हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, मंगलवार 30 जून 2026

11 सेम और जलभराव के मुद्दे पर किसानों ने भरी हुंकार

12 जनस्वास्थ्य विभाग का एक्शन, 13 सर्विस स्टेशनों के कनेक्शन काटे

खबर संक्षेप

गांजा व अवैध शराब के साथ युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। थाना सदर रतिया पुलिस ने नशा तस्करों के विरुद्ध चलाए जा रहे अभियान के तहत बड़ी कार्रवाई करते हुए महमदगी निवासी काला राम पुत्र रूढ़ा राम को 5.874 किलोग्राम गांजा, 261 बोतल, पव्वे एवं अद्धे अवैध देसी शराब तथा 23,800 रुपये की ड्रग मनी सहित काबू किया है। थाना सदर रतिया प्रभारी उपनिरीक्षक शीशपाल सिंह ने बताया कि 28 जून को पुलिस टीम ने गश्त एवं नशा रोकथाम अभियान के दौरान गांव महमदगी में गुप्त सूचना के आधार पर नियमानुसार कार्रवाई की।

22 वर्षीय युवक ने लगाया फंदा, मौत

फतेहाबाद। जिले के गांव भिरड़ाना में एक 22 वर्षीय युवक द्वारा घर में फंदा लगाकर आत्महत्या करने का सनसनीखेज मामला सामने आया है। मृतक की पहचान 22 वर्षीय लवप्रीत पुत्र देशराज के रूप में हुई है, जो तीन भाई-बहनों में सबसे छोटा था। घटना की सूचना मिलते ही स्थानीय पुलिस ने मौके पर पहुंचकर शव को कब्जे में लिया और पोस्टमार्टम के लिए फतेहाबाद के सिविल अस्पताल पहुंचाया। फिलहाल सुसाइड के कारणों का खुलासा नहीं हो सका है।

मीरपुर में रात्रि ठहराव कार्यक्रम आज

सिरसा। जिला प्रशासन सिरसा द्वारा खंड सिरसा के गांव मीरपुर में 30 जून को रात्रि ठहराव कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। जिला प्रशासन के रात्रि ठहराव कार्यक्रम में आमजन अपनी समस्याएं मौके पर मौजूद जिला प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों के सामने रख सकते हैं, जिनका मौके पर ही समाधान का प्रयास किया जाएगा। गांव के राजकीय मिडल स्कूल में कार्यक्रम शाम चार बजे से शुरू होगा। इससे पहले सुबह 10 बजे से जिला प्रशासन के सभी विभाग दिन में आमजन को स्टाल के माध्यम से योजनाओं की जानकारी देंगे।

हेरोइन सहित युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। थाना जाखल पुलिस ने नशा तस्करी के विरुद्ध चलाए जा रहे अभियान के तहत कार्रवाई करते हुए एक युवक को हेरोइन सहित काबू किया है। पकड़े गए युवक की पहचान जाखल की बाजीगर बस्ती निवासी रवि पुत्र रेशम सिंह के रूप में हुई है। थाना जाखल प्रभारी उपनिरीक्षक सुरेश कुमार ने बताया कि 28 जून को पुलिस टीम जाखल रेलवे पुल के पास गश्त एवं नशा रोकथाम अभियान के दौरान मौजूद थी। इसी दौरान रेलवे पुल के नीचे खड़ा एक युवक पुलिस वाहन को देखकर तेजी से रेलवे लाइन की ओर बढ़ने लगा। शक के आधार पर उसे काबू कर नियमानुसार तलाशी ली गई। तलाशी के दौरान आरोपी की लोअर की दाहिनी जेब से 7.43 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। इस संबंध में एनडीपीएस एक्ट के तहत थाना जाखल में मामला दर्ज किया गया है।

भूना में किसानों ने बिजली घर के बाहर लगाया जाम, रतिया में भी प्रदर्शन

हाई डिमांड से हांफा बिजली निगम पूरा दिन में लगे 50 से ज्यादा कट

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद/भूना/रतिया

फतेहाबाद में बिजली को लेकर हा-हाकार मचा हुआ है। बिजली की डिमांड को देखते हुए विभाग इतनी सप्लाई नहीं कर पा रहा। भीषण गर्मी में सोमवार को दूसरे दिन भी पूरा दिन वोल्टेज कम-ज्यादा होती रही। हर 10 मिनट के बाद लाइट के कट लगे। पूरा दिन में करीब 50 से ज्यादा बार बिजली के कट लगे, जिससे लोग त्राहि-त्राहि कर रहे हैं। यह हाल पूरे जिले का है। धान की रोपाई के सीजन में लगातार अघोषित बिजली कटौती और कम वोल्टेज से परेशान किसानों का गुस्सा सोमवार को सड़क पर फूट पड़ा। जिले के भूना क्षेत्र के गांव दिगोह और रतिया में किसानों ने सरकार व बिजली विभाग के खिलाफ प्रदर्शन किए। गांव दिगोह 33 केवी बिजलीघर से जुड़े कई गांवों के किसानों ने भूना-रतिया मार्ग पर दिगोह बिजलीघर के सामने जाम लगाकर बिजली निगम के खिलाफ जोरदार प्रदर्शन किया। जाम के कारण सडक़ के दोनों ओर बड़े वाहनों की लंबी कतारें लग गईं। किसान करीब सात घंटे से सडक़ पर टेंट लगाकर धरने पर बैठे रहे और जाम जारी रहा। धरने की सूचना मिलते ही बिजली निगम के एसडीओ सत्यवान मौके पर पहुंचे। किसानों ने उन्हें भीषण गर्मी के बीच धरना स्थल पर सड़क पर बैठाकर अपनी समस्याएं सुनाईं। एसडीओ ने बिजली आपूर्ति में आ रही तकनीकी दिक्कतों की जानकारी देते हुए जल्द समाधान का भरोसा दिलाया, लेकिन किसान आश्वासन से संतुष्ट नहीं हुए और नियमित बिजली आपूर्ति की मांग पर अड़े रहे।

कम वोल्टेज से सारा सिस्टम गड़बड़ाया

भूना। दिगोह बिजलीघर के सामने जाम लगाकर रोष प्रदर्शन करते हुए किसान।

रतिया। बिजली संकट को लेकर प्रदर्शन करते किसान। फोटो: हरिभूमि

बोले- जरूरत पड़ी तो करेंगे चक्का जाम

किसान नेता निर्मल सिंह बाड़ा ने आरोप लगाया कि सोमवार को क्षेत्र के किसान अधिकारियों से गुहार लगाने पहुंचे थे, लेकिन मौके पर कोई जिम्मेदार अधिकारी नहीं मिला। किसी अधीनस्थ कर्मचारी ने भी उनसे बात करने की जहमत नहीं उठाई। किसानों ने दोटूक शब्दों में कहा कि यदि जल्द ही पर्याप्त वोल्टेज के साथ निर्बाध बिजली आपूर्ति सुनिश्चित नहीं की गई, तो प्रदेश स्तर पर बड़ा आंदोलन छेड़ा जाएगा। किसानों ने चेतावनी दी कि आवश्यकता पडने पर चक्का जाम भी किया जाएगा,

सीएम और बिजली मंत्री का पुतला फूंका

उधर, रतिया में भी धान की बुवाई के पीक सीजन में कम वोल्टेज और अघोषित बिजली कटौती से परेशान किसानों का धैर्य सोमवार को जवाब दे गया। पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के ब्लॉक प्रधान नाहर सिंह खाई के नेतृत्व में भारी संख्या में किसानों ने रतिया बिजली घर पर जोरदार प्रदर्शन किया। आक्रोशित किसानों ने हरियाणा सरकार और बिजली विभाग के खिलाफ जमकर नारेबाजी की और मुख्यमंत्री व बिजली मंत्री का पुतला फूंका। किसानों ने साफ चेतावनी दी है कि यदि अगले 2 दिनों में बिजली समस्या का समाधान नहीं हुआ, तो वे रोड जाम करने को मजबूर होंगे। प्रदर्शन के दौरान किसान नेता निर्मल सिंह बाड़ा, पूर्ण सिंह कमाना, गग्गी चहल बादलगढ़, प्रितपाल सिंह खोखर, सुखदीप सिंह रंधावा और निशान सिंह सहित कई वक्ताओं ने अपनी समस्याएं रखीं। किसान नेताओं ने कहा कि क्षेत्र में पिछले कई दिनों से वोल्टेज बेहद कम आ रही है।

सिरसा में बिजली और पेयजल संकट से हाहाकार

- बार-बार ट्रिपिंग से जले महंगे बिजली उपकरण

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

शहर में लगातार बिजली कटौती और बार-बार ट्रिपिंग की मार झेल रहे शहरवासियों की मुश्किलें अब चरम पर पहुंच गई हैं। एक ओर बिजली की बार-बार ट्रिपिंग से घरों में लगे महंगे इलेक्ट्रॉनिक उपकरण, फ्रिज, एसी, टीवी और इन्वर्टर जलकर खराब हो रहे हैं, वहीं, इससे शहर में पेयजल की समस्या भी शुरू हो गई है। शहर में विभिन्न स्थानों पर लगे टयूबवेल की मोटरें खराब होने से पेयजल की सप्लाई बाधित हो रही है। शहर में पेयजल सप्लाई के मुख्य केंद्र पंजुवाना स्थित वाटर वर्क्स पर बिजली की ट्रिपिंग से पानी साफ करने मे दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। शहर के कई इलाकों में ट्रांसफार्मरों पर ओवरलोड और पुरानी लाइनों के कारण बार-बार फॉल्ट हो रहा है। बिजली निगम के इंजीनियरों का कहना है कि मांग बढऩे के साथ-साथ बुनियादी ढांचा अपर्याप्त है, इसके सुधार के लिए कदम उठाए जा रहे हैं।

तीन दिनों से परेशानी

शहर के विभिन्न इलाकों में पिछले एक सप्ताह से बिजली सप्लाई पूरी तरह अस्त-व्यस्त है। दिन हो या रात अचानक ट्रिपिंग हो रही है, फिर कुछ देर बाद बिजली आती है और फिर दोबारा कट जाती है। इस अनियमित सप्लाई से न सिर्फ रोजमर्रा की जिंदगी प्रभावित हो रही है, बल्कि बिजली उपकरणों को भारी नुकसान पहुंच रहा है। कई छोटे व्यापारियों और घरेलू उपभोक्ताओं को हजारों रुपये का नुकसान हो चुका है। गर्मी और बिना बिजली के रहने से बुजुर्गों और बच्चों में बीमारियां बढ़ रही हैं। इसके अलावा छोटे उद्योगों में उत्पादन ठप पड़ गया है।

वहीं दूसरी ओर बिजली निगम की कारिस्तानी का नया नमूना भी सामने आया है कि उसने एक साधारण संदेश जारी कर अपनी जिम्मेदारी से हाथ खड़े कर लिए हैं। शहरवासियों को निगम का इस प्रकार सरंडर करना बिल्कुल रास नहीं आ रहा। लोग पूछ रहे हैं कि बिजली निगम बिल तो समय पर वसूलता है, लेकिन सेवा देने और उपकरणों की सुरक्षा सुनिश्चित करने में पूरी तरह असफल साबित हो रहा है।

ख्योवाली में भी बिजली संकट बरकरार

सिरसा। गांव ख्योवाली में पिछले तीन दिनों से बिजली आपूर्ति की गंभीर समस्या बनी हुई है। भीषण गर्मी और उमस के कारण ग्रामीणों का जनजीवन प्रभावित हो रहा है, लेकिन समस्या का कोई समाधान नहीं किया जा रहा। गांव की पूर्व सरपंच रीना बीरट ने कहा कि ख्योवाली बिजलीघर में लगाए गए निम्न गुणवत्ता के पुर्जों के कारण बार-बार तकनीकी खराबियां आ रही हैं, जिसका खामियाजा आम जनता को भुगतना पड़ रहा है। उन्होंने यह भी कहा कि बिजली के खंभों की गुणवत्ता भी संतोषजनक नहीं है, जिसके कारण उनके टूटने की घटनाएं अधिक होती हैं और बिजली आपूर्ति बाधित होती रहती है। उन्होंने बताया कि बार बार बिजली निगम के अधिकारियों को फोन किए जाने जाने के बावजूद, फोन नहीं उठाए जा रहे जिससे प्रमाणित होता है कि निगम अधिकारी कितने उदासीन हैं।

नहर में बहे तीनों युवकों के शव मिले

- दो शव सोमवार को बरामद, तीन दिन तक चला सर्च ऑपरेशन

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

भाखड़ा नहर में शुक्रवार को अलग-अलग घटनाओं में बहे तीनों युवकों के शव आखिरकार बरामद कर लिए गए। रविवार को एक युवक का शव पंजाब के कुसला हेड के पास मिला था, जबकि सोमवार को एसडीआरएफ टीम ने शेष दो युवकों के शव पिलछिया मोफर के पास से बरामद किए। तीनों शव मिलने के बाद परिजनों में कोहराम मच गया और पूरे क्षेत्र में शोक का माहौल है। हिसार से पहुंची एसडीआरएफ टीम ने लगातार तीन दिन तक नहर में सर्च अभियान चलाया। अभियान के दौरान सबसे पहले रविवार को गांव ब्राह्मणवाला निवासी 19 साल के इकबाल सिंह का शव पंजाब के कुसला हेड के पास मिला। इसके बाद सोमवार को गांव निक्कुआना निवासी 36 वर्षीय मंजीत सिंह और 18 वर्षीय गगन के शव पिलछिया मोफर के पास से बरामद किए गए। पुलिस ने तीनों शवों को पोस्टमार्टम के लिए रतिया के सरकारी अस्पताल की मोर्चरी में भिजवाया।

