हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार 29 अक्टूबर 2026

11 जिले का पूरा प्रशासन पहुंचा गिल्लांखेड़ा, खुले दरबार में...



12 फतेहाबाद में 1.26 लाख टन धान का उठान बाकी...



खबर संक्षेप

हेरोइन बरामदगी मामले में मुख्य सप्लायर काबू

फतेहाबाद। भूना पुलिस ने हेरोइन बरामदगी के मामले में कार्रवाई करते हुए मुख्य सप्लायर पवन कुमार निवासी वार्ड नंबर 3, भूना को गिरफ्तार किया है। इस मामले में पुलिस पहले आरोपी प्रवीण पुत्र हनुमान सिंह निवासी वार्ड नंबर 3, भूना को गिरफ्तार कर चुकी है। थाना भूना प्रभारी निरीक्षक कंवरपाल सिंह ने बताया कि 16 अप्रैल को सहायक उपनिरीक्षक मेजर सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम भूना-फतेहाबाद रोड पर गश्त के दौरान चेकिंग कर रही थी। इसी दौरान कार्रवाई की गई।

हेरोइन के साथ दो नशा तस्कर किए गिरफ्तार

फतेहाबाद। थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने गांव अकांवाली पुल के पास नाकाबंदी कर मोटरसाइकिल सवार दो युवकों को 9.36 ग्राम हेरोइन के साथ रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। पुलिस ने मौके से आरोपियों की मोटरसाइकिल भी कब्जे में ले ली है। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान इंद्रजीत सिंह उर्फ इंद्र पुत्र अमरजीत सिंह निवासी गांव मोरीवाला, जिला सिरसा तथा चेतन उर्फ कबीर पुत्र दलीप कुमार निवासी संजय कालोनी, सिरसा के रूप में हुई है।

जुआ खेलते आठ दबोचे 86650 जुआ राशि बरामद

चोपटा। पुलिस ने गांव कागदाना में सार्वजनिक रूप से जुआ खेलते 8 व्यक्तियों को 86,650 रुपए की जुआ राशि काबू किया है। नाथूसरी चोपटा थाना प्रभारी ने बताया कि कागदाना पुलिस चौकी की एक टीम गांव कागदाना में गश्त कर रही थी। इसी दौरान पुलिस को मुखबिर से सूचना मिली कि गांव कागदाना में एक घर में कुछ व्यक्ति जुआ खेल रहे हैं। सूचना मिलते ही टीम ने मौके पर पहुंचकर कार्रवाई की और 8 व्यक्तियों को 86,650 रुपये की जुआराशि सहित काबू किया। आरोपियों की पहचान मनोज कुमार, रमेश कुमार, संदीप कुमार व मंजीत सिंह, सुनील कुमार, प्रदीप कुमार मांगेराम नवीन के रूप में हुई है।

अनाज मंडी में अव्यवस्थाओं से किसान परेशान

फतेहाबाद। नई अनाज मंडी में धान की फसल लेकर पहुंच रहे किसानों को अव्यवस्थाओं के कारण परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। मंडी में पेयजल की व्यवस्था और शौचालयों की सफाई संतोषजनक नहीं है। वहीं, स्ट्रीट लाइट खराब होने के कारण किसानों को अंधेरे में परेशानी झेलनी पड़ती है। धान की फसल बेचने के लिए मंडी पहुंचने वाले किसानों को मूलभूत सुविधाओं के अभाव में दिक्कतें हो रही हैं। किसानों ने संबंधित अधिकारियों से मंडी में सफाई व्यवस्था दुरुस्त करवाने, पेयजल की उचित व्यवस्था करने और खराब स्ट्रीट लाइटों को जल्द ठीक करवाने की मांग की है।

पति की लंबी आयु व सुखी वैवाहिक जीवन के लिए महिलाएं रखेंगी निर्जला व्रत

करवाचौथ आज : शाम 5:38 से पूजा का शुभ मुहूर्त, रात 8:17 बजे होगा चंद्रोदय

- चंद्रमा को अर्घ्य देने के बाद महिलाएं खोलेंगी व्रत

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

सुहाग, प्रेम और समर्पण का प्रतीक करवा चौथ का पर्व वीरवार को श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया जाएगा। सुहागिन महिलाएं पति की लंबी आयु, अच्छे स्वास्थ्य और सुखी वैवाहिक जीवन की कामना के लिए निर्जला व्रत रखेंगी। पर्व को लेकर महिलाओं में खास उत्साह है। सुबह सरगी ग्रहण करने के बाद महिलाएं व्रत का संकल्प लेंगी। दिनभर उपवास रखने के बाद शाम को विधि-विधान से पूजा-अर्चना की जाएगी और रात को चंद्रमा के दर्शन कर अघ्र्य देने के बाद व्रत खोला जाएगा। इस बार पूजा का शुभ मुहूर्त शाम 5:38 से 6:56 बजे तक रहेगा। चंद्रोदय रात करीब 8:17 बजे होने का अनुमान है। सनातन परंपरा में कार्तिक मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी तिथि को अखंड सौभाग्य की कामना से जुड़े इस पर्व का विशेष महत्व है। करवा चौथ पर माता पार्वती, भगवान शिव और भगवान गणेश की पूजा की जाती है। सुहागिन महिलाएं सिंदूर, मेहंदी, चूड़ियां, चुनरी और अन्य सुहाग सामग्री को विशेष महत्व देती हैं। मान्यता है कि यह पर्व पति-पत्नी के बीच प्रेम, विश्वास, समर्पण और आपसी सम्मान के रिश्ते को मजबूत करने का संदेश देता है। ज्योतिषाचार्य पंडित सोनू शर्मा के अनुसार, इस बार करवा चौथ पर वृष राशि में चंद्रमा की स्थिति को शुभ माना जा रहा है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, चंद्रमा मन और भावनाओं का कारक है। ऐसे में इस पर्व पर चंद्रमा की पूजा का विशेष महत्व है। उन्होंने बताया कि चंद्रोदय रात 8:17 बजे होने की संभावना है। हालांकि, चंद्रोदय का समय स्थान के अनुसार कुछ अलग हो सकता है।



फतेहाबाद। विशाल ज्वेलर्स पर गहनों की खरीदारी करती महिलाएं।

ऐसे करें करवा चौथ की पूजा

करवा चौथ के दिन महिलाएं सूर्योदय से पहले उठकर स्नान करती हैं और स्वच्छ वस्त्र धारण करने के बाद परंपरा के अनुसार सरगी ग्रहण करती हैं। इसके बाद निर्जला व्रत का संकल्प लिया जाता है। शाम को पूजा स्थल पर माता पार्वती, भगवान शिव और भगवान गणेश की प्रतिमा या चित्र स्थापित कर पूजा की जाती है। करवे में जल भरकर पूजन सामग्री के साथ अर्पित किया जाता है। महिलाएं करवा चौथ की कथा सुनती हैं और अखंड सौभाग्य की कामना करती हैं। रात को चंद्रमा के दर्शन कर अघ्र्य देने के बाद पति के हाथों से जल ग्रहण कर व्रत खोलने की परंपरा है।



कथा सुनने का भी विशेष महत्व

ज्योतिषाचार्य पंडित सोनू शर्मा ने बताया कि करवा चौथ व्रत में कथा सुनने की परंपरा का विशेष महत्व है। व्रतधारी महिलाएं पूजा के दौरान अक्षत, जल और दक्षिणा लेकर व्रत का संकल्प करती हैं तथा पूजा के बाद इन्हें निर्धारित विधि के अनुसार अर्पित करती हैं। करवा चौथ से जुड़ी कई पौराणिक कथाएं प्रचलित हैं, जिन्हें सुनकर महिलाएं व्रत की धार्मिक परंपरा पूरी करती हैं। धार्मिक मान्यताओं में इस व्रत को सुख-सौभाग्य और दांपत्य जीवन की मंगलकामना से जोड़ा गया है। पंडित सोनू शर्मा के अनुसार इस बार पूजा का शुभ मुहूर्त शाम 5:38 से 6:56 बजे तक रहेगा। चंद्रोदय रात करीब 8:17 बजे होने का अनुमान है। स्थानीय परिस्थितियों और मौसम के कारण चंद्रमा के दर्शन में कुछ मिनटों का अंतर हो सकता है।

करवाचौथ को लेकर महिलाओं में लगी सजने-संवरने की होड



सिरसा। पति की दीर्घायु की कामना को लेकर करवाचौथ के व्रत को लेकर महिलाओं ने बाजार में जमकर खरीददारी की। इससे बाजारों में खूब चहल पहल रही। बुधवार सुबह से ही बाजारों में खूब रौनक थी। महिलाओं ने करवाचौथ पर्व को लेकर जमकर खरीददारी की। मोहता मार्केट बाजार में मेहंदी लगाने वालों के यहां महिलाओं की भारी भीड़ लगी रही। महिलाओं में हाथों पर मेहंदी रचाने की होड लगी हुई थी। बाजार में मेहंदी रचाने वाले अजय, विकास, सुनीता, राजू आदि ने बताया कि बाजार में आज महिलाओं की भीड़ सबसे ज्यादा है। उन्होंने बताया कि इस बार करवाचौथ पर्व पर पिछले वर्ष की अपेक्षा काम अच्छा है। उन्होंने बताया कि बाजार में इस समय एक हाथ पर मेहंदी रचाने के वह सौ रुपए से लेकर पांच सौ रुपए तक ले रहे हैं। उसका कहना है कि दिनभर में वह कम से कम चालीस हाथों पर मेहंदी रचा देगा।

नियमों के विपरित संचालित किए जाने पर प्रशासन की कार्रवाई

सिरसा में तीन दर्जन मीट की दुकानें सील

- दुकानदारों ने जताया विरोध, अधिकारियों के साथ तीखी नोकझोक

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

जिला प्रशासन ने नियमों के विपरीत संचालित की जा रही मीट की दुकानों कार्रवाई करते हुए बुधवार को 38 दुकानों को सील कर दिया है। नगर परिषद ने पुलिस की मौजूदगी में सीलिंग अभियान चलाया, जिसका दुकानदारों ने विरोध किया। नगर परिषद के अधिकारियों और दुकानदारों के बीच काफी बहसबाजी हुई। हालांकि भारी पुलिस बल की मौजूदगी और ड्यूटी मजिस्ट्रेट की निगरानी में टीम ने कार्रवाई जारी रखी। नगर परिषद की ईओ सुमनलता, चीफ सेनेटरी इंस्पेक्टर जयवीर सिंह, सेनेटरी इंस्पेक्टर पवन कंबोज, रवि शर्मा सहित करीब 20 कर्मचारी मौके पर मौजूद रहे। नगर परिषद की ओर से दुकानदारों को पहले भी कई बार नोटिस जारी कर दुकानें बंद करने के निर्देश दिए जा चुके थे। लेकिन दुकान संचालकों ने दुकानें बंद नहीं की। अधिकारियों के अनुसार मामला पंजाब एवं हरियाणा हाईकोर्ट में विचाराधीन है और नगर परिषद को अदालत में अनुपालन रिपोर्ट प्रस्तुत करनी है। इसी के मद्देनजर प्रशासन ने बुधवार को नगर परिषद के एमई सुमित चौपड़ा को ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त कर कार्रवाई को अंजाम दिया। गौरतलब है कि मंगलवार को भी नगर परिषद की टीम वाल्मीकि चौक स्थित मीट मार्केट में दुकानों को सील करने पहुंची थी। चीफ सेनेटरी इंस्पेक्टर जयवीर सिंह के नेतृत्व में टीम ने करीब ढाई घंटे तक पुलिस बल का इंतजार किया, लेकिन पर्याप्त सुरक्षा व्यवस्था नहीं होने के कारण कार्रवाई स्थगित करनी पड़ी।



सिरसा। मीट की दुकान को सील करती नगर परिषद की टीम।

वैकल्पिक स्थान की मांग

मीट विक्रेताओं ने नगर परिषद की कार्रवाई का विरोध करते हुए कहा कि वे वर्षों से इसी व्यवसाय के माध्यम से अपने परिवारों का पालन-पोषण कर रहे हैं। अचानक दुकानें बंद किए जाने से उनके सामने आर्थिक संकट खड़ा हो जाएगा। दुकानदारों ने प्रशासन से मांग की कि दुकानें बंद करवाने से पहले उनके लिए वैकल्पिक स्थान और रोजगार की व्यवस्था की जाए। उनका कहना था कि प्रशासन ने पहले भी मीट मार्केट को स्थानांतरित करने की कई योजनाएं बनाई थीं, लेकिन किसी को अमलीजामा नहीं पहनाया गया।

अतिथि अध्यापकों के नियमितीकरण की मांग को लेकर विधायक को सौंपा ज्ञापन

फतेहाबाद। राजकीय अनुबंधित अध्यापक संघ जिला फतेहाबाद के तत्वावधान में अतिथि अध्यापकों ने नियमितीकरण की मांग को लेकर फतेहाबाद विधानसभा के विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया को एक ज्ञापन सौंपा। संघ ने विधायक से मांग की है कि वे इस गंभीर मुद्दे को जोर-शोर से सरकार के समक्ष उठाएं और अतिथि अध्यापकों की नियमितीकरण की प्रक्रिया को जल्द से जल्द शुरू करवाएं। संघ के सहसचिव प्रदीप कुमार ने बताया कि माननीय सर्वोच्च न्यायालय ने 16 अप्रैल को अपने फैसले में 16 जून और 18 जून 2014 को बनाई गई 3 वर्ष की नियमितीकरण नीति को सही ठहराया था। इसके पश्चात 29 अप्रैल को पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय ने भी 2014 की पॉलिसी पर अपनी मुहर लगा दी। इसके बाद 25 जून को उच्च न्यायालय ने एक और ऐतिहासिक फैसला सुनाते हुए सभी अतिथि अध्यापकों को 2014 से सभी सुविधाएं देते हुए नियमित करने के लिए सरकार को आदेश दिए। सरकार द्वारा इस फैसले के विरुद्ध उच्च न्यायालय की डबल बेंच में एलपीए दाखिल की गई थी, जहां भी सरकार को मुंह की खानी पड़ी।



