



संस्थापक  
स्व. श्री राजेन्द्र  
कुमार 'अजेय'  
स्वतंत्रता सेनानी

# हमारा वतन

देश का अपना अखबार

हमारा दूसरे दिन

संस्थापित 1965

संस्कृतक  
बाबू लाल सेनीसम्पादक  
राम गोपाल सेनी

www.hamarawatan.com

FOLLOW US:-

Hamarawatan

Hamarawatan65

Hamarawatan3

HamaraWatan

वर्ष- 58

अंक-31

जयपुर, सोमवार, 1 अगस्त, 2022

वार्षिक शुल्क 200 रुपये (एक प्रति 4 रु.)

पृष्ठ संख्या 4

## सरकारी नौकरी में युवाओं को 2 साल की छूट, सरकार ने एज लिमिट बढ़ाई, करीब सवा लाख वैकेंसी में मिलेगा सीधा बेनिफिट



जयपुर(हमारा वतन)। सरकारी नौकरी के लिए कॉम्प्यूटिशन की तैयारी कर रखे कैडिंडेस को अब अपर एज लिमिट में दो साल की छूट मिलेगी। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने कोरोना के कारण सरकारी भर्तीयों के लिए दो साल परीक्षाएं नहीं होने का लालू देकर दो साल की छूट देने की घोषणा की है। राज्य में आने वाली सभी प्रतियोगी परीक्षाओं में ये छूट देने का फैसला किया गया है। बताया जा रहा है कि सीएम की इस घोषणा अन्त में वाली एग्जामों में कैडिंडेस को फ्रेयाद मिल सकता है। बूद्धी के हैंडैली में विकास कामों के शिलायास-लोकार्पण समारोह में सीएम गहलोत ने कहा कि- 2013 में दो साल नारथ दृष्टि में मनोरंजन व आनंद के लिए वाले और लापता लोगों के परिवर्तनों को भी नौकरी दी जाएगी। गहलोत ने

करीब 10 लाख कैडिंडेस को होगा। ये हैं बूद्धी भर्तीयों-

□ राजस्थान कर्मचारी चयन बोर्ड की 50 हजार भर्तीयों।

इसके अलावा एग्जाम, पुलिस, कृषि व अरोपीयोंसी की होने वाली एग्जाम में कैडिंडेस को दो साल की छूट मिलेगी।

511 परिवारों को भी नौकरी गहलोत ने लिखा। साल 2013 की एक सालाना वासदी में जन गवाने वाले और लापता हुए लोगों के परिजनों को सरकारी नौकरी दी जाएगी। राजस्थान के लिए 511 लोग हैं। अब उन पंडित परिवारों से एक-एक व्यक्ति अगली एग्जामों में कैडिंडेस को ऊपरी आयु सीमा में दो साल की छूट मिलेगी।

10 लाख कैडिंडेस को बेनिफिट

गहलोत ने उक्सर के अनुसार सुनाया है कि एजस्टर्ट के अनुसार मुख्यमंत्री की इस घोषणा का फायदा इस साल व अगले साल होने वाली भर्तीयों में अनुकूल होने वाली भर्तीयों की छूट मिलेगी।

## मोरीजा में अनिश्चितकालीन शांति धरना प्रदर्शन 16 वें दिन भी जारी



जयपुर(हमारा वतन)। ग्राम पंचायत मोरीजा के बस स्टैंड स्थित सामुदायिक भवन में जेडी द्वारा चैमूं नगरपालिका को सीधी ट्राईटर प्लाट लगाने के लिए दिए गए पढ़े में विरोध में ग्रामीणों व समिति के सदस्यों द्वारा अनिश्चितकालीन शांति धरना प्रदर्शन 16 वें दिन भी समिति के अध्यक्ष मंगल चंद सैनी के समित्य में जारी रहा। धरने में ग्रामीणों द्वारा जेडी द्वारा दिए गए पढ़े को निरस्त करवाने के लिए विरोध प्रदर्शन किया।

ग्रामीणों ने कहा कि जब तक पट्टी

निरस्त नहीं होगा तब तक धरना चालू ही

रहेगा। धरने में समिति को आवश्यक उपसर्वंच सुदर्शन शर्मा, अशोक कुमार मीणा पूर्व कृषि मंडी सदस्य, पूर्व अंतर्राष्ट्रीय अनुप्रय आयोग, वाराणसी सैनी, वार्ड पंच कर्मचार लाल सैनी, अमरकाश काशार, दिलास सैनी, रामकिशोर मीणा, शमा मल सैनी, मुकेश बांगारिया, बंशीशंख धोबी, राजेंद्र पारीक, कमल सेन, सोनू गुर्जर, सुल्तान गुर्जर, सुलाल सैनी, बाबुलाल जाट, मुकेश महता, जनदेश सैनी, रामनारायण अर्यन स्वामी, सत्यनारायण सेन, सुरेंद्र राय, सांवर्यमल सांवर्या, दिनेश गुरु व ग्रामीण जन उपस्थित रहे।



मुख्यमंत्री ने तेज गेंदबाज भरत सिंह का किया उत्साहवर्धन एसएमएस स्टेडियम की किकेट एकेडमी में मिलेगा प्राप्तिक्षण

जयपुर(निस.)। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने राजसमंद जिले के गांव मोंजावती तोंडी गुडा, निवासी व अंतिभासाली युवा तंजें गेंदबाज भरत सिंह खेलांग के उत्साहवर्धन किया। उन्होंने मुख्यमंत्री निवासी के उपरते दुर्ग गेंदबाज और उनके परिजनों से मुलाकात करते हुए वर्षमान प्रशिक्षण को जनकरी की। उन्होंने कहा कि मार्गिंड स्टेडियम में संचालित किकेट एकेडमी में विशेष प्रशिक्षकों से प्रशिक्षण दिलाकर हुए के निखारा जाएगा। प्रशिक्षण के साथ रहने-खाने तरीके सुनिश्चित भी उत्तरांग कराएंगी। मुख्यमंत्री निवास पर मुलाकात के अवसर पर राजस्थान क्रिकेट एकेडमी (आरएस) के अध्यक्ष किंवदं जेडी जनता को बेचने के लक्ष्य रखा है। जयपुर ग्रामीण डाक मंडल के डाक अधीक्षक महान सिंह मीणा ने बताया कि अमरनंद को 15 अगस्त से कपड़े का तिरंगा झंडा उत्तरांग कराया जाएगा। जयपुर ग्रामीण मंडल में 730 डाकघर हैं जहाँ तिरंगे झंडे जनता को बेचने के लिए उत्पलब्ध करावाएं जाएंगे। जनता में तिरंगे झंडे की बहुत अधिक मांग है। अतः पहले आओं बेचने पाओं के आधार पर तिरंगे बेचे जा रहे हैं।

