हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 19 फरवरी 2026

11 अध्यापकों के तबादले से भड़के ग्रामीण, स्कूल गेट पर दिया धरना

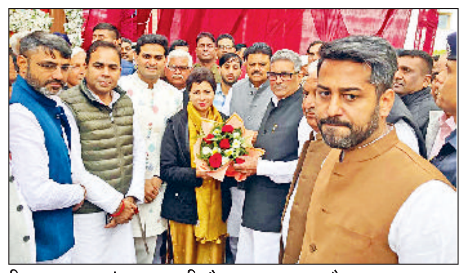
12 टोहाना की वर्षों पुरानी मांग पूरी, नए बस अड्डे से बस सेवा प्रारंभ

सीएम सैनी और पूर्व सीएम हुड्डा ने एक टेबल पर किया लंच, उत्सुक नजर आए लोग

- सीएम की मौजूदगी में दीपेन्द्र हुड्डा ने दुड़ाराम से कहा 'दिल्ली में संदीप मिलता रहता है'

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी व नेता प्रतिपक्ष भूपेन्द्र सिंह हुड्डा बुधवार दोपहर को शहर के फाइव एकड़ मैरिज पैलेस में पहुंचे तो लोगों में इन दोनों नेताओं के बीच होने वाली बातचीत को लेकर उत्सुकता नजर आई। दोनों ही नेताओं ने एक साथ वीआईपी हाल में बैठकर खाना खाया लेकिन दोनों नेताओं के बीच क्या बातचीत हुई, यह पता नहीं चल पाया। वीआईपी हाल में जाने के लिए किसी को भी इजाजत नहीं थी। यहां तक कि बीजेपी के कार्यकर्ता भी बाहर शमियाना में बैठे नजर आए। इससे पूर्व हाल के बाहर लगे तंबू में पहले दीपेन्द्र सिंह हुड्डा आए और सोफे पर बैठ गए। इस बीच सीएम नायब सिंह सैनी लाव-लश्कर के साथ वहां पहुंचे और सीधा दीपेन्द्र हुड्डा के साथ जा बैठे। हालांकि इस दौरान दीपेन्द्र हुड्डा काफी संकोचित अवस्था में दिखे। इस बीच खास बात यह रही कि दीपेन्द्र हुड्डा ने सीएम के साथ बैठे फतेहाबाद के पूर्व विधायक दुड़ाराम से पूछा, 'क्या हाल हैं आपके' बिना देरी किए फिर बोले 'संदीप (दुड़ाराम का लड़का) दिल्ली में मिलता रहता है।' इस अवसर स्थिति काफी रोचक हो गई। कई लोग सीएम के सामने दीपेन्द्र हुड्डा द्वारा की गई टिप्पणी के राजनीतिक मायने भी लगा रहे हैं। प्रदेशभर के दिग्गज नेता बुधवार को फतेहाबाद से कांग्रेस के विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया के भतीजे अभिमन्यु की शादी से पूर्व आयोजित प्रीतिभोज समारोह में भाग लेने फतेहाबाद आए हुए थे।



फतेहाबाद। एक ही टेबल पर लंच करते सीएम सैनी और पूर्व सीएम हुड्डा व सांसद कुमारी सैलजा व अजय चौटाला का स्वागत करते विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया। फोटो : हरिभूमि

इन्होंने भी की शिरकत

प्रीतिभोज समारोह में सिरसा लोकसभा से सांसद कुमारी सैलजा, सांसद सुभाष बराला, जयप्रकाश, पूर्व विधायक एवं एससी आयोग के चेयरमैन रविंद्र बलियाला, नलवा विधायक रणधीर पनिहार, थानेसर विधायक अशोक अरोड़ा, सिरसा के विधायक गोकुल सेतिया, सिरसा कांग्रेस की जिलाध्यक्ष संतोष बैनीवाल, पूर्व मंत्री देवेंद्र बबली, विधायक भरत सिंह बैनीवाल, पूर्व सांसद स. चरणजीत सिंह रोड़ी, रतिया विधायक जरनैल सिंह, पूर्व सांसद अशोक तंवर, इनेलो के प्रदेशाध्यक्ष रामपाल माजरा, विधायक शीशपाल केहरवाला, पूर्व सांसद एवं जेजेपी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अजय सिंह चौटाला, कैबिनेट मंत्री हरियाणा कृष्ण लाल पंवार, सफीदों विधायक रामकुमार गौतम, कैबिनेट मंत्री हरियाणा कृष्ण बेदी सहित अनेक गणमान्य लोगों ने भाग लिया। विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया, उनके भाई सुरेश दौलतपुरिया व अभिमन्यु ने कार्यक्रम में पहुंचने पर इनका स्वागत किया। हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर कृष्ण मिड्ढा और राज्यसभा सांसद रणदीप सुरजेवाला प्रीतिभोज समारोह से एक दिन पहले दौलतपुरिया निवास पर पहुंचे। दोनों नेताओं ने परिवार को शादी की बधाइयां दी। वहीं, राधा स्वामी दिनोद आश्रम के गुरु कंवर महाराज, डेरा भूमणशाह के संत ब्रह्मदास महाराज समेत कई संत भी पहुंच चुके हैं।

पूर्व सीएम ने पूछा : अगर सरकार ने पेंशन काटी ही नहीं तो रिस्टोर क्यों कर रही

पूर्व सीएम ने कहा : विधानसभा में कानून व्यवस्था पर विशेष प्रस्ताव लाकर सरकार से मांगेगे जवाब पूर्व मुख्यमंत्री और नेता प्रतिपक्ष भूपेंद्र सिंह हुड्डा ने अमेरिका के साथ ट्रेड डील को भी किसान विरोधी करार देते हुए कहा कि अगर अमेरिका से फीड आएगी और हमारे जानवरों को वहां की फीड दी जाएगी, इससे तो हमारे यहां के किसान बर्बाद हो जाएंगे। वैसे भी जिस अमेरिका ने भारत 18 परसेंट टैरिफ लगाया है, उसने बांग्लादेश पर जीरो टैरिफ लगाया है। इस डील से अन्य किसानों के साथ कॉटन के किसानों पर भारी असर पडने वाला है। हुड्डा बुधवार को फतेहाबाद में विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया के यहां सामाजिक कार्यक्रम में शिरकत करने आए थे। बुजुर्गों की पेंशन काटने पर भूपेन्द्र सिंह हुड्डा ने कहा कि अब सरकार 70 हजार पेंशन रिस्टोर करने का दावा कर रही है, जबकि पहले सरकार कह रही थी कि उसने किसी की पेंशन काटी ही नहीं गई। अगर काटी नहीं तो रिस्टोर क्यों की जा रही है। पेंशन के साथ चुनाव से पहले बनाए राशन कार्ड भी अब काटे जा रहे हैं, जो कि अपने आप में वोट चोरी है। हरियाणा में चुनाव के बाद करीब 14 लाख राशन कार्ड काटे गए हैं। अकेले अंबाला में 54 हजार राशन कार्ड काटे हैं।

फतेहाबाद। पूर्व सीएम भूपेन्द्र सिंह हुड्डा का स्वागत करते विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया।

खबर संक्षेप

धोखाधड़ी करने पर दो युवक किए गिरफ्तार

फतेहाबाद। यूपीआई आधारित ऑनलाइन फ्रॉड के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना साइबर क्राइम फतेहाबाद ने दो युवकों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान बंटी कुमार पुत्र सुरेश कुमार निवासी और मुकेश कुमार रामचन्द्र निवासी जिला कुरूक्षेत्र के रूप में हुई है। आरोपियों के कब्जे से नगदी भी बरामद की गई है। साइबर क्राइम फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक राहुल देव ने बताया कि इस बारे पुलिस ने बलजिंद्र सिंह पुत्र जसबीर सिंह निवासी हिजरावां कलां की शिकायत पर केस दर्ज किया था।

चोरी के आरोप में युवक काबू, सामान बरामद

फतेहाबाद। टोहाना में एक कन्फैक्शनरी की दुकान में चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर टोहाना पुलिस ने एक युवक को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान शुभम पुत्र टिटू निवासी गीता कॉलोनी, टोहाना के रूप में हुई है। आरोपी के कब्जे से चोरी का सामान बरामद किया गया है। थाना प्रभारी निरीक्षक कुलदीप सिंह ने बताया कि इस बारे दीपक पुत्र राम कुमार निवासी हनुमान नगर, दमकौरा रोड, टोहाना ने शिकायत दर्ज करवाई थी।

हेरोइन सहित युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। नशा तस्करों की धरपकड़ करते हुए टोहाना पुलिस ने एक युवक को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। थाना सदर टोहाना प्रभारी शादी राम ने बताया कि पुलिस टीम नियमित गश्त पर थी। जब टीम अक्कांवाली से गुलरवाला रोड की ओर नहर पुल के समीप पहुंची, तो पुल के किनारे खड़ा एक युवक पुलिस वाहन को देखकर घबराकर तेजी से आगे बढने लगा। संदेह के आधार पर युवक को काबू कर पूछताछ की गई। पूछताछ में उसने अपना नाम सुखविंद्र उर्फ कालिया पुत्र पोनी पुत्र दलबारा राम निवासी तिलक नगर, टोहाना बताया। पुलिस ने जब युवक की तलाशी ली तो उसके पास से 9.18 ग्राम हेरोइन बरामद हुई।

ओरेंज अलर्ट जारी, तेज हवाओं और ओलावृष्टि का खतरा

बारिश के बाद उत्तर-पश्चिमी हवाएं चली तो खेतों में बिछी फसल

तापमान में 5 डिग्री की गिरावट

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पश्चिमी विक्षोभ के प्रभाव से बुधवार को अलसुबह जिलाभर में हुई बारिश से किसानों के चेहरे पर रौनक लौट आई। हालांकि बारिश के बाद दिनभर हवाएं चलने से टोहाना व कुलां क्षेत्र में गेहूं की फसल बिछ गई जिससे वहां के किसान मायूस नजर आए। मौसम विभाग ने 19 से 23 फरवरी तक मौसम खुश्क रहने और उत्तर पश्चिमी हवाएं चलने से रात्रि तापमान में गिरावट की संभावना जताई है जबकि दिन के तापमान में हलकी बढ़ोतरी होगी। बारिश के बाद यहां के तापमान में 5 डिग्री की गिरावट दर्ज की गई है। हालांकि न्यूनतम तापमान में ज्यादा फर्क नहीं पड़ा है। हालांकि मौसम विभाग ने यहां ओरेंज अलर्ट जारी किया हुआ है।

पिछले कई दिनों से फतेहाबाद में तापमान में बेतहाशा वृद्धि हुई थी जिससे गेहूं उत्पादक किसान व कृषि विशेषज्ञ चिंतित थे। पहले 6 फरवरी, फिर 9 फरवरी को पश्चिमी विक्षोक्ष निष्क्रिय होने के बाद किसानों की आशा 17 फरवरी के मौसम पर टिकी थी। मंगलवार देर रात को रूक-रूक हुई बारिश के बाद बुधवार सुबह भी यहां बादल छाये रहे, जिससे मौसम तो ठंडा हुआ ही लेकिन उत्तर-पश्चिमी तेज हवाएं चलने से गेहूं की फसल खेतों में बिछ गई। इससे किसानों की खुशियों पर ग्रहण लग गया। कृषि विशेषज्ञों ने गेहूं की फसल में पानी न लगाने की सलाह किसानों को दी है। कृषि विशेषज्ञों का कहना है कि आज हुई बरसात फसलों के लिए फायदेमंद है, किसानों को अभी फसल में पानी नहीं लगाना चाहिए। उन्होंने कहा कि तेज हवा चलने और ओलावृष्टि से फसलों को नुकसान हो सकता है। पश्चिमी विक्षोभ से तापमान में गिरावट दर्ज की गई है। अभी गेहूं की फसल की बालियां निकल रही हैं, जो उसे फायदा पहुंचाएगी। यदि ऐसा मौसम और तापमान बना रहा तो इस बार गेहूं की फसल काफी बेहतर होगी। उन्होंने कहा कि सरसों, चना, जौ की फसल में भी यह बारिश फायदेमंद है। किसान अपने खेत में पानी न खड़ा होने दें। बारिश के बाद उत्तर-पश्चिमी तेज हवाएं चलने से कुलां व टोहाना क्षेत्र में गेहूं की फसल खेतों में बिछ गई। विशेषज्ञों का मानना है कि बारिश के बाद खेतों में पानी रूका हुआ है।

फतेहाबाद। बरसात से खेतों में बिछी फसल।

जिले में आज हुई बरसात

फतेहाबाद	8 एमएम
टोहाना	5 एमएम
भट्टूकलां	6 एमएम
जाखल	2 एमएम

जिले के रतिया, कुलां और भूना क्षेत्रों में भी दिनभर बादल छाए रहे और हल्की बूंदाबांदी दर्ज की गई।

किसानों को दी सलाह

कृषि विभाग के उपनिदेशक डॉ. राजेश सिहाग ने बताया कि मौसम विभाग की भविष्यवाणी के चलते किसानों को सलाह दी जाती है कि वे गेहूं में पानी न लगाएं। अगर गेहूं में पानी लगा होगा तो तेज हवाएं चलने से फसल नीचे बिछ सकती है। उन्होंने कहा कि मौसम ठंडा हो, उससे तो फायदा है लेकिन ओलावृष्टि का नुकसान ज्यादा होगा। बता दें कि शुक्रवार को बारिश के बाद यहां के तापमान में 4 डिग्री गिरावट दर्ज की गई है। आज यहां अधिकतम तापमान 24 डिग्री तथा न्यूनतम तापमान 13 डिग्री दर्ज किया गया।

