हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 12 नवंबर 2026

12 फतेहाबाद में किसानों का पड़ाव जारी, महिलाओं ने संभाला मोर्चा



12 माता सत्यम देवा के पावन सानिध्य में रातभर बहेगी भक्ति की रसधारा



देवउठनी एकादशी 20 को, गुलाबी ठंड में गूंजेगी शहनाइयों की मधुर गूंज, 200 से अधिक जोड़े बंधेंगे परिणय सूत्र में

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

कार्तिक मास में देवउठनी एकादशी के अवसर पर 20 नवम्बर को अबूझ सावा होने के कारण शादियों की धूम रहेगी। हिंदू परंपरा में देवउठनी एकादशी की विशेष महत्व है। माना जाता है इस दिन भगवान विष्णु अपनी चार महीने की योग-निद्रा से जागते हैं। इसी के साथ सृष्टि का संचालन फिर से शुरू हो जाती है और पिछले चार महीनों से बंद हुए सभी मांगलिक काम फिर से शुरू हो जाते हैं। जिनमें शादी, मुंडन, गृह प्रवेश और यज्ञोपवीत संस्कार आदि प्रमुख हैं। इस साल देव उठनी एकादशी 20 नवंबर को मनाई जाएगी, जिसके बाद शादी की शहनाई भी बजने लगेंगी। इन दिनों शहर में हल्की गुलाबी ठंड का आगाज हो गया। अभी से ही शहर और गांवों में कोई गली व कालोनी ऐसी नहीं दिखती, जहां लडिय़ां व शमियाने न लगे हों। देर रात तक बैंड-बाजों की धुन सुनाई देनी शुरू हो गई है। गुलाबी ठंड में बाहर से आए बारातियों के कारण शहर के मैरिज पैलेसों, होटलों व धर्मशालाओं में रौनक का-सा माहौल दिखाई देने लगा है। एक अनुमान के अनुसार शुक्रवार 20 नवम्बर को जिलेभर में 200 से अधिक जोड़े विवाह के परिणय सूत्र में बंधेंगे। ऐसे में देवउठनी पर बाल विवाह रोकने को लेकर भी जिला प्रशासन ने कमर कस ली है। शास्त्रों के अनुसार भगवान विष्णु चार मास के लिए विश्राम करते हैं, जिसे चातुर्मास बोला जाता है। 25 जुलाई को भगवान विष्णु नींद में गए थे, जिसे देवशयनी के नाम से जाना जाता है। इस दौरान सभी शुभ काम वर्जित होते हैं। माना जाता है कि देवों के उठने के बाद ही सारे शुभ काम पूरे होते हैं। इस साल 20 नवम्बर कार्तिक एकादशी पर भगवान विष्णु द्वारा अपनी निद्रा से उठने के बाद विवाह का शुभ संयोग बनेगा। जिस कारण देवउठनी एकादशी का दिन विवाह के लिए सबसे बड़ा सावा निकला। शुक्रवार को शहर में रतिया रोड पर किंग्स एम्पायर, कुलदीप पैलेस, फाइव एकड़, दीप होटल सहित सभी धर्मशालाओं की एडवांस बुकिंग हो चुकी है। अभी से शहर में शादियों का माहौल दिख रहा है।



पंडित सोनू शर्मा





फतेहाबाद। एकादशी पर सजा शहर का मैरिज पैलेस व बारात रवानगी के लिए तैयार खड़ी गाड़ी।

नवम्बर में 8 तो दिसम्बर में 9 दिन रहेगी शादियों की धूम

पंडित सोनू शर्मा के अनुसार नवंबर और दिसंबर में कुछ ऐसे विशेष दिन हैं जो विवाह के लिए अत्यंत शुभ माने गए हैं। देवउठनी एकादशी के दिन अबूझ सावे के बाद नवंबर का महीना विवाह के लिए बेहद अनुकूल रहेगा। इस माह कुल 8 शुभ तिथियां मिल रही हैं जिन पर विवाह करना अत्यंत शुभ माना गया है। नवम्बर माह में 20 नवंबर के बाद 21, 22, 24, 25, 26, 28, 29 और 30 नवम्बर के दिन शुभ है। नवंबर की तुलना में दिसंबर महीने में विवाह के लिए 9 मुहूर्त उपलब्ध होंगे। पंचांग के अनुसार दिसंबर में 9 शुभ तिथियां विवाह के लिए शुभ रहेंगी, इनमें 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11 और 12 दिसम्बर शामिल है।

12 दिसंबर के बाद लगेगा खरमास रुक जाएंगे मांगलिक कार्य

12 दिन के बाद सूर्य के धनु राशि में प्रवेश करने से खरमास लग जाएगा, जिसके कारण कुछ समय के लिए मांगलिक कार्य और शादियां रूक जाएंगे। श्री श्याम मंदिर के पुजारी पंडित सोनू शर्मा के अनुसार हर क्षण में ग्रह और नक्षत्र अपनी स्थिति बदलते रहते हैं। ऐसे में उनका प्रभाव मानव जीवन पर सीधा पड़ता है। शुभ मुहूर्त वह समय होता है जब ग्रहों की स्थिति वर-वधू के पक्ष में होती है। इस अवधि में किया गया विवाह न केवल दांपत्य जीवन में सौभाग्य और स्थिरता लाता है, बल्कि देवताओं का आशीर्वाद भी प्राप्त होता है।

20 नवम्बर को रखा जाएगा व्रत

इस साल देवउठनी एकादशी 20 नवम्बर को पड़ रही है। कार्तिक शुक्ल पक्ष की एकादशी तिथि की शुरूआत 20 नवंबर को सुबह 07:15 बजे होगी, इसका समापन 21 नवंबर को सुबह 06:31 बजे होगा। ऐसे में इस साल देवउठनी एकादशी का व्रत 20 नवंबर शनिवार को रखा जाएगा। व्रत पारण 21 नवंबर को दोपहर 1:11 से 3.18 के बीच किया जा सकेगा।

खाटू श्याम में लगेगा विशाल मेला

देवउठनी एकादशी पर राजस्थान के प्रसिद्ध खाटू श्याम मंदिर में श्याम बाबा का जन्मदिन धूमधाम से मनाया जाता है। इस अवसर पर खाटू श्याम में विशाल मेले का भी आयोजन होता है। देश-विदेश से लाखों की संख्या में लोग श्याम बाबा का जन्मदिन मनाते हैं। इस दिन श्याम बाबा को ध्वजा अर्पण की जाती है और केक काटा जाता है। खाटू श्याम के अलावा फतेहाबाद के मंदिरों में कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। एकादशी को लेकर मंदिरों को खूब सजाया जाता है।

खबर संक्षेप

भाजपा प्रदेशाध्यक्ष की प्रेस कॉन्फ्रेंस स्थगित

फतेहाबाद। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता की 12 नवंबर (वीरवार) को भाजपा जिला कार्यालय 'उदय कमल', फतेहाबाद में प्रस्तावित प्रेस कॉन्फ्रेंस समयाभाव के चलते स्थगित कर दी गई है। यह जानकारी भाजपा जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा और जिला मीडिया प्रभारी कंवल चौधरी ने दी।

निःशुल्क गारमेंट्स ट्रेनिंग के लिए आवेदन 16 तक

फतेहाबाद। भारत सरकार के सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यम मंत्रालय के एमएसएमई विकास कार्यालय, करनाल द्वारा हिसार में गारमेंट्स मैन्युफैक्चरिंग विषय पर निशुल्क कौशल विकास प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है। इस संबंध में जिला एमएसएमई केंद्र के उपनिदेशक दिनेश कुमार ने बताया कि इस प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंतर्गत प्रतिभागियों को बेसिक डिजाइनिंग, ड्राइंग, कटिंग, फिटिंग एवं सिलाई का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया जाएगा। प्रशिक्षण के लिए कुल 25 प्रतिभागियों का चयन पहले आओ, पहले पाओ के आधार पर किया जाएगा। प्रशिक्षण पूर्णतः निशुल्क रहेगा तथा आवेदन करने की अंतिम तिथि 16 नवंबर निर्धारित की गई है।

फतेहाबाद में एक्यूआई पहुंचा 340, पराली जलाने के 10 मामले आए सामने

पंजाब से आ रहे धुंए से भयावह हुए जिले के हालात, स्मॉग के कारण सांस लेना दूभर

सुरेन्द्र असीजा ⏭ फतेहाबाद

मौसम के करवट लेते ही किसानों द्वारा पराली जलाने का सिलसिला तेज हो गया है। यही कारण है कि बुधवार को यहां का वायु गुणवत्ता सूचकांक खतरनाक श्रेणी में पहुंचकर 340 तक जा पहुंचा। बुधवार को सुबह सूर्य उदय हुआ तो उसकी रोशनी की जगह वातावरण में स्मॉग फैला हुआ था। यानि कि धुंए ने सारा वातावरण प्रदूषित कर रखा था। यह धुंआ पंजाब के क्षेत्र में किसानों द्वारा जलाई गई पराली का है, जिस कारण यहां ऐसे भयावह हालात बने हुए हैं। बताते चले कि बीते वर्ष 10 नवंबर तक फतेहाबाद जिले में पराली जलाने के 59 मामले सामने आए थे जबकि इस साल सख्ताई के चलते जिले में अब तक मात्र 10 ही फायर लोकेशन मिली है। उसके बावजूद पूरा शहर स्मॉग की आगोश है और लोगों का सांस लेना मुश्किल हो गया है। इसका मुख्य कारण जिले से सटे पंजाब के खेतों में किसानों द्वारा जलाई जा रही पराली के धुंए का यहां आना है। अधिकारियों को स्मॉग से बचाने के लिए नगरपरिषद द्वारा आज लघु सचिवालय में विशेष वाहन से पानी का छिड़काव करवाया गया। बुधवार तक हरसेक ने सेटेलाइट के माध्यम से फतेहाबाद के 10 ऐसी लोकेशन कृषि विभाग को भेजी जहां पर पराली जलाई गई थी। बुधवार को यहां का वायु गुणवत्ता सूचकांक यानि एक्यूआई 340 तक पहुंच गया। पराली जलाने पर कृषि विभाग द्वारा 8 एफआईआर दर्ज करवाई गई है। अब हालात यह है कि सुबह उठो तो आसमान में स्मॉग व धुंए के कारण सांस लेना भी मुश्किल होता जा रहा है।



ऐसे करें अपना बचाव
⏭ प्रदूषित वातावरण में योग-व्यायाम न करें।
⏭ घर में एयर प्यूरीफायर लगवाएं।
⏭ दिन में तकरीबन 4-5 लीटर पानी पिएं।

फतेहाबाद। लघु सचिवालय में पानी का छिडक़ाव करती नगरपरिषद की गाड़ी।

हृदय रोगी, दमा व टीबी के मरीजों को रहना होगा सतर्क

सद्भावना अस्पताल फतेहाबाद से डॉ. अंशुल सहगल का कहना है कि स्मॉग शब्द स्माक व फाग से मिल कर बना है। कूड़े व पराली को जलाने से निकलने वाली खतरनाक गैस और धुआं जब वातावरण की नमी (कोहरा) से मिलती हैं तो स्मॉग बन जाता है। यह जहरीला मिश्रण श्वास के जरिए आंखों-फेफड़ों तक पहुंचता है और मनुष्य को शरीर को नुकसान पहुंचाता है। गर्भवती महिलाओं के लिए स्मॉग बेहद घातक है।

फैक्ट्रियों व ईंट भट्ठों का धुंआ वातावरण को कर रहा दूषित

नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. विनोद शर्मा का कहना है कि इन दिनों स्मॉग के कारण आंखों में जलन के मरीजों की ओपीडी बढ़ी है। बीमार लोगों, बुजुर्गों, गर्भवती महिलाओं और बच्चों को धुंए-स्माग के वातावरण में निकलने से परहेज करना चाहिए। अति आवश्यक कार्य से बाहर निकलना पड़े तो मास्क पहनें। आंखों के बचाव के लिए चश्मा पहन सकते हैं। नागरिक अस्पताल में भी स्माग छाने के बाद आंखों में जलन के मामले बढ़े हैं। अस्पताल में सामान्यत 10-12 मरीज आते थे, अब इनकी संख्या 50 तक पहुंच गई है। इसके अलावा कचरे में लगी आग, प्लास्टिक की पाइप फैक्ट्रियों व ईंट भट्ठों से निकलने वाला धुआं भी वातावरण को जमकर नुकसान पहुंचा रहा है।

13 से 15 नवंबर के बीच बदलेगा मौसम, स्मॉग से मिल सकती है राहत

फतेहाबाद। हरियाणा में पिछले पांच दिनों से मौसम खुश्क रहने के कारण स्मॉग की चादर छाई हुई है। उत्तर-पश्चिमी हवाओं की गति धीमी रहने और रात के तापमान में गिरावट के चलते धुआं, धूल और प्रदूषण के कण वातावरण में मौजूद नमी के साथ मिलकर स्मॉग बना रहे हैं। प्रदेश के ज्यादातर हिस्सों में इसका असर देखने को मिल रहा है। हालांकि अब मौसम में बदलाव के आसार हैं। चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार के कृषि मौसम विज्ञान विभाग के अनुसार 13 से 15 नवंबर के बीच प्रदेश में बीच-बीच में आंशिक बादलवाई रहने और हवाएं चलने की संभावना है। इससे स्मॉग की स्थिति में सुधार हो सकता है। विभागाध्यक्ष डॉ. मदन खीचड़ द्वारा 11 नवंबर को जारी मौसम पूर्वानुमान के अनुसार प्रदेश में 16 नवंबर तक मौसम आमतौर पर खुश्क, लेकिन परिवर्तनशील रहने की संभावना है। 12 नवंबर को पश्चिमी विक्षोभ का आंशिक प्रभाव देखने को मिल सकता है। इसके चलते अगले तीन दिनों तक आसमान में आंशिक बादल छाए रहेंगे और हल्की से मध्यम गति से हवाएं चल

