हरिभूमि

सिरसा-फतेहाबाद भूमि

रोहतक, मंगलवार 19 मई 2026

11 कीरतपाल कौर ने राज्य स्तरीय निबंध लेखन प्रतियोगिता में जीता दूसरा स्थान

12 ग्रामीण सफाई कर्मचारियों ने बीडीपीओ कार्यालय पर किया प्रदर्शन

फतेहाबाद में गर्मी का कहर : आंधी-बारिश थमते ही 44.5 डिग्री पहुंचा तापमान, 22 साल का रिकॉर्ड टूटा

न्यूनतम तापमान भी उछाल के साथ 29 डिग्री सेल्सियस पर बना रहा

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिले में पिछले दिनों आई आंधी और हल्की बूंदाबांदी से मिली राहत अब पूरी तरह काफूर हो चुकी है। मौसम साफ होते ही सूर्य देव ने अपने कड़े तेवर अख्तियार कर लिए हैं और पूरा जिला भीषण गर्मी की चपेट में है। सोमवार को दिनभर चली जानलेवा हीट वेव ने आम जनजीवन को अस्त-व्यस्त कर दिया। सोमवार को जिले का अधिकतम तापमान 44.5 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया, जबकि न्यूनतम तापमान भी उछाल के साथ 29 डिग्री सेल्सियस पर बना रहा। मौसम विभाग के अनुसार, मई के महीने में पारे का 45 डिग्री के करीब पहुंचना एक बड़ा बदलाव है, जिसने फतेहाबाद में गर्मी का पिछले 22 साल पुराना रिकॉर्ड तोड़ दिया है।

फिलहाल जिले में मौसम के बदलने या बारिश होने की कोई संभावना नहीं

अगले 48 घंटे भारी : 46 डिग्री तक जा सकता है पारा

चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार के मौसम विभाग के अध्यक्ष डॉ. मदन लाल खिचड़ ने आने वाले दिनों के लिए गंभीर चेतावनी जारी की है। फिलहाल जिले में मौसम के बदलने या बारिश होने की कोई संभावना नहीं है। 22 मई तक मौसम गर्म रहेगा और पश्चिमी खुश्क हवाएं चलेंगी। इन हवाओं के कारण हीट वेव का खतरा है। बीच-बीच में धूल भरी हवाओं और हलके बादल छाये रहने के भी आसार बन रहे हैं। मंगलवार और बुधवार को तापमान में और अधिक बढ़ोतरी होगी। अनुमान है कि पारा 46 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच सकता है। मई के बचे हुए दिनों में दिन और रात दोनों के तापमान में लगातार बढ़ोतरी जारी रहेगी और हीट वेव का प्रकोप बना रहेगा। -डॉ. मदन लाल खिचड़, मौसम वैज्ञानिक

फतेहाबाद। भीषण गर्मी में सिर ढककर बाजार में जाती युवतियां। फोटो: हरिभूमि

दोपहर में थम रही जिंदगी की रफ्तार, बाजारों में सन्नाटा

आसमान से बरसती आग और गर्म हवा के थपेड़ों के कारण दोपहर के समय सडकों और बाजारों में अघोषित कर्फ्यू जैसा नजारा देखने को मिल रहा है। बस स्टैंड, रेलवे स्टेशन और अन्य सार्वजनिक स्थानों पर आम दिनों के मुकाबले बेहद कम भीड़ देखी जा रही है। इस झुलसाती गर्मी का सबसे बुरा असर खेतों में काम करने वाले किसानों और दिहाड़ी मजदूरों पर पड़ रहा है, जो इस तपती धूप में भी काम करने को मजबूर हैं। वहीं, शहरी और ग्रामीण इलाकों में एसी-कूलर चलने के कारण बिजली की मांग अचानक बढ़ गई है, जिससे कई क्षेत्रों से अघोषित बिजली कटौती की शिकायतें भी सामने आने लगी हैं।

डॉक्टरों ने दी लिक्विड डाइट और सावधानी की सलाह

लगातार बढ़ रहे तापमान और लू को देखते हुए स्वास्थ्य विशेषज्ञों और चिकित्सकों ने आम जनता, विशेषकर बच्चों और बुजुर्गों के लिए एडवायजरी जारी की है। डॉक्टरों का कहना है कि इस मौसम में सबसे बड़ा खतरा डीहाइड्रेशन यानि शरीर में पानी की कमी और हीट स्ट्रोक का होता है। डॉक्टरों का कहना है कि दोपहर 12 बजे से शाम 4 बजे के बीच जब धूप सबसे तेज होती है, तब बहुत जरूरी न होने पर घरों से बाहर न निकलें। शरीर में पानी की कमी न होने दें। दिनभर में पर्याप्त मात्रा में पानी, नींबू पानी, लस्सी, ओआरएस का घोल और नारियल पानी जैसे लिक्विड लेते रहें।

खबर संक्षेप

लापता नाबालिग लड़की सकुशल बरामद

फतेहाबाद। जिला पुलिस टीम ने गांव भिरडाना से लापता हुई एक नाबालिग लड़की को सकुशल बरामद कर लिया है, साथ ही उसे बहला-फुसलाकर भगा ले जाने वाले मुख्य आरोपी को भी गिरफ्तार करने में कामयाबी हासिल की है। आरोपी की पहचान हरप्रीत सिंह उर्फ गुरप्रीत सिंह उर्फ फतेह सिंह पुत्र निर्मल सिंह निवासी गांव बड़ा दराका, जिला फरीदकोट के रूप में हुई है।

मुख्य सप्लायर को पुलिस ने किया काबू

फतेहाबाद। नशा तस्करों और उनके सप्लायरों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत थाना सदर रतिया पुलिस को सफलता मिली है। पुलिस ने हेरोइन तस्करी के मामले में मुख्य सप्लायर को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान संदीप उर्फ सिप्पी निवासी गांव अलीका, जिला फतेहाबाद के रूप में हुई है। थाना सदर रतिया प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद ने बताया कि 29 अप्रैल को पुलिस टीम ने सुखचैन नहर, लालवास के पास गश्त के दौरान मोटरसाइकिल सवार दो युवकों को काबू किया था।

भूना पुलिस ने युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। घातक हथियारों के बल पर लूट की योजना बनाने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना भुना पुलिस ने एक युवक को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान अजय उर्फ छोटा पुत्र ओमप्रकाश निवासी वाल्मीकि मोहल्ला, भुना के रूप में हुई है। इस मामले में दो आरोपी पहले ही काबू किए जा चुके हैं। थाना प्रभारी उपनिरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि 7 जुलाई 2023 को अपराध अन्वेषण शाखा फतेहाबाद की टीम को गुप्त सूचना मिली थी कि गांव मोची से गांव दहमन रोड स्थित नहर पुल पर कुछ युवक हथियारों के साथ खड़े होकर आने-जाने वाले लोगों को लूटने की फिराक में हैं।

अश्लील हरकत करने के मामले में आरोपी काबू

फतेहाबाद। महिला थाना फतेहाबाद पुलिस ने नाबालिग बच्ची के साथ अश्लील हरकत करने के मामले में कार्रवाई करते हुए आरोपी दीपक उर्फ दीपा पुत्र रामसिंह निवासी बीघड़ को काबू किया है। महिला थाना प्रभारी निरीक्षक अरुणा ने बताया कि बाल कल्याण समिति फतेहाबाद की ओर से प्राप्त शिकायत एवं जिला शिक्षा अधिकारी द्वारा भेजी गई सूचना के आधार पर मामला दर्ज किया था।

ट्रेन से कटकर रेलकर्मी की पत्नी की मौत

फतेहाबाद। जिले के जाखल-टोहाना रेलमार्ग पर गांव हिम्मतपुरा रेलवे स्टेशन के पास संदिग्ध परिस्थितियों में एक महिला की रेल से कटकर मौत होने का समाचार है। मृतका की पहचान रेलवे कर्मी अनूप की 27 वर्षीय पत्नी अनिता के रूप में हुई है। यह घटना रविवार रात करीब 11 बजे हुई।

एजेंसियां भेज रही हैं आवेदन, मुख्यालय से नहीं हो रहा जनरेट

खाड़ी संकट की आंच घरेलू चूल्हे तक नए घरेलू गैस कनेक्शन पर अस्थाई रोक

सुरेन्द्र असीजा ⏭ फतेहाबाद

मध्यपूर्व में धधकती जंग की लपटें अब आम आदमी के चूल्हे तक पहुंच गई हैं। खाड़ी देशों में जारी युद्ध के चलते अंतरराष्ट्रीय स्तर पर गैस सप्लाई और परिवहन बुरी तरह प्रभावित हो गया है, जिसका सीधा असर फतेहाबाद जिले के 3 लाख 24 हजार 503 एलपीजी उपभोक्ताओं पर पड़ रहा है। हालात इतने बिगड़ चुके हैं कि जिले की 23 गैस एजेंसियों पर नए घरेलू गैस कनेक्शन जारी करने पर अस्थाई रोक लगा दी गई है। पिछले पूरे एक महीने में एक भी नया कनेक्शन नहीं मिला। नए कनेक्शन के लिए दरवाजे खटखटा रहे लोगों को बार-बार खाली हाथ लौटना पड़ रहा है। गैस एजेंसी संचालकों के अनुसार, वे उपभोक्ताओं के आवेदन मुख्यालय तो भेज रहे हैं, लेकिन ऑनलाइन सिस्टम पर कनेक्शन जनरेट ही नहीं हो पा रहे। कंपनियों की ओर से स्पष्ट निर्देश हैं कि फिलहाल कोई नया कनेक्शन जारी न किया जाए। इसका खामियाजा उज्ज्वला योजना के लाभार्थियों से लेकर सामान्य श्रेणी के उपभोक्ताओं तक सभी को भुगतना पड़ रहा है। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने भी स्थिति को देखते हुए रोक को औपचारिक रूप दे दिया है।

ब्लैक में बिक रहे सिलेंडर

फतेहाबाद। रतिया गैस एजेंसी पर उमड़ी भीड़। फोटो: हरिभूमि

मंत्रालय से जनरेट नहीं हो रहे नए कनेक्शन

गैस एजेंसियां यहां से नए कनेक्शन लेने वाले उपभोक्ताओं के आवेदन लेकर ऊपर मंत्रालय को भेज रही हैं लेकिन मंत्रालय में किन्हीं कारणवश नए कनेक्शन जनरेट नहीं हो रहे। यही कारण है कि फिलहालएजेंसियों की ओर से नए कनेक्शनों पर फिलहाल अस्थायी रोक लगाई गई है। जिन उपभोक्ताओं के पास पहले से कनेक्शन हैं, उन्हें ही गैस सप्लाई दी जा रही है। -कौशल बुरा, खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक, फतेहाबाद

25 दिन से महीनेभर तक का इंतजार

सिर्फ नए कनेक्शन ही नहीं, पुराने उपभोक्ताओं को भी राहत नहीं है। गैस बुकिंग करने के बाद सिलेंडर की डिलीवरी में 25 दिन से लेकर पूरे एक महीने तक का समय लग रहा है। इस देरी की सबसे बड़ी मार पड़ रही है बड़े परिवारों और छोटे कारोबारियों पर। होटल, ढाबा और छोटे व्यवसाय चलाने वालों के सामने रोज का संकट खड़ा हो गया है। मजबूरी में लोग ब्लैक बाजार में मुंहमांगे दाम चुकाकर सिलेंडर खरीद रहे हैं। फिलहाल एजेंसियों के पास जो स्टॉक उपलब्ध है, वह पहले से जुड़े उपभोक्ताओं को ही दिया जा रहा है।

बुजुर्गों की केवाईसी भी अटकी, फिंगरप्रिंट नहीं कर रहा मैच

संकट यहीं नहीं थमता। पुराने गैस कनेक्शनों की केवाईसी प्रक्रिया भी कई उपभोक्ताओं के लिए सिरदर्द बन गई है। खासतौर पर बुजुर्ग उपभोक्ताओं के अंगूठों के निशान मशीन पर मैच नहीं हो रहे, जिससे उनकी केवाईसी अधूरी पड़ी है। नागपुर निवासी राजकुमार, सतपाल और मांगेराम जैसे कई बुजुर्ग बार-बार एजेंसी के चक्कर काटने के बावजूद हाथ मलते रह गए। उनका कहना है कि जब तक केवाईसी पूरी नहीं होगी, सिलेंडर मिलना भी मुश्किल रहेगा। इसके अलावा अन्य जिलों में तबादला होकर जाने या आने वाले कर्मचारियों को भी गैस कनेक्शन ट्रांसफर करवाने में भारी परेशानी झेलनी पड़ रही है।

एफआईआर के बीच तबादला

विवादों में घिरे सीएसआई सतपाल सैनी को फतेहाबाद से हटाया

- 17 .20 लाख भुगतान मामले में है केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

नगर परिषद फतेहाबाद में मुख्य सफाई निरीक्षक रहे सतपाल सैनी का तबादला सोनीपत नगर निगम में कर दिया गया है, लेकिन उनका यह तबादला ऐसे समय हुआ है, जब वे पहले से ही वित्तीय अनियमितताओं के आरोपों के चलते पुलिस केस का सामना कर रहे हैं। शहर में चर्चा है कि विवादों में नाम आने के बाद विभाग ने उन्हें फतेहाबाद से हटाने का फैसला लिया। शहरी स्थानीय निकाय विभाग के आदेश के अनुसार सतपाल सैनी को तत्काल प्रभाव से कार्यमुक्त कर सोनीपत में रिक्त पद पर जॉइन करने के निर्देश दिए गए हैं। हालांकि उनके स्थान पर अभी किसी नए सीएसआई की नियुक्ति नहीं की गई है। इससे नगर परिषद में सफाई व्यवस्था और निगरानी पर असर पडऩे की आशंका जताई जा रही है। गौरतलब है कि करीब तीन महीने पहले हरियाणा पुलिस ने फतेहाबाद सिटी थाना में सतपाल सैनी के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया था। यह केस टेंडर प्रक्रिया में कथित अनियमितता और नियमों की अनदेखी कर करीब 17 लाख 20 हजार रुपए के भुगतान से जुड़ा है। मामले में सतपाल सैनी के साथ मैसर्ज राधा कृष्ण कॉ-ऑपरेटिव लेबर सोसायटी लिमिटेड फर्म को भी नामजद किया गया था। शिकायत शहरी स्थानीय निकाय विभाग के एक्सईएन अंकित लोहान की ओर से दी गई थी। आरोप है कि टेंडर की शर्तों का पालन किए बिना भुगतान जारी किया गया, जिससे सरकारी धन के दुरुपयोग की आशंका बनी। इसी आधार पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू की थी।

