

# श्रीकंचनपथ

साझा करें अपने मित्रों से  
**श्रीकंचनपथ** ONLINE

सांघ दैनिक  
दुर्ग-शायापुर-बस्तर संभाग

लीपा पोती नहीं सिर्फ सच  
संस्थापक एवं प्रेरणास्रोत- स्व. श्रीमती रजनी अग्रवाल

visit us <http://www.shreekanchanpath.com>

मिलाई, दिवार 19 जून 2022

पृष्ठ 8- मूल्य 1/-

तर्फ- 13, अंक - 242

## खास खबर

संटिंग के दौरान बेपटी हुई इलेक्ट्रिक लोको इंजन, तकनीकी टीम वापस पटरी पर लाने ने जूटी दुर्घात। दुर्घात रेलवे स्टेशन में शनिवार आधोरात के बाद इलेक्ट्रिक लोको डिल हो गई। घटना शनिवार आधी रात के बाद लगभग 2 में 3 बजे के बीच की बताई जा रही है। हादसा उस समय हुआ जब लोको का संटिंग किया जा रहा था। संटिंग के दौरान एक इलेक्ट्रिक लोको के सामने के पहिए पटरी से उत्तर गए। हादसे की कोर्सी के हताहत होने की सूचना नहीं है।

लोको के डिल होने की सूचना के बाद स्टेशन में हड्कंप मच गया। मौके पर अधिकारी पहुंच गए। इलेक्ट्रिक लोको के डिल होने का कारण सामने नहीं आ पाया है। मौके पर पहुंच आए अस्फरों ने जांच शुरू कर दी है। रात में लोको को पटरी पर लाया जाना है। सुधरे रेलवे की तकनीकी टीम पहुंच गई है और इलेक्ट्रिक लोको को वापस पटरी पर लाने का प्रयास किया जा रहा है।

जिस समय लोको डिल हुई तब स्टेशन में यात्रियों की भीड़ बढ़ी कम थी। घटना की सूचना तभी ही अपरा तप्पी का माहौल बन गया था। लोको के डिल होने के कारण वॉशिंग लाइन प्रभावित हुई। वहीं अन्य ट्रेनों की आवाजाही में किसी प्रकार का व्यवहार नहीं जारी है। स्टेशन प्रबंधक ने बताया कि संटिंग के दौरान लोको डिल हुई है ट्रेन की गति काफ़ी धीमी होने के कारण कई नुकसान नहीं हुआ है। तकनीकी टीम लोको को वापस पटरी पर लाने में जुटी हुई है।

**तया 'अग्निपथ' योजना ने होगा कोई बदलाव? दोपहर दो बजे सेना करेगी प्रेस कॉनफ्रेंस**  
नई दिल्ली (एजेंसी)। अग्निपथ योजना के विरोध में चल रहे प्रदर्शन से निपत्ति के तिपत्ति को देखकर नक्सल भारतीय रिजर्व पुलिस बल (सीआरपीएफ) व डिस्ट्रिक्ट रिजर्व पार्च (डीआरजी) के जवानों ने माओवादियों के नापाक मंसूबों को नाकाम कर दिया।

## मोदी सरकार के खिलाफ खोला गार्जा

नई दिल्ली (एजेंसी)। कांग्रेस नेता सशशंक बलों में भूती के लिए पेश की गई 'अग्निपथ' योजना का विरोध कर रहे युवाओं के साथ एक जुटा दिखाने के आज जंतर-मंतर पर 'सत्याग्रह' कर रहे हैं। इसे देखे हुए जंतर मंतर पर पुलिस और रैपिड एक्शन फोर्स के जवानों को तैनान किया गया है। कांग्रेस के सांसद, उसकी कार्य समिति के सदस्य और अखिल भारतीय कांग्रेस के मोटी के पदाधिकारी जंतर मंतर पर 'सत्याग्रह' में हिस्सा ले रहे हैं। कांग्रेस महासचिव प्रियकांगा वाडा भी अन्य नेताओं का साथ विरोध जताने पहुंची है। प्रियकांगा ने कहा कि देश की सेवा करने के लिए पूरे जीवन भर सेना में भर्ती होना चाहते हैं। ये जो भी हो रहा है, गलत हो रहा है। इस योजना को वापस लेना चाहिए।



## अग्निपथ योजना से देश के युवा आक्रोशित

पार्टी के एक नेता ने कहा कि 'सत्याग्रह' का यह फैसला इसलिए लिया गया, क्योंकि 'अग्निपथ' योजना ने हमारे वक्सों से हिंसा की घटाई दर्ज की गई है। अग्निपथ' योजना के खिलाफ आज भी देश के अलग-अलग हिस्सों में प्रदर्शन हो रहे हैं। हमारा बोर्ड जिमेदारी है कि हम उनके साथ खड़े रहें।

