हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 15 अक्टूबर 2026

9 नशे पर अंकुश लगाने के लिए प्रशासन अलर्ट, 17 घरों में चला...



10 रतिया में आज से शुरू होगी राष्ट्रीय गतका चैंपियनशिप



खबर संक्षेप

बाइक सवार की मौत के मामले में आरोपी काबू

रतिया। पिकअप की टक्कर से मोटरसाइकिल सवार व्यक्ति की मौत के मामले में थाना सदर रतिया पुलिस ने संलिप्त आरोपी चालक को गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से दुर्घटना में प्रयुक्त पिकअप गाड़ी भी बरामद कर ली है। आरोपी की पहचान खुरशीद अहमद पुत्र जस्सासु निवासी गांव खटाला सराय, मुंडकटी, जिला पलवल के रूप में हुई है।

मकान से नकदी-जेवर चुराने वाला गिरफ्तार

फतेहाबाद। मकान में सेंध लगाकर नकदी व सोने-चांदी के आभूषण चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ फतेहाबाद ने एक आरोपी को धर दबोचा है। पकड़े गए आरोपी की पहचान राहुल उर्फ बच्ची पुत्र रामकुमार निवासी डेरे वाला मोहल्ला, फतेहाबाद के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से चोरीशुदा तीन जोड़ी चांदी की पाजेब, एक जोड़ी चांदी के बिछुआ और एक हजार रुपये की नकदी बरामद कर ली है। एवीटी स्टाफ फतेहाबाद के प्रभारी निरीक्षक कुलदीप ने बताया कि धर्मशाला रोड, फतेहाबाद निवासी एक महिला ने थाने में शिकायत दर्ज कराई थी।

सहनाल-सुखमनपुर सड़क के लिए 8.20 करोड़ स्वीकृत

रतिया। रतिया से सहनाल-सुखमनपुर सड़क के सुधार कार्य के लिए 8 करोड़ 19 लाख 79 हजार की प्रशासनिक स्वीकृति के प्रस्ताव पर न्यू टाउन निवासियों तथा सहनाल एवं आसपास के गांवों की ग्राम पंचायतों के ग्रामीणों ने हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, हरियाणा अनुसूचित जाति वित्त एवं विकास निगम के चेयरमैन बलदेव सिंह गरोहा और रतिया के एसडीएम सुरेंद्र सिंह का आभार व्यक्त किया है।
क्षेत्रवासियों ने कहा कि यह सड़क आसपास के गांवों के लोगों के लिए आवागमन का एक महत्वपूर्ण मार्ग है।

27.166 ग्राम हेरोइन सहित आरोपी गिरफ्तार

ऐलनाबाद। जिले में नशा तस्करों पर शिकंजा कसते हुए सीआईए ऐलनाबाद पुलिस ने दो अलग-अलग स्थानों पर कार्रवाई कर दो युवकों को 27 ग्राम 166 मिलीग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पुलिस ने दोनों आरोपियों के खिलाफ थाना ऐलनाबाद में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज किया है। सीआईए ऐलनाबाद प्रभारी संदीप सिंह ने बताया कि सीआईए ऐलनाबाद पुलिस टीम ने पहली कार्रवाई गांव नीमला की तरफ जाते समय की। इस दौरान पुलिस टीम को एक युवक पैदल आता दिखाई दिया। पुलिस की गाड़ी देखकर उक्त युवक भागने लगा, लेकिन टीम ने आरोपी अजय कुमार को काबू कर लिया।

सात जगह प्रदर्शन कर उठाई 28 क्विंटल प्रति एकड़ की सीमा हटाने की मांग

धान खरीद में मनमानी पर किसानों ने जिलेभर में मार्केट कमेटी कार्यालयों पर जड़े ताले

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

मंडियों में धान खरीद की अव्यवस्थाओं, एमएसपी से कम भाव मिलने, उठान में देरी और खरीद की शर्तों के विरोध में बुधवार को किसानों का गुस्सा फूट पड़ा। संयुक्त किसान मोर्चा और किसान मजदूर संघर्ष मोर्चा के आह्वान पर फतेहाबाद जिले के फतेहाबाद, रतिया, भूना, भट्टूकलां, टोहाना, धारसूल और जाखल में किसानों ने मार्केट कमेटी कार्यालयों पर ताले जड़कर प्रदर्शन किया। सुबह 11 बजे शुरू हुए प्रदर्शनों में किसानों ने सरकार और खरीद व्यवस्था के खिलाफ नारेबाजी की। किसानों का आरोप है कि मंडियों में धान की खरीद में मनमानी हो रही है और उन्हें मजबूरी में कम भाव पर फसल बेचनी पड़ रही है। किसानों ने 28 क्विंटल प्रति एकड़ की सीमा हटाने, चार प्रतिशत कटौती बंद करने और सभी फसलों की एमएसपी पर खरीद सुनिश्चित करने की मांग उठाई। भूना में अधिकारियों के आश्वासन के बाद तालाबंदी समाप्त हुई, जबकि रतिया में किसानों ने दो दिन में कार्रवाई नहीं होने पर भाजपा कार्यालय के सामने पुतला फूंकने और इसके बाद नेशनल हाईवे जाम करने की चेतावनी दी।





फतेहाबाद। मार्केट कमेटी पर ताला जड़कर धरना देते किसान व मार्केट कमेटी कार्यालय पर ताला जड़ते किसान। फोटो : हरिभूमि

रतिया में बाहर से सस्ते धान की आवक पर सवाल, दो दिन का अल्टीमेटम

रतिया। अनाज मंडी में स्थानीय किसानों की धान नहीं बिकने और बाहर से कम भाव पर धान लाकर बेचने के आरोपों को लेकर किसानों ने मार्केट कमेटी कार्यालय पर ताला जड़ दिया। संयुक्त किसान मोर्चा के बैनर तले सुबह 11 से दोपहर दो बजे तक धरना दिया गया। भारतीय किसान यूनियन एकता उगराहां के जिला प्रधान निर्भय सिंह के नेतृत्व और तहसील प्रधान कर्मा सिंह की अध्यक्षता में किसानों ने आरोप लगाया कि स्थानीय किसान अपनी फसल बेचने के लिए इंतजार कर रहे हैं, जबकि व्यापारी दूसरी मंडियों से 1900 से 2200 रुपये प्रति क्विंटल के भाव पर धान खरीदकर रतिया ला रहे हैं। किसानों ने आवक और खरीद की जांच कराने तथा स्थानीय किसानों की फसल प्राथमिकता से खरीदने की मांग की। मार्केट कमेटी सचिव ओमप्रकाश चहल ने बताया कि वह मंडियों के निरीक्षण पर थे और खरीद नियमानुसार जारी है। किसानों ने चेतावनी दी कि दो दिन में कार्रवाई नहीं हुई तो भाजपा कार्यालय के सामने पुतला फूंका जाएगा और इसके बाद नेशनल हाईवे जाम किया जाएगा।

फतेहाबाद में 28 क्विंटल की शर्त व चार प्रतिशत कटौती का विरोध

फतेहाबाद। भट्टू रोड स्थित मार्केट कमेटी कार्यालय पर किसानों ने मुख्य गेट पर ताला लगाकर तीन घंटे तक प्रदर्शन किया। पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के वरिष्ठ नेता कर्मजीत सिंह सालमखेड़ा ने अध्यक्षता की। संयुक्त किसान मोर्चा और किसान मजदूर संघर्ष मोर्चा के बैनर तले किसानों ने आरोप लगाया कि धान की खरीद और उठान में देरी के कारण मंडियों में फसल के ढेर लगे हैं। किसानों ने कहा कि 28 क्विंटल प्रति एकड़ की शर्त के कारण खरीद प्रभावित हो रही है और चार प्रतिशत कटौती के नाम पर किसानों को नुकसान उठाना पड़ रहा है। उन्होंने धान की एमएसपी पर खरीद सुनिश्चित करने, अवैध कटौती रोकने और उठान में तेजी लाने की मांग की। किसान नेताओं ने चेतावनी दी कि मांगों पर कार्रवाई नहीं हुई तो आंदोलन तेज किया जाएगा।

जाखल में खरीद प्रक्रिया सरल करने की मांग

जाखल। धान खरीद की समस्याओं के विरोध में पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति और भारतीय किसान यूनियन एकता उगराहां से जुड़े किसानों ने सुबह 11 बजे मार्केट कमेटी कार्यालय पर ताला जड़ दिया। किसानों ने प्रति एकड़ खरीद सीमा जैसी शर्तें हटाने और खरीद प्रक्रिया सरल बनाने की मांग उठाई। उनका कहना था कि किसानों को अपनी फसल बेचने के लिए अनावश्यक परेशानी नहीं होनी चाहिए। प्रदर्शन में पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के ब्लॉक प्रधान लाभ सिंह सहित हरविंदर सिंह, जगतार सिंह, नसीब सिंह और अमरीक सिंह शामिल हुए।



सिरसा। मार्केट कमेटी के बाहर धरने पर बैठे किसान।

किसान संगठनों ने किया मार्केट कमेटी कार्यालयों का 3 घंटे घेराव

सिरसा। संयुक्त किसान मोर्चा हरियाणा व किसान मजदूर संघर्ष मोर्चा हरियाणा द्वारा राज्य में मंडियों में बुधवार को सुबह 11 बजे से दोपहर 2 बजे तक तीन घंटे का मार्केट कमेटियों का घेराव किया गया। घेराव में बीकेयू टिकैत, हरियाणा किसान मंच, एआईकेएस, बीकेयू एकता उग्राहां, पगड़ी संभाल जटा, राष्ट्रीय किसान मंच से जुड़े किसानों ने भाग लिया। किसान नेता डॉ. सुखदेव सिंह जम्मू ने बताया कि धान की खरीद में रेट, नमी व तोल को लेकर धांधलियां हो रही हैं। सरकारी खरीद एजेंसियां समय पर मंडी में खरीद करने के लिए न पहुंचने की वजह से धान की फसल प्राइवेट खरीदारों द्वारा सरकारी रेट 2461 रुपए प्रति क्विंटल से भी कम दरों पर खरीद की जा रही है। कई जगह नमी के मानदंड में मशीनों से धांधली करके रेट कम दिया जा रहा है। डॉ. जम्मू ने बताया कि मंडी में डिजिटल डाटा एंट्री के बहाने, प्रति एकड़ ऊपज खरीद निर्धारित करने जैसे ऊलजुलूल बहाने से किसानों को मंडी में परेशान करते हुए लूट की जा रही है। उन्होंने बताया कि घेराव के जरिए हरियाणा सरकार को यह चेताना चाहते हैं कि जो मंडियों में पोर्टल व्यवस्था की गई है, उसमें सरकार की मंशा जो बाहर से अनाज आने पर रोक लगाने की है, वह पूरी तरह असफल है। उसकी वजह से किसान बेवजह परेशान हो रहा है। इसके अलावा नमी के नाम पर किसान को परेशान किया जा रहा है। नमी मौसम की वजह से होती है, इसलिए जब मौसम ही नमी वाला है तो 17 प्रतिशत नमी की जगह 20 प्रतिशत नमी को मानक बनाना चाहिए। इसके अलावा सरकारी खरीद एजेंसियां मंडी में समय से आकर खरीद नहीं कर रही हैं, जिससे प्राइवेट खरीदार मनमानी करते हुए सस्ते दाम पर फसलों की खरीद कर रहा है।

- नमी के नाम पर कटौती और पोर्टल की शर्तों से किसानों को परेशानी

धान और बाजरे की न्यूनतम समर्थन मूल्य पर तुरंत खरीद करे सरकार : किसान सभा

फतेहाबाद। अखिल भारतीय किसान सभा के एक प्रतिनिधिमंडल ने बुधवार को फतेहाबाद अनाज मंडी का दौरा किया और मंडी में फसल लेकर पहुंचे किसानों से बातचीत की। किसान नेताओं ने पाया कि कई-कई दिनों से किसान मंडी में धान लेकर बैठे हैं, लेकिन सरकार और प्रशासन द्वारा अभी तक सुचारू रूप से सरकारी खरीद की शुरुआत नहीं की गई है। इसके विरोध में किसान सभा ने मार्केट कमेटी के सेक्रेटरी को ज्ञापन सौंपकर समस्याओं के जल्द समाधान की मांग की। इस प्रतिनिधिमंडल में किसान सभा तहसील प्रधान पतराम ढाणी ईशर, मनफूल ढाका, अजयपाल बीघड़, हरिसिंह ढाका, योगेंद्र सिंह, संदीप महिया, पवन भूथन, प्रदीप अकांवाली और देवेंदर अकांवाली सहित अनेक किसान नेता व प्रतिनिधि मौजूद रहे। किसान सभा के नेताओं ने कहा कि हरियाणा सरकार द्वारा खरीफ 2026 की फसल खरीद को लेकर लगाई गई नई शर्तों और दिशा-निर्देशों के कारण किसानों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। मंडी में फसल लाने के बावजूद किसानों को सरकार द्वारा घोषित एमएसपी नहीं मिल पा रहा है। बाजरा 2300 रुपये प्रति क्विंटल से नीचे बिक रहा है और यही स्थिति धान की फसल की भी है।

