हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, मंगलवार 27 अक्टूबर 2026

11 खेलों से टूटेगा नशा माफिया का जाल, युवाओं को मैदान तक लाना जरूरी



12 त्योहारों को लेकर फतेहाबाद पुलिस पूरी तरह से मुस्तैद



साड़ी, चूड़ियों और ज्वेलरी की दुकानों पर उमड़ी भीड़

करवा चौथ पर 'ग्लैम अप' की तैयारी, मेहंदी से मेकअप तक बढ़ा क्रेज

त्योहार ने सुस्त बाजारों को दी रौनक, 16 शृंगार की खरीदारी में जुटीं महिलाएं

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद।

पिछले दिनों से सुस्त पड़े शहर के बाजारों को त्योहारों ने संजीवनी देने का काम किया है। लंबे समय के बाद बाजारों में पति-पत्नी के अटूट प्रेम के पर्व करवा चौथ को लेकर रौनक लौट आई है। पर्व को लेकर बाजारों में महिलाओं द्वारा जमकर खरीददारी की जा रही है। बता दें कि 29 अक्टूबर वीरवार को करवाचौथ है। ऐसे में चांद के दीदार की अहमियत तो बढ़ ही जाएगी। अपने पतियों की लंबी उम्र और सुखद वैवाहिक जीवन के लिए पत्नियों द्वारा रखा जाने वाला यह व्रत महिलाओं में खासा उत्साह देखा जा रहा है। त्योहार पर पति से खास उपहार लेने और पति को रिझाने के लिए महिलाओं के 16 शृंगार इस त्योहार के महत्व को और भी ज्यादा बढ़ा देते हैं। त्योहार को लेकर हफ्ता भर पहले ही पत्नियों ने त्योहार की तैयारियां शुरू कर दी है। महिलाओं द्वारा हाथों पर मेंहदी भी लगवाई जा रही है।

वैदिक पंचांग के अनुसार, करवा चौथ व्रत 29 अक्टूबर को किया जाएगा

बाजार में लौटी रौनक

वीरवार को करवाचौथ का त्योहार है। ऐसे में शहर के बाजारों में अभी से ही महिलाओं की भारी भीड़ उमड़ रही है। महिलाएं बाजार में करवाचौथ की जबरदस्त खरीदारी करती हुई दिखाई दे रहीं हैं। साड़ी की दुकानें, कास्मेटिक की दुकान, चूड़ियों की दुकानें, ज्वेलरी की दुकान समय बाजार में महिलाओं की भारी भीड़ उमड़ी रही है। बाजार में करवाचौथ के कलेंडर कलश की ठेलों पर भी महिलाएं खरीदारी की जा रही है। सोमवार को बाजार में खरीदारी करने आई अनीता, लक्ष्मी, सरिता, मीना, कुष्मा सहित महिलाओं ने बताया कि महिलाओं के लिए ये सबसे बड़ा पर्व है। महिलाएं अपने पति की दीर्घायु के लिए इस व्रत को रखती है और पूरी साल-साल के 364 दिन इस दिन का बेसब्री स्व इंतजार रहता है महिलाओं के लिए ये दिन बेहद खुशी का दिन होता है।



फतेहाबाद। सोमवार को शहर के बाजार में लौटी रौनक।

करवा चौथ पूजा सामग्रीः करवा चौथ की पूजा थाली में विशेष रूप से जल से भरा करवा शामिल करना चाहिए। करवे से चंद्रमा को अर्घ्य दिया जाता है। करवे को ढकने के लिए करवी जरूर रखें। करवा चौथ की पूजा में छलनी का विशेष महत्व है। इस व्रत के दिन रात में अर्घ्य के दौरान सुहागिन महिलाएं छलनी से चंद्र दर्शन करती हैं और फिर पति को देखती हैं। भगवान की पूजा और आरती के लिए ताजे फूल, कपूर, धूपबत्ती और माचिस रखें। रात को आरती करने के लिए थाली में देसी घी और दीपक जरूर रखें। चौथ माता, चंद्रमा और पति को तिलक करने के लिए रोली और बिना टूटे हुए साबुत चावल रखें। इसके अलावा पूजा थाली में मिठाई और पानी का गिलास जरूर रखें।

सिरसा में पर्व को लेकर पार्लरों में एडवांस बुकिंग शुरू

सिरसा। करवा चौथ पर्व नजदीक आते ही बाजारों में रौनक बढऩे लगी है। पर्व को लेकर सुहागिन महिलाओं में खासा उत्साह देखने को मिल रहा है। बाजारों में चूड़ी, ज्वेलरी, कपड़ों, पूजा सामग्री की दुकानों और मेहंदी लगाने वालों के पास महिलाओं की भीड़ उमड़ रही है। खास दिन के लिए सजने संवरने के लिए महिलाएं ब्यूटी पार्लरों में एडवांस बुकिंग करवा रही है। साथ में करवा चौथ पर मेहंदी लगावाने के लिए भी पहले से समय तय करवा रही है ताकि त्योहार वाले दिन उन्हें इंतजार ना करना पड़े। महिलाएं हाथों पर पारंपरिक और आधुनिक डिजाइन बनवाने में रुचि दिखा रही हैं। दुकानदारों को उम्मीद है कि पर्व के नजदीक आने के साथ ही बाजारों में खरीदारी और तेज होगी। करवा चौथ पर महिलाएं अपने शृंगार और पूजन की तैयारियों में जुटी हुई हैं।



दुकान पर खरीददारी करते हुए महिलाएं।

आकर्षक रंगों की चूड़ियों के साथ मैचिंग ज्वेलरी, साडियां, सूट और अन्य शृंगार सामग्री महिलाओं की पसंद बनी हुई हैं। वहीं डिजाइनदार पूजा की थाली, छलनी, करवा और अन्य पूजन सामग्री की दुकानों पर भी खरीदारी हो रही है। महिलाओं की चहल-पहल से बाजारों में कपड़े, ज्वैलरी, बर्तन, ब्यूटी पार्लर आदि व्यापारियों के चेहरे खिले हुए हैं। हिसार रोड स्थित ठाकुर ब्यूटी कलेक्शन के संचालक रवि ठाकुर बताया कि करवा चौथ सुहगिनों का सबसे बड़ा त्योहार है। इस दिन को खास बनाने के लिए महिलाएं अपनी ड्रेस के अनुसार हल्की और आकर्षक डिजाइन वाली ज्वेलरी पसंद कर रही हैं।

खबर संक्षेप

एक करोड़ की ठगी में शामिल 5वां आरोपी काबू

फतेहाबाद। आर्थिक धोखाधड़ी के मामलों में संलिप्त आरोपियों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत आर्थिक अपराध शाखा ने सफलता हासिल की है। पुलिस ने एक करोड़ रुपये की धोखाधड़ी के मामले में कार्रवाई करते हुए पांचवें आरोपी साहब सिंह पुत्र सोहन सिंह निवासी भूना, जिला फतेहाबाद को गिरफ्तार किया है।

अनाजमंडी में बिजली कट से कामकाज ठप

सिरसा। अनाज मंडी में लगातार लग रहे बिजली कटों के कारण किसानों, मजदूरों और आढ़तियों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। सीजन के दौरान बिजली गुल होने से मंडी का पूरा काम प्रभावित हो रहा है, जिससे मंडी परिसर में रोष का माहौल बन गया और आढ़तियों व किसानों के बड़े प्रदर्शन की स्थिति बन गई।

स्टेडियम के पास से हेरोइन बरामद, युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। नशीले पदार्थों की तस्करी के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत थाना भट्टूकलां पुलिस ने एक युवक को 25 ग्राम 170 मिलीग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान कालू उर्फ शेरी के रूप में हुई है। थाना प्रभारी निरीक्षक वीर सिंह ने बताया कि उप-निरीक्षक हरदयाल सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम रेलवे फाटक भट्टूकलां के पास गश्त पर थी।

फतेहाबाद में 5200 तक बोली, निजी व्यापारी और निर्यातक कर रहे खरीद

बासमती धान के भाव मजबूत, 1121 के रेट 5500 रुपये क्विंटल तक पहुंचे

गुणवत्ता, नमी और बाजार की मांग के आधार पर लग रही बोली

सुरेन्द्र असीजा ⏭फतेहाबाद

धान के बाजार में इस बार बासमती किस्मों ने किसानों को अच्छे भाव मिलने की उम्मीद बंधाई है। जिले की मंडियों में बासमती धान की प्रमुख किस्मों 1121 और 1509 के भाव मजबूत बने हुए हैं। सोमवार को जिले की टोहाना अनाज मंडी में पूसा-1121 की अच्छी गुणवत्ता वाली हाथ से कटी फसल का भाव 5500 रुपये प्रति क्विंटल तक पहुंचा, जबकि कंबाइन से कटे धान का भाव करीब 5000 रुपये रहा। फतेहाबाद अनाज मंडी में 1121 के भाव 5200 रुपये प्रति क्विंटल तक बोले गए। वहीं, जिले में 1509 बासमती धान पहले ही 4600 रुपये प्रति क्विंटल तक बिक चुका है। खरीददार धान की गुणवत्ता, नमी, दाने की बनावट और बाजार की मांग के आधार पर बोली लगा रहे हैं। इसी वजह से एक ही किस्म के धान की अलग-अलग ढेरियों के भाव में अंतर देखने को मिल रहा है।



फतेहाबाद। टोहाना में मंडियों में हुई बासमती की आवक। फोटो: हरिभूमि

किसानों के लिए गुणवत्ता अहम

बासमती के अच्छे भाव मिलने के बीच किसानों के लिए फसल की गुणवत्ता बनाए रखना महत्वपूर्ण है। धान में अधिक नमी होने या दाने की गुणवत्ता प्रभावित होने पर खरीददार कम बोली लगा सकते हैं। इसलिए मंडी में फसल लाने से पहले उसे निर्धारित गुणवत्ता के अनुरूप सुखाना और साफ रखना उपयोगी है। किसानों को अपनी उपज बेचने से पहले संबंधित मंडी में चल रहे भाव और खरीददारों की शर्तों की जानकारी भी लेनी चाहिए। फिलहाल 1121 के 5500 रुपये से अधिक और 1509 के 4600 रुपये प्रति क्विंटल तक के भाव से बासमती बाजार में तेजी का संकेत मिल रहा है।

हाथ से कटे धान को मिल रहा ज्यादा भाव

टोहाना और जाखल क्षेत्र को जिले में बासमती धान की प्रमुख मंडियों में गिना जाता है। यहां 1121 की आवक के साथ निजी खरीददारों की सक्रियता बनी हुई है। मंडी कारोबार से जुड़े भावों के अनुसार, अच्छी गुणवत्ता वाले हाथ से कटे 1121 धान को 5450 से 5511 रुपये प्रति क्विंटल तक भाव मिल रहे हैं। कुछ बाजारों में इससे अलग भाव भी दर्ज किए गए हैं, जबकि कंबाइन से कटे धान का भाव करीब 5000 से 5200 रुपये प्रति क्विंटल के बीच बताया जा रहा है। हाथ से कटे और कंबाइन से कटे धान के भाव में अंतर का एक कारण गुणवत्ता और दाने की स्थिति है। हालांकि केवल कटाई के तरीके से भाव तय नहीं होता।

228 राइस मिलों को सीएमआर के लिए 2.58 टन धान आवंटित

- 28,575 किसानों को 342 .97 करोड़ रुपये का भुगतान

फतेहाबाद। खरीफ विपणन सीजन 2026-27 के तहत जिले में धान की सरकारी खरीद जारी है। 25 अक्टूबर तक मंडियों में 3,61,471 मीट्रिक टन धान की आवक दर्ज की गई, जिसमें से सरकारी एजेंसियां 2,58,306 मीट्रिक टन धान खरीद चुकी हैं। खरीदे गए धान में से 1,51,334 मीट्रिक टन का उठान हो चुका है, जो कुल खरीद का करीब 59 प्रतिशत है। वहीं, 1,06,972 मीट्रिक टन धान का उठान होना अभी बाकी है। सरकारी खरीद के तहत अब तक 28,575 किसानों को उनकी फसल के बदले कुल 342.97 करोड़ रुपये का भुगतान किया जा चुका है। एजेंसीवार आंकड़ों के अनुसार, हैफेड ने 97,213 मीट्रिक टन, फूड सप्लाई विभाग ने 93,698 मीट्रिक टन और हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन ने 67,396 मीट्रिक टन धान की खरीद की है।

