हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 21 मई 2026

11 बढ़ती महंगाई व नीट परीक्षा रद्द होने पर कांग्रेस का प्रदर्शन

12 रतिया नगर पालिका में दवाइयों के 'कचरा घोटाले' का आरोप

मेडिकल स्टोर संचालकों की हड़ताल दवाइयों के लिए भटकते रहे लोग

दवाओं की ऑनलाइन बिक्री का कर रहे विरोध

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद/रतिया

दवाओं की ऑनलाइन बिक्री के विरोध में जिलेभर में आज मेडिकल संचालक हड़ताल पर रहे और अपनी दुकानें बंद रख रोष जताया। मेडिकल स्टोर संचालको ने ऑनलाइन दवा बिक्री पर तत्काल रोक लगाने की मांग की। फतेहाबाद में मेडिकल स्टोर संचालकों ने इकट्ठे होकर विरोध प्रदर्शन किया और अपनी दुकानें बंद रखी। रतिया में मेडिकल एसोसिएशन के प्रधान राजेन्द्र लाडूना ,विमल बांसल ने बताया कि ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से दवाइयों की बिक्री से लोगों के स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ हो रहा है और इससे उनका मेडिकल व्यवसाय भी प्रभावित हो रहा है। उन्होंने बताया कि रतिया क्षेत्र में करीब 75 मेडिकल हाल है जो आज पूरी तरह बंद रखे गए हैं। मरीजों को दवाइयां लेने के लिए इधर-उधर भटकना पड़ा। हालांकि अस्पताल में चल रहे मेडिकल हॉल को इमरजेंसी दवाई देने की छूट रखी गई है ताकि गंभीर मरीजों को किसी प्रकार की समस्या ना आए। उन्होंने कहा कि ऑनलाइन बिक्री को लेकर सरकार की अनदेखी के कारण उन्हें मजबूर होकर यह कदम उठाना पड़ा है। उन्होंने आरोप लगाया कि बड़ी कंपनियों और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म को फायदा पहुंचाने के लिए सरकार दवाइयों की ऑनलाइन बिक्री को बढ़ावा दे रही है, जबकि इससे आम जनता को नुकसान हो सकता है। उन्होंने कहा कि मेडिकल स्टोर संचालकों पर सरकार और विभाग की ओर से कई नियम लागू किए गए हैं। दुकानदारों को बिना बिल दवाई बेचने की अनुमति नहीं है, हर दवाई का रिकॉर्ड रखना पड़ता है और नियमों का पालन न करने पर कार्रवाई की जाती है, लेकिन दूसरी तरफ ऑनलाइन प्लेटफॉर्म पर दवाइयों की बिक्री में कई तरह की अनियमितताएं देखने को मिल रही हैं।

रतिया। शहर में बंद पड़ा मेडिकल हॉल और हड़ताल का चस्पा पोस्टर।

टोहाना में भी मेडिकल स्टोर रहे बंद

टोहाना केमिस्ट एसोसिएशन के जिला प्रधान कन्हैया लाल अरोड़ा के नेतृत्व में जिले में केमिस्टों ने एक दिवसीय हड़ताल कर विरोध जताया। सुबह 8 बजे से ही संगठन के पदाधिकारी डोर टू डोर पहुंचे और मेडिकल स्टोर बंद करवाए, ताकि हड़ताल पूरी तरह सफल रहे। जिला प्रधान कन्हैया लाल अरोड़ा ने बताया कि ऑनलाइन दवा व्यापार के लगातार बढने से स्थानीय केमिस्टों का कारोबार बुरी तरह प्रभावित हो रहा है। इससे केमिस्टों को भारी आर्थिक नुकसान झेलना पड़ रहा है। इसी के विरोध में देशव्यापी एक दिवसीय बंद का आह्वान किया गया। अरोड़ा ने मांग की कि सरकार ऑनलाइन दवा बिक्री पर सख्त नियम बनाए और स्थानीय केमिस्टों के हितों की रक्षा करे। हड़ताल के कारण जिले भर में मरीजों को दवाइयों के लिए परेशानी का सामना करना पड़ा। आपातकालीन सेवाओं को हड़ताल से अलग रखा गया। एसोसिएशन ने चेतावनी दी कि यदि सरकार ने जल्द संज्ञान नहीं लिया तो आंदोलन को और तेज किया जाएगा।

सिरसा। हड़ताल के चलते सिरसा में बंद पड़ी मेडिकल मार्केट। फोटो: हरिभूमि

सिरसा में भी सांकेतिक हड़ताल कर सरकार के खिलाफ रोष जताया

सिरसा। ऑनलाइन दवाइयों की बिक्री के विरोध में बुधवार को मेडिकल संचालकों ने अपनी दुकानों को बंद रखा। जिले भर के मेडिकल स्टोर संचालकों ने सांकेतिक हड़ताल कर सरकार के खिलाफ रोष जताया और ऑनलाइन दवा बिक्री पर तत्काल रोक लगाने की मांग की। मेडिकल संचालकों का कहना है कि ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से दवाइयों की बिक्री से लोगों के स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ हो रहा है और इससे पारंपरिक मेडिकल व्यवसाय भी प्रभावित हो रहा है। हरियाणा केमिस्ट एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं जिला प्रधान एमएल बजाज ने कहा कि मेडिकल संचालकों को हड़ताल करने का कोई शौक नहीं है, लेकिन सरकार की अनदेखी के कारण उन्हें मजबूर होकर यह कदम उठाना पड़ा है। उन्होंने आरोप लगाया कि बड़ी कंपनियों और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म को फायदा पहुंचाने के लिए सरकार दवाइयों की ऑनलाइन बिक्री को बढ़ावा दे रही है, जबकि इससे आम जनता को नुकसान हो सकता है। उन्होंने कहा कि मेडिकल स्टोर संचालकों पर सरकार और विभाग की ओर से कई नियम लागू किए गए हैं। दुकानदारों को बिना बिल दवाई बेचने की अनुमति नहीं है, हर दवाई का रिकॉर्ड रखना पड़ता है और नियमों का पालन न करने पर कार्रवाई की जाती है। लेकिन दूसरी तरफ ऑनलाइन प्लेटफॉर्म पर दवाइयों की बिक्री में कई तरह की अनियमितताएं देखने को मिल रही हैं। उनका कहना है कि ऑनलाइन दवाओं की गुणवत्ता और उनकी सत्यता पर सवाल उठते रहे हैं तथा कई बार नकली दवाइयों की शिकायतें भी सामने आती हैं। बजाज ने कहा कि ऑनलाइन दवाइयों की बिक्री से मरीजों की जान जोखिम में पड़ सकती है, क्योंकि कई लोग बिना डॉक्टर की सलाह के दवाइयां मंगवा लेते हैं। इससे गलत दवा सेवन का खतरा बढ़ जाता है। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य से जुड़ी सेवाओं में किसी भी प्रकार की लापरवाही गंभीर परिणाम पैदा कर सकती है, इसलिए सरकार को इस विषय को गंभीरता से लेना चाहिए।

खबर संक्षेप

तस्करी मामले में मुख्य सप्लायर को दबोचा

फतेहाबाद। प्रतिबंधित नशीली गोलियों की सप्लाई करने के मामले में फतेहाबाद पुलिस ने मुख्य सप्लायर को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान कृष्ण कुमार निवासी गढ़ी मोहल्ला, फतेहाबाद के रूप में हुई है। शहर थाना प्रभारी निरीक्षक सुरेन्द्रा ने बताया कि बीते 18 मई को पुलिस की एक टीम भट्टू रोड पर गश्त और संदिग्धों की चेकिंग के लिए तैनात थी।

हजारों की ठगी के मामले में 8 माह बाद केस दर्ज

फतेहाबाद। फतेहाबाद के बाल विकास विभाग में कार्यरत एक महिला सुपरवाइजर के साइबर ठगी का शिकार होने का मामला सामने आया है। अज्ञात शातिरों ने महिला के बैंक खाते से 50 हजार की राशि साफ कर दी। हैरान करने वाली बात यह है कि करीब 8 महीने पहले हुई इस वारदात के मामले में साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने अब जाकर धोखाधड़ी का केस दर्ज किया है।

सांसद कुमारी सैलजा आज फतेहाबाद में

फतेहाबाद। सिरसा लोकसभा क्षेत्र की सांसद कुमारी सैलजा 21 मई वीरवार को फतेहाबाद पहुंचेंगी। कांग्रेस जिलाध्यक्ष अरविन्द शर्मा ने बताया कि कुमारी सैलजा प्रातः 9 बजे पुराना बस स्टैण्ड के नजदीक रेस्ट हाऊस में कार्यकर्ताओं से मुलाकात करेंगी तथा जनसमस्याएं सुनेंगी। इसके बाद 10 बजे लघुसचिवालय में दिशा की बैठक लेंगी।

15 को भूना में निकलेंगे सरकार की शव यात्रा

भूना। भवन निर्माण कामगार यूनियन हरियाणा भूना ब्लॉक कमेटी की बैठक आज ब्लॉक प्रधान धर्मपाल जांडली खुर्द की अध्यक्षता में संपन्न हुई। बैठक में निर्माण मजदूरों की लंबित मांगों, कल्याण बोर्ड में फैले कथित भ्रष्टाचार और सरकार की मजदूर विरोधी नीतियों पर तीखा आक्रोश व्यक्त किया गया। यूनियन ने ऐलान किया है कि वे अपनी मांगों को लेकर गांव-गांव में सरकार का पुतला फूंकेंगे और आगामी 15 जून को भूना में मजदूर पंचायत कर सरकार की शव यात्रा निकालेंगे।

क्रिकेट सट्टा के मामले में युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। ऑनलाइन क्रिकेट सट्टेबाजी और धोखाधड़ी करने के मामले में टोहाना पुलिस ने एक युवक को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान रतिया की मढ कॉलोनी निवासी गौरव उर्फ गोल्डी पुत्र धर्मपाल के रूप में हुई है। इस मामले में मुख्य आरोपी की गिरफ्तारी पहले ही हो चुकी है।

भूना। हिसार रोड क्षेत्र में जल संकट के बीच टैंकर पहुंचने पर पानी भरते लोग।

भूना में पानी संकट गहराया, हिसार रोड क्षेत्र में तीन दिन से सप्लाई ठप

हरिभूमि न्यूज ⏭ भूना

■ गणेश कॉलोनी और मॉडल सबसे ज्यादा प्रभावित

भीषण गर्मी के बीच शहर के हिसार रोड क्षेत्र में पेयजल संकट गहरा गया है। जलघर से पिछले तीन दिनों से पानी की सप्लाई बाधित होने के कारण लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। तापमान बढने के साथ पानी की किल्लत ने आमजन की मुश्किलें और बढ़ा दी हैं। घरों में पीने का पानी तक खत्म होने से लोग इधर-उधर से पानी जुटाने को मजबूर हैं। स्थानीय लोगों ने बताया कि लगातार तीन दिन से नलों में पानी नहीं आने के कारण हालात खराब हो गए हैं। खासकर हिसार रोड से जुड़ी गणेश कॉलोनी और मॉडल टाउन में स्थिति ज्यादा गंभीर बनी हुई है। कई परिवारों को निजी स्तर पर पानी खरीदकर जरूरत पूरी करनी पड़ रही है। महिलाओं और बच्चों को सबसे ज्यादा परेशानी झेलनी पड़ रही है। पानी संकट बढने पर लोगों ने जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के अधिकारियों से शिकायत कर समस्या के समाधान की मांग की। शिकायत मिलने के बाद पार्षद राहुल दहिया व विभाग ने टैंकर के माध्यम से कुछ क्षेत्रों में पानी पहुंचाया, लेकिन सभी प्रभावित कॉलोनियों तक राहत नहीं पहुंच सकी।

चोरमार में पाइपलाइन लीकेज, दूषित जल सप्लाई और पानी की बर्बादी

ओढां। गांव चोरमार में नई व पुरानी पेयजल पाइपलाइनों में लीकेज और अनियमितताओं के कारण ग्रामीणों को भीषण गर्मी में पेयजल संकट का सामना करना पड़ रहा है। गांववासी सुरेन्द्र कुमार, मंगा सिंह, रमन कुमार, रुलदु सिंह, डॉक्टर बिंदर सिंह, गुरतेज सिंह, सोहन सिंह आदि ने बताया कि नई पाइपलाइन के जोड़ों में कमी और ठेकेदार की लापरवाही के कारण पाइप लाइन जगह जगह से लीक हो रही है। जब सप्लाई छोड़ी जाती है तो दूषित आपूर्ति से पानी की भारी बर्बादी हो रही है। उन्होंने बताया कि पाइपलाइनों के लीकेज होने से पानी का दबाव कम हो जाता है और अंतिम छोर तक पानी नही पहुंच पाता। इसके साथ ही ठेकेदार ने गांव की सभी गलियों में पाइपलाइन डालते समय जो इंटरलोक टायले उखाडी थी वो दोबारा से नहीं लगाई गई।

