



बजट के मुख्य बिंदु



कृषि

- झारखण्ड कृषि क्रण माफी योजना अंतर्गत 4.5 लाख से अधिक किसानों के ₹1,727 करोड़ के क्रण माफ़
- सुखाइ राहत हेतु 13 लाख किसानों के खाते में ₹461 करोड़ दृस्तांतित। शेष को शीघ्र राहत
- 5 एकड़ से कम क्षेत्र वाले तालाबों का गाढ हटाने एवं ढीप बोरिंग हेतु ₹500 करोड़
- मुख्यमंत्री पशुधन योजना से जुड़े लाखों किसान। ₹300 करोड़ का बजटीय उपबंध
- गिरिधार और जमशेदपुर में नया डेयरी प्लांट तथा रांची में मिल्क प्रोडक्ट प्लांट की होगी स्थापना
- लाखों दुग्ध उत्पादकों को अब ₹3 प्रति लीटर की दर से मिलेगी प्रोत्साहन राशि
- मिलेट उत्पादन के प्रोत्साहन हेतु झारखण्ड राज्य मिलेट मिशन होगा शुरू



ग्रामीण विकास

- विद्या सिंचाई कूप संरचन मिशन अंतर्गत 1 लाख किसानों की व्यक्तिगत भूमि पर सिंचाई कूप का निर्माण
- पीएम आवास - ग्रामीण इलाकों में घरों के निर्माण हेतु ₹3,542 करोड़ प्रस्तावित



ग्रामीण कार्य

- पीएम ग्राम सड़क अंतर्गत 3,100 किमी सड़क तथा 143 पुल निर्माण की योजना
- सीएम ग्राम सड़क अंतर्गत सभी स्वास्थ्य उपकेंद्र, बाजार-हाट, पंचायत कार्यालय, मध्य/उच्च विद्यालय, पोस्ट ऑफिस/बैंक को पक्की सड़क से जोड़ने की योजना
- पुरानी सड़कों को चरणबद्ध तरीके से जीणेंद्रार करने हेतु सतह नवीकरण-सह-विशेष मरम्मती योजना होगी शुरू