अलग-अलग स्थानों पर हुए हादसे

मनजीत और गगन।

जांच अधिकारी ज्योति प्रसाद ने बताया कि मंजीत सिंह के पिता ज्ञान चंद के बयानों के आधार पर इतफाकिया कार्रवाई अमल में लाई गई है। परिजनों के अनुसार मंजीत सिंह नहर में नहाने गया था, जहां तेज बहाव की चपेट में आने से वह बह गया। गौरतलब है कि शुक्रवार को भाखड़ा नहर में अलग-अलग स्थानों पर हुए हादसों में तीन युवक पानी के तेज बहाव में बह गए थे। सूचना मिलने पर पुलिस और एसडीआरएफ की टीम लगातार उनकी तलाश में जुटी हुई थी। अब तीनों शव बरामद होने के साथ ही सर्च अभियान समाप्त कर दिया गया। तीनों युवकों की असमय मौत से संबंधित गांवों के साथ-साथ पूरे रतिया क्षेत्र में शोक की लहर है। सोमवार को पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिए गए।

निर्माण कार्य पर फिर अड़े राजस्थान के किसान

- 20 से 25 गांवों के किसानों ने नहर स्थल पर ही दरी बिछाकर किया धरना प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ⏭ चोपटा

हिसार घग्घर मल्टीपरपज ड्रैन से नोहर फीडर नहर पर ओवरफ्लो पानी की निकासी के लिए चल रहे निर्माण कार्य को लेकर विवाद थमने का नाम नहीं ले रहा है। सोमवार को एक बार फिर राजस्थान के नोहर तहसील के 20 से 25 गांवों के किसान हरियाणा में चौपटा के नहर स्थल पर पहुंच गए। किसानों ने मौके पर दरी बिछाकर धरना शुरू कर दिया और राजस्थान के नोहर नहरी विभाग के एसई संजीव वर्मा तथा एसडीओ मनदीप धालीवाल को अपने बीच बैठाकर उच्च अधिकारियों को बुलाने की मांग की। किसानों का कहना था कि जब तक सिरसा से हरियाणा नहरी विभाग के वरिष्ठ अधिकारी मौके पर पहुंचकर बातचीत नहीं करेंगे, तब तक वे धरना समाप्त नहीं करेंगे। पूर्व प्रधान सोहन लाल ढील ने आरोप लगाया कि हरियाणा के नहरी विभाग ने किसानों के साथ धोखा किया है। उन्होंने कहा कि किसानों द्वारा पहले निर्माण कार्य रुकवा दिया गया था, इसके बावजूद दोबारा निर्माण शुरू कर दिया गया। उन्होंने स्पष्ट कहा कि जब तक किसानों की मांगें नहीं मानी जातीं, तब तक आंदोलन जारी रहेगा।

सिरसा। नोहर फीडर पर पानी निकासी परियोजना का विरोध करते किसान।

अनुमति लिए बिना करवाया निर्माण

मौके पर मौजूद नोहर नहरी विभाग के एसई संजीव वर्मा ने बताया कि हरियाणा के नहरी विभाग द्वारा उनके विभाग से अनुमति लिए बिना निर्माण कार्य कराया गया है और आगे भी निर्माण जारी है। उन्होंने कहा कि किसानों की चिंता यह है कि जिस क्षेत्र में 14 वाटर वर्क्स के लिए पेयजल का भंडारण होता है, वहां ओवरफ्लो का पानी पहुंचने से पानी की गुणवत्ता प्रभावित हो सकती है। उन्होंने कहा कि वे किसानों के साथ ही मौजूद हैं और उनकी मांग के अनुसार सिरसा के उच्च अधिकारियों से बातचीत कराने का प्रयास किया जा रहा है।

टोहाना में सड़क हादसा, कार की टक्कर से बैंक के सिक्योरिटी गार्ड की मौत

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

- ड्यूटी खत्म कर साइकिल से घर लौट रहे थे, इसी दौरान हादसा हुआ

टोहाना में एक तेज रफ्तार कार की टक्कर से निजी बैंक के सिक्योरिटी गार्ड की दर्दनाक मौत हो गई। यह हादसा रविवार देर शाम उस समय हुआ, जब वह अपनी ड्यूटी खत्म कर साइकिल से घर लौट रहे थे। हादसे में गंभीर रूप से घायल हुए गार्ड ने सोमवार को हिसार के एक निजी अस्पताल में इलाज के दौरान दम तोड़ दिया। मृतक की पहचान इंदिरा कॉलोनी निवासी 46 वर्षीय सुरेंद्र उर्फ बिट्टू के रूप में हुई है, जो अपने पीछे पत्नी, तीन बेटियों और एक बेटे का रोता-बिलखता परिवार छोड़ गए हैं। मृतक के परिजन सुरेश ने बताया कि रविवार शाम सुरेंद्र रोजाना की तरह बैंक से अपनी ड्यूटी पूरी कर साइकिल पर सवार होकर घर के लिए निकले थे। इसी दौरान रास्ते में एक अनियंत्रित कार ने उनकी साइकिल को जोरदार टक्कर मार दी।

नाबालिग से दुष्कर्म के आरोप में गोशाला प्रधान काबू

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

नाबालिग पीड़िता से दुष्कर्म, अश्लील फोटो-वीडियो बनाकर ब्लैकमेल करने के मामले में कार्रवाई करते हुए महिला थाना फतेहाबाद पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान बनगांव निवासी लीलाधर पुत्र ओमप्रकाश के रूप में हुई है जोकि गोशाला प्रधान है। महिला थाना प्रभारी निरीक्षक मंजू सिंह ने बताया कि एक नाबालिग पीड़िता ने पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि वह एक गोशाला में कार्य करती थी, जहां आरोपी ने उसे नशीला पदार्थ पिलाकर उसके साथ दुष्कर्म किया। इसके बाद आरोपी ने उसकी अश्लील फोटो व वीडियो बनाकर उसे लगातार ब्लैकमेल किया तथा जान से मारने और बदनाम करने की धमकी देकर उसका शारीरिक शोषण करता रहा। शिकायत में यह भी आरोप लगाया गया कि आरोपी ने उसकी कुछ आपत्तिजनक तस्वीरें सोशल मीडिया पर प्रसारित कर दीं।

दुष्कर्म मामले में गिरफ्तार युवक।

मोबाइल हैक कर बैंक खाते में लगाई सेंध, राजस्थान के तीन शातिर ठग दबोचे

फतेहाबाद। मोबाइल फोन हैक कर बैंक खातों से ऑनलाइन ठगी करने वाले एक अंतरराज्यीय गिरोह का पर्दाफाश करते हुए भट्टूकलां पुलिस ने राजस्थान के तीन युवकों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान अनिश पुत्र पन्ना राम निवासी भीचोर का बांस, नागौर, महेश नेहरा पुत्र प्रभु राम निवासी देहपुरा, डीडवाना और मुकेश पुत्र रणदेव निवासी चंपा पुरी, नागौर के रूप में हुई है। थाना भट्टूकलां प्रभारी निरीक्षक रणधीर ने बताया कि पुलिस ने यह कार्रवाई गांव मेहूवाला निवासी पीड़ित अमीचन्द्र पुत्र भरत सिंह की शिकायत पर की है। पीड़ित के मुताबिक, बीते 25 मई को उसके मोबाइल फोन में अचानक कोई तकनीकी खराबी आ गई थी।

पुलिस की कार्रवाई और जांच जारी

थाना प्रभारी ने बताया कि साइबर सेल और पुलिस की संयुक्त टीम ने तकनीकी साक्ष्यों के आधार पर जाल बिछाकर राजस्थान से इन तीनों आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस अब इस बात की जांच कर रही है कि इन आरोपियों के तार और किन-किन राज्यों से जुड़े हैं।

कामाख्या धाम में अंबुबाची मेले के दौरान दीक्षा समारोह में प्रदान किया सम्मान

इंदाछोई के अघोरी प्रदीप नाथ बने महामंडलेश्वर कामाख्या धाम में मिली सर्वोच्च धार्मिक उपाधि

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद जिले के टोहाना क्षेत्र के गांव इंदाछोई के प्रतिष्ठित अघोरी प्रदीप नाथ को श्री श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर की सर्वोच्च धार्मिक उपाधि से सम्मानित किया गया है। उन्हें यह सम्मान असम के गुवाहाटी स्थित विश्व प्रसिद्ध कामाख्या धाम में आयोजित अंबुबाची मेले के दौरान एक भव्य दीक्षा समारोह में प्रदान किया गया। इस उपलब्धि से क्षेत्र के श्रद्धालुओं और ग्रामीणों में खुशी का माहौल है। समारोह के दौरान अघोरी अखाड़े के संस्थापक डॉ. आचार्य मणिकंदन महाराज ने वैदिक मंत्रोच्चार एवं धार्मिक परंपराओं के अनुसार प्रदीप नाथ को महामंडलेश्वर की उपाधि प्रदान की। इसके साथ ही उन्हें अखाड़े की परंपरा के अनुरूप विशेष मुंडमाला दीक्षा भी दी गई। इस अवसर पर देश-विदेश से पहुंचे साधु-संत, शिष्य और बड़ी संख्या में श्रद्धालु मौजूद रहे।

महामंडलेश्वर प्रदीप नाथ।

जरूरतमंद लोगों की सेवा कार्यों को आगे बढ़ाएंगे

महामंडलेश्वर की उपाधि ग्रहण करने के बाद प्रदीप नाथ ने कहा कि यह सम्मान उनके लिए एक बड़ा दायित्व है। अब वे सनातन धर्म के प्रचार-प्रसार, धार्मिक परंपराओं के संरक्षण, लोककल्याण तथा गरीब और जरूरतमंद लोगों की सेवा के कार्यों को और अधिक समर्पण के साथ आगे बढ़ाएंगे। प्रदीप नाथ श्री जय महामाया सिद्ध पीठ फाउंडेशन से जुड़े हुए हैं। संस्था की ओर से बताया गया कि धार्मिक अनुष्ठान, साधना एवं दीक्षा के इच्छुक श्रद्धालु फाउंडेशन के माध्यम से संपर्क कर सकते हैं। साथ ही समाज के सक्षम लोगों से जरूरतमंदों की सहायता के लिए सहयोग करने की भी अपील की गई है। अंबुबाची मेला देश के प्रमुख शक्ति और तांत्रिक साधना पर्वों में माना जाता है। ऐसे प्रतिष्ठित धार्मिक आयोजन में फतेहाबाद जिले के एक साधक को महामंडलेश्वर की सर्वोच्च उपाधि मिलना पूरे क्षेत्र के लिए गौरव का विषय माना जा रहा है।

115 ग्राम अफीम सहित युवक काबू

- नशा तस्करों की धरपकड़ करते हुए एएनसी सेल की कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

नशा तस्करों की धरपकड़ करते हुए एएनसी सेल फतेहाबाद पुलिस ने शहर की अग्रवाल कालोनी से एक युवक को अफीम सहित गिरफ्तार किया है। एएनसी सेल फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक साधु राम ने बताया कि एंटी नारकोटिल सैल फतेहाबाद पुलिस की टीम एएसआई अजीत सिंह के नेतृत्व में नशा तस्करों की धरपकड़ को लेकर भट्टू रोड मिनी बाईपास पर गश्त पर थीं। इस दौरान पुलिस को सूचना मिली कि नीरज नामक युवक जोकि भट्टू रोड पर लाइफ केयर अस्पताल के साथ बाल भारती स्कूल वाल गली में किराये के मकान पर रहता है, वह अफीम बेचने का काम करता है। वह अफीम बेचने के लिए अपने घर से जाना वाला है। इस सूचना पर पुलिस टीम बाल भारती स्कूल के पीछे वाली गली में पहुंची तो एक युवक आता दिखाई दिया। उक्त युवक पुलिस टीम को देखकर घबरा गया और एकदम पीछे मुडक़र तेज कदमों से चलने लगा। शक के आधार पर पुलिस ने युवक को काबू कर उससे पूछताछ की तो उसने अपना नाम नीरज निवासी अग्रवाल कालोनी, फतेहाबाद बताया। पुलिस ने जब उसकी तलाशी ली तो उसके पास से 115 ग्राम अफीम बरामद हुई। इस पर पुलिस ने युवक को गिरफ्तार कर थाना शहर फतेहाबाद में उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज किया है।

अफीम सहित पकड़ा गया युवक।

हरिभूमि
रोहतक, मंगलवार
30 जून 2026

सहेली

पचास-पचपन की उम्र हुई नहीं कि हमें यह लगने लगता है, अब कुछ नया करने की उम्र गई। यह सोचना गलत है, उम्र के किसी पड़ाव पर आप कुछ ऐसा कर सकती हैं, जो आपको नई पहचान दे। अपने आस-पास ऐसे कई उदाहरण भी मिल जाएंगे, जब महिलाओं ने बड़ी उम्र में कुछ अनोखा करके अपनी नई पहचान के लिए उड़ानें भरी हैं।

