करवाई गई, जिसमें विद्यार्थियों ने उत्साह के साथ भाग लिया। राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवकों ने राष्ट्र भक्तिभाव से प्रेरित नुक्कड नाटक का भी मंचन किया, जिसमें विद्यार्थियों ने शानदार अभिनय किया। राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी डॉ. रति तिवारी व डॉ. सरबन कंबोज ने कहा कि हमें एक भारत श्रेष्ठ भारत, विकसित भारत के संकल्प को ले कर चलना चाहिए, यही लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को सच्ची श्रद्धांजलि होगी।

सिरसा। एकता व अखंडता की शपथ लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

रानियां नप पहुंची सीएम फ्लाइंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

मुख्यमंत्री उडनदस्ते की एक टीम बुधवार को सिरसा जिले के रानियां नगरपालिका पहुंची जिसका नेतृत्व सीएम फ्लाइंग के उपनिरीक्षक राजेश कुमार कर रहे थे।

बताया जाता है कि टीम ने इस दौरान रानियां क्षेत्र में डोर टू डोर सफाई किए जाने से संबंधित, सफाई कर्मचारियों के रिकॉर्ड व विकास कार्यों के लिए पारित किए गए बजट व खर्च आदि से संबंधित तमाम रिकॉर्ड खंगाले और संबंधित कर्मचारियों से भी आवश्यक जानकारी जुटाई।

सिरसा। नगरपालिका कार्यालय में जांच करने पहुंची सीएम फ्लाइंग टीम।

गौरतलब है कि नगरपरिषद डबवाली में भी कार्यों में अनियमितताओं की शिकायतें मिलने पर सीएम फ्लाइंग ने उपनिरीक्षक राजेश कुमार के नेतृत्व में ही वहां भी आवश्यक दस्तावेजों की जांच की थी जो अभी भी जारी है।

राष्ट्रीय पदयात्रा में फतेहाबाद से पांच सदस्यीय दल लेगा भाग : जोड़ा

फतेहाबाद। भूतपूर्व प्रधानमंत्री और लौह पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में 26 नवंबर से 6 दिसंबर तक राष्ट्रीय पदयात्रा का आयोजन किया जाएगा। यह 52 किमी लंबी यात्रा गुजरात के करमसद से स्टैच्यू ऑफ यूनिटी केवडिया, एकता नगर तक निकाली जाएगी। इस राष्ट्रीय पद यात्रा में फतेहाबाद जिले से पांच सदस्यीय यात्रा दल भी भाग लेगा। इसमें किसान मोर्चा के जिला महामंत्री राधेश्याम झांझड़ा, युवा कार्यकर्ता नवदीप नांगली, नगर मंडल सचिव राजेश मुटयार, युवा कार्यकर्ता अमृतपाल सिंह व शक्ति केन्द्र प्रमुख विनोद श्योराण शामिल है। प्रवीण ने बताया कि इस राष्ट्रीय पद यात्रा के दौरान हर शाम 'सरदार गाथा' का आयोजन होगा, जिसमें पटेल जी के जीवन और योगदान की प्रेरक कहानियां सुनाई जाएंगी।

42 विद्यार्थी यूजीसी-नेट, जेआरएफ एवं सीएसआईआर-नेट परीक्षा में हुए उत्तीर्ण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के विभिन्न विभागों के 42 विद्यार्थियों ने घोषित हुए नेट परीक्षा परिणाम में सफलता हासिल की है। सीडीएलयू के डीन एकेडमिक अफेयर्स प्रो. सुरेश कुमार गहलावत ने बुधवार को बताया कि इन 42 विद्यार्थियों में 28 ने यूजीसी-नेट, 11 ने जेआरएफ व तीन ने सीएसआईआर-नेट परीक्षा में सफलता प्राप्त कर संस्थान का नाम राष्ट्रीय स्तर पर रोशन किया है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की यह उपलब्धि विश्वविद्यालय की शैक्षणिक उत्कृष्टता का प्रतीक है।

विद्यार्थियों को दी बधाई

प्रो. सुरेश कुमार ने बताया कि विभिन्न विभागों जैसे बॉटनी, रसायन, प्रबंधन, गणित, जैव प्रौद्योगिकी, अंग्रेजी, हिंदी, शिक्षा, विधि, लोक प्रशासन, पंजाबी, भूगोल, लाइब्रेरी साइंस और संस्कृत के विद्यार्थियों ने यह उल्लेखनीय उपलब्धि अर्जित की है। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर विजय कुमार ने विद्यार्थियों को बधाई देते हुए कहा कि यह सफलता न केवल विद्यार्थियों की मेहनत और लगन का परिणाम है, बल्कि विश्वविद्यालय के शिक्षकों की शैक्षणिक प्रतिबद्धता और उच्च स्तरीय मार्गदर्शन का भी प्रमाण है।

नशे व साइबर क्राइम के प्रति किया जागरूक

सिरसा। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सिरसा में नशा मुक्त राष्ट्र और साइबर क्राइम से कैसे बचें, विषय पर एक सेमिनार का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में पुलिस चौकी इंचार्ज जेजे कॉलोनी सतीश कुमार शामिल हुए। इस अवसर पर अध्यापक चमन भारतीय ने कहा कि साइबर क्राइम एक अपराध और जुआ है और जुए की परिभाषा यही है कि जुआ किसी का नहीं हुआ। उन्होंने कहा कि हमें जुए के अलावा हो रहे साइबर क्रॉइम के गोरखधंधों से बचना चाहिए और कभी भी अपना ओटीपी शेयर नहीं करना चाहिए। मुख्यातिथि सतीश कुमार ने बताया कि हमें नशों से दूर रहना चाहिए। यह नशे हमारे जीवन को बर्बाद कर देते हैं।