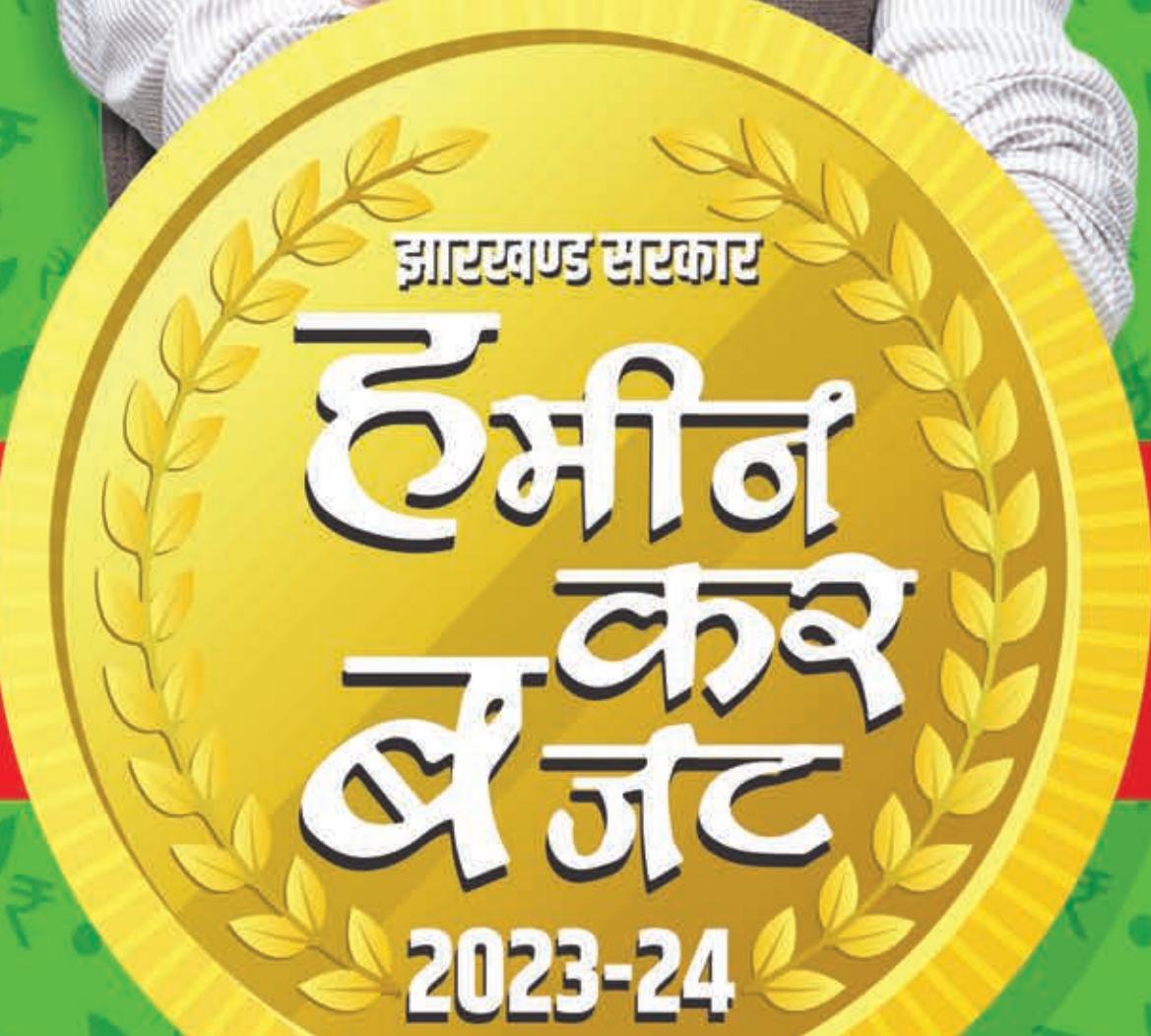


स्कूली शिक्षा एवं उच्च शिक्षा

- 80 उक्त्रै विद्यालय तथा 325 प्रखण्ड स्तरीय लीडर स्कूलों के साथ-साथ 4,091 ग्राम पंचायत स्तरीय आदर्श विद्यालयों पर कार्य जारी
- नेतरहाट स्कूल की तर्ज पर चार्डबासा, दुमका तथा बोकारो में आवासीय विद्यालय का होगा निर्माण
- गुरुजी क्रेडिट कार्ड योजना, मुख्यमंत्री शिक्षा प्रोत्साहन योजना एवं एकलव्य प्रशिक्षण योजना अंतर्गत करीब 37,000 छात्र-छात्राओं को लाभ देने का लक्ष्य

खबर मन्त्र

सबकी बात सबके साथ



श्रम, नियोजन, प्रशिक्षण एवं कौशल विभाग

- मुख्यमंत्री सारथी योजना अंतर्गत 1,40,000 युवक-युवतियों को मिलेगा कौशल प्रशिक्षण। प्रशिक्षण उपाय दोजगार न मिलने पर 6 माह तक पुरुषों को ₹1,000 तथा महिलाओं और दिव्यांगजनों को ₹1,500 प्रतिमाह दिया जायेगा



अनुपस्थित जनजाति, अनुपस्थित जाति, अल्पसंख्यक एवं पिछड़ा वर्ग कल्याण

- वित्तीय वर्ष 2022-23 में प्री मैट्रिक छात्रवृत्ति के तहत 22 लाख से अधिक विद्यार्थियों का ₹462 करोड़ से अधिक भुगतान
- मुख्यमंत्री दोजगार सुजन योजना (CMEGP) अंतर्गत 5,600 युवाओं को अब तक मिला लाभ। 2023-24 में योजना अंतर्गत 2 लाख युवाओं को लाभ देने का लक्ष्य



