

खबर संक्षेप

कार-बाइक में टक्कर तीन युवक घायल
फतेहाबाद। गांव ढिंगसरा से बीघड़ मार्ग पर बुधवार सुबह एक सडक़ हादसा हो गया। गोणामेड़ी से माथा टेककर लौट रहे बाइक सवार तीन युवकों की सामने से आ रही कार से टक्कर हो गई। हादसे में तीनों युवक गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों की पहचान बीघड़ गांव के आदित्य, साहिल और कर्ण के रूप में हुई है। यह हादसा सुबह करीब 9:15 बजे हुआ। तीनों युवक बाइक पर सवार होकर गोणामेड़ी से अपने गांव बीघड़ लौट रहे थे। ढिंगसरा और बीघड़ के बीच सामने से आ रही कार और बाइक में तेज टक्कर हो गई।

गांजा के साथ पकड़ा बिहार का युवक

फतेहाबाद। थाना शहर फतेहाबाद के अंतर्गत आने वाली पुलिस चौकी बस अड्डा की टीम ने सिरसा रोड स्थित मदन दाबे के पास बिहार के रहने वाले एक युवक को एक किलो 442 ग्राम गांजा सहित गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान बिहार के जिला मधेपुरा निवासी मिथिलेश सिंह के रूप में हुई है। वह अब फतेहाबाद के सिरसा रोड पर ही रहता है। आरोपी के खिलाफ नशीले पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है। थाना प्रभारी उप निरीक्षक संजय कुमार ने बताया कि बस अड्डा पुलिस चौकी के इंचार्ज पीएसआई सुमित कुमार अपनी टीम के साथ थाना रोड क्षेत्र में गश्त और अपराध रोकथाम के सिलसिले में मौजूद थे। इसी दौरान कारवाई की गई।

अवैध पिस्तौल सहित एक युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। एंटी नारकोटिक सेल फतेहाबाद की पुलिस टीम ने गांव पीलीमंदेरी क्षेत्र से एक युवक को अवैध 32 बोर पिस्तौल के साथ गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान विनोद कुमार पुत्र मनफूल निवासी गांव पीलीमंदेरी, जिला फतेहाबाद के रूप में हुई है। एंटी नारकोटिक सेल फतेहाबाद के प्रभारी उप निरीक्षक वेदपाल ने बताया कि उप निरीक्षक राजेंद्र प्रसाद की नेतृत्व वाली पुलिस टीम गश्त के दौरान भट्ट से गांव पीलीमंदेरी की तरफ जा रही थी। जैसे ही पुलिस टीम गांव पीलीमंदेरी के पास पहुंची, तो सड़क एक युवक सरकारी गाड़ी को देखकर छिपने का प्रयास करने लगा।

वरिष्ठ नागरिकों के लिए चेकअप कैम्प 18 को

फतेहाबाद। वरिष्ठ नागरिकों के लिए वरिष्ठ नागरिक परिषद के तत्वाधान में नागरिक अस्पताल फतेहाबाद के सीएमओ कार्यालय के सहयोग से सितंबर माह का निशुल्क मेडिकल चेकअप कैम्प 18 सितंबर शुक्रवार को बाल भवन फतेहाबाद के हॉल में प्रातः 9 बजे से प्रधान ईश्वर देवी सेठी की अध्यक्षता में लगाया जाएगा। यह जानकारी देते हुए सचिव सुग्रीव सिंह बिश्नोई ने बताया कि इस चेकअप कैम्प में सेवानिवृत्त डिप्टी सीएमओ के नेतृत्व में वरिष्ठ नागरिकों की निःशुल्क जांच करेगी।

सोने का लॉकेट चुराने वाला छात्र गिरफ्तार

सिरसा। पुलिस ने राजकीय नेशनल कालेज की लाइब्रेरी से सोने का लॉकेट चोरी करने के मामले में एक छात्र को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी की निशानदेही पर चोरीशुदा लॉकेट भी बरामद कर लिया है। बस स्टैंड पुलिस चौकी प्रभारी ने बुधवार को बताया कि रानियां गेट निवासी सरिता ने पुलिस को शिकायत देकर बताया कि वह नेशनल कॉलेज सिरसा में एलए के पद पर कार्यरत हैं। बीती 10 सितंबर को उसने अपना पर्स कॉलेज की लाइब्रेरी के अंदर रखा था। कुछ समय बाद वापस लौटकर देखा तो पर्स से सोने का लॉकेट गायब था।

सवाल : पोर्टल की तकनीकी खामी या नप अधिकारियों की नाकामी 1.33 करोड़ में सफाई का ठेका फिर भी आधा शहर कूड़े के ढेर में

पुराने 80 कर्मचारियों की नौकरी पर संकट

हरिभूमि न्यूज़ ►► फतेहाबाद

सफाई कर्मचारियों की हड़ताल खत्म हो गई, नया ठेका जारी हो गया और ठेकेदार को वर्क ऑर्डर भी मिल गया, लेकिन शहर की सफाई व्यवस्था अब भी पटरी पर नहीं लौट पाई है। नगर परिषद ने छह माह के लिए एक करोड़ 33 लाख 20 हजार 4 रुपए में नया ठेका दिया है, मगर वर्क ऑर्डर जारी होने के बावजूद नया ठेकेदार अभी तक धरातल पर सफाई व्यवस्था संभालने नहीं उतरा। पुराने ठेके की अवधि समाप्त होने के साथ ही पुराने ठेकेदार ने काम समेट लिया और कर्मचारियों से रेहड़ी-रिक्शा भी वापस ले लिए। ऐसे में हड़ताल के बाद शहर में सफाई व्यवस्था को संभालने के लिए प्रभावी वैकल्पिक व्यवस्था भी नजर नहीं आ रही। शहर के भट्ट रोड, बीघड़ रोड और शहर के बीच से गुजरने वाली जीटी रोड समेत कई हिस्सों में कूड़े के ढेर लगे हैं। हड़ताल के दौरान बिगड़ी व्यवस्था को नया ठेका शुरू होने में हो रही देरी ने और उलड़ा दिया है। अब नगर परिषद की प्रक्रिया पोर्टल की



फतेहाबाद। शहर में सडक किनारे लगे कूड़े के ढेर।

फोटो : हरिभूमि

तकनीकी खामी दूर होने के बाद भी दो से चार दिन लगेंगे

नगर परिषद अधिकारियों के अनुसार पोर्टल की तकनीकी समस्या दूर होने के बाद कर्मचारियों की सूची अपडेट की जाएगी। इसके बाद ठेकेदार सफाई कार्य शुरू करवा सकेगा। अधिकारियों का अनुमान है कि वीरवार को तकनीकी बाधा दूर हो भी जाती है तो शहर की सफाई व्यवस्था को पूरी तरह पटरी पर लौटने में दो से चार दिन और लग सकते हैं। यानी ठेका और वर्क ऑर्डर जारी होने के बावजूद शहरवासियों को तत्काल राहत मिलने के आसार नहीं हैं।

हर 750 मीटर पर एक कर्मचारी की तैनाती

शहर में पांच साल के लंबे सफाई टेंडर की प्रक्रिया उच्चाधिकारियों से संजूरी नहीं मिलने के कारण अभी अटक की हुई है। फिलहाल छह माह के लिए ठेका दिया गया है। नए टेंडर की शर्तों के अनुसार 140 से अधिक सफाई कर्मचारियों को फ़ोल्ड में उतारा जाना है। शहर में प्रत्येक 750 मीटर के दायरे में एक सफाई कर्मचारी की तैनाती का प्रावधान किया गया है।

तकनीकी खामी के कारण अटकी हुई है और इसका सीधा असर शहर की सफाई पर दिखाई दे रहा है। अब शहर वासियों को ऐसा लगने लगा है सफाई का काम नप अधिकारियों के बस की बात नहीं रही।

रोडवेज कर्मचारियों ने मांगों को लेकर सौंपा पत्र, अधिकारियों के रवैये पर रोष



सिरसा। ट्रैफिक मैनेजर को ज्ञापन सौंपते हुए कर्मचारी।

इसमें सभी कर्मचारियों का कहना है कि अगर हम कार्य निरीक्षक के आदेश की पालना नहीं करते हैं तो हमें टाइम रिपोर्ट व निलंबन जैसी धमकियां दी जा रही हैं और अगर आदेशों की पालना करते हैं तो किए गए कार्य का पैसे का भुगतान नहीं

किया जाता। इससे कर्मचारियों में बहुत ज्यादा रोष है, इसलिए सांझा मोर्चा द्वारा मीटिंग से व बातचीत करके से समस्याओं का समाधान करवाने का प्रयास किया जा रहा है। साझा मोर्चा सिरसा की मांग है कि अगर समस्याओं का समाधान नहीं

विवाहिता के आत्महत्या मामले में वांछित काबू

कालांवाली। पुलिस ने दहेज प्रताडना के कारण विवाहिता द्वारा आत्महत्या किए जाने के मामले में वांछित आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि पुलिस को सूचना प्राप्त हुई कि कालांवाली क्षेत्र के एक गांव में विवाहिता की संदिग्ध परिस्थितियों में मौत हो गई है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम ने तत्काल मौके पर पहुंचकर घटनास्थल का निरीक्षण किया, आवश्यक साक्ष्य एकत्रित किए तथा मृतका के परिजनों के बयान दर्ज किए। मृतका के भाई की शिकायत के अनुसार आरोपियों द्वारा उसकी बहन को दहेज के लिए मानसिक व शारीरिक रूप से प्रताड़ित किया जाता था।



गांव मांगेआना चोरों द्वारा खिडक़ी की काटी गई छिद्र।

पिछले हिस्से में बने कमरों के खिड़कियों की ग़्रिल काट दी। इसके बाद अलमारी और संदूकों के ताले तोड़कर सामान खंगाला। सतनाम सिंह ने बताया कि सुबह घर के पीछे जाने पर खिडक़ी की ग़्रिल कटी मिली।



80 पुराने कर्मचारियों की नौकरी पर भी असमंजस

नए ठेकेदार के काम संभालने में देरी के बीच पुराने ठेकेदार के अधीन काम करने वाले करीब 80 कर्मचारियों की नौकरी भी असमंजस में है। कर्मचारियों की मांग है कि उन्हें नए ठेकेदार के अधीन समायोजित किया जाए। शनिवार को दोबारा धरना शुरू होने के बाद डीएससी प्रवीण कुमार मौके पर पहुंचे थे। उन्होंने बख़्तर कर्मचारियों की बहाली करवाई थी और पुराने 80 कर्मचारियों को नए ठेके में समायोजित करने का आश्वासन भी दिया था। बुधवार को नया ठेकेदार नगर परिषद कार्यालय पहुंचा, लेकिन पुराने कर्मचारी पूरे दिन बहाली और सूची में नाम जुड़वाने के लिए कार्यालय के चक्कर काटते रहे। अधिकारियों के अनुसार नए ठेकेदार को अपने अधीन रखे जाने वाले कर्मचारियों की छद्म विभागीय पोर्टल पर करनी है। पोर्टल में तकनीकी दिक्कत के कारण कर्मचारियों का डाटा अपलोड नहीं हो पा रहा है।

पोर्टल पर सूची अपडेट होते ही शुरू होगा काम

नए ठेकेदार द्वारा पोर्टल पर कर्मचारियों की सूची अपडेट की जा रही है। पोर्टल में तकनीकी दिक्कत के कारण डाटा दर्ज करने में समय लग रहा है। आज से मुख्य सडकों की सफाई का काम शुरू करवा दिया गया है। बाकी काम प्रक्रिया पूरी होते ही ठेकेदार द्वारा तुरंत सफाई का काम शुरूवा दिया जाएगा।