फतेहाबाद। नियमितीकरण की मांग को लेकर विधायक बलवान सिंह को ज्ञापन सौंपते अनुबंधित अध्यापक संघ के सदस्य। फोटो : हरिभूमि

लाइसेंस रद्द करने पर आढ़तियों ने दिया धरना

- निलंबित किए गए लाइसेंस तुरंत बहाल करने की मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭ कालांवाली

धान सीजन के दौरान अतिरिक्त अनाज मंडी में धान की साफ-सफाई को लेकर मार्केट कमेटी द्वारा 16 आढ़तियों के लाइसेंस तीन दिन के लिए निलंबित किए जाने के विरोध में बुधवार को आढ़तियों ने हड़ताल कर दी। कच्चा आढ़ती एसोसिएशन और पक्का आढ़ती एसोसिएशन के सदस्यों ने एकजुट होकर मार्केट कमेटी कार्यालय में धरना दिया और कमेटी की कार्रवाई के खिलाफ रोष जताया। आढ़तियों ने निलंबित किए गए लाइसेंस तुरंत बहाल करने की मांग की। आढ़ती एसोसिएशन के प्रधान प्रदीप जैन ने कहा कि धान का सीजन शुरू होने से पहले ही मार्केट कमेटी सचिव को लिखित पत्र देकर स्पष्ट कर दिया गया था कि आढ़ती धान की सफाई करवाने के बाद ही खरीद करेंगे। उन्होंने कहा कि किसानों को परेशानी से बचाने के लिए खाली और भरी ट्रॉली के वजन के आधार पर धान की खरीद करने की बात कही गई थी।

तीन दिन के लिए किया गया निलंबित

उन्होंने स्पष्ट किया कि किसी एक या कुछ आढ़तियों के खिलाफ की जाने वाली कार्रवाई को स्वीकार नहीं किया जाएगा और सभी आढ़ती इस मामले में एकजुट हैं। वहीं, मार्केट कमेटी के सहायक सचिव विकास कुमार ने बताया कि धान की साफ-सफाई को लेकर सीजन की शुरुआत में ही आढ़तियों को निर्देश जारी कर दिए गए थे। इसके बावजूद शिकायतें मिलने पर कुछ आढ़तियों पर जुर्माना लगाया गया था। बाद में भी शिकायतें मिलने के कारण नियमानुसार कार्रवाई करते हुए कुछ आढ़तियों के लाइसेंस तीन दिन के लिए निलंबित किए गए हैं।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर आढ़ती एसोसिएशन के प्रधान प्रदीप जैन, कच्चा आढ़ती एसोसिएशन के प्रधान राज कुमार जिंदल, गुरजीत सिंह शर्मा, विनोद मित्तल, रवि दानेवालिया, माघी सिंह चहल, कृष्ण बांसल, मोनू ठेकेदार, कविश कुमार, बिट्टू असीर, सुखजिंदर सिंह, सुरेंद्र नेहरू, आशु, संजीव कुमार, गुरसेवक सिंह, सुखराम फत्तेवाला, नरेंद्र सिंह, धर्मपाल, मलकीत सिंह, सुनील काली, प्रदीप जिंदल और महेश आजाद सहित अन्य आढ़ती मौजूद रहे।

रद्द किए गए पंजीकरणों पर कामगार यूनियन ने धरना देकर जताया रोष



सिरसा। हरियाणा भवन एवं अन्य सन्निर्माण कर्मकार कल्याण बोर्ड द्वारा निर्माण मजदूरों के पंजीकरण रद्द किए जाने के मामले को लेकर कामगार यूनियन ने धरना देकर अपना रोष जाहिर किया है। धरने को संबोधित करते हुए यूनियन के राज्य महासचिव सुखबीर सिंह, सीटू जिला अध्यक्ष नत्थूराम भारुखेड़ा व जिला सचिव विजय सिंह ने कहा जुलाई 2025 में हरियाणा के 6 लाख निर्माण मजदूरों के पंजीकरण रद्द कर दिए गए थे, जिसके खिलाफ पूरे प्रदेश में लंबे संघर्ष के बाद पोर्टल खोला गया। उन्होंने कहा कि जिन मजदूरों के पंजीकरण रद्द किए गए हैं, उनके मामलों की निष्पक्ष जांच की जाए तथा पात्र मजदूरों के पंजीकरण तत्काल बहाल किए जाएं। मजदूरों का कहना है कि वर्षों की मेहनत से पंजीकरण करवाने के बाद उन्हें सरकारी योजनाओं का लाभ मिलने की उम्मीद रहती है, लेकिन बिना सही जांच के पंजीकरण रद्द होने से उनके परिवारों के सामने आर्थिक संकट खड़ा हो गया है।

चूरापोस्त की खेप पकड़ी, छह तस्कर गिरफ्तार

- पुलिस को देखकर कट्टे फेंककर भागने लगे आरोपी

सिरसा। पुलिस ने नशा तस्करों के खिलाफ शिकंजा कसते हुए चूरापोस्त की बड़ी खेप पकड़ी है। पुलिस ने छह तस्करों को गिरफ्तार किया है। पुलिस के अनुसार पकड़े गए चूरापोस्त की बाजारी कीमत लाखों रुपये आकी गई है। आरोपियों की पहचान राजस्थान के हनुमानगढ़ जिले निवासी जगदीश, रणजीत सिंह, कुलदीप सिंह तथा सिरसा निवासी कर्ण सिंह, संदीप सिंह और गुरनाम के रूप में हुई है। सीआईए सिरसा प्रभारी ने बुधवार को बताया कि पुलिस टीम शहर से रानियां चुंगी की तरफ जा रही थी। सिरसा के बांदरा पुलिया रोड के पास दो बाइकों पर सवार छह युवक प्लास्टिक के दो कट्टे लेकर जाते दिखाई दिए। पुलिस को देखकर युवकों ने कट्टे फेंक दिए और भागने का प्रयास किया। पुलिस कर्मचारियों ने तत्परता दिखाते हुए सभी युवकों को मौके पर ही काबू कर लिया। तलाशी ली गई तो दोनों कट्टों से करीब 52 किलोग्राम चूरा पोस्त बरामद हुआ। आरोपियों के खिलाफ शहर थाना सिरसा में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। इसके अलावा पुलिस ने पुलिस ने कमल को अवैध पिस्तौल व जिंदा कारतूस सहित सिरसा शहर से गिरफ्तार किया है। सीआईए प्रभारी ने बताया कि पुलिस टीम ऑटो मार्केट क्षेत्र में गश्त पर थी। इसी सामने की तरफ से एक युवक आता दिखाई दिया, जो कि पुलिस को देखकर भागने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर उसे काबू कर उसके कब्जे से 32 बोर का अवैध पिस्तौल व एक जिंदा कारतूस बरामद किया।



चूरापोस्त सहित पकड़े गए आरोपी।

कहीं पार्षद व सदस्य नहीं पहुंचे, तो कहीं आधे घंटे में ही निपटी बैठक

- वार्ड समिति की बैठकें बनीं महज औपचारिकता

फतेहाबाद। नगर परिषद की ओर से वार्डों की समस्याओं पर चर्चा करने और उनके समाधान के लिए बुलाई जा रही वार्ड समिति की बैठकें महज औपचारिकता बनकर रह गई हैं। बुधवार को वार्ड नंबर 16 से 27 तक के लिए बुलाई गई बैठकों में कहीं पार्षद नहीं पहुंचे तो कहीं वार्ड समिति के सदस्य ही नदारद रहे। कुछ जगहों पर बैठक की औपचारिकता पूरी कर इसे आधे घंटे में ही समाप्त कर दिया गया। ऐसे में इन बैठकों के आयोजन पर सवाल उठने लगे हैं। बैठकों में नगर परिषद के कर्मचारी तो पहुंचे, लेकिन जनप्रतिनिधियों और समिति सदस्यों की गैरमौजूदगी के कारण वार्डों की समस्याओं पर अपेक्षित चर्चा नहीं हो सकी। पार्षदों का कहना है कि नगर परिषद की ओर से बैठक की सूचना समय पर नहीं दी जाती। एक दिन पहले जानकारी मिलने के कारण उनके लिए बैठक में शामिल होने की तैयारी करना मुश्किल हो जाता है। वार्ड नंबर 19 के पार्षद निर्मल सिवाच ने कहा कि नगर परिषद की ओर से वार्ड समिति की बैठकों के नाम पर केवल खानापूर्ति की जा रही है।

शिक्षकों ने प्रदर्शन कर डीईईओ को मांगों का सौंपा ज्ञापन



सिरसा। राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ हरियाणा से जुड़े शिक्षकों ने अपनी मांगों को लेकर लघु सचिवालय में बुधवार को प्रदर्शन किया और बाद में डीईईओ को मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन सौंपा। जिला प्रधान विजय शर्मा ने बताया कि संघ शिक्षकों की समस्याओं को संघ समय-समय पर पुरजोर तरीके से उठाता रहा है। अवगत करवाने के बाद भी विभाग व सरकार की ओर से इस दिशा में ठोस निर्णय नहीं लिया जा रहा है, जिसका खामियाजा शिक्षकों के साथ-साथ स्कूली बच्चों को भी भुगतना पड़ रहा है। अगर जल्द समस्याओं का समाधान नहीं किया गया तो राज्य कमेटी से बातचीत कर बड़े आंदोलन की रूपरेखा बनाई जाएगी, जिसके लिए संबंधित विभाग व सरकार जिम्मेदार होगी। इस मौके पर जिला महासचिव विजय सहारण, चोपटा खंड से प्रधान सुधीर सुथार, ऐलनाबाद से भभूती प्रसाद, ओढां से कुलवंत सिंह, डबवाली से लाल बहादुर, बड़ागुढ़ा से अजमेर सिंह, सज्जन भांभू सहित जिले भर के प्राथमिक शिक्षक संघ मौजूद रहे।

राहत पंजीकरण के लिए लगने वाले पांच रुपये का भुगतान भी अब यूपीआई के जरिए किया जा सकेगा

फतेहाबाद नागरिक अस्पताल में अब कैशलेस व्यवस्था यूपीआई से होगा भुगतान, मरीजों को मिलेगी बड़ी राहत

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिला मुख्यालय स्थित नागरिक अस्पताल में इलाज के लिए आने वाले मरीजों को अब छोटी-छोटी रकम के भुगतान के लिए नकदी लेकर भटकने की जरूरत नहीं पड़ेगी। अस्पताल प्रशासन की ओर से अब डिजिटल भुगतान की सुविधा शुरू कर दी गई है, जिससे मरीजों को बड़ी राहत मिलेगी। इसके तहत अब लाइसेंस फीस काउंटर और जनऔषधि केंद्र पर मरीज व अन्य लोग आसानी से यूपीआई के माध्यम से डिजिटल तरीके से पैसे जमा करवा सकेंगे। इतना ही नहीं, ओपीडी में पंजीकरण के लिए लगने वाली मात्र पांच रुपये की पर्ची के शुल्क का भुगतान भी अब यूपीआई के जरिए किया जा सकेगा, जिसकी प्रक्रिया फिलहाल शुरू कर दी गई है।



रोजाना डेढ़ हजार मरीज पहुंचते हैं उपचार के लिए

फतेहाबाद के नागरिक अस्पताल में प्रतिदिन औसतन करीब डेढ़ हजार मरीज ओपीडी में अपना उपचार करवाने के लिए पहुंचते हैं। ऐसे में पर्ची बनवाने से लेकर दवाइयां लेने और अन्य शुल्क जमा कराने के दौरान नकदी की आवश्यकता पड़ती है। अक्सर मरीजों या उनके परिजनों के पास खुले पैसे न होने के कारण उन्हें काफी परेशानियों का सामना करना पड़ता था। अब डिजिटल भुगतान की सुविधा शुरू होने से लोगों को इस समस्या से पूरी तरह निजात मिलेगी। मरीजों और उनके तीमारदार अब अपने मोबाइल फोन की मदद से क्यूआर कोड स्कैन कर निर्धारित राशि का भुगतान तुरंत कर सकेंगे। इससे नकदी रखने और खुले पैसे जुटाने की जद्दोजहद कम होगी। खासकर ग्रामीण और दूर-दराज के क्षेत्रों से अस्पताल में आने वाले मरीजों और उनके परिजनों के लिए यह सुविधा बेहद उपयोगी साबित हो रही है।

अधिकारियों ने दी जानकारी

वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. सुभाष ने बताया कि ओपीडी में प्रतिदिन बड़ी संख्या में मरीजों के आने के कारण पंजीकरण काउंटर पर अकसर भीड़भाड़ रहती है। पांच रुपये की पर्ची का शुल्क डिजिटल माध्यम से जमा करने का विकल्प मिलने से मरीजों को भुगतान करने में काफी सहूलियत मिल रही है। उन्होंने बताया कि लाइसेंस फीस काउंटर और जनऔषधि केंद्र पर भी यूपीआई के जरिए सुरक्षित और पारदर्शी लेनदेन की सुविधा शुरू कर दी गई है।



हेल्थ क्वेस्ट

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

बैठने-खड़े होने पर जब हो बैक पेन



मेरी उम्र 63 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे बैक-पेन की प्रॉब्लम है। बैठने या खड़े होने पर दर्द बढ़ जाता है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई कारगर समाधान बताएं।

-नवीन, महासमुंद

बैक पेन का स्थाई समाधान रेग्युलर बैक की एक्सरसाइज ही है। क्योंकि दवा से कुछ समय के लिए आराम मिलेगा, फिर दर्द हो जाएगा। साथ ही कैल्शियम और विटामिन डी की जांच जरूर कराएं। अगर कमी है तो इसकी दवा रेग्युलर लेना शुरू करनी चाहिए। साथ ही फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर आप बैक की एक्सरसाइज सीख लें, उन्हें नियमित रूप में करें। इससे आपको स्थायी राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मुझे यूरिन पास करने में काफी दर्द और जलन होती है। कभी-कभी यूरिन का कलर पीला आता है। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों हो रहा है और यह कैसे ठीक होगा?

