हरिभूमि

सिरसा-फतेहाबाद भूमि

रोहतक, मंगलवार 17 मार्च 2026

11 सरकारी राजस्व की वसूली में ढिलाई न बरती जाए : डीसी

12 किसानों ने बीमा क्लेम और मुआवजे की मांग पर सौंपा ज्ञापन

खबर संक्षेप

एडीसी ने समाधान शिविर में सुनीं समस्याएं

फतेहाबाद। एडीसी अनुराग ढालिया ने कहा कि समाधान शिविर में आने वाली समस्याओं को अधिकारी गंभीरता से लें। जैसे ही समस्याएं आपके पास पहुंचती है, तुरंत इसके समाधान करें। शिविर में आमजन अपनी समस्याओं को लेकर आते हैं और उनको विश्वास होता है कि समाधान शिविर में उनकी समस्याओं का समाधान होगा, इसलिए अधिकारी प्रशासन की विश्वसनीयता को बढ़ाने के लिए बेहतरीन कार्य करें।

पुलिस ने हेरोइन सहित युवक को दबोचा

फतेहाबाद। नशा तस्करों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने एक युवक को हेरोइन सहित काबू किया है। थाना प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद ने बताया कि उपनिरीक्षक अमित कुमार पुलिस टीम के साथ गांव धांगड़ से गांव बीघड़ रोड पर गश्त एवं नशीले पदार्थों की रोकथाम के संबंध में मौजूद थे। इसी दौरान एक युवक पैदल आता दिखाई दिया। शक के आधार पर पुलिस टीम ने युवक को काबू कर पूछताछ की।

सेंधमारी करने वाले गिरोह के दो युवकों को पकड़ा

फतेहाबाद। गांव सिधानी स्थित सरकारी स्कूल में हुई चोरी की गुत्थी को सुलझाते हुए थाना जाखल पुलिस ने दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान अंकुश उर्फ वंश पुत्र रणधीर सिंह व जसमीत सिंह उर्फ जस्सू पुत्र अजीत सिंह निवासी सिधानी के रूप में हुई है। थाना प्रभारी उप-निरीक्षक सुरेश कुमार ने बताया कि जीएसएसएस सिधानी के प्रधानाचार्य कश्मीर सिंह ने पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि 13 मार्च को स्कूल बंद होने के बाद अज्ञात चोरों ने कंप्यूटर लैब का ताला तोडक़र वहां से दो इन्वर्टर बैटरियां चोरी कर ली थी।

हेरोइन तस्करी में युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। एएनसी सेल फतेहाबाद ने नशा तस्करी के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए एक युवक को भारी मात्रा में हेरोइन सहित काबू किया है। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। एएनसी सेल फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक साधु राम ने बताया कि एएसआई रामअवतार पुलिस टीम के साथ भुना बस अड्डा क्षेत्र में नशीले पदार्थों की रोकथाम के लिए गश्त पर मौजूद थे। इसी दौरान सूचना के आधार पर कार्रवाई की गई।

जानलेवा हमला करने के मामले में दो आरोपी काबू

फतेहाबाद। एक व्यक्ति पर जानलेवा हमला कर उसे गंभीर रूप से घायल करने के मामले में थाना शहर टोहाना पुलिस ने दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान अनिल उर्फ लीलू पुत्र चंद्रपाल निवासी गुप्ता कॉलोनी, टोहाना और सुनील उर्फ सीना पुत्र खुशी राम निवासी रविदास मोहल्ला, टोहाना के रूप में हुई है।

पश्चिमी विक्षोभ से हल्की बरसात से तीन डिग्री गिरा तापमान
फसलों की बढ़ेगी उत्पादकता, फिर हुआ ठंड का अहसास

18 और 20 मार्च को दोबारा बरसात की संभावना

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने कारण रविवार को जिले में हल्की बरसात से अधिकतम तापमान में तीन डिग्री सेंटी ग्रेट की गिरावट दर्ज की गई। इससे रबी सीजन फसलों को फायदा होगा। पिछले एक सप्ताह से वातावरण में गर्मी में तेजी से बढ़ रही थी, जिसके कारण गेहूं की फसल में उत्पादकता को लेकर आशंका जाहिर की जा रही थी कि इस बार उत्पादन प्रभावित हो सकता है। मौसम विभाग के वैज्ञानिकों की मानें तो हल्की बरसात से किसानों को बड़ी राहत मिलेगी। साथ ही लोगों को भी कभी गर्मी और ठंडी के चक्र से राहत मिलेगी। अधिकतम तापमान 31 डिग्री से तीन डिग्री घटकर 28 डिग्री पर आ गया है, जबकि न्यूनतम तापमान 14 डिग्री दर्ज किया गया, जिससे अगले सप्ताह तक रातें थोड़ी सर्द होने की संभावना है। वहीं खेतों में खड़ी गेहूं, सरसो और सब्जियों की फसलों को बहुत फायदा होगा। जिलेभर में करीब 4 लाख 6 हजार 608 एकड़ जमीन पर गेहूं की खेती की जा रही है, इन फसलों की उत्पादकता बढ़ेगी और किसानों को लाभ होगा। मौसम विभाग के वैज्ञानिकों की मानें तो पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय है, लेकिन कमजोर है, इसलिए सुबह के समय हल्की बरसात हुई। दिन के समय हवा के झोंके के आगे बूंदें टिक नहीं पाई और आगे बढ़ गई। अगले दो दिनों तक धूप और बादलों की लुकाछुपी चलेगी। 18 मार्च को एक बार फिर से बरसात की संभावना है, जिसके साथ तेज हवा भी चलेगी। इससे लोगों को तेजी से बढऩे वाली गर्मी से राहत मिलेगी। बंसत ऋतु का पूरा आनंद उठा पाएंगे।

गर्मी के कारण प्रभावित हो रही गेहूं पैदावार को मिलेगी राहत

किसान फसलों में अधिक सिंचाई न करें

फतेहाबाद क्षेत्र में हल्की बारिश से तापमान में गिरावट आई। इसके चलते जहां लोगों को गर्मी से राहत मिली, वहीं कृषि विशेषज्ञों के अनुसार इस मौसम का फसलों में भी फायदा होगा। उन्होंने आगामी दिनों में मौसम के पूर्वानुमान के अनुसार फसलों की कम सिंचाई देने की भी अपील की। बीते कई दिनों से जिले में गर्मी बढ़ रही थी। अधिकतम तापमान भी 30 डिग्री सेल्सियस को पार कर गया था। इसी बीच रविवार को यहां हलकी बरसात हुई। इससे तापमान में चार डिग्री तक गिरावट आई, जिससे लोगों को गर्मी से राहत मिली। कृषि विभाग के एसडीओ मुकेश महला ने कहा कि हल्की बरसात ने फसलों में सिंचाई का काम किया है। साथ ही गर्मी से राहत मिली है, जिससे फसलों को फायदा होगा। गेहूं की फसल में उत्पादकता बढ़ेगी। सरसों की फसल के लिए भी यह बरसात वरदान से कम नहीं है। किसानों को हर प्रकार से फायदा होगा।

फतेहाबाद। बरसात के बाद चली हवाओं से गिरी फसल। फोटो : हरिभूमि

जिलेभर में खेती का रकबा

जिलेभर में 4 लाख 37 हजार 663 एकड़ में किसान खेती करते हैं। करीब 4 लाख 6 हजार 608 एकड़ में गेहूं की खेती हो रही है। करीब 22777 एकड़ में सरसों की खेती की जा रही है। करीब 15 हजार एकड़ में सब्जी की खेती होती है। इसके अलावा अन्य प्रकार की फसलों के लिए भी किसान खेती करते हैं।

गैस एजेंसियों के गोदामों में 20691 घरेलू गैस सिलेंडरों का स्टॉक उपलब्ध
गैस एजेंसियों के सामने लंबी कतारें आज से मिलेंगे कमर्शियल सिलेंडर

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद/रतिया/भट्टूकलां

जिले में गैस सिलेंडरों को लेकर स्थिति अभी भी सामान्य नहीं हुई है। गैस किल्लत को लेकर उपभोक्ताओं में हाहाकार मचा हुआ है। जिले के शहर रतिया और भट्टूकलां में सोमवार सुबह गैस सिलेंडर लेने के लिए उपभोक्ताओं की लंबी कतारें लगी देखी गई। जिला प्रशासन की मानें तो आज से जिले में कमर्शियल सिलेंडरों की सप्लाई शुरू कर दी जाएगी। वैसे सोमवार शाम तक जिले की 23 गैस एजेंसियों के गोदामों में 20691 सिलैंडरों का स्टॉक उपलब्ध हैं। इनमें 13041 सिलेंडर सोमवार सुबह तक पड़े थे जबकि सोमवार को 7650 नए सिलैंडर यहां पहुंचे। रविवार को यहां 3231 रिफिल लोगों के घर पहुंचाए गए वहीं सोमवार को औसत 5 हजार सिलैंडरों की सप्लाई दी गई। खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक कौशल बूरा के अनुसार जिले में 321 कमर्शियल सिलेंडर रिजर्व पड़े हैं, जिन्हें आपात स्थिति में उपलब्ध करवाया जा सकता है। जिले में घरेलू गैस की कोई कमी नहीं है और सामान्य सप्लाई दी जा रही है। रतिया में सुबह करीब 6:30 बजे से ही लोग गैस एजेंसी के बाहर खड़े नजर आए, जिससे उन्हें काफी परेशानी का सामना करना पड़ा। कतार में खड़े दिनेश कुमार, कपिल कुमार और मंगत कुमार ने बताया कि वे सुबह से ही सिलेंडर लेने के लिए इंतजार कर रहे हैं। उनका कहना था कि काफी समय बीत जाने के बावजूद उनका नंबर नहीं आया, जिससे उन्हें भारी असुविधा हुई। इन उपभोक्ताओं ने यह भी बताया कि वे रतिया के दूर-दराज के गांवों से सिलेंडर लेने आए हैं। उनका आरोप है कि गैस एजेंसी ने गांवों में सिलेंडर की आपूर्ति बंद कर दी है, जिसके कारण उन्हें शहर आकर लाइन में लगना पड़ रहा है। इस मामले में गैस एजेंसी के मैनेजर रामनिवास ने बताया कि गैस सिलेंडरों की कोई कमी नहीं है। बुकिंग के अनुसार सिलेंडर दिए जा रहे हैं और आपूर्ति सामान्य रूप से जारी है।

भट्टूकलां। गैस सिलैण्डरों के लिए लगी लाइन। फोटो : हरिभूमि

रतिया। गैस एजेंसी के बाहर लगी लाइन। फोटो : हरिभूमि

फतेहाबाद की गैस सिलेंडरों की स्थिति

जिले में कुल एजेंसियां	23
सोमवार नई रिफिल	7650
सुबह तक स्टॉक	13041
कुल सिलैण्डर संख्या	20691
रविवार को कुल बुकिंग	3231
कमर्शियल स्टॉक	321 (रिजर्व)

उपभोक्ताओं ने लगाया आरोप - गांवों में सिलेंडर की आपूर्ति बंद की

भट्टू कलां में सिलेंडर की होम डिलीवरी ठप, सुबह 7 बजे से लाइनों में लगे लोग

भट्टू कस्बे में इन दिनों रसोई गैस की किल्लत और वितरण व्यवस्था चरमराने से आम जनता को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। गैस एजेंसी द्वारा होम डिलीवरी पूरी तरह बंद कर दी गई है, जिसके कारण उपभोक्ताओं को खुद सिलेंडर ढोने पर मजबूर होना पड़ रहा है। सोमवार सुबह भट्टू के गैस गोदाम पर भारी भीड़ देखी गई। इसके बाद गैस की डिलीवरी भट्टू के बस स्टैंड के पास से दी गई। सुबह 7 बजे से ही लाइनों में लग गऐ थे ताकि उन्हें समय पर गैस मिल सके। लाइनों में महिलाओं और बुजुर्गों की संख्या काफी अधिक थी, जो घंटों अपनी बारी का इंतजार करते नजर आए। उपभोक्ताओं का आरोप है कि एजेंसी बार-बार शिकायत के बावजूद घरों तक सिलेंडर नहीं पहुचा रही है। ग्रामीणों ने बताया कि काम-काज छोडक़र सुबह से लाइन में लगना पड़ता है, जिससे उनकी दिहाड़ी और समय दोनों का नुकसान हो रहा है। स्थानीय लोगों ने प्रशासन से मांग की है कि गैस की सुचारू आपूर्ति सुनिश्चित की जाए और होम डिलीवरी सेवा को दोबारा शुरू करवाया जाए ताकि जनता को इस परेशानी से निजात मिल सके।

भाखड़ा नहर टूटने से 20 एकड़ में फसलें जलमग्न

- नहर में 20 से 25 फुट चौड़ी दरार आई

हरिभूमि न्यूज ⏭ डबवाली

डबवाली खंड में सोमवार को भाखड़ा मैन ब्रांच नहर टूट गई। मौजगढ़ हेड से निकलने वाली यह नहर काला तीतर के पास टूटी, जिससे आसपास के खेतों में पानी भर गया। इस घटना में करीब 20 एकड़ पकी हुई फसलें जलमग्न हो गई। नहर में 20 से 25 फुट चौड़ी दरार आ गई, जिससे पानी तेजी से खेतों में फैल गया। बताया जा रहा है कि सोमवार अलसुबह किसान अपने खेतों की ओर गए तो उन्होंने चिम्मा ढाणी गांव गिद्दड़खेड़ा की ओर नहर को टूटा हुआ पाया। उन्होंने तुरंत अन्य किसानों को इसकी सूचना दी। किसानों के नहर पर पहुंचने से पहले ही लगभग 20 एकड़ कृषि भूमि में पानी भर चुका था।