सिरसा नप वाइस चेयरमैन का चुनाव स्थगित, कांग्रेस पार्षदों में रोष

सिरसा। वाइस चेयरमैन के चुनाव को लेकर नगर परिषद पहुंचे पार्षद।

- पार्षद बोले- एक साल पहले ही बीत गया और काम नहीं हो रहे

सिरसा। नगर परिषद के उपप्रधान पद के लिए बुधवार को होने वाला चुनाव स्थगित हो गया। चुनाव न होने से पार्षदों में नाराजगी बढ़ गई है। सुबह ही कांग्रेस पार्षद नगर परिषद कार्यालय पहुंचना शुरू हो गए, पर चुनाव न होने की भनक लगी तो भड़क गए। पार्षद बोले-एक साल पहले ही बीत गया और काम नहीं हो रहे। अब किसके दबाव में ये किया है। सिरसा के विधायक गोकुल सेतिया ने भी अपने सोशल मीडिया पर पोस्ट शेयर की है, जिसमें लिखा है कि इस चुनाव में उनका कोई हस्तक्षेप नहीं है, पार्षद अपना फैसला लें। अब यह मामला लोगों में चर्चा का विषय बना हुआ कि बीजेपी के पास पार्षदों का बहुमत था, पर सहमति नहीं बनी। बीजेपी पार्षद खुद का वाइस चेयरमैन चाहते हैं और उधर हलोपा अपनी मांग पर अड़ी थी। सूत्रों के मुताबिक भाजपा-हलोपा पार्षदों के बीच एक नाम पर सहमति न बनने के कारण चुनाव टल गया। याद रहे कि हलोपा के प्रत्याशी भी भाजपा के चुनाव चिह्न कमल पर लड़े थे। अब चेयरमैन के बाद वाइस चेयरमैन चुनने की बात आई तो दोनों पार्टियों में अपने-अपने पार्षद को इस पद पर बैठाने के लिए खींचतान हो गई। हालांकि किसी एक नाम पर सहमति बनाने के लिए मंत्री कृष्ण बेदी भी दो दिन पहले सिरसा पहुंचे और पार्टी के स्थानीय नेताओं व पार्षदों से बातचीत की, लेकिन सफलता नहीं मिल पाई। वाइस चेयरमैन पद के लिए भाजपा और कांग्रेस में सीधी टक्कर होने की संभावना थी। वाइस चेयरमैन के चुनाव को लेकर बीजेपी और कांग्रेस नेताओं व पार्षदों में बैठकों का दौर चला। हालांकि अभी तक किसी भी पार्टी की ओर से उम्मीदवार की अधिकारिक घोषणा नहीं की गई थी। भाजपा और कांग्रेस दोनों ही पार्टियों अपनी-अपनी जीत का दावा कर रही थी। भाजपा की ओर से कैबिनेट मंत्री कृष्ण बेदी ने कमान संभाल रखी थी। बताया जा रहा है कि पिछले कुछ दिनों से भाजपा और हलोपा समर्थित पार्षदों में आपसी नाराजगी चल रही थी, जिसका फायदा कांग्रेस को मिल सकता था।

पेयजल पाइप लाइन दबाने में धांधली का आरोप

ग्रामीणों ने जनस्वास्थ्य विभाग से की शिकायत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

खंड के गांव नाथूसरी कलां में पीने के पानी की पाइप लाइन डालने के कार्य में भारी अनियमितताओं और घटिया सामग्री के इस्तेमाल का मामला सामने आया है। इसे लेकर ग्रामीणों में गहरा रोष है। ग्रामीणों ने जनस्वास्थ्य विभाग के अधीक्षक अभियंता को लिखित शिकायत भेजकर मामले की निष्पक्ष जांच कर कार्रवाई की मांग की है। ग्रामीण सुखराम और नरेंद्र कासनिया द्वारा दी गई शिकायत में बताया गया है कि गांव में पीने के पानी के लिए जो पाइप लाइन दबाई गई है, वह निर्धारित नियमों के अनुसार नहीं है। ग्रामीणों का आरोप है कि पाइपों को पर्याप्त गहराई पर नहीं दबाया गया है, जिससे उनके जल्द टूटने का खतरा बना हुआ है। इसके अलावा, पाइप लाइन बिछाने में तकनीकी मानकों की पूरी तरह से अनदेखी की गई है। शिकायतकर्ताओं ने बताया कि पाइप लाइन और घरों में किए गए कनेक्शनों में इस्तेमाल की गई सामग्री (पाइप, फेरुल आदि) अत्यंत घटिया स्तर की है। आलम यह है कि अभी गांव में पानी की सप्लाई पूरी तरह शुरू भी नहीं हुई है और उससे पहले ही कई जगह से कनेक्शन लीक होकर गल गए हैं और फेरुल खुल चुके हैं। ग्रामीणों की मांग है कि ठेकेदार का लाइसेंस रद्द किया, पुरानी पाइपों को उखाड़कर दोबारा सही मापदंड और गहराई के साथ दबाया जाए।

सिरसा। ठेकेदार द्वारा निम्न स्तर की डाली गई पाइप। फोटो : हरिभूमि

ठाकर बस्ती में सीवर ओवरफ्लो, सैनी चौक से बाल भवन चौक तक हालात बदतर, समाधान की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

- सड़कों पर बह रहा है गंदा पानी, लोगों का जीना दूभर

शहर के ठाकर बस्ती क्षेत्र की मुख्य गली, विशेषकर सैनी चौक से बाल भवन चौक तक, पिछले लंबे समय से गंभीर सीवर समस्या से जूझ रही है। क्षेत्र में 24 घंटे सीवर ओवरफ्लो होने के कारण सड़कों पर गंदा पानी बह रहा है, जिससे स्थानीय लोगों का जीवन दूभर हो गया है। आरटीआई एक्टिविस्ट राधेश्याम सोनी ने इस संबंध में हरियाणा के मुख्यमंत्री को शिकायत पत्र भेजकर समस्या के स्थायी समाधान की मांग की है। पत्र में बताया गया है कि मौजूदा सीवर लाइन की क्षमता कम होने के कारण बढ़ती आबादी और व्यावसायिक गतिविधियों का दबाव वहन नहीं हो पा रहा है।

स्थानीय निवासियों के अनुसार सीवरेज व्यवस्था ठप्प होने से महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों को गंदे पानी से होकर गुजरना पड़ रहा है। दुकानदारों का व्यवसाय प्रभावित हो रहा है। पूरे क्षेत्र में बदबू और गंदगी का माहौल बना रहता है। मच्छरों की बढ़ती संख्या से डेंगू, मलेरिया व अन्य संक्रामक रोग फैलने का खतरा बना हुआ है। लोगों का कहना है कि बरसात के मौसम में स्थिति और भी भयावह हो जाती है। कई बार गंदा पानी घरों में घुसने की नौबत आ जाती है।

फतेहाबाद। ठाकर बस्ती में गलियों में फैला सीवरेज का गंदा पानी। फोटो : हरिभूमि

सीएम का भेजी शिकायत

सीएम को भेजी शिकायत में कहा गया है कि केवल मशीन से सफाई करवाना या अस्थायी निकासी कर देना समस्या का समाधान नहीं है। आवश्यकता इस बात की है कि पूरे क्षेत्र का तकनीकी सर्वे कराकर वर्तमान सीवर लाइन की क्षमता का मूल्यांकन किया जाए और बड़ी क्षमता वाली नई पाइपलाइन डाली जाए। उन्होंने मांग की है कि क्षेत्र का विस्तृत तकनीकी सर्वे कराया जाए। वर्तमान सीवर लाइन की वहन क्षमता का आकलन किया जाए। शीघ्र प्रभाव से बड़ी पाइपलाइन डाली जाए। कार्य की गुणवत्ता सुनिश्चित कर जिम्मेदारी तय की जाए। स्थायी समाधान तक नियमित सफाई व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। राधेश्याम सोनी ने कहा कि यह मामला सीधे जनस्वास्थ्य से जुड़ा हुआ है और यदि समय रहते ठोस कदम नहीं उठाए गए तो महामारी फैलने की आशंका से इनकार नहीं किया जा सकता।

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में स्वास्थ्य सेवाओं की बदहाली

सीबीसी मशीन महीनों से खराब, एंबुलेंस भी छीनी

डबवाली। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र चौटाला में खून की जांच के लिए लगी सीबीसी मशीन पिछले एक महीने से पूरी तरह खराब पड़ी है। मशीन की वायरिंग सड़ चुकी है और जरूरी पाट्र्स खराब हैं, लेकिन स्वास्थ्य विभाग ने अब तक इसे ठीक करना जरूरी नहीं समझा। इतना ही नहीं, इस सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र की एंबुलेंस सेवा भी छीन ली गई है, जिससे आपात स्थिति में मरीजों, गर्भवती महिलाओं और गंभीर रोगियों की जान के साथ खुला खिलवाड़ हो रहा है। यह सीधा-सीधा गरीब किसान-मजदूरों को इलाज से वंचित करने की साजिश है। इस लापरवाही के कारण चौटाला व आसपास के गांवों के लोग मजबूरी में प्राइवेट लैबों और साधनों पर निर्भर हैं और आर्थिक रूप से लूटे जा रहे हैं। किसान नेता राकेश फगोडिया नेसिरसा जिला के स्वास्थ्य विभाग और जिला प्रशासन को चेतावनी दी हैं कि सीबीसी मशीन के सभी खराब पाट्र्स तुरंत मंगवाकर मशीन को चालू किया जाए। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र चौटाला को तुरंत एंबुलेंस वापस दी जाए।

कार्यक्रम | राष्ट्रीय खाद्य तेल मिशन-तिलहन योजना के तहत जिला स्तरीय किसान मेला आयोजित

एग्री स्टैक पंजीकरण करने के लिए किसानों को किया प्रेरित

- पूर्व विधायक दुड़ाराम ने उपनिदेशक डॉ. राजेश सिहाग ने विभिन्न विभागों के लगाए गए स्टॉलों का अवलोकन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

राष्ट्रीय खाद्य तेल मिशन-तिलहन योजना के अंतर्गत डीपीआरसी हॉल में जिला स्तरीय किसान मेला एवं प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में पूर्व विधायक दुड़ाराम ने मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित होकर मेले का शुभारंभ किया। मेले का उद्देश्य किसानों को तिलहन फसलों के उत्पादन, उन्नत बीजों, आधुनिक कृषि तकनीकों एवं वैज्ञानिक खेती पद्धतियों के प्रति जागरूक करना रहा। इस अवसर पर पूर्व विधायक दुड़ाराम तथा कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डॉ. राजेश सिहाग ने विभिन्न विभागों एवं कृषि कंपनियों द्वारा लगाए गए स्टॉल का अवलोकन किया। प्रदर्शनी में उन्नत बीज, उर्वरक, आधुनिक कृषि यंत्रों तथा फसल सुरक्षा से संबंधित उत्पादों का प्रदर्शन किया गया। विशेषज्ञों ने किसानों को नई तकनीकों एवं उत्पादन बढ़ाने के वैज्ञानिक तरीकों की जानकारी दी।पूर्व विधायक दुड़ाराम ने किसानों को संबोधित करते हुए कहा कि तिलहन उत्पादन बढ़ाना समय की आवश्यकता है, जिससे देश खाद्य तेल के क्षेत्र में आत्मनिर्भर बन सके। उन्होंने किसानों को गुणवत्तापूर्ण बीज, आधुनिक उपकरणों तथा वैज्ञानिक खेती पद्धतियों को अपनाने के लिए प्रेरित करते हुए कहा कि इससे उत्पादन लागत घटेगी और आय में वृद्धि होगी।

फतेहाबाद। किसान मेला में कृषि यंत्रों का अवलोकन कर जानकारी लेते हुए पूर्व विधायक दुड़ाराम। फोटो : हरिभूमि

पारंपरिक खेती के साथ तिलहन फसलों को अपनाएं

उपनिदेशक डॉ. राजेश सिहाग ने बताया कि किसानों को अपनी आमदनी बढ़ाने के लिए पारंपरिक खेती के साथ तिलहन फसलों को भी अपनाना चाहिए। उन्होंने राष्ट्रीय खाद्य तेल मिशन-तिलहन योजना के प्रावधानों की जानकारी देते हुए किसानों से एग्री स्टैक परियोजना के तहत पंजीकरण कर किसान आईडी बनवाने की अपील की, ताकि सरकारी योजनाओं का लाभ पारदर्शी तरीके से सीधे खातों में प्राप्त हो सके। मेले में पशुपालन एवं डेयरी विभाग, उद्यान विभाग, मत्स्य विभाग तथा कृषि विज्ञान केंद्र के विशेषज्ञों ने विभिन्न योजनाओं एवं तकनीकों की जानकारी दी। पशुधन बीमा योजना, पशु किसान क्रेडिट कार्ड, बागवानी प्रोत्साहन योजनाएं, मत्स्य पालन योजनाएं, प्राकृतिक खेती, मृदा संरक्षण तथा कृषि यंत्रों पर अनुदान से संबंधित विस्तृत जानकारी किसानों को प्रदान की गई। जिला स्तरीय किसान मेले में सैंकड़ो किसानों ने भाग लिया और प्रदर्शनी का लाभ उठाया। कृषि विकास अधिकारी राहुल चौहान ने मंच संचालन किया तथा उपनिदेशक डॉ. राजेश सिहाग ने मुख्य अतिथि, अधिकारियों एवं उपस्थित किसानों का धन्यवाद करते हुए कार्यक्रम का समापन किया।

