हरिभूमि
हिसार-हांसी भूमि
रोहतक, गुरुवार 28 मई 2026

13 बरसाती नालों व सीवर की सफाई शुरू, 1.23 करोड़ रुपये होंगे खर्च

14 3 गोल्ड और 1 ब्रॉन्ज जीतकर भारत ओवरऑल चैंपियन

मिल्क प्लांट पर सीएम फ्लाइंग की रेड गंदगी के बीच मिला हजारों लीटर दूध

हांसी के पास पीरवाली में कार्रवाई, संदिग्ध कैमिकल भी बरामद, सैंपल लेकर जांच के लिए भेजे

कार्रवाई में सीएम फ्लाइंग के साथ रही फूड सेफ्टी विभाग की टीम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

जिले में मिलावटी और अस्वच्छ खाद्य पदार्थों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत बुधवार को निकटवर्ती गांव ढाणी पीर वाली स्थित महादेव डेयरी व मिल्क चिलिंग प्लांट पर सीएम फ्लाइंग और फूड सेफ्टी विभाग की संयुक्त टीम ने बड़ी कार्रवाई की। गुप्त सूचना के आधार पर हुई इस छापेमारी के दौरान प्लांट में भारी गंदगी के बीच हजारों लीटर दूध रखा मिला, जिससे अधिकारियों के भी होश उड़ गए। छापेमारी के दौरान टीम ने पाया कि प्लांट परिसर में सफाई व्यवस्था बेहद खराब थी। चारों तरफ बदबू फैली हुई थी और दूध को बेहद अस्वच्छ माहौल में स्टोर किया जा रहा था। दूध छानने वाले उपकरणों पर गंदगी जमी हुई थी, जबकि कई स्थानों पर सफाई मानकों की खुली अनदेखी दिखाई दी।

हांसी। मिल्क प्लांट में दस्तावेज की जांच करते सीएम फ्लाइंग व फूड सेफ्टी विभाग के अधिकारी व सैंपल पैक करता कर्मचारी।

कार्रवाई के दौरान अधिकारियों को प्लांट से कुछ संदिग्ध कैमिकल और दवाएं भी मिलीं, जिनकी जांच की जा रही है। आशंका जताई जा रही है कि इनका इस्तेमाल दूध की गुणवत्ता प्रभावित करने या मिलावट के लिए किया जा सकता है। हालांकि इसकी पुष्टि लैब रिपोर्ट आने के बाद ही हो सकेगी।

टीम ने मौके से बड़ी मात्रा में दूध के सैंपल भरकर जांच के लिए लैब भेज दिए हैं। अब रिपोर्ट आने के बाद खाद्य सुरक्षा मानकों के उल्लंघन और मिलावट की पुष्टि होने पर सख्त कार्रवाई की जाएगी। जांच के दौरान डेयरी प्लांट में मिली अनियमितताओं को लेकर अधिकारियों ने विस्तृत रिपोर्ट तैयार करनी शुरू कर दी है। अधिकारियों का कहना है कि लोगों के स्वास्थ्य से खिलवाड़ करने वालों को किसी भी कीमत पर बख्शा नहीं जाएगा।

इस कार्रवाई का नेतृत्व सीएम फ्लाइंग जींद, सोनीपत और हांसी के इंचार्ज इंस्पेक्टर रोहताश ने किया। उनके साथ सब इंस्पेक्टर विजेंद्र, सब इंस्पेक्टर पवन, एएसआई कर्मबीर और एएसआई चरण सिंह मौजूद रहे। वहीं फूड सेफ्टी विभाग की ओर से एफएसओ काजल मेहता ने सैंपलिंग और जांच प्रक्रिया पूरी करवाई।

महिलाओं को एक जगह मिलेंगी स्वास्थ्य सुविधाएं

नागरिक अस्पताल में खुलेगा स्वस्थ नारी सशक्त परिवार महिला क्लिनिक

हिसार। नागरिक अस्पताल हांसी में स्थापित होने वाले 'स्वस्थ नारी सशक्त परिवार महिला क्लिनिक' की तैयारियों में जुटे कर्मचारी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

महिलाओं को बेहतर और सहज स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध करवाने की दिशा में जिला प्रशासन ने अहम पहल की है। जल्द ही नागरिक अस्पताल हांसी में 'स्वस्थ नारी सशक्त परिवार महिला क्लिनिक' स्थापित किया जाएगा। इस योजना को लेकर प्रशासनिक स्तर पर तैयारियां तेज कर दी गई हैं और प्रदेश स्तर से वर्चुअल माध्यम से इसका शुभारंभ किया जाएगा।

डीसी राहुल नरवाल ने बताया कि यह विशेष क्लिनिक महिलाओं के स्वास्थ्य, जागरूकता और सशक्तिकरण को समर्पित होगा। यहां महिलाओं को स्वास्थ्य जांच, टीकाकरण, विशेषज्ञ परामर्श और स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए हेल्प डेस्क जैसी सुविधाएं एक ही स्थान पर निःशुल्क उपलब्ध करवाई जाएंगी। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार का उद्देश्य महिलाओं को सम्मानजनक और सुरक्षित वातावरण में गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना है। इसके लिए अस्पताल परिसर में आवश्यक व्यवस्थाएं की जा रही हैं।

नागरिक अस्पताल के वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. राहुल बुद्धिराजा ने बताया कि महिला क्लिनिक महिलाओं के लिए काफी लाभकारी साबित होगा। यहां एनीमिया, पोषण, गर्भावस्था देखभाल, टीकाकरण और सामान्य स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं पर विशेषज्ञ सलाह दी जाएगी।

खबर संक्षेप

मोबाइल हैक कर नकदी उड़ाने का आरोपी दबोचा

हिसार। साइबर थाना पुलिस ने साइबर ठगी के एक मामले में कार्रवाई करते हुए एक आरोपी को दिल्ली से गिरफ्तार किया है। इस संबंध में ढाणी गारन निवासी मोनू की शिकायत पर मामला दर्ज किया गया था। अपनी शिकायत में मोनू ने कहा था कि आरोपी ने उसका मोबाइल हैक कर उसके बैंक खाते से 90 हजार की राशि अपने खाते में ट्रांसफर कर ली। मामले की गंभीरता को देखते हुए थाना साइबर पुलिस एवं साइबर सेल की टीम ने तकनीकी सहायता एवं गहन जांच के आधार पर आरोपी हजरत निजामुद्दीन निवासी मोहम्मद सलमान को दिल्ली से गिरफ्तार कर लिया।

घरेलू कलह में युवक ने श्मशान में फांसी लगाई

हिसार। आजाद नगर थाना क्षेत्र के गांव मंगाली आकलान में एक युवक ने घरेलू कलह के चलते फांसी लगा ली। लगभग 30 वर्षीय विक्रम ने गांव के श्मशान घाट में मंगलवार रात को फंदा लगाया। बुधवार सुबह उसका शव पेड़ पर लटकते मिला। सूचना के बाद मंगाली पुलिस चौकी के कर्मचारी मौके पर पहुंचे और परिजनों को सूचना दी। पुलिस के अनुसार मंगाली आकलान निवासी विक्रम मजदूरी करता था और शराब पीने का आदी था। अक्सर इसी बात को लेकर घर पर झगड़ा होता रहता था। मंगलवार रात को वह रात साढ़े नौ घर से निकला। उसके बाद घर वापस नहीं लौटा। सुबह श्मशान घाट में सफाई कर्मचारी सफाई करने के लिए पहुंचा तो उसने विक्रम के शव को रबड़ की रस्सी से पेड़ पर लटके देखा।

634 ग्राम अफीम सहित आरोपी गिरफ्तार

बरवाला। सीआईए टीम ने एक आरोपी को अफीम सहित गिरफ्तार किया है। एएसआई राजकुमार की टीम ने गश्त, पड़ताल अपराध एवं नशाखोरी रोकथाम अभियान के दौरान वार्ड नंबर 12, शिव कॉलोनी, नायरा पेट्रोल पंप के सामने बरवाला क्षेत्र में कार्रवाई करते हुए आरोपी रिंकु निवासी गांव गुराना को काबू किया है। तलाशी के दौरान इस आरोपी के कब्जे से 634 ग्राम अवैध अफीम बरामद की गई है। इस आरोपी के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत केस दर्ज कर लिया गया है।

2.27 किलो गांजे सहित दे बाइक सवार पकड़े

हिसार। एंटी नारकोटिक सैल ने मोटरसाइकिल पर गांजा लेकर आ रहे दो युवकों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान हिसार के सैनियान मोहल्ला निवासी चिराग व महाबीर कॉलोनी निवासी रवि के रूप में हुई है। एएनसी प्रभारी इन्द्र सिंह गोदारा ने बताया कि पुलिस टीम ने महावीर कॉलोनी स्थित मनसा देवी मंदिर के पास कार्रवाई करते हुए आरोपियों को काबू कर तलाशी ली। 2 किलो 270 ग्राम अवैध गांजा बरामद होने पर दोनों के खिलाफ केस दर्ज कर लिया।

धोखाधड़ी के आरोपी को गिरफ्तार कर 9.5 लाख रुपये वापस दिलाए

हिसार। साइबर थाना पुलिस ने ऑनलाइन ट्रेडिंग में पैसा डबल करने पर हुई धोखाधड़ी मामले में 9.5 लाख रुपये रिफंड करवाने में सफलता हासिल की है। उप निरीक्षक हरजिंद्र सिंह के अनुसार ऑनलाइन ट्रेडिंग बाजार में निवेश के नाम पर लाखो की ठगी का शिकार हुए एक पीड़ति को पुलिस की तत्परता के चलते यह 9.5 लाख की राशि वापस मिल गई है। उप निरीक्षक हरजिंद्र के नेतृत्व में टीम ने त्वरित कार्रवाई करते हुए यह राशि बैंक खाते में होल्ड करवाई थी, जिसे कानूनी प्रक्रिया के बाद पीड़ित के खाते में रिफंड करा दिया गया है। इस संबंध में शिकायत मिलते ही तकनीकी विश्लेषण के आधार पर कार्रवाई की। पुलिस ने तत्काल उन बैंक खातों को चिन्हित किया जहां ठगी की राशि भेजी गई थी। पुलिस के हस्तक्षेप से ठगी गई राशि में से 9.5 लाख रुपये को बैंक के एक संबंधित खाते में फ्रीज करवा दिया गया था। अदालत के आदेशानुसार सुपरदारी की प्रक्रिया पूरी करने के बाद यह राशि शिकायतकर्ता के बैंक खाते में रिफंड करवा दी गई। इस मामले में पुलिस पहले ही चार आरोपियों को गिरफ्तार कर चुकी है और इस गिरोह के अन्य सदस्यों की तलाश की जा रही है।

शोक जताने जा रहे थे दो भाई, हादसे ने उजाड़ दिया परिवार

- पनिहार के पास तेज रफ्तार कार की टक्कर लगने के बाद दूसरी तरफ जा गिरी बाइक, दो सगे भाइयों की मौत से नलवा गांव में पसरा मातम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

आजाद नगर थाना क्षेत्र के पनिहार चक के पास हुए सड़क हादसे ने नलवा गांव के एक परिवार को गहरे दुख में डाल दिया। हादसे में नलवा निवासी 68 वर्षीय राजपाल और उनके छोटे भाई 56 वर्षीय जिले सिंह की मौत हो गई। दोनों भाई बुधवार सुबह बाइक पर सवार होकर रावलवास कलां गांव में रिश्तेदारी में शोक प्रकट करने जा रहे थे, लेकिन रास्ते में तेज रफ्तार हैरियर कार ने उनकी बाइक को टक्कर मार दी। शुरुआती जांच में सामने आया है कि कार सवार परिवार शहर से खाटू श्याम जा रहा था। मृतक के परिजनों के अनुसार कार को एक युवती चला रही थी। सड़क हादसे के बाद कार सवार परिवार ऑटो में सवार होकर वापस अपने घर आया। परिजनों और ग्रामीणों के अनुसार दोनों भाइयों का परिवार एक साथ रहता था और दोनों खेतीबाड़ी का काम करते थे। गांव के सुरेश कुमार ने बताया कि राजपाल और जिले सिंह हमेशा एक-दूसरे के साथ रहते थे। बुधवार सुबह भी दोनों एक साथ गांव से निकले थे, लेकिन किसी को अंदाजा नहीं था कि यह उनका आखिरी सफर साबित होगा। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि बाइक दूसरी लाइन में जा गिरी। लोगों का कहना है कि कार की रफ्तार काफी तेज थी और टक्कर के बाद दोनों भाई करीब 500 मीटर तक घिसटते चले गए। हादसे के तुरंत बाद वहां से गुजर रहे राहगीरों ने एंबुलेंस को सूचना दी। दोनों घायलों को नागरिक अस्पताल पहुंचाया गया, जहां चिकित्सकों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया।

परिवार के लोगों ने बताया कि दोनों भाइयों के दो-दो बच्चे हैं। राजपाल के परिवार पर पहले भी दुख आ चुका है, क्योंकि करीब एक साल पहले उनके बेटे की मृत्यु हो गई थी। अब इस हादसे ने पूरे परिवार को फिर से सदमे में डाल दिया है। हादसे की खबर मिलते ही नलवा गांव में शोक की लहर दौड़ गई। बड़ी संख्या में ग्रामीण नागरिक अस्पताल पहुंचे। गांव में हर तरफ मातम का माहौल है।

चीफ इंजीनियर संग वार्ता विफल, चानौत में पानी की लड़ाई तेज; महापंचायत आज

11वें दिन से धरने पर डटे ग्रामीण लेंगे निर्णायक फैसला

हांसी। जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के चीफ इंजीनियर के साथ वार्ता करती चानौत धरना कमेटी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