- पश्चिमी विक्षोभ के आंशिक प्रभाव से छाएंगे बादल



फतेहाबाद। जिला टास्क फोर्स की बैठक की अध्यक्षता करते हुए एडीसी अनुराग ढालिया।

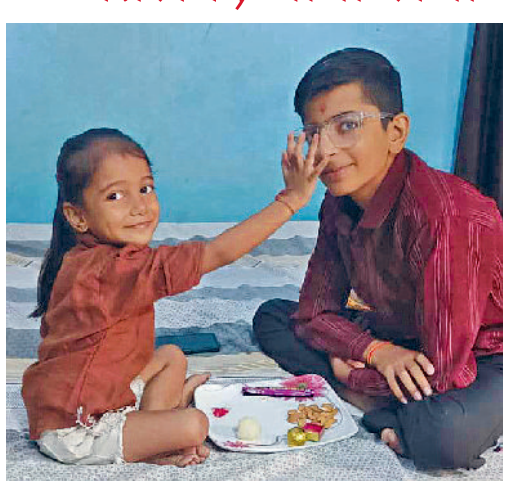
राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस के उपलक्ष्य में बैठक

आज से जिले में 3 लाख बच्चों को खिलाई जाएगी कृमिनाशक दवा

फतेहाबाद। राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस के उपलक्ष्य में बुधवार को अतिरिक्त उपायुक्त अनुराग ढालिया की अध्यक्षता में जिला टास्क फोर्स की बैठक आयोजित की गई। बैठक में जिला में कृमि मुक्ति अभियान के सफल क्रियान्वयन, बच्चों तक दवा की पहुंच सुनिश्चित करने तथा अभियान के दौरान विभिन्न विभागों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित करने को लेकर चर्चा की गई। एडीसी अनुराग ढालिया ने कहा कि स्वास्थ्य विभाग द्वारा राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस के तहत जिला में 12 नवंबर को एक से 19 वर्ष तक के बच्चों एवं किशोरों को एल्बेंडाजोल की दवा दी जा रही है। इस अभियान के अंतर्गत 3 लाख से अधिक बच्चों को कवर करने का लक्ष्य रखा गया है। उन्होंने कहा कि बच्चों को कृमि संक्रमण से बचाना अत्यंत आवश्यक है, जिससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास बेहतर हो सके। कृमि संक्रमण बच्चों के स्वास्थ्य और विकास पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है, इसलिए इस अभियान का उद्देश्य सभी बच्चों को स्वस्थ बनाना है। एडीसी ने सभी संबंधित विभागों को निर्देश दिए हैं कि समन्वय के साथ कार्य करते हुए 100 प्रतिशत लक्ष्य सुनिश्चित किया जाए ताकि कोई भी बच्चा इस अभियान से वंचित न रहे। राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस के बाद 19 नवंबर को मॉप-अप दिवस आयोजित किया जाएगा, जिसमें छूटे हुए बच्चों को कृमिनाशक दवा दी जाएगी।

- विभिन्न विभागों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित करने को लेकर चर्चा

भैया दूज पर बहनों ने भाइयों को लगाया तिलक, मांगी लंबी उम्र की दुआ



सिरसा। भैया दूज पर्व पर बहन भाई को तिलक लगाती।

सिरसा। दीपावली पर्व के बाद कीर्तिक मास के शुक्ल पक्ष की द्वितीया को भैया दूज पर बुधवार को बहनों ने भाइयों को कुमकुम का तिलक लगाकर उन्हें नारियल देकर और आरती उतारकर भाईयों के लंबी उम्र की कामना की। वहीं भाईयों ने भी अपनी बहनों को भेंट स्वरुप उपहार दिए। भैया दूज को यम द्वितीय भी कहते हैं। भैया दूज को यम द्वितीय भी कहते हैं। भैया दूज के दिन बहनें रोली और अक्षत से अपने भाई के माथे पर तिलक करती हैं और उनके उज्जवल भविष्य की कामना करती है। वहीं भाई भी बहनों को उपहार देकर उनकी खुशियों को दोगुना करते हैं। इस दिन बहने भाई को तिलक लगाकर उन्हें लंबी उम्र का आशीर्वाद देती हैं। हिंदू धर्म ग्रंथों के अनुसार भैया दूज को मृत्यु के देवता यमराज का पूजन किया जाता है। इस दिन ब्रज मंडल में बहनें अपने भाई के साथ यमुना स्नान करती है। जिसका विशेष महत्व बताया गया है।

अवैध शराब सहित एक गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने गांव भंगू क्षेत्र से एक व्यक्ति को अवैध शराब सहित गिरफ्तार किया है। बडागुढ़ा थाना प्रभारी ने बताया कि पुलिस की एक टीम बडागुढ़ा थाना क्षेत्र में गश्त एवं चेकिंग कर रही थी। इसी दौरान जब पुलिस टीम गांव भंगू क्षेत्र में मौजूद थी तो सामने से एक व्यक्ति हाथ में प्लास्टिक का गट्टा लेकर आता दिखाई दिया। पुलिस की गाड़ी को देखकर उक्त व्यक्ति अचानक वापस मुडक़र वहां से फरार होने का प्रयास करने लगा। उसकी गतिविधियां संदिग्ध लगने पर पुलिस टीम ने तत्परता दिखाते हुए उसे काबू कर लिया। पुलिस ने प्लास्टिक के गट्ठे की तलाशी ली तो उसमें से 13 बोतल अवैध शराब बरामद हुई।

रतिया में आधुनिक बास्केटबॉल ग्राउंड बनाने की मांग

खिलाड़ियों एवं शहरवासियों ने मुख्यमंत्री को सौंपा मांग पत्र

- पर्याप्त सुविधाएं उपलब्ध न होने के कारण हो रही परेशानियां

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

शहर में खेल सुविधाओं को बढ़ावा देने और युवा खिलाडिय़ों को बेहतर अवसर उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से पुराने एवं जर्जर बास्केटबॉल ग्राउंड के स्थान पर आधुनिक सुविधाओं से युक्त नया बास्केटबॉल ग्राउंड बनाने की मांग उठाई गई है। इस संबंध में रतिया बास्केटबॉल टीम, खिलाडिय़ों एवं शहरवासियों की ओर से हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी को मांग पत्र सौंपा गया है। मांग पत्र में बताया गया कि राजकीय सीनियर सेकेंडरी बॉयज स्कूल के प्रांगण में स्थित वर्तमान बास्केटबॉल ग्राउंड की हालत काफी दयनीय एवं जर्जर हो चुकी है। रतिया के युवा खिलाड़ी प्रतिदिन सुबह-शाम यहां अभ्यास करने आते हैं, लेकिन पर्याप्त सुविधाएं उपलब्ध न होने के कारण उन्हें काफी परेशानियों का सामना करना पड़ता है।



रतिया। सीएम मुलाकात कर आधुनिक बास्केटबॉल ग्राउंड बनाने की मांग करते प्रतिनिधिमंडल। फोटो : हरिभूमि

ये मांगें रखीं

मांग पत्र के माध्यम से मुख्यमंत्री जी से निम्नलिखित मांगें रखी गई है कि पुराने एवं जर्जर बास्केटबॉल ग्राउंड के स्थान पर नया आधुनिक बास्केटबॉल ग्राउंड बनाया जाए। अंतरराष्ट्रीय मानकों के अनुरूप खेल सतह एवं आधुनिक बास्केटबॉल पोल लगाए जाएं। खिलाडिय़ों के लिए फ्लड लाइट, बैठने की व्यवस्था, पेयजल एवं चेंजिंग रूम जैसी सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएं। लडक़े एवं लड़कियों के लिए नियमित कोचिंग तथा प्रशिक्षित कोच की व्यवस्था की जाए। रतिया के प्रतिभाशाली खिलाडिय़ों को जिला एवं राज्य स्तर पर आगे बढऩे के लिए विशेष खेल सुविधाएं प्रदान की जाएं।

श्मशान घाट की दीवार की आड़ में दांव लगा रहे थे जुआरी, 3 दबोचे

फतेहाबाद। भूना पुलिस ने गुप्त सूचना के आधार पर गांव बुवान में छापेमारी करते हुए ताश के पत्तों पर पैसे का दांव लगाकर जुआ खेल रहे तीन व्यक्तियों को रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान गांव बुवान निवासी रमेश कुमार पुत्र ढोल राम व जसविंद्र सिंह पुत्र जगदीश उर्फ डीसी तथा गांव ठरवी निवासी संदीप पुत्र नंदलाल के रूप में हुई है। थाना भूना के प्रभारी उप-निरीक्षक कंवर सिंह ने बताया कि पीएसआई संजीव कुमार के नेतृत्व में पुलिस टीम गश्त के दौरान गांव बुवान के बस स्टैंड के पास मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस को सूचना मिली कि गांव के तालाब के किनारे वाल्मीकि श्मशान घाट की दीवार की आड़ में तीन व्यक्ति सार्वजनिक स्थान पर ताश के पत्तों पर पैसे लगाकर जुआ खेल रहे हैं। सूचना मिलते ही पुलिस टीम ने बिना समय गंवाए मौके पर पहुंचकर योजनाबद्ध तरीके से घेराबंदी की और छापेमारी कर तीनों आरोपियों को जुआ खेलते हुए मौके पर ही धर दबोचा। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे व मौके से 20 हजार 650 रुपये की नकदी बरामद की। तीनों के खिलाफ थाना भूना में हरियाणा सार्वजनिक जुआ निवारण अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है।

- मौके से 20 हजार 650 रुपये की नकदी बरामद की

धान की आवक 7.34 लाख टन के पार, 6.71 लाख टन की हुई खरीद, उठान में अब भी पिछड़ रही एजेंसियां

69,980 किसानों को 1154.36 करोड़ रुपये का भुगतान

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिले की अनाज मंडियों में धान की आवक लगातार जारी है। अब तक जिले में धान की कुल आवक 7 लाख 34 हजार 410 मीट्रिक टन तक पहुंच गई है। सरकारी खरीद एजेंसियों ने इसमें से 6 लाख 71 हजार 200 मीट्रिक टन धान की खरीद कर ली है। हालांकि खरीद के मुकाबले उठान की रफ्तार अभी भी पीछे चल रही है। अब तक मंडियों से 4 लाख 88 हजार 801 मीट्रिक टन धान का ही उठान हो पाया है, जबकि 1 लाख 82 हजार 399 मीट्रिक टन धान मंडियों में उठान का इंतजार कर रहा है। कुल खरीद के मुकाबले उठान का आंकड़ा 73 प्रतिशत है। धान खरीद के साथ किसानों को भुगतान के मामले में स्थिति बेहतर नजर आ रही है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार अब तक 69 हजार 980 किसानों को 1154.36 करोड़ रुपये का भुगतान किया जा चुका है। यह कुल उठान के मुकाबले भुगतान का 96 प्रतिशत और कुल खरीद के मुकाबले 70 प्रतिशत है।



फतेहाबाद। अनाज मण्डी में लगी धान की ढेरियां।

एक दिन में 35,738 टन धान की खरीद

खरीद रिपोर्ट के अनुसार 11 नवंबर को जिले में 35 हजार 738 मीट्रिक टन धान की खरीद हुई। इससे पहले तक 6 लाख 35 हजार 462 मीट्रिक टन धान खरीदा जा चुका था। इस प्रकार कुल खरीद का आंकड़ा 6 लाख 71 हजार 200 मीट्रिक टन पर पहुंच गया है। वहीं एक दिन में 23 हजार 433 मीट्रिक टन धान का उठान हुआ। इससे कुल उठान 4 लाख 88 हजार 801 मीट्रिक टन हो गया है।

खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने की सबसे ज्यादा खरीद

एजेंसीवार आंकड़ों पर नजर डालें तो खाद्य एवं आपूर्ति विभाग खरीद में सबसे आगे है। विभाग ने अब तक 2 लाख 84 हजार 146 मीट्रिक टन धान खरीदा है, जिसमें से 1 लाख 96 हजार 222 मीट्रिक टन का उठान हो चुका है। विभाग के पास अभी 87 हजार 924 मीट्रिक टन धान का उठान बाकी है। वहीं हैफेड ने 2 लाख 35 हजार 127 मीट्रिक टन धान की खरीद की है।

खाद्य विभाग के पास सबसे ज्यादा बकाया

उठान प्रतिशत के मामले में हैफेड 77 प्रतिशत के साथ तीनों एजेंसियों में सबसे आगे है। एचडब्ल्यूसी ने 73 प्रतिशत और खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने 69 प्रतिशत धान का उठान किया है। हालांकि कुल बकाया उठान में खाद्य एवं आपूर्ति विभाग सबसे आगे है। उसके पास 87,924 मीट्रिक टन धान उठाया जाना बाकी है।

पिछले सीजन में 11.02 लाख टन हुई थी खरीदः पिछले खरीफ सीजन 2025-26 में जिले में कुल 11 लाख 2 हजार 617 मीट्रिक टन धान की खरीद हुई थी। इस सीजन में अब तक 6 लाख 71 हजार 200 मीट्रिक टन धान खरीदा जा चुका है। आगामी दिनों में मंडियों में शेष आवक और खरीद के साथ उठान की स्थिति भी महत्वपूर्ण रहेगी। जिले में खरीद का आंकड़ा 6.71 लाख टन पहुंचने के बावजूद 1.82 लाख टन धान का उठान बाकी होना मंडियों के लिए सबसे बड़ी चुनौती है।

अगर आपको डायबिटीज है तो इसके कुछ लक्षण आपके हाथ और पैर में भी दिख सकते हैं। इन लक्षणों के बारे में आपको जरूर जानना चाहिए। इससे आपको इसकी पहचान करने में हेल्प मिलेगी।

वर्ल्ड डायबिटीज डे
14 नवंबर, स्पेशल

बदलती जीवनशैली, खान-पान की गलत आदतों और एक्सरसाइज या शारीरिक सक्रियता की कमी के कारण हाल के वर्षों में देश में डायबिटीज के मरीजों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। ऐसी समस्या से बचाव के लिए आपको किन बातों का ध्यान रखना चाहिए, डायबिटिक पेशेंट्स क्या सावधानी बरतें और इसके प्रमुख लक्षण क्या हैं, इन सभी के बारे में एक्सपर्ट डॉक्टर दे रहे हैं बहुत यूजफुल सजेशंस।

हाथ-पैर में भी दिखते हैं डायबिटीज के लक्षण

प्रिकॉशन
रजनी अरोड़ा



हालांकि डायबिटीज को कई लक्षणों से पहचाना जा सकता है। लेकिन कुछ लक्षण ऐसे भी हैं, जो पेशेंट के हाथ-पैर में दिखाई पड़ते हैं। इनके बारे में आपको सजग रहना चाहिए।