सिरसा। भाखड़ा मैन ब्रांच नहर टूटी।

मुआवजे की मांग

नहर टूटने की खबर मिलते ही आसपास के गांवों में हडक़ंप मच गया। किसानों में इस बात को लेकर रोष है कि जब उन्हें पानी की आवश्यकता होती है, तब नहरों में पानी नहीं छोड़ा जाता। वहीं, अब फसल कटाई के समय अनावश्यक रूप से अधिक पानी छोड़ा गया, जिससे नहरें और माइनर ओवरफ्लो होकर टूट रहे हैं। इससे किसानों को भारी नुकसान उठाना पड़ रहा है। किसानों ने हुए नुकसान की भरपाई के लिए विशेष गिरदावरी करवाकर मुआवजे की मांग की है।

सड़क हादसे में दो युवकों की मौत

डबवाली। उपमंडल के गांव मटदादू के पास कार व मोटरसाइकिल की टक्कर में दो युवकों की मौत हो गई, जबकि एक युवक गंभीर रूप से घायल हो गया। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और सभी को डबवाली के नागरिक अस्पताल में पहुंचाया, जहां गंभीर रूप से घायल युवक को प्राथमिक उपचार के बाद रेफर कर दिया गया है। बताया जा रहा है कि गोंडा निवासी संतोष, फिरोजाबाद निवासी जीतू व एक अन्य युवक डबवाली की बेकरी में काम करते थे और रविवार की छुट्टी के चलते तीनों गांव गोरीवाला में किसी रिश्तेदार से मिलने गए थे। तीनों युवक एक ही मोटरसाइकिल पर रात को डबवाली लौट रहे थे। गांव मटदादू के पास कार व मोटरसाइकिल की सीधी टक्कर हो गई। स्थानीय लोगों ने हादसे की सूचना पुलिस को दी। सूचना मिलते ही डबवाली सदर थाना प्रभारी टीम सहित मौके पर पहुंचे और तीनों को नागरिक अस्पताल में पहुंचाया जहां चिकित्सकों ने संतोष व जीतू को मृत घोषित कर दिया, जबकि तीसरा युवक गंभीर रूप से घायल था, जिसे प्राथमिक उपचार के बाद रेफर कर दिया गया है। पुलिस के अनुसार हादसे के बाद कार चालक कार को मौके पर छोडक़र से फरार हो गया। पुलिस ने कार को अपने कब्जे में ले लिया है।

पीर बस्ती से जुआ खेलते 29 लोग पकड़े

- जुए के अड्डे पर रेड, 6 लाख 29 हजार 700 रुपए की नकदी बरामद

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

शहर थाना पुलिस ने पीर बस्ती सिरसा क्षेत्र में एक घर पर दबिश बड़े स्तर पर जुआ खेल रहे 29 लोगों को गिरफ्तार कर मौके से 6 लाख 29 हजार 700 रुपए की नकदी बरामद की है। पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने बताया कि शहर थाना की पुलिस टीम बीती रात गश्त के दौरान रानियां गेट सिरसा क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस को गुप्त सूचना मिली कि पीर बस्ती निवासी जॉनी अपने घर में बड़े स्तर पर जुआ खेला जा रहा है। पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए पीर बस्ती में उक्त मकान पर दबिश तो देखा की मकान के अंदर जुआ खेल रहे 29 लोगों को रंगे हाथों काबू कर उनके कब्जे से 6 लाख 29 हजार 700 रुपए की नकद राशि बरामद की।

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि सभी आरोपियों के खिलाफ जुआ अधिनियम के तहत थाना शहर सिरसा में मामला दर्ज कर लिया गया है और मामले की गहनता से जांच की जा रही है।

सिरसा। जुआ खेलते पकड़े गए आरोपी। फोटो : हरिभूमि

एलटीसी सुविधा बंद करने पर जताया विरोध

फतेहाबाद। प्रदेश सरकार द्वारा सरकारी कर्मचारियों और पेंशनभोगियों को मिलने वाली लीव ट्रैवल कंसेशन यानि एलटीसी सुविधा को बंद करने के निर्णय ने एक बड़े विवाद को जन्म दे दिया है। 13 मार्च को जारी सरकारी पत्र के बाद पूरे प्रदेश के साथ-साथ फतेहाबाद के कर्मचारी वर्ग में भी भारी रोष व्याप्त है। ऑल रिटायर्ड कर्मचारी वेलफेयर एसो. जिला फतेहाबाद के पदाधिकारियों ने सरकार के इस कदम की निंदा की है। एसोसिएशन के जिला प्रधान मुंशी राम कम्बोज, सचिव सुभाष चन्द्र चौहान व रणधीर सिंह डबास ने एक संयुक्त बयान जारी करते हुए कहा कि सरकार का यह निर्णय विश्वासघात जैसा है। 2 मार्च को पेश किए गए राज्य बजट में नियमित और सेवानिवृत्त कर्मचारियों को मिलने वाली एक माह के वेतन के बराबर एलटीसी सुविधा को समाप्त कर दिया गया है।

ठेकेदारी प्रथा के खिलाफ प्रदर्शन 18 को

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

हरियाणा सरकार की वादाखिलाफी और ठेकेदारी प्रथा के शोषण के विरुद्ध नगर पालिका कर्मचारी संघ हरियाणा आंदोलन की घोषणा की है। नगरपरिषद कर्मचारियों द्वारा 18 मार्च को अपनी मांगों को लेकर शहर में प्रदर्शन करते हुए ठेकेदारी प्रथा का पुतला दहन किया जाएगा और कार्यकारी अधिकारी को ज्ञापन सौंपा जाएगा। प्रदर्शन की तैयारियों को लेकर नगरपालिका कर्मचारी संघ ब्लाक फतेहाबाद की बैठक आज प्रधान नरेश राणा की अध्यक्षता में हुई।

फतेहाबाद। बैठक में भाग लेते नगरपालिका कर्मचारी संघ के पदाधिकारी।

आंदोलन तेज करने की चेतावनी

बैठक में राज्य वरिष्ठ उप-प्रधान रमेश तोषामड़ व राज्य प्रेस सचिव विजय ढाका ने बताया कि ठेकेदार कर्मचारियों का आर्थिक शोषण कर रहे हैं। न तो न्यूनतम वेतन दिया जा रहा है और न ही समय पर भुगतान हो रहा है। इसके विरोध में 18 मार्च को शहर में प्रदर्शन करते हुए ठेकेदारी प्रथा का पुतला दहन किया जाएगा और कार्यकारी अधिकारी को ज्ञापन सौंपा जाएगा। कर्मचारी नेताओं ने साफ किया कि यदि सरकार ने उनकी मांगों की अनदेखी की, तो 12 अप्रैल को रोहतक में होने वाले राज्य स्तरीय कार्यकर्ता कन्वेंशन के बाद आंदोलन को और तेज किया जाएगा।

अवैध निर्माण का मामला गरमाया

- आरटीआई एक्टिविस्ट ने उठाई जांच की मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

शहर के भट्टू रोड क्षेत्र में कथित अवैध निर्माण को लेकर एक बार फिर प्रशासनिक कार्रवाई की मांग उठी है। सामाजिक एवं आरटीआई कार्यकर्ता राधेश्याम सोनी ने जिला नगर योजनाकार, नगर एवं ग्राम नियोजन विभाग फतेहाबाद से मामले की उच्चस्तरीय और निष्पक्ष जांच की मांग की है। सोनी ने अपने बयान में बताया कि उन्होंने 26 फरवरी को जनहित में एक शिकायत दर्ज करवाई थी, जिसमें भट्टू रोड स्थित अग्रवाल कॉलोनी में बाल भारती स्कूल के सामने तथा धान कॉलोनी के अनअप्रूव्ड क्षेत्र में चल रहे अवैध निर्माण कार्यों की ओर प्रशासन का ध्यान आकर्षित किया गया था।

अवैध निर्माणों पर रोक लगाना जरूरी

राधेश्याम सोनी ने कहा कि एक सामाजिक एवं आरटीआई कार्यकर्ता होने के नाते शहर में हो रहे अवैध निर्माण, अनियमित कॉलोनियों और नियमों के उल्लंघन से जुड़े मामलों को प्रशासन के संज्ञान में लाना उनका सामाजिक दायित्व है। उन्होंने कहा कि यदि ऐसे निर्माण कार्यों पर समय रहते रोक नहीं लगाई गई तो भविष्य में क्षेत्र में सडक़, सीवरेज, जल निकासी, पार्किंग, अग्नि सुरक्षा और अन्य बुनियादी सुविधाओं से संबंधित गंभीर समस्याएं पैदा हो सकती हैं।

चर्चा उपायुक्त ने जिला जल एवं सीवरेज मिशन की बैठक को किया संबोधित

स्वच्छ पेयजल प्रदान करना प्रशासन की प्राथमिकता

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

उपायुक्त शांतनु शर्मा ने सोमवार को जिला जल एवं सीवरेज मिशन (डीडब्ल्यूएसएम) की बैठक को संबोधित किया। बैठक में जिला में स्वच्छ पेयजल आपूर्ति, जल संरक्षण व ग्रामीण क्षेत्रों में चल रही पेयजल आधारित विकास परियोजनाओं की समीक्षा की गई। इस दौरान अतिरिक्त उपायुक्त वीरेंद्र सहरावत भी विशेष रूप से मौजूद रहे। उपायुक्त शांतनु शर्मा ने जल जीवन मिशन सहित विभिन्न योजनाओं के तहत जिले में चल रहे कार्यों, जल गुणवत्ता, जल संरक्षण जागरूकता गतिविधियों तथा गर्मी के मौसम को ध्यान में रखते हुए पेयजल आपूर्ति व्यवस्था को बेहतर बनाने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए।

सिरसा। अधिकारियों की बैठक लेते उपायुक्त। फोटो : हरिभूमि

अधिकारियों को दिए निर्देश

उपायुक्त शांतनु शर्मा ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि जिला में जल संरक्षण और स्वच्छ पेयजल के बारे में ज्यादा से ज्यादा आमजन को जागरूक किया जाए। खासतौर पर स्कूली बच्चों में भी विशेष रूप से तैयार शॉर्ट फिल्म या नुक्कड़ नाटक जैसे माध्यम से पानी बचाने और स्वच्छ पेयजल के प्रति जागरूकता लाई जाए। उन्होंने कहा कि जल जीवन मिशन के उद्देश्यों को सफल बनाने के लिए सामुदायिक भागीदारी बेहद जरूरी है। बैठक में पंचायती राज विभाग के कार्यकारी अभियंता गौरव भारद्वाज, महिला एवं बाल विकास विभाग की उप निदेशक डा. दर्शना सिंह, संरक्षण अधिकारी डा. अंजना डूडी, डीडीपीओ कार्यालय से मदन लाल, डीआईपीआरओ रामनाथ, डा. प्रतीक गोयल, एसडीओ रूप राम नागर, विशाल ज्याणी, बीआरसी राजेश कुमार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

चैत्र नवरात्र का पर्व हम तब मनाते हैं, जब शीत ऋतु का प्रस्थान, ग्रीष्म ऋतु का आगमन हो रहा होता है। यह वसंत ऋतु का समय होता है, जब वृक्षों पर नव कोंपल आ रही होती हैं, बागों में फूल महक बिखेर रहे होते हैं। प्रकृति के इस नवीन वातावरण में हम मां शक्ति की नौ दिन पूरी आस्था के साथ पूजन करते हैं, अपने भीतर आध्यात्मिक चेतना जगाते हैं। यह समय मां शक्ति की उपासना करते हुए, स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने का भाव जगाता है।

मां शक्ति की उपासना के साथ नवजीवन का उत्सव

आवरण कथा
डॉ. मोनिका शर्मा

बदलाव की स्वीकार्यता, जीवन को सहज बना देती है। यह पाठ प्रकृति से ज्यादा और कौन पढ़ा सकता है? समय के साथ आगत के स्वागत का भाव एक ओर भावनाओं के मोर्चे पर सुकून देता है तो दूसरी ओर जीवन को गति। मानवीय अनुभूतियों को आस्था के भाव संग जोड़ने का संदेश देते चैत्र नवरात्र, नएपन के ऐसे ही स्वागत-सत्कार का संदेश देते हैं। वासंतिक नवरात्र का यह समय प्रकृति के आंगन में नई कोंपलों के फूटने और रंग-बिरंगे फूलों के खिलने का समय होता है। मां भगवती के अर्चन के इन दिनों में स्त्रियां नवीनता को सहजता से आत्मसात करने का आशीष भी मांगती हैं।