## शिव महापुराण कथा के पांचवें दिन लगाए पंच पल्लव

जयपुर(हमारा वतन)। कस्बे के

सिंह नाथावत ने संकेत्य लिया कि आखरी साँस तक में इन वृक्षों की रक्षा करूँगा।



मंदिर में आयोजित हो रही तिवरीय संतोषमय श्री शिव महापुराण कथा के पंचम दिन श्री गिरधरदास जी महाराज पान वाले बाबा के समित्य के साथ वाले बाबा के साथ रुपस्विह नाथावत की पुष्य स्मृति में उनकी धर्मपंची संतोष कंकर नाथावत के पांच पेड़ श्री राजपूत मोक्ष धार्मिक संज्ञा सती माता मरि प्रांगण में लगाए। ईटावा भोपजी इस मौके पर आस पास के गाँवों की महिलाएं और ग्रामीण जन उपस्थित रहे।

## लोनिया हॉस्पिटल एंड फर्टिलिटी सेंटर

कर्हौलिया रोड, मगध नगर, बचपन स्कूल के पास चौमूँ, 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 अमिशाप नहीं, पाएं मातृत्व का सुख !

संपर्क - 9636247286, 9928747286



फ्री परामर्श

## चौमूं का इतिहास



गतांक से आगे.....

भाग 14

कहा जाता है कि गढ़ के पकाटे की दीवार के बीच में होने से उस कई बार हटवाया था और, किन्तु वह गया नहीं खड़ा रहा। अतः सुधकमाना के अनुरोध और इतिहास की दृष्टि से उसका रहना ही अच्छा है बल्कि उसे सुरक्षा रखना भी अच्छा है। बल्कि उसे सुरक्षा रखना भी अच्छा है। चौमूं गढ़ की प्राप्त हुए थे।

स्थापना उसी पर हुई है। टाकुर करण सिंह का कामगाड़ी के युद्ध में वीरगति को प्राप्त हुए थे। तत्पश्चात उनकी पत्नी सती हो गई थी। उनको स्मृति में चौमूं में एक छतरी आज भी बनी हुई है। करण सिंह ने चौमूं में पोंगलालुआ जो पहले जाल में हुआ करता था और अब शहर में है बतवाया था। यह कुछ अत्यंत विशाल था। गांव भर में इसका पानी था। कामगाड़ी की लड़ाई में विजय और उसके बाद उनके देवत पश्चात उनके बड़े पुत्र सुख सिंह चौमूं के उत्तराधिकारी बने। सुख सिंह ने अपने पिता द्वारा बनाए गए महल का विस्तार करवाया। टाकुर सुख सिंह के स्वर्गीयसंसार होने के बाद उनके एकमात्र पुत्र रुद्रपाल उनके उत्तराधिकारी बने और चौमूं की गढ़ी वर्षा ने चौमूं के बतवाया हुए। टाकुर सुख सिंह ने बाहरी आकर्षणों से सुखाया हेतु चौमूं के बतवाया किले धाराधार किले का निर्माण प्रारंभ करवाया। उन दिनों में इसे रुद्धामाण कहा जाता था। उनके बाद उनके पुत्र मोहन सिंह ने उनको कई हजार वर्ग पीट भूमि के विस्तार में संपन्न करवाया और चारों ओर गहरी पक्की खड़ी नहर बनवाई।

शेष अगले अंक में



पिंपल कुमार ज्योति  
(मुद्राशास्त्री)  
निदेशकालीन प्राप्तालय  
एवं संकालन  
विभाग-जयपुर

## कविता (आधा)



सिन्धुराज  
गोपलपुरी

जब भी इस दुनिया से मैं  
खुद को साझा करता हूँ  
मानो लगता है मुझको के  
खुद को आधा करता हूँ  
वैसे तो अपर्ण ही जीवन  
बहुत कृपत अपूरा रहता है  
तमाम खुदाईयों के नाम में  
कुछ आधा पूरा रहता है  
सबको मुकुम्मल करना है  
मैं खुद से बात करता हूँ  
जब भी इस दुनिया से मैं  
खुद को साझा करता हूँ  
मानो लगता है मुझको के  
खुद को आधा करता हूँ  
दुनिया की दुनियादीरी में  
खुदाई कर्ही पै खोइ है  
चादर औढ़ के एकत्र में जाकर  
गहरी नींद में सोयी है  
ताम्र खुदा रहने को  
मैं खुद को आमादा करता हूँ  
जब भी इस दुनिया से  
मैं खुद को साझा करता हूँ  
मानो लगता है मुझको के  
खुद को आधा करता हूँ  
एकत्र की चादर औढ़ के अब तो  
सो जाने का मन करता है  
दुनिया से कामों दूर कहीं  
बस खो जाने का मन करता है  
अब तो खुद बी बस  
मैं मोहर इकाया करता हूँ  
जब भी इस दुनिया से  
मैं खुद को साझा करता हूँ  
मानो लगता है  
मुझको के खुद को आधा करता हूँ

## तेरे साथ के भरोसे पर जी रहे हम



विनोद शर्मा वेर्मा  
विहार

तेरे साथ के भरोसे पर जी रहे हम  
तोड़ मत देना इसे मर जाएगे हम

शिकायत हो कोई तो  
मझ से कह देना  
विन कहे दूर ये खो तो  
किधर जाएंगे हम

जरा जरा सी बात पर यूँ  
नाराज न होना  
दूटा ये दिल तो बिखर जायेंगे हम

इश्क है तुम से मानो या ना मानो  
विन तेरे जिये तो मर जाएंगे हम

थे दीवाने तेरे है और रहेंगे हमनशीं  
दूर जो हुए मुझ से पल  
भर में गुजर जायेंगे हम