-दीपक, रायपुर

कई बार यूरीन कलर पीला और जलन, पानी कम पीने की वजह से भी होता है। लेकिन जैसा आप बता रहे हैं कि कभी-कभी दर्द भी होता है। इसलिए आपको नेफ्रोलॉजिस्ट से संपर्क करना चाहिए। वह कुछ जांच कराएंगे, जिसके बाद इसकी वजह पता चलेगी और ट्रीटमेंट हो सकेगा। फिलहाल पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरे होंठ हमेशा रूखे और फटे-फटे रहते हैं। लिप बाम और एंटीसेप्टिक क्रीम लगाने का भी असर कुछ ही देर रहता है। ऐसा क्यों होता है?

-सुमित, रोहतक

कुछ लोगों की स्किन ड्राय होती है और किसी की ऑयली। जिनकी ड्राय होती है, उनको इस तरह की समस्याएं हो सकती हैं। इसके लिए आप पानी का सेवन पर्याप्त मात्रा में करें और समय-समय पर क्रीम लगाते रहें। इसका कोई स्थायी समाधान नहीं। इसी तरह राहत मिल सकती है।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। मेरे सिर के पिछले हिस्से में अकसर तेज सुई चुभने जैसा दर्द होता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-कुशल, बिलासपुर

आपको तुरंत न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क करना चाहिए। वह सिटी स्कैन या एमआरआई कराकर इसकी वजह पता लगाएंगे, क्योंकि सामान्य तौर पर सिर दर्द कई बार आंख कमजोर होने की वजह से भी होता है, पर खास हिस्से में होने की वजह कुछ और भी हो सकती है, इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा।

मेरी उम्र 58 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी हार्ट बीट्स रह-रहकर तेज हो जाती हैं। मन में अजीब-सी घबराहट पैदा होती है। मुझे समझ नहीं आता कि ऐसा क्यो हो रहा है? कृपया बताएं मैं क्या करूं?

-बलबीर, महेंद्रगढ़

अगर आपको ऐसा महसूस हो रहा है तो इस बात पर गौर करें कि ऐसा तेज चलने से या वजन उठाने से ऐसा हो रहा है। अगर ऐसा है तो जरूर आपको तुरंत डॉक्टर से मिलना चाहिए। यह समस्या कई बार दिल से जुड़ी हो सकती है। फिलहाल इस बात का ध्यान रखें कि ज्यादा दौड़ भाग या अधिक श्रम वाला काम ना करें।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दाईं तरफ मीठा-मीठा दर्द बना रहता है। कृपया बताएं कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

-संजय, राजनांदगांव

अगर हल्का-हल्का दर्द लगातार रहता है तो बेहतर होगा कि आप डॉक्टर से संपर्क कर एक बार अल्ट्रासाउंड करा लें। कई बार स्टोन की वजह भी दर्द शुरू होता है। लेकिन बगैर जांच कराएं कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। इस दौरान आप अधिक तला भुना और बाजार का खाना बंद कर दें। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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



डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. तुषार राउत
न्यूरोलॉजिस्ट-कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, मुंबई

स्पेशलः वर्ल्ड स्ट्रोक डे, 29 अक्टूबर

आंकड़ों के अनुसार 18 लाख स्ट्रोक के नए मामले भारत में प्रति वर्ष सामने आते हैं। इससे अंदाजा लगा सकते हैं कि यह कितनी गंभीर समस्या है। लेकिन एलर्टनेस और प्रिकॉशन के जरिए इसकी रोकथाम की जा सकती है। यहां विस्तार से बता रहे हैं, स्ट्रोक के कारण, लक्षण, बचाव और उपचार के बारे में।

लाइलाज नहीं है स्ट्रोक संभव है प्रिवेंशन-ट्रीटमेंट







वर्ल्ड स्ट्रोक आर्गेनाइजेशन के अनुसार अस्वास्थ्यकर जीवनशैली, उच्च रक्तचाप (हाइपरटेंशन) और तनाव का प्रबंधन नहीं कर पाने के कारण दुनिया भर में स्ट्रोक के मामले बढ़त पर हैं। देश में विभिन्न बीमारियों से होने वाली मौतों का दूसरा सबसे बड़ा कारण स्ट्रोक है। भारत में हर 40 सेकेंड पर एक व्यक्ति स्ट्रोक से पीड़ित होता है। जो लोग पहली बार स्ट्रोक के बाद नियमित रूप से दवाएं नहीं लेते या फिर डॉक्टर द्वारा दिए गए परामर्श पर अमल नहीं करते, उनमें स्ट्रोक के दोबारा होने का जोखिम बहुत ज्यादा बढ़ जाता है।

स्ट्रोक क्या है

स्ट्रोक एक गंभीर मेडिकल इमरजेंसी है। मृत्यु व विकलांगता का एक प्रमुख कारण है। स्ट्रोक तब होता है, जब मस्तिष्क के किसी हिस्से में रक्त की आपूर्ति बाधित हो जाती है या जब कोई रक्त वाहिका (ब्लड वेसल) फट जाती है, जिससे मस्तिष्क की कोशिकाएं क्षतिग्रस्त हो जाती हैं। स्ट्रोक के दो मुख्य प्रकार हैं। पहला, इस्केमिक स्ट्रोक जो मस्तिष्क में रक्त संचार में रुकावट या ब्लॉकेज के कारण होता है। दूसरा, हेमोरेजिक स्ट्रोक, जो रक्त वाहिका के फटने के कारण होता है। रिकवरी के लिए लक्षणों की जल्द पहचान और समय पर समुचित इलाज बेहद महत्वपूर्ण हैं।

शुरुआती घंटे बेहद महत्वपूर्ण

स्ट्रोक के लक्षण शुरू होने के बाद के शुरुआती घंटे बेहद महत्वपूर्ण होते हैं, क्योंकि समय पर इलाज मिलने से मस्तिष्क में रक्त का प्रवाह फिर से शुरू हो सकता है और मस्तिष्क की कोशिकाओं को होने वाले नुकसान को सीमित किया जा सकता है। इस्केमिक स्ट्रोक के मरीजों को थक्का घोलने वाली दवा (क्लॉट-बस्टिंग मेडिकेशन) दी जा सकती है। इसके अलावा, उन्नत इंटरवेंशनल प्रोसीजर्स जैसे विशेष सक्शन डिवाइस और स्टेंट रिट्रीवर का उपयोग करके भी थक्के को हटाया जा सकता है और बंद धमनियों को फिर से खोला जा सकता है। इलाज की प्रक्रिया का चयन स्ट्रोक के प्रकार, लक्षण शुरू होने के बाद से बीते समय और मरीज की क्लिनिकल स्थिति पर निर्भर करता है। मरीज को जल्द से जल्द एक ऐसे अस्पताल पहुंचना चाहिए जहां न्यूरोलॉजिस्ट, न्यूरोसर्जन और इंटरवेंशनल न्यूरोरेडियोलॉजिस्ट की विशेष टीम उपलब्ध हो।

कुछ उपचार केवल एक निश्चित समय सीमा (विंडो पीरियड) के भीतर ही उपलब्ध होते हैं, इसलिए लक्षणों की जल्द पहचान और तुरंत इलाज जरूरी है। भले ही लक्षणों में सुधार हो जाए या वे गायब हो जाएं, फिर भी डॉक्टरी जांच में देरी नहीं करनी चाहिए।

एक्यूट (शुरुआती) इलाज के बाद, मरीजों को ठीक होने और उनके काम करने की क्षमताओं को वापस पाने में मदद करने के लिए न्यूरोरिहैबिलिटेशन एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। दोबारा स्ट्रोक होने के जोखिम को कम करने के लिए सही फॉलो-अप देखभाल और डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाएं भी जरूरी हैं।

रिस्क फैक्टर्स को समझें

उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर), मधुमेह (डायबिटीज), हाई कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, शारीरिक सक्रियता की कमी या नियमित रूप से व्यायाम न करना, हृदय से जुड़ी कुछ बीमारियां, धूम्रपान, तंबाकू का सेवन और अत्यधिक शराब पीना स्ट्रोक के प्रमुख जोखिम कारक हैं। कुछ आनुवंशिक कारक भी युवाओं में स्ट्रोक के खतरे को बढ़ा सकते हैं। जैसे होमोसिस्टीन का बढ़ा हुआ स्तर भी युवाओं में स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ा सकता है। रक्त में होमोसिस्टीन का स्तर ज्यादा होने से धमनियों में सूजन या कड़ापन (एथेरोस्क्लेरोसिस), खून के थक्के (ब्लड क्लॉट्स) बनना और स्ट्रोक का जोखिम बढ़ जाता है। स्लीप एपनिया भी एक अन्य महत्वपूर्ण जोखिम कारक है। नींद के दौरान तेज खर्राटे लेना, दिन में अत्यधिक नींद आना जैसे लक्षणों के महसूस होने पर शीघ्र ही विशेषज्ञ डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

जीवनशैली में करें बदलाव

वर्ल्ड स्ट्रोक ऑर्गेनाइजेशन के अनुसार जीवनशैली में स्वास्थ्यकर बदलाव कर स्ट्रोक के जोखिम को कम किया जा सकता है। स्वास्थ्यकर जीवनशैली के अंतर्गत जंक फूड्स से दूर रहकर समुचित संतुलित पौष्टिक आहार ग्रहण करना, नियमित व्यायाम करना और तनाव प्रबंधन से संबंधित विधियों आदि को शामिल किया जाता है।

संतुलित आहारः फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, नट्स और प्रोटीन से भरपूर आहार स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद है। सैचुरेटेड फैट, ट्रांस फैट और अतिरिक्त चीनी को सीमित करने के साथ-साथ नमक का सेवन प्रति दिन 5 ग्राम से कम रखना चाहिए।

नियमित शारीरिक गतिविधिः हफ्ते मे कम से कम 150 मिनट का मध्यम तीव्रता वाला एरोबिक व्यायाम, जैसे तेज चलना, साइकिलिंग या तैरना, स्वस्थ वजन बनाए रखने, रक्तचाप नियंत्रण और समग्र स्वास्थ्य में सुधार करने में मददगार है।

नियमित जांच और परामर्शः रक्तचाप, ब्लड शुगर और कोलेस्ट्रॉल की एक निश्चित समय अंतराल पर डॉक्टर के परामर्श से जांचें करवानी चाहिए। विशेष रूप से 35 वर्ष की आयु के बाद समय-समय पर स्वास्थ्य जांच (हेल्थ चेक-अप) कराने से जोखिम की जल्दी पहचान हो सकती है।

तनाव प्रबंधन जरूरीः पर्याप्त नींद, सही मात्रा में पानी पीना (हाइड्रेशन) और योग व ध्यान (मेडिटेशन) के माध्यम से तनाव प्रबंधन (स्ट्रेस मैनेजमेंट) भी स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है और स्ट्रोक के जोखिम को कम करने में सहायक है।

संभव है स्ट्रोक की रोकथाम

स्ट्रोक से बचाव के लिए जागरुकता, जोखिम भरे कारकों की जल्द पहचान और जीवनशैली में लगातार सकारात्मक बदलाव की आवश्यकता होती है। ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित रखना, कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित रखना, शारीरिक रूप से सक्रिय रहना, तंबाकू से बचना और शराब से दूरी बनाना स्ट्रोक के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है। इसके साथ ही, एफएएसटी (फास्ट) के चेतावनी संकेतों को पहचानना और तुरंत चिकित्सा सहायता लेना भी बेहद जरूरी है।

सर्दियों का मौसम और स्ट्रोक

सर्दियों में अन्य मौसमों की तुलना में रक्त में कहीं ज्यादा गाढ़ापन आ जाता है, जिससे रक्त में थक्का (क्लॉट) बनने लगता है। एक बड़ी संख्या में स्ट्रोक के मामले रक्त के थक्कों के बनने से होते हैं। इसलिए सर्दियों के मौसम में अपना विशेष ख्याल रखें। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इस बार की थीम है इंपॉर्टेंट

वर्ल्ड स्ट्रोक ऑर्गनाइजेशन द्वारा निर्धारित वर्ल्ड स्ट्रोक डे के लिए इस बार की थीम है, 'एवरी मिनिट काउंट्स', जिसका हिंदी में आशय है कि स्ट्रोक की गिरफ्त में आए लोगों के लिए हर मिनट कीमती है। इस बार का हैशटैग है फास्ट। एफएएसटी (फास्ट) एक ऐसा संक्षिप्त शब्द है जो स्ट्रोक के मुख्य संकेतों को पहचानने में मदद करता है।

