हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 2 जुलाई 2026

11 पीला पंजा चलते ही भड़के व्यापारी बिना नोटिस तोड़फोड़ का लगाया आरोप

12 वी बी ग्राम जी के विरोध में प्रदर्शन, दर्जनों गांवों में फूंकी प्रतियां

खबर संक्षेप

गांव दिगोह में रात्रि ठहराव कार्यक्रम 9 को

फतेहाबाद। जिला प्रशासन की ओर से खंड भूना के गांव दिगोह के राजकीय प्राथमिक पाठशाला में 9 जुलाई वीरवार को सायं 5 बजे से रात्रि ठहराव कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। सीटीएम गौरव गुप्ता ने बताया कि रात्रि प्रवास के दौरान डीसी डॉ. विवेक भारती और एसपी निकिता खट्टर ग्रामीणों से समन्वय स्थापित करते हुए उनकी समस्याओं से अवगत होकर उनका समाधान करवाएंगे। सीटीएम ने बताया कि सरकार के निर्देशानुसार जिला प्रशासन द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में रात्रि ठहराव के दौरान ग्रामीणों से संवाद द्वारा अवगत हुई समस्याओं का निवारण मौके पर ही किया जाएगा।

युवक पर जानलेवा हमले का मुख्य आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। शहर के हनुमान चौक पर पुरानी रंजिश के चलते एक युवक पर तलवार, गंडासी और लोहे की रॉड से जानलेवा हमला करने के मामले में थाना शहर रतिया पुलिस ने मुख्य आरोपी सुरेंद्र सिंह उर्फ काल्लू उर्फ डोडा को गिरफ्तार कर लिया है। पकड़े गए आरोपी से पूछताछ की जा रही है, जबकि वारदात में शामिल अन्य फरार आरोपियों की तलाश में पुलिस टीमें लगातार छापेमारी कर रही हैं।

श्री नैना देवी लंगर कमेटी का भंडारा 13 अगस्त से

रतिया। श्री नैना देवी लंगर कमेटी, बादलगढ़ द्वारा आगामी 13 अगस्त से महामाई की इच्छा तक पावन धाम श्री नैना देवी जी कोला वाला टोबा में 29वें महाविशाल भंडारे का आयोजन बड़े ही श्रद्धा, उल्लास और भक्ति भाव के साथ किया जा रहा है। कमेटी के प्रधान सुरेश तनेजा ने बताया कि पिछले 28 वर्षों की निरंतर परंपरा को आगे बढ़ाते हुए इस वर्ष भी माता रानी के आशीर्वाद से सेवा कार्य किया जाएगा। भंडारे में देशभर से आने वाले श्रद्धालुओं के लिए चौबीसों घंटे निःशुल्क लंगर की व्यवस्था रहेगी। यात्रियों की सुविधा के लिए एक विशाल धर्मशाला बनाई गई है।

हेरोइन सप्लाई का वांछित आरोपी दबोचा

सिरसा। बड़ागुढ़ा थाना पुलिस ने हेरोइन बरामदगी मामले में वांछित सप्लायर आरोपी को बड़ागुढ़ा क्षेत्र से काबू कर अदालत में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। थाना प्रभारी ने बताया कि बीती 29 मई को बड़ागुढ़ा थाना की एक पुलिस टीम ने गांव बड़ागुढ़ा क्षेत्र में विशेष कार्रवाई करते हुए बाइक सवार युवक को 6 ग्राम 240 मिलीग्राम हैरोइन सहित गिरफ्तार किए गए था। इस मामले में बड़ागुढ़ा थाना में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्जकर जांच शुरु की थी। जांच के दौरान गिरफ्तार किए गए आरोपी से गहन पूछताछ की गई। पूछताछ में खुलासा हुआ कि बरामद हैरोइन गांव रघुआना निवासी गुरप्रीत सिंह से खरीदकर लाई गई थी।

वादाखिलाफी से भड़के नगर परिषद कर्मचारी

फतेहाबाद के बाजारों में उल्टी झाड़ू थाम सरकार के खिलाफ खोला मोर्चा

- मांगें पूरी न होने पर 7 जुलाई को जिला स्तरीय रैली का किया ऐलान

हरिभूमि न्यूज ▶▶। फतेहाबाद

हरियाणा सरकार द्वारा मानी गई मांगों को लागू न करने से नाराज नगर परिषद कर्मचारियों का गुस्सा आखिरकार फूट पड़ा। नगर पालिका कर्मचारी संघ हरियाणा के आह्वान पर आज फतेहाबाद इकाई के सफाई कर्मचारियों ने शहर के मुख्य बाजारों में उल्टी झाड़ू लेकर जोरदार प्रदर्शन किया। कर्मचारियों के तीखे तेवरों और गगनभेदी नारों से पूरा शहर गूंज उठा। प्रदर्शन की शुरुआत करते हुए सभी कर्मचारी सुबह नगर परिषद प्रांगण में एकत्रित हुए। यहा सरकार की वादाखिलाफी के खिलाफ जमकर नारेबाजी की गई। इसके बाद कर्मचारी हाथों में उल्टी झाड़ू थामकर शहर के मुख्य बाजारों में प्रदर्शन के लिए निकल पड़े। प्रदर्शन की अध्यक्षता इकाई प्रधान नरेश राणा ने की, जबकि मंच संचालन सचिव ओम प्रकाश लोट द्वारा किया गया।

फतेहाबाद। मांगों को लेकर प्रदर्शन करते नगरपरिषद कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

कर्मचारियों को संबोधित करते हुए इकाई प्रधान नरेश राणा ने कहा कि सरकार ने लिखित सहमति के डेढ़ महीने बाद भी मांगों को ठंडे बस्ते में डाल दिया है। यह कर्मचारियों और दलित वर्ग के साथ सरासर धोखा है। कर्मचारी नेताओं ने बताया कि अपनी मांगों को लेकर पूरे हरियाणा में 1 मई से 14 मई तक पालिका कर्मियों ने एक लंबी हड़ताल की थी। इसके बाद 13 मई को निकाय मंत्री, उच्च अधिकारी राजेश खुल्लर और निदेशक के साथ कर्मचारियों की बैठक हुई, जिसमें कई अहम मांगों पर सहमति बनी थी। लंबे समय से कार्यरत कच्चे कर्मियों को नियमित करना, ठेका कर्मचारियों का वेतन 15,220 तय कर बैंक के माध्यम से भुगतान करना, ठेका कर्मियों का पंजीकरण सीधे विभाग में दर्ज करना, फायर ब्रिगेड कर्मचारियों का पे-स्केल 25,500 करना और उन्हें पक्का करना आदि मांगे शामिल थी।

कर्मचारी नेताओं का आरोप है कि इस लिखित सहमति को बीते डेढ़ महीना से ज्यादा का वक्त हो चुका है, लेकिन सरकार ने अब तक कोई पत्र जारी नहीं किया है, जिससे साफ होता है कि सरकार कर्मचारी और दलित विरोधी है। कर्मचारियों ने साफ शब्दों में चेतावनी दी है कि यह लड़ाई थमने वाली नहीं है। आंदोलन की अगली रूपरेखा तय करते हुए नेताओं ने घोषणा की कि 2 जुलाई वीरवार को भी कर्मचारी शहर में उल्टी झाड़ू लेकर अपना विरोध दर्ज कराएंगे। अपनी मांगों को मनवाने के लिए 7 जुलाई को एक विशाल जिला स्तरीय रैली का आयोजन किया जाएगा, जिसमें पूरे जिले के कर्मचारी हिस्सा लेंगे। आज के इस प्रदर्शन में मुख्य रूप से राज्य वरिष्ठ उप प्रधान रमेश तुषामड़, जिला प्रधान विजय ढाका, कोषाध्यक्ष वीरू रत्ती, उप प्रधान अमित गिल, सहसचिव गुरदयाल भट्टी, ओम प्रकाश, सत्यवान टॉक, राज राम सहित अनेक कर्मचारी मौजूद रहे।

सिरसा : सफाई कर्मियों ने उल्टी झाड़ू लेकर किया प्रदर्शन

कालांवाली। नगर पालिका सफाई कर्मचारी संघ के बैनर तले बुधवार को सफाई कर्मचारियों ने अपनी लंबित मांगों को लेकर बुधवार को उल्टे झाड़ू लेकर प्रदर्शन किया और सरकार के खिलाफ नारेबाजी की। कर्मचारियों ने मांगों से संबंधित आदेश शीघ्र जारी करने की मांग उठाई। संघ के प्रधान सिकन्दर सिंह ने कहा कि कर्मचारियों ने अपनी मांगों को लेकर 1 मई से 14 मई तक प्रदेश स्तरीय हड़ताल की थी। हड़ताल के दौरान सरकार ने सभी मांगें स्वीकार करते हुए करीब डेढ़ माह के भीतर हमारी सभी मांगो से संबंधित पत्र जारी करने का आश्वासन दिया था, लेकिन तय अवधि बीतने के बावजूद अब तक कोई आदेश जारी नहीं किया गया। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार ने कर्मचारियों से किए गए वादे पूरे नहीं किए हैं। इसी के विरोध में सफाई कर्मचारी विरोध प्रदर्शन कर सरकार को चेतावनी दे रहे हैं। उन्होंने कहा कि यदि जल्द मांगों के आदेश जारी नहीं किए गए तो आगामी 7 जुलाई को सिरसा में जिला स्तरीय प्रदर्शन किया जाएगा। इसके बाद आंदोलन की आगामी रणनीति तय करते हुए बड़े निर्णय लिए जाएंगे। प्रदर्शन के दौरान कर्मचारियों ने सरकार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए अपनी मांगों के शीघ्र समाधान की मांग की।

कालांवाली। बिजलीघर में धरने पर बैठे किसान। फोटो : हरिभूमि

बिजली संकट से जूझ रहे किसानों ने दिया धरना

हरिभूमि न्यूज ▶▶। कालांवाली

क्षेत्र के गांव सिंघपुरा के किसानों ने बिजली समस्या को लेकर कालांवाली बिजली निगम कार्यालय में धरना देकर रोष जताया। किसानों का कहना है कि पिछले कुछ दिनों से उनके ट्यूबवेल कनेक्शनों की बिजली आपूर्ति बाधित है, जिसके चलते धान की बिजाई का कार्य प्रभावित हो रहा है। किसानों ने बताया कि पूर्व में आई तेज आंधी के कारण बिजली के काफी पोल टूट गए थे। जिस काण बिजली सप्लाई बाधित हो गई थी जोकि आज तक बिजली व्यवस्था पूरी तरह बहाल नहीं हो पाई। धान की बिजाई के लिए सिंचाई पानी की जरूरत है, लेकिन ट्यूबवेल बंद होने के कारण सिंचाई कार्य प्रभावित हो रहा है।

किसान युनियन उग्राहा के प्रदेश सचिव बलजीत सिंह ने कहा कि धान बिजाई के लिए बड़ी संख्या में मजदूर यूपी और बिहार से गांव में पहुंचे हैं। इन मजदूरों के रहने और खाने की व्यवस्था खेतों में ही की गई है। किसानों का कहना है कि यदि जल्द बिजली की सप्लाई जल्द बहाल नहीं हुई तो बिजाई का कार्य और अधिक प्रभावित हो सकता है।

किसानों ने कहा कि बिजली न होने के कारण उन्हें कालांवाली मंडी से किराए पर जनरेटर लाकर खेतों में पानी पहुंचाना पड़ रहा है। इससे खेती की लागत में लगातार बढ़ोतरी हो रही है और किसानों पर अतिरिक्त आर्थिक बोझ पड़ रहा है। बिजली निगम के एसडीओ विक्रमजीत ने किसानों को आश्वासन दिया कि गर्मी ज्यादा होने के कारण बिजली बाधित हो रही है।

सिरसा। लघुसचिवालय में धरना देते कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

कर्मचारी संगठनों ने दिया धरना, सरकार के खिलाफ की जमकर नारेबाजी

सिरसा। भारतीय मजदूर संघ के बैनर तले कर्मचारी संगठनों ने बुधवार को बरनाला रोड स्थित लघुसचिवालय परिसर के बाहर अपनी मांगों को लेकर सरकार के खिलाफ धरना प्रदर्शन किया। संघ के प्रदेश महासचिव सुनील कुमार ने कहा कि कर्मचारी अपनी लंबित मांगों को लेकर लंबे समय से संघर्ष कर रहे हैं, लेकिन सरकार चुप्पी साधे हुए हैं। कर्मचारियों की मांग है कि कच्चे कर्मचारियों को नियमित किया जाए, समान काम समान वेतन लागू किया जाए। धरना दे रहे कर्मचारियों ने कहा कि विभिन्न विभागों में सैकड़ों पद रिक्त पड़े हैं, उन्हें नियमित भर्ती से भरा जाए। धरना प्रदर्शन को हरियाणा परिवहन कर्मचारी संघ के जिला प्रधान सुरेंद्र निराणियां, विनोद स्वामी आदि कर्मचारी नेताओं ने संबोधित किया। कर्मचारियों ने सरकार को चेतावनी देते हुए कहा कि जब तक उनकी मांगों को पूरा नहीं किया जाता तब तक उनका संघर्ष जारी रहेगा।

जाखल में ट्रेन से कटकर व्यक्ति की मौत

फतेहाबाद। जिले के जाखल क्षेत्र में जाखल-हिम्मतपुरा रेलवे ट्रैक पर एक अज्ञात व्यक्ति की ट्रेन की चपेट में आने से मौत हो गई। सूचना मिलते ही राजकीय रेलवे पुलिस जाखल मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। राजकीय रेलवे पुलिस जाखल के जांच अधिकारी शिव कुमार ने बताया कि ट्रेन संख्या 54044 के गार्ड ने जीआरपी जाखल जंक्शन को इस घटना की सूचना दी थी। गार्ड के अनुसार, एक व्यक्ति अचानक ट्रेन के आगे आ गया, जिससे उसकी मौके पर ही मृत्यु हो गई। पुलिस टीम ने घटनास्थल पर पहुंचकर शव को कब्जे में लिया। पुलिस के अनुसार, मृतक की उम्र लगभग 35 से 40 वर्ष है। उसने हल्के हरे रंग की शर्ट और गहरे हरे रंग का लोअर पहना हुआ था।

