हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 8 जनवरी 2026

11 राष्ट्रसेवा, संस्कारों और प्रकृति संरक्षण का दिखा जीवंत उदाहरण

12 जी-राम जी योजना से श्रमिक व किसान दोनों को होगा लाभः ढांडा

खबर संक्षेप

चोरी के मामले में तीसरे आरोपी को पकड़ा

फतेहाबाद। गांव समैण में एक दुकान में चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना सदर टोहाना पुलिस ने तीसरे आरोपी को गिरफ्तार किया है। थाना प्रभारी सादीराम ने बताया कि इस बारे साहिल पुत्र सुरेंद्र निवासी गांव समैण, तहसील टोहाना ने शिकायत दर्ज कराई थी। शिकायतकर्ता के अनुसार उसकी शिवा मोबाईल्स नामक दुकान में 17 जनवरी 2025 की रात चोरी हुई थी। अज्ञात चोरों ने दुकान का ताला और शीशा तोडक़र 8 स्मार्टफोन, 7 की-पैड फोन, 20 पेन ड्राइव, 5 हेडफोन, ?20,500 नकद, मोटरसाइकिल की आरसी व अन्य कागजात चोरी कर लिए।

धोखाधड़ी व धमकाने के मामले में आरोपी काबू

फतेहाबाद। धोखाधड़ी और धमकाने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर फतेहाबाद की टीम ने एक युवक राजू पुत्र रमेश चन्द निवासी भोडिया खेड़ा को गिरफ्तार किया है। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी सुरेन्द्रा ने बताया की शिकायतकर्ता मन्जूद अहमद डार ने शिकायत दी कि उसने अपनी जेसीबी के बदले आरोपी को 2 लाख 50 हजार रुपये रूपये दिए, लेकिन आरोपी ने ना तो जेसीबी दी और ना राशि वापस की। इसके साथ ही आरोपी ने प्रार्थी को धमकी दी और गाली-गलौच की। शिकायत के आधार पर थाना शहर फतेहाबाद में मामला दर्ज कर आरोपी राजू को गिरफ्तार कर लिया गया है ।

पुलिस ने हेरोइन सहित युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। नशा तस्करी के आरोप में सदर टोहाना पुलिस ने एक युवक को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पकड़े गए युवक की पहचान कुलवंत सिंह पुत्र निर्मल सिंह निवासी चिम्मो के रूप में हुई है। थाना प्रभारी सादीराम ने बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान धारसूल गांव से नन्हेडी गांव की तरफ जा रही थी। इसी दौरान सडक़ पर एक कार खड़ी दिखाई दी। पुलिस टीम ने उस गाड़ी को चेक करने के लिए रोकने का प्रयास किया तो चालक गाड़ी भगाने लगा लेकिन गाड़ी बंद हो गई। पुलिस ने चालक को काबू कर उससे पूछताछ की तो उसने अपना नाम कुलवंत सिंह बताया।

दो वाहन चोर पकड़े दो बाइक बरामद

फतेहाबाद। मोटरसाइकिल चोरी के दो अलग-अलग मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर फतेहाबाद पुलिस ने दो युवकों को को गिरफ्तार कर इनके पास से दो चोरीशुदा मोटरसाइकिल को बरामद किए हैं। थाना प्रभारी निरीक्षक सुरेंद्रा ने बताया कि इस बारे राजीव कुमार पुत्र निहाल सिंह निवासी भोडिया खेड़ा ने अपनी मोटरसाइकिल चोरी होने बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायतकर्ता के अनुसार 30 दिसंबर 2025 की शाम को लगभग 6 बजे उसने अपने मोटरसाइकिल को भट्टू रोड पर मिनी बाईपास के पास खड़ा किया था, जहां से अज्ञात चोर उसकी बाइक को चोरी कर ले गए हैं।

बस की बैटरी चोरी करने वाला गिरोह गिरफ्तार

टोहाना। बस की बैटरी चोरी करने वाले गिरोह का पर्दाफाश करते हुए टोहाना पुलिस ने मामले को महज कुछ ही समय में सुलझाते हुए आरोपी पति-पत्नी को गिरफ्तार किया है। इस बारे मदनलाल निवासी कृष्णा कालोनी, टोहाना ने पुलिस को शिकायत दी थी। शिकायत में कहा गया था कि उनकी बस टोहाना-हिसार रूट पर चलती है। बस रात के समय भारत पेट्रोल पंप के पास एक प्लॉट में खड़ी थी। सुबह होने पर देखा कि बस से लिवफास्ट कंपनी की दो बैटरियां जिनकी कीमत करीब 18 रुपये है, गायब थी। थाना शहर टोहाना पुलिस ने शिकायत मिलते ही मामला दर्ज कर जांच शुरू की।

सुबह-शाम बढ़ी बिजली ट्रिपिंग की घटनाएं **15 दिन में 3 लाख यूनिट बढ़ी डिमांड**

ठंड का असर

घरों में हीटर और ब्लोअर का चलना शुरू, सामान्य दिनों से 10 गुणा ज्यादा खपत बढ़ी

कोहरे का बिजली आपूर्ति पर असर इंसुलेटर हो रहे ब्लास्ट, लग रहे कट

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

कोहरे और कड़ाके की ठंडी का असर लगभग सभी सेवाओं पर पड़ रहा है। कोहरे के कारण जहां ट्रेनें लगातार लेट हो रही है, वहीं बिजली समस्या भी लोगों के समक्ष सामने आ रही है। क्योंकि जैसे-जैसे ठंड बढ़ती जा रही है, वैसे-वैसे बिजली की डिमांड भी बढ़ती जा रही है।

■ बिजली कर्मचारियों को ठंड में खंभों पर चढ़कर करना पड़ रहा काम

लोग घर और ऑफिस में धड़ल्ले से हीटर और ब्लोअर चलाने लगे हैं। जो सामान्य दिनों में घर में होने वाली बिजली खपत का 10 गुणा तक है। पहले सप्ताहभर जितने यूनिट की खपत होती थी, वह अब कुछ घंटों में ही हो रही है। यही कारण है कि बिजली की डिमांड पिछले पखवाड़े की तुलना में इस सप्ताह करीब तीन लाख यूनिट तक बढ़ गई है। इसके साथ ही कोहरे की बूंद से इंसुलेटर में ब्लॉस्ट की घटनाएं भी बढ़ रही है, जिससे लोगों को कट का सामना करना पड़ रहा है तो कर्मचारियों को ठंडी में बिजली खंभों पर चढक़र काम करना पड़ रहा है। दरअसल अब तक बरसात न होने से हाई वोल्टेज तारों व इंसूलेटरों पर मिट्टी जमी हुई थी। अब जैसे ही ओंस की बूंदे इन पर पड़ती है तो ब्लास्ट हो जाता है, जिस कारण दिन में भी बिजली कट लग रहे हैं।

बुधवार को जिलेभर में एक करोड़ 50 लाख यूनिट बिजली की आपूर्ति की गई थी, जो पिछले पखवाड़े के मुकाबले करीब तीन लाख 10 यूनिट अधिक है। जिलेभर में रोजाना करीब 10 से 12 घटनाएं इंसुलेटर ब्लास्ट की सामने आ रही है। इस पूरे सप्ताह न्यूनतम तापमान उतार चढ़ाव बना रहेगा। बुधवार को यहां का न्यूनतम तापमान 2 डिग्री ओर नीचे आ गया। इससे यहां का न्यूनतम तापमान 5.6 व अधिकतम 16.4 डिग्री दर्ज किया गया जोकि इस सीजन का सबसे कम है। सर्दी बढ़ने की वजह से घरों में हीटर और ब्लोअर का चलना शुरू हो गया है। 21 दिसंबर को जिलेभर में बिजली निगम द्वारा करीब एक करोड़ 45 लाख रुपए 70 हजार यूनिट बिजली की आपूर्ति की गई थी, जबकि 27 दिसंबर को यह एक करोड़ 47 लाख 10 हजार यूनिट हो गई थी। 6 जनवरी को यह आंकड़ा एक करोड़ 50 लाख यूनिट को पार कर गया। 20 जनवरी तक यह डिमांड बनी रहने की आशंका है। साथ ही प्रतिदिन इंसुलेटर भी फाल्ट आ रहा है।

बिजली घर में ओवरलोड ट्रांसफार्मर व मशीनरी

रात का पारा 5.6 डिग्री सेल्सियस तक लुढ़का

मौसम वैज्ञानिकों की मानें तो 6 जनवरी को न्यूनतम तापमान 5.6 डिग्री सेंटीग्रेट पर पहुंच गया। कड़ाके की सर्दी और धुंध ने पूरे जिले को अपनी आगोश में रखा। बढ़ती ठंड को लेकर जिला प्रशासन ने भी लोगों से विशेष सावधानियां बरतने की अपील की है। प्रशासनिक अधिकारियों का कहना है कि बच्चों, बुजुर्ग, पशुओं और फसलों की देखरेख देखरेख और सुरक्षा बहुत जरूरी है। किसानों को फसलों की नियमित देखरेख करना चाहिए। वहीं पशुओं को बाड़े में ठंड से बचाने के लिए आग का सहारा लेना चाहिए। बुजुर्ग और बच्चों को ठंड में बाहर निकलने से रोकना चाहिए।

वातावरण में आर्द्रता 60 प्रतिशत

फतेहाबाद में बुधवार को अधिकतम तापमान 15.6 डिग्री सेंटीग्रेट और न्यूनतम तापमान 5.6 डिग्री सेंटीग्रेट दर्ज किया गया। वातावरण में आर्द्रता 60 प्रतिशत पर पहुंच गई है। पिछले चार दिनों से सूर्य देवता के दर्शन दुर्लभ हो गए हैं, आने तीन से चार दिन तक ठंड के ऐसे ही बढऩे की चेतावनी ने लोगों की कंपकंपी छुड़वा दी है। बुधवार को यहां हवा की गति करीब 10 किमी प्रति घंटा रही, शीतलहर जारी है। वींरवार और शुक्रवार को तापमान 14 डिग्री रहने की आशंका है। शुक्रवार की अलसुबह तीन डिग्री सेंटीग्रेट तक तापमान गिरने की संभावना जताई गई है।

खंभे पर चढक़र इंसुलेटर ठीक करते कर्मचारी

ठंड में खपत और फाल्ट बढ़ना स्वाभाविक

बिजली निगम के कार्यकारी अभियंता अशोक कुमार का कहना है कि उपभोक्ताओं को बेहतर बिजली आपूर्ति के लिए कर्मचारियों द्वारा दिनरात कामकाज किया जाता है। इन दिनों खंभों पर चढक़र काम करना आसान नहीं है। शिकायत मिलने पर आधी रात को कर्मचारी खंभों पर कार्य कर रहे हैं। ठंड में खपत और फाल्ट बढना स्वाभाविक है। निर्धारित समय में फाल्ट ठीक करना प्राथमिकता है।

टेट की अनिवार्यता और तबादला नीति में 15 साल की बाध्यता को हटाया जाए : राजपाल

फतेहाबाद। ट्रांसफर पॉलिसी में अव्यवहारिक शर्तों के विरोध में व कोर्ट का सहारा लेकर शिक्षकों पर टेट की शर्त लगाने के तुगलकी फरमान के विरोध में अध्यापकों द्वारा बुधवार को हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के आह्वान पर उपायुक्त कार्यालय के सामने धरना प्रदर्शन किया गया। धरने का नेतृत्व संघ के जिला प्रधान राजपाल मित्ताथल ने किया व संचालन सचिव देसराज माचरा ने किया। प्रदर्शन के बाद जिला उपायुक्त के माध्यम से राष्ट्रपति व मुख्यमंत्री को ज्ञापन भेजा गया। संघ के जिला प्रधान राजपाल मित्ताथल ने कहा कि अध्यापकों की मांगें न्याय, समानता तथा भारतीय संविधान के अनुच्छेद 21 ए के अंतर्गत शिक्षा के मौलिक अधिकार के सिद्धांतों पर आधारित हैं। इनका समाधान न होने पर शिक्षा क्षेत्र में और अधिक गिरावट का जोखिम है, जिसका प्रभाव करोड़ों विद्यार्थियों और शिक्षकों पर पड़ेगा। उन्होंने कहा कि आरटीई अधिनियम से पूर्व नियुक्त सेवारत शिक्षकों को टेट से मुक्त किया जाए। एनपीएस और यूपीएस को समाप्त कर पुरानी पेंशन योजना बहाल की जाए। स्कूलों के विलय एवं बंधीकरण पर रोक लगाई जाए तथा सभी रिक्त पद तुरंत भरे जाएं।

■ अध्यापकों ने अपनी मांगों को लेकर किया प्रदर्शन

फतेहाबाद। उपायुक्त कार्यालय पर धरना देते अध्यापक।

लापता बिजली कर्मी का शव 6 दिन बाद बरामद

टोहाना। बिजली निगम के असिस्टेंट फोरमैन विकास कुमार का शव लापता होने के 6 दिन बाद बुधवार को भाखड़ा नहर से बरामद किया गया है। पुलिस ने साधनवास इलाके में एसडीआरएफ की मदद से शव को नहर से निकाला। 37 वर्षीय विकास कुमार 2 जनवरी से लापता थे। मिली जानकारी के अनुसार चरखी दादरी जिले के तिवाला निवासी विकास कुमार टोहाना की नहर कॉलोनी में रहते थे। वे 2 जनवरी को शाम 5 बजे अपनी ड्यूटी पूरी करने के बाद अपने घर की ओर गए थे, लेकिन उसके बाद उनका कोई सुराग नहीं मिला।