पैरों में डायबिटिक लक्षणः डायबिटीज में पैर सबसे पहले और सबसे ज्यादा प्रभावित होते हैं। शरीर में पैर, दिल से सबसे दूर होते हैं, वहां की नसें सबसे लंबी और बारीक होती हैं। गाढ़ा खून और ग्लाइकेशन बारीक नलियों को क्षतिग्रस्त करते हैं, जिससे पैरों तक ऑक्सीजन और पोषण कम पहुंचता है और घाव भरना मुश्किल हो जाता है। शुगर, नसों की सुरक्षा परत (मायलिन शीथ) को कमजोर कर देती है, जिससे दिमाग तक संदेश ठीक से नहीं पहुंचते और डायबिटिक न्यूरोपैथी की स्थिति आ जाती है। इससे कई लक्षण दिख सकते हैं।

झुनझुनी महसूस होनाः ऐसा लगना जैसे तलवों या अंगुलियों पर चींटियां चल रही हों। शुरुआत में यह लक्षण आता-जाता रहता है, इसलिए लोग इसे थकान, बैठने से पैर सोना या विटामिन की कमी समझकर टाल देते हैं। यह नसों के क्षतिग्रस्त होने का सबसे शुरुआती संकेत है।

सुई जैसी चुभनः तलवों में जलन, सुई जैसी चुभन या अचानक बिजली के झटके जैसा एहसास। यह अकसर रात में बढ़ जाता है। जब नसें खराब होने लगती हैं।

चादर के वजन से भी दर्दः रात को पैरों पर हल्की चादर रखने से भी दर्द या जलन हो, तो यह संकेत बताता है कि नसें प्रभावित हैं।

सुन्नपनः पैरों में छूने का एहसास कम हो जाना, जैसे मोजे पहने हों या जमीन महसूस न हो। यह सबसे खतरनाक अवस्थाओं में से है, क्योंकि जब दर्द महसूस नहीं होता, तो चोट, कंकड़, जूते की रगड़ या छाले का पता ही नहीं चलता। छोटी चोट बड़ा घाव बन सकती है।

घाव का ठीक न होनाः पैर का कोई कट या छाला 10-12 दिन बाद भी न भरे, लाल रहे या उससे पानी निकले, तो यह खतरे की घंटी है। ज्यादा शुगर, श्वेत रक्त कोशिकाओं को सुस्त कर देती है और बैक्टीरिया को पनपने का मौका देती है। सुन्नपन के साथ यह मिलकर पैर के अल्सर का कारण बन सकता है, जो गंभीर मामलों में संक्रमण फैलने और अंग काटने तक का रिस्क हो सकता है।

सूखी त्वचा-फटी एड़ियांः नसों के खराब होने से पसीना आना कम हो जाता है, जिससे पैरों की त्वचा बहुत रूखी हो जाती है और एड़ियां गहरी फटने लगती हैं।

त्वचा के रंग में बदलावः पैरों और टखनों पर त्वचा का पतला, चमकदार या भूरा-काला पड़ना, पैरों के बाल झड़ना और पैर ठंडे रहना खून के कम बहाव के संकेत हो सकते हैं।

हाथों में डायबिटिक लक्षणः डायबिटीज होने के कुछ लक्षण हाथों में भी दिखते हैं। अंगुलियों के जोड़ों की त्वचा बाकी हाथ से ज्यादा काली, मोटी, मखमली या खुरदरी दिख सकती है, तो यह टैनिंग या गंदगी नहीं, इंसुलिन रेजिस्टेंस का संकेत है। इंसुलिन ज्यादा होने पर वह त्वचा की कोशिकाओं को तेजी से बढ़ने का सिग्नल देता है। ऐसे निशान गर्दन, बगल और जांघों में भी दिख सकते हैं।



त्वचा पर टैग्स बननाः गर्दन, पलकों, बगल और अंगुलियों के आस-पास त्वचा की छोटी-छोटी लटकन जैसी संरचनाएं बनने को स्किन टैग्स कहते हैं। इनकी संख्या तेजी से बढ़ना इंसुलिन रेजिस्टेंस से जुड़ा हो सकता है।

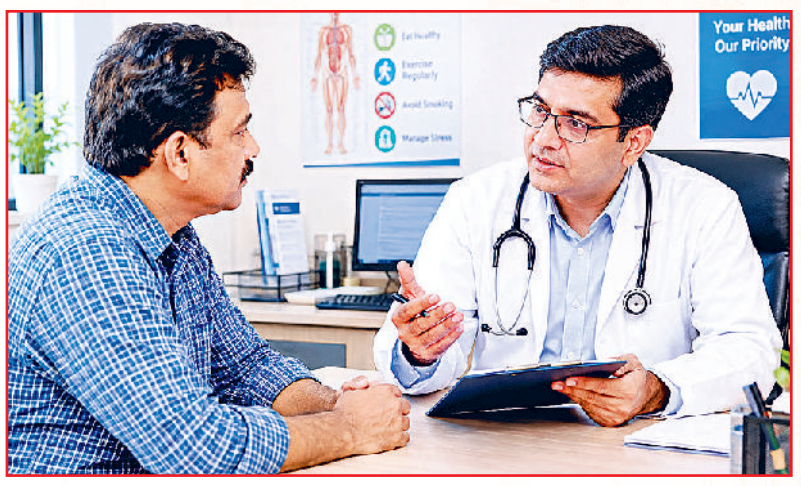
बढ़ी डायबिटीज के संकेतः दोनों हथेलियां प्रार्थना की मुद्रा में जोड़ने पर अगर अंगुलियों या हथेलियों के बीच खासकर छोटी अंगुली के पास गैप दिखे, तो इसे नजरअंदाज न करें। इसे डायबिटिक हैंड सिंड्रोम भी कहते हैं।

अंगुलियों का अकड़नाः सुबह उठने पर मुट्ठी बनाने या अंगुलियां सीधी करने में परेशानी होना, अंगुली का मुड़कर अटक जाने को ट्रिगर फिंगर कहते हैं। यह भी डायबिटीज का लक्षण हो सकता है। *

(डायबिटीज एक्सपर्ट-डॉ. संजय कालरा से बातचीत पर आधारित)

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. धीरज कपूर
एचओडी-एंडोक्राइनोलॉजी
ऑर्टिमिज हॉस्पिटल, गुरुग्राम

डायबिटीज से बचाव के लिए बनें सजग-रहें सुरक्षित



भारत में डायबिटीज के बढ़ते मामलों की गंभीरता का अंदाजा वर्ष 2025 में जारी डायबिटीज एटलस की रिपोर्ट से लगाया जा सकता है। इसके अनुसार भारत में 20 से 79 वर्ष की आयु के लगभग 9 करोड़ लोग इस समस्या से पीड़ित थे। इसके अलावा लगभग 13.6 करोड़ लोग प्री-डायबिटीज की स्थिति में थे। प्री-डायबिटीज वह शारीरिक अवस्था है, जिसमें जब ब्लड में शुगर लेवल सामान्य से थोड़ा अधिक होता है, लेकिन वह डायबिटीज की स्थिति तक नहीं पहुंचता। ऐसे लोगो में भविष्य में डायबिटीज होने की आशंका बनी रहती है। इन आंकड़ों की गंभीरता को समझते हुए अगर स्वस्थ लोग भी शुरू से ही अपनी सेहत के प्रति सजगता बरतें तो आसानी से डायबिटीज की समस्या से बचाव संभव हो पाएगा।

क्यों बढ़ रही है समस्या

पिछले दो से तीन दशकों में लोगों की जीवनशैली पूरी तरह बदल गई है। पहले लोग रोजमर्रा के सारे काम-काज खुद करते थे, शारीरिक श्रम उनकी दिनचर्या में शामिल था, इसलिए हमेशा चुस्त-दुरुस्त रहते थे। लेकिन समय के साथ सभी कार्यों के लिए अत्याधुनिक उपकरणों का इस्तेमाल होने लगा, इससे पहले की तुलना में जिंदगी ज्यादा आरामदेह हो गई और लोगों के समय की बचत होने लगी, लेकिन कुछ वर्षों के बाद लोगों की सेहत पर इसका बुरा असर नजर आने लगा। लगातार लंबे समय तक एक ही जगह पर बैठकर काम करना, मिठाइयों, कोल्ड ड्रिंक्स और जंक फूड का अधिक मात्रा में सेवन करना, छोटी दूरी तक जाने के लिए भी पैदल के बजाय वाहन का इस्तेमाल करना, एक्सरसाइज न करना, सीढ़ियों के बजाय लिफ्ट का इस्तेमाल, ऐसी आदतों के कारण व्यक्ति जो भी खाता है, उससे बनने वाली कैलोरी बर्न होने के बजाय शरीर में जमा होने लगती है, जिससे पेट के आस-पास चर्बी एकत्र हो जाती है और व्यक्ति का वजन बढ़ने लगता है। ऐसी जीवनशैली इंसुलिन रेजिस्टेंस के खतरे को बढ़ा देती है। इसके अलावा देर रात तक मोबाइल पर रील्स देखने की आदत से होने वाली अनिद्रा की समस्या, अति व्यस्त दिनचर्या के कारण पैदा होने वाला तनाव और इस बीमारी की फैमिली हिस्ट्री यानी आनुवंशिकता जैसे कारणों से आजकल हर आयुवर्ग के लोगों में इस बीमारी के लक्षण नजर आने लगे हैं और इसके मरीजों की तादाद तेजी से बढ़ने लगी है।

कैसे पहचानें लक्षणों को

बार-बार गला सूखना, प्यास लगना, रात में टॉयलेट जाने के लिए कई बार नींद खुलना, ज्यादा भूख लगना, बेवजह थकान और सुस्ती महसूस होना, दृष्टि में धुंधलापन, पैरों में झनझनाहट, ज्यादा भूख लगना, बिना डाइटिंग या एक्सरसाइज के वजन का लगातार घटना जैसे लक्षण दिखाई दें तो आपको सचेत हो जाना चाहिए। कई बार शुरुआती दौर में डायबिटीज टाइप-2 के कोई लक्षण नजर नहीं आते। इसलिए अगर कोई समस्या न हो तो भी हर तीन-चार महीने के अंतराल में शुगर लेवल की जांच कर लेनी चाहिए। अगर सुबह खाली पेट शुगर लेवल 130 से ज्यादा और खाने के 2 घंटे के बाद 180 से अधिक हो तो यह इस बात का संकेत है कि व्यक्ति को डायबिटीज की समस्या है। इसी तरह अगर किसी व्यक्ति का एचबीए1सी (हर तीन महीने के अंतराल पर की जाने वाली वाली शुगर लेवल की जांच) 5.7 से 6.4 के बीच हो तो उसे प्री-डायबिटिक की श्रेणी में रखा जाता है, यानी यदि समय रहते खान-पान और दिनचर्या में सुधार नहीं लाया गया तो ऐसे व्यक्ति को यह बीमारी बहुत आसानी से अपनी गिरफ्त में ले सकती है। अगर किसी व्यक्ति का एचबीए1सी 6.5 से अधिक हो तो उसे डायबिटिक माना जाता है। ऐसी स्थिति में नियमित रूप से एंडोक्राइनोलॉजिस्ट से जांच कराने के साथ उसके सभी निर्देशों का पालन करना जरूरी हो जाता है।

डायबिटिक पेशेंट्स रखें ध्यान

डायबिटीज के मरीजों को अपने भोजन में मिलेट्स यानी ज्वार, बाजरा, रागी, सावां और कंगनी जैसे मोटे अनाजों को प्रमुखता से शामिल करना चाहिए। सिट्रस यानी संतरा, मौसंबी, नीबू और चकोतरा जैसे खट्टे फलों का सेवन भी फायदेमंद होता है। ऐसे मरीजों को जूस पीने के बजाय सीधे फलों का सेवन करना चाहिए क्योंकि फलों का जूस तेजी से शुगर लेवल को बढ़ा देता है। हरी पत्तेदार सब्जियों, दालों, स्प्राउट्स, सत्तू, बादाम, अखरोट और अलसी, कद्दू, खरबूजे, सूरजमुखी के बीजों का सेवन भी फायदेमंद होता है। आम, लीची, केला और चीकू जैसे फलों से दूर रहें। एक ही बार में ज्यादा खाने के बजाय हर 2 घंटे के अंतराल पर थोड़-थोड़ा खाएं। मल्टी ग्रेन आटे की रोटियां और ब्राउन राइस का सेवन करें। चावल उबालने के बाद उसका मांड निकालकर फेंक दें। नियमित रूप से योग, एक्सरसाइज के अलावा रोजाना सुबह-शाम आधे घंटे तक वॉक जरूर करें। संतुलित डाइट और शारीरिक गतिविधियों से बढ़ते वजन को नियंत्रित रखें। डॉक्टर की सलाह के बिना अपने मन से दवा की खुराक में कोई बदलाव न लाएं। ऐसे मरीजों में कई बार अचानक शुगर लेवल घट जाता है, ऐसी स्थिति से उबरने के लिए मरीज को अपने पास टॉफी रखनी चाहिए।।



कई अंगों पर पड़ता है दुष्प्रभाव

- पैरों की नसों में सुन्नपन, झनझनाहट और दर्द, कई बार एड़ियां बुरी तरह फटने लगती हैं।
- ऐसे मरीजों के हार्ट की धमनियों में बैड कोलेस्ट्रॉल जमा होता है, जिससे हार्ट अटैक की आशंका बढ़ जाती है।
- आंखों का रेटिना प्रभावित होता है और इससे अचानक आंखों की दृष्टि कम होने लगती है।
- किडनी की कार्यक्षमता कमजोर पड़ने जाती है, इससे किडनी से प्रोटीन का लीकेज होने लगता है और गंभीर स्थिति में किडनी फेल्योर की भी समस्या हो सकती है।
- गला सूखने और मसूड़ों में संक्रमण की भी आशंका बनी रहती है।
- त्वचा पर अनावश्यक रूखापन या सिरोसिस जैसे लक्षण दिखते हैं।
- अगर त्वचा पर कोई भी खरोंच या चोट लग जाए तो उससे बनने वाले घाव को भरने में ज्यादा समय लगता है। इसलिए ऐसे किसी भी लक्ष्ण को मामूली समझकर अनदेखा न करें। अगर इनमें से कोई भी लक्षण नजर आए तो बिना देर किए डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।