## आठ वर्षों में युवाओं को निला सिर्फ पकड़े तलने का ज्ञान: राहुल

अग्निपथ योजना के विरोध में जहां जंतर-मंतर पर कांग्रेस नेताओं का प्रदर्शन जारी है वहीं इस बीच राहुल गांधी ने सिरियसले टीटीट कर पीसमंडी पर हमला लोता है। राहुल गांधी ने टीटीट करते हुए लिखा कि बार-बार नौकरी की जूटी अपीली देकर, प्रायामीनी ने देश के युवाओं को बोरेजगारी के 'अग्निपथ' पर घबराने के लिए राहुल गांधी किया है। 8 वर्षों में, 16 करोड़ नौकरियों ने युवक के शब्द को सुपेला स्थित शास्त्री अस्पताल के पास छोड़कर भाग गए। घटना की जांच के बाद मौके पर पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

यी और इस दौरान प्रदर्शनकारियों ने एक रेलवे स्टेशन और एक पुलिस वाहन को पहुंचती आरोपियों द्वारा बोला गया। घटना की जांच के बाद योगी बोला गया। घटना की जांच के बाद योगी बोला गया।

## वारदात: केम्प-1 में देर रात युवक की हत्या, आरोपियों की तलाश जारी



श्रीकंचनपथ न्यूज़

बिहारी मोहल्ला कैंप 1 निवासी सोना, चिंकु व टिंकु तथा दो अन्य के खिलाफ हत्या का मामला दर्ज किया गया है। पिलहाल सभी आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

छानी सीसपांसी कोशलनेन्द्र पटेल ने बताया कि आपसी रंजिश के कारण एक युवक की हत्या कर दी गई। घटना शनिवार देर रात की है। घटना की जांच में, 16 करोड़ नौकरियों ने युवक के शब्द को सुपेला स्थित शास्त्री अस्पताल के पास छोड़कर भाग गए। घटना की जांच के बाद मौके पर पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

छानी सीसपांसी कोशलनेन्द्र पटेल ने बताया कि आपसी रंजिश का प्रदर्शन जारी है। सार्वजनिक वाहन पर हाथ लगाने की जांच हो रही है। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

छानी सीसपांसी रंजिश के बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपियों की पहचान नहीं हुई है। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है। घटना की जांच में आरोपियों की पहचान नहीं हुई है। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

इस हापले में बांधेर रंजिश के पास आरोपियों ने धारदार हथियार एवं बेसबॉल के बैट से हार्दिक रुकावे के बाद योगी बोला गया। इसे देखने के बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

सुपेला अस्पताल में जब युवक की जांच हो रही है। इसके बाद योगी बोला गया। घटना की जांच में आरोपी फार हैं पुलिस उनकी तलाश कर रही है।

## संपादकीय

### ईडी की कार्यवाई से कांग्रेस में जानकारी

ग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी से प्रवर्वन निदेशालय यानी की पृष्ठाएँ 23 जून को होनी हैं। अमर उनकी सेहत तीक रही तो पूछताछ होगी नहीं तो आगे को कोई नई तरीख मिलेगी। इस बीच तीन दिन लगातार राहुल गांधी से पूछताछ हुई है और कांग्रेस के तमाम दिग्जे नेता तीनों दिन दिल्ली की सड़कों पर प्रदर्शन करते रहे। कांग्रेस के दोनों मुख्यमंत्री अपना राज-काज छोड़ कर दिल्ली में डेरा डाले रहे और लूटिंग के स्तरे से लेकर बढ़ाए बॉर्डर तक भाग दौड़ करते रहे। हरियाणा के प्रदर्शन के नेता भी जुटा रहे हैं, जिससे मुदिया में खबरें बन रही हैं। देश के सभी राज्यों में ईडी कार्यालय के बारे भी कांग्रेस का प्रदर्शन चल रहा है।

**“** उनको लग रहा है कि क्या ईडी की कार्यवाई कांग्रेस के कई नेता और यहां तक कि कांग्रेस के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। सो, ज्यादातर जानकारों का मानना है कि नेहरू-गांधी परिवार के खिलाफ हो रही ईडी की कार्यवाई किसी न किसी तरह से कांग्रेस को और समूचे विषय को फायदा पहुंचाएगा।

तभी सवाल है कि क्या ईडी की कार्यवाई कांग्रेस के एसी नेता होने से पहले सोचा था कि वहां पहुंचते ही एसी नेता और यहां तक कि कांग्रेस के विरोधी रहे। बुझिजीवी व समाजिक कार्यकर्ता भी इसे एक मौका मान रहे हैं। इसकी तुलना के बाहर में लालू प्रसाद पर हुई कार्यवाई से कोई जारी थी।

पहुंचाएगा।

तभी सवाल है कि वहां पहुंचे थे और एक समय तो ऐसी स्थिति आई थी उनकी गिरफ्तारी से पहले तब के सीधी आई अधिकारी ने सेना बुलाने की पहल कर दी थी। उस पूरे दूसरे के बाद आठ साल और लालू प्रसाद की पार्टी ने बिहार में राज लिया। हालांकि राहुल अभी गिरफ्तार नहीं हुए हैं लेकिन तुलना कर रहे लोग गिरफ्तारी की संभावना से इनकार नहीं कर रहे हैं।

