तापमान

अधिकतम 27 .3 डिग्री
न्यूनतम 5 .5 डिग्री

हरिभूमि

हिसार भूमि

रोहतक, गुरुवार, 11 दिसंबर 2025

12 रेलू राम पूनिया हत्याकांड, भतीजे की राष्ट्रपति को...

12 नई ऑटो मार्केट में विकास रैली 16 को, सीएम...

खबर संक्षेप

किसानों का धरना 45वें दिन भी जारी रहा

आदमपुर। बीमा, मुआवजा, जलभराव का स्थाई समाधान, खेत मजदूर को मुआवजा आदि मांगों को लेकर तहसील परिसर मे चल रहे अखिल भारतीय किसान सभा का धरना बुधवार को 45वें दिन भी जारी रहा। धरने की अध्यक्षता राजीव बैनीवाल व सुरेश धानक ने सयुक्त रूप से की। तहसील सचिव सतबीर सिंह धायल ने कहा कि प्रदेश सरकार किसानों को बदनाम करने की राह छोड़ कर बर्बाद फसलों का बीमा मुआवजा देने का काम करें। धरने पर संदीप बैनीवाल, मांगेराम गोदारा, सेवा सिह चाहर, कपूर सिंह बगला, भूप सिंह, सोनू बिश्नोई, विष्णु बिश्नोई, विक्रम, बलराज मेहरिया, श्रीकान्त बाजोलिया आदि मौजूद थे।

स्वच्छता के नियम तोड़ने पर 7 चालान

हिसार। स्वच्छता नियमों का उल्लंघन करने पर बुधवार की नगर निगम की एएसआई कपिल, एएसआई प्रवीण, एएसआई सरोज ने बगला रोड पर एक व्यक्ति के द्वारा खुले में कचरा फैलाने पर उसका 5 हजार रूपये का चालान किया। इसके अलावा सीटीएल प्रदीप जाखड, तकनीकी एक्सपर्ट जसबीर कुण्डू ने पड़ाव चौक, जहापुल चौक व जलेबी चौक क्षेत्र में 6 दुकानदारों के द्वारा डस्टबिन प्रयोग न करने पर चालान किए गए। इसके साथ ही टीम ने लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक किया।

मोबाइल फोन चोरी के मामले में एक काबू

हिसार। एचटीएम थाना पुलिस ने महावीर कॉलोनी स्थित मकान से मोबाइल फोन चोरी के मामले में 12 क्वार्टर रोड निवासी सूरज को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी से चोरीशुदा दो मोबाइल फोन बरामद किए है। मुख्य सिपाही जोगिंदर सिंह ने बताया कि इस संबंध में महावीर कॉलोनी निवासी प्रेम ने उसके घर से तीन दिसंबर की रात को तीन मोबाइल फोन चोरी होने के बारे में शिकायत दी थी। इस पर कार्रवाई करते हुए पुलिस ने उक्त आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी से चोरीशुदा दो मोबाइल बरामद किए है।

पूर्व वित्त मंत्री कैप्टन अभिमन्यु का अभिनंदन समारोह 18 को बास में

■ मार्केट कमेटी बास के चेयरमैन की तरफ से होने वाले अभिनंदन समारोह में लगेगा रक्तदान शिविर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौंद

प्रदेश के पूर्व वित्त मंत्री कैप्टन अभिमन्यु का अभिनंदन समारोह 18 दिसंबर को गांव बास में किया जाएगा। इस अवसर पर एक विशाल रक्तदान शिविर भी लगाया जाएगा। यह जानकारी भाजपा नेता अजय सिंधु ने नारनौंद के भाजपा कार्यालय में कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए दी। उन्होंने बताया कि भाजपा के शासन में सभी वर्गों कि लोगों को फायदा पहुंचाने के लिए अनेक योजनाएं लागू की जा रही है वहीं, प्रदेश का एक समान तरीके से विकास किया जा रहा है। पार्टी को मजबूत करने के लिए सभी कार्यकर्ता दिन-रात मेहनत कर रहे हैं। इसी कड़ी में 18 दिसंबर को गांव बास में एक कार्यक्रम का आयोजन कर प्रदेश के पूर्व वित्त मंत्री कैप्टन अभिमन्यु का अभिनंदन किया जाएगा। इसमें भारी संख्या में कार्यकर्ता भाग लेंगे।

अभिनंदन समारोह को लेकर जोश : चेयरमैन

मार्केट कमेटी के चेयरमैन शमशेर मोर ने जानकारी देते हुए बताया कि प्रदेश के पूर्व वित्त मंत्री कैप्टन अभिमन्यु 18 दिसंबर को गांव बास में एक कार्यक्रम में भाग लेंगे। इसको लेकर कार्यकर्ताओं में भारी जोश है। सभी कार्यकर्ताओं की तरफ से उनका अभिनंदन किया जाएगा। इस कार्यक्रम के लिए पार्टी के बूथ स्तर के सभी कार्यकर्ताओं को भी निमंत्रण भेजा गया है।

यह रहे उपस्थित

इस अवसर पर चेयरमैन शमशेर मोर, चेयरमैन मास्टर उदय सिंह लोहान, नपा चेयरमैन शमशेर कूकन, बिजेंद्र शर्मा, आजाद शर्मा, कर्णपाल पेटवाड़, नीलम जांगड़ा, सोनू सैनी, महावीर श्योराण, कुलदीप गौतम, सुरेश एमसी, ईश्वर बडाला, राजेंद्र लांबा, नरेश वर्मा, चांदीमान, अमरजीत लोहान, पप्पू सिसाय, अफसाना कोथ, अंग्रेजों आदि मौजूद थे।

नारनौंद। भाजपा कार्यालय में कार्यकर्ताओं को संबोधित करते भाजपा नेता अजय सिंधु। फोटो : हरिभूमि

हड़ताल के तीसरे दिन भी नहीं हो पाए आंखों के ऑपरेशन

एस्मा के बावजूद अनिश्चितकालीन हड़ताल पर डॉक्टर रहे अड़े, रोष

चरमराने लगीं स्वास्थ्य सेवाएं, मरीजों की संख्या होने लगी कम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हरियाणा सरकार द्वारा डाक्टरों की हड़ताल पर एस्मा लगाने के बावजूद हड़ताली डाक्टरों पर इसका असर नहीं हो रहा है। डॉक्टरों ने अपनी हड़ताल को अनिश्चितकालीन घोषित करके सरकार की कार्रवाई पर रोष जताया है। उधर, लगातार चल रही हड़ताल से स्वास्थ्य सेवाएं चरमराने लगी है और नागरिक अस्पताल में आए दिन के मुकाबले मरीजों की संख्या भी घटने लगी है। लगातार चल रही हड़ताल से स्वास्थ्य सेवाएं प्रभावित होने लगी है। हालांकि सरकार एवं प्रशासन इधर उधर से चिकित्सक बुलाकर सेवाएं पटरी पर लाने का दावा कर रहे हैं लेकिन ये प्रयास खरे नहीं उतर रहे हैं। सरकार ने जहां मंगलवार को एस्मा लगाकर हड़ताल को गलत बताया वहीं हरियाणा सिविल मेडिकल सर्विसेज एसोसिएशन (एचसीएमएसए) ने बुधवार से हड़ताल को अनिश्चिकालीन घोषित कर दिया है। इससे मरीजों की परेशानी और बढ़ गई है। एक्स-रे से लेकर सिजेरियन तक और एक ही डॉक्टर से इलाज करवा रहे मरीजों को दिक्कत हो रही है। जिले के नागरिक अस्पताल प्रशासन ने प्रोबेशन पीरियड पर चल रहे 24 डॉक्टरों को शोकॉज नोटिस भेजा है, मगर अभी तक एक भी डॉक्टर वापस नहीं आया है। वहीं बाकी चिकित्सकों को नो वर्क नो पेमेंट का मैसेज भेजा गया। चिकित्सकों की हड़ताल के चलते पिछले तीन दिनों से आंखों के ऑप्रेशन नहीं हो पा रहें। अग्रोहा मेडिकल कॉलेज से 20 डॉक्टरों को बुलाया है, मगर 128 डॉक्टरों के छुट्टी पर जाने से हालात बिगड़ रहे हैं। अग्रोहा मेडिकल कॉलेज से हिसार के अलावा सिरसा और फतेहाबाद भी डॉक्टर भेजे गए हैं। सरकारी डॉक्टरों की दो दिन की हड़ताल के बावजूद प्रदेश सरकार सभी मांगें मानने को तैयार नहीं हुई है। सरकार ने सख्त रुख अपनाते हुए डॉक्टरों की हड़ताल पर 6 महीने के लिए प्रतिबंध लगा दिया है। इसके लिए आवश्यक सेवाएं अनुरक्षण अधिनियम (एस्मा) का सहारा लिया गया है।

हिसार। हड़ताल के कारण इधर उधर भटक रहे मरीज व अस्पताल का दौरा करते सीएमओ डॉ. सपना गहलावत। फोटो : हरिभूमि

डॉक्टरों की हड़ताल का कारण

हरियाणा सिविल मेडिकल सर्विसेज एसोसिएशन का कहना है कि राज्य सरकार से कई दौर की वार्ता के बाद भी मांगों पर सहमति नहीं बन पाई है। एसोसिएशन को अधिकारियों के भरोसे पर यकीन नहीं है। राज्य के डॉक्टर वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारियों (एसएमओ) की सीधी भर्ती रोकने की मांग कर रहे हैं। पूर्व में तत्कालीन स्वास्थ्य मंत्री अनिल विज इसकी मंजूरी दे चुके थे, लेकिन मौजूदा व्यवस्था में इसे लागू नहीं किया जा रहा है। स्वास्थ्य मंत्री आरती सिंह राव, मुख्य सचिव अनुराग रस्तोगी और स्वास्थ्य सचिव सुधीर राजपाल के साथ हुई बैठकों में सीधे एसएमओ की भर्ती नहीं किए जाने पर सहमति बन चुकी है, लेकिन एश्योर्ड करियर प्रमोशन (एसीपी) पर पेंच फंसा हुआ है।

चिकित्सकों को भेजा कारण बताओ नोटिस

हड़ताल पर चल रहे 24 प्रोबेशन पीरियड के चिकित्सकों को शोकॉज नोटिस भेजा गया है। नागरिक अस्पताल में किसी प्रकार की मरीजों को परेशानी नहीं आने दी जाएगी। व्यवस्था बनाने के लिए अग्रोहा मेडिकल कॉलेज से चिकित्सकों की टीम लगाई गई है।

-डॉ. सपना गहलावत, सीएमओ।

एस्मा के तहत कार्रवाई के विरोध में उतरा सकसं

■ जनता को हो रही परेशानियों से सरकार को सरोकार नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हरियाणा सिविल मेडिकल सर्विसेज एसोसिएशन द्वारा प्रदेश भर के सरकारी डॉक्टरों द्वारा अपनी जायज़ मांगों को लेकर जारी अनिश्चितकालीन हड़ताल पर सरकार द्वारा एस्मा लगाने के रवैए पर सर्व कर्मचारी संघ ने विरोध जताया है। सकसं के जिला प्रधान अशोक सैनी, सचिव ओमप्रकाश माल और प्रैस प्रवक्ता नूर मोहमद ने सरकार द्वारा एस्मा लगाने के फैसले की निंदा करते हुए बताया कि सरकार जानबूझकर कर डॉक्टर्स को हड़ताल करने पर बाध्य कर रही है। सर्व कर्मचारी संघ हरियाणा सरकारी डॉक्टर्स की सभी जायज़ मांगों का पूर्ण समर्थन करती है। कर्मचारी नेताओं ने कहा है स्वास्थ्य सेवाओं के बाधित होने से आमजन को हो रही समस्याओं पर सरकार मूकदर्शक और संवेदनहीन नजर आ रही है। जनता को हो रही परेशानियों से सरकार को कोई सरोकार नहीं है।

चिकित्सकों की बजाय सरकार पर लगना चाहिए एस्मा जैसा एक्ट : संपत सिंह

संपत सिंह, पूर्व मंत्री।

डॉक्टरों पर 'एस्मा' एक्ट लगाने की बजाय सरकार पर 'एस्मा' एक्ट लगना चाहिए

हिसार। पूर्व मंत्री एवं इनेलो के राष्ट्रीय सरंक्षक संपत सिंह ने कहा है कि डॉक्टरों पर 'एस्मा' एक्ट लगाने की बजाय सरकार पर 'एस्मा' एक्ट लगना चाहिए। लोगों को आवश्यक चिकित्सा सेवाएं न देने के कारण सरकार स्वयं दोषी है। डॉक्टरों और पैरा-मेडिकल स्टाफ की भर्ती न करके लोगों की आवश्यक चिकित्सा सेवाओं में व्यवधान स्वयं सरकार डाल रही है। इसी तरह पुराने खंडहर हो चुके सरकारी अस्पतालों का पूर्णनिर्माण तथा विस्तार नहीं किया जा रहा। संपत सिंह ने कहा कि सरकार को अपनी हठधर्मी रवैया छोड़कर डॉक्टरों के साथ बातचीत करके उनके खोए हुए विश्वास को बहाल करें व उनकी इन सभी उचित मांगों को पूरा करें ताकि लोगों को समय पर उचित चिकित्सा सेवा मिल सकें।

हांसी उपमंडल परिसर का डीसी ने किया निरीक्षण

हांसी। उपायुक्त महेंद्र पाल ने हांसी उपमंडल परिसर का दौरा किया। इस अवसर पर पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन, एसडीएम राजेश खोथ सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे। उपायुक्त ने पुलिस अधीक्षक एवं एसडीएम के साथ आगामी 16 दिसंबर को नई ऑटो मार्केट में होने वाली हांसी विकास रैली को लेकर विस्तृत चर्चा की और आवश्यक तैयारियों को लेकर दिशा निर्देश दिए। उन्होंने अधिकारियों को रैली संबंधी तमाम व्यवस्थाओं को समयबद्ध एवं सुव्यवस्थित तरीके से पूरा करने के निर्देश दिए। डीसी ने संयुक्त कार्यालय परिसर में साफ-सफाई व्यवस्था, आमजन सुविधाओं तथा कार्यप्रणाली का निरीक्षण किया।

उमरा रोड़ पर नहर किनारे मिला लापता महिला का शव

■ शव के पास में मिला मोबाइल और शराब की बोतल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