हैफेड का उठान 66 प्रतिशत

उठान के मामले में हैफेड की स्थिति अन्य एजेंसियों से बेहतर है। हैफेड अब तक अपनी खरीदी गई धान का 66 प्रतिशत उठा चुका है, जबकि एचडब्ल्यूसी का उठान 55 प्रतिशत और फूड सप्लाई विभाग का 54 प्रतिशत रहा है। रविवार को 12,708 मीट्रिक टन धान का उठान किया गया। इससे पहले शनिवार तक 1,38,626 मीट्रिक टन धान का उठान हुआ था। किसानों को भुगतान के मामले में हैफेड ने 143.73 करोड़ रुपये जारी किए हैं। फूड सप्लाई विभाग ने 118.96 करोड़ और एचडब्ल्यूसी ने 80.28 करोड़ रुपये का भुगतान किया है। इसके अलावा, खरीदे गए धान की कस्टम मिलिंग राइस प्रक्रिया के लिए 228 राइस मिलों को धान आवंटित किया गया है।

1509 के भाव में भी दिखी तेजीः जिले की मंडियों में 1509 बासमती धान के भाव में भी अच्छी तेजी देखने को मिली है। टोहाना मंडी में इस किस्म का भाव 4600 रुपये प्रति क्विंटल तक पहुंचा, जबकि फतेहाबाद मंडी में 1509 करीब 4450 रुपये प्रति क्विंटल तक बिका। शुरुआती आवक के दौरान 1509 के भाव करीब 2875 से 3600 रुपये प्रति क्विंटल के बीच रहे थे। इसके बाद बाजार में सुधार के साथ भाव में बढ़ोतरी हुई। 1121 और 1509 दोनों किस्मों की खरीद निजी कारोबारियों के माध्यम से हो रही है।



सिरसा। रानियां अनाज मंडी में धान की आवक से भरा मंडी परिसर।

रानियां क्षेत्र की मंडियों में धान की आवक 3.25 लाख क्विंटल पार

- परमल के उठान में देरी से आढ़ती परेशान, भुगतान अटका

हरिभूमि न्यूज ⏭रानियां

क्षेत्र की अनाज मंडियों में धान की आवक ने जोर पकड़ लिया है। रानियां अनाज मंडी में भारी आवक के चलते मंडी परिसर धान से भर गया है। रानियां, बणी और जीवन नगर अनाज मंडियों में अब तक कुल 3.25 लाख क्विंटल धान की आवक हो चुकी है। रानियां और बणी मंडियों में परमल धान की सरकारी खरीद हो रही है, जबकि रानियां और जीवन नगर मंडियों में बासमती की 1509, 1692 और 1847 किस्मों की आवक जारी है। बासमती के अच्छे भाव से किसानों को राहत मिली है, लेकिन रोजाना भाव में हो रहे उतार-चढ़ाव से वे असमंजस में हैं। दूसरी ओर, परमल धान का उठान धीमा होने से आढ़तियों की परेशानी बढ़ रही है और किसानों का भुगतान भी अटक रहा है। रानियां अनाज मंडी में अब तक 70,362 क्विंटल और बणी अनाज मंडी में 23,760 क्विंटल परमल धान की आवक हो चुकी है।

भाव में उतार-चढ़ाव

रानियां अनाज मंडी में बासमती की 1509, 1692 और 1847 किस्मों की कुल 1,63,058 क्विंटल आवक हो चुकी है, जबकि जीवन नगर मंडी में इन किस्मों की आवक 68,071 क्विंटल तक पहुंच गई है। इन मंडियों में पहुंचने वाले बासमती धान को व्यापारी हाथोंहाथ खरीद रहे हैं। पिछले वर्ष की तुलना में भाव भी बेहतर बताए जा रहे हैं। सीजन की शुरुआत में बासमती धान के भाव करीब 3,800 रुपये प्रति क्विंटल थे, जो बढ़कर 4,500 रुपये तक पहुंच गए। इसके बाद भाव फिर करीब 4,200 रुपये प्रति क्विंटल तक आ गए। रोजाना भाव में हो रहे उतार-चढ़ाव के कारण किसान असमंजस में हैं कि फसल तुरंत बेच दें या बेहतर भाव मिलने की उम्मीद में इंतजार करें।

दोनों मंडियों में सरकारी खरीद एजेंसी हैफेड न्यूनतम समर्थन मूल्य पर धान खरीद रही है, लेकिन उठान की धीमी गति चिंता का कारण बनी हुई है। रानियां मंडी में 11,726 क्विंटल और बणी मंडी में 5,829 क्विंटल धान बोरियों में भरकर उठान का इंतजार कर रहा है। इसका सीधा असर किसानों के भुगतान पर भी पड़ रहा है।

देह व्यापार का भंडाफोड़, महिला काबू

- टोहाना में विशेष अभियान के दौरान पुलिस की कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

जिले के टोहाना क्षेत्र में अनैतिक गतिविधियों और अवैध धंधों पर अंकुश लगाने के लिए चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत थाना शहर टोहाना पुलिस ने एक बड़ी कार्रवाई को अंजाम दिया है। पुलिस ने प्रताप कालोनी क्षेत्र स्थित एक मकान पर छापेमारी कर कथित रूप से चल रहे अनैतिक देह व्यापार का पर्दाफाश किया है। पुलिस ने मौके से मकान मालकिन को गिरफ्तार कर लिया है।



देह व्यापार के आरोप में गिरफ्तार महिला।

सूचना पर कार्रवाई

थाना शहर टोहाना के प्रभारी निरीक्षक संदीप कुमार ने बताया कि पुलिस को गुप्त सूचना मिली थी कि भूना रोड स्थित आईजी कालेज के सामने प्रताप कालोनी में बने एक मकान में बाहर से महिलाओं को बुलाकर अनैतिक देह व्यापार करवाया जा रहा है। इस सूचना को पूरी तरह पुख्ता करने के बाद डीएसपी जयभगवान के नेतृत्व में एक विशेष पुलिस टीम का गठन किया गया, जिसमें महिला पुलिसकर्मियों को भी शामिल किया गया। योजनाबद्ध तरीके से टीम ने बताए गए मकान पर छापेमारी की।

पुलिस ने महिला सहित दो नशा तस्कर किए गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

पुलिस ने जिले के डबवाली क्षेत्र से पंजाब के दो नशा तस्करों को गिरफ्तार किया है। तस्करों में एक महिला भी शामिल है। पुलिस के अनुसार आरोपियों की पहचान पंजाब निवासी गगनदीप सिंह सुखजीत कौर के रूप में हुई है। हरियाणा स्टेट नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो (एचएसएनसीबी) की डबवाली यूनिट इंचार्ज राजपाल सिंह ने सोमवार को बताया कि पुलिस टीम गश्त व चेकिंग के दौरान डबवाली क्षेत्र में मौजूद थी। पुलिस को सूचना मिली कि गगनदीप सिंह और सुखजीत कौर हेरोइन बेचने की फिराक में है।



हेरोइन सहित पकड़े गए आरोपी।

रोडवेज बस का टायर फटा, बड़ा हादसा टला

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

भट्टूकलां से फतेहाबाद की ओर आ रही हरियाणा रोडवेज की बस का सोमवार सुबह गांव मानावाली के पास अचानक अगला टायर फट गया। तेज धमाके के साथ टायर फटने से बस में सवार करीब 50 यात्रियों में हडक़ंप मच गया और चीख-पुकार मच गई। हालांकि, बस चालक राकेश ने सूझबूझ और नियंत्रण का परिचय देते हुए अनियंत्रित होती बस को समय रहते संभाल लिया और सड़क किनारे सुरक्षित रोक लिया। चालक की इस मुस्तैदी से बस में सवार सभी यात्रियों की जान बाल-बाल बच गई और एक बड़ा हादसा होने से टल गया। जानकारी के अनुसार, बस सुबह यात्रियों को लेकर भट्टूकलां से फतेहाबाद के लिए रवाना हुई थी।



फतेहाबाद। रोडवेज बस का फटा टायर।

50 यात्री सवार

बस चालक राकेश ने बताया कि चलते समय अचानक अगला टायर तेज आवाज के साथ फट गया था। उस समय बस में करीब 50 यात्री सवार थे। बस में क्षमता से अधिक सवारियां होने के कारण वाहन के असंतुलित होकर पलटने का सीधा खतरा बना हुआ था। यदि बस अनियंत्रित होकर पलट जाती, तो यात्रियों को गंभीर चोटें लग सकती थीं और बड़ा जानी नुकसान हो सकता था। गनीमत यह रही कि हादसे में किसी भी यात्री को गंभीर चोट नहीं आई और बड़ा नुकसान होने से बचाव हो गया।

डिंग मंडी में सड़क पर बने गड्ढों से हादसे का खतरा

गड्ढों में पानी होने पर गहराई का अंदाजा लगाना मुश्किल

हरिभूमि न्यूज ⏭डिंग

डिंग रोड से डिंग मंडी जाने वाले मुख्य मार्ग की बदहाली राहगीरों और वाहन चालकों के लिए मुसीबत बनी हुई है। सड़क पर जगह-जगह बने गहरे गड्ढे हादसों को न्योता दे रहे हैं, लेकिन संबंधित विभाग की ओर से सुध नहीं ली जा रही। मामूली बारिश होते ही गड्ढों में पानी भर जाता है, जिससे उनकी गहराई का अंदाजा लगाना मुश्किल हो जाता है। ऐसे में दोपहिया वाहन चालक संतुलन खोकर गिर रहे हैं और चोटिल होने का खतरा बना हुआ है। दो दिन पहले हुई मामूली बारिश के बाद सड़क के गड्ढे पानी से लबालब हैं।



सिरसा। गड्ढों में तब्दील डिंग रोड से डिंग मंडी जाने वाले मुख्य मार्ग।

मांग पानीपत में हुए सम्मेलन में सीएम नायब सिंह सैनी को सौंपा मांगपत्र

हर्बल पार्क, जिला पुस्तकालय और चिली झील के सौंदर्यीकरण के लिए मांगा सहयोग

खटीक गर्जना सम्मेलन में नप चेयरमैन ने उठाए फतेहाबाद के विकास के मुद्दे

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

पानीपत में आयोजित खटीक गर्जना सम्मेलन में फतेहाबाद के विकास से जुड़े मुद्दे उठाए गए। फतेहाबाद नगर परिषद के चेयरमैन राजेंद्र सिंह खिंची ने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मुलाकात कर शहर की जरूरतों और प्रस्तावित विकास कार्यों को लेकर मांगपत्र सौंपा। इसमें हर्बल पार्क बनाने, जिला पुस्तकालय के निर्माण, घनी आबादी वाले क्षेत्रों में खेल परिसर विकसित करने, चिली झील का सौंदर्यीकरण करने और खटीक समाज के विद्यार्थियों के लिए छात्रावास बनाने के उद्देश्य से जमीन उपलब्ध करवाने की मांग की।



फतेहाबाद। मुख्यमंत्री को स्मृति चिन्ह भेंट करते चेयरमैन राजेन्द्र खिंची व अन्य।

समाज की एकता पर मंथन

सम्मेलन का आयोजन राष्ट्रीय संत शिरोमणि श्री दुर्बलनाथ जी महाराज के जयंती वर्ष के उपलक्ष्य में किया गया। कार्यक्रम में वक्ताओं ने समाज में एकता, स्वाभिमान और सामाजिक भागीदारी मजबूत करने का आह्वान किया। युवाओं को शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढऩे तथा समाज के विकास में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए प्रेरित किया गया। सम्मेलन में कई सांसदों, मंत्रियों और समाज के प्रमुख प्रतिनिधियों ने

भूना बाइपास पर हर्बल पार्क बनाने की मांग

चेयरमैन राजेंद्र सिंह खिंची ने मुख्यमंत्री के समक्ष फतेहाबाद में नागरिक सुविधाओं के विस्तार और शहर के विकास से जुड़े प्रस्ताव रखे। उन्होंने सेक्टर-3 में भूना बाइपास के पास हर्बल पार्क विकसित करने की मांग की। इसके अलावा शहर में जिला पुस्तकालय बनाने का मुद्दा भी उठाया, ताकि विद्यार्थियों और प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले युवाओं को अध्ययन के लिए बेहतर सुविधा मिल सके।

छात्रावास के लिए जमीन मांगी

मांगपत्र में चिल्ली झील के सौंदर्यीकरण और वहां पर्यटन सुविधाएं बढ़ाने का प्रस्ताव भी शामिल किया गया। इसके साथ ही खटीक समाज के विद्यार्थियों के लिए छात्रावास बनाने के उद्देश्य से जमीन उपलब्ध करवाने की मांग रखी गई, ताकि विद्यार्थियों को शिक्षा प्राप्त करने में सहूलियत मिल सके।

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com
हरिभूमि
रोहतक, मंगलवार
27 अक्टूबर 2026
10
सहेली
विशेष
करवा चौथ
29 अक्टूबर