बच्चों में बढ़ता खतरा

सबसे चिंताजनक स्थिति यह है कि आजकल बच्चों में भी डायबिटीज के लक्षण नजर आने लगे हैं। पहले कुछ बच्चों में डायबिटीज टाइप-1 के लक्षण नजर आते थे, लेकिन आजकल खान-पान की गलत आदतों और लापरवाही भरी जीवनशैली के कारण बच्चे वेफर्स, चॉकलेट, केक-पेस्ट्री, पिज्जा, बर्गर और सॉफ्ट ड्रिंक्स जैसी चीजों का सेवन बहुत ज्यादा करते हैं। पार्क में जाकर आउटडोर खेलने-कूदने के बजाय शाम के वक्त घंटों मोबाइल के साथ वक्त बिताते हैं। खान-पान की गलत आदतों और फिजिकल एक्टिविटीज की कमी के कारण आजकल शहरों में रहने वाले अधिकतर बच्चे ओबेसिटी के शिकार हो रहे हैं और इसी वजह से उनमें जुवेनाइल डायबिटीज की समस्या बढ़ रही है। बच्चों को ऐसी समस्या से बचाने के लिए शुरू से ही अपने परिवार में स्वस्थ खान-पान की आदतें विकसित करें। लंच या डिनर से पहले अगर उन्हें हल्की भूख लगे तो उस दौरान मंचिंग के लिए उन्हें चॉकलेट, वेफर्स जैसी चीजें देने के बजाय मौसमी फल, ड्राय फ्रूट्स और रोस्टेड मखाने जैसी चीजें खिलाएं।

स्वस्थ व्यक्ति ऐसे करें बचाव

अगर आपका शुगर लेवल सामान्य है तो इसका मतलब यह नहीं है कि आप असंतुलित खान-पान और अनियमित दिनचर्या अपनाएं। भविष्य में ऐसी समस्या से बचाव के लिए अभी से ही आपकी कोशिश यही होनी चाहिए कि आप अपनी डाइट में चीनी का इस्तेमाल कम से कम करें। घी, तेल, चीनी, मैदा और जंक फूड से दूर रहें। सादा और संतुलित खान-पान अपनाएं। आपकी डाइट में फाइबर, विटमिंस और प्रोटीन की मात्रा अधिक होनी चाहिए। इसके लिए ज्वार, बाजरा और रागी जैसे सभी मोटे आनाजों को अपनी डाइट में प्रमुखता से शामिल करें। हरी सब्जियों और मौसमी फलों का सेवन करें। *

प्रस्तुतिः विनीता

सजेशन
शिखर चंद जैन

मन को एकाग्र रखे माइंडफुलनेस



हमारा शरीर अकसर वहीं होता है, जहां हम मौजूद होते हैं, लेकिन हमारा मन, कई बार बीते कल की किसी घटना, आने वाले कल की चिंता या मोबाइल की अगली सूचना में उलझा रहता है। हम खाना खाते हुए स्क्रीन देखते हैं, चाय पीते हुए काम की चिंता करते हैं और चलते हुए भी मन में दस योजनाएं बनाते रहते हैं। ऐसे में माइंडफुलनेस यानी सजगता हमारे जीवन में बड़ा बदलाव ला सकती है।

क्या है माइंडफुलनेसः माइंडफुलनेस का अर्थ किसी विशेष मुद्रा में बैठना या विचारों को जबरन रोक देना नहीं है। इसका सरल अर्थ है, इस क्षण में पूरी तरह उपस्थित होना। सांस भीतर जा रही है तो उसका अनुभव करना, हाथ में चाय है तो उसकी गर्माहट महसूस करना और चलते समय अपने कदमों की गति को जानना। माइंडफुलनेस जीवन में कुछ नया जोड़ने से अधिक, पहले से मौजूद जीवन को सचमुच देखने की कला है। ठीक यही बात चलते समय भी लागू होती है। एक कदम जमीन पर पड़ता है, फिर दूसरा। शरीर आगे बढ़ता है और मन उसके साथ रहता है। कुछ मिनटों की ऐसी सजग चाल भी हमें अपने शरीर और वर्तमान से दोबारा जोड़ सकती है।

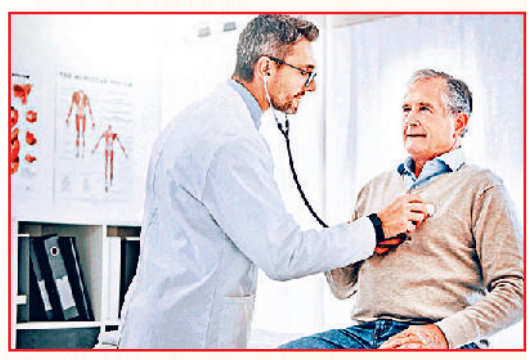
शोध से हुआ साबितः 2024 में नेचर ह्यूमन बिहेवियर में प्रकाशित 37 अलग केंद्रों और 2,239 प्रतिभागियों वाले बड़े अध्ययन में पाया गया कि स्वयं किए जाने वाले छोटे माइंडफुलनेस अभ्यास तनाव कम करने में प्रभावी हो सकते हैं। 2024 की एक अन्य मेटा-विश्लेषण समीक्षा में 111 अध्ययनों और 9,538 प्रतिभागियों के आंकड़ों का विश्लेषण किया गया। इसमें माइंडफुलनेस आधारित कार्यक्रमों से समग्र संज्ञानात्मक क्षमता, ध्यान, मेमोरी और निरंतर एकाग्रता जैसे कुछ क्षेत्रों में छोटे से मध्यम स्तर के सकारात्मक प्रभाव मिले। तनाव कम करने में माइंडफुलनेस का प्रभाव केवल मन की बात नहीं है। इसके पीछे तनाव से जुड़ी मनोवैज्ञानिक और शारीरिक प्रक्रियाओं में बदलाव की भूमिका हो सकती है। वैज्ञानिक कहते हैं कि हालांकि इसका अर्थ यह नहीं कि माइंडफुलनेस हर समस्या का इलाज है। बल्कि यह हमारे पास उपलब्ध एक मानसिक प्रशिक्षण है, जिसे नियमित अभ्यास से मजबूत किया जा सकता है।

ऐसे करें शुरुआतः शुरुआत में दिन में केवल तीन मिनट आंखें बंद करें। सांस को बदलने की कोशिश न करें। बस महसूस करें, सांस आ रही है, सांस जा रही है। विचार आएं तो उन्हें रोकें नहीं। बस पहचानें और धीरे से ध्यान सांस पर वापस ले आएं। फिर कभी चाय पीते समय केवल चाय पीजिए। चलते समय केवल चलिए। बच्चे से बात करते समय केवल बच्चे के साथ रहिए। *

मेडिकल सजेशन
डॉ. रवि दोसी
कंसल्टेंट-पल्मोनरी मेडिसिन
कोकिलाबेन धीरुभाई अंबानी हॉस्पिटल, इंदौर

फेफड़ों में बैक्टीरिया, वायरस या कवक के संक्रमण से खतरनाक रोग निमोनिया हो सकता है। **वर्ल्ड निमोनिया डे (12 नवंबर)** के अवसर पर आपको यहां बता रहे हैं, निमोनिया होने के कारण, लक्षण और उपचार के बारे में।

बरतें पर्याप्त सावधानी निमोनिया से होगा बचाव



दि फोरम ऑफ इंटरनेशनल रेस्पिरेटरी सोसाइटीज के अनुसार फेफड़ों में संक्रमण को निमोनिया कहते हैं। ऐसा संक्रमण बैक्टीरिया, वायरस या फंगस के कारण होता है। संक्रमण के कारण फेफड़ों में सूजन हो जाती है और तरल पदार्थ जमा होने लगते हैं।

बैक्टीरियल निमोनिया के लक्षणः सांस लेने में दिक्कत। शरीर में ऑक्सीजन के स्तर की कमी के कारण भ्रम होना। तेज बुखार। बेचैनी महसूस करना। उल्टी होना। पीले, हरे या रक्तयुक्त बलगम के साथ खांसी। दिल की धड़कन का तेज होना। गहरी सांस लेने पर सीने में दर्द महसूस होना। भूख में कमी। त्वचा या नाखून का नीला पड़ना।

वायरल निमोनिया के लक्षणः मरीज को बैक्टीरियल निमोनिया से संबंधित उपरोक्त लक्षणों के अलावा ये लक्षण भी महसूस हो सकते हैं। जैसे- मांसपेशियों में दर्द। अत्यधिक कमजोरी महसूस होना। सूखी खांसी आना।

छोटे बच्चों में लक्षणः सांस लेते समय घर-घराने जैसी आवाज। पसली चलना। खाना-पीना छोड़ देना। पेशाब की मात्रा में कमी होना। बुखार के साथ ठंड लगना और त्वचा का लाल होना। उल्टी होना।

बुजुर्गों में लक्षणः उपरोक्त बैक्टीरियल लक्षणों के अलावा बुजुर्गों में अनियंत्रित रक्तचाप से संबंधित समस्या उत्पन्न होती है। या फिर उनके रक्त में ऑक्सीजन का स्तर कम हो सकता है। उन्हें अत्यधिक थकान और कमजोरी महसूस होती है।



ट्रीटमेंटः यूरोपियन रेस्पिरेटरी सोसाइटी के एक अध्ययन के अनुसार अगर समय रहते निमोनिया का समुचित रूप से इलाज नहीं कराया गया तो यह स्थिति जानलेवा हो सकती है, क्योंकि फेफड़ों में तरल पदार्थ के एकत्र होने से श्वसन तंत्र की कार्यप्रणाली ठप पड़ सकती है। इस स्थिति में शरीर को पर्याप्त मात्रा में ऑक्सीजन न मिलने पर महत्वपूर्ण अंग अपना कार्य करना बंद कर देते हैं। जांचों के बाद ही डॉक्टर इलाज की प्रक्रिया सुनिश्चित करते हैं। अगर निमोनिया का स्वरूप जीवाणुजनित है तो डॉक्टर मरीज को एंटीबायोटिक्स देते हैं। इसी तरह अगर निमोनिया का स्वरूप वायरस जनित है तो उसे एंटीवायरल दवाएं दी जाती हैं और वहीं फंगल निमोनिया को नियंत्रित करने के लिए एंटी फंगल दवाएं देते हैं। अगर निमोनिया का स्वरूप हल्का है तो ओरल एंटीबायोटिक्स देते हैं। इसके अलावा मरीज के लक्षणों के अनुसार दवाएं दी जाती हैं।

ऐसे करें बचावः बुजुर्गों और वयस्कों में टीकाकरण (वैक्सीनेशन) निमोनिया से बचाव में काफी हद तक सहायक है। जो लोग हाई रिस्क ग्रुप में आते हैं, उन्हें वैक्सीनेशन अवश्य करवाना चाहिए। जीवाणुजनित निमोनिया की रोकथाम के लिए वैक्सीन अलग से उपलब्ध है और वायरस से होने वाले निमोनिया की वैक्सीन अलग है, जिसे एंटी फ्लू वैक्सीन कहते हैं। वयस्कों में यह वैक्सीन लगाई जाती है। इस संदर्भ में अपने डॉक्टर से परामर्श लें। नवजात शिशुओं और 5 साल से कम उम्र के बच्चों को निमोनिया से बचाव के लिए वैक्सीन के डोज दिए जाते हैं। डॉक्टर के परामर्श पर अभिभावकों को शिशुओं को वैक्सीन की डोज तयशुदा समय पर लगवानी चाहिए।

ताकि संक्रमण न फैलेः संक्रमण फैलने से रोकने के लिए खांसते समय अपना मुंह और नाक ढंकें और टिश्यू को तुरंत बंद कचरे के डिब्बे में डालें। किसी वस्तु को खाने से पहले अपने हाथों को कीटाणुनाशक साबुन या हैंड सेनीटाइजर से साफ करें। अपने आवास या कार्यस्थल में उन सतहों को बार-बार साफ करें, जिन्हें लोग अकसर छूते हैं। एक्टिव और पैसिव दोनों तरह के धूम्रपान से बचें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

डॉक्टर्स सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

मॉर्निंग वॉक से जब हो आंखों में जलन की समस्या



मेरी उम्र 60 वर्ष है। सर्दियां शुरू होने के बाद जब भी मैं मॉर्निंग वॉक के लिए निकलता हूं, मेरी आंखों में जलन होने लगती है, कई बार सांस लेने में भी दिक्कत आती है। कृपया कोई उपाय बताएं?

-हरीश, रोहतक

इस समय कई शहरों में प्रदूषण काफी अधिक है। आप रोहतक में हैं। दिल्ली और हरियाणा के आस-पास के शहर भी प्रदूषण की चपेट में हैं। इसलिए आपको खास सावधानी रखनी चाहिए। सुबह के समय वॉक नहीं करना चाहिए, क्योंकि सुबह प्रदूषण का स्तर ज्यादा होता है। धूप निकलने के बाद आपको वॉक करना चाहिए। इसके साथ सबसे जरूरी बात है कि आप मास्क पहनकर ही वॉक पर जाएं। इस तरह आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। सर्दियां शुरू होते ही मेरे बालों में डैंड्रफ की समस्या बढ़ जाती है। बाल रूखे भी हो जाते हैं। इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए?

-करण, रायपुर

सबसे जरूरी बात यह है कि जिस पानी से आप नहाते हैं, वो कैसा है? वो पानी साफ होना चाहिए क्योंकि तमाम शहरों में पानी गंदा आता है। इससे भी बालों की सेहत पर फर्क पड़ता है लेकिन इस बात का ध्यान रखें कि बाजार में मौजूद तरह-तरह के शैंपू, कंडीशनर का इस्तेमाल बगैर डॉक्टर से कंसल्ट किए ना करें। आप जहां रहते हैं, अगर वहां का पानी खारा है तो इस पानी से बाल नहीं धोने चाहिए। नॉर्मल पानी से ही बालों को धोना चाहिए।

मेरी उम्र 44 वर्ष है। कुछ दिनों से बार-बार बुखार और बदन दर्द हो रहा है। कृपया बताएं कि मैं क्या करूं?