प्रशांत भूषण जैसे वकील और सामाजिक कार्यकर्ता ईडी की कार्यवाई की तुलना 1977 में हुई ईदिरा गांधी की गिरफ्तारी से कर रहे हैं। उन्होंने टिकट करके कहा कि जनता पार्टी की सकारात्मकने के बाद चौथी चंगा सिंह ने ईदिरा गांधी की गिरफ्तारी की जिद पकड़ी। तब प्रशांत भूषण के पिता शांत भूषण कानून मंत्री थे और उन्होंने ईदिरा गांधी की गिरफ्तार करने से मना किया था। लेकिन चंगा सिंह की जिद के चलते ईदिरा गिरफ्तार हुई और पिर वहां से कांग्रेस की वापसी हुई। सो, प्रशांत भूषण सहित कई लोग इस पूरे मामले को 1977 के चंगे से देख रहे हैं।

भाजपा के विरुद्ध नेता लालूकुमा आडवाणी के सलाहकार रहे सुधूर्द्र लुक्कणी ने इस मामले में राहुल गांधी का समर्थन करते हुए कहा कि राजनीतिक बदली की भावना से कोई जारी दिग्जे कार्यवाई के विरोध में वे राहुल के साथ हैं। उनका लग रहा है कि राजनीतिक विरोधों के खिलाफ केंद्रीय एजेंसियों की कार्यवाई के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। सो, ज्यादातर जानकारों का मानना है कि नेहरू-गांधी परिवार के खिलाफ हो रही ईडी की कार्यवाई किसी न किसी तरह से कांग्रेस को और समूचे विषय को फायदा पहुंचाएगा।

### ये आदोलन का गुदा है या?

कांग्रेस आजकल राजनीतिक पार्टी की बजाय प्राइवेट लिमिटेड कंपनी बनती जा रही है, इसका ताजा प्रमाण पिर सम्पन्न आ रहा है। 'नेशनल हेरोल्ड' के मामले में सोनिया गांधी और राहुल के प्रवर्तन निदेशालय के सम्पन्न आ रहा है। उनके बाद आठ सालों में दोनों विवर्कुल खेर तरंगे हैं। यैसे देखने में तो एक भी नेता ऐसा दिखाई नहीं पड़ता जो कि दूध का धुला हो। कोई न कोई धूंधली, राजी, रिश्वत या दादागारी का दाव मारे बिना कोई भी नेता अपनी दुकान कैसे चला सकता है? फिर भी हम मानकर चल सकते हैं कि राहुल और सोनिया बिल्कुल बेदाम निकलें तो भी असली सबल यह है कि किसी जांच एजेंसी के सामने पेश होने में उहें तुलना कर्यों होना चाहिए? यदि कानून सबको लिए अपनी जैसे नहीं तो वह उन पर भी बिल्कुल बिल्कुल नहीं है, क्या? यदि वे अपनी को कानून से ऊपर समर्थन होते हैं, क्या? यदि वे निर्दोष होते हैं तो कोई जांच एजेंसी नेताओं को किनते ही गुलाम हो, उहें किसी से जब भी की क्या जरूरत है? भारत की न्यायपालिका आज भी निर्भीक और स्वतंत्र है। वह उनके सम्मान की रक्षा अवश्य करेगी लेकिन इस आदोलन पर उत्तर आई है, उससे लगता है कि उसके पास जनहित का कोई और मुद्दा है ही नहीं। अपने नेताओं को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है। दूसरा, उनमें जन-आदोलन की राह पर अपनाकर भाजपा सरकार के प्रति जनता को जो राज नहीं और सोनिया बिल्कुल दिग्जे के चुनाव में उपर्युक्त काम कर रहे हैं लेकिन उन्हें भी जब माल लिए जाएं तो वे अपनी कांग्रेस को बचाना की जारी राज नहीं है। जरा याद करें कि राजनीतिक बदली जो जब ईदिरा गांधी की गिरफ्तार किया था तो उस कार्रवाई की इजाजत कैसे पैदे हो वेद गई थी।

यही अब भी होता लेकिन मां-बेटे ने वह प्रदर्शन करवाकर भाजपा सरकार के हाथ मजबूत कर दिए हैं। तीसरा, लोगों को आश्रय है कि कांग्रेस की हालत मायावती की बसपा की तरह क्यों होती जा रही है? उसके पास न तो योग नहीं है और न ही प्रभावशाली नीति है। इसी का नतीजा है कि राजनीतिक चुनाव में उम्मीदवारों को इस मुद्दे पर एक करने में भी कांग्रेस को सफलतापूर्वक काम कर रहे हैं लेकिन उन्हें भी जब माल लिए जाएं तो वे अनुभवी नेता लोग भी नेता हैं या किसी प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के कर्मचारी हैं?