प्रगतिशील भाव संग परंपरा के प्यारे रंग

पति के मंगलमय जीवन के लिए मनाया जाने वाला पर्व करवा चौथ, अब अपने परंपरागत रूप से उबर कर मनाया जाने लगा है। अब पत्नी ही निराजल व्रत नहीं रहती, पति भी अपनी पत्नी के सुखी जीवन के लिए व्रत रखते हैं, साझा दायित्व निभाने का संकल्प करते हैं। जीवनसाथी का यह प्रगतिशील भाव सिर्फ दांपत्य जीवन को ही नहीं, संपूर्ण परिवार को खुशहाल बना रहा है।



आवरण कथा
डॉ. मोनिका शर्मा

हालिया बरसों में परंपरागत पर्वों को मनाने का अंदाज पूरी तरह बदल गया है। रीति-रिवाज का स्वरूप तो पुराना ही है, लेकिन निभाने के तौर-तरीके नए हैं। शादीशुदा जिंदगी में जीवनसाथी की भावनाओं को एक-दूजे से जोड़ने वाला करवा चौथ का व्रत भी अब नए अंदाज में मनाया जाने लगा है। यह बदलाव पति-पत्नी के जुड़ाव को और मजबूती देने वाला है। साथ व्रत करने, उपहार देने और औपचारिकताओं से दूर घर-परिवार से जुड़ने का यह अंदाज प्रेम और परवाह दोनों को लिए है। परंपरा के रंग और प्रगतिशील भाव-चाव मिलकर उत्सवी सहजता और स्नेह को पोसने का काम कर रहे हैं।

उपवास से जुड़ी साझी अनुभूतियां

आज युवा जोड़े, करवा चौथ के पर्व को जज्बाती समझ के साथ मनाते दिखते हैं। पत्नियों के साथ पति अब भी व्रत रखते हैं। थोड़ा समय निकाल कर जीवनसंगिनी की मान-मनुहार करते हैं। यही कारण है कि समय के साथ रीति-रिवाज और परंपराओं में आए बदलाव ने जीवनसाथी की कुशलकामना के भाव को और गहरा कर दिया है। सही मायने में देखा जाए तो रिश्तों में आए खुलेपन की सोच ने इस जुड़ाव को और बल दिया है। इसी सहजता के कारण करवा चौथ जैसे त्योहारों को मनाना महिलाओं को भी बंधन नहीं बल्कि उत्सव-सा लगता है। खासकर युवतियां इस नए रंग-ढंग से बहुत खुश हैं। पति का इन परंपराओं के निर्वहन में भागीदार बनना भी प्यारा-सा पहलू है। कभी लोक परंपरा को निभाने के लिए मनाया जाने वाला करवा चौथ का व्रत आज पति और पत्नी दोनों के लिए स्नेह को व्यक्त करने का पर्याय बन गया है। ऐसे में इस व्रत से जुड़े अनुष्ठान का परंपराओं के खांचे से निकलकर सहज-सरल बनना बेहद सुखद है।





जिम्मेदारियों का साझा निर्वहन

जज्बातों को समझने वाला जीवनसाथी जब जिम्मेदारियां भी बांटने लगे, तो कुशल कामना के भाव बहुत आत्मीय होते हैं। आस्था का आधार इन भावनाओं को और पावन बनाता है। यह वाकई एक बड़ा बदलाव है कि पति और पत्नी दोनों ही अपने जीवनसाथी को शक्ति स्तंभ, दोस्त और सलाहकार समझने लगे हैं। इसी समझ में आपसी सम्मान के भाव को भी बढ़ाया है। पति-पत्नी का साथ जीवन भर का साथ होता है। इस जुड़ाव में खुशियां ही नहीं बांटीं जातीं, जिम्मेदारियों के साझे निर्वहन की सोच भी होनी चाहिए। पहले व्रत, उत्सव पर भी घर के काम-काज का दायित्व केवल महिलाओं के हिस्से ही आता था। अब ऐसे पर्व-त्योहारों पर घर के पुरुष भी काम में हाथ बंटाते हैं। युवा अपनी काम-काजी जीवनसंगिनी के थकाने वाले शेड्यूल को समझते हैं। इसके चलते संबंधों में आ रही समानता की यह सोच वास्तविक धरातल पर भी दिखने लगी है। यही वजह है कि करवा चौथ जैसे पारंपरिक त्योहार में स्नेह के साथ आपसी समझ भी नजर आती है।

मन का उत्सव

गांवों से लेकर शहरों तक अब भी इस सुहाग पर्व को महिलाएं बहुत उत्साह और मनोयोग से मनाती हैं। हर परंपरा को पूरे दिल से निभाती हैं। नव-विवाहिता बहू-बेटियों का सहज-स्नेह के साथ रीति-रिवाज से परिचय कराती हैं। उल्लास और उमंग के साथ मनाया जाने वाला यह पारंपरिक पर्व, सही मायने में स्त्रीत्व का उत्सव है। वैवाहिक जीवन में संबंधों से मिला स्नेह-समझ का भाव इस उल्लास को और खुलकर जीने का मौका देता है। आज की भागम-भाग भरी जिंदगी में करवा चौथ का व्रत भावनाओं को साझा करने का सुंदर अवसर-सा है। पति-पत्नी के बीच सामंजस्य और परिपक्वता को बढ़ावा देने वाला यह भावपूर्ण और खूबसूरत त्योहार बहुत से दंपतियों का पसंदीदा पर्व है। असल में इन छोटे-छोटे कई सकारात्मक बदलावों से घर-परिवार में रिश्तों को लेकर नई समझ को स्थान मिल रहा है। जो औपचारिकताओं से परे अपनेपन से सिंचित वैवाहिक जीवन का मजबूत आधार बन रहे हैं। इसीलिए कह सकते हैं कि करवा चौथ पति-पत्नी के दिल से जुड़ा उत्सव है। जिसे दोनों पूरे मन से मनाते हैं। इससे दोनों को खुशी महसूस होती है।

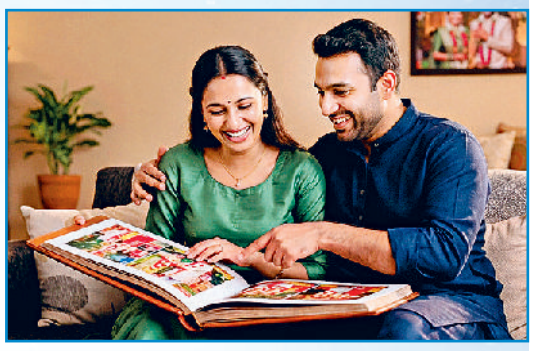
परिवार की कुशलकामना

पति के दीर्घायु की कामना से जुड़ा करवा चौथ का व्रत पारिवारिक मोर्चे पर शुभता चाहने से भी जुड़ा है। दंपतियों के रिश्ते की खुशहाली पूरे परिवार की सुख-शांति से जुड़ी होती है। ऐसे में परिवार और रिश्तों की बेहतरी का भाव लिए यह पर्व पूरे समाज को आपसी जुड़ाव का संदेश देता है। मिलकर कथा सुनतीं, मेहंदी लगातीं, सजती-संवरती, बड़ों से आशीष लेती महिलाएं पर्वों के माध्यम से समाज जोड़ने का ही सुंदर पुल बनाती हैं।

दांपत्य जीवन में भरें प्यार के रंग

मंगलमय दांपत्य जीवन के लिए मनाए जाने वाले पर्व करवा चौथ के दिन सिर्फ पूजा आराधना ही नहीं हो, पति-पत्नी कुछ ऐसी बातें भी अमल में लाएं,जो उनके जीवन में मधुरता घोले, प्रगाढ़ बनाए। इसके लिए दंपतियों को कुछ बातें अमल में लानी होंगी।

सलाह
प्रतिभा अग्निहोत्री



करवा चौथ का पर्व सिर्फ पति की लंबी उम्र के लिए रखा जाने वाला व्रत ही नहीं है, बल्कि यह पति-पत्नी के रिश्ते में आपसी समझ को और अधिक गहरा करने का अवसर भी है। अपने दांपत्य जीवन में प्रेम के खूबसूरत रंग भरकर और अधिक प्रगाढ़ कैसे बनाएं, जानें।

दांपत्य जीवन में संतुलन बनाए रखने का संकल्पः पति-पत्नी एक ही गाड़ी के दो पहिए हैं, अगर ये जीवन रूपी पथ पर साथ-साथ संतुलन बनाकर नहीं चलेंगे, तो दांपत्य की गाड़ी डगमगाकर पलट जाएगी। इसलिए परस्पर समझदारी से इसके संतुलन को बनाए रखना बेहद जरूरी है। दो व्यक्तियों के विचारों, स्वभाव और रुचियों में मतभेद होना स्वाभाविक है, लेकिन हमेशा ध्यान रखें कि ये मतभेद कभी मनभेद न बनने पाएं। दूसरे को पूरी तरह बदलने के स्थान पर जब पति-पत्नी दोनों ही खुद को बदलने का प्रयास करते हैं, तो गृहस्थी में संतुलन बना रहता है, दांपत्य की गाड़ी बेहद स्थिरता से जीवन पथ पर निर्बाध दौड़ती है। इस करवा चौथ पर पति-पत्नी दोनों ही बहुत प्यार से संकल्प लें कि वे अपने दांपत्य जीवन की गाड़ी का संतुलन कभी बिगड़ने नहीं देंगे। घर-परिवार से जुड़े निर्णय परस्पर सहयोग और समझदारी से लेंगे।



बिताएं एक-दूसरे के साथ प्यार भरे पलः करवा चौथ पर ऑफिस से छुट्टी लेकर एक-दूसरे को भरपूर समय दें। मोबाइल फोन से दूरी बनाकर एक साथ कुछ मीठे पल बिताएं, कुछ अपनी कहें और कुछ दूसरे की सुनें। साथ-साथ बिताए गए कॉलेज टाइम के समय को याद करें। अगर आपके पास एक-दूसरे के कुछ पुराने पत्र या फोटोग्राफ हैं, तो उन्हें निकालकर देखें और पढ़ें। इन पत्रों और फोटोग्राफ्स की भावनाएं आपको एक बार फिर एक-दूसरे के प्रति प्यार की ऊर्जा से भर देंगी।

इमोशंस को करें सेलिब्रेटः करवा चौथ के दिन एक-दूसरे के इमोशंस को भी सेलिब्रेट करें। अपने पार्टनर के प्रति उन सभी इमोशंस को व्यक्त करें, जो आप आज तक अपने पति से नहीं कह पाई हैं। आप इसके लिए कागज पर लिखकर या फिर मोबाइल फोन के टेक्सट मैसेज का सहारा ले सकती हैं। इस दिन एक-दूसरे की पसंद-नापसंद का विशेष ध्यान रखें। अगर पिछले दिनों किसी बात पर अनबन या बहस होने से आप दोनों एक-दूसरे से नाराज चल रहे हैं, तो इस दिन सारे मतभेद भूलकर करवा चौथ को सेलिब्रेट करें। एक यादगार दिन बिताएं।

भविष्य की योजनाएं बनाएंः आप किसी भी उम्र की हों, इस दिन बीते समय की कड़वीं यादों को भूलकर आगे आने वाले समय को और अधिक बेहतर बनाने का प्रयास करें। बच्चों की पढ़ाई, शादी, आर्थिक योजनाएं और रिटायरमेंट की प्लानिंग पर खुलकर बातचीत करें। बातचीत करते समय ध्यान रखें कि भले ही कितने भी मतभेद हों, आप इसे बहस और वाद-विवाद तक न पहुंचने दें। दूर की सोचकर अपनी योजनाएं बनाएं और सुखद भविष्य की राह बनाएं।

खामियां नहीं खूबियां गिनेंः पति-पत्नी दोनों ही करवा चौथ के दिन एक-दूसरे की कमियां देखने के स्थान पर खूबियां गिनें। जब आप एक-दूसरे की खूबियां गिनना शुरू करेंगी, तो उनका उजला पक्ष आपके सामने होगा, सारी खामियां स्वतः धूमिल हो जाएंगी। एक-दूसरे की खूबियों की तारीफ से, प्यार को महसूस करने से करवा चौथ पर आपका दांपत्य जीवन फूलों सा खिल उठेगा, जिसकी महक से पति-पत्नी दोनों को एक अलग तरह की खुशी मिलेगी।

सरप्राइज प्लान करें: करवा चौथ के दिन को यादगार बनाने के लिए एक-दूसरे के लिए कुछ सरप्राइज प्लान करें। जरूरी नहीं है कि आप कोई महंगा गिफ्ट ही खरीदें, एक छोटा-सा बुके, पेन, ब्रांडेड पर्स, सूट या साड़ी भी आपकी भावनाओं को व्यक्त करने के लिए काफी हो सकता है।