सीएसआई सतपाल सैनी।

व्यवस्था पर सवाल

नगर परिषद में मुख्य स्वच्छता निरीक्षक का पद सफाई व्यवस्था के लिए अहम माना जाता है। शहर में डोर-टू-डोर कचरा उठान, सफाई कर्मचारियों की निगरानी और विशेष सफाई अभियानों की जिम्मेदारी इसी पद से जुड़ी होती है। ऐसे में एक ओर अधिकारी पर केस दर्ज होना और दूसरी ओर अचानक तबादला होना प्रशासनिक व्यवस्था पर सवाल खड़े कर रहा है। स्थानीय लोगों में यह भी चर्चा है कि जांच लंबित रहते हुए तबादला क्या सिर्फ नियमित प्रशासनिक प्रक्रिया है या फिर विवाद से दूरी बनाने की कोशिश। फिलहाल मुख्य सफाई निरीक्षक के तबादले से हड़ताल के कारण बदहाल हुए शहर के लोगों को ओर परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है।

लकड़ियों में लगी आग

सिरसा। गांव हंजीरा में लकड़ियों में लगी आग बुझाने में जुटे दमकल कर्मी।

चोपटा। गांव हंजीरा में सोमवार दोपहर को बस अड्डे के पास अचानक आग लगने से हडक़ंप मच गया। आग की चपेट में आने से ग्रामीणों की नहर के किनारें रखी लकड़ियां और उपले जलकर राख हो गए। आग लगने सूचना के बाद आसपास के ग्रामीण मौके पर एकत्र हुए और तुरंत इसकी सूचना फायर ब्रिगेड को दी गई। जानकारी के अनुसार दोपहर को भयंकर गर्मी में आग तेजी से फैलने लगी, जिससे आसपास के ग्रामीणों में अफरा-तफरी का माहौल बन गया। नाथूसरी चौपटा से फायर ब्रिगेड की टीम मौके पर पहुंची और करीब एक घंटे की कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया गया। इस दौरान भागमल, बुधराम, महाबीर, सोहनलाल, भंवर सिंह सहित कई ग्रामीणों की लकड़ियां और उपले इत्यादि जल गए। सबसे अहम बात ही रही की नहरों में पानी बंध है और आग बुझाने के लिए पानी का प्रबध बड़ी मुश्किल से हुआ। गनीमत यह रही कि इस हादसे में कोई जानी नुकसान नहीं हुआ। हालांकि आग लगने से लकड़ियों और उपलों का काफी नुकसान बताया जा रहा है।

अब 45 पार के जवानों की नाकों पर नहीं लगेगी ड्यूटी

- फतेहाबाद में पुलिसकर्मी की मौत के बाद लिया बड़ा फैसला

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद के सरदूलगढ़ नाके पर ड्यूटी के दौरान एएसआई जगदीश चंद्र की भीषण गर्मी में चक्कर खाकर गिरने और मौत होने की दुखद घटना के बाद पुलिस प्रशासन पूरी तरह सतर्क हो गया है। इस हृदयविदारक हादसे से सबक लेते हुए हिसार रेंज के एडीजीपी के.के. राव ने पुलिस कर्मचारियों की सुरक्षा और स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए एक बड़ी व ऐतिहासिक एडवाइजरी जारी की है। एडीजीपी ने साफ किया है कि पुलिस परिवार के लिए यह एक अपूरणीय क्षति है और भविष्य में ऐसी दुर्घटनाओं से बचना बेहद जरूरी है। एडीजीपी ने रेंज के सभी जिलों हिसार, सिरसा, फतेहाबाद, हांसी, जींद और डबवाली के एसपी को लिखित आदेश जारी कर 45 साल से अधिक उम्र के पुलिसकर्मियों को नाकाबंदी और ट्रैफिक चौक की भारी ड्यूटी से दूर रखने के निर्देश दिए हैं। उन्हें अब थाना या चौकी स्तर पर अन्य हल्की जिम्मेदारियां सौंपी जाएंगी। इसके साथ ही, तेज गर्मी को देखते हुए पुलिस पर से अतिरिक्त दबाव कम करने के लिए नए नियम लागू किए गए हैं। इसके तहत किसी भी नाकेबंदी के दौरान 3 घंटे से ज्यादा समय तक नाका नहीं लगाया जाएगा। यदि कोई विशेष खुफिया सूचना या आपातकालीन घटना नहीं है, तो सुबह 11 बजे से शाम 4 बजे तक नाके पूरी तरह हटाए जा सकते हैं।

फतेहाबाद में हुई थी दुखद घटना

एडीजीपी ने अपने आधिकारिक पत्र में फतेहाबाद की उस घटना का विशेष रूप से जिक्र किया है जिसने पूरे महकमे को हिलाकर रख दिया। दरअसल, बीती 12 मई को पंजाब बार्डर पर लगे सरदूलगढ़ नाके पर तैनात एएसआई जगदीश चंद्र को भीषण गर्मी के कारण अचानक चक्कर आ गया था। चक्कर खाकर गिरने से उनकी गर्दन में गंभीर चोट आई और इलाज के दौरान उनका निधन हो गया। शहीद एएसआई जगदीश चंद्र मूलरूप से सिरसा जिले के गांव झोरडरोही के निवासी थे। एडीजीपी ने इस घटना पर गहरा शोक व्यक्त करते हुए सभी पुलिस कर्मचारियों को अपनी सेहत का विशेष ध्यान रखने की सलाह भी दी है।

एडीजीपी केके राव।

साप्ताहिक अवकाश देना करना होगा सुनिश्चित

इसके अलावा चाहे कर्मचारी यातायात में हो या किसी अन्य यूनिट में, सभी को साप्ताहिक अवकाश देना सुनिश्चित करना होगा। एडीजीपी ने थाना, चौकी, पुलिस लाइन और चेक पोस्टों पर अगले 3 दिन के भीतर मूलभूत सुविधाएं दुरुस्त करने के कड़े निर्देश दिए हैं। इसके तहत नाका, चेक पोस्ट और ट्रैफिक बूथों पर तैनात कर्मियों के लिए छाया, ठंडे पानी, लाइट और कूलर की व्यवस्था अनिवार्य की गई है। टॉयलेट-बाथरूम की स्थिति सुधारने तथा खराब उपकरणों को तुरंत बदलने या मरम्मत कराने को कहा गया है। एडीजीपी ने चेतावनी दी है कि 3 दिन की समय अवधि पूरी होने के बाद हिसार रेंज कार्यालय की विशेष टीम अचानक किसी भी जिले के थाना, चौकी या पुलिस लाइन का औचक निरीक्षण करेगी। यदि कहीं भी खामियां पाई गई, तो संबंधित अधिकारी के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

20 मई को बंद रहेंगे मेडिकल स्टोर

- ऑनलाइन दवा बिक्री का विरोध, एसडीएम को सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद/रतिया

ऑनलाइन दवा बिक्री, भारी डिस्काउंट और दवा कारोबार से जुड़ी विभिन्न समस्याओं के विरोध में 20 मई को जिलेभर के मेडिकल स्टोर बंद रहेंगे। इस संबंध में रतिया मेडिकल केमिस्ट यूनियन के पदाधिकारियों ने एसडीएम सुरेंद्र सिंह को ज्ञापन सौंपकर सरकार से ऑनलाइन दवा बिक्री पर प्रभावी नियंत्रण लगाने की मांग की। यूनियन के प्रधान राजेंद्र लडूना के नेतृत्व में पहुंचे प्रतिनिधिमंडल में संरक्षक नरेंद्र मित्तल, उप प्रधान सुंदर लाली, महासचिव विमल बंसल तथा कैशियर दिनेश शर्मा शामिल रहे। पदाधिकारियों ने बताया कि जिलेभर के केमिस्ट संगठन 20 मई को प्रस्तावित बंद का समर्थन कर रहे हैं और रतिया के मेडिकल स्टोर भी पूर्ण रूप से बंद रखे जाएंगे। यूनियन पदाधिकारियों ने कहा कि ऑनलाइन दवा कंपनियां भारी छूट देकर पारंपरिक मेडिकल कारोबार को प्रभावित कर रही हैं, जिससे छोटे मेडिकल संचालकों के सामने आर्थिक संकट खड़ा हो रहा है।

रतिया। एसडीएम को ज्ञापन सौंपे केमिस्ट यूनियन के पदाधिकारी। फोटो: हरिभूमि

समस्या कार्य कराने पहुंचे लोगों को घंटों करना पड़ा इंतजार

सर्वर डाउन होने के कारण ई-दिशा में नहीं हो रहे कोई भी जनता के काम, जमाबन्दी नहीं निकलने के कारण अटकीं रजिस्ट्रियां

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

लघु सचिवालय फतेहाबाद के दूसरे खंड में स्थित ई-दिशा केंद्र में सोमवार को सर्वर डाउन होने के कारण आमजन से जुड़े सभी कामकाज पूरी तरह प्रभावित रहे। सुबह से ही तकनीकी समस्या के चलते केंद्र में कोई भी ऑनलाइन सेवा सुचारु रूप से नहीं चल सकी, जिससे प्रमाण पत्र, दस्तावेज सत्यापन और राजस्व रिकॉर्ड से जुड़े कार्य कराने पहुंचे लोगों को घंटों इंतजार करना पड़ा। सबसे ज्यादा परेशानी उन लोगों को हुई, जिन्हें जमीन से संबंधित दस्तावेजों के लिए जमाबंदी निकलवानी थी। सर्वर बंद रहने के कारण जमाबंदी की प्रतियां जारी नहीं हो सकीं। इसका सीधा असर जिले में होने वाली रजिस्ट्रियों पर पड़ा और कई लोगों की जमीन की खरीद-फरोख्त से जुड़ी रजिस्ट्रियां अटक गईं।

फतेहाबाद। ई-दिशा में सर्वर डाउन होने से परेशान लोग। फोटो: हरिभूमि

कर्मचारियों ने सर्वर तकनीकी खराबी की दी जानकारी

सुबह से ही ई-दिशा केंद्र के बाहर बड़ी संख्या में लोग अपने कार्यों के लिए पहुंचे थे, लेकिन काउंटरों पर कर्मचारियों ने सर्वर तकनीकी खराबी की जानकारी दी। कई लोग दूर-दराज के गांवों से दस्तावेज बनवाने आए थे। उन्हें बिना काम कराए वापस लौटना पड़ा। कुछ लोग पूरे दिन सर्वर शुरू होने की उम्मीद में केंद्र के बाहर इंतजार करते रहे। लोगों का कहना है कि ई-दिशा केंद्र में सर्वर संबंधी समस्या अक्सर सामने आती रहती है, जिससे सरकारी सेवाओं पर निर्भर नागरिकों को परेशानी झेलनी पड़ती है। खासकर जमीन संबंधी कार्यों में एक दिन की देरी से आर्थिक नुकसान भी उठाना पड़ता है, क्योंकि रजिस्ट्री के लिए पहले से समय तय होता है।

रोहतक, मंगलवार
19 मई 2026
हरिभूमि
सहेली

आज के दौर में महिलाएं हर क्षेत्र में अपने आपको साबित कर रही हैं, अपनी पहचान बना रही हैं। लेकिन अभी भी कुछ ऐसे डर हैं, जो उन्हें आगे बढ़ने से रोकते हैं, उनके मानसिक स्वास्थ्य, करियर और व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करते हैं। यह एक चिंताजनक स्थिति है। महिलाएं किसी प्रकार के डर को कैसे काबू में रखें, इनसे कैसे उबरें, जानिए।

डर के आगे जीत है
महिलाएं अपने डर पर कैसे पाएं काबू

कवर स्टोरी
ललिता गोयल

एक महिला के रूप में हम जानते और समझते हैं कि तब कैसा महसूस होता है, जब आपकी हथेलियां पसीने से भीग जाती हैं, आपका दिल तेजी से धड़कने लगता है, एक डर महसूस करती हैं और तब आप बस यही सोचती हैं कि इससे कैसे बचा जाए? वहां से भाग लिया जाए या रुक कर स्थिति से लड़ा जाए? कुछ ऐसे डर जो महिलाओं को पीछे हटने और खुद को एक दायरे में सीमित कर लेने के लिए मजबूर करते हैं, इनको समझना जरूरी है।

अपने डर को पहचानें

महिलाएं प्रायः जिन डरों से घिरती हैं, इनसे छुटकारा पाने के तरीकों को जानने से पहले यह जानना-पहचानना जरूरी है कि कौन से डर हैं, जिनका अधिकांश महिलाएं अपने जीवन में सामना करती हैं।

अपने कंफर्ट जोन से बाहर निकलने का डरः यह वह स्थिति होती है, जब महिलाएं कुछ नया करने से डरती हैं, क्योंकि उन्हें असफलता का भय होता है, उन्हें लगता है कि अगर वे असफल हो गईं तो घर-परिवार के सदस्य उनका मजाक बनाएंगे। इसलिए वे कंफर्ट जोन में बनी रहती हैं, अपने विकास के रास्ते बंद कर लेती हैं।