सुशील म्युजिकल इलेक्ट्रिक शाही बैन्डों के निर्माता सभी प्रकार के संगीत वाय यंत्रों के विक्रेता सभी प्रकार के सामने दर्शक को आमने आपने आप को कानून से ऊपर समर्थन होते हैं, क्या? यदि वे निर्दोष होते हैं तो कोई जांच एजेंसी नेताओं को किनते ही गुलाम हो, उहें किसी से जब भी की क्या जरूरत है? भारत की न्यायपालिका आज भी निर्भीक और स्वतंत्र है। वह उनके सम्मान की रक्षा अवश्य करेगी लेकिन इस आदोलन पर उत्तर आई है, उससे लगता है कि उसके पास जनहित का कोई और मुद्दा है ही नहीं। अपने नेताओं को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है। दूसरा, उनमें जन-आदोलन की राह पर अपनाकर भाजपा सरकार के प्रति जनता को जो राज नहीं और सोनिया बिल्कुल दिग्जे के चुनाव में उपर्युक्त काम कर रहे हैं लेकिन उन्हें भी जब माल लिए जाएं तो वे अनुभवी नेता लोग भी नेता हैं या किसी प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के कर्मचारी हैं?

वही अब भी होता लेकिन मां-बेटे के बाद में वेद गई है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को बचाने के लिए पेश कर दिया है। हाँ सकता है कि जांच एजेंसी नेता लगातार राहुल गांधी की गिरफ्तारी के विरोध की यह निर्णयक लड़ाई है। जो जांच एजेंसी को बचाना ही उसके लिए सबसे बड़ा जनहित है।

उद्देश्य वाले विवरण के बाद आपने सिर्फ दो नेताओं में और बेटे को ब





# अत्यसर रहते हैं चित्तित और परेशन ? ये चार आदतें तुरंत छोड़ दें वरना बढ़ सकता है डिप्रेशन का खतरा

मानसिक स्वास्थ्य की समस्याएं पिछले कुछ वर्षों में तेजी से बढ़ती हुई रिपोर्ट की जा रही है, विशेषकर कोरोना महामारी की शुरुआत के बाद से इससे संबंधित रिपोर्टों के मामले काफी ज्यादा बढ़े हैं। मैट्रिकल सार्से कहता है कि मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य एक दूसरे के पूरक हैं, ऐसे में एक में होने वाली समस्या की असर दूसरे की सेहत को नकारात्मक तौर से प्रभावित कर सकता है। यही कारण है कि सभी लोगों को नियमित रूप से अपनी सेहत की बेतर बनाए रखने वाले उपाय करने की सलाह दी जाती रही है, इसमें मानसिक सेहत का खाल रखना भी शामिल है।



सामान्यतौर पर मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं की शुरुआत चिंता-तनाव विकारों के साथ होती है, जिसपर अगर ध्यान न दिया जाए तो यह ब्लड प्रेसर बढ़ने के साथ हृदय रोग और अवसाद जैसी गंभीर समस्याओं का कारण तक बन सकती है।

विशेषज्ञ कहते हैं चिंता-तनाव जैसी समस्याएं अब कम उत्तर के लोगों में भी देखी जा रही है, इसलिए सभी लोगों को इसकी लेवर विशेष साधारण बरतने रहने की आवश्यकता है। इसका लिए आहार और दिनचरी में विशेष बदलाव की आवश्यकता होती है। आइए जानते हैं कि कौन सी आदतें इन समस्याओं को ट्रायर कर सकती हैं जिससे सभी लोगों को बचाव करते रहना जरूरी होता है।

## अधिक मात्रा में कैफीन का सेवन

यदि आप भी कैफी के बहुत ज्यादा शौकीन लोगों में से एक हैं तो यहाँ थोड़ी सावधानी बरतने की जरूरत है। बहुत ज्यादा कैफी पीना आकर तांब को दूर नहीं बिल्कुल बचा सकता है। इसके बाद सुन सकते हैं तांब का स्वास्थ्य प्रभावित होता है। अब तक नहीं है उनमें तनाव, चिंता और अवसाद का स्तर कम होता है।

## धूम्रपान की आदत छोनिकारक

धूम्रपान को सेहत के लिए कई प्रकार से नुकसानदायक माना जाता है, यह चिंता-तनाव विकारों को भी बढ़ा देता है। धूम्रपान से कोटिसोल के रिलीज को ट्रिपर करता है। इसका मतलब है कि यदि आप कैफीन वाली चीजों का अधिक सेवन करते हैं तो इसकी मात्रा को कम कर दें।

## सोशल मीडिया पर कठन समय बिताएं

सोशल मीडिया से ज्यादा लोगों को बचाव करते रहना जरूरी होता है।

सोशल मीडिया से ज्यादा लोगों को बचाव करते रहना जरूरी होता है।

अध्ययनों में पाया गया है कि कैफीन,

लोगों में भी मानसिक स्वास्थ्य की बढ़ती समस्याओं का जोखिम अधिक पाया गया है। सोशल मीडिया पर लगातार समय बिताते रहने की आदत हमें तनावप्रस्त महसूस करवा सकती है। सोशल मीडिया पर बार-बार दिखने वाले कटेट तक अतार पर हमारा मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है। सभी लोगों, विशेषकर बच्चों को इस तरह की आदतों से बचाना चाहिए।