आप किसी भी उम्र के हों, अगर आपके जोड़ों में दर्द, सूजन रहती है तो आपको जांच कराने में देर नहीं करनी चाहिए। ऐसा रूमेटॉइड आर्थराइटिस के कारण हो सकता है। सही समय पर टेस्ट और ट्रीटमेंट के जरिए इससे राहत मिल सकती है।

रूमेटॉइड आर्थराइटिस समय पर डायग्नोसिस-ट्रीटमेंट है जरूरी

डिजीज
डॉ. अभिक बनर्जी
जोनल टेक्निकल चीफ
अपोलो डायग्नोस्टिक्स, कोलकाता

कई आंकड़ों से यह बात सामने आई है कि बहुत से लोग रूमेटॉइड आर्थराइटिस (आरए) जैसी गंभीर बीमारी के साथ चुपचाप जीवन जी रहे हैं। लगभग 50 प्रतिशत मरीज समय पर डॉक्टर के पास नहीं जाते। वे शुरुआती लक्षणों को अकसर तनाव, थकान या हल्का जोड़ों का दर्द समझकर नजरअंदाज कर देते हैं। यह समस्या अब युवाओं में भी देखी जा रही है, जिससे आगे चलकर जोड़ों को गंभीर नुकसान और विकलांगता हो सकती है।

कैसे होती है समस्या: रूमेटॉइड आर्थराइटिस, एक लंबे समय तक बनी रहने वाली बीमारी है। इसमें शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता, अपने ही जोड़ों पर हमला करने लगती है। इससे जोड़ों में लगातार सूजन बनी रहती है और धीरे-धीरे जोड़ों को नुकसान पहुंचता है।

इस बीमारी के होने के कई कारण हो सकते हैं, जैसे परिवार में बीमारी का इतिहास, हार्मोन में बदलाव, धूम्रपान, ज्यादा तनाव और कुछ संक्रमण। आमतौर पर लोग सोचते हैं कि गठिया सिर्फ बढ़ती उम्र में होता है, लेकिन रूमेटॉइड आर्थराइटिस 20 से 30 साल की उम्र के लोगों को भी हो सकता है।

रोग के लक्षण: इस रोग के कॉमन लक्षण हैं जोड़ों में दर्द, सूजन, सुबह के समय जोड़ों में जकड़न, जल्दी थक जाना और कमजोरी महसूस होना। अगर समय पर जांच और इलाज न किया जाए, तो यह बीमारी जोड़ों की बनावट बिगाड़ सकती है। इसके अलावा यह फेफड़ों, दिल और आंखों जैसे शरीर के दूसरे अंगों को भी प्रभावित कर सकती है। इससे चलने-फिरने में परेशानी होती है, रोजमर्रा के काम करना मुश्किल हो जाता है, काम करने की क्षमता घटती है और जीवन की गुणवत्ता पर बुरा असर पड़ता है। सबसे बड़ी समस्या यह है कि शुरुआती लक्षण बहुत हल्के होते हैं, इसलिए लोग उन्हें गंभीरता से नहीं लेते। 20-30 साल के युवा और कामकाजी लोगों में रूमेटॉइड आर्थराइटिस के मामलों में लगभग 20 प्रतिशत की बढ़ोतरी देखी गई है।

न करें इग्नोर: इस रोग से ग्रसित करीब 50 प्रतिशत लोग जोड़ों की जकड़न, दर्द या सूजन जैसे शुरुआती लक्षणों को नजरअंदाज कर देते हैं और तब डॉक्टर के पास जाते हैं, जब बीमारी रोजमर्रा की जिंदगी को प्रभावित करने लगती है। हर 10 में से लगभग 5 मरीज ऐसे होते हैं, जो बहुत देर से जांच के लिए आते हैं, जब तक जोड़ों को नुकसान शुरू हो चुका होता है। यह देरी आगे चलकर स्थायी जोड़ों की खराबी और लंबे समय की विकलांगता का कारण बन सकती है।

बहुत से मरीज इसलिए चुपचाप दर्द सहते रहते हैं क्योंकि उन्हें रूमेटॉइड आर्थराइटिस के शुरुआती लक्षण समझ में ही नहीं आते या वे डॉक्टर के पास जाने में देर कर देते हैं। खासकर युवा लोग यह मान लेते हैं कि जोड़ों का दर्द ज्यादा काम, तनाव या व्यायाम की कमी की वजह से है। लेकिन ऐसा सोचने से बीमारी बढ़ती जाती है और जोड़ों को ऐसा नुकसान हो जाता है, जिसे समय पर जांच और उपचार से रोका जा सकता था। रूमेटॉइड आर्थराइटिस को कंट्रोल करने के लिए जल्दी जांच कराना सबसे जरूरी है।

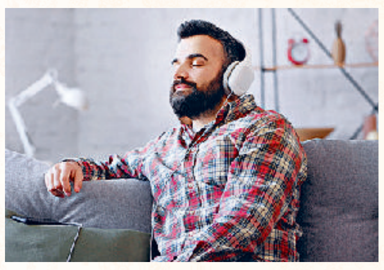
जांच के तरीके: आरए की जांच के लिए कुछ अहम जांचें की जाती हैं, जैसे रूमेटॉइड फैक्टर (आरएफ) और एंटी सीसीपी एंटीबॉडी टेस्ट, जो यह बताते हैं कि बीमारी ऑटोइम्यून है या नहीं। ईएसआर और सीआरपी जांच से शरीर में सूजन का स्तर पता चलता है। ब्लड की सामान्य जांच से शरीर की दूसरी समस्याओं का पता लगाया जाता है। इसके अलावा एक्सरे, अल्ट्रासाउंड या एमआरआई स्कैन से जोड़ों में सूजन और शुरुआती नुकसान का पता चल जाता है। अगर समय पर जांच हो जाए, तो बीमारी को धीमा करने वाली दवाएं शुरू की जा सकती हैं। इससे दर्द कम होता है, बीमारी आगे नहीं बढ़ती और जोड़ों की काम करने की क्षमता बनी रहती है। नियमित जांच और स्कैन से इलाज को समय-समय पर बदला जा सकता है और बीमारी के दोबारा बढ़ने से बचा जा सकता है।

ट्रीटमेंट: इसके इलाज में ऐसी दवाएं दी जाती हैं, जो बीमारी को बढ़ने से रोकती हैं। इसके साथ फिजियोथेरेपी भी बहुत जरूरी होती है, जिससे जोड़ों की ताकत बनी रहती है। रोजाना हल्का व्यायाम, संतुलित आहार, तनाव को कम करना और धूम्रपान छोड़ना भी इलाज का अहम हिस्सा है। नियमित रूप से डॉक्टर से फॉलोअप कराने से बीमारी पर नजर रखी जा सकती है और जरूरत पड़ने पर इलाज बदला जा सकता है। *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

देश-दुनिया में आए दिन सुसाइड यानी आत्महत्याओं के मामले सामने आते रहते हैं। वैसे तो सभी आयु वर्ग के व्यक्तियों में ऐसी प्रवृत्ति देखी जाती है, लेकिन पिछले कुछ वर्षों से युवा वर्ग, खासकर स्टूडेंट्स में भी आत्महत्या के मामलों में इजाफा हुआ है, जो एक चिंताजनक और विचारणीय मुद्दा है। कुछ सुझावों पर अमल कर आत्मघाती प्रवृत्ति से बचाव किया जा सकता है।

सुसाइड के लगातार बढ़ते मामले सपोर्ट-ट्रीटमेंट से संभव है बचाव



डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. वैभव चतुर्वेदी
मनोचिकित्सक-कोकिलाबेन
धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

वर्ल्ड साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार खुद की जान को खत्म कर देने वाले लोगों की संख्या में इजाफा होना परिवार, समाज और सरकार इन तीनों के ही लिए अत्यंत गंभीर विचारणीय मुद्दा है। ऐसा इसलिए क्योंकि इतनी जानें तो दुनिया भर में प्रतिवर्ष होने वाली विभिन्न प्राकृतिक आपदाओं और आतंकवादी घटनाओं में भी नहीं जाती हैं, जितनी लोग स्वयं गवां देते हैं। साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार, 'इस स्थिति को काफी हद तक कम किया जा सकता है, अगर हम आत्महत्या की तरफ बढ़ रहे लोगों को यह दिलासा दिला सकें कि हम तुम्हारे साथ हैं।'

एक प्रमुख कारण है डिप्रेशन

अवसाद (डिप्रेशन), आत्महत्या के एक बड़े कारण में शुमार है। बड़ी संख्या में लोग दुनिया भर में डिप्रेशन के कारण आत्महत्या करते हैं, ऐसा महर्षि यूरोपियन रिसर्च यूनिवर्सिटी, नीदरलैंड्स द्वारा किए गए एक अध्ययन का आकलन है।

तनाव का हावी होना

यूरोपियन साइकिएट्रिक एसोसिएशन द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार, जिन लोगों के दिलो-दिमाग पर तनाव हावी हो जाता है और जो मनोचिकित्सक या विशेषज्ञ डॉक्टर के परामर्श पर अमल नहीं करते, तो इस स्थिति में ऐसे लोग नकारात्मक विचारों से घिर जाते हैं। उन्हें लगता है कि उनकी दुनिया अंधेरे में जा चुकी है, जिससे निकलने का कोई रास्ता नहीं है। इस तरह की मनोदशा कालांतर में आत्महत्या का कारण बन सकती है।

अन्य कारकों के दुष्प्रभाव: कुछ मनोरोग जैसे बाइपोलर डिसऑर्डर, सिजोफ्रेनिया आदि के अलावा मादक पदार्थों की एक अरसे से जारी लत खुद की जान लेने के जोखिम को बढ़ा सकती है।

विफलता या भावनात्मक झटका: किसी क्षेत्र में असफल रहना और उस असफलता को बर्दाश्त न कर पाना भी आत्महत्या का कारण बन सकता है। वहीं संबंधों में विच्छेद से एक बड़ी संख्या में लोगों को भावनात्मक झटका लगता है, जिसे अनेक लोग सहन नहीं कर पाते। इसके अलावा पारिवारिक और व्यवसाय से संबंधित जिम्मेदारियों का बोझ और आर्थिक स्थिति का खराब होना आदि ऐसे कारण हैं, जो खुद की जान को नुकसान पहुंचाने के लिए उकसाते हैं।

इन लक्षणों पर दें ध्यान

- अकेलापन पसंद करना, यह सोचना कि दुनिया में मेरा कोई नहीं है।
- किसी भी प्रकार के मेल-मिलाप से कतराना।
- दूसरों के समक्ष इस तरह की बातें करना कि अब जिंदगी जीने का मकसद नहीं रह गया है।
- किसी कारण के बगैर खुद को जोखिम में डालने वाले कार्य करना। जैसे लापरवाही से वाहन चलाना आदि।
- किसी की बात न सुनना-खुद में गुमशुम रहना।
- स्वभाव में अप्रत्याशित परिवर्तन जैसे जो व्यक्ति खुशमिजाज रहता हो, वह उदास रहने लगता है।
- ऐसे लोगों का मूड अकसर उदास रहता है।
- भूख कम लगना या समय पर खाना न खाना।
- नींद पूरी न ले पाना।
- आत्महत्या का प्रयास करने वाले कुछ ऐसे भी लोग होते हैं, जो उपरोक्त संकेत नहीं देते और वे अपनी बात को मन में दबाए रखते हैं।

दूसरों की मदद लें

अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार दुनिया में मानसिक समस्याओं से पीड़ित लगभग 65 प्रतिशत से अधिक लोग दूसरों से मदद लेने में हिचकिचाते हैं, ऐसा इसलिए क्योंकि उन्हें लगता है कि अगर मैं किसी अन्य व्यक्ति को अपनी परेशानी बताऊंगा तो वे सब मेरी आलोचना करेंगे। ऐसे लोगों की गलत धारणा को दूर करने में मनोचिकित्सक काउंसलिंग का सहारा लेते हैं। इससे मन की नकारात्मकता दूर होती है।

बचाव के उपाय

- योगासन, प्राणायाम और विशेषकर ध्यान या मेडिटेशन मन की अशांति को दूर करने का एक सशक्त माध्यम हैं।
- विश्व प्रसिद्ध मेडिकल जर्नल 'दि लैंसेट' में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार जो लोग समाज में मिलते-जुलते (सोशल इंटरएक्शन) रहते हैं और जिंदगी में रिश्तों को अहमियत देते हैं, उनमें आत्महत्या से संबंधित विचारों के पनपने की आशंकाएं काफी हद तक कम हो जाती हैं।
- पीड़ित व्यक्ति को अकेला न छोड़ें।
- ईश्वर पर गहन विश्वास रखने से व्यक्ति में चिंताओं, तनावों और पीड़ाओं से लड़ने का माद्दा विकसित होने में मदद मिल सकती है। ऐसा विश्वास व्यक्ति को निराशावादी से आशावादी बना सकता है। जो व्यक्ति आशावादी है, वह आत्महत्या करने का प्रयास अपवाद स्वरूप ही करता है।
- कोई हॉबी विकसित करें। अगर आपकी संगीत में रुचि है तो इसके लिए कुछ समय निकालें।

इलाज के तरीके

अवसाद से प्रभावित ऐसे लोग, जो सुसाइडल सोच की ओर बढ़ रहे हैं, उन्हें इन उपचारों से ठीक कर सकते हैं।

