हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार, 2 मई 2024

11 नियमों के विरुद्ध प्रचार सामग्री छापने पर की जाएगी कड़ी कार्रवाई : नरवाल

12 गोरखपुर परमाणु संयंत्र पर श्रमिकों को एडीसी ने दिलाई मतदान की शपथ

खबर संक्षेप

कार से हुई टक्कर में बाइक सवार युवक घायल

फतेहाबाद। हिसार रोड पर एक कार से हुई टक्कर में बाईक सवार युवक गंभीर रूप से घायल हो गया। उसे उपचार के लिए सिरसा के निजी अस्पताल में भर्ती करवाया गया है। इस बारे फतेहाबाद पुलिस को दी शिकायत में सिरसा जिले के गांव मीरपुर निवासी साजन ने कहा है कि वह पिज्जा बनाने का काम करता है। गत दिवस वह मोटरसाइकिल पर सवार होकर हिसार के लिए निकला था। उसने हिसार में जाकर पिज्जा बनाना था। रास्ते में उसे उसकी दोस्ती गंगानगर निवासी लक्ष्मी मिल गई।

मारपीट के मामले में चार आरोपी गिरफ्तार

डबवाली। शहर थाना डबवाली पुलिस ने रास्ता रोककर मारपीट करने के एक मामले में चार आरोपियों को गिरफ्तार किया है। शहर थाना प्रभारी शैलेंद्र सिंह ने बताया कि बीती 17 फरवरी 2024 को अमनदीप निवासी कबीर बस्ती डबवाली के बयान पर उसका रास्ता रोककर मारपीट करने पर विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया था। मामले की जांच में चार आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है। आरोपियों की पहचान नरेश कुमार, हरीश कुमार, रोहित व मोहित निवासी कबीर बस्ती डबवाली के रुप में हुई है। आरोपियों के कब्जे से वारदात में प्रयोग किए गए डंडे भी बरामद किए हैं।

भाजपा के चुनाव कार्यालय का उद्घाटन

फतेहाबाद। सिरसा लोकसभा सीट से भाजपा प्रत्याशी डॉ. अशोक तंवर ने बुधवार को रतिया और फतेहाबाद में चुनाव कार्यालयों का उद्घाटन किया व अनेक नुक्कड़ सभाओं को संबोधित किया। इस अवसर पर चेयरमैन रविन्द्र बलियाला, रतिया के विधायक लक्ष्मण नापा, भाजपा जिलाध्यक्ष बलदेव ग्रोहा सहित अनेक वरिष्ठ भाजपा नेता मौजूद रहे। रतिया में पुराने मोदी पेट्रोल पंप के पास चुनाव कार्यालय का उद्घाटन करने के उपरांत कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए डॉ. तंवर ने कहा कि आज भारत एक महाशक्ति के रूप में उभरा है।

पुलिस ने मारपीट का आरोपी किया काबू

कालांवाली। पुलिस ने मारपीट करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी के कब्जे से वारदात में प्रयोग किया गया कापा बरामद किया गया है। कालांवाली थाना प्रभारी चांद सिंह ने बताया कि 6 अप्रेल को हरप्रीत निवासी देसूमलकाना के बयान पर उसका रास्ता रोककर मार पिटाई करने पर विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया था। मामले की जांच में एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी की पहचान गोरा सिंह निवासी देसूमलकाना के रूप में हुई है। उल्लेखनीय है कि इस मामले में दो आरोपियों संदीप सिंह व हरप्रीत निवासी देसूमलकाना को पहले से ही गिरफ्तार किया जा चुका है।

स्टेडियम से 70 हजार कीमत के स्टार्टर चोरी

सिरसा। शहीद भगत सिंह खेल स्टेडियम से अज्ञात व्यक्ति हॉकी एस्ट्रोटफ के रूम से ट्यूबवेल चलाने वाले दो स्टार्टर चोरी कर ले गया है। पुलिस ने जिला खेल अधिकारी सुरेंद्रजीत सिंह की शिकायत पर मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। जिला खेल अधिकारी ने बताया कि भगत सिंह स्टेडियम में बने हॉकी एस्ट्रोटफ के रूम से ट्यूबवेल चलाने वाले दो स्टार्टर अज्ञात लोग चुरा ले गए। चोरीशुदा संपत्ति की कीमत 70 हजार रुपये बताई गई है। बताया गया है कि 29 अप्रैल की रात्रि को चोर स्टार्टर, दो वाल, दो ग्रिप, 20 फुट तार भी चुरा ले गए। पुलिस ने भादंसं की धारा 457, 380 के तहत मामला दर्ज किया है।

इलाहाबाद बैंक का इंडियन में विलय होने के बाद से आ रही पेंशनधारकों को दिक्कत

इलाहाबाद बैंक के विलय के बाद हजारों को नहीं मिल रही पेंशन

चार महीनों से पेंशन न मिलने से परेशान अनेक पेंशनधारक एडीसी से मिले

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

इलाहाबाद बैंक का इंडियन बैंक में विलय होने के बाद पेंशनधारकों को पेंशन न मिलने की शिकायतें लगातार बढ़ रहा है। बुधवार को चार महीनों से पेंशन न मिलने से परेशान गांव ढाणी माजरा के अनेक पेंशनधारक एडीसी से मिले और उन्हें शिकायत पत्र सौंपकर उनकी पेंशन को जल्द उनके खातों में डालने की गुहार लगाई। अतिरिक्त उपायुक्त राहुल मोदी ने ग्रामीणों को आश्वासन दिया कि तकनीकी कारणों के चलते पेंशन रूकी हुई है। जल्द ही तकनीकी दिक्कतों को दूर कर लिया जाएगा और उनके खातों में पेंशन आ जाएगी। एडीसी से मिलने आने वालों में छोटूराम, नरसी राम, जलीराम, बीरबल, राधेश्याम, राजाराम, नोरंग राय, भूप सिंह, जीतराम, बिमला देवी, रोशनी, बिरखा राम, कमला देवी, चावली देवी, सरस्वती, रामदेवी

फतेहाबाद। पेंशन की समस्या को लेकर एडीसी से मिलने आए गांव ढाणी माजरा के पेंशनधारक। *फोटो : हरिभूमि*

सहित दर्जनों ग्रामवासी शामिल रहे। बता दें कि जिला समाज कल्याण अधिकारी रिश्वत के मामले में इस समय जेल में बंद हैं, जिस कारण विभाग का कामकाज प्रभावित हो रहा है। बता दें कि गांव ढाणी माजरा के लोगों की इलाहाबाद बैंक में पेंशन बनी हुई थी।

इलाहाबाद बैंक का विलय इंडियन बैंक में हो गया। इसके बाद दो साल तक पेंशन आती रही। जनवरी मास में अचानक इन बुजुर्गों की पेंशन आनी बंद हो गई। समाज कल्याण विभाग के सूत्रों के अनुसार विभाग ने उनके यहां इंडियन बैंक का आईएफएससी कोड नहीं भेजा। इस बारे इंडियन बैंक के अधिकारियों का कहना है कि उन्होंने एक महीना पहले ही समाज कल्याण विभाग में एप्लीकेशन देकर सारा ब्यौरा दे दिया था ताकि पात्र लोगों को पेंशन मिलने में कोई दिक्कत न हो। इसके अलावा अनेक काम यहां रुके पड़े हैं। बता दें कि 11 मार्च को जिला समाज कल्याण अधिकारी लालचंद डूडी रिश्वत लेने के मामले में एंटी करप्शन ब्यूरो के हत्थे चढ़ गए थे। तब से यह पद खाली पड़ा है। विभाग के पास इस समय विवाह शगुन योजना, एससी-एसटी एक्ट के तहत पीड़ितों को मिलने वाली सहायता राशि, तहसीलों के काम व सैलरी के काम पेंडिंग पड़े है। बुढ़ापा पेंशन, दिव्यांग पेंशन, लाडली पेंशन व विधवा पेंशन के लिए लोग विभाग के चक्कर काट रहे हैं। सैंकड़ों लोगों की नई पेंशन भी नहीं बन रही। बता दें कि यही समस्या फतेहाबाद शहर के वार्ड नं. 22 के पेंशनधारकों को भी आ रही है। समाज कल्याण विभाग में बैठे बाबू, अकाऊंटेंट पेंशनधारकों को कोई संतोषजनक जवाब नहीं दे रहे। बीते माह वार्ड के लोग उनसे मिले तो उन्होंने 31 मार्च तक पेंशन आने की बात कही थी लेकिन मई माह शुरू होने के बावजूद भी लोगों को पेंशन न मिलने से उनमें काफी निराशा है।

पूरे प्रदेश में दिक्कत

हमने समाज कल्याण विभाग के मुख्यालय को इस बारे सूचना दे दी थी। वहां इस बारे अभी मॉडयूल बनाया जा रहा है। यह दिक्कत पूरे प्रदेश में है। जिला स्तर पर यह पॉवर आ जाएगी, जिसके बाद पेंशन सम्बंधी सभी शिकायतों को दूर कर दिया जाएगा। इसी महीने पेंशन आ जाएगी।

-मोहित जांगड़ा, समाज कल्याण विभाग फतेहाबाद।

जल्द होगा समाधान

पेंशन की समस्या मेरे सामने पहले भी आई है। इस बारे में वह समाज कल्याण विभाग के उच्चाधिकारियों से बातचीत करेंगे। शीघ्र ही पेंशन सम्बंधी समस्याओं का समाधान करवाया जाएगा।

-राहुल नरवाल, डीसी फतेहाबाद।

फतेहाबाद। टोहाना में एसडीएम कार्यालय पर रोष जताते वकील।

एसडीएम पर वकील से दुर्व्यवहार का आरोप, धरने पर बैठे वकील

- वकील का आरोप, एसडीएम ने कहा : माफी तो मांगनी पड़ेगी चाहे मुर्गा बनाकर मंगवानी पड़े

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले के शहर टोहाना में वकीलों और एसडीएम के बीच ठन गई है। एक रजिस्ट्री करवाने एसडीएम के पास गए वकील ने आरोप लगाया कि पहले एसडीएम ने न केवल उसके साथ दुव्यर्वहार किया बल्कि उसे माफी मांगने को भी कहा। जब उसने माफी नहीं मानी तो एसडीएम ने उसे मुर्गा बनाकर माफी मंगवाने की बात कही। बाद में पीड़ित वकील ने इस बारे बार एसोसिएशन में शिकायत दी। इसके बाद वकीलों ने एसडीएम पर दुर्व्यवहार करने के आरोप जड़ते हुए एसडीएम कार्यालय के बाहर प्रदर्शन शुरू कर दिया। वकील लगातार एसडीएम प्रतीक हुड्डा के खिलाफ नारेबाजी कर माफी की मांग करते रहे। वकीलों का कहना है कि जब तक एसडीएम अपने रवैये पर माफी नहीं मांगते, तब तक उनका प्रदर्शन जारी रहेगा। बार एसोसिएशन के प्रधान सुरेश गिल ने बताया कि गत दिवस रजिस्ट्री के मामले में जब बार एसोसिएशन के एक वकील जयपाल मलिक ने एसडीएम प्रतीक हुड्डा से मुलाकात की तो एमडीएम ने जयपाल मलिक के साथ दुर्व्यवहार व गाली गलौच किया। उन्होंने कहा कि वकील के साथ हुआ यह व्यवहार असहनीय है। इससे वकील समाज को ठेस पहुंची है, इसलिए सभी वकील एकजुट होकर अपना रोष व्यक्त कर रहे हैं। इस संदर्भ में एसडीएम से भी जवाब मांगा जाएगा, साथ ही सरकार को शिकायत देकर एसडीएम प्रतीक हुड्डा के तबादले की मांग की जाएगी। उन्होंने कहा कि एक अफसर द्वारा वकील को अपमानित करना निंदनीय है। उधर वकील जयपाल मलिक ने बताया कि दशमेश नगर की एक 4 मरले की जमीन की रजिस्ट्री के मामले में वह एसडीएम प्रतीक हुड्डा से मिले तो एसडीएम ने इस बारे गौतम नामक एक कर्मचारी से मिलने को कहा। जब वह गौतम से मिला तो गौतम ने एसडीएम द्वारा इस रजिस्ट्री को न करने की बात कही।

भूना। अति संवेदनशील पोलिंग बूथों की मौजूदा स्थिति देखते हुए पुलिस अधीक्षक आस्था मोदी। *फोटो : हरिभूमि*

अति संवेदशील बूथों का निरीक्षण

भूना। खंड भूना के संवेदनशील और अति संवेदनशील पोलिंग बूथों का पुलिस अधीक्षक आस्था मोदी ने निरीक्षण किया। उन्होंने सभी पोलिंग बूथों की मौजूदा स्थिति देखी और सुरक्षा की दृष्टि से जांच की। पुलिस अधीक्षक आस्था मोदी ने कहा कि संवेदनशील और अति संवेदनशील पोलिंग बूथों पर कड़ी सुरक्षा होगी। मतदाता को मतदान के अधिकार से वंचित नहीं रहने दिया जाएगा। वोट डालने वाले व्यक्ति बिना भय के वोट डालें। एसपी ने भूना शहर के साथ-साथ ब्लॉक के गांव ढाणी गोपाल, कानी खेड़ी,जांडली, बैजलपुर, नाढोड़ी आदि गांवों में बनाए गए पोलिंग स्टेशनों का दौरा किया। उन्होंने बताया कि भूना के अंतर्गत आने वाले सभी संवेदनशील तथा अति संवेदनशील व अन्य सामान्य पोलिंग बूथों पर कड़ी सुरक्षा व्यवस्था होगी। कहीं भी मतदान में बाधा पैदा नहीं होने दी जाएगी। 25 मई को प्रस्तावित लोकसभा मतदान को देखते हुए पुलिस ने सक्रियता और चौकसी बढ़ाई दी है। संवेदनशील और अति संवेदशील बूथों का निरीक्षण करते हुए एसपी ने सुरक्षा व्यवस्था को लेकर विशेष निर्देश दिए।