## नींद की कमी के नुकसान

नींद की कमी मानसिक और शारीरिक दोनों तरह की सेहत को गंभीर क्षति पहुंचा सकती है। अध्ययनों से पता चलता है कि जिन लोगों की रोजाना रात में कम से कम 7-9 घंटे की नींद पूरी नहीं होती है उनमें अन्य लोगों की तुलना में तनाव-चिंता विकार बढ़ने का खतरा अधिक हो सकता है। नींद की कमी रक्तचाप बढ़ने के साथ आपकी शारीरिक सेहत को भी कई प्रकार से प्रभावित कर सकती है।

## आईशेडो का करें ऐसे इस्टेमाल

मानसून के दौरान अपनी आईशेडो को हमेशा सैट रखें और आईशेडो जैसे पैसल का इस्टेमाल भूल से भी न करें। इन दिनों पैसल के बने का डर रहता है। जहां तक संभव हो आईशेडो का प्रयोग न हो करें। यदि करना ही पड़े तो आईशेडो में क्रीम के बजाय पाउडर का प्रयोग करें ताकि वह मैल्ट हो कर आप के खूबसूरत चेहरे को खराब न करे। यह क्रीम आईशेडो के मुकाबले ज्यादा देर तक टिका रहे, जो आप के चेहरे पर चमक व कलर लाने के साथसाथ खूबसूरती भी बढ़ाता है।

## इडियाज लाप्टॉप चैपियन: बदलते जनाने की सोच बदलती रहती है, कल जो था, वह आज नहीं है: शेखर सुमन



## सबसे पहले शो के कॉन्सेट के बारे में बताइए?

यह एक रियलिटी कॉमेडी शो 'इडियाज लाप्टॉप चैपियन' सोनी एंटरटेनमेंट पर जून से शुरू हो चुका है। प्रियंका देशभर से 50 प्रतिभागीयों को चुनकर लाया गया है। इस शो को अंचना पूरा सिंह और शेखर सुमन जज कर रहे हैं। दैनिक भास्कर के खास बातचीत में शेखर सुमन ने इस शो में शरीर में कोटिसोल लार्म का स्तर बढ़ा जाता है।

## सबसे पहले शो के कॉन्सेट के बारे में बताइए?

यह एक रियलिटी कॉमेडी शो है। इसमें देशभर से तमाम प्रतिभागीयों के बीच से चुनकर इसमें 50 प्रतिभागीयों को चुनकर लाया गया है। इस शो को अंचना पूरा सिंह और शेखर सुमन जज कर रहे हैं। दैनिक भास्कर के खास बातचीत में शेखर सुमन ने इस शो में शरीर में कोटिसोल लार्म का स्तर बढ़ा जाता है।

## आप प्रतिभागीयों को जज करते हैं, खुद के कान को किस तरह से जज करते हैं?

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से शो में जो प्रतिभागी आए हैं, वे नई सोच के साथ आए हैं, नए किस्म का हूमर लेकर आये हैं। जो कल तरह और रुपये में था, आज अलग रूप में है।

प्रतिभागी जब आपके ऊपर जोक नहीं है, तब उसे किस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

प्रतिभागी जब आपके ऊपर जोक नहीं है, तब उसे किस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रहे हैं, लोगों की जबान बदल रही है, आप करते चले जाएं। लोगों से रुपये में था, आज अलग रूप में है। इस तरह से बही किटेट खेल रहे हैं, पर बयां करने का अंदाज बदल गया है।

अगर हेल्दी हूमर है, जो कैप्चर करने के बारे में सिर्फ इतना ही

है कि कहां बेहतर हैं और कहां नहीं रहेगा। जमाना आगे बढ़ रहा है तो सोच भी आगे बढ़ रही है। इस तरह से खालील बदल रह



# खास-खबर

**पुलिस ने आठ लूटेरों को चोरी की 20 बाइक के साथ किया गिरफ्तार**

महासमुद्र (ए)। टिटिलागढ़ शहर के आसपास इलाके से आए दिन लूटपाट और मोटरसाइकिल चोरी की खबर आती रहती थी। ऐसी शिकायतें

पार का उपर जाना रखा पांचा तिलागढ़ से पुलिस भी परेशान थी और अधिकरकार टिलागढ़ पुलिस ने शुक्रवार को 8 लुटेरों के एक गिराह को पकड़ा और उनके कब्जे से चोरी की 20 मोटरसाइकिल भी बरामद की। इस संबंध में टिलागढ़ उपखंड के एसडीपीओ सुरेंद्र सतपथी ने संवाददाता सम्मेलन आयोजित कर कार्रवाई के संबंध में विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि 4 जून को केस ऋमांक 0166 के अनुसार एक ट्रक के ड्राइवर को बानीजीजाल के कलकुठ मंदिर के पास एक युवक रोड के बीच में मोटरसाइकिल खड़ा कर रोका और उससे ड्राइविंग लाइसेंस और चलान मांगते हुए गले पर चाकू लगाकर नगद 9 हजार, मोबाइल और उसके साथे का चेन खींच लिया। उसी समय ड्राइवर एसोसिएशन के एक सदस्य ने उसका विरोध किया पर लुटेरे मोबाइल व नगद लेकर फरार हो गया। इन सब घटनाक्रम को सदस्य ने अपने मोबाइल में रिकॉर्ड कर लिया था। इसकी रिपोर्ट थाना में ड्राइवर ने दर्ज कराई। टिलागढ़ थाना अधिकारी रंजन कुमार बरीहा ने इसके के लिए एक विशेष टीम गठित कर छानबीन शुरू की।