- सुरेश चौहान, कार्यकारी अधिकारी, नगर परिषद

2.48 लाख की साइबर ठगी मामले में लखनऊ से दो आरोपियों को किया गिरफ्तार

- लोकेशन और बैंकिंग ट्रॉजेंक्शन की जांच के बाद कारवाई

फतेहाबाद। थाना साइबर क्राइम फतेहाबाद पुलिस ने दो लाख 48 हजार रुपये की ऑनलाइन ठगी के मामले में कार्रवाई करते हुए उत्तर प्रदेश के लखनऊ से दो युवकों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान लखनऊ की पारा कालोनी निवासी प्रहलाद कुमार पुत्र शंभू दयाल तथा आकाश कुमार पुत्र दिलीप कुमार के रूप में हुई है। बुधवार को मामले की जानकारी देते हुए थाना साइबर क्राइम फतेहाबाद



फतेहाबाद। साइबर ठगी मामले में गिरफ्तार लखनऊ के दोनों युवक।

के प्रभारी निरीक्षक राहुल देव ने बताया कि ठोहाना निवासी जसपाल सिंह ने नेशनल साइबर क्राइम पोर्टल पर धोखाधड़ी की शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायतकर्ता ने बताया कि 6 मई 2026 को उसके बैंक खाते तथा विभिन्न क्रेडिट कार्ड्स से

उसकी अनुमति और जानकारी के बिना फर्जी ट्रॉजेंक्शन के जरिए कुल दो लाख 48 हजार रुपये उड़ा लिए गए। पीड़ित ने साइबर पोर्टल पर ऑनलाइन शिकायत दर्ज की। प्राथमिक जांच और बयानों के आधार पर थाना साइबर क्राइम में 8 जून 2026 को बीएनएस की संबंधित धाराओं के तहत केस दर्ज किया गया था। इसके बाद साइबर पुलिस टीम ने तकनीकी साध्यों, मोबाइल लोकेशन और बैंकिंग ट्रॉजेंक्शन की गहनता से डिजिटल जांच करते हुए गिरोह का सुराग लगाया।

मांगों को लेकर कर्मचारी देंगे धरना

सिरसा। जनस्वास्थ्य के कर्मचारी 18 सितंबर को अपनी मांगों को लेकर धरना प्रदर्शन करेंगे। संघ के जिला उपाध्यक्ष जमना प्रसाद ने बताया कि जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग मंडल नंबर दो के कर्मचारियों से संबंधित लंबे अरसे से लंबित मांगों को लेकर विभागीय अधिकारी मूढ़ दर्शक बने हुए हैं। कर्मचारियों की मांगों को लेकर जरा भी गंभीर नहीं है जिसको लेकर कर्मचारियों व संगठन में नाराजगी है। इसी की देखित हुए संगठन द्वारा जिले से जुड़ी सभी ब्रांचों के पदाधिकारियों ने सर्वसम्मति से निर्णय लिया है कि 18 सितंबर को धरना-प्रदर्शन किया जाएगा।

निर्देश तय समय-सीमा के भीतर जानकारी न देने पर सेंटर संचालक होंगे जिम्मेदार

रतिया, जाखल और भट्ट के कोचिंग सेंटरों को 2 दिन की डेडलाइन, सुरक्षा व्यवस्था व सुविधाओं का देना होगा ब्यौरा



जानकारी देते हुए डॉ. सुमित्रा सांगवान।

रिपोर्ट जमा करवाने के सख्त आदेश दिए हैं। खालसा त्रिशताब्दी राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय रतिया की प्राचार्या डॉ. सुमित्रा

हरिभूमि न्यूज़ ►► रतिया/भट्टकलां

हरियाणा सरकार के निर्देशों के तहत फतेहाबाद जिले के उच्चतर शिक्षा अधिकारी ने रतिया और जाखल ब्लॉक में संचालित हो रहे सभी निजी कोचिंग सेंटरों पर नकेल कसनी शुरू कर दी है। प्रशासन ने क्षेत्र के सभी निजी कोचिंग संस्थानों को दो दिन के भीतर अपनी सुरक्षा व्यवस्था और मूलभूत सुविधाओं से संबंधित पूरी

छात्रों की सुरक्षा सुनिश्चित करना उद्देश्य

प्राचार्या डॉ. सुमित्रा सांगवान ने बताया कि कोचिंग सेंटर संचालकों को संस्थान का नाम, संचालक का विवरण, पेयजल व्यवस्था, वेंटिलेशन, इमरजेंसी एजिजेंट तथा फायर सेफ्टी जैसे बेहद महत्वपूर्ण सुरक्षा इंतजामों की विस्तृत रिपोर्ट दो दिन के अंदर स्वयं कॉलेज पहुंचकर देनी होगी। इस कदम का मुख्य उद्देश्य छात्रों की सुरक्षा सुनिश्चित करना है। प्रशासन ने स्पष्ट चेतावनी दी है कि तय समय-सीमा के भीतर जानकारी न देने, देरी करने या किसी भी प्रकार की अचूरी या गलत जानकारी जमा करवाने पर संबंधित कोचिंग सेंटर के संचालक खुद जिम्मेदार होंगे। अधिकारियों ने रतिया और जाखल ब्लॉक के सभी कोचिंग संचालकों से अपील की है कि वे बिना किसी देरी के समय रहते अपना ब्यौरा कॉलेज कार्यालय में जमा करवाएं।

सांगवान ने बताया कि जिला उपायुक्त के पत्र के अनुसार

फतेहाबाद के सभी खंडों के निजी कोचिंग संस्थानों का ब्यौरा जुटाया

भट्टू में कोचिंग सेंटरों का किया निरीक्षण

जिला उपायुक्त के निर्देशों के बाद राजकीय महाविद्यालय, भट्ट कलां के प्राध्यापकों डॉ. सुभाष, डॉ. राजा राम तथा लेफ्टिनेंट दीपक सिहाग ने क्षेत्र में संचालित निजी कोचिंग सेंटरों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उपायुक्त कार्यालय द्वारा मांगी गई आवश्यक सूचनाएं एवं विवरण जुटाए गए। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुभाष ने क्षेत्रवासियों से आह्वान किया है कि निरीक्षण किए गए कोचिंग सेंटरों के अतिरिक्त यदि भट्ट कलां क्षेत्र में कोई अन्य निजी कोचिंग संस्थान संचालित हो रहा है, तो उसकी सूचना दो दिन के अंदर राजकीय महाविद्यालय, भट्ट कलां में उपलब्ध करवाना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि यह सूचना उपायुक्त कार्यालय द्वारा मांगी गई जानकारी के संकलन एवं आवश्यक प्रशासनिक कार्रवाही के लिए उपयोगी होगी।

जा रहा है। रतिया और जाखल ब्लॉक के कोचिंग सेंटरों को अपना

संपूर्ण रिकॉर्ड केटी कॉलेज के कार्यालय में जमा करवाना होगा।



हेल्थ वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब शरीर के सभी ज्वाइंट्स में हो पेन

मेरी उम्र 48 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरे घुटने, कोहनी, अंगुलियों के सभी ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। आंखों के पीछे भी दर्द होता रहता है। कृपया बताएं कि मेरी यह समस्या कैसे ठीक होगी ?

—कुलदीप, रोहतक
जैसा आप बता रहे हैं कि ज्वाइंट्स में दर्द हो रहा है। सामान्य तौर पर यह लक्षण अर्थराइटिस का हो सकता है। पर आप बता रहे हैं कि आंख के पीछे भी दर्द हो रहा है। इसलिए जांच कराए बगैर कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। बेहतर होगा कि आप किसी ऑर्थोपेडिक से संपर्क कर लें। वह एक्स-रे समेत कुछ जांच कराएंगे, जिसके बाद पता पाएगा कि वजह क्या है, उसके बाद ट्रीटमेंट शुरू हो पाएगा। बगैर जांच कराए किसी तरह की दवा फिलहाल न लें। मेरी उम्र 62 वर्ष है। थोड़ा-सा खाना खाते ही मेरा पेट फूलने लगता है। गैस, भारीपन की वजह से परेशानी होने लगती है। इसकी क्या वजह है ? कहीं यह पेट की किसी बीमारी का संकेत तो नहीं ?

—दीपनारायण, रायपुर
उम्र बढ़ाने के साथ इस तरह की समस्याएं देखा जाती हैं। आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है, जिस वजह से यह समस्या आ रही है। सबसे पहले आप अधिक तला-भुना भोजन खाना छोड़ दें। साथ में दौपहर के खाने में दही या छाछ लें और सलाद भी खाएं। रात में खाना हल्का लें और कोशिश करें कि सोने से 3 घंटे पहले खाना खा लें। इस तरह बदलाव करने से अगर राहत मिल जाती है तो ठीक है, नहीं तो आपको एक बार जनरल फिजिशियन से संपर्क करना पड़ेगा। मेरी उम्र 40 वर्ष है। मैंने सुना है कि ब्लड प्रेशर अक्सर बिना लक्षणों के बढ़ता रहता है। ऐसे में हमें कैसे पता चलेगा कि बीपी कम है या ज्यादा ?

—संबित, बिलासपुर
अगर सिर में भारीपन है और घबराहट होती है तो सामान्य तौर पर यह लक्षण अधिक ब्लड प्रेशर का होता है और अगर थकान लगने के साथ सुस्ती लगती है तो यह ब्लड प्रेशर कम होने का लक्षण है। लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। अगर आपको ऐसा फील हो रहा है तो आप रेग्युलर एक हफ्ते तक सुबह और शाम ब्लड प्रेशर जांच कराएं। इससे पता चल जाएगा कि ब्लड प्रेशर आपको है या नहीं। अगर ऐसा है तो आपको डॉक्टर से संपर्क करके दवा लेनी चाहिए। दवा आपको रेग्युलर लेनी पड़ेगी। मेरी उम्र 37 वर्ष है। मैं यह जानना चाहता हूं कि साल में कौन-कौन से हेल्थ टेस्ट मुझे

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

अवेयरनेस

उम्र बढ़ने के साथ चीजें भूलना सामान्य माना जाता है। कभी चरमा कहाँ रखा, किसी का नाम याद न आना या कोई जरूरी सामान भूल जाना, हम सभी के साथ होता है। लेकिन जब भूलने की समस्या लगातार बढ़ने लगे, रोजमर्रा के काम प्रभावित होने लगें और व्यक्ति अपने परिचित लोगों, जगहों या बातों को भी भूलने लगे तो इसे केवल उम्र का असर मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह अल्जाइमर डिजीज के शुरुआती संकेत हो सकते हैं।
अल्जाइमर क्या है: श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट, दिल्ली में डायरेक्टर-न्यूरोलॉजी, डॉ. राजुल अग्रवाल बताते हैं, 'अल्जाइमर एक ऐसी बीमारी है जो धीरे-धीरे दिमाग की कार्यक्षमता को प्रभावित करती है। इसका सबसे ज्यादा असर मेमोरी, सोचने-समझने, बोलने और रोजमर्रा के फैसले लेने की क्षमता पर पड़ता है। यह बीमारी आमतौर पर धीरे-धीरे बढ़ती है और शुरुआती दौर में इसके लक्षण काफी सामान्य लग सकते हैं। यहीं वजह है कि कई बार परिवार के लोग इन्हें उम्र बढ़ने का सामान्य हिस्सा समझकर नजरअंदाज कर देते हैं।'
शुरुआती लक्षण: अल्जाइमर का सबसे आम शुरुआती लक्षण याददाश्त कमजोर होना है। व्यक्ति हाल में हुई बातचीत या घटना भूल सकता है और एक ही सवाल बार-बार पूछ सकता है। सामान किसी जगह रखकर भूल जाना, परिचित रास्ते में भटक जाना, सही शब्द खोजने में परेशानी होना या रोज किए जाने वाले कामों को करने में दिक्कत भी इसके संकेत हो सकते हैं। समय के साथ व्यक्ति को लोगों को पहचानने, पैसे का हिसाब रखने, दवाएं समय पर लेने या अपने जरूरी काम व्यवस्थित करने में