सरदार वल्लभ भाई पटेल ने भारत को एकता के सूत्र में पिरोकर अखंड भारत का स्वरूप दिया: यतींद्र सिंह

भाजपा कार्यालय में मीडिया से रू-ब-रू होकर दी कार्यक्रमों की जानकारी

- सरदार वल्लभभाई पटेल स्रद्ध जयंती पर कार्यक्रम आयोजित कर श्रद्धासुमन अर्पित किए जाएंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

भाजपा जिलाध्यक्ष यतींद्र सिंह एडवोकेट ने कहा कि सरदार वल्लभ भाई पटेल की 150वीं जयंती बड़ी धूमधाम से मनाई जा रही है। सिरसा में भी सरदार वल्लभभाई पटेल स्रद्ध जयंती पर कार्यक्रम आयोजित कर उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित किए जाएंगे। यह क्षण हम सभी के लिए एक बहुत बड़ा अवसर है, उस पुरुषार्थ को नमन करने का, जिन्होंने 562 रियासतों के बिखरे हुए भारत को एकता के सूत्र में पिरोकर अखंड भारत का स्वरूप दिया। भाजपा जिलाध्यक्ष बुधवार को सिरसा स्थित सरसाई कमल कार्यालय भाजपा में पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे।

यतींद्र सिंह ने कहा कि सरदार पटेल को लौह पुरुष कहा जाता है, लेकिन उनके व्यक्तित्व की असली शक्ति केवल लौह जैसी दृढ़ इच्छाशक्ति नहीं थी, बल्कि उनका अडिग विश्वास था। भारत एक है, भारत अखंड है और भारत सदा-सर्वदा अखंड रहेगा। यह वही विश्वास है, जिसे आज विकसित भारत 2047 के संकल्प के रूप में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आगे बढ़ा रहे हैं। इस अभियान की शुरुआत 6 अक्टूबर के दिन केंद्रीय युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्री डा. मनसुख मांडविया के हाथों द्वारा देशभर में डिजिटल फेज के माध्यम से की जा चुकी है। 6 अक्टूबर से युवा सोशल मीडिया रील प्रतियोगिता में हिस्सा लेना शुरू कर चुके हैं, निबंध लिख रहे हैं और यंग लीडर्स प्रोग्राम जैसी प्रतियोगिता से भारी संख्या में जुड़ रहे हैं। यह केवल प्रतियोगिताएं नहीं है, बल्कि यह सरदार पटेल के विचारों को हर दिल तक पहुंचाने का एक साधन बन रहा है। इस अभियान के तहत सभी पंजीकरणए प्रतियोगिताएं और डिजिटल गतिविधियां हमारे क्षेत्र के साथ-साथ देशभर में माई भारत पोर्टल के माध्यम से होंगे, जो युवाओं को सक्रिय भागीदारी के लिए एक ही मंच उपलब्ध कराएगा। भाजपा नेता ने कहा कि जब देश का युवा अगले दो महीनों तक मोबाइल स्क्रीन से लेकर मंच तक, हर जगह सरदार पटेल की एकता की बात करेगा, तब यह राष्ट्र एक नई ऊर्जा से भर उठेगा।

सिरसा। पत्रकारों से बातचीत करते भाजपा जिलाध्यक्ष यतींद्र सिंह। फोटो : हरिभूमि

दूसरे चरण में पदयात्राएं होंगी

इस अभियान का दूसरा चरण हमारे लिए महत्वपूर्ण होगा, जहां 31 अक्टूबर से 25 नवंबर तक हमारे क्षेत्र में जिला स्तर पर पदयात्राएं होने वाली हैं। अपनी पदयात्राओं में हम योग और स्वास्थ्य शिविर लगाएंगे, व्याख्यान होंगे, वाद-विवाद प्रतियोगिताएं होंगी, नशा मुक्त भारत का संकल्प लिया जाएगा। यह महज एक आयोजन नहीं, जन-जागरण का महायज्ञ होगा और जैसे सरदार पटेल ने रियासतों को जोड़कर एक भारत का निर्माण किया था, वैसे ही ये पदयात्रा हमारे क्षेत्र के लोगों के दिलों को जोड़ने का काम करेंगी। स्कूल, कॉलेजों के युवा सरदार पटेल जी के सपनों और संकल्पों का भारत बनाने के लिए हर जिले में एक दिवसीय पदयात्रा में 8 से 10 किलोमीटर तक की दूरी तय करेंगे।

बाइक को टक्कर मारकर 20 हजार रुपये छीने

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

निकटवर्ती गांव नेजाडेला बाईपास रोड पर एक बैंक कर्मचारी से 20 हजार रुपये छीनने का मामला सामने आया है। बैंक कर्मचारी गांव शेखुपुरिया निवासी महेंद्रपाल के अनुसार वह मंगलवार रात्रि को सिरसा से गांव लौट रहा था। जब वह नेजाडेला बाईपास रोड पर पहुंचा तो अज्ञात बाइक सवार युवक ने पहले उसकी मोटरसाइकिल को टक्कर मारी और फिर मारपीट कर उसे 20 हजार सात सौ रुपये छीनकर फरार हो गया। बुधवार को पुलिस को दी शिकायत में महेंद्रपाल ने बताया कि वह बैंक में क्लर्क के पद पर कार्यरत है। हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, सिरसा में वह मकान बन रहा है। मकान का काम देखने के बाद वह किसी जानकार को पैसे देने जा रहा था। महेंद्रपाल के अनुसार, जब वह नेजाडेला बाईपास हाईवे पर पहुंचा, तभी एक बाइक चालक ने रोड क्रॉस करते हुए उसकी बाइक को टक्कर मार दी।