टोहाना के कुख्यात तस्कर शेशा की संपत्ति फ्रीज

फतेहाबाद। नशा तस्करों को सलाखों के पीछे भेजने के साथ-साथ अब फतेहाबाद पुलिस ने उनकी काली कमाई और अवैध संपत्तियों को कुर्क करने का अभियान तेज कर दिया है। इसी कड़ी में पुलिस ने कार्रवाई करते हुए टोहाना के एक कुख्यात नशा तस्कर की करीब 30 लाख रुपये मूल्य की रिहायशी संपत्ति को फ्रीज करवा दिया है। प्रेस वार्ता को संबोधित करते हुए एएसपी दिव्यांशी सिंगला ने बताया कि थाना शहर टोहाना पुलिस ने मुस्तैदी दिखाते हुए किला मोहल्ला, टोहाना के निवासी कुख्यात नशा तस्कर सुरेश उर्फ शेशा की अवैध कमाई से अर्जित करीब 30 लाख रुपये मूल्य की रिहायशी संपत्ति को धारा 68-एफ एनडीपीएस एक्ट के तहत फ्रीज करवा दिया है। पुलिस की इस कार्रवाई से इलाके के नशा तस्करों में हडक्रंप मच गया है। एएसपी ने बताया कि इस पूरे नेटवर्क का खुलासा तब हुआ जब पुलिस ने पहले एक आरोपी लखबिंदर सिंह को 7.35 ग्राम हेरोइन के साथ दबोचा था। पुलिस पूछताछ के दौरान आरोपी लखबिंदर ने लिखित रूप से यह स्वीकार किया कि उसने जब्त की गई हेरोइन सुरेश उर्फ शेशा से खरीदी थी। इस खुलासे के तुरंत बाद पुलिस ने तत्परता दिखाते हुए मुख्य सप्लायर सुरेश उर्फ शेशा को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने उसके कब्जे से हेरोइन बेचकर कमाए गए 3 हजार रुपये की ड्रग मनी भी बरामद की थी। जांच के दौरान पुलिस टीम ने आरोपी द्वारा नशे के काले कारोबार से खड़ी की गई संपत्ति की पहचान की और कानूनी प्रक्रिया पूरी करते हुए उसे पूरी तरह सीज कर दिया। एएसपी दिव्यांशी सिंगला ने कहा कि पुलिस केवल तस्करों को जेल भेजने तक सीमित नहीं रहेगी, बल्कि उनकी रीढ़ की हड्डी को पूरी तरह तोड़ देगी। फतेहाबाद पुलिस अब तक 34 नशा तस्करों की अवैध संपत्तियों को फ्रीज करवाकर अपराधियों को स्पष्ट और कड़ा संदेश दे चुकी है।

चोपटा। पानी कटौती पर धरना देते किसान। फोटो : हरिभूमि

किसानों का अल्टीमेटम : पानी नहीं छोड़ा तो खुद ही हेड के फट्टे उठाएंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶। चोपटा

शेरांवाली माइनर में नहरी पानी की कटौती को लेकर किसानों ने नहराना हेड पर धरना शुरू कर दिया। किसानों का कहना है कि शेरावाली नहर में पानी तीन दिन पहले आना चाहिए था लेकिन अभी तक नहीं आया जिससे उनकी धान की बिजाई लेट हो रही है। इसको लेकर रोज स्वरूप किसानों ने नहराणा हैड पर धरना शुरू कर दिया और सरकार व सिंचाई विभाग के खिलाफ जोरदार नारेबाजी की। इस दौरान किसानों ने सिंचाई विभाग को अल्टीमेटम दिया कि वीरवार 12 बजे तक पानी नहीं छोड़ा तो खुद ही हैड के फट्टे उठा देंगे।

किसान नेता रणधीर जोधकां, अरविंद गोदारा दड़बा कलां, करनैल सिंह कैरांवाली, अशोक कुमार, विनोद कुमार, अश्विनी, राकेश, संजय, मुकेश, राजेश कुमार, राजेंद्र, महावीर, रमेश कुमार ,अशोक कुमार, संजय बेनीवाल, सुरेश कुमार सहित कैंरावाली और दड़बा कलां के किसानों ने बताया कि सिंचाई पानी की कटौती के बाद धान की बिजाई रुकी हुई है और शेंरावाली नहर में 29 जून को पानी छोड़ा जाना था लेकिन अभी तक पानी नहीं छोड़ा गया।

भूना सीएचसी में शुरू हुई डिजिटल एक्स-रे मशीन

हरिभूमि न्यूज ▶▶। भूना

सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र भूना के मरीजों को अब एक्स-रे जांच के लिए जिला मुख्यालय के चक्कर नहीं लगाने पड़ेंगे। डॉक्टर्स डे के अवसर पर बुधवार को सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र भूना में एनपीसीआईएल गोरखपुर की ओर से सीएसआर योजना के तहत भेंट की गई नई डिजिटल रेडियोग्राफी एक्स-रे मशीन का शुभारंभ उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने किया। इस दौरान उन्होंने मशीन के संचालन का डेमो देखा और अस्पताल में उपलब्ध करवाई जा रही स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी भी ली। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में आधुनिक स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराना सरकार की प्राथमिकता है। सीएचसी भूना में डिजिटल एक्स-रे मशीन शुरू होने से आसपास के गांवों के मरीजों को हड्डी, छाती और अन्य आवश्यक जांच के लिए अब जिला मुख्यालय नहीं जाना पड़ेगा। इससे समय और खर्च दोनों की बचत होगी तथा मरीजों को उपचार भी जल्दी मिल सकेगा। उन्होंने इस जनहित कार्य के लिए एनपीसीआईएल गोरखपुर के अधिकारियों की सराहना करते हुए स्वास्थ्य विभाग की टीम को डॉक्टर्स डे की शुभकामनाएं दीं।

भूना। सीएचसी में नई डिजिटल रेडियोग्राफी एक्स-रे मशीन का शुभारंभ करते उपायुक्त डॉ. विवेक भारती। फोटो : हरिभूमि

जेल लोक अदालत में तीन बंदियों को किया रिहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶। फतेहाबाद

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के अध्यक्ष एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल के मार्गदर्शन में केंद्रीय जेल 2, हिसार में जेल लोक अदालत का आयोजन किया गया, जिसकी अध्यक्षता जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी डॉ. सुयशा जावा ने की। सीजेएम डॉ. सुयशा जावा ने बताया कि जेल लोक अदालत हर महीने लगाई जाती है जिसमें केसों का निपटारा मौके पर ही जिला कारागार में ही किया जाता है। जेल लोक अदालत में तीन विचाराधीन बंदियों को रिहा किया गया। जेल लोक अदालत का उद्देश्य विचाराधीन बंदियों को न्याय दिलाने में तेजी लाना और उन्हें विशिष्ट श्रेणियों के मामलों में कानूनी राहत प्रदान करना है। फतेहाबाद जिले में अपनी जेल नहीं है इसलिए केंद्रीय जेल हिसार 2 में फतेहाबाद व हिसार दोनों जिलों के लिए सुधारात्मक सुविधा के रूप में कार्य करती है। उन्होंने कहा कि जेल लोक अदालत छोटे अपराधों और समझौता योग्य आपराधिक मामलों से संबंधित मामलों को सुलझाने के लिए एक प्रभावी न्यायिक मंच के रूप में कार्य करती है।

फतेहाबाद। जेल लोक अदालत में मामलों की सुनवाई करती सीजेएम डॉ. सुयशा जावा। फोटो : हरिभूमि

पंचायत भवन में हुआ जिला स्तरीय कार्यक्रम

मुख्यमंत्री ने सिरसा के 22 अमृत सरोवरों का वर्चुअल किया उद्घाटन

- गांवों के पुराने तालाबों का जीर्णोद्धार करना उद्देश्य

हरिभूमि न्यूज ▶▶। सिरसा

हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने बुधवार को अंबाला के नारायणगढ़ में आयोजित कार्यक्रम में वर्चुअल माध्यम से प्रदेश को बड़ी सौगात दी। मुख्यमंत्री ने प्रदेशभर के 222.97 करोड़ रुपये की लागत से 325 अमृत सरोवरों का उद्घाटन किया गया, जिसमें सिरसा जिले के 22 अमृत सरोवर भी शामिल हैं। इसी कड़ी में सिरसा के स्थानीय पंचायत भवन में जिला स्तरीय अमृत सरोवर उद्घाटन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में हरियाणा बीज विकास निगम के चेयरमैन देव कुमार शर्मा और श्रम कल्याण बोर्ड के चेयरमैन रोहताश जांगड़ा ने संयुक्त रूप से मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। दोनों चेयरमैन ने औपचारिक तौर पर सिरसा जिला के सभी 22 पुनर्निमित तालाबों का उद्घाटन किया। इस अवसर पर अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल, जिलाध्यक्ष भाजपा सिरसा यतिंद्र सिंह एडवोकेट, जिलाध्यक्ष भाजपा डबवाली रेणू शर्मा, वरिष्ठ भाजपा नेता अमीरचंद मेहता, गणेश चावरिया, एक्सईन पंचायती राज गौरव भारद्वाज आदि मौजूद रहे।

सिरसा। अमृत सरोवरों का उद्घाटन करते चेयरमैन देव कुमार शर्मा व रोहताश जांगड़ा।

इन गांवों के तालाबों का हुआ कायाकल्प

अमृत सरोवर मिशन के तहत सिरसा जिला के विभिन्न खंडों के गांवों को शामिल किया गया है। जिन मुख्य गांवों के तालाबों का आज उद्घाटन हुआ उनमें प्रमुख रूप से गांव बीरूवाला गुढा, झोरड़रोही, मलड़ी, नेजाडेला खुर्द के दो तालाब, रोड़ी, अहमदपुर दारेवाला, बनवाला, गोदिकां के दो तालाब, जमाल, रूपावास, पन्नीवाला मोटा, बचेर, बनी, केहरवाला, खारियां, मंगालिया, बाजेकां, भावदीन के दो तालाब तथा शाहपुर बेगू का तालाब शामिल हैं। इस दौरान चेयरमैन देव कुमार शर्मा ने कहा कि अमृत सरोवर मिशन सरकार का एक महत्वाकांक्षी विजन है। इसका मुख्य उद्देश्य गांवों के पुराने तालाबों का जीर्णोद्धार करना है। इन तालाबों को साफ कर इनका सौंदर्यीकरण किया गया है, जिससे न केवल गांवों का पर्यावरण सुधरेगा बल्कि भूमिगत जल स्तर में भी सुधार होगा। उन्होंने कहा कि ये सरोवर केवल जल स्रोत नहीं, बल्कि हमारी सांस्कृतिक विरासत का भी महत्वपूर्ण हिस्सा हैं, इसलिए इनका संरक्षण प्रत्येक नागरिक की जिम्मेदारी है। चेयरमैन रोहताश जांगड़ा ने कहा कि अमृत सरोवर योजना केवल तालाबों के सौंदर्यीकरण तक सीमित नहीं है, बल्कि यह जल संरक्षण, पर्यावरण संरक्षण और ग्रामीण विकास का सशक्त अभियान है। प्रदेश सरकार गांवों के समग्र विकास के लिए निरंतर कार्य कर रही है और अमृत सरोवर मिशन उसी सोच का परिणाम है। पुराने तालाबों का पुनर्जीवन होने से वर्षा जल का बेहतर संचयन होगा, भूजल स्तर में सुधार आएगा तथा ग्रामीणों को स्वच्छ एवं सुरक्षित जल स्रोत उपलब्ध होंगे। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार गांवों की मूलभूत सुविधाओं को मजबूत करने के लिए प्रतिबद्ध है।

फतेहाबाद में 17.46 करोड़ रुपये की लागत से 20 अमृत सरोवरों का हुआ लोकार्पण

हरिभूमि न्यूज ▶▶। फतेहाबाद

हरियाणा सरकार द्वारा प्रदेशभर में विकसित 325 अमृत सरोवरों का आज अंबाला के नारायणगढ़ में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा लोकार्पण किया गया। जिला मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि के रूप में रतिया के विधायक जरनैल सिंह, पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल, पूर्व विधायक दुड़ाराम, जिला भाजपा अध्यक्ष प्रवीण जोड़ा, एचएसएफडीसी चेयरमैन बलदेव ग्रोहा, जिला परिषद चेयरमैन सुमन खिचड़, पूर्व विधायक लक्ष्मण नापा उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान मुख्यमंत्री के राज्य स्तरीय संबोधन का सीधा प्रसारण भी देखा गया। जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार ने बताया कि इस अवसर पर फतेहाबाद जिले में 1746.53 लाख रुपये की लागत से विकसित 20 अमृत सरोवरों का भी लोकार्पण किया गया। अमुख्य कार्यकारी अधिकारी ने बताया कि जिन 20 अमृत सरोवरों का लोकार्पण किया गया उनमें भट्टूकलां खंड के बनावाली व ढाबी खुर्द, भूना खंड के डुल्ट के दो सरोवर तथा नाढोड़ी के दो सरोवर, फतेहाबाद खंड के बीघड़ व झलनिया, जाखल खंड के साधनवास, नागपुर खंड के मढ़ व जांडवाला सोतर, रतिया खंड के रत्नगढ़ तथा टोहाना खंड के चिल्लेवाला, चित्तैन, डांगरा, हैदरवाला, कन्हड़ी, कुल्लां, समैन व सनियाना गांव शामिल हैं। उन्होंने कहा कि अमृत सरोवर ग्रामीण क्षेत्रों में जल संरक्षण के साथ-साथ प्राकृतिक सौंदर्य और पर्यावरण संरक्षण को भी बढ़ावा देंगे।