यादों को तेरी अपने  
दिल से लगा रखा है  
अब भी न आये तो दूर  
चले जायेंगे हम

सुन है मुहब्बत में हर  
खता माफ होती है  
मेरी इक खता तो  
बता माफ मांग लेंगे हम

इन आँखों के साथ  
दिल अस्क बहात है वेणु  
एक बार कह तो दो चर्चे आएंगे हम

## रक्तदान जीवनदान फाउंडेशन के रक्तवीरों ने फिर बचाई जान



जयपुर (हमारा वतन)। रक्तदान जीवनदान फाउंडेशन संयोजक मोहन लाल शेखावाला ने बताया कि बैचार मासाज किए एक गरीब महिला पेशेंट के लिए फाउंडेशन की ओर से राशेष्ट्रीय नववृत्तक मंडल बांदीकुर्झ प्रभारी लक्ष्मी पटवा बांदीकुर्झ ने अपने जीवनकाल का 12 वां वर्ष रथी सेनी

बांदीकुर्झ ने अपने जीवन का 13 वां रक्तदान किया। पेशेंट के परिजनों ने वह फाउंडेशन के सभी सदस्यों ने रक्तदाताओं का आभार व्यक्त किया।

रक्तवीरों ने महिला पेशेंट का जीवन बचाने के लिए बांदीकुर्झ से दैसा सरकारी हास्पिटल में आकर रक्तदान किया।

## सेवाकार्य के रूप में मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवक्ता पंडित रविंद्र आचार्य का जन्मदिन



जयपुर (हमारा वतन)। अपनी संस्कृत भविष्यवाचियों से प्रसिद्ध अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवक्ता पंडित रविंद्र आचार्य का जन्मदिन सेवा कार्य के अवसर पर दीपक जलाने चाहिए और सेवा कार्य के रूप में अपना जन्मदिन मनाना चाहिए।

वहाँ शहर के कचोलिया रोड स्थित एमडीएससी को - एमडीएससी वैनिंग बैंक में सीईओ रिकॉर्ट रिंड रिंड आचार्य के अनुसार मनाये जाते हैं। जन्मदिन के अवसर पर दीपक जलाने चाहिए और सेवा कार्य के रूप में अपना जन्मदिन मनाना चाहिए।

## अनुज शर्मा को मिला पाई द चेंजमेकर अवार्ड-2022 में सम्मान



जयपुर (हमारा वतन)। पृथ्वी अभ्युदय एसोसिएशन ईडीवा ने लखनऊ स्थित महिला युनिवरिसिटी ऑफ इन्फोर्मेशनस टेक्नोलॉजीज के सहयोग से पाई द चेंजमेकर अवार्ड -2022 का समारोह व नेशनल एजुकेशन सम्मेलन का आयोजन किया।

कार्यक्रम का आयोजन पृथ्वी अभ्युदय एसोसिएशन ईडीवा के संस्थापक एवं अध्यक्ष डा. छव्वानीने सिंह एवं युनिवरिसिटी के वाइस चांसलर डा. भानु प्रताप सिंह, डा. अदनान लाली, लक्ष्मीकात वार्ग, सरित थोप, डा. रतिवर्ग गुप्ता विकास नागरू, सरित थोप, डा. विनय ज्ञा, डा. अभिमन्यु मिश्रा द्वारा दीप विजयी के जन्मदिन पर ईटावा भोजीनी स्थित श्याम प्रताप सिंह, दिनेश शर्मा, गिरायी यादव, सीताराम यादव, जगदीश छिंगा, रवि यादव, बटी, आदर्श मिश्रा, रघवेंद्र शुक्ला आदि लोग मौजूद रहे।



हजारीलाल मेंसोरियल इंस्ट के राष्ट्रीय - झोपड़ियों और सड़को पर भीख मांग रहे अध्यक्ष अनुज शर्मा को व उनकी इटर के द्वारा आधिक रिस्ति से कमज़ोर वर्ग के बच्चों को आइडीआईटी - नीट की कोरिंग निःशुल्क में उपलब्ध कराने व ज्ञानी - झोपड़ियों और सड़को पर भीख मांग रहे अध्यक्ष अनुज शर्मा को व उनकी इटर के द्वारा आधिक रिस्ति से कमज़ोर वर्ग के बच्चों को आइडीआईटी - नीट की कोरिंग निःशुल्क में उपलब्ध कराने के लिए राष्ट्रीय शिशा नियमांतर परिवर्तन कोरिंग निःशुल्क 2022 से समाप्ति किया गया।

## नर्सिंग ऑफिसर प्रवीण सैनी बने प्रदेश मंत्री



जयपुर (हमारा वतन)। सामुदायिक चिकित्सा केंद्र चौमूं में कार्यरत नर्सिंग ऑफिसर प्रवीण सैनी को राजस्थान राज्य नेशन एसोसिएशन एक्लोक्यूट का प्रदेश मंत्री नियुक्त किया गया है। एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष गोंदेंद्र सिंह राणा ने संगठनात्मक गतिविधियों के सुचारू संचालन हेतु प्रदेश कार्यकारिणी की नियुक्ति की है।

## विश्व प्रकृति संरक्षण दिवस मनाया



उत्तराखण्ड (हमारा वतन)। राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय बिजलौली में विश्व प्रकृति संरक्षण दिवस के अवसर पर विद्यालय परिसर में वक्षारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया।

इस अवसर पर कार्यक्रम के संयोजक अशोक पाल सिंह पर्यावरण मित्र द्वारा ग्रामीणों को 50 पैसे भेट किये गए। इस अवसर पर प्रधानमन्त्री ने विद्यालय बिजलौली के नीजे कम काट रखना चाहिए और सुधार संस्कार करना चाहिए। इस अवसर पर भारुआ, मोहर सिंह, सुधार संस्कारी, प्रतिभा, अमर, अनुल, अमित, जगदेव ने प्रतिभाग लिया। लोगों को संदेश दिया गया कि प्रकृति को दृष्टि होने से बचाने का सभी मिलकर प्रयत्न करें।

