11 आंगनबाड़ी वर्कर्स ने डीसी कार्यालय पर डाला पड़ाव...

12 चौथी बार नप हाउस की बैठक में नहीं आए एक्सईएन...

खबर संक्षेप

शादी झगड़ा, युवक पर तलवार से बोला हमला

फतेहाबाद। रतिया में एक शादी समारोह में मामूली बात को लेकर हुए विवाद में तीन युवकों ने एक युवक पर तलवार से हमला कर उसे घायल कर दिया। घायल युवक को उपचार के लिए अग्रोहा मेडिकल कॉलेज में भर्ती करवाया गया है। इस बारे रतिया पुलिस ने केस दर्ज किया है।

हेरोइन सहित महिला को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। जिला पुलिस द्वारा चलाए जा रहे नशामुक्त अभियान के तहत टोहाना पुलिस ने महिला को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पकड़े गई महिला ने अपना नाम जसविन्द्र कौर पत्नी कुलदीप सिंह निवासी राजनगर टोहाना बताया है। थाना सदर टोहाना प्रभारी इंस्पैक्टर बलजीत सिंह ने बताया कि कुलां पुलिस चौकी की टीम एएसआई राजकुमार के नेतृत्व में अपराधियों की धरपकड़ को लेकर गश्त पर थी।

छात्राओं को दिया प्राथमिक सहायता का प्रशिक्षण

रतिया। शहीद दविन्द्र सिंह राजकीय स्नातकोत्तर महिला महाविद्यालय में एक दिवसीय प्राथमिक सहायता व आपदा प्रबन्धन प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन करवाया गया। प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन प्राचार्य परमजीत संधा की अध्यक्षता में महाविद्यालय रेडक्रॉस सोसायटी के संयोजन में किया गया। कार्यशाला के मुख्य वक्ता जिला प्रशिक्षण अधिकारी दलबीर सिंह रहे।

डबवाली में गैंगस्टर काबू, हेरोइन बरामद

डबवाली। थाना सदर डबवाली पुलिस ने गांव पन्नीवाला मोरिका से एक गैंगस्टर को 16 ग्राम हेरोइन चिट्टा सहित गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान विष्णु पुत्र बिन्द्र सिंह निवासी पन्नीवाला मोरिका के रूप में हुई हैं। इस बारे में प्रभारी थाना सदर डबवाली ब्रह्म प्रकाश ने बताया कि उप नि. मदनलाल अपनी पुलिस टीम के साथ गस्त पड़ताल अपराध गांव पन्नीवाला मोरिका मे मौजूद थे।

200 लीटर लाहन सहित एक गिरफ्तार

सिरसा। सीआईए कालांवाली पुलिस ने गांव दादू से एक व्यक्ति को 200 लीटर लाहन शराब सहित काबू किया है। सीआईए कालांवाली प्रभारी इंस्पेक्टर विरेंद्र सिंह ने बताया कि पकड़े गए आरोपी की पहचान हरवीर सिंह निवासी दादू के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि पुलिस टीम गांव दादू के पास नियमित गशत पर थी। इसी दौरान उन्हें आरोपी के संदर्भ में सूचना मिली। पुलिस टीम ने आवश्यक सूचना के आधार पर बताए गए स्थान पर दबिश दी।

मौसम के बदलाव के चलते मंडियों में फसल आने में लग सकते हैं 15-20 दिन

फतेहाबाद की मंडी में केवल हैफेड और एचडब्ल्यूसी ही खरीदेंगी गेहूं

फसल बेचने के लिए 'मेरी फसल मेरा ब्यौरा' पोर्टल पर 27 मार्च तक अपना पंजीकरण करवाना अनिवार्य

सुरेन्द्र असीजा ▶▶| फतेहाबाद

अनाज मंडी

प्रदेश सरकार द्वारा गेहूं की सरकारी खरीद 1 अप्रैल से शुरू की जा रही है लेकिन फतेहाबाद की मंडियों में गेहूं की फसल 15 अप्रैल से पहले आने की संभावना नहीं है। मौसम में आ रहे उतार-चढ़ाव को लेकर फतेहाबाद की मंडियों में गेहूं की फसल आने में अभी 15 से 20 दिन का समय ओर लग सकता है। सरकारी खरीद एजेंसियां गेहूं खरीद के लिए तैयारियों में जुटी है। इस बार फतेहाबाद की अनाज मण्डी में डीएफएससी और एफसीआई गेहूं की खरीद नहीं करेगी। फतेहाबाद में गेहूं खरीद का जिम्मा हैफेड और हरियाणा वेयर हाऊस के पास है। हालांकि जिले के अन्य खरीद केन्द्रों पर एफसीआई और डीएफएससी भी गेहूं की खरीद करेंगी। बता दें कि पिछली बार डीएफएससी ने जिले में कहीं भी गेहूं की खरीद नहीं की थी।

किसानों को न्यूनतम समर्थन मूल्य पर गेहूं की फसल बेचने के लिए 'मेरी फसल मेरा ब्यौरा' पोर्टल पर पंजीकरण करवाना अनिवार्य है। किसान 27 मार्च तक पोर्टल पर अपना पंजीकरण करवा सकते हैं। अगर कोई किसान 27 मार्च तक पोर्टल पर पंजीकरण नहीं करवा पाता तो उसकी गेहूं की फसल को एमएसपी पर नहीं खरीदा जाएगा।

दरअसल, 28 मार्च को मेरी फसल-मेरा ब्यौरा पोर्टल बंद हो जाएगा। पता चला है कि अब तक भी 20 फीसदी किसानों ने पोर्टल पर अपना पंजीकरण नहीं करवाया है। जिले में अब तक 4 लाख 21 हजार 806 एकड़ भूमि का 61673 किसानों द्वारा पंजीकरण करवाया गया है। इसमें गेहूं का रकबा 3 लाख 83 हजार 587 एकड़ है और पंजीकृत किसानों की संख्या 59306 है। इसी तरह सरसों का रकबा 30 हजार 891 एकड़ है और पंजीकृत किसानों की संख्या 10402 है।

माना जा रहा है कि 20 फीसदी किसानों ने अभी तक पोर्टल पर पंजीकरण नहीं करवाया है। ऐसे में इन किसानों को गेहूं बेचने में काफी दिक्कत आएगी। अभी तक फतेहाबाद की अनाज मण्डी में धान की आवक हो रही है। पहले धान के दामों में कमी के चलते किसानों ने धान अपने घरों में स्टॉक कर रखा था। अब दामों में बढ़ोतरी होने से किसान स्टॉक किए गए धान को मंडियों में लाने लगे है।

हालांकि मार्किट कमेटी फतेहाबाद के सचिव यशपाल मेहता का कहना है कि गेहूं के सीजन में किसानों को धान लाने से मना कर दिया जाएगा। उनका कहना है कि अभी मण्डियों में गेहूं आने में 15 से 20 दिन का समय पड़ा है। ऐसे में मण्डियों में गेहूं आने तक सभी मण्डियों को खाली कर लिया जाएगा। 1 अप्रैल के बाद मण्डियों में धान लाने पर प्रतिबंध लगा दिया जाएगा।

फसल बेचने के लिए गेट पास कटवाना जरूरी

जिन किसानों का मेरी फसल-मेरी ब्यौरा पोर्टल पर पंजीकरण होगा, केवल वही किसान ही सरकार को अपनी फसल एमएसपी पर बेच पाएगा। किसान जब मण्डी में फसल लेकर आएगा तो सबसे पहले उसे मार्किट कमेटी से गेट पास कटवाना होगा। गेट पास दिखाकर ही आढ़ती सरकारी एजेंसी को उसकी फसल बेच पाएगा। इसकी कम्प्यूटर में एंट्री के बाद खरीद एजेंसी के पास किसान का ब्यौरा पहुंच जाएगा। इसी एंट्री के आधार पर ही सरकार किसान की गेहूं की फसल का भुगतान करेगी।

- विजय शर्मा, मार्किट कमेटी फतेहाबाद

मंडियों में गेहूं के जल्द उठान की हो व्यवस्था : भादू

अनाज मण्डी व्यापार मंडल के प्रधान जगदीश भादू के अनुसार मण्डियों में गेहूं का जल्द उठान हो, सरकार व खरीद एजेंसियों को इसकी व्यवस्था पहले करनी होगी। खाद्य एवं आपूर्ति विभाग ऐसे ठेकेदार को लोडिंग-अनलोडिंग का काम दे, जिसके पास ट्रकों की संख्या पर्याप्त हो। सरकार निर्धारित समय में किसानों के खाते में गेहूं की पैमेंट डाले। इसके अलावा बम्पर आवक की स्थिति में सरकार को चाहिए कि मण्डी के समीपवर्ती गोदामों में गेहूं की अनलोडिंग करवाई जाए ताकि ट्रक जल्द गेहूं अनलोडिंग करके मण्डियों के ज्यादा फेरे लगा सकें। भादू ने कहा कि आमतौर पर गेहूं के सीजन में मण्डी में जाम लग जाता है, ऐसे में खरीद एजेंसियों को चाहिए कि अधिकारियों की देखरेख में उठान कार्य सम्पन्न हो।

फतेहाबाद। अनाज मण्डी में सरसों की खरीद करते अधिकारी।

अनाज मंडी में सरसों की खरीद शुरू

भूना में अब तक 1210 व फतेहाबाद में कुल 10 क्विंटल की हुई खरीद

- हैफेड व हरियाणा वेयर हाऊस 8 फीसदी नमी वाली फसल की ही एमएसपी पर खरीद कर रही

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद की अनाज मण्डी में बुधवार को हरियाणा वेयर हाऊस ने सरसों की सरकारी खरीद शुरू कर दी। भुना में अब तक कुल 1210 व फतेहाबाद में 10 क्विंटल की खरीद हुई है। अनाज मण्डी में वैसे तो सरसों की काफी ढेरियां आई हुई थी लेकिन नमी की अधिकता के चलते खरीद कम ही हो पाई। हरियाणा वेयर हाऊस ने न्यूनतम समर्थन मूल्य 5950 पर 10 क्विंटल सरसों की खरीद की है। प्रदेश सरकार ने 15 मार्च से सरसों की सरकारी खरीद शुरू करने की घोषणा की थी लेकिन मौसम के बदलाव के चलते सरसों अभी मण्डियों में नहीं आई थी, जिस कारण करीब 10 बाद सरसों की खरीद शुरू हो पाई। इस समय किसान मण्डियों में सरसों ला तो रहे हैं लेकिन उसमें नमी की मात्रा 18 से 22 प्रतिशत है। हैफेड व हरियाणा वेयर हाऊस 8 फीसदी नमी वाली फसल की ही एमएसपी पर खरीद कर रही हैं। हरियाणा वेयर हाऊस ने बुधवार को फतेहाबाद अनाज मण्डी में 10 क्विंटल सरसों की खरीद की है। हालांकि यहां 20 के करीब ओर ढेरियां भी आई हुई थी लेकिन उनमें नमी की मात्रा ज्यादा थी। भूना में बुधवार को 200 क्विंटल सरसों की खरीद की गई। भूना में हैफेड द्वारा सरसों की खरीद की जा रही है। अब तक हैफेड भूना में 810 क्विंटल सरसों की खरीद कर चुकी है। यहां भी नमी की अधिकता के चलते किसान सरसों की खरीद का इंतजार कर रहे हैं। बता दें कि हैफेड भूना अनाज मण्डी तथा हरियाणा वेयर हाऊस के पास फतेहाबाद व भट्टू में सरसों खरीद का जिम्मा है।

किसानों से अपील

फतेहाबाद मार्केट कमेटी के सचिव यशपाल मेहता का कहना है कि 8 प्रतिशत नमी वाली सरसों तुरंत खरीदी जा रही है। ज्यादा नमी वाली फसल को एक-दो दिन सूखने के बाद एमएसपी पर लिया जाएगा। उन्होंने किसानों से अपील की कि वह अपनी फसल को सुखाकर मण्डियों में लाएं ताकि उन्हें बेचने में किसी तरह की दिक्कत का सामना न करना पड़े।

46 लाख के 210 सहायक उपकरण बांटे

- चौ. देवी लाल विवि में समारोह का किया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सिरसा। दिव्यांगजनों को तिपहिया साइकिलें भेंट करते नगराधीश। **फोटो : हरिभूमि**

दिव्यांगजनों को समाज की मुख्यधारा में लाने के लिए केंद्र सरकार की ओर से उनके कल्याण और पुनर्वास के लिए अनेकों कदम उठाए जा रहे हैं। इसी कड़ी में चौ. देवी लाल विश्वविद्यालय सिरसा के मल्टीपर्पज हाल में बुधवार को दिव्यांगजन उपकरण वितरण समारोह का आयोजन किया किया। इस समारोह के नगराधीश यश मलिक ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की।

जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव लाल बहादुर बैनीवाल ने बताया कि सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय भारत सरकार के दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग के अधीन कार्यरत भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम (एलिम्को) एवं जनरल इंश्योरेंस कॉर्पोरेशन (जी.आई.सी.) की सहभागिता से इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया है। इस कार्यक्रम में 157 दिव्यांगजनों को जीआईसी के सीएसआर योजना के तहत लाभान्वित किया गया। लाभार्थियों को 45 लाख 96 हजार रुपये की लागत के 210 सहायक यंत्र व उपकरण वितरित किए गए। दिव्यांगजनों को एलिम्को द्वारा निर्मित विभिन्न श्रेणी की दिव्यांगता के सहायक यंत्र व उपकरण प्रदान किए गए।

