







ग्रामीणों द्वारा तार के बनाये फेंडे में फंसा जंगली जानवर, गंभीर रूप से घायल



भवनाथपुर। याना क्षेत्र के अंतर्गत मकरी पंचायत के दूधमनिया जंगल के बहरखाड़ी में ग्रामीणों के द्वारा जंगली जानवरों को तार के बने फांसे में फंसा कर मारने के लिए लगाए गये फांसे में बीती रह एक ट्रॉप हाइमा जानवर के फंसने से बुरी तरह घायल हो गया है। मीडिया द्वारा इसकी सूचना रेजर प्रमोद कुमार ठाकुर को दी गई। रेजर प्रमोद ठाकुर के नेतृत्व में वन विभाग की टीम मौके पहुंची। बड़ी मुश्किल से फेंडे के फंसे जानवर को निकाला गया। फेंडे में फंसने से स्ट्रॉप हाइमा जानवर का पैर एंड गर्भन पूरी तरह जख्मी हो गया। समाचार लिखे जाने तक गधेर रूप से घायल जानवर का इलाज वन विभाग द्वारा किया जा रहा था। वही वलच तार से बनाए गए फेंडे को जबकर लिया। वन विभाग के प्रभारी फॉरेस्टर ओम प्रकाश उत्तरांग, राहुल रिंग, सचिव चक्रवर्ती, सुनील राय, दायाशकर सिंह, अपरेंट महेंत, निशांत कुमार एवं प्रथमत थे। वन्यजीवों की सुरक्षा पर खड़े हुए सवाल: ट्रॉप हाइमा जानवर के फेंडे में फंसे की इस ताजा घटना में वन्यजीवों की सुरक्षा पर सवाल खड़े कर दिए। इस घटना से साफ है कि जंगल और गांव के सीमाओं पर फंदा लगाकर वन्यजीवों की धड़लें से शिकार किया जा रहा है। इससे पूर्व में भी केलान, बरवारी, घग्गरा, लहरहा के जंगलों में फंदा लगाकर जानवरों का शिकार किया जा रहा है। वन विभाग द्वारा शिकारियों को जेल भेजा गया है।

रेजर प्रमोद ठाकुर से न कहा कि घटनास्थल पर वलच तार से बनाए गए फेंडे की जांच कर जो भी दोषी होंगे इन पर कठोर कार्रवाई की जाएगी।

## इलाज के दौरान एक व्यक्ति की मौत

केतार। प्रखंड क्षेत्र के लोहराडा, पंचायत के मेरीनी गांव निवासी संतोष पासवान (उम्र 34वर्षीय) की मृत्यु रविवार को इलाज के दौरान राती के रिस्स में हो गई। मृतक को फेंडा में कैंसर हो गया था। मृतक अपने ससुराल में ही रहता था इसके मृत्यु से इनका घर बिखर गया। मृतक का दो पुत्र और एक पुत्री हैं। मृतक का शव मेरीनी गांव पहुंचते ही मृतक की पती सहित अन्य सरस्य द्वारा मारकर रोन लगे, गांव में मातम परस गया। मौके पर मुखिया प्रतिनिधि सिताराम शर्मा, रामाकांत भारती, कुलदीप वीरेंद्र सहित केंद्रीय ग्रामीण पहुंचरन मृतक के आसा के शास्ति के लिए प्राप्तानी की और पराजेनों को ढांडस बढ़ाया। मुखिया प्रतिनिधि सिताराम शर्मा ने सरकारी सहयोग एवं व्यक्तिगत सहयोग करने की बात कही।

## 48 मतदान केंद्रों पर विशेष कैंप आयोजित

खरोंधी(गढ़वा)। प्रखंड के 48 मतदान केंद्रों पर मतदान सूची संविधान पुनरीक्षण कार्यक्रम 2023 को लेकर रविवार को विशेष कैंप आयोजित किया गया। इस दौरान मतदान सूची में नाम जोड़ने के लिये प्रप्र 6, मतदान सूची से नाम हटाने के लिये प्रप्र 7 तथा मतदान सूची में नाम, पता, उम्र आदि गलत होने पर सुधार के लिये प्रप्र 8 प्रास किया गया। साथ ही मतदानों की गोटर कार्ड से आवार एवं मोबाइल नंबर लिंक करने के लिए 6वीं प्रप्र भरा गया। पुनः आगामी 19नवम्बर शनिवार एवं 19 नवम्बर रविवार को विशेष कैंप का आयोजन किया जाएगा।

## कुएं ने युवक का शव मिलने से क्षेत्र में लोगों के बीच दहशत

रमना। भोगटीह धंगयत के दुंधी ग्राम के गड्डे ठोला निवासी कमलसे चंद्रांशी के 25 वर्षीय पुत्र ओमप्रकाश चंद्रवीरी उर्फ गुड़ का शव मिलने से पूरे इलाके में सनसनी फैल गई। जानकारी के मुताबिक रविवार सुहृद ग्रामीणों ने खेंडे सिंह के पानी भरे तुर्पे में शव का तैराता हुआ देखा इसके बाद आस-पास के लोगों को जानकारी दिया। कुए में शव देखे जाने की सूचना मिलते ही ग्रामीणों की सेकड़ी की सख्तांश घटनास्थल पर इकड़ा हो गई इसकी सुनना स्पना थाना को दिया गया। मृतक के पिता हमार्गांत जानवर कमत्री चंद्रवीरी ने बताया कि तीन दिन पूर्व मेरा पुत्र अपने दो दोस्तों के साथ घर से निकला था उसके बाद आज रविवार को अनानक ठोला के कुआ से शव मिला। घटना के सूचना पालन थाना प्राप्तारी सुधार्य कुमार व एस. आई विवेक पंडित पहुंच कर शव को अपने कंडों में लेते हुए पोर्टस्टाम्प के लिए गढ़वा सदर अस्पताल भेज दिये और मृत्यु के कारणों का जांच आरंभ कर दिया।

