



चंडीगढ़। शहीद-ए आजम भगत सिंह की 119 जयंती पर संत कबीर कुटीर में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्यमंत्री ने शहीद भगत सिंह को श्रद्धांजलि अर्पित की।

कांग्रेस ने की मुख्य चुनाव आयुक्त के इस्तीफे की मांग

चंडीगढ़/ पलवल। मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार की बखोस्तगी एवं गिरफ्तारी तथा उनके कार्यकाल के दौरान लिए गए चुनाव संबंधी फैसलों और मतदान सूचियों में हुए बदलावों की स्वतंत्र एवं निष्पक्ष समीक्षा की मांग को लेकर हरियाणा कांग्रेस ने सोमवार को प्रदेश के सभी जिला मुख्यालयों पर जोरदार प्रदर्शन किया। कांग्रेस ने इस प्रदर्शन के माध्यम से चुनाव प्रक्रिया में पारदर्शिता, जवाबदेही और मतदाताओं के अधिकारों की रक्षा का मुद्दा प्रमुखता से उठाया। पलवल में प्रदर्शन की कमान हरियाणा कांग्रेस के प्रदेश प्रभारी संजय दत्त और प्रदेश अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह ने स्वयं संभाली। इस दौरान वरिष्ठ कांग्रेस नेता चौधरी करण सिंह दलाल भी मौजूद रहे।

विश्व रेबीज दिवस पर 250 डॉग्स का टीकाकरण

पंचकुला। विश्व रेबीज दिवस के अवसर पर सोमवार को पेट एनिमल मेडिकल सेंटर (पीएएमसी), सेक्टर-3, पंचकुला में निःशुल्क एंटी-रेबीज टीकाकरण शिविर का आयोजन किया गया। शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें 250 से भी अधिक पालतू डॉग्स को निःशुल्क एंटी-रेबीज टीकाकरण किया गया।हरियाणा शिवालिंक विकास बोर्ड कार्यकारी उपाध्यक्ष ओम प्रकाश देवीनगर ने रिबन काट कर शिविर का शुभारंभ किया। यह शिविर इस वर्ष की आधिकारिक वैश्विक विश्व रेबीज दिवस थीम स्ट्रूंग ट्रगोदर के अनुसार आयोजित किया गया।

ट्रांसफर पॉलिसी को लेकर कर्मियों ने किया प्रदर्शन

चंडीगढ़। हरियाणा स्वास्थ्य विभाग में ऑनलाइन ट्रांसफर लागू करने और इसके साथ रेशनलाइजेशन की प्रक्रिया अपनाने के विरोध में स्वास्थ्य कर्मचारियों में रोष है। स्वास्थ्य विभाग की ओर से 24 सितंबर को जारी रिक्त पदों की सूची को लेकर कर्मचारियों ने सवाल उठाए हैं। स्वास्थ्य कर्मचारियों की एसोसिएशन ने 29 सितंबर को महानिदेशक कार्यालय पर सांकेतिक रोष प्रदर्शन करने का ऐलान किया है। राज्य प्रेस सचिव संदीप कुंडू ने बताया कि एसोसिएशन की राज्य प्रधान शर्मिला देवी और महासचिव सहदेव आर्य ने सरकार की नीति का विरोध किया है। उन्होंने कहा कि किसी पद की आवश्यकता केवल इस आधार पर तय नहीं की जा सकती कि उस पर वर्तमान में कर्मचारी कार्यरत है या नहीं। अस्पताल, पीएचसी, सीएचसी, सब सेंटर और अन्य स्वास्थ्य संस्थानों में पदों की आवश्यकता मरीजों की संख्या, आबादी, भौगोलिक दूरी, बीमारी के भार और संस्थान में उपलब्ध सेवाओं के आधार पर तय होनी चाहिए।

नमो क्रिकेट लीग-2026 के ग्रैंड फिनाले का शुभारंभ खेलों के माध्यम से युवाओं को अनुशासन और राष्ट्र निर्माण से जोड़ रही सरकार : नायब सैनी

पंचकुला। पंचकुला की धरती आज उस समय युवा ऊर्जा, खेल भावना और नशामुक्त भारत के संकल्प की साक्षी बनी, जब हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सैनी ने ताऊ देवीलाल खेल परिसर, सेक्टर-3 स्थित क्रिकेट ग्राउंड में नमो क्रिकेट लीग-2026 के ग्रैंड फिनाले का शुभारंभ किया। मुख्यमंत्री ने युवाओं की प्रेरणा के स्रोत अमर शहीद भगत सिंह की जयंती पर उन्हें कोटि-कोटि नमन किया। ग्रैंड फिनाले के दौरान 4 अक्टूबर तक मुख्य मुकाबले खेले जाएंगे। इस अवसर पर मुख्यमंत्री के राजनीतिक सचिव तरुण भंडारी भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। मुख्यमंत्री ने हाल ही में पंचकुला में ही नमो क्रिकेट लीग-2026 की ट्रॉफी का अनावरण किया गया था।

एजेसी के माध्यम से लगे कर्मियों के वेतन में गड़बड़ी पर लगेगी रोक, मुख्यमंत्री ने दिए निर्देश ठेकेदार नहीं, सीधे कर्मचारी के खाते में आएगा वेतन

मुख्यमंत्री ने विभागों की ओर से अपनाई जा रही ‘गुड प्रैक्टिसिज’ की समीक्षा के दौरान दिए निर्देश

हरिभूमि ब्यूरो»चंडीगढ़

हरियाणा में एजेसी या ठेकेदार के माध्यम से कार्यरत कर्मचारियों के वेतन को लेकर सरकार नई व्यवस्था लागू करने की तैयारी कर रही है। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने निर्देश दिए हैं कि सभी प्रकार के कर्मचारियों का वेतन कॉन्ट्रैक्टर को देने की बजाय सीधे उनके बैंक खातों में भेजा जाए। सरकार का मानना है कि इससे वेतन में होने वाली गड़बड़ियों पर अंकुश लगेगा और कर्मचारियों के शोषण को रोका जा सकेगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार का प्रयास पॉजिट और गरीब व्यक्ति को राहत देना है। कॉन्ट्रैक्टर या एजेसी के स्तर पर वेतन को लेकर किसी तरह की अनियमितता न हो, इसके लिए भुगतान सीधे कर्मचारी के खाते में करने की व्यवस्था की जाए। उन्होंने गरीब कर्मचारियों के शोषण पर कड़ाई से रोक लगाने के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने सोमवार को हरियाणा सिविल सचिवालय में विभिन्न विभागों की ओर से अपनाई जा रही ‘गुड प्रैक्टिसिज’ की समीक्षा के दौरान यह निर्देश दिए।



कर्मचारियों को वेतन देने की प्रक्रिया 100% डिजिटल

कोवाणार एवं लेखा विभाग के अधिकारियों ने बताया कि प्रदेश में वेतन प्रक्रिया को 100 प्रतिशत डिजिटल किया जा चुका है। भौतिक वेतन बिल और मैनुअल कामजो कार्य को समाप्त कर दिया गया है। वेतन बिल ऑनलाइन तैयार, सत्यापित और स्वीकृत किए जाते हैं। डिजिटल हस्ताक्षर आधारित स्वीकृति के बाद ई-कुबेर के माध्यम से कोषागार प्रणाली से सीधे भुगतान किया जाता है। अधिकारियों ने बताया कि मई 2026 से कागजरहित वेतन प्रक्रिया भी शुरू की गई है। इसके तहत वेतन बिल तैयार करने और जमा करने से लेकर वेतन की गणना, कटौतियों, डिजिटल हस्ताक्षर, इलेक्ट्रॉनिक सत्यापन, कोषागार प्रसंस्करण और ई-वाउचर तैयार करने तक पूरी प्रक्रिया ऑनलाइन की गई है। बैठक में विभिन्न विभागों के वरिष्ठ अधिकारी और सीएमओ के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।

सरकारी भुगतान में देरी पर ब्याज का प्रावधान

मुख्यमंत्री ने सरकार विभागों के स्तर पर भुगतान में होने वाली अनावश्यक देरी को लेकर भी वित्त विभाग को योजना तैयार करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि यदि विभागीय स्तर पर अनावश्यक देरी के कारण कंपनियों, फर्मों या ठेकेदारों का भुगतान अटकता है तो उन्हें विलंबित अवधि का ब्याज सहित भुगतान किया जाना चाहिए। साथ ही, यदि किसी अधिकारी या कर्मचारी को वजन से अनावश्यक देरी होती है तो ब्याज की राशि संबंधित जिम्मेदार अधिकारी या कर्मचारी से वसूलने का प्रावधान भी योजना में शामिल किया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि भुगतान प्रक्रिया में डिजिटल सिगनेचर और ड्रॉगल के गलत इस्तेमाल पर भी नियंत्रण जरूरी है। ड्रॉगल के दुरुपयोग से सरकार को नुकसान होने पर संबंधित जिम्मेदार अधिकारी के वेतन से नुकसान की भरपाई करने का प्रावधान किया जाए।