हर उम्र में संभव है नई पहचान की उड़ान

कवर स्टोरी
स्नेहा सिंह

'अब उम्र हो रही है, इस उम्र में क्या कुछ नया करूंगी।' पचास-पचपन की उम्र की महिलाओं को यह कहते हुए हम अकसर सुनते हैं। हमारे समाज में लंबे समय तक महिलाओं को कुछ निश्चित भूमिकाओं में बांधकर देखा जाता है- बेटी, पत्नी, बहू और मां की भूमिका में। इन भूमिकाओं को निभाते-निभाते ज्यादातर महिलाएं यह मान बैठती हैं कि उनके अपने सपने पूरा करने, कुछ नया करने की संभावनाओं का समय पीछे छूट चुका है, अब वे कोई उड़ान नहीं भर सकती हैं, अपनी कोई नई पहचान नहीं बना सकती हैं। लेकिन सच इससे बिल्कुल अलग है। जीवन किसी कैलेंडर की तारीख का नाम नहीं, निरंतर बदलती संभावनाओं की यात्रा है। आज समय भी काफी बदल चुका है। इस नए दौर में आप किसी भी उम्र में जीवन के नए पड़ाव पर आकर कुछ नया कर सकती हैं। हर उम्र में नई पहचान बना सकती हैं। किसी क्षेत्र में नए सिरे से अपना करियर शुरू कर सकती हैं, अपने भीतर छिपी क्षमताओं को पहचान सकती हैं, कुछ बड़ा कर सकती हैं। इतना ही नहीं, लोगों के लिए एक मिसाल बन सकती हैं।

उम्र केवल बताती है शारीरिक अवस्था

महिलाओं के लिए यह समझना आवश्यक है कि उम्र केवल शारीरिक अवस्था बताती है, संभावनाओं की सीमा नहीं। अनेक महिलाएं बच्चों के बड़े हो जाने के बाद अपने पुराने शौक फिर से शुरू करती हैं। कोई संगीत-नृत्य सीखती है, कोई अभिनय, कोई चित्रकला, लेखन तो कोई अपना व्यवसाय शुरू करती हैं। कई महिलाएं सामाजिक कार्यों में सक्रिय होकर अपनी पहचान बनाती हैं।

स्वयं को फिर से पहचानने का समय

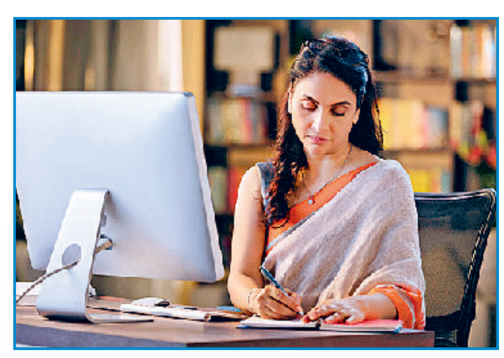
महिलाओं का एक बड़ा वर्ग ऐसा है, जिसने जीवन का अधिकांश समय दूसरों के लिए समर्पित कर दिया होता है। परिवार की जिम्मेदारियों के बीच उन्होंने अपने सपनों को पीछे छोड़ दिया होता है। लेकिन जीवन का कोई भी चरण हो, स्वयं को पुनः खोजने का अवसर बन सकता है। यह समय स्वयं से कुछ प्रश्न पूछने का होता है कि 'मुझे वास्तव में क्या करना अच्छा लगता है? कौन-सा सपना मैंने अधूरा छोड़ दिया था? मैं अपने लिए क्या नया सीखना चाहती हूं? मैं अपने जीवन को और अर्थपूर्ण कैसे बना सकती हूं?' इन प्रश्नों के उत्तर कई बार जीवन की नई दिशा तय कर देते हैं। आज ऑनलाइन एजुकेशन, डिजिटल प्लेटफॉर्म और सामाजिक अवसरों ने सीखने और आगे बढ़ने की अनंत संभावनाएं खोल दी हैं।

आत्मविश्वास की नई उड़ान

देखा जाता है कि कुछ नया करने की चाहत में महिलाओं को अकसर यह डर सताता है कि समाज क्या कहेगा? लेकिन जीवन के नए खूबसूरत पड़ाव उन्हीं को मिलते हैं, जो दूसरों की धारणाओं से अधिक अपने सपनों पर विश्वास करते हैं। पचास-पचपन साल की आयु में कोई नया काम शुरू करना असामान्य नहीं है। दुनिया में ऐसे अनगिनत उदाहरण हैं, जहां लोगों ने जीवन के उत्तरार्ध में बहुत बड़ी सफलताएं प्राप्त की हैं। महत्वपूर्ण यह नहीं कि शुरुआत कब हुई, शुरुआत हुई यह बात मायने रखती है। जब महिलाएं स्वयं पर विश्वास करती हैं, तब उम्र उनकी राह का अवरोध नहीं बनती, बल्कि अनुभव उनकी सबसे बड़ी पूंजी बन जाती है, जिसके सहारे वे अपनी तरक्की की सीढ़ियां चढ़ती हैं। एक बड़ी पहचान पाती हैं।

नई शुरुआत का साहस

जीवन का सबसे सुंदर सत्य यह है कि हर सुबह एक नया अवसर लेकर आती है। चाहे कोई सपना पूरा करना हो, नया कौशल सीखना हो या स्वयं को फिर से पहचानना हो, हर उम्र



इसके लिए उपयुक्त होती है। महिलाओं को यह याद रखना चाहिए कि उनकी पहचान केवल उनकी जिम्मेदारियों तक सीमित नहीं है। वे सपने देखने, स्वयं निर्णय लेने और नया जीवन शुरू करने का पूरा अधिकार रखती हैं। हम इस बात को समझें, उम्र केवल वर्षों की गिनती है, जबकि जीवन संभावनाओं का नाम है। इसलिए यदि मन में उम्मीद, आत्मविश्वास और सकारात्मक भाव हैं तो कोई भी उम्र जीवन का नया पड़ाव बन सकती है। किसी भी उम्र में कोई नई शुरुआत की जा सकती है, अपने सपने पूरे किए जा सकते हैं और एक शानदार पहचान पाई जा सकती है।

सकारात्मक सोच का जादू

नई शुरुआत की सबसे बड़ी शर्त है- सकारात्मक सोच। जीवन में हर व्यक्ति को असफलताओं, निराशाओं और संबंधों की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। लेकिन जो लोग आशा बनाए रखते हैं, वे हर कठिनाई में अवसर खोज लेते हैं। सकारात्मक सोच का अर्थ समस्याओं को नकारना नहीं, बल्कि यह विश्वास रखना है कि उनका समाधान संभव है। यही सोच व्यक्ति को आगे बढ़ने की शक्ति देती है। स्वयं के प्रति सम्मान और भविष्य के प्रति आशा जगाती है, जीवन को नई दिशा प्रदान करती है। जब हम अतीत के बोझ को छोड़कर वर्तमान को स्वीकार करते हैं, तब नए रास्ते अपने आप खुलते जाते हैं।

अपने रिश्तों को ऐसे बनाए रखें स्ट्रॉन्ग

मैरीड रिलेशन का स्ट्रॉन्ग होना बहुत जरूरी है। मजबूत रिश्तों की नींव प्रेम, अपनापन, भरोसा, खुला संवाद, संवेदनशीलता और आपसी सम्मान पर टिकी होती है। इन बातों को अपनाकर आप अपने पार्टनर के साथ एक खुशहाल जिंदगी जी सकती हैं।

मैरीड लाइफ
शिखर चंद जैन

हमारे जीवन में मजबूत रिश्तों का बहुत महत्व है, ये हमारा जीवन खुशहाल बनाते हैं। बात जब पति-पत्नी के रिश्ते की हो तो यह बात और ज्यादा मायने रखती है। हार्वर्ड यूनिवर्सिटी की प्रसिद्ध हार्वर्ड स्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट बताती है कि खुशहाल जीवन का सबसे बड़ा आधार सिर्फ रोमांटिक रिश्ते नहीं, मजबूत सामाजिक संबंध भी होते हैं। रिश्तों का दायरा जब दोस्ती, परिवार, सहकर्मियों और समाज तक फैलता है, तब जीवन अधिक संतुलित और संतोषजनक हो जाता है। मैरीड लाइफ में अपने पार्टनर के साथ रिश्ते मजबूत और मधुर रखने के लिए कुछ सामान्य बातों का ध्यान रखना जरूरी है।

'ट्रस्ट बैंक' बनाएं: रिश्ते बैंक अकाउंट की तरह होते हैं। इसमें ट्रस्ट का होना बहुत जरूरी है। जब आप किसी से किया वादा निभाती हैं, तो आप प्यार-स्नेह और साख अपने रिश्ते के बैंक अकाउंट में डिपॉजिट करती हैं। जब आप वादा तोड़ती हैं, तो आपका खाता डेबिट होता है। हमेशा एक मजबूत रिश्ते के लिए अकाउंट में भरोसा और प्यार का बैलेंस ज्यादा होना चाहिए।

विनम्र और संवेदनशील बनें: किसी भी रिश्ते में मजबूती की पहली शर्त विनम्रता और संवेदनशीलता होती है। स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी की एक स्टडी बताती है कि परोपकार और दूसरों की मदद करने से दिमाग में 'लव हार्मोन' यानी ऑक्सीटोसिन का लेवल बढ़ता है। जब हम बिना किसी स्वार्थ के कुछ देते हैं तो खुद के भीतर भी अपनापन और संतोष बढ़ता है। संतोष की यही भावना हमारे पारस्परिक रिश्तों को भी मजबूत बनाती है।

खुली बातचीत जरूरी: रिश्तों में मौन और मन ही मन शिकायत से अकसर गलतफहमी पैदा होती है। अपनी जरूरतों, डर और इच्छाओं को खुलकर कहें। यह मान लेना कि 'उसे तो पता ही होगा' अकसर रिश्तों में दूरी का कारण बनता है। अपनी भावनाओं को स्पष्ट रूप से कहें और पार्टनर को समझने का मौका दें।

बनाए रखें रिश्ते की मर्यादा: किसी भी रिश्ते में नोक-झोंक या छोटे-मोटे झगड़े होना सामान्य सी बात है। चाहे झगड़ा कितना भी बड़ा क्यों न हो, रिश्ते की मर्यादा बनाए रखें। कभी भी 'ब्रेकअप' या अलग होने की धमकी न दें। अपशब्दों का प्रयोग या पार्टनर को नीचा दिखाना आपके रिश्ते में हमेशा के लिए कड़वाहट घोल सकता है।

बिना शर्त स्वीकार्यता: यूनिवर्सिटी ऑफ टोरंटो की रिसर्च बताती है कि जो लोग रिश्तों को परफेक्ट मानने की उम्मीद करते हैं, वे जल्दी निराश होते हैं। दूसरों को वैसा स्वीकार करें, जैसे वे हैं। उन्हें बदलने की कोशिश न करें।

एक-दूसरे को दें क्वालिटी टाइम: सिर्फ एक-दूसरे के साथ होना काफी नहीं है, एक-दूसरे से बातें भी करें। बिना फोन या टीवी के एक-दूसरे के साथ समय बिताएं। यह जुड़ाव को गहरा करता है, पुराने मीठे पलों को याद करने का मौका देता है। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया की रिसर्च बताती है कि रिश्तों की गुणवत्ता इस बात से तय नहीं होती कि हम साथ में कितना समय बिताते हैं, यह इस बात से तय होती है कि हम बिना किसी डिस्ट्रक्शन के एक-दूसरे के साथ कितनी और कैसी बातचीत करते हैं।

आभार और प्रशंसा: अकसर हम छोटी-छोटी चीजों या बातों को टेकेन फॉर ग्रांटेड ले लेते हैं। छोटी बातों पर तारीफ करना, रिश्ते में जादू की तरह असर करती हैं। रिलेशनशिप एक्सपर्ट जॉन गेटमैन कहते हैं, 'रिश्तों में संवाद का मतलब सिर्फ शिकायत या अपेक्षाएं करना नहीं होता बल्कि एक-दूसरे की सराहना करना भी शामिल होता है।'

यह सही है कि वर्कप्लेस पर बढ़िया परफॉर्म करने और उन्नति के लिए मेहनत, लगन से कार्य करना सबसे जरूरी है। लेकिन ऑफिस में आपका मन न लगे तो कुछ वास्तु उपायों को आजमा सकते हैं। इससे आपका मन तो लगेगा ही आप निरंतर उन्नति भी करेंगे।

अगर ऑफिस में नहीं लगता मन वास्तु के अनुसार करें ये बदलाव

वास्तु सलाह
अनीता जैन, वास्तुविद

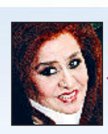
ऑफिस में हमारी डेस्क केवल काम करने की जगह नहीं होती, बल्कि यह हमारी ऊर्जा, मनोदशा और कार्यक्षमता को भी प्रभावित करती है। कई बार व्यक्ति उत्साह के साथ ऑफिस तो पहुंच जाता है, लेकिन डेस्क पर बैठते ही थकान, चिड़चिड़ापन या काम में मन न लगने जैसी समस्याएं महसूस होने लगती हैं। वास्तुशास्त्र के अनुसार कार्यस्थल पर मौजूद सकारात्मक या नकारात्मक ऊर्जा का सीधा प्रभाव हमारे मन और करियर पर पड़ता है। इसलिए यदि आपकी ऑफिस डेस्क व्यवस्थित, सुंदर और सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर होगी, तो कार्य में मन भी लगेगा और तरक्की के रास्ते भी खुलेंगे।