## राजी में शिव-शिष्य बसंत लाल श्रीवास्तव के घर पर शिव चर्चा का आयोजन

खरोंधी(गढ़वा)। रविवार को प्रखंड के राजी में शिव शिष्य बसंत लाल श्रीवास्तव के घर पर शिव चर्चा परिचयों का आयोजन किया गया। शिव चर्चा का संचालक गुरु भाई बसंत लाल श्रीवास्तव ने कहा को करोनों का लाल में शिवीं की स्थिति किया गया। लाल समय के पश्चात प्रखंड में भगवान शिव का परिचय हो गया है। संचालक बसंत लाल श्रीवास्तव ने कहा भगवान शिव अनन्दि तेज के साथ घर से जीवन के लिए उत्तरांग ले रहे हैं। भगवान शिव की महिमा सभी धर्म गत्यों में दरसाया गया है। भगवान शिव की दद्या से ही आपके घर परिवार सहित आसपास के क्षेत्रों में खुशिया ही खुशियों रहेंगी। इस दौरान प्रमिला देवी, संधु रावं, नताशा श्रीवास्तव, सरसवीं देवी, कमला देवी, उषा, सहमनिया देवी शिव शिष्य उपस्थित थे।

## सरकार आपके द्वार कार्यक्रम आयोजित

श्री बंशीधर नगर। प्रखंड के भोजपुर पंचायत स्वायत्रलय परिसर में आपकी योजना, आपकी सरकार, आपके द्वार कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में कुल 1454 आयोजन प्राप्त होये, जिसमें 1030 आयोजन का त्वारीकरण किया गया। कार्यक्रम का उत्तरांग प्रखंड विवाह सप्तविंशतीकारी श्रवण राम, प्रखंड 20सूची अध्यक्ष शैलेश कुमार चौधेरी, जिला परिषद सदस्य बाला रामी, पुरिया ओमप्रकाश उर्मो ने सुयोगरूप से दीप प्रज्ञिति कर दिया। इस अवसर पर बींडोंगों द्वारा जलायी गयी तार के बनाए गए फांसों को जानवरों की जानकारी देना तथा इसका लाभ समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाना है। उन्होंने कहा कि आप अपनी समस्याओं को लिखितरूप में सम्बोधित विभाग के स्टॉल पर जमा करावें। आपकी समस्याओं का निदान करने की दृश्या में गढ़वा इसका कार्यक्रम उर्मो ने लगाया। कार्यक्रम में सभी विभागों का अलग अलग स्टॉल लगाया गया। कार्यक्रम में कुल 1454 आयोजन प्राप्त हुए।

## सार्वीय नवीन मेल

# गढ़वा

डालटनगंज(मेदिनीनगर), सोमवार 14 नवम्बर 2022

04

## डीलर द्वारा कम राशन दिए जाने से नाराज लाभुकों ने लेने से किया इनकार

# पिछले छह माह से यात्रा में कटौती कर रहा है विकास महिला समूह के डीलर : ग्रामीण

## नवीन मेल संवाददाता

चिनियां। प्रखंड मुख्यालय क्षेत्र अंतर्गत ग्राम पंचायत के बचवाना गांव में रविवार को राशन कार्ड धारी लाभुकों ने डीलर के द्वारा एंड जैन वाले राशन को लेने लिए इनकार किया है। ग्रामीणों ने डीलर पर वह आरोप लगाते हुए कहा विकास महिला समूह के डीलर मुनी देवी पति राम प्रताप यादव के द्वारा हम लोगों को आज पिछले 6 महीने से राशन में कटौती कर राशन कार्ड धारीयों पर दोहरा यार किया जा रहा है। हम लोग यादव के लिए तथा करवाई के लिए विकास एवं उत्तरांग उच्च अधिकारियों को देकर कार्रवाई की मांग करें। मामले में अंतर्वाहिकारी सभा एवं नियांत्रण संघ से पूछे जाने पर उन्होंने बताया कि वकला गांव के लाभुकों का पिछले 6 महीने से राशन में कटौती होने की जानकारी मिली है। मैं यह खुम्हरी की विशुद्ध वाचन का परिचय देते हुए अपनी प्रतिभा के बहतर प्रदर्शन कर अपनी संस्था का जाम लगाता हूं।