स्वास्थ्य, चिकित्सा शिक्षा एवं परिवार कल्याण

- बोकारो एवं रांची में मेडिकल कॉलेज की होगी स्थापना।
- पलामू चार्डबासा एवं दुमका में मनोचिकित्सा केंद्र की स्थापना प्रस्तावित

- नोबाइल ग्राम विलिंग का होगा संचालन और प्रबंधन
- नए निर्सिंग और फार्मेसी कॉलेज की होगी स्थापना



महिला, बाल विकास एवं सामाजिक सुरक्षा

- सर्वजन पेन्जन योजना हेतु ₹2,131 करोड़ प्रस्तावित
- महिला एवं किशोरी कल्याण योजना होगी शुरू
- 800 नए अंगनबाड़ी भवन का होगा निर्माण



जल संसाधन

- पटमदा तथा पलामू में मेंगा लिप्ट सिंचाई परियोजना प्रस्तावित। दुमका में कसलिया-रानेश्वर तथा देवघर-जामताड़ा में सिकटिया में मेंगा लिप्ट सिंचाई परियोजना पर चल रहा काम



पथ निर्माण

- रांची में सिरमटोली चौक से रांजेंट चौक तक फलाईओवर, कांटाटोली फलाईओवर तथा विकास विद्यालय से नामकुम तक फोरलेन पर काम जारी
- सड़कें बनेगी फोरलेन

- साहेबगंज-बरहेट-जामताड़ा-दुमका-गोविंदपुर सड़क
- कोडरमा-जमुआ-गिरिधार-टुडी-गोविंदपुर (SH-13) सड़क
- सतसंग-भिरखीबाद सड़क



कर्म

- 100 यूनिट जिःशुलक बिजली योजना का 18 लाख उपभोक्ताओं को मिल रहा लाभ। वित्तीय वर्ष 2023-24 में योजना हेतु ₹2,300 करोड़ का बजट



पर्यटन, कला संस्कृति, खेलकूद एवं युवा कार्य

- खेलकूद को बढ़ावा देने हेतु ग्रास लट ट्रेनिंग सेंटर एवं सिंट्रो-कान्हू युवा कलाब की होगी स्थापना



नगर विकास एवं आवास

- रामगढ़ एवं सिमडेगा शहरी जलापूर्ति तथा 45 तालाबों का होगा जीणेंद्रार
- झुमरीतिलैया तथा मेदिनीनगर शहरी जलापूर्ति योजना एवं रांची इन्टेक वर्क्स का होगा निर्माण
- Jharkhand Municipal Development Project (JMMP) अंतर्गत लोहरदगा, गुमला एवं कपाली नगर निकायों में शहरी जलापूर्ति योजनाओं का निर्माण कार्य होगा प्रारंभ



वन, पर्यावरण एवं जलवाय परिवर्तन

- लघु वन उत्पादों की प्रसंकरण इकाइयाँ होंगी प्रोत्साहित
- जंगल के बीच अवस्थित गांव, जहां अबतक पक्की सड़क नहीं बनी, उन सभी गांवों को पक्की सड़क से जोड़ने का लक्ष्य



B.A. COLLEGE OF ENGINEERING & TECHNOLOGY, JAMSHEDPUR

RAJENDRA VIDYALAYA (RV) GROUP OF INSTITUTIONS

APPROVED BY AICTE & AFFILIATED TO JHARKHAND UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Flagship Courses :
B.Tech, BBA, BCA
Seat Booking Open for 2023

- Consistent Placement over 95%
- Special Cell for Entrepreneurship & Start-Up Initiatives.
- Bank Education Loan Facility.
- Thrust on Research & Development.
- Scholarship upto 1 Crore.
- Skill-Based Education aligned with Industry needs.