बढ़ती उम्र में मेमोरी लॉस को कॉमन मानते हैं। ऐसा अल्जाइमर डिजीज के कारण भी हो सकता है। लोगों को अल्जाइमर के प्रति जागरूक करने के लिए 21 सितंबर को वर्ल्ड अल्जाइमर-डे मनाया जाता है। इस बीमारी के होने के कारण, लक्षण और उपचार के बारे में आपके लिए यूजफुल सजेरांश।

ओल्ड एज में मेमोरी लॉस हो सकता है अल्जाइमर



परेशानी हो सकती है। कुछ लोगों के व्यवहार और मूड में भी बदलाव देखने को मिलता है। वे ज्यादा चिड़चिड़े, परेशान या दूसरों पर निर्भर हो सकते हैं।

हर भूलने की समस्या अल्जाइमर नहीं: अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, कानपुर में सीनियर कंसल्टेंट-न्यूरोलॉजी, डॉ. जुबेर सरकार क्लीनर करते हैं, 'यह समझना भी जरूरी है कि हर तरह की भूलने की समस्या

अल्जाइमर नहीं होती। तनाव, नींद की कमी, कुछ दवाओं का असर, टिफाइन की कमी, डिप्रेशन और दूसरी स्वास्थ्य समस्याएं भी मेमोरी को प्रभावित कर सकती हैं। इसलिए खुद से बीमारी का निष्कर्ष निकालने के बजाय लगातार या बढ़ती हुई समस्या होने पर डॉक्टर से सलाह लेना बेहतर होता है। इन्हें है अधिक रिसर्क: उम्र बढ़ने के साथ अल्जाइमर का रिस्क बढ़ता है। इसके

दिमाग को बनाए रखें एक्टिव

जिस तरह शरीर को स्वस्थ रखने के लिए एक्सरसाइज जरूरी है, उसी तरह दिमाग को एक्टिव रखना भी फायदेमंद माना जाता है। पढ़ना, नई चीजें सीखना, पहेलियां हल करना, संगीत सुनना, बातचीत करना और परिवार व दोस्तों के साथ समय बिताना मानसिक रूप से एक्टिव रहने में मदद कर सकता है। इसके साथ नियमित वॉक या एक्सरसाइज, पर्याप्त नींद और संतुलित डाइट को अपनी लाइफस्टाइल का हिस्सा बनाना चाहिए। ब्लड प्रेशर, डायबिटीज और कोलेस्ट्रॉल जैसी समस्याओं को कंट्रोल में रखना भी ओवरऑल बेत हेल्थ के लिए महत्वपूर्ण है।



डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. आकाश शाह
यूरो-ऑन्कोलॉजिस्ट, यूरोलॉजिस्ट
कोकिलाबेन आंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

जब घर में कोई उम्रदराज पुरुष रात में दो-तीन बार या इससे अधिक बार पेशाब करने के लिए उठने लगे या शिकायत करें कि उसे पेशाब करने में दिक्कत होती है, तो अमुक व्यक्ति और उसके परिजनों के मन में सबसे पहला सवाल अकसर यही आता है, 'कहीं यह प्रोस्टेट कैंसर तो नहीं है?' यह चिंता बिल्कुल स्वाभाविक है, लेकिन अच्छी बात यह है कि ज्यादातर मामलों में ऐसा नहीं होता है।

क्या है प्रोस्टेट ग्लैंड प्रॉब्लम

प्रोस्टेट पुरुषों में मूत्राशय (यूरिनरी ब्लैडर) के ठीक नीचे स्थित अखरोट के आकार की एक छोटी ग्रंथि है। उम्र बढ़ने के साथ इसमें स्वाभाविक रूप से बदलाव आते हैं और इनमें से अधिकांश बदलाव कैंसर से संबंधित नहीं होते हैं। यह शरीर का सामान्य बदलाव है, जिस पर थोड़ा ध्यान देने की जरूरत होती है।

हो सकती हैं ये प्रॉब्लम्स

प्रोस्टेट से जुड़ी अधिकांश समस्याओं के पीछे दो गैर-कैंसरकारी (बेनाइन) स्थितियां होती हैं। **बेनाइन प्रोस्टेटिक हाइपरप्लासिया:** बीपीएच उम्र बढ़ने के साथ प्रोस्टेट के स्वाभाविक रूप से बढ़ने की स्थिति है। जब प्रोस्टेट बड़ा होता है, तो यह मूत्रमार्ग (यूरेथ्रा) पर दबाव डाल सकता है। इससे ये समस्याएं हो सकती हैं:

- पेशाब की धार रुक-रुक कर आना।
- पेशाब शुरू करने में परेशानी।
- बार-बार पेशाब लगना।
- ऐसा महसूस होना कि मूत्राशय पूरी तरह खाली नहीं हुआ है।

प्रोस्टेटाइटिस: यह प्रोस्टेट में सूजन या संक्रमण की स्थिति है। बीपीएच के विपरीत, यह कम उम्र के पुरुषों को भी हो सकती है। इसके लक्षणों में शामिल हो सकते हैं:

- पैल्विस या कमर के निचले हिस्से में दर्द।
- पेशाब करते समय परेशानी या दर्द।
- कभी-कभी बुखार होना।

शुरुआती संकेतों पर दें ध्यान

- रात में कई बार पेशाब करने के लिए उठना।
- पेशाब की धार का कमजोर, रुक-रुक कर या शुरू होने में देर से आना।
- अचानक तेज पेशाब लगना और उसे रोकने में परेशानी होना।
- पेट के निचले हिस्से या पैल्विस में लगातार हल्का दर्द।
- किसी भी समय पेशाब में खून आना। इसे कभी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।
- इन लक्षणों को नजरअंदाज न करें। यूरोलॉजिस्ट से सलाह लेना उचित है।

क्या है पीएसए टेस्ट

पीएसए जांच प्रोस्टेट की देखभाल में बहुत

उम्र बढ़ने के साथ पेशाब से जुड़ी समस्याएं बहुत आम हैं। ऐसा प्रोस्टेट ग्लैंड में प्रॉब्लम की वजह से हो सकता है। आपकी प्रॉब्लम न बढ़े और उसका प्रॉपर ट्रीटमेंट हो सके, इसके लिए बिना घबराए जल्द से जल्द जांच करवाना जरूरी है। प्रोस्टेट कैंसर अवेयरनेस मंथ (सितंबर) के मौके पर आपको यहां डिटेल में बता रहे हैं प्रोस्टेट से जुड़ी कई प्रॉब्लम्स के बारे में।

प्रोस्टेट प्रॉब्लम घबराएं नहीं कराएं प्रॉपर चेकअप-ट्रीटमेंट



उपयोगी है, लेकिन इसे अकसर गलत समझा जाता है। यह प्रोस्टेट द्वारा बनाए जाने वाले एक प्रोटीन को मापती है। डॉक्टर पीएसए के परिणाम को शारीरिक जांच और कभी-कभी एमआरआई जैसी इमेजिंग जांच के साथ देखकर पूरी स्थिति समझते हैं। केवल पीएसए के आधार पर यह तय नहीं किया जा सकता कि कैंसर है या नहीं।

आमतौर पर 50 वर्ष से अधिक उम्र के पुरुषों को अपने डॉक्टर से पीएसए स्क्रीनिंग के बारे में बात करनी चाहिए। यदि परिवार में प्रोस्टेट कैंसर का इतिहास है, तो 40-45 वर्ष की उम्र से ही डॉक्टर से स्क्रीनिंग के समय और आवश्यकता के बारे में सलाह लेना उचित हो सकता है।

बढ़े हुए प्रोस्टेट का इलाज

इलाज पूरी तरह इस बात पर निर्भर करता है कि लक्षण आपको कितनी परेशानी दे रहे हैं।
हल्के लक्षण: हल्के लक्षणों में अकसर तुरंत

इलाज की जरूरत नहीं होती। डॉक्टर की निगरानी में कुछ सरल बदलाव मदद कर सकते हैं।

- शाम के समय अधिक मात्रा में पानी पीने से बचना।
- कैफ़ीन और शराब का सेवन कम करना।
- समय-समय पर लक्षणों की निगरानी करना।

जब लक्षण ज्यादा परेशान करने लगें, तो ऐसी स्थिति में दवाएं मदद कर सकती हैं। अल्फा-ब्लॉकर्स दवाएं प्रोस्टेट और मूत्राशय के आसपास की मांसपेशियों को रिलैक्स करती हैं, जिससे पेशाब का प्रवाह बेहतर हो सकता है।

कुछ अन्य दवाएं कई महानों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

गंभीर लक्षण: गंभीर लक्षणों की स्थिति में प्रक्रिया या सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है।
टीयूआरपी- (ट्रांस्युरेथ्रल रीसेक्शन ऑफ द प्रोस्टेट) में पेशाब के रास्ते को रोकने वाले अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है।

लेजर तकनीक होलेप- हॉलमियम लेजर

मिथ और उससे रिलेटेड फैक्ट

मिथ: पेशाब करने में कोई भी बदलाव प्रोस्टेट कैंसर का संकेत है।

तथ्य: पेशाब से जुड़ी अधिकांश समस्याएं बीपीएच या संक्रमण जैसी गैर-कैंसरकारी स्थितियों के कारण होती हैं, कैंसर के कारण नहीं। सही अंतर केवल उचित चिकित्सकीय जांच से ही पता चल सकता है। इसलिए

शुरुआती बदलाव देखकर घबराने की जरूरत नहीं है।

मिथ: पीएसए का स्तर बढ़ा है, इसका मतलब निश्चित रूप से कैंसर है।
तथ्य: पीएसए (प्रॉस्टेट-स्पेसिफिक एंटीजन) एक रक्त जांच है, यह अपने आप में कैंसर का कंफर्मेशन नहीं है। पीएसए का स्तर कुछ कारणों से भी बढ़ सकता है। पीएसए बढ़ने का मतलब केवल इतना है कि डॉक्टर को आगे और जांच की जरूरत हो सकती है, जैसे दोबारा पीएसए जांच, इमेजिंग या कभी-कभी बायोप्सी। इसका मतलब यह नहीं है कि कैंसर की पुष्टि हो गई है।



महानों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

गंभीर लक्षण: गंभीर लक्षणों की स्थिति में प्रक्रिया या सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है।
टीयूआरपी- (ट्रांस्युरेथ्रल रीसेक्शन ऑफ द प्रोस्टेट) में पेशाब के रास्ते को रोकने वाले अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है।

कुछ अन्य दवाएं कई महानों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

गंभीर लक्षण: गंभीर लक्षणों की स्थिति में प्रक्रिया या सर्जरी की जरूरत पड़ सकती है।
टीयूआरपी- (ट्रांस्युरेथ्रल रीसेक्शन ऑफ द प्रोस्टेट) में पेशाब के रास्ते को रोकने वाले अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है।

कुछ अन्य दवाएं कई महानों में प्रोस्टेट का आकार कम करने में मदद कर सकती हैं।

- कंधों और बांहों तक दर्द फैलना।
- मांसपेशियों में ऐंठन होना।
- डिस्क से जुड़ी समस्याएं।
- नसों पर दबाव महसूस होना।
- सर्वाइकल स्पोडिलाइसिस की समस्या।