फक्क पड़ने वाला नहीं है। तथा कहते हैं कि मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन चफला गांव के लोगों का राशन कम कर दिया है। वहीं अगस्त माह का प्रीवी वाला लोगों को आज पिछले 6 महीने से राशन में कटौती होने की जाएगी। इसको 3 किलो तो किसी 4 किलो तो किसी 6 किलो तो किसी 8 किलो तो किसी 10 किलो तो किसी 12 किलो तो किसी 14 किलो तो किसी 16 किलो तो किसी 18 किलो तो किसी 20 किलो तो किसी 22 किलो तो किसी 24 किलो तो किसी 26 किलो तो किसी 28 किलो तो किसी 30 किलो तो किसी 32 किलो तो किसी 34 किलो तो किसी 36 किलो तो किसी 38 किलो तो किसी 40 किलो तो किसी 42 किलो तो किसी 44 किलो तो किसी 46 किलो तो किसी 48 किलो तो किसी 50 किलो तो किसी 52 किलो तो किसी 54 किलो तो किसी 56 किलो तो किसी 58 किलो तो किसी 60 किलो तो किसी 62 किलो तो किसी 64 किलो तो किसी 66 किलो तो किसी 68 किलो तो किसी 70 किलो तो किसी 72 किलो तो किसी 74 किलो तो किसी 76 किलो तो किसी 78 किलो तो किसी 80 किलो तो किसी 82 किलो तो किसी 84 किलो तो किसी 86 किलो तो किसी 88 किलो तो किसी 90 किलो तो किसी 92 किलो तो किसी 94 किलो तो किसी 96 किलो तो किसी 98 किलो तो किसी 100 किलो तो किसी 102 किलो तो किसी 104 किलो तो किसी 106 किलो तो किसी 108 किलो तो किसी 110 किलो तो किसी 112 किलो तो किसी 114 किलो तो किसी 116 किलो तो किसी 118 किलो तो किसी 120 किलो तो किसी 122 किलो तो किसी 124 किलो तो किसी 126 किलो तो किसी 128 किलो तो किसी 130 किलो तो किसी 132 किलो तो किसी 134 किलो तो किसी 136 किलो तो किसी 138 किलो तो किसी 140 किलो तो किसी 142 किलो तो किसी 144 किलो तो किसी 146 किलो तो किसी 148 किलो तो किसी 150 किलो तो किसी 152 किलो तो किसी 154 किलो तो किसी 156 किलो तो किसी 158 किलो तो किसी 160 किलो तो किसी 162 किलो तो किसी 164 किलो तो किसी 166 किलो तो किसी 168 किलो तो किसी 170 किलो तो किसी 172 किलो तो किसी 174 किलो तो किसी 176 किलो तो किसी 178 किलो तो किसी 180 किलो तो किसी 182 क







# सुगम नहीं है शिक्षा की डगाए

सम्पादक की कलम से... 

## स्थापना दिवस व राष्ट्रपति महोदया

**झारखंड** में स्थापना दिवस की तैयारी अंतिम मुकाम पर है। कभी राज्य की राज्यपाल रहीं ग्रोपदी मुर्मु राष्ट्रपति के रूप में यहां पधरेंगी। ऐसे में इस गौरव के क्षण का समेटने के लिए मुख्यमंत्री हेमंत सारेन तैयार दिख रहे हैं। वह शिक्षा एवं रोजगार संबंधी योजनाओं की शुरुआत करेंगी। वह राज्य में छात्रों की शिक्षा और योग्यता से जुड़ी योजनाओं की शुरुआत करेंगी। राज्य मन्त्रिमंडल में इन योजनाओं को मंजूरी दी है। मुख्यमंत्री की अध्यक्षता में हुई कैबिनेट की बैठक में स्वीकृत की गयी इन योजनाओं में छात्रों की पढ़ाई-लिखाई की व्यवस्था के साथ बाहर रहे पर आने वाले खर्च के बहन की भी व्यवस्था है। कैबिनेट के फैसले के मुताबिक, इन योजनाओं के तहत छात्रों की शिक्षा संस्थान तक आने-जाने के लिए परिवहन भत्ता और प्रशिक्षण के बाद रोजगार नहीं मिलने की स्थिति में एक साल तक बेरोजगारी भत्ता मिलेगा। मन्त्रिमंडल सचिव वंदना डाढ़ेल की माने तो गैर आवासीय प्रशिक्षण लेने वाले युवाओं को हजार रुपये परिवहन भत्ता और कोलांग प्रशिक्षण के तीन महीने के अंदर रोजगार नहीं मिलने पर रोजगारी मिलने तक अवधा एक वर्ष तक एक हजार रुपये प्रति माह बेरोजगारी भत्ता दिया जायेगा। उन्होंने बताया कि तकनीकी परीक्षाओं के लिए कोरिंग और 2500 रुपये छात्रवृत्ति की भी योजना को स्वीकृती दी गयी है जिसके तहत राज्य सरकार दसवीं पास छात्रों को इंजिनियरिंग, मेडिकल, मास क्यूनिकेशन, सीए, होटल मैनेजमेंट की परीक्षाओं की तैयारी के लिए 2500 रुपये छात्रवृत्ति देगी। प्रशिक्षण योजना के तहत 27 हजार छात्रों को नौकरी के लिए प्रशिक्षण दिया जायेगा। इसके तहत यूपीएससी, बैंक, रेलवे और कम्पनीय चयन आयोग की परीक्षा की तैयारी करने वाले युवाओं की मदद की जाएगी। इसी प्रकार गुरुजी स्टूडेंट क्रोडिट कार्ड योजना के तहत 15 लाख रुपये तक का गारंटर राज्य सरकार बनेगी। राज्य सरकार मान्यता प्राप्त तकनीकी संस्थानों में नामांकन के लिए छात्रों के बैंकों के माध्यम से 15 लाख रुपये तक का क्रोडिट कार्ड दिलाएगी। संस्थान की फीस के हिसाब से 70 प्रतिशत राशि सीधे संस्थान को दी जाएगी और 30 प्रतिशत राशि गैर संस्थान कारों के लिए खर्च किया जा सकेगा जिसमें काव व्याप, लैंपायर खरीदने का या पुस्तक एवं अन्य सामग्रियों के व्याप शामिल हैं। राज्य सरकार के प्रवक्ता के अनुसार राज्य स्थापना दिवस समारोह में मुख्य अंतिम के तौर पर शामिल हो रही राष्ट्रपति ग्रोपदी मुर्मु 15 नवम्बर को इन योजनाओं की औपचारिक शुरुआत करेंगी। दूसरी तरफ संथाल परगना और कोल्हान प्रमंडल के अलग-अलग क्षेत्रों में प्रमुख सङ्कालन के चौड़ीकरण और मजबूतीकरण व पुनर्निर्माण योजनाओं के लिए 700 करोड़ रुपये की योजना भी उनके नामांकन पर 2022 में मानसून के आगमन में देरी से फसल आचानक में करी होने के कारण खारेखढ के 22 जिलों के 226 प्रखंडों को सूखाग्रस्त घोषित करने संबंधी निर्णय विधायी स्वीकृति को जर्मन पर उतारा जायेगा। ऐसे में स्थापना दिवस को लेकर चारों तरफ उछास का बातावरण है। आखिर इस दिन बहुत सारी योजनायें जहां एक ओर चलायी जायेंगी। वहां राष्ट्रपति महोदया के आगमन से झारखंड में विकास यात्रा की एक नयी शुरुआत से इनकार नहीं किया जा सकता है।