करवा चौथ के दिन पत्नियां अपने पति के मंगलमय जीवन के लिए निर्जला व्रत रखती हैं। मनोविज्ञानी अध्ययन बताते हैं कि उपवास से सकारात्मक भावनाएं जन्म लेती हैं, इससे पति-पत्नी के बीच आपसी जुड़ाव और समर्पण बढ़ता है, जिससे मानसिक स्वास्थ्य बेहतर रहता है।

करवा चौथ उपवास में निहित कई गहरे मनोवैज्ञानिक पहलू

शोध
अंजू जैन



मनोविज्ञान में लॉ ऑफ अट्रैक्शन और 'प्रार्थना की शक्ति' पर कई शोध हुए हैं। करवा चौथ के दिन जब एक पत्नी पूरे मन से अपने पति की लंबी उम्र की कामना करती है, तो वह ब्रह्मांड में अत्यधिक शक्तिशाली सकारात्मक तरंगें भेजती है। किसी के लिए निरंतर शुभ सोचने से आपके मस्तिष्क से ऑक्सीटोसिन और एंडोर्फिन जैसे हैप्पी हार्मोंस रिलीज होते हैं। यह सकारात्मक माहौल पति के मानसिक तनाव को कम करता है। तनाव मुक्त रहने से हृदय रोग और उच्च रक्तचाप का खतरा कम होता है, जो सीधे तौर पर लंबी उम्र से जुड़ा है।

'ऑक्सीटोसिन' का स्राव और रिश्तों में जुड़ावः करवा चौथ के दिन पति-पत्नी के बीच का प्रेम और आकर्षण अपने चरम पर होता है। पति अपनी पत्नी को उपहार देता है, उसकी देखभाल करता है। पत्नी भी अपने पति के प्रति पूरी तरह समर्पित होती है। इस तरह के भावनात्मक जुड़ाव से शरीर में 'ऑक्सीटोसिन'(जिसे लव हार्मोन या बॉन्डिंग हार्मोन भी कहा जाता है) का स्तर तेजी से बढ़ता है। हार्वर्ड यूनिवर्सिटी के एक शोध के अनुसार, जिन पुरुषों का वैवाहिक जीवन सुखी होता है, जिन्हें अपनी पत्नी का भरपूर स्नेह मिलता है, उनमें कार्डियोवैस्कुलर बीमारियों से मरने का खतरा 30 प्रतिशत तक कम हो जाता है।

सामूहिक अवचेतन की शक्तिः करवा चौथ के दिन महिलाएं एक साथ इकट्ठा होकर कथा सुनती हैं, पूजा करती हैं और थाली बंटाती हैं। मनोविज्ञान में इसे 'सामूहिक अवचेतन' या सामूहिक ऊर्जा कहा जाता है। जब सैकड़ों-हजारों लोग एक ही समय पर, एक ही उद्देश्य (पति की लंबी उम्र) के लिए एक जैसी सकारात्मक भावना के साथ इकट्ठा होते हैं, तो एक शक्तिशाली 'एनर्जी फील्ड' तैयार होता है। यह सामूहिक उत्सव महिलाओं के मानसिक तनाव को दूर करता है। एक खुशहाल और तनावमुक्त पत्नी ही एक पुरुष को घर में शांतिपूर्ण माहौल दे सकती है।

कृतज्ञता की भावनाः करवा चौथ का त्योहार मूल रूप से एक-दूसरे के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने का दिन है। पत्नी-पति की सुरक्षा के लिए व्रत करती है और पति-पत्नी के इस त्याग का सम्मान करते हुए उसे उपहार और जीवन भर साथ निभाने का वचन देता है 'जर्नल ऑफ पर्सनालिटी एंड सोशल साइकोलॉजी' में प्रकाशित एक शोध के अनुसार, जो जोड़े एक-दूसरे के प्रति नियमित रूप से कृतज्ञता व्यक्त करते हैं, उनका रिश्ता अधिक टिकाऊ और मजबूत होता है।

सहानुभूति और पारस्परिक समझः करवा चौथ केवल एक दिन की रस्म नहीं है, बल्कि यह आने वाले पूरे साल के लिए आपसी समझ की नींव रखता है। आधुनिक युग में कई पति भी अपनी पत्नियों के साथ इस व्रत को रखते हैं। जब दो लोग एक साथ किसी कठिन लक्ष्य (जैसे उपवास) को साझा करते हैं, तो उनके बीच सहानुभूति और 'मिररिंग इफेक्ट' पैदा होता है। यह साझा प्रयास आपसी मतभेदों और झगड़ों को समाप्त करता है।

चंद्र दर्शन और मानसिक शांतिः करवा चौथ के व्रत का समापन रात में चंद्रमा को अर्घ्य देकर और छलनी से पति का चेहरा देखकर होता है। यह पूरी प्रक्रिया प्रकृति से सीधे जुड़ाव को दर्शाती है। चंद्रमा की किरणें शीतलता और शांति का प्रतीक हैं। रात के समय खुले आसमान के नीचे प्रकृति के संपर्क में आने से मन शांत होता है। छलनी के माध्यम से देखना और दीप जलाना एकाग्रता को बढ़ाता है, जिससे पति-पत्नी दोनों का तंत्रिका तंत्र शांत और संतुलित होता है।

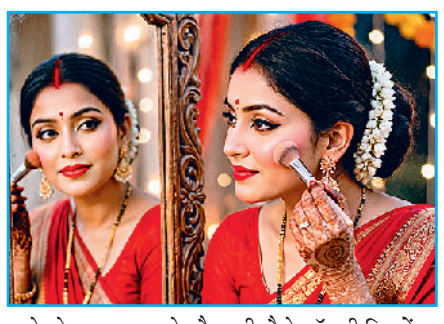
मेकअप
निधि गोयल

मेकअप करें ऐसा दमके चांद सा चेहरा

करवा चौथ के खास अवसर पर हर महिला चाहती है कि उसका लुक सबसे खूबसूरत नजर आए। इसके लिए परफेक्ट आउटफिट से लेकर मेकअप तक, हर बात मायने रखती है। मेकअप को आकर्षक और लंबे समय तक बरकरार रखने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखना होगा।

स्किन बेस करें तैयारः चेहरे को माइल्ड फेस वॉश से साफ करने के बाद हल्का मॉयश्चराइजर लगाएं। अगर दिन में बाहर जाना है, तो सनस्क्रीन लगाना न भूलें। इसके बाद कुछ मिनट स्किन को सेट होने दें।

प्राइमर को न करें इग्नोरः मेकअप को लंबे समय तक टिकाए रखने में प्राइमर काफी मददगार हो सकता है। इसे खासतौर पर टी-जोन, नाक और उन हिस्सों पर लगाएं, जहां त्वचा जल्दी ऑयली हो जाती है। बहुत ज्यादा प्राइमर लगाने के बजाय इसकी पतली लेयर लगाएं। इससे मेकअप सही तरह से टिका रहता है।



बेस न हो ज्यादा हैवीः त्योहार के दिन हैवी बेस लगाने के बजाय ऐसा फाउंडेशन चुनें, जो आपकी स्किन टोन से मैच करता हो। इसे स्पंज या ब्रश की मदद से अच्छी तरह ब्लेंड करें। जहां ज्यादा कवरेज की जरूरत हो, वहां कंसीलर का इस्तेमाल करें। बहुत मोटी लेयर लगाने से कुछ घंटों बाद बेस क्रैक या पैची दिखाई दे सकता है। इसलिए जरूरी है कि हल्की और पतली लेयर लगाएं।

पावडर से करें मेकअप सेटः फाउंडेशन और कंसीलर लगाने के बाद हल्के ट्रांसलूसेंट पावडर से मेकअप को सेट करें। खासकर नाक, माथे और ठुड्डी जैसे ऑयली हिस्सों पर ध्यान दें। इससे एक्स्ट्रा ऑयल को कंट्रोल करने में मदद मिल सकती है।

स्मज-प्रूफ आई मेकअपः आप जब चेहरे पर बेस बना लें, तो उसके बाद आई मेकअप करें। लंबे समय तक आई मेकअप को मेंटेन करने के लिए वॉटरप्रूफ या लॉन्ग-वियर आईलाइनर और मस्कारा चुनें। आई शैडो लगाने से पहले आई प्राइमर या थोड़ी-सी कंसीलर की पतली लेयर इस्तेमाल की जा सकती है। इससे आई-शैडो को बेहतर बेस मिल सकता है।

लॉन्ग-लास्टिंग लिपस्टिकः लिपस्टिक लगाने से पहले होंठों को मॉयश्चराइज करें। इसके बाद लिप लाइनर से होंठों को आउटलाइन करके उसी से हल्का फिल करें और फिर लिपस्टिक लगाएं। लंबे समय तक टिके रहने के लिए मैट या लॉन्ग-वियर फॉर्मूला चुन सकती हैं।

मेकअप सेटिंग स्प्रेः अंत में मेकअप होने के बाद मेकअप सेटिंग स्प्रे करें। इसे चेहरे से थोड़ी दूरी पर रखकर लगाएं और फिर मेकअप को अपने आप सूखने दें। इससे मेकअप लंबे समय तक टिका रहेगा, आपका रूप दमकता रहेगा।

(मेकअप एक्सपर्ट साधना शर्मा से बातचीत पर आधारित)

डाइट सजेशन
रितिका समादार
चीफ डाइटीशियन
मैक्स हॉस्पिटल, दिल्ली

करवा चौथः ऐसी हो आपकी सरगी

करवा चौथ के दिन सुबह व्रत से पूर्व खाई जाने वाली सरगी हेल्थ के लिए बहुत मायने रखती है। इसलिए आपको पता होना चाहिए कि सरगी में आप क्या खा सकती हैं और किसे अवॉयड करना चाहिए?

आने वाले गुरुवार को आप करवा चौथ व्रत रखेंगी। आपने पूरे उत्साह के साथ इसकी तैयारी शुरू कर दी होगी। इसके साथ ही आपको अपने खान-पान का भी ध्यान रखना चाहिए। खासतौर पर सरगी में आपको क्या लेना चाहिए, इस बारे में जानिए। करवा चौथ में सूर्योदय चंद्रोदय तक लगभग 15 घंटे का निर्जल उपवास होता है। व्रत वाले दिन सूर्योदय से पहले यानी सुबह 4-5 बजे सरगी खाने की परंपरा है। इस लंबे उपवास से पहले खाया जाने वाला भोजन बहुत महत्वपूर्ण माना जाता है। इससे न केवल पूरे दिन कार्यों को करने की एनर्जी मिलती है, बल्कि डिहाइड्रेशन, एसिडिटी और थकान से भी बचाव होता है।

पर्याप्त तरल पदार्थः इस व्रत में सुबह से रात में चांद निकलने तक पानी पीना भी मना होता है, इसलिए सरगी के समय सादा पानी, नीबू पानी और नारियल पानी का सेवन करें। इससे आपका शरीर हाइड्रेट रहेगा और गला सूखने की समस्या नहीं होगी। लस्सी, छाछ या दूध का भी एक ग्लास ले सकती हैं।



लो डाइजेस्टिव कार्ब-प्रोटीनः सरगी में ऐसे कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन से जुड़ी चीजों का सेवन करना चाहिए, जिनका पाचन धीमी गति से होता है। ऐसा करना इसलिए जरूरी है कि इससे अगले दिन भी आपका पेट भरा हुआ महसूस होगा और भूख नहीं लगेगी। इसके लिए ड्राई फ्रूट्स या नट्स के साथ बना हुआ दलिया, खीर या सिंवईं बेहतर विकल्प हैं। इसके अलावा कम ऑयल में बना हुआ पनीर का परांठा भी आपको भरपूर एनर्जी देगा। ऐसी चीजों के सेवन से आपके शरीर को पर्याप्त मात्रा में कार्बोहाइड्रेट, कैल्शियम और प्रोटीन का पोषण मिल जाएगा।

फलों का सेवनः सेब, पपीता, अनार, संतरा और तरबूज जैसे फल नेचुरल शुगर, फाइबर और विटमिन से भरपूर होते हैं। इनके सेवन से शरीर में पानी की कमी भी दूर होती है। केला पोटेशियम से भरपूर होता है, जो शरीर में इलेक्ट्रोलाइट का संतुलन बनाए रखता है। अनार, आयरन और एंटीऑक्सीडेंट तत्वों से भरपूर होता है। निर्जला व्रत से पहले सरगी में फलों का सेवन करने से अगले दिन शरीर में पानी की कमी महसूस नहीं होती।

डेयरी प्रोडक्ट्सः दूध, दही, पनीर, लस्सी और छाछ भी कैल्शियम और प्रोटीन के बहुत अच्छे स्रोत हैं। दही में मौजूद प्रोबायोटिक तत्व पाचन तंत्र को दुरुस्त रखते हैं और इससे पेट में ठंडक बनी रहती है। चाहें तो नट्स के साथ दही का भी सेवन कर सकती हैं। अगर आप वीगन डाइट लेना चाहती हैं, तो नारियल या बादाम के दूध का सेवन कर सकती हैं।