मिडएज में बढ़ती है समस्या: 40 वर्ष से अधिक आयु के लोगों में, विशेष रूप से डायबिटीज से पीड़ित लोगों में, कंधे के जोड़ का अकड़ जाना, जिसे आमतौर पर फ्रोजन शोल्डर कहा जाता है, अकसर देखा जाता है, जो दैनिक गतिविधियों को काफी हद तक सीमित कर सकता है।
आयुर्वेदिक उपचार का तरीका: आयुर्वेद इन विकारों को मुख्य रूप से वात असंतुलन के अंतर्गत रखता है, जो मांसपेशियों, हड्डियों, स्नायु तथा संधियों को प्रभावित करता है। इसलिए, आयुर्वेदिक दृष्टिकोण केवल अस्थायी दर्द से राहत पाने तक सीमित नहीं है। इसका उद्देश्य उचित जीवनशैली, पोषिक और संतुलित आहार, औषधियों और विशेषकर पंचकर्म चिकित्सा के माध्यम से मूल

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

एनुक्लिपेशन ऑफ द प्रोस्टेट में भी अतिरिक्त प्रोस्टेट टिश्यू को हटाया जाता है और कई मामलों में रक्तस्राव कम तथा अस्पताल में रहने का समय कम हो सकता है।

अगर कंफर्म हो प्रोस्टेट कैंसर

यदि प्रोस्टेट कैंसर कंफर्म हो जाता है तो यह समझना जरूरी है कि हर मरीज को तुरंत इलाज की जरूरत नहीं होती है। इसमें नियमित पीएसए-जांच, स्कैन और जरूरत पड़ने पर दोबारा बायोप्सी के माध्यम से कैंसर की निगरानी की जाती है।

रोबोटिक सर्जरी: जब सक्रिय इलाज की जरूरत होती है, तो प्रोस्टेट कैंसर के लिए नई तकनीकों से युक्त अस्पतालों में रोबोटिक-असिस्टेड रॉडिकल प्रोस्टेक्टोमी के जरिए उपचार किया जाता है। इस सर्जरी के संभावित लाभों में शामिल हैं:

- सर्जरी के दौरान काफी कम रक्तस्राव।
- ऑपरेशन के बाद जल्दी घाव भरना।
- अस्पताल में कम समय रुकना और दैनिक गतिविधियों में जल्दी वापसी।
- पेशाब पर नियंत्रण और यौन क्षमता से जुड़ी



महत्वपूर्ण नसों को बचाने की बेहतर संभावना।
एचआईएफ्यू और फोकल थेरेपी: इसके अंतर्गत केवल जरूरत वाले हिस्से का इलाज किया जाता है। पूरे प्रोस्टेट को निकालने के बजाय एचआईएफ्यू में केंद्रित अल्ट्रासाउंड ऊर्जा का इस्तेमाल करके प्रोस्टेट के केवल कैंसर वाले हिस्से को गर्म करके नष्ट करने का प्रयास किया जाता है, ताकि आसपास के स्वस्थ टिश्यू को बचाया जा सके।

प्रोस्टेट कैंसर से बचाव

प्रोस्टेट की बीमारी को रोकने का कोई 100 प्रतिशत निश्चित तरीका नहीं है, लेकिन स्वस्थ जीवनशैली निश्चित रूप से प्रोस्टेट कैंसर से बचाव में मदद कर सकती है। इसके लिए सब्जियों, फलों और साबुत अनाज से भरपूर भोजन करें। नियमित रूप से व्यायाम करें। अत्यधिक चिकनाई युक्त या अत्यधिक वसायुक्त खाद्य पदार्थों का कम से कम सेवन करें। धूम्रपान से दूर रहें। ये आदतें लंबे समय तक प्रोस्टेट और पूरे शरीर के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हैं। *

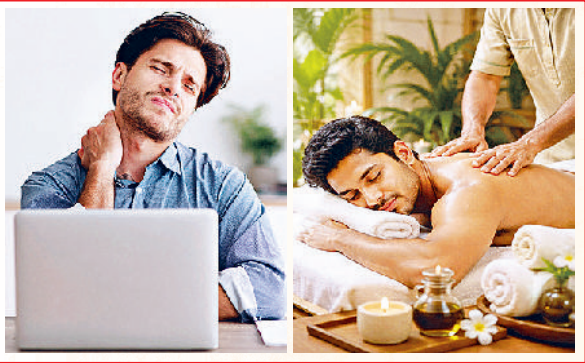
प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

फिटनेस

अजेश कुमार

आज के दौर में टीन, मिड और ओल्ड एज के लोगों में गर्दन और कंधे के दर्द की समस्या सामान्य होती जा रही है। इससे राहत पाने के लिए आप आयुर्वेदिक उपचार का सहारा ले सकते हैं। यह उपचार कैसे काम करता है, जानिए।

गर्दन-कंधे में लगातार दर्द आयुर्वेदिक उपचार है प्रभावी



असंतुलन को ठीक करना है।

दैनिक आदतें और प्राकृतिक देखभाल: इस अवस्था में सरल दैनिक आदतें दर्द को रोकने और प्रबंधित करने में महत्वपूर्ण प्रभाव ला सकती हैं।

सही मुद्रा बनाए रखें: काम करते समय सीधी मुद्रा बनाए रखें, अपने कंप्यूटर स्क्रीन को आंखों के स्तर पर रखें और मोबाइल फोन का उपयोग करते समय गर्दन को लंबे समय तक झुकाने से बचें।

कार्य के बीच में आराम: गर्दन, कंधों और ऊपरी पीठ की हल्की स्ट्रेचिंग के लिए हर 30-40 मिनट में 2-3 मिनट का ब्रेक लें। आयुष मंत्रालय द्वारा सुझाए गए 5 मिनट योग प्रोटोकॉल की इसमें महत्वपूर्ण भूमिका है।

अपनाएं स्वस्थ जीवनशैली: पर्याप्त जल का सेवन, अच्छी नींद, नियमित शारीरिक गतिविधि और तनाव प्रबंधन भी समस्या से राहत दिलाने में बहुत महत्वपूर्ण हैं।

पंचकर्म द्वारा राहत: उचित मार्गदर्शकों में आयुर्वेदिक औषधियों

तैलों, जैसे-महानारायण तैलम से 5-10 मिनट की हल्की मालिश कठोर मांसपेशियों को आराम देने और लक्षणों से राहत दिलाने में मदद कर सकती है। साथ ही ग्रीवा बस्ति के द्वारा इसमें दीर्घकालीन लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

कब लें चिकित्सा सहायता: लगातार रहने वाले दर्द को कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यदि गर्दन या कंधे के दर्द के साथ झुनझुनी, सुनपन, हाथों में कमजोरी, बांह उठाने में कठिनाई, कंधे की गति में गंभीर प्रतिबंध, या बांह में दर्द का फैलना जैसे लक्षण जुड़े हैं, तो चिकित्सीय सलाह आवश्यक है। समय पर निदान और चिकित्गत उपचार के साथ, आयुर्वेद गतिशीलता को बहाल करने, दर्द को कम करने, उसके दोबारा होने को रोकने और जीवन की समग्र गुणवत्ता को बढ़ाने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। *

(वरिष्ठ चिकित्साधिकारी-आयुर्वेद, डॉ. अमित भट्ट से बातचीत पर आधारित)



ख़बर संक्षेप

संगठन विस्तार के लिए भरे जाएंगे फॉर्म

सिरसा। महिला कांग्रेस संगठन सृजन अभियान के अंतर्गत 17 और 18 सितंबर को बेगू रोड स्थित जिला कांग्रेस भवन में पार्टी की महिला विंग में नई कार्यकारिणी के गठन को लेकर सीधे आवेदन लिए जाएंगे। इस अभियान के तहत ऑब्जर्वर किरणदीप ग्रेवाल दो दिन तक कांग्रेस भवन में मौजूद रहेंगी। कांग्रेस जिला अध्यक्ष संतोष बेनीवाल ने बताया कि पार्टी में पद पाने की इच्छुक और जमीनी स्तर पर सक्रिय महिला कार्यकर्ताओं से सीधा संवाद किया जाएगा।

शहीद बाबा जीवन सिंह चौक का नवीनीकरण कार्य शुरू

सिरसा। जयधेदार बाबा मेजर सिंह सोढ़ी ने गौशाला रोड पर स्थित शहीद बाबा जीवन सिंह चौक के नवीनीकरण/ गुंबद कार्य की शुरुआत की। कार्यक्रम के दौरान बाबा जीवन सिंह के जीवन, त्याग एवं समाज के प्रति उनके योगदान को याद करते हुए उनके आदर्शों से प्रेरणा लेने का आह्वान किया गया। जयधेदार मेजर सिंह ने कहा कि चौक के नवीनीकरण से क्षेत्र की सुरक्षा में निखार आएगा तथा आमजन को ऐसे महान योद्धाओं की कुर्बानियां याद रहेंगी।

सिमरन ने वेटलिफ्टिंग में जीता रजत पदक

सिरसा। खारियां पब्लिक स्कूल की खिलाड़ी सिमरन ने यमुनानगर में आयोजित 59वीं राज्य स्तरीय वेटलिफ्टिंग चैंपियनशिप में अंडर-19 आयु वर्ग में शानदार प्रदर्शन करते हुए रजत पदक हासिल किया। कोच मुकेश नेहरा ने सिमरन को बधाई देते हुए कहा कि उसने मेहनत, लगन और निरंतर अभ्यास के दम पर यह उपलब्धि हासिल की है। स्कूल प्रिंसिपल संदीप कौर और निदेशक कृष्ण नैन ने भी सिमरन को शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि उसकी सफलता से अन्य विद्यार्थियों को भी खेलों में आगे बढ़ने की प्रेरणा मिलेगी।

हेरोइन सहित बाइक सवार युवक दबोचा

सिरसा। सीआईएफ़ ऐलनाबाद पुलिस ने रानियां क्षेत्र से बाइक सवार एक युवक को हजारों रूपए की 14 ग्राम 160 मिलीग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। सीआईएफ़ ऐलनाबाद प्रभारी संदीप सिंह ने बताया कि पुलिस टीम रात और चेकिंग के दौरान रानियां क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान सामने से एक बाइक सवार युवक आता दिखाई दिया। जैसे ही उसकी नजर पुलिस टीम पर पड़ी तो वह अचानक बाइक को वापस मोड़कर वहां से निकलने का प्रयास करने लगा।

महिला कॉलेज में निबंध प्रतियोगिता 22 को

फतेहाबाद। चौधरी मनीराम गोदारा राजकीय महिला कॉलेज, भोडिया खेड़ा द्वारा जिला निर्वाचन कार्यालय के दिशा-निर्देशन में 22 सितंबर को जिला स्तरीय निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। इस प्रतियोगिता का मुख्य विषय युवा भागीदारी, सजीव लोकतंत्र की कुंजी रखा गया है। प्रतियोगिता का आयोजन कॉलेज के कॉफ़्रेस हाल में होगा, जिसके लिए एड्जुअल रिश्क्या 22 सितंबर सुबह 9.30 बजे शुरू होगी। इस जिला स्तरीय निबंध प्रतियोगिता में जिले के सभी राजकीय, राजकीय सहायता प्राप्त एवं निजी महाविद्यालयों के विद्यार्थियों को आमंत्रित किया गया है।

विभिन्न प्रतियोगिताओं में जीते पुरस्कार

सिरसा। चौ. देवीलाल विश्वविद्यालय में आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में प्रतिज्ञा ने प्रथम तथा तमन्ना ने द्वितीय पुरस्कार प्राप्त किया। विजुअल रिश्क्या प्रतियोगिता में प्रतिज्ञा ने प्रथम, तरुण ने द्वितीय तथा यशस्वी ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया। प्रथम प्रतियोगिता में टीम डी ने क्रय पुरस्कार प्राप्त किया जिसमें दिव्या, पायल, हंसराज तथा कुसुम शामिल रहे।

