हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, मंगलवार, 25 नवंबर, 2025

11 गोशाला परिसर में शिवलिंग हटाने पर विवाद...

12 रोडवेज कर्मियों ने मांगों को लेकर किया विरोध प्रदर्शन...

खबर संक्षेप

सट्टेबाजी व धोखाधड़ी का छठा आरोपी दबोचा

फतेहाबाद। क्रिकेट सट्टेबाजी में धोखे से पैसे हड़पने तथा बाद में पीड़ित को तंग करने के मामले में फतेहाबाद पुलिस ने छठे आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी की पहचान मोहित कुमार उर्फ मोनी पुत्र राकेश कुमार निवासी नहर कॉलोनी, फतेहाबाद के रूप में की गई है। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक सुरेन्द्रा ने बताया कि 11 जून को शिकायतकर्ता नीरू बाला निवासी भट्ठा कॉलोनी, फतेहाबाद द्वारा शिकायत दर्ज करवाई गई थी।

अवैध शराब सहित युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। एएनसी स्टाफ ने कार्रवाई करते हुए 14 बोतल अवैध शराब सहित एक युवक को काबू किया है। आरोपी की पहचान मंजीत सिंह पुत्र सतनाम सिंह निवासी कात्ताखेड़ी के रूप में हुई है। एएनसी स्टाफ प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद सिंह के अनुसार पुलिस टीम रूटीन गश्त पर थी, तभी उन्हें मुखबिर से सूचना मिली कि मंजीत सिंह गांव कात्ताखेड़ी में अवैध शराब निकालने और बेचने का कार्य करता है।

झोटा चोरी मामले में चौथा आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। भुना पुलिस ने गांव ढाणी भोजराज से झोटा चोरी करने वाले गैंग के चौथे आरोपी को काबू कर लिया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान मोहम्मद इरफान पुत्र हाजी इस्लाम कुरैशी निवासी गाँव बागरा, जिला मुजफ्फरनगर, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई है।

चोरी के मामले में नाबालिग को किया काबू

फतेहाबाद। भुना पुलिस ने घर से चोरी के मामले में तीसरे नाबालिग आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। थाना भुना के प्रभारी उप निरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि शिकायतकर्ता फूल सिंह पुत्र गंगाबिशन निवासी गोरखपुर ने शिकायत दर्ज कराई थी कि नामजद आरोपियों ने उसके घर 14 गार्डर, 4 स्टील के पलंग, एक सिलेंडर, एक गैस चूल्हा, एक पानी की मोटर, लोहे की पाइप, एक मेज, दो बैटरियां और एक इन्वर्टर चोरी कर लिए है ।

मारपीट-धमकी के मामले में तीन आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। रतिया पुलिस ने मारपीट के दर्ज मामले में तीन नामजद आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान साजन मेहता पुत्र कुलवंत राय, दीपक कुमार उर्फ दीपा पुत्र कुलवंत राय तथा प्रदीप कुमार उर्फ गोरा पुत्र कुलवंत राय निवासी वार्ड नंबर 7, रतिया के रूप में हुई है। थाना शहर रतिया प्रभारी उप-निरीक्षक रणजीत सिंह ने बताया कि मोहित, निवासी शक्ति नगर, रतिया ने शिकायत दर्ज कराई थी।

आज सभी रूट रहेंगे बंद, यात्रियों को परेशानी

पीएम की रैली में फतेहाबाद से कुरुक्षेत्र भेजी गई 147 बसें

- श्री गुरु तेग बहादुर के शहीदी दिवस पर पीएम आज कुरुक्षेत्र में करेंगे संबोधित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

श्री गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी दिवस पर राज्य स्तरीय कार्यक्रम आज कुरूक्षेत्र में आयोजित हो रहा है। पीएम नरेन्द्र मोदी इस कार्यक्रम में भाग लेने कुरूक्षेत्र पहुंच रहे हैं। कुरूक्षेत्र रैली के लिए फतेहाबाद रोडवेज की 60 बसें सोमवार को ही कुरूक्षेत्र रवाना हो गई जबकि 87 रोडवेज बसें जिले के गांवों से लोगों को लेकर मंगलवार सुबह रवाना हुई। फतेहाबाद से लोगों को लेकर कुल 147 बसें कुरूक्षेत्र के लिए गई है। फतेहाबाद रोडवेज डिपू व टोहाना सब डिपो में कुल 200 बसें हैं, जिसमें 30-35 बसें खराबी के कारण बंद पड़ी हैं। यानि कि बसों की कमी के चलते जिले के सभी रूट आज बंद रहेंगे। यहां पर रोडवेज की बसें नहीं चलेंगी। किसी भी रूट पर बसें नहीं चलने से दैनिक यात्रियों की आज परेशानियों का सामना करना पड़ेगा। रोडवेज अधिकारियों ने भी सभी रूट बंद रहने के चलते यात्रियों से आवश्यक नहीं होने पर अपनी यात्रा टालने की सलाह दी है। बता दें कि पीएम नरेंद्र मोदी आज मंगलवार को गुरु तेग बहादुर के बलिदान दिवस पर कुरुक्षेत्र में रैली को संबोधित करेंगे। उनके कार्यक्रम में प्रदेशभर से कार्यकर्ता पहुंचेंगे। कार्यकर्ताओं के आने-जाने की व्यवस्था रोडवेज विभाग द्वारा की जा रही है। फतेहाबाद रोडवेज के बेड़े में बसों की संख्या 200 है। इनमें से 30 से ज्यादा बसें किलोमीटर स्कीम की भी शामिल हैं। इनमें 30-35 बसें ब्रेक डाउन के चलते वर्कशॉप में खड़ी हैं। रोडवेज द्वारा इन बसों का संचालन लंबे रूटों के अलावा ग्रामीणों रूटों पर भी कराया जाता है। यहां से लोगों को कुरूक्षेत्र लेकर जाने के लिए रोडवेज विभाग की जिम्मेदारी तय की गई है।

कुछ बसें मरम्मत के लिए वर्कशॉप में खड़ी

फतेहाबाद जिले से कार्यकर्ताओं के लिए प्रशासनिक अधिकारियों ने 87 बसों की मांग की है जबकि 60 बसें कुरूक्षेत्र डिपू के लिए मांगी गई है। कुरूक्षेत्र डिपो के लिए बसें सोमवार को ही रवाना कर दी गई जबकि 87 बसें जिले के विभिन्न गांवों से लोगों को लेकर कार्यक्रम स्थल के लिए मंगलवार सुबह रवाना हुई। टोहाना सब-डिपो में केवल 40 बसे ही उपलब्ध हैं। इनमें से कुछ बसें अधिक पुरानी हैं, वहीं, कुछ बसें मरम्मत के लिए वर्कशॉप में खड़ी हैं। ऐसे में सब-डिपो अधिकारियों ने पीएम की रैली में भेजने के लिए 70 बसें मुख्यालय से मंगलवार को पीएम नरेंद्र मोदी के कार्यक्रम के लिए बसें भेजने के आदेश जारी हुए हैं। रैली के लिए फतेहाबाद डिपो से 60 बसें पहले ही भेज दी गई हैं जबकि 87 बसें विभिन्न गांवों में भेजी गई है। जो यहां से मंगलवार सुबह कुरूक्षेत्र के लिए रवाना होंगी। सभी बसों को निर्धारित समय अनुसार भेजा जाएगा। पीएम के कार्यक्रम में जाने के कारण सभी रूट बंद रहेंगे। दैनिक यात्री किसी भी प्रकार की असुविधा से बचने के लिए इस दिन अपनी यात्रा को स्थगित कर दें।

-सुभाष ढाण्ड, स्टेशन सुपरवाइजर, फतेहाबाद डिपो

प्रोपर्टी डीलर ने रास्ते की जमीन पर जताया मालिकाना हक

स्वामी नगर को जाने वाले रास्ते को लेकर विवाद, सीएम से मिले पार्षद व वार्डवासी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

- उपायुक्त डॉ. विवेक भारती को समस्या के समाधान के निर्देश दिए

शहर के भट्टू रोड स्थित स्वामी नगर को जाने वाले रास्ते की जमीन पर प्रोपर्टी डीलर द्वारा मालिकाना हक जताने के बाद शुरू हुआ विवाद सीएम तक पहुंच गया है। इस मामले को लेकर वार्ड के पार्षद ज्ञान सिंह के नेतृत्व में दर्जनों वार्डवासी मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मिले और उन्हें पूरे मामले से अवगत करवाया। इस मामले में सीएम ने फतेहाबाद के उपायुक्त डॉ. विवेक भारती को कॉल कर समस्या के समाधान के निर्देश दिए। इसके बाद डीसी ने भी जिला राजस्व अधिकारी श्याम लाल और नगर परिषद के ईओ राजेंद्र सोनी को जमीन की पैमाइश करवाने और जांच कर तुरंत रिपोर्ट कार्यालय में भेजने के निर्देश दिए हैं।

बता दें कि फतेहाबाद शहर के स्वामी नगर में जिला पार्षद बंटी गढ़वाल की ओर से पांच एकड़ में कॉलोनी काटी गई है। इसके चलते स्वामी नगर को जाने वाला रास्ता अवरुद्ध होने के हालात बन गए हैं। वार्ड नंबर 15 और 16 के लोगों ने इस पर आपत्ति जताते हुए विरोध किया था।

फतेहाबाद। सीएम नायब सिंह सैनी को मामले से अवगत करवाते पार्षद ज्ञानीराम।

डीसी ने दिए जांच के निर्देश

वार्ड नंबर 16 के पार्षद ज्ञान सिंह ने बताया कि उन्होंने सीएम नायब सैनी से उनके चंडीगढ़ स्थित आवास पर मुलाकात की थी। उनके साथ सीएम से मिलने वालों में पूर्व सरपंच मनोहर लाल, डॉ.राजकुमार, उदयभान, रामपाल वाल्मीकि शामिल थे। सीएम के आदेश पर डीसी ने पैमाइश करवाने व जांच के निर्देश दिए हैं। पार्षद ज्ञान सिंह व अन्य लोगों ने बताया कि स्वामी नगर में पिछले 30-35 सालों से करीब 15 फुट रास्ता बना हुआ है। यहां से वार्ड की 10 हजार से ज्यादा आबादी आवाजाही करती है। अब यहां जिला पार्षद बंटी गढ़वाल की ओर से पांच एकड़ में कॉलोनी काटी जा रही है। पार्षद ने पैमाइश करवाने के बाद सडक़ पर निशान लगा दिए हैं। उनकी तरफ से कहा जा रहा है कि जहां तक निशान लगाए गए हैं, वहां तक सडक़ नहीं रहेगी। इससे 15 फुट की सडक़ मात्र 5 फुट की रह जाएगी, जिसके कारण लोगों को आवाजाही में दिक्कत होगी।

पुलिस ने जांच की शुरू

फतेहाबाद आई शहीद की पत्नी की गाड़ी के शीशे तोड़े

फतेहाबाद। शहर के सुंदर नगर में एक रस्म पगड़ी में शामिल होने वाली शहीद की पत्नी की गाड़ी के कुछ लोगों ने देर रात को शीशे तोड़ दिए गए। आरोपियों ने स्कॉर्पियो गाड़ी पर जमकर ईंटें बरसाए और शीशे तोड़ डाले। गाड़ी ताड़ने का आरोप पड़ोस में ही रहने वाले ताऊ के परिवार पर ही लगा है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंच गई और जांच शुरू कर दी है। मिली जानकारी के अनुसार, लद्दाख में दो साल पहले खाई में गिरने से 9 जवान शहीद हो गए थे। उन्हीं में से एक नायब सूबेदार रमेश लाल थे। रमेश लाल की पत्नी गीता स्कॉर्पियो गाड़ी लेकर अपनी बुआ के निधन के बाद रस्म पगड़ी में शामिल होने आई हुई थी। देर रात को दो पड़ोसियों ने अपने पांच साथियों के साथ मिलकर स्कॉर्पियो पर जमकर ईंट बरसाई।

फतेहाबाद। गाड़ी के तोड़े गए शीशे।

स्टॉर्म वाटर प्रोजेक्ट दीवाली से बंद, शहरवासी परेशान, आठ माह में हुआ सिर्फ 40% काम

- 2026 मानसून तक पूरा होने पर भी संशय

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

शहर में स्टॉर्म वाटर प्रोजेक्ट का काम शुरू हुए आठ माह बीत चुके हैं, लेकिन अब तक केवल 40 प्रतिशत बरसाती लाइन ही बिछाई जा सकी है। दीवाली से पहले काम पूरी तरह रुक गया था और तब से दोबारा शुरू नहीं हो पाया। एक साल में पूरा होने वाला यह प्रोजेक्ट अब अधर में लटका हुआ है, जिससे शहरवासी बेहद परेशान हैं। बरसाती लाइन बिछाने के लिए अनाज मंडी के चारों ओर सड़कों को खोद दिया गया है। डिजाइन संबंधी त्रुटियों के कारण बनाए गए चैंबर भारी वाहनों के दबाव से टूटने लगे। ऐसे में चैंबरों का नया डिजाइन तैयार किया जाना था, लेकिन एक्सईएन विजय कुमार के अवकाश पर होने से पिछले दो सप्ताह से काम फिर अटका पड़ा है। प्रोजेक्ट का धीमा पड़ना व्यापारियों, किसानों व आमजन के लिए बड़ी परेशानी बन गया है।

