



**UDISE Code- 20110108005, JEPC Code- RTE/20/2021-22**  
**Affiliated By Jharkhand Education Project Council**

**RGS gurukulam**  
(An Unit of Shatan Ashram)

**Bright Future for your Kids**  
For More Detail : [www.rgsgurukulam.com](http://www.rgsgurukulam.com), Email- [gurukulamrgs@gmail.com](mailto:gurukulamrgs@gmail.com)

Dhadhkia, Dumka, Mob.- 8409399342 (Principal), 7903712653 (Vice Principal)

**Class Nursery to VIII**  
**Medium Hindi & English**  
**Admission Open**  
For More Detail : [www.rgsgurukulam.com](http://www.rgsgurukulam.com)

**School Year Available**

**Opening Shortly IX to X**

**Drawing Class** **Music Class** **Circular Class** **Yoga Class** **Science Lab** **Smart Class**

## संस्कृत समावार

दिल्ली पुलिस ने धोखाधड़ी के 13 मामलों में शामिल शख्स को गिरफ्तार किया

नई दिल्ली। दिल्ली पुलिस ने 24 वर्षीय एक व्यक्ति की गिरफ्तारी के साथ 13 मामलों को सुलझा दिया है, जिसमें आरोपी ने कथित तौर पर आभूषणों के आदान-प्रदान के लिए मध्यस्थ बनकर लोगों को धोखा दिया था। एक अधिकारी ने मंगलवार को यह जनकारी दी। आरोपी की पहचान आनंद पर्वती सूरज के रूप में हुई है। पुलिस के मुताबिक, 8 दिसंबर को प्रजावी बाग पुलिस स्टेशन में एक एक्झार्डार्ड दर्ज की गई, जिसमें शिकायतकर्ता ने कहा कि वो लोगों ने उसे कर्ररी के पैकेट (एक लाख रुपये) के बदाने उसके सोने की बाली, नाक की पिण और लॉकेट के आभूषण बदलने का लालन दिया और उसे धोखा दिया।

जांच की दौरान, एक पुलिस टीम ने घटना स्थल की जांच की और साथ ही घटना स्थल और आस-पास के इलाकों में सीसीटीवी फुटेज को भी खंगाला।

पुलिस उपर्युक्त (पश्चिम) विधिवारी ने कहा, एक सीसीटीवी में विश्लेषण करने पर वो आरोपियों को स्पष्ट रूप से देखा गया और उनमें से एक की पहचान मार्गीपूर के निवासी के रूप में की गई। सीसीटीवी फुटेज के आनंद पर टीम ने एक आरोपी सूरज को पकड़ दिया। पुलिस टीम ने उसे कठूल किया कि उसने आपने एक साथी आकर्षण उर्फ प्रिस निवासी रुद्धीवार नगर दिल्ली के साथ मिलकर वारदात को अंजाम दिया था। दीसीपी ने कहा, उसके साथियों को पकड़ने के लिए भी छापामारी की जा रही है।

**पीएम मोदी ने एनसीपी चीफ शटर पवार को दी जन्मदिन की शुभकामनाएं**

नईदिल्ली/एजेंसी। राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी अध्यक्ष आज आज 83वां जन्मदिन मना रहे हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शरद पवार को उनके जन्मदिन पर शुभकामनाएं की। पीएम मोदी ने एकस पर एकस पोर्ट में लिखा, शरद पवार जो की उनके जन्मदिन पर मरी शुभकामनाएं, उन्हें लंबे और स्वस्थ जीवन का आशीर्वाद मिल पाएगी। एनसीपी मुख्य शरद पवार देश के बेहद अनुभवी और समाजनित नेताओं में से एक है जो जिन्होंने महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री से लेकर केंद्र में रक्षा मंत्री और कृषि मंत्री तक कार्यपाल संभाला है, वह चार बार महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री रहे। उन्होंने साल 1999 में कांग्रेस से अलग होकर अपनी नई पार्टी राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी का गढ़न किया। वर्षमान में वह संसद के उच्च सदन राजसभा के सदस्यरूप शरद पवार को महाराष्ट्र ही नहीं बल्कि देश की राजनीति में भी दिग्गज नामां जाना जाता है। वह आज भी राजनीति में कांग्रेस भूमिका निभाता है। सोमवार (11 दिसंबर) को यानी आपने जन्मदिन के एक दिन ही शरद पवार ने महाराष्ट्र के नासिक जिले के चवडाव में किसानों के साथ मिलकर रास्ता रोको आदेशन में भाग लिया। इस दौरान पवार ने किसानों के साथ मिलकर आजार्यांकन प्रतिवंध लगाने के फैसले के खिलाफ आजार बुलंद कर उसे वापस लेने की मांग की। शरद पवार ने अदिलान में शमिल होकर अपने गृह राज्य के किसानों का दुख दर्द समझने की कोशिश की। बता दें कि केंद्र सरकार ने महाराष्ट्र पर लिए 31 मार्च, 2024 तक आज के नियर्यात पर प्रतिवंध लगा दिया है।