साइकोथेरेपी: इसमें मनोचिकित्सक मरीज के साथ संवाद स्थापित करते हैं और उसके परिजनों को भी सुझाव देते हैं।

इलेक्ट्रो कंवल्सिव थेरेपी (ईसीटी): इंडियन साइकिएट्रिक सोसायटी के अनुसार यह थेरेपी डिप्रेशन समेत अन्य मनोरोगों को दूर करने की एक विशिष्ट चिकित्सा विधि है, जिसके अच्छे नतीजे सामने आ रहे हैं। इस विधि के अंतर्गत नियंत्रित विद्युत तरंगों के जरिए 'ब्रेन केमिस्ट्री' को प्रभावित किया जाता है। इसके जरिए मस्तिष्क में आने वाले आत्मघाती विचारों को सकारात्मक विचारों में तब्दील करने में मदद मिलती है।

एंटीडिप्रेसेंट टैबलेट्स: मनोचिकित्सक की सलाह के अनुसार रोगी को एंटीडिप्रेसेंट दवाई लेनी चाहिए। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

बच्चों-किशोरों पर पैरेंट्स दें ध्यान

इंडियन साइकिएट्रिक सोसायटी के विशेषज्ञों के अनुसार अपने करियर को बनाने के चक्कर में पढ़ाई का दबाव और उस पर भी पैरेंट्स की अपने बच्चों से बड़ी-बड़ी उम्मीदें सजोना, किशोर और युवा वर्ग को तनावग्रस्त बनाता है। अगर उन्हें उनके मुताबिक नौकरी नहीं मिल पाती तो यह स्थिति कालांतर में डिप्रेशन और कुछ मनोरोगों के जरिए आत्महत्या का कारण बन सकती है। इसलिए पैरेंट्स को अपने बच्चों, खासकर किशोरों और युवाओं पर इस बात की नजर रखनी चाहिए कि उनके बच्चों के स्वभाव में नकारात्मक परिवर्तन तो नहीं हो रहे हैं। अगर ऐसा है, तो फिर उन्हें मनोचिकित्सक के पास जरूर ले जाएं।

हेल्थ सजेशन
रजनी अरोड़ा

अगर आप अपनी डेली लाइफ में कुछ बैड हैबिट्स से दूर रहें तो एजिंग प्रोसेस धीमी होगी। यानी लंबे समय तक आप यंग- एनर्जेटिक बने रहेंगे। इस बारे में आपके लिए बहुत यूजफुल इंफॉर्मेशंस।

अपनाएं ये अच्छी आदतें लंबे समय तक रहेंगे यंग

आज के दौर में मिड एज के ज्यादातर लोग अकसर लो फील करते हैं। दरअसल, जाने-अनजाने वे ऐसी कई आदतें डाल लेते हैं, जो उन्हें ओवरवेटेड, थका हुआ और लो एनर्जी वाला बना देती हैं। जिनकी वजह से अनचाहे ही बुढ़ापे का असर उन पर समय से पहले नजर आने लगता है।

अनहेल्दी डाइट हैबिट: बढ़ती उम्र के साथ व्यक्ति के शरीर का डायजेस्टिव सिस्टम कमजोर और शारीरिक गतिविधियां कम होने लगती हैं। इसकी वजह से हेल्दी रहने के लिए खान-पान में बदलाव लाना जरूरी हो जाता है। यानी युवावस्था में जहां देर-सवेर या जरूरत से ज्यादा खाना और अनहेल्दी या ऑयली फूड भी शरीर पचा लेता है। वहीं 40-45 साल की एज के बाद अकसर इसे नजरअंदाज किया जाता है, जो कई समस्याओं का कारण बन सकता है।

ऐसे में स्ट्रिक्ट डाइटिंग और खान-पान की आदतों में बदलाव लाना इसका सॉल्यूशन है। खाना बंद करने या भूखा रहने के बजाय संतुलित मात्रा में खाना जरूरी है। यानी अपनी डाइट में पोर्शन साइज थोड़ा-सा छोटा करें। हमेशा एक रोटी की भूख छोड़कर खाना खाएं। ओवर ईटिंग न करें। यथासंभव प्रोसेस्ड, जंक और ऑयली फूड्स से परहेज करें। प्रोटीन, कैल्शियम रिच डाइट ज्यादा से ज्यादा लें। लिक्विड कैलोरीज (मीठी चाय, कॉफी, सॉफ्ट ड्रिंक्स, बियर या फ्रूट जूसेस) बिल्कुल बंद कर दें क्योंकि ये ब्लड में पहुंच कर शरीर में तेजी से अवशोषित हो जाते हैं और सेहत के लिए नुकसानदायक होते हैं।

भरपूर नींद न लेना: बढ़ती उम्र में देर रात तक जागना, पूरी नींद न सोने से अगला दिन बेकार ही नहीं हो जाता, सेहत को भी नुकसान पहुंचता है। बॉडी की एनर्जी लो हो जाती है, चिड़चिड़ापन या मूड स्विंग होते हैं, चाहकर भी काम पर फोकस नहीं कर पाते। रात में 6-7 घंटे की नींद न लेने पर बॉडी में फैट एक्यूमुलेशन दोगुना तेजी से बढ़ने लगता है। व्यक्ति अनचाहे ही मोटापे और उससे उपजी बीमारियों की गिरफ्त में आ जाता है। विशेषज्ञों का मानना है कि नींद को लेकर सजग रहें। अच्छी नींद के लिए सोते समय बेडरूम में एकदम अंधेरा करके सोएं। इससे मेलाटोनिन का रिसाव जल्दी होता है और व्यक्ति ज्यादा अच्छे से सो पाता है। टाइम पर बेड पर जाएं। कमरे को थोड़ा ठंडा रखें और सोने से कम-से-कम एक घंटा पहले स्क्रीन (चाहे वो टीवी हो या मोबाइल) बिल्कुल बंद कर दें।

स्ट्रेंथ ट्रेनिंग न करना: आज की युवा पीढ़ी फिटनेस-प्रेमी या जिम-फ्रीक है। ज्यादातर फिट रहने या बॉडी बिल्डिंग के लिए रेग्युलर जिम भी जाते हैं और स्ट्रेंथ ट्रेनिंग, कार्डियो, वेट बियरिंग जैसी एक्सरसाइज करते हैं। जबकि बढ़ती उम्र के व्यक्ति वॉक करने या कार्डियो एक्सरसाइज तक ही सिमट जाते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ इसे उपयुक्त नहीं मानते क्योंकि स्ट्रेंथ ट्रेनिंग न करने पर शरीर में धीरे-धीरे मसल्स लॉस होना शुरू हो जाता है जिसका व्यक्ति को जल्द पता नहीं चल पाता। मसल्स दरअसल, व्यक्ति को केवल अच्छा फिगर या अच्छा लुक ही प्रदान नहीं करते, शरीर के सुरक्षा-कवच का भी काम करते हैं। जॉइंट्स को सपोर्ट देते हैं, मेटाबॉलिज्म को एक्टिवेट करते हैं और हार्मोन निर्माण में भी मदद करते हैं। रिसर्च से साबित हो गया है कि 40 साल की उम्र के बाद अगर व्यक्ति स्ट्रेंथ ट्रेनिंग नहीं करते तो हर साल उनका लगभग 1 प्रतिशत मसल्स लॉस होता है।

इससे बचने के लिए जरूरी है मिड एज के बाद भी रेग्युलर जिम जाएं और इंस्ट्रक्टर की निगरानी में स्ट्रेंथ ट्रेनिंग करें। जिम न जा पाने की स्थिति में हफ्ते में तीन-चार दिन बेसिक बॉडी वेट स्ट्रेंथ ट्रेनिंग जरूर करें जैसे-स्क्वेट्स, पुश-अप्स, पुल अप्स, रेजिस्टेंस बैंड्स। घर में मौजूद डंबल्स या वॉटर बोतल की मदद से भी आप एक्सरसाइज कर सकते हैं।

हार्मोनल असंतुलन को इग्नोर करना: मिड एज के बाद अकसर कई तरह की शारीरिक-मानसिक समस्याएं शुरू हो जाती हैं। जिन्हें वे बढ़ती उम्र का असर मान लेते हैं। जैसे- वजन बढ़ना, हर वक्त थकान, काम में मन न लगना, अनियमित माहवारी, प्री-मेनोपॉज होना, सेक्स ड्राइव कम होना। मेडिकल साइंस इनके पीछे की वजह शरीर में मौजूद हार्मोनल असंतुलन को मानता है। हार्मोन असंतुलन होने पर शरीर का पूरा सिस्टम स्लो होने लगता है और कम उम्र में ही व्यक्ति पर असर दिखाई देने लगता है। जरूरी है उम्र से पहले आने वाले बदलावों पर गौर करें और हार्मोन असंतुलन को नजरअंदाज न करें। समय-समय पर हार्मोन लेवल चेक करवाएं। मेडिकल ट्रीटमेंट के अलावा लाइफस्टाइल में बदलाव करने पर हार्मोन-असंतुलन को काफी हद तक इंप्रूव किया जा सकता है।

विल पॉवर न रखना: मिड एज में व्यक्ति की जिंदगी में अकसर ठहराव-सा आ जाता है। व्यक्ति डिसिप्लिन और सिस्टेमेटिक लाइफस्टाइल से दूर होता जाता है। उन्हें किसी के मोटिवेशन का इंतजार ज्यादा रहता है। जिंदगी में स्वस्थ और सफल होने के लिए मोटिवेशन के बजाय डिसिप्लिन और सिस्टम्स बनाना जरूरी है। ऐसे सिस्टम्स बनाने की जरूरत है, जो व्यक्ति को स्वतः ही सही दिशा की तरफ जाने में मदद करें। जरूरी है कि रुटीन, सिस्टम और स्ट्रक्चर तय करें और उसके हिसाब से नियम बनाएं। *

अवेयरनेस
रेखा देशराज

यह सही है कि जड़ी-बूटियों का रिएक्शन तुलनात्मक रूप से कम होता है। लेकिन ये नुकसान करते ही नहीं, यह सोच गलत है। ऐसे में किसी भी जड़ी-बूटी का सेवन करने से पहले कुछ बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी है।

सावधानी के साथ ही करें जड़ी-बूटियों का सेवन

हाल के सालों में प्राकृतिक दवाओं यानी जड़ी-बूटियों को लेकर आम लोगों में विश्वास बहुत ज्यादा बढ़ा है। लेकिन इस बढ़ते भरोसे के बीच सावधानी बरतना भी जरूरी है। क्योंकि पिछले कुछ वर्षों में जड़ी-बूटियों और विभिन्न तरह के हर्बल उत्पादों का जो अंधाधुंध उपयोग शुरू हुआ है, उससे फायदे की जगह कई तरह के नुकसान भी सामने उभरकर आए हैं। दरअसल आम लोग जड़ी-बूटियों को हर हालत में सुरक्षित समझते हैं। इसलिए वो कई बार इनके जानकारों से भी यह राय लेना जरूरी नहीं समझते कि कौन-सी जड़ी-बूटी खानी चाहिए, कब खानी चाहिए और कैसे खानी चाहिए? ऐसे में ऐसी जड़ी-बूटियां जो आमतौर पर सेहत के लिए फायदेमंद होती हैं, कई बार उनसे भी नुकसान होते हुए देखने को मिलता है।

बिना सलाह के न करें सेवन: पहली बात तो यह गांठ बांध लें कि चाहे कोई भी चीज क्यों न हो, बिना उसके जानकार की राय लिए कभी नहीं खानी चाहिए। आजकल व्हाट्सएप, यू-ट्यूब और सोशल मीडिया में सभी विशेषज्ञ बनकर जो जानकारी देते रहते हैं, उससे भी इस तरह के नुकसान की आशंका बहुत बढ़ जाती है। यह समझना भी जरूरी है कि जिन जड़ी-बूटियों को हम केवल फायदे देने वाली समझते हैं, आखिर उनसे नुकसान कैसे हो जाता है? दरअसल, जड़ी-बूटियां पौधों से प्राप्त होती हैं, इसलिए इन्हें रासायनिक दवाओं की तुलना में ज्यादा कोमल माना जाता है। मगर हर कोमल चीज के डोज की भी एक लिमिट होती है। कई बार लोग जड़ी-बूटियों को नुकसान न पहुंचाने वाली समझकर इसके ओवर डोज का शिकार हो जाते हैं यानी इनकी सुरक्षित सीमा से ज्यादा का इस्तेमाल कर लेते हैं। इससे उल्टी, दस्त, सिरदर्द और चक्कर तो आते ही हैं, कई बार लीवर या किडनी भी फेल हो सकती है। इसलिए कभी-भी कोई जड़ी-बूटी तय डोज से ज्यादा न लें।

कई तरह की हो सकती हैं परेशानियां: सवाल है जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करते हुए किस-किस तरह की सावधानियां बरती जानी चाहिए, जिससे हम इनके नुकसान के जोखिम से बचे रहें? हो सकता है कि किसी विशेष जड़ी-बूटी से किसी व्यक्ति पर कोई प्रभाव न पड़ता हो और किसी को उससे एलर्जी हो जाए। ऐसे में जिसको एलर्जी होती है, उसके लिए यह जड़ी-बूटी त्वचा पर कई तरह के रैशेज डाल सकती है। उसे सांस लेने में परेशानी पैदा कर सकती है या शरीर में सूजन हो सकती है। इसलिए जड़ी-बूटी का इस्तेमाल करते समय किसी जानकार की राय लेना जरूरी है, भले वह जड़ी-बूटी आपके परिवार में पहले किसी और के द्वारा इस्तेमाल की जाती रही हो और उसे इस तरह की कोई परेशानी न हुई हो। कई जड़ी-बूटियां पाचन सुधारने, प्रतिरक्षा तंत्र को मजबूत करने और शरीर की सूजन कम करने में बहुत असरकारक मानी जाती हैं। लेकिन कई बार यही जड़ी-बूटियां किसी ऐसे व्यक्ति के लिए खतरनाक साबित हो सकती हैं, जो पहले अंग्रेजी दवाओं का इस्तेमाल कर रहा हो, क्योंकि ये जड़ी-बूटियां अंग्रेजी दवाओं के असर को बढ़ा या घटा भी सकती हैं।