अस्वीकृति का भयः यह वह स्थिति होती है, जब महिलाओं को लगता है कि वे जो करना चाहती हैं, उसके लिए उन्हें परिवार से स्वीकृति नहीं मिलेगी। इस 'नहीं' को सुनने के डर से वे कुछ भी करने से पीछे हट जाती हैं। महिलाएं सफलता पाने की तुलना में अस्वीकृति की संभावना को लेकर अधिक चिंतित रहती हैं।

गलत साबित होने का डरः यह वह स्थिति है, जब आत्मविश्वास की कमी के कारण महिलाएं खुद को अनभिज्ञ या अज्ञानी नहीं दिखाना चाहतीं और वे शिक्षित, अनुभवी होने के बावजूद खुद पर भरोसा करने से इनकार कर देती हैं, अपनी राय व्यक्त करने या अपने ज्ञान और अनुभव को शेयर करने से इनकार कर देती हैं।

उपहास उड़ाए जाने का डरः यह वह स्थिति है, जब आप इस बात से डरती हैं कि लोग आपके बारे में क्या कहेंगे, उपहास उड़ाएंगे, मूर्ख कहेंगे, आपको समाज द्वारा जज किए जाने का डर होता है। यह डर महिलाओं को अपनी बात खुलकर रखने से रोकता है। भले ही वे जानती हैं कि वे सही हैं।

शारीरिक इमेज का डरः कुछ महिलाएं अपनी शारीरिक बनावट को लेकर भी असुरक्षित महसूस करती हैं। कुछ को हीनता का बोध भी हो सकता है। उनके लिए डर का सामना करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है।

डर से कैसे उबरें

सवाल यह है महिलाएं किसी प्रकार के डर से कैसे उबरें? यहां बता रहे हैं ऐसे कुछ आसान तरीके, जो रोजमर्रा के डर और घबराहट से लड़ने में मदद करेंगे।

सपोर्ट सिस्टम बनाएंः ऐसे दोस्तों या परिवार के सदस्यों का नेटवर्क रखें, जिन पर आप भरोसा कर सकें। इससे डर कम होता है। अपने डर के बारे में किसी दोस्त, परिवार वाले या हेल्पलाइन से बात करें। अपनी बात शेयर करने से मन का बोझ हल्का होता है और डर छोटा लगने लगता है।

खुद से पूछेंः खुद से पूछिए सबसे बुरा क्या हो सकता है? जब आप सबसे बुरी स्थिति का सामना करने के लिए तैयार हो जाती हैं, तो डर छोटा लगने लगता है।

आत्म-विश्वास और मानसिक मजबूती बढ़ाएंः जब भी डर लगे, अपनी पिछली सफलताओं और उपलब्धियों को याद करें। इससे आपको याद आएगा कि आप चुनौतियों से निपटने में सक्षम हैं।

थोड़ा ब्रेक लेंः जब आप डरी हुए होती हैं, तो साफ-साफ सोचना मुश्किल होता है। ऐसे में खुद को शांत करने के लिए थोड़ा समय निकालें। 15 मिनट के लिए उस जगह से हट जाएं, कहीं टहलने चली जाएं, चाय पिएं या कोई मजेदार वीडियो देखें।

गहरी सांस से दूर होगी घबराहटः अगर डर की वजह से अचानक आपके दिल की धड़कन तेज हो जाए या आपकी हथेलियों में पसीना आने लगे, तो एक पल वहीं रुकें और उस अहसास को महसूस करें। पेट पर हाथ रखें और गहरी सांस लें। इससे आपका दिमाग घबराहट को झेलने को तैयार हो जाएगा।

कंफर्ट जोन से बाहर निकलेंः जिस चीज से डर लगता है, उसका थोड़ा-थोड़ा सामना करें। अगर बोलने से डर लगता है, तो

छोटे ग्रुप्स में बोलना शुरू करें। यह एक्सपोजर थैरेपी की तरह काम करता है।

डर का सामना करेंः डर से दूर भागने से वह और बढ़ता है। धीरे-धीरे उस चीज के संपर्क में आएं, जिससे आप डरती हैं। जैसे अगर आपको लिफ्ट या एस्केलेटर में जाने से डर लगता है, तो बार-बार इसे यूज करें। धीरे-धीरे आपका डर कम होने लगेगा।

शारीरिक लक्षणों को समझेंः घबराहट में तेज धड़कन या सांस फूलना सामान्य है। यह शरीर का खुद को तैयार करने का एक तरीका है। यह समझें कि ये लक्षण खतरनाक नहीं हैं और थोड़ी देर में ठीक हो जाएंगे।

नेगेटिव सोच से दूरीः अपने आपसे तर्कपूर्ण सवाल पूछें। जैसे क्या वाकई लिफ्ट गिर जाएगी? या क्या सच में यहां कोई खतरा है? हकीकत को जानकर आप डर को कम कर सकती हैं।

परफेक्ट बनने की कोशिश न करेंः यह सोचना छोड़ दें कि आपको हमेशा शांत रहना चाहिए या जिंदगी हमेशा अच्छी होनी चाहिए। जिंदगी थोड़ी उथल-पुथल भरी हो सकती है और यह बिल्कुल सामान्य है। खुद के साथ ज्यादा सख्ती न बरतें। एक अच्छी जगह की कल्पना करें। अपनी आंखें बंद करें और किसी ऐसी जगह या याद के बारे में सोचें, जहां आप सुरक्षित और खुश महसूस करती हैं, जैसे कोई समुद्र तट या बचपन की कोई खुशनुमा याद। लोग क्या कहेंगे की परवाह न करें। अपने विचारों को स्पष्टता से व्यक्त करें और निर्णय लेने में निडर बनें। लोग क्या कहेंगे की परवाह किए बिना अपने लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करें और छोटे-छोटे कदम उठाकर नए प्रयोग करें।

अपनी सेहत का ख्याल रखेंः अच्छा खाना खाएं और एक्टिव रहें। शराब या नशीली चीजों से दूर रहें, क्योंकि ये घबराहट को और ज्यादा बढ़ा देती हैं। अच्छी नींद और सेहतमंद जीवनशैली मन को मजबूत बनाती है।

खुद को शाबाशी देंः जब भी आप अपने डर के बावजूद कुछ हासिल करें, तो खुद को कोई छोटा-सा तोहफा दें। जैसे- अपनी पसंद का खाना खाएं, कोई किताब खरीदें या कोई फिल्म देखें।

जरूरी सलाहः अगर आपका डर आपकी रोजमर्रा की जिंदगी में बहुत ज्यादा रुकावट डाल रहा है, तो डॉक्टर या विशेषज्ञ से सलाह लेने में संकोच न करें। ❁

(लाइफ कोच डॉ. सुजाता से बातचीत पर आधारित)

जीवनसाथी से ऐसे बनाए रखें प्यार

दांपत्य जीवन में मिठास बनी रहे, इसके लिए जरूरी है पति-पत्नी के बीच हमेशा संवाद बना रहे। संवाद की निरंतरता दंपति को आपस में जोड़े रखती है, इससे रिश्ते गहरे बने रहते हैं। दांपत्य जीवन में हमेशा प्यार कैसे बना रहे, जानिए।

दांपत्य
स्नेहा सिंह

हम अकसर घर से ऑफिस के लिए निकलते समय अपने जीवनसाथी से बस यही कहते हैं, 'आने में देर हो जाएगी।', 'फोन करके परेशान मत करना।' या जीवनसाथी के कोई बात पूछने पर चिढ़ कर बोल देते हैं, 'बाद में बात करते हैं।' लेकिन क्या कभी आपने सोचा है कि घर से निकलते समय ऐसा रूखा व्यवहार जीवन साथी को कितना कचोटता होगा? आखिर हम घर से निकलते समय अपने जीवन साथी से प्यार के दो बोल क्यों नहीं बोल सकते, क्यों नहीं एक मुस्कराहट के साथ अपनी विदाई ले सकते हैं? दांपत्य जीवन में मधुरता बनी रहे, इसके लिए कुछ बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी है-

रिश्तों में हों मीठे संवादः पति-पत्नी का रिश्ता केवल साथ रहने का नहीं, बल्कि भावनात्मक जुड़ाव का रिश्ता भी होता है। इस रिश्ते की नींव मीठे संवाद पर टिकी होती है। जब दो लोग अपने मन की बातें खुलकर मधुरता के साथ करते हैं, एक-दूसरे की परेशानियां और छोटे-छोटे अनुभव साझा करते हैं, तब संबंध गहरे होते जाते हैं। लेकिन आज की भाग-दौड़ भरी जिंदगी में दांपत्य जीवन में संवाद कम होता जा रहा है। लोग घंटों मोबाइल के साथ तो बिताते है, पर जीवनसाथी के साथ कुछ पल बैठकर बात नहीं करते। इसके अभाव में धीरे-धीरे दांपत्य रिश्तों में दूरी आ जाती है। कई बार पति-पत्नी एक ही घर में रहते हुए भी मानसिक रूप से बहुत दूर हो जाते हैं। वे केवल जिम्मेदारियां निभाते हैं, लेकिन भावनाओं को व्यक्त नहीं करते। ऐसे में रिश्ते बोझ लगने लगते हैं।

छोटी-छोटी बातें भी रखती हैं मायनेः रिश्तों को मजबूत बनाए रखने के लिए हमेशा बड़े अवसरों या महंगे उपहारों की जरूरत नहीं होती। कभी-कभी छोटी-छोटी बातें भी बहुत बड़ा असर छोड़ जाती हैं। सुबह घर से निकलते समय एक प्यारी सी मुस्कान, 'अपना ध्यान रखना' जैसा वाक्य या अचानक किया गया एक फोन कॉल या फिर शाम को साथ बैठकर एक कप चाय पी लेना, ये सब बातें रिश्तों में गर्माहट बनाए रखती हैं।

नाराजगी को कभी लंबा न खींचेंः रिश्तों में मतभेद होना स्वाभाविक है। पति-पत्नी के बीच बहस, गुस्सा और शिकायतें पैदा होती रहती हैं। लेकिन समस्या तब पैदा होती है, जब लोग अहं में आकर बात करना बंद कर देते हैं। कई बार लोग लंबी चुप्पी साधे रहते हैं। कोई बातचीत के लिए पहल नहीं करना चाहता। दोनों अपने-अपने दिल में शिकायतें जमा किए रहते हैं। झगड़े के बाद भी लंबे समय तक चुप्पी सही नहीं है। जल्दी संवाद शुरू हो जाना चाहिए।

समय देना सबसे बड़ा उपहारः आज लोग अपने करियर, सोशल मीडिया और बाहरी दुनिया में बिजी रहते हैं, रिश्तों के लिए समय ही नहीं निकालते। लेकिन सच्चाई यह है कि किसी भी रिश्ते को जीवित रखने के लिए समय देना बहुत जरूरी है। जीवनसाथी को केवल आर्थिक सुविधाएं ही नहीं चाहिए होतीं, भावनात्मक साथ भी चाहिए होता है। कभी साथ टहलना, साथ खाना, बिना मोबाइल के बैठकर बातें करना, ये सब रिश्तों को जीवंत बनाए रखते हैं। यदि हम अपने सबसे करीबी व्यक्ति के लिए समय नहीं निकाल पा रहे हैं, तो यह हमारे रिश्ते के लिए खतरे की घंटी है।

सीखें प्रेम को व्यक्त करनाः बहुत से लोग अपने मन की भावनाएं व्यक्त नहीं कर पाते। वे प्रेम करते हैं, लेकिन जताते नहीं, जबकि रिश्तों में भावनाओं का खुलकर व्यक्त करना बहुत जरूरी है। कभी-कभी जीवनसाथी की तारीफ करना, उसकी मेहनत को सराहना या बस यह कहना कि 'तुम मेरे लिए बहुत महत्वपूर्ण हो।' रिश्तों में नई ऊर्जा भर देता है। जीवन अनिश्चित है। हमें नहीं पता अगला पल कैसा होगा। इसलिए अपने जीवन साथी को यह अहसास कराते रहना चाहिए कि वे हमारे लिए कितने खास हैं। रिश्ते केवल साथ रहने से नहीं प्रेम, सम्मान, संवाद और समय देने से गहरे होते हैं। ❁

बच्चे और आप
शिखर चंद जैन

इन दिनों बच्चों की समर वैकेशन चल रही हैं। स्कूल जाना नहीं है, इसलिए बच्चों के पास काफी समय है। समर वैकेशन में बच्चे क्या खास कर सकते हैं, कैसे अपने समय का सदुपयोग करें, पैरेंट्स के लिए बहुत ही उपयोगी सलाह।

यूं ही न बीत जाएं
बच्चों की समर वैकेशन

गर्मी की छुट्टियां शुरू हो चुकी हैं। बच्चों के लिए मौज-मस्ती और धमाचौकड़ी का अच्छा मौका है। एक सी रुटीन लाइफ के बाद थोड़ा-सा वक्त कुछ अलग तरह से बीतना भी चाहिए। लेकिन ये लंबी छुट्टियां सिर्फ वक्त की बर्बादी साबित न हों, इसका ध्यान रखना जरूरी है। मजे-मजे में बच्चों को कुछ नई स्किल्स भी सिखा दें, ये जिंदगी भर उनके काम आएंगी।

म्यूजिक सिखाएंः म्यूजिक सिर्फ मनोरंजन का साधन नहीं, इससे मानसिक विकास भी होता है। कुछ अध्ययनों की मानें तो म्यूजिक सीखने वाले बच्चों की लर्निंग कैपेसिटी और गणित का ज्ञान दूसरों की तुलना में अधिक हो सकता है। इसलिए अपने बच्चे को म्यूजिकल इंस्ट्रूमेंट जैसे वाइलिन, पियानो, हारमोनियम या गिटार बजाना सिखाएं। यह स्किल उसके लिए काफी फायदेमंद साबित होगी।