उमरा रोड़ पर बुधवार सुबह नहर किनारे एक अधेड़ महिला का शव पड़ा मिला। मृत महिला मंगलवार सुबह से अपने घर से लापता थी और परिजन उसको तलाश रहे थे। महिला के शव के पास मोबाइल फोन और शराब की बोतल मिली है। परिजनों के अनुसार महिला नशा करने की आदी थी। नहर किनारे पड़े महिला का शव देखकर राहगीरों ने डायल-112 पर सूचना दी। सूचना मिलने पर डायल 112 और शहर थाना पुलिस मौके पर पहुंची और फोरेंसिक टीम को बुलाकर मौके से साक्ष्य एकत्रित कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल पहुंचाया। जहां परिजनों के बयान दर्ज कर शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सौंप मामले की जांच शुरू कर दी है।

पोस्टमार्टम रिपोर्ट में होगा खुलासाः पुलिस

शहर थाना प्रभारी इंस्पेक्टर सदानंद ने बताया कि मृतका की पहचान प्रेमनगर निवासी ममता के रूप में हुई है। वह मूल रूप से उत्तर प्रदेश के मथुरा की रहने वाली थीं और कुछ समय से हांसी के प्रेम नगर में किराए पर रह रही थीं। जानकारी के अनुसार, ममता का पति अशोक जींद रोड स्थित एक साबुन फैक्ट्री में कार्यरत है और अक्सर काम के सिलसिले में घर से बाहर रहता था। मृतक महिला के तीन बेटियां और एक बेटा है। प्रथम दृष्टया महिला की मौत कोई जहरीला पदार्थ निगलने की वजह से हुई लग रही है। फोरेंसिक जांच में महिला के शरीर पर किसी प्रकार की चोट के निशान नहीं मिले हैं। इसलिए मौत के सही कारणों का खुलासा पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के उपरांत ही चल पाएगा।

निगम ने मुथूट फाइनेंस का काटा चालान

हिसार। नागोरी गेट स्थित गुरु नानक स्कूल के आसपास सफाई व्यवस्था का निरीक्षण करने पहुंची नगर निगम टीम तथा मुथूट फाइनेंस कर्मियों की तीखी बहस हुई और मामला बिगड़ गया। सूचना मिलने पर निगम के उच्चाधिकारी तथा पुलिस मौके पर पहुंची और खुले में कचरा फेंकने के मामले में मुथूट फाइनेंस का चालान काट दिया। निगम अधिकारियों के अनुसार मुथूट कर्मचारियों ने पूरे मामले के लिए माफी मांगी और भविष्य में ऐसा नहीं करने का भरोसा भी दिया।

ग्रीन स्क्वेयर मार्केट से जनरेटर हटाएंः मेयर

■ मार्केट में यूरिनल बनाने को लेकर अधिकारियों को निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

शहर को स्वच्छ, व्यवस्थित और सुंदर बनाने के उद्देश्य से मेयर प्रवीण पोपली ने वार्ड 20 के पार्षद नवीन कुमार के साथ ग्रीन स्क्वेयर मार्केट का निरीक्षण किया। मेयर ने मार्केट और आसपास के क्षेत्रों में मौजूदा सफाई व्यवस्था का जायजा लेते हुए सुधार के लिए कई महत्वपूर्ण निर्देश दिए। मेयर पोपली ने सरकारी स्कूल रोड और ग्रीन स्क्वेयर मार्केट में नियमित सफाई सुनिश्चित करने के आदेश दिए। निरीक्षण के दौरान मेयर ने व्यापारियों के साथ बैठक कर मार्केट में रखे जनरेटरों पर भी ध्यान आकर्षित किया।

उन्होंने कहा कि सभी व्यापारी अपने-अपने परिसर के अन्दर ही जनरेटर रखें। मेयर ने कहा कि यदि व्यापारी जनरेटर निर्धारित स्थान पर नहीं रखते, तो नगर निगम नियमों के अनुसार कार्रवाई करेगा। इसी दौरान मार्केट के दुकानदारों ने यूरिनल बनाने की मांग की।

हिसार। निरीक्षण करते मेयर पोपली।

इंवर्टर बैटरी चोरी मामले में दूसरा आरोपी पकड़ा

हांसी। थाना शहर हांसी पुलिस ने घर से इंवर्टर बैटरी व अन्य सामान चोरी मामले में दूसरे आरोपी चार कुतुब गेट निवासी व हाल खेड़ी पुल जींद निवासी बादल उर्फ मिडा को गिरफ्तार किया है। जांच अधिकारी एएसआई सुशील कुमार ने बताया कि आरोपी ने दोस्तों के साथ मिलकर मई 2023 में विकास नगर कॉलोनी निवासी उदय के घर से इंवर्टर बैटरी व घरेलू सामान चोरी कर लिया था। पुलिस ने उदय की शिकायत पर आरोपी को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया। जहां से जेल भेज दिया।

ग्रोवर मार्केट से कचरा प्वाइंट खत्म करके करवाई सफाई

हिसार। शहर को स्वच्छ, सुंदर और प्रदूषण मुक्त बनाने के लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए नगर निगम अतिरिक्त आयुक्त शालिनी चेतल ने ग्रोवर मार्केट का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने पाया कि कुछ लोगों द्वारा खुले में कचरा फेंकने की वजह से मार्केट के एक हिस्से में कचरा प्वाइंट बन गया था। इसके कारण दुकानदारों तथा आस पास के लोगों को असुविधा का सामना करना पड़ रहा था। इसे बारे में शिकायत भी प्राप्त हुई थी।

सीएम फ्लाइंग टीम की नारनौंद में दो राशन डिपो पर रेड

■ गंभीर अनियमितताओं का खुलासा

■ एक डिपो धारक के खिलाफ मामला दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौंद

सीएम फ्लाइंग टीम ने बुधवार को नारनौंद क्षेत्र में दो राशन डिपो पर रेड करके बड़े पैमाने पर अनियमितताओं का खुलासा किया। शिकायत के आधार पर की गई इस कार्रवाई में टीम ने गांव सुलचानी और धर्मखेड़ी के डिपो पर जांच की, जहां पर निर्धारित नियमों और सरकारी दिशा-निर्देशों का खुला उल्लंघन पाया गया। जांच में मिली गंभीर अनियमितताओं को देखते हुए सुलचानी की डिपो संचालिका के खिलाफ पुलिस में केस दर्ज करवाया गया है। रेड का नेतृत्व सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने किया। उनके साथ खाद्य एवं आपूर्ति विभाग के निरीक्षक संजीव, संदीप, उप निरीक्षक सुरेंद्र तथा पुलिस टीम के एएसआई सुरेंद्र, एचसी सुरेंद्र व विजय मौजूद रहे। सुलचानी के राशन डिपो पर भारी गड़बड़ियां, स्टॉक से ज्यादा सामान चार जगहों पर राशन रखा मिला और डिपो की सील कर दिया गया।

नारनौंद। कार्रवाई करतीं सीएम फ्लाइंग की टीम। फोटो : हरिभूमि

पीओएस मशीन और भौतिक स्टॉक की जांच

सीएम फ्लाइंग हिसार रेंज इंचार्ज सुनैना ने बताया कि टीम गांव सुलचानी पहुंची, जहां डिपो संचालिका रेखा रानी के डिपो पर पीओएस मशीन और भौतिक स्टॉक की जांच की गई। जांच के दौरान पाया गया कि लगभग 16 क्विंटल गेहूं रिकॉर्ड से अधिक रखा हुआ था तथा तीन किलो चीनी कम मिली और 190 लीटर सरसों का तेल रिकॉर्ड से अधिक मिला। इसके साथ राशन को चार अलग-अलग स्थानों पर अवैध तरीके से रखा गया था और पशु बांधने की जगह पर भी राशन रखने जैसी गंभीर लापरवाही पाई गई। डिपो संचालिका रेखा रानी व उनके नॉमिनी नरेश कुमार को मौके पर बुलाया गया, लेकिन दोनों जांच में शामिल होने नहीं पहुंचे। टीम को यह भी पता चला कि डिपो संचालिका स्वयं गांव में मौजूद नहीं रहती। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग द्वारा तैयार की गई रिपोर्ट के आधार पर सुलचानी डिपो संचालिका के खिलाफ पुलिस में शिकायत देकर मामला दर्ज करवाया गया है तथा अधिकारियों द्वारा राशन डिपो को सील कर दिया गया है।

धर्मखेड़ी के डिपो पर भी मिला ज्यादा स्टॉक

टीम ने गांव धर्मखेड़ी के डिपो धारक जसवंत सिंह के डिपो पर भी जांच की। यहां भी पीएसओ मशीन और स्टॉक का मिलान कराने पर कई गड़बड़ियां सामने आईं। जिसमें 80 किलोग्राम गेहूं, 6 किलोग्राम चीनी, 10 किलोग्राम सरसों का तेल रिकॉर्ड से अधिक पाया गया। राशन मापतोल के लिए प्राइवेट कांटा रखा मिला व मानक जांच बट्टे उपलब्ध नहीं थे। मौके पर पहुंचे कई राशन कार्ड धारकों ने भी राशन वितरण में अनियमितताओं की शिकायतें दी। इस डिपो की रिपोर्ट खाद्य एवं आपूर्ति विभाग को भेज दी गई है।

खेलकूद | विजेता खिलाड़ियों को प्रमाण-पत्र प्रदान कर सम्मानित किया

दो दिवसीय खेलकूद प्रतियोगिता में आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस के खिलाड़ियों ने जीती ओवरऑल ट्रॉफी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस, मिलकपुर के विद्यालय सभागार में बुधवार सुबह भिवानी के विद्यांतरिक्ष सीनियर सैकेंडरी स्कूल में आयोजित दो दिवसीय जिलास्तरीय वार्षिक खेल महाकुंभ में स्कूल के पदक विजेता खिलाड़ियों सम्मान समारोह आयोजित किया गया। दो दिवसीय खेलकूद प्रतियोगिता में आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस के खिलाड़ियों ने सभी खेल गतिविधियां में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए ओवरऑल ट्रॉफी प्राप्त की। समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन हरियाणा के प्रेसिडेंट राम अवतार शर्मा, जिला अध्यक्ष अमित डागर तथा कैरियर प्लानेट पब्लिक स्कूल भिवानी के डायरेक्टर संजीव श्योराण तथा यतेंद्र नाथ उपस्थित रहे। मुख्य अतिथि ने आनंद स्कूल चेयरमैन आनंद यादव व स्कूल प्राचार्य नीतीश मिश्र को ओवरऑल ट्रॉफी भेंट की तथा विजेता खिलाड़ियों को प्रमाण-पत्र प्रदान कर सम्मानित किया।

हांसी। आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस के चेयरमैन आनंद यादव को जिला स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में ओवरऑल ट्रॉफी भेंट करते आयोजन समिति सदस्य।

यह रहे मौजूद

मुख्य अतिथि शर्मा ने कहा कि आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस अपने नाम के अनुरूप उत्कृष्ट कार्य कर रहा है। हरियाणा के 8200 स्कूलों में वे इस स्कूल को सर्वश्रेष्ठ संस्थानों में से एक मानते हैं। शर्मा ने छात्रों के शारीरिक, बौद्धिक और मानसिक विकास पर स्कूल द्वारा किए जा रहे कार्यों की सराहना की। कार्यक्रम के अंत में स्कूल प्रबंधन समिति चेयरमैन आनंद यादव ने सभी अतिथियों का आभार व्यक्त किया और खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करते हुए भविष्य में और उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए प्रेरित किया। इस अवसर पर स्कूल निदेशक साहिल यादव, प्रिंसिपल नीतीश मिश्र, वाइस प्रिंसिपल गीता यादव, खेल कोच नसीब बूरा, सहित समस्त स्टाफ और विद्यार्थी उपस्थित रहे।

इन उपायों से कंट्रोल रहेगी थायरॉइड की प्रॉब्लम

अस्त-व्यस्त जीवनशैली और खान-पान से आजकल अनेक लोग थायरॉइड संबंधी समस्या से ग्रस्त हो रहे हैं। ऐसे में अगर आप अपनी जीवनशैली सुधारने के साथ आयुर्वेदिक उपचार करवाएं तो आपको काफी राहत मिल सकती है। इस बारे में जानिए।

रोगोपचार

संध्या रानी

हालांकि थायरॉइड ग्रंथि की कम या अधिक सक्रियता कोई गंभीर बीमारी नहीं है, लेकिन इससे निकलने वाले हार्मोन कई शारीरिक क्रियाओं को संतुलित रखते हैं। जब हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं, तो कई तरह की समस्याएं शुरू हो जाती हैं और रोजमर्रा की जिंदगी प्रभावित होती है। थायरॉइड गले में मौजूद तितली के आकार की एक ग्रंथी होती है, जो जरूरी हार्मोन बनाती है। इसके असंतुलन होने से ही यह समस्या पैदा होती है। आजकल थायरॉइड संबंधी समस्या तेजी से बढ़ रही है। हर दूसरे-तीसरे घर में कोई न कोई इसका रोगी मिल जाता है। खास बात यह है कि पुरुषों की तुलना में महिलाएं इससे ज्यादा प्रभावित होती हैं, क्योंकि महिलाओं के शरीर में कई अन्य हार्मोन उनके पीरियड्स, गर्भावस्था संबंधी प्रक्रियाओं को कंट्रोल करते हैं।

दो प्रकार की समस्याः थायरॉइड की समस्या दो तरह की होती है। एक हाइपरथायरॉइडिज्म और दूसरा हाइपोथायरॉइडिज्म। दोनों ही स्थितियों में शरीर का हार्मोन स्तर प्रभावित होता है।

हाइपरथायरॉइडिज्मः इसमें सबसे पहले रोगी का वजन कम होने लगता है, घबराहट बढती है, चिड़चिड़ापन होता है, दिल की धड़कन तेज हो जाती है, पसीना अधिक आता है, गर्मी ज्यादा लगती है, हाथ-पैर कांपने लगता है, नींद कम होने लगती है। जब इस तरह के लक्षण दिखाई देने लगे तब जांच जरूर कराना चाहिए।