प्रस्तुति पर श्रद्धालुओं ने तालियां बजाकर कलाकारों का किया उत्साहवर्धन

गणेश उत्सव में आयोजन स्थल पर श्रद्धा और भक्ति का माहौल बना रहा

हरिभूमि न्यूज़ ►►फतेहाबाद

शहर में इन दिनों गणेश उत्सव की धूम है। गणेश उत्सव के पावन अवसर पर ओम नमो: ग्गुप ने लाजपत नगर में सुंदरकांड पाठ और भजन संध्या का आयोजन किया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लेकर भगवान श्रीराम और हनुमान जी की भक्ति का आनंद लिया। टी-सीरीज कलाकार भारत टुटेजा की भजन प्रस्तुतियों ने आयोजन को विशेष बना दिया, जिन पर श्रद्धालु झूमते और नृत्य करते नजर आए। कार्यक्रम का शुभारंभ अतिथि पार्षद नीलम रानी और सविता टुटेजा ने विधिवत ज्योति प्रज्वलित कर किया। अतिथियों ने सुंदरकांड पाठ में उपस्थित होकर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। इस दौरान आयोजन स्थल पर श्रद्धा और भक्ति का माहौल बना रहा। कार्यक्रम में टी-सीरीज कलाकार भारत टुटेजा ने भजनों



फतेहाबाद। अतिथियों को सम्मानित करते ओम नमो ग्गुप के सदस्य तथा इंद्रा नगर में आयोजित गणेश महोत्सव में उपस्थित श्रद्धालु।

की प्रस्तुति देकर समां बांध दिया। उनकी प्रस्तुतियों पर श्रद्धालु झूमने और नृत्य करने लगे। उन्होंने 'राम आएंगे तो आंगना सजाऊंगी' और 'राधे-राधे बोल, श्याम आएंगे' सहित विभिन्न भजनों की प्रस्तुति दी, जिससे पूरा आयोजन स्थल भक्तिमय संगीत से गुंज उठा। कलाकार की प्रस्तुति पर श्रद्धालुओं ने उत्साहपूर्वक तालियां बजाकर उनका उत्साहवर्धन किया। इस अवसर पर ओम नमो: ग्गुप के बच्चों ने भारत टुटेजा का स्वागत एवं अभिनंदन किया। मंडल के सदस्यों ने कलाकार और कार्यक्रम में पहुंचे अतिथियों का आभार व्यक्त किया। आयोजकों ने कहा कि धार्मिक आयोजनों का उद्देश्य समाज में आध्यात्मिक वातावरण के साथ-साथ आपसी भाईचारे और सद्भाव की भावना को मजबूत करना है। कार्यक्रम के दौरान ख्वाहिश आहूजा, आशीष, भारत, तुषार, चंदन, पीयूष, अंश और सोरभ सहित ओम नमो: ग्गुप के अन्य सदस्य मौजूद रहे। सदस्यों ने गणेश उत्सव के आगामी कार्यक्रमों को



फतेहाबाद। अतिथियों को सम्मानित करते ओम नमो ग्गुप के सदस्य तथा इंद्रा नगर में आयोजित गणेश महोत्सव में उपस्थित श्रद्धालु।

घोती-पगड़ी वाले गणेश जी बने आकर्षण का केंद्र

फतेहाबाद। शहर की इंद्रा नगर स्थित रेगार धर्मशाला में दूसरे गणेश महोत्सव में स्थापित धोती व पगड़ी वाले गणेश जी महाराज आकर्षण का केंद्र बने हुए हैं। यहां स्थापित गणेश जी महाराज की प्रतिमा का आलौकिक श्रृंगार जोनी गढलौत ने किया है। धोती व पगड़ी पहने गणेश जी महाराज को देखने श्रद्धालु रोज पहुंच रहे हैं। उल्लेखनीय है कि यहां गणेश जी की स्थापना 14 सितंबर को हुई थी और इसका विसर्जन 22 सितंबर को होगा। यह गणेश उत्सव इंद्रा नगर के युवाओं के द्वारा किया जा रहा है ताकि युवा धर्म से जुड़े और नशे से दूर रहे। इस दौरान युवा दीपक डीके, पारुल जोड़िया, संजू, अजय, शिवम, सुमित, राहुल, नवीन, डिंपल व रोहित आदि मौजूद रहे।

भौ सफल एवं भव्य बनाने के लिए पूरी निष्ठा और समर्पण के साथ कार्य करने का संकल्प लिया।

आयोजन के समापन पर सभी श्रद्धालुओं एवं सहयोगियों का आभार व्यक्त किया गया।

परिवार नियोजन को लेकर छात्राओं ने निकाली जागरूकता रैली

हरिभूमि न्यूज़ ►►सिरसा

परिवार नियोजन कार्यक्रम के तहत पुरुषों की भागीदारी बढ़ाने और आमजन को परिवार नियोजन के स्थायी साधनों के प्रति जागरूक करने के उद्देश्य से राजकीय एएनएम प्रशिक्षण स्कूल की छात्राओं द्वारा जागरूकता रैली निकाली गई। रैली को सिविल सर्जन डॉ. पवन कुमार ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। इस दौरान स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों एवं कार्यचारियों ने भी लोगों को परिवार नियोजन के महत्व के बारे में जानकारी दी। सिविल सर्जन डॉ. पवन कुमार ने बताया कि दंपतियों के प्रजनन स्वास्थ्य में सुधार लाने के लिए पुरुषों की सहभागिता अत्यंत महत्वपूर्ण है। स्वस्थ एवं खुशहाल परिवार की दिशा में पुरुषों की भूमिका महत्वपूर्ण मानी जाती है। उन्होंने बताया कि पुरुष नसबंदी करवाने पर 1,400 रुपये की प्रोत्साहन राशि प्रदान की जाती है। इस अवसर पर डीपीएस राजकुमार, दर्शन, नर्सिंग ऑफिसर सोमा, केन्द्राध्य परामर्शदाता राहुल सहित एएनएम प्रशिक्षण स्कूल का स्टाफ छत्राएं उपस्थित थीं।



सिरसा। जागरूकता रैली को झंडी दिखाकर रवाना करते सीएमओ।

परिवार नियोजन प्रमारी ने दी जानकारी

उप सिविल सर्जन एवं परिवार नियोजन प्रमारी डॉ. भारत भूषण मित्तल ने नागरिक अस्पताल में कहा कि पखवाड़े के दौरान लोगों को परिवार नियोजन के विभिन्न साधनों के बारे में जानकारी दी जा रही है। डॉ. भारत भूषण मित्तल ने पुरुष नसबंदी को लेकर लोगों में व्याप्त भ्रांतियों को दूर करते हुए कहा कि इस प्रक्रिया के बाद पुरुषत्व पर किसी प्रकार का प्रतिकूल प्रभाव नहीं पड़ता और न ही नैतिक क्लेशता में किसी तरह की कमजोरी आती है। उन्होंने बताया कि पुरुष नसबंदी की यह प्रक्रिया सरल होती है, इसमें सामान्यतः चौरा और टांके की आवश्यकता नहीं होती तथा प्रक्रिया में लगभग 10 मिनट का समय लगता है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा इच्छुक पुरुषों को प्रक्रिया से संबंधित आवश्यक जानकारी और सुविधा उपलब्ध करवाई जा रही है। जिला परामर्शदाता कमल कक्कड़ ने बताया कि स्वास्थ्य विभाग द्वारा पुरुषों को परिवार नियोजन में भागीदारी के लिए प्रोत्साहित करने हेतु पुरुष नसबंदी पर 2 हजार रुपये की प्रोत्साहन राशि दी जाती है, जबकि महिला नसबंदी करवाने पर 1,400 रुपये की प्रोत्साहन राशि प्रदान की जाती है। इस अवसर पर डीपीएस राजकुमार, दर्शन, नर्सिंग ऑफिसर सोमा, केन्द्राध्य परामर्शदाता राहुल सहित एएनएम प्रशिक्षण स्कूल का स्टाफ छत्राएं उपस्थित थीं।

सेवा संकल्प अभियान के तहत आज होंगे विभिन्न जागरूकता कार्यक्रम

सिरसा। सेवा संकल्प अभियान के तहत 17 सितंबर से 17 अक्टूबर तक पूरे हरियाणा में विभिन्न जनकल्याणकारी एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इसी कड़ी में सिरसा जिले में 17 सितंबर को विभिन्न विभागों द्वारा अनेक गतिविधियां आयोजित होंगी। अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने बताया कि लोक निर्माण विश्राम गृह सिरसा में 'आशीर्वाद का दीया' कार्यक्रम के तहत दीप प्रज्वलित किए जाएंगे। वहीं शिक्षा विभाग द्वारा स्कूलों में चित्रकला प्रतियोगिता, नगर निकायों द्वारा स्वच्छता पखवाड़े का शुभारंभ सहित कई कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। अभियान के तहत जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा जल संरक्षण एवं जल-सफाई कार्यों की शुरुआत और जल प्रतिज्ञा, जबकि अयुध विभाग द्वारा वरिष्ठ नागरिक कल्याण शिविर आयोजित किया जाएगा। जिला नागरिक अस्पताल में रक्तदान शिविर के अलावा जिला रेडक्रॉस सोसायटी द्वारा नागरिक अस्पताल डबवाली में भी रक्तदान शिविर लगाया जाएगा। वहीं विभिन्न तहसीलों के गांवों में 'आशीर्वाद का दीया' कार्यक्रम के साथ पौधारोपण जैसी गतिविधियां भी आयोजित की जाएंगी। उन्होंने बताया कि 17 अक्टूबर तक चलने वाले इस अभियान के दौरान पहले स्कूल स्तर पर 17 और 19 सितंबर को चित्रकला और भाषण प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी। इसके बाद जिला स्तरीय प्रतियोगिता का भी आयोजन किया जाएगा। इसके अलावा ब्लॉक स्तर पर शिविर लगाए जाएंगे जिसमें विभिन्न विभाग न केवल संबंधित योजनाओं की जानकारी देंगे, बल्कि पंजीकरण करते हुए उनकी समस्या या आवेदन का मौके पर निपटान सुनिश्चित करेंगे।

विश्व ओजोन दिवस पर पर्यावरण संरक्षण के कानूनी प्रावधानों से कराया अवगत

सिरसा। विश्व ओजोन दिवस पर छात्राओं को हरिभूमि न्यूज. सिरसा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा विश्व ओजोन दिवस के अवसर पर राजकीय महिला महाविद्यालय में विधिक जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। महाविद्यालय के प्रेस प्रवक्ता डॉ. कपिल कुमार सैनी ने बताया कि शिविर में पैनल अधिवक्ता शारदा कुमारी तथा पैरा लीगल वालंटियर विनोद कुमार ने जुड़े विभिन्न कानूनी पहलुओं की जानकारी प्रदान की। उन्होंने बताया कि पर्यावरण केवल प्राकृतिक संसाधनों का विषय नहीं है, बल्कि प्रत्येक नागरिक के जीवन, स्वास्थ्य और भविष्य से सीधे जुड़ा



सिरसा। कानूनी जागरूकता शिविर में भाग लेती छात्राएं।

पर्यावरण के प्रति जागरूक नागरिक बनें : शारदा कुमारी

अधिवक्ता शारदा कुमारी ने विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण से संबंधित कानूनी अधिकारों और नागरिक दायित्वों के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि स्वच्छ एवं स्वस्थ पर्यावरण का प्रश्न व्यक्ति के जीवन और स्वास्थ्य से जुड़ा हुआ है। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे अपने अधिकारों के साथ-साथ अपने कर्तव्यों के प्रति भी सजग रहें तथा पर्यावरण को नुकसान पहुंचाने वाली गतिविधियों के प्रति जागरूक नागरिक की भूमिका निभाएं।

हुआ अधिकार है। वक्ताओं ने विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण अधिनियम, प्रदूषण नियंत्रण से