तय समय तक करें सेवन: जड़ी-बूटी को लेकर आमतौर पर उनके दीर्घकालिक उपयोग की धारणा बनी हुई है। लगभग हर आदमी यह समझता है कि जड़ी-बूटियों को लंबे समय तक उपयोग किया जा सकता है, क्योंकि इनमें किसी तरह का कोई साइड इफेक्ट नहीं होता। पर यह बात सही नहीं है। विशेषकर गर्भावस्था और स्तनपान करा रही महिलाएं अगर इस तरह के भ्रम का शिकार हों और वे लंबे समय से ली जा रही जड़ी-बूटियों को इन विशेष स्थितियों में भी लगातार लेती रहें, तो इनसे परेशानी पैदा हो सकती है। *

खबर संक्षेप

किसानों के लिए 76 ट्रैक्टरों का ड्रॉ आज

सिरसा। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग द्वारा एसबी-89 योजना के तहत अनुसूचित जाति के किसानों को 76 ट्रैक्टर उपलब्ध करवाने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। इन ट्रैक्टरों के लाभार्थियों का चयन आगामी 19 फरवरी को शाम 4 बजे ड्रा के माध्यम से किया जाएगा। सहायक कृषि अभियंता विजय जैन ने बताया कि विभाग के पोर्टल पर कुल 1220 किसानों के ऑनलाइन आवेदन प्राप्त हुए हैं।

जेल लोक अदालत में एक बंदी रिहा

सिरसा। स्थानीय 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 5 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।

संकल्प पत्र के वायदों को पूरा करने में जुटी सरकार

सिरसा। भाजपा के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य एवं जिला प्रवक्ता डॉ. गंगा सागर केहरवाला ने कहा कि प्रदेश सरकार अपने संकल्प पत्र के तहत रिकॉर्ड कार्य कर रही है। संकल्प पत्र के 217 वादों में से आज तक 60 वादे पूरे कि जा चुके हैं पूरे और 120 पर तेजी से कार्य चल रहा है। उन्होंने कहा कि मंत्रिमंडल के गठन के साथ ही सरकार ने पहली कलम से 25 हजार 573 युवाओं को सरकारी पदों पर नियुक्तियां दी।

खालसा कालेज में लगाया एनएसएस कैंप

रतिया। खालसा त्रिशताब्दी राजकीय महाविद्यालय रतिया में एक दिवसीय एनएसएस कैंप लगाया गया। एनएसएस कैंप में प्रो. कृष्ण लाल ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना को महाविद्यालय में लागू करने का उद्देश्य विद्यार्थियों में राष्ट्र सेवा की भावना को जागृत करना है। ऐसी गतिविधियों में भाग लेने वाले विद्यार्थी, समाज के लोगों के साथ मिलकर समाज के हित में कार्य करते हैं।

वरिष्ठ नागरिकों के लिए मेडिकल चैकअप कैंप कल

फतेहाबाद। वरिष्ठ नागरिकों के लिए वरिष्ठ नागरिक परिषद के तत्वाधान में नागरिक अस्पताल फतेहाबाद के सीएमओ कार्यालय के सहयोग से फरवरी माह का निःशुल्क मेडिकल चैकअप कैम्प 20 फरवरी शुक्रवार को बाल भवन के हॉल में लगाया जाएगा। प्रातः 10 बजे से प्रधान ईश्वर देवी सेठी की अध्यक्षता में यह कार्यक्रम होगा। यह जानकारी देते हुए सचिव सुग्रीव सिंह बिश्नोई ने बताया इस चैकअप कैम्प में सेवानिवृत डिप्टी सीएमओ के नेतृत्व में टीम वरिष्ठ नागरिकों की निःशुल्क जांच करेगी व दवाईयां भी वितरित की जाएगी।

एएनसी सेल ने युवक को गांजा सहित पकड़ा

फतेहाबाद। एएनसी सेल फतेहाबाद ने नशीले पदार्थों की रोकथाम के तहत कार्रवाई करते हुए इंडस्ट्रियल एरिया में एक युवक को 865 ग्राम गांजा सहित काबू किया है। एएनसी सेल फतेहाबाद के प्रभारी निरीक्षक यादवेंद्र ने बताया कि टीम गश्त के दौरान नई सब्जी मंडी, हिसार रोड क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान कार्रवाई की गई।

श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान महोत्सव 22 से

सिरसा। स्वामी सदानंद प्रणामी गौ-सेवा चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा संचालित श्री कृष्ण प्रणामी गौशाला, दड़बा कलां एवं मानकदिवान द्वारा आगामी 22 से 28 फरवरी तक श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। गौशाला सचिव कुलदीप शर्मा ने बताया कि आगामी 22 फरवरी की सुबह 9.15 बजे कलश यात्रा निकाली जाएगी, जोकि गांव में स्थित ठाकुर जी के मंदिर से शुरू होकर गांव की मुख्य गलियों का भ्रमण करते हुए गौशाला प्रांगण में पहुंचेगी।

शिक्षा विभाग और हरियाणा सरकार के खिलाफ की नारेबाजी

अध्यापकों के तबादले से भड़के ग्रामीण, स्कूल गेट पर दिया धरना

रतिया। गांव अलीका में स्कूल के बाहर प्रदर्शन करते ग्रामीण।

■ गांव अलीका में राजकीय विद्यालय के 5 अध्यापकों का तबादला किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

शिक्षा विभाग द्वारा अध्यापकों के तबादले को लेकर क्षेत्र के ग्रामीणों में रोष बढ़ता जा रहा है। रतिया के गांव अलीका में राजकीय विद्यालय के 5 अध्यापकों का तबादला किए जाने के विरोध में ग्रामीणों और शहीद भगत सिंह नौजवान सभा ने बुधवार को स्कूल के मुख्य द्वार पर सांकेतिक धरना दिया। इस दौरान प्रदर्शनकारियों ने हरियाणा सरकार और शिक्षा विभाग के खिलाफ जमकर नारेबाजी की।

ग्रामीणों का आरोप है कि कुछ दिन पहले प्रशासन ने नियम विरुद्ध तरीके से स्कूल के 5 अनुभवी अध्यापकों का तबादला कर दिया, जिससे बच्चों की पढ़ाई बाधित हो रही है। इस संबंध में स्कूल प्रबंधक कमेटी और नौजवान सभा के प्रतिनिधि मंडल ने संबंधित अधिकारियों से मुलाकात कर तबादले रद्द करने की मांग की थी, लेकिन कई दिन बीत जाने के बाद भी विभाग की ओर से कोई सकारात्मक कार्रवाई नहीं हुई, जिससे नाराज होकर आज ग्रामीणों ने आंदोलन का रास्ता चुना। स्कूल प्रबंधक कमेटी के उपप्रधान बिट्टू ने कड़े शब्दों में सरकार की नीतियों की आलोचना की। उन्होंने कहा कि हमने प्रशासन को अपनी मांगों से अवगत करा दिया है। अब हमारे पास सब्र का समय नहीं है। यदि सोमवार तक इन तबादलों को रद्द नहीं किया गया, तो स्कूल के गेट पर पक्का ताला जड़ दिया जाएगा और अनिश्चितकालीन धरना शुरू होगा। शहीद भगत सिंह नौजवान सभा के प्रधान अवतार सिंह ने सरकार पर शिक्षा व्यवस्था को जानबूझकर कमजोर करने का आरोप लगाया।

रिक्त पड़े स्थानों को भरने की मांग

उन्होंने कहा कि एक तरफ सरकार बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ का नारा देती है, वहीं दूसरी ओर स्कूलों से अध्यापकों को हटाकर भविष्य के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है। उन्होंने मांग की कि रिक्त पड़े पदों को तुरंत भरा जाए ताकि युवा पीढ़ी का भविष्य सुरक्षित रह सके। रोष प्रदर्शन के दौरान मुख्य रूप से रवि अलीका, हरप्रीत, अशोक, राहुल, अनमोल, कृष्ण, दर्शन लाल, काला राम, प्रहलाद, वेदप्रकाश पंच, कुलवंत पंच, रमेश पूर्व मेंबर, सुंदर, कुलवंत और रणजीत सहित काफी संख्या में ग्रामीण उपस्थित रहे। ग्रामीणों ने स्पष्ट कर दिया है कि यदि विभाग ने अपनी हठधर्मिता नहीं छोड़ी, तो सोमवार से आंदोलन और अधिक उग्र होगा जिसकी जिम्मेदारी पूरी तरह प्रशासन की होगी।

छात्रों को भारतीय हस्तशिल्प और लोक कला का अनुभव करवाया

सिरसा के विद्यार्थियों ने सूरजकुंड शिल्प मेले में किया शैक्षणिक भ्रमण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। सूरजकुंड मेले में भ्रमण के दौरान विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

राजकीय नेशनल महाविद्यालय, सिरसा के विद्यार्थियों ने फरीदाबाद में आयोजित सूरजकुंड अंतरराष्ट्रीय शिल्प मेले का शैक्षणिक भ्रमण किया। शैक्षणिक भ्रमण समिति के प्रभारी डॉ. जीतराम शर्मा ने बताया कि एक दिवसीय भ्रमण का उद्देश्य छात्रों को भारतीय हस्तशिल्प, पारंपरिक कला रूपों और लोक संस्कृति के समृद्ध ताने-बाने का जीवंत अनुभव प्रदान करना था। छात्रों ने भारत के विभिन्न राज्यों के साथ-साथ भाग लेने वाले देशों की शिल्पकला के संगम को प्रत्यक्ष रूप से देखा और ग्रामीण कलात्मकता के आर्थिक और सांस्कृतिक महत्व के बारे में जानकारी हासिल की। डॉ. जीतराम शर्मा एवं कर्मवीर कौशिक के कुशल नेतृत्व में छात्रों ने मेले के विशाल परिसर में भ्रमण किया, लाइव शिल्प प्रदर्शनों को देखा, कारीगरों से बातचीत की और लोक संगीत व नृत्य की प्रस्तुतियों का आनंद लिया। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. अनीता मडिया ने कहा कि ऐसे शैक्षणिक भ्रमण पाठ्यक्रम का अभिन्न अंग हैं। ये यात्राएं कक्षा के व्याख्यानों की एकरसता को तोड़ती हैं और छात्रों को हमारी सांस्कृतिक विरासत की वास्तविक समझ प्रदान करती हैं। यह संस्थान के लिए गर्व का क्षण है कि हमारे छात्र इस तरह की समृद्ध गतिविधियों में शामिल हो रहे हैं।

होनहार बच्चों को सरकार दे रही 51000 तक की प्रोत्साहन राशि

सिरसा। पंजीकृत श्रमिक परिवारों के बच्चों की शिक्षा को बढ़ावा देने के उद्देश्य से हरियाणा श्रम विभाग द्वारा वित्तीय सहायता योजना संचालित की जा रही है। इस योजना के तहत पहली कक्षा से लेकर स्नातक स्तर तक पढने वाले विद्यार्थियों को आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है। इस योजना का उद्देश्य श्रमिक वर्ग के बच्चों को बेहतर शिक्षा के लिए प्रोत्साहित करना और उनकी पढ़ाई में आर्थिक बाधाओं को दूर करना है। दसवीं कक्षा में शैक्षणिक उत्कृष्टता प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को 21,000 रुपये से 51,000 रुपये तक की प्रोत्साहन राशि प्रदान की जाती है।

नाबालिग से दुष्कर्म के आरोपी को पकड़ा

फतेहाबाद। नाबालिगा से दुष्कर्म मामले में गिरफ्तार युवक।

फतेहाबाद। नाबालिग लडक़ी को बहला-फुसलाकर ले जाने तथा दुष्कर्म के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर फतेहाबाद पुलिस ने आरोपी युवक को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार युवक की पहचान रोहित पुत्र राजेश निवासी अशोक नगर, फतेहाबाद के रूप में हुई है। थाना शहर फतेहाबाद के प्रभारी निरीक्षक सुरेंद्रा ने बताया कि इस बारे पीड़िता के परिजनों द्वारा शिकायत दर्ज करवाई गई थी। शिकायतकर्ता के अनुसार उसकी नाबालिग भतीजी, जिसके माता-पिता का पूर्व में देहांत हो चुका है, को 13 फरवरी की रात लगभग 11 बजे रोहित निवासी अशोक नगर, फतेहाबाद बहला-फुसलाकर अपने साथ ले गया। आरोप है कि आरोपी उसे हिसार बस स्टैंड पर अकेला छोडक़र फरार हो गया। शिकायत में यह भी उल्लेख किया गया कि लगभग एक माह पूर्व आरोपी द्वारा नाबालिग के साथ दुष्कर्म किया गया था।

