जयपुर (राजस्थान) से प्रकाशित एवं दिल्ली, महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, गुजरात, उत्तराखंड, छत्तीसगढ़, बिहार, हिमाचल प्रदेश और झारखण्ड राज्यों में प्रसारित

(DAVP-CODE No. 120390) भारत सरकार का रजि. नं. 10311/1965

साप्ताहिक

हमारा वतन

देश का अपना अखबार

ہمارا وطن ہفت روزہ

संस्थापित 1965

संस्थापक
स्व. श्री राजेन्द्र कुमार 'अजेय'
स्वतंत्रता सेनानी

संरक्षक
स्व. श्री बाबू लाल सैनी

सम्पादक
राम गोपाल सैनी

www.hamarawatan.com FOLLOW US:- Hamarawatan | Hamarawatan65 | Hamarawatan3 | Hamarawatan

वर्ष- 59 | अंक-24 | जयपुर, सोमवार, 26 जून, 2023 | वार्षिक शुल्क 200 रुपये (एक प्रति 4 रु.) | पृष्ठ संख्या 4

UNIVERSITY OF ENGINEERING AND MANAGEMENT

IEM | UEM GROUP Jaipur and Kolkata

Campus: 'Gurukul', Udaipuria Mod, 6 kms. from Chomu on Sikar Road, Jaipur-303807 (Rajasthan)
City Office: 210-212, 2nd Floor, Apex Tower, Lalkothi, Tonk Road, Jaipur-302015 | 0141-4063336

9887313330, 9887933330
9887413330, 9887613330

Global Ratings: QS I-GAUGE Employability Diamond | Facilities Diamond | Entrepreneurship Gold | Student Diversity Gold | Teaching & Learning Diamond

INDIA TODAY Best College Ranking Survey - 2022 | SHALBY ACADEMY (A Unit of SHALBY LIMITED) | Cambridge Assessment English Authorised Centre | UGC (University under Section 2(f) of the UGC Act) | AICTE APPROVED | AIU MEMBER | NAAC ACCREDITED

Admissions Open 2023-24

FACULTY OF ENGINEERING

B.TECH / M.TECH

Computer Science & Engineering | Electronics & Communication Engineering | Electrical Engineering | Civil Engineering | Mechanical Engineering
Artificial Intelligence (A.I.) & Machine Learning (M.L.)

FACULTY OF MANAGEMENT

BBA | MBA
BBA + MBA
MBA (Executive)

FACULTY OF COMPUTER APPLICATION

BCA | MCA

FACULTY OF PHYSIOTHERAPY

BPT | MPT

DOCTOR OF PHILOSOPHY

Ph.D

Computer Science & Engineering | Electrical Engineering | Civil Engineering | Electronics & Communication Engineering | Mechanical Engineering | Management | Physics | Chemistry | Mathematics | Humanities | English |

40 YEARS IN EDUCATION EXCELLENCE

MORE THAN ₹ 5 CRORES WORTH SCHOLARSHIPS PROVIDED TO THE MERITORIOUS STUDENTS

CENTRE FOR START-UP INCUBATION

EXCELLENT PLACEMENTS AND INTERNSHIPS

FOREIGN UNIVERSITY COLLABORATIONS

UNIV | RENNES School of Business | GIIM | RICHARD A. CHAIFETZ SCHOOL OF BUSINESS SAINT LOUIS UNIVERSITY | Brunel University London

MORE THAN 8000+ CERTIFICATION FROM FOREIGN UNIVERSITIES

HARVARD BUSINESS SCHOOL | edX | coursera

PLACEMENT RECORD

INR 6.5 LPA Average Annual Salary
INR 72 LPA Highest Annual Salary
1,963+ No. of Students
2,894+ No. of Job Offers
550+ No. of Companies

ARIIA Atal Ranking of Institutions on Innovation Achievements — Most Promising University by Atal Ranking of Institutions on Innovation Achievements (ARIIA) Ministry of Education, Govt. of India

Institution's Innovation Council — Ranked in the TOP Position North-Western India Under Institute's Innovation Council by the Ministry of Education, Govt. of India

Awarded as Best International Placements in Rajasthan by First India News - 2023

Awarded as Education in Excellence

AWARDED as BEST UNIVERSITY WITH QUALITY EDUCATION IN JAIPUR by Global Education Achievement Awards 2023

UNNAT BHARAT ABHIYAAN (UBA)
NATIONAL SERVICE SCHEME (NSS)
ROTARY INTERNATIONAL LITERACY MISSION (RILM)

ACADEMIC

- Industrial exposure
- Excellent classrooms and lecture theatres
- Modern Library with 24,000 + books
- Laboratories with cutting-edge technology
- Wifi Campus/Internet Labs

INFRASTRUCTURE

- Over 32 acres of lush green campus
- 300- capacity acoustically designed auditorium
- Multi Cuisine food courts, cafeteria and central mess
- Gymnasium, playground & sports facilities for healthy lifestyle

Placement Opportunity will be provided to all the Meritorious Students

UEM JAIPUR
GOOD EDUCATION, GOOD JOBS
in association with
SHALBY ACADEMY
(Training Partner)
SHALBY MULTI-SPECIALTY HOSPITALS

New Program Launched
MBA HOSPITAL & HEALTHCARE MANAGEMENT
2 Year Degree Programme

UEM JAIPUR'S PRESENCE IN
CANADA | USA | SINGAPORE | UAE | JAPAN | FRANCE | NEPAL | BANGLADESH |

STUDY ABROAD PROGRAM

Our Students at the National University of Singapore

PARTICIPATE IN OFFLINE IEMJEE 2023 EXAM TO AVAIL EXCELLENT SCHOLARSHIPS

Admission Helplines:
98873-13330
98874-13330
98876-13330
98879-33330

एकल (विधवा) महिला सम्मान समारोह में 4730 महिलाओं का किया सम्मान

चौमूं (हमारा वतन)। शहर के सामोद रोड स्थित विनय गार्डन में अंतराष्ट्रीय विधवा दिवस पर पूर्व विधायक भगवान सहाय सैनी की अध्यक्षता व चेयरमैन विष्णु कुमार सैनी के सानिध्य में एकल महिला सम्मान समारोह का आयोजन किया गया।