## आज का इतिहास

1932 : इराक ब्रिटेन से स्वतंत्र हुआ।

1978 : कलकत्ता (अब कोलकाता) में पहले और दुनिया में दूसरे टेस्ट ट्रूब बैंक की जन्म हुआ।

1984 : भारत की सबसे लंबी दूरी की देने हुए हमसागर एक्सप्रेस कन्याकुमारी से जम्मू तकी के लिए रवाना की गई।

1992 : गोंते सेठी ने विश्व पेशेवर विलियर्स चैम्पियनशिप जीता।

1994 : भारत ने सुश्राव परिषद की स्थायी सदस्यता के लिए और प्रचारिक स्पूर से अपना दावा पेश किया।

1995 : चीन एवं इंग्लैंड के बीच लाहंगांग के सुगम हस्तांतरण पर समर्पित बनी।

1996 : पाकिस्तानी बल्लेबाज शहिद अफरीदी ने एक दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय मैच में 37 गेंदों में शतक बनाकर इतिहास रचा।

2003 : पाकिस्तान ने हटक-मिसाइल का परीक्षण किया।

2011 : विश्व के चौथी वरीयता प्राप्त ब्रिटिश टेनिस खिलाड़ी एंडी मेरे ने अमेरिका के डोलन्ड यॉन को हराकर अपना एक एकल खिलात जीत लिया है।

2011 : पेंटर बाबू के नाम से चर्चित पाकिस्तानी चित्रकार वसील ने दुनिया को शार्टी और प्रेम का सदैश देने के लिए अपने खून से महानांग मार्गी।

2013 : इतालवी हीरा लार्सेंदुसा के पास एक नाव के दूब जाने से करीब 134 लोगों की मौत हो गई।

1492 : ब्रिटेन के किंग हेनरी सप्तम ने फ्रांस पर आक्रमण किया।

1869 : राष्ट्रपति महात्मा गांधी की जन्म हुआ।

1998 : विहार के प्रमुख गांधीवादी रचनात्मक कार्यकर्ता एवं स्वतंत्रता सेनानी प्रजापति मिश्र का जन्म हुआ।

1904 : भारत के दूसरे प्रधानमंत्री लालबहादुर शास्त्री का जन्म हुआ।

1924 : गार्ड्संघ को शक्तिशाली बनाने के उद्देश से लाया गया जेनरो प्रस्ताव महासंघ द्वारा स्वीकृत हुआ कि उसकी पुष्टि हुई।

## लंगांक के नाम पाठकों की पाती बड़े सब्जी बाजार की आवश्यकता

यह शहर काफी पुराना है। यहां पहले सब्जी बाजार और पुराना खस्सी मार्केट

रहा जब तक मैं वही बहां से खात्म हो गया है। हमीदांज की भी एक खस्सी

मार्केट हुआ करता था वही भी अब वहां पर रहा है। अब चाम की ही खस्सी

मार्केट है। शहर की बड़ी हुई आवादी व इसके क्षेत्रफल के कारण अभी

बाजार सतार सेठी थौक से लेकर मनी टेलर तक पहुंच गया है। पहले यह खेत मुहुर्ले

में आया करता था। वही मास का मार्केट एक जगह नहीं होकर कई थौक-वीड़ी

पर दिखाई देने लगा है। शहर के कई स्थानों पर लोग सुविधा के अनुसार बाजार लगाने लगे हैं। उनमें से गांधी मैदान के समीप, सुदान गायत्री मैदान रोड में पीपल के पास, जेलहाटा थौक सोहसा बस सालिक के आवास के समन्वे, बैरिया

थौक, सिंगार्ड विभाग, रेडमा पुराना रांधी रोड आप जगह की रेडमा से लेकिन बाजार लगाना है। मैं आपके