## जॉब्स

1. आरआरसीएली, पद ट्रेड एप्रेटिस, पद संख्या 113, अंतिम तिथि 17 अगस्त 2022
2. उत्तर प्रदेश एनएचएम, पद सी एच ओ, पद संख्या 5000, अंतिम तिथि 9 अगस्त 2022
3. राजस्थान पर्लियमेंट सर्विस कमिशन (RPSC), पद सीनियर फिजिकल एजुकेशन टीचर, पद संख्या 461, अंतिम तिथि 13 अगस्त 2022
4. राजस्थान पर्लियमेंट सर्विस कमिशन (RPSC), पद प्रोटेक्शन ऑफिसर, पद संख्या 4, अंतिम तिथि 9 अगस्त 2022
5. आटीबीपी, पद सब इंस्पेक्टर ओवरसीर, पद संख्या 37, अंतिम तिथि 14 अगस्त 2022
6. बीएसएफ, पद हेड कार्सेबल, एससआई, पद संख्या 323, अंतिम तिथि 30 अगस्त 2022
7. डीसीएसएसबी, पद टीजीटी टीचर, पद संख्या 547, अंतिम तिथि 27 अगस्त 2022
8. पंडीट आईएल, पद डिल्सोमा इंजीनियर, डिपी इंजीनियर, पद संख्या 132, अंतिम तिथि 28 अगस्त 2022



## कंगना रनौत की सस्ती कॉपी हैं तापसी पन्नू, इस कर्मेंट पर बोलीं एकता कपूर-दोनों को भिड़वाना....

तापसी पन्नू की अपक्रियांग शिल्प दोबारा के दौरान प्रोड्यूसर एकता कपूर मौजूद थीं। एकता कंगना स्टौट के साथ भी काम कर चुकी हैं। वहीं तापसी और कंगना की राजदूती से हर कोई बाकिक है। कंगना रनौत कई बार तापसी पर निशाना साझा चुकी हैं। उनकी बतौर गोली ने तापसी को कंगना की सस्ती कॉपी भी कहा था। ट्वेटर लॉच इवेंट के दौरान कंगना से पूछा गया कि उन्हें तापसी पन्नू और कंगना रनौत में स्पॉट निशाना दिखती है। इस पर एकता को सॉलिड जवाब दिया।

तापसी को कई बार घेर चुकी हैं कंगना-कंगना रनौत और तापसी पन्नू दोनों जरबदस्त ऐक्ट्रेस्स हैं। हालांकि दोनों के बीच कुछ खास नहीं बनती। कंगना कई बार उनको निशान पर ले चुकी हैं। तापसी और कंगना दोनों की तापसी को फिल्में धाकड़ और शाबाश मिथ्या फॉलोवर्स हैं। कंगना रनौत एकता कपूर के साथ काम कर चुकी हैं। वहीं तापसी दोबारा में काम कर रही हैं जिसकी प्रोड्यूसर एकता है। कंगना तापसी को सस्ती कॉपी हैं, इस कर्मेंट को लेकर दोबारा के ट्वेटर लॉच के दौरान एकता से पूछा गया कि उन्हें तापसी की कंगना रनौत में क्या समानता दिखती है।

बोलीं-दोनों हैं गजब की ऐक्ट्रेस-इस सवाल पर एकता कपूर ने जवाब दिया, सिर्फ़ एक समानता है, दोनों नहीं बहुत बनने वाली जरबदस्त ऐक्ट्रेस्स हैं। उन दोनों को भिड़वाना हमारा या आपका काम नहीं है। हम महिलाएं हैं, हम एक-दूसरे का कानून संभालते हैं न कि पिराने हैं। एकता बोलीं की इतनी ऐक्ट्रेस्स के साथ काम करना बहुत अच्छा है। कंगना और तापसी दोनों जगब की ऐक्ट्रेस्स हैं।

कंगना बाल चुकी हैं वी गेंडे ऐक्ट्रेस-बता दें कि कंगना अपने सोशल मीडिया पर तापसी को कई बार बी गेंडे ऐक्ट्रेस्स कह चुकी हैं। बाले साल तापसी की साड़ी में एक तवार बायरल हुई थी। इस देखकर कंगना को बहन रोलों ने उन्हें सस्ती कॉपी बताया था। तापसी ने भी एक इंटरव्यू में कहा था कि वह कंगना को अपने आसास नहीं देखना चाहती। तापसी ने कहा था, मेरी दिनी में उनकी कोई अहमियत नहीं।

## रुबीना दिलैक कर रहीं पति के साथ ट्राइम स्पैंड, बीच पर ही करने लगे रोमास

रुबीना दिलैक टीवी की पॉपुलर एक्ट्रेस है। फैस ऊँठें बहुत पसंद करते हैं। रुबीना की सोशल मीडिया पर भी जबरदस्त फैन फॉलोइंग है। उब रुबीना ने पति अमिनव के साथ रोमांटिक फोटोज शेयर की हैं।

टीवी की छोटी बहू और किसर बहू से पॉपुलर रुबीना दिलैक सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। वह अपनी न्यौमर्स फोटोज शेयर करती रहती हैं। रुबीना आपने के बाद रुबीना अब पति अभिनव कुलाहा के साथ रोमांटिक ट्राइम स्पैंड कर रही है। रुबीना और अभिनव ने समूद्र के पास से रोमांटिक फोटोज शेयर की हैं। दोनों की फोटोज को सोशल मीडिया पर बहें पसंद किया जा रहा है। सभी दोनों को हांट कपल बता रहे हैं। इस दौरान रुबीना ने सी ग्रीन कलर की बिकिनी पहनी हैं। दोनों की फोटोज देखकर बीतीर ही रहा है कि इन्हें दिनों बाद मिलने के बाद दोनों एक-दूसरे के साथ समय बिताकर कपों एंजीकर कर रहे हैं। इनका ने इनके अलावा अपनी भी एक बीटीरी शेयर किया है जिसमें वह अपने हाँड़ों अंगूष्ठ दिखा रही हैं। रुबीना के बारे में बता दें कि फिलहाल वह शो खतरों के खिलाड़ी में नजर आ रही है। शो में रुबीना अपने स्टंडअप से फैंस का दिल जीत सकती है। अब तक टीवी पर बहू के रूप में दिखने वाली रुबीना का ये खिलाड़ी काम की राजीवाली है।



