

हिन्दी साप्ताहिक



श्रम शिखर

केन्द्र सरकार, राज्य सरकार उत्तर प्रदेश, विद्युत विभाग से विज्ञापनों हेतु स्वीकृत

श्रीकृष्णा भवन (गली अपोजिट शिवलोक कॉम्प्लेक्स) 283, वैस्टर्न कचहरी मार्ग, मेरठ। फोन: 0121-2641338

E-mail : shramshikhar@gmail.com

वर्ष 16

अंक 32

05 अगस्त सोमवार से 11 अगस्त रविवार 2024 तक

पृष्ठ 04

मूल्य 8२०/-

शासन-प्रशासन
जानकारियांजिला प्रशासन मेरठ के पर्यवेक्षण में
भगवती फार्म हाउस, गोकुलपुर में
मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह कार्यक्रम

47 हिन्दु एवं 91 मुस्लिम कुल 138 जोड़ों को किया गया लाभान्वित

सीडीओ एवं डीएफओ द्वारा वन विभाग की ओर प्रत्येक नवविवाहित जोड़े को दिया गया एक-एक फलदार पौधा एवं स्वास्थ्य विभाग की ओर से दिलवाई गई परिवार नियोजन किट उ०प्र० सरकार द्वारा संचालित मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजनान्तर्गत जिला प्रशासन मेरठ के पर्यवेक्षण में आज भगवती फार्म हाउस, गोकुलपुर गढ़ रोड मेरठ में मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह कार्यक्रम का आयोजन कर 47 हिन्दु एवं 91 मुस्लिम कुल 138 जोड़ों को लाभान्वित किया गया। मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह कार्यक्रम में श्रीमती सरोजनी अग्रवाल, माननीय सदस्य विधान परिषद, श्री अशोक त्यागी ब्लॉक प्रमुख माछरा मेरठ द्वारा उपस्थित होकर वर-वधू को आशीर्वाद दिया गया। श्रीमती सरोजनी अग्रवाल, मा० सदस्य विधान परिषद द्वारा अपने सम्बोधन में मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना को गरीब व्यक्तियों हेतु उपयोगी बताते हुए वर-वधू को उनके सुखमय गृहस्थ जीवन हेतु शुभ आशीर्वाद दिया मुख्य विकास अधिकारी नूपुर गोयल एवं प्रभागीय निदेशक, सामाजिक विभाग की ओर



वानिकी प्रभाग मेरठ राजेश कुमार द्वारा मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह में एक अनोखी पहल के रूप मवन एक-एक फलदार पौधा एवं स्वास्थ्य विभाग की ओर से प्रत्येक नवविवाहित जोड़े को एक परिवार नियोजन किट दिलवाई गयी। उपस्थित सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी द्वारा सभी जोड़ों को परिवार नियोजन के लिए महत्वपूर्ण जानकारी दी गयी साथ ही किट में प्रेगनेन्सी टेस्ट सहित सभी परिवार नियोजन उपाय हेतु दी गयी सामग्री के विषय में विस्तार से अवगत कराया वन विभाग की तरफ से

संचालित वृक्षारोपण वृहद कार्यक्रम के तहत सभी नवविवाहित जोड़ों को एक-एक फलदार पौधा देते हुए सन्देश दिया गया कि जैसे एक पौधा आगे चलकर पल्लवित एवं पुष्पित होगा वैसे ही आपका गृहस्थ जीवन की सुखमय आनन्दित होगा। इस अवसर पर जिला विकास अधिकारी अम्बरीश कुमार, पी. डी. डी.आर.डी.ए. सुनील कुमार सिंह, जिला समाज कल्याण अधिकारी सुनील कुमार सिंह सहायक विकास अधिकारी ,ग्राम विकास अधिकारी समाज कल्याण विभाग के समस्त कार्यालय व क्षेत्रीय कर्मचारी उपस्थित रहे।

- श्रम शिखर ब्यूरो

एक दिन सभी बैंक सेवा बंद रहे,
इस व्यवस्था को बदलने की जरूरत

वर्ष 2024 के मध्य अयोध्या में श्रीराम जन्म स्थल पर नवनिर्मित मन्दिर में प्राण अवसर पर सार्वजनिक अवकाश के साथ चार दिन सभी बैंक बंद रहे। इससे आर्थिक गति रूकने के साथ आम नागरिक की परेशान होते देखा गया। अखिल भारतीय लोकाधिकार संगठन महामंत्री एवं व्यापारी नेता विपुल सिंहल का कहना है।

कि अवकाश व द्वितीय तथा चौथे शानिवारव माह के सभी रविवार न अन्य सार्वजनिक अवकाश के अवसरों पर सभी बैंकों का बंद रहना विकसित राष्ट्र की ओर बढ़ने की दृष्टिगत उचित नहीं है। श्री सिंहल का कहना है। कि व्यवस्था बने की सभी बैंक एक दिन बंद न हो इसके लिए सप्ताहिक अवकाश व अन्य सार्वजनिक अवकाश के अवसरों

व एक व्यवस्था बनाकर बारी-बारी से बैंक अवकाश व बैंक खोलने की व्यवस्था बनें। अधिक उचित होगा। इस संबंध में प्रयास हो चुके हैं। तथा निजि बैंक अवकाश के दिनों में भी बारी-बारी से बैंक खोलकर सेवा देने की व्यवस्था बना चुके हैं। विदेशों में बहुत कम अवसर देखने में आते हैं। जब सभी बैंक एक दिन अवकाश मनाते हैं। विकसित राष्ट्र की ओर बढ़ने के लिए भी आवश्यक है। कि सेवाओं से कम से कम वांचित रहा जाये -श्रम शिखर ब्यूरो