हरियाणा दिवस कार्यक्रम को लेकर डीसी ने ली अधिकारियों की बैठक

फतेहाबाद। हरियाणा दिवस के उपलक्ष्य में एक नवंबर को होने वाले कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर डीसी डॉ. विवेक भारती की अध्यक्षता में लघु सचिवालय स्थित सभागार में बैठक आयोजित की गई। बैठक में विभिन्न विभागों के अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए और कार्यक्रमों की जिम्मेदारियां तय की गईं। डीसी ने सीईओ जिला परिषद सुरेश कुमार को ओवरऑल नोडल अधिकारी नियुक्त किया और कहा कि सभी विभाग आपसी समन्वय से कार्य करते हुए कार्यक्रम को सफल बनाएं।

सर्वप्रथम हवन यज्ञ का किया आयोजन

फूलकां गोशाला में धूमधाम से मनाया गोपाष्टमी पर्व

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

श्री स्वामी लक्ष्येश्वर आश्रम गो सेवा सदन, फूलकां में बुधवार को गोपाष्टमी का पर्व बड़ी धूमधाम से मनाया गया। गोशाला के सचिव हरभजन सिंह ने बताया कि सर्वप्रथम गोशाला प्रांगण में हवन यज्ञ किया गया, जिसमें गोशाला प्रधान रविंद्र कुलड़िया सहित समस्त गोभक्तों के साथ-साथ ग्रामीणों ने आहूति डालकर पुण्य कमाया। इसके बाद गोमाता को तिलक लगाकर पूजन किया गया। गोभक्तों ने गोवंश को गुड़ व हरा चारा, दलिया व अन्य सामग्री खिलाई। प्रधान रविंद्र कुलड़िया ने कहा कि गोमाता का अध्यात्म भी उतना ही सशक्त है, जितना उनका वैज्ञानिक महत्व। पुराणों में गो को 33 कोटि देवी-देवताओं का निवास बताया गया है। नौ ग्रहों की ऊर्जा संतुलन में गाय की सूर्य-शक्ति धारक प्रकृति अत्यंत महत्वपूर्ण है। कुलड़िया ने कहा कि हमारे यहां यह धारणा रही है कि गो-सेवा मनुष्य की आत्मा को मोक्ष के पथ की ओर ले जाती है। इसलिए गोपाष्टमी का यह पर्व केवल पूजा-अर्चना का दिन नहीं, बल्कि धरा और जीवों के संरक्षण का संकल्प-दिवस है। इस दिव्य विरासत को मजबूत बनाए रखने के संकल्प का दिन है। उन्होंने कहा कि गाय बचेगी तो जीवन, प्रकृति बचेगी, जिससे भविष्य बचेगा। कार्यक्रम के पश्चात सभी को प्रसाद वितरित किया गया। इस मौके पर जयचंद कूकणा, रामकिशन कुहाड़ खजांची, मदन सहारण, ओम सहारण, देवीलाल सिहाग, सत्यनारायण कुलडिय़ा, मोहनलाल कसवां, मेघराज कुलडिय़ा, प्रह्लाद सिंह बाजेकां, सन्नी ठाकर, जगदीश छिंपा, सुभाष भालोटिया, जगदीश कुलड़िया, भोजाराम सोनी, काशीराम कसवां आदि मौजूद रहे।

धार्मिक कार्यक्रम श्रद्धालु संगत ने वातावरण को बना दिया मधुर

भूना में प्रभात फेरी के दौरान गुरुवाणी और शब्द कीर्तन से सजा आध्यात्मिक माहौल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भूना

श्री गुरु नानक देव जी के प्रकाश पर्व की तैयारियों के अंतर्गत बुधवार अलसुबह भूना शहर में निकाली गई प्रभात फेरी ने पूरे क्षेत्र को भक्ति और आध्यात्मिकता के रंग में रंग दिया। ब्रह्म मुहूर्त में आरंभ हुई इस प्रभात फेरी में श्रद्धालु संगत ने गुरुवाणी और शब्द कीर्तन से वातावरण को मधुर बना दिया।

संगत ने एक स्वर में भजन-कीर्तन कर सतगुरु के उपदेशों का स्मरण किया। गुरुद्वारा सिंह सभा से निशान साहिब की अगुवाई में आरंभ हुई प्रभात फेरी शहर के मुख्य बाजारों से होते हुए प्रथम पड़ाव सरदार जसबीर सिंह तूर के निवास स्थान पर पहुंची तथा दूसरा पड़ाव सचिन खुराना के निवास पर रहा। प्रत्येक पड़ाव पर श्रद्धालुओं का पुष्पवर्षा से स्वागत किया गया। प्रभात फेरी पहुंचने पर सतनाम वाहेगुरु के जयकारों से गली-मोहल्ले भक्तिमय हो उठे जिसमें सभी धर्मों के लोगों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। शब्द कीर्तन और अरदास के उपरांत चाय-नाश्ते लंगर की सेवा की गई। हैड ग्रंथी बाबा करतार सिंह ने कहा कि प्रभात फेरी का उद्देश्य गुरुजी के उपदेशों का प्रचार-प्रसार करना और लोगों को अमृतवेले की महत्ता से जोडऩा है। गुरुद्वारा सिंह सभा के प्रधान हरपाल सिंह ने बताया कि श्री गुरु नानक देव जी का प्रकाश पर्व 5 नवंबर को बड़ी श्रद्धा और उत्साह से मनाया जाएगा। इस अवसर पर प्रसिद्ध प्रचारक भाई गुरविंद्र सिंह अनमोल विशेष रूप से हाजिरी देंगे और गुरु महिमा का रसपूर्ण प्रवचन करेंगे।

