हरिभूमि
भिवानी-दादरी भूमि
रोहतक, गुरुवार 1 अक्टूबर 2026

11 10 दिन में नए लघु सचिवालय में शिफ्ट होंगे कार्यालय...



12 छह माह बाद नप हाउस की बैठक में गूंजे शहर के मुद्दे



खबर संक्षेप

मेधावी विद्यार्थी 15 नवम्बर को होंगे सम्मानित

भिवानी। हरियाणा राजपूत प्रतिनिधि सभा भिवानी की बैठक बुधवार को राजपूत धर्मशाला में हुई। जिसकी अध्यक्षता जिला अध्यक्ष डॉ. बृजपाल सिंह पप्पु ने की। बैठक में सर्वसम्मति से यह निर्णय लिया गया कि जिला भिवानी व चरखी दादरी के जिन बच्चों के दसवीं व बारहवीं में 80 प्रतिशत अंक तथा स्नातक व स्नातकोत्तर में 65 फीसदी अंक प्राप्त किए हैं उन्हें 15 नवम्बर को राजपूत धर्मशाला में आयोजित वार्षिक सम्मान समारोह में सम्मानित किया जाएगा। कंवर सिंह महासचिव हरियाणा राजपूत प्रतिनिधि सभा भिवानी ने बताया कि सम्मानित होने वाले मेधावी छात्र-छात्राओं को 10 अक्टूबर तक प्रमाण पत्र की प्रति व 2 फोटो जमा करवाने होंगे।

शाम 6 से सुबह 10 बजे तक धान कटाई पर रोक

चरखी दादरी। खरीफ विपणन सीजन 2026-27 के तहत धान खरीद व्यवस्था सुचारु रखने के लिए जिलाधीश एवं उपायुक्त मनदीप कौर ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता की धारा 163 के तहत आदेश जारी किए हैं। 29 सितंबर से 29 नवंबर तक जिले में शाम 6 बजे से सुबह 10 बजे तक कंबाइन हार्वेस्टर से धान कटाई पर रोक रहेगी। कटाई सुबह 10 से शाम 6 बजे तक ही की जा सकेगी। मंडियों में धान लाने वाले वाहनों की आवाजाही टोकन व गेट पास के अनुसार होगी। सार्वजनिक मार्गों पर वाहन खड़ा कर यातायात बाधित करने पर कार्रवाई होगी। उल्लंघन पर धारा 223 के तहत कार्रवाई की जाएगी।

पेंशनभोगियों की अनदेखी पर 24 घंटे का धरना, पीएम के नाम सौंपा ज्ञापन

मांगें न मानीं तो 12 दिसंबर को दिल्ली से होगा निर्णायक आंदोलन का ऐलान : नरेश शर्मा

50 प्रतिशत महंगाई भत्ते और महंगाई राहत को मूल पेंशन में शामिल करना चाहिए: रतन जिंदल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

अखिल भारतीय राज्य सरकारी पेंशनर्स फेडरेशन के राष्ट्रव्यापी आह्वान पर रिटायर्ड कर्मचारी संघ हरियाणा (जिला भिवानी इकाई) के बैनर तले आयोजित 24 घंटे का विरोध महापड़ाव बुधवार को सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। 29 और 30 सितंबर को आयोजित इस महापड़ाव की अध्यक्षता जिला प्रधान नरेश शर्मा ने की, जबकि मंच संचालन जिला सचिव राजबीर कादयान ने किया। महापड़ाव के समापन के उपरांत जिला प्रधान नरेश शर्मा के नेतृत्व में पेंशनभोगियों की मांगों से संबंधित एक ज्ञापन जिला उपायुक्त के माध्यम से देश के प्रधानमंत्री को भेजा गया।

महापड़ाव को संबोधित करते हुए जिला प्रधान नरेश शर्मा ने केंद्र व राज्य सरकार के रवैये पर गहरा रोष जताया। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि यदि सरकार ने समय रहते रिटायर्ड कर्मचारियों और पेंशनभोगियों की जायज मांगों पर ध्यान नहीं दिया, तो आगामी 12 दिसंबर को दिल्ली के रामलीला मैदान में होने वाली राष्ट्रीय रैली के दौरान बड़े और निर्णायक आंदोलन की घोषणा कर दी जाएगी। जिला प्रधान नरेश शर्मा ने कहा कि आज देश और प्रदेश का रिटायर्ड कर्मचारी अपने हक के लिए सड़कों पर बैठने को मजबूर है। हमने 24 घंटे के इस महापड़ाव के जरिए सरकार को सचेत किया है और जिला उपायुक्त के माध्यम से प्रधानमंत्री को ज्ञापन भेजकर अपनी मांगें दोहराई हैं। यदि सरकार ने हमारी मांगों पर तुरंत संज्ञान नहीं लिया, तो 12 दिसंबर को दिल्ली की रैली ऐतिहासिक होगी और आंदोलन आर-पार का रूप लेगा। महापड़ाव में पहुंचे अखिल भारतीय राज्य सरकारी पेंशनर्स फेडरेशन के महासचिव एवं रिटायर्ड कर्मचारी संघ हरियाणा के प्रदेश अध्यक्ष मास्टर वजीर सिंह ने कहा कि देशभर में पेंशनभोगियों की लंबित मांगों को लेकर संघर्ष को और तेज किया जाएगा।



भिवानी। मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपते हुए।

पुरानी पेंशन योजना से छेड़छाड़ करने की कोशिशें की जा रही

उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार लगातार पेंशनर्स की जायज मांगों को खारिज कर रही है और पुरानी पेंशन योजना से छेड़छाड़ करने की कोशिशें की जा रही हैं। राज्य महासचिव रतन जिंदल ने कहा कि सरकार को तुरंत प्रभाव से पेंशनभोगियों को अंतरिम राहत प्रदान करनी चाहिए तथा 50 प्रतिशत महंगाई भत्ते और महंगाई राहत को मूल पेंशन में शामिल करना चाहिए। पेंशनर्स अपनी जायज मांगों के लिए एकजुट हैं।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर रामचंद्र सैनी, महाबीर शर्मा, शकुंतला देवी, फूल चंद, भिवानी ब्लॉक के प्रधान फतेह सिंह, सचिव ओमप्रकाश घुसकानी, सिवानी ब्लॉक के प्रधान मास्टर उमराव सिंह, लोहारू से प्रहलाद राय, बवानी खेड़ा के प्रधान सन्तु सिंह व नेपाल तंवर, कैरू के प्रधान प्रेम सिंह शेखावत, तोशाम के प्रधान अभे राम, सुखदेव पालुवास, पूर्व एक्सएन सज्जन कुमार सिंगला, अध्यापक नेता सुखदर्शन सरोहा, पुलिस संगठन के प्रधान आजाद सिंह, बलवान दरोगा और महेंद्र सिंह तंवर सहित बड़ी संख्या में सेवानिवृत्त कर्मचारी व नेता उपस्थित रहे।



भिवानी। सब डिविजन ढ़िगावा जाटान में रोष जताते कर्मचारी एवं इंजीनियर्स।

बिजली कर्मचारियों व इंजीनियर्स ने सब डिविजन पर नारेबाजी कर रोष जताया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

■ एचईआरसी के अंतरिम आदेश पर सांझा मोर्चा का हल्ला-बोल, आयोग की टिप्पणी को बताया तथ्यहीन

हरियाणा विद्युत नियामक आयोग (एचईआरसी) द्वारा पंचकुला में याचिका संख्या 30/2026 पर जारी 29 सितंबर के अंतरिम आदेश पर प्रदेश के बिजली कर्मचारियों और इंजीनियरों ने कड़ा एतराज जताया है। ऑल इंडिया पावर इंजीनियर्स फेडरेशन (एआईपीईएफ) के पत्र का हवाला देते हुए हरियाणा बिजली कर्मचारी एवं इंजीनियर संयुक्त संघर्ष मोर्चा ने आयोग की कार्यप्रणाली और टिप्पणियों पर सवाल उठाए हैं। इस दौरान बिजली कर्मचारियों व इंजीनियर्स ने ढ़िगावा जाटान सब डिविजन पर नारेबाजी कर रोष जताया। इस अवसर पर ढ़िगावा सब डिविजन के प्रधान मनजीत, एएचपीसी यूनियन से राकेश उमरवास, एचएसईबी वर्कर यूनियन से इंद्र व इंजीनियर नारायण प्रकाश एसडीओ ने प्रदर्शन का नेतृत्व किया।

हरियाणा पावर इंजीनियर्स एसोसिएशन (एचपीई) के प्रवक्ता इंजीनियर नारायण प्रकाश, हरियाणा पावर कारपोरेशन एससी-बीसी यूनियन के प्रदेश अध्यक्ष बिजेंद्र सिंह बराड़, एचईबी वर्कर यूनियन के सर्कल सचिव मनोज बल्लू बामला, ऑल हरियाणा पावर कारपोरेशन वर्कर्स यूनियन के सर्कल सचिव अशोक गोयत तथा एससी, एसटी व बीसी वेलफेयर एसोसिएशन के सर्कल सचिव कपूर सिंह ने संयुक्त बयान में कहा कि आयोग ने निष्पक्ष और पारदर्शी प्रक्रिया का पालन नहीं किया, तो बिजली कर्मचारी, इंजीनियर और उपभोक्ता हितों की रक्षा के लिए सभी लोकतांत्रिक, वैधानिक और कानूनी कदम उठाने को मजबूर होंगे। संघर्ष मोर्चा के नेताओं ने कहा कि 29 सितंबर के अंतरिम आदेश में आयोग की यह टिप्पणी पूरी तरह से तथ्यात्मक रूप से गलत है कि एआईपीईएफ ने सुनवाई के अवसर का लाभ उठाने से इनकार कर दिया। फेडरेशन ने कभी भी अपना अनुरोध वापस नहीं लिया और न ही सुनवाई में शामिल होने से मना किया। मोर्चा का कहना है कि एआईपीईएफ ने मूल याचिका पर 19 जून 2026 और विशेषज्ञ समिति की रिपोर्ट पर 14 सितंबर को अपनी विस्तृत आपत्तियां दर्ज करवाई थी। एआईपीईएफ अध्यक्ष के लखनऊ में होने के कारण 28 व 29 सितंबर को अचानक बिना किसी पूर्व लिखित सूचना के सुनवाई में शामिल होना व्यावहारिक रूप से संभव नहीं था।

कैशलेस मेडिकल सुविधा और पुरानी पेंशन बहाली की मांग, उपायुक्त के माध्यम से पीएम को सौंपा ज्ञापन



चरखी दादरी। चरखी दादरी में रिटायर्ड कर्मचारी संघ हरियाणा के बैनर तले आयोजित 24 घंटे का विरोध महापड़ाव बुधवार को सफलतापूर्वक संपन्न हो गया। दादरी में आयोजित विरोध प्रदर्शन की अध्यक्षता जिला प्रधान राजकुमार धिकाड़ा ने की, जबकि मंच संचालन का दायित्व दलबीर रासीवास ने संभाला। महापड़ाव को जिला प्रधान राजकुमार धिकाड़ा, रिटायर्ड जीएम धनराज कुंडू, रिटायर्ड प्राचार्य धर्मबीर फौगाट और राजेश रावलधी सहित कई अन्य कर्मचारी नेताओं ने संबोधित किया। कार्यक्रम में वक्ताओं ने केंद्र व राज्य सरकार की नीतियों और रवैये पर गहरा रोष प्रकट किया। जिला प्रधान राजकुमार धिकाड़ा ने कहा कि सरकार रिटायर्ड कर्मचारियों और पेंशनभोगियों की लंबे समय से चली आ रही जायज मांगों की अनदेखी कर रही है, जिससे कर्मचारियों में भारी असंतोष है। वहीं रिटायर्ड जीएम धनराज कुंडू ने कहा कि रिटायर्ड कर्मचारियों को बिना किसी बाधा के कैशलेस मेडिकल सुविधा प्रदान की जानी चाहिए। महापड़ाव के माध्यम से पेंशनभोगियों ने प्रमुख मांगों को रेखांकित किया, जिनमें 8वें वेतन आयोग के दायरे में 01-01-2026 से पहले के सेवानिवृत्त कर्मचारियों की पेंशन संशोधन को शामिल करना, अंतरिम राहत देना, पुरानी पेंशन योजना को बहाल करना, रोका गया 18 महीने का डीए/डीआर जारी करना, तथा सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करते हुए बुजुर्गों के लिए कैशलेस इलाज सुनिश्चित करना शामिल है। इस अवसर पर मा. मोतीराम, ओमवीर कालेहर रिटायर्ड जेई बिजली बोर्ड, धनराज कुंडू रिटायर्ड जीएम रोडवेज, दिलबाग सिंह, सुनील शर्मा चिडिया, बिजेंद्र सांगवान, डा. राजवीर, मा. जयवीर चाहर, रणधीर कुंगड़ आदि मौजूद रहे।

दुष्कर्मी को 10 वर्ष का कारावास और 30 हजार रुपये जुर्माना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी



अदालत ने एक दुष्कर्म के मामले में एक आरोपी को दस साल की कैद की सजा सुनाई है। साथ आरोपी पर 30 हजार रुपये का जुर्माना किया है। जुर्माना अदा न करने की सूरत में आरोपी को अतिरिक्त सजा भुगतनी होगी। पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार थाना तोशाम में पीड़िता नाबालिग लड़की की माता द्वारा शिकायत दर्ज करवाई गई थी। शिकायत में उन्होंने बताया कि आरोपी द्वारा उनकी नाबालिग बेटी के साथ दुष्कर्म किया गया है।

शिकायत प्राप्त होते ही थाना तोशाम पुलिस द्वारा मामले की गंभीरता को देखते हुए संबंधित धाराओं के तहत अभियोग दर्ज कर तत्काल प्रभावी कानूनी कार्रवाई अमल में लाई गई। पुलिस टीम द्वारा मामले में आरोपी बलराम पुत्र सुरेश, निवासी बाबरवास, तहसील तोशाम, जिला भिवानी को गिरफ्तार कर न्यायालय के समक्ष पेश किया गया। अभियोग की जांच के दौरान पुलिस द्वारा मामले से संबंधित आवश्यक साक्ष्य एकत्रित किए गए तथा गवाहों के बयान दर्ज कर चालान माननीय न्यायालय में प्रस्तुत किया गया। अभियोग के ट्रायल के दौरान न्यायालय के समक्ष प्रस्तुत किए गए साक्ष्यों एवं गवाहों के बयानों के आधार पर आरोपी को दोषी करार दिया गया।

मामले में न्यायालय सुरुचि अटरेजा सिंह, एडिशनल सेशन जज, फास्ट ट्रैक स्पेशल कोर्ट, भिवानी द्वारा आरोपी बलराम पुत्र सुरेश, निवासी बाबरवास, तहसील तोशाम, जिला भिवानी को पॉक्सो एक्ट के तहत 10 वर्ष के कारावास एवं 20,000 रुपए जुर्माने की सजा सुनाई गई है। इसके अतिरिक्त आरोपी को धारा 137(1)(बी)बीएनएस के तहत 07 वर्ष के कारावास एवं 10,000 जुर्माने की सजा सुनाई गई है। इस प्रकार आरोपी पर कुल 30,000 का जुर्माना लगाया गया है। जुर्माना अदा न करने पर आरोपी को अतिरिक्त कारावास की सजा भुगतनी होगी।