बाजारों में लाइन बिछाने की नहीं बनी योजना

अधिकारियों के अनुसार मंडी क्षेत्र के बाद बाजारों में लाइन बिछाने का काम किया जाना है, लेकिन अब तक किसी भी स्तर पर प्लानिंग आगे नहीं बढ़ सकी है। सर्दियों को बाजार क्षेत्र में काम करने का उपयुक्त समय माना जाता है क्योंकि रात के समय आसानी से कार्य कराया जा सकता है और पानी सप्लाई बंद होने पर लोग असुविधा सहन कर लेते हैं।

टूटी सड़कें मरम्मत फंड पर निर्भर

बरसाती लाइन की खुदाई से खराब हुई सडक़ों की मरम्मत के लिए नगर परिषद ने सीएम घोषणा के तहत 25 करोड़ रुपए का एस्टीमेट मुख्यालय को भेजा है। अधिकारियों को उम्मीद है कि बाजारों में लाइन बिछने तक फंड मंजूर हो जाएगा और टूटी सडक़ों की मरम्मत तेज गति से हो सकेगी।

दुकान से सामान चोरी करते युवक पकडा

तीन जगह चोरी की घटनाओं से शहर में दहशत का माहौल

सिरसा। अनाज मंडी स्थित आढ़त दुकान से चोरी करते हुए दो युवक रंगेहाथ पकड़े, जिनमें से एक भाग गया और दूसरा आढ़ती ने काबू कर लिया। पुलिस को दी शिकायत में बी-ब्लॉक के राधेश्याम ने बताया कि दुकान नंबर-84 बी अनाज मंडी में उसकी आढ़त की दुकान है। बीती शाम वह दुकान के पिछली साइड में दो लड़के बाइक पर दुकान से गेहूं का कट्टा रखने की कोशिश कर रहे थे। अचानक वह भी वहां जा पहुंचा। उनमें से एक लडक़ा बाइक लेकर वहां से भाग गया और दूसरे लडक़े को उन्होंने पकड़ लिया। इसी प्रकार एक अन्य घटना में भारतेंद्र मोहन ने बताया कि उसके घर पर दो लड़के आए और स्टैप्लाइजर चुरा ले गए।

अन्य मामला

पुलिस को दी शिकायत में वाल्मीकि चौक के अर्जुन कुमार ने बताया कि वह सिविल अस्पताल सिरसा में जॉब करता है। उसके पास एक बाइक पंजाब के मानसा के उसके पिता अशोक कुमार के नाम है। बीते दिवस वह अस्पताल में बाइक लेकर ड्यूटी पर आया था। वह अस्पताल पार्किंग में बाइक खड़ी कर ड्यूटी पर चला गया। जब वह छुट्टी से वापस आया, तो उसका बाइक वहां नहीं मिला, पता चला कि अज्ञात बाइक चुरा ले गया।

फतेहाबार पुलिस का ऑपरेशन ट्रैकडाउन अभियान जारी

सीआईए ने दबोचे दो इनामी शूटर

- अब तक 1,479 हार्डकोर क्रिमिनल सहित 4,831 काबू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डबवाली

हरियाणा पुलिस की ऑपरेशन ट्रैकडाउन के तहत कार्रवाई करते हुए कालांवाली सीआईए ने बड़े आपराधिक गिरोह से जुड़े दो अपराधियों गोकुल निवासी मीरपुर और अनिल उर्फ गोरू निवासी नेजाडेला को काबू किया है। दोनों पर 20-20 हजार रुपए का इनाम घोषित था। दबोचे गए आरोपियों से प्रारंभिक पूछताछ में आरोपियों ने गुरुग्राम में गायक फाजिलपुरिया के निवास पर हुई फायरिंग, गुरुग्राम के एम एंड आर बिल्डर कार्यालय पर फायरिंग तथा करनाल के अल्फा सिटी स्थित सागा म्यूजिक कंपनी के कार्यालय पर फायरिंग में शामिल होने की बात कबूल की है। पुलिस ने इनके खिलाफ आम्र्स एक्ट के तहत अभियोग दर्ज कर लिया है। फिलहाल जांच जारी है। इसी प्रकार सिरसा पुलिस ने ऑपरेशन ट्रैक डाउन के तहत बड़ी सफलता हासिल करते हुए पिछले दो वर्षों से फरार चल रहे हत्या प्रयास के आरोपी सुनील उर्फ धोलू को राजस्थान के हनुमानगढ़ क्षेत्र से अवैध पिस्तौल सहित काबू कर लिया।

479 हार्डकोर अपराधी किए गिरफ्तार

ऑप्रेशन ट्रैकडाउन के तहत पुलिस ने 22 नवंबर को प्रदेशभर में एक साथ चलाए गए अभियान में पुलिस ने 40 कुख्यात अपराधियों सहित कुल 225 आरोपियों को गिरफ्तार किया। एक ही दिन में की गई इस बड़ी कार्रवाई ने अपराधियों में दहशत का माहौल पैदा कर दिया है। अब तक अभियान के दौरान 1,479 हार्डकोर व वांछित अपराधी और 3,352 अन्य आरोपी कुल 4,831 अपराधी गिरफ्तार किए जा चुके हैं।

भिरड़ाना को शीघ्र मिल सकता है उपतहसील का दर्जा आयुक्त ने दिए फिजिबिलटी तलाशने के आदेश

- भिरडाना गांव की आबादी 20 हजार के करीब

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद के गांव भिरड़ाना को शीघ्र ही उपतहसील का दर्जा मिल सकता है। इस बारे हिसार मंडल के आयुक्त ने अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि वह गांव में जाकर उपतहसील बनाने बारे रिपोर्ट तैयार कर कार्यालय में भेजें। बता दें कि ग्रामीण पिछले काफी समय से भिरड़ाना को उप तहसील का दर्जा दिलवाने के लिए प्रयास कर रहे थे। प्रदेश सरकार ने इस बारे हिसार मंडल आयुक्त को उपतहसील बनाने बारे फिजिबिलिटी तलाश की जाए। उल्लेखनीय है कि भिरडाना गांव की आबादी 20 हजार के करीब है और करीब 10 हजार मतदाता है। भिरडाना एतिहासिक स्थल है और 5 किलोमीटर के दायरे में 20 गांव आते है। अगर भिरडाना उप-तहसील बनती है तो आसपास के ग्रामीणों के खासा लाभ पहुंचेगा।

फतेहाबाद। गांव भिरड़ाना के बाहर लगा प्रवेश द्वार। फोटो : हरिभूमि

ज्ञापन देकर की थी मांग

बता दें कि भिरड़ाना के ग्रामीणों ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी व पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल को ज्ञापन देकर भिरडाना को उप-तहसील बनाने की मांग की थी। इस ज्ञापन पर कार्रवाई करते को हुए सरकार ने मंडल आयुक्त पत्र भेजकर कहा कि वह पता करें कि क्या भिरडाना गांव उप-तहसील को दर्जा देने के सभी मानक पूरा करता है। आयुक्त ने इस मामले में उपायुक्त से रिपोर्ट मांगी और उपायुक्त ने एसडीएम, तहसीलदार, डीडीपीओ, भूना, कुलां, भट्ट, जाखल, फतेहाबाद, रतिया के तहसीलदार व उप-तहसीलदार से रिपोर्ट मांगी है।

अनोखे भात की चर्चा चारों ओर

लाखों रुपए छोड़ लिया शगुन का एक रुपया

- परिवार ने सादगी और संस्कारों की मिसाल पेश की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चौपटा

आज के समय में जहां विवाह-शादियों में दिखावे की होड़ बढ़ती जा रही है, वहीं दरियापुर गांव के सिंवर परिवार ने सादगी और संस्कारों की ऐसी मिसाल पेश की है, जिसकी चर्चा पूरे क्षेत्र में हो रही है।

दड़बा कलां से बैनीवाल परिवार अपनी बेटी सीमा के घर भात भरने पहुंचे, लेकिन जब भात की मुख्य रस्म का समय आया तो सिंवर परिवार ने लाखों रुपए छोड़ मात्र एक रुपये का शगुन स्वीकार कर सबका दिल जीत लिया। यह भात अमिलाल बैनीवाल के परिवार की ओर से भरा गया था। उनकी पौत्री सीमा की पुत्री नेहा के विवाह के अवसर पर भात की परंपरागत रस्म के लिए दड़बा कलां से विधायक भरत सिंह बैनीवाल, अमर सिंह बैनीवाल, कांग्रेस जिलाध्यक्ष संतोष बैनीवाल, नंदलाल बैनीवाल, चंद्रभान बैनीवाल, भीम, ओमप्रकाश, अभय सिंह, रोहताश, शुभेसिंह, बलवंत सहित गांव की लगभग 250 महिलाएं व पुरुष पूरे उत्साह के साथ दरियापुर पहुंचे। भात की रस्म के दौरान सीमा के पति रवि सिंवर, ने कहा कि वे भात में दिए जाने वाले लाखों रुपए स्वीकार नहीं करेंगे। उन्होंने परंपरा अनुसार मात्र एक रुपए का शगुन लेकर सामाजिक संदेश दिया कि बहन-भाई का संबंध पैसे से नहीं, बल्कि प्रेम, विश्वास और सद्भाव से मजबूत होता है।

सिरसा। भात भरते हुए दड़बा का बैनीवाल परिवार। फोटो : हरिभूमि

परेशानी | शादियों के सीजन के चलते सब्जियों के बढ़े दाम

टमाटर हुआ 'लाल', बाजार में 80 रुपये प्रति किलो तक पहुंचा दाम

हिमाचल और नासिक दोनों जगह फसल खराब होने से अब राजस्थान से भी देसी टमाटर की खेप बाजार में आ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

- पिछले साल मटर सिर्फ 20–30 रुपये किलो थी

महाराष्ट्र के नासिक व हिमाचल में बारिश के कारण टमाटर की फसल खराब होने के चलते इन दिनों टमाटर के रेट यहां 80 रुपये प्रति किलो तक पहुंच गए हैं। पहले यहां टमाटर नासिक से आता था। अब गुजरात में अहमदाबाद के पास आबू रोड से टमाटर यहां पहुंच रहा है। वहां रेट ज्यादा होने व भाड़ा लगने के चलते यहां पर 60 रुपये प्रति किलो टमाटर पहुंच रहा है। इसके बाद आढ़त व अन्य खर्च लगाकर खुले बाजार में 80 रुपये प्रति किलो बिक रहा है। इसके अलावा शादियों के सीजन के चलते मटर व शिमला मिर्च के दाम भी आसमान छू रहे हैं। मटर 80 रुपये किलो तथा शिमला मिर्च 100 रुपये किलो तक पहुंच गई है। बता दें कि पिछले साल इन दिनों मटर 20 से 30 रुपये प्रति किलो बिक रहा था। आमतौर पर साल के इस समय मे टमाटर सस्ती हो जाती है, लेकिन बीते दिनों मौसम की मार से खराब हुई फसलों के कारण महंगा हुआ टमाटर एक बार फिर से लोगों की रसोई का बजट बिगाड़ता नजर आ रहा है।

मानसून के बाद प्रदेश में हुई बारिश के कारण सब्जियों की फसल खराब हो गई थी। उसके बाद यहां हिमाचल से सब्जियां आ रही थी। अब हिमाचल का टमाटर आना बंद हो गया है। महाराष्ट्र के नासिक में भी टमाटर की फसल नष्ट होने से गुजरात के आबू रोड से व्यापारी यहां टमाटर मंगवा रहे हैं। प्रतिदिन यहां कई ट्राले टमाटर के आ रहे हैं। इन दिनों यहां शादियों का सीजन है जिस कारण टमाटर की डिमांड भी काफी है। आढ़त व अन्य खर्च लगने के बाद टमाटर 60 से ऊपर मण्डी में पहुंचता है। बीच में होलसेलर व परचून का मार्जन मिलाकर बाजार में यह 80 रुपये प्रति किलो बिक रहा है। पहले यहां हिमाचल से टमाटर आ रहा था। उसके बाद अब राजस्थान से भी देसी टमाटर की खेप यहां पहुंच रही है।

फतेहाबाद। सब्जी मण्डी में आया देसी टमाटर।

बारिश ने खेती को किया बर्बाद

सब्जी मण्डी के व्यापारी पवन राठौड़ ने बताया कि पिछले महीने टमाटर 25 से 30 रुपए किलो थोक में बिक रहा था लेकिन अचानक बारिश ने लोगों के थाली में पड़ोसी जा रही सब्जी का जायका खराब कर दिया। एक तो बारिश ने टमाटर के खेती को बर्बाद किया वहीं, दूसरी ओर शादी-समारोहों में सब्जियों की बड़े पैमाने पर मांग भी कही न कही टमाटर की कीमतों में उछाल का कारण बन रहे हैं।

हरिभूमि
रोहतक,मंगलवार
25 नवंबर 2025

सहेली

किसी पर भी ऐसी बड़ी विपदा आ सकती है कि वह टूट जाए, जीवन में एकदम अकेला हो जाए। अगर वह स्त्री है तो उसके जीवन का संकट और गहरा हो जाता है। ऐसी स्थिति में समझदारी के साथ धैर्य और साहस से काम लिया जाए तो हम बड़े से बड़े संकट से उबर सकते हैं। आशा की नई किरणों से जीवन में छाए अंधेरे को छांटकर, खूबसूरत जिंदगी जी सकते हैं।