डेस्क पर बढ़ाएं हरियाली: वास्तुशास्त्र में हरे-भरे पौधों को समृद्धि और शांति का प्रतीक माना गया है। ऑफिस डेस्क के उत्तर या पूर्व दिशा में मनी प्लांट, बैंबू प्लांट या छोटे इनडोर प्लांट्स रखना शुभ माना जाता है। हरा रंग मानसिक सुकून देने के साथ तनाव को कम करने में भी सहायक होता है। वहीं सूखे, कांटेदार या बोनसाई पौधों को डेस्क पर नहीं रखना चाहिए, क्योंकि इन्हें निराशा और रुकावट का सूचक माना गया है। डेस्क के उत्तर दिशा में हरियाली, जंगल या लहलहाती फसलों का चित्र लगाने से मन प्रसन्न रहता है और मेहनत का पूरा फल मिलता है।

सकारात्मक चित्र देते हैं प्रेरणा: ऑफिस डेस्क पर लगाए गए चित्र भी आपके मन और ऊर्जा पर प्रभाव डालते हैं। रोता हुआ बच्चा, डूबता जहाज, आग, टूटी मूर्ति या कांटेदार पौधों के चित्र नकारात्मकता बढ़ाते हैं। इसके स्थान पर उगते सूर्य, उड़ते पक्षी, भागते घोड़े, स्वस्तिक या पेड़-पौधों के चित्र लगाना शुभ माना जाता है। वास्तुशास्त्र के अनुसार डेस्क के उत्तर-पूर्व दिशा में अपने इष्टदेव की छोटी तस्वीर अवश्य रखनी चाहिए। कार्य शुरू करने से पहले उन्हें प्रणाम करने से मानसिक स्पष्टता प्राप्त होती है और व्यक्ति को सकारात्मक मार्गदर्शन मिलता रहता है। इससे आत्मविश्वास और कार्य क्षमता में भी वृद्धि होती है।

फूल-प्रकाश बढ़ाते हैं उत्साह: ऑफिस डेस्क पर ताजे फूलों का छोटा गुलदस्ता रखने से वातावरण खुशनुमा बना रहता है। वास्तु के अनुसार फूल सकारात्मक ऊर्जा को आकर्षित करते हैं और मानसिक तनाव कम करने में मदद करते हैं। ध्यान रखें कि मुरझाए या सूखे फूल तुरंत हटा देने चाहिए, क्योंकि ये नकारात्मकता बढ़ाते हैं। इसके साथ ही डेस्क के आस-पास सही प्रकाश व्यवस्था होना भी बेहद जरूरी है। बहुत तेज या बहुत कम रोशनी आंखों और मन दोनों को प्रभावित करती है। पर्याप्त प्रकाश न होने पर वहां नकारात्मक ऊर्जा बढ़ने लगती है, जिससे कार्यों में बाधा, बहस और मानसिक अस्थिरता पैदा हो सकती है। इसलिए हमेशा ऐसी लाइटिंग रखें, जो आंखों को सुकून दे और काम करने में सहजता महसूस हो।

साफ-सुथरी और व्यवस्थित हो डेस्क: वास्तुशास्त्र के अनुसार गंदी-अव्यवस्थित डेस्क नकारात्मक ऊर्जा को बढ़ाती है। डेस्क को हमेशा साफ-सुथरा और व्यवस्थित रखना चाहिए। पेन-पेंसिल और अन्य जरूरी सामान के लिए सुंदर पेन स्टैंड का उपयोग करें।

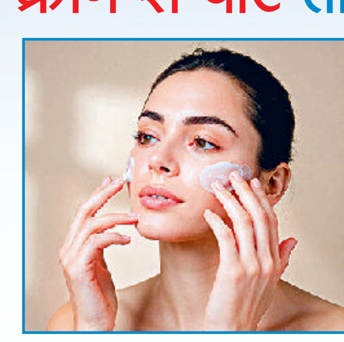


स्किन केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

नेचुरल कूलिंग क्रीम से पाएं ताजगी का एहसास

उमस भरे इस मौसम में इंटरनल हेल्थ के साथ-साथ त्वचा की देखभाल भी जरूरी है। गर्मी, पसीना और धूल मिट्टी से त्वचा चिपचिपी और बेजान हो जाती है। कुछ लोगों को तो जलन भी महसूस होने लगती है। इससे राहत पाने के लिए कई महिलाएं ब्यूटी सैलूनों में ट्रीटमेंट करवाने जाती हैं या ब्रांडेड कंपनियों के ब्यूटी प्रोडक्ट्स अप्लाई करती हैं। ये काफी महंगे तो होते ही हैं, कई बार इनसे कोई खास फायदा भी नहीं मिलता है। ऐसे में आप चाहें तो घर में मौजूद नेचुरल चीजों से ही ईजिली नेचुरल कूलिंग क्रीम तैयार कर सकती हैं। ये क्रीम्स फेस स्किन को कूल करेंगी और आपको ताजगी का अहसास भी दिलाएंगी।

एलोवेरा-गुलाब जल क्रीम: इस कूलिंग क्रीम को तैयार करने के लिए कांच की कटोरी में एक चम्मच एलोवेरा जैल, एक चम्मच गुलाब जल और एक चम्मच खीरे के रस को एक चम्मच की मदद से तब तक अच्छे से मिक्स करें, जब तक कि यह एक हल्की और मुलायम क्रीम जैसा न दिखने लगे। जैसे ही इसका टेक्सचर क्रीमी हो जाए, समझ लीजिए आपकी होममेड कूलिंग क्रीम तैयार है। इस क्रीम को फ्रिज में रख लें। इस क्रीम को आप सीधे चेहरे और त्वचा के खुले हिस्से पर लगा सकती हैं और लगाने के कुछ देर बाद ताजे ठंडे पानी से धो डालिए। चिपचिपी गर्मी के मौसम में राहत दिलाने में यह बहुत कारगर क्रीम है। रात या दिन में लगाने से पहले चेहरे को साफ पानी से जरूर धो लें ताकि चेहरे पर जमा धूल, मिट्टी और प्रदूषण को हटाया जा सके, अन्यथा यह क्रीम ज्यादा प्रभावी नहीं होगी। चेहरे को साफ करने के बाद इस क्रीम को हल्के हाथों से आहिस्ता-आहिस्ता लगाएं और इसे कुछ समय के लिए छोड़ दें। कुछ देर बाद आप चेहरा धो सकती हैं। इस क्रीम को आप दिन में दो बार यानी सुबह और रात में इस्तेमाल कर सकती हैं। इसके नियमित उपयोग से चेहरे को ठंडक मिलेगी और ताजगी का भी अहसास होगा। इस क्रीम को बनाने के दो-तीन दिन के अंदर ही उपयोग कर लें, क्योंकि इसमें किसी प्रिजर्वेटिव का इस्तेमाल नहीं होता है।



एलोवेरा-कैस्टर ऑयल क्रीम: कांच की कटोरी में 2 चम्मच एलोवेरा जैल, एक चम्मच कैस्टर ऑयल और 2 विटामिन-ई के कैप्सूल मिला लें। रात को सोते समय इस क्रीम को चेहरे पर इस तरह लगाएं कि क्रीम चेहरे पर पूरी तरह से एब्जॉर्ब हो जाए। रोज लगाने से कुछ ही दिनों में आपको फर्क नजर आना शुरू हो जाएगा।

डाइट एडवाइस
डॉ. अंशु चौहान
डाइटीशियन

उमस भरे मौसम में ऐसी हो डाइट

इस मौसम में डाइट प्लान बनाते समय महिलाओं को अपनी उम्र का ध्यान रखना जरूरी है। किस एज की महिलाओं का कैसा होना चाहिए डाइट प्लान, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

हालांकि कई इलाकों में बारिश शुरू हो चुकी है लेकिन अभी उमस भरी गर्मी बरकरार है। दिन के समय धूप निकलते ही गर्मी बेचैन करने लगती है। ऐसे में आपको थकान, चिड़चिड़ापन, कमजोरी या डिहाइड्रेशन जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इनसे बचने के लिए अपनी डाइट सही ढंग से प्लान करना जरूरी है।

टीनएजर्स डाइट: इस उम्र में लड़कियों का शरीर तेजी से बढ़ता है। पीरियड्स भी शुरू हो जाते हैं और हार्मोनल उतार-चढ़ाव सबसे अधिक होते हैं। इसलिए इनकी डाइट में आयरन, कैल्शियम और मैक्रो न्यूट्रिएंट्स सबसे जरूरी होते हैं।

क्या खाएं: सुबह सबसे पहले खाली पेट एक ग्लास सादा पानी पिएं। नाश्ते में मूंग दाल का चीला या दलिया लें। दोपहर के भोजन में रोटी, दाल, हरी सब्जी और एक कटोरी दही लें। जिससे सारे पोषक तत्व शरीर को पर्याप्त मात्रा में मिल सकेंगे। दही में मौजूद प्रोबायोटिकस हार्मोंस को नेचुरली बैलेंस करते हैं। भीगे हुए पांच से छह बादाम रोज खाएं। छाछ में जीरा और काला नमक मिलाकर दोपहर में लें, क्योंकि यह पेट को

ठंडा रखने में मदद करता है। सत्तू के शर्बत में नीबू, काला नमक और जीरा पावडर मिलाकर लें। यह सबसे सस्ता प्रोटीन और एनर्जी ड्रिंक है। नारियल पानी का सेवन इलेक्ट्रोलाइट्स बैलेंस करने के साथ-साथ थकान और डिहाइड्रेशन से भी बचाता है।

क्या न खाएं: पैकेज्ड फूड्स, ड्रिंक्स, पिज्जा, बर्गर और मैदा की बनी कोई चीज खाने से बचें। चाय-कॉफी भी कम पिएं।

युवा महिलाएं: इस उम्र की महिलाओं को एनर्जी, फर्टिलिटी और हार्मोनल बैलेंस, तीनों का एक साथ ध्यान रखना जरूरी है। आपकी थोड़ी-सी लापरवाही से पीसीओडी, थायरॉइड और क्रॉनिक फटीग जैसी समस्या से आप घिर सकती हैं।

क्या खाएं: आपकी डाइट में पर्याप्त प्रोटीन, कार्ब्स, गुड फैट्स, फाइबर और मिनरल्स होने चाहिए। साथ ही एक छोटी चम्मच अलसी का पावडर आहार में शामिल करें, जो ओमेगा 3 फैटी एसिड्स जैसे तत्वों से भरपूर होती है। इसके अलावा रात को भिगोकर रखे गए मेथी बीज को सुबह खाएं। यह थायरॉइड और ब्लड शुगर दोनों को मेंटेन रखता है। नारियल पानी के साथ-साथ सीजनल फ्रूट्स जैसे पपीता, अनार, खीरा नियमित अपने दिनचर्या में शामिल करना फायदेमंद होता है।

क्या न खाएं: रिफाइंड शुगर, मैदा, बाहर का तला-भुना खाना और पैकेज्ड फ्रूट जूस न लें। रात को भारी खाना न खाएं, क्योंकि यह मेटाबॉलिज्म को नुकसान पहुंचा सकता है।

40 प्लस महिलाएं: इस उम्र में अकसर मेटाबॉलिज्म धीमा होने लगता है। इसलिए इस उम्र में सही डाइट का चयन सबसे अधिक जरूरी हो जाता है। रात भर भिगोए मेथी के दाने का पानी सुबह खाली पेट पीना ब्लड शुगर, कोलेस्ट्रॉल और हार्मोन बैलेंस में सहायक है। नाश्ते में सत्तू का परांठा या दलिया खाएं। तिल इस उम्र की महिलाओं के लिए सबसे जरूरी फूड है। दोपहर में नारियल का पानी, बेल का शर्बत पिएं, जो लिवर को ठंडा रखने में कारगर साबित होता है। शाम को छाछ में जीरा और सेंधा नमक मिलाकर पिएं। लौकी, तोरई, टिंडा और पुदीने की चटनी रोज खाने से इस उमस भरे मौसम में शरीर में ठंडक बनी रहती है।

क्या न खाएं: अधिक नमक वाला और तला-भुना खाना न खाएं क्योंकि ये ब्लड प्रेशर को बढ़ाते हैं। चाय और कॉफी की मात्रा बहुत कम लें। डाइट प्लान के लिए डाइटीशियन से संपर्क कर सकती हैं।