सिरसा। गांव चोरमार में पाइप लीकेज से बिखरा पानी दिखाता ग्रामीण।

चिता से छेड़छाड़, कार्रवाई से असंतुष्ट परिजनों ने दिया 36 घंटे का अल्टीमेटम

रतिया। शहर के श्मशान घाट में एक मृतका की चिता के साथ छेड़छाड़ करने और उस पर पानी डालकर सबूत मिटाने या अपमान करने के सनसनीखेज मामले में पुलिस की ढीली कार्रवाई को लेकर मृतका के परिजनों का गुस्सा फूट पड़ा है। पुलिस की जांच से पूरी तरह असंतुष्ट और आक्रोशित मायके पक्ष के लोग बड़ी संख्या में पंजाब से रतिया पहुंचे और सहायक पुलिस अधीक्षक दिव्यांशी सिंगला से मुलाकात की। परिजनों ने दोटूक शब्दों में पुलिस प्रशासन को 36 घंटे का अल्टीमेटम देते हुए चेतावनी दी है कि यदि इस समयावधि के भीतर तमाम नामजद आरोपियों को गिरफ्तार नहीं किया गया, तो वे पंजाब के विभिन्न किसान संगठनों को साथ लेकर रतिया में डेरा डालेंगे और पुलिस प्रशासन के खिलाफ एक बड़ा मोर्चा खोलते हुए उग्र प्रदर्शन व घेराव करेंगे, जिसकी समस्त जिम्मेदारी रतिया पुलिस की होगी। पूरा मामला रतिया के नजदीकी गांव बबनपुर से जुड़ा है, जहां बीते दिनों एक विवाहिता ने अपने जेठ और जेठानी पर गंभीर प्रताड़ना का आरोप लगाते हुए आत्महत्या कर ली थी।

भादरा रूट पर ओवरलोड रोडवेज बसों पर कार्रवाई

सिरसा। भादरा रूट पर यात्रियों से खचाखच भरकर दौड़ रही हरियाणा रोडवेज की बसों पर आरटीओ की कार्रवाई भारी पड़ गई। भादरा आरटीओ ने ओवरलोडिंग के आरोप में दो रोडवेज बसों के चालान किए, जिसके बाद रोडवेज कर्मचारियों में हड़कंप मच गया। एक बस को तो आरटीओ टीम ने पीछा कर रुकवाया। जानकारी अनुसार भादरा से सिरसा की तरफ आ रही रोडवेज बस को आरटीओ टीम ने जांच के लिए रुकने का इशारा किया, लेकिन चालक बस लेकर आगे निकल गया। इसके बाद टीम ने पीछा कर कुछ दूरी पर बस को रुकवाया। जांच के दौरान चालक से लाइसेंस और अन्य दस्तावेज मांगे गए। साथ ही बस में यात्रियों की संख्या भी जांची गई। बस में निर्धारित क्षमता से अधिक यात्री सवार मिले, जिसके बाद 10 हजार 600 रुपए का चालान किया गया। इसी दौरान सरसा से भादरा जा रही दूसरी रोडवेज बस को भादरा बाइपास के पास रोककर जांच की गई।

भादरा रूट पर ओवरलोड रोडवेज बसों पर कार्रवाई

सिरसा। भादरा रूट पर यात्रियों से खचाखच भरकर दौड़ रही हरियाणा रोडवेज की बसों पर आरटीओ की कार्रवाई भारी पड़ गई। भादरा आरटीओ ने ओवरलोडिंग के आरोप में दो रोडवेज बसों के चालान किए, जिसके बाद रोडवेज कर्मचारियों में हड़कंप मच गया। एक बस को तो आरटीओ टीम ने पीछा कर रुकवाया। जानकारी अनुसार भादरा से सिरसा की तरफ आ रही रोडवेज बस को आरटीओ टीम ने जांच के लिए रुकने का इशारा किया, लेकिन चालक बस लेकर आगे निकल गया। इसके बाद टीम ने पीछा कर कुछ दूरी पर बस को रुकवाया। जांच के दौरान चालक से लाइसेंस और अन्य दस्तावेज मांगे गए। साथ ही बस में यात्रियों की संख्या भी जांची गई। बस में निर्धारित क्षमता से अधिक यात्री सवार मिले, जिसके बाद 10 हजार 600 रुपए का चालान किया गया।

स्कूलों के मिड-डे मील का नया बजट जारी

5वीं तक 6.78 रुपये व आठवीं 10.17 रुपये प्रति छात्र होगा खर्च

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

सरकारी स्कूलों में बच्चों को मिलने वाले मिड-डे मील को लेकर हरियाणा सरकार ने नई दरें तय कर दी हैं। फरवरी में जारी आदेश को रद्द करते हुए शिक्षा विभाग ने बुधवार को संशोधित सूची जारी की, जिसमें यह स्पष्ट किया गया है कि पांचवीं कक्षा तक प्रति छात्र पर 6 रुपये 78 पैसे व कक्षा छठी से 10वीं तक 10 रुपये 17 पैसे प्रति छात्र प्रतिदिन खर्च किए जाएंगे। इस पैसे से इनका दोपहर का भोजन यानि मिड डे मील परोसा जाएगा। निदेशक मौलिक शिक्षा, हरियाणा, पंचकूला द्वारा जारी आदेश के अनुसार प्राथमिक और अपर प्राथमिक कक्षाओं के विद्यार्थियों के लिए भोजन सामग्री का खर्च अलग-अलग तय किया गया है। नई व्यवस्था के तहत बाल वाटिका से कक्षा पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए प्रति छात्र प्रतिदिन 6.78 रुपए की कुकिंग कॉस्ट निर्धारित है। इसमें 2.54 रुपए की सामग्री हरियाणा एग्रो की ओर से उपलब्ध कराई जाएगी, जबकि 4.24 रुपए की सामग्री स्कूल अपने स्तर पर खरीदेंगे। कक्षा 6 से 8 तक के विद्यार्थियों के लिए यह राशि 10.17 रुपए प्रति छात्र प्रतिदिन तय की गई है। इसमें 4.79 रुपए की सामग्री हरियाणा एग्रो देगा, जबकि 5.38 रुपए की खरीद स्कूलों को स्थानीय स्तर पर करनी होगी। आदेश में स्पष्ट किया गया है कि हरियाणा एग्रो की ओर से सोया चूरा, काला चना, सफेद चना, रागी, बाजरा, तेल, मूंगफली, मसाले, मसूर, मूंग, उड़द, चना दाल, राजमा और बेसन जैसी सामग्री सप्लाई की जाएगी। इसके अलावा गेहूं की पिसाई, गैस, सब्जियां, गुड़, दूध और दही जैसी जरूरी सामग्री विद्यालयों को स्वयं खरीदनी होगी।

फतेहाबाद। मिड डे मील का भोजन करते छात्र। (फाइल फोटो)

ये सामग्री शामिल

सरकार द्वारा जारी नए आदेशों के अनुसार, विद्यार्थियों को मिलने वाले मिड-डे मील की प्रति छात्र-प्रति दिन की कुकिंग कॉस्ट राशि और उसके विभाजन को दो श्रेणियों में तय किया गया है। हरियाणा एग्रो के बजट में सूखा राशन दालें, तेल, चना, मसाले आदि शामिल हैं, जबकि स्कूल स्तर के बजट से स्थानीय खरीद सब्जी, गैस, दूध, दही और गेहूं पिसाई आदि की जाएगी।

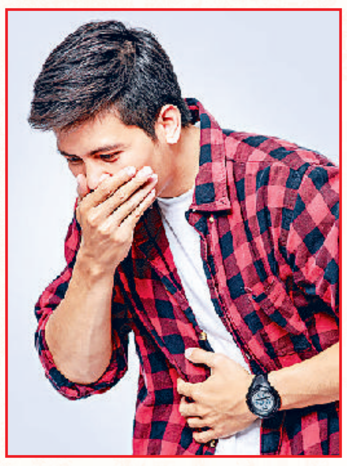
सरकार ने निर्धारित नई दरें

1. बाल वाटिका से कक्षा 5वीं तक
कुल कुकिंग कॉस्ट : 6.78 (प्रति छात्र, प्रति दिन)
हरियाणा एग्रो सामग्री की दर : 2.54
स्कूल स्तर पर खरीद की दर : 4.24
2. कक्षा 6वीं से 8वीं तक
कुल कुकिंग कॉस्ट : 10.17 (प्रति छात्र, प्रति दिन)
हरियाणा एग्रो सामग्री की दर : 4.79
स्कूल स्तर पर खरीद की दर : 5.38

बढ़ते तापमान की वजह से कई ऐसे बैक्टीरिया, फंगस एक्टिव हो जाते हैं, जो फूड प्वॉइजनिंग की वजह बनते हैं। ऐसे में यह जानना बहुत जरूरी है कि इसके होने के क्या कारण हैं, इसके प्रमुख लक्षण क्या हैं और इससे बचने के क्या उपाय हो सकते हैं।

इस सीजन में बढ़ता है फूड प्वॉइजनिंग का रिस्क

प्रिकॉशन
डॉ. माजिद अलीम



इन दिनों प्रचंड गर्मी पड़ रही है। मौसम के बदलते मिजाज ने अचानक फूड प्वॉइजनिंग की समस्या पिछले सालों के मुकाबले कहीं ज्यादा बढ़ा दी है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक इसका कारण यह है कि सुबह तेज धूप होती है, दोपहर में जबर्दस्त उमस और बीच-बीच में अचानक बारिश हो जाती है। जिस कारण खाने-पीने की चीजें जल्दी खराब हो रही हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ चेतावनी दे रहे हैं कि यह मौसम बैक्टीरिया और वायरस के पनपने का बेहद अनुकूल मौसम है। इसलिए इन गर्मियों में पिछले सालों के मुकाबले कहीं ज्यादा सावधानी से रहने की जरूरत है।

रोग के कारण: लोग अकसर सोचते हैं कि फूड प्वॉइजनिंग बाहर के खाने से होती है। सच यह है कि गर्मियों में घर का खाना भी जरा सी लापरवाही से संक्रमित हो जाता है। खासकर दूध, दही, कटे फल, चावल, मांसाहारी भोजन आदि। सड़क किनारे बिकने वाले खाद्य पदार्थ भी इस मौसम में बहुत जल्दी खराब होते हैं। वास्तव में गर्मी और नमी का मेल बैक्टीरिया के लिए आदर्श वातावरण तैयार करता है। ऐसे में यदि भोजन लंबे समय तक खुले में रखा रहा, तो उसमें संक्रमण होने की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। इस मौसम में सबसे ज्यादा खतरा उन खाद्य पदार्थों को लेकर होता है, जो लंबे समय तक बाहर रखे रहते हैं, बार-बार गर्म किए जाते हैं, बाहर खुले में बिक रहे होते हैं और गंदे पानी से बनाए गए होते हैं। इन दिनों सड़क किनारे मिलने वाले चाट, कटे फल, ठंडे पेय में इस्तेमाल पानी आमतौर पर सही नहीं होता। इस कारण ये संक्रमण का स्रोत बन जाते हैं।

फूड प्वॉइजनिंग के लक्षण: जब भोजन या पानी में वायरस, फंगस या जहरीले पदार्थों से संक्रमित हो जाता है, तो उसके खाने के बाद कोई व्यक्ति बीमार पड़ जाता है, इसे फूड प्वॉइजनिंग कहते हैं। इसके सामान्य लक्षण हैं- उल्टी और मितली, दस्त, पेट दर्द और ऐंठन, बुखार, कमजोरी और चक्कर। कुछ मामलों में स्थिति इतनी बिगड़ जाती है कि मरीज को अस्पताल में भर्ती करना पड़ता है। फूड प्वॉइजनिंग यूं तो हर उम्र के लोगों को हो सकती है, लेकिन बच्चों और बुजुर्गों के लिए ये बहुत खतरनाक होती है।

