हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, मंगलवार 6 अक्टूबर 2026

11 बंदी सिंहों की रिहाई को लेकर निकाला रोष मार्च



12 परमल धान की सरकारी खरीद शुरू, अब तक 884 एमटी खरीदा



दो पश्चिमी विक्षोभ बदलेगा प्रदेश का मौसम

कल से 9 अक्टूबर तक उत्तरी हरियाणा में हल्की बारिश की संभावना, 10 से 12 के बीच अधिकांश क्षेत्रों में बूंदाबांदी, तापमान में गिरावट के आसार

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

पिछले चार-पांच दिनों से पश्चिमी शुष्क हवाओं के कारण हरियाणा में बढ़ी गर्मी अब जल्द ही कम होने के आसार हैं। चौधरी चरणसिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार के कृषि मौसम विज्ञान विभाग ने प्रदेश में लगातार दो पश्चिमी विक्षोभों के आंशिक प्रभाव से मौसम में बदलाव की संभावना जताई है। इनके प्रभाव से अगले सप्ताह प्रदेश के कई हिस्सों में बादलवाही, तेज हवाओं, गरज-चमक और हल्की बारिश की गतिविधियां हो सकती हैं। एचएयू के कृषि मौसम विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ. मदन खीचड़ की ओर से 5 अक्टूबर को जारी मौसम बुलेटिन के अनुसार पश्चिमी शुष्क हवाओं के कारण पिछले चार-पांच दिनों से हरियाणा में दिन का तापमान सामान्य से 3 से 4 डिग्री सेल्सियस अधिक दर्ज किया गया है। वहीं रात का तापमान भी सामान्य से 2 से 3 डिग्री सेल्सियस अधिक बना हुआ है। इससे अक्टूबर की शुरुआत में दिन के समय गर्मी का असर बढ़ा है।

दिन का तापमान सामान्य से 3-4 डिग्री अधिक, गर्मी बढ़ी

9 अक्टूबर को दूसरा पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने की संभवना

पहले पश्चिमी विक्षोभ के बाद 9 अक्टूबर को एक और पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने की संभावना है। इसके आंशिक प्रभाव से 10 से 12 अक्टूबर के दौरान हरियाणा के ज्यादातर क्षेत्रों में आंशिक बादलवाही रहने के आसार हैं। इस दौरान हवाओं के साथ गरज-चमक और कहीं-कहीं हल्की बारिश हो सकती है। लगातार दो मौसम प्रणालियों के प्रभाव से तापमान में गिरावट आने की संभावना है। इससे दिन में बनी गर्मी से राहत मिलने के साथ सुबह और शाम के समय मौसम में ठंडक बढ़ सकती है।

बारिश के बाद फिर बदलेगी हवाओं की दिशा

मौसम विभाग के अनुसार 10 से 12 अक्टूबर के बीच मौसम में बदलाव के बाद प्रदेश में फिर से मौसम के खुश्क रहने की संभावना है। हवाओं की दिशा में भी बदलाव आएगा और उत्तर-पश्चिमी हवाएं चलने के आसार हैं। इन हवाओं के प्रभाव से बारिश की गतिविधियां समाप्त होने के बाद मौसम साफ होने लगेगा। उत्तर-पश्चिमी हवाओं के कारण आगे चलकर तापमान में और बदलाव देखने को मिल सकता है तथा सुबह और शाम के समय ठंडक का अहसास बढ़ने की संभावना रहेगी।



फतेहाबाद। शाम के समय मौसम में ठंडक के चलते पार्कों में पहुंचे लोग।

सात अक्टूबर की रात से मौसम में पहला बदलाव

मौसम विभाग के अनुसार पहला पश्चिमी विक्षोभ 7 अक्टूबर को पहाड़ी क्षेत्रों की तरफ बढने की संभावना है। इसके आंशिक प्रभाव से 7 अक्टूबर की रात से 9 अक्टूबर के दौरान मौसम में बदलाव आएगा। इस दौरान विशेषकर उत्तरी हरियाणा में हवाओं और गरज-चमक के साथ कहीं-कहीं हल्की बारिश होने की संभावना है। प्रदेश के अन्य क्षेत्रों में भी कुछ एक स्थानों पर छिटपुट बूंदाबांदी हो सकती है। हालांकि इस दौरान पूरे प्रदेश में व्यापक बारिश की संभावना नहीं है। मौसम गतिविधियां मुख्य रूप से स्थानीय स्तर पर ही देखने को मिल सकती हैं।

अभी गर्मी, अगले सप्ताह मौसम का बदलेगा मिजाज

पिछले कुछ दिनों से शुष्क पश्चिमी हवाओं के कारण हरियाणा में तापमान सामान्य से काफी अधिक चल रहा है। दिन में तेज गर्मी महसूस हो रही है, जबकि रात का तापमान भी सामान्य से ऊपर बना हुआ है। लेकिन अब लगातार दो पश्चिमी विक्षोभों के प्रभाव से मौसम में बदलाव की स्थिति बन रही है। 7 अक्टूबर की रात से शुरू होने वाला बदलाव 12 अक्टूबर तक अलग-अलग चरणों में दिखाई दे सकता है। इस दौरान कहीं हल्की बारिश तो कहीं बूंदाबांदी और गरज-चमक के साथ हवाएं चलने की संभावना है। बारिश और बादलवाही के प्रभाव से तापमान में गिरावट आएगी। इसके बाद मौसम खुश्क होने पर उत्तर-पश्चिमी हवाओं के चलने से अक्टूबर के दूसरे सप्ताह में सुबह और शाम की ठंडक धीरे-धीरे बढने के आसार हैं।

खबर संक्षेप

अनियंत्रित कार पेड़ से टकराई, एक की मौत

सिरसा। जिले के गांव बिज्जूवाली के समीप अनियंत्रि कार पेड़ से टकराई। हादसे में एक व्यक्ति की मौत हो गई, जबकि चार लोग घायल हो गए। घायलों को डबवाली के नागरिक अस्पताल में ले जाया गया, जहां चिकित्सकों ने आनंद कुमार को मृत घोषित कर दिया।

श्री श्याम कार्तिक मेला महोत्सव को लेकर चर्चा

सिरसा। नोहरिया बाजार स्थित श्री श्याम मंदिर में आयोजित होने वाले श्री श्याम कार्तिक मेला महोत्सव को लेकर मंदिर परिसर में श्री लखदातार उत्सव समिति की एक महत्वपूर्ण बैठक हुई। मंदिर के सह संरक्षक तेजपाल शर्मा की मौजूदगी में आयोजित बैठक में मेले की तैयारियों, धार्मिक कार्यक्रमों और श्रद्धालुओं की सुविधाओं को लेकर विस्तार से चर्चा की गई। मेला महोत्सव के दौरान बाबा श्याम की भव्य रथयात्रा निकाली जाएगी।

मांगों को लेकर सीएम से मिलेंगे नंबरदार

सिरसा। नंबरदार एसोसिएशन की बैठक सोमवार को जिला प्रधान जगजीत सिंह व तहसील प्रधाान राजेंद्र कुमार की अध्यक्षता में हुई। इस बैठक में नंबरदारों ने अपने-अपने सुझाव रखे। सभी ने सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि इस बार मुख्यमंत्री जब ग्रीवेंस कमेटी की मीटिंग लेने सिरसा आएंगे तो नंबरदार उनसे मुलाकात करेंगे और अपनी लंबित मांगों बारे उन्हें अवगत करवाएंगे।

चोरीशुदा मोटरसाइकिल सहित आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने बाइक चोरी के मामले को सुलझाते हुए एक आरोपी को चोरीशुदा बाइक सहित काबू किया है। एबीवीटी स्टाफ प्रभारी ने बताया कि गांव जमाल निवासी इकबाल खान ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि बीती 25 अगस्त को उसकी बाइक सिरसा के डबवाली रोड से चोरी हो गई। पुलिस ने शिकायत के आधार पर जांच शुरू की।

डीएपी की किल्लत और कालाबाजारी के आरोपों पर भड़का गुस्सा

खाद के लिए सड़क पर उतरे किसान, भट्टू में किया रोड जाम, दो घंटे ठप रहा यातायात

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद/भट्टूकलां

रबी फसलों की बिजाई शुरू होने से पहले ही डीएपी खाद को लेकर संकट गहरा गया है। खाद की किल्लत, कालाबाजारी के आरोप और धान खरीद की व्यवस्था से नाराज किसानों का गुस्सा सोमवार को सड़क पर फूट पड़ा। अखिल भारतीय किसान सभा के आह्वान पर सैकड़ों किसानों ने भट्टूकलां में फतेहाबाद रोड पर चक्का जाम कर दिया। किसान सड़क पर बैठ गए, जिसके चलते फतेहाबाद-भट्टूकलां मार्ग पर करीब दो घंटे तक यातायात ठप रहा। शहर थाना प्रभारी वीर सिंह और नायब तहसीलदार हरीश कुमार ने किसानों से बातचीत कर जाम खुलवाने का प्रयास किया। किसानों ने खाद की उपलब्धता सुनिश्चित करने, कालाबाजारी पर रोक लगाने और धान खरीद की शर्तों को सरल करने की मांग रखी। बाद में किसानों ने मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन नायब तहसीलदार को सौंपा। इफ्को किसान सेवा केंद्र के कर्मचारियों के अनुसार खाद वितरण वाले आधिकारिक सॉफ्टवेयर में तकनीकी खराबी आने से नए बैच नंबर और किसानों का आवश्यक डाटा अपडेट नहीं हो पा रहा था। इसके चलते पर्चियां जारी करने और खाद वितरण की प्रक्रिया रुक गई। तकनीकी खराबी के कारण किसानों को खाद के लिए लंबा इंतजार करना पड़ा।





भट्टूकलां। फतेहाबाद रोड पर जाम लगाते किसान व रोड जाम के दौरान अधिकारी को ज्ञापन सौंपते किसान नेता। फोटो: हरिभूमि

खाद वितरण केंद्रों पर भीड़

रबी सीजन की बिजाई का समय नजदीक आने के साथ डीएपी की मांग अचानक बढ़ गई है। आलू और सरसों की बिजाई के लिए किसानों को तत्काल खाद की जरूरत है, जबकि गेहूं की बिजाई के लिए भी अगले महीने डीएपी की मांग बढ़ेगी। ऐसे में किसान पहले से खाद जुटाने के लिए बिक्री केंद्रों और सहकारी समितियों के चक्कर लगा रहे हैं। सोमवार को भी खाद केंद्रों के बाहर सुबह से ही किसानों की कतारें लग गईं। कई किसानों को घंटों इंतजार के बावजूद खाद नहीं मिल सकी।

थाने में लगवानी पड़ी किसानों की लाइन

प्रदर्शन और जाम के बाद प्रशासन की ओर से किसानों को खाद उपलब्ध करवाने की व्यवस्था की गई। पुलिस स्टेशन में किसानों की लाइन लगवाकर खाद का वितरण कराया गया। खाद लेने के लिए किसानों की भीड़ को नियंत्रित करने में पुलिस को भी व्यवस्था संभालनी पड़ी। यह स्थिति खाद वितरण व्यवस्था पर बड़ा सवाल खड़ा करती है कि जब रबी बिजाई का सीजन सिर पर है, तब किसानों को खाद लेने के लिए सड़कों पर उतरने और पुलिस स्टेशन तक पहुंचने की नौबत क्यों आई।

धान खरीद के साथ खाद संकट ने बढ़ाई परेशानीः *एक ओर किसान मंडियों में धान की खरीद और उठान को लेकर परेशान हैं, वहीं दूसरी ओर रबी सीजन की बिजाई के लिए डीएपी की उपलब्धता चिंता बढ़ा रही है। किसानों के सामने इस समय धान बेचने और अगली फसल के लिए खाद जुटाने की दोहरी चुनौती है। सोमवार का चक्का जाम इसी बढ़ते दबाव का परिणाम रहा।*



फतेहाबाद। लाखों की हेरोइन सहित पकड़े गए तस्कर। फोटो: हरिभूमि

56 लाख की हेरोइन के साथ दो तस्कर गिरफ्तार

- हिसार सप्लाई की जाना था नशा पुलिस ने चेकिंग के दौरान पकड़ा

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

एंटी नारकोटिक्स सेल फतेहाबाद की टीम ने फतेहाबाद में अकांवाली बाईपास पुल के नीचे कार्रवाई करते हुए करीब 56 लाख रुपये अंतरराष्ट्रीय बाजार मूल्य की 281 ग्राम हेरोइन सहित एक महिला व युवक को गिरफ्तार किया है।

मामले की जानकारी देते हुए यातायात डीएसपी जय सिंह ने बताया कि एएनसी प्रभारी उपनिरीक्षक वेदपाल के नेतृत्व में पुलिस टीम गश्त व चेकिंग के दौरान मौजूद थी। इसी दौरान गुप्त सूचना के आधार पर पुलिस ने अकांवाली बाईपास पुल के पास घेराबंदी की और हिसार के गांव पीरांवाली निवासी हर्षदीप उर्फ बग्गा तथा गुरु के कोठे, रामपुरा फूल, बठिंडा निवासी शरणजीत कौर उर्फ काजल को धर दबोचा।