अकेले हैं तो क्या गम है नजरिया बदलें और खुश रहें

कवर स्टोरी

प्रतिभा अग्निहोत्री

अपने इकलौते युवा बेटे को एक दुर्घटना में खोने से गीता बहुत दिनों तक अपसेट रहीं, लेकिन फिर उन्होंने अपने आपको संभाला। अब वह जिंदादिली से अपना जीवन जी रही हैं। छोटे-बड़े किसी भी समारोह में पहुंचकर वह अपने मधुर स्वभाव से वहां का वातावरण खुशनुमा बना देती हैं, उनसे मिलकर हर इंसान सकारात्मकता से भर उठता है। गीता बताती हैं, 'पति के देहांत के बाद बेटा ही एकमात्र सहारा था। एक पल को ऐसा लगा था, मानो अब सब कुछ खत्म हो गया। अपने दुखों के बारे में सोचते - सोचते कभी-कभी तो मुझे इतना तनाव हो जाता था कि रात में नींद नहीं आती थी। खाना नहीं बनाती थी और यदि किसी तरह बन गया तो खाने की इच्छा ही नहीं होती थी। इसी तरह दिन गुजर रहे थे, फिर एक दिन लगा कि इंसान का जन्म बहुत मुश्किल से मिलता है। और एक मैं हूं कि अपनी इस जिंदगी को यूं ही बर्बाद किए जा रही हूं। इस तरह तो एक दिन बीमार होकर बेड पर आ जाऊंगीं फिर क्या होगा? बस उस दिन से दुःख, अवसाद और तनाव को हटाकर मैं यथार्थ में आ गई। लगा कि अभी तो बहुत कुछ करना शेष है, और उसी दिन से मेरा जीवन को देखने का नजरिया ही बदल गया।

तनाव को ना हावी होने दें: वास्तव में अकेलापन कोई समस्या नहीं है बल्कि हमारे ही नकारात्मक विचारों से उत्सर्जित तरंगों द्वारा निर्मित एक अहसास, मनोभाव और विचार है। काउंसलर कीर्ति वर्मा कहती हैं, 'अवसाद की शुरुआत तनाव से होती है। जब यह तनाव निरंतर मन-मस्तिष्क पर हावी रहता है तो इंसान अकेलेपन का शिकार हो जाता है। यह स्थिति लंबे समय तक रहती है तो फिर इंसान अवसाद में आ जाता है। इसलिए जरूरी है कि हम खुद पर अकेलेपन को हावी नहीं होने दें।'

वेबएमडी के एक सर्वे के अनुसार अकेलेपन के कारण 26 प्रतिशत तक समय पूर्व मृत्यु की और 32 प्रतिशत स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए आवश्यक है कि जैसे ही यह खालीपन आपके मन-मस्तिष्क में जगह बनाने लगे तो सचेत होकर स्वयं को सकारात्मक दिशा में लगा दें ताकि समस्या और अधिक गंभीर न हो।

दोस्तों और परिवार से मिलें: मनोवैज्ञानिकों के अनुसार दोस्तों और परिवार के सदस्यों से मिलना-जुलना बेहद जरूरी है। जब हम अपने प्रियजनों और इष्टमित्रों से मिलते हैं तो डोपामाइन हार्मोन रिलीज होता है, जो हमारे विचारों में सकारात्मकता का समावेश करता है, इसलिए जब भी समय मिले, अपने परिवार और दोस्तों के साथ समय अवश्य बिताएं। अपनी सखियों के साथ घूमने जाएं, उन्हें भोजन पर बुलाएं, गेम खेलें परंतु केवल उन्हीं दोस्तों के साथ, जिनसे मिलकर आपको खुशी मिलती हो।

नजरिया हो सकारात्मक: जब भी अकेलेपन के तनाव के कारण अवसाद में जाने लगें तो जीवन को देखने का नजरिया बदलें। अपनी ही स्थिति पर हरदम दुःखी होते रहने की अपेक्षा अपने से कमतर लोगों को देखें, आप पाएंगी कि आपसे अधिक सुखी इस संसार में कोई दूसरा नहीं है। सुखी इंसान सौ प्रतिशत वही है, जो हाथ-पैर और दिलो-दिमाग से पूरी तरह फिट है। हमें यह समझना चाहिए कि सुख-दुख जीवन के दो पहलू हैं, जिसमें कभी एक पहलू कमजोर होता है तो कभी दूसरा।

नकारात्मक लोगों से बनाएं दूरी: नकारात्मकता जहां आपके सोचने-समझने की शक्ति को क्षीण करके मन-मस्तिष्क को तनावग्रस्त करती है, वहीं सकारात्मकता असीम ऊर्जा का संचार करके मनुष्य की रचनात्मक शक्ति में वृद्धि करती है। इसके लिए आवश्यक है कि आप नकारात्मक लोगों से दूर रहें, क्योंकि ये लोग निराशा से भरे होते हैं, अपने निराशा भरे विचार आपके पास छोड़ते हैं, जिससे आप भी प्रभावित होती हैं। गृहिणी अनीता कहती हैं, 'मैं नेगेटिव लोगों से दो फुट की दूरी बनाकर रखती हूं, क्योंकि ऐसे लोग जब भी मिलते हैं, मेरे अच्छे खासे दिमाग में अपना कचरा छोड़ जाते हैं, जिससे जीवन में रुकावटें आती हैं।'

छोटी-छोटी खुशियों को सेलिब्रेट करें: जीवन के प्रति सदैव सकारात्मकता से भरपूर रहने वाली अनुभा कहती हैं, 'मेरे लिए हर नया दिन एक उत्सव जैसा होता है। अपनी मीटिंग के सफल हो जाने पर मनचाही मूवी देख लेने पर, दी गई समय सीमा में कार्य पूर्ण हो जाने पर या सप्ताहांत का अवकाश, मुझे असीम खुशी देता है, क्योंकि मेरी नजर में खुश होना या खुशी मनाना एक अहसास है, जिसके लिए किसी बड़ी घटना, कार्य या बहुत पैसे का होना जरूरी नहीं है।'

खुशी देना सीखें: किसी सहेली की कोई रेसिपी या पेंटिंग, सिंगिंग की तारीफ या किसी के विवाह, जन्मदिन की वर्षगांठ पर मैसेज के स्थान पर फोन कॉल करके बधाई देना, आपको सकारात्मकता से भर देगा। किसी भूखे को खाना खिलाना, गार्ड या मेड को गरमा-गरम चाय पिलाने से उसके चेहरे पर आई खुशी आपको ऊर्जा से भर देगी।

जीवन को सरलतम तरीके से जिएं: कुछ लोग बेवजह का अहंकार पालकर अपने जीवन को दुरुह बना लेते हैं। इसकी अपेक्षा आप जीवन को जितने सरल तरीके से जिएंगी, जीवन आपको उतना ही खूबसूरत लगेगा। अपने एकाकी जीवन में अपनी सोच में बदलाव लाकर, उसे सकारात्मक बनाकर आप अपने बेशकीमती जीवन को खूबसूरत बना सकती हैं।

फिट रहना है जरूरी

हम सदियों से सुनते आए हैं, निरोगी काया इस जीवन का सबसे बड़ा सुख है। इसके लिए आवश्यक है कि आप प्रतिदिन कम से कम 40 मिनट स्वयं को दें। इस अवधि में आप इच्छानुसार वॉकिंग, जिमिंग, योगा अथवा व्यायाम करें।

आहार हो पौष्टिक

अकसर देखा जाता है कि अकेला इंसान अपने लिए भोजन बनाने में आलस्य करता है या एक टाइम बनाकर दो या तीन टाइम तक बासी खाना खाता है। ऐसा करने की अपेक्षा हरदम पौष्टिक और ताजा भोजन खाने का प्रयास करें।

बच्चों को ना रखें डरा-धमका कर

कुछ पैरेंट्स अपने बच्चों को बहुत डरा-धमकाकर रखते हैं। इससे वे डरे-सहमे रहते हैं। उनके व्यक्तित्व का विकास बाधित होता है। पैरेंट्स बच्चों की परवरिश में किन बातों का ध्यान रखें कि वे दब्बू ना बनकर निर्भीक-साहसी बनें और सफल हों।

परवरिश

रेखा शाह आरबी

अकसर यह देखा जाता है, जब कभी छोटे बच्चे ज्यादा तंग-परेशान करते हैं तो पैरेंट्स यह कहकर उन्हें डराते हैं, 'चुपचाप सो जाओ, नहीं तो भूत आकर ले जाएगा।' इस तरह अलग-अलग तरीकों से बच्चों को डराया जाता है। हमें यह समझना चाहिए, बच्चों का मन बहुत कोमल होता है, वे डर जाते हैं। उनके मन में हमेशा के लिए भय का बीजारोपण हो जाता है। पैरेंट्स को यह अनुमान ही नहीं होता कि बच्चे के भीतर बचपन में एक डर समा रहा है। पैरेंट्स अलग-अलग डर से बच्चों को डराते हैं। ऐसा करना गलत है, उनके व्यक्तित्व विकास में बाधक है।

जीवन भर रहता है प्रभाव: हम सब जीवन भर किसी न किसी डर का सामना करते रहते हैं। ऐसा कोई भी नहीं है, जो किसी बात से डरता ना हो। कभी-कभी हमारे जीवन में ऐसे अनेक अवसर आते हैं कि हम अपने जीवन में बहुत आगे बढ़ सकते हैं, लेकिन अपने डर के कारण हम उन मौकों को गंवा देते हैं। बाद में जब उसी काम को करके दूसरों को सफल होते देखते हैं तो सोचते हैं, 'काश! हमने भी यह प्रयास किया होता।' यह 'काश' की नींव हमारे बचपन में हमारे पैरेंट्स रखते हैं, मतलब हम सफल होंगे या असफल।

पैरेंट्स से सीखता है डरना: हमें याद रखना चाहिए कि जब हम जन्म लेते हैं तो हमारे भीतर किसी वस्तु या स्थान के प्रति कोई भय नहीं होता है। एक छोटा बच्चा मात्र दो चीजों से डरता है- एक तेज आवाज और दूसरे नीचे गिरने से। बाकी दुनिया के सारे डर बच्चा अपने भाई-बहनों और माता-पिता से सीखता है। जब भी कोई शिशु नई वस्तु या किसी नई परिस्थिति में पड़ता है तो पैरेंट्स की तरफ देखता है। जब वह पैरेंट्स को भयभीत देखता है तो वह भी सहम जाता है। यदि निडर देखता है तो वह भी निडरता का व्यवहार करने लगता है। आप एक शिशु के सामने कोई खूंखार जानवर खड़ा कर दीजिए, वह भयभीत नहीं होगा। क्योंकि उसे नहीं मालूम कि वह खतरनाक है या नहीं। वह उस खूंखार जानवर के साथ अपने माता-पिता के व्यवहार को ऑब्जर्व करता है। यदि माता-पिता डरते हैं तो वह भी डरता है, यदि नहीं डरते हैं तो बच्चा भी नहीं डरता है। दुनिया भर के डर, बच्चों को अपने माता-पिता और परिजनों द्वारा मिलते हैं। हम कई बार अपने अनुचित डर के कारण भी पिछड़ते और कुंठित होते चले जाते हैं। यानी बच्चों को सारे डर अपने परिवार से ही मिलते हैं। निडरता और साहस भी अपने परिवार से मिलता है। अगर बचपन से ही बच्चों पर ध्यान दिया जाए, उन्हें गैर जरूरी चीजों से डराया ना जाए तो उनका ज्यादा बेहतर तरीके से विकास होगा। इसलिए जरूरी है, बच्चे डरकर नहीं रहें, खुलकर बोलें और अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करें, ताकि उनका सर्वांगीण विकास हो।

बात-बात पर डांटने का पड़ता है बुरा असर

कुछ बच्चों को अपनी बात किसी के सामने निर्भय होकर रखने में एक डर लगता है। बच्चा यही सोचता है कि सामने वाला उसके बारे में क्या सोचेगा? इस तरह वह खुलकर कभी बोल ही नहीं पाता। यह एक सामाजिक डर है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि बचपन में कई बार पैरेंट्स बच्चों को डांट कर चुप कराते रहते हैं। उन्हें उनकी मन की बात नहीं कहने देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि आगे चलकर बच्चा किसी के सामने कोई बात कहने में संकोच करता है। अपनी बात खुलकर कभी नहीं कह पाता।

स्पेशल: इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन, 25 नवंबर

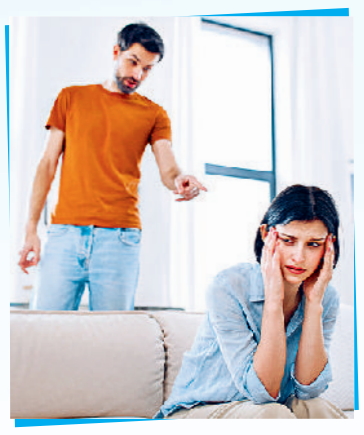
देश-दुनिया में आज भी महिलाओं के प्रति समाज का नजरिया प्राय: अमानवीय बना हुआ है। उनके विरुद्ध शारीरिक-मानसिक हिंसा होती ही रहती है। आज का दिन स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हर तरह की हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। ऐसे में हर किसी को अपनी भूमिका निभानी चाहिए।