फतेहाबाद। जिला की परियोजनाओं का संयुक्त रूप से लोकार्पण करते अतिथिगण।

उमस भरी गर्मी में हैवी वर्कआउट करने से डिहाइड्रेशन की आशंका बढ़ जाती है। ऐसा आपके साथ न हो, इसके लिए आपको वर्कआउट करने से पहले लिक्विड डाइट जरूर लेना चाहिए। इससे आपकी बॉडी में हाइड्रेशन लेवल मेंटेन रहेगा।

प्री-वर्कआउट ड्रिंक्स बॉडी रहेगी हाइड्रेटेड

सजेशन
ललिता गोयल

शरीर को फिट रहने के लिए कुछ लोग जिम में हैवी वर्कआउट जरूर करते हैं, लेकिन इस दौरान अगर वे खाली पेट रहते हैं, शरीर के लिए सही नहीं होता है। इसके कारण वे कमजोरी महसूस कर सकते हैं और उनका ब्लड प्रेशर भी लो हो सकता है। हाइड्रेशन लेवल कम होने पर वे बेहोश भी हो सकते हैं। इससे बचने के लिए जिम में वर्कआउट करने से पहले कुछ नेचुरल प्री-वर्कआउट ड्रिंक्स पीना फायदेमंद होता है, जो वर्कआउट के दौरान एनर्जी लेवल बढ़ाने में मदद करते हैं। लेकिन अगर आपको कोई स्वास्थ्य समस्या रहती है तो एक्सपर्ट की सलाह पर ही इनका सेवन करें।

नीबू पानी: नीबू पानी में विटामिन-सी मौजूद होता है, जो बॉडी में इलेक्ट्रोलाइट लेवल बढ़ाने में मदद करता है। नीबू पानी में थोड़ा-सा शहद और चुटकी भर नमक

मिला लेने से यह एक बेहतरीन प्री-वर्कआउट ड्रिंक बन जाता है, जो शरीर को डिटॉक्स और हाइड्रेट करता है और वर्कआउट के लिए जरूरी एनर्जी भी देता है।

नारियल पानी: बॉडी में एनर्जी लेवल नेचुरली बढ़ाने के लिए नारियल पानी सबसे अच्छा माना जाता है, इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स की उच्च मात्रा, सोडियम और मैग्नीशियम होता है, साथ ही इसमें मौजूद नेचुरल शुगर शरीर में एनर्जी के लेवल को मेंटेन रखती है। इलेक्ट्रोलाइट्स का यह नेचुरल सोर्स शरीर में हाइड्रेशन और एनर्जी को बनाए रखता है, जिससे वर्कआउट करने में आसानी होती है।

गोंद कतीरा ड्रिंक: इस मौसम में बॉडी को हाइड्रेट रखने के लिए गोंद कतीरा को भी प्री-वर्कआउट ड्रिंक के रूप में लिया जा सकता है। यह पानी ज्यादा सोखता है इसलिए इसके सेवन से बॉडी हाइड्रेट रहती है, कूलिंग इफेक्ट मिलता है। इसमें मौजूद कार्बोहाइड्रेट से बॉडी में एनर्जी मेंटेन रहती है और इसमें मौजूद फाइबर डाइजेशन ठीक रखने में भी मदद करता है। पानी में चिया सीड्स, नीबू और गोंद कतीरा डालकर हेल्दी ड्रिंक बनाया जा सकता है।

सत्तू शरबत: प्रोटीन इनटेक बढ़ाने के लिए सत्तू का शरबत एक बेहतरीन प्री-वर्कआउट ड्रिंक ऑप्शन है। इसके सेवन से बॉडी हाइड्रेटेड रहती है और वर्कआउट के बाद कमजोरी महसूस नहीं होती है।

बेल का शरबत: उमस भरी गर्मी के लिए बेल का शरबत एक सुपरड्रिंक है। यह शरीर को ठंडक देने के साथ डिहाइड्रेशन से बचाता है। बेल के शरबत में मौजूद नेचुरल शुगर तुरंत एनर्जी देती है और वर्कआउट से पहले इसे पीने से डाइजेशन भी सही रहता है।

ग्रीन टी: ग्रीन टी एक बेहद हेल्दी और लो कैलोरी प्री-वर्कआउट ड्रिंक है। ग्रीन टी, कैफीन और एंटीऑक्सीडेंट्स का अच्छा

सोर्स होती है, जो वर्कआउट के दौरान एनर्जी बढ़ाने और फोकस करने में मदद करती है।

तरबूज का जूस: तरबूज का जूस प्री-वर्कआउट के लिए एक टेस्टी और हेल्दी ऑप्शन है। तरबूज में 90 प्रतिशत से अधिक पानी होता है और इसका जूस पीने से शरीर तुरंत हाइड्रेट हो जाता है और इसमें मौजूद लाइकोपीन, विटामिन ए और सी शरीर को एनर्जी देते हैं। *

(जिम इंस्ट्रक्टर राहुल चौहान से बातचीत पर आधारित)

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. लोकेश महाजन
वरिष्ठ बाल रोग विशेषज्ञ
मैरिंगो एशिया हॉस्पिटल, फरीदाबाद

वैसे तो कोई भी दवा बिना डॉक्टर की सलाह के नहीं लेनी चाहिए। लेकिन कफ सिरप को लेकर और सावधानी बरतने की जरूरत होती है। खासतौर पर बच्चों को कफ सिरप का सेवन डॉक्टर के निर्देशानुसार ही कराना चाहिए। कफ सिरप कब हार्मफुल हो सकता है, इसका सेवन करते समय किन बातों का ध्यान जरूर रखना चाहिए, यहां डिटेल में बताया जा रहा है।

डॉक्टर की सलाह के बिना ना करें कफ सिरप का सेवन

हाल ही में भारत सरकार ने ड्रग्स रूल्स 1945 में संशोधन करते हुए ड्रग्स रूल्स 2026 लागू किया है। जिसके तहत देश भर में अब किसी भी मेडिकल स्टोर पर सिरप आधारित दवाओं (विशेषकर कफ सिरप) की ओवर-द-काउंटर बिक्री को निषेध किया गया है। यानी डॉक्टर के प्रिस्क्रिप्शन के बिना कोई भी सिरप दवाएं नहीं मिलेगी। केंद्र सरकार ने यह फैसला मूलतया नकली या कहें मिलावटी कफ सिरप पीने से होने वाली मौतों के आधार पर लिया है। लोगों की जान बचाने और दवाओं के सुरक्षित इस्तेमाल के लिए सरकार द्वारा उठाया गया यह कदम सराहनीय है।

दूषित सिरप से बच्चों की मौतें

पिछले कुछ वर्षों में भारत और अन्य देशों में ऐसे कई मामले सामने आए, जिनमें कुछ कफ सिरप में डाइएथिलीन ग्लाइकॉल और इथाइलीन ग्लाइकॉल जैसे जहरीले रसायन पाए गए। इनसे बच्चों में किडनी फेल होने और मृत्यु तक की कुछ घटनाएं सामने आईं। ऐसे में हम सभी अगर जरूरी सावधानियां बरतें तो दवाओं से होने वाले नुकसान से काफी हद तक बच रह सकते हैं।

गाइडलाइन का क्या है उद्देश्य

लोगों की स्वास्थ्य सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए ही सरकार ने सभी सिरपों पर प्रतिबंध नहीं लगाया है, केवल उनकी बिक्री को डॉक्टर के प्रिस्क्रिप्शन से जोड़ दिया है ताकि उनका सुरक्षित उपयोग हो सके। सरकार की हाल में दी गई नई गाइडलाइन के पीछे पांच बड़े उद्देश्य बताए जा रहे हैं।

- दूषित सिरप से होने वाली मौतों की रोकथाम।
- बच्चों की स्वास्थ्य सुरक्षा सुनिश्चित हो।
- सेल्फ-मेडिकेशन या मेडिकल स्टोर जाकर स्वयं दवा लेने की आदत कम करना।
- सिरप के दुरुपयोग को रोकना और नशे की समस्या पर नियंत्रण करना।
- दवाओं की गुणवत्ता तथा उसके सही वितरण व्यवस्था पर कड़ी निगरानी रखना।

कफ सिरप तब होता है हार्मफुल

विशेषज्ञ मानते हैं कि शरीर की खांसी एक प्राकृतिक रक्षा प्रणाली भी है। इसलिए बार-बार कफ सिरप पीना, खुराक बढ़ा देना या कई कफ सिरप एक साथ लेना नुकसानदायक हो सकता है। सिरप अलग-अलग तरह के कंसंट्रेशन और डोज के साथ आते हैं। इन्हें लंबे समय तक, गलत तरीके से (जैसे-छोटे-बड़े सबको एक समान), ज्यादा मात्रा में या डॉक्टर की सलाह के बिना लिया जाए, तो कई साइड इफेक्ट्स हो सकते हैं। यहां तक कि व्यक्ति की मौत भी हो सकती है। हाल के वर्षों में जिन सिरपों ने सबसे अधिक चिंता पैदा की, उनमें डाइएथिलीन ग्लाइकॉल, एथिलीन ग्लाइकॉल जैसे विषैले घटक पाए गए हैं। जिनसे किडनी-लिवर फेलियर, ब्लड प्रेशर-हार्ट रेट बढ़ना, मस्तिष्क को नुकसान, दौरे पड़ना, मृत्यु तक हो सकती है। कुछ कफ सिरप में कोडीन नामक दवा होती है। यह खांसी को दबाने में मदद करती है, लेकिन अधिक मात्रा में लेने पर नशे जैसी स्थिति पैदा कर सकती है। अत्यधिक नींद और सुस्ती आ सकती है। सांस

लेने की गति धीमी हो सकती है। व्यक्ति को इसकी लत लग सकती है।

डेक्स्ट्रोमेथॉर्फन नामक रासायनिक घटक भी कई कफ सिरप में पाया जाता है। इसे अधिक मात्रा में लेने पर चक्कर आना, कंफ्यूजन होना, व्यवहार में बदलाव जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसके अलावा क्लोरफेनिरामाइन, डाइफेनहाइड्रामाइन एंटीहिस्टामिन जैसी दवाएं एलर्जी और खांसी के उपचार में दी जाती हैं। इनसे अधिक नींद, ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई, कंफ्यूजन जैसी स्थिति पैदा कर सकती हैं। स्वाद बढ़ाने के लिए कई सिरपों में काफी मात्रा में चीनी मिलाई जाती है। इससे मधुमेह रोगियों को परेशानी हो सकती है। बच्चों में दांतों की समस्याएं बढ़ सकती हैं।

किन्हें है ज्यादा खतरा

डॉक्टर की सलाह के बिना कफ सिरप लेने के दुष्प्रभावों का जोखिम मूलतया कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों पर अधिक होता है जैसे छोटे बच्चों, बुजुर्गों, गर्भवती महिलाओं, अस्थमा रोगी, किडनी, लिवर या गंभीर बीमारियों से ग्रसित व्यक्ति। इसलिए ऐसे लोग पूरी सावधानी बरतें।

इन बातों का रखें विशेष ध्यान

कफ सिरप का सेवन करने से पहले कुछ बातों का विशेष ध्यान रखें।

- खांसी के कारण का पता लगाएं। किसी भी सिरप को सुरक्षित या सामान्य मानकर बार-बार न लें। खांसी शरीर का एक संकेत है, बीमारी नहीं। इसलिए केवल खांसी दबाने के बजाय उसके कारण का पता लगाकर उपचार कराना अधिक महत्वपूर्ण है।
- यदि आप पहले से मधुमेह, उच्च रक्तचाप, अस्थमा, किडनी, लिवर या हृदय रोग की दवाएं ले रहे हैं, तो डॉक्टर को इसकी जानकारी दें। कुछ सिरप अन्य दवाओं के साथ प्रतिक्रिया कर सकते हैं।

- डॉक्टर की सलाह के बिना कोई कफ सिरप न लें। खांसी-जुकाम या गले की खराश होने पर हर बार सिरप लेना जरूरी नहीं होता। खांसी कई बार एलर्जी, अस्थमा, टीबी, निमोनिया, एसिडिटी या किसी अन्य बीमारी का लक्षण भी हो सकती है। इसलिए बगैर जांच कराए बार-बार स्वयं दवा लेने से बचें।
- गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को बिना डॉक्टर की सलाह के कोई भी सिरप नहीं लेना चाहिए।
- बुजुर्गों में किडनी और लिवर की कार्यक्षमता कम हो सकती है। इसलिए दवा का प्रभाव अधिक हो सकता है। उन्हें डॉक्टर द्वारा निर्धारित की गई मात्रा में ही किसी भी तरह के सिरप का सेवन करना चाहिए।
- सिरप ही नहीं कोई भी दवा खरीदते समय उसकी एक्सपायरी डेट, बैच नंबर और निर्माता कंपनी की जानकारी अवश्य जांचें। एक्सपायर सिरप का उपयोग न करें। बोतल की सील टूटी हुई न हो और पैकिंग सही अवस्था में हो। यदि सिरप का रंग, गंध या स्वाद असामान्य लगे। तो उसका उपयोग न करें।
- निर्धारित मात्रा से अधिक किसी दवा का सेवन कभी न करें। कुछ लोग यह सोचकर अधिक मात्रा में सिरप पी लेते हैं कि जल्दी आराम मिलेगा। ऐसा करना खतरनाक हो सकता है और दुष्प्रभावों का जोखिम बढ़ा सकता है।
- बच्चों को विशेष सावधानी से दवा दें। बच्चों के लिए दवा की मात्रा उम्र और वजन के अनुसार तय होती है। कभी भी बड़े लोगों वाली दवा बच्चों को न दें और न ही अनुमान से खुराक तय करें।
- कोई भी सिरप पिलाने के लिए मापने वाले सही चम्मच या कप का ही उपयोग करें। कई लोग घर के सामान्य चम्मच से सिरप पी लेते हैं। इससे दवा की मात्रा कम या अधिक हो सकती है। हमेशा दवा के साथ मिलने वाले मापने वाले कप, ड्रॉपर या माप वाले चम्मच का ही उपयोग करें।
- किसी दूसरे व्यक्ति के लिए लिखी गई दवा स्वयं न लें और इसी तरह अपनी दवा किसी अन्य को रोगी को न दें। एक जैसी खांसी होने पर भी कारण अलग-अलग हो सकते हैं।
- यदि सिरप लेने के बाद अत्यधिक नींद, चक्कर, सांस लेने में कठिनाई, त्वचा पर चकत्ते, सूजन या अन्य असामान्य लक्षण दिखाई दें, तो तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