स्टोन क्रेशरों पर पीएम 2.5 और पीएम 10 सेंसर अनिवार्य : संदीप कुमार

■ सीएक्यूएम ने सीपीसीबी की 2023 की पर्यावरण गाइडलाइन को अब सीटीओ की शर्तों में शामिल किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम



एसडीएम संदीप कुमार ने कहा कि वायु प्रदूषण को नियंत्रित करने के लिए वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग/सीएक्यूएम ने जारी किए गए आदेशों के अनुसार सभी स्टोन क्रशरों पर पीएम 2.5 और पीएम 10 सेंसर अनिवार्य है।

एसडीएम संदीप कुमार की अध्यक्षता अपने कार्यालय में बुधवार को पर्यावरण संरक्षण को लेकर क्रेसर एसोशियसन के पदाधिकारियों और संचालकों के साथ आयोजित बैठक की अध्यक्षता कर रहें थेउन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण में क्रेशर एसोशियसन विशेष भागीदार बने। एसडीएम ने कहा कि पर्यावरण के लिए हमें चारों ओर जो कुछ भी है। हवा, पानी, जमीन, पेड़-पौधे, जीव-जंतु, सूर्य का प्रकाश, सब मिलकर पर्यावरण बनाते हैं। पर्यावरण को प्रदूषित होने से बचाना, प्राकृतिक संसाधनों को सही तरीके से इस्तेमाल करना और आने वाली पीढ़ी के लिए सुरक्षित रखना ही पर्यावरण संरक्षण है। उन्होंने कहा कि वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग के नए आदेश के तहत दिल्ली-एनसीआर में चल रही पत्थर क्रशर इकाइयों के लिए पीएम 2.5 और पीएम 10 सेंसर लगवाना अनिवार्य कर दिया गया है। सीएक्यूएम ने सीपीसीबी की 2023 की पर्यावरण गाइडलाइन को अब सीटीओ की शर्तों में शामिल कर दिया है, जिसके तहत क्रेसर पर लगातार निगरानी करने वाले सेंसर और ऑटोमेटिक व्हील वाशिंग सिस्टम लगाना जरूरी होगा। एसडीएम ने बताया कि यह नया नियम आगामी 01 नवंबर 2026 से पूरे दिल्ली-एनसीआर में लागू हो रहा है। आयोग ने स्पष्ट किया है कि यदि किसी भी यूनिट ने तय समय तक सेंसर नहीं लगवाए तो उस पर भारी जुर्माना और यूनिट बंद करने तक की कार्रवाई की जाएगी। इसलिए सभी क्रेसर संचालकों को जल्द से जल्द इस आदेश का पालन करने के निर्देश दिए गए हैं। एसडीएम संदीप कुमार ने बैठक में क्रेसर संचालकों और क्रेसर यूनियन के पदाधिकारियों से समीक्षा करते हुए कहा कि पहाड़ कम्पनी और क्रेसर संचालकों और क्रेसर यूनियन के बीच बेहतर तालमेल है। लोगों में बिना बात की अफवाह फलाने वालों के खिलाफ प्रशासन सख्त कानूनी कार्यवाही करेगा।

600 लोगों ने पंजीकरण करवाया, 308 लोगों ने रक्तदान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी



रक्त का कोई कृत्रिम विकल्प नहीं: डॉ. शुभम गोयल

श्री श्याम दीवाने सेवा दल एवं सहारा भवन ट्रस्ट की ओर से आयोजित 7वें श्री श्याम गुणगान महोत्सव की तीन दिवसीय शृंखला का शुभारंभ बुधवार को रक्तदान शिविर के साथ हुआ। गांधी नगर स्थित महाराजा अग्रसेन सेवा सदन में आयोजित शिविर में शहरवासियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। शिविर में करीब 600 लोगों ने रक्तदान के लिए पंजीकरण करवाया।

स्वास्थ्य एवं रक्त जांच के बाद 308 लोगों ने रक्तदान किया। रक्त संग्रह के लिए संत भगत सिंह चैरिटेबल ट्रस्ट, फरीदाबाद से चिकित्सकों की टीम पहुंची। आयोजकों के अनुसार एकत्रित रक्त का उपयोग मुख्य रूप से थैलेसीमिया पीड़ित बच्चों की सहायता के लिए किया जाएगा। कार्यक्रम का शुभारंभ अग्रसेन सेवा सदन के प्रधान शिवकुमार चिमनी वाले, विशाल डबास, विवेक डांगी, भाजपा के पूर्व जिला महामंत्री रवि गर्ग और दिनेश सांगवान डायरेक्टर सक्षम स्कूल के सानिध्य में हुआ। संस्था के प्रधान डॉ. शुभम गोयल ने कहा कि रक्त का कोई कृत्रिम विकल्प नहीं है। स्वस्थ व्यक्ति द्वारा किया गया रक्तदान जरूरतमंद व्यक्ति के जीवन को बचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। संस्था के संरक्षक दीपक वर्मा ने रक्तदान को महादान बताते हुए श्याम बाबा के जयकारों के साथ लोगों को रक्तदान के लिए प्रेरित किया। शिविर की व्यवस्थाओं में महासचिव भूपेन्द्र कौशिक, कोषाध्यक्ष ध्रुव गोयल, उपप्रधान संदीप गोयल आदि सदस्यों ने सहयोग किया। मातृशक्ति की ओर से नीतू भारद्वाज, संजू सोलंकी, आरती, सुशीला रावलधी, मनजीत देवी, मनीषा गुप्ता ने सक्रिय भागीदारी निभाई।

बिना विलंब शुल्क के आवेदन की तिथि बढ़ाई

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष शंकर लाल धूपड़ एवं सचिव दीपक बाबूलाल करवा ने संयुक्त रूप से बताया कि परीक्षार्थियों एवं विद्यालयों के हितों को ध्यान में रखते हुए तथा हरियाणा स्कूल एजुकेशन ऑफिसर एसो. द्वारा किए गए अनुरोध पर राजकीय एवं अराजकीय विद्यालयों की बोर्ड संबद्धता प्राप्त करने हेतु बिना किसी विलंब शुल्क के निर्धारित तिथि को बढ़ाकर 02 अक्तूबर 2026 कर दिया गया है। राजकीय एवं अराजकीय विद्यालय बोर्ड से संबद्धता प्राप्त करने के लिए आवेदन एवं संबद्धता शुल्क जमा करवा सकते हैं।

एशियन गेम्स में गोल्ड मेडलिस्ट कबड्डी स्टार का किया भव्य स्वागत

युवा नशे से दूर रहें और मन लगाकर पढ़ाई करें: सुमित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी



20वें एशियन गेम्स में भारतीय पुरुष कबड्डी टीम को स्वर्ण पदक दिलाने वाले स्टार डिफेंडर सुमित सांगवान का गृह जिले दादरी में पहुंचने पर भव्य स्वागत किया गया।

भिवानी रोड स्थित सांगवान गार्डन और गांव आदमपुर डाढ़ी में स्वागत एवं अभिनंदन समारोह आयोजित किया गया। क्षेत्रवासियों ने ढोल-नगाड़ों और फूल-मालाओं के साथ सुमित का स्वागत किया। इस दौरान गार्डन से शहर होते हुए गांव तक खुली जीप में उनका विजयी जुलूस निकाला गया। खेल प्रेमियों और ग्रामीणों ने उन्हें नोटों की मालाएं पहनाकर तथा मिठाई खिलाकर जीत की बधाई दी। उल्लेखनीय हैं कि खिलाड़ी सुमित सांगवान ने अपनी सफलता का श्रेय अपने कोच और गांव की मिट्टी को दिया। सुमित ने कहा कि फाइनल मुकाबले से पहले टीम के सामने केवल स्वर्ण पदक जीतने का लक्ष्य था। ईरान के खिलाफ मुकाबला काफी कड़ा रहा, लेकिन पूरी टीम को अपनी जीत का भरोसा था। उन्होंने कहा कि सरकार की ओर से खिलाड़ियों को पूरा सहयोग मिल रहा है। अब उनका अगला लक्ष्य मार्च में होने वाला वर्ल्ड कप है, जिसके लिए तैयारी जल्द शुरू की जाएगी। उन्होंने युवाओं से नशे से दूर रहकर खेल और पढ़ाई में मेहनत करने का आह्वान किया। समारोह में पहुंचे भारतीय कबड्डी के दिग्गज और द्रोणाचार्य अवार्डी अशन सांगवान ने सुमित के प्रदर्शन की सराहना की। उन्होंने कहा कि आदमपुर दाढ़ी ऐसा गांव बन चुका है, जहां से हर एशियन गेम्स में खिलाड़ी देश का प्रतिनिधित्व करते हैं। उन्होंने कहा कि सुमित का भविष्य उज्ज्वल है और युवाओं को उनसे प्रेरणा लेकर निरंतर अभ्यास, उचित खानपान और अनुशासन पर ध्यान देना चाहिए। इस अवसर पर विनोद सरपंच आदमपुर, रवि सरपंच, छाजू सरपंच, पूर्ण पहलवान, जिला खेल अधिकारी विकास, मुन्ना कोच, सुखबीर कोच, मूरी पहलवान, ईश्वर, दिलबाग आदि मौजूद रहे।

अखाड़े की मेहनत लाई रंग : कोच

सुमित के कोच जयसिंह ने कहा कि ग्रामीणों के सहयोग और खिलाड़ियों की कड़ी मेहनत से यह उपलब्धि हासिल हुई है। उन्होंने बताया कि इस मिट्टी से अब तक आठ खिलाड़ी एशियन गेम्स में स्वर्ण पदक जीत चुके हैं। इसके अलावा सैकड़ों खिलाड़ी जूनियर, सब-जूनियर और सीनियर वर्ग में राष्ट्रीय स्तर पर स्वर्ण पदक हासिल कर चुके हैं। उन्होंने कहा कि सुमित की उपलब्धि पूरे क्षेत्र के लिए गर्व का विषय है। युवाओं को खेलों से जुड़कर मेहनत करनी चाहिए और देश का नाम रोशन करना चाहिए।

एसएमओ ने 3 अल्ट्रासाउंड केंद्रों के दस्तावेज जांचे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| लोहारू

■ डॉ. ओमप्रकाश डूडी बोले: पीएनडीटी एक्ट की अनदेखी पर होगी सख्त कार्रवाई

सिविल सर्जन डॉ. रघुवीर सिंह शांडिल्य के निर्देशानुसार उपमंडल नागरिक अस्पताल लोहारू के प्रभारी एसएमओ डॉ. ओमप्रकाश डूडी ने बुधवार को शहर के तीन अल्ट्रासाउंड केंद्रों का निरीक्षण और आवश्यक रिकॉर्ड जांचा। डॉ ओपी डूडी ने कहा कि पीएनडीटी एक्ट की अनदेखी करने वालों के साथ कानून सख्ती से निपट जाएगा।

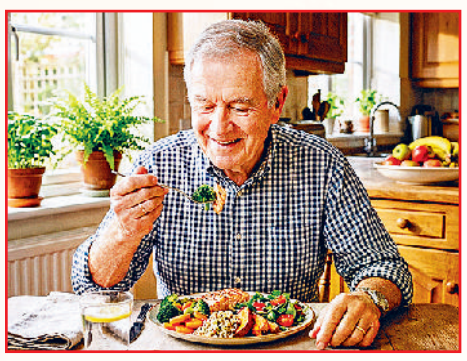
एसएमओ डॉ. डूडी ने कहा कि शहर के तीन अल्ट्रासाउंड केंद्रों का निरीक्षण किया गया। उन्होंने बताया कि पीएनडीटी एक्ट का उद्देश्य कन्या भ्रूण हत्या जैसी सामाजिक कुरीति पर रोक लगाना और बेटियों के संरक्षण को सुनिश्चित करना है। इसके साथ ही उन्होंने स्वास्थ्य विभाग द्वारा अधिकृत एमटीपी केंद्रों का भी निरीक्षण किया। उन्होंने केंद्र संचालकों से संबंधित रिकॉर्ड एवं दस्तावेजों की जांच की तथा एमटीपी से जुड़े कार्यों में निर्धारित कानूनी प्रावधानों एवं विभागीय दिशा-निर्देशों की पालना सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने बताया कि स्वास्थ्य विभाग की ओर से समय-समय पर अल्ट्रासाउंड और एमटीपी केंद्रों का निरीक्षण किया जाता रहेगा। इस अवसर पर सीनियर स्टोर इंचार्ज अमित वालिया भी विभागीय टीम के साथ मौजूद रहे।

बुजुर्गों में होने वाली अधिकांश समस्याओं को दूर करने के लिए उनकी डाइट न्यूट्रिशस और बैलेंस्ड होना बहुत जरूरी है। बुजुर्गों की डाइट कैसी होनी चाहिए, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

अंतरराष्ट्रीय वृद्धजन दिवस
1 अक्टूबर, विशेष

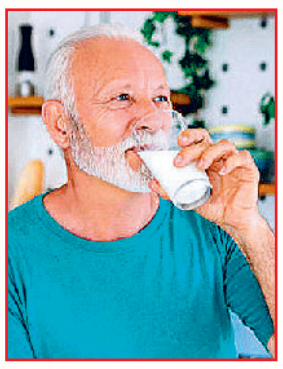
न्यूट्रिशस-बैलेंस्ड हो बुजुर्गों की डाइट

डाइट सजेशन
सवी जैन, डाइटीशियन



साठ की उम्र के बाद शरीर में कई तरह के बदलाव आते हैं। ऐसे में उम्र से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं को रोकने के लिए स्वस्थ आहार लेते रहना महत्वपूर्ण हो जाता है। इस उम्र में डाइजेशन सिस्टम धीमा हो जाता है, शारीरिक गतिविधियां कम होती हैं और हड्डियां तथा मांसपेशियां कमजोर होने लगती हैं। ऐसे में सही और संतुलित आहार बुजुर्गों को ऊर्जावान बनाए रखने, बीमारियों से बचाने और जीवन की गुणवत्ता सुधारने में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

मसल्स के लिए प्रोटीन: उम्र बढ़ने के साथ मांसपेशियां कमजोर होने लगती हैं। इसलिए दालें, बींस, अंकुरित अनाज, सोयाबीन, दूध, दही, पनीर के रूप में पर्याप्त प्रोटीन डाइट में जरूर शामिल करें। नॉन-वेजिटेरियन हैं तो उबला अंडा या ग्रिल्ड मछली खा सकते हैं। मांसपेशियों के निर्माण, अच्छी सेहत और संतुलित पोषण के लिए मीट, सफेद मांस वाली मछली, अंडे का सफेद भाग और बींस डाइट में शामिल करें।



बोंस के लिए कैल्शियम-विटामिन डी: हड्डियों को मजबूत रखने और फ्रैक्चर के जोखिम को कम करने के लिए कैल्शियम युक्त भोजन करें। कम फैट वाले डेयरी उत्पाद जैसे टोंड दूध और पत्तेदार सब्जियों का सेवन करें, क्योंकि इनमें कैल्शियम काफी मात्रा में होता है। डाइट में कम वसा वाला दूध, दही, छाछ, पनीर और रागी खाएं। थोड़ी देर सुबह की धूप में बैठें।