संबंधित प्रावधानों तथा पर्यावरणीय दायित्वों के बारे में विस्तार से जानकारी दी।

विशेषज्ञ एवं मुख्य प्रशिक्षक प्रीति भाटिया, सिरसा ने छात्राओं को विभिन्न तकनीकों एवं आकर्षक डिजाइनों की जानकारी दी। उन्होंने मैक्रेमे के माध्यम से सजावटी वस्तुएं एवं उपयोगी उत्पाद तैयार करने की प्रक्रिया को चरणबद्ध तरीके से समझाया। छात्राओं को विभिन्न प्रकार की गांठों, धागों के चयन, डिजाइन संयोजन तथा आकर्षक फिनिशिंग के बारे में भी व्यवहारिक जानकारी प्रदान की गई। साथ ही विशेषज्ञ ने आधुनिक एवं रचनात्मक शैलियों का प्रशिक्षण दिया।



सिरसा। प्रतियोगिता के विजेता रहे विद्यार्थी।

फोटो : हरिभूमि

सीडीएलयू में हुआ कार्यक्रम गणेश चतुर्थी पर हुई भजन गायन प्रतियोगिता

हरिभूमि न्यूज़ ►►सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के संगीत विभाग द्वारा गणेश चतुर्थी के पावन अवसर पर एकल भजन गायन प्रतियोगिता का आयोजन श्रद्धा एवं भक्तिमय वातावरण में किया गया। प्रतियोगिता में संगीत विभाग के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए विभिन्न भजनों एवं भक्तिमय गीतों की एकल प्रस्तुतियां दीं। सहायक प्राध्यापक डॉ. दीपक वर्मा ने राग शहाना एवं सूलताल में निबद्ध गणेश स्तुति की प्रस्तुति दी। यह प्रस्तुति भारतीय शास्त्रीय संगीत की पारंपरिक धुरपद बानी पर आधारित थी, जिसने कार्यक्रम को गरिमामय एवं शास्त्रीय स्वरूप प्रदान किया। प्रतियोगिता के दौरान विद्यार्थियों ने एकल गायन के माध्यम से अपनी स्वर-साधना, संगीतात्मक स्वरूप एवं

विद्यार्थियों ने विभिन्न भजनों एवं भक्तिमय गीतों की एकल प्रस्तुतियां दीं

■ प्रभावशाली संगति ने प्रस्तुतियों के लयात्मक एवं संगीतिक सौंदर्य को और निखारा

भावभाव्यव्यक्ति का प्रभावशाली प्रदर्शन किया। विभिन्न प्रस्तुतियों में हर्ष भित्वा, राजवीर, हर्षचंदर एवं प्रतिष्ठा ने वाद्य यंत्रों पर उत्कृष्ट संगति प्रदान करते हुए प्रतिभागी विद्यार्थियों का साथ दिया। उनकी प्रभावशाली संगति ने प्रस्तुतियों के लयात्मक एवं संगीतिक सौंदर्य को और निखारा।

कार्यक्रम में संगीत विभाग के विद्यार्थियों के साथ-साथ विश्वविद्यालय के अन्य विभागों के विद्यार्थी भी श्रोता के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने विद्यार्थियों की प्रस्तुतियों की सराहना करते हुए उनका उत्साहवर्धन किया।



न्यूज़ डायरी

विभिन्न योजनाओं व सीएम विडो मामलों की समीक्षा

सिरसा। अतिरिक्त उपायुक्त अर्पित संगल ने बुधवार को पीएम विश्वकर्म योजना, पीएम स्वनिधि योजना, मुख्यमंत्री अरवोदय परिवार उत्थान योजना तथा सीएम विडो से संबंधित मामलों के संबंध में डीएलआरसी की बैठक ली। बैठक में विभिन्न सरकारी योजनाओं की प्रगति, लाभार्थियों के लंबित मामलों तथा बैंकों के स्तर पर लंबित ऋण आवेदनों को लेकर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक में एलडीएम संजीव कुमार, नाबार्ड के प्रबंधक स्वरदीप सिंह सहित जिले के विभिन्न बैंकों के प्रबंधक एवं अन्य अधिकारी उपस्थित रहे। एडीसी अर्पित संगल ने कहा कि सरकार की कल्याणकारी योजनाओं का मुख्य उद्देश्य पात्र नागरिकों को आर्थिक रूप से सशक्त बनाना और उन्हें स्वरोजगार के अवसर उपलब्ध करवाना है। उन्होंने विशेष रूप से पीएम विश्वकर्म और पीएम स्वनिधि योजना के तहत आने वाले आवेदनों की नियमित समीक्षा करने तथा बैंक स्तर पर लंबित मामलों को अनावश्यक रूप से लंबित न रखने के निर्देश दिए।

नया मुक्त युवा एवं विकसित भारत कार्यक्रम आयोजित

रतिया। शहीद हर्षदेव सिंह राजकीय कव्वा महाविद्यालय में माय भारत और युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार के निर्देशानुसार 'नया मुक्त युवा एवं विकसित भारत युवा कनेक्ट' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसकी अध्यक्षता सखजीत सिंह ने की। उन्होंने विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए शिक्षा के साथ-साथ नशा मुक्ति, सामाजिक जिम्मेदारी और नेतृत्व क्षमता विकसित करने पर जोर दिया। युवा आइकन सिया सेठी ने नशे के दुष्प्रभावों पर प्रस्तुति दी और अपनी उर्जा को खेल, शिक्षा व समाज सेवा में लगाने का आह्वान किया। कार्यक्रम में जिला समाज कल्याण अधिकारी विनोद चावला और जिला युवा अधिकारी रीना केसरिया मौजूद रहे।



बार एसोसिएशन नवनिर्वाचित कार्यकारिणी को दी बधाई

फतेहाबाद। जिला बार एसोसिएशन की नवनिर्वाचित कार्यकारिणी ने बुधवार को पूर्व विधायक दुद्धा राम से अमाज मंडी स्थित उनके प्रतिष्ठान पर मुलाकात की। चुनाव में जीत के बाद दुद्धा राम मुलाकात में दुद्धा राम ने नई टीम को किठाई खिलाकर बधाई दी और बार के विकास कार्यों में हरसंभव सहयोग का भरोसा दिलाया। नवनिर्वाचित प्रधान सुभाष जांगू, सचिव शाहनवाज भट्टी, महिला उपप्रधान प्रेम परमजीत कौर, सामान्य उपप्रधान संजय गुर्जर और वित्त सचिव जलेश ठक्कर ने पूर्व विधायक से शिष्टाचार मुलाकात की। दुद्धा राम ने सभी पदधिकारियों को जीत की शुभकामनाएं देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

डीसी ने गुणवत्तापूर्वक कार्य पूरा करने के लिए निर्देश

फतेहाबाद। डीसी डॉ. वीवेक भारती ने बुधवार को प्रोएक्टिव गवर्नेंस एंड टाइमली इंप्लीमेंटेशन की बैठक लेते हुए जिले में चल रही पावर गिड की परियोजनाओं की समीक्षा की। उन्होंने पावर गिड के अधिकारियों को निर्देश दिए कि दोनों परियोजनाओं की निगरांरित समयासीमा और तय मारुदड़ों के अनुसार गुणवत्तापूर्वक आगे बढ़ाया जाए। परियोजनाओं के क्रियान्वयन में विभिन्न विभागों व एजेंसियों के बीच बेहतर तालमेल सुनिश्चित करने के साथ-साथ सामने आने वाली समस्याओं का समयबद्ध समाधान करने पर विशेष ध्यान दिया जाए। इस विषय को लेकर मुख्य सचिव अनुराग रस्तोगी ने भी वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से जिले में चल रही पावर गिड परियोजनाओं की समीक्षा की और आवश्यक दिश-निर्देश दिए।

राजकीय महिला महाविद्यालय प्लेसमेंट सेल की पैकिंग पर हुई कार्यशाला छात्राओं ने विशेषज्ञों से सीखे पैकिंग संबंधित महत्वपूर्ण टिप्स

हरिभूमि न्यूज़ ►►सिरसा

राजकीय महिला महाविद्यालय में छात्राओं के रचनात्मक कौशल, व्यवहारिक दक्षता तथा रोजगारपरक क्षमताओं को विकसित करने के उद्देश्य से प्लेसमेंट सेल द्वारा शगुन पैकिंग विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला हुई। महाविद्यालय के प्रेस प्रवक्ता डॉ. कपिल कुमार सैनी ने बताया कि वर्तमान समय में पारंपरिक हस्तकला एवं रचनात्मक कौशल को आधुनिक बाजार की



सिरसा। छात्राओं को मैक्रेमे तथा गिफ्ट एवं शगुन पैकिंग की तकनीक सिखाते हुए।

आवश्यकताओं के साथ जोड़कर विद्यार्थियों के लिए स्वरोजगार के नए अवसर विकसित किए जा सकते हैं। इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए छात्राओं को मैक्रेमे तथा गिफ्ट एवं शगुन पैकिंग की नवीन तकनीकों का व्यवहारिक प्रशिक्षण प्रदान किया गया। कार्यशाला की

विशेषज्ञ एवं मुख्य प्रशिक्षक प्रीति भाटिया, सिरसा ने छात्राओं को विभिन्न तकनीकों एवं आकर्षक डिजाइनों की जानकारी दी। उन्होंने मैक्रेमे के माध्यम से सजावटी वस्तुएं एवं उपयोगी उत्पाद तैयार करने की प्रक्रिया को चरणबद्ध तरीके से समझाया। छात्राओं को विभिन्न प्रकार की गांठों, धागों के चयन, डिजाइन संयोजन तथा आकर्षक फिनिशिंग के बारे में भी व्यवहारिक जानकारी प्रदान की गई। साथ ही विशेषज्ञ ने आधुनिक एवं रचनात्मक शैलियों का प्रशिक्षण दिया।

सूचना

हम, राय सिंह पुत्र कौरबल व लक्ष्मी पत्नी राय सिंह निवासी पीलीमेंटरी, उपतहसील भद्रकला, तहसील व जिला फतेहाबाद हार्दिक्य बयान करते हैं कि हमारा लड़का अशोक कुमार व उसकी पत्नी सपना दोनों हमारे कहने-सुनने से बाहर हैं। हम उसे अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। भविष्य में उसके द्वारा किए गए लेन-देन व अच्छे-बुरे कार्य के लिए वह स्वयं जिम्मेवार होगा। आज के बाद हमारा इनके साथ कोई ताल्लुक वा वास्ता नहीं रहा है।

सूचना

मैं, कृष्ण पुत्र आत्माराम निवासी भद्रकला उपतहसील भद्रकला, तहसील व जिला फतेहाबाद हार्दिक्य बयान करता हूँ कि मेरी लड़की सरोज मेरे कहने-सुनने से बाहर है। मैं उसे अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूँ। भविष्य में उसके द्वारा किए गए लेन-देन व अच्छे-बुरे कार्य के लिए वह स्वयं जिम्मेवार होगी। आज के बाद मेरा व मेरे परिवार का उसके साथ कोई ताल्लुक वा वास्ता नहीं रहा है।

खबर संक्षेप

हर नागरिक सीखे सीपीआर तकनीक

सिरसा। सिरसा बस स्टैंड में सीपीआर प्रशिक्षण शिविर आयोजित किया गया। शिविर में डॉ. आदित्य गोयल ने उपस्थितजनों को डमी के माध्यम से सीपीआर देने का व्यवहारिक अभ्यास कराया। उन्होंने बताया कि किस तरह सही समय पर केवल अपने हाथों का सही इस्तेमाल करके किसी व्यक्ति को अस्पताल पहुंचने से पहले गोल्डन आवर में नया जीवन दिया जा सकता है। शिविर में मौजूद 100 से अधिक प्रतिभागियों ने खुद डमी पर सीपीआर का अभ्यास किया।

