





# अग्रवाल कॉलेज, बल्लबगढ़ में गैर-शिक्षक कर्मचारियों के लिए पांच दिवसीय एफडीपी का आयोजन



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**बल्लबगढ़।** अग्रवाल कॉलेज, बल्लबगढ़ में 27-05-2024 से 31-05-2024 तक कंप्यूटर विज्ञान विभाग द्वारा गैर शिक्षक कर्मचारियों के लिए इं-लर्निंग से इ-ट्रेनिंग पर पांच दिवसीय एफडीपी का आयोजन किया गया है। यह कार्यशाला अग्रवाल विद्या प्रचारणी सभा और अग्रवाल कॉलेज बल्लबगढ़ के अध्यक्ष श्री देवेन्द्र गुप्ता और अग्रवाल कॉलेज बल्लबगढ़ के महासचिव एडवोकेट श्री दिनेश गुप्ता एवं कार्यवाहक प्राचार्य डॉ. संजीव कुमार गुप्ता के कुशल मार्गदर्शन में आयोजित की गई। कार्यशाला का आयोजन कार्यशाला के संयोजक डॉ. सचिन गर्ग, विभागाध्यक्ष, कंप्यूटर विज्ञान विभाग द्वारा किया गया तथा संचालन डॉ. विनीत नागपाल द्वारा किया गया है। इस कार्यशाला का उद्देश्य सभी गैर शिक्षक कर्मचारियों के डिजिटल

# सभी रेगुलर और नॉन रेगुलर कर्मचारियों का डाटा पोर्टल होगा अपलोड : सीटीएम अतिल कुमार

एचआरएमएस पोर्टल को लेकर की गई समीक्षा बैठक



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** सीटीएम अतिल कुमार ने बताया कि हरियाणा एनआईसी द्वारा बनाए गए एचआरएमएस पोर्टल को अपग्रेड कर उसमें नए मोड्यूल डिजाइन किए गए हैं। जिसके अंदर नए सिरे से सभी रेगुलर और नॉन रेगुलर कर्मचारियों का डाटा अपलोड किया जायेगा। हरियाणा सरकार ह्यूमन रिसोर्स मैनेजमेंट द्वारा आज एचआरएमएस पोर्टल के अपडेशन

फिल्ट्रेशन के साथ काम करना, इत्यादि। हैंड्स-ऑन-ट्रेनिंग के बाद, एक इंटरैक्टिव प्रश्नोत्तर सत्र हुआ जहां प्रतिभागियों ने अपने सवाल पूछे और अपने अनुभव साझा करें। सभी प्रतिभागियों ने इस कार्यशाला में जोर शोर से भाग लिया।

# मनुष्य के स्वास्थ्य पर ही उसका जीवन निर्भर करता है : शिवचरण गोयल



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** मनुष्य के स्वास्थ्य पर ही उसका जीवन निर्भर करता है। मनुष्य का स्वास्थ्य जितना सही होगा उसका जीवन उतना ही लंबा होगा। यह बात विश्व हिन्दू परिषद के पूर्व पदाधिकारी शिवचरण गोयल ने शतःआयु होम्योपैथिक क्लीनिक एण्ड फार्मसी की सेक्टर-37 हुड्डा मार्किट में खोली गई तीसरी शाखा का फीता काटने के उपरांत मौजूद लोगों से बातें कर शतःआयु होम्योपैथिक क्लीनिक के संस्थापक डॉ. ललित अग्रवाल, डॉ. मुकेश गर्ग, मानव, शतःआयु अग्रवाल व दिव्या अग्रवाल मुख्य रूप से उपस्थित थे। इस अवसर पर शिवचरण गोयल ने बताया कि जो व्यक्ति अपने शरीर के प्रति जागरूक नहीं होता उसे बिमारियों का सामना करना पड़ता है। जब तक हमारा शरीर हट्ट पुष्ट नहीं रहेगा तब तक हमारा कोई भी काम करने का मन नहीं करेगा। डॉ. ललित अग्रवाल ने बताया कि सेक्टर-16, सेक्टर-7 के बाद यह हमारी तीसरी शाखा है। दरअसल सेक्टर-37 में शाखा को खोलने का उद्देश्य यह था कि हमारे बहुत से मरीज जो दिल्ली से आते थे उन्होंने हमसे अनुरोध किया था कि दिल्ली के नजदीक ही शाखा को खोला जाए इसलिए हमने सेक्टर-37 को चुना। लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधा देना हमारा मकसद है ताकि वे निरोगी जीवन जी सकें। डॉ. शतःआयु अग्रवाल और दिव्या अग्रवाल ने बताया कि आज हमें बहुत खुशी हो रही है कि हम लोगों की उम्मीदों पर खरा उतर रहे हैं और उनकी किसी भी स्वास्थ्य से संबंधित समस्या का निदान करने में कामयाब हो रहे हैं। इस मौके पर डॉ. संजीव शर्मा, डॉ. सिमरन, डॉ. ए.के. अग्रवाल, डॉ. दिलीप, डॉ. सौम्या, भारत विकास परिषद से राजकुमार अग्रवाल, अशोक गोयल, दिनेश अग्रवाल, अरूण बजाज, अमर बंसल, अनिल गुप्ता, संजय जिन्दल, जोगेन्द्र कुमार व विभिन्न आरडब्ल्यू के पदाधिकारी मौजूद थे।