पाचन के लिए फाइबर: बुजुर्गों में कब्ज की समस्या आम होती है, जिससे फाइबर युक्त खाना राहत देता है। इसके लिए डाइट में ओट्स, दलिया, छिलके वाली दालें, सेब, पपीता, अमरूद और हरी सब्जियां शामिल करें। उच्च फाइबर वाले फूड्स, पोषण से भरपूर होते हैं उनके सेवन से कब्ज में राहत मिल सकती है।

इम्यूनिटी के लिए विटामिन सी: रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए ताजे फल और सब्जियां जैसे संतरे, आंवला, नीबू, पालक, ब्रोकली और टमाटर डाइट में शामिल करें।

याददाश्त के लिए: बढ़ती उम्र के साथ याददाश्त में कमी आना एक आम समस्या होती है, जिसे अकसर डिमेंशिया के रूप में जाना जाता है। इसे पूरी तरह रोकना संभव नहीं होता, लेकिन सही खानपान अपनाकर इसके प्रभाव और गति को कम जरूर किया जा सकता है। डिमेंशिया के प्रभाव और गति को कम करने के लिए रोजाना के भोजन में ताजे फल, हरी पत्तेदार सब्जियां और साबुत अनाज शामिल करें। ये दिमाग को आवश्यक एंटी-ऑक्सीडेंट्स प्रदान करते हैं।

डेली डाइट चार्ट: बुजुर्गों का डेली डाइट चार्ट कुछ ऐसा होना चाहिए। सुबह सबसे पहले 1 गिलास गुनगुना पानी, 4-5 भीगे बादाम और अखरोट। नाश्ते में ओट्स/दलिया/बेसन का चीला/पोहा/इडली और 1 कप टोंड दूध या चाय।

दोपहर के खाने में 1-2 रोटी (मल्टीग्रेन), 1 कटोरी चावल, दाल, हरी सब्जी, 1 कटोरी दही/सलाद। शाम के नाश्ते में 1 कप मखाना/भुना चना/सूप/कोई 1 मौसमी फल, मट्ठा या हर्बल-टी। रात के खाने में 1-2 रोटी, पतली दाल या लौकी/तोरई की सब्जी रात 8 बजे तक खा लें। सोने से पहले 1 छोटा गिलास हल्दी वाला गुनगुना दूध। इनके अलावा कुछ अन्य बातों पर भी ध्यान देना चाहिए।

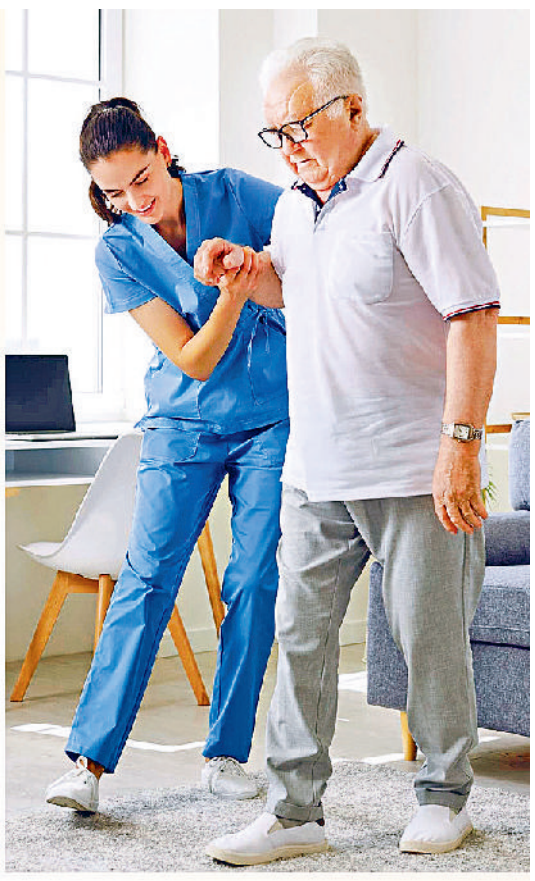
- जिन बुजुर्गों को दांतों की समस्या है या चबाने में कठिनाई होती है, उन्हें अच्छी तरह पका खाना, मैश करके दलिया/सूप के रूप में खाना चाहिए।
- ब्लड प्रेशर और डायबिटीज को कंट्रोल में रखने के लिए सीमित मात्रा में नमक और चीनी का प्रयोग करना चाहिए।
- सैचुरेटेड फैट को कम करें और तले हुए भोजन, हाई फैट वाले डेयरी और मांस को कम करें। इसके बजाय एवोकैडो, मछली और वनस्पति तेलों जैसे अनसैचुरेटेड फैट वाले फूड्स का सेवन करें।
- उम्र के साथ प्यास कम लगती है, जिससे डिहाइड्रेशन हो सकता है। इससे बचने के लिए दिनभर में 7-8 गिलास पानी या नारियल पानी, छाछ, सूप लेना चाहिए। पानी से दिमाग को हेल्दी रखने, शरीर का तापमान मेंटेन करने में मदद मिलती है। *

प्रस्तुति: ललिता गोयल

वृद्धावस्था में गिरने की आशंका बहुत बढ़ जाती है। किसी बीमारी या कमजोरी से ज्यादा सही तरीके से न चलने के कारण वृद्ध अधिक गिरते हैं। ऐसे में गिरने से बचाव के लिए डॉक्टर या फिजियोथेरेपिस्ट से चलने-फिरने का सही तरीका सीखना जरूरी है। इस बारे में सभी वृद्धजनों के लिए बहुत उपयोगी सलाह दे रहे हैं।

सीख लें चलने का सही तरीका वृद्धावस्था में गिरने से होगा बचाव

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजिशियन, सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली



अकसर लोग बढ़ती उम्र में गिरने को सामान्य घटना मान लेते हैं। लेकिन वैज्ञानिक मानते हैं कि बुजुर्गावस्था में गिरना स्वाभाविक नहीं है, इसे समय रहते पहचाना और रोका जा सकता है। बुजुर्ग कमजोरी या अधिक उम्र के बजाय शारीरिक-असंतुलन, स्थिरता, चलने-फिरने की सही तकनीक और गिरने से बचाव में की जाने वाली असावधानियों की वजह से ज्यादा गिरते हैं। जो बुजुर्ग एक विशेष तरीके से चलते हैं, वे न केवल बहुत कम गिरते हैं और कम चोटिल होते हैं और अधिक समय तक स्वतंत्र (बिना दूसरों पर निर्भर हुए) जीवन जी पाते हैं। इसलिए बुजुर्गों के लिए सही ढंग से चलना सीखना, गिरने से बचाव का सबसे प्रभावी उपायों में से एक है।



बड़ी समस्या है ओल्ड एज में गिरना: विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार गिरना दुनिया भर में अनजाने में होने वाली चोटों और उनसे होने वाली मौत का दूसरा सबसे बड़ा कारण है। हर साल करीब 6 लाख 84 हजार लोगों की मौत गिरने की वजह से होती हैं। 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में गिरने से होने वाली मौतों की दर सबसे ज्यादा है। करीब 3 करोड़ 73 लाख गिरने की घटनाएं, ऐसी शारीरिक क्षमता में गिरावट की शुरुआत होती हैं, जिससे इंसान अकसर उबर नहीं पाता। ऐसे लोग एक बार बिस्तर पकड़ लेते हैं तो दुबारा अपने बल पर पूरी तरह खड़े नहीं हो पाते हैं।

क्या हैं कारण: शोध बताते हैं कि 65 साल की उम्र के बाद कदम की चौड़ाई में भिन्नता स्वाभाविक रूप से बढ़ने लगती है, क्योंकि पैरों के तलवों से मिलने वाला संवेदी फीडबैक, आंखों की दृष्टि और भीतरी कान का संतुलन-तंत्र (वेस्टीबुलर सिस्टम), ये तीनों उम्र के साथ धीरे-धीरे कमजोर पड़ते हैं। दिमाग को शरीर की स्थिति और जमीन की सतह की जानकारी सही समय पर नहीं मिल पाती, जिससे पैर रखने में मामूली चूक होने लगती है। गिरने का खतरा सिर्फ कमजोरी या उम्र से नहीं, बल्कि चलने के पैटर्न में आई सूक्ष्म अनियमितताओं से भी जुड़ा होता है। गिरना अकसर चलने के तरीके में आई एक बहुत छोटी और लगभग अदृश्य गड़बड़ी से शुरू होता है। पैर थोड़ा कम उठना, कदम का थोड़ा असमान होना या शरीर का संतुलन एक पल के लिए डगमगाना- ये सब मिलकर उस स्थिति को जन्म देते हैं, जब शरीर संभल नहीं पाता।

क्या होता है असर: गिरने की घटना बुजुर्गों के जीवन पर गहरा प्रभाव डाल सकती है। आत्मविश्वास कम होने और दोबारा गिरने का डर विकसित होने का खतरा बढ़ जाता है। वे चलना-फिरना, घर से बाहर निकलना या सामान्य गतिविधियां करना कम कर देते हैं। जिससे उनकी मांसपेशियां और कमजोर होने लगती हैं, शारीरिक सक्रियता और स्वतंत्रता दोनों प्रभावित होती है, गिरने का खतरा और बढ़ जाता है।

किन्हें है ज्यादा रिस्क: कुछ लोगों में गिरने का खतरा अपेक्षाकृत अधिक होता है। इन्हें चलने की सही तकनीक सीखने के साथ-साथ नियमित तौर पर चिकित्सकीय जांच भी करानी चाहिए।

- 65 वर्ष से अधिक आयु के लोग।
- जिनकी दृष्टि कमजोर हो।
- जिन्हें गठिया या ऑस्टियोपोरोसिस हो।
- पैरों की संवेदना कम हो गई हो।
- पार्किंसन या स्ट्रोक की समस्या रही हो।
- जिन्हें बार-बार चक्कर आते हों।
- जो ऐसी दवाएं लेते हों जिनसे नींद या चक्कर आ सकते हों।

तब डॉक्टर से करें कंसल्ट: अगर किसी बुजुर्ग को बार-बार चक्कर आते हों, चलते समय पैर कांपते हों, संतुलन लगातार बिगड़ता हो या बिना कारण बार-बार गिर रहे हों, तो इसे केवल बढ़ती उम्र का असर मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह पार्किंसन रोग, स्ट्रोक, तंत्रिका संबंधी समस्या, विटामिन बी-12 की कमी, लो ब्लड प्रेशर या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं का संकेत भी हो सकता है। ऐसी स्थिति में चिकित्सक या फिजियोथेरेपिस्ट से परामर्श लेना आवश्यक है।

कैसे करें बचाव: गिरने से बचाव के लिए चलने की सही तकनीक अपनाना, सही चाल विकसित करना जरूरी है। चलने की कुछ आदतों में छोटे-छोटे बदलाव करके संतुलन और आत्मविश्वास दोनों को बेहतर बनाया जा सकता है। लंबे समय तक सुरक्षित, सक्रिय और आत्मनिर्भर जीवन जिया जा सकता है।



हमेशा सामने देखें: अधिकांश बुजुर्ग चलते समय अपने पैरों या जमीन की ओर देखते रहते हैं। उन्हें लगता है कि नीचे देखने से वे गड्ढों या बाधाओं को आसानी से देख पाएंगे और गिरने से बच जाएंगे। लेकिन वास्तव में यह आदत संतुलन को कमजोर कर सकती है।

क्या करें: चलते समय सिर झुकाने के बजाय सामने देखने की आदत डालें। इससे ठोकर लगने और दूरी का गलत अनुमान लगाने की संभावना कम हो सकती है।

नियंत्रित कदमों से चलें: कुछ लोग चलते समय पैर जोर से जमीन पर पटकते हैं। यह केवल आवाज ही नहीं पैदा करता, बल्कि घुटनों, टखनों और कूल्हों पर अतिरिक्त दबाव भी डालता है। भारी कदमों से चलने पर शरीर का संतुलन बिगड़ सकता है और अचानक प्रतिक्रिया देने की क्षमता भी कम हो जाती है। जबकि कदम हल्के, मुलायम और नियंत्रित हों, तो शरीर सहज रूप से आगे बढ़ता है और पैर के जोड़ों पर कम दबाव पड़ता है।

क्या करें: धीरे-धीरे चलें। धीरे, आराम से और बिना पैरों को पटकते हुए चलने से संतुलन और चलने की स्थिरता दोनों बेहतर होती हैं।

सही पैटर्न को करें फॉलो: कई बुजुर्ग चलते समय पूरे पैर को एक साथ जमीन पर रखते हैं या पैरों को घसीटते हुए चलते हैं। इससे चाल अस्थिर हो जाती है और ठोकर लगने का खतरा बढ़ जाता है।

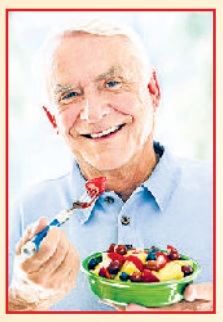
क्या करें: बुजुर्गों को फिजियोथेरेपिस्ट से सीखकर एड़ी से पंजे तक चलने की सही तकनीक अपनानी चाहिए। यानी पहले एड़ी जमीन को छुए, फिर पूरा तलवा धीरे-धीरे आगे बढ़े और अंत में पंजे के सहारे शरीर को आगे धकेला जाए। इससे पिंडली, टखने और कूल्हे की महत्वपूर्ण मांसपेशियां सक्रिय होती हैं, जो संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।

खड़े होने के बाद तुरंत न चलें: कई बुजुर्ग कुर्सी, बिस्तर या सोफे से उठने के तुरंत बाद गिर जाते हैं। अचानक खड़े होने पर कुछ लोगों का रक्तचाप कुछ क्षणों के लिए कम हो जाता है। इससे चक्कर, धुंधलापन या अस्थिरता महसूस हो सकती है।

क्या करें: जब भी बैठी या लेटी हुई अवस्था से उठें, तो पहले आराम से खड़े हों और लगभग दो सेकेंड तक वहीं रुकें। जब शरीर सामान्य महसूस होने लगे, तभी चलना शुरू करें। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

बरतें ये भी सावधानियां



- हड्डियों-मांसपेशियों की मजबूती और संतुलन बढ़ाने के लिए रोज 20-30 मिनट टहलें।
- फिसलन वाली चप्पल या ढीले जूते न पहनें।
- पौष्टिक और संतुलित आहार का सेवन करें। आहार में प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन-डी को पर्याप्त मात्रा में शामिल करें।
- डॉक्टर की सलाह के अनुसार विटामिन-डी और कैल्शियम सप्लीमेंट लें।
- पैरों की संवेदनशीलता का ध्यान रखें। सुन्नपन, डायबिटीज से जुड़ी न्यूरोपैथी की समस्या या तलवों की कमजोर संवेदना को नजरअंदाज न करें, ये सीधे चाल को प्रभावित करते हैं।
- आंख और कान की जांच कराएं। दृष्टि और भीतरी कान का संतुलन-तंत्र ठीक रखने से पैर रखने की सटीकता बेहतर होती है।
- दवाओं की समीक्षा करवाएं। कुछ दवाएं (जैसे नींद की गोलियां, ट्रैंक्विलाइजर) संतुलन और सतर्कता को प्रभावित करके चाल बिगाड़ सकती हैं।
- घर को सुरक्षित बनाएं। बाथरूम में ग्रैब बार (पकड़ने की रॉड) लगवाएं। फिसलन वाले फर्श पर एंटी-स्लिप मैट रखें।

