हरिभूमि
हिसार भूमि
रोहतक, गुरुवार, 20 नवंबर 2025

तापमान
अधिकतम 27.8 डिग्री
न्यूनतम 7.5 डिग्री

12 ढ़ोल बजाकर निगम अफसरों को जगाने पहुंचे क्षेत्रवासी

12 चोरों ने एक ही रात में दो दुकानों के ताले चटकाए

खबर संक्षेप

साउथ बाइपास व दिल्ली रोड से हटाया अतिक्रमण

हिसार। नगर निगम प्रशासन द्वारा अतिक्रमण के खिलाफ लगातार अभियान जारी है। तहबाजारी इंचार्ज सुरेन्द्र शर्मा ने बताया कि बुधवार को अभियान की शुरुआत पारिजात में दुकानदार द्वारा किए गए अतिक्रमण को हटाकर की गई। इसके साथ ही टीम ने मेन पोस्ट ऑफिस के सामने से अवैध अतिक्रमण हटवाया। इसके अलावा साउथ बाइपास कैमेरी रोड से लेकर पुल तक सड़क के दोनों और से अतिक्रमण को भी हटाया गया। इसके साथ ही सेक्टर 16-17 के साथ से भी सड़के किनारे किए गए अतिक्रमण हटाया गया। इसके अलावा दिल्ली से आगे सातरोड़ खुर्द तक मेन रोड के दोनों और से अतिक्रमण को हटाया गया।

स्वच्छता के नियम तोड़ने पर चार लोगों के चालान

हिसार। नगर निगम टीमों द्वारा शहर के विभिन्न इलाकों में सफाई व्यवस्था का निरीक्षण किया जा रहा है। बुधवार को निरीक्षण के दौरान सीटीएल प्रदीप जाखड, तकनीकी एक्सपर्ट जसबीर कुण्डू ने बस स्टैण्ड के आस-पास के क्षेत्र में एक दुकानदार के द्वारा सिंगल यूज प्लास्टिक का प्रयोग करने व 2 दुकानदारों के द्वारा डस्टबिन प्रयोग न करने पर उनके चालान किए गए इसके अलावा एएसआई विजेता ने रेड स्क्वेयर मार्केट में एक व्यक्ति के द्वारा खुले में कचरा डालने पर उसका चालान किया गया।

21 बेसहारा पशुओं को भेजा गो-अभ्यारण

हिसार। निगमायुक्त नीरज के आदेशानुसार व अतिरिक्त निगमायुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा के दिशा-निर्देश पर बेसहारा पशुओं को पकड़ने का अभियान की निरंतर जारी हैं। एएसआई संदीप कुमार ने बताया कि टीम बुधवार को सेक्टर 13, सेक्टर 9-11, विद्युत नगर, प्रोफेसर कॉलोनी, सेक्टर 14 से बेसहारा पशु पकड़ने का अभियान चलाया गया। इस दौरान टीम ने 21 बेसहारा पशुओं को पकड़कर गौ-अभ्यारण में भेजा गया। बेसहारा पशु पकड़ने वाली टीम के साथ ऑफिस सहायक सुरेन्द्र वर्मा सहित पुलिस विभाग की टीम भी मौजूद रही।

अग्निवीर श्रेणी के चयनित उम्मीदवारों की सूची जारी

हिसार। सेना भर्ती कार्यालय हिसार द्वारा आयोजित अग्निवीर भर्ती रैली में भाग लेने वाले अग्निवीर जनरल ड्यूटी, अग्निवीर टेक्निकल और अग्निवीर ट्रेड्समैन श्रेणी के चयनित उम्मीदवारों की सूची को वेबसाइट पर प्रकाशित कर दिया गया है। सेना भर्ती कार्यालय भर्ती निदेशक ने चयनित उम्मीदवारों को बधाई देते हुए कहा कि चयनित उम्मीदवार 22 नवंबर को सुबह 8 बजे सभी मूल दस्तावेजों सहित सेना भर्ती कार्यालय हिसार पहुंचे।

उद्घोषित अपराधी को पुलिस ने किया काबू

हांसी। जिला भर में उद्घोषित अपराधी व बेल जंपर के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के दौरान थाना नारनौंद पुलिस ने चोरी मामले में उद्धघोषित आरोपी कैथल जिले के कलायत गांव निवासी विनय उर्फ बिल्लू को गिरफ्तार किया है। एएसआई विरेन्द्र कुमार ने बताया कि पकड़े गए आरोपी को अदालत द्वारा थाना नारनौंद में दर्ज चोरी के एक मामले में उद्धघोषित आरोपी करार दिया हुआ था।

अवैध पिस्तोल व कारतूस के साथ एक गिरफ्तार

हांसी। विशेष अभियान के दौरान सीआईए पुलिस ने अवैध देशी कट्टा व 1 जिंदा कारतूस सहित पेटवाड़ निवासी सिकन्दर उर्फ भोलू को गिरफ्तार किया गया है। सीआईए पुलिस को सूचना मिली थी कि भकलाना रोड़ पर एक व्यक्ति अवैध हथियार लिए खड़ा है। पुलिस टीम बताए गए व्यक्ति को हिरासत में लेकर व्यक्ति की तलाशी ली तो व्यक्ति के कब्जे से एक अवैध देशी कट्टा व 1 जिंदा कारतूस बरामद हुआ।

सक्षम योजना में अनियमितताएं मिली, अन्य दो के खाते में भेजी जा रही दो लाभार्थियों की राशि

सीएम फ्लाइंग ने किया रोजगार कार्यालय का औचक निरीक्षण

अक्टूबर में लगभग दो करोड़ की राशि सक्षम योजना के तहत भेजी गई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

बेरोजगार युवाओं को लाभ पहुंचाने वाली सक्षम योजना में गड़बड़ियों की शिकायतें सामने आने के बाद सीएम फ्लाइंग टीम ने हिसार के मंडल रोजगार कार्यालय में औचक निरीक्षण किया। यह जांच सुबह कार्यालय खुलते ही सुबह सवा 9 बजे शुरू हुई और शाम तक लगातार चलती रही। टीम ने गहनता से रिकॉर्ड खंगाले और इस दौरान कई अनियमितताएं सामने आईं। टीम का नेतृत्व सीएम फ्लाइंग इंचार्ज सुनैना ने किया। उनके साथ जिला परिषद हिसार की अकाउंट ऑफिसर अंजू बाला, एएसआई सुरेंद्र और एचसी विजय भी शामिल थे। टीम को सूचना मिली थी कि सक्षम योजना और अन्य कार्यों से संबंधित प्रक्रियाओं में कार्यालय स्तर पर गंभीर लापरवाही बरती जा रही है, जिसके चलते कई युवा लाभ से वंचित हो रहे हैं।

हिसार। मंडल रोजगार कार्यालय में सक्षम योजना लाभार्थियों के दस्तावेजों की जांच करते सीएम फ्लाइंग टीम। फोटो : हरिभूमि

हिसार में कुल 12 हजार 180 लाभार्थी

सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने बताया कि जांच के दौरान पाया गया कि अक्टूबर तक मंडल रोजगार कार्यालय हिसार में कुल 12 हजार 180 लाभार्थी है जिनमें 12वीं पास युवा ज्यादा हैं। सरकार द्वारा अक्टूबर माह में सभी लाभार्थियों को सक्षम योजना के तहत लगभग दो करोड़ रुपये की राशि बैंक खाते के माध्यम से भेजी गई है। सीएम फ्लाइंग इंचार्ज ने बताया कि पूरी जांच रिपोर्ट तैयार कर उच्च अधिकारियों को भेजी जाएगी, ताकि आगामी कार्रवाई हो सके। उन्होंने कहा कि सरकार का उद्देश्य बेरोजगार युवाओं को पारदर्शी तरीके से सक्षम योजना का लाभ देना है और किसी भी स्थिति में गड़बड़ी न होने पाए।

पढ़ाई कर रहा युवक ले रहा सक्षम योजना का लाभ

इसके अलावा जांच में यह भी सामने आया कि एक लाभार्थी, जो उच्च शिक्षा प्राप्त कर रहा था, उसने सक्षम योजना में आवेदन किया हुआ था, जबकि पढ़ाई कर रहे युवाओं को सक्षम योजना का लाभ नहीं मिल सकता। यह मामला भी योजनागत नियमों के विपरीत पाया गया। कार्यालय में एक सीएम विंडो पैंडिंग पाई गई।

लड़की को नहीं दिया सक्षम योजना का लाभ

जांच में सामने आया कि एक लड़की को सक्षम योजना के तहत मिलने वाले लाभ को रोका गया था और रिकॉर्ड में एक एप्लीकेशन लगी हुई थी जिसमें लिखा गया था कि उन्होंने आईटीआई में दाखिला ले लिया है। जब टीम ने उक्त लाभार्थी लड़की से फोन पर बात की तो उन्होंने कहा कि वह न तो आईटीआई में पढ़ती तथा न ही उन्होंने ऐसी कोई एप्लीकेशन दी। अब मंडल रोजगार अधिकारी द्वारा इसकी जांच की जाएगी।

एक यूनिक आईडी पर दो लाभार्थी, राशि एक ही खाते में जमा

सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने बताया कि जांच में सबसे बड़ी अनियमितता यह सामने आई कि दो अलग-अलग लाभार्थियों के लिए कार्यालय द्वारा एक ही यूनिक आईडी जारी की हुई थी। दोनों की सक्षम योजना की किस्त एक ही लाभार्थी के बैंक खाते में भेजी जा रही थी, जिससे दूसरा लाभार्थी योजना का लाभ मिलने से वंचित रह गया। इस तरह के दो केस जांच में सामने आए हैं। टीम ने इसे गंभीर लापरवाही मानते हुए इसकी रिपोर्ट तैयार की है।

हिसार। सम्मेलन में उपस्थित डॉ. इशु बिश्नोई व अन्य। फोटो : हरिभूमि

अग्रोहा मेडिकल के न्यूरोसर्जन डा. इशू ने किया भारत का प्रतिनिधित्व

- डॉ. इशु बिश्नोई ने वियतनाम में अंतरराष्ट्रीय न्यूरोसर्जरी सम्मेलन में दिया महत्वपूर्ण व्याख्यान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

वियतनाम के दा नांग शहर में हाल ही में आयोजित 24वां वियतनामी न्यूरोसर्जरी सम्मेलन तथा नौवां इंटरनेशनल सोसायटी ऑफ मिनिमली इनवेसिव न्यूरोसर्जरी कांग्रेस (आईएसएमआईएनउस) भारत के लिए एक गौरवपूर्ण क्षण लेकर आया।

इस प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय आयोजन में अग्रोहा मेडिकल के न्यूरोसर्जन डॉ. इशु बिश्नोई ने अपने अनुभव आधारित शोध विषय 'रप्चर एंटीरियर सर्कुलेशन एन्यूरिज़्म क्लिपिंग' पर विस्तृत प्रस्तुति दी। यह सम्मेलन एशिया ही नहीं, बल्कि पूरे विश्व की न्यूरोसर्जरी समुदाय के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण मंच है। यहां नवीनतम शोध, आधुनिक सर्जिकल तकनीकें और जटिल मस्तिष्क रोगों के उपचार पर विस्तृत चर्चा की जाती है। डॉ. बिश्नोई की उपस्थिति ने भारतीय न्यूरोसर्जरी की अंतरराष्ट्रीय पहचान को और मज़बूती प्रदान की। अपनी प्रस्तुति में डॉ. बिश्नोई ने बताया कि मस्तिष्क में फटे हुए (रप्चर) एन्यूरिज़्म के मामलों में मिनी क्रैनियोटॉमी जैसी न्यूनतम आक्रामक तकनीकें आज इलाज को सरल, सुरक्षित और अधिक प्रभावी बना रही हैं। उन्होंने अपने कई वर्षों के अनुभव और अनेक सफल ऑपरेशनों के आंकड़ों के आधार पर यह बताया कि किन परिस्थितियों में मिनी क्रैनियोटॉमी सर्वोत्तम विकल्प सिद्ध होती है। इस दौरान महाविद्यालय निदेशक डॉ. अलका छाबड़ा, प्रशासनिक निदेशक डॉ. आशुतोष शर्मा, एमएस डॉ. राजीव चौहान व समस्त महाविद्यालय परिवार ने डॉ. इशू बिश्नोई को शुभकामनाएं प्रेषित की।

कन्या गुरुकुल डोभी का दो दिवसीय वार्षिक महोत्सव 22 से

- कैबिनेट मंत्री रणबीर सिंह गंगवा होंगे मुख्य अतिथि

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

कन्या गुरुकुल डोभी का 15वां वार्षिक महोत्सव 22 और 23 नवम्बर को हर्षोल्लास से मनाया जाएगा। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रातः 8 बजे यज्ञ से किया जाएगा। यज्ञोपरांत गुरुकुल के प्रधान सेठ सुशील कुमार मंडी आदमपुर ध्वजारोहण करेंगे। कन्या गुरुकुल डोभी के मुख्याधिष्ठाता परमजीत सिंह आर्य ने बताया कि प्रातःकालीन सभा में मुख्य अतिथि कैबिनेट मंत्री, प्रदेश जन स्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी लोक निर्माण विभाग रणबीर सिंह गंगवा होंगे और अध्यक्षता प्रांत उपाध्यक्ष सेवा भारती कमल सर्राफ करेंगे। विशिष्ट अतिथि पूर्व चेयरमैन सतबीर वर्मा, ब्लॉक समिति हिसार द्वितीय चेयरमैन अजय गावड़, उद्योगपति प्रवीन गर्ग मौजूद रहेंगे। इसी प्रकार 23 नवम्बर को पूर्व सांसद लोकसभा कुलदीप बिश्नोई मुख्य अतिथि होंगे। अध्यक्षता नलवा हलका विधायक रणधीर पनिहार करेंगे। विशिष्ट अतिथि के रूप में भाजपा प्रदेश सचिव कैप्टन भूपेन्द्र वीर चक्र, आर्यसमाज नागोरी गेट प्रधान देवेन्द्र सैनी, पानीपत से उद्योगपति सीताराम बंसल, भिवानी से बृजलाल सर्राफ मौजूद रहेंगे।