हाइपोथायरॉइडिज्मः इसमें लगातार थकान रहती है, वजन बढ़ने लगता है, दिल की धड़कन धीमी हो जाती है, ठंड ज्यादा लगती है और कभी-कभी मूड भी स्विंग करता है। इसके अलावा बालों का झड़ना, त्वचा का रूखा होना, डिप्रेशन होना आदि लक्षण दिखाई दें, तो ऐसी स्थिति में डॉक्टर से जरूर कंसल्ट करें।

आयुर्वेद उपचार में यह देखा जाता है कि रोगी की उम्र क्या है? यह बीमारी कितने साल से है? वह नौकरी किस तरह की करते हैं? इनकी जीवनशैली कैसी? इनका पेट साफ रहता है या नहीं, तनाव में तो नहीं रहते हैं? इनके आधार पर रोगी की जांच की जाती है।

क्या खाएं-क्या न खाएंः इस समस्या से राहत पाने के लिए यह जानना बेहद आवश्यक है कि भोजन में क्या खाना चाहिए और क्या नहीं? थायरॉइड संबंधी रोग में मेटाबॉलिज्म कमजोर हो जाता है, इसलिए वही चीजें खानी चाहिए, जो आसानी से पच जाएं। खाने में गेंहू की रोटी की जगह जौ की रोटी खाएं। इससे पेट भी हल्का रहेगा और यह आसानी से पच भी जाता है। सफेद चावल की जगह भूरे चावल खाएं। टोफू और सोयाबीन न खाएं। इसके साथ ही पनीर, चीज, मोयोनेज से दूरी रखें। जहां तक हो सके तला, भुना खाने से परहेज करें। भोजन के लिए समय जरूर निश्चित करें और हमेशा समय पर ही भोजन कर लें। भोजन हमेशा हल्का लें। इसके अलावा अपनी दिनचर्या को नियंत्रित रखें। रात में 10 बजे तक सोने की आदत डालें।

योग को अपनाएंः अपनी दिनचर्या में योग को जरूर जगह दें, ताकि शरीर के साथ आपका मन भी स्वस्थ रहे, क्योंकि मन और शरीर एक-दूसरे से जुड़े होते हैं। अगर आपका मन मजबूत है, तो आप किसी भी बीमारी से आसानी से उबर सकते हैं। जीवन में चाहे जितनी भी व्यस्तता हो, पर अपने लिए दस मिनट का समय निकालना मुश्किल नहीं होना चाहिए। थायरॉइड में उज्जयी, भस्त्रिका, कपालभाति और भ्रामरी प्राणायाम बहुत मदद करते हैं। इसके अलावा हलासन भी करें। अपने को स्वस्थ रखने के लिए जीवन में कुछ संयम और नियम रखना बेहद जरूरी होता है।

मौसमी फल-सब्जियां खाएंः हमेशा मौसम के अनुसार ही पके फल और पकी सब्जियां खाएं। कच्ची सब्जियां और सलाद पाचन पर अधिक जोर डालते हैं, इसलिए इन्हें खाने से जहां तक हो सके बचें। दही की जगह छाछ का प्रयोग करें। इसके अलावा घी को अपने भोजन में जरूर शामिल करें, क्योंकि इसमें कई विटामिन होते हैं और यह आसानी से पच भी जाता है। इसके साथ ही सौंफ, पिपली और काली मिर्च को बराबर मात्रा में मिलाकर पीस लें और थोड़ी मात्रा में लेते रहें, यह पाचन के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है। *

(आयुर्वेद विशेषज्ञ डॉ. अमृता शर्मा से बातचीत पर आधारित)

पंचकर्मा उपचार

इसे मानस प्रकृति परीक्षण भी कहा जाता है। सात प्रकार की प्रकृति होती है। आयुर्वेद में यह एक डिटॉक्स थेरेपी है। इस उपचार के द्वारा शरीर के विषाक्त पदार्थों को बाहर निकाल कर शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जाता है। जब मौसम बदलता है तब यह क्रिया की जाती है। यह उपचार कोई भी करवा सकता है।

जाड़े के मौसम में देश के अनेक शहरों में वायु प्रदूषण की समस्या गंभीर रूप धारण कर लेती है। एक्यूआई इतना खराब हो जाता है कि सांस लेने में परेशानी होने लगती है। ऐसे में केवल बच्चे, बूढ़े और बीमार लोगों को ही नहीं स्वस्थ लोगों को भी कुछ सावधानियां बरतनी जरूरी है। यहां बताए जा रहे उपायों को अपनाकर आप वायु प्रदूषण के दुष्प्रभावों से काफी हद तक बचे रह सकते हैं।

बरकरार है वायु प्रदूषण का संकट कारगर उपायों से मिलेगी राहत

अवेयरनेस

डॉ. मोनिका शर्मा

दमघोंटू हवा, इन दिनों देशभर के कई राज्यों में स्वास्थ्य से जुड़ा बड़ा संकट बनी हुई है। प्रदूषण की मार बच्चों से लेकर बड़ों तक, सभी झेल रहे हैं। सेहत से जुड़ा हर पहलू हवा की गुणवत्ता से प्रभावित होता है। तकलीफदेह है कि सर्दियों में तो एयर क्वालिटी और खराब हो जाती है। हमें चारों ओर से घेरते धूल और धुएं के गुबार को काबू करने के लिए कई मोर्चों पर प्रभावी कदम उठाने की दरकार है, पर ठंड के इस मौसम में प्रदूषण के वार से अपनी सेहत को बचाने के लिए छोटे-छोटे सहज से तौर-तरीके जरूर कारगर साबित हो सकते हैं।

स्वच्छता का रखें ध्यान

घर के बाहर सांस लेने लायक हवा को बनाए रखना मुश्किल है। लेकिन घर के भीतर साफ-सफाई का ध्यान रखकर हवा को शुद्ध रखा जा सकता है। इसके लिए इन दिनों जितना अधिक संभव हो अपने घर की खिड़कियां और दरवाजे बंद रखने चाहिए। इससे बाहर की धूल, धुआं और प्रदूषक तत्व घर में प्रवेश नहीं कर पाएंगे। साथ ही सफाई के लिए ज्यादा झाड़-पोंछ भी न करें। ठंड से राहत पाने के लिए घर के भीतर कोयला आदि जलाने से भी बचें। घर के भीतर हवा शुद्ध करने वाले पौधे यानी एयर प्यूरीफाइंग प्लांट्स लगाना भी काफी कारगर उपाय हो सकता है।

इन उपायों पर भी करें अमल

बार-बार अच्छे से हाथ भी धोते रहें। खासकर जब घर के बाहर से आएं तो अच्छे से हाथ धोना जरूरी है। हाथों को साफ रखने की यह सजगता स्किन पर जमे प्रदूषण के कण यानी पार्टिकुलेट मैटर (पीएम) को हटाने के लिए बहुत जरूरी है। असल में पीएम कण हवा में मौजूद सूक्ष्म ठोस कण या तरल बूंदें होती हैं। ये कण सांस के जरिए तो शरीर में जाते ही हैं, गंदे हाथों से खाना खाने और शरीर के दूसरे अंगों को छूने पर भी नुकसानदेह साबित होते हैं। यहां तक कि स्किन इंफेक्शन होने का भी खतरा रहता है। इन दिनों गरम पानी से गरारे कर गले को साफ करने की एक्टिविटी को भी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। इससे भी हवा में मिले धूल और धुएं के कणों के शरीर में पहुंचने पर बहुत हद तक काबू पाया जा सकता है।

रेग्युलर एक्सरसाइज करना है बहुत फायदेमंद

ठंड के मौसम में शारीरिक सक्रियता से दूरी न बनाएं। हालांकि स्मॉग से ढंकी सुबह या शाम कसरत करने के लिए सही नहीं पर घर के अंदर योगाभ्यास, ट्रेडमिल, इंडोर साइक्लिंग आदि के जरिए खुद को एक्टिव रखें। विशेष रूप से सुबह और शाम के समय हवा की गुणवत्ता अनहेल्दी हो तो स्वास्थ्य जोखिम बढ़ाने वाली होती है। ऐसे में प्रदूषण के समय घर के बाहर जाकर एक्सरसाइज करने के बजाय, घर के अंदर ही व्यायाम, योग या किसी भी तरह की कसरत करना सही रहता है।

ये एक्टिविटीज करने से बचें

प्रदूषित हवा में तेज दौड़ने या हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज जैसे जंप स्क्वैट्स, माउंटेन क्लाइंबर्स, स्प्रिंट्स और पुश-अप्स जैसे व्यायाम करने से बचें। असल में हाई-इंटेंसिटी एक्सरसाइज करते हुए व्यक्ति बहुत तेज और गहरी सांस भरता है। इस कंडीशन में समझना मुश्किल नहीं कि सामान्य की तुलना में फेफड़ों में ज्यादा प्रदूषक तत्व पहुंचते हैं। तकनीकी सुविधाओं के इस दौर में कसरत के लिए बाहर निकलने से पहले अपने क्षेत्र की एयर क्वालिटी यानि एक्यूआई को भी जांचें। पार्क में सैर या सहज रूप से वॉक पर जाने के लिए अच्छी क्वालिटी के मास्क का उपयोग करना भी आपकी सेहत सहेजने में मददगार बनेगा।

खान-पान भी हो पौष्टिक

शरीर की अच्छी रोग प्रतिरोधक क्षमता, प्रदूषण से लड़ने में भी मदद करती है।

इसीलिए इन दिनों फल और सब्जियों का भरपूर मात्रा में सेवन करें। परंपरागत रूप से भी इन दिनों खाया जाने वाला भोजन इम्यूनिटी बढ़ाने वाला ही लेना चाहिए। हरी पत्तेदार सब्जियां, मोटे अनाज, घी, आंवला आदि का सेवन अधिक करें। ऐसी सभी चीजें शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाती हैं। खासकर विटामिन-सी के सेवन से शरीर को मिलने वाले एंटी-ऑक्सीडेंट्स इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं। इसके लिए संतरा, गाजर और आंवला जैसे फल जरूर खाएं। इससे आपकी इम्यूनिटी बूस्ट होगी और प्रदूषण के दुष्प्रभावों का सामना करने की शक्ति आपके भीतर उत्पन्न होगी।

इनका सेवन है लाभकारी

ठंड के मौसम में तुलसी, अदरक, कच्ची हल्दी या दूसरी हर्बल चीजों से बनी चाय भी गले को साफ रखने में मदद करती हैं। साथ ही सूप, दूध और नीबू-शहद का गर्म पानी जैसे गर्म पेय प्रदूषण और स्मॉग के असर को कम करने में मददगार बनते हैं। इन ड्रिंक्स के साथ दालचीनी, काली मिर्च और सोंठ जैसे मसालों का संतुलित मात्रा में उपयोग करना तो इन्हें स्वास्थ्य रक्षा करने वाले पेय पदार्थ बना देता है। साथ ही इनके नियमित सेवन से आपका शरीर हाइड्रेटेड भी रहता है। यहां बताए गए परंपरागत तौर-तरीकों और मौजूदा समय की जरूरत के अनुसार जागरूकता का यह मेल प्रदूषण के घेरे में भी बहुत हद तक आपका स्वास्थ्य सहेजने में सहायक होगा। *

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. दीपक भंगाले

गैस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट-कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी हॉस्पिटल, नवी मुंबई

पाचन तंत्र के बिगड़ने से कब्ज की समस्या होती है। इससे बचाव के लिए जीवनशैली और खान-पान की आदतों में सुधार करना जरूरी है। कब्ज जागरूकता माह (दिसंबर) के अवसर पर आपको इस बारे में दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारियां।

कब्ज की समस्या से ऐसे मिलेगा छुटकारा

वास्तव में कब्ज अपने में कोई बीमारी नहीं है लेकिन यह पाचन तंत्र संबंधी कई स्वास्थ्य समस्याओं को बुलावा दे सकती है।

कभी-कभार होने वाली कब्ज की समस्या विभिन्न उपायों पर अमल करने से दूर हो जाती है, लेकिन अगर कब्ज की समस्या काफी दिनों तक लगातार बनी रहती है तो उसे पुराना कब्ज (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन) कहा जाता है। ऐसा कब्ज व्यक्ति के स्वास्थ्य और उसके जीवन की गुणवत्ता पर प्रतिकूल असर डालता है। इसलिए कब्ज को हल्के में लेना सही नहीं है।

इसलिए होता है कब्जः कब्ज होने की कई वजहें हो सकती हैं। भोजन में साबुत अनाजों के स्थान पर मैदा निर्मित खाद्य पदार्थों को वरीयता देना, जीवनशैली में शारीरिक श्रम और व्यायाम को महत्व न देना और जंक फूड्स और चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थों को आहार में वरीयता देना, पर्याप्त मात्रा में पानी न पीना, फाइबर युक्त डाइट (जैसे- फल, ड्राई फ्रूट्स, हरी सब्जियां और बींस आदि) कम लेना या फिर न लेना, एक निश्चित समय पर भोजन न करना, देर रात खान-पान। अकसर तनावग्रस्त या चिंतित रहने वाले लोग कब्ज के शिकार होते हैं, क्योंकि तनावपूर्ण स्थिति में जो हार्मोन रिलीज होते हैं, वे आंतों के मूवमेंट पर प्रतिकूल असर डालते हैं। उम्र बढ़ने के साथ खासकर वृद्धों में आंतों का मूवमेंट स्वाभाविक रूप से कम होने लगता है। हाइपर थायरॉइडिज्म होना या फिर शरीर में हार्मोंस का असंतुलन। लिवर या पेट से संबंधित किसी बीमारी से ग्रस्त होना। मधुमेह की समस्या भी कब्ज उत्पन्न कर सकती है। गर्भवती महिलाएं और ऐसी महिलाएं जिनकी गायनेकोलॉजिकल सर्जरी हो चुकी है, उनके पेट की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं, जिसके कारण वे अकसर कब्ज की समस्या से ग्रस्त हो सकती हैं। रक्त में कैल्शियम की मात्रा कम होना, धूम्रपान, मद्यपान या फिर अन्य मादक पदार्थों का सेवन करना, रोज लगभग 6 से 8 घंटे की गहरी नींद न लेना, कुछ एंटीबायोटिक्स और पेनकिलर्स लेने वालों में कब्ज की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं। भूख से कम मात्रा में खाना। स्वाद के फेर में भूख न होने के बावजूद कई बार खाना-पीना। डाइटिंग करना। रात में खाने के तुरंत बाद सोना।