एफ- फेस ड्रूपिंग (चेहरा झुकना): चेहरे का एक हिस्सा झुक सकता है या सुन्न महसूस हो सकता है।

ए- आर्म वीकनेस (बांह में कमजोरी): एक बांह कमजोर या सुन्न हो सकती है।

एस- स्पीच डिफीकल्टी (बोलने में कठिनाई): आवाज लड़खड़ा सकती है या बातचीत को समझना मुश्किल हो सकता है।

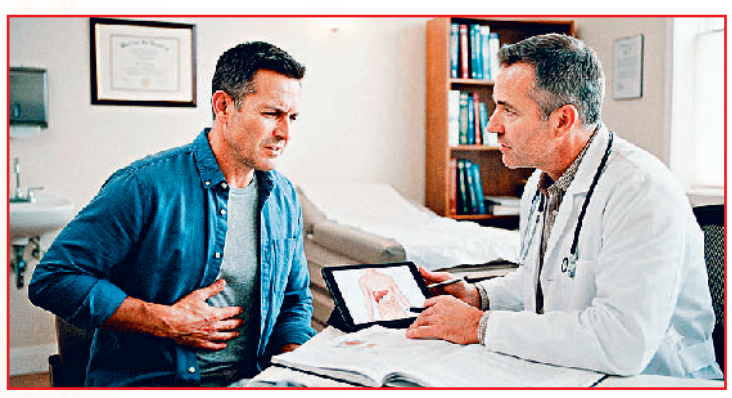
टी- टाइम टू एक्ट (कार्रवाई का समय): बिना देर किए तुरंत आपातकालीन चिकित्सा सहायता लें।

अवेयरनेस

डॉ. मोनिका शर्मा

अपने देश ही नहीं पूरी दुनिया में फैटी लिवर के रोगियों की संख्या लगातार बढ़ रही है। चिंताजनक बात यह है कि बच्चे भी इसकी गिरफ्त में आ रहे हैं। ऐसे में इसके कारणों, लक्षणों के साथ ही बचाव के उपाय के बारे में जानना बहुत जरूरी है।

हर उम्र के लोगों में बढ़ रही फैटी लिवर की प्रॉब्लम



हाल के बरसों में हर आयु वर्ग के लोगों की जीवनशैली बदली है। खान-पान के तौर-तरीके में बड़ा परिवर्तन आया है। एक ओर निष्क्रिय लाइफस्टाइल ने स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाया है तो दूसरी ओर सेहत से ज्यादा स्वाद को तवज्जो देने वाले फूड आइटम्स हमारी थाली का हिस्सा बन गए हैं। विशेषकर बच्चे हमारी परंपरागत भोजनशैली से दूर हुए हैं। इन आदतों से समग्र स्वास्थ्य पर तो दुष्प्रभाव पड़ ही रहा है, किसी अंग विशेष की सेहत बिगड़ने की स्थितियां भी पैदा हो गई हैं। ऐसी ही एक स्वास्थ्य समस्या है फैटी लिवर।

आंकड़े हैं चिंताजनकः चिंतनीय है कि 2030 तक, विश्व भर में अनुमानित 35 करोड़ 70 लाख लोग फैटी लिवर रोग के साथ जीवन जी रहे होंगे। भारत में लगभग 38 प्रतिशत से 40 प्रतिशत एडल्ट्स इस बीमारी से प्रभावित हैं। स्थिति की गंभीरता को समझते हुए ही हमारे यहां 2021 में नॉन-कम्युनिकेबल डिजीज कार्यक्रम में फैटी लिवर को शामिल कर प्राथमिक स्वास्थ्य स्तर पर इसकी जांच के लिए गाइडलाइन जारी किए गए थे।

क्या है फैटी लिवरः असल में फैटी लिवर की बीमारी तब होती है, जब लिवर की कोशिकाओं में अतिरिक्त फैट यानी कि वसा जमा हो जाती है। जिससे लिवर की कार्य प्रणाली प्रभावित होती है। लिवर हमारे शरीर को डिटॉक्स करने में अहम भूमिका निभाता है। खून की सफाई, पाचन में सहायता, ऊर्जा का संग्रह और स्वस्थ शरीर के लिए आवश्यक विटामिन, मिनरल्स और महत्वपूर्ण प्रोटींस का प्रोड्क्शन और संचयन करता है। ऐसे में इंसानी शरीर का फिल्टर प्लांट कहे जाने वाले लिवर की हेल्थ बिगड़ना बहुत-सी दूसरी व्याधियों की भी जड़ बन जाता है।

न बरतें लापरवाहीः गांवों से लेकर महानगरों तक, कम उम्र में ही लोग फैटी लिवर की बीमारी का शिकार हो रहे हैं। इसकी सबसे अहम वजह खान-पान की बुरी आदतें ही हैं। आमतौर पर फैटी लिवर रोग को दो तरीके का होता है। अल्कोहलिक फैटी लिवर बीमारी अत्यधिक शराब के सेवन के कारण होती है। वहीं गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर की समस्या शराब के सेवन से संबंधित नहीं है। इसीलिए फैटी लिवर के लक्षणों को जीवनशैली से गहराई से जोड़कर देखा जाता है। इसके लक्षण न केवल बहुत धीरे-धीरे दिखते हैं बल्कि स्पष्ट रूप से समझना भी कठिन होता है। यही वजह है कि लाइफस्टाइल स्कैन से जोड़कर फैटी लिवर के सिंपटम्स को सही ढंग से समझना और समय पर चिकित्सा सहायता लेना आवश्यक है। इस सायलेंट हेल्थ समस्या का समय रहते उपचार न किया जाए तो फाइब्रोसिस और सिरोसिस की समस्या भी हो सकती है। लिवर क्षतिग्रस्त होने पर अतिरिक्त स्कार टिशू बनने की स्थिति फाइब्रोसिस कहलाती है। इसमें लिवर में सूजन आ जाती है। जो कि लिवर में रक्त के सामान्य प्रवाह में बाधा बनती है। वहीं सिरोसिस की गंभीर और धीरे-धीरे बढ़ने वाली तकलीफ में स्वस्थ लिवर टिशू खराब हो जाते हैं। उनकी जगह कठोर स्कार टिशू बनने लगते हैं।



प्रमुख लक्षणः पेट के ऊपरी दाएं हिस्से में असहजता बने रहने, अधिक थकान महसूस करने, बिना कारण वजन बढ़ने, भूख में कमी आने, स्किन का पीलापन और ब्रेनफॉग जैसे लक्षणों को ध्यान दिया जाना चाहिए। आरंभिक चरण में लाइफस्टाइल सुधार से इस समस्या पर काबू पाया जा सकता है।

बच्चे भी हो रहे प्रभावितः खान-पान की अस्वस्थ आदतों और निष्क्रिय जीवनशैली के घेरे में अब बच्चे भी आ गए हैं। जिसके चलते बच्चे बड़ी संख्या में फैटी लिवर की चपेट में आ रहे हैं। ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस (एम्स) की स्टडी कहती है कि हमारे देश में लगभग 35.4 प्रतिशत बच्चे फैटी लिवर के रोग से पीड़ित हैं। बड़ों की बीमारी अब नई पीढ़ी में भी तेजी से पैर पसार रही है। भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) के मुताबिक मोटे बच्चों में फैटी लिवर का आंकड़ा 60 प्रतिशत से अधिक है। गुरुग्राम में किए गए एक हालिया अध्ययन में सामने आया है कि 10 वर्ष से कम आयु के बच्चों में फैटी लिवर रोग के मामलों तेजी से बढ़े हैं। शहरी इलाकों में सामान्य वजन वाले बच्चों में भी साइलेंट बर्डन के रूप में यह बीमारी पाई जा रही है। बदलते खान-पान के कारण सिर्फ शहरों तक सीमित रहने वाली फैटी लिवर की समस्या गांवों में देखने को मिल रही है। जंक फूड की पहुंच और सुविधाजनक एवं निष्क्रिय जीवनशैली के चलते ग्रामीण इलाकों के बच्चों में भी फैटी लिवर के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। चिंतनीय है कि भारत में रुरल और अर्बन दोनों को मिलाकर औसत राष्ट्रीय प्रसार दर लगभग 35.4 प्रतिशत है। यह आंकड़ा ग्लोबल एवरेज से लगभग 25 फीसदी ज्यादा है। ऐसे में मुख्य रूप से लाइस्टाइल से जुड़ी इस समस्या से बचाव के लिए पैरेंट्स का सजग रहना आवश्यक हो गया है। *

बच्चों में फैटी लिवर के कारण

बच्चों में असंतुलित आहार और शारीरिक गतिविधियों से दूरी गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर की समस्या बढ़ाती है। जिसका सीधा-सा अर्थ है कि बालपन को घेरते इस हेल्थ इश्यू का मुख्य कारण बदली हुई जीवनशैली ही है। एक ओर फल-सब्जियां खाने से दूरी बढ़ी है, दूसरी ओर प्रोसेस्ड-जंक फूड, पिज्जा, बर्गर, मीठे पेय पदार्थों के सेवन की आदतों ने जड़ें जमा ली हैं। बहुत से बच्चे कुकीज, बिस्कुट, कैंडी, सोडा ड्रिंक, पैकेज्ड जूस और चॉकलेट जैसे फूड प्रोडक्ट्स के एडिक्ट हो गए हैं। स्मार्ट स्क्रीन में झांकते हुए वक्त बिता रहे बच्चों का मैदानों में खेलना छूट गया है। चाइल्ड ओबेसिटी आज बड़ी चिंता बन गई है। इसीलिए बच्चों को हमारी परंपरागत भोजनशैली से जोड़ना जरूरी है। आउटडोर स्पोर्ट्स और शारीरिक गतिविधियों को बढ़ावा देना आवश्यक है। मौजूदा दौर में जीवन के पहले ही पड़ाव ही खाने-पीने की सजगता और फिजिकल सक्रियता सबसे अहम हैं। साथ ही स्नैक अटैक और स्क्रीन स्क्रॉलिंग से बचना भी आवश्यक है। बड़ों में भी अस्वस्थ भोजनशैली, एल्कोहल का सेवन और शारीरिक निष्क्रियता ही इस रोग के मुख्य कारण हैं। स्वस्थ-सधी जीवनशैली से हर उम्र के लोग इस रोग से बच सकते हैं।

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

प्राणायाम श्वास पर नियंत्रण, एकाग्रता और मानसिक शांति विकसित करने में मदद कर सकता है। लेकिन प्रदूषित हवा में प्राणायाम करने और स्वच्छ हवा में इसका अभ्यास करने के बीच का अंतर समझना जरूरी है।

प्रदूषण वाले मौसम में जब करें प्राणायाम



सांस लेना जीवन की सबसे सहज क्रियाओं में से एक है। लेकिन जब हवा में धूल, धुआं और सूक्ष्म प्रदूषण घुलने लगें, तो यही सहज क्रिया श्वास के लिए भारी चुनौती बन सकती है। अक्टूबर का दूसरा पखवाड़ा उत्तर भारत के अनेक शहरों में बदलते मौसम, पराली जलाने की घटनाओं, वाहनों के धुएं और अन्य प्रदूषण स्रोतों के कारण वायु गुणवत्ता को लेकर चिंता का समय होता है। ऐसे समय में सुबह पार्कों में योग करने वाले हों या घर की छत पर प्राणायाम का अभ्यास करने वाले, उनके सामने एक महत्वपूर्ण सवाल है, क्या गहरी सांस लेने के अभ्यास, प्रदूषण के असर से बचा सकते हैं? प्राणायाम सांस लेने की प्रक्रिया को साधने का अभ्यास है, हवा शुद्ध करने का नहीं। इसलिए इन बातों का ध्यान रखें।

जब इर्द-गिर्द हवा हो प्रदूषितः इन दिनों वायु प्रदूषण की समस्या बढ़ने लगी है। पीएम- 2.5 जैसे सूक्ष्म कण, प्राणायाम करते समय श्वसन तंत्र के भीतर गहराई तक जा सकते हैं। ऐसे में प्रदूषित हवा में लंबे समय तक रहने से हृदय और फेफड़ों से संबंधित बीमारियों का जोखिम बढ़ सकता है। ओजोन, नाइट्रोजन डाईऑक्साइड और अन्य प्रदूषक भी श्वसन तंत्र को प्रभावित कर सकते हैं। सामान्य परिस्थितियों में श्वास अभ्यास के दौरान व्यक्ति अपनी सांस की गति या गहराई को बढ़ा सकता है। लेकिन प्रदूषण अधिक होने पर तेज या गहरे सांसों के साथ शरीर में प्रदूषकों के प्रवेश की मात्रा भी बढ़ सकती है। लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि हर गहरी सांस नुकसानदेय है। इसका अर्थ यह है कि प्रदूषण के स्तर, व्यायाम की तीव्रता और व्यक्ति की सेहत को ध्यान में रखना चाहिए। इसलिए केवल सूर्योदय के समय को स्वस्थ हवा की गारंटी मान लेना भी उचित नहीं है। कुछ जगहों पर सुबह का तापमान, हवा की गति और स्थानीय प्रदूषण स्रोतों के कारण प्रदूषण अधिक हो जाता है। इसलिए अभ्यास का सही समय तय करने के लिए स्थानीय वायु गुणवत्ता सूचकांक यानी एक्यूआई देखना अधिक उपयोगी है।