सजेशन
विधि गोयल

ऐसे पूरी करें विटामिन बी-12 की कमी



विटामिन-बी12 एक ऐसा पोषक तत्व है, जिसकी मात्रा अगर शरीर में कम हो जाए, तो एक नहीं कई परेशानियां शुरू हो सकती हैं। इसकी कमी के कारण नर्व डैमेज होना, एनीमिया, थकान, कमजोरी, हाथ-पैरों में सुन्नपन या झनझनाहट, चक्कर आने और मुंह में छाले जैसे लक्षण नजर आते हैं। डाइटिशियन सवी जैन बताती हैं, विटामिन बी-12 की कमी से बोन डेंसिटी भी कम होती है, जिससे हड्डियां नाजुक हो जाती हैं और ऑस्टियोपोरोसिस का खतरा बढ़ जाता है। विटामिन बी-12 रेड ब्लड सेल्स बनाने से लेकर डीएनए बनाने तक के लिए जरूरी होता है। इसकी उचित मात्रा से स्किन, बालों और आंखों को भी फायदा मिलता है।

डेयरी प्रोडक्ट्स: आहार में नियमित रूप से दूध, पनीर और दही का सेवन शरीर में विटामिन बी-12 की कमी को पूरा करता है। इससे शरीर में एनर्जी का स्तर बना रहता है और बढ़ने वाली थकान कम होने लगती है। रोज एक गिलास दूध या एक कटोरी दही, पनीर और छाछ का सेवन करने से शरीर में दिनभर की 46 फीसदी विटामिन बी-12 की कमी को पूरा किया जा सकता है।

फोर्टिफाइड फूड: बाजार में मिलने वाले ऐसे ओट्स, कॉर्न फ्लेक्स या सोया मिल्क लें, जिनमें बी-12 मिलाया गया हो।



अंडे: उबले अंडे का पीला हिस्सा विटामिन बी-12 से भरपूर होता है। इसका सेवन करने से शरीर को विटामिन बी-12 और प्रोटीन की प्राप्ति होती है। दिनभर में 2 अंडों का सेवन करने से दिन भर की 39 फीसदी विटामिन बी-12 की कमी पूरी हो जाती है। इससे विटामिन-डी भी मिलता है।

मछली और सी फूड: सैल्मन, ट्राउट और टूना जैसी मछलियां शरीर में विटामिन बी-12 की कमी को पूरा करने में मदद करती है। इसके अलावा क्लैम, केकड़े, शेलफिश भी बी-12 का बेहतरीन स्रोत हैं। मछली का सेवन करने से जहां शरीर को फैटी एसिड की प्राप्ति होती है, तो वहीं प्रोटीन की भी कमी को पूरा किया जा सकता है। कलेजी में सबसे ज्यादा बी-12 पाया जाता है। चिकन और रेड मीट भी बी-12 के अच्छे सोर्स होते हैं।

न्यूट्रिशनल यीस्ट: यह एक तरह का पावडर होता है, जिसका स्वाद चीज जैसा होता है। इसे सब्जी या सूप में डालकर खाया जा सकता है।

नट्स-सीड्स: विभिन्न प्रकार के ड्राय फ्रूट्स में भी विटामिन बी12 प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। बादाम, काजू, किशमिश, अखरोट और मूंगफली में भी विटामिन बी-12 पाया जाता है। *

हेल्थ टेक्नीक
शिखर चंद जैन

जिनको रात में अच्छी नींद नहीं आती वे इसके लिए कई उपाय आजमाते हैं। अगर आप भी अनिद्रा से परेशान हैं तो आपको कुछ देशों में अपनाई जाने वाली स्लीप टेक्नीक के बारे में बता रहे हैं। इन्हें आप भी ट्राई कर सकते हैं।

अच्छी नींद के लिए कारगर ये अलग तरह के रोचक उपाय



सब चाहते हैं कि रात को गहरी नींद सोएं। लेकिन गहरी नींद कम ही लोगों को आती है। इसीलिए दुनिया भर में लोग सोने के लिए तरह-तरह के उपाय करते हैं। कहीं बिस्तर ठंडा किया जाता है तो कहीं गरम दूध पीकर सोते हैं। कहीं झूला झूलते हैं।

जापानी तकनीक: जापान में लोग गहरी और अच्छी नींद के लिए रात को गर्म पानी से नहाना यानी ओफूरो, स्क्रीन से दूरी बनाना और मन को शांत करने वाले तौर-तरीकों का पालन करते हैं। इससे शरीर का तापमान पहले बढ़ता है और नहाने के बाद जब शरीर का तापमान कम होता है, तो मस्तिष्क को गहरी नींद का सिग्नल मिलता है। साथ ही जापानी लोग सोने से लगभग 1 घंटा पहले मोबाइल, लैपटॉप या टीवी जैसी स्क्रीन देखना बंद कर देते हैं ताकि नीली रोशनी से उनकी बायोलॉजिकल क्लॉक खराब न हो। इन सबके साथ-साथ वे फर्श पर तातामी मैट पर 'शिकिबुटन' (सूती पतला गद्देदार बिस्तर) बिछाकर सोते हैं, जो रीढ़ की हड्डी और शरीर को आराम देता है।



अलग रजाई और अच्छा वेंटिलेशन: नॉर्वे, डेनमार्क देशों में अच्छी नींद के लिए के लिए कपल्स एक ही बिस्तर पर सोते हुए भी एक बड़े कंबल की जगह दो अलग-अलग सिंगल कंबल या रजाई का इस्तेमाल करते हैं। दोनों अपनी पसंद और शरीर के तापमान के हिसाब से हल्के या भारी कंबल का चुनाव कर सकते हैं, जिससे बीच रात में नींद नहीं टूटती। साथ ही यहां माना जाता है कि स्वच्छ और ठंडी हवा सोने के लिए सबसे उत्तम है। लोग सोने से कम से कम 15 मिनट पहले या पूरी रात अपने बेडरूम की खिड़की को थोड़ा खुला छोड़ देते हैं, भले ही बाहर कड़ाके की ठंड क्यों न हो। इससे कमरे में ताजी हवा का संचार होता है और तापमान लगभग 18 डिग्री सेल्सियस के आसपास बना रहता है, जिसे गहरी नींद के लिए आदर्श माना जाता है। स्वीडन में लोग अपनी सुबह की पहली कॉफी या 'फिका' घर के अंदर बैठने के बजाय बाहर प्रकृति में टहलते हुए लेते हैं। सुबह-सुबह सूरज की रोशनी को मिलने से शरीर की जैविक घड़ी संतुलित रहती है, जिससे रात में सही समय पर प्राकृतिक रूप से नींद आती है।

मेक्सिको में हर्बल चाय: मेक्सिको में गहरी नींद के लिए लोग मुख्य रूप से पारंपरिक हर्बल चाय पीना, रात में हल्का भोजन करने और शांत दिनचर्या पर भरोसा करते हैं। मेक्सिको की पारंपरिक चिकित्सा पद्धति में नींद की कमी या मानसिक तनाव को नर्वियोस यानी नर्सों की बेचैनी माना जाता है। इसके इलाज के लिए वहां के लोग कृत्रिम दवाओं के बजाय प्राकृतिक और सदियों पुराने घरेलू नुस्खों को अपनाते हैं। कुछ चुनिंदा जड़ी-बूटियां वहां बेहद लोकप्रिय हैं। जैसे टीला जो नर्सों के खिंचाव को कम करने और दिमाग में चल रहे अनगिनत विचारों को शांत करने की सबसे भरोसेमंद जड़ी-बूटी है। तोरोनहील चिंता और मानसिक थकान को दूर कर दिमाग को सुकून देती है। पासिफ्लोरा नींद के चक्र को सुधारने और गहरी नींद को बढ़ावा देने में मदद करती है। पाचन क्रिया को आराम देने और पेट की गड़बड़ी से होने वाली बेचैनी को शांत करने के लिए मंजानिया का सेवन किया जाता है।

गरम दूध और जायफल: भारतीय घरों में सोने से पहले गर्म दूध पीने की परंपरा पुरानी है। कुछ लोग इसमें जायफल या हल्दी भी मिलाते हैं। हालांकि इन्हें नींद की निश्चित चिकित्सा मानने के बजाय पारंपरिक घरेलू उपाय माना जाता है।

ब्रिटेन में गर्म पानी की बोतल: ठंडी रातों में बिस्तर गर्म करने के लिए गर्म पानी की बोतल का इस्तेमाल ब्रिटेन समेत यूरोप के ठंडे इलाकों में लंबे समय से लोकप्रिय रहा है। सर्दी के मौसम में यह उपाय काफी कारगर होता है।

चीन में पैरों को गर्म पानी में रखना: कई शोध बताते हैं कि सोने से पहले गर्म स्नान/पैर गर्म करने से शरीर के तापमान, नियमन में फायदा मिलता है। चीन में इस तकनीक को काफी अपनाया जाता है। *

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

जब कोल्ड डिश खाने पर लगातार आने लगें छींकें



मेरी उम्र 46 वर्ष है। मैं जब भी कुछ ठंडा खाता-पीता हूं तो तुरंत छींकें आने लगती हैं। प्लीज इस समस्या का समाधान बताएं।

-संजीत, रायपुर

हालांकि आजकल मौसम बदल रहा है, इसलिए इस तरह समस्याएं काफी लोगों में दिख रही हैं। बदलते मौसम में वायरल इंफेक्शन की समस्या बढ़ रही हैं। इससे बचाव के लिए सबसे बेहतर तरीका है कि इस समय ज्यादा ठंडा या फ्रिज में रखी चीज ना खाएं। अगर समस्या हो रही है तो आपको सुबह-शाम नमक वाले पानी का गरारा करना चाहिए। फिलहाल इस तरह बचाव से राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 54 वर्ष है। दो साल पहले मैंने अपने घुटने का ऑपरेशन करवाया था। पिछले कुछ समय से फिर से दर्द होना शुरू हो गया है। कृपया उचित समाधान बताएं।

-मूलचंद, बिलासपुर

सबसे पहले इस बात पर गौर करें कि आपके घुटने में कोई चोट तो नहीं लगी, क्योंकि सर्जरी के बाद चोट लगने पर इस तरह दर्द शुरू हो सकता है। अगर ऐसा नहीं है तो जरूर आपको एक बार उसी सर्जन से संपर्क करना चाहिए, जिन्होंने आपकी सर्जरी की है। क्योंकि उन्हें आपकी केस हिस्ट्री पूरी मालूम है और वी दर्द का कारण जानकर ट्रीटमेंट करेंगे। फिलहाल सीढ़ियां अधिक चढ़ना उतरना, रनिंग न करें और ज्यादा वजन न उठाएं।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मेरी सिटिंग जॉब है। पिछले कुछ महीनों से अक्सर मेरी कमर और गर्दन में अकड़न बनी रहती है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-विपिन, रोहतक

आप अपनी समस्या का कारण खुद ही बता रहे हैं, क्योंकि आपकी लंबी सीटिंग जॉब है और इस वजह से यह समस्या आ रही है। मौजूदा समय में लंबी सिटिंग करने वालों में इस तरह की समस्या ज्यादा देखी जा रही है। इसका सबसे बेहतर तरीका यह होगा कि आप सुबह और शाम नियमित रूप में सर्वाइकल और कमर की एक्सरसाइज करें। इसके साथ ही ऑफिस में बीच-बीच में चहलकदमी करते रहें। एक बार आप कैल्शियम, बी-12 और विटामिन-डी की जांच जरूर करवा लें। ऑफिस में बैठने वालों को इसकी कमी हो सकती है, जिस वजह से भी दर्द शुरू होता है।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरे चेहरे और माथे पर झाइयां हो गई हैं। मार्केट में मिलने वाले कई सारे प्रोडक्ट्स यूज करने के बाद भी कोई फायदा नहीं हुआ। कृपया इसका सॉल्यूशन बताएं।

-प्रकाश, भोपाल

मार्केट में मिलने वाले तरह-तरह के प्रोडक्ट के इस्तेमाल से भी इस तरह की समस्याएं आती हैं। सबसे पहले आप बाजार में मिलने वाले प्रोडक्ट का इस्तेमाल बंद करें और कुछ समय के लिए साबुन का इस्तेमाल भी नहीं करें। आपको एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। वह फिजिकल जांच कर इसका ट्रीटमेंट बताएंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क किए कोई दवा या प्रोडक्ट का इस्तेमाल बिल्कुल ना करें।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मेरे मुंह में छाले हो रहे हैं। दवाइयां लेने पर कुछ समय ठीक रहता है, फिर वापस से छाले निकल आते हैं। प्लीज मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-किशोर, महासमुंद

सामान्य तौर पर मुंह में छाले होने का संबंध पेट की गड़बड़ी से होता है। अगर आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है तो मुंह में छाले हो जाते हैं लेकिन अगर ऐसा नहीं है तो जरूर आपको एक बार ईएनटी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। वह जांच कर इसका कारण बताएंगे और जरूरत पड़ने पर इसका ट्रीटमेंट शुरू करेंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क के कोई भी दवा आप न लें। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

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

खबर संक्षेप

लोगों को योजनाओं का लाभ लेने को किया प्रेरित

लोहारू। बीडीपीओ कार्यालय में सेवा संकल्प अभियान के तहत शहरी क्षेत्र के लिए सेवा सेतु कैंप और मुख्यमंत्री अंत्योदय परिवार उत्थान मेला फेज-2.0 का आयोजन किया गया। एसडीएम मनोज दलाल ने मेले में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने यहां पहुंचे लोगों को सरकारी योजनाओं का लाभ लेने के लिए प्रेरित किया। वहीं स्टॉलों पर मौजूद अधिकारियों व कर्मचारियों को निर्देश दिए कि वे नागरिकों को योजनाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दें।

अनिल और साहिल ने बचाई दो मरीजों की जान

भिवानी। मानवता की सेवा ही सबसे बड़ा धर्म है, इस बात को भिवानी के युवाओं ने साबित कर दिखाया है। शहर के विभिन्न अस्पतालों में गंभीर स्थिति में उपचाराधीन दो जरूरतमंद मरीजों को अलग-अलग ब्लड ग्रुप के रक्त की तत्काल आवश्यकता पड़ी, तो युवाओं ने बिना समय गंवाए आगे आकर रक्तदान किया। डुडेजा ने कहा कि रक्त का कोई दूसरा विकल्प नहीं होता, यह केवल एक इंसान ही दूसरे इंसान को दे सकता है। अनिल व साहिल खरक ने आपात स्थिति में आगे आकर जो तत्परता दिखाई है, वह बेहद सराहनीय है।