बाल गृह से भागे नाबालिंग की हत्या  
के मामले में फरार आदोपी गिरफ्तार



बिलासपुर (ए)। दुर्ग के बाल गृह से भागे नावालिंग की हत्या के मामले में फरार मुख्य आरोपित को सरकंडा पुलिस ने दुर्ग के पुलगांव बस्ती से गिरफ्तार किया है। शनिवार को पुलिस ने आरोपित को कोर्ट में पेश किया। वारदात में शामिल पांच आरोपितों को पहले ही पकड़ लिया गया था। सरकंडा थाना क्षेत्र के रहने वाला राहुल साहू उर्फ़ संडा दुर्ग के बाल गृह में बंद था। एक मई को राहुल अपने अपने साथियों के साथ बाल गृह से फरार हो गया था। इस दौरान राहुल ने अपने साथी धीरज महानंद को कहा कि चोरी की रकम 13 लाख रुपये देवनचाल सरकंडा मुक्तिधाम अरपा किनारे में छिपाकर रखी है। उस रुपये को आपस में बांटें और खर्च करने की बात कही। इसके बाद राहुल साहू को लेकर धीरज महानंद अपने पांच साथी राहुल सिंह कुशवाहा, मनीष नोन्हे, शेख आसिफ, अभिमन्यु दास, सोनू लाड़वाल के साथ किराए की स्कार्पिंगो से बिलासपुर पहुंचा। मुक्तिधाम अरपा किनारे घूमकर 13 लाख रुपये ढूँढ़ने लगे। रुपये नहीं मिलने पर उन्होंने राहुल की हत्या कर दी थी। इसके बाद लाश को अरपा नदी में फेंककर फरार हो गए थे। सरकंडा पुलिस ने अपराध दर्ज वारदात में शामिल पांच आरोपितों को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया था। वर्ही मुख्य आरोपित धीरज महानंद फरार चल रहा था। इस बीच मुख्यबिर से सूचना मिली कि आरोपित धीरज दुर्ग के पुलगांव बस्ती में छिपा है। पुलिस की टीम ने दबिश देकर आरोपित धीरज को गिरफ्तार किया और बिलासपुर ले आई। उसे रिमांड पर भेजा

# जीजा ने किया साली का ऐप: घर वालों से लड़की बोली- जीजा ने मेरे साथ गलत किया, पुलिस ने लिया हियासत में

रायपुर (ए)। रायपुर पुलिस ने 32 साल के एक शख्स को हिरासत में लिया है। इस बदमाश ने अपनी साली का रेप कर दिया। वारदात को अंजाम देने के बाद ये युवती को डराते थमकाते रहा। कुछ दिन युवती चुप रही। इसके बाद 22 साल की लड़की ने घर वालों से कहा— जीजा ने मेरे साथ गलत किया। अब उसने पुलिस से शिकायत की है विधानसभा थाने की पुलिस आरोपी को कस्टडी में ले कर

32 साल का युवक इस इलाके में रहता है तुम्हांव में रहने वाली इसकी साली परिवारिक कार्यक्रम में शामिल होने इसके घर आई हुई थी। मौका पाकर उसने अपनी साली को ब्लैकमेल किया। उसने कहा कि उसे युवती के लव अफेयर की बात पता है। दरअसल युवती किसी युवक से प्यारा करती थी। जीजा ने कहा कि ये बात चलाना चाहते हैं।

उशकायत का ह विधानसभा थान का पुलिस आरोपी को कस्टडी में लेकर उजागर कर दगा। युवती ने पुलिस को बताया कि इस बात से वे दूर होने वाले हैं।

A high-contrast, black and white silhouette of a woman's head and shoulders. She is facing towards the right of the frame, with her hair flowing down her back. The lighting creates a bright highlight on the left side of her face and neck, while the rest is in deep shadow.