बरतें ये सावधानियांः प्राणायाम की सभी विधियां एक जैसी नहीं हैं। सहज और धीमी गति से सांस लेने का अभ्यास, मानसिक शांति तथा श्वास पर नियंत्रण विकसित करने में मदद कर सकता है। इसके विपरीत कपालभाती और भस्त्रिका जैसे अपेक्षाकृत सक्रिय अभ्यासों में सांस छोड़ने या लेने की गति तेज होती है। प्रदूषण के दिनों में इन अभ्यासों को जोर लगाकर करना या अपनी क्षमता से अधिक सांस रोकना खतरनाक है। यदि हवा की गुणवत्ता खराब हो तो बाहर लंबे समय तक प्राणायाम करने की बजाय स्वच्छ हवा वाले कमरे में हल्का अभ्यास करना ज्यादा बेहतर विकल्प है।

बच्चों, बड़े बुजुर्गों, अस्थमा या सीओपीडी के मरीजों तथा हृदय रोग से पीड़ित लोगों को प्रदूषण के दौरान विशेष सावधानी बरतनी चाहिए। ऐसे लोगों के लिए व्यायाम की तीव्रता और जगह का चुनाव, इनकी स्वास्थ्य स्थितियों के अनुसार होना चाहिए। जिन लोगों को हाल में हृदय संबंधी समस्या हुई हो या स्ट्रोक के बाद पुनर्वास चल रहा हो, उन्हें बिना चिकित्सकीय सलाह के कठिन प्राणायाम शुरू नहीं करना चाहिए। यदि अभ्यास के दौरान खांसी, घरघराहट, सीने में जकड़न, चक्कर या असामान्य सांस फूलने लगे, तो तुरंत रुकें और सुरक्षित स्थान पर जाएं। गंभीर सांस की तकलीफ या सीने में दर्द होने पर तत्काल चिकित्सा सहायता लें।

अपनाएं ये नियमः सबसे पहले एक्यूआई देखें। वायु गुणवत्ता सूचकांक खराब हो तो खुले में योग, दौड़ने और कठिन व्यायाम से बचें। भारत में स्थानीय एक्यूआई के लिए सीपीसीबी के आधिकारिक प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल करें। स्वच्छ हवा वाली जगह चुनें यानी सड़क, ट्रैफिक, निर्माण स्थल और धुएं के स्रोतों से दूर रहें। प्रदूषण अधिक हो तो बाहर जाने की बजाय स्वच्छ हवा वाले कमरे में ही अभ्यास करें। बिना जोर लगाए आराम से सांस लें। *

खबर संक्षेप

मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता में अनीता रही प्रथम

भट्टूकलां। राजकीय महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ द्वारा मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी कलात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन किया। छात्राओं ने सुंदर एवं आकर्षक डिजाइनों से मेहंदी रचाकर अपनी कला का परिचय दिया। प्रतियोगिता में अनीता ने प्रथम, नीतिका ने द्वितीय तथा प्रियंका ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्रतियोगिता के दौरान विद्यार्थियों ने अपनी रचनात्मकता और कलात्मक कौशल से सभी का ध्यान आकर्षित किया। छात्राओं ने एक-दूसरे के हाथों तथा प्राध्यापिकाओं के हाथों पर सुंदर मेहंदी रचाई।

सड़क सुरक्षा क्रियान्वयन की समीक्षा बैठक 30 को

फतेहाबाद। सड़क सुरक्षा उपायों एवं सुरक्षित स्कूल वाहन नीति के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर लघु सचिवालय के सभागार में 30 अक्टूबर को दोपहर 12 बजे बैठक आयोजित की जाएगी। बैठक की अध्यक्षता डीसी डॉ. विवेक भारती करेंगे। डीटीओ एवं रिजनल ट्रांसपोर्ट अथॉरिटी के सचिव संजय बिश्नोई ने इस बारे जानकारी देते हुए बताया कि बैठक में सडक़ सुरक्षा से संबंधित विभिन्न उपायों तथा सुरक्षित स्कूल वाहन नीति के क्रियान्वयन की प्रगति की समीक्षा एवं निगरानी की जाएगी। इसके साथ ही जिले में सडक़ दुर्घटनाओं एवं उनमें होने वाली मृत्यु की बढ़ती संख्या के कारणों का विश्लेषण कर उनकी रोकथाम के लिए आवश्यक कदम उठाने पर चर्चा की जाएगी।

बाल दिवस पर हुई जिला स्तरीय प्रतियोगिताएं

फतेहाबाद। जिला बाल कल्याण परिषद् द्वारा 26 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक राज्य स्तरीय बाल दिवस प्रतियोगिताओं का जिला स्तर पर आयोजन किया जा रहा है, जिसमें 40 प्रकार की विभिन्न-विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन कक्षा प्रथम से कक्षा 12वीं तक के स्कूली बच्चों हेतु किया जा रहा है। जिला स्तर की इन प्रतियोगिताओं में बुधवार को स्थानीय बाल भवन में एकल गान, क्लासिकल ग्रुप गान, वेस्ट ड्रामेबाज, स्कैचिंग ऑन द स्पोट, हैंड राइटिंग, क्ले मॉडलिंग का आयोजन किया गया। जिला रोजगार अधिकारी डॉ. राजेश कुमार ने इन प्रतियोगिताओं का दीप प्रज्ज्वलित करके शुभारंभ किया।

विकसित भारत युवा संवाद 250 युवाओं ने लिया भाग

फतेहाबाद। युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार के तत्वावधान में मेरा युवा भारत की ओर से राजकीय महाविद्यालय भट्टू कलां में बुधवार को युवा संवाद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में युवाओं को लोकतांत्रिक जागरूकता को बढ़ावा देने, लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं में जागरूक भागीदारी को प्रोत्साहित करने तथा राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका को रेखांकित करने के लिए एक मंच पर लाया गया। देशभर के 500 विश्वविद्यालयों, महाविद्यालयों एवं शैक्षणिक संस्थानों में आगामी 5 नवंबर, 2026 तक आयोजित किए जा रहे राष्ट्रव्यापी विकसित भारत युवा संवाद अभियान के अंतर्गत आयोजित इस कार्यक्रम में यूथ आईकन रितिका यदुवंशी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे।

डीसी-एसपी समेत अधिकारियों का लगा जमावड़ा, कम भागीदारी ने खड़े किए सवाल

जिले का पूरा प्रशासन पहुंचा गिल्लांखेड़ा खुले दरबार में आई महज 7 शिकायतें

- सरकारी दावों और जमीनी हकीकत के बीच कितनी दूरी

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

गांव गिल्लांखेड़ा में मंगलवार रात जिला प्रशासन का पूरा अमला पहुंचा। उपायुक्त डॉ. विवेक भारती, पुलिस अधीक्षक निकिता खट्टर समेत विभिन्न विभागों के अधिकारियों ने गांव में रात्रि ठहराव कर खुले दरबार के जरिए ग्रामीणों की समस्याएं सुनने का प्रयास किया। प्रशासनिक स्तर पर इस कार्यक्रम की तैयारियां और अधिकारियों की मौजूदगी तो व्यापक रही, लेकिन दरबार में शिकायतों की संख्या महज सात रही। ऐसे में सवाल उठता है कि जब ग्रामीणों के बीच पहुंचकर समस्याएं सुनने के लिए जिले का पूरा प्रशासन गांव में मौजूद था, तो शिकायतें इतनी कम क्यों आई।



फतेहाबाद। गांव गिल्लांखेड़ा में रात्रि प्रवास कार्यक्रम के दौरान ग्रामीणों की शिकायतें सुनते हुए डीसी व एसपी।

योजनाओं की जानकारी भी दी

कार्यक्रम में एसपी निकिता खट्टर ने ग्रामीणों से बच्चों को नशे से दूर रखने, उन्हें खेलकूद के लिए प्रेरित करने और गांव में नशा बेचने वालों की सूचना पुलिस को देने की अपील की। वहीं, विभिन्न विभागों की ओर से सरकारी योजनाओं की जानकारी देने के लिए प्रदर्शनी स्टॉल भी लगाए गए। अधिकारियों ने ग्रामीणों से योजनाओं का लाभ उठाने का आह्वान किया। अब देखने वाली बात यह होगी कि दरबार में आई सात शिकायतों पर कितनी जल्दी कार्रवाई होती है और प्रशासन इन कार्यक्रमों के माध्यम से ग्रामीणों की समस्याओं के वास्तविक समाधान तक कितना पहुंच पाता है।

अधिकारियों का जमावड़ा

सुशासन और प्रशासन-जनता के बीच सीधा संवाद स्थापित करने के उद्देश्य से आयोजित इस कार्यक्रम में विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे। ग्रामीणों को अपनी समस्याएं सीधे जिला प्रशासन के सामने रखने का अवसर दिया गया। इसके बावजूद केवल सात समस्याएं सामने आने से कार्यक्रम में ग्रामीणों की भागीदारी चर्चा का विषय बन गई। हालांकि, कम शिकायतों के पीछे ग्रामीणों की संतुष्टि, जानकारी का अभाव, कार्यक्रम के प्रचार-प्रसार या अन्य कारण रहे, इसकी जानकारी सामने नहीं आई है।

क्या ग्रामीणों तक पहुंचा था रात्रि ठहराव व खुले दरबार का संदेश

रात्रि ठहराव और खुले दरबार का मकसद तभी पूरा हो सकता है, जब ग्रामीणों को कार्यक्रम की पर्याप्त जानकारी हो और वे बिना किसी झिझक के अपनी समस्याएं अधिकारियों के सामने रख सकें। ऐसे में यह जानना जरूरी है कि गांव में दरबार की सूचना कितने लोगों तक पहुंची, कितने ग्रामीणों ने इसमें भाग लिया और कितनी समस्याएं पहले से संबंधित विभागों के पास लंबित थीं। केवल शिकायतों की संख्या के आधार पर कार्यक्रम की सफलता या विफलता का निष्कर्ष निकालना उचित नहीं होगा, लेकिन इतनी बड़ी प्रशासनिक कवायद के मुकाबले सात शिकायतें जरूर चर्चा का विषय हैं।

- इतनी बड़ी प्रशासनिक कवायद के मुकाबले सात शिकायतें जरूर चर्चा का विषय हैं।



फतेहाबाद। लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला को निमंत्रण देते आश्रम के सेवादार।

श्री सद्गुरू कृपा अपना घर आश्रम का वार्षिक महोत्सव 3 नवंबर से

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

स्वामी सदानंद प्रणामी चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा फतेहाबाद में नेशनल हाइवे-9 पर स्थित श्री सद्गुरु कृपा अपना घर आश्रम के 8वें वार्षिक महोत्सव को लेकर तैयारियां बड़े स्तर पर शुरू हो गई हैं। इस उपलक्ष्य में आश्रम के प्रमुख सेवादार विनोद तायल ने जीयो गीता कुरुक्षेत्र के संस्थापक गीता मनीषी स्वामी ज्ञानानंद जी महाराज से विशेष मुलाकात कर उन्हें वार्षिक महोत्सव का निमंत्रण पत्र सौंपा। इसके साथ ही सेवादारों के प्रतिनिधिमंडल ने नई दिल्ली में लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला से मुलाकात कर उन्हें भी इस कार्यक्रम में शामिल होने का निमंत्रण दिया। मुलाकात के दौरान लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने श्री सद्गुरु कृपा अपना घर आश्रम द्वारा प्रकाशित पत्रिका का बारीकी से अवलोकन किया। उन्होंने पीड़ित मानव सेवा, वृद्ध, महिला व बाल कल्याण तथा गौसेवा के क्षेत्र में आश्रम द्वारा किए जा रहे कार्यों की भूरि-भूरि प्रशंसा की। इस अवसर पर रतिया से प्रवीन गर्ग, भिवानी से मुरलीधर शास्त्री, दिल्ली से राजेश कुमार गर्ग सहित फतेहाबाद आश्रम के अन्य प्रमुख सेवादार भी मौजूद रहे। आश्रम के प्रमुख सेवादार विनोद तायल व अशोक भुक्कर ने बताया कि परमहंस संत शिरोमणि श्री श्री 108 हिन्दू रतन डॉ. स्वामी सदानंद जी महाराज के सानिध्य में 8वें वार्षिक महोत्सव का आयोजन 3 से 5 दिसंबर तक किया जा रहा है। कार्यक्रम में महामंडलेश्वर अवधेशानंद गिरि जी महाराज, हरिद्वार तथा डॉ. स्वामी सदानंद महाराज का पावन सानिध्य रहेगा। महोत्सव के दौरान श्री कृष्ण कथा एवं गौ सम्मेलन का आयोजन किया जाएगा, जिसमें कथा वाचक के रूप में परमहंस संत शिरोमणि डॉ. स्वामी सदानंद जी महाराज श्रद्धालुओं को कथा का रसास्वादन करवाएंगे।

करवा चौथ पर सजे हाथ, बीएड कॉलेज में मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता, शिक्षकों के खेल भी रहे आकर्षण का केंद्र





फतेहाबाद। बीएड कॉलेज में आयोजित मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता में भाग लेती छात्राएं व स्टाफ सदस्य। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

- छात्राओं ने अपनी रचनात्मकता, कलात्मकता और भारतीय परंपरा के रंगों को हथेलियों पर उकेरा