Contact us for Seat Booking on:
9955339035, 7982054031, 0657-2442533
www.bacet.ac.in | Email : admission@bacet.ac.in
City Office : Rajendra Vidyalaya, Sakchi, Jamshedpur-831001

टी-शर्ट की भेंट चढ़ा सदन : विपक्ष के वाँकआउट के बीच छह विभागों की अनुदान मांग पारित कई क्षेत्रों में नंबर बना झारखंड : आलम

- ग्रामीण विकास विभाग का 8165 करोड़ रुपये का बजट पास
- ग्रामीण विकास मंत्री ने गिनायी सरकार की उपलब्धियां

खबर मन्त्र व्यूरो

रांची। झारखंड विधानसभा के बजट सत्र के दूसरे चरण के तीसरे बदल विधायक को भी सदन में भारी शेरूल व नवाबानी होता रहा। नियोजन नीति पर भाजपा के हांगमे के कारण लगातार तीसरे दिन प्रश्नकाल बाधित रहा। स्पीकर ने सदस्यों को गरिमापूर्ण व्यवहार करने की सख्त विधायक भी दी। दोनों में सदन की विधायियों ने अपने विधायक विधायक को आज झारखंड काफी आगे है। इसके बाद सदन की कार्यवाही शुरू होते ही स्पीकर डॉ रवींद्र मंत्री आलमगीर आलम ने हेमंत सरकार की उपलब्धियों गिनायी और कहा कि कई क्षेत्रों में आज झारखंड काफी आगे है।

विधायक भी दी तुनसे मुलाकात करने गये थे। इसी मुद्रे पर दोसों विधायियों ने बुलाया गया। जब विधायक मिश्रा रिस्म में एडमिट थे तो प्रयाग दास की तैती रिस्म में ही थी।

सीएम-गुरुजी से मिले

सीसीएल के सीएमडी

रांची। बुधवार को सीसीएल के सीएमडी पीएम प्रसाद ने मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन और दिशम गुरु शिव सोरेन से मुलाकात की। विधानसभा के सीएम कक्ष में हुई इस मुलाकात में उन्होंने 26 मार्च को काल इंडिया लिमिटेड के काल इंडिया मैराथन कार्यक्रम में सम्मिलित होने के लिए दोनों से आग्रह किया।

मैट्रिक की परीक्षा देने जा रही बेटी को हांगवा ने रैंड

रांची। खेलगांव शान क्षेत्र के दीपाठोली आर्मी कैप पर दोसों मैट्रिक की परीक्षा देने जा रही आर्मी पल्लिक स्कूल की छात्रा सिमरन को हांगवा ने कुचल दिया जिससे उसकी मोके पर ही मौत हो गयी, जबकि उसके नाम गंभीर है।

पशु तस्करी मामले में

सीए कोठारी गिरफ्तार

कोलाता। पशु तस्करी घोटाला मामले में टीएमसी के नेता अनुब्रत मडल के चार्टर्ड अकाउंटेंट मनीष कोठारी को इंडी ने गिरफ्तार कर लिया है। अधिकारी ने कहा कि वह सहयोग नहीं कर जांच को भटकाने की कोशिश कर रहा है।

आत्महत्या से आक्रोशित

जगुआर जवानों का हांगमा

पलामू। जिले के ट्रैनिंग कैंप में जगुआर जवान अनीष वर्मा की आमदारी दिया। जवानों ने जाकर हांगवा के बाद साथीयों में भारी आक्रोश दिया। साथीयों ने नियमित अधिकारियों के साथ मानीपट भी की। एसपी को धेर की तैयारी की तैयारी पर इंडियन रिंजर बटालियन 3 के जवान थे और 2015 से जगुआर में तैनात थे।