# बिना काम घर से बाहर न निकलें, नियमित कार्यों को सुबह व शाम के समय करें : डीसी विक्रम सिंह



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** डीसी विक्रम सिंह ने जिलावासियों से अपील करते हुए कहा कि आम जन बिना काम से बाहर न निकलें, नियमित कार्यों को सुबह व शाम के समय में करें। मौसम विभाग द्वारा गर्मी के मौसम के मद्देनजर अलर्ट जारी किया गया है। डीसी विक्रम सिंह ने कहा कि मौसम विभाग द्वारा क्षेत्र में गर्मी के मौसम को लेकर अलर्ट जारी किया है। मौसम विभाग से मिली जानकारी के अनुसार अगले दो दिनों तक जिला में शुष्क मौसम रहने व लू चलने की संभावना जताई गई है। जिला में तापमान 45.1 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया है व आने वाले दो से तीन दिनों तक शुष्क मौसम व लू चलने का अलर्ट जारी किया गया है।

# शराब की तस्करी करने वाले आरोपी को अपराध शाखा सेक्टर-48 की टीम ने किया गिरफ्तार



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** पुलिस उपायुक्त अपराध हेमन्द कुमार मीणा के द्वारा शहर में अपराध पर अंकुश लगाने के लिए दिए गए दिशा निर्देशानुसार कार्रवाई करते हुए अपराध शाखा सेक्टर-48 प्रभारी हिमांशु की टीम ने शराब तस्करी करने वाले आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि गिरफ्तार आरोपी इकबाल (52) तुकलकाबाद दिल्ली का रहने वाला है। आरोपी को अपराध शाखा टीम ने अपने गुप्त सूत्रों से प्राप्त किए गए हैं। आरोपी के खिलाफ थाना कोतवाली में अवैध शराब तस्करी की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर गिरफ्तार किया गया है। आरोपी से पूछताछ में सामने आया कि आरोपी देशी शराब को ठेको से खरीद कर फुटकर में मुनाफे के लिए बेचता है। आरोपी पैसे कमाने के लालच में शराब बेचने का काम करता है। आरोपी मजदूरी का काम करता है। आरोपी को पूछताछ के बाद अदालत में पेश कर जेल भेजा गया।

# लडाई-झगडे में फरार 2 आरोपियो को पुलिस चौकी आईएमटी की टीम ने किया गिरफ्तार

आरोपियो से स्कॉर्पियो गाडी व डंडा व लोहा सरिया बरामद



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** पुलिस उपायुक्त बल्लबगढ़ अनिल कुमार के द्वारा दिए गए दिशा निर्देशानुसार कार्रवाई करते हुए थाना सदर बल्लबगढ़ प्रभारी इस्पेक्टर उमेश कुमार की टीम पुलिस चौकी आईएमटी ने लडाई-झगडे के मुकदमें में फरार चल रहे आरोपियो को गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि गिरफ्तार आरोपियो में मिट्टू(30) और धर्मन्द्(35) का नाम शामिल है। दोनों आरोपी फेतहपुर बिल्लौच के रहने वाला है। आरोपियो के खिलाफ, आरोपियो के एक भाई के साथ हुए झगडे के कारण संबंधित