समय के साथ चलने का सुख

आस्था और पूजन-अर्चन से जुड़ीं हमारी परंपराएं प्रकृति से भी गहराई से जुड़ी हैं। यही वजह है कि हर रीत समय के साथ चलने की प्यारी सीख देती है। आस्था की यह राह मन को साधने का भी काम करती है। नई कोंपलों के स्वागत के इस मौसम में मां भगवती की उपासना के नौ दिन आध्यात्मिक चेतना के साथ और शारीरिक नवीनीकरण के दिन होते हैं। नवरात्र में उपवास करने की बात हो या दिनचर्या में सहज बदलाव कर, मां दुर्गा के नौ रूपों की साधना करते हुए मन-जीवन में नयापन लाने के प्रयास, सब कुछ नकारात्मक ऊर्जा के घेरे को कम करने से जुड़ा है। यह समय चेतनामयी आभा को पोसने वाला है। यह चेतना और सकारात्मकता, नई बातों और हालातों को अपनाकर नई शुरुआत करने की मनःस्थिति बनाती है। आमतौर पर स्त्रियां नएपन को स्वीकारने में जरा झिझकती हैं। महिलाओं के लिए समय के साथ सहजता से ढलना-बदलना मुश्किल होता है, जबकि प्रकृति और परंपराओं के इन रंगों को सबसे अधिक स्त्रियां ही जीती, निभाती और मानती हैं। ऐसे में धरा के पोर-पोर में खिलते नएपन और उल्लास के बीच चैत्र नवरात्र में अपनी भीतरी ऊर्जा को जगाने की राह जरूर पकड़ें। सशक्त मन और सजग मस्तिष्क की धनी बन, मां आदिशक्ति से जीवन के हर पड़ाव पर सहजता से जीने और नएपन से जुड़ने का आशीष भी मांगें।

मन को आधार देती आस्था

वैज्ञानिक अध्ययन भी बताते हैं कि रंग, रस और सुगंध में डूबे संपूर्ण पर्यावरण और परिवेश में इंसानी मन में भी नई ऊर्जा का संचार होता है। चैत्र प्रतिपदा से शुरू होने वाले वासंतिक नवरात्र को परिवर्तन का भी काल जाता है। इस दौरान प्रकृति नवीन हो जाती है। धरा का कोना-कोना महकता और सजा-धजा नजर आता है। कोयल की कूक से लेकर खिलते पलाश तक, सब कुछ नवजीवन का सुंदर संदेश देता-सा लगता है। बदलते मौसम के इसी पड़ाव पर मां शक्ति की उपासना से जुड़े श्रद्धा के भाव मन को नया आधार देते हैं। नववर्ष की इस दस्तक पर कई दूसरे सार्थक रिवाज निभाए जाते हैं। ईश्वरीय शक्ति में विश्वास के संग प्रकृति को सहेजना इन परंपराओं का हिस्सा है। नदियों में स्नान करने से लेकर बरगद, पीपल सींचने तक, प्रकृति से जोड़ने वाले कई प्रण नव वर्ष के अवसर पर लिए जाते हैं। इन रिवाजों को निभाने और धरती के सहेजने वाले प्रयासों संग हर स्त्री अपने जीवन में भी नई ऊर्जा उपार्जित कर सकती है। मन की शक्ति को साधते हुए अपने व्यक्तित्व को नए रंग में ढाल सकती है।

श्रद्धा और सृजनशीलता का उत्सव

नवरात्र के नौ दिन एक अनुष्ठान के समान होते हैं। मानसिक ऊर्जा को सहेजने का संकल्प लेने के विशेष दिन। श्रद्धा भाव से जुड़ी यह शक्ति शारीरिक और मानसिक रूप से रिचार्ज करती है। नवसृजन की सोच को बल देती है। हर मन को नई ऊर्जा देने वाले इस मौसम में ऊर्जामयी प्रकृति से सीखते हुए आगे बढ़ने का प्रेरणादायी सूत्र आध्यात्मिक ही नहीं, व्यावहारिक जीवन की बेहतरी से भी जुड़ा है। यही वजह है कि मां दुर्गा की आराधना और धरती पर हर ओर फैले नएपन के उत्सव में शक्ति को साधने और मन जीवन को नई ऊर्जा देने की रीत घर-घर में रही है। यह समय धरती और मां शक्ति की उपासना करते हुए स्त्री की सृजनशक्ति को मान देने के भाव जगाता है। भारतीय संस्कृति में मातृशक्ति को ही प्राणशक्ति कहा गया है। हर घर में मां की भूमिका बहुत अहम होती है। जीवन देने वाली मां का स्थान सबसे ऊपर माना गया है। नवरात्र का आध्यात्मिक और पारंपरिक पर्व प्रभु श्रीराम द्वारा मां आदिशक्ति की उपासना कर बुराई से लड़ने की शक्ति पाने से भी जुड़ा है। स्त्रियों के लिए भी मां भगवती का पूजन-अर्चन अपने सामर्थ्य को पहचानने का उत्सव ही है। नवरात्र, मुसीबतों के आगे डट कर शक्ति का आह्वान करने का अनुष्ठान है। अपने व्यक्तित्व की प्रफुल्लता, स्फूर्ति और तेजस्विता को बल देते हुए सृजनशील रहने का भाव जगाने का अवसर भी है। ❀

अपनाएं सही डाइट प्लान व्रत में नहीं बिगड़ेगी सेहत

डाइट सजेशन
शीला सहरावत, डाइटीशियन

आने वाले नवरात्र के दौरान आप अगर एक-दो दिन या पूरे नौ दिन व्रत रखने वाली हैं तो आपको अपने डाइट प्लान पर ध्यान देना चाहिए। इससे आप पूरे दिन एनर्जेटिक रहेंगी और आपकी तबियत भी नहीं बिगड़ेगी।

नवरात्र के दौरान आप भी जरूर व्रत रखेंगी। लेकिन इस दौरान अगर आप अपनी डाइट का ध्यान नहीं रखेंगी तो कुछ हेल्थ प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। जैसे-कई महिलाओं को व्रत में अन्न और नमक न लेने से एनर्जी में कमी महसूस होने लगती है। शुगर या बीपी की पेशेंट्स भी समझ नहीं पातीं कि व्रत में क्या खाना सही रहेगा। इसलिए हम आपको ऐसा डाइट प्लान बता रहे हैं, जिससे व्रत के दौरान भी आप फिट रहेंगी और आपको कमजोरी या सुस्ती भी महसूस नहीं होगी।

डाइट प्लान बनाएं ऐसा

- नीबू पानी और शहद मिला पानी पीने के साथ ही भिगोए हुए ड्राय फ्रूट्स से दिन की शुरुआत करें।
- लंच से पहले शरीर के टॉक्सिंस निकालने के लिए एक गिलास डिटॉक्स ड्रिंक जैसे नीबू पानी, छाछ या नारियल पानी को डाइट में अवश्य शामिल करें।
- रात के खाने में आप अंगूर, आम, अनानास जैसे खट्टे फल न खाएं। ये एसिडिटी की समस्या को बढ़ा सकते हैं।
- व्रत की डाइट में कार्ब्स, प्रोटीन, फाइबर और हेल्दी फैट का बैलेंस बनाएं।
- ज्यादा तेल या चीनी डाइट में न शामिल करें। ज्यादा चीनी वाले या क्रीमी डेजर्ट्स से भी बचें।
- कार्ब्स के लिए हल्के और कम कैलोरी वाले सामक के चावल शामिल करें।
- फाइबर से भरपूर कुट्टू की रोटी शामिल करें, इससे भूख कंट्रोल रहती है।
- फाइबर से भरपूर और कम कैलोरी वाली सब्जियां जैसे लौकी, कद्दू, शकरकंद, खीरा या टमाटर को अपनी डाइट में शामिल करें।
- फलों में नेचुरल शुगर देने वाले सेब, पपीता, अनार या केला शामिल करें।
- प्रोटीन के लिए राजगिरा का दलिया, लो फैट पनीर, दही या नट्स जैसे बादाम, अखरोट लें। ये भूख कंट्रोल करते हैं।
- फैट के लिए थोड़ा-सा घी या कोल्ड प्रेस्ड ऑयल में व्यंजन पकाएं।
- पूरे दिन में 2-3 सीजनल फ्रूट्स, थोड़ी सब्जी और दूध या दही जरूर खाएं।
- ज्यादा कैलोरी वाली तली हुई चीजों जैसे कुट्टू के पकौड़े, आलू के चिप्स या साबुदाना पापड़ से परहेज करें।
- फलाहार बनाने में सेंधा नमक ज्यादा न डालें क्योंकि यह पानी रिटेंशन बढ़ाता है और सूजन आती है।
- आलू ज्यादा न खाएं क्योंकि ये स्टार्च से भरपूर है और कैलोरी बढ़ाता है।
- पैकेज्ड फूड अवॉइड करें, क्योंकि उनमें चीनी और नमक ज्यादा होता है।
- व्रत के दौरान चाय-कॉफी ज्यादा न पिएं, इसके बजाय हर्बल टी लें।

डायबिटिक-बीपी पेशेंट्स की डाइट

डायबिटीज और हाई बीपी (हाइपरटेंशन) के मरीजों को व्रत के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।

क्या खाएं: डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर के मरीज, दिन में थोड़ा-थोड़ा खाकर, हाइड्रेटेड रहकर और तले-भुने से बचकर व्रत रख सकती हैं। कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की रोटी, सामक के चावल, दही, मखाना, पनीर और लौकी, कद्दू की सब्जी का सेवन करें। भोजन में लो-फैट दही, छाछ, पनीर और दूध शामिल करें। स्नैक्स में भुने हुए मखाने, बादाम, अखरोट लें।

क्या न खाएं: डीप फ्राइड भोजन जैसे कुट्टू, सिंघाड़े के आटे की पूड़ी, पकौड़े खाने से परहेज करें। डायबिटीज के मरीज ज्यादा मीठे फल जैसे केला, लीची, चीकू, अनानास, सूखे खजूर (ड्राय डेट्स) और खोए की मिठाई न खाएं। हाई बीपी के मरीज सेंधा नमक भी कम मात्रा में लें। साबूदाना न खाएं क्योंकि इसमें हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाला पदार्थ होता है, जिसके कारण इसमें कार्ब्स ज्यादा और फाइबर कम होते हैं, जिससे शुगर बढ़ सकता है। डायबिटीज के मरीज पैक्ड फ्रूट्स जूस से दूरी बनाएं। ❀ **प्रस्तुतिः ललिता गोयल**

इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम-जल और लिंग, लैंगिक समानता, जल की कम उपलब्धता और उसकी अशुद्धता से महिलाओं के जीवन पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों को प्रकट करता है। इस बारे में सही कदम उठाने की जरूरत है।

जल की उपलब्धता से संवरेगा स्त्रियों का जीवन

जागरूकता
अंजू जैन

हर वर्ष की तरह इस बार भी 22 मार्च को विश्व जल दिवस मनाने की तैयारी की जा रही है। लेकिन इस वर्ष जल दिवस की थीम हमें एक ऐसे कड़वे सच से रूबरू कराती है, जिसे हम अकसर नजरअंदाज कर देते हैं। दुनिया भर में कई ऐसे देश, शहर और ग्रामीण क्षेत्र हैं, जहां जल संकट बहुत गंभीर रूप ले चुका है। यह जल संकट, महिलाओं के लिए भी एक गंभीर संकट बन चुका है। इस वर्ष विश्व जल दिवस की थीम हमें याद दिलाती है कि स्वच्छ जल कोई विलासिता नहीं, बल्कि स्त्री सशक्तिकरण की दिशा में पहली सीढ़ी की तरह है।

पानी की कतार में थमती जिंदगीः जल संकट को अकसर पर्यावरण या भूगोल के नजरिए से देखा जाता है, लेकिन यह गहराई से एक सामाजिक और आर्थिक मुद्दा भी है। जल संकट की कीमत महिलाओं को कई प्रकार से चुकानी पड़ती है। घर के लिए पानी जुटाने की जिम्मेदारी लगभग पूरी दुनिया में आज भी मुख्य रूप से महिलाओं के कंधों पर है। आंकड़ों के मुताबिक, दुनिया भर में महिलाएं और लड़कियां हर दिन 20 करोड़ घंटे सिर्फ पानी लाने में बिता देती हैं।

पड़ते हैं कई दुष्प्रभावः एक बेटी जब दूर से पानी लाने में अपनी मां की मदद करती है, तो वह स्कूल नहीं जा पाती, ठीक से पढ़ाई नहीं कर पाती और अनावश्यक श्रम करने के लिए मजबूर होती है। भारी भरकम मटके या बाल्टियां ढोने से होने वाली शारीरिक समस्याएं और असुरक्षित स्रोतों से मिलने वाला दूषित पानी उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव डालता है। स्वच्छ जल और सैनिटेशन (सफाई) का सीधा संबंध महिलाओं के शारीरिक स्वास्थ्य और सम्मान से जुड़ा है। स्कूलों या कार्यस्थलों पर पानी और निजी शौचालय की कमी महिलाओं को घर में ही रहने पर मजबूर करती है। सुरक्षित प्रसव के लिए भी स्वच्छ जल अनिवार्य है। दूषित पानी और गंदगी के कारण होने वाले संक्रमण जच्चा-बच्चा दोनों के लिए जानलेवा साबित होते हैं। भारी वजन उठाकर मीलों चलने से महिलाओं में रीढ़ की हड्डी और गर्भाशय से जुड़ी गंभीर बीमारियां पनप सकती हैं।