रिस्स के डैंटल कॉलेज

को मिली मान्यता

रांची। भारतीय दंत परिषद से रिस्स डैंटल कॉलेज को मान्यता मिल गयी है। रिस्स निदेशक डॉ कामेश्वर प्रसाद ने कहा कि यह हम सबके लिए एर्ग का क्षण है। इस उपलब्ध के लिए उन्होंने डैंटल कॉलेज के सभी काल्कारों पर एर्ग और पूर्ण प्राचार्य को लाई दी। उन्होंने कहा कि इससे न केवल मौजूदा छात्रों को बाल्क आने वाली पीढ़ी को भी लाभ होगा। भारतीय अन्य संस्कृतीयों में दाखिले के लिए जहोरह करनी पड़ती थी, लेकिन अब ऐसा नहीं होगा। हर साल डैंटल कॉलेज में नियमित प्रवेश होगे।

वाहना आभूषण

सोगा (विक्री) : 55,500 रु./10 ग्राम

वांडी : 71,000 रु./प्रति किलो



मिसिर बेसरा समेत कई पर प्राथमिकी
एनआइ ने रांची शाखा में मिसिर बेसरा (एक कोरेड का इनामी), रघु अधिकारी, वर्नन, मोहू, सुशांत, सारगं, काड़े जॉर्ज एंजेसी (एप्पआइए) ने तेज एक कर दी है। इस मामले को आज झारखंड के बड़े पोस्टर उपकरण और कई अन्य आपात्जनक दस्तावेज बरामद किये। जिन नक्सलियों के घरों को तालाशी ली गयी, वे सभी माओवादी नेटवर्क के सक्रिय सदस्यों को हांगवा कर दिया है। एनआइ ने जांच का जिम्मा भालौवानी की तैयारी की है। जांच एंजेसी ने छापेमारी में भाकपा माओवादी के कई पोस्टर उपकरण और कई अन्य आपात्जनक दस्तावेज बरामद किये। जिन नक्सलियों के घरों को तालाशी ली गयी, वे सभी माओवादी नेटवर्क के सक्रिय सदस्यों को हांगवा कर दिया है। एनआइ ने जांच का जिम्मा भालौवानी की तैयारी की है।

विधायक पर हमले के लिए कार्रवाई टीम के सदस्यों को भाकपा माओवादी की मदद दी थी। (शेष पेज 11 पर)

नेपाल-भारत से लेकर चीन तक हिली धरती

रांची। दिल्ली, पटना। दिल्ली एनसीआर समेत विहार के कई इलाकों में दर रात धूकंप का खटका महसूस किया गया। दिल्ली में सबसे जारीदार छात्रों ले गये। वहां धूकंप की तीव्रता इन्होंने दो सोलां भैंसिंहमुख के खटका कर दी है। इसके बाद धूकंप पर वर्ष 2012 में भी हमला हुआ था। उक्त बाद जिला स्तर पर विवरण दिया गया था। इसके बाद धूकंप वर्ष 2017 में विवरण को हांगवा गया था। जुड़े 2022 में एनआइ ने जांच का जिम्मा भालौवानी की तैयारी की है।

विधायक पर हमले के लिए कार्रवाई टीम के सदस्यों को भाकपा माओवादी की मदद दी थी। (शेष पेज 11 पर)

लालू और राबड़ी समेत सभी आरोपियों को मिली जमानत

रांची। दिल्ली, पटना। दिल्ली एनसीआर समेत विहार के कई इलाकों में दर रात धूकंप का खटका महसूस किया गया। दिल्ली में सबसे जारीदार छात्रों ले गये। वहां धूकंप की तीव्रता इन्होंने दो सोलां भैंसिंहमुख के खटका कर दी है। इसके बाद धूकंप पर वर्ष 2012 में भी हमला हुआ था। उक्त बाद जिला स्तर पर विवरण दिया गया था। इसके बाद धूकंप वर्ष 2017 में विवरण को हांगवा गया था। जुड़े 2022 में एनआइ ने जांच का जिम्मा भालौवानी की तैयारी की है।

विधायक पर हमले के लिए कार्रवाई टीम के सदस्यों को भाकपा माओवादी की मदद दी थी। (शेष पेज 11 पर)