हिन्दन स्वच्छ हो सकती है, तब काली नदी क्यों नहीं

नाले-नालियों से शुरूआत कर नदी तक स्वच्छता सोच बने- एक समाचार पत्र की सुर्खियों बनी कि सहारनपुर से गजियाबाद, बीच में मेरठ, बागपत, मुज्जफरनगर शामली की बीच से गुजरने वाली पश्चिमी उ०प्र० की प्रमुख नदी हिण्डन निर्मल हो गई है। इसमें गंगा का स्वच्छ जल बहने लगा एक समय मेरठ के मण्डलायुक्त रहे डॉ. प्रभात कुमार के द्वारा स्वयं इस नदी के साथ ही मुज्जफरनगर से शुरू मेरठ होते बुलन्दशहर बहने वाली काली नदी नदी दोनों के स्वच्छता व इनके किनारे पर्यटक स्थल बनाने की मुहिम शुरू की थी। हिण्डन को वह वह भी स्वच्छ पूरी तरह नहीं कर पाये थे। काली नदी के प्रति भी जनभावना जुड़ी नहीं पाई थी पर अब अचानक हिण्डन का फैबिट रियो व शहर कस्बों का दूषित जल इस नदी से दूर हो गया यह यकीन करना संभव नहीं हो रहा पर समाचार-पत्र की सुर्खियां माने तो अब जरूरी है। इस नदी ठीक

माने तो, अब जरूरी है इस नदी की स्वच्छता बनी रहे। इसमें सबसे अहम भूमि नदी किनारे बसने वालों की जिम्मेदारी है। नदी का दूषित होना नहीं नहीं, किनारे बसे लोगों को ही सबसे अधिक प्रभावित करता है। यह ही जल दूषित करने के सबसे बड़े गुनाहगार भी होते हैं। अखिल भारतीय लोकाधिकार संगठन महामंत्री विपुल सिंहल एडवोकेट का कहना है। कि अब काली नदी के किनारे बसे लोग व इस नदी के गुजरने वाले जिलों के प्रशासन व जिला परिषद ग्राम पंचायतों भी हिण्डन की शांति काली नदी को स्वच्छ बनायें। घर के आस-पास नाले-नालियों दूषित व कूड़ा करकर डालने के बाद न आने वाले नदी जल नदी जल स्वच्छता के प्रति जागीरों निश्चय ही अजुबा होगा। अजुबा हो हिण्डन प्रेरणा बने, और काली नदी भी स्वच्छ हो जायें। - श्रम शिखर ब्यूरो



BOOKING NOW!

as you wish

Worldwide

Tour & Travels

DOMESTIC ALL INDIA & INTERNATIONAL TOURS AND TRAVELS

0121-2641338, 8266023450 www.frizzontravel.com

Meerut | Mumbai | Delhi

E-mail- booking@frizzontravels.com

FLIGHT BOOKING
HOTEL BOOKING
CRUISE BOOKING
TRAIN BOOKING
CAR BOOKING

सम्पर्क- सूत्र 0121-2641338, 969 0331338

नौचब्दी विशेषांक 2024

सम्पादकीय

सिकुड़ते मेला नौचन्दी स्थल अवैध कब्जों पर संभावनाएँ

उत्तर भारत के ऐतिहासिक एवं साम्प्रदायिक सौहार्द एवं आस्था के मेला लगने वाले स्थान को लेकर मेरठ वासियों व जनप्रतिनिधियों तथा समाजिक, व्यापारी संगठनों ने चिंता व्यक्त की है।

इस मेला स्थल की कोई हद बंदी नियत न होने जबकि इस स्थल का मलिकाना हक जिला परिषद मेरठ रखता है। मेला स्थल पर होने वाले अवैध कब्जे एवं अतिक्रमण तथा जमीन को मुकदमें बाजी में डालकर उस पर कब्जा करने वालों की संख्या लगातार बढ़ रही है। मेरठ नगर निगम कार्यकरणी के पूर्व सदस्य एवं पार्षद अब्दुल गफ्फर ने गत दिनों जिलाधिकारी को सापन देकर मेला स्थल पर अवैध कब्जों की जाँच की मांग की है। इस मेला सील की हद बंदी एवं मेला स्थल की भूमि में मूलभूत जन सुविधाओं के साथ इस स्थल को मेला अवधि के अलावा शेष ग्यारह माह इस्तेमाल के लिए प्रशासन व मण्डलायुक्त स्तर से घोषणा एवं आवश्यक निर्देश भी होते हैं। इस मेला स्थल को दिल्ली हाट की तरह विकसित करने या खादी हैण्डूम आदि का खन्दक बाजार को हस्तांतरित करने, यहां सड़को पर लगने वाली पैठ को लगवाने आदि बनने के समाचार भी सुर्खियों बनते रहे हैं, पर धरातल पर न प्रस्ताव उतर सकें न ही इस भूमि संरक्षण।

आश्चर्यजनक तो यहां तक है, कि इस स्थल पर मेला लगाने को लेकर दशकों तक जिला परिषद व नगरपालिका जो अब नगर निगम है। बड़ी-बड़ी न्याय अदालतों व शासन स्तार पर टकराते रहे हैं। इस लड़ाई को समाप्त न होते देख उ०प्र० सरकार द्वारा दो-तीन वर्षों पूर्व इस मेले को राज्य स्तर मेला घोषित कर इस का आयोजन अपने हाथ लेकर जिला प्रशासन को सौंपा हुआ है।

श्रम शिखर समाचार पत्र स्तर एवं व्यापारी संगठन नेता एडवोकेट विपुल सिंहल, ललित गोयल एवं मेरठ के जन प्रतिनिधि स्तर से इस मेले के सील का सीमंकन एवं हद बंदी तथा ग्यारह महाने होने वाले इस स्थल के दुरुपयोग व इस मेला स्थल दर लगी महा पुरुषों की प्रतिभाओं की सुरक्षा आदि के लिए जिला प्रशासन, मेला आयोजको व सरकार से आवाज उठाई जाती रही है। आश्वासनो के अलावा अभी तक मिला कुछ नहीं है।