- फतेहाबाद अनाज मंडी पहुंचे किसान सभा के प्रतिनिधि

भूना में दो घंटे प्रदर्शन, सीईओ के आश्वासन पर खुला ताला

भूना। धान खरीद में परेशानी से नाराज किसानों ने मार्केट कमेटी कार्यालय पर दो घंटे तक तालाबंदी कर धरना दिया। सूचना मिलने पर जिला परिषद फतेहाबाद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार मौके पर पहुंचे। उन्होंने किसानों को आश्वासन दिया कि मंडी में किसानों के धान का एक-एक दाना खरीदा जाएगा। इसके बाद किसानों ने ताला खोल दिया। प्रदर्शन के दौरान व्यापार मंडल प्रधान एडवोकेट अजय झाझड़ा ने कहा कि खरीद संबंधी नीतियों और व्यवस्थाओं का खामियाजा किसान, आढ़ती और मिलर्स भुगत रहे हैं। किसानों को मजबूरी में कम भाव पर फसल बेचनी पड़ रही है। मार्केट कमेटी सचिव ईश्वर सिंह ढाका ने भी खरीद में परेशानी नहीं आने देने का भरोसा दिया। किसानों ने मांग की कि आश्वासन के अनुरूप खरीद व्यवस्था सुचारु की जाए।

- धान का एक-एक दाना खरीदने का आश्वासन

भट्टू में भाजपा जिला मुख्यालय पर 17 को प्रदर्शन की चेतावनी

भट्टू कलां। संयुक्त किसान मोर्चा और हरियाणा किसान मजदूर संघर्ष मोर्चा के आह्वान पर अखिल भारतीय किसान सभा तथा पगड़ी संभाल जट्टा के नेतृत्व में किसानों ने मार्केट कमेटी कार्यालय पर ताला जड़कर तीन घंटे धरना दिया। किसान सभा के तहसील प्रधान सुभाष चंद्र भादू और बृजलाल कड़वासरा ने अध्यक्षता की। जिला प्रधान विष्णु दत्त ने कहा कि एमएसपी पर खरीद के दावों के बावजूद किसानों को धान के कम भाव मिल रहे हैं। उन्होंने मिल मालिकों और आढ़तियों द्वारा कथित कटौती और कम भाव पर खरीद की जांच कराने की मांग की। किसान नेताओं ने कहा कि यदि समस्याओं का समाधान नहीं हुआ तो 17 अक्टूबर को भाजपा के जिला मुख्यालय पर बड़ा धरना-प्रदर्शन किया जाएगा।

- एमएसपी पर खरीद के दावों के बावजूद मिल रहे कम रेट

राइस मिलर एसो. ने वसूली को बताया तानाशाही, सीएमआर लेने की मांग रखी

फतेहाबाद। पिछले सीजन के धान की मिलिंग करने वाले प्रदेश के 400 व फतेहाबाद जिले के 111 राइस शेलरों को सीएमआर की एवज में 2816.23 रुपये प्रति क्विंटल वसूली को हरियाणा राइस मिलर्स एसोसिएशन ने सरकार की तानाशाही बताया है। साथ है एसोसिएशन ने मांग की है कि सरकार राइस शेलर से सीएमआर जमा करवाए। शेलर मालिक इसके लिए तैयार हैं और नए सीजन में धान मिलिंग की अनुमति प्रदान करें। हरियाणा राइस मिलर्स एसोसिएशन के प्रदेश महासचिव मक्खन सिंगला व फतेहाबाद जिला प्रधान सुरेश जिंदल ने कहा कि 15 नवम्बर 2025 तक धान की मिलिंग हुई थी। दिसम्बर 2025 तक मिलर्स ने एफसीआई को सीएमआर के रूप में रेशो के अनुसार चावल देना था। एसोसिएशन के अनुसार फरवरी 2026 तक उन्हें फोर्टिफाइल चावल नहीं दिया गया। 22-23 फरवरी को मिलर्स के पास फोर्टिफाइड चावल आया। इस पर मिलर्स ने सीएमआर देनी चाही तो एफसीआई के पास स्पेस नहीं था। एफसीआई ने सीएमआर लेने में तत्परता नहीं दिखाई। जिसके चलते सीएमआर देने की रफ्तार काफी कम रही। यही कारण था कि राइस शेलर चाहते हुए भी एफसीआई को सीएमआर नहीं दे पाए।

युवक 15,975 नशीली गोलियों सहित गिरफ्तार

- एंटी नारकोटिक्स सेल ने रानिया चुंगी पर की कार्रवाई

सिरसा। एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा की टीम ने गश्त के दौरान रानिया चुंगी सिरसा क्षेत्र में एक युवक को 15,975 नशीली गोलियों सहित काबू किया है। एंटी नारकोटिक्स सेल प्रभारी सब इंस्पेक्टर महावीर सिंह ने बताया कि पुलिस टीम गश्त व चैकिंग के दौरान रानिया चुंगी स्थित पेट्रोल पंप वाली गली की तरफ जा रही थी। इसी दौरान सामने से एक युवक हाथ में गत्ते का बॉक्स लेकर आता दिखाई दिया। जैसे ही युवक की नजर पुलिस की गाड़ी पर पड़ी, उसने मौके से खिसकने का प्रयास किया। युवक की इस हरकत पर पुलिस टीम को शक हुआ और उसे रोककर पूछताछ की गई। पूछताछ के दौरान युवक संतोषजनक जवाब नहीं दे पाया।



सिरसा। नशीली गोलियों के साथ पकड़ा गया आरोपी।

सीधे अतिरिक्त अनाज मंडी में धान उतारने पर भड़के मजदूर, काम बंद कर जताया रोष

- चार-पांच साल से काम नहीं मिलने से मजदूर परेशान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कालांवाली

शहर की अतिरिक्त अनाज मंडी में धान की फसल सीधे उतारने को लेकर अनाज मंडी मजदूर यूनियन के सदस्यों ने बुधवार को अतिरिक्त अनाज मंडी में काम बंद कर रोष जताया। मजदूर यूनियन के प्रधान प्रदीप खन्ना ने कहा कि अधिकारियों की मिलीभगत के कारण मंडी में कुछ वर्षों से मंडी में आने वाला धान सीधे अतिरिक्त अनाज मंडी में ही उतारा जाता है ओर न तो उसकी पूरी तरह सफाई की जाती है ओर न ही तुलाई की जाती है, बिना साफ किए ही बैगों में भरा जाता है। ऐसे में मजदूर वर्ग के लोगों का रोजगार छीन गया है। चार-पांच वर्षों से ऐसा होने से मजदूर बिल्कुल बेरोजगार हो गए है। जिससे उनके परिवार का पालन पोषण करना मुश्किल हो गया है। उन्होंने कहा कि धान की सफाई करने के नाम पर वहां पर नाम मात्र सफाई करने वाले पंखे खड़े कर रखे है जबकि वास्तव में पूरे धान की न तो सफाई होती है ओर न ही तुलाई होती है। शैलर संचालकों की खुद की लेबर धान को बैगों में भरने का काम करती है जबकि अनाज मंडी की लेबर खाली बैठी है।



सिरसा। मांगों को लेकर रोष जताते हुए मजदूर।

49 लाख से लगे सीसीटीवी कैमरों को फिर से चालू करने की तैयारी

सिरसा। शहर में अपराधियों पर नजर रखने और वारदातों की गुत्थी सुलझाने में मददगार सीसीटीवी कैमरों को फिर से चालू करने की तैयारी है। पूर्व सांसद चरणजीत सिंह रोड़ी के सांसद कोटे से करीब 49 लाख रुपए की लागत से लगवाए गए कैमरों में से कई कैमरे समय के साथ खराब हो चुके हैं। अब इन्हें दुरुस्त करवाने की प्रक्रिया शुरू की जाएगी। इस संबंध में पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने नगर परिषद चेयरमैन वीरशांति स्वरूप के साथ बैठक की। इसमें शहर के विभिन्न क्षेत्रों में बंद पड़े कैमरों को ठीक करवाने पर चर्चा हुई। नगर परिषद चेयरमैन ने खराब कैमरों को जल्द दुरुस्त करवाने का आश्वासन दिया।

वारदातों की जांच में मिलती है मदद

एसपी दीपक सहारण ने बताया कि शहर में करीब 7 हजार सीसीटीवी कैमरे लगाए गए हैं। इनकी मदद से पुलिस संदिग्ध गतिविधियों पर नजर रखने, आपराधिक वारदातों की जांच करने और आरोपियों की पहचान करने में मदद लेती है। किसी भी घटना के बाद सीसीटीवी फुटेज अहम सुराग साबित हो सकती है। **खराब कैमरे ठीक होने से बढ़ेगी निगरानी:** एसपी ने कहा कि शहर में लगे कैमरों का चालू हालत में रहना जरूरी है।

सिरसा की दिव्या मिढा बनीं मिसेज इंडिया भाजपा नेता भूपेश मेहता ने किया सम्मानित

- खिताब जीतकर पूरे शहर का नाम रोशन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा की बेटी दिव्या मिढा ने मिसेज इंडिया का खिताब जीतकर पूरे शहर का नाम रोशन किया है। इस गौरवपूर्ण उपलब्धि के बाद दिव्या मिढा ने वरिष्ठ भाजपा नेता भूपेश मेहता के कार्यालय पहुंचकर उनसे मुलाकात की। मेहता ने कहा कि दिव्या मिढा की सफलता सिरसा के लिए गर्व और खुशी का विषय है। सिरसा की बेटी ने दिल्ली में अपनी प्रतिभा, आत्मविश्वास और मेहनत के दम पर अपनी अलग पहचान बनाई है। ऐसी उपलब्धियां अन्य बेटियों को भी अपने सपनों को साकार करने और जीवन में आगे बढ़ने की प्रेरणा देती हैं। उन्होंने कहा कि प्रतिभाशाली बेटियों को प्रोत्साहित करना और उनकी उपलब्धियों का सम्मान करना पूरे समाज की जिम्मेदारी है। मेहता ने कहा कि दिव्या मिढा के सम्मान में आने वाले समय में एक भव्य समारोह आयोजित कर उन्हें सम्मानित किया जाएगा। काबिलेजिक्र है कि दिव्या मिढा पब्लिक हेल्थ विभाग में जूनियर इंजीनियर के पद पर कार्यरत हैं। उनकी माता प्रवीण मिढा एक प्रतिष्ठित समाजसेवी हैं। अपनी माता के सामाजिक सेवा और सकारात्मक संस्कारों से प्रेरणा लेकर दिव्या ने अपनी प्रतिभा और मेहनत के बल पर यह उल्लेखनीय सफलता हासिल की है।



सिरसा। सिरसा की मिसेज इंडिया बनीं दिव्या मिढा को सम्मानित करते हुए भाजपा नेता भूपेश मेहता।

पानी की बर्बादी रोकने से लेकर सड़क हादसे थामने तक के नवाचारों को मिलेगा मंच

भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा ने किया इनोवेशन चैलेंज का आह्वान

आपके आइडिया में है दम तो लाखों रुपये का इनाम जीतने का मौका

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

खेतों में पानी की बर्बादी रोकने, फसलों को पशुओं से बचाने या सड़क हादसों पर अंकुश लगाने का कारगर उपाय आपके पास है, तो आपका आइडिया लाखों रुपये का पुरस्कार दिला सकता है। सेवा फस्ट इनोवेशन चैलेंज के जरिए अब आम नागरिकों को देश की समस्याओं के समाधान सुझाने का मंच दिया जा रहा है। इसमें न उम्र की सीमा बाधा है, न किसी बड़े संस्थान से जुड़ा होना जरूरी। जरूरत है तो बस समस्या की समझ और उसके समाधान के लिए एक व्यावहारिक नवाचार की। भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा ने बुधवार को जिला कार्यालय उदय कमल में पत्रकारों से बातचीत में बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिन 17 सितंबर से शुरू हुआ यह डिजिटल अभियान विद्यार्थियों, किसानों, युवाओं, वैज्ञानिकों और आम नागरिकों की प्रतिभा को सामने लाने का प्रयास है। सेवा संकल्प अभियान 17 अक्टूबर तक चलेगा, जबकि इनोवेशन चैलेंज इसके बाद भी जारी रहेगा।



फतेहाबाद। पत्रकारों से बातचीत करते भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा।

पोर्टल पर अपलोड करें आइडिया

जोड़ा के अनुसार, प्रत्येक जिले के सर्वश्रेष्ठ इनोवेटर को एक लाख रुपये और राज्य स्तर के शीर्ष तीन प्रतिभागियों को पांच-पांच लाख रुपये देने का प्रावधान है। प्रतिभागी अपने सुझाव, मॉडल, वीडियो, डिजाइन और दस्तावेज पोर्टल पर अपलोड कर सकते हैं। विद्यार्थियों के लिए शिक्षण संस्थानों के माध्यम से भाग लेने की व्यवस्था है। उन्होंने कम पानी में अधिक सिंचाई, सौर ट्यूबवेलों की कार्यक्षमता बढ़ाने, इलेक्ट्रिक वाहनों की बैटरी सस्ती करने, दिव्यांगजनों के लिए उपयोगी उपकरण बनाने और सड़क, रेल व औद्योगिक दुर्घटनाएं रोकने को नवाचार के प्रमुख क्षेत्र बताया। प्रवीन जोड़ा ने बताया कि फतेहाबाद में 13 रक्तदान शिविरों में 478 यूनिट रक्त एकत्रित हुआ और 44 स्थानों पर स्वच्छता कार्यक्रम आयोजित किए गए। 'मेरे सपनों का भारत' के तहत 867 स्कूलों में प्रतियोगिताएं हुईं, जिनमें 45,837 विद्यार्थियों ने भाग लिया। आंगनवाडियों में 3,145 कार्यक्रम आयोजित किए गए। उन्होंने नागरिकों से अपील की कि वे समस्याएं गिनाने तक सीमित न रहें, बल्कि उनके समाधान भी सुझाएं।





हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

सिर की पुरानी चोट में जब फिर से उभरे दर्द



मेरी उम्र 27 वर्ष है। कुछ माह पहले मेरे सिर पर चोट लगी थी। पिछले कुछ समय से चोट वाली जगह पर दर्द हो रहा है। कभी-कभी दर्द तेज हो जाता है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-रोहन, रायपुर

आप तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें और जो भी वे सजेस्ट करें, सिर की एमआरआई या सीटी स्कैन करवा लें। क्योंकि कई बार चोट लगने पर क्लॉटिंग हो जाती है और उसके कारण दर्द और आगे चलकर कई बार ज्यादा बड़ी परेशानी बन सकती है। इसलिए आप तुरंत डॉक्टर से संपर्क कर जांच कराएं।

मेरी उम्र 53 वर्ष है। कुछ समय पहले पेट के अल्ट्रासाउंड से पता चला कि किडनी के पास सिस्ट हैं। क्या इससे कोई नुकसान नहीं होता? इसका ट्रीटमेंट कैसे होगा?