सदन में चुप रहना पीएम से ही सीखा है : मुख्यमंत्री

रांची। भाजपा विधायक नियोजन नीति पर मुख्यमंत्री से जावाब देने की मांग को लेकर लगातार दो बार रात हो रही है। इस उपलब्ध के लिए उन्होंने कहा कि वह हम सबके लिए एर्ग का क्षण है। उन्होंने कहा कि इससे न केवल मौजूदा छात्रों की भी लाभ होगा। भारतीय अन्य संस्कृतीयों में दाखिले के लिए जहोरह करनी पड़ती थी, लेकिन अब ऐसा नहीं होगा। हर साल डैंटल कॉलेज में नियमित प्रवेश होगे।

विधायक पर हमले के लिए कार्रवाई टीम के सदस्यों को भाकपा माओवादी की मदद दी थी। (शेष पेज 11 पर)

वाहना आभूषण

सोगा (विक्री) : 55,500 रु./10 ग्राम

वांडी : 71,000 रु./प्रति किलो

खबर मन्त्र व्यूरो

रांची। भाजपा विधायक नियोजन नीति पर मुख्यमंत्री से जावाब देने की मांग को लेकर लगातार दो बार हो रही है। इस उपलब्ध के लिए उन्होंने कहा कि वह हम सबके लिए एर्ग का क्षण है। उन्होंने कहा कि इससे न केवल मौजूदा छात्रों की भी लाभ होगा। भारतीय अन्य संस्कृतीयों में दाखिले के लिए जहोरह करनी पड़ती थी, लेकिन अब ऐसा नहीं होगा। हर साल डैंटल कॉलेज में नियमित प्रवेश होगे।

विधायक पर हमले के लिए कार्रवाई टीम के सदस्यों को भाकपा माओवादी की मदद दी थी। (शेष पेज 11 पर)

वाहना आभूषण

सोगा (विक्री) : 55,500 रु./10 ग्राम

वांडी : 71,000 रु./प्रति किलो

खबर मन्त्र व्यूरो

रांची। भाजपा विधायक नियोजन नीति पर मुख्यमंत्री से जावाब देने की मांग को लेकर लगातार दो बार हो रही है। इस उपलब्ध के लिए उन्होंने क

नाटु-नाटु की जय

य ह देश को गैरव प्रदान करने वाला क्षण है। भारतीय फिल्म

आरआरआर' के तेलुगु गीत नाटु' ने अकादमी पुरस्कार में सर्वश्रेष्ठ फूल (ओंडीजनल) गीत की श्रेणी में ऑस्कर जीत इतिहास रच दिया है, वहीं तमिल भाषा के वृत्तचित्र हाद एलिफेंट विहसरस' (नाटा हासी) ने डांक्यूमेंट्री शॉट्स'जेवर' श्रेणी में भारत के लिए फहला ऑस्कर जीत। गीतकार चंद्रदेव सने केवल नमस्ते' कहकर पुरस्कार पाने की खुशी जाहिर की। गैररोलब वह कि डैनी बॉयल द्वारा निर्देशित बिटेन की फिल्म स्लमडॉग मिलियनेयर' का गीत जय हो' सर्वश्रेष्ठ फूल 'स्कोर' व फूल गीत है। इसके सम्बन्धित कार एआर रहमान हैं और इसके बोल गुलजार के हैं। पुरस्कार की घोषणा से पहले नाटु 'नाटु' के गायक काल भैरव और राहुल सिल्वर्जुंज ने जोरावर प्रस्तुति दी। गीत की प्रस्तुति के लिए आयोजने के मंच पर गाने के सेट पर दिखाने की कोशिश की। इस गीत की शूटिंग युक्रेन की राजधानी आरआरआर' के मुख्य कलाकार जूलियर एन्टीओर और मार्च मार्च यहां बंद गले का काना सूट पहने नजर आए। फिल्म के निर्देशक एसपस राजायोली बैंगनी रंग का कुर्ता और पारंपरिक धोती पहने नजर आए। द एलिफेंट विहसरस' की निर्देशक कर्तिवी गोंजालिवस और निर्माता युनीत मोगा ने रेड कॉर्पोरेट पर भारतीय रंग बिखरा। मोगा गहरे गुलबी रंग की पारंपरिक बनरसी साड़ी पहने और गोंजालिवस भारी कढ़ावी धोती एक ड्रेस पहने नजर आईं।