मामला दर्ज

डीएसपी ने बताया कि नियमानुसार ली गई तलाशी के दौरान दोनों के कब्जे से 281 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। शुरुआती पूछताछ में खुलासा हुआ है कि बरामद हेरोइन की खेप हिसार के पीरावाली क्षेत्र में सप्लाई की जानी थी। पुलिस ने दोनों आरोपियों के खिलाफ थाना सदर फतेहाबाद में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। डीएसपी जय सिंह ने स्पष्ट किया कि पुलिस अब इस बात का पता लगा रही है कि यह हेरोइन कहां से लाई गई थी और हिसार में इसे किसे डिलीवर किया जाना था। उन्होंने कहा कि फतेहाबाद पुलिस नशे के कारोबार में शामिल पूरे नेटवर्क को ध्वस्त करने के लिए प्रतिबद्ध है। नशे के कारोबार से जुड़े मुख्य सप्लायरों, खरीदारों और अन्य साथियों की पहचान कर उनके खिलाफ भी सख्त कानूनी कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

नो-पार्किंग में खड़े वाहनों पर शिकंजा

- मौके पर यातायात व्यवस्था को सुचारू करवाया

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

शहर में यातायात व्यवस्था को सुचारू, सुरक्षित एवं व्यवस्थित बनाए रखने तथा अवैध पार्किंग के कारण आमजन को होने वाली परेशानी से निजात दिलाने के उद्देश्य से ट्रैफिक पुलिस फतेहाबाद द्वारा लगातार निगरानी एवं प्रभावी कार्रवाई की जा रही है। इसी कड़ी में कोर्ट गेट फतेहाबाद के बाहर नो-पार्किंग क्षेत्र में कारें व अन्य वाहन गलत तरीके से खड़े किए जाने के कारण यातायात बाधित होने और जाम की स्थिति बनने पर ट्रैफिक पुलिस ने सख्ती दिखाते हुए मौके पर यातायात व्यवस्था को सुचारू करवाया। पुलिस टीम ने नो-पार्किंग क्षेत्र में खड़े वाहनों को हटवाया तथा वाहन चालकों को निर्धारित स्थान पर ही वाहन खड़ा करने की हिदायत दी। यातायात पुलिस फतेहाबाद की टीमें शहर के प्रमुख चौक-चौराहों, भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों तथा नो-पार्किंग जोन में लगातार निगरानी रख रही हैं।



नो पार्किंग में खड़ी गाड़ियां।

सहयोग जरूरी

ट्रैफिक पुलिस ने आमजन से अपील की है कि वे यातायात नियमों का पालन करें, वाहन केवल निर्धारित पार्किंग स्थल पर ही खड़ा करें, नो-पार्किंग क्षेत्र में वाहन न लगाएं तथा सड़क पर अनावश्यक रुकावट पैदा न करें। अधिकारियों ने कहा कि यातायात व्यवस्था को बेहतर एवं सुरक्षित बनाए रखना सभी की सामूहिक जिम्मेदारी है और आमजन का सहयोग सड़क सुरक्षा के लिए बेहद जरूरी है।

विधवा महिला की फैमिली आईडी में पांच अंजान व्यक्तियों के नाम जुड़े

सिरसा। शहर में परिवार पहचान पत्र से जुड़ा एक गंभीर मामला सामने आया है। वार्ड नंबर 20 निवासी विधवा सुनीता की फैमिली आईडी में कथित तौर पर उसके परिवार के सदस्यों के अलावा पांच अंजान व्यक्तियों के नाम जोड़ दिए गए। महिला का कहना है कि उसके परिवार में वह और उसका बेटा, यानी केवल दो सदस्य हैं, इसके बावजूद उनके परिवार पहचान पत्र में पांच अन्य अंजान व्यक्तियों के नाम दर्ज हो गए। इस मामले को लेकर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी को लिखित शिकायत भेजकर पूरे मामले की निष्पक्ष जांच करवाने और पीड़ित महिला के परिवार पहचान पत्र को जल्द दुरुस्त करवाने की मांग की है।

मिड-डे-मील कर्मियों ने दिया धरना

- प्रशासनिक अधिकारियों को मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

आशा वर्कर्स, मिड-डे-मील व आंगनवाड़ी वर्करों ने प्रदर्शन करते हुए सोमवार को प्रशासनिक अधिकारियों को मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। मिड-डे-मील वर्कर्स यूनियन की राज्य प्रधान राजरानी, आशा वर्कर्स यूनियन से दर्शना रानी, सीटू के नेता विजय ढुकड़ा, आंगनबाड़ी यूनियन की नेता प्रमिला चौधरी ने कर्मचारियों को संबोधित किया। राज्य प्रधान राजरानी ने बताया कि मिड डे मील वर्कर्स ने 4 अगस्त 2026 को कुरूक्षेत्र में हजारों की संख्या में पंहुचकर अपनी मांगों व समस्याओं बारे प्रदर्शन किया था। कुरूक्षेत्र उपायुक्त द्वारा हमें सूचित किया गया था कि आपकी अध्यक्षता में विभागीय अधिकारियों के साथ 17 अगस्त को वार्ता होगी, लेकिन आज तक वार्ता नहीं हुई है। जिला उपायुक्त कुरूक्षेत्र ने हमें बार-बार आश्वासन दिया है, लेकिन अभी तक आपसे वार्ता का समय नहीं मिला है। मिड डे मील वर्कर्स आपसे अनुरोध करते हैं कि हमारी मांगों पर वार्ता का दिन और समय निर्धारित किया जाए। इस मौके पर जिला प्रधान संतोष रानी, कृष्णारानी, नीतू रानी, निर्मला रानी, किरणा रानी, ममता रानी, ज्ञान-विज्ञान समिति से ललित सोलंकी आदि मौजूद रहे।



सिरसा। मांगों को लेकर प्रदर्शन करते हुए मिड-डे-मील कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

लाखों रुपये की हेरोइन बरामद, तस्कर गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

पुलिस ने रानियां क्षेत्र से मोटरसाइकिल सवार एक युवक को लाखों रुपए की 29 ग्राम 29 मिलीग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान गुरप्रीत सिंह निवासी गांव चकसाहिब, जिला सिरसा के रूप में हुई है। सीआईए ऐलनाबाद प्रभारी ने बताया कि पुलिस टीम कुत्ताबढ़ रोड ओटू रानियां क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान सामने से एक युवक बाइक पर आता दिखाई दिया। पुलिस की गाड़ी को देखकर युवक ने अचानक बाइक वापस मोड़ ली और वहां से निकलने का प्रयास किया। पुलिस टीम को उसकी गतिविधि संदिग्ध लगी, जिस पर पीछा कर उसे काबू कर लिया गया। पुलिस ने नियमानुसार राजपत्रित अधिकारी की मौजूदगी में आरोपी की तलाशी ली।



हेरोइन के साथ पकड़ा गया आरोपी।

धर्म-कर्म अंग्रेजों के जमाने से फतेहाबाद में हो रहा है ऐतिहासिक चिल्ली वाली रामलीला का मंचन

1928 में हुई थी शुरू, चिल्ली वाली रामलीला को देखने उमड़ता है शहर

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

फतेहाबाद की पुरानी तहसील चौक में स्थित श्रीराम सेवा समिति धर्मशाला में आजादी से पहले से ही रामलीला का मंचन किया जा रहा है। यह रामलीला आसपास के क्षेत्रों की सबसे ऐतिहासिक रामलीला है और लगातार 99 सालों से रामलीला चल रही है। रामलीला के लिए कलाकार व वॉलंटियर एक माह पहले से तैयारियां आरंभ कर देते हैं। इस बार 14 अक्टूबर से इस ऐतिहासिक रामलीला का मंचन आरंभ होगा। फतेहाबाद की पुरानी तहसील चौक में होने वाली रामलीला पूरे क्षेत्र में चिल्ली वाली रामलीला के नाम से प्रसिद्ध है। इस रामलीला की शुरुआत 1928 में पंडित सूरजभान ने की थी। तब संसाधन कम थे, लेकिन पंडित सूरजभान व उनके साथियों ने कड़ी मेहनत की और 99 साल से यह रामलीला लगातार चल रही है। इस बार 99वीं रामलीला 14 अक्टूबर से शुरू हो रही है। रामलीला के आयोजन में आज तक कोई व्यवधान नहीं पड़ा और लोग भक्ति भाव से इसको देखते हैं। रामलीला के कलाकारों के लिए दिल्ली से स्पेशल पोशाकें लेकर आई जाती हैं। पहले दिन गणपति पूजन के बाद भगवान श्री राम का जन्म और दशहरे तक रावण वध तक का मंचन किया जाता है। रामलीला में सबसे अधिक लोकप्रिय दृश्य चाची ताडक़ा वध, सीता स्वयंवर, लक्ष्मण-परशुराम संवाद, भगवान हनुमान का अवतार व हनुमान द्वारा वाटिका को नष्ट करना है।



फतेहाबाद। चिल्ली वाली रामलीला को लेकर रिहर्सल करते कलाकार। (फाइल फोटो)

120 कलाकारों की टीम कर रही है अभ्यास

चिल्ली वाली रामलीला की तैयारियां एक माह पहले आरंभ कर दी जाती है। इस दौरान रामलीला के कलाकार अपने डॉयलाग आदि की रिहर्सल करते हैं। इस बार भी झंडा रस्म के साथ ही कलाकारों ने रिहर्सल शुरू कर दी है। वर्षों तक रामलीला के डायरेक्टर रहे विनोद गर्ग नानू की कमी इस बार खलेगी। विनोद गर्ग नानू की कुछ माह पहले ही अकस्मात मौत हो गई थी। इस बार नानू गर्ग के लडके अमित गर्ग हनुमान की भूमिका में अपने पिता की छाप छोडेंगे जबकि शंकर बंसल व गौरव बंसल डायरेक्टर की भूमिका में नजर आएंगे। ग्रुप के दूसरे सदस्यों को रामलीला की स्टेज की सजावट व अन्य कामों को सौंपा गया है।

दूर-दराज से आते है लोग

पिछले 99 सालों से चिल्ली वाली रामलीला का आयोजन किया जा रहा है। यह क्षेत्र की ऐतिहासिक रामलीलाओं में से एक है और क्षेत्र में सबसे पुरानी है। इस रामलीला की काफी मान्यता है और दूर-दराज से भी लोग यहां पर आते हैं। इस बार विनोद गर्ग नानू की कमी महसूस होगी। पहले दिन विनोद गर्ग को श्रद्धांजली दी जाएंगी। उसके बाद रामलीला का मंचन शुरू होगी। रामलीला के मंचन को लेकर सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। -धर्मपाल बुढलाडिया, प्रधान श्रीराम सेवा समिति फतेहाबाद

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

हरिभूमि

सहेली

रोहतक, मंगलवार
6 अक्टूबर, 2026



स्पेशल : इंटरनेशनल गर्ल चाइल्ड-डे, 11 अक्टूबर

राष्ट्रीय हो या अंतरराष्ट्रीय, बालिकाओं की स्थिति बहुत चिंताजनक है। वे कुपोषण का शिकार हैं, शिक्षा नहीं हासिल कर सकतीं, उनका बाल विवाह हो रहा है, भ्रूण हत्याएं जारी हैं। वे हिंसा का शिकार होती हैं। कानूनी अधिकारों से वे वंचित हैं। सबसे अधिक दुखदायी स्थिति है बेटियों के साथ सामाजिक और पारिवारिक भेदभाव। दुनिया की सभी बालिकाएं अपना हक पाएं, सुखी जीवन हासिल करें, इसके लिए बहुत जरूरी है, वैश्विक स्तर पर साझे प्रयास किए जाएं।

दुनिया भर में कायम है बेटियों की जद्दोजहद

कवर स्टोरी
डॉ. मोनिका शर्मा

किसी भी देश या समाज की दशा-दिशा के मुताबिक बेटियों के जीवन से जुड़ी परिस्थितियां भी बदल जाती हैं। दुनिया का कोई भी कोना हो, बच्चियों को असहज करने वाली बातों और हालातों में फर्क आ ही जाता है। हर जगह बड़ी होती लाडलियों के सामने आने वाली समस्याओं में भी अंतर होता है। आगे बढ़ने और अपने सपने साकार करने में आने वाली अड़चनों से जुड़ी शिकायतें भी थोड़ी भिन्न होती हैं। इतना ही नहीं, आम-सी जिंदगी जीने की सहजता भी संसार के हर कोने में एक-सी नहीं है। हर परिवेश में बेटियों के हिस्से आई सुविधाएं और दुविधाएं अलग-अलग होती हैं। यहां तक कि जन्म लेने से पहले ही उनका जीवन छीन लेने की स्थितियां भी दुनिया के कई हिस्सों की अजन्मी बेटियों को झेलनी पड़ती हैं। कुल मिलाकर देखा जाए तो पीड़ाओं का रंग-ढंग भले अलग हो, दुनिया के हर भू-भाग में बेटियों को बहुत-सी तकलीफों से जूझना ही पड़ता है। अनकहा-सा दबाव और बंदिशें उनके हिस्से आती ही हैं। इसी के चलते आज भी दुनिया भर में बेटियों की जद्दोजहद कायम है।