टोल प्लाजा की अनियमितताओं के खिलाफ किसानों का धरना, आंदोलन की चेतावनी

डबवाली। किसान संगठनों ने टोल प्लाजा कंपनी व हाइवे अथोरिटी द्वारा बरती जा रही अनियमितताओं के खिलाफ बुधवार को चौटाला टोल प्लाजा पर धरना प्रदर्शन किया। अखिल भारतीय किसान सभा के जिला सहसयोजक राकेश फागोडिय़ा ने कहा कि टोल प्लाजा कंपनी न तो वाहन चालकों को कोई सुविधा उपलब्ध करवा रही है और न ही कर्मचारियों की सुविधा के लिए कोई कदम उठा रही है। उन्होंने कहा कि भारी अनियमिताएं बरतते हुए सभी वर्गों का जमकर आर्थिक व मानसिक शोषण किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि विभिन्न मांगों को लेकर धरने प्रदर्शन का आयोजन किया गया है। जब तक टोल प्लाजा सहित हाईवे अथोरिटी व प्रशासन मांगों को पूरा नहीं करेगी तब तक किसानों का आक्रोश थमने वाला नही है। मांगों को लेकर प्रशासनिक अधिकारियों को मांग पत्र सौंपा गया है। उन्होंने बताया कि टोल प्लाजा कंपनी के अधिकारियों को मांगे पूरी करने के लिए पांच दिन का समय दिया गया है जबकि हाईवे अथोरिटी को 15 दिन तक समय दिया गया। ऐसे में यदि समयावधि में मांगे पूरी नहीं की गई तो जल्द ही बड़े स्तर पर आंदोलन चलाया जाएगा।

■ सुविधाओं के अभाव और शोषण का लगाया आरोप

सिरसा। चौटाला टोल प्लाजा पर धरना देते किसान संगठन।

ढाई लाख की लूट के मामले में जाखल पुलिस ने युवक को दबोचा

फतेहाबाद। गैस एजेंसी कर्मचारी को पिस्तौल दिखाकर ढाई लाख रुपये की लूट करने के मामले में कार्यवाही करते हुए जाखल पुलिस ने एक युवक को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए युवक की पहचान गुरप्यार सिंह उर्फ गुरी उर्फ काला पुत्र पाल सिंह निवासी बलरां के रूप में हुई है। थाना जाखल प्रभारी उप निरिक्षक सुरेश ने बताया कि इस बारे बिल्लु सिंह पुत्र गुरतेज सिंह निवासी बलरां ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायतकर्ता के अनुसार वह और उनका साथी कर्मचारी सेवक सिंह दोनों अढ़ाई लाख रुपये लेकर मोटरसाइकिल से गैस एजेंसी का पैसा जमा कराने जा रहे थे। तभी दो अज्ञात हमलावरों ने उनकी आंखों में लाल मिर्च डालकर और पिस्तौल दिखाकर बैग छीना और मौके से भाग गए। इस पर पुलिस ने मामला दर्ज कर एक आरोपी को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था जबकि दूसरे आरोपी गुरप्यार सिंह को अब गिरफ्तार कर उससे पूछताछ शुरू कर दी है।

उपायुक्त की अध्यक्षता में हुई बैठक में चर्चा

अप्रैल से शुरू होगा पहला चरण, इस बार डिजिटल तरीके से होगी जनगणना

■ नागरिक स्वयं एप या पोर्टल के माध्यम से अपनी जानकारी दर्ज कर सकेंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

इस बार जनगणना पूरी तरह ऑनलाइन और एप आधारित होगी। यह प्रक्रिया मुख्य रूप से दो चरणों में विभाजित की गई है। प्रथम चरण अप्रैल, 2026 में प्रस्तावित है, इसमें मुख्य रूप से मकानों की सूची तैयार की जाएगी और नागरिक रजिस्टर को अपडेट करने का कार्य किया जाएगा। वहीं दूसरा चरण फरवरी-मार्च, 2027 में शुरू होगा। इस मुख्य चरण में जनसंख्या की गणना होगी। खास बात यह है कि इस बार सेल्फ-इन्यूमरेशन का विकल्प भी मिलेगा, यानी नागरिक स्वयं एप या पोर्टल के माध्यम से अपनी जानकारी दर्ज कर सकेंगे। यह जानकारी फतेहाबाद के कार्यवाहक उपायुक्त अनुराग ढालिया ने दी। राष्ट्रीय जनगणना को लेकर बुधवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में कार्यवाहक उपायुक्त अनुराग ढालिया की अध्यक्षता में हुई बैठक में जनगणना के सफल और सटीक संचालन के लिए विस्तृत रूपरेखा तैयार की गई। कार्यवाहक उपायुक्त ने बताया कि बैठक में उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे सरकार द्वारा निर्धारित गाइडलाइन का पालन करते हुए इस राष्ट्रीय कार्य को सफल बनाएं और डेटा की गोपनीयता सुनिश्चित की जाए।

फतेहाबाद। जनगणना को लेकर बैठक की अध्यक्षता करते हुए उपायुक्त अनुराग ढालिया।

सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग की पहल

विधवा महिलाओं के बच्चों को मिलेगा आर्थिक सहारा

सिरसा। सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग द्वारा निराश्रित बच्चों के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करने के लिए वित्तीय सहायता योजना क्रियान्वित की जा रही है। योजना के तहत विधवा महिलाओं के बच्चों को आर्थिक सहयोग प्रदान किया जाता है। योजना का लाभ उनको मिलेगा जिनकी आयु 18 वर्ष या उससे अधिक है। आवेदन के लिए महिला को आवेदन पत्र के साथ पति का मृत्यु प्रमाण पत्र, बच्चों का जन्म प्रमाण पत्र (दो बच्चों तक) तथा अन्य आवश्यक दस्तावेज संलग्न कर ऑनलाइन आवेदन करना होगा, जिसके बाद संबंधित कार्यालय में आवेदन जमा करना अनिवार्य है। योजना के तहत वर्तमान में जिला के 11297 पात्रों को लाभान्वित किया जा रहा है। योजना के अनुसार लाभार्थी परिवार की सभी स्त्रोतों से वार्षिक आय 3 लाख रुपये या उससे कम होनी चाहिए।

■ योजना के तहत वर्तमान में जिला के 11297 पात्रों लाभान्वित

■ ऑनलाइन आवेदन के बाद कार्यालय में दस्तावेज जमा करना अनिवार्य

टोहाना में दुकान पर जा रहे बुजुर्ग की ट्रक की चपेट में आने से मौत

टोहाना। शहर में बुधवार सुबह एक ट्रक की चपेट में आने से साइकिल सवार बुजुर्ग की मौत होने का समाचार है। मृतक की पहचान गुप्ता कॉलोनी निवासी 65 वर्षीय राजकुमार शर्मा के रूप में हुई है, जो मूनक रोड पर आटा चक्की चलाने का काम करते थे। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंच गई और मृतक के शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। इस मामले में पुलिस ने ट्रक चालक के खिलाफ कार्रवाई शुरू कर दी है। मिली जानकारी के अनुसार गुप्ता कालोनी निवासी राजकुमार शर्मा आज सुबह दुकान पर जाने के लिए साइकिल पर घर से निकले थे। दुकान पर जाने से पहले शेव करवाने के लिए वह नाई की दुकान की तरफ जा रहे थे। जैसे ही वह दौरान ओवरब्रिज के नीचे पहुंचे तो तेज रफ्तार ट्रक ने उनकी साइकिल को टक्कर मार दी, जिससे वे ट्रक के नीचे आ गए और उनकी मौके पर ही मौत हो गई। हादसे के बाद ट्रक चालक ट्रक को मौके पर ही छोडक़र फरार हो गया। घटना की सूचना मिलते ही चंडीगढ़ रोड पुलिस चौकी की टीम मौके पर पहुंची और ट्रक को कब्जे में लेकर आरोपी चालक की तलाश शुरू कर दी है। मृतक राजकुमार शर्मा के तीन बेटे हैं और तीनों विवाहित हैं। हादसे की खबर मिलते ही परिवार में मातम छा गया। परिजनों ने आरोपी ट्रक चालक के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की है।

सुरक्षा **हरियाणा सरकार ने आपात स्थिति में राहत देने के उद्देश्य से शुरू की सेवा**

2025 में 74,000 से अधिक आपातकालीन कॉल हुई प्राप्त, औसतन 5-6 मिनट में रिस्पॉन्स

डायल 112 ने मौके पर पहुंचकर बचाई कई अनमोल जिंदगियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

हरियाणा सरकार द्वारा आमजन को आपात स्थिति में तत्काल राहत देने के उद्देश्य से शुरू की गई डायल 112 सेवा, फतेहाबाद जिले में एक प्रभावी, संवेदनशील और भरोसेमंद व्यवस्था के रूप में स्थापित हो चुकी है। आज डायल 112 केवल एक आपातकालीन नंबर नहीं, बल्कि संकट की घड़ी में आमजन के लिए उम्मीद की पहली किरण बन चुकी है। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने बताया कि वर्ष 2025 के दौरान डायल 112 पर कुल 74,063 आपातकालीन कॉल प्राप्त हुई, जिनमें से 54,429 इवेंट तैयार किए गए। उल्लेखनीय है कि 15,012 कॉल पर डायल 112 की टीमें मात्र 5 से 6 मिनट के भीतर मौके पर पहुंची, जबकि 39,417 मामलों में निर्धारित 10 से 12 मिनट के भीतर पुलिस सहायता उपलब्ध कराई गई। इसके अतिरिक्त, प्राप्त कुल कॉल में से 19,634 कॉल फायर ब्रिगेड और एंबुलेंस से संबंधित थीं, जिन पर डायल 112 ने त्वरित समन्वय करते हुए संबंधित सेवाओं को मौके पर पहुंचाकर कई अनमोल जिंदगियां बचाने में अहम भूमिका निभाई।

फतेहाबाद। डायल 112 का निरीक्षण करते एसपी। फोटो : हरिभूमि

पुलिस आमजन के साथ कंधे से कंधा मिलाकर खड़ी

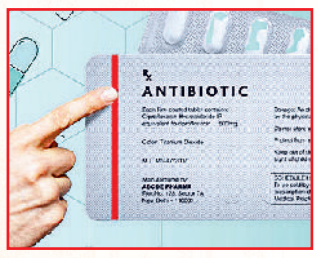
एसपी ने कहा कि बीते वर्ष के दौरान डायल 112 की कार्यप्रणाली ने यह साबित कर दिया है कि फतेहाबाद पुलिस हर परिस्थिति में आमजन के साथ कंधे से कंधा मिलाकर खड़ी है। चाहे बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में फंसे लोगों को सुरक्षित बाहर निकालना हो, सड़क दुर्घटनाओं में घायलों को मौके पर प्राथमिक उपचार देकर अस्पताल पहुंचाना हो, आगजनी व अन्य गंभीर घटनाओं में फायर ब्रिगेड व एंबुलेंस को तुरंत मौके पर भेजना हो, या फिर बाहर से परीक्षा देने आए बच्चों को समय पर उनके परीक्षा केंद्र तक पहुंचाना हो, डायल 112 की टीम ने हर चुनौती को जिम्मेदारी, तत्परता और संवेदनशीलता के साथ निभाया है।

मेडिसिन पैकिंग पर मौजूद इन इंडिकेशंस पर करें गौर

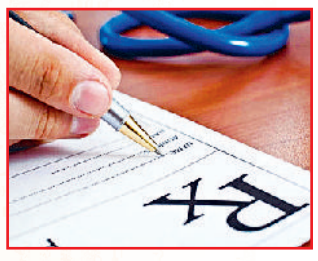
आप भी अकसर डॉक्टर की प्रिस्क्रिप्शन पर या अपनी जानकारी के आधार पर मेडिकल स्टोर से दवा ले आते होंगे। लेकिन दवा लेते समय सावधानी रखें और उसकी पैकिंग पर दर्ज कुछ मार्क्स या इंडिकेशंस पर गौर करें। इनमें से कुछ के बारे में यहां बता रहे हैं।

अवेयरनेस
प्रतिभा अग्निहोत्री

हम सभी को कभी न कभी किसी रोग के उपचार में डॉक्टर के पास जाना ही पड़ता है। अकसर देखा जाता है कि डॉक्टर का प्रिस्क्रिप्शन लेकर हम मेडिकल स्टोर पर जाते हैं और दवा लेकर चले आते हैं। कई बार कुछ दवाइयां बच भी जाती हैं और हम उन्हें उठाकर रख देते हैं। घर-परिवार में किसी अन्य सदस्य को वैसी ही बीमारी होने पर हम वही दवा उसे भी दे देते हैं या फिर प्रिस्क्रिप्शन देखकर अकसर मेडिकल स्टोर से बिना सोचे-विचारे, बिना डॉक्टर से कंसल्ट किए दवा खरीदकर खा लेते हैं। इससे कई बार दवा का रिएक्शन हो जाता है और तबियत बिगड़ भी जाती है। कुछ दवाइयां ऐसी होतीं हैं, जिन्हें विशेष बीमारियों के लिए ही दिया जाता है। इनकी स्ट्रिप या पैकिंग पर कुछ निशान बने या इंडिकेशन लिखे होते हैं, जिन पर हम कभी ध्यान ही नहीं देते, जबकि इन्हें जानना अत्यंत आवश्यक होता है। ऐसी कोई भी दवाई आपके घर में है तो इन्हें लेने से पूर्व डॉक्टरी सलाह अवश्य लें।



रेड कलर की लाइनः सभी एंटीबायोटिक दवाइयों पर साइड में लाल रंग की एक धारी बनी होती है, जिसका तात्पर्य होता है कि इन्हें डॉक्टर की प्रिस्क्रिप्शन के बिना बेचा और खरीदा नहीं जा सकता। ये दवाइयां टी. बी., मलेरिया, यूरिनरी इंफेक्शन और एच. आई. वी. जैसी गंभीर बीमारियों में दी जाती हैं। रेड लाइन मार्क होने का उद्देश्य ही इनकी ओपेन सेलिंग पर रोक लगाना है।



Rx(आरएक्स): कुछ दवाइयों के नाम के सबसे ऊपर साइड में आरएक्स लिखा होता है। इसका मतलब है कि ऐसी दवाइयों का सेवन केवल डॉक्टर की सलाह से ही किया जा सकता है। इसे केवल वही खरीद सकता है, जिसे डॉक्टर ने अपने पर्चे पर लिखकर दिया हो। ऐसी दवाएं अपने मन से खरीदकर नहीं खानी चाहिए।

