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

साप्ताहिक

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

हमारा वतन

ہمارا وطن ہفت روزہ

देश का अपना अखबार

संस्थापित 1965

www.hamarawatan.com

FOLLOW US:- Hamarawatan | Hamarawatan65 | Hamarawatan3 | Hamarawatan

संस्थापक
स्व. श्री राजेन्द्र कुमार 'अजेय'
स्वतंत्रता सेनानी

संरक्षक
स्व. श्री बाबू लाल सैनी

सम्पादक
राम गोपाल सैनी

वर्ष- 62 | अंक-40 | जयपुर, सोमवार, 26 अक्टूबर, 2026 | वार्षिक शुल्क 200 रुपये (एक प्रति 4 रु.) | पृष्ठ संख्या 4

पद्मभूषण पं. विश्वमोहन भट्ट ने किया

अंतर्राष्ट्रीय सृजनशील संगीत कलाकार सम्मान समारोह के पोस्टर का विमोचन

जयपुर (हमारा वतन)

जयपुर में 6 दिसंबर शौर्य दिवस को आयोजित होने वाले अंतर्राष्ट्रीय सृजनशील संगीत कलाकार सम्मान समारोह के पोस्टर का विमोचन ग्रैमी विजेता पद्मभूषण पंडित विश्वमोहन भट्ट द्वारा उनके निज निवास पर किया गया। इस अवसर पर समारोह के आयोजक राष्ट्रपति द्वारा सम्मानित आचार्य सत्यनारायण पाटोदिया, डॉ. राम शर्मा, प्राचार्य, जयपुर संगीत महाविद्यालय भी उपस्थित रहे। आचार्य पाटोदिया ने बताया कि हिंदी दिवस, 14 सितंबर को आयोजित पिछले समारोह में 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के 125 वरिष्ठ संगीत कलाकारों को सम्मानित किया गया था। इस बार इस समारोह से आयु सीमा



हटा दी गई है।

6 दिसंबर, शौर्य दिवस पर होने वाला यह अंतर्राष्ट्रीय सम्मान समारोह सभी आयु वर्ग के सृजनशील संगीत कलाकारों को समर्पित है, ताकि समाज में संगीत के प्रति प्रेम और कलाकारों के प्रति सम्मान की भावना और अधिक बढ़े।

इस सम्मान समारोह के लिए आवेदन पत्र प्रस्तुत करने की अंतिम तिथि 31 अक्टूबर 2026 है।

विप्र गौरव अलंकरण-2026 से सम्मानित हुए प्रहलाद शर्मा

जयपुर (हमारा वतन)

सर्व ब्राह्मण महासभा जयपुर देहात के जिला अध्यक्ष पुरुषोत्तम शर्मा के सानिध्य में सामाजिक क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने पर सरना डूंगर के पूर्व सरपंच प्रहलाद शर्मा का साफा बंधवाकर दुपट्टा, अभिनंदन पत्र एवं भगवान परशुराम की तस्वीर भेंटकर सम्मान किया गया। समारोह में सर्व ब्राह्मण महासभा के अनेक पदाधिकारी, प्रबुद्धजन एवं स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे, जिन्होंने प्रहलाद



शर्मा को इस सम्मान के लिए बधाई एवं शुभकामनाएं दीं।

डॉ. सुनीता कुमावत ने बच्चों को दिया आंखों की सेहत का संदेश



किशनगढ़-रेनवाल (हमारा वतन)

जोबनेर चौराहे के पास रेनवाल बायपास रोड स्थित देवी लाल मेमोरियल आई हॉस्पिटल की ओर से विश्व दृष्टि सप्ताह के उपलक्ष्य में चित्रकला प्रतियोगिता आयोजित की गई। इसका उद्देश्य बच्चों में नेत्र स्वास्थ्य और आंखों की देखभाल के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। प्रतियोगिता में रेनवाल शहर के 10 विद्यालयों के करीब 80 विद्यार्थियों ने भाग लिया और विजेताओं को सम्मानित किया गया। वरिष्ठ नेत्र चिकित्सक डॉ. सुनीता कुमावत ने विद्यार्थियों और अभिभावकों को विश्व दृष्टि सप्ताह के महत्व की जानकारी दी। उन्होंने बच्चों में होने वाली विभिन्न नेत्र समस्याओं और उनकी रोकथाम के बारे में जागरूक करते हुए कहा कि बच्चों की आंखों की कम से कम हर छह महीने में एक बार जांच करवानी चाहिए। प्रतियोगिता में रामनारायण कुमावत, राजेंद्र, सोहनलाल और कमल कुमार जैन ने निर्णायक की भूमिका निभाई। विद्यार्थियों की चित्रकलाओं का अवलोकन कर उत्कृष्ट चित्रों का चयन किया और बच्चों की रचनात्मकता व प्रतिभा की सराहना की। कार्यक्रम के अंत में अस्पताल निदेशक विमल कुमावत ने कहा कि इस तरह की प्रतियोगिताओं से बच्चों में रचनात्मकता के साथ स्वास्थ्य और नेत्र सुरक्षा के प्रति जागरूकता भी बढ़ती है।

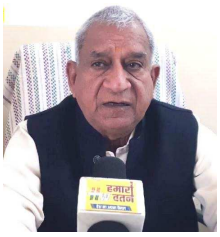
राजस्थान में खादी वस्त्रों पर मिल रही 50 प्रतिशत की बंपर छूट

20 नवंबर से जयपुर में खादी ग्रामोद्योग प्रदर्शनी का होगा आयोजन

जयपुर (हमारा वतन)

राजस्थान में खादी प्रेमियों और आम नागरिकों के लिए एक बड़ी खुशखबरी सामने आई है। गांधी जयंती 2 अक्टूबर के अवसर से राज्य में खादी वस्त्रों एवं उत्पादों पर खरीदारों को 50 प्रतिशत तक की विशेष बंपर छूट का लाभ मिलना शुरू हो गया है। इस योजना का मुख्य उद्देश्य स्वदेशी खादी को बढ़ावा देना और इसे समाज के हर वर्ग के बजट में उपलब्ध कराना है।