## जीवेंद्री/एजेंसी

छत्तीसगढ़, मध्य प्रदेश के बाद अब राजस्थान में वीजेंपी ने सीएम फेस का एलान कर दिया है। अब राजस्थान के नए मुख्यमंत्री भजन लाल शर्मा होंगे। जयपुर में विधायक दल की बैठक

में इसे लेकर फैसला लिया गया है। भजन लाल शर्मा विधायक दल के नेता चुने गए हैं, पर्यवेक्षकों की मौजूदगी में सर्वसमाजित से विधायक दल का नेता चुना गया। भजन लाल शर्मा सांगानेर से विधायक हैं, मूल रूप से भरतपुर के रहे वाले भजन लाल शर्मा सीट पर कार्यरत हैं। भजन लाल शर्मा ने कांग्रेस के पुर्वेन्द्र भारद्वाज को 48081 वोटों से शिकस्त

महामंत्री के तौर पर कार्य करते रहे हैं। वीजेंपी ने उन्हें वहाली बार जयपुर की सांगानेर जीसी सुरक्षित सीट से चुनाव लड़ाया। मौजूदा विधायक अशोक लाहोरी का टिकट काटकर भजन लाल शर्मा को प्रत्याशी बनाया था। सांगानेर सीट भारजा का गढ़ कही जाती है। भजन लाल शर्मा ने कांग्रेस के पुर्वेन्द्र भारद्वाज को 48081 वोटों से शिकस्त

दी थी। वीजेंपी विधायक दल की बैठक में इसे लेकर फैसला लिया गया है। वीजेंपी ने उन्हें वहाली बार जयपुर की चुनाव में राजस्थान के नए मुख्यमंत्री बैठक में राजस्थान के नए विधायक अशोक का चुनाव किया गया। बैठक में भाजपा के केंद्रीय पर्यवेक्षक, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और वो सह-पर्यवेक्षक विनोद तावड़े और सरोज पांडे मौजूद रहे। इससे पहले केंद्रीय मंत्री राजनाथ सिंह, वीजेंपी जोशी और वो सह-पर्यवेक्षक

विनोद तावड़े और सरोज पांडे के साथ एक विशेष विमान से जयपुर पहुंचे थे। हवाई अड्डे पर पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष सीपीजी और पूर्व मुख्यमंत्री का चुनाव किया गया। बैठक में भाजपा के केंद्रीय पर्यवेक्षक, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और वो सह-पर्यवेक्षक विनोद तावड़े नजदीक के एक होटल में गए, उनके बाद राजनाथ सिंह, वीजेंपी जोशी एक बाहन में सवार द्वाकर भाजपा मुख्यमंत्री चुना गया था।

## भजन लाल शर्मा होंगे राजस्थान के नए मुख्यमंत्री

## मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ में कल होगा शपथग्रहण, पीएम मोदी होंगे शामिल

### नई दिल्ली

मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ में 13 दिसंबर यानि कल शपथग्रहण होगा और वोनों कार्यक्रमों में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी शमाल होंगे। मध्य प्रदेश में सुबह 11:30 बजे से मोर्निंगल नेहरू स्टेटियम में शपथग्रहण समारोह होगा। योनी बार के विधायक रहे मोदी यादव (टंड्ले पि) को मध्य प्रदेश का अगला मुख्यमंत्री चुना गया है।