कर्मचारियों को न्यूनतम वेतनमान का लाभ देने का रास्ता साफ, सरकार की अपीलें खारिज

चंडीगढ़। न्यूनतम वेतनमान के लाभ को लेकर हरियाणा सरकार को पंजाब एवं हरियाणा हाई कोर्ट से राहत नहीं मिली है। हाई कोर्ट ने राज्य सरकार की उन

■ खंडपीठ का एकल पीठ के आदेश के हस्ताक्षेप से इनकार

अपीलों को खारिज कर दिया है, जिनमें एकल पीठ के कर्मचारियों को न्यूनतम वेतनमान का लाभ देने के आदेश को चुनौती दी गई थी। खंडपीठ ने कहा कि जिन कर्मचारियों के पक्ष में आदेश दिया गया है, उनकी स्थिति पहले के वरुण गुप्ता मामले से अलग नहीं है और उस मामले में दिया गया फैसला अब अंतिम रूप ले चुका है। ऐसे में समान परिस्थितियों वाले कर्मचारियों को उसी आधार पर लाभ देने के एकल पीठ के आदेश में हस्तक्षेप का कोई आधार नहीं बनता। मामला कर्मचारियों को न्यूनतम वेतनमान का लाभ दिए जाने से संबंधित था। एकल पीठ ने तीन जुलाई 2019 के वरुण गुप्ता बनाम हरियाणा सरकार मामले में दिए गए फैसले को आधार बनाते हुए वर्तमान याचिकाकर्ताओं को भी लाभ देने का आदेश दिया था।सरकार की दलील, 2017 के निर्देशों की सही व्याख्या नहीं है।

बीमार माता-पिता को तबादला नीति में संरक्षित श्रेणी में शामिल करने की मांग

चंडीगढ़। पंजाब एवं हरियाणा हाई कोर्ट ने हरियाणा की माडल ऑनलाइन स्थानांतरण नीति-2026 और हरियाणा राज्य कृषि विपणन बोर्ड की स्थानांतरण नीति-2026 में आश्रित माता-पिता को लेकर उठाई गई आपत्ति पर राज्य सरकार को आठ सप्ताह में फैसला लेने का निर्देश दिया है। याचिकाकर्ता ने मांग की थी कि गंभीर या लंबे समय से चली आ रही बीमारी से पीड़ित आश्रित पिता या माता को स्थानांतरण नीति के तहत संरक्षित श्रेणी में शामिल किया जाए।मामला हरियाणा निवासी विकास कुमार की ओर से दायर की याचिका से जुड़ा है। याचिका में माडल आनलाइन स्थानांतरण नीति-2026 और संबंधित हरियाणा राज्य कृषि विपणन बोर्ड की स्थानांतरण नीति-2026 को इस सीमित आधार पर चुनौती दी गई थी कि इसमें गंभीर अथवा कमजोर करने वाली बीमारी से पीड़ित आश्रित माता-पिता को संरक्षित श्रेणी में शामिल नहीं किया गया है। याचिकाकर्ता ने हाई कोर्ट को बताया कि उसने चार सितंबर 2026 को संबंधित अधिकारियों से समक्ष प्रतिनिधित्व भी दिया था, लेकिन उस पर अभी तक कोई निर्णय नहीं लिया गया है।

चार पीजीटी संस्कृत शिक्षकों की नियुक्ति रद्द

चंडीगढ़। हरियाणा स्कूल शिक्षा विभाग ने नियुक्ति पत्र जारी होने के करीब आठ माह बाद भी इयूटी ज्वाइन नहीं करने वाले चार पीजीटी संस्कृत अभ्यर्थियों की नियुक्ति और उम्मीदवारी रद्द कर दी गई है। विभाग ने यह कार्रवाई तीन महीने का अतिरिक्त समय और उसके बाद अंतिम मौका दिए जाने के बावजूद आवंटित स्कूलों में कार्यभार ग्रहण नहीं करने पर की है। विभाग की ओर से जारी आदेशों के मुताबिक, कार्रवाई भीम शर्मा, बलराज सिंह, सुरेश और अमित कुमार के खिलाफ की

गई है। हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग (एचएसएससी) ने 14 नवंबर, 2025 को विज्ञापन संख्या 04/2015, श्रेणी संख्या 16 के तहत इन अभ्यर्थियों को पीजीटी संस्कृत पद पर नियुक्ति की सिफारिश की थी। मूल दस्तावेजों की जांच के लिए अभ्यर्थियों को 27 नवंबर, 2025 को बुलाया गया था। इसके बाद शिक्षा विभाग ने 31 दिसंबर, 2025 को नियुक्ति पत्र जारी कर 15 दिन के भीतर संबंधित स्कूल में कार्यभार संभालने का निर्देश दिया।

बागवानी करने वाले किसानों को मिलेगा अनुदान

चंडीगढ़। हरियाणा सरकार द्वारा प्रदेश में बागवानी को बढ़ावा देने और किसानों की आय में वृद्धि करने के उद्देश्य से ‘बागवानी फसलों की खेती के लिए अनुदान प्रावधान’ योजना लागू की गई है। उद्यान विभाग हरियाणा के एक प्रकृता ने इस संबंध में विस्तृत जानकारी देते हुए बताया कि सरकार राज्य के किसानों को फल, सब्जी, फूल, मसाले और खुशबूदार पौधों की खेती करने पर भारी सब्सिडी प्रदान कर रही है। इस योजना के तहत आवेदन और अनुदान की सीमा भी निर्धारित की गई है, जिसके अनुसार फलों के नए बाग लगाने तथा मसालों की खेती पर अधिकतम 5 एकड़ तक का लाभ लिया जा सकता है।

किसानों को समय पर मिले योजनाओं का लाभ : नायब

चंडीगढ़। मुख्यमंत्री नायब सैनी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सरकार की योजनाओं का लाभ पात्र लोगों तक पूरी पारदर्शिता के साथ पहुंचे और योजनाओं की जमीनी स्तर पर प्रभावशीलता सुनिश्चित की जाए। विभागों द्वारा अपनाई जा रही वेस्ट प्रैक्टिस का उद्देश्य केवल आंकड़े बढ़ाना नहीं, बल्कि किसानों, ग्रामीणों, महिलाओं, युवाओं और आमजन को वास्तविक लाभ पहुंचाना होना चाहिए। मुख्यमंत्री चंडीगढ़ में सोमवार को राज्य सरकार के प्रमुख विभागों की समीक्षा बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। बैठक में कृषि एवं किसान कल्याण, उद्यान, कृषि विपणन बोर्ड, विकास एवं पंचायत, सिंचाई एवं जल संसाधन तथा सहकारिता विभाग द्वारा किए जा रहे कार्यों और तकनीकी सुधारों की विस्तार से समीक्षा की गई। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग द्वारा उर्वरक वितरण प्रणाली को बेरी फसल मेरा ब्योरा पोर्टल से जोड़ने की पहल की जानकारी दी गई।

गांवों में 86 करोड़ से 1000 अटल लाइब्रेरी खोली जाएंगी

मुख्यमंत्री ने कहा कि विकास एवं पंचायत विभाग द्वारा ग्रामीण क्षेत्रों में विद्यार्थियों और युवाओं को बेहतर अध्ययन सुविधाएं उपलब्ध कराने के लिए शुरू की गई अटल लाइब्रेरी पहल की भी समीक्षा की गई। प्रथम चरण में 996 अटल लाइब्रेरी स्थापित की जा चुकी हैं, जबकि दूसरे चरण में 86.6 करोड़ रुपये के बजट से 1,000 नई अटल लाइब्रेरी स्थापित की जा रही हैं। मुख्यमंत्री ने निर्देश दिए कि अटल लाइब्रेरियों की इमारतों एवं ग्राम सचिवालयों पर सोलर पैनल लगाने की संभावनाओं को प्राथमिकता से लागू किया जाए। उन्होंने कहा कि दूसरे चरण में बन रही 1,000 नई लाइब्रेरियों में से 500 नई लाइब्रेरियों का 25 दिसंबर 2026 को सुशासन दिवस के अवसर पर उद्घाटन किया जाए। मुख्यमंत्री ने यह भी स्पष्ट किया कि इन लाइब्रेरियों में बच्चों से किसी प्रकार का शुल्क नहीं लिया जाए, ताकि ग्रामीण क्षेत्र के अधिक से अधिक बच्चे इसका लाभ उठा सकें।

झज्जर के बुपेनिया और सिरसा के अरनियांवाली में स्वास्थ्य केंद्र को मंजूरी

चंडीगढ़। हरियाणा सरकार प्रदेश के ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के बुनियादी ढांचे को मजबूत और आधुनिक बनाने के लिए लगातार प्रयासरत है। इसी दिशा में एक बड़ा कदम उठाते हुए राज्य सरकार ने दो मौजूदा सरकारी स्वास्थ्य संस्थानों को अपग्रेड करने और दो नए स्वास्थ्य संस्थान स्थापित करने की सैद्धांतिक स्वीकृति प्रदान की है। झज्जर जिले के गांव बुपेनिया में एक नया प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र खोलने तथा सिरसा जिले के गांव अरनियांवाली में नया उप-स्वास्थ्य केंद्र स्थापित करने की स्वीकृति दी गई है। फरीदाबाद जिले के ग्रामीण व शहरी सीमावर्ती क्षेत्रों को बड़ी राहत मिलेगी। फरीदाबाद के गांव मंझावाली स्थित उप-स्वास्थ्य केंद्र को अब