सावधानी है जरूरी: फूड प्वॉइजनिंग केवल पेट खराब तक सीमित नहीं रहता बल्कि डिहाइड्रेशन, कमजोरी, ब्लड प्रेशर लो, किडनी पर असर, जैसी स्थितियां भी पैदा करता है। फूड प्वॉइजनिंग के चलते अगर मरीज को बार-बार उल्टी, दस्त हो रहे हों, मुंह सूख रहा हो या पेशाब कम आ रही हो, तो साफ संकेत है कि शरीर में पानी की खतरनाक कमी हो गई है। ऐसे में तुरंत ओआरएस, नीबू पानी, नारियल पानी और हल्का तरल भोजन दिया जाना चाहिए। लेकिन डॉक्टर की सलाह के बिना एंटीबायोटिक लेना खतरनाक हो सकता है। क्योंकि कई बार गलत दवा संक्रमण को और ज्यादा बढ़ा देती है। फूड प्वॉइजनिंग होने पर दही-चावल, खिचड़ी और केला जैसे भोजन सुरक्षित रहते हैं। इस दौरान मसालेदार, बाजारू और तले-भुने खाने से पूरी तरह से बचना चाहिए।

बचाव के उपाय: फूड प्वॉइजनिंग से बचने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखें।

- खाना हमेशा ढंककर रखें।
- बाजार से खरीदकर लाई गई सब्जियां और फल पहले अच्छी तरह धोएं, पोछें तब फ्रिज में रखें।
- बासी भोजन बार-बार गर्म कर न खाएं।
- कटे फल देर तक खुले में न रखें।
- खाने से पहले हाथ अच्छी तरह धो लें।
- पीने के लिए साफ, उबला या फिल्टर पानी इस्तेमाल करें।
- उल्टी, दस्त शुरू होते ही शरीर में पानी की कमी न होने दें। *

स्पेशल: वर्ल्ड ब्लैडर कैंसर अवेयरनेस मंथ (मई)

मुख्य रूप से स्मोकिंग करने और कई अन्य वजहों से ओल्ड एज में यूरिनरी ब्लैडर कैंसर होने का रिस्क बढ़ जाता है। हर साल लाखों लोग इसकी चपेट में आते हैं। इससे बचने के लिए जरूरी है कि हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाने के साथ इसके रिस्क फैक्टर्स से खुद को बचाया जाए। साथ ही ब्लैडर कैंसर के शुरुआती लक्षणों को भी इग्नोर न किया जाए। इस बारे में और भी डिटेल में जानिए।

ब्लैडर कैंसर न करें लक्षणों को इग्नोर

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. आकाश शाह
यूरो ऑन्कोलॉजिस्ट-रोबोटिक सर्जन
कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

हाल के वर्षों में मूत्राशय कैंसर (ब्लैडर कैंसर या यूरिनरी ब्लैडर कैंसर) के मामले दुनिया भर में बढ़ रहे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार यूरिनरी ब्लैडर कैंसर, दुनिया भर में नौवां सबसे आम कैंसर है। उपलब्ध आंकड़ों के अनुसार 2022 में दुनिया भर में ब्लैडर कैंसर के 6 लाख से अधिक नए मामले सामने आए थे और इनमें से 2 लाख से अधिक मौतें हुईं थीं।

क्या है यह कैंसर

जब मूत्राशय (पेशाब की थैली) की कोशिकाओं के डीएनए में उत्परिवर्तन (म्यूटेशन) होता है, तब वे अनियंत्रित होकर बढ़ने लगती हैं और ट्यूमर बनाती हैं। इस स्थिति को यूरिनरी ब्लैडर का कैंसर कहा जाता है। यूरिनरी ब्लैडर (मूत्राशय या पेशाब की थैली) पेट के निचले हिस्से में स्थित एक लचीला और गुब्बारे के आकार जैसा अंग है। इसका मुख्य कार्य किडनी से आए मूत्र को शरीर से बाहर निकलने से पहले अस्थाई रूप से जमा (स्टोर) करना है। कैंसर आमतौर पर यूरिनरी ब्लैडर की अंदरूनी परत में शुरू होता है। हालांकि कैंसर शब्द डरावना है, लेकिन सच यह है कि अगर जल्दी पता चल जाए, तो ब्लैडर कैंसर का सफलतापूर्वक इलाज किया जा सकता है।

धूम्रपान एक प्रमुख कारण

यूरिनरी ब्लैडर (मूत्राशय या पेशाब की थैली) कैंसर का मुख्य कारण धूम्रपान है, जिसके कारण लगभग 50 प्रतिशत मामले सामने आते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि तंबाकू के हानिकारक रसायन (जिन्हें कार्सिनोजेन कहा जाता है) खून में मिलकर और फिर किडनी द्वारा फिल्टर होकर यूरिन के रास्ते ब्लैडर में जमा हो जाते हैं। यह स्थिति ब्लैडर की परत को नुकसान पहुंचाती है।

अधिकांश लोगों की यह धारणा है, तंबाकू युक्त धूम्रपान से उत्सर्जित होने वाले रसायनों से केवल मुंह या फेफड़े के ही कैंसर होने का जोखिम होता है, जो सही भी है। इस धारणा का दूसरा पहलू भी है। वह यह कि जब हम धूम्रपान करते हैं, तब तंबाकू में मौजूद कैंसर पैदा करने वाले रसायन (कार्सिनोजेन) रक्त में घुल जाते हैं और फिर पेशाब के माध्यम से मूत्राशय में एकत्र हो जाते हैं। इसके परिणामस्वरूप मूत्राशय की परत में जलन और सूजन होती है, जिससे मूत्राशय का कैंसर विकसित होने का जोखिम बढ़ जाता है।

ये भी हो सकते हैं कारण

स्मोकिंग करने के अलावा ब्लैडर कैंसर होने के कुछ अन्य कारण भी हो सकते हैं।

- 55-60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में ब्लैडर कैंसर के मामले कहीं ज्यादा सामने आते हैं। उम्र बढ़ने के साथ इस कैंसर का खतरा बढ़ता है। पुरुषों में महिलाओं की तुलना में ब्लैडर कैंसर होने की संभावना अधिक होती है।
- पेशाब की थैली यूरिनरी ब्लैडर में बार-बार संक्रमण होना भी कैंसर की वजह बन सकता है, जिसे मेडिकल भाषा में यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन कहते हैं।
- औद्योगिक रसायनों का एक्सपोजर यानी केमिकल एक्सपोजर भी कुछ मामलों में ब्लैडर कैंसर का कारण बन सकता है। उदाहरण के तौर पर रबर, चमड़ा, डाई, कपड़ा और पेंट उद्योगों में काम करने वाले लोग ऐसे माहौल में काम करते हैं, जहां नुकसानदेह रसायन मौजूद होते हैं। ऐसे रसायनों के संपर्क में आने से इस कैंसर के होने का खतरा अधिक बढ़ जाता है।
- ब्लैडर में पथरी या संक्रमण भी कैंसर होने का रिस्क बढ़ा सकते हैं।

इन लक्षणों को न करें इग्नोर

ब्लैडर कैंसर बीमारी के ज्यादा फैलने से पहले इसके लक्षणों को पहचानना जरूरी है।

यूरिन म खून आना: यूरिन गुलाबी, लाल या गहरे रंग का दिख सकता है। बहुत से लोग इस लक्षण को नजरअंदाज कर देते हैं। खासकर अगर दर्द न हो, तो यह मानकर कि यह समस्या किसी मामूली इंफेक्शन से संबंधित है। हालांकि यूरिन में खून का एक बार भी आना कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। इसकी डॉक्टर से जांच करवानी चाहिए।

बार-बार पेशाब आना: सामान्य से ज्यादा जल्दी-जल्दी वाशरूम जाने की जरूरत पड़ना, जिसे अकसर सिर्फ बहुत ज्यादा पानी पीने के नाम पर नजरअंदाज कर दिया जाता है।

अचानक पेशाब आने की इच्छा: अचानक से बहुत ज्यादा पेशाब करने की जरूरत, जिसे अकसर ओवर एक्टिव ब्लैडर समझ लिया जाता है।

यूरिन में जलन: पेशाब करते समय दर्द, जिसे अकसर एक आम यूरिनरी ट्रैक्ट इंफेक्शन (यूटीआई) समझ लिया जाता है।

हालांकि उपरोक्त लक्षण यूरिन से जुड़ी समस्या का संकेत देते हैं और कई मरीजों में आम हैं, ये अपने आप में कैंसर के पक्के संकेत नहीं हैं। इनके लिए मेडिकल जांच की जरूरत होती है।

डायग्नोसिस के तरीके

अगर किसी व्यक्ति को ये लक्षण महसूस होते हैं, तो घबराएं नहीं। इसके लिए यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट शायद एक रुटीन यूरिन टेस्ट (यूरिन साइटोलॉजी), यूरिन कल्चर, अल्ट्रासाउंड और अगर जरूरत हो तो सीटी स्कैन टेस्ट करवा सकते हैं। अगर जरूरी हुआ तो विशेषज्ञ डॉक्टर एक सिस्टोस्कोपी करवा सकते हैं, जो एक ऐसा प्रोसीजर है, जिसमें एक सूक्ष्म कैमरा ब्लैडर में डाला जाता है- जिससे क्लीयर डायग्नोसिस हो जाता है।

ब्लैडर कैंसर का इलाज

ब्लैडर कैंसर के उपचार की प्रक्रिया डायग्नोसिस के बाद उसके स्टेज पर निर्भर करती है। शुरुआती स्टेज के कैंसर का इलाज अकसर एंडोस्कोपिक सर्जरी से किया जा सकता है। एडवांस्ड स्टेज के लिए इलाज में कीमोथेरेपी के साथ-साथ यूरिनरी ब्लैडर के ट्यूमर की सर्जरी भी शामिल हो सकती है।

सर्जरी से पहले ट्यूमर को छोटा करने या बाद में बचे हुए कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए कीमोथेरेपी की जाती है।

यदि सर्जरी संभव नहीं है या कैंसर फैल चुका है, तो कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए रेडिएशन थेरेपी का सहारा लिया जा सकता है। *

बचाव के उपाय

यूरिनरी ब्लैडर कैंसर से बचाव का सबसे जरूरी कदम है अतिशीघ्र धूम्रपान से छुटकारा पाना। शरीर से नुकसानदेह विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने के लिए लगातार हाइड्रेट रहें। अगर आप इंडस्ट्रियल केमिकल्स का इस्तेमाल करते हैं तो वर्कप्लेस प्रोटेक्शन का ध्यान रखें। रेग्युलर हेल्थ चेक-अप बहुत जरूरी हैं, खासकर उन लोगों के लिए जिनमें रिस्क फैक्टर हैं। लक्षणों के सामने आने पर डॉक्टर के पास जाने में देरी न करें।

याद रखें यूरिन में एक बार भी खून आना एक मेडिकल इमरजेंसी है। इसके दोबारा होने का इंतजार न करें। तुरंत किसी यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट से मिलें। किसी भी कैंसर का सफल इलाज करने का तरीका है कि उसका जल्दी पता चल जाए और ट्रीटमेंट शुरू कर दिया जाए।

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

कोरोना वायरस संक्रमण की महामारी के लगभग पांच साल बाद हंता वायरस संक्रमण से जुड़ी एक खबर ने दुनिया को चिंतित कर दिया है। ऐसे में घबराने के बजाय इस वायरस से संबंधित पूरी जानकारी लेना और सावधानी बरतना जरूरी है। इस बारे में डिटेल में जानिए।

बहुत संक्रामक है हंता वायरस

अवेयरनेस
डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजिशियन
सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

हाल ही में एमवी हॉन्डियस क्रूजशिप पर हंता वायरस के मल्टीकाउंटर आउटब्रेक की खबर सुर्खियों में है, जिसमें कई लोग संक्रमित हुए और कुछ मौतें भी हुईं। इसने पूरी दुनिया की स्वास्थ्य एजेंसियों को अलर्ट कर दिया है। वैज्ञानिकों को शक है कि इसमें हंता वायरस का नया एंडीज स्ट्रेन शामिल हो सकता है, क्योंकि कुछ मामलों में मानव-से-मानव ट्रांसमिशन की संभावना है। डब्ल्यूएचओ, सीडीसी और कई देशों की स्वास्थ्य एजेंसियां इसकी निगरानी कर रही हैं। कई देशों में यात्रियों की ट्रेसिंग और आइसोलेशन प्रक्रिया जारी है।