क्या न करें: बहुत ज्यादा मीठी डिशेज का सेवन करने से शरीर में इंसुलिन की मात्रा बढ़ जाती है और इससे ज्यादा भूख लगती है। तेज नमक वाली चीजें खाने से बचें, इससे डिहाइड्रेशन की समस्या होती है और ज्यादा प्यास लगती है। जहां तक संभव हो चाय-कॉफी से दूर रहें या इनका सेवन बहुत सीमित मात्रा में करें। इनके ज्यादा सेवन से गैस और एसिडिटी की समस्या हो सकती है। ज्यादा घी, तेल या मिर्च मसाले वाली चीजों से भी दूर रहें, इससे अगले दिन पेट में भारीपन और पाचनतंत्र से सबंधी समस्या हो सकती है। अगर आप इन छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखेंगी, तो व्रत के दौरान कोई समस्या नहीं होगी।

प्रस्तुतिः विनीता

खबर संक्षेप

पराली मिट्टी में मिलाएं उर्वरक शक्ति बढ़ाएं

फतेहाबाद। खेत बचाओ अभियान एवं फसल अवशेष प्रबंधन योजना के अंतर्गत गांव बीघड़ में किसान प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता उपमंडल कृषि अधिकारी डॉ. संजय मेचु ने की। उन्होंने किसानों को धान के अवशेषों को खेत की मिट्टी में मिलाकर भूमि की उर्वरक शक्ति बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि मिट्टी की उर्वरता बनाए रखने के लिए फसल अवशेषों को खेत में मिलाना एक बेहतर उपाय है। इससे मिट्टी में मौजूद केंचुओं एवं लाभकारी बैक्टीरिया की संख्या बढ़ती है। वहीं, पराली जलाने से खेतों में मौजूद लाभकारी बैक्टीरिया और केंचुए नष्ट हो जाते हैं, जिससे भूमि की उपजाऊ शक्ति पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।

डोडा पोस्त बरामदगी मामले में आरोपी बुग्गी गिरफ्तार

फतेहाबाद। थाना सदर रतिया पुलिस ने 54 किलोग्राम 100 ग्राम डोडा पोस्त की बरामदगी के मामले में चौथे आरोपी को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान हरजिंदर सिंह उर्फ बुग्गी निवासी गांव ब्राह्मणवाला के रूप में हुई है। थाना सदर रतिया के प्रभारी उप-निरीक्षक शिशपाल ने बताया कि गत 10 मई को पुलिस टीम को गुप्त सूचना मिली थी कि गांव महमड़ा निवासी हेतराम उर्फ हेतु बड़े पैमाने पर डोडा पोस्त की तस्करी में संलिप्त है और उसने भुंदड़वास क्षेत्र में भाखड़ा मेन ब्रांच नहर की पटरी के पास नशीला पदार्थ छिपाकर रखा हुआ है।

किसानों को जल्द मुआवजा दे प्रदेश सरकार : शर्मा

फतेहाबाद। बीते दिनों ओलावृष्टि से हुए फसलों के नुक्सान को लेकर कांग्रेस के जिलाध्यक्ष अरविन्द शर्मा ने किसानों के प्रति संवेदना जताते हुए उनके हितों की मांग को उठाया है। अरविन्द शर्मा ने सरकार से



अपील की है कि ओलावृष्टि से जिन किसानों की फसलों का नुक्सान हुआ है। उन्हें 50 हजार रुपये प्रति एकड़ का मुआवजा सरकार देना सुनिश्चित करें और यह मुआवजा राशि गेहूं की बिजाई से पहले देना चाहिए, ताकि किसान अगली फसल की बिजाई के लिए बीज और खाद सही समय पर खरीद सकें। अरविन्द शर्मा ने कहा कि ओलावृष्टि के कारण मंडियों में पड़ी फसल व खेतों में पड़ी फसल को काफी नुक्सान हुआ है।

एमएम कॉलेज में राज्यस्तरीय जूनियर फुटबॉल टूर्नामेंट शुरू

खेलों से टूटेगा नशा माफिया का जाल, युवाओं को मैदान तक लाना जरूरी : डॉ. वीरेंद्र सिवाच

■ 30 से अधिक टीमों ने लिया भाग, कोच गुलजार खान के प्रयासों को सराहा

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

युवाओं को नशे से दूर रखने और उनकी ऊर्जा को सकारात्मक दिशा देने में खेल अहम भूमिका निभा सकते हैं। जरूरत है कि प्रतिभाशाली खिलाड़ियों को सही मार्गदर्शन और आगे बढऩे के अवसर दिए जाएं। यह बात समाजसेवी एवं वरिष्ठ सर्जन डॉ. वीरेंद्र सिवाच ने मनोहर मेमोरियल कॉलेज के खेल मैदान में फतेहाबाद फुटबॉल क्लब की ओर से आयोजित राज्यस्तरीय जूनियर फुटबॉल टूर्नामेंट के शुभारंभ अवसर पर कही। प्रतियोगिता में हरियाणा के विभिन्न जिलों से 30 से अधिक जूनियर टीमें भाग ले रही हैं। खिलाड़ियों और उपस्थित लोगों को संबोधित करते हुए डॉ. सिवाच ने कहा कि हरियाणा में खेल प्रतिभाओं की कमी नहीं है। उचित प्रशिक्षण, संसाधन और अवसर मिलने पर युवा राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बना सकते हैं। उन्होंने कॉलोनियों और ग्रामीण क्षेत्रों में चिट्टा जैसे घातक नशों के बढ़ते प्रभाव पर चिंता जताते हुए कहा कि नशे की गिरफ्त में आकर युवा अपना भविष्य बर्बाद कर रहे हैं। ऐसे में उन्हें खेल गतिविधियों से जोडऩा समय की जरूरत है। खेल युवाओं में अनुशासन, आत्मविश्वास और सकारात्मक सोच विकसित करने के साथ उन्हें गलत संगत से दूर रखने में भी मददगार हैं।



फतेहाबाद। खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करते डॉ. विरेन्द्र सिवाच। फोटो : हरिभूमि

आर्थिक कमजोर बच्चों को दे रहे निःशुल्क प्रशिक्षण

डॉ. सिवाच ने फतेहाबाद फुटबॉल क्लब के कोच गुलजार खान के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों और कॉलोनियों के बच्चों को निःशुल्क प्रशिक्षण देकर उन्हें आगे बढऩे का अवसर देना सराहनीय पहल है। कोच गुलजार खान के मार्गदर्शन में प्रशिक्षण लेने वाले खिलाड़ियों ने राष्ट्रीय स्तर पर भी उपलब्धियां हासिल की हैं। अनुजा और काओ ने जूनियर स्तर की राष्ट्रीय प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीतकर प्रदेश का नाम रोशन किया। वहीं, राजू ने जूनियर वर्ग में हरियाणा की टीम का प्रतिनिधित्व किया और कप्तान के रूप में टीम का नेतृत्व भी किया।

तीन दिवसीय स्पर्धा में दिखेगा खिलाड़ियों का दम

फतेहाबाद फुटबॉल क्लब की ओर से आयोजित तीन दिवसीय टूर्नामेंट का उद्देश्य युवाओं को खेलों के प्रति प्रोत्साहित करना और उनमें अनुशासन व टीम भावना विकसित करना है। प्रतियोगिता के शुभारंभ पर खिलाड़ियों में उत्साह देखने को मिला। डॉ. सिवाच ने प्रतिभागी टीमों को शुभकामनाएं देते हुए आयोजकों के प्रयासों की सराहना की। इस अवसर पर कोच गुलजार खान, मनस्वरूप, रजनी बिश्नोई, कुलदीप बिश्नोई, प्रदीप, देवीलाल सहित फतेहाबाद फुटबॉल क्लब के पदाधिकारी, खेल प्रेमी, स्थानीय गणमान्य नागरिक और दर्शक मौजूद रहे।

बाल दिवस प्रतियोगिताओं के पहले दिन 450 विद्यार्थियों ने किया प्रदर्शन

■ राज्य स्तररीय बाल दिवस प्रतियोगिताओं का सीजेएम डॉ. सुयशा जावा ने किया शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

बाल भवन में जिला बाल कल्याण परिषद् द्वारा 26 से 31 अक्टूबर तक राज्य स्तरीय बाल दिवस प्रतियोगिताओं के अंतर्गत जिला स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जा रहा है। इन प्रतियोगिताओं में कक्षा प्रथम से 12वीं तक के विद्यार्थियों के लिए विभिन्न आयु वर्गों के अनुसार लगभग 40 प्रकार की प्रतियोगिताएं आयोजित की जा रही हैं। प्रतियोगिताओं के प्रथम दिन सोमवार को प्रथम समूह के विद्यार्थियों की प्रतियोगिताओं का शुभारंभ मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव डॉ. सुयशा जावा ने दीप प्रज्ज्वलित कर किया। इस अवसर पर विद्यार्थियों ने पूरे उत्साह एवं उमंग के साथ विभिन्न प्रतियोगिताओं में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

पहले दिन एकल नृत्य, फैंसी ड्रेस, वेस्ट ड्रामेबाज, समूह नृत्य, क्ले मॉडलिंग, कार्ड मेकिंग, हिंदी एवं अंग्रेजी हस्तलेखन तथा भाषण प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इन प्रतियोगिताओं में लगभग 40 सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों के करीब 450 विद्यार्थियों ने भाग लिया। इस अवसर पर जिला बाल कल्याण अधिकारी अनिल कुमार ने बताया कि इन प्रतियोगिताओं का मुख्य उद्देश्य बच्चों की रचनात्मक प्रतिभा को प्रोत्साहित करना, उनकी छिपी हुई प्रतिभाओं को निखारना तथा उन्हें अपनी कला एवं कौशल का प्रदर्शन करने के लिए उपयुक्त मंच प्रदान करना है। कार्यक्रम के दौरान वरिष्ठ नागरिक हरबंस लाल सेठी, परिषद् के आजीवन सदस्य रामराज मेहता, ईश्वर देवी सेठी, अमर मोंगा, ललिता रानी, सीमा रानी, वीरेंद्र सिंह, डॉ. नीतू रानी, पूर्ण सिंह, नेहा शर्मा, मीनाक्षी व नीलम आदि मौजूद रहे।



फतेहाबाद। डांस प्रतियोगिता में भाग लेती नन्हीं छात्रा।

संत महापुरुष सम्मान एवं विचार प्रसार योजना के अंतर्गत हुआ जिला स्तरीय कार्यक्रम

महर्षि वाल्मीकि के जीवन एवं शिक्षाओं से मिलते हैं प्रेरणादायी विचार: दुड़ाराम

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

महर्षि वाल्मीकि ने रामायण की रचना करके मानव के आदर्शों को जन-जन तक पहुंचाया है और उनकी शिक्षाएं हमें कर्तव्यनिष्ठा, त्याग, सेवा, सत्य और मानवता के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देती हैं। यह बात पूर्व विधायक दुड़ाराम ने सोमवार को संत महापुरुष सम्मान एवं विचार प्रसार योजना के अंतर्गत लघु सचिवालय स्थित सभागार में महर्षि वाल्मीकि जयंती के अवसर पर जिला स्तरीय कार्यक्रम को बतौर मुख्यातिथि संबोधित करते हुए कहे। कार्यक्रम में महर्षि वाल्मीकि के जीवन, उनकी शिक्षाओं और रामायण के माध्यम से समाज को मिले नैतिक मूल्यों पर प्रकाश डाला गया। उन्होंने रामायण में वर्णित भगवान श्री राम के मर्यादित आचरण, माता सीता के धैर्य, लक्ष्मण की सेवा भावना और पारिवारिक



फतेहाबाद। महर्षि वाल्मीकि की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर नमन करते हुए पूर्व विधायक दुड़ाराम। फोटो : हरिभूमि

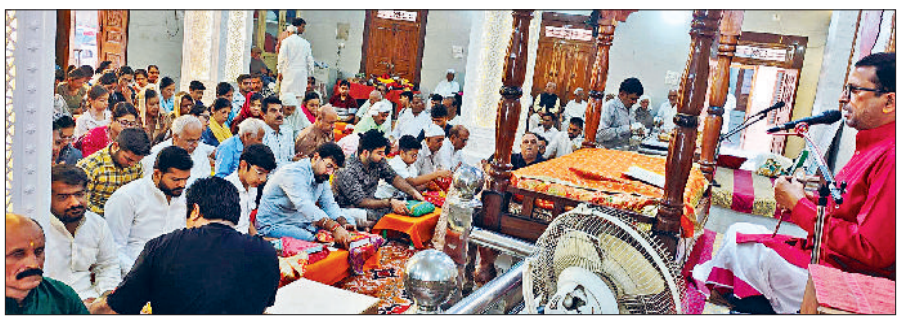
संबंधों की गरिमा के वर्णन पर भी अपने विचार रखे। उन्होंने कहा कि महर्षि वाल्मीकि द्वारा रचित रामायण हमें मर्यादा, न्याय और त्याग, कत्र्तव्य के प्रति बोध कराने के साथ-साथ सामाजिक समरसता का भी संदेश देती है। कार्यक्रम में उन्होंने उपस्थितजनों को महर्षि वाल्मीकि जयंती के अवसर पर बधाई भी दी।