-दीपक, राजनांदगांव

इस मामले में बगैर रिपोर्ट देखें कुछ भी कहना ठीक नहीं है। सिस्ट किस तरह की है, क्या पोजीशन है वह रिपोर्ट से तय होगा। रिपोर्ट देखकर तय होगा कि ऑपरेट करने की जरूरत है यह दवा से ही ठीक हो सकती है।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। कुछ दिन पहले मेरी नाक से अचानक खून रिसने लगा, फिर कुछ समय बाद यह अपने-आप ही बंद हो गया। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हुआ? यह कोई चिंता की बात तो नहीं?

-सुजीत, बिलासपुर

इसको लेकर चिंता करने की कोई बात नहीं है। यह समस्या ज्यादातर गर्मियों में होती है। हालांकि कई बार दूसरे मौसम में भी हो सकती है। कोशिश करें कि जब ब्लड आ रहा हो तो उसे समय बगैर तकिए के लेट जाएं। कुछ देर में अपने आप ही ब्लड बंद हो जाएगा।

मेरी उम्र 62 वर्ष है। दो माह पहले प्रोस्टेट का ऑपरेशन हुआ था। कुछ दिनों से कमर में दर्द हो रहा है। दर्द का रिलेशन ऑपरेशन से तो नहीं है? मैं क्या करूं?

-हरीश, महेंद्रगढ़

चूंकि आपका ऑपरेशन हुआ है। इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। हो सकता है कि दर्द की वजह ऑपरेशन हो, लेकिन आपको उस डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए, जिसने आपकी सर्जरी की थी। वह जांच कर इसकी वजह बताएंगे और जरूरत पड़ेगी तो उसका ट्रीटमेंट करेंगे। फिलहाल बगैर डॉक्टर से संपर्क के आप किसी भी तरह की मेडिसिन ना लें।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। सर्दी शुरू होते ही हथेलियों में बार-बार रूखापन फील होता है। जेली, ऑयल लगाने के कुछ देर बाद फिर ड्रायनेस होती है, इसकी क्या वजह हो सकती है?

-कुलदीप, दुर्ग

कुछ लोगों की स्किन ऑयली होती है जबकि कुछ लोगों की ड्राय होती है। हो सकता है कि आपकी स्किन ड्राय हो, जिस वजह से लगातार ड्रायनेस रहती है। आप कोशिश करें कि पानी पर्याप्त मात्रा में पिएं। पानी की कमी की वजह से भी कई बार ड्रायनेस हो सकती है। इसके साथ कोशिश करें कि नारियल का तेल लगाएं। वह सबसे अच्छा रहेगा। नहाने के तुरंत बाद तेल लगाना सबसे ज्यादा फायदेमंद होता है।

मेरी उम्र 42 वर्ष है। मेरा पेट अकसर गड़बड़ रहता है। कभी कब्ज, तो कभी लूज मोशन की समस्या होती रहती है। मेरे पेट की समस्या का स्थाई निदान बताने का कष्ट करें।

-सागर, महासमुंद

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि डाइजेशन सिस्टम ठीक नहीं है। इस वजह से यह समस्या आ रही है। आप खान-पान में सुधार करें। दोपहर में खाने के साथ दही या छाछ जरूर लें। नाश्ते में फल को शामिल करें। रात में हल्का खाना लें। पर सबसे जरूरी चीज यह है कि अधिक तला-भुना या बाजार का पैक्ड फूड न खाएं। यह आपकी परेशानी और बढ़ा सकता है। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल
sehatharibhoomi@gmail.com **पर ई-मेल कर सकते हैं।**





डॉक्टर्स एडवाइस



डॉ. सुदीप जैन
डायरेक्टर-स्पाइन सॉल्यूशंस इंडिया
नई दिल्ली

स्पेशल: वर्ल्ड स्पाइन डे, 16 अक्टूबर

आमतौर पर लोग अपनी स्पाइन हेल्थ यानी रीढ़ की हड्डी के स्वास्थ्य पर जरूरी ध्यान नहीं देते हैं। ऐसे में इस बार के वर्ल्ड स्पाइन डे की थीम-स्पाइन हेल्थ फॉर लाइफ, बहुत मायने रखती है। यह थीम हमें प्रेरित करती है कि रीढ़ की सेहत का ख्याल रखना जीवन भर की जिम्मेदारी है। यहां एक्सपर्ट डॉक्टर स्पाइन हेल्थ से जुड़े यूजफुल सजेशंस दे रहे हैं।

ऐसे करें स्पाइन हेल्थ केयर

प्रसिद्ध मेडिकल जर्नल 'द लैंसेट' के अनुसार, दुनिया भर में प्रत्येक दस में से एक व्यक्ति कमर दर्द की समस्या से ग्रस्त है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार वर्ष 2020 में 619 मिलियन लोग दुनिया भर में कमर के निचले भाग में होने वाले दर्द (लोअर बैक पेन) से पीड़ित थे। मौजूदा दौर में कंप्यूटर, लैपटॉप और स्मार्टफोन आदि इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स पर देर तक काम करने से और गलत पोस्चर्स में बैठने के कारण लोगों में रीढ़ की हड्डी से संबंधित समस्याएं बढ़ रही हैं। अगर किसी व्यक्ति को लगभग एक हफ्ते से अधिक समय से गर्दन या फिर कमर दर्द की समस्या है, रीढ़ की हड्डी और उसके आसपास दर्द हो रहा है और उसे पारंपरिक उपचार (जैसे दर्द से राहत पाने के लिए ठंडे पानी से सिकाई और सूजन कम करने के लिए गर्म पानी से सिकाई) से राहत नहीं मिल रही हो तो मरीज को डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

स्पाइन की प्रमुख समस्याएं

स्पाइन से जुड़ी कुछ प्रमुख समस्याओं में शामिल हैं- साइटिका या सियाटिका, स्पाइनल कॉर्ड इंजरी, स्पाइनल अर्थराइटिस, हर्निएटेड डिस्क, स्पाइनल स्टेनोसिस, स्कोलियोसिस, एंकिलोसिंग स्पॉन्डिलाइटिस और कायफोसिस।

स्पाइन प्रॉब्लम्स के लक्षण

- कमर में दर्द और जकड़न महसूस करना। अधिकतर मामलों में यह दर्द कमर के निचले हिस्से यानी लंबर में ज्यादा होता है।
- गर्दन में जकड़न या दर्द।
- अनेक लोगों में कमर और गर्दन से संबंधित दर्द दिन की बजाय रात में ज्यादा होता है।
- कुछ लोग दर्द की समस्या कमर से लेकर कूल्हों तक महसूस करते हैं।
- अनेक लोगों में व्यायाम करने के बाद या फिर चलने-फिरने की स्थिति में कमर व गर्दन दर्द की समस्या बढ़ जाती है।
- कुछ मामलों में लोग गर्दन व कमर के भाग में सुन्नता का एहसास भी करते हैं।
- रीढ़ की समस्या के गंभीर होने पर मरीज को नित्य क्रिया करने जैसे पेशाब आदि से संबंधित समस्याएं हो सकती हैं।

स्पाइन प्रॉब्लम्स के प्रमुख कारण

- एक उम्र (चालीस-पैतालीस वर्ष) के बाद हड्डियों में प्राकृतिक क्षरण प्रक्रिया शुरू हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति का चलना-फिरना और उसकी सक्रियता कम होने लगती है।
- अस्वास्थ्यकर जीवनशैली, जिसके अंतर्गत व्यायाम न करना, मोटापा और गलत खान-पान आदि कई कारण शुमार हैं।
- इन दिनों स्पाइन संबंधी समस्याओं का एक प्रमुख कारण गलत पोस्चर में घंटों बैठना, चलना या लेटना है। आमतौर पर लोग लैपटॉप या कंप्यूटर पर कार्य करते समय या टेलीविजन देखते समय या अन्य इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स पर काम करते वक्त रीढ़ की हड्डी को उसके नेचुरल कर्व में नहीं रखते हैं।
- दिनों-दिन बढ़ती सड़क दुर्घटनाएं या अन्य दुर्घटना से भी ऐसा होता है।
- आनुवंशिक या जेनेटिक कारण।
- रीढ़ की हड्डी पर चोट लगना।
- धूम्रपान करना भी इसका कारण हो सकता है।

इलाज के तरीके

स्पाइन संबंधी समस्याओं में ऑपरेशन की नौबत तब आती है, जब पीड़ित व्यक्ति को दवाओं और फिजियोथेरेपी आदि से राहत नहीं मिलती। सर्जरी के भी कई तरीके हैं। जैसे- मिनिमली इनवेसिव स्पाइन सर्जरी, एंडोस्कोपिक स्पाइनल सर्जरी, स्पाइनल फ्यूजन सर्जरी, स्पाइनल लैमिनेक्टॅमी, डिस्केक्टॅमी, डिस्क रिप्लेसमेंट, वर्टिब्रोप्लास्टी। इनमें से डॉक्टर पेशेंट की कंडीशन के बेस पर तय करते हैं कि कौन सी सर्जरी इफेक्टिव रहेगी।

मोटापे का दुष्प्रभाव

वर्ल्ड ओबेसिटी फैडरेशन द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार मोटापा रीढ़ की हड्डियां और शरीर के अन्य जोड़ों की समस्याओं को बढ़ा देता है। मोटापे के कारण स्पाइन का एलाइनमेंट असंतुलित हो जाता है। इसलिए मोटापे पर नियंत्रण रखना आवश्यक है। इसके लिए अपने खान-पान और व्यायाम पर ध्यान दें।

स्पाइनल हेल्थ और व्यायाम

विभिन्न प्रकार के व्यायामों से स्पाइन में लचीलापन बना रहता और इनके समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत रहती हैं। अपनी उम्र और शारीरिक क्षमता के अनुसार व्यायाम करें। इस क्रम में फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लें। अपनी क्षमता के अनुसार नियमित रूप से टहलें, साइकिल चलाएं, स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज करें और तैराकी भी कर सकते हैं। योगासन भी रीढ़ की हड्डी को लचीला और सशक्त बनाने में मदद करते हैं, किंतु इनकी शुरुआत किसी योग विशेषज्ञ से परामर्श लेकर करना चाहिए।



डाइट भी है इंपॉर्टेंट

हरी पत्तेदार सब्जियों को अपने आहार में वरीयता दें। पत्तेदार सब्जियों में विटामिंस और मैग्नीशियम पर्याप्त मात्रा में पाए जाते हैं, जिनसे आपकी रीढ़ की हड्डी के समीप स्थित मांसपेशियां मजबूत होती हैं और रीढ़ की हड्डियां सशक्त बनी रहती हैं। जंक फूड्स और अत्यधिक चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थ रीढ़ की सेहत के लिए नुकसानदेह हैं। इसके अलावा अपने खान-पान में दूध, दही, पनीर, बटर, छाछ आदि को शामिल करें। दूध और इससे निर्मित उत्पादों में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है, जो रीढ़ को मजबूत रखने में सहायक हैं। इसके अलावा खट्टे फल, बींस, नट्स और ड्राय फ्रूट्स का सेवन करें।

सही पोस्चर में सोएं

पेट के बल सोने से रीढ़ को वांछित विश्राम नहीं मिल पाता। पेट के बल सोना नींद लेने की खराब स्थिति है, जो आपकी रीढ़ की मांसपेशियों और वर्टेब्रा पर सबसे अधिक दबाव डालती है। ऐसा इसलिए क्योंकि यह स्थिति आपकी रीढ़ के प्राकृतिक वक्र को समतल कर देती है। यही नहीं, पेट के बल सोने से आपको गर्दन भी मोड़नी पड़ सकती है। नतीजतन गर्दन और कमर में दर्द हो सकता है। अगर आप पेट के बल या करवट के बल सोते रहने के आदी हैं, तो भी अपने सोने की शुरुआत पीठ के बल लेटकर ही करें।

बैठने का सही तरीका

देर तक बैठे रहने के कारण 'स्पाइनल एलाइनमेंट' बनाए रखने में दिक्कत होती है। इससे बचने के लिए कुछ बातों पर गौर करें।

- अगर आपकी डेस्क जॉब है तो थोड़ी देर के बाद उठकर आस-पास टहल लें।
- बैठने के दौरान पीठ को सहारा दीजिए और जरूरत पड़ने पर पीठ के पीछे गद्दी रखें।
- बहुत देर तक झुककर बैठने से बचें। *

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

वर्कप्लेस पर रखें ध्यान

कर्मचारियों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाए बिना उनकी कार्य क्षमता बढ़ाने को एर्गोनॉमिक्स कहा जाता है। ऑफिस में एर्गोनॉमिक्स का पालन करने से स्वस्थ रीढ़ से संबंधित उपायों को सुनिश्चित करने में काफी मदद मिलती है। जैसे-