महिलाओं के विरुद्ध हिंसा मिले अपनों का साथ

मुद्दा

डॉ. मोनिका शर्मा

हर वर्ष मनाया जाने वाला 'इंटरनेशनल-डे फॉर द एलिमिनेशन ऑफ वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन', स्त्रियों के विरुद्ध होने वाली हिंसा के उन्मूलन को लेकर जागरूकता लाने से जुड़ा है। महिलाओं के खिलाफ वॉयलेंस को रोकने और जेंडर आधारित हिंसा के खिलाफ कार्रवाई का आह्वान करने के लिए इस दिन दुनिया भर में सजगता लाने के प्रयास किए जाते हैं। हर जगह स्त्रियों के साथ समान और सम्मानजनक व्यवहार करने के भाव को बल देने से जुड़ी कोशिशें की जाती हैं। गौरतलब है कि हर साल 25 नवंबर से शुरू हुई जागरूकता लाने वाली यह मुहिम भी सोलह दिन तक चलती है। वॉयलेंस अगेंस्ट वुमेन को लेकर सजगता लाने, संवेदनशील सोच को बढ़ावा देने और हिंसा खत्म करने वाली 16 दिनों की यह मुहिम 10 दिसंबर को अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस के साथ समाप्त होती है।



घर-परिवार में मिले सपोर्ट: महिलाओं के आत्मसम्मान को चोट पहुंचाने वाले हिंसक व्यवहार पर लगाम लगाने के लिए समाज में संवेदनाएं पोषित करने का प्रयास किया जाता है। हिंसा की शिकार हर महिला को अपनों का साथ मिले तो स्थितियां बदल सकती हैं।

ना बनाएं उपहास का विषय : घर में किसी महिला के साथ होने वाला हिंसक बर्ताव, मजाक का विषय नहीं होता। देखने में आता है कि कई घरों में पीड़ादायी हरकतें, अपनों के लिए एक आम-सी बात बन जाती है। 'आज फिर?', 'अरे! उसने फिर तुम पर हाथ उठाया क्या?', 'अरे हमेशा रोने की आदत है रे तुम्हें तो।' जैसे शब्दों-वाक्यों के संग हंसकर टाल दिया जाने वाला बर्ताव मान लिया जाता है। सवाल यह है कि अपने ही स्त्रीमन की पीड़ा को नहीं समझेंगे तो हालात बदलेंगे कैसे? यह दुर्व्यवहार सीधे-सीधे एक स्त्री के मानवाधिकार का हनन है। इंसान होने के नाते मान के साथ जीने के अधिकार पर किया जाने वाला हमला है। इसे भी गंभीरता से लिया जाना आवश्यक है।

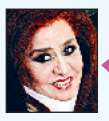
बढ़ावा बिल्कुल ना दें: यह एक कड़वा सच है कि कई घरों में महिलाओं के अपने ही उनके खिलाफ हिंसा को बढ़ावा देते हैं। कई परिवारों में शारीरिक हिंसा भले न की जाए, साइकोलॉजिकली महिलाओं को खूब प्रताड़ित किया जाता है। हमारे यहां बेटे के नकारात्मक व्यवहार पर पर्दा डालने वाले सास-ससुर भी हैं और पति की प्रताड़ना झेलती बेटी की शिकायतों के बावजूद चुप रहने वाले माता-पिता भी। बहू-बेटियों के साथ होने वाले हिंसक बर्ताव को जाने-अनजाने बढ़ावा दिया जाता है।

पुरुषों की भूमिका हो सकती है अहम: भाई, पिता हों या ससुर, देवर, जेठ, ननदोई या फिर बेटे, घर-परिवार में किसी महिला के साथ होने वाली हिंसा का विरोध पुरुषों को करना चाहिए। ऐसे में सहज रूप से विरोध जताने से लेकर खुद हिंसा ना करने और हिंसा की शिकार किसी महिला की मदद करने तक, पुरुषों का रोल बेहद अहम हो सकता है। ऐसे प्रयास से इस दंश का खात्मा कोई मुश्किल काम नहीं है।

बहू-बेटी में ना करें फर्क

हमारे परिवेश में महिलाओं के खिलाफ होने वाली हिंसा में घरेलू हिंसा सबसे ऊपर है। इसके पीछे बहू और बेटी में फर्क करने की मानसिकता भी जिम्मेदार है। माता-पिता के घर में प्यार-मान पाने वाली बेटी का दूसरे घर की बहू बनते ही दोयम दर्जे के व्यवहार से सामना होता है। आज भी यह भेदभाव बहुत से घरों में कायम है। असल में घर के भीतर होने वाली हिंसा के लिए कोई एक वजह नहीं होती। बहुत से सामाजिक और पारंपरिक सोच से उपजे कारण इसके पीछे होते हैं।

सर्दियों में ऐसे करें पैरों की स्किन केयर



स्किन केयर

शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

सर्दियां आते ही वातावरण में नमी की कमी की वजह से पैरों की त्वचा रूखी और बेजान लगने लगती है। इस दौरान पैरों की एड़ियां भी फटने लगती हैं या पैरों में खुजली और इरिटेशन होने लगती है। इसके कारण कई बार चलने में भी परेशानी होने लगती हैं। इससे बचाव के लिए पैरों की एक्स्ट्रा केयर करने की जरूरत होती है। इस मौसम में पैरों की देखभाल के लिए घरेलू उपाय काफी कारगर साबित हो सकते हैं।

स्किन रहेगी मॉयश्चराइज: अपने पैरों के प्रभावित एरिया और दरारों पर जैतून का तेल लगाने से त्वचा को पोषण मिलता है। इससे रूखेपन को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। जैतून के तेल को गुनगुना करके पैर के तलवों की मालिश करने से पैरों की अकड़न दूर होती है। आप एक बाउल में थोड़ा जैतून का तेल लेकर उसे हल्का गर्म करें। अब इसमें लैवेंडर एसेंशियल ऑयल की तीन-चार बूंदें मिक्स करें। इसके बाद इस ऑयल से अपने पैरों की मालिश करें। इससे आपको कुछ ही देर में आराम का अहसास होगा। जैतून ऑयल में विटामिन-ई होता है इसलिए इसे लगाने से आपके पैर मुलायम होंगे और आप रिलैक्स महसूस करेंगी। गर्म पानी में व्हाइट विनेगर डालें और फिर पांच मिनट के लिए पैरों को इसमें भिगोएं। अब आप जैतून के तेल की कुछ बूंदों को क्यूटिकल्स पर लगाएं और इसे लगभग 10 मिनट तक फिर पानी में भीगने दें। जैतून का तेल पैरों की त्वचा को मॉयश्चराइज रखने में मदद करता है। आप इस तेल को एक जेंटल मॉयश्चराइजर के रूप में भी उपयोग कर सकती हैं। यह उन्हें क्रैक होने से बचाता है और डेड स्किन साफ करता है।

स्किन ऐसे रहेगी सॉफ्ट: सर्दियों में पैरों की त्वचा को नरम बनाए रखने के लिए नहाते वक्त पैर धोने के लिए गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें। लेकिन गर्म पानी का इस्तेमाल कतई न करें क्योंकि इससे पैर ड्राय हो सकते हैं, जिससे स्किन फट सकती है। गुनगुने पानी से ब्लड सर्कुलेशन सही रहता है।

मसाज करें: सोने से पहले पैरों की हल्के हाथ से मसाज करें। इसके लिए सरसों या नारियल तेल को एक कटोरे में गुनगुना कर लें। इस तेल से पंजों और पैर के बाकी हिस्सों की मालिश करें। इससे पैरों में ब्लड सर्कुलेशन तेज होगा, जिससे पैरों में गर्माहट आएगी और पैर सुंदर दिखेंगे। पैरों की देखभाल के लिए हाइड्रो थेरेपी भी लाभदायक साबित होती है। इसके लिए आपको पहले ठंडे पानी में पैरों को 2 मिनट तक डुबोकर रखना होगा। फिर पैरों को 1 मिनट के लिए गर्म पानी में डुबोना होगा। ऐसा ही 15-20 मिनट तक करती रहें। फिर पैरों को पानी से निकाल लें और तौलिए से अच्छी तरह पोंछ कर मोजे पहन लें।

जब एंग्जायटी सताए ऐसे करें बचाव

अलग-अलग वजहों से अनेक महिलाएं एंग्जायटी की शिकार हो जाती हैं। इससे बचाव के लिए आपको अपनी डाइट और लाइफस्टाइल में सुधार करना होगा। यहां आपको बता रहे हैं, इससे रिलेटेड बहुत ही यूजफुल सजेशंस।

सजेशन

निकिता चौहान

आजकल की भाग-दौड़ भरी लाइफस्टाइल में मानसिक तनाव एक सामान्य समस्या बन गई है। महिलाओं में यह समस्या काफी ज्यादा देखी जा रही है, क्योंकि वर्किंग महिलाएं हों या हाउसवाइफ, उनके पास घर और बाहर की दोहरी जिम्मेदारी होती हैं। इस वजह से कई महिलाएं एंग्जायटी, तनाव या चिंताग्रस्त रहने लगती हैं। इसके कारण उनकी रोजमर्रा की जिंदगी भी प्रभावित होने लगती है।

हो सकते हैं कई कारण: डॉक्टर्स के अनुसार महिलाओं में चिंता के कई कारण हो सकते हैं, जैसे- हार्मोनल बदलाव। पीरियड्स, प्रेग्नेंसी और मेनोपॉज के दौरान हार्मोनल बदलाव की वजह से यह समस्या और बढ़ जाती है। इसके अलावा, काम का दबाव, परिवार की जिम्मेदारियां और सामाजिक अपेक्षाएं भी तनाव को जन्म देती हैं। अगर आप या आपके परिवार या दोस्तों में कोई महिला बार-बार घबराहट, बेचैनी या तनाव महसूस करती है, तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह संकेत हो सकते हैं कि उन्हें मेंटल हेल्थ कंसल्टेशन की जरूरत है। ऐसे समय में तुरंत मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना बहुत जरूरी है, क्योंकि सही डायग्नोसिस और उपचार से एंग्जायटी को प्रभावी ढंग से नियंत्रित किया जा सकता है। इसलिए अपने और अपने संपर्क में रहने वाली महिलाओं की मानसिक स्थिति पर ध्यान दें, खुलकर उनसे बात करें, उन्हें सहारा दें और जरूरत पड़ने पर डॉक्टर से मदद लेने से ना हिचकिचाएं। इससे न केवल चिंताओं से मुक्ति मिलेगी, बल्कि खुशहाल जीवन जीने में मदद मिलेगी।

संतुलित आहार लें: ताजे फल, सब्जियां, दालें, नट्स, और साबुत अनाज से भरपूर आहार आपकी मानसिक सेहत के लिए लाभकारी हैं। विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन-डी और मैग्नीशियम से भरपूर भोजन चिंता को कम करने में मदद करते हैं।

कैफीन-शक्कर का सेवन सीमित करें: अधिक कैफीन और शक्कर शरीर में एड्रेनलीन हॉर्मोन को बढ़ाते हैं, जिससे चिंता बढ़ सकती है।

ओमेगा-3 फैटी एसिड: मछली, अलसी, अखरोट में पाए जाने वाले ओमेगा-3 फैटी एसिड दिमाग की कार्यक्षमता सुधारते हैं और तनाव को कम करते हैं।

पर्याप्त पानी पिएं: डिहाइड्रेशन से मानसिक थकावट और चिंता बढ़ सकती है। इसलिए पानी खूब पिएं, नारियल पानी-जूस भी पिएं।

व्यायाम-योगाभ्यास: रोजाना 30 मिनट की हल्की-फुल्की एक्सरसाइज या योगाभ्यास करने से मानसिक तनाव कम होता है। रोज एक किलोमीटर की वॉक करें, यह एंग्जायटी रोकती है। साथ ही ध्यान, मानसिक स्थिति को शांत करता है और तनाव को कम करता है।

पर्याप्त नींद लें: नींद की कमी से भी चिंता और तनाव बढ़ता है, इसलिए डेली सात से आठ घंटे अच्छी नींद बहुत जरूरी है।

(क्लिनिकल डाइटीशियन-कंसल्टेंट न्यूट्रिशनिस्ट कनिका मल्होत्रा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

झूठ बोलकर पैसे गबन करने का आरोपी काबू

फतेहाबाद। फोन पर झूठ बोलकर ठगी करने के मामले में साइबर थाना फतेहाबाद की टीम ने एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान अदित्या श्रीनिवास पुत्र बृजमोहन श्रीनिवास निवासी विदिशा रोड, थाना छोला मंदिर, जिला भोपाल, मध्य प्रदेश के रूप में हुई है। साइबर थाना फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक राहुल देव ने बताया कि शिकायतकर्ता सुनीता रानी पत्नी जसवंत राय निवासी शक्ति नगर, फतेहाबाद ने शिकायत दर्ज कराई थी कि उनके पास एक अज्ञात नंबर से व्हाट्सऐप कॉल आई। कॉल करने वाले व्यक्ति ने उनके भतीजे साहिल जोकि कनाडा में रहता है, के नाम का झूठ बोलकर धोखे से दो बार कुल 6 लाख रुपये ठग लिए। शिकायत पर मामला दर्ज किया गया। मामले की जांच के दौरान तकनीकी सहायता का उपयोग करते हुए पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है।

दो पक्ष हुए आमने-सामने, आस्था से खिलवाड़ का आरोप

गोशाला परिसर में शिवलिंग हटाने पर विवाद, परिवार ने शुरू किया धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