पार्टियों के चुनाव कार्यालयों की चुनाव आयोग से शिकायत

- कार्यालयों के पास अस्पताल, बैंक व धार्मिक स्थल होने की बात कही, स्थानांतरित करवाने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

सिरसा लोकसभा से भाजपा प्रत्याशी अशोक तंवर व कांग्रेस प्रत्याशी कुमारी सैलजा के फतेहाबाद में खुले चुनाव कार्यालय को लेकर चुनाव आयोग को शिकायत की गई है। भाजपा नेता ने जहां कांग्रेस के चुनाव कार्यालय को अस्पताल के नजदीक बताकर मरीजों को परेशान होने की बात कही है तो वहीं आम आदमी पार्टी के नेता ने हाइवे क्रॉसिंग पर भीड़भाड़ होने व पास ही कई बैंक, अस्पताल, धार्मिक स्थल होने के कारण लोगों को परेशानी होने की

फतेहाबाद। कांग्रेस व भाजपा उम्मीदवारों के चुनाव कार्यालय। *फोटो : हरिभूमि*

संभावना जताई है। दोनों ही मामलों में निर्वाचन अधिकारी से इन इन चुनाव कार्यालयों को स्थानांतरित करने की मांग की गई है। अपनी शिकायत में भाजपा के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य प्रवीन जोड़ा ने कहा कि कांग्रेस ने जहां चुनाव कार्यालय बनाया है वह एक संकरी गली में है और उसके पास ही कई अस्पताल भी है। अस्पताल होने के कारण एम्बुलैंस व अन्य साधनों में गंभीर मरीजों का आना-जाना लगा रहता है। यहां पर चुनाव कार्यालय होने से जहां एक तरफ लाउड स्पीकर बजने से मरीजों को परेशानी होगी वहीं कार्यालय में लोगों के इकट्ठा होने से एम्बुलैंस व अन्य वाहनों को भी आने-जाने में काफी दिक्कत होगी इसलिए इस कार्यालय को यहां से शिफ्ट किया जाए। दूसरी ओर भूना मोड पर बनाए गए भाजपा के चुनाव कार्यालय पर आम आदमी पार्टी के नेता ने सवाल उठाए हैं। आम आदमी पार्टी यूथ विंग के प्रदेश सहसचिव राधेश्याम सोनी ने कहा है कि भाजपा प्रत्याशी अशोक तंवर ने फतेहाबाद में जहां चुनाव कार्यालय खोला है, उसके पास तीन मुख्य बैंक है, जिस कारण वहां पर पहले ही बहुत भीड़ रहती है और बैंक में कोई भी हादसा हो सकता है। इसके अलावा चुनाव कार्यालय के पास ही संत निरंकारी भवन है।

पुलिस ने अवैध शराब सहित आरोपी को दबोचा

सिरसा। शराब तस्करों तथा अवैध खुर्दा संचालकों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत कार्रवाई करते हुए ऐलनाबाद थाना पुलिस ने गांव अमृतसर खुर्द क्षेत्र में ढाणी राय सिखोंवाली में छापेमारी कर एक शराब तस्करी के आरोपी को काबू किया है। पुलिस ने पकड़े गए आरोपी के कब्जे से 600 लीटर लाहन तथा 20 बोतल अवैध हथकढ शराब बरामद की है। ऐलनाबाद थाना प्रभारी संदीप कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान राजू सिंह निवासी ढाणी राय सिखों वाली गांव अमृतसर खुर्द के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि ऐलनाबाद थाना की एक पुलिस टीम गश्त पर थी। इसी दौरान टीम को सूचना मिली की ढाणी राय सिखोंवाली में एक व्यक्ति अपने घर में अवैध शराब तथा लाहन रखे हुए है।

12 लाख से अधिक नकदी सहित स्कॉर्पियो जब्त

सिरसा। पुलिस ने राजस्थान सीमा के साथ लगते गांव जोगीवाला नाका पर 12 लाख 22 हजार 300 रुपए की नकदी तथा स्कॉर्पियो गाड़ी जब्त कर संबंधित विभाग को आगामी कार्रवाई के लिए सूचित कर दिया है। जिला पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने बताया कि राजस्थान सीमा के साथ लगते जोगीवाला नाका पर जिला पुलिस की टीम आने जाने वाले वाहनों को चेक कर रही थी। इसी दौरान एक काले रंग की स्कॉर्पियो गाड़ी में सवार युवक राजस्थान की ओर से आए तथा उन्हें सिरसा शहर में आना था। गाड़ी में सवार युवकों की पहचान आदेश निवासी सागड़ा, बंटी निवासी कलाना, ललित निवासी नेठराणा, अनुज निवासी सरदारगढिया तथा हरिकेश निवासी सागा राजस्थान के रूप में हुई है। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि जब शक के आधार पर पुलिस पार्टी ने उक्त स्कॉर्पियो सवार युवकों की तलाशी ली तो उनके कब्जे से एक बैग में छुपाई गई 12 लाख 22 हजार 300 रुपए की नकदी बरामद हुई। उन्होंने बताया कि जब उक्त नकद राशि के बारे में पुलिस पार्टी ने पूछताछ की तो वे कोई संतोषजनक जवाब नहीं दे पाए। उन्होंने बताया कि उक्त राशि तथा स्कॉर्पियो गाड़ी को चुनाव आचार संहिता के चलते जब्त कर संबंधित विभाग को सूचित कर दिया गया है। पुलिस अधीक्षक ने बताया कि उक्त युवकों को जब्त की गई राशि के बारे में पुख्ता सबूत लाने को कहा गया है। उन्होंने बताया कि आगामी 25 मई को होने वाले लोकसभा चुनाव को लेकर जिला पुलिस सुरक्षा की दृष्टि से पूरी तरह से हाईअलर्ट पर है। जिला के साथ लगती पंजाब और राजस्थान सीमा पर कुल 27 नाके जबकि पांच नाके जिला के अंदर लगाए गए हैं।

सिरसा। नकदी के साथ पकड़ी गई गाड़ी।

- वाहनों की चेकिंग के दौरान आई पकड़ में

8210 रुपये की सट्टाराशि सहित काबू

सिरसा। पुलिस टीम ने महिला पॉलीटेक्निक कॉलेज क्षेत्र में दबिश देकर एक व्यक्ति को सार्वजनिक जगह पर सट्टा खाईवाली करते हुए 8210 रुपए की सट्टाराशि के साथ काबू किया है। स्पेशल स्टाफ पुलिस टीम के प्रभारी संदीप कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए युवक की पहचान राजेंद्र सिंह निवासी गांव ढाणी तेजा सिंह के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि स्पेशल स्टाफ की टीम ने गश्त के दौरान महत्वपूर्ण सूचना पर बताए गए स्थल पर दबिश दी तो आरोपी राजेंद्र सिंह को काबू कर लिया और उसके कब्जे से 8210 रूपए की सट्टाराशि बरामद हुई। उन्होंने बताया कि आरोपी के खिलाफ थाना शहर सिरसा में जुआ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है।

श्रमिकों ने मई दिवस के शहीदों को दी श्रद्धांजलि

अंतरराष्ट्रीय मजदूर दिवस पर जनसंगठनों का प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

अंतरराष्ट्रीय मजदूर दिवस पर आयोजित विभिन्न जनसंगठनों द्वारा बुधवार को शहर में प्रदर्शन किया गया। इससे पूर्व मई दिवस के शहीदों को श्रद्धांजली देने के लिए जनसंगठनों द्वारा नगरपरिषद कार्यालय फतेहाबाद में श्रद्धांजली सभा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता एटक के राज्य अध्यक्ष विक्रम ढिंगसरा ने की व संचालन मई दिवस आयोजक समिति फतेहाबाद के संयोजक बेगराज द्वारा किया गया। कार्यक्रम में सबसे पहले मई दिवस के शहीद अल्बर्ट पार्सन्स, अगस्त स्पाईस, जार्ज ऐंजल, एडाल्फ फिशर को

फतेहाबाद। अंतरराष्ट्रीय मजदूर दिवस पर प्रदर्शन करते विभिन्न जनसंगठनों के सदस्य। *फोटो : हरिभूमि*

श्रद्धांजलि दी गई। जनसंगठनों के नेताओं ने सभा को संबोधित करते हुए कहा कि आज उन शहीदों की कुर्बानियों से पूरी दुनिया में 8 घंटे का काम, 8 आराम और 8 घंटे परिवार के साथ व मनोरंजन के तय हुए थे। उन्होंने कहा कि आज देश की मोदी सरकार मजदूरों के बलिदान को कुचलते हुए उनके अधिकारों को खत्म करने की कोशिश कर रही है। मजदूरों को मिले 8 घंटे के अधिकारी का समाप्त कर इसे 12 घंटे करने का प्रयास किया जा रहा है जोकि मजदूरों को बंधुआ बनाने की सरकार की साजिश है। उन्होंने कहा कि आज इंसान के जीवन जीने पर भी हमला हो रहा है। एटक के रा'य अध्यक्ष विक्रम ढिंगसरा व बेगराज ने कहा कि सम्मानजनक जिंदगी जीने की लड़ाई के लिए बड़े सांझा संघर्ष की तैयारी का संकल्प लेने का समय है। आईसीटीयु से राजेश चौबारा व सर्व कर्मचारी संघ के जिला प्रधान भूप सिंह भड़ोलांवाली ने कहा कि सभी सरकारी महकमों में स्थाई रोजगार दिया जाए। कच्चा रोजगार देकर सरकार युवाओं का शोषण कर रही है। सभी के लिए शिक्षा मुफ्त हो। लेबर कोड रद्द किये जाये तथा श्रम कानूनों को बहाल किया जाए। देश के संसाधनों का सरकारीकरण किया जाए। खेत मजदूर यूनियन से रामकुमार बहबलपुरिया व हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ के जिला प्रधान सुरजीत दुसाद ने कहा कि सभी महकमों की निजीकरण बंद हो। निर्माण मजदूरों की यूनियनों के अधिकार बहाल किया जाये तथा बेमानी शतारे्ं से रद्द किए लाभ फामारे्ं को बहाल करके मजदूरों को लाभ दिया जाए। मनरेगा कानून को सख्ती से लागू करके इसे खेती से जोड़ा जाए।

भट्टूकलां। सतलुज स्कूल में कर्मचारियों को सम्मानित करते विद्यार्थी।

सतलुज स्कूल में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय मजदूर दिवस

- कर्मचारियों का तिलक लगाकर किया स्वागत

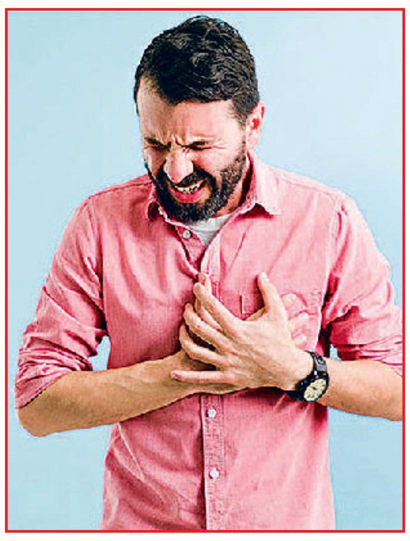
हरिभूमि न्यूज ▶▶| भट्टूकलां

सतलुज पब्लिक स्कूल के प्रांगण में आज अंतर्राष्ट्रीय मजदूर दिवस का आयोजन किया गया, जिसमें स्कूल के सीनियर क्लास के छात्र छात्राओं ने सभी चालक परिचालक व सफाई कर्मचारियों को सम्मानित करते हुए उनके कायारे्ं की प्रशंसा की। छात्राओं ने सभी कर्मचारियों का इस आयोजन में पहुंचने पर तिलक लगाकर स्वागत किया। आज के इस आयोजन से सभी कर्मचारी गद्गद् नजर आ रहे थे। स्कूल की प्राचार्या बबीता आनंद ने बताया कि स्कूल की मुख्य स्तंभ स्कूल के ड्राइवर, कंडक्टर एवं अन्य कर्मचारी ही है, उनकी ईमानदारी व परिश्रम छुपाए नहीं छुपता, इसलिए हम सभी को इनका मान एवं सम्मान करना चाहिए। स्कूल के मैनेजिंग डायरेक्टर रमन कुमार राणा ने बताया कि हर साल एक मई को अंतरराष्ट्रीय मजदूर दिवस मनाया जाता है। इस मौके पर स्कूल के पीआरओ धर्मेन्द्र ढाका, अनुशासन अधिकारी दिनेश माचरा, हिना गोस्वामी, सुरेंद्र बेनीवाल, राकेश कुमार, अमित कुमार सहित अन्य स्टाफ सदस्य मौजूद थे। दूसरी ओर अखिल भारतीय किसान सभा तहसील कमेटी भट्टूकलां व सीटू द्वारा मई दिवस पर ताऊ देवीलाल पार्क में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता पार्वती ने की। इस अवसर पर 1886 में शिकागो में शहीद हुए शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित करके नमन किया गया। कार्यक्रम का संचालन सुभाष चंद्र भादु ने किया बकि मुख्य वक्ता विष्णु दत्त शर्मा, जिला प्रधान किसान सभा व सीटू जिला सचिव सुनील कुमार थे।

कब-कैसे बढ़ता है कोलेस्ट्रॉल लेवल

आजकल हृदय रोग के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं और इसके प्रमुख कारणों में से एक है कोलेस्ट्रॉल का हाई लेवल। क्यों होता है ऐसा और इसे कैसे नियंत्रित किया जा सकता है, जानिए।

डॉक्टर्स एडवाइस
डॉ. रवींद्र गुप्ता
एचओडी-इंटरनल मेडिसिन
सी. के. बिड़ला हॉस्पिटल, गुरुग्राम



अपनी हेल्थ को लेकर कॉन्सस लोग यह तो जानते हैं कि शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ना हार्मफुल होता है। लेकिन यह समझना भी जरूरी है कि यह किस तरह नुकसान पहुंचाता है और इससे कैसे बचा जाए?