भूना। निशान साहिब की अगुवाही प्रभात फेरी निकालते हुए भूना की संगत।

इन्होंने किया वाहे गुरु का गुणगान

इस अवसर पर मोहन सिंह, सुखविंदर सिंह, डॉ. जितेंद्र तूर, दलजीत सिंह गिल, मक्खन सिंह, सुरेंद्र सिह, अजीत सिंह, गुरबचन सिंह, काला सिंह, हरपाल सिंह, डॉ. जसबीर सिंह गिल सहित बड़ी संख्या में साध संगत ने प्रभात फेरी में सतनाम वाहेगुरु की महिमा का गुणगान किया।

खबर संक्षेप

जीवन का आधार-'गीता का सार' 2 नवंबर से

सिरसा। ब्रह्मकुमारी ईश्वरीय संस्थान आनंद सरोवर में आगामी 2 नवंबर से चार दिवसीय जीवन का आधार-गीता का सार कार्यक्रम आयोजित होगा। ब्रह्मांकुमारीज आनंद सरोवर की निदेशिका राजयोगिनी बीके बिंदु बताया कि श्रीमदभगवत गीता एक धर्म ग्रंथ ही नही बल्कि जीवन जीने की एक मार्गदर्शिका है, जो आध्यात्मिक विकास की ओर ले जाती है। श्रीमदभगवत गीता स्वयं भगवान द्वारा उच्चारित महावाक्य है जिसमें परमात्मा ने धर्म और कर्म का व्यवहारिक ज्ञान दिया है।

हरियाणा दिवस पर होगी प्रतियोगिताएं

सिरसा। हरियाणा दिवस के उपलक्ष्य में कला एवं सांस्कृतिक कार्य विभाग हरियाणा द्वारा एक से तीन नवंबर 2025 तक यवनिका ग्राउंड, सेक्टर-5 पंचकूला में हरियाणवी फोक सांग/रागनी तथा हरियाणवी लोक नृत्य (समूह) प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जा रहा है। इस आयोजन का उद्देश्य हरियाणा की समृद्ध लोक संस्कृति, परंपरा और लोक कलाओं को बढ़ावा देना है। जिला सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी राम नाथ ने जानकारी देते हुए बताया कि प्रतियोगिता में भाग लेने हेतु प्रतिभागियों के लिए स्पष्ट नियम व पात्रता निर्धारित की गई है।

88737 पशुओं का हुआ टीकाकरण

सिरसा। हरियाणा सरकार द्वारा प्रदेश में मुंह खुर एवं गलघोटू रोग से बचाव के लिए एक संयुक्त टीकाकरण अभियान शुरू किया गया है। इस अभियान के तहत पूरे हरियाणा में पशुओं को यह टीका लगाया जाएगा। जिला सिरसा में इस अभियान के अंतर्गत अब तक 4,34,016 खुराकें प्राप्त हो चुकी हैं। जिले में पशु चिकित्सकों के नेतृत्व में 67 टीमें गठित की गई हैं, जो पशुपालकों के घर-द्वार जाकर टीकाकरण का कार्य कर रही हैं। अब तक 88,737 पशुओं को टीका लगाया जा चुका है।

शिविर में 21 लोगों ने किया रक्तदान

सिरसा। पंजाब नेशनल बैंक द्वारा जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सहयोग से बुधवार को स्थानीय सामुदायिक केन्द्र में स्थित पीएनबी स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान सिरसा के कार्यालय में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 21 रक्तदाताओं द्वारा स्वैच्छिक रूप से रक्तदान किया गया। इस अवसर पर पंजाब नेशनल बैंक के डिप्टी सर्कल हेड सुनील कुमार कुकरेजा ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की।

ओढ़ा में डीएपी की किल्लत से किसान परेशान

ओढां। गेहूं बिजाई का सीजन शुरू हो चुका है और किसानों ने गेहूं की अगेती बिजाई शुरू कर दी है। किसान डीएपी खाद के लिए एक जगह से दूसरी जगह पर चक्कर काट रहे हैं। बुधवार को सुबह सहकारी समिति ओढ़ा में डीएपी खाद वितरण की सूचना मिलते ही किसान इक्कठे हो गए और लम्बी लाइन लग गई। सहकारी समिति के क्लर्क सुखदेव सिंह ने बताया कि रबी सीजन के लिए सिर्फ खाता धारकों को डीएपी का वितरण किया जाएगा। किसानों को जब पता लगा कि डीएपी के साथ टीएसपी भी दी जा रही तो कुछ किसानों ने एतराज उठाया कि सरकार जबरदस्ती टीएसपी खाद थोप रही है।

तीन हजार मीटर रेस में रीना ने पाया दूसरा स्थान

फतेहाबाद। स्कूल स्पोर्ट्स एचीवर फाउंडेशन हरियाणा द्वारा गांव भिरड़ाना में खेल प्रतियोगिता 2025 का आयोजन किया गया, जिसमें जिला के विभिन्न सीनियर व जूनियर वर्ग के महिला तथा पुरुष खिलाड़ियों ने भाग लिया। मुख्त्यार सिंह मैमोरियल पी.जी. कॉलेज बहबलपुर की बीए प्रथम वर्ष की छात्रा रीना सुपुत्री कुलदीप ने महिलाओं की सीनियर वर्ग की 3000 मीटर की दौड़ में दूसरा स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया। महाविद्यालय पहुंचने पर महाविद्यालय प्रबंधन द्वारा छात्रा का अभिनंदन किया।

