हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, गुरुवार, 13 मार्च 2025

11 'ये श्याम का जादू है सिर चढ़ के बोलेगा' भजनों पर झूमे भक्त

12 प्राथमिक शिक्षकों की समस्याओं को लेकर डीईओ से मिला...

सिरसा में खिला कमल, वीर शांतिस्वरूप ने कांग्रेस प्रत्याशी को 12,379 वोटों से हराया

- आजाद उम्मीदवार राजेंद्र कुमार को 12705 वोट मिले
- 32 में से 20 वार्ड पार्षद भी भाजपा के विजयी हुए
- कांग्रेस के 9 तथा 3 आजाद प्रत्याशियों ने जीत हासिल की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

नगर परिषद सिरसा के भाजपा के वीर शांतिस्वरुप 12379 वोटों से विजयी हुए हैं। वीर शांतिस्वरुप ने कांग्रेस की जसविंद्र कौर को हराया है। आजाद उम्मीदवार राजेंद्र कुमार उर्फ राजू ने भी 12705 लेकर मुकाबले को त्रिकोणीय बनाने की कोशिश की। चेयरमैन के अलावा 32 में से 20 वार्ड पार्षद भी भाजपा के विजयी हुए हैं। कांग्रेस के 9 तथा 3 आजाद प्रत्याशी जीते हैं। केंद्र व राज्य सरकार के बाद सिरसा नगर परिषद में भी भाजपा ने कमल खिलाकर ट्रिपल इंजन की सरकार बनाई है। वहीं निकाय चुनाव में कांग्रेस की गुटबाजी भी स्पष्ट दिखी जिसका फायदा भाजपा उम्मीदवार को मिला। उल्लेखनीय है कि पहली बार नगर परिषद चेयरमैन प्रत्यक्ष तौर पर मतदाताओं ने चुनकर भेजा है, जबकि पहले पार्षद ही चेयरमैन का चुनाव करते रहे हैं। विधानसभा चुनावों में यहां से भाजपा समर्थित हलोपा उम्मीदवार गोपाल कांडा को हराकर गोकुल सेतिया सिरसा से विधायक बने थे और करीब 5 माह बाद निकाय चुनाव में शहर की जनता ने कांग्रेस को नकारते हुए भाजपा का कमल खिला दिया। याद रहे कि विधानसभा सभा चुनाव में हलोपा उम्मीदवार को समर्थन देने से पहले सिरसा हलके से उम्मीदवार बनाए गए भाजपा नेता रोहताश जांगड़ा की पुत्रवधू चुनाव हार गई। विजयी पार्षदों ने अपने वार्डों में विजयी जुलूस निकाला।

- उम्मीदवार जसविंद्र कौर को 28 हजार 682 वोट हुए प्राप्त

सिरसा नगर परिषद के प्रधान व वार्ड सदस्य पद के चुनाव के लिए मतगणना बुधवार को चौ. देवीलाल विश्वविद्यालय के मल्टीपर्पज हॉल में शांतिपूर्ण ढंग से सम्पन्न हुई। नगर परिषद के प्रधान व सभी 32 वार्ड पद सदस्य के विजेताओं को रिटर्निंग अधिकारी एवं एसडीएम राजेंद्र कुमार ने प्रमाण पत्र वितरित किए।

सिरसा। भाजपा उम्मीदवार शांति स्वरुप को प्रमाण पत्र देते रिटर्निंग अधिकारी तथा सुरक्षा के दृष्टिगत तैनात पुलिस। फोटो : हरिभूमि

भाजपा समर्थित विजयी पार्षद

सनप्रीत सोढ़ी, जसपाल सिंह, सुमन शर्मा, राजन शर्मा, दीपक बंसल, मनीष कुमार, अंग्रेज बठला, हेमकांत शर्मा, मोनिका सर्राफ, रुबी सेठी, संजीव रातुसरिया, चंद्रिका गनेरीवाला, कुसुम, विक्रम सैनी, पूजा रानी, मनमोहन मिड्ढा, जोगिंद्र सिंह, रखी मौर्या, अनु मल्होत्रा, आशा रानी

कांग्रेस समर्थित विजयी पार्षद

आरती, चंचल देवी, रमेश मेहता, गोपीराम सैनी, संगीता सचदेवा, अनीता रानी, संजय कुमार, रणधीर कुमार, राजिंद्र सरदाना, आजाद, सरोज रोहिल्ला, राजेन्द्र राजू, बलविन्द्र सिंह

वार्ड 7 से सुमन देवी विजय

वार्ड नंबर छह में गोपी राम 175 मतों से विजयी हुए हैं, उन्हें 1178 मत प्राप्त तथा रामेश्वर दास को 1003 मत प्राप्त हुए हैं। वार्ड नंबर सात में 1258 मत प्राप्त कर सुमन देवी विजयी हुई है। उन्होंने निकटतम प्रतिद्वंदी मनोज को 183 मतों से हरा दिया, मनोज को 1075 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर आठ में 1068 मत प्राप्त कर संगीता रानी ने 288 मतों से जीत दर्ज की है, निकटतम प्रतिद्वंदी सरोज रानी को 780 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 9 में अनीता रानी ने 666 मतों से जीत हासिल की है, यहां अनीता रानी को 1666 तथा अंजु को 1000 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 10 में संजय कुमार ने 1566 मत हासिल कर 428 मतों से जीत दर्ज की है, निकटतम प्रतिद्वंदी नारायण सिंह को 1138 मत मिले। वार्ड नंबर 11 में राजन शर्मा ने 1632 मत प्राप्त कर सुभाष चंद को 498 मतों से हराया।

वार्ड 17 से मोनिका जीती

वार्ड नंबर 17 में मोनिका 790 मतों से विजयी रही है, मोनिका को 1766 तथा सुनीता को 976 मत मिले। वार्ड नंबर 18 में राजेंद्र कुमार सरदाना ने 296 मतों से जीत दर्ज की है, उन्हें 1216 तथा अजय को 920 मत मिले। वार्ड नंबर 19 में 1648 मत प्राप्त कर रूबी पार्षद बनी है, यहां लक्ष्मी रानी को 1322 मत मिले हैं यहां हार-जीत का अंतर 326 मतों का रहा है। वार्ड नंबर 20 में 1258 मतों से संजीव कुमार रातुसरिया ने जीत दर्ज की है, उन्हें 1918 मत मिले हैं, निकटतम प्रतिद्वंदी अमित कुमार को 660 मत मिले हैं। वार्ड नंबर 21 में 1366 मत प्राप्त कर चंद्रिका ने निकटतम प्रतिद्वंदी नीतू को 251 मतों से हराया है, नीतू को 1115 मत मिले हैं। उन्होंने बताया कि वार्ड नंबर 22 में सरोज ने निकटतम प्रतिद्वंदी निर्मलजीत कौर को 97 मतों से हराया है, सरोज को 1124 तथा निर्मलजीत कौर को 1027 मत प्राप्त हुए।

वार्ड 12 से दीपक बंसल विजय

वार्ड नंबर 12 में 192 वोट से दीपक बंसल ने जीत दर्ज की है, दीपक बंसल को 1165 तथा ममता को 973 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 13 में 1440 मत प्राप्त कर मनीष कुमार ने 802 मतों के साथ पार्षद बने हैं, यहां अनिल कुमार दूसरे स्थान पर रहे और उन्हें 638 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 14 से अंग्रेज सिंह बठला ने 817 वोटों से जीत दर्ज की है, उन्हें 1297 मत प्राप्त हुए तथा नरेश कुमार को 480 मत प्राप्त हुए। इसी प्रकार वार्ड नंबर 15 में 109 वोटों से हेमकांत शर्मा ने विकास कुमार को हराया, हेमकांत शर्मा को 1157 तथा विकास कुमार को 1048 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 16 में रणधीर कुमार ने 57 मतों से सुमित कुमार को हराया है, रणधीर कुमार को 1143 तथा सुमित कुमार को 1086 वोट मिले।

वार्ड 23 से कुसुम की जीत

वार्ड नंबर 23 में 1020 मत प्राप्त कर कुसुम ने 594 मतों से दीपिका रानी को हराया। दीपिका रानी को 426 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 24 में विक्रम को 1189 मत तथा कौशल्या देवी को 1061 मत प्राप्त हुए, यहां 128 मतों से विक्रम ने जीत दर्ज की है। वार्ड नंबर 25 में 1910 मत प्राप्त कर पूजा रानी ने 593 मतों से शालू सैनी को हराया, शालू सैनी को 1317 वोट प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 26 से राजेंद्र कुमार ने 246 मतों से जीत दर्ज करवाई है, उन्हें 1249 तथा निकटतम प्रतिद्वंदी को जसबीर सिंह को 1003 मत प्राप्त हुए हैं। वार्ड नंबर 27 में मनमोहन ने 413 वोटों से जीत दर्ज की है, उन्हें 1830 तथा संयम को 1417 मत मिले हैं। वार्ड नंबर 28 में जोगिंद्र सिंह ने 714 मतों से विजय सिंह को हराया।

रिटर्निंग अधिकारी राजेंद्र कुमार ने बताया कि प्रधान पद में 12 हजार 379 मतों से भाजपा के शांति स्वरूप ने जीत दर्ज की, उन्हें कुल 41 हजार 61 वोट प्राप्त हुए तथा उनके निकटतम प्रतिद्वंदी कांग्रेस उम्मीदवार जसविंद्र कौर को 28 हजार 682 वोट प्राप्त हुए। इसके अलावा आजाद उम्मीदवार राजेंद्र कुमार को 12 हजार 705, इनेलो के उम्मीदवार ओम प्रकाश को तीन हजार 37, जेजेपी के उम्मीदवार प्रवीन कुमार को 1676, आप उम्मीदवार कविता रानी को 1462, आजाद उम्मीदवार अशोक कुमार को 801 तथा नोटा को 816 वोट प्राप्त हुए।

वहीं वार्ड नंबर एक से आरती देवी ने निकटतम प्रतिद्वंदी प्रियंका बुमरा को 34 मतों से हरा दिया, आरती देवी को 880 व प्रियंका बुमरा को 846 वोट मिले। वार्ड नंबर दो से चंचल रानी ने निकटतम प्रतिद्वंदी उषा देवी को 100 मतों से हरा दिया, चंचल रानी को 750 व उषा देवी को 650 वोट मिले। वार्ड नंबर तीन से रमेश मेहता ने चुनाव में 495 मतों से जीत दर्ज की। वार्ड नंबर चार से सनप्रीत सिंह ने 1595 मत प्राप्त कर जीत दर्ज की। वार्ड नंबर पांच में जसपाल सिंह ने 1229 मत प्राप्त कर जसप्रीत सोढी को 309 मतों से हरा दिया।

वार्ड 29 में राखी 133 मतों से जीती

वार्ड नंबर 29 में 1152 मत प्राप्त कर राखी रानी ने 133 मतों से शालु डाबला को हराया, शालु डाबला को 1019 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 30 में बलविंद्र सिंह ने 1396 मत प्राप्त कर 382 मतों से इंद्र सिंह को हराया, इंद्र सिंह को 1014 वोट प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 31 में 494 मतों से अन्नु ने रेणू बाला को हराया, अन्नु को 1443 तथा रेणू बाला 949 मत प्राप्त हुए। वार्ड नंबर 32 में 1358 मत प्राप्त कर आशा ने 727 मतों से श्याम सुंदर को हराया, श्याम सुंदर को 631 मत प्राप्त हुए।

फतेहाबाद। जाखल नगरपालिका अध्यक्ष पद के चुनाव में विजयी उम्मीदवार विकास कुमार को प्रमाण पत्र सौपते आरओ एवं एसडीएम प्रतीक हुड्डा। फोटो : हरिभूमि

जाखल नगरपालिका चुनाव

भाजपा के सुरेन्द्र मित्तल पराजित, निर्दलीय विकास कामरा 1,319 वोटों से रहे विजयी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले की जाखल नगरपालिका के चुनावों को लेकर बुधवार सुबह भाजपा को करारा झटका लगा। जाखल नगरपालिका के अध्यक्ष पद पर भाजपा प्रत्याशी सुरेन्द्र मित्तल को 1319 वोटों से हार का सामना करना पड़ा। यहां भाजपा प्रत्याशी सुरेन्द्र मित्तल को जहां 3252 वोट मिले जबकि आजाद उम्मीदवार एवं कांग्रेस समर्थित विकास कामरा 4571 वोटों के साथ विजयी रहे। एक अन्य उम्मीदवार गीतू मात्र 141 वोट ही ले पाई। विकास कामरा के जीत की घोषणा होते ही उनके समर्थकों में खुशी की लहर दौड़ गई और उन्होंने एक-दूसरे के गुलाल लगाकर जीत की बधाई दी। इसके अलावा जाखल में समर्थकों ने लड्डू भी बांटे।

बता दें कि जाखल नगरपालिका के 2 मार्च को सम्पन्न हुए चुनाव में कुल 9425 मतदाताओं में से 8023 उम्मीदवारों ने अपने मताधिकार का प्रयोग किया था। यहां अध्यक्ष पद के लिए 14 वार्डों के पार्षद चुनने के लिए लोगों ने वोट डाले। यहां प्रधान पद के लिए तीन उम्मीदवार भाजपा के सुरेन्द्र मित्तल, आजाद उम्मीदवार विकास कामरा व गीतू चुनाव मैदान में थे जबकि 14 वार्डों से 33 उम्मीदवार अपनी किस्मत आजमा रहे थे। बुधवार सुबह राजकीय मॉडल संस्कृति सीनियर सैकेण्डरी स्कूल में कड़ी सुरक्षा के बीच मतगणना का काम शुरू हुआ। मतगणना केंद्र की सीसीटीवी कैमरों से निगरानी की गई। 4 राउंड में हुई मतगणना को लेकर 4-4 टेबल लगाए गए थे। सुबह मतगणना शुरू होने के करीब एक घंटे बाद ही चुनाव परिणाम सामने आ गया। यहां अध्यक्ष पद पर आजाद उम्मीदवार विकास कामरा को 4571 वोट मिले और उन्होंने अध्यक्ष पद पर कब्जा जमाया जबकि भाजपा के सुरेन्द्र मित्तल 3252 वोटों के साथ दूसरे स्थान पर रहे। बता दें कि आजाद उम्मीदवार विकास कामरा को कांग्रेस ने अपना समर्थन दिया हुआ था।