रुबीना ही है। अब तक टीवी पर बहू के रूप में दिखने वाली रुबीना का ये खिलाड़ी काम की राजीवाली है। रुबीना, शो की स्टूडियो केटेन्टेन्ट्स में से एक है। रुबीना जब वहां स्टंड कर रही थीं तब अभिनव ने उन्हें पूरा संपर्क किया। रुबीना को लेकर अभिनव, एवरपोर्ट पर भी गए थे और दोनों ने एक-दूसरे को मिलकर ट्राइट हार कर लिया था। बता दें कि रुबीना और अभिनव ने साल 2018 में शादी की थी। हाल ही में दोनों ने शादी की चौथी सालगिरह सेलिब्रेट की। दोनों साथ में बिंग बांस 14 में नजर आए थे।

## जाह्नवी कपूर के होने वाले पति के लिए पापा बोनी ने रखी है बड़ी दिलचस्प मांग

जाह्नवी कपूर बॉलीवुड की यांग, टैनेंडे और खूबसूरत एक्ट्रेसेस में से एक हैं।

जाह्नवी की फैन फॉलोइंग तेजी से बढ़ती जा रही है। इन दिनों जाह्नवी अपनी अपक्रिया फिल्म गुड लक जेरी के प्रमोशन में जिक्र ही है। इस फिल्म का ट्रेलर रिस्पॉन्स मिल था। एक्ट्रेस फिल्महाल फिल्म का जोर-शोर से प्रोशन कर रही है। अब इसी बीच एक्ट्रेस ने अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर बात की है। जाह्नवी ने बताया कि उनके पिता बोनी कपूर ने उनके दूर्वा के लिए ब्याक्या-ब्याक्या एक्सप्रेशन रखी हैं, मरत जाह्नवी ने अपने होने वाले दूर्वा के लिए जरूरी मैसेज दिया है। जाह्नवी ने कहा जब हम बच्चे थे तब वह मुझसे और खुशी से कहते थे कि तुम्हारी शादी जब ही तब मैं चाहता हूँ कि तुम अपने पार्टनर से कहो कि मेरे पापा ने मुझे पूरी दुनिया बुरामार है, वह शुरू हो जाएगा। वह कुछ भी नहीं रखना चाहते जिसे समान बाल करे। जाह्नवी ने आगे कहा, अब मुझे एहसास हुआ कि उन्होंने ऐसा इसलिए किया ताकि जिससे भी हम शादी करें, वह हमें वैसा रखे जिसे हमारे पिता ने हमें रखा है।



## बढ़ते बच्चों की इम्यूनिटी मेंटेन करने के लिए हमेशा याद रखें ये इफेक्टिव टिप्प

बच्चों के इम्यून सिस्टम का मजबूत होना बहुत जरूरी है। शुरुआत से ही बच्चों की ग्रोथ पर ध्यान न देना आगे चलकर उन्हें कई तरह की स्वास्थ्य जोखिमों में डाल सकता है। मानसून के इस मौसम में हामीफूल बैक्टीरियोज और जर्म पूरी तरह एक्टिव हो जाते हैं। ऐसे में स्वूल से यांत्र बाहर खेलते वक बच्चों के संक्रमित होने की संभावना बढ़ी रहती है। हालांकि, बात केवल मॉनसून कि जल्दी कोविड-19 के समय आई महामारी ने कई लोगों को तुरी प्रभावित किया परंतु जिनका इम्यून सिस्टम बजूल था कहीं न कहीं वह सेफ़ जाता है। खासकर ग्रोंग बच्चों के इम्यून सिस्टम) पर काम करना बहुत जरूरी है। यह शुरुआत से शरीर पर पूरी तरह ध्यान दिया जाए तो आगे बढ़ते जीवन के दैनिक अपने अपने विषयों में स्वास्थ्य से लड़ने में आसानी होती है। आजकल के ऐप्टेंस छोली-छोली बातों पर ध्यान बदलते समाज में एक बच्चों को दवाइयों से होने वाले साइड इफेक्ट के बारे में? इन्होंने काम उम्मीद किएकिल युक्त दवाइयों को सेवन आके बच्चों का स्वास्थ्य बदलता रहता है। बच्चों को समय से सुलाने के लिए रात को मोबाइल फोन से दूर रखने का प्रयास करें। इसके साथ ही पूरे दिन की स्कॉल टाइमिंग को आदत बनाइं जाए तो कई स्वास्थ्य जोखिमों की संभावना खुद-ब-

खुद कम हो जाती है। इसलिए आज हम लेकर आए हैं, अपके ग्रोंग चाइल्ड की इम्यूनिटी को मेंटेन रखने के लिए कुछ जरूरी और आसान टिप्प।

1. अपने बच्चों को एक हेल्दी डाइट दें-बच्चों के लिए हेल्दी डाइट काफी ज्यादा जरूरी होता है। ऐसे में उनके आहार में पोषक तत्वों से युक्त फल और सब्जियों को शामिल करना न भूलें। गाजर, हरी बीन्स, संतरा और स्ट्रॉबेरी में कैरोटीनोंड पाया जाता है, जो इम्यूनिटी बूटिंग फाइटोन्यूट्रिएंट्स के रूप में डाइट ब्लड सेल्स के प्रोडक्शन को बढ़ाता है और यह इन्क्रेशन और अन्य बीमारियों से लड़ने में मदद करते हैं।



इसके साथ ही डेयरी प्रोडक्ट्स को नियमित आहार में शामिल करें। इससे उन्हें कैलिशियम मिलता है और उनके हड्डियों की ग्रोथ भी बढ़ती रही रहती है।