कैसा है वायरस: हंता वायरस आर्बो वायरस फैमिली की कैटेगरी में आने वाला जूनोटिक वायरस है, जो मूलतः चूहों और रोडेंट्स से इंसानों में फैलता है। लेकिन हंता वायरस का एक वैरिएंट है, एंडीज स्ट्रेन जो ज्यादा खतरनाक है। इसमें संक्रमण चूहों से नहीं, बल्कि चूहों के मल, मूत्र या स्लाइवा से संक्रमित हुए व्यक्ति के करीबी संपर्क में आने पर दूसरे व्यक्ति को भी हो सकता है। इसकी मृत्यु दर लगभग 40 प्रतिशत है। मेडिकल साइंस की मानें तो हंता वायरस खास किस्म के चूहे, डीआर रैट्स में होते है। यानी ये संक्रमित चूहे हंता वायरस कैरियर होते हैं और वायरस उनके शरीर में मल्टीप्लाई होता रहता है। संक्रमित चूहे अपने मल, मूत्र और स्लाइवा के जरिए हंता वायरस को लगातार अपने शरीर से बाहर निकालते रहते हैं। यह मल, मूत्र जमीन या वस्तुओं की सतह पर सूख जाता है। जब कोई व्यक्ति उस जगह की साफ-सफाई करता है। झाड़ू लगाता है, वैक्यूम करता है या झाड़-पोंछ करता है। तो सतह पर सूखे हंता वायरस के छोटे-छोटे कण धूल के साथ हवा में घुल-मिल जाते हैं। उस हवा में सांस लेने पर हंता वायरस के कण अनजाने में उस व्यक्ति के शरीर में पहुंच जाते हैं और कुछ समय बाद व्यक्ति को संक्रमित कर देते हैं। इस प्रक्रिया को एरोसोलाइजेशन कहते हैं।

कैसे फैलता है संक्रमण: एरोसोलाइजेशन प्रक्रिया से। संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में रहने पर। खांसने-छींकने के साथ बाहर निकले ड्रॉपलेट के संपर्क में आने पर। खाने-पीने की संक्रमित चीजों के सेवन से। संक्रमित वस्तुओं या सतह के संपर्क में आने और बिना हाथ धोए, गलती से आंख, नाक या मुंह छूने पर। चूहे के मरने के बाद बाहर निकले वायरस के संपर्क में आने पर।

संक्रमण के लक्षण: हंता वायरस का इंक्यूबेशन पीरियड काफी लंबा है। यानी व्यक्ति के शरीर में वायरस पहुंचने के 3-4 सप्ताह बाद संक्रमण के लक्षण दिखाई देते हैं। शुरुआती लक्षण सामान्य फ्लू जैसे होते हैं। बुखार, मांसपेशियों में दर्द, सिर दर्द, थकान, मितली और ठंड लगना। लेकिन समुचित उपचार न मिलने पर मरीज की हालत गंभीर हो जाती है। हंता वायरस फेफड़ों और किडनी पर अटैक करता है। हंता वायरस पल्मोनरी सिंड्रोम (एचपीएस) में वायरस रेस्पिरेटरी ट्रेक से होता हुआ फेफड़ों की ब्लड वैसल्स पर अटैक करता है। फेफड़ों में पानी भरने लगता है, जिससे सांस लेना बेहद मुश्किल हो जाता है। वेंटिलेटर सपोर्ट न मिलने पर व्यक्ति की मौत हो सकती है। हंता वायरस रीनल सिंड्रोम (एचएफआरएस) में किडनी संक्रमित हो जाती है। मरीज को हेमरेजिक बुखार आता है, किडनी में अचानक ब्लीडिंग होने लगती है, पेशाब में खून आने लगता है। कई बार किडनी फेलियर हो जाने पर रोगी की मौत भी हो सकती है।

रहें सतर्क: तेज बुखार, अत्यधिक थकान, घबराहट, सांस लेने में तकलीफ, छाती में भारीपन या चेस्ट कंजंक्शन, सांस लेने में दिक्कत महसूस हो रही हो तो डॉक्टर को जरूर कंसल्ट करें।

कैसे होता है इलाज: फिलहाल इसका कोई विशेष उपचार नहीं है लेकिन समय पर अस्पताल में भर्ती होने से जीवित बचने की संभावना काफी बढ़ जाती है। इलाज मुख्य रूप से सपोर्टिव केयर पर आधारित है जैसे- ऑक्सीजन सपोर्ट, आईसीयू केयर, हाइड्रेशन, ब्रीदिंग सपोर्ट। मरीज के ब्लड में प्लेटलेट्स कम हो जाते हैं। ऑक्सीजन दिया जाता है, वेंटिलेटर पर रखा जाता है। प्लेटलेट्स ट्रांसफ्यूज किया जाता है।

बचाव है जरूरी: हंता वायरस के संक्रमण से बचाव के लिए सबसे महत्वपूर्ण है, चूहों से दूरी रखना। चूहों की एंट्री घर में न होने पाए। खाने-पीने का सामान खुला न छोड़ें। एयर-टाइट डिब्बों में पैक करें। फल-सब्जियां पानी में अच्छी तरह धोकर इस्तेमाल करें। कोल्ड ड्रिंक कैन लें। उनके ऊपरी हिस्से को अच्छी तरह धो लें। संभव हो तो गिलास में पिएं। रात के वक्त किचन में बचा हुआ खाना या फिर पालतू जानवरों का खाना बिल्कुल खुला न छोड़ें। कूड़ेदान का ढक्कन कसकर बंद रखें ताकि चूहों के आने की आशंका न हो।

ज्यादा गंदगी या चूहों के मल-मूत्र की संदिग्ध जगह की सफाई के लिए झाड़ू या वैक्यूम क्लीनर के बजाय डिसइंफेक्टेंटयुक्त गीला पोंछा लगाएं। जहां तक हो सके, सफाई के दौरान सुरक्षा उपकरणों का उपयोग करें जैसे- रबर के दस्ताने, अच्छी क्वालिटी का मास्क पहनें। साफ-सफाई के बाद, खाना बनाने या खाने से पहले, भीड़ भरी जगह से आने के बाद साबुन से हाथ अच्छी तरह धोएं। घर के आस-पास की साफ-सफाई का भी ध्यान रखें। हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाएं। इम्यूनिटी मजबूत बनाने के लिए रोजाना घर का बना ताजा, पोषक आहार का सेवन करें, हाइड्रेशन का ध्यान रखें, भरपूर नींद (6-7 घंटे) और रेग्युलर एक्सरसाइज (कम से कम 30 मिनट) करें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

डायग्नोसिस के तरीके

हंता वायरस से संक्रमण होने की आशंका होने पर मरीज का डायग्नोसिस जल्द से जल्द किया जाना जरूरी है। इसके लिए पीसीआर टेस्ट से संक्रमण की पुष्टि की जा सकती है। इसमें रोगी के ब्लड और यूरिन का टेस्ट किया जाता है।

आज के दौर में अनिद्रा और अच्छी नींद न आने से काफी लोग परेशान रहते हैं। इसके लिए अपनी लाइफस्टाइल और डाइट प्लान में बदलाव के साथ कुछ आसान तरीके भी कारगर हो सकते हैं। हाथ-पैरों को गर्म रखना भी उनमें से एक तरीका है।

अच्छी नींद के लिए हाथ-पैरों को रखें गर्म

सजेशन
मधु सिंह

अनेक स्थितियों में पैरों का ठंडा हो जाना बेचैनी, परेशानी और असहजता का कारण बन जाता है और इसमें वह स्थिति भी शामिल है, जब हम सोने के लिए अपने बिस्तर में जाते हैं। दरअसल, हमारे शरीर का तापमान हमारी नींद के चक्र को प्रभावित करता है।

ताप से प्रभावित होती है नींद

ऑस्टिन की यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्सास में बायोमेडिकल इंजीनियरिंग के प्रोफेसर केनेथ डिलर के अनुसार, 'आपका शरीर उस समय सबसे अच्छा काम करता है, जब उसका केंद्रीय हिस्सा ठंडा होता है और सिरों या किनारों का हिस्सा गर्म रहता है।' दशकों के शोध से मालूम हुआ है कि जिन लोगों के हाथ व पैर गर्म रहते हैं, वे जल्दी और आराम से सो जाते हैं, उन लोगों की तुलना में जिनके शरीर के ये अंग ठंडे रहते हैं।

सोने का ताप से संबंध

जब आप सोने के लिए तैयारी कर रहे होते हैं तो आपके शरीर को कूल डाउन करने की जरूरत होती है, यह संकेत देने के लिए कि आराम करने का समय हो गया है। दिलचस्प यह है कि ऐसा करने के लिए हाथों व पैरों को गर्म करने से मदद मिलती है क्योंकि आपका शरीर इनका प्रयोग गर्मी-निकालने (हीट-रिलीज) के क्षेत्र के रूप में करता है। डिलर के अनुसार, जब आपके हाथ व पैर गर्म होते हैं तो त्वचा की ओर रक्त संचार आसानी से होने लगता है, जिससे आपके शरीर के केंद्र से अतिरिक्त गर्मी बाहर निकल जाती है। जब आपके शरीर के केंद्रीय हिस्से का तापमान कम हो जाता है तो आपके दिमाग को संदेश मिलता है कि सोने का समय हो गया है। लेकिन अगर आपके हाथ व पैर ठंडे रहते हैं तो वह गर्मी (हीट) बाहर नहीं निकल पाती, जिससे नींद का आना कठिन हो जाता है। डिलर कहते हैं, 'हाथों व पैरों को गर्म करने से आपका शरीर प्रभावी ढंग से सोने की अवस्था में आ जाता है, वर्ना आप बेचैनी में ही करवटें बदलते रहते हैं, इससे नींद का आना कठिन हो जाता है।'

हाथ-पैरों को गर्म करने के तरीके

बिस्तर में जाने से पहले हाथों व पैरों को अनेक तरहों से गर्म किया जा सकता है। इनमें से सबसे सरल है-गर्म पानी से स्नान या शावर कर लिया जाए। डिलर आमतौर से शाम को वर्कआउट करते हैं और फिर शावर लेते हैं। अंत में वह तापमान को बढ़ा देते हैं, जो शुरू में थोड़ा सा अधिक महसूस होता है, लेकिन फिर आपको उसकी आदत पड़ जाती है। लेकिन तापमान को 111 डिग्री फॉरेनहाईट से अधिक न बढ़ाएं क्योंकि इससे ऊपर के तापमान पर आपका शरीर जल सकता है। हॉट शावर में जब त्वचा लाल होने लगती है तो यह वास्तव में संकेत है कि रक्त हाथों व पैरों की विशिष्ट वेसल्स में पहुंच रहा है, जो गर्मी को बाहर निकालने के लिए अच्छी तरह से खुल जाती हैं। हीटिंग पैड्स का इस्तेमाल भी किया जा सकता है, लेकिन सोने से पहले उन्हें निकाल देना चाहिए। इसके अलावा आप अपना एक हाथ अपने तकिए के नीचे रख सकते हैं। कुछ देर के लिए इस अवस्था में रहने से तकिए में धंसा हुआ आपका सर्वाइकल स्पाइन का क्षेत्र गर्म होता रहेगा, जो शरीर के तापमान को नियंत्रित करने में मदद करता है। ऐसा करने से कुछ ही देर में हाथ व पैर गर्म हो जाएंगे। इसके अलावा अपने पसंदीदा मोजे पहनकर भी पैर के तापमान को गर्म किया जा सकता है। बहरहाल, आप तरीका चाहे जो अपनाएं, आपका लक्ष्य नींद में शरीर की सबसे बड़ी बाधा को दूर करना होना चाहिए। ठंडे हाथ व पैर नर्वस सिस्टम को सतर्क रखते हैं, गर्माहट उसे आराम करने के लिए प्रेरित करती है। *

लघुसचिवालय परिसर में जताया रोष, उपायुक्त को राष्ट्रपति के नाम सौंपा ज्ञापन

बढ़ती महंगाई और नीट परीक्षा रद्द होने पर कांग्रेस का प्रदर्शन

पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमतों से किसानों और आम जनता की मुश्किलें बढ़ीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