लोगों के लिए दिखाई देनी चाहता हूं। विश्व सामाजिक अवसरों के लिए इसकी

सेवा आवश्यकता है। जैसा कि आवश्यकता है। इसकी जगह बड़े सब्जी बाजार की आवश्यकता है।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

स्थानीय परायारियों के लिए खुदरा सब्जी बाजार से अलग व्यवस्था की जाये।

■ आदर्श कुमार, मेदिनीनगर।

# हरीतकीं भुख राजन्!

गौ के मूँफ को मिठी के पत्र में छानकर उसमें छाड़ी हरड़ प्रायः सौ ग्राम या दो सौ ग्राम डाल दें। चौबीस घंटे के बाद उसे निकालकर एक साताह छाया में सुखायें। इसके बाद गंधूत में मन्दानि से उसे भूनकर काला नमक

(आवश्यकतानुसार) मिला दें, तदनं चौड़ी शीशी में रख लें। नित्य दोपहर में भोजन के बाद तथा रात्रि में सोते समय एक-एक हरड़ जल के साथ चबा लिया करें, इसमें जीवन में कभी उदर विकार-मलाव रोध रोग होगा ही नहीं : चौंक- सर्वेषामेव रोगाणा निदानं कुपित मलः अथर्वं सभी रोगों की जड़ कुपित हुआ मल ही है ऐसा कहा गया है। हरीत कहिंता जो कि आयुर्वेद का प्राचीन तथा प्रामाणिक ग्रन्थ है, उसमें हरीत मूलि ने शिव्यभाव से महामुनि अगस्त्य जी से आरोग्य सम्बंधी जो प्रश्न किये, उनमें सर्वाधिक गुण :- पाचन, मूरुचन, दीपन, रसायन, शास्त्रानुसारी।

आपाय्य वर्णन :- हरड़ या हर्र एक ऐसा स्वविसद्ध रसायन है, जिसके अनुपान खेद से सेवन करने पर रोग नहीं होते। विशुद्ध नीरोग

मार्निंग हैबिट्स को अपनाकर तेजी से करें वेट लॉस

अर्थ है कि आप उठने के बाद 40 मिनट के भीतर अपना नाशता अवश्य कर लें। दरअसल, जब आप ऐसा करते हैं तो उसे आपका मेटार्मोलिङ्म अधिक बेहतर तरीके से काम करना शुरू कर देता है। ऐसे में आपके द्वारा खाया गया भोजन फैट के रूप में स्टोर होने के स्थान पर एन्जीन में बदल जाता है। अगर आप प्रॉफ मील नहीं ले सकते हैं तो कम से कम कुछ नट्स ले लें। इसके बाद आप नाशता कर सकते हैं।

लें पर्याप्त धूप : यह बेहद आवश्यक है कि आप अपनी कुछ आदों में बदलाव करें। जी हां, ऐसी कई हैंटिंग्स होती हैं, जो आपकी वेट लॉस जर्नी के अधिक आसान बनाने में मददगार हो सकती हैं।



करती है। सूर्य के प्रकाश के कारण शरीर को विटामिन डी मिलता है। खासतौर से, हर सुबह लगभग 15 मिनट के लिए यहू वेट लॉस को अधिक स्पैड अप करती है।

ज़रूर करें एक्सरसाइज़ : यूं तो लोग अपने समय की सूखलियत के अनुसार एक्सरसाइज़ करते हैं, लेकिन आगर आप सच में हेल्पी तरीके से वजन घटाना चाहते हैं तो ऐसे में सुबह के समय एक्सरसाइज़ करने की आदत डालें।

सुबह के समय एक्सरसाइज़ करने से आप खुद को अधिक एक्टिव महसूस करते हैं, जिससे आपको बॉडी अधिक एक्टिव होती है और आपका वजन कम होना सुख हो जाता है।

अपनाएं 40 मिनट रूल : यह देखने में आता है कि कुछ लोग ब्रेकफास्ट तो करते हैं, लेकिन उठने के बाद वे काफी देर तक नाशता नहीं करते हैं। हालांकि, वेट लॉस के लिए आपको 40 मिनट रूल अपनाने की जरूरत होती है। जिसका

अर्थ है कि आप उठने के बाद लॉस को खाने से ज़रूर रहोती है। यदि हम निरन्तर खाने ही रहते हैं तो यह हमारे शरीर का वजन बढ़ा देता है जैसे कि इससे वजन बढ़ती है जो जीवन की साथी होती है। अपने इच्छित लॉसों को प्राप्त करने के लिए लॉब समय तक कड़ी मेहनत करनी पड़ती है जिससे हमारे शरीर को खाने पीने की भी ज़रूरत होती है। यदि हम निरन्तर खाने ही रहते हैं तो यह हमारे शरीर का वजन बढ़ा देता है जैसे कि इससे शरीर-धीरे मोटापे का शिकार होने लगा जाता है।

वैसे तो वजन घटाने के बहुत सारे तरीके होते हैं जो पोषक तत्वों से भरपूर होने के साथ आपको प्रोटीन भी प्रदान करते हैं और इनकी सहायता से आप आसानी से वजन घटा सकते हैं। लेकिन एक प्रकार का भोजन ऐसा भी है जो न केवल पोषक तत्वों से भरपूर होता है, बल्कि स्वादिष्ट भी होता है और वह ही सुमुद्री भोजन। तो आज हम जारीगे कैसे सी फूड वजन घटाने में मदद करता है।