राजस्थान खादी संस्था संघ के मंत्री अनिल शर्मा ने जानकारी देते हुए बताया कि यह विशेष छूट 2 अक्टूबर 2026 से 30 जनवरी 2027 तक जारी रहेगी। राजस्थान निर्मित खादी उत्पादों पर 50 प्रतिशत की विशेष छूट और अन्य राज्यों के खादी उत्पादों पर 25 प्रतिशत की छूट ग्राहकों को दी जा रही है । शर्मा ने कहा कि खादी उद्योग को प्रोत्साहित करने और इसे घर-घर तक लोकप्रिय बनाने के लिए पिछले तीन-चार वर्षों से राजस्थान में इस योजना का सफलतापूर्वक संचालन किया जा रहा है। इसी क्रम में आगामी 20 नवम्बर 2026 से



जयपुर स्थित खादी संस्था संघ परिसर में विशाल खादी ग्रामोद्योग प्रदर्शनी का आयोजन किया जाएगा। आगामी शीत ऋतु को ध्यान में रखते हुए प्रदेश के सभी खादी भंडारों पर महिलाओं और पुरुषों के लिए लेटेस्ट डिज़ाइन और प्रीमियम क्वालिटी के परिधानों का नया स्टॉक उपलब्ध कराया गया है। सिल्क कॉटन व सिल्क कुर्ते, पजामा सेट, पैंट-शर्ट फैब्रिक, साड़ियाँ, होजरी जैकेट, पॉली वूलन जैकेट, स्टाइलिश मोदी/ नेहरू जैकेट एवं अन्य गर्म कपड़े,पारंपरिक हाथ की बनी खादी की रजाई, हल्के व भारी कंबल, खूबसूरत शॉल तथा बेडशीट उपलब्ध हैं ।



खादी अपनी बेहतरीन गुणवत्ता, टिकाऊपन, पारंपरिक पहचान और आरामदायक अनुभव के लिए जानी जाती है। संस्था संघ ने सभी नागरिकों से अपील की है कि वे इस छूट का अधिकतम लाभ उठाएं और स्वदेशी को बढ़ावा दें।

प्रोफेसर डॉ. रमेश कुमार रावत बने विराज फाउंडेशन के प्रदेश संरक्षक

जयपुर (हमारा वतन)

सामाजिक सेवा, जनकल्याण एवं समाजहित के कार्यों में सक्रिय विराज फाउंडेशन द्वारा अशोक विहार निवासी प्रोफेसर डॉ. रमेश कुमार रावत को प्रदेश संरक्षक नियुक्त किया गया है। फाउंडेशन के प्रदेशाध्यक्ष भुवनेश तिवाड़ी ने उन्हें नियुक्ति पत्र प्रदान कर नई जिम्मेदारी सौंपी।

इस अवसर पर प्रदेशाध्यक्ष भुवनेश तिवाड़ी ने कहा कि समाज के प्रति समर्पित व्यक्तियों का मार्गदर्शन किसी भी सामाजिक संगठन की कार्यशैली को मजबूती प्रदान करता है। प्रोफेसर डॉ. रावत के अनुभव एवं मार्गदर्शन से फाउंडेशन के सामाजिक एवं



जनकल्याणकारी कार्यों को नई दिशा मिलेगी। नियुक्ति के दौरान फाउंडेशन के प्रदेश महासचिव बनवारी लाल शर्मा, प्रदेश सलाहकार सत्य प्रकाश पारीक तथा चौमूं नगर अध्यक्ष डॉ. सीताराम कुमावत उपस्थित रहे। सभी पदाधिकारियों ने प्रोफेसर डॉ. रमेश कुमार रावत को प्रदेश संरक्षक नियुक्त होने पर बधाई एवं शुभकामनाएं दीं तथा विश्वास व्यक्त किया कि वे संगठन के उद्देश्यों को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे।

चारू मीणा एपीआरओ से बनीं पीआरओ, जयपुर कलेक्ट्रेट में संभाला कार्यभार

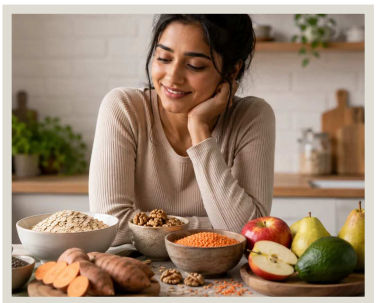
जयपुर (हमारा वतन)

सूचना एवं जनसंपर्क विभाग, राजस्थान द्वारा जारी पदोन्नति आदेश के तहत चारू मीणा को सहायक जनसंपर्क अधिकारी (एपीआरओ) से जनसंपर्क अधिकारी (पीआरओ), के पद पर पदोन्नत किया गया है।

उल्लेखनीय है कि चारू मीणा वर्तमान में सूचना एवं जनसंपर्क कार्यालय, जयपुर में सहायक जनसंपर्क अधिकारी के पद पर कार्यरत थीं। विभागीय आदेश की अनुपालना में उन्होंने उपनिदेशक हेमंत सिंह को जनसंपर्क अधिकारी पद का कार्यग्रहण प्रतिवेदन प्रस्तुत कर जनसंपर्क अधिकारी का पदभार ग्रहण किया । चारू मीणा की पदोन्नति पर सूचना एवं जनसंपर्क कार्यालय, जयपुर के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए उन्हें बधाई एवं शुभकामनाएं दीं इस दौरान मानसिंह मीणा (उपनिदेशक), राजेश भीमवाल,रतन लाल सैनी,जितेन्द्र कसाना, आशिमा सोनी ,हितेश महरिया , अनिल सैनी, दिनेश सैनी, विशाल उपस्थित रहे। सीएनडी उप निदेशक ब्रजेश सामरिया ने चारू मीणा को फोन पर बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं प्रेषित की।