किसानों को अब तक 1900 करोड़ का भुगतान

मंडी में पिछले साल से 22% ज्यादा आया पीआर धान

भारी बरसात के बावजूद जिले में धान का बम्पर उत्पादन होने से किसान खुश

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

■ अनाज मंडियों ने लिफ्टिंग के काम में भी तेजी, तेजी से हो रहा उठान

फतेहाबाद। मण्डी से धान लिफ्टिंग में लगे मजदूर। फोटो : हरिभूमि

जिले की मण्डियों और खरीद केन्द्रों पर धान की आवक जोरों पर है। इस बार धान की खरीद ने पिछले साल की खरीद का रिकार्ड तोड़ दिया है। अब तक जिले में पिछले साल से 1 लाख 90 हजार एमटी ज्यादा धान की आवक हो चुकी है। जिले में तीन खरीद एजेंसियां फूड एंड सप्लाई डिपार्टमेंट, हैफेड और हरियाणा वेयर हाउसिंग कॉर्पोरेशन एमएसपी पर धान की खरीद कर रही है। जिले में अब तक 9 लाख 45 हजार 53 एमटी धान की आवक हो चुकी है, जिसमें से 9 लाख 33 हजार 551 एमटी धान की खरीद की जा चुकी है। इसमें से करीब 85 प्रतिशत यानि 7 लाख 99 हजार 449 एमटी धान की लिफ्टिंग हो चुकी है जबकि 1 लाख 34 हजार 72 एमटी धान अब भी मण्डियों व खरीद केन्द्रों पर पड़ा है। खरीद एजेंसियों द्वारा की गई खरीद की एवज में किसानों को 1900 करोड़ रुपये का भुगतान किया जा चुका है। जिले में पिछले साल कुल 7 लाख 43 हजार 194 एमटी धान की खरीद की गई थी।

बता दें कि सरकार द्वारा ग्रेड ए धान का सरकारी रेट 2389 रुपये प्रति क्विंटल तय किया गया है। फतेहाबाद जिले में फूड एंड सप्लाई, हैफेड और एचडब्ल्यूसी को सीएमआर के लिए 271 राइस मिलें अलाट की गई हैं। इनमें फूड एंड सप्लाई को 93, हैफेड को 88 व एचडब्ल्यूसी को 90 मिलें शामिल हैं। खरीद एजेंसियां अब तक 264 राइस मिलों के साथ एग्रीमेंट कर चुकी हैं, जिनमें फूड एंड सप्लाई द्वारा अब तक 91, हैफेड द्वारा 85 व एचडब्ल्यूसी द्वारा 88 मिलें शामिल हैं। जिले में अब तक 9 लाख 45 हजार 53 एमटी धान मण्डियों व खरीद केन्द्रों पर आया है जिसमें से 9 लाख 33 हजार 551 एमटी धान की खरीद की जा चुकी है। फूड एंड सप्लाई द्वारा 17245 किसानों से 3 लाख 52 हजार 627 एमटी धान खरीदा है। इसमें से 82.58 प्रतिशत यानि 2 लाख 91 हजार 183 एमटी धान की उठान हो चुका है जबकि 61 हजार 444 एमटी धान मण्डियों में पड़ा है। फूड एंड सप्लाई द्वारा 84 प्रतिशत किसानों को 710 करोड़ 48 लाख रुपये का भुगतान किया जा चुका है।

हैफेड द्वारा 18315 किसानों से 2 लाख 93 हजार 550 एमटी धान खरीदा है। इसमें से 88.21 प्रतिशत यानि 2 लाख 58 हजार 928 एमटी धान की उठान हो चुका है जबकि 34 हजार 622 एमटी धान मण्डियों में पड़ा है। हैफेड द्वारा 88 प्रतिशत किसानों को 614 करोड़ 42 लाख रुपये का भुगतान किया जा चुका है। एचडब्ल्यूसी द्वारा 20920 किसानों से 2 लाख 87 हजार 374 एमटी धान खरीदा है।

285145 मीट्रिक टन धान की खरीद

सिरसा। जिला की विभिन्न मंडियों में खरीद एजेंसियों द्वारा न्यूनतम समर्थन मूल्य पर 285145 मीट्रिक टन (एमटी) धान की खरीद की जा चुकी है। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग द्वारा 135170 एमटी, हैफेड द्वारा 121052 एमटी तथा हरियाणा स्टेट वेयरहाउसिंग कारपोरेशन द्वारा 28923 एमटी खरीद की गई है। इसके साथ-साथ उठान प्रक्रिया भी तेजी से जारी है। जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक मुकेश कुमार ने बताया कि बड़ागुढ़ा मंडी में 6840 एमटी, डबवाली मंडी में 38965 एमटी, कालांवाली मंडी में 80327 एमटी, फग्गु मंडी में 8635 एमटी, रानियां मंडी में 11958 एमटी, रोड़ी में 11767 एमटी, सिरसा मंडी में 27569 एमटी, सुरतिया मंडी में 6491 एमटी, थिराज मंडी में 6928 एमटी, ओढां में 13767 एमटी धान की खरीद दर्ज की गई। साथ ही जिला की अन्य मंडियों में भी धान की आवक जारी है। उन्होंने किसानों से अपील करते हुए कहा कि धान को सुखाकर मंडी में लेकर आए, ताकि जल्द खरीद की जा सके।