युवती के साथ उसका बलात्कार किया। इसके बाद अपने साथ वह लड़की को मंदिर हस्पौद इलाके में लेकर गया। वहां भी एक मकान में उसके साथ शारीरिक संबंध बनाने की कोशिश की। जैसे तैसे वहां से लड़की भागकर अपने घर आ गई परिजनों को घटना की जानकारी दी और मामला पुलिस के पास पहुंचा। युवक ने पुलिस के सामने अपना नाम बताया—

**सामन अपना जुम कबूल लिया ह।  
होने वाली थी शादी**

युवती की घर वाले शादी करने की तैयारी में थे। अब इस घटना ने सभी को झकझोर कर रख दिया है। पुलिस आरोपी और नड़की के घरवालों से भी पूछताछ करेगी। आरोपी की पत्नी और रेप का शिकार हुई युवती आपस में सगी बहनें हैं। आरोपी की पत्नी भी इस कांड के बाद सदमे में है। इलाकीं युवती और आरोपी के परिजनों ने इस बारदात के प्रति पुलिस से गुस्सा जाहिर करते हुए कहा है कि यदि आरोपी की मौत हो जाए तो उसी परिवार की जाहिर करते हुए कहा है कि यदि आरोपी की मौत हो जाए तो उसी परिवार की

**सेक्टर-6 एंव रिसाली के प्रतिष्ठित  
संस्थान विज्ञापन के लिए संपर्क करें:-  
9303289950, 9827806026,  
8962815243**

**Galaxy Granite**   
WholeSaler & Retailer  
All Type Of Tiles : Wall Tiles, Floor  
Sanitary & Null  
सभी प्रकार के टाईल्स और ब्रेनाइट मिलने का  
कोई भी टाईल्स तोने से पहले एक बार अवस्था  
Raja Steel Traders, Krishna Talkies  
Side of ZEE Maha Sale, Risali, Bhi...

भिलाई संस्कृता उघोम

शुद्ध कुटे हुए मसाले, पापड़,  
अचार, बड़ी, जड़ी-बूटी, जचकी  
का सामान इत्यादि

128, ए- मार्केट, सेक्टर-6, भिलाई,  
फोन. 2284508, मो. 9826137766



An advertisement for House of tiles. It features a collage of various tile samples, including a light-colored hexagonal pattern, a brown textured surface, a blue and white mosaic, dark grey square tiles, and two large slabs of marble with distinct veining. The background is white, and the overall design is clean and professional.

**कृष्णा टाकिज रोड, राजा स्टील के सामने, रिसाली, मिलाई (क.ग.)  
Mo. - 82349 - 21000**

An advertisement for Ma Durga Jewellers. On the left, a woman with a bindi and a red sari is shown from the chest up, looking upwards with a joyful expression. The right side contains text in Hindi and English.

# भारतीय बैग हाउस

फैंसी स्ट्राली, स्कूल बैग,  
ऑफिस बैग, सफर बैग,  
लेपटॉप बैग, फैंसी छतरी,  
रेनकोट इत्यादि के विक्रेता

कृष्णा टाकीज रोड, बैंक ऑफ बडौदा के बाजू में  
रिसाली भिलाई, संजय गुप्ता : 93003-77572



## खास - खबर

नेता मुक्त वातावरण निर्मित करने के लिए जिले में होगे प्रेरक आयोजन

दुर्ग। समाज-समुदाय में व्यसन मुक्त व स्वस्थ वातावरण निर्मित करने के उद्देश्य से जिले में नशापान के विरुद्ध व्यापक अधियान चलाया जाएगा। जनसमुदाय की सहभागिता से नशापान के विरुद्ध व्यापक जनतंत्र तैयार करने के लिए अंतर्राष्ट्रीय नशा निवारण दिवस के अवसर पर 26 जून को जिले के सभी विकासखंडों में विविध जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। जिले के समस्त विभागों के समन्वय से नशापान के विरुद्ध समुचित कार्यक्रमी ही, जन समाज की सहभागिता से रैली, प्रदर्शनी, प्रतियोगिताएं, संस्कृति कार्यक्रम, परिवारों, गोष्ठियों, समीकरण कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा। अंतर्राष्ट्रीय नशा निवारण दिवस की सार्थकता के लिए कलेक्टर डॉ. संवेदन नरेंद्र भुरे ने विभिन्न विभागों को संयुक्त रूप से कार्यक्रम आयोजित किए हैं। समाज कल्याण विभाग कर्मसुके के निर्देश पर भी जारी किया गया है जिसमें नशा को रोकथाम के लिए समुदाय में जागरूकता लाने की आवश्यकता पर जोर दिया गया है। इसी कड़ी में ग्राम पंचायत सरकार पर भी नशा मुक्ति कार्यक्रमों का आयोजन करने के निर्देश दिए हैं। समाज कल्याण विभाग द्वारा इस संबंध में जापन भी जारी किया गया है जिसमें नशा को रोकथाम के लिए समुदाय में जागरूकता लाने की आवश्यकता पर जोर दिया गया है। इसी कड़ी में ग्राम पंचायत सरकार पर भी नशा मुक्ति कार्यक्रमों का प्रसारण, सभी विभागों के समन्वय से नशापान के विरुद्ध समुचित कार्यवाही लाने के लिए प्रेरक गतिविधियां आयोजित करने के निर्देश दिए गए हैं।