जाखल मंडी में वार्डों के अनुसार रिजल्ट

वार्ड नंबर	विजेता	वोट	पराजित	वोट
1	पिंकी रानी	293	गरिमा रानी	167
2	कुलवंत सिंह	252	पवन कुमार	190
3	संजीव कुमार	233	केवल सिंह	50
4	रतन लाल	328	निशु रानी	257
5	स्वर्ण सिंह	330	विकास कांसल	318
6	अशोक	473	जोनी	229
7	सुनीता रानी	347	डिंपल	296
8	पिंटू राम	240	जसपाल सिंह	165
9	चरणो कौर	330	किरण बाला	128
10	शिवा	228	शंकर कुमार	209
11	सपना	390	सरबजीत कौर	266
12	सुधीर कुमार	181	सतबीर सिंह	150
13	यशपाल गर्ग	427	चेतन कुमार	395
14	परमजीत कौर	391	आशा रानी	226

विजयी प्रत्याशी विकास कामरा ने जनता को दिया जीत का श्रेय, बोले, सभी वर्गों को साथ लेकर कार्य करेंगे

विजयी प्रत्याशी विकास कामरा ने जीत का श्रेय जाखल की जनता को दिया है। उन्होंने कहा कि वे सभी वर्गों को साथ लेकर विकास कार्य करेंगे। कामरा ने बताया कि वे पिछले 15 साल से जनसेवा कर रहे हैं। अब जाखल के चौकीदार बनकर दिन-रात काम करेंगे। कामरा ने जनता से शांतिपूर्ण तरीके से जीत का जश्न मनाने की अपील की है।

डीसी ने किया मतगणना केंद्र का किया निरीक्षण

उपायुक्त मनदीप कौर ने बताया कि नगरपालिका जाखल के अध्यक्ष व पार्षदों के चुनाव के लिए राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, जाखल में मतगणना पूरी तरह शांतिपूर्ण एवं सुव्यवस्थित रूप से संपन्न हुई। मतगणना केंद्र पर सुरक्षा के व्यापक इंतजाम किए गए थे, जिससे पूरी प्रक्रिया निष्पक्ष और पारदर्शी तरीके से संपन्न हो सकी। प्रशासन द्वारा सभी आवश्यक प्रबंध सुनिश्चित किए गए थे, जिससे किसी भी प्रकार की अव्यवस्था न हो। उपायुक्त ने मतगणना प्रक्रिया में सहयोग देने वाले सभी अधिकारी, कर्मचारी एवं सुरक्षाबलों का आभार व्यक्त किया।

खबर संक्षेप

बॉडी बिल्डिंग चैम्पियनशिप का आयोजन 16 को

फतेहाबाद। दी फतेहाबाद बॉडी बिल्डिंग एवं फिजिक स्पोर्ट्स एसोसिएशन द्वारा मिस्टर हरियाणा सीनियर व मिस्टर फतेहाबाद 2025 बॉडी बिल्डिंग चैम्पियनशिप का आयोजन 16 मार्च को किया जाएगा। इस चैम्पियनशिप को लेकर बॉडी बिल्डिरों में काफी उत्साह है और एसोसिएशन द्वारा भी चैम्पियनशिप को लेकर जोर-शोर से तैयारियां की जा रही हैं।

शैक्षणिक विकास पर कार्यशाला आयोजित

टोहाना। भूना रोड स्थित डिफेंस पीजी कॉलेज ऑफ एजुकेशन में शैक्षणिक विकास पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला में डॉ. ईशा सहायक आचार्या अग्रेंजी, कुमारी विद्यावती आनंद डीएवी महिला महाविद्यालय करनाल ने शैक्षणिक विकास पर विभिन्न बिंदुओं पर जानकारी दी।

सेंट जोसफ इंटरनेशनल स्कूल में मनाई होली

टोहाना। भूना रोड स्थित सेंट जोसफ इंटरनेशनल स्कूल में किंडर गार्टन के बच्चों ने होली ने मनाई। यह जानकारी देते हुए प्राचार्या मारियालीन लुईस ने बताया कि कक्षा नर्सरी से लेकर यूकेजी के नन्हें बच्चों ने हर्बल रंग के साथ एक-दूसरे को रंग लगाकर होली मनाई।

खारियां में पंचायती गली में निकाली दीवार

सिरसा। ग्राम पंचायत व जिला प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी करते मौहलेवासी।

- लोगों ने ग्राम पंचायत व जिला प्रशासन के खिलाफ की नारेबाजी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जिला के गांव खारियां में मेघवाल मौहले की एक पंचायती गली में गांव के ही एक व्यक्ति द्वारा दीवार निकालकर मौहले के घरों के मुख्यद्वार बंद करने का मामला सामने आया है। जिसको लेकर मोहल्ले वासियों ने ग्राम पंचायत व जिला प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की और रानियां थाने में उक्त व्यक्ति के खिलाफ मामला दर्ज करवाकर गली से दीवार हटवाने की मांग की है। पुलिस को दी शिकायत में मौहलेवासी सावित्री, पूजा रानी, रायसिंह, द्रोपती, कृष्णा व नंदराम सहित अन्य ने बताया कि वे सभी दिहाड़ी मजदूरी का कार्य कर अपना परिवार पाल रहे हैं। वे कई पीढियों से इसी मौहले में रह रही हैं। उन्होंने बताया कि उनके घरों के आगे जो गली लगती है वो पंचायत की गली है जो इंटरलॉक टॉयलों से बनी हुई है तथा गली में लगते सभी घरों को स्वच्छ पेयजल जलापूर्ति के लिए विभाग द्वारा पाइप लाइन भी डाली गई है। कुछ समय पहले सरपंच ने उन्हें बिना किसी कागजात व मंजूरी दिखाए गली को उखाडक़र नई बनाने की बात कही लेकिन आधी गली बनाकर बीच में छोड़ दी।

होगी जांच

सरपंच माया देवी ने बताया कि यह मामला मेरे संज्ञान में अभी आया है। इससे पहले मुझे इसके बारे में कुछ भी सूचना प्राप्त नहीं हुई थी। पंचायत मोहले में जाकर गली का मौका देखकर मामले की जांच करेगी। अगर उक्त व्यक्ति इस मामले में दोषी पाया जाता है तो ग्राम पंचायत द्वारा उस पर बनती कार्रवाई की जाएगी।

49 लाख से खेतों की ढाणियों के रास्ते में गड़बड़ी, ग्रामीणों ने किया विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भूना

हसंगा गांव में 49 लाख 63 हजार रुपये की लागत से बन रहे खेतों की ढाणियों के इंटरलॉकिंग रास्ते में धांधली को लेकर ग्रामीणों ने विरोध प्रदर्शन किया। ठेकेदार और अधिकारी मौके पर नहीं पहुंचे तो प्रदर्शनकारियों ने निर्माण कार्य रुकवा दिया। ग्रामीणों प्रहलाद सिंह टांटी, सूरजभान सिहाग, रामनिवास, कुलदीप सिंह, विनोद कुमार और रमेश कुमार ने आरोप लगाया कि ठेकेदार ने सड़क निर्माण में अनियमितता बरती। इंटरलॉकिंग सड़क आगे से बन रही है, लेकिन पीछे से धंस रही है। पत्थर की जगह अधिक मिट्टी डाल दी गई, जिससे बारिश में यह सड़क पूरी तरह बिखर जाएगी। ग्रामीणों ने बताया कि टेंडर के अनुसार सड़क के नीचे 5 इंच पत्थर डाला जाना था, लेकिन ठेकेदार ने 2 इंच पत्थर भी नहीं डाला।

- खेतों की ढाणियों के इंटरलॉकिंग रास्ते में धांधली को लेकर ग्रामीणों ने विरोध प्रदर्शन कार्य रुकवाया

भूना। हसंगा गांव में निर्माणाधीन खेतों के ढाणियों के रास्ते में पत्थर की जगह डाली हुई अधिक मिट्टी फोटो : हरिभूमि

सरपंच का पक्ष: सरपंच वकील सहारण ने बताया कि टेंडर में 10 फुट चौड़ा रास्ता तय था, लेकिन ढाणीवासियों के अनुरोध पर ग्राम पंचायत ने प्रस्ताव पास कर इसे 12 फुट चौड़ा कर दिया। इससे कुछ लंबाई घटी है, लेकिन गुणवत्ता से समझौता नहीं किया गया। अधिकतर ग्रामीण संतुष्ट हैं, केवल कुछ लोग विरोध कर रहे हैं।

क्या बोले जेई: पंचायती राज विभाग के कनिष्ठ अभियंता जगदीप सिंह ने बताया कि ग्रामीणों ने ठेकेदार के खिलाफ लिखित शिकायत दी है। वीरवार को मौके पर जाकर सामग्री की गुणवत्ता और निर्माण कार्य का निरीक्षण किया जाएगा। अगर गड़बड़ी पाई गई तो ठेकेदार पर कार्रवाई होगी और गुणवत्तापूर्ण सड़क बनाई जाएगी।

स्वस्थ होली मनाने की अपील

फतेहाबाद। उपायुक्त मनदीप कौर ने जिला वासियों को होली पर्व की बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए नागरिकों से अपील की है कि वे सुरक्षित और स्वस्थ होली मनाएं। उन्होंने इस शुभ अवसर पर सभी नागरिकों के सुख, समृद्धि और अच्छे स्वास्थ्य की कामना की। उपायुक्त ने अपने संदेश में कहा कि होली भाईचारे, सौहार्द और आपसी प्रेम का पर्व है, जिसे हमें मिल-जुलकर और शांति व उल्लास के साथ मनाना चाहिए। उन्होंने जिलेवासियों से अपील की कि वे होली का उत्सव सुरक्षित और स्वस्थ तरीके से मनाएं। उन्होंने अनुरोध किया कि रंगों का प्रयोग संयमित और प्राकृतिक रूप से करें, जल की बर्बादी न करें और किसी भी तरह की असुविधा या अप्रिय स्थिति से बचने के लिए जिम्मेदारी से त्योहार का आनंद लें। उपायुक्त ने नागरिकों को यह भी सलाह दी है कि वे होली पर्व पर अपने शरीर का ध्यान रखे।

मौसम प्रदेश में तेजी से बढ़ रहा तापमान, अधिकतम 31 डिग्री दर्ज

पश्चिमी विक्षोभ के प्रभाव से बदलेगा मौसम, 13 से 15 तक बूंदाबांदी के आसार

- 16 मार्च को उत्तरी जिलों में कुछ स्थानों पर बूंदाबांदी होगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

प्रदेश में फाग से पूर्व आज 13 मार्च को पश्चिमी विक्षोभ के प्रभाव से हवाएं चलने और बादल छाने की संभावना है। इस दौरान आज से 15 मार्च तक प्रदेश के ज्यादातर क्षेत्रों में बादलवाही व हल्की हवाओं के साथ बरसात के आसार है। इसके बाद 16 मार्च को उत्तरी जिलों में कुछ स्थानों पर बूंदाबांदी होगी जिससे दिन के तापमान में गिरावट आएगी वहीं रात के तापमान में बढ़ोतरी होगी। एचएयू हिसार के मौसम विज्ञान विभाग ने प्रदेश में 13 से 15 मार्च को होली तक बारिश होने का अनुमान जताया है। पश्चिमी विक्षोभ का असर बुधवार को भी यहां देखा गया। सुबह जहां हलकी धुंध देखी गई और आसमान में बादल छाए हुए थे वहीं दोपहर को निकली तेज धूप ने लोगों को जून-सी गर्मी का अहसास करवा दिया। बुधवार का अधिकतम तापमान 31 डिग्री तथा न्यूनतम तापमान 16 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। आने वाले दिनों में अधिकतम तापमान में गिरावट देखने को भी मिल सकती है। प्रदेश में तापमान तेजी से बढ़ रहा है। अधिकतम तापमान 12 जिलों में 30 डिग्री को क्रॉस कर चुका है। इसके अलावा राजस्थान से सटे हरियाणा के इलाकों में अभी से तेज गर्मी महसूस की जा रही है। मौसम विशेषज्ञों का कहना है कि पश्चिमी विक्षोभ से थोड़ी राहत जरूर मिलेगी लेकिन इसके बाद तापमान फिर तेजी से बढ़ेगा।

तापमान में आएगी गिरावट

चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार के कृषि मौसम विभाग के अध्यक्ष डॉ. मदन लाल खीचड़ ने बताया कि हरियाणा में मौसम 16 मार्च तक परिवर्तनशील रहने की संभावना है। इस दौरान लगातार 2 पश्चिमी विक्षोभ के आंशिक प्रभाव से 13 मार्च के दौरान बीच-बीच में हवाओं में बदलाव आने से ज्यादातर क्षेत्रों में आंशिक बादलवाई की संभावना है। 13 मार्च रात से 15 मार्च तक बादलवाही व हवाओं के साथ हलकी बारिश हो सकती है। 16 मार्च को राज्य के उत्तरी जिलों में कुछ स्थानों पर बूंदाबांदी हो सकती है जिससे दिन के तापमान में गिरावट आएगी वहीं रात का तापमान बढ़ेगा।

स्टार्स टिप्स

सेलिब्रेट करते हैं होली लेकिन जरा संभलकर...

होली ऐसा त्योहार है, जिसका मजा सभी लेते हैं। लेकिन इस दौरान अपनी हेल्थ का ध्यान रखना भी जरूरी है। यहां कुछ टीवी एक्टर्स हरिभूमि को बता रहे हैं कि होली सेलिब्रेशन के दौरान वे क्या सावधानियां बरतते हैं?