किसान सभा 26 को करेगी बड़े आंदोलन की घोषणा

हिसार। अखिल भारतीय किसान सभा की हिसार तहसील कमेटी का एसडीएम कार्यालय पर धरना 24वें दिन भी जारी रहा। आज के धरना की अध्यक्षता तहसील प्रधान रमेश मिरकां ने की तथा संचालन सचिव अभय राम फौजी ने किया। धरने को संबोधित करते हुए तहसील प्रधान रमेश मिरकां व सचिव अभय राम फौजी ने बताया कि आगामी 26 नवंबर को प्रदर्शन करते हुए बड़े आन्दोलन की घोषणा की जाएगी, जिसमे एसडीएम कार्यालय का घेराव भी किया जा सकता हैं। धरना को राज्य उप प्रधान कमलादेवी, बलराज सहरावत, नरेन्द्र पूनिया, कमलादेवी, रामकुमार, ओमप्रकाश, ललित डाबड़ा, सूबेसिंह बूरा, राजकुमार चौहान, सुरेन्द्र मान, लक्ष्मण शाहपुर, रतन मात्रश्याम, मंजीत खरड़, संदीप भाक्कर, बजरंग भाक्कर, ईश्वर सातरोड़, आदि ने सम्बोधित किया।

- लुवास में स्पिक मैके के सहयोग से कथक प्रस्तुति का आयोजन

द्रोपदी चीर हरण के दृश्य की प्रस्तुति कर दर्शकों को किया भाव-विभोर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय (लुवास), में स्पिक मैके के सहयोग से छात्र कल्याण निदेशालय के तत्वावधान में सांस्कृतिक संध्या का आयोजन पशु चिकित्सा सभागार में किया गया। कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण विख्यात कथक नृत्यांगना स्वाति सिन्हा द्वारा प्रस्तुत शास्त्रीय नृत्य 'कथक' रहा, जिसने दर्शकों को भारतीय शास्त्रीय नृत्य परंपरा की गहराई, भाव, लय और सौंदर्य का अनुपम अनुभव कराया। अपनी प्रस्तुति का शुभारंभ स्वाति सिन्हा ने शिव वंदना से किया। इसी क्रम में उन्होंने उपस्थित दर्शकों को कथक की विभिन्न बारीकियों से भी अवगत करवाया। इसके बाद स्वाति सिन्हा ने श्री कृष्ण के बाल रूप के नाट्य की मनमोहक प्रस्तुति की। तत्पश्चात महाभारत के द्रोपदी चीर हरण के दृश्य की प्रस्तुति कर सभी दर्शकों को भाव-विभोर कर दिया। कार्यक्रम में संगत कलाकारों के रूप में योगेश गंगानी ने तबला वादन तथा नवीन प्रसाद ने वोकल व हारमोनियम पर अपनी श्रेष्ठ प्रस्तुति से दर्शकों को मंत्रमुग्ध किया। कथक की नज़ाकत, भावभंगिमा, गतियां और ताल की अद्भुत प्रस्तुति ने उपस्थित विद्यार्थियों, शोधार्थियों, शिक्षकों व सभी अतिथियों को मंत्रमुग्ध किया एवं भारतीय संस्कृति की गहराई से जोड़ने का कार्य किया।

हिसार। कार्यक्रम प्रस्तुति देती विख्यात कथक नृत्यांगना स्वाति सिन्हा। फोटो : हरिभूमि

ये रहे उपस्थित

इस सांस्कृतिक समारोह की अध्यक्षता लुवास के कुलपति प्रो. (डॉ.) विनोद कुमार वर्मा ने की। उनकी धर्मपत्नी पूनम वर्मा भी इस अवसर पर उपस्थित रहीं। दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारम्भ किया गया। इस अवसर पर कुलसचिव डॉ. एसएस ढाका, छात्र कल्याण निदेशक डॉ. संदीप गुप्ता, पशु चिकित्सा महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. मनोज रोज, डॉ. राजेश खुराना, डॉ. एसबी पाटिल, विकास खरब आदि उपस्थित रहे।

नलवा हलके में विकास को और गति दी जाएगी : रणधीर पनिहार

- नलवा के विधायक रणधीर ने अमरदीप न्यू एक्सटेंशन कॉलोनी में सुनी जनसमस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

नलवा विधायक रणधीर पनिहार ने अमरदीप न्यू एक्सटेंशन कॉलोनी के वार्ड नंबर 18 का दौरा कर नागरिकों की समस्याओं को सुना। इस दौरान नागरिकों ने विधायक के समक्ष विभिन्न समस्याएं रखी, जिनके निवारण दिशा में अधिकारियों को दिशा निर्देश जारी किए गए। विधायक पनिहार ने सभी शिकायतों को गंभीरता से लेते हुए कहा कि प्रदेश सरकार जनता की सुविधा और विकास को सर्वोच्च प्राथमिकता दे रही है। उन्होंने कहा कि नलवा क्षेत्र में चल रहे विकास कार्यों को और गति दी जाएगी और जिन क्षेत्रों में पेयजल व सड़क संबंधी दिक्कतें हैं, वहां जल्द ही सुधार कार्य शुरू किए जाएंगे।

हिसार। कार्यक्रम के दौरान नागरिकों को संबोधित करते विधायक रणधीर पनिहार।

किसान सभा का अपनी मांगों को लेकर धरना 24वें दिन में प्रवेश

आदमपुर। जल भराव, सेम व ओलावृष्टि से बर्बाद फसलों का बीमा, मुआवजा, सभी फसलों की सरकारी खरीद, खाद की पुरी सप्लाई, खेत मजदूर को उचित मुआवजा, दरक चुके मकानों का मुआवजा, मनरेगा का बकाया भुगतान, हाईटेंशन टावरों का मुआवजा आदि मागों को लेकर अखिल भारतीय किसान सभा तहसील कमेटी आदमपुर ने बुधवार को 24वें दिन भी तहसील परिसर मे धरना पड़ाव जारी रहा। धरना की अध्यक्षता कपूर सिह बगला व सेवा सिंह चाहर ने संयुक्त रूप से की। इस मौके पर तहसील सचिव सतबीर सिंह धायल ने बताया कि संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर प्रदेश भर में गांव, तहसील और जिला स्तर पर मुख्यमत्री नायब सैनी का पुतला दहन किया गया। किसान सभा आदमपुर ने प्रदर्शन करते हुए भाजपा नेता और पूर्व विधायक भव्य बिश्नोई को किसानों की मागों का एक ज्ञापन दिया।

सेवा देवी सर्वसम्मति से बनी सहकारी समिति चेयरपर्सन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

दि हिसार सहकारी विपणन समिति लि., हिसार चेयरमैन व वाइस चेयरमैन पद को लेकर बुधवार को चुनाव सम्पन्न हुए। चुनाव में भाजपा के वरिष्ठ नेता दलबीर धीरणवास की पत्नी एवं जोन 6 से डायरेक्टर सेवा देवी सर्वसम्मति से चेयरपर्सन चुनी गई। वहीं जोन 3 की डायरेक्टर दयावंती वाइस चेयरमैन चुनी गई। इस दौरान जोन डायरेक्टर सतबीर पुनिया, जसविंद्र रावत व उपेंद्र बूरा खरकड़ी भी मौजूद रहे। इस अवसर पर हिसार द्वितीय बीडीसी चेयरमैन अजय गावड़, भाजपा नेता दलबीर धीरणवास, जितेंद्र जोग, नरेश नैन, भाजपा नेत्री प्रोमिला पुनिया, लीलू सरपंच, बिजेंद्र कुंडू, राजकुमार आर्यनगर, प्रेम कालीरावणा, धर्म सिंह घोसला, संदीप हिंदवान, भीम ज्याणी, आदि भी मौजूद रहे।

हिसार। दि हिसार सहकारी विपणन समिति की चेयरपर्सन सेवा देवी का स्वागत करते भाजपा नेता।

आयोजन गुरु जम्भेश्वर विश्वविद्यालय में तीन दिवसीय वार्षिक खेल प्रतियोगिता शुरू

अंतराष्ट्रीय खिलाड़ी सेवानिवृत आईआरएस श्योपत सिंह रहे उद्घाटन के मुख्यातिथि

महिला वर्ग की 800 मीटर दौड़ में यूटीडी की रिशिका रही प्रथम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय की 25वीं इंटर कॉलेज तीन दिवसीय वार्षिक खेल प्रतियोगिता विश्वविद्यालय के महाराणा प्रताप खेल स्टेडियम में आरंभ हुई।

सुप्रसिद्ध अंतराष्ट्रीय खिलाड़ी सेवानिवृत आईआरएस श्योपत सिंह खेल प्रतियोगिता के उद्घाटन समारोह के मुख्य अतिथि रहे जबकि अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने की। इंटर कॉलेज खेल प्रतियोगिता का आरंभ महिला व पुरुष वर्ग की 800 मीटर दौड़ से हुआ। महिला वर्ग में यूटीडी की रिशिका ने पहला, एसडी महिला महाविद्यालय हांसी की अंजलि ने दूसरा तथा दयानंद महाविद्यालय की निशा ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। पुरुष वर्ग में सीआरएम जाट महाविद्यालय के सुनील ने पहला व अंकुश ने दूसरा स्थान प्राप्त किया। दयानंद महाविद्यालय के संदीप ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।

हिसार। इंटर कॉलेज खेल प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर खिलाड़ियों का परिचय लेते मुख्यातिथि श्योपत सिंह व कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई। *फोटो : हरिभूमि*

सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं

इससे पूर्व मुख्य अतिथि श्योपत सिंह ने अपने संबोधन में कहा कि सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। सफलता केवल मेहनत से मिलती है। मेहनत और अनुशासन किसी भी व्यक्ति व खिलाड़ी को उसके मनचाहे मुकाम तक पहुंचा सकते हैं। कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने अपने संबोधन में कहा कि खेल व शिक्षा दोनों जीवन के महत्वपूर्ण पहलू हैं। जीत हो या हार, खेल में हर परिस्थिति में आगे बढ़ना सिखाते हैं।

खिलाड़ियों को दिलाई अनुशासन व नियमों की शपथः खेल निदेशालय के डीन प्रो. आशीष अग्रवाल ने तीन दिवसीय आयोजन के बारे में विस्तार से जानकारी दी जबकि खेल निदेशक डा. एसबी लूथरा ने धन्यवाद किया। यूटीडी की एथलीट रिशिका ने खिलाड़ियों को अनुशासन तथा नियमों के साथ खेलों में भाग लेने की शपथ दिलाई।मुख्यातिथि व कुलपति ने ध्वजारोजण किया तथा खिलाड़ियों ने आयोजन से संबंधित तीन दिन तक चलने वाली मशाल का प्रज्जवलन किया। समारोह में उपनिदेशक गंगा दत्त, कोच ओपी भादू आदि उपस्थित रहे।

हिसार। नि:शुल्क दंत जांच कैंप में विद्यार्थियों के साथ डॉ. सचिन मित्तल एडवांस डेंटिस्ट्री टीम। फोटो : हरिभूमि

डॉ. सचिन मित्तल एडवांस डेंटिस्ट्री टीम ने लगाया नि:शुल्क दंत जांच शिविर

हिसार। स्माइल फॉर यूथ कार्यक्रम के तहत डॉ. सचिन मित्तल एडवांस डेंटिस्ट्री टीम ने मंगाली स्थित टैगोर सीनियर सेकेंडरी स्कूल में दो दिवसीय निशुल्क डेंटल चैकअप एवं जागरुकता कैंप लगाया। कैंप में डॉ. सचिन मित्तल एडवांस डेंटिस्ट्री की टीम से डॉ. दीक्षा शर्मा और अभिषेक पांडे ने बच्चों के दंत स्वास्थ्य की जांच की और उन्हें टुथब्रश करने का तरीका समझाया। इस दौरान करीब 715 बच्चों की मौखिक स्वास्थ्य की जांच एआई रोबोट द्वारा की गई। स्कूल प्रिंसिपल सिमरण ने डेंटल चिकित्सा टीम के अभियान की सराहना की। इस अवसर पर दंत चिकित्सक ने जागरूक करते हुए कहा कि कम उम्र ही बच्चों में स्वस्थ आदतें विकसित करनी चाहिए ताकि भविष्य में दांतों संबंधी किसी प्रकार की समस्या का सामना न करना पड़े।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

जब सर्दी के मौसम में बढ़ जाए जोड़ों का दर्द

मेरी उम्र 58 वर्ष है। सर्दियों में मेरे जोड़ों में दर्द बढ़ जाता है। कृपया कोई ऐसा उपाय बताएं ताकि इस मुश्किल का सामना न करना पड़े।

-कौशल किशोर, रोहतक

सर्दी के मौसम में जोड़ों में दर्द की समस्या बढ़ जाती है। खासकर अधिक उम्र के लोगों को यह दिक्कत ज्यादा होती है। इससे बचने का तरीका यही है कि सर्दी में एक्सपोजर कम से कम करें। अगर निकलना ही पड़े तो पूरी तरह से वूलेन कपड़े पहनकर निकलें। साथ ही खान-पान का विशेष ध्यान रखें और ठंडी या फ्रिज में रखी चीजें खाने से परहेज करें।

मेरी उम्र 26 वर्ष है। सर्दी में डेंड्रफ की समस्या बढ़ जाती है। मुझे इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए?

-रोहन, बिलासपुर

सर्दी के मौसम में यह समस्या गर्म पानी से नहाने की वजह से ज्यादा होती है। इससे बचने के लिए आप अधिक गर्म पानी से ना नहाएं। पानी को नॉर्मल कर लें। साथ ही नियमित रूप से बालों को धुलें, ज्यादा दिक्कत हो रही हो तो जरूर आपको एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। अकसर जब मैं सुबह सोकर उठता हूं तो गले के पिछले पार्ट में अकड़न लगती है। कुछ देर में ठीक भी हो जाता है। कृपया बताएं ऐसा क्यों होता है?

-राजीव, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लगता है कि आपको सर्वाइकल की दिक्कत है लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं है। ऐसे में आपको ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। वह एक्स-रे कराकर इसका कारण पता लगाएंगे और ट्रीटमेंट होगा। फिलहाल आप सर्दी से बचें और रात में सोते समय गले के उस पार्ट को प्रॉपर ढंक कर रखें।

मेरी उम्र 61 वर्ष है। करीब एक साल से मुझे डाइजेशन की प्रॉब्लम है। भूख नहीं लगती है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई कारगर समाधान बताएं।

-सुबीर, राजनांदगांव

उम्र बढ़ने के साथ डाइजेशन सिस्टम स्लो हो जाता है। इसलिए आपको खान-पान में विशेष ध्यान रखने की जरूरत है। ज्यादा तला-भुना खाना नहीं खाना चाहिए। इसके अलावा दोपहर के खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करना चाहिए। रात का डिनर बिल्कुल ही हल्का होना चाहिए। सोने से तीन घंटे पहले डिनर हो जाना चाहिए। इस तरह चेंज करने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 37 वर्ष है। कुछ दिनों के अंतराल पर मेरे सिर के अगले, पिछले या बीच के हिस्से में रह-रहकर दर्द होता रहता है। कई बार यह बहुत असहनीय हो जाता है, कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-सुकेश, भोपाल

सिर में दर्द कई कारणों से होता है। कई बार गैस की वजह से काफी तेज दर्द होता है तो कई बार इसकी वजह माइग्रेन भी होता है। दर्द कब हो रहा है, कैसे हो रहा है, इस बारे में आपको डिटेल्स बतानी पड़ेगी। बेहतर होगा कि आप एक बार न्यूरोलॉजिस्ट से संपर्क कर लें। वह पूरी हिस्ट्री समझकर ट्रीटमेंट करेंगे।

मेरी उम्र 35 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरे पेट में दाईं तरफ मीठा-मीठा दर्द बना रहता है। मुझे क्या करना चाहिए?

