हरिभूमि
# सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 8 अक्टूबर 2026

14 अतिरिक्त अनाज मंडी टोहाना में किसानों के लिए बनेगा शेड



14 सीवरेज के 100% उपचारित पानी से खेतों में लहलहाएंगी फसलें



## खबर संक्षेप

### प्रो. गणेशीलाल करेंगे रामलीला का शुभारंभ

**सिरसा।** श्री रामा क्लब चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा आगामी 11 अक्टूबर से 77वें श्री रामलीला महोत्सव का आगाज होगा। ओडिशा के पूर्व राज्यपाल प्रोफेसर गणेशीलाल रामलीला महोत्सव का शुभारंभ करेंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता भाजपा के जिलाध्यक्ष यतींद्र सिंह एडवोकेट करेंगे वहीं विशिष्ट अतिथि के रूप में वरिष्ठ पत्रकार संजय अरोड़ा तथा श्री रामा क्लब चैरिटेबल ट्रस्ट के संरक्षक श्याम बजाज कार्यक्रम में शामिल होंगे। ट्रस्ट के प्रधान अश्विनी बठला व महासचिव गुलशन वधवा ने बताया कि 77वें श्री रामलीला महोत्सव की तैयारी जारी है।

### कल्चरल फेस्ट में मंजू रही ओवरऑल विजेता

**सिरसा।** राजकीय महाविद्यालय गोरीवाला में एक भव्य कल्चरल फेस्ट का आयोजन किया गया, जिसमें छात्र-छात्राओं ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। इतिहास विभाग के डॉ. सतबीर सिंह न्यौल ने बताया कि इस सांस्कृतिक उत्सव के तहत नृत्य, गायन, रंगोली और मेहंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया था। इन सभी प्रतियोगिताओं में शानदार प्रदर्शन के आधार पर ओवरऑल परिणाम घोषित किए गए। इसमें बीए फाइनल की छात्रा मंजू ने पहला स्थान प्राप्त कर कॉलेज का नाम रोशन किया।

### कृषि मशीन चोरी मामले में आरोपी गिरफ्तार

**फतेहाबाद।** कृषि मशीन चोरी के मामले में थाना सदर टोहाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी परमवीर सिंह पुत्र राजेन्द्र सिंह निवासी ललौदा को गिरफ्तार किया है। आरोपी अब टोहाना शहर में रहता है। पुलिस ने आरोपी की निशानदेही पर चोरीशुदा जीरो ड्रिल मशीन भी बरामद कर ली है। थाना प्रभारी निरीक्षक साधुराम ने बताया कि गांव ललौदा निवासी सुरजीत सिंह ने पुलिस को शिकायत दी थी कि उसके खेत से गेहूं, बाजरा व सरसों की बिजाई में प्रयोग होने वाली जीरो ड्रिल कृषि मशीन चोरी हो गई है। अपने तौर पर तलाश की गई परन्तु कहीं कोई सुराग नही मिला। शिकायत की जांच के उपरांत थाना सदर टोहाना में 24 सितंबर को मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

### बतरा अस्पताल के पास युवक चिट्टे के साथ दबोचा

**फतेहाबाद।** सीआईए फतेहाबाद पुलिस ने पुराने बस अड्डा क्षेत्र में बतरा अस्पताल के पास कार्रवाई करते हुए एक युवक को 8.40 ग्राम हेरोइन के साथ रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान कपिल कुमार उर्फ रिंकू निवासी गढ़ी मोहल्ला, फतेहाबाद के रूप में हुई है। सीआईए फतेहाबाद के प्रभारी निरीक्षक नवीन कुमार ने बताया कि एएसआई रोहताश कुमार के नेतृत्व में पुलिस टीम गश्त के दौरान लाल बत्ती चैक से पुराने बस अड्डे की तरफ जा रही थी।

## 2100 से 2200 रुपये क्विंटल में धान खरीदने का आरोप, बोले : स्थानीय किसानों की फसल आने से पहले बाहर का धान खपाया जा रहा...

# धान खरीद को लेकर भड़के किसान, मार्केट कमेटी कार्यालय के बाहर दिया धरना

- मांगें नहीं मानीं तो मार्केट कमेटी गेट पर तालाबंदी और नेशनल हाईवे जाम की चेतावनी

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया





**रतिया।** धरने पर बैठे किसानों से बातचीत करते डीएफएससी कुशल बूरा व मण्डी के बाहर फसल लेकर आई ट्रैक्टर-ट्रालियों की लगी कतार।

अनाज मंडी में धान की खरीद व्यवस्था को लेकर बुधवार को किसानों का गुस्सा फूट पड़ा। धान की खरीद सुचारु नहीं होने और कथित तौर पर कम भाव में फसल खरीदने के आरोप लगाते हुए किसान संघर्ष समिति के बैनर तले किसानों ने मार्केट कमेटी कार्यालय के बाहर धरना दिया। किसानों ने सरकार और प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी करते हुए खरीद व्यवस्था में पारदर्शिता लाने और किसानों को फसल का उचित मूल्य दिलाने की मांग की। धरने पर बैठे किसानों ने आरोप लगाया कि अधिकारियों की कथित मिलीभगत से व्यापारी किसानों से कम दाम पर धान खरीद रहे हैं। किसानों के अनुसार मंडी में इन दिनों करीब 2100 से 2200 रुपए प्रति क्विंटल के भाव पर धान खरीदा जा रहा है, जबकि किसानों को उम्मीद है कि सरकारी खरीद व्यवस्था के तहत उन्हें न्यूनतम समर्थन मूल्य का लाभ मिलेगा। किसान संघर्ष समिति के प्रदेश अध्यक्ष मनदीप सिंह, जग्गी चहल, ओम प्रकाश सहित अन्य किसानों ने कहा कि रतिया क्षेत्र में स्थानीय किसानों की धान की कटाई अभी करीब एक सप्ताह बाद शुरू होने की संभावना है। इसके बावजूद अनाज मंडी पहले से ही धान से भरी हुई है। किसानों का आरोप है कि दूर-दराज के क्षेत्रों से धान रतिया मंडी में लाया जा रहा है और स्थानीय किसानों के नाम पर कम भाव में इसकी खरीद की जा रही है।

### एमएसपी के दावे और मंडी के हालात पर उठाए सवाल

किसानों ने कहा कि सरकार किसानों को न्यूनतम समर्थन मूल्य पर धान खरीदने का भरोसा दे रही है, लेकिन जमीनी स्तर पर उन्हें इसका लाभ नहीं मिल रहा। किसानों ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी पंजाब में जाकर हरियाणा में एमएसपी पर धान खरीदने के दावे कर रहे हैं, जबकि रतिया मंडी में किसान कम भाव पर फसल बेचने को मजबूर हैं। किसानों ने कहा कि यदि मंडी में खरीद व्यवस्था पारदर्शी है तो बाहर से आने वाले धान की जांच, किसान की पहचान और फसल के वास्तविक स्रोत की निगरानी क्यों नहीं की जा रही। उन्होंने प्रशासन से पूरे मामले की जांच करवाने की मांग की।

### सीधी खरीद पर रोक रहेगी : सचिव

धरने की सूचना मिलने पर मार्केट कमेटी के अधिकारी मौके पर पहुंचे। मार्केट कमेटी सचिव ओमप्रकाश चहल ने कहा कि मंडी में धान की खरीद सुचारु रूप से चल रही है। उन्होंने स्पष्ट किया कि किसी भी सेलर मालिक को किसानों से सीधे धान खरीदने की अनुमति नहीं दी जाएगी। खरीद प्रक्रिया नियमों के अनुसार ही करवाई जा रही है। वहीं, धरने की सूचना मिलने पर जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक कुशल बूरा भी मौके पर पहुंचे। उन्होंने किसानों से बातचीत कर उनकी समस्याएं सुनीं। किसानों ने उनके सामने कम भाव में धान खरीद, बाहरी धान की आवक और स्थानीय किसानों की फसल की खरीद से जुड़े मुद्दे रखे। डीएफएससी ने किसानों को उनकी समस्याओं पर जल्द कार्रवाई करने तथा स्थानीय किसानों की धान की खरीद शुरू करवाने का आश्वासन दिया।

### आश्वासन के बाद भी चेतावनी बरकरार

किसानों ने कहा कि वे प्रशासन के आश्वासन का इंतजार करेंगे, लेकिन यदि उनकी मांगों पर जल्द कार्रवाई नहीं हुई और किसानों से कथित तौर पर कम भाव में धान खरीदने का सिलसिला नहीं रुका तो आंदोलन तेज किया जाएगा। किसानों ने चेतावनी दी कि जरूरत पड़ी तो मार्केट कमेटी कार्यालय के गेट पर तालाबंदी करने के साथ नेशनल हाईवे जाम किया जाएगा।



**सिरसा।** कार्यक्रम को संबोधित करते राज्यसभा सांसद सुभाष बराला।

## विकसित भारत के निर्माण में हरियाणा की होगी अहम भूमिका

- सेवा संकल्प अभियान के तहत विकसित भारत संकल्प सभा, सेवा ज्योति यात्रा कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

सेवा संकल्प अभियान के तहत बुधवार को शहीद भगत सिंह स्टेडियम में विकसित भारत संकल्प सभा, सेवा ज्योति यात्रा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी का वर्चुअल संबोधन भी हुआ। इस अवसर पर वर्ष 2047 तक भारत को विकसित राष्ट्र बनाने के लिए सामूहिक संकल्प दिलाया गया। कार्यक्रम के उपरांत शहीद भगत सिंह स्टेडियम से राजकीय महिला महाविद्यालय तक पैदल सेवा ज्योति यात्रा निकाली गई, यात्रा में मुख्यतिथि राज्यसभा सांसद सुभाष बराला सहित भारी संख्या में आमजन ने हिस्सा लिया। अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने मुख्यातिथि को पौधा भेंट किया। इस अवसर पर सेल्फी प्वाइंट पर मुख्यातिथि ने सेल्फी भी करवाई।

### सेवा ज्योति यात्रा से विकास का संदेश

राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने कहा कि यह आयोजन सिरसा जिले के साथ-साथ पूरे प्रदेश में किया जा रहा है। इस यात्रा में बड़ी संख्या में आमजन, विशेषकर युवाओं ने भाग लिया है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में वर्ष 2047 में आजादी के 100 वर्ष पूरे होंगे और भारत विकसित राष्ट्र बनेगा, तब इसमें हरियाणा प्रदेश की भी महत्वपूर्ण भूमिका होगी। इस दिशा में सभी ने मिलकर योगदान देने का संकल्प लिया है। उन्होंने कहा कि सेवा ज्योति यात्रा का उद्देश्य सरकार द्वारा किए जा रहे विकास कार्यों, जनकल्याणकारी योजनाओं तथा सामाजिक समरसता का संदेश आमजन तक पहुंचाना है। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजनों के माध्यम से लोगों को देश के विकास में अपनी भागीदारी निभाने के लिए प्रेरित किया जा रहा है।

## एसडीएम ने भीमेवाला में डीसीएस और फसल सत्यापन कार्य का किया निरीक्षण

**फतेहाबाद/टोहाना।** एसडीएम आकाश शर्मा ने गांव भीमेवाला में फील्ड में डीसीएस एवं फसल सत्यापन कार्य का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने खेतों में पहुंचकर पटवारियों द्वारा किए जा रहे भौतिक सत्यापन कार्य की जमीनी स्थिति का जायजा लिया और मौके पर सत्यापन प्रक्रिया से संबंधित आवश्यक जानकारी ली। एसडीएम ने निरीक्षण के दौरान मेरी फसल-मेरा ब्यौरा पोर्टल पर दर्ज फसल संबंधी विवरण तथा डिजिटल क्रॉप सर्वे मिसमैच के लंबित मामलों की स्थिति की भी जानकारी ली। उन्होंने यह सुनिश्चित करने के निर्देश दिए कि पोर्टल पर उपलब्ध फसल संबंधी जानकारी और खेत में मौके पर वास्तविक स्थिति के बीच किसी प्रकार की विसंगति न रहे तथा भौतिक सत्यापन का कार्य निर्धारित प्रक्रिया के अनुसार पूरा किया जाए। उन्होंने खेतों में जाकर फसल की स्थिति का निरीक्षण किया और संबंधित कर्मचारियों से सत्यापन कार्य की प्रगति के बारे में जानकारी ली। एसडीएम आकाश शर्मा ने अधिकारियों एवं कर्मचारियों को निर्देश दिए कि डीसीएस मिसमैच से संबंधित सभी मामलों की जांच कर उनका आवश्यकतानुसार भौतिक सत्यापन करवाया जाए। उन्होंने कहा कि डेटा मिसमैच तथा लंबित सत्यापन के मामलों को प्राथमिकता के आधार पर पूरा किया जाए, ताकि फसल संबंधी रिकॉर्ड को समयबद्ध तरीके से दुरुस्त किया जा सके। इस मौके पर नायब तहसीलदार अनिल कुमार, कानूनगो रवि कुमार सहित अन्य संबंधित कर्मचारी मौजूद रहे।