कलर रिमूव करने के लिए नेचुरल तरीके अपनाता हूं: सवी ठाकुर

सन नियो चैनल पर हाल ही में लांच हुए शो 'रिश्तों से बंधी गौरी' में रुद्र का किरदार निभा रहे सवी ठाकुर होली पर रंग खेलने और इस दौरान हेल्थ केयर के अपने तरीके के बारे में बताते हैं, 'मैं केमिकल वाले रंगों से होली नहीं खेलता हूं। हालांकि चाहे जितना भी बचाव किया जाए, लोग केमिकल वाले रंग इस्तेमाल करते ही हैं। ये रंग आंखों, नाक या मुंह में चले जाएं तो काफी नुकसान पहुंचा सकते हैं। इसलिए मुझे यह ठीक नहीं लगता। लेकिन बचपन में जब मैं होली खेलता था, तब अपनी त्वचा की सुरक्षा के लिए शरीर पर नारियल का तेल लगाकर जाता था। मुझे लगता है कि यह सबसे अच्छा और प्राकृतिक उपाय है, जिससे रंग आसानी से नहीं चिपकते और त्वचा को भी पोषण मिलता है।

अगर शरीर पर रंग लग जाए तो मैं त्वचा को साफ करने के लिए हल्के और प्राकृतिक उपाय ही अपनाता हूं। बेसन, हल्दी और दही का मिश्रण एक अच्छा विकल्प होता है, जिससे त्वचा से रंग भी हट जाता है और नमी भी बनी रहती है। इसके अलावा गुलाब जल से चेहरा धोना या एलोवेरा जैल लगाना भी काफी फायदेमंद होता है। होली के बाद त्वचा को हाइड्रेट रखना बहुत जरूरी होता है, इसलिए खूब पानी पीना और मॉयश्चराइजर लगाना नहीं भूलना चाहिए।' *

पूरी तैयारी के बाद ही होली खेलने निकलता हूं: योगेश त्रिपाठी

एंड टीवी के शो 'हप्पू की उलटन-पलटन' में योगेश त्रिपाठी दारोगा हप्पू सिंह का रोल निभा रहे हैं। होली पर रंगों के बैड इफेक्ट्स से स्किन को बचाने के लिए वे क्या करते हैं, पूछने पर बताते हैं, 'होली रंगों का त्योहार है, लेकिन कुछ रंगों में मिले रसायन त्वचा और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं। इसलिए, मैं हमेशा पहले से कुछ तैयारियां करता हूं ताकि सुरक्षित तरीके से होली मना सकूं। होली खेलने से पहले मैं अपनी त्वचा पर नारियल या सरसों का तेल अच्छी तरह से लगाता हूं, जिससे रंग सीधे त्वचा पर असर न करे और आसानी से हट जाए। इसके अलावा, मैं होली खेलने के दौरान पूरी बाजू के कपड़े पहनता हूं ताकि शरीर कम से कम रंगों के संपर्क में आए। आंखों और बालों की सुरक्षा के लिए मैं सनग्लासेस पहनता हूं और बालों में तेल लगाकर होली खेलने बाहर निकलता हूं। होली खेलने के बाद चेहरे और त्वचा का विशेष ख्याल रखना जरूरी होता है। मैं सबसे पहले हल्के गुनगुने पानी से चेहरा धोता हूं और फिर दही या बेसन का पैक लगाता हूं ताकि रंग कोमलता से निकल जाए। किसी भी केमिकल युक्त साबुन या स्क्रब का इस्तेमाल नहीं करता क्योंकि इससे त्वचा रूखी हो सकती है।' *

अपने बालों और स्किन की करता हूं प्रॉपर केयर: रोहित सुचांती

जी टीवी के शो 'भाग्य लक्ष्मी' में ऋषि की भूमिका निभाने वाले रोहित सुचांती होली खेलने और इस दौरान अपनी हेल्थ केयर के बारे में बताते हैं, 'होली हमेशा से ही मेरे पसंदीदा त्योहारों में से एक रहा है। ऐसा सिर्फ रंगों की वजह से नहीं है, बल्कि ऐसा इसलिए है क्योंकि मेरे बचपन की कई खूबसूरत यादें इस पर्व से जुड़ी हुई हैं। मुझे आज भी बचपन के वो बेफिक्री वाले दिन याद हैं, जब मैं और मेरे दोस्त रंगों से खेलते थे, एक-दूसरे को पानी से भिगोते थे। इस फेस्टिवल को खूब एंज्वॉय करते थे।

होली को लेकर आज भी मुझमें वैसा ही उत्साह है। लेकिन अब मैं अपनी त्वचा और बालों का खास ख्याल रखता हूं। इसके लिए मैं हमेशा नेचुरल कलर्स से होली खेलना पसंद करता हूं। साथ ही हार्मफुल केमिकल्स से अपनी स्किन और बालों को बचाने के लिए होली खेलने से पहले कोकोनट या आल्मंड ऑयल स्किन पर लगाता हूं। यह हार्मफुल केमिकल्स और हमारी स्किन के बीच बैरियर का काम करता है। होली खेलने के बाद, मैं माइल्ड क्लींजर का इस्तेमाल करता हूं। इसके बाद मॉयश्चराइजर का इस्तेमाल करता हूं ताकि मेरी स्किन हाइड्रेटेड रहे। अपने बालों को मैं सल्फेट-फ्री शैंपू से धोता हूं और बालों में रूखापन न आए इसके लिए मैं अपने बालों की डीप कंडीशनिंग करता हूं। अपने सभी फैंस से मैं यही कहूंगा कि ईकोफ्रेंडली ढंग से इस खूबसूरत त्योहार को एंज्वॉय करें। अपना ध्यान रखें और सुरक्षित रहें।' *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

होली स्पेशल

कल होली है। इसे मनाने की, जमकर रंग खेलने की तैयारी आपने कर ली होगी। लेकिन अगर आपकी उम्र अधिक हैं या डायबिटीज, हाई बीपी, एलर्जी या अस्थमा के पेशेंट हैं तो होली खेलने के दौरान आपको कुछ बातों का ध्यान रखना होगा। ऐसा न करने पर आपकी हेल्थ संबंधी परेशानी बढ़ सकती है। इस बारे में स्पेशलिस्ट डॉक्टर्स के यूजफुल सजेशंस।

डॉक्टर्स एडवाइस

अगर आप हैं बुजुर्ग-बीमार होली पर रखें अपना ध्यान

होली रंग और मस्ती का पर्व है। इसे सभी उत्साह और उल्लास से मनाना चाहते हैं। लेकिन अगर आपको डायबिटीज, अस्थमा, हाई ब्लड प्रेशर या किसी तरह की एलर्जी है, तो इस खुशी में जरा संभलकर शामिल होना जरूरी है। खासकर बुजुर्गों को और भी सतर्क रहने की जरूरत होती है ताकि त्योहार के मजे के साथ स्वास्थ्य संबंधी कोई परेशानी न बढ़े।

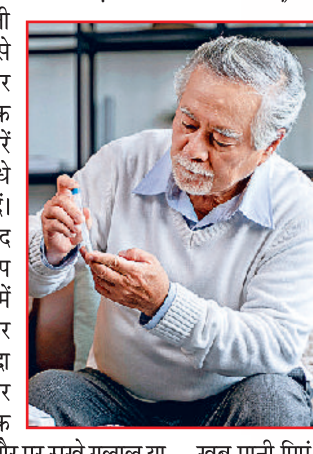
डायबिटिक पेशेंट्स ऐसे करें केयर

होली के मौके पर डायबिटीज के पेशेंट्स किस तरह की सावधानियां बरतें, इस बारे में श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली में प्रिंसिपल कंसल्टेंट-एंडोक्राइनोलॉजी एंड ओबेसिटी मेडिसिन, **डॉ. साकेत कांत** कहते हैं- डायबिटीज के मरीजों को होली पर मीठे व्यंजनों को खाने से खासतौर पर बचना चाहिए, क्योंकि इस दिन तरह-तरह की मिठाइयां जैसे गुझिया या गुलाब जामुन आदि का सेवन किया जाता है। मिठाइयों की जगह घर पर बनी हेल्दी चीजे खाएं, जैसे सूखे मेवों से बनी मिठाइयां। ठंडाई में ज्यादा शक्कर या भांग न डालें, क्योंकि यह शुगर लेवल बढ़ा सकती है। त्योहार के दिन भी दवाइयां समय पर लें और ब्लड शुगर लेवल चेक करते रहें। बहुत ज्यादा भाग-दौड़ या ज्यादा देर तक खाली पेट न रहें। इसके अलावा कुछ सावधानियां भी बरतें जैसे- बाजार की मिठाइयां या ज्यादा तली-भुनी चीजें खाने से बचें। बहुत ज्यादा देर धूप में न रहें, इससे डिहाइड्रेशन हो सकता है। होली के दौरान थकावट या कमजोरी महसूस हो तो तुरंत कुछ खाएं और आराम करें।

अस्थमा-हाई बीपी मरीजों के लिए सावधानी

अस्थमा और हाई बीपी के मरीजों को भी होली पर अपना पूरा ध्यान रखना जरूरी है।

इस बारे में अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, करोल बाग, दिल्ली में पल्मोनोलॉजिस्ट, **डॉ. प्रीतपाल कौर** कहती हैं- होली के रंगों में कई बार केमिकल होते हैं, जो अस्थमा के मरीजों के लिए खतरनाक हो सकते हैं। रंगों से निकलने वाली धूल और गुलाल सांस के जरिए फेफड़ों में जाकर परेशानी बढ़ा सकते हैं। इसलिए होली खेलने से पहले घर से निकलने पर इनहेलर साथ रखें। ऑर्गेनिक रंगों का इस्तेमाल करें और गुलाल को सीधे चेहरे पर न लगने दें। होली खेलने के बाद नहाने के तुरंत बाद भाप लें, जिससे फेफड़ों में जमे रंग के कण बाहर निकल सकें। ज्यादा धूल भरी जगहों पर जाने से बचें और मास्क पहनें। वहीं बचाव के तौर पर सूखे गुलाल या पावडर वाले रंगों से बचें, क्योंकि ये सांस की नली में जाकर दिक्कत बढ़ा सकते हैं। रंगों के माहौल में ज्यादा देर तक न रहें, खासकर खुले मैदानों में जहां हवा में रंग उड़ता रहता है। इसके अलावा भीड़-भाड़ वाली जगहों पर न जाएं, जहां धुआं, धूल और रंगों का मिलावटी असर ज्यादा हो। इसके अलावा हाई बीपी के मरीजों को होली के दौरान बहुत ज्यादा एक्साइटमेंट या दौड़-भाग से बचना चाहिए। ज्यादा शोर-शराबा, अधिक तली-भुनी चीजें और तनाव, ब्लड प्रेशर को बढ़ा सकते हैं। बहुत ज्यादा शारीरिक मेहनत करने से बचें और अपने शरीर को ज्यादा थकाएं नहीं। खूब पानी पिएं ताकि शरीर हाइड्रेट रहे और ब्लड प्रेशर नियंत्रण में रहे। किसी भी पार्टी में जाएं तो अपने खाने-पीने का ध्यान रखें और बहुत ज्यादा नमक वाली डिशेज न खाएं। दवाइयां समय पर लें और ब्लड प्रेशर मॉनिटर करते रहें। बहुत ज्यादा कैफीन वाले ड्रिंक का सेवन न करें, क्योंकि यह ब्लड प्रेशर बढ़ा सकती हैं। बहुत ज्यादा देर तक खाली पेट न रहें।



एलर्जी से ग्रसित लोग ऐसे करें बचाव

होली के रंगों में अकसर केमिकल और हानिकारक पदार्थ होते हैं, जो एलर्जी को ट्रिगर कर सकते हैं। ऐसे लोगों को विशेष रूप से ध्यान रखना चाहिए। होली खेलने से पहले अपने शरीर पर नारियल या सरसों का तेल लगाएं, जिससे रंग स्किन पर चिपके नहीं। अगर आपको धूल, रंग या किसी भी चीज से एलर्जी है, तो मास्क पहनें और फुल स्लीव्स ड्रेस पहनें। रंगों से अगर स्किन पर एलर्जी हो तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें और एंटी-एलर्जिक दवा लें। सिंथेटिक या केमिकल वाले रंगों का इस्तेमाल न करें। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

आंखों की सुरक्षा के लिए रखें इन बातों का ध्यान

होली पर खेले जाने वाले केमिकल वाले रंगों से आंखों को भी नुकसान हो सकता है। इससे बचने के लिए क्या उपाय करने चाहिए इस बारे में छत्रपति शिवाजी सुभारती हॉस्पिटल, मेरठ में कंसल्टेंट ऑप्थाल्मोलॉजिस्ट, **डॉ. मालविका धर** सजेस्ट करती हैं, होली खेलने से पहले सनग्लासेस पहनें ताकि रंग और गुलाल आंखों में न जाए। अगर रंग आंखों में चला जाए, तो तुरंत साफ पानी से धो लें और आंखों को न रगड़ें। केमिकल वाले रंगों से होली खेलने से बचें, क्योंकि ये आंखों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। केमिकल वाले रंगों से बचें और सिर्फ ऑर्गेनिक या हर्बल रंगों का इस्तेमाल करें।
होली खेलने के बाद तुरंत ज्यादा गरम पानी से न नहाएं, बल्कि गुनगुने पानी से धीरे-धीरे रंग हटाएं।

अवेयरनेस

डॉ. श्रीराम काबरा
क्लीनिकल डायरेक्टर-नेफ्रोलॉजी एंड किडनी ट्रांसप्लांट मेडिसिन, मैरिंगो एशिया अस्पताल, फरीदाबाद

स्पेशल: वर्ल्ड किडनी-डे

हमारे शरीर में ब्लड क्लीनिंग और टॉक्सिंस को बाहर निकालने के लिए एक जोड़ी छोटा-सा ऑर्गन किडनी होता है। कई बार हमारे अनहेल्दी लाइफस्टाइल, गलत आदतों या अन्य कारणों से ये ठीक तरह से काम नहीं कर पाते हैं। ऐसा आपके साथ न हो, इसके लिए प्रॉपर केयर करना जरूरी है।