- कंप्यूटर व लैपटॉप आदि गैजेट्स का संचालन ऐसी खास कुर्सियों पर बैठकर करना, जो आपकी रीढ़ को पर्याप्त सपोर्ट करती हों।
- कार्य के दौरान कुछ समय के लिए 'ब्रेक' लेने के लिए एक ऐसे कक्ष की व्यवस्था करना, जिसमें आप गर्दन और कमर से संबंधित स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज कर सकें।
- कंप्यूटर पर कार्य करने की ऐसी विधि अपनाना, जिससे रीढ़ की हड्डी पर प्रतिकूल प्रभाव न पड़े।

फिटनेस

अंजू जैन

एक्सरसाइज का नया ट्रेंड हायरॉक्स वर्कआउट



हायरॉक्स वर्कआउट, ग्लोबल फिटनेस का सबसे तेजी से उभरता हुआ खेल और एक्सरसाइज ट्रेंड है। यह एक ऐसा स्टैंडर्ड फॉर्मेट है, जो दौड़ने और फंक्शनल स्ट्रेंथ ट्रेनिंग को एक साथ परफॉर्म करने का मौका देता है।

क्या है हायरॉक्स: यह एक इनडोर फिटनेस रेस है। इसका एक निश्चित प्रारूप होता है। इस रेस में भाग लेने वाले एथलीट को कुल 8 किलोमीटर की दौड़ लगानी होती है और 8 अलग-अलग फंक्शनल वर्कआउट स्टेशनों को पूरा करना होता है। रेस की शुरुआत 1 किलोमीटर की दौड़ से होती है, जिसके तुरंत बाद पहला वर्कआउट स्टेशन आता है। इसके 8 चैलेंजिंग वर्कआउट स्टेशनों में पहला स्टेशन स्कीएर्ग है। इसमें स्कीइंग मशीन पर 1,000 मीटर की दूरी पूरी करनी होती है, जो ऊपरी शरीर और कोर को टार्गेट करती है। स्टेशन 2 स्लेड पुश है। इसमें एक भारी स्लेज को 50 मीटर तक पैर की ताकत से धकेलना होता है। स्टेशन 3 स्लेड पुल होता है। 50 मीटर तक भारी स्लेज को रस्सी के सहारे अपनी तरफ खींचना होता है। स्टेशन 4 बरपी ब्रॉड जंप्स होता है। इसमें बर्पी करने के बाद आगे की तरफ लंबी छलांग लगानी होती है, जिसे 80 मीटर तक पूरा करना होता है। स्टेशन 5 में रोइंग मशीन पर 1,000 मीटर की दूरी तय करनी होती है, जो पूरे शरीर का कार्डियो टेस्ट है। स्टेशन 6 फॉर्मर्स कैरी है। इसमें दोनों हाथों में भारी केटलबेल या डंबल उठाकर 200 मीटर तक चलना होता है। स्टेशन 7 सैंडबैग लॉन्जेज होता है। इसमें पीठ पर भारी सैंडबैग (रेत की बोरी) रखकर 100 मीटर तक लंज वॉक करनी होती है। स्टेशन 8 वॉल्स बॉल्स में एक भारी मेडिसिन बॉल को स्क्वैट करते हुए दीवार पर बने निश्चित निशान पर 100 बार फेंकना होता है।

बढ़ रही पॉपुलैरिटी: पश्चिमी देशों के साथ ही एशियाई बाजारों में भारत इस समय हायरॉक्स के लिए सबसे तेजी से बढ़ता हुआ केंद्र बनकर उभरा है। साल 2025-2026 के दौरान मुंबई और बेंगलुरु जैसे महानगरों में आयोजित इसके इवेंट्स में प्रतिभागियों की संख्या में 5 गुना से अधिक की वृद्धि देखी गई। इससे साबित होता है कि भारतीय फिटनेस संस्कृति में लोग अब केवल 'दिखने के लिए' बॉडी बिल्डिंग करने के बजाय, व्यावहारिक शारीरिक क्षमता को अपना नया स्टेटस सिंबल मान रहे हैं। *

अवेयरनेस

संध्या सिंह

रोड एक्सीडेंट, फायर एक्सीडेंट या अन्य हादसों की वजह से लाखों लोग हर साल ट्रॉमा सेंटर पहुंचते हैं। इमरजेंसी में लाइफ सेव करने में इनका बड़ा रोल होता है। विश्व ट्रॉमा दिवस, 17 अक्टूबर के अवसर पर जानिए, इनकी इंपॉर्टेंस के बारे में।

एक्सीडेंट-इमरजेंसी में लाइफ सेवर ट्रॉमा सेंटर



सड़क खाली थी। ट्रैफिक सामान्य था। फोन स्क्रीन पर सिर्फ एक नोटिफिकेशन चमका। ड्राइवर ने सोचा बस एक सेकेंड में देख लेता हूं। उसका अंगूठा स्क्रीन तक पहुंचा। पलभर को नजर सामने से हटी। ठीक उसी समय सामने चल रही गाड़ी ने अचानक ब्रेक लगाया। ब्रेक पेडल दबाने और उससे पहले जरूरी फैसला लेने के बीच जो कुछ सेकेंड का फासला रहा, बस उन्हीं पलों में ड्राइवर की जिंदगी की दिशा बदल गई। एक घंटे बाद जब उसे होश आया, वह ट्रॉमा सेंटर में था।

जरा भी लापरवाही होती है खतरनाक: सड़क हादसे अकसर किसी बहुत बड़ी गलती से नहीं होते, कई बार इनकी वजह बस एक सेकेंड को सामने से ध्यान हटना भर होता है। कभी बज रहे मोबाइल फोन को उठा लेने की वजह से, कभी एक मैसेज पढ़ लेने के लालच से या कभी सोशल मीडिया के किसी नोटिफिकेशन को देखने की उत्सुकता के चलते, बड़ा से बड़ा एक्सीडेंट हो जाता है। ऐसे में समस्या मोबाइल के महज हाथ में लेने भर की नहीं है, असली समस्या उस क्षण हमारा ध्यान सड़क से हट जाना है। क्योंकि आज मोबाइल हमारी जेब में रखा महज एक उपकरण भर नहीं है। यह हमारी लगातार चलती-फिरती दुनिया का नियंत्रण केंद्र है। सड़क पर वाहन चलाते समय इस दुनिया की तरफ ध्यान देने भर की कोशिश कई बार जानलेवा होती है।

क्या है ट्रॉमा सेंटर: केंद्र सरकार की योजना नेशनल प्रोग्राम फॉर प्रिवेंशन एंड मैनेजमेंट ऑफ ट्रॉमा एंड बर्न इंजरीज (एनपीपीएमटी एंड बीआई) के तहत दिसंबर 2024 में देश में 163 ट्रॉमा सेंटर चल रहे थे, जबकि 2026 के अंत तक इन्हें बढ़ाकर 196 किए जाने का लक्ष्य है। ट्रॉमा सेंटर कोई अलग अस्पताल नहीं होता, इसकी स्थापना के पीछे मूल अवधारणा यह है, 'घायल व्यक्ति को शुरुआत से लेकर ऑपरेशन, विशेषज्ञ उपचार और रिहैबिलिटेशन' तक एक संगठित और लगातार चलने वाली ट्रॉमा केयर उपलब्ध कराना।

लाखों लोगों की बचती है जान: साल 2019-20 में हेल्थ मैनेजमेंट इंफॉर्मेशन सिस्टम (एचएमआईएस) के आंकड़ों के मुताबिक लगभग 97.9 लाख लोगों का ट्रॉमा रजिस्ट्रेशन हुआ था। हालांकि यह सभी ट्रॉमा सेंटरों के मरीज नहीं बल्कि रिपोर्ट किए गए मामले थे। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि हर साल कितने बड़े पैमाने पर दुर्घटनाओं के शिकार लोग ट्रॉमा सेंटर पहुंचते हैं। आल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज (एआईआईएमएस) के जयप्रकाश नारायण एपेक्स ट्रॉमा सेंटर में 1,70,576 लोग ओपीडी पहुंचे थे, जिनमें 7,379 लोगों को एडमिट किया गया था और इनमें से 7,535 सर्जरी हुई थी। देश में साल 2023 में 4,80,583 सड़क दुर्घटनाएं दर्ज हुई थीं, जिनमें 4,62,825 लोग घायल हुए थे, जबकि 1,72,890 लोगों की मृत्यु हो गई थी। ट्रॉमा का मतलब केवल सड़क दुर्घटनाओं के शिकार लोगों को मेडिकल सुविधाएं उपलब्ध कराना भर नहीं होता है। कार्यस्थलों में होने वाली दुर्घटनाओं, आग के शिकार लोगों तथा हिंसा आदि में शिकार लोगों को तुरंत इलाज उपलब्ध कराना भी इसें शामिल है।

रोड एक्सीडेंट है बड़ी वजह: स्वास्थ्य मंत्रालय की मानें तो देश में हर साल 10 फीसदी से ज्यादा मौतें लोगों के दुर्घटनाओं में शिकार होने से होती हैं। इनमें सबसे ज्यादा होने वाली सड़क दुर्घटनाएं हैं। सिर्फ फोन के कारण ही सड़क दुर्घटनाएं नहीं होती हैं, सड़क पर गाड़ी चलाते समय अचानक कुछ ही सेकेंडों के लिए ही सही ड्राइवर को नींद आ जाना, अचानक आगे चल रही गाड़ी का रुक जाना या गलत दिशा में मुड़ जाना आदि सड़क दुर्घटनाओं के अनेक कारण होते हैं। हमें यह समझना होगा कि कोई भी सूचना जिंदगी से ज्यादा कीमती नहीं होती। इसलिए गाड़ी चलाते समय कभी भी एक सेकेंड के आत्मविश्वास में मैसेज नहीं देखना चाहिए या फोन नहीं सुनना चाहिए। *

हेल्थ सजेशन

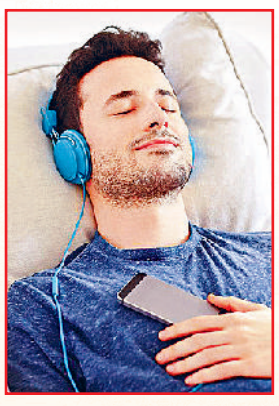
शिखर चंद जैन

स्वस्थ जीवन के लिए अच्छा खान-पान, साफ-सफाई आदि तो जरूरी है ही, हमारे दैनिक जीवन में कुछ आदतों में सुधार और दिनचर्या में कुछ आदतों को शुमार करना भी जरूरी है। इनके बारे में यहां बता रहे हैं।

स्वस्थ रहने के आसान सूत्र

अगर आप अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में कुछ आदतों को शामिल कर लें तो इसका असर आपकी हेल्थ पर पड़ेगा।

नाक से सांस लेना: कई लोगों को देखा जाता है कि वे अकसर मुंह से सांस लेते हैं या डीप ब्रीदिंग न करके उथली व छिछली ब्रीदिंग करते हैं। यह गलत है। सांस हमेशा नाक से लें और गहरी सांस लें। नाक के अंदर 'नाइट्रिक ऑक्साइड' गैस बनती है। जब हम नाक से सांस लेते हैं, तो यह गैस फेफड़ों में जाती है, जिससे रक्त वाहिकाएं चौड़ी हो जाती हैं और शरीर 18 प्रतिशत अधिक ऑक्सीजन सोख पाता है। जागते समय दिन भर और सोते समय भी सचेत रहें कि आपका मुंह बंद रहे। अगर सोते समय मुंह खुलता है, तो 'माउथ टेपिंग' (विशेष टेप) का उपयोग आजकल एक रिसर्च आधारित ट्रेंड है। दिन भर आप नाक से सांस ले रहे हैं या नहीं इसके लिए शुरू में ब्रीदिंग चेक करें। हर 1-2 घंटे में एक रिमाइंडर सेट करें (या फोन पर वॉलपेपर लगाएं) यह चेक करने के लिए कि आपका मुंह बंद है और आप नाक से गहरी सांस ले रहे हैं। अगर डेस्क जॉब है, तो हर बार पानी पीते समय 2 मिनट अपनी नाक से होने वाली सांस पर ध्यान दें। इस तरह धीरे-धीरे आपकी आदत ठीक हो जाएगी।





ग्राउंडिंग या अर्थिंग: विज्ञान कहता है कि पृथ्वी की सतह में 'मुक्त इलेक्ट्रॉन' का भंडार होता है। जब हमारी त्वचा सीधे मिट्टी या घास के संपर्क में आती है, तो ये इलेक्ट्रॉन शरीर में प्रवेश कर एंटी-ऑक्सीडेंट की तरह काम करते हैं। शोध बताते हैं कि यह शरीर की सूजन को कम करता है और नींद की गुणवत्ता सुधारता है। इसके लिए रोज सुबह 10-15 मिनट नंगे पैर घास, गीली मिट्टी या रेत पर चलें। कंक्रीट या टाइल्स पर यह काम नहीं करता। जमीन पर लेटना, नदी, तालाब, झील में पैर डाल कर बैठना भी फायदेमंद है। गठिया में इससे फायदा होता है।

सर्केडियन ईटिंग: हमारे शरीर के हर अंग की अपनी एक घड़ी होती है। पाचन तंत्र सूर्योदय के समय सबसे सक्रिय और सूर्यास्त के बाद धीमा हो जाता है। रात को देर से खाने से शरीर भोजन को पचाने में ऊर्जा लगाता है, जिससे 'सेलुलर रिपेयर' (कोशिकाओं की मरम्मत) का काम रुक जाता है। इसके लिए 'सनराइज टू सनसेट' नियम अपनाएं। कोशिश करें कि रात का आखिरी भोजन सूर्यास्त के 2-3 घंटे के भीतर या रात 8 बजे से पहले हो जाए। रात को सोने से कम से कम 2-3 घंटे पहले कुछ न खाएं। अगर भूख लगे, तो सिर्फ हर्बल टी या पानी लें। इससे सोते समय आपका शरीर 'पाचन' के बजाय 'रिपेयरिंग' (मरम्मत) पर ध्यान दे पाएगा।