-राजेश, दुर्ग

आपने यह नहीं बताया कि यह दर्द कितने समय से हो रहा है? कई बार इसकी वजह संक्रमण हो सकता है तो कई बार अन्य कारणों से भी हो सकता है, लेकिन जांच कराए बिना कुछ भी कहना मुश्किल है। आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर लेना चाहिए। आप बगैर डॉक्टर से संपर्क किए कोई भी मेडिसिन ना लें। बाहर का खाना बिल्कुल न खाएं।*

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

विटामिन-डी, कैल्शियम अवशोषण, प्रतिरक्षा प्रणाली के कार्य और समग्र स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। ऐसे में अगर इसकी कमी का निदान नहीं हो पाता है, तो उससे डिप्रेशन, एंग्जायटी जैसी मानसिक समस्याओं का खतरा भी बढ़ जाता है। यहां आपको विस्तार से बता रहे हैं विटामिन-डी की महत्ता, इसके प्रमुख स्रोत, इसकी कमी के लक्षण और कमी दूर करने के उपायों के बारे में।

फिजिकल-मेंटल हेल्थ के लिए बहुत जरूरी है विटामिन-डी

अवेयरनेस

अंशु सिंह

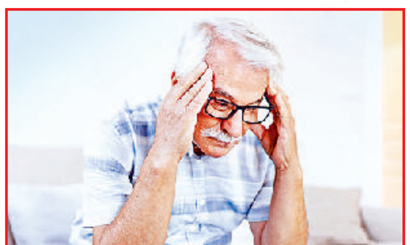
आपको शायद पता नहीं होगा कि अपने देश के बड़े वर्ग के लोगों में एक चिंताजनक स्वास्थ्य संकट बढ़ रहा है। वह है विटामिन-डी की कमी। कुछ अध्ययनों के अनुसार प्रचुर मात्रा में धूप होने के बावजूद 70 प्रतिशत से अधिक भारतीयों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी है।

अकसर कई लोगों की उदासी, गुस्सा, चिड़चिड़ाहट की वजह किसी ना किसी प्रकार की चिंता या भय होता है। यही भय उन्हें अवसाद की दहलीज पर भी ले जाता है। रातों की नींद और चैन उड़ जाते हैं। कारण तलाशने पर कुछ भी हाथ नहीं लगता। मुमकिन है कि कुछ ऐसा हो रहा हो, जो बेवजह की उदासी और भय पैदा कर रहा हो। आपको लग रहा हो कि आप डिप्रेशन के शिकार हैं। कुछ लोग तो एंटी डिप्रेशन मेडिसिन लेना शुरू कर देते हैं, जबकि असली वजह शरीर में विटामिन डी की कमी हो सकती है।

डॉक्टर्स बताते हैं कि विटामिन हमारे शरीर के लिए बेहद जरूरी होते हैं। अब चाहे वो विटामिन-ए हो, विटामिन-बी, सी या विटामिन-डी। विटामिन-डी की कमी गंभीर मानसिक तनाव दे सकती है और हमें इसका पता भी नहीं चल पाता है।

मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

हाल के वर्षों में विभिन्न अध्ययनों के जरिए मानसिक स्वास्थ्य में विटामिन-डी की भूमिका का समर्थन करने वाले प्रमाण पाए गए हैं। विटामिन-डी की कमी, खासकर अवसाद और चिंता के लक्षणों को बढ़ा सकती है। कई शोधकर्ता इस निष्कर्ष पर पहुंचे हैं कि शरीर में विटामिन-डी की कमी से न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर होने की संभावना भी बढ़ जाती है। इतना ही नहीं, भूलने की बीमारी, दुविधा, थकान, मनोदशा में बदलाव, भूख न लगना, दर्द के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि, एकाग्रता की कमी, डर का



बढ़ना, अत्यधिक निराशा या उदासी की भावना, वजन कम होना या बढ़ना, चिंता आदि समस्याएं भी हो सकती हैं। कई अन्य अध्ययनों में अल्जाइमर रोग से पीड़ित लोगों के साथ-साथ संज्ञानात्मक हानि वाले स्वस्थ वयस्कों में विटामिन-डी के स्तर में कमी की बात सामने आई है, जो विटामिन-डी और संज्ञानात्मक कार्य के बीच संबंध का संकेत देती है।

भारत में चिंताजनक है स्थिति

मेडिकल जर्नल नेचर में प्रकाशित एक शोध के अनुसार अफगानिस्तान, ट्यूनीशिया जैसे देशों की लगभग 20 प्रतिशत से भी अधिक आबादी विटामिन-डी की कमी से ग्रसित है। अमेरिका, कनाडा और यूरोप के लोग भी विटामिन-डी की कमी से जूझ रहे हैं। इन देशों में यह आंकड़ा क्रमशः 5.9 फीसदी, 7.4 फीसदी और 13 फीसदी के आस-पास है। एक अध्ययन के मुताबिक, भारत की करीब 70

फीसदी शहरी आबादी विटामिन-डी की कमी से जूझ रही है। जबकि देश में प्रचुर मात्रा में सूर्य की रोशनी उपलब्ध है। इसके बावजूद, लगभग 10 में से 9 व्यक्तियों में इस आवश्यक पोषक तत्व की कमी पाई जाती है।

विटामिन डी की कमी के कारण

लोगों में विटामिन डी की कमी के लिए कई कारक जिम्मेदार हैं। जैसे, शहरीकरण एवं प्रदूषण की वजह से लोगों का ज्यादा समय घर के अंदर रहना, धूप में कम समय बिताना आदि। सूर्य के प्रकाश के संपर्क में न आने की वजह से इसकी कमी, शरीर की विटामिन-डी के संश्लेषण की क्षमता को काफी कम कर देती है। शहरी क्षेत्रों में वायु प्रदूषण का उच्च स्तर एक अवरोधक के रूप में कार्य करता है, जो विटामिन-डी के संश्लेषण के लिए आवश्यक पराबैंगनी-बी (यूवीबी) किरणों को अवरुद्ध करता है। दिल्ली, मुंबई और कोलकाता जैसे घनी आबादी वाले शहरों में विशेष रूप से यह समस्या गंभीर है। इसके अलावा, भारतीय आहार, खासकर शाकाहारी आहार में प्रायः विटामिन-डी से भरपूर खाद्य पदार्थों की कमी होती है, जो वसायुक्त मछली, अंडे की जर्दी और फोर्टिफाइड डेयरी उत्पादों में पाया जाता है।

क्यों जरूरी है विटामिन-डी

दिल्ली एनसीआर (गुरुग्राम) के वरिष्ठ एंडोक्राइनोलॉजिस्ट **डॉ. धीरज कपूर** का कहना है कि 'सनशाइन विटामिन' के रूप में जाने जाने वाला विटामिन-डी, वसा में घुलनशील विटामिन होता है, जो मुख्य रूप से सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने पर त्वचा में संश्लेषित होता है। यह कई शारीरिक कार्यों को पूरा करने जैसे दांतों, मांसपेशियों और हड्डियों को मजबूत बनाने के अलावा मानसिक सेहत से लेकर हृदयाघात, मधुमेह और कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों से हमें बचाने में सक्षम है। यह कैल्शियम और फास्फोरस के अवशोषण को सुगम बनाता है। इसकी कमी से ऑस्टियोपोरोसिस, संक्रमणों के प्रति संवेदनशीलता में वृद्धि और मांसपेशियों की कमजोरी सहित कई स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। साथ ही, ये मनोदशा के नियमन को प्रभावित करती है। इसकी कमी अवसाद और चिंता से जुड़ी हो सकती है।

कैसे काम करता है

हमारे शरीर की मांसपेशियों, हृदय, मस्तिष्क और प्रतिरक्षा प्रणाली में विटामिन-डी रिसेप्टर्स होते हैं। शरीर इस विटामिन को गुर्दे और यकृत तक पहुंचाता है, जहां यह एक सक्रिय हार्मोन में परिवर्तित हो जाता है। इस रूप में यह शरीर को कैल्शियम के अवशोषण में सहायता करता है। आपका शरीर सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने से विटामिन-डी प्राप्त करता है। कुछ खाद्य पदार्थ और सप्लीमेंट्स भी विटामिन-डी के स्रोत हो सकते हैं। सांवले रंग के लोगों के शरीर में मेलेनिन का स्तर अधिक होता है। यह एक ऐसा पदार्थ है, जो मनुष्यों और पशुओं में आंखों, त्वचा और बालों को काला कर देता है। यह रंजकता त्वचा को विटामिन-डी को ठीक से अवशोषित करने से रोकती है।

ऐसे दूर करें विटामिन-डी की कमी

आमतौर पर लोगों का औसतन 90 फीसदी समय घर या दफ्तर के अंदर बीतता है। घर के अंदर बिताए गए समय में वृद्धि के अलावा, ऐसे कपड़े पहनना, जो

त्वचा की अधिकांश सतह को कवर करते हैं या फिर सनस्क्रीन का उपयोग, विटामिन-डी की कमी में योगदान करते हैं। हां, बिना सनस्क्रीन के ज्यादा देर तक धूप में रहने से सावधान रहें, क्योंकि ओजोन परत के पतले होने से सूरज की हानिकारक अल्ट्रावायलेट किरणें आसानी से धरती पर पहुंचती हैं और त्वचा कैंसर के खतरे को बढ़ाती हैं। इसलिए विटामिन-डी की कमी से बचने का सबसे अच्छा तरीका है अपने आहार में मछली, मांस, अंडे की जर्दी, फोर्टिफाइड डेयरी उत्पाद और मशरूम को शामिल करें। साथ ही पर्याप्त धूप लें, जो विटामिन-डी का सबसे प्रमुख स्रोत है। *

लीवर की समस्या से भी हो सकती है कमी

वैद्य डॉ. अमृता शर्मा

आज की जीवनशैली में जहां सूर्य का प्रकाश हानिकारक माना जा रहा है। लोग अपनी त्वचा को धूप से बचाने के लिए शरीर को ढंकते हैं। फैशन उद्योग द्वारा सनस्क्रीन लोशन का प्रचार, वातानुकूलित कमरों में रहना, त्वचा से चिपके कपड़े, उचित आहार और दिनचर्या का अभाव विटामिन-डी की कमी के कारण हैं। कभी-कभी सूर्य के प्रकाश के पर्याप्त संपर्क में आने के बाद भी विटामिन-डी की कमी देखी जाती है। यह लीवर की समस्या के कारण हो सकता है, क्योंकि लीवर विटामिन-डी का उत्पादन करने के लिए सूर्य के प्रकाश का उपयोग करता है। अगर लीवर ठीक से काम नहीं कर रहा है, तो यह विटामिन-डी की कमी का कारण बनता है। विटामिन-डी एक वसा में घुलनशील विटामिन है, इसलिए इस विटामिन के कैप्सूल लेने के बाद भी यदि लीवर ठीक से काम नहीं करता है, तो शरीर के लिए इस विटामिन का उपयोग करना मुश्किल होगा और लाभ के बजाय यह विटामिन कैप्सूल शरीर को नुकसान पहुंचाता है। इसलिए व्यक्ति को सुबह की धूप में सैर करना चाहिए, ढीले कपड़े पहनकर व्यायाम करना चाहिए।

मेडिटेक्नीक

आईवीएफ की सक्सेस रेट बढ़ा सकता है एआई

अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) का इस्तेमाल आईवीएफ मेडिकल प्रोसीजर में भी किया जा रहा है। एआई, एंब्रयो के पैटर्न को देखकर यह बता सकता है कि उसको किस क्रम में ट्रांसफर करना चाहिए या कौन-सा भ्रूण सबसे बेहतर रहेगा? इस बारे में डिटेल में बता रही हैं, नोवा आईवीएफ फर्टिलिटी सेंटर, गुरुग्राम की फर्टिलिटी स्पेशलिस्ट **डॉ. रश्मि अग्रवाल।**

आईवीएफ ने दुनिया भर में लाखों दंपतियों को माता-पिता बनने का सपना पूरा करने में मदद की है। अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी एआई इस क्षेत्र में भी बड़ा बदलाव ला रहा है। एआई डेटा, तस्वीरें और विशेष कंप्यूटर एल्गोरिदम की मदद से ऐसे पैटर्न पहचानता है, जिन्हें आमतौर पर इंसान नहीं देख पाता। इससे डॉक्टरों को इलाज के दौरान ज्यादा सटीक निर्णय लेने में मदद मिलती है। एआई के आने से आईवीएफ

प्रक्रिया पहले से अधिक प्रभावी, सटीक और मरीज के लिए आसान बन गई है।

- एआई, भ्रूण की तस्वीरें देखकर यह पता लगा सकता है कि कौन-से भ्रूण के सफलतापूर्वक गर्भाशय में लगने की संभावना ज्यादा है। यह एल्गोरिदम बहुत बड़े डेटा पर प्रशिक्षित होते हैं, जिससे भ्रूण के विकास में आने वाले छोटे-छोटे बदलाव भी पकड़ में आते हैं। इससे स्वस्थ भ्रूण चुनने की प्रक्रिया सटीक होती है।
- एआई की मदद से फर्टिलिटी विशेषज्ञ हर मरीज के लिए डेटा-आधारित और व्यक्तिगत ट्रीटमेंट डिसाइड कर सकते हैं। एआई हार्मोन के स्तर और दवाओं पर शरीर की प्रतिक्रिया का विश्लेषण करके सही दवा की मात्रा और ओवेरियन स्टिम्युलेशन का समय तय करता है। इससे अंडाणु की गुणवत्ता बढ़ती है और इलाज से अच्छे