कार्यक्रम में वक्ता डॉ. नायब सिंह मंढेर ने कहा कि रामायण केवल एक महाकाव्य नहीं, बल्कि जीवन जीने की कला, सामाजिक जिम्मेदारियों और नैतिक मूल्यों का संदेश देने वाला ग्रंथ है। महर्षि वाल्मीकि की रचनाएं समाज को सद्भाव, समानता, कर्तव्य और मानवीय संवेदनाओं का महत्व समझाती हैं। कार्यक्रम में वक्ता डॉ. बिट्टू इंदौरा ने कहा कि महर्षि वाल्मीकि का जीवन और उनका साहित्य आज भी समाज को ज्ञान, विवेक और सदाचार की प्रेरणा देता है। महापुरुषों के जीवन से प्रेरणा लेकर युवा पीढ़ी को अपने चरित्र निर्माण, सामाजिक सेवा और राष्ट्रहित के कार्यों में योगदान देना चाहिए। कार्यक्रम के दौरान महर्षि वाल्मीकि को पुष्प अर्पित कर श्रद्धापूर्वक नमन किया गया।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर एसडीएम राजेश कुमार, सीटीएम गौरव गुप्ता, डीएसपी जगदीश काजला, सूचना, जनसंपर्क एवं भाषा विभाग के उपनिदेशक अमित पंवार, जिला कल्याण अधिकारी विनोद चावला, रोडवेज टीएम सुरेंद्र सिंह सहित जिला प्रशासन के अन्य अधिकारी, विभिन्न सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि और गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

श्रद्धापूर्वक एवं नियमपूर्वक श्रीरामचरित मानस का पाठ करें साधक : राकेश शर्मा



फतेहाबाद। श्री रघुनाथ मंदिर में श्रीरामचरितमानस पाठ के दौरान उपस्थित श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी श्री रघुनाथ मंदिर में कार्तिक मास के उपलक्ष्य में श्रीरामचरित मानास पाठ का शुभारंभ हुआ, जिसमें सैंकड़ों साधक शामिल हुए। इस मौके पर पुजारी राकेश शर्मा ने पाठ के शुभारंभ अवसर पर साधकों को बधाई दी तथा पूरे श्रद्धापूर्वक एवं नियमपूर्वक श्रीरामचरित मानस पाठ करने के लिए आह्वान किया। यह जानकारी देते हुए प्रधान टेकचन्द मिढ्ढा ने बताया कि प्रति वर्ष श्रीराम चरित मानस का संगीतमय पाठ रखा जाता है। उन्होंने बताया कि यह पाठ सोमवार से शुरू हुआ है, जिसका भोग 24 नवम्बर को डाला जाएगा। यह पाठ का समय सुबह 6 बजे रखा गया है। उन्होंने बताया कि शरद् पूर्णिमा के मौके पर आज मंदिर में खीर का प्रसाद भी वितरित किया गया। इस अवसर पर एडवोकेट सुनील आहूजा, हंसराज ग्रोवर, भीमसेन नारंग, मोहन नारंग, चंद्रभान नागपाल, उमंग सरदाना, वेदप्रकाश नारंग, हंसराज रेल्हन, लवकेश नारंग, रमेश कुमार, नरेंद्र टुटेजा, दीवान चंद नागपाल, किट्टू बजाज, ज्योति सरदाना, आशू गिल्होत्रा, राजेन्द्र नागपाल, बहन आत्मदेवी, मोहित बजाज, भरत बजाज सहित सैंकड़ो साधक व भक्तगण मौजूद थे।

बंद मकान में चोरी की वारदात सुलझी आभूषण बरामद, एक आरोपी गिरफ्तार

■ सातरोड कलां में मकान का ताला तोड़कर चुराए थे सोने-चांदी के जेवरात

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

सदर थाना पुलिस ने सातरोड कलां में बंद मकान का ताला तोड़कर सोने-चांदी के आभूषण चोरी करने की वारदात को सुलझाते हुए आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी की निशानदेही पर चोरी किए गए सभी आभूषण बरामद कर लिए हैं। मामले के अनुसार इस संबंध में सातरोड कलां में रहने वाले अनिल शर्मा ने पुलिस को शिकायत दी थी कि 13 अक्टूबर को वह और उसकी पत्नी नौकरी पर गए हुए थे। दोपहर करीब 1:50 बजे जब उनकी पत्नी घर पहुंचीं, तो मकान का दरवाजा खुला मिला। जांच करने पर पता चला कि अज्ञात व्यक्ति मकान में घुसकर अलमारी तोड़ने के बाद उसमें रखे सोने-चांदी के कीमती आभूषण चोरी कर ले गया था। शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके पुलिस ने जांच शुरू की। मामले की जांच के दौरान सहायक उप निरीक्षक प्रवीण कुमार की पुलिस टीम ने गुप्त सूचना एवं तकनीकी सहायता के आधार पर कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार किया।

भारत को जानो प्रश्न मंच में डीएवी पुलिस स्कूल व सीनियर सेकेंडरी स्कूल भिरड़ाना ने मारी बाजी

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

भारत विकास परिषद की फतेहाबाद एवं राघव शाखा के संयुक्त तत्वावधान में अंतर-विद्यालयी 'भारत को जानो' प्रश्न मंच प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में कनिष्ठ वर्ग की 23 और वरिष्ठ वर्ग की 21 टीमों ने भाग लेकर अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम में हरियाणा एग्रो इंडस्ट्रीज लिमिटेड के चेयरमैन और भाविप के संस्थापक सदस्य भारत भूषण मिड्ढा ने मार्गदर्शन दिया। कार्यक्रम के मुख्यातिथि डॉ. रविकांत डाबरा थे जबकि विशिष्ट अतिथि अरोड़ा ग्रुप के निदेशक अनिल अरोड़ा थे। कार्यक्रम की शुरुआत में अतिथियों ने दीप प्रज्वलित भारत माता और स्वामी विवेकानंद जी को नमन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता हरियाणा पश्चिम प्रांत के प्रांतीय उपाध्यक्ष दीपक शर्मा ने की, जबकि पर्यवेक्षक के रूप में सिरसा की शहीद भगत सिंह शाखा के संस्कार संयोजक अमित शर्मा उपस्थित रहे। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सह संयोजक संस्कार केके अरोड़ा, हरियाणा पश्चिम प्रांत के संरक्षक सीपी आहूजा, जिला समन्वयक विजय जग्गा और पूर्व जिला समन्वयक राकेश मखीजा, अंशुल तनेजा, अमित मक्कड़, निशांत निर्मोही सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। भारत विकास परिषद फतेहाबाद शाखा के अध्यक्ष केबी गोदारा ने सभी विजेता टीमों, प्रतिभागी विद्यालयों और अतिथियों का आभार व्यक्त किया।

ये रहे प्रतियोगिता के परिणाम

प्रतियोगिता के कनिष्ठ वर्ग में सीनियर सेकेंडरी मॉडल स्कूल, भिरड़ाना ने प्रथम, पायनियर कॉन्वेंट स्कूल फतेहाबाद ने द्वितीय तथा एसबीपी डीएवी पब्लिक स्कूल फतेहाबाद ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इसी तरह वरिष्ठ वर्ग में डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल, फतेहाबाद प्रथम, सीनियर सेकेंडरी मॉडल स्कूल भिरड़ाना द्वितीय और सैनिक स्कूल खारा खेड़ी तृतीय स्थान पर रहा। लिखित परीक्षा में सर्वाधिक विद्यार्थियों की भागीदारी सुनिश्चित करने पर पायनियर कॉन्वेंट स्कूल, डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल, स्कॉलर्स कॉन्वेंट स्कूल, सीनियर सेकेंडरी मॉडल स्कूल भिरड़ाना, हरियाणा पब्लिक स्कूल दरियापुर और द ओलिव स्कूल को श्रेष्ठ सहभागिता सम्मान दिया गया। वहीं, भारत को जानो पुस्तक के सर्वाधिक वितरण के लिए सैनिक स्कूल खारा खेड़ी और बीआरएम मेमोरियल पब्लिक स्कूल, दरियापुर को श्रेष्ठ पुस्तक पठन जागृति सम्मान से सम्मानित किया गया।



फतेहाबाद। विजेता विद्यार्थियों को सम्मानित करते अतिथिगण। फोटो : हरिभूमि

प्रधानमंत्री के पिता पर टिप्पणी कांग्रेस की हताशा और निराशा का प्रतीक : बराला

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद



राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खडग़े द्वारा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के पिता को लेकर की गई टिप्पणी की कड़ी निंदा करते हुए कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खडग़े और राहुल गांधी से देश की जनता से माफी मांगने की मांग की है। उनका कहना है कि कांग्रेस नेताओं की ऐसी भाषा उनकी हताशा और निराशा को दर्शाती है।

सांसद सुभाष बराला ने कहा कि देश की जनता ने लोकतांत्रिक तरीके से नरेंद्र मोदी को वर्ष 2014 में प्रधानमंत्री के रूप में देश की सेवा करने का अवसर दिया और लगातार तीसरी बार प्रधानमंत्री बनाया। इससे पहले गुजरात की जनता ने भी उन्हें लगभग 12 वर्षों तक मुख्यमंत्री के रूप में चुना। उन्होंने कहा कि गरीब परिवार से निकलकर नरेंद्र मोदी का देश के सर्वोच्च कार्यकारी पद तक पहुंचना और परिवारवाद की राजनीति से देश को मुक्ति मिलना गांधी परिवार को रास नहीं आ रहा है।

उन्होंने कहा कि सोनिया गांधी, राहुल गांधी और प्रियंका गांधी सहित कांग्रेस नेतृत्व प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की लोकप्रियता और लगातार मिल रहे जनसमर्थन को स्वीकार नहीं कर पा रहा है। इसी कारण कांग्रेस नेताओं की बयानबाजी में हताशा दिखाई देती है। सांसद बराला ने आरोप लगाया कि चुनावों के माध्यम से जनता का विश्वास हासिल करने में असफल रहने के बाद कांग्रेस प्रधानमंत्री पर व्यक्तिगत टिप्पणियां करने, सरकार को अस्थिर करने और समाज में विद्वेष पैदा करने का प्रयास करती है।

अभ्यास कानून-व्यवस्था की चुनौती से निपटने के लिए फतेहाबाद पुलिस ने की मॉक ड्रिल

पुलिस लाइन में वाटर कैनन से भीड़ नियंत्रण का अभ्यास, जवानों की मुस्तैदी और टीमवर्क परखा

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

कानून-व्यवस्था की स्थिति से निपटने और भीड़ नियंत्रण की तैयारियों को परखने के लिए फतेहाबाद पुलिस ने रविवार को पुलिस लाइन में मॉक ड्रिल आयोजित की। एसपी निकिता खट्टर के मार्गदर्शन में डीएसपी जयभगवान की देखरेख में हुए अभ्यास के दौरान जवानों ने वाटर कैनन से भीड़ नियंत्रित करने, रणनीतिक तैनाती और आपात परिस्थितियों में त्वरित कार्रवाई का अभ्यास किया। मॉक ड्रिल में पुलिस जवानों के अनुशासन, सतर्कता, आपसी तालमेल और अधिकारियों के निर्देशों पर अमल करने की क्षमता का आकलन किया गया। जवानों को चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में अपनी जिम्मेदारियां निभाने और टीम के रूप में समन्वय बनाकर काम करने का प्रशिक्षण भी दिया गया।



फतेहाबाद। मॉक ड्रिल में भाग लेते पुलिस कर्मचारी। फोटो : हरिभूमि

अभ्यास के दौरान वाटर कैनन के जरिए भीड़ नियंत्रण की प्रक्रिया का प्रदर्शन किया गया। जवानों को सुरक्षा उपकरणों के उचित इस्तेमाल, पुलिस बल की रणनीतिक तैनाती और परिस्थितियों के अनुसार निर्णय लेने की जानकारी दी गई। अधिकारियों ने जोर दिया कि किसी भी संवेदनशील स्थिति में पुलिस को सतर्कता और संयम के साथ कानून के दायरे में रहकर कार्रवाई करनी चाहिए।