-गौतम, बिलासपुर

इस समय मौसम चेंज हो रहा है। कई बार तापमान में उतार-चढ़ाव की वजह से वायरल इंफेक्शन होने की संभावना रहती है। आपको बुखार आ रहा है और शरीर में दर्द हो रहा है तो यह टाइफाइड के लक्षण भी हो सकते हैं, लेकिन बगैर जांच के कुछ भी कहना ठीक नहीं है। आप फिजिशियन से संपर्क करें। वे लक्षण देखकर जांच कराएंगे, जिससे कारण पता चलेगा और उसी के अनुसार ट्रीटमेंट शुरू होगा।

मेरी उम्र 37 वर्ष है। मैं पिछले साल से बीपी की दवा ले रहा हूं फिर भी मुझे बहुत गुस्सा आता है। मैं क्या करूं?

-सचिन, भोपाल

बीपी की दवा ले रहे हैं लेकिन उससे बीपी कम हो रहा है या नहीं, इस पर जरूर ध्यान देना चाहिए। क्योंकि कई बार देखा गया है कि लोग दवा लेते रहते हैं लेकिन उससे बीपी कम नहीं होता या फिर दवा लंबे समय से लेने से बॉडी उसे एक्सेप्ट कर लेती है और उसका लाभ नहीं होता है। इसलिए आप एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लें।

मेरी उम्र 55 वर्ष है। मेरा शुगर लेवल अप-डाउन होता रहता है। कृपया बताएं कि इसे कंट्रोल करने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?

-राजकिशोर, दुर्ग

ऐसे मामलों में दो बातें बहुत मायने रखती हैं। पहला, दवा का रेग्युलर सेवन और दूसरा, खान-पान सही होना यानी, शुगर के अनुसार डाइट लेना। अगर ये दोनों फॉलो करने के बाद भी आपका शुगर लो-हाई हो रहा है तो जरूर एक बार आपको डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। हो सकता है कि दवा की डोज बढ़ाने की आवश्यकता हो।

मेरी उम्र 62 वर्ष है। मैं गैस की प्रॉब्लम से परेशान रहता हूं। इस वजह से भूख भी नहीं लगती है। प्लीज बताएं मुझे क्या करना चाहिए?

-राजेश, महासमुंद

अगर आपको गैस की प्रॉब्लम रहती है तो आपको खान-पान में ध्यान रखने की जरूरत है, क्योंकि आपकी पाचन क्रिया कहीं ना कहीं प्रभावित हो रही है। खान-पान में आप सुबह हल्का नाश्ता करें, साथ में फल और जूस जरूर लें। दोपहर के खाने में छाछ-दही शामिल करें। साथ ही इस बात का ख्याल रखें कि गैस बनाने वाले फूड्स ज्यादा ना खाएं और खाने के बाद थोड़ा वॉक जरूर करें। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

खबर संक्षेप

13 को होगी विकसित भारत युवा संसद भाषण स्पर्धा

सिरसा। मेरा युवा भारत, सिरसा द्वारा 13 नवंबर को चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा में जिला स्तरीय भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। यह प्रतियोगिता विकसित भारत युवा संसद के तहत आयोजित होगी। जिला युवा अधिकारी धनपत ने बताया कि प्रतियोगिता का विषय 'नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत' रखा गया है। इसका मुख्य उद्देश्य युवाओं को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करना और उन्हें नशामुक्त समाज के निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए प्रेरित करना है। उन्होंने बताया कि विकसित भारत-2047 के संकल्प को साकार करने में युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका है। इस प्रतियोगिता के माध्यम से युवाओं को अपने विचार रखने और राष्ट्र निर्माण से जुड़े मुद्दों पर अपनी भागीदारी सुनिश्चित करने का अवसर मिलेगा। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता में प्रत्येक प्रतिभागी को अपने विचार प्रस्तुत करने के लिए तीन मिनट का समय दिया जाएगा।

14.31 ग्राम हेरोइन के साथ दो तस्कर काबू

फतेहाबाद। भूना और टोहाना पुलिस ने अलग-अलग कार्रवाई करते हुए दो युवकों को कुल 14.31 ग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पुलिस ने दोनों आरोपियों के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मुकदमे दर्ज कर आगामी कानूनी कार्रवाई शुरू कर दी है। पहली कार्रवाई थाना भूना पुलिस द्वारा की गई। भूना प्रभारी उप-निरीक्षक कंवर सिंह ने बताया कि उप-निरीक्षक नरेंद्र कुमार अपनी टीम के साथ क्षेत्र में गश्त पर थे। इसी दौरान मिली गुप्त सूचना के आधार पर पुलिस ने भूना-फतेहाबाद रोड पर वीटा दूध डेयरी के नजदीक दबिश दी। वहां खड़े संदिग्ध युवक को काबू कर नियमानुसार जब उसकी तलाशी ली गई, तो उसकी पैंट की जेब से 6.73 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। पकड़े गए आरोपी की पहचान राहुल उर्फ लाली पुत्र बलजीत निवासी वार्ड नंबर 4, भूना के रूप में हुई है। दूसरी कार्रवाई थाना सदर टोहाना पुलिस द्वारा गांव बलियावाला क्षेत्र में अंजाम दी गई।

बाजरे की सरकारी खरीद बंद करने पर जताया रोष

सिरसा। भारतीय किसान एकता के प्रधान लखविंद्र सिंह ने हरियाणा सरकार द्वारा 10 नवंबर को अचानक बाजरे की खरीद बंद करने और ई-खरीद पोर्टल से बाजरे का टोकन बंद करने के फैसले पर कड़ा विरोध जताया है। लखविंद्र सिंह ने इसे सरकार का तुगलकी फरमान करार दिया और कहा कि इससे मंडियों में किसान अपनी फसल बेचने के लिए बेहद परेशान हो रहे हैं। लखविंदर सिंह ने बताया कि बाजरे की सरकारी खरीद 15 नवंबर तक तय थी, लेकिन सरकार ने बिना किसी पूर्व सूचना के 10 नवंबर से ही ई-खरीद पोर्टल से टोकन की सुविधा बंद कर दी। उन्होंने किसानों को सचेत करते हुए कहा कि बाजरा बेचने के लिए सरकार द्वारा एक विशेष फॉर्म जारी किया गया है। जिन किसानों का बाजरा अभी बिकने से बचा हुआ है, वे फॉर्म में अपना नाम, पिता का नाम, गांव, तहसील, मेरी फसल मेरा ब्योरा का पंजीकरण विवरण और बची हुई फसल की सटीक मात्रा भरें।

जिला निर्वाचन अधिकारी एवं ईआरओ के साथ प्रतिनिधियों की बैठक

50 हजार मतदाता एएसडीडी श्रेणी में, 30 को होगा अंतिम मतदाता सूची का प्रकाशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

एसआईआर के तहत एएसडीडी यानि अनुपस्थित, स्थानांतरित, मृत एवं दोहरे श्रेणी में चिन्हित ऐसे मतदाताओं को अंतिम मतदाता सूची में अपना नाम शामिल करवाने का एक और अवसर प्रदान किया जा रहा है, जिनके गणना फॉर्म प्राप्त नहीं होने के कारण ड्राफ्ट मतदाता सूची में नाम शामिल नहीं हो पाया था। इस संबंध में बुधवार को लघु सचिवालय के सभागार में राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों एवं निर्वाचन पंजीयन अधिकारियों के साथ बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने की।

जिला निर्वाचन अधिकारी डॉ. विवेक भारती ने बताया कि जिले के तीनों विधानसभा क्षेत्रों में कुल 50,568 मतदाताओं को एएसडीडी श्रेणी में चिन्हित किया गया है। इनमें टोहाना विधानसभा क्षेत्र में 11,909, फतेहाबाद में 20,796 तथा रतिया में 17,863 मतदाता शामिल हैं। श्रेणीवार आंकड़ों के अनुसार 8,683 अनुपस्थित, 21,110 स्थानांतरित, 18,158 मृत तथा 2,224 दोहरे मतदाताओं के अलावा 393 अन्य श्रेणी के मतदाता चिह्नित किए गए हैं। डॉ. विवेक भारती ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि इन मतदाताओं की बूथवार सूचियां संबंधित मतदान केंद्रों, पंचायत भवनों एवं शहरी स्थानीय निकाय कार्यालयों के नोटिस बोर्ड पर प्रदर्शित की जाएं तथा मुख्य निर्वाचन अधिकारी की वेबसाइट पर भी रीडेबल पीडीएफ प्रारूप में उपलब्ध करवाई जाएं।

जिला निर्वाचन अधिकारी डॉ. विवेक भारती ने बताया कि दावे एवं आपत्तियां निपटान की अवधि 20 नवंबर तक निर्धारित की गई है। अंतिम मतदाता सूची का प्रकाशन 30 नवंबर को किया जाएगा। ईआरओ डैशबोर्ड के माध्यम से एएसडीडी श्रेणी के मतदाताओं के आंशिक रूप से भरे हुए गणना फॉर्म दोबारा जनरेट किए जाएंगे, ताकि बीएलओ व्यक्तिगत संपर्क एवं व्हाट्सएप, ई-मेल तथा एसएमएस के माध्यम से मतदाताओं तक फॉर्म पहुंचा सकें।

जिला निर्वाचन अधिकारी डॉ. विवेक भारती ने निर्देश दिए कि जिन मतदाताओं का निवास स्थान नहीं बदला है, वे स्व-घोषणा आधारित गणना फॉर्म (अनुलग्नक-ए) के साथ अनुलग्नक-बी जमा करवा सकते हैं। इसे संबंधित ईआरओ, एईआरओ अथवा बीएलओ के पास भौतिक रूप से या ईसीआईनेट के माध्यम से ई-साइन कर ऑनलाइन जमा करवाया जा सकता है। वहीं, राज्य के भीतर निवास स्थान बदलने वाले मतदाताओं को नए विधानसभा क्षेत्र के ईआरओ/एईआरओ के पास गणना फॉर्म के साथ अनुलग्नक-सी और नए निवास का प्रमाण देना होगा। बेघर व्यक्तियों के मामले में बीएलओ की क्षेत्रीय सत्यापन रिपोर्ट को निवास प्रमाण के रूप में स्वीकार किया जा सकेगा। मतदाता आयोग के पोर्टल अथवा ईसीआईनेट ऐप के माध्यम से अपने पुराने ईपीआईसी नंबर का उपयोग करके भी फॉर्म डाउनलोड एवं जमा कर सकते हैं।



फतेहाबाद। राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों व ईआरओ के साथ बैठक करते हुए जिला निर्वाचन अधिकारी। फोटो: हरिभूमि

ये रहे उपस्थित

बैठक में एसडीएम टोहाना आकाश शर्मा, एसडीएम फतेहाबाद राजेश कुमार, एसडीएम रतिया सुरेन्द्र सिंह, सीटीएम गौरव गुप्ता, चुनाव नायब तहसीलदार राजकुमार सहित राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि आम आदमी पार्टी से धर्मपाल, बसपा से जिले सिंह, भाजपा से विक्रम शर्मा, सीपीआईएम से पवन कुमार, कांग्रेस से सुशील बिश्नोई व सीता राम और इनेलो से राजेश शर्मा उपस्थित रहे।



सिरसा। उपायुक्त राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक करते हुए।

96,848 मतदाताओं का होगा पुनः सत्यापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

उपायुक्त व जिला निर्वाचन अधिकारी शांतनु शर्मा ने बुधवार को राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक की। बैठक में जिला में चल रहे मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के तहत एएसडीडी सूची यानि अनुपस्थित, स्थान बदलने, मृत और दोहरे नाम जैसी स्थिति में ड्राफ्ट मतदाता सूची में नाम न होने पर उचित दस्तावेज के साथ सूची में नाम जुड़वाने संबंधी प्रक्रिया के बारे में बताया गया। मतदाता सूची के गहन पुनरीक्षण के दौरान जिन मतदाताओं के नाम मतदाता सूची में दर्ज नहीं हुए हैं, वे मतदाता गणना प्रपत्र एवं निर्धारित घोषणा पत्र जमा करवा कर अपना नाम पुनः मतदाता सूची में दर्ज करवा सकते है। इस कार्य के लिए सभी बूथ लेवल अधिकारी घर-घर जाकर इन मतदाताओं की पुनः वेरिफिकेशन करेंगे। जिला सिरसा में पांचों विधानसभा निर्वाचन क्षेत्र अनुसार एएसडीडी की कुल संख्या 96848 है जिनमें कालांवाली में 10303, डबवाली में 18852, रानियां में 12058, सिरसा में 47697 और ऐलनाबाद में 7938 है।

अधिकारी घर-घर जाकर करेंगे संपर्क

उपायुक्त ने बताया कि जिला के सभी बूथ लेवल अधिकारी एएसडीडी सूची अनुसार राजनीतिक दलों के बूथ लेवल एजेंट के समन्वय से ऐसे मतदाताओं से संपर्क करते हुए घर-घर जाकर वैरीफिकेशन करेंगे। इसके अलावा पड़ोसियो, परिवार के सदस्यों एवं उपलब्ध संपर्क माध्यमों से भी जानकारी प्राप्त करेगे उनसे गणना प्रपत्र तथा घोषणा पत्र भरवाकर पुनः उनका नाम मतदाता सूची में दर्ज करेंगे। बैठक में विभिन्न राजनीतिक दलों से कुलदीप, हंसराज सामा, विजय कुमार, प्रेम राठी, तरुण, अनिल कुमार, बलबीर कौर, रामधन आदि प्रतिनिधि मौजूद रहे।

गाड़ी में जबरन ले जाकर दुष्कर्म करने के मामले में पुलिस के हत्थे चढ़ा दूसरा आरोपी