■ मुख्यमंत्री ने फरीदाबाद के हेल्थ सेंटर को अपग्रेड करने की भी दी मंजूरी

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के रूप में अपग्रेड किया जाएगा। वहीं, गांव पल्ला रोहतपुर स्थित प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र का दर्जा बढ़ाकर उसे 50 बेड की क्षमता वाले आधुनिक अर्बन सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र के रूप में विकसित किया जाएगा, जिससे स्थानीय लोगों को आपातकालीन और विशिष्ट चिकित्सा सेवाओं के लिए दूर-दराज के बड़े अस्पतालों के चक्कर नहीं काटने पड़ेंगे।



प्रौद्योगिकी विकास बोर्ड

(विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग)

ब्लॉक-II, द्वितीय तल, टेक्नोलॉजी भवन, न्यू महारोली मार्ग, नई दिल्ली 110016

वेबसाइट: www.tdb.gov.in

निविदा सूचना

टेंडर संदर्भ संख्या: टीडीबी-140 आर/2/2026 दिनांक: 29.09.2026

प्रौद्योगिकी विकास बोर्ड (TDB) द्वारा स्टार्ट-अप, सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों (MSMEs), कंपनियों, अनुसंधान संस्थानों तथा अन्य पात्र संस्थाओं द्वारा प्रौद्योगिकी विकास बोर्ड-अनुसंधान, विकास एवं नवाचार निधि (TDB-RDIF) के अंतर्गत वित्तीय सहायता प्राप्त करने हेतु प्रस्तुत प्रस्तावों के लिए अनुपालन स्क्रीनिंग एवं चिन्तासिरी अपने ग्राहक को जाने (Extended Know Your Customer - KYC) परामर्श संचार प्रदान करने हेतु प्रातिष्ठित एवं अनुभवी परामर्श फर्मों/कार्यालयों के पैनाल में सम्मिलित किए जाने के लिए रुचि की अभिव्यक्ति (Expression of Interest-EOI) आमंत्रित की जाती है।

EOI दस्तावेज TDB की वेबसाइट, अर्थात www.tdb.gov.in, पर उपलब्ध है। इच्छुक फर्म वेबसाइट से EOI दस्तावेज डाउनलोड कर अपना प्रस्ताव प्रस्तुत कर सकती हैं।

निविदा प्राप्त करने की अंतिम तिथि 21.10.2026, सायं 17:00 बजे से पूर्व, TDB, प्रौद्योगिकी भवन, नई दिल्ली में प्राप्त हो जाना चाहिए।

CBC- 36106/11/0007/2627

अवर सचिव, टीडीबी

हरियाणा सरकार शुद्धिपत्र			
क्र. सं.	बोर्ड/विभाग/प्रार्थी का नाम	पुनरा मंरंभ/ एनआईटी सं.	जुद्धिपत्र की प्रकृति
1	दि रोहतक सहकारी दुग्ध उत्पादक संघ लि.	2026_HBC_546725_1	तिथि 03.10.2026 अप. 02:00 बजे तक बढ़ाई गई खुलना 05.10.2026 पूर्वा. 11:00 बजे।
अधिक जानकारी हेतु कृपया पथारें www.haryanaeprocurement.gov.in or www.etenders.hry.nic.in संवाद-13/2027/40/49704/11/88/6 दि. 28.09.26			



अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद् (अभातशिप)

(भारत सरकार का सांविधिक निकाय)

नेल्सन मंडेला मार्ग, वसंत कुंज, नई दिल्ली-110070

दूरभाष संख्या: 011-29581000, Website: www.aicte.gov.in



अभातशिप की स्नातकोत्तर (पीजी) छात्रवृत्ति योजना 2026-27

अभातशिप अनुमोदित संस्थाओं में वैध GATE/CEED स्कोर के साथ अर्हक अंक प्राप्त करके शैक्षणिक वर्ष 2026-27 में अभातशिप द्वारा अनुमोदित संस्थानों / कार्यक्रमों में अनुमोदित प्रवेश क्षमता के भीतर एम.ई. / एम. टेक. / एम.डैस. के प्रथम वर्ष में प्रवेशित विद्यार्थियों के लिए लाभार्थी के खाते में सीधे हस्तांतरण (डीबीटी) के माध्यम से स्नातकोत्तर छात्रवृत्ति प्रदान करने हेतु ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए जाते हैं।

ऑनलाइन पंजीकरण की प्रक्रिया और विद्यार्थी की पात्रता के लिए दिशा-निर्देश/अनुदेश/अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्नों (FAQ) सहित विस्तृत विज्ञापन लिंक: <https://pgscholarship.aicte.gov.in/> पर उपलब्ध है।

सभी पात्र छात्रों को सूचित किया जाता है कि एआईसीटीई पीजी छात्रवृत्ति पोर्टल 01 अक्टूबर, 2026 को खोला जाएगा और छात्र 15 मार्च, 2027 तक अभातशिप वेब पोर्टल पर अपनी जानकारी अपलोड कर सकते हैं। साथ ही संस्थानों से अनुरोध है कि वे एआईसीटीई पीजी छात्रवृत्ति पोर्टल पर 31 मार्च, 2027 को या उससे पहले छात्रों के दस्तावेज सत्यापन की प्रक्रिया पूरी कर लें।

विज्ञापन संख्या : एसएजी (एसटीडीसी)/अभातशिप/09(01)/2026
CBC-21300/11/0007/2627

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के कच्चे कर्मचारियों को अब हर महीने की 7 तारीख तक मिलेगी सैलरी

चंडीगढ़। हरियाणा में राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तहत कार्यरत कच्चे कर्मचारियों के वेतन भुगतान में हो रही देरी को लेकर स्वास्थ्य विभाग ने सख्त रुख अपनाया है।राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन ने एचकेआरएनएल, एनएचएम कॉन्ट्रैक्ट और आउटसोर्स कर्मचारियों का वेतन हर महीने सात तारीख तक अनिवार्य रूप से जारी करने के निर्देश दिए हैं। इसके लिए फंड की उपलब्धता से लेकर बिलों की प्रोसेसिंग और भुगतान की स्थिति की रिपोर्टिंग तक की समयसीमा तय कर दी गई है।

अभियुक्त व्यक्ति की हानिरी की अपेक्षा करने वाली उद्घोषणा

(धारा 82 सीआरपीसी/84 भा.न.स.स.देखिए)

मेरे समक्ष परिवारद किया गया है कि अभियुक्त **जितेश यादव** पुत्र जय सिंह निवासी अपोजिट सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्कूल, किशनगढ़, महम, रोहतक, हरियाणा ने **प्रथम सूचना रिपोर्ट संख्या 136/2025 धारा 318(4)/3(5) भारतीय न्याय संहिता, धाना साइबर उत्तर, दिल्ली** के अधीन दण्डनीय अपराध किया है (या संदेह है की किया है) और उस पर जारी किये गए गिरफ्तारी के वारंट को यह कह कर लौटा दिया गया है कि उक्त अभियुक्त **जितेश यादव** मिल नहीं रहा और मुझे समाधानप्रद रूप से दर्शित कर दिया गया है की उक्त अभियुक्त **जितेश यादव** फरार हो गया है (या उक्त वारंट की तामील से बचने के लिए अपने आपको छिपा रहा है)। इस लिए इस के द्वारा उद्घोषणा कि जाती है की उक्त अभियुक्त **जितेश यादव**, **प्रथम सूचना रिपोर्ट संख्या 136/2025 धारा 318(4)/3(5) भारतीय न्याय संहिता, धाना साइबर उत्तर, दिल्ली** न्यायालय के समक्ष या मेरे समक्ष उक्त परिवारद का उत्तर देने के लिए दिनांक **29.10.2026** को या उससे पहले हाजिर हो।

आदेश से
सुश्री हर्षिता मिश्रा
मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट
सेंट्रल, कम्परा नंबर 38, ग्राउंड फ्लोर
तीस हजारी न्यायालय, दिल्ली

DP/13502/N/2026

सार्वजनिक सूचना (PUBLIC NOTICE)

नाकारा घोषित 2 कमरों की नीलामी बारे।

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि रा. प्रा. पाठशाला इल्ट (11752) खण्ड भूना जिला फतेहाबाद में दो नकारा कमरों की नीलामी दिनांक 01-10-2026 वार वीरवार सुबह 9:00 बजे विद्यालय के प्रांगण में होगी। इच्छुक बोलीदाता को बोली देने से पहले 20000/- (बीस हजार रु.) रुपये बतौर सिक्वोरिटी जमा करवानी होगी। नीलामी के अन्य नियम व शर्तें, SMC द्वारा मौके पर सुनाई जाएंगी। SMC कमेटी का निर्णय अन्तिम व मान्य होगा।

School Detail :

School Udise code : 06100201501

Mail Id : gpsdulat11752@gmail.com

Block : Bhuna

Distt. - Fatehabad

Sd/- Head Teacher

Govt. Primary School

Dulat 11752 (Ftd.)