## ठेकेदार हत्याकांड में परिजन आरोपियों की गिरफ्तारी पर अड़े

- अस्पताल में दिया धरना, दूसरे दिन भी नहीं हुआ पोस्टमार्टम

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा



**सिरसा।** मृतक सुभाष बैनीवाल के परिजन ग्रामीणों के साथ अस्पताल में धरना देते हुए।

जिले के गांव जमाल में सोलर प्लांट में ठेकेदारी का काम करने वाले सुभाष बेनीवाल की गोली मारकर हत्या करने के मामले में बुधवार को मृतक के परिजन और ग्रामीण आरोपियों की गिरफ्तारी की मांग को लेकर अस्पताल में धरने पर बैठ गए। ग्रामीणों का कहना है कि जब तक आरोपियों को गिरफ्तार नहीं किया जाता, तब तक वे न तो शव का पोस्टमार्टम करवाएंगे और न ही अंतिम संस्कार करेंगे। वहीं बताया जा रहा है कि प्रशासन व परिजनों में पोस्टमार्टम को लेकर सहमति बन गई है। फिलहाल शव नागरिक अस्पताल के मोर्चरी में रखा गया है। घटना की निष्पक्ष जांच की मांग को लेकर भाजपा जिलाध्यक्ष यतिंद्र सिंह एडवोकेट, भाजपा जिला प्रभारी भारत भूषण जुआल, जिला पार्षद नंदलाल बैनीवाल ग्रामीणों के साथ पुलिस अधीक्षक से मिले और घटना में संलिप्त आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की। परिजनों का आरोप है कि हत्या से तीन दिन पहले भी सुभाष पर फायरिंग की गई थी। इसके बाद मामले की शिकायत पुलिस को देकर आरोपियों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की गई थी। परिजनों के अनुसार गांव में पिछले 10-15 दिनों से बिना नंबर की एक गाड़ी घूम रही थी और सुभाष की रेकी किए जाने का भी संदेह जताया गया था। बावजूद समय रहते ठोस कार्रवाई नहीं हुई और बीते मंगलगवार दोपहर को बदमाशों ने सोलर प्लांट में घुसकर सुभाष बैनीवाल की हत्या कर दी।

### पिता के बयान पर किया मामला दर्ज

नाथूसरी चोपटा थाना प्रभारी ने बताया कि मृतक के पिता के बयान पर हत्या से संबंधित धाराओं के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। परिजनों ने कुछ संदिग्धों के नाम पुलिस को बताए हैं। उनकी पहचान और भूमिका के संबंध में जानकारी जुटाई जा रही है। पुलिस का कहना है कि आरोपियों की तलाश की जा रही है और उन्हें जल्द गिरफ्तार करने का प्रयास किया जा रहा है।

## बेटियों को स्वस्थ, सुरक्षित वातावरण देना समाज की जिम्मेदारी: डॉ. गीतिका

हरिभूमि न्यूज ⏭ चोपटा



**सिरसा।** बैठक में भाग लेती आशा वर्कर्स व आंगनबाड़ी व वर्कर।

समाज में बेटियों के स्वास्थ्य, सुरक्षा और सम्मान के साथ-साथ संतुलित लिंगानुपात को बढ़ावा देने के उद्देश्य से गांव कंवरपुरा के स्वास्थ्य केंद्र में बैठक हुई जिसमें डॉ. गीतिका, एएनएम रीना रानी, एमपीएचडब्ल्यू जनकराज, आशा वर्कर्स, आंगनवाड़ी वर्कर्स, सोशल कार्यकर्ता व पंचायत सदस्य मौजूद रहे। डॉ. गीतिका ने बताया कि संक्रमण से बचाव के लिए एचपीवी टीकाकरण एक महत्वपूर्ण स्वास्थ्य सुरक्षा उपाय है। उन्होंने अभिभावकों से बेटियों के स्वास्थ्य को लेकर जागरूक रहने और चिकित्सकीय सलाह के अनुसार एचपीवी टीकाकरण करवाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि बेटियों को स्वस्थ और सुरक्षित वातावरण देना पूरे समाज की जिम्मेदारी है। डॉ. गीतिका ने एचपीवी वैक्सीन को लेकर फैली भ्रांतियों को दूर करते हुए लोगों को सही एवं प्रमाणित स्वास्थ्य जानकारी अपनाने के लिए प्रेरित किया। साथ ही नियमित स्वास्थ्य जांच और समय पर चिकित्सकीय परामर्श लेने पर भी जोर दिया। इस दौरान संतुलित लिंगानुपात के प्रति भी लोगों को जागरूक किया गया। डॉ. गीतिका ने कहा कि बेटा-बेटी में भेदभाव समाज के विकास में बाधा है।

## डीडीए का पद खाली होने से किसान परेशान

**सिरसा।** किसानों ने उप कृषि निदेशक के स्थायी पद पर नियमित अधिकारी की तुरंत नियुक्ति करने की मांग को लेकर मुख्यमंत्री और उपायुक्त सिरसा के नाम एक ज्ञापन सौंपा है। बीकेई प्रधान लखविंद्र सिंह ने बताया कि भौगोलिक क्षेत्रफल और कृषि भूमि के मामले में सिरसा प्रदेश का सबसे बड़ा जिला है, जो राज्य की कुल कृषि भूमि का लगभग 10 प्रतिशत हिस्सा कवर करता है। कपास, धान और गेहूं उत्पादन में अग्रणी होने के कारण यहां कृषि विभाग का कार्यभार अत्यंत व्यापक है। उन्होंने गहरा रोष व्यक्त करते हुए कहा कि इतने बड़े जिले में पिछले लंबे समय से उप कृषि निदेशक (डीडीए) का स्थायी पद खाली पड़ा है और फतेहाबाद के डीडीए को इसका अतिरिक्त प्रभार सौंपा गया है।

## हेरोइन सप्लायरों पर एक्शन, महिला सहित दो लोगों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिले में नशीले पदार्थों की तस्करी के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत जिला पुलिस ने महिला सहित दो नशा सप्लायरों को गिरफ्तार किया है। पहले मामले में थाना शहर टोहाना के अंतर्गत पुलिस चौकी चंडीगढ़ रोड टोहाना प्रभारी उपनिरीक्षक ओम प्रकाश ने बताया कि 12 जुलाई को पुलिस टीम ने इंडस्ट्रियल एरिया, इंदिरा कालोनी रोड टोहाना से संदिग्ध अवस्था में घूम रहे मनजीत सिंह निवासी बाबा बूटा बस्ती, टोहाना को 8.77 ग्राम हेरोइन के साथ रंगे हाथों दबोचा था। इस मामले में जांच के दौरान जब हेरोइन की खरीद-फरोख्त और सप्लायरों के नेटवर्क को खंगाला गया, तो इसमें जींद के रसीदां गांव की रहने वाली पूजा पत्नी सोनू की मुख्य भूमिका सामने आई। पुलिस चैकी चंडीगढ़ रोड की टीम ने कार्रवाई करते हुए मुख्य आरोपी पूजा को काबू कर लिया।

### युवक से 5.71 ग्राम हेरोइन हुई बरामद

दूसरे मामले में थाना भट्टू कलां प्रभारी निरीक्षक वीरसिंह ने बताया कि 2 सितंबर को सहायक उपनिरीक्षक रघुबीर सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम गश्त के दौरान लुदेसर चैक, भट्टू कलां क्षेत्र में मौजूद थी। इस दौरान पुलिस ने चोपटा रोड रेलवे पुल के नीचे से संदिग्ध अवस्था में घूम रहे सचिन उर्फ चीनी पुत्र सुखबीर सिंह निवासी भट्टू कलां को दबोचा था। तलाशी लेने पर उसके कब्जे से 5.71 ग्राम हेरोइन बरामद हुई थी। इस संबंध में आरोपी सचिन के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी। प्रभारी निरीक्षक ने बताया कि आरोपी से की गई पूछताछ के आधार पर पुलिस ने तीसरे आरोपी राकेश कुमार उर्फ घोलू पुत्र मदनलाल निवासी भट्टू कलां को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है।

### नियम तोड़ने वालों को सख्त चेतावनी

## सेलर में सीधा धान उतारने पर जेपी राइस मिल पर ठोका 54 हजार रुपये जुर्माना

**रतिया।** किसानों से सीधे धान खरीदने और सेलर में सीधे धान उतारने के मामले में मार्केट कमेटी रतिया के सचिव ओम प्रकाश चहल ने बड़ी कार्रवाई की है। मार्केट कमेटी सचिव ने जेपी राइस मिल पर कार्रवाई करते हुए 54 हजार 500 रुपये की वसूली की है। इसमें जुर्माना और एचआरडीएफ फीस दोनों शामिल हैं। सचिव ओम प्रकाश चहल ने बताया कि उन्हें लगातार शिकायतें मिल रही थीं कि कुछ सेलर मालिक मंडी की बजाय सीधे अपना धान सेलरों में उतार रहे हैं और किसानों से सस्ते दामों पर खरीद कर रहे हैं। शिकायत के आधार पर उन्होंने खुद सेलरों की जांच की, जिसमें जेपी राइस मिल में सीधा धान उतारने का मामला पकड़ा गया। उन्होंने सख्त चेतावनी देते हुए कहा कि किसी भी मिल संचालक को सीधा धान उतारने नहीं दिया जाएगा। जो भी मिल मालिक नियमों को तोडक़र सीधा धान उतारेगा, उसके खिलाफ इसी तरह कड़ी कार्रवाई की जाएगी। सचिव की इस कार्रवाई से मंडी में हडक़ंप मच गया है और अन्य सेलर संचालकों में भी हडक़ंप है।

**राशन** एएवाई कार्ड पर 35 किलो और बीपीएल में प्रति सदस्य 5 किलो गेहूं

# राशन डिपो पर अब बाजरा नहीं, शत-प्रतिशत गेहूं मिलेगा

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद



राशन वितरण का प्रतीकात्मक फोटो।

सार्वजनिक वितरण प्रणाली के तहत राशन लेने वाले जिले के लाभार्थियों के लिए अक्टूबर महीने में राशन का पैमाना बदल दिया गया है। खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले निदेशालय ने बाजरे की जगह अतिरिक्त गेहूं देने के निर्देश जारी किए हैं। नए आदेश के बाद पात्र लाभार्थियों को इस महीने निर्धारित मात्रा के अनुसार 'शत-प्रतिशत गेहूं' उपलब्ध कराया जाएगा। सरकार की ओर से खाद्य सुरक्षा योजना के तहत पहले गेहूं के साथ बाजरा वितरित किया जाना तय किया गया था। अब संशोधित व्यवस्था के तहत अक्टूबर में बाजरे का वितरण नहीं होगा और उसके स्थान पर राज्य कोटे से अतिरिक्त गेहूं दिया जाएगा। विभाग ने सभी जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रकों को संशोधित पैमाने के अनुसार राशन वितरण सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं।

### एएवाई कार्ड पर अब कुल 35 किलो गेहूं

अंत्योदय अन्न योजना (एएवाई) के राशन कार्डधारकों के लिए इस बदलाव का सीधा असर राशन की मात्रा पर पड़ेगा। पहले एक कार्ड पर 23 किलोग्राम गेहूं और 12 किलोग्राम बाजरा, यानी कुल 35 किलोग्राम खाद्यान्न दिया जाना निर्धारित था। अब बाजरे की जगह गेहूं दिए जाने से एएवाई कार्डधारक को कुल 35 किलोग्राम गेहूं मिलेगा। इस तरह कार्डधारक को खाद्यान्न की कुल मात्रा में कमी नहीं होगी, बल्कि पहले मिलने वाले बाजरे के स्थान पर उतनी ही मात्रा गेहूं के रूप में दी जाएगी।

### बीपीएल लाभार्थियों को प्रति सदस्य 5 किलो गेहूं

गरीबी रेखा से नीचे यानि बीपीएल श्रेणी के लाभार्थियों के लिए भी राशन का पैमाना संशोधित किया गया है। पहले प्रति सदस्य 4 किलोग्राम गेहूं और एक किलोग्राम बाजरा दिया जाना निर्धारित था। अब संशोधित व्यवस्था के तहत प्रति सदस्य 5 किलोग्राम गेहूं दिया जाएगा। इससे परिवार के प्रत्येक पात्र सदस्य के हिस्से में बाजरे के बजाय एक किलो अतिरिक्त गेहूं शामिल होगा। राशन डिपो संचालकों को भी नए पैमाने के अनुसार ही वितरण करने के निर्देश दिए गए हैं।

### पहले कम गेहूं लेने वालों को भी मिलेगा बाकी राशन

विभाग ने उन लाभार्थियों के लिए भी व्यवस्था स्पष्ट की है, जिन्होंने अक्टूबर में संशोधित आदेश लागू होने से पहले पुराने पैमाने के अनुसार राशन प्राप्त कर लिया है। ऐसे कार्डधारकों को निर्धारित मात्रा में जितना गेहूं कम मिला है, उसकी शेष मात्रा अलग से उपलब्ध कराई जाएगी। यानी जिन लाभार्थियों ने पहले गेहूं के साथ बाजरा अथवा पुराने पैमाने के अनुसार राशन लिया है, उन्हें नए पैमाने के हिसाब से गेहूं की बची हुई मात्रा से वंचित नहीं किया जाएगा।

**सितंबर के बचे स्टॉक से होगी अतिरिक्त गेहूं की आपूर्ति :** निदेशालय के आदेश के अनुसार अक्टूबर में बाजरे के स्थान पर वितरित किए जाने वाले अतिरिक्त गेहूं की व्यवस्था सितंबर में बचे खाद्यान्न स्टॉक से की जाएगी। इसके लिए जिले के खाद्य एवं आपूर्ति अधिकारियों को राशन की उपलब्धता और वितरण व्यवस्था पर निगरानी रखने के निर्देश दिए गए हैं। विभाग ने यह भी कहा है कि राशन कार्डधारकों को बदले हुए वितरण पैमाने की जानकारी दी जाए, ताकि उन्हें डिपो पर राशन लेते समय किसी तरह की परेशानी न हो।