# 21 मई को सेक्टर-11 एरिया से अपहरण व लूट के मुकदमें में अपराध शाखा उंचा गांव की टीम ने 4 आरोपियो को किया गिरफ्तार

आरोपियो से गाडी, देसी पिस्टल व 6 जिंदा रौंद बरामद



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** बता दे की 21 मई की देर रात को अशोक कुमार वासी मुकेश कॉलोनी को उनकी कार स्कॉर्पियो में बंधक बना लिया। आरोपियो ने स्कूटी से स्कॉर्पियो गाडी में टक्कर मारी और पॉडित को उनकी गाडी में देसी पिस्टल दिखाकर अपहरण कर ग्रेटर नोएडा ले गए। नोएडा में उनकी कार डिवाइडर से टकरा गई जिसके बाद आरोपी गाडी छोड़कर भाग गए। स्थानिय पुलिस ने कार से व्यक्ति को अस्पताल पहुंचाया। जिसकी सूचना थाना पुलिस को प्राप्त हुई उच्च अधिकारियों को मामले के संबंध में अवगत कराया गया। पुलिस उपायुक्त अपराध हेमन्द् कुमार मीणा व पुलिस उपायुक्त बल्लबगढ़ अनिल कुमार के द्वारा तुरंत मुकदमा दर्ज कर आरोपियो को गिरफ्तारी के आदेश दिए जिनपर कार्रवाई करते हुए अपराध शाखा व थाना पुलिस आरोपियो को तलाश की जा रहा था। पुलिस वार्ता के दौरान सहायक पुलिस आयुक्त अपराध अननय यादव ने मामले में अधिक जानकारी देते हुए बताया कि अपराध शाखा उंचा गांव प्रभारी इस्पेक्टर पंकज की टीम के द्वारा गिरफ्तार किए गए आरोपियो में चरण सिंह, विक्की उर्फ विवेक, अनिल और भारत नाम उर्फ भालू नाम शामिल हैं। आरोपी चरण सिंह(39) वासी अंधपपुर गुरुग्राम हाल डब्ल्यू कॉलोनी एनआईटी-11, आरोपी विक्की उर्फ विवेक(20)

# 2 आरोपियो को थाना भूपानी की टीम ने किया गिरफ्तार, आरोपी पुलिस रिमांड पर



**समाचार गेट ब्यूरो**  
**फरीदाबाद।** पुलिस उपायुक्त सेन्ट्रल जसलीन कौर के द्वारा अपराध में शामिल आरोपियो की धर-पकड़ के लिए दिए गए दिशा-निर्देशानुसार कार्रवाई करते हुए थाना भूपानी प्रभारी मुनीष कुमार की टीम ने पुलिस टीम पर हमला कर यमुना रेती से भरे हुए ट्रैक्टर-ट्रॉली को छोड़ा कर ले जाने वाले दो आरोपियो को पुलिस टीम ने गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता ने मुकदमें में अधिक जानकारी देते हुए बताया कि गिरफ्तार आरोपियो में संजय खान और अजीत का नाम शामिल है। आरोपी संजय खान गांव राजपुर फुलेरा तथा आरोपी अजीत गांव जसाना का रहने वाला है। पुलिस टीम स्ट्रु राजकुमार, 18 बहादुर सिंह, छद्म संजोत, अमप जीत व एसपीओ संदीप ने रेट कर आरोपी संजय खान को गांव राजपुर फुलेरा तथा आरोपी अजीत को गांव जसाना से काबू किया है। आरोपियो को पूछताछ के बाद गिरफ्तार किया है। ईआरवी पुलिस टीम रात्रि के समय गस्त पर ही गस्त के दौरान पुलिस टीम को गांव तिलारी में झगडे की कंट्रोल रूम से सूचना मिली। जिसपर पुलिस टीम पहुंची और वापस आते समय गांव राजपुर फुलेरा के टेके के पास यमुना रेती से भरा हुआ ट्रैक्टर-ट्रॉली जाते हुए देखा, ट्रैक्टर चालक से माइनिंग व ट्रैक्टर के कागजात मांगे तो ट्रैक्टर चालक कोई कागजात पेश नहीं कर पाया। पुलिस टीम ने ट्रैक्टर ट्रॉली को काबू किया। रेती माफिया के द्वारा मोटरसाइकिल पर आने वाले दो-तीन वाईक कर ले गए। इसमें तीन पुलिसकर्मी घायल हो गए, जिन्हें निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया। जिसमें आरोपियो के खिलाफ कार्रवाई करते हुए 2 आरोपियो को गिरफ्तार कर पुलिस रिमांड पर लिया गया है। मुकदमें में अन्य आरोपियो की तलाश जारी है। जल्द गिरफ्तार किया जाएगा।