पीआरडीएच-1132/11/202/2027/49688/88/6 दि. 28.09.26

सार्वजनिक सूचना (PUBLIC NOTICE)

नाकारा घोषित 4 कमरों की नीलामी बारे।

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि G.G.P.S. Dhani Gopal-11749 खण्ड भूना जिला फतेहाबाद में 4 कमरों की नीलामी दिनांक 05-10-2026 (सोमवार) को सुबह 10:00 बजे विद्यालय के प्रांगण में होगी। इच्छुक बोलीदाता को बोली देने से पहले 20000/- (बीस हजार रु.) रूपये बतौर सिक्वोरिटी जमा करवानी होगी। अन्य नियम व शर्तें मौके पर सुनाई जाएंगी।

School Detail :

(1) Udise code : 06100201103

(2) Mail Id : ggpsdhaninigopal11749@gmail.com

(3) Management : S.M.C. G.G.P.S. Dhani Gopal-11749

(4) Block : भूना

(5) Distt. - Fatehabad

(6) Contact : 9813632034

Sd/- Head Teacher

Govt. Girls Primary School

Dhani Gopal (Bhuna)

पीआरडीएच-1132/11/200/2027/49685/88/6 दि. 28.09.26

सार्वजनिक सूचना (PUBLIC NOTICE)

नाकारा घोषित 1 कमरा, बरामदे सहित की नीलामी बारे।

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि G.P.S. Bhattu (11734) खण्ड भूना जिला फतेहाबाद में 1 कमरा बरामदा सहित की नीलामी दिनांक 01-10-2026 (वीरवार) को सुबह 11:00 बजे विद्यालय के प्रांगण में होगी। इच्छुक बोलीदाता को बोली देने से पहले 10000/- (दस हजार रुपये) बतौर सिक्वोरिटी जमा करवाने होंगे। अन्य नियम व शर्तें मौके पर सुनाई जाएंगी।

School Details :

(1) Udise code : 06100200202

(2) Mail Id : gpsbhattu11734@gmail.com

(3) Management : S.M.C. G.P.S. Bhattu (11734)

(4) Block : Bhuna

(5) Distt. - Fatehabad

(6) Contact : 9992238390

Sd/- Head Teacher

Govt. Primary School

Bhattu (Block Bhuna) (Ftd.)

पीआरडीएच-1132/11/201/2027/49686/88/6 दि. 28.09.26

 सूचना, लोक संपर्क तथा भाषा विभाग, हरियाणा
 www.prharyana.gov.in | Follow us on @diprharyana

यह नई शृंखला का पांचवां मासिक आंकड़ा है देश का औद्योगिक उत्पादन अगस्त में आठ प्रतिशत बढ़ा, विनिर्माण क्षेत्र का बेहतर प्रदर्शन

एजेंसी ▶▶ नई दिल्ली

देश का औद्योगिक उत्पादन अगस्त में आठ प्रतिशत बढ़ा, जबकि जुलाई में इसमें 7.4 प्रतिशत की वृद्धि हुई थी। विनिर्माण क्षेत्र के बेहतर प्रदर्शन और बिजली एवं गैस आपूर्ति में मजबूत वृद्धि से औद्योगिक उत्पादन को गति मिली। सोमवार को जारी सरकारी आंकड़ों में यह जानकारी दी गई। यह नई श्रृंखला के तहत जारी औद्योगिक उत्पादन सूचकांक (आईआईपी) का पांचवां मासिक आंकड़ा है।

राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय (एनएसओ) के मुताबिक, अगस्त महीने में आईआईपी में सालाना आधार पर आठ प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई। इस दौरान विनिर्माण क्षेत्र नौ प्रतिशत और बिजली एवं गैस आपूर्ति क्षेत्र 12.3 प्रतिशत बढ़ा। आंकड़ों के अनुसार, खनन एवं संबद्ध क्षेत्र में अगस्त के दौरान 5.6 प्रतिशत की गिरावट आई, जबकि एक साल पहले इसी महीने में इस क्षेत्र का उत्पादन 15.8 प्रतिशत बढ़ा था।

रूस से कच्चे तेल का आयात पांच महीने के निचले स्तर पर

नई दिल्ली (एजेंसी)। जहाजों की आवाजाही पर नजर रखने वाले आंकड़ों के अनुसार भारतीय रिफाइनरी कंपनियों द्वारा अपनी खरीद में विविधता लाने के कारण सितंबर में रूस से कच्चे तेल का आयात घटकर लगभग 17.5 लाख बैरल प्रतिदिन रह गया, जो अप्रैल के बाद का सबसे निचला स्तर है। इस दौरान देश का कुल कच्चा तेल आयात तेजी से बढ़ा है।

वैश्विक ज़िंस आंकड़ा और विश्लेषण फर्म केपटार के आंकड़ों के मुताबिक, सितंबर में भारत का कुल कच्चा तेल आयात औसतन करीब 53 लाख बैरल प्रतिदिन (बीपीडी) रहा। यह अगस्त की तुलना में लगभग छह लाख बैरल प्रतिदिन और एक साल पहले की समान अवधि से सात लाख बैरल प्रतिदिन अधिक है। भारत ने सितंबर में औसतन 17.4 लाख बैरल प्रतिदिन रूसी कच्चे तेल का आयात किया। यह आयात अप्रैल के 15.8 लाख बैरल प्रतिदिन के बाद सबसे कम है।

ज्योतिष
कहते नहीं करके दिखाते है
सभी समस्याओं का समाधान
जैसा चाहेंगे करके दूंगा

कारोबार, प्यार में परेशानी, दुश्मन से छुटकारा, गृहव्यलेथ, पति-पत्नी के झगड़े, लव मैरिज, प्रोपटी, कोर्ट केस, किया कराया, जादू टोना, मनचाही इच्छा

A to Z समस्या का समाधान
स्पेशलिस्ट: मनचाहा प्यार, प्रेम-विवाह
पंडित पी. के. शारसी
हमारे किये हुए काम को कोई ज्योतिष, पंडित या मौलवी काट दे तो उसे मुंह मांगा ईनाम।
काम ना होने पर पैसे वापस +91 99974 92579

राशिफल



मेघ

रहन-सहन अव्यवस्थित रहेगा। खर्चों में वृद्धि होगी। आत्मविश्वास में कमी रहेगी। जीवनसाथी के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। पिता का साथ मिलेगा।



वृष

परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान की यात्रा का कार्यक्रम बन सकता है। मानसिक शान्ति रहेगी,परन्तु बातचीत में संशय रहे। लाभ के अवसर मिलेंगे।



मिथुन

तरक्की के मांग प्रशस्त होंगे। मान-सम्मान की प्राप्ति होगी।सहेत का ध्यान रखें। धर्म-कर्म में रुचि बढ़ेगी। कार्यक्षेत्र में कुछ समस्याए पेशान कर सकती हैं।



कर्क

आत्मविश्वास में वृद्धि होगी। नौकरी में तरक्की के अवसर मिलेंगे। शासन-सत्ता का सहयोग मिलेगा। पारिवारिक जीवन सुखमय रहेगा।



सिंह

परिवार की जिम्मेदारी बढ़ सकती हैं। शैक्षिक कार्यों में सफल रहेंगे। बौद्धिक कार्यों से आय में वृद्धि हो सकती है। क्रोध के अतिरेक से बचें।



कन्या

धैर्यशीलता में कमी आ सकती है। वाहन के रखरखाव पर खर्च बढ़ेगा। स्वास्थ्य के प्रति सतर्क रहें। चिकित्सीय खर्च बढ़ सकते हैं।



तुला

भाग-दौड़ अधिक रहेगी। कार्यक्षेत्र में परिश्रम अधिक रहेगा। बातचीत में सन्तुलन बनाये रखने का प्रयास करें। वस्त्र उपहार में प्राप्त हो सकते हैं।



वृश्चिक

कार्यक्षेत्र में तरक्की के योग हैं। जीवनसाथी के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। शैक्षिक या बौद्धिक कार्यों में सम्मान की प्राप्ति हो सकती है।

धनु

व्यर्थ के क्रोध एवं वाद-विवाद से बचें। लेखनादि-बौद्धिक कार्यों में व्यस्तता बढ़ेगी। सन्तान की ओर से सुखद समाचार मिल सकता है।

मकर

तरक्की के अवसर मिल सकते हैं। आय में वृद्धि होगी। पठन-पाठन में रुचि रहेगी। लेखनादि-बौद्धिक कार्यों से आय में वृद्धि के स्रोत विकसित होंगे। दाम्पत्य सुख में वृद्धि होगी। पारिवारिक जीवन सुखमय रहेगा। कारोबार में वृद्धि होगी। परिश्रम अधिक रहेगा। लाभ के अवसर बढ़ेंगे। वाणी में मधुरता रहेगी।