समारोह में विधानसभा क्षेत्र की 4730 विधवा महिलाओं को पूर्व विधायक भगवान सहाय सैनी व चेयरमैन विष्णु कुमार सैनी के द्वारा शॉल ओढ़ाकर सम्मान किया गया व पूर्व विधायक धर्मपत्नी सोनी देवी, चेयरमैन धर्मपत्नी किरण सैनी, पार्षद ममता कुमावत, रजनी सैनी, संतोष गुलिया, यूथ प्रदेश महासचिव चंद्रकला नागौरी, छात्रसंघ अध्यक्ष प्रियंका दुलारिया, महासचिव संतोष चौधरी, शिल्पा सौंकरिया व अन्य ने महिलाओं का माला पहनाकर स्वागत किया।

पूर्व विधायक सैनी ने कहा कि महिलाओं के सम्मान से ही परिवार, समाज व देश की तरक्की होगी। नारी का सम्मान ही देश का विकास है। हमें कभी नहीं भूलना चाहिए कि महिलाओं ने देश के विकास में पुरुषों के बराबर योगदान दिया है।

चेयरमैन विष्णु कुमार सैनी ने बताया कि गहलोत सरकार ने विधवा महिलाओं के सम्मान में पेंशन को 500 रुपए से बढ़ाकर 1000 व 1500 रुपये कर दी है। ऐसे सम्मान समारोह से विधवा महिलाओं में आत्मविश्वास बढ़ता है। चेयरमैन ने गहलोत सरकार की योजनाओं के बारे में बताया।

इस मौके पर ब्लॉक अध्यक्ष गिरिराज देवंदा, पूर्व अध्यक्ष कृष्णकांत जोशी, पूर्व सरपंच भगवान सहाय गिरना, जिला पार्षद पवन कुमार वर्मा, कैलाश यादव, अशोक कुमार रच्छौया, राकेश कुमावत, कमल भातरा, भगवान सहाय शर्मा, भैयाजी सामोद, संतोष कुमार सैनी, मिलापचंद, गौरी शंकर कुमावत, कैलाश बुनकर ने राजस्थान सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में जानकारी दी। इस मौके पर रामकिशोर सैनी, अभिषेक मोरदिया, गैंदी लाल सैनी, छितर मल बबेरवाल, प्रकाश सैनी, कैलाश चंद सैनी, गजानंद सैनी,तुलसी राम सैनी, सतीश पंवार, मंगलचंद सैनी, सुनील तंवर, सरपंचगण, पार्षदगण, पंचायत समिति सदस्य, जिला पार्षद सदस्य, जनप्रतिनिधि, पदाधिकारी व सैकड़ों कांग्रेस कार्यकर्ता मौजूद रहे।

गोवा में हरे वस्त्रों से पत्नी संग वृक्षमित्र सोनी दे रहे है पर्यावरण संरक्षण का संदेश

देहरादून (हमारा वतन)। इस प्रकृति प्रेमी का भी अजीब किस्म का शौक है जहां भी जाते हैं वहां अपने हरे वस्त्रों के माध्यम से पर्यावरण संरक्षण, संवर्द्धन का संदेश देने लग जाते हैं । वो प्रकृति प्रेमी है डॉ. त्रिलोक चंद्र सोनी जिन्हें वृक्षमित्र के नाम से पहचाना जाता है । पेशे से शिक्षक हैं और रायपुर बोगनबिला में रहते हैं।

लोग जब शहरों में घूमने जाते हैं अच्छे से कपड़ो को पहन कर जाते हैं लेकिन ये प्रकृति प्रेमी ऐसे हैं भारत के जिस राज्य में जाते हैं वहां उत्तराखंड का वनों को बचाने व लगाने का हरे कपड़ो से संदेश देते हैं चाहे उत्तराखंड के किसी भी स्थान व अवसर हो। वे हरे कपड़ो में दिखाई देंते हैं । यही नही देश के जिस राज्य में जाते हैं वहां भी हरे वस्त्र धारण करके जाते हैं। अब तो उनकी पत्नी किरण सोनी भी उनका साथ निभाने हुए हरे कपड़ो में दिखाई देती हैं और पति-पत्नी पर्यावरण संरक्षण, संवर्द्धन के लिए लोगों को जागरूक करते हैं ।

आजकल वृक्षमित्र डॉ. त्रिलोक चंद्र सोनी पत्नी किरन सोनी के साथ गोवा गए हैं । वहां भी दोनों पति पत्नी हरे वस्त्रों के माध्यम से जन-जन को पर्यावरण बचाने के लिए जागरूक कर रहे हैं ।

उन्होंने बागा बीच, अंजुना बीच, कैलगुट बीच, अश्विनी विच, मोरजिम बीच, मन्द्रेम, ओल्ड गोवा, माप्सा, पणजी, मडगांव, वास्को तथा गोवा के कई स्थानों पर जाकर मेरा पेड़-मेरा दोस्त (मेरा वृक्ष-मेरा मित्र) का संदेश के साथ एक पौधा दोस्त व मित्र बनाकर लगाने की अपील कर रहे हैं ताकि रोपित पौधे का हिफाजत हो सके और पर्यावरण संरक्षण, संवर्द्धन में सभी का योगदान हो सके।

संपादक राम गोपाल सैनी को 30 जून को मिलेगा कल्चरल नेशनल अवार्ड 2023

जयपुर (हमारा वतन)। राजस्थान की राजधानी जयपुर से 59 वर्षों से लगातार प्रकाशित हमारा वतन साप्ताहिक समाचार पत्र के संपादक राम गोपाल सैनी को 30 जून को कल्चरल नेशनल अवॉर्ड - 2023 से सम्मानित किया जायेगा । जानकारी के अनुसार गोल्ड इवेंट्स द्वारा 30 जून को शाम 7:30 बजे जयपुर में आयोजित एक समारोह में संपादक राम गोपाल सैनी को कल्चरल नेशनल अवॉर्ड-2023 प्रदान कर सम्मानित किया जाएगा।

आयोजक राज शर्मा ने बताया कि राम गोपाल सैनी छोटी से छोटी खबर को भी प्राथमिकता से प्रकाशित करते हैं । इनको पत्रकारिता के क्षेत्र में पूर्णतया ईमानदारी और सत्यता के साथ दिए गए योगदान को देखते हुए कल्चरल नेशनल अवार्ड 2023 से सम्मानित किया जाएगा। हमारी संस्था ऐसे स्वच्छ एवं ईमानदार व्यक्तित्व को सम्मानित कर गर्व महसूस करेगी ।

अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवक्ता पंडित रविंद्र आचार्य की भविष्यवाणी फिर हुई सच

जयपुर (हमारा वतन)। तारा ज्योतिष साधना केंद्र के अध्यक्ष और अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवक्ता पंडित रविंद्र आचार्य की भविष्यवाणी फिर सच हुई है । शुभरामपुरा गांव निवासी राजेंद्र चौधरीने बताया कि साल भर पहले आचार्य ने भविष्यवाणी की थी कि आपके पुत्र होगा । वो आज सच हो गयी है। साथ ही बताया था कि आपको मंगलवार के दिन हनुमान चालीसा के पाठ करने हैं ।

आचार्य के कहने अनुसार हनुमान चालीसा के पाठ किए और प्रार्थना की। राजेंद्र चौधरी ने कालवाड रोड, शुभरामपुरा गांव स्थित घर पर बुलाकर साफा बंधवाकर ,दुपट्टा ओढाकर,माला पहनाकर सम्मान किया । आचार्य ने बताया कि कर्म प्रधान है, ज्योतिष एक गाइड है । कर्म से ही सब कुछ मिलता है । इस दौरान पंडित हरिओम शर्मा, सत्यनारायण, गणेश, मुकेश आदि लोग मौजूद रहे ।

न्यू शाईन इंटरनेशनल स्कूल में आयोजित हुआ प्रतिभा सम्मान समारोह

जयपुर (हमारा वतन)। चौमूं शहर के रींगस रोड, इंदौरा कॉलोनी, वार्ड नंबर 44 स्थित न्यू शाईन इंटरनेशनल सीनियर सेकेंडरी स्कूल में प्रतिभा सम्मान समारोह आयोजित किया गया । समारोह में विद्यालय के पूर्व छात्र कमलेश सैनी पुत्र शैतान सैनी के राष्ट्रीय स्तर पर नीट परीक्षा में सेकंड रैंक प्राप्त करने पर , वंश राजोतिया पुत्र रणजीत राजोतिया के JEE एडवांस एवं मेंस से आईआईटी में चयन होने पर सम्मान किया । साथ ही माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक स्तर पर उच्च अंक प्राप्त करने वाले सभी छात्र-छात्राओं का जिन्होंने विद्यालय को गौरवान्वित किया उनका भी स्वागत एवं सम्मान किया गया। सभी प्रतिभाओं और उनके माता पिता को माला, साफा पहनाकर,

मिठाई खिलाकर शुभकामनाएं दी । अभिभावकों ने कहा कि विद्यालय के सहयोग से ही मजबूत नींव रखी जा सकी है एवं सही मार्गदर्शन के परिणाम स्वरूप बच्चों ने यह उपलब्धि हासिल की है । हम विद्यालय के उज्जवल भविष्य के लिए कामना करते हैं और आशा करते हैं कि आने वाले समय में विद्यालय इसी तरह से बच्चों को मोटिवेशन देता रहेगा ।इस दौरान स्कूल डायरेक्टर रामकरण सैनी ,सचिव राहुल सैनी, प्राचार्य ज्योति योगी , सत्यनारायण गंगवाल ,ओम प्रकाश शर्मा, अशोक मीणा, मीना सैनी, मेघा सैनी, राजेश सैनी, सुनील सैनी, अरुण सहित सभी स्टाफ मौजूद रहा।

महिलाओं को अब रोडवेज की सभी श्रेणी की बसों में मिलेगी किराये में 50 प्रतिशत छूट

जयपुर (हमारा वतन)। राज्य सरकार ने रोडवेज की बसों में सफर करने पर महिलाओं के लिए रियायत का दायरा बढ़ाया है। राज्य की सीमा में अब राजस्थान राज्य पथ परिवहन निगम की समस्त श्रेणी की बसों में यात्रा करने पर महिलाओं एवं बालिकाओं को 50 प्रतिशत की रियायत दी जाएगी। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने इस संबंध में प्रस्ताव को स्वीकृति दी है।प्रस्ताव के अनुसार निगम की सभी श्रेणी की बसों में यात्रा करने पर महिलाओं एवं बालिकाओं का आधा किराया ही लगेगा। अभी केवल साधारण श्रेणी की बसों में यात्रा करने पर ही महिलाओं एवं बालिकाओं को 50 प्रतिशत की छूट दी जा रही थी।

उल्लेखनीय है कि मुख्यमंत्री ने बजट 2023-24 में रोडवेज की साधारण बसों में यात्रा करने पर महिलाओं को किराए में दी जा रही छूट को 30 से बढ़ाकर 50 प्रतिशत करने की घोषणा की थी। यह घोषणा 1 अप्रेल, 2023 से क्रियान्वित भी की जा रही थी। तत्पश्चात् 25 मई, 2023 को जयपुर के सिंधी कैम्प स्थित नवीन बस टर्मिनल के लोकार्पण समारोह में गहलोत ने इस रियायत को रोडवेज की सभी श्रेणी की बसों में लागू करने की घोषणा की। मुख्यमंत्री ने उक्त घोषणा की क्रियान्विति में यह स्वीकृति प्रदान की है।

ग्राम पंचायत देवथला में मनाया योग दिवस

जयपुर (हमारा वतन)। अंतराष्ट्रीय योग दिवस के शुभ अवसर पर ग्राम पंचायत देवथला में योग शिविर आयोजित हुआ । योग गुरु रामलाल शर्मा द्वारा योग करवाया गया । उपस्थित सभी लोगों को रोजाना योग करने का संकल्प दिलाया ।इस दौरान पूर्व जिला पार्षद और सरपंच प्रतिनिधि हनुमान सहाय दुसाद ने कहा कि योग से हम लम्बा स्वस्थ जीवन जी सकते हैं । अपने लिए 15 से 20 मिनट जरूर निकालें । श्री कृष्ण मंदिर महंत बालक नाथ महाराज ने भी योगिक क्रियाएँ की।