सिखाएं कुकिंग की एबीसीडीः कुकिंग एक महत्वपूर्ण लाइफ स्किल है, जो किसी स्कूल में नहीं सिखाई जाती। इससे बच्चों को न सिर्फ तरह-तरह के प्रयोग करने का मौका मिलता है, कुछ नया बनाने पर सृजन-सुख भी मिलता है। जो बच्चे खुद कुछ, बनाना सीख जाते हैं, उन्हें हेल्दी फूड और नुकसानदायक खाद्य-पदार्थों के बीच अंतर आसानी से समझ में आ जाता है। उम्र के मुताबिक बच्चों का सब्जी, फल आदि काटकर सलाद बनाना, उनकी ड्रेसिंग करना, सैंडविच, जूस आदि बनाना सिखाएं। वे स्वयं भी कुकिंग करके एंज्वॉय करेंगे।

न्यूजपेपर-मैगजीन से टास्क देंः बच्चों को कोर्स की किताबों से इतर भी कुछ टास्क दें। पत्रिकाओं और अखबारों के कलरफुल सप्लीमेंट्स में छपी आकर्षक तस्वीरें काटकर उनके बारे में कुछ लिखने को कहें, साथ ही अपनी स्पेशल स्क्रैप बुक बनाने को कहें। नए शब्द और उनके अर्थ डायरी में लिखने और वाक्यों में उनका प्रयोग करना सिखाएं। रेखाचित्रों में कलर करने को कहें और अलग-अलग जगह छपे कुछ चित्रों में तालमेल बैठाकर उन पर छोटी-छोटी कहानियां या कविताएं लिखने का टास्क दें। यह काम उनकी क्रिएटिविटी को बढ़ाएगा।

स्विमिंग सिखाएंः गर्मी के मौसम में पानी में खेलना-कूदना बच्चों को खूब भाता है। समर वैकेशन अच्छा मौका है, जब वे मौज-मस्ती के साथ-साथ एक नई स्किल भी सीख लेंगे। स्विमिंग सिर्फ मनोरंजन का ही बेहतरीन साधन नहीं है, इससे बच्चों की एक्सरसाइज भी होगी और शारीरिक-मानसिक विकास भी होगा। यह एक लाइफ सेविंग स्किल भी है, जो मुसीबत के वक्त बच्चे के खूब काम आ सकती है। जरूरत पड़ने पर वह न सिर्फ खुद की बल्कि किसी दूसरे व्यक्ति की भी जान बचा सकता है।

सिखाएं नई भाषाः समर वैकेशन का सदुपयोग करने के लिए बच्चों को एक नई भाषा सिखाना एक अच्छा आइडिया है। कई वैज्ञानिक शोधों के नतीजे बता चुके हैं कि एक से अधिक भाषा जानने वाले बच्चों की बौद्धिक क्षमता दूसरे बच्चों की तुलना में कहीं अधिक होती है। सिर्फ यही नहीं, एक से ज्यादा भाषाओं का ज्ञान आगे चलकर बच्चे के करियर के लिए भी प्लस प्वॉइंट बन सकता है। जितनी अधिक भाषाओं का ज्ञान होगा, उसके ज्ञान का उतना ही विस्तार होगा और विदेश जाने की राह भी आसान होगी।

कंप्यूटर पर वर्क करना सिखाएंः आज की टेकसेवी दुनिया में बच्चे को कंप्यूटर का गहरा ज्ञान होना जरूरी है। गर्मी की छुट्टियों में बच्चे को कंप्यूटर पर हिंदी या अंग्रेजी टाइपिंग की प्रैक्टिस, फोटोशॉप, माइक्रोसॉफ्ट ऑफिस या इससे जुड़ी अन्य बारीकियां सिखाने के लिए किसी कोचिंग सेंटर भेजें। आपको यह सब आता हो तो आप खुद बच्चे को यह सब सिखाएं। ❁

ये भी हैं अच्छे ऑप्शन

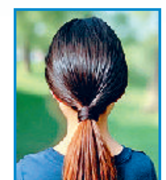
- बच्चे को आउटडोर गेम्स खेलने के लिए प्रेरित करें।
- रोज एक्सरसाइज करने को कहें।
- मॉर्निंग या इवनिंग वॉक के लिए कहें।
- गार्डनिंग के काम में बच्चों की मदद लें, उन्हें विभिन्न फूलों, पत्तियों और वनस्पतियों की जानकारी दें।

हेयर स्टाइल
नैंसी गुप्ता

बहुत ईजी हैं ये हेयर स्टाइल
कम समय में पाएं परफेक्ट लुक

गर्मी के मौसम में बालों को संभालना आसान नहीं होता है। पसीना, धूल और उमस के कारण बाल चिपचिपे हो जाते हैं और उन्हें स्टाइल करना मुश्किल लगने लगता है। खासकर जब समय कम हो, तब जल्दी और आसान हेयर स्टाइल की जरूरत और भी बढ़ जाती है। ऐसे में कुछ स्मार्ट-सिंपल हेयर स्टाइल्स अपनाकर आप कम समय में भी परफेक्ट लुक पा सकती हैं।

सिंपल लो पोनीटेलः अगर आपके पास समय कम है, तो यह लो पोनीटेल सबसे आसानी से बनने वाला क्लासी हेयर स्टाइल है। इसे बनाने में कुछ मिनट लगते हैं और यह आपको एक साफ-सुथरा लुक देता है। आप इसमें हल्का सा ट्विस्ट या पफ जोड़कर अपने ओवरऑल लुक को और स्टाइलिश बना सकती हैं।



साइड ब्रेड हेयर स्टाइलः अगर आप कुछ अलग हेयर स्टाइल ट्राय करना चाहती हैं, तो साइड ब्रेड एक अच्छा विकल्प है। इसे बनाना आसान है और यह आपके लुक में एलिगेंस जोड़ता है। गर्मियों में यह बालों को उलझने से भी बचाता है।

हाफ पोनीटेलः हाफ पोनीटेल, उन महिलाओं के लिए बेहतरीन है, जो बालों को पूरी तरह बांधना नहीं चाहती हैं। इसमें आधे बालों को बांधकर बाकी को खुला रखा जाता है। खास बात यह है कि यह हेयर स्टाइल कुछ ही मिनटों में तैयार हो जाता है और आपको फ्रेश लुक देता है।

क्लॉ क्लिप स्टाइलः बालों में क्लॉ क्लिप का इस्तेमाल आजकल काफी ट्रेंड में है। बालों को ट्विस्ट करके क्लॉ क्लिप से सेट करना एक मिनट का काम है और यह आपको स्टाइलिश लुक देता है। यह खासकर ऑफिस ड्रेसअप के साथ या कैजुअल आउटिंग के लिए परफेक्ट लगता है।

स्कार्फ के साथ फंकी स्टाइलः गर्मियों में स्कार्फ का इस्तेमाल स्टाइल बढ़ाने के लिए भी किया जा सकता है। आप पोनीटेल या बन के साथ स्कार्फ जोड़कर अपने लुक को और आकर्षक बना सकती हैं।

मैसी बनः मैसी बन, गर्मियों के लिए परफेक्ट हेयर स्टाइल माना जाता है। इसे बनाने में ज्यादा मेहनत नहीं लगती और यह देखने में भी काफी ट्रेंडी लगता है। यह स्टाइल बालों को गर्दन से दूर रखता है, जिससे आपको गर्मी में राहत मिलती है।

ब्रेडेड बनः अगर आप थोड़ा स्टाइलिश और फॉर्मल लुक चाहती हैं, तो ब्रेडेड बन ट्राय कर सकती हैं। इसमें पहले चोटी बनाकर उसे जूड़े में बदल दिया जाता है। यह स्टाइल लंबे समय तक टिकता है। ❁

(हेयर एक्सपर्ट नक्ष वर्मा से बातचीत पर आधारित)

प्रिकॉशन
निकिता चौहान

वैसे तो हर मौसम में फिजिकल हाइजीन के प्रति अवेयर रहना जरूरी है। लेकिन समर सीजन में इसके प्रति और भी अवेयर रहना चाहिए। इस सीजन में कैसे रखें हाइजीन का ध्यान, जानिए।

समर सीजन में ऐसे रखें हाइजीन का ध्यान

गर्मी का मौसम अपने साथ कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं लेकर आता है, खासकर महिलाओं के लिए। अधिक तापमान, पसीना, नमी और बैक्टीरिया की वृद्धि के कारण त्वचा और निजी स्वच्छता से जुड़ी समस्याएं बढ़ सकती हैं। ऐसे में अपनी दैनिक दिनचर्या में कुछ जरूरी बदलाव करके समर हाइजीन का विशेष ध्यान रखना चाहिए, ताकि आप स्वस्थ-सुरक्षित रह सकें।

करें प्रॉपर क्लीनिंगः गर्मी के मौसम में पसीना आने से सभी परेशान रहते हैं। इससे शरीर के संवेदनशील हिस्सों (इंटरनल ज्वाइंट्स और हमेशा कवर्ड रहने वाले एरिया) में बैक्टीरिया और फंगल इंफेक्शन का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए दिन में एक या दो बार स्नान करना जरूरी हो जाता है। खासकर जननांग क्षेत्र (इंटिमेट एरिया) की सफाई का विशेष ध्यान रखें। इस क्षेत्र को साफ और सूखा रखना बहुत जरूरी है। अत्यधिक केमिकल वाले प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करने से बचें और माइल्ड, पीएच-बैलेंस्ड क्लीनर का उपयोग करें।

कॉटन फैब्रिक ड्रेसेसः सही ड्रेस का चयन भी समर हाइजीन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। गर्मी में कॉटन फैब्रिक वाले लूज ड्रेसेस पहनना बेहतर होता है, क्योंकि ये स्किन को सांस लेने देते हैं और पसीने को सोख लेते हैं। सिंथेटिक फैब्रिक वाले टाइट ड्रेसेस पहनने से पसीना जमा होता है, जिससे खुजली, रैशेज और संक्रमण हो सकता है।

पीरियड्स टाइम हाइजीनः इस मौसम में पीरियड्स के दौरान स्वच्छता का ध्यान रखना और भी जरूरी हो जाता है। सेनेटरी पैड्स या टैंपोन को हर 4-6 घंटे में बदलना चाहिए। मेंस्ट्रुअल कप का उपयोग भी सुरक्षित और पर्यावरण के अनुकूल विकल्प हो सकता है, बशर्ते उसकी सही तरीके से सफाई की जाए।

हाइड्रेशन-डाइटः शरीर की आंतरिक सफाई के लिए हाइड्रेशन और डाइट भी काफी महत्वपूर्ण है। अधिक पानी पीना शरीर को डिटॉक्स करने में मदद करता है और स्किन को हेल्दी बनाए रखता है। इसके लिए नारियल पानी, छाछ और ताजे फलों का सेवन करें। तला-भुना और अत्यधिक मसालेदार भोजन कम खाएं, क्योंकि यह शरीर में गर्मी बढ़ा सकता है।

यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शनः गर्मी के मौसम में ध्यान ना देने पर महिलाओं में यूटीआई का होना भी कॉमन समस्या है। इसे रोकने के लिए पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं, यूरिन को लंबे समय तक रोककर न रखें और टॉयलेट जाने के बाद सफाई का सही तरीका अपनाएं। यदि जलन, दर्द या बार-बार यूरिन आने जैसी समस्या हो, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

फंगल इंफेक्शनः पसीने के कारण फंगल इंफेक्शन, घमौरियां और एलर्जी हो सकती हैं। जिन अंगों के आस-पास पसीना ज्यादा होता है, उस जगह को सूखा रखें और जरूरत पड़ने पर एंटी-फंगल पावडर या क्रीम का इस्तेमाल करें। बिना डॉक्टर की सलाह के कोई भी दवा न लें।

समर सीजन हाइजीन प्रिकॉशंस को नजरअंदाज करने से आगे चलकर कई समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए यहां बताई गई स्वच्छता आदतों को जरूर अपनाएं। ❁

(सीनियर ऑब्स्टेट्रिशियन और गायनेकोलॉजिस्ट डॉ. मनन गुप्ता, दिल्ली से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

गुरु-शिष्य परंपरा योजना के लिए आवेदन आमंत्रित

सिरसा। संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा उत्तर क्षेत्र सांस्कृतिक केंद्र, प्रयागराज के माध्यम से संचालित गुरु-शिष्य परंपरा योजना वर्ष 2026-27 के लिए विभिन्न लोक कलाओं एवं पारंपरिक विधाओं में आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। इस योजना का उद्देश्य भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, लुप्तप्राय लोक कलाओं और दुर्लभ पारंपरिक विधाओं का संरक्षण एवं संवर्धन करना है। योजना के अंतर्गत लोकगायन, लोकनाट्य, लोक चित्रकला, दुर्लभ वाद्ययंत्र तथा लोक नृत्यों जैसी विधाओं में अनुभवी कलाकारों से आवेदन मांगे गए हैं। सरकार का प्रयास है कि पारंपरिक कला विधाओं को नई पीढ़ी तक पहुंचाकर उन्हें संरक्षित किया जाए, ताकि देश की सांस्कृतिक पहचान को मजबूती मिल सके।