जुलाई में इसमें 7.4 प्रतिशत की वृद्धि हुई थी

पहले के अनुमान से संशोधित कर 7.4

फ़ीसदी किया गया

अगस्त, 2025 में देश के औद्योगिक उत्पादन सूचकांक में 4.7 प्रतिशत की वृद्धि हुई थी। वहीं, इस साल जुलाई के आईआईपी आंकड़े को पहले जारी 6.7 प्रतिशत के अस्थायी अनुमान से संशोधित कर 7.4 प्रतिशत कर दिया गया है। वार्ष् वित्त वर्ष में अप्रैल-अगस्त के दौरान आईआईपी वृद्धि 6.7 प्रतिशत रही, जबकि एक साल पहले इसी अवधि में यह 4.2 प्रतिशत रही थी।



वृद्धि में इन वस्तुओं का योगदान रहा

वाहन, ट्रेलर एवं सेमी-ट्रेलर विनिर्माण समूह के तहत वाहन कलपुर्जों, सहायक उपकरणों, यात्री कारों तथा वाणिज्यिक वाहनों ने वृद्धि में उल्लेखनीय योगदान दिया। विद्युत उपकरण विनिर्माण में विद्युत सर्किट को बदलने या सुरक्षित रखने वाले उपकरणों, जैसे स्विचगियर, सर्किट ब्रेकर, स्विच तथा नियंत्रण एवं मीटर पैनेल और उनके कलपुर्जों के अलावा ऑप्टिकल फाइबर एवं केबल के कनेक्टर, यूपीएस तथा सॉलिट-स्टेट ड्राइव ने वृद्धि में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

एक अक्टूबर से बदलेगा एफडी का गणित! आरबीआई के नए नियमों से पड़ेगा असर

नई दिल्ली (एजेंसी)। 1 अक्टूबर 2026 से, कमर्शियल बैंकों में फिक्स्ड डिपॉजिट (एफडी) करने वाले निवेशकों को बल्क फिक्स्ड डिपॉजिट पर ब्याज दरों के बारे में जानकारी देने, उन्हें दिखाने और लागू करने के तरीकों में बड़े बदलाव देखने को मिलेंगे। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने नए नियम लागू किए हैं। इनका मकसद बल्क डिपॉजिट की दरों को पारदर्शी और समझने में आसान बनाना है, और यह पक्का करना है कि एक ही तरह के डिपॉजिट पर बैंक की सभी शाखाओं में एक जैसी दरें मिलें। यह नया नियम कमर्शियल बैंकों, स्मॉल फाइनेंस बैंकों, रीजनल रूरल बैंकों, लोकल एरिया बैंकों, पेमेंट बैंकों और अर्बन कोऑपरेटिव बैंकों पर लागू होगा। बल्क डिपॉजिट को आम रिटेल एफडी से अलग तरह से देखा जाता है।

रिटर्न दाखिल करने की समयसीमा तीन सप्ताह बढ़ाई

नई दिल्ली। आयकर विभाग ने सोमवार को कंपनियों के लिए आकलन वर्ष 2026-27 का आयकर रिटर्न दाखिल करने और ऑडिट रिपोर्ट जमा करने की अंतिम तारीख तीन सप्ताह बढ़ाकर 21 नवंबर कर दी। इसके तहत, कंपनियां अब आकलन वर्ष 2026-27 का आयकर रिटर्न 31 अक्टूबर के बजाय 21 नवंबर तक दाखिल कर सकेंगी। इसी तरह, कर ऑडिट रिपोर्ट

मार्केट न्यूज़

फ़िल्म 'लव लॉटरी' ले जाएगी प्यार के सफर पर और मजबूत कदमों को भरोसा देगा डा. आर्थी

फिल्म 'लव लॉटरी' व 'डा. आँथो' की विशेष बांड साझेदारी

चंडीगढ़। अरविंद पांडे के निर्देशन में बनी फिल्म 'लव लॉटरी' प्यार, रिश्तों और जिंदगी के उतार-चढ़ाव से जुड़ी कहानी को बड़े पर्दे पर प्रस्तुत करती है। फिल्म में अक्षय ओबेरॉय, हेली दारूवाला और कबीर दुहान सिंह मुख्य भूमिकाओं में नजर आएंगे। फिल्म के प्रमोशन के दौरान कलाकारों ने कहा कि जिंदगी कभी भी करवट बदल सकती है, लेकिन आपकी रातें करवट बदलते हुए नहीं गुजरनी चाहिए। इसलिए अपनाइए डा. आँथो आर्थोपैडिक मैट्रेस एवं पिलो, जो आपकी स्पाइन, नैक, वैक और हिप्स को सही अलाइनमेंट में रखने में मदद करते हैं, ताकि हर रात बने ज्यादा कम्फर्टेबल और पेन फ्री। वहीं, फिल्म की सफलता की कामना करते हुए एंटरप्रेन्योर और इन्वेंस्टर डा. संजीव जुनेजा ने कहा कि प्यार, रिश्तों और जिंदगी से जुड़ी कहानियां दर्शकों को भावनात्मक रूप से जोड़ने के साथ-साथ उन्हें मनोरंजन का भी शानदार अनुभव देती हैं। उन्होंने फिल्म की पूरी टीम को शुभकामनाएं देते हुए इसकी शानदार सफलता की कामना की। इस अवसर पर कंपनी के प्रतिनिधि ने कहा कि डा. आँथो आर्थोपैडिक मैट्रेस एवं पिल्लो को एक हेल्दी और एक्टिव लाइफस्टाइल के तहत इस सोच के साथ बनाया गया है कि आपको एक बेहतर और आरामदायक नींद मिले। उन्होंने कहा कि इसके अलावा डा. आँथो एक्सप्रेसर स्लीपर एवं शूज को भी मार्किट में लाया गया है ताकि आपके पैरों को भी बेहतर देखभाल हो। दोनों प्रोडक्ट, आपको रोजमर्रा की जिंदगी में एक्टिव और एनर्जेटिक रहने में मदद करते हैं।



भारत, यूएई स्थानीय मुद्रा निपटान प्रणाली पर सहमत

मुंबई। भारत और संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) ने सोमवार को स्थानीय मुद्रा में द्विपक्षीय व्यापार के निपटान, मुगुतान तथा

संदेश प्रणालियों के एकीकरण और केन्द्रीय बैंक डिजिटल मुद्रा (सीबीडीसी) से जुड़ी पहल को समयसमय तरीके से लागू करने के लिए

ठोस कदम उठाने पर सहमति जताई। दोनों देशों का लक्ष्य 2032 तक द्विपक्षीय व्यापार को दोगुना कर 200 अरब डॉलर तक पहुंचाना है। वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय ने बयान में कहा कि ये मुद्दे बेहद महत्वपूर्ण हैं क्योंकि इनमें द्विपक्षीय व्यापार और निवेश को अधिक कुशल, सुलभ और लचीला बनाने की अपार क्षमता है। इन मामलों पर यहां आयोजित भारत-यूएई निवेश उच्चस्तरीय संयुक्त कार्यबल (एचएलजेटीएफआई) की 14वीं बैठक के दौरान विस्तृत चर्चा हुई। व्यापार, निवेश और आर्थिक संबंधों को बढ़ावा देने तथा दोनों देशों के निवेशकों के सामने आने वाली समस्याओं के समाधान के लिए इस कार्यबल का गठन वर्ष 2013 में किया गया था।

बाएँ से दाए

1.मुख,बुद्धिहीन-4
3.रई की फसल-3
5.वंश,खानदान-2
6.आह,पीड़ा भरी ध्वनि-3
7.जी,इच्छा,चित्त-2
9.पहनना-3
11.दास,नौकर,सेवक-5
14.अग्नि,आग-3
16.चयनित,स्वीकृत-4
17.जाति,संप्रदाय-2
18.उस समय-3
19.आदत,व्यवहार-4
23.माला का मोती-3
24.लालन-पालन-5
27.पूर्णमा-3
28.वश,अधीन-2
30.खबर देने वाला-3
31.खदान,माइन-2
32.आश्रय,पनाह-3
33.संपत्ति-4

डॉलर के मुकाबले रुपया 28

पैसे टूटकर 96.03 पर

मुंबई। वैश्विक बाजारों में जोखिम से बचने की धारणा के बीच रुपया सोमवार को अमेरिकी डॉलर के मुकाबले 28 पैसे टूटकर 96.03 (अस्थायी) पर रहा। अमेरिका द्वारा ईरान के समझौते के प्रस्ताव को खारिज किए जाने से होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोलने की उम्मीदें कम हुई हैं। अमेरिका और ईरान के बीच गतिरोध जारी रहने से वैश्विक स्तर पर जोखिम से बचने की धारणा बनी हुई है।

राजकीय प्राथमिक पाठशाला चौताईगरा (16700)
खण्ड स्कोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा)
निविदा/बोली आमंत्रण सूचना

सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला चौताईगरा (16700), खण्ड खोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर कमरे व उसके सामने बने बरामदे को तोड़ने हेतु दिनांक 01.10.2026 को प्रातः 10:00 बजे विद्यालय परिसर में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. से संबंधित नियम व शर्तें मौके पर ही बताई जाएगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25 प्रतिशत राशि व सफल बोलीदाता को 100 प्रतिशत राशि जमा करवानी होगी।

राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16679)
खण्ड स्कोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा)
निविदा/बोली आमंत्रण सूचना

सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16779), खण्ड खोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन को तोड़ने हेतु दिनांक 30.09.2026 को प्रातः 10:00 बजे स्थल प्रांगण में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. से संबंधित नियम व शर्तें मौके पर ही बताई जाएगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25 प्रतिशत राशि व सफल बोलीदाता को 100 प्रतिशत राशि जमा करवानी होगी।

राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16679)
खण्ड स्कोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा)
निविदा/बोली आमंत्रण सूचना

सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16779), खण्ड खोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन को तोड़ने हेतु दिनांक 30.09.2026 को प्रातः 10:00 बजे स्थल प्रांगण में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. से संबंधित नियम व शर्तें मौके पर ही बताई जाएगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25 प्रतिशत राशि व सफल बोलीदाता को 100 प्रतिशत राशि जमा करवानी होगी।

राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16679)
खण्ड स्कोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा)
निविदा/बोली आमंत्रण सूचना

सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला नांथा (16779), खण्ड खोल, जिला रेवाड़ी (हरियाणा) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन को तोड़ने हेतु दिनांक 30.09.2026 को प्रातः 10:00 बजे स्थल प्रांगण में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. से संबंधित नियम व शर्तें मौके पर ही बताई जाएगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25 प्रतिशत राशि व सफल बोलीदाता को 100 प्रतिशत राशि जमा करवानी होगी।

निविदा/बोली आमंत्रण सूचना

सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला आलिबावास (16729) खण्ड (खोल) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन व बरामदे को तोड़ने हेतु 01 अक्टूबर 2026 को प्रातः 11:00 बजे विद्यालय परिसर में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. की सम्बन्धित नियम व शर्तें मौके पर बताई जाएगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25% राशि तथा सफल बोलीदाता को 100% राशि जमा करवानी होगी।
जे.बी.टी. हैड
रा.प्रा.पा. आलिबावास (16729)
मोबाइल नं. 9468289453

व्यापार हरिभूमि 4

सेबी ने तीन कंपनी को दी आईपीओ लाने की मंजूरी (नई दिल्ली): पूंजी बाजार नियामक सेबी ने पार्यवियर फिल-मेड, टैली इमर्जिंग इंडिया और फंक्शनल एंड इनोवेटिव फूड्स के प्रस्तावित आरंभिक सार्वजनिक निर्गम (आईपीओ) को मंजूरी दे दी है। तीन कंपनियों ने अप्रैल और अगस्त के बीच सेबी के पास दस्तावेजों का मसौदा जमा कराया था।

निविदा/बोली आमंत्रण सूचना
सभी योग्य/इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन (5 कमरे) को तोड़ने हेतु 1 अक्टूबर 2026 को प्रातः 9:00 बजे विद्यालय परिसर में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. की सम्बन्धित नियम व शर्तें मौके पर बताई जाएंगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25% राशि तथा सफल बोलीदाता को 100% राशि जमा करवानी होगी।
अन्जु बाला, मुख्य शिक्षिका, राजकीय प्राथमिक पाठशाला कुण्ड (रेवाड़ी), 9416575218

निविदा/बोली आमंत्रण सूचना
सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला भटेड़ा (रेवाड़ी) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन व बरामदे को तोड़ने हेतु 01 अक्टूबर 2026 को प्रातः 9:00 बजे विद्यालय परिसर में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. की सम्बन्धित नियम व शर्तें मौके पर बताई जाएंगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25% राशि तथा सफल बोलीदाता को 100% राशि जमा करवानी होगी।
सतबीर सिंह, जे.बी.टी. हैड, एएसएमसी रा.प्रा.पा. प्राणपुरा (16668) मोबाइल नं. 9416901147

निविदा/बोली आमंत्रण सूचना
सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, नंगल जमालपुर, जिला रेवाड़ी के विद्यालय परिसर में स्थित कमरों को तुड़वाने की नीलामी दिनांक 03.10.2026 को प्रातः 10.00 बजे विद्यालय परिसर में की जाएगी। एस.एस.ए. की सम्बन्धित नियम व शर्तें मौके पर बताई जाएंगी।
Sd/- Principal, Govt. Sr. Sec. School, Nangal Jamalpur (2591), Block-Khol, Rewari

निविदा/बोली आमंत्रण सूचना
सभी योग्य एवं इच्छुक ठेकेदारों/फर्मों को सूचित किया जाता है कि राजकीय प्राथमिक पाठशाला भटेड़ा (रेवाड़ी) के विभाग द्वारा घोषित जर्जर भवन के 6 कमरों को तोड़ने हेतु 01 अक्टूबर 2026 को प्रातः 9:00 बजे विद्यालय परिसर में बोली लगाई जाएगी। एस.एस.ए. की सम्बन्धित नियम व शर्तें मौके पर बताई जाएंगी। बोलीदाता को बोली से पूर्व 25% राशि तथा सफल बोलीदाता को 100% राशि जमा करवानी होगी।
जे.बी.टी. हैड - बीर सिंह रा.प्रा.पा. भटेड़ा Ph.No. 9466081170

उत्तर रेलवे					
इलेक्ट्रोनिक निविदा ई-प्रणाली के अन्तर्गत मदों की आपूर्ति हेतु निविदा आमंत्रण					
भारत के राष्ट्रपति की ओर से उप मुख्य सामग्री प्रबंधक उत्तर रेलवे जगाधरी वर्कशॉप-135002 द्वारा फर्मों को निम्नलिखित मदों के लिये ई-निविदाओं के माध्यम से आमंत्रित किया जाता है :-					
क्रम संख्या	निविदा संख्या	संक्षिप्त विवरण	मात्रा	बंद होने की तिथि	
1.	61257140B	स्विच बोर्ड कैबिनेट	05 सेट्स	29 अक्टूबर 2026	
निविदा शर्तें – 1. विस्तृत जानकारी IREPS वेबसाइट यानी www.ireps.gov.in पर देखी जा सकती है। 2. मैनजल निविदा स्वीकृत नहीं की जायेगी।					
टेंडर नोटिस संख्या:- 61257140B				3364/2026	
ग्राहकों की सेवा में मुरकान के साथ					

सूचना
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि खण्ड सोनीपत के अधीनस्थ ग्राम पंचायत चटिया औलिया में 2 द्यूबवैल आफरेटर के पद रिक्त है। द्यूबवैल आफरेटर के पद पर लगने हेतु इच्छुक उम्मीदवार अपना आवेदन सादे कागज पर अपने समस्त दस्तावेजों सहित दिनांक 13/10/2026 सांय 5.00 बजे तक किसी भी कार्य दिवस में खण्ड विकास एवं पंचायत अधिकारी सोनीपत के कार्यालय में जमा करवाना सुनिश्चित करें और साक्षात्कार हेतु दिनांक 14/10/2026 को प्रातः 11.00 बजे मुख्य कार्यकारी अधिकारी जिला परिषद सोनीपत के कार्यालय मे अपने समस्त मूल दस्तावेजों सहित हाजिर होना सुनिश्चित करें।
हस्ता/-खण्ड विकास पंचायत एवं अधिकारी, सोनीपत

उत्तर रेलवे ई-निविदा सूचना					
उप मुख्य अभियंता/ जीएस/यूएमपी, भारत के राष्ट्रपति की ओर से एवं उनके प्रतिनिधि के रूप में कार्य करते हुए, निम्नलिखित शीर्षकों के अंतर्गत खुली निविदाएं (ई-टेंडर) आमंत्रित करते हैं। ये निविदाएं www.ireps.gov.in पर उपलब्ध हैं तथा इनकी अंतिम तिथि 17.10.2026 को 14:00 बजे तक है। निविदाकार केवल निश्चित अंतिम तिथि एवं समय तक ही अपनी मूल / संशोधित बोली प्रस्तुत कर सकेंगे। इन निविदाओं के विरुद्ध हेमजल (हेस्तवालिज) प्रस्ताव स्वीकार नहीं किए जाएंगे तथा प्राप होने पर ऐसे प्रस्तावों को अमंदेखा किया जाएगा। ठेकेदार इस निविदा के अंतर्गत अर्जित धनराशि (Earnest Money) का भुगतान www.ireps.gov.in पोर्टल पर उपलब्ध ई-मेंड गेटवे माध्यमों से नकद रूप में अथवा भारत के किसी अनुसूचित वाणिज्यिक बैंक द्वारा जारी बैंक गारंटी बॉण्ड के रूप में या निविदा दस्तावेज के अनुसार कर सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए www.ireps.gov.in पर लॉगिन करें।					
निविदा प्रकार	निविदा अनुभाग	बोली प्रणाली	निविदा अपलोड तिथि	निविदा प्रारंभ तिथि	बोली समापन तिथि (समय)
खुला	इंजि. जीएस	एकल पैकेट प्रणाली	26.09.2026	03.10.2026	17.10.2026 (14:00 बजे तक)
कार्य का नाम					
क्र.सं.	निविदा सं.				
1	03-जीएस-इंजि.-यूएमपी-2026-27	विज्ञापन मूल्य	अग्रिम राशि	प्रस्ताव की वैधता	कार्य पूर्ण करने की अवधि
		33596043.98/-	671900/-	60 दिन	06 माह
समान प्रकृति का कार्य :- "बलती रेलवे लाइन पर गड्डरों, धू गड्डरों, प्लेट गड्डरों, एफ.ओ.बी. आदि का फीव्रिकेशन, आपूर्ति, संयोजन, स्थापना एवं लॉन्चिंग/री-गार्डिंग का कार्य।"					
नोट: निविदा में भाग लेने से पूर्व, निविदाकार यह सुनिश्चित कर लें कि उक्त निविदा के विरुद्ध कोई संशोधन/परिशिष्ट जारी तो नहीं किया गया है।					
खुली निविदा सूचना संख्या NIT-03-GS-Engg-UMB-2026-27, दिनांक 26.09.2026				3363/2026	
ग्राहकों की सेवा में मुरकान के साथ					