समुद्री भोजन खाने से कैसे घटायें वजन

मछली : बात करें सी फूड की तो मछली वजन घटाने का एक महत्वपूर्ण घटक है जो आपको

तेजी से वेट लॉस में मदद करता है। यह एक

ऐसा भोजन है जो खाने में एकदम पेट भर देता

है लेकिन यह हक्क देने के कारण कम खाया

जाता है इस सी फूड की वजहे एक खासियत है कि यह कम खाया जाने वाला सी फूड है जो वजन घटाने में सहायक होता है।

केकड़ा : पूरे भारत में केकड़ा सबसे पसंदीदा

समुद्री व्यंजनों में से एक है। कोलकाता, दिल्ली

भारत में केकड़ा तूंकी, केकड़ा करी और केकड़े

सुप भारत में सबसे ज्यादा प्रसिद्ध है। यह प्रोटीन

से भरपूर होता है और वक्सा में कमी के कारण

वजन घटाने में भी मदद करता है।

सीपूड़ को अधिकतर हृदय संबंधी वीमारियों के

(घनविश्वशिवा) गुड़ा गुटिका त्रिदिनं वदनामुजमय्युता। हरित श्वशनं कसनं लूने लूनेव हिंहं हृदयोपगता ॥। अर्थात लोलिम्बराज अपनी प्रियतमा धर्मपती से कहते हैं कि प्रिये।

घन- मूरा, विश्व- सोटं और शिवा- हरड़ इनको समाप्ति में लेकर फिर उसके बाबर

पुराना गुड़ मिलाकर गोली बना तीन नित्य

चूमें तो रोगी के शास्त्र-कास के लिये भाग जायें।

जैसे वराणस (ब्रह्मगंगा, ना) के साधार्य से शीत पलायन कर जाता है।

तदनुसार एक वैद्य में एक राजा को ऋतु के अनुरूप हरड़ के सेवन की विधि बताते हुए एसीरावंदि दिया, कहा कि- हे राजन! आप ऋतु के साथ लूलावर गोली के बाबर देखियों में कार्य करने की क्षमता उत्पन्न करती है और वात, पित्त, कफ, इन त्रिदोषों का मूलतः शमन करती है।

तथा मल-मूर, पसोना आदि दुर्गांश्च भूमलों का संप्रोति करने के बाबर देखियों के बाबर हरड़ का सेवन करें, यथा-

ग्रीष्मे तुल्यगुणं सुसैवयुतं मेघादृवनद्विरेष, तुल्य शर्करा शरद्यमलया शुद्धया तुष्टरागमें।

पिपल्या शिशिरं वसन्तसमये क्षेत्रेण संयोजितम्

राजन् ग्राय वैदितकीमिव रूजो नशवन्तु ते शत्रवः ॥।

अर्थात हे राजन! जैसे ऋतु के अनुरूप-ग्रीष्म ऋतु में हरीतकी के बाबर गुड़ के साथ और वर्षा-ऋतु में सेंधा नमक के साथ, शरद-काल में अंबला चूर्चा के साथ, हेमताकाल में सोटं

वशं विश्वामित्रं करने की क्षमता है।

राजन् ग्राय वैदितकीमिव रूजो नशवन्तु ते शत्रवः ॥।

अर्थात हे राजन! आप अनेक कटुक कुट्टक कथाय आवधि औषधि न खाकर केवल हरड़ का ही नित्य सेवन करें, यह माता (शिवा)-

के समान हिंतकारिणी है। माता कभी-कभी किसी कारणवश कुपित हो भी सकती है,

परन्तु उदर में स्थित हरड़ की कारणवश वश कुपित हो भी सकती है, परन्तु उदर में

प्रत्येक रिथित में मधुर्य के अनेक रोग कट

करती है। मधुमुन अगस्त्य तथा शिव्यभाव

को प्राप्त मुनिवर हरीतके हरड़-गुणात्मक

इस प्रसंग से मानवमात्र को आयु- आरोग्य

एवं ऐश्वर्य की वृद्धि करने के लिये प्रेरणा

प्राप्त करने की क्षमता है।

राजन् ग्राय वैदितकीमिव रूजो नशवन्तु ते शत्रवः ॥।

यह ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय

धूप रहेगा। आप भावती हो जायें।

उदर ग्रीष्म ऋतु के लिये एक अद्वितीय</p

## KASHYAP'S DENTAL CLINIC



Dr. Vaibhav Kashyap

Oral &amp; Dental Surgeon, C.c. Endodontist &amp; Implantologist Certified Orthodontist, MIDA

"Smiles &amp; More"

छात्र-छात्राओं के लिए

50% की छूट



## Facilities

- ❖ आरसीटी
- ❖ पायरिया का ईलाज
- ❖ टेहे-मेहे दाँतों का ईलाज
- ❖ स्माईल डिजाइन
- ❖ इनविजिवल विल्पन
- ❖ दंत रोपण
- ❖ फिक्स दाँत लगाना
- ❖ अत्यधुनिक मशीन और तकनीक के द्वारा ईलाज