# सेक्टर 2 तालाब और भी होगा आकर्षक विधायक देवेंद्र यादव और महापौर नीरज पाल ने लिया जायजा

खुरीपार के इनडोर स्टेडियम की सुविधा मिलेगी जल्द

श्रीकंचनपथ न्यूज

भिलाई। विधायक देवेंद्र यादव एवं महापौर नीरज पाल ने आज सेक्टर 2 तालाब एवं खुरीपार में निर्माणाधीन इंडोर स्टेडियम का जायजा लिया। इंडोर स्टेडियम के निर्माण को गुणवत्ता पूर्वक करते हुए शीघ्र कार्य पूर्ण करने के निर्देश प्राप्तव्यांकिता के लिए देवेंद्र यादव एवं खुरीपार में जायजा लिया जाएगा। अंतर्राष्ट्रीय नशा निवारण दिवस की सार्थकता के लिए कलेक्टर डॉ. संवेदन नरेंद्र भुरे ने विभिन्न विभागों को संयुक्त रूप से कार्यक्रम आयोजित किए हैं। समाज कल्याण विभाग कर्मसुके के निर्देश पर भी जारी किया गया है जिसमें नशा को रोकथाम के लिए समुदाय में जागरूकता लाने की आवश्यकता पर जोर दिया गया है। इसी कड़ी में ग्राम पंचायत सरकार पर भी नशा मुक्ति कार्यक्रमों का आयोजन करने के निर्देश दिए हैं। समाज कल्याण विभाग द्वारा इस संबंध में जापन भी जारी किया गया है जिसमें नशा को रोकथाम के लिए समुदाय में जागरूकता लाने की आवश्यकता पर जोर दिया गया है। इसी कड़ी में ग्राम पंचायत सरकार पर भी नशा मुक्ति कार्यक्रमों का प्रसारण, सभी विभागों के समन्वय से नशापान के विरुद्ध समुचित कार्यवाही लाने के लिए प्रेरक गतिविधियां आयोजित करने के निर्देश दिए गए हैं।



सामना भी करना पड़ता है।

इसीलिए विधायक देवेंद्र यादव एवं महापौर नीरज पाल ने इंडोर स्टेडियम के निर्माण को प्रभारी एवं शीघ्र कार्य पूर्ण करने के निर्देश प्राप्तव्यांकिता के लिए देवेंद्र यादव एवं खुरीपार में जायजा लिया।

रात ऊंचे अपने खेल अभ्यास को

निखारने का मौका मिलेगा और एक

बहेतर प्लेफर्म खिलाड़ियों को

मिलेगा।

भिलाई में ज्यादातर खेल मैदान खुले स्थानों पर निर्मित हैं, बारिश के दिनों में खेल अभ्यास करने में दिक्कतों का

निरीक्षण के दौरान लोक निर्माण विभाग के प्रभारी एवं एमआईसी सदस्य एकांश बंधु, एमआईसी सदस्य मोरा बंधु एवं जौन आयुक्त येंगा लहरे, कार्यपालन अधिकारी दी के रणनीति, सहायक अधिकारी अनिल सिंह एवं उप अधिकारी अपिंत बंधुरे, प्रिया खैरवार सहित अन्य मौजूद रहे।

निरीक्षण के दौरान लोक निर्माण विभाग के प्रभारी एवं एमआईसी सदस्य एकांश बंधु, एमआईसी सदस्य मोरा बंधु एवं जौन आयुक्त येंगा लहरे, कार्यपालन अधिकारी दी के रणनीति, सहायक अधिकारी अनिल सिंह एवं उप अधिकारी अपिंत बंधुरे, प्रिया खैरवार सहित अन्य काम किए जाएंगे।

सेक्टर 2 तालाब का होगा कार्यालय, विधायक और महापौर ने देखी झाइंग डिजाइन

सेक्टर 2 तालाब में सौंदर्यीकरण का कार्य किया जाएगा। विधायक देवेंद्र यादव और महापौर नीरज पाल की मंशा

अनुरूप सेक्टर 2 तालाब का सौंदर्यीकरण करने का कार्य किया गया

है। विधायक और महापौर ने आज तालाब पहुंचकर होने वाले विकास कार्यों के लिए देवेंद्र यादव के निर्देश प्राप्तव्यांकिता के निर्देश दिए हैं। सेक्टर 2 तालाब में छठ पर्व एवं भक्तों का ताता लगता है, आशा के इस पर्व में जन सैलाब उमड़ पड़ता है।

इस तालाब का सौंदर्यीकरण का कार्य किया जाएगा। इस तालाब का देखी झाइंग डिजाइन का अद्यतना देखे तो इसकी सौंदर्यीकरण की ओर उत्साह व भारी संख्या में हित आया है। इसी को लेकर आज शासकीय तिलक कन्ना माध्यमिक शाला दुर्ग में प्रवेशोत्सव का आयोजन हुआ।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का जिलों के मुख्य स्कूलों में सीधा प्रशासन भी किया गया गया। शाला प्रवेशोत्सव मनाते हुए स्कूलों में आज से पढ़ाइ का प्रतिशत कृ. शहरी राजपूत राजपूत प्रतिशत सिंह 82.047 मानसी यादव पिता संतोष कुमार यादव 88क, कुक मानसी यादव विताया गया है।

इस आयोजन का ज