योग निद्रा: स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी के शोध के अनुसार, योग निद्रा दिमाग को 'थीटा' और 'डेल्टा' ब्रेन वेव अवस्था में ले जाता है। यह गहरी नींद के बिना भी नर्वस सिस्टम को शांत करता है और मस्तिष्क की न्यूरोप्लास्टिसिटी को बढ़ाता है। इसके अभ्यास के लिए दिन में जब भी थकान महसूस हो, 15-20 मिनट के लिए लेट जाएं और किसी गाइडेड 'योग निद्रा' ऑडियो को सुनें। यह 2 घंटे की नींद जितनी ताजगी दे सकता है। दिनचर्या में जब सुस्ती महसूस हो, तो 20 मिनट आंखें बंद करके लेट जाएं। *

(डाइटिशियन पिंकी गोयल, लाइफ स्टाइल कोच हरिराम अग्रवाल से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

पीर बाबा लखदाता का सालाना मेला 15 व 16 को

रतिया। गांव कलौठा में पीर बाबा लखदाता जी दरगाह में सालाना मेला 15 व 16 अक्टूबर 2026 को श्रद्धा और उत्साह के साथ आयोजित किया जाएगा। मेले का आयोजन पीरखाना गांव कलोठा, रतिया, जिला फतेहाबाद में किया जा रहा है। मेले को लेकर श्रद्धालुओं में उत्साह है। आयोजकों की ओर से सभी श्रद्धालुओं को मेले में पहुंचकर पीर बाबा का आशीर्वाद लेने के लिए आमंत्रित किया गया है। मेले के दौरान अटूट लंगर बरताया जाएगा, जिसमें श्रद्धालु प्रसाद ग्रहण करेंगे। मेले के पहले दिन 15 अक्टूबर, वीरवार को रक्तदान शिविर और मेडिकल जांच शिविर का आयोजन किया जाएगा।

सेवा संकल्प अभियान के तहत डिंग में विशेष कैंप आज

सिरसा। सेवा संकल्प अभियान के तहत जिले के विभिन्न क्षेत्रों में सेवा सेतु अभियान जन कल्याण कैंपों का आयोजन किया जा रहा है। अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने बताया कि कार्यक्रम के तहत 15 को खंड नाथूसरी चौपटा के गांव डिंग में सेवा सेतु अभियान कैंप लगाया जाएगा। इन कैंपों में विभिन्न विभागों द्वारा जनकल्याणकारी योजनाओं के स्टॉल लगाकर आमजन को योजनाओं की जानकारी दी जाएगी। सेवा सेतु कैंपों में लाडो लक्ष्मी योजना, पेंशन, लोन सहित विभिन्न सरकारी योजनाओं से संबंधित जानकारी और सहायता उपलब्ध कराई जाएगी।

जिले की मंडियों में हुई 15013 एमटी खरीद

सिरसा। जिला की विभिन्न मंडियों में खरीद एजेंसियों द्वारा न्यूनतम समर्थन मूल्य पर 15013 मीट्रिक टन धान की खरीद की जा चुकी है। कुल आवक में से खाद्य एवं आपूर्ति विभाग द्वारा 6731 एमटी, हैफेड द्वारा 6394 एमटी तथा हरियाणा स्टेट वेयरहाउसिंग कारपोरेशन द्वारा 1888 एमटी खरीद की गई है। इसके साथ-साथ उठान प्रक्रिया भी तेजी से जारी है।जिला खाद्य एवं आपूर्ति नियंत्रक हरवीर सिंह ने बताया कि डबवाली अनाजमंडी में 2504 एमटी, देसूजोधा मंडी में 990 एमटी, ऐलनाबाद मंडी में 900 एमटी, कालांवाली में 1981 एमटी, रानियां में 1157 एमटी, रोड़ी मंडी में 1444 एमटी धान की खरीद दर्ज की गई, साथ ही जिला की अन्य मंडियों में भी धान की आवक जारी है।

मेगा हेल्थ कैंप 18 को आईक्यू में

फतेहाबाद। कैंप आल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी की मेडिकल विंग द्वारा मॉडल टाउन स्थित हरियाणा सरकार के पैनल पर रजिस्टर्ड आईक्यू पूनम आंखों का अस्पताल के प्रांगण में 18 अक्टूबर रविवार को एक विशाल निशुल्क मेगा स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया जा रहा है। कैंप के दौरान क्षेत्रवासियों के लिए आंखों, दांतों और हड्डियों की जांच के साथ-साथ अनेक प्रकार की दवाइयां और टेस्ट पूरी तरह निःशुल्क उपलब्ध रहेंगे। शिविर का समय प्रातः 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक रहेगा।

डोडा पोस्त व 4 किलो गांजे के साथ तस्कर पकड़ा

फतेहाबाद। गांव नागपुर में एंटी नारकोटिक सेल फतेहाबाद ने एक युवक को 7 किलोग्राम कचरा डोडा पोस्त और 4 किलोग्राम गांजा सहित रंगे हाथों दबोचा है। पकड़े गए आरोपी की पहचान छिन्द्रपाल सिंह उर्फ छिन्द्र पुत्र जगराम निवासी गांव नागपुर के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर लिया है। एंटी नारकोटिक सेल फतेहाबाद के प्रभारी उप निरीक्षक वेदपाल ने बताया कि एएसआई भूपेन्द्र सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम नशीले पदार्थों की रोकथाम के लिए नागपुर बस अड्डे के पास फतेहाबाद रोड पर गश्त कर रही थी। इसी दौरान टीम को सूचना मिली कि गांव नागपुर का एक युवक नशीले पदार्थों की तस्करी में संलिप्त है और वह नागपुर से हांसपुर रोड पर स्थित सर्विस स्टेशनश के नजदीक दो प्लास्टिक के कट्टों में भारी मात्रा में गांजा व डोडा पोस्त लेकर खड़ा है।

गांव-गांव जाकर संदिग्ध लोगों की जांच शुरू

नशे पर अंकुश लगाने के लिए प्रशासन अलर्ट, 17 घरों में चला सर्च अभियान

डॉग स्कवाड की भी ली मदद

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

पुलिस प्रशासन ने गांव-गांव जाकर संदिग्ध लोगों की जांच शुरू कर दी है ताकि नशे पर पूरी तरह से अंकुश लग सके। इसी कड़ी में बुधवार को डिंग थाना पुलिस ने गांव डिंग और भावदीन में नशे की गतिविधियों में संलिप्त लोगों के घरों पर सर्च अभियान चलाया। थाना प्रभारी सब इंस्पेक्टर जसवंत सिंह की अगुवाई में पुलिस टीम ने सुबह 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक करीब 17 घरों में तलाशी ली। इस दौरान डॉग स्कवाड की भी मदद ली गई। डॉग स्कवायड से घरों और आसपास के क्षेत्रों में पुलिस प्रशासन की खूब मदद की। डिंग थाना प्रभारी जसवंत सिंह ने बताया कि पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण के निर्देश पर जिले में नशे के खिलाफ विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसका मकसद नशे का कारोबार करने वालों पर शिकंजा कसना और नशे की गतिविधियों पर प्रभावी ढंग से रोक लगाना है। पुलिस की ओर से ऐसे लोगों की गतिविधियों पर नजर रखी जा रही है, जिनके नशे के कारोबार में शामिल होने की आशंका है। थाना प्रभारी ने बताया कि सर्च अभियान के दौरान लोगों को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक भी किया गया।



सिरसा। नशे की गतिविधियों में संलिप्त लोगों के घरों पर सर्च अभियान के तहत तलाशी लेते हुए पुलिस।

अपील : कोई नशा बेचते दिखे तो करें सूचित

आमजन से अपील की गई कि उनके आसपास कोई व्यक्ति नशे का कारोबार करता है तो बिना किसी डर के पुलिस को सूचना दें। सूचना के आधार पर ऐसे लोगों के खिलाफ नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने कहा कि यदि कोई युवा नशे की गिरफ्त में आ गया है तो उसे धिक्कारने के बजाय नशा छोडने के लिए प्रेरित करें। ऐसे युवाओं की जानकारी पुलिस को दें, ताकि स्थानीय प्रशासन के सहयोग से उनके इलाज और पुनर्वास की व्यवस्था कर उन्हें समाज की मुख्यधारा से जोड़ा जा सके। पुलिस ने लोगों से नशामुक्त समाज बनाने में सहयोग देने की अपील की।

दर्शकों को दिलाई नशे से दूर रहने की शपथ

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

रामलीला के मंच से अब मनोरंजन के साथ-साथ सामाजिक बुराइयों के खिलाफ भी लोगों को जागरूक किया जा रहा है। इसी कड़ी में विष्णु क्लब चैरिटेबल ट्रस्ट के रामलीला ग्राउंड में पहुंचे शहर थाना प्रभारी इंस्पेक्टर संतोष सिंह ने रात्रि में रामलीला देखने आए लोगों को नशे के दुष्प्रभावों और साइबर अपराधों से बचाव के प्रति जागरूक किया। इस दौरान उपस्थित लोगों को नशे से दूर रहने की शपथ भी दिलाई गई। शहर थाना प्रभारी संतोष सिंह ने कहा कि नशा आज समाज के सामने बड़ी चुनौती है। युवाओं को नशे से बचाने के लिए पुलिस के साथ-साथ परिवार और समाज के प्रत्येक व्यक्ति को अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। उन्होंने लोगों से अपील की कि वे अपने आसपास के युवाओं को नशे से दूर रहने के लिए प्रेरित करें और उन्हें खेलों तथा सकारात्मक गतिविधियों से जोड़ें। नशे के अवैध कारोबार की जानकारी मिलने पर बिना किसी देरी के पुलिस को सूचित करें, ताकि ऐसे लोगों के खिलाफ कार्रवाई की जा सके। कार्यक्रम के दौरान इंस्पेक्टर संतोष सिंह ने साइबर अपराधों के बढ़ते मामलों पर भी लोगों को सचेत किया।



सिरसा। सिटी एसएचओ रामलीला मंच से दर्शकों को नशे के प्रति जागरूक करते हुए।



फतेहाबाद। पत्रकारों से बातचीत करते राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष बजरंग गर्ग।

पाठ्यक्रम में महाराजा अग्रसेन की जीवनी लागू करे सरकार : गर्ग

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

अग्रोहा धाम वैश्य समाज के राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष एवं हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग ने फतेहाबाद में वैश्य समाज के प्रतिनिधियों की मीटिंग ली। इसके उपरांत पत्रकारों से बातचीत करते हुए उन्होंने केंद्र सरकार से मांग की कि समाजवाद, समानता, आपसी भाईचारे और जनकल्याण का संदेश देने वाले महान पुरुष महाराजा अग्रसेन जी की जयंती पर राष्ट्रीय पर्व घोषित किया जाए। इसके साथ ही महाराजा अग्रसेन जी की जीवनी को सीबीएसई बोर्ड के स्कूलों के पाठ्यक्रम में शामिल किया जाए, ताकि देश की युवा पीढ़ी उनके जीवन, विचारों और आदर्शों से प्रेरणा लेकर राष्ट्र निर्माण एवं देश की तरक्की में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे सके। बजरंग गर्ग ने कहा कि महाराजा अग्रसेन जी केवल वैश्य समाज के ही नहीं, बल्कि पूरे देश के लिए प्रेरणास्रोत हैं। उन्होंने अपने जीवन में समानता, सहयोग, सामाजिक समरसता और जनकल्याण को सर्वोच्च प्राथमिकता दी। महाराजा अग्रसेन जी की विचारधारा समाज के हर वर्ग को साथ लेकर चलने की प्रेरणा देती है। उनके आदर्श आज भी उतने ही प्रासंगिक हैं, जितने सदियों पहले थे।

जनकल्याणकारी नीतियों के बारे में जानने का मिलेगा अवसर

बजरंग गर्ग ने कहा कि आज देश में बच्चों को शिक्षा के माध्यम से संस्कारवान, जिम्मेदार और राष्ट्र के प्रति समर्पित नागरिक बनाने की आवश्यकता है। यदि महाराजा अग्रसेन जी की जीवनी को सीबीएसई सहित अन्य शिक्षा बोर्डों के पाठ्यक्रम में शामिल किया जाता है, तो विद्यार्थियों को उनके संघर्ष, दूरदर्शी सोच, सामाजिक सेवा और जनकल्याणकारी नीतियों के बारे में जानने का अवसर मिलेगा। इस अवसर पर अग्रोहा धाम जिला प्रधान सुरेंद्र मित्तल, सचिव श्याम सुंदर बंसल, संजय जैन, अमित गर्ग, नरेश बंसल, दिनेश बंसल, सुशील बंसल, मनोज गर्ग, प्रयास गर्ग, रिंकू गर्ग सहित अनेक प्रतिनिधियों ने अपने विचार रखें।

आठवें वेतन आयोग में न्याय की मांग, 12 दिसंबर को दिल्ली पहुंचेंगे सैकड़ों पेंशनर्स