उत्तर रेलवे

खुली निविदा सूचना संख्या ETRU-T-15-2026-27 & ETRU-T-16-2026-27

वरि. मंडल विद्युत अभियंता/ क.वि/ उत्तर रेलवे, अम्बाला छावनी द्वारा भारत के राष्ट्रपति की ओर से निम्नलिखित कार्यों के लिए ई-टेंडरिंग के माध्यम से निविदाये आमंत्रित करते हैं। इन निविदाओं को प्रत्येक कार्य के आगे दर्शाई गई तिथि को 15:00 बजे तक www.ireps.gov.in पर अपलोड किया जा सकता। इनको 15:00 बजे के उपरांत तत्काल खोला जायेगा।

निविदा संख्या	कार्य का विवरण	निविदा बंद/खुलने की तिथि	लगभग लागत	घरोहर राशि	कार्य पूरा वैधता करने की अवधि	अवधि	टेंडरर फॉर्म की कीमत
ETRU-T-15-2026-27	केजेवाईजी यार्ड में शवर टैरिग सुविधा के प्राक्धान के संबंध में 50 हर्ट्ज, सिंगल फेज 25 कैंडी एसो आईएस की डिजाइन, आपूर्ति, स्थापना, परीक्षण एवं कमीशनिंग हेतु कार्य।	21.10.2026	23,69,028.79/-	47,400/-	04 महीने	60 दिन	downloading through IREPS portal, (Rs. 3,000/- Sr. DEE/ TRD/UMB ऑफिस से हार्ड कॉपी के लिए)
ETRU-T-16-2026-27	अम्बाला मंडल के विभिन्न रेल अनुभागों में करंट क्लेक्शन परीक्षण के लिए रुट डेटा मैपिंग का कार्य।	21.10.2026	34,42,659.20/-	68,900/-	06 महीने	60 दिन	downloading through IREPS portal, (Rs. 3,000/- Sr. DEE/ TRD/UMB ऑफिस से हार्ड कॉपी के लिए)

1. निविदाकार को सभी जरूरी योग्यता दस्तावेज एवं PAN / GSTIN की Scanned Copies IREPS पोर्टल पर अपलोड करनी हैं।
 2. निविदाकार के पास ई-निविदा में भाग लेने के लिए क्लास-III Digital Signature Certificate होनी चाहिए।
 3. कार्य में GST, BCOWW, Income Tax एवं नियमानुसार आवश्यक टैक्स लागू होंगे।
 4. टेंडर डॉक्यूमेंट एवं निविदा सूचना की विस्तृत जानकारी के लिए रेलवे वेबसाइट www.ireps.gov.in पर जाये।

संख्या: ETRU-T-15-2026-27 & ETRU-T-16-2026-27

दिनांक: 28.09.2026

ग्राहकों की सेवा में मुस्कान के साथ

3372/2026

खबर संक्षेप



एलपीयू: 10 दिन कक्षाएं
रहेंगी बंद, छात्र लौटे घर

फगवाड़ा। लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी (एलपीयू) में रविवार को हुए हिंसक विरोध-प्रदर्शन के बाद सोमवार को स्थिति शांतिपूर्ण रही। विश्वविद्यालय में तोड़फोड़ और पुलिस से झड़प के बाद बड़ी संख्या में पुलिस बल तैनात किया गया। विद्यार्थियों द्वारा 15 घंटे से अधिक समय तक बाधित राष्ट्रीय राजमार्ग-44 पर यातायात भी बहाल कर दिया गया। विश्वविद्यालय प्रशासन ने सोमवार से 10 दिन के लिए कक्षाएं स्थगित कर दी हैं। मध्यावधि परीक्षाएं भी अगले आदेश तक टाल दी गई हैं। इसके बाद कई विद्यार्थी बैग और सामान लेकर घर लौट गए।

गंगासागर मेले को 'राष्ट्रीय मेले' का दर्जा जल्द: नवीन

श्रीनगर। भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन ने सोमवार को कहा कि गंगासागर मेले को 'राष्ट्रीय मेले' का दर्जा देने की पुरानी मांग जल्द पूरी होगी। नवीन ने राज्य के अपने दो दिवसीय दौरे के अंतिम दिन पश्चिम बंगाल के दक्षिण 24 परगना जिले में गंगासागर का दौरा किया।

कांग्रेस ने एसआईआर में गड़बड़ी का आरोप लगाकर मांगा इस्तीफा

सीईसी ज्ञानेश कुमार के खिलाफ कांग्रेस का 15 राज्यों में प्रदर्शन

- आगरा में सीईसी के आवास के गेट पर कालिख पोती, लिखे नारे
- जयपुर में प्रदर्शनकारियों पर पुलिस ने वाटर कैनन का इस्तेमाल किया

एजेसी ►► नई दिल्ली

कांग्रेस ने सोमवार को मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार के इस्तीफे की मांग को लेकर देश के 15 राज्यों मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश, बिहार, राजस्थान, हरियाणा, छत्तीसगढ़, उत्तराखंड, गुजरात, दिल्ली और केरलम में प्रदर्शन किया। इसके अलावा, झारखंड, हिमाचल प्रदेश, मणिपुर, तेलंगाना, कर्नाटक में भी प्रदर्शन हुए। यूपी के आगरा में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने सीईसी ज्ञानेश कुमार के घर पर कालिख पोती और लिखा- 'ज्ञानेश कुमार गद्दार, वोट चोर'। राजस्थान के जयपुर में विरोध कर रहे कांग्रेस कार्यकर्ताओं पर पुलिस ने वाटर कैनन चलाई। विरोध में पर्व सीएम अशोक गहलोत और प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा भी शामिल थे। कांग्रेस पार्टी का दावा है कि वोटर लिस्ट की एसआईआर में गड़बड़ी की गई। कांग्रेस का आरोप है कि ज्ञानेश कुमार चुनाव आयोग में मनमानी कर रहे हैं और दो अन्य आयुक्तों की बात नहीं सुन रहे हैं।



एसआईआर में गड़बड़ी: सीजेआई को पूर्व नेवी चीफ-अफसरों समेत 2000 लोगों की चिट्ठी

नई दिल्ली। देश के 2 हजार से ज्यादा नागरिकों ने भारत के चीफ जस्टिस (सीजेआई) सूर्यकांत को लेटर लिखकर स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन यानी एसआईआर पर रोक लगाने की मांग की है। साथ ही निर्वाचन आयोग की भूमिका पर स्वतः संज्ञान लेकर कार्यवाही शुरू करने की अपील की है। लेटर में कहा गया है- एसआईआर की वैधता, प्रक्रिया की समीक्षा होने तक इसे रोकें। वोटर रजिस्ट्रेशन सॉफ्टवेयर और फॉर्म में कथित अनधिकृत बदलावों की कोर्ट की निगरानी में जांच कराई जाए। मुख्य निर्वाचन आयुक्त ज्ञानेश कुमार और अन्य अधिकारियों के खिलाफ उचित कानूनी कार्रवाई और ईसीआईनेट का सुप्रीम कोर्ट की नियुक्त स्वतंत्र विशेषज्ञ समिति से सिक्योरिटी और लीगल ऑडिट कराने की मांग भी की गई है।

जयपुर में प्रदर्शनकारियों पर पानी की बौछार

जयपुर। कथित 'वोट चोरों' और मतदाता सूची में गड़बड़ी के आरोपों को लेकर कांग्रेस नेताओं और कार्यकर्ताओं ने सोमवार को जयपुर में प्रदर्शन किया। पार्टी नेताओं और कार्यकर्ताओं ने शहीद स्मारक से निर्वाचन आयोग कार्यालय की ओर मार्च निकालने का प्रयास किया, लेकिन पुलिस ने बैरिकेड लगाकर उन्हें रोक दिया। प्रदर्शनकारियों को रोकने के लिए पुलिस ने पानी की बौछार की। प्रदर्शन में कांग्रेस के राजस्थान प्रमारी सुखजिंदर सिंह रंधावा, पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत, प्रदेश अध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा और नेता प्रतिपक्ष टीकाराम जुली समेत बड़ी संख्या में कार्यकर्ता शामिल हुए।