शांति व्यवस्था बनाए रखना प्राथमिकता

डीएसपी जयभगवान ने कहा कि पुलिस की कार्यक्षमता केवल संसाधनों पर नहीं, बल्कि जवानों के अनुशासन, धैर्य और सूझबूझ पर भी निर्भर करती है। चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में आमजन की सुरक्षा और शांति व्यवस्था बनाए रखना सर्वोच्च प्राथमिकता होनी चाहिए। उन्होंने अनावश्यक बल प्रयोग से बचने और आवश्यकतानुसार अनुपातिक कार्रवाई करने पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि नियमित मॉक ड्रिल से जवानों का आत्मविश्वास, निर्णय क्षमता और टीमवर्क मजबूत होता है। फतेहाबाद पुलिस का उद्देश्य किसी भी आपात स्थिति में प्रभावी कार्रवाई के लिए बल को तैयार रखना है। पुलिस ने आमजन से अफवाहों से बचने, शांति बनाए रखने और आपात स्थिति में डायल-112 पर सूचना देने की अपील की।

खबर संक्षेप

हनुमान मंदिर में हुआ जागरण और भंडारा

चोपटा। गांव कुम्हारिया के सिरसा-भादरा रोड के कुंड पर बने बजरंगी हनुमान मंदिर परिसर में सोमवार को वार्षिक जागरण व भंडारे का आयोजन किया गया। भक्तों ने मंदिर में पूजा अर्चना की और मन्नतें मांगी। भजन गायक सुमेर नाथ की भजन मंडली ने भजनों द्वारा श्री बाला जी हनुमान की महिमा का गुणगान किया। भंडारा लगाकर प्रसाद वितरीत किया गया। हनुमान मन्दिर में ग्रामीणों और बाला जी सेवा समिति कुम्हारिया के तत्वावधान में आयोजित वार्षिक जागरण में सबसे पहले गणेश वंदना व सरस्वती वंदना से कार्यक्रम की शुरूआत की गई। बाला जी के भजनों पर पंडाल में बैठे श्रद्धालु झूम उठे।

शिविर में 80 मरीजों की आंखों की जांच

सिरसा। बाबा बिहारी नेत्रालय की ओर से महाराजा अग्रसेन प्राकृतिक चिकित्सालय एवं योगपीठ सिरसा में आंखों की जांच का शिविर आयोजित किया गया। शिविर में 80 मरीजों की आंखों की जांच की गई। चिकित्सा टीम में डॉ. नीरू गिजवानी, राकेश कुमार अभय, दिनेश कुमार एवं अन्य सहयोगी शामिल रहे। इस अवसर पर महाराजा अग्रसेन प्राकृतिक चिकित्सालय एवं योगपीठ, सिरसा के संरक्षक प्रवीण बागला, कार्यकारी प्रधान सुरेश सतनालीवाला, सचिव सतीश हिसारिया, कोषाध्यक्ष महेश सुरेका, नरेंद्र जिंदगर, शोभित गनेरीवाला सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

नष्ट हुई फसल की भरपाई करे सरकार: जस्सा

सिरसा। इनेलो जिलाध्यक्ष जसवीर सिंह जस्सा ने हाल ही में सिरसा के अधिकांश भागों में हुई ओलावृष्टि व बरसात से फसलों को हुए नुकसान की भरपाई के लिए राज्य सरकार से मांग की है। जसवीर सिंह जस्सा ने कहा कि हाल ही में सिरसा जिले में हुई ओलावृष्टि व बरसात के कारण किसानों की धान, नरमा कपास की फसल बुरी तरह से प्रभावित हुई है, ऐसे में उन्हें फौरन आर्थिक सहायता की जरूरत है। जस्सा ने राज्य सरकार से मांग की कि फौरन प्रभावित हुई फसलों की स्पेशल गिरदावरी करवाकर अविलंब किसानों को आर्थिक पैकेज दिया जाए। जस्सा ने कहा कि किसान वर्ग पहले ही सरकार की उदासीनता के शिकार हैं और ऐसे में वे प्राकृतिक प्रकोप का शिकार हुए हैं।

अग्रवाल सभा ने की जरूरतमंद की मदद

रतिया। समाज सेवा का असली अर्थ जरूरतमंद और बेसहारा लोगों के दुख-दर्द को समझकर उनकी हरसंभव मदद करना है। इसी भावना को एक बार फिर चरितार्थ करते हुए श्री नीलकंठ महादेव कांवड़ सेवा ट्रस्ट और अग्रवाल सभा के अध्यक्ष प्रमोद बंसल ने एक गंभीर रूप से घायल जरूरतमंद परिवार की सहायता के लिए एक सराहनीय और प्रेरणादायक पहल की है। शहर के वार्ड नंबर 5 निवासी रोही राम, जो पिछले करीब दो महीने से गंभीर हालत में बिस्तर पर लाचार पड़े थे, उन्हें एम्बुलेंस के माध्यम से रतिया के महाराजा अग्रसेन अस्पताल में भर्ती करवाया गया है, जहां उनका विधिवत उपचार शुरू कर दिया ।

पांच दिवसीय सेवाकालिन प्रशिक्षण में स्कूल मुखियाओं को नेतृत्व क्षमता को प्रभाव बनाने के गुर सिखाए

सिरसा। राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मेला ग्राउंड में आयोजित विद्यालय मुखियाओं एवं प्राचार्यों के पांच दिवसीय सेवाकालीन शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम का सोमवार को समापन हुआ। प्रशिक्षण के अंतिम दिन के प्रातःकालीन सत्र में हरियाणा लोक प्रशासन संस्थान से जुड़े आर्ट ऑफ लिविंग के मेंटर गौरव मिगलानी एवं कर्ण अरोड़ा ने समेकित कल्याण पद्धतियों, प्रभावी नेतृत्व के लिए सचेतनता एवं चिंतन, व्यक्तिगत कार्ययोजना तथा दैनिक कल्याण पद्धतियों पर विस्तारपूर्वक मार्गदर्शन किया। उन्होंने विद्यालय मुखियाओं को तनाव प्रबंधन, सकारात्मक सोच, मानसिक संतुलन तथा आत्मचिंतन के माध्यम से नेतृत्व क्षमता को प्रभावी बनाने के व्यवहारिक गुर सिखाए। अपराह्न सत्र में वित्तीय साक्षरता,

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 : 8295154800, 9315429403, 9253681005

बाजारों में चेकिंग और सोशल मीडिया पर कड़ी नजर, एसपी ने दिए सख्त निर्देश

त्योहारों पर जिला पुलिस मुस्तैद प्रमुख चौक-चौराहों पर गस्त जारी

पीसीआर/ईआरवी टीमें भी सक्रिय रहकर संदिग्ध गतिविधियों पर बनाए हुए पैनी नजर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

त्योहारों के दौरान जिले में शांति, सुरक्षा और आपसी भाईचारे का माहौल बनाए रखने के लिए फतेहाबाद पुलिस पूरी तरह सतर्क और मुस्तैद है। पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर के मार्गदर्शन में जिलेभर में सुरक्षा व्यवस्था की लगातार निगरानी की जा रही है। प्रमुख बाजारों, धार्मिक स्थलों, चौक-चौराहों और भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों में पुलिस की पैदल गश्त निरंतर जारी है। इसके साथ ही राइडर और पीसीआर/ईआरवी टीमें भी अपने-अपने क्षेत्रों में सक्रिय रहकर संदिग्ध गतिविधियों पर पैनी नजर बनाए हुए हैं। वहीं, पुलिस की साइबर सेल भी पूरी तरह अलर्ट मोड पर है, जो सोशल मीडिया के माध्यम से अफवाह फैलाने, भ्रामक सूचनाएं प्रसारित करने और त्योहारों के दौरान माहौल बिगाडने का प्रयास करने वालों की ऑनलाइन गतिविधियों पर विशेष निगरानी रख रही है।



फतेहाबाद। त्यौहारों के मद्देनजर पुलिस द्वारा की गई नाकाबंदी। फोटो : हरिभूमि

बाजारों में पैदल गश्त, संदिग्धों पर विशेष नजर

पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर ने बताया कि जिले के सभी थाना प्रभारियों को अपने-अपने क्षेत्रों में सुरक्षा व्यवस्था मजबूत रखने और नियमित गश्त जारी रखने के कड़े निर्देश दिए गए हैं। इसी क्रम में पुलिस टीमें बाजारों, मुख्य मार्गों, धार्मिक स्थलों और अन्य सार्वजनिक स्थानों पर लगातार पैदल गश्त कर रही हैं। गश्त के दौरान पुलिसकर्मी दुकानदारों, व्यापारियों और आम नागरिकों से संवाद कर सुरक्षा संबंधी जायजा ले रहे हैं। बाजारों में अनावश्यक भीड़, संदिग्ध व्यक्तियों और असामाजिक तत्वों पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। पुलिस की इस नियमित मौजूदगी से आमजन में सुरक्षा की भावना मजबूत हो रही है। एसपी ने कहा कि त्योहारों के चलते बाजारों में खरीदारी करने वालों की संख्या बढ़ती है, ऐसे में महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों की सुरक्षा के साथ-साथ यातायात व्यवस्था को सुचारू बनाए रखना उनकी प्राथमिकता है।

राइडर और पीसीआर टीमें सक्रिय, साइबर सेल भी रख रही नजर

जिले में पैदल गश्त के अलावा राइडर और पीसीआर/ईआरवी टीमें मुख्य बाजारों, व्यस्त सडकों और संवेदनशील स्थानों पर लगातार चक्कर लगा रही हैं ताकि किसी भी आपात स्थिति में तुरंत सहायता पहुंचाई जा सके। इसके साथ ही साइबर सेल विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर धार्मिक भावनाएं भडकाने वाली पोस्ट, आपत्तिजनक टिप्पणियों, अफवाहों और सामाजिक सौहार्द बिगाडने वाली गतिविधियों पर नजर रखे हुए है। एसपी ने स्पष्ट किया कि त्योहारों की आड़ में किसी को भी जिले का शांतिपूर्ण माहौल खराब करने की अनुमति नहीं दी जाएगी। ऐसा करने वालों के खिलाफ नियमानुसार सख्त कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

नागरिकों से सहयोग की अपील

पुलिस अधीक्षक ने नागरिकों से अपील की है कि वे त्योहारों के दौरान आपसी भाईचारा बनाए रखें, अफवाहों से बचें और किसी भी संदिग्ध गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें। बाजारों में खरीदारी करते समय अपने सामान का ध्यान रखें, यातायात नियमों का पालन करें तथा किसी भी आपात स्थिति में तुरंत डायल-112 पर संपर्क करें। फतेहाबाद पुलिस का स्पष्ट संदेश है कि त्योहारों की खुशियों में कोई खलल न पड़े और जिले का भाईचारा पूरी तरह कायम रहे।

शरद पूर्णिमा पर हनुमान मंदिरों में उमड़े श्रद्धालु



सिरसा। सालासर मंदिर में बालाजी के दर्शन करते श्रद्धालु।

- श्रद्धालुओं ने शीश नवाकर लिया सुख समृद्धि का आशीर्वाद

हरिभूमि न्यूज ▶▶|सिरसा

जिलाभर में सोमवार को शरद पूर्णिमा के पावन अवसर पर हनुमान मंदिरों में श्रद्धालुओं का तांता लगा। श्रद्धालुओं ने काफी संख्या में मंदिरों में पहुंचकर बालाजी के चरणों में शीश नवाकर घर में सुख समृद्धि की कामना की। शरद पूर्णिमा पर मुख्य आयोजन लाल बत्ती चौक स्थित श्री सालासर धाम मंदिर में किया गया। मंदिर परिसर की साज सज्जा रंग बिरंगे फूलों से भव्यरु प से की गई। मंदिर के पुजारी जलराम शर्मा ने बताया कि पूर्णिमा पर मंदिर परिसर में सुबह हवन यज्ञ किया गया जिसमें श्रद्धालुओं ने आहुति डालकर विश्व शांति की कामना की।

मंदिर प्रबंधन समिति के राधेश्याम झूंथरा, गोपाल सर्राफ, सुशील झूंथरा, महेश बंसल ने बताया कि सोमवार रात्रि को मंदिर में बालाजी महाराज का जागरण का आयोजन किया जाएगा जिसमें भजन गायक बाबा की महिमा का गुणगान करेंगे। लोक मान्यताओं के अनुसार शरद पूर्णिमा की रात को चंद्रमा की रोशनी में खीर आदि का प्रसाद रखने से उसमें अतिरिक्त तत्वों की वृद्धि होती है जो मानव शरीर के लिए उत्तम मानी जाती है। इसी उद्देश्य को लेकर रविवार को रात्रि में खीर का प्रसाद बनाकर पूर्णिमा के चांद की रोशनी में रखा गया। रात को 12 बजे बाबा को खीर के प्रसाद का भोग लगाकर श्रद्धालुओं में वितरित किया गया। इस अवसर पर मंदिर परिसर में लंगर भंडारे का भी आयोजन किया गया।