संकेत बताते हैं आहार में ज्यादा फाइबर शामिल करने की है जरूरत



फाइबर से भरपूर आहार न केवल डाइजेशन को बूस्ट करता है बल्कि वेटलॉस में भी महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। जानते हैं वो संकेत हैं, जो इस बात को दर्शाते हैं कि आपके शरीर को है फाइबर की आवश्यकता रोजमर्रा के जीवन में शरीर को कई प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है। अधिकतर लोग दवाओं या फिर कुछ घरेलू नुस्खों की मदद से सर्दी, खांसी, पेट दर्द और मोटापे को कम करने का प्रयास करते हैं। मगर आहार में सामान्य परिवर्तन लाकर शरीर को स्वस्थ और हेल्दी रखने में मदद मिलती है। दरअसल, फाइबर से भरपूर आहार न केवल डाइजेशन को बूस्ट करता है बल्कि वेटलॉस में भी महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। ऐसे में आहार में फाइबर को शामिल करना बेहद फायदेमंद है। जानते हैं वो संकेत हैं, जो इस बात को दर्शाते हैं कि आपके शरीर को है फाइबर की आवश्यकता।

जानें फाइबर शरीर के लिए क्यों है ज़रूरी -इस बारे में डायटीशियन डॉ अदिति शर्मा बताती हैं कि फाइबर रिच फूड्स के सेवन से मेटाबॉलिज्म बूस्ट होता है। इसके अलावा शरीर को सॉल्यूबल और इनसॉल्यूबल फाइबर की प्राप्ति होती है, जिससे डाइजेशन स्लो होता है और शुगर स्पाइक से बचा जा सकता है। फाइबर को डाइट में शामिल करके मोटापे की समस्या से बचा जा सकता है। लगातार ब्लड शुगर में आने वाले उतार चढ़ाव और कब्ज की समस्या शरीर में फाइबर की कमी को दर्शाता है। गट हेल्थ को बूस्ट करने वाले फाइबर की कमी से शरीर को कई परेशानियों का सामना करना पड़ता है।

आहार में कितनी मात्रा में फाइबर को करें शामिल-हार्वर्ड हेल्थ की रिपोर्ट के अनुसार 19 से 50 साल की उम्र के पुरूषों को दिन में 31 से 34 ग्राम और महिलाओं को 25 से 28 ग्राम फाइबर की आवश्यकता होती है। वहीं 50 साल से ज्यादा उम्र के पुरूषों को 28 और महिलाओं को 22 ग्राम फाइबर का सेवन करना चाहिए। **कब्ज की समस्या** -इनसॉल्यूबल फाइबर की मदद से पाचन तंत्र को मज़बूती मिलती है। फाइबर रिच डाइटके सेवन से आहार को आसानी से डाइजेस्टिव ट्रैक तक पहुंचाया जाता है, जिससे कब्ज की शिकायत दूर हो जाती है। इनसॉल्यूबल फाइबर को अपनी मील में शामिल करने के लिए साबुत अनाज, सब्जियां, व्हीट ब्रान और फलियों का सेवन करें।



पसलियों में दर्द के लिए जिम्मेदार भी हो सकती है गलत एक्सरसाइज



अत्यधिक परिश्रम, भारी वजन उठाना या छाती की मांसपेशियों में अचानक संकुचन मांसपेशियों में खिंचाव पैदा कर सकता है। इससे भी आपके पसलियों में दर्द हो सकता है।छाती में दर्द डरावना हो सकता है, आपको यह भी चिंता हो सकती है कि आपको दिल का दौरा पड़ रहा है। लेकिन हो सकता है कि आपको जो दर्द हो रहा है वह वास्तव में आपके किसी अंग से न आ रहा हो। इस तरह के दर्द के कई कारण हो सकते है जो शायद आपकी दैनिक गतिविधि को भी प्रभावित कर सकते है। चाहे मांसपेशियों में खिंचाव, सूजन, फ्रैक्चर या कोई और स्वास्थ्य समस्याओं के कारण दर्द हो, पसलियों में दर्द के लिए जिम्मेदार कारकों को समझना बहुत ज़रूरी है।

पसलियों में दर्द होने के क्या कारण हो सकते हैं -डॉ. सुभाष धीवरे ने इस बारे में ज्यादा जानकारी दी, डॉ. सुभाष कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी अस्पताल, नवी मुंबई में ऑर्थोपेडिक्स है। वो बताते है कि आपकी पसलियों में दर्द कई स्थितियों के कारण हो सकता है, और क्योंकि इसके कारण बहुत अलग-अलग हैं, इसलिए आपके लिए उचित उपचार करवाना बहुत ज़रूरी है।

मांसपेशियों में खिंचाव -अत्यधिक परिश्रम, भारी वजन उठाना या छाती की मांसपेशियों में अचानक संकुचन मांसपेशियों में खिंचाव पैदा कर सकता है। इससे भी आपके पसलियों में दर्द हो सकता है।इसके कारण आपको दर्द होता है और जब आप हिलते हैं या गहरी सांस लेते हैं तो दर्द का अनुभव होता है। इस समस्या से राहत पाने के लिए, आराम करें, बर्फ लगाएं और दर्द निवारक जैसी ओवर-द-काउंटर दवाएं लें।

कोस्टोकॉन्ड्राइटिस -पसलियों को सेटरम से जोड़ने वाली उपास्थि की सूजन के कारण दर्द होता है और अक्सर इसे दिल का दौरा समझ लिया जाता है। लक्षणों को आराम, सूजन-रोधी दवाओं और गर्म चीज से सेकने से नियंत्रित किया जा सकता है। ऐसी हरकतों से दूर रहें जो दर्द को बढ़ाती हैं और इसके ठीक होने का इंतज़ार करें। यातायात दुर्घटनाओं या गिरने से होने वाली चोट पसलियों में फ्रैक्चर का कारण बन सकती है। इसमें ऐसा दर्द होता है जैसे आपको किसी ने छुरा घोंपा हो, और हिलने-डुलने या सांस लेने पर यह और भी बदतर हो जाता है। किसी डॉक्टर से जांच करवाएं। उपचार आमतौर पर दर्द नियंत्रण, आराम और उन गतिविधियों से बचने के साथ किया जाता है जो टूटी हुई पसली, पसली बेल्ट को बढ़ा सकती हैं।