ये उपकरण किए वितरित

जिला रेडक्रॉस सोसायटी के सचिव लाल बहादुर बैनीवाल ने बताया कि आज 79 बैटरी वाली तिपहिया साइकिल, 33 व्हीलचेयर, 32 तिपहिया साइकिल, एक सुगमया केन, 38 बैसाखी, सात छड़ी, दो रोलेटर, आठ श्रवण यंत्र और दस कृत्रिम अंग एवं कैलिपर्स शामिल है। समारोह में भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम (एलिम्को) एवं जिला रेडक्रॉस सोसायटी के अधिकारी एवं कर्मचारीगण मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

जवाहर नवोदय विद्यालय में कक्षा छठी व 9वीं में दाखिले के रिजल्ट घोषित

फतेहाबाद। पीएम श्री जवाहर नवोदय विद्यालय, खारा खेड़ी में सत्र 2025-26 के लिए कक्षा छठी व 9वीं कक्षा में रिक्त सीटों पर दाखिले के लिए रिजल्ट घोषित कर दिया गया है। इस परीक्षा का परिणाम घोषित करते हुए सीबीएसई ने कक्षा छठी के लिए 80 अभ्यर्थियों तथा कक्षा 9वीं में 7 अभ्यर्थियों की अस्थाई चयन सूची जारी की है। उल्लेखनीय है कि नवोदय विद्यालय समिति द्वारा जिला में कक्षा छठी व कक्षा 9वीं के लिए गत 8 फरवरी को चयन परीक्षा का आयोजन करवाया गया था। परीक्षा परिणाम नवोदय विद्यालय समिति व विद्यालय की वेबसाइट पर उपलब्ध है। अस्थाई चयनित अभ्यर्थियों के अभिभावक पीएम श्री जवाहर नवोदय विद्यालय, खारा खेड़ी में उपस्थित होकर प्रवेश प्रपत्र प्राप्त कर सकते है।

पानी की मांग को लेकर किसानों ने डाला पड़ाव

- एसई ने दिया 20 अप्रैल तक पानी आने का आश्वासन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

नहरी पानी की सप्लाई सुचारू करवाने की मांग को लेकर बुधवार को हरियाणा किसान मंच के बैनर तले किसानों ने सिंचाई विभाग में धरना दिया। किसानों को संबोधित करते हुए मंच के प्रदेशाध्यक्ष बाबा गुरदीप सिंह झिड़ी ने कहा कि हरियाणा किसान मंच की ओर से लंबे समय से किसानों के लिए नहरी पानी की सप्लाई सरकार के शैड्यूल मुताबिक देने को लेकर प्रयास किए जा रहे हैं। कुछ समय से विभाग की ओर से नहरी पानी की सप्लाई में कटौति की गई है, जिससे किसानों की फसलें प्रभावित हो रही है। किसानों को सिंचाई के लिए पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा, जिसके कारण उन्हें आर्थिक नुकसान भी उठाना पड़ रहा है।

सिरसा। नहरी पानी की मांग को लेकर धरना देते किसान। **फोटो : हरिभूमि**

पहले भी करा चुके हैं अधिकारियों को अवगत

किसानों को संबोधित करते हुए मंच के प्रदेशाध्यक्ष बाबा गुरदीप सिंह झिड़ी ने कहा कि इससे पूर्व भी वे दो बार विभाग के कार्यालय में पड़ाव डालकर समस्या से अवगत करवा चुके हैं, लेकिन अधिकारियों के कानों पर जूं तक नहीं रेंग रही। इस मौके पर सुरजीत सिंह बेगू ने कहा कि सरकार किसानों के साथ वायदाखिलाफी कर रही है। सरकार नहीं चाहती कि किसानों को उनकी फसलों के उचित भाव मिले, नहरी पानी मिले। सरकार किसान व किसानी को खत्म करना चाहती है, लेकिन देश का किसान इतना कमजोर नहीं है। दोपहर बाद विभाग के एसई से किसानों का शिष्टमंडल बातचीत के लिए मिला। एसई ने आश्वासन दिया कि 20 अप्रैल को नहरों में पानी आएगा और 16 दिन पानी दिया जाएगा। वहीं किसानों ने कहा कि शैड्यूल के मुताबिक सप्लाई नहीं दी गई तो 28 अप्रैल से सिंचाई विभाग कार्यालय में पक्का धरना लगाया जाएगा। इस मौके पर नैब सिंह मलड़ी, सुरजीत सिंह बेगू, सिकंदर सिंह भीवां, गुरभेज सिंह भीवां, हनी सिंह, सुखदीप सिंह, निर्मल भीवां, मग्घर सिंह कुरंगावाली, जतिंद्र सिंह कुरंगावाली, बिंद्र सिंह कुरंगावाली, जसपाल बप्पां, जगदीप सिंह लकड़ांवाली, कुलदीप सिंह सुखचैन आदि मौजूद रहे।

रजवाहे के पुनः निर्माण के काम को रोका, अधिकारी को धमकाया

अधिकारी की शिकायत पर किसान पर केस दर्ज

- 20 साल से ज्यादा पुराने खाल को तोड़कर नया बनाने के बारे जताई आपत्ति

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

गांव बनावाली में रजवाहे पर चल रहे खाल के पुनः निर्माण काम को एक किसान द्वारा जबरदस्ती रोकने और निर्माण कार्य को तोडन्ने का मामला सामने आया है। इस मामले में भट्टूकलां पुलिस ने उपमंडल अधिकारी की शिकायत पर आरोपी किसान के खिलाफ केस दर्ज किया है।

पुलिस को दी शिकायत में मिकैड उपमंडल-2 फतेहाबाद के उपमंडल अधिकारी दीपक कुमार ने कहा है कि बनावाली रजबाहे के खाल का पुनः निर्माण कार्य उनके कार्यालय के अधीनस्थ चल रहा है। उत्तर दिशा में 20 साल से ज्यादा पुराने खाल को तोड़कर नया बनाने बारे ओमप्रकाश राव द्वारा अपनी आपत्ति मौखिक तौर पर दर्ज करवाई गई। इस पर ओमप्रकाश राव को उन्होंने सरकारी नियमावली से अवगत करवाया लेकिन वह नहीं माना।

पुलिस ने जांच शुरू की

अधिकारी ने कहा कि गत दिवस खाल के पुनः निर्माण कार्य को पूरा करवाने के लिए वह स्वयं अपनी टीम के साथ मौके पर गए थे। इससे पहले ओमप्रकाश को अवगत करवा दिया गया था परंतु फिर भी ओमप्रकाश ने नियमों को न मानते हुए उपरोक्त कार्य को जबरदस्त रोकने के लिए पहुंच और और जबरदस्ती धमकी देते हुए कार्य को रूकवा दिया। इस पर अधिकारी ने डायल 112 पर कॉल कर पुलिस सहायता की मांग की गई। पुलिस के आने पर भी पुलिस कर्मी के सामने ओमप्रकाश ने न केवल धमकी देते हुए सीनाजोरी करते हुए काम को रूकवा दिया बल्कि खाल में बिछाए गए बैड को भी तोडक़र सरकारी सम्पति को नुकसान पहुंचाया। इस पर उपमंडल अधिकारी ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। पुलिस ने सरकारी काम में बाधा पहुंचाने, धमकी देने और खाल में मंजूरशुदा जल प्रवाह को रोकने पर ओमप्रकाश राव के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

एनएसएस : रोल आफ यूथ एंड एजुकेशन इंस्टीट्यूशन' इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस का समापन

देश-विदेश से विभिन्न विश्वविद्यालयों से शिक्षाविदों ने ऑनलाइन विचार रखे

एनएसएस से युवाओं में बढ़ती राष्ट्रसेवा की भावना : डॉ. एसके गहलावत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

मनोहर मैमोरियल कॉलेज में उच्चतर शिक्षा विभाग से मान्यता प्राप्त पहले दो दिवसीय इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस का बुधवार को समापन हुआ। 'एनएसएस : रोल आफ यूथ एंड एजुकेशन इंस्टीट्यूशन' इस कॉन्फ्रेंस में देशभर के विभिन्न महाविद्यालयों के प्रिंसीपल के अलावा देश-विदेश से विभिन्न विश्वविद्यालयों से शिक्षाविदें ने ऑनलाइन अपने विचार रखे और युवाओं को प्रोत्साहित करते हुए उन्हें देश का भविष्य बताया। समापन कार्यक्रम के मुख्यअतिथि डॉ. एसके गहलावत, डीन अकैडमिक अफेयर्स, सीडीएलयू सिरसा, फतेहाबाद के अतिरिक्त उपायुक्त अनुराग ढालिया, सीडीएलयू से पूर्व डीन ऑफ कॉलेजज डॉ. आरती गौर और वीसी नॉमिनी डॉ. सुनील कुमार ने भाग लिया। विशिष्ट अतिथि सीडीएलयू से जीतराम शर्मा मौजूद रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे एमएम एजुकेशन सोसायटी के प्रधान राजीव बत्रा ने आए हुए अतिथियों का स्वागत किया। कॉन्फ्रेंस को लेकर गठित एडवाइजरी कमेटी में एनएसएस दिल्ली से रिजनल स्टेट एनएसएस ऑफिसर प्रो. दिनेश शर्मा, एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी सीडीएलयू प्रो. रोहताश, एनएसएसएस एचएयू हिसार से प्रो. भगत सिंह, एमएम कॉलेज से हिन्दी विभागाध्यक्ष डॉ. मीनाक्षी कोहली व आईक्यूएसी सैल से डॉ. विजय गोयल शामिल रहे।

फतेहाबाद। एमएम कॉलेज में आयोजित इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते वक्तागण। **फोटो : हरिभूमि**

युवाओं का होता विकास

समापन समारोह को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि एसके गहलावत ने कहा कि ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना राष्ट्र की युवा शक्ति के व्यक्तित्व विकास हेतु युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार द्वारा संचालित एक सक्रिय कार्यक्रम है। एनएसएस की गतिविधियों में भाग लेने वाले विद्यार्थी समाज के लोगों के साथ मिलकर समाज के हित के कार्य करते है। शिक्षण संस्थाओं में एनएसएस से जुडक़र युवाओं में न केवल राष्ट्र सेवा की भावना जागृत होती है वहीं उनमें लीडरशिप और अनुशासन जैसे गुण भी विकसित होते हैं जोकि आगे चलकर युवाओं के भविष्य को उज्ज्वल बनाने में भी मदद करते हैं। एडीसी अनुराग ढालिया ने कॉन्फ्रेंस के सफल आयोजन के लिए कॉलेज प्रबंधक समिति को बधाई देते हुए कहा कि एमएम कॉलेज के विद्यार्थियों ने हर क्षेत्र में अपनी प्रतिभा के दम पर जिले का नाम रोशन करने का काम किया है। डॉ. विकेश सेठी ने सभी अतिथियों का धन्यवाद किया।

पब्लिक प्लेस पर जब फील हो एलर्जी

डॉक्टर्स सजेशन

डॉ. आर. पी. सिंह
सीनियर फिजिशियन, एनसीआर

मेरी उम्र 29 वर्ष है। जब भी मैं किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर जाता हूं, मुझे लगातार छींकें आने लगती हैं। कृपया बताएं कि ऐसा क्यों होता है और इससे कैसे बचा जाए?

-रितेश, रायपुर

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है, आपको धूल से एलर्जी है, क्योंकि आप जब घर से बाहर भीड़-भाड़ वाले स्थान पर जाते हैं तो वहां जो धूल उड़ती है, उससे आपको छींकें आना शुरू हो जाती हैं। यह समस्या तमाम लोगों में देखी जाती है। इससे बचाव के लिए बेहतर होगा कि आप जब ऐसे स्थान पर जाएं तो मास्क लाकर ही जाएं। इस उपाय को अपनाने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 32 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मेरी गर्दन से लेकर कंधे तक अकड़न बनी रहती है, साथ ही हल्का-हल्का दर्द भी होता रहता है। कृपया मेरी इस प्रॉब्लम का सॉल्यूशन बताएं।

-आर्यन, बिलासपुर

यह समस्या उन लोगों को ज्यादा होती है, जिनकी लंबी सिटिंग होती हैं यानी, ऑफिस में एक ही पोश्चर में लंबे समय तक बैठे रहते हैं। इसके स्थाई समाधान के लिए आपको रेग्युलर एक्सरसाइज करना पड़ेगा। सर्वाइकल की एक्सरसाइज कौन-कौन सी होती हैं यह जानने के लिए बेहतर होगा कि आप किसी फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर लें। वे आपको बताएंगे, उसके बाद नियमित रूप से सुबह-शाम एक्सरसाइज करें। साथ ही ऑफिस में लंबे समय तक एक ही पोश्चर में ना बैठें। बीच-बीच में मूवमेंट करते रहें। इससे आपको राहत मिलेगी।

मेरी उम्र 63 वर्ष है। दो-तीन महीने से बहुत स्ट्रेस फील कर रहा हूं। न अच्छी भूख लगती है, न ठीक से सो पाता हूं। कृपया बताएं कि मुझे क्या करना चाहिए?