जल प्रबंधन है जरूरीः संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा इस वर्ष यूनिसेफ के सहयोग से यह संदेश दिया जा रहा है कि जल प्रबंधन में महिलाओं की भागीदारी केवल सामाजिक कार्य नहीं, बल्कि 'मानवाधिकार' भी है। इनका कहना है कि यदि हम चाहते हैं कि समाज में लैंगिक समानता आए, तो हमें हर घर के नल तक पानी पहुंचाना होगा।

जरूरी हैं कारगर प्रयासः विश्व जल दिवस हमें याद दिलाता है कि जब हम एक महिला के लिए स्वच्छ जल की उपलब्धता सुनिश्चित करते हैं, तो हम उसे समय देते हैं, पढ़ने के लिए, कमाने के लिए और खुद को साबित करने के लिए। जरूरी है कि पूरी शिद्दत से जल उपलब्धता के लिए कुछ ठोस कदम उठाए जाएं। इस वर्ष जल दिवस की थीम यह मांग करती है कि जल समितियों, सिंचाई विभागों और सरकारी योजनाओं में महिलाओं को निर्णायक पदों पर रखा जाए। पानी की बर्बादी को रोकना केवल पर्यावरण के लिए नहीं, बल्कि उन करोड़ों महिलाओं के लिए भी जरूरी है, जो एक-एक बूंद के लिए मीलों पैदल चलती हैं। इसलिए ऐसी तकनीकों को बढ़ावा देना जरूरी है।

हम सब करें प्रयासः पानी बचाना केवल कर्तव्य नहीं, बल्कि उन महिलाओं के प्रति एकजुटता दिखाना है, जो पानी के लिए संघर्ष कर रही हैं। सब्जियों को बहते नल के बजाय एक बर्तन में पानी भरकर धोएं। उस पानी को पौधों में डालें। घर के काम-काज में जल-बचत वाली मशीनों और तकनीकों का उपयोग करें ताकि पानी और समय दोनों की बचत हो। अपने घर के नलों में वॉटर एयरेटर्स लगाएं, जो पानी का बहाव 50 प्रतिशत तक कम कर देते हैं। अपने क्षेत्र की जल समितियों में सुनिश्चित करें कि पानी की पाइपलाइन का नक्शा बनाते समय महिलाओं की सुविधा को ध्यान में रखा जाए। ❀

भावनात्मक रूप से बनिए मजबूत

सलाह
प्रतिभा अग्निहोत्री

आज महिलाएं हर क्षेत्र में बड़ी कुशलता से काम कर रही हैं, देश के विकास में अपना योगदान दे रही हैं। वे घर-परिवार, करियर और अन्य जिम्मेदारियों को एक साथ निभा रही हैं। इन सभी जिम्मेदारियों के बीच अकसर उन्हें अनेक प्रकार के मानसिक-भावनात्मक दबाव का सामना करना पड़ता है। ऐसे में अगर महिलाएं भावनात्मक रूप से मजबूत होंगी तो वे हर परिस्थिति का सामना आसानी से कर सकेंगी, वहीं दूसरी ओर भावनात्मक रूप से कमजोर महिलाएं छोटी-छोटी बात पर घबरा जाएंगी। कई बार तो वे अंदर-अंदर घुटती रहती हैं, तनाव का शिकार हो जाती हैं, जिससे उनकी सेहत पर विपरीत प्रभाव पड़ता है। कभी-कभी वे अनेक बीमारियों का शिकार हो जाती हैं। इस दृष्टि से नवरात्र में आप नौ दिन माता की पूजा करें। अध्यात्म, इंसान की आत्मशक्ति को बढ़ाता है, भावनात्मक रूप से मजबूत बनाता है, इससे आप जीवन में आने वाली कठिनाइयों का मुकाबला आसानी से कर सकेंगी।

अपनी भावनाओं को स्वीकार करेंः हमारा समाज महिलाओं से दूसरों का ध्यान रखने और अपनी भावनाओं को दबाकर रखने की उम्मीद करता है। कई बार महिलाएं न चाहते हुए, मन मारकर थके शरीर से भी दूसरों के प्रति अपने कर्तव्यों का निर्वहन करती हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इसलिए आप अपनी भावनाएं समझें और तनाव से बचें। यदि आवश्यकता हो तो किसी भरोसेमंद व्यक्ति से साझा करें ताकि आपका मन हल्का हो।

बढ़ाएं आत्मविश्वासः अकसर आत्मविश्वास के अभाव में महिलाएं सही निर्णय नहीं ले पातीं, उन्हें अपने आप पर भरोसा नहीं होता। इससे बचने के लिए आप अपने शौक, रुचि और क्षमता को पहचानकर उसका विकास करें। संभव है तो इसे अपना प्रोफेशन बनाएं। अपनी छोटी-छोटी उपलब्धियों पर गर्व करें, खुश हों।

सोच सकारात्मक रखेंः जीवन में सुख-दुःख आते-जाते रहते हैं। ऐसे में हर परिस्थिति में खुद को सकारात्मक रखकर आप बड़ी से बड़ी समस्या का समाधान निकाल सकती हैं। नकारात्मक सोच आपको भावनात्मक रूप से कमजोर बनाती है, वहीं सकारात्मक सोच आपके आत्मविश्वास में वृद्धि करती है।

घर के सदस्यों से लें सहयोगः घर-बाहर के सभी काम खुद ना करके परिवार के अन्य सदस्यों से उनकी क्षमता के अनुसार सहयोग लें। इससे उनकी कार्यक्षमता का तो विकास होगा, वहीं आपका काम आसान हो जाएगा। आप अपने लिए कुछ समय निकाल सकेंगी।

मन का करेंः लोग क्या कहेंगे, यह सोचकर अपने मन को बार-बार मारने की जगह अपने मन के काम भी जरूर करें। मन का पहनें, मन का खाएं अगर सिंगिंग, डांसिंग या राइटिंग का शौक हो तो अपने रूटीन में से समय निकालकर उसे पूरा करें। इससे शरीर में डोपामाइन हार्मोन रिलीज होगा और आप भावनात्मक रूप से मजबूत बनेंगी। ❀

स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

गर्मी के मौसम में बढ़ते तापमान, धूप और पसीने की वजह से कई स्किन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इनसे बचने के लिए स्किन का हाइड्रेटेड होना जरूरी है। जानिएं ऐसे तरीके, जिनसे आपकी स्किन हाइड्रेट रहेगी।

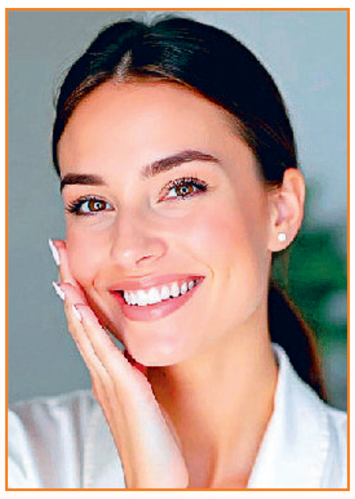
गर्मी में भी स्किन बनी रहेगी हाइड्रेटेड

अब धीरे-धीरे तापमान बढ़ने के साथ गर्मी के मौसम का प्रभाव बढ़ने लगा है। इसका असर आपकी स्किन को भी नुकसान पहुंचा सकता है। धूप से होने वाली टैनिंग और सनबर्न से त्वचा काली पड़ने लगती है। गर्मियों में चिलचिलाती धूप, प्रदूषण, आद्रता और धूल-मिट्टी, चेहरे की नेचुरल ग्लो को खत्म कर देती है, जिससे त्वचा बेजान दिखाई देने लगती है। अगर आप चाहती हैं कि आने वाले दिनों में भी आपका चेहरा ग्लो करे और स्किन संबंधी समस्याएं नहीं हों तो यहां बताए जा रहे टिप्स अपनाने होंगे।

सनस्क्रीनः धूप में घर से बाहर जाने से पहले स्किन पर सनस्क्रीन का इस्तेमाल आपको सनबर्न से बचाएगा। तेज धूप में 30 एसपीएफ या इससे ऊपर वाली सनस्क्रीन का इस्तेमाल फायदेमंद होता है। चेहरे को ढंक कर तेज धूप में बाहर निकलना चाहिए। अगर संभव हो तो आने वाले दिनों में दोपहर 11 बजे से शाम 4 बजे तक घर से बाहर निकलने से परहेज करें, क्योंकि इस दौरान ज्यादा गर्मी और धूप होती है। सनस्क्रीन के साथ-साथ मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल जरूर करें। दरअसल, इसका प्रयोग न करने से चेहरे की नमी खोने लगती है, इससे कील-मुंहासों संबंधी समस्याओं का खतरा बढ़ता है।

ग्लिसरीन-शहद-कच्चा दूधः एक चम्मच ग्लिसरीन, एक चम्मच शहद और एक चम्मच कच्चा दूध लेकर पेस्ट बना लें। इसे चेहरे पर लगाकर कुछ समय बाद ताजे साफ पानी से धो डालिए। इससे आपकी त्वचा कोमल और चमकदार बनी रहेगी।

खीरा-पुदीना-डिस्टिल्ड वॉटरः खीरे को 4 या 5 लंबे टुकड़ों में काट लें। डिस्टिल्ड वॉटर और पुदीने की पत्तियों के साथ एयर टाइट डिब्बे में पैक करके 1 घंटे के लिए फ्रिज में रख दें। इस पानी को छानकर अलग स्प्रे बॉटल में डाल लें। फ्रिज में स्टोर करें और स्किन पर इसे अप्लाई करें। यह मिस्ट स्प्रे गर्मी में स्किन को कूल और फ्रेश रखेगा। रैशेज से भी बचाएगा।



खीरा और नारियल पानीः खीरे को कद्दूकस कर उसका जूस निकाल लें। इसे ठंडा होने के लिए फ्रिज में 20-25 मिनट के लिए रख दें। इसके बाद इसमें 1 कप नारियल पानी मिलाएं और अच्छी तरह से मिक्स करके स्प्रे बॉटल में भर लें। यह मिस्ट स्किन टोनर का काम करेगा।

गुलाब जल टोनरः एक खीरे के जूस, एक चम्मच गुलाब जल को एक कप मिनरल वॉटर में डालकर स्किन टोनर बना लें। इसके उपयोग से स्किन टोनिंग के अलावा त्वचा मुलायम हो जाएगी।

आइसिंग है कारगरः गर्मी के मौसम में चेहरे पर बर्फ लगाने से स्किन को पोषण मिलता है, जिससे त्वचा फ्रेश नजर आती है। इससे रिंकल्स और फाइन लाइंस कम नजर आती हैं। कील मुंहासे कम होते हैं। आइसिंग करने से त्वचा को हाइड्रेटेड रहती है।

मेकअप करें रिमूवः सोने से पहले मेकअप उचित तरीके से हटाने से त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहती है। इससे मुंहासे और अन्य त्वचा संबंधी समस्याओं का खतरा कम हो जाता है। मेकअप हटाने के लिए आप नारियल तेल, ऑलिव ऑयल, एलोवेरा जैल, दूध या शहद का उपयोग कर सकती हैं। ❀

खबर संक्षेप

गोशाला से ट्यूबवेल केबल चोरी का आरोपी दबोचा

सिरसा। पुलिस ने श्री गोशाला सिरसा से ट्यूबवेल की केबल तार चोरी की वारदात को अंजाम देने वाले एक अन्य आरोपी को गिरफ्तार किया है। थाना प्रभारी ने बताया कि श्री गौशाला में कार्यरत पवन कमार ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि बीती 14 फरवरी की रात्रि को कुछ अज्ञात युवकों ने गोशाला में घुसकर ट्यूबवेल की केबल तार चोरी कर मौका से फरार हो गए। उन्होंने बताया कि शिकायत के आधार पर थाना शहर सिरसा में अज्ञात युवकों के खिलाफ चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरु की गई। जांच के दौरान सदर थाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए चोरी की घटना में संलिप्त आरोपी सुरज निवासी एमसी वाली गली सिरसा को गिरफ्तार कर लिया है।

स्कूल से गैस सिलेंडर व गेहूं चोरी के दो आरोपी काबू

सिरसा। पुलिस ने गांव बुर्जभंगू मे स्थित प्राईमरी स्कूल से गैस सिलेंडर व 2 कट्टे गेंहू चोरी के दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। सदर थाना प्रभारी ने बताया कि गुरमेश निवासी गांव बर्ज भंगू जिला ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि बीती 14 मार्च रात्रि को अज्ञात युवकों ने प्राइमरी स्कूल गांव बुर्ज भंगू से 2 कट्टा गेहूं व एक गैस सिलेंडर चोरी करके ले गया। उन्होंने बताया कि शिकायत के आधार पर थाना सदर में अज्ञात लोगों के खिलाफ चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