बढ़ती महंगाई व नीट परीक्षा रद्द होने के विरोध में बुधवार को कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने बरनाला रोड स्थित लघुसचिवालय परिसर में सरकार के खिलाफ रोष प्रदर्शन किया गया। उपायुक्त को राष्ट्रपति के नाम ज्ञापन सौंपा गया। हालांकि इस रोष प्रदर्शन में कांग्रेस विधायक व अन्य नेता गायब रहे। एक गुट द्वारा 21 मई को रोष प्रदर्शन किया जाएगा। कांग्रेस जिलाध्यक्ष संतोष बैनीवाल ने कहा कि देश की सबसे महत्वपूर्ण प्रतियोगी परीक्षाओं में शामिल नीट परीक्षा का प्रश्नपत्र लीक होना अत्यंत गंभीर एवं दुर्भाग्यपूर्ण घटना है। इस प्रकरण ने देश के लगभग 22 लाख विद्यार्थियों और उनके परिवारों की मेहनत, विश्वास और भविष्य पर गहरा आघात पहुंचाया है। लाखों छात्र-छात्राएं मानसिक तनाव और अवसाद का सामना कर रहे हैं। यह कोई पहला अवसर नहीं है जब किसी महत्वपूर्ण परीक्षा में पेपर लीक जैसी घटनाएं सामने आई हों। विगत वर्षों में भी अनेक प्रतियोगी परीक्षाओं में इस प्रकार की अनियमितताएं उजागर हुई हैं, जिससे स्पष्ट होता है कि यह एक संगठित पेपर लीक माफिया का नेटवर्क है, जो युवाओं के भविष्य के साथ खिलवाड़ कर रहा है। ऐसे अपराधियों के विरुद्ध कठोर एवं उदाहरणात्मक कार्रवाई किया जाना अत्यंत आवश्यक है, ताकि देश के युवाओं का विश्वास पुनः स्थापित हो सके। बैनीवाल ने कहा कि 15 मई 2026 को केंद्र सरकार द्वारा पेट्रोल एवं डीजल की कीमतों में तीन रुपये प्रति लीटर से अधिक तथा सीएनजी में तीन रुपये प्रति किलो की वृद्धि कर दी गई है। यह निर्णय ऐसे समय लिया गया है जब देश का आम नागरिक पहले से ही महंगाई, बेरोजगारी और आर्थिक संकट की मार झेल रहा है। ईंधन मूल्यों में यह वृद्धि आमजन की परेशानियों को और अधिक बढ़ाने वाली सिद्ध हुई है। उन्होंने कहा कि पेट्रोल एवं डीजल की कीमतों में निरंतर वृद्धि का सीधा प्रभाव परिवहन, कृषि, उद्योग तथा दैनिक उपयोग की वस्तुओं पर पड़ता है। खाद्यान्न, सब्जियां, दूध, दवाइयां, निर्माण सामग्री तथा अन्य आवश्यक वस्तुओं के दाम लगातार बढ़ रहे हैं, जिससे महंगाई चरम पर पहुंच चुकी है और आम आदमी का जीवन-यापन अत्यंत कठिन हो गया है। विशेष रूप से किसान वर्ग इस वृद्धि से सबसे अधिक प्रभावित हुआ है। ट्रैक्टर, ट्यूबवेल, हार्वेस्टर एवं अन्य कृषि यंत्रों के संचालन में डीजल की अत्यधिक आवश्यकता होती है। डीजल की कीमतों में बढ़ोतरी के कारण खेती की लागत में भारी वृद्धि हुई है, जिससे किसानों की आय और आजीविका पर गंभीर संकट उत्पन्न हो गया है।

सिरसा में रोष प्रदर्शन करते कांग्रेसी।

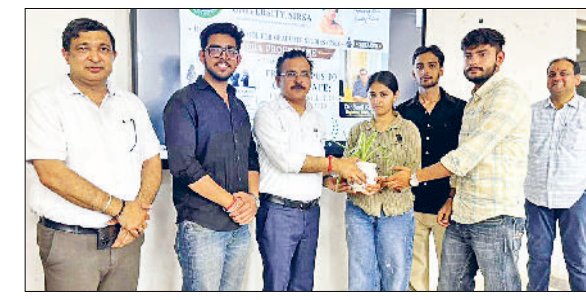
कांग्रेस का एक गुट आज करेगा प्रदर्शन

सिरसा। जिला कांग्रेस कमेटी की ओर से पेट्रोल और डीजल के दामों में की गई बढ़ोतरी के विरोध में 21 मई उपायुक्त कार्यालय पर जोरदार प्रदर्शन किया जाएगा। कांग्रेस नेता वीरभान मेहता, राजकुमार शर्मा, नवीन केडिया ने बताया कि इस विरोध प्रदर्शन में पार्टी के सांसद, पूर्व सांसद, विधायक, पूर्व विधायक सहित पदाधिकारी व कार्यकर्ता बढ़-चढ़कर भाग लेंगे। उन्होंने कहा कि लगातार बढ़ रही महंगाई से आम जनता पहले ही परेशान है। अब तेल की कीमतों में वृद्धि ने लोगों की मुश्किलें और बढ़ा दी हैं। कांग्रेस नेताओं ने भाजपा सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि सरकार की गलत नीतियों के कारण देश में महंगाई लगातार बढ़ती जा रही है। पेट्रोल और डीजल के दाम बढ़ने का सीधा असर आम आदमी की जेब पर पड़ेगा। उन्होंने कहा कि तेल की कीमतों में बढ़ोतरी होने से माल भाड़ा बढ़ेगा, जिससे खाद्य पदार्थों सहित रोजमर्रा की जरूरतों का सामान और अधिक महंगा हो जाएगा। इसका सबसे ज्यादा असर मध्यम वर्ग और गरीब परिवारों पर पड़ेगा। कांग्रेस नेताओं ने कहा कि आज स्थिति यह हो चुकी है कि आम आदमी दो वक्त की रोटी का इंतजाम भी मुश्किल से कर पा रहा है। लगातार बढ़ती महंगाई ने लोगों का घरेलू बजट पूरी तरह बिगाड़ दिया है। रसोई गैस, बिजली, खाने-पीने की चीजें और अब पेट्रोल-डीजल की कीमतों में वृद्धि ने जनता की कमर तोड़ दी है।

कुलपति ने विद्यार्थियों से किया संवाद परीक्षा तैयारियों पर ली जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के यूनिवर्सिटी स्कूल फॉर ग्रेजुएट स्टडीज़ के बीबीए विभाग द्वारा विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास एवं कॉर्पोरेट कौशल संवर्धन के उद्देश्य से फ्रॉम कैंपस टू कॉर्पोरेट एसेंशियल स्किल्स फॉर बीबीए ग्रेजुएट्स विषय पर विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। इस मौके पर कुलपति प्रो. विजय कुमार ने विद्यार्थियों से सीधा संवाद स्थापित करते हुए उनकी परीक्षा तैयारियों, अध्ययन पद्धति तथा भविष्य की योजनाओं के बारे में जानकारी ली। कुलपति ने विद्यार्थियों को परीक्षा के दौरान तनावमुक्त रहने, सकारात्मक सोच बनाए रखने तथा समय प्रबंधन को अपनाने के महत्वपूर्ण सुझाव दिए। उन्होंने कहा कि परीक्षा केवल ज्ञान का मूल्यांकन नहीं, बल्कि आत्मविश्वास और मानसिक संतुलन की भी परीक्षा होती है। उन्होंने विद्यार्थियों को नियमित अध्ययन, पर्याप्त विश्राम और आत्म अनुशासन के माध्यम से बेहतर प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित किया।


सिरसा। विद्यार्थियों को सम्मानित करते कुलपति।

डीईओ ने किया राजकीय मॉडल संस्कृति विद्यालय का निरीक्षण

सिरसा। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में जिला शिक्षा अधिकारी सुभाष फुटेला ने विद्यालय का निरीक्षण किया। इस अवसर पर मुकेश कुमार जिला विज्ञान विशेषज्ञ भी उनके साथ थे। जिला शिक्षा अधिकारी ने विद्यालय में भौतिकी प्रयोगशाला, रसायन शास्त्र प्रयोगशाला और भाषा प्रयोगशाला एवं विभिन्न कक्षा-कक्ष का भी निरीक्षण किया। प्रिंसिपल मदन मलिक ने आए हुए अधिकारीगणों का स्वागत किया। हिंदी प्रवक्ता चमन भारतीय ने जिला शिक्षा अधिकारी को बाबा साहंब डॉ. बीआर अंबेडकर का छायाचित्र भेंट किया। इस अवसर पर रितेंद्र पांडे, प्रमोद कुमार, पीयूष मक्कड़, प्रोमिला, वृंदा, नाजली, जयकरण, सुशील कुमार सहित अन्य स्टाफ भी मौजूद थे।

सिरसा। देव कुमार शर्मा को ज्ञापन सौंपते कर्मचारी।

कर्मचारी संघ ने एचकेआरएनएल चेयरमैन को सौंपा ज्ञापन

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में एचकेआरएन के तहत कार्यरत 29 नॉन-टीचिंग कर्मचारियों को पिछले 3 महीने 19 दिन का वेतन नहीं मिला है, जिसकी लगातार ग्रीवेन्स विश्वविद्यालय की ओर से बार-बार एचकेआरएनएल पोर्टल पर लगाई गई है। इससे परेशान कर्मचारियों ने बुधवार को एचकेआरएनएल नॉन टीचिंग कर्मचारी संघ के बैनर तले एचकेआरएनएल के डायरेक्टर देव कुमार शर्मा को ज्ञापन सौंपा। संघ के अध्यक्ष जगदीश लूना व सचिव सुनील गोदारा ने बताया कि विश्वविद्यालय में कार्यरत सिक्योरिटी मैन, हेल्पर, स्वीपर, लैब अटेंडेंट, कंप्यूटर प्रोग्रामर आदि 29 कर्मचारियों का वेतन बकाया है। बार-बार मांग करने के बावजूद वेतन जारी नहीं की जा रही, जिससे कर्मचारियों के सामने घर चलाने का संकट खड़ा हो गया है।

किरायेदारों और नौकरों की करवाएं पुलिस वेरिफिकेशन, लापरवाही पर होगी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर ने जिलेवासियों से अपील करते हुए कहा है कि अपने घरों, दुकानों, फैक्ट्रियों, ढाबों, रेस्टोरेंट तथा अन्य संस्थानों में कार्यरत बाहरी राज्यों से आए नौकरों, कर्मचारियों एवं किरायेदारों की पुलिस वेरिफिकेशन अवश्य करवाएं, ताकि जिले में कानून व्यवस्था को और अधिक मजबूत बनाया जा सके तथा असामाजिक गतिविधियों पर प्रभावी अंकुश लगाया जा सके। एसपी ने कहा कि कई बार आपराधिक प्रवृत्ति के लोग बाहरी क्षेत्रों से आकर किराये पर रहकर अथवा नौकरी के बहाने अपराध को अंजाम देकर फरार हो जाते हैं। ऐसे मामलों में यदि संबंधित व्यक्ति का रिकॉर्ड मकान मालिक अथवा संस्थान संचालक के पास उपलब्ध नहीं होता, तो पुलिस जांच में भी कठिनाई आती है। इसलिए सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाए रखने के लिए किरायेदारों और नौकरों की सत्यापन प्रक्रिया अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि फतेहाबाद पुलिस द्वारा समय-समय पर किरायेदारों एवं नौकरों की वेरिफिकेशन के लिए विशेष अभियान चलाए जाते हैं।

अपराधों पर अंकुश लगाने में मिलेगी मदद

एसपी निकिता खट्टर ने स्पष्ट किया कि पुलिस वेरिफिकेशन करवाने से यह सुनिश्चित किया जा सकता है कि संबंधित व्यक्ति किसी आपराधिक गतिविधि में संलिप्त तो नहीं है। सत्यापन प्रक्रिया से अपराधों पर अंकुश लगाने में मदद मिलती है और किसी भी घटना की स्थिति में आरोपियों तक शीघ्र पहुंचने में पुलिस को सहायता मिलती है। उन्होंने चेतावनी देते हुए कहा कि जो व्यक्ति या संस्थान किरायेदारों एवं कर्मचारियों की वेरिफिकेशन करवाने में लापरवाही बरतेंगे, उनके खिलाफ नियमानुसार कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

दुष्कर्म के आरोपी को न्यायिक हिरासत में भेजा

फतेहाबाद। दुष्कर्म, जान से मारने की धमकी देने और आईटी एक्ट के तहत दर्ज मामले में कार्रवाई करते हुए महिला थाना फतेहाबाद पुलिस ने एक आरोपी को काबू किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान बैजलपुर निवासी जोगिंद्र के रूप में हुई है, जिसे पुलिस द्वारा न्यायालय में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया है। पीड़िता ने शिकायत में आरोप लगाया गया था कि आरोपी जोगिंद्र और उसके एक अन्य साथी ने उसे कथित रूप से कोई नशीला पदार्थ पिलाकर उसके साथ दुष्कर्म की वारदात को अंजाम दिया। इसके बाद आरोपियों ने पीड़िता को उक्त अश्लील वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल करने और जान से मारने की धमकी देकर डराना-धमकाना शुरू कर दिया।

जीएम से मिला रोडवेज सांझा मोर्चा का प्रतिनिधिमंडल

मांगों पर मिला सकारात्मक आश्वासन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