एमएम कॉलेज ऑफ एजुकेशन में करवा चौथ के पावन अवसर पर महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता का आयोजन उत्साह के साथ किया गया। कार्यक्रम का सफल आयोजन महिला प्रकोष्ठ की इंचार्ज डॉ. ज्योति के नेतृत्व में सम्पन्न हुआ। प्रतियोगिता में छात्राओं ने अपनी रचनात्मकता, कलात्मकता और भारतीय परंपरा के रंगों को हथेलियों पर बड़े ही सुंदर ढंग से उकेरा। प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों की कलात्मक प्रतिभा को निखारना और सांस्कृतिक मूल्यों एवं परंपराओं के प्रति रुचि को बढ़ावा देना था। छात्राओं ने अपनी कल्पना और प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन करते हुए मेहंदी के एक से बढक़र एक पारंपरिक और आधुनिक डिजाइनों की प्रस्तुतियां दीं।

छात्राओं के साथ-साथ कॉलेज के प्राध्यापकों और स्टाफ सदस्यों ने भी इस त्यौहार के उल्लास में बढ़-चढक़र भाग लिया। इस अवसर पर शिक्षकों के लिए विशेष मनोरंजक गेम्स का आयोजन किया गया। प्राध्यापकों ने पूरे उत्साह और खेल भावना के साथ इन खेलों में अपनी भागीदारी दर्ज कराई।

अमनप्रीत कौर व सुनिता बनीं विजेता

प्रतियोगिता के रोमांचक मुकाबलों में अमनप्रीत कौर और सुनीता ने अपने बेहतरीन प्रदर्शन के बदौलत विजेता का खिताब हासिल किया। मेहंदी रचाओ प्रतियोगिता में जश्नप्रीत कौर ने प्रथम, दीपिका ने द्वितीय तथा रेनु व कोमल ने तृतीय स्थान हासिल किया। कार्यक्रम के समापन अवसर पर कॉलेज की प्राचार्या डॉ. जनक रानी एवं उप प्राचार्या डॉ. गुंजन बजाज ने विजेताओं व भाग लेने वाले सभी प्रतिभागियों का उत्साहवर्धन किया और उन्हें स्मृति चिह्न व पुरस्कार देकर सम्मानित किया। प्राचार्या डॉ. जनक रानी ने सभी को करवा चौथ के पावन पर्व की शुभकामनाएं देते हुए कहा, मेहंदी भारतीय संस्कृति, सौंदर्य और सौहार्दपूर्ण परंपराओं का अभिन्न प्रतीक है। ऐसे आयोजनों से विद्यार्थियों की छिपी हुई कलात्मक क्षमता को मंच मिलता है और वे अपनी समृद्ध संस्कृति से जुड़ते हैं। अंत में उप प्राचार्या डॉ. गुंजन बजाज और महिला प्रकोष्ठ इंचार्ज डॉ. ज्योति ने कॉलेज मैनेजमेंट, सभी स्टाफ सदस्यों और विद्यार्थियों का आयोजन को सफल बनाने के लिए आभार व्यक्त किया।



फतेहाबाद। संसद मार्ग महापड़ाव की तैयारियों को लेकर चलाया गया अभियान। फोटो : हरिभूमि

संसद मार्ग महापड़ाव की तैयारियां तेज, सीटू ने चलाया अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

1 करोड़ स्कीम वर्कर्स को तुरंत पक्का करें : सीटू

सीटू नेताओं ने जोर देकर कहा कि आंगनबाड़ी, आशा वर्कर, मिड-डे मील और क्रैच कर्मियों सहित देश की लगभग 1 करोड़ स्कीम वर्कर्स को तुरंत पक्के कर्मचारी का दर्जा दिया जाए। देश में महंगाई के अनुसार जीवन जीने लायक 42,000 रुपये न्यूनतम वेतन घोषित किया जाए। इसमें सरकारी विभागों में कार्यरत कच्चे-पक्के कर्मचारी, स्कीम वर्कर, ग्रामीण सफाई कर्मचारी, चैकीदार, मनरेगा, वन विभाग और ठेका मजदूर शामिल हों। इसके अलावा रिटायरमेंट के बाद न्यूनतम 21,000 रुपये मासिक पेंशन दी जाए। मनरेगा में 200 दिन का रोजगार देने और इसे शहरों में भी लागू करने की मांग की गई।

सेंटर आफ इंडियन ट्रेड यूनियंस की ओर से एक से 3 दिसंबर तक दिल्ली के संसद मार्ग पर आयोजित होने वाले तीन दिवसीय महापड़ाव एवं प्रदर्शन की तैयारियों को लेकर बुधवार को फतेहाबाद, भट्टू और भूना में जनरल बाडी मीटिंगों का आयोजन किया गया। इन बैठकों की अध्यक्षता सुनील कुमार, गगनदीप और धर्मपाल जांडली खुर्द ने की, जबकि मंच संचालन सीटू के जिला कन्वीनर ओमप्रकाश अनेजा द्वारा किया गया।

बैठक को मुख्य वक्ता के रूप में संबोधित करते हुए सीटू के राज्य प्रधान विनोद कुमार ने कहा कि 1 से 3 दिसंबर का दिल्ली संसद मार्ग घेराव देश के करीब 54 करोड़ मजदूरों व कर्मचारियों के अधिकारों की रक्षा के लिए आयोजित किया जा रहा है। उन्होंने केंद्र की भाजपा सरकार से मांग की कि वह चारों मजदूर विरोधी लेबर कोड को तुरंत रद्द करे। इन कानूनों के लागू होने से देश के संगठित व असंगठित क्षेत्र के 90 प्रतिशत मजदूर न्यूनतम श्रम अधिकारों से वंचित हो गए हैं। इसके लागू रहने से भविष्य में कोई स्थायी नौकरी नहीं बचेगी और निर्माण श्रमिकों सहित विभिन्न कल्याण बोर्ड पंगु बनाकर केंद्र के अधीन कर दिए जाएंगे।

जिला परिषद कार्यालय में लगाया आंखों की जांच का कैंप, 50 मरीजों ने उठाया लाभ

फतेहाबाद। जिला परिषद कार्यालय में अधिकारियों व कर्मचारियों की आंखों की जांच के लिए विशेष शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में स्टाफ ने अपनी आंखों की जांच करवाई और स्वास्थ्य संबंधी जानकारी प्राप्त की। जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार ने कहा कि इस प्रकार के शिविर बेहद उपयोगी हैं। इनके माध्यम से लोगों को अपने आंखों की जांच करवाने का अवसर मिलता है और आंखों से संबंधित समस्याओं के प्रति जागरूकता भी बढ़ती है। शिविर का मुख्य उद्देश्य लोगों को आंखों के स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना तथा उन्हें समय पर आंखों की जांच करवाने के लिए प्रेरित करना रहा। शिविर के दौरान कर्मचारियों ने अपनी आंखों की जांच करवाई और आंखों की देखभाल से संबंधित आवश्यक जानकारी प्राप्त की। शिविर में आईक्यू हॉस्पिटल की ओर से सीनियर डॉ. आंचल व डॉ. विनोद ने अपनी सेवाएं दी। शिविर में करीब 50 मरीजों की भागीदारी रही। इस मौके पर सेंटर मैनेजर आरती, मार्केटिंग मैनेजर अश्विनी, नेहा, दिनेश रोहित आदि मौजूद रहे।



चुनाव प्रक्रिया में पारदर्शिता ही स्वच्छ लोकतंत्र का सर्वश्रेष्ठ गुण : सरोज मानव

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

देश में निर्वाचन प्रक्रिया की पारदर्शिता, निर्वाचन आयोग की निष्पक्षता तथा प्रत्येक पात्र नागरिक के मताधिकार की सुरक्षा सुनिश्चित करने की मांग को लेकर देश की बात फाउंडेशन की ओर से प्रधानमंत्री के नाम उपायुक्त ज्ञापन सौंपा गया। फाउंडेशन की कोर्डिनेटर सरोज मानव ने कहा कि भारत विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है, जहां स्वतंत्र, निष्पक्ष एवं पारदर्शी निर्वाचन प्रक्रिया लोकतंत्र की मजबूती का आधार है। प्रत्येक नागरिक के संवैधानिक अधिकारों की रक्षा करना और मतदाता सूची में पात्र नागरिकों के नाम सुनिश्चित करना लोकतांत्रिक व्यवस्था की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है।

एसआईआर प्रक्रिया पारदर्शी हो : बलविंदर बराड़



जिला समन्वयक एवं जिला पार्षद सदस्य बलविंदर बराड़ ने मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) की प्रक्रिया को लेकर अपनी चिंताएं व्यक्त करते हुए मांग की गई कि इस प्रक्रिया में पारदर्शिता सुनिश्चित की जाए तथा किसी भी पात्र नागरिक को उसके मताधिकार से वंचित न किया जाए। ज्ञापन में मुख्य निर्वाचन आयुक्त ज्ञानेश कुमार को पद से हटाने तथा उनके विरुद्ध कानूनी कार्रवाई की मांग, मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) को रद्द करने और इस प्रक्रिया में हटाए गए सभी पात्र मतदाताओं के नाम पुनः जोड़ने, मुख्य निर्वाचन आयुक्त एवं अन्य निर्वाचन आयुक्त अधिनियम, 2023 में किए गए संशोधनों को निरस्त करने तथा निर्वाचन आयोग की नियुक्ति प्रक्रिया को निष्पक्ष एवं पारदर्शी बनाने की मांग शामिल है।

टोहाना में भारत विकास परिषद ने लगाया सामूहिक मेहंदी शिविर

फतेहाबाद। भारत विकास परिषद शाखा टोहाना की ओर से बुधवार को सामूहिक मेहंदी कार्यक्रम का आयोजन किया गया। शहर के एक पैलेस में लगे इस कैंप में बड़ी संख्या में महिलाओं ने पहुंचकर मेहंदी लगवाई। परिषद के सदस्य कुश भार्गव ने बताया कि यह कार्यक्रम गत वर्ष भी आयोजित किया गया था। इसका दोहरा उद्देश्य है। पहला, शहर की महिलाओं को बाजार की भीड़-भाड़ से हटकर एक सुरक्षित, साफ और घर जैसा माहौल देना, जहां वे आराम से बैठकर अपने परिवार व सहेलियों के साथ मेहंदी लगवा सकें। पहले बाजार में महिलाओं को दर-दर भटकना पड़ता था, अब एक छत के नीचे आयोजन से वह परेशानी दूर हुई है। दूसरा उद्देश्य आत्मनिर्भरता है। इस कार्यक्रम से होने वाली पूरी आय उन बच्चियों को दी जा रही है जो मेहंदी लगा रही हैं। इससे उन्हें अपनी कला के माध्यम से रोजगार मिल रहा है और आत्मनिर्भर बनने का विश्वास बढ़ रहा है।

राजकीय विद्यालय में पोक्सो एक्ट-2012 और गुड टच-बैड टच के बारे में बताया

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

राष्ट्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण के तत्वावधान में देशभर में चलाए जा रहे राष्ट्रव्यापी जागरूकता अभियान सुरक्षित बचपन अभियान के तहत जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश जीएस वधवा के दिशा-निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा स्थानीय पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठां माध्यमिक विद्यालय में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। सीजेएम एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव डॉ. सुयशा जावा ने छात्राओं को संबोधित करते हुए बच्चों के यौन अपराधों से संरक्षण कानून यानि पोक्सो एक्ट, 2012, गुड टच-बैड टच तथा बाल अधिकारों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। विद्यार्थियों को जागरूक करते हुए उन्होंने कहा कि यदि कोई व्यक्ति या परिचित उन्हें असहज महसूस कराए या अनुचित तरीके से स्पर्श करे, तो वे बिना किसी डर के तुरंत अपने माता-पिता, शिक्षकों या संबंधित अधिकारियों को इसकी सूचना दें। इसके साथ ही अभियान के तहत बच्चों के कल्याण और सुरक्षा से जुड़ी विभिन्न योजनाओं की जानकारी दी गई।

ये रहे उपस्थित

कार्यक्रम में विद्यालय की इंचार्ज अंजू बाला, पीजीटी अनीता जानी, सुमन आर्य, सुमन बिश्नोई, मंजू मेहता, मीरा, सुरेंद्र भास्कर, गुलशन जग्गा सहित विद्यालय का अन्य स्टाफ तथा छात्र-छात्राएं उपस्थित रही।

खारी सुरेरा के राजकीय स्कूल में 'सुरक्षित बचपन, सशक्त भारत' विषय पर कार्यशाला

बच्चे कोई समस्या या असहज स्थिति होने पर तुरंत दें जानकारी: सीजेएम

- बाल अधिकारों, व्यक्तिगत सुरक्षा, साइबर अपराधों तथा विभिन्न कानूनी प्रावधानों के प्रति जागरूक किया

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के तत्वावधान में राजकीय आरोही मॉडल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खारी सुरेरा में 'सुरक्षित बचपन, सशक्त भारत' विषय पर कार्यशाला एवं जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी संतोष बागोतिया ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। शिविर का उद्देश्य विद्यार्थियों को बाल अधिकारों, व्यक्तिगत सुरक्षा, साइबर अपराधों से बचाव तथा विभिन्न कानूनी प्रावधानों के प्रति जागरूक करना था। मुख्य अतिथि सीजेएम संतोष बागोतिया ने कहा कि बच्चों को अपनी सुरक्षा के प्रति जागरूक रहना चाहिए। यदि उन्हें कहीं भी कोई गलत व्यवहार महसूस हो या वे किसी परिस्थिति में असहज महसूस करें, तो बिना डर के तुरंत अपने माता-पिता, शिक्षक या किसी अन्य भरोसेमंद व्यक्ति को इसकी जानकारी दें। उन्होंने पॉक्सो अधिनियम तथा साइबर सुरक्षा से जुड़े प्रावधानों की जानकारी देते हुए कहा कि जागरूकता और सतर्कता से बच्चों को सुरक्षित वातावरण उपलब्ध करवाने में मदद मिल सकती है।