एम फिएस्टा की तैयारियां पूर्णः डॉ. जयप्रकाश

सिरसा। जेसीडी विद्यापीठ स्थित जेसीडी इंस्टिट्यूट ऑफ बिजनेस मैनेजमेंट में कल 17 व 18 मार्च को आयोजित होने वाले एम-फिएस्टा 2026 को लेकर जेसीडी विद्यापीठ के महानिदेशक डॉ. जयप्रकाश पत्रकारों से रूबरू हुए। इस दौरान उन्होंने कार्यक्रम की रूपरेखा और तैयारियों की जानकारी साझा की। डॉ. जयप्रकाश ने बताया कि इस दो दिवसीय आयोजन के माध्यम से विद्यार्थियों को अपनी प्रतिभा दिखाने के लिए मंच प्रदान किया जाएगा। इसके अंतर्गत कला, खेल तथा सांस्कृतिक गतिविधियों से जुड़ी विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा। इस कार्यक्रम को लेकर विद्यार्थियों में काफी उत्साह है और संस्थान की ओर से सभी आवश्यक व्यवस्थाएं पूरी कर ली गई हैं।

युवा सम्मेलन को लेकर जिला प्रभारी ने ली बैठक

सिरसा। इनेलो के जिला प्रभारी एवं लोहारू के पूर्व विधायक ओमप्रकाश गोरा ने आगामी 23 मार्च को नरवाना में होने वाले युवा सम्मेलन की तैयारियों को लेकर सोमवार को कालांवाली और डबवाली हलके के कार्यकर्ताओं व पदाधिकारियों की बैठक ली। ओमप्रकाश गोरा ने कहा कि इस युवा सम्मेलन में मुख्य वक्ता इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय सिंह चौटाला होंगे। उन्होंने सभी से आह्वान किया कि वे इस सम्मेलन की सफलता के लिए जी-जान से जुटें और उत्साह के साथ इस सम्मेलन में भाग लें। उन्होंने कहा कि इस सम्मेलन में युवाओं को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक किया जाएगा और बताया जाएगा कि किस प्रकार प्रदेश में निकलने वाली नौकरियों में अधिकतर बाहर के युवाओं को रोजगार देकर हरियाणा के युवाओं से छल किया जा रहा है।

युवक पर हमले के मुख्य आरोपी को दबोचा

फतेहाबाद। आपसी रंजिश में युवक पर शराब की बोतलों से हमला करने के मामले में थाना शहर टोहाना पुलिस ने मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान अंकित कट्टा पुत्र सुरेंद्र सिंह, निवासी कन्हड़ी के रूप में हुई है। थाना शहर टोहाना प्रभारी निरीक्षक कुलदीप ने शिकायतकर्ता अजय निवासी गांव कन्हड़ी ने पुलिस को बताया कि 4 मार्च की शाम को नामजद आरोपियों द्वारा किसी बात को लेकर जानलेवा हमला व धमकी देकर फरार हो गए। पीड़ित के बयानों के आधार पर थाना शहर टोहाना में मामला दर्ज किया गया था। पुलिस टीम ने मामले की जांच करते हुए मुख्य आरोपी अंकित कट्टा को गिरफ्तार कर लिया है।

डीसी ने एसडीएम, तहसील व ट्रेजरी कार्यालयों का किया निरीक्षण

सरकारी राजस्व की वसूली में ढिलाई न बरती जाए : डीसी

प्रशासनिक व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने के लिए आवश्यक दिए दिशा-निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

डीसी डॉ. विवेक भारती ने सोमवार को जिला मुख्यालय स्थित एसडीएम कार्यालय, तहसील कार्यालय तथा ट्रेजरी कार्यालय का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने विभिन्न शाखाओं का जायजा लेते हुए कार्यालयों की कार्यप्रणाली की समीक्षा की और अधिकारियों को प्रशासनिक व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

निरीक्षण के दौरान डीसी ने एसडीएम और तहसीलदार से लंबित न्यायालयीन मामलों (कोर्ट केस) की जानकारी ली और निर्देश दिए कि पेंडिंग मामलों का निपटारा प्राथमिकता के आधार पर किया जाए। उन्होंने कहा कि राजस्व से जुड़े मामलों में अनावश्यक देरी नहीं होनी चाहिए और सभी मामलों का समयबद्ध निपटारा सुनिश्चित किया जाए ताकि आमजन को राहत मिल सके।

फतेहाबाद। लघु सचिवालय में विभिन्न कार्यालयों का निरीक्षण करते हुए डीसी डॉ. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

डीसी ने कार्यालयों में रिकॉर्ड प्रबंधन व्यवस्था की भी समीक्षा की। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि सभी प्रकार के सरकारी रिकॉर्ड को व्यवस्थित रखा जाए। रिकॉर्ड की सुरक्षा सुनिश्चित की जाए तथा कार्यालय समय के बाद सभी महत्वपूर्ण रिकॉर्ड को लॉक कर सुरक्षित रखा जाए। डीसी ने कार्यालय परिसरों में साफ-सफाई की व्यवस्था पर भी विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि सरकारी कार्यालयों में स्वच्छ और सुव्यवस्थित वातावरण होना चाहिए, जिससे कर्मचारियों के साथ-साथ आमजन को भी बेहतर माहौल मिल सके।

इस अवसर पर एसडीएम राजेश कुमार, जिला राजस्व अधिकारी श्याम लाल, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी अनूप सिंह, नायब तहसीलदार विकास सहित अन्य संबंधित अधिकारी भी उपस्थित रहे।

समय पर करें कार्य

डीसी ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि नागरिकों को सभी सरकारी सेवाएं समय पर और पारदर्शी तरीके से उपलब्ध करवाई जाएं। उन्होंने कहा कि आमजन को किसी भी कार्य के लिए अनावश्यक रूप से कार्यालयों के चक्कर न लगाने पड़ें। संबंधित अधिकारी यह सुनिश्चित करें कि नागरिकों की शिकायतों और आवेदनों पर समयबद्ध कार्रवाई हो तथा उन्हें निर्धारित अवधि में सेवाएं प्रदान की जाएं। उन्होंने तहसीलदार को निर्देश देते हुए कहा कि राजस्व वसूली (रिकवरी) के मामलों पर विशेष ध्यान दिया जाए और नियमानुसार प्रभावी कार्रवाई करते हुए निर्धारित लक्ष्य को पूरा किया जाए। सरकारी राजस्व की वसूली में किसी भी प्रकार की ढिलाई न बरती जाए।

रतिया। डीसी से मिलते व्यापार मंडल के पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

गेहूं सीजन की तैयारियों को लेकर उपायुक्त से मिला व्यापार मंडल

- मंडी में अतिरिक्त जगह और लदान व्यवस्था सुधारने की उठाई मांग
- अधिकारियों की बैठक बुलाकर समाधान का दिया आश्वासन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

व्यापार मण्डल अनाज मण्डी रतिया का प्रतिनिधि मण्डल प्रधान दर्शन गर्ग काका के नेतृत्व में फतेहाबाद में जिला उपायुक्त डॉ. विवेक भारती से मिला। प्रतिनिधि मंडल द्वारा आने वाले गेहूं के सीजन की समस्याओं के बारे में अवगत करवाया गया और इनके समाधान की मांग की। व्यापार मंडल ने प्रशासन से मांग की है कि मण्डी में जगह कम होने की वजह से अतिरिक्त स्थान उपलब्ध करवाया जाए। इसके अलावा लदान को सुचारू करवाने व मंडी में शौचालयों की व्यवस्था व उनकी सफाई आदि विभिन समस्याओं के बारे में अवगत करवाते हुए इनके समाधान की मांग की। उपायुक्त ने सभी समस्याओं के समाधान का आश्वासन देते हुआ कहा कि जल्दी ही खरीद अधिकारियों की मीटिंग बुलाकर उचित व्यवस्था की जाएगी। सर्वप्रथम नवनियुक्त प्रधान व कार्यकारिणी सदस्यों ने उपायुक्त का स्वागत किया। उपयोक्त ने नवनियुक्त प्रधान व कार्यकारिणी को बधाई दी। इस अवसर पर प्रधान दर्शन गर्ग काका, महासचिव शिव सोनी, कोषाध्यक्ष मुनीश जिंदल गोमा ,उप प्रधान बलबीर सिंह , सचिव अनिल कंबोज, पूर्व प्रधान राजू लाली, हरपाल सिंह, प्रिंस गर्ग, अमन गर्ग, गौरव गर्ग, हरीश डोगर प्रतिनिधि उपस्थित थे।

माता-पिता और गुरु की सेवा से मिलती है जीवन में सच्ची सफलता : डॉ. सुब्रत

- जब शिष्य अपने गुरु का गुणगान और वंदन करता है, तो उसका तन, मन और आचरण पवित्र हो जाता है
- 31 मार्च को महावीर जयंति धूमधाम से मनाई जाएगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

एसएस जैन सभा, श्याम नगर में डॉ. सुब्रत मुनि महाराज एवं मुदित मुनि महाराज ने प्रातःकालीन सत्संग को संबोधित करते हुए श्रद्धालुओं को गृहस्थ धर्म और जीवन में सफलता के मूल मंत्र दिए।

धर्मसभा को संबोधित करते हुए डॉ. सुब्रत मुनि महाराज ने बताया कि प्रत्येक गृहस्थ को प्रतिदिन 6 आवश्यक कार्य करने चाहिए। इनमें सबसे प्रथम है, अपने इष्ट देव भगवान महावीर, भगवान राम, भगवान कृष्ण या गुरु नानक देव जी का स्मरण करना, उनके चरणों में नमन करना और उनका अनुसरण करना।

उन्होंने कहा कि गुरु सेवा करना शिष्य का प्रथम कर्तव्य है। जब शिष्य अपने गुरु का गुणगान और वंदन करता है, तो उसका तन, मन और आचरण पवित्र हो जाता है, जिससे उसे जीवन के हर क्षेत्र में सफलता, सुख, शांति और आनंद की प्राप्ति होती है। प्रवचन के दौरान संतों ने एसएस जैन सभा श्याम नगर के प्रधान सुरेन्द्र कुमार मित्तल, महामंत्री प्रवीण जैन व समाज के अन्य सेवाभावी सदस्यों के कार्यों की प्रशंसा की। सुरेन्द्र मित्तल ने बताया कि एसएस जैन सभा श्याम नगर में 31 मार्च को महावीर जयंति धूमधाम से मनाई जाएगी।

मानव के प्रथम देव माता-पिता : गुरुदेव

गुरुदेव ने कहा कि मानव के प्रथम देव उसके माता-पिता हैं। इसलिए प्रातः काल उठकर सबसे पहले माता-पिता और गुरुजनों को प्रणाम करना चाहिए। ऐसा करने से मनुष्य सकारात्मक ऊर्जा से भर जाता है। उन्होंने गोस्वामी तुलसीदास जी की चौपाई 'प्रातः काल उठि कै रघुनाथा। मातु पिता गुरु नावहिं माथा' का उदाहरण देते हुए बताया कि मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान राम भी प्रातः काल उठकर अपने माता-पिता को प्रणाम करते थे। भगवान महावीर ने गर्भ में ही प्रतिज्ञा कर ली थी कि वे माता-पिता के जीवित रहते दीक्षा नहीं लेंगे, इसलिए उन्होंने उनके स्वर्गवास के बाद ही दीक्षा ली, कठोर साधना कर केवल ज्ञान प्राप्त किया और तीर्थंकर बने। भगवान ने 16 वर्षों तक धर्म का प्रचार-प्रसार किया और एक ही दिन में 1444 साधुओं को दीक्षा देकर महान उपकार किया।

विशेष कौशल विकास प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजित

फतेहाबाद। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान भोडिया खेड़ा के प्रधानाचार्य रमेश कुमार ने बताया कि नांदी फाउंडेशन द्वारा महेन्द्रा प्राईड क्लासरूम कम्पनी के सौजन्य से इस संस्थान में छात्राओं को कौशल विकास से सम्बंधित ट्रेनिंग का आयोजन किया गया। इस ट्रेनिंग का मुख्य उद्देश्य छात्रों के सॉफ्ट स्किल्स, संचार क्षमता और रोजगार योग्यता में वृद्धि करना है। नांदी फाउंडेशन के प्रतिनिधि विनीत मैहता द्वारा छात्राओं को 7 दिवसीय ट्रेनिंग प्रदान की गई। उन्होने छात्राओं को व्यक्तित्व विकास और बॉडी लैंग्वेज पर विशेष ध्यान व प्रभावी ढंग से अपनी बात रखने और अंग्रेजी बोलने का अभ्यास, मॉक इंटरव्यू और ग्रुप डिस्कशन बारे तथा समय प्रबंधन, समस्या समाधान और टीम वर्क हेतू विस्तृत जानकारी दी।

सीआईए रतिया की कार्रवाई, पंजाब के दो युवक चूरा पोस्त सहित काबू

- मेहुवाला हेड नहर के पास सप्लाई की फिराक में थे आरोपी
- दोनों के पास से 8 किलो से अधिक चूरा पोस्त बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