बरवाला रोड स्थित गांव चानौत में पेयजल और बिजली की मांग को लेकर चल रहा ग्रामीणों का आंदोलन अब और तेज होता नजर आ रहा है। बुधवार को भी धरना लगातार 11वें दिन भी जारी रहा, जहां गांव के सैकड़ों ग्रामीण, महिलाएं और युवा अपनी मांगों को लेकर धरना स्थल पर डटे रहे।

आंदोलन उस समय और गरमा गया जब धरना कमेटी की जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग के चीफ इंजीनियर टीआर पंवार के साथ हुई अहम वार्ता बेनतीजा समाप्त हो गई। वार्ता विफल होने के बाद ग्रामीणों में भारी रोष देखने को मिला और आंदोलन को और व्यापक बनाने का ऐलान कर दिया गया। धरना कमेटी ने घोषणा की कि 28 मई को गांव चानौत में एक विशाल महापंचायत आयोजित की जाएगी। इसमें आसपास के गांवों, किसान संगठनों और सामाजिक संगठनों को बुलाया जाएगा। ग्रामीणों का कहना है कि महापंचायत में आंदोलन को लेकर बड़ा और निर्णायक फैसला लिया जाएगा।

प्रेस वार्ता के दौरान आंदोलनकारी नेता अनूप सिंह चानौत ने विधायक विनोद भयाना पर निशाना साधते हुए कहा कि यदि वह गांव को पीने का पानी तक उपलब्ध नहीं करवा सकते, तो उन्हें अपने पद पर बने रहने का कोई अधिकार नहीं है। उन्होंने कहा कि चुनावों के दौरान गांव से बड़े-बड़े वादे किए गए थे, लेकिन आज तक ग्रामीणों को उनका मूल अधिकार नहीं मिला।

...तो विधायक की लगा देंगे नो एंट्री

सरपंच सत्यवान ने दो टूक चेतावनी देते हुए कहा कि यदि चानौत गांव को शहरी पाइपलाइन से पानी नहीं मिला तो विधायक की गांव में "नो एंट्री" कर दी जाएगी। उन्होंने कहा कि गांव अब अपने हक की लड़ाई पूरी मजबूती और एकजुटता के साथ लड़ेगा। धरना कमेटी ने साफ कहा कि जब तक हांसी शहर को जाने वाली पाइपलाइन से गांव को पेयजल उपलब्ध नहीं कराया जाता, तब तक आंदोलन जारी रहेगा।

सुबह 8 से रात 8 बजे तक शहर में भारी वाहनों की एंट्री पर रोक

हांसी। शहर की बिगड़ती यातायात व्यवस्था को सुधारने और आमजन को जाम से राहत दिलाने के लिए हांसी पुलिस ने बड़ा कदम उठाया है। अब सुबह 8 बजे से रात 8 बजे तक शहर के अंदर भारी और ओवरलोड वाहनों के प्रवेश पर रोक रहेगी।

- हांसी पुलिस का बड़ा फैसला, ओवरलोड वाहनों पर भी सख्ती

नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहन चालकों के खिलाफ पुलिस द्वारा कार्रवाई की जाएगी। पुलिस अधीक्षक विनोद कुमार का कहना है कि शहर के मुख्य बाजारों और व्यस्त मार्गों पर लगातार बढ़ते ट्रैफिक दबाव, भीड़भाड़ और सड़क सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए यह व्यवस्था लागू की गई है।

एसपी विनोद कुमार ने बताया कि भारी वाहनों के लिए वैकल्पिक मार्ग भी तय किए गए हैं, ताकि ट्रांसपोर्टरों और वाहन चालकों को अनावश्यक परेशानी न हो। शहर के प्रमुख प्रवेश द्वारों और संवेदनशील स्थानों पर पुलिस टीमें निगरानी रखेंगी और ओवरलोड वाहनों पर विशेष नजर रखी जाएगी। पुलिस प्रशासन का मानना है कि इस फैसले से बाजारों में जाम की स्थिति कम होगी, पैदल राहगीरों और दोपहिया वाहन चालकों को राहत मिलेगी तथा सड़क हादसों में भी कमी आएगी।

जूनियर नेशनल बास्केटबाल स्पर्धा के क्वार्टर फाइनल में पहुंचा हरियाणा

हिसार। 76वीं जूनियर नेशनल बास्केटबाल चैंपियनशिप का आयोजन बास्केटबाल फेडरेशन ऑफ इंडिया और पांडुचेरी बास्केटबाल एसोसिएशन के तत्वावधान में किया जा रहा है जो 29 मई तक जारी रहेगा।

हरियाणा बास्केटबाल संघ के अध्यक्ष अजय श्योराण व महासचिव श्रीपाल सिंह के अनुसार लड़कों के वर्ग में हरियाणा की टीम ने कर्नाटक की टीम को 94-68 से परास्त किया और राजस्थान की टीम को 80-71 से शिकस्त दी। एक अन्य मैच में पंजाब की टीम को 108-87 से पराजित कर क्वार्टर फाइनल मुकाबले के लिए स्थान बनाया। लड़कियों के वर्ग के मैचों में हरियाणा ने छत्तीसगढ़ को 67-53 से पराजित किया और पंजाब को 68-63 से शिकस्त देकर जीत हासिल कर क्वार्टर फाइनल मुकाबले के लिए अपना स्थान सुनिश्चित किया। श्योराण ने बताया कि लड़कों के वर्ग में शिवम (पानीपत), सागर, प्रिंस (सोनीपत), रुद्र (कुरुक्षेत्र), अंशु खायरा (महेंद्रगढ़), अजय (हिसार), सचिन (हिसार), राहुल (हिसार), मंयक (पानीपत), अनुज (करनाल), मोनित (सोनीपत) और शौर्यवीर (फरीदाबाद) भाग ले रहे हैं। विनय श्योराण चीफ कोच, जगबीर सिंह सहायक कोच एवं कुलवंत सिंह टीम मैनेजर के रूप में टीम के साथ नियुक्त किए गए हैं। लड़कियों के वर्ग टीम में आयना (हिसार), अदा (हिसार), सारिका (हिसार), रीत (हिसार), जाह्नवी श्योराण (हिसार), अंशिका (सिरसा), वैष्णवी (सोनीपत), मिराह (गुरुग्राम), गरिमा (पानीपत), कनिका (सोनीपत), वंशिका (जींद) और तनु (जींद) शामिल हैं। जगत नेहरा चीफ कोच, अनिल सिहाग सहायक कोच और इकबालजीत कौर को टीम मैनेजर नियुक्त किया गया है।

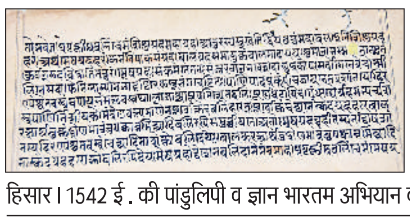
संरक्षण ज्ञान भारतम मिशन से सहेजी जा रही हिसार की प्राचीन विरासत

हिसार के डेरे-मंदिरों से मिलीं 500 वर्ष पुरानी दुर्लभ हस्तलिखित पांडुलिपियां

डिजिटलाइजेशन के लिए हजारों प्राचीन पांडुलिपियां हुईं अपलोड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

भारतीय संस्कृति और इतिहास के संरक्षण की दिशा में ज्ञान भारतम मिशन अभूतपूर्व पहल साबित हो रहा है। इस अभियान का मुख्य मकसद अलग-अलग स्थानों पर उपलब्ध प्राचीन पांडुलिपियों का सर्वेक्षण, वैज्ञानिक संरक्षण, दस्तावेजीकरण और डिजिटलाइजेशन करना है। इस प्रकार से ज्ञान भारतम अभियान इतिहास, विज्ञान और चिकित्सा से जुड़ी प्राचीन ज्ञान परपंरा को भावी पीढियों के लिए जीवंत बना रहा है। हिसार में भी कई नागरिक सामने आए हैं, जो लगभग 500 वर्ष प्राचीन पांडुलिपियों को सहेजे हुए हैं। ऐसे नागरिक अब ज्ञान भारतम मिशन ऐप पर अपनी पांडुलिपियों को डिजिटलाइजेशन के लिए अपलोड कर रहे हैं। मिशन के तहत अब तक पूरे प्रदेश में लगभग 28 हजार पांडुलिपियां अपलोड की गई हैं। इन पांडुलिपियों का संरक्षण अभिलेखीकरण तक सीमित नहीं है, बल्कि यह शोधकर्ताओं के लिए काफी महत्वपूर्ण है।



हिसार। 1542 ई. की पांडुलिपि व ज्ञान भारतम अभियान की समीक्षा बैठक में उपस्थित डीसी महेंद्र पाल।

जानें... किसने कितनी पांडुलिपी की अपलोड

उपायुक्त महेंद्र पाल ने बताया कि बिश्नोई मंदिर सभा की ओर से लगभग 1183 हस्तलिखित पांडुलिपियां अपलोड की गई हैं। इनमें वर्ष 1451 के बाद की पांडुलिपियां होने का अनुमान है। इसके अतिरिक्त पंडित मांगेराम पुजारी की ओर से दी गई विक्रम संवत 1599 यानि सन 1542 के आसपास की पांडुलिपियां अभिलेखागार विभाग के पास उपलब्ध थी, जिन्हें अब अपलोड कर दिया गया है। इसी प्रकार से भगवान दिगंबर जैन मंदिर की ओर से 16, दादू दयाल जी के डेरे से 2, बिश्रपुरी कुटिया की ओर से 300, कबीर पंथी डेरे की ओर से 2, गुरु जंभेश्वर जी महाराज धार्मिक शोध संस्थान से चेयरमैन प्रोफेसर किश्ना राम की ओर से एक, नरेश कुमार शर्मा की ओर से 12, डॉ सीमा परमार की ओर से 2, परीक्षा की ओर से 2 तथा क्षेत्रीय अभिलेखागार विभाग की तरफ से 653 पांडुलिपियां अपलोड की गई हैं। केंद्रीय संस्कृति मंत्रालय द्वारा ज्ञान भारतम मिशन अभियान शुरू किया गया था।

संग्राहकों से किया संपर्क

क्षेत्रीय अभिलेखागार विभाग के सहायक निदेशक अनिल कुमार ने बताया कि अभी तक शैक्षणिक संस्थानों, संग्रहालयों, पुस्तकालयों और निजी संग्राहकों से संपर्क किया गया है। अभी तक हिसार में जो पांडुलिपियां मिली हैं, उनमें दोहे, संतो का परिचय, वाणियां, आरती, शब्द और अन्य ऐतिहासिक साहित्य है। उन्होंने लोगों से अपील करते हुए कहा कि वे ज्ञान भारतम मिशन ऐप पर उपलब्ध पांडुलिपियों को अपलोड करें, ताकि उनका सर्वेक्षण और दस्तावेजीकरण किया जा सके।

नौतपा @ 45^0, कर्फ्यू जैसे हालात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

नौतपा के तीसरे दिन गर्मी के रफ्तार पकड़ने से हिसार शहर तपने लगा है। बुधवार को जिले का अधिकतम तापमान बढ़कर 45 डिग्री सेल्सियस से पर पहुंच गया। न्यूनतम तापमान 24.5 डिग्री सेल्सियस रिकॉर्ड किया गया। दिनभर चले लू के थपेड़ों से जनजीवन पर व्यापक असर पड़ा है।

हिसार। सूर्य नगर ओवरब्रिज पर छाया सन्नाटा।

शहर में मौसम का मिजाज इस कदर आक्रामक है कि सुबह नौ बजते ही धूप चुभने लगती है। दोपहर होते-होते आसमान से बरसती आग और गर्म हवाओं ने लोगों का जीना मुहाल कर दिया है। दोपहर 12 बजे से शाम 4 बजे के बीच स्थिति सबसे ज्यादा गंभीर हो जाती है। तेज गर्म थपेड़ों के कारण लोग चेहरों को कपड़े से ढककर निकलने पर मजबूर हैं। भीषण गर्मी का सीधा असर शहर के बाजारों और सड़कों पर देखने को मिल रहा है। दोपहर के समय राजगुरु मार्केट, नागोरी गेट और ऑटो मार्केट जैसी व्यस्त जगहों पर सन्नाटा पसर जाता है। स्थिति किसी अघोषित कर्फ्यू जैसी नजर आने लगती है।

हकृवि के कृषि मौसम विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. मदन खीचड़ ने बताया कि राज्य में मौसम आमतौर पर 29 मई तक खुश्क रहने व बीच बीच में दक्षिण पश्चिमी गर्म हवाएं चलने की संभावना है जिससे दिन के तापमान में बढ़ोतरी होने तथा लू चलने की भी संभावना है। परंतु 29 मई को एक पश्चिमी विक्षोभ पहाड़ों की तरफ बढ़ने तथा राजस्थान के ऊपर एक साइक्लोनिक सरकुलेशन बनने की संभावना है जिसके आंशिक प्रभाव से 29 मई रात्रि से 1 जून के दौरान हरियाणा राज्य में ज्यादातर क्षेत्रों में आंशिक बादलवाई रहने तथा बीच बीच में धूल भरी हवाएं चलने व कहीं कहीं गरजचमक के साथ बूंदाबांदी या हल्की बारिश की संभावना है। इस दौरान दिन के तापमान में हल्की गिरावट की संभावना है।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

हीट स्ट्रोक-सन बर्न से बचने के कारगर उपाय

मेरी उम्र 35 वर्ष है। मैं फील्ड जॉब करता हूं। कृपया बताएं कि हीट स्ट्रोक और स्किन सन बर्न से बचने के लिए मुझे क्या उपाय अपनाने चाहिए?
-हेमंत, बिलासपुर

जैसा आप बता रहे हैं कि आप फील्ड जॉब करते हैं, इसलिए आपको इन दिनों अधिक सावधानी बरतने की जरूरत है। दिन के समय घर से बाहर निकलने से पहले पानी पीकर निकलें। साथ में अपने साथ पानी की बोतल जरूर रखें। हर घंटे में पानी पीते रहें। बेहतर होगा कि सुबह शिकंजी या छाछ पीकर निकलो। साथ ही संभव हो तो जब आप फील्ड में हों तब दोपहर में शिकंजी या छाछ पी लें। इसके अलावा सन बर्न से बचने के लिए पूरी स्किन को ढंक कर रखें। अगर पैदल जा रहे हैं तो छाते का भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