खतरनाक है सेल्फ मेडिकेशन

कई लोग खांसी-जुकाम या बुखार होने पर बिना डॉक्टर से सलाह लिए सीधे मेडिकल स्टोर से सिरप खरीद लेते हैं। कई बार बीमारी का सही कारण जाने बिना दवा लेने से समस्या बढ़ सकती है। वास्तव में सेल्फ मेडिकेशन बहुत खतरनाक हो सकता है, इसलिए इससे बचा जाना जरूरी है। कुछ सिरप में ऐसे घटक होते हैं, जो अधिक मात्रा में लेने पर नशे जैसी स्थिति पैदा कर सकते हैं। इसलिए इनके दुरुपयोग और लत की आशंका भी रहती है।

हेल्थ अवेयरनेस

शिखर चंद जैन

हमारे शरीर की कोशिकाओं में उपस्थित जीन में हमारे वर्तमान और भावी स्वास्थ्य की पिक्चर कोड के रूप में मौजूद रहते हैं। आने वाले समय में जीन मैपिंग और एडिटिंग के जरिए अनेक बीमारियों का पूर्वानुमान लगाकर उसको पनपने से भी रोका जा सकेगा।

जीन तय करते हैं कैसा होगा स्वास्थ्य

एआई इमेज

आधुनिक चिकित्सा विज्ञान ने आज उस रहस्यमयी चाबी को खोज लिया है, जो हमारे स्वास्थ्य और आयु के छिपे रहस्यों के राज खोल सकती है। ये चाबी और कुछ नहीं हमारे 'जीन' हैं। हमारी जीन कुंडली में हमारे जीवन का इतिहास, वर्तमान और भविष्य लिखा है। विज्ञान की भाषा में इसे 'जेनेटिक ब्लूप्रिंट' कहा जाता है, जो न केवल हमारी शारीरिक बनावट तय करता है, बल्कि यह भी निर्धारित करता है कि हम कितने साल जिएंगे और किन बीमारियों के प्रति संवेदनशील होंगे।

क्या है जेनेटिक कुंडली: चिकित्सा विज्ञान में जीनोम सीक्वेंसिंग के जरिए व्यक्ति की सेहत की सटीक 'कुंडली' तैयार की जा सकती है। हमारे शरीर में बड़ी संख्या में जीन होते हैं। ये जीन डीएनए के बने होते हैं, जो प्रोटीन बनाने के निर्देश देते हैं। ये प्रोटीन ही तय करते हैं कि हमारी मांसपेशियां कितनी मजबूत होंगी, हमारा मेटाबॉलिज्म कैसा होगा और हमारा इम्यून सिस्टम कितना प्रभावी होगा।

जीन से आयु का निर्धारण: वैज्ञानिकों का मानना है कि मनुष्य की औसत आयु का लगभग 20 से 30 प्रतिशत हिस्सा उसके आनुवंशिक गुणों पर निर्भर करता है। शोधकर्ताओं ने पाया है कि जो लोग 100 वर्ष से अधिक जीवित रहते हैं, उनमें अक्सर 'फॉक्सो-3' नामक जीन का एक विशेष प्रकार पाया जाता है। इसे 'दीर्घायु जीन' भी कहा जाता है। यह जीन कोशिकाओं की मरम्मत करने और इंसुलिन के स्तर को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। साथ ही हमारे क्रोमोसोम के सिरों पर 'टेलोमेयर्स' नामक सुरक्षा कवच होते हैं। टेलोमेयर्स का सीधा संबंध इस बात से है कि आपका शरीर कितनी तेजी से 'बूढ़ा' हो रहा है। इसकी प्रक्रिया कुछ इस तरह काम करती है, हमारा शरीर लगातार पुरानी कोशिकाओं को हटाकर नई कोशिकाएं बनाता रहता है। जब भी एक कोशिका दो भागों में बंटती है, तो उसके टेलोमेयर्स थोड़े छोटे हो जाते हैं। जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है, टेलोमेयर्स इतने छोटे हो जाते हैं कि कोशिकाएं अब और विभाजित नहीं हो पातीं। यहीं से बुढ़ापा शुरू होता है। अंग कमजोर होने लगते हैं और इम्यून सिस्टम थक जाता है। जिनके टेलोमेयर्स धीरे-धीरे छोटे होते हैं या लंबे समय तक सुरक्षित रहते हैं, वे लोग आमतौर पर ज्यादा समय तक जवान और स्वस्थ रहते हैं।

मिलते हैं बीमारियों के पूर्व संकेत: जेनेटिक मैपिंग का सबसे बड़ा लाभ बीमारियों के जोखिम को पहले से पता लगाना होता है।

क्योर से प्रिवेंशन तक: आने वाले 10-20 वर्षों में, स्वास्थ्य देखभाल का केंद्र अस्पताल नहीं, बल्कि हमारा अपना डेटा होगा। जीन एडिटिंग तकनीक के जरिए भविष्य में दोषपूर्ण जीन को गर्भ में ही ठीक करना संभव हो सकता है। हम एक ऐसे युग की ओर बढ़ रहे हैं, जहां बीमारी होने का इंतजार नहीं किया जाएगा, बल्कि उसे होने से पहले ही रोक दिया जाएगा।

कैंसर की पहचान: 'बीआरसीए-1 और बीआरसीए-2' जैसे जीन में म्यूटेशन स्तन और डिंबग्रंथि के कैंसर के उच्च जोखिम का संकेत देते हैं।

हृदय रोग और मधुमेह: यदि किसी के जीन में कोलेस्ट्रॉल प्रबंधन की क्षमता कम है, तो उसे कम उम्र में ही दिल के दौरे का खतरा हो सकता है, भले ही वह बाहर से फिट दिखे।

अल्जाइमर और पार्किंसंस: मस्तिष्क से जुड़ी इन जटिल बीमारियों के संकेतों को भी जेनेटिक टेस्टिंग के जरिए दशकों पहले पहचाना जा सकता है।

पर्सनलाइज्ड मेडिसिन: मौजूदा दौर में चिकित्सा पद्धति 'ट्रायल और एरर' पर आधारित है, यानी एक ही दवा सबको दी जाती है लेकिन फार्माकोजेनोमिक्स ने इसे बदल दिया है। जीन यह तय करते हैं कि आपका शरीर किसी दवा को कैसे प्रोसेस करेगा। कुछ लोगों पर एक विशेष दवा बहुत अच्छा असर करती है, जबकि दूसरों पर उसका कोई प्रभाव नहीं होता या साइड इफेक्ट हो जाते हैं। जेनेटिक प्रोफाइलिंग से डॉक्टर अब यह जान सकते हैं कि आपके लिए कौन-सी दवा और कितनी डोज सही रहेगी।

एपिजेनेटिक्स: सटीक सुझाव का वैज्ञानिक आधार एपिजेनेटिक्स वह विज्ञान है जो बताता है कि हमारे पर्यावरण और आदतों के कारण जीन कैसे 'ऑन' या 'ऑफ' होते हैं। मान लीजिए आपके जीन में टाइप-2 मधुमेह का जोखिम लिखा है। लेकिन यदि आप सही खान-पान और नियमित व्यायाम अपनाते हैं, तो आप उस 'खराब जीन' को सुप्त रख सकते हैं। अत्यधिक तनाव और खराब पर्यावरण हमारे अच्छे जीन को भी नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकते हैं।

कैसे होता है जेनेटिक टेस्ट: जेनेटिक टेस्ट चार चरणों में पूरा होता है। पहले लार या खून का एक छोटा नमूना लिया जाता है। फिर लैब में कोशिकाओं से डीएनए को अलग किया जाता है। इसके बाद मशीनों के जरिए डीएनए के कोड्स को पढ़ा जाता है। अंत में विशेषज्ञ आपके डेटा की तुलना 'नॉर्मल डेटा' से करते हैं और बताते हैं कि आपके जीन में कहां गड़बड़ी या जोखिम है। जेनेटिक रिपोर्ट को कभी भी अंतिम फैसला न मानें। यह केवल 'जोखिम' बताती है। रिपोर्ट आने के बाद हमेशा एक योग्य जेनेटिक काउंसलर या डॉक्टर से सलाह लें। *

तब देर से आएगा बुढ़ापा

टेलोमेयर्स जब देर से यानी धीमी गति से कमजोर-छोटे होते हैं तो बुढ़ापा भी देर से आता है। वैज्ञानिकों के अनुसार, कुछ आदतें टेलोमेयर्स को तेजी से घिसने (छोटा होने) पर मजबूर करती हैं, जबकि कुछ आदतें उन्हें सुरक्षित रखती हैं। अत्यधिक मानसिक तनाव, सिगरेट और शराब का सेवन, बहुत ज्यादा चीनी और जंक फूड का सेवन, प्रदूषणयुक्त माहौल में रहने और सुस्त जीवनशैली से बचें। अनुशासित जीवनशैली अपनाएं और पौष्टिक भोजन करें।

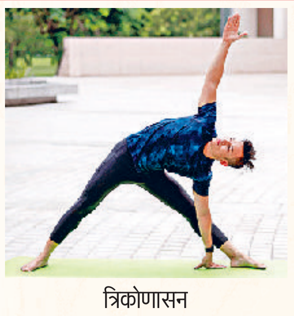
योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

वैसे तो विभिन्न योगासनों को डेली करने से अनेक फायदे मिलते हैं। लेकिन अगर आपके पास अधिक समय नहीं है तो लोंगेविटी और रिकवरी योगा से भी आप निरोगी तन-मन के साथ लंबा जीवन जी सकते हैं।

निरोगी तन-लंबी उम्र का नया मंत्र लोंगेविटी और रिकवरी योगा

अनुलोम-विलोम


त्रिकोणासन

हालांकि आज के दौर में लोगों में अपनी हेल्थ को लेकर सजगता बढ़ी है लेकिन देखने में आता है कि जिम वर्कआउट और अच्छी डाइट लेने के बावजूद लोग बहुत जल्दी थक जाते हैं। नींद अच्छी नहीं आती है और छोटी उम्र में ही कई तरह की बीमारियों के चक्रव्यूह में फंस रहे हैं। ऐसे में हम आपको बता रहे हैं कि लोंगेविटी और रिकवरी योगा के जरिए आप कैसे निरोगी तन-मन के साथ दीर्घायु पा सकते हैं?

क्या है लोंगेविटी योगा: लोंगेविटी का सीधा अर्थ लंबी उम्र से है। लेकिन यह लंबी उम्र केवल सालों की बढ़ती संख्या नहीं है बल्कि ऊर्जावान और रोगमुक्त जीवन ही लोंगेविटी है। इसलिए आजकल लोग स्वस्थ, ऊर्जावान और रोगमुक्त जीवन बिताने के लिए लोंगेविटी योगा पर फोकस कर रहे हैं। क्योंकि इसे करने से शरीर की हर प्रणाली-मांसपेशियां, हृदय, मस्तिष्क और हार्मोन लंबे समय तक संतुलित रहते हैं। लोंगेविटी योगा में कुछ अलग-अलग आसनों और प्राणायाम को शामिल किया जाता है। इससे शरीर का लचीलापन बढ़ता है, जोड़ों और हड्डियों को मजबूती मिलती है, ब्लड सर्कुलेशन बेहतर बनता है और हार्मोनल संतुलन को बनाए रखता है।

शवासन

शामिल यौगिक क्रियाएं: लोंगेविटी योगा में कुछ आसन और प्राणायाम शामिल होते हैं। जैसे-ताड़ासन, भुजंगासन, त्रिकोणासन और अनुलोम-विलोम प्राणायाम का नियमित रूप से अभ्यास करना ही लोंगेविटी योगा कहलाता है। ये तीनों योगासन और अनुलोम-विलोम शरीर को न केवल स्वस्थ बल्कि पूरी तरह से सक्रिय रखते हैं। इस कारण जो भी व्यक्ति इन योगासनों को करता है, बढ़ती उम्र की जटिलताओं का आसानी से सामना कर लेता है।

क्या है रिकवरी योगा: रिकवरी योगा कोई अलग से योगासन नहीं होता बल्कि उन सभी योगासनों को रिकवरी योगा कहा जाता है, जिन्हें करने से शरीर और मन ठीक रहता है। शरीर में ऊर्जा होने का एहसास होता है और थकान से मुक्ति मिलती है। रिकवरी योगा विशेषकर उन लोगों के लिए बहुत उपयोगी है, जो मानसिक तनाव से ज्यादातर समय परेशान रहते हैं, किसी बड़ी बीमारी या शॉक के कारण उबर नहीं पा रहे हैं। रिकवरी योगा ऐसे धीमी गति वाले आसन हैं, जो गहरी सांस लेने और नियमित रूप से ध्यान करने से संबंधित होते हैं। रिकवरी योगा के लिए शशांकासन, विपरीतकर्णी आसन, शवासन और योग निद्रा जैसे अभ्यास शामिल हैं।