लीगल लीटेरसी इंचार्जेस के लिए लगाई वर्कशॉप

सिरसा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के तत्वावधान में सोमवार को जिला एडीआर सेंटर के कॉन्फ्रेंस हॉल में विभिन्न विद्यालयों के लीगल लीटेरसी इंचार्जेस के लिए वर्कशॉप का आयोजन किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी संतोष बागोतिया ने बताया कि वर्कशॉप में डिप्टी एलएडीसी केएस गिल और पैनल अधिवक्ता बलबीर कौर ने मौजूद सभी को प्लास्टिक फ्री हरियाणा (ग्रीन टूडे, सिक्योर टूमारो), बाल विवाह प्रोहीबिशन एक्ट, वाटर कन्सर्वैशन हरियाणा, अजमल बेग बनाम उत्तर प्रदेश राज्य केस के फैसले व अन्य सम्बंधित विषयों पर विस्तार से चर्चा की।

अशोक गोयल बने इन्कम टैक्स बार एसो. के प्रधान

सिरसा। इंकम टैक्स बार एसोसिएशन की चुनावी बैठक हुई जिसमें आयकर अधिवक्ता रमेश गोयल, सुरेंद्र बांसल व अशोक सिंगला सीए की देखरेख में चुनाव का आयोजन किया गया। जिसमें अशोक गोयल एडवोकेट को अध्यक्ष, रमेश जासवाल को उपप्रधान, कार्तिक जमालिया को संयुक्त सचिव और राजकुमार सिंगला को कोषाध्यक्ष चुना गया। नवनिर्वाचित पदाधिकारियों ने एसोसिएशन के तमाम सदस्यों का विश्वास जताने के लिए आभार जताया है।

अमरनाथ सेवा समिति की इंदौर शाखा के प्रधान पहुंचे सिरसा

सिरसा। श्री अमरनाथ सेवा समिति, सिरसा द्वारा समिति की इंदौर शाखा के प्रधान आनंद का सिरसा पहुंचने पर भव्य स्वागत और अभिनंदन किया गया। समिति के पदाधिकारियों और सेवादारों ने उन्हें स्मृति चिह्न, शॉल और फूलों के हार भेंट कर सम्मानित किया। इस मौके पर समिति के संस्थापक गुरदयाल मेहता, संरक्षक वीरभान सेठी, तरसेम मिढा, कीर्ति अग्रवाल, वेद भारती, प्रधान भगवान दास सिंगला और कार्यकारी प्रधान राजेश फुटेला सहित समिति के अन्य कई गणमान्य सदस्य व सेवादार मुख्य रूप से मौजूद रहे।

आर्य पीजी कॉलेज, पानीपत में आयोजित प्रतियोगिता के परिणाम घोषित

कीरतपाल कौर राज्य स्तरीय निबंध लेखन प्रतियोगिता में दूसरे स्थान पर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

हरियाणा राज्य विज्ञान, नवाचार और प्रौद्योगिकी परिषद द्वारा प्रायोजित और आर्य पीजी कॉलेज, पानीपत में आयोजित राज्य स्तरीय विज्ञान निबंध लेखन प्रतियोगिता के परिणाम घोषित कर दिए गए हैं। इस प्रतियोगिता में फतेहाबाद के मनोहर मेमोरियल कॉलेज की छात्रा कीरतपाल कौर ने पूरे प्रदेश में दूसरा स्थान हासिल कर कॉलेज और जिले का नाम रोशन किया है। इस राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में हरियाणा के विभिन्न जिलों और शिक्षण संस्थानों से लगभग 220 विद्यार्थियों ने बड़े उत्साह के साथ भाग लिया। प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य छात्रों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण को बढ़ावा देना और उनके लेखन कौशल को निखारना था।

एमएम कॉलेज, फतेहाबाद से इस प्रतियोगिता में चार विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया था। इन सभी छात्रों ने कॉलेज की भौतिक विज्ञान विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर व इंचार्ज तान्या मेहता के मार्गदर्शन में अपनी तैयारी की थी। कड़े मुकाबले के बीच, बीएससी अंतिम वर्ष, फिजिकल साइंस की छात्रा कीरतपाल कौर ने अपने उत्कृष्ट निबंध के दम पर राज्य स्तर पर दूसरा स्थान प्राप्त किया। इस शानदार उपलब्धि के लिए कीरतपाल कौर को 12 हजार रुपये का नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया जाएगा। इस सफलता पर एम.एम. कॉलेज की गवर्निंग बॉडी और प्रबंधन समिति में खुशी की लहर है। एमएम एजुकेशनल सोसायटी के चेयरमैन आत्मप्रकाश बत्रा, प्रधान राजीव बत्रा, उपप्रधान अशोक तनेजा, सचिव विनोद मेहता एडवोकेट, कोषाध्यक्ष कैलाश बत्रा, बीएड कॉलेज के उपप्रधान संजय बत्रा व मैनेजमेंट सदस्यों ने विजेता छात्रा कीरतपाल कौर और मार्गदर्शक शिक्षिका तान्या मेहता को बधाई दी। कॉलेज के प्राचार्य डॉ. गुरचरण दास ने अव्वल रही छात्रा की सराहना करते हुए कहा कि यह हमारे कॉलेज के लिए अत्यंत गर्व का क्षण है। कीरतपाल की यह सफलता अन्य छात्रों को भी अनुसंधान और विज्ञान के क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करेगी। इस अवसर पर कॉलेज स्टाफ और छात्र-छात्राओं ने कीरतपाल कौर का मिठाई खिलाकर स्वागत किया और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

फतेहाबाद। विजेता छात्रा कीरपाल कौर को बधाई देते प्राचार्य डॉ. गुरचरण दास।

फतेहाबाद। डिवाइन इंटरनेशनल स्कूल में शतरंज प्रतियोगिता में भाग लेते विद्यार्थी।

डिवाइन इंटरनेशनल स्कूल में शतरंज प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने बुद्धिमत्ता व एकाग्रता की मिसाल की पेश

फतेहाबाद। विद्यार्थियों के बौद्धिक विकास, तार्किक क्षमता और निर्णय लेने की योग्यता को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से सिरसा रोड स्थित डिवाइन इंटरनेशनल पब्लिक स्कूल में इंटर-हाउस शतरंज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में विभिन्न आयु वर्ग के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी रणनीतिक सोच, धैर्य और खेल भावना का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। विद्यालय परिसर पूरे दिन प्रतिस्पर्धा के रोमांच और विद्यार्थियों के आत्मविश्वास से सराबोर नजर आया। प्रतियोगिता का आयोजन अंडर-14, अंडर-17 और अंडर-19 वर्गों में किया गया, जिसमें बालक और बालिका वर्ग के खिलाड़ियों ने शानदार मुकाबले खेले। शतरंज की बिसात पर हर चाल के साथ विद्यार्थियों की सूझबूझ और मानसिक एकाग्रता देखने लायक थी। प्रतियोगिता के दौरान प्रतिभागियों ने यह साबित किया कि शतरंज केवल एक खेल नहीं, बल्कि धैर्य, अनुशासन और दूरदर्शिता का अद्भुत संगम है। डीपीई अजय गढ़वाल व पीटीआई मधु ने बताया कि प्रतियोगिता के अंडर-14 बालक वर्ग में पुनीत ने बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए विजेता का खिताब अपने नाम किया, जबकि नक्ष ने उपविजेता स्थान प्राप्त किया। अंडर-17 बालक वर्ग में गुरनूर ने अपनी शानदार रणनीति से प्रथम स्थान हासिल किया।

टोहाना। गांव मुंदलिया में बस स्टैण्ड का उद्घाटन करते सांसद सुभाष बराला।

बस स्टैंड व नवनिर्मित ग्राम सचिवालय का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

राज्य और केन्द्र सरकार गांवों को आधुनिक सुविधाओं से सशक्त बनाने के लिए निरंतर कार्य कर रही है। सरकार का लक्ष्य है कि ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों को भी शहरों जैसी मूलभूत एवं आधुनिक सुविधाएं अपने गांव में ही उपलब्ध हों, ताकि ग्रामीण जीवन अधिक सुगम, सुविधाजनक और आत्मनिर्भर बन सके। यह बात राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने सोमवार को पंचायत फंड स्कीम के अंतर्गत गांव मुंदलिया और दमकौरा में विभिन्न जनहितकारी विकास परियोजनाओं के उद्घाटन अवसर पर ग्रामीणों को संबोधित करते हुए कही। राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने गांव मुंदलिया में लगभग 19 लाख रुपये की लागत से नवनिर्मित बस स्टैंड तथा 10 लाख रुपये की लागत से तैयार की गई 'साझी छत बैठक' का लोकार्पण किया। इसके पश्चात उन्होंने गांव दमकौरा में लगभग 58 लाख रुपये की लागत से निर्मित आधुनिक ग्राम सचिवालय तथा करीब 43 लाख रुपये की लागत से बनी गांव की पक्की फिरनी का उद्घाटन कर क्षेत्रवासियों को बड़ी सौगात दी।

नहीं होगी परेशानी

सांसद सुभाष बराला ने कहा कि गांव मुंदलिया में नवनिर्मित बस स्टैंड बनने से विद्यार्थियों, कामकाजी लोगों, महिलाओं तथा बुजुर्गों को आवागमन में काफी सुविधा मिलेगी। अब ग्रामीणों को परिवहन संबंधी परेशानियों का सामना नहीं करना पड़ेगा तथा यात्रियों को सुरक्षित एवं व्यवस्थित प्रतीक्षा स्थल उपलब्ध हो सकेगा। उन्होंने कहा कि 'साझी छत बैठक' ग्रामीणों के सामाजिक एवं सांस्कृतिक जीवन को नई दिशा देने का कार्य करेगी। यह स्थान गांव में सामाजिक बैठकों, सामुदायिक कार्यक्रमों, पारिवारिक आयोजनों तथा आपसी विचार-विमर्श के लिए उपयोगी सिद्ध होगा और गांव में सामाजिक सौहार्द को बढ़ावा देगा। इस अवसर पर गांव मुंदलिया के सरपंच कुलदीप सिंह संधू, गांव दमकौरा के सरपंच कर्मजीत सिंह, मंडल अध्यक्ष रमन मडिया, वेद जांगड़ा, एसईपीओ माया गोदारा, सचिव विजय भाटिया, एबीपीओ अरुण, कृष्ण नैन सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति एवं ग्रामीण मौजूद रहे।

डीसी की अधिकारियों से अपील : ईंधन की करें बचत, कार पूलिंग को दें बढ़ावा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने अधिकारियों से अपील की है कि प्रधानमंत्री के निर्देशानुसार ईंधन बचत में सहयोग करें और कार पूलिंग को बढ़ावा दें। आवश्यकतानुसार ही वाहनों का प्रयोग करें। डीसी सोमवार को लघु सचिवालय में आयोजित समाधान शिविर में लोगों की शिकायतें सुन रहे थे।

डीसी ने कहा कि समाधान शिविर आमजन की समस्याओं के त्वरित समाधान का प्रभावी माध्यम बन रहे हैं। इन शिविरों के माध्यम से लोगों को विभिन्न विभागों के कार्यालयों के बार-बार चक्कर नहीं लगाने पड़ते और एक ही स्थान पर उनकी समस्याओं पर सुनवाई सुनिश्चित की जा रही है। डीसी डीसी ने निर्देश दिए कि सीएम विंडो, समाधान शिविर, जनसंवाद, एसएमजीटी और सीपीग्राम पोर्टल पर आने वाली सभी शिकायतों का तुरंत एवं प्राथमिकता के आधार पर निपटारा किया जाए। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि प्रत्येक आवेदन को गंभीरता से लेते हुए पारदर्शी और संतोषजनक समाधान सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने नागरिकों से अपील की कि वे अपनी किसी भी व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक समस्या के समाधान के लिए इन शिविरों का अधिकतम लाभ उठाएं।

फतेहाबाद। समाधान शिविर में नागरिकों की शिकायतें सुनते हुए डीसी।

डीएवी पुलिस स्कूल की अपूर्वा पूनियां 98.8 प्रतिशत अंकों के साथ बनीं जिला टॉपर

फतेहाबाद। पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल, फतेहाबाद ने एक बार फिर उत्कृष्ट शैक्षणिक परिणाम देकर जिले में अपनी श्रेष्ठता सिद्ध की है। कक्षा 12वीं के सीबीएसई वार्षिक परीक्षा परिणाम में विद्यालय के विद्यार्थियों ने शानदार सफलता प्राप्त कर विद्यालय, अभिभावकों एवं जिले का नाम गौरवान्वित किया है। विद्यालय की होनहार छात्रा अपूर्वा पुनिया 98.8 प्रतिशत अंक प्राप्त कर आर्टस संकाय में जिला टॉपर रही। इसके अलावा संजोली मोरवाल ने 95.6 प्रतिशत तथा दुर्गा ने 91.2 प्रतिशत अंक प्राप्त कर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। विज्ञान संकाय, मैथ्स व बायोलॉजी में छात्रा प्रतिका बुरडक ने 92.8 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विद्यालय का गौरव बढ़ाया, वहीं वाणिज्य संकाय में सिद्धि ने 92.4 प्रतिशत अंक प्राप्त कर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। एसपी निकिता खट्टर व विद्यालय प्राचार्या अमिता सिंह ने विद्यार्थियों की इस सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि डीएवी संस्था सदैव गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, अनुशासन एवं नैतिक मूल्यों के साथ विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए प्रतिबद्ध रही है। विद्यालय परिवार ने सभी सफल विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