**NALANDA BAL SR. SEC. SCHOOL**  
PERMANENT RECOGNISED UPTO 10+2 COMMERCE & SCIENCE  
Adarsh Nagar, Malerna Road, Ballabgarh

**SPECIAL CONCESSION FOR MERIT STUDENTS**

**ADMISSION OPEN 2024-25**

**SPECIAL FEATURE**  
- Science Lab  
- CCTV Surveillance  
- R.O. Chilled Water  
- Eco Friendly Environment  
- Qualified & Convent Educated Staff  
- Power Backup With Silent Generator  
- Broadcasting System In Each Class

**CONTACT NO: 9289860165, 9315070080**

**NALANDA CONVENT SCHOOL**  
A UNIT OF NALANDA GROUP OF SCHOOLS  
YADAV COLONY, BALLABGARH

**Sh. S.D. PATHAK** MA, B.Ed Vice-principal  
**Smt. SONIA** Head Mistress  
**Dr. JITENDER KUMAR** M.Sc., M.Ed., M.Phil., UGC-NET/JRF, MBA, P.D (PRINCIPAL)

**CONTACT NO: 9289860165, 931 1754818**



## नूंह में गर्मी का भीषण असर देखने को मिले रहा है

समाचार गेट/अनिल मोहनिया  
नूंह में भीषण गर्मी का असर लोगों की दिनचर्या पर साफ तौर पर देखने को मिल रहा है। दिन में बाजार तथा सड़कों पर सन्नाटा पसरा रहता है। हरियाणा में गर्मी अपना ही रिकार्ड तोड़ती जा रही है नूंह में तापमान 46 डिग्री तक पहुंच गया है। प्रदेश के हर जिले में तापमान में बढ़ोतरी दर्ज की जा रही है। रविवार को हरियाणा राज्य के कई जिलों का अधिकतम तापमान 45 डिग्री सेल्सियस से ज्यादा था। मौसम विभाग ने भी गुरुग्राम, फरीदाबाद, नूंह और पलवल के लिए दो जून तक भीषण गर्मी का रेड अलर्ट जारी किया हुआ है। नौतपा का कहर पूरे राज्य में देखने को मिल रहा है। मौसम विभाग के अनुमान के अनुसार अधिकांश जिलों में पारा 47



डिग्री के पार जा सकता है। आसमान से उगलती आग के कारण सुबह 9 बजे से लोगों की परेशानी गर्मी की वजह से बढ़ रही है। सड़कों पर

बहुत कम वाहन देखने को मिल रहे हैं। नूंह जिला के स्वास्थ्य विभाग ने लोगों को सलाह भी दी है कि जरूरत होने पर ही घर से बाहर निकलें।

खासकर दोपहर बारह बजे से चार बजे तक लोगों को घर में ही रहने की सलाह दी गयी है। गर्मी के कारण बाजार की रौनक गायब हो गयी है।