**जिले में करीब 6.22 लाख उपभोक्ताओं को मिलता है राशन :** खाद्य एवं आपूर्ति निगम की ओर से जिले में 369 राशन डिपो अलॉट किए गए हैं। इसके साथ ही जिले में वर्तमान में कुल 1,67,479 राशन कार्ड हैं और इनके तहत 6,26,285 लाभार्थी राशन योजना का लाभ ले रहे हैं। इनमें 10,670 अंत्योदय (गुलाबी) राशन कार्ड शामिल हैं जिनसे 29,448 सदस्य जुड़े हुए हैं। इसी प्रकार जिले में 1,56,809 बीपीएल राशन कार्ड हैं जिनके तहत 5,96,837 सदस्य खाद्यान्न प्राप्त कर रहे हैं।

मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने के लिए, हम क्या आहार ले रहे हैं, इसकी गुणवत्ता पोषण पर भी ध्यान देना जरूरी है। जानिए ऐसी डाइट के बारे में, जिससे आप रहेंगे मेंटली हेल्दी।

**वर्ल्ड मेंटल हेल्थ-डे**
**10 अक्टूबर, स्पेशल**

## तन ही नहीं मन पर भी पड़ता है डाइट का असर

**डाइट सजेशन**
**संध्या रानी**



हम जो भी भोजन खाते हैं, उसका असर केवल हमारे शरीर पर ही नहीं, बल्कि हमारे मस्तिष्क और मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। संतुलित और पौष्टिक भोजन शरीर को ऊर्जा देने के साथ-साथ मस्तिष्क के सामान्य काम-काज, अच्छी नींद और मूड को अच्छा बनाए रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

**कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट:** भोजन में ओट्स, ब्राउन राइस, ज्वार, बाजरा और साबुत अनाज जैसे कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट शामिल करने से इनका पाचन धीरे-धीरे होता है और रक्त में ग्लूकोज का स्तर अपेक्षाकृत स्थिर बना रहता है। रक्त शर्करा का स्तर अचानक कम होने पर चिड़चिड़ापन और घबराहट जैसी भावनाएं बढ़ सकती हैं। इसके विपरीत, स्थिर ग्लूकोज स्तर शरीर को लगातार ऊर्जा देने में मदद करता है। साथ ही, कार्बोहाइड्रेट युक्त भोजन सेरोटोनिन के निर्माण की प्रक्रिया में भी भूमिका निभा सकता है। सेरोटोनिन फील-गुड हार्मोन है, जो मूड तथा भावनात्मक संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।



**प्रोबायोटिक-फर्मेंटेड फूड्स:** पारंपरिक भारतीय खाद्य पदार्थ जैसे दही, इडली, डोसा, अचार और छाछ प्रोबायोटिक्स से भरपूर होते हैं। आंतों में मौजूद अच्छे जीवाणु लगभग 90 प्रतिशत सेरोटोनिन नामक यौगिक के उत्पादन में योगदान देते हैं। जब आंतों का सूक्ष्मजीव समुदाय संतुलित रहता है, तो यह तनाव, चिंता और मानसिक थकान जैसे लक्षणों को बेहतर ढंग से संभालने में शरीर का सहयोग कर सकता है।

**ओमेगा-3 फैटी एसिड:** मछली में पाया जाने वाला ओमेगा-3 फैटी एसिड मस्तिष्क की कोशिकाओं की झिल्ली की संरचना और उनके सामान्य कामकाज में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। शरीर में ओमेगा-3 की कम मात्रा और डिप्रेशन के लक्षणों के बीच संबंध देखा गया है। इसलिए आहार में पर्याप्त मात्रा में ओमेगा-3 शामिल करना मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी उपयोगी हो सकता है। शाकाहारी लोग अखरोट, अलसी के बीज और चिया सीड्स से ओमेगा-3 प्राप्त कर सकते हैं।

**ट्रिप्टोफैन युक्त फूड्स:** अंडे, दूध, पनीर, केला और कद्दू के बीज जैसे खाद्य पदार्थों में ट्रिप्टोफैन (अमीनो एसिड) पाया जाता है। ट्रिप्टोफैन शरीर में सेरोटोनिन के निर्माण की प्रक्रिया में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यदि रात के भोजन में ट्रिप्टोफैन युक्त खाद्य पदार्थों को संतुलित मात्रा में शामिल किया जाए, तो वे अच्छी नींद और भावनात्मक संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकते हैं। मैग्नीशियम की कमी से मांसपेशियों में जकड़न, थकान और घबराहट जैसी समस्याएं हो सकती हैं। मेथी, पालक, कद्दू के बीज, बादाम और डार्क चॉकलेट जैसे मैग्नीशियम से भरपूर खाद्य पदार्थ शरीर को मैग्नीशियम की आवश्यक मात्रा प्राप्त करने में मदद करते हैं। मैग्नीशियम तंत्रिका तंत्र के सामान्य कामकाज में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है और तनाव से जुड़ी शरीर की प्रक्रियाओं को संतुलित रखने में भी सहायक हो सकता है।

**विटामिन डी:** अंडे की जर्दी, मशरूम और फोर्टिफाइड दूध विटामिन डी के अच्छे स्रोत हैं। विटामिन डी की कमी मौसमी तनाव और लगातार उदासी की भावना से जुड़ी हो सकती है। सुबह की धूप के साथ-साथ इन खाद्य पदार्थों को आहार में शामिल करना विटामिन डी की पूर्ति के लिए एक अच्छा विकल्प है।

**एंटीऑक्सीडेंट युक्त फल-सब्जियां:** नियमित रूप से अपने भोजन में रंग-बिरंगे फल और सब्जियों को शामिल करना मानसिक स्पष्टता और भावनात्मक स्थिरता बनाए रखने में मददगार साबित हो सकता है। जामुन, संतरा, अनार, टमाटर और शिमला मिर्च जैसे रंगीन फल और सब्जियां एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होते हैं। ये शरीर में ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करने और मस्तिष्क की कोशिकाओं की रक्षा करने में मदद करते हैं। ये विटामिन मस्तिष्क को स्वस्थ बनाए रखने में सहायक हैं। *

**(डाइटिशियन डॉ. अंशु चौहान से बातचीत पर आधारित)**

पूरी तरह हेल्दी रहने के लिए केवल शारीरिक ही नहीं मानसिक तौर पर भी स्वस्थ रहना जरूरी होता है। आज के तनावपूर्ण और भागदौड़ भरी जीवनशैली में अनेक लोग चिंता, अवसाद और तनाव जैसी मानसिक समस्याओं का सामना कर रहे हैं। ऐसे में यह जानना बहुत जरूरी है कि इन समस्याओं के कारण क्या हैं, इनकी पहचान कैसे होती है और इनका उपचार कैसे कर सकते हैं?

## फिजिकल की तरह ही इंपॉर्टेंट है मेंटल हेल्थ

**डॉक्टर्स एडवाइस**



**डॉ. अपर्णा रामकृष्णन**
**सीनियर साइकिएट्रिस्ट**
**कोकिलाबेन अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई**



आज की तेज रफ्तार जिंदगी में तनाव, चिंता और भावनात्मक थकान बहुत कॉमन हो गए हैं। काम का दबाव, पढ़ाई से जुड़ी जिम्मेदारियां, आर्थिक चिंताएं, रिश्तों में कठिनाइयां, नींद की कमी और लगातार डिजिटल दुनिया से जुड़े रहना धीरे-धीरे व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है। कभी-कभार होने वाला तनाव कठिन परिस्थितियों के प्रति शरीर और मन की सामान्य प्रतिक्रिया है, लेकिन यदि भावनात्मक परेशानी लगातार बनी रहे तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

तनाव जीवन का एक स्वाभाविक हिस्सा है, लेकिन जब यह लगातार बना रहे और व्यक्ति की नींद, भूख, एकाग्रता, रिश्तों या काम और दैनिक जीवन में सामान्य रूप से कार्य करने की क्षमता को प्रभावित करने लगे, तो डॉक्टर से कंसल्ट करने की आवश्यकता हो सकती है।

### अपनाएं बैलेंस्ड लाइफस्टाइल

अच्छे मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए पहला कदम स्वस्थ दैनिक आदतें विकसित करना है। नियमित समय पर सोना-जागना, शारीरिक रूप से सक्रिय रहना, संतुलित भोजन करना, पर्याप्त आराम करना और अपने शौक के लिए समय निकालना भावनात्मक स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने में मदद कर सकता है। परिवार और दोस्तों के संपर्क में रहना तथा अपनी भावनाओं के बारे में खुलकर बातचीत करना अकेलेपन की भावना को भी कम कर सकता है। यह पहचानना भी बहुत जरूरी है कि रोजमर्रा का तनाव कहीं गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्या का रूप तो नहीं ले रहा है।

### हार्मफुल है अधिक चिंता करना

चिंता का असर मन और शरीर दोनों पर पड़ सकता है। लगातार चिंता करते रहना, बेचैनी, चिड़चिड़ापन, ध्यान लगाने में परेशानी, नींद खराब होना तथा लगातार डर या घबराहट महसूस होना रोजमर्रा की जिंदगी में बाधा डाल सकता है।

कुछ लोगों में इसके शारीरिक लक्षण भी दिखाई दे सकते हैं, जैसे- दिल की धड़कन तेज होना, अधिक पसीना आना, मांसपेशियों में तनाव या थकान, मुंह का सूखना, सीने में जकड़न, गला घुटने जैसा महसूस होना, ऐसा लगना कि ठीक से सांस नहीं ले पा रहे हैं।

हालांकि हर बार चिंता या घबराहट होना एंग्जाइटी डिसऑर्डर (चिंता संबंधी विकार) का संकेत नहीं होता। लेकिन जब चिंता बार-बार होने लगे, बहुत ज्यादा बढ़ जाए, व्यक्ति को काफी मानसिक परेशानी देने लगे या उसके काम, पढ़ाई, रिश्तों अथवा दैनिक गतिविधियों को प्रभावित करने लगे, तो किसी योग्य मनोचिकित्सक या क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट से जांच/सलाह लेना महत्वपूर्ण है।

### डिप्रेशन को समझना है जरूरी

आज के दौर में डिप्रेशन (अवसाद) एक सामान्य मानसिक स्वास्थ्य समस्या बनती जा रही है, जिसे कई बार पहचाना नहीं जा पाता। यह केवल कुछ समय के लिए उदास रहने या किसी काम को करने की इच्छा न होने तक सीमित नहीं होता है। डिप्रेशन व्यक्ति के सोचने और महसूस करने के तरीके को प्रभावित कर सकता है। वह अपने बारे में, अपने आस-पास की परिस्थितियों के बारे में और अपने भविष्य के बारे में किस तरह सोचता है। इसका असर नींद, काम और दूसरे लोगों के साथ बातचीत पर भी पड़ सकता है।

### डिप्रेशन के प्रमुख लक्षण

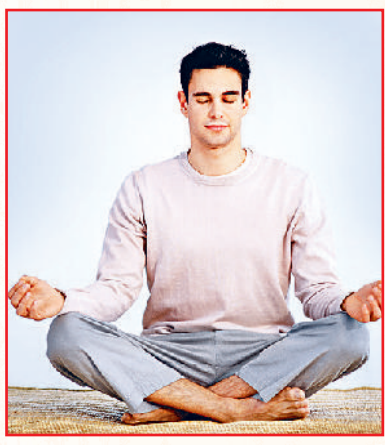
डिप्रेशन के प्रमुख लक्षणों में शामिल हैं-दिन के अधिकांश समय उदासी या खालीपन महसूस होना। उन गतिविधियों में रुचि या आनंद कम हो जाना, जिनमें पहले खुशी मिलती थी। ऊर्जा की कमी महसूस होना। लोगों से बातचीत करने में रुचि कम होना। नींद या भूख में बदलाव होना। ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई महसूस होना। अपराधबोध या खुद को बेकार समझना। निराशा और असहायता की भावना। मृत्यु की इच्छा या आत्महत्या के विचार आना। इनके अलावा कुछ लोग परिवार और दोस्तों से दूरी बनाने लगते हैं या उन गतिविधियों को करना बंद कर देते हैं, जिनका वे पहले आनंद लेते थे। डिप्रेशन कभी-कभी बिना किसी स्पष्ट कारण के शरीर में दर्द, जल्दी चिड़चिड़ापन या नशीले पदार्थों के सेवन में बढ़ोतरी के रूप में भी दिखाई दे सकता है।

### डिप्रेशन का ट्रीटमेंट

डिप्रेशन को केवल एक दौर या ऐसी चीज समझकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए, जिसे व्यक्ति बस अपनी इच्छा से ठीक कर सकता है। जब लक्षण लगातार बने रहें और दैनिक जीवन को प्रभावित करने लगें, तो एक्सपर्ट डॉक्टर की गाइडेंस जरूरी है। डिप्रेशन का इलाज संभव है और समय पर उपचार शुरू करने से महत्वपूर्ण फर्क पड़ सकता है। डिप्रेशन का उपचार हर व्यक्ति के लिए अलग हो सकता है। इसमें साइकोथेरेपी, जीवनशैली में बदलाव और जरूरत के अनुसार दवाएं शामिल हो सकती हैं। अनुभवी मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ लक्षणों का मूल्यांकन करके उचित उपचार का सुझाव दे सकते हैं।