सीआईए रतिया पुलिस ने नशा तस्करों पर कार्रवाई करते हुए दो अलग-अलग मामलों में पंजाब के तीन युवकों को काबू किया है। सीआईए रतिया प्रभारी प्रदीप ने बताया कि पुलिस टीम बस अड्डा लुदेसर चौक, भट्टू कलां क्षेत्र में गश्त व नशीले पदार्थों की रोकथाम के लिए मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस को गुप्त सूचना प्राप्त हुई कि दो व्यक्ति बैगों में चूरा पोस्त लेकर गांव मेहुवाला हेड नहर के पास सडक़ पर खड़े हैं और नशीले पदार्थ की सप्लाई करने की फिराक में हैं। सूचना के आधार पर पुलिस टीम ने तुरंत मौके पर पहुंचकर कार्रवाई की। पुलिस वाहन को देखकर दोनों युवक घबराकर गांव मेहुवाला की तरफ तेज कदमों से जाने लगे, जिन्हें पुलिस टीम ने तत्परता दिखाते हुए काबू कर लिया। आरोपियों की पहचान धर्मेंद्र सिंह उर्फ बग्गू पुत्र पप्पू सिंह उर्फ मुकत्यार सिंह निवासी बलोचकेरा फरीदकेराय, जिला श्री मुक्तसर साहिब तथा गुरप्रीत सिंह उर्फ गुरसेवक पुत्र चरण सिंह निवासी रानीवाला, जिला श्री मुक्तसर साहिब के रूप में हुई। तलाशी लेने पर एक आरोपी के कब्जे से 04 किलो 10 ग्राम तथा दूसरे के कब्जे से 04 किलो 20 ग्राम चूरा पोस्त बरामद हुआ। पुलिस ने दोनों युवकों को गिरफ्तार कर इनके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के में मामला दर्ज किया गया है।

10.80 किलो नशीले पदार्थ सहित दो दबोचे

दूसरे मामले में सीआईए रतिया प्रभारी प्रदीप ने बताया कि सीआईए रतिया की टीम फतेहाबाद से दरियापुर की तरफ जा रही थी। जब पुलिस टीम बाईपास पुल के पास हनुमान मंदिर से करीब 50 मीटर आगे पहुंची, तो दो युवक कंधे पर पिट्ठू बैग लटकाए खड़े दिखाई दिए। पुलिस की गाड़ी को देखकर दोनों आरोपी घबरा गए और तेज कदमों से भागने लगे। शक होने पर पुलिस टीम ने तत्परता दिखाते हुए दोनों को मौके पर ही काबू कर तलाशी ली गई तो दोनों आरोपियों के कब्जे से कुल 10 किलो 80 ग्राम नशीला पदार्थ बरामद किया गया है। आरोपी की पहचान गौरव निवासी मलोट व संजीव कुमार उर्फ मिन्टू निवासी भठिंडा के रूप में हुई है।

संत लाधू नाथ के राज्य स्तरीय जयंती समारोह को लेकर फतेहाबाद में बैठक, लगाई ड्यूटियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

आगामी 20 मार्च को मुख्यमंत्री निवास पर आयोजित होने वाले संत लाधू नाथ जी के राज्य स्तरीय जयंती समारोह को लेकर तैयारियां तेज हो गई हैं। इसी कड़ी में फतेहाबाद के वरिष्ठ भाजपा नेता एवं पार्षद जगदीश नायक के निवास स्थान पर बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में फतेहाबाद और आसपास के क्षेत्रों से नायक समाज के सैंकड़ों युवाओं और गणमान्य व्यक्तियों ने शिरकत की। बैठक का मुख्य उद्देश्य समाज को एकजुट करना और मुख्यमंत्री निवास 'संत कबीर कुटीर' पर होने वाले आयोजन में फतेहाबाद जिले से रिकॉर्ड भागीदारी सुनिश्चित करना रहा। बैठक में युवाओं की अलग-अलग टोलियां बनाई गई हैं, जो गांव-गांव और वार्ड-वार्ड जाकर निमंत्रण पत्र बांटेंगी। कार्यक्रम स्थल तक पहुंचने के लिए वाहनों के रूट और सुचारू व्यवस्था पर चर्चा की गई। समाज के लोगों को संत लाधू नाथ के जीवन मूल्यों और नायक समाज के गौरवशाली इतिहास से अवगत कराने पर जोर दिया गया।

फतेहाबाद। बैठक में भाग लेते समाज के लोग। फोटो : हरिभूमि

बैठक को संबोधित करते हुए पार्षद जगदीश नायक ने कहा कि समाज के लिए गर्व का विषय है कि प्रदेश सरकार ने संत लाधू नाथ जी की जयंती को इतने भव्य स्तर पर मनाने का निर्णय लिया है। उन्होंने कहा कि किसी भी समाज की तरक्की का रास्ता उसकी एकजुटता, शिक्षित व संगठित युवाओं की ऊर्जा से होकर गुजरता है। 20 मार्च का कार्यक्रम केवल एक आयोजन नहीं, बल्कि नायक समाज की सांस्कृतिक पहचान और शक्ति प्रदर्शन का प्रतीक होगा। बैठक में सुल्तान नायक, महेंद्र नायक, हवा सिंह पेंटर, मनोहर लाल नायक, कृष्ण ठेकेदार, नाहर सिंह भगत, बजरंग, टोनी, राजेश सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहे।

स्कूटी को कार ने मारी टक्कर, तीन लड़कियां गंभीर रूप से घायल

टोहाना। शहर के हिसार रोड को रतिया रोड से जोडऩे वाले मुख्य मार्ग पर स्थित मुख्य बस स्टैंड के सामने एक तेज रफ्तार डस्टर कार ने स्कूटी सवार तीन लड़कियों को टक्कर मार दी। हादसे में तीनों लड़कियां गंभीर रूप से घायल हो गईं, जिन्हें इलाज के लिए एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घायल लड़कियों की पहचान गांव खनोरा की दिव्या और टोहाना की वंशिका व तमन्ना के रूप में हुई है। मिली जानकारी के अनुसार, तीनों डिफेंस डिग्री कॉलेज में बीकॉम की परीक्षा देकर अपने घर लौट रही थीं। वे खनोरा निवासी दिव्या को बस स्टैंड पर छोडऩे जा रही थी। जब वे टोहाना बस स्टैंड के पास पहुंची, तो हिसार रोड की तरफ से आ रही डस्टर कार ने उनकी स्कूटी को टक्कर मार दी। मौके पर मौजूद लोगों ने तुरंत घायलों को निजी अस्पताल पहुंचाया, जहां उनका इलाज जारी है। घटना की सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और मामले में आगे की कार्रवाई शुरू कर दी है। टोहाना बस अड्डा इंचार्ज सुरेश दहिया ने बताया कि तेज रफ्तार गाड़ी की टक्कर से तीन लड़कियां घायल हुई हैं। उन्होंने कहा कि यदि रोड पर स्पीड ब्रेकर बनाए गए होते तो यह हादसा टाला जा सकता था।

न्यूज डायरी

एस्ट्रोलॉजर दीपक को राज्यपाल ने किया सम्मानित

सिरसा। सिरसा के ज्योतिषाचार्य को पंजाब के राज्यपाल गुलाब चंद कटारिया ने चंडीगढ़ में आयोजित समारोह में सम्मानित किया। ज्योतिष प्रांगण संस्था द्वारा आयोजित इस समारोह में देशभर से अनेक प्रख्यात ज्योतिषाचार्यों व विद्वतजनों ने भाग लिया और ज्योतिष व वास्तु के ज्ञान पर मंथन किया। ज्योतिषाचार्य दीपक भार्गव ने कहा कि सनातन धर्म के धार्मिक ग्रंथ अनमोल धरोहर है, जिनके दिखाए मार्ग पर चलकर संपूर्ण विश्व में सुख शांति स्थापित हो सकती है। हमारा भारत वास्तव में धर्मगुरु है, जहां अनेक विद्वान हुए है, जिनके द्वारा रचित धर्मग्रंथों, दर्शन शास्त्रों में आज भी अनेक गूढ़ रहस्य छिपे है, जिनमें आने वाले भविष्य के राज छिपे हैं।

पंजाबी कलाकार दीप हरदीप ने बांधा समां

ओढां। शहीद उधम सिंह स्पोर्ट्स क्लब द्वारा आयोजित कबड्डी टूर्नामेंट के दौरान सभ्याचारक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें उभरते पंजाबी कलाकार दीप हरदीप ने सभ्याचारक कार्यक्रम पेश किया। कलाकार दीप हरदीप ने पहले धार्मिक गीत के बाद धी दा न बरकत रखना अते पुत दा न पंजाब, मां ने वी रोकिया ते भेंणा ने वी रोकिया, नी अम्मीए तेनु चेते करके मेरे हुजू आए, लोड पैन ते नाल खड़े न कोई सहित अनेक पंजाबी गीत गाकर दर्शकों को नाचने के लिए मजबूर कर दिया। गीतकार करमजीत पुरी भगता भाई का के साथ प्रसिद्ध गायक वीर सुखवंत, तारी, सुखजीत मान व संदीप मान और प्रसिद्ध मॉडल मेहराज सहित अन्य कलाकार भी पहुंचे और उन्होंने भी अपनी प्रस्तुति पेश की। क्लब की तरफ से सभी को मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया। उल्लेखनीय है कि दीप हरदीप व उसका छोटा भाई बिट्टु ओढ़ा गांव के रहने वाले हैं और गांव में यह इनका पहला कार्यक्रम था।

सिरसा। कार्यक्रम में कर्मचारियों का प्रशिक्षण देते हुए। फोटो : हरिभूमि

चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों का प्रशिक्षण कार्यक्रम शुरू

सिरसा। जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान डिंग में चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों के लिए पांच दिवसीय जिला स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम सोमवार से शुरू हो गया है। डाइट प्रवक्ता डॉ. विनोद कुमार ने बताया कि कार्यक्रम के प्रातःकालीन सत्र में उपस्थित प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए डॉ. सोम प्रकाश ठकराल ने कहा कि प्रशिक्षण कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों को कार्यालयीन कार्यप्रणाली, स्वच्छता व्यवस्था, संस्थागत अनुशासन तथा विभागीय कार्यों के प्रति उनकी जिम्मेदारियों के बारे में जागरूक करना है, ताकि वे अपने-अपने विद्यालयों एवं कार्यालयों में अपने कार्यों का निर्वहन अधिक दक्षता और जिम्मेदारी के साथ कर सकें। जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी डॉ. विजय लक्ष्मी ने बताया कि इस पांच दिवसीय कार्यशाला में जिले के विभिन्न विद्यालयों एवं शिक्षा विभाग के कार्यालयों में कार्यरत 90 चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी भाग ले रहे हैं। यह प्रशिक्षण कार्यक्रम कर्मचारियों को अपने दायित्वों का निर्वहन ईमानदारी, सहयोग भावना, समयबद्धता और अनुशासन के साथ करने के लिए प्रेरित करेगा।

जागरूकता | रिफंड के नाम पर साइबर फ्रॉड को लेकर एसपी ने जारी की एडवाइजरी

थोड़ी सी लापरवाही से खाली हो सकता है बैंक खाता, रहें सतर्क : सिद्धांत जैन

स्क्रीन शेयरिंग एप के जरिए मोबाइल की एक्सेस लेकर करते हैं ठगी

- रिफंड मिलने की उम्मीद में कई लोग बिना जांच किए अपनी गोपनीय जानकारी साझा कर देते हैं और ठगी का शिकार हो जाते हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने आमजन को रिफंड के नाम पर हो रही साइबर ठगी को लेकर सतर्क रहने की अपील की है। उन्होंने बताया कि साइबर अपराधी आजकल लोगों को ऑनलाइन शॉपिंग, बैंक ट्रांजेक्शन, बिजली बिल, मोबाइल रिचार्ज या अन्य सेवाओं के रिफंड का झांसा देकर कॉल या मैसेज करते हैं और उन्हें ठगी का शिकार बना लेते हैं।

इस प्रकार की ठगी में साइबर अपराधी खुद को बैंक कर्मचारी, ई-कॉमर्स कंपनी के प्रतिनिधि या किसी सर्विस एजेंसी का अधिकारी बताकर कॉल करते हैं। वे लोगों को बताते हैं कि उनकी किसी ट्रांजेक्शन का रिफंड बनता है और पैसे वापस भेजने के लिए बैंक डिटेल या ओटीपी की जरूरत है। इसके बाद ठग लोगों को किसी लिंक पर क्लिक करने, ऐप डाउनलोड करने या ओटीपी बताने के लिए कहते हैं। कई बार वे स्क्रीन शेयरिंग ऐप के जरिए मोबाइल की एक्सेस लेकर बैंक खाते से पैसे निकाल लेते हैं। रिफंड मिलने की उम्मीद में कई लोग बिना जांच किए अपनी गोपनीय जानकारी साझा कर देते हैं और साइबर ठगी का शिकार हो जाते हैं।