## आमजन बढ़ती गर्मी में अपने साथ-साथ बुजुर्ग लोगों का भी रखें ख्याल : डीसी धीरेन्द्र खड़गटा

गर्मी में वृद्ध व कमजोर लोगों की करें विशेष देखभाल



समाचार गेट/अनिल मोहनिया  
नूंह। डीसी एवं जिला राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग के अध्यक्ष धीरेन्द्र खड़गटा ने कहा कि राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग हरियाणा द्वारा आमजन को गर्मी व हीट वेव से बचाने के लिए एडवाइजरी जारी की गई है, जिसकी सभी को पालना करना चाहिए। डीसी ने कहा कि गर्मी दिन प्रतिदिन

बढ़ती जा रही है ऐसे में स्वयं को स्वस्थ रखने के साथ-साथ कमजोर व बुजुर्गों का भी ध्यान रखें। बुजुर्गों की अधिक गर्मी होने पर दिन में कम से कम 2 बार उनकी जांच करें। खासतौर पर जब बुजुर्ग अकेले हों तब उनकी विशेष रूप से जांच व देख-रेख करें। उन्होंने बताया कि उनके पास फोन हो ताकि अधिक गर्मी के कारण उनकी हालत बिगड़

जाए तो उसका पता लग सके। उन्होंने कहा कि यदि कमजोर एवं बुजुर्ग लोग अधिक गर्मी महसूस कर रहे हैं तो उनको ठंडक प्रदान करने की कोशिश करें। अगर वो बैचैनी महसूस कर रहे हैं तो उनको ठंडा पानी पिलाएं। कमजोर वर्ग के लोग एवं बुजुर्गों को अधिक गर्मी लगने पर उनके शरीर को गीला करें व उनको ठंडे-ठंडे पानी ने नहलाएं। उनकी गर्दन व बगलों में तैलियां रख दे

ताकि उन्हें ठंडक मिले। उनके शरीर को ठंडक देने के साथ-साथ आवश्यकता पड़ने पर डाक्टर व एंबुलेंस को बुलाएं। बुजुर्ग एवं कमजोर लोगों को कहें कि हमेशा अपने पास पानी की बाटल रखें और अधिक गर्मी लगने व गला सूखने पर पानी पीएं। अधिक से अधिक पानी का सेवन करें। गर्मी में पानी कि सबसे ज्यादा जरूरत होती है।

### 30 जून 2024 तक ग्रीष्मकालीन अवकाश घोषित : उपायुक्त धीरेन्द्र खड़गटा

समाचार गेट/अनिल मोहनिया  
नूंह। सभी सरकारी, अर्ध सरकारी व निजी विद्यालयों में 28 मई से 30 जून 2024 तक ग्रीष्मकालीन अवकाश घोषित किया गया है। यह जानकारी देते हुए उपायुक्त धीरेन्द्र खड़गटा ने बताया कि शिक्षा निदेशालय के निर्देशानुसार जिला के सभी सरकारी व निजी स्कूल 28 मई से 30 जून तक बंद रहेंगे। इन स्कूलों के विद्यार्थियों को सभी अध्यापक 27 मई को ही होलीडे होमवर्क देना सुनिश्चित करेंगे। उन्होंने बताया कि सभी विद्यालय के पहले की भांति एक जुलाई 2024 को खोले जायेंगे।

## सामाजिक सेवा में डॉक्टर की उपाधि से सम्मानित हुई वंदना पोपली

कांस्टीट्यूशन क्लब संसद मार्ग में आयोजित हुआ समारोह



से पहुंची थी।

आपको बता दें कि वंदना पोपली लगातार राजनीतिक और सामाजिक सेवा के क्षेत्र से जुड़ी हुई है इस उपलब्धि पर वंदना पोपली ने कहा कि इस तरह की सराहना से लोगों को समाज सेवा में अच्छा काम करने की प्रेरणा मिलती है और उनको मिला हुआ सम्मान उन सब का सम्मान है जो समाज सेवा में अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं। उन्होंने कहा इस सम्मान से सम्मानित होने पर वह और भी ऊर्जावान हो गई है सम्मान जिस उद्देश्य से दिया गया है उसे पूरा किया जाएगा। मसलन राष्ट्र के निर्माण में महती भूमिका निभाना, आत्मनिर्भर भारत बनाना आदि शामिल हैं। वंदना पोपली के परिवार में भी खुशी का माहौल है उनके पति नवीन पोपली ने इस उपलब्धि पर प्रसन्नता जाहिर करते हुए इसे बड़ी उपलब्धि बताया।