ग्लोबल लेवल पर समस्याएं

आज भी बेटियों की जद्दोजहद किसी एक देश तक सीमित नहीं है। सुरक्षा और सम्मान से जुड़े विपरीत हालात वैश्विक स्तर पर देखे जा सकते हैं। बाल विवाह हो या अशिक्षा, भ्रूणहत्या हो या कुरीतियां। किसी न किसी रूप में बेटियों के जीवन का दंश बना हुआ है। विकसित देशों से लेकर आर्थिक-सामाजिक रूप से पिछड़े देशों तक, कहीं जागरूकता की कमी है, तो कहीं अति आधुनिक विचार बेटियों के जीवन को मुसीबत में डाल रहे हैं। वैश्विक स्तर पर लड़कियों के सामने शिक्षा की कमी, सामाजिक-पारिवारिक भेदभाव, कुपोषण, हिंसा और कानूनी अधिकार पाने से जुड़ी अनगिनत चुनौतियां कायम हैं। ऐसी बहुत-सी चुनौतियों को संबोधित करने के लिए ही अंतरराष्ट्रीय बालिका दिवस मनाया जाता है। यह खास दिन दुनिया भर की लड़कियों को उनके हक दिलाने और सशक्तिकरण को बढ़ावा देने से जुड़ा है। इस दिन आगे बढ़ती बेटियों के योगदान का ग्लोबल उत्सव भी मनाया जाता है। बेटियों के सशक्त स्वर, उनके प्रभावी कार्यों और नेतृत्व क्षमता की चर्चा होती है। विशेष रूप से बेटियों की परवाह करने वाले लोग हर उस मोर्चे पर अवेयरनेस लाने का प्रयास करते हैं, जो उनके जीवन को सहज बना सके। संसार के हर कोने में समस्याओं का सामना करती बालिकाओं के लिए अपने अधिकार पाने और मन-जीवन से जुड़ी चुनौतियों का डटकर सामना करने का परिवेश बना सकें।



मिले बाल विवाह के दंश से मुक्ति

साल 2026 के लिए इंटरनेशनल गर्ल चाइल्ड-डे की थीम 'एंड चाइल्ड मैरिज एंड इंवेस्ट इन गर्ल्स राइट्स' है। यह विषय लड़कियों के अधिकारों के लिए आवाज उठाने वाले ऑर्गनाइजेशंस, दुनिया भर के आम नागरिकों और यूएन के पार्टनर्स द्वारा मिलकर तय किया गया है। यह मुहिम साझे प्रयासों से बाल विवाह को खत्म करने, लड़कियों के अधिकारों को बल देने और फाइनेंशियल कॉन्ट्रिब्यूशन करने के लिए सक्रियता से काम करने का उद्देश्य लिए है। बाल विवाह हमारे देश में ही नहीं, दुनिया भर में बेटियों के जीवन के लिए दंश बना हुआ है। हर साल विश्व में एक करोड़ बारह लाख लड़कियों की चाइल्ड मैरिज होती है। दुनिया के कई देशों में बेटियों की शादी एडल्ट होने से पहले ही करा दी जाती है। समझना कठिन नहीं, बाल विवाह के बाद जेंडर वॉयलेंस, कुपोषण, कम उम्र में मां बनने से प्रेग्नेंसी के कॉम्प्लिकेशन जैसी स्थितियां लड़कियों के हिस्से आती हैं।

आंकड़े बताते हैं कि लगभग हर चार में से एक 15-19 वर्ष की लड़की ने अपने जीवनकाल में इंटीमेट पार्टनर की हिंसा झेली होती है। वैश्विक स्तर पर टीनएजर्स के एचआईवी संक्रमण के नए केसेस में 75 प्रतिशत लड़कियां होती हैं। इन स्थितियों में लड़कियों का सम्मान और स्वास्थ्य दोनों चोटिल होते हैं। पढ़ाई छूट जाती है। भविष्य बनाने के सपने टूट जाते हैं। सुखद है कि हमारे देश में अब बाल विवाह में कमी आई है। बेटियों का जीवन सहेजने के लिए बाल विवाह को लेकर वैश्विक स्तर पर जागरूकता लाना और पारिवारिक स्तर पर जवाबदेही तय करना आवश्यक है।

आशाओं को मिले संबल

यूनिसेफ की एक रिसर्च के अनुसार अनगिनत चुनौतियों से जूझने के बावजूद दुनिया भर की लड़कियां बेहतर भविष्य के लिए आशान्वित और दृढ़ संकल्पित हैं। ग्लोबल लेवल पर बहुत-सी बालिकाएं सुरक्षित, सशक्त बनने के विजन को लेकर आगे बढ़ रही हैं। उनकी आशाओं को संबल देने की जरूरत है।



कई समस्याओं का सामना कर रही हैं बालिकाएं

आमतौर पर यह मान लिया जाता है कि विकसित देशों में लड़कियों का जीवन बहुत सहज-सुविधाजनक है। जबकि आर्थिक रूप से संपन्न इन देशों में भी कई सामाजिक-पारिवारिक बंधन लड़कियों के हिस्से हैं। इतना ही नहीं, तकनीकी तरक्की के चलते इन देशों में लड़कियां साइबर बुलिंग की शिकार बनती हैं। टूटते परिवारों वाले आधुनिक समाज में बहुत-सी बच्चियां अकेलापन और एंग्जायटी भी झेलती हैं। कुछ समय पहले आई सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन की रिपोर्ट के अनुसार अमेरिका की 60 फीसदी लड़कियों ने लगातार उदास और हताश रहने की शिकायत की थी। इसी रिपोर्ट के मुताबिक अमेरिका की हर दस में एक से ज्यादा लड़की ने बताया कि उसे यौन धमकियां मिलीं और यौन संबंधों के लिए मजबूर किया गया। समझना मुश्किल नहीं कि दुनिया का कोई भी देश हो, बिखरी मनःस्थिति में बच्चियों का आपराधिक सोच वाले लोगों के जाल में फंसना बहुत आसान होता है। विकसित देशों में सिंगल पैरेंट के साथ बड़ी होती बेटियों में भावनात्मक असुरक्षा बहुत अधिक होती है। अमेरिका जैसे देश में भी जेंडर पे गैप की स्थितियां मौजूद हैं।

जो बिना कहे साथ निभाए वही है सच्चा रिश्ता

रिश्ते सिर्फ यह कह देने से 'हम आप से बहुत प्यार करते हैं' साबित नहीं होते, बल्कि उन अनकहे शब्दों से भी पहचाने जाते हैं, जब कोई बिना कुछ कहे साथ खड़ा रहता है, मुश्किल घड़ी में संबल बनता है। प्यार की असली खूबसूरती शब्दों से अधिक भरोसे में छिपी होती है। सच्चे रिश्ते की यही पहचान है।

रिलेशनशिप
वीरेंद्र बहादुर सिंह



अकसर आपने देखा होगा कि कुछ लोग हर समय प्यार और अपनेपन का इजहार तो करते रहते हैं, लेकिन मुश्किल समय में साथ नहीं दिखते। वहीं कुछ लोग कभी बड़े-बड़े वादे नहीं करते, लेकिन जरूरत पड़ने पर आपके साथ खड़े होते हैं। सच यही है कि सच्चे रिश्तों की पहचान शब्दों से नहीं, व्यवहार से होती है।

आकर्षण से ज्यादा विश्वास-अपनत्व है जरूरी: किसी नए रिश्ते की शुरुआत प्रायः किसी न किसी आकर्षण से होती है। हर आकर्षण के पीछे कोई न कोई वजह होती है। किसी का स्वभाव, व्यक्तित्व या समझदारी हमें उसकी ओर खींचती है। समय के साथ यदि ये वजहें बदलने लगें तो आकर्षण भी कम हो सकता है। लेकिन रिश्ता अगर केवल आकर्षण पर नहीं, विश्वास और अपनत्व पर टिका हो, तो वह लंबे समय तक बना रहता है।



'आई लव यू' के साथ जुड़ी होती हैं उम्मीदें: जब कोई 'आई लव यू' या 'मैं तुमसे करती हूं/प्यार करता हूं' कहता है, तो उसके साथ कई अनकही उम्मीदें भी जुड़ी होती हैं। साथ निभाना, परवाह करना, मुश्किल समय में साथ खड़ा रहना और भावनाओं को समझना, ये सब प्रेम का हिस्सा हैं। परेशानी तब शुरू होती है, जब इन उम्मीदों/अपेक्षाओं पर कभी खुलकर बात ही नहीं होती।

अनकही शिकायतों से बढ़ती है रिश्तों में दूरी: अधूरी उम्मीदें धीरे-धीरे शिकायतों का रूप ले लेती हैं। इन शिकायतों को जल्द से जल्द आपसी बातचीत और समझदारी से हल किया जाना जरूरी है। शिकायतों को मन में दबाए रखने से सामने वाले को अपनी बात स्पष्ट करने का मौका नहीं मिलता। इससे रिश्ते में नाराजगी और गलतफहमी का जाल फैलता जाता है, दूरी बढ़ने लगती है। रिश्तों में सबसे बड़ा संकट तब आता है, जब मन की बात मन में ही रह जाती है।

छोटी-छोटी गलतफहमियों से टूटते हैं रिश्ते: अधिकांश रिश्ते किसी एक बड़ी घटना से नहीं टूटते। वे छोटी-छोटी गलतफहमियों, गलत धारणाओं और संवाद की कमी से कमजोर होकर टूट जाते हैं। यदि हर छोटी बात या गलतफहमी को बढ़ा-चढ़ाकर देखा जाए, तो प्रेम की जगह अविश्वास घर कर लेता है। कई बार यह अविश्वास रिश्ते के टूटने का कारण बन जाता है।

सच्चे प्रेम को प्रमाण की जरूरत नहीं होती: जो व्यक्ति आपको दिल से चाहता है, उसका अपनापन आपको स्वतः महसूस हो ही जाता है। वह चाहे कम बोले, लेकिन उसके व्यवहार में उसका प्रेम दिखाई देता है। उसी तरह जो केवल दिखावे का रिश्ता निभा रहा हो, उसकी सच्चाई भी समय के साथ स्पष्ट हो ही जाती है।

जताने से ज्यादा जरूरी है निभाना: जीवन में सबसे अनमोल रिश्ता वही होता है, जहां दिखावे से अधिक विश्वास हो, शब्दों से अधिक संवेदनाएं हों और वादों से अधिक साथ निभाने का साहस हो। आखिरकार, सच्चे रिश्ते बोलते नहीं, महसूस होते हैं।

खत्म नहीं होता सच्चा रिश्ता: लोग अलग हो सकते हैं, लेकिन रिश्तों की यादें, सीख और भावनाएं हमेशा साथ रहती हैं। कोई भी सच्चा रिश्ता समाप्त नहीं होता, समय के साथ केवल उसका स्वरूप बदल जाता है।

हर किसी के लिए 'मी टाइम' जरूरी है, पति- पत्नी के लिए भी, क्योंकि शादी के बाद दोनों अपनी रुटीन लाइफ में इतने ज्यादा बिजी हो जाते हैं कि उनके पास अपने लिए कोई समय नहीं होता। जीवन में हमेशा एक ताजगी बनी रहे, इसके लिए जरूरी है 'मी टाइम'।

क्या 'मी टाइम' शादीशुदा लोगों के लिए भी जरूरी है?

मैरिड लाइफ
नैंसी गुप्ता

शादी के बाद जिंदगी में जिम्मेदारियां बढ़ जाती हैं। घर-परिवार, बच्चों की देखभाल, नौकरी और सामाजिक जिम्मेदारियों के बीच कई दंपती अपनी पसंद और जरूरतों के लिए समय निकालना भूल जाते हैं। खासकर रोजमर्रा की व्यस्त जिंदगी में व्यक्ति का पूरा ध्यान दूसरों की जरूरतें पूरी करने में लग जाता है। ऐसे में खुद के लिए समय निकालना यानी 'मी टाइम' मानसिक और भावनात्मक संतुलन बनाए रखने में मदद करता है। अकेले समय बिताने का मतलब परिवार से दूरी बनाना नहीं होता, बल्कि यह खुद को समझने और अपने भीतर एक नई ऊर्जा जुटाने का अवसर होता है। जी हां, शादीशुदा लोगों के लिए भी 'मी टाइम' बहुत जरूरी है। इसे स्वस्थ रिश्ते और बेहतर जीवनशैली का हिस्सा समझना चाहिए।



खुद के लिए समय निकालना क्यों जरूरी : शादी के बाद अकसर व्यक्ति की प्राथमिकताएं बदल जाती हैं। घर और परिवार की जरूरतों को पूरा करते-करते अपनी पसंद, आराम और रुचियों के लिए समय कम बचता है। लगातार व्यस्त रहने से थकान और चिड़चिड़ापन महसूस होने लगता है। रोजाना कुछ समय अपने लिए निकालने से व्यक्ति को मानसिक रूप से आराम मिलता है, वह अपनी जरूरतों पर ध्यान दे पाता है। यह समय बहुत लंबा हो यह जरूरी नहीं है। दिन में 20-30 मिनट आसानी से अपने लिए निकाले जा सकते हैं।



'मी टाइम' का मतलब अकेले रहना नहीं: कई लोगों को लगता है कि 'मी टाइम' का अर्थ परिवार से अलग रहना या जिम्मेदारियों से बचना है, ऐसा बिल्कुल नहीं है। 'मी टाइम' का मतलब अपनी पसंद का कोई काम करना होता है, जैसे कोई किताब पढ़ना, पेंटिंग करना, संगीत सुनना, टहलना, पौधों की देखभाल करना, योग करना या शांत बैठकर चाय पीना भी 'मी टाइम' का हिस्सा है। जरूरी यह है कि इस दौरान व्यक्ति खुद को मानसिक रूप से आराम देने वाली गतिविधि करे, उसे एक सुकून महसूस हो।