कब्ज के लक्षणः ये लक्षण कब्ज के हो सकते हैं।

- पेट का फूलना और पेट दर्द।
- भूख न लगना।
- पेट में गैस बनना या भारीपन होना।
- मल के बहुत कड़ा हो जाने के कारण टॉयलेट सीट पर बैठकर पेट पर बहुत ज्यादा जोर लगाना।
- आलस्यग्रस्त होना।
- किसी कार्य में मन न लगना।
- 7 से 8 घंटे की नींद न ले पाना।
- सिर दर्द होना या सिर भारी होना।
- जीभ के ऊपर सफेद या मटमैली परत होना, छाले पड़ना।
- थकान या कमजोरी महसूस करना।
- चक्कर आना या जी मिचलाना।
- सीने में जलन महसूस करना।

पुराने कब्ज से होने वाली जटिलताएंः इससे कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। कब्ज की पुरानी समस्या (क्रॉनिक कॉन्स्टिपेशन)बवासीर के अलावा गुदा संबंधी अन्य रोगों जैसे भगंदर और फिसर के जोखिम को बढ़ा देती है। इससे आंतों में एक विशेष प्रकार का उभार (बल्ज) बन जाता है, जिसे मेडिकल भाषा में 'आउटपाउचिंग' कहते हैं। ऐसी स्थिति में आंतों में संक्रमण हो सकता है या फिर ये सिकुड़ सकती हैं। कई लोग डॉक्टर के परामर्श के बगैर कब्ज दूर करने वाली दवाएं लैक्सेटिव्स या जुलाब लेने लगते हैं। ऐसी दवाओं के साइड या आफ्टर इफेक्ट्स हो सकते हैं। अकसर लोग लैक्सेटिव्स के आदी बन जाते हैं। पुराने कब्ज की समस्या आंतों या कोलन कैंसर का कारण बन सकती है।

ऐसे होगी रोकथामः उपरोक्त जिन कारणों से कब्ज उत्पन्न होता है, उन कारणों को दूर करना ही कब्ज की रोकथाम करना है। जैसे- जंक फूड्स से परहेज करें। अपने आहार में फाइबर्स (मौसमी फलों, हरी पत्तेदार सब्जियों और बींस) को वरीयता दें।

अपनी शारीरिक क्षमता और उम्र के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करें। व्यायाम करने से पूर्व अपने डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना हितकर है। प्यास लगने के अलावा भी पानी पीने की आदत डालें। कोई भी मौसम हो लगभग 2 लीटर पानी और तरल पदार्थ जैसे सूप आदि लें। कब्ज दूर करने में पपीता किसी वरदान से कम नहीं। इसके अलावा अमरूद, संतरा और सेब पौष्टिक होने के साथ कब्ज दूर करने में भी सहायक हैं। भूख से कम भी न खाएं और भूख से ज्यादा भी न खाएं। भोजन को अच्छी तरह चबाकर तरल रूप में निगलें। देर रात भोजन से परहेज करें। रात में भोजन करने के बाद तुरंत न सोएं। सोने से पूर्व लगभग 200-250 कदम टहलें। मैदा और अत्यधिक चिकनाईयुक्त आहार के स्थान पर साबुत अनाजों को वरीयता दें।

उपचारः कब्ज की गंभीर और जटिल स्थिति में डॉक्टर कुछ समय के लिए दवाएं, लैक्सेटिव्स देते हैं। प्रत्येक रोगी की समस्या के मद्देनजर उसके लक्षणों के आधार पर इलाज सुनिश्चित किया जाता है। जैसे पेटदर्द और सिरदर्द आदि के लिए अलग-अलग दवाएं देते हैं। लेकिन कभी भी कोई दवा अपने मन से नहीं लेनी चाहिए। कब्ज खासकर पुराने कब्ज की समस्या दूर करने में एनिमा लेना अत्यंत लाभप्रद है। आंतों में एकत्र मल की सफाई करने में एनिमा काफी कारगर है, लेकिन एनिमा लेने से पहले चिकित्सक से परामर्श लें। कब्ज की समस्या का स्थाई इलाज सकारात्मक जीवनशैली में निहित है। सकारात्मक जीवनशैली के अंतर्गत प्रमुख तौर पर समुचित शारीरिक श्रम, नियमित व्यायाम और उपयुक्त खानपान को शामिल किया जाता है। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

केयर

शिखर चंद जैन

सर्दी के मौसम में कम तापमान, रूखी हवाओं की वजह से पैरों की स्किन में कई समस्याएं होने लगती हैं। इनसे राहत पाने के लिए आप यहां बताए जा रहे कुछ सरल लेकिन कारगर उपायों को आजमा सकते हैं।

सर्दियों में भी आपके पैरों में नहीं होंगी स्किन प्रॉब्लम्स

शरीर का पूरा भार उठाने वाले पैर अकसर देखभाल से उपेक्षित रहते हैं। आमतौर पर एक आदमी रोज 3000 से 10,000 कदम चलता है और अपने जीवनकाल में 77,000 मील की यात्रा करता है। इससे पता चलता है कि पैर कितना श्रम करते हैं। लेकिन ध्यान न देने पर कई समस्याएं हो जाती हैं। खासतौर पर सर्दी के मौसम में पैरों में कई प्रकार की समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं। ये समस्याएं और उनके निदान के बारे में यहां बता रहे हैं।

फटी एड़ियांः जाड़े के दिनों में ड्रायनेस की वजह से पैर के तलवों पर जमा डेड सेल्स को प्यूमिक स्टोन से हटाएं तथा कैस्टर ऑयल से मालिश करें। नहाने के बाद एड़ियों पर जैतून का तेल लगाएं। रात को सोते समय पैरों पर कोल्ड क्रीम लगाकर मोजे पहन कर सोएं।

एड़ियों में खुजलीः सर्दी का प्रकोप बढ़ने पर पैरों की एड़ियों के आस-पास लाली तथा खुजली होने लगती है। ऐसा खून का संचार सही प्रकार से न होने के कारण भी हो सकता है। इसके लिए गर्म पानी में शैंपू अथवा नमक डालकर पैर डुबोएं और पंद्रह मिनट पश्चात बाहर निकालकर जैतून के तेल या किसी अच्छे लोशन से मालिश करें।

एथलीट फुटः यह फंगल इंफेक्शन है, जो एक संक्रामक रोग है। इसमें अंगुलियों के अंदरूनी तथा निचले हिस्से में फंगस बैठ जाती है जो ज्यादा कोमल त्वचा को काट देती है। फलस्वरूप पैरों से दुर्गंध आना शुरू हो जाती है। इसके लिए यहां बताए जा रहे उपाय आजमा सकते हैं।

- पैरों की अंगुलियों को बीच से सुखाकर ही मोजे पहनें।
- एंटी फंगल पावडर या सॉल्यूशनका प्रयोग करें।
- रोज धुले हुए मोजे पहनें।

ड्राय-हार्ड तलवे और एड़ियांः जाड़े के मौसम में यह समस्या भी कई लोगों को होती है। इसके लिए नियमित व्यायाम करें तथा फुटबाथ लें। उसके पश्चात अच्छी तरह पेट्रोलियम जैली लगाएं और कोई पुराने साफ मोजे पहन लें।

नाखूनों की देखभालः नाखूनों की सेहत का पता उनके गुलाबी रंग एवं चमक से चलता है। नाखूनों की संरचना किरेटिन नामक एक प्रोटीन से होती है। पौष्टिक आहार न लेने से, चोट लगने से या थायरॉइड ग्लैंड के असंतुलन से नाखूनों की सेहत पर बुरा असर पड़ता है। प्रोटीन की कमी से नाखून कच्चे होकर टूट जाते हैं। भोजन में हरी सब्जियां, गाजर, दही आदि नाखूनों के लिए बहुत उपयोगी होते है। इससे नाखून सुंदर और मजबूत बनते हैं।

कुछ उपयोगी टिप्सः यहां बताए जा रहे टिप्स भी कारगर हैं।

- थके हुए पैरों के लिए गर्म पानी में नीम या पुदीने की पत्ती डालकर पैरों को कुछ देर उस पानी में डुबाकर रखें।
- पैरों से बदबू आए तो पैर धोते समय कुछ बूंद लौंग का तेल इस्तेमाल करें फिर सुखा लें।
- पांवों में जलन या खुजली महसूस होने पर तुलसी के पत्ते गर्म पानी में डालकर 15 मिनट तक पैर भिगोएं।
- महिलाएं ऊंची हील की सैंडिल से परहेज करें। इससे पीठ तथा पैरों में दर्द हो सकता है।
- डेड स्किन हटाने के लिए दही में सिरका मिलाकर मालिश करें।
- नाखून काटते रहें, ताकि उनमें मैल न जमा हो सके। *

(डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. किंशुक सामंता से बातचीत पर आधारित)

खबर संक्षेप

मकानी बने न्यू प्रॉपर्टी डीलर एसो. के प्रधान

सिरसा। न्यू प्रॉपर्टी डीलर एसोसिएशन के प्रधान मनोज मकानी पुनः प्रधान चुने गए। प्रधान निर्वाचित होने के बाद उन्होंने अपनी कार्यकारणी का विस्तार करते हुए कृष्ण गुंबर, हरभगवान कंबोज और तरसेम मिढ़ा को संरक्षक नियुक्त किया है, जबकि महासचिव पद की जिम्मेदारी संतपाल सिंह को दी गई है। इसी प्रकार सह सचिव के रूप में संदीप जैन और कोषाध्यक्ष के रूप में राजकुमार बब्बर को नियुक्त किया गया है। सह कोषाध्यक्ष की जिम्मेदारी संजीव कुमार जैन और राजेश बांगा को दी गई है। वहीं, मीडिया प्रभारी संजीव मुंजाल और कश्मीर कंबोज को चुना गया है।

जिला व उपमंडल स्तर पर लोक अदालत 13 को

फतेहाबाद। जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के चेयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल के मार्गदर्शन में जिला व उपमंडल पर न्यायिक परिसरों में इस वर्ष की चौथी राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन आगामी 13 दिसंबर को किया जाएगा। लोक अदालत में सस्ता और सुलभ न्याय मिलता है तथा इसमें सुनाए गए फैसले के खिलाफ अपील दायर नहीं की जा सकती। मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव गायत्री ने यह जानकारी देते हुए बताया कि इस लोक अदालत में एनआई एक्ट मामले (138), धन वसूली मामले, आपराधिक मिश्रित मामले, एमएसीटी मामले सहित अन्य मामलों को सुना जाएगा।

प्री रोजगार मेला काउंसलिंग 12 को

फतेहाबाद। जिला रोजगार अधिकारी डॉ. राजेश कुमार ने बताया कि 12 दिसंबर को जिला रोजगार कार्यालय में प्री-रोजगार मेला काउंसलिंग आयोजित की जाएगी। इसमें सहायक रोजगार अधिकारी रितु जांगड़ा बेरोजगार युवाओं को सीवी/रिज्यूम तथा रोजगार संबंधी महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान करेंगी। उन्होंने जिला के सभी बेरोजगार युवाओं से अपील की है कि वे इस काउंसलिंग में भाग लेकर रोजगार संबंधी मार्गदर्शन प्राप्त करें। उन्होंने बताया कि इसके साथ ही 16 दिसंबर को उपमंडल रोजगार कार्यालय टोहाना में रोजगार मेला लगाया जाएगा।

स्वामी श्रद्धानंद के बलिदान दिवस पर यज्ञ आज से

फतेहाबाद। आर्य समाज फतेहाबाद द्वारा अमर हुतात्मा स्वामी श्रद्धानंद जी के 100वें बलिदान दिवस के उपलक्ष्य में 11 से 14 दिसम्बर तक ऋग्वेद पारायण यज्ञ का आयोजन किया जा रहा है। सुन्दर नगर स्थित आर्य समाज भवन में वीरवार से रविवार तक आयोजित इस कार्यक्रम की सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। यह जानकारी देते हुए आर्य समाज फतेहाबाद के प्रधान अरूण ग्रोवर आर्य ने बताया कि इस यज्ञ के ब्रह्मा वैदिक विद्वान आचार्य प्रद्युम्न शास्त्री होंगे। यज्ञ में आर्य समाज के पुरोहित दीपक शास्त्री द्वारा मंत्रोच्चारण कर आहूति डलवाई जाएगी। उन्होंने बताया कि 11 दिसंबर वीरवार से 13 दिसंबर शनिवार तक प्रतिदिन प्रातः 9 बजे से 11 बजे तक तथा सांय 3 बजे से 5 बजे तक हवन एवं प्रवचन होंगे।

ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन में 63 जगह ली तलाशी

पुलिस ने सर्च ऑपरेशन चलाकर बारह अपराधियों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

पुलिस द्वारा जिलेभर में चलाए जा रहे ऑपरेशन हॉट स्पॉट डोमिनेशन अभियान के तहत 63 जगहों पर सर्च अभियान चलाकर पांच मामले दर्ज किए हैं और अवैध पिस्तौल व हेरोइन बरामद कर 12 अपराधियों को गिरफ्तार किया है। सिरसा के पुलिस अधीक्षक दीपक सहारण ने बुधवार को बताया कि अपराध एवं अपराधियों के नैक्सस को तोडऩे व अपराधियों के नेटवर्क को ध्वस्त करने के लिए सिरसा पुलिस लगातार अपराधियों को चिह्नित कर उनके खिलाफ तोबड़-तोड़ कार्रवाई कर रही है। उन्होंने बताया कि 'ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन' अभियान चलाकर शहर व गांवों के करीब 63 स्थानों पर सर्च अभियान चलाकर 5 मामलें दर्ज कर 13 लोगों को गिरफ्तार किया है। एसपी ने बताया कि सीआईए सिरसा की एक पुलिस टीम ने बुलेट मोटरसाइकिल सवार एक युवक को थेहड़ मोहल्ला सिरसा क्षेत्र से हजारों रुपए की 9.38 ग्राम हेरोइन सहित काबू कर आरोपी सोनू उर्फ सोनू बाबा पुत्र राजकुमार निवासी सिरसा को काबू किया गया। जिला की एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा पुलिस ने दो युवकों को शहर सिरसा की रानियां चुंगी क्षेत्र से गिरफ्तार कर उनके कब्जे से लाखों रुपए की 20 ग्राम 68 मिलीग्राम हेरोइन व 31200 रूपए ड्रग्स राशि सहित काबू किया है।