## भारत मंडपम में आज से शुरू होगा जीपीएआई शिखर सम्मेलन

### नईदिल्ली/एजेंसी

नई दिल्ली रिश्त भारत मंडपम में आज से लोबल पार्टनरशिप और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस शिखर सम्मेलन की शुरूआत हो रही है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी शम पांच बजे सम्मेलन का उद्घाटन किया गया। इस बार भारत जीपीएआई शिखर सम्मेलन की मेजबानी कर रहा है, ये शिखर सम्मेलन के एसीटीजी (टीपीसीसी) के अध्यक्ष गृह मंत्री अमित शाह और भाजपा के केंद्रीय गृह मंत्री निजुल यादव (टंड्ले पि) को शपथग्रहण समारोह 11:30 बजे से मोर्निंगल नेहरू स्टेटियम में शपथग्रहण समारोह होगा। योनी बार के विधायक रहे मोदी यादव (टंड्ले पि) को शपथग्रहण समारोह 12 से 14 दिसंबर तक भारत मंडपम में आयोजित किया जा रहा है। बता दें कि जीपीएआई में 28 से अधिक सदस्य देश और यूरोपीय क्षेत्रों से हैं। इसके बाद जीपीएआई का सह-संस्थान कर रहे हैं, ये एआई के विकास और उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए मार्गदर्शक हैं। ये एआई के विकास और उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए मार्गदर्शक हैं। ये एआई के विकास और उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए मार्गदर्शक हैं। ये एआई के विकास और उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए मार्गदर्शक हैं।



प्रतिभाशाली दिमांगों के हाथों में है जो इसकी विशाल क्षमता को समृद्ध कर रहे हैं। भारत, अपने जीवंत स्टर्ट-अप पारिवर्तीकरणीय अधिकारी ने इसकी विशाल क्षमता को अधिकतम बढ़ावा दिया है। अंजनी कुमार द्वारा आयोगी की डीजीपी नियुक्त किया गया था। अंजनी कुमार द्वारा आयोगी की डीजीपी ने इसकी विशाल क्षमता को अधिकतम बढ़ावा दिया है। अंजनी कुमार द्वारा आयोगी की डीजीपी ने इसकी विशाल क्षमता को अधिकतम बढ़ावा दिया है। अंजनी कुमार द्वारा आयोगी की डीजीपी ने इसकी विशाल क्षमता को अधिकतम बढ़ावा दिया है। अंजनी कुमार द्वारा आयोगी की डीजीपी ने इसकी विशाल क्षमता को अधिकतम बढ़ावा दिया है।

## चुनाव आयोग ने तेलंगाना के पूर्व डीजीपी का निलंबन दृष्टि किया

हैदराबाद/एजेंसी। निवाचन आयोग (ईसीआई) ने तेलंगाना के पूर्व पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) अंजनी कुमार का निलंबन दृष्टि किया। उ





# केंद्रीय मंत्री अश्वनी चौधेरे ने सपरिवार की फौजदारी दरबार बासुकीनाथ में पूजा: अर्घना

**कांग्रेस पार्टी पर किया जमकर हमला कहा- कांग्रेस पार्टी भ्रष्टाचार की जननी, जनता जनादेन देगी भ्रष्टाचारियों को जवाब**

## झारखण्ड देखो/प्रतिनिधि।

**दुमका।** केंद्रीय राज्य मंत्री अशवनी चौबे ने मंगलवार को सपरिवार बाबा बासुकीनाथ धाम पहुंचकर बाबा फौजदारी की पूजा अर्चना की। पूजा अर्चना के बाद केंद्रीय मंत्री अशवनी चौबे ने पत्रकारों से वार्ता की। इस दौरान उन्होंने कांग्रेस पार्टी पर जमकर हमला बोला और कहा कि कांग्रेस पार्टी भ्रष्टाचार की जननी है। भ्रष्टाचारियों के लिए मोदी सरकार काल बनकर आई है और जनता जनार्दन के सहयोग से भ्रष्टाचार करने वालों का खात्मा होगा। उन्होंने काला