शादीशुदा रिश्ते के लिए भी फायदेमंद: पति-पत्नी का हर समय साथ रहने का मतलब यह नहीं होता कि उन्हें हर काम साथ ही करना चाहिए। दोनों को अपनी व्यक्तिगत पसंद और रुचियों के लिए भी एक स्पेस मिलनी चाहिए। जब व्यक्ति खुद के लिए समय निकालता है तो वह अधिक तरोताजा महसूस करता है। इससे छोटी-छोटी बातों पर होने वाली झुंझलाहट कम करने में मदद मिलती है। हमें यह समझना चाहिए कि स्वस्थ रिश्ते में साथ समय बिताने के साथ-साथ एक-दूसरे के पर्सनल स्पेस का सम्मान करना भी जरूरी है। यह दांपत्य जीवन में मधुरता बनाए रखता है।

अपनी रुचि को फिर से पहचानें: शादी और परिवार की जिम्मेदारियों के बीच कई लोग अपनी पुरानी हॉबी छोड़ देते हैं। किसी को पेंटिंग पसंद होती है, किसी को डांस या फिर पढ़ना-लिखना, लेकिन समय न मिलने के कारण ये रुचियां पीछे छूट जाती हैं। 'मी टाइम' अपनी पुरानी रुचियों को फिर से जिंदगी में शामिल करने का मौका देता है।

हर समय परिवार के लिए उपलब्ध रहना जरूरी नहीं: परिवार के सदस्यों की जरूरतों का ध्यान रखना बहुत अच्छी बात है, लेकिन इसका अर्थ यह नहीं कि व्यक्ति को हर समय उपलब्ध रहना ही चाहिए। लगातार काम करते रहने से थकान बढ़ जाती है। इसलिए घर में सभी सदस्यों को एक-दूसरे की जरूरतो का ध्यान रखना चाहिए।

अगर कोई व्यक्ति कुछ समय शांत रहना चाहता है या अपनी पसंद का कोई काम करना चाहता है, तो इसे गलत समझने के बजाय उसकी जरूरत के रूप में देखना चाहिए।

(लाइफस्टाइल एक्सपर्ट श्वेता गुप्ता से बातचीत पर आधारित)

घर पर ऐसे करें हेयर कलर



हेयर केयर
शहनाज हुसैन, कॉस्मेटोलॉजिस्ट

आजकल महिलाओं में बालों को कलर करने का ट्रेंड बहुत देखने को मिल रहा है। जहां पहले सिर्फ सफेद बालों को काला करने के लिए कलर किया जाता था। लेकिन अब महिलाएं काले बालों को ग्लैमरस लुक देने के लिए भी उन्हें कलर करवा रही हैं। लेकिन केमिकल वाले कलर्स से बालों को नुकसान भी पहुंचता है। इसलिए बालों को नेचुरल कलर से रंगना चाहिए।

नेचुरल हेयर कलर: आजकल प्राकृतिक तत्वों और सब्जियों से बने कलर्स भी 'हेयर मस्कारे' के रूप में उपलब्ध हैं। हेयर मस्कारा कुछ हद तक क्रेयॉन की तरह होते हैं, जो बालों को 'स्ट्रीक' करने के लिए किए जाते हैं। यह काफी प्रभावी रूप से सफेद बालों को छिपाते हैं। ये बालों को ग्लैमरस लुक देते हैं और सामान्य बालों से अलग लुक देने में भी मदद करते हैं। इसका मुख्य लाभ यह है कि ये बालों की संरचना और बनावट को होने वाले नुकसान से बचाते हैं।



ऐसे बनाएं हेयर कलर: हालांकि बाजार में हर्बल उत्पादों से बने नेचुरल कलर तो मिल जाते हैं लेकिन ये थोड़े महंगे होते हैं। आप चाहें तो इन्हें घर पर भी बना सकती हैं। कलर पेस्ट बनाने के लिए गुनगुने पानी में मेहंदी और कत्था जैसे नेचुरल कलरेंट मिलाएं। इसके बाद रबर के दस्ताने पहनकर समान रूप से ऊपर से नीचे तक बालों पर लगाएं। 3 घंटे के लिए रंग लगा हुआ छोड़ दें। इसके बाद अच्छी तरह साफ पानी से धो लें।

फायदेमंद है आंवला: आंवला सफेद बालों को नियंत्रित करने के लिए उत्तम माना जाता है। कच्चे आंवले का रस एक पानी के गिलास में डालकर रोज पीने से सफेद बालों को नियंत्रित करने में मदद करता है। साथ ही आंवला, मेहंदी पावडर में मिलाकर लगाया जा सकता है। आपको बता दें कि मेहंदी सफेद बालों को रंगती है, न कि काले बालों को। इसका पेस्ट बनाने के लिए रात को 2 से 3 कप पानी में रात भर सूखा आंवला भिगोकर रख दें। अगली सुबह, आंवला पानी से निकाल लें। इसके बाद पानी फेंकना नहीं है। अब आंवला पीस लें। इसके बाद मेहंदी पावडर में आंवला पेस्ट, 4 छोटे चम्मच नीबू का रस, कॉफी, 2 चम्मच तेल और पर्याप्त आंवले का पानी मिलाएं। दो से तीन घंटे के लिए पेस्ट बनाकर रख दें। फिर पूरे बालों में इस तरह लगाएं कि सारे बाल कवर हो जाएं। कम से कम दो घंटे के लिए रखें और सादे पानी से धो लें।



इस तरह लगाएं मेहंदी: सबसे पहले ध्यान रखें कि मेहंदी पावडर अच्छी गुणवत्ता की हो। यह गहरे हरे रंग की होनी चाहिए। हेयर हेल्थ को अच्छा करने और बालों की समस्याओं को दूर करने के लिए मेहंदी के साथ आंवले, ब्राह्मी, भृंगराज, बेल आदि का इस्तेमाल करना चाहिए। मेहंदी बहुत अच्छा कंडीशनर होता है और बालों को सुरक्षा के साथ मजबूती भी प्रदान करता है।

आने वाले नवरात्रों में आप व्रत जरूर रखेंगी। व्रत के दौरान सिर्फ अन्न से दूरी बनाना ही काफी नहीं है। शरीर को पर्याप्त ऊर्जा और पोषण मिले, इसके लिए सही आहार का सेवन करना भी जरूरी है।

व्रत में ऐसी हो आपकी डाइट

डाइट सजेशन
निकिता चौहान





अधिकतर महिलाएं नवरात्र व्रत रखती हैं। अकसर लोग व्रत के दौरान फलाहार के नाम पर तली-भुनी चीजें, साबूदाना, आलू और मीठे खाद्य पदार्थ अधिक मात्रा में खाने लगते हैं। इससे सेहत को फायदा होने के बजाय नुकसान हो सकता है। वहीं, पर्याप्त पानी और संतुलित आहार की कमी से कमजोरी, सिरदर्द, एसिडिटी, कब्ज और डिहाइड्रेशन जैसी समस्याएं परेशान कर सकती हैं। ऐसे में जरूरी है कि व्रत के दौरान ऐसी डाइट ली जाए, जो शरीर को ऊर्जा देने के साथ पोषण भी दे। नवरात्र में व्रत का उद्देश्य केवल भोजन छोड़ना नहीं, बल्कि संयम के साथ शरीर और मन का ध्यान रखना भी है। संतुलित फलाहार, पर्याप्त पानी और सही मात्रा में पोषक तत्व लेकर आस्था के साथ सेहत का भी ख्याल रखा जा सकता है।

बनाए रखें हाइड्रेशन: नवरात्र के दौरान पर्याप्त मात्रा में पानी पीना बेहद जरूरी है। दिनभर थोड़ी-थोड़ी मात्रा में पानी पीते रहें। इसके अलावा नारियल पानी, नीबू पानी, छाछ जैसे पेय भी डाइट में शामिल किए जा सकते हैं। बहुत अधिक चीनी वाले पेय और पैकेज्ड जूस से बचना बेहतर है।

फल-सब्जियों का सेवन: व्रत की डाइट में मौसमी फल और सब्जियों को शामिल करना अच्छा विकल्प है। सेब, पपीता, संतरा और अमरूद जैसे फल खाए जा सकते हैं। फलों के जूस की बजाय पूरा फल खाना बेहतर रहता है, क्योंकि इससे फाइबर भी मिलता है। दिनभर एक साथ ज्यादा खाने की बजाय छोटे और संतुलित मील लेना अधिक बेहतर है।

कुट्टू, सिंघाड़ा और सामक से मिले ऊर्जा: व्रत में कुट्टू या सिंघाड़े के आटे की रोटी और चीला लिया जा सकता है। इसके साथ दही या सब्जियां शामिल करने से भोजन अधिक संतुलित हो जाता है। सामक के चावल भी सीमित मात्रा में खाए जा सकते हैं। प्रोटीन के लिए दूध, दही और पनीर ले सकते हैं।

तली-भुनी चीजों से बनाएं दूरी: साबूदाने की खिचड़ी, वड़ा, आलू चिप्स, कुट्टू की पूड़ी और पकौड़े व्रत में खूब पसंद किए जाते हैं। इनका अधिक सेवन कैलोरी बढ़ाने के साथ पेट से जुड़ी समस्याएं पैदा कर सकता है।

नमक-चीनी का सीमित सेवन: व्रत में सेंधा नमक का इस्तेमाल किया जाता है, लेकिन इसकी मात्रा पर भी नियंत्रण जरूरी है। चाय, कॉफी, मीठी लस्सी और अन्य मीठे पेय का भी अधिक सेवन नहीं करना चाहिए।

व्रत खोलते समय बरतें सावधानी: व्रत खोलते ही बहुत ज्यादा या भारी, मसालेदार और तला-भुना भोजन करने से बचें। शुरुआत हल्के भोजन, फल या दही से की जा सकती है। भोजन धीरे-धीरे और अच्छी तरह चबाकर खाएं, ताकि पाचन तंत्र पर अचानक अधिक भार न पड़े।

बरतें ये विशेष सावधानी: डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर, किडनी या हृदय संबंधी बीमारी से पीड़ित लोगों को बिना चिकित्सकीय सलाह के लंबे समय तक उपवास नहीं करना चाहिए। गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं, बुजुर्गों तथा नियमित दवा लेने वाले लोगों को भी व्रत रखने से पहले डॉक्टर या डाइटिशियन की सलाह लेनी चाहिए।

(सीनियर डाइटिशियन डॉ. आस्था शर्मा से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

इंजीनियरिंग कालेज में किया पौधरोपण

ओढां। चौधरी देवीलाल राजकीय इंजीनियरिंग एवं तकनीकी संस्थान पंनीवाला मोटा में पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान विभिन्न प्रजातियों के पौधे संस्थान में लगाए गए। इस आयोजन दोरान वहा उपस्थित स्टाफजन व छात्र-छात्राओं को अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनकी देखभाल करने के लिए प्रेरित किया गया। संस्थान के निदेशक प्रधानाचार्य ने कहा कि पेड़ पौधे हमारे जीवन का आधार है, यह हमें शुद्ध वायु प्रदान करने के साथ-साथ पर्यावरण को संतुलित रखने में भी हमारी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

इंडिया गठबंधन 8 को करेगा प्रदर्शन

फतेहाबाद। मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार के इस्तीफे की मांग को लेकर इंडिया गठबंधन द्वारा 8 अक्टूबर को फतेहाबाद में प्रदर्शन किया जाएगा। इस दिन गठबंधन में शामिल पार्टियों के कार्यकर्ता प्रातः 10 बजे अम्बेडकर पार्क में इकट्ठा होंगे और प्रदर्शन करते हुए लाल बत्ती चौक पर पुतला फूंककर विरोध जताया जाएगा। इस प्रदर्शन की तैयारियों को लेकर इंडिया गठबंधन में शामिल पार्टियों की बैठक हुई। बैठक में कांग्रेस जिलाध्यक्ष अरविंद शर्मा, सीपीआईएम के जिला सचिव जगतार सिंह, सीपीआई-एमएल के जिला सचिव गुरप्रीत सिंह गोपी, सीपीआईएम के रतिया तहसील के सचिव राजेन्द्र प्रसाद, शहीद भगत सिंह नौजवान सभा के राज्य सलाहकार परमजीत सिंह लाली आदि मौजूद रहे।

महाराजा अग्रसैन के आदर्शों को चित्रों में उकेरा

रतिया। महाराजा अग्रसैन जयंती के उपलक्ष्य में अग्रवाल वैश्य समाज, हरियाणा की ओर से डीएवी स्कूल, रतिया में चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में कक्षा छठी से दसवीं तक के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी कला एवं रचनात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को महाराजा अग्रसैन जी के जीवन, उनके आदर्शों तथा समाज में दिए गए 'एक ईंट-एक रुपया' के संदेश से परिचित करवाना था। 11 से 18 वर्ष आयु वर्ग के विद्यार्थियों ने अपने चित्रों के माध्यम से महाराजा अग्रसेन जी के जीवन, सामाजिक समरसता, परोपकार, सहयोग और मानव सेवा की भावना को सुंदर ढंग से प्रस्तुत किया।