वृत्तचित्र द एलिफेंट विहसरस' की निर्देशक कर्तिवी गोंजालिवस ने पुरस्कार स्वीकार करते हुए इस अपनी मातृभूमि भारत' को समर्पित किया। निश्चित ही यह देश के लिये गैरवान्वित करने वाला क्षण है।

स्वच्छ ऊर्जा पर जोर

ब हता वैश्विक तापमान कोई ख्याली घोड़ा नहीं है, जिसका हैवा किन्हीं गैर-सरकारी संगठनों ने खड़ा किया हो और जिसको भारत इसलिए नजरअंदाज कर देते हैं तब उच्च अर्थिक वृद्धि दर और तेजी से बढ़ती प्रति व्यक्ति ऊर्जा खपत के साथ अग्रणी वैश्विक अर्थव्यवस्था बनने की दौड़ तेजी से जीती जा सकेगी। ऐसा करने पर भारत को उस जगह चोट लगेगी जहां सबसे अधिक पीड़ी होती है। नेचर क्लाइमेट चेंज नामक परिक्राके एक हालिया अध्ययन के मुताबिक वर्त विश्व में उच्च स्तर का वैसा ग्रीन उत्सर्जन होता रहा है तो एशियाई क्षेत्र में बैंकों, हाँ-चिप मिन्ह और मरीना के अलावा जोन्डार, इसके प्रभाव से बदलते जा रहे मौसम से निकाला गया है। इसलिए, मौसमी बदलाव वह तत्व हैं, जिन्हें बढ़ि भारत नजरअंदाज करेगा तो आगे बहुत बड़ी किमत चुकानी पड़ेगी।

उच्च ख्याली धोती से अनेकों में, पश्चिमी उत्तर प्रशासन महासागरी धीप और हिंदू महासागर का पश्चिमी इलाका भी है। वह निष्कर्ष समझ की जल-सतर में उत्तरोर अंदर को अल नीनों कारक से जोड़कर, इसके प्रभाव से बदलते जा रहे मौसम से निकाला गया है। इसलिए, मौसमी बदलाव वह तत्व हैं, जिन्हें बढ़ि भारत नजरअंदाज करेगा तो आगे बहुत बड़ी किमत चुकानी पड़ेगी। उच्च ख्याली धोती से अनेकों में, पश्चिमी उत्तर प्रशासन में तीसरे स्थान पर है, इस पायदान को लेकर वह खास अन्वयन नहीं है। कोई हैरानी नहीं कि भारत के कुल बिजली उत्पादन में 70 फीसदी हिस्सा जीवाशम भी है। उत्पादन सतर ऊर्जा का योगदान 10 प्रतिशत ही है और आगे बाले सालों में ऊर्जा मांग में बढ़ोतरी एक दशक तक प्रति वर्ष 6 फीसदी की दर से होने की आस है। अपनी स्वच्छ ऊर्जा क्षमता में भी तेजी से वृद्धि सुनिश्चित करनी पड़ेगी।

फलाहार का असर

विचार-प्रवाह

जग्नी गासुरेव

आप को थोड़ी प्रतीक्षा करनी है और धीरे-धीरे खाना है। हमारे अंदर एक जैविक धड़ी होती है। मान लीजिये, आप अपना सामाज्य, पका हुआ भोजन खाने में 10 - 12 मिनट लेते हैं और अपने फैला हार रहे हैं।