## CHAMBER

SKYLINE - 4006, 4th Floor, Kadru, Opp. Dr. Lal's Hospital, Ranchi

Contact No. : 9199533383, 7903835453

Time : 9 am to 2 pm &amp; 4 pm to 8 pm

Sunday : 9 am to 2 pm

E-mail : vaibhav.kashyap2011@gmail.com

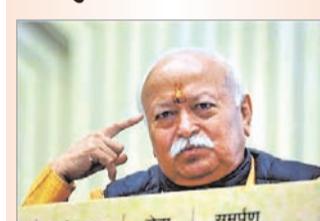
## न्यूज गैलरी

रोड एक्सीडेंट में मशहूर एक्ट्रेस कल्याणी का निधन

मुंबई (एजेंसी)। मनोरंजन जगत से हाल ही में एक दुरी खबर सामने आयी है। मराठी एक्ट्रेस कल्याणी कुराले जाधव का कल रात

(12/11/2022) एक सड़क दुर्घटना में निधन हो गया। कथित तीर पर एक रेस कारों को काल्हापुर रोड पर छंपर वाहन ने टक्कर मार दी, जब वह अपना रेस्टोरेंट बंद करके अपने घर जा रही थी। कल्याणी का रेस्टोरेंट हलोंदी सागली फाटा में स्थित है और दुर्घटना रेस्टोरेंट के आसपास हुई है। कल्याणी ने कुछ दूरी पर एक घर जाने के बाद जाधव को रेस्टोरेंट खोला था और रोज रेस्टोरेंट में रहमानों को हड़ल रखा।

कल्याणी अपना बिजनेस और शूटिंग दोनों ही संभालती थी। काम की बात करें तो कल्याणी कुराले जाधव को आरप्त बाबा शो 'दखवा राजा ज्योतिबा' और 'तुड़ा जीव रंगां' में देखा गया था। इसके बाद उहाँने एक टीवी शोज में आहम भूमिकाएं निभाई थीं। विदेशी आक्रमणों के चलते रुक गया था आयुर्वेद का प्रसार : भागवत



## मिस्त्र में नहर में गिरी बस, 22 लोगों की मौत

काहिरा (एजेंसी)। मिस्र की राजधानी काहिरा के उत्तर में डकलिया प्रांत में एक बस नहर में गिरने से 22 लोगों की ढूबकर

मौत हो गयी। इस हादसे में छह लोग गंभीर हैं। इन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है। मीडिया रिपोर्ट में मिस्र के स्वास्थ्य और जनसंख्या मंत्रालय के हवाले से बताया गया कि

डकाहलिया प्रांत के आगा शहर में एक बस अचानक अविभृत होकर मंसूरिया नहर में गिर गयी। इस रिपोर्ट में 35 यात्री सवार थे। हादसे को सुचना मिलने पर बड़े स्तर पर राहत अधिकारियों ने इस घटना में 22 लोगों की मौत की खबर दी। सभी शवों को पोस्टमार्टम के लिए सुरक्षित रखवा दिया गया है। इस हादसे में छह लोग गंभीर हैं, जिन्हें पास के अस्पताल में भर्ती कराया गया है। स्वास्थ्य मंत्रालय के एक अधिकारी डॉ. शेरिफ माकन के अनुसार मृतकों में छह महिलाएं और तीन बच्चे रुक्के शामिल हैं।

रिश्वतखोर तहसीलदार के घर मिली एक करोड़ नकदी और 60 तोला सोना

मुंबई (एजेंसी)। मुंबई के पास अलीबाग की रिश्वतखोर तहसीलदार मीनल दलवी के घर आप मारकर नवी मुंबई भ्रष्टाचार निरोधक बूरो (एसीबी) ने एक करोड़ रुपये नगद और 60 तोला सोना बराबर किया है। एसीबी को शक है कि मीनल दलवी और उनके एजेंटों के घर से और रिश्वतखोरी हो सकती है। इसलिए मीनल दलवी और उसके सहयोगियों द्वारा अन्यान्य कर रखी है। नवी मुंबई एसीबी सूची ने इस मामले में रिवायर को बताया कि तहसीलदार मीनल दलवी शिकायतकर्ता से उसका काम करने के लिए तीन लाख रुपये की रिश्वत मांग रही थी। 28 सितम्बर को इस मामले की शिकायत नवी मुंबई एसीबी



केंद्र सरकार के उदासीन रवैया के कारण एचईसी का हाल बेहाल : राजद

रांची। झारखंड प्रेदेश राजद के मुख्य प्रवक्ता डॉ.

मोजोज कुमार ने केंद्र सरकार की कड़ी आलोचना करते हुए कहा कि केंद्र सरकार के उदासीन एवं दुल्मुल रवैये के कारण एचईसी का हाल बेहाल और स्थिति देखी बनी हुई है इसे सुदृढ़ और मजबूत करने में केंद्र सरकार मंगता है और नहीं।

झारखंड भाजपा के मंत्री, संसद राजद है और नहीं। झारखंड भाजपा के केंद्र में जब से सरकार आई है तब से कल कारबाहने का हाल बेहाल है, भाजपा नेता बाधन के बेल पर सरकार को टिका है वह है इन्हे आम आवाम व गरीबों से काई सरोकार नहीं है यही कारण है की आज एचईसी जैसे कारबाहने वाले के कागार पर है, कमवारियों का बेतन नहीं मिलने से हराचा अंत निरास है। एचईसी को बाधने के लिए झारखंड के केंद्र में मत्री व भाजपा दोनों हैं उन्हें गमिता दिखाना चाहिए।