पालोजोरी/झारखण्ड देखो/प्रतिनिधि। प्रखंड क्षेत्र के अंतर्गत असम मोड़ (जामताड़ा रोड) में मंगलवार को प्रिस डायग्नोस्टिक्स सेंटर के उद्घाटन पालोजोरी प्रखंड विकास पदाधिकारी अमीर हम्ज़ा के हाथों द्वारा किया गया। इस सेन्टर के खुलने से आस पास के मरीजों के लिए अकाफी सुविधा होंगे आस पास के मरीजों का ईलाज भी अब यहाँ संभव होंगे। साथ ही इस सेन्टर में सभी प्रकार के खून व पेशाब जांच का भी प्रावधान है, एवं होम कलेकशन की उत्तम सुविधा भी मरीजों का मिलने वाले है। संचालक मोहम्मद हसन राजा का कहना है कि मरीजों को अच्छी ईलाज ना मिल पाने के कारण काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ा है। इस वजह से मरीजों को और दिक्कत का सामना ना करना पड़े। इस वजह से प्रिस डायग्नोस्टिक्स सेन्टर को खोला गया है मौले पर झामुमो के मीडिया प्रभारी मोहम्मद अनवर आलम साथ ही पहारू डी हं पंचायत के मुखिया इंतजार अंसारी डॉ सलाउद्दीन अंसारी, डॉ कुर्त जाकिर हुसैन, मुजिम्मल मिनहाज, डॉ. अलाउद्दीन असलम समेत अन्य पर्सनल थे।

## કુમારડીહ ને તીન દિવસીય ફુટબોલ ખેલ પ્રતિયોગિતા કા આયોજન



पालोजोरी/झारखंड देखो/प्रतिनिधि। प्रखंड क्षेत्र के अंतर्गत सिमलगढ़ा पंचायत के कुमारडीह कोगा पड़ा के माझी बाबा क्लब के द्वारा तीन दिवसीय फुटबॉल खेल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें खेल का उद्घाटन पालोजोरी प्रखंड के भाग संख्या 25 के जिला परिषद सदस्य श्री मिसिर हांसदा व मुखिया प्रतिनिधि श्री बालेन्द्र मर्मू ग्राम प्रधान लालमोहन मिश्रा वार्ड सदस्य निःपाती हेंब्रम ने खेल मैदान में पहुंच कर बारी-बारी से खिलाड़ियों से हाथ मिलाकर अभिवादन किया एवं फीता काटकर तथा फुटबॉल को किक मारकर खेल का उद्घाटन किया। साथ ही मिसिर हांसदा ने कहा दिन-ब-दिन हमारे क्षेत्र में फुटबॉल खेल काफी प्रचलित होते जा रहे हैं सभी खिलाड़ियों से कहा की आने वाले समय में हमारे क्षेत्र से बाहर निकल कर आगे स्टेट लेबल में यही खिलाड़ी पहुंचकर इतिहास रचेंगे ऐसा अभी से अनुमान लग रहा है, एवं हम सबों को खिलाड़ी के प्रति जागरूक होने की आवश्यकता है ताकी खिलाड़ियों में जोश भरा हुआ रहे आगे चल कर गांव घर का नाम रोशन करें। जिससे हम सब गर्व से कह सकते हैं की ये हमारे क्षेत्र का ही खिलाड़ी है। मैंके पूरे कमिटी क्लब के अध्यक्ष हल्लधर बेसरा, सचिव निवास हेंब्रम, कोषाध्यक्ष चिरंजित हेंब्रम, माझी हड्डम फुचु हेंब्रम मानू बेसरा समेत अन्य ग्रामीण सदस्य उपस्थित थे।

## शिविर स्वीकृति

झारखंड देखो/प्रतिनिधि।

## गोबर से दीया बनाने का दिया गया प्रशिक्षण

दुमरी/झारखण्ड देखो/प्रतिनिधि। एकल गौ ग्राम योजना अंतर्गत संच दुमरी के गौ ग्राम जामतारा में मंगलवार को गोबर से दीया बनाया का प्रशास्कण दिया गया जिसमें 20 गौ पालक परिवार एवं 5 गौ उत्पादक परिवार शामिल हुए प्रशिक्षण देते हुए एकल गौ ग्राम योजना के प्रांतीय परशिक्षण प्रमुख महेन्द्र महतो उर्फ़ फागु ने उपस्थित गौ पालकों व गोबर से आकर्षक दीया बनाने के विधि को बताया इस दौरान सभी नियमों को ध्यान से सुना। 24 दिसंबर को धनबाद में होने वाले गौ कुंभकोट बारे में शामिल होने की अपील की गयी प्रशिक्षण में संच प्रमुख नारायण रजक, बेबी कुमारी आदि उपस्थित थे।