■ अपराधियों का नेटवर्क ध्वस्त करने का दावा

सिरसा। अवैध पिस्तौल सहित पकड़ा गया आरोपी।

महिला से हेरोइन बरामद

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि बीते दिन एबीवीटी स्टाफ सिरसा की एक पुलिस टीम ने गोबिंदपुरा मोहल्ला सिरसा क्षेत्र से एक महिला के कब्जे से 6.52 ग्राम हेरोइन बरामद कर सिविल लाइन सिरसा में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी। जांच के दौरान पुलिस ने मामलें में संलिप्त सप्लायर आरोपी पंकज को गिरफ्तार किया है। उन्होंने बताया कि जिला की एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा पुलिस टीम ने सवाईपुर ढाणी गांव बप्पां क्षेत्र से एक युवक को 315 बोर अवैध पिस्तौल सहित काबू करने में सफलता हासिल की है। पुलिस अधीक्षक ने कहा कि 'ऑपरेशन हॉट स्पॉट डोमिनेशन' अभियान का उद्देश्य अपराध एवं अपराधियों पर कारगर ढंग से अंकुश लगाना ही पुलिस की पहली प्राथमिकता है। इसके अलावा नशा तस्करी, जुआरी, सटोरियों और आवारागर्दी व नशा तस्करों व अवैध रुप से चलाए जा रहे खुर्दे संचालकों के खिलाफ कार्रवाई की गई।

भट्टू पुलिस ने की कई जगह छापेमारी

डॉग स्क्वाड और कमांडो विंग के साथ घर-घर जाकर ली तलाशी

भट्टूकलां। ऑपरेशन हॉटस्पॉट डॉमिनेशन के अंतर्गत थाना भट्टूकलां पुलिस ने बुधवार सुबह भट्टू कस्बे के विभिन्न हिस्सों में विशेष सर्च ड्राइव चलाकर नशे से जुड़ी गतिविधियों पर रोक लगाई। अभियान में उन पॉकेट्स को प्राथमिकता दी गई, जहां अवैध नशे की सप्लाई से जुड़े इनपुट पूर्व में प्राप्त हुए थे। थाना प्रभारी उपनिरीक्षक राधेश्याम की अगुवाई में पुलिस टीम तडक़े ही डॉग स्क्वाड और कमांडो स्टाफ के साथ क्षेत्र में उतरी। टीम ने संकरी गलियों, झुग्गियों, पुराने मकानों, खाली प्लॉटों और संवेदनशील ठिकानों पर सर्चिंग की। कई स्थानों पर गुप्त कक्षों व छिपाव स्थानों की भी जांच की गई।

पुलिस ने मौके पर मौजूद लोगों से बातचीत कर स्थानीय परिस्थितियों और संदिग्ध गतिविधियों की जानकारी ली। साथ ही क्षेत्र में खड़े वाहनों को चेक किया गया और जिन लोगों की गतिविधियां संदिग्ध लगीं, उनसे पूछताछ की गई।

भट्टूकलां। तलाशी अभियान चलाती पुलिस टीम।

कड़ी सुरक्षा

उपनिरीक्षक राधे श्याम ने बताया, भट्टू क्षेत्र में नशे को लेकर इनपुट सामने आ रहे थे। इन्हीं सूचनाओं की पुष्टि के लिए यह छापामार जांच की गई। हमारा लक्ष्य क्षेत्र में नशे की आवाजाही को पूरी तरह समाप्त करना है। ऐसे संयुक्त तलाशी अभियान आगे भी लगातार चलते रहेंगे। आज की इस कार्रवाई से नशा तस्करी में संलिप्त तत्वों को स्पष्ट संदेश मिला है कि पुलिस की निगरानी लगातार कड़ी रहेगी।

सिरसा। अदालत में केसों का निपटारा करते न्यायाधीश।

सिरसा में न्यायाधीशों ने की सुनवाई

राष्ट्रीय लोक अदालत में 545 मामलों का निपटारा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा बुधवार को सिरसा में राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी प्रवेश सिंगला ने बताया कि लोक अदालत में परमानेंट लोक अदालत के चेयरमैन हरचरन सिंह तथा सदस्य पवन कुमार सुथार एवं सरोज सोनी द्वारा 567 मामलों को सूचीबद्ध किया गया, जिनमें से 545 मामलों का आपसी समझौते के आधार पर सफलतापूर्वक निपटारा किया गया। उन्होंने बताया कि लोक अदालत के माध्यम से 1,40,613 रुपये की रिकवरी करते हुए मामलों का निपटान किया गया। उन्होंने बताया कि हरियाणा राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के निर्देशानुसार समय-समय पर लोक अदालतों का आयोजन किया जाता है, ताकि आमजन को त्वरित एवं सुलभ न्याय मिल सके। उन्होंने बताया कि लोक अदालत की प्रक्रिया अत्यंत सरल एवं संक्षिप्त होती है, जिसमें दोनों पक्षों की सहमति से मामलों का निपटारा किया जाता है। लोक अदालत में दिए गए निर्णय के विरुद्ध किसी प्रकार की अपील का प्रावधान नहीं होता। दोनों पक्षों की सहमति से निर्णय होने के कारण आपसी मनमुटाव भी हमेशा के लिए समाप्त हो जाता है।

■ 567 मामलों को सूचीबद्ध किया गया

युवक हेरोइन सहित गिरफ्तार, केस दर्ज

कालांवाली। सीआईए कालांवाली पुलिस ने गश्त के दौरान गांव डबवाली से एक युवक को 7.09 ग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। सीआईए कालांवाली प्रभारी सुरेश कुमार ने बताया कि पुलिस टीम गांव डबवाली में जोगेवाला रोड पर नाकाबंदी के दौरान मौजूद थी। इसी दौरान गांव डबवाली की तरफ से एक शख्स आता दिखाई दिया, जो कि पुलिस को देखकर भागने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर उसे काबू कर लिया और तलाशी ली तो उसके कब्जे से 7.09 ग्राम हैरोइन बरामद हुई। आरोपी की पहचान सुखविंद्र सिंह पुत्र अर्श कोहली निवासी गांव डबवाली के रूप में हुई है। आरोपी के खिलाफ मादक पदार्थ अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया है।

बच्चों की सुरक्षा को लेकर अभिभावक रहें सतर्क अनजान ड्राइवर के साथ स्कूल न भेजें : एसपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद पुलिस ने बच्चों की सुरक्षा को लेकर एक महत्वपूर्ण एडवाइजरी जारी की है। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने जिला वासियों से अपील की है कि वे अपने बच्चों को स्कूल भेजते समय पूरी तरह सतर्क और जागरूक रहें। हाल ही में कुछ स्थानों पर ऐसी घटनाएं सामने आई हैं, जिनमें अज्ञात व्यक्ति नकली वैन/गाड़ी का उपयोग कर बच्चों को ले जाने का प्रयास करते हैं। एसपी ने बताया कि स्कूली बच्चों की गाडिय़ों के समय से पहले कोई अन्य वैन आकर हॉर्न बजाती है और स्वयं को असली ड्राइवर का परिचित बताकर बच्चों को अपने साथ ले जाने की कोशिश करती है। अभिभावकों की सतर्कता ही इस प्रकार की संभावित घटनाओं से बचाव का प्रभावी तरीका है।

पुलिस की एडवाइजरी

एसपी सिद्धांत जैन।

एसपी ने स्पष्ट किया कि बच्चों की सुरक्षा को लेकर अभिभावक और स्कूल प्रबंधन दोनों को सजग रहना होगा। ड्राइवर या गाड़ी बदलने की स्थिति में इसकी जानकारी समय रहते सभी अभिभावकों को दी जानी चाहिए। इसके साथ ही, स्कूल प्रबंधन को अपने-अपने व्हाट्सएप ग्रुप्स या अन्य माध्यमों से नियमित रूप से ड्राइवर और गाड़ी की जानकारी साझा करनी चाहिए। पुलिस अधीक्षक ने अभिभावकों से कहा कि बच्चों को यह जरूर समझाएं कि वे किसी अनजान व्यक्ति की बातों में न आएं और गाड़ी में बैठने से पहले पहचान की पुष्टि करें। उन्होंने कहा कि यदि कोई संदिग्ध गाड़ी या व्यक्ति बच्चों को अपने साथ ले जाने का प्रयास करता है तो तुरंत पुलिस को सूचित करें। फतेहाबाद पुलिस की एडवाइजरी में यह भी कहा गया है कि किसी भी संदिग्ध गतिविधि की स्थिति में नागरिक तुरंत 112 नंबर या नजदीकी पुलिस थाने से संपर्क करें। बच्चों की सुरक्षा हम सबकी जिम्मेदारी है, और थोड़ी सी सतर्कता किसी बड़ी घटना को रोक सकती है।

आधार कार्ड व पैन कार्ड पर 5 लाख रुपये का लोन दिलवाने का दिया झासा

किसान से धोखाधड़ी, लोन दिलवाकर खुद के खाते में पैसे किए ट्रांसफर, दो युवकों पर केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद में एक किसान से दो युवकों द्वारा लोन दिलवाने के नाम पर उससे हजारों रुपये हड़पने का मामला सामने आया है।

किसान का आरोप है कि युवकों ने उसके नाम से लोन लेकर यह राशि अपने खाते में ट्रांसफर कर ली। जब उसे अपने साथ हुए फ्रॉड का पता चला तो उसने ऑनलाइन शिकायत दर्ज करवाई। अब इस मामले में सदर फतेहाबाद पुलिस ने दो युवकों के खिलाफ केस दर्ज किया है।

ऐसे की ठगी

पुलिस को दी शिकायत में गांव धारनियां निवासी धर्मपाल ने कहा है कि वह खेतीबाड़ी का काम करता है। करीब 3 महीने पहले उसके चाचा के लडक़े विरेन्द्र ने उसके पास फोन किया और कहा कि अगर उसे लोन की जरूरत है तो वह आधार कार्ड व पैन कार्ड पर 5 लाख रुपये का लोन दिलवा देंगे। उसे यह लोन अगले 5 साल तक भरना है। जगदीश ने कहा कि उस समय उसे पैसों की जरूरत थी, इसलिए उसने लोन लेने के लिए हां कर दी। इसके बाद विरेन्द्र ने कहा कि वह 1-2 दिन में फतेहाबाद की जाट धर्मशाला स्थित उसके ऑफिस में आ जाए, वह उसका लोन करवा देगा। जगदीश के अनुसार इसके बाद वह जाट धर्मशाला फतेहाबाद में गया जहां उसे विरेन्द्र मिला। विरेन्द्र ने धर्मशाला में उसकी मुलाकात कर्ण नाम के व्यक्ति से करवाई जिसने उससे आधार कार्ड व पैन कार्ड पर 5 लाख का लोन देने की बात कही। कर्ण ने उससे उसका आधार कार्ड, पैन कार्ड व मोबाइल मांगा।

बैंक वाले कर रहे तंग

उसके पास कीपैड वाला फोन था, जिस पर कर्ण ने कहा कि वह उसका सिम कार्ड अपने मोबाइल में डालकर लोन कर देता है। इसके बाद कर्ण ने सिम निकालकर अपने फोन में डाला और काफी देर तक फोन पर काम करता रहा। बाद में उसने उसे आधार कार्ड, पैन कार्ड व सिम कार्ड वापस देकर कहा कि कल उसके बैंक खाते में 5 लाख रुपये आ जाएंगे। उसने अगले दिन फिर उसे जाट धर्मशाला बुलाया। अगले दिन भी कर्ण ने उसकी सिम ली और अपने मोबाइल में डालकर काम किया और कहा कि लोन होने में कुछ दिन लगेंगे। जगदीश ने बताया कि इसके बाद वह घर आ गया। अब एक महीने बाद उसके मोबाइल पर किस्त भरने के मैसेज आने लगे। एक दिन मनीव्यू एप से एक कर्मचारी का फोन आया और कहा कि वह लोन की किस्त क्यों नहीं भर रहा। इस पर जगदीश ने कहा कि उसने कोई लोन ही नहीं लिया है।

भाजपा नेता कुलवंत राय की अपील

सनातन हिंदू धर्म को शांति का नोबेल पुरस्कार देने की मांग

सिरसा। भाजपा नेता कुलवंत राय ने नोबेल पुरस्कारों के चयन के लिए नामित समिति से इस वर्ष का नोबेल शांति पुरस्कार सनातन हिंदु धर्म को देने की मांग की है। उन्होंने कहा कि सनातन हिंदु धर्म में आस्था रखने वाले लोग शांति व अहिंसा के पुजारी होते हैं और खान-पान के मामले में अन्य धर्मों से तुलना के मामले में मांस-मदिरा इत्यादि का सेवन भी नाममात्र करते हैं।

उन्होंने कहा कि ज्यादातर धर्मों में तो संबंधित धर्मों के त्योहार इत्यादि पावन दिनों में भी मांस-मदिरा व जीवित जानवरों की बलि, कुर्बानी इत्यादि दी जाती है। जिस कारण आम जनमानस में संबंधित धर्मों की धार्मिक पवित्रता भी संदेह की दृष्टि से देखी जाती है। उन्होंने कहा कि इसके अतिरिक्त कुछ धर्म अपने संप्रदाय व धर्म विस्तार के लिए पैसे के बल का अनुचित सहारा लेते हैं। जबकि कुछ अन्य धर्म अपने प्रचार-प्रसार व फैलाव में हिंसा व आतंकवाद का नकारात्मक सहारा लेते हैं। उन्होंने कहा कि इन सब कारणों के कारण इस वर्ष का नोबेल शांति पुरस्कार देने की मांग की।