-कामेश्वर, भोपाल

आप अपनी परेशानी का कारण खुद ही बता रहे हैं। आप यह जानने की कोशिश करें कि जब से यह समस्या शुरू हुई है, उसके आस-पास जीवन में क्या ऐसा घटित हुआ है, जिससे स्ट्रेस हो रहा है। इसकी वजह क्या है? अगर जरूरत पड़े तो आप मनोचिकित्सक से संपर्क कर सकते हैं। इसे तरह स्ट्रेस से मुक्ति मिलेगी और आपको नींद भी आने लगेगी।

मेरी उम्र 45 वर्ष है। मैं हेयर ट्रांसप्लांट करवाना चाहता हूं। क्या यह सेफ है? इसके लिए मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए? कृपया सजेस्ट करें।

-विभूति, रोहतक

आजकल हेयर ट्रांसप्लांट करने का चलन बढ़ा हुआ है, लेकिन आपके लिए कितना सेफ रहेगा, यह तो जांच करने के बाद ही पता चलेगा। आपकी स्किन कैसी है, आपको किसी चीज से एलर्जी तो नहीं है, जांच के बाद तय किया जा सकता है। बेहतर होगा कि आप किसी स्किन स्पेशलिस्ट डॉक्टर से संपर्क कर लें। वे आपको जांच के बाद बताएंगे कि आपके लिए ट्रांसप्लांट करवाना कितना उचित रहेगा।

मेरी उम्र 54 वर्ष है। पिछले कुछ दिनों से मुझे भूख बिल्कुल नहीं लगती है। पेट हमेशा भरा-भरा सा लगता है। कभी-कभी खट्टी डकारें भी आती हैं। कृपया मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

-सखाराम, जींद

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित हो रही है। जिस वजह से आपको खट्टी डकार आती है और भूख कम लगती है। इसके लिए आप दोपहर के खाने में दही और सलाद जरूर शामिल करें। साथ ही तली-भुनी और ऑयली चीजें खाने से बचें। रात में हल्का खाना जैसे दलिया या खिचड़ी खाएं। साथ ही सुबह-शाम सैर जरूर करें। इससे आपको आराम मिलेगा। *

प्रस्तुतिः रिचा पांडे

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

स्पेशलः वर्ल्ड बाइपोलर-डे, 30 मार्च

बाइपोलर डिसऑर्डर हेल्दी लाइफस्टाइल सही मेडिकल ट्रीटमेंट से मिलती है राहत

बाइपोलर डिसऑर्डर एक जटिल मेंटल डिजीज है। इसके होने की कई वजहें हो सकती हैं। लेकिन अगर इसके लक्षणों को ध्यान में रखते हुए सही लाइफस्टाइल को फॉलो किया जाए और जरूरत पड़ने पर मेडिकल ट्रीटमेंट करवाया जाए, साथ ही फैमिली सपोर्ट मिले तो इसे कंट्रोल किया जा सकता है। इस रोग के बारे में आप भी विस्तार से जानिए।

डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. गौरव गुप्ता
डायरेक्टर-तुलसी हेल्थ केयर
नई दिल्ली-गुरुग्राम

अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के अनुसार द्विध्रुवीय विकार (बाइपोलर डिसऑर्डर) एक मनोरोग है, जिसमें पीड़ित व्यक्ति के मूड, ऊर्जा और उसकी कार्यक्षमता में बदलाव आता है। दूसरे शब्दों में कहें तो बाइपोलर डिसऑर्डर एक ऐसी मानसिक स्थिति है, जिसमें मूड में अत्यधिक उतार-चढ़ाव होते हैं। इस मनोरोग में उन्माद (मेनिया) और अवसाद (डिप्रेशन) सरीखी स्थितियां (मूड एपिसोड्स) भी शामिल हैं। ऐसे मूड एपिसोड कई दिनों से लेकर हफ्तों तक रह सकते हैं।

क्या हैं कारण

बाइपोलर डिसऑर्डर के कई संभावित कारण हो सकते हैं, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं।

न्यूरोकेमिकल में असंतुलनः मस्तिष्क रसायनों (न्यूरोकेमिकल्स) जैसे डोपामाइन और सेरोटोनिन आदि में असंतुलन बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या उत्पन्न कर सकते हैं।

आनुवांशिक कारकः अगर परिवार के किसी सदस्य को बाइपोलर डिसऑर्डर रहा है, तो परिवार के अन्य सदस्य में इसके होने का जोखिम बढ़ जाता है। एक अध्ययन के अनुसार बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लगभग 60% मरीज ऐसे हैं, जिन्हें डिप्रेशन या बाइपोलर डिसऑर्डर की समस्या जेनेटिक कारणों से मिली है।

तनावपूर्ण घटनाएंः इसके अंतर्गत जीवन की गंभीर तनावपूर्ण घटनाएं जैसे किसी रिश्ते का टूटना, गंभीर बीमारी या कोई भावनात्मक समस्या आदि शामिल की जाती हैं, जो बाइपोलर डिसऑर्डर का कारण बन सकती हैं। भावनात्मक समस्या में आपसी संबंधों का बिगड़ना, पति-पत्नी के बीच तलाक होना, परिवार में किसी प्रियजन की मृत्यु होना आदि को शामिल किया जा सकता है।

मस्तिष्क की संरचना में बदलावः ब्रेन इमेजिंग अध्ययनों से पता चला है कि बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त लोगों के मस्तिष्क में संरचनात्मक परिवर्तन हो सकते हैं।

बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षण

पीड़ित व्यक्ति कभी-कभी बहुत ज्यादा निराश, उदास और दुखी महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग अवसाद (डिप्रेशन) से मिलते-जुलते होते हैं। कभी-कभी वह बहुत ज्यादा प्रफुल्लित और स्वयं को असाधारण रूप से ऊर्जावान महसूस करता है। ऐसे लक्षण मनोरोग उन्माद (मेनिया) सरीखे होते हैं। उन्माद और अवसाद की स्थितियों (एपिसोड्स) के बीच मूड में अचानक और तीव्र बदलाव होना। इस स्थिति को मनोचिकित्सकीय भाषा में 'मूड स्विंग्स' कहते हैं। इनके अलावा अपनी क्षमताओं के बारे में गलतफहमी रखना, तेज गति से सोचना और बोलना, गलत फैसले लेना, नींद बहुत कम आना, चिड़चिड़ापन महसूस करना, स्वयं को बहुत ज्यादा महत्व देना या फिर अपने को श्रेष्ठ समझना भी इसके लक्षणों में शामिल हो सकता है।

ऐसे करते हैं डायग्नोसिस

बाइपोलर डिसऑर्डर का पता लगाने के लिए विशेषज्ञ डॉक्टर सबसे पहले मरीज से बात करते हैं, उसके बाद उसके परिजनों से भी। इसके अलावा डॉक्टर मरीज की अन्य बीमारियों का पता लगाने के लिए कंप्लीट फिजिकल टेस्ट भी करवा सकते हैं ताकि उसके लक्षणों का पता लगाया जा सके। साथ ही, मरीज की मेडिकल हिस्ट्री और फैमिली हिस्ट्री आदि के जरिए भी डॉक्टर मर्ज का पता लगाते हैं।

ट्रीटमेंट के तरीके

यह सच है कि फिलहाल बाइपोलर डिसऑर्डर का कोई स्थाई इलाज नहीं है, लेकिन विशेषज्ञ डॉक्टरों द्वारा सुझाई गई दवाएं लेने और उनके परामर्श पर अमल करने से बाइपोलर डिसऑर्डर का प्रबंधन और नियंत्रण जरूर किया जा सकता है, जिससे मरीज के जीवन की गुणवत्ता में सुधार होता है। विशेषज्ञ डॉक्टर विशेषकर मनोचिकित्सक कुछ दवाओं के सेवन का सुझाव दे सकते हैं, जिन्हें 'मूड स्टेबलाइजर्स' के रूप में जाना जाता है। इसके अलावा चिकित्सक के परामर्श से एंटीडिप्रेसेंट दवाएं भी मूड स्विंग को नियंत्रित करने में मदद कर सकती हैं।

मनोचिकित्सा (साइकोथेरेपी)ः मनोचिकित्सक मरीज की स्थिति के अनुसार साइकोथेरेपी का सहारा लेते हैं। मरीज के अलावा वे परिवार के सदस्यों की भी काउंसलिंग करते हैं। इसके अलावा कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (सीबीटी) बाइपोलर डिसऑर्डर के लक्षणों को प्रबंधित करने में सहायक है।

जीवनशैली में बदलावः यूरोपियन साइकिएट्रिक एसोसिएशन के मुताबिक बाइपोलर डिसऑर्डर से पीड़ित लोगों को जहां तक संभव हो सके, स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करना चाहिए। ऐसा करने से उन्हें अपनी समस्या को नियंत्रित करने में मदद मिलेगी। यही नहीं, जो लोग बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रस्त नहीं हैं, वे भी अगर स्वास्थ्यकर जीवनशैली पर अमल करें तो इससे उनमें भी इस समस्या के भविष्य में होने का जोखिम काफी हद तक कम हो सकता है। स्वास्थ्यकर जीवनशैली के अंतर्गत संतुलित पौष्टिक खान-पान, नियमित रूप से व्यायाम, 6 से 8 घंटे की पर्याप्त नींद लेना और तनाव का समुचित प्रबंधन आदि बातें शामिल हैं।

नियमित व्यायाम करेंः नियमित व्यायाम, बाइपोलर डिसऑर्डर पेशेंट्स के मूड को स्थिर करने में मदद कर सकता है। किस व्यक्ति को कितने समय तक और किस-किस प्रकार के व्यायाम करना चाहिए, इस संदर्भ में पीड़ित व्यक्ति को डॉक्टर और फिटनेस एक्सपर्ट से परामर्श लेना चाहिए। इसके अलावा मेडिटेशन भी फायदेमंद हो सकता है।

पर्याप्त नींद जरूरीः बाइपोलर डिसऑर्डर किसी व्यक्ति की नींद उड़ा सकता है। ऐसा व्यक्ति बहुत कम सोता है। नींद पूरी न होने से मूड में बदलाव ज्यादा आता है। इसलिए मूड को प्रबंधित करने के लिए पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है। इसके लिए नियमित समय पर बिस्तर पर जाने और सुबह एक निश्चित समय पर उठने की आदत डालें। सोने से पहले स्क्रीन टाइम यानी टेलीविजन देखने, स्मार्टफोन और कंप्यूटर के इस्तेमाल से दूर रहें। जिन लोगों को सोने में कठिनाई होती है, उन्हें डॉक्टर से बात करनी चाहिए। *

प्रस्तुतिः विवेक शुक्ला

इन बातों का रखें ध्यान

- परिवार और दोस्तों के साथ समय बिताएं और उनसे मदद लें।
- सकारात्मक सोच रखें।
- तनाव और चिंता को नियंत्रित करने के लिए योग और ध्यान का सहारा लें।
- शराब और अन्य मादक पदार्थों का सेवन न करें, क्योंकि वे आपकी समस्या को बढ़ा सकते हैं।

स्पेशलः वर्ल्ड ऑटिज्म अवेयरनेस डे, 2 अप्रैल

ऑटिज्म एक विकास संबंधी एब्नॉर्मलिटी है, जिससे पीड़ित व्यक्ति को बातचीत करने, पढ़ने-लिखने और दूसरों से घुलने-मिलने में परेशानी होती है। ऐसे बच्चों की केयर पैरेंट्स को बहुत सावधानी से करने की जरूरत होती है। इस बारे में बहुत जरूरी सजेशंस।

ऑटिज्म पेशेंट के लिए जरूरी सही ट्रीटमेंट-इमोशनल सपोर्ट

अवेयरनेस

शिखर चंद जैन

ऑटिज्म को ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर भी कहते हैं। यह एक ऐसी स्थिति है, जिससे पीड़ित व्यक्ति का दिमाग अन्य लोगों के दिमाग की तुलना में अलग तरीके से काम करता है। इस बीमारी के बारे में अभी तक बहुत ज्यादा जानकारी उपलब्ध नहीं है और न ही वर्तमान में इसका कोई परफेक्ट ट्रीटमेंट उपलब्ध है। हालांकि इस बीमारी से पीड़ित लोग नौकरी करने, परिवार और दोस्तों के साथ मेल-मिलाप करने में सक्षम होते हैं, लेकिन कई बार उन्हें दूसरों की मदद लेनी पड़ती है। फैमिली मेंबर्स, टीचर्स या दोस्तों के सहयोग से ये लोग भी नई स्किल्स सीख लेते हैं और बिना किसी सपोर्ट के अपने काम भी कर लेते हैं। सही डायग्नोसिस और इंटरवेंशन ट्रीटमेंट की मदद से ऑटिस्टिक लोगों को सामाजिक व्यवहार और नई स्किल्स सीखने में मदद मिलती है, जिससे वे अपना जीवन बेहतर तरीके से जी पाते हैं।