परिणाम मिलते हैं।

- एआई तकनीक से बने इमेजिंग टूल्स ऐसे शुक्राणु चुन सकते हैं, जिनकी गति और आकार सबसे अच्छा हो। इससे बेहतर भ्रूण बनते हैं और गर्भधारण की संभावना भी बढ़ती है।
- एआई सिस्टम, भ्रूण के विकास को रीयल-टाइम यानी लगातार मॉनिटर करते हैं और किसी भी असामान्यता को तुरंत पहचान लेते हैं। इससे डॉक्टर भ्रूण ट्रांसफर से पहले समय रहते सुधार कर सकते हैं, जिससे गर्भ ठहरने की संभावना बढ़ जाती है। *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

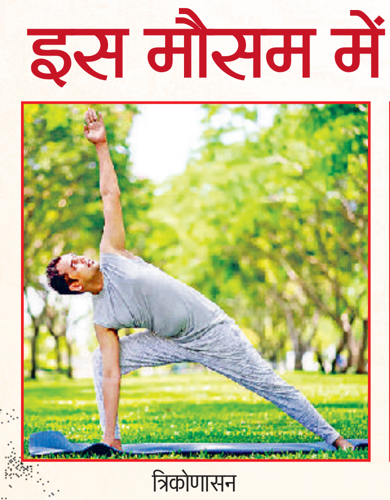
सर्दी का मौसम शुरू हो चुका है। इस दौरान स्वस्थ और फिट रहने के लिए आपको कुछ आसनों को अपने रूटीन में जरूर शामिल करना चाहिए। हम आपको बता रहे हैं, तीन ऐसे ही कारगर आसन।

रोज करिए ये तीन योगासन इस मौसम में रहेंगे स्वस्थ

सर्दी के मौसम में हमारे स्वास्थ्य की सच्ची रखवाली दवाइयां नहीं बल्कि कई तरह की हमारी शारीरिक गतिविधियां करती हैं। इनमें ही योगासन भी शामिल हैं। सर्दियां शुरू होते ही शरीर को स्वस्थ रखने के लिए अगर आप कुछ सरल योगासनों को अपने रूटीन में शामिल कर लें तो कई परेशानियों से बचे रहेंगे। ये न केवल इन दिनों हमारे शरीर को गर्म रखते हैं बल्कि मन को भी सक्रिय और उत्साहित रखते हैं, जिससे हम प्रसन्न और एक्टिव रहते हैं। तो आइए जानें ये कारगर तीन सरल योगासन कौन से हैं?

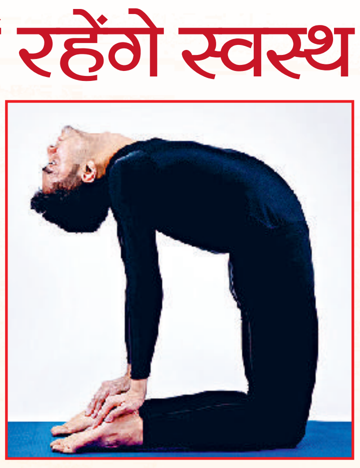
त्रिकोणासनः त्रिकोणासन सर्दी के मौसम में हमें स्वस्थ रखने के लिए बहुत महत्वपूर्ण आसन है। यह खड़े होकर किया जाने वाला आसन है, जिससे हमारा शरीर पर्याप्त खिंचाव हासिल करता है। सर्दी के दिनों में पर्याप्त रूप से त्रिकोणासन कर लिया जाए तो शरीर में जरूरी लचीलापन बना रहता है। इसके चलते हमारी पाचनक्रिया सही रहती है और ठंड से सिकुड़ी मांसपेशियों को राहत मिलती है।

उष्ट्रासनः उष्ट्रासन या कैमल पोज भी उन कुछ गिने-चुने आसनों में से एक है, जो



त्रिकोणासन

सर्दियों में हमें तमाम तरह की परेशानियों से बचाकर रखता है। यह आसन सर्दियों में होने वाली सीने की जकड़न को खोलता है, जिससे ठंडी हवा का प्रभाव खत्म होता है।



उष्ट्रासन

उष्ट्रासन करने से हमारे फेफड़े और हृदय को लाभ होता है। शरीर में गर्माइश बनी रहती है, पाचन बेहतर होता है और शरीर में जरूरी लचीलापन तथा कई तरह के दर्द से राहत मिलती है। उष्ट्रासन नियमित रूप से करने से सर्दियों में हमारे शरीर में ऊर्जा का सतत प्रवाह बना रहता है।

पवनमुक्तासनः पवनमुक्तासन का मूल काम सर्दियों में हमारे पाचन तंत्र को दुरुस्त रखना है, जिससे हमारा शरीर सर्दियों में गैस और अपच की परेशानियों से दूर रहता है। इससे पेट की मांसपेशियां सक्रिय रहती हैं। शरीर में हल्कापन महसूस होता है और ऊर्जा का लगातार प्रवाह बना रहता है, जिससे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता दुरुस्त रहती है।

इस तरह इस मौसम में किए जाने वाले ये सीधे सरल तीन आसन हमें बहुत राहत देते हैं। इन आसनों का अभ्यास करने से पहले अनुभवी प्रशिक्षक से इनकी सही विधि जरूर सीख लें। *

उपयोगी फल

शिवचरण चौहान

पपीते में अनेक स्वास्थ्यवर्धक और रोग निवारक गुण होते हैं। यह आसानी से हर कहीं उपलब्ध भी होता है। पपीते के स्वास्थ्यवर्धक गुणों के बारे में आपको विस्तार से बता रहे हैं।

गुणकारी-स्वास्थ्यवर्धक पपीता

भारत में लगभग सभी जगह, सभी ऋतुओं में पपीता आसानी से मिल जाता है। पपीता मीठा, पौष्टिक और सस्ता फल है। पपीता के फल, पत्ते, जड़ और फलों के बीज औषधि के रूप में काम आते हैं। आकार, रंग, गंध और स्वाद में भिन्नता लिए हुए पपीते की अनेक किस्में होती हैं। सामान्यतया सभी पपीते बीजयुक्त होते हैं। किसी में बहुत ज्यादा निकलते हैं तो किसी में गिनती के बीज होते हैं। कच्चे फल का छिलका हरा और गूदा सफेद होता है। यह सब्जी और आचार बनाने में विशेष तौर पर इस्तेमाल किया जाता है। फल के पकने पर छिलके का रंग केसरिया हो जाता है। कृत्रिम ढंग से पकाया गया पपीता जहां पीले रंग का होता है, वहीं डाल पर पका केसरिया रंग का होता है। दिखने में पीले रंग का पपीता अच्छा जरूर लगता है लेकिन पौष्टिक तत्वों और स्वाद की दृष्टि से डाल पर अपने आप पका केसरिया रंग का पपीता श्रेष्ठ होता है। आसानी से पच जाने के कारण पका हुआ पपीता रोगियों को पथ्य के रूप में दिया जाता है।

पपीता के फल को भोजन के बाद खाना उचित होता है। पके पपीते से जैम, मिष्ठान, खीर आदि बनाई जाती हैं, जो स्वादिष्ट और पौष्टिक होती है। जिन व्यक्तियों को लीवर और पाचन संबंधी शिकायत होती है, उनके लिए पपीते का सेवन अत्यंत लाभदायक होता है। आयुर्वेद के अनुसार कच्चा पपीता मलरोधक, वायु तथा कफ को कुपित करने वाला तथा पका हुआ पपीता रस में मधुर, पित्तनाशक, रुचिकारक, भारी और स्वादिष्ट होता है।

मौजूद पोषक तत्वः वैज्ञानिकों का कहना है कि एक पपीते के विभिन्न तत्वों का प्रतिशत इस प्रकार है- जल 89.6 प्रतिशत, वसा 0.1 प्रतिशत, कार्बोहाइड्रेट 9.4 प्रतिशत, खनिज पदार्थ 0.4 प्रतिशत, प्रोटीन 0.5 प्रतिशत होता है। इनके अतिरिक्त कैल्शियम, फॉस्फोरस, लोहा, टार्टरिक एसिड, साइट्रिक एसिड, मैलिक एसिड, विटामिन-ए, बी, सी और डी भी पपीते में पाए जाते हैं। पैप्सिन नामक पदार्थ की उपस्थिति के कारण पपीता का फल पाचन शक्ति में वृद्धि करके मंदाग्नि को दूर करता है। पेप्सिन हमारे द्वारा खाए प्रोटीन पदार्थों का पाचन करता है।

पके हुए पपीते में 'केरोटीन' नामक पोषक तत्व प्रचुर मात्रा में होता है, जो हमारे शरीर में पहुंचकर विटामिन-ए बन जाता है। फल में 68 से 100 मिलीग्राम तक विटामिन 'सी' होता है। पपीते का नियमित सेवन करने से हमें विटामिन-ए और विटामिन-सी पर्याप्त मात्रा में मिल जाते हैं, जिससे अनेक रोगों से रक्षा करने में हमें मदद मिलती है।

कई तरह से फायदेमंदः पपीते में विटामिन-डी बहुत अधिक मात्रा में मिलता है, जो शरीर के लिए बहुत महत्वपूर्ण एवं आवश्यक है। इससे हड्डियों को ताकतवर बनाया जा सकता है। पपीते का लौह तत्व, रक्त वृद्धि करता है। कैल्शियम शरीर की

हड्डियों को मजबूत करता है। मस्तिष्क और वात जनित रोगों के लिए फॉस्फोरस काम आता है। कार्बोज शरीर में गर्मी पहुंचाता है और प्रोटीन मांसपेशियों की वृद्धि करता है। 100 ग्राम पपीते का गूदा हमें 56 कैलोरी ऊर्जा प्रदान करता है। पपीते का नियमित सेवन करने से स्वास्थ्य और यौवन लंबे समय तक रहता है। इसके अलावा एनीमिया, उदर विकार, अजीर्ण, मंदाग्नि, दुर्बलता, क्षयरोग, दमा, नेत्र और चमड़ी के विकारों से हमारी रक्षा होती है। रोगियों के अलावा सामान्य व्यक्ति को भी पपीता रोज खाना चाहिए। कच्चे पपीते का दूध कीटाणु व कृमि नाशक होने के कारण दाद-खाज, खुजली आदि चर्म रोगों में नियमित रूप से लगाने से उनमें आराम मिल जाता है। कच्चे पपीते का गूदा घाव पर लगाने से घाव बहुत जल्दी भर जाता है। गर्भवती महिलाएं पपीता नियमित रूप से खाएं तो खून की कमी नहीं होगी और बच्चा भी स्वस्थ होगा। शिशु जन्म के पश्चात जब स्तनों में दूध कम आए तब पपीता खाना लाभप्रद होता हैं। अपना दुबलापन मिटाने और शरीर का हृष्ट-पुष्ट बनाने के लिए पपीते का हलुवा या खीर नियमित रूप से खाएं। मंदाग्नि और अजीर्ण रोग से पीड़ित व्यक्ति सुबह नाश्ते में खाली पेट केवल पका हुआ पपीता खाएं। पपीते के पत्तों का रस पीने से खून में आयरन और प्लेटलेट्स बढ़ते हैं। पेट के कैंसर और अल्सर में भी पपीते का सेवन बहुत फायदेमंद साबित होता है। *

खबर संक्षेप

आपत्तिजनक मैसेज भेजने पर नाबालिग समेत 2 काबू

टोहाना। टोहाना में पुलिस ने महिलाओं के खिलाफ अपराध के एक मामले में त्वरित कार्रवाई करते हुए तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। इनमें एक नाबालिग भी शामिल है। आरोपियों पर अश्लील फोटो और आपत्तिजनक संदेश भेजने के साथ-साथ धमकी देने का आरोप है। गिरफ्तार आरोपियों में से एक की पहचान योगेश कुमार के रूप में हुई है। थाना शहर प्रभारी प्रहलाद सिंह ने बताया कि पीड़िता ने पुलिस को दी शिकायत में कहा था कि जींद जिले का रहने वाला आरोपी विक्रम उसे लगातार आपत्तिजनक संदेश और अश्लील फोटो भेज रहा था।

अवैध हथियार मामले में आदतन अपराधी दबोचा

फतेहाबाद। अवैध हथियार के मामले में पुलिस ने एक आदतन अपराधी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान साहिल उर्फ गंजा पुत्र महेन्द्र निवासी गांव बीघड़ के रूप में हुई। आरोपी को न्यायालय में पेश कर जिला जेल भेज दिया गया। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक सुरेन्द्र ने बताया कि यह गिरफ्तारी 13 नवंबर को हुई पहली गिरफ्तारी से संबंधित है। उस दिन पुलिस पार्टी गश्त और पड़ताल के दौरान बीघड़ चौक से मिनी बाईपास की तरफ जा रही थी। इसी दौरान कार्रवाई की गई।

अपराधों को बढ़ावा देने वाले 5 फॉलोअर्स तलब

फतेहाबाद। फतेहाबाद पुलिस ने सोशल मीडिया पर अपराध को बढ़ावा देने वाली गतिविधियों पर कड़ी कार्रवाई कर रही है। सोशल मीडिया प्रभारी उपनिरीक्षक अशोक कुमार ने बताया कि इस कार्रवाई के तहत इंस्टाग्राम आईडी विक्रम भाम्भू 005 को फॉलो करने वाले 5 युवकों को अपराध जांच शाखा फतेहाबाद में बुलाया गया। जांच के दौरान इन युवकों ने अपनी आईडी के माध्यम से संदिग्ध अकाउंट को अनफॉलो और ब्लॉक कर दिया। उनके बयान दर्ज किए गए और अकाउंट से जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारी हासिल की गई।

मोबाइल पर चालान आने पर हुआ उजागर फर्जीवाड़ा

फतेहाबाद। जिले के शहर टोहाना में कार रजिस्ट्रेशन में फर्जीवाड़े का एक मामला सामने आया है। टोहाना के सुंदर नगर निवासी वरुण कुमार के नाम पर एक कार फर्जी तरीके से दर्ज कर ली गई है। वरुण को इस धोखाधड़ी का पता तब चला जब उनके फोन पर एक गाड़ी का चालान कटने और उसका भुगतान होने का मैसेज मिला, जबकि उनके पास कोई कार नहीं है। ड्राइक्लीन का काम करने वाले सुंदर नगर निवासी वरुण के अनुसार उसके पास कोई कार नहीं है।