भाजपा जिलाध्यक्ष ने की पराली की कटाई

फतेहाबाद। भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा ने गांव ललौदा में कार्यकर्ता कुलवंत सिंह राय के खेत में पहुंचकर किसानों के साथ पराली की कटाई से लेकर उसे एकत्रित करने और मशीन के माध्यम से गांठें बनाने तक के कार्य में सहभागिता की। इस दौरान जिलाध्यक्ष ने स्वयं खेत में काम करते हुए किसानों की मेहनत और खेती से जुड़ी कठिनाइयों को करीब से समझा। उन्होंने किसानों के साथ खेत में पराली एकत्रित करने तथा उसकी गांठें तैयार करने की प्रक्रिया में हाथ बंटाया और उनसे खेती-किसानी से जुड़े विभिन्न विषयों पर संवाद भी किया।

बंदी सिंहों की रिहाई को लेकर सिख श्रद्धालुओं ने निकाला रोष मार्च

सजा पूरी कर चुके बंदियों पर सरकार ले सकारात्मक फैसला : जगदीश झिंडा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया





रतिया। बंदी सिंहों की रिहाई की मांग को लेकर रोष मार्च निकलते हुए व एसडीएम को ज्ञापन सौंपते सिक्ख समाज के प्रतिनिधि। फोटो: हरिभूमि

अपनी सजाएं पूरी कर चुके बंदी सिंहों की जेलों से रिहाई की मांग को लेकर सोमवार को रतिया शहर में सैंकड़ों सिख श्रद्धालुओं द्वारा एक विशाल रोष प्रदर्शन निकाला गया। हरियाणा सिख गुरुद्वारा प्रबंधन समिति के अध्यक्ष जत्थेदार जगदीश सिंह झिंडा ने इस रोष मार्च में विशेष रूप से शिरकत कर नेतृत्व किया। प्रदर्शन के उपरांत सिख संगत ने एसडीएम रतिया के माध्यम से भारत के राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री के नाम एक मांग पत्र भी सौंपा। यह रोष प्रदर्शन हरियाणा सिख गुरुद्वारा प्रबंधन समिति के सदस्यों काका सिंह लधुवास, गुरमेल सिंह, इकबाल सिंह, करमजीत सिंह तथा प्रबंधक दलजीत सिंह सहित क्षेत्र की संगत के विशेष सहयोग से आयोजित किया गया। प्रदर्शन में विभिन्न धार्मिक संस्थाओं, निहंग सिंह जत्थेबंदियों के प्रतिनिधियों, संतों और क्षेत्र की सिख संगत के साथ-साथ बड़ी संख्या में महिलाओं, बुजुर्गों और बच्चों ने हिस्सा लिया। इस अवसर पर शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक समिति की पूर्व सदस्य बीबी अमरजीत कौर भी विशेष रूप से उपस्थित रहीं।

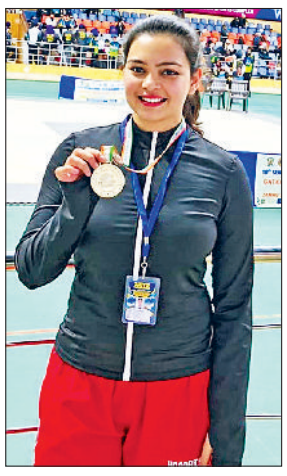
केंद्र व राज्य सरकारें सिख समुदाय के साथ भेदभाव न करें : झिंडा

सभा को संबोधित करते हुए जत्थेदार जगदीश सिंह झिंडा ने कहा कि केंद्र व राज्य सरकारों को सिख समुदाय के साथ किसी भी प्रकार का भेदभाव नहीं करना चाहिए। सरकार को कानूनन अपनी सजा पूरी कर चुके बंदी सिंहों की रिहाई के गंभीर मुद्दे पर तुरंत सकारात्मक फैसला लेना चाहिए। सिख समाज लंबे समय से शांतिपूर्ण तरीके से यह मांग उठा रहा है। जगतार सिंह हवारा की माताजी के अस्वस्थ होने का हवाला देते हुए जत्थेदार झिंडा ने कहा कि परिवार की मांग के अनुसार मानवीय दृष्टिकोण अपनाते हुए भाई हवारा को कुछ दिनों की पैरोल दी जानी चाहिए ताकि वे अपनी वृद्ध एवं बीमार माताजी से मिल सकें। उन्होंने जोर देकर कहा कि सरकार को सिख समुदाय की भावनाओं का सम्मान करते हुए इस दिशा में तत्काल ठोस कदम उठाने चाहिए। विरोध मार्च के दौरान पूरे मार्ग में सिख श्रद्धालुओं ने नारेबाजी करते हुए बंदी सिंहों की रिहाई की मांग बुलंद की। इस मौके पर बाबा कश्मीरा सिंह, बाबा हरप्रीत सिंह, हरियाणा ग्रंथी सभा के प्रधान हाकम सिंह, जरनैल सिंह, सतनाम सिंह, कश्मीर सिंह, मनजीत सिंह, अजैब सिंह सहित विभिन्न धार्मिक एवं सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि व भारी संख्या में संगत मौजूद रही।

खुशबू गिल ने गतका सीनियर नेशनल चैंपियनशिप में जीता सिल्वर मेडल

- खुशबू गिल ने कहा कि यह मेडल उनकी सालों की कड़े अभ्यास, मेहनत और क्षेत्र की जनता के प्यार और आशीर्वाद का नतीजा
- गतका को तुरंत हरियाणा स्पोर्ट्स पॉलिसी में जोड़ा जाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

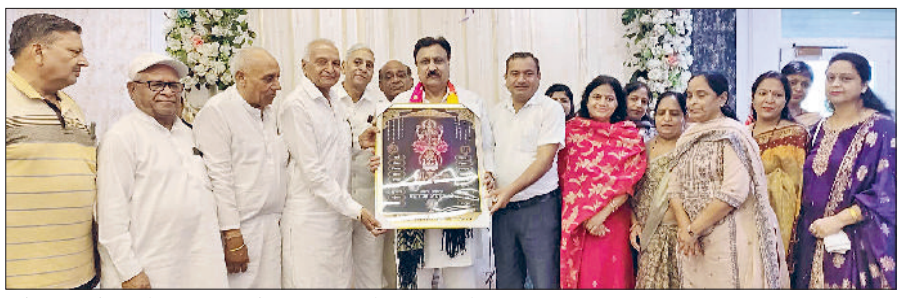


रतिया। पदक विजेता खुशबू गिल।

गतका खेल की नेशनल एथलीट खुशबू गिल ने श्रीनगर में आयोजित सीनियर नेशनल गतका चैंपियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए सिल्वर मेडल अपने नाम किया है। रतिया और पूरे हरियाणा का नाम देशभर में रोशन करने पर क्षेत्रवासियों, खेल प्रेमियों, सामाजिक संस्थाओं और राजनीतिक दिग्गजों में खुशी की लहर दौड़ गई है। नेशनल एथलीट खुशबू गिल ने बताया कि यह राष्ट्रीय प्रतियोगिता गतका फेडरेशन ऑफ इंडिया द्वारा श्रीनगर स्थित शेर-ए-कश्मीर स्टेडियम में आयोजित की गई थी। उन्होंने कहा कि यह मेडल उनकी सालों की कड़े अभ्यास, मेहनत और क्षेत्र की जनता के प्यार और आशीर्वाद का नतीजा है। खुशबू गिल ने अपनी इस ऐतिहासिक सफलता का श्रेय अपने कोच वर्ल्ड चैंपियन मंगल सिंह, तलवंडी साबो तथा गतका एसोसिएशन ऑफ हरियाणा के जनरल सेक्रेटरी स्वर्ण सिंह को दिया। उन्होंने कहा कि दोनों के कुशल मार्गदर्शन और निरंतर प्रोत्साहन के बिना यह मुकाम हासिल करना संभव नहीं था। अपनी जीत की खुशी साझा करने के साथ ही खुशबू गिल ने हरियाणा सरकार से मांग की है कि जब केंद्र सरकार ने खेलो इंडिया गेम्स में गतका को आधिकारिक रूप से शामिल कर लिया है, तो हरियाणा सरकार इसे अपनी खेल नीति में जगह दे। गतका को तुरंत हरियाणा स्पोर्ट्स पॉलिसी में जोड़ा जाए, ताकि खिलाड़ियों का भविष्य सुरक्षित हो सके।

फतेहाबाद जिले में महाराजा अग्रसैन के नाम पर यूनिवर्सिटी बनाए सरकार : बजरंग गर्ग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद



फतेहाबाद। टोहाना में बजरंग गर्ग को सम्मानित करते हुए समाज के प्रतिनिधि। फोटो: हरिभूमि

वैश्य समाज के प्रतिनिधियों की मीटिंग अग्रोहा धाम वैश्य समाज के राष्ट्रीय कार्यकारणी अध्यक्ष व हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रान्तीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग की अध्यक्षता में टोहाना में हुई। बैठक में अग्रोहा के ऐतिहासिक टीले की खुदाई का कार्य लंबे समय से धीमी गति से चलने और बार-बार रुकने पर चिंता व्यक्त की गई।

बैठक को संबोधित करते हुए बजरंग गर्ग ने कहा कि हरियाणा सरकार को फतेहाबाद जिले में महाराजा अग्रसैन जी के नाम पर यूनिवर्सिटी बनानी चाहिए। अग्रोहा का ऐतिहासिक टीला हमारी प्राचीन सभ्यता, संस्कृति और गौरवशाली इतिहास का महत्वपूर्ण प्रतीक है, इसलिए यहां खुदाई का कार्य योजनाबद्ध तरीके से लगातार और तेज गति से किया जाना चाहिए। अग्रोहा टीलें की खुदाई का काम बहुत धीमी गति से चलने के कारण देश के वैश्य समाज में बड़ा भारी रोष है। उन्होंने कहा कि यदि खुदाई का काम निरंतर जारी रखा जाए तो समय और संसाधनों की बचत होगी तथा ऐतिहासिक धरोहर से जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारियां भी जल्द सामने आ सकेंगी। बजरंग गर्ग ने कहा कि अग्रोहा धाम में 30 करोड़ों रुपये की लागत से महाराजा अग्रसैन जी के नाम पर दो भव्य म्यूजियम तैयार किए जा रहे हैं। वैश्य समाज की सरकार से मांग है कि अग्रोहा के ऐतिहासिक टीले की खुदाई के दौरान जो भी प्राचीन एवं ऐतिहासिक अवशेष प्राप्त हों, उन्हें सुरक्षित रखते हुए इसी म्यूजियम में प्रदर्शित किया जाए, ताकि देश-विदेश से आने वाले श्रद्धालु और पर्यटक अग्रोहा के गौरवशाली इतिहास को नजदीक से जान और समझ सकें। बजरंग गर्ग ने यह भी कहा कि अग्रोहा धाम में 25 अक्टूबर को 43 वां विशाल वार्षिक मेला में देश के कौने-कौने से लाखों लोग भाग लेंगे। अग्रोहा धाम में 24 व 25 अक्टूबर को ट्रेड फेयर मेला का अयोजन होगा।

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर अग्रवाल सभा प्रधान रमेश गोयल, महासचिव चुडिया राम गोयल, ओमकार गर्ग, ज्ञानीराम बंसल, कृष्ण बंसल, महेश जैन, कोर चंद पोला, सुरेन्द्र गर्ग, राजकुमार गर्ग, कृष्ण गोयल, सुभाष गोयल, शशि भूषण गुप्ता, सुरेश सिंगला, वीरू अग्रवाल, योगी राम जैन, वाई पी गर्ग, प्रवीण जैन आदि प्रतिनिधियों भारी संख्या में मौजूद रहे।



फतेहाबाद। बैठक को संबोधित करते भाजपा जिला प्रभारी। फोटो : हरिभूमि

भाजपा की संगठनात्मक बैठक, जिला प्रभारी ने मंडल अध्यक्षों को दिया जीत का मंत्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

भाजपा कार्यकर्ता आधारित संगठन है और समर्पित कार्यकर्ता ही पार्टी की सबसे बड़ी ताकत हैं। संगठन को बूथ स्तर तक और अधिक मजबूत बनाते हुए प्रत्येक कार्यकर्ता को आमजन के बीच निरंतर सक्रिय रहना चाहिए। केंद्र व प्रदेश सरकार द्वारा जनहित में चलाई जा रही योजनाओं एवं विकास कार्यों की जानकारी प्रत्येक पात्र व्यक्ति तक पहुंचाना कार्यकर्ताओं की प्राथमिक जिम्मेदारी है। यह बात भाजपा जिला प्रभारी सुरेंद्र पूनिया ने फतेहाबाद में आयोजित पार्टी जिला पदाधिकारियों एवं मंडल अध्यक्षों की महत्वपूर्ण संगठनात्मक बैठक को संबोधित करते हुए कही। बैठक की अध्यक्षता भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा ने की। बैठक के दौरान जिला प्रभारी सुरेंद्र पूनिया ने जिला पदाधिकारियों व मंडल अध्यक्षों के साथ संगठनात्मक विषयों पर विस्तार से चर्चा की और आगामी कार्यक्रमों को लेकर आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए। बैठक के दौरान आगामी संगठनात्मक गतिविधियों और जनसंपर्क कार्यक्रमों को लेकर भी विस्तृत विचार-विमर्श किया गया, जिसमें पदाधिकारियों ने अपने-अपने क्षेत्रों की संगठनात्मक गतिविधियों की रिपोर्ट जिला प्रभारी के समक्ष प्रस्तुत की। इस अवसर पर पूर्व विधायक दुड़ाराम, चेयरमैन भारतभूषण मिढा, बलदेव सिंह ग्रोहा, राजपाल बैनीवाल, जगदीश राय शर्मा, अशोक जाखड़, विकास ललोदा, जिप चेयरपर्सन सुमन खिचड़, नगर परिषद वाइस चेयरमैन सविता टूटेजा, डॉ. सुमन बजाज सहित अनेक कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