ऑटिज्म की वजह से बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर आ जाता है, जो यह तय करता है कि वह अपने आस-पास की दुनिया के साथ कैसे रिस्पॉन्स करता है। यह अंतर कुछ ऐसा है जिसके साथ वे पैदा होते हैं-इसका उनके पालन-पोषण के तरीके, भोजन, टीके या जन्म के बाद बच्चे के साथ हुई किसी भी अन्य एक्टिविटी से कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

क्या है ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डरः ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर, एक न्यूरोलॉजिकल और डेवेलपमेंटल डिसऑर्डर है, जो लोगों के दूसरों के साथ बातचीत करने, संवाद करने, सीखने और व्यवहार करने के तरीके को प्रभावित करता है। इसके लक्षण आमतौर पर जीवन के पहले दो वर्षों यानी बचपन में दिखाई देते हैं। ऑटिज्म बच्चे के मस्तिष्क के काम करने के तरीके में एक अंतर लाता है, जो उन्हें सामाजिक रूप से घुलने-मिलने और अनोखे तरीके से व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है।

प्रमुख लक्षणः इसके प्रमुख लक्षणों में लिमिटेड आइज कॉन्टेक्ट, एब्नॉर्मल बॉडी लैंग्वेज और रिपीटेटिव बिहेवियर या बातें शामिल होते हैं। इसके अलावा अकेले रहना, दूसरे बच्चों के साथ ना खेलना, बोलने के बजाय इशारों से ज्यादा रिस्पॉन्स करना। खुद को चोट लगाना या नुकसान पहुंचाने के प्रयास करना। इस स्थिति के शुरुआती लक्षण माता-पिता या बाल रोग विशेषज्ञों द्वारा बच्चे के एक वर्ष की आयु तक पहुंचने से पहले ही देखे जा सकते हैं। कुछ मामलों में, ऑटिज्म से संबंधित समस्याएं हल्की हो सकती हैं और तब तक स्पष्ट नहीं होती हैं जब तक कि बच्चा स्कूल जाना शुरू नहीं करता।

इससे बढ़ता है रिस्कः नई मेडिकल स्टडीज के अनुसार कई आनुवंशिक कारक ऑटिज्म के जोखिम को जटिल तरीके से बढ़ा सकते हैं। फ्रैजाइल एक्स सिंड्रोम और ट्यूबरस स्क्लेरोसिस जैसी कुछ विशिष्ट आनुवंशिक स्थितियों वाले लोगों में ऑटिज्म के निदान के लिए जोखिम अधिक होता है। ये दो स्थितियां ऑटिज्म के सैकड़ों अलग-अलग दुर्लभ आनुवंशिक कारणों के साथ मिलकर 30% से अधिक मामलों की व्याख्या करती हैं। इसके अलावा गर्भावस्था के दौरान मां द्वारा ली जाने वाली कुछ दवाइयां जैसे कि वैल्प्रोइक एसिड और थैलिडोमाइड, ऑटिज्म के हाई रिस्क से भी जुड़ी हुई हैं। गर्भावस्था के समय माता-पिता का अधिक उम्र का होना भी ऑटिज्म के अधिक जोखिम से जुड़ा हुआ है।

इलाज के तरीकेः ऐसे कई प्रभावी तरीके हैं, जो ऑटिस्टिक बच्चे को अपनी पूरी क्षमता तक पहुंचने में मदद कर सकते हैं।

अप्लाइड बिहेवियर एनालिसिसः इसमें बच्चे की कार्यात्मक चुनौतियों का व्यवस्थित अध्ययन शामिल है, जिसका उपयोग उनके स्किल में सुधार और मिसबिहेव को कम करने के लिए एक बिहेवियरल प्लानिंग बनाने के लिए किया जाता है।

सोशल स्किल ट्रेनिंगः ग्रुप या पर्सनल सेटिंग में किया गया यह प्रयास ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों को सामाजिक स्थितियों में नेविगेट करने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद करता है।

वर्बल-लैंग्वेज ट्रीटमेंटः बच्चे के बोलने के तरीके और उसकी भाषा की समझ में सुधार लाने का प्रयास किया जाता है।

पैरेंटल मैनेजमेंट ट्रेनिंगः इसमें पैरेंट्स को अपने ऑटिस्टिक बच्चे के एब्नॉर्मल बिहेव पर सही प्रतिक्रिया करने और अपने बच्चे में उचित व्यवहार को प्रोत्साहित करने के प्रभावी तरीके सिखाए जाते हैं। पैरेंटल हेल्प ग्रुप्स, पैरेंट्स को ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे की परवरिश के तनाव से निपटने में मदद करते हैं। *

(मनोचिकित्सक डॉ.संजय गर्ग और मनोविज्ञानी डॉ.रूपा तालुकदार से बातचीत पर आधारित)

पैरेंट्स रखें ध्यान

- ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिजीज के बारे में जितना संभव हो उतना जानें।
- ऑटिज्म से पीड़ित अपने बच्चे को अच्छी और बैलेंस्ड डेली रूटीन फॉलो करने के लिए इंस्पायर करें।
- ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों के अन्य पैरेंट्स और अपने समुदाय के रिसोर्सेस से जुड़ें।
- जरूरत पड़ने पर मेडिकल एक्सपर्ट से कंसल्ट करें।
- बच्चे के साथ बिताने के लिए पर्याप्त समय निकालें।
- अपने बच्चे की शिक्षा और उपचार से संबंधित अवेयरनेस को बढ़ाएं।

जब भी सूखे मेवे यानी ड्राय फ्रूट्स की बात आती है तो सबसे पहले बादाम का नाम लिया जाता है। वजह है इसमें मौजूद बेशुमार स्वास्थ्यवर्धक गुण। यह किस तरह से हमारे लिए फायदेमंद है, आपको जरूर जानना चाहिए।

हेल्थ के लिए भरपूर फायदेमंद नट है बादाम

डाइट

राजकुमार 'दिनकर'

बादाम के पोषण के स्तर को देखते हुए पाक कला में सदियों से इसका इस्तेमाल किया जाता रहा है। इसके सेवन का इतिहास हजारों साल पुराना है। बादाम मीठे और कड़वे दो तरह के होते हैं। कड़वे बादाम की कड़वाहट निकालने के बाद उसके तेल का इस्तेमाल खाने में किया जाता है। कड़वे बादाम के फूल सफेद होते हैं और मीठे बादाम के फूल गुलाबी होते हैं। कड़वे बादाम और मीठे बादाम की रासायनिक संरचना समान होती है। बादाम का फल जब पकता है तो यह खुद ही खुल जाता है और उससे यह नट बाहर आ जाता है। बादाम के बीज कठोर छिलकों के अंदर होते हैं।

होते हैं कई पोषक तत्वः पोषक तत्वों से भरपूर बादाम में विटामिन बी1, फोलेट, विटामिन बी3, नियासिन, बी कॉम्प्लेक्स और मैग्नीज भरपूर मात्रा में होता है। 28 ग्राम यानी एक औंस बादाम में 183 कैलोरी, 5.82 ग्राम प्रोटीन, 2.94 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, 16.4 ग्राम फैट, 3.4 ग्राम फाइबर, 7.3 मिलीग्राम विटामिन ई पाया जाता है।

कई तरह से लाभकारीः बादाम हमारी मस्तिष्क और तंत्रिका प्रणाली को मजबूत बनाकर याद्दाश्त को अच्छा बनाता है। बादाम में एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को कम करने का गुण होता है। यह एलडीएल और एचडीएल कोलेस्ट्रॉल के बीच संतुलन बनाकर रखता है। इसमें मौजूद फॉस्फोरस हमारी हृदय गति को सामान्य बनाए रखता है। इसका ग्लासेमिक इंडेक्स कम होता है। यह हमारी रक्त शर्करा के स्तर को बढ़ने से रोकता है। मैग्नीशियम और मैग्नीज से भरपूर होने के कारण यह हड्डियों और दांतों को मजबूती देता है। यह हमारे शरीर के वजन को भी नियंत्रित करके मोटापे के जोखिम को कम करता है। इसमें मौजूद आर्जीनिन एक ऐसा अमीनो एसिड है, जो रक्तप्रवाह को नियमित करता है और इससे हमारी मांसपेशियों को ऑक्सीजन और पोषक तत्व मिलते हैं। विटामिन-ई से भरपूर बादाम त्वचा की नमी को लॉक करके हमें जवां और खूबसूरत बनाता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स बालों की ग्रोथ को बढ़ाते हैं। फास्फोरस युक्त बादाम एसिडिटी को नियंत्रित करता है और शरीर में टीएच लेवल को बनाकर रखता है। आयरन से भरपूर बादाम हमारे शरीर की लाल रक्त कोशिकाओं के विकास को बढ़ाता है और एनीमिया में बहुत फायदेमंद होता है।

ऐसे करें सेवनः बादाम दुनिया में सबसे पुराना और सबसे ज्यादा उगाया जाने वाला नट है। बादाम को साबुत भूनकर या तलकर खाया जाता है। बादाम का छिलका पचाना चूंकि मुश्किल होता है, इसलिए आयुर्वेद इन्हें उबालकर पकाने के बाद खाने की सलाह देता है। इनको अगर भिगोकर खाया जाए तो यह जल्दी पचते हैं। इन्हें बिना भिगोए कच्चा नहीं खाना चाहिए। रात भर भिगोकर, छिलका उताकर इन्हें खाना चाहिए। बादाम मिल्क शेक या बादाम को अन्य फ्रूट्स के साथ मिलाकर इनकी स्मूदी बनाई जा सकती है। अखरोट, सूरजमुखी के बीज, खजूर, मखाना, किशमिश के साथ मिलाकर अलग-अलग तरह के अनाजों के साथ खा सकते हैं। इसके अलावा बादाम का शीरा, बादाम का हलवा, बादाम की बर्फी, बादाम कतली, बादाम की चटनी, बादाम का दूध, बादाम-खजूर मिल्क शेक, बादाम केला स्मूदी का सेवन किया जा सकता है। *

खबर संक्षेप

चोरीशुदा मोटरसाइकिल सहित एक काबू

सिरसा। थाना कालांवाली पुलिस ने चुराई गई बाइक सहित आरोपी को काबू कियाा है। आरोपी की पहचान बूटा सिंह निवासी कोरेआना जिला बठिंडा के रूप में हुई है। कालांवाली थाना प्रभारी सब इंस्पेक्टर रामफल ने बताया कि बीती 13 अगस्त 2024 को कुलविंद्र सिंह निवासी मंडी कालांवाली की शिकायत पर उसकी बाइक चुराने के संदर्भ में केस दर्जकर जांच आरंभ की गई थी। इसी कड़ी में बुधवार को जांच के दौरान आरोपी बूटा सिंह को काबू करके उसके कब्जे से चोरीशुदा बाइक को बरामद किया गया है। उन्होंने बताया कि आरोपी को अदालत में पेश कर पुलिस रिमांड पर लिया जाएगा।

श्री शनि अमावस्या पर जागरण 29 को

सिरसा। श्री शनि अमावस्या के मौके पर गांव नेठराना के समस्त भक्तजनों द्वारा श्री शनि मंदिर बगीची, नेठराना में जागरण व भंडारा आगामी 29 मार्च को आयोजित किया जाएगा। पुजारी सुरेंद्र भार्गव व सेवक राजेंद्र भार्गव ने संयुक्त रूप से बताया कि बीती 29 मार्च को सुबह सवा 8 बजे हवन यज्ञ होगा और प्रातः सवा दस बजे भंडारा होगा। रात्रि सवा 9 बजे शनि महिमा का गुणगान होगा। इस दौरान अनेक मनमोहक झांकियां भी प्रस्तुत की जाएंगी। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम में जींद (हरियाणा) से प्रीति सांवरिया, संदीप जसोरिया सिरसा से शनि महिमा का गुणगान करेंगे। श्री गंगा-जमुना गणपति आर्ट गुरप द्वारा झांकियां प्रस्तुत की जाएगी। उन्होंने आमजन से आह्वान किया कि इस पावन अवसर पर कार्यक्रम में पहुंचकर बाबा का आशीर्वाद प्राप्त करें।

सीए की परीक्षा उत्तीर्ण छात्रों को किया सम्मानित

सिरसा। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, सिरसा में सत्र 2022-23 के बैच के छात्र मुकुल गर्ग, ऋषभ विज और गौरव गर्ग ने सीए इंटर की परीक्षा उत्तीर्ण की। विद्यालय के प्रधानाचार्य मदन मलिक ने इन विद्यार्थियों को मिठाई खिलाई और उनके उज्जवल भविष्य की कामना की। उन्होंने कहा कि इन विद्यार्थियों ने अपनी मेहनत से मुकाम हासिल कर विद्यालय का नाम रोशन किया है। विद्यालय के वाणिज्य विभाग के प्रभारी डॉ. राजेश खुराना के सान्निध्य में इन विद्यार्थियों ने गहन अध्ययन किया और इस परीक्षा की बारीकियों का अध्ययन सीखा। विद्यालय उप प्रधानाचार्य सतपाल गाट, शिक्षक चमन भारतीय ने भी इन बच्चों को आशीर्वाद दिया। इस अवसर पर प्रमोद कुमार, राकेश मोहन, प्रवक्ता हरपाल, रितेंद्र पांडे और अन्य अध्यापकगण भी मौजूद थे।