### ऐसे करें मेंटल हेल्थ केयर

अपने मानसिक स्वास्थ्य पर भी नियमित ध्यान देने की जरूरत होती है, ठीक उसी तरह जैसे हम अपने शारीरिक स्वास्थ्य का ध्यान रखते हैं। इसके लिए पर्याप्त नींद लेना, सक्रिय रहना, अच्छे और महत्वपूर्ण रिश्तों को बनाए रखना, अपने लिए वास्तविक और उचित अपेक्षाएं रखना तथा आराम करने और तनाव कम करने के लिए समय निकालना भावनात्मक रूप से सशक्त करने में मदद कर सकता है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि हेल्थ के लिए मदद मांगना कमजोरी की निशानी नहीं है। यह पहचानना कि कुछ ठीक नहीं है और किसी योग्य विशेषज्ञ से सहायता लेना सुधार और स्वस्थ होने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। किसी भी प्रकार की मानसिक समस्या को शुरुआती स्तर पर पहचानने और मनोचिकित्सक से परामर्श लेने पर लोग तनाव और चिंता को बेहतर तरीके से नियंत्रित कर सकते हैं। इसी तरह डिप्रेशन का उचित उपचार लेना और रोजमर्रा की जिंदगी की चुनौतियों से निपटने के स्वस्थ तरीके विकसित करना सीख सकते हैं। इससे आप मेंटली हेल्दी रहेंगे। *



**प्रस्तुति: विवेक शुक्ला**



### कब लें साइकिएट्रिस्ट से सलाह

**किसी भी** तरह की मानसिक समस्या के बारे में डॉक्टर से कंसल्ट करने के लिए लक्षणों के बहुत गंभीर होने तक इंतजार करना जरूरी नहीं है। यहां बताई जा रही स्थितियां भी मनोचिकित्सक से बात करने के लिए पर्याप्त हो सकती हैं।

- अगर आप अपने मूड, नींद या भूख में लगातार बदलाव महसूस करते हैं।
- अगर आप अपनी रोजमर्रा की जिम्मेदारियों को संभालने में कठिनाई महसूसते हैं।
- अपने करीबी लोगों से दूरी बनाने लगना।
- हर समय बेवजह बहुत ज्यादा या नियंत्रण से बाहर लगने वाली चिंता।
- पहले पसंद आने वाली गतिविधियों में रुचि खत्म हो जाना।
- यदि किसी व्यक्ति को खुद को नुकसान पहुंचाने या आत्महत्या के विचार आ रहे हों, तो तुरंत मनोचिकित्सक से मदद लेनी चाहिए।

**डिजीज**
**डॉ. जे. रावत**
**सीनियर फिजीशियन, दिल्ली**

अकसर लोग मामूली चोट को नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन कई बार छोटी सी चोट भी सेप्सिस में बदल जाती है और जानलेवा साबित हो सकती है। इसलिए इसके बारे में पूरी जानकारी होना आवश्यक है। सेप्सिस के कारण, लक्षण और उपचार के बारे में बहुत उपयोगी सलाह।

## कहीं चोट न बन जाए जानलेवा सेप्सिस



सेप्सिस या सेप्टिसीमिया सीवियर मेडिकल स्थिति है, जो छोटी-सी चोट या घाव से शुरू हो सकती है। जिस पर ध्यान न देने पर यह जानलेवा हो सकती है। सेप्सिस में हमारा शरीर किसी इंफेक्शन के प्रति इम्यून रिएक्शन देने लगती है। इसकी वजह से शरीर अपने ही टिश्यूज को डैमेज करने लगता है यानी खुद को नुकसान पहुंचाना शुरू कर देता है।

असल में हमें किसी तरह का इंफेक्शन (फंगल, वायरल, बैक्टीरियल) होता है, तब हमारे शरीर का इम्यून सिस्टम उस इंफेक्शन के खिलाफ रि-एक्शन करता है। इस रि-एक्शन के दौरान शरीर कई तरह के एंजाइम्स या प्रोकैल्सिटोनिन प्रोटीन रिलीज करता है, जो आमतौर पर शरीर को इंफेक्शन से बचाते हैं। लेकिन सेप्सिस की स्थिति में शरीर का इम्यून सिस्टम इन एंजाइम्स को ठीक तरह रिस्पांड नहीं कर पाता या कंट्रोल से बाहर हो जाता है। यह रिएक्शन इतना बढ़ जाता है कि शरीर अपने ही अंदरूनी अंगों को नुकसान पहुंचाना शुरू कर देता है।

सेप्सिस की एडवांस स्टेज को सेप्टिक शॉक मल्टीऑर्गन फेलियर कहा जाता है। इसमें इंफ्लामेटरी रिस्पांस की वजह शरीर में डिहाइड्रेशन होना शुरू हो जाता है, ब्लड सर्कुलेशन में बदलाव आने लगता है, मरीज का ब्लड प्रेशर बहुत कम हो जाता है। इस कॉम्प्रोमाइज सर्कुलेटरी सिस्टम के कारण शरीर के विभिन्न अंगों तक ऑक्सीजन ठीक तरह से नहीं पहुंच पाती। जिसका असर फेफड़ों, हार्ट, किडनी जैसे अंगों पर पड़ता है। शरीर में शॉक और मल्टीऑर्गन फेलियर जैसी स्थिति उत्पन्न हो जाती हैं। मरीज की मौत भी हो सकती है।

**क्या कहते हैं आंकड़े:** एक रिपोर्ट के हिसाब से पूरे एशिया में भारत सेप्सिस से होने वाली मौतों (तकरीबन 34 प्रतिशत) में दूसरे नंबर पर आता है। आईसीयू में भर्ती लोगों को इसका ज्यादा खतरा होता है। विडंबना है कि इसके बारे में लोगों में जागरूकता की कमी है और इसकी वजह से लाखों लोगों को जान गंवानी पड़ती है। डब्ल्यूएचओ के आंकड़े बताते हैं कि दुनिया में हर 3 सेकेंड में किसी एक व्यक्ति की सेप्सिस से मौत हो जाती है।

**क्या है कारण:** शरीर में अधिकतर इंफेक्शन सेप्सिस की वजह बन सकते हैं जैसे- निमोनिया, यूरिनरी ट्रेक्ट इंफेक्शन, एब्डोमन इंफेक्शन, स्किन इंफेक्शन, मेनेंजाइटिस ब्रेन इंफेक्शन। कभी-कभी छोटी-सी चोट लगने, खरोंच आने, कटने, कीड़े के काटने पर भी सेप्सिस हो सकता है। अगर वो इंफेक्शन समय रहते ठीक न हो, तो बैक्टीरिया पूरे शरीर में फैल सकते हैं और सेप्सिस इंफेक्शन विकसित हो सकता है।

**क्या हैं लक्षण:** तेज बुखार आना, ब्लड प्रेशर में बार-बार उतार-चढ़ाव होना, असहनीय बदन दर्द होना, थकावट और कमजोरी महसूस होना। ब्लड प्रेशर कम होना। स्किन के घाव में से पस निकलना, पेट में दर्द होना। हार्टबीट बढ़ना। शरीर में सूजन आना और ब्लड क्लॉट होना।

**क्या होता है असर:** शरीर के विभिन्न अंगों पर असर पड़ने से उन अंगों का ठीक तरह काम न कर पाना, जैसे- लिवर पर असर होने पर जांडिस होना, फेफड़ों में एक्यूट रेस्पेरेटरी डिस्ट्रेस सिंड्रोम होना, ऑक्सीजन लेवल कम होना, सांस लेने में दिक्कत होना, ब्रेन पर असर होने पर बेहोशी आना, दौरे पड़ना, सिर दर्द होना, किडनी पर असर होने पर यूरिन में कमी होना, स्किन पर रैशेज होना, स्किन के कलर में बदलाव होना।




**किन्हें है ज्यादा रिस्क:** किसी भी तरह के इंफेक्शन से जूझ रहे लोग, निमोनिया बुखार से पीड़ित, शुगर कंट्रोल न होने पर डायबिटीज, लिवर या हार्ट की बीमारी हो, इम्यूनिटी कमजोर होना, 60 साल से ज्यादा उम्र के बुजुर्ग या 2 साल से कम उम्र के बच्चे।

**कब जाएं डॉक्टर के पास:** सतर्क रहना जरूरी है। जब भी मरीज को बुखार के साथ किसी तरह की चोट या इंफेक्शन हो, सांस तेज चल रही हो, ब्लड प्रेशर कम हो रहा हो। तो बिना देर किए डॉक्टर को कंसल्ट करना चाहिए।

**क्या है इलाज:** मरीज की स्थिति के आधार पर इलाज किया जाता है। प्रो-कैल्सिटोनिन प्रोटीन का पता लगाने के लिए बीआरएएचएमएस प्रो. कैल्सिटोनिन ब्लड टेस्ट, ब्लड कल्चर, इंफेक्शन वाली जगह से कल्चर किया जाता है। कोशिश की जाती है कि मरीज के अंग कम से कम प्रभावित हों और सेप्सिस इंफेक्शन जल्द ठीक हो जाए। जैसे- ब्लड प्रेशर कम होने पर इंटरावैस्कुलर ड्रॉप से फ्लूड दिए जाते हैं। ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने के लिए वेजो प्रेशर मेडिसिन दी जाती है। इंफेक्शन कंट्रोल करने के लिए एंटी-बायोटिक मेडिसिन दी जाती हैं। सांस लेने में दिक्कत होने पर मरीज को ऑक्सीजन भी दी जाती है। स्किन में इंफेक्शन होने पर पस निकल रही हो तो उसे साफ करने के लिए सर्जरी भी की जाती है। *

**प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा**



### सेप्सिस से ऐसे करें बचाव

- फ्लू, निमोनिया या इंफेक्शन से बचाव के लिए फ्लू वैक्सीन जरूर लगवाएं।
- साफ-सफाई और पर्सनल हाइजीन का ध्यान रखें। रेगुलर हैंडवॉश करें।
- हेल्दी लाइफस्टाइल मेंटेन करें। रेगुलर एक्सरसाइज करें।
- किसी भी तरह की चोट लगने या इंफेक्शन को नजरअंदाज न करें। डॉक्टर से कंसल्ट करें।
- अपने आप कोई दवाई न लें। डॉक्टर द्वारा दी गई एंटी-बायोटिक का कोर्स नियमित लें और कोर्स पूरा करें।
- पौष्टिक तत्वों से भरपूर संतुलित आहार लें।

**अवेयरनेस**
**डॉ. माजिद अलीम**

बदलते मौसम, प्रदूषण के कारण अस्थमा की समस्या बढ़ सकती है। यह बहुत पेनफुल समस्या है। इससे बचाव के लिए आपको यहां बताई जा रही सावधानियों पर अमल करना चाहिए।

## अस्थमा जब हर सांस महसूस होने लगे भारी



सांस लेना हमारे जीवन की सबसे स्वाभाविक प्रक्रिया है। इतनी स्वाभाविक कि कई बार तो हम इसकी अहमियत ही नहीं महसूस करते, लेकिन जब यही सांस बीच-बीच में रुक-रुककर आने लगती है, सीने में जकड़न हो जाती है और एक-एक सांस के लिए संघर्ष करना पड़ता है, तब पता चलता है, जीवन के लिए यह कितनी अनमोल है।

**बढ़ रही है समस्या:** आज दुनिया भर के शहरों में अस्थमा जैसी बीमारी का शिकंजा बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक में इसलिए जकड़ रहा है, क्योंकि शहरों की हवा जहरीली हो गई है। ऐसे में समय पर इलाज और सामूहिक प्रयास से हम हर सांस को सुरक्षित बना सकते हैं। दुनिया भर में अस्थमा के मामलों में 21वीं सदी की शुरुआत से ही वृद्धि हो रही है। क्योंकि दुनिया का पर्यावरण लगातार प्रदूषित हो रहा है।

**क्या है अस्थमा:** अस्थमा एक क्रॉनिक यानी दीर्घकालिक श्वसन रोग है, जिसमें श्वास नलिकाएं सूज जाती हैं और सूजकर सक्रिय हो जाती हैं। इससे पीड़ित व्यक्ति को सांस लेने में कठिनाई होती है। सीने में जकड़न महसूस होती है तथा खांसी और घरघराहट जैसी समस्याएं पैदा होती हैं। अपने देश में तीन से चार करोड़ लोग अस्थमा से पीड़ित हैं, जिनमें बुजुर्ग भी हैं, बच्चे भी हैं और नौजवान भी।

**अस्थमा के मुख्य कारण:** वायु प्रदूषण अर्थात वातावरण में पीएम 2.5, धूल, धुआं आदि की मौजूदगी। अस्थमा एलर्जी के कारण भी होता है। पराग कणों, धूल के कणों और पालतू जानवरों से अस्थमा की एलर्जी होती है। धूम्रपान करने और धूम्रपान करने वालों के बीच रहने के कारण भी अस्थमा की समस्या हो जाती है। बदलती जलवायु और तापमान भी इसका कारण होता है। कुछ मामलों में अस्थमा आनुवांशिक कारणों से भी होता है। छोटे बच्चों में अस्थमा के मामले इन दिनों इसलिए तेजी से बढ़ रहे हैं, क्योंकि वायु प्रदूषण, उनको पढ़ाई के समय, खेल के समय और सामान्य जीवन की गतिविधियों को अंजाम देते समय हर समय प्रभावित करता है।

**लाईलाज नहीं है अस्थमा:** कई लोग अस्थमा को लाईलाज बीमारी मानते हैं, जबकि ऐसा है नहीं। अगर सही से देखरेख की जाए और सावधानियां बरती जाएं तो अस्थमा पूरी तरह से कंट्रोल में रहने वाली बीमारी है। इनहेलर, दवाएं और सही जीवनशैली अपनाकर अस्थमा के मरीज आम लोगों की तरह सहज जीवन गुजार सकते हैं।

**सावधानी है जरूरी:** अस्थमा चाहे जितना कंट्रोल में हो, एक आपात स्थिति की आशंका हमेशा बनी रहती है और अस्थमा का अटैक हमेशा अचानक होता है, यह कई बार जानलेवा भी हो सकता है। इसलिए अस्थमा के पीड़ित मरीजों को ऐसी स्थिति से हमेशा सतर्क रहने की जरूरत होती है और उन्हें यह समझना होता है, साथ ही अपने साथ रहने वाले लोगों को समझाकर रखना होता है कि आखिरकार अस्थमा के अटैक के लक्षण क्या हैं और अगर यह अटैक आता है, तो इससे हमें किस तरह सावधान रहना चाहिए। इन बातों की जानकारी न सिर्फ अस्थमा के मरीज को बल्कि इनके साथ रहने वाले लोगों को भी होनी चाहिए, तभी समय पर अचानक आए अस्थमा के अटैक से बचा जा सकता है।