प्रस्तुति: संध्या रानी

खबर संक्षेप

चोरी हुआ लैपटॉप बरामद दो युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। टोहाना के एक स्कूल में घुसकर वहां से लेपटॉप चोरी करने के मामले में पुलिस ने दो युवकों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए युवक की पहचान राजनगर, वार्ड नं. 1, टोहाना निवासी विशाल उर्फ होटल तथा करण के रूप में हुई है। पुलिस ने दोनों आरोपियों के कब्जे से चोरीशुदा एक लैपटॉप भी बरामद किया है। थाना शहर टोहाना प्रभारी निरीक्षक कुलदीप सिंह ने बताया कि इस बारे टोहाना के वार्ड नं. 12, नव दुर्गा स्टेट, डांगरा रोड निवासी गौरव बांगा पुत्र कन्हैया लाल बांगा ने शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायत में कहा गया था कि नवीन मॉडल स्कूल, कक्कड़ रोड, टोहाना से उनका लैपटॉप चोरी हो गया है। शिकायत के आधार पर पुलिस ने 27 जून को मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

तीन आरोपी चोरीशुदा महिंद्रा जीप सहित काबू

फतेहाबाद। एवीटी स्टाफ फतेहाबाद ने वाहन चोरी के मामले का सफल खुलासा करते तीन युवकों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए युवकों की पहचान गांव बनगांव निवासी विक्की उर्फ कलिया पुत्र सुरेंद्र सिंह, बनगांव के ही शुभम उर्फ चौटाला पुत्र आत्मा राम तथा सिरसा के पेपर मिल रोड, दरगाह के नजदीक रहने वाले विकास पुत्र राजिंदर सिंह के रूप में हुई है। पुलिस ने इनको चोरीशुदा महिंद्रा जीप सहित काबू किया है। एवीटी स्टाफ फतेहाबाद प्रभारी ने बताया कि थाना भट्टूकलां में इस बारे 25 जून को वाहन चोरी का मामला दर्ज है। यह मामला बनगांव निवासी ईश्वर नाथ पुत्र रणधीर नाथ की शिकायत पर दर्ज किया गया था।

739 ग्राम गांजा पत्ती सहित एक को दबोचा

सिरसा। एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा की टीम ने एक युवक को 739 ग्राम गांजा पत्ती सहित एक युवक को गिरफ्तार किया है। एंटी नारकोटिक्स सेल के प्रभारी ने बताया कि सेल की एक पुलिस टीम शहर में गश्त पर थी। इसी दौरान एक युवक हाथ में प्लास्टिक की थैली लेकर आता दिखाई दिया। पुलिस की गाड़ी को देखकर वह घबरा गया और वापस मुडक़र जाने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर उक्त युवक को काबू कर उसकी तलाशी ली तो उसके कब्जा से 739 ग्राम गांजा पत्ती बरामद हुई। आरोपी की पहचान निखिल निवासी रानियां चुंगी खाजाखेड़ा रोड के रूप में हुई है। आरोपी के खिलाफ थाना शहर में मामला दर्ज किया गया है।

श्री पंचमुखी बालाजी मंदिर में हुई मूर्ति प्राण प्रतिष्ठा

रतिया। गुरु नानक कॉलोनी स्थित श्री पंचमुखी बालाजी मंदिर में आयोजित मूर्ति प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम सोमवार को बड़ी धूमधाम और धार्मिक उल्लास के साथ संपन्न हो गया। इस पावन अवसर पर सुबह से ही वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ विशेष पूजा-अर्चना शुरू की गई। बीते 27 जून से शुरू हुए इस त्रिविध धार्मिक अनुष्ठान को आज मंदिर परिसर में भगवान श्री पंचमुखी बालाजी की भव्य मूर्ति स्थापना के साथ अंतिम रूप दिया गया। काजला धाम से विशेष रूप से पधारे विद्वान पंडितों की देखरेख में मुख्य हवन-यज्ञ का आयोजन किया गया। यज्ञ में पूर्णाहूति और महाआरती के बाद जैसे ही भगवान श्री पंचमुखी बालाजी की मूर्ति के पट खोले गए।

सामाजिक व धार्मिक संगठनों ने चलाया सफाई अभियान

ओढां। गांव ओढां में स्वच्छता और सामुदायिक सेवा की एक अनूठी मिसाल देखने को मिली। संस्थाओं ने स्कूल परिसर में सफाई अभियान चलाया। गांव की प्रमुख धार्मिक और सामाजिक संगठन हनुमंत सेवा समिति, बाबा रामदेव मंदिर कमेटी, सालासर भंडारा ट्रस्ट और श्री रामबाग सेवा समिति ने ग्राम पंचायत के सहयोग से श्री पीएम राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय व प्राइमरी स्कूल के परिसर की संपूर्ण सफाई करके कूड़ा कर्कट उठाया। इसके बाद सेवादारों ने डाकघर के नजदीक पडे कूड़े के ढेर को साफ किया। सुबह 8 बजे से शुरू हुए इस अभियान में युवाओं और बुजुर्गों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया।

पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति की बैठक में लिया फैसला

सेम और जलभराव के मुद्दे पर किसानों ने भरी हुंकार

10 जुलाई को भगत सिंह स्टेडियम में होंगे एकत्रित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

चोपटा में पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति की एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई, जिसकी अध्यक्षता ब्लॉक प्रधान मुकेश चाहरवाला ने की। बैठक में संगठन के प्रदेश अध्यक्ष मनदीप नथवान सहित अनेक पदाधिकारी एवं किसान साथी उपस्थित रहे। बैठक में निर्णय लिया गया कि सिरसा जिले की किसानों से जुड़ी विभिन्न समस्याओं को लेकर 10 जुलाई को भगत सिंह स्टेडियम में बड़ी संख्या में किसान एकत्रित होंगे तथा जिला उपायुक्त के माध्यम से सरकार को ज्ञापन सौंपा जाएगा।

बैठक को संबोधित करते हुए किसान बलराम सहारण ने कहा की जो सेम से बचाने के लिए जो ट्यूबल लगे हुए है वो ज़्यादातर बंद पड़े है उनका समाधान हो और दिवान सिंह सहारण ने कहा कि बरसात का मौसम शुरू होने वाला है, लेकिन अभी तक सरकार ने घग्गर ड्रेन से पानी की निकासी का कोई स्थायी प्रबंध नहीं किया है। यदि समय रहते उचित व्यवस्था नहीं की गई तो आने वाले दिनों में किसानों को भारी नुकसान उठाना पड़ सकता है।

बैठक के दौरान कई नए साथियों ने पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति की नीतियों में विश्वास जताते हुए संगठन की सदस्यता ग्रहण की। संगठन ने सभी नए साथियों का स्वागत करते हुए विश्वास व्यक्त किया कि उनके जुडऩे से किसानों के अधिकारों की लड़ाई और अधिक मजबूत होगी। इस मौके धर्मवीर श्योराण हंसराज मातुवाला विकास कुमार मुकेश सहारण विकास खेतलान जोगीवाला आदि मौजूद रहे।

सिरसा। सीएम का पुतला फूंकते किसान। फोटो : हरिभूमि

ये बोले ब्लॉक प्रधान

ब्लॉक प्रधान मुकेश बेनीवाल ने कहा कि शाहपुरिया गांव के किसानों को अभी तक फसल बीमा क्लेम नहीं मिला है। सरकार और संबंधित विभाग द्वारा गलत तरीके से आपत्तियां लगाकर किसानों को उनके अधिकार से वंचित रखा जा रहा है, जिसे किसी भी कीमत पर बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

40 दिनों से धरना जारी

जिला प्रधान सतीश बेनीवाल ने कहा कि चानौत गांव में पीने के पानी की मांग को लेकर पिछले 40 दिनों से किसानों और ग्रामीणों का धरना लगातार जारी है। संगठन ने उनके समर्थन में मुख्यमंत्री का पुतला दहन कर सरकार के खिलाफ अपना विरोध दर्ज कराया। उन्होंने कहा कि जहां-जहां किसानों और ग्रामीणों की समस्याएं हैं, वहां उनका स्थायी समाधान करवाने तक संगठन संघर्ष जारी रखेगा। इस मौके पर रोहतास पुनिया व संदीप कासनियां शामिल रहे।

जाखल मंडी में अब नहीं ली जाएगी जबरदस्ती बधाई

महंत के आश्वासन पर कमेटी ने 2100 की शर्त को हटाया

- जाखल मंडी नगरपालिका परिसर में हुई बैठक में 31 सदस्यीय प्रतिनिधि मंडल के सदस्य हुए शामिल
- महंत ने आश्वासन दिया कि भविष्य में उनके या उनके किसी भी चेले द्वारा किसी व्यक्ति या परिवार के साथ जबरदस्ती नहीं की जाएगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले के जाखल मंडी नगरपालिका परिसर में सोमवार को एक बैठक आयोजित की गई। इस बैठक में महंत जरीना और जाखल मंडी के 31 सदस्यीय प्रतिनिधि मंडल के सदस्य शामिल हुए। बैठक का मुख्य उद्देश्य बधाई को लेकर शहर की कमेटी द्वारा हाल ही में लिए गए निर्णय पर चर्चा करना था। महंत जरीना ने बैठक में कहा कि यदि उनके या उनके चेलों के व्यवहार से किसी परिवार को कोई असुविधा या शर्मिंदगी महसूस हुई है, तो वे इसके लिए खेद व्यक्त करते हैं। उन्होंने आश्वासन दिया कि भविष्य में उनके या उनके किसी भी चेले द्वारा किसी व्यक्ति या परिवार के साथ जबरदस्ती नहीं की जाएगी।

महंत जरीना ने स्पष्ट किया कि बधाई पूरी तरह से स्वेच्छा से दी जाने वाली परंपरा है। कोई भी परिवार अपनी खुशी और इच्छा के अनुसार जो भी राशि या सम्मान देगा, उसे सहर्ष स्वीकार किया जाएगा। किसी भी प्रकार की जबरदस्ती या निश्चित राशि की मांग नहीं की जाएगी।

बैठक के दौरान, 31 सदस्यीय कमेटी ने भी विचार-विमर्श के बाद 2100 की बधाई संबंधी शर्त को फिलहाल हटाने का निर्णय लिया। यह फैसला महंत जरीना द्वारा दिए गए आश्वासन के बाद लिया गया। महंत जरीना ने कमेटी के समक्ष यह भी कहा कि यदि भविष्य में उनके या उनके किसी चेले के खिलाफ जबरदस्ती बधाई लेने या अनुचित व्यवहार की कोई शिकायत प्राप्त होती है, तो कमेटी जो भी निर्णय करेगी, वह उन्हें पूरी तरह स्वीकार होगा।

ये रहे उपस्थित

बैठक में विकास कुमार चेयरमैन, कुशलकांत जैन, भारत भूषण गोयल, एडवोकेट दीपक खनेजा, नवजोत सिंह विक्की, यशपाल शर्मा कालू, विवेक जिंदल, रवि सपड़ा, बलजोत बाजीगर, बस्ती गोल्डी, संतोष, महंत जरीना तथा उनके चेले सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

युवा नशा छोड़ें, स्वस्थ जीवन से नाता जोड़ें: अनिल कुमार

- गांव रोड़ी के खेल ग्राउंड में पंहुचकर युवाओं से जीवन अपनाने का आह्वान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

रोड़ी थाना प्रभारी अनिल कुमार ने सोमवार को गांव रोड़ी के खेल ग्राउंड में पंहुचकर युवाओं को नशे से दूर रहकर स्वस्थ एवं सकारात्मक जीवन अपनाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि युवा शक्ति ही देश और प्रदेश का वास्तविक संबल तथा उज्ज्वल भविष्य है। यदि युवाओं की संकल्प शक्ति मजबूत हो तो कोई भी नशे की लत उनके सपनों और भविष्य पर हावी नहीं हो सकती। इंस्पेक्टर अनिल कुमार ने कहा कि नशा व्यक्ति के स्वास्थ्य, परिवार और समाज तीनों के लिए घातक है। यह युवाओं की प्रतिभा, ऊर्जा और जीवन के सुनहरे अवसरों को नष्ट कर देता है। इसलिए सभी युवाओं को चाहिए कि वे अपनी ऊर्जा को शिक्षा, खेल, सामाजिक सेवा तथा रचनात्मक गतिविधियों में लगाकर अपने जीवन को नई दिशा दें। उन्होंने कहा कि नशा छोड़ो, सपनों से नाता जोड़ो केवल एक नारा नहीं, बल्कि प्रत्येक युवा के उज्ज्वल भविष्य का संकल्प है। नशामुक्त समाज का निर्माण तभी संभव है, जब प्रत्येक नागरिक विशेषकर युवा वर्ग स्वयं जागरूक बने और दूसरों को भी नशे के दुष्प्रभावों के प्रति प्रेरित करे। थाना प्रभारी ने अभिभावकों, शिक्षकों और सामाजिक संगठनों से भी अपील की कि वे युवाओं का मार्गदर्शन करें तथा उन्हें सकारात्मक वातावरण उपलब्ध कराएं, जिससे वे किसी भी प्रकार की नशे की प्रवृत्ति से दूर रह सकें। उन्होंने कहा कि पुलिस प्रशासन समाज के सहयोग से नशे के खिलाफ लगातार अभियान चला रहा है और इस जनजागरण अभियान में आमजन की भागीदारी अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने युवाओं से आह्वान किया कि वे नशे से दूरी बनाकर स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं, अपने सपनों को साकार करे।