सद्गुरू की कृपा बिना भगवद् प्राप्ति असंभव : साध्वी शांत योगानंद



फतेहाबाद। परमहंस श्री योग दरबार, श्री योग अनुभव मंदिर सेवा समिति के तत्वावधान में चल रही श्री मद् भागवत कथा के सातवें दिन कथा व्यास साध्वी शांत योगानंद ने कहा कि भगवद् कथा में अद्भूत सामथ्य है। इसके श्रवण से जीव की हर व्यथा मिट जाती है। कथा सुनने से न केवल कष्टों का निवारण होता है बल्कि परमात्मा के दिव्य स्वरूप का भी बोध होता है और सुंदर जीवन जीने की राह मिलती है। गुरूदेव श्री श्री 1008 श्री योग शब्दानंद महाराज का स्मरण करते हुए उन्होंने बताया कि जब जीवन में ऐसे पूर्ण ब्रह्मज्ञानी सद्गुरू का आगमन होता है तो उनकी मेहर भरी दृष्टि से मन पूरी तरह तृप्त हो जाता है। सद्गुरू की कृपा पाने का एकमात्र साधन उनके उपदेश का पालन करते हुए नाम जप करना है। जो समय परमात्मा की याद में बीते वही समय सार्थक है। हमें अपने श्वासों की कीमत समझते हुए नाम जप में प्रमाद नहीं करना चाहिए।उन्होंने स्पष्ट कहा कि सद्गुरू की कृपा के बिना भगवद् प्राप्ति असंभव है।भागवत कथा के प्रसंग को आगे बढ़ाते हुए साध्वी शांत योगानंद ने भगवान श्री कृष्ण के 16 हजार विवाह, दत्तात्रेय के 24 गुरू, सुदामा चरित्र और राजा परीक्षित मोक्ष की कथाएं सुनायी। इस प्रसंग से हमें यह सीख लेनी चाहिए कि आज भागदौड़ भरी जिंदगी में सुख के समय भले ही आप अपने मित्र के साथ न खड़े हों पर जब मित्र पर कोई कष्ट की घड़ी आये उस समय हमें अपने मित्र के साथ कंधे से कंधा मिलाकर उसका साथ देना चाहिए। यही सच्ची मित्रता है। इस दौरान पूर्व पार्षद सुरेन्द्र मिढ़ा, पार्षद किरण मनोज नारंग, मंदिर समिति के रमेश मैहता, नरेंद्र रूखाया, दिनेश नारंग, विनोद गोयल, पंकज मदान, जतिन रखेजा सहित बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने लाभ लिया।

छात्रों की समस्याओं को लेकर एबीवीपी ने कुलपति के नाम 11 सूत्रीय ज्ञापन सौंपा

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय, सिरसा में अध्ययनरत विद्यार्थियों की विभिन्न समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद (अभाविप) की विश्वविद्यालय इकाई ने सोमवार को विश्वविद्यालय कुलपति के नाम 11 सूत्रीय मांग-पत्र सौंपा। परिषद के प्रदेश सह मंत्री सुनील शास्त्री व विश्वविद्यालय इकाई अध्यक्ष मोहित बिश्नोई के नेतृत्व में सौंपे गए मांग-पत्र में विद्यार्थियों से जुड़ी शैक्षणिक, छात्रावास, परीक्षा, भोजन, सुरक्षा, स्वच्छता, पेयजल, पुस्तकालय और खेल सुविधाओं से संबंधित समस्याओं को प्रमुखता से उठाया गया। रोष जाहिर करते हुए विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय प्रशासन को चेतावनी दी है कि यदि शीघ्र ही मांगों का समाधान नहीं किया गया तो आंदोलन किया जाएगा।



भोजन की गुणवत्ता में सुधार करने की मांग

ज्ञापन के जरिये मेस में अतिरिक्त शुल्क और भोजन की गुणवत्ता का मुद्दा उठाया गया है। परिषद ने कहा कि मेस में एक्स्ट्रा डाइट का शुल्क अत्यधिक एवं अव्यावहारिक है, छात्रावास और कैंटीन में विद्यार्थियों को परोसे जा रहे भोजन की गुणवत्ता में सुधार करने की मांग की गई। री-इवैल्यूएशन फीस वापस लेने की मांग करते हुए अभाविप ने कहा कि यदि पुनर्मूल्यांकन के बाद विद्यार्थी के अंक बढ़ते हैं अथवा मूल्यांकनकर्ता की गलती सामने आती है तो विद्यार्थी से ली गई री-इवैल्यूएशन फीस वापस की जानी चाहिए। परिषद ने ऐसे मामलों का भी उल्लेख किया, जिनमें प्रतिभाशाली विद्यार्थियों की री-अपियर आती है, जबकि पुनर्मूल्यांकन के बाद उनके अंक बढ़ जाते हैं। इसलिए मूल्यांकन प्रक्रिया को पारदर्शी और त्रुटिरहित बनाने पर जोर दिया गया। परिषद की मांग है कि परीक्षा परिणाम समय पर घोषित किए जाए तथा परिणामों में होने वाली मार्किंग और डाटा संबंधी त्रुटियों को दूर किया जाए। उत्तर-पुस्तिकाओं के मूल्यांकन की प्रक्रिया में तेजी लाई जाए।

टैलेंट हंट में विद्यार्थियों ने सुर ताल और कला का बिखेरा जादू



फतेहाबाद। मनोहर मेमोरियल शिक्षण महाविद्यालय, फतेहाबाद में सांस्कृतिक विभाग के तत्वावधान में दो दिवसीय टैलेंट हंट प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं ने पूरे उत्साह और ऊर्जा के साथ भाग लेते हुए गायन, नृत्य, भाषण, मोनो एक्टिंग, ऑन द स्पॉट पेंटिंग और कार्टूनिंग जैसी विभिन्न विधाओं में अपनी अंतर्निहित कलात्मक प्रतिभा का जलवा बिखेरा। कार्यक्रम का सफल संयोजन सांस्कृतिक विभाग की इंचार्ज अमरप्रीत कौर की देखरेख में संपन्न हुआ। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. जनक रानी ने विद्यार्थियों का मार्गदर्शन और उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि इस तरह के आयोजन विद्यार्थियों को अपनी छिपी हुई प्रतिभा को तराशने के लिए एक बेहतरीन मंच प्रदान करते हैं। एकल गायन प्रतियोगिता में नरेंद्र ने प्रथम तथा रामनदीप ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। नृत्य स्पर्धा में नरेंद्र ने अपनी शानदार प्रस्तुति से प्रथम स्थान झटका, वहीं सचिन द्वितीय रहे। भाषण प्रतियोगिता में अपनी वाक-कला का लोहा मनवाते हुए किरतपाल कौर और सचिन ने संयुक्त रूप से प्रथम स्थान प्राप्त किया। ऑन द स्पॉट पेंटिंग में सचिन ने प्रथम, सोनू ने द्वितीय तथा बनिका ने तृतीय स्थान हासिल किया। कार्टूनिंग प्रतियोगिता में सोनू प्रथम, सचिन द्वितीय तथा सुमित्रा देवी तृतीय स्थान पर रहीं। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के अलावा महाविद्यालय में आयोजित क्विज प्रतियोगिता विद्यार्थियों के लिए विशेष आकर्षण का केंद्र बनी रही।

लॉयर्स यूनियन ने महिला प्रदर्शनकारियों और पत्रकारों से बदसलूकी की निंदा की

> प्रदर्शन के दौरान उपलब्ध सभी सीसीटीवी फुटेज, वीडियो रिकॉर्डिंग एवं अन्य साक्ष्यों को सुरक्षित रखा जाए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

ऑल इंडिया लॉयर्स यूनियन, जिला फतेहाबाद की अध्यक्ष कमलेश वशिष्ठ ने दिल्ली में प्रदर्शन के दौरान महिला प्रदर्शनकारियों तथा महिला पत्रकारों के साथ पुलिस द्वारा कथित रूप से की गई बदसलूकी की कड़ी निंदा की है। उन्होंने कहा कि कानून-व्यवस्था के नाम पर किसी महिला प्रदर्शनकारियों तथा महिला पत्रकारों की गरिमा और सम्मान का उल्लंघन स्वीकार नहीं किया जा सकता। महिला प्रदर्शनकारियों तथा महिला पत्रकारों द्वारा लगाए गए गंभीर आरोपों की निष्पक्ष, स्वतंत्र जांच होनी चाहिए। उन्होंने मांग की कि महिला प्रदर्शनकारियों तथा महिला पत्रकारों द्वारा की गई शिकायतों पर तत्काल एफआईआर दर्ज कर कानून के अनुसार कार्रवाई की जाए। पूरे मामले की स्वतंत्र, निष्पक्ष जांच सुनिश्चित की जाए। प्रदर्शन के दौरान उपलब्ध सभी सीसीटीवी फुटेज, वीडियो रिकॉर्डिंग एवं अन्य साक्ष्यों को सुरक्षित रखा जाए। जांच पूरी होने तक आरोपों से संबंधित पुलिसकर्मियों की भूमिका की निष्पक्ष समीक्षा की जाए तथा दोष सिद्ध होने पर उनके विरुद्ध कठोर कानूनी कार्रवाई की जाए।

1985 में 15 पशुपालकों से शुरू सफर, आज 663 सदस्य जुड़े चुके

ढुकड़ा दूध सहकारी समिति ने पेश की आत्मनिर्भरता की मिसाल

- समिति की यह विकास यात्रा चुनौतियों से भरी रही, लेकिन साथ ही बेहद संतोषजनक और आनंददायक भी रही
- यह समिति के प्रति पशुपालकों के भरोसे और उनकी निरंतर भागीदारी का प्रमाण है।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

खंड का गांव ढुकड़ा आज ग्रामीण सहकारिता, पशुपालन और महिला सशक्तिकरण की प्रेरक मिसाल बन चुका है। वर्ष 1985 में कुछ जागरूक पशुपालकों द्वारा शुरू की गई ढुकड़ा दूध सहकारी समिति ने लंबे संघर्ष और निरंतर प्रयासों के दम पर सफलता की नई कहानी लिखी है। शुरुआत के समय समिति से महज 15-20 पशुपालक जुड़े थे और प्रतिदिन करीब 50 से 60 लीटर दूध का संकलन होता था। समिति ने दूध की गुणवत्ता के आधार पर फैट और एसएनएफ के अनुरूप पारदर्शी भुगतान व्यवस्था को अपनाया। इससे पशुपालकों का समिति के प्रति विश्वास बढ़ा और धीरे-धीरे अधिक दुग्ध उत्पादक इससे जुड़ते चले गए। आज यह समिति सिरसा जिला सहकारी दुग्ध उत्पादक संघ (वीटा मिल्क यूनियन सिरसा) के अंतर्गत क्षेत्र की सक्रिय और आत्मनिर्भर समितियों में अपनी पहचान बना चुकी है।

समिति के सचिव धर्मपाल सिंह बताते हैं कि समिति की यह विकास यात्रा चुनौतियों से भरी रही, लेकिन साथ ही बेहद संतोषजनक और आनंददायक भी रही। समिति में दूध का मूल्य जहां शुरुआत में मात्र 2 रुपये प्रति लीटर था, वहीं आज यह बढ़कर 82 रुपये प्रति लीटर तक पहुंच चुका है। यह वृद्धि केवल दूध के मूल्य में बढ़ोतरी नहीं, बल्कि पशुपालकों की क्रय शक्ति और उनके जीवन स्तर में आए बदलाव की कहानी भी बयां करती है।

समिति की प्रगति का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि आज इसके 663 पंजीकृत सदस्य हैं। गर्मी के मौसम अथवा शुष्क अवधि में भी, जब सामान्यतः दूध उत्पादन में कमी आती है, नियमित रूप से करीब 300 दुग्ध उत्पादक प्रतिदिन दूध समिति में जमा करवाते हैं। यह समिति के प्रति पशुपालकों के भरोसे और उनकी निरंतर भागीदारी का प्रमाण है।



चोपटा। ढुकड़ा दुग्ध समिति के सदस्य। फोटो: हरिभूमि

15 से हुई थी शुरूआत अब 663 सदस्य

वर्ष 1985 में जहां 15 सदस्य, 60 लीटर प्रतिदिन दूध संकलन और 15 हजार रुपये का वार्षिक टर्नओवर था, वहीं वर्ष 2020 तक सदस्य संख्या बढ़कर 500 और दैनिक दूध संकलन 500 लीटर हो गया। वर्ष 2025 में समिति के 663 पंजीकृत सदस्य, प्रतिदिन 900 लीटर दूध का संकलन तथा 1,71,82,813.70 रुपये का वार्षिक टर्नओवर दर्ज किया गया। इसी अवधि में सरकारी योजनाओं की पहुंच भी बढ़ी और छात्रवृत्ति योजना का लाभ लेने वाले सदस्यों की संख्या 2025 में 33 तक पहुंच गई।