**अस्थमा से बचाव के उपाय:** अस्थमा से बचाव के लिए आप ये सावधानियां बरतें।

- जब भी घर से बाहर निकलें, मास्क पहनें, विशेषकर जब एक्यूआई ज्यादा हो।
- धूल, धुआं, परागकण या ठंडी हवा, अस्थमा को ट्रिगर कर सकते हैं। इसलिए इन स्थितियों से सावधान रहें।
- डॉक्टर द्वारा बताए गए तरीके से इनहेलर का उपयोग करें।
- घर की सफाई रखें, धूल, मिट्टी, कारपेट और पुराने गद्दे अस्थमा से एलर्जी को बढ़ा सकते हैं।
- स्मोकिंग और सेकेंड हैंड स्मोकिंग दोनों से दूर रहें।
- हर दिन नियमित व्यायाम करें, विशेषकर प्राणायाम ताकि फेफड़े मजबूत हों।
- समय पर डॉक्टर से संपर्क करें। देरी करने पर तबियत बिगड़ सकती है। *

### शहीद मदनलाल ढींगरा बुक बैंक का शुभारंभ

# जरूरतमंद विद्यार्थियों के लिए बुक बैंक मील का पत्थर साबित होगा : प्रेमानंद

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी फतेहाबाद द्वारा समाज कल्याण और विद्यार्थियों को शिक्षा के क्षेत्र में सहयोग देने के उद्देश्य से स्थापित किए गए शहीद मदनलाल ढींगरा बुक बैंक का शुभारंभ क्लीन मैन, हुडा सेक्टर-3 में संपन्न हुआ। इस कल्याणकारी परियोजना का विधिवत उद्घाटन श्री विचार आश्रम मंदिर फतेहाबाद से स्वामी विज्ञान प्रेमानंद महाराज के कर-कमलों द्वारा किया गया। समारोह की संयुक्त अध्यक्षता कम्युनिटी के जिला अध्यक्ष धर्मपाल चावला तथा महिला विंग की जिला अध्यक्षा डॉ. सुमन बजाज ने की। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में राष्ट्रीय अध्यक्ष सूर्यवंशी साहिब दयाल वधवा तथा विशिष्ट अतिथि के रूप में राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य एवं प्रदेश अध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ ने शिरकत की। कार्यक्रम के संयोजक व्यापार प्रकोष्ठ के उपाध्यक्ष रामचंद्र सेठी रहे, जबकि मंच संचालन प्रदेश सलाहकार पवन रूखाया द्वारा किया गया। निवेदक एवं जिला महासचिव परम अरोड़ा ने सभी अतिथियों एवं सदस्यों का स्वागत किया।



फतेहाबाद। शहीद मदनलाल ढींगरा बुक बैंक का शुभारंभ करते विज्ञान प्रेमानंद महाराज व सदस्यगण। फोटो : हरिभूमि

**स्वामी विज्ञान प्रेमानंद महाराज ने कम्युनिटी के इस प्रयास की प्रशंसा की**

समारोह को संबोधित करते हुए स्वामी विज्ञान प्रेमानंद महाराज ने कम्युनिटी के इस प्रयास की प्रशंसा की और कहा कि शिक्षा से बड़ा कोई दान नहीं है। जरूरतमंद विद्यार्थियों के लिए यह बुक बैंक भविष्य संवारने में मील का पत्थर साबित होगा। कम्युनिटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा एवं प्रांतीय अध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ ने संगठन के सामाजिक दायित्वों पर प्रकाश डालते हुए भविष्य में भी इस प्रकार के जनहितकारी कार्य निरंतर जारी रखने का संकल्प दोहराया।

**ये रहे उपस्थित**

इस अवसर पर मुख्य रूप से गुलशन कुमार, सुरेश बुद्धिराजा, पीपी चोपड़ा, हरदीप सिंह, अनिल कुमार, राजेंद्र मुखी, सुरेश झंड़ई, पुरुषोत्तम प्रकाश, ओमप्रकाश तनेजा, कृष्ण वीर, मनिंदर मेहता, सुरेंद्र चुघ, सुनील भाटिया, जुगल किशोर ढींगरा, शम्मी ढींगरा, यश कुमार बजाज, राजकुमार फुटेला, इंद्र गावड़ी, राधाकृष्ण नारंग, प्रोफेसर मिल्ख राज, राम सिंह मांजू, डॉ. पृथ्वी, धर्मवीर मदान, अरविंद मोंगा, चंद्र भूषण मुंजाल, प्रदीप बत्रा, भारत भूषण मोंगा, एडवोकेट सुधीर मेहता, भीमसेन नारंग, पारस गावड़ी, यश बत्रा, राकेश आहूजा, बिन्टू टुटेजा, मोहनलाल नारंग पार्षद, धर्मवीर नारंग, गुरदीप सिंह बग्गा, मदन मुटरेजा तथा महिला विंग से रूमी मेहता, सुनीता आनंद, दीपा आहूजा, ममता रहेजा, सोनू रूखाया, मंजू चोपड़ा, मीना खनेजा, नप उपप्रधान सविता टुटेजा और लीला अरोड़ा विशेष रूप से मौजूद रहे। कार्यक्रम के अंत में आयोजकों द्वारा आए हुए सभी अतिथियों व गणमान्य नागरिकों का इस पुनीत कार्य में सहयोग एवं उपस्थिति के लिए आभार व्यक्त किया गया।



सिरसा। भजनों की प्रस्तुति देती भजन गायिका। फोटो : हरिभूमि

## 'हारे के सहारे आजा तेरा दास पुकारे आजा' पर जमकर झूमे श्रद्धालु

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

अनाज मंडी स्थित श्री श्याम बगीची धाम में श्री शिव श्याम बगीची धाम चैरिटेबल ट्रस्ट की ओर से एकादशी के उपलक्ष्य में मंगलवार को भजन संध्या का आयोजन किया गया। भजन गायकों ने बोलो वीर हनुमाना अति बलवाना, लहर लहर लहराए रे झंडा बजरंग बली का, मेरी झोंपड़ी के भाग खुल जाएंगे राम आएंगे, हम तो बाबा के भरोसे चलते हैं, खाटू वाले श्याम मेरी रखोगे लाज सहित अनेक भजनों की प्रस्तुति दी। बाद में फरीदाबाद से आई भजन गायिका वंशिका शर्मा ने भजन- बोलो वीर हनुमाना अति बलवाना, श्रीराम जानकी बैठे है मेरे सीने में, सांवरे जब तू मेरे साथ है फिर डरने की क्या बात है, हारे का तू सहारा सांवरे, नीला रे मैण श्याम से मिला दे, लो आ गया अब तो श्याम मैं शरण तेरी, हारे के सहारे आजा तेरा दास पुकारे आजा, दानी होकर क्यों चुप बैठा ये कैसी दातारी रे, हारे के सहारे आजा तेरा दास पुकारे आजा, खाटू के बाबा श्याम जी मेरी रखोगे लाज सहित अनेक भजनों की प्रस्तुति दी, जिन पर श्रद्धालुओं ने जमकर नृत्य किया। भजन संध्या के समापन पर बाबा श्याम की आरती की गई और बाबा को भोग लगाकर श्रद्धालुओं के प्रसाद वितरित किया गया।

**फिट सिरसा रन का आयोजन 9 को**

सिरसा। वैदवाला रोड पर विकसित किए जा रहे अमारा ग्रीन की ओर से 9 अक्टूबर को सुबह 6 बजे 5 किलोमीटर की दौड़ आयोजित की जाएगी। गोल्ड जिम व मूवमेंट हाऊस के सहयोग से फिट सिरसा रन के आयोजन की व्यापक तैयारियां की गई हैं जिसमें हजारों युवा हिस्सा लेंगे। दौड़ हुडा एरिया से होते हुए अमारा ग्रीन पर संपन्न होगी। श्रीमत ब्रिज एलएलपी के डायरेक्टर माधव जैन ने बताया कि सामाजिक सरोकार के तहत 5 किलोमीटर की दौड़ का आयोजन किया जाएगा जिसके माध्यम से युवाओं को नशे से दूर रहकर खेलकूद की ओर प्रोत्साहित किया जाएगा। उन्होंने बताया कि 9 अक्टूबर की शाम आईएमए व आईडीए सिरसा के डॉक्टरों के सम्मान में डॉक्टर गाला का आयोजन डबवाली रोड स्थित श्रीमत सिटी सेंटर में किया जाएगा जिसमें म्यूजिकल इवनिंग तथा फन एक्टिविटी होंगी। माधव जैन ने बताया कि 10 अक्टूबर को सिरसा क्लब में पुरुषों का दी एक्वा रश का आयोजन किया जाएगा, जिसमें एक्वा जुम्बा होगा। इस दिन रात्रि 8 बजे श्रीमत सिटी सेंटर परिसर में वॉलीवुड डांस नाइट का आयोजन किया जाएगा, जिसमें योगा सेशन होगा।

### लाखों रुपये की हेरोइन बरामद, तीन गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने जिले क्षेत्र से तीन नशा तस्करों को गिरफ्तार कर लाखों रुपये की हेरोइन बरामद की है। पुलिस के अनुसार पकड़े गए आरोपियों की पहचान अक्षय कुमार, किशोर कुमार व पारूल के रूप में हुई है। सीआईए सिरसा प्रभारी रविंद्र कुमार ने बुधवार को बताया कि पुलिस टीम गश्त व चेकिंग के दौरान गांव जोधका क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान जोधकां नहर पुल के पास सामने से बाइक पर दो युवक आते दिखाई दिए जो कि पुलिस को देखकर वापस मुड़कर भागने लगे। पुलिस ने संदेह के आधार पर उनको दबोच लिया और तलाशी ली तो उनके कब्जे से 21 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। पुलिस पूछताछ में गिरफ्तार आरोपियों की पहचान अक्षय कुमार व किशोर कुमार के रूप में हुई है। इसके अलावा सीआईए ऐलनाबाद पुलिस ने एक युवक को पांच ग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान पारूल के रूप में हुई है। आरोपियों के खिलाफ संबंधित पुलिस थानों में मामला दर्ज किया गया है। सीआईए प्रभारी ने बताया कि आरोपियों से पूछताछ की जा रही है।



## रक्तदान मानवता की सबसे बड़ी सेवा: दलाल

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

सेवा संकल्प अभियान के तहत हरियाणा रोडवेज सिरसा, टीम निफा सिरसा तथा हिंदुस्तान स्काउट एंड गाइड्स के संयुक्त तत्वावधान में रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। कार्यक्रम में रोडवेज प्रबंधक अजय दलाल ने स्वयं रक्तदान कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उन्होंने रक्तदाताओं का उत्साहवद्र्धन करते हुए कहा कि रक्तदान मानवता की सबसे बड़ी सेवा में से एक है। हमारे द्वारा किया गया रक्तदान किसी जरूरतमंद व्यक्ति के जीवन को बचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। टीम निफा हरियाणा सचिव दलबीर सिंह, नेशनल यूथ अवॉर्डी एवं सीडब्ल्यूसी मेंबर अनिल ढिढारिया ने संयुक्त रूप से कहा कि रक्त की आवश्यकता किसी भी व्यक्ति को कभी भी पड़ सकती है। इसलिए समाज के प्रत्येक स्वस्थ एवं पात्र व्यक्ति को समय-समय पर स्वेच्छिक रक्तदान के लिए आगे आना चाहिए।



सिरसा। शिविर में रक्तदान करते हुए कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

सीडब्ल्यूसी कमेटी के अध्यक्ष डॉ. मदनलाल ने अधिक से अधिक रक्तदान करने के लिए युवाओं को प्रेरित किया। हिंदुस्तान स्काउट एंड गाइड्स सिरसा के सचिव अमित मनहर ने शिविर के सफल आयोजन में सक्रिय सहयोग किया और युवाओं को रक्तदान के प्रति जागरूक किया। शिविर के दौरान रक्तदाताओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया तथा उन्हें नियमित रूप से रक्तदान करने के लिए प्रेरित किया गया। टीएम डबवाली सुभाष चंद्र ने अपनी टीम के साथ रक्तदान किया, टी.एम सिरसा सुधीर कुमार, हरियाणा रोडवेज सिरसा ड्राइविंग स्कूल के ट्रेनिंग युवाओं ने रक्तदान में सक्रिय भूमिका निभाई।

**न्यूज डायरी**

### मानव श्रृंखला व रंगोली से दिया राष्ट्रप्रेम का संदेश

सिरसा। सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत बुधवार को 'सेवा के रंग राष्ट्र के संग' कार्यक्रम के तहत जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन शहीद भगत सिंह स्टेडियम के बास्केटबॉल कोर्ट में किया गया। कार्यक्रम में राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सिरसा, जीडी गोयनका स्कूल, विवेकानंद बाल मंदिर वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय तथा सेंट जोसेफ स्कूल सिरसा के करीब 300 विद्यार्थियों ने भाग लिया। विद्यार्थियों ने मानव श्रृंखला के माध्यम से भारत के नक्शे का सुंदर चित्रण किया, जिसने सभी का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया। वहीं शिक्षा विभाग के अध्यापकों ने प्राकृतिक पदार्थों का प्रयोग करते हुए एक आकर्षक रंगोली का निर्माण किया। मानव श्रृंखला व रंगोली दोनों ने सेवा, राष्ट्रप्रेम और पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि राज्यसभा सांसद सुभाष बराला, भाजपा जिला अध्यक्ष यतिंद्र सिंह एडवोकेट तथा डबवाली भाजपा जिला अध्यक्ष रेनू शर्मा ने मानव श्रृंखला एवं रंगोली का अवलोकन किया। उन्होंने विद्यार्थियों और अध्यापकों के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम विद्यार्थियों में राष्ट्रप्रेम, सेवा भावना, एकता और सामाजिक जिम्मेदारी की भावना को मजबूत करते हैं।