■ कुलवंत राय बोले, धर्म अहिंसा व शांति को दे रहा बढ़ावा

मुख्य सिपाही राजेंद्र सिंह को गश्त के दौरान सड़क पर मिला था फोन

पुलिस कर्मचारी की ईमानदारी, सड़क पर मिला मोबाइल राहगीर को सुरक्षित लौटाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद पुलिस न केवल कानून-व्यवस्था बनाए रखने में सक्रिय है, बल्कि जनसेवा, ईमानदारी और संवेदनशीलता के मूल्यों पर भी खरा उतर रही है। आज इसी भावना का एक उत्कृष्ट उदाहरण सामने आया जब यातायात पुलिस ने एक राहगीर का खोया हुआ मोबाइल फोन सुरक्षित तरीके से लौटाकर मानवता की मिसाल पेश की। थाना यातायात फतेहाबाद में तैनात मुख्य सिपाही राजेंद्र सिंह आज लाल बत्ती चौक से बीघड़ चौक के मध्य गश्त कर रहे थे। इसी दौरान सडक़ पर एक मोबाइल फोन मिला। मुख्य सिपाही राजेंद्र ने मोबाइल को उठाकर उसकी वास्तविक पहचान सुनिश्चित की और सत्यापन उपरांत फोन को उसे सौंप दिया।

फतेहाबाद। राहगीर को उसका गुम मोबाइल लौटाते पुलिस कर्मचारी।

एसपी ने सराहा

राहगीर ने पुलिस की इस ईमानदार कार्रवाई की प्रशंसा करते हुए फतेहाबाद पुलिस का धन्यवाद किया और कहा कि पुलिस की ऐसी पहल जनता के विश्वास को और मजबूत करती है। एसपी सिद्धांत जैन ने मुख्य सिपाही राजेंद्र सिंह की प्रशंसा करते हुए कहा कि, फतेहाबाद पुलिस का उद्देश्य केवल अपराध नियंत्रण तक सीमित नहीं, बल्कि जनता की सहायता, सुरक्षा और विश्वास को मजबूत करना भी है। ऐसे पुलिसकर्मी विभाग की गरिमा को बढ़ाते हैं।

शिक्षक के साथ साइबर ठगी

ब्यूटी प्रोडक्ट की फ्रेंचाइजी देने के नाम पर हजारों रुपये की धोखाधड़ी, केस

फतेहाबाद। साइबर ठगों ने फतेहाबाद के एक अध्यापक को अपना शिकार बनाते हुए ब्यूटी प्रोडक्ट की फ्रेंचाइजी देने के नाम पर हजारों रुपये ठगने का मामला सामने आया है। इस बारे साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव भूथनकलां निवासी कृष्ण कुमार ने कहा है कि वह राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में अध्यापक है। 14 नवंबर को उसने फेसबुक पर सेंसर कम्पनी की ऐड देखी थी, जिसमें ब्यूटी प्रोडक्ट दिखाए गए थे। इस पर उसने ऐड पर दिए गए नंबर पर मैसेज किया। इसके बाद उससे रजिस्ट्रेशन के नाम पर उससे 9750 रुपये मांगे गए। उसने 14 नवंबर को अपने पेटीएम से बताए गए नंबर पर यह रुपये भेज दिए। उसके बाद उक्त लोगों ने उसे व्हाटसएप कॉल कर कहा कि उनकी जनरल मीटिंग होगी, जिसमें उसे सेंसर कम्पी की फ्रेंचाइजी दी जाएगी। उसके लिए हमें होटल बुक करना पड़ेगा, जिसका चार्ज उसे देना होगा। इस पर उसने उसी दिन 20 हजार रुपये ओर भेज दिए। इसके बाद उसे कहा गया कि उसे प्रोडक्ट की राशि भी अभी देनी पड़ेगी, जिस पर उसने 14500 रुपये भेज दिए।

स्टेट यूथ फेस्टिवल में सीडीएलयू छाया

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा के विद्यार्थियों ने पंचकूला में आयोजित स्टेट यूथ फेस्टिवल में बेहतर प्रदर्शन करते हुए विश्वविद्यालय का नाम राज्य स्तर पर रोशन किया। यह प्रतिस्पर्धा 7 से 9 दिसंबर 2025 तक पंचकूला में आयोजित की गई। युवा कल्याण निदेशक डॉ. मंजू नेहरा ने बताया कि विश्वविद्यालय की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए हरियाणवी गुरप सॉन्ग में प्रथम स्थान और हरियाणवी गुरप डांस में द्वितीय स्थान हासिल किया। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता में अनेक विश्वविद्यालयों और संस्थानों से आई टीमों ने भाग लिया, जिनमें से चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के प्रतिभागियों ने अपनी कला, तालमेल, प्रदर्शन कौशल और सृजनात्मकता से निर्णायकों और दर्शकों का मन मोह लिया। उन्होंने बताया कि प्रथम स्थान हासिल करने वाली टीम को एक लाख रुपए तथा द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाली टीम को पिछत्तर हजार रुपए का पुरस्कार प्रदान किया जाएगा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय, सिरसा के कुलगुरु प्रो. विजय कुमार, कुलसचिव डॉ. सुनील कुमार, सहित अन्य शिक्षक मौजूद रहे।

प्रतिभा लड़कों व लड़कियों के वर्ग में विजयी रहने पर एसोसिएशन ने सम्मानित किया

जिला स्तरीय टेबल टेनिस चैम्पियनशिप में खिलाड़ियों ने किया शानदार प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद टेबल टेनिस एसोसिएशन द्वारा सतीश कालोनी में अपैक्स पब्लिक स्कूल सीति आरडीडी स्पोर्ट्स अकैडमी में जिला स्तरीय टेबल टेनिस चैम्पियनशिप का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में जिलेभर से विभिन्न आयुवर्गों में 50 से अधिक पुरूष और महिला खिलाडिय़ों ने भाग लिया और अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। इस अवसर पर टेबल टेनिस एसोसिएशन के सचिव गणेश आहूजा, नेहा आहूजा, खेल कोच प्रमोद कौशिक, कृष्ण कौशिक, रेणु सरदाना, जितेन्द्र सरदाना सहित अनेक गणमान्य लोग उपस्थित रहे। जिला स्तरीय इस चैम्पियनशिप में रोचक मुकाबले हुए। अंडर-11 आयु वर्ग लड़कियों में जहां राव्या प्रथम स्थान पर रही वहीं लडक़ों में नमन ने बाजी मारी। इसके अलावा अंडर-13 आयुवर्ग लडक़ों में आयुष, अंडर-15 लडक़ों में नैतिक ने पहला स्थान पाया। अंडर-17 लडक़ों में अयान तथा लड़कियों में शालिनी ने गोल्ड मेडल तथा मदर टैरेसा स्कूल भट्टू की सृष्टि गोयल ने सिल्वर मेडल जीता। अंडर-19 लड़कियों में चेतना कौशिक तथा लडक़ों में हुतेश अरोड़ा ने पहला स्थान हासिल किया जबकि सीनियर वर्ग लडक़ों में दिव्यांशु ने टॉप कर गोल्ड मेडल जीता। एसोसिएशन के सचिव गणेश आहूजा व अन्य अतिथियों ने विजेता खिलाडिय़ोंको सम्मानित करते हुए कहा कि इस चैम्पियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया।

फतेहाबाद। विजेता खिलाड़ियों को सम्मानित करते जिला टेबल टेनिस एसोसिएशन के पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

वॉलीबॉल प्रतियोगिता में सिरसा ने महिला-पुरुष दोनों वर्गों में राज्यस्तर पर चैंपियन

सिरसा। सोनीपत के रेवाड़ा में आयोजित 45वीं सीनियर राज्यस्तरीय वॉलीबॉल प्रतियोगिता में सिरसा की टीमों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए इतिहास रच दिया। पहली बार सिरसा की महिला और पुरुष, दोनों ही टीमों ने एक साथ स्वर्ण पदक जीतकर जिले का नाम पूरे हरियाणा में रोशन किया। प्रतियोगिता का यह संस्करण कई रोमांचक मुकाबलों का गवाह बना, लेकिन सिरसा का प्रदर्शन सबसे प्रभावशाली रहा। सिरसा जिला वॉलीबॉल संघ के महासचिव मुकेश कासनिया के अनुसार, महिला टीम ने अपने शानदार कौशल और टीमवर्क से सभी का दिल जीत लिया। अंतर्राष्ट्रीय खिलाड़ी अल्पना की कप्तानी में टीम ने शुरुआत से ही आक्रामक रणनीति अपनाई। सेमीफाइनल में सिरसा की महिला टीम ने भिवानी को एकतरफा मुकाबले में 3-0 से हराया। फाइनल में उनका सामना मजबूत मानी जाने वाली जींद टीम से हुआ, लेकिन सिरसा की खिलाड़ियों ने बेहतरीन तालमेल और आत्मविश्वास के दम पर 3-1 से जीत दर्ज करते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम किया। पुरुष वर्ग में भी सिरसा की टीम ने दमदार प्रदर्शन किया। करनाल के खिलाफ खेले गए फाइनल मुकाबले में सिरसा के खिलाड़ियों ने प्रभावी सर्विस, स्मैश और डिफेंस का शानदार संयोजन दिखाया। अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी आयुष और मनोज ने पूरे मैच में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए टीम को 3-1 से जीत दिलाई और सिरसा के लिए स्वर्ण पदक सुनिश्चित किया। सिरसा वॉलीबॉल संघ के अध्यक्ष व जिला परिषद चेयरमैन कर्ण चौटाला ने दोनों टीमों को फ़ोन पर बधाई दी। उन्होंने कहा कि खिलाड़ियों का यह प्रदर्शन जिले के खेल इतिहास में स्वर्णाक्षरों में दर्ज होगा।

■ सोनीपत के रेवाड़ा में शानदार प्रदर्शन

खबर संक्षेप

जनौस ने उठाई सरकार से जांच की मांग

हिसार। भारत की जनवादी नौजवान सभा के राज्य प्रधान मुकेश कुमार ने कहा कि कागसर गांव के खुशी नर्सिंग कालेज में बेटियां लाचार दिखाई दे रही है। बहन बेटियों के साथ बहुत गलत किया जा रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि नर्सिंग कॉलेज छात्राएं जो भारी भरकम फीस देकर कालेज में पढ़ने के लिए आती है, लेकिन नर्सिंग कालेज के चेयरमैन के द्वारा छात्राओं के साथ किया जा रहा अमानवीय व्यवहार बेहद शर्मनाक और अफसोसजनक है।

पीएमश्री स्कूल जेएनवी में प्रवेश परीक्षा 13 को

हिसार। पीएमश्री स्कूल जवाहर नवोदय पाबड़ा में सत्र 2026-27 के लिए कक्षा छठी में प्रवेश के लिए होने वाली परीक्षा की तिथि घोषित कर दी गई है। यह परीक्षा 13 दिसंबर 2025 को जिले के विभिन्न परीक्षा केंद्रों में आयोजित की जाएगी। पीएमश्री स्कूल जवाहर नवोदय के प्राचार्य प्रभारी हंसराज ने बताया कि अभ्यर्थी प्रवेश परीक्षा के लिए प्रवेश पत्र वेबसाइट से ऑनलाइन डाउनलोड कर सकते हैं। जिले के 9 ब्लॉक में बनाए गए 14 परीक्षा केंद्रों पर यह परीक्षा आयोजित करवाई जाएगी।

बास क्षेत्र में जरूरतमंदों को किए कंबल वितरित

नारनौंद। थाना बास थाना प्रभारी बलवान सिंह ने बास गांव में सर्दी के दौरान जरूरतमंद परिवारों को कंबल वितरित किए। इस सेवा कार्य में गांव के नम्बरदार नरेश का विशेष सहयोग रहा, जिन्होंने क्षेत्र के वास्तविक जरूरतमंद लोगों की पहचान कर पुलिस टीम को सहयोग दिया। थाना प्रभारी बलवान सिंह ने कहा कि ऑपरेशन हॉटस्पॉट डोमिनेशन का उद्देश्य केवल आपराधिक गतिविधियों पर अंकुश लगाना ही नहीं, बल्कि जिम्मेदारियों को निभाते हुए जरूरतमंदों की मदद करना भी है।

छात्रवृत्ति संशोधित योजना के तहत करें आवेदन

हिसार। उपायुक्त महेंद्र पाल ने बताया कि जिला कल्याण विभाग द्वारा संचालित डॉ बीआर अंबेडकर मेधावी छात्रवृत्ति संशोधित योजना वित्त वर्ष 2025-26 के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। इस योजना के पात्र विद्यार्थी हरियाणा सरल पोर्टल के माध्यम से 31 जनवरी तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि इस योजना में अनुसूचित एवं विमुक्त जाति, घुमन्तु एवं अर्द्धघुमन्तु व टपरीवास जाति के 10वीं कक्षा, 12वीं कक्षा और स्नातक कक्षा के छात्र व छात्राएं आवेदन कर सकते हैं।

भूमि पूजन करके स्वदेशी मेले की तैयारियां शुरू

हिसार। हिसार के पुराना गवर्नमेंट कॉलेज मैदान में 12 से 16 दिसंबर तक चलने वाले स्वदेशी मेले की तैयारियों की शुरुआत हनुमान चालीसा पाठ व भूमि पूजन के साथ की गई। हिसार गौरव स्वदेशी मेला आयोजन समिति के पदाधिकारियों व सदस्यों ने पुराना गवर्नमेंट कॉलेज मैदान में पहुंचकर अपने इष्ट की आराधना की। स्वदेशी मेला प्रांतीय प्रमुख अनिल गोयल, मेला संयोजक दिनेश चुघ, मेला सह संयोजक सुमन ऐरन व प्रदीप बामल, मेला प्रमुख संजीव शर्मा, स्कूल संपर्क प्रमुख मोना जैन, प्रतियोगिता प्रमुख ऋचा जांगड़ा, कार्यक्रम प्रमुख डॉ. अनिल कुमार व कमलदीप अत्री, मेला प्रचार प्रमुख पुनीत खुराना, स्टॉल प्रमुख ऋतुराज मौजूद रहे।

बीमा सखी की पहली वर्षगांठ मनाई

हिसार। भारतीय जीवन बीमा निगम कार्यालय की ब्रांच दो में बीमा सखी की पहली वर्षगांठ बनाई गई। आयोजन की अध्यक्षता ब्रांच मैनेजर जोगिंदर भोला ने की। उन्होंने बताया कि आज ही के दिन पानीपत में देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा बीमा सखी योजना की शुरुआत की गई थी। इस अवसर पर ब्रांच मैनेजर जोगेंद्र भोला ने केक काटकर बीमा सखी की पहली वर्षगांठ बनाई और संदेश दिया कि भारतीय जीवन बीमा के साथ जुड़कर व्यक्ति अपना भविष्य सुरक्षित कर सकता है।