खबर संक्षेप

नागपुर में आज लगेगा सेवा सेतु शिविर : चावला

रतिया। जिला समाज कल्याण अधिकारी विनोद चावला ने बताया कि आमजन को विभिन्न सरकारी योजनाओं एवं सेवाओं का लाभ उनके नजदीकी क्षेत्र में उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से 6 अक्टूबर को सुबह 10 बजे बीडीपीओ कार्यालय, नागपुर में सेवा सेतु शिविर का आयोजन किया जाएगा। उन्होंने बताया कि शिविर में लगभग सभी विभागों द्वारा अपने-अपने विभाग से संबंधित जन कल्याणकारी योजनाओं एवं सेवाओं की जानकारी एवं सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएंगी।

पीडब्ल्यूडी यूनियन ने मनाया स्थापना दिवस

फतेहाबाद। गांवों में जन स्वास्थ्य विभाग द्वारा संचालित वाटर वर्कर्स के संचालन की जिम्मेवारी पंचायतों को सौंपना विभाग के कर्मचारियों के साथ अन्याय करने के समान है। यह बात हरियाणा पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन के प्रदेश के मुख्य सलाहकार सीताराम सुथार ने कही। वो यूनियन के सदस्यों द्वारा यूनियन के 59वां स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में यूनियन कार्यालय में जन स्वास्थ्य शाखा और बीएंडआर शाखा द्वारा आयोजित कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे।

जिले में एनएसओ के सर्वेक्षण की तैयारी

फतेहाबाद। सांख्यिकी एवं कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय के क्षेत्र संकार्य प्रभाग द्वारा अक्टूबर माह में फतेहाबाद जिले में विभिन्न घरेलू एवं प्रतिष्ठान आधारित सर्वेक्षण किए जाएंगे। वरिष्ठ सांख्यिकीय अधिकारी एवं पब्लिसिटी अधिकारी अजीत कुमार ने बताया कि अक्टूबर माह में जिले के विभिन्न क्षेत्रों में प्रवासन संबंधी विवरण सर्वेक्षण, राष्ट्रीय घरेलू आय सर्वेक्षण सहित अन्य विवरण इकट्ठे किए जाएंगे।

भंडारे का सामान चुराने के आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। एबीटी स्टाफ सिरसा पुलिस ने भंडारे का सामान चोरी करने के मामले में पांच आरोपियों को गिरफ्तार किया है। एबीटी स्टाफ प्रभारी ने बताया कि शनि भंडारा संघ ट्रस्ट सिरसा के संचालकों की ओर से पुलिस को शिकायत दी गई थी। शिकायत में बताया गया कि चतरगढ़पट्टी में ट्रस्ट की ओर से भंडारे का सामान रखने के लिए गोदाम बनाया हुआ है। बीती 27 सितंबर की रात युवक गोदाम में घुस गए और वहां रखे भंडारे में इस्तेमाल होने वाले लाखों रुपए कीमत के बर्तन चोरी कर लिए।

हार्ट हेल्थ के लिए संतुलित जीवनशैली आवश्यक

सिरसा। दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान द्वारा आश्रम में साप्ताहिक सत्संग आयोजित किया गया जिसमें विश्व हृदय दिवस के संदर्भ में स्वस्थ हृदय एवं स्वस्थ जीवनशैली के महत्व पर विशेष रूप से प्रकाश डाला गया। साध्वी निशा भारती ने कहा कि आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली, तनाव, चिंता, अनियमित खानपान और शारीरिक निष्क्रियता का प्रभाव हृदय स्वास्थ्य पर पड़ रहा है। स्वस्थ रहने के लिए संतुलित आहार लेना चाहिए।

जांच कमेटी की रिपोर्ट सार्वजनिक करे प्रशासनः शर्मा

सिरसा। प्रदेश कांग्रेस प्रतिनिधि राजकुमार शर्मा ने कागजों में गली निर्माण के मामले को लेकर जिला प्रशासन से जांच कमेटी द्वारा सौंपी गई रिपोर्ट को सार्वजनिक करने की मांग की है। शर्मा ने कहा कि जांच कमेटी यह स्वीकार कर चुकी है कि रिकॉर्ड में जितनी गलियों के निर्माण का उल्लेख किया गया है, उनमें से करीब आधी गलियों का ही धरातल पर निर्माण हुआ है, जबकि शेष गलियों के निर्माण को कागजों में दर्शाकर सरकारी धन की बड़े पैमाने पर बंदरबांट की गई है। शर्मा ने कहा कि शहर के विकास कार्यों के लिए जारी किया गया पैसा जनता की मेहनत की कमाई से जुटाया गया सरकारी धन है। ऐसे में शहर की जनता को यह जानने का पूरा अधिकार है कि विकास कार्यों के नाम पर जारी पैसे को किन-किन लोगों ने मिलकर डकारा है। उन्होंने जिला प्रशासन से मांग की कि जांच कमेटी की रिपोर्ट को सार्वजनिक किया जाए, ताकि पूरे मामले की वास्तविकता जनता के सामने आ सके।

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 : 8295154800, 9315429403, 9253681005

खाद्य एवं आपूर्ति विभाग, हैफेड और वेयरहाउस ने खरीदा धान

परमल धान की सरकारी खरीद शुरू अब तक 884 एमटी की खरीद

150 राइस मिलों का पंजीकरण, 65 का फिजिकल वेरिफिकेशन और 28 को अलॉटमेंट

फतेहाबाद। जिले में परमल धान की सरकारी खरीद शुरू हो गई है और अब तक 865 एमटी धान की खरीद तीन सरकारी एजेंसियों की ओर से की जा चुकी है। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग, हैफेड और हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन ने मंडियों में पहुंच रहे परमल धान की खरीद शुरू कर दी है। सरकारी खरीद शुरू होने से किसानों को राहत मिलने की उम्मीद है। जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक कुशल बूरा ने जिले में परमल धान की सरकारी खरीद शुरू होने तथा अब तक 884 एमटी धान खरीदे जाने की पुष्टि की है। उन्होंने बताया कि खरीद प्रक्रिया को सुचारु बनाने के लिए राइस मिलों के पंजीकरण, फिजिकल वेरिफिकेशन और अलॉटमेंट की प्रक्रिया भी तेजी से पूरी की जा रही है। अधिकारियों के अनुसार जिले में अब तक 150 राइस मिलों का पंजीकरण किया जा चुका है।



फतेहाबाद। धान की खरीद शुरू करवाते पूर्व विधायक दुड़ाराम साथ मे एसडीएम और व्यापार मंडल प्रधान रमेश तनेजा और सचिन अमित रोहिल्ला।

उठान के लेकर अभी से मंथन

बता दें कि फतेहाबाद जिले में अब तक 13238 एमटी धान की आवक हो चुकी है। शुरुआती चरण में ही सरकारी एजेंसियों द्वारा इसमें से 884 एमटी धान खरीदा जाना महत्वपूर्ण माना जा रहा है। किसानों के लिए सबसे अहम बात यह है कि सरकारी एजेंसियों ने मंडियों में खरीद प्रक्रिया शुरू कर दी है। खरीद के साथ-साथ धान के उठान और मिलिंग की व्यवस्था भी महत्वपूर्ण है। इसके लिए राइस मिलों को खरीद एजेंसियों के साथ जोडने की प्रक्रिया चल रही है। 150 मिलों के पंजीकरण और 65 मिलों के भौतिक सत्यापन के बाद 28 मिलों को अलॉटमेंट मिलने से व्यवस्था को आगे बढ़ाने में मदद मिलेगी।

तीन एजेंसियां संभाल रहीं खरीद

जिले में परमल धान की सरकारी खरीद की जिम्मेदारी खाद्य एवं आपूर्ति विभाग, हैफेड और हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन को दी गई है। तीनों एजेंसियों की ओर से खरीद शुरू कर दी गई है। अब तक इन एजेंसियों ने संयुक्त रूप से 884 एमटी धान खरीदा है। किसानों का कहना है कि खरीद शुरू होने के साथ यदि उठान भी समय पर होता रहा तो मंडियों में जाम जैसी स्थिति नहीं बनेगी और उन्हें अपनी फसल बेचने के लिए ज्यादा इंतजार नहीं करना पड़ेगा। अधिकारियों का कहना है कि राइस मिलों की प्रक्रिया लगातार आगे बढ़ाई जा रही है। आने वाले दिनों में जैसे-जैसे और मिलों को अलॉटमेंट मिलेगी।



रतिया। बैठक में भाग लेते राइस मिलर्स। फोटो : हरिभूमि

राइस एसोसिएशन की बैठक : रतिया में 17 प्रतिशत नमी पर ही होगी जीरी की खरीद

रतिया। ग्रामीण राइस एसोसिएशन रतिया की अहम बैठक टोहाना रोड स्थित पूजा रॉयल में आयोजित की गई। सभा में सर्वसम्मति से कई महत्वपूर्ण मुद्दों पर सहमति बनी और आगामी दो वर्षों के लिए नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। बैठक में सर्वसम्मति से जगविन्दर सिंह दंढीवाल को ग्रामीण राइस एसोसिएशन रतिया का नया प्रधान चुना गया, जबकि राजेश गर्ग को सेक्रेटरी की जिम्मेदारी सौंपी गई। इसके साथ ही आगामी जीरी सीजन के सुचारू संचालन के लिए 12 सदस्यों की एक विशेष कमेटी का भी गठन किया गया। इस कमेटी में राजू करण्डी रतनगढ़, राकेश लांबा, विनोद बांसल कमाना, डॉ. सुरेश महमदकी, अनिल लाली, टोनी अलीका, गुरपाल बाड़ा, वरुण ब्राह्मणवाला, छिंदर बोड़ा, उपदेश नागपुर, जगबिंदर लधुवास और गोगा रतनगढ़ को सदस्य बनाया गया है। नवनियुक्त प्रधान जगविन्दर सिंह दंढीवाल ने कहा कि सभी मिलर आपस में समन्वय बनाकर जीरी लगवाएंगे और यदि आवश्यकता पड़ी तो एसोसिएशन न्यायालय का रुख भी कर सकती है। उन्होंने स्पष्ट किया कि केवल सरकारी मापदंडों के अनुसार ही जीरी की नमी जांचकर खरीद की जाएगी और केवल 17 प्रतिशत नमी वाली जीरी लेने का निर्णय लिया गया है। एसोसिएशन ने कड़े नियम तय करते हुए घोषणा की है कि कोई भी मिलर किसी भी रूप में फर्शी कांटा या सीधी जीरी नहीं खरीदेगा। यदि कोई मिलर इस नियम का उल्लंघन करते हुए पकड़ा गया, तो उस पर 5 लाख रुपये का भारी जुर्माना लगाया जाएगा।

फसल पंजीकरण और नमी के बहाने कटौती बंद करें



फतेहाबाद। मार्केट कमेटी सेक्रेटरी को ज्ञापन सौंपते हुए किसान सभा का प्रतिनिधिमंडल।

- किसान सभा ने उठाई प्रति एकड़ सीमा हटाने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

अखिल भारतीय किसान सभा तहसील कमेटी फतेहाबाद के प्रतिनिधिमंडल ने सोमवार को फतेहाबाद की धान मंडी का दौरा किया। इस दौरान किसान नेताओं ने मंडी में कई दिनों से अपनी फसल लेकर बैठे किसानों से बातचीत की और पाया कि सरकारी खरीद शुरू न होने के कारण किसान भारी परेशानियों का सामना कर रहे हैं। इसके विरोध में किसान सभा ने मार्केट कमेटी के सेक्रेटरी को ज्ञापन सौंपकर धान और बाजरा की न्यूनतम समर्थन मूल्य पर तुरंत खरीद शुरू करने की मांग की। इस प्रतिनिधिमंडल में किसान सभा तहसील कमेटी के प्रधान पतराम ढाणी ईशर, मनफूल ढाका, अजयपाल बीघड़, हरिसिंह ढाका, योगेंद्र सिंह, संदीप महिया, पवन भूथन और प्रदीप अकांवाली सहित कई किसान नेता उपस्थित रहे।

किसान विरोधी नीति

किसान नेताओं ने हरियाणा सरकार द्वारा खरीफ फसलों की खरीद पर लगाई गई नई शर्तों और दिशा-निर्देशों को किसान विरोधी करार दिया। उन्होंने कहा कि मंडी में बाजरा निर्धारित एमएसपी से काफी कम 2300 रुपये प्रति क्विंटल के हिसाब से बिक रहा है और यही हाल धान की फसल का भी है। अनेक किसानों का मेरी फसल-मेरा ब्योरा पोर्टल पर पंजीकरण नहीं हो पाया है, जबकि जिनका पंजीकरण हो चुका है, उनके आंकड़ों का सैटेलाइट सर्वे से मिलान न होने के कारण मंडियों में गेट पास नहीं कट रहे हैं। किसान दिनभर दफ्तरों के चक्कर काटने को मजबूर हैं। इसके अलावा प्रति एकड़ खरीद की सीमा तय करने और नमी के नाम पर कटौती करने से किसानों का शोषण हो रहा है। किसान सभा ने मार्केट कमेटी सेक्रेटरी के माध्यम से सरकार से मांग की है कि मंडियों में फसल खरीद के लिए लगाई गई सभी किसान विरोधी शर्तें वापस ली जाएं। किसान की पूरी पैदावार की एमएसपी पर खरीद सुनिश्चित हो और उसे किसी भी नजदीकी मंडी में फसल बेचने की छूट मिले।

नर्सिंग एसो. ने किया ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी का बहिष्कार