फतेहाबाद। नाबालिग के अपहरण और दुष्कर्म के मामले में थाना सदर टोहाना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दूसरे आरोपी को भी गिरफ्तार कर लिया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान अमन पुत्र रघबीर निवासी उचाना कलां, जिला जींद के रूप में हुई है। उल्लेखनीय है कि इस मामले में पुलिस इससे पहले मुख्य आरोपी अभिमन्यु पुत्र राजकुमार निवासी उचाना को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है। थाना सदर टोहाना के प्रभारी निरीक्षक साधुराम ने बताया कि कुछ दिन पूर्व पुलिस को एक नाबालिग के रहस्यमय परिस्थितियों में लापता होने के संबंध में शिकायत प्राप्त हुई थी। परिजनों ने जब अपने स्तर पर तलाश शुरू की और आसपास के सीसीटीवी फुटेज खंगाले, तो सामने आया कि कुछ युवक नाबालिग को जबरन एक गाड़ी में बैठाकर ले गए हैं। इसके बाद परिजनों ने गाड़ी का पता लगाकर नाबालिग को सुरक्षित बरामद कर लिया था, हालांकि गाड़ी में सवार आरोपी मौके से फरार हो गए थे। निरीक्षक साधुराम ने बताया कि पीड़ित पक्ष की शिकायत के आधार पर थाना सदर टोहाना में दो नवंबर को केस दर्ज किया गया था। मामले की जांच को आगे बढ़ाते हुए पुलिस ने कड़ियों को जोड़ा और अब दूसरे आरोपी अमन को भी धर दबोचा है।



पुलिस ने बरामद किए 13 गुमशुदा मोबाइल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद साइबर पुलिस ने विभिन्न स्थानों पर खोए हुए 13 मोबाइल फोन बरामद कर उनके वास्तविक मालिकों को सुरक्षित सुपुर्द किए। साइबर थाना फतेहाबाद की टीम ने आधुनिक तकनीकी संसाधनों का प्रभावी उपयोग करते हुए यह कामयाबी हासिल की है। स्वयं पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर ने अपने हाथों से ये मोबाइल फोन उनके मालिकों को सौंपे, जिन्हें पाकर नागरिकों के चेहरों पर मुस्कान लौट आई। नागरिकों ने साइबर पुलिस की कार्यशैली, तत्परता और संवेदनशीलता की खुले दिल से सराहना करते हुए पुलिस प्रशासन का आभार व्यक्त किया। साइबर थाना प्रभारी निरीक्षक राहुल कुमार ने बताया कि नागरिकों द्वारा लगातार गुमशुदा मोबाइलों को लेकर शिकायतें दर्ज करवाई जा रही थीं। इन शिकायतों को बेहद गंभीरता से लेते हुए पुलिस टीम ने आधुनिक तकनीकी सहायता, आईएमईआई ट्रैकिंग और सर्विलांस का सहारा लिया। तकनीकी पड़ताल के बाद फतेहाबाद, रतिया, भूना, टोहाना, भट्टू और सिरसा क्षेत्र के विभिन्न स्थानों पर गुम हुए इन 13 मोबाइल फोन की लोकेशन ट्रेस कर इन्हें सफलतापूर्वक बरामद किया गया। आवश्यक पहचान और सत्यापन की कानूनी प्रक्रिया पूरी करने के बाद इन्हें इनके असली मालिकों तक पहुंचाया गया।



फतेहाबाद। लोगों को उनके गुम मोबाइल लौटाते एसपी।

मोबाइल पाने वाले 13 नागरिक

साइबर पुलिस के प्रयासों से अपना खोया हुआ फोन वापस पाने वाले नागरिकों में हरदीप सिंह गांव थेड़ी, अशमीत सिंह रतिया, रामदास रतिया, अमन कुमार हिजरावां खुर्द, कमल मातूराम कॉलोनी, फतेहाबाद, सुभाष चंद्र चिंदड़, रामचंद्र भूना, नीतू रानी टोहाना, सोनू शर्मा गोरखपुर, भारत भूषण भगत सिंह कॉलोनी, सिरसा, परवीन कुम्हारिया, सुरेश भट्टू और कमल दरियापुर शामिल हैं। एसपी साइबर थानों प्रभारी निरीक्षक राहुल कुमार और उनकी पूरी टीम की पीठ थपथपाते हुए उनके उत्कृष्ट और समर्पित प्रयासों की सराहना की।

न्यूज डायरी

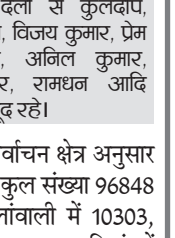


भारत विकास परिषद ने दानी परिवार को किया सम्मानित

रतिया। स्व. माता शीला देवी की पावन स्मृति में बंसल परिवार ने रतिया शहर के बीचों-बीच पिंगलवाड़ा निर्माण के लिए 11 मरले जमीन और 2 लाख रुपये की राशि दान देने की घोषणा की है। इसके साथ ही परिवार द्वारा माता शीला देवी के मरणोपरांत नेत्रदान करवाकर समाज के सामने एक प्रेरणादायक मिसाल भी कायम की गई है। इस पुण्य कार्य के लिए भारत विकास परिषद शाखा रतिया ने अग्रवाल धर्मशाला में बंसल परिवार को नेत्रदान परिवार सम्मान व प्रमाण पत्र देकर विशेष रूप से सम्मानित किया। दान की घोषणा के दौरान बंसल परिवार ने माता शीला देवी की याद में रतिया शहर की सभी गौशालाओं को भी दान राशि भेंट की। परिवार ने पिंगलवाड़ा के निर्माण व संचालन के लिए किसी सामाजिक संस्था से इसे गोद लेने का आह्वान किया, जिसे कार्यक्रम में मौजूद भारत विकास परिषद रतिया के पदाधिकारियों ने तुरंत स्वीकार कर लिया।

फॉरेन मेडिकल ग्रेजुएट एग्जाम किया क्रैक

फतेहाबाद। प्रतिभा किसी संसाधन या संस्थान की मोहताज नहीं होती, इस बात को फतेहाबाद की बेटी डॉ. रीचा लखेरा ने सच साबित कर दिखाया है। उन्होंने फॉरेन मेडिकल ग्रेजुएट एग्जामिनेशन यानि एफएमजीई अक्टूबर 2026 की कठिन परीक्षा अपने पहले ही प्रयास में शानदार 206 अंक हासिल कर उत्तीर्ण कर ली है, जिससे पूरे जिले में खुशी की लहर दौड़ गई है। डॉ. रीचा लखेरा मास्टर संजय कुमार लखेरा की सुपुत्री हैं। उनकी इस सफलता की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि उन्होंने अपनी बारहवीं तक की स्कूली शिक्षा स्थानीय राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, फतेहाबाद से ही प्राप्त की है। एक सरकारी विद्यालय में शिक्षा ग्रहण कर चिकित्सा के क्षेत्र में इस मुकाम तक पहुंचना न केवल उनके परिवार और विद्यालय के लिए, बल्कि पूरे क्षेत्र की सरकारी शिक्षा व्यवस्था के लिए भी गौरव का विषय है। रीचा की इस शानदार सफलता के पीछे उनकी निरंतर मेहनत, अटूट लगन, अनुशासन और परिजनों का भरपूर सहयोग रहा है।



श्री रघुनाथ मंदिर में मनाया गया अन्नकूट पर्व

फतेहाबाद। श्री रघुनाथ मंदिर में अन्नकूट पर्व धूमधाम से मनाया गया, जिसमें सैंकड़ों श्रद्धालुओं ने गोवर्धन पूजा में भाग लिया। इस मौके पर मंदिर सभा के प्रधान टेकचंद मिद्धा, उपप्रधान कैलाश बत्रा ने मुख्य यजमान के तौर पर पूजा करवाई। टेकचंद मिद्धा ने बताया कि प्रत्येक वर्ष श्री रघुनाथ मंदिर में अन्नकूट पर्व धूमधाम से मनाया जाता है तथा गिरीराज गोवर्धन जी की पूजा की जाती है। मंदिर के पुजारी राकेश शर्मा ने गिरिराज गोवर्धन महाराज की विधिवत पूजा-अर्चना करवाई तथा भजन कीर्तन के माध्यम से गिरिराज जी महाराज का गुणगान किया। पुजारी जी ने गोवर्धन जी का माहात्म्य तथा कथा सुनाई, जिसका श्रद्धालुओं ने बड़े ही भाव से श्रवण किया।

श्रद्धा से मनाया गुरता गद्दी दिवस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी के पावन गुरता गद्दी दिवस के उपलक्ष्य में श्री गुरु ग्रंथ साहिब सेवा ट्रस्ट रतिया की ओर से गुरुद्वारा पुराना बाजार में विशेष धार्मिक समागम का आयोजन श्रद्धा एवं उत्साह के साथ किया गया। इस अवसर पर 9 नवंबर को आरंभ किए गए श्री अखंड पाठ साहिब के भोग 11 नवंबर को श्रद्धापूर्वक डाले गए। समागम में क्षेत्र की संगत ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। ट्रस्ट के प्रधान जरनैल सिंह ने बताया कि गुरता गद्दी दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित विशेष गुरमत समागम के दौरान रागी तिरलोक सिंह के जत्थे ने गुरबाणी के शब्द कीर्तन के माध्यम से संगत को निहाल किया। उन्होंने बताया कि सिख धर्म के दसवें पातशाह साहिब-ए-कमाल श्री गुरु गोबिंद सिंह जी महाराज ने वर्ष 1708 में नांदेड़ की पावन धरती पर ज्योति-जोत समाने से पहले संगत को आदेश दिया था कि आज के बाद श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी ही सिखों के शाश्वत गुरु होंगे। गुरु साहिब ने श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी को गुरता गद्दी प्रदान कर समस्त सिख संगत को शब्द गुरु के साथ जोड़ दिया था। इस अवसर पर ट्रस्ट के उपप्रधान फतेह सिंह भुल्लर ने क्षेत्रवासियों को गुरता गद्दी दिवस की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि समूची सिख संगत श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी को अपना शाश्वत गुरु मानकर शीश झुकाती है।



रतिया। समागम में शब्द कीर्तन करते रागी जत्था।

ये रहे उपस्थित

हरियाणा गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के मेंबर इकबाल सिंह खोखर, करमजीत सिंह बिगड़, अमनप्रीत कौर जाखल, गुरमेल सिंह शहनाल, विशेष तौर पर शिरकत किया। समागम के दौरान गुरु का अटूट लंगर भी बरताया गया। इस अवसर पर ट्रस्ट के सचिव गुरचरन सिंह, उपप्रधान नछत्तर सिंह, सहसचिव शीशपाल सिंह, कोषाध्यक्ष जगजीत सिंह, रूप सिंह, शेर सिंह खोखर, सुरेंद्रपाल सिंह, जयपाल सिंह, शेर सिंह, मास्टर मंजीत सिंह, मख्खन सिंह, मास्टर सुरेंद्र सिंह, गुरबचन सिंह, जगरूप सिंह, गुरचरन सिंह चरना, अवतार सिंह, सुखविंदर सिंह, जरनैल सिंह लाली रोड, दर्शन सिंह, मिठू सिंह सहित ट्रस्ट के अनेक सदस्य एवं संगत मौजूद रही।



सिरसा। विजेता खिलाड़ियों को सम्मानित करते हुए।

गोल्ड मेडलिस्ट खिलाड़ियों को समारोह में किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

सीबीएसई नेशनल वॉलीबॉल चैंपियनशिप में दयानंद स्कूल की अंडर-14 वॉलीबॉल टीम के शानदार प्रदर्शन करते हुए गोल्ड मेडल जीतकर लौटने पर टीम के सम्मान में बुधवार को स्कूल में सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में हरियाणा वॉलीबॉल एसोसिएशन के अध्यक्ष करण चौटाला ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। करण चौटाला ने खिलाड़ियों की शानदार उपलब्धि की सराहना करते हुए कहा कि खेल विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने खिलाड़ियों को भविष्य में भी इसी तरह मेहनत, अनुशासन और लगन के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय प्रबंधन एवं प्राचार्या ने खिलाड़ियों को बधाई देते हुए कहा कि यह जीत पूरे विद्यालय, क्षेत्र और प्रदेश के लिए गर्व का विषय है।

परियोजनाएं पूरी करने से होगा देश का विकास: सैलजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

- सरकार को स्पष्ट करना चाहिए कि स्मार्ट सिटी मिशन के अंतर्गत कितनी परियोजनाएं पूरी हुईं

सांसद कुमारी सैलजा ने केंद्र और हरियाणा की भाजपा सरकारों की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाते हुए कहा कि कांग्रेस शासन में आरंभ की गई विकास योजनाओं के नाम और स्वरूप बदलकर उन्हें नई उपलब्धियों के रूप में प्रस्तुत करने की राजनीति से देश का वास्तविक विकास नहीं हो सकता। कुमारी सैलजा ने कहा कि केंद्र सरकार की परियोजना निगरानी संबंधी अक्टूबर 2026 की रिपोर्ट पर आधारित प्रकाशित समाचार के अनुसार 1,853 बड़ी परियोजनाओं की लागत में लगभग 3.22 लाख करोड़ रुपये की वृद्धि दर्ज की गई है। इनमें 25 मेगा परियोजनाओं की लागत ही करीब 2.11 लाख करोड़ रुपये बढ़ी है। यह स्थिति सरकारी निगरानी, समयबद्ध क्रियान्वयन और वित्तीय जवाबदेही पर गंभीर प्रश्न खड़े करती है। सांसद ने कहा कि कांग्रेस सरकार के समय शुरू किए गए जवाहरलाल नेहरू राष्ट्रीय शहरी नवीकरण मिशन के बाद भाजपा सरकार ने स्मार्ट सिटी मिशन को बड़े प्रचार के साथ प्रस्तुत किया। सरकार को स्पष्ट करना चाहिए कि स्मार्ट सिटी मिशन के अंतर्गत कितनी परियोजनाएं पूरी हुईं, कितना धन खर्च हुआ और नागरिकों को वास्तविक लाभ कितना मिला।

डाइट मताना में 30 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर का प्रथम चरण संपन्न

योग प्रशिक्षण शिविर होगा उपयोगी एवं सार्थक : श्योराण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

डाइट मताना में पीजीटी शारीरिक शिक्षा, डीपीई एवं पीटीआई के लिए आयोजित 30 दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर के प्रथम चरण का समापन हुआ। इस अवसर पर खंड फतेहाबाद, भट्टू व भूना के 101 शारीरिक शिक्षक उपस्थित रहे।