बांटा खीर का प्रसाद

वहीं नोहरिया बाजार की गली गोलछा वाली स्थित इच्छापूर्ण हनुमान मंदिर में शरद पूर्णिमा महोत्सव धूमधाम से मनाया गया। मंदिर के पुजारी बालकृष्ण दायमा ने बताया कि शरद पूर्णिमा पर श्री सुंदरकांड का पाठ किया गया। उसके बाद श्री बालाजी महाराज का जागरण किया गया। उन्होंने बताया कि रात्रि को बालाजी महाराज को खीर का भोग लगाकर श्रद्धालुओं को खीर का प्रसाद वितरित किया गया।

वाल्मीकि का जीवन समाज को दिखाता है मानवता व सद्भाव का मार्ग : शांतिस्वरूप

- महर्षि वाल्मीकि जयंती पर हुआ जिला स्तरीय कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

संत महापुरुष सम्मान एवं विचार प्रसार योजना के तहतमहर्षि वाल्मीकि जयंती पर जिला स्तरीय कार्यक्रम हुआ जिसमें नगरपरिषद सिरसा के चेयरमैन शांति स्वरूप ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की, जबकि भाजपा जिलाध्यक्ष यतिंद्र सिंह एडवोकेट और भाजपा नेता जगदीश चोपड़ा विशिष्ट अतिथि थे। कार्यक्रम की अध्यक्षता नगराधीश अजय सिंह ने की। कार्यक्रम के दौरान वक्ताओं ने महर्षि वाल्मीकि के जीवन, उनकी शिक्षाओं और रामायण में निहित आदर्शों पर प्रकाश डालते हुए सामाजिक समरसता, आपसी भाईचारे, नैतिक मूल्यों और कर्तव्य पालन का संदेश दिया। चेयरमैन शांतिस्वरूप ने कहा कि महर्षि वाल्मीकि का जीवन और उनकी रचनाएं समाज को ज्ञान, सद्भाव और मानवता का मार्ग दिखाती हैं। उनकी शिक्षाएं आज भी प्रासंगिक हैं और समाज को सही दिशा प्रदान करती हैं।



सिरसा। कार्यक्रम को संबोधित करते भाजपा नेता जगदीश चोपड़ा।

आरएसएस ने मनाया 101वां स्थापना दिवस

सिरसा। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के शताब्दी वर्ष समापन और 101वां स्थापना समारोह आसाखेड़ा मंडल के स्वयंसेवकों ने श्याम मंदिर आसाखेड़ा में आयोजित किया। कार्यक्रम के अध्यक्ष राजकुमार थे। पारंपरिक शस्त्रों की पूजा के पश्चात मुख्य वक्ता डॉ. जगतार सिंह जिला कार्यवाह ने संघ के 101वें स्थापना दिवस पर शुभकामनाएं देते हुए कहा कि संघ की 100 वर्ष की यात्रा बड़ी कठिन रही पर स्वयंसेवकों ने राष्ट्र प्रथम के सिद्धांत को आगे रखा। संघ एक विवेकशील शक्ति के रूप में सामने आया, जो सदा राष्ट्रहित में कार्य करता है। अपने 100 वर्ष के कार्यकाल में संघ ने तिरस्कार, प्रताडना और विरोध के बीच कार्य करते हुए समाज के बीच अपनी स्वीकार्यता अर्जित की है।

चौधरी देवीलाल पेट्रोलियम का पूर्व विधायक दूड़ा राम व भव्य बिश्नोई ने किया उद्घाटन

- भट्ठू रोड व्यस्त मार्ग, काफी संख्या में गुजरते है वाहन : दुडाराम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

शहर के भट्ठू रोड पर हिंदुस्तान पेट्रोलियम के नए आधुनिक पेट्रोल पंप 'चौधरी देवीलाल पेट्रोलियम' का सोमवार को शुभारंभ हुआ। उद्घाटन समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे पूर्व विधायक दूड़ा राम तथा भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश उपाध्यक्ष एवं पूर्व विधायक भव्य बिश्नोई ने संयुक्त रूप से पेट्रोल पंप का विधिवत उद्घाटन किया। इस अवसर पर क्षेत्र की कई प्रमुख राजनीतिक, सामाजिक और व्यापारिक हस्तियां मौजूदगी रही। उद्घाटन समारोह में पहुंचे अतिथियों का आयोजक बिश्नोई परिवार के सदस्य द्वारका प्रसाद बिश्नोई, उग्रसैन बिश्नोई, ओमप्रकाश बिश्नोई (गवर्नर) और विक्रांत देवीलाल बिश्नोई ने स्वागत व अभिनंदन किया। पूर्व विधायक दूड़ा राम ने कहा कि भट्ठू रोड एक व्यस्त और मुख्य मार्ग है, जहां प्रतिदिन काफी संख्या वाहनों का आवागमन रहता है।



फतेहाबाद। पेट्रोल पम्प का उद्घाटन करते पूर्व विधायक दुड़ाराम व भव्य बिश्नोई।



सिरसा। प्रतियोगिता की विजेता छात्राओं को सम्मानित करते हुए।

रंगोली में तमन्ना ने स्वर्ण, एक गायन में सुखप्रीत ने हासिल किया कांस्य पदक

सिरसा। मदर टेरेसा कॉन्वेंट स्कूल में राष्ट्रीय एकता शिविर आयोजित किया गया जिसमें गांव बप्पां की छात्राओं ने शानदार प्रदर्शन करते हुए आठ पदक जीतकर जिले का नाम रोशन किया। बप्पां की छात्राओं ने रंगोली, बेस्ट ऑफ वेस्ट, एकल गायन, कविता लेखन और भाषण प्रतियोगिताओं में अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। राष्ट्रीय एकता शिविर में बप्पां की छात्राओं तमन्ना ने रंगोली प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त कर स्वर्ण पदक, ममता और सुखप्रीत ने बेस्ट ऑफ बेस्ट प्रतियोगिता में संयुक्त रूप से रजत पदक, सुखप्रीत ने एकल गायन प्रतियोगिता में कांस्य पदक, जश्नप्रीत ने कविता लेखन प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक, रितिका ने भाषण प्रतियोगिता में कांस्य पदक तथा एकल गायन प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक हासिल किया।

मां केवल जन्म देने वाली नहीं, बल्कि सृष्टि की रचयिता : प्रो. गणेशीलाल

- सावन स्कूल के वार्षिकोत्सव में पहुंचे पूर्व राज्यपाल प्रो . गणेशीलाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सावन पब्लिक स्कूल का वार्षिकोत्सव अत्यंत धूमधाम, हर्षोल्लास के साथ संपन्न हुआ। इस कार्यक्रम में ओडिशा के पूर्व राज्यपाल प्रो. गणेशीलाल ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। इस दौरान पूर्व राज्यपाल ने बच्चों के शानदार प्रदर्शन की सराहना करते हुए उत्कृष्ट स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को पुरस्कार देकर सम्मानित किया। इस वार्षिकोत्सव में बच्चों ने विभिन्न प्रस्तुतियों से सभी का मन मोह लिया। प्रो. गणेशीलाल ने मातृ शक्ति का महिमामंडन किया। उन्होंने कहा कि मां केवल जन्म देने वाली नहीं, बल्कि सृष्टि की सबसे बड़ी रचयिता है। विपरीत और कठिन से कठिन परिस्थितियों में भी एक मां नई सृष्टि का निर्माण करने का साहस और सामथ्र्य रखती है। इइस अवसर पर ब्रह्मकुमारी बिंदु, योगेश गर्ग, अग्रवाल सभा सिरसा के प्रधान जेपी गुप्ता, मनीष जिंदल आदि रहे।



सिरसा। कार्यक्रम को संबोधित करते पूर्व राज्यपाल प्रो . गणेशीलाल।

पांच दिवसीय लेखन कार्यशाला संपन्न समापन पर लागई पुस्तकों की प्रदर्शनी

सिरसा। माता महादेवी कौशिक बाल साहित्य संस्था द्वारा श्री युवक साहित्य सदन में पांच दिवसीय बाल साहित्य लेखन कार्यशाला सोमवार को संपन्न हो गई। कार्यक्रम के अध्यक्ष मंडल में उप जिला शिक्षा अधिकारी विजय सचदेवा, संस्था के संरक्षक वरिष्ठ साहित्यकार प्रो. रूप देवगुण, संस्था प्रधान डॉ. शील कौशिक, युवक साहित्य सदन के प्रधान प्रवीण बागला तथा अल्मोड़ा, उत्तराखंड से आए मुख्य प्रशिक्षक, बाल प्रहरी के संपादक उदय किरौला सम्मिलित हुए। पांच दिवसीय कार्यशाला में छठी से आठवीं कक्षा के सरकारी तथा निजी स्कूलों के कुल 11 स्कूलों के बच्चों को अपनी प्रतिभा निखारने तथा अभिव्यक्ति का अवसर मिला। उन्होंने कविता, कहानी, निबंध, यात्रा वृत्तांत,पाती लेखन सहित साहित्य की विभिन्न विधाओं में अपनी रचनात्मकता का विस्तार किया।



सिरसा। प्रतियोगिता के विजेताओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित करते हुए।

सीडीएलयू के युवा महोत्सव में विद्यार्थियों ने किया प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन

मेहनत और अनुशासन से ही उज्ज्वल भविष्य का निर्माण: एसपी दीपक

हरिभूमि न्यूज ▶▶|सिरसा

पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने कहा कि विद्यार्थियों को जीवन में लक्ष्य निर्धारित कर निरंतर मेहनत व नशे से दूर रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। विद्यार्थियों को अपनी क्षमता पहचानते हुए अपने सपनों को साकार करने के लिए पूरी लगन से प्रयास करना चाहिए। एसपी दीपक सहारण सोमवार को सीडीएलयू में आयोजित त्रिवेणी युवा महोत्सव में विद्यार्थियों को संबोधित कर रहे थे। एसपी ने युवाओं को नशे से दूर रहने का आह्वान करते हुए कहा कि नशा व्यक्ति के सपनों, परिवार और भविष्य को गंभीर नुकसान पहुंचाता है। विद्यार्थियों को स्वयं नशे से दूर रहना चाहिए तथा यदि उनका कोई मित्र या परिचित इसकी चपेट में है, तो उसे उचित उपचार और सहयोग के माध्यम से मुख्यधारा में लौटने के लिए प्रेरित करना चाहिए। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर विजय कुमार, कुलसचिव डॉ. सुनील कुमार, सुमन, प्रोफेसर सुशील कुमार, प्रो. सुरेंद्र सिंह, प्रो. रणजीत कौर, गुरु जंभेश्वर यूनिवर्सिटी ऑफ़ साइंस एंड टेक्नोलॉजी हिसार के ट्रेनिंग एंड प्लेसमेंट सेल के निदेशक डॉ. प्रताप मलिक, राजेश धमीजा सहित आयोजन समितियों के सदस्य और प्रतिभागी उपस्थित रहे।



सिरसा। एसपी को सम्मानित करते कुलपति प्रो . विजय कुमार। फोटो : हरिभूमि

आज एआई व नई तकनीकों का दौर

पंचकूला के सहायक पुलिस आयुक्त विक्रम नेहरा ने कहा कि आज कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) और नई तकनीकों का दौर है। जहां तकनीक ने युवाओं के लिए नए अवसर पैदा किए हैं, वहीं भ्रामक सूचनाओं और नकारात्मक विचारों के प्रसार जैसी चुनौतियां भी बढ़ी हैं। ऐसे समय में युवाओं को विवेकपूर्ण सोच, सकारात्मक दृष्टिकोण और मजबूत सांस्कृतिक मूल्यों के साथ आगे बढना चाहिए। उन्होंने स्वामी विवेकानंद के विचारों का उल्लेख करते हुए कहा कि युवाओं को कभी स्वयं को कमजोर नहीं समझना चाहिए और न ही अपने समाज, संस्थान तथा राष्ट्र के प्रति उदासीन होना चाहिए। विद्यार्थियों को अपनी क्षमताओं

युवाओं के उत्साह से होते हैं ऐसे आयोजन

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, हिसार के कुलसचिव डॉ विजय कुमार ने कहा कि हरियाणा के युवाओं की ऊर्जा और उत्साह ऐसे आयोजनों में स्पष्ट दिखाई देते हैं। धार्मिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक विरासत से समृद्ध सिरसा की धरती पर युवा शक्ति का यह संगम विशेष महत्व रखता है। युवा महोत्सव में विभिन्न सांस्कृतिक एवं साहित्यिक प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा, कला और आत्मविश्वास का शानदार प्रदर्शन किया।