शिवपुरी रोड पर श्री गोशाला परिसर में बने प्राचीन शिव मंदिर में लगे शिवलिंग को हटाने से विवाद खड़ा हो गया है। शिव मंदिर को बनाने वाले परिवार के सदस्यों ने इसके विरोध में शिवपुरी प्रांगण में सोमवार से बेमियादी धरना शुरू कर दिया और शिवपुरी प्रबंधन पर आरोप लगाए।

साहुवाला गांव निवासी हरपत राय ने 103 साल पहले श्री गोशाला में शिव मंदिर स्थापित किया था। इसमें शिवलिंग की भी स्थापना की गई थी। हरपत राय के पौत्र भवानी शंकर ने आरोप लगाया कि गोशाला के प्रधान राजेंद्र रातुसरिया ने उनको बुलाकर कहा कि वे इस मंदिर को यहां से हटवा रहे हैं। भवानी शंकर ने कहा कि उसे यह कहा गया कि शिवलिंग को उठाकर ले जाओ। उन्हें पुलिस से गिरफ्तार करवाने की धमकी भी दी गई। भवानी शंकर ने बताया कि इस मंदिर के लिए उनके पुरखों ने डेढ़ एकड़ जमीन दी थी। उनके परिवार के सदस्य सुबह शाम यहां धूप-बत्ती व पूजा आरती करते हैं और इस मंदिर के प्रति उनमें अगाध आस्था है।

उन्होंने गोशाला के प्रधान राजेंद्र रातुसरिया और सचिव प्रेम कंदोई उनकी आस्था से खिलवाड़ कर रहे हैं, जो सरासर गलत है। उन्होंने कहा कि गोशाला मंदिर की जमीन से उनका कोई लेना-देना नहीं, हमारी आस्था पर प्रहार न किया जाए। इस मंदिर और शिवलिंग को यहीं स्थापित रहने दिया जाए। उधर, श्री गोशाला के प्रधान राजेंद्र रातुसरिया ने कहा कि श्री गोशाला में पुराने समय में शिवालय बना हुआ था। समय के साथ-साथ जनसंख्या बढ़ी और मंदिर में श्रद्धालुओं की संख्या में भी इजाफा हुआ। उन्होंने कहा कि इसी बात को मद्देनजर रखते हुए कमेटी की ओर से निर्णय लिया गया कि यहां बड़ा व भव्य मंदिर बनाया जाए। हालांकि इस बाबत कमेटी सदस्यों को अवगत करवा दिया गया था कि 23 नवंबर को मंदिर का निर्माण कार्य शुरू करना है, लेकिन उसके बाद भी कुछ लोगों द्वारा इसके निर्माण पर एतराज जताया गया है। अगर लोग नहीं चाहते तो वे निर्माण नहीं करेंगे।

सिरसा। श्री गोशाला में प्राचीन शिव मंदिर से शिवलिंग हटाने का विरोध जताते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर सुरेंद्र बांसल एडवोकेट, दीन दयाल कंदोई एडवोकेट, नवीन केडिया, हनुमानदास बांसल, महेश सुरेकां वाले, विजय गोयल, संजय मित्तल, राजेश गर्ग, बाबूलाल मित्तल, ओमप्रकाश मेहता, अनेक स्थानीय निवासियों, गणमान्य लोगों सहित बड़ी संख्या में श्रद्धालुगण उपस्थित थे।

ये बोले गोशाला सचिव

गोशाला के सचिव प्रेम कंदोई ने बताया कि श्रद्धालुओं की संख्या बढ़ने से मंदिर छोटा पड़ रहा था। यही नहीं मंदिर का लेवल भी नीचा था, जिसके कारण बरसात के समय में पानी भर जाता था। उन्होंने बताया कि पूर्व में बने शिवालय के स्थान पर अब बड़ा मंदिर, जिसमें रामदरबार, बांके बिहारी, शिवालय व लक्ष्मी माता का भव्य मंदिर बनाने की योजना थी। एक साहुवाला परिवार है, जो इसके निर्माण पर आपत्ति जता रहा है। अमित साहुवाला, जोकि गौशाला सदस्य हैं, ने स्वयं मंदिर निर्माण के लिए मंत्रोचारण के साथ पूजा करवाई थी। जबकि मंदिर के निर्माण को अशोक साहुवाला को पहले ही सूचना दे दी गई थी। दो-तीन बार बैठक भी हो चुकी है। कंदोई ने कहा कि पूर्व में जिन समाजसेवी लोगों के पत्थर लगे हुए हैं, जीणोद्धार में वो पत्थर बकायदा पहले की भांति लगाए जाएंगे। इसके बाद भी अगर निर्माण कार्य रोकना है, तो वे समस्त कमेटी सदस्यों के आने तक निर्माण कार्य रोक देते हैं। वाद-विवाद वाली इसमें कोई बात नहीं है।

फतेहाबाद। डीएवी पुलिस स्कूल में एनसीसी दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में भाग लेते कैडेट्स। *फोटो : हरिभूमि*

डीएवी पुलिस स्कूल में एनसीसी दिवस पर कैडेट्स ने दोहराया राष्ट्रसेवा का संकल्प

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल, फतेहाबाद की एनसीसी इकाई द्वारा एनसीसी दिवस के उपलक्ष्य में जागरूकता अभियान का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों में अनुशासन, देशभक्ति और सामाजिक जिम्मेदारी के मूल्य स्थापित करना था। कार्यक्रम की शुरुआत एनसीसी कैडेट्स द्वारा एनसीसी के मूलमंत्र एकता और अनुशासन तथा एनसीसी के उद्देश्य पर प्रभावशाली भाषण के साथ हुई, जिसमें छात्रों ने संगठन की भूमिका, युवा शक्ति के विकास और राष्ट्र सेवा के प्रति समर्पण पर अपने विचार प्रस्तुत किए। इसके बाद विद्यार्थियों ने अनुशासन और टीमवर्क के महत्व पर सारगर्भित भाषण दिया, जिसमें उन्होंने बताया कि सामूहिक प्रयास, समय-पालन और एकता कैसे एक बेहतर नागरिक का निर्माण करते हैं। जागरूकता अभियान का मुख्य आकर्षण 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' विषय पर कविता वाचन रहा, जिसमें छात्राओं ने समाज में बेटियों की शिक्षा और सुरक्षा पर भावनात्मक और प्रेरणादायक प्रस्तुति दी। कार्यक्रम के अंत में सभी एनसीसी कैडेट्स ने एनसीसी प्रतिज्ञा ली और राष्ट्र सेवा, अनुशासन एवं कर्तव्यनिष्ठा के प्रति अपने संकल्प को दोहराया। विद्यालय की प्राचार्या अमिता सिंह ने कार्यक्रम की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन विद्यार्थियों में नेतृत्व क्षमता, नैतिक मूल्यों तथा राष्ट्रीय चेतना को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

युवाओं को नशे के दुष्प्रभाव से दूर रखना प्रतियोगिताओं का मूल उद्देश्य : कूका

सिरसा की टीम बनी फुटबॉल प्रतियोगिता की विजेता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

एसबीएस फुटबाल क्लब की ओर से शहीद भगत सिंह स्टेडियम नशा छोड़ो, खेलों से जुड़ो अभियान के तहत सिरसा फुटबाल टूर्नामेंट का आयोजन किया गया।

श्री गुरदेव चैरिटेबल ट्रस्ट के सदस्य जतिंद्र सिंह ढिल्लों व दविंद्र काहलो ने बताया कि इस प्रतियोगिता में 40 वर्ष से अधिक के खिलाडिय़ों ने भाग लिया। प्रतियोगिता में सिरसा की टीम ने मानसा को 3-0 से हराकर विजेता बनने का गौरव हासिल किया। पुरस्कार समारोह में ट्रस्ट प्रधान हरपिंद्र सिंह कूका ने शिरकत की। विजेता बनी सिरसा की टीम को 7100 रुपए की राशि व ट्रॉफी तथा उपविजेता मानसा की टीम को 5100 रुपए व ट्रॉफी देकर सम्मानित किया गया। बेस्ट प्लेयर जसपाल वैद, सर्वश्रेष्ठ फॉरवर्ड हीरा सिंह, बेस्ट डिफेंडर निर्मल व सर्वश्रेष्ठ गोलकीपर का खिताब अमीर सिंह को दिया गया। हरपिंद्र सिंह कूका ने कहा कि वर्तमान समय में नशा समाज के लिए एक अभिशाप बन गया है। बच्चों से लेकर बड़े तक इसके आगोश में आकर अपना जीवन बर्बाद कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि ट्रस्ट का उद्देश्य है कि आमजन को नशे से बचाने के लिए इस प्रकार के आयोजन लगातार करवाए जाएं, ताकि खासकर युवा वर्ग नशे के चंगुल से आजाद होकर खेलों में अपना भाग्य आजमाएं। उन्होंने कहा कि खेलों में भी करियर की अपार संभावनाएं हैं। अगर युवा खेलों में एकाग्रचित और दृढ़ निश्चय के साथ खेलते हैं तो सफलता मुश्किल नहीं है। इस मौके पर एसबीएस क्लब फुटबाल के अध्यक्ष बाबा मंगल सिंह ने कहा कि समय की नजाकत को देखते हुए क्लब द्वारा लगातार खेल आयोजन करवाए जा रहे हैं। उन्होंने फुटबाल प्रतियोगिता के शानदार आयोजन के लिए सभी का आभार प्रकट किया और आश्वासन दिया कि इस प्रकार के आयोजन क्लब द्वारा निरंतर जारी रहेंगे।

सिरसा। प्रतियोगिता की विजेता टीम ट्रॉफी के साथ।

सिरसा। अंतर्राष्ट्रीय एक्सचेंज व्याख्यान में भाग लेते हुए विद्यार्थी।

सीडीएलयू में अंतरराष्ट्रीय एक्सचेंज पर व्याख्यान

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय, सिरसा में विश्वविद्यालय के अंतर्राष्ट्रीय संबंध एवं विदेश मामले कार्यालय तथा अंग्रेजी एवं विदेशी भाषा विभाग के संयुक्त तत्वावधान में इंडोनेशिया के पामुलांग विश्वविद्यालय, जकार्ता के सहयोग से लघुकथा एवं उपन्यास लेखन विषय पर प्रथम अंतर्राष्ट्रीय एक्सचेंज व्याख्यान आयोजित किया गया। अंतर्राष्ट्रीय संबंध एवं विदेश मामलों की अधिष्ठाता प्रो. अनु शुक्ला ने बताया कि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार के दिशा निर्देशन में विद्यार्थियों एवं शोधार्थियों के लिए अंतर्राष्ट्रीय शैक्षणिक आदान-प्रदान के महत्व को रेखांकित करने के लिए यह व्याख्यान आयोजित किया गया। इस व्याख्यान में इंडोनेशिया की प्रख्यात लघुकथा लेखिका एवं पामुलांग विश्वविद्यालय में अंग्रेजी साहित्य की प्रो. नी कोमांग अरियानी मुख्य वक्ता रही। उन्होंने प्रो. अरियानी का स्वागत करते हुए उनका विस्तृत परिचय करवाते हुए बताया कि वे एक प्रतिष्ठित साहित्यकार हैं जिनकी रचनाएं इंडोनेशिया के प्रमुख समाचार पत्रों में प्रकाशित हो चुकी हैं। उनकी लघु उपन्यासिका न्यानी सुनी चेला तेबिंग को वर्ष 2007 में फेमिना पत्रिका की धारावाहिक कथा प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार प्राप्त हुआ था। उनकी लघुकथाएं तीन बार प्रतिष्ठित कोम्पास श्रेष्ठ लघुकथा संकलन में सम्मिलित हो चुकी हैं। प्रो. अरियानी ने अपने व्याख्यान में लघुकथा लेखन की कला पर विस्तृत प्रकाश डाला। उन्होंने लघुकथा और उपन्यास के बीच संरचनात्मक भिन्नताओं को स्पष्ट किया। उन्होंने कहा कि दैनिक जीवन प्रेरणा का अक्षय स्रोत है और नवोदित लेखकों को जिज्ञासु एवं सूक्ष्मदर्शी बनना चाहिए। उन्होंने दो मूल सिद्धांत साझा किए, खूब पढ़ो और जिज्ञासु बने रहो तथा इनपुट नहीं तो आउटपुट नहीं। उन्होंने इस बात पर भी बल दिया कि लघुकथा का आरंभ प्रभावशाली होना चाहिए।

एनसीसी डे पर कैडेटस ने सीखी रक्तदान की वैज्ञानिक प्रक्रिया

सामाजिक पहल में कुल 36 एनसीसी कैडेट्स सहभागी बने

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय की एनसीसी यूनिट ने एनसीसी डे के उपलक्ष्य में सोमवार न केवल रक्तदान किया, बल्कि रक्तदान की वैज्ञानिक प्रक्रिया, ब्लड कंपोनेंट सेपरेशन और रक्त के सुरक्षित भंडारण की प्रणाली को करीब से समझा।