सरकार के अधीन इस मेले का आयोजन आ जाने क बाद इस मेला स्थल को जिला प्रशासन को अधीग्रहित कर इसके स्थल को संरक्षित करने एवं वर्ष भर इस स्थल का जनहित, महानगर व जनपद हित में इस्तेमाल करने की अपेक्षा की गई, परन्तु प्रदेश में सशक्त एवं आस्था को संरक्षित करने वाली सरकार के बाद भी मेला नौचन्दी स्थल लावारिश एवं अतिक्रमिit होकर विलुप्त हो जाता है

एक समय शाहपीर गेट से गोलाकुआं, शम्भू गेट, हापुड़ रोड व सूरज कुण्ड पार्क तक फेलाने वाला अब मेला स्थल पर स्थित सर्कस स्थल, कुण्ड जहा नाव चलती मैदान सभी कुछ वहां से गायब हो गया है। इस पर भी न सरकार ने जिला प्रशासन तथा न ही इस स्थल के बने मालिक जग रहे हैं।

श्रम शिखर से बातचीत मे मेले मे आने वाले दुकानदारो का कहना है। कि जिस तरह मेरठ से बाहर आने वाले मेला देखने वाले के मुंह फेर जनता की दिल चस्पी इस मेले के प्रति सत्म होती जा रही है। मेले के लिए दुकानदारों का वह दिन दूर नहीं जब टोटा पडने वाला है। मेले के लिए दुकानदारों व दर्शक जुटाने को आयोजको की मशक्क तक करनी पड़ा करेगी। मेला बचाना जरूरी है? जनता खुद जागे- श्रम शिखर ब्यरो

20 Years Experience

डॉ शिवाली गोयल

M.S. (Obst. Gynae)
Gold Medalist

गायनी लेप्रोस्कोपी सर्जन

मो0 9837007840

उपलब्ध सुविधाएं

- पूर्णतया दूरबीन विधि के द्वारा बच्चेदानी निकालना (TLH)
- गर्भाशय व नलों की रसौली का उपचार (FIBROID & OVARIAN CYST)
- दूरबीन द्वारा बच्चेदानी के अन्दर की जाँच एवं उससे सम्बन्धित ऑपरेशन (OPERATIVE HYSTEROSCOPY)
- बच्चेदानी के रोगों से सम्बन्धित सभी तरह के खुले ऑपरेशन
- बांझपन का उपचार

यशलोक हॉस्पिटल

ईस्टर्न कचहरी रोड, एण्ड नर्सिंग होम प्रा० लि० शिवाजी मार्ग, मेरठ

किचन -रेसिपी

रसमलाई रेसिपी: रसमलाई ऑल टाइम फेवरेट इंडियन डिजर्ट है, यह एक स्वादिष्ट बंगाली मिठाई है। ताजे छेने से इसकी बहलस बनाकर इसे मलाई में भिगोया जाता है। इस मजेदार मिठाई को आप सिम्पल सी सामग्री के साथ आप इसे घर पर आसानी से बना सकते हैं।

रसमलाई की सामग्री-

- 3 पीस (एक झाग देने वाला उत्पाद जिससे छेना फूलेगा।) रीठा, 5-6 कप गाय का दूध, 2 कप चीनी, 3-4 ग्राम (खट्टा उत्पाद) टाटरी, 1/2 टी स्पून मैदा, केसर की लड़ी गर्निश करने के लिए, पिस्ता हल्का, उबला बादाम हल्का उबला (बिना चीनी के कंडेन्सड मिल्क को 9 मिनट के लिए पकाए) रबड़ी)
- रसमलाई बनाने की विधि -

- 1.रीठा को खोलकर काट लें, इसके बीज निकाल लें और छिलकर गर्म पानी में भिगो दें।
- 2.इसी दौरान थोड़ा गर्म पानी करके पिस्ता को ब्लांच कर लें। इन्हें कुछ देर उबाल लें। एक बार जब स्किन नरम और फूली हुई दिखने लगे तो इसे आंच से उतार लें। इसे ठंडा करके इन्हें छिले और स्लाइस कर लें। 3.इसी तरह बादाम को भी ब्लांच करने के बाद छील लें। जब ये ठंडे हो जाएं तो इनको भी स्लाइस कर लें। 4.दूध को उबाले कर छेना बनाएं। दूध को लगातार चलाते रहे ताकि वह जले नहीं और न ही पैन में लगे। 5.एक बार यह हो जाए तो इसे ठंडा होने दें। 6.इसी दौरान चाशनी भी बना लें। 7.एक पैन में बराबर मात्रा में पानी और चीनी डालें। 8.जब चीनी पूरी तरह घुल जाए तो यह गाढ़ा हो जाएगी और गैस को बंद कर दें। 9.एक बार दूध ठंडा हो जाएं तो 1 कप पानी में टाटरी मिक्स करके इसमें डालें। 10.इसे धीरे से दूध में डाले और लगातार चलाते रहें। 11. जब दूध फट जाए तो इसमें बर्फ का ठंडा पानी डालें। इसके बाद किनारों से दूध को इक्का करें। 12.मलमल के कपड़े की मदद से इस दूध को छानकर दूसरे बर्तन में निकाल लें। 13.इसका सारा पानी निकाल लें। 14.छेना में कॉर्नफ्लोर और मैदा मिलाकर दो तैयार कर लें। 15.इसकी छोटी बहलस बनाकर का पतला कर लें। 16.अब आपको रसमलाई का सिरप बनाना है जिसमें रसमलाई को भीगोना है। एक कप से कम पानी में एक कप चीनी को डालकर गर्म करें। इस बार चाशनी पहले वाली चाशनी से ज्यादा गाढ़ी होगी। 17.जब चाशनी में उबाल आने लगे तो इसमें 2 बड़े चम्मच रीठा पानी डालें। 18.अब रसमलाई को आराम से चाशनी में डालें। 19.इसे चलाएं नहीं। इससे रसमलाई टूट भी सकती है। 20.एक बार जब इसमें झाग आने शुरू हो जाएं तो चम्मच की मदद से इसे हल्के से दबाएं इससे झाग दब जाएंगे और रसमलाई ऊपर आ जाएगी। 21.कुछ देर बाद इसमें थोड़ा सा उबला हुआ पानी डालें। 22.जब सारे झाग बैठ जाए तो सभी रसमलाई को निकालने के बाद जो पहले चाशनी बनाई थी 23.थोड़ा सा दूध गर्म करें। याद रहे इसे उबालना नहीं है। 24.इसमें थोड़ा सा केसर डालें। 25.सभी रसमलाई को चाशनी से निकाल कर दूध में डालें। 26.इसे अच्छे से मिलाएं और निचोड़कर प्लेट में निकाल लें। 27.खड़ी पिस्ता और बादाम से गर्निश करके सर्व करें।