NRx (एनआरएक्स): यह भी कुछ दवाइयों के नाम के सबसे ऊपर ही लिखा होता है। चूंकि ये नशीली दवाइयां होतीं है। इसलिए इन्हें केवल वही डॉक्टर प्रिस्क्रिप्शन पर लिख सकते हैं, जिन्हें इन्हें लिखने का लाइसेंस प्राप्त हो और लाइसेंस होल्डर मेडिकल स्टोर ही इनको बेच सकते हैं। मस्तिष्क संबंधी और मिर्गी जैसी गंभीर मानसिक बीमारियां इसी केटेगरी में आती हैं।

XRx(एक्सआरएक्स): एक्सआरएक्स मार्कड दवाएं सीधे मेडिकल स्टोर से नहीं खरीदी जा सकती हैं। ये केवल उन डॉक्टरों के पास होती हैं, जिनके पास इनका लाइसेंस होता है। इसे डॉक्टर सीधे मरीज को दे सकते हैं। एनेस्थीसिया में दी जाने वाली दवाइयां इसी श्रेणी में आती हैं।

H या Hx (एच या एचएक्स): जिन दवाओं की पैकिंग पर यह मार्क किया हुआ होता है, वे बहुत खतरनाक दवाइयां होतीं हैं। ये स्वास्थ्यकर्मियों के लिए भी खतरनाक होती हैं। कीमोथेरेपी की दवाइयां इसी श्रेणी में आती हैं। इसलिए इन्हें विशेष रूप से हैंडल करने की आवश्यकता होती है। ये दवाएं सीधे मेडिकल स्टोर से नहीं खरीदी जा सकती हैं।

शेड्यूल H1 (एच वन): यह प्रिंट भारतीय दवा कानून से संबंधित है। दवाओं की पैकिंग पर यह प्रिंट विशेष रूप से महत्वपूर्ण है। यह दवाओं की एक विशेष श्रेणी है। इस प्रिंट की दवाएं हार्ड एंटीबायोटिक्स या ऐसी ही तेज दवाएं होती हैं। इन्हें बिना डॉक्टरी प्रिस्क्रिप्शन के नहीं खरीदा जा सकता। इनकी बिक्री के लिए मेडिकल स्टोर को अलग से परमिशन लेनी पड़ती है, उसका रिकॉर्ड रखना होता है।

दवा खरीदते समय इन इंडिकेशंस को ध्यान में रखना चाहिए और बिना डॉक्टर से कंसल्ट किए कोई दवा नहीं खरीदनी चाहिए। *

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. योगेश कुलकर्णी
हेड-गायनेकोलॉजिक ऑन्कोलॉजी, रोबोटिक सर्जन
कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

देश-दुनिया में हर साल लाखों महिलाएं सर्वाइकल कैंसर की चपेट में आती हैं। समय पर जांच और उपचार न करवाने से बड़ी संख्या में महिलाओं की डेथ भी हो जाती है। जबकि अगर शुरुआत से ही बच्चियों और महिलाओं को इसके प्रति अवेयर किया जाए और बचाव के सभी संभव उपाय अपनाए जाएं तो इससे बचाव और उपचार संभव है। सर्वाइकल कैंसर अवेयरनेस मंथ (जनवरी) पर इस बारे में दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारियां।

सर्वाइकल कैंसर सुरक्षा के लिए अपनाएं बचाव के सभी उपाय

विश्व स्वास्थ्य संगठन के आंकड़ों के अनुसार, सर्वाइकल कैंसर दुनिया भर में महिलाओं में होने वाला चौथा सबसे कॉमन कैंसर है। भारत में यह स्थिति और भी गंभीर है, जहां हर साल लगभग 1.25 लाख नए मामले सामने आते हैं और लगभग 75,000 महिलाओं की मृत्यु इस बीमारी के कारण हो जाती है। सबसे दुःखद बात यह है कि जानकारी के अभाव में अधिकांश महिलाएं अस्पताल तब पहुंचती हैं, जब बीमारी अंतिम चरण में होती है।

सर्वाइकल कैंसर का कारण

सर्वाइकल कैंसर, गर्भाशय के निचले हिस्से (जिसे 'सर्विक्स' या गर्भाशय ग्रीवा कहा जाता है) की कोशिकाओं में विकसित होता है। इस कैंसर का मुख्य कारण ह्यूमन पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) है। यह वायरस यौन संपर्क के माध्यम से फैलता है। हालांकि शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली अकसर इस वायरस से लड़ लेती है, लेकिन कुछ मामलों में यह वायरस वर्षों तक शरीर में बना रहता है और अंततः कैंसर का रूप ले लेता है। यदि एचपीवी संक्रमण को पहचाना नहीं गया और उसका समय पर इलाज नहीं किया गया, तो गर्भाशय ग्रीवा की असामान्य कोशिकाएं कैंसर का रूप ले सकती हैं।

वैक्सीनेशन से मिलती है सुरक्षा

सर्वाइकल कैंसर से बचने का सबसे प्रभावी तरीका एचपीवी वैक्सीन है। यह टीका शरीर में उन विशिष्ट (एचपीवी) वायरस के खिलाफ एंटीबॉडी बनाता है, जो कैंसर के लिए जिम्मेदार होते हैं। इस बारे में कुछ बातें जानना आपके लिए बहुत आवश्यक है।

सही उम्रः टीकाकरण का लाभ तब सबसे अधिक होता है, जब यह वायरस के संपर्क में आने से पहले, यानी यौन सक्रिय होने से पहले दिया जाए। विशेषज्ञों का मानना है कि 9 से 14 वर्ष की उम्र सबसे उपयुक्त होती है क्योंकि इस दौरान शरीर की प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया सबसे मजबूत होती है। 15 से 45 वर्ष की महिलाएं भी यह टीका लगवा सकती हैं। हालांकि उम्र बढ़ने के साथ इसकी प्रभावशीलता थोड़ी कम हो सकती है, लेकिन यह फिर भी कैंसर से सुरक्षा प्रदान करता है।

वैक्सीन डोजः वैक्सीन की डोज, महिला की आयु पर निर्भर करती है। 9 से 14 वर्ष आयु वर्ग की बच्चियों को 2 डोज लगवानी होती है। पहली डोज के 6 महीने बाद दूसरी डोज। जबकि 15 से 45 वर्ष आयु की किशोरियों और महिलाओं को 3 डोज लगावानी होती है। पहली डोज के 1-2 महीने बाद दूसरी और 6 महीने बाद तीसरी। यदि किसी महिला की रोग प्रतिरोधक क्षमता (इम्यूनिटी) बहुत कमजोर है, तो उन्हें डॉक्टर 3 खुराक की सलाह दे सकते हैं, भले ही उनकी उम्र 15 वर्ष से कम हो। स्वदेश निर्मित वैक्सीन लॉन्च हो चुकी है। यह वैक्सीन विदेशी टीकों की तुलना में काफी सस्ती है।

स्क्रीनिंग क्यों है जरूरी

सिर्फ वैक्सीन लगवाना ही काफी नहीं है। 30 वर्ष की आयु के बाद हर महिला को नियमित रूप से पैप स्मीयर या एचपीवी डीएनए टेस्ट करवाना चाहिए। ये टेस्ट कैंसर होने से पहले की स्थिति का पता लगा लेते हैं, जिससे समय रहते इलाज संभव हो पाता है।

ये लक्षण कभी न करें इग्नोर

शुरुआती चरणों में इस कैंसर के कोई विशेष लक्षण नहीं दिखते हैं लेकिन बीमारी बढ़ने पर कुछ लक्षण सामने आ सकते हैं।

- पीरियड्स के बीच में या शारीरिक संबंध के बाद असामान्य रक्तस्राव।
- मेनोपॉज (मासिक धर्म बंद होने) के बाद ब्लीडिंग होना।
- योनि (वेजाइना) से दुर्गंधयुक्त सफेद या गुलाबी पानी आना।
- पेल्विक एरिया (पेड़ू) में लगातार दर्द रहना।

सर्वाइकल कैंसर का उपचार

यदि किसी महिला में स्क्रीनिंग के दौरान सर्वाइकल कैंसर की पुष्टि होती है, तो इसका उपचार कैंसर के चरण (स्टेज), ट्यूमर के आकार और महिला की उम्र के आधार पर तय किया जाता है। यदि शुरुआती चरणों में पता चल जाए, तो यह पूरी तरह ठीक हो सकता है। उपचार के मुख्य तरीके निम्नलिखित हैं-

सर्जरीः जब कैंसर केवल गर्भाशय ग्रीवा (सर्विक्स) तक सीमित होता है, तो डॉक्टर सर्जरी की सलाह देते हैं।

कोन बायोप्सीः इसमें केवल कैंसर प्रभावित हिस्से को हटाया जाता है, जिससे महिला भविष्य में गर्भधारण कर सकती है।

हिस्टेरेक्टॉमीः इसमें गर्भाशय और ग्रीवा को पूरी तरह से निकाल दिया जाता है। यह आमतौर पर तब किया जाता है जब कैंसर फैलने का डर हो।

रेडिएशन थेरेपीः इसमें उच्च ऊर्जा वाली किरणों (जैसे एक्स रेज) का उपयोग कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए किया जाता है। यह दो तरह की होती है-

एक्सटर्नल बीम रेडिएशनः शरीर के बाहर से किरणों को ट्यूमर पर लक्षित किया जाता है।

ब्रेकीथेरेपीः इसमें रेडियोधर्मी सामग्री को शरीर के भीतर कैंसरग्रस्त भाग के पास रखा जाता है।

कीमोथेरेपीः इसमें शक्तिशाली दवाओं का उपयोग किया जाता है जो रक्त के माध्यम से पूरे शरीर में फैलती हैं और कैंसर कोशिकाओं को मारती हैं। अकसर बेहतर परिणामों के लिए रेडिएशन और कीमोथेरेपी को एक साथ (कीमोरेडिएशन) दिया जाता है।

टार्गेटेड थेरेपी और इम्यूनोथेरेपीः इसमें एडवांस्ड चरणों में, ऐसी दवाओं का उपयोग किया जाता है, जो केवल विशिष्ट कैंसर कोशिकाओं पर हमला करती हैं या शरीर की अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को कैंसर से लड़ने के लिए मजबूत बनाती हैं।

उपचार के बाद निगरानीः इलाज पूरा होने के बाद भी नियमित जांच अत्यंत आवश्यक है, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि कैंसर वापस नहीं आ रहा है। हेल्दी डाइट और डॉक्टर के बताए निर्देशों का पालन रिकवरी में मदद करता है।

इससे बढ़ता है रिस्क

मोटापा, सर्वाइकल कैंसर का जोखिम भरा कारक है। इसलिए इसे कंट्रोल करने के लिए संतुलित पौष्टिक आहार ग्रहण करना और नियमित रूप से व्यायाम करना आवश्यक है। जो महिलाएं मोटापे से ग्रस्त नहीं हैं, उन्हें भी अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करना चाहिए और अपने डॉक्टर या डाइटिशियन से परामर्श लेकर हेल्दी डाइट ग्रहण करना चाहिए। किसी भी तरह का मादक पदार्थ और तंबाकू का सेवन हानिप्रद है। कई लोगों के साथ यौन संबंध बनाने से बचने और कंडोम का उपयोग करने से एचपीवी के जोखिम को कम करने में मदद मिल सकती है। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

रोकथाम में आहार का महत्व

सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम में स्वास्थ्यकर आहार की भी अपनी भूमिका है। एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर खाद्य पदार्थों जैसे, फलों और सब्जियों का नियमित रूप से सेवन करने से एचपीवी संक्रमण और गर्भाशय ग्रीवा में इसके कारण होने वाले सेलुलर परिवर्तनों से सफलतापूर्वक निपटने में मदद मिल सकती है। विटामिन-ए, विटामिन-सी, डी, ई, फोलेट और फ्लेवोनोइड जैसे पोषक तत्व गर्भाशय ग्रीवा की कोशिकाओं को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं।

फिटनेस
डॉ. माजिद अलीम

स्ट्रेचिंग केवल वार्मअप का तरीका नहीं होती है। इसे सही तरीके से रेग्युलर किया जाए तो इससे कंप्लीट एक्सरसाइज के फायदे हासिल किए जा सकते हैं। इससे क्या फायदे होते हैं, इसके प्रमुख प्रकार कौन से हैं, बता रहे हैं यहां।

कंप्लीट एक्सरसाइज है स्ट्रेचिंग

आमतौर पर मानते हैं कि स्ट्रेचिंग, सिर्फ यह होती है कि कमर झुकाओ और अपने पैरों को छू लो। स्ट्रेचिंग, वर्कआउट से पहले केवल वार्म-अप करना भी नहीं है बल्कि यह अपने आप में एक्सरसाइज है।

होते हैं कई फायदे

स्ट्रेचिंग से दिल और दिमाग रिलैक्स होता है और रोजमर्रा के जीवन के तनावों को दूर करने में मदद मिलती है। शरीर को भी इससे बहुत फायदा मिलता है। इसीलिए स्ट्रेचिंग को एक कंप्लीट एक्सरसाइज माना जाता है क्योंकि इससे शरीर में फ्लेक्सिबिलिटी (लचीलापन) बढ़ती है। स्ट्रेचिंग से मांसपेशियों और जोड़ों की रेंज ऑफ मोशन बढ़ती है, जिससे शरीर ज्यादा सक्रिय और लचीला बनता है।

बेहतर होता है ब्लड सर्कुलेशन

जब हम स्ट्रेच करते हैं, तो मांसपेशियों में रक्त प्रवाह बढ़ता है। यह ऑक्सीजन और पोषक तत्वों की आपूर्ति बढ़ाकर ऊतकों की सेहत सुधारता है। इससे तनाव और मानसिक थकान भी कम होती है। धीमी और गहरी स्ट्रेचिंग, खासकर सांस पर फोकस के साथ, मानसिक तनाव को कम करती है। कई बार इसे मेडिटेटिव (ध्यानात्मक) गतिविधि के रूप में भी अपनाया जाता है।