रेलू राम पूनिया हत्याकांड, भतीजे की राष्ट्रपति को चिट्ठी

दोनों को रिहाई न देने की मांग

हिसार। बरवाला क्षेत्र में लगभग 24 वर्ष पुराने रेलूराम पूनिया परिवार हत्याकांड में उनकी बेटी सोनिया व दामाद संजीव कुमार की समय से पहले रिहाई वाली याचिका के खिलाफ उनके परिवार ने राष्ट्रपति को पत्र लिखकर रिहाई रोकने की मांग की है। परिवार का कहना है कि यदि ऐसा हुआ तो उनकी जान को खतरा हो सकता है क्योंकि ये दोनों पहले भी आठ हत्या कर चुके हैं। हाल ही में पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय द्वारा उनकी समय से पूर्व रिहाई वाली याचिका मंजूर होने के बाद परिवार ने राष्ट्रपति को ये पत्र भेजा है। मृतक पूर्व विधायक रेलूराम पूनिया के भतीजे जितेंद्र पूनिया ने कहा कि रेलूराम की पुत्री सोनिया व दामाद संजीव को हिसार कोर्ट से लेकर सुप्रीम कोर्ट तक फांसी की सजा सुना चुका है। इसके बाद सजा को आजीवन कारावास में बदला गया था। इन्होंने पहले भी हाईकोर्ट में रिहाई की एप्लिकेशन लगाई थी, जब हमने केस लड़ा तो उन्होंने एप्लिकेशन वापस ले ली थी। अब दोबारा रिहाई के लिए एप्लिकेशन लगाई है तो हाईकोर्ट ने मंजूर कर लिया। मामले में मंगलवार को जस्टिस सूर्य प्रताप सिंह की अदालत में इस मामले में सुनवाई हुई थी। हालांकि अभी इस मामले में अदालत के विस्तृत आदेश का इंतजार का है।

पूनिया के भतीजे से परिवार को जान का खतरा बताकर की रिहाई रोकने की मांग

2001 में हुआ था जघन्य हत्याकांड

रेलूराम पूनिया हत्याकांड हरियाणा के सबसे सनसनीखेज मामलों में माना जाता है। लगभग 24 वर्ष पूर्व 23 अगस्त 2001 की रात हिसार के लितानी गांव स्थित फार्म हाउस में पूर्व विधायक रेलूराम पूनिया, उनकी पत्नी, बेटा-बहू, पोता-पोती और एक बच्चे सहित कुल 8 लोगों की बेरहमी से हत्या कर दी गई थी। सभी को लोहे की रॉड व डंडों से सोते समय मारा गया, जिससे पूरा परिवार खत्म हो गया।

हिसार। राष्ट्रपति को पत्र लिखने बारे जानकारी देते रेलूराम के परिजन, साथ हैं एडवोकेट लाल बहादुर खोवाल।। फोटो : हरिभूमि

दोनों को मौत की सजा हुई

मामले की पैरवी करने वाले एडवोकेट लाल बहादुर खोवाल ने बताया कि अगस्त 2001 में हरियाणा में यह जघन्य हत्याकांड हुआ था। मामले में बरवाला से विधायक रहे रेलूराम पूनिया सहित 8 लोगों की हत्या की गई थी। इस मामले में उनकी बेटी सोनिया और दामाद संजीव को मौत की सजा हुई थी। इसके बाद राष्ट्रपति ने भी इनकी एप्लिकेशन डिसमिस कर दी। इसके बाद 2014 में सुप्रीम कोर्ट ने इनकी सजा को उम्रकैद में बदल दिया था कि क्योंकि राष्ट्रपति द्वारा मर्जी एप्लिकेशन डिसमिस करने में देरी हुई। वकील ने बताया कि परिजनों ने जान का खतरा बताते हुए पुलिस अधीक्षक, जिला प्रशासन सहित अन्य जगहों पर एप्लिकेशन दे दी है।

जमीन के लिए हत्याकांड को अंजाम देने का आरोप

जांच में सामने आया कि इस नरसंहार की मुख्य वजह जमीन-जायदाद को लेकर गंभीर विवाद था। रेलू राम की बेटी सोनिया और उसके पति संजीव ने परिवार की संपत्ति पर कब्जा करने की योजना बनाकर यह हत्याकांड अंजाम दिया। दोनों ने वारदात के बाद आत्महत्या का प्रयास भी किया, लेकिन बच गए। अदालत ने इसे पूरी तरह योजना बनाकर की गई क्रूर हत्या माना और 2004 में दोनों को मृत्युदंड सुनाया। बाद में हाईकोर्ट ने इसे उम्रकैद में बदला, लेकिन सुप्रीम कोर्ट ने फिर से मौत की सजा बहाल कर दी। बाद की अपीलों और प्रक्रियाओं के बाद उनकी सजा उम्रकैद में बदल गई। पुलिस पूछताछ में सोनिया ने स्वीकारा था कि उसने ही आठों को मारा है। ये लोग मुझसे और मेरे पति से नफरत करते थे। मुझे प्रॉपर्टी नहीं देना चाहते थे। उस रात सभी को मारने के बाद मैं खुद को भी खत्म करना चाहती थी। काश! मर गई होती। मां-पापा के बीच अक्सर लड़ाई होती थी। बात मारपीट तक पहुंच जाती थी। झगड़े की जड़ थी, जमीन-जायदाद, संपत्ति।

हांसी को देंगे कई विकास परियोजनाओं की सौगात : भयाना

नई ऑटो मार्केट में विकास रैली 16 को, सीएम होंगे मुख्यअतिथि

विकास रैली में भी हांसी को जिला बनवाने को लेकर रखी जाएगी मांग

हांसी। विकास रैली स्थल का दौरा करते विधायक विनोद भयाना, डीसी महेंद्र पाल, एसपी अमित यशवर्धन व अन्य।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

तोशाम रोड स्थित नई ऑटो मार्केट परिसर में 16 दिसंबर को हांसी विकास रैली का आयोजन होगा। रैली में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी मुख्य अतिथि होंगे तथा कई मंत्री भी शिरकत करेंगे।

यह जानकारी विधायक विनोद भयाना ने बुधवार को पीडब्ल्यूडी विश्राम गृह में पत्रकारों से बातचीत में दी। उन्होंने बताया कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी प्रदेश के जिस भी हलके में जाते हैं वहां क्षेत्र के विकास को लेकर बड़े-बड़े तोहफे देते हैं। उम्मीद ही नहीं बल्कि पूरा विश्वास है कि मुख्यमंत्री इस रैली के माध्यम से हांसी को कई बड़ी विकास परियोजनाओं की सौगात देंगे। हांसी को जिला बनाने की मांग को लेकर पूछे गए सवाल के जवाब में उन्होंने कहा कि हांसी को जिला बनवाने के लिए विधानसभा से लेकर हर मंच पर मांग की गई है, इस विकास रैली में भी हांसी को जिला बनवाने को लेकर मांग रखी जाएगी।

विधायक व उपायुक्त ने किया दौरा

उधर, मुख्यमंत्री की 16 दिसंबर को होने वाली रैली को लेकर विधायक विनोद भयाना, उपायुक्त महेंद्र पाल, पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन तथा एसडीएम राजेश खोथ ने ऑटो मार्केट स्थित रैली स्थल का दौरा कर अधिकारियों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। विश्रामगृह में आयोजित पत्रकार वार्ता के बाद विधायक विनोद भयाना ने पार्टी कार्यकर्ताओं के साथ बैठक की।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर भाजपा जिला अध्यक्ष अशोक सैनी, भाजपा नेता राजपाल यादव, विधायक पुत्र साहिल भयाना, मार्केट कमेटी के चेयरमैन दिनेश धवन, वाइस चेयरमैन सुरजीत गुर्जर, दिनेश भूटानी, धर्मवीर रतेरिया, तनुज खुराना, ब्लाक समिति चेयरमैन प्रतिनिधी सुभाष यादव आदि मौजूद थे।

आरपीएस सैनिक स्कूल हांसी का कैप्टन बृज किशोर ने किया निरीक्षण

हांसी। सैनिक स्कूल रेवाड़ी के प्रधानाचार्य कैप्टन बृज किशोर एवं वरिष्ठ अध्यापक गजेंद्र चौहान ने आरपीएस सैनिक स्कूल का निरीक्षण एवं शैक्षणिक भ्रमण किया। विद्यालय में आगमन पर स्कूल प्रबंध निर्देशक डॉ. संदीप देशवाल, विद्यालय प्रधानाचार्या एकता सचदेवा तथा मुख्याध्यापिका पूजा राणा द्वारा आत्मीय एवं गरिमामय स्वागत किया गया। इस अवसर पर विद्यालय में एक विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन किया गया, जिसमें कैप्टन बृज किशोर ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को संबोधित किया। उन्होंने विद्यार्थियों को भारतीय सशस्त्र बलों में सेवा के लिए प्रेरित किया तथा अनुशासन, परिश्रम, लक्ष्य के प्रति निष्ठा एवं देशभक्ति के महत्व पर प्रकाश डाला। प्रार्थना सभा में विद्यार्थियों ने गायत्री मंत्र से अत्यंत प्रभावित हुए व इसके आध्यात्मिक महत्व को रेखांकित किया।

हांसी। सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत करते आरपीएस सैनिक स्कूल के बच्चे।

अतिथियों को पौधों सहित गमले भेंट किए

इसके उपरांत कैप्टन बृज किशोर ने विद्यालय परिसर का निरीक्षण किया। इस अवसर सैनिक स्कूल के विद्यार्थियों द्वारा गीत, नाटक एवं नृत्य के माध्यम से भारतीय संस्कृति एवं विरासत का सुंदर प्रदर्शन व सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया। कार्यक्रम के अंत में एक नेता, एक वृक्ष विषय के अंतर्गत कैप्टन बृज किशोर ने विद्यालय परिसर में अर्जुन वृक्ष का रोपण किया। वहीं स्कूल प्रबंध निर्देशक डॉ. संदीप देशवाल एवं विद्यालय प्रधानाचार्या एकता सचदेवा द्वारा अतिथियों को पौधों सहित गमले भेंट कर सम्मानित किया गया।

युवक मोनू की हत्या मामले में तनाव, परिजन कार्रवाई पर अड़े

हिसार। जिले के गांव मिर्जापुर में युवक मोनू की हत्या के बाद तनाव बढ़ गया है। परिजन तुरंत कार्रवाई की मांग और आर्थिक मदद को लेकर अस्पताल में एकत्रित हुए हैं। परिजनों का कहना है कि मांग पूरी होने के बाद ही वह अंतिम संस्कार करेंगे। देर सायं उचित कार्रवाई का आश्वासन दिए जाने के बाद परिजन मान गए और पोस्टमार्टम के बाद शव उन्हें सौंप दिया गया। उधर, पुलिस ने 19 वर्षीय मोनू के परिजनों के बयान पर हत्या की धाराओं में केस दर्ज कर लिया है। पुलिस को शक है कि किसी करीबी जान पहचान वाले का मर्डर में हाथ हो सकता है। पुलिस ने मोनू की जेब से मिले फोन की कॉल डिटेल निकलवाई है, जिसमें चौकाने वाली बात सामने आई है। जांच अधिकारी गौतम का कहना है कि कॉल डिटेल में रात को नौ बजे अंतिम बार बात भाई से हुई है। इसके बाद युवक की किसी से फोन पर बात नहीं हुई। पुलिस का कहना है कि पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट आने के बाद ही वह आवश्यक कार्रवाई करेंगे। युवक के पोस्टमॉर्टम के लिए अग्रोहा से डॉक्टरों की टीम आई। डॉक्टरों की हड़ताल के कारण पोस्टमॉर्टम के लिए भी बाहर से डॉक्टर बुलाए गए। मृतक के परिजनों ने मोनू की हत्या का आरोप लगाया है। मृतक के भाई जयभगवान ने बताया कि शव पर चोट के निशान हैं, जो सामान्य मौत की ओर इशारा नहीं करते। परिवार ने मामले की निष्पक्ष जांच और न्याय की मांग की है। परिजनों ने यह भी बताया कि मोनू के पिता का निधन दो साल पहले ही हो चुका है। मोनू के तीन भाई और हैं और मां के साथ रहते हैं। मोनू के मामा ने बताया कि मोनू घर से चार दिसंबर को खाना खाकर निकला था। वह पास में ही प्लॉट में सोता था। मामा ने बताया कि मुझे यह हत्या का मामला लग रहा है।

हिंगलाज माता मंदिर स्थापना दिवस पर सत्संग में जुटे श्रद्धालु

उकलाना। खत्री-सिंधी समाज की कुलदेवी हिंगलाज माता के मंदिर की वर्षगांठ पर बुधवार को पुनः भव्य सत्संग, हवन-यज्ञ एवं भंडारे का आयोजन हुआ। सालों बाद श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ी। पास के क्षेत्रों के साथ-साथ फतेहाबाद, सिरसा, करनाल, कुरुक्षेत्र आदि दूर-दराज से आए भक्तों ने माता के चरणों में माथा टेका और आशीर्वाद पाकर अपनी मंगलकामनाएं कीं। कार्यक्रम के दौरान मंदिर के मुख्य पुजारी पंडित सतीश शास्त्री ने उपस्थित भक्तों को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि हिंगलाज माता सिर्फ एक देवी नहीं वह शक्ति, सुरक्षा और संबल की प्रतीक हैं। उन्होंने बताया कि माता का मूल शक्तिपीठ पाकिस्तान में है, पर भक्तों की आस्था और श्रद्धा ने इस छोटे से मंदिर को भी पूजा का पवित्र केंद्र बना दिया है।