प्लुरिसी-यह आपके फेफड़ों के चारों ओर की परत की सूजन है और जब आप सांस लेते हैं तो यह तेज दर्द का कारण बनता है। समस्या अक्सर संक्रमण के कारण होती है या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के कारण हो सकती है।

एसिड रिफ्लक्स या गॉल ब्लैडर की समस्याएं -इनमें से किसी भी कारण से दर्द हो सकता है जो ऐसा महसूस करा सकता है कि यह दाहिनी पसली के केज के नीचे है। इन लक्षणों को जीवनशैली में बदलाव और आहार समायोजन के साथ-साथ डॉक्टर के द्वारा बताई गई दवाओं से कम किया जा सकता है

फाइब्रोमायल्जिया-यह दीर्घकालिक, मस्कुलोस्केलेटल पेन डिस्ऑर्डर रिब्स कोज में दर्द पैदा कर सकता है। इन लक्षणों का उपचार दवाओं, भौतिक चिकित्सा और तनाव कम करने की तकनीकों के माध्यम से किया जाता है। आराम करें और ट्रिगर करने वाली गतिविधियों से बचें पसलियों को ठीक होने के लिए समय देना रिकवरी के लिए ज़रूरी है। **दर्द की दवाएं**- इबुप्रोफ़ेन या एसिटामिनोफ़ेन जैसी ओवर-द-काउंटर पेन किलर दवाएं दर्द को प्रबंधित करने में मदद कर सकती हैं।

त्वचा का निखार बढ़ाने के लिए इन तरीकों से करें बेसन का इस्तेमाल

आयुर्वेद में, त्वचा के रंग को निखारने के लिए बेसन का बहुत महत्व है। त्वचा को साफ करने के लिए बेसन मृत त्वचा कोशिकाओं को एक्सफोलिएट करके और अशुद्धियों को हटाने का काम करता है। प्राचीन समय में, यह त्वचा की रंगत को एक समान करने और काले धब्बों को कम करने में मदद करता था, जिससे त्वचा चमकदार और ग्लोइंग दिखती थी।बेसन प्राकृतिक तरीके से आपकी स्किन को साफ करता है और ग्लोई बनाता है। इसके सामन कोई भी क्लींजर फिका नजर आने लगता है। आगर आपकी स्किन पर बहुत ज्यादा टैनिंग हो गई है, आपको अपनी स्किन को डीप क्लीजिंग करना है या आपको बाहर से आने के बाद अपने चेहरे से धूल मिट्टी की गंदगी को साफ करना है, स्किन से डार्क स्पोट को हटाना है।

सभी खादी संस्थाओं से निवेदन है कि अपनी गतिविधियों की जानकारी प्रकाशित करवाने के लिए हमें जरूर भेजें !
Email-hamarawatan65@gmail.com, whatsapp-9214996258.
Khadi For Nation
खादी भारत
Khadi India
Khadi For Fashion

जय धोबी जन सेवा एकता मंच सोसाइटी राजस्थान का हुआ गठन



जयपुर (हमारा वतन)। जयपुर शहर के शांति नगर, जोशी मार्ग, कालवाड़ रोड पर समाज सेवा के संकल्प के साथ जय धोबी जन सेवा एकता मंच सोसाइटी राजस्थान का विधिवत गठन किया गया है। समिति के संस्थापक हेमराज सिंह चौहान, अध्यक्ष दीपक कनौजिया एवं राजस्थान महामंत्री रमेश पवार ने संयुक्त रूप से जानकारी देते हुए बताया कि संस्था की स्थापना मुख्य रूप से समाज हित और जनकल्याणकारी कार्यों को गति देने के उद्देश्य से की गई है। संस्था पदाधिकारियों के अनुसार, समिति जरूरतमंदों के लिए समय-समय पर रक्त दान शिविरों का आयोजन। हरियाली बढ़ाने और पर्यावरण संतुलन हेतु व्यापक स्तर पर पौधारोपण। असहाय एवं भूखे लोगों के लिए भोजन की व्यवस्था। निर्धन बच्चों की शिक्षा में सहायता एवं उन्हें निःशुल्क शिक्षण सामग्री का वितरण। समाज एवं क्षेत्र की प्रतिभावान छात्र-छात्राओं व विभूतियों को सम्मानित करने सहित प्रमुख सामाजिक संकल्पों पर कार्य करेगी।सोसाइटी के गठन के साथ ही सभी पदाधिकारियों व सदस्यों ने मिलकर समाज और देश हित में पूरी निष्ठा एवं एकजुटता के साथ कार्य करने का संकल्प लिया।

जॉब्स

1. रेलवे रिक्रूटमेंट बोर्ड, पद एनटीपीसी ग्रेजुएट लेवल, पद संख्या 3548, अंतिम तिथि 6 नवंबर 2026
2. रेलवे रिक्रूटमेंट बोर्ड, पद एनटीपीसी 10 + 2 लेवल, पद संख्या 1689, अंतिम तिथि 13 नवंबर 2026
3. रेलवे रिक्रूटमेंट बोर्ड, पद स्टेशन मास्टर, पद संख्या 1250, अंतिम तिथि 25 नवंबर 2026
4. सुप्रीम कोर्ट ऑफ़ इंडिया, पद जूनियर कोर्ट अटेंडेंट, पद संख्या 130, अंतिम तिथि 25 नवंबर 2026
5. नॉर्थ वेस्टर्न रेलवे, पद अप्रेंटिस, पद संख्या 2008, अंतिम तिथि 22 नवंबर 2026
6. सुप्रीम कोर्ट ऑफ़ इंडिया, पद कोर्ट मास्टर (शॉर्ट हैंड), पद संख्या 20, अंतिम तिथि 15 नवंबर 2026
7. भारत हेवी इलेक्ट्रिकल लिमिटेड भेल, पद विभिन्न ट्रेड्स कारीगर, पद संख्या 660, अंतिम तिथि 18 नवंबर 2026
8. डीएसएसएसबी, पद सफाई कर्मचारी, चौकीदार, पद संख्या 25, अंतिम तिथि 11 नवंबर 2026