विश्वविद्यालय की एनसीसी केयर टेकर प्रो. रचना अहलावत ने बताया कि सीडीएलयू की एनसीसी इकाई के युवा न केवल शैक्षणिक क्षेत्र में बल्कि सामाजिक सेवा में भी अग्रणी है। इस सामाजिक पहल में कुल 36 एनसीसी कैडेट्स सहभागी बने, जिनमें से 06 कैडेट्स ने निस्वार्थ भाव से वरदान ब्लड बैंक में रक्तदान किया। कार्यक्रम में कैडेट्स को ब्लड बैंक के विशेषज्ञों द्वारा रक्तदान की संपूर्ण वैज्ञानिक प्रक्रिया, रक्त के घटकों को अलग करने की तकनीक, रक्त के सुरक्षित भंडारण, तापमान नियंत्रण और परीक्षण की विधि, सेंट्रीफ्यूज, ब्लड स्टोरेज यूनिट्स और टेस्टिंग उपकरणों के संचालन के बारे में व्यावहारिक प्रशिक्षण प्रदान किया गया। कैडेट्स ने प्रयोगशाला में उपकरणों का प्रत्यक्ष अवलोकन करते हुए यह भी जाना कि रक्त की एक यूनिट कैसे सुरक्षित रूप से मरीज तक पहुंचती है। प्रो. रचना अहलावत ने कैडेट्स के अनुशासन, उत्साह और समाज सेवा की भावना की सराहना की और उन्हें भविष्य में भी ऐसी गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित किया।

कैडेट्स ने कार्यक्रम को अत्यंत ज्ञानवर्धक और प्रेरणादायी बताया। कैडेट्स ने पहली बार ब्लड कंपोनेंट सेपरेशन और स्टोरेज तकनीक को लाइव देखा। एनसीसी के कैडेट्स ने भविष्य में भी समाजहित, मानवता और राष्ट्रीय सेवा से जुड़े कार्यों में सक्रिय रूप से योगदान देने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में एनसीसी इंस्ट्रक्टर सोनिका भी मौजूद थी।

सिरसा। रक्तदान करते हुए एनसीसी कैडेट्स।

गौरव मिस्टर फ्रेशर और माही बनी मिस फ्रेशर

सिरसा। स्थानीय लार्ड शिवा कॉलेज ऑफ फार्मेसी में नव आगुंतकों के स्वागत में फ्रेशर पार्टी का आयोजन किया गया। यह समारोह बी. फार्मेसी प्रथम वर्ष में प्रवेश लेकर कॉलेज का हिस्सा बने विद्यार्थियों के सम्मान में सीनियर विद्यार्थियों द्वारा आयोजित किया गया। कॉलेज परिसर में आयोजित इस समारोह का शुभारंभ मुख्यातिथि के तौर पर संस्था के महानिदेशक देशकमल बिश्रोई एवं विशिष्ठ अतिथि के तौर पर संस्था के महासचिव सोमप्रकाश एडवोकेट व संस्था के उपप्रधान इंजीनियर लोकेश ने किया जबकि अध्यक्षता कॉलेज के प्रिंसिपल प्रो. जितेंद्र सिंह ने की। समारोह में बीफार्म प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों ने अपना परिचय देने के साथ-साथ अपनी प्रतिभा का भी बखूबी प्रदर्शन किया जिसमां एकल गायन, एकल नृत्य, गिद्धा व भांगड़ा शामिल थे। कार्यक्रम का मंच संचालन बीफार्म द्वितीय वर्ष की छात्र-छात्राओं सुशील, राधिका बजाज व आंचल ने बीच-बीच में शेर-ओ-शायरी करके बहुत ही अच्छे ढंग से किया।

पति औमप्रकाश के बाद सुषमा नारंग इंसां भी बनी शरीरदानी व नेत्रदानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद।

लेकर कहां कुछ वापस जाना, ये शरीर भी दान है, डेरा सच्चा सौदा सिरसा के संत डॉ. गुरमीत राम रहीम सिंह इंसा के शब्दों का पालन करते हुए फतेहाबाद के एक परिवार ने मिसाल कायम की।

फतेहाबाद के अशोक नगर निवासी टिंकू नारंग इन्सां की माता सुषमा नारंग इंसां के परिजनों ने मरणोपरांत उनके पार्थिव शरीर को मानवता भलाई के लिए मेडिकल शोद्ध हेतू मेडिकल कॉलेज नोएडा को दान किया है। इससे पूर्व उनकी अंतिम इच्छानुसार उनके नेत्रों को भी मानवता भलाई के लिए दान किया गया। उत्सर्जित नेत्रों को शाह सतनाम जी स्पैशलिस्ट होस्पीटल सिरसा में माता करतार कौर इंसां इंटरनेशनल आई बैंक में सुरक्षित रखवाया है। जहां से दो अंधेरी जिंदगी को रोशनी दी जा सकेगी। वहीं बेटा बेटी एक समान के नारे को सार्थक करते हुए उनकी बहुओं ने कंधा देकर अंतिम विदाई दी। बता दें कि इससे पहले माता सुषमा रानी के पति औम प्रकाश नारंग ने भी मानवता भलाई के लिए शरीरदान किया था।

भाजपा शासन से व्यापारी वर्ग दुखीः शर्मा

सिरसा। प्रदेश कांग्रेस प्रतिनिधि राजकुमार शर्मा ने कहा कि सच्चाई पर पर्दा डालने की भाजपा की शुरू से आदत रही है। विकास के झूठे गीत गाकर जनता को गुमराह किया जा रहा है। सोमवार को जारी बयान में शर्मा ने कहा कि मौजूदा भाजपा शासन में व्यापारी वर्ग बेहद दुखी है। नोटबंदी, जीएसटी के बाद व्यापारियों का काम धंधा मंदा ही चल रहा है। फिर भी किसी न किसी तरीके से व्यापारियों को परेशान किया जा रहा है। शर्मा ने कहा कि कांग्रेस के राज में व्यापारी वर्ग खुश था और चैन व सुकून के साथ अपना कारोबार चला रहा था। कांग्रेस सरकार के जाने के साथ ही व्यापारियों के बुरे दिन शुरू हो गए। शर्मा ने कहा कि भाजपा सरकार ने जनता से किया हुआ एक भी वायदा पूरा नहीं किया। यह जनता से सरासर धोखा व वायदा खिलाफी है और जनता का अपमान है। उन्होंने कहा कि भाजपा नेताओं ने महज वोट हथियाने के लिए जुमलेबाजी की। भाजपा शासन के इन 11 सालों में किसानों की आर्थिक स्थिति काफी कमजोर हो गई है।

निबंध लेखन में प्रीति ने पाया प्रथम स्थान

सिरसा। राजकीय नेशनल महाविद्यालय, सिरसा में कार्यकारी प्राचार्य डॉ. प्रीति मोंगा की अध्यक्षता एवं राजनीति विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ. मंजुबाला के कुशल संयोजन में वाद विवाद एवं निबंध लेखन प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में प्रीति ने प्रथम, ज्योति व खुशी ने संयुक्त रूप से द्वितीय एवं कविता, प्रियंका व हरविंदर ने सतृतीय स्थान पाया।

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (251 से अन्तिम विजेता तक)

❖ वंतिका सुपुत्री जितेंद्र, बाबा मस्तनाथ नगर, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह पुत्र श्री रामनेवाज सिंह निवासी गिज्जी रोड़, देव नगर, सांपला, रोहतक ❖ दिलबाग सिंह फौगाट, सुपुत्र श्री राममेहर सिंह, विजय नगर, बाग वाली गली, रोहतक ❖ अरविन्द कुमार सिंह सुपुत्र स्व. श्री रामनेवाज सिंह, गिज्जी रोड, देवनगर, सांपला, रोहतक ❖ ईशीका फौगाट पुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट निवासी गांव रिठाल फौगाट, जिला रोहतक ❖ अंकुश पुत्र श्री राम कृष्ण लाल निवासी 186/15, पंचकुला ❖ अक्षित पुत्र श्री सुभाष चंद निवासी 2700, जी.एफ /15, पंचकुला ❖ ईशिका सुपुत्री गगनदीप, नजदीक पुराना बस स्टैण्ड, कुम्हारों की गली, भिवानी ❖ प्रीत सुपुत्र सत्यनारायण, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ धर्मवीर शर्मा सुपुत्र श्री भगवान शर्मा, उत्तम नगर, भिवानी ❖ कार्तिक सुपुत्र श्री विरेन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ राशि सुपुत्री श्री रविन्द्र, पुराना बस स्टैण्ड, भिवानी ❖ कनिका सुपुत्री श्री धीरेन्द्र, गुजरो की ढाणी, भिवानी ❖ इशीका फौगाट सुपुत्री श्री हरेन्द्र फौगाट, गांव रिठाल फौगट, रोहतक ❖ रविन्द्र सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह, बीपीओ छुछकवास, रोहतक ❖ सुनील कुमार सुपुत्र श्री नन्दलाल, नजदीक राणा धीर मन्दिर, भुना, फतेहाबाद ❖ श्रीरामबिलास बंसल सुपुत्र श्री कन्हैया लाल रामबिलास किरयाना हिसार, भूना, फतेहाबाद ❖ हर्षिता सुपुत्री श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास हिसार ❖ अर्जुन सिंह सुपुत्र श्री लाजे राम बास बादशाहपुर, हांसी, हिसार ❖ शिवकुमार सुपुत्र श्री फतेह सिंह, बास, आजमशाहपुर, बास, हिसार ❖ राजेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, खाण्डा खेड़ी, हांसी, हिसार ❖ विनीत सुपुत्र श्री कमलजीत बास बादशाहपुर बास, हिसार ❖ तेलु राम सुपुत्र श्री राम स्वरूप, बास, आजम शाहपुर, बास, हिसार ❖ राजसिंह सुपुत्र श्री चन्दर सिंह, नगली गोधा, जिला रेवाड़ी, हरियाणा ❖ ग़णसिंह, मार्डन हेयर ड्रेसर सुपुत्र श्री मदन लाल मोहनपुर नागल, रसुलपुर, कनीना, महेन्द्रगढ़ ❖ सुरेश कुमार सुपुत्र श्री मुसडी लाल गांव बुयावास, झगडोली, महेन्द्रगढ़ ❖ रामानन्द यादव सुपुत्र श्री सिंहराम, गांव बचीनी, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री जगराम सुपुत्र श्री सोहनलाल यादव, गांव सिहोर, कनोना, महेन्द्रगढ़

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतू साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रातः 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9315429403, 9253681005, 7988727916

बैठक उपायुक्त ने जिले में नशे के दुष्प्रभावों के पति जागरुकता बढ़ाने के दिए निर्देश

जिला में स्थित मेडिकल दुकानों की लगातार चेकिंग की जाए : उपायुक्त

ड्रग नियंत्रण व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने के लिए बैठक आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

उपायुक्त डॉ. विवेक भारती की अध्यक्षता में लघु सचिवालय के सभागार में जिले में नशा उन्मूलन और ड्रग नियंत्रण व्यवस्था को और अधिक प्रभावी, पारदर्शी एवं परिणामकारी बनाने के उद्देश्य को लेकर बैठक आयोजित की गई। बैठक का मुख्य उद्देश्य नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता बढ़ाना, रोकथाम की रणनीतियों को सुदृढ़ करना तथा विभिन्न विभागों के बीच समन्वय को मजबूत बनाना था।बैठक के दौरान उपायुक्त ने उपस्थित अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि जिला में स्थित मेडिकल दुकानों की लगातार चेकिंग की जाए और यह सुनिश्चित किया जाए कि अनाधिकृत दवाईयों की बिक्री कोई न कर पाए। उन्होंने कहा कि नशा केवल व्यक्ति समस्या नहीं, बल्कि यह सामाजिक, आर्थिक और पारिवारिक ढांचे को प्रभावित करने वाली गंभीर चुनौती है, जिसका समाधान प्रशासन एवं समाज के संयुक्त प्रयासों से ही संभव है।

बैठक में उपायुक्त ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि पुलिस, स्वास्थ्य विभाग, ड्रग विभाग, शिक्षा विभाग, पंचायत विभाग आदि संबंधित विभाग विस्तृत कार्य योजना बनाकर शहर और गांवों में नशे के दुष्प्रभावों के प्रति लोगों को अवगत करवाए। उन्होंने बैठक में जिला शिक्षा अधिकारी को निर्देश दिए कि स्कूलों में प्रार्थना सभाओं में विद्यार्थियों को नशा करने से होने वाले दुष्प्रभावों की जानकारी दें।

उन्होंने सभी उपस्थित लोगों से नशा मुक्त जिला बनाने के लक्ष्य की दिशा में मिलकर कार्य करने का आह्वान किया। उपायुक्त ने जिला शिक्षा विभाग को निर्देश दिए कि प्रत्येक स्कूल में नियमित रूप से एंटी-ड्रग जागरूकता सत्र, पोस्टर अभियान और अभिभावकों के साथ संवेदनशीलता बैठकें आयोजित की जाएं। उपायुक्त ने संबंधित विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि शिक्षण संस्थानों के पास बनी दुकानों पर विशेष निगरानी रखी जाए ताकि नशे की गिरफ्त से बच्चों व युवाओं को बचाया जा सके।

फतेहाबाद। नशा उन्मूलन को लेकर आयोजित बैठक की अध्यक्षता करते उपायुक्त डॉ. विवेक भारती। *फोटो : हरिभूमि*

छापेमारी गतिविधियों की रिपोर्ट प्रस्तुत की

बैठक में पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने जिले में नशीले पदार्थों की उपलब्धता, मेडिकल स्टोरों और फार्मेसियों की जांच, अवैध दवाओं पर किए गए अभियान तथा हाल ही में की गई छापेमारी गतिविधियों की विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत की। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि नियमों का उल्लंघन करने वालों पर सख्त कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी और जिले में नशीले पदार्थों की बिक्री पर कड़ी निगरानी रखी जाएगी। बैठक के दौरान मीडिया से आए प्रतिनिधियों ने भी नशा उन्मूलन को लेकर अपने-अपने विचार सांझा किए। इस अवसर पर एडीसी अनुराग ढालिया, डॉ. गिरीश कुमार, जिला रेडक्रॉस सोसायटी सचिव रामजी लाल सहित विभिन्न सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि आदि मौजूद रहे।