सुपर सीडर मशीन से गेहूं की बिजाई का निरीक्षण किया

फतेहाबाद। खेतों में गेहूं की बिजाई का निरीक्षण करते कृषि अधिकारी।

■ फसल अवशेष प्रबंधन को लेकर कृषि अधिकारियों ने गांवों का दौरा कर जागरूक किया

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

फसल अवशेष प्रबंधन के तहत उपमंडल कृषि अधिकारी डॉ. रामेश्वर, खंड कृषि अधिकारी डॉ. जय कुमार भोरिया, कृषि विकास अधिकारी डॉ. अंकित ढिल्लों ने गांव झलनिया, भूथन कलां, खजूरी जाटी, भिरड़ाना, मोहम्मदपुर रोही, बड़ोपल, काजलहेड़ी, मताना, बीघड़ आदी गांव का निरीक्षण किया। कृषि विकास अधिकारी डॉ. अमित कुमार ने गांव चिन्दड़, खारा खेड़ी, कुम्हारिया का दौरा किया और खेतों में पराली प्रबंधन करते हुए किसानों से मुलाकात की। इस दौरान उन्होंने किसानों से पराली न जलाने की अपील भी की। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों ने पाया कि बहुत से किसान गेहूं की बिजाई सुपर सीडर मशीन की सहायता से कर रहे हैं। उन्होंने बताया कि सुपर सीडर मशीन की सहायता से किसान अपने खेत में एक बार में ही धान फसल के अवशेषों को जमीन में मिलाकर गेहूं की बिजाई की जाती है। इस विधि से जिस खेत में सुपर सीडर मशीन की सहायता से गेहूं की बिजाई की जाती है उस खेत में खरपतवारों की संख्या बहुत कम होती है। साथ ही किसानों को खरपतवारनासी जहर स्प्रे करने की आवश्यकता नहीं होती। जिस खेत में सुपर सीडर से बिजाई की जाती है वहां किसान को 1 से 2 सिंचाई की बचत होती है। अर्थात पानी की बचत होती है। इसके साथ-साथ समय की बचत भी होती है। इससे किसानों को फायदा होता है।

पराली जलाने से नुकसान

कृषि विकास अधिकारी डॉ. अंकित ढिल्लों ने कहा कि किसानों को पराली जलाने से होने वाले नुकसान को वैज्ञानिक दृष्टिकोण से समझने की आवश्यकता है। उन्होंने बताया कि पराली जलाने से न केवल मिट्टी की उर्वरता घटती है, बल्कि पर्यावरण और मानव स्वास्थ्य पर भी प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। डॉ. ढिल्लों ने कहा कि पराली को जलाने की बजाय खेत में ही मिलाना किसानों के लिए अधिक लाभकारी है।

बिजली कर्मचारियों को जोखिम भत्ता दे सरकार

ऑल हरियाणा पावर कारपोरेशन वर्कर यूनियन की बैठक में मांगों को लेकर चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

फतेहाबाद। कर्मचारियों की बैठक को संबोधित करते राज्य प्रधान सुरेश राठी।

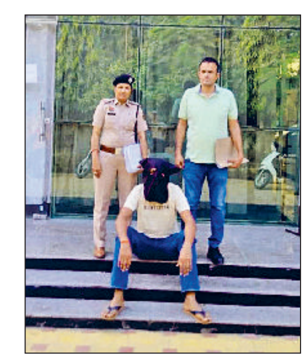
ऑल हरियाणा पावर कारपोरेशन वर्कर यूनियन यूनिट फतेहाबाद कार्यकारिणी की बैठक आज यूनिट प्रधान अमित शर्मा की अध्यक्षता में हुई। बैठक का संचालन यूनिट सचिव रामनिवास शर्मा ने किया। बैठक में बिजली कर्मचारियों की मांगों को लेकर चर्चा की और और आगामी आंदोलनों की तैयारियों पर विचार विमर्श हुआ। मीटिंग में राज्य प्रधान सुरेश राठी, राज्य उप प्रधान संजीव कुमार, राज्य सचिव अजय वशिष्ठ व सर्कल सचिव भूप सिंह ने विशेष तौर पर शिरकत की। यूनिट के सभी पदाधिकारी और सभी सब यूनिटों के प्रधान, सचिव व कैशियर ने भी बैठक में भाग लिया।

बिजली कर्मचारियों को संबोधित करते हुए राज्य प्रधान सुरेश राठी ने कहा कि बिजली निगम के काम की नेचर अन्य विभागों से अलग है। यहां पर कर्मचारी 24 घंटे रिस्क में काम करते हैं। जब भी कोई कर्मचारी बदली होता है तो दूसरी जगह जाने पर लाइनों के बारे में जानकारी न होना और बाहरी कमियों व अन्य कारणों से कर्मचारी रोजाना हादसों का शिकार हो रहे हैं। निगम मैनेजमेंटों पर आरोप लगाते हुए राठी ने कहा कि यूनियनों के विरोध के बावजूद मैनेजमेंटों ने आनन-फानन में ऑनलाइन पॉलिसी अपनाते हुए क्लर्कस स्टाफ की 200- 200 किलोमीटर दूर बदलियां कर दी और अब सरकार तमाम कर्मचारियों के लिए पॉलिसी लागू करना चाहती है। उन्होंने कहा कि विभाग में तकनीकी स्टाफ की भारी कमी है जिस कारण शिकायत केन्द्र खाली पड़े हैं। स्टाफ की कमी होने पर काम का दबाव बढ़ रहा है, जिस कारण कर्मचारी हर रोज दुर्घटना का शिकार हो रहे हैं। तकनीकी कर्मचारियों को आवश्यक उपकरण नहीं मिल रहे।