मेरी उम्र 44 वर्ष है। मेरा बीपी कभी हाई तो कभी लो हो जाता है। इसकी क्या वजह हो सकती है? बीपी नॉर्मल रखने के लिए कृपया कोई उपचार बताएं।
-अविनाश, महासमुंद

गर्मी के मौसम में पसीना अधिक निकलता है, जिससे ब्लड प्रेशर लो हो सकता है। इसलिए आप अपना बीपी मॉनिटर करते रहें। पानी का सेवन अधिक करें। अगर बीपी लो हो रहा है तो बीच-बीच में इलेक्ट्रॉल भी पी सकते हैं। अगर बीपी हाई भी हो रहा है तो आप एक बार डॉक्टर से कंसल्ट कर लें।

मेरी उम्र 48 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मेरी गर्दन के पिछले हिस्से में दर्द रहता है। कभी-कभी खड़े होने पर आंखों के आगे अंधेरा छा जाता है। कहीं यह किसी गंभीर बीमारी का संकेत तो नहीं? ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?
-सुब्रत, रायपुर

आपके लक्षण सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपको सर्वाइकल की दिक्कत हो रही है, क्योंकि सर्वाइकल में ही गर्दन में दर्द होता है और कई बार चक्कर भी आने लगते हैं। लेकिन बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। एक बार आप ऑर्थोपेडिक डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे जांच कर बीमारी का पता लगाएंगे और उसका ट्रीटमेंट शुरू करेंगे। फिलहाल आप तकिए का इस्तेमाल बंद कर दें और मोबाइल या लैपटॉप वर्क करते समय गर्दन सीधी रखें।

मेरी उम्र 25 वर्ष है। मुझे गर्मी के मौसम में सामान्य से बहुत अधिक पसीना आता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का इफेक्टिव सॉल्यूशन बताएं।
-विकास, दुर्ग

यह समस्या कई लोगों में देखी जाती है, जिन्हें थोड़ी-सी गर्मी में पसीना निकलने लगता है, हाथों में पसीना आ जाता है। इसके लिए आप जरूर ध्यान रखें कि शरीर में पानी की कमी न होने दें। पानी अधिक पिएं। साथ ही कोशिश करें कि धूप में कम से कम बाहर निकलें। अगर निकल रहे हैं तो पानी की बोतल जरूर साथ रखें। इस तरह ही बचाव किया जा सकता है।

मेरी उम्र 38 वर्ष है। कुछ दिनों से मेरी बाई आंख के नीचे गुठली-सी निकल आई है। छूने पर यह हार्ड लगता है और दर्द भी करता रहता है। कृपया बताएं कि यह क्या है और कैसे ठीक होगा?
-संचित, भोपाल

आप बिना देर किए डॉक्टर से संपर्क करें, क्योंकि ऐसे मामले में बगैर जांच कराए कुछ भी कहना ठीक नहीं होगा। इसलिए आप जनरल फिजिशियन से संपर्क करें। वह आपको गाइड करेंगे कि कौन-सी जांच करानी है या आपको किसी डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। मेरा पेट हमेशा भरा-भरा सा महसूस होता है। तय समय के हिसाब से खाना खा तो लेता हूं, लेकिन ठीक से भूख नहीं लगती। ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?
-महेंद्र, रोहतक

आपका डाइजेशन सिस्टम ठीक नहीं चल रहा है, इसलिए आपको ऐसा लगता है। सबसे पहले अपना खान-पान सुधारना होगा। सुबह नाश्ते में जूस लेना चाहिए, दोपहर में खाने के साथ सलाद और दही लें। शाम को हल्का खाना लेना चाहिए। इसके अलावा बाजार का बना या घर में बना अधिक ऑइली खाने से फिलहाल परहेज करना चाहिए। रात में सोने से 3 घंटे पहले आपको खा लेना चाहिए। इस तरह बदलाव करके देखें, अगर आराम मिलता है तो ठीक है नहीं तो आप एक बार डॉक्टर से संपर्क कर सकते हैं। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

डॉक्टर्स एडवाइस

हर साल 31 मई को विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा पूरी दुनिया में वर्ल्ड नो टोबैको-डे मनाया जाता है। इसका मकसद लोगों को तंबाकू के सेवन और स्मोकिंग करने से होने वाले गंभीर नुकसान के बारे में जागरूक करना है। आंकड़े बताते हैं कि तंबाकू का किसी भी रूप में सेवन कैंसर, हार्ट डिजीज, फेफड़ों की बीमारी और समय से पहले मौत की बड़ी वजह बन चुका है। सिर्फ स्मोकिंग करने वाला व्यक्ति ही नहीं, बल्कि उसके आस-पास रहने वाले लोग भी इसके धुएं से प्रभावित होते हैं, जिसे पैसिव स्मोकिंग कहा जाता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार तंबाकू शरीर के लगभग हर अंग को नुकसान पहुंचाता है और लगातार सेवन करने से सांस लेने में तकलीफ, लगातार खांसी और दिल की बीमारियों का खतरा बढ़ा सकता है। इसलिए इस बारे में जानना बहुत जरूरी है।

हार्ट पर पड़ता है बुरा असर

स्मोकिंग करने या तंबाकू के सेवन से हार्ट पर क्या असर पड़ता है, इस बारे में इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट एंड चेयरमैन मेट्रो ग्रुप ऑफ हॉस्पिटल्स **डॉ. पुरुषोत्तम लाल** बताते हैं, 'स्मोकिंग और तंबाकू का सीधा असर हार्ट और ब्लड वेसल्स पर पड़ता है। तंबाकू में मौजूद हानिकारक रसायन धीरे-धीरे धमनियों को नुकसान पहुंचाते हैं, जिससे ब्लड फ्लो प्रभावित होने लगता है। इसकी वजह से ब्लड प्रेशर बढ़ सकता है, धमनियां संकरी हो सकती हैं और हार्ट अटैक के साथ ही स्ट्रोक का खतरा भी कई गुना बढ़ जाता है। लगातार स्मोकिंग करने वाले लोगों में सीने में दर्द, दिल की धड़कन अनियमित होना और हार्ट की कार्यक्षमता कम होने जैसी समस्याएं भी देखने को मिलती हैं। चिंता की बात यह है कि अब कम उम्र के लोगों में भी हार्ट डिजीज तेजी से बढ़ रही हैं, जिसकी बड़ी वजह तंबाकू सेवन और खराब लाइफस्टाइल है। अगर समय रहते तंबाकू छोड़ दिया जाए, तो हार्ट पर पड़ने वाला दवाब काफी हद तक कम किया जा सकता है और गंभीर हृदय संबंधी बीमारियों के खतरे को घटाया जा सकता है।'

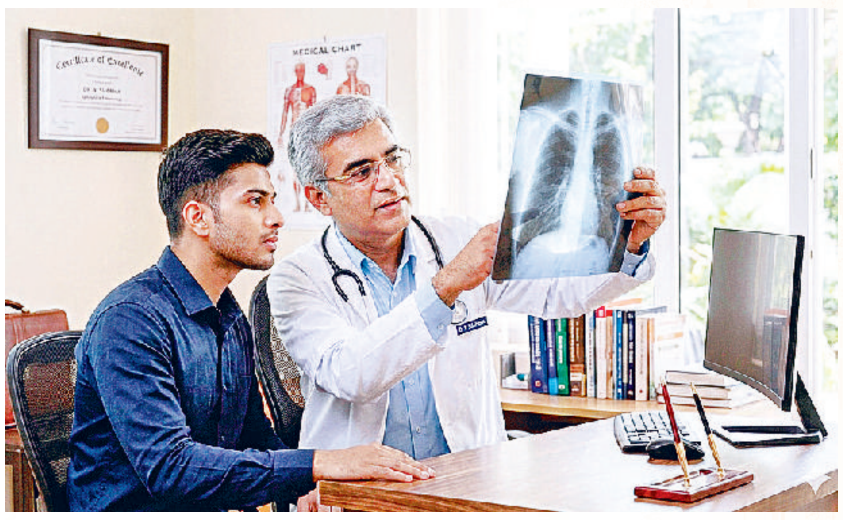
लंग्स के लिए बहुत खतरनाक

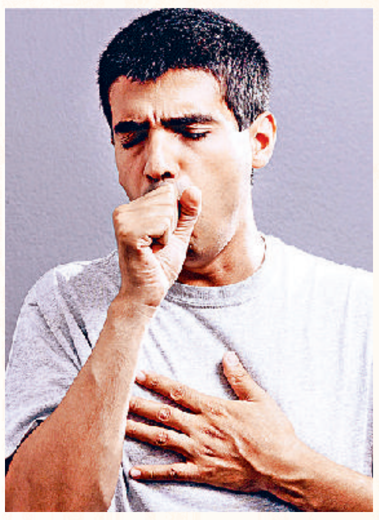
तंबाकू का सेवन और खासतौर पर स्मोकिंग का हमारे फेफड़ों पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। यह लंग्स को धीरे-धीरे कमजोर कर देते हैं। इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली में सीनियर कंसल्टेंट-पल्मनोलॉजी, **डॉ. प्रीतपाल कौर** डिटेल में बताती हैं, 'स्मोकिंग के दौरान निकलने वाला धुआं फेफड़ों की नलियों और ऊतकों को नुकसान पहुंचाता है, जिससे सांस लेने की क्षमता प्रभावित होने लगती है। लगातार स्मोकिंग करने वाले लोगों में सांस फूलना, लगातार खांसी, बलगम बनना, अस्थमा और फेफड़ों की गंभीर बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। लंबे समय तक तंबाकू सेवन करने से फेफड़ों में बार-बार संक्रमण हो सकता है और लंग कैंसर का जोखिम भी कई गुना बढ़ जाता है। कई बार लोगों को शुरुआती लक्षणों का पता ही नहीं चलता और बीमारी धीरे-धीरे गंभीर रूप ले लेती है। यही वजह है कि जब तक मरीज डॉक्टर के पास पहुंचते हैं, तब तक फेफड़े काफी प्रभावित हो चुके होते हैं। इसलिए फेफड़ों को स्वस्थ रखने और बेहतर जीवन के लिए तंबाकू का किसी भी रूप में सेवन छोड़ना बेहद जरूरी है।'

स्पेशलः वर्ल्ड नो टोबैको-डे, 31 मई

हम सभी जानते हैं कि तंबाकू चबाने और धूम्रपान करने से कई तरह की गंभीर शारीरिक बीमारियों की आशंका बढ़ जाती है। बावजूद इसके लोग इसकी लत से खुद को मुक्त नहीं करते हैं। तंबाकू सेवन से किस-किस तरह की बीमारियां हो सकती हैं, इसकी लत से बचे रहना कितना आवश्यक है, इस बारे में एक्सपर्ट डॉक्टर्स दे रहे हैं महत्वपूर्ण जानकारियां।

धूम्रपान-तंबाकू के सेवन से बढ़ती है गंभीर बीमारियों की आशंका





बढ़ता है कैंसर का रिस्क

तंबाकू का किसी भी रूप में सेवन करना कैंसर की आशंका को बहुत बढ़ा देता है। इस बारे में मैनेजिंग डायरेक्टर-कैंसर हीलर सेंटर **डॉ. तरंग कृष्णा** कहते हैं, 'तंबाकू शरीर में कैंसर पैदा करने वाले सबसे बड़े कारणों में से एक माना जाता है। सिगरेट, बीड़ी, गुटखा, पान मसाला, जर्दा या किसी भी रूप में तंबाकू का सेवन शरीर की कोशिकाओं को धीरे-धीरे नुकसान पहुंचाता है। लंबे समय तक तंबाकू का सेवन करने से मुंह, गले, जीभ, फेफड़े, भोजन नली, पेट और ब्लैडर कैंसर का खतरा काफी बढ़ जाता है। कई बार लोग सिर्फ स्मोकिंग को ही खतरनाक मानते हैं, लेकिन बिना धुएं वाले तंबाकू उत्पाद भी उतने ही नुकसानदायक होते हैं। मुंह में लंबे समय तक तंबाकू रखने से सफेद दाग, छाले, मुंह कम खुलना और बार-बार घाव होना जैसे शुरूआती संकेत दिखाई दे सकते हैं, जिन्हें लोग अकसर नजरअंदाज कर देते हैं। यही छोटे लक्षण आगे चलकर गंभीर कैंसर का रूप ले सकते हैं। चिंता की बात यह है कि आज युवाओं और कम उम्र के लोगों में भी तंबाकू से जुड़े कैंसर तेजी से बढ़ रहे हैं। अगर शुरूआती स्टेज में बीमारी पकड़ में आ जाए तो इलाज की संभावना बेहतर रहती है, लेकिन देर होने पर स्थिति गंभीर हो सकती है। इसलिए किसी भी असामान्य लक्षण को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए और समय-समय पर जांच करानी चाहिए। सबसे जरूरी बात यह है कि तंबाकू छोड़ने के बाद शरीर खुद को धीरे-धीरे रिपेयर करना शुरू कर देता है और कैंसर समेत कई गंभीर बीमारियों का खतरा कम होने लगता है।'