मांसपेशियां होती हैं मजबूत

नियमित स्ट्रेचिंग से मांसपेशियों की लंबाई और संतुलन बनाए रखने में मदद मिलती है, जो शरीर की सही मुद्रा को सपोर्ट करता है। इसीलिए संतुलित फिटनेस कार्यक्रम की एक मुख्य कड़ी के रूप में स्ट्रेचिंग को चिन्हित किया जाता है। इससे चोट लगने का खतरा कम होता है, शरीर की मूवमेंट बढ़ जाती है, बॉडी रिलैक्स होती है, एक्सरसाइज परफॉर्मेंस बढ़ जाता है, पोस्चर बेहतर होता है और शरीर लचीला और सतर्क रहता है।

किसे स्ट्रेच करना चाहिए

स्ट्रेचिंग सभी के लिए अच्छी है। आपका रूटीन कैसा भी हो। स्ट्रेचिंग के लाभ अनगिनत हैं। क्योंकि स्ट्रेचिंग संतुलित फिटनेस कार्यक्रम का महत्वपूर्ण हिस्सा है। स्ट्रेचिंग के लाभों के बारे में जो निरंतर शोधों से पुष्टि हो रही है, उससे प्रभावित होकर अमेरिकन कॉलेज ऑफ स्पोर्ट्स मेडिसिन ने संपूर्ण स्वास्थ्य लाभ के लिए अपने दिशा निर्देशों में स्ट्रेचिंग को भी शामिल किया है।

एथलीट्स के लिए लाभदायक

लगातार दौड़ने से मांसपेशियों में अकड़ाहट बढ़ जाती है और लचीलापन कम हो जाता है। ऐसे में धावकों के लिए स्ट्रेचिंग न सिर्फ लचीलापन लाती है, बल्कि उनका सामान्य चोटों से भी बचाव करती है जैसे फुटबॉल से जुड़ी कमर की समस्या, कंधे में सूजन, टेनिस एलबो जिनका संबंध अन्य स्पोर्ट्स से है जैसे टेनिस, या घुटने की समस्या जो दौड़ने या स्क्वैश के कारण होती है।

कमर दर्द में कारगर

कमर के निचले हिस्से में दर्द का मुख्य कारण कम लचीलापन और हैमस्ट्रिंग्स होता है। ध्यान रखें कि जो मांसपेशी निरंतर सिकुड़ी हुई रहती हैं, उसे शांत करने के लिए अधिक ऊर्जा की जरूरत होती है। स्ट्रेचिंग से स्पाइन रिलैक्स होती है, जिससे मस्कुलर टेंशन दूर होती है। स्ट्रेचिंग से पोस्चर की अधिकतर समस्याएं मांसपेशियों में टाइटनेस के कारण खराब एलाइनमेंट की वजह से होती है। स्ट्रेचिंग से सॉफ्ट टिश्यु स्ट्रेचिंग रिएलाइन हो जाते हैं और पोस्चर ठीक रहता है। इसलिए स्ट्रेचिंग को फिटनेस रूटीन में जरूर शामिल करें।

कुछ इफेक्टिव स्ट्रेचिंग

आपको कुछ इफेक्टिव स्ट्रेचिंग के बारे में यहां बता रहे हैं।

कॉफ स्ट्रेचिंगः सीधा पैर आगे बढ़ाते हुए बड़ा कदम लें, सीधा पैर मुड़ा हुआ, उल्टा पैर सीधा अपने कूल्हों को आगे की तरफ मुड़े हुए घुटने की ओर बढ़ाएं। दोनों पैरों को आगे की ओर प्वाइंट करें और उल्टी एड़ी को जमीन पर लटकने दें। थोड़ी देर ऐसे ही रूकें और फिर साइड बदल लें। जांघ का अगला हिस्सा- सीधे खड़े हो जाएं। सीधे पैर को सीधे हाथ से पकड़ लें। अपने पैर को कूल्हे की ओर लाएं, घुटनों के साथ रखते हुए। थोड़ी देर रुकें और फिर दूसरे पैर से दोहराएं।

जांघ का पिछला हिस्साः एक पैर को आहिस्ता से उठाएं और किसी उठी हुई जगह पर रख लें, जैसे पार्क बैंच। अपने कूल्हों को स्क्वेयर रखते हुए, अपने पेट से झुकें और शरीर के ऊपरी हिस्से को आगे की ओर झुकाएं। थोड़ी देर रुकें और फिर दूसरे पैर से इसी प्रक्रिया को दोहराएं।

वेस्ट स्ट्रेचिंगः पैरों को कंधे की सीध में चौड़ा कर लें, घुटने थोड़े से मुड़े हुए हों और पैर के अंगूठे सीधे प्वॉइंट करते हुए, सीधे हाथ को कूल्हे पर रख लें और उल्टे हाथ को सिर के ऊपर ले जाएं। आहिस्ता से वेस्ट पर बेंड करें साइड में और एक मिनट तक ठहरें। दूसरी साइड से भी ऐसा ही दोहराएं।

ऊपरी कमर की स्ट्रेचिंगः इसके लिए सीधे खड़े होकर आगे की ओर हाथों को ऐसे बांध लें कि कमर के ऊपरी हिस्से में स्ट्रेचिंग महसूस हो। स्ट्रेचिंग के दौरान सिर को नीचा करें ताकि चिन सीने के करीब आ जाए।

नेक स्ट्रेचिंगः अपना सिर दाईं तरफ झुका लें जिससे कान, कंधे के करीब हों फिर बीच में आ जाएं। अब दूसरी साइड से भी ऐसा करें।

कंधों का स्ट्रेचः सीधे हाथ को सीने पर समतल क्रॉस कर लें। बांया हाथ उस पर कोहनी के पास रख लें, सीधे हाथ को सीने की ओर खींचें।

चेस्ट स्ट्रेचिंगः बैठकर अपने दोनों हाथ कमर पर रखें फिर दोनों हाथों को आपस में बांध लें और हाथों को ऊपर उठाएं ताकि पेक्टोरल्स में स्ट्रेच महसूस हो। *

हर्बल जोन
रेखा देशराज

कुछ समय पूर्व जानकारी सामने आई कि हल्दी को 'हर्ब ऑफ द ईयर' चुना गया है। इससे दुनिया भर में हल्दी के औषधीय गुणों को और महत्ता मिलेगी। हल्दी में कौन से हैं वे विशेष गुण, जिनकी वजह से इसे यह तमगा मिला, आप जरूर जानना चाहेंगे।

दुनिया कर रही स्वीकार हल्दी के औषधीय गुण

अंतरराष्ट्रीय जड़ी बूटी संघ (आईएचए) ने साल 2026 के लिए हल्दी को 'हर्ब ऑफ द ईयर' चुना है। यह एक पूर्व निर्धारित चयन है। दरअसल, आईएचए हर साल किसी एक जड़ी-बूटी को उसके औषधीय, पाक या सौंदर्य गुणों के कारण उस साल विशेष की जड़ी-बूटी का खिताब देता है और साल 2026 के लिए यह सेहरा हल्दी के सिर बंधा है।

इसलिए मिला यह तमगाः सवाल है, इस साल हल्दी को यह श्रेय क्यों मिला है? दरअसल, यह सदियों से आयुर्वेद की एक औषधीय जड़ी के साथ-साथ भारत में स्वाद और मसाले के रूप में प्रयुक्त होती रही है। इसके कई चिकित्सकीय और स्वास्थ्यरक्षक गुणों के कारण हाल के सालों में हल्दी पर जितने शोध हुए हैं, उतने शोध किसी और जड़ी-बूटी के हिस्से नहीं आए और इन शोधों से पता चला है कि हल्दी को हम जितना महत्वपूर्ण मानते हैं, वह उससे भी अधिक है। इसलिए आईएचए ने साल 2026 के लिए हल्दी को 'साल की जड़ी बूटी' के रूप में चुना है। इसके कारण अब हल्दी की लोकप्रियता पहले से कई गुना ज्यादा हो जाएगी।

कई रूपों में उपयोगीः हल्दी को सदियों से भारत और दुनिया के ज्यादातर हिस्सों में स्वास्थ्य, सौंदर्य, मसाले और औषधि के रूप में जाना जाता रहा है। चूंकि पिछले कई सालों से हल्दी को लेकर दुनिया में कई तरह के शोध अध्ययन हुए हैं, जिनमें पाया गया है कि हल्दी इम्यूनिटी बढ़ाने, शरीर के सूजन को नियंत्रित करने और एंटीऑक्सीडेंट्स के गुणों से भरपूर होती है। इसलिए उसे इस साल जड़ी बूटियों की महारानी होने का गौरव हासिल हुआ है।

भारत में सर्वाधिक उत्पादनः दुनिया में जितनी हल्दी का उत्पादन होता है, उसमें 80 फीसदी हल्दी भारत में ही पैदा होती है। इसलिए दुनिया भर में जो हल्दी पाई जाती है, उसमें 70 से 80 फीसदी हिस्सा भारतीय हल्दी का ही होता है। अब क्योंकि हल्दी को इस साल की प्रमुख जड़ी-बूटी का खिताब मिला है, इस कारण इसका महत्व और बढ़ जाएगा। अभी तक हल्दी को लोग भारतीय मसाला या दादी-नानी का औषधीय नुस्खा माना करते थे, पर अब हर्ब ऑफ द ईयर टैग पाने के बाद यह फोक या लोकल मेडिसिन से निकलकर वैज्ञानिक और ग्लोबल वेलनेस के फ्रेमवर्क का मुख्य हिस्सा बन गई है। इस कारण अब हल्दी को स्टैंडर्ड हर्ब मान लिया गया है।

हो रहे हैं नए रिसर्चः अब दुनिया के दर्जनों यूनिवर्सिटीज में हल्दी को लेकर नए-नए एंगल से रिसर्च हो रहे हैं। अनेक फार्मास्युटिकल कंपनियां इसके विभिन्न उत्पादों का ट्रायल कर रही हैं। न्यूट्रास्यूटिकल प्रोडक्ट डेवलपमेंट में भी हल्दी का कोई सानी नहीं है, क्योंकि हर्ब ऑफ द ईयर का तमगा पाने के बाद पूरी दुनिया इस पर निवेश करने के लिए तैयार है। यही कारण है कि हल्दी अब केवल किचन का हिस्सा नहीं है, यह लैब और क्लीनिक का भी विषय बन गई है। इस साल हमें हल्दी के कई नए उत्पाद देखने को मिलेंगे। जैसे- दुनिया की कई फार्मा कंपनियां, हल्दी आधारित इम्यूनिटी शॉट्स जैसा प्रोडक्ट लाने की तैयारी में हैं। स्किन केयर में हल्दी अब पूरी दुनिया में महत्वपूर्ण हर्ब मान ली गई है और इस साल दर्जनों स्किन केयर क्रीम हल्दी को लेकर आएंगी। स्पोर्ट्स न्यूट्रिएंट्स में भी अब हल्दी का भरपूर यूज किए जाने की उम्मीद है। माइक्रो-डोज, कैप्सूल, चाय आदि के नए रूपों में भी हल्दी सामने आ सकती है। *

खबर संक्षेप

जेल लोक अदालत में एक बंदी रिहा

सिरसा। जिला जेल में बुधवार को लोक अदालत का आयोजन किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी प्रवेश सिंगला ने बताया कि जेल लोक अदालत में कुल 7 मामलों की फाइलें प्रस्तुत की गईं, जिनमें से एक मामले का निपटारा करते हुए बंदी को रिहा किया गया। उन्होंने बताया कि जेल लोक अदालत का आयोजन प्रत्येक माह दो बार किया जाता है, जो माह के प्रथम एवं तृतीय बुधवार को आयोजित होती है। इस लोक अदालत का उद्देश्य छोटे एवं मामूली मामलों में लंबे समय से जेल में बंद बंदियों को शीघ्र न्याय प्रदान करते हुए उन्हें रिहा करना है।

कोर्ट में पेशी पर आए दोस्तों पर हमला

सिरसा। जिला कोर्ट में पेशी पर आए दो दोस्तों पर कुछ लोगों ने मिलकर हमला कर दिया। पुलिस को दी शिकायत में जिले के गांव दादु के गुरपिंद्र सिंह ने बताया कि वह ताऊ आना सरकारी कॉलेज में बीए की पढाई कर रहा है। बीते दिवस को उसकी कोर्ट में पेशी थी, इसलिए वह सुबह स्कूटी पर सवार होकर गांव कुरंगावाली में दोस्त सुखपाल सिंह के घर चला गया। वहां से सुखपाल की बाइक पर पेशी पर चले गए। जब कोर्ट में पेशी के बाद वह दोनों बाइक पर भादड़ा से होते हुए सुखचैन की ओर आ रहे थे। इसी दौरान हमला किया गया।

जिला रोजगार कार्यालय में रोजगार मेला 9 को

फतेहाबाद। जिला रोजगार कार्यालय, फतेहाबाद द्वारा 9 जनवरी को रोजगार कार्यालय में रोजगार मेले का आयोजन किया जा रहा है, जिसमें भारतीय जीवन बीमा निगम द्वारा एलआईसी एजेंट के पद हेतु 10वीं कक्षा उत्तीर्ण अभ्यर्थियों की भर्ती की जाएगी। इसके अतिरिक्त यूपी मनी, फतेहाबाद द्वारा फील्ड अधिकारी के पद के लिए 12वीं कक्षा उत्तीर्ण अभ्यर्थियों का चयन किया जाएगा। साथ ही ईकार्ट डिलीवरी, फतेहाबाद द्वारा डिलीवरी बॉय के पद हेतु 12वीं कक्षा उत्तीर्ण अभ्यर्थियों की भर्ती की जाएगी।