उत्साह एवं उल्लास के साथ सम्पन्न हुआ समावेशी गरबा उत्सव- 2026



जयपुर (हमारा वतन) दिव्यांग एवं सामान्य बच्चों के बीच मित्रता, समानता, सम्मान और समावेशिता की भावना को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से कला मंज़र सोसाइटी, जयपुर द्वारा अपने हैंड्स ट्रुगेदर कैपेन के अंतर्गत समग्र सेवा संघ के सहयोग से आयोजित समावेशी गरबा उत्सव-2026 उत्साह एवं उल्लास के साथ सम्पन्न हुआ। गुरुवार, 22 अक्टूबर को समग्र सेवा संघ, शारदा भवन, दुर्गापुरा, जयपुर में आयोजित इस कार्यक्रम में विभिन्न विशेष विद्यालयों, संस्थानों एवं सामान्य विद्यालयों के बच्चों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की।इस उत्सव की सबसे महत्वपूर्ण विशेषता यह रही कि दिव्यांग एवं सामान्य बच्चों को एक साथ गरबा करने, एक-दूसरे से जुड़ने और मित्रता का अनुभव करने का अवसर मिला। कार्यक्रम का उद्देश्य केवल समावेशिता की बात करना नहीं, बल्कि उसे व्यवहार में उतारकर उत्सव के रूप में मनाना था। बच्चों की सामूहिक सहभागिता ने यह संदेश दिया कि प्रेम, सम्मान, सहयोग और अपनत्व के माध्यम से विविधताओं को स्वीकार करते हुए सभी एक साथ आनंदपूर्वक आगे बढ़ सकते हैं।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में एडवोकेट प्रेम किशन शर्मा, पूर्व अध्यक्ष, पीयूसीएल राजस्थान उपस्थित रहे। विशिष्ट अतिथि के रूप में युवा शिक्षाविद् नरेंद्र सिंह रावत, निदेशक, रावत एजुकेशनल ग्रुप तथा विशेष अतिथि के रूप में आशी श्रीवास्तव, प्राचार्या, सुबोध पब्लिक स्कूल, एयरपोर्ट, सांगानेर, जयपुर ने अपनी उपस्थिति से आयोजन की गरिमा बढ़ाई।

कार्यक्रम को रेनू भाटिया, संस्थापक, नन्हे कदम सोसाइटी का सहयोग प्राप्त हुआ। आयोजन के प्रायोजकों में मनीष मिश्रा, संस्थापक, शुभचिंतक सहयोगी फाउंडेशन, जयपुर; मधु सोनी, संस्थापक, सृष्टि द वुमन क्लब; तथा शिवाली गुप्ता, निदेशक, सेंटवेव ऑर्गेनाइजेशन शामिल रहे।कला मंज़र सोसाइटी एवं हैंड्स ट्रुगेदर कैपेन की संस्थापक मीनाक्षी माथुर ने आयोजन का समन्वय किया। कार्यक्रम का संचालन हैप्पीनेस कोच एवं लेखिका शिवानी जयपुर ने किया। समग्र सेवा संघ, राजस्थान के



अध्यक्ष सवाई सिंह कार्यक्रम के मेजबान रहे। उत्सव के दौरान श्रेष्ठ पारंपरिक वेशभूषा के लिए प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय पुरस्कार प्रदान किए गए।

इसके अतिरिक्त मिस्टर गरबा एवं मिस गरबा के पुरस्कार भी दिए गए। निर्णायक मंडल में वरिष्ठ नृत्य गुरु मीरा सक्सेना, चित्रकार एवं नृत्यांगना प्रतिमा पटनायक तथा सामाजिक कार्यकर्ता शिवाली गुप्ता शामिल रहीं। इस आयोजन में कुल 12 विद्यालयों एवं संस्थानों ने सहभागिता की। इनमें निर्मल विवेक स्पेशल स्कूल, प्रयास वोकेशनल इंस्टीट्यूट, करुणा स्पर्श फाउंडेशन, उत्कर्ष स्पेशल स्कूल, दिशा स्कूल, राजकीय सेठ आनंदीलाल पोद्दार बधिर माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक विद्यालय, नन्हे कदम सोसाइटी, सुबोध पब्लिक स्कूल (एयरपोर्ट, सांगानेर), डॉल्फिन्स हाई स्कूल (प्रताप नगर), रावत पब्लिक स्कूल (प्रताप नगर, सांगानेर), इंडिया इंटरनेशनल स्कूल (मानसरोवर) तथा उड़ान पैरा स्पोर्ट्स एकेडमी प्रमुख रहे। हैंड्स ट्रुगेदर कैपेन के मूल संदेश दोस्ती दो, दया नहीं और सम्मान दो, सहानुभूति नहीं ने पूरे आयोजन की भावना को अभिव्यक्त किया। इस पहल के माध्यम से यह संदेश दिया गया कि दिव्यांग बच्चों को दया या सहानुभूति की दृष्टि से देखने के बजाय उन्हें समान अवसर, सम्मान, मित्रता और समाज में सक्रिय सहभागिता प्रदान करना आवश्यक है। कला मंज़र सोसाइटी एवं समग्र सेवा संघ का यह संयुक्त प्रयास समावेशी समाज के निर्माण की दिशा में एक सार्थक पहल रहा। उत्सव ने बच्चों को उनकी क्षमताओं एवं व्यक्तिगत विविधताओं के साथ स्वीकार करने, आपसी मित्रता को बढ़ावा देने तथा सभी को समान अवसर और मंच उपलब्ध कराने का प्रेरक संदेश दिया।