कालांवाली में आठ बूथों पर पिलाई पोलियो की खुराक

- कुल 56 बूथों पर करीब 9698 बच्चों को पोलियो की बूंदे पिलाने का लक्ष्य तय किया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कालांवाली

पल्स पोलियो अभियान को सफल बनाने के लिए कालांवाली में आठ बूथों पर बच्चों को पोलियो की बूंदें पिलाई गई। कालांवाली के एमओ डॉ. रवि कुमार ने बताया कि शहर में बच्चों को पोलियो की बूंदे पिलाने के लिए रेलवे स्टेशन, बस स्टैंड, अस्पताल भवन, श्री शिवबाडी, डीएन कॉलेज, गुरूद्वारा कलंगीधर साहिब, खुह वाला बाजार में स्थित श्री शिव मंदिर, महाजन धर्मशाला में बूथ स्थापित किए गए। जहां पर बच्चों को पोलियों की बूंदे पिलाई गई, महाजन धर्मशाला में स्टाफ नर्स कि रमणदीप कौर व आशा वर्कर रानी देवी, उषा व आशा रानी के नेतृत्व में बच्चों को पोलियो की बूंदे पिलाई। उन्होंने बताया कि विभाग द्वारा कालांवाली सीएचसी के अंतगर्त कालांवाली शहर व ग्रामीण क्षेत्र में कुल 56 बूथों पर करीब 9698 बच्चों को पोलियो की बूंदे पिलाने का लक्ष्य तय किया है। इसके अलावा सभी कर्मचारियों को हिदायतें दी गई है कि वे अपने स्लम एरिया व हाई रिस्क एरिया (ईंट भट्ठे , घूमंतू आदि) पर अधिक ध्यान दें तथा यह सुनिश्चित करें कि कोई बच्चा ना छूटे। विभाग द्वारा (ईंट भटठा घूमंतू आदि) के परिवारों के बच्चों को पोलियो की दवाई पिलाने के लिए अलग से टीमें गठित की गई है। उन्होंने बताया कि अभियान को सफल बनाने के लिए समाजिक संस्थाओं, आंगनवाड़ी वर्कर, आशा वर्करों का भी सहयोग लिया गया।

वरिष्ठ नागरिक पूरे समाज की धरोहर उचित देखभाल जरूरी : बिकर सिंह

सीनियर सिटीजन वेलफेयर एसो. ट्रस्ट की मासिक बैठक

- सुपरवाइजर गुरनाम सिंह तेलीवाड़ा का केक काटकर मनाया जन्मदिन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

सीनियर सिटीजन वेलफेयर एसोसिएशन ट्रस्ट की मासिक बैठक एवं जन्मदिन समारोह ट्रस्ट के मंडी स्थित कार्यालय में धूमधाम से आयोजित किया गया। बैठक के दौरान ट्रस्ट द्वारा वरिष्ठ नागरिकों के कल्याण और भविष्य में आयोजित होने वाली गतिविधियों पर विस्तार से चर्चा की गई।

इसके उपरांत, रिटायर्ड मंडी सुपरवाइजर गुरनाम सिंह तेलीवाड़ा का जन्मदिन केक काटकर मनाया गया। सभी सदस्यों ने उन्हें उपहार भेंट कर उनके उत्तम स्वास्थ्य और दीर्घायु की कामना की। बैठक की अध्यक्षता करते हुए ट्रस्ट के प्रधान एडवोकेट बिकर सिंह ने संगठन की मजबूती पर विशेष बल दिया। उन्होंने कहा कि सभी सदस्य संगठन को सशक्त बनाने पर ध्यान दें ताकि बुजुर्गों और वरिष्ठ नागरिकों की हर समस्या का समाधान ट्रस्ट के स्तर पर ही त्वरित रूप से किया जा सके। एडवोकेट बिकर सिंह ने कहा, वरिष्ठ नागरिक न केवल अपने बच्चों के लिए, बल्कि पूरे समाज के लिए एक अनमोल धरोहर हैं। उनकी उचित देखभाल और सम्मान करना पूरे समाज की नैतिक जिम्मेदारी है।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर तेजिन्द्र सिंह औजला, शिशन पाल मंगला, डॉ. नरेश गोयल, रामपाल जिंदल, गगन स्वरूप मंगला, सेवानिवृत्त डीएसपी सतपाल सिंह, कैप्टन जगजीत सिंह, कृष्ण सिंह चित्रकार, पवन कुमार, धर्म पाल कानूनगो, मास्टर राज कुमार खिप्पल, धर्म पाल और ईश्वर दास अरोड़ा सहित ट्रस्ट के कई गणमान्य सदस्य मौजूद रहे।

नई पेयजल पाइपलाइन को भाखड़ा नहर से जोड़ने की मांग

कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने जताई चिंता

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

कांग्रेस के पूर्व महासचिव मंगतराम लालवास की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में रतिया शहर की पेयजल व्यवस्था को लेकर गंभीर चर्चा की गई। बैठक में नेताओं ने रतिया शहर के लिए प्रस्तावित नई पेयजल पाइपलाइन को सब ब्रांच नहर के बजाय सीधे भाखड़ा नहर से जोडऩे की पुरजोर मांग की है। बैठक में पूर्व महासचिव मंगतराम लालवास ने बताया कि विभाग इस पाइपलाइन को सब ब्रांच नहर से जोडऩे की योजना बना रहा है। नेताओं ने चिंता जताई कि यह नहर हर महीने 10 से 15 दिन बंद रहती है, जिससे शहर में पानी का गंभीर संकट खड़ा हो जाएगा। उन्होंने कहा कि भाखड़ा नहर सालभर चलती है। अगर पाइपलाइन को इससे जोड़ा जाता है, तो शहरवासियों को बिना किसी रुकावट के नियमित पेयजल मिल सकेगा। बैठक में सर्वसम्मति से प्रस्ताव पास कर हरियाणा सरकार और संबंधित विभाग से मांग की गई कि जनता के हित को देखते हुए पाइपलाइन को सीधे भाखड़ा नहर से ही जोड़ा जाए।

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर रतिया कांग्रेस पार्टी के इंचार्ज व फतेहाबाद जिला सचिव गुरदीप सिंह चहल, सोशल मीडिया हेड संदीप मजोका, पूर्व प्रधान अशोक गर्ग और कॉमरेड अजमेर सिंह सहित कई वरिष्ठ कार्यकर्ता व नेता उपस्थित रहे।

भूना में अग्रवाल वैश्य समाज की नई टीम का गठन, रोहताश गोयल बने अध्यक्ष

- नवगठित ब्लॉक कार्यकारिणी को जल्द से जल्द अपनी पूरी टीम का गठन करने के निर्देश भी दिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भूना

भूना। अग्रवाल वैश्य समाज की ब्लॉक इकाई के नवनियुक्त पदाधिकारी।

अग्रवाल वैश्य समाज हरियाणा ने संगठन को जमीनी स्तर पर और मजबूत बनाने की दिशा में कदम बढ़ाते हुए भूना ब्लॉक इकाई का गठन कर दिया है। जिला अध्यक्ष राजेंद्र मित्तल ने नई कार्यकारिणी की घोषणा करते हुए वार्ड 10 के पार्षद रोहताश गोयल को ब्लॉक अध्यक्ष, बलबीर मित्तल को महासचिव तथा हरिओम गोयल को कोषाध्यक्ष नियुक्त किया है।

जिला महासचिव वीरेंद्र जैन ने बताया कि यह नियुक्तियां प्रदेश अध्यक्ष अशोक बुवानीवाला के निर्देश तथा प्रदेश सह मंत्री अजय तायल और कपिल सिंगला से विचार-विमर्श के बाद की गई हैं। नवगठित ब्लॉक कार्यकारिणी को जल्द से जल्द अपनी पूरी टीम का गठन करने के निर्देश भी दिए गए हैं, ताकि संगठनात्मक गतिविधियों को गति मिल सके।

उन्होंने बताया कि प्रदेश नेतृत्व के निर्देशानुसार जल्द ही जिला इकाई का भी विस्तार किया जाएगा। संगठन का उद्देश्य समाज को एकजुट करने के साथ-साथ सामाजिक एवं जनहित कार्यों को बढ़ावा देना है। इसके अलावा समाज के लोगों को राजनीतिक रूप से जागरूक कर उनकी भागीदारी बढ़ाने पर भी विशेष जोर दिया जाएगा। नई जिम्मेदारी मिलने पर रोहताश गोयल, बलबीर मित्तल और हरिओम गोयल ने प्रदेश व जिला नेतृत्व का आभार व्यक्त किया। उन्होंने भरोसा दिलाया कि संगठन की नीतियों के अनुरूप कार्य करते हुए भूना ब्लॉक में समाज को संगठित करने, युवा वर्ग को जोडऩे और सामाजिक गतिविधियों को नई गति देने के लिए पूरी निष्ठा से कार्य करेंगे।

उत्तर पश्चिम रेलवे ने दी बड़ी राहत

गर्मियों की छुट्टियों में भीड़ को देखते हुए 8 ट्रेनों में बढ़ेंगे अतिरिक्त डिब्बे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

गर्मियों की छुट्टियों में ट्रेनों में यात्रियों की भारी भीड़ और लंबी वेटिंग लिस्ट को देखते हुए उत्तर पश्चिम रेलवे ने यात्रियों को बड़ी राहत दी है। रेलवे द्वारा इस सीजन में अतिरिक्त यात्री यातायात को संभालने के लिए कुल 55 जोड़ी रेलसेवाओं में विभिन्न श्रेणियों के 147 डिब्बों की अस्थाई बढ़ोतरी की जा रही है। जिन ट्रेनों में अतिरिक्त डिब्बों की अस्थाई वृद्धि की गई है, उनमें से 8 ऐसी ट्रेनों है, जोकि या तो हिसार से चलती या फिर वाया हिसार से आवागमन करती है। उत्तर पश्चिम रेलवे के मुख्य जनसम्पर्क अधिकारी अमित सुदर्शन ने बताया कि इस निर्णय के तहत हिसार रेलवे स्टेशन से आने-जाने वाली और यहां से गुजरने वाली प्रमुख ट्रेनों में भी जुलाई महीने के लिए अतिरिक्त कोच जोड़े जा रहे हैं।

यात्रियों को मिलेगा सीधा फायदा

रेलवे के इस कदम से लंबी दूरी की ट्रेनों जैसे तिरुपति और अमृतसर में जहां रिजर्वेशन खिड़की पर वेटिंग लिस्ट कम होगी, वहीं जयपुर, रेवाड़ी और बठिंडा जैसे लोकल व इंटरसिटी रूट पर सफर करने वाले दैनिक यात्रियों को जनरल कोचों में पैर रखने की जगह मिल सकेगी। रेलवे ने यात्रियों से अपील की है कि वे संशोधित डिब्बों की स्थिति देखकर अपनी सुविधानुसार टिकट बुक कराएं।

पेपर लीक और बेरोजगारी से टूट रहे युवा सरकार रोजगार देने में नाकाम : बौद्ध

- गांव ढाणी खान बहादुर में मृतका छात्रा सिमरन के आवास पर शोक प्रकट करने पहुंचे सांसद बौद्ध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बरवाला

बरवाला। गांव ढाणी खान बहादुर में राज्यसभा सांसद कर्मबीर बौद्ध मृतका छात्रा सिमरन के परिजनों को ढाढंस बंधाते हुए। फोटो : हरिभूमि

राज्यसभा सांसद कर्मबीर बौद्ध सोमवार को क्षेत्र के गांव ढाणी खान बहादुर पहुंचे। यहां उन्होंने पेपर लीक व मानसिक तनाव के चलते जान गंवाने वाली मृतक छात्रा सिमरन के आवास पर जाकर शोकाकुल परिजनों से मुलाकात की और अपनी गहरी संवेदनाएं व्यक्त कीं। सांसद ने परिजनों को ढांढस बंधाया और ईश्वर से इस असहनीय दुख को सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की। इस दौरान पत्रकारों से बातचीत करते हुए राज्यसभा सांसद कर्मबीर बौद्ध ने प्रदेश व केंद्र सरकार की नीतियों पर जमकर प्रहार किया। उन्होंने कहा कि वर्तमान सरकार के कार्यकाल में बार-बार पेपर लीक हो रहे हैं, जिससे दिन-रात मेहनत करने वाले छात्र-छात्राओं का भविष्य अंधकार में जा रहा है। मेहनत बेकार जाने से युवाओं के मन को गहरी ठेस पहुंचती है, जिसके कारण वे हताश होकर आत्महत्या जैसा आत्मघाती कदम उठाने को मजबूर हो रहे हैं। आज बेरोजगारी अपने चरम सीमा पर है। पढ़े-लिखे योग्य युवाओं को रोजगार देना सरकार का प्राथमिक दायित्व है, लेकिन यह सरकार युवाओं को रोजगार देने में पूरी तरह नाकाम साबित हो रही है।

बरवाला में अनुसूचित जाति के लोगों ने किया प्रदर्शन

आरोपियों के खिलाफ एससी/ एसटी अधिनियम में मुकदमा दर्ज कर गिरफ्तारी की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बरवाला

बरवाला। अनुसूचित जाति का प्रतिनिधिमंडल डीएसपी कार्यालय के समक्ष रोष प्रदर्शन करते हुए। फोटो : हरिभूमि