■ 3 दिसंबर को राज्य व केंद्र के रिटायर्ड कर्मचारियों की संयुक्त कन्वेंशन होगी

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

आठवें वेतन आयोग में न्याय की मांग व अन्य समस्याओं को लेकर रिटायर्ड कर्मचारी संघ की बैठक हुई। बैठक में निर्णय लिया गया कि आठवें वेतन आयोग का लाभ सभी सेवानिवृत्त कर्मचारियों पर लागू करने की मांग को लेकर 12 दिसंबर को दिल्ली के ऐतिहासिक रामलीला मैदान में होने वाली राष्ट्रव्यापी महारैली में फतेहाबाद जिले से सैकड़ों रिटायर्ड कर्मचारी भाग लेंगे। संघ के जिला प्रधान भोला सिंह, कोषाध्यक्ष रघुनाथ मेहता और जिला सचिव बेगराज ने बताया कि दिल्ली महारैली के ठीक अगले दिन, 13 दिसंबर को राज्य व केंद्र के रिटायर्ड कर्मचारियों की संयुक्त कन्वेंशन भी आयोजित की जाएगी। इसके अलावा, राज्य स्तर की समस्याओं के समाधान हेतु 22 और 23 अक्टूबर को पेंशनर्स का एक प्रतिनिधिमंडल चंडीगढ़ में राज्य के वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारियों से मुलाकात कर ज्ञापन सौंपेगा।

पहले भी सभी जिला मुख्यालयों पर डाला था पड़ाव



जिला सचिव बेगराज ने कहा कि देश भर के हजारों-हजार पेंशनर्स ने गत 29 व 30 सितंबर को देश के सभी जिला मुख्यालयों पर 24 घंटे का पड़ाव डालकर केंद्र सरकार को चेताया था। उसी कड़ी को आगे बढ़ाते हुए अब दिल्ली के रामलीला मैदान में देशव्यापी आंदोलन का बिगुल बजाया जा रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि केंद्र सरकार द्वारा 31 दिसंबर 2025 से पहले और उसके बाद सेवानिवृत्त होने वाले कर्मचारियों के बीच भेदभाव किया जा रहा है। इसके अलावा, वित्त विधेयक 2025 के माध्यम से वरिष्ठ नागरिकों के प्रति अपनाए जा रहे नकारात्मक रवैये और भविष्य में वेतन आयोग के लाभों से वंचित किए जाने की आशंका से कर्मचारियों में भारी आक्रोश है।

इन्द्र कुमार गावड़ी बने हरियाणा प्रदेश संयोजक

फतेहाबाद। आल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के नवनियुक्त हरियाणा प्रदेश संयोजक इन्द्र कुमार गावड़ी ने अपनी इस नई जिम्मेदारी पर संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा और प्रदेश अध्यक्ष ओम प्रकाश चुघ सहित शीर्ष नेतृत्व का आभार व्यक्त किया है। हाल ही में फतेहाबाद में आयोजित परिवार सम्मान समारोह के दौरान समाज हित में उत्कृष्ट सेवाओं और सक्रिय योगदान को देखते हुए इन्द्र कुमार गावड़ी को हरियाणा प्रदेश संयोजक के पद से नवाजा गया था। अपनी नियुक्ति पर खुशी जाहिर करते हुए नवनियुक्त प्रदेश संयोजक इन्द्र कुमार गावड़ी ने कहा, संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा और प्रदेश अध्यक्ष ओम प्रकाश चुघ ने उन पर जो अटूट विश्वास और भरोसा जताया है, उसके लिए वह उनका तहे दिल से आभारी हैं।



कुम्हारिया के सती दादी मंदिर में लगा वार्षिक मेला, श्रद्धालुओं ने मांगी मन्नतें

हरिभूमि न्यूज ⏭ चौपटा

गांव कुम्हारिया के सती दादी मंदिर में आयोजित वार्षिक मेले में बुधवार को शुक्ल पक्ष की चतुर्थी को हजारों श्रद्धालुओं ने सती दादी की प्रतिमा के समक्ष पूजा अर्चना कर प्रसाद चढाया व मन्नत मांगी। हरियाणा-राजस्थान सीमा स्थित गांव कुम्हारिया में सती दादी मंदिर परिसर में विशाल मेला व सती दादी सेवा समिति कुम्हारिया के तत्वावधान में भजन कीर्तन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। श्रद्धालुओं ने मंदिर में प्रसाद के रूप में दूध, घी, पतासे, नमक, झाड़ू, चुनरी व चूड़ियां आदि चढाकर घर में सुख समृद्धि की कामना की। मंदिर परिसर में लगी स्टालों पर महिलाओं ने मनिहारी का सामान व बर्तनों कि खरीददारी की तथा बच्चों ने खिलौने खरीदे। मंदिर में हवन-यज्ञ व भंडारे का आयोजन किया गया जिसमें हजारों श्रद्धालुओं को प्रसाद ग्रहण किया। जागरण में सबसे पहले सतीदादी की प्रतिमा के समक्ष दीप जलाया गया। भजन गायक विक्रम ग्रोवर, रितु राठौड़ ने भजनों के माध्यम से सती दादी की महिमा का गुणगान किया। जागरण के दौरान भगवान शिव पार्वती, राधा कृष्ण, हनुमानजी पर झांकी निकाली गई।



सिरसा। कुम्हारिया के सतीदादी मंदिर में दर्शन करते श्रद्धालुजन।

यातायात प्रश्नोत्तरी में 14431 विद्यार्थियों ने लिया भाग

पुलिस अधीक्षक ने परीक्षा केंद्र पर पहुंचकर लिया जायजा

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

बच्चों को छोटी उम्र से ही यातायात नियमों की जानकारी देने और सडक़ सुरक्षा के प्रति जागरूक बनाने के लिए जिला पुलिस की ओर से चलाए जा रहे प्रयासों के तहत बुधवार को ब्लॉक स्तरीय यातायात प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई। इस परीक्षा में जिले के 14,431 स्कूली विद्यार्थियों ने उत्साह के साथ भाग लिया। परीक्षा को लेकर बच्चों में खासा जोश देखने को मिला। जिले में सिरसा, ऐलनाबाद, रानियां, नाथूसरी चौपटा और बड़ागुढ़ा में पांच परीक्षा केंद्र बनाए गए थे। अब इस प्रतियोगिता के बाद जिला स्तर पर परीक्षा आयोजित करवाई जाएगी। परीक्षा के दौरान पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण स्वयं बेगू रोड स्थित राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पहुंचे और परीक्षा केंद्र का निरीक्षण किया। उन्होंने वहां मौजूद विद्यार्थियों से बातचीत कर उनका उत्साह बढ़ाया। एसपी ने कहा कि बचपन में सीखी गई अच्छी आदतें पूरी जिंदगी काम आती हैं।



सिरसा। एसपी परीक्षा केंद्र का निरीक्षण करते हुए।

लापरवाही पड़ सकती है भारी

एसपी दीपक सहारण ने कहा कि दोपहिया वाहन चलाते समय हेलमेट पहनना, कार में सीट बेल्ट लगाना, निर्धारित गति सीमा में वाहन चलाना और यातायात संकेतों का पालन करना बेहद जरूरी है। सडक पार करते समय भी पूरी सावधानी बरतनी चाहिए। कई बार छोटी सी लापरवाही बड़े हादसे का कारण बन जाती है। ऐसे में बच्चों को खुद नियमों का पालन करने के साथ अपने परिवार के सदस्यों और आसपास के लोगों को भी जागरूक करना चाहिए।

युवक से मारपीट और बंधक बनाने के दो आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव बड़ोपल में मारपीट, बंधक बनाने और जान से मारने की धमकी देने के मामले में थाना सदर पुलिस ने दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान मुकेश पुत्र साहबराम और रोहताश पुत्र सोहनलाल निवासी बड़ोपल के रूप में हुई है। पुलिस ने उनके कब्जे से वारदात में प्रयुक्त मोबाइल फोन और डंडा बरामद किया है।थाना प्रभारी सुमित कुमार ने बताया कि अमरजीत ने शिकायत दी थी कि 25 सितंबर को वह चिंदड़ रोड स्थित शराब ठेके के पास मुकेश के साथ बैठा था। मुकेश उसका मोबाइल लेकर घर चला गया। मोबाइल लेने पहुंचे अमरजीत का मुकेश और रोहताश से विवाद हो गया। आरोप है कि दोनों ने उसे कमरे में बंधक बनाकर डंडे व अन्य वस्तुओं से पीटा और जान से मारने की धमकी दी।

भगवान राम व सीता माता के विवाह का दृश्य दर्शाया

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

शक्ति नाटक क्लब रतिया द्वारा बाबा बंदा सिंह बहादुर गुरुद्वारा ग्राउंड,शक्ति नगर में आयोजित ऐतिहासिक रामलीला के चौथे दिन भगवान राम और सीता माता के विवाह की दृश्य को दिखाया गया। परशुराम और लक्ष्मण के बीच हुई बहस के संवाद की दर्शकों ने खूब सराहना की। रामलीला के चौथे दिन सीता सीता स्वयंवर के दौरान मुख्य अतिथि के तहत काली माता मंदिर कमेटी के प्रधान श्यामलाल बंसल, पंजाबी सभा के पूर्व प्रधान नवनीत मेहता, लायंस क्लब रतिया टाउन के अध्यक्ष कपीश गुप्ता, प्रसिद्ध बाल विशेषज्ञ डॉक्टर रमेश गुप्ता ने शिरकत की व अध्यक्षता शक्ति नाटक क्लब के प्रधान राजेश सेतिया द्वारा की गई। मंगलवार रात्रि को सीता स्वयंवर में दिखाया गया किमिथिला नगरी में राजा जनक के महल को भव्य रूप से सजाया जाता है। नगर के रास्तों पर सजावट, महल में फूलों की मालाएँ, दीपक और रंग-बिरंगी रोशनी दिखाई जाती है। दूर-दूर से राजा, महाराजा और वीर योद्धा माता सीता के स्वयंवर में भाग लेने के लिए पहुंचते हैं। राजा जनक अपने सिंहासन पर विराजमान होते हैं।

दिव्यांगजनों को मिली मोटराइज्ड ट्राइसाइकिल

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

सेवा संकल्प अभियान के तहत जिला रेडक्रॉस सोसायटी द्वारा दिव्यांगजनों को मोटराइज्ड ट्राइसाइकिल उपलब्ध करवाई गई। यह मोटराइज्ड ट्राइसाइकिल प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्र, बठिंडा के माध्यम से लाभार्थियों को दिलवाई गई है। जिला रेडक्रॉस सोसाइटी के सहायक सचिव गुरमीत सिंह सैनी ने बताया कि सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत जिला में लगाए जा रहे शिविरों में इन दिव्यांगजनों ने ट्राइसाइकिल की मांग की थी, जिस अनुरूप उन्हें ये दिलवाई गई है। इसी कड़ी में गांव पन्नीवाला मोटा निवासी विनोद कुमार तथा प्रेम नगर, सिरसा निवासी राजीव कुमार को मोटराइज्ड ट्राइसाइकिल उपलब्ध करवाई गई है। उन्होंने कहा कि जरूरतमंद दिव्यांगजनों को विभिन्न प्रकार की सहायता एवं सुविधाएं उपलब्ध करवाने के लिए निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। जिला रेडक्रॉस सोसयटी द्वारा जरूरतमंद लोगों तक सरकार की कल्याणकारी योजनाओं एवं सहायता सुविधाओं का लाभ पहुंचाने के लिए निरंतर कार्य किया जा रहा है।



श्री योग धाम टोहाना में जन्मोत्सव कार्यक्रम में सांसद ने की शिरकत

संतों की शिक्षाएं समाज को देती हैं प्रेरणा : बराला

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने शांत सरोवर कुटिया, श्री योग धाम टोहाना में श्री श्री 1008 श्री योग शब्दानंद जी महाराज के 113वें पावन जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में आयोजित धार्मिक कार्यक्रम में शिरकत की। इस अवसर पर उन्होंने संत सुखदेवानंद जी महाराज के श्रीचरणों में नमन कर उनका आशीर्वाद प्राप्त किया तथा संत-महात्माओं के सान्निध्य को जीवन में सकारात्मक ऊर्जा और आध्यात्मिक चेतना का स्रोत बताया। सांसद सुभाष बराला ने कहा कि संतों का सान्निध्य मनुष्य के जीवन में आध्यात्मिक ऊर्जा, सदाचार, सेवा और परोपकार की भावना को मजबूत करता है। संत-महात्माओं की वाणी और उनके आदर्श हमें सत्य, धर्म, करुणा तथा मानवता के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देते हैं। उनके बताए मार्ग पर चलकर व्यक्ति न केवल अपने जीवन को सार्थक बना सकता है, बल्कि समाज के कल्याण में भी महत्वपूर्ण योगदान दे सकता है। उन्होंने कहा कि भारत की सनातन संस्कृति और आध्यात्मिक परंपराएं सदैव प्रेम, भाईचारे, सहिष्णुता और सर्वकल्याण का संदेश देती रही हैं।



फतेहाबाद। टोहाना में आयोजित कार्यक्रम का शुभारंभ करते सांसद सुभाष बराला।

सुख, समृद्धि और कल्याण की कामना

ऐसे पावन धार्मिक आयोजन हमारी सांस्कृतिक विरासत को सहेजने के साथ-साथ नई पीढ़ी को आध्यात्मिक मूल्यों और सामाजिक जिम्मेदारियों से जोड़ने का कार्य करते हैं। संत-महात्माओं के आशीर्वचन जीवन में आत्मचिंतन, संयम और सेवा भाव को अपनाने की प्रेरणा देते हैं। सांसद ने परमात्मा से प्रार्थना की कि संत-महात्माओं का आशीर्वाद समस्त मानवता पर बना रहे तथा समाज में प्रेम, सद्भाव, भाईचारे, सेवा और धर्म की भावना निरंतर मजबूत होती रहे। उन्होंने सभी के सुख, समृद्धि और कल्याण की कामना भी की। इस अवसर पर रविंद्र मेहता, रमन मड़िया, अनिल भाटिया, इश सरना, दीपांशु डावरा, रमन भाटिया, निखिल सिंगला और स्वीटी मेहता सहित अनेक गणमान्य नागरिक एवं श्रद्धालु उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