आईटीआई में चलाया सफाई अभियान

भिवानी। सेवा संकल्प अभियान के तहत राजकीय आईटीआई में स्वच्छता एवं सफाई अभियान चलाया गया। इस दौरान विद्यार्थियों ने आईटीआई में उगी झांडियों व घास को ट्रैक्टर से हटाकर सफाई की। आईटीआई प्रधानाचार्य पंकज सोनी ने विद्यार्थियों से अपील की है कि वे स्वयं स्वच्छता का पालन करें और अपने परिवार तथा आसपास के लोगों को भी स्वच्छता के प्रति जागरूक करें।

सरकारी योजनाओं का उठाएं लाभः एसडीएम

भिवानी। एसडीएम विजया मलिक ने कहा कि सेवा संकल्प अभियान के तहत जनकल्याणकारी योजनाओं का मौके पर ही लाभ देने के लिए सेवा सेतु शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। सिवानी ब्लॉक का सेवा सेतु शिविर एक अक्टूबर को बीडीपीओ कार्यालय परिसर, सिवानी में लगाया जाएगा। उन्होंने आमजन से अपील करते हुए कहा है कि वे सेवा सेतु शिविर में पहुंचकर सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं।

एक से 24 अक्टूबर तक लागू रहेगी धारा 163

भिवानी। भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा 163 के तहत हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा आयोजित की जाने वाली मुक्त विद्यालय की सैकेण्डरी, सीनियर सैकेण्डरी और डीएलएड प्रथम व द्वितीय वर्ष की परीक्षाओं के दौरान कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के निर्देश दिए हैं। जिलाधीश साहिल गुप्ता द्वारा जारी आदेशों के अनुसार जिले में एक से 24 अक्टूबर 2026 तक प्रतिदिन दोपहर 2 बजे से शाम 5 बजे तक निर्धारित परीक्षा केंद्रों पर परीक्षाएं आयोजित की जाएंगी। परीक्षा प्रक्रिया को शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न करवाने के लिए आवश्यक प्रबंध सुनिश्चित किए जाएंगे।

भैरवी में आर्म्ड फोर्सेज प्रिपरेशन इंस्टीट्यूट शुरू करने की तैयारी

10 दिन में नए लघु सचिवालय में शिफ्ट होंगे कार्यालय, पुराने में खुलेगा कॉलेज

पुराने लघु सचिवालय भवन को कॉलेज के लिए उपलब्ध करवाने की प्रक्रिया शुरू हुई



पुराना लघु सचिवालय भवन, जहां राजकीय कॉलेज का संचालन प्रस्तावित है।


दादरी में नवनिर्मित जिला स्तरीय लघु सचिवालय भवन।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

दादरी क्षेत्र के विद्यार्थियों और युवाओं के लिए शिक्षा के क्षेत्र में दो महत्वपूर्ण पहल सामने आई हैं। वर्तमान में गांव भैरवी स्थित किसान मॉडल स्कूल के भवन में संचालित राजकीय पीजी कॉलेज का अब शहर के बीचोंबीच संचालन का रास्ता साफ होता दिखाई दे रहा है। इसके लिए पुराने लघु सचिवालय भवन को कॉलेज के लिए उपलब्ध करवाने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। वहीं गांव भैरवी में किसान मॉडल स्कूल के भवन में आर्म्ड फोर्सेज प्रिपरेशन इंस्टीट्यूट शुरू करने की तैयारी भी चल रही है। इससे उच्च शिक्षा के साथ-साथ रक्षा सेवाओं में अधिकारी बनने की तैयारी कर रहे युवाओं को स्थानीय स्तर पर अवसर मिलने की उम्मीद है। उच्चतर शिक्षा विभाग के महानिदेशक कार्यालय की ओर से मंगलवार को जारी आदेश में जिला प्रशासन को पुराने लघु सचिवालय भवन को कॉलेज के लिए उपलब्ध करवाने की

उच्चतर शिक्षा विभाग के महानिदेशक कार्यालय की ओर से जारी आदेश में जिला प्रशासन को पुराने लघु सचिवालय भवन को कॉलेज के लिए उपलब्ध करवाने की दिशा में कार्रवाई के निर्देश

दिशा में कार्रवाई करने के निर्देश दिए गए हैं। आदेश में कहा गया है कि लघु सचिवालय में स्थित जिला उपायुक्त सहित अन्य प्रशासनिक कार्यालयों को 10 दिनों के भीतर नवनिर्मित लघु सचिवालय भवन में शिफ्ट किया जाए। कार्यालयों के नए भवन में स्थानांतरित होने के बाद पुराने लघु सचिवालय परिसर को राजकीय पीजी कॉलेज के संचालन के लिए उपलब्ध करवाया जा सकेगा। दादरी जिला मुख्यालय पर राजकीय कॉलेज शुरू करने और पुराने लघु सचिवालय भवन को इसके लिए उपलब्ध करवाने की मांग को लेकर अधिवक्ताओं सहित विभिन्न सामाजिक संगठनों ने धरना दिया था। विधायक सुनील सतपाल सांगवान भी धरनास्थल पर पहुंचे थे। उन्होंने इस मांग को सरकार के समक्ष उठाने का आश्वासन दिया था। इसके बाद मुख्यमंत्री की अध्यक्षता में आयोजित जनसंवाद समीक्षा बैठक में विधायक ने कॉलेज से संबंधित मुद्दा प्रमुखता से रखा। बैठक के बाद उच्चतर शिक्षा विभाग ने कार्यालयों की शिफ्टिंग के संबंध में यह आदेश जारी किया है। वहीं शहर के बीचोंबीच राजकीय पीजी कॉलेज शुरू होने से आसपास के विद्यार्थियों को उच्च शिक्षा के लिए दूर नहीं जाना पड़ेगा। विशेष रूप से छात्राओं के लिए शहर के बीच कॉलेज की सुविधा महत्वपूर्ण मानी जा रही है। कॉलेज के संचालन से क्षेत्र में स्नातकोत्तर स्तर की शिक्षा के अवसर बढ़ेंगे।

भैरवी में डिफेंस इंस्टीट्यूट से तैयारी का मिलेगा अवसरः विधायक


विधायक सुनील सांगवान।

विधायक सुनील सतपाल सांगवान के अनुसार गांव भैरवी में आर्म्ड फोर्सेज प्रिपरेशन इंस्टीट्यूट शुरू किया जाना प्रस्तावित है। यहां सेना, नौसेना और वायुसेना में अधिकारी बनने की तैयारी करने वाले युवाओं को प्रशिक्षण एवं मार्गदर्शन उपलब्ध कराया जाएगा। इससे दादरी और आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों के युवाओं को रक्षा सेवाओं से जुड़ी प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए स्थानीय स्तर पर सुविधा मिलने की संभावना है। इन दोनों पहलों से क्षेत्र में उच्च शिक्षा और रक्षा सेवाओं की तैयारी के लिए नए संस्थागत अवसर विकसित होने की उम्मीद है।

डॉ. मनीषा सांगवान ने कानून व्यवस्था पर उठाए सवाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी


डॉ. मनीषा सांगवान।

शहर में रेलवे रोड के समीप स्थित दुकानों में हाल ही में हुई चोरी की वारदातों से व्यापारियों में चिंता और भय का माहौल है। हाल ही में चोरों ने तीन दुकानों को निशाना बनाया था। चोरी की घटनाओं को लेकर कांग्रेस नेत्री डॉ. मनीषा सांगवान ने पुलिस प्रशासन की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाते हुए सुरक्षा व्यवस्था मजबूत करने की मांग की है।

डॉ. मनीषा सांगवान ने कहा कि शहर के प्रमुख क्षेत्र में दुकानों में चोरी की वारदात होना गंभीर चिंता का विषय है। पुलिस के पास आधुनिक तकनीक, सीसीटीवी और रात्रि गश्त जैसी व्यवस्थाएं होने के बावजूद चोरी की घटनाएं सामने आ रही हैं। उन्होंने कहा कि व्यापारी मेहनत से अपना कारोबार करते हैं और उनकी सुरक्षा सुनिश्चित करना प्रशासन की जिम्मेदारी है।

उन्होंने स्थानीय विधायक से भी शहर की कानून-व्यवस्था को लेकर व्यापारियों और आमजन की चिंताओं पर गंभीरता से ध्यान देने की मांग की। डॉ. सांगवान ने प्रशासन से आरोपियों को जल्द गिरफ्तार करने, रेलवे रोड क्षेत्र में रात्रि गश्त बढ़ाने की मांग की।

'श्रीमद्भागवत कथा मानव जीवन को सही दिशा देने वाला आध्यात्मिक मार्गदर्शक'

भिवानी

श्रीमती मनोहरी देवी मैमोरियल ट्रस्ट एवं लिटिल हार्ट्स ग्रुप ऑफ स्कूल भिवानी द्वारा आयोजित सात दिवसीय श्रीमद्भागवत ज्ञान यज्ञ के पांचवें दिन राधा स्वामी दिनोद के संत हुजूर कंवर जी महाराज का सानिध्य प्राप्त हुआ। इस दौरान भगवान श्रीकृष्ण की मनोहारी बाल लीलाओं का वर्णन सुनकर श्रद्धालु भावविभोर हो उठे। कथा के पंचम दिवस भागवत मर्मज्ञ तेजभूषण शास्त्री जी ने भगवान श्रीकृष्ण की पूतना वध, शकटासुर वध, अघासुर वध, कालिया नाग दमन एवं गोवर्धन पूजा जैसी दिव्य लीलाओं का विस्तार से वर्णन किया। उन्होंने कहा कि श्रीकृष्ण की बाल लीलाएं केवल धार्मिक कथाएं नहीं, बल्कि इनमें मानव जीवन और समाज के लिए गहरे संदेश निहित हैं। तेजभूषण शास्त्री ने कहा कि आज आवश्यकता है कि बच्चों को केवल सुविधाएं नहीं, बल्कि संस्कार भी दिए जाएं। माता-पिता अपने आचरण से बच्चों के सामने आदर्श प्रस्तुत करें और उन्हें सत्संग,



धर्म, संस्कृति तथा अच्छे विचारों से जोड़ें। पूतना और अघासुर की लीलाओं से बच्चों को बाहरी आकर्षण, गलत संगति और अनजाने खतरों से बचाने की प्रेरणा मिलती है। उन्होंने कालिया नाग दमन की कथा के माध्यम से पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए कहा कि नदियां, जल, गौवंश, वन और प्रकृति हमारे जीवन का आधार हैं। प्रकृति को प्रदूषित करना आने वाली पीढ़ियों के प्रति हमारी जिम्मेदारी को भूलना है।

डेंगू से बचाव के लिए पानी जमा न होने दें

चरखी दादरी। मच्छर जनित बीमारियों, विशेषकर डेंगू से बचाव के लिए जिला प्रशासन ने आमजन से स्वास्थ्य विभाग की ओर से जारी सावधानियों का पालन करने की अपील की है। उपायुक्त मनदीप कौर ने कहा कि डेंगू की रोकथाम का प्रभावी उपाय मच्छरों के प्रजनन स्थलों को समाप्त करना है। उन्होंने कहा कि अपने घर और आसपास कहीं भी पानी जमा न होने दें। डीसी ने कहा कि कूलर, गमले, पुराने टायर, छतों पर रखे बर्तन, पानी की टंकियों सहित ऐसे सभी स्थानों की नियमित सफाई करें, जहां पानी एकत्रित हो सकता है। घरों, कार्यालयों और आसपास स्वच्छ एवं सूखा वातावरण बनाए रखने से मच्छरों के प्रजनन को रोका जा सकता है।

संवैधानिक संस्थाओं पर आरोप लगाने से पूर्व तथ्य सामने रखे विपक्षः परमार



चरखी दादरी। जिला भाजपा कार्यालय में बुधवार को आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस में जिला अध्यक्ष राष्ट्रदीप परमार और जिला परिषद चेयरमैन मंदीप डालावास ने कांग्रेस पर संवैधानिक संस्थाओं की निष्पक्षता को लेकर जनता को गुमराह करने का आरोप लगाया। भाजपा नेताओं ने कहा कि लोकतंत्र में सवाल उठाने का अधिकार सभी को है, लेकिन चुनाव आयोग और अन्य संवैधानिक संस्थाओं पर लगाए जाने वाले आरोप तथ्यों पर आधारित होने चाहिए। राष्ट्रदीप परमार ने चुनाव आयोग को लेकर विपक्ष की ओर से लगाए जा रहे आरोपों को निराधार बताया। उन्होंने कहा कि 26 सितंबर को मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार तथा चुनाव आयुक्त डॉ. एसएस संधू और डॉ. विवेक जोशी की बैठक के बाद जारी जानकारी से स्पष्ट है कि विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) समेत चुनावी प्रक्रिया से जुड़े महत्वपूर्ण फैसले आयोग की सर्वसम्मति से लिए गए हैं। उन्होंने कैबिनेट सचिव को भेजे पत्र का उल्लेख करते हुए कहा कि ये पत्र एसआईआर या किसी नीतिगत विषय से संबंधित नहीं था, बल्कि प्रतिनियुक्ति पर आए एक अधिकारी के प्रशासनिक कार्य से जुड़ा आंतरिक मामला था। प्रेस कॉन्फ्रेंस में राहुल गांधी की ओर से ईवीएम, राफेल मामले, न्यायपालिका, सर्जिकल स्ट्राइक, बालाकोट एयर स्ट्राइक और तवांग झड़प को लेकर दिए गए बयानों का भी उल्लेख किया गया।

2537 लोगों को दी जा चुकी ऋण की सहायता

भिवानी। हरियाणा अनुसूचित जाति वित्त एवं विकास निगम द्वारा अनुसूचित जाति के परिवारों को स्वरोजगार से जोड़कर आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण प्रयास किए जा रहे हैं। निगम के माध्यम से ऋण सहायता लेकर अनेक परिवार किरयाणा दुकान, मनियारी, कॉस्मेटिक दुकान, ब्यूटी पार्लर एवं सैलून सहित विभिन्न स्वरोजगार चला रहे हैं। निगम द्वारा जिला में इन योजनाओं के तहत जिला में अब तक कुल 2537 लोगों को ऋण सहायता दी जा चुकी है। उल्लेखनीय है कि हरियाणा अनुसूचित जाति वित्त एवं विकास निगम द्वारा अनुसूचित जाति के परिवारों को स्वरोजगार चलाने के लिए एक लाख रुपए तक ऋण प्रदान किया जाता है।

सेवा सेतु कैंपः एक स्थान पर मिल रही सरकारी सेवाओं की जानकारी

चरखी दादरी। हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार सेवा संकल्प अभियान के तहत बुधवार को बाढडा के खंड विकास एवं पंचायत विभाग परिसर में सेवा सेतु कैंप एवं मुख्यमंत्री अंत्योदय परिवार उत्थान योजना मेले का आयोजन किया गया। शिविर का शुभारंभ एसडीएम आशीष सांगवान ने किया। इस दौरान दादरी नगर परिषद चेयरमैन बख्शीराम सैनी, बीडीपीओ दीपक शर्मा सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे। एसडीएम आशीष सांगवान ने शिविर में विभिन्न विभागों की ओर से लगाई गई स्टालों का निरीक्षण किया और अधिकारियों को निर्देश दिए कि शिविर में पहुंचने वाले पात्र नागरिकों को योजनाओं, सुविधाओं और सेवाओं की जानकारी उपलब्ध करवाने के साथ आवश्यक सेवाएं भी मौके पर प्रदान की जाएं।