आधुनिक रेडक्रॉस एंबुलेंस जनसेवा को समर्पित

फतेहाबाद। जिला रेडक्रॉस सोसायटी को एक नई अत्याधुनिक एंबुलेंस उपलब्ध करवाई गई है। उपायुक्त एवं जिला रेडक्रॉस सोसायटी के अध्यक्ष डॉ. विवेक भारती के मार्गदर्शन में यह एंबुलेंस जिले में जनहित एवं राहत कार्यों के लिए सेवाएं प्रदान करेगी। इससे जरूरतमंद लोगों को त्वरित चिकित्सा सहायता उपलब्ध करवाने में सहायता मिलेगी। जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव रवि हुड्डा ने बताया कि रेडक्रॉस संस्था मानवता की सेवा के उद्देश्य से निरंतर कार्य कर रही है।

शारीरिक शिक्षा विभाग की सब्जेक्ट सोसाइटी गठित

फतेहाबाद। गांव बहबलपुर स्थित मुख्यार सिंह मैमोरियल डिग्री कॉलेज के स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा विभाग में विद्यार्थियों में नेतृत्व क्षमता, टीमवर्क और सह-पाठ्यक्रम गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए नई सब्जेक्ट सोसाइटी का गठन किया गया है। यह गठन विभाग प्रभारी धरेन्द्र जांगड़ा के मार्गदर्शन में किया गया। नई गठित कार्यकारिणी में रीना को अध्यक्ष, भूमिका को उपाध्यक्ष, मोनिका को सचिव, गगन को संयुक्त सचिव और रीतू को कोषाध्यक्ष चुना गया है। इसके अलावा नीलम शर्मा, मुस्कान गढ़वाल, चरणजीत सिंह, लक्ष्मीत सिंह, संजय, विनोद, सिमर, सिमरन, नवदीप कौर और सदीप कौर को कार्यकारिणी सदस्य बनाया गया है।

महिला कांग्रेस ने वितरित किए सैनिटरी पैड

रतिया। महिला कांग्रेस की राष्ट्रीय अध्यक्ष अलका लांबा और हरियाणा प्रदेश महिला कांग्रेस अध्यक्ष पर्व चौधरी को नेतृत्व में प्रियदर्शिनी उड़ान अभियान के तहत महिला कांग्रेस स्थापना दिवस मनाया गया। इस अवसर पर महिलाओं और छात्राओं को सैनिटरी पैड वितरित किए गए।

बाइक चोरी का आरोपी चार साल बाद गिरफ्तार

फतेहाबाद। बस अड्डा चौकी पुलिस ने बाइक चोरी के एक पुराने मामले में कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़ा गया आरोपी विक्की सिंह पुत्र काका सिंह, निवासी गांव फूलो मेहर सिंह वाली, जिला सिरसा का रहने वाला है। पुलिस ने आरोपी की निशानदेही पर चोरीशुदा मोटरसाइकिल बरामद कर ली है। शिकायतकर्ता के अनुसार 8-9 अप्रैल 2022 की मध्यरात्रि उसने अपनी हीरो होंडा मोटरसाइकिल परदाहद स्थित लाइफ केयर अस्पताल के मुख्य गेट के सामने खड़ी की थी, जिसे कोई चुरा ले गया था।

खस्ताहाल सड़कों से लोग परेशान : शर्मा

सिरसा। प्रदेश कांग्रेस प्रतिनिधि राजकुमार शर्मा ने कहा कि स्टॉम वॉटर परियोजना के चलते पूरे शहर का बुरा हाल हो गया है। शहर की लगभग सभी प्रमुख सड़कें जगह-जगह से उधेड़ दी गई हैं, जिसके कारण लोगों को आने-जाने में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि शहर के चौक-चौराहों और बाजारों में दिनभर जाम की स्थिति बनी रहती है, जिससे आम लोगों के साथ-साथ दुकानदारों और व्यापारियों का काम धंधा भी प्रभावित हो रहा है। शर्मा ने कहा कि आज त्योहारी मौसम शुरू होने वाला है। ऐसे समय में बाजारों में लोगों की आवाजाही बदेगी, लेकिन सड़कों की बहाल स्थिति और जगह-जगह चल रहे निर्माण कार्य के कारण व्यापारियों को इसका खामियाजा भुगतना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि प्रशासन को काम में तेजी लाने के साथ-साथ आम जनता की परेशानियों को ध्यान में रखते हुए यातायात व्यवस्था सुचारु रखने के लिए भी उचित कदम उठाने चाहिए। उन्होंने कहा कि काम व्यवस्थित तरीके से नहीं हो रहा।

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
फ़ोन : 8295154800, 9315429403, 9253681005

भूंदड़ा में ओपन कबड्डी टूर्नामेंट में पहुंचे राज्यसभा सांसद बराला

पारंपरिक खेल हमारी संस्कृति एवं सामाजिक एकजुटता की पहचान

बाबा जोगी पीर चहल प्रबंधक कमेटी ने किया मेले का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ►► फतेहाबाद

सांसद सुभाष बराला ने गांव भूंदड़ा में बाबा जोगी पीर चहल प्रबंधक कमेटी द्वारा आयोजित 14वें विशाल मेले एवं ओपन कबड्डी टूर्नामेंट में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। इस अवसर पर उन्होंने खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करते हुए उनके जोश, जुनून और खेल भावना की सराहना की तथा आयोजन समिति एवं समस्त ग्रामवासियों को सफल आयोजन के लिए बधाई दी।

सांसद सुभाष बराला ने कहा कि अपनी माटी और ग्रामीण संस्कृति से जुड़ा कबड्डी का पारंपरिक खेल हमारी समृद्ध खेल विरासत का महत्वपूर्ण हिस्सा है। गांव में आयोजित इस टूर्नामेंट में खिलाड़ियों का जोश और ग्रामीणों का उत्साह देखकर अच्छा लगता है। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजन न केवल हमारी संस्कृति और परंपराओं को जीवंत बनाए रखते हैं, बल्कि समाज में आपसी भाईचारे, एकजुटता और खेल भावना को भी



फतेहाबाद। गांव भूंदड़ा में ओपन कबड्डी टूर्नामेंट में विजेता टीम को सम्मानित करते हुए सांसद सुभाष बराला।

फोटो : हरिभूमि

मजबूत करते हैं। उन्होंने कहा कि खेल युवाओं को नशे और नकारात्मक गतिविधियों से दूर रखने का सशक्त माध्यम है। खेलों के माध्यम से युवाओं में अनुशासन, आत्मविश्वास, शारीरिक फिटनेस, नेतृत्व क्षमता और प्रतिस्पर्धा की भावना विकसित होती है। गांव-गांव में इस प्रकार के खेल आयोजन युवाओं को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने और उसे निखारने के लिए बेहतर मंच प्रदान करते हैं।

सांसद सुभाष बराला ने कहा कि खेल मैदान में युवाओं की ऊर्जा, उत्साह और प्रतिभा को देखकर यह विश्वास और मजबूत होता है कि यदि युवा शक्ति को सही दिशा, उचित मार्गदर्शन और पर्याप्त

अवसर मिलें तो वे अपनी प्रतिभा के दम पर प्रदेश और देश का नाम रोशन कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में खेल प्रतिभाओं की कोई कमी नहीं है, आवश्यकता है कि उन्हें अपनी प्रतिभा को आगे बढ़ाने के लिए निरंतर अवसर और प्रोत्साहन मिलता रहे। उन्होंने कहा कि हमारी युवा शक्ति ही प्रदेश और देश की सबसे बड़ी ताकत है। युवाओं को शिक्षा, खेल और सकारात्मक गतिविधियों से जोड़कर हम एक स्वस्थ, अनुशासित और सशक्त समाज का निर्माण कर सकते हैं। उन्होंने ग्रामीण स्तर पर आयोजित होने वाले ऐसे आयोजनों को युवाओं को खेलों से जोड़ने का काम कर रहे है।



सिरसा। प्रतियोगिता में हिस्सा लेने पहुंचे खिलाड़ी।

सिरसा में लड़कियों की स्कूल स्टेट गेम्स शुरू

सिरसा। तीन दिवसीय 59वीं लड़कियों की स्कूल स्टेट गेम्स बुधवार से सिरसा में शुरू हुए। अंडर-14, अंडर-17 और अंडर-19 आयु वर्ग की बास्केटबॉल प्रतियोगिताएं शहीद भगत सिंह खेल स्टेडियम में, जबकि हॉकी के मुकाबले जीवन नगर स्थित हॉकी स्टेडियम में आयोजित किए जा रहे हैं। दोनों स्थानों पर जिला शिक्षा अधिकारी सुभाष कुमार फुटेला ने प्रतियोगिताओं का शुभारंभ किया। उद्घाटन के दौरान खिलाड़ियों में उत्साह देखने को मिला। बास्केटबॉल प्रतियोगिता में हरियाणा के 19 जिलों की टीमों हिस्सा ले रही हैं, जबकि हॉकी में हारसी को छेड़कर राई समेत 23 जिलों की लड़कियों की टीमों मैदान में उतरी हैं। शुभारंभ अवसर पर जिला शिक्षा अधिकारी ने खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त किया और उन्हें खेल भावना के साथ प्रतियोगिता में हिस्सा लेने के लिए प्रेरित किया। इससे पहले सभी जिलों की टीमों ने अपने-अपने जिले के ध्वज के साथ मार्च पास्ट किया। शहीद भगत सिंह खेल स्टेडियम में बास्केटबॉल के लिए दो कोर्ट तैयार हैं, जहां विभिन्न आयु वर्गों के मुकाबले कराए जा रहे हैं। अंडर-19 में मेजबान सिरसा ने वूह को 26-5 से हराकर प्रतियोगिता में जीत के साथ शुरुआत की। पानीपत ने फतेहाबाद को 30-2, फरीदाबाद ने राई को 22-8, जबकि करनाल ने रेवाड़ी को 31-13 से शिकस्त दी। अंडर-17 आयु वर्ग में कुरुक्षेत्र ने महेंद्रगढ़ को 24-6, फरीदाबाद ने भिवानी को 20-2 और करनाल ने चरखी दादरी को 32-6 से हराया। जीवन नगर स्थित हॉकी स्टेडियम में अंडर-14 आयु वर्ग के मुकाबलों में करनाल ने रोहतक, फतेहाबाद ने चरखी दादरी, सिरसा ने फरीदाबाद, भिवानी ने राई, अंबाला ने महेंद्रगढ़, फतेहाबाद ने जींद, पानीपत ने कैथल और सोनीपत ने झज्जर को हराकर अगले दौर में प्रवेश किया।

हेल्थ चेकअप कैंप में 260 पुलिसकर्मियों और उनके परिजनों का जांच स्वास्थ्य

हरिभूमि न्यूज ►► फतेहाबाद

रात-दिन कानून-व्यवस्था और आमजन की सुरक्षा में जुटने वाले पुलिसकर्मियों की सेहत को ध्यान में रखते हुए फतेहाबाद पुलिस ने एक सराहनीय पहल की है। पुलिस अधीक्षक नकिता खट्टर के मार्गदर्शन में पुलिस लाइन सभागार में एक मेगा हेल्थ चेकअप कैंप का आयोजन किया गया। शिविर का शुभारंभ स्वयं पुलिस अधीक्षक ने किया। इस दौरान 260 से अधिक पुलिस अधिकारियों, कर्मचारियों और उनके परिजनों ने नि:शुल्क जांच कराकर विशेषज्ञ चिकित्सकों से परामर्श लिया। हेल्थ कैंप में



फतेहाबाद। शिविर में स्वास्थ्य जांच कराते पुलिस कर्मचारी।

सफरा अस्पताल, हिसार के अनुभवी और विशेषज्ञ डॉक्टरों की टीम ने अपनी सेवाएं दीं। शिविर में डॉ. अमित सैनी हड्डी रोग विशेषज्ञ, डॉ. राजेश यादव फफड़ा व छाती रोग विशेषज्ञ, डॉ. ईशिका नैन स्त्री