जरा भी न बरतें लापरवाही किडनी की करें प्रॉपर केयर

डब्ल्यूएचओ के हिसाब से दुनिया भर में लगभग 85 करोड़ लोगों को किडनी डिजीज होने का अनुमान है। 10 में से 1 व्यक्ति किडनी की किसी न किसी डिजीज का शिकार है। जबकि 10 में से 9 व्यक्ति इस बात से अंजान होते हैं कि उन्हें किसी तरह की किडनी डिजीज है और वो समय पर अपना इलाज नहीं करवाते। जबकि प्रारंभिक स्तर पर ही इलाज शुरू कर दिया जाए तो काफी हद तक इसे डैमेज होने से बचाया जा सकता है। वैश्विक आधार पर देखें तो हार्ट डिजीज, स्ट्रोक और श्वसन रोगों के विपरीत किडनी डिजीज से होने वाली मृत्यु दर निरंतर बढ़ रही है। 2040 तक नॉन-कम्यूनिकेबल डिजीज से होने वाली मौतों का पांचवां सबसे बड़ा कारण किडनी डिजीज होगा। किडनी डिजीज के प्रति लोगों में जागरुकता लाने के लिए हर साल मार्च के दूसरे गुरुवार को वर्ल्ड किडनी डे मानाया जाता है। इस साल की थीम है-'क्या आपकी किडनी ठीक है? जल्दी पता लगाएं, किडनी के स्वास्थ्य की रक्षा करें।'

किडनी खराब होने के कारण: कई कारणों से किडनी के फिल्टर्स को नुकसान पहुंचता है, जिसकी वजह से किडनी ठीक तरह से काम नहीं कर पाती। ध्यान न देने पर धीरे-धीरे खराब होने लगती है। जैसे-हेल्दी लाइफस्टाइल न होना, पोषक-संतुलित आहार के बजाय जंक या प्रोसेस्ड फूड का सेवन ज्यादा करना, आहार में नमक और चीनी की मात्रा अधिक होना, पानी या लिक्विड डाइट कम लेना, व्यक्ति को लंबे समय से अनकंट्रोल ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर का होना या फैमिली हिस्ट्री होना, किडनी स्टोन होना जिससे किडनी के फिल्टर्स में सूजन यानी आईजीएन नेफ्रोपैथी आ जाना, पाइलोनेफ्राइटिस जैसे किडनी इंफेक्शन होना, कई तरह के नेचुरल या आर्टिफिशियल हेल्थ प्रोडक्ट्स, हेल्थ टॉनिक या प्रोटीन सप्लीमेंट्स के गैर-जरूरी सेवन से किडनी में इंटरस्टीशियल नैफ्राइटिस एलर्जी होना, पेनकिलर, एंटी बायोटिक या किसी भी मेडिसिन का ज्यादा सेवन करना, आनुवांशिक किडनी बीमारियां होना जैसे-ऑटोसोमल डॉमिनेंट पॉलीसिस्टिक किडनी डिजीज, हाइपरॉक्सालुरिया (किडनी पथरी), नेफ्रोनोफ्थिसिस डिसऑर्डर, रूमेटॉयड आर्थराइटिस या मिक्स कनेक्टिव टिशू डिसऑर्डर जैसी ऑटोइम्यून डिजीज होना।

शरीर पर क्या होता है असर: किडनी खराब होने की वजह से शरीर के कई ऑर्गन प्रभावित होते हैं और कई तरह की समस्याएं उभर कर आती हैं-

- शरीर के विभिन्न हिस्सों जैसे-चेहरे, पैर और टखनों में सूजन आ जाती है। शिथिलता या सुस्ती, कमजोरी, थकावट ज्यादा महसूस होती है। पानी लंग्स तक पहुंच जाता है, जिससे सांस लेने में परेशानी होती है।
- यूटीआई इंफेक्शन होना। बार-बार यूरिन पास करने की इच्छा होना या यूरिन रुक-रुक कर आना। सामान्य से अधिक या कम यूरिन आना, दिन के बजाय रात को यूरिन ज्यादा आना। यूरिन में एलब्यूमिन-एथ्रोप्रोटीन नामक प्रोटीन का रिसाव होना, यूरिन का पीला या भूरे रंग का होना, झाग आना या बदबू आना, यूरिन करते हुए जलन होना।
- फिल्टर न कर पाने के कारण ब्लड में यूरिया, क्रिएटिनिन और दूसरे टॉक्सिन का लेवल बढ़ जाता है।
- बाहर न निकलने पर शरीर में जमा होने वाले टॉक्सिन ब्लड प्रेशर का लेवल बढ़ाते हैं। हार्ट पर प्रेशर डालने के अलावा हाई ब्लड प्रेशर शरीर के कई अंगों को प्रभावित करता है। हार्ट फैलियर, विजन लॉस या ब्लाइंडनेस की संभावना कई गुना बढ़ जाती है।
- विटामिन डी का निर्माण कम होने से हड्डियां कमजोर होने लगती हैं और फ्रैक्चर होने का रिस्क बढ़ जाता है। कूल्हे और कंधे की मसल्स पर सबसे ज्यादा असर पड़ता है। शरीर खासकर कमर के निचले हिस्से और हाथ-पैरों में दर्द रहना। बैठ कर उठने, सीढ़ियां चढ़ने, हाथ उठाकर कंघी करने, ऊपर से सामान निकालने, शर्ट पहनने में कठिनाई होती है। कमर के निचले हिस्से खासकर दोनों साइड दर्द रहना।

डायग्नोसिस के तरीके: किडनी फंक्शन की जांच के लिए ग्लोमेरुलर फिल्ट्रेशन रेट (जीएफआर) टेस्ट किया जाता है। इसके अलावा किडनी डिजीज का पता लगाने के लिए 3-4 टेस्ट किए जाते हैं- किडनी का अल्ट्रासाउंड, यूरिन का रूटीन टेस्ट, यूरिन में प्रोटीन के रिसाव की जांच, ब्लड में यूरिया, क्रिएटनिन और इलेक्ट्रोलाइट्स टेस्ट।

कैसे होता है उपचार: मरीज और रोग की स्थिति के हिसाब से उपचार किया जाता है। डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर को पहले कंट्रोल किया जाता है। एक्यूट किडनी फैल्योर के मरीज का उपचार अगर सही समय पर शुरू कर दिया जाता है, तो मेडिसिन से भी स्थिति में सुधार हो सकता है। लेकिन जब किडनी अपने रूटीन फंक्शन करने में असमर्थ हो जाती है और लाइफ-थ्रेटनिंग सिंप्टंप्स आने शुरू हो जाते हैं, तो डायलिसिस का सहारा लिया जाता है। ऐसी स्थिति में किडनी का फिल्ट्रेशन फंक्शन 15 एमएल या उससे भी कम रह जाता है या क्रिएटनिन अचानक बढ़ जाता है। ऐसी कंडीशन में तुरंत डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए। * **प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा**

ऐसे करें किडनी केयर

- लाइफस्टाइल सही रखें। रोजाना कुछ देर व्यायाम और योगाभ्यास जरूर करें।
- पोषक तत्वों से भरपूर संतुलित आहार का सेवन करें। प्रोटीन सीमित मात्रा में ही लें। मांसाहारी खाद्य पदार्थों के बजाय प्लांट बेस्ड प्रोटीन को प्रेफर करें।
- किडनी संबंधी कोई भी समस्या हो तो पोटेशियम रिच फलों से बचें। पालक, साग, टमाटर, रेड मीट, अंडा जैसी चीजों से परहेज रखें।
- यथासंभव जंक, पैकेज्ड और प्रोसेस्ड फूड खाने से परहेज करें।
- रोजाना 4-5 ग्राम से ज्यादा नमक न खाएं। खाने में ऊपर से नमक न डालें। चीनी भी सीमित मात्रा में यानी दिन भर में 20-25 ग्राम से ज्यादा न लें। हाइड्रेशन स्टेटस मेंटेन रखें। मौसम, शरीर और काम के हिसाब से पानी पिएं। सर्दियों में 2 लीटर से ज्यादा और गर्मियों में ढाई से तीन लिटर पानी या लिक्विड पीना चाहिए।

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह
सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

अगर केमिकल वाले कलर्स से हो एलर्जी

मेरी उम्र 33 वर्ष है। होली पर जब भी मैं रंग-गुलाल खेलता हूं तो स्किन पर लाल-लाल दाने और चकत्ते निकल आते हैं। कृपया कोई उपाय बताएं, ताकि मुझे इस प्रॉब्लम का सामना न करना पड़े।
-अक्षत, रायपुर

कुछ लोगों को केमिकल कलर्स से एलर्जी होती है। होली के अवसर पर बाजार में बिकने वाले ज्यादातर रंग-गुलाल में केमिकल मिला होता है। केमिकल के संपर्क में आने से ही शरीर पर एलर्जी हो जाती है और इचिंग शुरू हो जाती है। इससे बचाव के लिए कोशिश करें कि नेचुरल कलर से ही होली खेलें। होली खेलने से पहले पूरे शरीर पर नारियल का तेल लगा लें।

मेरी उम्र 50 वर्ष है। मुझे हाई बीपी और अस्थमा की समस्या है। होली के अवसर पर मुझे कोई प्रॉब्लम न हो, इसके लिए मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए, प्लीज बताएं।
-सत्यवीर, भोपाल

रंग-गुलाल से ब्लड प्रेशर का सीधा संपर्क नहीं है, लेकिन जैसा आप बता रहे हैं कि आप अस्थमा के भी पेशेंट हैं, इसलिए आपको अधिक सावधानी बरतने की जरूरत है। होली खेलते वक्त मास्क लगाएं। क्योंकि आप ब्लड प्रेशर के मरीज हैं इसलिए अधिक नमक वाली चीजों का सेवन कम करें। होली खेलने से पहले पूरे शरीर पर नारियल तेल जरूर लगाएं।

मेरी उम्र 48 वर्ष है। मेरे तलवों, एड़ियों और हथेलियों में कभी-कभी सुई की चुभन जैसा तेज दर्द होता है। ऐसा क्यों होता है? कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए?
-राजेश, बिलासपुर

आपकी बीमारी जानकर ऐसा लग रहा है कि आपको नर्वस सिस्टम से जुड़ी कोई परेशानी है, इसलिए बगैर जांच कराए कुछ भी कहना मुश्किल है। आपको पहले मस्तिष्क रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर जांच करानी चाहिए। इस बात का ध्यान रखें कि बगैर जांच कराए, कारण जानें, कोई भी ट्रीटमेंट न कराएं।

मेरी उम्र 26 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से पढ़ते वक्त मेरी आंखों से पानी आने लगता है, जलन होती है और सिर दर्द भी शुरू हो जाता है। प्लीज मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।
-तुषार, बलौदा बाजार

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आंखों की रोशनी कमजोर हो रही है, क्योंकि रोशनी कमजोर होने से सिर दर्द और पानी आने जैसे लक्षण दिखते हैं। कई बार मस्तिष्क रोग के कारण भी सिर दर्द होता है। लेकिन शुरुआती लक्षणों से लग रहा है कि आप की आंखें कमजोर हैं, इसलिए आप पहले आंखों की जांच कराएं, उसके बाद ही उपचार होगा।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। मेरा पेट अकसर गड़बड़ रहता है। कभी कब्ज, तो कभी लूज मोशन की समस्या होती रहती है। कोई उपचार बताने का कष्ट करें।
-कुशेश्वर, हिसार

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है। इस वजह से लूज मोशन होते हैं। सबसे पहले आप अपने खान-पान में सुधार करें। अधिक ऑयली और स्पाइसी खाना बिल्कुल न खाएं। खाने में सलाद और दही जरूर शामिल करें। इसके अलावा रात में गरिष्ठ भोजन न करें। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे

खबर संक्षेप

जिला में तीन स्थानों से मोटरसाइकिल चोरी

सिरसा। अलग-अलग स्थानों से चोर तीन मोटरसाइकिल चोरी कर ले गए। पुलिस को दी शिकायत गांव मौजदीन निवासी सतपाल सिंह ने बताया कि उसका भाई इकबाल सिंह हरियाणा रोडवेज में परिचालक है। उसने बताया कि इकबाल सिंह ने अपना बाइक मल्लेकां बस स्टेंड पर खड़ा किया था। शाम को ड्यूटी से आने के बाद बाइक संभाली तो गायब मिली।

युवक 8.16 ग्राम हेरोइन सहित युवक काबू

सिरसा। एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा पुलिस टीम ने गश्त व चेकिंग के दौरान लॉर्ड शिवा कॉलेज क्षेत्र से एक युवक को 8 ग्राम 16 मिलीग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। एंटी नारकोटिक्स सेल सिरसा प्रभारी उप निरीक्षक राजेंद्र कुमार ने बताया कि सेल सिरसा की एक पुलिस टीम गश्त व चैकिंग के दौरान चतरगढ़ पट्टी बाईपास होते हुए जेजे कॉलोनी की ओर जा रहे थी। इसी दौरान पुलिस पार्टी से जब लॉर्ड शिवा कॉलेज के समीप पहुंची तो सामने से एक युवक आता हुआ दिखाई दिया

सेक्टर-19 में हुई चोरी के दो आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। सिविल लाइन थाना पुलिस ने गश्त के दौरान सेक्टर-19 हुडा क्षेत्र से हुई बाइक चोरी के दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। सिविल लाइन थाना प्रभारी ने बताया कि गिरफ्तार किए गए युवकों की पहचान युवकों की पहचान हर्षदीप उर्फ कालू पुत्र तरसेम सिंह व रविंद्र उर्फ काकू पुत्र विजय कुमार निवासी सेक्टर-19 हुडा सिरसा के रुप में हुई है। उन्होंने बताया कि मनजीत सिंह निवासी गांव मोरीवाला हाल सेक्टर 19 हुडा सिरसा ने पुलिस को दी शिकायत में बताया की रात को घर के सामने बाइक खड़ा किया था और सुबह देखा तो बाइक कोई नामालूम व्यक्ति चोरी करके ले गया था।