न्यूज डायरी

रासलीला में श्रीकृष्ण जन्म व पूतना वध का मंचन

चरखी दादरी। पुराना बस स्टैंड स्थित श्रीकृष्ण लीला कमेटी के तत्वावधान में आयोजित श्रीकृष्ण रासलीला के दूसरे दिन वृंदावन से आए मुकेश चंद्र तिवारी ठाकुर की मंडली ने भगवान श्रीकृष्ण जन्म और पूतना वध की कथा का भावपूर्ण मंचन किया। 28 सितंबर से 8 अक्टूबर तक चलने वाली रासलीला के दौरान श्रीकृष्ण जन्म का प्रसंग शुरू होते ही परिसर जयकारों से गूंज उठा और श्रद्धालु भक्तिभाव में डूब गए। कलाकारों ने मंचन के माध्यम से दिखाया कि कंस के अत्याचारों से जब धरती पर अधर्म बढ़ने लगा और मथुरा की प्रजा त्रस्त हो गई, तब भगवान विष्णु ने धर्म की पुनर्स्थापना और अत्याचार के अंत के लिए श्रीकृष्ण के रूप में अवतार लिया।



नवनियुक्त पदाधिकारियों का किया अभिनंदन

भिवानी। हरियाणा शेखावाटी ब्रह्मचर्याश्रम समिति की नवगठित कार्यकारिणी का निर्विरोध चयन होने के बाद समाज में एक नई ऊर्जा, उमंग और उत्साह का माहौल देखने को मिल रहा है। बुधवार को आश्रम परिसर में सम्मान समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें शहरभर से पहुंचे समाजसेवियों, विभिन्न वार्डों के पार्षदों और गणमान्य नागरिकों ने नवनियुक्त पदाधिकारियों का फूल-मालाएं पहनाकर व पारंपरिक पगड़ी बांधकर जोरदार नागरिक अभिनंदन किया। कार्यक्रम में पार्षद अंकुर कौशिक, संदीप बंटी, अनिल चौहान, जयबीर रंगा, मदन तंवर, मनीष गुरेजा, आकाश मस्ता, संदीप यादव, सुभाष तंवर, कृष्ण शर्मा, अजय कुमार, प्राचार्य सुनील शास्त्री द्वारा पदाधिकारियों को सम्मानित किया गया।

वैश्य महाविद्यालय में इंडक्शन प्रोग्राम हुआ

भिवानी। वैश्य महाविद्यालय भिवानी के स्व-पोषित विभाग द्वारा विभिन्न कोर्सों में प्रविष्ट होकर आए शैक्षणिक सत्र 2026-27 के नए विद्यार्थियों के लिए इंडक्शन प्रोग्राम (परिचय कार्यक्रम) का आयोजन कॉलेजके मुख्य सभागार में किया गया। इंडक्शन प्रोग्राम का शुभारंभ प्राचार्य डॉ. संजय गोयल, स्वपोषित विभाग की डायरेक्टर डॉ.प्रोमिला सुहाग द्वारा किया गया। प्राचार्य डॉ. संजय गोयल ने कहा कि आज के दीक्षारंभ कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य नए छात्र-छात्राओं को नए परिवेश से परिचित कराना है। उन्होंने कहा कि जिंदगी में आगे बढ़ने के लिए एकाग्रता के साथ नियमित अध्ययन की आवश्यकता है। शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान प्राप्त करना नहीं, बल्कि विद्यार्थियों में संस्कार, जिम्मेदारी और सामाजिक चेतना का विकास करना भी है।

वोट चोरी के आरोपों के पीछे राजनीतिक हताशा

भिवानी। भाजपा जिला अध्यक्ष वीरेंद्र कौशिक ने कांग्रेस नेता राहुल गांधी एवं विपक्ष द्वारा लगातार वोट चोरी का आरोप लगाए जाने पर तीखा पलटवार करते हुए कहा कि कांग्रेस नेताओं को लोकतंत्र और चुनावी प्रक्रिया पर सवाल उठाने से पहले अपने ही राजनीतिक इतिहास के उन अध्यायों का जवाब देश की जनता को देना चाहिए, जिन पर गंभीर सवाल उठे हैं। वीरेंद्र कौशिक ने कहा कि आज राहुल गांधी निर्वाचन आयोग और मतदाता सूची की प्रक्रिया पर सवाल उठा रहे हैं, यह स्थिति अपने आप में हास्यास्पद है।

कांग्रेस ने चुनाव आयोग के खिलाफ मोर्चा खोला

भिवानी। मतदाता सूची से भारी संख्या में नाम हटाए जाने और चुनावी प्रक्रिया की निष्पक्षता को लेकर कांग्रेस ने केंद्र सरकार और चुनाव आयोग के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। वरिष्ठ कांग्रेस नेता नरेश तंवर जीएम ने भी इस मुद्दे पर कड़ा रुख अपनाते हुए आयोग और सत्तापक्ष पर तीखा हमला बोला है। उन्होंने कहा कि आज स्वतंत्र और संवैधानिक संस्थाओं की विश्वसनीयता पर गंभीर संकट खड़ा हो गया है। नरेश तंवर ने कहा कि लोकतंत्र की बुनियाद पारदर्शी व निष्पक्ष चुनाव प्रणाली पर टिकी होती है, लेकिन मौजूदा दौर में चुनाव आयोग अपनी निष्पक्षता खोता जा रहा है और सत्तारूढ़ दल के इशारों पर काम कर रहा है।

लेफ्टिनेंट ने कैडेट्स के अनुशासन को सराहा

चरखी दादरी। 11 हरियाणा बटालियन एनसीसी भिवानी के लेफ्टिनेंट रितेश रंजन ने राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नौरंगाबास राजपूतान का दौरा किया। इस दौरान उन्होंने विद्यालय में संचालित एनसीसी गतिविधियों का जायजा लिया और एनसीसी कैडेट्स व विद्यालय स्टाफ से संवाद किया। लेफ्टिनेंट रितेश रंजन ने कैडेट्स की गतिविधियों, अनुशासन और उत्साह की जानकारी ली। उन्होंने कैडेट्स के अनुशासन और एनसीसी के प्रति उनकी रुचि की सराहना की।

हरियाणवी नृत्य प्रतियोगिता में दिव्यांशु प्रथम

भिवानी। महाराजा नाहरपाल सिंह राजकीय महाविद्यालय में आयोजित दो दिवसीय प्रतिभा खोज कार्यक्रम बुधवार संपन्न हो गया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने नृत्य, गायन एवं नाटक सहित विभिन्न सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। कॉलेज प्रैस प्रभारी डॉ सुरेंद्र कुमार ने बताया कि पंजाबी नृत्य प्रतियोगिता में चंचल ने प्रथम, अंजु ने द्वितीय तथा चांदनी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। हरियाणवी नृत्य प्रतियोगिता में दिव्यांशु प्रथम, रश्मि द्वितीय तथा चंचल तृतीय स्थान पर रही।

योजनाओं का लाभ लेने के लिए किया प्रेरित

भिवानी। बीडीपीओ कार्यालय में सेवा संकल्प अभियान के तहत शहरी क्षेत्र के लिए सेवा सेतु कैंप और मुख्यमंत्री अंत्योदय परिवार उत्थान मेला फेज-2.0 का आयोजन किया गया। एसडीएम मनोज दलाल ने मेले में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने यहां पहुंचे लोगों को सरकारी योजनाओं का लाभ लेने के लिए प्रेरित किया। वहीं स्टॉलों पर मौजूद अधिकारियों व कर्मचारियों को निर्देश दिए कि वे नागरिकों को योजनाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दें।

THE BHIWANI DISTT. CO-OPERATIVE LABOUR CONSTRUCTION FED. LTD., BHIWANI

आम सभा की बैठक बारे सूचना

दी भिवानी जिला सहकारी श्रम एवं निर्माण प्रसद्य लि. भिवानी की सभी अंशधारक समितियों को सुचित किया जाता है कि प्रसद्य की वार्षिक आम सभा की बैठक प्रसद्य कार्यालय में दिनांक 01.11.2026 को दिन के 12.00 बजे होनी निश्चित की गई है। बैठक का एजेंडा निम्न प्रकार से है :-

1. पिछली आम सभा की बैठक दिनांक 18.10.2025 को संपन्न हुई थी की पुष्टी करने बारे।
2. प्रसद्य के वर्ष 2025-26 के तुलन पत्र व लाभ हानि खाते की समीक्षा पर विचार व निर्णय।
3. प्रसद्य के वर्ष 2026-27 कार्यक्रम तथा गतिविधियों पर विचार व निर्णय ।

अत: आप सभी अंशधारक समितियों से अनुरोध किया जाता है कि आप अपनी समिति से किसी सदस्य को अधिकृत कर बैठक की निश्चित तिथि, समय व स्थान पर भेजने का कष्ट करें।

हस्ता/-
श्री नवदीपक, प्रबंधक
दी भिवानी जिला सहकारी श्रम एवं निर्माण प्रसद्य लि., भिवानी

कागजों में समाधान दिखाकर किया जा रहा धोखाः भगवानदास

भ्रष्ट तंत्र के खिलाफ गरजे भाजपा मजदूर प्रकोष्ठ सहसंयोजक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी

भाजपा मजदूर प्रकोष्ठ के प्रदेश सहसंयोजक भगवान दास कालिया ने अपनी ही पार्टी के स्थानीय पदाधिकारियों और प्रशासनिक अधिकारियों की मिलीभगत पर कड़ा रोष जताते हुए मोर्चा खोल दिया है।

उन्होंने सीधा आरोप लगाया कि जनता से जुड़ी बुनियादी समस्याओं को हल करवाने की बजाय सीएम विंडो पर दर्ज शिकायतों को फर्जी रिपोर्ट लगाकर दबाया एवं निरस्त किया जा रहा है और तानाशाही रवैया अपनाकर सरकार की छवि को धूमिल करने का काम किया जा रहा है। भगवान दास कालिया ने भिवानी-महेंद्रगढ़ लोकसभा सांसद धर्मबीर सिंह को लिखित शिकायत भेजकर मामले की निष्पक्ष जांच और दोषियों पर सख्त कार्रवाई की मांग की है। उन्होंने आरोप लगाया कि भिवानी शहर में सीवर, पेयजल, लटकते बिजली के तारों और टूटी सड़कों जैसी विकराल समस्याओं को लेकर उन्होंने सीएम विंडो पर शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायत में कालिया ने बताया कि जब वह अपनी शिकायत की स्थिति जानने संबंधित कार्यालय पहुंचे तो पता चला कि उनकी शिकायत को बिना समाधान के ही बंद कर दिया गया है। कालिया ने आरोप लगाया कि भाजपा पदाधिकारियों ने अधिकारियों के साथ मिलीभगत के चलते ऐसा किया हैं।


भिवानी। खस्ताहाल सड़क दिखाते भाजपा मजदूर प्रकोष्ठ के प्रदेश सहसंयोजक भगवानदास कालिया व शहरवासी। *फोटो : हरिभूमि*

फर्जीवाड़े की उच्च स्तरीय जांच की मांग

भगवानदास कालिया ने प्रशासनिक कार्यप्रणाली पर कड़ा प्रहार करते हुए कहा कि जनस्वास्थ्य विभाग, बिजली निगम व बीएंडआर विभाग पिछले कई वर्षों से समस्याओं पर कोई ठोस कार्रवाई नहीं कर रहे हैं। स्थानीय पार्षद से तथाकथित संतुष्टि पत्र लिखवाकर और खानापूर्ति कर अधिकारियों ने वास्तविक समस्याओं को रफा-दफा कर दिया। शिकायतकर्ता का पक्ष सुने बिना ही शिकायतों को बंद कर जनता से विश्वासघात किया जा रहा है। भाजपा मजदूर प्रकोष्ठ के प्रदेश सह-संयोजक कालिया ने सांसद धर्मबीर सिंह और उच्चाधिकारियों से मांग की कि पद का दुरुपयोग करने वाले पदाधिकारियों व लापरवाह अधिकारियों के खिलाफ कड़ी से कड़ी कानूनी व प्रशासनिक कार्रवाई की जाए। उन्होंने चेतावनी दी कि जनहित की अनदेखी बंद नहीं हुई हैं।

चुनाव प्रोग्राम प्रबंधक कमेटी दि बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा चुनाव तिथि : 06.11.2026

क्र.स.	विवरण	तिथि व समय	स्थान
1.	उप नियम 35 के उप पैरा 2 के अधीन यथाअपेक्षित मतदाताओं की सूची का प्रदर्शन	दिनांक 05.10.2026 से 09.10.2026 तक	1. कार्यालय निरीक्षक सहकारी समितियां बवानीखेड़ा 2. कार्यालय सहायक रजिस्ट्रार सहकारी समितियां भिवानी, 3. कार्यालय बवानीखेड़ा कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा व समिति के बिक्री केन्द्र, 4. उप रजिस्ट्रार सहकारी समितियां भिवानी
2.	पैरा 35 के उप पैरा 4 के अधीन यथाअपेक्षित मतदाताओं की सूची से संबंधित आक्षेपों की सुनवाई	दिनांक 12.10.2026 प्रातः 10.00 बजे से दोपहर 1.00 बजे तक	कार्यालय सहायक रजिस्ट्रार सहकारी समितियां भिवानी स्थित लघु सचिवालय प्रथम मंजिल भिवानी।
3.	नामांकन पत्र दायर करना	दिनांक 19.10.2026 10.00 बजे से 01.00 बजे तक	.....उपरोक्त.....
4.	नामांकन पत्रों की समीक्षा	दिनांक 21.10.2026 प्रातः 10.00 बजे से 01:00 बजे तक	.....उपरोक्त.....
5.	नामाकंन पत्र वापिस लेना	दिनांक 27.10.2026 प्रातः 10.00 बजे से 01:00 बजे तक	.....उपरोक्त.....
6.	उम्मीदवारों को चुनाव चिन्हों का आवंटन और विधिमान्य नामित रूप से नामनिर्दिष्ट उम्मीदवारों की सूची का प्रदर्शन	दिनांक 27.10.2026 सांय 03.00 बजे से सांय 05.00 बजे तक	.....उपरोक्त.....
7.	मतदान कराना यदि आवश्यक हो तो	दिनांक 06.11.2026 प्रातः 08.00 बजे से सांय 04.00 बजे तक	निम्नलिखित स्थान पर होगा चुनाव

क्र.स.	मतदान केन्द्र	पोलिंग स्थान	गांव जिनके मतदान होने है	मतदाता सूचि की क्रम संख्या	कुल मत
1.	बवानीखेड़ा	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा/बूथ नं. 1	बवानीखेड़ा	1 से 1814 तक	1814
2.	बवानीखेड़ा	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा नया गोदाम / बूथ नं. 2	बवानीखेड़ा	1815 से 3619 तक	1805
3.	सुमराखेड़ा	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा का बिक्री केन्द्र सुमराखेड़ा / बूथ नं. 3	सुमराखेड़ा	3621 से 3927 तक	307
4.	सुई	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा का बिक्री केन्द्र सुई / बूथ नं. 4	सुई	3928 से 4904 तक	977
5.	लुहारी जाटू	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा का बिक्री केन्द्र लुहारी जाटू / बूथ नं. 5	लुहारी जाटू	4905 से 6576 तक	1672
6.	बलियाली	कार्यालय दी बवानीखेड़ा प्राथमिक कृषि सहकारी समिति लि0 बवानीखेड़ा का बिक्री केन्द्र बलियाली / बूथ नं. 6	बलियाली और रामपुरा	6577 से 8250 तक	1674