માર્ગવાંડ ટેક્નો/પાત્રિકિશી

दुमका। तीन दिवसीय राष्ट्रीय समिनार के दूसरे दिन का प्रथम सत्र की अध्यक्षता मनोविज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ विनोद शर्मा ने किया। इस सत्र में वक्ताओं एवं शोधार्थियों ने अपना वक्तव्य रखा एवं अपना शोध पत्र प्रस्तुत किया। दूसरे दिन की प्रथम सत्र की शुरुआत डॉ चंपावती सेरेन, सिद्धो कानू मुर्मू विवि दर्शनशास्त्र विभाग का शोध पत्र प्रस्तुत करने के साथ हुआ। उन्होंने संथलों का आध्यात्मिक क्षेत्र पर एक



के साथ हुआ। उन्होंने संथलों का आध्यात्मिक क्षेत्र पर एक वैशेषणिक अध्ययन विषय पर अपना विचार रखी। इसमें डॉ सोरेन ने विशेष रूप से संथलों के धर्म पर प्रकाश डाला और पश्चिमी सभ्यता को छोड़कर प्रकृति की ओर लौटने के महत्व को समझाया और कहा कि संथलों की आध्यात्मिक जीवन शैली प्रकृति पर निर्भर है और दुनिया को उनसे प्रेरणा लेनी चाहिए। इसके बाद संथाली विभाग के शोधार्थी डॉ राजेंद्र मारिया ने संथाल और गैर-संथाल धर्म का तुलनात्मक अध्ययन विषय पर शोध पत्र इस्सतुत किया। उसके बाद संथली विभाग के शोधार्थी रमेश मरांडी ने शोध पत्र प्रस्तुत किया जिसका शीर्षक था संथाली भाषा एवं साहित्य संरक्षित करने का महत्व, जिसमें उन्होंने संथाली साहित्य की शुरुआत और वर्तमान दिनों को तुलना करते हुए इनका महत्व पर प्रकाश डाला तत्पश्चात संथाली विभाग के छात्र जोना टुट्टु, मारिया किस्कू, जूली हांसदा, चिंतामणि टड आदि ने शोध पत्र प्रस्तुत किया। आईआईटी रुड़की के शोधार्थी मिरिनलनि राज ने अपना शोध पत्र द स्पेस ऑफ संथाल कलर एनालिसिस ॲफ सारा जोसेफ बुद्धिनी प्रस्तुत किया, जिसमें उन्होंने विस्थापन से होने वाले धार्मिक क्षति के साथ-साथ विभिन्न नुकसान को इंगित करने का कार्य किया। संथाली विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ सुशील टुट्टु ने भी अपना शोध पत्र संथाली भाषा एवं संस्कृति का संरक्षण में विदेशी मशीनरियों की भूमिका के माध्यम

अै  
सा  
द्वृ  
मर  
पत्र  
के  
बौ  
हु  
अ  
के  
टु  
मू  
जा

उसके धर्म को होती है। इस में संथाली विभाग के शोधार्थी ने बार दोरेटो टुडू, मीनू मरांडी का मुर्मुआदि ने भी अपना शोध प्रस्तुत किया। अंत में इस सत्र अध्यक्षता कर रहे डॉ शांतनु देया ने सत्र के निष्कर्ष को बताया। संपन्न किया तीसरे सत्र के अध्यक्षता मॉडल कॉलेज दुमका प्रोफेसर इंचर्ज डॉ मेरी मार्गरेट ने किया। इस सत्र में बताया गया वक्ता डॉ. मसोदी टुडू जुबन वर्तमान में जीसीआईआरटी