चोरी के मामले का पांचवां आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। सिंहपुरा चौकी पुलिस ने चोरी के एक मामले में संलिप्त पांचवें आरोपी कुलदीप सिंह उर्फ कीपा पुत्र बगा सिंह निवासी सिंहपुरा को काबू कर आरोपी के कब्जे से चोरीशुदा केबल को बेचने पर राशि बरामद की है। सिंहपुरा चौकी पुलिस प्रभारी उप निरीक्षक चंदन सिंह ने बताया कि मनप्रीत सिंह पुत्र गुरमेल सिंह वासी गांव सिंघपुरा की शिकायत पर उसके खेत से 20 फुट केबल चोरी होने पर मामला दर्ज किया गया था।

56.24 ग्राम हेरोइन सहित तस्कर गिरफ्तार

कालांवाली। एंटी नारकोटिक्स सेल डबवाली ने गश्त व चेकिंग के दौरान कालांवाली क्षेत्र से एक युवक को करीब 6 लाख रुपये की 56 ग्राम 24 मिलीग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। एंटी नारकोटिक्स सेल डबवाली प्रभारी सुरेश कुमार ने बताया कि एएसआई रणजोध सिंह पुलिस पार्टी के साथ गश्त व चैकिंग के दौरान मंडी कालांवाली में मौजूद थे। इस दौरान उन्होंने गुप्त सूचना के आधार पर साथी कर्मचारियों की सहायता से आरोपी को काबू करके तलाशी ली तो उसके कब्जे से 56.24 ग्राम हैरोइन बरामद हुई।

हनुमान मंदिर में बड़ी धूमधाम से मनाया गया सत्संग

'ये श्याम का जादू है सिर चढ़ के बोलेगा' भजनों पर झूमे श्यामभक्त

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गुरुकृपा मंडल द्वारा होली उत्सव को लेकर आयोजित किए जा रहे सत्संग की कड़ी में बुधवार का सत्संग डीएसपी रोड पर हनुमान मंदिर में बड़ी धूमधाम से मनाया गया। इस कार्यक्रम में मंदिर के सभी सदस्यों ने ने ज्योति प्रचंड करके कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उसके बाद भारत टुटेजा ने गणेश वंदना, गुरु वंदना के साथ कार्यक्रम का शुभारंभ किया। ममता तनेजा ने 'राम आएंगे तो अंगना सजाऊंगी' भजन के साथ राम-राम की महिमा का गुणगान किया। उसके बाद श्याम प्रेमी सुनील मदान ने श्याम बाबा के भजनों का गुणगान किया और रसमयी माहौल बना दिया। उसके बाद टी सीरिज कलाकार

फतेहाबाद। श्री श्याम भजनों की अमृतवर्षा करते भारत टुटेजा तथा भारत टुटेजा को सम्मानित करते महिला मंडल सदस्य। फोटो : हरिभूमि

भारत टुटेजा ने 'मैं तेरी होगी रे मेरे सावरियां सरकार, बिन पिये नशा हो जाता है, आएगा वो आएगा नीले चढ सांवरा आएगा, राधे-राधे बोल श्याम आयेंगे, मस्तो की मस्ती बरसाना मेरा गांव है' आदि सुंदर भजनों से सभी को नाचने पर मजबूर कर दिया। कार्यक्रम में सजाया गया बाबा श्याम का दरबार देखने योग्य था। शीश के दानी महिला मंडल का खूब सहयोग रहा। सभी ने मिलकर बाबा श्याम के भजनों का आनंद लिया। मंदिर के मुख्य पुजारी ने भारत टुटेजा व मंडल के सभी सदस्यों का आभार व्यक्त किया। इस दौरान भारत टुटेजा को सम्मानित किया। इस मौके पर ज्योति जुनेजा, कविता, ममता मेहता, चारू, मीनू भूटानी, रजनी, राखी, नीरू, पूनम, रमेश मेहता आदि भक्तजन मौजूद थे। कार्यक्रम के अंत में बाबा श्याम की आरती की गई और लंगर प्रसाद वितरित किया गया।

सिरसा। सिलाई सेंटर पर हेली पर्व मनाते हुए। फोटो : हरिभूमि

वैर भाव भुलाकर, मिलकर मनाएं होली पर्वः साहुवाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

लायंस क्लब सिरसा अमर के संस्थापक अध्यक्ष रमेश साहुवाला ने बुधवार को स्थानीय मारुति मंदिर में स्थित सिलाई सेंटर में क्लब द्वारा आयोजित होली उत्सव पर बतौर मुख्यातिथि कहा कि होली परिवार और सभी समुदायों के लोगों के साथ जश्न मनाने का त्यौहार है। उन्होंने कहा कि होली एक रंगबिरंगा मस्ती भरा पर्व है। इस दिन सारे लोग पुराने गिले-शिकवे भूल कर गले लगाते हैं और एक दूजे को गुलाल लगाते हैं और रंगों से खेलते हैं। उन्होंने कहा कि यह त्योहार फाल्गुन मास की पूर्णिमा को मनाया जाता है। इस त्यौहार के साथ अनेक कथाएं भी प्रचलित हैं जिससे इस बात का संकेत मिलता हैं कि बुराई पर अच्छाई की जीत अवश्य होती है। साहुवाला ने कहा कि इस दिन सभी लोग बैर-भाव भुलाकर एक-दूसरे को गले मिलते हैं। उन्होंने कहा कि आजकल अच्छी क्वालिटी के रंगों का प्रयोग नहीं होता और त्वचा को नुकसान पहुंचाने वाले रंग खेले जाते हैं जो कि सरासर गलत है। उन्होंने कहा कि होली का अर्थ कुविचारों को अग्नि में जलाना है। इसलिए हमें होली के दहन के समय हमारे भीतर जो भी गलत विचार होते हैं। उन्होंने कहा कि होली भगवान श्री कृष्ण और राधा के बीच में प्रेम का उत्सव हैं जो सभी प्रकार के मतभेद को भुला देता है जिससे हमें जीवन में यह सीख मिलती है कि हमें किसी के साथ भी शत्रुता नहीं रखनी चाहिए।

शराब कारोबारी पर धोखाधड़ी की एफआईआर दर्ज

शराब ठेकों में पार्टनरशिप के नाम पर फाइनेंसर से 1.42 करोड़ ठगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले के शराब कारोबारी ईश सरना द्वारा टोहाना के एक व्यक्ति शराब ठेकों में पार्टनरशिप के नाम पर 1 करोड़ 42 हजार 50 हजार रुपये ठगने का मामला सामने आया है। इस मामले में थाना शहर टोहाना पुलिस ने ईश सरना के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पुलिस को दी शिकायत में वार्ड नं. 6 टोहाना निवासी संजय शर्मा ने कहा है कि फ्रेंडस कालोनी, टोहाना निवासी ईश सरना ने जून 2022 में उससे सम्पर्क किया। उसने खुद को कारोबारी, सरना इंडस्ट्रीज और सरना के नाम से अन्य कम्पनियों का मालिक बताया। ईश सरना ने उसे बताया कि वह शराब ठेकों एल-1 और एल-13 का टेंडर लेने की योजना बना रहा है। वो शराब का कारोबार स्थापित करने पर काम कर रहा है। इसके बाद 24 जून को ईश सरना ने जिला फतेहाबाद में शराब के करीब 15 सर्किल अपने नाम पर टेंडर अलॉट करवा लिए। इसके बाद ईश ने उससे 60 लाख रुपये मांगे और उसे लालच दिया कि इसकी एवज में अपने शराब के कारोबार में 25 प्रतिशत का भागीदार बना देगा। उसने विश्वास जीतने के लिए उससे कहा कि वह उसे हर रोज सेल रिपोर्ट भेजेगा और हर तीन महीने बाद कारोबार में लाभ का हिसाब-किताब करेगा। संजय शर्मा ने कहा कि ईश सरना के झूठे वायदों में आ गया। उसने 25 जून को उसे 20 लाख रुपये, 17 जुलाई को सरना एंड कम्पनी के खाते में 40 लाख रुपये ट्रांसफर कर दिए। संजय के अनुसार शुरू में विश्वास जीतने के लिए ईश उसके मोबाइल पर ठेके की सेल रिपोर्ट भेजता रहा। इसके बाद उसने अतिरिक्त पैसों की डिमांड की और कहा कि उसे शराब का व्यवसाय बढ़ाने के लिए ओर पैसों की जरूरत है और बैंक लोन होने के बाद वह दो हफ्ते में यह पैसे लौटा देगा। शिकायतकर्ता के अनुसार उसने ईश सरना की बातों में आकर उसने 15 जुलाई को 50 लाख रुपये, 22 जुलाई को साढ़े 22 लाख रुपये भेज दिए। इसके बाद 1 अगस्त को ईश ने उससे 10 लाख रुपये मांगे तो उसने यह राशि उसके खाते में ट्रांसफर कर दी। इसके कुछ दिन बाद जब उसने 82.50 लाख रुपये पैसे वापस मांगे तो ईश ने जमालपुर रोड स्थित प्लाट का हिस्सा उसके नाम करवाने की बात कही जोकि उसके व उसकी पत्नी सीमा के नाम ज्वाइंट है। 19 दिसम्बर को रजिस्ट्री के दिन ईश सरना रजिस्ट्री करवाने नहीं आया। संजय ने आरोप लगाया कि ईश सरना ने उसके साथ ठगी करने के लिए उससे पहले शराब ठेके में हिस्सेदारी के नाम 60 लाख ले लिए और झूठी सेल रिपोर्ट भेजकर लॉस दिखाता रहा और बाद में उससे 82.50 लाख रुपये हड़प लिए। इसके बाद ईश ने उसे साजिश के तहत झूठे केस में फंसाने के लिए अपने जीजा विनोद के माध्यम से पुलिस को शिकायत दे दी। संजय ने आरोप लगाया कि ईश सरना, उसकी पत्नी सीमा व लडक़े के खिलाफ कई आपराधिक मामले दर्ज हैं और उससे भी धोखाधड़ी कर 1 करोड़ 42 लाख 50 हजार रुपये ठग लिए है। इस मामले में पुलिस ने ईश सरना के खिलाफ धोखाधडी के आरोप में केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

कौन है शिकायतकर्ता संजय शर्मा

टोहाना निवासी संजय शर्मा क्षेत्र के एक चर्चित चेहरा रहा है। मूल रूप से टोहाना निवासी संजय शर्मा का कई सालों से मुम्बई में फाइनेंस का काम है। बताया जाता है कि संजय शर्मा के टोहाना में भी होटल है और फिल्म इंडस्ट्री में अनेक हस्तियों से उनके अच्छे सम्बंध हैं। लगभग हर चुनाव में वह टोहाना में सक्रिय हो जाते हैं। विधानसभा चुनाव में उन्होंने कई बार अनेक पार्टियों से सम्पर्क कर चुनाव में ताप ठोकी लेकिन बाद में कदम वापस खींच लिए। इस बार भी उन्होंने टोहाना में कांग्रेस दावेदार के रूप में काफी प्रचार किया था और शहर को पोस्टरों से लाद दिया था। संजय शर्मा की बड़े अफसरों से नजदीकियां हैं। प्रदेश में उन्होंने अनेक आईपीएस अफसरों से सम्पर्क बनाए। बताया जाता है कि वह काफी धनाढ्य व्यक्ति हैं। उनका निजी हेलीकॉप्टर भी है और वह लोगों की मदद के लिए आगे रहते हैं। पीछे वह भगवे कपड़े डालकर साधू की वेशभूषा में भी नजर आए थे।

सदाचार के तौर पर मनाया जाएगा डॉ. अजय चौटाला का जन्मदिन

सिरसा। जननायक जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय सिंह चौटाला के 13 मार्च के जन्मदिन को पार्टी पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं द्वारा सदाचार के तौर पर मनाया जाएगा। इस सिलसिले में पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारी सुरेंद्र चाहरवाला, सुखमंदर सिहाग व शगनजीत सिंह गिल आदि ने संयुक्त रूप से बताया कि डॉ. अजय सिंह चौटाला के जन्मदिन पर चौटाला हाउस के समक्ष चौधरी देवीलाल सामुदायिक पार्क में पौधे रोपित किए जाएंगे और गरीबों में फल वितरित किए जाएंगे। साथ ही गायों को गुड़ व चारा भी खिलाया जाएगा। उन्होंने बताया कि डॉ. अजय सिंह चौटाला ने राजनीति में सदैव आदर्श, पारदर्शिता एवं नेक नियती का प्रमाण दिया है। जेजेपी पदाधिकारी सुरेंद्र चाहरवाला ने बताया कि उनके जन्मदिन को लेकर पार्टी के सभी पदाधिकारी व कार्यकर्ताओं में जोश है और सभी उनके बेहतर स्वास्थ्य की कामना भी कर रहे हैं।

■ इस दौरान पौधे रोपित किए जाएंगे और गरीबों में फल वितरित किए जाएंगे

न्यूज डायरी

सीएम से किया एकादशी को मिड डे मील में चावल न परोसने का आग्रह

सिरसा। शहर के डीसी कॉलोनी निवासी नरेंद्र पारीक ने खंड शिक्षा अधिकारी को मुख्यमंत्री के नाम एक ज्ञापन देकर एकादशी को सरकारी विद्यालयों में मिड डे मील में चावल न परोसने का आग्रह किया है। पत्र की कॉपी शिक्षा मंत्री हरियाणा सरकार, निदेशक मौलिक शिक्षा निदेशालय पंचकूला, जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी सिरसा को भी प्रेषित की गई है। नरेंद्र पारीक ने बताया कि हरियाणा प्रदेश के सरकारी विद्यालयों में केंद्र सरकार के सहयोग से मिड डे मील योजना दो दशकों से चल रही है, जिसमें बच्चों के स्वास्थ्य को मध्यनजर रखते हुए पौष्टिक भोजन परोसा जाता है। इस भोजन में सप्ताह में एक दिन दाल चावल का मेन्यू रखा गया है। मिड डे मील का मेन्यू सरकारी स्तर पर निर्धारित करते समय एक मानवीय भूल हुई, जिससे लाखों बच्चों और उनके परिवारजनों की धार्मिक भावना आहत होती है। एकादशी के दिन सनातनी व्यक्ति चावल खाने से परहेज करता है। एकादशी के दिन चावल न खाने का उल्लेख अनेक धार्मिक पुस्तकों में तो मिलता ही है, इसके साथ-साथ हमारे धर्मगुरूओं ने भी इसे निषेध माना है। पारीक ने बताया कि 10 मार्च को फाल्गुन माह के शुक्ल पक्ष की एकादशी थी, जिसे आमलकी एकादशी भी कहा जाता है।