क्या है कोलेस्ट्रॉल

कोलेस्ट्रॉल, फैट का ही एक रूप है, जो पिघले मोम की तरह चिपचिपा होता है। यह इतना ऑयली होता है कि पानी में नहीं घुल पाता। फिर लिपोप्रोटीन कणों के रूप में रक्तप्रवाह के माध्यम से शरीर के सभी अंगों तक पहुंचता है। इसे दो भागों में बांटा जाता है, एलडीएल यानी लो डेंसिटी लिपोप्रोटीन (बैड) और एचडीएल यानी हाई डेंसिटी लिपोप्रोटीन (गुड) कोलेस्ट्रॉल। गुड कोलेस्ट्रॉल, कई तरह के हॉर्मोंस के स्राव को नियंत्रित करता है। नई कोशिकाओं की दीवारों और विटामिन-डी के निर्माण में मददगार होता है। शरीर के नर्वस सिस्टम के न्यूरांस को बनाने में भी इसकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। कुछ खास तरह के विटामिंस की पाचन क्रिया में भी यह यूजफुल होता है।

कई तरह से नुकसानदायक

जब लोग कोलेस्ट्रॉल बढ़ने का जिक्र करते हैं, तो उसका मतलब सिर्फ एलडीएल यानी बैड कोलेस्ट्रॉल से होता है, जो हेल्थ को कई तरह से नुकसान पहुंचा सकता है। जैसे- यह ब्लड वेसल्स की भीतरी दीवारों में चिपक कर उन्हें संकरा बना देता है, जिससे रक्त प्रवाह में रुकावट पैदा होती है, इसी वजह से हार्ट अटैक और ब्रेन स्ट्रोक की आशंका बढ़ जाती है।

बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की वजह से आंखों तक सही ढंग से रक्त प्रवाह नहीं हो पाता है, नतीजतन नजर भी कमजोर पड़ सकती है। बैड कोलेस्ट्रॉल की अधिकता से बढ़ती उम्र में अल्जाइमर का खतरा बढ़ जाता है। यह किडनी के लिए बहुत नुकसानदेह होता है, इससे सीने में दर्द यानी एंजाइना पेन की समस्या हो सकती है, जो हृदय रोग के शुरुआती लक्षणों में से एक है। इसकी वजह से कंधे और गर्दन में दर्द हो सकता है। बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की स्थिति में हाथ, पैरों की नसों तक ऑक्सीजनयुक्त रक्त पहुंच नहीं पाता, जिससे शरीर के इन भागों में हमेशा दर्द और अकड़न महसूस होती है। बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ने से बॉडी वेट भी बढ़ सकता है।

क्या है वजह

सैचुरेटेड और ट्रांस फैट वाले फूड्स जैसे रेड मीट, अंडे की जर्दी, तेल, मक्खन और घी का अधिक मात्रा में सेवन इस समस्या के लिए जिम्मेदार माना जाता है। शारीरिक श्रम की कमी भी इसकी बड़ी वजह है। कुछ लोगों में आनुवंशिकता के कारण भी बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की समस्या हो सकती है।

जांच-बचाव उपचार

लिपिड प्रोफाइल नामक जांच से शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल का पता लगाया जाता है। स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल का स्तर 130 से कम होना चाहिए, अगर किसी की हार्ट की सर्जरी हुई हो तो उसके शरीर में इसका लेवल 100 से कम होना चाहिए। अगर कोई समस्या न हो तो भी साल में एक बार कोलेस्ट्रॉल लेवल की जांच जरूर करवा लेनी चाहिए। इस समस्या से बचाव के लिए घी, तेल, मक्खन, मैदा, अंडे की जर्दी और बाजार में बिकने वाले जंक फूड्स से दूर रहें। रेग्युलर एक्सरसाइज और वॉकिंग करें। इन प्रयासों के बावजूद अगर शरीर में एलडीएल का स्तर कम न हो, तो दवाओं की मदद से इसे नियंत्रित किया जा सकता है। *

प्रस्तुतिःविनीता

हेल्थ सजेशन / शिखर चंद जैन

हंसना सिर्फ एक शारीरिक क्रिया या किसी बात-घटना की प्रतिक्रिया नहीं होता है। यह एक नेचुरल रेमिडी है, जो बिना कुछ खर्च किए आपको फिजिकली-मेंटली हेल्दी रहने में बहुत इंपॉर्टेंट रोल निभाता है। कई स्टडीज में ऐसे फैक्ट सामने आए हैं कि हेल्दी रहने में अधिक से अधिक हंसना बहुत इफेक्टिव होता है। **वर्ल्ड लाफ्टर-डे (5 मई)** के मौके पर हंसने के हेल्दी बेनिफिट्स के बारे में आप भी जानना चाहेंगे।

जी भरकर हंसिए-खिलखिलाइए रहेंगे फिजिकली-मेंटली हेल्दी

शादी विवाह हो या होली जैसे त्यौहार, अप्रैल फूल का दिन हो या दोस्तों की महफिल हो, विभिन्न अवसरों पर खूब हंसी-ठहाके और मस्ती मसखरी चलती है। हंसकर हम खुद को तरोताजा महसूस करते हैं। वैज्ञानिक भी कहते हैं कि हंसने-मुस्कुराने और चुहलबाजी के हजार फायदे होते हैं। इसके लिए एक कहावत है कि साबुन जो काम हमारे शरीर की सफाई के लिए करता है, वही हंसी हमारे मन के लिए करती है। हंसने-मुस्कुराने के कई फायदे समय-समय पर बताए जाते रहे हैं। कुछ ताजा अध्ययनों के अनुसार हंसने से फर्टिलिटी की संभावना, बौद्धिक क्षमता और उम्र भी बढ़ती है।

बढ़ती है आयु

सेहत विज्ञानियों का मानना है कि हंसते-मुस्कुराते रहने से इंसान दीर्घायु होता है। हर 5 मिनट की हंसी हमारे जीवन में 5 दिनों की आयु बढ़ा सकती है। दरअसल, हंसने से तन और मन के स्वास्थ्य को कई तरह के फायदे होते हैं। ठहाके लगाने और खुलकर हंसने से रेस्पिरेटरी मसल्स फैलती हैं, जिनसे इनकी एक्सरसाइज हो जाती है। इससे चेस्ट कैविटी भी फैलती है। फेफड़ों में ज्यादा ऑक्सीजन भरती है और ज्यादा कार्बन डाइऑक्साइड निकलती है। इससे हमारे लंग्स हेल्दी बनते हैं, उनकी कार्यक्षमता भी बढ़ती है। इससे हम लंबे समय तक हेल्दी रह सकते हैं।

हार्ट को रखे हेल्दी

अमेरिका स्थित कैलिफोर्निया की लोमा लिंडा यूनिवर्सिटी के शोधकर्ता ली बुर्के और डॉ. स्टेनले टैन ने अपने एक अध्ययन में पाया कि हंसने की प्रक्रिया से हमारे शरीर में कई तरह के रिएक्शन होते हैं। इससे एड्रेनलीन हार्मोन का स्रावण होता है, जिसे अराउजल हार्मोन कहा गया है। यह कई प्रकार के सेंसेज को जगा देता है। इससे हार्ट बीट बढ़ती है। हार्ट पर पॉजिटिव दबाव बढ़ने से यह रक्त की पंपिंग ज्यादा करता है। इससे हार्ट स्ट्रॉन्ग बनता है। इससे स्किन को भी फायदा होता है और चेहरा दमकने लगता है।

अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज

खुल कर हंसने से फिजिकल फटीग और मेंटल टेंशन से रिलीफ मिलती है और मसल्स रिलैक्स करती हैं। लाफ्टर ब्लड वेसल्स फंक्शन को इंप्रूव करके ब्लड फ्लो बढ़ाती है। इससे हार्ट अटैक और दूसरी कार्डियोवैस्कुलर समस्याओं से सुरक्षा मिलती है। हेल्थ एक्सपर्ट कहते हैं कि लाफ्टर एक अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज है। इससे हार्ट मसल्स की अच्छी एक्सरसाइज होती है। इससे कैलोरी भी बर्न होती है।

बढ़ती है मेंटल स्ट्रेंथ

अच्छे सेंस ऑफ ह्यूमर वाले, हंसोड़ और जिंदादिल इंसान मुसीबतों और दुख की घड़ी में भी खुद को संयत, संतुलित सक्रिय रखने में सक्षम होते हैं। ऐसे लोग मुसीबतों को सिर पर नहीं लादते। ये आमतौर पर खुश और सुकून से जीते हैं। इसकी वजह है कि हंसने से इनकी मेंटल स्ट्रेंथ बढ़ती है, ये अपने इमोशंस पर बेहतर ढंग से कंट्रोल करना जानते हैं। यही वजह है कि स्ट्रेस और टेंशन की कंडीशन में भी ये रिलैक्स रह लेते हैं।

बढ़ता है सोशल सर्किल

अपनी पुस्तक 'साइकोलॉजी ऑफ हैप्पीनेस' में लेखक और मनोविज्ञानी माइकल फोर्डिस लिखते हैं, 'हंसने वाले लोग एक संतुलित और सफल जीवन जीने में सक्षम होते हैं। इनका सोशल और बिजनेस सर्किल भी बड़ा होता है क्योंकि ये अपने हंसने-मुस्कुराने वाले स्वभाव के कारण बड़ी आसानी से लोगों को इंप्रेस कर लेते हैं और उनसे हमेशा के लिए जुड़ जाते हैं।' यानी हंसने वाले लोगों के सोशल रिलेशन अधिक आसानी से और ज्यादा बनते हैं। इसका फायदा यह होता है कि व्यक्ति कभी भी अकेलेपन, स्ट्रेस या डिप्रेशन का शिकार नहीं होता है। वह अपने मन की बातें दूसरों से शेयर करता और दूसरों की बातें सुनता भी है।

'बीएमसी कंपलीमेंटरी एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन' जर्नल में प्रकाशित एक शोध में बताया गया है कि हंसना एक प्रकार का गुडविल मैसेज है। हंसने का फायदा सिर्फ सेहत तक ही सीमित नहीं

बल्कि इससे आपकी पर्सनल और प्रोफेशनल इमेज पर भी पॉजिटिव असर पड़ता है। हंसने मुस्कुराने वाले लोगों का सामाजिक दायरा बड़ा होता है क्योंकि ये आसानी से सबको अपना मित्र बना लेते हैं। साथ ही इस आदत का फायदा इन्हें प्रोफेशनल फ्रंट पर भी मिलता है। ये अपने जिंदादिल स्वभाव से बॉस, कुलीग्स और क्लाइंट्स सबको खुश रखते हैं, जिससे इनके काम आसानी से बन जाते हैं और तरक्की के रास्ते भी सदा खुले रहते हैं।

कहने का मतलब यही है कि हंसमुख व्यक्ति हर मायने में दूसरों से अधिक हेल्दी और हैप्पी लाइफ जीता है। *

आसान होती है प्रेगनेंसी

दक्षिण कोरिया के शोधकर्ता एच. जे. चुंग ने स्ट्रेस और एंजायटी के दौर से गुजर रही इनफर्टिलिटी की मरीजों पर लाफ्टर थेरेपी का असर जानने के लिए एक अध्ययन किया ।उन्होंने आईवीएफ ट्रीटमेंट ले रही 40 महिलाओं में से 20 को लाफ्टर थेरेपी दी तो पाया कि बाकी 20 महिलाओं की तुलना में उनमें स्ट्रेस एंजायटी और डिप्रेशन काफी कम था और उनमें प्रेगनेंसी ज्यादा आसानी से हुई। एक अन्य अध्ययन में ऑक्सफोर्ड कंसेप्शन स्टडी से पता चला कि जिन महिलाओं के रक्त में अल्फा एमीलेज नामक स्ट्रेस इंडिकेटर का लेवल अधिक था, उनमें प्रेगनेंसी की दर काफी कम थी। जबकि हंसने-मुस्कुराने और हंसी-मजाक का आनंद लेने वाली महिलाओं में फर्टिलिटी के इलाज से प्रेगनेंसी के चांस बढ़ गए।

केयर
संध्या रानी

अब गर्मी धीरे-धीरे बढ़ रही है। कुछ जगहों पर तो दिन के समय काफी गर्म हवाएं चलने लगी हैं। ऐसे में लापरवाही बरतने से आप हीट स्ट्रोक के शिकार हो सकते हैं। इससे बचाव और उपचार के बारे में जानिए।

हीट स्ट्रोक से ऐसे बचें

हीट स्ट्रोक या लू लगना एक गंभीर शारीरिक स्थिति है, जिसमें शरीर तापमान को नियंत्रित करने की क्षमता खो देता है। इसके कारण शरीर का तापमान बढ़कर 104 डिग्री से भी अधिक पहुंच जाता है। शरीर के तापमान की यह स्थिति मस्तिष्क समेत शरीर के अन्य अंगों के लिए खतरनाक हो सकती है। कभी-कभी यह जानलेवा भी साबित हो जाती है।