नोटः (1) दस सदस्य प्रबंधक कमेटी में चुने जाने है जिनमें से 7 कृषक सदस्य व 3 अकृषक सदस्य होंगे। (2) एक पद अनुसुचित वर्ग के लिए आरक्षित, दो पद महिलाओं के लिए आरक्षित व एक पद बी.सी. वर्ग के लिए (3) मतदान के समय सभी मतदाता अपना फोटोयुक्त पहचान पत्र साथ लावें। (कृष्ण चन्द्र) (चुनाव अधिकारी) सहायक रजिस्ट्रार, सहकारी समितियां भिवानी

खबर संक्षेप



अभिभावकों ने जानी बच्चों की प्रगति रिपोर्ट

चरखी दादरी। आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बौंद कलां में नर्सरी से कक्षा पांचवीं तक के विद्यार्थियों के लिए अभिभावक-शिक्षक बैठक (पीटीएम) का आयोजन किया गया। इसमें काफी संख्या में अभिभावकों ने भाग लेकर विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति, अनुशासन, खेल गतिविधियों और सर्वांगीण विकास के संबंध में शिक्षकों से जानकारी ली। कार्यक्रम में विद्यालय के निदेशक प्रताप सिंह यादव, प्रधानाचार्य कृष्ण दत्त और एनसीसी इंचार्ज फर्स्ट ऑफिसर कंवर सिंह मौजूद रहे। शिक्षकों ने अभिभावकों के साथ विद्यार्थियों की पढ़ाई और विभिन्न गतिविधियों को लेकर विस्तार से चर्चा की।

शिक्षा बोर्ड से अधीक्षक उर्मिला देवी सेवानिवृत्त

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड से उर्मिला देवी अधीक्षक पद से सेवानिवृत्त हुई है। शिक्षा बोर्ड सचिव दीपक बाबूलाल करवा ने सेवानिवृत हुई अधीक्षक को शुभकामनाएं देते हुए उनके कार्यों की भूरी-भूरी प्रशंसा की तथा उनके सुखमय व आनंदमय जीवन की कामना की। उन्होंने बताया कि उर्मिला देवी अधीक्षक 31 वर्ष 01 महीना 28 दिन तक बोर्ड में अपनी सेवाएं देने उपरान्त सेवानिवृत हुई हैं।

महिला आयोग की उपाध्यक्ष ने 30 मामलों की सुनवाई कर 9 का करवाया समझौता

महिला आयोग का प्रयास विवादों का उचित समाधान करना : मीना परमार

राज्य महिला आयोग की उपाध्यक्ष मीना परमार ने लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में की मामलों की सुनवाई

भिवानी (हरिभूमि न्यूज)। बुधवार को लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में हरियाणा राज्य महिला आयोग की उपाध्यक्ष मीना परमार ने महिलाओं से संबंधित मामलों की सुनवाई की। उन्होंने लंबे समय से चल रहे पारिवारिक विवाद एवं अन्य मामलों सहित कुल 30 मामलों पर सुनवाई की, जिनमें नौ मामलों में आपसी समझौता करवाकर निपटारा किया गया। वहीं पांच मामलों में दोबारा जांच के आदेश दिए गए तथा छह मामलों को हरियाणा राज्य महिला आयोग के पंचकूला स्थित कार्यालय में आगामी सुनवाई के लिए बुलाया गया। शेष मामलों में अगली सुनवाई के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। मीना परमार ने जांच अधिकारियों को निर्देश दिए कि प्रत्येक मामले में दोनों पक्षों को ध्यानपूर्वक सुना जाए और निष्पक्षता के साथ जांच की जाए। किसी भी पक्ष के साथ भेदभाव नहीं होना चाहिए। उन्होंने कहा कि आयोग का प्रयास विवादों का उचित समाधान कर दोनों पक्षों को बेहतर एवं शांतिपूर्ण जीवन जीने के लिए प्रेरित करना है।



भिवानी। महिलाओं की समस्याओं का निराकरण करते हुए।

घबराने या डरने की आवश्यकता नहीं

मीना परमार ने कहा कि महिलाओं को किसी भी प्रकार से घबराने या डरने की आवश्यकता नहीं है। महिला आयोग हर जरूरतमंद महिला के साथ खड़ा है। कोई भी महिला अपनी शिकायत आयोग के ई-मेल के माध्यम से लिखित रूप में दर्ज करवा सकती है। उन्होंने स्पष्ट किया कि महिला आयोग केवल महिलाओं का पक्ष लेने के लिए नहीं, बल्कि महिला और पुरुष दोनों पक्षों को सुनकर तथ्यों एवं जांच के आधार पर उचित कार्रवाई सुनिश्चित करने के लिए कार्य करता है। सुनवाई के दौरान महिला आयोग की सदस्य भारती सैनी, डीएसपी अनूप कुमार, महिला थाना एसएचओ बबीता, सीडीपीओ किरण, पीपीओ हरबंश कौर, एडवोकेट पूजा लोधी, अंकुर शर्मा तथा हनी सिंह सहित संबंधित अधिकारी एवं कर्मचारी मौजूद रहे।

योगासन में महिला महाविद्यालय की छात्राओं ने जीते अनेक पदक

- कुमारी नसीब ट्रेडिशनल योग में दूसरे स्थान पर रही

चरखी दादरी। महिला महाविद्यालय झोझूकलां की छात्राओं ने सेवा संकल्प अभियान के तहत आयोजित जिला स्तरीय योगासन खेल प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन कर कॉलेज का नाम रोशन किया। 29 सितंबर को आयोजित प्रतियोगिता में छात्राओं ने विभिन्न योगासन विधाओं में प्रतिभागिता की। प्रतियोगिता में कुमारी नसीब ने ट्रेडिशनल योग में जिला स्तर पर द्वितीय स्थान हासिल किया। उन्होंने आर्टिस्टिक योगा सिंगल में प्रथम स्थान प्राप्त किया। वहीं कुसुम ने ट्रेडिशनल योग में तृतीय स्थान प्राप्त करने के साथ आर्टिस्टिक पेयर में प्रथम स्थान हासिल किया। सुषमा ने भी आर्टिस्टिक पेयर में प्रथम स्थान प्राप्त किया। उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर नसीब, कुसुम और सुषमा का चयन राज्य स्तरीय योगासन प्रतियोगिता के लिए किया गया है। छात्राओं की उपलब्धि पर महाविद्यालय में खुशी का माहौल रहा। महाविद्यालय प्रबंधन समिति के उपाध्यक्ष गदर सिंह सांगवान और कोषाध्यक्ष मांगे राम ने छात्राओं को सम्मानित कर बधाई दी। उन्होंने कहा कि योग शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक एकाग्रता, अनुशासन और आत्मविश्वास बढ़ाने में सहायक है।



बसों के अभाव में थमी विद्यार्थियों की राह

- तोशाम–स्याहड़वा रूट पर यात्री परेशान, वर्कशॉप में खड़ी बसों से बिगड़ी परिवहन व्यवस्था

हरिभूमि न्यूज ▶▶| तोशाम

तोशाम बस डिपो में पर्याप्त बसें उपलब्ध नहीं होने के कारण आम यात्रियों और छात्र-छात्राओं की परेशानी बढ़ती जा रही है। खासकर तोशाम–स्याहड़वा रूट पर सफर करने वाले विद्यार्थियों को कई बार बस उपलब्ध नहीं होने के कारण मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है।

छात्र-छात्राओं ने बताया कि कई बार निर्धारित समय पर बस नहीं पहुंचती, जिसके चलते स्कूल-कॉलेज पहुंचने में देरी होती है और उनकी पढ़ाई प्रभावित होती है। ग्रामीण क्षेत्रों के विद्यार्थियों के लिए सरकारी बस सेवा आवागमन का महत्वपूर्ण साधन है। ऐसे में बसों का नियमित संचालन नहीं होना उनके लिए गंभीर समस्या बन गया है।

अधिकारियों से मिले राजेश गारनपुरा, रखी समस्या

समस्या को गंभीरता से लेते हुए पर्यटन विकास मंच के चेयरमैन ने परिवहन विभाग के डीआई से मुलाकात की और तोशाम क्षेत्र में बसों की कमी का मुद्दा प्रमुखता से उठाया। मुलाकात के दौरान डीआई ने बताया कि डिपो की काफी बसें वर्कशॉप में खराब हालत में खड़ी हैं और फिलहाल चलने योग्य नहीं हैं। इसके कारण कई रूटों पर बसों की उपलब्धता प्रभावित हो रही है। राजेश गारनपुरा ने कहा कि सरकार और परिवहन विभाग को चाहिए कि आम जनता का ख्याल रखते हुए बस सेवाओं को सुचारू और नियमित करना चाहिए। समय पर बस उपलब्ध होना विद्यार्थियों, कर्मचारियों और दैनिक यात्रियों के लिए बेहद आवश्यक है। उन्होंने मांग की कि वर्कशॉप में खराब खड़ी बसों की मरम्मत जल्द से जल्द करवाई जाए और जब तक बसें सड़क पर नहीं आतीं, तब तक वैकल्पिक बसों की व्यवस्था की जाए। विशेष रूप से तोशाम–स्याहड़वा सहित प्रभावित ग्रामीण रूटों पर नियमित बस सेवा सुनिश्चित की जानी चाहिए। राजेश गारनपुरा ने कहा कि परिवहन व्यवस्था किसी भी क्षेत्र के विकास की महत्वपूर्ण कड़ी है। विद्यार्थियों को बस के इंतजार में घंटों खड़ा रहना पड़े या समय पर बस नहीं मिलने से उनकी पढ़ाई प्रभावित हो, यह चिंता का विषय है।

बीसीएम स्कूल में विद्यार्थियों को किया जागरूक



चरखी दादरी। बीसीएम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रानीला में पुलिस अधीक्षक कार्यालय चरखी दादरी की पुलिस टीम की ओर से विद्यार्थियों के लिए नशामुक्ति, पॉक्सो एक्ट, साइबर अपराध और सामाजिक कुरीतियों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में पुलिस अधिकारियों ने विद्यार्थियों को नशे के शारीरिक, मानसिक, पारिवारिक और सामाजिक दुष्प्रभावों की जानकारी देते हुए इससे दूर रहने का आह्वान किया। पुलिस टीम ने विद्यार्थियों को नशे के खिलाफ अपने साथियों और आसपास के लोगों को भी जागरूक करने तथा स्वस्थ एवं अनुशासित जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने पॉक्सो अधिनियम के संबंध में विद्यार्थियों को बाल सुरक्षा, व्यक्तिगत सीमाओं और अच्छे-बुरे स्पर्श की जानकारी दी गई। अधिकारियों ने बाल अपराध, साइबर अपराध, नशाखोरी और अन्य सामाजिक कुरीतियों से बचाव के उपाय बताए। प्राचार्य जगमोहन शीलक ने कहा कि नशामुक्त एवं सुरक्षित समाज के निर्माण में बच्चों की जागरूकता महत्वपूर्ण है।

विश्वभर में भारत सबसे युवा: जेपी दलाल



लोहारू। पूर्व मंत्री जेपी दलाल ने कहा कि विश्वभर में भारत सबसे युवा देश माना जाता है तथा देश के युवाओं ने अपनी मेहनत से देश में ही नही बल्कि विदेशों में भी अपनी प्रतिभा का डंका बजवाया है। खेल, शिक्षा, राजनीति सहित हर क्षेत्र में प्रतिभाशाली युवाओं ने राष्ट्र को आगे बढ़ाने का काम किया है। इसलिए कॉलेज के युवाओं को सामाजिक बुराइयों से दूर रहते हुए राष्ट्र निर्माण में और अधिक आगे आने की जरूरत है। पूर्व मंत्री जेपी दलाल बुधवार को स्थानीय चौ बंसीलाल राजकीय कॉलेज मे दो दिवसीय प्रतिभा खोज समारोह के समापन समारोह को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित कर रहे थे। दूसरे दिन हरियाणवी एकल नृत्य एमए राजनीति विज्ञान की अनु ने प्रथम, बीए. द्वितीय वर्ष की नीलम ने द्वितीय तथा बी.एससी. द्वितीय वर्ष की पायल ने तृतीय स्थान हासिल किया। पंजाबी नृत्य में बी.कॉम द्वितीय वर्ष की कशिश प्रथम, एम.ए. फाइनल की भारती द्वितीय तथा बी.ए. प्रथम वर्ष की तमन्ना तृतीय रहीं।

सरकारी स्कूलों की एफीलिएशन को लेकर राहत, अंतिम तिथि बढ़ाई

- हसला ने शिक्षामंत्री व बोर्ड चेयरमैन का जताया आभार



भिवानी। बोर्ड चेयरमैन को मांगपत्र सौंपते हसला के पदाधिकारी।

भिवानी। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा प्रदेश के सरकारी विद्यालयों की ऑनलाइन एफीलिएशन की अंतिम तिथि बढ़ाकर दो अक्टूबर कर दी है। बोर्ड के फैसले से प्रदेश के उन सैंकड़ों राजकीय विद्यालयों को बड़ी राहत मिली है, जो तकनीकी कारणों या अन्य दिक्कतों के चलते निर्धारित समय सीमा में अपनी संबद्धता प्रक्रिया पूरी नहीं कर पाए थे।

हरियाणा स्कूल लेक्चरर एसो. ने राज्य सरकार और शिक्षा बोर्ड के इस कदम का स्वागत करते हुए शिक्षामंत्री महिपाल ढांडा और शिक्षा बोर्ड चेयरमैन शंकरलाल धूपड़ का आभार जताया है। एफीलिएशन की समय सीमा बढ़ाने के संबंध में हसला के राज्य प्रधान सतपाल सिन्धु ने बताया कि प्रदेश के करीब 1034 सरकारी स्कूल समय रहते एफीलिएशन की औपचारिकताएं पूरी नहीं कर सके थे, जिसकारण स्कूलों और शिक्षकों के बीच असमंजस की स्थिति बन गई थी। इस संबंध में हसला का प्रतिनिधिमंडल शिक्षा बोर्ड के चेयरमैन से मिला था।

पार्षदों ने नप चेयरमैन व अधिकारियों पर भेदभाव के आरोप लगाए

छह माह बाद नप हाउस की बैठक में गूंजे शहर के मुद्दे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चरखी दादरी