डाइट मताना के प्राचार्य विनोद कुमार श्योराण ने कहा कि यह योग प्रशिक्षण शिविर विद्यार्थियों एवं आमजन के लिए अत्यंत उपयोगी एवं सार्थक सिद्ध होगा। उन्होंने कहा कि योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाकर स्वस्थ, अनुशासित एवं सकारात्मक जीवनशैली अपनाई जा सकती है। प्रशिक्षित शारीरिक शिक्षा शिक्षक विद्यालयों में योग का प्रभावी प्रचार-प्रसार कर विद्यार्थियों को स्वस्थ जीवन की दिशा में प्रेरित कर सकते हैं। डाइट के वरिष्ठ प्रवक्ता शेर सिंह ने सभी प्रतिभागियों से अपने कार्यों को पूरी ईमानदारी, निष्ठा एवं समर्पण भाव से करने का आह्वान किया। वरिष्ठ योग प्रशिक्षक मदन गोपाल आर्य ने प्रशिक्षण के दौरान प्रतिभागियों को योग की विभिन्न विधाओं का सैद्धांतिक एवं व्यावहारिक ज्ञान प्रदान किया। उन्होंने आसन, प्राणायाम, सूक्ष्म क्रियाओं, षट्कर्म, मुद्राओं, हठयोग, योगासन स्पोर्ट्स तथा श्रीमद्भगवद्गीता के श्लोकों की विस्तारपूर्वक जानकारी दी। उन्होंने बताया कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा के संतुलित विकास का सशक्त माध्यम है। आयुष विभाग की योग विशेषज्ञ अंबिका पांटा ने प्रातःकालीन सत्र में प्रतिभागियों को विभिन्न यौगिक क्रियाओं का गहन अभ्यास करवाया। योग आयुष सहायक सुरेन्द्र कुमार शर्मा ने प्रतिदिन विभिन्न संतों एवं महापुरुषों का जीवन परिचय विस्तारपूर्वक प्रस्तुत किया तथा उनके जीवन से मिलने वाली प्रेरणाओं एवं आदर्शों से प्रतिभागियों को अवगत करवाया। शिविर के नोडल अधिकारी डॉ. ईश्वर धतरवाल ने बताया कि शिविर का दूसरा चरण 16 नवम्बर से आरम्भ होगा।



फतेहाबाद। योग शिविर में भाग लेते शारीरिक शिक्षा शिक्षक। फोटो: हरिभूमि

खबर संक्षेप

सिरसा में हेरोइन सहित दो युवक गिरफ्तार, केस

सिरसा। पुलिस ने कंगनपुर रोड रेलवे फाटक दो युवकों को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि सीआईए ऐलनाबाद की टीम गश्त व चेकिंग के दौरान कंगनपुर रोड रेलवे फाटक के पास मौजूद थी। इसी दौरान सामने से एक युवक पैदल आता दिखाई दिया। पुलिस की गाड़ी को देखकर युवक अचानक वहां से भागने लगा। तलाशी लेने पर आरोपी दिलबाग सिंह के कब्जे से 6 ग्राम 8 मिलीग्राम हेरोइन बरामद हुई।

पीर मंदिर में 45वां शुभ दीवान व भंडारा 15 को

सिरसा। पीर मंदिर में 45वां शुभ दीवान व भंडारा 15 नवंबर को आयोजित किया जाएगा। जगदीश सिडाना ने बताया कि कार्यक्रम में चिराग-ए-रोशन प्रीतम छाबड़ा करेंगे जबकि सत्संग व प्रवचन बाबा रामां जी करेंगे। पटियाला से टोनी सुलतान व सिरसा से सुरेश ग्रोवर जागरण ग्रुप की ओर से बाबाजी की महिमा का गुणगान किया जाएगा। सत्संग के उपरांत भंडारा आयोजित किया जाएगा।

बेनतीजा रही बातचीत, अधिकारियों के टाल-मटोल रवैये पर जताया रोष

फतेहाबाद में किसानों का पड़ाव जारी, महिलाओं ने संभाला मोर्चा

किसानों ने कहा मांगें नहीं मानी तो चंडीगढ़ कूच करेंगे

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

नहरबंदी के विरोध और ओलावृष्टि से खराब फसलों के मुआवजे की मांग को लेकर पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के बैनर तले डीसी कार्यालय के बाहर किसानों का अनिश्चितकालीन पड़ाव लगातार जारी है। आंदोलन के बीच जिला प्रशासन ने किसान संगठन के प्रतिनिधिमंडल को बातचीत के लिए बुलाया, लेकिन अधिकारियों के अडियल और टाल-मटोल रवैये के कारण यह वार्ता पूरी तरह बेनतीजा साबित हुई। पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति के प्रदेश अध्यक्ष मनदीप नथवान के नेतृत्व में एक प्रतिनिधिमंडल प्रशासनिक अधिकारियों से बातचीत करने पहुंचा। बैठक के बाद मनदीप नथवान ने बताया कि उन्होंने प्रशासन के सामने स्पष्ट रूप से नहरों में महीने में मात्र 7 दिन पानी देने के नए शेड्यूल का विरोध किया और नहरों में लगातार दो सप्ताह पानी छोडऩे की पुरजोर मांग रखी। इसके साथ ही ओलावृष्टि से पूरी तरह तबाह हुई फसलों का प्रति एकड़ एक लाख रुपये मुआवजा देने का मुद्दा उठाया। हालांकि, दोनों ही मुख्य मांगों पर प्रशासन का रवैया पूरी तरह टाल-मटोल वाला रहा, जिसके चलते वार्ता बेनतीजा समाप्त हो गई।



फतेहाबाद। डीसी कार्यालय के बाहर किसानों के पड़ाव पर पहुंची महिलाएं। फोटो : हरिभूमि

महिलाओं की दिखी दमदार भागीदारी

आज डीसी कार्यालय के बाहर धरना स्थल पर माहौल तब और मजबूत दिखा जब बड़ी संख्या में महिलाओं ने पहुंचकर मोर्चे की कमान संभाली। आज के धरने की अध्यक्षता किसान नेता महेन्द्र मोची, सुक्खा दिगोह और कुलदीप ढाबी ने संयुक्त रूप से की। मंच संचालन और धरने को सतीश बैनीवाल, जगदीश जुगलान, प्रकाश ममेरा, भरत सिंह दैयड़ सहित अनेक प्रमुख किसान नेताओं ने संबोधित किया और किसानों को एकजुट रहकर संघर्ष जारी रखने का आह्वान किया।

16 को मनाया जाएगा नशा विरोधी दिवस

किसान समिति ने बड़ा ऐलान करते हुए कहा कि आने वाली 16 नवंबर को शहीद करतार सिंह सराभा के शहादत दिवस के अवसर पर इस पक्के मोर्चे पर नशा विरोधी दिवस के रूप में कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा, जिसमें सामाजिक बुराइयों के खिलाफ भी आवाज उठाई जाएगी।

मुआवजे के किसान हो रहे परेशान : नथवान

धरना स्थल से किसानों को संबोधित करते हुए प्रदेश अध्यक्ष मनदीप नथवान ने लेट गिरदावरी शुरू करने पर प्रशासन को घेरा और कहा कि इससे अब किसानों को मुआवजा मिलने में दिक्कतों का सामना करना पड़ेगा। उन्होंने कहा कि सरकार केवल 5 एकड़ तक 15 हजार रुपये मुआवजा देने का प्रावधान कर किसानों के साथ भद्दा मजाक न करे। सभी प्रभावित किसानों को 1 लाख रुपये प्रति एकड़ मुआवजा सीधे उनके खातों में दिया जाए और गेहूं बिजाई के लिए नहरों में लगातार दो सप्ताह पानी छोड़ा जाए। नथवान ने दो टूक शब्दों में कहा कि यदि सरकार और प्रशासन ने किसानों की इन जायज मांगों पर जल्द ध्यान नहीं दिया, तो आंदोलन के अगले चरण में किसान एकजुट होकर चंडीगढ़ कूच करेंगे, जिसकी पूरी जिम्मेदारी सरकार और प्रशासन की होगी।



फतेहाबाद। एसडीएम कार्यालय घेराव को लेकर पीड़ित किसानों से मिलते किसान सभा के पदाधिकारी।

किसान आज रतिया एसडीएम कार्यालय का करेंगे घेराव

फतेहाबाद। जिले के अनेक गांवों में बेमौसम ओलावृष्टि से बर्बाद हुई धान की फसल के उचित मुआवजे की मांग को लेकर किसानों का गुस्सा बढ़ता जा रहा है। सरकार व प्रशासन की ओर से अब तक राहत न दिए जाने के विरोध में अखिल भारतीय किसान सभा ने आंदोलन का ऐलान किया है। इसके तहत 12 नवंबर को सुबह 11 बजे पीड़ित किसान रतिया एसडीएम कार्यालय पहुंचकर प्रदर्शन करेंगे। किसान सभा की जिला व तहसील कमेटी की टीम ने प्रभावित गांवों का दौरा कर ओलावृष्टि से खराब हुई धान की फसलों का जायजा लिया। इस दौरान नेताओं ने किसान परिवारों से मुलाकात की और खेतों में जाकर नुकसान देखा। निरीक्षण दल में जिला प्रधान विष्णुदत्त, जिला सचिव मा. राजेन्द्र प्रसाद बाटु, जगतार सिंह, मंगत राम सहनाल, छत्रपाल सिंह, पूर्व जिला पार्षद रामचंद्र सहनाल, केवल सिंह रताथेह और मनीष सिवाच शामिल रहे। किसान सभा के जिला प्रधान विष्णुदत्त ने खेतों का जायजा लेने के बाद कहा कि ओलावृष्टि से धान की फसल पूरी तरह तबाह हो चुकी है, लेकिन प्रशासन और सरकार ने अब तक किसानों को कोई राहत नहीं दी है। किसानों की आर्थिक स्थिति दयनीय हो चुकी है। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि सरकार ने जल्द से जल्द किसानों को पूरा मुआवजा नहीं दिया और मांगों का समाधान नहीं किया तो किसान चुप नहीं बैठेंगे। किसान सभा ने प्रशासन के समक्ष प्रमुख मांगें रखी हैं। इनमें बर्बाद फसल की सर्वे रिपोर्ट को सार्वजनिक करना, पूरे खराबे का पूर्ण मुआवजा देना, और मुआवजे के आकलन के लिए गांव के बजाय प्रति एकड़ को इकाई मानना शामिल है। इसके अलावा, फसल खराबे के लिए 5 एकड़ की सीमा हटाकर पूरे बर्बाद खेत को पोर्टल में दर्ज कर मुआवजा देने, पीड़ित किसानों के छह महीने के बिजली बिल व बैंक लोन का ब्याज माफ करने सहित अन्य मांगों को लेकर किसान विरोध दर्ज करवाएंगे।

- बर्बाद फसल का मुआवजा और सर्वे रिपोर्ट सार्वजनिक करने की मांग

चेयरमैन रामचंद्र कंबोज ने गोशालाओं को अनुदान राशि के चेक वितरित किए

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

गांव केलनिया स्थित नंदीशाला में गोसेवा एवं गोवंश संरक्षण को प्रोत्साहन देने के उद्देश्य से कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें हरियाणा गौसेवा आयोग के चेयरमैन रामचंद्र कंबोज ने मुख्य रूप से शिरकत की और 21 गौशालाओं को लाखों रुपए की अनुदान राशि के चेक वितरित किए।

चेयरमैन रामचंद्र कंबोज ने कहा कि गौवंश का संरक्षण करना केवल धार्मिक आस्था का विषय नहीं, बल्कि हमारी सामाजिक और सांस्कृतिक जिम्मेदारी भी है। प्रदेश सरकार गौवंश के संरक्षण, संवद्र्धन और नंदीशालाओं की व्यवस्था को बेहतर बनाने के लिए निरंतर प्रयास कर रही है। गौसेवा आयोग का उद्देश्य प्रदेश की गोशालाओं और नंदीशालाओं को आर्थिक एवं व्यवस्थागत सहयोग उपलब्ध करवाकर गोवंश के लिए बेहतर सुविधाएं सुनिश्चित करना है। उन्होंने कहा कि नंदीशालाओं में चारे, पानी, शेड, चिकित्सा और साफ-सफाई जैसी मूलभूत सुविधाओं का विशेष ध्यान रखा जाना चाहिए। अनुदान राशि मिलने से नंदीशालाओं के संचालन में सहयोग मिलेगा और गोवंश की देखभाल से जुड़े कार्यों को गति मिलेगी। उन्होंने गौसेवा में लगे संचालकों और सेवाभावी लोगों की सराहना करते हुए कहा कि समाज के सहयोग से ही गौवंश संरक्षण के अभियान को व्यापक स्तर पर सफल बनाया जा सकता है। भाजपा जिलाध्यक्ष यतींद्र सिंह ने कहा कि भारतीय संस्कृति में गाय को विशेष स्थान प्राप्त है। गोसेवा का अपार महत्व है।



सिरसा। चेयरमैन गौशालाओं को अनुदान राशि के चेक वितरित करते हुए।

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर चेयरमैन रोहताश जांगड़ा, ब्रह्माकुमारी प्रीति, मनीषा, नगर परिषद चेयरमैन वीर शांति स्वरूप, राजेश मित्तल, वेदभूषण गर्ग, सतीश शर्मा, विजय बंसल, राजेश जलंधरा, हनुमान कुंडू सहित अन्य गणमान्यजन उपस्थित थे।

शादी के नाम पर नाबालिग का शोषण करने का आरोपी काबू

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

नाबालिग लडक़ी को बहला-फुसलाकर उसके साथ दुष्कर्म करने और बाद में शादी के नाम पर शोषण करने के गंभीर मामले में सिरसा महिला थाना पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान दिलीप निवासी चतरगढ़ पट्टी सिरसा के रूप में हुई है।

पीड़िता की मां ने पुलिस को दी शिकायत में आरोप लगाया गया कि दिलीप उसकी नाबालिग बेटी को बहला-फुसलाकर अपने साथ ले गया और उसके साथ दुष्कर्म किया। इसके चलते लडक़ी गर्भवती हो गई। मामला कानूनी कार्रवाई तक पहुंचने पर आरोपी पक्ष ने शादी का दबाव बनाया। आरोप है कि युवक के पिता ने अपनी सरकारी नौकरी और सामाजिक प्रतिष्ठा का हवाला देकर परिवार को विवाह के लिए राजी किया। शिकायत में विवाह के बाद भी पीड़िता की मुश्किलें खत्म नहीं होने के आरोप लगाए गए हैं। आरोप है कि उसे घरेलू हिंसा, मारपीट और मानसिक प्रताडऩा का सामना करना पड़ा। इतना ही नहीं, पति पर खुद नशा करने और पत्नी को भी नशे के लिए मजबूर करने का आरोप है। पुलिस ने 7 नवंबर को महिला थाना सिरसा में बाल विवाह प्रतिषेध अधिनियम, पोक्सो एक्ट और भारतीय न्याय संहिता की संबंधित धाराओं के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू की थी। मामले की जांच पीएसआई कोमल सिंह को सौंपी गई। महिला पुलिसकर्मियों और महिला अधिवक्ता की मौजूदगी में पीड़िता के बयान दर्ज किए।