मेंटल हेल्थ में कारगर: एंजाइटी, डिप्रेशन आज बिल्कुल आम बीमारियां बन चुकी हैं। रिकवरी योगा खासकर मेडिटेशन और योग निद्रा इन समस्याओं से छुटकारा दिलाने में कारगर हैं। दरअसल ये योगा थकान और शरीर दर्द को कम करते हैं। लंबे समय तक काम करने की क्षमता को बढ़ाते हैं।

इसलिए बढ़ रही पॉपुलैरिटी: हाल के सालों में इनका चलन तेजी से बढ़ने की वजह है तेज रफ्तार जीवनशैली और उसके नतीजे में बढ़ता तनाव। आज की जीवनशैली खासतौर पर डिजिटल दुनिया, लोगों को लगातार व्यस्त रखकर न सिर्फ शारीरिक बल्कि मानसिक रूप से भी थका देता है। थकान की इस स्थिति को मैनेज करने के लिए और तनाव प्रबंधन के लिए यह कारगर है। पहले जो जीवनशैली संबंधी परेशानियां 45 या 50 की उम्र के बाद से परेशान करती थीं, आज ये परेशानियां कम उम्र में ही हमें दबोच ले रही हैं। डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर, हार्ट प्रॉब्लम जैसी बीमारियां 30-40 साल की उम्र वालों में भी खूब फैल रही है। लोंगेविटी और रिकवरी योगा इन्हीं समस्याओं को दूर करने का महत्वपूर्ण हिस्सा है। *

शहर को अतिक्रमण मुक्त करने उतरी नगर परिषद की टीम, ढहाए अस्थायी ढांचे

टोहाना में पीला पंजा चलते ही भड़के व्यापारी बिना नोटिस तोड़फोड़ का लगाया आरोप

नप अधिकारी बोले- पहले करवाई थी मुनादी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले के शहर टोहाना को जाम और अतिक्रमण के झंझट से मुक्ति दिलाने के लिए बुधवार को नगर परिषद की टीम ने एक बड़ा अभियान चलाया। भारी पुलिस बल के साथ न्यू प्रभाकर कॉलोनी और रेलवे रोड पर उतरी नप की जेसीबी ने सड़क किनारे लगे बोर्ड, होर्डिंग और अस्थायी ढांचों को देखते ही देखते मलबे में तब्दील कर दिया। हालांकि, इस कार्रवाई के दौरान प्रशासनिक टीम को दुकानदारों के कड़े विरोध का सामना करना पड़ा। व्यापारियों ने प्रशासन पर तानाशाही और भेदभावपूर्ण रवैया अपनाने का गंभीर आरोप लगाया है। कार्रवाई से गुस्साए दुकानदारों ने प्रशासन को आड़े हाथों लेते हुए कहा कि उन्हें अपना सामान समेटने के लिए 10 मिनट का समय भी नहीं दिया गया। दुकानदार तरसेम कुमार ने कहा कि उन्होंने अपने बोर्ड काफी पीछे लगाए थे, फिर भी उन्हें तोड़ दिया गया। वहीं, एक अन्य व्यापारी ने कैमरे पर सीधा आरोप लगाते हुए कहा कि कार्रवाई के नाम पर सिर्फ चुनिंदा लोगों को निशाना बनाया जा रहा है। भाजपा समर्थकों के रैंप को हाथ तक नहीं लगाया गया और बंदा बहादुर की मूर्ति बनाने के बहाने छोटे दुकानदारों को प्रताड़ित किया जा रहा है।

फतेहाबाद। टोहाना में अतिक्रमण हटाती जेसीबी मशीन।

दुकानदारों के आरोपों पर नगर परिषद का पलटवार

दुकानदारों का कहना है कि बिना किसी पूर्व सूचना या नोटिस के सीधे तोड़फोड़ की गई जबकि नगरपरिषद के ईओ का कहना है कि इस कार्रवाई से पहले बकायदा शहर में अनाउंसमेंट (मुनादी) कराई गई थी। दुकानदारों द्वारा सामान सुरक्षित हटाने के लिए 10 मिनट की मोहलत न देने के सवाल पर ईओ ने कहा कि जिन लोगों ने मुनादी के बाद भी सामान नहीं हटाया, उनका सामान जब्त किया गया। सत्तापक्ष के लोगों और चहेतों को जानबूझकर छोडने के दुकानदारों के आरोपों पर ईओ ने कहा कि शहर को जाम मुक्त बनाना प्राथमिकता है, कार्रवाई पूरी तरह नियमानुसार और निष्पक्ष है।

लगातार जारी रहेगा पीला पंजा : दीपक कुमार

मामले की गंभीरता को देखते हुए नगर परिषद के कार्यकारी अधिकारी दीपक कुमार ने दुकानदारों द्वारा लगाए गए भेदभाव और बिना नोटिस की कार्रवाई के सभी आरोपों को सिरे से खारिज कर दिया। अधिकारी ने दो टूक शब्दों में कहा कि शहर को सुंदर और जाम मुक्त बनाना बेहद जरूरी है। उन्होंने स्पष्ट किया, अतिक्रमण हटाने से पहले बकायदा मुनादी करवाकर मुनासिब वक्त दिया गया था। जिन्होंने लापरवाही बरती, उनका सामान हटाया गया है। प्रशासन ने साफ कर दिया है कि शहर को पूरी तरह अतिक्रमण मुक्त करने के लिए यह अभियान आगे भी लगातार जारी रहेगा।

कार्रवाई के समर्थन में भी उठे सुर

एक तरफ जहां दुकानदार इस कार्रवाई का विरोध कर रहे थे, वहीं दूसरी तरफ स्थानीय लोगों और जन प्रतिनिधियों ने इसे सही ठहराया। मौके पर मौजूद पार्षद प्रतिनिधि अमित भाटिया ने प्रशासनिक कार्रवाई का समर्थन किया। एक अन्य स्थानीय नागरिक ने कहा कि अतिक्रमण के कारण इस 100 फुट चौड़ी सडक़ पर हर वक्त जाम की स्थिति बनी रहती थी, जिससे आम जनता परेशान थी। उन्होंने मांग की कि यह अभियान बिना किसी भेदभाव के शुरू से लेकर आखिर तक पूरी सड़क पर चलना चाहिए।

अवैध पानी-सीवरेज कनेक्शन वालों पर कसा जाएगा शिकंजा

- जन स्वास्थ्य विभाग की रतिया क्षेत्र के उपभोक्ताओं को अंतिम चेतावनी; रिकवरी के साथ होगी सख्त कानूनी कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

अवैध रूप से पानी और सीवरेज कनेक्शन का उपयोग कर रहे लोगों के खिलाफ जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग ने अब कड़ा रुख अख्तियार कर लिया है। विभाग के उपमंडल अभियंता आंचल जैन ने रतिया शहर और ग्रामीण क्षेत्र के उपभोक्ताओं को अंतिम मौका देते हुए अपील की है कि वे आगामी 31 जुलाई तक अपने सभी घरेलू पेयजल और सीवरेज के अवैध कनेक्शनों को विभाग से मिलकर नियमित करवा लें। उपमंडल अभियंता आंचल जैन ने सख्त लहजे में चेतावनी देते हुए कहा कि निर्धारित समय-सीमा यानि 31 जुलाई समाप्त होने के बाद विभाग द्वारा पूरे क्षेत्र में एक विशेष चेकिंग अभियान चलाया जाएगा।

नियमों का पालन करना हर नागरिक का दायित्व

अभियंता आंचल जैन ने नागरिकों को उनके कर्तव्यों की याद दिलाते हुए कहा कि नियमों का पालन करना हर जिम्मेदार नागरिक का दायित्व है। अधिकृत कनेक्शन लेकर सेवाओं का उपयोग करने से न केवल जलापूर्ति व्यवस्था सुचारु बनी रहती है, बल्कि समाज के सभी उपभोक्ताओं को समान रूप से बुनियादी सुविधाएं मिल पाती हैं। जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के जिला सलाहकार शर्मा चंद लाली ने भी आमजन से इस सुनहरे अवसर का लाभ उठाने की अपील की है। उन्होंने स्पष्ट किया कि 31 जुलाई के बाद शुरू होने वाले विभागीय अभियान में किसी भी रसूखदार या आम व्यक्ति के प्रति कोई नरमी नहीं बरती जाएगी। उन्होंने उपभोक्ताओं से आग्रह किया है कि वे अंतिम तारीख का इंतजार किए बिना समय रहते अपने कनेक्शन वैध करवाएं ताकि भविष्य में किसी भी प्रकार की असुविधा या कानूनी पचड़े से बचा जा सके।

तस्कर चूरापोस्त सहित किया गिरफ्तार

सिरसा। सीआईए ऐलनाबाद पुलिस ने गश्त व चेकिंग के दौरान महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए रामपूरा थेड़ी क्षेत्र से एक व्यक्ति को 996 ग्राम डोडा चूरा पोस्त सहित गिरफ्तार किया है। सीआईए ऐलनाबाद प्रभारी संदीप कुमार ने बुधवार को बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान ढाणी रामपूरा थेड़ी क्षेत्र मे मौजूद थी। इस दौरान गांव की तरफ से एक व्यक्ति प्लास्टिक का थैला लेकर आता दिखाई दिया, जो कि पुलिस को देखकर वापस मुडक़र भागने का प्रयास करने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर उसे काबू कर तलाशी ली तो प्लास्टिक थैले से 996 चूरा पोस्त बरामद हुआ। उन्होंने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपी की पहचान कृष्ण कुमार के रुप में हुई है ।

5 जुलाई को लगेगा विशाल रक्तदान शिविर

रतिया। भारत विकास परिषद शाखा रतिया एवं मां की रसोई सेवा ट्रस्ट के संयुक्त तत्वावधान में रविवार 5 जुलाइ को मां की रसोई में प्रातः 9 बजे से विशाल स्वैच्छिक रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। शाखा अध्यक्ष राज सिंगला ने बताया कि भारत विकास परिषद के संस्थापक डॉ सूरज प्रकाश के जन्मदिवस 27 जून से लेकर परिषद के स्थापना दिवस 10 जुलाई तक पूरे देश में सेवा पखवाड़ा मनाया जा रहा है। इसी सेवा पखवाड़ा के अंतर्गत भारत विकास परिषद शाखा रतिया द्वारा विभिन्न जनकल्याणकारी एवं सेवा गतिविधियों का आयोजन किया जा रहा है, जिनमें रक्तदान शिविर प्रमुख सेवा कार्यों में से एक है। उन्होंने बताया कि रक्तदान शिविर में योग्य चिकित्सकों एवं ब्लड बैंक की टीम द्वारा रक्त संग्रह किया जाएगा तथा सभी रक्तदाताओं को सम्मान.पत्र एवं स्मृति चिन्ह प्रदान किए जाएंगे। प्रकल्प प्रमुख सोहन लाल तनेजा ने जानकारी देते हुए बताया कि सेवा पखवाड़ा के अंतर्गत शाखा द्वारा खाटू श्याम मंदिर के निकट संचालित भारत विकास परिषद फिजियोथैरेपी सेंटर में 27 जून से 10 जुलाई 2026 तक ओ.पी.डी. एवं इलाज पूर्णतः निःशुल्क कर दिया गया हैए ताकि अधिक से अधिक जरूरतमंद मरीज इस सेवा का लाभ उठा सकें।

धार्मिक अनुष्ठान सामूहिक कल्याण का सशक्त माध्यमः कुलपति

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के शोभादेवी रामानंद बंसल सेंटर फॉर इंडियन नॉलेज सिस्टम द्वारा बुधवार को भारतीय ज्ञान परंपरा के संरक्षण, सांस्कृतिक मूल्यों के संवद्र्धन व विश्वविद्यालय परिवार की समृद्धि की कामना के उद्देश्य से लाल बहादुर शास्त्री प्रशासनिक भवन के समीप हवन किया गया। इसमें विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. विजय कुमार ने कहा कि भारतीय ज्ञान परंपरा हमारी सांस्कृतिक धरोहर ही नहीं, बल्कि जीवन को सकारात्मक दिशा प्रदान करने वाली अमूल्य विरासत है। उन्होंने कहा कि हवन केवल धार्मिक अनुष्ठान नहीं, बल्कि सकारात्मक चिंतन, आत्मशुद्धि, पर्यावरण संरक्षण और सामूहिक कल्याण का सशक्त माध्यम है। उन्होंने विश्वविद्यालय के सभी शिक्षकों, अधिकारियों, कर्मचारियों, शोधार्थियों एवं विद्यार्थियों से इस पावन आयोजन में सहभागिता कर विश्वविद्यालय, समाज और राष्ट्र की उन्नति, समृद्धि तथा सर्व कल्याण की मंगल कामना करने का आह्वान किया।

सिरसा। विश्वविद्यालय परिवार की समृद्धि की कामना के उद्देश्य से हवन यज्ञ करते हुए।

बीएमआरआईटी पाठ्यक्रम में दाखिला प्रक्रिया जारी

हिसार। गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए बैचलर ऑफ मेडिकल रेडियोलॉजी एंड इमेजिंग टेक्नोलॉजी (बीएमआरआईटी) पाठ्यक्रम में दाखिला प्रक्रिया जारी है। राष्ट्रीय स्वास्थ्य परिषद (एनसीएएचपी) के नवीनतम निर्देशों के अंतर्गत संचालित यह कोर्स चिकित्सा क्षेत्र में करियर बनाने वाले युवाओं के लिए एक बेहतरीन और सुरक्षित अवसर है।

विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने बताया कि आधुनिक चिकित्सा पद्धति पूरी तरह से डायग्नोस्टिक्स पर निर्भर है, जिसके कारण इस कोर्स के बाद रोजगार की 100 प्रतिशत संभावनाएं हैं।