प्रमुख लक्षणः इस स्थिति में शरीर में पानी की कमी हो जाती है। शरीर से अत्यधिक पसीना निकल जाने से सोडियम की कमी हो जाती है। यदि समय रहते यह कमी पूरी न की जाए तो हाथ-पैर और पेट में दर्द, तेज पसीना, कमजोरी, प्यास, सिर दर्द, मितली, चक्कर आदि जैसे लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं। इसके अलावा सांस लेने में कठिनाई, घबराहट, चिड़चिड़ापन, त्वचा में खुश्की और लालिमा भी दिख सकती है।

नेचुरल थेरेपीः लू लगने पर रोगी को ऐसे स्थान पर लिटाना चाहिए जहां का वातावरण ठंडा हो। लेकिन वहां हवा के झोंके न आ रहे हों, इसका भी ध्यान रखना चाहिए। रोगी को ठंडे जल से तर कर पंखा चला देना चाहिए और थोड़ी-थोड़ी देर के बाद उसे ठंडे जल में भीगे तौलिए से भिगोते रहना चाहिए। बर्फ के जल में कपड़ा भिगोकर उसकी पट्टी रोगी के सिर, पेट और शरीर पर बदल-बदल कर लगाते रहना चाहिए। अधिक लू लगने पर कटि स्नान या पेड़ू पर गीली मिट्टी की पट्टी बार-बार लगाना भी उपयोगी सिद्ध होता है।

पेड़ू पर मिट्टी पट्टीः इसके लिए साफ बलुई मिट्टी जिसमें आधी मिट्टी और आधा बालू हो, का उपयोग करना चाहिए। अगर यह उपलब्ध न हो तो किसी साफ जगह पर जमीन से एक फिट नीचे की मिट्टी लेकर साफ करने के बाद उसमें पानी मिलाकर लुगदी जैसा बना लें।

अब इस मिट्टी को पेड़ू के आकार से थोड़ा बड़ा महीन कपड़े पर फैलाकर लगभग आधा इंच मोटाई की पट्टी बना लें। इस पट्टी का मिट्टी की तरफ वाला भाग पेड़ू पर रखकर किसी ऊनी कपड़े से ढंक दें। हर आधे घंटे पर इस पट्टी को बदलते रहना चाहिए। एक बार उपयोग की गई मिट्टी का प्रयोग दोबारा नहीं करना चाहिए।

कटि स्नानः कटि स्नान के लिए किसी ऐसे टब की जरूरत होती है, जिसमें आराम कुर्सी की तरह आधा लेटा जा सके। टब में लगभग 12 से 14 इंच गहराई तक ठंडा पानी भरें, जिससे कि टब में बैठने पर पानी नाभि तक और नीचे आधी जंघाओं तक आ जाए। टब में अधलेटी अवस्था में बैठ जाएं और अपने दोनों पैर को टब के बाहर चौकी पर रख लें। यह ध्यान रहे कि पानी से पैर भीगने न पाएं।

तरल पदार्थ लेंः लू लगने पर भोजन की जगह मट्ठा, दही की लस्सी, कच्चे आम का पना, सत्तू का शरबत और नीबू पानी थोड़ा-थोड़ा करके पीना चाहिए। एक गिलास पानी में दो चम्मच धनिया को आधे घंटे के लिए भिगो दें। फिर इसे मसलकर छान लें और इस पानी में थोड़ी चीनी मिलाकर पीते रहें। इसके अलावा बेल के शरबत का सेवन जरूर करना चाहिए। यह गर्मी को दूर करता है और यह हमारे पाचन को भी स्वस्थ रखता है।

बचाव के उपायः गर्मी के मौसम में ऐसा आहार लेना चाहिए, जो शरीर में पानी की आपूर्ति करता रहे। इस मौसम में तले-भुने गरिष्ठ भोजन से परहेज करना चाहिए। मौसम के अनुसार ही फल, सब्जी खाने चाहिए। फलों में खीरा, ककड़ी, तरबूज, खरबूज को अपने भोजन में शामिल करना चाहिए। इसके साथ ही गर्मी से बचने के लिए हल्के रंग के सूती कपड़ों का ही इस्तेमाल करें। जब मौसम अधिक गर्म हो तो बाहर न निकलें। अगर बाहर जाएं तो अपने साथ पानी की बोतल रखना ना भूलें और हमेशा पानी पीकर ही बाहर जाएं। इसके अलावा हमेशा अपने सिर को ढंक कर ही बाहर निकलें। धूप में शारीरिक श्रम वाला कोई काम नहीं करना चाहिए। बच्चे, बुजुर्ग, गुर्दों के रोगी और मोटापे से ग्रस्त व्यक्ति लू की चपेट में जल्दी आ जाते हैं। इसलिए इन्हें अधिक सावधानी बरतनी चाहिए। *

(नेचुरोपैथ मेडिकल ऑफिसर डॉ. कैलाश द्विवेदी से बातचीत पर आधारित)

अगर आपको बॉस के साथ या किसी महत्वपूर्ण व्यक्ति के साथ बात करने में घबराहट होती है, आप सवाल का जवाब नहीं दे पाते, लड़खड़ा जाते हैं तो इसका मतलब आप एंजाइटी से परेशान हैं। इससे मुक्ति पाने के लिए आप कुछ योगासनों का अभ्यास कर सकते हैं।

योगोपचार
दिव्यज्योति 'नंदन'

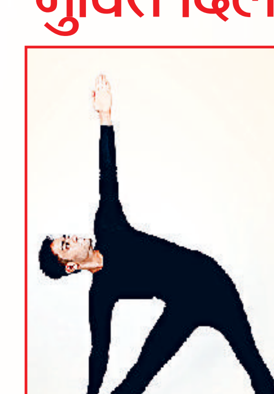
मीटिंग एंजाइटी से मुक्ति दिलाएं ये योगासन

कई लोग बॉस या मैनेजमेंट के साथ मीटिंग या फिर इंटरव्यू के नाम से ही घबरा जाते हैं। उन्हें बेचैनी होने लगती है। सिर्फ बॉस के साथ ही नहीं, कुछ लोग तो सामान्य बातचीत में जिन सवालों के जवाब बहुत सटीक ढंग से देते हैं, अकसर इंटरव्यू में पूछे गए वैसे ही सवालों के जवाब नहीं दे पाते। जुबान अटकने लगती है, विचार अचकचा जाते हैं। दरअसल, यह एंजाइटी प्रॉब्लम है।

ये हैं कारगर उपायः ऐसी समस्या से तत्काल राहत के लिए तेज-तेज सांसें लेने की एक्सरसाइज बहुत काम की साबित हो सकती है। यह तुरंत फायदा देती है।

फास्ट ब्रीदिंगः जब भी किसी जरूरी मीटिंग में जाने से पहले या मीटिंग के समय बेचैनी और घबराहट हो रही हो, तो इससे पार पाने के लिए तेज गति से सांसें लेना शुरू कर दें। इससे तुरंत राहत मिलती है। आप चाहे जितने टेंशन में हों, फौरी तौर पर अगर तुरंत टेंशन खत्म नहीं होता तो कम जरूर हो जाता है। इसे करते ही आपके अंदर की नर्वसनेस खत्म होने लगती है। तेज सांस लेने का यह एक ऐसा उपाय है, जिसे आप कहीं भी आजमा सकते हैं।

ऐसे लें तेज सांसेंः पहले सीधे खड़े हो जाएं, फिर काफी ज्यादा सांस खींचकर अंदर लें और अपनी बांहों को आसमान की तरफ ऊपर उठा लें। उठी हुई खुली बांहों की अंगुलियों को फैला लें। अब मुंह को थोड़ा नीचे झुकाएं और जीभ बाहर निकालें और अच्छे से सांस लें। याद रखें, यह किसी मीटिंग में जाने के पहले और मीटिंग स्थल से बाहर करना है। हालांकि पूरी तरह से तो इससे आपकी नर्वसनेस खत्म नहीं होगी, लेकिन बहुत कुछ असर पड़ेगा। अगर दो तीन बार यह प्रक्रिया दोहराएंगे तो और ज्यादा फर्क पड़ेगा और घबराहट करीब-करीब खत्म हो जाएगी।



त्रिकोणासन

ऐसे मिलेगी परमानेंट राहतः अगर एंजाइटी से परमानेंट राहत चाहिए तो नियमित रूप से सुखासन, वीरासन, बालासन, त्रिकोणासन, चक्रासन या उष्ट्रासन में से कोई दो आसन नियमित रूप से करें। एंजाइटी को लगभग पूरी तरह से खत्म करने में वीरासन, बालासन और त्रिकोणासन बहुत महत्वपूर्ण आसन हैं। जब नियमित रूप से ये आसन किए जाते हैं तो हमारा मन काफी शांत, उत्तेजनाविहीन और प्रतिक्रिया के लिए गैर उतावला हो जाता है। हर तरह की घबराहट और नर्वसनेस दूर हो जाती है। इन योगासनों का नियमित अभ्यास आपको मन से दृढ़ता प्रदान करेगा। आपके भीतर आत्मविश्वास बढ़ेगा। *

घरेलू औषधि/ संध्या सिंह

गर्मियों की महौषधि पुदीना

गर्मी का मौसम हमारे लिए कई तरह की समस्याएं लेकर आता है। ज्यादा गर्मी में कुछ लोगों को हीट क्रैंप पड़ने लगते हैं, जबरदस्त थकावट महसूस होती है, लू लग सकती है, शरीर में पानी की कमी हो जाती है, अकसर फूड पॉयजनिंग हो जाती है, घमौरियां निकल आती हैं, चिकनपॉक्स, डायरिया, पेचिश और हैजा जैसी समस्याएं भी इस मौसम में खूब सताती हैं। वैसे तो हर समस्या का निदान भी अलग तरीके से होता है। लेकिन पुदीना एक ऐसी कारगर हर्ब है, जो गर्मियों में होने वाली हेल्थ संबंधी ज्यादातर परेशानियों से राहत दिलाती है।

इन समस्याओं को करे दूरः लू लग जाने पर, फूड पॉयजनिंग होने की स्थिति में, त्वचा रूखी होने पर, गर्मियों में शरीर में पानी की कमी होने की स्थिति में, जी मिचलाने जैसी तमाम समस्याओं में पुदीना हमें तात्कालिक राहत देता है। इसीलिए पुदीना को 'गर्मियों की महौषधि' कहते हैं। इसलिए

हर्बल एक्सपर्ट गर्मी के मौसम में हर किसी को पुदीना खाने की सलाह देते हैं।

ऐसे कर सकते हैं सेवनः अगर आप गर्मियों में हर दिन सुबह या शाम एक गिलास पुदीने का पानी या पुदीने का शरबत पी लें (अगर डायबिटीज नहीं है) तो ज्यादातर मौसमी परेशानियां खत्म हो जाती हैं। अगर गर्मियों में पुदीने की पत्तियों को पीसकर 20 से 25 मिनट तक चेहरे पर इसका लेप लगा लें तो पूरे दिन ही नहीं बल्कि कई दिनों तक चेहरा तरोताजा बना रहता है वरना इस मौसम में त्वचा बिल्कुल ढीली मुरझाई हो जाती है। गर्मियों में थकान महसूस होने पर पुदीने का पानी पीते ही तुरंत थकान दूर होती है। गर्मियों में होने वाली अपच की समस्या में पुदीना बहुत राहत देता है, क्योंकि इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, इसलिए यह हमारे पाचन को मिनटों में दुरुस्त कर देता है। अगर बलगम श्वांसनली में फंसा हुआ है तो पुदीना इसे निकालने में मदद करता है। पुदीने में एंटी इंफ्लेमेटरी और एंटी माइक्रोबियल गुण भी होते हैं, इसलिए गर्मियों में पुदीना का नियमित सेवन करने से हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है। अगर किसी व्यक्ति को धूप की वजह से चक्कर आए और वह बेहोश हो जाए, तो उसे पुदीने का रस सुंघाना चाहिए। इससे बेहोशीपन दूर होता है। पुदीना बेहद फायदेमंद होता है लेकिन सेवन से पहले विशेषज्ञ से सलाह अवश्य कर लें। *

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से। हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

खबर संक्षेप

बुजुर्गों ने विद्यार्थियों के साथ साझा किए अनुभव

हिसार। सामाजिक सरोकारों का महत्व समझाने के लिए मोगा देवी मिंडा मेमोरियल स्कूल के विद्यार्थियों ने मोक्ष वृद्धाश्रम का दौरा किया। यहां पर बुजुर्गों से मुलाकात करके विद्यार्थियों ने उनकी दिनचर्या को समझा। इस अवसर पर मोक्ष वृद्धाश्रम के बुजुर्गों ने विद्यार्थियों के साथ अपने अनुभव भी साझा किए। बुजुर्गों ने निरंतर मेहनत करने एवं आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। विद्यार्थियों ने भी स्कूल की गतिविधियों से बुजुर्गों को रूबरू करवाया। विद्यार्थियों से बातचीत करके सभी बुजुर्ग प्रसन्नचित दिखाई दिए। उन्हें ऐसा प्रतीत हुआ मानो उनके पोता-पोती या दोहता-दोहती सरीखे नौनिहाल उनसे मिलने पहुंचे हों।

लुवास में ग्रीष्मकालीन समय-सारणी लागू

हिसार। लाला लाजपत राय पशु-चिकित्सा एवं पशु-विज्ञान विश्वविद्यालय (लुवास) में 1 मई से 31 जुलाई तक विश्वविद्यालय का कार्य समय सुबह 7.30 बजे से दोपहर 2.00 बजे तक रहेगा। विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ. एस. एस. ढाका ने बताया कि विश्वविद्यालय के अंतर्गत आने वाले विभिन्न पशु-विज्ञान केन्द्रों व पशु रोग निदान प्रयोगशालाओं में भी यह समय-सारणी लागू होगी। उल्लेखनीय है कि फिलहाल विश्वविद्यालय में शरदकालीन समय-सारणी के अनुसार कार्य समय सुबह नौ बजे से सायं साढ़े चार बजे तक है जो 1 मई से बदल कर सुबह 7.30 बजे से दोपहर 2.00 बजे तक हो जाएगा।