उकलाना। स्थापना दिवस पर सत्संग में उपस्थित श्रद्धालु।

देश को आत्मनिर्भर बनाने में योगदान दें

उकलाना। महिलाओं को देश की प्रगति में अहम भागीदार बताते हुए भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. आशा खेदड़ ने कहा कि आज भारत का लक्ष्य केवल आर्थिक विकास नहीं बल्कि आत्मनिर्भर भारत के निर्माण का है। इस लक्ष्य को सफल बनाने में महिलाओं की भागीदारी अनिवार्य है। वे आर्य कन्या महाविद्यालय, उकलाना में सरकार के स्वदेशी अभियान के तहत आयोजित "आत्मनिर्भर भारत बनाने में महिलाओं की भूमिका" विषय पर महिला गोष्ठी को सम्बोधित कर रही थीं। समारोह की अध्यक्षता श्री बालाजी ड्रामेटिक क्लब के संरक्षक अशोक गर्ग तथा उनकी धर्मपत्नी कुसुम गर्ग ने संयुक्त रूप से की। इस अवसर पर मार्केट कमेटी चेयरमैन कृष्णा ओला, भाजपा जिला मीडिया प्रभारी राजेन्द्र सपड़ा, अमर पातड़, सुगन गोयल, रोशन लाल मित्तल, कृष्णा गोयल, सुमन, रामकुमार गोयल, महेश बंसल, सुरेश गर्ग, सुनील महिपाल, विनोद गोयल, प्रमोद गर्ग, महेश बंसल, वासुदेव शर्मा, डॉ. शम्मी नागपाल, सुमित लितानी, डॉ. राजेश आदि मौजूद थे।

न्यूज डायरी

राष्ट्रीय टेलेंट हंट प्रतियोगिता का पोस्टर लॉन्च

हिसार। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के संगठन सर्जन अभियान के तहत संचार एवं मीडिया विभाग की ओर से प्रवक्ता एवं सोशल मीडिया के सभी पदाधिकारी की नियुक्ति के लिए राष्ट्रीय स्तर पर 'टैलेंट हंट' प्रतिभा खोज कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। इसी कड़ी में जिले के कांग्रेस कांग्रेस भवन में राष्ट्रीय प्रवक्ता एवं हरियाणा प्रभारी डॉ. चैनिका उनियाल एवं जोन प्रभारी रायसिंह गुर्जर ने जिले के नेताओं से मुलाकात की। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला ग्रामीण अध्यक्ष बृजलाल बहबलपुरिया व शहरी अध्यक्ष बजरंग दास गर्ग ने संयुक्त रूप से की। हरियाणा टेलेंट हंट प्रभारी डाक्टर चैनिका उनियाल व जोन प्रभारी रायसिंह गुर्जर ने कहा कि कांग्रेस संगठन के माध्यम से जनता की भावनाओं के साथ जुड़कर मजबूत प्रयास कर रही है।

25 लीटर लाहन सहित आरोपी को किया गिरफ्तार

नारनौंद। पुलिस चौकी मिर्चपुर ने 25 लीटर लाहन सहित एक युवक को पकड़ा हैं। इसकी पहचान विरेन्द्र निवासी कोथकलां के रूप में हुई है। पुलिस चौकी मिर्चपुर प्रभारी सब इंस्पेक्टर जयसिंह ने बताया कि पुलिस चौकी को गश्त पड़ताल दौरान गुप्त सूचना मिली थी एक व्यक्ति गांव कोथ में अपने खेत में अवैध लाहन दबाए हुए है। पुलिस ने कार्रवाई करते हुए बताए गए स्थान पर पहुंच कर गांव कोथ निवासी विरेन्द्र के खेत की तलाशी ली तो खेत में बने कमरे के साथ चेकिंग के दौरान 25 लीटर लाहन बरामद हुआ।

हांसी में तीसरे आरोपी को प्रोडक्शन वारंट पर लिया

हांसी। विशेष अभियान के दौरान सीआईए हांसी पुलिस ने अवैध हथियार देशी कट्टा व 18 कारतूस मामले में तीसरे आरोपी सिसाय बोलान निवासी सुभाष उर्फ भाषा को 5 कारतूस सहित प्रोडक्शन वारंट पर लिया है। सीआईए स्टाफ हांसी में तैनात एएसआई रवि ने बताया कि आरोपी ने कुछ दिनों पहले आरोपी से एक देशी कट्टा व 13 कारतूस राजेंद्र उर्फ मिढ़ा निवासी सिसाय बोलान को व 5 कारतूस एक अपचारी बालक को दिए थे। सीआईए हांसी पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी के प्रोडक्शन वारंट पर लिया है। प्रोडक्शन वारंट पर लिए गए आरोपी के कब्जे से 5 कारतूस को बरामद कर कब्जा पुलिस में लेकर आरोपी को प्रोडक्शन वारंट न्यायालय में पेश करके दो दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है।

नर्सिंग कॉलेज मामले की निष्पक्ष जांच की मांग

नारनौंद। नर्सिंग कॉलेज में छात्राओं के साथ किए जो रहे दुर्व्यवहार को लेकर बुधवार को इनेलो ने पार्टी के राष्ट्रीय संगठन सचिव उमेद लोहान के नेतृत्व में प्रदर्शन किया। इसके उपरांत पार्टी की ओर से नारनौंद एसडीएम को एक ज्ञापन सौंपकर कॉलेज संचालकों पर कार्रवाई व इस मामले की उच्च स्तरीय जांच करवाने की मांग की गई। इस अवसर पर उमेद लोहान ने अपने संबोधन में कहा कि उक्त नर्सिंग कॉलेज के संचालकों ने मनमानी की सभी हदें पार कर रखी हैं। उन्होंने कहा कि इस कॉलेज के संचालक सरकार से मिलीभगत करके मनमाने ढंग से कॉलेज चला रहे हैं।

लायंस क्लब ने किया डेंटल चेकअप कैंप का आयोजन

बरवाला। लायंस क्लब बरवाला सिटी द्वारा बुधवार को डीएम हरियाणा सीनियर सेकेंडरी स्कूल बरवाला में दांतों का फ्री चेकअप कैंप लगाया गया। कैंप में डॉ. ज्योति चौधरी ने लगभग 150 विद्यार्थियों के दांतों का चेकअप किया। लॉयन डॉ. अनंतराम बरवाला व डॉ. ज्योति चौधरी ने विद्यार्थियों को मुंह व दांतों की अच्छी तरह सफाई करने के तरीकों के बारे में बताया। एडवोकेट अनिल रापड़िया ने क्लब के पदाधिकारियों व मेंबरों का स्वागत किया। मौके पर कैंप के प्रोजेक्ट चेयरमैन लॉयन जिले सिंह, को-प्रोजेक्ट चेयरमैन लॉयन सोनू चोपड़ा, स्कूल डायरेक्टर मीनाक्षी रापड़िया, क्लब के प्रधान लॉयन राकेश गर्ग (राकू), कोषाध्यक्ष संदीप गोयल, रोशनलाल घनघस, शिव कुमार कौशिक अन्य उपस्थित रहे।

एसआईआर पर रोक की मांग को लेकर ज्ञापन सौंपा

हिसार। अंतरराष्ट्रीय मानव अधिकार दिवस के मौके पर सेंटर फॉर प्रोटक्शन ऑफ डेमोक्रेटिक राइट्स एंड सेकुलरिज्म (सीपीडीआरएस) ने चुनाव आयोग द्वारा मतदाता सूची का विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) पर रोक लगाने की मांग को लेकर उपायुक्त के माध्यम से मुख्य चुनाव आयुक्त हरियाणा को ज्ञापन भेजा गया। डीडीपीओ को ज्ञापन में मांग की गई की एसआईआर के काम पर तुरंत प्रभाव से रोक लगाई जाए। लोक प्रतिनिधित्व कानून 1950 -51 व स्थापित दिशा निर्देशों का सख्ती से पालन करते हुए एक पारदर्शी नागरिक अनुकूल वार्षिक संशोधन किया जाए।

नारनौंद। बास मार्केट कमेटी कार्यालय में पीड़ित महिला को चेक भेंट करते मार्केट कमेटी चेयरमैन शमशेर मोर। फोटो :हरिभूमि

नानौंद में चेयरमैन मोर ने पीड़ित परिवार को दी 5 लाख रुपये की आर्थिक मदद

नारनौंद। मुख्यमंत्री किसान एवं खेतिहर मजदूर जीवन सुरक्षा योजना 2013 के तहत गांव बडाला की पीड़ित महिला संतोष को पांच लाख रुपए की आर्थिक सहायता दी गई है। मार्केट कमेटी बास के चेयरमैन शमशेर मोर ने बताया कि संतोष के पति कैलाश की कुछ समय पहले तालाब में डूबने से मौत हो गई थी। पति की मृत्यु के बाद परिवार के पास कमाई का कोई साधन नहीं बचा था। ऐसे में सरकार की इस राहत राशि से परिवार को बड़ी मदद मिलेगी। चेयरमैन शमशेर मोर ने कहा कि सरकार की प्राथमिकता हमेशा से यही रही है कि कोई भी जरूरतमंद परिवार योजनाओं के लाभ से वंचित न रहे। उन्होंने कहा कि पूरी पारदर्शिता के साथ पात्रों तक सहायता पहुंचाई जा रही है, ताकि कठिन समय में उन्हें संबल मिल सके। स्थानीय लोगों ने भी सरकार और मार्केट कमेटी के इस कदम की सराहना की। गांव के लोगों का कहना है कि ऐसी सहायता जरूरतमंद परिवारों को हिम्मत देती है और उन्हें जीवन आगे बढ़ाने में मदद मिलती है।

हांसी में यूरिया खाद के लिए लंबी कतारें

- इफको सेंटर पर किसानों की भीड़ को देखते बुलानी पड़ी पुलिस

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

रबी की फसल गेहूं व सरसों सहित अन्य फसलों के लिए यूरिया की बढ़ती मांग के बीच बुधवार को तोशाम चुंगी के पास स्थित इफको किसान सेवा केंद्र पर भारी भीड़ देखने को मिली।

सुबह से ही किसानों की लंबी कतारें लगनी शुरू हो गईं, जो कार्यालय से निकलकर राष्ट्रीय राजमार्ग तक पहुंच गईं। इफको सेंटर पर किसानों की बढ़ती भीड़ को देखते हुए केंद्र पर पुलिस बल की तैनाती की गई। अपनी फसलों के लिए यूरिया खाद लेने इफको सेंटर पहुंचे ढाणी पुरिया निवासी किसान मोहनलाल ने बताया कि वह सुबह 8 बजे केंद्र पर पहुंचा, तब तक दो-तीन कतारें पहले से ही लगी हुई थीं। आसपास के गांवों, ढाणियों और जोहड़ क्षेत्रों से भी किसान अपने ट्रैक्टरों, वाहनों और मोटरसाइकिलों पर पहुंचकर लाइनों में खड़े दिखाई दिए। उन्होंने बताया कि गेहूं व सरसों की फसल के लिए यूरिया की जरूरत है।

हांसी। यूरिया खाद लेने के लिए इफको केंद्र के बाहर लगी किसानों की लंबी कतार।

पोर्टल के आधार पर हो रहा है वितरण

इफको किसान सेवा केंद्र के इंचार्ज आज्ञाराम ने बताया कि बुधवार को लगभग 3000 यूरिया के कट्टे केंद्र पर पहुंचे हैं। इनका वितरण किसानों के 'मेरी फसल मेरा ब्यौरा' पोर्टल पर दर्ज आंकड़ों के आधार पर किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि यदि किसी किसान की पोर्टल पर एक एकड़ गेहूं दर्ज है, तो उसे केवल एक ही कट्टा दिया जाएगा। यह व्यवस्था खाद की कालाबाजारी रोकने में प्रभावी साबित हो रही है।

हकृवि में प्रशिक्षण संपन्न, दिखा उत्साह

मधुमक्खी पालन में अपार संभावनाएं: गर्ग

देश में 120 मिलियन मधुमक्खी कालोनियां स्थापित करने की क्षमता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में 'मधुमक्खियों एवं स्वदेशी परागणकों की जीव विज्ञान, पालन एवं प्रबंधन' विषय पर 21 दिवसीय राष्ट्रीय प्रशिक्षण कार्यक्रम (सीएएफटी) का समापन हुआ। इस प्रशिक्षण में देश के विभिन्न नौ राज्यों के प्रतिभागियों ने भाग लिया। समापन समारोह में विश्वविद्यालय के अनुसंधान निदेशक डॉ. राजबीर गर्ग मुख्य अतिथि रहे।

डॉ. राजबीर गर्ग ने इस अवसर कहा कि हमारे देश में मधुमक्खी पालन की अपार संभावनाएं हैं, क्योंकि लगभग 70 प्रतिशत पुष्प संसाधन अभी भी उपयोग में नहीं लाए जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि देश में 120 मिलियन मधुमक्खी कालोनियां स्थापित करने की क्षमता है। मधुमक्खी पालन के लिए वर्तमान में 3.5 मिलियन कालोनियां ही उपलब्ध हैं, जो परागण आवश्यकताओं की दृष्टि से अत्यंत कम है। उन्होंने प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र भी वितरित किए।

हिसार। प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र वितरित करते मुख्य अतिथि। फोटो :हरिभूमि

यह रहे मौजूद

कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. एसके पाहुजा ने प्रतिभागियों से कहा कि वे अपने-अपने क्षेत्रों में मधुमक्खी पालन के व्यवसाय को अपनाने के लिए किसानों को प्रेरित करें। समापन अवसर पर कीट विज्ञान विभाग की अध्यक्षा एवं कोर्स निदेशक डॉ. सुनीता यादव, प्रशिक्षण संयोजक डॉ. दीपिका कलकल, डॉ मनोज कुमार जाट, डा. विजय कुमार मिश्रा तथा विभाग के सभी कीट वैज्ञानिक उपस्थित रहे।

अतीत-भविष्य की चिंताएं छोड़कर जागरूकता के साथ जीएं : सच्चिदानंद

हिसार। देश-दुनिया को जीने का सही मार्ग दिखाने वाले सतगुरु ओशो का जन्मोत्सव व दो दिवसीय मेडिटेशन कैंप ओशो ध्यान उपवन में धूमधाम से शुरू हुआ। इस दौरान विभिन्न क्षेत्रों से उमड़े साधकों ने पूरे उत्साह के साथ हिस्सा लिया। ओशो जन्मोत्सव के लिए सिरसा रोड स्थित ओशो ध्यान उपवन को रंग-बिरंगी लड़ियों, लाइट्स व गुब्बारों से सजाया गया। प्रथम दिवस विभिन्न सत्र आयोजित करके ओशो की देशनाओं से रूबरू करवाते हुए ध्यान साधना का अभ्यास करवाया गया। इस दौरान स्वामी सच्चिदानंद, स्वामी संजय व मां सांची सहित ओशो ध्यान उपवन के सदस्य काफी संख्या में मौजूद रहे।