## महाराजा अग्रसेन स्कूल ने जीते स्वर्ण व सिल्वर पदक

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

खेलों में महाराजा अग्रसैन स्कूल के विद्यार्थियों ने एक बार फिर स्कूल का नाम रोशन किया है। करनाल में हुई सीबीएसई जूडो राष्ट्रीय स्तर प्रतियोगिता में विद्यालय की छात्रा चंचल ने अंडर-19, 52 किलोग्राम वर्ग में शानदार प्रदर्शन करते हुए सिल्वर मेडल हासिल किया।

जाखल में आयोजित हरियाणा स्कूली गेम में कुश्ती प्रतियोगिता में स्कूल की तीसरी कक्षा के छात्र जन्नत ने अंडर-11 28 किलोग्राम भार में स्वर्ण पदक हासिल किया। व वॉर हीरोज मैमोरियल स्टेडियम, अंबाला कैंट में आयोजित राज्य स्तरीय स्कूल खेल में विद्यालय के छात्र दीपक कुमार ने जिमनास्टिक्स अंडर-19 में सिल्वर मेडल जीता। इन शानदार उपलब्धियों पर प्रधान सुभाष गर्ग ने विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों को बधाई दी और बताया कि खेल हमारे जीवन का आधार है।

खेलों से हमारा शरीर स्वस्थ रहता है व भविष्य में इससे भी बढ़िया प्रदर्शन करने की कामना की। विजेता विद्यार्थियों के स्कूल में पहुंचने पर स्कूल प्राचार्य किरण चौधरी व विद्यालय स्टाफ ने स्वागत किया। प्राचार्य ने विद्यार्थियों व खेल प्रशिक्षकों को बधाई देते हुए कहा कि खेल विद्यार्थियों के शारीरिक विकास के साथ-साथ उनके आत्मविश्वास, अनुशासन, धैर्य और नेतृत्व क्षमता को भी मजबूत करते हैं।

## क्रेसंट कॉलेज में पौधरोपण

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक करने तथा प्रकृति के प्रति जिम्मेदारी की भावना विकसित करने के उद्देश्य से क्रेसंट शिक्षण महाविद्यालय, फतेहाबाद में सेवा संकल्प अभियान के तहत पौधारोपण और पर्यावरण संरक्षण का आयोजन किया गया। अभियान के दौरान विद्यार्थियों एवं स्टाफ सदस्यों ने कॉलेज परिसर में विभिन्न प्रकार के पौधे लगाए। विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक पौधारोपण में भाग लेते हुए लगाए गए पौधों की नियमित देखभाल एवं संरक्षण का संकल्प लिया। इस अवसर पर



पर्यावरण को स्वच्छ एवं हरा-भरा बनाए रखने के लिए अधिक से अधिक पौधे लगाने तथा प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण का संदेश दिया गया। कार्यक्रम के माध्यम से विद्यार्थियों को बताया गया कि पेड़-पौधे पर्यावरण का संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। प्रभारी प्रधानाचार्य डॉ. हरि राम ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण केवल एक अभियान नहीं, बल्कि प्रत्येक व्यक्ति की जिम्मेदारी है।

### राज्य वुशु चैंपियनशिप में फतेहाबाद का शानदार प्रदर्शन, 9 पदक जीते



फतेहाबाद। हरियाणा स्टेट सब-जूनियर वुशु चैंपियनशिप में फतेहाबाद वुशु टीम के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 5 स्वर्ण, 2 रजत और 2 कांस्य सहित कुल 9 पदक हासिल किए। राज्य स्तरीय प्रतियोगिता का आयोजन नरवाना में किया गया था। फतेहाबाद टीम की ओर से लकी, जतिन, जेसु, राहुल और कुलविंदर ने स्वर्ण पदक अपने नाम किए। वहीं मानवी और साक्षी ने रजत पदक हासिल किया, जबकि सोहिल और चहक ने कांस्य पदक जीतकर जिले का गौरव बढ़ाया। इस अवसर पर एमेच्योर स्पोर्ट्स वुशु एसोसिएशन फतेहाबाद के अध्यक्ष धनंजय अग्रवाल, महासचिव विकास तथा बीडीएस अकादमी के संचालक राकेश सिधमुखिया विशेष रूप से मौजूद रहे।

## खैरातीखेड़ा में दो नशा तस्कर गिरफ्तार, हेरोइन बरामद

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

हरियाणा स्टेट नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो यूनिट फतेहाबाद ने नेशनल हाइवे 9 फतेहाबाद-सिरसा रोड पर नाकाबंदी के दौरान दो नशा तस्करों को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। यूनिट इंचार्ज एसआई तरसेम सिंह ने बताया कि उनकी टीम को गश्त के दौरान सूचना मिली थी कि गोबिंदा और जगदीश पुत्र प्रेम सिंह, निवासी गांव पीरावाली, जिला हिसार हेरोइन बेचने का अवैध धंधा करते हैं और वे अपनी मोटरसाइकिल पर हेरोइन लेकर



फतेहाबाद से सिरसा की तरफ जाने वाले हैं। सूचना के आधार पर टीम ने सत्यम ब्रिक्स सप्लाई केंद्र, खैरातीखेड़ा के सामने नाकाबंदी शुरू की। करीब 15 मिनट बाद बताई गई मोटरसाइकिल फतेहाबाद की तरफ से आती दिखी, जो नाकाबंदी देखते ही अचानक खालसा हिंदुस्तान पेट्रोल पंप की तरफ मुड़ने लगी। इस पर पुलिस कर्मचारियों ने दोनों युवकों को मोटरसाइकिल सहित तुरंत काबू कर लिया। मुड़कर जाने का कारण पूछे जाने पर दोनों कोई संतोषजनक जवाब नहीं दे सके। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम गोबिंदा व जगदीश बताए। राजपत्रित अधिकारी की मौजूदगी में तलाशी लेने पर आरोपी जगदीश के पास से 15.30 ग्राम हेरोइन बरामद हुई, जिसकी कीमत लगभग 1.50 लाख रुपए बताई जा रही है। पुलिस ने हेरोइन के साथ-साथ मोटरसाइकिल को भी जब्त किया।

### कबड्डी में शाहपुर बेगू, रंगड़ी खेड़ा का प्रदर्शन शानदार

सिरसा। ब्लॉक स्तरीय कबड्डी प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने शानदार खेल प्रतिभा का प्रदर्शन करते हुए अपने-अपने वर्ग में उत्कृष्ट सफलता हासिल की। प्रतियोगिता में लड़कियों के वर्ग में गवर्नमेंट स्कूल शाहपुर बेगू की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त किया। वहीं लडक्रों के वर्ग में कबड्डी खेल नर्सरी रंगड़ी खेड़ा की टीम ने जीडी गोयनका स्कूल की टीम को 21-7 के मुकाबले में हराकर प्रथम स्थान हासिल किया। इस शानदार प्रदर्शन के साथ गवर्नमेंट स्कूल शाहपुर बेगू की लड़कियों की पूरी टीम तथा कबड्डी खेल नर्सरी रंगड़ीखेड़ा की लडक्रों की पूरी टीम का चयन जिला स्तरीय प्रतियोगिता के लिए हुआ है। दोनों टीमों की इस उपलब्धि पर गांव रंगड़ीखेड़ा एवं गांव शाहपुर बेगू के ग्रामीणों, अभिभावकों और विद्यालय परिवार में खुशी का माहौल है। खिलाड़ियों, प्रशिक्षकों एवं दोनों संस्थानों को इस शानदार उपलब्धि के लिए बधाई दी गई। इस सफलता के पीछे खिलाड़ियों की मेहनत, अनुशासन और निरंतर अभ्यास के साथ ठकर कबड्डी कोच कुलदीप सिंह का मार्गदर्शन एवं प्रशिक्षण महत्वपूर्ण रहा। कोच कुलदीप सिंह ने सभी खिलाड़ियों को बधाई देते हुए जिला स्तरीय प्रतियोगिता के लिए और बेहतर प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित किया।

### गो- सेवा से आती है जीवन में सकारात्मक ऊर्जा: वशिष्ठ

सिरसा। शहर की कांडा कॉलोनी में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के 5वें दिन कथाव्यास आचार्य आशीष वशिष्ठ ने भगवान श्रीकृष्ण की बाल लीलाओं, गोवर्धन पूजा, कालिया नाग के दमन तथा महारास के दिव्य प्रसंगों का सुंदर वर्णन किया। कथाव्यास ने कहा कि श्रीमद्भागवत पुराण केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि मानव जीवन को सही दिशा देने वाला आध्यात्मिक मार्गदर्शक है। भगवान श्रीकृष्ण ने अपनी बाल लीलाओं के माध्यम से समाज को प्रेम, करुणा, विनम्रता और धर्म के मार्ग पर चलने का संदेश दिया। उन्होंने कहा कि मनुष्य अपने कर्मों से महान बनता है। अच्छे कर्म, सेवा और सदाचार ही जीवन की वास्तविक पूंजी हैं। कथा में कालिया नाग के अहंकार का मर्दन करते हुए भगवान श्रीकृष्ण की लीला का प्रसंग सुनाया गया। कथाव्यास ने कहा कि अहंकार मनुष्य के पतन का सबसे बड़ा कारण है। भगवान श्रीकृष्ण ने कालिया नाग का अहंकार समाप्त कर यह संदेश दिया कि शक्ति का प्रयोग सदैव लोककल्याण के लिए होना चाहिए।

**समस्या** फसल खरीद में धक्के और खाद के लिए लंबी लाइन

## किसानों की सुध लेने 9 को भट्टू व भूना मंडी पहुंचेंगी सुनैना चौटाला

**इनेलो नेता अनाज मंडी में सीधे पहुंचेंगे और किसानों व आढ़तियों से सीधा संवाद करेंगे**

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

इनेलो महिला प्रदेश प्रभारी सुनैना चौटाला एवं जिला प्रधान बिकर सिंह हड़ौली 9 अक्टूबर को जिले की भूना और भट्टूकलां अनाज मंडियों का दौरा करेंगे। इस दौरान दोनों वरिष्ठ नेता मंडियों में फसल खरीद की व्यवस्थाओं, उठान की स्थिति और किसानों व व्यापारियों को आ रही गंभीर समस्याओं का जायजा लेंगे।

यह जानकारी देते हुए इनेलो हलका अध्यक्ष अंगद ढिंगसरा ने बताया कि 9 अक्टूबर को सुबह 10:30 बजे भूना अनाज मंडी स्थित दुकान नं. 51 तथा दोपहर एक बजे भट्टू अनाज मंडी स्थित दुकान नं. 137 पर इनेलो नेता पहुंचेंगे और किसानों व आढ़तियों से सीधा संवाद करेंगे। अंगद ढिंगसरा ने कहा कि भाजपा सरकार के फसल खरीद और मंडी व्यवस्था दुरुस्त होने के तमाम दावे धरातल पर पूरी तरह फ्लाप साबित हो चुके हैं। आज अनाज मंडियों में किसान अपनी फसल बेचने के लिए धक्के खाने को मजबूर हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ने प्रदेश के किसान और मजदूर की दुर्गति करके रख दी है। किसान अपनी बेची जाने वाली फसल के लिए मंडियों में परेशान है, वहीं दूसरी तरफ अगली फसल की बिजाई का समय सिर पर है, जिसके लिए खाद की किल्लत बनी हुई है।



फतेहाबाद। सुनैना चौटाला व बिकर सिंह हड़ौली। फोटो : हरिभूमि

**किसानों की समस्याओं को उठाएगी इनेलो**

किसान को खाद की एक-एक बोरी के लिए कड़ाके की धूप और ठंड में लंबी-लंबी लाइनों में लगना पड़ रहा है, लेकिन सरकार को इनकी तकलीफों से कोई सरोकार नहीं है। उन्होंने कहा कि इनेलो द्वारा मंडियों में किसानों की मदद के लिए 'इनेलो किसान सहायता केन्द्र' भी स्थापित किए जा रहे हैं। इन केन्द्रों के माध्यम से इनेलो फसल खरीद में देरी, नमी के नाम पर कटौती, खरीद में अनियमितता, तुलाई, उठान, भुगतान तथा मंडियों में मूलभूत सुविधाओं से सम्बंधित समस्याओं को अधिकारियों के समक्ष उठाकर उनका समाधान करवाएगी।

### अवैध पिस्तौल मामला : दूसरा आरोपी बलविन्द्र गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव अहरवां क्षेत्र से बरामद हुए 315 बोर के अवैध पिस्तौल मामले में जांच को आगे बढ़ाते हुए थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने दूसरे आरोपी को दबोच लिया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान बलविन्द्र सिंह पुत्र मंगल सिंह निवासी माजरा के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी को य अदालत में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। थाना प्रभारी उप-निरीक्षक सुमित कुमार ने बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान गांव अहरवां क्षेत्र में मौजूद थी। इस दौरान सडक किनारे खड़ा एक युवक पुलिस गाड़ी को देखकर घबरा गया और तेज कदमों से भागने का प्रयास करने लगा। पुलिस टीम ने मुस्तैदी दिखाते हुए आरोपी अवतार सिंह उर्फ तारी निवासी गांव अहरवां को मौके पर ही दबोच लिया था। तलाशी लेने पर उसके कब्जे से एक 315 बोर का अवैध पिस्तौल बरामद हुआ था। इस संबंध में थाना सदर फतेहाबाद में आरोपी के खिलाफ आम्र एक्ट के तहत केस दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