अग्निवीर भर्ती के लिए इच्छुक उम्मीदवार 10 अप्रैल तक करवाएं पंजीकरण

सिरसा। भारतीय सेना में अग्निवीरों की भर्ती के रजिस्ट्रेशन शुरू हो गए हैं। अग्निपथ भर्ती वर्ष 2025-26 के लिए इच्छुक उम्मीदवार आधिकारिक वेबसाइट ज्वाइनइंडियनआर्मीडॉटएनआईसीडॉटइन पर विजिट कर ऑनलाइन माध्यम से आवेदन कर सकते हैं। ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया की अंतिम तिथि 10 अप्रैल है। हिसार सेना भर्ती कार्यालय के भर्ती निदेशक ने बताया कि अग्निपथ योजना के तहत ऑनलाइन परीक्षा के लिए अभ्यर्थी द्वारा आवेदक परीक्षा शुल्क 250 रुपये का भुगतान किया जाना है। उन्होंने बताया कि उम्मीदवार अपनी योग्यता के अनुसार दो अग्निवीर श्रेणी के लिए आवेदन कर सकते हैं, अबकी बार ऐसा विकल्प भी दिया गया है। भर्ती वर्ष 2025-26 के लिए अग्निवीरों की भर्ती दो चरणों में की जाएगी। प्रथम चरण में ऑनलाइन कंप्यूटर आधारित लिखित परीक्षा (सीईई) द्वितीय चरण में भर्ती रैली आयोजित की जाएगी। भर्ती के लिए इच्छुक उम्मीदवार के लिए वेबसाइट ज्वाइनइंडियनआर्मीडॉटएनआईसीडॉटइन पंजीकरण करवाना अनिवार्य है।

मिलजुल कर मनाएं प्रेम व भाईचारे के प्रतीक रंगों का त्योहार : हीरालाल शर्मा

सिरसा। हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष हीरालाल शर्मा व शहरी प्रधान कीर्ति गर्ग ने हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल की पूरी टीम की ओर से प्रेम व भाईचारे के प्रतीक होली त्योहार पर जिलावासियों को शुभकामनाएं देते हुए गुलाल व फूलों की होली खेलने व एक-दूसरे को मिठाई खिलाकर मनाने का आह्वान किया। एक-दूसरे को मिठाईयों का आदान-प्रदान करें। बच्चों को टॉफियां व चॉकलेट के साथ-साथ उपहार देकर त्योहार की खुशी को जिंदादिली से मनाएं। उन्होंने कहा कि त्योहार भारतीय संस्कृति के परिचायक हैं। हर त्योहार का अपना महत्व है। उन्होंने कहा कि अक्सर देखने में आता है कि होली पर कुछ शरारती तत्व रंग की आड़ में कुछ ऐसा केमिकल लगा देते हैं, जिससे त्योहार का रंग फीका पड़ जाता है। इसलिए एहतियात बरतते हुए रंगों की बजाय जहां तक हो सके गुलाल व फूलों से ही होली खेलें और पानी से बचने का प्रयास करें। उन्होंने कहा कि पल-पल बदल रहे मौसम को देखते हुए पानी का प्रयोग न करें, क्योंकि इससे वायरल होने का खतरा भी बना रहता है। इसलिए प्रेम-प्यार व सौहार्द के प्रतीक इस रंगों के त्योहारको आपस में मिल जुलकर मनाएं, ताकि त्योहार की सार्थकता बनी रहे।

भद्राकाल के दौरान किया कार्य माना जाता है निष्फल : पुजारी हंसराज

सिरसा। श्री सनातन धर्म मंदिर सिरसा के मुख्य पुजारी हंसराज हरितस ने बताया कि दिन के सुबह 10:41 से भद्रा शुरू होगी व रात्रि को 11.31 तक रहेगी। भद्रा में किया गया कार्य निष्फल होता माना जाता है। रात्रि 10:37 पर भद्रा 3 घड़ी पुछ पे रहेगी। यही समय शुभ माना गया है। धर्म सिंधु के निणर्य एवं ऋषि मुनियों द्वारा निर्धारित समय ही शुभ फलदायक माना गया है। उचित समय 10:37 ही माना गया है। इसी समय होली दहन का कार्य करना चाहिए। यही समय सभी के लिए मंगलदायक है। इसको लेकर सनातन धर्म सभा में एक मीटिंग हुई। मीटिंग में सभा के प्रधान आरपी शर्मा, कार्यकारी प्रधान नवीन केडिया, श्री सनातन धर्म संस्कृत महाविद्यालय के अध्यक्ष सुरेंद्र बांसल, सचिव सुरेश वत्स, मंदिर कमेटी के प्रधान अशोक तलवाड़िया, प्रबंधक बजरंग पारीक, राम अवतार हिसारिया, महेश भारती, अशोक बांसल, केके शर्मा सहित अन्य गणमान्य जन उपस्थित थे।

शेरपुरा मार्ग पर सड़क किनारे झुके पेड़ों से हो रहे हादसे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

जिला के गांव कुसुंभी से शेरपुरा मार्ग पर झुके पेड़ों के कारण हादसे हो रहे हैं। आसपास के ग्रामीण व वाहन चालक पेड़ों को हटाने के लिए कई बार अधिकारियों को शिकायत दे चुके है। लेकिन अभी तक उक्त पेड़ों को हटाने के लिए वन विभाग की तरफ से केवल कागजी कार्रवाई ही की जा रही है। हालांकि दो दिन पहले ही पेड़ के कारण गैस से भरा ट्रक क्षतिग्रस्त हो गया। जबकि बड़ा हादसा होने से टल गया। गांव कुसुंभी से शेरपुरा मार्ग पर तीन से चार पेड़ रोड पर झुके हुए है। जिसके कारण यहां पर बड़े वाहनों की आवाजाही भी नहीं हो पाती। इस क्षेत्र में जाने वाले भारी वाहन चालकों को अन्य किसी मार्ग का सहारा लेना पड़ता है। हालांकि नेशनल हाईवे से दोनों गांवों की दूरी कम होने के कारण वाहन चालक इससे गुजरते है। लेकिन झुके हुए पेड़ से वाहन निकलना मुश्किल हो जाता है। रात के समय कई बड़े वाहन इस मार्ग से गुजरते है। जो पेड़ से टकराने के कारण वाहन क्षतिग्रस्त हो चुके है। दो दिन पहले ही गैस से भरा ट्रक पेड़ से टकरा गया। जिसके कारण वह क्षतिग्रस्त हो गया। हालांकि स्पीड कम होने के चलते बड़ा हादसा होने से टल गया। ग्रामीण सतीश कुमार, नरेंद्र सिंह, सुभाष चंद कंबोज, जगदीश ने बताया कि लंबे समय से इन पेड़ों को हटवाने के लिए कई बार अधिकारियों को भी शिकायत दे चुके है। लेकिन अभी तक इन्हें हटाया नहीं जा सका।

सबमर्सिबल मोटर चोरी की वारदात सुलझी, तीन आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज:सिरसा

बड़ागुढा थाना पुलिस ने महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए बड़ागुढा थाना क्षेत्र के गांव बुढाभाना मे एक खेत से ट्यूबेल की सबमर्सिबल मोटर चोरी की घटना को अंजाम देने तीन आरोपियों को काबू कर लिया है। इस संबंध में विस्तृत जानकारी देते हुए बड़ागुढा थाना प्रभारी राजेश कुमार ने बताया कि गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान वकील पुत्र आत्माराम,कुलदीप पुत्र निरंजन व सुनील पुत्र मोहनलाल निवासियां गांव बुढाभाना जिला सिरसा रुप में हुई है। उन्होंने बताया कि इस संबंध में गांव बुढाभाना निवासी धर्मपाल पुत्र लीला राम ने पुलिस को दी शिकायत में बताया था कि 11 जनवरी 2025 की रात्रि को अज्ञात युवकों ने खेत से ट्यूबेल की सबमर्सिबल मोटर चोरी कर ले गए है । शिकायत के आधार पर बड़ागुढा थाना में चोरी का अभियोग दर्ज कर जांच शुरु की गई थी। थाना प्रभारी ने बताया कि गिरफ्तार किए गए तीनों युवक नशा करने के आदी है और नशे की पूर्ति के लिए चोरी की वारदात को अंजाम दिया था । थाना प्रभारी ने बताया कि गिरफ्तार किए गए तीनों आरोपियों को अदालत में पेश कर न्यायिक हिरासत में जिला जेल भेजा गया है।

सिरसा। चोरी के आरोप में पकड़े गए युवक।

कार्यक्रम — जिला बार कांफ्रेंस हॉल में कार्यक्रम का किया आयोजन

बच्चों को अच्छी शिक्षा और संस्कार देने की जरूरत : वाणी गोपाल शर्मा

अधिवक्ता परिषद सिरसा की ओर से जिला बार कांफ्रेंस हॉल में कार्यक्रम आयोजित किया गया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

अधिवक्ता परिषद सिरसा की ओर से जिला बार कांफ्रेंस हॉल में कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें मुख्यातिथि जिला एवं सत्र न्यायधीश वाणी गोपाल शर्मा व अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश नवजीत कलेर ने शिरकत की। इसके अलावा सिरसा-डबवाली से अधिवक्ता, डिंग कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. मधु, सहसचिव भूपिंद्र कौर, जिलाध्यक्ष कृष्ण लांबा, सचिव रोहित शर्मा, कार्यकारिणी सदस्य कपिल देव, अधिवक्ता चंद्र रेखा, सोनम सिंगला, अनीता बंसल सहित अन्य अधिवक्ता परिषद के सदस्य उपस्थित रहे। मुख्यातिथि जिला एवं सत्र न्यायाधीश वाणी गोपाल शर्मा ने कहा कि हमें अपने बच्चों को अच्छी शिक्षा व संस्कार देना चाहिए। हमें अपने बच्चों को हमारे इतिहास के बारे में बताना चाहिए, हमारी वीरांगनाओं के बारे में सिखाया जाना चाहिए, ताकि बच्चे उनसे प्रेरित होकर देशसेवा व अपने सनातन धर्म के बारे मे जान सकें। उन्होंने बेटियों को सशक्त बनने व सोशल मीडिया के हो रहे दुरूपयोग के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि अपने बच्चों को निडर, निर्भीक बनाने के साथ-साथ बच्चों को त्यौहारों को मनाने के महत्व के बारे में बताना चाहिए। अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश नवजीत कलेर ने बताया कि महिलाओं को अपने मौलिक अधिकारों के बारे में जानकारी होनी चाहिए। आज की महिला, न्यायिक, सामाजिक व राजनीतिक क्षेत्र को रोशन कर रही हैं। उन्होंने महिलाओं को समाज में बढ़ रहे साइबर क्राइम के बारे में विस्तार से बताया। ऑनलाइन ठगी, महिलाओं के साथ हो रहे इलेक्ट्रॉनिक अपराधों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। साइबर क्राइम से किस तरह से बचा जा सकता है और साइबर क्राइम से संबंधित कानून के बारे में भी मार्गदर्शन किया। हरियाणा अधिवक्ता परिषद के प्रांत उपाध्यक्ष अमित गोयल ने अधिवक्ता परिषद के बारे में चर्चा की और अपना वक्तव्य रखा।

सिरसा। जिला बार कांफ्रेंस हॉल में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित जिला एवं सत्र न्यायधीश वाणी गोपाल शर्मा। फोटो : हरिभूमि

नेशनल हाईवे पर पलटी तूड़ी से भरी ट्राली, वाहन चालक परेशान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| ओढां

नेशनल हाईवे पर तूड़ी से भरी ट्रॉली के पलटने से वाहन चालकों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ा। बताया जाता है कि गत रात्री करीब 2 बजे तूड़ी से भरी एक ओवरलोड ट्राली नोहर से डबवाली जा रही थी कि बिजली घर ओढ़ा के निकट पलट गई। ट्राली के पलटने से टूड़ी सडक़ पर बिखर गई और आवागमन बंद हो गया व डबवाली की तरफ जाने वाले वाहनों की लंबी लाइन लग गई। सूचना मिलने पर 112 नंबर मौके पर पहुंची और काफी मशक्कत के बाद एक साइड से कच्चा रास्ता बनाकर आवागमन शुरू करवाया। सब इंस्पेक्टर जगसीर सिंह ने बताया कि रात को डबवाली की तरफ टुडी से भरी ट्रॉली धीरे धीरे जा रही थी कि पीछे से एक ट्रक ने उसे टक्कर मार दी जिसकारण ट्रॉली पलट गई और टुड़ी सडक़ पर फैल गई। ट्रॉली चालक बेहरा राम ने बताया सुबह एक खाली ट्राली और लोडर मंगवा कर टुड़ी उसमें डाली जा रही है और बुधवार को शाम तक रास्ता खोला गया। जब तक रास्ता साफ नहीं हुआ ओढ़ा पुलिस के कर्मचारी व 112 नंबर वेन मौके पर उपस्थित रही और वाहन चालकों को एक एक करके डबवाली की तरफ रवाना किया। वहीं दूसरी तरफ लोगों की मांग है कि टुड़ी से भरी ओवरलोड ट्रालियों व अन्य वाहनों पर रोक लगाई जाए ।