कार्यशाला में बताया सांख्यिकी का महत्व

सिरसा। सांख्यिकी विभाग द्वारा चौधरी देवी लाल यूनिवर्सिटी स्थित सीवी रमन भवन के सेमिनार हाल में एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में सांख्यिकी को सुदृढ़ बनाने और इसके व्यावहारिक महत्व पर विस्तृत जानकारी प्रदान की गई। अर्थ एवं सांख्यिकीय कार्य विभाग के उपनिदेशक नरेश कुहाड़, जिला सांख्यिकीय अधिकारी अमिता चौधरी तथा सीडीएलयू के डॉ. अभय गोदारा ने प्रतिभागियों को सांख्यिकी की भूमिका और इसकी उपयोगिता के बारे में महत्वपूर्ण बिंदु साझा किए। विशेषज्ञों ने बताया कि सटीक आंकड़ों के बिना किसी भी योजना का प्रभावी क्रियान्वयन संभव नहीं है।

जेल लोक अदालत में दो कैदी रिहा

सिरसा। जिला जेल में बुधवार को लोक अदालत का आयोजन किया गया। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव प्रवेश सिंगला ने बताया कि जेल लोक अदालत में कुल पांच केसों की फाइलें रखी गई और तीन केसों का निपटारा किया गया जिसमें दो कैदियों को रिहा कर दिया गया। उन्होंने बताया कि हर माह दो बार जेल लोक अदालत लगाई जाती है, जोकि माह के प्रथम बुधवार व तीसरे बुधवार को लगती है।

गांव जमाल में आयोजित सांसद खेल महोत्सव में बतौर मुख्यातिथि पहुंचे सांसद

खेलों को अपनाएं युवा, राष्ट्र सेवा में दें अपना योगदान: सुभाष बराला

- राष्ट्रीय खेल दिवस से शुरू किए गए पंजीकरण में अब तक 45 हजार से अधिक खिलाड़ी जुड़े

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

राज्यसभा सांसद सुभाष बराला ने कहा कि सांसद खेल महोत्सव के पीछे एक उद्देश्य हमारे देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का है कि खेलों के माध्यम से स्वयं को स्वस्थ रखें, क्योंकि एक स्वस्थ व्यक्ति ही देश की उन्नति में अपना अहम योगदान दे सकता है, इसलिए यदि हम स्वस्थ रहेंगे तो हमारा देश भी स्वस्थ रहेगा। उन्होंने कहा कि खेलो इंडिया व फिट इंडिया अभियान चलाने का उद्देश्य है कि देश के करोड़ों युवा नशे जैसी प्रवृत्ति से दूर रहकर कर्तव्यनिष्ठ और स्वस्थ नागरिक के रूप में राष्ट्र की सेवा में अपना योगदान दें। सुभाष बराला बुधवार को सिरसा जिले के गांव जमाल में आयोजित सांसद खेल महोत्सव को संबोधित कर रहते थे।

सिरसा। सांसद खेल महोत्सव का शुभारंभ करते सुभाष बराला। *फोटो : हरिभूमि*

उन्होंने कहा कि सांसद खेल महोत्सव 2025 का मुख्य उद्देश्य ग्रामीण खिलाडियों को अंतरराष्ट्रीय स्तर तक पहुँचाना है। सिरसा लोकसभा क्षेत्र में विधानसभा व ब्लॉक स्तर पर हो रहे आयोजनों से ग्रामीण प्रतिभाओं को आगे बढने का अवसर मिल रहा है। उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय खेल दिवस से शुरू किए गए पंजीकरण में अब तक 45 हजार से अधिक खिलाड़ी जुड़ चुके हैं। उन्होंने कहा कि हरियाणा आज देश की खेल नर्सरी बन चुका है। एथलेटिक्स से लेकर कबड्डी, वॉलीबॉल और क्रिकेट तक हर खेल में हरियाणा के खिलाड़ी उत्कृष्ट प्रदर्शन कर रहे हैं। खेल युवा पीढ़ी को सही दिशा देते हैं। मैदान में मेहनत करने वाले खिलाड़ी केवल अपना ही नहीं बल्कि परिवार और क्षेत्र का नाम रोशन करते हैं। सरकार द्वारा भी बिना पर्ची-बिना खर्ची के नौकरी के साथ-साथ खेलों में हरियाणा का नाम रोशन करने वालों को पूरा प्रोत्साहित कर रही है।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर हरियाणा ओलंपिक संघ के अध्यक्ष कैप्टन जसविंदर मीनू बैनीवाल, जिलाध्यक्ष भाजपा यतिंद्र सिंह एडवोकेट, सिरसा प्रभारी वेद फुला, पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल, मुख्यमंत्री के पूर्व राजनीतिक सलाहकार जगदीश चोपड़ा, वरिष्ठों भाजपा नेता अमीर चंद मेहता, हनुमान कुंडु, जमाल के सरपंच प्रतिनिधि ओम प्रकाश डूडी, खेल संयोजक नंद लाल बेनीवाल, ढुकड़ा सरपंच राजेंद्र, कविता सिहाग, भारी संख्या में खिलाड़ी, विद्यार्थी व ग्रामीण मौजूद रहे। सहित अन्य गणमान्य भी मौजूद रहे। इस मौके पर स्कूली विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किए।

गोशालाओं को मिलेगा चार करोड़ का बजट

- बेसहारा गोवंश को शरण देने के लिए सरकार ने जारी किए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

पशुपालन एवं डेयरिंग विभाग के महानिदेशक ने प्रदेश की गौशालाओं में बेसहारा गोवंश को शरण देने संबंधी मुख्यमंत्री की घोषणा को धरातल पर उतारने के लिए दिशा-निर्देश जारी कर दिए हैं। इसके तहत प्रदेश सरकार गौशालाओं में लाए जाने वाले बेसहारा गोवंश के पालन-पोषण पर लगभग चार करोड़ रुपये का बजट खर्च करेगी।

गोभक्तों को योजना की दी जानकारी

बुधवार को गौ सेवा आयोग के सदस्य अजीत सिहाग ने नाढ़ोडी स्थित श्री कृष्ण गोशाला सेवा समिति में गोभक्तों को इस योजना के बारे में विस्तार से जानकारी दी। अजीत सिहाग ने बताया कि प्रदेश सरकार गोवंश की सुरक्षा और संरक्षण को लेकर प्रतिबद्ध है। मुख्यमंत्री द्वारा कुछ महीने पहले बेसहारा गोवंश को गौशालाओं में शरण देने संबंधी की गई महत्वपूर्ण घोषणा को अब तत्काल प्रभाव से लागू कर दिया गया है। नए प्रावधानों के अनुसार गौशाला में बेसहारा बछड़ा लाने पर 300 रुपये, बछड़ी पर 600 रुपये तथा बेल या नंदी पर 800 रुपये आर्थिक सहायता प्रदान की जाएगी। उन्होंने कहा कि सरकार का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि कोई भी गोवंश सडकों पर बेसहारा न भटके तथा सभी को उचित संरक्षण और देखभाल मिले। इस योजना से न केवल गौशालाओं को आर्थिक मजबूती मिलेगी, बल्कि गोवंश की बेहतर सेवा भी सुनिश्चित होगी। अजीत सिहाग ने गौशाला समिति के पदाधिकारियों को अपील करते हुए कहा कि वे सरकार की नीतियों का अधिक से अधिक लाभ उठाएं ताकि बेजुबान गोवंश को राहत मिल सके। उन्होंने यह भी कहा कि जहां गाय की सेवा होती है, वहां सुख, समृद्धि और शांति का वास होता है।

फ्रेशर पार्टी में संजना को मिस फ्रेशर और रॉबिन को मिस्टर फ्रेशर का खिताब मिला

सिरसा। राजेंद्रा इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी एंड साइंसेज में बुधवार को फ्रेशर पार्टी राइजिंग इरा का आयोजन किया गया। कॉलेज के प्राचार्य संजीव कालड़ा ने सभी उपस्थितजनों का अभिनंदन किया। सरस्वती वंदना के साथ आरंभ हुए कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने हिंदी, पंजाबी, राजस्थानी, हरियाणवीं व भोजपुरी में सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुतियां दी। निशा व विशाल ने हरियाणवीं स्वैग प्रस्तुत किया वहीं फार्मेसी की छात्रा गीता व शीतल ने मॉडर्न बीट गाने पर प्रस्तुति दी तो वंदना व स्नेहा ने बॉलीवुड बीट्स पर, राहुल एंड ग्रुप ने फनी डांस, रीना एंड ग्रुप व हर्षित एंड ग्रुप ने मनमोहक प्रस्तुतियां देकर माहौल को संगीतमय बना दिया। संस्था के अध्यक्ष एनके गुप्ता ने सभी नवांगतुकों का अभिनंदन करते हुए उनके उज्जवल भविष्य की कामना की। विशिष्ट अतिथि प्रतीक गुप्ता व संस्था के सचिव पुलकित गुप्ता ने कहा कि जीवन में प्रगति के लिए सदैव सकारात्मक रहें। बाद में कार्यक्रम में संजना को मिस फ्रेशर व रॉबिन को मिस्टर फ्रेशर व पूनम को मिस पर्सनैलिटी व अंकित को मिस्टर पर्सनैलिटी चुना गया वहीं डी. फार्मेसी के छात्र दिग्विजय को मिस्टर ईव चुना गया। मंच संचालन वंश, गीता, आर्यन द्वारा किया गया। इस मौके पर परामर्शदात्री एकता कालड़ा, नर्सिंग प्राचार्या कुलविंद्र कौर, डॉ. राम, कुलवंत सिंह, परवरिश कंबोज, दीक्षा धवन व धीरज कंबोज आदि मौजूद थे।

महारानी लक्ष्मीबाई जयंती पर महाविद्यालय से सीडीएलयू तक निकाली गई शोभायात्रा

सिरसा। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद की सिरसा इकाई की ओर से बुधवार को राजकीय महिला महाविद्यालय सिरसा में महारानी लक्ष्मीबाई जयंती को स्त्री शक्ति दिवस के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर संगोष्ठी, कविता पाठ, पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। साथ ही महाविद्यालय की सफाई कर्मचारियों कुलवंत कौर एवं सुखविंद्र कौर को सम्मानित किया गया। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में प्रथम रितु रही जबकि जसप्रीत दूसरे व योगिता शर्मा को तीसरा स्थान मिला वहीं कविता पाठ में दीया, मानसी और पूजा क्रमशः पहले तीन स्थानों पर रहे। उन्हें प्रशस्ति पत्र एवं मोमेंटो देकर पुरस्कृत किया गया। तत्पश्चात महाविद्यालय से बरनाला रोड होते हुए विश्वविद्यालय तक शोभायात्रा निकाली गई। कुलपति डॉ. विजय कुमार एवं कुलसचिव डॉ. सुनील कुमार ने भी शोभायात्रा में शामिल होकर विद्यार्थियों का उत्साहवर्द्धन किया। विभिन्न स्थानों पर विरेंद्र, योगेश जैन, सुमित चौधरी, राजेश गनेरीवाला, तरूण बंसल आदि ने पुष्प वर्षा से शोभायात्रा का स्वागत किया एवं फल वितरित किए। शोभायात्रा में विधि विभाग की छात्रा नगर कार्यालय मंत्री ममता रानी ने झांसी की रानी लक्ष्मीबाई का अभिनय किया। मंच संचालन तन्नु एवं खुशप्रीत ने किया। अंत में सभी कार्यकर्ताओं को फल वितरित किए गए।

यातायात की परेशानी पर सैलजा गंभीर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा शहर में चतरगढ़पट्टी रोड पर निर्माणाधीन रेलवे ओवरब्रिज के कारण पैदा हुई गंभीर यातायात अव्यवस्था और नागरिकों को हो रही भारी दिक्कतों को देखते हुए सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने केंद्रीय रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव को पत्र लिखकर तत्काल हस्तक्षेप की मांग की है। उन्होंने कहा कि ओवरब्रिज निर्माण की वजह से शहर के पूर्वी और पश्चिमी हिस्सों का संपर्क लगभग ठप हो गया है, जिससे तीन लाख से अधिक आबादी वाले शहर के लोगों का दैनिक जीवन बुरी तरह प्रभावित हो रहा है।

पुराना रेलवे फाटक खोलने की मांग

कुमारी सैलजा ने अपने पत्र में उल्लेख किया है कि मौजूदा परिस्थितियों में शहर के प्रमुख इलाके एक-दूसरे से कट चुके हैं और वैकल्पिक मार्ग उपलब्ध न होने के कारण नागरिकों को मामूली दूरी तय करने में भी काफी समय लग रहा है। उन्होंने कहा कि जब तक चतरगढ़ पट्टी रेलवे ओवरब्रिज का निर्माण पूरा नहीं हो जाता और कोर्ट रोड पर प्रस्तावित अंडरब्रिज नहीं बन जाता, तब तक जनता को राहत देने के लिए अस्थायी उपाय जरूरी हैं। इसी के मद्देनजर कुमारी सैलजा ने रेलमंत्री से आग्रह किया है कि चतरगढ़पट्टी रोड स्थित पुराना रेलवे फाटक छोटे वाहनों के लिए अस्थायी रूप से तुरंत खोला जाए ताकि आमजन को तत्काल राहत मिल सके और शहर पर यातायात का दबाव कम हो। उन्होंने यह भी अनुरोध किया है कि सिरसा रेलवे स्टेशन के निकट माल गोदाम क्षेत्र के आसपास एक नए वैकल्पिक मार्ग का विकास किया जाए या पूर्व में मौजूद मार्ग को तत्काल प्रभाव से पुनः चालू किया जाए, जिससे ओवरब्रिज निर्माण अवधि में नागरिकों को सुरक्षित व सुचारू आवागमन मिल सके। कुमारी सैलजा ने कहा कि सिरसा के विकास के लिए रेलवे ओवरब्रिज का निर्माण आवश्यक है, परंतु इसके चलते शहरवासियों को अनावश्यक परेशानियों से नहीं गुजरना चाहिए।

गुरु तेग बहादुर के जीवन पर व्याख्यान संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जेजी कॉलेज ऑफ एजुकेशन सिरसा में श्री गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी दिवस के अवसर पर बुधवार को एक विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। इस मौके पर मुख्य वक्ता के तौर पर ओम ग्लोबल स्टर्लिंग यूनिवर्सिटी, हिसार की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. आशा यादव शामिल हुईं। गुरुद्वारा भगत सिंह कॉलोनी, सिरसा के ग्रंथी भाई भजन सिंह ने गुरु तेग बहादुर जी के जीवन, बलिदान और शहादत पर प्रकाश डाला और उपस्थित लोगों को उनकी शिक्षाओं पर चलने के लिए प्रेरित किया। इस मौके पर मुख्य वक्त डॉ. आशा यादव ने कहा कि गुरु तेग बहादुर जी का बलिदान सिर्फ सिख समुदाय के लिए नहीं बल्कि पूरी मानवता के लिए एक अमर संदेश है। उनकी शहादत हमें साहस और भक्ति के