जॉब्स

1. मध्य प्रदेश पुलिस, पद कॉन्स्टेबल, पद संख्या 7090, अंतिम तिथि 10 जुलाई 2023
2. सेबी, पद असिस्टेंट मैनेजर लीगल, पद संख्या 25, अंतिम तिथि 9 जुलाई 2023
3. राजस्थान लोक सेवा आयोग, पद असिस्टेंट प्रोफेसर, पद संख्या 1913, अंतिम तिथि 25 जुलाई 2023
4. वेस्टर्न रेलवे, पद अप्रेंटिस, पद संख्या 3624, अंतिम तिथि 26 जुलाई 2023
5. राजस्थान कर्मचारी चयन बोर्ड, पद जूनियर अकाउंटेंट, पद संख्या 5388, अंतिम तिथि 26 जुलाई 2023
6. बिहार पुलिस, पद कॉन्स्टेबल, पद संख्या 21391, अंतिम तिथि 20 जुलाई 2023
7. राजस्थान स्वायत शासन विभाग, पद सफाई कर्मचारी, पद संख्या 13184, अंतिम तिथि 19 जुलाई 2023
8. दिल्ली डेवलपमेंट अथॉरिटी, पद जेएसए, एएसओ, पटवारी, नायब तहसीलदार व अन्य, पद संख्या 687, अंतिम तिथि 2 जुलाई 2023

खान परिवार की बहू बनना चाहती थीं पूजा भट्ट, सलमान नहीं इस शख्स पर आया था दिल

बिग बॉस ओटीटी का दूसरा सीजन सुर्खियों में बना हुआ है। बता दें, इस बार बिग बॉस ओटीटी 2 में महेश भट्ट की बड़ी बेटी पूजा भट्ट ने भी हिस्सा लिया है। यूं तो पूजा भट्ट, सलमान खान के इस शो कंटेस्टेंट बनकर आई हैं। लेकिन, एक समय ऐसा भी था जब वह सलमान खान के घर बहू बनकर जाना चाहती थीं। आइए जानते हैं पूजा भट्ट के हैरान कर देने वाले किस्से के बारे में।

सलमान खान के साथ फिल्म करने वालीं थी पूजा भट्ट-90 के दशक में पूजा भट्ट, सलमान खान के साथ एक फिल्म करने वाली थीं। राम नाम की इस फिल्म को और नहीं बल्कि सलमान के छोटे भाई सोहेल खान डायरेक्ट करने वाले थे। बॉम्बे टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक, सलमान और सोहेल के पिता सलीम खान नहीं चाहते थे कि इस फिल्म में सलमान और पूजा की जोड़ी बने। कहा जाता है कि सलीम खान को पूजा का बोल्ड और विवादित होना पसंद नहीं था। इसलिए वह नहीं चाहते थे कि उनका बेटा सलमान, पूजा के साथ काम करे। हालांकि, सलमान ने अपने पिता सलीम खान को जैसे-तैसे मना लिया था और फिल्म पर काम शुरू कर दिया था। **ऐसे शुरू हुई प्रेम कहानी**-मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, इस फिल्म की शूटिंग के दौरान पूजा और सोहेल एक-दूसरे से प्यार करने लगे। जब सलीम खान को दोनों के अफेयर के बारे में पता चला तब वह बहुत गुस्सा हुए। सलमान खान ने अपने पिता को समझाने-मनाने की बहुत कोशिश की लेकिन, वह नहीं माने। सलीम खान की नाराजगी की वजह से सोहेल और पूजा के बीच दरार आ गई और दोनों अलग हो गए। यूं तो आधिकारिक बयान के मुताबिक, पूजा भट्ट और सलमान खान की फिल्म राम बजट की वजह से बंद हो गई थी। लेकिन, कहा यह भी जाता है कि सोहेल और पूजा के टूटते रिश्ते की वजह से फिल्म पर काम रुक गया था। रिपोर्ट्स की मानें तो इस घटना की वजह से भट्ट और खान परिवार के बीच खटास पैदा हो गई थी।

रणबीर के साथ काम करने में नर्वस थीं रश्मिका मंदाना, सिर्फ 50 दिन में शूटिंग पूरी करके किया ये पोस्ट

बॉलीवुड एक्ट्रेस रश्मिका मंदाना ने रणबीर कपूर स्टारर फिल्म एनिमल की शूटिंग खत्म कर ली है और अब उनका अगला प्रोजेक्ट अल्लू अर्जुन स्टारर फिल्म पुष्पा - द रूल होगी। रश्मिका मंदाना ने अपनी इंस्टा स्टोरी पर एक लंबी पोस्ट लिखकर इस बारे में अपने फैंस को बताया है। रश्मिका ने अपनी पोस्ट में रणबीर कपूर की जमकर तारीफ की है और उन्हें बॉम्ब कहा है।

अब पुष्पा द रूल की शूटिंग करेंगी रश्मिका-रश्मिका मंदाना ने कहा, आज... नहीं बीती रात मैंने नाइट शूट किया और रैप अप किया अब मैं हैदराबाद में हूं और पुष्पा-2 की शूटिंग शुरू कर रही हूं। लेकिन पहले मैं कुछ बातें कहना चाहती हूं कि मुझे एनिमल के सेट पर काम करके कितना अच्छा लगा। यह फिल्म मेरे पास बहुत अचानक आई, बहुत सरप्राइजिंग था लेकिन मैं बहुत बहुत बहुत एक्साइटेड थी क्योंकि मैं एनिमल की पूरी टीम के साथ काम करना चाहती थी। मुझे लगता है कि मैंने कुल 50 दिन इस फिल्म के लिए शूटिंग की है। अब जब यह खत्म हो रही है तो बहुत खालीपन सा महसूस हो रहा है।**रणबीर कपूर को दिया परफॉर्मेंस का क्रेडिट**-रश्मिका मंदाना ने कहा कि उनकी एक्टिंग और परफॉर्मेंस और निखरी और अगर एनिमल में लोगों को उनका काम पसंद आता है तो इसका सारा क्रेडिट रणबीर कपूर को जाता है।

अमिताभ बच्चन की नातिन नव्या नवेली ने अपनी हिंदी से लोगों को किया इम्प्रेस, देखें क्या बोलीं

अमिताभ बच्चन की नातिन नव्या नवेली नंदा लोगों के बीच पॉप्युलर हैं। नव्या का फिल्म इंडस्ट्री जॉइन करने का कोई इरादा नहीं है। बल्कि वह कुछ न कुछ ऐसे काम करती रहती हैं जो महिलाओं की भलाई से जुड़े हों। उनका एक वीडियो सामने आया है जिसमें उनकी काफी तारीफ की जा रही है। इसमें लोग नव्या की हिंदी से काफी प्रभावित दिख रहे हैं।