सिरसा। सड़क पर पलटी ट्राली। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

नशीला पदार्थ सुंघाकर टॉप्स व नकदी उड़ाए

फतेहाबाद। रतिया में दो महिलाओं को नशीला पदार्थ सुंघाकर तीन लोगों द्वारा उनसे सोने के टोपस व नकदी लूटकर फरार होने का मामला सामने आया है। इस बारे पीड़ित महिलाओं की शिकायत पर रतिया पुलिस ने केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव भूंदड़वास निवासी महिला वीरपाल कौर व सीमा कौर ने कहा है कि गत दिवस वह सामान की खरीददारी के लिए रतिया के बाजार में आई थी। जब वह रतिया के मेन बाजार स्थित पूजा इम्पोरियम के पास पहुंची तो उसी दौरान एक अज्ञात युवक उसके पास आया और उन्हें अपनी बातों में उलझा लिया। महिला और अन्य युवक भी वहां आए और तीनों ने मिलकर नशीला पदार्थ सुंघाकर उन्हें अपने वंश में कर लिया।

टॉवर के ताले तोडक़र हजारों का सामान चुराया

फतेहाबाद। गांव रामसरा स्थित टावर के ताले तोडक़र अज्ञात चोर हजारों रुपये का सामान चोरी कर ले गए। इस बारे भट्टूकलां पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। पुलिस को दी शिकायत में गांव भिरड़ाना निवासी नरेन्द्र सिंह ने कहा है कि वह आरएस सिक्योरिटी कमपनी में बतौर सिक्योरिटी सुपरवाइजर तैनात है। इंडस कम्पनही ने गांव रामसरा में टावर लगाया हुआ है। गत दिवस टैक्नीशियन नरेश ने उसे फोन कर सूचना दी कि गांव रामसरा स्थित टावर से 26 सैल बैटरियां बीती रात चोरी हो गई है। गांव में पहुंचा तो देखा कि टावर का ताला तोडक़र बैटरियां चोरी कर ले गए हैं।

मनरेगा के कार्यों का किया औचक निरीक्षण

रतिया। खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी हनीश कुमार के निर्देश पर ग्राम सचिव रविंद्र कुमार ने ग्राम पंचायत नथवान के अंतर्गत चल रहे मनरेगा के कार्य का औचक निरीक्षण किया और मनरेगा कर्मचारी को उचित दिशा निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान ग्राम सचिव ने मौके पर काम कर रहे सभी मजदूरों की हाजिरी भी चेक की। ग्राम सचिव ने मनरेगा कर्मचारियों को निर्देश दिए कि मनरेगा कार्य के दौरान मजदूरों को किसी भी प्रकार की समस्या न आए, इसके लिए सरकार के निर्देशानुसार काम के स्थान पर मजदूरों को उचित सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाए। उनके लिए पीने के पानी की व्यवस्था और अन्य सुविधा भी उपलब्ध करवाई जाए। मनरेगा मेट को निर्देश दिए गए।

एसडीएम ने किया परीक्षा केन्द्र का दौरा

रतिया। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड भिवानी की परीक्षाओं को सुचारू एवं निष्पक्ष संचालन सुनिश्चित करने के लिए बुधवार को एसडीएम सुरेश कुमार ने गांव रत्ताखेड़ा में परीक्षा केंद्र का दौरा किया। उन्होंने परीक्षा स्टाफ से बातचीत कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया और अधिकारियों को निगरानी मजबूत करने के निर्देश दिए। एसडीएम सुरेश कुमार ने कहा कि परीक्षाओं को शांतिपूर्ण और नकल रहित माहौल में संपन्न करवाने के लिए पूरी सतर्कता बरतें। उन्होंने परीक्षा स्थल पर मौजूद शिक्षा विभाग के अधिकारियों से परीक्षा व्यवस्था की जानकारी ली।

जेबीटी शिक्षकों की एसीपी प्रभाव से लगे, मुख्य शिक्षक पद पर की जाए पदोन्नति: विकास

प्राथमिक शिक्षकों की समस्याओं को लेकर डीईओ से मिला प्रतिनिधिमंडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

चमारखेड़ा ने मांग रखी कि 2017 बैच के जिन शिक्षकों ने न्यायालय के आदेशों के मध्यनजर बाद में कार्यग्रहण किया है और उनका नाम वरिष्ठता सूची में है, उन्हें नेशनल पे का बेनिफिट तुरन्त दिया जाए। खंड भट्टू प्रधान अजीत छाबा, खंड फतेहाबाद प्रधान अशोक मिघानी एवं खंड टोहाना प्रधान गुरनाम सिंह ने मांग रखी कि लंबित चिकित्सा प्रतिपूर्ति मामलों को शीघ्रता से निपटाए।

खास बातें
- जिला प्रधान टुटेजा ने मांग रखी कि जेबीटी के सेवा नियमों 2012 की गलत व्याख्या के कारण 12वीं कक्षा में 50 %से कम अंकों वाले जेबीटी शिक्षकों की एसीपी लंबित

फतेहाबाद। डीईओ को मांग पत्र सौंपते राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ का प्रतिनिधिमंडल। फोटो: हरिभूमि

राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ जिला फतेहाबाद एवं समस्त खण्ड कार्यकारिणी आज जिला प्रधान विकास टुटेजा के नेतृत्व में प्राथमिक शिक्षकों की समस्याओं को लेकर जिला शिक्षा अधिकारी संगीता बिश्नोई से मिला। जिला शिक्षा अधिकारी संगीता बिश्नोई ने प्राथमिक शिक्षकों की मांगों को अति शीघ्र पूरा करने के लिए जिला कार्यकारिणी को आश्वास्त किया। उन्होंने कहा कि वह प्राथमिक विद्यालयों में शिक्षा के सुधार के प्रति बहुत गंभीर हैं और प्राथमिक शिक्षकों की इन मांगों को अति शीघ्र पूरा किया जाएगा। डीईओ से बातचीत में जिला प्रधान विकास टुटेजा ने मांग रखी कि जेबीटी के सेवा नियमों 2012 की गलत व्याख्या के कारण 12वीं कक्षा में 50 प्रतिशत से कम अंकों वाले जेबीटी शिक्षकों की एसीपी पिछले काफी समय से लंबित है, उनकी एसीपी तुरंत प्रभाव से लगाई जाए। क्योंकि वर्ष 2012 के सेवा नियमों के अनुसार एनसीटीई के नियमों के अनुसार 45 प्रतिशत से अधिक अंक वाले सभी जेबीटी शिक्षक एसीपी के हकदार हैं। शिक्षक संघ ने मांग की कि प्राथमिक शिक्षकों की मुख्य शिक्षक पद पर पदोन्नति 31 मार्च से पहले सुनिश्चित की जाए ताकि नए सत्र में सभी विद्यालयों में मुख्य शिक्षक मिल सके और विद्यालयों के शैक्षणिक एवं प्रशासनिक कार्य सुचारू रूप से चल सकें। संघ के राज्य कानूनी सलाहकार दलीप बिश्नोई ने मांग रखी की वार्षिक परीक्षा के प्रश्न पत्रों की छपाई जिला या खंड सत्र पर हो व सभी विषयों के प्रश्न पत्र विद्यालयों को परीक्षा से पूर्व उपलब्ध करवाए जाएं। पिछले वर्ष प्रश्न पत्रों की छपाई समय पर नए होने से विभाग एवं स्कूलों की बहुत किरकिरी हुई थी व स्कूलों को प्रश्न पत्रों की छपाई स्वयं अपने स्तर पर करवानी पड़ी थी और उसके लिए विभाग ने कोई बजट भी जारी नहीं किया था। इस बार जिला कार्यालय यह सुनिश्चित करें कि इस बार ऐसी दिक्कत का सामना ना करना पड़े।

संघ के जिला वरिष्ठ उपप्रधान भजन कम्बोज एवं जिला उपप्रधान राकेश मदान ने मांग रखी कि कुछ शिक्षकों की एसीपी बंचिंग काटकर लगाई गई है जो कि विभागीय नियमों की अनदेखी है क्योंकि विभाग द्वारा ऐसे कोई निर्देश जारी नहीं है, इसलिए एसीपी का लाभ देते समय बंचिंग ना काटी जाए। जिला महासचिव योगेन्द्र वर्मा एवं जिला संरक्षक सुरेन्द्र नैन ने मांग रखी कि प्राथमिक विद्यालयों में शिक्षकों के पदों का वैज्ञानिकीकरण वर्तमान छात्र संख्या अनुसार करके शिक्षकों की व्यवस्था करवाई जाए ताकि नए सत्र में सभी विद्यालयों को छात्र संख्या अनुसार शिक्षक उपलब्ध हो सकें और विद्यार्थियों की पढ़ाई प्रभावित न हो। जिला कोषाध्यक्ष पवन चमारखेड़ा ने मांग रखी कि 2017 बैच के जिन शिक्षकों ने न्यायालय के आदेशों के मध्यनजर बाद में कार्यग्रहण किया है और उनका नाम वरिष्ठता सूची में है, उन्हें नशनल पे का बेनिफिट तुरन्त दिया जाए। खंड भट्टू प्रधान अजीत छाबा, खंड फतेहाबाद प्रधान अशोक मिघानी एवं खंड टोहाना प्रधान गुरनाम सिंह ने मांग रखी कि लंबित चिकित्सा प्रतिपूर्ति मामलों का निपटान शीघ्रता से किया जाए व चिकित्सा प्रतिपूर्ति भुगतान से संबंधित निदेशालय द्वारा जारी पत्र की प्रति भी संघ को उपलब्ध करवाई जाए। जिला कार्यकारिणी सदस्य अनूप गोरा, धर्मवीर झाझड़ा, प्रदीप रिवाड़, नरेश यादव ने मांग रखी कि प्राथमिक शिक्षकों के विभिन्न समस्याओं को निपटने के लिए खंड व जिला स्तर पर सिटिजन चार्टर बनाया जाए और उसे सख्ती से लागू किया जाए और संबंधित कर्मचारियों की जवाबदेही भी तय की जाए ताकि शिक्षकों के लंबित कार्यों का समय पर समाधान हो सके।

फतेहाबाद। जस्टिस अमरजोत भट्टी का स्वागत करते बार एसोसिएशन के पदाधिकारी।

जस्टिस भट्टी ने सेशन डिवीजन का किया दौरा, बार ने सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पंजाब एवं हरियाणा हाईकोर्ट की जस्टिस अमरजोत भट्टी ने बुधवार को फतेहाबाद सेशन डिवीजन का दौरा किया। जिला कोर्ट पहुंचने पर जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल, एडीजे अमित गर्ग, एडीजे हेमंत यादव, एडीजे शिखा, एसीजेएम संतोष बागोटिया, सीजेएम राजीव, उपायुक्त मनदीप कौर, पुलिस अधीक्षक आस्था मोदी जेएमआईसी विनती, जेएमआईसी जोगिन्द्र जांगडा, जिला बार प्रधान दिनेश गेरा, सचिव पुनीत भूटानी, उपप्रधान सितेन्द्र बिश्नोई, सहसचिव शम्मी राठौर, वित सचिव संदीप श्योराण ने उन्हें रिसीव करते हुए उनका स्वागत किया। इसके बाद जिला बार एसोसिएशन की ओर से प्रधान दिनेश गेरा ने तीन सूत्रीय मांगों का एक ज्ञापन जस्टिस जमरजोत भट्टी को सौंपा। जस्टिस अमरजोत भट्टी ने बार पदाधिकारियों को भरोसा दिलाया कि बार की मांगों पर गंभीरतापूर्वक विचार किया जाएगा। इस अवसर पर एडवोकेट एचएस संधू, प्रवीन जिंदल, सुशील बिश्नोई, संत कुमार, प्रवीन जोडा, भरत सिंह शर्मा, के के जांगडा, एनएस मलिक, राजेंद्र कुकरेजा, गुलबहार सिंह, उपेन्द्र गेरा, ईश्वर सिहाग, सुधा रानी, नरेश सचदेवा, आदि मौजूद रहे।

साइबर ठगी : टास्क पूरा कर पैसा कमाने का लालच देकर 1.64 लाख रुपये ठगे, केस दर्ज

फतेहाबाद। जिले के गांव बनगांव के एक युवक के साइबर ठगों का शिकार होने का समाचार है। ठगों ने उसे टास्क पूरा करने और पैसा कमाने का लालच देकर उससे 1 लाख 64 हजार रुपये हड़प लिए। इस बारे पीड़ित युवक की शिकायत पर साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने धोखाधड़ी बारे केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव बनगांव निवासी राजेश कुमार ने कहा है कि वह खेतीबाड़ी का काम करता है। गत दिवस उसके फोन पर टेलीग्राम ऐप से मैसेज आया कि अगर उसने पार्ट टाईम सोशल मीडिया एजेंट के तौर पर काम करता है तो उसे अपनी पर्सनल डिटेल भेज दे। इसमें उसे फोटो व वीडियो लाइक करनी है और उसे प्रति लाइक 10 रुपये मिलेंगे। इस पर उसने अपनी पर्सनल डिटेल उक्त ग्रुप में भेज दी। इसके बाद उसे बैंक डिटेल ग्रुरप में डालने को कहा तो उसने यह डिटेल भी भेज दी।

ढाणी गोपाल में बाबा हरनाम गिरी डेरा में श्रीमद्भागवत कथा

भगवान को बुद्धि में नहीं, हृदय में रखना चाहिए : साध्वी शांतिपुरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भूना

ढाणी गोपाल में बाबा हरनाम गिरी डेरा में सात दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा का समापन बुधवार को हवन-यज्ञ और भंडारे के साथ हुआ। बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने हवन में आहूति डाली। कथा व्यास साध्वी शांतिपुरी जी महाराज का आशीर्वाद लिया। कथा के अंतिम दिन यजमान पूजा नंबरदार जगदीश चंद्र, सरपंच रेशमा रामकुमार गोदारा, रामप्रसाद फौजी और राजेश गोदारा ने मंत्रोच्चारण के साथ संपन्न की। साध्वी शांतिपुरी महाराज ने सुखदेव और परीक्षित के प्रसंग सुनाए, जिस पर श्रद्धालु भाव-विभोर हो उठे। साध्वी ने कहा कि भागवत कथा के