रांची के निदेशक और पूर्व में जिला शिक्षा अधीक्षक रह चुके हैं आँनलाइन जुड़े उहोंने सत्र को संबोधित करते हुए कहा संथाल धर्म और प्रकृति का सम्बन्ध आदि कालों से रहा है दुनिया चाहे जितनी भी विकासित क्यों ना हो वह प्रकृति से दूरी नहीं बना सकता है और जब वह प्रकृति की ओर देखा गा है उसे उसी समय संथाल धर्म और दर्शन मिल जायेगा। सत्र के अंत में अध्यक्षीय संबोधन में डॉक्टर मेरी मार्केट टुटू ने सत्र के महत्व पर अपनी बात रखी और सभी वक्ताओं को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए सत्र सम्पन्न हुआ। जात हो यह साहिबगंज। जिले के समाहरणालय स्थित सभागार में उपायुक्त राम निवास यादव की अध्यक्षता में जिला गंगा समिति की बैठक आयोजित की गई बैठक के दौरान सीवरेज कनेक्शन एवं कनेक्शन प्लान पर विचार विमर्श किया गया इस क्रम में माननीय एन्जीटी द्वारा चिह्नित किए गए बिंदुओं कि समीक्षा करते हुए आवश्यक निर्देश दिए जाहां सीवरेज का पानी ट्रीटमेंट होकर नदी में जा रहा है इससे संबोधित विस्तृत रिपोर्ट उपलब्ध कराने का निर्देश दिया गया इस क्रम में बायो मेडिकल वेस्ट उठाव कि समीक्षा करते हुए संबोधित पदाधिकारी को अस्पताल के बायो वेस्ट के निपटारे का रिपोर्ट उपलब्ध कराने का निर्देश दिया गया वहीं उपा युक्त राम निवास यादव ने सॉलिड वेस्ट मैनेज मेंट प्लांट की समीक्षा करते हुए भी आवश्यक निर्देश दिए इसके अलावा बैठक में शहर में डस्ट्रिब्युन वितरण सापाताहिक गंगा आरती विभिन्न गंगा धारों के रखरखाव लाइट इत्यादि की संपूर्ण व्यवस्था की समीक्षा करते हुए भी आवश्यक निर्देश दिए गए बैठक में उपायुक्त के अलावे पुलिस अधीक्षक नौशाद आलम, बन प्रमंडल पदाधिकारी मनीष तिवारी, जिला जन संपर्क पदाधिकारी सविता सिंह, जिला गंगा समिति के सदस्य चंदेश्वर प्रसाद सिन्हा, अशोक चौधरी, डीपीओ नमामि गंगे विभिन्न एजेंसियों के अभियंता एवं अन्य उपस्थित थे।

**साहिलगंज।** जिले के समाहरणालय स्थित सभागार में उपरक गम निवास

यादव की अध्यक्षता में जिला गंगा समिति की बैठक आयोजित की गई बैठक के दौरान सीवरेज कनेक्शन एवं कनेक्शन प्लान पर विचार विमर्श किया गया इस क्रम में माननीय एनजीटी द्वारा चिन्हित किए गए बिंदुओं कि समीक्षा करते हुए आवश्यक निर्देश दिए जहां सीवरेज का पानी टीटीटमेंट होकर नदी में जा रहा है इससे संबंधित विस्तृत रिपोर्ट उपलब्ध कराने का निर्देश दिया गया इस क्रम में बायो मेडिकल वेस्ट उठाव कि समीक्षा करते हुए संबंधित पदाधिकारी को अस्पताल के बायो वेस्ट के निपटारे का रिपोर्ट उपलब्ध कराने का निर्देश दिया गया। वहीं उपा युक्त राम निवास यादव ने सॉलिड वेस्ट मैनेजमेंट प्लांट की समीक्षा करते हुए भी आवश्यक निर्देश दिए इसके अलावा बैठक में शहर में डस्टबिन वितरण सापाताहिक गंगा आरती विभिन्न गंगा घाटों के खरखाल लाइट इल्यादि की संपूर्ण व्यवस्था की समीक्षा करते हुए भी आवश्यक निर्देश दिए गए बैठक में उपायुक्त के अलावे पुलिस अधोक्षक नौशाद आलम, बन प्रमंडल पदाधिकारी मनीष तिवारी, जिला जन संपर्क पदाधिकारी सविता सिंह, जिला गंगा समिति के सदस्य चंदेश्वर प्रसाद सिन्हा, अशोक चौधरी, डीपीओ नमामि गंगे विभिन्न एजेंसियों के अभियंता एवं अन्य उपस्थित थे।

**मुख्यमंत्री ग्राम गाड़ी योजना के तहत मार्ग निर्धारण**

गिरिडीह। झारखण्ड मुख्यमंत्री ग्राम गाड़ी योजना 2022 के आलोक में जिला स्तरीय समिक्ति के द्वारा गिरिडीह जिला के अंतर्गत प्रखण्डवार मार्ग का निर्धारण किया गया है। झारखण्ड मुख्यमंत्री ग्राम गाड़ी योजना 2022 के निर्धारित मार्ग में वाहन चलाने वाले इच्छुक व्यक्ति/निजी बस ऑपरेटर के साथ जिला परिवहन कार्यालय में 13.12.2023 को दोपहर 12:00 बजे एक सभा आहुत्की की गई है। जिसमें बेहतर परिवहन सुविधा मुहैया कराने के उद्देश्य से योजना की जानकारी प्राप्त बस संचालकों के सश्वत विस्तर की जाएगी।