फतेहाबाद के जितेंद्र गोस्वामी को मिला ग्लोबल आइकॉनिक बिजनेस लीडर अवॉर्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद के युवा उद्यमी जितेंद्र गोस्वामी ने डिजिटल उद्यमिता के क्षेत्र में राष्ट्रीय स्तर पर जिले का नाम रोशन किया है। उन्हें डिजिटल व्यवसाय और नेतृत्व के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए ग्लोबल आइकॉनिक बिजनेस लीडर अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। यह सम्मान नई दिल्ली स्थित कॉन्स्टीट्यूशन क्लब ऑफ इंडिया में आयोजित समारोह में एमएस ग्लोबल एंटरटेनमेंट की ओर से प्रदान किया गया। जितेंद्र गोस्वामी पिछले कई वर्षों से डिजिटल मार्केटिंग, सोशल मीडिया मैनेजमेंट और यूट्यूब मोनेटाइजेशन के क्षेत्र में कार्य कर रहे हैं। उन्होंने अपने कार्य के माध्यम से अनेक व्यवसायों, कंटेंट क्रिएटर्स और युवाओं को डिजिटल प्लेटफॉर्म पर अपनी पहचान बनाने और कारोबार बढ़ाने में सहयोग दिया है। डिजिटल क्षेत्र में उनके नवाचार और नेतृत्व को देखते हुए उन्हें यह राष्ट्रीय सम्मान प्रदान किया गया।

यह पुरस्कार भविष्य में और बेहतर कार्य करने की भी जिम्मेदारी : जितेंद्र

सम्मान प्राप्त करने के बाद जितेंद्र गोस्वामी ने कहा कि यह पुरस्कार उनके लिए केवल उपलब्धि नहीं, बल्कि भविष्य में और बेहतर कार्य करने की जिम्मेदारी भी है। उन्होंने अपनी सफलता का श्रेय परिवार, सहयोगियों और उन सभी लोगों को दिया, जिन्होंने उनके सफर में विश्वास जताया और साथ दिया। उन्होंने कहा कि उनका उद्देश्य डिजिटल क्षेत्र में गुणवत्ता, पारदर्शिता और नवाचार को बढ़ावा देना है, ताकि अधिक से अधिक युवा डिजिटल उद्यमिता के जरिए आत्मनिर्भर बन सकें। उनका मानना है कि छोटे शहरों के युवाओं में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है, जरूरत केवल सही मार्गदर्शन और अवसर की है।जितेंद्र गोस्वामी की इस उपलब्धि पर फतेहाबाद के सामाजिक व व्यावसायिक क्षेत्र के लोगों ने खुशी जताई

और उन्हें बधाई दी। लोगों का कहना है कि छोटे शहर से निकलकर राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान हासिल करना जिले के युवाओं के लिए प्रेरणा का स्रोत है।

डॉक्टर्स और सीए समाज की रीढ़ : भूटानी

16 चिकित्सकों एवं 3 चार्टर्ड अकाउंटेंट्स को किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भूना

लायंस क्लब भूना के तत्वावधान में बुधवार को डॉक्टर्स डे और चार्टर्ड अकाउंटेंट्स डे के अवसर पर समाज सेवा और राष्ट्र निर्माण में उल्लेखनीय योगदान देने वाले 16 चिकित्सकों एवं 3 चार्टर्ड अकाउंटेंट्स को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य उन पेशेवरों के प्रति आभार व्यक्त करना था, जो अपने समर्पण, निष्ठा और परिश्रम से समाज को बेहतर दिशा देने में अहम भूमिका निभा रहे हैं।

लायंस क्लब के प्रधान दिनेश भूटानी के नेतृत्व में आयोजित सम्मान समारोह में चार्टर्ड अकाउंटेंट सचिन गोयल, आकाश मेहता, अमरजीत भैरों तथा वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. राजकुमार शर्मा,दीपक बंसल, ओमप्रकाश भाखर, पीडी शर्मा, राकेश जांगड़ा, रण सिंह थाकण, संजीव कथुरिया, विनेश मेहता, संजीव अरोड़ा, अश्वनी खुराना, सीता राम सोनी,रवि बलियाल, पुनित बंसल को प्रशस्ति पत्र भेंट कर सम्मानित किया गया।

भूना। डॉक्टर्स डे पर चिकित्सक को सम्मानित करते हुए।

कर्मयोगियों का सम्मान करना समाज का दायित्व

उन्होंने कहा कि ऐसे कर्मयोगियों का सम्मान करना समाज का नैतिक दायित्व है। कार्यक्रम के दौरान क्लब सदस्यों ने सभी चिकित्सकों और चार्टर्ड अकाउंटेंट्स को उनके विशेष दिवस की शुभकामनाएं देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। सम्मानित अतिथियों ने भी लायंस क्लब का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस तरह का सम्मान उन्हें समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारियों को और अधिक समर्पण के साथ निभाने की प्रेरणा देता है।

दिव्यांग केंद्र में सेरेब्रल पाल्सी सेंटर का शुभारंभ

हिसार। दिव्यांग पुनर्वास केंद्र में विधिवत ढंग से सेरेब्रल पाल्सी सेंटर का शुभारंभ किया गया। इस सेंटर का संचालन स्वर्गीय बजरंगदास बड़ोपलिया एवं उनकी पत्नी स्वर्गीय मनोहरी देवी की स्मृति में उनके परिवार की गोयल कंस्ट्रंशन कंपनी लि. जयपुर के सहयोग से किया जाएगा। शुभारंभ अवसर पर राधेश्याम सिंघल, ईश्वर गोयल बड़ोपलिया, संजय गोयल, सतीश गोयल, प्रदीप अग्रवाल, रामनिवास अग्रवाल सीए, जगमोहन जिंदल, सुरेंद्र कुच्छल, सुमित मित्तल, मुरारी लाल सिंगला, डोली जैन व पिंकी गोयल आदि मौजूद रहे। भाविप हरियाणा भारत विकास फाउंडेशन दिव्यांग पुनर्वास केंद्र के अध्यक्ष डॉ. रोशनलाल गोयल, कार्यकारी अध्यक्ष सीए रामनिवास अग्रवाल व सचिव मांगेराम गुप्ता ने बताया कि सेरेब्रल पाल्सी सेंटर के शुरू होने इस समस्या से प्रभावित बच्चों को काफी लाभ मिलेगा।

एसआईआर : जिला निर्वाचन अधिकारी ने भूना उप तहसील का किया दौरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला निर्वाचन अधिकारी एवं डीसी डॉ. विवेक भारती ने कहा कि जिला में मतदाता सूचियों के विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के तहत बीएलओ वोटर से प्रपत्र वापिस लेते हुए एप पर गणना प्रपत्र के डिजिटलीकरण कार्य में तेजी लाएं। संबंधित एआरओ इस कार्य की नियमित मॉनिटरिंग करते हुए निर्धारित समयावधि में पूरा करना सुनिश्चित किया जाए। बुधवार को जिला निर्वाचन अधिकारी एवं डीसी डॉ. विवेक भारती ने भूना उप तहसील का दौरा कर एसआईआर के तहत चल रहे कार्य का निरीक्षण किया और मौके पर मौजूद कर्मचारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

मतदाता सूचियों को अधिक सटीक और अपडेट बनाने के उद्देश्य से चलाया अभियान

उन्होंने बताया कि मतदाता सूचियों को अधिक सटीक और अपडेट बनाने के उद्देश्य से यह विशेष अभियान चलाया जा रहा है। बूथ लेवल अधिकारी लगातार घर-घर जाकर मतदाताओं तक पहुंच रहे हैं, ताकि सभी पात्र नागरिकों का विवरण सही रूप में मतदाता सूची में दर्ज किया जा सके। अभियान के इस चरण में मतदाताओं से गणना प्रपत्र भरवाने के साथ साथ डिजिटलीकरण के कार्य में और अधिक तेजी लाने के निर्देश दिए। जिला निर्वाचन अधिकारी ने बताया कि घर-घर सत्यापन कार्य पूर्ण होने के बाद 21 जुलाई को मतदाता सूची का ड्राफ्ट प्रकाशित किया जाएगा। इसके पश्चात 21 जुलाई से 20 अगस्त 2026 तक दावे एवं आपत्तियां प्राप्त की जाएंगी। प्राप्त दावों एवं आपत्तियों का निपटारा 18 सितंबर 2026 तक किया जाएगा तथा 22 सितंबर 2026 को अंतिम मतदाता सूची का प्रकाशन किया जाएगा।

4 को मनाया जाएगा संत शिरोमणि श्री सैन महाराज की मूर्ति स्थापना महोत्सव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

शहर की ठाकर बस्ती स्थित श्री सैन धर्मशाला एवं मंदिर में आगामी 4 जुलाई शनिवार को एक भव्य धार्मिक समागम होने जा रहा है। श्री सैन सेवा समिति फतेहाबाद और श्री सैन समाज बारबर यूनियन फतेहाबाद के संयुक्त तत्वावधान में संत शिरोमणि बाबा श्री सैन जी महाराज की मूर्ति स्थापना का दूसरा वार्षिक महोत्सव धूमधाम और श्रद्धाभाव से आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर जानकारी देते हुए श्री सैन सेवा समिति फतेहाबाद के प्रधान डॉ. पवन सैन हसवाल एवं सैन समाज बारबर यूनियन के प्रधान सोनू सैन रिठालिया ने बताया कि इस पावन अवसर पर समाज के दिग्गजों और गणमान्य हस्तियों का समागम होगा।

सुबह हवन और दोपहर को लगेगा भंडारा

समारोह में मुख्य अतिथि के तौर पर अग्रवाल सभा फतेहाबाद के संरक्षक एवं प्रसिद्ध समाजसेवी देवीदयाल तायल शिरकत करेंगे। वहीं, विशिष्ट अतिथि के रूप में सिरसा के बकरियांवाली से समाजसेवी रामपाल बशीर विशेष रूप से पधारेंगे। आयोजकों ने बताया कि उत्सव का शुभारंभ 4 जुलाई की सुबह 8:15 बजे पूर्ण वैदिक मंत्रोच्चार के साथ आयोजित हवन-यज्ञ से होगा। इस आहुति के साथ ही क्षेत्र की सुख, समृद्धि और शांति की कामना की जाएगी। हवन की पूर्णाहुति के पश्चात, दोपहर 11 बजे से भंडारे का आयोजन किया जाएगा, जो प्रभु इच्छा तक निरंतर चलता रहेगा। समिति के प्रधान डॉ. पवन सैन हसवाल और बारबर यूनियन के प्रधान सोनू सैन रिठालिया ने संयुक्त रूप से सैन समाज सहित सभी धर्मप्रेमी जनता से अपील की है कि वे इस पावन और ऐतिहासिक उत्सव में सपरिवार पहुंचकर बाबा श्री सैन जी महाराज का आशीर्वाद प्राप्त करें और भंडारे का प्रसाद ग्रहण कर पुण्य के भागी बनें।

लघु सचिवालय के वीडियो कॉफ्रेंसिंग कक्ष में अधिकारियों के साथ की चर्चा

एचटेट परीक्षा से पहले केंद्रों का करें निरीक्षण : डीसी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

उपायुक्त शांतनु शर्मा ने 4 व 5 जुलाई को आयोजित होने वाली एचटेट परीक्षा को लेकर बुधवार को लघु सचिवालय के वीडियो कॉफ्रेंसिंग कक्ष में अधिकारियों के साथ एचटेट परीक्षा की तैयारियों की समीक्षा की। बैठक में पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण, एडीसी अर्पित संगल, एसडीएम राजेंद्र कुमार, जिला खजाना अधिकारी नरेंद्र ढुल, उप जिला शिक्षा अधिकारी विजय सचदेवा, नोडल अधिकारी अमित मनहर भी मौजूद रहे।वीडियो कॉफ्रेंस के उपरांत उपायुक्त ने कहा कि अधिकारी 4 व 5 जुलाई 2026 को हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा आयोजित होने वाली हरियाणा अध्यापक पात्रता परीक्षा (एचटेट) के पारदर्शी, शांतिपूर्ण एवं नकल रहित संचालन सुनिश्चित करें। उन्होंने निर्देश दिए कि सभी परीक्षा केंद्रों पर समय रहते सीसीटीवी कैमरे चालू हालत में हों। साथ ही तमाम तरह के सुरक्षा उपायों की समय रहते तैयारी पूरी कर लें। परीक्षा केंद्र अधीक्षक लिखने में अक्षम परीक्षार्थी के लिए लेखक बारे नियमानुसार फैसला लें। परीक्षा को लेकर सोशल मीडिया पर भी निगरानी की जाए और यदि कोई भी व्यक्ति अफवाह फैलाते हुए पाया जाता है तो उसके खिलाफ नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी।

ये रहेगा परीक्षा का शैड्यूल

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार 4 जुलाई को सांयकालीन सत्र में दोपहर बाद 3 बजे से 5:30 बजे तक लेवल-3 (पीजीटी) की परीक्षा होगी तथा 5 जुलाई को प्रातः कालीन सत्र में सुबह 10 बजे से दोपहर बाद 12:30 बजे तक लेवल-2 (टीजीटी) की परीक्षा एवं सायं कालीन सत्र में दोपहर बाद 3 बजे से 5:30 बजे तक लेवल-1 (पीआरटी) की परीक्षा आयोजित होगी।