समाचार गेट/निकिता

माधोगड़िया  
रेवाड़ी। भारतीय जनता पार्टी की प्रदेश प्रवक्ता वंदना पोपली को अमेरिकन इंटरनेशनल यूनिवर्सिटी ने डॉक्टरेट की उपाधि प्रदान की है।

कल दिल्ली में हुए दीक्षा कार्यक्रम में वंदना पोपली को डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया गया। अब वंदना पोपली अपने नाम के साथ डॉक्टर लिख सकेंगी। वंदना पोपली को कांस्टीट्यूशन क्लब

संसद मार्ग में आयोजित समारोह में सैकड़ों गणमान्य लोगों की उपस्थिति में यह उपाधि दी गई है। इस मौके पर बिजनेस, ह्यूमन राइट, खेल तथा समाज सेवा से संबंधित कई शर्कसित मौजूद रही जो कि पूरे देश

## बावल बार एसोसिएशन में लगा रक्तदान शिविर, 70 यूनिट रक्त हुआ एकत्रित

समाचार गेट/निकिता

माधोगड़िया  
रेवाड़ी। भारत विकास शाखा बावल के सहयोग से बावल बार में एक रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। द्वारा ब्लड कैंप लगाया गया। उक्त जानकारी देते हुए बावल बार के प्रधान प्रवीण नैहचाना ने बताया कि रक्तदान शिविर का शुभारंभ डारेणु सोलंखे, एस.डी.जे.एम. ने रिबन काटकर किया। उन्होंने रक्तदाताओं को रक्तदान करने के लिए प्रेरित भी किया। उन्होंने कहा कि रक्तदान महादान होता है। उन्होंने बताया कि



रक्तदान करने से किसी भी प्रकार की कमजोरी नहीं आती है। उन्होंने कहा कि रक्तदान करने से शरीर में नई सफूर्ति आती है। बार प्रधान ने बताया कि यह शिविर प्रातः 10 बजे से दोपहर 3 बजे तक चला जिसके वकीलों ने बड़ चढ़ कर भाग लिया। इस अवसर पर लगभग 70 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। इस अवसर पर एडवोकेट सुनील रायपुर, राजेंद्र चौधरी, किरण पोसवाल, भूपेंद्र खटाना, जयपाल, शुभम, अशोक चौहान, सहित बावल बार के अनेक अधिवक्तागण मौजूद रहे।