तंबाकू छोड़ना है जरूरी

अगर आप किसी भी रूप में तंबाकू का सेवन करते हैं तो न भूलिए कि आप यहां बताई गई खतरनाक बीमारियों के शिकार हो सकते हैं। ऐसे में तंबाकू सेवन छोड़ने का फैसला आपके जीवन का सबसे बड़ा और सकारात्मक कदम हो सकता है। तंबाकू छोड़ने के कुछ ही समय बाद शरीर में अच्छे बदलाव दिखने शुरू हो जाते हैं। धीरे-धीरे फेफड़ों और हार्ट पर पड़ने वाला दबाव कम होने लगता है और गंभीर बीमारियों का खतरा भी घटने लगता है। तंबाकू छोड़ने से शरीर ज्यादा सक्रिय महसूस करता है, सांस लेने में आसानी होती है और व्यक्ति मानसिक रूप से भी बेहतर महसूस करता है। हालांकि लंबे समय से तंबाकू सेवन करने वाले लोगों के लिए यह आदत छोड़ना आसान नहीं होता, लेकिन मजबूत इच्छाशक्ति, परिवार के सहयोग और सही सलाह से यह संभव है। नियमित व्यायाम, संतुलित भोजन, अच्छी नींद और तनाव कम करने वाली गतिविधियां तंबाकू की लत छोड़ने में काफी मदद कर सकती हैं। जरूरत पड़ने पर डॉक्टर या काउंसलर की मदद लेना भी फायदेमंद हो सकता है। *

प्रस्तुतिः सेहत फीचर्स

जागरूकता और संकल्प का दिन

विश्व तंबाकू निषेध दिवस केवल जागरूकता फैलाने का अभियान नहीं, बल्कि लोगों को स्वस्थ जीवन की ओर प्रेरित करने का अवसर भी है। यह दिन समाज को यह संदेश देता है कि तंबाकू से दूरी बनाकर कई गंभीर बीमारियों से बचा जा सकता है। खासतौर पर युवाओं को तंबाकू की लत से बचाने के लिए परिवार, स्कूल और समाज को मिलकर काम करने की जरूरत है। अगर सही समय पर लोग इस आदत से दूरी बना लें, तो वे अपने साथ-साथ अपने परिवार को भी बेहतर और स्वस्थ भविष्य दे सकते हैं।

अवेयरनेस

डॉ. मोहसिन वली
सीनियर फिजिशियन
सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

इन दिनों अफ्रीका के कांगो, सुडान और युगांडा देशों में इबोला वायरस संक्रमण की खबरें आ रही हैं। यह जानलेवा संक्रामक रोग है। हालांकि अपने देश में अभी इसका कोई मामला नहीं आया है लेकिन इस बारे में सही जानकारी और सावधानी बरतना जरूरी है।

इबोला वायरस का संक्रमण सही जानकारी-सावधानी है जरूरी

इबोला वायरस का बुंडी बुग्यो स्ट्रेन बेहद संक्रामक और घातक है, जिसके चलते अफ्रीका के कुछ देशों में सैंकड़ों लोग संक्रमित ही नहीं, मौत का शिकार भी हुए हैं। हालात की गंभीरता को देखते हुए डब्ल्यूएचओ ने अंतरराष्ट्रीय स्वास्थ्य नियमों के तहत इसे ग्लोबल पब्लिक हेल्थ इमरजेंसी ऑफ इंटरनेशनल कंसर्न घोषित किया है। यानी यह लोगों की सेहत से जुड़ी ऐसी इमरजेंसी है, जिस पर पूरी दुनिया को तुरंत ध्यान देने की जरूरत है।

सरकार ने जारी किए निर्देशः हालांकि भारत में फिलहाल इबोला का कोई प्रकोप नहीं है, लेकिन बढ़ते खतरे को देखते हुए भारत सरकार ने भी अफ्रीका के कांगो, युगांडा और साउथ सूडान देशों को हाई रिस्क कंट्री की कैटेगरी में रखा है। अंतरराष्ट्रीय यात्रा और वैश्विक संपर्क के कारण सतर्कता बढ़ा दी है। एयरपोर्ट्स पर स्क्रीनिंग, संदिग्ध यात्रियों की निगरानी और स्वास्थ्य विभागों को अलर्ट रहने के निर्देश दिए गए हैं। साथ ही सरकार ने देश के नागरिकों को हालात सामान्य होने तक इन देशों की गैर-जरूरी यात्रा न करने की भी अपील की है।

क्या है इबोला वायरसः अफ्रीकी देशों में पाया जाने वाला जानलेवा और यह बेहद संक्रामक ऑर्थोवायरस है। सन् 1976 में पहली बार पहचाने गए इबोला वायरस के अब तक कुल पांच मुख्य स्ट्रेन आए हैं। इनमें से बुंडी बुग्यो भी एक है जो इन दिनों कांगो और युगांडा में कहर बरपा रहा है। इबोला वायरस संक्रमित व्यक्ति के शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को कमजोर कर देता है, रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाता है, जिससे शरीर में ब्लीडिंग और ऑर्गन फेलियर होने लगते हैं। डब्ल्यूएचओ के आंकड़ों के मुताबिक इबोला वायरस से संक्रमित मरीजों में औसतन 50 प्रतिशत की मौत हो सकती है। इसलिए वैश्विक स्वास्थ्य के लिए चिंता का विषय है।

कैसे फैलता है वायरसः इबोला वायरस इंसानों और प्राइमेट्स (जैसे चिंपैंजी और गोरिल्ला) को अपना शिकार बनाता है। यह वायरस डायरेक्ट कॉन्टेक्ट यानी संक्रमित व्यक्ति के बॉडी फ्ल्यूड के संपर्क में आने से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है जैसे- रक्त, आंसू, पेशाब, पसीना, लार, उल्टी, मल-मूत्र, वीर्य और सेक्सुअल इंटरकोर्स, कई मामलों में ब्रेस्ट मिल्क से भी। इसके अलावा संक्रमित कपड़े, बिस्तर और दूसरे सामान छूने से भी इबोला वायरस का इंफेक्शन हो सकता है।

इन्क्यूबेशन पीरियडः बुंडी बुग्यो इबोला वायरस शरीर में पहुंचने के बाद बीमारी के लक्षण दिखने में 2-21 दिन तक लग सकते हैं। जब तक संक्रमित व्यक्ति में लक्षण नजर नहीं आते, तब तक वह बीमारी नहीं फैलाता।

प्रमुख लक्षणः शुरुआत में इसके लक्षण सामान्य बुखार जैसे लग सकते हैं, लेकिन धीरे-धीरे यह शरीर के कई अंगों को प्रभावित कर सकता है। पहले हल्का फिर तेज बुखार, थकान, बेचैनी, कमजोरी, मसल्स क्रैंप, बदन दर्द, सिर दर्द, गला खराब या खराश होना। संक्रमण बढ़ने पर किडनी-लिवर फंक्शन प्रभावित होता है। जिससे मरीज को उल्टी, डायरिया, पेट दर्द, त्वचा में रैशेज या जॉन्डिस होना, आंखों में लालिमा, सांस लेने में कठिनाई हो सकती है। एडवांस या गंभीर स्थिति में शरीर के आंतरिक और बाहरी ब्लीडिंग हो सकती है। आंखों में ब्लीडिंग होने से सडेन लॉस ऑफ विजन हो सकता है, रैटिनल हैमरेज हो सकता है। यूरिन में ब्लड आ सकता है यानी हैमिचुरया हो सकता है। इंजेक्शन लगाने वाली जगह से, मसूड़ों से, उल्टी या मल में भी ब्लड आ सकता है। लिवर फेलियर, किडनी फेलियर या मल्टी-ऑर्गन फेलियर की वजह से मरीज की मौत भी हो सकती है। संक्रमण के लक्षण सामान्य बुखार से मिलते-जुलते होते हैं। इसीलिए इसे पहचानना मुश्किल होता है। किसी क्षेत्र में संक्रमण आउटब्रेक चल रहा हो, तो मरीज का इबोला संक्रमित होने के अंदेशे और लक्षणों के आधार पर पहचाना जा सकता है।

कैसे होता है डायग्नोजः मरीज का फिजिकल एग्जामिनेशन किया जाता है। लक्षणों पर गौर कर आरटीपीसीआर टेस्ट से होती है। ब्लड प्लेटलेट्स कम हो सकते हैं। आईजीजी, आईजीएम टेस्ट भी किए जाते हैं।

कैसे होता है उपचारः इबोला के लिए कोई विशेष इलाज नहीं है। मेडिकल इंटरवेंशन से मरीज को आइसोलेट करके मैनेज किया जाता है। मरीज की स्थिति के हिसाब से एंटीबायोटिक दवाइयां दी जाती हैं। मरीज को जाइरेनसी ऑर्थो-इबोला वैक्सीन भी दी जा सकती है, जो एफडीए प्रूव है और इबोला स्ट्रेन के उपचार में काफी प्रभावी है। इबोला संक्रमण होने की स्थिति में आम तौर पर सपोर्टिव केयर की जाती है। डिहाइड्रेशन या मरीज के शरीर में पानी की कमी पूरी करने के लिए मुंह या फिर नसों के जरिए लिक्विड दिए जाते हैं। फेफड़ों को नुकसान होने पर सांस लेने में दिक्कत होने की स्थिति में ऑक्सीजन दी जाती है। चेस्ट इंफेक्शन होने पर एंटीबायोटिक मेडिसिन दी जाती हैं। लो ब्लडप्रेशर को मेंटेन करने के लिए फ्ल्यूड दिए जाते हैं। *

प्रस्तुतिः रजनी अरोड़ा

कैसे करें बचाव

इससे बचाव के इन उपायों पर अमल करें।
- संक्रमित व्यक्ति के बॉडी फ्ल्यूड से बचें।
- सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करें। एक-दूसरे से दूरी बनाकर रखें।
- हाथ न मिलाएं। मास्क पहनें।
- संक्रमित व्यक्ति की वस्तुओं को छूते समय एहतियात बरतें। यथासंभव ग्लव्स पहनें या अच्छी तरह हाथ धोएं।
- अगर किसी बच्चे को संक्रमण हो रहा है, तो मां के पास ही रखें, दूसरे लोगों के पास न जाने दें।
- संक्रमित व्यक्ति कफ-एटीकेट, हैंडवॉश प्रोटोकॉल अपनाएं।
- जंगली जानवरों के संपर्क से बचें। कच्चे मांस का सेवन बिल्कुल न करें।
- स्वास्थ्यकर्मी पर्सनल प्रोटेक्टिव गेयर यानी पीपीई किट (दस्ताने, मास्क और सुरक्षात्मक कपड़े) पहनें।
- इबोला संक्रमित मृत व्यक्ति का अंतिम संस्कार करते हुए पूरी एहतियात बरतें क्योंकि विशेषज्ञ मानते हैं कि मृत शरीर भी संक्रामक होता है।
- इबोला वायरस के लक्षणों के प्रति सतर्क रहें। किसी भी तरह की आशंका हो तो यथाशीघ्र डॉक्टर को कंसल्ट करें।

प्रिकॉशन

ललिता गोयल

हेल्थ कॉन्शस लोग वर्कआउट करना कभी स्किप नहीं करते हैं। अगर आप भी ऐसे लोगों में से हैं तो भीषण गर्मी के इन दिनों में जिम वर्कआउट करने के दौरान कुछ बातों का ध्यान जरूर रखें। ऐसा न करने पर आपकी तबियत बिगड़ सकती है।

समर सीजन में जिम वर्कआउट रखें जरूरी बातों का ध्यान

आजकल फिट रहने के लिए बहुत से यंगस्टर्स जिम ज्वाइन करते हैं। लेकिन गर्मी के मौसम में जिम जाने वालों को कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए क्योंकि इस दौरान डिहाइड्रेशन से लेकर थकान और इंफेक्शन की आशंका रहती है। एक्सरसाइज करने से जरूरत से ज्यादा पसीना आता है, जिससे शरीर से बदबू आती है और अत्यधिक गर्मी से सेहत के बिगड़ने का खतरा रहता है।

सावधानी बरतना है जरूरीः जिम इंस्ट्रक्टर राहुल के अनुसार, 'गर्मी में शरीर का तापमान पहले से ही ज्यादा होता है और वर्कआउट करने पर पसीना ज्यादा बहता है, जिससे डिहाइड्रेशन का रिस्क बढ़ सकता है। इसलिए अगर जिम जाने से पहले तैयारी न की जाए, तो व्यक्ति को चक्कर आना या कमजोरी हो सकती है।' गर्मी के इस मौसम में बिना तैयारी के जिम जाना फायदे की जगह नुकसान कर सकता है। इसलिए फिटनेस के लिए जिम जाने से पहले हर किसी को कुछ खास सावधानियां बरतना बहुत जरूरी है।

पहले भरपूर पानी पिएंः जिम करने के दौरान पसीने के साथ नमक भी निकलता है इसलिए जिम जाने से 30-60 मिनट पहले कम से कम 1-2 गिलास पानी जरूर पिएं। सादे पानी की जगह नीबू पानी, नारियल पानी या इलेक्ट्रोलाइट्स पीकर जाएं। एक्सरसाइज के दौरान भी बीच-बीच में पानी के घूंट लेते रहें। सबसे जरूरी है कि वर्कआउट के बाद शरीर को रीहाइड्रेट जरूर करें। जिम के बाद लोग नारियल पानी या इलेक्ट्रोलाइट ड्रिंक्स भी लिए जा सकते हैं।

मौसम के अनुसार ड्रेस पहनेंः इस मौसम में पसीना बहुत आता है और अगर कपड़े सही न हों, तो पसीने से इंफेक्शन भी हो सकता है, इसलिए गर्मियों में शरीर को ठंडा रखने के लिए वर्कआउट करने से पहले कॉटन या ड्राई-फिट कपड़े पहनें, जो पसीना सोख सकें और शरीर को ठंडा रखें। जिम में नायलोन जैसे फैब्रिक की ड्रेस पहनने से बचें।

डाइट का ध्यान रखेंः गर्मी में लोगों को जिम जाने से पहले अपनी डाइट पर भी ध्यान देना चाहिए। प्रीवर्कआउट मील हल्का और एनर्जी देने वाला होना चाहिए। इसके लिए डाइट में फल, ओट्स, केला या ड्राई फ्रूट्स शामिल किए जा सकते हैं। इससे गर्मी में भी वर्कआउट के दौरान एनर्जी बनी रहती है। इसके अलावा जिम जाने से ठीक पहले कॉफी या चाय न पिएं, क्योंकि इससे शरीर में पानी की कमी हो सकती है। कार्बोनेटेड ड्रिंक्स पीने से भी परहेज करें क्योंकि इनसे पेट फूलने और एसिडिटी होने की दिक्कत हो सकती है। डेयरी प्रोडक्ट्स के बहुत ज्यादा सेवन से भी परहेज करें। जिम जाने वालों में यह डिस्कंफर्ट और दस्त की वजह बन सकता है।