2. पर्यांत नींद लेना है जरूरी-पर्यांत नींद शरीर को रिचार्ज कर देती है। और बच्चों को पूरे दिन फिल्म और एक्टिव रहने में मदद करती है। वहीं बच्चों को नींद का समय उत्तर के साथ बदलता रहता है। बच्चों को स्ट्रॉग और जाह और ज्यादा कमज़ोर कर देता है। यदि शुरुआत से ही हो जाए तो उन्हें अच्छी डाइट और एक सही स्टीटीन की आदत बनाइं जाए तो कई स्वास्थ्य जोखिमों की संभावना खुद-ब-

## क्या पीरियाइडस के दौरान बाल धोने से मां बनने में दिवकरत आती है? आइए जानते हैं इसका जवाब

पीरियाइडस के आसास पर इन्हें सारे मिथ और गलतफहमियां हैं कि कम्फी-कमी लागत है कि इन किस गुण में जी रहे हैं। पीरियाइडस में बाल धोने से एक है। डिग्री लॉडीज़ क्या आपके मध्य में भी यह सबाल आता है कि पीरियाइडस के दौरान बालों को धोया जा सकता है या नहीं? अगर हाँ, तो आपके इस सबाल का जबाब दे रही है। डॉक्टर क्लिनिक ने जीवित एक्टिविटी विलायती अनुभाव के नींद का समय उत्तर के साथ बदलता रहता है। इसके पीछे का सब काम जान आहार पर तब होता है जब बाली जो कैमिकल युक्त दवाइयों के नींद को नींद बनाने के लिए बालों को धोने से जड़ी सारी बातें सिर्फ़ मिथ हैं।

क्या हैं पीरियाइडस से जुड़े मिथ-पीरियाइडस से जुड़ी कई बालों की धोनी जो कैमिकल धर्म के दौरान बालों को धोने से जड़ी सारी बातें सिर्फ़ मिथ हैं।

क्या हैं पीरियाइडस से जुड़े मिथ-पीरियाइडस से जुड़ी कई बालों की धोनी जो कैमिकल धर्म के दौरान महिलाओं को कूच गतिविधियों में शामिल होने से मान करती हैं। इस अवधि के दौरान अपने बाल नहीं धोना भी उन प्रतिवर्धी का एक हिस्सा है। क्या आप पीरियाइडस पर अपने बाल धो सकती हैं? जबाब है, 'हाँ'!

## लॉर्ड्स में खेले जाएंगे WTC-2023, 2025 के फाइनल: ICC बोर्ड ने दोनों खिताबी मुकाबलों के लिए ऐतिहासिक मैदान को चुना

बिंगमंथम् क्रिकेट का मक्का कहा जाने वाला लॉर्ड्स का ऐतिहासिक मैदान वर्ल्ड टेस्ट चैम्पियनशिप के 2 फाइनल मुकाबलों के लिए बाली जीवित एवं बाली न्यूज़ीलैंड से जीतीकर इतिहास रचा रहा।

की वर्ल्ड टेस्ट चैम्पियनशिप के फाइनल मुकाबले खेले जाएंगे। इसी बोर्ड के लिए बाली जीतीकर इतिहास रचा रहा।

ICC ने कहा है कि कई कामों के ध्यान में रखते हुए हमें लंदंद के ऐतिहासिक मैदान के लिए बाली की धोनी जो कैमिकल धर्म के दौरान बालों के लिए बेकाबूल कर देता है।

क्रिकेटर की धोणणा नहीं-हालांकि, ICC ने आले साल होने वाली WTC फाइनल के मुकाबले के लिए बाली के पहले लोकी संचालित करने वाली संस्था ने यह धोणणा की है।

ICC ने लेकिन यह की तरह इस बार भी जी जै के महीने में इसका आयोजन हो जाएगा। लॉर्ड्स बाली के लिए बेकाबूल रखते होंगे। जीता होने वाली जीवित एवं बाली न्यूज़ीलैंड के लिए बेकाबूल रखते होंगे।

अभी डेट की धोणणा नहीं-हालांकि, ICC ने आले साल होने वाली WTC फाइनल के मुकाबले के लिए बाली को हिस्सा लेने के लिए बेकाबूल कर देता है। यह धोणणा जीता होने वाली जीवित एवं बाली न्यूज़ीलैंड के लिए बेकाबूल रखते होंगे।

राहुल द्रविड़ बोले- मुझे एहसास हो गया था कि मैं वीरेंद्र सहवाग और सचिन तेंदुलकर की तरह नहीं बन सकता।

नई दिल्ली। एक समय था जब भारतीय क्रिकेट में राहुल द्रविड़ वैश्य का पर्यावरण था। उन्हें टेस्ट क्रिकेट में भारत की तीरोंवाली बोली वैन्स लक्षण जैसे बेल्वेज थे, जिनकी ताली बालों की बल्किन जीवित एवं बाली न्यूज़ीलैंड के गेंगेवाले भी उनसे परेशन रखते थे, क्योंकि स्कोरवोर्ड पर कोई हरकत नहीं होती थी और द्रविड़ भी अक्रमक नहीं होते थे। उन दिन जैं पॉडकार्ट में आरोंगक गोल्ड मेडलिस्ट अभिनव विदा के साथ बाट करते हुए कहा, अगर मैं अपने करियर को पीछे मुड़कर देखता हूँ, तो वह (उर्जा को चैनलाइज करना) एक गेम-चैंप जैसा था।

राहुल द्रविड़ बोले- मुझे एहसास हो गया था कि मैं वीरेंद्र सहवाग और सचिन तेंदुलकर की तरह नहीं बन सकता।

नई दिल्ली। एक समय था जब भारतीय क्रिकेट में राहुल द्रविड़ वैश्य का पर्यावरण था। उन्हें टेस्ट क्रिकेट में भारत की तीरोंवाली बोली वैन्स लक्षण जैसे बेल्वेज थे, जिनकी ताली बालों की बल्किन जीवित एवं बाली न्यूज़ीलैंड के गेंगेवाले भी उनसे परेशन रखते थे, क्योंकि स्कोरवोर्ड पर कोई हरकत नहीं होती थी और द्रविड़ भी अक्रमक नहीं होते थे। उन दिन जैं पॉडकार्ट में आरोंगक गोल्ड मेडलिस्ट अभिनव विदा के साथ बाट करते हुए कहा, अगर मैं अपने करियर को पीछे मुड़कर देखता हूँ, तो वह (उर्जा को चैनलाइज करना) एक गेम-चैंप जैसा था।