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि, फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप नहीं जानते कि आजकल भाजार में मिलने वाले फलों में क्या-क्या भरा होता है। ये थोड़ी समस्या है। मैंने देखा है - जिस तरह के देशी फल हम बचपन में खाये थे, वैसे ये फर्फा में उगाये थे, फल नहीं होते जो फल हमें आजकल मिल रहे हैं, वे ज्यादा बढ़े हैं, ज्यादा गोलाकार होते हैं और ज्यादा अच्छे दिखते हैं, लेकिन वे बोटांक्स की तरह हैं।

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप नहीं जानते कि आजकल भाजार में मिलने वाले फलों में क्या-क्या भरा होता है। ये थोड़ी समस्या है। मैंने देखा है - जिस तरह के देशी फल हम बचपन में खाये थे, वैसे ये फर्फा में उगाये थे, फल नहीं होते जो फल हमें आजकल मिल रहे हैं, वे ज्यादा बढ़े हैं, ज्यादा गोलाकार होते हैं और ज्यादा अच्छे दिखते हैं, लेकिन वे बोटांक्स की तरह हैं।

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आप को दिन में तीन बार भोजन करने की आवश्यकता पड़ रही है। यदि आप छह से आठ घंटे सोते हैं तो

आप चाहे ज्यादा दिमागी काम करते हों या शारीरिक गतिविधि,

फलाहार अपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। आप को जीवन के लिए जागरूकता पूर्वक ज्यादा खाना है, व्यायोक शरीर नहीं देखता कि कितना खाया है, वह बस समय देखता है। अगर एपिर्फ फलों का भोजन ले रहे हैं और आप बहुत ज्यादा सकिये हैं, तो आ

जिला स्थापना समिति सह जिला अनुकंपा समिति की बैठक संपन्न, मई में होम गार्ड की परीक्षा होने की संभावना अर्बन हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर के लिए डॉक्टरों की बहाली को एसडीओ को दिया गया निर्देश

खबर मन्त्र संवाददाता



बैठक में निर्देश देते डीसी व उपस्थित अधिकारी।

गुमला। उपायुक्त सुशांत गौरव की अध्यक्षता में जिला स्थापना समिति सह जिला शिक्षा स्थापना समिति व जिला अनुकंपा समिति की बैठक हुई। बैठक में उप विकास अयुक्त के स्कैनिंग समिति में लिए गए नियंत्रणों के आधार पर प्राप्त प्रस्तावों पर चर्चा की गई।

बैठक में होम गार्ड की नियुक्ति पर उपायुक्त ने नियंत्रण लेते हुए कहा कि होम गार्ड के लिए प्राप्त अवेदनों का समिति के द्वारा 21 मार्च से पूर्व जांच करें। 13 अप्रैल तक दावा आपत्ति के लिए इंतजार की जाएगी तथा 20 अप्रैल तक आपत्तियों का नियाकरण करने हुए मई में फिटनेस एवं अन्य प्रक्रियात्मक परीक्षा का आयोजन करने हेतु तिथि शारणी

बीड़ीओ ने प्रखंड के कई मैट्रिक परीक्षा केंद्रों का किया निरीक्षण



मैट्रिक परीक्षा केंद्र का निरीक्षण करते बीड़ीओ।

घाराया। घाराया बीड़ीओ विष्णु देव कच्छप ने बुधवार को प्रखंड के कई मैट्रिक परीक्षा केंद्रों का औचक निरीक्षण किया। इस क्रम में एसएस हाई स्कूल घाराया, सतं जुडस उच्च विद्यालय नवडीहा, सतं जुडस मिडिल स्कूल नवडीहा परीक्षा केंद्र पहुंचे और उपस्थित परीक्षा केंद्र संचालक से परीक्षार्थी की उपस्थिति की जानकारी ली। साथ ही परीक्षा देव रहे छात्र से गढ़ा गया।

</div