सिरसा। कार्यशाला में बच्चों को जागरूक करते। फोटो : हरिभूमि

वर्तमान समय की चुनौतियों से बचाव के उपाए बताए

एबीआरसी विजय कुमार ने बताया कि भारत सरकार के 'सुरक्षित बचपन, सशक्त भारत' अभियान के तहत बच्चों को वर्तमान समय की चुनौतियों और उनसे बचाव के उपायों के बारे में जागरूक किया जा रहा है। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों के लिए ड्राइंग, पेंटिंग, स्लोगन, निबंध लेखन और भाषण प्रतियोगिताओं का आयोजन भी किया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। शिविर के दौरान बाल कल्याण परिषद के अध्यक्ष डॉ. मदन लाल, खंड शिक्षा अधिकारी राजकुमार, बाल संरक्षण अधिकारी अंजना, जिला साइबर क्राइम सेल से विनोद कुमार तथा पैनल अधिवक्ता रमेश बिश्नोई, विद्यालय प्राचार्य कविता गहलोत सहित विभिन्न वक्ताओं ने विद्यार्थियों को महत्वपूर्ण विषयों पर जानकारी दी। इस अवसर पर विभिन्न प्रतियोगिताओं में विजेता विद्यार्थियों को मुख्य अतिथि द्वारा सम्मानित किया गया। इस मौके पर दर्शना, एबीआरसी अनीता, वीरेंद्र कुमार, मीरा नड्डा सहित विद्यालय के सभी स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

प्रशिक्षण में शिक्षकों को दिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षण के गुर

सिरसा। राजकीय मॉडल संस्कृति विद्यालय अनाजमंडी में आयोजित फाउंडेशनल लिटरेसी एंड न्यूमेरेसी का 11 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर संपन्न हो गया। खंड शिक्षा अधिकारी रमेश कुमार की अध्यक्षता में इन प्रशिक्षण शिविरों का आयोजन नोडल अधिकारी महावीर न्योल एवं संतोष पूनिया के कुशल नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में किया गया। रिसोर्स पर्सन सतविंद्र कौर ने शिक्षकों को विभिन्न विषयों को सरल, रोचक और गुणवत्तापूर्ण तरीके से पढ़ाने के महत्वपूर्ण गुर सिखाए। एफएलएन प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य प्रत्येक बच्चे में बुनियादी साक्षरता एवं संख्यात्मक ज्ञान की दक्षताओं को मजबूत करना है।

व्यापारियों के हितों के लिए करें काम: गर्ग

सिरसा। हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल की सिरसा इकाई को अग्रोहा धाम में आयोजित कार्यक्रम के दौरान हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रदेशाध्यक्ष बजरंग दास गर्ग ने सम्मानित किया। व्यापार मंडल के प्रदेशाध्यक्ष बजरंग दास गर्ग ने सिरसा इकाई से व्यापारियों के हितों में बढ़-चढक़र कार्य करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि व्यापार मंडल का उद्देश्य व्यापारियों की आवाज को उचित मंच तक पहुंचाना है। अग्रोहा धाम में सिरसा इकाई को सम्मानित किए जाने पर हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल सिरसा इकाई के जिलाध्यक्ष हीरालाल शर्मा व शहरी प्रधान कीर्ति गर्ग ने समस्त पदाधिकारियों की ओर से आभार व्यक्त किया।

मेहंदी प्रतियोगिता में काव्य और हर्षिका ने मारी बाजी

सिरसा। ग्रामीण अंचल में प्रतिभाओं की कोई कमी नहीं है। आवश्यकता केवल बच्चों की छिपी हुई प्रतिभा को पहचानने, उन्हें उचित अवसर प्रदान करने तथा प्रोत्साहित करने की है। यह बात संगम स्कूल भरोखां के मुख्य अध्यापक छगन सेठी ने विद्यालय में आयोजित मेहंदी लगाओ प्रतियोगिता के अवसर पर विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कही। करवा चौथ के पावन पर्व के उपलक्ष्य में संगम स्कूल भरोखां में मेहंदी लगाओ प्रतियोगिता का आयोजन बड़े उत्साह और उमंग के साथ किया गया। प्रतियोगिता में छात्राओं के साथ-साथ छात्रों ने भी बढ़-चढक़र भाग लिया तथा अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया।

महिला कॉलेज में मेहंदी प्रतियोगिता, लक्ष्मी प्रथम

सिरसा। महिला महाविद्यालय में करवा चौथ के उपलक्ष्य में मेहंदी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता के दौरान छात्राओं ने अपनी हथेलियों पर मेहंदी डिजाइनों को उकेरा। महिला प्रकोष्ठ की प्रभारी डॉ. प्रीत कौर ने कहा कि मेहंदी भारतीय संस्कृति और परंपराओं का अभिन्न अंग है। प्राचीन समय में मेहंदी को मुख्य रूप से साधारण टिक्कों और पारंपरिक आकृतियों के रूप में लगाया जाता था, जबकि वर्तमान समय में इसमें अनेक आधुनिक डिजाइनों और कलात्मक शैलियों का समावेश हो गया है। उन्होंने कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिताएं छात्राओं की रचनात्मक प्रतिभा को विरासत से जोड़ने का भी कार्य करती हैं।

मंडियों में पहुंचा 4.11 लाख मीट्रिक टन धान, 3.19 लाख टन की खरीद

फतेहाबाद में 1.26 लाख टन धान का उठान बाकी, बारिश से भीगने का खतरा

अब तक 1.92 लाख टन का हुआ उठान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

जिले की अनाज मंडियों में धान की आवक और सरकारी खरीद लगातार जारी है, लेकिन उठान की रफ्तार के बीच बड़ी मात्रा में धान मंडियों में पड़ा है। अब तक जिले में 4,11,295 मीट्रिक टन धान की आवक हो चुकी है। इसमें से 3,19,292 मीट्रिक टन की सरकारी खरीद की गई है, जबकि 1,92,782 मीट्रिक टन धान का ही उठान हो पाया है। ऐसे में 1,26,510 मीट्रिक टन धान का उठान अभी बाकी है। मौसम विभाग की ओर से आज और कल बारिश की संभावना जताए जाने के चलते मंडियों में खुले में पड़ा धान भीगने का खतरा बढ़ गया है। धान की खरीद के मुकाबले उठान की स्थिति देखें तो अब तक करीब 60 प्रतिशत धान का ही उठान हुआ है। शेष धान मंडियों में पड़ा है। बारिश होने पर खुले में रखी फसल को बचाने के लिए तिरपाल और अन्य इंतजाम करने की जरूरत होगी। ऐसे में मंडियों में उठान की गति बढ़ाना महत्वपूर्ण हो गया है।



फोटो कैपशन 28एफटीडी4 – फतेहाबाद। धान से अटी अनाज मण्डी।

एक दिन में 25,773 टन धान की खरीद

सरकारी रिपोर्ट के अनुसार, 27 अक्टूबर को जिले में विभिन्न खरीद एजेंसियों ने कुल 25,773 मीट्रिक टन धान की खरीद की। इसमें खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने 6,331 मीट्रिक टन, हैफेड ने 10,448 मीट्रिक टन और हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन ने 8,994 मीट्रिक टन धान खरीदा। अब तक कुल खरीद में हैफेड की हिस्सेदारी सबसे अधिक है।

34,786 किसानों को 421.11 करोड़ रुपये का भुगतान

धान खरीद के साथ किसानों को भुगतान भी किया जा रहा है। रिपोर्ट के मुताबिक, अब तक 34,786 किसानों के खाते में कुल 421.11 करोड़ रुपये का भुगतान दर्ज किया गया है। इसमें खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ने 154.92 करोड़ रुपये, हैफेड ने 155.71 करोड़ रुपये और हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन ने 110.48 करोड़ रुपये का भुगतान किया है। बारिश की संभावना को देखते हुए अब मंडियों में धान का उठान तेज करना जरूरी है, ताकि खुले में रखी फसल को बारिश से बचाया जा सके।



रतिया। अनाज मण्डी में खरीद कार्यों का जायजा लेते एडीसी।

एडीसी ने रतिया अनाज मंडी का किया निरीक्षण, डेली परचेज के दिए निर्देश

रतिया। अतिरिक्त उपायुक्त अनुराग ढालिया ने रतिया अनाज मंडी का निरीक्षण कर फसल खरीद, उठान और मंडी में उपलब्ध व्यवस्थाओं का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने मार्केट कमेटी कार्यालय में संबंधित अधिकारियों, खरीद एजेंसियों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक कर मंडी में खरीद कार्यों की समीक्षा की। उन्होंने खरीद एजेंसियों को निर्देश दिए कि मंडी में डेली प्रचेज शुरू की जाए, ताकि किसानों की फसल की खरीद नियमित रूप से हो सके और मंडी में फसल का अनावश्यक जमाव न हो। अतिरिक्त उपायुक्त ने कहा कि मंडी में फसल खरीद और उठान की प्रक्रिया को आपसी तालमेल के साथ सुचारू रूप से चलाया जाए। खरीद एजेंसियां खरीद कार्य में तेजी लाने के साथ-साथ खरीदी गई फसल का उठान भी समयबद्ध तरीके से सुनिश्चित करें। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि मंडी में खरीद से संबंधित कार्यों में किसी प्रकार की अनावश्यक देरी नहीं होनी चाहिए तथा किसानों को अपनी फसल बेचने में परेशानी का सामना न करना पड़े। अतिरिक्त उपायुक्त अनुराग ढालिया ने मंडी में लेबर की संख्या बढ़ाने के निर्देश दिए। इस दौरान एसडीएम सुरेन्द्र सिंह, नायब तहसीलदार बलवान सिंह, मार्केट कमेटी सचिव संजीव सचदेवा, व्यापार मंडल प्रधान दर्शन कुमार गर्ग, हैफेड मैनेजर सुभाष चंद्र, वेयरहाउस मैनेजर सोमबीर आदि रहे।

एजेंसीवार खरीद और उठान की स्थिति

खरीद एजेंसी	कुल खरीद	कुल उठान	उठान बाकी
खाद्य एवं आपूर्ति विभाग	1,18,724	67,809	50,915
हैफेड	1,20,153	78,388	41,765
हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन	80,416	46,585	33,831
कुल	3,19,292	1,92,782	1,26,510

एजेंसीवार किसान और भुगतान

एजेंसी	किसानों की संख्या	भुगतान
खाद्य एवं आपूर्ति विभाग	13,936	154.92 करोड़ रुपये
हैफेड	14,257	155.71 करोड़ रुपये
हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉरपोरेशन	6,593	110.48 करोड़ रुपये
कुल	34,786	421.11 करोड़ रुपये

बाल महोत्सव में 350 छात्रों ने दिखाई प्रतिभा



सिरसा। जिला बाल कल्याण परिषद द्वारा आयोजित बाल महोत्सव के अंतिम दिन क्ले मॉडलिंग, पोस्टर मेकिंग, हैंडराइटिंग तथा मेहंदी रचाओ प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। प्रतियोगिताओं में सरकारी एवं निजी स्कूलों के लगभग 350 विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। जिला बाल कल्याण अधिकारी नरेंद्र सिंह ने कहा कि बाल महोत्सव बच्चों की प्रतिभा को निखारने तथा उनकी रचनात्मक क्षमता को प्रोत्साहित करने का एक महत्वपूर्ण मंच है। इस प्रकार की प्रतियोगिताओं से बच्चों को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने और आत्मविश्वास बढ़ाने का अवसर मिलता है। उन्होंने कहा कि प्रत्येक बच्चा अपने आप में विशेष होता है और आवश्यकता इस बात की है कि उसकी प्रतिभा को पहचानकर उसे आगे बढऩे के उचित अवसर प्रदान किए जाएं। उन्होंने बताया कि जिला स्तर पर आयोजित ग्रुप डांस, सोलो डांस, सोलो क्लासिकल डांस, क्विज, वन एक्ट प्ले, देश भक्ति ग्रुप सॉन्ग और हरियाणवी रागिनी प्रतियोगिता में प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थी मंडल स्तर की प्रतियोगिताओं में भाग लेंगे। मंडल स्तर की प्रतियोगिताओं में सिरसा, जींद, फतेहाबाद और हिसार जिलों के स्कूलों के विद्यार्थी भाग लेंगे। प्रतियोगिताओं में निर्णायक मंडल की भूमिका मनवीर, अरुण, विक्रम, प्रवीन और वर्षा रानी ने निभाई।

अपेक्स स्कूल में स्कोर प्रतियोगिता में छात्र अयान मक्कड़ ने पाई जोनल रैंक

- छठी कक्षा के छात्र चहजोत सिंह ने पाए 97 .4 पर्सेंटाइल अंक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