सही समय चुनेंः गर्मियों में दोपहर में 12 से 4 बजे के बीच गर्मी अपने चरम पर होती है और ऐसे में अगर इंटेंस वर्कआउट किया जाए तो इससे डिहाइड्रेशन होता है और दिल पर भी असर पड़ता है। इसीलिए गर्मियों में दोपहर को जिम में वर्कआउट बिल्कुल न करें। गर्मियों में सुबह या फिर शाम के समय ही वर्कआउट करना चाहिए।

रखें ध्यानः अगर चक्कर आए, सिरदर्द या ज्यादा थकान महसूस हो रही है, तो जिम जाने से बचना चाहिए, क्योंकि गर्मी की वजह से शरीर पहले से ही डिहाइड्रेट होता है, ऐसे में जिम में पसीना बहाना जोखिम भरा हो सकता है। गर्मियों में मांसपेशियों में ऐंठन का खतरा होता है, इसलिए शुरू में 5-10 मिनट का हल्का वार्म-अप बहुत जरूरी है। वर्कआउट की स्पीड कम रखें। गर्मियों में भारी वजन उठाने की जगह हल्के वजन से प्रैक्टिस करें। हर सेट के बाद थोड़ा समय आराम जरूर कर लें, लगातार एक्सरसाइज न करें। इससे ताप कंट्रोल रहेगा। ऐसे जिम में वर्कआउट करें, जहां कूलिंग की अच्छी सुविधा हो। *

खबर संक्षेप

7 ग्राम हेरोइन सहित महिला गिरफ्तार

हिसार। सीआईए टीम के एएसआई प्रवीन कुमार के नेतृत्व में पीरांवाली गांव से एक महिला को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। तलाशी के दौरान उसके कब्जे से 7 ग्राम हेरोइन बरामद की गई। पुलिस ने महिला के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर लिया है।

पीरावाली में 102 ग्राम हेरोइन सहित एक काबू

हिसार। सीआईए उप निरीक्षक विजय कुमार के नेतृत्व में पुलिस टीम ने पीरांवाली गांव में नशा तस्कर को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पकड़े गए आरोपी सतबीर से 102 ग्राम हेरोइन बरामद की है।आरोपी के खिलाफ थाना सदर में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर लिया गया है।

एचटीएम क्षेत्र में शराब सहित दो आरोपी काबू

हिसार। एचटीएम पुलिस ने दो अलग-अलग मामलों में कार्रवाई करते हुए अवैध शराब बरामद कर दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। थाना एचटीएम प्रभारी पीएसआई विकास लाठर ने बताया की पुलिस ने शिव कॉलोनी व महावीर कॉलोनी क्षेत्र में कार्रवाई करते हुए आरोपी मिंटू के कब्जे से 38 बोतल व एक अध्धा अवैध शराब मार्का माल्टा मस्ती तथा आरोपी जतिन के कब्जे से 12 बोतल अवैध शराब मार्का माल्टा मस्ती बरामद करके उन्हें गिरफ्तार किया।

24 बोतल अवैध शराब सहित आरोपी गिरफ्तार

हिसार। सदर पुलिस ने गांव सलेमगढ़ से एक आरोपी को अवैध शराब सहित गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उससे 24 बोतल शराब बरामद की है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि पीएसआई विकास कुमार की टीम ने गुप्त सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए सलेमगढ़ निवासी संजय कुमार को काबू किया। तलाशी लेने पर आरोपी के कब्जे से 24 बोतल अवैध शराब बरामद हुई।

कुसुम सैन की स्मृति में नि:शुल्क शिविर आज

हिसार। दिव्यांग पुनर्वास केंद्र में 28 मई को समाजसेवी बंटी सैन अपनी पत्नी स्वर्गीय कुसुम सैन की स्मृति में सेवार्थ भाव से निशुल्क नेत्र ऑपरेशन शिविर लगवाने में विशेष योगदान देंगे। भाविप हरियाणा भारत विकास फाउंडेशन दिव्यांग पुनर्वास केंद्र के अध्यक्ष डॉ. रोशनलाल गोयल, कार्यकारी अध्यक्ष सीए रामनिवास अग्रवाल व सचिव मांगेराम गुप्ता ने बताया कि शिविर में आंखों के सफेद मोतियाबिंद से पीड़ित जरूरतमंद लोगों का निशुल्क ऑपरेशन दिव्यांग केंद्र के अनुभवी व प्रशिक्षित चिकित्सकों द्वारा किया जाएगा। शिविर के उपरांत यथासंभव दवाइयां भी निशुल्क उपलब्ध करवाई जाएंगी।

पंडित नेहरू को दी भावभीनी श्रद्धांजलि

हिसार। जिला कांग्रेस भवन में प्रथम प्रधानमंत्री एवं भारत रत्न स्व. पंडित जवाहरलाल नेहरू जी की 62वीं पुण्यतिथि पर श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता एआईसीसी सदस्य राजेश संदलाना ने की। कार्यक्रम की शुरुआत पंडित जवाहरलाल नेहरू के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित करने के साथ हुई। इस अवसर पर भूपेंद्र सिंह गंगवा, अनूप सिंह सरसाना, नरेश मलिक, गायत्री यादव, एडवोकेट डॉ. राजवीर सिंह मोर, कमल सहरावत, रणधीर सिंह बामल, सुरेश पंघाल, राजकुमार जांगड़ा आदि मौजूद थे।

नव युवा जागृति मंच ने लगाई छबील

नारनौंद। गांव बास से नव युवा जागृति मंच ने गांव के बस स्टैंड पर जलजीरा की छबील लगाई और वहां से आवागमन करने वाले राहगीरों को जलजीरा की बोतलों का वितरण किया। मंच के सदस्यों ने बस, गाडियां और लोकल वाहनों को रूकवाकर भी उनको जलजीरा पिलाया गया। मंच के सदस्यों ने बताया कि आज अधिक मास की पद्मिनी एकादशी है। जिसका बहुत अच्छा महत्व बताया गया है। पद्मिनी एकादशी जिसे कमला एकादशी भी कहा जाता है। जो हर तीन साल में अधिक मास (पुरुषोत्तम मास) के शुक्ल पक्ष में पड़ने वाली अत्यंत पवित्र और फलदायी एकादशी है।

नागरिकों को जलभराव की समस्या से बचाने की कवायद शुरू

बरसाती नालों व सीवर की सफाई शुरू, 1.23 करोड़ रुपये होंगे खर्च

अभियान की शुरुआत ऑटो मार्केट और डाबड़ा चौक पुल से हुई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

आगामी बरसात के मौसम को ध्यान में रखते हुए बरसाती नालों और सीवरेज की सफाई के कार्यों का शुभारंभ किया गया। अभियान की शुरुआत ऑटो मार्केट और डाबड़ा चौक पुल क्षेत्र से की गई। इस दौरान क्षेत्र के जनप्रतिनिधियों ने मौके पर पहुंचकर सफाई कार्यों का निरीक्षण किया और अधिकारियों को समयबद्ध तरीके से कार्य पूरा करने के निर्देश दिए। एक्सईएन जयबीर डूडी ने बताया कि बरसाती नालों की सफाई का कार्य शहर के विभिन्न क्षेत्रों में किया जाएगा, जिनमें सेक्टर-13, सेक्टर-16-17 और वार्ड-14 और ऑटो मार्केट सहित अन्य क्षेत्र शामिल हैं। इन कार्यों पर लगभग एक करोड़ 23 लाख रुपये अनुमानित लागत आएगी। जिसमें लगभग 73 लाख रुपये डाबड़ा चौक क्षेत्र साइड पर वहीं ऑटो मार्केट क्षेत्र में लगभग 50 लाख रुपये खर्च होंगे। इस अवसर पर पार्षद मोहित सिंघल, पार्षद संजय डालमिया, पार्षद डॉ. सुमन यादव, पार्षद जगमोहन मित्तल, एमई अमित बेरवाल, जेई संदीप कॉजल, जेई नवीन, जेई अजय सिहाग, समाजसेवी जगदीश जिंदल, पीए ललित शर्मा, सेक्टर 9-11 आरडब्ल्यूए के प्रधान प्रवीण जैन और अंकुर यादव सहित अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।

हिसार। बरसाती नालों की सफाई कार्य के शुभारंभ के मौके पर उपस्थित पार्षद व अन्य। दूसरी ओर, नाले की सफाई में जुटे कर्मचारी। *फोटो : हरिभूमि*

दुर्गा कॉलोनी में बनेगी नई सीसी सड़क निगम ने तैयार किया 35 लाख का प्रस्ताव

हिसार। नगर निगम प्रशासन ने दुर्गा कॉलोनी की क्षतिग्रस्त सड़क के पुनर्निर्माण की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है। नगर निगम ने कॉलोनी में नई सीसी सड़क निर्माण के लिए लगभग 34 लाख 91 हजार रुपये की अनुमानित लागत का प्रस्ताव तैयार किया है। बता दें कि कुछ समय पहले नगर निगम द्वारा दुर्गा कॉलोनी में सीवरेज लाइन बिछाने का कार्य पूरा करवाया गया था। इस दौरान सड़क कई स्थानों से क्षतिग्रस्त हो गई, जिससे स्थानीय निवासियों को आवागमन में परेशानी का सामना करना पड़ रहा था। क्षेत्रवासियों की मांग और समस्या को ध्यान में रखते हुए पार्षद संजय डालमिया ने सड़क के स्थायी समाधान के लिए नगर निगम को अवगत करवाया था। कार्यकारी अभियंता जयबीर डूडी ने बताया कि सड़क निर्माण के लिए प्रशासनिक स्वीकृति मिलते ही नियमानुसार ई-टेंडर प्रक्रिया शुरू कर दी जाएगी। टेंडर आवंटन की प्रक्रिया पूरी होने के बाद निर्माण कार्य जल्द शुरू करवाया जाएगा। निगम का प्रयास है कि सड़क निर्माण कार्य तय समय सीमा में पूरा हो, जिससे लोगों को लंबे समय तक राहत मिल सके।

---

18 सरकारी विद्यालय बनेंगे सीएम एक्सीलेंस स्कूल

- स्मार्ट क्लासरूम और डिजिटल संसाधनों से लैस किए जाएंगे
- शुरुआती स्तर से ही अंग्रेजी माध्यम में पढ़ाई को बढ़ावा दिया जाएगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

शिक्षा विभाग ने राज्य के 250 सरकारी विद्यालयों को मुख्यमंत्री उत्कृष्टता एवं प्रारंभिक अंग्रेजी स्कूल घोषित किया है। हर विद्यार्थी तक आधुनिक और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा पहुंचाने की दिशा में एक बड़ा कदम माना जा रहा है। सरकार की तरफ से जारी सूची में हिसार व हांसी जिले के 18 स्कूलों का चयन किया गया है। चयनित स्कूलों में जीएसएस मोहब्बतपुर, जीएसएस सीसवाल, जीएसएस भाना, जीएसएस अग्रोहा, जीएसएस राजली, जीएसएस गैबीपुर, जीएसएस खरबला खेड़ा, जीएसएस पुठ्ठी समैण, जीएसएस डाटा, जीएसएस भाटला, जीएसएस मिर्जापुर, जीएसएस सातरोड खुर्द, जीएसएस किरतान, जीएसएस न्योली कलां, शहीद लेफ्टिनेंट रामप्रकाश रोपड़िया जीएसएस पाली, जीएसएस कापड़ो, जीएसएस दौलतपुर व जीएसएस किनाला शामिल है। इन स्कूलों में विद्यार्थियों को स्मार्ट क्लासरूम, डिजिटल शिक्षण संसाधन और आधुनिक आधारभूत सुविधाओं के साथ एक बेहतर शैक्षणिक वातावरण उपलब्ध कराया जाएगा और शुरुआती स्तर से ही अंग्रेजी माध्यम में पढ़ाई को बढ़ावा दिया जाएगा।

वर्तमान शिक्षा बोर्ड से ही संबद्ध बने रहेंगे : सचिव

शिक्षा विभाग के प्रधान सचिव की तरफ से जारी निर्देश के अनुसार ये सभी घोषित स्कूलों के अपने वर्तमान शिक्षा बोर्ड से ही संबद्ध बने रहेंगे, लेकिन कक्षा 1 में शिक्षा अनिवार्य रूप से केवल अंग्रेजी माध्यम में दी जाएगी, जबकि कक्षा 2 और उससे आगे की कक्षाओं में हिंदी और अंग्रेजी दोनों माध्यमों के एक-एक सेक्शन समानांतर रूप से संचालित होंगे। इस व्यवस्था के तहत विद्यार्थियों से उनके तय नियमित फंड के अतिरिक्त कोई अन्य फीस, चार्ज या आर्थिक योगदान नहीं लिया जाएगा और अधिसूचना लागू होने की तारीख से ये सभी स्कूल सह-शिक्षा यानी को-एजुकेशनल संस्थानों के रूप में काम करेंगे जहां छात्र और छात्राएं एक साथ पढ़ सकेंगे। इन स्कूलों में शिक्षा के स्तर को बेहतर बनाए रखने के लिए शिक्षकों की तैनाती सामान्य रूप से न होकर मॉडल संस्कृति स्कूल और पीएमश्री स्कूल की तर्ज पर एक व्यवस्थित स्क्रीनिंग प्रक्रिया के माध्यम से की जाएगी। ये सभी विद्यालय अपने-अपने क्लस्टर में हब स्कूल के रूप में कार्य करेंगे ताकि आसपास के अन्य सरकारी स्कूलों को भी इनके संसाधनों, तकनीक और शैक्षणिक विशेषज्ञता का पूरा सहयोग मिल सके।