न्यूज डायरी

शिकायतों के बीच स्टेनोग्राफर के प्रमोशन पर सवाल

फतेहाबाद। सोशल एक्टिविस्ट राधेश्याम सोनी ने उपायुक्त कार्यालय से जुड़े स्टेनोग्राफर ऋषिकेश के खिलाफ लंबित भ्रष्टाचार शिकायतों के बीच उसके प्रमोशन और हिसार मंडल में नियुक्ति की चर्चाओं पर चिंता जताई है। उन्होंने हरियाणा सरकार के वित्तायुक्त, राजस्व एवं अतिरिक्त मुख्य सचिव को अति आवश्यक स्मरण पत्र भेजकर पूरे मामले में तुरंत हस्तक्षेप की मांग की है। राधेश्याम सोनी ने आरोप लगाया है कि भ्रष्टाचार, पद के दुरुपयोग और कथित अवैध संपत्ति अर्जित करने जैसे गंभीर आरोपों के बावजूद अब तक प्रभावी जांच शुरू नहीं हुई, जबकि उच्च स्तर पर शिकायतें भेजी जा चुकी हैं। इसके उलट अब आरोपी को प्रमोशन देकर कमिश्नर कार्यालय, हिसार मंडल में नियुक्त करने की चर्चाओं ने पूरे मामले को और ज्यादा विस्फोटक बना दिया है। सोनी ने अपने पत्र में बड़ा सवाल उठाया है कि जब किसी कर्मचारी के खिलाफ गंभीर शिकायतें लंबित हैं तो उसे संवेदनशील पद पर प्रमोट करने की जल्दबाजी आखिर क्यों दिखाई जा रही है।

मतदाता सूचियों के पुनरीक्षण को लेकर कार्यक्रम जारी

सिरसा। उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी शांतनु शर्मा ने बताया कि जिले में मतदाता सूचियों के विशेष गहन पुनरीक्षण का कार्य निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार किया जाएगा। इसके तहत मतदाता सूचियों को अद्यतन और त्रुटिरहित बनाने के लिए विभिन्न चरणों में कार्य संपन्न होगा। उन्होंने बताया कि एक जुलाई को अर्हता तिथि मानते हुए पुनरीक्षण कार्यक्रम लागू किया जाएगा। कार्यक्रम के अनुसार 5 जून से 14 जून तक प्रशिक्षण एवं सामग्री की तैयारी तथा प्रिंटिंग का कार्य किया जाएगा। इसके बाद 15 जून से 14 जुलाई तक बूथ लेवल अधिकारियों द्वारा घर-घर जाकर मतदाताओं का सत्यापन किया जाएगा। 14 जुलाई तक मतदान केंद्रों का युक्तिकरण (रेशनलाइजेशन) पूरा किया जाएगा। जिला निर्वाचन अधिकारी ने बताया कि 21 जुलाई को मतदाता सूची का प्रारूप प्रकाशित किया जाएगा।

बाढ़ से पशुधन बचाव के लिए 34 विशेष टीमें गठित

सिरसा। बाढ़ बचाव प्रबंधों के तहत सघन पशुधन विकास परियोजना के तहत जिला में बाढ़ संभावित क्षेत्रों व गांवों में बेहतर पशु स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने एवं पशुओं को सुरक्षित रखने के मद्देनजर 34 विशेष टीमें गठित की गई हैं और बाढ़ नियंत्रण कक्ष की स्थापना की गई है। सघन पशुधन विकास परियोजना के उपनिदेशक डॉ. सुखविंद्र सिंह ने बताया कि गठित टीमों के इंचार्ज पशुपालन विभाग के संबंधित उपमंडल अधिकारी होंगे। उन्होंने बताया कि गठित टीमों की प्रगति कार्यों की समय-समय पर समीक्षा की जाएगी, इसके लिए टीमों की कार्य प्रणाली का निरीक्षण किया जाएगा। इस संबंध में जिला पशु रोग निदान प्रयोगशाला के वीएस डॉ. बृजलाल को बाढ़ नियंत्रण अधिकारी नियुक्त किया है। पशुपालन विभाग द्वारा बाढ़ से संभावित क्षेत्रों में सभी आवश्यक पुख्ता प्रबंध किए गए हैं। डॉ. सुखविंद्र सिंह उप निदेशक ने बताया कि सभी आवश्यक वैक्सीन व दवाइयां संबंधित पशु चिकित्सक को केंद्रीय भंडार राजकीय पशु चिकित्सालय सिरसा से प्राप्त कर टीमों को उपलब्ध करवाई जाएंगी।

31 मई तक चलेगा घर-घर जनगणना सर्वे अभियान

फतेहाबाद। डीसी डॉ. विवेक भारती ने जिला के नागरिकों से अपील करते हुए कहा है कि जनगणना के तहत 1 मई से जिलेभर में घर-घर सर्वे अभियान चलाया जा रहा है। यदि किसी क्षेत्र में कोई घर सर्वे से अछूता रह गया है तो नागरिक तुरंत कंट्रोल रूम में इसकी सूचना दें, ताकि समय रहते उसे सर्वे प्रक्रिया में शामिल किया जा सके। सोमवार को लघु सचिवालय सभागार में आयोजित बैठक में डीसी डा. विवेक भारती ने सभी एसडीएम और चार्ज अधिकारियों के साथ जनगणना कार्य की समीक्षा की तथा संबंधित विभागों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।डीसी ने पंचायत एवं स्थानीय निकाय विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे अपने-अपने क्षेत्रों में सर्वे कार्य की नियमित निगरानी सुनिश्चित करें। साथ ही लोगों को जागरूक किया जाए कि जिन घरों पर नंबर अंकित नहीं हैं, वे इसकी जानकारी प्रशासन को अवश्य दें, ताकि किसी भी परिवार का सर्वे छूटने न पाए।

दान किया गया खून जीवन में लाता बदलावः बसंत

सिरसा। संत निरंकारी मिशन की महम्मदपुरिया ब्रांच के मंगालिया गांव के संत निरंकारी सत्संग भवन में रेडक्रॉस सोसायटी के सहयोग से व ब्लड बैंक सिविल अस्पताल सिरसा के मार्गदर्शन में रक्तदान कैंप का आयोजन किया गया। इस कैंप में 122 युनिट रक्तदान मिशन के श्रद्धालुओं द्वारा किया गया। इस अवसर पर आयोजित सत्संग की अध्यक्षता बंसत कोमल ब्रह्मज्ञान प्रचारक लुधियाना ने की। उन्होंने कहा कि संत महात्माओं के द्वारा दिया गया खून जिस भी इंसान को दिया जाता है उसकी जिंदगी तो बचती ही है साथ ही जीवन में भी सुंदर बदलाव आते हैं। इस अवसर पर महम्मदपुरिया, ऐलनाबाद, रानियां एवं मल्लेकां ब्रांच से सैकड़ों श्रद्धालु भक्तों ने भाग लिया। सिविल अस्पताल रानियां के एसएमओ ओमप्रकाश ने इस कार्यक्रम में शिरकत की व मिशन द्वारा किए जा रहे मानवता के कार्यों की प्रशंसा की। टोहाना जोन के जोनल इंचार्ज रमन नागपाल ने इस शिविर में आए सभी संतों का आभार व्यक्त किया। क्षेत्रीय संचालक सुरेंद्र सिंह के मार्गदर्शन में निरंकारी सेवादल द्वारा सभी सेवाओं को बखूबी निभाया गया।

ताइक्वांडो, वुशु चैंपियनशिप में छाए जैन स्कूल के विद्यार्थी

सिरसा। सेठ सागरमल सुराणा जैन कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों ने जिला स्तरीय ताइक्वांडो ओपन चैंपियनशिप एवं वुशु ओपन चैंपियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया। जिला स्तरीय ताइक्वांडो ओपन चैंपियनशिप में विद्यालय की टीम ने बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए ओवरऑल द्वितीय स्थान की ट्रॉफी अपने नाम की। वहीं दूसरी ओर वुशु ओपन चैंपियनशिप में विद्यालय के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए सब-जूनियर गर्ल्स कैटेगरी में तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्रतियोगिता में विद्यालय के 22 विद्यार्थियों ने भाग लिया, जिनमें से 6 विद्यार्थियों ने गोल्ड मेडल, 10 विद्यार्थियों ने सिल्वर मेडल तथा 4 विद्यार्थियों ने ब्रॉन्ज मेडल प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया।

असंतुलन उर्वरक प्रयोग से मिट्टी की उर्वरा शक्ति होती है प्रभावित: डॉ. जाखड

ओढां। गांव खुइयां मल्काना में कृषि विज्ञान केंद्र सिरसा द्वारा संतुलित उर्वरक प्रबंधन विषय पर एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कृषि विज्ञान केंद्र सिरसा के समन्वयक एवं मृदा वैज्ञानिक डॉ. देवेंद्र सिंह जाखड़ ने किसानों को बताया कि फसलों में आवश्यकता अनुसार एवं मृदा परीक्षण के आधार पर उर्वरकों का प्रयोग करना अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि असंतुलित उर्वरक प्रयोग से मिट्टी की उर्वराशक्ति प्रभावित होती है तथा उत्पादन लागत बढ़ती है। उन्होंने जैविक खाद, हरी खाद तथा सूक्ष्म पोषक तत्वों के संतुलित उपयोग पर भी जोर दिया। कार्यक्रम में पशु चिकित्सा वैज्ञानिक डॉ. हरदीप कलकल ने पशुओं की प्रमुख समस्याओं जैसे थनैला रोग, रिपीट ब्रीडिंग, पशुओं में पोषण की कमी तथा समय पर टीकाकरण के महत्व पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने किसानों को पशुओं के संतुलित आहार, स्वच्छता तथा नियमित स्वास्थ्य जांच के प्रति जागरूक किया।

ओढ़ां। गांव खुईयां मलकाना में कार्यक्रम को संबोधित करते हुए डॉ. देवेंद्र जाखड़।

नीट परीक्षा का रद्द होना युवाओं से छलः चौटाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जेजेपी नेता दिग्विजय चौटाला ने कहा कि देश में नीट का पेपल लीक होना और फिर रद्द होना सीधे तौर पर देश के लाखों युवाओं के साथ छल है और इसके पीछे सरकार की ढुलमुल नीतियां ही उत्तरदायी हैं। दिग्विजय सोमवार को सिरसा में मीडिया से रूबरू हो रहे थे। उन्होंने कहा कि केंद्र की तर्ज पर ही हरियाणा में भी एचपीएससी ने भी युवाओं से उनके भविष्य को लेकर खिलवाड़ किया जा रहा है। निकाली जा रही नौकरियों के आवेदनों में अधिकांशतः बाहरी प्रदेशों के अभ्यर्थियों की नियुक्तियां सीधे तौर पर हरियाणा और हरियाणा के युवाओं से छलावा है। उन्होंने कहा कि उदाहरण के तौर पर यदि किसी पद के 100 आवेदन निकाले गए तो उसमें से केवल 10 फीसदी पदों पर ही भर्ती की जाएगी और उसमें से भी अधिकांश पदों पर बाहरी राज्यों के अभ्यर्थियों को प्राथमिकता दी जाएगी। चौटाला ने कहा कि अभ्यर्थियों ने पंचकुला में आगामी 20 मई को विरोध प्रदर्शन करने का निर्णय लिया है जिसमें वे शामिल होंगे। उन्होंने कहा कि वे सभी राजनीतिक पार्टियों से अपील करते हैं कि सभी दल पार्टी प्रबंधन से ऊपर उठकर इस प्रदर्शन में शामिल हों और एचपीएससी की गलत नीतियों के खिलाफ लामबंद हों। उन्होंने कहा कि इन दिनों हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी पंजाब में राजनीतिक यात्रा कर रहे हैं, मगर वे उनसे सवाल करते हैं कि यदि पंजाब में उनकी सत्ता बनी तो क्या वे हरियाणा के हक के एसवाईएल का पानी हरियाणावासियों को दिलाने की गारंटी लेंगे? उन्होंने छात्रसंघ के चुनावों का मुद्दा एकबार फिर उठाते हुए कहा कि वे तब तक चैन से नहीं बैठेंगे जब तक प्रदेश में प्रत्यक्ष रूप से छात्रसंघ के चुनाव घोषित नहीं होते।

सिरसा। पत्रकारों से बात करते हुए दिग्विजय चौटाला।

घोषणा समाज के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण और ऐतिहासिक निर्णय : भवानी सिंह

सीएम की फतेहाबाद में धर्मशाला के लिए जमीन देने की घोषणा पर राजपूत समाज में खुशी की लहर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

अम्बाला के शहजादपुर में आयोजित वीर शिरोमणि महाराणा प्रताप के राज्य स्तरीय जयंती समारोह मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने समाज की वर्षों पुरानी मांग को पूरा करते हुए फतेहाबाद में राजपूत धर्मशाला के निर्माण के लिए कलेक्टर रेट पर जमीन देने की ऐतिहासिक घोषणा की है।

मुख्यमंत्री की इस घोषणा के बाद फतेहाबाद के राजपूत समाज में खुशी की लहर दौड़ गई है। समाज के लोगों ने एक-दूसरे को मिठाई खिलाकर इस घोषणा का स्वागत किया है। वीरता, स्वाभिमान और राष्ट्रभक्ति के प्रतीक वीर शिरोमणि महाराणा प्रताप के राज्य स्तरीय जयंती समारोह में फतेहाबाद से समाज के युवा नेता भवानी सिंह के नेतृत्व में सैकड़ों लोगों ने अंबाला के शहजादपुर पहुंचकर अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। इस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में मिजोरम के राज्यपाल जनरल वी.के. सिंह एवं हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी मुख्य रूप से मौजूद रहे। इस कार्यक्रम में सीएम द्वारा यह घोषणा की गई।

इस ऐतिहासिक घोषणा पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए राजपूत नेता भवानी सिंह ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, कृषि मंत्री श्याम सिंह राणा व नेपाल सिंह राणा का का आभार जताया। भवानी सिंह ने कहा कि समाज के लोग लंबे समय से फतेहाबाद में समाज के संगठन, संस्कृति और सामाजिक कार्यों के संचालन के लिए धर्मशाला की मांग कर रहे थे। इसके लिए उन्होंने मुख्यमंत्री और कृषि मंत्री के समक्ष फतेहाबाद में राजपूत धर्मशाला के लिए जगह की डिमांड मजबूती से रखी थी।