अच्छी क्वालिटी के मोबाइल फोन दिए जाने की मांग

आंगनबाड़ी वर्कर्स ने डीसी कार्यालय पर डाला पड़ाव, सरकार के रवैये पर नाराजगी

धरने का संचालन माया पूनियां ने किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। आंगनबाड़ी वर्कर्स के धरने को संबोधित करते सीटू नेता। फोटो : हरिभूमि

परियोजना वर्कर्स एक आर फिर अपनी मांगों को लेकर आंदोलन की राह पर है। आशा वर्कर्स के बाद आज आंगनबाड़ी वर्कर्स एवं हैल्पर्स भी फतेहाबाद के लघु सचिवालय में धरने पर बैठी और सरकार के परियोजना वर्कर्स के प्रति रवैये को लेकर कड़ा रोष जताया। आज के धरने की अध्यक्षता आंगनबाड़ी वर्कर्स एवं हैल्पर्स यूनियन की जिला प्रधान सुनीता झलनियां ने की व संचालन माया पूनियां ने किया। आज के धरना प्रदर्शन में जिलाभर से सैंकड़ो वर्कर्स एवं हेल्पर्स ने भाग लिया। यह धरना 28 मार्च तक प्रतिदिन सुबह 11 बजे से दोपहर 2 बजे तक दिया जाएगा।

धरने को संबोधित करते हुए जिला प्रधान सुनीता झलनिया, माया पूनिया, दमयंती और माया बेनीवाल ने संयुक्त रूप से बताया कि विभाग द्वारा जो मोबाइल फोन आंगनबाड़ी वर्कर को दिए गए थे, वह 3 जीबी रैम के हैं। यह मोबाइल पोषण ट्रैकर ऐप के लगातार अपडेट हो रहे वर्जन में काम नहीं कर रहे। उनकी मांग है कि आंगनबाड़ी वर्कर्स को अच्छी क्वालिटी के मोबाइल फोन दिए जाएं जिनमें ऐप सही ढंग से काम कर सके। इसके अलावा टीएचआर भरते हुए बेनिफिशियरी की फोटो मांगता है, साथ ही महीने में जो टीएचआर लेकर जाएगा, लगातार फिर वही व्यक्ति हर महीने लेकर जाएगा। आंगनबाड़ी में कभी बच्चों की दादी, कभी बच्चों की मां खाना लेकर जाती हैं, ऐसे में एक व्यक्ति द्वारा राशन लेकर जाने की शर्त हटाए जाए। आंगनबाड़ी नेताओं ने कहा कि पोषण ट्रैकर ऐप में फोटो कैप्चर केवाईसी करते हुए ओटीपी मांगता है, जिससे साइबर ठगी का डर बना रहता है। ऐसे में वह ओटीपी देने में असमर्थ हैं। उन्होंने कहा कि आंगनबाड़ी वर्करों को कभी मानदेय रोकने की तो कभी नोटिस निकालने जैसी तरह-तरह की धमकियां दी जा रही है।

अभी तक मानदेय नहीं दिया

पिछले आंदोलन के दौरान बर्खास्त आंगनबाड़ी वर्करों को पिछला काम करने की शर्त पर मानदेय देने की बात हुई थी, अब पिछला सारा काम कर दिया गया है। यमुनानगर, करनाल और सिरसा में मानदेय दिया गया है लेकिन फतेहाबाद में अभी तक हेल्पर और वर्कर का मानदेय नहीं दिया गया। इन्हें जल्द मानदेय का भुगतान किया जाए। धरने को सीटू नेता बेगराज, ओमप्रकाश अनेजा और जगीर सिंह, अध्यापक संघ के जिला प्रधान बेगराज के अलावा आंगनबाड़ी यूनियन से सावित्री, इन्द्रो और रजनी ने भी संबोधित किया।

इसके अलावा कई सेंटरों में सीसीटीवी कैमरे लगाए जा रहे हैं, जिससे महिलाओं की व्यक्तिगत हानि होने की काफी आशंका है।

सिरसा। मांगों को लेकर धरने पर बैठी आंगनवाड़ी वर्कर व हैल्पर।

आंगनवाड़ी वर्करों की नौकरी पक्की होनी चाहिए : देवी

- मांगों व समस्याओं का समाधान न होने के कारण किया आंदोलन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

आंगनवाड़ी वर्कर व हेल्पर यूनियन ने अपनी मांगों व समस्याओं का समाधान न होने के कारण बुधवार को आंदोलन शुरू कर दिया। जिलाभर की आंगनवाड़ी वर्कर व हेल्पर लघु सचिवालय पहुंची और प्रदेश सरकार के खिलाफ नारेबाजी कर धरने पर बैठ गई। धरने पर बैठी आंगनवाड़ी वर्कर व हेल्पर को संबोधित करते हुए जिला प्रधान वीरो देवी ने कहा कि सरकार काम पक्का ले रही है तो आंगनवाड़ी वर्करों की नौकरी भी पक्की होनी चाहिए। सुप्रीम कोर्ट के आदेश अनुसार ग्रेजुएट और पक्के कर्मचारी का दर्जा दिया जाना चाहिए, लेकिन केंद्र में बैठी सरकार और राज्य में बैठी सरकार इसे लागू नहीं कर रही है। विभाग द्वारा आंगनबाड़ी वर्करों को घटिया क्वालिटी के 2जी और 3जी के फोन दिए गए हैं और हमसे काम 5जी वाला लिया जा रहा है, जोकि बिल्कुल भी संभव नहीं है। पोषण ट्रैकर ऐप के आए दिन वर्जन बढ़ाते जा रहे हैं और फोन काम नहीं कर रहे। उन्होंने कहा कि आंगनबाड़ी वर्करों को अधिकारियों द्वारा धमकियां दी जा रही है, कभी मानदेय रोकने की कभी नोटिस निकालने की। जिला प्रधान वीरो देवी ने कहा कि 11 मार्च 2025 को आंगनवाड़ी वर्कर्स व हेल्पर्स ने विभाग को 16 सूत्रीय मांग पत्र दिया था, लेकिन आज तक मांगों व समस्याओं का हल नहीं किया गया। इसलिए आंगनवाड़ी वर्कर व हेल्पर को आंदोलन करने पर मजबूर होना पड़ा है।

पेट्रोल पंप संचालक उच्च गुणवत्ता के सीसीटीवी कैमरे लगवाना सुनिश्चित करें : डीएसपी

- सीसीटीवी का कम से कम 2 महीने का बैकअप अवश्य रखें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। पेट्रोल पम्प संचालकों की बैठक लेते डीएसपी कुलवंत सिंह।

उपपुलिस अधीक्षक कुलवंत सिंह ने अपने कार्यालय में पेट्रोल पंप संचालकों के साथ बैठक की। बैठक में डीएसपी ने पेट्रोल पंप संचालकों से रूबरू हुए और कहा कि अपने जानमाल की सुरक्षा हमारी प्रमुखता होनी चाहिए। अच्छे एवं उच्च गुणवत्ता के सीसीटीवी कैमरा लगवाए और यह भी सुनिश्चित करे कि वो सभी चालू हालत में हो तथा समय-समय पर उनकी जांच करते रहें और अगर कोई कैमरा खराब हो जाए तो बिना देरी की उसकी मरम्मत कराए। सीसीटीवी का कम से कम 2 महीने का बैकअप अवश्य रखें। उनके यूजर आईडी और पासवर्ड अपने पास और पंप पर तैनात कर्मचारियों के पास अवश्य होनी चाहिए तथा आपको यह भी पता होना चाहिए कि कैमरे की पुरानी रिकॉर्डिंग कैसे देखनी है। डीएसपी ने कहा कि पंप पर कैमरे को इस प्रकार स्थापित करवाये कि उन्हें सामने से गुजरने वाले वाहनों की नंबर प्लेट स्पष्ट रूप से दिखाई दे। सीसीटीवी की डीवीआर को ऐसी जगह रखें जहां आसानी से ना पहुंचा जा सके। उन्होंने कहा कि कैमरे 24 घंटे काम करते हैं इससे गतिविधियों पर निगाह रखी जा सकती है। अपराध होने पर कैमरे पुलिस के भी सहायक होते हैं। सुरक्षा के दृष्टि से डायल 112 तथा पुलिस की गाडिय़ां बाजारों में पेट्रोलिंग करती रहती है। किसी भी प्रकार की आशंका होने पर बिना किसी देरी के पुलिस को सूचित करें।

भक्ति के नाम पर होने वाली मनमर्जी को ही पाखंड कहते हैं : स्वामी दिव्यानंद

- शरणागति के 6 सूत्र हैं, जिन्हें जीवन में घटित हो जाना चाहिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। ध्वजारोहण कर श्री गीता मानस महोत्सव का शुभारंभ करते स्वामी दिव्यानंद महाराज।

शरणागति में अपने मन को एक प्रकार से बेच दिया जाता है। आपने बेचा और उसका हो गया, तो फिर अब तुम्हें किस बात की चिंता। तुम्हारा जीवन तो अब हर हाल में प्रसन्नता से भरा हो जाना चाहिए। शरणागत भगत कभी भी विचलित मन वाला नहीं होता। यह बात श्री कृष्णा सेवा समिति जवाहर चौक फतेहाबाद में आयोजित श्री गीता मानस महोत्सव में गीता जी में शरणागति की चर्चा करते हुए स्वामी दिव्यानंद महाराज ने कही। उन्होंने कहा कि केवल मुख से कह देना कि मैं तेरा तू मेरा कान्हा, इतने से शरणागति नहीं हो जाएगी। शरणागति के 6 सूत्र हैं, जिन्हें जीवन में घटित हो जाना चाहिए। श्री वृंदावन के परम आचार्य का कथन है कि भगवान के अनुकूल जीने का संकल्प लेना अर्थात जो प्रभु को अच्छा लगता है, वैसा जीना यह प्रथम लक्षण है। प्रभु को छल कपट अच्छा नहीं लगता, निर्मल मन अच्छा लगता है। ऐसा ही हो जाना प्रभु के अनुकूल जीना ह

पुलिस ने महिला सुरक्षा के लिए किया जागरूक

- पुलिस द्वारा सेफ सिटी कैंपेन के तहत अभियान चलाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| डबवाली

पुलिस द्वारा सेफ सिटी कैंपेन के तहत महिलाओं को अपराधों तथा आपराधिक प्रवृत्ति के असामाजिक तत्वों के प्रति सजग जागरूक करने के लिए चलाया गया विशेष जागरूकता अभियान जारी रहा। महिला पुलिस की अलग-अलग टीमों ने शहर में अनेक स्थानों पर लड़कियों, महिलाओं को महिला विरुद्ध अपराध के प्रति सजग रहने तथा असामाजिक तत्वों द्वारा की गई किसी भी प्रकार की अभद्र हरकत का डटकर मुकाबला करने के संबंध में जागरूक किया।

सब इंस्पेक्टर कमला ने गांव गंगा के बस स्टेंड पर महिला सुरक्षा जागरूकता अभियान के दौरान कहा कि डबवाली की महिलाओं की सुरक्षा को लेकर पुलिस पूरी तरह से तत्पर है। उन्होंने बताया कि इस अभियान के तहत जगह-जगह जिला पुलिस द्वारा कार्यक्रम आयोजित कर महिलाओं को उनके अधिकारों, महिला सुरक्षा तथा आत्मरक्षा के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दी जा रही है तथा डबवाली एरिया के स्कूलों तथा कॉलेजों के आसपास सुरक्षा के भी व्यापक प्रबंध किए गए हैं व पुलिस अधीक्षक डबवाली के निर्देशानुसार स्कूल और कॉलेज के सुबह खुलने तथा छुट्टी होने के समय सुरक्षा की दृष्टि से पूरी सावधानी बरती जाए तथा वहां पर घूम रहे आवारा किस्म के लोगों के साथ सख्ती से निपटा जाएगा।

हमारे क्रांतिकारियों की विरासत आज के दौर में और भी प्रासंगिक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। सरकारी स्कूल बरसीन में शहादत-स्मृति कार्यक्रम को संबोधित करते एडवोकेट निकिता।

गांव बरसीन के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बरसीन में शहीदी दिवस पर सप्ताहभर चलने वाले कार्यक्रमों की कड़ी में मंगलवार को महान क्रांतिकारियों शहीद-ए-आजम भगत सिंह, राजगुरु, सुखदेव की शहादत की स्मृति में बच्चों ने कविता, गीत, भाषण व पेंटिंग के माध्यम से शहीदों के सपनों और विचारों को अभिव्यक्त किया। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में नौजवान सभा की राज्य कमेटी सदस्य एडवोकेट निकिता ने शिरकत की। विद्यालय की छात्राओं तन्वी और जसमीत ने कार्यक्रम का संचालन किया।