लोग उठाते हैं सवाल-नव्या नवेली नंदा आरा हेल्थ की को-फाउंडर हैं। यह विमन सेंट्रिक टेक कंपनी है। वीडियो फिर जिद्दी ही सही के एपिसोड का है जिसमें नव्या वीडियो दे रही हैं। नव्या बोलती हैं, तो एक चीज जो मैं बार-बार सुनती हूं कि आप बहुत यंग हो, आपके पास एक्सपीरिएंस नहीं है। हमेशा एक क्वेश्चन उठ जाता है कि अरे आप 25 साल की हो, आपको क्या एक्सपीरियंस है लाइफ के बारे में? तो आप कैसे इन चीजों के बारे में काम कर सकते हो? हेल्थ केयर, लीगल अवेयरनेस, डोमेस्टिक वाइलेंस वगैरह।

कौन लाएगा बदलाव-नव्या आगे बोलती हूं, मैं हमेशा सोचती हूं कि अरे मैं अगर 80 साल तक रूक जाऊं कुछ करने के लिए तो दुनिया का क्या होगा? हमारी कम से कम मेजोरिटी इस देश की 80 परसेंट जो लोग हैं वो हमारे एज ग्रुप के हैं। 20 से 30 साल के। अगर हम सब भी 50 साल तकक वेट करेंगे कुछ करने के लिए तो ये पीढ़ी का क्या होगा? इस जनरेशन का क्या होगा? बदलाव कौन लाएगा? आज मुझे लगता है कि ये जो नयी पीढ़ी आई है बच्चों की, उनको इतना ज्ञान है इतनी कम उम्र में तो हमें अंडरइस्टीमेट भी क्यों करना चाहिए क्योंकि हम बहुत केपेबल हैं लोगों ने की जमकर तारीफ नव्या के इस वीडियो पर एक कमेंट है, बॉलीवुड से कोई है जिसके पास सच्चा ज्ञान है। एक और ने लिखा है, नव्या की हिंदी बहुत अच्छी है। अच्छी काम करती रहो डियर।

चाहकर भी सुबह जल्दी नहीं उठ पाते, तो इन टिप्स के साथ आसानी से बन सकते हैं मॉर्निंग पर्सन

यदि आप हर रोज सुबह जल्दी उठते हैं तो आपकी सेहत पर इसका सीधा सकारात्मक असर दिखाई पड़ सकता है। सुबह जल्दी उठने से शरीर को बॉडी तनाव से मुक्त हो जाती है, पूरे दिन फ्रेशनेस फील होती है। आप भी मॉर्निंग पर्सन बन सकते हैं।क्या आपको पता करना है मॉर्निंग पर्सन बनना क्यों जरूरी है। दिन की शुरूआत करने के लिए सुबह का समय सबसे जरूरी माना गया है। सुबह के समय कोई काम करने का मतलब होता है, दिन के सबसे शांत समय में आप अपने काम को पूरा करने में सफल होंगें। इससे पता चलता है आपको बिना रूकावट या परेशानी के खुद के साथ समय बिताने का मौका मिला है। यह वक्त उन्हीं चीज़ों का है जिसे आप पूरा करना चाहते है।सुबह उठने के लिए आप अलार्म सेट कर सकते हैं। हालांकि यह थोड़ा कठिन हो सकता है। यदि आप रात एक से दो बजे तक बिस्तर पर सोने के लिए नहीं जा रहे हैं तो यह कठिन जरूर हो सकता है। मॉर्निंग पर्सन बनने की विशेषता बता रहे हैं हेल्थ वेलनेस सेंटर के मैनेजिंग डायरेक्टर और हेल्थ एक्सपर्ट सतेंद्र यादव।

देर से जागने वालों से ज्यादा प्रोडक्टिव और हेल्दी होते हैं मॉर्निंग पर्सन×सतेंद्र बता रहे हैं जल्दी उठने से दिन की शुरूआत धीरे-धीरे हो पाती है। यहीं से साफ हो रहा है कि दिन की शुरूआत होने से पहले आपके पास अपने लिए अधिक समय है। ऐसे कई लोग हैं जो काम काम शुरू होने के थोड़ी देर पहले जगते हैं। जिसका मतलब है कि आप काम पर जाने के लिए दरवाजे के बाहर निकलने के लिए दौड़ रहे हैं। यह आपको हड़बड़ी और घबराहट फील कराता है। यदि आप सुबह जल्दी उठते हैं तो आपके पास ध्यान, सूर्योदय देखने, दिन की योजना बनाते का पर्याप्त समय होगा। जिससे आप बगैर तनाव लिए काम को कर सकते हैं।

रात को जल्दी सोएं-सुबह जल्दी उठने का सबसे प्रभावी और आसान तरीका है कि आप रात को सोने का अपना टाइम निश्चित करें। देर तक जागना, पार्टी करना, बिंज वॉचिंग या स्नैकिंग आपके नींद के चक्र और शरीर की प्राकृतिक लय को बाधित करता है। अपने डेली रुटीन में यह समझें कि आप कब तक सोने के लिए जा सकते हैं। उससे डेढ़ से दो घंटे पहले डिनर और गैजेट्स से संबंधित काम निपटा लें।

खुद के क्रोनोटाइप को समझें-स्लीप फाउंडेशन के अनुसार नींद के दो क्रोनोटाइप हैं, पहली सुबह दूसरी शाम। यह आपके सर्केडियन रिदम से अलग है, जो आपके दिन प्रतिदिन के नींद चक्र को नियंत्रित करता है। नींद के क्रोनोटाइप को बदलना बहुत मुश्किल है। यदि आपका स्लीप क्रोनोटाइप मॉर्निंगनेस है, तो संभावना है कि आप पाएंगे कि आप स्वाभाविक रूप से जल्दी जगते हैं। यदि आपकी क्रोनोटाइप शाम की है तो आपका जल्दी उठना मुश्किल होगा। ऐसे में बिस्तर से निकलने में आपको देरी होती है। इवनिंग क्रोनोटाइप के लिए खुद को बहुत जल्दी उठने का समय सेट करना आपकी समग्र उत्पादकता के लिए खतरनाक साबित हो सकता है।