चुटकुले भी इशारा है

पप्पू : क्या तुमको पता है, मन्दिर में पुरुष पुजारी ही क्यों होते हैं

चप्पू : नहीं यार तुम ही बता दो,

गप्पू : हां मुझे पता है मैं बताता हूँ ताकि, लोग सिर्फ भगवान पर ध्यान दें सकें।

चिन्टू : दुनिया में दो तरह के नेटवर्क ही सबसे तेज हैं

पिन्टू : कौन-कौन से?

चिन्टू : एक ईमेल और दूसरी फीमेल, एक मिनट में इधर की बात उधर पहुंचा देती है।

सकारात्मक-सूचनात्मक उपयोगी समाचार प्रथम प्रकाशन 2 अक्टूबर 1981

E-Paper :shramshikhar.com

केन्द्र सरकार, राज्य सरकार, उत्तर प्रदेश विद्युत विभाग एवं भारतीय रेलवे से विज्ञापनों हेतु स्वीकृत डाक- पंजीकरण संख्या-मेरठ 153.2022.2024 RNI No.UPHIN /2009/31760

साप्ताहिक अखबार श्रम शिखर श्रीकृष्ण भवन (लेन अपोजिट शिव लोक कॉम्प्लेक्स), 283/1, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ, मो0 9219660359

प्रधान सम्पादक : सुनीता रानी 9897373736

प्रबन्धक : राकेश गुप्ता 9219660359

विक्री प्रबन्धक : अश्विनी गुप्ता 9358402365

ईंटरनेट प्रबन्धक : मेधा अग्रवाल 9219660359

संरक्षक : ब्रज भूषण 9457213164

कानूनी सलाहकार : दिनेश कुमार चतुर्वेदी

एडवोकेट :0121-2760145, 9720171549

मार्केटिंग टीम : 9219660359, 9411990449, वरिष्ठ नागरिक संयोजक

श्री सुदेश चन्द्र शर्मा पुत्र पं० होराम शर्मा 245 खारी कुआं कोतवाली मेरठ, 8630180430

उ०प्र० ब्यूरोचीफ : अभिलाष गुप्ता 9412203620

प्रभारी दिल्ली एवं महाराष्ट्र : मंजरी गुप्ता, 42 अनामिका अपार्टमेंट इन्द्रप्रस्थ विस्तार पटपड़गंज, नई दिल्ली-92

202, बाहर बिल्डिंग, दूरदर्शन हाउसिंग सोसाइटी, गोकुल धाम, अंधेरी ईस्ट, मुम्बई-63

श्रमशिखर कार्यालय

मेरठ-श्रीकृष्ण भवन,283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ। (0121-2641338)

सदभावना 68ए साईपुरम, दिल्ली रोड, मेरठ। (9219660359), उत्तराखण्ड - श्री राजेश कुमार गुप्ता, श्री ओम वैष्णव भोजनालय, 78 गांधी रोड, देहरादून (9411548998), गाजियाबाद-(09540018282), अमित कुमार, 705 सी टॉवर, सातवां तल, जी०एच० 1/1, सैक्टर 01, ग्रीन एक्सप्रेस, वैशाली गाजियाबाद,उ०प्र० 09560115905)

दिल्ली-राखी मित्तल-एफ-1, त्रवेणी कॉम्प्लेक्स शेख सराय फेस-1, न्यू दिल्ली-110017 मो0 9868511922

हरियाणा- राखी मित्तल, रीचमण्ड पार्क डीएलएफ, फेस-4, गुडगांव हरियाणा। मो0 9868511922

मुजफ्फरनगर-विजय बुक स्टोर, मेन रोड, गांधी कॉलोनी, मुजफ्फरनगर। फोन: 9897185208, 9152911899

दिल्ली- Ankit Sisodia GF - 89, Kailash Hills, East of Kailash, New Delhi-110065

श्रीमती रंजीता गर्ग, बी-120, शॉप नं०5,पांडव नगर दिल्ली मो. 9911808555

लखनऊ- अजय श्रीवास्तव, 3/20,विकास नगर लखनऊ फोन9335208218, मुम्बई-अचल गुप्ता, बी- 1603 सनटैक सिटी, गोरेगांव वेस्ट मुम्बई मो.209399916, सरधना-महेश गुप्ता, न्यू पेपर एजेन्ट मौहल्ला -गुजरान,सूरजपुरा, मेरठ । श्रीमति नेहा गोयल फ्लैट नं० 1207 गोमेड ब्लॉक "माई होम जैवल" मदीनागुड़ा हैदराबाद 500049

डाक पंजीकरण संख्या-मेरठ

153-2022-2024 RNI No. UPHIN/2009/31760

मालिक, प्रकाशक, मीना भूषण ने मुद्रक प्रिंटिंग - इम्प्रेशन प्रिंटिंग - पैकेजिंग लिमिटेड, 164/1, मोहकमपुर, दिल्ली रोड, मेरठ- 250002 से मुद्रित कराकर श्रीकृष्ण भवन, गली अपोजिट शिवलोक कॉम्प्लेक्स, 283, वैस्टर्न कचहरी रोड मेरठ से प्रकाशित किया।

सम्पादक: सुनीता रानी

प्रबन्धक: राकेश गुप्ता

इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों एवं लेख के चयन एवं संपादन हेतु जी. आर.वी. एक्ट के अर्न्तगत उत्तर दायी समस्त विवाद मेरठ न्यायालय के अधीन ही होंगे।