तीन पिस्तौल समेत दो आरोपी गिरफ्तार

- हिसार जिले के रहने वाले हैं पुलिस द्वारा गिरफ्तार किए गए दोनों आरोपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

जिला हांसी पुलिस ने अवैध हथियार रखने वालों के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए दो अलग-अलग मामलों में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने पकड़े गए दोनों आरोपियों के कब्जे से 3 अवैध पिस्तौल, 4 जिंदा कारतूस और 6 मैगजीन बरामद की गई हैं। दोनों आरोपियों के खिलाफ शस्त्र अधिनियम के तहत मामले दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। सीआईए-1 प्रभारी उप निरीक्षक प्रदीप कुमार के नेतृत्व में यह कार्रवाई की गई। पत्रकार वार्ता के दौरान डीएसपी रविन्द्र सांगवान ने बताया कि सीआईए-1 टीम को गश्त और अपराध जांच के दौरान सूचना मिली थी कि एक युवक राष्ट्रीय राजमार्ग-9 स्थित ढाणी कुतुबपुर बस स्टैंड पर अवैध हथियारों के साथ बैठा हुआ है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंची और युवक को काबू कर पूछताछ में उसकी पहचान अनंत उर्फ मोटा निवासी भैंस फार्म, हिसार के रूप में हुई। तलाशी के दौरान आरोपी के कब्जे से दो अवैध पिस्तौल, पांच मैगजीन और तीन जिंदा कारतूस बरामद हुए। आरोपी हथियारों के संबंध में कोई वैध लाइसेंस पेश नहीं कर सका।

दूसरे मामले में सीआईए-1 टीम को सूचना मिली कि एक युवक गीता चौक हांसी के पास अवैध हथियार के साथ मौजूद है। पुलिस ने तुरंत कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। आरोपी की पहचान तरुण उर्फ बच्ची निवासी न्यू मॉडल टाउन, हिसार के रूप में हुई। तलाशी लेने पर उसके कब्जे से एक अवैध पिस्तौल, एक जिंदा कारतूस और एक मैगजीन बरामद हुई। दोनों मामलों में बरामद हथियार, कारतूस और मैगजीन कब्जे में लेकर संबंधित थानों में शस्त्र अधिनियम के तहत मुकदमे दर्ज कर लिए हैं। पुलिस अब पता लगाने में जुटी है कि हथियार कहां से लाए गए।

हांसी। अवैध हथियार के साथ पकड़े गए दोनों आरोपी पुलिस गिरफ्त में।

छह माह का वेतन बकाया, नाराज नप कर्मचारियों ने शुरू की हड़ताल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बरवाला

नगर परिषद कर्मचारी संघ बरवाला इकाई के कर्मचारियों ने नगर परिषद कार्यालय के समक्ष हड़ताल शुरू कर दी है। हड़ताल के पहले दिन की अध्यक्षता बरवाला इकाई प्रधान सुनील लोट ने की। इन कर्मचारियों द्वारा यह हड़ताल लगभग 6 महीने का वेतन बकाया होने समेत अन्य मांगों का समाधान करवाए जाने को लेकर की गई है। बरवाला इकाई सचिव राहुल कुमार ने मांगों के बारे में बताया कि वर्ष 2023 का डेढ़ महीने वेतन बकाया है। वर्ष 2024 का लगभग पौने तीन महीने का वेतन बकाया है। वर्ष 2026 का 4 महीने का वेतन बताया है। आईपीएफ का पूरा भुगतान बकाया है। डोर टू डोर के चालकों का 4 महीने का वेतन बकाया है। इन कर्मचारियों ने सरकार व प्रशासन से इस हड़ताल के माध्यम से उपरोक्त इन मांगों को पूरा करवाए जाने की मांग की है। इस अवसर पर प्रधान सुनील लोट, वरिष्ठ उपप्रधान विक्की, सचिव राहुल कुमार, नरेश कुमार, विनोद, विशाल, सज्जन, रेनू, मीनू, गोपाल, रामनिवास, मुकेश, अमन व दीपक व कर्मचारी मौजूद रहे।

बरवाला। नगर परिषद कार्यालय बरवाला के समक्ष हड़ताल में शामिल कर्मचारी।

पुलिस ने किया लूट की वारदात का खुलासा

हिसार। सदर पुलिस ने लूट की वारदात का खुलासा करते हुए दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। इनकी पहचान कैमरी रोड स्थित विकास कॉलोनी निवासी मनजीत व जींद निवासी रवि के रूप में हुई है। आरोपियो के कब्जे से वारदात में प्रयुक्त ई-रिक्शा व लूटा हुआ मोबाइल बरामद हुआ है। सदर थाना के उप निरीक्षक दयाराम ने बताया कि चुरू के राजल देसर निवासी सुरेन्द्र कुमार ने शिकायत दी थी। कहा था 24-25 मई की रात को उसे चुरू की ट्रेन न मिलने पर उसने ई रिक्शा लिए आरोपियों से बोला कि उसे हिसार के बस अड्डे जाना है। आरोपी उसे बस अड्डे की बजाय सुनसान क्षेत्र फाटक पार लुदास रोड घोड़ा फार्म के पास ले गए और उसे लूट लिया।

साइबर ठगी : 28 मामले हुए दर्ज 38 आरोपित किए गए गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हांसी

ऑनलाइन ठगी और साइबर अपराधों के खिलाफ हांसी पुलिस ने बड़ी कार्रवाई करते हुए जनवरी 2026 से अब तक 28 साइबर मामलों में केस दर्ज कर 38 आरोपियों को गिरफ्तार किया है। कार्रवाई के दौरान लाखों रुपये की रकम रिकवर और रिफंड करवाकर पीड़ितों को राहत दिलाई गई है। थाना साइबर हांसी लगातार साइबर अपराधियों पर शिकंजा कस रहा है। पुलिस प्रवक्ता संदीप कुमार ने बताया कि साइबर थाना टीम ने त्वरित कार्रवाई करते हुए पीड़ितों की 33.63 रुपये लाख से अधिक राशि होल्ड करवाई। वहीं 11.80 रुपये लाख रिफंड और 13.75 रुपये लाख की रिकवरी करवाई गई। इस तरह कुल 25.55 रुपये लाख से ज्यादा की राशि पीड़ितों को वापस दिलाने में सफलता मिली है। इसके अलावा पुलिस ने कार्रवाई के दौरान 10.43 रुपये लाख की संपत्ति सुपरदारी भी करवाई है। साइबर अपराधों में इस्तेमाल किए गए 6 मोबाइल फोन और अन्य डिजिटल उपकरण कब्जे में लिए गए हैं।

सट्टा खाईवाली करते आरोपी काबू, 10,200 रुपये बरामद

हांसी। अवैध सट्टेबाजी के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत सीआईए-2 हांसी टीम ने बड़ी कार्रवाई करते हुए न्यू ऑटो मार्केट क्षेत्र से एक सट्टा खाईवाल को रंगे हाथ गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से ₹10,200 नकदी, सट्टा पर्चियां और अन्य सामान बरामद किया है। पुलिस प्रवक्ता संदीप कुमार ने बताया कि सीआईए-2 टीम गश्त और अपराध जांच के दौरान सूचना मिली कि चार कुतुब गेट निवासी नरेश उर्फ लांडी, रविदास न्यू ऑटो मार्केट हांसी स्थित मंदिर के पास सरेआम सट्टा खाईवाली कर रहा है। सूचना के आधार पर पुलिस ने दबिश देकर आरोपी को मौके से काबू कर तलाशी के दौरान आरोपी के कब्जे से सट्टा पर्चियां, एक बॉल पेन और 10,200 नकद बरामद हुए।

हेरोइन सहित एक युवक गिरफ्तार

हिसार। सीआई टीम ने चिड़ौद गांव से हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान दीपक के रूप में हुई है। तलाशी के दौरान उसके कब्जे से 7 ग्राम 220 मिलीग्राम हेरोइन बरामद की। पुलिस ने उस पर केस दर्ज कर लिया है। पुलिस उससे पूछताछ करते हुए नशा तस्करी से जुड़े अन्य सप्लायरों एवं नेटवर्क का पता लगाने का प्रयास करेगी। उधर पुलिस ने वार्ड न.19 बरवाला में सार्वजनिक जगह पर सट्टा खाईवाली करने पर एक व्यक्ति को 3770 रुपये के साथ काबू किया है। प्रभारी थाना बरवाला निरीक्षक कर्मजीत सिंह ने बताया कि आरोपी की पहचान लाधु राम निवासी वार्ड न.19 के रूप में हुई है । यह कार्रवाई एसआई मैन पाल के नेतृत्व की गठित टीम ने की।

छबीलों में नियम के उल्लंघन पर नगर निगम सख्त, की कार्रवाई

सिंगल यूज प्लास्टिक का उपयोग करने पर काटा चालान

लोगों को किया जागरूक, दी पर्यावरण को होने वाले नुकसान की जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

छबीलों और सार्वजनिक पेयजल वितरण स्थलों पर सिंगल यूज़ प्लास्टिक के बढ़ते प्रयोग को रोकने के लिए नगर निगम की ओर से जागरूकता अभियान चलाया गया। इस अभियान के तहत टीमों ने विभिन्न स्थानों पर जाकर लोगों को पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक किया और नियमों का उल्लंघन करने वालों पर कार्रवाई की। निगमायुक्त नीरज व अतिरिक्त निगमायुक्त डॉ. प्रदीप हुड्डा के निर्देशानुसार सफाई शाखा एवं टीमों द्वारा शहर के अलग-अलग क्षेत्रों में लगाए गए छबीलों का निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान आयोजकों एवं आम नागरिकों से प्लास्टिक के गिलास, प्लेट तथा अन्य प्रतिबंधित सिंगल यूज़ प्लास्टिक सामग्री का प्रयोग न करने की अपील की गई। अभियान के दौरान जिन स्थानों पर प्रतिबंधित सिंगल यूज़ प्लास्टिक का प्रयोग पाया गया, वहां नगर निगम के द्वारा चालान भी किया गया। प्लास्टिक गिलासों को एकत्रित करवाया गया और उन्हें हटवाया गया। इनके स्थान पर स्टील के गिलास व पुनः उपयोग योग्य प्लास्टिक गिलास का इस्तेमाल करवाया गया। बुधवार को अभियान के दौरान 5 स्थानों से सिंगल यूज गिलास हटवाए और चालान किया गया।

हिसार। सिंगल यूज़ प्लास्टिक का प्रयोग न करने के लिए जागरूक करती निगम टीम। फोटो : हरिभूमि

न्यूज डायरी

सार्वजनिक वितरण प्रणाली का प्रशिक्षण दिया

हिसार। मेरा युवा भारत हिसार, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय इकाई एवं जिला खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग के सहयोग से एक्सपीरिएंशियल लर्निंग प्रोग्राम (ईएलपी) का बरवाला में आयोजन किया गया। जिला युवा अधिकारी ने बताया कि कार्यक्रम के दौरान युवाओं को सार्वजनिक वितरण प्रणाली (पीडीएस) की कार्यप्रणाली का जमीनी स्तर पर व्यावहारिक अनुभव प्रदान किया गया। इस दौरान युवाओं ने किसान पंजीकरण प्रक्रिया, खरीद केंद्र संचालन, वेयरहाउस प्रबंधन तथा डिजिटल सेवाओं से संबंधित कार्यों को नजदीक से समझा और अनुभव के माध्यम से सीखने का अवसर प्राप्त किया। कार्यक्रम के प्रभारी खाद एवं आपूर्ति विभाग बरवाला से निरीक्षण नवदीप पुनिया थे।

मार्कशीट की जांच की शिकायत पर मिली धमकी

आदमपुर। आदमपुर मंडी में गत 10 मई को हुए पंचायत चुनाव में वार्ड नंबर-10 से निर्वाचित पंच की मार्कशीट और हस्ताक्षरों की जांच की शिकायत देने पर शिकायतकर्ता को जान से मारने की धमकी देने का कथित मामला सामने आया है। समाजसेवी अमित गोयल ने मुख्यमंत्री, पंचायत मंत्री, सीएम विंडो तथा जिला प्रशासन को भेजी शिकायत में आरोप लगाया था कि वार्ड नंबर-10 से पंच बनी मोहिनी देवी द्वारा नामांकन के दौरान प्रस्तुत की गई मार्कशीट फर्जी है। साथ ही नामांकन पत्र और अन्य दस्तावेजों में मोहिनी देवी के स्थान पर उसके बेटे योगेश उर्फ हनी द्वारा अंग्रेजी में हस्ताक्षर किए गए हैं। शिकायत के बाद मामला जांच के लिए आदमपुर बीडीपीओ कार्यालय पहुंच चुका है। आरोप है कि शिकायत देने के बाद बोगा मंडी निवासी योगेश उर्फ हनी ने फोन कर शिकायत वापस लेने का दबाव बनाया। शिकायतकर्ता के अनुसार फोन पर धमकी दी गई कि यदि शिकायत वापस नहीं ली गई तो हाथ-पांव तोडक़र जान से मार दिया जाएगा। उधर, इस मामले में डीएसपी एवं अंडर ट्रेनिंग थाना प्रभारी आदमपुर प्रिया शर्मा ने कहा कि पुलिस मामले की जांच कर रही है तथा रपट दर्ज कर ली गई है।

चोरी के मामले में संलिप्त आरोपी पुलिस के हत्थे चढ़ा

बरवाला। पुलिस टीम ने चोरी के एक पुराने मामले में संलिप्त आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। आरोपी की पहचान दीपक निवासी वार्ड न.15 बरवाला के रूप में हुई है। शिकायतकर्ता अमन निवासी वार्ड न. 3 ने पुलिस को 14 जनवरी 2026 को शिकायत दी कि उसके मकान से लोहे का सक्रैप चोरी होने पर थाना बरवाला में मामला दर्ज किया गया था। पुलिस ने इस मामले में संलिप्त आरोपी दीपक को गिरफ्तार किया गया है।