राजद हर हाल में इसे बाधने का प्रयास करता रहिए विहार के राजद सासदों के माध्यम से लोकसभा और राजसभा में एचईसी को पुनर्जीवित करने हेतु एवं बहाली के मामला को उद्यापा जाएगा तथा संसदित केंद्रीय मंत्री को वस्तु स्थिति से अवतार करते हुए इसे सुदृढ़ और मजबूत करने की मांग रखी जाएगी।

**तीसरे दिन तक झारखंड को एक स्वर्ण दो रजत व एक कांस्य पदक मिला**



रांची। भारतीय एथलेटिक्स संघ द्वारा 11 से 15 नवंबर तक असम के साई एथलेटिक्स स्टेडियम, गोहाटी में आयोजित 37वीं राष्ट्रीय जूनियर एथलेटिक्स वैष्णविनशिप में तीसरे दिन मिले गए में अराविन्द बारवाडी, साकेत मिंज, दीपक टोपो के सव कुमार की ओरकी ने बालक 16 वर्ष में 49.69 सेकेंड का समय लेते हुए झारखंड को उत्तर पदक दिलाया। इस उत्तरवापि पर खेल निदेशक सरोजीनी लकड़ा, भारतीय एथलेटिक्स संघ के कोषाध्यार सह झारखंड एथलेटिक्स एसोसिएशन के अध्यक्ष मधुकान्त पाठक, झारखंड एथलेटिक्स एसोसिएशन के अध्यक्ष मधुकान्त पाठक, झारखंड को अप्रवाल का स्वागत एवं अधिनंदन करते हुए। राज्यपाल का स्वागत एवं अधिनंदन

**खेलो इंडिया साइकिलिंग तुमन लीग के 42 किमी में पृष्ठा कुमारी ने जीता कांस्य पदक**



रांची। लुधियाना साइकिल वैली रोड में 12 से 13 नवंबर तक आयोजित दो दिवसीय खेलो इंडिया विमन साइकिलिंग लीग में झारखंड की ओर साई 12 से 13 नवंबर के उदासीन रवैया के बावजूद, कोच सह साई 12 से 13 नवंबर के प्रभावी बिना दिख, कांच आशु भाटिया, योगेश यादव, अमरता रंजन तिवारी, टीम मैनेजर शैलेश शर्मा, वरुण कुमार, प्रभाकर रम्बा, किरण रामी, आलोक मिश्रा, संजय त्रिपाठी, सिकंदर महतो, सुखेंद्र भट्टा, रविंद्र मुर्मा, अंजित साहू, फादर रमेश, राकेश सिंह, रामवीर सिंह, अंजय नायक, सुरज यादव, अरविंद कुमार, शशांक भूषण सिंह, प्रिया भाटा, राजेन्द्र जायग्य, राजेन्द्र कुमार, शशांक अनन्तर समेत सभी के पदाधिकारियों ने बहाई दी।

**साइकिलिंग लीग की ओर साई 12 से 13 नवंबर के उदासीन रवैया के बावजूद, कोच सह साई 12 से 13 नवंबर के प्रभावी बिना दिख, कांच आशु भाटिया, योगेश यादव, अमरता रंजन तिवारी, टीम मैनेजर शैलेश शर्मा, वरुण कुमार, प्रभाकर रम्बा, किरण रामी, आलोक मिश्रा, संजय त्रिपाठी, सिकंदर महतो, सुखेंद्र भट्टा, रविंद्र मुर्मा, अंजित साहू, फादर रमेश, राकेश सिंह, रामवीर राजेन्द्र कुमार, शशांक अनन्तर समेत सभी के पदाधिकारियों ने बहाई दी।**

**11 विद्यालयों के छात्र-छात्राओं की नगर स्तरीय गीता गायन प्रतियोगिता सम्पन्न**

रांची। रविवार को डॉ. एपोजे अब्दुल कलाम नगर के अन्तर्गत शहर के 11 विद्यालयों के छात्र-छात्राओं की नगर स्तरीय गीता गायन प्रतियोगिता सम्पन्न हुई।

उद्घाटन सत्र की अध्यक्षता आर एस अग्रवाल ने की। मुख्य अतिथि सहायक क्षेत्रीय निदेशक सह प्राचार्य डीएवी हेल एम्पे सिन्हा

ने दीप प्रञ्जलित कर प्रतियोगिता का उद्घाटन किया। उन्होंने चिन्मय प्रतियोगिता के लिए किये जाने वाले इस प्रयास की साराहना की। उन्होंने छात्रों को सही तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के सही आचरण की आवश्यकता पर बल दिया। उन्होंने कहा कि सीखना एक निरन्तर प्रक्रिया है। छात्रों को पहले गणित का सम्बन्धीय भी आपांकित करना चाहिए।



संयोजक श्री वेद प्रकाश बागला ने कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए। इस प्रतियोगिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

संयोजक श्री वेद प्रकाश की ओर कहा कि सामान्य सी लगने वाली प्रतियोगिता का एक बड़ा और गहरा उद्देश्य है। व्यक्ति निर्माण से समाज संरक्षण के लिए निर्माण और समाज निर्माण से देश तरीके से शिखित करने के लिए शिक्षिकाओं व माता पिता के उद्देश्य पर प्रकाश किया। अध्यक्ष श्री आपांकित करना चाहिए।