हथियार तस्करी मामले में मुख्य आरोपी काबू

फतेहाबाद। थाना शहर रतिया पुलिस ने अवैध हथियार के मामले में संलिप्त मुख्य आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए मुख्य आरोपी की पहचान गगनदीप सिंह उर्फ गगन उर्फ नाग पुत्र रामा निवासी नथवान के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी को माननीय न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। थाना शहर रतिया के उप निरीक्षक प्रवीण कुमार ने बताया कि गत 26 सितंबर को एएसआई राजेश कुमार के नेतृत्व में पुलिस टीम गश्त पर थी।

वरिष्ठ नागरिकों के लिए फ्री मेडिकल चैकअप कैंप कल

फतेहाबाद। वरिष्ठ नागरिकों के लिए वरिष्ठ नागरिक परिषद के तत्वाधान में नागरिक अस्पताल फतेहाबाद के सीएमओ कार्यालय के सहयोग से अक्टूबर माह का निःशुल्क मेडिकल चैकअप कैम्प 16 अक्टूबर शुक्रवार को बाल भवन फतेहाबाद के हॉल में प्रातः 10 बजे से प्रधान ईश्वर देवी सेठी की अध्यक्षता में लगाया जाएगा। यह जानकारी देते हुए महासचिव सुग्रीव सिंह बिश्नोई ने बताया कि इस चैकअप कैम्प में सेवानिवृत डिप्टी सीएमओ के नेतृत्व में टीम वरिष्ठ नागरिकों की निःशुल्क जांच करेगी व दवाईयां भी वितरित की जाएगी।

जाट धर्मशाला में सम्मान समारोह 17 को

सिरसा। आगामी 17 अक्टूबर को स्थानीय जाट धर्मशाला में जाट समुदाय की ओर से सम्मान समारोह आयोजित किया जाएगा जिसमें मुख्यातिथि इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय सिंह चौटाला होंगे। इस सिलसिले में जाट धर्मशाला सभा के अध्यक्ष मोहनलाल झोरड़ ने बताया कि सुबह 11 से दोपहर 1 बजे तक जाट समुदाय की ओर से आयोजित होने वाले इस सम्मान समारोह में इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय सिंह चौटाला जाट समुदाय के दसवीं, दस जमा एक व दस जमा दो कक्षा के उन सभी मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करेंगे जिन्होंने अपनी कक्षा में परीक्षा के दौरान 92 फीसदी से अधिक अंक हासिल किए होंगे।

राज्य स्तरीय नगाड़ा प्रतियोगिता कल

सिरसा। कला एवं सांस्कृतिक कार्य विभाग, हरियाणा द्वारा 16 अक्तूबर को प्रातः 10 बजे मल्टी आर्ट सेंटर, कुरुक्षेत्र में राज्य स्तरीय नगाड़ा (बंबारी) दलों की प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। प्रतियोगिता में विजेता दलों को प्रथम, द्वितीय, तृतीय तथा 5 सांत्वना पुरस्कार प्रदान किए जाएंगे। प्रथम पुरस्कार के रूप में 75 हजार रुपए, द्वितीय पुरस्कार 65 हजार रुपए तथा तृतीय पुरस्कार 55 हजार रुपए की राशि दी जाएगी।

बाल दिवस पर 21 से 28 तक होंगी प्रतियोगिताएं

सिरसा। जिला बाल कल्याण परिषद द्वारा बाल दिवस के उपलक्ष्य में 21 से 28 अक्टूबर 2026 तक विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा। प्रतियोगिताओं के लिए 14 अक्टूबर से बच्चों का पंजीकरण शुरू हुआ। जिला बाल कल्याण अधिकारी नरेंद्र सिंह ने बताया कि प्रतियोगिताओं के लिए विद्यार्थियों को चार समूहों में विभाजित किया गया है। प्रथम में पांचवीं तक, द्वितीय में छठी से आठवीं तक, तृतीय में नौवीं और दसवीं कक्षा तथा चतुर्थ में 11वीं और 12वीं कक्षा के विद्यार्थी शामिल होंगे।

बहुदेशीय स्वास्थ्य कर्मचारी एसो. का प्रदर्शन 15-16 को

सिरसा। राज्य कमेटी की हुई मीटिंग के बाद लिए गए फैसले के तहत बहुउद्देशीय स्वास्थ्य कर्मचारी एसोसिएशन, सिरसा की ओर से एमओटीपी को पूर्णतया बंद करवाने के विरोध में 15 व 16 अक्तूबर को दो घंटे तक प्रदर्शन कर रोष का इजहार किया जाएगा। प्रदर्शन के बाद जिला उपायुक्त व सीएमओ को ज्ञापन सौंपे जाएंगे। प्रदर्शन को लेकर बुधवार को जिला प्रधान लक्ष्मी देवी के नेतृत्व में कर्मचारियों ने सिविल सर्जन सिरसा को प्रदर्शन संबंधी चेतावनी पत्र सौंपा। जिला प्रधान लक्ष्मी देवी व राजेश कुमार ने संयुक्त रूप से बताया कि स्वास्थ्य कर्मचारी विभाग की महत्वपूर्ण कड़ी हैं और स्वास्थ्य सेवाओं को आमजन तक पहुंचाने में अहम भूमिका निभाते हैं। ऐसे में कर्मचारियों से जुड़े नीतिगत फैसले लेते समय उनकी समस्याओं, कार्य परिस्थितियों और हितों को ध्यान में रखा जाना चाहिए।

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

देशभर से 21 राज्यों के 1000 से अधिक खिलाड़ी दिखाएंगे दमखम

रतिया में आज से शुरू होगी राष्ट्रीय गतका चैंपियनशिप

राष्ट्रीय महाकुंभ में देश के 21 से अधिक राज्यों से 1000 से अधिक गतका खिलाड़ी और ऑफिशियल अधिकारी भाग लेंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया



रतिया। दूसरे राज्य से आने वाले खिलाड़ियों का स्वागत करते हुए स्वर्ण सिंह। फोटो : हरिभूमि

गतका फेडरेशन ऑफ इंडिया के सहयोग से गुरु नानक डिफेंस एवं स्पोर्ट्स अकादमी, रतिया में 15 से 17 अक्टूबर तक 10वीं राष्ट्रीय सब-जूनियर एवं जूनियर गतका चैंपियनशिप का आयोजन किया जा रहा है। प्रतियोगिता को लेकर सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। गतका एसोसिएशन ऑफ हरियाणा द्वारा आयोजित इस राष्ट्रीय महाकुंभ में देश के 21 से अधिक राज्यों से 1000 से अधिक गतका खिलाड़ी और ऑफिशियल अधिकारी भाग लेंगे। राष्ट्रीय स्तर की इस प्रतियोगिता में हिस्सा लेने के लिए देश के विभिन्न कोनों से खिलाड़ियों का रतिया पहुंचना शुरू हो गया है। खिलाड़ी हवाई जहाज, रेलगाडिय़ों और बसों के माध्यम से यहां पहुंच रहे हैं। सबसे पहले तेलंगाना राज्य की गतका टीम अकादमी में पहुंची, जिसके बाद केरल, जम्मू-कश्मीर, छत्तीसगढ़ और गोवा सहित अन्य राज्यों के खिलाड़ियों का भी आगमन हो रहा है। बाहर से आने वाले खिलाड़ियों और अधिकारियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसके लिए रतिया शहर में 21 अलग-अलग स्थानों पर रात्रि ठहराव और भोजन के विशेष प्रबंध किए गए हैं। गतका फेडरेशन ऑफ इंडिया के राष्ट्रीय महासचिव बलजिंदर सिंह तूर ने गुरु नानक डिफेंस एवं स्पोर्ट्स अकादमी पहुंचकर राष्ट्रीय चैंपियनशिप की तैयारियों का बारीकी से निरीक्षण किया। उन्होंने प्रतियोगिता स्थल पर खेल मैदान, मंच और अन्य व्यवस्थाओं का जायजा लिया और आयोजन समिति के सदस्यों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

राष्ट्रीय गतका चैंपियनशिप से युवा प्रतिभाओं को मिलेगा मंच

गतका एसोसिएशन ऑफ हरियाणा के चेयरमैन स्वर्ण सिंह रतिया ने बताया कि इस तीन दिवसीय राष्ट्रीय चैंपियनशिप का मुख्य उद्देश्य भारत की प्राचीन और पारंपरिक मार्शल आर्ट गतका को बढ़ावा देना, युवा प्रतिभाओं को राष्ट्रीय मंच प्रदान करना तथा खिलाड़ियों में अनुशासन व खेल की भावना को जागृत करना है। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजनों से उभरती हुई प्रतिभाओं को अपनी कला दिखाने और एक-दूसरे के अनुभव से सीखने का बेहतरीन अवसर मिलता है। प्रतियोगिता के दौरान गतका एसोसिएशन ऑफ हरियाणा के पदाधिकारियों, अकादमी के मैनेजिंग डायरेक्टर गुरजीत सिंह, हेड कोच सुमित कुमार, प्रिंसिपल जसबीर कौर और गगनदीप सिंह मल्ली द्वारा दूसरे राज्यों से आने वाले खिलाड़ियों का पारंपरिक ढंग से स्वागत किया जा रहा है। 15 अक्टूबर से शुरू होने वाले इन मुकाबलों को लेकर खिलाड़ियों और खेल प्रेमियों में भारी उत्साह देखने को मिल रहा है।

खेलों में एमएम कॉलेज का दबदबा, सीडीएलयू कबड्डी चैंपियन, एलुमनी मनीषा ने एशियन गेम्स में जीता स्वर्ण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

एमएम कॉलेज के खिलाड़ियों ने खेलों के क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए अपनी प्रतिभा और उपलब्धियों का शानदार परिचय दिया है। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा में आयोजित इंटर कालेज कबड्डी, नेशनल स्टाइल, पुरुष प्रतियोगिता में कालेज की टीम ने प्रथम स्थान हासिल कर चैंपियन बनने का गौरव प्राप्त किया। वहीं, इससे पहले कालेज की एलुमनी मनीषा ने कबड्डी में एशियन गेम्स में स्वर्ण पदक जीतकर संस्थान का नाम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर रोशन किया है। इन दोनों उपलब्धियों से कालेज परिसर में खुशी और गर्व का माहौल है। एमएम एजुकेशन सोसायटी के चेयरमैन आत्मप्रकाश बत्रा, प्रधान राजीव बत्रा, महासचिव विनोद मेहता एडवोकेट, उपप्रधान अशोक तनेजा, कोषाध्यक्ष कैलाश बत्रा, बीएड कॉलेज उपप्रधान संजीव बत्रा, मैनेजमेंट सदस्यों तथा सीडीएलयू कुलगुरू विजय कुमार ने इस शानदार उपलब्धि पर खिलाड़ियों को बधाई दी है।



फतेहाबाद। सीडीएलयू में आयोजित इंटर कॉलेज कबड्डी, नेशनल स्टाइल टूर्नामेंट में अव्वल रही एमएम कालेज की टीम। फोटो : हरिभूमि

एमएम कॉलेज की खेलों में दोहरी उपलब्धि

प्राचार्य डॉ. गुरचरण दास ने बताया कि सीडीएलयू, सिरसा के स्पोर्ट्स काउंसिल की ओर से आयोजित इंटर कालेज कबड्डी, नेशनल स्टाइल टूर्नामेंट में एमएम कालेज की टीम ने डॉ. रामगोपाल के मार्गदर्शन व फिजिकल एजुकेशन से प्रोफेसर सागर, जितेन्द्र, मनदीप की देखरेख में भाग लिया था। कॉलेज की टीम ने शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त किया। प्राचार्य ने बताया कि कालेज के लिए गौरव की दूसरी बड़ी उपलब्धि इसकी एलुमनी मनीषा की अंतरराष्ट्रीय सफलता है। मनीषा ने कबड्डी में एशियन गेम्स में स्वर्ण पदक जीतकर यह साबित किया कि मेहनत, समर्पण और निरंतर अभ्यास के दम पर अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी उत्कृष्ट प्रदर्शन किया जा सकता है। उनकी उपलब्धि कॉलेज के वर्तमान विद्यार्थियों के लिए प्रेरणास्रोत है और यह दर्शाती है कि संस्थान से जुड़े खिलाड़ी राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय मंचों पर अपनी पहचान बना रहे हैं।

अमारा ग्रीन में गरबा नाइट आज

सिरसा। वैदवाला रोड पर विकसित किए जा रहे अमारा ग्रीन में 15 अक्टूबर शाम 6 बजे गरबा नाइट का आयोजन किया जाएगा। इस मौके पर गुजराती, पंजाबी, हरियाणवी तथा राजस्थानी सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। एक ही छत के नीचे देश की विविध संस्कृति की झलक देखने को मिलेगी। श्रीमत ब्रिज एलएलपी के निदेशक माधव जैन ने बताया कि नवरंग उत्सव के तहत गरबा नाइट का आयोजन किया जा रहा है, जिसमें प्रत्येक प्रतिभागी को गरबा स्टिक संस्थान की ओर से मुहैया करवाई जाएगी। उन्होंने बताया कि विभिन्न संस्कृति से जुड़े सांस्कृतिक कार्यक्रमों में प्रतिभागी सीधे भाग ले सकेंगे। कार्यक्रम के दौरान म्यूजिक व मस्ती का हरेक आनंद ले सकेगा। डांस ग्रुप दिल्ली के एक्सपर्ट द्वारा गरबा नृत्य की बेसिक जानकारी भी दी जाएगी और अभ्यास करवाया जाएगा। माधव जैन ने फन गेमज के विजेताओं को संस्थान की ओर से पुरस्कृत भी किया जाएगा। साथ ही फूड कूपन भी फ्री दिए जाएंगे। उन्होंने बताया कि इस सांस्कृतिक कार्यक्रम की व्यापक तैयारियां की जा चुकी है। यहां वर्णनीय है कि वैदवाला रोड पर करीब 58 एकड़ में अमारा ग्रीन विकसित की जा रही है, जिसमें करीब 23 प्रतिशत में रिहायशी कॉलोनी होगी, जिसमें 358 रिहायशी प्लॉट है। कॉलोनी में करीब 40 प्रतिशत में औद्योगिक क्षेत्र बनाया जाएगा, जिसमें 146 इंडस्ट्रियल प्लॉट रखे गए हैं। दो प्रतिशत कमर्शियल एरिया होगा और शेष ग्रीन एरिया निर्धारित किया गया है।