### सीआईए टोहाना ने डोडा पोस्त सहित तस्कर को किया काबू

फतेहाबाद। अपराध अनुसंधान शाखा टोहाना पुलिस ने एक युवक को 2 किलो 600 ग्राम डोडा पोस्त सहित काबू किया है। आरोपी की पहचान हरविन्द्र सिंह उर्फ गग्गू पुत्र दर्शन सिंह निवासी गांव भादुआ, तहसील मूनक, जिला संगरूर के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से डोडा पोस्त के साथ उसकी मोटरसाइकिल भी कब्जे में ली है। सीआईए टोहाना प्रभारी उप निरीक्षक अजय कुमार ने बताया कि उपनिरीक्षक जग्गा सिंह पुलिस टीम के साथ गश्त के दौरान मनियाणा रोड क्षेत्र में मौजूद थे। इसी दौरान पुलिस को गुप्त सूचना मिली कि हरविन्द्र सिंह उर्फ गग्गू डोडा पोस्त बेचने का काम करता है और इस समय मोटरसाइकिल पर डोडा पोस्त लेकर टोहाना-मनियाणा रोड पर रजबाहा पुल के पास मौजूद है। सूचना के आधार पर पुलिस टीम ने तुरंत मौके पर दबिश दी। पुलिस को रजबाहा पुल के पास सडक किनारे एक युवक मोटरसाइकिल के पास खड़ा दिखाई दिया तथा मोटरसाइकिल की सीट पर सफेद रंग का प्लास्टिक कट्टा रखा था।

### शक्ति नाटक क्लब ने एसपी को दिया महोत्सव का निमंत्रण



रतिया। शक्ति नाटक क्लब, रतिया के तत्वावधान में मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्री राम को समर्पित भव्य रामलीला एवं विजयदशमी महोत्सव का दिव्य आयोजन 10 से 20 अक्टूबर तक शक्ति नगर स्थित बाबा बंदा सिंह बहादुर गुरुद्वारा ग्राउंड में बड़े हर्षोल्लास के साथ किया जाएगा। इसको लेकर निमंत्रण अभियान पूरे जोर-शोर से जारी है। इसी पावन श्रृंखला में क्लब के प्रधान राजेश सेतिया, अंशुल बत्रा, रवि मिढ़ा, करनैल सिंह, अनिल रुखाया, सचिन ललित, सतीश चोपड़ा, कृष्ण तनेजा सहित अन्य सदस्यों के प्रतिनिधिमंडल ने पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर से भेंट कर उन्हें सप्रेम निमंत्रण पत्र भेंट किया।

## खबर संक्षेप

### सीडीएलयू व जकार्ता विवि में एमओयू

**सिरसा।** चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा और यूनिवर्सिटास पामुलांग के बीच हुए एमओयू के तहत शुरू की गई पारस्परिक व्याख्यान श्रृंखला ने दोनों विश्वविद्यालयों के बीच अकादमिक सहयोग को नई दिशा प्रदान की है। इसी श्रृंखला के अंतर्गत चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के अंग्रेजी एवं विदेशी भाषा विभाग के चेयरपर्सन प्रो. पंकज शर्मा ने बुधवार को यूनिवर्सिटास पामुलांग, जकार्ता, इंडोनेशिया के विद्यार्थियों को यूज ऑफ आर्टिफीसियल इंटेलिजेंस एंड इट्स टूल्स इन स्टडी एंड रिसर्च ऑफ लिटरेचर विषय पर ऑनलाइन व्याख्यान दिया। प्रो. पंकज शर्मा ने साहित्य के अध्ययन एवं शोध में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) और इसके विभिन्न टूल्स की बढ़ती भूमिका पर विस्तार से चर्चा की।

### इंडिया गठबंधन का रोष प्रदर्शन आज

**सिरसा।** इंडिया गठबंधन की ओर से मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार की गिरफ्तारी एवं बर्खास्तगी की मांग को लेकर किए जा रहे संघर्ष के तहत सिरसा में कांग्रेस पार्टी की ओर से पार्टी की ओर से 8 अक्टूबर को विरोध प्रदर्शन किया जाएगा। कार्यकर्ता कांग्रेस नेता बीरेंद्र सिंह के नेतृत्व में कांग्रेस भवन में एकत्रित होंगे और यहां से पैदल मार्च निकाला जाएगा। पार्टी नेताओं ने कहा कि लोकतंत्र और संवैधानिक संस्थाओं की मजबूती के लिए जनता की आवाज को मजबूती से उठाना जरूरी है।

### मेमोरियल कॉलेज में मेगा जॉब फेयर 10 को

**फतेहाबाद।** जिले के युवाओं को रोजगार के बेहतर अवसर उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से 10 अक्टूबर को स्थानीय मनोहर मेमोरियल कॉलेज में मेगा जॉब फेयर का आयोजन किया जा रहा है। इस मेगा जॉब फेयर में 26 प्रतिष्ठित कंपनियां भाग ले रही हैं तथा युवाओं के लिए 900 से अधिक रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान, भोडिया खेड़ा के प्रधानाचार्य रमेश कुमार ने बताया कि इस मेगा जॉब फेयर में आईटीआई पासआउट, पॉलिटेक्निक पासआउट, 10वीं, 12वीं व ग्रेजुएशन कर चुके योग्य युवा भाग ले सकते हैं। विभिन्न कंपनियों द्वारा अभ्यर्थियों की योग्यता, ट्रेड एवं आवश्यकतानुसार रोजगार के अवसर उपलब्ध करवाए जाएंगे।

### खालसा कॉलेज में हुआ पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन

**रतिया।** खालसा त्रिशताब्दी राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, रतिया में प्रतिभा खोज प्रतियोगिता के अन्तर्गत पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन व रंगोली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इन कार्यक्रमों की अध्यक्षता प्राचार्या डॉ. सुमित्रा सांगवान ने की। छात्राओं ने विभिन्न सामाजिक विषयों पर रंगोली बनाकर अपनी सर्जनात्मक व कलात्मक प्रतिभा का परिचय दिया। प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका डॉ अनिल कुमार, प्रो. प्रदीप सिंह व प्रो. रविन्द्र कुमार ने निभाई। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर दलजीत कौर, द्वितीय स्थान पर रजनी व तृतीय स्थान पर प्रवीण कौर ने प्राप्त किया। पीपीटी में प्रथम स्थान पर मोहित कुमार ने प्राप्त किया।

### सीडीएलयू के हॉस्टल में ट्रस्ट ने लगवाए वाटर कूलर

**सिरसा।** चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में लाला लाजपत राय और सरदार पटेल ब्वॉयज हॉस्टल में विद्यार्थियों की सुविधा के लिए शुद्ध पेयजल व्यवस्था की गई। हारे का सहारा चैरिटेबल ट्रस्ट के सौजन्य से दोनों छात्रावासों में वाटर कूलर स्थापित किए गए। इस पहल से हॉस्टल में रह रहे करीब 400 विद्यार्थियों को स्वच्छ व शीतल पेयजल उपलब्ध होगा। इस अवसर पर पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत विश्वविद्यालय परिसर में पौधारोपण भी किया गया। कार्यक्रम के दौरान युवाओं को प्रेरित करते हुए मनीष सिंगला ने कहा कि इस धरती पर हमारा अस्तित्व, हर सांस और प्रकृति का सान्निध्य ही सबसे बड़ा चमत्कार है। यह जीवन हमें ईश्वर की कृपा और जन्म देने वाली माताश्री के आशीर्वाद से मिला है।

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

## चेयरमैन वेदपाल ने धान खरीद व्यवस्था का लिया जायजा

# अतिरिक्त अनाज मंडी टोहाना में किसानों के लिए बनेगा शेड

**अगले सीजन से पहले दोनों कार्य पूरे करने के दिए निर्देश**

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद/टोहाना



**फतेहाबाद।** धान खरीद व्यवस्था का निरीक्षण करते हुए हरियाणा स्टेट एग्रीकल्चर मार्केटिंग बोर्ड के चेयरमैन वेदपाल।

हरियाणा स्टेट एग्रीकल्चर मार्केटिंग बोर्ड के चेयरमैन वेदपाल ने बुधवार को अतिरिक्त अनाज मंडी टोहाना और भूना का निरीक्षण कर धान खरीद व्यवस्था, फसल उठान और किसानों को उपलब्ध करवाई जा रही सुविधाओं का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने किसानों से बातचीत कर उनकी समस्याएं जानीं और अधिकारियों को खरीद प्रक्रिया को सुचारू एवं पारदर्शी ढंग से संचालित करने के निर्देश दिए। चेयरमैन वेदपाल ने किसानों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए अतिरिक्त अनाज मंडी टोहाना में बैठने एवं आराम करने के लिए शैड तथा पीने के पानी के लिए पानी की टंकी बनाने की घोषणा की। उन्होंने मार्केटिंग बोर्ड के अधिकारियों को निर्देश दिए कि दोनों कार्य अगले खरीद सीजन से पहले हर हाल में पूरे किए जाएं। उन्होंने तब तक मंडी में आने वाले किसानों के लिए बैठने और पीने के पानी की वैकल्पिक व्यवस्था सुनिश्चित करने के निर्देश भी दिए। चेयरमैन ने मंडी में धान की आवक, सरकारी खरीद, उठान तथा किसानों को दी जा रही सुविधाओं की स्थिति की जानकारी ली। उन्होंने किसानों और आढ़तियों से बातचीत कर खरीद प्रक्रिया में आ रही समस्याओं के बारे में जानकारी प्राप्त की। उन्होंने अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि किसान को अपनी फसल बेचने में किसी प्रकार की परेशानी नहीं होनी चाहिए और खरीदी गई फसल का उठान समय पर सुनिश्चित किया जाए।

### मापक यंत्र से जांची धान की नमी

निरीक्षण के दौरान चेयरमैन ने मंडी में धान की ढेरियों का निरीक्षण किया। उन्होंने नमी मापक यंत्र से धान की नमी की जांच करवाई और निर्धारित मानकों के अनुसार खरीद प्रक्रिया की जानकारी ली।मौके पर उन्होंने किसानो की धान फसल की खरीद भी कराई। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि किसानों को धान में निर्धारित नमी की मात्रा और खरीद से संबंधित आवश्यक नियमों की जानकारी भी दी जाए, ताकि किसानों को अपनी फसल बेचने में किसी प्रकार की परेशानी न हो। उन्होंने मंडी परिसर में साफ-सफाई का भी जायजा लिया और संबंधित अधिकारियों को शौचालयों सहित पूरे मंडी परिसर

### मंडी में उपलब्ध हों सभी जरूरी सुविधाएं

चेयरमैन वेदपाल ने कहा कि धान खरीद सीजन के दौरान मंडियों में किसानों के लिए पेयजल, बैठने, शौचालय और साफ-सफाई सहित सभी मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध रहनी चाहिए। खरीदी गई फसल के उठान में देरी नहीं होनी चाहिए, ताकि मंडी में अनावश्यक भीड़ न बढ़े और किसानों को अपनी फसल लेकर लंबे समय तक इंतजार न करना पड़े। उन्होंने सरकारी खरीद एजेंसियों के अधिकारियों को आपसी तालमेल से कार्य करने तथा निर्धारित नियमों एवं मानकों के अनुसार धान की खरीद सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

# नमो क्रिकेट लीग युवाओं को नशे से दूर कर खेलों से जोड़ने में सफल रही

- महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष भवानी सिंह ने सराहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद



**फतेहाबाद।** नमो क्रिकेट लीग के विजेताओं को सम्मानित करते केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर, साथ हैं नशामुक्ति सेना अध्यक्ष भवानी सिंह। *फोटो : हरिभूमि*

प्रदेश के युवाओं को नशे की गर्त से निकालकर खेलों की मुख्यधारा से जोडऩे के उद्देश्य से आयोजित की गई नमो क्रिकेट लीग अपने तय मकसद को हासिल करने में पूरी तरह कामयाब सिद्ध हुई है। भवानी सिंह के नेतृत्व में फतेहाबाद जिले में आयोजित इस प्रतियोगिता ने युवाओं के भीतर खेलों के प्रति एक नया जोश और सकारात्मक ऊर्जा भरने का काम किया है। लीग की ऐतिहासिक सफलता पर नशामुक्ति सेना एवं महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष भवानी सिंह ने हरियाणा के मुख्यमंत्री के राजनीतिक सचिव एवं सुदेश भंडारी चैरिटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष तरूण भंडारी को बधाई दी और उनका विशेष आभार व्यक्त किया।

### देशव्यापी सामाजिक क्रांति की दिशा में कदम

भवानी सिंह ने कहा कि नमो क्रिकेट लीग महज एक क्रिकेट प्रतियोगिता नहीं, बल्कि युवाओं को नशे से दूर कर उनके हुनर को सही दिशा देने की एक देशव्यापी सामाजिक क्रांति है। देश के पांच राज्यों से 3,200 से अधिक टीमों और 55,000 से ज्यादा खिलाडिय़ों की रिकार्ड भागीदारी ने इस लीग को देश की सबसे बड़ी और ऐतिहासिक क्रिकेट लीग बना दिया है। इसके माध्यम से ग्रामीण अंचलों और छोटे शहरों की छिपी हुई प्रतिभाओं को अपनी काबिलियत साबित करने और राष्ट्रीय स्तर पर उभरने का एक बड़ा मंच मिला है। उन्होंने कहा कि फतेहाबाद जिले के युवाओं ने जिस उत्साह के साथ इस आयोजन में भाग लिया, उसने साबित कर दिया है कि यदि युवाओं को सही अवसर मिले तो वे नशे से दूर होकर खेल, शिक्षा और सामाजिक कार्यों से जुड़ सकते हैं। यही सकारात्मक बदलाव प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के विकसित भारत-2047 के संकल्प को साकार करेगा।