स्कोर प्रतियोगिता में अपेक्स कॉन्वेंट स्कूल के विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा, मेहनत और शैक्षणिक क्षमता का प्रदर्शन करते हुए उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल की हैं। प्रतियोगिता में हरियाणा, पंजाब, हिमाचल प्रदेश और चंडीगढ़ के हजारों विद्यार्थियों ने भाग लिया। इसमें विद्यालय की सातवीं कक्षा के छात्र अयान मक्कड़ ने 99.6 पर्सेंटाइल के साथ जोनल रैंक-7 हासिल कर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। वहीं, छठी कक्षा के छात्र चहजोत सिंह ने 97.4 पर्सेंटाइल प्राप्त कर जोनल रैंक-26 हासिल की। प्रतियोगिता में अलग-अलग कक्षाओं के विद्यार्थियों ने अपनी शैक्षणिक योग्यता और विषयों पर पकड़ के आधार पर प्रदर्शन किया। सातवीं कक्षा के स्तर पर करीब 5000 विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया था। इतने बड़े प्रतिभागी समूह में अयान मक्कड़ का जोनल स्तर पर सातवां स्थान हासिल करना विद्यालय के लिए खास उपलब्धि रहा। 99.6 पर्सेंटाइल उनके बेहतर प्रदर्शन को दर्शाता है। इसके साथ नकद पुरस्कार मिलने से उनकी सफलता और भी खास बन गई।



फतेहाबाद। प्रतियोगिता में अव्वल रहे अपेक्स के विद्यार्थी।

इसी प्रकार छठी कक्षा के स्तर पर करीब 4000 विद्यार्थियों ने प्रतियोगिता में भाग लिया। इस वर्ग में चहजोत सिंह ने 97.4 पर्सेंटाइल के साथ जोनल रैंक-26 प्राप्त की।

शहर के वार्ड 15 में चलाया जागरूकता अभियान

रतिया। रतिया जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग द्वारा शहरी जल संरक्षण अभियान के तहत आज रतिया शहर के वार्ड नंबर 15 एवं एंप्लाइज कॉलोनी में विशेष जागरूकता अभियान चलाया गया। अभियान का नेतृत्व जिला सलाहकार शर्मा चंद लाली एवं कनिष्ठ अभियंता अमनदीप सिंह ने किया। इस दौरान नागरिकों को जल संरक्षण के प्रति जागरूक करते हुए अवैध पेयजल एवं सीवरेज कनेक्शनों को जल्द से जल्द नियमित करवाने की अपील की गई। अभियान के दौरान विभागीय टीम ने लोगों को समझाया कि पेयजल जैसी बहुमूल्य प्राकृतिक संपदा का सदुपयोग करना प्रत्येक नागरिक की जिम्मेदारी है। पानी की बर्बादी रोकने, पेयजल कनेक्शनों का सही उपयोग करने की जानकारी दी।

ई-वेस्ट का सही निपटान है पर्यावरण संरक्षण की पहचान : महिमा तनेजा

- डीएवी पुलिस स्कूल में अभियान 6 के तहत हुई विशेष प्रार्थना

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

पर्यावरण संरक्षण एवं स्वच्छता के प्रति विद्यार्थियों में जागरूकता विकसित करने के उद्देश्य से डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल, फतेहाबाद में सीबीएसई के ई-वेस्ट मैनेजमेंट विशेष अभियान-6 के अंतर्गत विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को ई-कचरे के उचित प्रबंधन, कचरे के स्त्रोत पर पृथक्करण तथा पर्यावरण के प्रति अपनी जिम्मेदारी निभाने के लिए प्रेरित करना रहा। विशेष प्रार्थना सभा के दौरान विद्यार्थियों को ई-कचरे के बढ़ते प्रभाव, इसके अनुचित निपटान से पर्यावरण को होने वाली हानि तथा इलेक्ट्रॉनिक कचरे के सुरक्षित एवं जिम्मेदार निपटान की जानकारी दी गई। विद्यार्थियों ने प्रभावशाली एवं ज्ञानवर्धक भाषण के माध्यम से ई-वेस्ट प्रबंधन की आवश्यकता को रेखांकित किया। कार्यक्रम को और अधिक रोचक एवं सहभागितापूर्ण बनाने के लिए प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया।



फतेहाबाद। डीएवी पुलिस स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में भाग लेते विद्यार्थी।



फोटो :28सिरसा07 : मुख्यातिथि स्टॉलों का अवलोकन करते हुए।

राजकीय कॉलेज में लगा उद्यमी बाजार छात्रों ने स्टॉल पर सजाए लजीज व्यंजन

सिरसा। राजकीय नेशनल महाविद्यालय में विद्यार्थियों में आत्मनिर्भरता, नवाचार एवं व्यवसायिक कौशल विकसित करने के उद्देश्य से एक दिवसीय उद्यमी बाजार का आयोजन किया गया। मेले के दौरान महाविद्यालय के विद्यार्थियों, विशेषकर छात्राओं द्वारा अपनी व्यवसायिक प्रतिभा और रचनात्मकता का उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए विविध प्रकार के आकर्षक स्टॉल लगाए गए। इनमें लजीज खानपान के फूड स्टॉल्स चाट, पानी-पूरी, स्नैक्स, हस्तनिर्मित सजावटी सामान, इमिटेशन ज्वेलरी, पारंपरिक एवं आधुनिक एक्सेसरीज, फन गेम्स तथा विशेष सेल्फी प्वाइंट मुख्य आकर्षण का केंद्र रहे। कालेज प्राचार्या डॉ. अनीता सिंह ने कहा कि महाविद्यालय का सदैव प्रयास रहता है कि विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ-साथ आत्मनिर्भरता और स्वरोजगार के अवसरों से जोड़ा जाए।

जिला स्तरीय बाल दिवस प्रतियोगिताओं में छाए पायनियर कॉन्वेंट स्कूल के छात्र

- बेस्ट ड्रामेबाज प्रतियोगिता में कीर्ति रही प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

पायनियर कॉन्वेंट स्कूल के विद्यार्थियों ने बाल भवन द्वारा आयोजित जिला स्तरीय बाल दिवस प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन करते हुए विभिन्न प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट स्थान प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया। विद्यार्थियों की इस उपलब्धि से विद्यालय में खुशी और उत्साह का माहौल है। प्रतियोगिता में विद्यालय की छात्रा कीर्ति ने 'बेस्ट ड्रामेबाज' प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त कर अपनी अभिनय प्रतिभा का शानदार परिचय दिया। वहीं, मायरा सोनी ने एकल नृत्य प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान हासिल किया, जबकि मुस्कान ने इसी प्रतियोगिता में सांत्वना पुरस्कार प्राप्त कर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। इसके अतिरिक्त, मनमीत ने फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान प्राप्त किया। विद्यालय की टीम ने भी समूह नृत्य में द्वितीय स्थान हासिल कर अपनी प्रस्तुति से सभी का ध्यान आकर्षित किया।



फतेहाबाद। जिला स्तरीय प्रतियोगिताओं में अव्वल रहे पायनियर स्कूल के विद्यार्थी।

संगठन को नई ताकत देने पर इनेलो बूथ प्रभारियों व जोन इंचार्जों की बैठक

डबवाली। शहर के एक निजी प्रतिष्ठान में इनेलो डबवाली के जोन इंचार्जों व बूथ प्रभारियों की बैठक हुई। विधायक आदित्य देवीलाल व इनेलो जिलाध्यक्ष जसवीर सिंह जस्सा ने जोन इंचार्जों व बूथ प्रभारियों से संगठन को नई ताकत देने और संगठन में नए लोगों को अधिकाधिक संख्या में जोडऩे के लिए प्रेरित किया गया। साथ ही उनके कार्यों की समीक्षा करते हुए कहा गया कि संगठन में बूथ स्तर पर इनेलो की कल्याणकारी नीतियों को प्रचारित प्रसारित होना चाहिए ताकि लोगों को पार्टी की नीतियों का ज्ञान हो और वे पार्टी ज्वाइन कर सकें। आदित्य देवीलाल व जसवीर सिंह जस्सा ने स्पष्ट कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय सिंह चौटाला के दिशा निर्देशानुसार पार्टी की नीतियों को पहले से भी अधिक गति से जन जन के बीच प्रचारित किया जाएगा।



डबवाली। इनेलो की समीक्षा बैठक में पहुंचे कार्यकर्ता।

जिले में विशेष लोक अदालत 21 नवंबर को

सिरसा। हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के तत्वावधान में आगामी 21 नवंबर को चेक बाउंस से संबंधित मामलों के निपटारे के लिए विशेष लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी संतोष बागोतिया ने बताया कि विशेष लोक अदालत का मुख्य उद्देश्य न्यायालयों में लंबित चेक अनादरण (चेक बाउंस) के मामलों का आपसी सहमति एवं समझौते के आधार पर शीघ्र निपटारा करना है। उन्होंने बताया कि इस विशेष लोक अदालत का आयोजन जिला एवं सत्र न्यायालय, सिरसा के साथ-साथ उपमंडल न्यायालय डबवाली और ऐलनाबाद में भी किया जाएगा। उन्होंने संबंधित पक्षों से अपील की कि वे इस विशेष लोक अदालत का लाभ उठाते हुए अपने लंबित मामलों का आपसी सहमति से निपटारा करवाएं।

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

टीबी मुक्त ग्राम पंचायत सम्मान समारोह में मरीजों को बांटी प्रोटीन किट

जिले की 100 से अधिक टीबी मुक्त ग्राम पंचायत सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

स्वास्थ्य विभाग द्वारा डीपीआरसी हॉल में जिला स्तरीय टीबी मुक्त सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। बुधवार को आयोजित इस कार्यक्रम में जिला उपायुक्त डॉ. विवेक भारती ने बतौर मुख्य अतिथि भाग लिया। इस अवसर पर टीबी पीड़ित मरीजों को रेडक्रास सोसायटी की तरफ से 100 से भी ज्यादा प्रोटीन किट वितरित की गई। साथ ही स्वास्थ्य विभाग द्वारा टीबी मुक्त होने पर जिले की 116 से अधिक ग्राम पंचायतों को सम्मानित भी किया गया। इसमें 18 ग्राम पंचायतों को गोल्ड, 58 ग्राम पंचायतों को ब्रोंज तथा 40 ग्राम पंचायतों को सिल्वर प्रदान किए।



फतेहाबाद। समारोह में टीबी मुक्त ग्राम पंचायतों को सम्मानित करते हुए डीसी।

डीसी डॉ. विवेक भारती ने कहा कि टीबी उन्मूलन के लक्ष्य को हासिल करने के लिए मरीजों को समय पर उपचार, पौष्टिक आहार और निरंतर सहयोग उपलब्ध करवाना बेहद जरूरी है। टीबी के खिलाफ लड़ाई में स्वास्थ्य विभाग के साथ-साथ ग्राम पंचायतों और आमजन की सक्रिय भागीदारी भी महत्वपूर्ण है। जनजागरूकता और सामूहिक प्रयासों से ही जिला को टीबी मुक्त बनाने के लक्ष्य को साकार किया जा सकता है। डीसी ने कहा कि स्वास्थ्य विभाग ग्राम पंचायतों को आपसी समन्वय के साथ कार्य करने के साथ-साथ जनभागदारी बढ़ाने, ग्रामीण क्षेत्रों में जागरूकता बढ़ाने पर भी विशेष ध्यान देना होगा।

टीबी उन्मूलन अभियान में निभाएं सहभागिता

कार्यक्रम में उन्होंने ग्राम पंचायतों से आह्वान किया कि वे टीबी उन्मूलन अभियान में सक्रिय सहभागिता निभाएं और अपने-अपने गांवों में टीबी के प्रति जागरूकता फैलाएं। पंचायतें लोगों को बीमारी के लक्षणों, समय पर जांच और नियमित उपचार के प्रति जागरूक करने के साथ-साथ संभावित मरीजों को स्वास्थ्य केंद्रों तक पहुंचाने में सहयोग करें। इसके अलावा, टीबी पीड़ितों को सामाजिक सहयोग प्रदान करें और उनके प्रति किसी भी प्रकार के भेदभाव को रोकने में अपनी भूमिका निभाएं। उन्होंने कहा कि टीबी के प्रति जागरूकता बढ़ाकर और मरीजों को उचित सहयोग देकर इस बीमारी के प्रसार को रोकने में महत्वपूर्ण योगदान दिया जा सकता है। इस अवसर पर जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुरेश कुमार, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी अनुप कुमार, सिविल सर्जन डॉ. बुध राम, जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. नरेंद्र कुमार, रेडक्रॉस सचिव रवि हुड्डा सहित विकास एवं पंचायत विभाग तथा स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी उपस्थित रहे।

अधिकारी पराली जलाने पर रोक लगाएं : एसडीएम

टोहाना। कृषि एवं किसान कल्याण विभाग द्वारा फसल अवशेष प्रबंधन स्कीम के अंतर्गत डांगरा रोड स्थित किसान रेस्ट हाऊस में उपमंडल स्तरीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में एसडीएम आकाश शर्मा ने ग्रामीण स्तर पर गठित कमेटी के सदस्यों के साथ फसल अवशेष प्रबंधन को लेकर चर्चा की तथा पराली जलाने की घटनाओं पर प्रभावी रोक लगाने के लिए संबंधित अधिकारियों एवं कमेटी सदस्यों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। एसडीएम आकाश शर्मा ने कहा कि पराली जलाने की घटनाओं को रोकने के लिए गांव स्तर पर प्रभावी निगरानी व्यवस्था बनाए रखने के साथ-साथ किसानों को फसल अवशेष प्रबंधन के वैज्ञानिक एवं पर्यावरण अनुकूल तरीकों के प्रति जागरूक करना आवश्यक है।