शीत लहर से बचाव के लिए एडवाइजरी जारी

सिरसा। जिला प्रशासन ने बढ़ती ठंड और शीत लहर को देखते हुए बुधवार को एडवाइजरी जारी की गई है। आमजन ठंड से बचने के लिए सतर्क रहें और जारी किए गए सुझावों का पालन करें। उपायुक्त शांतनु शर्मा ने कहा किअत्यधिक ठंड के दौरान अनावश्यक रूप से घर से बाहर निकलने से बचें और अति आवश्यक होने पर ही सुरक्षा मानकों का ध्यान रखते हुए यात्रा करें। भारी कपड़ों की एक परत के बजाय हल्के, ढीले, विंडप्रूफ ऊनी कपड़ों की कई परत पहनें। बाहर निकलते समय अपने सिर, चेहरे, हाथों और पैरों को भी गर्म कपड़े से ढकें। शरीर में ऊष्मा का प्रवाह बनाए रखने के लिए पौष्टिक आहार का सेवन करें। शरीर का तापमान बनाए रखने के लिए नियमित रूप से गर्म तरल पदार्थ पिएं।

हेरोइन सहित दो गिरफ्तार 36.600 ग्राम नशा बरामद

हिसार। पुलिस की नशा निरोधक टीम ने बड़ी कार्रवाई करते हुए दो आरोपियों को नशीले पदार्थ सहित काबू किया है। दोनों से 36.699 ग्राम हेरोइन बरामद की गई है। नशा निरोधक टीम प्रभारी उप निरीक्षक इंद्र सिंह ने बताया कि पुलिस ने गश्त के दौरान शहर अग्रोहा से गाड़ी सवार दो व्यक्तियों को काबू किया। पूछताछ में उन्होंने अपना नाम सिरसा जिले के गंगा निवासी अनिल व सीसवाल निवासी अंकित बताया। तलाशी के दौरान आरोपियों के कब्जे से 36.600 ग्राम हेरोइन बरामद हुआ। पुलिस ने हेरोइन बरामद करके दोनों को गिरफ्तार कर लिया।

डीएवी पुलिस स्कूल में एनएसएस कैंप में स्वयंसेवकों को किया जागरूक

राष्ट्रसेवा, संस्कारों और प्रकृति संरक्षण का दिखा जीवंत उदाहरण

- शिविर की मूल थीम 'राष्ट्र-प्रकृति एवं नशा-मुक्ति' के अनुरूप पूरे दिन विविध गतिविधियां करवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। डीएवी पुलिस स्कूल में एनएसएस स्वयंसेवकों को प्रोत्साहित करते अतिथि।

पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल में चल रहे सात दिवसीय राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर का पांचवां दिन सामाजिक चेतना, सेवा-भावना और राष्ट्रनिर्माण के संकल्प के साथ अत्यंत प्रेरणादायी वातावरण में सम्पन्न हुआ। शिविर की मूल थीम 'राष्ट्र-प्रकृति एवं नशा-मुक्ति' के अनुरूप पूरे दिन विविध जागरूकता एवं सेवा गतिविधियां आयोजित की गई। कार्यक्रम में समाजसेवी एवं शिक्षाविद सुभाष खिचड़ मुख्य अतिथि के रूप में तथा जिंदगी फाउंडेशन से सामाजिक कार्यकर्ता हरदीप सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में शिविर स्थल पर उपस्थित रहे। अतिथियों का स्वयंसेवकों द्वारा आत्मीय स्वागत किया गया। मुख्य अतिथि सुभाष खिचड़ ने कहा कि युवा ही राष्ट्र की सबसे बड़ी शक्ति हैं। जब यह शक्ति सेवा, संस्कार और सकारात्मक सोच से जुड़ जाती है, तब समाज और राष्ट्र स्वतः उन्नति के पथ पर अग्रसर हो जाते हैं। उन्होंने एनएसएस स्वयंसेवकों से आह्वान किया कि वे नशा-मुक्त समाज के निर्माण, पर्यावरण संरक्षण और राष्ट्रहित को अपना जीवन-संकल्प बनाएं। उन्होंने कहा कि एनएसएस केवल एक शिविर नहीं, बल्कि जीवनभर समाज के लिए समर्पित रहने की प्रेरणा है। विशिष्ट अतिथि हरदीप सिंह ने जिंदगी फाउंडेशन के माध्यम से नशा-मुक्ति एवं सामाजिक उत्थान के लिए किए जा रहे कार्यों की जानकारी देते हुए युवाओं से आह्वान किया कि वे न केवल स्वयं नशे से दूर रहें, बल्कि समाज को भी इसके दुष्प्रभावों से जागरूक करें। उन्होंने एनएसएस स्वयंसेवकों की सेवा भावना की सराहना करते हुए इसे राष्ट्रनिर्माण की सशक्त नींव बताया।

शिविर में भारतीय संस्कृति और सेवा परंपरा का भावपूर्ण दृश्य देखने को मिला, जब एनएसएस स्वयंसेवकों ने गुरुकुल वेद मंदिर संस्कृत विद्यापीठ, मताना के ब्रह्मचारियों को सामाजिक सेवा की भावना के साथ आदरपूर्वक भोजन करवाया। यह सेवा कार्य गुरुकुल परंपरा, संस्कारों और 'सेवा ही धर्म है' के भाव को सजीव करता प्रतीत हुआ। स्वयंसेवकों ने पूर्ण श्रद्धा, अनुशासन और आत्मीयता के साथ भोजन सेवा कर यह संदेश दिया कि समाज के प्रत्येक वर्ग के प्रति सम्मान और संवेदना ही सच्ची राष्ट्रसेवा है।

कार्यक्रम के दौरान स्वयंसेवकों ने 'राष्ट्रप्रेम, प्रकृति संरक्षण एवं नशा-मुक्ति' विषय पर संकल्प, विचार-विमर्श और जागरूकता संदेशों के माध्यम से समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने का संकल्प दोहराया। संपूर्ण वातावरण देशभक्ति, सेवा और संस्कारों से ओतप्रोत रहा।

एक स्टूडेंट का जीवन 3-डी डिसिप्लिन पर आधारित : संगीता

फतेहाबाद। गांव भिरड़ाना के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में चल रहे एनएसएस के सात दिवसीय विशेष शिविर का आज समापन हुआ। शिविर के अंतिम दिन की शुरुआत योग अभ्यास व एनएसएस के लक्ष्य गीत साथ हुई। बच्चों ने रंगोली तैयार की। शिविर के समापन समारोह में मुख्य अतिथि के तौर पर जिला शिक्षा अधिकारी संगीता बिश्नोई पहुंची, जहां स्वयंसेवक ने डीईओ का तिलक लगाकर व एनएसएस का बैज लगा कर स्वागत किया। मंच संचालन कर रहे पीजीटी इंग्लिश दीपक ने 7 दिन की शिविर की गतिविधियों के बारे में भी बताया।

- भिरड़ाना विद्यालय में एनएसएस कैम्प का समापन, अभिषेक व नीलम बने सर्वश्रेष्ठ स्वयंसेवक

स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए डीईओ संगीता बिश्नोई ने कहा कि एक स्टूडेंट का जीवन 3डी पर आधारित है मतलब डिसिप्लिन, डिटरमिनेशन एंड डेडीकेशन। अर्थात सबसे पहले अपने आप को अनुशासन में डालना, दूसरा अपने लक्ष्य का निर्धारण करना और उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए पूरे डेडीकेशन के साथ लग जाना। उन्होंने बच्चों से बाते करते हुए इस सात दिवसीय शिविर के बारे में विस्तार से जाना और कहा कि जो-जो वक्ता यहां कैंप के दौरान आपसे अच्छी-अच्छी बातें बता कर गए हैं, उन सबका आपने अपने जीवन में अनुसरण करना है। शिविर में सराहनीय कार्य करने पर अभिषेक व नीलम को सर्वश्रेष्ठ स्वयंसेवक चुना गया। डीईओ ने दोनो सर्वश्रेष्ठ स्वयंसेवकों को ट्रॉफी देकर आशीर्वाद दिया और सभी स्वयंसेवकों के के उज्जवल भविष्य की कामना की। इसी दौरान बच्चो ने विभिन्न प्रकार के पंजाबी, हरियाणवीं व संदेश परक गीतों पर अपनी प्रस्तुति देकर सभी का मनोरंजन के साथ-साथ जगरुकता फैलाने का काम किया। अंत में प्रधानाचार्य कृष्ण कुमार ने अतिथियों का धन्यवाद किया और मोमेंटो देकर अभिनंदन किया। इस अवसर पर स्टाफ सदस्य सोनिया अरोड़ा, उषा बिश्नोई, सतीश कुमार, संदीप कुमार टीजीटी, संदीप कुमार एनएसक्यूएफ, सुरेंद्र, प्रवीन व ज्योति जांगडा आदि उपस्थित रहे।

फतेहाबाद। भिरड़ाना में स्वयंसेवकों को प्रोत्साहित करते डीईओ संगीता बिश्नोई।

फतेहाबाद। चिंदड़ में एनएसएस स्वयंसेवकों को संबोधित करते वक्ता।

हमें नियमित रूप से करना चाहिए यज्ञ : मदन गोपाल

- चिंदड़ में सात दिवसीय एनएसएस शिविर में दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

यज्ञ से हमें सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त होती है, इसलिए हमें नियमित रुप से यज्ञ करना चाहिए। यह बात पतंजलि योगपीठ हरिद्वार के योग सेवक मदन गोपाल आर्य ने राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चिंदड़ में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के समापन अवसर पर उपस्थित जनों को यज्ञ का महत्व बताते हुए कही।

आर्य ने कहा कि मंत्रोच्चार से उत्पन्न कंपन और यज्ञ की अग्नि सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है जो सामंजस्यपूर्ण वातावरण बनाती है। यह विश्व शांति, सद्भावना और सुव्यवस्था को बढ़ावा देता है तथा लोगों में प्रेम और भाईचारे की भावना जगाता है। यज्ञ मन को शांत करता है तथा व्यक्ति व समाज के कल्याण के लिए ईश्वर से जुडने का माध्यम बनता है, जिससे व्यक्ति अज्ञानता से ज्ञान की तरफ बढ़ता है और समस्त विश्व का कल्याण होता है। मदन गोपाल आर्य ने कहा कि यज्ञ से निकलने वाला धुआं वायुमंडल को शुद्ध करता है व सूक्ष्म जीवाणुओं का नाश करता है तथा रेडिएशन से मुक्ति दिलाता है, जिससे आसपास का वातावरण पवित्र बनता है। एनएसएस प्रभारी राजेन्द्र बैनिवाल ने सात दिवसीय शिविर की गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

उन्होंने बताया कि इस दौरान स्वयं सेवको को बाल संरक्षण, पोक्सो एक्ट, पर्यावरण, स्वच्छता, स्वदेशी, विकसित भारत, योग, बेटी पढाओ-बेटी बचाओ, यातायात के नियम, जल संरक्षण आदि के बारे में विभिन्न वक्ताओं के माध्यम से जागरुक किया गया। विद्यालय के प्राचार्य रामचन्द्र भादू ने सब का आभार व्यक्त किया। उन्होंने स्वयंसेवकों से आह्वान दिया कि जो इस शिविर में सीखा है उसे समाज में जन जन तक पहुंचाए, तभी इस शिविर की सार्थकता होगी।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर रामचन्द्र भादू, प्रवक्ता सुमन धायल, सुमन विक्रम, मंजू रानी, विरेन्द्र सोनी, जगराम नागर, महेन्द्र भोडा, महेन्द्र गोदारा, अंग्रेजी अध्यापिका सुमन देवी, रामनिवास सिहाग, एसएमसी पूर्व प्रधान महेन्द्र सिंह, धनपत सिंह, कुलदीप सिंह सहित अनेक स्टाफ सदस्य एवं स्वयंसेवक उपस्थित थे।

अवैध पिस्तौल सहित आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सीआईए सिरसा पुलिस टीम ने रानियां थाना क्षेत्र के गांव ढुडियांवाली से एक युवक को अवैध पिस्तौल व दो जिंदा कारतूस सहित काबू किया है। सीआईए सिरसा प्रभारी ने बताया कि सीआईए की एक पुलिस टीम गश्त व चेकिंग के दौरान गांव ढुडियांवाली से होते हुए गांव गिंदड़ा की तरफ जा रही थी। इस दौरान पुलिस पार्टी को सामने से एक युवक पैदल आता हुआ दिखाई दिया उक्त युवक ने सामने पुलिस की गाड़ी को देखकर अचानक वापस मुडक़र खिसकने का प्रयास किया तो पुलिस पार्टी ने आरोपी रिछपाल सिंह निवासी गांव ढुडियांवाली को काबू कर नियमानुसार तलाशी ली तो उसके कब्जा से एक अवैध पिस्तौल व दो जिंदा कारतूस बरामद हुए। उन्होंने बताया कि गिरफ्तार किए गए युवक के खिलाफ थाना रानियां में शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्जकर जांच शुरू की है।

सिरसा। अवैध पिस्तौल के साथ पकड़ा गया आरोपी।

अवारा कुत्तों की समस्या पर दिखाई डॉक्यूमेंटरी

- नेशनल कॉलेज ऑफ एजुकेशन में जागरूकता कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

नेशनल कॉलेज ऑफ एजुकेशन की एनएसएस इकाई ने बुधवार को आवारा कुतों की बढ़ती समस्या एवं उससे बचाव के उपायों पर एक डॉक्यूमेंटरी दिखाई। कॉलेज प्राचार्या डॉ. पूनम मिगलानी ने कहा कि अवारा कुत्तों की समस्या आज द् एक गंभीर सामाजिक विषय बन चुकी है।

इससे न केवल जन-सुरक्षा प्रभावित होती है बल्कि पशु कल्याण से जुड़े मानवीय मूल्यों पर भी प्रश्न उठते हैं। हमें कानूनसम्मत और उपायों के माध्यम से इस समस्या के समाधान की दिशा में सामूहिक प्रयास करने चाहिए। एनएसएस इकाई के कार्यक्रम अधिकारी मीनू वर्मा ने बताया कि इसके लिए सुप्रीम कोर्ट द्वारा कुछ प्रावधान किए गए हैं। इसके पश्चात डॉक्यूमेंटरी में अवारा कुत्तों की बढती संख्या, कुतों के काटने की घटनाएं, बच्चों व बुजुर्गों पर इसके प्रभाव तथा रेबीज जैसी घातक बीमारियों के जोखिम को प्रभावी ढंग से दर्शाया गया। इसके साथ ही अवारा कुतों की समस्या के प्रमुख कारणों में पालतू पशुओं का परित्याग, नसबंदी की कमी एवं कचरा प्रबंधन की अनदेखी के प्रति जागरूक किया।