करीब छह महीने के लंबे अंतराल के बाद हुई नगर परिषद हाउस की बैठक में तनातनी एवं तीखी बहस का माहौल बना रहा। करीब तीन घंटे तक चली बैठक में पार्षदों ने अपने-अपने वार्डों के साथ-साथ शहर से जुड़े मुद्दों को पूरजोर तरीके से उठाया और तीखी बहस भी की। वहीं कुछ पार्षदों ने नप चेयरमैन व अधिकारियों पर उनके वार्डों के साथ भेदभाव करने के आरोप भी लगाए और वे वार्ड की समस्याओं को रखते समय आपस में भी उलझते दिखे। नप चेयरमैन बक्शीराम सैनी की अध्यक्षता में हुई बैठक के दौरान शहर में अतिक्रमण, चरमराई सफाई व्यवस्था, दुकानदारों को नोटिस देने, महापुरुषों के नाम पर द्वार, सड़कों का नामकरण आदि से संबंधित मुद्दे भी उठाए गए।

21 दुकानों को खाली करने के नोटिस का मामला उठाया: नप वाइस चेयरमैन संदीप फौगाट ने शहर में नई अप्रूव हुई कॉलोनियों में सड़क बनाने का प्रस्ताव रखा। वार्ड एक के पार्षद जयसिंह लांबा ने रेलवे रोड स्थित 21 दुकानों को खाली करने के नोटिस का मामला उठाया। उन्होंने कहा कि सालों से व्यापार कर रहे दुकानदारों के साथ ऐसा बर्ताव अन्यायपूर्ण है। इस पर नप कार्यकारी अधिकारी राजाराम ने स्पष्ट किया कि ये कार्रवाई न्यायालय के आदेशों के तहत की जा रही है और बकाया किराया नहीं भरने के कारण दुकानों को खाली करवाया जाएगा। वार्ड छह के पार्षद नवीन बिंदल ने वार्ड के शौचालयों की बदहाली का मुद्दा उठाया। उन्होंने आश्रम रोड का नाम महाराजा अग्रसेन रोड करने का प्रस्ताव रखा, जिसे ईओ ने पहले से पारित प्रस्ताव का हवाला देते हुए तुरंत लागू करने का आश्वासन दिया। पार्षद विनोद सिंहमार ने शहर में बंदरों की समस्या का मुद्दा उठाते हुए समाधान की मांग की। साथ ही उन्होंने नप के कुछ कर्मचारियों पर पार्षदों के साथ असभ्य भाषा का प्रयोग करने का आरोप लगाया। जिस पर नप चेयरमैन और अधिकारियों ने भविष्य में ऐसा न होने का आश्वासन दिया। पार्षद नवीन प्रजापति ने शहर में सफाई व्यवस्था का मुद्दा उठाते हुए वार्ड अनुसार सफाई कर्मचारियों की संख्या, वेतन आदि का ब्यौरा मांगा तो ईओ ने उन्हें सिर्फ अपने वार्ड की समस्या बताने को कहा। जिस पर बैठक में गहमागहमी का माहौल बन गया। पार्षद मनोज वर्मा ने शहर के रोज गार्डन में अंधेरा छाए रहने की समस्या रखी। वहीं उनके वार्ड से संबंधित कई विकास कार्य करवाने का प्रस्ताव भी रखा।



चरखी दादरी। बैठक में चेयरमैन बक्शीराम सैनी के समक्ष तीखी बहस करते पार्षद। फोटो: हरिभूमि

संत कबीर द्वार व डॉ. आंबेडकर भवन बनाने की मांग

पार्षद विनोद वाल्मीकि ने उनके वार्ड में मीट मार्केट बनाने, संत कबीर द्वार व डॉ. आंबेडकर भवन बनाने की मांग भी रखी। उन्होंने नप अधिकारियों पर उनके वार्ड के साथ भेदभाव करने और इसकी शिकायत आयोग में करने की बात भी कही। पार्षद कौशल्या ने कबीर नगर स्थित धर्मशाला का लेवल नीचा होने के कारण उसमें टाइल बिछवाने का प्रस्ताव रखा, जिसे सदन में स्वीकृति प्रदान की गई। पार्षद सत्यवीर चौहान ने चरखी गेट पर बने डंपिंग प्वाइंट को बंद कर पार्क बनाने, दशनामी अखाड़े का सौंदर्यीकरण और संत रविदास द्वार बनाने की मांग रखी।

चलाई जाएगी अतिक्रमण हटाओ मुहिम

पार्षद प्रतिनिधि कुलदीप गांधी ने लोहारू रोड पर दुकानों के सामने अतिक्रमण का मुद्दा उठाया। इस मुद्दे पर लगभग सभी पार्षदों ने अतिक्रमण हटाओ मुहिम चलाने की बात कही, जिस पर निर्णय लिया कि जल्द ही कागजी कार्यवाही पूरी कर ड्यूटी मजिस्ट्रेट तैनात करवाकर अतिक्रमण हटाओ मुहिम चलाई जाएगी। पार्षद कुलदीप सैनी ने हीरा चौक के समीप स्थित श्रीरामलीला ग्राउंड के पास श्रीराम द्वार, श्रीलक्ष्मण द्वार के साथ-साथ ग्राउंड में टीन शेड और शौचालय बनाने की मांग रखी। पार्षद प्रतिनिधि जतिन फौगाट ने उनके वार्ड में नप की करीब 1100 गज जमीन पर लाईब्रेरी बनाने, मुख्य सड़क की मरम्मत करवाने व बेसहारा पशुओं का समाधान करवाने की मांग रखी।

पीएचसी मानहेरू में लेप्रोसी, एचआईवी और टीबी से बचाव पर दी जानकारी



भिवानी। ग्रामीण क्षेत्र में बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने और गंभीर बीमारियों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र (पीएचसी) मानहेरू में बुधवार को स्वास्थ्य कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला की अध्यक्षता डा. अदिति शर्मा ने की। कार्यशाला में स्वास्थ्य कर्मियों और आशा वर्कर्स को कुष्ठ रोग (लेप्रोसी), एचआईवी और टीबी जैसी गंभीर बीमारियों की रोकथाम, शुरुआती पहचान और समय पर उपचार को लेकर विस्तृत जानकारी दी गई। चिकित्सा अधिकारी डा. अदिति शर्मा ने कहा कि सुरक्षित मातृत्व के लिए हाई रिस्क प्रेग्नेंसी की पहचान और समय पर प्रबंधन बेहद जरूरी है। सभी आशा कार्यकर्ताओं को निर्देश दिए गए हैं कि वे गर्भवती महिलाओं, विशेषकर जोखिम श्रेणी वाली माताओं के घरों का नियमित दौरा करें। उनकी सेहत, पोषण और जांच पर निरंतर नजर रखी जाए।

आंगन मिलन उत्सव कार्यक्रम, उत्कृष्ट कार्य करने वाली कार्यकर्ता सम्मानित



तोशाम। महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा पोषण माह के तहत गांव पटौदी कलां में आंगन मिलन उत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में नायब तहसीलदार अशोक कुमार ने उत्कृष्ट कार्य करने वाली आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को प्रशस्ति-पत्र व स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि बच्चों के बेहतर भविष्य में कार्यकर्ताओं की भूमिका महत्वपूर्ण है। इस दौरान पौधा लगाकर पर्यावरण का संदेश दिया गया। सुपरवाइजर पंकज शर्मा ने सभी का स्वागत किया। मुख्य अतिथि नायब तहसीलदार अशोक कुमार ने कहा कि बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास की मजबूत नींव बचपन में ही तैयार होती है। इसलिए बच्चों के भोजन में पौष्टिकता का विशेष ध्यान रखें। इस अवसर पर आंगनवाड़ी कार्यकर्ता राजबाला, कलावती, मंजू, निर्मला के अलावा प्रमिला बाला, सुशीला, मीरा आदि मौजूद रहीं।

न्यूज डायरी

अभिभावकों ने बच्चों के परिणाम की जानकारी ली

बहल। द रॉयल गुरुकुल स्कूल में बुधवार को अभिभावक-अध्यापक सभा (पीटीएम) का आयोजन किया गया। सभा में अभिभावकों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए शिक्षकों के साथ विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति, व्यवहार एवं अन्य गतिविधियों को लेकर संवाद किया। इस अवसर पर गायत्री आई हॉस्पिटल, हिसार के सहयोग से नाना-नानी, दादा-दादी, अभिभावकों एवं विद्यार्थियों के लिए विशेष नेत्र जांच शिविर लगाया गया। शिविर में बड़ी संख्या में अभिभावकों और विद्यार्थियों ने अपनी आंखों की जांच करवाई। चिकित्सकीय टीम ने विद्यार्थियों को आंखों की सुरक्षा के प्रति जागरूक करते हुए मोबाइल फोन और टीवी का कम से कम उपयोग करने की सलाह दी। साथ ही नियमित अंतराल पर आंखों की जांच करवाने की सलाह दी।

फसल बीमा क्लेम को लेकर भड़की किसान सभा

भिवानी। शहीद भगत सिंह यादगार भवन, भिवानी में अखिल भारतीय किसान सभा की जिला कमेटी की बैठक जिला प्रधान रामफल देशवाल की अध्यक्षता में हुई। बैठक का संचालन जिला सचिव मास्टर जगरोशन ने किया। बैठक में जिले के किसानों की प्रमुख समस्याओं पर विस्तार से चर्चा करते हुए आंदोलन को और तेज करने का निर्णय लिया गया। किसान सभा नेताओं ने कहा कि भिवानी जिले को सूखाग्रस्त घोषित करने की मांग को लेकर 24 सितंबर को जिला उपायुक्त कार्यालय पर प्रदर्शन कर ज्ञापन दिया जा चुका है। बैठक में निर्णय लिया गया कि अब गांव-गांव सभाएं और बैठकें आयोजित कर किसानों को लामबंद किया जाएगा।

पुलिस और पब्लिक समन्वय समिति की बैठक

चरखी दादरी। आगामी दशहरा पर्व को शांतिपूर्ण, सुरक्षित एवं सौहार्दपूर्ण वातावरण में संपन्न कराने तथा जिले में अपराध नियंत्रण और कानून व्यवस्था को मजबूत बनाने को लेकर मंगलवार को जिला लघु सचिवालय में पुलिस-पब्लिक समन्वय समिति की बैठक हुई। बैठक की अध्यक्षता पुलिस अधीक्षक लोगेश कुमार पी ने की। इसमें शहर व ग्रामीण क्षेत्रों के गणमान्य नागरिकों, व्यापारिक संगठनों, सामाजिक संस्थाओं तथा समिति सदस्यों ने भाग लिया। बैठक में दशहरा पर्व के दौरान सुरक्षा व्यवस्था, भीड़ प्रबंधन, यातायात व्यवस्था, अपराध नियंत्रण, नशे के खिलाफ अभियान, सीसीटीवी कैमरों की स्थापना, रात्रि गश्त, साइबर अपराध, अवैध हथियारों तथा संदिग्ध गतिविधियों पर निगरानी को लेकर चर्चा की।

घर-घर से कचरा संग्रह का काम शुरू

भिवानी। एडीसी एवं जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी दीपक बाबू लाल करवा के मार्गदर्शन एवं उनक प्रेरणा से गांव पंचायत धनाना प्रथम,धनाना द्वितीय व धनाना तृतीया ने स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण के लिए गांव में घर-घर से कचरा संग्रह एवं उसके उचित निपटान कार्य का किया है। ग्राम पंचायत धनाना प्रथम में सरपंच प्रतिनिधि कपिल शर्मा, धनाना द्वितीय सरपंच वेदपाल जांगड़ा व धनाना तृतीया से राजेश कुमार ने कचरा संग्रह वाहनों को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। इस मौके पर ग्राम सचिव जितेंद्र शर्मा व प्रदीप, प्रवीण शर्मा,अजीत सिंह, समाजसेवी रामबीर जताई व सोनू सहित अनेक ग्रामीण मौजूद रहे।

सीबीएलयू में 06 तक प्रवेश ले सकते हैं विद्यार्थी

भिवानी। चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय प्रशासन ने छात्रों की बढ़ती मांग और विभिन्न विश्वविद्यालयों द्वारा देरी से जारी किए गए परीक्षा परिणामों के मद्देनजर पीजी डिप्लोमा, डिप्लोमा व सर्टिफिकेट प्रोग्राम में रिक्त सीटों पर दखिलों के लिए 06 अक्टूबर तक तिथि तय की है। उपरोक्त जानकारी एडमिशन कोऑर्डिनेटर प्रो. सुरेंद्र कौशिक ने देते हुए बताया कि यह निर्णय कुलगुरू प्रो. दीप्ति धर्माणी के आदेशानुसार लिया गया है। पीजी डिप्लोमा, डिप्लोमा व सर्टिफिकेट प्रोग्राम की कक्षाएं विकएंड (सप्ताहांत) शनिवार व रविवार को संचालित की जा रही हैं। विश्वविद्यालय द्वारा सभी कोर्सेज मार्केट एवं इंडस्ट्री में रोजगार की डिमांड के मुताबिक प्रारंभ किए गए हैं।

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, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन नं. : 8295154800, 8814999151, 9253681005, 8295157800

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है
आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन हरिभूमि के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/- रु. 2500/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज़ पर मान्य। अन्य किसी साईज़ के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इम्प्रूवमेंट ट्रस्ट मार्केट, भिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

दीपावली से पहले भुगतान नहीं हुआ तो मनाएंगे काली दिवाली: दीपक

एचकेआरएन के 234 कर्मियों के परिवारों पर आर्थिक संकट की मार, चार महीने से नहीं मिल रहा वेतन

- पंचकूला तक लगा चुके दफ्तरों के चक्कर, नहीं हो रहा वेतन का भुगतान : तंवर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिवानी



भिवानी। चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल परिसर में वेतन की मांग को लेकर मीटिंग करते एचकेआरएन के कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

चौधरी बंसीलाल नागरिक अस्पताल परिसर में हरियाणा कौशल रोजगार निगम (एचकेआरएन) के तहत स्वास्थ्य विभाग में कार्यरत कर्मचारियों ने बैठक की। बैठक की अध्यक्षता यूनियन के जिला प्रधान दीपक तंवर ने की।

वर्ष 2025 के अक्तूबर, नवंबर, दिसंबर व जनवरी माह के करीबन चार महीनों का रूका हुआ वेतन जारी नहीं होने से नाराज कर्मचारियों का गुस्सा अब चरम पर पहुंच गया है। कर्मचारियों ने चेतावनी दी कि दीपावली पर्व से पहले उनका बकाया वेतन जारी नहीं किया तो वे काली दीपावली मनाने पर मजबूर होंगे। नागरिक अस्पताल और जिले के विभिन्न स्वास्थ्य केंद्रों में कार्यरत करीब 234 एचकेआरएन स्वास्थ्य कर्मचारियों को चार माह का वेतन नहीं मिला है। प्रधान दीपक तंवर ने कहा कि स्वास्थ्य विभाग में दिन-रात सेवाएं देने वाले कर्मचारियों के सब्र का बांध अब पूरी तरह टूट चुका है। घर के दैनिक खर्चों, बच्चों की स्कूल फीस और राशन की व्यवस्था करना उनके लिए चुनौती बन गया है। चार महीने से वेतन न मिलने के कारण करीबन 234 परिवारों के सामने आर्थिक संकट खड़ा हो गया है। उन्होंने बताया कि बकाया वेतन की मांग को लेकर वे लगातार भिवानी के उपायुक्त, अतिरिक्त उपायुक्त, मुख्य चिकित्सा अधिकारी और पीएमओ को अवगत करवा चुके हैं।