सांझा मोर्चा हरियाणा रोडवेज के एक उच्चस्तरीय प्रतिनिधिमंडल ने रोडवेज के महाप्रबंधक मनोज शर्मा से शिष्टाचार मुलाकात की। इस बैठक के दौरान कर्मचारियों की लंबे समय से लंबित मांगों और डिपो स्तर की विभिन्न समस्याओं पर विस्तार से चर्चा की गई। महाप्रबंधक ने सभी मुद्दों को बेहद गंभीरता से सुना और सकारात्मक रुख अपनाते हुए कर्मचारियों को जल्द समाधान का भरोसा दिलाया। सांझा मोर्चा के वरिष्ठ सदस्यों हनुमान वर्मा, राजकुमार बीघड़, विजय नागपुर, सतेंद्र सिंह, संदीप जांडली और जयबीर सिंह के नेतृत्व में मिले इस प्रतिनिधिमंडल को महाप्रबंधक मनोज शर्मा ने आश्वस्त किया। महाप्रबंधक ने कहा कि कर्मचारियों की किसी भी जायज मांग और उनके कानूनी लाभों को रुकने नहीं दिया जाएगा। प्रशासन कर्मचारियों के कल्याण के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है और उनकी हर समस्या का समयबद्ध समाधान किया जाएगा।बैठक के दौरान सांझा मोर्चा ने कर्मचारियों से जुड़े कई अहम मुद्दे महाप्रबंधक के सामने रखे, जिन पर गहराई से विचार-विमर्श हुआ।

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

जन परिवाद समिति की बैठक 23 को

फतेहाबाद। जिला लोक संपर्क एवं जन परिवाद समिति की बैठक 23 मई को सुबह 10.30 बजे लघु सचिवालय के समीप स्थित जिला पंचायत संसाधन केंद्र में आयोजित होगी। बैठक की अध्यक्षता हरियाणा के सामाजिक न्याय, अधिकारिता, अनुसूचित जाति एवं पिछड़ा वर्ग कल्याण और अंत्योदय सेवा विभाग के मंत्री कृष्ण कुमार बेदी करेंगे। बैठक में कुल 11 परिवाद रखे जाएंगे। इसके अलावा 10 परिवाद नये रखे गए हैं। बैठक में पुलिस अधीक्षक, अधीक्षण अभियंता जल सेवाएं मंडल व कार्यकारी अभियंता जन स्वास्थ्य विभाग से 2-2 परिवाद तथा जिला शिक्षा अधिकारी व जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी, जिला समाज कल्याण अधिकारी, पुलिस अधीक्षक व अग्रणी जिला प्रबंधक, जिला नगरायुक्त और कार्यकारी अभियंता दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम से संबंधित एक-एक परिवाद सुनवाई के लिए रखे जाएंगे।

मॉडर्न संस्कृति स्कूल में लगवाया वाटर कूलर

रतिया। भारत विकास परिषद शाखा रतिया की सेवा टोली द्वारा भीषण गर्मी को देखते हुए मॉडर्न संस्कृति सीनियर सेकेंडरी स्कूल में विद्यार्थियों के लिए ठंडे पानी की व्यवस्था करते हुए वाटर कूलर लगाया गया। यह सेवा कार्य अग्रवाल सभा रतिया के अध्यक्ष प्रमोद कुमार बंसल एवं विनोद कुमार बंसल के सहयोग से संपन्न हुआ। बता दें कि इस स्कूल में एक हजार के करीब छात्र-छात्राएं शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं, लेकिन गर्मी के बावजूद ठंडे पानी की उचित व्यवस्था नहीं थी। इसकी जानकारी मिलने पर अग्रवाल सभा अध्यक्ष प्रमोद बंसल ने भारत विकास परिषद के अध्यक्ष राज कुमार सिंगला एवं जनक राज गोयल को स्कूल भेजकर स्थिति का जायजा लिया।

सेम और बाढ़ से बर्बादी के खिलाफ जाण्डवाला बागड़ में किसान-मजदूर महापंचायत कल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भट्टूकलां

क्षेत्र में ड्रेन, बाढ़, सेम और भारी जलभराव के कारण फसलों की हुई भारी बर्बादी, मुआवजे की मांग और भविष्य में इस समस्या की स्थायी रोकथाम को लेकर अखिल भारतीय किसान सभा आर-पार की लड़ाई के मूड में है। इन गंभीर मुद्दों को लेकर 22 मई शुक्रवार को प्रातः 11 बजे गांव जाण्डवाला बागड़ के मेन चौक पर एक विशाल किसान-मजदूर महापंचायत का आयोजन किया जा रहा है। इस महापंचायत में मुख्य वक्ता के तौर पर किसान सभा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष इन्द्रजीत सिंह भाग लेंगे, जबकि मुख्य अतिथि के रूप में राजस्थान के भादरा से पूर्व विधायक एवं वरिष्ठ किसान नेता बलवान पूनियां विशेष रूप से मौजूद रहेंगे। इनके अलावा कई अन्य वरिष्ठ किसान नेता भी महापंचायत को संबोधित करेंगे। किसान सभा के जिला प्रधान विष्णु दत्त ने भट्टू क्षेत्र की स्थिति पर गहरी चिंता जताते हुए कहा कि भट्टू और आसपास का इलाका पिछले लंबे समय से सेम की भयानक समस्या से जूझ रहा है। सेम और जलभराव के कारण हजारों एकड़ उपजाऊ भूमि दलदल में तब्दील हो चुकी है, जिससे किसानों की खड़ी फसलें पूरी तरह बर्बाद हो रही हैं। प्रशासन की अनदेखी के चलते न सिर्फ फसलें तबाह हो रही हैं, बल्कि अब गांवों के अस्तित्व और किसानों-मजदूरों के भविष्य पर भी गंभीर खतरा मंडराने लगा है।

भट्टूकलां। क्षेत्र के गांवों में महापंचायत को लेकर जनसम्पर्क अभियान चलाते किसान नेता।

जलभराव व बाढ़ प्रबंधन को लेकर प्रशासन अलर्ट

टोहाना। आगामी मानसून सीजन को देखते हुए प्रशासन ने जलभराव और संभावित बाढ़ क्षेत्रों में स्थिति से निपटने के लिए तैयारियां तेज कर दी हैं। एसडीएम आकाश शर्मा ने संबंधित विभागों के अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि वे क्षेत्र में जलभराव और बाढ़ प्रभावित संभावित स्थानों पर विशेष निगरानी रखें तथा सभी आवश्यक प्रबंध समय रहते सुनिश्चित करें, ताकि बारिश के दौरान आमजन को किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। एसडीएम आकाश शर्मा ने अपने कार्यालय में बी एंड आर, नगर परिषद, सिंचाई विभाग, जनस्वास्थ्य विभाग, बिजली निगम तथा अन्य संबंधित विभागों के अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक की।

75 भक्तों ने किए सचखंड श्री हजूर साहिब के दर्शन

मुख्यमंत्री तीर्थ यात्री योजना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

मुख्यमंत्री तीर्थ यात्री योजना के तहत जिला फतेहाबाद से नांदेड़ साहिब पहुंचे श्रद्धालुओं ने सचखंड श्री हजूर साहिब गुरुद्वारे में माथा टेकते ही मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का आभार व्यक्त किया। श्रद्धालुओं ने कहा कि सरकार की इस योजना के कारण ही उन्हें सिखों के पवित्र तख्त के दर्शन करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। उन्होंने कहा कि आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों के लिए यह योजना किसी वरदान से कम नहीं है। गोदावरी नदी के किनारे स्थित नांदेड़ साहिब विश्व प्रसिद्ध धार्मिक स्थल है, जहां वर्ष 1708 में सिखों के दसवें गुरु श्री गुरु गोविंद सिंह जी ने अंतिम समय बिताया था। मुख्यमंत्री तीर्थ यात्री योजना के अंतर्गत प्रदेश सरकार बुजुर्गों व जरूरतमंद लोगों को विभिन्न धार्मिक स्थलों की यात्रा करवा रही है। इससे पहले श्रद्धालुओं को पटना साहिब व अयोध्या के दर्शन भी करवाए जा चुके हैं। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने 15 मई को सिरसा से दूसरी विशेष ट्रेन को नांदेड़ साहिब के लिए रवाना किया था। इस विशेष ट्रेन के माध्यम से जिला फतेहाबाद से 75 श्रद्धालु नांदेड़ साहिब पहुंचे।

दुष्कर्म मामले में भूना पुलिस की कार्रवाई, दो आरोपी गिरफ्तार

वारदात में इस्तेमाल कार भी बरामद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

थाना भूना पुलिस ने दुष्कर्म और जान से मारने की धमकी देने के मामले में त्वरित कार्रवाई करते हुए दो आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान घोटडू निवासी अशोक और हसंगा निवासी संजू के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से वारदात में इस्तेमाल की गई एक कार भी बरामद कर ली है। थाना भूना प्रभारी उपनिरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि एक महिला ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायत के अनुसार, बीती 10 मई की रात को वह अपने घर पर सो रही थी। देर रात जब वह अपने बच्चे को लेकर घर से बाहर निकली, तो आरोपी अशोक उसे बहला-फुसलाकर गांव के नजदीक स्थित एक स्कूल परिसर में ले गया। वहां आरोपी ने उसके साथ जबरदस्ती दुष्कर्म किया और घटना के बारे में किसी को भी बताने पर जान से मारने की धमकी दी। पीड़िता ने हिम्मत जुटाकर अपने परिजनों को पूरी आपबीती बताई, जिसके बाद मामले की शिकायत थाना भूना पुलिस को दी गई। पुलिस ने शिकायत के आधार पर 13 मई को मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू की थी।

रतिया पुलिस ने हेरोइन सहित युवक काबू

फतेहाबाद। नशा तस्करों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए थाना सदर रतिया पुलिस रामनगर कॉलोनी रतिया निवासी जसबीर सिंह को हेरोइन सहित काबू किया है। थाना प्रभारी प्रहलाद ने बताया कि पुलिस टीम गांव लाली क्षेत्र में गश्त व अपराध रोकथाम के दौरान बड़ी नहर के पास स्थित नैना देवी मंदिर के नजदीक मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस को सडक़ किनारे एक युवक संदिग्ध अवस्था में बैठा दिखाई दिया, जिसके पास एक मोटरसाइकिल खड़ी थी। पुलिस टीम द्वारा पूछताछ किए जाने पर युवक घबरा गया तथा उसके हाथ में पकड़े मोमी पाउच में संदिग्ध पदार्थ दिखाई दिया। पुलिस टीम ने तुरंत कार्रवाई करते हुए युवक को काबू कर लिया।

जिला परिषद की नई बिल्डिंग का एडीसी ने किया निरीक्षण

निर्माण कार्य जल्द पूरा करने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने बुधवार को जिला परिषद की निर्माणाधीन बिल्डिंग का निरीक्षण कर निर्माण कार्यों की प्रगति का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्माण कार्य गुणवत्ता के साथ जल्द से जल्द पूरा करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जिला परिषद की नई बिल्डिंग बनने से ग्रामीण विकास एवं पंचायती राज से जुड़े कार्यों को और अधिक व्यवस्थित तरीके से संचालित किया जा सकेगा।निरीक्षण के दौरान पंचायती राज विभाग के कार्यकारी अभियंता गौरव भारद्वाज ने अतिरिक्त उपायुक्त को भवन निर्माण से संबंधित विभिन्न कार्यों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि भवन का अधिकांश कार्य पूरा किया जा चुका है तथा शेष कार्य भी शीघ्र ही पूर्ण कर लिया जाएगा। अतिरिक्त उपायुक्त ने निर्माण कार्य में गुणवत्ता बनाए रखने पर विशेष जोर देते हुए कहा कि किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

सिरसा। अमृत सरोवर योजना के तहत बन रहे तालाब का निरीक्षण करते एडीसी।

गांव बाजेकां में तालाब का किया निरीक्षण

इसके उपरांत अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने अमृत सरोवर योजना के तहत गांव बाजेकां में तालाब का निरीक्षण किया। उन्होंने तालाब की साफ-सफाई व्यवस्था का जायजा लेते हुए संबंधित अधिकारियों और पंचायत प्रतिनिधियों को नियमित रूप से सफाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने तालाब के साथ बने फुटपाथ से मिट्टी हटाने तथा आसपास के क्षेत्र को स्वच्छ एवं व्यवस्थित बनाए रखने को कहा। उन्होंने कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में स्वच्छता और जल संरक्षण को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ाना भी आवश्यक है ताकि इन योजनाओं का दीर्घकालिक लाभ ग्रामीणों को मिल सके। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों को तालाब के आसपास हरियाली बढ़ाने और नियमित निगरानी रखने के निर्देश भी दिए गए। इस अवसर पर एसडीओ पंचायती राज देवेंद्र सिंह, जेई नरेश बंसल सहित विभाग के अन्य अधिकारी व गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