- कर्मचारी ने सरकार व स्वास्थ्य विभाग के खिलाफ की नारेबाजी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

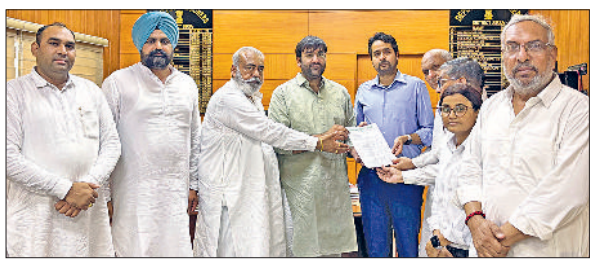
नर्सिंग ऑफिसर्स वेलफेयर एसोसिएशन ने मॉडल ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी (एमओटीपी) का बहिष्कार करते हुए सोमवार से हड़ताल शुरू कर दी है। नर्सिंग ऑफिसर यूनियन के जिला प्रधान राजकुमार भारद्वाज ने कहा कि विभाग की ओर से जबरन कर्मचारियों पर ऑनलाइन ट्रांसफर की शर्तें थोपी जा रही है, जोकि उचित नहीं है। कर्मचारियों ने इस निर्णय का विरोध करते हुए इसे तुरंत प्रभाव से वापस लिया लेने की मांग की है। कर्मचारियों की मांग है कि नर्सिंग विभाग पर थोपी जा रही अन्यायपूर्ण मॉडल ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी को तुरंत वापस लिया जाए। कर्मचारियों का लंबे समय से रूका हुआ वॉशिंग अलांउस अविलंब जारी किया जाए। नर्सिंग स्टाफ की कार्यप्रणाली दूसरे विभाग के कर्मचारियों से अलग है। इसलिए कर्मचारियों को ट्रांसफर नहीं होना चाहिए।



सिरसा। मॉडल ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी का विरोध करते कर्मचारी।

किसानों के मुद्दों पर इनेलो मुखर राज्यपाल के नाम सौंपा ज्ञापन

सिरसा। किसानों की समस्याओं को लेकर इनेलो ने सोमवार को सिरसा के उपायुक्त को राज्यपाल को ज्ञापन सौंपा। इनेलो विधायक अर्जुन चौटाला ने सिरसा अनाज मंडी का दौरा किया और धान खरीद को लेकर आ रही समस्याओं को लेकर किसानों से बातचीत की। विधायक अर्जुन ने कहा किसरकार की उदासीनता के चलते किसानों को आर्थिक नुकसान हो रहा है। मंडियों में अभी तक सरकार की ओर से परमल धान की खरीद ही शुरू नहीं की गई है जिससे वे बेहद परेशान हैं। ऐसे में फैक्टरी संचालक किसानों से नमी के नाम पर प्रति क्विंटल के हिसाब से राशि काटकर उन्हें आर्थिक चपत लगाई जा रही है। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार ने इस बार गेहूं पर केवल 25 रुपए समर्थन मूल्य बढ़ाकर किसानों के जख्मों पर नमक छिड़का है। उम्मीद थी कि इस बार समर्थन मूल्य 200 रुपए तक बढ़ेगा क्योंकि पिछले वर्ष यह 160 रुपए प्रति क्विंटल के हिसाब से बढ़ाया गया था।



सिरसा। उपायुक्त को ज्ञापन सौंपते विधायक अर्जुन चौटाला व अन्य।

न्यूज डायरी



आईटीआई में लगा मेगा हेल्थ चेकअप कैंप

चोपटा। सेवा संकल्प अभियान के तहत सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र नाथूसरी चोपटा द्वारा सोमवार को आईटीआई चोपटा में मेगा हेल्थ चेकअप कैंप का आयोजन किया गया। इस कैंप में 500 विद्यार्थियों का स्वास्थ्य परीक्षण किया गया और जांच के बाद उचित परामर्श दिया गया। यह जानकारी देते हुए चिकित्सा कार्यकर्ता लालचंद ने बताया कि यह कैंप सिविल सर्जन डॉ. पवन, नाथूसरी चौपटा ब्लॉक इंचार्ज डॉ. राजेश चौधरी के निर्देशानुसार लगाया गया। कैंप में चौपटा सीएचसी प्रभारी डॉ. मीनल ने अपनी टीम के साथ बच्चों को स्वास्थ्य के बारे में जागरूक किया।

हर घर तक साइबर सुरक्षा का संदेश पहुंचेः एसपी

सिरसा। साइबर ठग रोज नए-नए तरीके अपनाकर लोगों को अपने जाल में फंसा रहे हैं। ऐसे में लोगों को साइबर अपराध से बचाने और ऑनलाइन सुरक्षा के प्रति जागरूक करने के लिए सिरसा पुलिस ने अक्टूबर माह को 'राष्ट्रीय साइबर सुरक्षा माह' के रूप में मनाने का फैसला किया है। एसपी दीपक सहारण ने बताया कि एक अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक सिरसा जिले में भी विशेष साइबर जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान के तहत शहर से लेकर गांव और कस्बों तक लोगों को साइबर ठगी से बचाव के तरीके बताए जाएंगे।

समाधान शिविर में एसडीएम ने सुनीं शिकायतें

फतेहाबाद। एसडीएम राजेश कुमार ने सोमवार को लघु सचिवालय के सभागार में आयोजित समाधान शिविर में नागरिकों की समस्याएं सुनीं। उन्होंने संबंधित विभागों के अधिकारियों को प्राप्त शिकायतों पर प्राथमिकता से कार्रवाई करते हुए उनका निर्धारित समय-सीमा में समाधान सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। एसडीएम ने कहा कि नागरिकों की समस्याओं का समयबद्ध समाधान प्रशासन की प्राथमिक जिम्मेदारी है। मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी के दिशा-निर्देशों के अनुरूप जिला एवं उपमंडल स्तर पर समाधान शिविर आयोजित किए जा रहे हैं।

पेंटिंग में रितिका व भाषण में हेमा रही प्रथम

भट्टूकलां। राजकीय महाविद्यालय में विद्यार्थियों की प्रतिभा को मंच प्रदान करने के उद्देश्य से दो दिवसीय प्रतिभा खोज प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। प्रतियोगिता के प्रथम दिन कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुभाष ने किया। प्रतियोगिता के पहले दिन सामान्य प्रश्नोत्तरी, ऑन द स्पॉट पेंटिंग एवं भाषण प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। सामान्य प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में टीम 'सी' में जतिन, संजय, समीर ने प्रथम स्थान, टीम 'जी' में तमन्ना, निर्मला, भावना ने द्वितीय रही।



सिरसा। कथा के दौरान शिव-पार्वती विवाह में नाचते श्रद्धालु।

शिव-पार्वती विवाह में जमकर झूमे श्रद्धालु

सिरसा। शहर के कांडा कॉलोनी में आयोजित की जा रही श्रीमद्भागवत कथा के तीसरे दिन कथाव्यास आचार्य आशीष वशिष्ठ ने श्रद्धालुओं को भगवान श्रीकृष्ण की दिव्य बाल लीलाओं, भक्त प्रह्लाद के अटूट विश्वास और भगवान के भक्तवत्सल स्वरूप का भावपूर्ण वर्णन किया। उन्होंने कहा कि श्रीमद्भागवत केवल धार्मिक ग्रंथ ही नहीं, बल्कि मानव जीवन को सत्य, प्रेम, सेवा और भक्ति का मार्ग दिखाने वाला दिव्य ज्ञान है। उन्होंने कहा कि भगवान की कथा सुनने और उनका स्मरण करने से मनुष्य के जीवन के दुख दूर होते हैं तथा मन में शांति और सद्भाव का संचार होता है। उन्होंने कहा कि भगवान सदैव अपने भक्तों की रक्षा करते हैं। जो व्यक्ति निष्काम भाव से ईश्वर की भक्ति करता है, उसके जीवन में सुख, शांति और आध्यात्मिक उन्नति का मार्ग प्रशस्त होता है। उन्होंने श्रद्धालुओं से अपने जीवन में धर्म, संस्कार और सदाचार को अपनाने का आह्वान किया। कथा के दौरान भजनों पर श्रद्धालु भावविभोर होकर झूम उठे।

नाढोड़ी व रताखेड़ा में सेवा सेतु कैंप में 126 ग्रामीणों ने उठाया योजनाओं का लाभ

- ग्रामीणों ने योजनाओं के लिए पंजीकरण भी करवाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया

सेवा संकल्प अभियान के तहत खंड रतिया के गांव रताखेड़ा और खंड भूना के गांव नाढोड़ी में सेवा सेतु विशेष सहायता कैंपों का आयोजन किया गया। इन शिविरों का मुख्य उद्देश्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं को सीधे आमजन के द्वार तक पहुंचाना रहा, जिसमें दोनों गांवों के कुल 126 नागरिकों ने विभिन्न योजनाओं की जानकारी ली और मौके पर ही लाभ प्राप्त किया। गांव रताखेड़ा में आयोजित कैंप में हरियाणा अनुसूचित जाति वित्त विकास निगम के चेयरमैन बलदेव ग्रोहा तथा पूर्व विधायक लक्ष्मण नापा मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे। इस दौरान उन्होंने कैंप में विभिन्न विभागों द्वारा लगाई गई स्टॉलों का अवलोकन कर नागरिकों को सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं व सेवाओं की जानकारी दी गई।



रतिया। सेवा सेतु विशेष सहायता कैंपों में सरकार की योजनाओं का लाभ लेने के लिए पंजीकरण करवाते हुए नागरिक। फोटो : हरिभूमि

डीएसपी ने जवानों को सिखाया भीड़ नियंत्रण और सुरक्षा का पाठ

हुड़दंगियों और आपात स्थिति के लिए जवान तैयार

जनरल परेड के दौरान विशेष मॉक ड्रिल एवं क्राउड कंट्रोल अभ्यास करवाया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद पुलिस आमजन की सुरक्षा, सेवा एवं जिले में कानून-व्यवस्था को सुदृढ़ बनाए रखने के लिए सदैव तत्पर है। इसी उद्देश्य से पुलिस लाइन फतेहाबाद में सोमवार को आयोजित जनरल परेड के दौरान विशेष मॉक ड्रिल एवं क्राउड कंट्रोल अभ्यास करवाया गया। इस दौरान उप पुलिस अधीक्षक नरसिंह ने पुलिस जवानों की तैयारियों को परखा तथा किसी भी आपात या कानून-व्यवस्था संबंधी परिस्थिति से निपटने के लिए त्वरित, संयमित एवं प्रभावी कार्रवाई का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया। इस विशेष अभ्यास का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल को ऐसी वास्तविक परिस्थितियों के लिए पूरी तरह मुस्तैद रखना है, जिनमें आमजन की सुरक्षा एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए तत्काल कार्रवाई की जरूरत पड़ती है। जवानों को बताया गया कि धरना-प्रदर्शन, जुलूस, अचानक जुटने वाली भीड़ या तनावपूर्ण परिस्थितियों में पुलिस की सर्वोच्च प्राथमिकता आम नागरिकों की सुरक्षा सुनिश्चित करना और स्थिति को शांतिपूर्ण तरीके से नियंत्रित करना है।



फतेहाबाद। मॉक ड्रिल में भाग लेते पुलिस कर्मचारी।

फॉर्मेशन बनाकर भीड़ नियंत्रण का अभ्यास किया

डीएसपी नरसिंह ने जवानों को अलग-अलग फॉर्मेशन बनाकर भीड़ नियंत्रण का अभ्यास करवाया। उन्होंने पुलिस बल की उचित तैनाती, टीमों के बीच बेहतर समन्वय, वरिष्ठ अधिकारियों के निर्देशों पर त्वरित प्रतिक्रिया और संवेदनशील परिस्थितियों को संभालने की व्यावहारिक जानकारी दी। जवानों को समझाया गया कि किसी भी चुनौतीपूर्ण स्थिति में प्रत्येक पुलिस कर्मचारी की सजगता, अनुशासन और आपसी तालमेल ही आमजन की सुरक्षा का आधार होता है। मॉक ड्रिल के दौरान आंसू गैस, उपकरणों के सुरक्षित व नियमनुसार संचालन के बारे में भी विस्तार से जानकारी दी गई। जवानों को निर्देश दिए गए कि ऐसे उपकरणों का प्रयोग केवल आवश्यकता पडने पर निर्धारित सुरक्षा मानकों के तहत ही किया जाए।

डेरा सच्चा सौदा में लगा रक्तदान कैंप

सिरसा। डेरा सच्चा सौदा प्रमुख डॉ. गुरमीत राम रहीम सिंह के पिता बापू नंबरदार मग्घर सिंह की स्मृति पर सोमवार को परमार्थी दिवस के रूप में मनाते हुए शाह सतनाम जी स्पेशलिटी अस्पताल में रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। शिविर में महिला और पुरुष रक्तदाताओं ने अस्पताल स्थित बापू नंबरदार मग्घर सिंह इंटरनेशनल ब्लड सेंटर में पहुंचकर रक्तदान किया। ब्लड सेंटर की जरूरत के अनुसार रक्त एकत्रित किया गया। शाह सतनाम जी स्पेशलिटी अस्पताल के सीएमओ डॉ. गौरव अग्रवाल ने बताया कि बापू नंबरदार मग्घर सिंह की पावन स्मृति में हर वर्ष 5 अक्तूबर को रक्तदान शिविर आयोजित किया जाता है।