एडवोकेट निकिता ने बताया कि भगत सिंह ने सन 1926 में अपने साथियों के साथ मिलकर 'नौजवान भारत सभा' नामक संगठन बनाया जिसका उद्देश्य अंग्रेजी राज के समय भारत के नौजवानों को एकजुट करते हुए किसानों और मजदूर को जागरूक करके ब्रिटिशों को देश से बाहर निकलने का था। भगत सिंह का विचार था कि हमारा काम देश की आजादी के साथ समाप्त नहीं होगा। उन्होंने कहा था कि देश के आजादी का अर्थ केवल इतने तक सीमित नहीं है कि अंग्रेजी लोगों के हाथ से सत्ता का स्थानांतरण कुछ चुनिंदा भारतीयों के हाथ में हो जाए।

वर्क परमिट के नाम पर 15 लाख ठगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

रानियां पुलिस ने गांव रामपुर थेहड़ी निवासी सुखप्रीत सिंह पुत्र हरभगवान की शिकायत पर सुखजीत सिंह, परमिंद्र कौर, मिलन व तेजिंद्र सिंह के खिलाफ भारतीय दंड संहिता की धारा 406, 420 के तहत मामला दर्ज किया है। अपनी शिकायत में सुखप्रीत सिंह ने बताया कि आरोपी इमिग्रेशन का कार्य करते है। सुखजीत अपने बारे में यूके का पीआर धारक बताता है। वह परमिंद्र कौर पत्नी सुखजीत सिंह, मिलन निवासी कोटकपुरा व र्जिंद्र सिंह के साथ मिलकर लोगों को विदेश भेजने का काम करता है। उसने इंग्लैंड जाने के लिए आरोपियों से संपर्क साधा तो उससे 20 लाख रुपये की मांग की। बताया कि उसे यूके का वर्क परमिट दिलवा देंगे। उसने विश्वास करके आरोपियों को 15 लाख 30 हजार रुपये अदा कर दिए। आरोपियों ने उसे 31 जुलाई 2024 को चंडीगढ़ में वीएफएस ऑफिस इमिग्रेशन के लिए गए, वहां उनके दस्तावेजों को फर्जी करार दे दिया गया। उसने आरोपियों को फोन किया तो उन्होंने फोन ही नहीं उठाए। जब उसने कोटकपुरा वाले पत्ते पर संपर्क साधा तो एक सप्ताह के भीतर उसके पैसे वापस खाते में डालने की बात कहीं। लेकिन न पैसे लौटाए और न ही फोन उठाते है।

आरोही मॉडल स्कूल नाथूसरी कलां में 213 परीक्षार्थियों ने दी प्रवेश परीक्षा

चोपटा। खंड के गांव नाथूसरी कलां स्थित आरोही मॉडल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में शिक्षा सत्र 2025-26 के लिए कक्षा छठी, सातवीं, आठवीं, 9वीं व 11वीं कक्षा प्रवेश परीक्षा का आयोजन किया गया। प्रवेश परीक्षा के लिए 266 विद्यार्थियों ने आवेदन किया तथा 213 परीक्षार्थीयों ने परीक्षा दी। प्रवेश परीक्षा का परिणाम जल्द घोषित किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए स्कूल के प्राचार्य कमल कुमार ने बताया कि आरोही मॉडल स्कूल नाथूसरी कलां में कक्षा छठी, सातवीं, आठवीं, नौवीं व ग्यारहवीं में प्रवेश के लिए प्रवेश परीक्षा शांतिपूर्ण संपन्न हुई। प्रवेश परीक्षा के लिए 266 विद्यार्थियों ने रजिस्ट्रेशन करवाया जिसमें से 213 परीक्षा देने पहुंचे। उन्होंने बताया कि जल्द ही परीक्षा का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। परीक्षा को सुचारू रूप से संपन्न करवाने में परीक्षा केंद्र अधीक्षक रामजीलाल, उप केंद्र अधीक्षक नरेश कुमार सहित स्कूल स्टाफ सदस्यों ने सहयोग दिया।

सीडीएलयू में इंटर-कॉलेज मीडिया क्विज प्रतियोगिता का आयोजन

सिरसा। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग द्वारा बुधवार को इंटर-कॉलेज मीडिया क्विज प्रतियोगिता का आयोजन विभाग के सभागार में किया गया। विभागाध्यक्ष प्रोफेसर सेवा सिंह बाजवा ने बताया कि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर नरसी राम बिश्नोई के दिशा-निर्देशन में विद्यार्थियों को व्यावहारिक रूप से दक्ष करने के उद्देश्य से इस गतिविधि का आयोजन किया गया। उन्होंने बताया कि इस प्रतियोगिता में विभिन्न विषयों पर प्रश्न पूछे गए थे। इस आयोजन में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्ण रूप से भाग लिया। इस प्रतियोगिता में पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग, सीडीएलयू, सिरसा से मनप्रीत, सीमा व दीपांशी की टीम ने पहला स्थान, जेसीडी मैमोरियल कॉलेज सिरसा से कृष्परीत, मंजीत सिंह व सुखविंदर की टीम ने दूसरा स्थान व शाह सतनाम जी गर्ल्स कॉलेज, सिरसा से अशप्रीत, खुशी व रीना की टीम ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।

राष्ट्रीय रैकेटबॉल चैंपियनशिप का स्वामी साहुवाला ने किया शुभारंभ

सिरसा। लायंस क्लब सिरसा अमर के संस्थापक स्वामी रमेश साहुवाला ने बुधवार को गांव सुरतिया में राष्ट्रीय रैकेटबॉल चैंपियनशिप का शुभारंभ किया। उन्होंने गांव के द माउंट स्कूल की प्रबंधक कमेटी को भी बधाई देते हुए कहा कि इस चैंपियनशिप के आयोजन ने न केवल हरियाणा में बल्कि उत्तर भारत में रैकेटबॉल को एक नई पहचान दिलाने का काम किया है जो पूरे भारतवर्ष में प्रथम बार आयोजित की जा रही है। उन्होंने कहा कि यह सुखद अनुभव है कि अमेरिका में थॉमस कार्टर और आलोक मेहता विशेष रूप से यहां आए हैं जो भारतीय खिलाडिय़ों को प्रशिक्षण देकर इस खेल को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने में अपना योगदान देंगे। अमेरिका से आए दोनों खिलाड़ी भारत के युवा खिलाडिय़ों को खेल की तकनीक, स्टेमिना बढ़ाने के तरीकों और स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के टिप्स देंगे।

कार्यक्रम पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति की फतेहाबाद में हुई कन्वेंशन

देश के संसाधनों के बाद अब खेती को भी कम्पनियों के हवाले करना चाहती है सरकार : मनदीप नथवान

इस कन्वेंशन की अध्यक्षता ब्लॉक प्रधान कर्मजीत सालमखेड़ा और लवी बाठ ने संयुक्त रूप से की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

फतेहाबाद। पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति की कन्वेंशन में भाग लेते किसान। फोटो : हरिभूमि

पगड़ी संभाल जट्टा किसान संघर्ष समिति हरियाणा द्वारा शहीद भगत सिंह, राजगुरु और सुखदेव के शहादत दिवस को समर्पित ब्लॉक स्तरीय कन्वेंशन फतेहाबाद किसान रेस्ट हाउस में आयोजित की गई। इस कन्वेंशन की अध्यक्षता ब्लॉक प्रधान कर्मजीत सालमखेड़ा और लवी बाठ ने संयुक्त रूप से की। मंच संचालन रामपाल खाराखेड़ी ने किया। कन्वेंशन में राज्य प्रधान मनदीप नथवान, जिलाध्यक्ष ओमप्रकाश हसंगा ने विशेष तौर पर भाग लिया। कन्वेंशन को संबोधित करते हुए मनदीप नथवान ने कहा कि आज आम जनता मूलभूत सुविधाओं को तरस रही है लेकिन सरकार कारपोरेट के पक्ष में नीतियां बनाकर उन्हें खुश करने में लगी है। मनदीप ने कहा कि आज देश के संसाधनों को निजी हाथों में सौंपा जा रहा है। सरकार अब खेती सेक्टर को भी कंपनियो के हवाले करना चाहती है। उन्होंने कहा कि ऐसे में किसानों को एकजुट होकर सरकार की किसान विरोधी नीतियों का मुकाबला करना होगा। ओमप्रकाश हसंगा ने कहा कि देश की सरकार आज धर्म के नाम पर लोगों को बांटने का काम कर रही है। आज ऐसी पार्टियों को शहीद भगत सिंह के विचारों को पढऩे की जरूरत है। उन्होंने कहा कि सरकार लाठी के दम पर किसानों की आवाज को दबाना चाहती है लेकिन सरकार की तानाशाही नीतियों के खिलाफ किसानों का विरोध जारी रहेगा। रविन्द्र हिजरावां खुर्द व महासचिव संदीप सिवाच ने शहीद भगत की जीवन पर प्रकाश डाला। इसके बाद किसान संघर्ष समिति के सदस्य लघु सचिवालय के बाहर स्थित शहीद स्मारक पर पहुंचे और पुष्प अर्पित कर शहीदों को नमन किया। इस अवसर पर संदीप सिवाच, रविन्द्र हिजरावां, समुंद्र मलिक, मलकीत उपल, सरजीत उपल, सुखा भंडाल, गुरप्रीत सिंह खालसा, छबील दास, जगदीश जाखल, धनपत सरपंच, बृजलाल, सुखचैन सरपंच, दीप रंधावा, गुरलाल नथवान, पाल सन्धू सहित काफी संख्या में किसान मौजूद रहे।

सफाई कर्मचारी प्रोटेक्टिव किट व हाथों में दस्ताने डालकर ही कार्य करें : एसडीएम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| टोहाना।

उपमंडलाधीश प्रतीक हुड्डा की अध्यक्षता में बुधवार को एसडीएम कार्यालय में सतर्कता एवं निगरानी समिति व मैनुअल स्कैवेंजिंग कमेटी की बैठक का आयोजन किया गया। बैठक की अध्यक्षता करते हुए उन्होंने समाज कल्याण विभाग को निर्देश दिए कि वे अनुसूचित जाति व जनजाति पर अत्याचार से संबंधित मामलों में पीड़ित व्यक्ति को समय पर आर्थिक सहायता उपलब्ध करवाना सुनिश्चित करें।

एसडीएम प्रतीक हुड्डा ने उपमंडल स्तरीय सतर्कता एवं निगरानी कमेटी की बैठक में एससी/एसटी एक्ट के तहत दर्ज मामलों पर भी चर्चा करते हुए निर्देश दिए कि अनुसूचित जाति-जनजाति के व्यक्ति के साथ किसी भी प्रकार का अत्याचार या दुव्र्यवहार होता है तो पीड़ित परिवार को तुरंत प्रभाव से आर्थिक सहायता प्रदान की जाए। उन्होंने कहा कि समय समय पर पोस्टर और बैनर के माध्यम से अनुसूचित जाति, जनजाति के नागरिकों को जागरूक किया जाए। पुलिस व एनजीओ के साथ आपसी तालमेल से कैम्प के माध्यम से नशे के दुष्प्रभावों के प्रति भी जागरूक किया जाए। एसडीएम ने उपमंडल स्तरीय मैनवल सैक्वैंजिग कार्य की समीक्षा करते हुए निर्देश दिए कि सफाई कर्मचारी प्रोटेक्टिव किट व हाथों में दस्ताने डालकर ही कार्य करना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि सफाई कर्मचारियों के लिए समय पर जागरूकता कैम्प का आयोजन किया जाए। जागरूकता कैम्प में सफाई कर्मियों को प्रोटेक्टिव किट का सही इस्तेमाल करने के लिए उचित प्रशिक्षण दिया जाए। संबंधित विभाग द्वारा सफाई कर्मचारियों के लिए समय-समय पर स्वास्थ्य जांच शिविर लगाकर उनके स्वास्थ्य की जांच भी करवाई जाए। सीवरेज या सेफ्टी टैंक की सफाई करते समय सफाई कर्मचारी को सेफ्टी गियर, प्रोटेक्टिव उपकरण व अन्य सुरक्षा नियमों को अपनाने बारे जागरूक करें। बैठक में डीएसपी उमेद सिंह सहित संबंधित विभागों के अधिकारी व कमेटी सदस्य मौजूद रहें।

सूचना

हम, धर्मपाल पुत्र मनीराम व बिमला देवी पत्नी धर्मपाल निवासी बनावली उपतहसील भट्टूकलां तहसील व जिला फतेहाबाद बयान करते हैं कि हमारा पुत्र बिन्टू तथा उसकी पत्नी रेखा हमारे कहने–सुनने से बाहर हैं। इसलिये हम इनको अपनी चल–अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। इनसे लेन–देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारी व हमारे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

बुजुर्ग महिला की बालियां लेकर महिलाएं फरार

फतेहाबाद। गांव जाखल में कार में आए दो महिलाएं एक बुजुर्ग महिला को बातों में उलझाकर उसकी सोने की बालियां लेकर मौके से फरार हो गई। इस बारे वृद्धा की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज किया है। पुलिस को दी शिकायत में गांव चांदपुरा निवासी महिला स्वर्ण कौर ने कहा है कि दोपहर को वह कॉपरेटिव बैंक जाखल से अपनी पेंशन लेकर बस अड्डा जाखल की तरफ जा रही थी। जैसे ही वह गुरूनानक अस्पताल के पास पहुंची तो इसी दौरान बस अड्डे की ओर से एक कार उसके पास आकर रूकी। काम में 2 महिलाएं व एक युवक सवार था। दोनों महिलाएं कार से नीचे उतरी और उससे पता पूछने के बहाने उसे अपनी बातों में उलझा लिया और बालियां लेकर फरार हो गई।