24 परीक्षा केंद्र पर 14238 परीक्षार्थी देंगे पेपर

जिले में परीक्षा के लिए 24 केंद्र स्थापित किए गए हैं। लेवल-3 की परीक्षा के लिए 13 परीक्षा केंद्रों पर 3910 परीक्षार्थी, लेवल-2 की परीक्षा के लिए 24 परीक्षा केंद्रों पर 7463 परीक्षार्थी तथा लेवल-1 की परीक्षा के लिए 9 परीक्षा केंद्रों पर 2865 परीक्षार्थी परीक्षा देंगे। इस प्रकार जिले में कुल 14,238 परीक्षार्थी एचटेट परीक्षा में शामिल होंगे। जिला स्तर पर एक कंट्रोल रूम भी स्थापित किया गया है। विवाहित महिला अभ्यर्थियों को पूरी जांच के बाद मंगलसूत्र, बिंदी के साथ प्रवेश की अनुमति रहेगी। वहीं सिख धर्म के अनुयायियों को धार्मिक परंपरा के अनुसार निर्धारित कृपाण रखने की छूट रहेगी। दिव्यांग परीक्षार्थियों को बोर्ड के नियमानुसार 50 मिनट का अतिरिक्त समय प्रदान किया जाएगा। परीक्षा केंद्रों पर किसी भी प्रकार के इलेक्ट्रॉनिक गैजेट ले जाने पर पूर्ण प्रतिबंध रहेगा।

खबर संक्षेप

महिला डोडापोस्त सहित गिरफ्तार

सिरसा। हरियाणा स्टेट नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो की फतेहाबाद यूनिट ने गुप्त सूचना के आधार पर कारवाई करते हुए महिला नशा तस्कर को पकड़ा, जिसके पास से 584 ग्राम डोडापोस्त बरामद किया गया है। फतेहाबाद यूनिट के प्रभारी उप निरीक्षक तरसेम सिंह ने विस्तार से जानकारी देते हुए बताया कि यूनिट में उपस्थित सहायक उप-निरीक्षक महेश और उनकी टीम को सूचना मिली कि परमजीत कौर पत्नी सुखदेव निवासी भावदीन जो नशीला पदार्थ डोडा-पोस्त बेचने का अवैध धंधा करती है, जो अभी मौका पर अपने घर के बाहर नशीला पदार्थ डोडा-पोस्त लेकर बेचने की फिराक में खड़ी है।

नंदीशाला में गोवंश की मौतों पर संगठनों का प्रदर्शन

सिरसा। राधाकृष्ण गोसेवा सदन, रामनगरिया स्थित नंदीशाला में गोवंश की अत्यधिक मृत्यु एवं कथित अनियमितताओं के विरोध में गोरक्षा दल सिरसा एवं बजरंग दल सिरसा एवं शहीदे आजम स्टूडेंट एसोसिएशन के नेतृत्व में जिला उपायुक्त कार्यालय के समक्ष विरोध प्रदर्शन किया गया। प्रदर्शन के बाद संगठनों के प्रतिनिधिमंडल डॉ. पंकज सैन, दीपक सौलंकी, एडवोकेट प्रवीण अत्री, अजयपाल बकरियावाली, आकाश चाचाण, राजेश सिंधू, सुमित मैहता ने तहसीलदार के माध्यम से उपायुक्त के नाम ज्ञापन सौंपकर मामले की उच्चस्तरीय जांच एवं तत्काल कार्रवाई की मांग की।

मनरेगा खत्म करना ग्रामीण गरीबों के साथ सबसे बड़ा धोखा

वी बी ग्राम जी के विरोध में प्रदर्शन, दर्जनों गांवों में मजदूरों ने फूंकी नई योजना की प्रतियां

200 दिन काम और 700 रुपये दिहाड़ी दे सरकार : बहबलपुरिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

केंद्र सरकार द्वारा मनरेगा को खत्म कर उसकी जगह वी बी ग्राम जी योजना लागू करने की अधिसूचना के खिलाफ ग्रामीण मजदूरों का गुस्सा फूट पड़ा है। नरेगा संघर्ष मोर्चा के आह्वान पर आज अखिल भारतीय खेत एवं ग्रामीण मजदूर यूनियन द्वारा फतेहाबाद जिले के दर्जनों गांवों में वीबी ग्राम जी योजना की प्रतियां जलाकर जोरदार विरोध प्रदर्शन किया गया। आंदोलनकारियों ने सरकार के इस कदम को ग्रामीण गरीबों के साथ अब तक की सबसे बड़ी धोखाधड़ी करार दिया है। जिले के प्रमुख गांवों ढाबी कलां, ढाबी खुर्द, रामसरा, दैयड़, कुलां, आकांवाली, जांडली और भिरड़ाना सहित दर्जनों गांवों में मजदूरों ने एकजुट होकर इस योजना के खिलाफ नारेबाजी की और उसकी प्रतियां जलाई। इस राष्ट्रव्यापी विरोध कार्यक्रम में उपाध्यक्ष रामकुमार बहबलपुरिया के साथ जगदीश शर्मा, महावीर प्रसाद, किसान सभा के जिला उपाध्यक्ष जगतार सिंह, प्यारा राम म्योदं और पंजाब सिंह तलवाड़ा सहित अनेक प्रमुख वामपंथी व मजदूर कार्यकर्ता मुख्य रूप से मौजूद रहे।

फतेहाबाद। विरोध में प्रदर्शन कर प्रतियां फूंकते मनरेगा मजदूर।

200 दिन रोजगार की मांग

जिले के विभिन्न गांवों में प्रदर्शनकारी मजदूरों को सम्बोधित करते हुए अखिल भारतीय खेत एवं ग्रामीण मजदूर यूनियन हरियाणा के उपाध्यक्ष रामकुमार बहबलपुरिया ने कहा कि आज जब देश भीषण बेरोजगारी के संकट से जूझ रहा है, ऐसे दौर में मनरेगा ग्रामीण गरीबों की आजीविका के लिए सबसे बड़ा सहारा सिद्ध हो सकता था। लेकिन मनुवादी मानसिकता से संचालित भाजपा सरकार ने 100 दिनों के काम की गारंटी देने वाले ऐतिहासिक मनरेगा कानून को खत्म करके वी बी ग्राम जी को थोप दिया है। इसी जनविरोधी नीति के खिलाफ आज पूरे देश में विरोध की मशाल जलाई गई है। मजदूर मोर्चा ने मांग की है कि जनविरोधी वीबी ग्राम जी योजना को तत्काल रद्द किया जाए। ग्रामीण गरीबों के हित में ऐतिहासिक मनरेगा को पुनः बहाल किया जाए। मनरेगा के तहत साल में कम से कम 200 दिनों का काम सुनिश्चित हो। बढ़ती महंगाई को देखते हुए मजदूरों की दिहाड़ी बढ़ाकर 700 रुपये प्रतिदिन की जाए।

सिरसा। बीडीपीओ कार्यालय के समक्ष धरना प्रदर्शन करती आंगनवाड़ी वर्कर।

आंगनवाड़ी वर्करों ने किया बीडीपीओ कार्यालय का घेराव

सिरसा। आंगनवाड़ी वर्करों ने बुधवार को अपनी मांगों को लेकर सिरसा के खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी कार्यालय का घेराव किया। वर्करों ने कार्यालय के बाहर धरना दिया और सरकार व प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की। धरने को संबोधित करते हुए यूनियन की जिला महासचिव प्रोमिला रानी ने कहा कि पिछले 8 माह से उन्हें पूरा वेतन नहीं मिल रहा। 9 माह से आंगनवाड़ी केन्द्रों का किराया नहीं दिया जा रहा। इसी के साथ उन्हें न तो मोबाइल रिचार्ज का पैसा दिया जा रहा है और न ही ड्रेस इत्यादि के पैसे ही दिए जा रहे हैं। जिलाभर के वर्करों को टीए-डीए देने में भी भेदभाव बरता जा रहा है। प्रदर्शनकारियों ने कहा कि इमारतों का किराया नहीं मिलने के कारण मालिकों ने ताले लगा दिए हैं। आंगनवाड़ी केन्द्रों में कार्य बंद है। बार-बार आवाज उठाने के बावजूद सुनवाई नहीं हो रही है, मजबूरन उन्हें भीषण गर्मी में धरना देना पड़ा है। प्रदर्शनकारियों का कहना है कि अगर मांगें पूरी नहीं हुई तो वे आंगनवाड़ी केन्द्र बंद रखकर सीडीपीओ कार्यालय के समक्ष धरना देंगी और यहीं अपनी हाजिरी भी लगाएंगी।

इन्द्र गावड़ी के प्रतिष्ठान पर भाजपा की प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना का स्वागत

फतेहाबाद। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष को सम्मानित करते हुए इन्द्र गावड़ी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

भाजपा प्रदेशाध्यक्ष डा. अर्चना गुप्ता सिरसा दौरे के दौरान गांव दरियापुर में भाजपा के जिला उपाध्यक्ष एवं मार्केट कमेटी फतेहाबाद के वाईस चेयरमैन इन्द्र गावड़ी के प्रतिष्ठान पर पहुंचीं। यहां पहुंचने पर इन्द्र गावड़ी ने अपने पारिवारिक सदस्यों व समर्थकों के साथ प्रदेशाध्यक्ष का स्वागत किया। डॉ. अर्चना गुप्ता के साथ जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा, चेयरमैन बलदेव ग्रोहा, रविन्द्र बलियाला, जिला प्रभारी सुरेन्द्र आर्य व जिला मीडिया प्रभारी कंवल चौधरी भी मौजूद रहे। डॉ. अर्चना गुप्ता ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भाजपा सरकार ने जनधन योजना के माध्यम से करोड़ों गरीब परिवारों, विशेषकर महिलाओं को बैंकिंग व्यवस्था से जोड़ा है। देशभर में 12 करोड़ से अधिक शौचालयों का निर्माण कराया गया, जिससे स्वच्छता अभियान को नई दिशा मिली। मोदी सरकार ने महिला सशक्तिकरण को सर्वोच्च प्राथमिकता दी है। उन्होंने महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण देने के फैसले को ऐतिहासिक बताते हुए कहा कि इससे महिलाओं की राजनीतिक भागीदारी और नेतृत्व क्षमता को नई मजबूती मिलेगी। उन्होंने कहा कि मोदी और नायब सरकार की अनेक योजनाएं महिलाओं, युवाओं, किसानों और गरीबों के जीवन स्तर को बेहतर बनाने का काम कर रही है।

ये रहे मौजूद

डॉ. अर्चना गुप्ता ने कार्यकर्ताओं से कहा कि जीत का रास्ता बूथ से होकर गुजरता है। उन्होंने कहा कि प्रत्येक कार्यकर्ता को अपने बूथ को सबसे मजबूत बनाना होगा और पूरी निष्ठा तथा आत्मविश्वास के साथ संगठन के लिए कार्य करना होगा। इस अवसर पर नरेश तनेजा टीटू, निर्मल धालीवाल, भिरड़ाना मंडल अध्यक्ष संदीप भोडिया, मंडल अध्यक्ष विकास शर्मा सहित विभिन्न गांवों के सरपंच व ब्लॉक समिति के सदस्य मौजूद रहे।

नेशनल डॉक्टर-डे पर चिकित्सकों ने चलाया स्वच्छता अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

डबवाली रोड स्थित श्रीमत सिटी सेंटर व वैदवाला रोड स्थित अमारा ग्रीन ने आईएमए सिरसा के सहयोग से बुधवार को शहर में नैशनल डॉक्टर-डे के उपलक्ष्य में स्वच्छता अभियान चलाया। इस अभियान में शहर के तमाम चिकित्सकों ने भाग लिया। सांगवान चौक स्थित गोल्ड जिम से इस अभियान का श्रीगणेश आईएमए के संरक्षक डॉ. वेद बैनीवाल, जिला प्रधान डॉ. सौरभ वालिया, सचिव डॉ. पंकज गर्ग, गोल्ड जिम के संचालक अनिल गोयल, श्रीमत सिटी सेंटर के संचालक संजीव जैन एडवोकेट व श्रीमत ब्रिज एलएलपी के डायरेक्टर माधव जैन ने संयुक्त रूप से किया। इस मौके पर आईएमए की पूर्व प्रधान डॉ. अर्चना अग्रवाल, वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. केके गोयल, डॉ. जगदीश चौधरी, डॉ. महीप बांसल, डॉ. अमित नारंग, डॉ. अंजली नारंग, डॉ. संजय गर्ग लालगढिय़ा, डॉ. सुदीप मुंजाल, डॉ. आरके मेहता, डॉ. राजेंद्र सरां, डॉ. अंकुश मेहता, डॉ.आरएम अरोड़ा व अन्य मौजूद थे।

सिरसा। नेशनल डॉक्टर-डे पर स्वच्छता अभियन चलाते हुए।

डाक्टर्स, चार्टड अकाउंटेंट समाज के स्तंभ : खट्टर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

लायंस क्लब सिरसा लोक्षित ने बुधवार को डाक्टर्स व सीए दिवस मनाया। क्लब के सचिव लायन भारत भूषण ऐलावादी ने बताया कि इस कार्यक्रम में खुराना अस्पताल में कार्यरत प्रतिष्ठित डॉक्टरों और चार्टर्ड अकाउंटेंट्स को उनके उत्कृष्ट सेवा योगदान के लिए सम्मानित किया गया। इन कार्यक्रमों की अध्यक्षता करते हुए क्लब के अध्यक्ष लायन सिकंदर खट्टर ने कहा कि लायनोस्टिक वर्ष 2026-27 के थीम वाक्य यदि आप विश्वास से कामयाबी तक की अनुपालना के अनुसार इस वर्ष पर्यावरण संरक्षण, आत्मनिर्भर सम्मान योजना, झोपड़ी से स्कूल तक, स्वस्थ तन-स्वस्थ मन के अलावा अन्य सभी कार्यक्रमों में क्लब अपना दायित्व बखूबी निभाएगी। इस अवसर पर डाक्टर्स व को चार्टर्ड अकाउंटेंट्स को सम्मानित करते हुए उन्होंने कहा कि डॉक्टर समाज की रक्षा करते हैं तो चार्टर्ड अकाउंटेंट आर्थिक पारदर्शिता और विकास सुनिश्चित करते हैं। दोनों ही क्षेत्र समाज के स्तंभ हैं और इनके योगदान को सम्मानित करना हमारा दायित्व है। कार्यक्रम में डॉ. आशीष खुराना व डॉ. स्निग्धा खुराना के अलावा डॉ. समादीन कौर, डॉ. कविता सहारण, डॉ. दीक्षा वधवा, डॉ. विश्वदीप जैन, डॉ. संयम गोयल, डॉ. कृतिका भारद्वाज, डॉ. आकर्ष मल्होत्रा आदि मौजूद थे।