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

हिन्दी साप्ताहिक **श्रम शिखर** **CITY MEERUT CLASSIFIED**

www.shramshikhar.in, shramshikhar@gmail.com



MATRIMONAL

वैवाहिक परिचय:- वैवाहिक विज्ञापन में कार्य समूह और आर. एच. फैक्टर जांच कराकर प्रकाशित करायें। यह जन्मपत्री के साथ विज्ञानिक दृष्टि से महत्वपूर्ण मिलान है आवश्यकता/उपलब्धता

सप्ताहिक अखबार

डी.ए.वी.पी. से मान्यता प्राप्त
City Classified Utility
News Solution For Needsश्रम
शिखर

- Placement Business
- Health Bazar Guide
- Property Trade Guide
- Education Resident Guide
- Personal Industrial Guide

Representative, Business Associates, Free Lancer Writer,
Agent franchisee Welcome in each City, Town area VillagesShri Krishna Bhawan, Street Opp. Shivlok Complex, 283
Western Kutchery Road, Meerut, 250001 (U.P.) India

www.shramshikhar.in, shramshikhar.co.in Email- shramshikhar@gmail.com

हिन्दी साप्ताहिक
श्रम शिखरMini
CLASSIFIEDअपने प्रोपर्टीज, मकान,
दुकान, प्लॉट आदि के
मुफ्त विज्ञापन प्रकाशित
तथा डायरेक्ट पार्टी से
सम्पर्क करें।उपलब्ध सेवाएं
व्यक्तिगत - सूचनाINTER
AC7
समाधान
उपलब्ध100 रु प्रति दस शब्दों में छपवायें अतिरिक्त
10 रु प्रति शब्द जैसे- नाम परिवर्तन, बेदखल,
सूचना, खोया-पाया, नोटिस विज्ञापन आदिTO PLACE AN ADV.
IN THIS SECTION
PLEASE CONTACT
M. 9690331338

खरीदना/बेचना

अपने प्रोपर्टीज, मकान, दुकान, प्लॉट
आदि के मुफ्त विज्ञापन प्रकाशित तथा
डायरेक्ट पार्टी से सम्पर्क करें -
9219660359

उपलब्ध Man Power

मात्र 100 /रु में
अपना नाम व
बायोडाटा छपवाने
के लिए सम्पर्क करें
मो० 9690331338अपना बायोडाटा भेजें
अपनी योग्यता अनुसार
अवसर पायेंश्रीकृष्ण भवन, 283/1, वैस्टर्न
कचहरी रोड, मेरठ
Email- rradvertisingmeerut@gmail.com
Mob. 0121-2641338, 9219660359,

इन्सोरेन्स सेवाएं

लक्ष्मी चन्द त्यागी वरिष्ठ इन्सोरेन्स
सलाहकार 172 नन्दन गार्ड
गली न० 1 वैस्टर्न कचहरी रोड,
मेरठ-250001
9719034677, 8077856156
ictyagi007@gmail.comAshwani M. 9358402356,
9897540136 For LIC,
Health Insurance,
Post Office, RD
TD, NSC, KVP, MIS
Vehicle Insurance etc....अपनी वस्तु के अनुसार
उत्पाद/वस्तु के अन्तर्गत
अपना शीर्षक चुनें।

सम्पर्क वर्गीकृत

INTER AC7
समाधान
उपलब्ध

उत्पाद/वस्तु

हियरिंग ऐड

RO

इनवर्टर

CCTV

फर्नीचर

किचन-उपकरण

इलेक्ट्रॉनिक-गुड्स

ज्वैलरी

गारमेन्ट्स

बैट्री

आटा-चक्की

कम्प्यूटर

स्टेशनरी

मोबाइल

पानी

दूर एण्ड ट्रेवल्स

FRIZON
TRAVEL | EVENTS | FILMSworldwide
Travel
as you wishFlight Hotel,
Car, Cruise,
Train BookingDOMESTIC ALL INDIA
& INTERNATIONAL
TOURS AND TRAVELSBOOKING
NOW!Meerut | Mumbai | Delhi
0121-2641338, 8266023450
www.frizzontravel.com
E-mail- booking@frizzontravels.com

एडवर्टाइजिंग

सभी समाचार-पत्रों में विज्ञापन बुकिंग हेतु

RR ADVERTISING
SERVICES MEERUTAll India
& International
All Media AgencyOutdoor | Print
Signage | Magazine
Event Promotion
Newspaper | Film
Point Of Purchase
Digital Media
Awareness Programwebsite- rradvertisingmeerut.com
E-mail- rradvertisingmeerut@gmail.comMob. 0121-2641338,
9690331338, 9219660359SHRI KRISHAN BHAWAN, 283,
WESTERN KUTCHERY ROAD, MEERUT- 250001इस अंक में प्रकाशित समस्त
विज्ञापन समाचारों एवं लेख
के वजन एवं समादन हेतु
पी.आर.बी.एक्ट के
अन्तर्गत उत्तरदायी समस्त
विवाद मेरठ न्यायालय के
अधीन ही होगा