भोपाल में कांग्रेस कार्यकर्ताओं से झड़प

भोपाल। मुख्य निर्वाचन आयुक्त ज्ञानेश कुमार के इस्तीफे की मांग को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने सोमवार को भोपाल में प्रदर्शन किया। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष जीतू पटवारी और नेता प्रतिपक्ष उमंग सिंधार के नेतृत्व में कार्यकर्ता मुख्य निर्वाचन अधिकारी के कार्यालय का घेराव करने पहुंचे। बोर्ड ऑफिस चौराहे के पास पुलिस ने बैरिकेड लगाकर उन्हें रोक दिया।

ममता की याचिका पर सुप्रीम कोर्ट ने कहा

चुनाव आयोग 4 महीने में टीएमसी विवाद सुलझाए

एजेसी ►► नई दिल्ली

कांग्रेस सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को तुलमूल कांग्रेस (टीएमसी) के नाम और 'फूल-पत्ती' चुनाव चिह्न से जुड़े विवाद पर फैसला देने की समय-सीमा तय की। कोर्ट ने दोनों गुटों को एक महीने में अपनी दलीलें पूरी करने और इसके बाद चुनाव आयोग को तीन महीने में फैसला देने का निर्देश दिया। यानी पूरी प्रक्रिया 4 महीने में पूरी करनी होगी। चुनाव आयोग ने विवाद को सुलझाने के लिए 6 महीने का समय देने की अपील की थी, लेकिन कोर्ट ने इसे खारिज कर दिया। यह आदेश ममता बनर्जी की याचिका पर सुनवाई के दौरान आया। उन्होंने चुनाव आयोग के उस अंतरिम फैसले को चुनौती दी थी, जिसमें टीएमसी के नाम और चुनाव चिह्न का इस्तेमाल रोक दिया गया था।



- दोनों गुट एक महीने में पूरी करें अपनी दलीलें
- इसके बाद चुनाव आयोग को 3 महीने में देना होगा फैसला
- आयोग ने मांगा था छह महीने का समय, कोर्ट ने अपील खारिज की

हाईकोर्ट ने याचिका खारिज की

उज्जैन में शाही मस्जिद के हिस्से को हटाने पर हंगामा

- सड़क चौड़ीकरण की जद में मस्जिद का 9 फीट हिस्सा

एजेसी ►► उज्जैन

उज्जैन के शाही मस्जिद मामले में दायर याचिका मध्य प्रदेश हाईकोर्ट ने खारिज कर दी है। सभी पक्षों को सुनने के बाद कोर्ट ने जिला प्रशासन और मस्जिद कमेटी के बीच हुए समझौते के आधार पर मामले को डिस्मोज ऑफ कर दिया। याचिकाकर्ता शाही मस्जिद कमेटी के एडवोकेट कुलदीप पाठक ने कहा- सड़क के लिए 3 फीट जगह के साथ कुछ दुकानें हटाने पर

सहमति बनी है। बड़ी मीनार को दूसरी ओर शिफ्ट किया जाएगा। दुकानों के लिए दूसरी जगह दी जाएगी। इससे पहले सोमवार सुबह मस्जिद का एक हिस्सा तोड़े जाने को लेकर जमकर हंगामा हुआ। पुलिस पर पथराव किया गया। जवाब में लाठीचार्ज और आंसू गैस छोड़ी गई। भीड़ को हटाने के दौरान महिला थाना प्रभारी घायल हो गईं। विवाद के बाद फोर्स तैनात कर दी गई, लेकिन दोपहर होते-होते फिर पथराव होने लगा। पुलिस ने दोबारा लाठीचार्ज कर आंसू गैस छोड़ी। हंगामे के बीच कार्रवाई जारी रही।

एनसीआर में गैंगरेप निर्भया कांड जैसे: सुको

एजेसी ►► नई दिल्ली

सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को दिल्ली-एनसीआर में पिछले दिनों नाबालिगों से गैंगरेप के तीन मामलों पर पुलिस से जवाब मांगा है। इनमें ग्रेटर नोएडा-दिल्ली बस, आस्था कुंज पार्क और स्वरूप नगर के मामले शामिल हैं। जस्टिस जेबी पारदीवाला

और के. विनोद चंद्रन की बेंच ने कहा कि इन घटनाओं से 2012 के निर्भया कांड की याद आती है और सवाल उठता है कि क्या उस घटना से कोई सबक लिया गया। 2012 में दिल्ली में चलती बस में 23 साल की निर्भया के साथ गैंगरेप हुआ था। बाद में उसकी मौत हो गई थी। घटना के बाद देशभर में विरोध प्रदर्शन हुए थे।

3 घटनाओं पर सुनवाई

- 4 अगस्त: दिल्ली में 16 वर्षीय नाबालिग से चलती बस में गैंगरेप, कश्मीरी गेट पर छोड़ा।
- 12 सितंबर: स्वरूप नगर में 16 वर्षीय नाबालिग से गैंगरेप-हत्या, चार आरोपी गिरफ्तार।
- 21 सितंबर: कालकाजी में फर्जी पुलिसकर्मी बनकर 17 वर्षीय छात्रा से रेप, तीन आरोपी गिरफ्तार।

प्रवेश वर्मा ने केजरीवाल को दी चेतावनी

- सरकारी काम रोकने वालों को बर्दाश्त नहीं करेंगे

एजेसी ►► नई दिल्ली

दिल्ली सरकार में मंत्री प्रवेश वर्मा ने अरविंद केजरीवाल को चेतावनी दी है कि सरकारी काम रोकने वाले आप नेताओं और समर्थकों को बर्दाश्त

नहीं किया जाएगा। यह बयान केजरीवाल के उस वीडियो संदेश के बाद आया, जिसमें उन्होंने सड़क की गुणवत्ता पर सवाल उठाया था। केजरीवाल ने कहा था कि देश का जैन-जी, सरकार से ईमानदारी और साफ रवैए की उम्मीद करता है। वहीं, राहुल गांधी के तंज का जवाब देते हुए एक्स पर लिखा है कि राहुल जी,

आप रहने दो भाई, आपको कुछ नहीं पता। यह पूरा विवाद दिल्ली के तिलक नगर में सड़क निरीक्षण के दौरान एक युवक को थप्पड़ मारने से जुड़ा है। सोशल मीडिया पर 27 सितंबर को इसका वीडियो सामने आया था। प्रवेश वर्मा दावा किया कि युवक जैन-जी नहीं, बल्कि आदतन अपराधी है।

29 सितम्बर 2026

विश्व हृदय दिवस

30 वर्ष और उससे अधिक आयु के व्यक्तियों को हर साल अपने रक्तचाप की जांच करवानी चाहिए

उच्च रक्तचाप के बारे में तथ्य

उच्च रक्तचाप हृदय रोगों का प्रमुख रोकथाम योग्य जोखिम कारक है।

उच्च रक्तचाप चुपचाप असर करता है

राष्ट्रीय गैर-संचारी रोग रोकथाम और नियंत्रण कार्यक्रम

स्वास्थ्य विभाग, हरियाणा
www.nhmharyana.gov.in

सूचना, लोक संपर्क तथा भाषा विभाग, हरियाणा

www.prharyana.gov.in

Don't Miss a Beat

उच्च रक्तचाप वाले लोगों को

- उच्च रक्तचाप की जटिलताओं के लिए नियमित रूप से जांच और मूल्यांकन करवाना चाहिए।
- नियमित रूप से दवाई लेनी चाहिए / अपनी खुराक (डोज़) न छोड़ें।
- डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाईं ही लें / खुद से दवा लेने से बचें।
- नियमित फॉलो-अप के लिए नजदीकी सरकारी स्वास्थ्य केंद्र / NCD क्लिनिक में संपर्क करें।

जोखिम के कारक	रोकथाम / बचाव
शारीरिक निष्क्रियता / मोटापा	नियमित व्यायाम करें (सप्ताह में कम से कम 5 दिन, रोजाना 30 - 45 मिनट) शरीर का वजन सामान्य बनाए रखें
अस्वस्थ आहार (अधिक नमक और वसा / चिकनाई वाला खाना, फल और सब्जियों का कम सेवन)	पौष्टिक आहार लें (प्रतिदिन 3 - 4 बार ताजे फल और सब्जियां खाएं) नमक का सेवन कम करें (खाने में अलग से नमक न डालें)
तंबाकू का सेवन (धूम्रपान और धूम्रपान रहित दोनों) शराब का सेवन	किसी भी रूप में शराब और तंबाकू के सेवन से बचें
तनाव / कम नींद	योग और ध्यान (मेडिटेशन) करें

सूचना, लोक संपर्क तथा भाषा विभाग, हरियाणा | www.prharyana.gov.in | Follow us on [social media icons] @diprharyana

हरिभूमि कम्प्यूनिक्शंस प्राइवेट लिमिटेड के लिए प्रकाशक एवं मुद्रण देवेंद्र सिंह द्वारा हरिभूमि पब्लिकेशंस, जुलियाना मोड़, दिल्ली रोड, रोहतक-124517 से मुद्रित एवं हरिभूमि कार्यालय, नजदीक ईडस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक-124001 से प्रकाशित। संपादक : डॉ. हिमांशु द्विवेदी, RNI No. 63924/1996, फोन : 9253681019-20, फैक्स : 274202, e-mail : rohtak@haribhoomi.com, rohtakharibhoomi@gmail.com
Postal Regd. No. P.R/TK/38/2026-28