पीडीएम स्कूल के होनहार नितिन सिधू का भारतीय वायु सेना में चयन

- स्कूल पहुंचकर गुरुजनों का जताया आभार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भट्टूकलां

गांव खाबड़ा कलां स्थित पीडीएम स्कूल के पूर्व छात्र नितिन सिधू ने भारतीय वायु सेना में चयनित होकर क्षेत्र और अपने विद्यालय का नाम देशभर में चमकाया है। विद्यालय की प्रधानाचार्या अनीता गिजरोईया ने बताया कि होनहार छात्र नितिन सिधू का चयन भारतीय वायु सेना की भर्ती में हुआ है। इस ऐतिहासिक उपलब्धि की खबर मिलते ही स्कूल परिसर और नितिन के परिवार में जश्न का माहौल है। नितिन सिधू को बधाई देते हुए प्रधानाचार्या अनीता गिजरोईया और डायरेक्टर साधुराम जाखड़ ने कहा कि नितिन की मेहनत, कड़ा अनुशासन और देश के प्रति समर्पण ने ही उसे आज इस प्रतिष्ठित मुकाम पर पहुंचाया है। नितिन की यह सफलता विद्यालय के अन्य छात्र-छात्राओं के लिए भी एक रोल मॉडल और प्रेरणास्त्रोत बनेगी। प्रबंधन ने नितिन के माता-पिता को भी बधाई देते हुए कहा कि अभिभावकों की सही प्रेरणा और सहयोग के बिना ऐसी सफलताएं मुमकिन नहीं हैं। अपनी इस सफलता के बाद नितिन सिधू ने विद्यालय प्रांगण पहुंचकर गुरुजनों के चरण स्पर्श किए और उनका आशीर्वाद लिया। स्कूल मैनेजमेंट और शिक्षकों का आभार जताते हुए नितिन ने कहा कि मेरा हमेशा से एक ही सपना था कि मैं देश के लिए कुछ करूँ, और आज वह सपना सच हो गया है। यह सब मेरे शिक्षकों के सही मार्गदर्शन और माता-पिता के अटूट सहयोग से ही संभव हो पाया है।

भट्टूकलां। नितिन सिधू।

सिरसा। नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत करने वाले बच्चों को सम्मानित करते हुए।

दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान ने नुक्कड़ नाटक से किया नशे के प्रति जागरूक

सिरसा। दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान ने स्थानीय साहुवाला आश्रम में आयोजित विलक्षण योग एवं ध्यान-साधना शिविर के दौरान बोध द्वारा डिजिटल एडिक्शन विषय पर एक प्रभावशाली नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत किया। यह प्रस्तुति डिजिटल से दूर नहीं, बस माइंडफुल हो जाओ के अंतर्गत आयोजित की गई, जिसका उद्देश्य बच्चों, युवाओं एवं अभिभावकों को डिजिटल उपकरणों के संतुलित एवं जि मेदार उपयोग के प्रति जागरूक करना था। नाटक में विद्यार्थियों ने गूगल, फेसबुक, इंस्टाग्राम, व्हाट्सएप एवं अन्य सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म का प्रतीकात्मक रूप धारण कर यह संदेश दिया कि तकनीक स्वयं समस्या नहीं है, बल्कि उसका अनियंत्रित एवं अत्यधिक उपयोग व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक जीवन पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है।

साइबर सेल ने ढूढ निकाले लाखों के 12 गुमशुदा मोबाइल, एसपी निकिता खट्टर ने मालिकों को सौंपे

फतेहाबाद। फतेहाबाद पुलिस के साइबर थाने ने विभिन्न शिकायतों पर संज्ञान लेते हुए गुम हुए 12 मोबाइल फोन बरामद कर लिए हैं। बरामद किए गए इन कीमती मोबाइलों की अनुमानित कीमत लाखों रुपये आंकी जा रही है। पुलिस अधीक्षक कार्यालय में आयोजित कार्यक्रम के दौरान एसपी निकिता खट्टर ने स्वयं इन सभी मोबाइलों को उनके वास्तविक मालिकों के सुपुर्द किया। कई महीनों बाद अपना खोया हुआ कीमती फोन और उसमें मौजूद डेटा वापस पाकर लोगों के चेहरों पर खुशी साफ झलक रही थी। इस पूरी रिकवरी को अमलीजामा पहनाने में साइबर थाना प्रभारी निरीक्षक राहुल कुमार के नेतृत्व में गठित विशेष टीम ने मुख्य भूमिका निभाई। टीम ने आईएमईआई ट्रैकिंग, डिजिटल सर्विलांस और अत्याधुनिक तकनीकी विश्लेषण का बेहतरीन उपयोग करते हुए अलग-अलग लोकेशन से इन फोनों को ट्रेस किया।

फतेहाबाद। लोगों को उनके गुम मोबाइल सौंपते एसपी निकिता खट्टर।

फतेहाबाद। पुस्तक का विमोचन करते ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी के पदाधिकारी।

सुदामा शास्त्री अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी धार्मिक प्रकोष्ठ के जिला उपाध्यक्ष मनोनीत

फतेहाबाद। ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी की महत्वपूर्ण बैठक अनाज मण्डी स्थित कार्यालय में संपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता संगठन के प्रदेशाध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ ने की, जबकि राष्ट्रीय अध्यक्ष सूर्यवंशी साहिब दयाल वधवा ने विशेष तौर पर शिरकत की। बैठक में संगठन की धार्मिक गतिविधियों को सुचारू रूप से आगे बढ़ाने और सामाजिक चेतना जगाने को लेकर विस्तृत चर्चा की गई। संगठन की धार्मिक गतिविधियों के प्रसार और इसे और अधिक मजबूत करने के उद्देश्य से प्रदेशाध्यक्ष ओमप्रकाश चुघ ने कार्यकारिणी का विस्तार किया। उन्होंने शहर के प्रमुख शिक्षाविद् व साहित्यकार डॉ. सुदामा शास्त्री को धार्मिक प्रकोष्ठ का जिला उपाध्यक्ष मनोनीत किया। डॉ. शास्त्री की इस नियुक्ति पर उपस्थित सभी सदस्यों ने खुशी जाहिर की।

प्रदेश बिजली-पानी संकट से जूझ रहा है: सैलजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने कहा कि हरियाणा आज बिजली, पेयजल, जल निकासी और बुनियादी सुविधाओं के गंभीर संकट से गुजर रहा है, लेकिन सरकार केवल घोषणाओं और प्रचार में व्यस्त है। जनता को राहत देने के बजाय लगातार भ्रमित किया जा रहा है। सांसद सैलजा ने बुधवार को जारी एक प्रेस बयान में सिरसा जिले सहित राजस्थान सीमा से लगते अनेक गांवों में लोगों को पीने के पानी के लिए टैंकरों पर निर्भर रहना पड़ रहा है। यह स्थिति सरकार की विफल जल प्रबंधन नीति का प्रमाण है। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ने पिछले वर्षों में जनता से अनेक बड़े-बड़े वादे किए। कभी स्मार्ट सिटी के सपने दिखाए गए, कभी अमृत सरोवर योजना का प्रचार किया गया, कभी वर्ष 2022 तक सभी को पक्का मकान देने का दावा किया गया, कभी किसानों की आय दोगुनी करने और कभी विदेशों से काला धन लाकर प्रत्येक नागरिक को लाभ पहुंचाने जैसी बातें कही गईं। आज इन वादों की वास्तविकता जनता के सामने है और लोग स्वयं को ठगा हुआ महसूस कर रहे हैं। सैलजा ने कहा कि सरकार हर वर्ष दावा करती है कि 20 जून तक नहरों, ड्रेनों और नालों की सफाई पूरी कर दी जाएगी, लेकिन 1 जुलाई आने के बावजूद अनेक स्थानों पर न तो सफाई कार्य पूरा हुआ है और न ही घग्गर सहित अन्य नदियों के तटबंधों को पर्याप्त रूप से मजबूत किया गया है।

पीयूष शर्मा को इंटरनेशनल बुक ऑफ रिकॉर्ड्स से मिली मान्यता

सिरसा। सिरसा निवासी युवा साइबर सुरक्षा विशेषज्ञ पीयूष शर्मा ने साइबर सुरक्षा के क्षेत्र में एक और बड़ी उपलब्धि हासिल की है। उत्तर भारत के सबसे युवा साइबर सुरक्षा विशेषज्ञ के रूप में उन्हें इंटरनेशनल बुक ऑफ रिकॉर्ड्स द्वारा मान्यता प्रदान की गई है। इस उपलब्धि से न केवल सिरसा, बल्कि पूरे हरियाणा और देशभर में खुशी और गर्व का माहौल है। डिजिटल युग में जहां साइबर अपराध और ऑनलाइन धोखाधड़ी के मामले लगातार बढ़ रहे हैं, वहीं इंजी. पीयूष शर्मा पिछले कई वर्षों से साइबर सुरक्षा और डिजिटल जागरूकता के क्षेत्र में सक्रिय रूप से कार्य कर रहे हैं। उन्होंने साइबर सुरक्षा को लेकर समाज में जागरूकता फैलाने, युवाओं को तकनीकी शिक्षा से जोडने और डिजिटल सुरक्षा को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। सिरसा जैसे शहर से निकलकर राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बनाना अपने आप में एक बड़ी उपलब्धि है।

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 : 9315429403, 8291554800, 7988727916

रात्रि ठहराव कार्यक्रम एडीसी ने सुनी ग्रामीणों की समस्याएं

मीरपुर में बस स्टॉप और ट्यूबवेल लगाने के दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

ग्रामीणों की परिवहन और मूलभूत सुविधाओं को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से ग्रामीणों की सुविधा के लिए आगामी दो दिनों के भीतर गांव में बस स्टॉप बनाया जाए। इससे क्षेत्र के सैकड़ों यात्रियों और विद्यार्थियों को सुविधा होगी। इसी प्रकार गांव में पेयजल के लिए सबसे पहले पानी की गहन जांच की जाए। जांच में पानी की गुणवत्ता सही पाए जाने के आधार पर नया ट्यूबवेल लगाया जाए, ताकि ग्रामीणों को स्वच्छ और पर्याप्त पेयजल मिल सके। अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने मंगलवार को गांव मीरपुर में आयोजित रात्रि ठहराव कार्यक्रम में ग्रामीणों की समस्याएं सुनने के दौरान संबंधित अधिकारियों को निर्देश दे रहे थे।रात्रि ठहराव कार्यक्रम में कुल 60 शिकायतें आई। अतिरिक्त उपायुक्त ने एक-एक शिकायत पर ग्रामीणों से सीधा संवाद किया और मौके पर मौजूद संबंधित अधिकारियों को समस्याओं के त्वरित और समयबद्ध समाधान के दिशा-निर्देश दिए। सरपंच वेद प्रकाश ने पंचायत की तरफ से गांव के विकास कार्यों बारे मांग पत्र अतिरिक्त उपायुक्त को सौंपा, जिनमें लाईब्रेरी व जिम हाल बनाने, गांव से ढाणियों में पेयजल की लाइन डालने, शिवधाम के सौंदर्यकरण करने, खेतों के मुख्य रास्ते को पक्का करने, गांव में वैट्नी डॉक्टर की व्यवस्था आदि मांग शामिल थी। इन पर अतिरिक्त उपायुक्त ने कहा कि जो कार्य प्रशासन स्तर पर होंगे, उन्हें जल्द करवाया जाएगा। उन्होंने कहा कि रात्रि ठहराव कार्यक्रम का उद्देश्य यही है कि गांव में जाकर वहां की समस्याओं को नजदीक से समझकर उनका प्राथमिकता से समाधान करना है।

सिरसा। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में ग्रामीणों की शिकायतें सुनते एडीसी।

विभागों ने स्टॉल लगाकर दी जानकारी

रात्रि ठहराव कार्यक्रम के दौरान विभिन्न विभागों ने अपने विभाग से संबंधित स्कीमों व योजनाओं की जानकारी वाली स्टॉल लगाई। ग्रामीणों ने स्टॉलों के माध्यम से योजनाओं का किस प्रकार लाभ उठाया जा सकता है व इसकी प्रक्रिया क्या होती है, इस बारे जानकारी प्राप्त की। इस अवसर पर खाद्य आपूर्ति विभाग, आयुष, जन स्वास्थ्य विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग, स्वास्थ्य विभाग, परिवार पहचान पत्र(ग्रिड), जिला समाज कल्याण, जिला कल्याण, बिजली, पशुपालन एवं डेयरी, कृषि एवं किसान कल्याण, हरियाणा ग्रामीण बैंक व विकास एवं पंचायत आदि विभागों ने स्टॉल लगाई। इस मौके पर डीएसपी राजेश कुमार, डीएफसी हरवीर, एलडीएम संजीव कुमार, उप निदेशक कृषि डा. सुखदेव सिंह, जिला शिक्षा अधिकारी सुभाष, डिप्टी सीएमओ राजेश चैधरी, नायब तहसीलदार अशोक कुमार, टीएम सुधीर कुमार, आरएफओ हरीपाल, एसओ मनोज कुमार सहित संबंधित अधिकारी मौजूद थे।