साथ ही पशु जन्म नियंत्रण कार्यक्रम, टीकाकरण, स्वच्छता तथा जिम्मेदार नागरिक व्यवहार को इस समस्या के स्थायी समाधान के रूप में प्रस्तुत किया गया। सत्र के दौरान अवारा कुत्तों से सुरक्षित रहने के व्यवहारिक उपायों पर प्रकाश डाला गया। एनएसएस स्वयंसेवकों ने मानवीय दृष्टिकोण अपनाते हुए सुरक्षा और सह-आस्तित्व का संदेश दिया।

सिरसा। डाक्यूमेंट्री के माध्यम से लोगों को जागरूक करते।

अन्नदाता होगा आर्थिक रूप से सशक्त : डॉ. केहरवाला

- एग्रीकल्चर इंफ्रास्ट्रक्चर फंड से राज्यों में मजबूत ढांचा विकसित
- एग्रीकल्चर इंफ्रास्ट्रक्चर फंड से मानसून पूर्वानुमान से किसानों ने बदली बुवाई की रणनीती
- कीट पहचान और फसल सुरक्षा में एआई तकनीक कारगर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

भाजपा के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य एवं जिला प्रवक्ता भाजपा डा. गंगासागर केहरवाला ने कहा कि एआई फंड से देश के सभी राज्यों में बेहतर इंफ्रास्ट्रक्चर विकसित होगा और किसान भी आर्थिक रूप से सशक्त होगा। डॉ. केहरवाला ने बुधवार को जारी बयान में कहा कि हरियाणा ने एग्रीकल्चर इंफ्रास्ट्रक्चर फंड का लक्ष्य के अनुसार उपयोग किया है और ज्यादा से ज्यादा किसानों को लाभान्वित किया है। सरकार कृषि क्षेत्र की समस्याएं हल करने, खेती की पैदावार बढ़ाने, खेती को टिकाऊ बनाने और किसानों की आय सुधारने के लिये आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी एआई का उपयोग कर रही है। इसी उद्देश्य से डवेलपमेंट इनोवेशन लैब-इंडिया के साथ मिलकर एक एआई-आधारित परीक्षण किया गया। इसके तहत खरीफ -2025 के लिये 13 राज्यों के कुछ क्षेत्रों में स्थानीय मानसून आने के समय का पूर्वानुमान तैयार किया गया।

ई-मित्र एआई चैटबॉट से मिल रही मदद

डॉ. केहरवाला ने कहा कि इसमें न्यूरल-जीसीएम, यूरोपीय सेंटर फॉर मीडियम-रेंज वेदर फोरकास्ट्स यानी ईसीएमडब्ल्यूएफ का आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस फोरकास्टिंग सिस्टम (एआईएफएस) प्रणाली और भारतीय मौसम विभाग के 125 वर्ष के वर्षा आंकड़े शामिल किए गए। ये पूर्वानुमान केवल इस बात की संभावना बताते थे कि आपके क्षेत्र में मानसून कब शुरू होगा। यह जानकारी किसानों के लिए इसलिए जरूरी है, क्योंकि इसी के आधार पर बुवाई की तिथि तय होती है। सर्वे में पाया गया कि लगभग 31 से 52 प्रतिशत किसानों ने इन पूर्वानुमानों के आधार पर अपनी बुवाई की योजनाएं बदलीं। इसमें जमीन की तैयारी, बुवाई के समय, फसल चयन और अन्य आवश्यक इनपुट बदलना शामिल था। इसके अलावा किसान ई-मित्र नाम का एक वॉयस-बेस्ड एआई चैटबॉट बनाया गया है। यह किसानों को पीएम किसान स मान निधि, पीएम फसल बीमा योजना और किसान क्रेडिट से संबंधित उनके सवालों के जवाब देने में मदद करने के लिए विकसित किया गया है। डा. केहरवाला ने बताया कि यह एआई उपकरण 10 हजार से अधिक कृषि विस्तार कर्मियों द्वारा उपयोग किया जा रहा है। किसान किसी कीट की तस्वीर खींचकर भेजते हैं और यह प्रणाली कीट की पहचान कर समाधान सुझाने में मदद करती है। इससे कीट प्रकोप और फसल हानि कम होती है। यह प्रणाली 66 फसलों और 432 से अधिक प्रकार के कीटों पर किसानों को सपोर्ट करती है।

पेंशनर्स की मांगों को लेकर संगठन ने किया मंथन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

हरियाणा रोडवेज बस अड्डा परिसर में रिटायर्ड कर्मचारी संगठन जिला सिरसा की मासिक बैठक जिलाध्यक्ष होशियार सिंह की अध्यक्षता में हुई। बैठक में विशेष रूप से संगठन के सदस्य अजीत सिंह संघा, राजपाल मैकेनिक, दयाल सिंह इंस्पेक्टर, बलदेव सिंह वैदवाला को 80 वर्ष की आयु पूर्ण करने पर स्मृति चिह्न व शॉल ओढाकर सम्मानित किया गया। बैठक का संचालन जिला सचिव प्रहलाद सिंह धानिया ने किया। जिला चेयरमैन आत्माराम सहारण ने कहा कि संगठन ने बार-बार हरियाणा सरकार से रिटायर्ड कर्मचारियों की समस्याओं का समाधान नहीं किया गया है, जिस कारण पेंशनर्ज में काफी रोष व्याप्त है। उन्होंने पेंशनर्स की मांगों बारे, जिनमें सरकार क यूटेशन की रिकवरी 15 वर्ष की बजाय 11 वर्ष 8 माह करने, पेंशनर्ज का मेडिकल भत्ता 3 हजार रुपए प्रतिमाह करने, कैशलेस मेडिकल सुविधा अनवरत प्रदान करने, 8वें वेतन आयोग का पूर्ण लाभ प्रदान करने, पेंशनर्ज को 65, 70, 75 व 80 वर्ष की आयु पूर्ण होने पर 5-5 प्रतिशत की पेंशन बढ़ोत्तरी पंजाब की तर्ज पर लागू करने, एलटीसी की सुविधा पारिवारिक पेंशनर्ज को भी प्रदान करने आदि मांगे रखी।

सिरसा। बैठक में भाग लेते कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर विजय कोचर, महेंद्र सिंह मोरीवाला, देवेंद्र बठला, बलराज सिंह बाजवा, सुरजीत सिंह खंड, दयाराम कसवां, दोनाराम, सुदंरशाम, बजरंग लाल, मलिक दित्ता, महावीर शर्मा, भूप सिंह, सुरेंद्र शर्मा, भगतराम, हनुमान, गोमाराम, वेदप्रकाश रोज, सुभाष बेगू आदि सदस्य मौजूद थे।

सिरसा। जरुरतमंदों को कंबल बांटते हुए साध संगत। फोटो : हरिभूमि

डेरा श्रद्धालुओं ने जरूरतमंदों को बांटे कंबल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

शाह सतनाम जी ग्रीन एस वेलफेयर कमेटी की ओर से गौलछा पैलेस में क्लॉथ बैंक मुहिम के तहत शीतलहर से बचाव के लिए 107 जरूरतमंद महिला एवं पुरुषों को कंबल बांटे। इसके साथ ही 170 मानवता भलाई कार्यों में शामिल 39वें कार्य आत्मसम्मान मुहिम के तहत एक जरूरतमंद महिला को स्वरोजगार के लिए सिलाई मशीन भेंट की गई।

डेरा श्रद्धालुओं ने बताया कि जनवरी के पावन माह में पूज्य गुरु जी का सिरसा आगमन साध-संगत के लिए अत्यंत खुशी का विषय है। साध-संगत इन पलों को पूज्य गुरु जी की शिक्षाओं पर चलते हुए प्रतिदिन मानवता भलाई कार्य कर मना रही है।

एडवाइजरी पूर्व सूचना मिलने से पुलिस को संबंधित क्षेत्र में अतिरिक्त सतर्कता बरतने में मदद मिलती

एसपी ने कहा, अपराधों पर प्रभावी नियंत्रण के लिए पुलिस और जनता के बीच सहयोग जरूरी

घर-दुकान बंद कर बाहर जाने से पहले पुलिस को दें सूचना : सिद्धांत जैन

- यदि आमजन सतर्क रहें और समय रहते पुलिस को सूचना दें, तो अधिकांश वारदातों को पहले ही रोका जा सकता है

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले में बढ़ती चोरी की घटनाओं पर अंकुश लगाने और आमजन की सुरक्षा सुनिश्चित करने के उद्देश्य से पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने नागरिकों के लिए एक महत्वपूर्ण सुरक्षा एडवाइजरी जारी की है। उन्होंने कहा कि शहर व ग्रामीण क्षेत्रों में यह देखने में आ रहा है कि जब परिवार किसी कारणवश घर से बाहर चले जाते हैं और घर अथवा दुकानें लंबे समय तक बंद रहती हैं, तो असामाजिक तत्व ऐसे स्थानों को निशाना बनाकर चोरी व सेंधमारी की वारदातों को अंजाम देते हैं।

एसपी ने कहा कि अपराधों पर प्रभावी नियंत्रण के लिए पुलिस और जनता के बीच आपसी सहयोग बेहद जरूरी है। यदि आमजन सतर्क रहें और समय रहते पुलिस को सूचना दें, तो अधिकांश वारदातों को पहले ही रोका जा सकता है। एसपी ने जिले के सभी नागरिकों से अपील की है कि जब भी वे अपने घर या दुकान को बंद कर किसी कारणवश बाहर जाने की योजना बनाएं—चाहे वह कुछ घंटों के लिए हो, एक दिन या कई दिनों के लिए—तो इसकी सूचना अपने नजदीकी पुलिस थाना अथवा डायल 112 पर अवश्य दें। सूचना देते समय यह भी बताएं कि वे कब से कब तक बाहर रहेंगे तथा घर या दुकान का पूरा पता क्या है। उन्होंने बताया कि इस प्रकार की पूर्व सूचना मिलने से पुलिस को संबंधित क्षेत्र में अतिरिक्त सतर्कता बरतने में मदद मिलती है। रात्रिकालीन गश्त, बीट पुलिसिंग और आकस्मिक निरीक्षण के दौरान पुलिसकर्मी ऐसे बंद घरों और दुकानों पर विशेष नजर रखते हैं, जिससे चोरी या किसी भी प्रकार की संदिग्ध गतिविधि को समय रहते रोका जा सके।

पूर्व सूचना पर अपराधियों के मंसूबे होंगे विफल

एसपी ने कहा कि कई बार लंबे समय तक घर या दुकान बंद रहने की जानकारी असामाजिक तत्वों तक पहुंच जाती है, जिसका वे गलत फायदा उठाते हैं। लेकिन यदि पुलिस को पहले से सूचना हो, तो ऐसे तत्वों की गतिविधियों पर कड़ी निगरानी रखी जा सकती है और अपराध को होने से पहले ही विफल किया जा सकता है। उन्होंने स्पष्ट किया कि यह सेवा पूरी तरह निःशुल्क है और इसका उद्देश्य केवल नागरिकों की सुरक्षा करना है। एसपी ने आमजन को आश्वस्त किया कि पुलिस को दी गई जानकारी को पूर्ण रूप से गोपनीय रखा जाएगा और इसका उपयोग केवल सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत करने के लिए किया जाएगा। नागरिक बिना किसी संकोच या भय के पुलिस से संपर्क कर सकते हैं। इसके साथ ही उन्होंने नागरिकों से अपील की कि बाहर जाते समय अपने पड़ोसियों को सूचित करें, घरों व दुकानों में मजबूत ताले लगाएं, कीमती सामान सुरक्षित स्थान पर रखें, सीसीटीवी कैमरे व अन्य सुरक्षा उपकरणों का उपयोग करें तथा किसी भी संदिग्ध व्यक्ति या गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें।

खबर संक्षेप

सिरसा। चोरी का आरोपी पुलिस की गिरफ्त में। फोटो : हरिभूमि

चोरीशुदा सामान सहित आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने खाजा खेड़ा रोड पर स्थित लोहे की फैक्ट्री से स्कूटी, लैपटॉप व एलसीडी चोरी की वारदात को अंजाम देने वाले युवक को गिरफ्तार किया है। सदर थाना प्रभारी देवेंद्र सिंह ने बताया कि फैक्ट्री संचालक यश गोयल ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि बीती 30 दिसंबर की रात्रि को कुछ अज्ञात युवकों ने फैक्ट्री का ताला तोडक़र फैक्ट्री के अंदर घुस गए में और फैक्ट्री के अंदर बने मकान से लैपटॉप, एलसीडी व स्कूटी चोरी कर मौका से फरार हो गए।

धुंध में सावधानी से वाहन चलाएं : एसपी

सिरसा। सिरसा के पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने कहा धुंध व कोहरे के चलते वाहन चालकों को सतर्क किया है। पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने वाहन चालकों को धुंध के दौरान सडक़ हादसों को लेकर पूरी तरह आगाह करते हुए कहा है कि मौसम में बदलाव के चलते अक्सर सडक़ हादसे हो जाते है। अगर वाहन चालक थोड़ी सी भी सावधानी बरतें तो कोहरे में होने वाली सडक़ दुर्घटनाओं से आम जनमानस को बचाया जा सकता है।