एसएस जैन स्थानक में श्रद्धा के साथ मनाया पर्युषण पर्व

■ साध्वी मानवी जी महाराज सहित तीन साध्वियों का मिला सान्निध्य

हरिभूमि न्यूज ►► फतेहाबाद

एसएस जैन स्थानक, ठाकर बस्ती में आयोजित आठ दिवसीय पर्व पर्युषण धार्मिक श्रद्धा, भक्ति और उत्साहपूर्ण माहौल में संपन्न हुआ। इस दौरान उप प्रवर्तनी भगवती जी स्वरूपा मगन श्री जी महाराज की प्रपौत्री, सुरेशिया हिमगिरि रत्ना मधुर भाषिणी साध्वी मानवी जी महाराज, साध्वी सोनाक्षी जी महाराज तथा युवा तपस्विनी साध्वी देवाक्षी जी महाराज का गरिमायुी सान्निध्य श्रद्धालुओं को प्राप्त हुआ। पर्युषण पर्व के दौरान प्रतिदिन सुबह और

शाम स्थानक भवन में नियमित प्रवचन, स्वाध्याय, सामूहिक जप एवं प्रतिक्रमण सहित विभिन्न धार्मिक-आध्यात्मिक अनुष्ठानों का आयोजन किया गया। इन आयोजनों में जैन समाज के पुरुष, महिला व युवा श्रद्धालुओं ने बड़ी संख्या में उपस्थित होकर धर्मलाभ उठाया और आध्यात्मिक ऊर्जा प्राप्त की। 15 सितंबर को पर्युषण पर्व के समापन अवसर पर श्रद्धालुओं ने विशेष धार्मिक अनुष्ठानों में भाग लिया तथा साध्वी मंडल के समक्ष उपस्थित होकर आशीर्वाद प्राप्त किया। इस अवसर पर स्थानक सभा और जैन समाज की ओर से साध्वी मंडल के फतेहाबाद आगमन पर उनका स्वागत किया।

तरुण भंडारी ने किया नमो क्रिकेट लीग की ट्रॉफी का अनावरण



■ बोले : भवानी सिंह की नशा विरोधी मुहिम का कारवां सराहनीय

■ आज जेपी नड्डा करेंगे ऐतिहासिक लीग का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ►► फतेहाबाद

युवाओं को खेलों से जोड़ने और समाज में फैल रहे नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करने के उद्देश्य से आयोजित की जा रही 'नमो क्रिकेट लीग' की भव्य ट्रॉफी का अनावरण मंगलवार को फतेहाबाद स्थित 7 स्पाइस होटल में संपन्न हुआ। समारोह में हरियाणा के मुख्यमंत्री के राजनीतिक सचिव एवं सुदेश भंडारी चैरिटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष तरुण भंडारी ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत कर ट्रॉफी का अनावरण किया। इस अवसर पर उन्होंने ऐतिहासिक रजिस्ट्रेशन के लिए नशा मुक्ति सेना एवं महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट के संस्थापक भवानी सिंह को विशेष बधाई दी। कार्यक्रम के आयोजक एवं महाशक्ति चैरिटेबल ट्रस्ट के संस्थापक भवानी सिंह व अन्य गणमान्य लोगों ने फूलमालाओं से मुख्यअतिथि का स्वागत किया। मुख्य अतिथि तरुण भंडारी ने भवानी सिंह की नशा विरोधी मुहिम को भी सराहा।

विश्व की सबसे बड़ी लीग बनने जा रही है नमो क्रिकेट लीग

तरुण भंडारी ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के जन्मदिवस के अवसर पर शुरू हो रही यह नमो क्रिकेट लीग विश्व की सबसे बड़ी क्रिकेट लीग बनने जा रही है, जिसमें अब तक करीब 3,500 से ज्यादा टीमों शामिल हो चुकी हैं। इस लीग की ट्रॉफी की राष्ट्रीय स्तर पर लॉन्चिंग 3 सितंबर को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा पंचकुला में की गई थी। आज केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जगत प्रकाश नड्डा दिल्ली से इसका उद्घाटन करेंगे।

विजेता टीम को 21 लाख का इनाम, मैन ऑफ द मैच को कार और बाइक

लीग के इनामों की घोषणा करते हुए उन्होंने बताया कि राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में विजेता टीम को 21 लाख रुपये का प्रथम पुरस्कार, 11 लाख रुपये का द्वितीय पुरस्कार तथा 5 लाख रुपये का तृतीय पुरस्कार दिया जाएगा। इसके साथ ही प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वाली टीमों को ट्रॉफी एवं मेडल प्रदान किए जाएंगे। टूर्नामेंट में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाले मैन ऑफ द मैच खिलाड़ियों को कार, मोटरसाइकिल, लैपटॉप और आईफोन से सम्मानित किया जाएगा।

न्यूज डायरी

युवकों पर रॉड से हमला करने के आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव लहरिया में दो युवकों पर डंडों व रॉड से हमला कर घायल करने के मामले में थाना भूना पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों की पहचान गांव लहरिया निवासी राकेश पुत्र शमशेर तथा रविंद कुमार पुत्र कृष्ण के रूप में हुई है। थाना प्रभारी उप निरीक्षक कंवर सिंह ने बताया कि गांव लहरिया निवासी सोनू ने शिकायत दर्ज करवाई थी। शिकायत में बताया गया था कि 3 जुलाई को रात वह अपने चचेरे भाई सुमित के साथ गांव में मौजूद था। इसी दौरान कार में सवार होकर आए कुछ युवकों ने रॉडिश के चलते उन पर लोहे की रॉड और डंडों से अचानक हमला कर दिया। इस जानलेवा हमले में सोनू और सुमित गंभीर रूप से घायल हो गए थे।

ट्यूबवेल केबल चोरी करने का आरोपी पकड़ा

फतेहाबाद। हांसपुर क्षेत्र में किसानों के ट्यूबवेलों से बिजली की केबल चोरी करने वाले गिरफ्तार किए गए। शिकंजा कसे हुए पुलिस चौकी हांसपुर की टीम ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान संदीप उर्फ कालू पुत्र सुरजीत निवासी गांव कौलसेड़ी, जिला संगरूर, पंजाब के रूप में हुई है। अब वह फतेहाबाद के स्वामी नगर में रहता है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से चोरीशुद्ध 117 फुट केबल और वारंट में प्रयुक्त मोटरसाइकिल बरामद की है। अदालत के आदेशानुसार आरोपी को 5 दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। हांसपुर पुलिस चौकी प्रभारी सहयाक उप निरीक्षक आजाद ने बताया कि गांव हांसपुर निवासी हरप्रदीप सिंह ने 14 सितंबर को पुलिस में शिकायत दर्ज करवाई थी।

‘सेवा संकल्प अभियान’ का शुभारंभ आज, 17 अक्टूबर तक जिलेमर में चलेंगे जनसेवा के कार्य

फतेहाबाद। जनसेवा और सुशासन की भावना को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से जिले में ‘सेवा संकल्प अभियान’ का शुभारंभ वीरवार, 17 सितंबर को होगा। अभियान के तहत 17 अक्टूबर तक जिलेमर में सेवा, सहयोग, जागरूकता, जनभागीदारी और विकास से जुड़े विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। अभियान की तैयारियों को लेकर डीसी डा. विवेक भारती ने बुधवार को संबंधित अधिकारियों की बैठक लेकर व्यवस्थाओं की समीक्षा की और आवश्यक दिश-निर्देश दिए। इससे पहले मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से प्रदेश के सभी उपउपत्यक्तों के साथ बैठक कर अभियान की तैयारियों की समीक्षा की।

निशानेबाज नवकीरत ने जीता कांस्य पदक

सिरसा। सेंट जेवियर्स सैनियर सेकेंडरी स्कूल, सिरसा के कक्षा 12वीं के छात्र नवकीरत ने शूटिंग में हाथदार प्रदर्शन करते हुए कांस्य पदक जीतकर जिले का नाम रोशन किया है। नवकीरत ने शूटिंग में एसजीएफआई और सीबीएसई राज्य स्तरीय टूर्नामेंट में कांस्य पदक जीतकर शानदार प्रदर्शन किया है। इस बेहतरीन प्रदर्शन के दम पर उसका दोनो ही टूर्नामेंट में मेजबान स्तर के लिए चयन हुआ है। इस उपलब्धि पर स्कूल के प्रधानाध्य फादर आइवो डायस ने प्रार्थना सभा में नवकीरत को सम्मानित किया और उसकी पीठ थपथपाते हुए आगामी नेशनल शूटिंग चैंपियनशिप के लिए आशीर्वाद व शुभकामनाएं दीं। स्कूल प्रबंधन ने छात्र को इस उपलब्धि पर हार्दक स्वागत किया।



हिंदी दिवस पर ब्लॉक विजेताओं ने जिला स्तर पर दिखाई अपनी प्रतिभा

डाइट मताना में बिखरे हिंदी के रंग, विजेता विद्यार्थी सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ►► फतेहाबाद

मातृभाषा हिंदी के प्रति अनुराग, रचनात्मक अभिव्यक्ति और साहित्यिक चेतना को बढ़ावा देने के उद्देश्य से जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, मताना में ‘हिंदी पखवाड़ा’ के अंतर्गत आयोजित जिला स्तरीय प्रतियोगिताओं का समापन अत्यंत उत्साहवर्धक माहौल में हुआ। इस आयोजन में जिले के विभिन्न खंडों से चुनकर आए सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों ने भाषा, साहित्य और कलात्मक अभिव्यक्ति का बेजोड़ प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का आयोजन डाइट मताना के प्राचार्य विनोद कुमार श्योराण के कुशल



फतेहाबाद। डाइट मताना में आयोजित जिला स्तरीय प्रतियोगिता के विजेताओं को सम्मानित करते हुए।

फोटो : हरिभूमि

मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। कार्यक्रम के संयोजक प्राध्यापक महेंद्र कुमार पंजाबी रहे, जबकि जिला स्तर पर

संपूर्ण आयोजन व समन्वय की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी बीआईटीई जाखन दादी के हिंदी प्राध्यापक एवं

जिला समन्वयक श्री महेंद्र सिंह ने निभाई। इस आयोजन के दौरान डाइट के सीनियर लेक्चरर शेर सिंह, सीनियर लेक्चरर राकेश मखीजा तथा आशीष कुमार सहित संस्थान के अनेक अधिकारी व कर्मचारी

उपस्थित रहे। प्रतियोगिताओं में पूर्ण निष्पक्षता और पारदर्शिता बनाए रखने के लिए जिले के विभिन्न विद्यालयों से आए अनुभवी विषय विशेषज्ञों तथा शिक्षकों को निर्णायक मंडल की भूमिका सौंपी

गई। जिला समन्वयक महेंद्र सिंह ने बताया कि हिंदी पखवाड़ा के तहत पहले चरण में विद्यालय व ब्लॉक स्तर पर प्रतियोगिताएं आयोजित की गई थीं। ब्लॉक स्तर के विजेताओं को इस जिला स्तरीय स्पर्धा में अपनी प्रतिभा साबित करने का मौका मिला। विद्यार्थियों को उनकी कक्षा के अनुसार तीन प्राथमिक वर्गों कक्षा 1 से 5, कक्षा 6 से 8 तथा कक्षा 9 से 12 में विभाजित किया गया था। कुल सात अलग-अलग श्रेणियों व इवेंट्स में आयोजित इन स्पर्धाओं में विद्यार्थियों ने हिंदी साहित्य, रचनात्मक लेखन और मौखिक अभिव्यक्ति जैसी गतिविधियों में हिस्सा लिया।