बालाजी धाम में रामानुज स्वामी उत्सव आज से

हिसार। श्री तिरुपति बालाजी धाम में श्री रामानुज स्वामी उत्सव धूमधाम से मनाया जाएगा। 3 मई से 12 मई तक चलने वाले इस उत्सव में हिसार व अन्य क्षेत्रों से काफी संख्या में श्रद्धालु शिरकत करेंगे। उत्सव के दौरान हर रोज श्री रामानुज स्वामी जी की विशेष पूजा-अर्चना की जाएगी और प्रतिदिन सायंकाल श्री रामानुज स्वामी जी की सवारी शोभा यात्रा निकाली जाएगी। इसके उपरांत श्रद्धालुओं में गोष्ठी प्रसाद का वितरण किया जाएगा। उल्लेखनीय है कि संत रामानुज स्वामी भगवान विष्णु के अनन्य उपासक रहे हैं। भक्ति मार्ग को अपनाकर उन्होंने समाज का नई दिशा दिखाई।

यूवर्स रोज वैली प्ले स्कूल में श्रम दिवस की धूम

हिसार। जवाहर नगर स्थित यूवर्स रोज वैली प्ले स्कूल में बुधवार को मजदूर दिवस धूमधाम से मनाया गया। मजदूर दिवस के उपलक्ष्य में नन्हें-मुन्हे बच्चों में कोई मजदूर, मिस्त्री, सब्जीवाला, दूध वाला, गुब्बारे वाला, प्लम्बर, बढ़ई, डॉक्टर, अध्यापक, वकील बनकर आएं। बच्चों ने कविता, नाटक के माध्यम से श्रम के महत्व को समझा नुक्कड़ नाटक के माध्यम से बाल श्रम को रोकने के लिये महत्वपूर्ण संदेश दिया।

बच्चों ने जाना श्रमिक दिवस का महत्व

हिसार। सेक्टर -15 स्थित स्माल वंडर स्कूल में बुधवार को इंटरनेशनल लेबर डे सैलिब्रेट किया गया। विद्यार्थियों ने अपने नन्हें हाथों से सुंदर कार्ड बनाकर अपने स्कूल के ड्राइवर्स, अटेंडेंट्स व हेल्पर्स को वे कार्ड देकर सम्मानित किया। प्राचार्या तरुणा कुहाड़ तथा अध्यापिकाओं द्वारा विद्यार्थियों को बताया गया कि यह दिन हम क्यों मनाते हैं।

लोकसभा चुनाव को लेकर जिला निर्वाचन आयोग हुआ अलर्ट

नियमों के विरुद्ध प्रचार सामग्री छापने पर की जाएगी कड़ी कार्रवाई : नरवाल

जिला निर्वाचन अधिकारी ने जिला के प्रिंटिंग प्रेस मालिकों को दिए सख्त निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी राहुल नरवाल ने जिला फतेहाबाद के प्रिंटिंग प्रेस मालिकों को निर्देश दिए हैं कि वे बिना जांच पड़ताल व नियमों के विरूद्ध जाकर कोई भी चुनाव प्रचार सामग्री प्रकाशित न करें। चुनाव के दौरान मुद्रक व प्रकाशक के नाम के बिना चुनाव से संबंधित पम्पलेट व पोस्टर आदि छापना जनप्रतिनिधि अधिनियम 1951 की धारा 127 ए का उल्लंघन है और ऐसा करने वाले प्रिंटर के खिलाफ भारतीय दंड संहिता की धारा-188 के तहत कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। चुनाव से संबंधित हर सामग्री पर मुद्रक व प्रकाशक का नाम अवश्य छापें। उपायुक्त राहुल नरवाल ने कहा कि भारतीय चुनाव आयोग ने लोकसभा उम्मीदवारों के खर्च की सीमा निर्धारित की हुई है इसलिए यह जरूरी है कि उनके पम्पलेट व पोस्टर आदि के खर्च का भी पूरा हिसाब किताब रहे। उन्होंने बताया कि लोकसभा चुनाव से संबंधित पम्पलेट व पोस्टर आदि उसी स्थिति में छापें जब सामग्री छपवाने वाला व्यक्ति हलफनामे के साथ दो गवाह दें और उनके हस्ताक्षर भी लेने जरूरी हैं। ऐसे पोस्टर व पम्पलेट आदि छापने के बाद उनकी एक कॉपी जिला मैजिस्ट्रेट को भेजनी होगी और राज्य स्तर पर मुख्य चुनाव अधिकारी को कॉपी भेजकर यह बताना होगा कि अमुक व्यक्ति ने चुनाव से संबंधित कितनी संख्या में पोस्टर अथवा पम्पलेट छपवाएं है और उनके खर्च का भी विवरण देना होगा। कॉपी से कॉपी करना भी इसी श्रेणी में आता है। चुनाव पम्पलेट/पोस्टर का अर्थ प्रचार के लिए प्रयोग किए जाने वाले उन सभी दस्तावेजों से है, जिनमें किसी भी राजनीतिक दल या लोकसभा चुनाव लड़ रहे उम्मीदवार से संबंधित प्रचार की जानकारी हो।

फतेहाबाद। डीपीआरसी हॉल में पीओ व एपीओ के प्रशिक्षण कार्यक्रम में चुनाव संबंधी जानकारी देते मास्टर ट्रैनर। *फोटो : हरिभूमि*

सात दिवसीस प्रशिक्षण का हुआ समापन

फतेहाबाद। उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी राहुल नरवाल ने बताया कि भारत निर्वाचन आयोग व मुख्य निर्वाचन अधिकारी, हरियाणा द्वारा निर्धारित कार्यक्रम अनुसार स्थानीय डीपीआरसी हॉल में पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारियों के लिए क्लास रूम प्रशिक्षण दिया जा रहा है। बुधवार को इस सात दिवसीय प्रशिक्षण का सफलतापूर्वक समापन किया गया है। सात दिवसीस इस प्रशिक्षण में प्रतिदिन 90-90 अधिकारियों के प्रतिदिन तीन बैच बनाकर सभी पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारियों को चुनाव प्रक्रिया के लिए निपुण किया गया है। उपायुक्त राहुल नरवाल ने बताया कि लोकसभा आम चुनाव को निष्पक्ष, पारदर्शिता व शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न करवाने के लिए जिला प्रशासन द्वारा सभी तैयारियां पूर्ण कर ली गई है। चुनाव प्रक्रिया से जुड़े अधिकारियों व कर्मचारियों को प्रशिक्षण दिया गया है। क्लास रूम प्रशिक्षण के दौरान मास्टर ट्रैनरों ने पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारियों को चुनाव पुस्तिका में दी गई हिदायतों का प्रशिक्षण दिया। इस दौरान पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारियों को ईवीएम तथा वीवीपैट्स मशीनों की तैयारी, मशीनों को सील करने, ईवीएम मशीनों की हैंड्स ऑन ट्रेनिंग बारे विस्तार से जानकारी दी गई, ताकि पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारी लोकसभा आम चुनाव को निष्पक्ष, पारदर्शी व शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न करवा सके। उन्होंने बताया कि लोकसभा आम चुनाव 2024 में ड्यूटी पर तैनात किए गए सभी पीठासीन अधिकारी व सहायक पीठासीन अधिकारी प्रशिक्षण प्राप्त करने उपरांत खुशी जाहिर की है।

डीआईपीआरओ कार्यालय में स्थापित हुआ मीडिया सर्टिफिकेशन एंड मॉनिटरिंग

फतेहाबाद। नगराधीश एवं उप जिला निर्वाचन अधिकारी कैप्टन परमेश सिंह ने बताया कि भारत निर्वाचन आयोग व हरियाणा के मुख्य निर्वाचन अधिकारी की हिदायतों अनुसार उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी राहुल नरवाल के निर्देशन में जिला में मीडिया सर्टिफिकेशन एंड मॉनिटरिंग सेल स्थापित किया गया है। उन्होंने बताया कि मीडिया सर्टिफिकेशन एंड मॉनिटरिंग सेल लघु सचिवालय के तृतीय तल पर स्थित जिला सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी कार्यालय के कमरा नंबर 85 में यह सेल स्थापित किया गया है, जिसका दूरभाष नंबर 01667-230072 है। उन्होंने बताया कि लोकसभा चुनाव के दौरान उम्मीदवारों व राजनीतिक दलों के प्रचार-प्रसार पर निरंतर निगरानी रखने के लिए जिला स्तर पर मीडिया सर्टिफिकेशन एंड मॉनिटरिंग कमेटी का पहले से ही गठन किया जा चुका है। यह कमेटी चुनाव के दौरान प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक व सोशल मीडिया पर राजनीतिक चुनाव प्रचार की मॉनिटरिंग करेगी। इसके अलावा पेड न्यूज पर कार्रवाई करना व मीडिया माध्यमों पर चुनावी विज्ञापनों के प्रकाशन व प्रसारण से पूर्व प्रमाण पत्र प्रदान करना है। उन्होंने बताया कि इलेक्ट्रॉनिक व सोशल मीडिया पर उम्मीदवार व राजनीतिक दल के चुनाव प्रचार से संबंधित सामग्री के प्रसारण से पूर्व एमसीएमसी कमेटी से प्रमाण पत्र लेना होगा वहीं प्रिंट मीडिया में मतदान से पहले व मतदान के दिन प्रकाशित होने वाले विज्ञापन का भी प्रमाण पत्र लेना अनिवार्य है। प्रचार सामग्री का प्रमाण पत्र लेने के लिए 48 घंटे पहले एमसीएमसी के पास प्रमाण पत्र के लिए निर्धारित फार्म में आवेदन करना होगा।

पॉयनियर स्कूल में मनाया गया श्रमिक दिवस

■ सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत कर बताया मजदूरों का महत्व

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

बीघड़ रोड स्थित पॉयनियर कान्वेंट स्कूल में आज श्रमिक दिवस बड़े ही उत्साह व धूमधाम से मनाया गया। बच्चों ने शानदार गीत व कविताएं सुना कर श्रमिकों का मनोरंजन किया। इस अवसर पर मैनेजिंग डायरैक्टर विजय निमारेही ने श्रमिकों का हमारे जीवन में महत्व व राष्ट्र निर्माण में योगदान पर विस्तार से जानकारी की। क्योंकि किसी भी प्रकार के ढांचागत निर्माण, कारखानों में उत्पादन व विभिन्न सस्थानों में श्रमदान में श्रमिकों का ही मुख्य रोल होता है। इन के बगैर कोई भी कार्य सम्भव नहीं हो सकता इसलिए हमें अपने परिवेश में रहने वाले श्रमिकों के प्रति सहानुभूति एवं आदर का भाव रखना चाहिए और उन की हर सम्भव सहायता करनी चाहिए। इस अवसर पर प्रिंसिपल, वाईस प्रिंसिपल व स्टाफ ने सभी श्रमिकों को श्रमिक दिवस की बधाई

36418 किसानों की खरीदी 578390 मीट्रिक टन गेहूं

■ किसानों को 781.14 करोड़ रुपये की राशि का भुगतान किया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला में अब तक 36418 किसानों की विभिन्न एजेंसियों द्वारा 578390.82 मीट्रिक टन गेहूं फसल की खरीद की गई है। इसके लिए सरकार की ओर से किसानों को 781.14 करोड़ रुपये की राशि का भुगतान किया है। उन्होंने बताया कि फूड सप्लाई ने 2858 किसानों की 61479 मीट्रिक टन, हैफेड ने 19071 किसानों की 301954 मीट्रिक टन, एचडब्ल्यूसी ने 10502 किसानों की 193050 मीट्रिक टन व एफसीआई ने 3987 किसानों की 21907.82 मीट्रिक टन गेहूं की खरीद की है। उपायुक्त राहुल नरवाल ने बताया कि इसके साथ ही अनाज मंडियों व खरीद केंद्रों में गेहूं फसल का उठान कार्य भी जारी है। जिला में अब 374315 मीट्रिक टन गेहूं की फसल का उठान किया जा चुका है। जो खरीद का 64.72 प्रतिशत है। जिला में अब तक फूड सप्लाई ने 44107.2 मीट्रिक टन, हैफेड ने 181177 मीट्रिक टन, एचडब्ल्यूसी ने 132182 मीट्रिक टन व एफसीआई ने 16848.9 मीट्रिक टन गेहूं की फसल का उठान किया गया है।

श्रमिक दिवस पर ली मतदान की शपथ

■ हर मतदाता करे अपने मताधिकार का प्रयोग : अतिरिक्त उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

लोकतांत्रिक प्रणाली में हर पात्र व्यक्ति को अपने मताधिकार का प्रयोग करने का अधिकार होता है। अधिक से अधिक मतदान लोकतांत्रिक व्यवस्था को सुदृढ़ बनाता है। इसलिए 25 मई को मतदान कर सिरसा का अभिमान, सौ प्रतिशत मतदान अभियान को सफल बनाने में सहयोग करें। स्वीप नोडल अधिकारी एवं अतिरिक्त उपायुक्त डॉ विवेक भारती बुधवार को पंचायत भवन में श्रमिक दिवस पर आयोजित मतदाता जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। इस दौरान ईंट-भट्टा, फैक्ट्री व अन्य विभिन्न संस्थानों के मालिकों व कामगारो ने कार्यक्रम में भाग लिया। अतिरिक्त उपायुक्त ने सभी को मतदाता जागरूकता की शपथ दिलाते हुए 25 मई को मतदान करने बारे प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि 25 मई को पहला कार्य मतदान करने का करें और स्वयं भी मतदान के लिए बाहर निकलें और दूसरों को भी मतदान के लिए प्रेरित करें।