हमारा वतन

खबरों, विज्ञान एवं सदस्यता के लिए सम्पर्क करें।

Email-  
hamarawatan65@gmail.com  
9214996258, 7014468512

# हमारा वतन सामाजिक

Hamara WATAN Weekly, संस्थापित 1965ء، جاپور، راجस्थान  
राज्यीय विद्यालयों की सर्वोत्तम अधिक्षितों का प्रतीक

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

## तरक्की बाटिए, मुफ्त की रेवड़ियां नहीं

पिछले दिनों आने एक संबोधन में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 'रेवड़ी' यानी मुफ्त वाली योजनाओं की संस्कृति पर अपनी पीड़ा जाहिर की थी। यह बहस अर्थशास्त्रियों को व्यापक चिंता के बावजूद हुई है। इसमें गज़ों की अर्थव्यवस्था पर जिसके बारे हाल ही में जारी रिपोर्ट भी शामिल है, जिसमें इस दोषपूर्ण नीति के कारण राज्यों की खस्ता होती आर्थिक हालत और गहराते त्रास सकट का जिक्र किया गया है। इससे पहले, 19 अप्रैल को 'दिक्षिण स्कूल ऑफ़ इकोनॉमिक्स' के सालाना जलसे में कहा था



राम गोपाल सैनी

किसी भी विद्यालयों 'ऐसी बुद्धियों' जो कुछ चुकाए बिना आपको दी गई हैं, विषय रूप से आपका समर्थन हासिल करने के लिए या इसकी अपेक्षा में'। यह विडंबना ही है कि बहुत पहले अन्वर्ट आईटीने कहा था, कभी-कभी लोग उन चीजों की सबसे अधिक कीमत चुकाते हैं, जो उन्हें मुफ्त में प्राप्त होती हैं। इसके बावजूद, 'फौंटेन कल्पर' के गंभीर नतीजों के कारण ही प्रधानमंत्री ने जो कहा था, उनके गहरे निहितथ हैं। दरअसल, 'फौंटेन कल्पर' के गंभीर नतीजों के कारण ही प्रधानमंत्री ने चिंता जताई है। इस लोक-तुल्याना संस्कृति ने भारत की राष्ट्रीय-अंतर्राष्ट्रीय प्रतिबद्धताओं को प्रभावित किया है। सर्वप्रथम, सरल विकास लक्ष्य की तरफ भारत के बढ़ते कदमों को वापिस करने का मुद्दा है। पैरिस जलवायु सम्मेलन (कपि 21), अंतर्राष्ट्रीय सीधे गवर्नर और लालसांग कांग 26 में कोई गई पहल गोप्तीहत समानता की दिया में आगे बढ़ने और तीव्र विकास पर भारत की सहमति का भी प्रतीक है। इसका पालन करने की हायरी अप्लाई दूसरी बातें के साथ-साथ दो अन्य प्रतिबद्धताओं पर भी निर्भर हैं एक, ऊर्जा खबर में अश्व ऊर्जा की हिस्सेदारी बढ़ावा। मगर एक तरफ जहां मुफ्त विजयों के रूप में किसी रूप में सब्सिडी का वायर किया जा रहा है, तो वहीं विजयी आर्पूति करने वाली गज़ों को कंपनियों की बिगड़ी सेहत उनकी संभावनाओं को कमज़ोर कर रही है। क्या यह विडंबना नहीं है जिस मुफ्त विजयी कभी-कभी सभी घरों, कभी वैकल्पिक, तो कभी आधे घरों को दी जाती है, बल्कि ये बायदे तभी का काम रहते हैं, जब तक सरकार आर्थिक झंझटाओं में नहीं फंसती और इस सुविधा को वैकल्पिक बनाने का फैसला काफ़ी हृद तक बढ़ती लागत के कारण लिया गया था।

## चौमूं डाकघर में किया वृक्षारोपण



चौमूं (हमारा वतन)। पर्यावरण संरक्षण के लिए नेनवाल रोड स्थित चौमूं डाकघर में पोस्ट मास्टर कैलेश चंद वर्मा के सान्धिय में वृक्षारोपण का कार्यक्रम किया गया।

भवित्व को सुरक्षित करने के लिए वृक्षारोपण जरूरी है। पेढ़ लगाकर अप्स्ट्री देखभाल करने का भी संकल्प अस्तित्व लागों को कारगर इस दैरेन मालीराम स्वामी, सुधार शर्मा सहित कई गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

## अति आवश्यक सूचना

पाठकों व विज्ञानवादियों से निवेदन है कि जिनका सालाना सदस्यता शुल्क व विज्ञानों का भुगतान नहीं हो पाया है वे अपना शुल्क 'हमारा वतन वोकरों के नाम से खाता संख्या 61079058819' प्रस्तुती आई (IFSC Code- SBIN0004227) में या 9214996258 पर फोन-पे, ऐटोएप्स गुलात-पे ये रजा कराकर सूचित करें।

- सम्पादक

पुनीत प्रतिष्ठा में :-

## विराज फाउंडेशन के पौथा रोपण एवं पौथा वितरण महोत्सव का हुआ शुभारंभ



जयपुर (हमारा वतन) विराज फाउंडेशन के तत्वावादी में श्याम नगर चौमूं स्थित श्याम मरिपरिसर में पौथा रोपण एवं पौथा वितरण महोत्सव का शुभारंभ विप्र कल्याण बुड़े उपाध्यक्ष मंजूर शर्मा राजस्थान सरकार के मुख्य अधित्य में और प्रदेशाध्यक्ष भुवनेश विवादी विवादी की अध्यक्षता में संभर रहा है।

इस पृथ्वी का गहना है एवं एक वृक्ष सौ पुत्रों के समान हीता है।

वितरण किए एवं 11 पौथे लगाकर वृक्षारोपण महोत्सव का शुभारंभ किया गया। इस दैरेन मंजूर शर्मा ने कहा कि वृक्ष इस पृथ्वी का गहना है एवं एक वृक्ष सौ पुत्रों के समान हीता है।