गांव खेदड़ में सतगुरु रविदास लाइब्रेरी से संत शिरोमणि गुरु रविदास महाराज का नाम कथित रूप से मिटाने, विरोध करने पर मारपीट एवं जातिसूचक गालियां देने की घटना के विरोध में सोमवार को अनुसूचित जाति के लोगों द्वारा डीएसपी कार्यालय, बरवाला के समक्ष शांतिपूर्ण रोष प्रदर्शन किया गया। इस रोष प्रदर्शन के उपरांत अनुसूचित जाति के प्रतिनिधिमंडल ने डीएसपी बरवाला से मुलाकात कर उन्हें ज्ञापन सौंपा तथा मांग की कि शिकायत में नामजद एवं अन्य आरोपियों के विरुद्ध एससी/ एसटी अधिनियम एवं अन्य प्रासंगिक धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज कर उन्हें शीघ्र गिरफ्तार किया जाए।

इन प्रतिनिधियों ने आरोप लगाया कि सतगुरु रविदास महाराज के नाम से स्थापित ई-लाइब्रेरी का नाम मिटाया गया तथा विरोध करने पर ई-लाइब्रेरी के संचालक सोहन लाल खेदड़ एवं उनकी पत्नी के साथ अभद्र व्यवहार, मारपीट और जातिसूचक गालियां दी गईं।

उन्होंने पूरे मामले में निष्पक्ष जांच कर दोषियों के विरुद्ध सख्त कानूनी कार्रवाई की मांग की। डीएसपी बरवाला ने इस प्रतिनिधिमंडल को आश्वस्त किया कि मामले की गंभीरता को देखते हुए कानून के अनुसार कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने मुकदमा दर्ज करने तथा आरोपियों की गिरफ्तारी की प्रक्रिया के लिए दो से तीन दिन का समय मांगा है। यदि समय रहते उचित कानूनी कार्रवाई नहीं होती है तो समाज का प्रतिनिधिमंडल आगे की रणनीति तय कर लोकतांत्रिक एवं शांतिपूर्ण तरीके से अपना आंदोलन जारी रखेगा।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर सामाजिक कार्यकर्ता सीताराम ग्रोवर, गुरमीत कटारिया, चांदीराम बधावड़, सुनील सरोहा, पिंकू सिरोही, सोहन लाल खेदड़, अनिल जनागल, अमित हमीरगढ़, जुगबीर सरोहा सुरजाखेड़ा, रविन्द्र मेहरा, सचिन व काला आदि मौजूद रहें।

मुख्यमंत्री उड़नदस्ते की शिकायत पर कार्रवाई

जनस्वास्थ्य विभाग का एक्शन, 13 सर्विस स्टेशनों के कनेक्शन काटे

घरेलू पेयजल कनेक्शन का व्यावसायिक उपयोग करने वालों पर सख्ती

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। सर्विस स्टेशनों पर कार्रवाई करती जनस्वास्थ्य विभाग की टीम।

शहर में घरेलू पेयजल कनेक्शन का व्यावसायिक उपयोग कर रहे सर्विस स्टेशनों और कार वॉश सेंटरों पर जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग ने बड़ी कार्रवाई की है। विभाग ने शहर के 13 सर्विस स्टेशनों और कार वॉश सेंटरों के अवैध पानी कनेक्शन काट दिए। यह कार्रवाई मुख्यमंत्री उडऩदस्ता से मिली शिकायतों के बाद कार्यकारी अभियंता बलविंदर नैन के निर्देश पर की गई। विभाग के अनुसार लगातार शिकायतें मिल रही थीं कि कई कार वॉश सेंटर घरेलू पेयजल कनेक्शन से वाहनों की धुलाई कर रहे हैं। इससे शहर के कई क्षेत्रों में पानी का दबाव कम हो रहा था और लोगों को पर्याप्त पेयजल नहीं मिल पा रहा था। गर्मी के मौसम में समस्या और गंभीर होने पर विभाग ने जांच अभियान शुरू किया।

जांच के दौरान जिन प्रतिष्ठानों में घरेलू कनेक्शन से व्यावसायिक उपयोग मिलता पाया गया, उनके पानी के कनेक्शन मौके पर ही काट दिए गए। अभियान का नेतृत्व जिला सलाहकार शर्मा चंद लाली और उपमंडल अभियंता सतपाल रोज ने किया। कार्यकारी अभियंता बलविंदर नैन ने कहा कि विभाग का उद्देश्य प्रत्येक नागरिक तक पर्याप्त और स्वच्छ पेयजल पहुंचाना है। किसी भी व्यक्ति या व्यावसायिक प्रतिष्ठान को पेयजल का दुरुपयोग करने की अनुमति नहीं दी जाएगी। भविष्य में भी ऐसे मामलों में नियमित जांच कर नियम तोडऩे वालों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जाएगी। उपमंडल अभियंता सतपाल रोज ने लोगों से अपील की कि यदि कहीं पेयजल की चोरी, अवैध कनेक्शन या घरेलू पानी का व्यावसायिक उपयोग होता दिखाई दे तो इसकी सूचना विभाग को दें, ताकि तत्काल कार्रवाई की जा सके।

इन प्रतिष्ठानों पर कार्रवाई कर काटे गए कनेक्शन

श्रीराम कार वॉश रतिया रोड, बालाजी कार वॉश रतिया रोड, द डिस्ट्रिक्ट डिटेलिंग एंड कार वॉश रतिया रोड, व्यास मोटर एवं कार वॉश हांसपुर रोड, इंडियन कार वॉश सिरसा रोड, इंदौरा कार वॉश सिरसा रोड, ऑटो ड्राइव कार एवं पेंट प्रोटेक्शन फिल्म सिरसा रोड, नामधारी कार वॉश सिरसा रोड, आरके कार वॉश भट्टू रोड, जांगड़ा सर्विस स्टेशन भोडिया खेड़ा, हरिओम सर्विस स्टेशन भट्टू रोड, नामधारी सर्विस स्टेशन बिश्नोई रोड और एचआर-22 कस्टम खेमा खाती रोड पर विभाग ने अवैध पानी कनेक्शन काटने की कार्रवाई की। अभियान के दौरान जिला सलाहकार शर्मा चंद लाली, उपमंडल अभियंता सतपाल रोज, शमशेर सिंह, मदन लाल, नीरज कुमार, रामकरण, कालाराम, राहुल कुमार सहित विभागीय कर्मचारी मौजूद रहे।

नहरणा के पास गाड़ी अचानक अनियंत्रित होने से हादसा

डायल 112 की गाड़ी पेड़ से टकराई, तीन पुलिसकर्मी घायल

घायल कर्मचारी अस्पताल में भर्ती, एक्सीडेंट में वाहन पूरी तरह से क्षतिग्रस्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चोपटा

चोपटा। हादसे में क्षतिग्रस्त हुई पुलिस की गाड़ी। फोटो : हरिभूमि

नाथूसरी चोपटा थाना क्षेत्र के गांव नहरणा के पास डायल 112 की गाड़ी अचानक अनियंत्रित होकर पेड़ से टकरा गई, जिसमें सवार तीन पुलिसकर्मी घायल हो गए। घायलों को नाथूसरी चौपटा में प्राथमिक उपचार के बाद सिरसा रेफर कर दिया गया। गाड़ी पूरी तरह से चकनाचूर हो गई। जानकारी के अनुसार रविवार रात 11:30 बजे नाथूसरी चोपटा से डायल 112 की गाड़ी नेहराना गांव की तरफ गस्त पर जा रही थी। इसी दौरान नहराणा के पास चोपटा भट्टू रोड पर गाड़ी आनियंत्रित हो गई और पेड़ से टकरा गई। जिसमें चालक विजय कुमार, एएसआई विजय कुमार और एसपीओ सुनील कुमार सवार थे। चालक विजय कुमार को नागरिक अस्पताल सिरसा में भर्ती कराया गया वही एएसआई विजय कुमार और सुनील कुमार को सिरसा के निजी अस्पताल में दाखिल कराया गया है। गाड़ी पूरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गई है।

भाजपा प्रदेशाध्यक्ष के दौरे को लेकर तैयारियां तेज

- डॉ. अर्चना गुप्ता कल पहुंचेंगी स्वागत की तैयारियों में जुटे पदाधिकारी व कार्यकर्ता

सिरसा। भारतीय जनता पार्टी की नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता के आगामी 30 जून को प्रथम आगमन को लेकर जिलेभर के पार्टी पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं और आमजन में भारी उत्साह और जोश देखने को मिल रहा है। भाजपा जिलाध्यक्ष एडवोकेट यतींद्र सिंह ने बताया कि हरियाणा भाजपा के गौरवशाली इतिहास में डॉ. अर्चना गुप्ता के रूप में एक अत्यंत सशक्त, उच्च शिक्षित एवं जमीनी स्तर पर कार्य करने वाली प्रखर महिला नेतृत्व को प्रदेश की कमान सौंपी गई है, जिससे पूरे राज्य के कार्यकर्ताओं में नई ऊर्जा का संचार हुआ है। उन्होंने अत्यंत गर्व के साथ कहा कि ऐसे ओजस्वी और प्रेरणादायी नेतृत्व का सिरसा की पावन धरा पर आगमन संपूर्ण जिले के लिए अत्यंत हर्ष और गौरव का विषय है। यह नगरवासियों और भाजपा परिवार के लिए एक अविस्मरणीय क्षण होगा, जब मातृशक्ति के अद्वितीय सम्मान, संगठन की वैचारिक मजबूती और आगामी राजनैतिक संकल्पों को सिद्ध करने के लिए इतना विशाल और भव्य स्तर पर नागरिक अभिनंदन समारोह आयोजित किया जा रहा है। जिलाध्यक्ष ने बताया कि प्रदेश के अन्य जिलों की तर्ज पर सिरसा में भी प्रदेशाध्यक्ष जी का पारंपरिक, सांस्कृतिक और भव्य स्वागत किया जाएगा, जिसकी सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। इस ऐतिहासिक स्वागत समारोह में जिलेभर के सभी मंडलों, मोर्चों, प्रकोष्ठों के पदाधिकारियों सहित बूथ स्तर के हजारों देवतुल्य कार्यकर्ता और आमजन हिस्सा लेंगे।

प्राणायाम साधक को करता है अंतर्मुखी चेतना की ओर उन्मुखः स्वामी विज्ञानानंद

- दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान ने साहुवाला आश्रम में लगाया शिविर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा। शिविर में योग करते साधक। फोटो : हरिभूमि

दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान की ओर से गांव साहुवाला आश्रम में विलक्षण योग एवं ध्यान साधना शिविर आयोजित किया गया जिसमें योगाचार्य स्वामी विज्ञानानंद ने प्राणायाम को योग पद्धति का प्राण तत्व बताया। उन्होंने बताया कि प्राणायाम का योग में बहुत महत्व है। यह श्वास की क्रियाओं से संबंधित है। स्थूल रूप में यह जीवनधारक शक्ति से संबंधित है। इस प्रकार प्राणायाम का अर्थ श्वास का दीर्घीकरण और फिर उसका नियंत्रण है। यह एक ऐसा अभ्यास है, जो शरीर को आंतरिक शक्ति प्रदान करने के साथ तमाम तरह की गंभीर बीमारियों से सुरक्षित रखता है। विशेषज्ञों के मुताबिक प्राणायाम श्वास नियमन का अभ्यास है। शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने के लिए प्राणायाम काफी लाभदायक हो सकता है। स्वामी जी ने उपस्थित साधकों को असाध्य रोगों के निराकरण संबंधित यौगिक क्रियाओं में अनुलोम विलोम, भ्रामरी प्राणायाम का अभ्यास करवाया।

नेशनल टीचर अवॉर्ड के लिए आवेदन 5 तक

सिरसा। शिक्षा के क्षेत्र में अनुकरणीय उदाहरण पेश करने वाले टीचर्स के योगदान को मान्यता देने और उनके समर्पण एवं परिश्रम का सम्मान करने के लिए राष्ट्रीय टीचर्स अवॉर्ड 2026 के तहत आवेदन मांगे गए हैं। यह पुरस्कार शिक्षण-अधिगम, सामुदायिक सेवा, संस्थागत सेवा, अनुसंधान और उच्च शिक्षा के क्षेत्र में नवीनता लाने वाले कार्यों में शिक्षकों की अनूठी और पथप्रदर्शक उपलब्धियों को मान्यता और सम्मान प्रदान करता है। योजना के तहत चयनित विजेताओं को 5 सितंबर (शिक्षक दिवस) को भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की जयंती के उपलक्ष्य पर सम्मानित किया जाएगा। यह पुरस्कार तकनीकी और गैर-तकनीकी उच्च शिक्षा संस्थानों के उत्कृष्ट शिक्षकों/संकाय सदस्यों को प्रदान किया जाएगा जिसमें व्यापक विषयों के आधार पर इंजीनियरिंग एवं प्रौद्योगिकी, वास्तुकला, गणित, भौतिक विज्ञान, जीव विज्ञान, रसायन विज्ञान, चिकित्सा, फार्मेसी, कला एवं सामाजिक विज्ञान, मानविकी, भाषाएं व अन्य विषय शमिल है।