डायबिटीज और पेट की बीमारियों को दूर रखने में मदद करेंगे ये आसन

डायबिटीज और पेट की बीमारी एक दूसरे से जुड़े हुए तो नहीं हैं, मगर बड़ी संख्या में लोग इनसे जूझ रहे हैं। डायबिटीज एक गंभीर समस्या है और इससे बड़ी पैमान पर लोग प्रभावित हैं। पेट की बीमारियों का जहां तक सवाल है तो कब्ज, गैस, भूख न लगना और अपच जैसी समस्याएं आज की लाइफस्टाइल का हिस्सा बन चुकी हैं। इन्हें दूर रखने में मंडूक आसन और उत्तानपाद आसन आपकी मदद कर सकते हैं। यह दोनों आसन 1 से 5 मिनट करने पर डायबिटीज को लंबे समय तक दूर रखा जा सकता है। वहीं, पेट की बीमारियां भी दूर रहती हैं।

मंडूक आसन - इसे करने के लिए जमीन पर वज्रासन की मुद्रा में बैठ जाएं। अब दोनों हाथों के अंगूठे अंदर करते हुए मुट्ठी बंद कर नाभी के पास लगाएं। सांस अंदर लें और बाहर छोड़ दें। पेट को अंदर करते हुए नीचे आएं और दोनों कंधों को घुटनों पर टिका दें। इस अवस्था में शुरुआत में जितनी देर आरात से हो सके रुकें। वैसे इस आसन को एक से 5 मिनट एक आसन करना है। फिर धीरे-धीरे सामान्य अवस्था में लौट आएं।

इस आसन को करने का एक तरीका और भी हैं। इसमें भी जमीन या समतल जगह पर वज्रासन में बैठ जाएं। गहरी सांस अंदर लें और फिर पूरा बाहर निकाल दें। अब अपना दाहिना हाथ नाभी को कवर करते हुए उसके ऊपर रख दें। दूसरी हथेली को उसके ऊपर रखें और पहले की तरह नीचे की ओर झुकें। दोनों कंधों को घुटनों पर टिका दें। यथाशक्ति कुछ देर इसी अवस्था में रुकें और फिर धीरे-धीरे वापस आ जाएं। इस आसन को वज्रासन में करने में दिक्कत हो रही हो तो सुखासन में भी किया जा सकता है।

फायदे -यह पेट के लिए बहुत फायदेमंद है। इससे अग्नयाशय सक्रिय होता है जिससे डायबिटीज के रोगियों को लाभ मिलता है। इस आसन को करने से मांसपेशियां मजबूत होती हैं और पेट की चर्बी घटती है। यह घुटनों और मांसपेशियों को स्ट्रेच करता है। साथ ही यह रीढ़ को आराम देता है और पीठ दर्द या पीठ संबंधी परेशानियों से निजात दिलाता है। यह उदर और हृदय रोग में भी लाभदायक होता है। इस योगसन से ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है। कब्ज, गैस, भूख न लगना, अपच आदि पेट संबंधी रोगों को ठीक करता है।

उत्तानपाद आसन- पेट, नाभी, धरन सब सही रहते हैं। इस आसन के लिए जमीन पर सीधे लेट जाएं। दोनों हाथों को सीधा करके शरीर के दोनों ओर रखें और दोनों पैरों को जोड़ते हुए सीधा जमीन से ऊपर उठाना है। तकरीबन 30 डिग्री पर लाकर पैरों को स्थिर रखना है।

लोनिया हॉस्पिटल एंड फर्टिलिटी सेंटर
कचौलिया रोड, मगध नगर, बचपन स्कूल के पास चौमूं, जयपुर
क्या आप अभी तक मातृत्व सुख से वंचित हैं ? तो हमसे मिलें !
सुरक्षित नॉर्मल, सिजेरियन डिलीवरी

निदेशक
डॉ.धर्मराज सिंह लोनिया
24 घंटे इमरजेंसी सुविधा
निःसंतानता अब अभिशाप नहीं, पाएँ मातृत्व का सुख !
फ्री परामर्श
संपर्क - 9636247286, 9928747286
सभी प्रकार की जांच और दवाइयों पर 20 प्रतिशत की छूट

हमारा वतन साप्ताहिक
HamaraWATANWeekly संस्थापित 1965
राष्ट्रीय विचारधारा की सर्वोत्तम अभिव्यक्ति का प्रतीक

क्या ख़ाक़ लिखे कोई, बरगश्ता ज़माना है,
कांटों पै भी चलना है, दामन भी बचाना है।

अति आवश्यक सूचना

पाठकों व विज्ञापनदाताओं से निवेदन है कि जिनका सालाना सदस्यता शुल्क व विज्ञापनों का भुगतान नहीं हो पाया है वे अपना शुल्क 'हमारा वतन के नाम से खाता संख्या 61079058819' एसबीआई (IFSC Code- SBIN0004227) में या 9214996258 पर फोन-पे, पेटीएम, गुगल-पे पर जमा कराकर सूचित करें।