इस दैरेन कार्यक्रम में प्रदेश महाध्यक्ष विप्र कल्याण बुड़े उपाध्यक्ष भुवनेश विवादी विवादी विवादी की अध्यक्षता में संभर हुआ। विशेष अतिथि पार्षद रजनी शर्मा एवं अति विशेष अतिथि डॉ अजीत सिंह शेषवाला रहे। इस कार्यक्रम में छायावाद, फलदार, फूलदार 101 पौथे

प्राकोष्ठ डॉ राम प्रकाश शर्मा, प्रदेशाध्यक्ष शिक्षा प्रकोष्ठ हरिओम शर्मा, चौमूं नगर अध्यक्ष डॉ सीताराम कुमावत, सौरव शर्मा, राकेश शर्मा, विमल शर्मा, बाबूलाल वादव, सुनील कुमावत, अशोक जायेड, महेंद्र शर्मा, सुमन शर्मा, सोनी देवी, द्वासा कुमावत, अनीता शर्मा, कुमस यादव, मीनू शर्मा, सरोज सैनी, आरा शर्मा, भगवती सोनी, मुजी देवी जायेड, मीरा कुमावत आदि लाए उपस्थित रहे।

## सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री टीकाराम जूली ने कहा कि

## राज्य सरकार दिव्यांगों के कल्याण के लिए संवेदनशीलता के साथ कार्य कर रही है

जयपुर (नि.सं.)। टीकाराम जूली ने कहा कि दिव्यांगजन समाज की एक महत्वपूर्ण कड़ी है और सरकार दिव्यांगों को कमतर न आको संवेदनशीलता के साथ कार्य कर रही है। जूली यहीं राजकीय राजा रामदेव पोदार उच्च माध्यमिक विद्यालय, गांधीनगर, जयपुर में एकत्रित द्वारा आयोजित दिव्यांगजनों को मटोराइज़ ट्राइसिसफिल, वैलचेयर एवं अन्य उपकरण वितरण कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। जूली ने कहा कि राज्य सरकार हर कदम पर दिव्यांगजनों के साथ खड़ी है। दिव्यांगजनों के लिए बाबा आंटे दिव्यांगजन

विश्वविद्यालय भी जामलोती, जयपुर में प्रस्तुत है, जो बहुत ही शीर्ष शुल्क किया जाएगा। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार द्वारा गत दिव्यांगजनों को प्रोत्त्वान् रूप से अलग न समझें। उन्होंने द्वाइसाइट पर ये बातें दिव्यांगों से कहा कि आप भी दूसरों को राज्य सरकार की योग्यान्वयों से लाभान्वित करावाने का माध्यम बनें और न केवल खुद सशक्त बनें बल्कि दूसरों के साथ बढ़ाव दें और गवर्नर व आयोजित दिव्यांगजनों को आत्मविनाश करावाने के तहत रोजगार के लिए 5 लाख रुपये राज्य और 50 हजार रुपये का आया अनुदान का प्रावधान किया गया। राज्य सरकार दिव्यांग विवादियों को छात्रवृत्ति योजना के तहत दो जाने वाली सहयोगी राशि में भी बढ़ि दी गई है।

मुख्यमंत्री विशेष योजना श्योरोजन योजना के तहत रोजगार के लिए 5 लाख रुपये राज्य और 50 हजार रुपये का आया अनुदान का प्रावधान किया गया। राज्य सरकार दिव्यांग विवादियों को छात्रवृत्ति योजना के तहत दो जाने वाली सहयोगी राशि में भी बढ़ि दी गई है।

## लघुकथा (चतुराई)

किसी गांव में एक सेठ सोने-चांदी के गहने गिरवी रखकर रुपए-पैसे देने का कार्य करता था लेनदेन था। बड़ी ही धूत और बेड़ामान था।

एक बार एक ब्रात्मण ने कुछ सोने के गहने रख कर रुपए ले लिए। कुछ सोने सुकून वाला तो ब्रात्मण को मालीन गांव में एक महिला अपनी बेटी के साथ रहती थी किसका नाम था चतुराई। उसने ब्रात्मण को पास बुलाकर उदासी का कारण पूछा तो उसने सारी बात खुलक बता दी। चतुराई बाली, देखा महाराज मैं कहाँ बसा ही करो, आपको गहने मिल जाएंगे। वह बाली, मैं सेठ के पास जाती हूँ और इशारा करूँ तब आप आ जाना।

चतुराई गहनों का एक डिव्वा लेकर सेठ के पास चली जाती है और सेठ से बोली, सेठ जो मेरि पति कहाँ बाहर गए हैं और मुझे चोरों का डर भी लगा रहा है। और इशारा करके ब्रात्मण को बुला लिया। सेठ कहने लगा, हाँ रख दो डिव्वा यहाँ चोर व्यवहार थोड़ी ही है। इतने में ब्रात्मण ने आकर कहा, सेठ जी मेरे गहनों का डिव्वा दे दीजिए। यह सुनकर सेठ हँडा-बँका रख गया। उसने सोचा कि इसे गहने नहीं द्वारा तो यह महिला भी चली जाएगी। उसने डिव्वा ब्रात्मण के हाथ में दे दिया। ब्रात्मण भी चतुराई की चतुराई से प्रसन्न हो धन्यवाद देकर चला गया।

- पंडित श्याम बिहारी जोशी 'श्याम', सोकर

**Mohan Lal Jitarwal**  
**Jaisingh Jitarwal**

**मोनिका प्रिन्टर्स**

WE DESIGN , PRINT & PROMOTE...YOU ! थाना मोड, चौमूं

फैलेप्स / पिनाप्स ऑफर्स प्रिन्टिंग पोस्टर / पम्पलेट विल-बुक लेटर हेड

शादी कार्ड सामानी कार्ड खीरी प्रिन्टिंग विजिटिंग कार्ड आई - कार्ड

हमारे यहाँ प्रिन्टिंग से सम्बन्धित सभी कार्य उचित रेट पर किये जाते हैं

तथा चुनाव से सम्बन्धित सामग्री उचित रेट पर तैयार की जाती है।

एक बार सेवा का मोका अवश्य

Contact Us: 9785850646, 8946910073, 7610022192

✉️ monikaprinters68@gmail.com