## भीषण गर्मी में दिन-रात हुई गर्म, कूलर-पंखे व कारों के एसी भी देने लगे जवाब

समाचार गेट/सुनील दीक्षित  
कनीना। ज्येष्ठ माह के शुरू होने पर गर्मी के तीखे तेवर सताने लगे हैं। 47 डिग्री सेल्सियस तापमान के चलते दिन ही नहीं बल्कि रातें भी गर्म होने लगी हैं। कूलर-पंखे सहित कारों के एसी भी जवाब दे गए हैं। बिजली उपकरण गर्म होकर विस्फोटक मोड में पहुंच गए हैं। ईंधन प्रचंड गर्मी को देखते हुए शिक्षा निदेशालय पंचकुला की ओर से सोमवार को पत्र जारी कर 28 मई से 30 जून 2024 तक प्रदेश के सभी सरकारी एवं निजी स्कूलों के ग्रीष्मकालीन अवकाश घोषित करते हुए विद्यार्थियों को होलीडे होमवर्क देने को कहा गया है। जिससे विद्यार्थियों व अभिभावकों ने राहत की सांस ली है। गर्मी से बचाव के लिए सामाजिक कार्यकर्ता आलोक गोयल वाहन चालकों को आगाह करते हुए कहा कि वे कारों में लगे लाईट,गैस उपकरण, इत्र, बैटरियां कार्बोनेटेड पेयपदार्थ को हटा दें। इसके अलावा शीशे थोड़े खुले रखें, फ्यूल टैंक को पूरा न भरें, जरूरत पड़ने पर सांय के फ्यूल भरें, सुबह 10 बजे से सांय 3 बजे तक यात्रा करने से बचें। कार के टायरों में अधिक एयर न भरें, गर्मी से बचाव के लिए खूब पानी व तरल पदार्थ पीएं, बिजली के मीटर पर अधिक लोड न डालें, एसी का उपयोग केवल घर के व्यस्त क्षेत्र में करें। सूर्य की रोशनी से सीधा आने से बचें। दुधारू पशुओं को भी गर्मी से बचाएं। उन्होंने कहा कि तेज गर्मी होने से आगजनी की घटनाएं घटित होने की संभावना बन रही है। नौतपा में सूर्य देव के तेवर लगातार तीखे होने से पशु-पक्षियों पर भी असर दिखाई दे रहा है। पेयजल की तलाश में जानवर इंधर-उधर भटक रहे हैं। भीषण गर्मी में बिजली की खपत भी बढ़ रही है। सड़कों से निकलती आग की लपटों के तथा गंभीर लू चलने के साथ डिहाईड्रेशन के चांस बढ़ रहे हैं। करीब महिनेभर तक गर्मी का सितम जारी रहने का अनुमान है। उप नागरिक अस्पताल के चिकित्सक डॉ. जितेंद्र मोरवाल ने आमजन को गर्मी से बचाव को कहा है। उन्होंने कहा कि ग्रामीण रोजमर्रा के सभी जरूरी कार्य सुबह-सांय करें। घर के नवजात बच्चों, बुजुर्गों व बिमारी से ग्रस्त लोगों का ध्यान रखें तथा उन्हें गर्मी से बचाएं। सूती कपड़े पहनें तथा घर से बाहर निकलते समय सिर पर तोलिया, टोपी या छाता रखें। प्यास न होने पर भी बार-बार पानी पीएं। घर का बना नींबू-पानी, लस्सी व राबड़ी का सेवन करें। बासी भोजन तथा फास्ट-फूड व तले हुए खाने से बचें।

गर्मी में घर से बाहर निकलते समय बरतें ऐतिहात



# Pinnacle DENTAL

EXPERIENCE PAINLESS AND DIGITAL DENTISTRY

**SPECIALIST IN**

## ROOT CANAL TREATMENT

**SPECIALIST IN**

## DENTAL IMPLANTS

**DR. PRADEEP VASHISHT**

**B.D.S., M.D.S. (ENDODONIST)**

**MCOI (CERTIFIED IMPLANTOLOGIST)**

**FROM GOTHE UNIVERSITY GERMANY**

**NITTE UNIVERSITY, MANGLORE**


**SPECIALIST IN :**

**ROOT CANAL TREATMENT**

**DR. PRIYANKA VASHISHT**

**B.D.S. P.G.D.H.A. (APOLLO HOSPITAL)**

**(REGN. NO. HN 3931)**





# SMS CONVENT SCHOOL

(AFFILIATED TO CBSE)

Ph. 7834813403, 0129-2503000

CHANDPUR ROAD KAURALI

**सुविधाएं**

- छात्र एवं छात्राओं के लिए फ्री एडमिशन
- आधुनिक लाइब्रेरी
- यातायात साधन सभी रूट पर
- जनरेटर सुविधा
- साफ एवं स्वच्छ वातावरण
- खेल परिसर सभी सुविधाएं उपलब्ध
- सह-क्रियाएं द्वारा पाठ्यक्रम
- शत-प्रतिशत परिणाम
- अच्छी शिक्षा
- बाल केंद्रित शिक्षा
- गरीब बच्चों का फ्री दाखिला
- क्षमतानुसार फीस

**FOR A BETTER TOMORROW GET THE BEST OF TODAY**

**CHAIRMAN**

**BHAGWAN SINGH**

**NOW POWERED BY NEW MANAGEMENT**



**DIRECTOR**

**MASTER BABU RAM JI**

Mob. 9718455747