एसपी सिद्धांत जैन।

रिफंड के लालच में जानकारी साझा न करें

एसपी ने बताया कि साइबर ठगी से बचने के लिए किसी भी अनजान कॉल या मैसेज पर रिफंड का लालच देकर मांगी गई जानकारी साझा न करें। बैंक, ई-कॉमर्स कंपनी या किसी भी संस्था द्वारा फोन पर ओटीपी या पासवर्ड नहीं मांगा जाता। किसी भी संदिग्ध लिंक पर क्लिक करने से बचें। अनजान व्यक्ति के कहने पर कोई ऐप डाउनलोड या स्क्रीन शेयर न करें। अपने बैंक खाते, ओटीपी, यूपीआई पिन या अन्य निजी जानकारी किसी के साथ साझा न करें। रिफंड से संबंधित जानकारी की पुष्टि हमेशा संबंधित कंपनी या बैंक की आधिकारिक वेबसाइट या हेल्पलाइन से करें। यदि कोई व्यक्ति जल्दबाजी में जानकारी देने का दबाव बना रहा है तो तुरंत कॉल काट दें। ऐसे मामलों की जानकारी अपने परिवार और परिचितों को भी दें ताकि वे सतर्क रहें। यदि किसी भी प्रकार की साइबर धोखाधड़ी होती है तो तुरंत 1930 साइबर हेल्पलाइन नंबर पर कॉल करें या पोर्टल पर शिकायत दर्ज करवाएं। समय रहते शिकायत दर्ज कराने से ठगी की गई राशि को वापस पाने की संभावना बढ़ जाती है। पुलिस अधीक्षक ने नागरिकों से अपील की है कि किसी भी कॉल, मैसेज या लिंक पर बिना पुष्टि किए भरोसा न करें। जागरूकता और सतर्कता ही साइबर अपराध से बचाव का सबसे प्रभावी तरीका है।

खबर संक्षेप

पूर्व केंद्रीय मंत्री 18 को सिरसा में

सिरसा। पूर्व केंद्रीय मंत्री बीरेंद्र सिंह18 मार्च को स्थानीय कांग्रेस भवन में पांचों विधानसभा हलकों के प्रत्याशियों, विधायकों व वरिष्ठ कार्यकर्ताओं की मीटिंग लेंगे। उनके साथ वीर सिंह दलाल भी पहुंचेंगे। वरिष्ठ कांग्रेस कार्यकर्ता गजानंद सोनी ने बताया कि मीटिंग में पार्टी द्वारा आगामी समय में की जाने वाली गतिविधियों को लेकर चर्चा की जाएगी।

सड़क हादसे में बलवंत सिंह का निधन

सिरसा। भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी की शाखा संतनगर के सचिव एवं जिला कमेटी सदस्य के बलवंत सिंह का सड़क हादसे में निधन हो गया। कॉ. स्वर्ण सिंह विर्क ने बताया कि जब से इस इलाके में पार्टी की स्थापना हुई थी, तभी से साथी बलवंत सिंह का परिवार पार्टी से जुड़ गया था। 55 वर्षीय कॉ. बलवंत सिंह बालिग होते ही पार्टी में शामिल हो गए थे, तब से वे अपने गांव से लेकर दिल्ली तक चलाए गए सभी आंदोलनों में शामिल होते रहे। गत कई वर्षों से किसान सभा में सक्रिय भूमिका निभा रहे थे। उनके अचानक चले जाने से सिरसा व हरियाणा भाकपा को अपूर्णीय क्षति हुई है।

माता पद्मावती धाम में मूर्ति स्थापना समारोह संपन्न

सिरसा। डबवाली रोड स्थित माता पद्मावती धाम में सोमवार को विवेक मुनि के सान्निध्य में 3 दिवसीय मूर्ति स्थापना समारोह संपन्न हो गया। प्रवक्ता मानक चदं जैन ने बताया कि माता पद्मावती पाश्र्वनाथ तीर्थकर की शासन देवी है, जोकि 24 भुजाओं वाली महाराष्ट्र में एक ही विशेष काले पत्थर से निर्मित है। जैन ने बताया कि कार्यक्रम में बड़ी संख्या में श्रद्धालु पहुंचे। भजन गायक मनोज, स्थानीय गायक गजेंद्र शर्मा, राजकुमार खुराना, वीना चौहान, पृथ्वी चौहान ने अपनी मधुर वाणी से माता के भजनों की अमृतवर्षा कर श्रद्धालुओं को मंत्रमुग्ध कर दिया।

मेगा लीगल सर्विसिज कैंप आज गांव बीघड़ में

फतेहाबाद। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण द्वारा 17 मार्च को सुबह 9 बजे से बाद दोपहर 3 बजे तक गांव बीघड़-द्वितीय के ग्राम सचिवालय में मेगा लीगल सर्विसिज कैंप का आयोजन किया जाएगा। इस कैंप का शुभारंभ जिला एवं सत्र न्यायाधीश एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के अध्यक्ष दीपक अग्रवाल करेंगे। इस कैंप में विभिन्न विभागों द्वारा स्टॉल लगाकर लोगों को विभिन्न कल्याणकारी स्कीम का लाभ दिया जाएगा। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव गायत्री ने इस बारे जानकारी देते हुए बताया कि मेगा लीगल सर्विसिज कैंप में एडीसी कार्यालय से क्रिड विभाग व अक्षय ऊर्जा, स्वास्थ्य विभाग, जिला समाज कल्याण व जिला कल्याण विभाग, खाद्य आपूर्ति विभाग, आयुष विभाग, जिला बाल संरक्षण कार्यालय, कृषि विभाग, जिला रेडक्रॉस सोसायटी, बिजली निगम, जन स्वास्थ्य विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग तथा कॉमन सर्विस सेंटर द्वारा स्टॉल लगाकर लोगों को विभिन्न जनकल्याणकारी स्कीम का लाभ दिया जाएगा।

घर में चोरी का आरोपी किया गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने ऐलनाबाद शहर में एक घर से सोना-चांदी के आभूषण व नकदी चोरी के आरोपी को गिरफ्तार किया है। थाना प्रभारी ने बताया कि देवीलाल ने पुलिस को दी शिकायत में बताया बीती 11 मार्च की शाम को अपने परिवार सहित गांव चाईया में शादी समारोह कार्यक्रम में गया हुआ था। घर के सभी कमरों व बाहर मैन गेट पर भी ताला लगाकर गए थे। जब वे वापस लौटे तो सभी कमरों के ताले टूटे हुए थे और अंदर की अलमारियो के ताले टुटे हुए थे और सामान बिखरा हुआ था। पीड़ित ने बताया कि घर में रखी अलमारी वगैरा को चैक की तो उसमें से 20 से 25 ग्राम सोने के आभूषण व 500 ग्राम चांदी के आभूषण एवं 10 हजार रुपए की नकद राशि अज्ञात युवकों द्वारा चोरी करना पाया गया। शिकायत के आधार पर ऐलनाबाद थाना में अज्ञात युवको के खिलाफ सोना,चांदी के आभूषण व नगदी चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरु की गई।

कपास की फसल को 80 से 95 प्रतिशत नुकसान

किसानों ने बीमा क्लेम व मुआवजे की मांग को लेकर सीएम के नाम सौंपा ज्ञापन

बीमा कम्पनियां 25% नुकसान दिखाकर कर रही खानापूर्तिः विष्णुदत्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

जिले के किसानों की समस्याओं को लेकर आज अखिल भारतीय किसान सभा खाराखेड़ी का एक प्रतिनिधिमंडल जिला प्रधान विष्णुदत्त के नेतृत्व में उपायुक्त से मिला। किसानों ने अपनी ज्वलंत समस्याओं और लंबे समय से लंबित मांगों को लेकर मुख्यमंत्री, हरियाणा सरकार के नाम एक मांग पत्र सौंपा। किसान सभा ने ज्ञापन के माध्यम से सरकार और बीमा कंपनियों पर गंभीर आरोप लगाए। किसानों ने सेम और अधिक बरसात के कारण हुए जलभराव से खराब फसलों, ढाणियों को हुए नुकसान का बीमा क्लेम व मुआवजा दिए जाने की मांग की। प्रतिनिधिमंडल ने बताया कि फतेहाबाद जिले के लगभग दो दर्जन गांवों जैसे खाराखेड़ी, चिंदड़, भोड़ा होशनाक, बड़ोपल, कुम्हारिया से लेकर भट्टूकलां, जांडवाला बागड़ तक में वर्ष 2023 से लेकर 2025 तक का सेम और अधिक वर्षा के कारण हुआ बीमा क्लेम अभी तक बकाया है। किसानों का आरोप है कि बीमा कंपनियों ने प्रीमियम तो काट लिया, लेकिन नुकसान की भरपाई नहीं की। छुट-पुट जलभराव का मुआवजा किसानों को बरगलाना भरा है। सीएम ने 7 से 15 हजार रुपये प्रति किला मुआवजा व ढाणियों को नुकसान की भरपाई की घोषणा महज कौरी घोषणा ही साबित हुई है।

फतेहाबाद। डीसी को मांग पत्र सौंपते किसान सभा के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

ये रहे उपस्थित

प्रतिनिधिमंडल में जिला प्रधान विष्णुदत्त के साथ मुख्य रूप से फकीर चंद, रमेश कुमार, धर्मपाल, रामकिशन, मुकेश, विष्णु, रामकुमार, संत लाल, मियाराम, पाला राम, सुशील कुमार, रामफल, राम सिंह, रामस्वरूप, प्रेम कुमार, घासीराम, संदीप, कुलदीप, दीपक कुमार, भजन लाल और संजय कुमार सहित बड़ी संख्या में किसान उपस्थित रहे।

बीमा कंपनियों के खिलाफ भड़के किसान

किसानों ने आरोप लगाया कि बीमा कंपनियां सीएससी सेंटरों के माध्यम से कराई गई पॉलिसियों को बेवजह रिजेक्ट कर रही हैं। मांग की गई है कि इन रिजेक्टेड पॉलिसियों को तुरंत अप्रूव किया जाए और दोषी कंपनियों पर कानूनी कार्रवाई हो। सेम की ड्रेन को पक्का किया जाए और जो भूमि पिछले 8-10 वर्षों से खाली पड़ी है, उसके लिए 50 हजार रुपये प्रति एकड़ मुआवजा दिया जाए। ज्ञापन में बुढ़ापा पेंशन को बिना शर्त बहाल करने और गांवों में स्वच्छ पेयजल की व्यवस्था सुनिश्चित करने की भी मांग की गई है। वर्ष 2025 में कपास की फसल में 80 प्रतिशत से 95 प्रतिशत तक नुकसान हुआ था, लेकिन बीमा कंपनियां केवल 25 प्रतिशत नुकसान दिखाकर खानापूर्ति कर रही हैं। किसानों ने वास्तविक नुकसान के आधार पर पूर्ण मुआवजे की मांग की है। किसानों ने स्पष्ट किया है कि यदि उनकी मांगों पर जल्द विचार नहीं किया गया, तो वे अपने आंदोलन को और तेज करने के लिए मजबूर होंगे।

फील्ड ट्रेनर्स को जनगणना से जुड़े पहलुओं से करवाया अवगत

फोटो : 16सिरसा02 :प्रशिक्षण कार्यशाला में जानकारी देते ट्रेनर।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

जनगणना-2027 की तैयारियों को लेकर सोमवार को सिरसा के पंचायत भवन में तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यशाला की शुरुआत हुई। कार्यशाला में डिस्ट्रिक्ट कोऑर्डिनेटर हिमांशु व एसोसिएट प्रोफेसर एवं मास्टर ट्रेनर सुरेंद्र कुमार द्वारा फील्ड ट्रेनर्स अधिकारियों और कर्मचारियों को जनगणना से जुड़े विभिन्न पहलुओं की विस्तृत जानकारी दी। प्रशिक्षण के दौरान जनगणना की प्रक्रिया, आंकड़ों के संग्रह की विधि तथा डिजिटल माध्यम से जानकारी दर्ज करने के तरीकों के बारे में विस्तार से बताया गया। अधिकारियों और कर्मचारियों को जनगणना कार्य को सही ढंग से संपन्न करने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश भी दिए गए।

नगराधीश अजय सिंह ने कहा कि जनगणना देश की सबसे महत्वपूर्ण प्रशासनिक प्रक्रियाओं में से एक है। इसके आधार पर सरकार द्वारा विभिन्न विकास योजनाएं तैयार की जाती हैं। इसलिए जनगणना कार्य में प्रत्येक नागरिक का सहयोग अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने अधिकारियों और कर्मचारियों से भी अपील की कि वे इस कार्य को पूरी जिम्मेदारी और पारदर्शिता के साथ संपन्न करें। जनगणना-2027 के अंतर्गत नागरिकों को स्व-गणना की सुविधा भी उपलब्ध कराई जाएगी। इसके तहत कोई भी नागरिक 16 अप्रैल से 30 अप्रैल 2026 तक स्वयं अपने घर की गणना ऑनलाइन माध्यम से पोर्टल पर दर्ज कर सकेगा।

नागरिकों से 34 प्रश्न पूछे जाएंगे

डिस्ट्रिक्ट कोऑर्डिनेटर हिमांशु ने बताया कि जनगणना का पहला चरण 1 मई 2026 से 30 मई 2026 तक आयोजित किया जाएगा, जिसे हाउस लिस्टिंग चरण कहा जाएगा। इस चरण में गणनाकार घर-घर जाकर परिवारों से जानकारी एकत्रित करेंगे और नागरिकों से कुल 34 प्रश्न पूछे जाएंगे। इन प्रश्नों के माध्यम से परिवारों की सामाजिक-आर्थिक स्थिति से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी एकत्रित की जाएगी। मास्टर ट्रेनर सुरेंद्र कुमार ने कार्यशाला के दौरान अधिकारियों और कर्मचारियों को जनगणना के दौरान बरती जाने वाली सावधानियों, आंकड़ों की गोपनीयता तथा सही जानकारी एकत्रित करने के महत्व के बारे में भी अवगत करवाया। साथ ही जनगणना कार्य में तकनीकी उपकरणों और डिजिटल प्लेटफार्म के उपयोग की जानकारी भी विस्तार से दी गई।