सिरसा। श्रमिक दिवस पर शपथ दिलाते एडीसी विवेक भारती। *फोटो : हरिभूमि*

इशनजोत व चांदनी रही प्रतियोगिता में अव्वल

■ प्रतिभा में भाग लेने वाले प्रतिभागियों का सम्मान

सिरसा। राजकीय महिला महाविद्यालय की छात्राओं ने जिला स्तरीय प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। महाविद्यालय के जनसंपर्क अधिकारी डॉ. विक्रमजीत सिंह ने बताया कि महाविद्यालय की छात्रा इशनजोत कौर ने पावरप्वाइंट प्रेजेंटेशन में प्रथम व चांदनी ने निबंध लेखन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके अतिरिक्त ऑन द स्पॉट पेंटिंग प्रतियोगिता में आरजू ने द्वितीय तथा भाषण प्रतियोगिता में मोनालिका ने तृतीय स्थान हासिल किया। इस अवसर पर प्रो. रामकुमार जांगड़ा ने छात्राओं के शानदार प्रयास व उपलब्धि हासिल करने पर बधाई दी।

सीडीएलयू की परीक्षाओं के मद्देनजर प्रशासन ने की धारा 144 लागू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जिलाधीश आर के सिंह ने चौ. देवीलाल विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित की जा रही पोस्ट ग्रेजुएट, अंडर ग्रेजुएट व बीएड की परीक्षाओं को शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न करवाने के लिए परीक्षा केंद्रों पर आपराधिक प्रक्रिया 1973 की धारा 144 लागू करने के आदेश पारित किए हैं। परीक्षाओं के लिए जिला में दो दर्जन से अधिक परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं। आदेशों के अनुसार परीक्षा केंद्रों की 200 मीटर की परिधि में पांच या इससे अधिक व्यक्ति इक्ट्ठा नहीं हो सकते। केवल ड्यूटी करने वाले कर्मचारी व अधिकारी ही प्रवेश कर सकते है। परीक्षा केंद्रों के नजदीक फोटो स्टेट की दुकानें भी बंद रहेगी। उन्होंने बताया कि ये आदेश ड्यूटी पर तैनात पुलिस व कर्मचारियों पर लागू नहीं होंगे। आदेशों की अवहेलना करने वाले तथा असामाजिक तत्वों के साथ सख्ती से निपटा जाएगा तथा उनके खिलाफ धारा 188 के तहत कानूनी कार्यवाही की जाएगी।

ये बनाए गए हैं परीक्षा केंद्र :

जिला में ये परीक्षाएं राजकीय नेशनल महाविद्यालय सिरसा, राजकीय महिला महाविद्यालय सिरसा, सीएमके नेशनल गर्ल्स महाविद्यालय सिरसा, शाह सतनाम जी गर्ल्स महाविद्यालय एवं शाह सतनाम जी ब्वायज महाविद्यालय सिरसा, जननायक चौ. देवीलाल मेमोरियल कॉलेज बरनाला रोड़ सिरसा, चौ. केआर मेमोरियल डिग्री कॉलेज (कन्या) जमाल, माता हरकी देवी महिला महाविद्यालय ओढां, एमपी महिला महाविद्यालय डबवाली, डा. भीमराव अंबेडकर महाविद्यालय डबवाली, श्री गुरु हरी सिंह कॉलेज श्रीजीवन नगर, चौ. मनीराम झोरड़ राजकीय महाविद्यालय ऐलनाबाद, जनता गर्ल्स कॉलेज ऐलनाबाद, सीआरडीएवी डिग्री कॉलेज ऐलनाबाद, चौ. देवीलाल मेमोरियल स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी पन्नीवाला मोटा आदि बनाए गए हैं परीक्षा केंद्र।

गो सेवा करने से सुधरता है परलोक : पुरुषोत्तम शर्मा

■ श्री श्याम कथा में भगवान श्रीकृष्ण की लीलाओं का वर्णन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

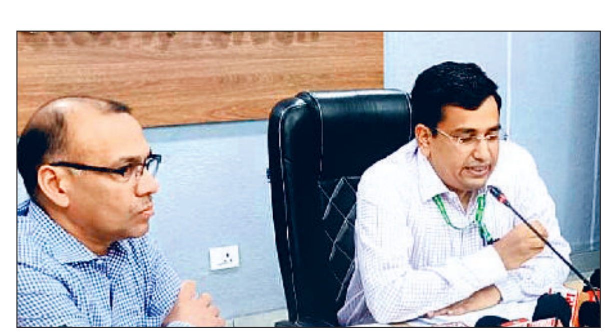
रतिया में श्री श्याम कथा करने के उपरांत प्रसिद्ध कथावाचक पंडित पुरुषोत्तम शर्मा ने श्री कृष्ण गौशाला रतिया का दौरा किया। उन्होंने यहां पर गोवंश के निवास के लिए की गई सुविधाओं को दिखा। इसके साथ उन्होंने पीने के पानी की विशाल टंकी को देखकर तथा मनोरंजन पार्क, श्री राधा कृष्ण मंदिर, पक्षी विहार का अवलोकन करके काफी खुशी प्रकट की। इस अवसर पर श्री कृष्ण गौशाला कमेटी के अधिकांश सदस्य मौजूद थे, जिन्होंने आचार्य का स्वागत किया। पंडित पुरुषोत्तम शर्मा ने कहा कि गौ माता में 33 करोड़ देवी देवताओं का वास होता है इसलिए यह पूजनीय है। जो भी इसके दर्शन करता है वह धन्य हो जाता है लेकिन जो गौ माता की सेवा के कार्य में संलग्न है, वास्तव में उसने पिछले जन्मों में पुण्य कर्म किए हैं। इस सेवा से परलोक भी सुधरता है उन्होंने कहा कि गौ सेवा प्रत्येक मनुष्य को करनी चाहिए, चाहे वह तन, मन या धन से क्यों ना हो। उन्होंने श्री कृष्ण गौशाला में गोवंश के लिए किए गए प्रबंधों की प्रशंसा करते हुए कहा कि अगर गौ माता स्वस्थ है तो वह पूरे क्षेत्र में सकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न करती है।

लोस चुनाव को लेकर प्रशासन अलर्ट

■ प्रत्याशियों की पेड न्यूज व विज्ञापन की जानकारी देना जरूरी : विजय सिंह

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

लोकसभा चुनाव 2024 के खर्च पर्यवेक्षक विजय सिंह ने कहा कि मीडिया के साथी निष्पक्ष एवं पारदर्शी चुनाव प्रक्रिया में अहम भागीदारी निभाते हुए चुनाव प्रचार के दौरान प्रत्याशियों द्वारा दी जाने वाली पेड न्यूज की जानकारी एमसीएमसी कमेटी या जिला निर्वाचन अधिकारी कार्यालय को दें ताकि राशि को उम्मीदवार के खर्च में जोड़ा जा सके। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र में चुनाव बहुत अहम प्रक्रिया है और इसमें हर वर्ग का योगदान जरुरी है। वे बुधवार को स्थानीय लघु



सचिवालय के सभागार में मीडिया को चुनाव आयोग की गाइडलाइन के बारे में ब्रिफिंग कर रहे थे। इस अवसर पर स्वीप के नोडल अधिकारी एवं अतिरिक्त उपायुक्त डा. विवेक भारती भी मौजूद रहे। खर्च पर्यवेक्षक विजय सिंह ने बताया कि उम्मीदवारों के चुनाव खर्च के लिए जिला में एमसीएमसी कमेटी का गठन किया गया है। कमेटी के सदस्य टेलीविजन व समाचार पत्रों में उम्मीदवारों द्वारा किए जा रहे विज्ञापनों व चुनाव संबंधी समाचारों पर बारीकी से नजर रख रहे हैं। सभी इलेक्ट्रॉनिक व प्रिंट मीडिया संस्थान भी यह ध्यान रखें कि कोई भी प्रत्याशी उनके संस्थान को विज्ञापन देता है तो इसकी सूचना जिला निर्वाचन अधिकारी कार्यालय या एमसीएमसी कमेटी को दें।

अनेक लोगों ने सैलजा का दामन थामा

■ कांग्रेस की प्रत्याशी शैलजा का रोड शो के दौरान किया स्वागत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

सिरसा लोकसभा से कांग्रेस की प्रत्याशी एवं कांग्रेस की राष्ट्रीय महासचिव कुमारी शैलजा का गत दिवस फतेहाबाद में रोड शो के दौरान भव्य स्वागत हुआ। फतेहाबाद के पूर्व विधायक एवं कांग्रेस के वरिष्ठ नेता बलवान सिंह दौलतपुरिया के नेतृत्व में सैंकड़ों कार्यकर्ताओं व आमजन ने पुष्प वर्षा के साथ कुमारी शैलजा का अभिनंदन किया। इस रोड शो के दौरान विभिन्न स्थानों पर कुमारी शैलजा का अभिनंदन एवं जलपान समारोह आयोजित किया गया। रोड शो के दौरान कुमारी शैलजा के नेतृत्व में तथा पूर्व विधायक बलवान सिंह के प्रयासों से फतेहाबाद के वाल्मीकि समाज से अरुण दुखी ने अपने सैंकड़ों कार्यकर्ताओं के साथ भाजपा छोड़कर कांग्रेस का दामन थामा। इसी प्रकार गांव गदली में सुरेन्द्र उर्फ सेठी ने सैंकड़ों समर्थकों सहित जजपा को छोड़कर कांग्रेस में आस्था जताई। सैंकड़ों कार्यकर्ताओं के साथ दैयड़ से भरत सिंह कटेवा ने कांग्रेस के साथ हाथ मिलाया। कुमारी शैलजा ने कांग्रेस में शामिल हुए सभी नए कार्यकर्ताओं का स्वागत किया तथा विश्वास दिलाया कि उन्हें पूरा मान सम्मान दिया जाएगा।

श्री मद्भागवत कथा में श्रद्धालुओं को बताया राम नाम का महत्व

राम से ज्यादा उसके नाम में है शक्तिः दिनेशानंद शास्त्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

राम से बड़ा राम का नाम है, राम से ज्यादा उसके नाम में शक्ति है। नाम ही है जो भक्त को भगवान से जोड़ता है। नाम भक्त का पालन-पोषण ही नही करता बल्कि उसकी प्रत्येक क्षण रक्षा भी करता है। नाम में अनेक रिद्धियां-सिद्धियां, विभूतियां व स्वर्ग के सुख छिपे हैं। यह उद्गार अखिल भारतीय धर्म सभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष महामंडलेश्वर योगाचार्य स्वामी भगवान देव परमहंस के शिष्य दिनेशानंद शास्त्री ने श्री मद्भागवत कथा के तीसरे दिन बुधवार को जनता भवन स्थित राम भवन परिसर में श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए कहे। स्वामी जी ने राम नाम की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए कहा कि राम से बड़ा राम का नाम है और राम नाम को जपकर मानव भवसागर तर सकता है। भक्त ध्रुव और प्रह्लाद प्रसंग पर बोलते हुए स्वामी जी ने कहा कि ध्रुव केवल पांच वर्ष की उम्र में ही भगवान से मिलकर अमर हो गए। भक्त ध्रुव ने कठोर तपस्या की, ध्रुव के पिता और जगत ने ध्रुव और उसकी माता सुनीती को ठुकरा दिया। तब चारों और से हताश और निराश होकर केवल छह महीने तक ध्रुव ने कठोर साधना की। ध्रुव की भक्ति से प्रसन्न होकर भगवान ने उसे राजा ही नहीं बनाया बल्कि प्रत्युत मरने के बाद मोक्ष भी प्रदान किया। उसके उपर सभी प्रकार के सुखों की वर्षा की। नाम भक्त के अंग-संग रहकर उसकी प्रत्येक क्षण रक्षा करता है। प्रह्लाद भक्त का प्रसंग सुनाते हुए स्वामी दिनेशानंद ने कहा कि ने कहा कि भक्त प्रह्लाद को उसके पिता हिरण्यकिश्यप ने सपार्ं से डसवाया, समुद्र में डाला, पर्वत से नीचे गिराया, अग्नि में जलाया, जेल में एक महीने तक बंद रखा व उसे अन्न-पानी तक नही दिया। भक्त प्रह्लाद के पिता ने उसका वध करने के लिए अनेक प्रकार के जतन किए, किंतु सांस-सांस में राम नाम का जाप करने वाले प्रह्लाद का कोई भी बाल भी बांका नही कर सका जाको राखे साईयां, मार सके ना कोए, बाल ना बांका कर सके जो जग बैरी होए अर्थात नाम सर्व सुखों की खान है।

सिरसा। श्रीमद भागवत कथा वाचन करते दिनेशानंद शास्त्री।

पुलिस की एडवाइजरीः फर्जी ट्रेवल एजेंटों से रहें सावधानः पुलिस अधीक्षक

■ विदेश जाने के इच्छुक लोगों को फर्जी ट्रेवल एजेंटों से सावधान रहने के लिए एडवाइजरी जारी की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डबवाली