14 को मनाया जाएगा माघी जोड़ मेला

ओढां। क्षेत्र के गांव चोरमार खेड़ा में स्थित गुरद्वारा साहिब चोरमार में 14 जनवरी को माघी जोड़ मेला मनाया जाएगा। गुरद्वारा साहिब के मुख्य सेवादार संत बाबा गुरपाल सिंह ने बताया कि श्री गुरु गोविंद सिंह के प्रकाश दिवस व श्री मुक्तसर साहिब की जंग में शहीद 40 मुक्तों की याद में श्री अखंड पाठ साहिब का भोग संपन्न होगा जिसके उपरांत धार्मिक समागम होगा। उन्होंने बताया कि गुरद्वारा साहिब में हर वर्ष माघी जोड़ मेला मनाया जाता है जिस मौके पर आसपास क्षेत्र की सिख संगत के अलावा पंजाब, राजस्थान सहित निकटवर्ती प्रदेशों से भी संगत पहुंचती है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष भी माघी मेले में सिख संगत श्रद्धा सहित नतमस्तक होगी। उन्होंने क्षेत्र की सिख संगत से मेले में आने का न्योता दिया।

जी-राम जी योजना से श्रमिक व किसान दोनों को लाभ होगा

शिक्षा मंत्री ने कहा, अब पहले के मुकाबले ज्यादा दिन मिलेगा रोजगार

सिरसा। पत्रकारों से बातचीत करते शिक्षा मंत्री महीपाल ढांडा तथा विद्यार्थियों को सम्मानित करते शिक्षा मंत्री महीपाल ढांडा। फोटो : हरिभूमि

■ एक सप्ताह में सीधे खातों में जाएगी काम की राशि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

प्रदेश के शिक्षा मंत्री महीपाल ढांडा ने कहा है कि विकसित भारत-रोजगार और आजीविका के लिए गारंटी मिशन (ग्रामीण) के तहत श्रमिकों को अब पहले के मुकाबले अधिक रोजगार मिलेगा। इसके साथ ही श्रमिकों को उनके काम की राशि भी एक सप्ताह के अंदर उनके खातों में जाएगी। शिक्षा मंत्री ढांडा बुधवार को सिरसा में पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे। शिक्षा मंत्री ने कहा कि विकसित भारत-रोजगार और आजीविका के लिए गारंटी मिशन योजना संसद में पारित हुआ। इसलिए यह पूरी तरह से संवैधानिक प्रक्रिया के अनुरूप बनी योजना है। सरकार महात्मा गांधी के आदर्शों व विचारों को अपना कर आगे बढ़ रही है और यह योजना भी महात्मा गांधी के स्वराज की परिकल्पना का साकार करने का काम करेगी। उन्होंने कहा कि इस योजना में श्रमिक और किसान दोनों के हितों को देखा गया है, श्रमिक को अधिक रोजगार के अवसर दिए गए हैं वहीं किसान की फसल को भी ध्यान में रखा गया है कि उसे भी समय पर मजदूर मिल पाए। उन्होंने कहा कि पहले इस योजना में काम का न कोई निर्धारण था और न ही कोई प्लानिंग थी। अब इसमें काम को चिन्हित किया गया है। काम निर्धारण के बाद उसका बजट उपलब्ध करवाया जाएगा, वहीं श्रमिक को एक सप्ताह के अंदर अंदर सीधे उसके खाते में काम की राशि डालने का प्रावधान किया गया है। शिक्षा मंत्री ने कहा कि इस योजना में सरकार ने जो बदलाव किया है कि वो बाकायदा संविधान के नियमों के अनुसार संसद के अंदर पारित हुआ है। सरकार सभी कार्य संविधान के अनुरूप करती है। आज दुनिया में भारत सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है और दूसरे देश भारत से सीखना चाहते हैं। शिक्षा मंत्री ने कहा कि विधेयक लोगों के पक्ष में है।

शिक्षकों ने शिक्षामंत्री से की मुलाकात

सिरसा। जेबीटी 2017 बैच के अध्यापकों ने शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा से मुलाकात की। शिक्षा मंत्री बुधवार को सिरसा दौरे पर आए थे। जेबीटी अध्यापकों ने शिक्षा मंत्री को ज्ञापन देते हुए बताया कि शिक्षा विभाग ने ऑनलाइन ट्रांसफर प्रक्रिया चलाई है, जिसमें विभाग ने 95 प्रतिशत की कंडीशन डाली है, जिसकी वजह से हरियाणा के 6 जिले फरीदाबाद, पलवल, गुरुग्राम, अंबाला, यमुनानगर और सिरसा इससे प्रभावित हुए हैं और इन जिलों में कार्यरत अध्यापक इस ट्रांसफर प्रक्रिया में भाग नहीं ले पा रहे हैं। शिक्षा मंत्री ने अध्यापकों को आश्वासन दिया कि सरकार इस पर गंभीरता से विचार कर रही है और सभी जिलों के अध्यापकों को इस प्रक्रिया में शामिल करवाया जाएगा।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर भाजपा जिला प्रभारी वेद फुला, पार्टी जिलाध्यक्ष यतिंद्र सिंह, पूर्व विधायक रामचंद्र कंबोज, प्रदेश संगठन सचिव सुरेंद्र आर्य, रोहताश जांगड़ा, अमीर चंद मेहता, प्रदीप रातुसरिया आदि मौजूद रहे।

शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा ने प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को किया सम्मानित

सिरसा। हरियाणा के शिक्षा मंत्री महिपाल ढांडा ने बुधवार को दीप पैलेस में श्री दुर्गा कीर्तन मंदिर कमेटी एवं हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित सम्मान समारोह में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। इस अवसर पर उन्होंने सरकारी व निजी स्कूलों के प्रतिभाशाली छात्र-छात्राओं को सम्मानित किया। इसके अलावा समाज सेवा व शिक्षा के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले नागरिकों को भी सम्मानित किया गया। समारोह के दौरान स्कूली बच्चों द्वारा सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी दी गईं। रानियां को उपमंडल बनाए जाने की मांग पर शिक्षा मंत्री ने आश्वासन दिया कि वे इस बारे पूरी मजबूती के साथ क्षेत्र वासियों की आवाज बनने का कार्य करेंगे, उन्होंने कार्यक्रम के आयोजकों को 2 लाख रुपये देने की भी घोषणा की। शिक्षा मंत्री ने पुरस्कृत विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि प्रतिभाओं को सम्मान मिलने से उनमें आगे बढऩे की प्रेरणा मिलती है और वे भविष्य में और बेहतर प्रदर्शन करते हैं। उन्होंने अभिभावकों से आह्वान किया कि वे अपने बच्चों की प्रतिभा पर ध्यान दें और उन्हें प्रोत्साहित करें, जिससे बच्चे आत्मविश्वास के साथ नई ऊंचाइयों तक पहुंच सकें। उन्होंने कहा कि शिक्षक विद्यार्थियों को अंधकार से प्रकाश की ओर ले जाने का कार्य करते हैं। प्रत्येक विद्यार्थी को अपनी प्रतिभा पहचानकर ऐसा उदाहरण प्रस्तुत करना चाहिए, जिससे अन्य विद्यार्थी भी प्रेरित हों। शिक्षा मंत्री ने विद्यार्थियों को ईमानदारी, सहयोग और समर्पण के साथ आगे बढऩे का संदेश देते हुए कहा कि प्रतिस्पर्धा नहीं, बल्कि सहयोग जीवन का आधार होना चाहिए। उन्होंने कहा कि प्रतिभा किसी भी क्षेत्र में हो सकती है, जरूरत है उसे पहचानकर निखारने की। साथ ही विद्यार्थियों को आईआईटी, आईआईएम और अन्य राष्ट्रीय स्तर के संस्थानों की तैयारी के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार विद्यार्थियों को निपुणता और हुनर के आधार पर नई दिशा देने के लिए निरंतर प्रयास कर रही है तथा सभी भाषाओं में दक्षता विकसित करने पर विशेष जोर दिया जा रहा है।

फतेहाबाद। रोडवेज जीएम को मांग पत्र सौंपते सांझा मोर्चा के कर्मचारी।

जीएम से मिला रोडवेज सांझा मोर्चा का प्रतिनिधिमंडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

■ 12 सूत्रीय मांग पत्र सौंपा

हरियाणा रोडवेज सांझा मोर्चा फतेहाबाद का प्रतिनिधि मंडल रोडवेज कर्मचारियों की विभिन्न मांगों को लेकर महाप्रबंधक से मिला। इस दौरान महाप्रबंधक और रोडवेज कर्मचारियों के बीच मांगों को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। सांझा मोर्चा ने कर्मचारियों ने 12 सूत्रीय मांग पत्र जीएम को सौंपा। महाप्रबंधक ने कर्मचारियों की सभी मांगों पर जायज मानते हुए सहमति जताई और जल्द ही सभी मांगों को पूरा करने का आश्वाशन दिया और संगठन को विश्वास दिलाया कि विभाग की सभी कर्मचारियों की समस्या को खत्म किया जाएगा।। इस मौके पर सांझा मोर्चा के वरिष्ठ नेता विजय नागपुर, मिनिस्ट्रीयल प्रधान भीम सिंह चक्का, महासंघ के प्रधान हनुमान वर्मा, राज्य उप प्रधान राजकुमार बीघड़, सर्व कर्मचारी संघ से दीपक बल्हारा पूर्व राज्य सचिव, जयबीर ऑडिटर, जोगिंद, उग्रसेन एमपी रोही,कृष्ण नहला उप प्रधान महासंघ, वीरेंद्र कुलेरी, राजेश कुमार, सूबे सिंह सचिव, सुनील जांगड़ा, बलबीर नुनिया आदि कर्मचारी मौजूद रहे। सांझा मोर्चा फतेहाबाद के नेताओं ने कहा कि रोडवेज कर्मचारियों की समस्याओं को लेकर मोर्चा लगातार संघर्षरत है। कर्मचारियों की मांगों को समय समय पर अधिकारियों के समक्ष उठाकर उनका समाधान करवाया जाता है। रोडवेज नेताओं ने बताया कि रोडवेज कर्मचारी अपनी मांगों को लेकर 18 जनवरी को अम्बाला में परिवहन मंत्री के आवास पर न्याय मार्च निकालेंगे। इस प्रदर्शन में फतेहाबाद से भी काफी संख्या में रोडवेज कर्मचारी भाग लेंगे।

एग्री स्टैक किसान आईडी बनवाने के लिए किया प्रेरित

फतेहाबाद। कृषि विकास अधिकारी डॉ. अंकित ढिल्लों ने गांव मोहम्मदपुर रोही में किसानों को एग्री स्टैक किसान आईडी बनवाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने किसानों से अपील की कि वे जल्द से जल्द अपनी किसान आईडी नजदीकी सीएससी सेंटर से बनवाएं। उन्होंने कहा कि किसान आईडी बनवाने से किसानों को बड़ी सहूलियत मिलेगी और सरकार की सभी कृषि-संबंधित योजनाओं का लाभ एक ही पोर्टल के माध्यम से प्राप्त किया जा सकेगा। यह आईडी भविष्य में सब्सिडी, फसल बीमा, कृषि ऋण तथा अन्य सरकारी योजनाओं का लाभ उठाने के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी। डॉ. ढिल्लों ने यह भी बताया कि प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना के लिए किसान आईडी को अनिवार्य कर दिया गया है और अगली किस्त प्राप्त करने के लिए किसान आईडी होना जरूरी है। इस अवसर पर ग्राम सचिव भगवत दयाल, रतन सिंह सहित अनेक किसान उपस्थित रहे।

नायब तहसीलदार ने किया अस्थाई रैन बसेरों का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। जरूरतमंद को कंबल वितरित करते हुए नायब तहसीलदार विकास कुमार। फोटो : हरिभूमि

शीत लहर के मद्देनजर नायब तहसीलदार विकास कुमार ने शहर फतेहाबाद में डीएसपी रोड पर बनाए गए अस्थाई रैन बसेरा सहित अन्य स्थानों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान जिला रेडक्रॉस सोसाइटी की ओर से जरूरतमंद लोगों को कंबल भी बांटे गए। उन्होंने नया व पुराना बस स्टैंड, जीटी रोड फतेहाबाद तथा पुरानी अनाज मंडी में पहुंचकर रैन बसेरों में उपलब्ध प्रबंधों व व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उन्होंने संबंधित कर्मचारियों को निर्देश दिए कि शीत लहर के दौरान किसी भी जरूरतमंद को असुविधा न हो, इसके लिए सभी आवश्यक प्रबंध एवं व्यवस्थाएं सुनिश्चित की जाएं।

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा खेलकूद प्रतियोगिता 9 को

टोहाना। महिला एवं बाल विकास परियोजना टोहाना द्वारा ब्लॉक स्तर पर महिलाओं तथा लड़कियों की खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी किया जा रहा है। इस प्रतियोगिता का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्र की महिलाओं एवं बालिकाओं को खेलों के प्रति प्रोत्साहित करना, उनकी प्रतिभा को मंच प्रदान करना तथा स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देना है। यह खेलकूद प्रतियोगिता 9 जनवरी को दमकौरा खेल मैदान में आयोजित की जाएगी। प्रतियोगिता में ग्रामीण क्षेत्र की महिलाएं एवं लड़कियां उत्साहपूर्वक भाग ले सकती हैं। महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी अनिता रानी ने बताया कि प्रतियोगिता के दौरान विभिन्न खेल स्पर्धाओं का आयोजन किया जाएगा।

वीसी ने किया वेस्ट टू रिसोर्सेज का विमोचन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