बाइक सवार महिला से मोबाइल छीनकर फरार

फतेहाबाद। टोहाना में बाईक सवार युवक पैदल जा रही एक महिला से उसका मोबाइल फोन छीनकर फरार हो गए। पुलिस को दी शिकायत में गांव चंदड़ कलां निवासी महिला मीना देवी ने कहा है कि वह गांव दशमेश नगर में मिंटू सरदार के फार्म पर मजदूरी के लिए गई थी। शाम को वह मजदूरी करके पैदल वापस अपने घर आ रही थी। पैदल आते हुएवह फोन पर किसी से बात कर रही थी। जब वह गणेश राइस मिल के पास पहुंची तो पीछे से मोटरसाइकिल दो युवक आए। इनमें से एक युवक ने उसके हाथ से उसका मोबाइल फोन छीन लिया और टोहाना की तरफ फरार हो गए।

स्कूलों में नामांकन बढ़ाने को लेकर बैठक

रतिया। डाइट मताना में खंड शिक्षा अधिकारी रतिया अनीता बाई द्वारा खंड रतिया के सभी विद्यालय मुखियाओं की बैठक ली। खंड शिक्षा अधिकारी ने मीटिंग में विशेष तौर पर नए शैक्षिक सत्र में सरकारी स्कूलों में नामांकन बढ़ाने हेतु 23 मार्च से 15 मई तक चलने वाले प्रवेश उत्सव मनाए जाने के लिए सभी स्कूल मुखिया को प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि सभी स्कूल मुखिया गांवों, शहरों और ढाणियों में घर-घर जाकर बच्चों, उनके माता-पिता, अभिभावकों व आम जनता को सरकारी स्कूलों में दाखिला करवाने के लिए प्रेरित करें। स्कूल अपने स्तर पर प्रचार करें। इसके लिए गांव में नाटक,रैलियों व शिक्षा के महत्व के लिए जागरूकता अभियान भी चलाएं जा सकते हैं।

श्री श्याम बगीची धाम में भजन संध्या का आयोजन

सिरसा। अनाज मंडी स्थित श्री श्याम बगीची धाम में एकादशी के उपलक्ष्य में श्री श्याम सेवा ट्रस्ट की ओर से भव्य भजन संध्या का आयोजन किया गया। राजेंद्र गनेरीवाला ने गणेश वंदना से भजन संध्या का आगाज किया। इसके बाद उन्होंने हनुमान चालीसा का पाठ, मां अंजनी का लाला रे भक्तों का रखवाला रे, पलकें ही पलकें बिछाएंगे जिस दिन श्याम घर आएंगे, तेरा किसने किया श्रृंगार सांवरे, तू रुक नही पाएगा बाबा जब तुझे बुलाएगा, आओ भोग लगाओ 56 भोग तैयार जी सहित अनेक भजन प्रस्तुत किए। बाद में अजय युगल कृष्णा ने भजन-जदों अखियां तेरे नाल लाइयां, किशोरी चले आना धीरे धीरे सहित अनेक भजनों की प्रस्तुति दी।

फ्रॉड 1

पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार किया

मां के इलाज के नाम पर दोस्त से बैंक का एटीएम और चेक बुक लेकर लगाई चपत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

मां के इलाज के नाम पर अपने दोस्त से उसके बैंक अकाउंट की किट लेकर अशोक नगर के एक युवक द्वारा फ्रॉड करने का मामला सामने आया है। इस बारे पीड़ित युवक की शिकायत पर साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने केस दर्ज कर आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। पकड़े गए युवक की पहचान प्रेमजीत सिंह उर्फ प्रेम पुत्र रणधीर सिंह निवासी शास्त्री नगर फतेहाबाद हाल नजदीक अरोड़वंश धर्मशाला फतेहाबाद के रूप में हुई है। इस बारे पुलिस को दी शिकायत में योग नगर

पकड़ा गया आरोपी।

फतेहाबाद निवासी सौरभ ने कहा है कि उसका हांसपुर रोड पर पर्ल नाम से होटल है और उसका इंडसइंड बैंक में खाता है। उसने होटल में दीवारों पर पेन्टिंग करवानी थी, जिसके लिए उसने प्रेमजीत सिंह उर्फ प्रेम निवासी शास्त्री नगर फतेहाबाद से सम्पर्क किया। प्रेम दीवारों पर पेन्टिंग का काम करता था। प्रेम ने उसके होटल में पेन्टिंग कर दी। इसके बाद से उसकी प्रेम से दोस्ती हो गई और वह अक्सर होटल में आने-जाने लगा। सौरभ ने कहा कि इसके बाद फरवरी 2024 में प्रेम ने उससे कहा कि उसकी माता को कैंसर की बीमारी है और इलाज के लिए उसे पैसों की जरूरत है लेकिन उसने पैसे देने से मना कर दिया। इसके बाद प्रेमजीत ने कहा कि उसका एक दोस्त उसे पैसे दे देगा।

साइबर थाना पुलिस ने केस दर्ज किया

सौरभ ने कहा कि कुछ महीनों बाद जब उसने प्रेमजीत ने अपने बैंक खाते की किट मांगी तो वह टालमटोल करता रहा। इसके बाद उसे थाना साइबर क्राइम फतेहाबाद से बैंक खाते बारे नोटिस मिला। इसके बाद उसे पता चला कि प्रेमजीत ने उसके बैंक खाते से अपनी माता की बीमारी के बहाने बैंक खाते में फ्राड किया है। इस पर उसने इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। इस मामले में साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने केस दर्ज कर आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है।

फ्रॉड 2

विदेश भेजने के नाम पर की ठगी

ऑस्ट्रेलिया भेजने के नाम पर 15 लाख ठगे, पुलिस ने केस दर्ज किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

ऑस्ट्रेलिया में वर्क परमिट दिलाने के नाम पर 15 लाख रुपये ठग लिए। पीड़ित को कोसिया भेज दिया, जहां अवैध रूप से पाए जाने पर गिरफ्तार कर भारत भेज दिया गया। पीड़ित सतीश कुमार ने पुलिस में शिकायत दी। पुलिस ने चार आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। ढाणी डूल्ट गांव निवासी सतीश कुमार ने बताया कि 15 सितंबर 2022 को वह अपनी ससुराल कुलेरी गया था। वहां उसकी साली गीता के धर्म भाई विक्रम का फोन आया। विक्रम ने उसे ऑस्ट्रेलिया में वर्क परमिट पर नौकरी दिलाने का झांसा दिया। विक्रम ने कहा कि वीजा, वर्क परमिट और अन्य दस्तावेज वह खुद तैयार करवा देगा। इसके लिए 15 लाख रुपये खर्च होंगे। कुछ रकम पहले और कुछ बाद में देनी होगी। सतीश ने 17 और 19 मई 2023 को विक्रम के कहने पर गीता और अक्षय भूटानी के खातों में आरटीजीएस और यूपीआई से 9 लाख रुपये जमा कराए। इसके अलावा, 23 अगस्त 2023 से 2 जून 2024 के बीच दीप सहारण, गीता और अक्षय भूटान के खातों में 6 लाख रुपये और दिए। 17 अगस्त 2023 को विक्रम ने सतीश को दिल्ली से कोसिया भेज दिया।

थाना अध्यक्ष बोले- जल्द होगी गिरफ्तारी

थाना अध्यक्ष प्रदीप कुमार ने बताया कि ऑस्ट्रेलिया भेजने के नाम पर ठगी करने के मामले में एक महिला सहित चार लोगों के खिलाफ केस दर्ज किया गया है। जांच के बाद आरोपियों को गिरफ्तार किया जाएगा।

प्रधान-उपप्रधान में सुलह, खफा पार्षदों ने बैठक में प्रधान और अधिकारियों को जमकर सुनाई

चौथी बार नप हाउस की बैठक में नहीं आए एक्सईएन, पार्षद बोले- तुरंत बदला जाए

बुधवार को नगरपरिषद हाऊस की बैठक प्रधान राजेन्द्र खिची की अध्यक्षता में हुई। बैठक में एक्सईएन अमित कौशिक नदारद रहे। दरअसल, एक्सईन अमित कौशिक पिछले 6 साल से यहां जमे हुए हैं। प्रधान का कहना है कि अधिकारी उनकी एक नहीं मानते। एक्सइन के सिर पर राजनेता का हाथ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

शहर में ठप्प पड़े विकास कार्यों को लेकर बुधवार को नगरपरिषद कार्यालय में बुलाई गई बैठक में फिर पार्षदों ने जमकर बवाल काटा। विकास कार्य न होने आहत पार्षद गुस्से में थे। भरी मीटिंग में पार्षदों ने प्रधान और उपप्रधान पर जमकर भड़ास निकाली। पार्षदों ने कहा कि नगरपरिषद हाऊस की बैठक में जो प्रस्ताव पास होते हैं, कम से कम उन पर तो काम शुरू होना चाहिए। पार्षदों ने नगर परिषद प्रधान राजेंद्र खिंची के सामने उनके वार्ड में विकास कार्य नहीं होने के आरोप जड़े। गुस्साए पार्षदों ने यहां तक कह दिया कि अगर काम नहीं होते हैं, तो वह इस्तीफा देने को तैयार हैं। प्रधान राजेंद्र खिंची ने पार्षदों से कहा कि वह उनके साथ मुख्यमंत्री के पास जाने को भी तैयार हैं। आज नगरपरिषद की बैठक में पूर्व एक नई पिक्चर भी सामने आई। आज तक एक-दूसरे की टांग खिंचने वाले प्रधान और उपप्रधान एक साथ नजर आए। बैठक से पहले प्रधान राजेन्द्र खिंची उपप्रधान सविता टुटेजा के कार्यालय में गए और वहां मौजूद पार्षदों से भी बात की। बताया जा रहा है कि प्रधान-उपप्रधान में पुराने गिले शिकवे दूर हो गए हैं।

फतेहाबाद। फतेहाबाद। बैठक में अपनी बात रखते पार्षद रमेश गिल्होत्रा।

बुधवार को नगरपरिषद हाऊस की बैठक प्रधान राजेन्द्र खिची की अध्यक्षता में हुई। बैठक में एक्सईएन अमित कौशिक नदारद रहे। दरअसल, एक्सईन अमित कौशिक पिछले 6 साल से यहां जमे हुए हैं। प्रधान का कहना है कि अधिकारी उनकी एक नहीं मानते। एक्सइन के सिर पर राजनेता का हाथ है। वह किसी को कुछ नहीं समझते। इसलिए वह पिछली 4 मीटिंगों में भाग लेने से दूर भाग रहे हैं। इस पर पार्षदों ने कहा कि एक्सईन को बदलकर नया लगाना चाहिए ताकि शहर में ठप्प पड़े विकास कार्य आगे बढ़ सकें। पार्षद मोहन लाल नारंग ने कहा कि पार्षदों द्वारा रखी गई मांगों पर समीक्षा के लिए हर महीने हाऊस की बैठक बुलाई जाए। जो पार्षद तीन बैठकों में अनुपस्थित रहते हैं, उनके खिलाफ भी एक्शन लिया जाए। उन्होंने अधिकारियों को आड़े हाथ लेते हुए कहा कि एक्सईएन पिछली चार मीटिंगों में नहीं आए हैं। न कोई हिसाब दे रहे हैं। ऐसे में उनकी मांग है कि यहां नया एक्सईएन लगा देना चाहिए ताकि हमारे लोगों के काम हो सकें। उन्होंने कहा कि 7 महीने हो गए टेंडर नहीं लगा। बाद में कहा गया कि 50 लाख रुपए से अधिक के टेंडर नहीं लगाएंगे। ऐसे में पार्षदों को मीटिंग में बुलाने का कोई औचित्य ही नहीं है। नारंग ने कहा कि हाऊस की बैठक में जो फैसले लिए जाते हैं, उन्हें तुरंत लागू होना चाहिए, पर ऐसा नहीं हो रहा।

सुनवाई नहीं हो रही

पार्षद रमेश गिल्होत्रा ने कहा कि आज पूरा शहर नगरपरिषद प्रधान राजेन्द्र खिंची की तरफ देख रहा है। पार्षदों की कहीं कोई सुनवाई नहीं हो रही है। वार्डों में विकास के काम ठप्प होकर रह गए हैं। न तो कोई गली बन रही है और न ही पार्षदों के कहने पर लाइटें लगाई जाती है। पार्षदों के हंगामे के बीच प्रधान राजेंद्र खिंची ने कहा कि शहर के विकास को लेकर वह पूरी तरह गंभीर है। अधिकारियों की शिकायत को लेकर वह पार्षदों के साथ सीएम से भी मिलेंगे। बता दें कि पिछली अढ़ाई साल से नगरपरिषद की मात्र 6 बैठकें ही हुई है। 2025-26 के बजट के लिए तीन बजट बैठकें हो चुकी हैं लेकिन सभी बैठकें हंगामे की भेंट चढ़ गई। आखिरकार नगरपरिषद ने पार्षदों की मांग पर आज हाऊस की सामान्य बैठक बुलाई। वीरवार को फिर से बजट बैठक होगी।