पुलिस अधीक्षक ने विदेश जाने के इच्छुक लोगों को फर्जी ट्रैवल एजेंटों से सावधान रहने के लिए एडवाइजरी जारी की है। बुधवार को जारी एडवाइजरी में पुलिस अधीक्षक ने कहा कि शिक्षा या घूमने के लिए विदेश जाने के इच्छुक लोग जागरूकता के अभाव में अक्सर फर्जी ट्रेवल एजेंटों का शिकार बनकर लाखों रुपए गंवा बैठते हैं। लोगों को ऐसे फर्जी ट्रेवल एजेंटों से सावधान रहने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि विदेश जाने के लिए वीजा लगवाने से पूर्व एजेंट के बारे में पूरी जानकारी हासिल करें और सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त एजेंट की ही सेवाएं लें। उन्होंने आमजन को वीजा लगवाने के नाम पर धोखाधड़ी के बढ़ रहे मामलों के मद्देनजर लोगों को सतर्क करते हुए कहा कि हरियाणा एक संपन्न प्रदेश है। यहां के लोगों की विदेश जाने की काफी इच्छा होती है। लोगों के इस इच्छा का फायदा उठाकर फर्जी ट्रेवल एजेंट वेबसाइट या सोशल मीडिया प्लेटफार्म पर विज्ञापन द्वारा लोगों से संपर्क करते हैं। ये लोग पीड़ितों को तब झांसे में फंसा लेते हैं जब वे सोशल मीडिया पर प्रसारित नकली यात्रा विज्ञापनों का जवाब देते हैं। इसके बाद एजेंटों द्वारा तरह-तरह के लालच देकर पैसे हड़प लिए जाते हैं। बहुत से मामलों में ये एजेंट आम लोगों को अवैध तरीके से सीमावर्ती दूसरे देशों में भेज देते हैं जैसे अमेरिका जाने वालों को मैक्सिको, क्यूबा आदि देशों में व इसी प्रकार ऑस्ट्रेलिया जाने वालों को मलेशिया आदि देशों में ले जाते हैं और वहां से जगंलों, समुद्री रास्तों, सड़क मार्ग द्वारा पैदल, नावों, कंटेनरों द्वारा गैर कानूनी तरीके से सीमा पार करवाते हैं। इस यात्रा के दौरान बहुत से लोगों की ठंड के कारण, जहरीले जानवरों के काटने से, नाव डूबने या कंटेनर में दम घुटने से मृत्यु हो जाती है।

खबर संक्षेप

जेजेपी प्रत्याशी खटक कल भरेंगे नामांकन

सिरसा। जननायक जनता पार्टी के सिरसा संसदीय क्षेत्र से प्रत्याशी रमेश खटक 3 मई को सुबह 11 बजे अपना नामांकन भरेंगे। जेजेपी कार्यालय प्रभारी हरिसिंह भारी ने बताया कि उक्त निर्णय बीते मंगलवार को सिरसा जेजेपी कार्यालय में पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारियों की बैठक के दौरान लिया गया। जेजेपी के जिलाध्यक्ष अशोक वर्मा की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में निर्णय लिया गया कि पार्टी के सभी पदाधिकारी व कार्यकर्ता 3 मई को सुबह करीब 11 बजे चौटाला हाउस पर अपने अपने वाहनों के साथ जुटेंगे।

जिला स्तरीय सीनियर थ्रो बॉल चैंपियनशिप पांच को

सिरसा। जिला स्तरीय सीनियर थ्रो बॉल चैंपियनशिप आगामी 5 मई को डिंग मंडी स्थित जेबीटी गाइड संस्थान में होगी। जिला संघ के सचिव मनोज सोनी ने बताया कि यह 10वीं चैंपियनशिप है जिसमें विजेता टीमों एवं खिलाड़ियों को रा'यस्तरीय टूर्नामेंट में भाग लेने का मौका मिलेगा। रा'य स्तरीय टूर्नामेंट 11 मई से 12 मई तक जवान डिफेंस एंड स्पोर्ट्स अकादमी ब्लॉक सिवानी जिला भिवानी में होगा। चयन कमेटी द्वारा खिलाड़ियों का चयन किया जाएगा। इस मौके पर जिला एसोसिएशन के प्रधान ईश्वर ढाका, सुरेंद्र खलेरी, कोच कृष्ण कुमार सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहेंगे।

सेंट्रल सीनियर सेकेंडरी स्कूल का रिजल्ट बेहतरीन

सिरसा। हरियाणा शिक्षा बोर्ड द्वारा 12वीं कक्षा के घोषित नतीजों में सेंट्रल सीनियर सेकेंडरी स्कूल का परिणाम शत-प्रतिशत रहा। स्कूल के अधिकतर विद्यार्थी मैरिट में रहे। शानदार परीक्षा परिणाम के लिए स्कूल संचालक ने बच्चों और उनके अभिभावकों को बधाई देते हुए विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। स्थानीय डीसी कॉलोनी स्थित सेंट्रल सीनियर सेकेंडरी स्कूल सिरसा की गोल्ड मेडलिस्ट संस्था है। हर वर्ष की तरह स्कूल का 12वीं कक्षा का परिणाम इस बार भी शत-प्रतिशत रहा।

युवक अवैध पिस्तौल व कारतूस सहित काबू

सिरसा। स्पेशल स्टॉफ पुलिस टीम ने गश्त के दौरान महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर रेलवे फाटक बस स्टेंड क्षेत्र से एक युवक को अवैध पिस्तौल व छह जिंदा कारतूस सहित काबू किया है। स्पेशल स्टाफ पुलिस टीम के प्रभारी संदीप कुमार ने बताया कि युवक की पहचान आकाशदीप निवासी बेदी नगर मोगा पंजाब के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि स्पेशल स्टॉफ सिरसा पुलिस टीम गश्त के दौरान नजदीक रेलवे फाटक बस स्टेंड सिरसा क्षेत्र में मौजूद थी। इस दौरान सामने से पैदल आ रहे युवक ने पुलिस की गाड़ी को देखकर मौके से भागने का प्रयास किया।

रिटायर्ड मैनेजर जिन्दी ने सैलजा को दिया समर्थन

फतेहाबाद। कॉपरेटिव बैंक फतेहाबाद के रिटायर्ड मैनेजर एवं शहर के प्रमुख समाजसेवी हरजितेन्द्र सिंह जिन्दी ने सिरसा संसदीट सीट से कांग्रेस उम्मीदवार कुमारी सैलजा को समर्थन देते हुए कांग्रेस पार्टी को 'वाइन कर लिया है। उन्होंने कुमारी सैलजा के साथ मुलाकात कर कांग्रेस में आस्था जताई। उनका कहना है कि रोजगार और बैंकों को बचाने के लिए मौजूदा सरकार को सत्ता से हटाना बेहद जरूरी है।

टोहाना का युवक हुआ साइबर ठगी का शिकार

फतेहाबाद। टोहाना के गांव बलियाला निवासी एक व्यक्ति साइबर ठगी का शिकार हो गया। अज्ञात व्यक्ति द्वारा दी गई कॉल को डिस्कनेक्ट करते ही उसके सैलरी अकाऊंट से से 47545 रुपये उड़ गए। इस पर पीड़ित व्यक्ति ने तुरंत पुलिस को सूचना दी। पुलिस ने इस बारे केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव बलियाला निवासी ईश्वर चन्द ने कहा है कि उसके मोबाइल पर अज्ञात व्यक्ति का फोन आया। उक्त व्यक्ति अपने आप को उसका जानकार कहकर बातें करता रहा, बाद में खाते से पैसे निकल गए।

देश के महापर्व में शामिल होने का आह्वान किया

गोरखपुर परमाणु संयंत्र पर एडीसी ने श्रमिकों को दिलाई मतदान की शपथ

मजदूर दिवस पर परमाणु संयंत्र में कार्यक्रम का आयोजन किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

भारत निर्वाचन आयोग व हरियाणा के मुख्य निर्वाचन अधिकारी के तत्वावधान में स्वीप गतिविधियों के अंतर्गत मजदूर दिवस के अवसर पर जिला भर के मजदूरों को वोटर जागरूकता अभियान के साथ जोड़ने के लिए जिला निर्वाचन अधिकारी एवं उपायुक्त राहुल नरवाल के निर्देश में गोरखपुर हरियाणा अणु विद्युत परियोजना के सभागार में एडीसी एवं स्वीप कार्यक्रम के नोडल अधिकारी राहुल मोदी ने वोटर जागरूकता की शपथ दिलाई।

फतेहाबाद। श्रमिकों को मतदाता जागरूकता की शपथ दिलाते एडीसी एवं स्वीप कार्यक्रम के नोडल अधिकारी राहुल मोदी।

वोट का अधिकार

मजदूरों को शपथ दिलाते हुए एडीसी राहुल मोदी ने कहा कि संविधान ने हर व्यक्ति को वोट का अधिकार दिया है। इसलिए आने वाली 25 मई को हम सभी को वोट डालने मतदान केंद्र पर जाना है। उन्होंने कहा कि जिला में विभिन्न माध्यमों से वोटर जागरूकता के लिए आमजन मानस को जागरूक किया जा रहा है। विशेष रूप से दिव्यांगजनों, ट्रांसजेंडर तथा शिक्षण संस्थानों में 18 से अधिक उम्र के पढ़ने वाले युवाओं को वोट डालने के प्रति जागरूक किया जा रहा है। उन्होंने मजदूर दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि हम सभी को लोकतंत्र के महापर्व में शामिल होकर अपना मतदान करना चाहिए और परिवार के सदस्यों को भी इसके लिए जागरूक करना चाहिए। एडीसी ने कहा कि जल्द ही सभी कर्मचारियों व श्रमिकों के लिए सीपीआरर व फर्स्ट एड की ट्रेंनिंग सहित स्वास्थ्य जांच कैंप भी आयोजित किए जाएंगे, ताकि उनके स्वास्थ्य का ख्याल रखा जा सके। इस अवसर पर एनपीसीआई के प्रोजेक्ट डायरेक्टर पुतन सिंह तोमर ने प्रशासनिक अधिकारियों का स्वागत करते हुए बताया कि यहां पर सैकड़ों की संख्या में अधिकारी, कर्मचारी तथा श्रमिक कार्यरत है, जिन्हें जिला प्रशासन द्वारा समय-समय पर वोटर जागरूकता अभियान के तहत जागरूक किया गया है। इसके अलावा संस्थान की ओर से भी वोट के महत्व के बारे में जागरूक किया गया है। इस अवसर पर लोक गीतों के माध्यम से भी उपस्थित सभी मजदूरों को वोट का भुगतान करने बारे जागरूक किया गया। कार्यक्रम में जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव श्याम सुंदर, पंकज कुमार, राहुल पाठक सहित एनपीसीआईएल के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।

फूलकां के सरकारी स्कूल में तीनों संकाय में बेटियां टॉपर

सिरसा। स्कूल में परीक्षा परिणाम में टॉपर रही छात्राएं।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा 12वीं कक्षा के घोषित परीक्षा परिणामों में फूलकां के सीनियर सेकंडरी स्कूल का अपने पहले सत्र में परीक्षा परिणाम शानदार रहा। छात्रा दीपिका ने आर्ट्स संकाय में 90.2 प्रतिशत अंक लेकर स्कूल ही नहीं, आसपास के क्षेत्र के कई विद्यालयों को पछाड़ दिया है। वहीं मेडिकल संकाय में नवीना और नॉन मेडिकल में कुसुम ने स्कूल टॉप किया है। स्कूल के 11 बच्चों ने मैरिट हासिल की है, जबकि परीक्षा परिणाम शत प्रतिशत रहा। प्राचार्य देवकीनंदन कौशिक ने बच्चों को इस सफलता के लिए बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने बताया कि स्कूल में 12वीं कक्षा में कुल 32 बच्चों ने परीक्षा दी थी, जिसमें सभी उतीर्ण हैं। इनमें से 11 बच्चों ने मैरिट पाई है। प्राचार्य कौशिक ने बताया कि आर्ट्स संकाय में दीपिका ने 90.2 प्रतिशत अंक, दिनेश ने 88.6 प्रतिशत व प्रिया ने 86.6 प्रतिशत अंक हासिल किए हैं। वहीं साइंस संकाय में नवीना ने 84.8, सुशील ने 81.2 और मुस्कान व अक्षय ने 79 प्रतिशत अंक प्राप्त किए हैं, जबकि नॉन मेडिकल में कुसुम ने 81.4 प्रतिशत, प्रियंका ने 73.4 व मुकुल ने 71.6 प्रतिशत अंक प्राप्त किए हैं। प्राचार्य देवकीनंदन ने कहा कि परिणाम शानदार रहा।

श्रमिक दिवस पर कार्यक्रम का आयोजन

फतेहाबाद। बाल वाटिका स्कूल में आज श्रमिक दिवस मनाया गया। नर्सरी से यूकेजी तक के बच्चों ने फ्रूट चाट और कक्षा पहली से पांचवीं तक के विद्यार्थियों ने सैण्डविच, कक्षा छठी व सातवीं के बच्चों ने लेमनएड तथा आठवीं से 12वीं तक के विद्यार्थियों ने लेमन मोजिटो बनाकर श्रमिक दिवस पर स्कूल के श्रमिकों को सर्व किया। स्कूल में श्रमिक दिवस पर श्रमिकों के समर्पण को सलामी अर्पित की गई। स्कूल प्रधानाचार्या रोजी महतानी ने बच्चों को श्रमिकों के योगदान बारे समझाया और कहा कि हम उनके संघषारें का समर्थन करते हैं और उन्हें सम्मान देते हैं। उन्होंने कहा कि श्रमिक हमारे समाज और स्कूल की संरचना में अहम भूमिका निभाते हैं।