मार्केट न्यूज

तनिष्क सिरसा की 11वीं वर्षगांठ पर भव्य फैशन शो में चमके नए आभूषण



सिरसा। तनिष्क सिरसा स्टोर की 11वीं वर्षगांठ के उपलक्ष्य में एक भव्य और आकर्षक फैशन शो का आयोजन किया गया। इस विशेष आयोजन में मॉडलों ने तनिष्क के नवीनतम और खूबसूरत आभूषणों के साथ रैंप वॉक कर उपस्थित सभी मेहमानों का मन मोह लिया। कार्यक्रम का सबसे बड़ा आकर्षण यह रहा कि तनिष्क सिरसा के ग्राहकों ने खुद भी आभूषण पहनकर रैंप वॉक किया, जिसे दर्शकों ने काफी सराहा। तनिष्क सिरसा स्टोर के मैनेजर राहुल डोडा ने इस अवसर पर जानकारी दी कि ग्राहकों को लेटेस्ट ट्रेंड्स और डिजाइन से रूबरू कराने के लिए स्टोर पर समय-समय पर ऐसी प्रदर्शनियां और फैशन शो आयोजित किए जाते हैं। इन आयोजनों का उद्देश्य ग्राहकों को आभूषणों की विशाल विविधता और उत्कृष्ट शिल्प कौशल से परिचित कराना है। स्टोर प्रबंधन की ओर से इस वर्षगांठ के मौके पर ग्राहकों के लिए कई शानदार ऑफर्स पेश किए गए हैं। ग्राहक अपने पुराने सोने को बदलकर नए और ट्रेंडी आभूषण प्राप्त कर सकते हैं। डायमंड ज्वेलरी और गोल्ड ज्वेलरी की मेकिंग पर 20 फीसद तक का आकर्षक डिस्काउंट उपलब्ध है।

महामंडलेश्वर स्वामी अवधेशानंद महाराज से मिले विनोद तायल, वार्षिक समागम का दिया निमंत्रण

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

नेशनल हाइवे बाईपास पर स्थित श्री सद्गुरु कृपा अपना घर आश्रम के संचालक विनोद तायल ने हरिद्वार में महामंडलेश्वर स्वामी अवधेशानंद महाराज से शिष्टाचार भेंट की। इस दौरान उन्होंने महाराज जी को सद्गुरु कृपा अपना घर फतेहाबाद के वार्षिक समागम में पधारने के लिए सादर निमंत्रण दिया। इस मुलाकात के दौरान आध्यात्मिक विचारों एवं धार्मिक आयोजनों के महत्व पर चर्चा हुई। विनोद तायल ने महाराज जी को वार्षिक समागम में शामिल होने का आग्रह किया उनके साथ महाराज के शिष्य सुदर्शन बत्रा व नीलम बत्रा ने भी आशीर्वाद लिया। उन्होंने कहा कि संत-महात्माओं का सान्निध्य समाज को आध्यात्मिक मार्ग पर आगे बढने, सेवा भावना अपनाने और मानवीय मूल्यों को मजबूत करने की प्रेरणा देता है। सद्गुरु कृपा अपना घर की ओर से वार्षिक समागम में संत-महात्माओं के आशीर्वचनों के माध्यम से श्रद्धालुओं को आध्यात्मिक प्रेरणा प्रदान करने का प्रयास किया जाता है।



फतेहाबाद। महामंडलेश्वर स्वामी अवधेशानंद महाराज को निमंत्रण देते विनोद तायल।

सामूहिक प्रयासों, प्रशिक्षण से आपदाओं के प्रभाव में की जा सकती है कमी: सिहाग

सिरसा। अंतरराष्ट्रीय आपदा जोखिम न्यूनीकरण दिवस पर आईटीआई सिरसा में माई भारत सिरसा द्वारा जागरूकता सेमिनार एवं प्रशिक्षण सत्र आयोजित किया गया जिसमें 100 से 150 प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम में रेडक्रॉस के निदेशक गुरमीत एवं आईटीआई के प्राचार्य परवेज कंबोज की विशेष उपस्थिति रही। इसके साथ ही रणजीत, वीरेंद्र तथा संस्थान के सभी विद्यार्थियों की सहभागिता भी सराहनीय रही। माई भारत सिरसा की ओर से कविता सिहाग भी कार्यक्रम में शामिल हुई। रेडक्रॉस के निदेशक गुरमीत ने इस अवसर पर लोगों को प्राथमिक उपचार, आपातकालीन सहायता, सुरक्षित निकासी तथा बचाव कार्यों के महत्व से भी अवगत करवाया। साथ ही विद्यार्थियों एवं आमजन को आपदा की स्थिति में स्वयं सुरक्षित रहने और दूसरों की सहायता करने के लिए प्रेरित किया।



सिरसा। जागरूकता सेमिनार एवं प्रशिक्षण सत्र में भाग लेते हुए छात्राएं।

सामाजिक सेवाओं के लिए स्काउट मास्टर आनंद प्रकाश हुए सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा



सिरसा। स्काउट मास्टर आनंद प्रकाश को सम्मानित करते हुए।

रक्तदान एवं अन्य सामाजिक सेवाओं के लिए बुधवार को क्लस्टर हेड सुमन रोहित ने स्काउट मास्टर आनंद प्रकाश को सम्मानित किया। उल्लेखनीय है कि राजकीय माध्यमिक विद्यालय चौबुर्जा के शारीरिक शिक्षक आनंद प्रकाश ने बीती 11 से 13 सितंबर तक अयोध्या में आयोजित राष्ट्रीय रक्तदान महोत्सव में सिरसा जिला के भारत स्काउट एवं गाइड के स्काउट मास्टर के तौर पर 41वीं बार रक्तदान किया था जिसके चलते उन्हें राष्ट्रीय सेवा रतन 2026 सम्मान से सम्मानित किया गया। उसी सम्मान से सिरसा को गौरवान्वित करने पर बुधवार को कलस्टर हैड सुमन रोहित ने उन्हें स्कूल में सम्मानित कर उनका उत्साहवद्र्धन किया। इस अवसर पर जिला शिक्षाधिकारी सुभाष फुटेला, नाथूसरी चोपटा के खंड शिक्षाधिकारी सतवीर ढिडारिया, भारत स्काउट एवं गाइड के जिला सचिव सुखदेव सिंह ढिल्लों, जिला संगठन आयुक्त डॉ. इंद्र सिंह, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के हेड मास्टर संजय दहिया, एबीआरसी मेडम कमलेश, सुमनलता, संतोष व राजेंद्र ने भी उन्हें सामाजिक सेवाओं की प्रतिबद्धता के लिए शुभकामनाएं दी हैं।

फोटो व वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल करने वाला किया काबू

फतेहाबाद। एक महिला की निजी फोटो व वीडियो सोशल मीडिया पर प्रसारित करने और उसे धमकी देने के गंभीर मामले में थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान गांव बीघड़ निवासी प्रवीण के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से वारदात में प्रयुक्त मोबाइल फोन भी बरामद कर लिया है। थाना सदर फतेहाबाद प्रभारी उप निरीक्षक सुमित कुमार ने बताया कि पुलिस को दी गई शिकायत में पीड़िता ने आरोप लगाया था कि आरोपी प्रवीण ने उसकी निजी फोटो व वीडियो का एक व्हाट्सएप ग्रुप बनाया।

120 लोगों को मिला विभिन्न योजनाओं का लाभ, 5 महिलाओं की मौके पर बनाई पेंशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रतिया

सेवा संकल्प अभियान के तहत रतिया के सामुदायिक केंद्र में सेवा सेतु शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के चेयरमैन डॉ. रविन्द्र सिंह बलियाला ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने विभिन्न विभागों द्वारा लगाई गई स्टॉलों का निरीक्षण किया और अधिकारियों से योजनाओं एवं सेवाओं की जानकारी ली। शिविर में 120 लोगों को विभिन्न विभागों की योजनाओं एवं सेवाओं का लाभ मिला, जबकि 5 महिलाओं की मौके पर ही पेंशन बनाई गई। डॉ. रविन्द्र सिंह बलियाला ने विभिन्न विभागों की स्टॉलों का निरीक्षण करते हुए अधिकारियों से पात्र लाभार्थियों को उपलब्ध करवाए जा रहे लाभ, आवेदन प्रक्रिया तथा आवश्यक दस्तावेजों के संबंध में जानकारी प्राप्त की। उन्होंने अधिकारियों और कर्मचारियों को निर्देश दिए कि शिविर में आने वाले नागरिकों की समस्याओं को गंभीरता से सुनें और उन्हें संबंधित योजनाओं का लाभ प्राप्त करने के लिए उचित मार्गदर्शन प्रदान करें।



रतिया। सेवा सेतु शिविर का निरीक्षण करते पूर्व विधायक रविन्द्र बलियाला।

झींगा पालन से गुरदीप सिंह ने लिखी सफलता की कहानी

खारे पानी में झींगा पालन से किसान ने बदली किस्मत

खारे भूजल और सिंचाई की कमी से जूझते गुरदीप सिंह ने अपनाई आधुनिक तकनीक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा



गुरदीप सिंह।

■ 2019 में शुरू किया झींगा पालन और खेती को बनाया मुनाफे का जरिया

परंपरागत खेती में बढ़ती चुनौतियों के बीच आधुनिक कृषि तकनीकों को अपनाकर किसान अपनी आमदनी बढ़ाने के नए रास्ते तलाश रहे हैं। सिरसा जिले के गांव रघुआना निवासी प्रगतिशील किसान गुरदीप सिंह ने खारे भूजल और नहरी सिंचाई की पर्याप्त सुविधा नहीं होने के कारण उन्हें पारंपरिक खेती में कम पैदावार और आर्थिक अस्थिरता जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा था। ऐसे में उन्होंने खेती के वैकल्पिक तरीकों की तलाश शुरू की और झींगा पालन के बारे में जानकारी जुटाई। कृषि संबंधी सेमिनारों, यूट्यूब वीडियो और हरियाणा राज्य मत्स्य विभाग से मिले तकनीकी मार्गदर्शन ने उन्हें इस क्षेत्र में आगे बढऩे के लिए प्रेरित किया। वर्ष 2019 में उन्होंने झींगा पालन की शुरुआत कर अपनी मेहनत, नवाचार और दूरदर्शिता से सफलता की नई कहानी लिखी। झींगा पालन ने गुरदीप सिंह के परिवार की आर्थिक स्थिति को मजबूत करने के साथ स्थानीय स्तर पर रोजगार के अवसर भी पैदा किए हैं। उपलब्ध जानकारी के अनुसार, उनके व्यवसाय से 10 लोगों को प्रत्यक्ष और 15 लोगों को अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार मिला है। इसके अलावा, वह सिरसा जिले में झींगा बीज, आहार और दवाइयों के वितरण से भी जुड़े हुए हैं। उनके माध्यम से क्षेत्र के लगभग 80 से 100 किसानों को तकनीकी सलाह और अन्य जरूरी सहायता का लाभ मिल रहा है। उनकी सफलता से गांव और आसपास के किसानों में भी झींगा पालन को वैकल्पिक व्यवसाय के रूप में अपनाने की रुचि बढ़ी है।

सरकारी योजनाओं का लिया सहयोग

गुरदीप सिंह ने वर्ष 2019 में राष्ट्रीय कृषि विकास योजना के तहत सहायता के लिए आवेदन किया। करीब 14 लाख रुपये की परियोजना लागत से उन्होंने एक हेक्टेयर क्षेत्र में दो झींगा पालन तालाब विकसित किए। इस परियोजना के लिए उन्हें सरकारी अनुदान भी मिला। परियोजना पर 3,93,445 रुपये की सब्सिडी प्रदान की गई। इसके बाद वर्ष 2021-22 में उन्होंने प्रधानमंत्री मत्स्य संपदा योजना के तहत दो और तालाबों का निर्माण करवाकर अपने व्यवसाय का विस्तार किया। मत्स्य विभाग तथा हिसार स्थित जलीय कृषि अनुसंधान एवं प्रशिक्षण संस्थान से प्राप्त प्रशिक्षण और तकनीकी मार्गदर्शन ने उन्हें झींगा पालन की वैज्ञानिक विधियों को समझने और अपनाने में मदद की।

बाह्मणवाला चौकी पुलिस ने हेरोइन के साथ महिला तस्कर को दबोचा

फतेहाबाद। थाना सदर रतिया पुलिस के अंतर्गत आने वाली बाह्मणवाला पुलिस चौकी की टीम ने एक महिला तस्कर को 6.12 ग्राम हेरोइन सहित रंगे हाथों दबोचा है। पकड़ी गई आरोपी महिला की पहचान जसविन्द्र कौर पत्नी जोगिन्द्र सिंह, निवासी गांव नंगल के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी महिला के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर लिया है। थाना सदर रतिया के प्रभारी उप निरीक्षक शीशपाल ने बताया कि पुलिस चौकी बाह्मणवाला के प्रभारी एएसआई अमर सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम नशीले पदार्थों की रोकथाम के लिए गांव नंगल क्षेत्र में गश्त कर रही थी।