गो गोपाल कथा में स्वामी दिव्यानंद ने बताया गोसेवा का महत्व

- परिवार और समाज में सद्भाव बनाए रखने पर जोर दिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

चौधरी देवीलाल गौशाला में गौपूजन-गोदान के उपलक्ष में आयोजित गो गोपाल कथा में स्वामी दिव्यानंद ने कहा कि गो सेवा से मन सात्विक और निर्मल होता है और आज इसी निर्मलता की जरूरत है।

मन बुद्धि में यदि दुर्भाव भरा है तो भला हम किसका कल्याण कर लेंगे? प्रभु श्री राम करोड़ों गायों को विद्वानों को विधिपूर्वक प्रदान करते थे? इस शास्त्रीय वाणी को कोरी कथा ही नहीं समझे। अपनी सोई चेतन को जगाएं।

सिरसा। कथा वाचक हवन यज्ञ में आहुति डालते हुए।

हर बात में संसार के दोष ही न निकालते रहें। सब बुरे हैं ऐसा सोच सोच कर आप अकेले रह जाएंगे। उन्होंने कहा कि इन कथाओं को सुन लेना कुछ भी कह सुन लेना नहीं जीवन को एक व्यवस्था देना है।

बच्चों को विद्यालय भेजने का मतलब किसी स्कूल बिल्डिंग में भेजना नहीं। एक सिलेबस होता है जिसे पूर्ण कर हमें कुछ और भी होना होता है।

आज इतनी कथायें? फिर भी हताश निराश? आदमी अपग्रेड हो रहा किंतु आदमी के सोच डी ग्रेड हो रही है जब हमें पता है कि हमारा किया कर्म फल के रूप में हमें ही मिलना है तो हम बुरा करें ही क्यों? लोग गिनती ही करते रह जाते हैं कि हमने इतनी राम कथा-शिव कथा सुनी? और घर में देखो बहू बेटों ने कोर्ट में मुकदमे चला रखें? केवल ज्ञानी नहीं विज्ञानी भी बनो।

एलटीसी सुविधा बंद होने पर पेंशनरों में भारी रोष

सिरसा। हरियाणा सरकार ने राज्य के कर्मचारियों और पेंशनर्स के लिए एलटीसी से जुड़ा एक विवेकहीन निर्णय लिया है। सरकार द्वारा जारी आदेश के अनुसार एलटीसी के बदले एक महीने की सैलरी या पेंशन लेने की सुविधा को 1 जनवरी 2028 से बंद कर दिया है। संघ के राज्य उपप्रधान गुरदीप सैनी व जिला अध्यक्ष राजेंद्र मोहन गुप्ता ने बताया कि सरकार के पूर्व आदेश में पहले कई श्रेणियों के कर्मचारियों और अधिकारियों को होम टाउन या भारत में किसी भी स्थान की यात्रा करने के बजाय एक महीने की सैलरी लेने का विकल्प दिया गया था, लेकिन अब इस सुविधा को वापस लेने का निर्णय लिया गया है, जोकि कर्मचारियों और पेंशनरों के हितों पर कुठाराघात है।

व्यापार मंडल अनाजमंडी के पदाधिकारियों ने बाबा ब्रहमदास महाराज का किया स्वागत

- व्यापार मंडल के पदाधिकारियों ने सत्संग समारोह में शिरकत की तथा ध्यानपूर्वक सत्संग सुना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

सिरसा रोड स्थित नई अनाजमंडी में आयोजित पावन भक्ति सत्संग में डेरा बाबा भूमण शाह के गद्दीनशीन संत बाबा ब्रह्मदास महाराज का व्यापार मंडल अनाजमंडी पदाधिकारियों ने स्वागत किया। फतेहाबाद के प्रधान जगदीश भादू, उपप्रधान राजेन्द्र प्रसाद, सचिव रमेश नागपाल, सह सचिव राजेन्द्र मक्खन सहित अन्य पदाधिकारियों ने उनका स्वागत किया, शॉल भेंटकर उनका सम्मान किया तथा आशीर्वाद प्राप्त किया। व्यापार मंडल के पदाधिकारियों ने सत्संग समारोह में शिरकत की तथा ध्यानपूर्वक सत्संग सुना। इस अवसर पर बाबा ब्रह्मदास महाराज ने प्रवचन देते हुए कहा कि मनुष्य जीवन परमात्मा की अनमोल देन है, इसलिए इसे सदैव अच्छे कर्मों और सेवा भाव में लगाना चाहिए। उन्होंने कहा कि सत्संग मनुष्य को सही मार्ग दिखाता है और जीवन में सकारात्मक सोच उत्पन्न करता है।

फतेहाबाद। बाबा ब्रह्मदास का स्वागत करते व्यापार मंडल के पदाधिकारी।

नशामुक्त युवा ही बनाएंगे 2047 का विकसित भारत : अनुराग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने साल 2047 तक जिस 'विकसित भारत' का सपना देखा है, उसकी नींव हमारे युवाओं के मजबूत कंधों पर टिकी है। यह सपना तभी साकार हो सकता है जब हमारी युवा पीढ़ी नशे जैसी सामाजिक बुराई से कोसों दूर रहकर देश के विकास में अपना योगदान देगी। यह बात पूर्व केंद्रीय मंत्री एवं भाजपा सांसद अनुराग ठाकुर ने नई दिल्ली स्थित अपने निवास पर महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट फतेहाबाद की टीम से चर्चा के दौरान कहे। पूर्व केंद्रीय मंत्री ने फतेहाबाद में आयोजित होने वाले आगामी कार्यक्रम की सराहना करते हुए कहा कि शहीदों की स्मृति में नशे के खिलाफ शुरू किया गया यह अभियान न केवल काबिलेतारीफ है, बल्कि समाज के उज्ज्वल भविष्य के लिए एक अनिवार्य कदम है। उन्होंने हरियाणा के युवाओं से आह्वान किया कि वे 23 मार्च को आयोजित होने वाली इस यात्रा में बढ़-चढ़कर भाग लें।

शिविर में 100 यूनिट रक्त एकत्रित

- शिविर के बाद लंगर भंडारे का भी किया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

संत निरंकारी चैरिटेबल फाउंडेशन के तत्वावधान में चौटाला ब्रांच में जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सहयोग से रक्तदान शिविर लगाया गया। शिविर में 100 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। प्रचारक रमेश कुमार शिविर में मानव कल्याणार्थ चौटाला ब्रांच के साथ-साथ आस-पास की ब्रांचों ओढ़ा, लोहगढ़, अबूब शहर, कलांवाली एवं डबवाली के श्रद्धालु भक्तों एवं रक्तदाताओं का यहां पहुंचने पर स्वागत किया गया एवं लंगर भंडारे का भी आयोजन किया गया। जोनल इंचार्ज रमन नागपाल ने बताया निरंकारी मिशन की सिखलाई की इंसान का खून नाड़ियों में बहना चाहिए, नालियों में नहीं। स्थानीय संयोजक जसपाल मोंगा एवं स्थानीय मुखी राजेंद्र यादव ने सबका आभार प्रकट किया। सेवादल के क्षेत्रीय संचालक सुरेन्द्र सिंह की देखरेख में यह रक्तदान शिविर सम्पन्न हुआ। उल्लेखनीय है कि मिशन द्वारा अभी तक लगभग 9 हजार से भी ज्यादा शिविरों के आयोजन से लगभग 15 लाख यूनिट रक्त एकत्रित किया जा चुका है।

सिरसा। शिविर में रक्तदान करते हुए। फोटो : हरिभूमि

सात गुम मोबाइल फोन किए रिकवर

फतेहाबाद। साइबर थाना फतेहाबाद ने तकनीक का प्रभावी और सटीक उपयोग करते हुए विभिन्न शिकायतों में गुम हुए सात मोबाइल फोन ट्रेस कर उन्हें रिकवर किया है। यह मोबाइल फोन उनके वास्तविक मालिकों को सौंपे गए, जिनकी अनुमानित कीमत लगभग 5 लाख रुपये है। पुलिस अधीक्षक कार्यालय में आयोजित कार्यक्रम के दौरान एसपी सिद्धांत जैन ने मोबाइल फोन मालिकों को व्यक्तिगत रूप से उनके फोन लौटाए। एसपी ने बताया कि साइबर थाना फतेहाबाद अब तक 483 से अधिक गुमशुदा मोबाइल फोन बरामद कर उनके मालिकों तक पहुंचा चुका है। यह साइबर टीम की सतत सक्रियता, तकनीकी दक्षता और जनसेवा के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

फतेहाबाद। लोगों को उनके गुम हुए मोबाइल लौटाते एसपी सिद्धांत जैन।

उत्साह, उमंग और आत्मीय भावनाओं से सराबोर दिखाई दिया कॉलेज परिसर

शहीद बाबा दीप सिंह कॉलेज में रंगारंग प्रस्तुतियों ने बांधा समां

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

शहीद बाबा दीप सिंह कॉलेज, अहरवां में जीएनएम तृतीय सेमेस्टर, एएनएम द्वितीय वर्ष तथा बीएससी नर्सिंग आठवें सेमेस्टर के छात्र-छात्राओं के सम्मान में फेयरवेल समारोह का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कॉलेज परिसर उत्साह, उमंग और आत्मीय भावनाओं से सराबोर दिखाई दिया।

समारोह ने विद्यार्थियों के लिए कॉलेज जीवन की सुनहरी यादों को ताजा कर दिया और उनके उज्ज्वल भविष्य के लिए प्रेरणा का संदेश भी दिया। समारोह की शुरुआत उत्साहपूर्ण वातावरण में हुई, जिसमें छात्र-छात्राओं ने नृत्य, संगीत, कविता पाठ, समूह प्रस्तुतियों तथा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों के माध्यम से अपनी बहुमुखी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। रंगारंग प्रस्तुतियों ने पूरे सभागार को मंत्रमुग्ध कर दिया।

फतेहाबाद। एसबीडीएस अहरवां में आयोजित फेयरवेल समारोह में प्रस्तुति देतीं छात्राएं।

विदाई समारोह में भावुक हुए विद्यार्थी

कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने अपने कॉलेज जीवन से जुड़ी यादों, अनुभवों और भावनाओं को साझा करते हुए अपने शिक्षकों और साथियों के प्रति आभार व्यक्त किया। कई विद्यार्थियों ने कॉलेज में बिताए गए अनमोल पलों को याद करते हुए भावुक क्षण भी व्यक्त किए। यह अवसर जहां विदाई की संवेदनाओं से भरा हुआ था, वहीं नए सपनों और नई संभावनाओं की शुरुआत का भी प्रतीक बन गया। कॉलेज की चेयरपर्सन शरणजीत कौर ने कहा कि इस प्रकार के आयोजन विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता और टीम भावना को विकसित करते हैं। उन्होंने कहा कि नर्सिंग का क्षेत्र केवल एक पेशा नहीं बल्कि मानव सेवा का पवित्र माध्यम है, जिसमें करुणा, समर्पण और संवेदनशीलता की विशेष भूमिका होती है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि कॉलेज के विद्यार्थी अपने ज्ञान और सेवा भावना से समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे। वाइस प्रेसिडेंट हरमीत सिंह ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि जीवन में कड़ी मेहनत, अनुशासन और समर्पण ही सफलता की सच्ची कुंजी हैं। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रेरित करते हुए कहा कि वे अपने पेशे को केवल रोजगार के रूप में नहीं बल्कि मानवता की सेवा के मिशन के रूप में अपनाएं। समारोह में प्रिंसिपल अनूप संधू, प्रिंसिपल डॉ. ममता चौधरी, डॉ. काशी राम सहित कॉलेज के अन्य अध्यापकगण और कर्मचारी भी विशेष रूप से उपस्थित रहे।

नववर्ष प्रकृति, संस्कृति में नवीनता के प्रस्फुटन का उपयुक्त समय

सिरसा। दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान की ओर से जिला कारागार सिरसा में चार दिवसीय कार्यक्रम आयोजित किया गया। प्रथम दिवस पर सोमवार को स्थानीय सिटी क्लब में संस्थान की ओर से आशुतोष महाराज के शिष्य स्वामी विज्ञानानंद ने कैदी बंधुओं को संबोधित करते हुए बताया कि पाश्चात्य संस्कृति का अंधानुकरण करने के कारण आज भारतवासी अपनी सनातन भारतीय संस्कृति से दूर होते जा रहे हैं। वस्तुतः आज भारतीयों को वेलेंटाइन डे से लेकर प्रत्येक पाश्चात्य दिवस तो याद है, परंतु चैत्र शुक्ल प्रतिपदा को मनाया जाने वाला ऐतिहासिक, वैज्ञानिक व प्राकृतिक छटा से पूरित भारतीय नव वर्ष याद नहीं।