## गुस्सा झट से हो जाएगा गायब, बस अपनाएं ये टिप्पणी



कहते हैं गुस्सा अकिंग को चड़ाल बना देता है। बात-बात पर गुस्सा करने वाले इसनां से परिवर्त बातें और उनके आस-पास के लोग परेशन हो जाते हैं। कई बार तो इस तरह के व्यक्ति से लोग बात करने से भी करते हैं। किसी परेशनी, तानाव, जिजेस या नोकरी का परेशनी और रिस्तों में बढ़ रही दृश्यताएँ को कारण भी गुस्सा आने लगता है। कई बातें तो इसमें लोग खुद भी परेशन हो जाते हैं। इसके लिए आप कुछ उपाय अपना कर इसमें समझा से राहत पा सकते हैं।

1. गुस्सा आने पर किसी से बात करने की बजाए, कुछ देर के लिए अकेले बैठ जाएं। मासंपरेशियों को रिलेक्स करें। इसमें गुस्सा शांत हो जाएगा।

2. किसी बात से परेशन हैं तो गुस्सा होने की बजाए गहरी सांस भरे और आंखें बंद करके स्थूल कोशिश करें।

3. गुस्से को दूर करने के लिए सबसे बेहतर कारोबारी है। किसी माली को खुशमुखी बनाए। बढ़िया से प्रफूल्हों की महक लें। आप हैरान जाएंगे कि इसमें गुस्सा खुशी में बदल जाएगा।

4. ठंडा पानी पीने से भी गुस्सा शांत हो जाता है। परेशनी को दूर करने के लिए उल्टी गिनती गिनना शुरू करें।

## कैंसर का इलाज करें खीरा, और भी कई बीमारियां में फायदेमंद



खीरा, इसे लोग सालाद के रूप में बड़े शैक्ष से खाते हैं। सालाद के अलावा भी इसे सैंडविच या फास्ट में भी बहुत इस्तेमाल किया जाता है। खीरा खाना सेवत के लिए काफी फायदेमंद साबित होता है। इसमें शरीर में हमेशा ताजगी बनी रहती है। आइए जानते हैं इसके सेवत संबंधी फायदों के बारे में...

**कब्ज़ :** कब्ज़ होने पर खीरा खाने से पेट की परेशनी दूर होती है। इसे अपने खाने में जरूर शामिल करना चाहिए। रोजाना इसके सेवत के लिए खाने में राहत पाएं जा सकती है।

**ब्लड प्रेस्चर :** हाई ब्लडप्रेसर से राहत पाने के लिए खीरे का सेवत बहुत अच्छा होता है। इसमें पानी की मात्रा बहुत ज्यादा होती है और यह शरीर को बेहतर रखता है।

**कैंसर :** खीरे में बहुत से एसेटिक और यांत्रिक डॉटें भी हैं। जिससे प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है।

**बजन घटाना :** खीरे में कैटेरी बहुत कम और फाइबर ज्यादा होता है। खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।

**कॉलेस्ट्रोल :** खीरे में कॉलेस्ट्रोल बिल्कुल नहीं होता है। दिल के मरीजों के लिए खीरा खाना बहुत अच्छा होता है। इसमें पाया जाने वाला स्ट्रोलेटल कोलेस्ट्रोल को कम करने में मदद करता है।

**पीरियड़ का दूर रखें :** जिन लड़कियों को मासिक धर्म के दौरान काफी परेशनी होती है वो दौरी में खीरे को कट्टक्स करके उसमें पुदीना, काला नमक, काली मिर्च, जीरा और हींग डालकर खाएं। इसके काफी आराम मिलते हैं।

**किडनी :** खाने में हर रोज इसका इस्तेमाल करने से पश्चरी की परेशनी से बचा जा सकता है। इसमें पेट और बद्ध के लिए खाने में राहत पाएं और यांत्रिक डॉटें भी हैं।

**बजन घटाना :** खीरे में कैटेरी बहुत कम और फाइबर ज्यादा होता है।

**प्रेसरियल रिकर्ट :** खीरे में खीरे को शांत करने के लिए खीरा खाएं। जिससे पेट देर करके रहता है।

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**

**खीरे के रस को दिन में 2-3 बार पीना लाभकारी होता है।**