संस्कार टेलीफिल्म्स पर जल्द रिलीज़ होगी शॉर्ट फिल्म पिता

जयपुर (हमारा वतन)। कला, सामाजिक और सांस्कृतिक संस्था संस्कार सृजन संस्था के बैनर तले निर्मित शॉर्ट फिल्म पिता का पोस्ट प्रोडक्शन कम्पलीट हो चुका है । यह शॉर्ट फिल्म जल्द ही संस्कार टेलीफिल्म्स यूट्यूब चैनल पर रिलीज होगी । फिल्म की शूटिंग जयपुर की विभिन्न लोकेशंस पर की गई है ।

फिल्म के डायरेक्टर राम गोपाल सैनी ने बताया कि फिल्म में एक पिता के उस अनछुए पहलू को बारीकी से दिखाया गया है, जो बाहर से कठोर और सख्त नजर आते हैं, लेकिन अंदर से उतने ही कोमल और अपने बच्चों के लिए बेहद स्नेही होते हैं। इसके साथ ही फिल्म का दूसरा अहम पहलू यह भी उजागर करता है कि जिनके सिर से पिता का साया उठ जाता है, वे ही वास्तव में पिता के निःस्वार्थ प्यार और उनकी अहमियत को सबसे गहराई से समझ पाते हैं। पारिवारिक ताने-बाने पर बनी यह फिल्म दर्शकों को जरूर पसंद आएगी ।

इस शॉर्ट फिल्म में राजस्थानी फिल्मों के महानायक उग्रसेन तंवर, जया पांडे, अभिनव शर्मा और मुकेश पीपलीवाल मुख्य भूमिका निभा रहे हैं । एडिटिंग रजनीश सैनी की है । जयांजलि प्रोडक्शन का शूटिंग में विशेष सहयोग रहा है । हाल ही में पत्रकार और



फिल्ममेकर राम गोपाल सैनी द्वारा निर्देशित शॉर्ट फिल्म गलती किसकी का इंटरनेशनल टैगोर फिल्म अवार्ड 2026 के लिए ऑफिशियल सिलेक्शन हुआ है । जानकारी के लिए आपको बता दें कि इससे पहले भी संस्कार सृजन संस्था द्वारा निर्मित अनमोल जीवन, अपमान, सच्ची आज़ादी, राखी, दूरियाँ और गलती किसकी जैसी शॉर्ट फिल्म संस्कार टेलीफिल्म्स यूट्यूब चैनल पर रिलीज हो चुकी हैं, जिसे दर्शकों का जबरदस्त प्यार मिल रहा है। चैनल आगे भी सामाजिक सन्देश देने वाली शॉर्ट फिल्मों का निर्माण कर नए कलाकारों को मौका देता रहेगा।

ग्राम पंचायत मोरीजा से सीता देवी शर्मा 394 वोटों से विजयी, बनीं सरपंच

चौमूं (हमारा वतन) ग्राम पंचायत मोरीजा में हुए सरपंच पद के चुनावों के आए परिणामों में सीता देवी शर्मा ने शानदार जीत दर्ज की है। उन्होंने अपने निकटतम प्रतिद्वंद्वी को 394 मतों के अंतर से पराजित कर सरपंच पद पर कब्जा जमाया है।

चुनाव परिणामों की घोषणा के बाद से ही उनके समर्थकों और ग्रामवासियों में भारी उत्साह का माहौल है। जीत की सूचना मिलते ही समर्थकों ने ढोल-ताशों के साथ जश्न मनाया, एक-दूसरे को गुलाल लगाया और मिठाई बांटकर अपनी खुशी का इजहार किया। जीत के उपरांत मीडिया से बातचीत करते हुए नवनिर्वाचित सरपंच सीता देवी शर्मा ने ग्राम पंचायत मोरीजा के समस्त मतदाताओं का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि यह जीत मोरीजा के हर एक नागरिक की जीत है।



शर्मा ने अपनी प्राथमिकताएं साझा करते हुए कहा कि वे पंचायत क्षेत्र में विकास कार्यों को गति देंगी और बिना किसी भेदभाव के सबका साथ, सबका विकास के तर्ज पर कार्य करेंगी।

नवनिर्वाचित सरपंच ने पेयजल समस्या के समाधान के लिए क्षेत्र में सुचारू जल आपूर्ति सुनिश्चित करना। गांवों की गलियों और मुख्य मार्गों को पक्का करना तथा उचित प्रकाश व्यवस्था (स्ट्रीट लाइट) लगवाना। स्थानीय विद्यालयों और स्वास्थ्य सेवाओं की स्थिति में सुधार करना। सरकारी योजनाओं का लाभ हर पात्र परिवार तक पारदर्शिता के साथ पहुंचाना प्राथमिकता में बताया ।

इस अवसर पर क्षेत्र के गणमान्य नागरिकों, युवाओं और बुजुर्गों ने नवनिर्वाचित सरपंच को फूल-मालाएं पहनाकर और साफा बंधाकर बधाई दी तथा उनके उज्ज्वल कार्यकाल की कामना की।

हमारा वतन
खबरों, विज्ञापन एवं सदस्यता के लिए सम्पर्क करें ।
Email- hamarawatan65@gmail.com 9214996258 7014468512

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 :-

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

सम्पादकीय.....

चुनौतियों के बावजूद बढ़ती हिंदी

बांग्ला संस्कृति का मूल स्वर सहिष्णुता, उदारता और समन्वय का रहा है। उन्नीसवीं सदी में बंगाल की धरती ने नवजागरण का स्वागत किया, जिसके मूल में ईश्वरचंद्र विद्यासागर और स्वामी विवेकानंद के विचार रहे। इस समन्वय की संस्कृति का ही असर