जमाल में तीन बाइक आपस में टकराने से छह युवक घायल, दो की हालत गंभीर

- राहगीरों ने एंबुलेंस बुलाकर घायलों को अस्पताल पहुंचाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चोपटा

चोपटा। दुर्घटना के बाद मौके पर गिरे मोटरसाइकिल। फोटो : हरिभूमि

खंड के गांव जमाल में 3 मोटरसाइकिलों की जोरदार भिड़ंत हो गई जिसमें 6 युवक घायल हो गए। घायलों को जमाल के ग्लोबल अस्पताल में प्राथमिक उपचार के बाद सिरसा रेफर कर दिया जिसमें 2 युवकों की हालत गंभीर बताई जा रही है। जानकारी के अनुसार जमाल के सिरसा भादरा रोड पर एक बाइक जमाल की तरफ आ रही थी और दूसरी बाइक सिरसा की तरफ से आ रही थी जिनकी आपस में भिड़ंत हो गई। इसी दौरान तीसरी बाइक संतुलन बिगड़ गया और वो भी उनसे टकरा गई और उन पर सवार सडक़ पर गिर गए। राहगीरों ने आननफान में डायल 112 व एंबुलेंस को सूचना कर दी। इसी दौरान नजदीक के ग्लोबल हॉस्पिटल के स्टाफ ने प्राथमिक उपचार किया और उन्हे सिरसा रेफर कर दिया। गंभीर घायल करीब 28 वर्षीय जोगिंद्र कुमार निवासी रुपावास, विनोद करीब 26 वर्षीय निवासी रूपावास, भरत सिंह को एंबुलेंस की सहायता से निजी अस्पताल में पहुंचाया गया।

रक्तदान शिविर में 100 यूनिट रक्त एकत्रित

ओढ़ां। शिविर में रक्तदान करता युवा।

- जीवम फाउंडेशन ख्योवाली ने शिव शक्ति ब्लड बैंक के सहयोग से किया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ ओढां

जीवम फाउंडेशन ख्योवाली द्वारा शिव शक्ति ब्लड बैंक सिरसा के सहयोग से कबीर आश्रम ख्योवाली में आयोजित द्वितीय स्वेच्छिक रक्तदान शिविर आयोजित किया गया जिसमें समाजसेवियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए 100 यूनिट रक्तदान किया। कार्यक्रम में शिव शक्ति ब्लड बैंक से डॉ. वेद बैनीवाल तथा डॉ. रिशाद ने रक्तदाताओं का उत्साहवद्र्धन करते हुए रक्तदान के महत्व पर प्रकाश डाला। इस अवसर पर आरओ कंपनी के संस्थापक वरुण झोरड़ ने अपनी टीम के साथ निशुल्क शीतल जल सेवा उपलब्ध करवाई। साथ ही उन्होंने स्वयं तथा अपनी टीम के 15 सदस्यों के साथ रक्तदान किया। शिविर में रक्तदाताओं को प्रशंसा-पत्र देकर सम्मानित किया गया। आयोजन को सफल बनाने में युवाओं, सामाजिक कार्यकर्ताओं एवं ग्रामीणों का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

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

एक उम्मीद एक मौका टीम ने चलाया पौधारोपण अभियान

- शहीद भगत सिंह पार्क में पौधारोपण किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

एक उम्मीद एक मौका टीम के 2 साल पूरे होने पर टीम ने शहीद भगत सिंह पार्क में पौधारोपण किया। टीम सदस्य प्रवीन कुमार ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण एक दिवस तक सीमित विषय नहीं है, बल्कि यह प्रत्येक नागरिक की निरंतर जिम्मेदारी है। उन्होंने युवाओं से अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनके संरक्षण का आह्वान करते हुए कहा कि आने वाली पीढिय़ों को सुरक्षित और स्वच्छ वातावरण देना हम सभी का कर्तव्य है। सुरेंद्र बब्बर ने कहा कि पेड़-पौधे केवल हरियाली का प्रतीक नहीं हैं, बल्कि जीवन के आधार हैं। बढ़ते शहरीकरण और जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों के बीच वृक्षारोपण का महत्व और अधिक बढ़ गया है। यदि प्रत्येक नागरिक एक पौधा लगाकर उसकी देखभाल का संकल्प ले, तो यह अभियान पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक बड़े जनआंदोलन का रूप ले सकता है। वरुण कुमार ने कहा कि बढ़ती ग्लोबल वार्मिंग की समस्या को देखते अधिक से अधिक पौधारोपण समय की जरूरत है। हम सभी को मिलकर पर्यावरण संरक्षण की दिशा में काम करना होगा, ताकि हमारी आने वाली पीढ़ी स्वच्छ हवा में सांस ले सके।

सीडीएलयू के जगदीश लूना प्रदेश कार्यकारिणी के सदस्य नियुक्त

- भारतीय मजदूर संघ ने दो अन्य को दी अहम जिम्मेदारियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

कुरुक्षेत्र में आयोजित भारतीय मजदूर संघ से संबद्ध गैर शिक्षक विश्वविद्यालय कर्मचारी संघ के प्रांतीय अधिवेशन में उत्तर क्षेत्र संगठन मंत्री सोहन लाल गुप्ता एवं प्रदेश महामंत्री हवा सिंह मेहला की मौजूदगी में सर्वसम्मति से सीडीएलयू के तीन कर्मचारियों को प्रदेश स्तर पर महत्वपूर्ण दायित्व सौंपे गए, जिससे पूरे जिले में खुशी की लहर है। सीडीएलयू के कर्मचारी जगदीश लूना को प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य नियुक्त किया गया है। उल्लेखनीय है कि जगदीश लूना वर्तमान में भारतीय मजदूर संघ के जिला अध्यक्ष तथा सीडीएलयू नॉन-टीचिंग इकाई के अध्यक्ष के दायित्व का निर्वहन कर रहे हैं। इसी प्रकार सुनील गोदारा को प्रदेश उपाध्यक्ष की जिम्मेदारी दी गई है। सुनील गोदारा पूर्व में सीडीएलयू नॉन-टीचिंग इकाई के महामंत्री का दायित्व निभा रहे हैं। वहीं रवि को भी प्रदेश कोषाध्यक्ष की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंपी गई है। इस अवसर पर नवनियुक्त प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य जगदीश लूना ने कहा कि उत्तर क्षेत्र संगठन मंत्री सोहन लाल गुप्ता व प्रदेश महामंत्री हवा सिंह मेहला ने जो भरोसा जताया है, उस पर खरा उतरने का प्रयास करूंगा।

मांगों को लेकर शिक्षकों की क्रमिक भूख हड़ताल आज

- लंबित मांगों को लेकर हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ लामबंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

स्कूल टीचर्स फेडरेशन ऑफ इंडिया के राष्ट्रव्यापी आह्वान पर लंबित मांगों को लेकर हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ की जिला इकाई द्वारा कल 30 जून को उपायुक्त कार्यालय पर सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक एक दिवसीय क्रमिक भूख हड़ताल का आयोजन किया जाएगा। संगठन के राज्य वरिष्ठ उपप्रधान गुरमीत सिंह, राज्य सचिव कृष्ण कायत, जिला प्रधान वीर सिंह भरोखां ने संयुक्त रूप से कहा कि जिले के सभी शिक्षकों व कच्चे-पक्के कर्मचारी इस प्रदर्शन में बढ़-चढक़र भाग लेंगे। उपरोक्त पदाधिकारियों ने सरकार की शिक्षा व शिक्षक विरोधी नीतियों की कड़े शब्दों में निंदा करते हुए कहा कि अब अधिकारों के लिए आर पार की लड़ाई का समय आ गया है। इस आंदोलन के माध्यम से शिक्षक संघ अध्यापकों पर थोपी जा रही परीक्षा की अनिवार्यता को समाप्त करने, माननीय उच्च न्यायालय के फैसले के तहत अतिथि अध्यापकों को नियमित करने तथा कंप्यूटर, वोकेशनल, एनएसक्यूएफ, आरोही स्कूलों, एचकेआरएन के कर्मचारियों सहित मिड-डे मील वर्कर जैसे सभी कच्चे कर्मियों को तुरंत पक्का करने की मांग की।

सर्व कर्मचारी संघ की पटवार भवन में बैठक

30 जुलाई को जिला मुख्यालय पर रैली का ऐलान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा की जिला इकाई की बैठक पटवार भवन में हुई। बैठक में आगामी 30 जुलाई को जिला मुख्यालय पर प्रस्तावित विशाल रैली को लेकर विचार विमर्श किया गया।

निजीकरण का विरोध

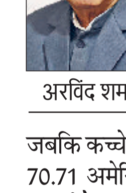
बैठक को संबोधित करते हुए संघ के जिला प्रधान मदन लाल खोथ ने कहा कि हरियाणा सरकार लगातार सरकारी विभागों का निजीकरण कर रही है, जिससे रोजगार के अवसर घट रहे हैं और आम जनता को मिलने वाली शिक्षा, स्वास्थ्य, बिजली, पानी, सफाई सहित अन्य मूलभूत सेवाएं प्रभावित हो रही हैं। उन्होंने कहा कि यदि सरकार वास्तव में जनता को अच्छी सेवाएं देना चाहती है तो वर्षों से सेवाएं दे रहे पात्र कच्चे कर्मचारियों को तुरंत नियमित किया जाए तथा प्रदेश में लगभग 7 लाख रिक्त पदों पर स्थायी भर्ती की जाए। उन्होंने कहा कि पंजाब एवं हरियाणा हाईकोर्ट तथा सर्वोच्च न्यायालय के निर्णयों के अनुरूप पात्र कच्चे कर्मचारियों को नियमित किया जाना चाहिए तथा समान काम-समान वेतन के सिद्धांत को पूरी तरह लागू किया जाना चाहिए। उन्होंने घोषणा की कि 30 जुलाई को जिला मुख्यालय पर कच्चे कर्मचारियों के नियमितीकरण की मांग को लेकर जिला स्तरीय विशाल रैली आयोजित की जाएगी। इस रैली में जिलेभर से विभिन्न विभागों के कच्चे कर्मचारी, पक्के कर्मचारी तथा कर्मचारी संगठनों के सदस्य भाग लेंगे।

कच्चे कर्मचारियों को नियमित करने की मांग

मास्टर कृष्ण नैन ने कहा कि केरल और हरियाणा की आबादी लगभग समान है, लेकिन केरल में लगभग 12 लाख स्थायी सरकारी कर्मचारी कार्यरत हैं। इससे स्पष्ट है कि पर्याप्त संख्या में स्थायी कर्मचारियों की नियुक्ति से जनता को बेहतर सेवाएं और युवाओं को रोजगार दोनों सुनिश्चित किए जा सकते हैं। कन्वेंशन में मुख्यमंत्री के नाम सेवा नियमितीकरण प्रार्थना-पत्र अभियान चलाने का भी निर्णय लिया गया, जिसके तहत प्रत्येक कच्चा कर्मचारी अपना प्रार्थना-पत्र भरकर सरकार को भेजेगा। कन्वेंशन में जिलेभर से बड़ी संख्या में कच्चे एवं पक्के कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस अवसर पर मास्टर वीर सिंह, मास्टर देवेंद्र, मनोज अठवाल, राजेश भाकर, नरेश चौहान, बलवंत सरवटा, सुभाष ढाल, मदन कम्बोज, ओम प्रकाश, विरेन्द्र सिंह, विजेन्द्र कुमार, राज कुमार गुज्जर, ललित सोलंकी, गुलमेल सिंह, सुभाष भट्टी, देसराज माचरा, निर्मल सिंह, सुखदेव सिंह, अशोक पटवारी, सोहन सिंह रंधावा, महेंद्र शर्मा, राज कुमार शेखुपुरिया, गुलशन पटवारी आदि मौजूद रहे।

तेल के दाम कम होने का लाभ आम लोगों को नहीं मिल रहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद।



अरविंद शर्मा

कांग्रेस जिला अध्यक्ष अरविन्द शर्मा ने केंद्र सरकार पर पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस की कीमतों को लेकर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि भाजपा सरकार की लूटमार और जेबकतरी की आदत अब देश की जनता के सामने पूरी तरह उजागर हो चुकी है। अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में भारी गिरावट आने के बावजूद सरकार आम लोगों को राहत देने के बजाय उनकी बचत पर लगातार नकेल कस रही है। कांग्रेस नेता ने कहा कि जब पश्चिम एशिया में युद्ध अपने चरम पर था, उस समय अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमत 138 अमेरिकी डॉलर प्रति बैरल तक पहुंच गई थी। उस समय देश में पेट्रोल 94.77 रुपये प्रति लीटर तथा डीजल 87.67 रुपये प्रति लीटर मिल रहा था, लेकिन आज जबकि कच्चे तेल की कीमत घटकर 70.71 अमेरिकी डॉलर प्रति बैरल रह गई है, तब भी केंद्र सरकार पेट्रोल 102.12 रुपये प्रति लीटर और डीजल 95.20 रुपये प्रति लीटर की दर से बेच रही है। उन्होंने सवाल किया कि जब कच्चा तेल लगभग आधे दाम पर आ चुका है तो जनता को उसका लाभ क्यों नहीं दिया जा रहा। शर्मा ने कहा कि सरकार लोगों को शोषण कर रही है।