पथ पर चलने की प्रेरणा देती है। उन्होंने कहा कि आज 350 वर्ष के बाद भी उनका त्याग और बलिदान उतना ही प्रासंगिक है जितना उस समय पर था। गुरु तेग बहादुर जी की शिक्षाएं हमें प्रकाश की तरह रास्ता दिखाती हैं।

इस अवसर पर प्राचार्या डॉ. सुमित्रा चाहर, हरीश मिगलानी, डॉ. शर्मिला रोहिला, डॉ. सपना, डॉ. दीपिका, कुलदीप सिंह, रमन स्वामी, मोहित, करमजीत और अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित थे। कार्यक्रम के समापन पर डॉ. आशा यादव को कालेज प्रबंधन द्वारा स्मृति चिह्न भेंट किया गया।

प्रतियोगिता में छाए विद्यार्थी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में खंड स्तरीय प्रतिभा प्रतियोगिता टैलेंट सर्च का आयोजन किया गया। इस प्रतिभाखोज प्रतियोगिता में राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों ने अपना परचम लहराया। प्रतियोगिता में गुरप डांस कक्षा 9 से 12 में प्रथम, थिएटर कक्षा 9 से 12वीं प्रथम, सोलो रागनी 6 से 8 प्रथम, सोलोक्लासिक राग 6 से 8 प्रथम, सोलो क्लासिकल डांस 6 से 8 प्रथम, सोलो फोक डांस 6 से 8 प्रथम, सोलो 2डी पेंटिंग 6 से 8 प्रथम, सोलो 6 से 8 प्रथम रहे। विद्यालय के प्रधानाचार्य मदन मलिक ने सभी प्रतिभागियों को बधाई दी और उनके उज्जवल भविष्य की कामना की। विद्यालय के हिंदी प्रवक्ता चमन भारतीय शिक्षाविद ने बताया कि कला अपने आप में निपुण है। कलाकार कल को नवाजता है और कला कलाकार को नवाजती है। बच्चों ने अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। उनके जो गुरु मनवीर सिंह, सरदार दलजीत सिंह की प्रशंसा की।

वल्लभभाई पटेल की जयंती के उपलक्ष्य पर निकाली सरदार@150 पदयात्रा

सरदार पटेल ने देश को एक सूत्र में पिरोने का कार्य किया : रेणु

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कालांवाली

डबवाली भाजपा जिलाध्यक्ष रेणु शर्मा ने कहा कि लौह पुरुष सरदार पटेल का जीवन राष्ट्र निर्माण, कर्तव्यनिष्ठा और दृढ़ता का प्रतीक है। उनकी 150वीं जयंती पर यह कार्यक्रम युवाओं में राष्ट्रभक्ति और सामाजिक समरसता को बढ़ावा देगा। सरदार पटेल जी ने अपने अदम्य साहस, दूरदृष्टि और राष्ट्रीय एकीकरण की अद्भुत क्षमता से देश को एक सूत्र में पिरोने का ऐतिहासिक कार्य किया है। है। उन्होंने कहा कि सरकार सरदार पटेल जी के सपनों को साकार करते हुए एक सशक्त, सुरक्षित और एकजुट भारत के निर्माण में निरंतर कार्यरत हैं। यह संकल्प केवल सरकार का नहीं, बल्कि हर भारतीय का साझा सपना है। रेणु शर्मा बुधवार को सिरसा जिले की मंडी कालांवाली में सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में सरदार@150 पदयात्रा के शुभारंभ करने के बाद उपस्थित लोगों को संबोधित कर रही थी।

कालांवाली। सरदार पटेल की जयंती के उपलक्ष्य में कालांवाली में निकाली गई पदयात्रा में शामिल लोग। *फोटो : हरिभूमि*

यह पदयात्रा माता पूना देवी डीएवी स्कूल से शुरू हुई, जो शहरवासियों, विद्यार्थियों व विभिन्न सामाजिक संगठनों की व्यापक भागीदारी के साथ शहर के प्रमुख स्थानों से होते हुए राष्ट्रीय एकता, सामाजिक सद्भाव और जन जागरूकता का संदेश देते हुए बिशनामल जैन सरस्वती विद्या मंदिर स्कूल में सम्पन्न हुई। यहां विद्यार्थियों ने आकर्षक सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से राष्ट्रीय एकता के आदर्शों का बखान किया।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर मेरा युवा भारत से जिला युवा अधिकारी धनपत, पवन, हरविजय, बृजमोहन, हरविंदर सिंह रोड़ी, विजयंत शर्मा, घनश्याम सिंह एडवोकेट, लवली गर्ग, अमीलाल पारीक, मोहन लाल जिंदल, डा. संजीव सिंगला, महेश आजाद, सुभाष अरोड़ा, अमित मनहर, सतेंद्र गर्ग व मेरा युवा भारत संगठन से वॉलिंटियर उपस्थित रहे।

न्यूज डायरी

फर्जी कोरियर के नाम पर लाखों ठगने वाला मास्टरमाइंड पुलिस के हत्थे चढ़ा

फतेहाबाद। फतेहाबाद साइबर थाना पुलिस ने एक हाई-प्रोफाइल कोरियर फ्रॉड का खुलासा किया है। पुलिस ने लाखों की ठगी करने वाले आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी बड़े ही शातिर तरीके से लोगों को कोरियर डिलीवरी का झांसा देकर मोटी रकम हड़पता था। गिरफ्तार आरोपी की पहचान जितेन्द्र सिंह पुत्र महेन्द्र सिंह चौहान निवासी मोहल्ला बक्सारिया, स्टेशन रोड, फरीदपुर, जिला बरेली, उत्तरप्रदेश के रूप में हुई है। साइबर थाना फतेहाबाद के प्रभारी राहुल देव ने बताया कि इस बारे पुलिस ने विनोद कुमार नामक युवक की शिकायत पर केस दर्ज किया था। शिकायतकर्ता विनोद कुमार ने बताया कि 27 दिसंबर 2024 को उनके व्हाट्सऐप पर एक मैसेज आया कि उनका कोरियर पहुंच गया है। इसके बाद एक कॉल आया जिसमें कहा गया कि उनका पार्सल मुंबई शिवाजी एयरपोर्ट पर रोका गया है, जिसमें सोने की घड़ी, एक आई-फोन और 5000 डॉलर हैं, जिन्हें प्राप्त करने के लिए टैक्स भरना होगा। शिकायतकर्ता ने भरोसे में आकर अलग-अलग किश्तों में कुल 6 लाख 3 हजार 800 रुपये आरोपी को भेज दिए। बाद में उन्हें एहसास हुआ कि वे साइबर ठगी का शिकार हो चुके हैं, जिस पर साइबर थाना फतेहाबाद में मामला दर्ज किया गया।

घायल युवक की चार माह बाद मौत, परिजनों पर पुलिस पर लगाए कार्रवाई न करने के आरोप

फतेहाबाद। गांव भूथन खुर्द में जुलाई महीने में घायल अवस्था में मिले युवक ने चार महीने तक जिंदगी और मौत के बीच जूझने के बाद आज आखिरकार दम तोड़ दिया। युवक की मौत से परिजनों व ग्रामीणों में रोष फैल गया। परिजन मृतक के दोस्तों पर युवक से मारपीट करने और पुलिस द्वारा इस मामले में कोई कार्रवाई न करने के अरोप लगाए हैं। मृतक के शव को परिजन सिविल अस्पताल लेकर पहुंचे और आरोपियों पर कार्रवाई की मांग की।अस्पताल में मौजूद ग्रामीणों ने बताया कि गांव का 35 वर्षीय बुधराम नाढोड़ी गांव में मजदूरी करता था। 24 जुलाई को वह नाढोड़ी से भूथन खुर्द के रोड पर घायल अवस्था में पड़ा मिला। ग्रामीणों ने बताया कि तब युवक के साथ काम करने वाले दोस्तों ने परिजनों को कॉल करके घायल होने की जानकारी दी। इसके बाद परिजन मौके पर पहुंचे और युवक को फतेहाबाद के सिविल अस्पताल ले आए, जहां सिर में गुम चोट होना बताई गई और उसे अग्रोहा रेफर कर दिया। युवक तब से ही कोमा में था और महीनेभर तक वे उसे अग्रोहा में इलाज करवाते रहे और बाद में हिसार ले गए। वहां से बाद में उसे घर भेज दिया गया। करीब दो माह से घर पर ही उसका उपचार जारी था, जहां रात उसने दम तोड़ दिया।

स्कूल, दुकान और मंदिर में चोरी, मामला दर्ज

सिरसा। सर्दी का सीजन शुरू होते ही जिला में चोरी की वारदात एक बार फिर बढने लगी है। गांव खैरेकां के सरकारी स्कूल और शहर की सेतिया फोटोग्राफी दुकान से चोरी हो गई। इसके अलावा हनुमान मंदिर में तीसरी बार सेंधमारी हुई है। भगवान की प्रतिमा से चांदी का छतर चुरा ले गए। पुलिस को दी शिकायत में रणबीर सिंह ने बताया कि राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक स्कूल खैरेकां में प्रिंसिपल के पद पर कार्यरत है। बीते दिवस की रात को मिड डे मिल से किसी अज्ञात ने रसोई से खिडक़ी की दीवार तोडक़र राशन चोरी कर लिया। दूसरे मामले में बरासरी जमाल निवासी अजय ने बताया कि सुरखाब चौक स्थित गली में उसकी सेतिया फोटोग्राफी के नाम से दुकान है। उसका बाइक अक्सर दुकान के बाहर ही खड़ा रहता है। बीते दिवस उसकी बाइक चोरी हो गई। उसने आसपास में बाइक की तलाश की, परंतु बाइक नहीं मिली। तीसरे मामले में पुलिस को दी शिकायत में हनुमान मंदिर कमेटी प्रधान बलराम सहारण ने बताया कि गांव ढाणी मिठनपुरा में कर्मसाना रोड स्थित हनुमान मंदिर में बीती रात्रि करीब 10.30 बजे दो अज्ञात चोरों ने सेंध लगा दी। मंदिर का ताला तोडक़र एक चांदी का छतर चुरा ले गए।

सूचना

मैं, विजय पुत्र श्री मंगतू राम पुत्र श्री ख्यालीराम निवासी सारंगपुर तहसील आदमपुर जिला हिसार बयान करता हूं कि मेरी लड़की मुस्कान जोकि बालिग है व मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

बोली सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि गाँव गढ़ी (हांसी-1) में दिनांक 21.11.2025 को प्रातः 11:00 बजे तालाबों की जाल द्वारा सफाई की बोली करवाई जानी है। इच्छुक व्यक्ति उपरोक्त दिनांक को गाँव गढ़ी शिव मन्दिर के पास पहुंचे। अधिक जानकारी में सम्पर्क करें।

हस्ता/- सरपंच
ग्राम पंचायत गढ़ी
हांसी-1 (हिसार)
मो. 9466672953, 9991115716

हरिभूमि बम्पर इनामी योजना-2025 के विजेताओं के नाम

तेरहवां पुरस्कार (सांत्वना पुरस्कार) (1 से 50)

❖ शिव कुमार सुपुत्र श्री राम प्रकाश, 23 प्रेम कॉलोनी, वार्ड नं. 14, सोनीपत ❖ सरिता पुत्री श्री महाबीर निवासी 605/25, आर्य नगर सोनीपत ❖ श्री उमेद सिंह सुपुत्र स्व. श्री चिरंजी सिंह, गांव न्यौला, तह. व जिला झज्जर ❖ राजेश सुपुत्र श्री बलबीर, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रामकुमार सुपुत्र श्री मामन सिंह, रोहद, बहादुरगढ, झज्जर ❖ रमेश कुमार सुपुत्र श्री कुल्लु राम म. नं. 1022/1, गली नं. 1, कुतुबपुर, रेवाडी ❖ हरीराम अग्रवाल सुपुत्र श्री रामेश्वर दयाल अग्रवाल ❖ गोपीराम सुपुत्र श्री सुरजभान, खातोद, महेन्द्रगढ़ ❖ किशोरी लाल सुपुत्र श्री छैलू राम, गांव हसनपुर, बोचड़िया, अटेली, महेन्द्रगढ़ ❖ श्री राम किशन सुपुत्र श्री तुलसी राम जी, गांव फाजिलपुर, सोनीपत ❖ अनिल सिंगला सुपुत्र श्री देवी राम, 945/30, विकास नगर, ककरोई रोड, सोनीपत ❖ सुमन धर्मपत्नी अनिल कुमार 1019/16, दहिया कॉलोनी, सोनीपत ❖ मधुक सुपुत्र श्री राजेश कुमार राम गली, उत्तम नगर, वार्ड नं. 20, गोहाना, सोनीपत ❖ महक सुपुत्री श्री सतीश कुमार 79/22, विशाल नगर, सोनीपत ❖ सुभाष चन्द सुपुत्र श्री राम दास, म. नं. 1293, सेक्टर-15, सोनीपत ❖ राहुल सुपुत्र श्री जसवंत सिंह, ककरोई, सोनीपत ❖ प्रिया सुपुत्री परवीन कुमार, 83 चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ शिवांगी पाण्डे सुपुत्री श्री मयंक दुरेजा, म. नं. 83, एच.बी.सी. सोनीपत ❖ सोनी सुपुत्री श्री रवि प्रहलाद, म. नं. 20 चिंतपूर्णी कॉलोनी, मुरथल रोड, सोनीपत ❖ हेमलत्ता भरंगर धर्मपत्नी मान सिंह, 323 शाह सदन, मॉडल टाउन, सोनीपत ❖ निर्देश कुमार सुपुत्र श्री जयकरण गांव रोहणा, खरखौदा, सोनीपत ❖ राकेश कुमार सुपुत्र श्री रामसिंह, 750/10D, ओल्ड हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, सोनीपत ❖ शशि रानी धर्मपत्नी श्री राकेश वधवा, 246, एचबीसी, सोनीपत ❖ कायरा सुपुत्री श्री मनोज कुमार, 271/10, चावला कॉलोनी, सोनीपत ❖ दीपक रावत सुपुत्र श्री महेन्द्र सिंह रावत, 19/9, न्यू सब्जी मण्डी, सोनीपत ❖ रामपाल सुपुत्र श्री रामेश्वर, छिछड़ाना, गोहाना, सोनीपत ❖ सरिता धर्मपत्नी श्री महाबीर, 605/25, आर्य नगर, सोनीपत ❖ महाबीर सुपुत्र श्री बाहल सिंह, 65/25 आर्य नगर, सोनीपत ❖ आयुष सुपुत्र श्री बिजेन्द्र, आर्य नगर, सोनीपत ❖ राजवंती धर्मपत्नी श्री महाबीर सिंह, आर्य नगर, सोनीपत ❖ ओमसिंह सैनी सुपुत्र श्री ज्ञानी राम सैनी, सैनी टी स्टाल, देवीलाल चौक, मुगलपुरा, गोहाना, सोनीपत ❖ जितेन्द्र सुपुत्र श्री विरेन्द्र, गांव छपरा, गोहाना, सोनीपत ❖ रामकृष्ण सुपुत्र श्री उमा चरण, 181, सैक्टर 15, पंचकूला ❖ दिव्या सुपुत्री जगदीश, विशकर्मा मंदिर रोड, घरौंडा, करनाल ❖ सनाया सुपुत्री धीरज चुटानी मं नं. 100 सैक्टर 8, पंचकूला ❖ ममता, आर्य बाल भारती पब्लिक स्कूल, घरौंडा, करनाल ❖ हितेश सुपुत्र श्री विजेन्द्र कुमार जुलाना, जीन्द ❖ बलजीत सुपुत्र श्री हवा सिंह गांव गतौली, जुलाना, जीन्द ❖ प्रवेश सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना वार्ड 2, जीन्द ❖ अमित सुपुत्र श्री राजेश, जुलाना, जीन्द ❖ सुशील कुमार सुपुत्र मोहन लाल अत्तर सिंह ❖ सितेन्द्र पुत्र श्री फूल सिंह घटौली, जुलाना, जीन्द ❖ दयाराम सुपुत्र श्री जिले सिंह, जामनी बस स्टैण्ड, पुलिस स्टेशन, सफीदों, जीन्द ❖ हरीश सुपुत्र श्री प्रकाश चन्द्र, जुलाना, जीन्द ❖ मोहनलाल सुपुत्र श्री भीम सैन वार्ड नं. 11, जुलाना, जीन्द ❖ नफे सिंह सुपुत्र श्री रामकिशन, म. नं. 2748/29, विकास नगर, भिवानी रोड, जीन्द ❖ महेन्द्र सिंह सुपुत्र श्री रामधारी, वार्ड नं. 23, राम कॉलोनी, जीन्द ❖ रमेश चन्द सुपुत्र स्व. श्री केहर सिंह म. नं. 924/29, राम नगर, रोहतक रोड, जीन्द ❖ राजबीर सिंह सुपुत्र श्री फते सिंह म.नं. 1872/24, जीव कृष्णा कॉलोनी, जींद ❖ सुमन देवी धर्मपत्नी विकास गिल, नजदीक सैक्टर 11, विजय नगर, जीन्द