लाखों रुपये की हेरोइन सहित चार तस्कर गिरफ्तार

■ एंटीनारकोटिक्स सेल टीम की कार्रवाई, 28 ग्राम नशा बरामद

हेरोइन सहित पकड़ा गया आरोपी।

सिरसा। पुलिस ने अलग-अलग स्थानों से चार नशा तस्करों को गिरफ्तार कर किया है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से लाखों रुपये करीब 28 ग्राम हेरोइन बरामद की है। पुलिस प्रवक्ता ने बुधवार को बताया कि पकड़े गए आरोपियों की पहचान राजस्थान के हनुमानगढ़ निवासी अल्ताफ खान व सिरसा जिला निवासी अरुण कुमार, आशीष व जग्गा सिंह के रूप में हुई है। एंटीनारकोटिक्स सेल सिरसा टीम गश्त के दौरान सूरतगढिय़ा बाजार क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान एक युवक पैदल आता दिखाई दिया जो कि पुलिस टीम को देखकर वापस मुड़ गया। शक के आधार पर पुलिस ने उसे रोका और तलाशी ली तो उसके कब्जे से सात ग्राम हेरोइन बरामद हुई। एएनसी स्टाफ डबवाली पुलिस ने गांव डबवाली क्षेत्र से अरुण कुमार को गिरफ्तार किया है। पुलिस टीम चेकिंग के दौरान गांव डबवाली से जोगेवाला रोड पर मौजूद थी। इसी दौरान डबवाली की तरफ से बाइक सवार आता दिखाई दिया। पुलिस ने उसे तलाशी के लिए रोका तो उसके कब्जे से 15 ग्राम हेरोइन बरामद हुई।

यूट्यूब पर अफवाहें फैलाने वालों पर होगी कड़ी कार्रवाई: एसपी

सिरसा। सोशल मीडिया पर हाल के दिनों में बच्चों के कथित रूप से लापता होने संबंधी भ्रामक एवं आधारहीन खबरें प्रसारित की जा रही हैं। इन खबरों का संज्ञान लेते हुए सिरसा पुलिस ने विशेष एडवाजरी जारी कर स्पष्ट किया है कि ऐसी सूचनाएं पूर्णतः निराधार एवं अफवाह हैं। आमजन से अपील की जाती है कि वे इस प्रकार की वेबुनियाद एवं तथ्यहीन खबरों पर विश्वास न करें और न ही उन्हें आगे प्रसारित करें। जिला पुलिस द्वारा जारी एडवाइजरी में कहा गया है कि कुछ असामाजिक तत्व सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भ्रामक पोस्ट डालकर जनता में भय और भ्रम की स्थिति उत्पन्न करने का प्रयास कर रहे हैं। ऐसे व्यक्तियों की पहचान कर उनके विरुद्ध सख्त कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

भारतीय किसान यूनियन एकता उगराहा की बैठक में लिया निर्णय

किसान की जमीन की कुर्की के विरोध में कल होगा विरोध प्रदर्शन : निर्भय

■ यूनियन ने इसे किसानों के अधिकारों पर सीधा हमला बताया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

रतिया। शहर थाने की बाहर विरोध जताते हुए किसान संगठन के सदस्य।

किसान रेस्ट हाउस में बुधवार को भारतीय किसान यूनियन एकता उगराहा की तहसील कमेटी की बैठक शहरी अध्यक्ष करमजीत सिंह की अध्यक्षता में हुई। इस बैठक में किसानों के खिलाफ हो रही कथित आर्थिक अनियमितताओं और साजिशों को लेकर कड़ा रोष व्यक्त किया गया। जिला प्रधान निर्भय सिंह ने कहा कि गांव नडैल में एक किसान की जमीन की कुर्की के विरोध में 20 फरवरी को बड़ी संख्या में किसान एकजुट होकर कड़ा विरोध दर्ज कराएंगे। यूनियन ने इसे किसानों के अधिकारों पर सीधा हमला करार दिया है।

बैठक में पहुंचे गांव अहरवां और बीराबद्दी के किसान हरप्रीत सिंह, हरिंदर सिंह, लखविंदर सिंह, गुरमीत सिंह और अन्य ने आढ़तियों पर उन्हे परेशान करने के आरोप लगाते हुए कहा कि आढ़तिया और उसके सहयोगियों ने पहले उनके खातों में राशि जमा करवाई। बाद में सेल्फ चेक के माध्यम से वह राशि खुद ही निकाल ली। बैंक रिकॉर्ड के अनुसार, इन चेकों के पीछे खाताधारक के साथ-साथ आढ़तियां, उसके बेटे या मुनीम के हस्ताक्षर भी मिले हैं। किसानों का आरोप है कि करोड़ों की फर्जी लेनदारी दिखाकर उनकी जमीनें हड़पने की साजिश रची जा रही है।

जताई नाराजगी

किसानों का कहना है कि व क्लियर चिट के बावजूद 18-18 लाख के चेक बाउंस केस के केस दर्ज करवा दिए। जिला प्रधान निर्भय सिंह रतिया ने बताया कि सिटी थाना रतिया में एक महीने पहले शिकायत देने के बावजूद अब तक कोई एफआईआर दर्ज नहीं हुई है। इसी के विरोध में भारी संख्या में किसान सिटी थाना में एकत्रित हुए और पुलिस प्रशासन के खिलाफ अपनी नाराजगी जताते हुए शहर थाना के बाहर नारेबाजी भी करते हुए कहा कि मामले में दोषियों के खिलाफ तुरंत एफआईआर दर्ज हो, बैंक खातों, चेकों और हस्ताक्षरों की फॉरेंसिक जांच करवाई जाए। क्लियर चिट मिलने के बाद दर्ज किए गए फर्जी केस रद्द हो। किसानों ने चेतावनी दी की अगर प्रशासन ने जल्द ही ठोस कार्रवाई नहीं की, तो यूनियन एक तीखा और व्यापक आंदोलन शुरू करेगी, जिसकी पूरी जिम्मेदारी प्रशासन की होगी।

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में लर्निंग मैनेजमेंट सिस्टम विषय पर सेमिनार

उच्च शिक्षा संस्थानों के लिए तकनीकी एकीकरण आवश्यक: डा. गिरधर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। सेमिनार को संबोधित करते मुख्य वक्ता डा. गिरधर गोपाल।

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में बुधवार को लर्निंग मैनेजमेंट सिस्टम विषय पर एक दिवसीय सेमिनार का आयोजन किया गया। इस सेमिनार का आयोजन निदेशक यूआईटीडीसी प्रो. विक्रम सिंह के नेतृत्व में किया गया। मुख्य वक्ता के रूप में एसडी कॉलेज अंबाला कैंट के प्राध्यापक डॉ. गिरधर गोपाल ने एलएमएस की आवश्यकता पर प्रकाश डालते हुए कहा कि आज के प्रतिस्पर्धात्मक दौर में उच्च शिक्षा संस्थानों के लिए तकनीकी एकीकरण अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने बताया कि एलएमएस के माध्यम से शिक्षण सामग्री का व्यवस्थित प्रबंधन, असाइनमेंट की ऑनलाइन सबमिशन, विद्यार्थियों की प्रगति का विश्लेषण तथा फीडबैक प्रणाली को प्रभावी ढंग से संचालित किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि यह प्रणाली शिक्षण प्रक्रिया को अधिक सहभागितापूर्ण और परिणामोन्मुख बनाती है।

लर्निंग मैनेजमेंट सिस्टम की उपयोगिता बढ़ रही

विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार ने कहा कि उच्च शिक्षण संस्थानों में लर्निंग मैनेजमेंट सिस्टम की उपयोगिता निरंतर बढ़ रही है। उन्होंने कहा कि एलएमएस न केवल शिक्षकों और विद्यार्थियों के बीच संवाद को सुदृढ़ करता है, बल्कि अध्ययन सामग्री की उपलब्धता, ऑनलाइन मूल्यांकन और सतत अधिगम की प्रक्रिया को भी सशक्त बनाता है। उन्होंने विश्वविद्यालय में तकनीकी नवाचारों को बढ़ावा देने की प्रतिबद्धता दोहराई और कहा कि डिजिटल प्लेटफॉर्म के माध्यम से शिक्षा की गुणवत्ता में उल्लेखनीय सुधार संभव है। सेमिनार के दोनों सत्रों में प्रतिभागियों ने सक्रिय रूप से भाग लिया तथा एलएमएस के विभिन्न आयामों पर विस्तृत चर्चा की गई।

युवा शक्ति प्रेरित बजट विषय पर हुई अंतर-महाविद्यालयीय समूह चर्चा

■ प्रतिभागियों ने विभिन्न विषयों पर अपने विचार प्रस्तुत किए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। कॉलेज में बजट विषय पर चर्चा करते हुए। फोटो : हरिभूमि

सीएमके स्नातकोत्तर महाविद्यालय में बुधवार को केंद्रीय बजट 2026-27 युवा शक्ति प्रेरित बजट विषय पर एक अंतर-महाविद्यालयीय समूह चर्चा का आयोजन किया। चर्चा के दौरान प्रतिभागियों ने शिक्षा, कौशल विकास, स्टार्टअप प्रोत्साहन, रोजगार सृजन, डिजिटल अर्थव्यवस्था तथा युवा सशक्तिकरण जैसे विषयों पर अपने विचार प्रस्तुत किए। विद्यार्थियों ने विशेष रूप से बजट में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, डिजिटल नवाचार तथा तकनीकी उन्नयन पर दिए गए महत्व का उल्लेख करते हुए बताया कि किस प्रकार प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा भी विभिन्न मंचों पर एआई एवं नई तकनीकों को भारत की प्रगति का प्रमुख आधार बताया गया है। प्रतिभागियों ने इस बात पर भी चर्चा की कि एआई के माध्यम से शिक्षा, रोजगार एवं स्टार्टअप इकोसिस्टम को नई दिशा मिल सकती है तथा युवाओं के लिए नए अवसर सृजित हो सकते हैं। प्रतियोगिता में एमए अर्थशास्त्र प्रथम वर्ष की टीम ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त किया। द्वितीय स्थान लाला हंसराज फुटेला कॉलेज ऑफ लॉ की बीएएलएलबी तृतीय वर्ष की टीम ने प्राप्त किया।

गुंडागर्दी व वाहन तोड़फोड़ मामले में चार आरोपी काबू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

■ सीसीटीवी में रिकॉर्ड वारदात के आधार पर की कार्रवाई

तेज रफ्तार एवं लापरवाही से वाहन चलाकर तोड़फोड़ व दहशत फैलाने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर फतेहाबाद पुलिस ने एक अन्य आरोपी को काबू किया है। इससे पूर्व इसी प्रकरण में तीन आरोपियों को काबू किया जा चुका है। थाना शहर फतेहाबाद के प्रभारी निरीक्षक सुरेंद्रा ने बताया कि काबू किए गए आरोपी की पहचान मोहित उर्फ माथा पुत्र रमेश कुमार निवासी शिव नगर फतेहाबाद, हाल मातूराम कॉलोनी फतेहाबाद के रूप में हुई। उन्होंने बताया कि शिकायतकर्ता अरुण कुमार शर्मा पुत्र मदन लाल निवासी मातू राम कॉलोनी, फतेहाबाद की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया। शिकायत के अनुसार 5 जनवरी को रात्रि एक कार को तेज एवं लापरवाहीपूर्वक चलाते हुए घर के बाहर खड़ी मोटरसाइकिल को टक्कर मारी गई, जिससे मोटरसाइकिल उछलकर उनकी कार से टकरा गई और वाहन को नुकसान पहुंचा। घटना के पश्चात आरोपियों द्वारा क्षेत्र में दहशत फैलाने एवं आपराधिक धमकी देने की हरकतें भी की गई। पूरी वारदात सीसीटीवी कैमरों में रिकॉर्ड है, जिसकी जांच की जा रही है।

निर्देश | गर्मी के मौसम में बिजली आपूर्ति को देखते हुए दिए निर्देश

ऑपरेशन सर्कल फतेहाबाद की ऑपरेशनल रिव्यू कमेटी की बैठक

बिजली लाइनों और ट्रांसफॉर्मर की मरम्मत के कार्य अप्रैल तक पूरा करें अधिकारी : एमडी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। स्टोर पर निरीक्षण करते हुए प्रबंध निदेशक विक्रम सिंह।

दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम के प्रबंध निदेशक विक्रम सिंह ने कहा कि बिजली की लाइनों और ट्रांसफॉर्मर की मरम्मत और रखरखाव के कार्य को अप्रैल तक पूरा किया जाए ताकि गर्मी के मौसम में बिजली आपूर्ति में कोई बाधा न आए। उन्होंने बिजली चोरी रोकने के लिए अधिकारियों को सख्त कार्रवाई करने का निर्देश भी दिया और बिजली चोरों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराने को कहा। वह बुधवार को स्थानीय सर्कल कार्यालय में ऑपरेशन सर्कल फतेहाबाद की ऑपरेशनल रिव्यू कमेटी बैठक की अध्यक्षता करते हुए अधिकारियों को निर्देश दे रहे थे। बैठक में लंबित बिंदुओं, पीएम-एसजीएमबी योजना की प्रगति, लंबित सोलर बिलिंग मामलों, सडक़ों के मध्य स्थित विद्युत खंभों के स्थानांतरण, ट्यूबवेल कनेक्शनों की स्थिति, खतरनाक विद्युत लाइनों के शिफ्टिंग कार्य आदि पर चर्चा की।