राम गोपाल सैनी

रहा कि बंगाल की ही धरती से ना सिर्फ हिंदी पत्रकारिता का उद्भव हुआ, बल्कि उसकी जड़ें मजबूत भी हुईं। लेकिन वही बंगाल बदल गया है। बांग्ला संस्कृति समन्वय के सूत्रों को कहीं पीछे छोड़ती नजर आने लगी है। अगर ऐसा नहीं होता तो कोलकाता नगर निगम के उस पोस्टर पर विवाद नहीं होता, जिसमें बांग्ला और हिंदी भाषा के शब्दों का अनूठा और कलात्मक संगम था। बांग्ला संस्कृति के प्रतीक पर्व दुर्गा पूजा के दौर में भाषायी सौंदर्य और कला के अनूठे मेल पर राजनीति ने जब सवाल उठाया तो कोलकाता नगर निगम ने अपना पोस्टर ही वापस ले लिया। शायद निगम ने सोचा होगा कि उत्साह और उल्लास का स्वाद राजनीतिक कंकड़ से खराब ना हो।जिस पोस्टर पर विवाद हुआ, उसके बारे में जानना जरूरी है। यह भी जानना जरूरी है कि आखिर उसमें क्या रहा, जिससे पश्चिम बंगाल का विपक्षी दल तृणमूल कांग्रेस परेशान हो गया। दरअसल दुर्गा पूजा के दौरान दस से 21 अक्टूबर तक कोलकाता नगर निगम ने देश की पूर्व राजधानी वाले शहर में चलाए जा रहे सफाई अभियान के लिए एक विशेष पोस्टर जारी किया था।

पिंकसिटी प्रेस क्लब का 35 वां स्थापना दिवस समारोह संपन्न

जयपुर (हमारा वतन)

पिंकसिटी प्रेस क्लब के 35वें स्थापना दिवस के दूसरे दिन गुरूवार को फोटो प्रदर्शनी उद्घाटन एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सांस्कृतिक समारोह के अतिथि सिविल लाइन विधायक एवं पत्रकार गोपाल शर्मा, आदर्श नगर विधायक रफीक खान ने प्रेस क्लब पहुंचकर पत्रकारों का उत्साहवर्धन किया। फोटो प्रदर्शनी का उद्घाटन विधायक रफीक खान ने किया। विधायक गोपाल शर्मा ने फोटो प्रदर्शनी का अवलोकन किया। अध्यक्ष मुकेश मीणा, महासचिव राजकुमार शर्मा सांस्कृतिक कार्यक्रम संयोजक निखलेश शर्मा, उपाध्यक्ष डॉ. मोनिका शर्मा एवं पुष्पेन्द्र सिंह राजावत, कोषाध्यक्ष नमोनारायण अवस्थी,



कार्यकारिणी सदस्य अनिता शर्मा, मतीष पारीक, छान लाल शर्मा, विकास आर्य, ज्ञानेन्द्र मिश्रा, संतोष कुमार शर्मा, मुकेश शर्मा, उमंग माथुर एवं धूली लाल मीणा ने अतिथियों को पुष्पगुच्छ एवं स्मृति चिन्ह देकर स्वागत किया। इस अवसर पर वरिष्ठ एवं युवा पत्रकार उपस्थित थे।

सांस्कृतिक कार्यक्रम का शुभारम्भ नृत्य गुरू डॉ. राजेन्द्र राव के निर्देशन में गणेश वंदना के साथ किया। सबरंग संस्था के लोक कलाकारों ने रंगारंग प्रस्तुतियां दी।

उग्रसेन तंवर और भावना शर्मा ने हास्य एकांकी नखराली लुगाई कर के दर्शकों को हंसाया । साथ ही मत पिओ म्हारा छैल तम्बाकुडी पर नृत्य कर मनोरंजन किया । इस दौरान प्रकाश शर्मा,तारा,भावना शर्मा ,स्निधा शर्मा ,भूमिका अग्रवाल , भूमिका कुमावत, वंशिका अग्रवाल, तारा चौहान ने प्रस्तुतियां दी ।

योगाचार्य डॉ. शंकरलाल सैनी सीखा रहे योग की विभिन्न विधाएँ

चूरू (हमारा वतन) । वर्धमान महावीर ओपन यूनिवर्सिटी कोटा के क्षेत्रीय कार्यालय बीकानेर के द्वारा वीएमओयू के अध्ययन केंद्र चूरू के राजकीय लोहिया कॉलेज में योग विज्ञान में डिप्लोमा कर रहे विद्यार्थियों के लिए पांच दिवसीय प्रायोगिक संपर्क शिविर आयोजित किया जा रहा है।



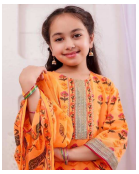
शिविर में विद्यार्थी योगाचार्य डॉ. शंकरलाल सैनी के सानिध्य में योग की विभिन्न विधाओं, यौगिक क्रियाओं, आसनों और प्राणायाम का व्यवहारिक प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे हैं। अध्ययन केंद्र के समन्वयक डॉ. उम्मेद गोठवाल योग शिविर का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा ले रहे हैं।

योग विशेषज्ञ योगाचार्य डॉ. शंकरलाल सैनी ने कहा कि छात्र जीवन के लिए योग और भी अधिक महत्वपूर्ण है क्योंकि शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य को सही रखने पर ही शिक्षा पर ध्यान केंद्रित किया जा सकता है योग से मन नियंत्रित होता है और एकाग्रता आती है जिससे विद्यार्थियों का पढ़ाई में मन लगता है।

योग विशेषज्ञ योगाचार्य डॉ. शंकरलाल सैनी ने शिविर में विद्यार्थियों को सर्वप्रथम शरीर को योगाभ्यास के लिए तैयार करने हेतु योग जॉगिंग, हाथों की कलाइयों एवं घुटनों की सूक्ष्म क्रियाएं, स्थूल व्यायाम तथा सूक्ष्म व्यायाम का अभ्यास कराया इसके बाद ग्रीवा चालन, स्कंद चालन, कटी चालन और जानू चालन जैसी क्रियाओं का प्रशिक्षण दिया।

शनाया शर्मा बनीं बेटी फाउंडेशन क्लब राजस्थान की ब्रांड एम्बेसडर

जयपुर (हमारा वतन)