व्हाट्सएप पर फर्जी लिंक भेजकर ठगी करने का तीसरा आरोपी गिरफ्तार

■ आरोपी की पहचान प्रमोद दाईला, निवासी काकोड़ा के रूप में हुई

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद



फतेहाबाद। पुलिस गिरफ्त में पकड़ा गया आरोपी।

व्हाट्सएप पर फर्जी लिंक भेजकर हजारों रुपये का गबन करने के मामले में साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने तीसरे आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान प्रमोद दाईला, पुत्र जगदीश दाईला, निवासी काकोड़ा, थाना सूरजगढ़, जिला झुंझुनू, राजस्थान के रूप में हुई है।

साइबर थाना प्रभारी निरीक्षक राहुल देव ने बताया कि 1 अक्टूबर 2024 को शिकायतकर्ता संगीता जैन पुत्र रमेश जैन, निवासी वार्ड नं. 18, अग्रवाल कॉलोनी, फतेहाबाद, ने थाना साइबर में शिकायत दर्ज कराई थी कि किसी अज्ञात व्यक्ति ने व्हाट्सएप पर फर्जी लिंक भेजकर उसके बैंक खाते से 72487 रुपये की राशि डेबिट कर लिए थे। शिकायत पर त्वरित कार्रवाई करते हुए मामला दर्ज कर जांच प्रारंभ की गई।

इस मामले में पुलिस द्वारा पहले ही दो आरोपियों को गिरफ्तार किया जा चुका था। अनुसंधान के दौरान तीसरे आरोपी प्रमोद दाईला की संलिप्तता पाई गई, जिसे पुलिस टीम ने गिरफ्तार कर पूछताछ की। थाना प्रभारी ने बताया कि मामले की जांच जारी है तथा अन्य संभावित आरोपियों की पहचान के प्रयास किए जा रहे हैं।

एचकेसीएल करवाएगा हरियाणा टैलेंट सर्च एग्जामिनेशन : डीसी

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

जिला बाल कल्याण परिषद के अध्यक्ष एवं उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने बताया कि बाल कल्याण परिषद के सहयोग से हरियाणा नॉलेज कारपोरेशन लिमिटेड (एचकेसीएल) द्वारा जिला में बच्चों की प्रतिभा को निखारने हेतु हरियाणा टैलेंट सर्च एग्जामिनेशन का आयोजन करवाया जा रहा है, जिसमें कक्षा 5वीं से कक्षा 12वीं तक के स्कूली बच्चे भाग ले सकते हैं। उपायुक्त ने बताया कि दो चरणों में होने वाली इन प्रतियोगिता के लिए 5 नवंबर तक पंजीकरण करवाया जा सकता है। यह प्रतियोगिता कक्षा अनुसार चार श्रेणियों में करवाई जाएगी, जिसके लिए रजिस्ट्रेशन फीस 150 रुपये निर्धारित की गई है। इस प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए छात्रों को सेशन 2025-26 में कक्षा 5वीं से 12वीं तक का नियमित छात्र होना अनिवार्य है। प्रतियोगिता में भाग लेने वाले बच्चों के पास आधार कार्ड, स्कूल आईडी कार्ड होना अनिवार्य है। प्रथम चरण की ऑनलाइन परीक्षा में कंप्यूटर बेसड ऑनलाइन एग्जाम, 40 एमसीक्यू प्रश्न होंगे। परीक्षा का समय 30 मिनट होगा। द्वितीय चरण परीक्षा जोकि एचकेसीएल के अथॉराइज लर्निंग सेंटर में होगी जिसमंन कंप्यूटर बेसड ऑनलाइन एग्जाम, 80 एमसीक्यू प्रश्न होंगे। परीक्षा का समय 60 मिनट होगा।

गीतों के माध्यम से विद्यार्थियों को शून्य की खोज, आयुर्वेद का महत्व बताया

■ भारतीय ज्ञान परंपरा विषय पर नवोदय स्कूल खारा खेड़ी में विशेष कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▸▸ फतेहाबाद

फतेहाबाद। जवाहर नवोदय विद्यालय, खारा खेड़ी में आयोजित कार्यक्रम में छात्रों को संबोधित करते राजेश बंसल।

पीएम श्री स्कूल, जवाहर नवोदय विद्यालय, खारा खेड़ी में भारतीय ज्ञान परंपरा विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया । इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य युवा पीढ़ी को भारत की समृद्ध सांस्कृतिक और बौद्धिक विरासत से परिचित कराना था। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि राजकीय महिला महाविद्यालय, बावल, रेवाड़ी के सहायक प्रोफेसर राजेश बंसल रहे। उन्होंने छात्रों को बताया कि भारतीय ज्ञान केवल धर्म या दर्शन तक सीमित नहीं है, बल्कि यह विज्ञान, गणित, खगोल विज्ञान और चिकित्सा जैसे विविध क्षेत्रों को समाहित करता है। उन्होंने सरल गीतों के माध्यम से शून्य की खोज, आयुर्वेद के महत्व और वेदों में निहित पर्यावरण संरक्षण के सिद्धांतों को समझाया। कविता पाठ में भी जानकारी दी गई।