भाजपा के नगर मंडल सिरसा तृतीय का विस्तार

सिरसा। संगठन पर्व के तहत नियुक्तियों की श्रृंखला में भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मोहन लाल कौशिक के निर्देशानुसार भाजपा जिला प्रभारी वेद फूलां से विचारविमर्श उपरांत भाजपा जिलाध्यक्ष यतींद्र सिंह एडवोकेट द्वारा लगातार संगठनात्मक नियुक्तियां की जा रही है। इसी कड़ी में नगर मंडल तृतीय सिरसा के प्रभारी कपिल सोनी एडवोकेट से विचार-विमर्श के बाद मंडल अध्यक्ष पीर बस्ती निवासी जगदीश चंद्र ने अपनी कार्यकारिणी को विस्तार दिया है, जिसमें पूनम मल्होत्रा, मीनू सोनी, ओपी ठाकुर व अनिल अग्रवाल को उपाध्यक्ष, जितेंद्र फुटेला व विजय सैन को महामंत्री, अंजनी बांसल, विनय शर्मा एडवोकेट, माया देवी, जगदीश कुमार चुघ व सतपाल जोत को सचिव, मक्खलाल को कोषाध्यक्ष, मोनू ठाकुर मीडिया प्रभारी, भागीरथ सैनी मीडिया सहप्रभारी, रोहताश रेगर को आईटी सैल प्रमुख, नरेश कुमार को आईटी सैल सह प्रमुख, रीटा मानक को सोशल मीडिया प्रमुख व आशीष स्वामी को सोशल मीडिया सह प्रमुख की जिम्मेदारी दी गई है।

खबर संक्षेप

नि:शुल्क कानूनी सहायता क्लीनिक शुरू

चौपटा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के तत्वावधान में सोमवार को गांव दड़बा कलां में ग्रामीणों को निशुल्क कानूनी सहायता उपलब्ध करवाने के लिए कानूनी सहायता क्लीनिक की शुरुआत की गई है। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सीजेएम एवं सचिव प्रवेश सिंगला ने बताया कि कानूनी सहायता क्लीनिक में पैनल अधिवक्ता जतिन गोयल, अलका रानी तथा पैरा लीगल स्वयंसेवक सुखदेव सिंह मौजूद रहे। उन्होंने ग्रामीणों को आगामी 13 दिसंबर को आयोजित होने वाली राष्ट्रीय लोक अदालत की जानकारी दी।

चोरी करने के मामले में दूसरे आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव गोरखपुर में एक घर में घुसकर गहने व नकदी चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए भुना पुलिस ने दूसरे आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान मोहम्मद इरफान पुत्र हाजी इस्लाम कुरैशी, निवासी गाँव बागरा, जिला मुजफ्फरनगर, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई है। थाना भुना प्रभारी उप-निरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि 8 अप्रैल को शिकायतकर्ता कृष्ण कुमार पुत्र जोगी राम, निवासी गोरखपुर जिला फतेहाबाद ने शिकायत दर्ज कराई थी।

लेबर कोड के विरोध में कर्मी 26 को करेंगे प्रदर्शन

फतेहाबाद। देश की 10 बड़ी केंद्रीय ट्रेड यूनियनों ने मोदी सरकार द्वारा लागू की गई चार नई श्रम संहिताओं को श्रमिकों के साथ खुला धोखा और धोखाधड़ी करार देते हुए इन्हें तत्काल प्रभाव से वापस लेने की मांग की है। फतेहाबाद जिले में सभी यूनियनों द्वारा 26 नवंबर को नई सब्जी मंडी लघु सचिवालय फतेहाबाद में इक्कठे होकर प्रदर्शन किया जाएगा और प्रधानमंत्री व राष्ट्रपति को ज्ञापन सौंपा जाएगा। इसमें फतेहाबाद के सभी ब्लॉकों के कर्मचारियों ने विरोध-प्रदर्शन में शामिल होने का ऐलान किया है।

श्री गुरु तेग बहादुर के शहीदी पर्व पर रक्तदान कैंप

रतिया। श्री गुरू तेग बहादुर महाराज जी के शहीदी पर्व मौके 25 नवंबर को जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सहयोग से गुरूद्वारा विश्वकर्मा साहिब में रक्तदान कैंप का आयोजन किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए समाजिक कार्यकर्ता हैप्पी सिंह सेठी ने बताया कि नौवें पातशाह श्री गुरु तेग बहादुर महाराज जी की शहादत पूरी मानवता के लिए थी जो कि इतिहास के स्वर्णिम अक्षरों में अंकित है। ऐसी महान शख्सियत एवं गुरू साहिब का 350वां शहीदी वर्ष एवं शताब्दी हम मना रहे हैं।

बीएलओ को दिया गया मैपिंग का प्रशिक्षण

टोहाना। निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार तहसीलदार सन्नी दलाल की अध्यक्षता में सोमवार को डांगरा रोड स्थित किसान रेस्ट हाऊस में महत्वपूर्ण प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस प्रशिक्षण में सभी संबंधित बूथ लेवल अधिकारियों और सुपरवाइजरों को बीएलओ एप्लीकेशन के माध्यम से मतदाता सूची मैपिंग का प्रशिक्षण प्रदान किया गया। मास्टर ट्रेनर अनीता, बीरबल, मनोज और विष्णु दत्त ने बताया प्रशिक्षण कार्यक्रम मतदाता सूचियों के विशेष संक्षिप्त पुनरीक्षण कार्य की सटीकता और त्रुटिरहित संपादन सुनिश्चित करने के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है।

7.40 लाख की ठगी का आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। साइबर थाना पुलिस ने महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर शेयर मार्किट में पैसे लगाकर 200 प्रतिशत का मोटा मुनाफा कमाने का लालच देकर फतेहाबाद निवासी विकास कुमार को 7 लाख 40 हजार रुपए का चूना लगाने के मामले में आरोपी को गुजरात से काबू किया है। पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने बताया कि पीड़ित व्यक्ति ने बीते वर्ष दिसंबर माह में पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 10 अक्तूबर को मोबाइल नंबर से मैसेज प्राप्त हुआ था।

सांझा मोर्चा के बैनर तले गेट मीटिंग के बाद किया निर्णय

रोडवेज कर्मचारियों ने मांगों को लेकर किया विरोध प्रदर्शन, जीएम को सौंपा 21 सूत्रीय पत्र

सरकार पर वादा खिलाफी का आरोप लगाते हुए जमकर हमला बोला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

रोडवेज कर्मचारियों ने सोमवार को सांझा मोर्चा के बैनर तले गेट मीटिंग की। इस दौरान कर्मचारियों ने प्रदेश सरकार पर वायदाखिलाफी का आरोप लगाते हुए दो घंटे तक विरोध प्रदर्शन किया और सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। प्रदर्शन के बाद रोडवेज कर्मचारियों ने महाप्रबंधक को 21 सूत्रीय मांग पत्र भी सौंपा। इस मौके पर डिपो प्रधान हनुमान वर्मा, प्रधान विजय नागपुर, संदीप जांडली, सत्यवान वर्मा, राजकुमार सोनी, राजेश सागु, राजेश साबरवास, कश्मीर सिंह, पवन सोनी, सुनील, संजीव, नरेंद्र सहित अनेक रोडवेज कर्मचारी मौजूद रहे।

रोडवेज नेताओ ने बताया कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की ओर धयान नही दे रही हैं। आम गरीब आदमी, व्यापारी, छात्र-छात्राओं की पसंद, सस्ती एवं सुरक्षित परिवहन सेवा दिन प्रति दिन पूंजीपतियों के हाथों में सौंपी जा रही हैं। एक ओर जहां परिवहन मंत्री हर गांव में सरकारी बस भेजने की बात करते हैं और दूसरी ओर योजना की इलेक्ट्रॉनिक बसों व किलोमीटर स्किम की बसों को रोडवेज विभाग में शामिल किया जा रहा है। यह बसे रोडवेज विभाग को बड़े घाटे की ओर ले जा रही हैं और पूंजीपतियों को लाभ पहुंचा रही हैं। सरकारी बसों को चलाने के लिए चालकों व परिचालकों की बहुत कमी हैं। इसी प्रकार बसों की मुरम्मत के लिए वर्कशॉपो में कर्मचारी ना के बराबर रह गए हैं।

चालक, परिचालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों पर काम बोझ बहुत बढ़ गया हैं। उन्होंने मांग की कि चालकों-परिचालक, लिपिक, स्टोर किपर, कैशियर के पद की वेतन विसंगति दूर करके पे ग्रे बढ़ाया जाए। देय अर्जित अवकाश कटौती पत्र को वापिस लेकर पूर्व की तरह देय अर्जित अवकाश दिए जाए। परिचालक, चालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों के खाली पदों पर भर्ती की जाए। 2002 के चालकों को नियुक्ति तिथि से पक्का किया जाए एवं पुरानी पेंशन योजना में शामिल किया जाए। चालकों की अड्डा इंचार्ज का नया पद सृजित करके प्रमोशन की जाए। वंचित 2008 के परिचालकों को प्रमोशन की जाए। प्रक्रिया पूरी करने वाले 2016 के चालको को पक्का किया जाए। जोखिम ड्यूटी करने वाले कर्मचारियों को जोखिम भत्ता दिया जाए। सरकार समय रहते बातचीत माध्यम से कर्मचारियों की समस्याओं को हल करे। अगर सरकार ने कर्मचारियों की समस्याओं का समाधान नही किया तो प्रदेश भर के सभी डिपूओं के रोडवेज कर्मचारी 18 जनवरी 2026 को अम्बाला छावनी में परिवहन मंत्री के आवास पर न्याय मार्च निकालेंगे।

फतेहाबाद। जीएम को ज्ञापन सौंपते रोडवेज कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

सिरसा। रोडवेज कर्मचारी मांगों को लेकर प्रदर्शन करते हुए। फोटो : हरिभूमि

ये है मुख्य मांगें

कर्मचारियों की मुख्य मांगों में चालकों परिचालक, लिपिक, स्टोर कीपर, कैशियर के पद की वेतन विसंगति दूर करके पे ग्रेड बढ़ाया जाए। देय अर्जित अवकाश कटौती पत्र को वापिस लेकर पूर्व की तरह देय अर्जित अवकाश दिए जाए। परिचालक-चालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों के खाली पदों पर भर्ती की जाए, 2002 के चालकों को नियुक्ति तिथि से पक्का किया जाए एवं पुरानी पेंशन योजना में शामिल किया जाए। चालकों की अड्डा इंचार्ज का नया पद सृजित करके प्रमोशन की जाए। वंचित 2008 के परिचालकों को प्रमोशन दी जाए। सभी प्रकार की पूर्ण प्रक्रिया पूरी करने वाले 2016 के चालकों को पक्का किया जाए। कर्मशाला के 2018 के ग्रुप के कर्मचारियों को कॉमन कैडर से बाहर करके तकनीकी पदों पर प्रमोशन दी जाए।

सिरसा में कर्मचारियों ने किया प्रदर्शन, जीएम को सौंपा ज्ञापन

सिरसा। हरियाणा रोडवेज कर्मचारी सांझा मोर्चे के बैनर तले कर्मचारियों ने सोमवार को प्रदर्शन कर महाप्रबंधक सिरसा को परिवहन मंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। प्रदर्शन का नेतृत्व रिछपाल सिंह संधू, पृथ्वी सिंह चाहर व सुरेंद्र बैरागी ने किया। प्रदर्शन में शामिल कर्मचारियों को संबोधित करते हुए कर्मचारी नेताओं ने बताया कि प्रदेश सरकार रोडवेज विभाग की ओर ध्यान नहीं दे रही है। आमजन, व्यापारी, छात्र-छात्राओं की पसंद सस्ती एवं सुरक्षित परिवहन सेवा दिन प्रतिदिन पूंजीपतियों के हाथों में सौंपी जा रही है। एक ओर जहां परिवहन मंत्री हर गांव में सरकारी बस भेजने की बात करते हैं तो दूसरी ओर योजना की इलेक्ट्रॉनिक बसों व किलोमीटर स्कीम की बसों को रोडवेज विभाग में शामिल किया जा रहा है। इन स्कीमों की बसों के परिणाम को देखें तो प्रमाण की आवश्यकता नहीं कि ये बसें रोडवेज विभाग को बड़े घाटे की ओर ले जा रही हैं और पूंजीपतियों को लाभ पहुंचा रही हैं, जबकि सरकारी बसों को चलाने के लिए चालकों व परिचालकों की बहुत कमी है। इसी प्रकार बसों की मरम्मत के लिए वर्कशॉपों में कर्मचारी न के बराबर रह गए हैं। सरकार बेरोजगारी दूर करने की तो बात करती है, लेकिन रोडवेज विभाग में हजारों पद खाली पड़े हैं, जिनपर सरकार द्वारा भर्ती नहीं की जा रही। आज चालक व परिचालकों व कर्मशाला के कर्मचारियों पर काम का बोझ बहुत बढ़ गया है। उन्होंने कहा कि कर्मचारियों का मानसिक उत्पीडन किया जा रहा है। कर्मचारी नेताओं ने कहा कि प्रदेश सरकार के पास किलोमीटर स्कीम की ठेके की बसों को कोरोना समय में खड़ी बसों को करोड़ों रूपए देने के लिए तो बजट है, दूसरी ओर आम जनता की सेवा करने वाले रोडवेज कर्मचारियों से अधिक कार्य लेकर बहुत कम वेतनमानों पर गुजारा करने को मजबूर किया जा रहा है।