कहते हैं कि समाज में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए उम्र नहीं, बल्कि मजबूत इरादों और अच्छे संस्कारों की आवश्यकता होती है। राजस्थान की 10 वर्षीय शनाया शर्मा इस बात का प्रेरणादायक उदाहरण हैं। छोटी-सी उम्र में उन्होंने बालिका शिक्षा, बेटियों के सम्मान और महिला सशक्तिकरण के संदेश को अपने जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाया है। पिछले छह वर्षों से वह बेटी फाउंडेशन क्लब राजस्थान की ब्रांड एम्बेसडर के रूप में सामाजिक जागरूकता के कार्यों से जुड़ी हुई हैं।

बेटी फाउंडेशन क्लब के संस्थापक राज शर्मा एवं राहुल शर्मा ने बताया कि शनाया शर्मा ने महज चार वर्ष की उम्र से 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' अभियान के प्रचार-प्रसार में भाग लेना शुरू किया था। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के विचारों और बेटियों को समान अवसर देने की प्रेरणा से प्रभावित शनाया लगातार बालिका शिक्षा, बेटियों के सम्मान और महिला सशक्तिकरण के संदेश को आगे बढ़ाने का प्रयास कर रही हैं।

शनाया शर्मा का सामाजिक सफर उनकी कम उम्र के बावजूद उल्लेखनीय है। बेटी फाउंडेशन क्लब राजस्थान की ब्रांड एम्बेसडर के रूप में वह बेटियों की शिक्षा, आत्मविश्वास और आत्मनिर्भरता के महत्व को रेखांकित करती हैं। उनका सफर इस बात का संदेश देता है कि बच्चों को सही मार्गदर्शन और सकारात्मक वातावरण मिले, तो वे छोटी उम्र में भी समाज के लिए प्रेरणा बन सकते हैं। शनाया ने महज चार वर्ष की उम्र में जूनियर मिस जयपुर का खिताब हासिल कर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। इसके बाद उन्होंने अभिनय, मॉडलिंग, फैशन शो और विज्ञापन जगत में कदम रखा। अपनी प्रतिभा और मेहनत के दम पर वह मनोरंजन जगत में लगातार नए अवसर प्राप्त कर रही हैं। शनाया शर्मा फिल्म 'मुंबई 2 आगरा' में बॉलीवुड अभिनेता अली खान के साथ काम कर चुकी हैं।

Mohan Lal Jitarwal
Jaisingh Jitarwal
मोनिका प्रिन्टर्स
WE DESIGN , PRINT & PROMOTE...YOU !
थाना मोड़, चौमूँ
फ्लैक्स / 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 मोका अवश्य दें
Contact Us: 9785850646, 8946910073, 7610022192
monikaprinters68@gmail.com

जयपुर अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव-JIFF 2027 की पहली सूची जारी

जयपुर (हमारा वतन)। विश्व सिनेमा, नई तकनीक, रचनात्मक प्रयोगों और अंतरराष्ट्रीय फिल्म सहयोग को समर्पित 19वें जयपुर अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (JIFF 2027) की पहली सूची जारी कर दी गई है। महोत्सव का आयोजन 8 से 12 जनवरी 2027 तक जयपुर, राजस्थान में किया जाएगा। महोत्सव की पहली सूची में 39 देशों की 248 नामांकित फिल्में शामिल हैं। ये फिल्में विभिन्न प्रतियोगिता श्रेणियों में पुरस्कारों के लिए प्रतिस्पर्धा करेंगी। इस वर्ष महोत्सव को विशेष रूप से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) से निर्मित फिल्मों की बड़ी भागीदारी के कारण महत्वपूर्ण माना जा रहा है। आयोजकों के अनुसार, इस वर्ष जयपुर में AI तकनीक के माध्यम से बनाई गई फिल्मों की उल्लेखनीय संख्या दर्शकों को देखने का अवसर मिलेगा। JIFF 2027 के लिए दुनिया के 80 देशों से कुल 1,805 फिल्मों के आवेदन प्राप्त हुए। पहली सूची में भारत की 119 और विदेशों की 129 फिल्में शामिल हैं। सूची में 14 छात्र फिल्में भी दर्ज हैं। फिल्में विभिन्न भाषाओं, देशों और सिनेमाई शैलियों का प्रतिनिधित्व करती हैं। फीचर फिल्म श्रेणी में भारत की %हिसाब% (हिंदी), %जॉकी% (तमिल), %बिली चुक्रा हल्ली हक्का% (कन्नड़), %फोर ऑफ अ काइंड% (अंग्रेज़ी) और ईरान की %लिडोकेन% (फारसी), %काउंट टू 10% (अंग्रेज़ी एवं फारसी) तथा स्पेन और वेनेज़ुएला की %होम स्टोरीज़% (इतालवी एवं स्पेनिश) प्रमुख चयनित फिल्मों में शामिल हैं। ये फिल्में विभिन्न भाषाओं और सांस्कृतिक पृष्ठभूमियों के माध्यम से अंतरराष्ट्रीय सिनेमा की विविधता को सामने लाती हैं। JIFF के संस्थापक निदेशक हनु रोज ने कहा, 'जयपुर अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव का उद्देश्य हमेशा से फिल्मकारों को प्राथमिकता देना, नई प्रतिभाओं को मंच उपलब्ध कराना और दुनिया भर के सिनेमा को एक साथ लाना रहा है। इस वर्ष AI फिल्मों पर विशेष ध्यान देना इसी सोच का हिस्सा है। सिनेमा तेज़ी से बदल रहा है और नई तकनीक फिल्मकारों को अपनी कल्पनाओं को नए रूप में प्रस्तुत करने के अवसर दे रही है। हमारा प्रयास है कि स्थापित फिल्मकारों के साथ-साथ स्वतंत्र, युवा, छात्र और तकनीक के माध्यम से नए प्रयोग करने वाले फिल्मकारों को भी अंतरराष्ट्रीय मंच मिले।'

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
उप सम्पादक: सुरेन्द्र कुमार सैनी
E mail-hamarawatan65@gmail.com
प्रबंध सम्पादक : वली मोहम्मद कुरैशी, मो. 9929610759
सभी प्रकार के वाद-विवादों का न्याय क्षेत्र चौमूं शहर होगा।