संयुक्त किसान मोर्चा ने मांगों को लेकर डीसी को ज्ञापन सौंपा

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिरसा

उपायुक्त को ज्ञापन सौंपते किसान।

संयुक्त किसान मोर्चा ने अनाज मंडियों में किसानों को आने वाली समस्याओं को हल करवाने को लेकर बुधवार को उपायुक्त को एक ज्ञापन सौंपा गया। सुखदेव सिंह जम्मू अखिल भारतीय किसान सभा, रघुबीर सिंह नकोड़ा बीकेयू एकता उग्राहां, भरत सिंह झाझड़ा बीकेयू टिकैत, बाबा गुरदीप सिंह झिड़ी आदि ने बताया कि जिला सिरसा की अनाज मंडियों में धान, कपास आदि की आमद हो रही है, जिसमें फसल बेचते समय किसानों के साथ मंडी में अनेक तरीकों से लूट की जा रही है। धान बिक्री के समय नमी चैक करते समय प्रयोग की जाने वाली मशीनों में धांधली है तथा जो धान आज से कई साल पहले 22 प्रतिशत नमी के साथ बिना किसी काट के बिकता था, व्यापारियों ने धीरे-धीरे उसको बढ़ाते हुए 17 प्रतिशत पर ले आये हैं, जिससे नमी के नाम से किसानों की फसल में 6 किग्रा से लेकर 13 किग्रा तक की काट लगाई जा रही है। जिससे नुकसान हो रहा है।

मेडिकल स्टोर संचालक 15 दिन में सीसीटीवी कैमरे लगाना सुनिश्चित करें

प्रतिबंधित दवा बेचने वाले मेडिकल संचालकों पर होगी कार्रवाई: एसपी

डॉक्टरों की अधिकृत पर्ची के बिना किसी को दवा न दें

हरिभूमि न्यूज ▸▸ सिरसा

सिरसा। मेडिकल संचालकों की बैठक लेते एसपी दीपक सहारण।

सिरसा के पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने बुधवार को मेडिकल स्टोर संचालकों के साथ बैठक की। उन्होंने कहा कि सिरसा पुलिस द्वारा नशे के खिलाफ चलाई जा रही मुहिम में मेडिकल स्टोर संचालक भी कंधे से कंधा मिला कर पूर्ण सहयोग कर नशा मुक्त समाज बनाने में अहम भूमिका निभाएं। उन्होंने कहा कि सिरसा पुलिस ने अब नशीली प्रतिबंधित दवाइयां बेचने वालों पर शिकंजा कस दिया है। उन्होंने कहा कि नशा एक सामाजिक समस्या है, इसलिए समाज के सभी लोग मिलकर इस समस्या का स्थाई हल करेंगे। किसी भी सूरत में दवाइयों का दुरुपयोग नहीं होना चाहिए तथा कोई भी मेडिकल स्टोर संचालक प्रतिबंधित नशीली दवाई न बेचें। डॉक्टरों की अधिकृत पर्ची के बिना दवाइयां किसी व्यक्ति को दवाई न दें। साथ ही एसपी ने कहा कि अभिवावक अपने बच्चों की दैनिक गतिविधियों पर नजर रखें तथा उन्हें नशे से दूर रहकर शिक्षा तथा खेलकूद में आगे बढने के लिए प्रेरित करें।

सहयोग का आह्वान किया

उन्होंने कहा कि पुलिस विभाग द्वारा युवाओं को नशे से दूर रखने तथा शिक्षा व खेलों के प्रति जागरुकर करने के लिए लगातार अभियान चलाया जा रहा है, इसलिए मेडिकल संचालक भी इस अभियान का हिस्सा बन कर,युवाओं का जीवन बचाने में सहयोग करें। पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने कहा कि पुलिस विभाग द्वारा नशा तस्करों पर पूरी तरह शिकंजा कसा जा रहा है,अगर किसी कारण वंश कोई युवा नशे की दल-दल में फस गया है तो उसका इलाज करवाकर उसे फिर से समाज की मुख्यधारा में लाना ही हमारी पहली प्राथमिकता है। उन्होंने इस अवसर पर कहा कि अगर हम समाज के सभी लोग मिलकर चलेंगे तो नशे के खिलाफ चलाई जा रही मुहिम में पूर्ण रुप से कामयाब होंगे। उन्होने ने कहा कि नशे के खिलाफ चलाई जा रही मुहिम के काफी सार्थक परिणाम सामने आ रहे हैं। इस बैठक के दौरान के दौरान यह भी निर्णय लिया गया कि मेडिकल संचालकों व पुलिस विभाग के बेहतर समन्वय के लिए एक व्हाट्सएप ग्रुप भी बनाया जाएगा तथा प्रति माह बैठक कर नशे के खिलाफ चलाई जा रही मुहिम की समीक्षा की जाएगी। एसपी ने आमजन से भी आह्वान किया कि गांव तथा शहर में स्थित मेडिकल स्टोर संचालकों पर विशेष ध्यान रखें। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि सभी मेडिकल सर्वर संचालक 15 दिन के अंदर अपने स्टोर पर हाई रेजोल्यूशन कैमरे लगाना सुनिश्चित करें।

नशा एक सामाजिक बुराई

इस अवसर पर अतिरिक्त उपायुक्त वीरेंद्र सहरावत ने भी मेडिकल स्टोर संचालकों से कहा कि नशा एक सामाजिक बुराई है और इस बुराई को जड़ मूल से समाप्त करने के लिए हम सभी को आगे आना होगा। उन्होंने कहा कि नशा मुक्त समाज बनाने के लिए प्रत्येक व्यक्ति को अपनी भागीदारी सुनिश्चित करनी होगी, तभी हम नशा मुक्त समाज की कल्पना कर सकते हैं।