घोषणा समाज के लिए ऐतिहासिक

राज्य स्तरीय समारोह के मंच से मुख्यमंत्री ने उनकी इस मांग को स्वीकार करते हुए कलेक्टर रेट पर भूमि उपलब्ध करवाने की जो घोषणा की है, वह समाज के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण, सराहनीय एवं ऐतिहासिक है। भवानी सिंह ने कहा, इस बड़ी सौगात के लिए पूरा राजपूत समाज मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, कृषि मंत्री श्याम सिंह राणा और नेपाल सिंह राणा का आभार प्रकट करता है। इस निर्णय से समाज के उत्थान और युवाओं को एक सही दिशा देने में बड़ी मदद मिलेगी। बता दें कि फतेहाबाद में राजपूत समाज की धर्मशाला के लिए भवानी सिंह के नेतृत्व में एक शिष्टमंडल ने पहले भी मुख्यमंत्री और कृषि मंत्री से मुलाकात कर जमीन की मांग उठाई थी। राज्य स्तरीय समारोह के दौरान मुख्यमंत्री द्वारा इस मांग पर मुहर लगाने से अब धर्मशाला निर्माण का रास्ता साफ हो गया है। समारोह से लौटकर फतेहाबाद पहुंचे समाज के लोगों ने इस फैसले का स्वागत किया और एक-दूसरे को बधाई दी।

सांसद सैलजा आज करेंगी सिरसा लोकसभा क्षेत्र का दौरा

सिरसा। सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा 19 से 21 मई तक सिरसा लोकसभा क्षेत्र के विभिन्न विधानसभा क्षेत्रों का दौरा करेंगी। इस दौरान सैलजा आमजन से मुलाकात कर लोगों की समस्याएं सुनेंगी तथा संगठनात्मक एवं विकास कार्यों को लेकर कार्यकर्ताओं से संवाद करेंगी। निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार कुमारी सैलजा 19 मई को सिरसा जिले के सिरसा तथा रानियां विधानसभा क्षेत्रों का दौरा करेंगी। वहीं 20 मई को वह फतेहाबाद जिले के रतिया तथा जींद जिले के नरवाना विधानसभा क्षेत्र में पहुंचकर आम लोगों से मुलाकात करेंगी और क्षेत्र की समस्याओं एवं विकास कार्यों को लेकर चर्चा करेंगी। दौरे के अंतिम दिन 21 मई को कुमारी सैलजा फतेहाबाद जिले में आयोजित जिला विकास समन्वय एवं निगरानी समिति (दिशा) की बैठक की अध्यक्षता करेंगी।

खबर संक्षेप

बेटा बचाओ अभियान के संयोजक भाटी सम्मानित

सिरसा। ब्राह्मण आर्मी ट्रस्ट की ओर से आयोजित कार्यक्रम में सिरसा पहुंचे कैबिनेट मंत्री अरविंद शर्मा ने बेटा बचाओ अभियान के राष्ट्रीय संयोजक तरुण भाटी को सम्मानित किया व नशे के खिलाफ लड़ी जा रही लड़ाई के लिए प्रशंसा की। शर्मा ने कहा कि नशे के खिलाफ लड़ाई किसी एक व्यक्ति विशेष की नहीं है, समस्त समाज को इसके खात्मे के लिए आगे आना होगा। उन्होंने कहा कि युवा वर्ग को नशे से बचाने के लिए सभी सामाजिक संस्थाएं आगे आएं और मिलकर काम करें, ताकि नशे रूपी इस बुराई को जड़ से उखाड़ा जाए।

न्यू इनकम टैक्स के प्रावधानों पर कार्यशाला

सिरसा। इंस्टीट्यूट्स ऑफ चार्टर्ड अकांऊटेंट्स ऑफ इंडिया की सिरसा ब्रांच एवं इनकम टैक्स बार एसोसिएशन के संयुक्त तत्वावधान में न्यू इनकम टैक्स-2025 एवं नवीन प्रावधान विषय पर एक महत्वपूर्ण कार्यशाला हुई। कार्यक्रम में टैक्स विशेषज्ञ सीए अभिषेक जैन व सीए पंकज सरोगी ने मुख्य वक्ता के रूप में भाग लिया। कार्यशाला के दौरान वक्ताओं ने टैक्स-2025 के नए नियमों एवं संशोधनों पर विस्तार से जानकारी दी।

जिला स्तरीय ग्रेपलिंग प्रतियोगिता जोधकां में

सिरसा। जिला के गांव जोधकां में आगामी आगामी 24 मई को जिला स्तरीय ग्रेपलिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। एसोसिएशन के जिला प्रधान दिनेश बगडिय़ा ने बताया कि प्रतियोगिता के लिए रजिस्ट्रेशन प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रजिस्ट्रशन के लिए लखविंद्र सिंह कोच, पूनम गोस्वामी कोच व व चरणजीत शर्मा जिला सचिव के से संपर्क किया जा सकता है। सफल खिलाड़ी राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में जिला सिरसा का प्रतिनिधित्व करेंगे, जो कि आगामी 6,7,8 जून 2026 को महर्षि दयानंद यूनिवर्सिटी रोहतक में होगी।

शिविर में 180 लोगों ने करवाई स्वास्थ्य जांच

सिरसा। सिरसा क्लब सिरसा द्वारा हड्डियों की जांच का विशाल शिवर लगाया गया। कैंप का उद्घाटन क्लब के सचिव राजेश गोयल व वरिष्ठ उप प्रधान सुभाष गुंबर ने किया। परियोजना अधिकारी रामकृष्ण गोयल व अनिल डुमरा ने संयुक्त रूप से बताया कि इस कैंपमें सीके बिरला हॉस्पिटल दिल्ली के ऑथोर्पेडिशियन डॉ. अश्विनी मछंद व उनकी टीम डॉ. महेश चौधरी ने 180 मरीजों की जांच की।

तीन दिवसीय योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण शुरू

फतेहाबाद। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में जिला आयुर्वेदिक अधिकारी और जिला योग कोऑर्डिनेटर के नेतृत्व में जिले के सभी डीपीई, पीटीआई अध्यापकों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए तीन दिवसीय योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण दिया जा रहा है। यह प्रशिक्षण आयुष विभाग की योग विशेषज्ञ अंबिका पांटा और आयुष योग सहायकों की टीम द्वारा दिया जा रहा है।

विधायक ने बाल्मीकि धर्मशाला में दिए 21 लाख रुपये

रतिया। शहर के वार्ड नंबर 5 स्थित बाल्मीकि धर्मशाला में सोमवार को आयोजित कार्यक्रम में क्षेत्र के विधायक जरनैल सिंह ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। इस दौरान उन्होंने लंबे समय से अधूरे पड़े धर्मशाला के कार्यों को पूरा करवाने के लिए 21 लाख रुपये की घोषणा कर क्षेत्रवासियों को बड़ी सौगात दी। पार्षद प्रतिनिधि गुरप्रीत सिंह ने कहा कि वार्ड में लगातार विकास कार्य करवाए जा रहे हैं।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9315429403, 8291554800, 7988727916

24 मई को मंत्री कृष्ण बेदी के आवास का करेंगे घेराव

ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की हड़ताल बीडीपीओ कार्यालय पर किया प्रदर्शन

पिछले 12 वर्षों में भाजपा ने एक भी सफाई कर्मचारी की स्थाई भर्ती नहीं की

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

अपनी लंबित मांगों को लेकर ब्लॉक फतेहाबाद के सैंकड़ों ग्रामीण सफाई कर्मचारियों ने बीडीपीओ कार्यालय पर जोरदार धरना-प्रदर्शन किया और सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। इस धरने की अध्यक्षता ब्लॉक प्रधान पवन कुमार ने की, जबकि मंच का संचालन ब्लॉक सचिव हरपाल सिंह द्वारा किया गया। ब्लॉक प्रधान पवन कुमार व सचिव हरपाल सिंह ने आंदोलन की आगामी रूपरेखा की घोषणा करते हुए कहा कि कर्मचारियों की यह हड़ताल 20 मई तक जारी रहेगी। यदि फिर भी सरकार ने सुध नहीं ली, तो आगामी 24 व 25 मई को 24 घंटे के लिए कैबिनेट मंत्री कृष्ण बेदी के आवास का घेराव किया जाएगा। संगठन के नेताओं ने सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए आरोप लगाया कि पिछले 12 वर्षों के शासनकाल में भाजपा सरकार ने एक भी सफाई कर्मचारी या सीवरमैन की स्थाई भर्ती नहीं की है और न ही किसी कच्चे कर्मचारी को पक्का किया है। अब सरकार इस शांतिपूर्ण आंदोलन को पुलिस दमन के सहारे लंबा खींचकर तोडऩा चाहती है, जिसे कर्मचारी समाज किसी भी कीमत पर सहन नहीं करेगा। धरने के दौरान कर्मचारियों ने मांगों को दोहराते हुए सरकार से इन्हें तुरंत पूरा करने की मांग की।

फतेहाबाद। बीडीपीओ कार्यालय पर धरना देते ग्रामीण सफाई कर्मचारी।

ये रहे उपस्थित

कर्मचारियों की मांग है कि कच्चे सफाई कर्मचारियों को एक कलम से पक्का किया जाए। उच्च न्यायालय के 31 दिसंबर 2025 के आदेश को तुरंत लागू किया जाए। 400 की आबादी पर एक सफाई कर्मचारी की स्थाई भर्ती की जाए। मुख्यमंत्री द्वारा घोषित 26 हजार व 27 हजार रुपये मासिक वेतन को तुरंत खाते में लागू किया जाए। धरने पर उपाध्यक्ष सुरेंद्र कुमार झलनियां, रामराज, कालू राम, दीपक कुमार, संजय कुमार दौलतपुर, बंसी लाल, गुरदीप सिंह, ओमप्रकाश, बाला देवी, शारदा देवी, कविता देवी और दर्शना देवी सहित अनेक पदाधिकारी व महिला कर्मचारी मुख्य रूप से मौजूद रहे।

19 साल से सफाई कर्मियों का हो रहा शोषण: बलराज

■ मुख्य अकाउंटेंट सुभाष सेठी को संगठन ने सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ ओढां

खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय ओढ़ा में सोमवार को ब्लॉक प्रधान बलराज सिंह की अध्यक्षता में सफाई कर्मचारियों ने धरना प्रदर्शन किया। इस अवसर पर ब्लॉक ओढ़ा के प्रधान गांव बलराज सिंह निवासी किंगरे ने अन्य साथियों के साथ मिलकर मुख्य अकाउंटेंट सुभाष सेठी को ज्ञापन सौंपा। इसके बाद सफाई कर्मचारियों ने बताया कि उनका धरना प्रदर्शन 20 मई तक जारी रहेगा और हड़ताल को आगे बढ़ाना हमारी मजबूरी है। उन्होंने बताया कि 19 साल से ग्रामीण सफाई कर्मचारियों का भयंकर शोषण हो रहा है। न कर्मचारी का दर्जा दिया जा रहा और ना ही पूरा वेतन दिया जा रहा है। 24 नवंबर 2024 को मुख्यमंत्री ने 26 हजार वेतन की घोषणा की, उसके बाद 11 जून 2025 को 2100 रुपए बढौतरी की घोषणा की जो आज तक लागू नहीं किया गया और ना ही 8 दिसंबर की वार्ता की मुताबिक पक्का करने की पॉलिसी बनाने का वायदा भी आज तक पूरा नहीं किया। उन्होंने सरकार को चेतावनी देते हुए कहा कि सरकार ने समय रहते मांगों का समाधान नहीं किया तो ग्रामीण सफाई कर्मचारी प्रदेश भर में आंदोलन करेंगे।

सिरसा। खंड कार्यालय ओढ़ा में ग्रामीण सफाई कर्मचारी धरना देते।

फतेहाबाद। पुलिस विभाग को कूलर भेंट करते आरएसओ सदस्य।

पुलिस जवानों को राहत, आरएसओ ने नाकों के लिए भेंट किए 5 कूलर

गर्मी में सड़कों पर डटे रहते है कर्मी : काला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

प्रदेश में पड़ रही भीषण और जानलेवा गर्मी के बीच सडक़ पर दिन-रात मुस्तैदी से ड्यूटी कर रहे पुलिस कर्मचारियों की सुरक्षा और राहत के लिए सामाजिक संस्थाएं आगे आने लगी हैं। इसी कड़ी में, रोड सेफ्टी ओर्गनाइजेशन टीम फतेहाबाद द्वारा जिला पुलिस कप्तान निकिता खट्टर के मार्गदर्शन में एक सराहनीय पहल की गई है। आरएसओ टीम ने प्रधान सुखदेव काला पीला के नेतृत्व में विभिन्न ट्रैफिक नाकों पर तैनात पुलिस कर्मचारियों को गर्मी से बचाने के लिए 5 एयर कूलर भेंट किए हैं। बता दें कि हाल ही में फतेहाबाद में भीषण गर्मी और लू की चपेट में आने के कारण ऑन-ड्यूटी तैनात एक पुलिस कर्मचारी की बेहद दुखद मृत्यु हो गई थी। इस हृदयविदारक घटना पर आरएसओ के सभी सदस्यों ने गहरा शोक व्यक्त किया। टीम के सदस्यों ने कहा कि हमारे पुलिस के जवान अपनी जान की परवाह किए बिना इस तपती धूप में हमारी सुरक्षा के लिए सडक़ों पर खड़े रहते हैं, ऐसे में उनका ध्यान रखना पूरे समाज का दायित्व है। इस अवसर पर आरएसओ फतेहाबाद के प्रधान सुखदेव काला पीला ने पुलिस प्रशासन को सहयोग का भरोसा देते हुए कहा कि पुलिस के जवान विपरीत से विपरीत परिस्थितियों और इस भीषण कडक़ड़ाती धूप में भी कानून व यातायात व्यवस्था बनाए रखने के लिए सडक़ों पर डटे रहते हैं।