आकाशदीप सिंह हत्या मामले में युवक को दबोचा

फतेहाबाद। आकाशदीप सिंह हत्या मामले में कार्रवाई करते हुए थाना जाखल पुलिस ने ढाणी बबनपुर निवासी गुरजीत सिंह उर्फ जीती को काबू किया है। इससे पहले पुलिस इस मामले में 7 आरोपियों को पहले ही काबू कर चुकी है। थाना जाखल प्रभारी उपनिरीक्षक सुरेश कुमार ने बताया कि शिकायतकर्ता मुस्साखेड़ा निवासी हैप्पी सिंह ने पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि 10 अगस्त 2025 को उसके चचेरे भाई आकाशदीप सिंह को कुछ युवक जबरन गाड़ी में बैठाकर गांव रूपांवाली ले गए, जहां उसके साथ लाठी-डंडों व लोहे की रॉड से बेरहमी से मारपीट की गई। बाद में आरोपियों ने उसे रूपांवाली-घासवा रोड पर घायल अवस्था में फेंक दिया। उन्होंने बताया कि घायल आकाशदीप सिंह को उपचार के लिए सरकारी अस्पताल रतिया ले जाया गया, जहां उसकी मृत्यु हो गई।

खबर संक्षेप

गुजवि के एमए अंग्रेजी पाठ्यक्रम में शामिल होगा अंग्रेजी और एआई विषय

हिसार। गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के अंग्रेजी विभाग में सत्र 2026 से विद्यार्थियों के लिए अंग्रेजी और कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) विषय को एक नवीन पाठ्यक्रम के रूप में शामिल किया जाएगा। यह दो क्रेडिट का ऐच्छिक पाठ्यक्रम होगा, जिसका उद्देश्य विद्यार्थियों को अंग्रेजी भाषा, साहित्य और आधुनिक कृत्रिम बुद्धिमत्ता तकनीकों के अंतर्संबंध से परिचित कराना है। उन्होंने बताया कि एमए अंग्रेजी में प्रवेश पाने के लिए ऑनलाइन दाखिला प्रक्रिया प्रारंभ हो चुकी है।

लगातार बढ़ रही प्रशिक्षित पुस्तकालय व सूचना विशेषज्ञों की मांग: बिश्नोई

हिसार। गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग में मास्टर ऑफ लाइब्रेरी एंड इंफॉर्मेशन साइंस कोर्स में दाखिले की प्रक्रिया जारी है। विभाग ने बताया कि ऑनलाइन आवेदन करने की अंतिम तिथि 1 जून निर्धारित की गई है। ज्ञान आधारित समाज के लिए सक्षम सूचना पेशेवर तैयार करना है। डिजिटल सूचना प्रबंधन, ई-लर्निंग संसाधनों और अनुसंधान डेटाबेस के बढ़ते उपयोग के चलते प्रशिक्षित पुस्तकालय एवं सूचना विशेषज्ञों की मांग लगातार बढ़ रही है।

रोडवेज कर्मचारियों का अनिश्चितकालीन धरना 13वें दिन भी जारी

मांगें पूरी न होने पर 1 से 5 जून तक फूकेंगे महाप्रबंधक का पुतला

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

रोडवेज के हिसार डिपो के कर्मचारियों की लंबित मांगों को लेकर चल रहा सांझा संघर्ष समिति का अनिश्चितकालीन धरना 13वें दिन भी जारी रहा। धरने की अध्यक्षता जितेंद्र सोरखी ने की, जबकि मंच संचालन रमेश गैबीपुर ने किया।

धरने के दौरान आशुतोष, राजू परिचालक एवं उनकी रागनी टीम ने अपनी जोशीली और क्रांतिकारी प्रस्तुतियों से पूरे धरनास्थल पर समां बांध दिया। रागनी के माध्यम से कर्मचारियों की पीड़ा, शोषण और प्रशासन की कर्मचारी विरोधी कार्यशैली को बेहद प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किया गया, जिसे उपस्थित कर्मचारियों ने जोरदार तालियों और नारों के साथ समर्थन दिया। सांझा संघर्ष समिति ने प्रशासन को स्पष्ट चेतावनी देते हुए कहा कि यदि जल्द समाधान नहीं किया गया तो एक से पांच जून तक महाप्रबंधक का पुतला दहन किया जाएगा। इसके बाद भी मांगें नहीं मानी गईं तो 6 जून से सांझा संघर्ष समिति अनिश्चितकालीन हड़ताल पर जाएगी और आंदोलन को और तेज किया जाएगा।

सरकार सफाई कर्मचारियों की मांगों को पूरा करे : मंच

नारनौंद। सफाई कर्मचारियों को संबोधित करते हुए प्रधान कृष्ण कुमार। फोटो: हरिभूमि

नारनौंद। अखिल भारतीय मनरेगा सहयोग मंच द्वारा ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की चल रही अनिश्चितकालीन हड़ताल को समर्थन किया और सरकार को चेताते हुए कहा कि तुरंत प्रभाव से ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की मांगों को माना जाए। ताकि हड़ताल को समाप्त करवाया जाए। अखिल भारतीय मनरेगा सहयोग मंच के जिला हांसी के प्रधान कृष्ण कुमार सुलचानी ने धरना स्थल पर पहुंचकर ग्रामीण सफाई कर्मचारियों के आंदोलन का समर्थन किया और सरकार से मांग की है कि तुरंत प्रभाव से ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की सभी मांगों को माना जाए। प्रदेश के मुख्यमंत्री ग्रामीण सफाई कर्मचारियों के प्रतिनिधिमंडल को बुलाकर बातचीत के माध्यम से मांगों का समाधान करें। ग्रामीण सफाई कर्मचारी या मनरेगा मजदूर, ग्रामीण चौकीदार, आशा वर्कर, मिड डे मील, मनरेगा मजदूर लगातार आंदोलन कर रहे हैं। लेकिन सरकार है हठधर्मिता पर उतरी हुई है और किसी भी कर्मचारी की मांग को मानने के लिए तैयार नहीं है।

ये रहे मौजूद

धरने पर ब्लॉक प्रधान प्रताप सिंह, महिला समिति प्रधान सोनू रानी, अजमेर सिंह, रामनिवास कागसर, हुक्मचंद लोहारी, ग्रामीण सफाई कर्मचारी ब्लॉक प्रधान सतीश कुमार इत्यादि मौजूद रहे।

हिसार। प्रधान पद के लिए नामांकन जमा करवाते एडवोकेट मोहित अरोड़ा।

12 उम्मीदवारों ने किया अंतिम दिन नामांकन

- प्रधान, सहसचिव व कोषाध्यक्ष के लिए 3-3 तथा उपप्रधान-सचिव पद के लिए 4-4 नामांकन आए
- जिला बार एसोसिएशन के वार्षिक चुनाव के लिए विभिन्न पदों के लिए 17 उम्मीदवारों ने भरा नामांकन

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

जिला बार एसोसिएशन हिसार के सालाना चुनाव के लिए बुधवार को नामांकन भरने का दूसरा व अंतिम दिन था। अंतिम दिन प्रधान पद के लिए 2 उम्मीदवारों मोहित अरोड़ा व ओम नारायण कौशिक, उप प्रधान पद के लिए 4 उम्मीदवार अश्वनी कुमार आर्यन, भागीरथ सिंह लदोइया, राहुल सिंह, श्वेता शर्मा, सचिव के पद के लिए 2 उम्मीदवार राजबीर सिंह भट्टी, रामनिवास चौधरी पायल, सह सचिव के पद के लिए 2 उम्मीदवार जगरूप सिंह विर्क, करण छाबड़ा व महिला आरक्षित कोषाध्यक्ष पद के लिए 2 उम्मीदवार गरिमा जैन तथा पूजा गिरी ने नामांकन भरा। चुनाव अधिकारी दलीप जाखड़ के अनुसार नामांकन प्रक्रिया पूरी होने के बाद चुनाव अधिकारियों अधिवक्ता राजबीर सिंह पायल, रतन सिंह पानू, राम सिंह सोढ़ी, मीनू शर्मा, कमल गुप्ता, अनुराग भारद्वाज, हिमांशु आर्य खोवाल द्वारा सभी नामांकन पत्रों की जांच की गई। जांच में सभी नामांकन पत्रों को सही पाया गया। चुनाव अधिकारी दलीप जाखड़ ने बताया कि दो दिन चली नामांकन प्रक्रिया के दौरान विभिन्न पदों के लिए कुल 17 उम्मीदवारों ने आवेदन किए है। इनमें प्रधान पद के लिए 3, उपप्रधान पद के लिए 4, सचिव पद के लिए 4, सह सचिव पद के लिए 3, कोषाध्यक्ष पद के लिए 3 उम्मीदवारों के नामांकन भरे गए है।

हांसी में गंदगी फैलाने वालों पर नप सख्त, 4 के चालान, एक दिन में उठाया 19 टन कचरा

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

शहर को स्वच्छ और अतिक्रमण मुक्त बनाने के लिए नगर परिषद ने सख्ती शुरू कर दी है। सार्वजनिक स्थानों पर कचरा फेंकने वालों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए नगर परिषद टीम ने चार लोगों के चालान काटे हैं। इनमें से एक व्यक्ति ने मौके पर ही जुर्माना जमा करवा दिया, जबकि बाकी तीन लोगों को तीन दिन के भीतर चालान राशि जमा कराने के निर्देश दिए गए हैं। तय समय में भुगतान नहीं करने पर उनके खिलाफ कोर्ट में केस दर्ज किया जाएगा। यह कार्रवाई उपायुक्त राहुल नरवाल के निर्देशों के बाद शुरू की गई। नगर परिषद प्रशासन ने साफ कहा है कि शहर में गंदगी फैलाने वालों को किसी भी हाल में बख्शा नहीं जाएगा और आगे भी लगातार अभियान जारी रहेगा।

हांसी। राष्ट्रीय राजमार्ग पर सफाई अभियान चलाते सफाई कर्मचारी।

तीन किलोमीटर तक चला सफाई अभियान

जींद चुंगी से दिल्ली रोड स्थित जिला सचिवालय तक करीब तीन किलोमीटर लंबे सफाई अभियान का आयोजन किया गया। सफाई निरीक्षक संजय कुमार के नेतृत्व में लगभग 100 सफाई कर्मचारियों ने अभियान चलाया। इस दौरान सड़क किनारे फैले कचरे को हटाया गया।अभियान में तीन ट्रैक्टर-ट्राली, 20 ऑटो टिपर और एक जेसीबी मशीन का उपयोग किया गया।

अतिक्रमण हटाने की चेतावनी

सफाई अभियान के दौरान अधिकारियों ने दुकानदारों को सड़कों से अतिक्रमण हटाने की चेतावनी भी दी। नगर परिषद अधिकारियों ने कहा कि अतिक्रमण से ट्रैफिक और सफाई व्यवस्था प्रभावित होती है। जल्द ही शहर को अतिक्रमण मुक्त बनाने के लिए विशेष अभियान चलाया जाएगा।

ख्याति ने 'मिस फ्रेशर्स' व यशवर्धन को 'मिस्टर फ्रेशर्स' का खिताब

- लुवास में वार्षिक पुरस्कार वितरण एवं टैलेंट सर्च कार्यक्रम की धूम

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

हिसार। कार्यक्रम में पुस्तुति देते विद्यार्थी। फोटो: हरिभूमि

लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय के अंतर्गत इंस्टिट्यूट ऑफ पैरा वेटरनरी साइंस द्वारा वार्षिक पुरस्कार वितरण एवं टैलेंट सर्च कार्यक्रम 'पॉफेक्ट बिगिनिंग्स-2026' का आयोजन किया गया। कुलपति प्रो. डॉ. विनोद कुमार वर्मा मुख्य अतिथि रहे जबकि द्वितीय वर्ष वीएलडी डिप्लोमा के विद्यार्थियों ने संचालन किया। इसमें संस्थान के निदेशक डॉ. पवन कुमार का विशेष मार्गदर्शन एवं सहयोग रहा। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियों से सभी का मन मोह लिया। मंच पर प्रस्तुत राजस्थानी नृत्य, हरियाणवी लोकनृत्य, भांगड़ा, बॉलीवुड डांस एवं मधुर गीतों ने उपस्थित दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। मुख्य अतिथि प्रो. डॉ. विनोद कुमार वर्मा ने अपने संबोधन में कहा कि विवि का उद्देश्य केवल विद्यार्थियों को शैक्षणिक ज्ञान प्रदान करना ही नहीं, बल्कि उनमें नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास एवं सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना विकसित करना भी है। सांस्कृतिक एवं प्रतिभा खोज कार्यक्रम विद्यार्थियों को अपनी रचनात्मक क्षमता प्रदर्शित करने का अवसर प्रदान करते हैं तथा उनके व्यक्तित्व विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। समारोह के दौरान विभिन्न प्रतियोगिताओं एवं शैक्षणिक उपलब्धियों के लिए विद्यार्थियों को सम्मानित भी किया गया। 'मिस फ्रेशर्स-2026' का खिताब ख्याति ने अपने नाम किया, जबकि 'मिस्टर फ्रेशर्स-2026' का ताज यशवर्धन के सिर सजा। वहीं मोनिका को 'बेस्ट परफॉर्मर' पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

ये रहे मौजूद

पशुचिकित्सा महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. राजेश खुराना, विस्तार शिक्षा निदेशक डॉ. गौतम, मानव संसाधन एवं प्रबंधन निदेशिका डॉ. सोनिया सिंधु, डेयरी साइंस कॉलेज के अधिष्ठाता डॉ. एसबी पाटिल, लेखा नियंत्रक विकास खरब तथा डॉ. सुखदीप वोहरा सहित विश्वविद्यालय के अनेक अधिकारी एवं शिक्षकगण उपस्थित रहे।