भूना। ढाणी गोपाल में कथा के समापन पर उपस्थित श्रद्धालुगण।

श्रवण से व्यक्ति भवसागर पार कर सकता है। इससे भक्ति, ज्ञान और वैराग्य के भाव उत्पन्न होते हैं। इसके श्रवण मात्र से पाप पुण्य में बदल जाते हैं। विचारों में बदलाव से आचरण भी बदलता है। उन्होंने कहा कि भागवत कथा साक्षात कृष्ण है। भगवान को बुद्धि में नहीं, हृदय में रखना चाहिए। समापन अवसर पर बलबीर सिंह गोदारा, खासा पठाना के सरपंच मांगे राम गोदारा, मास्टर सुरेंद्र खिचड़, रोशन लाल खटक, श्रवण पूनिया, हवा सिंह सिहाग, रामेश्वर आदि मौजूद रहे।

समाधान शिविर में सीटीएम गौरव गुप्ता ने सुनीं समस्याएं

फतेहाबाद। नगराधीश गौरव गुप्ता ने कहा कि अधिकारी नागरिकों की समस्याओं के समाधान के प्रति पूरी तरह से संवेदनशील होकर कार्य करें। सरकार के निर्देशानुसार जरूरतमंद लोगों को पात्र लोगों को योजनाओं का लाभ दिलाना सुनिश्चित करें। सीटीएम गौरव गुप्ता लघु सचिवालय के सभागार में समाधान शिविर में नागरिकों की समस्या सुन रहे थे। समाधान शिविर में कुल आठ शिकायतें प्राप्त हुई। फैमिली आईडी में आय ठीक करवाने, वृद्धावस्था पेंशन, विधवा पेंशन, विदुर पेंशन, दिव्यांग पेंशन,पारिवारिक विवाद, सरकार की योजनाओं के लाभ लेने आदि त्रुटियों को दुरुस्त कराए।

दोनों युवकों को हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही

पेट्रोल पम्प पर सोलर बैटरियां चोरी कर रहे युवकों को चौकीदार ने पकड़ा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

भूना में चौकीदार की मुस्तैदी के कारण पेट्रोल पम्प पर चोरी की वारदात होने से टल गई। पेट्रोल पम्प से सोलर बैटरियां चोरी करने का प्रयास कर रहे दो युवकों को पम्प के चौकीदार ने शोर मचाकर अन्य लोगों की सहायता से मौके पर ही काबू कर लिया और पुलिस के हवाले कर दिया है। इस बारे पुलिस को दी शिकायत में गांव लहरियां निवासी अरूण कुमार ने कहा है कि वह रतिया रोड गांव धौलू स्थित पेट्रोल पम्प पर चौकीदारी का काम करता है। गत दिवस देर रात को उसे अचानक कुछ टूटने की आवाज सुनाई दी। इसके बाद जब उसने पम्प

पुलिस गिरफ्त में पकड़े गए युवक।

के पीछे जाकर देखा तो दो आदमी बिजली के कमरे से दरवाजा तोडक़र उसमें लगी सोलर की बैटरियां चोरी कर ले जाने की कोशिश कर रहे थे। चोरों को देखते ही उसने शोर मचा दिया। इस पर पड़ोसियों की मदद से उसने दोनों युवकों को मौके पर काबू कर लिया। इनके पास लोहे का सबल, पलास और चाकू भी था। बाद में इस बारे डायल 112 पर पुलिस को सूचना दी गई। मौके पर पहुंची पुलिस ने दोनों युवकों को हिरासत में ले लिया और जिस मोटरसाइकिल पर दोनों युवक चोरी के लिए आए थे उसे भी कब्जे में ले लिया। पकड़े गए युवकों ने अपना नाम देवेन्द्र उर्फ कोली पुत्र राजेन्द्र वाल्मीकि व मनोज पुत्र दयानंद निवासी वार्ड नं. 14, मॉडल टाऊन भूना बताया। पुलिस ने दोनों युवकों को गिरफ्तार कर इनसे पूछताछ शुरू कर दी है।

पुलिस को बड़ी कामयाबी

हथियार सप्लाई करने के दो मामलों में दो युवकों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद पुलिस ने अलग-अलग मामलों में नाजायज हथियारों सहित पकड़े गए दो युवकों से पूछताछ के आधार पर उनके दो साथियों को गिरफ्तार करने में कामयाबी हासिल की है। पहले मामले में पकड़े गए युवक की पहचान मंगलाराम निवासी निनाण, भिरानी राजस्थान के रूप में हुई है। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी एसआई औमप्रकाश ने बताया कि इस बारे पुलिस ने 19 जनवरी को शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया था। सीआईए स्टाफ फतेहाबाद पुलिस की टीम ने एएसआई राजेश कुमार के नेतृत्व में गश्त के दौरान भूना फ्लाईओवर के पास से पैदल आ रहे एक युवक को काबू किया था। पकड़े गए युवक की पहचान संजय उर्फ संजू पुत्र तोला राम निवासी गंगुवाला जिला गंगानगर के रूप में हुई थी। पुलिस ने उसकी एक जेब से एक नाजायज पिस्तौन 32 बोर व 4 जिंदा कारतूस तथा दूसरी जेब से एक नाजायज पिस्तौल 12 बोर व 2 जिंदा कारतूस बरामद किए थे। पुलिस आरोपी से पूछताछ शुरू कर दी है।

चौहान की पुण्यातिथि पर कार्यक्रम

पृथ्वी राज चौहान के पराक्रम व शौर्य ने इतिहास में अमिट छाप छोड़ी : भदौरिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

क्षत्रिय राजपूत महासभा फतेहाबाद द्वारा हिन्दू सम्राट वीर शिरोमणी पृथ्वी राज चौहान की पुण्यातिथि पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में महासभा के सदस्यों ने पृथ्वी राज चौहान के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें नमन किया और उनके द्वारा दिखाए गए मार्ग पर चलने का संकल्प लिया। कार्यक्रम की अध्यक्षता क्षत्रिय राजपूत महासभा के जिलाध्यक्ष जितेन्द्र भदौरिया और वरिष्ठ मार्गदर्शक विजय सिंह चौहान ने की। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए जिलाध्यक्ष

फतेहाबाद। सम्राट पृथ्वी राज चौहान की पुण्यातिथि पर उन्हें नमन करते क्षत्रिय राजपूत महासभा के सदस्य।

जितेन्द्र भदौरिया ने कहा कि पृथ्वीराज चौहान अंतिम समय तक देश की रक्षा के लिए लड़ते रहे। ऐसे देशभक्त को कभी भुलाया नहीं जा सकता। विजय सिंह चौहान ने कहा कि सम्राट पृथ्वी राज चौहान के पिता सोमेश्वर चौहान प्रथम की मृत्यु के समय उनकी आयु मात्र 11 साल की थी। ऐसे में पृथ्वीराज चौहान के शासक बनने पर उनकी माता कर्पूरी देवी ने संरक्षिका के रूप में कार्य किया। उन्होंने कहा कि पृथ्वी राज चौहान ने अपने पराक्रम और शौर्य से भारतीय इतिहास में अमिट छाप छोड़ी। अदम्य साहस और राष्ट्रभक्ति सदैव हमें प्रेरित करता रहेगा।

गांव सिरढ़ान में वारदात

आरटीआई लगाने पर सरपंच व परिवार पर अपहरण कर मारपीट का आरोप

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गांव सिरढ़ान में महिला सरपंच द्वारा गांव के एक युवक पर मारपीट के लगाए गए आरोपों में दूसरा पक्ष भी सामने आया है। गांव के आशीष नामक युवक ने सरपंच व उसके परिवार पर उसका अपहरण कर उससे मारपीट करने का आरोप लगाया है। युवक का कहना है कि सरपंच ने विकास कार्यों में धांधली की है और उसके द्वारा आरटीआई लगाने से खफा होकर सरपंच व उसके परिवार ने न केवल उससे मारपीट की बल्कि उस पर केस भी दर्ज करवा दिया। इस मामले में भट्टूकलां पुलिस ने सरपंच व उसके परिवार के लोगों के खिलाफ केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव सिरढ़ान निवासी आशीष कुमार ने कहा है कि वह सुबह अपने गेहूं के खेत में पानी देने गया था। इसी दौरान गांव की सरपंच सुमन देवी व उसकी देवरानी जोकि आंगनवाड़ी वर्कर है के अलावा उनका देवर, गुलाब सिंह साई व सरपंच की सास ने उसे पकड़ लिया और उसके साथ मारपीट की। इसके बाद वह उसे जबरदस्ती उठाकर करीब एक किमी दूर ले गए।

नशे से होने वाली बीमारियों और उनके दुष्प्रभावों के प्रति लोगों को किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम की टीम ने जिले में नशे से संबंधित बीमारियों और उनके दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से शांति युवा मंडल के सहयोग से एनजीओ बेस्ड एक्टिविटी का आयोजन किया। कार्यक्रम के दौरान, विशेषज्ञों ने नशे की लत से होने वाले शारीरिक, मानसिक और सामाजिक प्रभावों पर विस्तृत जानकारी प्रदान की। नशा न केवल व्यक्ति के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाता है, बल्कि उसके परिवार और समाज पर भी नकारात्मक प्रभाव डालता है। विशेषज्ञों ने नशे से बचने के उपाय और पुनर्वास के उपलब्ध संसाधनों के बारे में भी जानकारी साझा की। उपस्थित लोगों को नशा न करने की शपथ दिलाई

फतेहाबाद। नागरिकों को नशा करने के दुष्प्रभावों की जानकारी देती जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम की टीम। फोटो :हरिभूमि

गई, जिसमें उन्होंने स्वस्थ और नशामुक्त जीवन जीने का संकल्प लिया। कार्यक्रम के अंत में उपस्थित लोगों ने नशामुक्त समाज के निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाने का संकल्प लिया और इस दिशा में जागरूकता फैलाने के लिए मिलकर काम करने की प्रतिबद्धता जताई। इस अवसर पर शांति युवा मंडल की प्रोजेक्ट मैनेजर ज्योति, जिंदगी संस्था से हरदीप सिंह, एमईओ गौरव कुमार, गविंद्र कौर, प्रवीण कुमार, बिंद्र सिंह, सुरेंद्र कुमार आदि उपस्थित रहे।

संगोष्ठी | अटल बिहारी वाजपेयी हर वर्ग के लिए प्रेरणा स्त्रोत : भारत भूषण मिढ़ा

जिला कार्यालय में जन्म शताब्दी वर्ष के तहत संगोष्ठी का आयोजन

भाजपाइयों ने किया पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी को याद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पूर्व प्रधानमंत्री स्व. अटल बिहारी वाजपेयी के जन्म शताब्दी वर्ष पर भारतीय जनता पार्टी फतेहाबाद द्वारा जिला कार्यालय में संगोष्ठी का आयोजन किया गया। संगोष्ठी में मुख्यवक्ता के रूप में हरियाणा सरकार के चेयरमैन भारत भूषण मिढ़ा ने शिरकत की। सर्वप्रथम भाजपा नेताओं व कार्यकर्ताओं ने स्व. अटल बिहारी वायपेयी को श्रद्धासुमन अर्पित कर भावांजलि दी।विचार गोष्ठी में अपने विचार सांझा करते हुए मुख्यवक्ता भारत भूषण मिड्ढा ने कहा कि अटल बिहारी वाजपेयी अपनी राजनीतिक

फतेहाबाद। भाजपा कार्यालय में आयोजित संगोष्ठी में मंचासीन भाजपा नेता।

प्रतिबद्धता के लिए जाने जाते थे। 13 अक्टूबर 1999 को उन्होंने लगातार दूसरी बार राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन की नई गठबंधन सरकार के प्रमुख के रूप में भारत के प्रधानमंत्री का पद ग्रहण किया। पंडित जवाहर लाल नेहरू के बाद वह पहले ऐसे प्रधानमंत्री हैं जो लगातार दो बार प्रधानमंत्री बने। वाजपेयी राजनीति के क्षेत्र में चार दशकों तक सक्रिय रहे। चेयरमैन भारत भूषण मिड्ढा ने उनके जीवन के बारे में आगे बताते हुए कहा कि अटल बिहारी वाजपेयी अपने छात्र जीवन के दौरान पहली बार राष्ट्रवादी राजनीति में तब आये जब उन्होंने वर्ष 1942 में भारत छोड़ो आंदोलन जिसने ब्रिटिश उपनिवेशवाद का अंत किया, में भाग लिया। वह राजनीति विज्ञान और विधि के छात्र थे और कॉलेज के दिनों में ही उनकी रुचि विदेशी मामलों के प्रति बढ़ी। उनकी यह रुचि वर्षों तक बनी रही एवं विभिन्न बहुपक्षीय और द्विपक्षीय मंचों पर भारत का प्रतिनिधित्व करते हुए उन्होंने अपने इस कौशल का परिचय दिया। वाजपेयी ने अपना करियर पत्रकार के रूप में शुरू किया था और 1951 में भारतीय जन संघ में शामिल होने के बाद उन्होंने पत्रकारिता छोड़ दी। आज की भारतीय जनता पार्टी को पहले भारती जन संघ के नाम से जाना जाता था जो राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन का अभिन्न अंग है। कई कवितायें भी लिखी जिसे समीक्षकों द्वारा सराहा गया। वास्तव में स्व. अटल बिहारी वाजपेयी हर वर्ग के लिए प्रेरणा स्त्रोत हैं। प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य प्रवीण जोड़ा, जिला महामंत्री अशोक जाखड़, महेश शर्मा, जगदीश शर्मा, संजय रेवड़ी, विजय गोयल, इन्द्र गावड़ी, विज्ञान सागर बाघला, सविता टुटेजा, टोहाना नगर परिषद के चेयरमैन नरेश बंसल, सतपाल अरोड़ा सहित अनेक कार्यकर्ता मौजूद रहे।