ये रहे उपस्थित

आरएसओ टीम पुलिस के इस जज्बे को नमन करती है और प्रशासन व पुलिस के सहयोग के लिए सदैव तत्पर है। हमारा यह छोटा सा प्रयास नाकों पर तैनात जवानों को इस जानलेवा गर्मी से थोड़ी राहत प्रदान करने के लिए है, ताकि वे सुरक्षित रहकर अपनी ड्यूटी कर सकें। पुलिस अधिकारियों ने आरएसओ की इस मानवीय पहल की सराहना करते हुए टीम का धन्यवाद किया। इस अवसर पर डीएसपी संजय बिश्नोई, एसएचओ ट्रैफिक जय सिंह, पीआरओ विनोद कुमार सहित आरएसओ टीम से विनोद गर्ग, सचिन बिश्नोई, आशीष सर्राफ, अजय मंगल और अंश नारंग आदि मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

ओमप्रकाश चुघ बने विश्व हिंदू रक्षा परिषद के हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

अनाज मंडी स्थित राष्ट्रीय कार्यालय में ऑल इंडिया अरोड़ा पंजाबी कम्युनिटी की बैठक का आयोजन किया गया। इस बैठक में जहां एक ओर संगठन की मजबूती, कार्यप्रणाली के विस्तार और समाज कल्याण के कार्यों को और अधिक गति देने की रणनीति पर गंभीर विचार-विमर्श किया गया, वहीं दूसरी ओर संगठन में नई नियुक्तियों की घोषणा भी की गई। बैठक की अध्यक्षता राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य एवं प्रदेश अध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ ने की। इस दौरान एक विशेष घोषणा के तहत ओमप्रकाश चुघ को विश्व हिंदू रक्षा परिषद (भारत) का हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त किया गया। बैठक में पहुंचे ऑल इंडिया अरोड़ा पंजाबी कम्युनिटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा ने ओमप्रकाश चुघ को विधिवत रूप से नियुक्ति पत्र व पहचान पत्र देकर सम्मानित किया। इस नई जिम्मेदारी पर उन्होंने विश्व हिंदू रक्षा परिषद (भारत) के राष्ट्रीय अध्यक्ष गोपाल राय का विशेष रूप से धन्यवाद व्यक्त किया।

फतेहाबाद। अरोड़ा पंजाबी कम्युनिटी के नए पदाधिकारियों को बधाई देते हुए।

स्वास्थ्य जांच कैंप में 86 मरीजों ने उठाया लाभ

रतिया। जैन समाधि हॉस्पिटल में हरे कृष्णा नेत्रालय की ओर से डायबिटीज, थायराइड एवं ओबेसिटी केयर निशुल्क जांच एवं परामर्श कैंप का आयोजन किया गया। कैंप में क्षेत्र के करीब 86 लोगों ने पहुंचकर स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाया। कैंप के दौरान मरीजों की शुगर, थायराइड, मोटापा सहित विभिन्न बीमारियों की जांच की गई तथा विशेषज्ञ चिकित्सकीय परामर्श भी दिया गया। कैंप में दिल्ली के पूर्व मैक्स सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल से जुड़ी प्रसिद्ध एंडोक्रिनोलॉजिस्ट डॉ. काजल अल्लावधी ने मरीजों की जांच कर उन्हें स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक सलाह दी। इस दौरान ओपीडी पूरी तरह निशुल्क रही, जबकि शुगर टेस्ट, तीन माह की शुगर जांच तथा लिपिड प्रोफाइल जांच भी मुफ्त की गई।

नियमित योगाभ्यास से शरीर में बढ़ती है रोग प्रतिरोधक क्षमता: बजरंग लाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

पुलिस लाइन फतेहाबाद में पतंजलि योग समिति फतेहाबाद के सहयोग से योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य पुलिस अधिकारियों एवं कर्मचारियों को शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ रखते हुए उन्हें तनावमुक्त जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना रहा। शिविर के दौरान पतंजलि योग समिति के योगाचार्य सुरेंद्र कुमार एवं योगाचार्य बजरंग लाल ने पुलिस कर्मियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास करवाया। सत्र की शुरुआत सूक्ष्म व्यायाम से की गई, जिसके पश्चात अनुलोम-विलोम, कपालभाति, भस्त्रिका जैसे प्राणायाम तथा ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन सहित कई आसनों का अभ्यास कराया गया। योगाचार्यों ने बताया कि नियमित योगाभ्यास से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है, मानसिक तनाव कम होता है तथा कार्यक्षमता में सकारात्मक वृद्धि होती है। पुलिस अधिकारी ने अपने संबोधन में कहा कि पुलिस का कार्य अत्यंत चुनौतीपूर्ण एवं तनावपूर्ण होता है, ऐसे में योग जैसी प्राचीन भारतीय पद्धति पुलिस कर्मियों के लिए अत्यंत लाभकारी सिद्ध हो सकती है।

फतेहाबाद। योग शिविर में भाग लेते पुलिस कर्मचारी।

रूट परिवर्तन, नई ट्रेनें चलाने पर भेजा मांग पत्र

सिरसा। श्री ब्राह्मण सभा ने रेल मंत्री को मांग पत्र भेजकर सिरसा रेलवे स्टेशन से कई रेलगाडिय़ों के विस्तार, रूट परिवर्तन और नई ट्रेनें चलाने की मांग की है। प्रधान अर्जुन पंडित ने नई हांसी-महम-रोहतक रेल लाइन का लाभ देते हुए सिरसा से नई दिल्ली के बीच सुबह 4.30 बजे एक नई इंटरसिटी एक्सप्रेस चलाने या फिर तिलक ब्रिज ट्रेन (14085/86) का रूट बदलने का सुझाव दिया है, जिससे व्यापारी मात्र 244 किलोमीटर का सबसे छोटा सफर तय कर एक ही दिन में दिल्ली से काम निपटाकर वापस लौट सकें। इसके अलावा, पुरी-नई दिल्ली पुरुषोत्तम एक्सप्रेस (12801/02) को हांसी-हिसार होते हुए सिरसा-बठिंडा तक बढ़ाने की अपील की।

कारोबारी ने युवती से विवाद के चलते राजस्थान कैनाल में लगाई छलांग, गोताखोर तलाश में जुटे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

गांव अबूबशहर के निकट राजस्थान कैनाल में एक कारोबारी ने छलांग लगा दी है। पुलिस गोताखोरों की मदद से नहर में उसकी तलाश कर रही है। बताया जा रहा है कि कारोबारी विनोद ग्रोवर के बेटे की आगामी 24 मई को शादी होनी तय थी, लेकिन शादी से पहले परिवार में एक युवती को लेकर विवाद चल रहा है और विनोद मानसिक परेशानी व तनाव में थे। विनोद ग्रोवर डबवाली में दूध की डेयरी व करियाणा की दुकान चलाते थे। रविवार दोपहर को वह बस से अबूबशहर नहर की पटरी पर पहुंचे। नहर पर पहुंचने के बाद विनोद ने फतेहाबाद निवासी अपने भांजे को फोन किया और कुछ बाचतीत के बाद नहर में छलांग लगा दी। जिस पर परिजन मौके पर पहुंचे और सूचना पुलिस को दी गई। गोताखोर नहर में विनोद की तलाश कर रहे हैं।

पैंतालिसा की समस्याओं के लिए राज्यपाल के नाम सौंपा ज्ञापन

चोपटा। जननायक जनता पार्टी के ऐलनाबाद के प्रधान अनिल कासनिया के नेतृत्व में राज्यपाल के नाम ज्ञापन चोपटा तहसीलदार को सौंपा गया। ज्ञापन में हिसार-घग्घर ड्रेन की सफाई और इसके तटबंधों को मजबूत करना, चोपटा सिरसा सडक़ को की मुरम्मत, चोपटा क्षेत्र के अनेक गांवों में पीने के पानी की भारी किल्लत आदि समस्याओं का उल्लेख किया गया है। जजपा नेता अनिल कासनिया ने कहा कि जो पिछली सरकार में दुष्यंत चौटाला ने 72 घंटे में किसान के खाते में पैसे डालने का काम किया था वह योजना अब नायब सैनी की सरकार में कहीं न कहीं दम तोड़ती नजर आ रही है।

रूपावास गेहूं खरीद केंद्र में वेरिफाई के बाद भी नहीं दिखाई परचेज, किसान दुखी

■ मार्केट कमेटी ने गेहूं के काटे टोकन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चोपटा

गांव रूपावास के गेहूं खरीद केंद्र में गेहूं बेचने वाले किसान संकट में हैं। किसानों द्वारा खरीद केंद्र में गेहूं बेचने के बाद भी पेमेंट नहीं आई है। जिसका कारण सीधे तौर पर अधिकारियों की लापरवाही है। इस लापरवाही का खामियाजा किसान भुगत रहे हैं। रूपावास के खरीद केंद्र पर एजेंसी वेयर हाउस द्वारा आढ़ती के माध्यम से खरीद की गई। किसानों ने खरीद केंद्र पर गेहूं डालने से पहले मार्केट कमेटी से टोकन कटवा लिया। इसके बाद गेहूं का वेरिफाई भी हो गया। इसके बाद भी वेयर हाउस के अधिकारियों ने परचेज नहीं दिखाई है। खरीद केंद्र पर वेयर हाउस द्वारा अंतिम बार 13 मई को बारदाना उपलब्ध करवा दिया गया। इसके बाद आढतियों ने किसानों से गेहूं खरीद कर बारदाना में भर दिया। आढतियों द्वारा 22 किसानों के 1566 बैग भर दिए गए। अब केंद्र में वेयरहाउस के परचेजर ने गेहूं की खरीद नहीं दिखाई है।

सिरसा। मंडी में बैगों में भरी हुई गेहूं।

खैरेकां में उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम पर निकाली रैली

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

ग्राम पंचायत खैरेकां, खैरेकां क्लब एवं समस्त ग्रामवासियों के सहयोग से राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खैरेकां में कक्षा 10वीं एवं 12वीं के उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम की खुशी में विजय रैली एवं सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कक्षा 10वीं के मेधावी विद्यार्थी सलोनी एवं सविता 95 फीसदी, आकाशदीप 88 फीसदी, मीनाक्षी, दीपिका एवं धीरज टोकसिया 86 फीसदी, नेहा 84 फीसदी भावना 80 फीसदी,कक्षा 12वीं के उत्कृष्ट विद्यार्थी आयुषी 90 फीसदी, कंचन 89 फीसदी तमन्ना 87 फीसदी, लितिका 84 फीसदी अंक प्राप्त की। मौके पर सुमन ठाकुर, लवप्रीत खैरेकां, डॉ. कविता जैन, सीमा बाला, मंजू बाला, ममता वर्मा, राकेश कुमार, प्रेरणा, पारुल कुमार, भूपेंद्र आदि रहे।

सीडीएलयू में विश्व उच्च रक्तचाप दिवस स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम

लोग समय-समय पर करवाए स्वास्थ्य जांच: डॉ. खुराना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के फार्मेसी विभाग द्वारा विश्व उच्च रक्तचाप दिवस के अवसर पर स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। फार्मेसी विभाग की अध्यक्ष प्रो. संजू बाला ने कहा कि विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ-साथ सामाजिक एवं स्वास्थ्य संबंधी गतिविधियों में भी सक्रिय भागीदारी निभानी चाहिए। उन्होंने कहा कि विश्वविद्यालय का उद्देश्य विद्यार्थियों को केवल शैक्षणिक रूप से ही नहीं बल्कि सामाजिक जिम्मेदारियों के प्रति भी जागरूक बनाना है। उन्होंने विद्यार्थियों के प्रयासों की सराहना करते हुए भविष्य में भी इस प्रकार के जनहित कार्यक्रम आयोजित करने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के अंतर्गत बी. फार्मेसी के विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय के विभिन्न विभागों में जाकर 150 से अधिक शिक्षण एवं गैर-शिक्षण स्टाफ के ब्लड प्रेशर (बीपी), पल्स रेट, ऑक्सीजन सैचुरेशन, बीएमआई की जांच की। विद्यार्थियों ने लोगों को उच्च रक्तचाप से बचाव हेतु संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, तनाव मुक्त जीवन शैली तथा समय-समय पर स्वास्थ्य जांच कराने के महत्व के बारे में विस्तार से जानकारी दी।

सिरसा। सीडीएलयू में स्वास्थ्य जांच करते।

जंक फूड से बचाव को किया प्रेरित

इसके साथ ही विद्यार्थियों ने लोगों को अत्यधिक नमक एवं जंक फूड के सेवन से बचने तथा आवश्यकता पडऩे पर किसी अनुभवी चिकित्सक से परामर्श लेने की सलाह भी दी। स्वास्थ्य जांच के दौरान विद्यार्थियों ने लोगों को रक्तचाप नियंत्रण के लिए योग, मेडिटेशन एवं नियमित दिनचर्या अपनाने के लिए भी प्रेरित किया। इस अवसर पर फार्मेसी विभाग के इंचार्ज डॉ. गौरव खुराना ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को समय-समय पर अपना रक्तचाप अवश्य जांचना चाहिए तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनानी चाहिए। इस अवसर पर विभाग के डॉ. राम चंद्र, नीलम, यश, पारस, निशा, सुरेंद्र, सुशील, हिमांशु, मुकेश सहित विद्यार्थी मौजूद रहे।