प्रधानमंत्री सूर्य घर योजना का लाभ प्रत्येक तक पहुंचाए

प्रबंध निदेशक ने प्रधानमंत्री सूर्य घर योजना की प्रगति की विशेष समीक्षा करते हुए अधिकारियों को निर्देश दिया कि योजना का लाभ प्रत्येक पात्र उपभोक्ता तक निर्धारित समयसीमा में पहुंचाया जाए। उन्होंने सौर ऊर्जा को बढ़ावा देने, उपभोक्ताओं को जागरूक करने तथा नए सौर कनेक्शन जारी करने की प्रक्रियाा में किसी भी प्रकार की देरी न होने देने पर बल दिया। उन्होंने स्पष्ट किया कि सौर ऊर्जा अपनाने वाले लाभार्थियों को सौर ऊर्जा प्रोत्साहन योजना के तहत वित्तीय सहायता एवं सब्सिडी समय पर उपलब्ध कराई जाएगी तथा अंत्योदय परिवारों को भी प्राथमिकता के आधार पर लाभान्वित किया जाएगा। नए सौर कनेक्शनों के लिए नेट मीटर की समयबद्ध उपलब्धता सुनिश्चित करने और गुणवत्तायुक्त सामग्री की आपूर्ति के लिए विश्वसनीय वेंडरों को प्रोत्साहित करने के निर्देश भी दिए गए। विक्रम सिंह ने अधिकारियों को निर्देशित किया कि सभी परिचालन मानकों में सुधार लाते हुए उपभोक्ताओं की शिकायतों का त्वरित, पारदर्शी और गुणवत्तापूर्ण समाधान सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने बिजली की लाइनों और ट्रांसफॉर्मर की मरम्मत और रखरखाव के कार्य को अप्रैल तक पूरा करने का निर्देश दिया ताकि बिजली आपूर्ति में गर्मी में कोई बाधा न आए।

खबर संक्षेप

चेक बाउंस मामले में वांछित धरा

सिरसा। पुलिस ने चेक बाउंस मामले में वांछित को गांव खैरेंका क्षेत्र से काबू किया है। पीओ स्टाफ प्रभारी जनकराज ने बताया कि अदालत द्वारा आरोपी को बार-बार नोटिस देने पर भी आरोपी अदालत में हाजिर नही हुआ। अदालत के आदेशों की अवहेलना करने पर आरोपी शकंर लाल को बीती 01 दिसंबर 2025 को पीओ घोषित किया था। उन्होंने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपी के खिलाफ थाना सिविल लाइन में मामला दर्ज कर जांच पीओ स्टाफ सिरसा को सौंपी गई थी।

फ्री वाईफाई उपयोग के दौरान सावधान रहें

फतेहाबाद। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने आमजन को सचेत करते हुए सार्वजनिक व फ्री वाईफाई नेटवर्क के सुरक्षित उपयोग को लेकर पुलिस एडवाइजरी जारी की गई है। उनका कहना है कि वर्तमान समय में साइबर अपराधी सार्वजनिक वाईफाई का उपयोग करने वाले नागरिकों को ठगी और डेटा चोरी का शिकार बना रहे हैं। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि साइबर अपराधी फर्जी वाईफाई हॉटस्पॉट, संदिग्ध लिंक और मैलवेयर के माध्यम से लोगों की व्यक्तिगत जानकारी, बैंक डिटेल और पासवर्ड हासिल करने का प्रयास करते हैं।

एपेक्स कॉन्वेंट स्कूल में 10वीं की परीक्षाएं शुरू

फतेहाबाद। एपेक्स कॉन्वेंट स्कूल में आईसीएसई कक्षा 10 की बोर्ड परीक्षा का प्रथम दिवस अनुशासित वातावरण में प्रारंभ हुआ। इस अवसर पर विद्यालय के डायरेक्टर अमित मक्कड़ तथा प्रधानाचार्य उमंग कक्कड़ की उपस्थिति में विद्यार्थियों को शुभकामनाएं प्रदान की गई। परीक्षा आरंभ होने से पूर्व विद्यालय स्थित मां सरस्वती मंदिर में विद्यार्थियों द्वारा आशीर्वाद ग्रहण किया गया। इस अवसर पर प्रधानाचार्य उमंग कक्कड़ ने विद्यार्थियों को उत्साह बढ़ाया।

ट्रांसफार्मर से तेल चुराने के आरोप में दो पकड़े

फतेहाबाद। ट्रांसफार्मर से तेल चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए भूना पुलिस ने दो युवकों को गिरफ्तार किया है। थाना प्रभारी उपनिरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि 23 अक्टूबर 2025 की रात्रि को अज्ञात व्यक्तियों द्वारा टोहाना रोड स्थित गांव भुना में स्थापित 25 केवीए ट्रांसफार्मर से तेल चोरी कर लिया गया था। चोरी किए गए तेल की मात्रा लगभग 77 लीटर आंकी गई, जिसकी अनुमानित कीमत 56 हजार 137 रुपये बताई गई है। पुलिस ने मामले में आरोपी सुखविंदर सिंह और सुखा सिंह को गिरफ्तार किया।

बनभौरी धाम के लिए चौथी पैदल ध्वजा यात्रा 21 को

रतिया। मां बनभौरी देवी शक्तिपीठ के लिए जय मां भ्रामरी देवी लंगर कमेटी रतिया द्वारा बनभौरी धाम के लिए चौथी पैदल ध्वजा यात्रा का जत्था प्रधान गुलाब शर्मा की अगुवाई में 21 फरवरी दिन शनिवार को शाम 7 बजे पुरानी गौशाला रतिया से रवाना होगा। ट्रस्ट के प्रधान गुलाब शर्मा ने बताया कि चौथी पैदल ध्वजा यात्रा 21 फरवरी शाम 7 बजे माता रानी के जयकारों के साथ रवाना होगी जो कि 22 फरवरी रविवार को माता रानी के चरणों मे ध्वज अर्पित करेंगे।

टोहाना में लोडिड ट्रक डिवाइडर पर चढ़ा

टोहाना। शहर के हिसार रोड स्थित नागरिक अस्पताल के सामने देर रात एक ट्रक अनियंत्रित होकर डिवाइडर पर चढ़ गया। हादसे में डिवाइडर पर लगी ग्रिल क्षतिग्रस्त हो गई और ट्रक को भी काफी नुकसान पहुंचा। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और मामले की जांच शुरू कर दी है। मिली जानकारी के अनुसार, ट्रक गुजरात से प्लास्टिक दाना लेकर हिमाचल प्रदेश जा रहा था। रात के समय अचानक एक बाइक सवार सामने आ गया, जिसे बचाने के प्रयास में यह हादसा हुआ। हादसा इतना भीषण था कि डिवाइडर पर रखे पत्थर करीब दस फीट दूर जा गिरे और ट्रक लगभग तीस फीट तक डिवाइडर पर चढ़ गया।

सांसद सुभाष बराला ने दिखाई हरी झंडी, सीएम ने किया था उद्घाटन

टोहाना की वर्षों पुरानी मांग पूरी नए बस अड्डे से बस सेवा प्रारंभ

यात्रियों को सुव्यवस्थित, सुरक्षित और आधुनिक परिवहन सुविधा उपलब्ध होगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ टोहाना

टोहाना। नए बस स्टैण्ड से बस को रवाना करते सांसद सुभाष बराला। *फोटो : हरिभूमि*

टोहाना के लोगों की लंबे समय से चली आ रही मांग को पूरा करते हुए शहर के नए बस स्टैंड से बुधवार को बसों का औपचारिक संचालन शुरू कर दिया गया। इस अवसर पर राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने नए बस स्टैंड परिसर में बस को हरी झंडी दिखाकर परिवहन सेवाओं का शुभारंभ किया और इसे क्षेत्र की जनता को समर्पित किया। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने दिसंबर माह में इस बस स्टैण्ड का उद्घाटन किया था लेकिन अभी तक इस बस स्टैण्ड से बसों का संचालन शुरू नहीं हो पाया था।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने कहा कि टोहाना के लिए यह एक ऐतिहासिक और महत्वपूर्ण उपलब्धि है। नए बस स्टैंड के शुरू होने से यात्रियों को सुव्यवस्थित, सुरक्षित और आधुनिक परिवहन सुविधा उपलब्ध होगी। उन्होंने कहा कि यह बस स्टैंड आमजन की आवश्यकताओं और अपेक्षाओं को ध्यान में रखते हुए विकसित किया गया है, ताकि यात्रियों को एक ही परिसर में सभी आवश्यक सुविधाएं मिल सकें। उन्होंने बताया कि नए बस स्टैंड में यात्रियों के लिए विश्राम गृह, स्वच्छ शौचालय, पेयजल व्यवस्था, बैठने की समुचित सुविधा तथा अन्य मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएंगी। साथ ही परिवहन विभाग को निर्देश दिए गए हैं कि यात्रियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो और बसों का संचालन समयबद्ध एवं व्यवस्थित ढंग से किया जाए। उन्होंने कहा कि यह बस स्टैंड केवल एक भवन नहीं, बल्कि टोहाना के विकास और आधुनिक शहरी ढांचे की दिशा में एक मजबूत कदम है।

सांसद बराला ने कहा कि पुराने बस स्टैंड का स्थान भीड़भाड़ वाले क्षेत्र में होने के कारण यात्रियों, दुकानदारों और आम नागरिकों को लगातार यातायात जाम और असुविधा का सामना करना पड़ता था। अब नए बस स्टैंड के शुरू होने से शहरवासियों को बड़ी राहत मिलेगी। हिसार रोड पर स्थित होने के कारण आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों को भी सीधा लाभ मिलेगा और आवागमन अधिक सुगम होगा। उन्होंने जानकारी दी कि शहर के नागरिकों की सुविधा के लिए बस स्टैंड से लोकल बस सेवा भी प्रारंभ की जाएगी, जिससे शहर के भीतर आवागमन और अधिक सरल एवं सुचारु हो सकेगा।

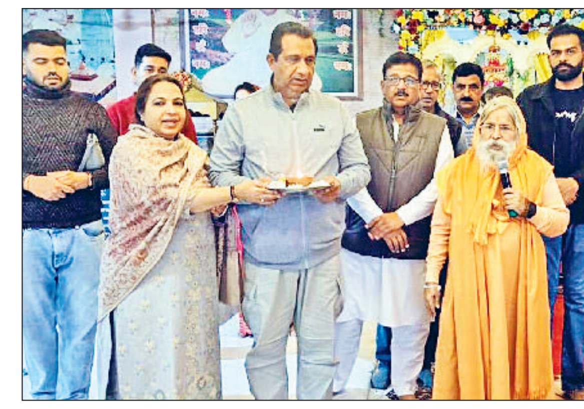
2015 में नए बस स्टैंड पर बनी थी सहमति

सांसद बराला ने बताया कि वर्ष 2015 में तत्कालीन मुख्यमंत्री मनोहर लाल के टोहाना दौरे के दौरान क्षेत्र के विकास कार्यों पर विस्तृत चर्चा हुई थी। उसी दौरान नए बस स्टैंड की आवश्यकता पर सहमति बनी थी। बाद में बाईपास की घोषणा के चलते स्थान निर्धारण में समय लगा, किंतु स्थान तय होने के पश्चात निर्माण कार्य को गति देकर अब इसे पूर्ण कर जनता को समर्पित कर दिया गया है। कार्यक्रम के दौरान राज्यसभा सांसद ने बस परिसर में पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी दिया।

टोहाना में जल्द होगा नए बाइपास का निर्माण

सांसद सुभाष बराला ने कहा कि टोहाना में जल्द ही नए बाइपास का निर्माण कराया जाएगा। इसके लिए केंद्र और राज्य सरकार के संबंधित विभागों के साथ समन्वय स्थापित कर आवश्यक प्रक्रिया आगे बढ़ाई जा रही है। साथ ही क्षेत्र में चिकित्सा सुविधाओं को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से मेडिकल कॉलेज के निर्माण की दिशा में भी प्रयास किए जाएंगे, जिससे क्षेत्रवासियों को उच्च स्तरीय स्वास्थ्य सेवाएं स्थानीय स्तर पर ही उपलब्ध हो सकें। इस अवसर पर एसडीएम आकाश शर्मा, डीएसपी उमेद सिंह व अन्य मौजूद रहे।

शिक्षा के साथ जीवन मूल्य भी जरूरी : स्वामी दिव्यानंद


फतेहाबाद। गीता भवन के वार्षिक महोत्सव में पूजा अर्चना करवाते स्वामी दिव्यानंद महाराज। *फोटो : हरिभूमि*

■ मॉडल टाउन में श्री गीता भवन का वार्षिक महोत्सव मना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

मॉडल टाउन स्थित श्री गीता भवन के वार्षिक महोत्सव में आज चक्रधारी भगवान नारायण का पाटोत्सव मनाया गया वहीं धर्मचंद का पुण्य स्मरण हुआ। इस उपलक्ष्य में आयोजित शिव पुराण कथा में डॉ.स्वामी दिव्यानंद महाराज ने कहा कि धर्म केवल कर्मकांड तक ही सीमित नहीं, पूजा पाठ कर लेना ही काफी नहीं।

शिव पुराण में तो ऋषि प्रयागराज में सूत जी से कहते हैं कि हमें तो आने वाले ऐसे समाज को देखकर चिंता हो रही है कि लोगों के पास सभी सुविधाएं होते हुए भी वे अधपतित होंगे। स्वामी जी ने कहा कि संतानें पढ़ी लिखी होंगी किंतु ज्यादा पढ़ जाने के बाद भी अभिमान बढ़ जाएगा। विनम्रता गायब हो जाएगी।