रूपावास स्कूल के 46 विद्यार्थियों की मेरिट

चोपटा। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रूपावास के विद्यार्थियों ने हरियाणा बोर्ड द्वारा घोषित कक्षा 12वीं के वार्षिक परीक्षा परिणाम में हर साल की भांति इस बार भी शानदार प्रदर्शन किया है और कुल 46 मेरिट के साथ रूपावास स्कूल खंड के सभी सरकारी स्कूलों में प्रथम स्थान पर रहा। विद्यालय प्रवक्ता डॉ. कृष्ण ढाका ने बताया कि इस वर्ष विद्यालय का परीक्षा परिणाम 46 मेरिट के साथ 98 प्रतिशत रहा है जिसमें 150 विद्यार्थियों में से 145 विद्यार्थी प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुए हैं और 11 विद्यार्थियों ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त किए हैं। आरजू व रूबिया 476 अंकों के साथ संयुक्तरूप से विद्यालय में प्रथम, पायल 475 अंकों के साथ द्वितीय तथा पूजा 472 अंकों के साथ तृतीय स्थान पर रहीं। कक्षा 12वीं विज्ञान संकाय के 20 विद्यार्थियों में से 16 विद्यार्थियों ने मेरिट हासिल की है। विज्ञान संकाय में प्रवीण कुमार 470 अंकों के साथ प्रथम, रजनीश 437 अंकों के साथ द्वितीय तथा पारुल 432 अंकों के साथ विद्यालय में तृतीय स्थान पर रहीं।

जैन स्कूल का परीक्षा परिणाम रहा शत प्रतिशत, किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

- कॉमर्स संकाय की छात्रा कुमारी श्रुति ने 500 में से 489 अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान प्राप्त किया

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा घोषित 12वीं कक्षा के परीक्षा परिणाम मे सेठ सागरमल सुराणा जैन कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की कॉमर्स संकाय की छात्रा कुमारी श्रुति ने 500 में से 489 अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया।

ये रहा परिणाम : प्राचार्या रेणु बाला ने बताया कि योगिता ने 500 में से 488 अंक प्राप्त कर द्वितीय, प्रिया ने 487 अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान पाया। आर्ट्स संकाय मे कुमारी संजना ने 500 में से 464 अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान हासिल किया। शिल्पी से 455 अंक प्राप्त कर द्वितीय, चेतना ने 447 अंक लेकर तृतीय स्थान हासिल कर विद्यालय का नाम रोशन किया। कुल 63 छात्राओं में से 36 ने बोर्ड मेरिट हासिल की जिसमें से 13 छात्राओं ने 90 प्रतिशत से अधिक अंक लेकर उच्च स्थान हासिल किया। उन्होंने कहा कि यह परिणाम छात्राओं की लगन, माता-पिता के सहयोग एवं अध्यापकों की मेहनत का फल है। विद्यालय प्रबंधक कमेटी के अध्यक्ष मक्खनलाल गोयल व प्रबंधक हनुमानमल गुजरानी ने बच्चों व उनके अभिभावकों को बधाई देते हुए कहा कि बोर्ड परीक्षा परिणाम में विद्यालय ने अपने क्षेत्र में विशिष्ट पहचान बनाई और साथ ही विद्यालय प्रबंधक कमेटी के सदस्य बलवंत राय, सदस्य रविंद्र गोयल, सदस्य कुसुमलता व तेरापंथ जैन सभा के अध्यक्ष देवेंद्र डागा व समाज के अन्य सभी गणमान्य व्यक्तियों ने भी परीक्षा परिणाम की बधाई देते हुए सभी छात्राओं के उज्ज्वल भविष्य की मंगल कामना की।

कुमारी सैलजा ने किया नामांकन दाखिल

- पार्टी के बड़े नेता भी पहुंचे नामांकन दाखिल करवाने
- भावुक हुई कांग्रेस नेत्री बोलीं सिरसा परिवार का पैतृक क्षेत्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा। नामांकन दाखिल करती कुमारी शैलजा।

कांग्रेस उम्मीदवार कुमारी शैलजा ने बुधवार को अपना नामांकन दाखिल किया। कांग्रेस भवन से रोड शो के जरिये कुमारी शैलजा पार्टी के बड़े नेताओं के साथ नामांकन दाखिल करने पहुंची। इस अवसर पर उनके साथ पूर्व केंद्रीय मंत्री वीरेंद्र सिंह, रा'यसभा सांसद रणदीप सिंह सुरजेवाला, पूर्व उपमुख्यमंत्री चंद्रमोहन बिश्नोई, विधायक किरण चौधरी, पूर्व सांसद श्रुति चौधरी के अलावा पार्टी के कई विधायक व नेता भी उपस्थित थे। रणदीप सिंह सुरजेवाला कार्यक्रम में 10 मिनट देरी से पहुंचे तब तक कांग्रेस उम्मीदवार ने नामांकन कार्यालय में नेताओं के साथ इंतजार किया और उसके बाद पर्चा भरा। पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा व प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष उदयभान की गैरहाजिरी भी चर्चा का विषय रही और दोनों की गैरहाजिरी के सवाल को कुमारी शैलजा टाल गई। इस दौरान प्रवेश को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं की पुलिस के साथ कहासुनी भी हुई और पुलिस प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी भी की। नामांकन दाखिल करने के बाद कांग्रेस उम्मीदवार कुमारी शैलजा ने भावुक अपील करते हुए कहा कि उनके परिवार का सिरसा लोकसभा क्षेत्र से नाता एक दिन का नहीं रहा, बल्कि पुराना पैतृक क्षेत्र रहा है और उन्होंने सियासत में कदम भी सिरसा की इस भूमि से ही रखा। सिरसा क्षेत्र के लोगों का उनके परिवार पर हमेशा हाथ रहा है और आगे भी उन्हें उम्मीद है कि वे अपनी बेटी के साथ खड़े रहेंगे। उन्होंने कहा कि पिछले तीन दिनों में उन्हें सिरसा लोकसभा क्षेत्र की जनता का जो प्यार और स्नेह मिला है उससे स्पष्ट है कि उनके सामने कोई भी प्रत्याशी नहीं टिकेगा। जनता व कार्यकर्ताओं में उत्साह इस बात का प्रतीक है कि पार्टी की विचारधारा आम आदमी के हित की है।

चार को नामांकन दाखिल करेंगे लोट

सिरसा। सिरसा लोकसभा से इनेलो उम्मीदवार संदीप लोट वाल्मीकि 4 मई को अपना नामांकन पत्र दाखिल करेंगे। युवा इनेलो के जिलाध्यक्ष भगवान कोटली ने बताया कि नामांकन दाखिल करने से पहले संदीप वाल्मीकि सुबह 11 बजे सिरसा के सरकूलर रोड पर अपने चुनावी कार्यालय का शुभारंभ करेंगे। इस दौरान पार्टी के प्रधान महासचिव अभय सिंह चौटाला विशेष रूप से उपस्थित होंगे। कार्यालय शुभारंभ के बाद पार्टी के तमाम नेता व कार्यकर्ता अभय सिंह चौटाला की अगुवाई में पार्टी प्रत्याशी संदीप वाल्मीकि का नामांकन दाखिल करने के लिए विशाल काफिले के साथ रवाना होंगे। दोपहर सवा 12 बजे नामांकन पत्र दाखिल किया जाएगा।

सरकारी धौलू में 12वीं कक्षा में सुमन ने स्कूल में प्रथम स्थान प्राप्त किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भूना

भूना। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय धौलू की अच्छे अंक हासिल प्राप्त करने वाले विद्यार्थी विजयी चिन्ह बनाकर खुशी का इजहार करते हुए।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय धौलू में 12वीं कक्षा के परीक्षार्थियों का बोर्ड परीक्षा परिणाम रहा 98.6 प्रतिशत रहा। विज्ञान व कॉमर्स संकाय का परिणाम शत प्रतिशत रहा। स्कूल के 30 विद्यार्थियों ने बोर्ड मेरिट व 55 ने प्रथम श्रेणी में अपना स्थान बनाया। स्कूल में सुमन पुत्री श्रवण कुमार ने 465 अंक प्राप्त करके प्रथम स्थान प्राप्त किया है। विद्यालय प्रवक्ता हरविंदर बागड़ी ने बताया कि विद्यालय के मेहनती अध्यापकों की बदौलत स्कूल का परिणाम सराहनीय रहा है। विद्यालय में ग्राम पंचायत सरपंच व सदस्यों ने अच्छे परिणाम पर मिठाईयां बांटकर अध्यापकों की बेहतर कार्य शैली को लेकर सराहना की। इस अवसर पर सरपंच प्रतिनिधि सुनील कुमार, एसएमसी प्रधान राजबाला, ब्लॉक समिति मेंबर हंसराज, संदीप कुमार, अमर सिंह, राम किशन गेदर, सुभाष चंद्र, राम कुमार, अनिल बेनीवाल, कृष्ण लाल जांगड़ा, सुरेश कुमार, अमन प्रीत, रूपिंदर, मुकेश, ममता, रेनू बाला, नेहा, ममता पूनिया, राजेंद्र सिंह, कैलाश शर्मा, विनोद गर्ग, धर्मवीर सिंह, राजबीर, जसवंत सिंह, सतीश, विनोद, सुरजीत, धर्मपाल, गोवर्धन, वीरेंद्रपाल, जोगिंदर, केवल कृष्ण, सेवा सिंह, प्रवीण, सिलोचना आदि मौजूद थे।

सामाजिक व्यवस्था में श्रमिक का विशेष महत्व

फतेहाबाद। टोहाना के सेंट जोसफ इंटरनेशनल स्कूल में सहायक स्टाफ को सम्मानित करते हुए स्कूल प्रबंधक।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

समाज में अगर श्रमिक नहीं हो तो पूरा समाज अव्यवस्थित हो जाएगा। समाज की व्यवस्था बनाने में तथा हमारे आसपास के एरिया को स्वच्छ बनाने में श्रमिक का महत्वपूर्ण योगदान होता है। किसी भी संस्था को ऊंचाई पर पहुंचाने में श्रमिक की मेहनत होती है। यह बात जिले के शहर टोहाना में भूना रोड स्थित सेंट जोसफ इंटरनेशनल स्कूल की मुख्य प्रशासक डॉ. श्रेया सिंह ने मजदूर दिवस पर स्कूल के सहायक स्टाफ को सम्बोधित करते हुए कही। उन्होंने सभी सहायक स्टाफ को श्रमिक दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि स्कूल संचालन में सहायक स्टाफ एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। स्कूल प्राचार्या मारियालीन लुईस ने भी सहायक स्टाफ को सम्बोधित करते हुए कहा कि श्रमिक के बिना समाज की कल्पना भी नहीं की जा सकती है। श्रमिक के बिना समाज अधूरा है। मंच संचालन कोर्डिनेटर कीर्ति शर्मा ने किया। मुख्य प्रशासक डॉ. श्रेया सिंह, प्राचार्या मारियालीन लुईस तथा उप प्राचार्या कुलदीप कौर ने सहायक स्टाफ को उपहार देकर सम्मानित किया। इस अवसर पर सहायक स्टाफ के लिए म्यूजिकल चेयर, टग ऑफ वार सहित अनेक प्रकार के खेल भी आयोजित किए गए। कार्यक्रम को सफल बनाने में कमलजीत कौर, राजेन्द्र दहिया, अमित, गुरविन्द्र सिंह का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

विद्यार्थियों को डेमो कर दिखाया, कैसे करें वोटिंग

क्रेसण्ट स्कूल में मतदाता जागरूकता कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

फतेहाबाद। क्रेसण्ट स्कूल में मतदाता जागरूकता कार्यक्रम में भाग लेते विद्यार्थी।

क्रेसण्ट स्कूल में स्वीप कार्यक्रम के तहत वोटिंग जागरूकता दिवस का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों को वोटिंग प्रक्रिया और मतदान के महत्व के बारे में जागरूक किया गया। दिव्या व कंगना के मंच संचालन में छात्र तन्मय ने वोटिंग में भाग लेने के महत्व के बारे में बताया। छात्रा पुष्टि ने अपने व्याख्यान में वोटिंग नीतियों और महत्वपूर्ण सिद्धांतों का वर्णन किया। दक्ष ने 'हम सब मिलकर अपने वोट के जरिए, एक सुरीला संसार बनाएं' कविता का सस्वर वाचन किया। नुक्कड़ नाटक के माध्यम से छात्र-छात्राओं ने वोटिंग प्रक्रिया में भागीदारी करने व सकारात्मक समर्थन प्रदान करने के बारे में बताया। वोटिंग प्रक्रिया का डेमो सीन क्रिएट करके विद्यार्थियों को वोटिंग कैसे की जाती है, के बारे में विस्तार से बताया गया। विद्यार्थियों को यह बताया कि आगामी चुनाव के लिए हम अपने माता-पिता और अन्य नागरिकों को मतदान के लिए प्रेरित कर सकते हैं। छात्रा सारिका व शिक्षकों ने उपस्थितजनों को शांतिपूर्वक मतदान कराने में सहयोग देने के लिए शपथ दिलाई। वोटिंग जागरूकता कार्यक्रम के तहत कक्षा नवमी व दसवीं के विद्यार्थियों के लिए मेहंदी, स्लोगन व पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। निर्णायक मंडल के आधार पर मेहंदी प्रतियोगिता में श्रुति ने प्रथम स्थान, पल्लवी ने द्वितीय स्थान, प्रीति व हर्षिका ने तृतीय स्थान प्राप्त किया तथा स्लोगन प्रतियोगिता में मोनिका गर्ग ने प्रथम पुरस्कार, देवांश व मिनल ने द्वितीय पुरस्कार तथा परी व देवांशी ने तृतीय पुरस्कार एवं पुष्टि व योजिका ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में सांचीप्रीत ने प्रथम पुरस्कार, लहर व पोशिका ने द्वितीय पुरस्कार सृष्टि ने तृतीय पुरस्कार एवं डिंपल ढाका ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। प्रधानाचार्या पूनम ने विद्यार्थियों को मतदाता बनने के अधिकारों और कर्तव्यों के बारे में जानकारी दी। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रेरित किया।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9653530209, 9315429403, 9253681005