नशे के खिलाफ जन जागरूकता का संदेश देगी यूथ मैराथन : एसडीएम

- युवाओं को नशे की गिरफ्त से बचाना समय की सबसे बड़ी आवश्यकता : मोहित कुमार

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

कालांवाली की नई अनाज मंडी में 22 नवंबर को यूथ मैराथन का आयोजन किया जाएगा। नशे के खिलाफ जन जागरूकता और मैराथन में अधिक से अधिक जनभागीदारी के उद्देश्य से एसडीएम मोहित कुमार ने उपमंडल के सरपंचों सहित अन्य जन प्रतिनिधियों के साथ बैठक की। इसके अलावा उन्होंने आयोजन स्थल, पार्किंग व रूट आदि व्यवस्थाओं का भी जायजा लिया। एसडीएम ने सभी से इस अभियान में सक्रिय सहयोग करने और गांवों में अधिक से अधिक लोगों को मैराथन में भाग लेने के लिए प्रेरित करने की अपील की ताकि नशा मुक्ति का संदेश जन जन तक पहुंचे। उन्होंने कहा कि 22 नवंबर को कालांवाली की नई अनाज मंडी में आयोजित यूथ मैराथन में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी शिरकत करेंगे। उन्होंने सभी सरपंचों, शिक्षण संस्थानों, सामाजिक संगठनों और आमजन से इस अभियान में बढ़-चढक़र भाग लेने की अपील की। उन्होंने कहा कि मैराथन का उद्देश्य नशे के दुष्प्रभावों पर लोगों को जागरूक करना और युवाओं को खेल एवं सकारात्मक गतिविधियों से जोडऩा है। नशा व्यक्ति, परिवार और समाज तीनों के लिए गंभीर चुनौती है। विशेषकर युवाओं को नशे की गिरफ्त से बचाना समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है। इसके लिए समाज के प्रत्येक वर्ग को मिलकर प्रयास करने होंगे।



सिरसा। एसडीएम सरपंचों व जन प्रतिनिधियों की बैठक लेते। फोटो : हरिभूमि

ये रहे मौजूद

बैठक में भाजपा जिला अध्यक्ष डबवाली रेणू शर्मा, राजेंद्र देसूजोधा, चरणजीत सिंह रोड़ी, हरविंद्र सिंह सहित उपमंडल के विभिन्न गांवों के सरपंच व अन्य जन प्रतिनिधि मौजूद रहे।



संस्कार योग केंद्र ट्रस्ट कागदाना के खिलाड़ियों ने लहराया परचम

सिरसा। हरियाणा योगासन स्पोर्ट्स एसोसिएशन सिरसा द्वारा आयोजित 6वीं जिला स्तरीय योगासन स्पोर्ट्स चैंपियनशिप शहीद भगत सिंह स्टेडियम में आयोजित की गई। प्रतियोगिता में संस्कार योग केंद्र ट्रस्ट कागदाना के खिलाडिय़ों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए विभिन्न वर्गों में अनेक पदक अपने नाम किए। 10-14 वर्ष (बालिका वर्ग) आर्टिस्टिक पेयर में रिया एवं वसुधा द्वितीय स्थान, आर्टिस्टिक सिंगल में वसुधा तृतीय स्थान, 10-14 वर्ष (बालक वर्ग) ट्रेडिशनल शुभम तृतीय स्थान, आर्टिस्टिक पेयर में चवन एवं रोहित प्रथम स्थान, रिदमिक पेयर चवन एवं रोहित प्रथम स्थान, 14-18 वर्ष (बालिका वर्ग) ट्रेडिशनल पूजा द्वितीय स्थान, आर्टिस्टिक सिंगल पूजा द्वितीय स्थान, रुक्साना तृतीय स्थान, 14-18 वर्ष (बालक वर्ग) ट्रेडिशनल साहिल द्वितीय स्थान, गौरव तृतीय स्थान, आर्टिस्टिक पेयर में मोहित एवं प्रिंस प्रथम स्थान, रिदमिक पेयर मुकेश एवं गुरुदेव प्रथम स्थान, सीनियर (18-28 वर्ष) ममता ट्रेडिशनल प्रथम स्थान, ममता एवं सुदेश आर्टिस्टिक पेयर प्रथम स्थान किया। प्रतियोगिता में जिलेभर के खिलाडिय़ों ने भाग लेकर अपनी योग प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

सूक्ष्म शिक्षण कौशल के महत्व पर हुआ मंथन

सिरसा। नेशनल कॉलेज ऑफ एजुकेशन सिरसा महाविद्यालय में बीएड प्रथम वर्ष के छात्रों के लिए टीचर ट्रेनिंग प्रेक्टिस कमेटी की तरफ से सूक्ष्म शिक्षण कौशल पर ओरिएंटेशन कार्यक्रम आयोजित किया गया। महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. पूनम मिगलानी ने कहा कि सूक्ष्म शिक्षण कौशल भावी शिक्षकों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह शिक्षण कौशल को विकसित करने, आत्मविश्वास बढ़ाने तथा प्रभावशाली अध्यापन की कला सीखने का एक सशक्त माध्यम है। उन्होने सभी छात्रध्यापकों में पूरी लगन, मेहनत एवं संपर्ण के साथ शिक्षण कौशल को निखारने के लिए प्रेरित किया। साथ ही कहा कि एक कुशल शिक्षक ही राष्ट्र के उज्जवल भविष्य का निर्माण करता है। इंचार्ज डॉ. दीपिका रानी ने छात्रों को सूक्ष्म शिक्षण के बारे में बताते हुए कहा कि सूक्ष्म शिक्षण कौशल बी.एड. के पाठयक्रम का एक जरूरी हिस्सा है।



सिरसा। गोशाला में गोवर्धन की पूजा अर्चना करते पूर्व राज्यपल प्रो. गणेशी लाल।

गोशाला में उमड़ा भक्ति का जनसैलाब

सिरसा। चौधरी देवीलाल गौशाला परिसर में बुधवार को गोवर्धन पूजा एवं अन्नकूट भंडारे के अवसर पर एक भव्य धार्मिक कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें ओडिशा के पूर्व राज्यपाल प्रो. गणेशी लाल व उनके बेटे मनीष सिंगला ने बतौर मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। प्रो. गणेशीलाल ने कहा कि गौसेवा ही मानव जीवन का सबसे बड़ा धर्म है और ऐसे धार्मिक आयोजन समाज में आपसी भाईचारे और सांस्कृतिक चेतना को बढ़ावा देते हैं। पूरा गौशाला परिसर दिनभर जय जगन्नाथ, जयश्री श्याम और गौमाता की जय के जयकारों से गुंजायमान रहा। आयोजकों द्वारा आए हुए सभी अतिथियों और श्रद्धालुओं का भव्य स्वागत एवं धन्यवाद ज्ञापित किया गया। इस मौके पर निजी सचिव हरपिंद्र शर्मा, निजी सचिव योगेश बिजारनिया सहित गौशाला के सभी सदस्य मौजूद थे।

राजकीय विद्यालय शेरपुरा के विद्यार्थियों ने किया ऐतिहासिक नगरी जयपुर का शैक्षणिक भ्रमण

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय शेरपुरा के विद्यार्थियों ने तीन दिवसीय शैक्षणिक भ्रमण किया। भ्रमण के दौरान विद्यार्थियों ने राजस्थान के जयपुर के प्रमुख ऐतिहासिक स्थलों का दौरा किया। दल ने आमेर किला, जल महल, हवा महल, जंतर-मंतर और अल्बर्ट हॉल (म्यूजियम) का अवलोकन किया। जंतर-मंतर पर विद्यार्थियों ने प्राचीन खगोलीय यंत्रों की कार्यप्रणाली को समझा, जो उनके विज्ञान और गणित ज्ञान के लिए बेहद लाभकारी रहा। इसके साथ-साथ आमेर किले की भव्य वास्तुकला ने विद्यार्थियों को भारत के गौरवशाली इतिहास से रूबरू कराया। टूर के अंतिम दिन विद्यार्थियों को जयपुर के प्रसिद्ध स्थानीय बाजारों का भ्रमण कराया गया, जहां उन्होंने हस्तशिल्प और राजस्थानी संस्कृति को करीब से जाना। शाम को सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन किया, जिसमें छात्रों ने अपनी कला का प्रदर्शन किया। स्कूल के प्राचार्य राजकुमार पंवार ने छात्रों का वापस लौटने पर स्वागत किया। उन्होंने कहा कि इस तरह के शैक्षणिक भ्रमण से छात्रों का व्यवहारिक ज्ञान बढ़ता है और उनमें सहभागिता व नेतृत्व की भावना का विकास होता है। सभी छात्र अध्यापकों राकेश रूलिया, रामनिवास, राकेश कुमार, भूप राम, राजा पांडे, कर्ण सिंह, जगदीश के साथ सुरक्षित व यादगार अनुभव लेकर वापस लौटे।



सिरसा। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय शेरपुरा के विद्यार्थी जयपुर का शैक्षणिक भ्रमण करते हुए। फोटो : हरिभूमि

भ्रष्टाचार मामले में आरोपी की जमानत याचिका वापस, शिकायतकर्ता को नहीं दी सूचना

भूना। भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो (एसीबी) थाना हिसार में दर्ज भ्रष्टाचार के एक मामले में आरोपी की जमानत याचिका वापस लिए जाने के बाद शिकायतकर्ता ने विभाग की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाए हैं। शिकायतकर्ता का आरोप है कि पहले से अनुरोध करने के बावजूद ब्यूरो की ओर से उसे आरोपी की जमानत याचिका दायर होने और वापस लिए जाने की कोई सूचना नहीं दी गई। मामले के अनुसार शिकायत कर्ता नरेश कुमार सोनी ने बताया कि एसीबी थाना हिसार में दर्ज प्राथमिकी के आरोपी दर्शन सिंह ने 3 नवंबर को अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश, न्यायालय संख्या-3, फतेहाबाद की अदालत में जमानत याचिका दायर की थी। अदालत के अभिलेख के अनुसार, 10 नवंबर को आरोपी के अधिवक्ता ने स्वयं जमानत याचिका वापस ले ली। इसके बाद अदालत ने याचिका को वापस लेने के आधार पर निस्तारित कर दिया। इस मामले के शिकायतकर्ता नरेश कुमार पुत्र भगत सिंह निवासी भूना ने बताया कि उन्होंने 5 नवंबर को ही एसीबी हिसार के पुलिस अधीक्षक को ई-मेल भेजकर आरोपी की जमानत याचिका से संबंधित जानकारी देने की मांग की थी। इसके बावजूद उन्हें विभाग की ओर से कोई सूचना नहीं मिली।

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

धर्म-कर्म वैष्णो देवी दरबार से फतेहाबाद पहुंचेगी मां भगवती की पावन ज्योत, 14 को सजेगा जागरण

'मां के बच्चे फतेहाबाद' की ओर से पहली बार माता सत्यम देवा के पावन सानिध्य में रातभर बहेगी भक्ति की रसधारा

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

मां भगवती की भक्ति और महिमा का गुणगान करने के लिए फतेहाबाद में श्रद्धा और आस्था का भव्य आयोजन होने जा रहा है। 'मां के बच्चे फतेहाबाद' की ओर से पहली बार विशाल मां भगवती जागरण का आयोजन 14 नवंबर, शनिवार को किया जाएगा।

इस धार्मिक आयोजन को लेकर श्रद्धालुओं में उत्साह का माहौल है। जागरण की विशेष बात यह रहेगी कि मां की पावन ज्योत विशेष रूप से श्री वैष्णो देवी दरबार से लाई जाएगी, जिसके दर्शन करने का सौभाग्य श्रद्धालुओं को फतेहाबाद में ही प्राप्त होगा। जागरण का शुभारंभ शनिवार रात्रि 8:15 बजे होगा और मां भगवती की इच्छा तक भजन-कीर्तन का सिलसिला जारी रहेगा। शहर के डीएसपी रोड स्थित गली नंबर 5 में जागरण स्थल को भव्य रूप से सजाया जाएगा। यहां मां भगवती का दरबार सजाकर अखंड ज्योत प्रज्वलित की जाएगी। श्रद्धालु मां के चरणों में शीश नवाकर परिवार की सुख-समृद्धि, खुशहाली और मंगलमय जीवन की कामना करेंगे।



फतेहाबाद। जागरण के लिए माता वैष्णों देवी कटड़ा से ज्योति लाते भारत टुटेजा और अन्य श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

श्रद्धालु मां भगवती की आराधना करेंगे

इस विशाल जागरण में सर्व श्री चंडी देवी मंदिर, फतेहाबाद की माता सत्यम देवा जी का पावन सानिध्य प्राप्त होगा। उनके सानिध्य में श्रद्धालु मां भगवती की आराधना करेंगे। वहीं, भजन संध्या में आमंत्रित कलाकार प्रिंस हैरी पटियाला, ईश मेहता फतेहाबाद और भरत टुटेजा फतेहाबाद मां की महिमा का गुणगान करेंगे। कलाकार अपनी मधुर भेंटों और भजनों के माध्यम से श्रद्धालुओं को भक्ति रस में सराबोर करेंगे। मां की महिमा, देवी भेंटों और संकीर्तन से पूरा वातावरण भक्तिमय रहेगा। 'मां के बच्चे फतेहाबाद' के समस्त पदाधिकारियों एवं सदस्यगण ने शहरवासियों और आसपास के क्षेत्र के श्रद्धालुओं को इस धार्मिक आयोजन में सपरिवार और इष्ट मित्रों सहित शामिल होने का भावभरा निमंत्रण दिया है। आयोजकों का कहना है कि मां भगवती का जागरण केवल धार्मिक आयोजन ही नहीं, बल्कि श्रद्धा, सेवा, भक्ति और सामूहिक आस्था का संगम भी है।