ओढ़ा में ग्रामीण सफाई कर्मियों ने दिया धरना

ओढां। खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय ओढ़ा में सफाई कर्मचारियों ने धरना प्रदर्शन किया। इस अवसर पर ब्लॉक प्रधान बलराज सिंह ने कहा कि हड़ताल को आगे बढ़ाना मजबूरी है। उन्होंने बताया कि 19 साल से ग्रामीण सफाई कर्मचारियों का शोषण हो 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 हुई और ना ही पक्का करने का पूरा नहीं किया।

परिवहन मंत्री के आवास पर प्रदर्शन करेंगे कर्मचारी: चाहर

सिरसा। हरियाणा रोडवेज वर्कर्स यूनियन की बैठक में आगामी 24 मई को परिवहन मंत्री के आवास पर प्रदर्शन में भाग लेने का आह्वान किया गया। कर्मचारी नेता नरेंद्र दिनोद, सुमेर सिवाच, सिरसा डिपो प्रधान पृथ्वी सिंह चाहर ने कहा कि परिवहन विभाग का निजीकरण किया जा रहा है। विभिन्न विभागों तरह कच्चे कर्मचारियों की भर्ती की जा रही है तथा रोडवेज विभाग को बड़े पूंजीपतियों को सौंपे जाने की तैयारी की जा रही है। कर्मचारियों के अधिकारों में कटौती कर चार श्रम संहिताएं थोपी जा रही है।

11.58 ग्राम हेरोइन सहित युवक गिरफ्तार

सिरसा। स्टेट नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो सिरसा यूनिट ने नशा तस्करी में लिप्त एक आरोपी को 11.58 ग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। सिरसा यूनिट के इंचार्ज बनवारी लाल ने बताया कि पुलिस को गुप्त सूचना मिली कि सिरसा के चंडीगढिया मोहल्ला निवासी योगेश हेरोइन बेचने का काम करता है। पुलिस टीम ने तुरंत मुखबिर के बताए अनुसार कार्रवाई करते हुए उपरोक्त युवक को नशीला पदार्थ सहित काबू किया। तलाशी लेने पर आरोपी के पास से 11.58 ग्राम हेरोइन नशीला पदार्थ बरामद हुई।

मिशन बुनियाद बैच 2026-28 का शुभारंभ

सिरसा। हरियाणा में स्थापित समस्त बुनियाद केंद्रों पर अंकुर-यात्रा का आरंभ थीम के साथ मिशन बुनियाद बैच-5 (2026-28) का शुभारंभ किया गया। इस अवसर पर मिशन बुनियाद लेवल-3 की परीक्षा उत्तीर्ण कर चयनित विद्यार्थियों का स्वागत किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत पूरे जिला शिक्षा अधिकारी, खंड शिक्षा अधिकारी, जिला विज्ञान विशेषज्ञ तथा मिशन बुनियाद केंद्रों के प्राचार्य सेंटरों पर पहुंचे और ऑनलाइन आयोजित इनॉग्रल कार्यक्रम में सहभागिता की।

डेंगू से बचाव पर विभाग ने चलाया अभियान

सिरसा। प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र दड़बी के अंतर्गत राष्ट्रीय डेंगू दिवस मनाया गया। इस अवसर पर लोगों को डेंगू से बचाव के प्रति जागरूक किया गया। कार्यक्रम के दौरान राजेश सिंधु, सतीश कुमार एवं सोनू फूटेला ने ग्रामीणों को संबोधित करते हुए बताया कि डेंगू का मच्छर दिन के समय काटता है, इसलिए सबसे पहले ऐसे कदम उठाने जरूरी हैं जिससे मच्छर पैदा ही न हो। उन्होंने कहा कि कूलर, पानी की टंकी, तथा फ्रिज के पीछे लगी ट्रे को सप्ताह में एक बार अवश्य साफ करें।

प्रशासन के खिलाफ खोला मोर्चा, पार्षदों ने दी तालाबंदी की चेतावनी

रतिया नगर पालिका में करोड़ों के 'कचरा घोटाले' का आरोप

डोर टू डोर कूड़ा उठान एवं सार्वजनिक शौचालयों की सफाई का मामला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया

■ नपा सचिव ने आरोपों को किया सिरे से खारिज

जाखल नगरपालिका और फतेहाबाद नगरपरिषद के बाद अब रतिया नगर पालिका भी भ्रष्टाचार के गंभीर आरोपों के घेरे में आ गई है। बुधवार को नगर पालिका के कई पार्षदों ने एकजुट होकर प्रशासन के खिलाफ मोर्चा खोल दिया। पार्षदों का आरोप है कि डोर-टू-डोर कूड़ा उठाने और सार्वजनिक शौचालयों की सफाई के नाम पर लाखों-करोड़ों रुपये के फर्जी बिल पास कर बड़ा घोटाला किया गया है। नाराज पार्षदों ने नगर पालिका सचिव को दो दिन का अल्टीमेटम देते हुए चेतावनी दी है कि यदि खर्चों का पूरा हिसाब नहीं मिला, तो मुख्यमंत्री को ज्ञापन सौंपकर पालिका कार्यालय पर तालाबंदी की जाएगी। दूसरी ओर, नगर पालिका सचिव ने इन सभी आरोपों को सिरे से खारिज कर दिया है।

रतिया। नगर पालिका कार्यालय में फर्जी बिलों को लेकर आरोप लगाते हुए पार्षद। फोटो : हरिभूमि

मार्च में शुरू हुआ काम, जनवरी-फरवरी में ही दे दिए 85 लाख : पार्षद

वार्ड नंबर 16 के पार्षद गौरव शर्मा, सतपाल डडवाल, हैप्पी सैनी, और पार्षद प्रतिनिधि करनैल व जगसीर सिंह ने संयुक्त रूप से प्रशासन पर गंभीर वित्तीय अनियमितताओं के आरोप लगाए। पार्षदों का आरोप है कि डोर-टू-डोर कूड़ा उठाने के नाम पर करीब 87 लाख रुपये की फर्जी पेमेंट की गई है। पार्षद सतपाल डडवाल ने दावा किया कि रिकॉर्ड में काम 1 मार्च से शुरू दिखाया गया है, जबकि जनवरी और फरवरी महीने में ही करीब 85 लाख रुपये का भुगतान पहले ही कर दिया गया। शहर के सार्वजनिक शौचालयों की साफ-सफाई के नाम पर भी लाखों रुपये के फर्जी बिल काटने के आरोप लगाए गए हैं। पार्षदों ने कहा कि नया बजट पास होने और नए अधिकारी की नियुक्ति के बाद भी विकास कार्यों को लेकर चुने हुए प्रतिनिधियों से कोई चर्चा नहीं की जा रही है। अनऑथराइज्ड कॉलोनियों के लिए आए करीब 5 करोड़ रुपये का इस्तेमाल करके सिर्फ अपने चहेतों की गलियों को प्राथमिकता देकर निर्माण कार्य करवाए गए हैं। पार्षदों ने अल्टीमेटम देते हुए कहा कि अगर दो दिन के भीतर विकास कार्यों और खर्च किए गए पैसों का पूरा हिसाब-किताब श्वेत पत्र के जरिए नहीं दिया गया, तो हम मुख्यमंत्री और डायरेक्टर को ज्ञापन सौंपेंगे और नगर पालिका कार्यालय की तालाबंदी करेंगे।

आरोप बेबुनियाद, नियमानुसार और वैध तरीके से पास हुए बिल : सचिव

इन गंभीर आरोपों पर पलटवार करते हुए नगर पालिका सचिव शुभम कुमार ने प्रशासन का पक्ष रखा और सभी आरोपों को निराधार बताया। सचिव शुभम कुमार ने कहा कि जिन बिलों को फर्जी बताया जा रहा है, उनमें से कई बिल अभी तक पालिका द्वारा पास ही नहीं किए गए हैं। जब बिल पास ही नहीं हुए, तो फर्जीवाड़ा होने का सवाल ही नहीं उठता। उन्होंने साफ किया कि प्रशासन द्वारा अब तक जो भी भुगतान किए गए हैं, वे पूरी तरह से नियमानुसार और वैध हैं। उन्होंने कहा कि प्रशासन पूरी तरह से पारदर्शी है और किसी भी स्तर की निष्पक्ष जांच के लिए तैयार है। पार्षदों के इस कड़े रुख और अल्टीमेटम के बाद अब शहर की राजनीति गरमा गई है। देखना होगा कि दो दिन की समय सीमा बीतने के बाद प्रशासन इस पर क्या कदम उठाता है।

माता चरणकौर का जीवन सेवा को समर्पित : बागड़ी

भूना। दिगोह में मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करते अतिथि व स्कूल स्टाफ सदस्य।

■ दिगोह स्कूल में दसवीं के मेधावियों को नकद पुरस्कार देकर किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भूना

राजकीय उच्च विद्यालय दिगोह में माता चरणकौर मैमोरियल पुरस्कार समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में दसवीं कक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। यह पुरस्कार सरदार बूटा सिंह निज्जर ने अपनी माता सरदारनी चरण कौर निज्जर की स्मृति में सत्र 2024-25 से शुरू किया है। इसका उद्देश्य मेधावी विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करना और शिक्षा के प्रति प्रेरित करना है। समारोह में हरविंदर बागड़ी ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने दसवीं कक्षा में प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को स्मृति चिह्न के साथ नकदी राशि देकर सम्मानित किया। हरविंदर बागड़ी ने कहा कि माता चरणकौर का जीवन सेवा, संस्कार और समाज के प्रति समर्पण का प्रतीक रहा है। उनके नाम पर शुरू किया गया यह पुरस्कार विद्यार्थियों को मेहनत, अनुशासन और उत्कृष्टता के लिए प्रेरित करेगा। उन्होंने कहा कि ग्रामीण क्षेत्र के बच्चों में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है, जरूरत केवल सही मार्गदर्शन और प्रोत्साहन की है।

युवाओं के लिए प्रेरणा

विद्यालय के प्राचार्य धर्मवीर सिंह ने कहा कि माता चरणकौर के जीवन मूल्य नई पीढ़ी के लिए प्रेरणास्रोत हैं। ऐसे सम्मान समारोह बच्चों के आत्मविश्वास को बढ़ाते हैं और बेहतर प्रदर्शन के लिए प्रेरित करते हैं। इस अवसर पर टिब्बी स्कूल के प्राचार्य धर्मवीर सिंह, धोलू स्कूल से अमनप्रीत, अनिल बेनीवाल, राकेश रानी, कुलदीप कुमार, राम सिंह, अशोक कुमार, कुलदीप सिंह, मदनलाल, हरीश कुमार, धीरज बाला, सविता, नीरजा, रवि कुमार, जसपाल सिंह, जोगिंदर तथा अमरजीत सिंह निज्जर सहित अन्य उपस्थित रहे।

कनाडा से भतीजा बताकर दुकानदार से 5.50 लाख की ठगी

■ भतीजा व बैंक अधिकारी बनकर दिया वारदात को अंजाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद में साइबर ठगों द्वारा रिश्तों का झांसा देकर लाखों रुपये ऐंठने का एक और सनसनीखेज मामला सामने आया है। न्यू विश्वकर्मा मार्केट में दुकान चलाने वाले एक व्यक्ति के पिता से ठगों ने कनाडा में रह रहे भतीजे का फर्जी वॉयस कॉल बनाकर और मुंबई बैंक का अधिकारी बनकर कुल 5.50 लाख ठग लिए। शक होने पर जब पीड़ित ने वीडियो कॉल करने को कहा, तो ठग ने फोन काट दिया। पुलिस ने इस संबंध में अज्ञात ठगों के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में अशोक नगर, फतेहाबाद निवासी जसपाल सिंह ने बताया कि उसकी न्यू विश्वकर्मा मार्केट में प्रेम एग्रीकल्चर वर्क्स के नाम से वेल्डिंग की दुकान है। उसका चचेरा भाई प्रिंस कनाडा में रहता है, जिससे कभी-कभार बात होती है। 16 मई को जसपाल के पिता प्रेम सिंह के मोबाइल पर एक अज्ञात नंबर से व्हाट्सएप कॉल आई। फोन करने वाले ने खुद को प्रिंस बताया और कहा कि वह विदेश से कुछ रुपये भेज रहा है, जिन्हें निकालकर दिल्ली में रहने वाले उसके एक दोस्त को देना है। प्रेम सिंह ने आवाज पर भरोसा कर लिया। इस बार फोन करने वाले ने खुद को सर्व ग्रामीण बैंक, मेन ब्रांच मुंबई का अधिकारी बताया। उसने कहा कि विदेश से प्रिंस ने आपके नाम 9 लाख 20 हजार भेजे हैं, जो अगले दिन आपके खाते में ट्रांसफर हो जाएंगे। इसी बीच तथाकथित भतीजे प्रिंस का दोबारा फोन आया। उसने भावुक करते हुए कहा कि दिल्ली वाले दोस्त की मां बहुत बीमार है और उनका ऑपरेशन होना है, इसलिए तुरंत 3.50 लाख उसके दोस्त को भेज दें।