- सम्पादक

पुनीत प्रतिष्ठा में :-

भारतीय क्रिकेट के लिए आत्ममंथन का समय

यह स्वाभाविक ही है कि बीते दिनों विश्व टेस्ट चैंपियनशिप यानी डब्ल्यूटीसी के फाइनल में मिली हार क्रिकेट प्रेमियों के बीच अब तक चर्चा में बनी हुई है। टीम प्रबंधन इसे मात्र एक खराब मैच कहकर हल्के में टालना चाहेगा। आखिरकार हमारी टीम सभी प्रारूपों में निरंतर रूप से अच्छा करती आई है। भले ही यह निष्कर्ष तार्किक प्रतीत होता हो, फिर भी यह पराजय अवश्य व्याकुल करने वाली है। यह एक और असफलता रही, जहां हम अंतिम बाधा पार नहीं कर पाए।आइसीसी ट्राफी जीतने के लिए हम लंबे समय से प्रयासरत हैं। कोई वैश्विक टूर्नामेंट जीते हुए हमें एक दशक से अधिक समय हो गया है। मैदान पर हमारी तमाम क्षमताओं और मैदान से बाहर समस्त संसाधनों के बावजूद कड़वी सच्चाई यही है कि टीम इंडिया के लिए आइसीसी तमगा पहुंच से दूर है। यह पराजय पीड़ादायक रही और संभवतः इसकी अपरिहार्यता इससे भी अधिक आहत करने वाली थी। इस मैच में हम कभी भी मुकाबले में नहीं दिखे। इससे भी बुरा है अंतिम पड़ाव पर निरंतर विफलता और पिछली गलतियों से सबक न सीखने का रवैया।कुछ पराजय ऐसी होती हैं, जिनके बाद विश्लेषणों की झड़ी लग जाती है। इसके गूढ़ बिंदुओं पर भले ही विशेषज्ञ चर्चा करें, लेकिन आम खेल प्रेमी भी बुनियादी पहलुओं पर तो ध्यान केंद्रित कर ही सकते हैं। किसी ने इंटरनेट मीडिया पर इसकी बहुत ही सारगर्भित व्याख्या की है कि 'हम टास जीतते ही मैच हार गए, जब हमने आस्ट्रेलिया को बल्लेबाजी के लिए आमंत्रित किया और अश्विन को बाहर बैठा दिया।'हमारा शीर्ष क्रम बार-बार असफल हो रहा है। हम पर्याप्त रन नहीं बना पा रहे हैं। यह सही है कि हमारे गेंदबाजों ने कुछ अधिक रन दे दिए, लेकिन इस बात का भी कतई बचाव नहीं किया जा सकता कि हमारे बल्लेबाज किसी भी पारी में 300 रनों का आंकड़ा पार नहीं कर पाए। पिछले कुछ वर्षों में सलामी बल्लेबाजों और मध्य क्रम ने अक्सर निराश किया है। ऐसे में आप हमेशा निचले मध्य क्रम और निचले क्रम पर नैया पार लगाने का भरोसा नहीं कर सकते। कोच द्रविड़ का यह कहना कि विश्व के सभी बल्लेबाजों का औसत गिरा है, समग्र परिदृश्य की वास्तविकता को नहीं दर्शाता। वास्तव में उपलब्ध आंकड़े उलट तस्वीर दिखाते हैं। बीते डब्ल्यूटीसी दौर में हमारे शीर्ष बल्लेबाजों का प्रदर्शन अन्य देशों के दिग्गज बल्लेबाजों की तुलना में खासा लचर रहा है। हम खराब संयोजन के साथ खेले। हमने अपने सबसे बेहतरीन गेंदबाज अश्विन को बाहर बैठा दिया। दो वर्ष पहले साउथंपटन में खेले गए पहले डब्ल्यूटीसी फाइनल में हम दो स्पिन गेंदबाजों के साथ उतरे और वह भी जब मैच शुरू होने के पहले से ही भारी बारिश हो रही थी।

राम गोपाल सैनी

यूईएम जयपुर को राजस्थान के राज्यपाल द्वारा शिक्षा उत्कृष्टता पुरस्कार 2023 से किया सम्मानित

जयपुर (हमारा वतन)। हाल ही में माउंट आबू में आयोजित एक समारोह में यूनिवर्सिटी ऑफ इंजीनियरिंग एंड मैनेजमेंट (यूईएम), जयपुर को राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्र द्वारा शिक्षा उत्कृष्टता पुरस्कार 2023 से सम्मानित किया गया। प्रोफेसर डॉ. विश्वजॉय चटर्जी, कुलपति यूईएम जयपुर ने इस उपलब्धि को पाने के लिए सभी शिक्षकों, कर्मचारियों, छात्रों, अभिभावकों और अन्य प्रतिमा धारकों को बधाई दी। उन्होंने बताया कि यूईएम जयपुर एक छात्र केंद्रित विश्वविद्यालय है और एआईसीटीई, यूजीसी और आईएपी द्वारा अनुमोदित और एनएएसी द्वारा मान्यता प्राप्त है। यूईएम जयपुर एआईसीटीई मेंटर मेंटी योजना के तहत शीर्ष 200 मेंटर संस्थानों में से एक है और यह हमेशा अपने छात्रों को रोजगार के योग्य बनाने के लिए सर्वोत्तम शिक्षण-अध्ययन वातावरण प्रदान करने का प्रयास करता है।

प्रोफेसर डॉ. प्रदीप कुमार शर्मा रजिस्ट्रार यूईएम जयपुर ने बताया कि विश्वविद्यालय भारत सरकार के शिक्षा मंत्रालय के तहत एनपीटीईएल परीक्षा में पिछले 6 शैक्षणिक सत्रों से लगातार शीर्ष स्थान हासिल कर उत्कृष्ट प्रदर्शन कर रहा है। यूईएम जयपुर राजस्थान का अग्रणी निजी विश्वविद्यालय है और इसने 2012 में इंजीनियरिंग, प्रबंधन और फिजियोथेरेपी पाठ्यक्रमों के लिए अपने पाठ्यक्रम शुरू किए। अब विश्वविद्यालय NAAC से मान्यता प्राप्त, AICTE द्वारा अनुमोदित, ढ्रस्ह प्रमाणित और एसोसिएशन ऑफ इंडियन यूनिवर्सिटीज, एसोसिएशन ऑफ कॉमनवेल्थ यूनिवर्सिटीज यूके और इंटरनेशनल एसोसिएशन ऑफ यूनिवर्सिटीज फांस का सदस्य है। इसके पूर्व छात्र दुनिया भर की शीर्ष कंपनियों में अच्छी तरह से कार्यरत हैं। पिछले वर्ष प्लेसमेंट के लिए अधिकतम पैकेज 72 लाख प्रति वर्ष तक गया था और इस वर्ष 2023 बैच के सभी छात्रों को अधिकतम 42 लाख प्रति वर्ष के पैकेज पर रखा गया है।

जिला स्तरीय प्रशिक्षण कार्यशाला का हुआ आयोजन

सरकार की उद्योग प्रोत्साहन योजनाओं व नीतियों से अंतिम कड़ी का व्यक्ति भी उद्योग स्थापित कर सकता है : रावत