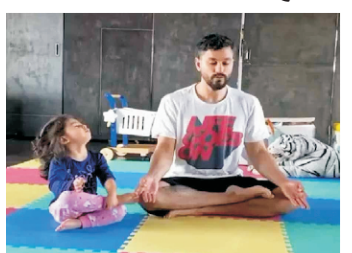
सद्भावना समिति जागरूकता कोना

सद्भावना समिति द्वारा जनहित के विकास के लिए मुख्य जानकारी-

एक रोगी के रूप में रोगी/परिवार के अधिकार एवं उत्तरदायित्व

आपके हक:- रोगी को शारीरिक सुरक्षा पाने का अधिकार।
आपकी चिकित्सीय स्थिति से संबंधित जानकारी गोपनीय
रखने का अधिकार।
किसी भी दवा, जांच या उपचार को स्वीकार करने या
अस्वीकार करने का अधिकार, और ऐसा करने के संभावित
परिणामों के बारे में सूचित किया जाना।
रोगी को अपनी स्वास्थ्य देखभाल से जुड़े निर्णयों में उचित
रूप से भागीदारी का अधिकार है। रोगी को सूचित सहमति
के बिना किसी भी प्रक्रिया के अधीन नहीं किया जाएगा।
ऐसी चिकित्सीय सलाह और उपचार प्राप्त करने का अधिकार
जो देखभाल और गुणवत्ता के वर्तमान में स्वीकृत मानकों को
पूरी तरह से पूरा करता हो और उसके बारे में जानता हो।
शिकायत/सुझाव देने का अधिकार, उपचार की अपेक्षित
लागत के बारे में जानकारी प्राप्त करने का अधिकार।
उसके क्लिनिकल रिकॉर्ड तक पहुंचने का अधिकार।
आपकी चिकित्सीय स्थिति और देखभाल की योजना का स्पष्ट
विवरण दिए जाने का अधिकार।तुम्हारी जिम्मेदारियां:- हमें अपने वर्तमान स्वास्थ्य, पिछली
बीमारी, एलर्जी और किसी भी अन्य प्रासंगिक विवरण के बारे
में जितनी संभव हो उतनी जानकारी दें। निर्धारित और
सहमत उपचार योजना का पालन करें और दिए गए निर्देशों
का अनुपालन करें। रोगी आचरण से संबंधित अस्पताल के
नियमों का पालन करके अन्य रोगियों और अस्पताल के
अधिकारों के प्रति विचार दिखाएं। आप जो अपॉइंटमेंट लेते
हैं उसे बनाए रखें, अन्यथा यदि आप ऐसा करने में असमर्थ
हैं तो जितनी जल्दी हो सके अस्पताल को सूचित करें।
हमसे गलत जानकारी या प्रमाणीकरण प्रदान करने के लिए
न कहें। अस्पताल में गंदगी न फैलाएं। कृपया कूड़ेदान रखें।
उपयोग के बाद शौचालय को साफ रखें। अस्पताल परिसर के
अंदर धूम्रपान न करें और न ही थूकें। पर्यावरण को स्वच्छ
रखने में अस्पताल का सहयोग करें। धैर्यपूर्वक अपनी बारी
का इंतजार करें। चुप्पी बनाए रखता है।संयोजक-रवि कुमार एड.
सद्भावना समिति पंजी.

बच्चों के तनाव को पहचानें

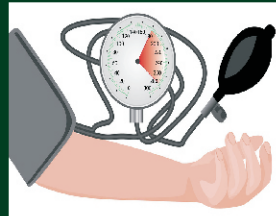
तनाव एक ऐसा घुन है जो बच्चों को भी नहीं छोड़ता। वे भी उसकी चपेट में अनजाने
में आ जाते हैं। पहले बच्चे मस्त खेलते-कूदते रहते थे, अपने बचपन का पूरा आनन्द
उठाते थे तो माता पिता उन्हें हिन्दी और अंग्रेजी भाषा में प्रयोग होने वाले शब्दों का
उच्चारण सिखाना शुरू कर देते हैं। बच्चा उसी उम्र से ही तनाव में आना शुरू हो जाता
है। उसके बाद स्कूल जाना, वहां अनुशासन में रहना, कई मित्रों के साथ उठना-बैठना व
रों की पहचान सीखना शुरू कर देता है। थका-थका रहना। जल्दी-जल्दी बीमार
पड़ना। चिड़चिड़ा बन छोटी-छोटी बात पर रोना सिरदर्द और पेटदर्द की शिकायत
करना। कम नींद लेना। भूख अधिक या कम लगना। स्कूल जाने में आनाकानी करना।
खाने में नखरे करना और खाने के बाद उलटी कर देना। अपने खेलौनों को दूसरे के
साथ मिलकर न खेलना या स्वयं भी उनसे न खेलना। दूसरों के सामने अधिक तंग
करना या दूसरों से बात न करने देना। बहुत छोटा बच्चा बनकर व्यवहार करना।

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

हिन्दी साप्ताहिक

श्रम शिखर CITY MEERUT
CLASSIFIED

www.shramshikhar.in, shramshikhar@gmail.com



+HEALTH+

स्वास्थ्य संबंधित जानकारियां और विभिन्न रोगों
के उपचार विज्ञापन के हेतु आवश्यकता/उपलब्धता

ओशो

आज और अभी से

नए मनुष्य का युग-दर्शन



हृदय का जाल बहुत बड़ा, क्योंकि बुद्धि क्षुद्र को भी देखती है

गुरजिएफ के पास लोग जाते थे, तो गुरजिएफ कहता, 'कितने पैसे हैं तुम्हारे पास? निकालो।' बस, इतने में ही उपद्रव हो जाता। क्योंकि पैसे पर हमारी इतनी पकड़ है! तो गुरजिएफ कहता, 'पहले रुपये निकालकर रख दो।' हम सोचते हैं, 'संत और कैसा रुपया?' गुरजिएफ पहले पैसा मांगता। एक सवाल का जवाब देता तो कहता, सौ रुपये। बहुत लोग भाग जाते, क्योंकि संतों से हमने मुफ्त पाने की आदत बना ली है। लेकिन मुफ्त तुम्हें वही मिलेगा, जो मुफ्त के योग्य था। असली पाना हो तो तुम्हें चुकाना ही पड़ेगा। चाहे धन से, चाहे ध्यान से चुकाना पड़ेगा। कुछ तुम्हें छोड़ना पड़ेगा तो ही तुम असली को पा सकोगे।

ऐसा हुआ एक बार कि एक महिला आई और गुरजिएफ ने कहा कि तेरे जितने भी हीरे-जवाहरात हैं-पहने हुई थी, काफी धनी महिला थी-ये तू सब उतारकर रख दे। उस महिला ने आने के पहले यह सुना था,