# सेवा संकल्प अभियान के तहत फतेहाबाद में निकाली गई सेवा ज्योति यात्रा

**फतेहाबाद।** सेवा संकल्प अभियान के तहत बुधवार को डीपीआरसी हॉल में जिला स्तरीय विकसित भारत संकल्प सभा सेवा ज्योति यात्रा का आयोजन किया गया। जिला स्तरीय कार्यक्रम में हरियाणा राज्य कृषि विपणन बोर्ड के चेयरमैन वेदपाल बतौर मुख्यातिथि उपस्थित रहे। वंदे मातरम् के उद्घोष के साथ सेवा ज्योति यात्रा निकाली गई। सेवा ज्योति यात्रा डीपीआरसी हॉल से शुरू होकर पंचायत भवन तक पहुंची। यात्रा के दौरान सेवा, सुशासन और विकसित भारत के संकल्प का संदेश दिया गया। कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का वर्चुअल संबोधन सुना गया। अपने संबोधन में प्रधानमंत्री ने सेवा संकल्प अभियान के माध्यम से जनकल्याणकारी योजनाओं एवं सरकार की विकासोन्मुखी नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने तथा आमजन की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करने पर जोर दिया। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों एवं आमजन ने विकसित भारत 2047 के निर्माण में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाने का सामूहिक संकल्प लिया। कार्यक्रम में डीएवी स्कूल तथा राजकीय मॉडल वरिष्ठ माध्यमिक संस्कृति विद्यालय के विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत कर उपस्थित लोगों का मन मोह लिया।

# दीवाना में सेवा सेतु कैंप लगा, ग्रामीणों को सरकारी योजनाओं की दी जानकारी

- पूर्व कैबिनेट मंत्री देवेन्द्र सिंह बबली ने बतौर मुख्य अतिथि की शिरकत

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद



**फतेहाबाद।** सेवा सेतु कैम्प में लगाए गए स्टालों का निरीक्षण करते पूर्व कैबिनेट मंत्री देवेन्द्र सिंह बबली।

सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत बुधवार को गांव दीवाना में सेवा सेतु कैम्प का आयोजन किया गया। कैम्प में विभिन्न सरकारी विभागों एवं संबंधित संस्थाओं की ओर से स्टाल लगाकर आमजन को जनकल्याणकारी योजनाओं एवं सरकारी सेवाओं की जानकारी दी गई। पूर्व कैबिनेट मंत्री देवेन्द्र सिंह बबली ने कैम्प में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। देवेन्द्र सिंह बबली ने कहा कि सेवा संकल्प अभियान के माध्यम से सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं और सरकारी सेवाओं की जानकारी आमजन तक पहुंचाने का कार्य किया जा रहा है। सरकार का प्रयास है कि पात्र नागरिकों को योजनाओं का लाभ लेने के लिए आवश्यक जानकारी और मार्गदर्शन आसानी से उपलब्ध हो तथा कोई भी पात्र व्यक्ति जानकारी के अभाव में सरकारी योजना के लाभ से वंचित न रहे। कैम्प में पहुंचे नागरिकों को योजनाओं की जानकारी दी गई।

# कपास की खेती किसानों के लिए फायदेमंद

- कपास के घटते रकबे पर विशेषज्ञों ने जताई चिंता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा




**सिरसा।** कार्यक्रम को संबोधित करते कृषि विशेषज्ञ।

किसान भवन में विश्व कपास दिवस के मौके पर रिफॉर्म उत्सव-2026 कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस मौके पर केंद्रीय कपास अनुसंधान केंद्र सिरसा के पूर्व अध्यक्ष डॉ. दलीप मोंगा ने कपास के घटते रकबे व उत्पादन पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि उत्तर भारत में हरियाणा, पंजाब व राजस्थान तीनों राज्यों में 17-18 लाख रकबे में कॉटन का उत्पादन होता था, जोकि साल-दर-साल घटकर मात्र 7 से 8 लाख रह गया है। उन्होंने बताया कि अकेले सिरसा जिले में 7 से 8 लाख रकबे में कॉटन की खेती होती थी। पिछले कुछ सालों के मुकाबले इस बार कॉटन की खेती अच्छी है और रिकॉर्ड उत्पादन होने के आसार हैं। सरकार भी कॉटन की खेती के रकबे व उत्पादन को बढ़ाने के लिए लगातार किसान हित में योजनाएं लागू कर रही है। उन्होंने किसानों से कृषि विशेषज्ञों की सलाह के अनुसार खेती करने, पानी का उचित उपयोग करने और फसल में संतुलित पोषक तत्वों का प्रयोग करने का आह्वान किया गया।

### वस्त्र उद्योग की मजबूती मिलेगी : सुशील मित्तल

हरियाणा कॉटन जीनर्स एसोसिएशन के प्रदेशाध्यक्ष सुशील मित्तल ने बताया कि कपास न केवल किसानों की आजीविका का महत्वपूर्ण साधन है, बल्कि देश की अर्थव्यवस्था, ग्रामीण रोजगार और वस्त्र उद्योग की मजबूती में भी इसकी अहम भूमिका है। उन्होंने कपास उत्पादन को बढ़ावा देने, किसानों को आधुनिक तकनीक से जोडऩे तथा कपास की गुणवत्ता में सुधार पर जोर दिया। मंच संचालन कर रहे राजीव शर्मा ने बताया कि विश्व कपास दिवस का उद्देश्य कपास के महत्व के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा कपास उत्पादन से जुड़े किसानों और श्रमिकों के योगदान को सम्मान देना है। उन्होंने कहा कि कपास की खेती को आधुनिक तकनीक फायदा कमाया जा सकता है।



**चोपटा।** प्रतियोगिता के विजेता विद्यार्थी अतिथियों के साथ।

### ब्लॉक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने दिखाया दमखम

**चोपटा।** राजकीय कन्या प्राथमिक विद्यालय दड़बा कंला में अंडर-11 आयु वर्ग की ब्लॉक स्तरीय स्कूली खेलकूद प्रतियोगिता का पूरे उत्साह और उमंग के साथ शुभारंभ हुआ। इस अवसर पर नाथूसरी चौपटा ब्लॉक की विभिन्न टीमों ने कबड्डी, खो-खो और एथलेटिक्स जैसे खेलों में अपना बेहतरीन दमखम दिखाया। इस उद्घाटन समारोह में खंड शिक्षा अधिकारी सतबीर ढिढारिया, ग्राम पंचायत सरपंच संतोष बेनीवाल और प्रिंसिपल कमलजीत ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। वहीं, खेलों के नोडल अधिकारी शीशपाल ढाका और डिप्टी नोडल अधिकारी दिनेश सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। प्रतियोगिता के अंतर्गत हुए कबड्डी मुकाबलों में जीपीएस नाथूसरी कलां की टीम ने शानदार खेल दिखाते हुए प्रथम स्थान हासिल किया, जबकि जीपीएस की टीम उपविजेता रही।

# आंगन मिलन सेवा कार्यक्रम में गर्भवती महिलाओं की हुई गोद भराई की रस्म

- महिलाओं से जुड़ी योजनाओं के बारे में भी दी जनकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा



**सिरसा।** कार्यक्रम में गोद भराई की रस्म अदा करती महिलाएं।

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा सिरसा शहरी तथा बड़ागुढ़ा ब्लॉक में 'आंगन मिलन सेवा' कार्यक्रम आयोजित किए गए। कार्यक्रमों में महिलाओं, आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं, आशा वर्कर्रों, एएनएम तथा स्थानीय जनप्रतिनिधियों ने भाग लिया। कार्यक्रमों के दौरान महिलाओं एवं बच्चों के कल्याण से संबंधित विभिन्न योजनाओं और सेवाओं के बारे में जानकारी दी गई। महिला एवं बाल विकास विभाग की उप निदेशक डॉ. दर्शना सिंह ने बताया कि जिला में विभिन्न स्थानों पर आंगन मिलन सेवा कार्यक्रम आयोजित किए गए हैं। उन्होंने बताया कि महिलाओं को प्रधानमंत्री मातृत्व वंदना योजना, मुख्यमंत्री मातृत्व सहायता योजना तथा आपकी बेटी हमारी बेटी योजना सहित अन्य योजनाओं के बारे में विस्तार से बताया गया है। इस मौके पर वर्कर्स मौजूद रहीं।

### सिरसा में डीएपी के लिए किसानों में मारामारी

**सिरसा।** जिले में डीएपी खाद के लिए बुधवार को किसानों में मारामारी रही। खाद की किल्लत को लेकर सुबह से ही मंडी स्थित किसान रेस्ट हाउस में किसानों की भीड़ जुट गई। घंटों लाइनों में लगने के बावजूद भी किसानों को न टोकन मिला और न ही खाद मिली। किसानों ने रोष स्वरुप सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। किसानों का कहना है कि बिजाई का समय नजदीक है और वे खाद को लेकर दर-दर भटक रहे हैं। किसान सुबह से लंबी कतार में लगकर टोकन का इंतजार कर रहे हैं। वहीं दूसरी ओर कुछ किसान सिफारिश से टोकन ले लेते हैं। किसानों का आरोप है कि समय पर खाद नहीं मिल रही है, जिससे बिजाई प्रभावित होगी। किसान बोले, कुछ दिन बाद सरसों की बिजाई की जानी है। अगर खाद नहीं मिली, तो उनके लिए सरसों की बिजाई कर पाना मुश्किल होगा। किसानों ने सरकार व प्रशासन से डीएपी व यूरिया की उचित व्यवस्था की मांग रखी है।



**सिरसा।** खाद की मांग को लेकर एकजुट किसान।

## जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के मुख्य अभियंता बंसल ने प्रोजेक्ट को सराहा

# सीवरेज के 100% उपचारित पानी से खेतों में लहलहाएंगी फसलें

*अधिकारी ने कर्मचारियों के साथ बैठक कर योजना की जानकारी ली*

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद



**फतेहाबाद।** कार्यरत कर्मचारियों से जानकारी लेते हुए मुख्य अभियंता राजेश बंसल।

जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, हरियाणा के मुख्य अभियंता राजेश बंसल ने बुधवार को फतेहाबाद का दौरा कर शहर की सीवरेज व्यवस्था एवं मल शोधन संयंत्र का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने सीवरेज कार्यों में लगे कर्मचारियों की सुरक्षा, एसटीपी के संचालन, उपचारित पानी के पुनः उपयोग तथा संयंत्र परिसर की साफ-सफाई एवं सौंदर्यीकरण की स्थिति का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान मुख्य अभियंता राजेश बंसल ने सीवरेज कार्यों में लगे कर्मचारियों के लिए उपलब्ध करवाए गए सुरक्षा उपकरणों एवं सुरक्षा प्रबंधों की बारीकी से जांच की। उन्होंने फील्ड में कार्यरत कर्मचारियों से सुरक्षा उपकरणों के उपयोग तथा कार्यप्रणाली के बारे में जानकारी ली और निर्देश दिए कि सीवरेज कार्यों के दौरान कर्मचारियों की सुरक्षा में किसी भी प्रकार की लापरवाही नहीं होनी चाहिए। इसके पश्चात उन्होंने मल शोधन संयंत्र के विभिन्न चरणों का निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों से संयंत्र की क्षमता, सीवरेज ट्रीटमेंट की प्रक्रिया, प्रतिदिन आने वाले सीवरेज तथा उपचारित पानी के संबंध में विस्तार से जानकारी ली। उन्होंने संयंत्र के सुचारू संचालन पर संतोष व्यक्त करते कर्मचारियों को सराहा।

### एसटीपी परिसर में साफ-सफाई रखने का निर्देश

मुख्य अभियंता ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि एसटीपी परिसर में साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखा जाए तथा परिसर को अधिक से अधिक हरा-भरा एवं सुंदर बनाया जाए। उन्होंने कहा कि मल शोधन संयंत्र केवल तकनीकी दृष्टि से बेहतर नहीं होना चाहिए, बल्कि उसका परिसर भी स्वच्छ, सुंदर और पर्यावरण के अनुकूल दिखाई देना चाहिए, ताकि यहां आने वाले लोगों को स्वच्छता, जल संरक्षण एवं पर्यावरण संरक्षण का सकारात्मक संदेश मिले। निरीक्षण के दौरान मुख्य अभियंता ने फतेहाबाद में एसटीपी से निकलने वाले उपचारित पानी का 100 प्रतिशत सिंचाई कार्यों में पुनः उपयोग किए जाने की विशेष रूप से सराहना की। उन्होंने कहा कि उपचारित पानी का दोबारा उपयोग जल संरक्षण की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। इससे भूजल एवं ताजे पानी पर निर्भरता कम होगी तथा किसानों को सिंचाई के लिए वैकल्पिक जल स्रोत उपलब्ध होगा। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में जल संकट लगातार बढ़ रहा है। ऐसे में सीवरेज से प्राप्त पानी का उपचार कर उसे सिंचाई जैसे कार्यों में पुनः उपयोग करना जल संरक्षण और पर्यावरण संरक्षण दोनों की दृष्टि से महत्वपूर्ण पहल है। मुख्य अभियंता के दौरे के दौरान विभागीय अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने उन्हें सीवरेज व्यवस्था और एसटीपी से संबंधित विभिन्न कार्यों की जानकारी दी।