पुलिसिंग सिर्फ ड्यूटी नहीं, जीवन का समर्पण है: सिद्धांत जैन

- एसपी ने परेड का किया निरीक्षण, जवानों को प्रेरित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

हिसार रोड स्थित पुलिस लाइन फतेहाबाद में पुलिस परेड का आयोजन किया गया। परेड का नेतृत्व पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने किया। परेड ग्राउंड पर पहुंचते ही उन्हें गार्ड ऑफ ऑनर दिया गया, जिसके बाद उन्होंने जवानों की परेड का सूक्ष्म निरीक्षण किया। परेड की सटीकता, तालमेल और अनुशासन को देखकर एसपी जैन ने प्रसन्नता व्यक्त की और बल की तत्परता की सराहना की। निरीक्षण के उपरांत एसपी जैन ने जवानों को प्रेरित करते हुए कहा कि एक सच्चा प्रहरी वही है, जिसकी आत्मा और शरीर दोनों सजग हों। यह पेशा एक नौकरी नहीं, बल्कि सेवा और सुरक्षा का वह मिशन है, जिसे पूर्ण निष्ठा के साथ निभाना होता है। उन्होंने प्रत्येक जवान से अपेक्षा जताई कि वे नैतिकता, ऊर्जा और निरंतर अभ्यास के साथ अपने कर्तव्यों का निर्वहन करें। उन्होंने कहा कि फतेहाबाद पुलिस को कानून व्यवस्था के साथ-साथ जनता के विश्वास का भी प्रहरी बनना है।

फतेहाबाद। पुलिस परेड का निरीक्षण करते एसपी सिद्धांत जैन।

छात्राओं को दी साइबर क्राइम व नशा-निरोधक अभियान की जानकारी

फतेहाबाद। जिला पुलिस द्वारा जिलेभर के गांवों, शहरों, स्कूलों, कॉलेजों व विभिन्न संस्थानों में साइबर क्राइम जागरूकता एवं नशा-निरोधक मुहिम चलाई जा रही है। इसी क्रम में थाना सदर रतिया से उप-निरीक्षक राजबाला द्वारा आज गांव बलियाला के सरकारी स्कूल में पहुंचकर छात्राओं को इन विषयों पर विस्तारपूर्वक जागरूक किया गया। छात्राओं को सोशल मीडिया पर अजनबियों से दूरी, फर्जी आईडी, साइबर बुलींग व ऑनलाइन फ्रॉड से बचाव के तरीके समझाए गए। अनजान लिंक, कॉल, मैसेज, ओटीपी शेयरिंग व बैंकिंग धोखाधड़ी के सामान्य तरीकों के बारे में बताया गया।

जस्टिस सूर्यकांत के सीजेआई बनने पर बार एसोसिएशन ने लगाया शिविर

- रक्तदान से किसी जरूरतमंद की बचाई जा सकती है जान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सहयोग से जिला बार एसोसिएशन द्वारा बार रूम में सोमवार को जस्टिस सूर्यकांत के मुख्य न्यायाधीश बनने पर रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। जिला रेडक्रॉस सोसायटी के अध्यक्ष एवं उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने रक्तदान शिविर में रक्तदाताओं को बैज लगाकर उनका हौसला बढ़ाया। उल्लेखनीय है कि जस्टिस सूर्यकांत हिसार बार एसोसिएशन के सदस्य भी रहे हैं। रक्तदान शिविर को संबोधित करते हुए उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने कहा कि रक्तदान महादान है। रक्तदान के बड़ा कोई दान नहीं है। प्रत्येक स्वस्थ व्यक्ति को शुभ अवसरों पर रक्तदान अवश्य करते रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि रक्तदान जीवन बचाने का संकल्प है और इससे बड़ा कोई दान नहीं हो सकता।

फतेहाबाद। बार एसोसिएशन में रक्तदान शिविर में रक्तदाताओं को बैज लगाकर हौसला बढ़ाते उपायुक्त डॉ. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

फतेहाबाद। रामदेव मंदिर में पूजा अर्चना करते श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

श्रद्धालुओं ने बाबा रामदेव के दरबार में लिया आशीर्वाद

फतेहाबाद। चांदनी दूज और चांदनी दशमी पर श्रद्धालु शक्ति नगर स्थित प्राचीन बाबा रामदेव मंदिर रामदेवरा पहुंचे और बाबा रामदेव के दरबार में शीश नवाकर आशीर्वाद लिया। श्रद्धालुओं ने मंदिर परिसर में नारियल व ध्वजा अर्पित कर परिक्रमा की और जयकारों से माहौल को भक्तिमय बना दिया। इस दौरान श्रद्धालु पूरी श्रद्धा से बाबा रामदेव की महिमा का गुणगान करते नजर आए। बाबा रामदेव सेवा समिति के प्रधान रमेश जोइया एवं अन्य सदस्यों ने बाबा की प्रतिमा पर फूलमालाएं अर्पित कर विधिवत पूजा-अर्चना की। इस दौरान बाबा रामदेव की पावन सांची जोत प्रज्वलित की गई, जिसके दर्शन कर श्रद्धालुओं ने मन्नतें मांगी। आरती उपरांत बाबा को चूरमा, मिश्री, मेवे, फल व बताशों का भोग अर्पित किया गया, जिसे बाद में प्रसाद रूप में श्रद्धालुओं के बीच वितरित किया गया। समिति प्रधान रमेश जोइया ने बताया कि हर माह की चांदनी दूज और चांदनी दशमी पर मंदिर में विशेष रूप से पूजा-अर्चना की जाती है, जिसमें क्षेत्र भर से श्रद्धालु बड़ी संख्या में भाग लेते हैं।

गांव बीघड़ में किसानों को गेहूं की पछेती बिजाई के लिए करवाया बीज उपलब्ध

- उच्च गुणवत्ता वाला गेहूं बीजने के लिए प्रेरित किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

कृषि तथा किसान कल्याण विभाग के सहयोग से गांव बीघड़ में गेहूं की पछेती बिजाई के लिए अनुसूचित जाति के पात्र किसानों को बीज वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान किसानों को बताया गया कि उच्च गुणवत्ता वाला यह गेहूं बीज चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार द्वारा उपलब्ध करवाया गया है, जो पछेती परिस्थितियों में भी उत्कृष्ट उत्पादन क्षमता प्रदान करता है। इस मौके पर कृषि विकास अधिकारी डॉ. अंकित ढिल्लों ने किसानों को बिजाई से पहले बीज उपचार, संतुलित उर्वरक प्रबंधन, रोग एवं कीट नियंत्रण संबंधी महत्वपूर्ण सुझाव दिए। उन्होंने कहा कि वैज्ञानिक सिफारिशों का पालन कर किसान पछेती बिजाई के बावजूद भी अधिकतम उत्पादन प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने किसानों को यह भी सलाह दी कि किसी भी तकनीकी समस्या के समाधान या मार्गदर्शन हेतु वे विभागीय अधिकारियों से नियमित संपर्क बनाए रखें।

फतेहाबाद। बीघड़ में किसानों को गेहूं की पछेती बिजाई के लिए बीज वितरित करते अधिकारी।

डीसी ने दिव्यांग नीको बाई को वितरित किए उपकरण

फतेहाबाद। जिला रेडक्रॉस सोसायटी के अध्यक्ष एवं उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने सोमवार को लघु सचिवालय स्थित उपायुक्त कार्यालय में जिला रेडक्रॉस सोसायटी की ओर से निवासी दमकौरा दिव्यांग नीको बाई पत्नी घनश्याम दास को वाकर व बैसाखी उपलब्ध करवाई। उपायुक्त ने कहा कि यह उपकरण देकर दिव्यांग महिला को चलने-फि रने में समर्थ हो जाएगी और वह किसी पर निर्भर नहीं रहेगी। उपायुक्त ने कहा कि दिव्यांगों को मुख्यधारा में शामिल करने के लिए सरकार व जिला प्रशासन हरसंभव प्रयास कर रहा है। उल्लेखनीय है कि दिव्यांग नीको बाई ने उपायुक्त के सम्मुख प्रस्तुत हुई और अपनी परेशानी रखी। जिस पर उपायुक्त ने तुरंत संज्ञान लेते हुए जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव रामजी लाल को मौके पर बुलाया और दिव्यांग महिला को मौके पर ही वाकर और बैसाखी भेंट की गई। वाकर और बैसाखी पाकर दिव्यांग महिला के चेहरे पर मुस्कान आ गई।

फतेहाबाद। दमकौरा निवासी नीको बाई को सहायक उपकरण वितरित करते उपायुक्त डॉ. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

जब तक सूरज चांद रहेगा, शहीद देविन्द्र सिंह तेरा नाम रहेगा के नारे गूंजे

शहीद देविन्द्र सिंह के शहीदी समागम में बड़ी संख्या में लोगों ने दी श्रद्धांजलि

शहीद देवेंद्र सिंह ने आज से 24 वर्ष पूर्व देश की आन, बान व शान के लिए प्राणों की आहुति दी थी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया

शहीद देविन्द्र सिंह यादगारी ट्रस्ट द्वारा शहीद देविन्द्र सिंह के 24वें शहीदी समागम के मौके पर बुढलाडा रोड पर स्थित शहीद के समाधि स्थल पर श्रद्धांजलि एवं चेतना समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में प्रमुख समाज सेवी कैप्टन जगजीत सिंह व इकबाल सिंह खोखर मुख्य अतिथि रहे। जत्थेदार काका सिंह लधूवास, एसएचओ रणजीत सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में शामिल हुए। समारोह की अध्यक्षता ट्रस्ट के अध्यक्ष अजैब सिंह मंडेर ने की। इस मौके पर मुख्यातिथि कैप्टन जगजीत सिंह ने अपने संबोधन में कहा कि शहीद देवेंद्र सिंह ने आज से 24 वर्ष पूर्व देश की आन, बान व शान के लिए अपने प्राणों की आहुति देकर शहीद का बड़ा रुतबा हासिल किया है। उनकी शहादत को हम कभी नहीं भूल पाएंगे। इस मौके पर शहीद देविन्द्र सिंह की धर्मपत्नी जसविन्द्र कौर, सैनिक हवलदार जसकरण सिंह व एसएचओ रणजीत सिंह को ट्रस्ट के द्वारा प्रशस्ति पत्र एवं शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। समाधि स्थल पर आयोजित श्रद्धांजलि समारोह से पूर्व राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रतिया में आयोजित कार्यक्रम में प्राचार्य गजा नन्द तथा राजकीय मॉडल संस्कृति माडल माध्यमिक विद्यालय रतिया में मुख्यातिथि सतपाल जिंदल थे। प्रवक्ता शशिबाला, प्रवक्ता राज सिंह कमाना की अध्यक्षता में श्रद्धांजलि समारोह आयोजित किया गया। दोनों विद्यालयों के छात्र- छात्राओं ने प्रवक्ता वीर सिंह, भूप सिंह, राज कमाना, गुरविंदर सिंह क़े नेतृत्व में चेतना रैली में नशा भगाओ, समाज बचाओ, पर्यावरण बचाओ, जीवन बचाओ तथा जब तक सूरज चांद रहेगा, शहीद देविन्द्र सिंह तेरा नाम रहेगा के नारे गूंजे। दोनों विद्यालयों की चेतना रैली शहीद देविन्द्र सिंह जी के समाधि स्थल पर नारे लगाते हुए पहुंची। समाधि स्थल पर श्रद्धांजलि समारोह में छात्रा स्नेहा, कोमल व भारती ने शहीद देविन्द्र सिंह की जीवनी प्रस्तुत की। साहित्यकार डॉ. नैब सिंह मंडेर ने शहीद देविंदर सिंह की शहादत व शहीद देविन्द्र सिंह यादगारी ट्रस्ट द्वारा पिछले 24 वर्षों के इतिहास की जानकारी दी ।

रतिया। शहीद देविन्द्र सिंह को याद करते शहरवासी। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

समारोह में सर्व समाज सभा के प्रधान सतपाल जिंदल, सुबेदार ज्ञान सिंह ढोट, हवलदार कुलवंत सिंह, नन्द सैनी, ज्ञान सिंह, बलजिन्दर सिंह खोखर, काला सिंह, जगपाल सिंह, कृष्ण सिंह चित्रकार, वीर सिंह, स्कूल स्टॉफ ने श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए आपने विचार रखे। इस अवसर पर कैप्टन गुरमुख सिंह भुल्लर, रणजीत सिंह भानीखेड़ा, सुरजीत सिंह शिमलापुरी, सूबेदार ज्ञान सिंह, हवलदार सुरजीत सिंह फौजी, वरिंदर सिंह मंडवी, मंजीत सिंह, नछत्र सिंह ग्रोहा, हैप्पी सिंह ग्रोहा, बलजिन्दर सिंह खोखर, जसविंद्र कौर मंडेर, कशमीर सिंह सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति मौजूद थे।