गुरजिएफ ऐसा करता है। तो बुद्धि इंतजाम कर लेती है उसने जरा आसपास चर्चा की, गुरजिएफ के पुराने शिष्यों से पूछा। एक महिला ने उसे कहा कि डरने की कोई जरूरत नहीं। क्योंकि जब मैं गई थी, तब भी उसने मेरी अंगूठी और गले का हार उतरवा लिया था। लेकिन दूसरे ही दिन वापिस कर दिये। तू डर मत! मैंने निष्कपट भाव से दे दिया था, कि जब वे मांगते हैं तो ठीक ही मांगते होंगे। दूसरे दिन बुलाकर उन्होंने मेरी पूरी पोटली वापस कर दी। और जब मैंने घर आकर पोटली खोली, तो उसमें कुछ चीजें ज्यादा थीं, जो मैंने दी नहीं लोभ पकड़ा इस नयी स्त्री को, कि यह तो बड़ी अच्छी बात है। वह गई, वह प्रतीक्षा ही करती रही कि कब गुरजिएफ कहे! और गुरजिएफ ने कहा कि अच्छा, अब तू सब दे दे। उसने जल्दी से निकालकर रूमाल में बांधकर दे दिये। पंद्रह दिन प्रतीक्षा करती रही होगी,

पोटली नहीं लौटी, नहीं लौटी, नहीं लौटी। आखिर वह उस स्त्री के पास गई। उसने कहा, मैं भी क्या कर सकती हूँ? गुरजिएफ ने किसी ने पूछा कि यह आप कभी-कभी लौटा देते हैं, कभी नहीं लौटाते। तो गुरजिएफ ने कहा, 'जो देता है, उसको मैं लौटा देता हूँ। जो देता ही नहीं, उसको मैं लौटाऊँ कैसे? मैं लौटा तभी सकता हूँ, जब कोई दे। इस स्त्री ने दिया ही नहीं था। इसकी नजर लौटाने पर लगी थी, अब यह कभी लौटने वाला नहीं। कभी-कभी तुम पहुँच भी जाओ गुरजिएफ जैसे लोगों के पास, तो तुम चूक जाओगे। कोई छोटी-सी बात तुम्हें चुका देगी। क्योंकि बुद्धि क्षुद्र को देखती है। उसका जाल बहुत छोटा है। छोटी-छोटी मछलियाँ पकड़ती है। जितनी क्षुद्र मछली हो, उतनी जल्दी पकड़ती है। विराट उससे चूक जाता है। हृदय का जाल बहुत बड़ा है, उसमें सिर्फ विराट ही पकड़ में आता है। तो जब तुम विराट को पकड़ने जाओ तो छोटा जाल लेकर मत जाना - ओशो.....

कौन सी धातु के बर्तन में भोजन करने से क्या क्या लाभ और हानि होती है

सोना - सोना एक गर्म धातु है। सोने से बने पात्र में भोजन बनाने और करने से शरीर के आन्तरिक और बाहरी दोनों हिस्से कठोर, बलवान, ताकतवर और मजबूत बनते हैं और साथ साथ सोना आँखों की रौशनी बढ़ता है।

चाँदी - चाँदी एक ठंडी धातु है, जो शरीर को आंतरिक ठंडक पहुँचाती है। शरीर को शांत रखती है। इसके पात्र में भोजन बनाने और करने से दिमाग तेज होता है, आँखों स्वस्थ रहती है, आँखों की रौशनी बढ़ती है और इसके अलावा पित्तदोष, कफ और वायुदोष को नियंत्रित रहता है।

काँसा - काँसे के बर्तन में खाना खाने से बुद्धि तेज होती है, रक्त में शुद्धता आती है, रक्तपित्त शांत रहता है और भूख बढ़ती है। लेकिन काँसे के बर्तन में खड़ी चीजे नहीं परोसनी चाहिए खड़ी चीजे इस धातु से क्रिया करके विषैली हो जाती है जो नुकसान देती है। काँसे के बर्तन में खाना बनाने से केवल ३ प्रतिशत ही पोषक तत्व नष्ट होते हैं। काँसे के बर्तन में खाना बनाने से केवल ३ प्रतिशत ही पोषक तत्व नष्ट होते हैं।

तांबा - तांबे के बर्तन में रखा पानी पीने से व्यक्ति रोग मुक्त बनता है, रक्त शुद्ध होता है, स्मरण-शक्ति अच्छी होती है, लीवर संबंधी समस्या दूर होती है, तांबे का पानी शरीर के विषैले तत्वों को खत्म कर देता है इसलिए इस पात्र में रखा पानी स्वास्थ्य के लिए उत्तम होता है। तांबे के बर्तन में दूध नहीं पीना चाहिए इससे शरीर को नुकसान होता है।



पीतल - पीतल के बर्तन में भोजन पकाने और करने से कृमि रोग, कफ और वायुदोष की बीमारी नहीं होती। पीतल के बर्तन में खाना बनाने से केवल १ प्रतिशत पोषक तत्व नष्ट होते हैं। लोहा - लोहे के बर्तन में बने भोजन खाने से शरीर की शक्ति बढ़ती है, लोहत्त्व शरीर में जरूरी पोषक तत्वों को बढ़ता है। लोहा कई रोग को खत्म करता है, पाँड़ू रोग मिटाता है, शरीर में सूजन और पीलापन नहीं आने देता, कामला रोग को खत्म करता है, और पीलिया रोग को दूर रखता है। लेकिन लोहे के बर्तन में खाना नहीं खाना चाहिए क्योंकि इसमें खाना खाने से बुद्धि कम होती है और दिमाग का नाश होता है। लोहे के पात्र में दूध पीना अच्छा होता है।

स्टील - स्टील के बर्तन नुकसान दायक नहीं होते क्योंकि ये ना ही गर्म से क्रिया करते हैं और ना ही अम्ल से। इसलिए नुकसान नहीं होता है। इसमें खाना बनाने और खाने से शरीर को कोई फायदा नहीं पहुँचता तो नुकसान भी नहीं पहुँचता।