क्रमशः

शेष विजेताओं की सूची अगले अंक में देखें

आवश्यक सूचना :

1. सभी पुरस्कारों का वितरण 1 दिसम्बर 2025 से किया जाएगा।
2. पुरस्कार संख्या 1 से 3 तक के विजेताओं को हरिभूमि मुख्यालय, नजदीक इंडस पब्लिक स्कूल, रोहतक से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
3. पुरस्कार संख्या 4 से 13 उपहार के विजेताओं को संबंधित हरिभूमि कार्यालय अभिकर्ता से पुरस्कार प्राप्त हो सकेंगे।
4. यदि किसी भी पुरस्कार पर सरकार के नियमानुसार टी.डी.एस. लागू होगा तो विजेता को लागू टी.डी.एस. की राशि हरिभूमि कार्यालय में एडवांस में जमा करनी होगी।
5. पुरस्कार प्राप्त करने के लिए आपको अपने साथ पुरस्कार विजेता की फोटो आईडी की फोटो प्रति जमा करनी होगी। मूल प्रति को मिलान हेतु साथ में लाना अनिवार्य है।
6. अधिक जानकारी के लिए आप निम्न नम्बरों पर हरिभूमि प्रसार विभाग में प्रातः 11.00 से सायं 4.00 बजे तक सम्पर्क कर सकते हैं :- फोन : 9253681019-20

- कार्यालय पता -

हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 7988727916, 9315429403, 9253681005

खबर संक्षेप

भाविप विवेकानंद शाखा ने मनाई रानी लक्ष्मीबाई की जयंती

हिसार। भारत विकास परिषद विवेकानंद के सदस्यों ने प्रकल्प प्रमुख अशोक शर्मा के नेतृत्व में रानी लक्ष्मी बाई की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर जयंती पर उन्हें नमन किया। सभी पदाधिकारियों ने उनके जीवन पर प्रकाश डाला और उनकी देशभक्ति को नमन किया। इस दौरान शाखा अध्यक्ष अमर गोयल, संजीव गोयल, सुमित मित्तल, प्रदीप अग्रवाल, रमेश गोयल व प्रदीप गर्ग सहित अनेक सदस्य उपस्थित थे।

राजकीय बहुतकनीकी में नकल विरोधी जागरूकता अभियान चलाया

हिसार। गुरु दक्ष राजकीय बहुतकनीकी, हिसार में प्रथम सेमेस्टर के लगभग 650 विद्यार्थियों की सहभागिता के साथ नकल विरोधी जागरूकता अभियान का सफल आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत में संस्थान के प्राचार्य डॉ. मुकेश बंसल ने परीक्षाओं की गरिमा एवं पवित्रता बनाए रखने के महत्व पर छात्रों को मार्गदर्शन दिया। एग्जाम प्रभारी प्रवीण पानू ने नकल के दुष्परिणामों पर चर्चा करते हुए विद्यार्थियों को ईमानदारी से तैयारी करने के लिए प्रेरित किया।

संघर्ष समिति ने किसान को दी आर्थिक सहायता

नारनौंद। भारतीय किसान संघर्ष समिति ने खेड़ी चोपटा के किसान पंडित दीपक को आर्थिक मदद दी है। बता दें कि किसान पंडित दीपक के चार पशु अज्ञात परिस्थितियों में से मर गए थे। किसान परिवार दूध बेचकर ही घर का काम चलता था। अब उनके पास आजीविका का अन्य कोई साधन नहीं है। संघर्ष समिति के प्रदेश अध्यक्ष विकास सीसर, काला गामड़ा, कुलदीप ढांडा ने बताया कि इस कठिन समय में समिति की तरफ से पीड़ित परिवार से मिलकर सांत्वना दी तथा सहयोग स्वरूप 21 हजार रुपये नगद सहायता प्रदान की।

राजकीय महाविद्यालय में पुस्तक प्रदर्शनी लगाई

हिसार। गुरु गोरखनाथ राजकीय महाविद्यालय में रामकृष्ण मिशन पुणे की 125वीं वर्षगांठ के अवसर पर स्वामी विवेकानंद के जीवन, दर्शन और आदर्शों पर आधारित एक विशेष पुस्तक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. विवेक कुमार सैनी के मार्गदर्शन में आयोजित हुआ, जिसमें एनएसएस यूनिट तथा लाइब्रेरी सैल ने सक्रिय सहयोग दिया। कार्यक्रम का सफल संचालन लाइब्रेरी सेल इंचार्ज डॉ. अनिल यादव तथा एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों डॉ. सरोज, डॉ. राजेन्द्र प्रसाद मौजूद रहे।

इंदिरा गांधी ने देशहित सर्वोपरि रखा: बृजलाल

हिसार। जिला कांग्रेस कमेटी की ओर से कांग्रेस भवन में भारत रत्न एवं पूर्व प्रधानमंत्री स्व. इंदिरा गांधी की 108वीं जयंती पर श्रद्धांजलि कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष बृजलाल बहबलपुरिया ने की। जिला अध्यक्ष बृजलाल बहबलपुरिया ने इस अवसर पर कहा कि इंदिरा गांधी भारत की वह अदम्य शक्ति थीं, जिन्होंने कठिन से कठिन परिस्थितियों में भी देशहित को सर्वोपरि रखा।

जेजेपी हलका हिसार की नई कार्यकारिणी घोषित

हिसार। जननायक जनता पार्टी ने हलका हिसार की कार्यकारिणी का विस्तृत ऐलान कर दिया है। जेजेपी हिसार अध्यक्ष विपिन गोयल ने कहा कि नई कार्यकारिणी प्रधान महासचिव की जिम्मेदारी जसदीप काहलो को वरिष्ठ उपाध्यक्ष भगवान दास गहलोत,जेपी बुडानिया को बनाया गया है। उप प्रधान की जिम्मेदारी ऋषि खटकड़,अमित ठकराल,नरेन्द्र कुकडेजा, रोबिन सैनी, प्रवेश गुप्ता, करमबीर बागड़ी को दी गई है जबकि महासचिव बलजीत सिंधू, नवीन बारेठ, अनीश गोयल, अमित ओढ़, अमित आहूजा, संजीव यादव, रवि मोरवाल, राजेश भारद्वाज, हरमिंदर कादयान, नरेश को बनाया है।

---

12 क्वार्टर क्षेत्र में आठ माह पहले खोदकर छोड़ी सड़क
कई बार प्रदर्शनों के बाद भी नहीं जागे अधिकारी तो उठाया कदम

ढोल बजाकर निगम अफसरों को जगाने पहुंचे क्षेत्रवासी

पुलिसकर्मियों ने अंदर नहीं घुसने दिया बाहर निकाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

शहर के 12 क्वार्टर क्षेत्र में पिछले आठ माह से खोदकर छोड़ी गई सड़क न बनवाए जाने से खफा क्षेत्रवासियों ने नगर निगम अधिकारियों का अनोखे ढंग से विरोध किया। क्षेत्रवासी वहां ढ़ोल लेकर पहुंचे और अधिकारियों को नींद से जगाने की बात कहते हुए नारेबाजी करना व ढ़ोल बजाना शुरू कर दिया। उनका आरोप था कि सड़क के छोटे से टुकड़े को आठ माह से नहीं बनाया जा रहा है जिस वजह से क्षेत्रवासी परेशान है वहीं आए दिन दुर्घटनाएं हो रही है।

क्षेत्रवासी बुधवार को नगर निगम कार्यालय के बाहर पहुंचे और ढोल बजाना शुरू कर दिया। इस दौरान क्षेत्रवासियों ने निगम कार्यालय के अंदर जाकर भी प्रदर्शन करने की कोशिश की लेकिन मौके पर मौजूद पुलिसकर्मियों ने उन्हें अंदर नहीं घुसने दिया और धक्के देकर बाहर की ओर निकाल दिया। इसके बाद लोगों ने अपना ज्ञापन नगर निगम की दीवार पर चस्पा कर दिया। वहीं, लोगों का विरोध बढ़ते देख निगम अधीक्षक अभियंता भी मौके पर पहुंचे। उन्होंने लोगों की समस्याएं सुनकर उन्हें जवाब देकर शांत करने की कोशिश की, लेकिन लोग नहीं माने। इस दौरान लोगों ने कहा कि अगर नगर निगम यह काम कर दें तो ठीक है, वरना निगम अफसरों की शव यात्रा शहर में निकाली जाएगी।

हिसार। नगर निगम कार्यालय के सामने ढोल बजाते जवाब दो हिसाब दो संस्था के सदस्य। फोटो: हरिभूमि

पब्लिक हेल्थ का काम पेंडिंग : कार्यकारी अभियंता

नगर निगम के कार्यकारी अभियंता जयवीर सिंह ने बताया कि 12 क्वार्टर रोड पर 60 फुट का एक टुकड़ा करीब 7 महीने पहले उखाड़ा था। उस समय पब्लिक हेल्थ ने इस रोड को बनने से रोक दिया था। पब्लिक हेल्थ का कहना था कि यह हमारा पेच है और इसमें सीवरेज की एक लाइन चेंज होनी है। लाइन चेंज होने के बाद ही यह रोड बनाया जाए। उसी टाइम से यह रोड पेंडिंग हैं। पिछले दिनों पर इस रोड पर प्रदर्शन किया गया तो एसडीओ पब्लिक हेल्थ से बात हुई थी, उनका कहना था कि इस रोड का टेंडर उन्होंने दिया हुआ है।

कई बार विरोध जता चुके मगर अब तक कोई कार्रवाई नहीं हुई

क्षेत्रवासियों ने बताया कि नगर निगम के अधीन आने वाले 12 क्वार्टर रोड की मेन गली की खस्ता हालत से जुड़ा यह मामला है। इस बारे में कई बार लोग विरोध भी जता चुके मगर अब तक कोई कार्रवाई नहीं हुई। इसी के चलते नगर निगम में विरोध प्रदर्शन रखा गया। ढोल बजाकर निगम अफसरों को जगाने के लिए लोग पहुंचे। मगर पुलिस ने लोगों का मेन गेट पर ही रास्ता रोक दिया और अंदर जाने नहीं दिया। कुछ लोग प्रदर्शन को लेकर अंदर जाने लगे तो उन्हें धक्के मारकर बाहर कर दिया। नगर निगम के एसई सतीश गर्ग प्रदर्शनकारियों के बीच पहुंचे और उनको समझाने का प्रयास किया। क्षेत्रवासियों ने एसई सेको कहा कि अगर आप हमारी समस्या का समाधान कर देंगे तो वह तुरंत यहां से चले जाएंगे। सामाजिक कार्यकर्ता राजीव सरदाना ने बताया कि बारह क्वार्टर एरिया में 30 फुट का सड़क का टुकड़ा करीब 8 महीने से टूटा पड़ा है। नगर निगम की गलती के कारण यह रोड टूटा है। आज तक इस रोड को ठीक नहीं करवाया गया। वहां रोजाना हादसा होते हैं। रोजाना हजारों साधन यहां से निकलते हैं मगर इसका समाधान नहीं हो पा रहा है। नगर निगम अफसरों को पहले हमने नोटिस भेजा मगर इन्होंने कोई सुनवाई नहीं हुई।

हिसार। कार्यक्रम में उपस्थित पूर्व मंत्री डॉ. कमल गुप्ता तथा भाजपा नेता भूपेंद्र पनिहार। फोटो: हरिभूमि