ग्रीष्मकालीन अवकाश में माताओं के लिए योग व मेडिटेशन शिविर शुरू

हांसी। आज की भागदौड़ और तनावपूर्ण जीवनशैली में स्वास्थ्य के महत्व को ध्यान में रखते हुए स्थानीय एसडी मॉडर्न पब्लिक स्कूल में ग्रीष्मकालीन अवकाश के दौरान माताओं के लिए योग प्रशिक्षण एवं मेडिटेशन शिविर का आयोजन किया जा रहा है। विद्यालय परिसर में आयोजित इस प्रशिक्षण शिविर में योग प्रशिक्षक संजना, मनीषा, पूनम, प्रियंका और रितु नागरू के निर्देशन में प्रतिभागी माताओं को प्राणायाम, ध्यान, सूर्य नमस्कार तथा विभिन्न योगासनों का अभ्यास करवाया जा रहा है। साथ ही योग के माध्यम से तनावमुक्त जीवन, स्वास्थ्य संरक्षण और सकारात्मक जीवनशैली अपनाने के लिए भी प्रेरित किया जा रहा है। शिविर में भाग लेने वाली माताओं ने विद्यालय की इस पहल की सराहना करते हुए इसे बेहद लाभकारी और प्रेरणादायक बताया। विद्यालय की प्रधानाचार्या ऋतु सिंह ने कहा कि स्वस्थ माता ही स्वस्थ परिवार और स्वस्थ समाज की आधारशिला होती है। उन्होंने कहा कि भविष्य में भी विद्यालय द्वारा समाजहित में ऐसे रचनात्मक और स्वास्थ्यवर्धक कार्यक्रम आयोजित किए जाते रहेंगे।

करो योग, रहो निरोग के संदेश के साथ योग शिविरों का आगाज

हरिभूमि न्यूज ⏭ हिसार

भारत स्वाभिमान एवं पतंजलि योग समिति द्वारा आयोजित 5 दिवसीय दो निःशुल्क योग विज्ञान शिविरों का शुभारम्भ बुधवार को दीप प्रज्ज्वलन एवं वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ हुआ। दोनों स्थानों पर सैकड़ों योग साधकों, महिलाओं, युवाओं, बुजुर्गों एवं गणमान्य नागरिकों की उपस्थिति ने पूरे वातावरण को योगमय बना दिया। समिति के प्रवक्ता सुरेन्द्र पानू हिन्दुस्तानी ने बताया कि पतंजलि द्वारा शहर में पहली बार एक साथ दो बड़े योग शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। यह केवल शिविर नहीं बल्कि स्वस्थ, संस्कारित और जागरूक समाज निर्माण का जनआंदोलन है। ओ.पी. जिंदल मेमोरियल पार्क, मिलगेट में आयोजित शिविर में डॉ. मुकेश कुमार, प्रभारी भारत स्वाभिमान हिसार ने योग एवं प्राणायाम का अभ्यास करवाते हुए कहा कि नियमित योग से शरीर रोगमुक्त, मन शांत एवं जीवन ऊर्जावान बनता है। वहीं दूसरी ओर जिंदल पार्क, बस स्टैंड के नजदीक आयोजित शिविर में वीरेन्द्र बड़ाला, प्रभारी पतंजलि हिसार ने योगाभ्यास करवाते हुए कहा कि योग केवल रोगों का उपचार नहीं बल्कि जीवन जीने की श्रेष्ठ कला है।

आर्य नगर पंचायत ने मेधावी छात्र छात्राओं को किया सम्मानित

हिसार। ग्राम पंचायत आर्य नगर की ओर से राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय एवं गवर्नमेंट मॉडल संस्कृति सीनियर सेकेंडरी स्कूल के मेधावी विद्यार्थियों के सम्मान में समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में अभिभावक, गणमान्य नागरिक और क्षेत्र के लोग उपस्थित रहे।सरपंच रतन सिंह और संजीव गंगवा ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की, जबकि ब्लॉक समिति वाइस चेयरमैन संतोष विशिष्ट अतिथि रहीं। इस दौरान 10वीं और 12वीं बोर्ड परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया।कक्षा 12वीं की विज्ञान संकाय की टॉपर छात्रा, जिसने जिले में प्रथम स्थान प्राप्त किया, को विशेष रूप से टैबलेट भेंट कर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में अन्य टॉपर विद्यार्थियों को भी सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन पूनम राणा एवं पुष्पा सिहाग ने किया और अंत में प्राचार्य अनिल यादव ने आभार जताया।

परिवार ने पूरी की अंतिम इच्छा, दो लोगों को मिलेगी नई रोशनी

मरने के बाद भी दुनिया को देखेंगी भगवानदास की आंखें

- मृत्यु के बाद नेत्रदान कर समाज को दिया प्रेरणादायक संदेश

हरिभूमि न्यूज ⏭ हांसी

इंसानियत और समाजसेवा की मिसाल पेश करते हुए हांसी के स्वर्गीय के परिवार ने उनके निधन के बाद नेत्रदान करवाकर दो जरूरतमंद लोगों की जिंदगी में रोशनी भरने का प्रेरणादायक कार्य किया है। परिवार के इस संवेदनशील फैसले की पूरे क्षेत्र में सराहना हो रही है। परिजनों के मुताबिक भगवानदास का बुधवार सुबह निधन हो गया। जीवनभर परोपकार और समाजहित की भावना रखने वाले भगवानदास की अंतिम इच्छा थी कि मृत्यु के बाद भी उनका शरीर किसी के काम आए। परिवार ने उनकी इसी इच्छा का सम्मान करते हुए तुरंत की मेडिकल टीम से संपर्क किया और नेत्रदान की प्रक्रिया शुरू करवाई। यह पूरी प्रक्रिया उनके पोते की मौजूदगी में सफलतापूर्वक संपन्न हुई। डॉ. उत्कर्ष मदान एक निजी अस्पताल में रेडियोलॉजिस्ट हैं। इस दौरान परिवार के सदस्य भावुक नजर आए, लेकिन उन्होंने साहस और दृढ़ता के साथ समाजसेवा के इस संकल्प को पूरा किया। डॉ. उत्कर्ष मदान ने कहा कि उनके नानाजी हमेशा मानते थे कि किसी व्यक्ति को दिया जाने वाला सबसे बड़ा उपहार दृष्टि का उपहार होता है। उन्होंने कहा कि परिवार को उनके निधन का गहरा दुख है, लेकिन इस बात का संतोष भी है कि उनके नानाजी की आंखों के जरिए अब दो लोग दुनिया देख सकेंगे। वहीं परिवार ने लोगों से नेत्रदान और अंगदान को लेकर फैली भ्रांतियों को दूर करने तथा इस पुनीत कार्य के लिए आगे आने की अपील की। यह पहल न केवल दो लोगों की जिंदगी में उजाला लाएगी, बल्कि समाज को मानवता और सेवा का एक मजबूत संदेश भी देगी।

निर्णय का स्वागत

मेडिकल टीम के अनुसार दान किए गए कॉर्निया का उपयोग उन दो लोगों की दृष्टि वापस लाने में किया जाएगा, जो कॉर्नियल ब्लाइंडनेस के कारण देखने में असमर्थ हैं। इससे उन्हें आत्मनिर्भर और बेहतर जीवन जीने का अवसर मिलेगा। डॉक्टरों ने शोक की घड़ी में परिवार द्वारा लिए गए इस त्वरित और संवेदनशील निर्णय की सराहना की।

शतरंज में अक्षत ने प्रथम व पारस ने पाया द्वितीय स्थान

हिसार। चार्टर्ड अकाउंटेंट की संस्था एनआईआरसी हिसार ब्रांच के तत्वावधान में सीए की पढ़ाई करने वाले छात्रों के लिए शतरंज व पिच डेक स्पर्धा का आयोजन किया गया। इन दोनों प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। शतरंज प्रतियोगिता में अक्षत ने प्रथम व पारस ने द्वितीय स्थान हासिल किया। इसी भांति पिच डेक में राम पूनिया पहले स्थान पर और विशेष द्वितीय स्थान पर रहा। नेशनल टेलेंट सर्च कॉम्पिटिशन के अंतर्गत करवाई गई दोनों स्पर्धाओं के विजेता व उपविजेता अब रीजनल लेवल की प्रतियोगिता में हिस्सा लेंगे। इससे पहले स्केचिंग प्रतियोगिता में अपनी प्रतिभा व कुशलता दिखाते हुए सुहानी ने प्रथम व रमन गांधी ने द्वितीय स्थान हासिल किया था। हिसार के इंस्टीट्यूशनल एरिया में स्थित आईसीएआई भवन में आयोजित की गई इस प्रतियोगिता के दौरान एनआईसीएएसए चेयरमैन सीए प्रतीक आर्य, कोऑर्डिनेटर प्रियांशी मित्तल व इशप्रीत कौर ने विशेष भूमिका निभाई।

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

वियतनाम में मिर्चपुर के पहलवानों का दबदबा

भारत ओवरऑल चैंपियन, 3 गोल्ड व 1 ब्रॉन्ज जीते

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौंद

ग्रामीण अंचल के खिलाड़ी अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाकर लगातार देश का मान बढ़ा रहे हैं। इसी कड़ी में नारनौंद के मिर्चपुर स्थित 'शहीद भगत सिंह इंटरनेशनल कुश्ती अकादमी' के पहलवानों ने वियतनाम के दा नांग में आयोजित अंडर-23 एशियाई कुश्ती चैंपियनशिप में जीत का परचम लहराया है। अकादमी के चार पहलवानों ने भारतीय टीम का प्रतिनिधित्व करते हुए 3 स्वर्ण और 1 कांस्य पदक अपने नाम किया। इन पदकों की बदौलत भारतीय टीम चैंपियनशिप में ओवरऑल विजेता बनी है।

मैट पर ऐसे रचा इतिहास

विक्की हुड्डा ने 97 किग्रा के फ्री स्टाइल में स्वर्ण पदक हासिल किया। विक्की ने फाइनल में किर्गिस्तान के पहलवान को 8-5 से शिकस्त दी। उन्होंने इतिहास रचते हुए एक ही दिन में लगातार 5 मुकाबले जीतकर सोना देश की झोली में डाला। चंद्रमोहन ने 79 किग्रा के फ्री स्टाइल मुकाबले में गोल्ड जीता। चंद्रमोहन ने बेहद रोमांचक और कांटे के मुकाबले में कजाकिस्तान के पहलवान को 7-6 से हराकर स्वर्ण पदक जीता। मानसी लाठर ने 68 किग्रा में महिला फ्री स्टाइल में गोल्ड हासिल किया। मानसी ने एकतरफा और आक्रामक खेल दिखाते हुए उज्बेकिस्तान की फिरुजा एसेनबाएवा को 14-1 से करारी मात दी और देश का गौरव बढ़ाया। सचिन मोर ने 86 किग्रा के फ्री स्टाइल में कांस्य पदक हासिल किया।सचिन ने कजाकिस्तान के पहलवान को 5-2 से हराकर कांस्य पदक जीता और भारतीय टीम के स्कोर को शीर्ष पर पहुंचाया।

कड़े प्रशिक्षण और अनुशासन का परिणाम

23 से 27 मई तक आयोजित इस चैंपियनशिप में दुनिया भर के दिग्गज पहलवानों ने हिस्सा लिया था, लेकिन भारतीय खिलाड़ियों के दांव-पेंच के आगे कोई टिक नहीं पाया। अकादमी के संचालक अजय पहलवान व जयभगवान लाठर ने संयुक्त रूप से बताया कि खिलाड़ियों की यह ऐतिहासिक सफलता उनकी वर्षों की कड़ी मेहनत, कड़े प्रशिक्षण और अनुशासन का नतीजा है। उन्होंने कहा कि भविष्य में भी इसी तरह खिलाड़ियों की प्रतिभा को तराशकर देश के लिए ओलंपिक और विश्व चैंपियनशिप में मेडल जीतना ही हमारा मुख्य लक्ष्य है। पहलवानों की इस बड़ी उपलब्धि से पूरे क्षेत्र में जश्न का माहौल है।

वर्तमान परिस्थितियों में ऊर्जा का संरक्षण करना बहुत जरूरी : डॉ. शर्मा

- हकृवि में ऊर्जा संरक्षण एवं हीट स्ट्रोक विषय पर जागरूकता कार्यक्रम

हिसार। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के इंदिरा चक्रवर्ती सामुदायिक विज्ञान महाविद्यालय में ऊर्जा संरक्षण एवं हीट स्ट्रोक विषय पर एक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में उपरोक्त महाविद्यालय की अधिष्ठाता डॉ. मोनिका शर्मा मुख्य संयोजक एवं डॉ. नीलम रोज व डॉ. बीनू सांगवान सह संयोजक के तौर पर उपस्थित रही। अधिष्ठाता डॉ. मोनिका शर्मा ने कहा कि वर्तमान परिस्थितियों को मध्यनजर रखते हुए ऊर्जा का संरक्षण करना बहुत जरूरी है। प्राकृतिक संसाधन हमारी राष्ट्रीय धरोहर हैं। इसलिए इनका उपयोग सीमित एवं आवश्यकता अनुसार ही किया जाए ताकि आने वाली पीढ़ियों को किसी प्रकार की परेशानी न झेलनी पड़े। उन्होंने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों से ऊर्जा संरक्षण के लिए निर्धारित मापदंडों को अपने दैनिक जीवन में अपनाने का भी अनुरोध किया। उन्होंने हीट स्ट्रोक (लू) से सावधान रहने के लिए भी कहा। कार्यक्रम में डॉ. कविता दुआ ने ऊर्जा संरक्षण के महत्व पर प्रकाश डाला। इस मौके पर डॉ. प्रोमिला दहिया, डॉ. उर्वशी नांदल, डॉ. शालिनी आदि मौजूद थे।

हिसार। कार्यक्रम में विचार रखते वक्ता व परस्थित शिक्षक और छात्राएं।