धर्म का पालन करना भी जरूरी

अधिकांश पढ़ी लिखी किंतु धर्म कर्महीन संतान मां-बाप को स्पष्ट कहने वाले होंगे कि हमें तुम्हारा पैसा नहीं चाहिए। पिता जी, आप ठीक कहते होंगे किंतु हम आपकी बातों से सहमत नहीं। आश्चर्य, आज माता-पिता को चिंता है संतान की, किंतु बच्चों को चिंता नहीं माता-पिता की। सोचो, मानव शरीर एक अवतार की भांति है, होश में रहने के लिए है, गलत खाने पीने के गुलाम होकर मदहोश और बेहोश होने के लिए नहीं। ऐसा मूढ़ता पूर्ण यदि जीवन है तो बाहर से हम कुछ भी दिखें, किंतु यदि भीतर से खोखले हैं तो क्या लाभ। इन कलिदोषों से मुक्ति पाने के लिए और स्वस्थ जीवन जीने का उपाय है शिव आराधना। इस अवसर पर विजय वैभव चौधरी, कपिल बतरा, गुलशन मिढ़ा, कपिल खत्री, प्रवीण सोनी और राजीव चौधरी ने आशीर्वाद लिया।

क्रिकेट में मोटा पन्नीवाला की टीम चैंपियन

■ जमाल की टीम ने द्वितीय स्थान हासिल किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा। ट्रॉफी के साथ टूर्नामेंट की विजेता टीम। *फोटो : हरिभूमि*

झंडा खुर्द में आयोजित आयोजित क्रिकेट टूर्नामेंट मोटा पन्नीवाला ने शानदार प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान हासिल किया। टूर्नामेंट के दौरान मोटा पन्नीवाला की टीम का दबदबा देखने को मिला और फाइनल मुकाबले में भी खिलाड़ियों ने बेहतरीन खेल का प्रदर्शन कर खिताब अपने नाम किया। जमाल की टीम ने द्वितीय स्थान हासिल किया। मुकाबला बेहद रोमांचक रहा, जिसमें दर्शकों ने आखिरी गेंद तक रोमांच का आनंद लिया। इस क्रिकेट महाकुंभ में क्षेत्र की 32 टीमों ने हिस्सा लिया। आयोजन समिति द्वारा बेहतरीन प्रबंधन और खेल भावना का शानदार उदाहरण पेश किया गया। पूरे टूर्नामेंट के दौरान खेल मैदान में उत्साह और जोश का माहौल बना रहा।

अतिथियों ने खिलाड़ियों को जमकर सराहा

समापन समारोह में गांव के कई गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे, जिनमें सरपंच लक्ष्मण दास, प्रधान अमर सिंह, उप प्रधान आत्मा राम, मोमन राम, कुलविन्दर सिंह पट्टू, लखविंदर सिंह, बंसी लाल, गुरजीत, गोबिंद राम, सतनाम सिंह और सोनू ऐचरा उपस्थित रहे। अतिथियों ने विजेता और उपविजेता टीमों को ट्रॉफी और सम्मान प्रदान कर खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। टूनार्मेंट के स्टार खिलाड़ी और कप्तान मोनू गौरव कसवां को उनके शानदार ऑलराउंड प्रदर्शन के लिए मैन ऑफ द सीरीज के खिताब से नवाजा गया।

अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के मेडिकल प्रकोष्ठ का गठन, डॉ. मेहता जिला प्रधान बने

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। मेडिकल प्रकोष्ठ के नवनियुक्त पदाधिकारियों को बधाई देते ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के सदस्य। *फोटो : हरिभूमि*

ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी द्वारा जिला में मेडिकल प्रकोष्ठ का विस्तार किया गया है। संगठन के प्रदेशाध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ द्वारा राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा एवं संस्थापक सूर्यवंशी कमल हाण्डा के दिशा निर्देशों पर जिला मेडिकल प्रकोष्ठ के पदाधिकारियों की घोषणा की है। नई कार्यकारिणी में अनुपम अल्ट्रासाउंड के संचालक सूर्यवंशी डॉ. सुभाष मेहता को मेडिकल प्रकोष्ठ का जिला प्रधान मनोनीत किया गया है वहीं डॉ. आशीष वधवा को मुख्य सलाहाकार, डॉ. अवतार बजाज को सलाहाकार तथा डॉ. सुनीता वधवा को उपप्रधान पद की जिम्मेवारी सौंपी गई है। इसको लेकर आयोजित बैठक में जिलेभर के अनेक वरिष्ठ चिकित्सकों ने भाग लिया, जिनमें प्रमुख रूप से डॉ. अंजना डाबड़ा, डॉ. रवि डाबड़ा, डॉ. दिनेश सन्दूजा, डॉ. समीर टुटेजा, डॉ. राकेश रैना, डॉ. मनमोहन पाहवा, डॉ. संगीता अबरोल व अन्य मौजूद रहे।

सिरसा। कथा करती ब्रह्मानिष्ठा भारती। *फोटो : हरिभूमि*

सच्चे मन से की गई प्रार्थना सुनते हैं भगवानः ब्रह्मनिष्ठा

सिरसा। रानियां में आयोजित शिव कथा के तृतीय दिवस साध्वी ब्रह्मनिष्ठा भारती ने बताया कि जब कोई भक्त प्रभु के चरणों में नतमस्तक होकर सच्चे मन से प्रार्थना करता है, तो भगवान उसकी प्रार्थना को अवश्य श्रवण करते हैं और मुक्त हस्त से अपनी कृपा अपने भक्तों पर लुटाते हैं। प्रभु की कृपा को पाने के लिए कठोर व्रत, जप, तप, नियमों इत्यादि का पालन करने की आवश्यकता नहीं होती। अपितु सच्चे मन से प्रभु का स्मरण करने से और भगवान के चरणों में सच्ची प्रीति से ही प्रभु की प्राप्ति संभव हो जाती है। उन्होंने बताया कि किस प्रकार से देवताओं द्वारा प्रार्थना करने पर और हिमवान द्वारा तपस्या करने पर मां भगवती प्रसन्न होकर हिमावन के घर कन्या के रूप में जन्म लेती हैं और पूरी हिमाचल नगरी में विशाल उत्सव मनाया जाता है।

राजकीय महिला महाविद्यालय में हुई प्लेसमेंट ड्राइव, उत्साह में दिखे छात्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा। प्लेसमेंट ड्राइव में भाग लेते विद्यार्थी। *फोटो : हरिभूमि*

राजकीय महिला महाविद्यालय, सिरसा में प्राचार्य डॉ. शत्रुजीत सिंह की अध्यक्षता में तथा प्लेसमेंट सेल की प्रभारी डॉ. रूपिंद्र कौर के संयोजन में एचडीएफसी बैंक के लिए प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन किया गया। कॉलेज के प्रवक्ता डॉ. कपिल कुमार सैनी ने बताया कि प्लेसमेंट ड्राइव के अंतर्गत एचडीएफसी बैंक से आए प्रतिनिधि मनोज कश्यप एवं उनकी सहयोगी प्रिया ने छात्राओं को बैंक में उपलब्ध रोजगार के अवसरों, आवश्यक योग्यता तथा फ्यूचर बैंकर्स प्रोग्राम के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी प्रदान की। उन्होंने बताया कि चयन प्रक्रिया तीन चरणों में संपन्न होगी, जिसमें पूर्व चयन प्रक्रिया, ऑनलाइन टेस्ट तथा काउंसलिंग प्रक्रिया शामिल हैं। उन्होंने छात्राओं को बैंकिंग क्षेत्र में उज्जवल भविष्य की संभावनाओं से अवगत करवाया तथा उन्हें आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। इस रोजगार मेले में महाविद्यालय की छात्राओं ने बढ़ चढ़कर भाग लिया।

भंभूर के डेविड मानधनिया बने सहायक प्रोफेसर

सिरसा। भंभूर निवासी डेविड मानधनिया का सहायक प्रोफेसर के पद पर चयन हुआ है। उल्लेखनीय है कि डेविड एक बहुत ही निर्धन परिवार का लड़का है जिसके सिर से पिता का साया काफी समय पहले उठ गया और आय का स्रोत मां की केवल विधवा पेंशन थी, उसने अपनी विधवा मां और एक भाई के साथ छोटे से घर में रहते हुए पढ़ाई जारी रखी और एमए में सीडीएलयू में टॉप किया था। दक्ष प्रजापति एजूकेशन ट्रस्ट के प्रधान प्रो. आरसी लिंबा ने बताया कि किसी परिचित ने डेविड को उनसे मिलवाया तो उन्होंने उसकी प्रतिभा को पहचान कर और उसके घरेलू आर्थिक हालात को देखते हुए उसे सिविल सेवा की तैयारी के लिए दिल्ली भेजा और वहां रहने, कोचिंग फीस आदि की व्यवस्था की। डेविड ने भी ट्रस्ट की उम्मीदों पर खरा उतरते हुए सिविल सेवा की तैयारी के साथ-साथ हरियाणा लोक सेवा आयोग की सहायक प्रोफेसर की भर्ती परीक्षा में शामिल होकर स्थान बनाया।

सिरसा। डेविड मानधनिया को बधाई देते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

सांसद ने गांव बैजलपुर में खेल मेले में खिलाड़ियों का बढ़ाया हौसला

गांवों में विकसित हो रहा विश्वस्तरीय खेल ढांचा : सुभाष बराला

सांसद ने गांव में स्थापित आधुनिक जिम का भी उद्घाटन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त करते हुए राज्यसभा सांसद सुभाष बराला।

राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने गांव बैजलपुर में आयोजित तीसरे विशाल खेल मेला में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत कर खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। कार्यक्रम के दौरान सांसद ने गांव में स्थापित आधुनिक जिम का भी उद्घाटन किया। खेल मैदान में पहुंचने पर ग्रामीणों, युवाओं एवं आयोजन समिति के सदस्यों ने उनका स्वागत किया। खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए सांसद सुभाष बराला ने कहा कि खेल केवल शारीरिक मजबूती का साधन नहीं, बल्कि चरित्र निर्माण की आधारशिला हैं। खेलों से युवाओं में अनुशासन, आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता और टीम भावना का विकास होता है। उन्होंने विशेष रूप से उल्लेख किया कि सांसद खेल महोत्सव के अंतर्गत सिरसा लोकसभा क्षेत्र के युवाओं का पंजीकरण देशभर में टॉप टेन में रहा, जो इस क्षेत्र की बढ़ती खेल चेतना और युवा ऊर्जा का प्रमाण है। उन्होंने कहा कि यह उपलब्धि पूरे क्षेत्र के लिए गर्व का विषय है और इससे अन्य युवाओं को भी खेलों की ओर प्रेरणा मिल रही है।

ग्रामीण क्षेत्र में प्रतिभाओं की कमी नहीं

सांसद ने कहा कि उनका प्रयास केवल प्रतियोगिताओं के आयोजन तक सीमित नहीं है, बल्कि ग्रामीण क्षेत्रों में आधुनिक खेल अधोसंरचना विकसित करना भी प्राथमिकता है। इसी दिशा में बैजलपुर में हॉकी का आधुनिक सिंथेटिक ट्रफ मैदान स्थापित किया गया है। यह सुविधा स्थानीय खिलाड़ियों को राष्ट्रीय स्तर के अनुरूप अभ्यास का अवसर प्रदान कर रही है। उन्होंने कहा कि अब ग्रामीण प्रतिभाओं को बड़े शहरों पर निर्भर नहीं रहना पड़ेगा, बल्कि अपने ही क्षेत्र में उच्च स्तरीय सुविधाएं उपलब्ध हैं। इसके अतिरिक्त भुना और आसपास क्षेत्र में भी खेल सुविधाओं का विस्तार किया जा रहा है। भुना के राजकीय कॉलेज में फुटबॉल का आधुनिक सिंथेटिक ट्रफ मैदान निर्माणाधीन है, जो पूर्ण होने के पश्चात क्षेत्र के फुटबॉल खिलाड़ियों के लिए एक बड़ी सौगात सिद्ध होगा। उन्होंने कहा कि इन परियोजनाओं से ग्रामीण युवाओं को प्रतिस्पर्धात्मक माहौल मिलेगा और वे राज्य तथा राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिताओं में बेहतर प्रदर्शन कर सकेंगे। इस अवसर पर भाजपा जिला अध्यक्ष प्रवीण जोड़ा, गांव के सरपंच हेमंत बैजलपुरिया, गुलशन हंस, मोलू राम रुल्हानिया, कंवल चौधरी, जयदीप बराला सहित अनेक खिलाड़ी मौजूद रहे।

साहित्यकार जयभगवान सैनी 22 को लखनऊ में होंगे सम्मानित

ओढां। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान ओढ़ा के पूर्व प्रिंसिपल एवं वरिष्ठ साहित्यकार जयभगवान सैनी को 22 फरवरी को लखनऊ में सम्मानित किया जाएगा। बीएमएन सेवा संस्थान द्वारा आयोजित किए जाने वाले राष्ट्र स्तरीय समारोह में जयभगवान सैनी को बलदेव मल्ल सम्मान से अलंकृत किया जाएगा। लखनऊ के बीएमएन सेवा संस्थान द्वारा जयभगवान सैनी का साहित्य में विशिष्ट योगदान देखते हुए चयन किया गया है। जयभगवान सैनी विभिन्न विधाओं की 35 से अधिक पुस्तकें लिख चुके हैं। जयभगवान सैनी द्वारा रचित यात्रा संस्मरण, कविता संग्रह, लघुकविता संग्रह, आत्मकथा, बाल साहित्य, कहानी संग्रह, अनुवादित एवं विभिन्न विधाओं पर आधारित बहुत सी पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी है।