हाऊस की बैठक में ये फैसलें

- *अब तक जो काम पैंडिंग पड़े हैं, उन्हें पूरा करवाया जाएगा।*
- *मुरम्मत कार्यों के लिए सभी वार्डों के अलग-अलग टेंडर लगाए जाएंगे।*
- *जिन कामों को प्रशासनिक अनुमति मिल चुकी है, उन्हें जल्द पूरा करवाया जाएगा।*
- *एक्सईन अमित कौशिक का तबादला कर अन्य अधिकारी की तैनाती की मांग की जाएगी।*

---

52 का ठेका, काट डाले 67 पेड़, ठेकेदार पर केस

फतेहाबाद। गांव दैयड़ में काटे गए पेड़।

हरिभूमि न्यूज. फतेहाबाद

गांव दैयड़ में एक ठेकेदार द्वारा पेड़ों को काटकर चोरी करने का मामला सामने आया है। ठेकेदार ने गांव में 52 पेड़ों का ठेका लिया लेकिन 67 पेड़ों को काटकर ले गया। इस बारे गांव की सरपंच द्वारा पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। इस मामले में भट्टूकलां पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव दैयड़ की सरपंच प्रोमिला ने कहा है कि ग्राम पंचायत दैयड़ में काडा विभाग द्वारा किसानों के लिए आरसीसी पाइप डाली जानी थी लेकिन बीच में कुछ पेड़ आ गए। इसको लेकर ग्राम पंचायत ने सभी नियमों के साथ बोली करवाई गई। फतेहाबाद के गुलशन ने बोली देकर 52 पेड़ों को छुड़वाया। सरपंच ने आरोप लगाया कि गुलशन ने बोली में खरीदे गए 52 पेड़ों के अलावा अन्य 15 पेड़ों को भी काटा और इन्हें चोरी कर ले गया है। सरपंच ने बताया कि जब उन्हें इस बारे सूचना मिली तो उन्होंने चौकीदार को मौके पर भेजा लेकिन वहां से नाजायज रूप से काटे गए पेड़ गायब थे। सरपंच ने आरोप लगाया कि फतेहाबाद के गुलशन ने 15 नाजायज पेड़ काटकर सरकारी सम्पति को नुकसान पहुंचाया है। इस मामले में पुलिस ने आरोपी के खिलाफ केस किया है।

इनेलो को मजबूत करना प्राथमिकता : जस्सा

सिरसा। इनेलो के नवनियुक्त जिला प्रधान जसबीर सिंह जस्सा ने कहा कि उनकी प्राथमिकता पार्टी को मजबूत करने की रहेगी। जस्सा ने नियुक्ति पर पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय चौटाला का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि उन्हें जो दायित्व सौंपा गया है उसे वे पूरी निष्ठा से निभाएंगे एवं पार्टी को अपने मूल उद्देश्यों व लक्ष्यों की प्राप्ति की दिशा में ले जाएंगे। उन्होंने कहा कि इनेलो पूर्व उपप्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल, पूर्व मुख्यमंत्री ओमप्रकाश चौटाला व इनेलो के राष्ट्रीय अध्यक्ष अभय सिंह चौटाला द्वारा जनकल्याण के लिए निर्धारित की गई नीतियों व कार्यों से पोषित है और अपने इन्हीं उद्देश्यों को पूरा कर रही है। उन्होंने कहा कि उनका प्रयास रहेगा कि किन्हीं कारणों से कोई भी पार्टी का सदस्य यदि पार्टी से दूर है तो उन्हें पुनः पार्टी में उचित मान सम्मान के साथ शामिल किया जाएगा।

रोटरी क्लब टाऊन व प्रेस क्लब ने लगाया रक्तदान शिविर

एक यूनिट रक्त से बच सकती है चार लोगों की जिंदगी : एडीसी ढालिया

समाजसेवी दिवंगत डॉ. चिरंजीव लाल महतानी के स्मृति में आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

शहर के प्रमुख समाजसेवी रहे दिवंगत डॉ. चिरंजीव लाल महतानी की स्मृति में रोटरी क्लब फतेहाबाद टाऊन व फतेहाबाद प्रेस क्लब द्वारा आज एमएम कालेज में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि अतिरिक्त उपायुक्त अनुराग ढालिया ने रक्तदान शिविर का शुभारंभ करते हुए कहा कि रक्तदान महादान है। एक व्यक्ति के रक्त से चार लोगों की जिंदगी बचाई जा सकती है। रक्त के एक यूनिट में से प्लेटलेट्स व अन्य जीवन रक्षक चीजें अलग की जाती है और मरीज को जिस प्रोडेक्ट की जरूरत होती है उसे वही चढ़ाया जाता है।शिविर की अध्यक्षता करते हुए एमएम एजुकेशन सोसाईटी के प्रधान राजीव बतरा ने की। कालेज प्राचार्य डा. गुरचरण दास ने कहा कि उनका कालेज व स्टाफ सदैव इस तरह सामाजिक प्रकल्पों को प्रोत्साहित करता है। इस अवसर पर डीन ऑफ इन्टरनेशनल अफेयर डा. आरती गौड़ व रोटरी क्लब के पूर्व गवर्नर गुलबहार सिंह एडवोकेट ने रक्तदानियों को शुभकामनाएं दी। रोटरी क्लब फतेहाबाद टाऊन के प्रधान रितेश मुजांल व फतेहाबाद प्रेस क्लब के अध्यक्ष विजय मेहता ने आए हुए अतिथियों का स्वागत किया। आज के शिविर में रक्तदान करने वालों में डॉ. यजुर बतरा, मॉडल टाऊन के पार्षद अर्जुन कटारिया, कपिल शर्मा, सतीश खटक, गुरूदेव सिंह, मानिक अरोड़ा, विजय बजाज, रमेश जिंदल, रोटरी क्लब के सचिव कपिल मेहता आदि मुख्य थे। इस अवसर पर राजन महतानी, रूपन महतानी, एडवोकेट चेतन्य राय महतानी, प्रो. संध्या अग्रवाल, गुरप्रीत सिंह रिटोल, गुलशन अरोड़ा सहित अन्य मौजूद रहे।

फतेहाबाद। रक्तदाताओं को प्रोत्साहित करते अतिथिगण।

समाधान शिविर में नगराधीश ने सुनीं लोगों की समस्याएं, समाधान करने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

- **शिविर में सुशील बिश्नोई ने दी बीडीपीओ के खिलाफ शिकायत, जांच की मांग**

प्रदेश सरकार द्वारा लागू की गई पहल के अनुसार नागरिकों की समस्याओं का निवारण प्रत्येक कार्य दिवस में सुबह 10 से 12 बजे तक समाधान शिविर में किया जा रहा है। बुधवार को आ यो जि त समाधान शिविर में नगराधीश गौरव गुप्ता ने लोगों की समस्याएं सुनी और संबंधित विभागों को तत्परता से निपटान करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि सरकार का समाधान शिविर आयोजित करने का मकसद नागरिकों की समस्याओं का निदान करना है। समाधान शिविर में भट्टू कलां निवासी रणबीर सिंह ने सुभाष चंद्र व उनके परिवार सदस्यों द्वारा गाली गलोच करने व जान से मारने की धमकी देने बारे शिकायत रखी जिस पर संज्ञान लेते हुए नगराधीश ने पुलिस विभाग को आगामी कार्यवाही करने के निर्देश दिए। इसी प्रकार गांव अहरवां निवासी कर्मजीत ने मकान बनाने के लिए आर्थिक सहायता प्रदान करने, भूना निवासी विवेक ने गली का निर्माण न होने बारे, सिंगारा सिंह द्वारा सीवरेज लाइन बारे, सरदूलगढ़ निवासी मनजीत कौर द्वारा आर्थिक सहायता प्रदान करने बारे, हिजरावां खुर्द निवासी अशोक कुमार द्वारा पंचायती राज अधिनियम के तहत बिल्डर्स के खिलाफ जांच बारे, फतेहाबाद निवासी सुशील बिश्रोई द्वारा बीडीपीओ के खिलाफ शिकायत की जांच बारे, विकास कुमार द्वारा धरना देने के स्थान निर्धारित करवाने की मांग की।

फतेहाबाद। समाधान शिविर में नागरिकों की समस्याएं सुनते नगराधीश गौरव गुप्ता।

सेवा के लिए ही मिला है मनुष्य जीवनः स्वामी विजयानंद

सिरसा। श्री गीता प्रचार समिति, सिरसा की ओर से जारी दुर्लभ सत्संग में स्वामी विजयानंद गिरि महाराज ने श्रद्धालुओं को बताया कि सेवा के लिए ही मनुष्य जीवन मिला है। उन्होंने कहा कि किसी प्यासे को पानी पिलाना और भूखे को भोजना करवाने से बड़ी कोई सेवा नहीं है। स्वामी ने कहा कि मनुष्य जीवन का कल्याण केवल और केवल भगवान की भक्ति से हो सकता है। मनुष्य को अपनी शक्ति का उपयोग सिर्फ और सिर्फ सेवा के लिए ही करना चाहिए। भगवान से मिलने के लिए ही मनुष्य शरीर मिला है। उन्होंने कहा कि मनुष्य को अपने जीवन का कुछ हिस्सा भगवान की भक्ति में अवश्य लगाना चाहिए। मनुष्य चाहे कितनी भी तरक्की कर ले और बड़ा आदमी बन जाए, लेकिन वह अंत में काल में ही समा जाएगा।

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 : 8814999173, 9253681005

बैठक | स्कूलों में नामांकन बढ़ाने, नवोदय एडमिशन व निपुण योजना में सराहनीय काम करने वाले होंगे सम्मानित

शिक्षकों को सम्मानित करेगा प्राथमिक शिक्षक संघ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ द्वारा मई माह में शिक्षक सम्मान समारोह का आयोजन किया जा रहा है। इस समारोह में आगामी शैक्षणिक सत्र में प्राथमिक विद्यालयों में छात्र संख्या बढ़ाने वाले शिक्षकों के अलावा जवाहर नवोदय विद्यालय में छठी में एडमिशन की तैयारी करवाने वाले शिक्षकों तथा निपुण योजना में सराहनीय कार्य करने वाले शिक्षकों को विशेष तौर पर सम्मानित किया जाएगा। समारोह की तैयारियों को लेकर आज राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ की बैठक जिला प्रधान विकास टुटेजा की अध्यक्षता में हुई। बैठक में विशेष तौर पर चेयरमैन देवेन्द्र दहिया, राज्य कानूनी सलाहाकार दलीप बिश्नोई, जिला वरिष्ठ उपप्रधान भजन कम्बोज, उपप्रधान राकेश मदान, महासचिव योगेन्द्र वर्मा, जिला संरक्षक सुरेन्द्र नैन, जिला कोषाध्यक्ष पवन चमारखेड़ा, भट्टू प्रधान अजीत छाबा, टोहाना प्रधान गुरनाम सिंह, फतेहाबाद खंड प्रधान अशोक मिघानी, जिला कार्यकारिणी सदस्य धर्मवीर झाझड़ा, अनूप गोरा सहित अनेक पदाधिकारी मौजूद रहे। जिला प्रधान विकास टुटेजा ने बताया कि राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ ने आगामी शैक्षणिक सत्र में प्राथमिक विद्यालय में छात्र संख्या बढ़ाने या मौजूदा छात्र संख्या कायम रखने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित करने का निर्णय लिया है। उन्होंने कहा कि एक तरफ सरकार जहां चिराग योजना जैसी स्कीम लाकर सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों का दाखिला प्राइवेट स्कूलों में करवाकर स्कूलों को बर्बाद करने पर तुली है वहीं दूसरी ओर शिक्षकों ने हार न मानते हुए स्कूलों में छात्र संख्या बढ़ाने पर पूरा जोर लगा रखा है।

फतेहाबाद। सम्मान समारोह को लेकर बैठक में चर्चा करते प्राथमिक शिक्षक संघ के पदाधिकारी।

बैठक में बनी रणनीति

उन्होंने कहा कि जिले के प्रत्येक खंड में जिन विद्यालयों में छात्र संख्या में बढ़ोतरी होगी या पुरानी संख्या बरकरार रहेगी, उन विद्यालयों के मुखिया को सम्मानित किया जाएगा। छात्र संख्या की तुलना 31 मार्च के मुकाबले 25 मई तक छात्र संख्या से की जाएगी। इसके अलावा वर्तमान सत्र में निपुण योजना के तहत आयोजित प्रतियोगिताओं में खंड व जिला स्तर प्रथम आने वाले शिक्षकों व विद्यार्थियों को भी संघ द्वारा सम्मानित किया जाएगा। उन्होंने बताया कि जवाहर नवोदय विद्यालय में कक्षा छठी में प्रवेश के लिए हुई परीक्षा में प्राथमिक विद्यालयों के अनेक विद्यार्थियों ने यह परीक्षा उत्तीर्ण की है। ऐसे में संघ ने निर्णय लिया है कि वर्तमान शैक्षणिक सत्र में जिन विद्यालयों से नवोदय में विद्यार्थियों के दाखिले हुए हैं।