अचानक ब्लैक हुई मोबाइल स्क्रीन और खाते

फतेहाबाद। साइबर ठगों ने अब मासूम लोगों को ठगने के लिए तकनीकी रूप से बेहद खतरनाक तरीका अपनाना शुरू कर दिया है। रतिया की टिब्बा कॉलोनी के रहने वाले एक किसान के साथ ऐसा ही एक हैरान करने वाला मामला सामने आया है। ठगों ने पीड़ित के मोबाइल को हैक कर उसकी स्क्रीन ब्लैक कर दी और बैकग्राउंड में फोन को ऑटो अपडेट मोड पर डालकर उसके बैंक खाते से एक लाख 60 हजार उड़ा लिए। पुलिस ने अज्ञात ठगों के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी गई शिकायत में टिब्बा कॉलोनी, रतिया निवासी अश्वनी कुमार ने बताया कि वह खेतीबाड़ी का काम करता है। बीते 18 और 19 मई को अचानक उसके सैमसंग मोबाइल की स्क्रीन पूरी तरह से ब्लैक हो गई और फोन अपने आप रीस्टार्ट होकर अपडेट होने लगा। अश्वनी ने सोचा कि यह फोन का कोई सामान्य ऑटो-सिस्टम अपडेट होगा, इसलिए उसने इस पर ज्यादा ध्यान नहीं दिया। अश्वनी कुमार के मुताबिक, जब फोन सामान्य हुआ और उसने अपने आईसीआईसीआई बैंक खाते का बैलेंस चेक किया, तो उसके पैरों तले जमीन खिसक गई।

केन्द्र सरकार की लापरवाही समाज के प्रत्येक वर्ग पर पड़ रही भारी : कुमारी सैलजा

■ सांसद सैलजा ने रतिया में लगाया जनसुनवाई दरबार, अधिकारियों को दिए समाधान के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया

रतिया। कार्यकर्ताओं से मिलते सांसद कुमारी सैलजा।

सिरसा लोकसभा क्षेत्र से कांग्रेस सांसद कुमारी सैलजा ने कहा कि देश में बढ़ती महंगाई और अंतरराष्ट्रीय परिस्थितियों को लेकर केंद्र सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि मिडल ईस्ट में लंबे समय से ईरान, इजरायल और अमेरिका के बीच तनाव की स्थिति बनी हुई थी, लेकिन केंद्र सरकार ने संभावित प्रभावों को लेकर पहले से कोई ठोस तैयारी नहीं की। आज पेट्रोल-डीजल की कीमतों में लगातार वृद्धि हो रही है, जिससे हर वस्तु महंगी होती जा रही है और आम आदमी पर अतिरिक्त आर्थिक बोझ पड़ रहा है। केंद्र सरकार को समय रहते ऐसे प्रबंध करने चाहिए थे जिससे देशवासियों को राहत मिलती, लेकिन सरकार की लापरवाही का खामियाजा अब समाज के हर वर्ग को भुगतना पड़ रहा है।

सांसद बुधवार को रतिया स्थित रेस्ट हाउस में पत्रकारों से बातचीत कर रही थी। इस अवसर पर सांसद कुमारी सैलजा ने जनसुनवाई कर क्षेत्र के लोगों की समस्याएं सुनीं।

सिरसा। ग्रीन बेल्ट में डंपिंग प्वाइंट के विरोध में ज्ञापन सौंपते वार्डवासी।

ग्रीन बैल्ट में डंपिंग प्वाइंट बनाने के विरोध में नगर आयुक्त को सौंपा ज्ञापन

सिरसा। शहर के वार्ड नंबर 28 स्थित गुरु तेग बहादुर नगर के निकट ग्रीन बेल्ट में डंपिंग प्वाइंट बनाए जाने के विरोध में वार्डवासियों ने प्रदर्शन करते हुए नगर आयुक्त को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में वार्डवासियों मुस्कान, सिमरन, मीत सोढ़ी, हरमन सोढ़ी, तनिष, साहिबजोत, विक्रम मनोज कुमार, राजकुमार, कमलेश, ओमप्रकाश, जगी बाई, निशा, लखा, सुमन, सुजीत, अंजली, शांति, मक्खन, हरदीप सिंह, साबी सिंह, हरीसिंह, अरविंद्र सिंह, अमर सिंह, कैलाश कुमार, मीतो, रेणु, कपिल, काजल, शिंद्र कौर, सीमा, जय सिंह, शालू, रजनी, निशु, नीलम, रामू, रानी, परमजीत, हैप्पी, किरण, जतिंद्र सिंह ने बताया कि गल्ज पोलटैक्निक के निकट काली माता मंदिर के पास ग्रीन बैल्ट में डंपिंग प्वाइंट बनाया जा रहा है, जिससे यहां के बाशिंदों को काफी समस्याओं से दो-चार होना पड़ेगा। कूड़े के कारण बीमारी फैलने का भी डर है।

गर्मी से राहत देने के लिए राहगीरों को छबील लगाकर पिलाया ठंडा पानी

■ राहगीरो के लिए मीठा शरबत संजीवनी से कम नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ ओढां

ओढां। राहगीरों को मीठा पानी पिलाते।

गर्मी में राहगीरों को राहत देने के लिए बुधवार को ओढ़ा में खंड कार्यालय के सामने सरपंच एसोसिएशन व खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय के कर्मचारियों ने मिलकर ठंडे शर्बत की छबील लगाई। इस अवसर पर सभी सरपंचों, ब्लॉक के स्टाफ सदस्यों व सफाई कर्मचारियों ने राहगीरों, बस की सवारियों, वाहन चालकों तथा गांववासियों को ठंडा-मीठा शर्बत पिलाया और गर्मी से राहत पहुंचाई। छबील पर शर्बत पिलाने का काम सुबह से दोपहर बाद तक चलता रहा। आयोजकों ने कहा कि भंयकर गर्मी पड़ रही है। ऐसे में यदि राह चलते लोगों को ठंडा-मीठा जल मिल जाए तो किसी संजीवनी से कम नहीं है। छबील में सफाईकर्मी, प्रवीन कुमार जेई, दर्शना देवी, मांगे राम, महेन्द्र कुमार, अंजू बाला, मोहन लाल, मनप्रीत कौर, माया देवी सहित दुकानदारों ने बढ़चढ़ कर सेवा कार्य किया।

ईंधन की कीमतों में की गई बढ़ोतरी को तुरंत वापस ले केंद्र सरकार: चौहान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

बलविंदर चौहान।

रिपब्लिकन पार्टी ऑफ इंडिया अंबेडकर के जिला अध्यक्ष बलविंदर चौहान ने पेट्रोल, डीजल और सीएनजी की कीमतों में हुई हालिया बढ़ोतरी की तीखी निंदा करते हुए इसे देश की जनता पर एक आर्थिक हमला करार दिया और केंद्र सरकार से इसे तुरंत वापस लेने की मांग की है। उन्होंने पेट्रोल और डीजल पर हाल ही में हुई लगभग करीब 4 रुपये प्रति लीटर और सीएनजी पर 3 रुपये प्रति किलोग्राम की बढ़ोतरी पर गंभीर चिंता व्यक्त की। इस मौके पर पत्रकारों से बातचीत करते हुए उन्होंने कहा कि देश में जरूरी चीजों की कीमतें पहले से ही आसमान छू रही हैं। ऐसे में पेट्रोल, डीजल और सीएनजी के दाम बढ़ाने से ट्रांसपोर्टेशन चार्ज बढ़ेगा। इसका सीधा असर सब्जियों, दूध और दूसरी रोजमर्रा की खाने-पीने की चीजों पर पड़ेगा, जिससे वे और महंगी हो जाएंगी। इस फैसले से सबसे ज्यादा नुकसान मिडिल क्लास परिवारों को होगा, जो पहले से ही आर्थिक तंगी से जूझ रहे हैं। चौहान ने अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में उतार-चढ़ाव का हवाला देकर जनता पर बोझ डालने के लिए केंद्र सरकार की आलोचना की।

रक्तदान से बचाई जा सकती है कई लोगों की जान: डीएसपी

सिरसा। फोर फार्मेसी एंड कॉस्मेटिक के नए स्टोर के शुभारंभ पर लायंस इंटरनेशनल क्लब चोपटा सिटी की ओर से रक्तदान शिविर लगाया गया। उप पुलिस अधीक्षक जय भगवान ने रिबन काटकर कैंप एवं स्टोर का विधिवत शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि रक्तदान एक महान और पुण्य का कार्य है, जिससे कई लोगों की जान बचाई जा सकती है। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजन समाज में सेवा, सहयोग और भाईचारे की भावना को मजबूत करते हैं। जांगड़ा ने बताया कि रक्तदान शिविर में 21 लोगों ने उत्साहपूर्वक रक्तदान कर मानवता की सेवा का परिचय दिया।

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

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर ढुईयां में हुआ योग जागरूकता कार्यक्रम

योग विश्व में मानवता के लिए सकारात्मक परिवर्तन : अनिल

शिविर में ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, कपालभाति, अनुलोम-विलोम का कराया अभ्यास

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भट्टूकलां

हरियाणा सरकार, हरियाणा योग आयोग एवं आयुष विभाग के संयुक्त तत्वावधान में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में गांव ढुईयां स्थित राजकीय उच्च विद्यालय में योग जागरूकता एवं योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में आयुष योग सहायक अनिल कुमार एवं सतवीर सिंह ने विद्यार्थियों, अध्यापकों एवं ग्रामीणों को योग प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया।

फतेहाबाद। गांव ढुईयां में योगाभ्यास करते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

करो योग-रहो निरोग का दिया संदेश

शिविर के दौरान ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, कपालभाति, अनुलोम-विलोम एवं सूर्य नमस्कार सहित विभिन्न योग क्रियाओं का अभ्यास करवाते हुए उनके शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभों की विस्तृत जानकारी दी गई। विद्यालय परिसर पूर्ण रूप से योगमय वातावरण में दिखाई दिया। विद्यार्थियों ने बड़े उत्साह, अनुशासन एवं ऊर्जा के साथ योगाभ्यास करते हुए 'करें योग, रहें निरोग' का संदेश दिया तथा नियमित योग अपनाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में तनावमुक्त जीवन, मानसिक एकाग्रता, रोग प्रतिरोधक क्षमता वृद्धि एवं सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त करने में योग की महत्ता पर विशेष प्रकाश डाला गया। आयुष योग सहायक अनिल कुमार ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2026 की थीम 'स्वास्थ्य, ज्ञान और विश्व शांति के लिए योग' केवल एक संदेश नहीं, बल्कि संपूर्ण विश्व मानवता के लिए नई दिशा और सकारात्मक परिवर्तन का संकल्प है। आयुष योग सहायक सतवीर सिंह ने उपस्थित विद्यार्थियों एवं विद्यालय स्टाफ को योग युक्त- नशा मुक्त भारत बनाने का संकल्प दिलाया।इस अवसर पर मुख्य अध्यापक सुरजीत, रमेश गोदारा, फिजिकल एजुकेशन टीचर राजवीर सिंह, सुंदर दास शास्त्री, सुनील कुमार एवं अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

जन्मदर पर दिए बयान पर की सीएम नायडू की निंदा

सिरसा। अखिल भारतीय जनवादी महिला समिति ने आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री चंद्रबाबू नायडू द्वारा राज्य में घटती जन्म दर को पलटने के प्रयास में तीसरे बच्चे के लिए 30 हजार रुपये व चौथे बच्चे के लिए 40 हजार रुपए के आर्थिक प्रोत्साहन की घोषणा की निंदा की है। एडवोकेट बलबीर कौर ने कहा कि राज्य सरकार के मुखिया द्वारा इस तरह का प्रतिगामी प्रस्ताव लाना बेहद चौंकाने वाला और अस्वीकार्य है। यह बयान जमीनी हकीकतों के प्रति नायडू की पूर्ण उपेक्षा को दर्शाता है, जहां बड़ी संख्या में महिलाएं खाद्य असुरक्षा, एनीमिया और स्वच्छ पानी की कमी से जूझ रही हैं। सरकार की सर्वोपरि जिम्मेदारी आर्थिक सुरक्षा, उचित पोषण, सार्वभौमिक स्वास्थ्य सेवा व शिक्षा सुनिश्चित करना होनी चाहिए।