पीएम किसान सम्मान निधि की 21वीं किस्त जारी

कार्यक्रम का सीधा प्रसारण किया

- जिले के किसानों को अब तक कुल 587 करोड़ रुपये की राशि जारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बुधवार को पीएम किसान सम्मान निधि योजना की 21वीं किस्त जारी की। इस अवसर पर कबीर छात्रावास में जिला स्तरीय कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में पूर्व मंत्री डॉ कमल गुप्ता मुख्यातिथि तथा भाजपा नेता भूपेंद्र पनिहार विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित थे। इस दौरान कोयंबटूर से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी तथा पलवल से मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के कार्यक्रम का भी सीधा प्रसारण किया गया। इस अवसर पर केंद्र व प्रदेश सरकार द्वारा किसान हित में लागू की गई विभिन्न योजनाओं व कार्यक्रमों पर आधारित लघु फिल्म भी प्रसारित की गई। अपने संबोधन में पूर्व मंत्री डॉ कमल गुप्ता ने कहा कि पीएम किसान सम्मान निधि योजना किसानों के लिए एक महत्वपूर्ण योजना है। इस योजना के अंतर्गत पात्र किसानों को प्रति वर्ष 6 हजार रुपये की सहायता तीन किस्तों के रूप में सीधे बैंक खाते में भेजी जाती है। उन्होंने बताया कि हिसार जिले के किसानों को अब तक लगभग 587 करोड़ रुपये की राशि प्रदान की जा चुकी है। इस अवसर पर हिसार एसडीएम ज्योति मितल, डीडीए डॉ राजबीर सिंह, एपीपीओ अरुण यादव, जोगीराम खुंडिया, डॉ महिपाल, कुलदीप दुग्गल, अजित सिंह, गोपीराम सहित अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

सरकार ने अपने वायदे पूरे किए होते तो आज जनता सड़क पर नहीं होती : राजेन्द्र सोरखी

- सरकार पर जनता को झूठे व लुभावने वायदे करके बरगलाने का आरोप

राजेन्द्र सोरखी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

आम आदमी पार्टी के जिला प्रधान राजेंद्र सोरखी ने कहा है कि हरियाणा व केंद्र की भाजपा सरकार आए दिन देश व प्रदेश की भोली-भाली जनता को झूठे व लुभावने वायदे करके बरगलाने का काम कर रही है। समय-समय पर नई योजनाओं को क्रियान्वन करने की घोषणा करके केवल और केवल जनता को गुमराह किया जा रहा है। धरातल पर सच्चाई कुछ और ही है। जिला प्रधान राजेन्द्र सोरखी ने कहा कि वर्तमान समय में प्रदेश व देश का हर वर्ग भाजपा सरकार से दुखी व परेशान हैं। हरियाणा के सभी जिला मुख्यालयों पर आज आंदोलन करने वालों के टेंट लगे हुए हैं। इनमें किसान, व्यापारी, मजदूर, छात्र सहित सभी वर्ग शामिल हैं। सरकार में बैठे मंत्री अपने समर्थकों के अलावा आम जनता से मिलने से दूरी बनाए हुए है। राजेन्द्र सोरखी ने आगे कहा कि सत्ता में आने से पहले भाजपा ने जनता से 217 वायदे किये थे, मुख्यमंत्री का कहना है कि 50 वायदों को पहले ही वर्ष में पूरा कर उदाहरण प्रस्तुत किया है।

गुरु तेग बहादुर का बलिदान अमर संदेश : प्रो. काम्बोज

- गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी दिवस के उपलक्ष्य पर कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के इंदिरा गांधी ऑडिटोरियम में छात्र कल्याण निदेशालय की ओर से गुरु तेग बहादुर जी की 350वें शहीदी दिवस के उपलक्ष्य पर सेमिनार का आयोजन किया गया। सेमिनार में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज मुख्य अतिथि रहे जबकि गुरुद्वारा साहिब हिसार से भाई कुलदीप मुख्य वक्ता के तौर पर उपस्थित रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ महामंत्र के उच्चारण एवं गुरुद्वारा साहिब के रागी जत्थों द्वारा कीर्तन से हुआ। कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने अपने संबोधन में कहा कि गुरु तेग बहादुर जी का बलिदान सिर्फ सिख समुदाय के लिए नहीं बल्कि पूरी मानवता के लिए एक अमर संदेश है। उनकी शहादत हमें साहस और भक्ति के पथ पर चलने की प्रेरणा देती है। भाई कुलदीप सिंह ने अपने संबोधन में गुरु तेग बहादुर की जीवनी पर प्रकाश डाला। इस मौके पर कुलसचिव डॉ. पवन कुमार, छात्र कल्याण निदेशक एवं कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. एसके पाहुजा आदि उपस्थित रहे।

हिसार। गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी दिवस के उपलक्ष्य पर कीर्तन सुनते श्रद्धालु। फोटो: हरिभूमि

सम्मान निधि से किसानों को हो रहा फायदा : वीसी

- प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि एवं दक्षिण भारत प्राकृतिक खेती समिट 2025 के तहत कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में कोयम्बटूर (तमिलनाडु) में आयोजित प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि एवं दक्षिण भारत प्राकृतिक खेती समिट-2025 के उद्घाटन समारोह का सीधा प्रसारण दिखाया गया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज मुख्य अतिथि रहे। मौलिक विज्ञान एवं मानविकी महाविद्यालय के सभागार में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कुलपति प्रो. काम्बोज ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आज़ प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना की 21 वीं किस्त के तहत 18 हजार करोड़ रुपये की सम्मान राशि का हस्तांतरण किया। इस योजना के तहत हिसार जिले के 1 लाख 36 हजार 551 किसानों को 27.31 करोड़ रुपये की धनराशि किसानों के खातों में डाली गई। उन्होंने कहा कि पीएम किसान सम्मान निधि से किसानों को फायदा हो रहा है। विस्तार शिक्षा निदेशक डॉ. बलवान सिंह मंडल ने कार्यक्रम में सभी का स्वागत किया जबकि धन्यवाद प्रस्ताव मौलिक विज्ञान एवं मानविकी महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. राजेश गेरा ने पारित किया। कार्यक्रम में तकनीकी सत्र में डॉ. राकेश पूनिया ने सरसों की उन्नत खेती के बारे में जानकारी दी एवं डॉ. सतपाल ने रबी सीजन की चारा फसलों के प्रबंधन की जानकारी दी। मंच का संचालन डॉ. भूपेन्द्र ने किया।

हिसार। कार्यक्रम को सम्बोधित करते कुलपति प्रो .बीआर काम्बोज व उपस्थित श्रोतागण।

लोटस इंटरनेशनल स्कूल का शानदार प्रदर्शन

उकलाना। लोटस इंटरनेशनल स्कूल के 12 विद्यार्थियों ने ब्लॉक स्तरीय गीता महोत्सव प्रतियोगिता में अपना शानदार प्रदर्शन कर के जिला स्तरीय प्रतियोगिता मे अपना स्थान पक्का किया। इन प्रतियोगिताओं का आयोजन राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ विद्यालय उकलाना मंडी में हुआ।

स्कूल प्रिंसिपल आरती कुनर ने जानकारी देते हुए बताया कि कक्षा छठी से आठवीं के वर्ग 1 के संवाद प्रतियोगिता में तन्वी और परिधी कक्षा छठी व पेंटिंग मे दुर्गेश आठवीं ने उत्कृष्ट प्रस्तुति के साथ पहला स्थान प्राप्त किया। जिससे पूरे स्कूल का सम्मान बढ़ा। गीताश्लोक उच्चारण में ऐतरेय आठवीं ने अपने स्पष्ट उच्चारण और आत्मविश्वास से दूसरा स्थान प्राप्त किया।

हांसी। कृष्णा जनरल स्टोर के मालिक पंकज कुमार से पूछताछ करते डीएसपी विनोद शंकर, उनके साथ है शहर थाना प्रभारी इंस्पेक्टर सरबजीत सिंह।

चोरों ने एक ही रात में दो दुकानों के ताले चटकाए

- लाखों रुपये की नकदी व सामान चुराकर ले गए चोर
- चोरी की पूरी वारदात व आरोपियों के चेहरे सीसीटीवी कैमरे में कैद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

अज्ञात चोरों ने मंगलवार रात को सदर बाजार स्थित एक कपड़े व एक जनरल स्टोर की दुकान को निशाना बनाते हुए दोनों दुकानों के शटर तोड़ कर लाखों रुपये की नकदी व अन्य सामान चुरा कर ले गए। चोरी की पूरी वारदात तथा चोरों के चेहरे जनरल स्टोर के अंदर व बाहर लगे सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई है। सूचना मिलने पर डीएसपी विनोद शंकर, शहर थाना प्रभारी इंस्पेक्टर सरबजीत सिंह तथा किला बाजार पुलिस चौकी इंचार्ज एएसआई जसबीर सिंह और फिंगर प्रिंट एक्सपर्ट टीम ने मौके का निरीक्षण किया। इस मामले में आहूजा इम्पोरियम के संचालक कृष्ण चंद्र आहूजा तथा कृष्णा जनरल स्टोर व ब्यूटी पार्लर के संचालक पंकज कुमार की शिकायत के आधार पर अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मामले की जानकारी देते हुए कृष्णा जनरल स्टोर के मालिक पंकज ने बताया कि वह रात करीब 8 बजे अपनी दुकान को अच्छी प्रकार से बंद करके घर चला गया था और सुबह करीब 9 बजे उसके दुकान के कृष्ण चंद्र आहूजा का फोन आया कि रात को मेरी दुकान में चोरी हो गई है और आपकी दुकान का भी ताला टूटा हुआ है। सूचना मिलने पर उसने दुकान पर आकर देखा तो दुकान के अंदर सामान बिखरा हुआ था तथा गल्ले में रखी करीब डेढ़ लाख रुपये की नकदी तथा सामान गायब मिला।

छत के रास्ते आहूजा इंपोरियम में घुसे चोर

चोरों ने कृष्णा जनरल स्टोर के साथ लगती आहूजा इम्पोरियम को भी निशाना बनाते हुए छत के रास्ते दुकान में प्रवेश किया और दुकान के गल्ले में रखी करीब 3 हजार रुपये की नकदी तथा महंगे लेडिज शूट व अन्य सामान चुरा कर ले गए। कृष्ण आहूजा ने बताया कि चोर उसकी दुकान से करीब 30 हजार रुपये का सामान चुराकर ले गए। पुलिस ने दोनों दुकान में लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

गुजवि में श्रम बाजार के नए प्रतिमान पर हुई राष्ट्रीय संगोष्ठी

हिसार। गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के अर्थशास्त्र विभाग के सौजन्य से विकसित भारत@2047 : श्रम बाजार में नवाचार, विनियमन एवं ट्रेड यूनियन-श्री दत्तोपंत ठेंगड़ी के विचारों के आलोक में शीर्षक से राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर केन्द्रीय श्रम मंत्रालय के डीटीएनबीडब्ल्यूईडी के अध्यक्ष प्रो. वीरजेश कुमार विशिष्ट अतिथि, गुजविप्रौवि के कुलसचिव डॉ. विजय कुमार विशेष आमंत्रित अतिथि तथा जेएनयू से सीआईएस एंड एलएस के अध्यक्ष डॉ. मीनाकेतन बेहरा मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित रहे। अर्थशास्त्र विभाग के वरिष्ठ संकाय सदस्य प्रो. एनके बिश्नोई व विभागाध्यक्ष डा. अश्वनी कुमार उपस्थित रहे।

अंडरपास के लिए पूर्व चेयरमैन गोयल से मुलाकात

- गोयल का आश्वासन मुख्यमंत्री से मुलाकात करेंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ उकलाना

सिरसा–चंडीगढ़ रोड पर बन रहे ओवरब्रिज के साथ अंडरपास निर्माण की मांग को लेकर क्षेत्रवासियों ने हरियाणा वेयर हाउसिंग कॉरपोरेशन के पूर्व अध्यक्ष श्रीनिवास गोयल से मुलाकात की। उन्होंने श्रीनिवास गोयल को बताया कि अंडरपास की पहले मंजूरी मिल चुकी थी, लेकिन बाद में अधिकारियों द्वारा उसे रद कर दिया गया। क्षेत्रवासियों का कहना था कि अंडरपास न बनने से स्थानीय लोगों के रोजगार पर गंभीर असर पड़ेगा और कई दुकानदारों व कामगारों का रोजगार समाप्त हो जाएगा। इसलिए अंडरपास का निर्माण अति आवश्यक है। गोयल ने आश्वासन दिया कि वह इस विषय को लेकर संबंधित अधिकारियों व मुख्यमंत्री से मुलाकात करेंगे तथा अंडरपास निर्माण के लिए पूरा प्रयास किया जाएगा। इस मौके पर विश्वकर्मा चेरीटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष कपूर सिंह, गुरदीप सिंह नीरज गर्ग बलजीत नंबरदार सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

धर्म-कर्म मोहल्ला रामपुरा के गीता भवन में राम कथा का छठा दिन

कथा-सत्संग सुनते रहो, राम तुम्हारे हृदय में वास करेंगे

जैसे कर्म करेगा इंसान, वैसा ही फल देगा भगवान : संत गोपीराम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

मोहल्ला रामपुरा स्थित गीता भवन मंदिर में चल रही श्रीराम कथा के छठे दिन उपस्थित श्रद्धालुओं को प्रवचन देते हुए वृंदावन धाम से आये कथा व्यास संत गोपीराम महाराज ने कहा कि प्रभु श्रीराम ने हमेशा मर्यादा का पालन किया। जब राम, सीता व लक्ष्मण वन जाने लगे तो सबसे पहले वाल्मीकि जी के आश्रम में गए और उनसे वन में रहने का स्थान पूछा कि वे कहां रहें। वाल्मीकि जी ने कहा कि राम तुम सर्वव्यापी हो, कहीं भी रहो। दोबारा पूछने पर जवाब मिला कि 14 स्थान हैं, जहां आप रह सकते हैं। पहला जिसने आपकी कथा को सुना, उसके हृदय में वास करो। दूसरा आंखें हैं जो हमेशा अच्छा ही देखें, इस तरह राम को 14 स्थान बता दिए। उन्होंने कहा कि कथा-सत्संग सुनते रहो, राम तुम्हारे हृदय में वास करेंगे।

हिसार। गीता भवन मंदिर में प्रवचन देते संत गोपीराम महाराज। *फोटो: हरिभूमि*

अवतार से पहले ही रामायण लिखी

संत गोपीराम ने बताया कि ब्रह्मर्षि वाल्मीकि जी ने राम के अवतार लेने से पहले ही रामायण लिख दी थी। रामायण में लिखा एक-एक शब्द हमें जीवन जीने का रास्ता दिखाता है। अच्छे कर्म ही मनुष्य को महान बनाते हैं। कहा भी गया है, जैसे कर्म करेगा ऐ इंसान, वैसा ही फल देगा भगवान। मंच संचालन करते हुए भजन गायक सुमित मित्तल ने भजनों की वर्षा की। सैंकड़ों श्रद्धालुओं ने कथा का रसपान किया।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 7988727916, 9315429403, 9253681005