जयपुर (नि.सं.)। उद्योग एवं वाणिज्य मंत्री शकुन्तला रावत ने अलवर चैम्बर ऑफ कामर्स एण्ड इण्डस्ट्रीज के सभागार में डॉ. भीमराव अम्बेडकर दलित एवं आदिवासी प्रोत्साहन योजना के तहत आयोजित जिला स्तरीय उद्योग प्रोत्साहन शिविर का दीप प्रज्वलन कर शुभारम्भ किया। उद्योग एवं वाणिज्य मंत्री शकुन्तला रावत ने कहा कि उद्योगों में अनुसूचित जाति एवं जनजाति की भागीदारी बढाने के लिए राज्य सरकार द्वारा फ्लेगशिप योजना ''डॉ. भीमराव अंबेडकर राजस्थान दलित आदिवासी उद्यम प्रोत्साहन योजना'' वर्ष 2022 में प्रारम्भ की गई है। सम्पूर्ण राजस्थान में गुरूवार को योजना के प्रचार-प्रसार तथा मौके पर ही उद्यमियों को लाभान्वित करने बाबत् शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। इसमें बैंक भी शिरकत कर मौके पर ही योजना के आवेदनों का निस्तारण किया जा रहा है। साथ ही बैंकों द्वारा पात्र आवेदकों को ऋण स्वीकृति भी प्रदान की जा रही है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार की नीतियों एवं योजनाओं से राज्य में ओद्योगिक निवेश एवं स्टार्टअप का एक बेहतरीन माहौल बना है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार की नीतियों से बडे उद्योगों के साथ लघु एवं कुटीर उद्योग भी राज्य में फल-फूल रहे हैं। उन्होंने कहा कि सभी वर्गों को ध्यान में रखते हुए राज्य सरकार ने योजनाओं को लागू किया है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री लघु उद्योग प्रोत्साहन योजना, रिप्स नीति जैसी अनेक योजनाएं उद्यम स्थापित करने की इच्छा रखने वाले व्यक्तियों के सपने साकार कर रही है। उन्होंने कहा कि पांच साल तक नए उद्यम स्थापित करने पर सभी प्रकार के निरीक्षण आदि से उद्यम को मुक्त किया गया है।

बोरानाड़ा उप स्वास्थ्य केन्द्र होगा प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में क्रमोन्नत

जयपुर(नि.सं.)। प्रदेश में चिकित्सा सेवाएं सुदृढ़ करने एवं आमजन को स्थानीय स्तर पर ही चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराने के लिए राज्य सरकार निरन्तर महत्वपूर्ण फैसले ले रही है। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने जोधपुर जिले की लूणी पंचायत समिति के बोरानाड़ा उप स्वास्थ्य केन्द्र को प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र में क्रमोन्नत करने एवं केंद्र के संचालन के लिए 9 पदों के सृजन के प्रस्ताव को मंजूरी प्रदान की है। प्रस्ताव के अनुसार, स्वास्थ्य केंद्र के संचालन के लिए चिकित्साधिकारी का एक, नर्स श्रेणी द्वितीय तथा वार्ड बॉय के दो-दो, महिला स्वास्थ्य दर्शिका, फार्मासिस्ट, लैब टैक्नीशियन तथा सफाई कर्मचारी के एक-एक पद सहित कुल 9 पद सृजित किए जाएंगे।

(कविता)

ये ख्वाब

झोपड़ी में रहने वाले लोग
जब थोड़े व्यथित हो जाते हैं
वक्त अपना भी बदलेगा
जब ये खुद को समझाते हैं
फिर रात की नींद में वे झट से
अपने ख्वाबों में जाते हैं
ख्वाब में मस्त मगन होकर
एक सपनों का घर बनाते हैं
वक्त उनका अच्छा होता
तो उनका घर भी नया होता
ये ख्वाब न होते तो क्या होता?

हकीकत में टूटी साईकिल है
पर ख्वाबों में कार से चलते हैं
ये ख्वाब भी बड़े अजीब से हैं
जो दिन होते ही बदलते हैं
रात की चादर ओढ़ के अक्सर
धरती से लिपट कर सोते हैं
उम्मीदों के धागों में अपने
सभी ख्वाबों को पिरोते हैं
ग़र वक्त उनकी हद में होता
तो क्या ऐसा वाकया होता
ये ख्वाब न होते तो क्या होता?

दिन बेचैनी लिए हजारों
और रात ख्वाब में कटती
ज्यों थोड़ा सा आगे बढ़ते हैं
त्यों किस्मत तेज डपटती
फिर किस्मत के दरवाजे से
वे ख्वाब से बाहर आते हैं
टूटी नींद के हर एक पहलू
उनको दुःखी कर जाते हैं
ग़र वक्त सच में उनका होता
तो उनका भी नामों -निशां होता
ये ख्वाब न होते तो क्या होता?

-सिद्धार्थ गोरखपुरी

पूजा शर्मा बनी बेटी फाउंडेशन क्लब की ब्रांड आईकन

जयपुर (हमारा वतन)। बेटी फाउंडेशन क्लब ने मिसेज इंडिया द क्राउन 2023 की फर्स्ट रनर अप, पूजा शर्मा को ब्रांड आइकन नियुक्त किया है।

पूजा शर्मा जोकि इंटीरियर जगत में एक कामयाब नाम है इंटीरियर डिजाइनिंग के साथ-साथ पूजा शर्मा समाज सेवा के क्षेत्र में भी उल्लेखनीय कार्य कर रही है।

पूजा शर्मा की उल्लेखनीय उपलब्धियों को देखते हुए बेटी फाउंडेशन क्लब में पूजा शर्मा को ब्रांड आइकन नियुक्त किया गया है, ताकि महिलाओं को और बेटियों को प्रोत्साहन मिल सके।

Mohan Lal Jitarwal
Jaisingh Jitarwal
मोनिका प्रिन्टर्स
WE DESIGN , PRINT & PROMOTE...YOU ! थाना मोड़, चौमूँ
फ्लेक्स/विनायल ऑफसेट प्रिन्टिंग पोस्टर / पम्पलेट बिल-बुक लेटर हेड
शादी कार्ड सवामणी कार्ड स्क्रीन प्रिन्टिंग विजिटिंग कार्ड आई - कार्ड
हमारे यहाँ प्रिन्टिंग से सम्बन्धित सभी कार्य उचित रेट पर किये जाते है
तथा चुनाव से सम्बन्धित सामग्री उचित रेट पर तैयार की जाती है।
एक बार सेवा का मौका अवश्य दें
Contact Us: 9785850646, 8946910073, 7610022192
monikaprinters68@gmail.com

RNI No. 10311/1965 स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक, सम्पादक राम गोपाल सैनी के लिए उदय प्रिन्टर्स 43 ए, माली कॉलोनी, चांदपोल बाहर, जयपुर से मुद्रित तथा वार्ड नं.1, सामोद रोड़ नीमड़ी, ग्राम-मोरीजा, तहसील-चौमूँ, जिला-जयपुर से प्रकाशित, मो. 9214996258, 7014468512 सहायक सम्पादक: राकेश तिवाड़ी
E mail-hamarawatan65@gmail.com प्रबंध सम्पादक : वली मोहम्मद कुरैशी, मो. 9929610759 सभी प्रकार के वाद-विवादों का न्याय क्षेत्र चौमू शहर होगा