■ कुलपति ने डॉ. संजू को पुस्तक के लिए बधाई दी

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के कुलपति प्रो. विजय कुमार प्रो. पंकज शर्मा द्वारा खाद्य विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग की अध्यक्ष डॉ. संजू बाला ढुल की पुस्तक वेस्ट टू रिसोर्सेज का विमोचन किया। कुलपति ने डॉ. संजू को बधाई देते हुए कहा कि इस प्रकार की पुस्तकें अकादमिक जगत, विद्यार्थियों, शोधकर्ताओं तथा नीति निर्माताओं के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध होती हैं। उन्होंने कहा कि सतत विकास और वेस्ट प्रबंधन के संदर्भ में यह पुस्तक समय की आवश्यकता को रेखांकित करती है। यह पुस्तक कृषि वेस्ट के संभावित अनुप्रयोगों को सामने लाते हुए उनके बेहतर उपयोग के नए मार्ग प्रशस्त करेगी। डॉ. संजू बाला ने बताया कि यह पुस्तक एकेडमिक प्रेस (एल्सेवियर) द्वारा प्रकाशित की गई है। पुस्तक में कृषि, खाद्य एवं पशु-आधारित अपशिष्टों के विभिन्न प्रकार, उनके पर्यावरणीय प्रभाव तथा पारिस्थितिकी दृष्टि से जुड़ी चुनौतियों पर विस्तृत चर्चा की गई है। उनके अनुसार यह पुस्तक एग्रो तथा फूड इंडस्ट्री से जुड़े पेशेवरों के लिए भी उपयोगी साबित होगी। पुस्तक कुल 28 अध्यायों में विभक्त है।

सिरसा। पुस्तक का विमोचन करते वीसी।

शोध में 17 वर्षों का अनुभव

उल्लेखनीय है कि डॉ. संजू बाला ढुल को हाल ही में स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी, यूएसए द्वारा जारी विश्व के श्रेष्ठ दो प्रतिशत वैज्ञानिकों की सूची में दूसरी बार चयन हुआ था। डॉ. संजू बाला को शिक्षण एवं शोध के क्षेत्र में 17 वर्षों से अधिक का अनुभव है। उनकी शोध रुचि के क्षेत्रों में स्टार्च और गोंद जैसे जैव अणुओं का लक्षण वर्णन एवं संशोधन, खाद्य फिल्मों, हाइड्रोजन, नैनोकणों, नैनो इमल्शन की तैयारी एवं अनुप्रयोग, नए एवं शाकाहारी उत्पाद विकास तथा महिला एवं बाल पोषण शामिल हैं। उन्होंने 8 पुस्तकें (5 सीआरसी, 2 स्प्रिंगर, 1 एल्सेवियर), 130 से अधिक शोध/समीक्षा पत्र और राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय ख्याति की विभिन्न पत्रिकाओं एवं पुस्तकों में पुस्तक अध्याय प्रकाशित किए हैं।

किसी से अपनी बैंक संबंधी जानकारी शेयर न करें

■ पुलिस कर्मियों ने नेशनल कॉलेज में साइबर फ्राड से बचने के टिप्स दिए

सिरसा। साइबर थाना प्रभारी श्याम सुंदर ने बुधवार को नेशनल कॉलेज के बस स्टैंड पर उपस्थित लोगों को साइबर फ्रॉड से बचने की जानकारी दी। कहा कि यूजर्स की नासमझी व लापरवाही के कारण लोग अक्सर साइबर ठगों के जाल में फंसकर अपनी जिंदगी भर की जमा पूंजी गंवा बैठते हैं। उन्होंने आमजन को साइबर क्राइम के बारे जागरुक करते हुए कहा कि डिजिटलाइजेशन के जमाने में साइबर अपराधी नित नए-नए तरीके अपनाकर लोगों को साइबर ठगी का शिकार बना रहे है। उन्होंने कहा कि साइबर अपराधी लोगों को डिजिटल अरेस्ट का डर दिखाकर साइबर ठगी की वारदातों को अंजाम दे रहे हैं। उन्होंने कहा कि आमजन को पता होना चाहिए की डिजिटल अरेस्ट क्या है। उन्होंने कहा कि साइबर अपराधी सरकारी एजेंसियों के नाम पर लोगों से ठगी कर रहे है, इसी को डिजिटल अरेस्ट का नाम दिया गया है। उन्होंने कहा कि दरअसल, साइबर ठग अब सरकारी एजेंसियों के नाम पर लोगों को डरा धमकाकर पैसे ऐंठने का काम रहे हैं। साइबर ठग अब पुलिस अधिकारी, सीबीआई, नारकोटिक्स विभाग, रिजर्व बैंक, प्रवर्तन निदेशालय और अन्य एजेंसियों के नाम पर ब्लैकमेल और डिजिटल गिरफ्तारी की धमकी देकर ठगी करते है।

रतिया में महिलाओं और किशोरियों के लिए ब्लॉक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता आज

■ ब्वॉयज गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल में कार्यक्रम

रतिया। महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा 8 जनवरी को सुबह 10 बजे खंड रतिया के गांव व शहर की महिलाओं और किशोरियों के लिए ब्लॉक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन करवाया जाएगा। महिला एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी अनीता ने बताया कि यह खेलकूद प्रतियोगिता रतिया के ब्वॉयज गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल के खेल स्टेडियम में आयोजित होंगी। उन्होंने बताया कि गांव व शहर से महिलाएं जो इच्छुक हैं, गांव व शहर में अपने नजदीक की आंगनवाड़ी वर्कर को अपना नाम दर्ज करवा दें। प्रतिभागी अपना आयु प्रमाण पत्र और आधार कार्ड भी साथ अवश्य लेकर आए। उन्होंने बताया कि 30 वर्ष से ऊपर की महिलाओं के लिए म्यूजिकल चेयर, डिस्कस थ्रो और 100 मीटर रेस और 30 वर्ष से कम की लड़कियों के लिए 300 मीटर रेस, 400 मीटर रेस और 5 किलोमीटर साइकिल रेस का आयोजन किया जाएगा। इसमें प्रथम विजेता को 2100, द्वितीय विजेता को 1100 व तृतीय विजेता को 750 रुपये की राशि पुरस्कार स्वरूप दी जाएगी।

लोक अदालत में एक बंदी सजा से मुक्त

■ सीजेएम ने केंद्रीय जेल दो हिसार में की सुनवाई

फतेहाबाद। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के अध्यक्ष एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल के मार्गदर्शन में केंद्रीय जेल 2, हिसार में जेल लोक अदालत का आयोजन हुआ। जेल लोक अदालत की अध्यक्षता जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी (सीजेएम) गायत्री ने की। इस दौरान जेल लोक अदालत में विभिन्न अदालतों में लंबित दो मामलों को रखा गया, जिनमें से एक मामले में एक विचाराधीन बंदी को रिहा किया गया तथा एक अन्य मामले में बंदी को सजा से मुक्त किया गया। सीजेएम गायत्री ने बताया कि जेल लोक अदालत का आयोजन प्रत्येक माह किया जाता है, जिसमें मामलों का निपटारा मौके पर ही जिला कारागार में किया जाता है। इसका मुख्य उद्देश्य विचाराधीन बंदियों को शीघ्र न्याय दिलाना तथा विशिष्ट श्रेणी के मामलों में उन्हें कानूनी राहत प्रदान करना है। उन्होंने कहा कि जेल लोक अदालत छोटे अपराधों एवं समझौता योग्य आपराधिक मामलों के निपटारे के लिए एक प्रभावी न्यायिक मंच है। यह पहल कानूनी सहायता को बढ़ावा देने, समय पर न्याय सुनिश्चित करने व जनता के विश्वास को मजबूत करने में सहायक है। उन्होंने यह भी बताया कि जेल लोक अदालत रिहा किए गए कैदियों के पुनर्वास में भी मदद की जाएगी।

एचपीएससी व एचटेट में गड़बड़ियों के आरोपों की हो निष्पक्ष जांच: सैलजा

सिरसा। सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने एचपीएससी भर्ती प्रक्रिया और एचटेट परीक्षा परिणाम को लेकर सामने आए गंभीर आरोपों पर सरकार को घेरते हुए कहा कि प्रदेश में युवाओं के भविष्य के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है और भर्ती प्रक्रियाओं में पारदर्शिता पूरी तरह समाप्त हो चुकी है। बाहरी युवाओं को तरजीह देने, योग्य अभ्यर्थियों को वंचित करने और परीक्षा परिणामों में कथित गड़बडियों ने सरकार की नीयत पर सवाल खड़े कर दिए हैं। सांसद सैलजा ने बुधवार को प्रेस बयान में कहा कि एचपीएससी भर्तियों और एचटेट परीक्षा प्रकरण की स्वतंत्र एजेंसी से निष्पक्ष जांच कराई जाए तथा आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई हो। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी युवाओं के हक की लड़ाई सडक़ से लेकर संसद तक लड़ेगी और जब तक सच्चाई सामने नहीं आती, तब तक सरकार पर दबाव बनाया जाता रहेगा। उन्होंने कहा कि सरकार एक ओर लाडो लक्ष्मी योजना के माध्यम से महिलाओं को सशक्त बनाने का झूठा ढिंढोरा पीट रही है।

रिटायर्ड कर्मचारी वेलफेयर एसोसिएशन की बैठक, विभिन्न एजेंडों पर हुई विस्तार से चर्चा

पेंशन कम्युटेशन को लेकर सुप्रीम कोर्ट का फैसला राज्य कर्मचारियों पर भी लागू करे सरकार : कम्बोज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। बैठक में भाग लेते रिटायर्ड कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

ऑल रिटायर्ड कर्मचारी वेलफेयर एसोसिएशन जिला फतेहाबाद की मासिक बैठक पुराना पीडबल्यूडी बीएंडआर रेस्ट हाऊस में जिला प्रधान मुंशी राम कम्बोज की अध्यक्षता में हुई। बैठक का संचालन जिला सचिव सुभाष चन्द्र चौहान ने किया। बैठक में विभिन्न विभागों के रिटायर्ड कर्मचारियों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया। बैठक में विभिन्न एजेंडों पर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक को संबोधित करते हुए जिला प्रधान मुंशीराम कम्बोज ने कहा कि पुलिस निरीक्षक द्वारा सेवानिवृत कर्मचारी व उसके परिवार के साथ किए गए अभद्र व्यवहार के विरोध में रिटायर्ड पुलिस कर्मचारी एसोसिएशन के आह्वान पर 1 जनवरी को लघु सचिवालय पर धरना दिया गया था। बाद में पुलिस निरीक्षक द्वारा माफी मांगने और एसपी द्वारा भविष्य में ऐसा व्यवहार न किए जाने के आश्वासन और सेवानिवृति पर पुलिस कर्मचारी को मान-सम्मान देने की बात पर धरना समाप्त किया गया था। यह सब रिटायर्ड कर्मचारियों की एकता के कारण ही संभव हुआ जोकि हमारे संगठन की जीत है। इस अवसर पर पृथ्वी सिंह काकड़, रणधीर सिंह डबास, बलवंत नोखवाल, शीशपाल कानूनगो, बलराज हैड क्लर्क, बलराम, रामप्रताप खाबड़ा कलां, दिनेश कुमार, गजे सिंह, रामचन्द्र, सुलतान सिंह, गोपीचंद कालिया सहित काफी संख्या में रिटायर्ड कर्मचारी मौजूद रहे।

एलटीसी की सुविधा देने की मांग

बैठक में रिटायर्ड कर्मचारी वेलफेयर एसोसिएशन ने सरकार से 60, 70, 75 वर्ष आयु उपरांत 5, 10 व 15 प्रतिशत की बेसिक पेंशन में बढ़ोतरी करने, चिकित्सा भत्ता 1 हजार से बढ़ाकर 5 हजार रुपये मासिक करने, पुरानी पेंशन प्रणाली बहाल करने, 60 वर्ष की आयु उपरांत पेंशनर्ज के लिए रेल में रियायती दर पर मुफ्त यात्रा सुविधा पुन: लागू करने, 18 महीने का बकाया डीए एरियापुर सहित तुरंत जारी करने, फैमिली पेंशनर्ज को एलटीसी की सुविधा देने की मांग की गई। इसके अलावा एसोसिएशन ने पेंशन कम्युटेशन की कटौती 15 साल की बजाय 10 वर्ष 8 महीने करने की मांग की। इसको लेकर सुप्रीम कोर्ट द्वारा दिए गए फैसले को केन्द्रीय कर्मचारियों के साथ राज्य के कर्मचारियों पर भी लागू किया जाए। बैठक में जनवरी माह में जिन रिटायर्ड कर्मचारियों का जन्मदिन था, उसे भी धूमधाम से मनाया गया। इसके अलावा 75 वर्ष से अधिक आयु के रिटायर्ड कर्मचारियों निहाल सिंह मताना, मदन गोपाल नारंग, सतपाल हिजरावां, मुंशीराम रतिया को पगड़ी पहनाकर सम्मानित किया गया।

पारंपरिक हुनर को मिलेगा मंच, पीएम विश्वकर्मा मेला 23 से

सिरसा। केंद्र सरकार के सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यम विकास कार्यालय, करनाल द्वारा प्रधानमंत्री विश्वकर्मा योजना के लाभार्थियों के लिए सिरसा में तीन दिवसीय भव्य प्रदर्शनी एवं मेले का आयोजन किया जाएगा। यह मेला आगामी 23 जनवरी से 25 जनवरी तक स्थानीय बाल भवन में आयोजित होगा। इस प्रदर्शनी का मुख्य उद्देश्य पारंपरिक कारीगरों और शिल्पकारों को एक ऐसा मंच प्रदान करना है जहां उन्हें पहचान मिल सके और उनके द्वारा निर्मित उत्पादों की बिक्री बढ़ सके। मेले में कुम्हार, दर्जी, मोची, पेंटर, सुनार, मालाकार के साथ-साथ गुडिय़ा, चटाई, टोकरी और खिलौने बनाने वाले शिल्पकार अपनी कला का प्रदर्शन करेंगे। प्रदर्शनी में भाग लेने वाले लाभार्थियों को निःशुल्क स्टॉल उपलब्ध करवाए जाएंगे। यहां वे अपने हस्तनिर्मित उत्पादों जैसे मिट्टी के बर्तन, मूर्तियाँ, जूती, मालाएं और लकड़ी के सामान को प्रदर्शित व विक्रय कर सकेंगे। स्टॉल का वितरण पहले आओ-पहले पाओ के आधार पर किया जाएगा। यही नहीं, प्रदर्शनी के दौरान कारीगरों को आधुनिक बाजार से जोडऩे के लिए मीशो, सुलेखा व अन्य ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से सामान बेचने का प्रशिक्षण भी दिया जाएगा।