एलुमिनियम - एल्युमिनियम बोक्साईट का बना होता है। इसमें बने खाने से शरीर को सिर्फ नुकसान होता है। यह आयरन और कैल्शियम को सोखता है इसलिए इससे बने पात्र का उपयोग नहीं करना चाहिए। इससे हड्डियाँ कमजोर होती हैं। मानसिक बीमारियाँ होती हैं, लीवर और नर्वस सिस्टम को क्षति पहुँचती है। उसके साथ साथ किडनी फेल होना, टी बी, अस्थमा, दमा, बात रोग, शुगर जैसी गंभीर बीमारियाँ होती हैं। एलुमिनियम के प्रेशर कूकर से खाना बनाने से 87 प्रतिशत पोषक तत्व खत्म हो जाते हैं।

मिट्टी - मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाने से ऐसे पोषक तत्व मिलते हैं। जो हर बीमारी को शरीर से दूर रखते थे। इस बात को अब आधुनिक विज्ञान भी साबित कर चुका है कि मिट्टी के बर्तनों में खाना बनाने से शरीर के कई तरह के रोग ठीक होते हैं। आयुर्वेद के अनुसार, अगर भोजन को पौष्टिक और स्वादिष्ट बनाना है तो उसे धीरे-धीरे ही पकना चाहिए। भले ही मिट्टी के बर्तनों में खाना बनने में वक्त थोड़ा ज्यादा लगता है, लेकिन इससे सेहत को पूरा लाभ मिलता है। दूध और दूध से बने उत्पादों के लिए सबसे उपयुक्त है मिट्टी के बर्तन। मिट्टी के बर्तन में खाना बनाने से पूरे 100 प्रतिशत पोषक तत्व मिलते हैं। और यदि मिट्टी के बर्तन में खाना खाया जाए तो उसका अलग से स्वाद भी आता है।

हमारे बुजुर्ग-हमारी सम्पदा (मार्ग -दर्शक हमारे वरिष्ठ नागरिक)

वरिष्ठ नागरिक परिचय पुष्प है जिसकी सुगंध से समाज को उनके अनुभवों द्वारा लाभान्वित किया जा सकता है। क्योंकि प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक एक स्वयं संस्थान है। जिसके द्वारा युवा पीढ़ी मार्गदर्शन प्राप्त कर विकास के पथ पर अग्रसर होगी। वरिष्ठ नागरिक फोरम सद्भावना समिति मेरठ का मिशन है। कि मेरठ के सभी वरिष्ठ नागरिकों की रचनात्मकता का सदुपयोग हो इसके लिए प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक का परिचय पत्र बनाये जायेगा तथा प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक को श्रम शिखर समाचार पत्र की वार्षिक सदस्यता प्रदान की जायेगी जिससे वे अपने अनुभव, रचनाएं (कविता, कहानी, लेख आदि) श्रम शिखर में प्रकाशन हेतु भेज सकें।

देखने का नजरिया है.. खूबसरत

कौन से "कपड़े" पहनूं जिससे मैं अच्छा लगूं ये तो हम हर रोज सोचते हैं पर कौन सा "कर्म" करूं जिससे मैं भगवान को अच्छा लगूं ये कोई कभी भी नहीं सोचता "तन की खूबसूरती एक भ्रम है..! सबसे खूबसूरत आपकी "वाणी" है। चाहे तो दिल "जीत" ले. चाहे तो दिल "चीर" दे..! इन्सान सब कुछ कॉपी कर सकता है.. लेकिन किस्मत और नसीब नहीं..!

खुद को सुधारने में इतना व्यस्त हो जाओ की किसी की गलतियां देखने के लिए आप के पास समय ही ना बेशक जिन्दगी की सुंदरता इस बात में नहीं है किहम कितने खुश रहते हैं, बल्कि इस बात में है कि कितने लोग हमसे खुश रहते हैं.. कितना खूबसूरत और नवीन है ये सवेरा, महकती कलियों और फिजाओं का बसेरा, नील गगन में प्यारे -से सूरज का पहरा, मंगलमय हो आप सभी को ये सुखद सवेरा

श्रम शिखर

बच्चों को सिखाएं उनकी विशेषता के अनुसार

चित्रकला:- बहुत से बच्चों को चित्रकला में बहुत रुचि होती है। वे हमेशा पेन्सिल या कलर पेन्सिल से कुछ न कुछ बनाते रहते हैं, अतः बच्चों को व्यस्त रखने का यह एक अच्छा माध्यम है किन्तु बिस्तर पर कोई प्लास्टिक की शीट अवश्य डाल दें, ताकि बिस्तर गन्दा न हो शतरंज, लूडो:- ये खेल मनोरंजक तो होते ही हैं, साथ ही इनमें कम से कम एक साथी की भी आवश्यकता होती है जिनसे उनका मनोरंजन होता है। वीडियो गेम:- आजकल इसका प्रचलन अधिक हो गया है। बच्चे इसमें ज्यादा रुचि लेने लगे हैं। इसको देखने से बच्चों का मनोरंजन तो होता ही है साथ ही वे अपनी बीमारी को भी भूल जाते हैं। बुनाई-कढ़ाई:- कुछ लड़कियां बुनाई-कढ़ाई में ज्यादा रुचि लेती हैं।

अतः उनके मन बहलाव के लिए बुनाई-कढ़ाई का सामान लाकर दें। अच्छे-अच्छे डिजाइन, प्रिंट उनके पास रखें, ताकि वे भी कोशिश करेंगे। किताबें व पत्रिकाएं:- कुछ बच्चे किताबें और पत्रिकाएं पढ़ने के बड़े शौकीन होते हैं। पत्रिकाओं और किताबों के अन्दर बने रंगीन चित्र उन्हें बड़े अच्छे लगते हैं। अतः उन्हें ऐसी किताबें या पत्रिकाएं अवश्य दें ताकि उनका मन बहल सके। खिलौना:- यदि बच्चा बहुत छोटा है तो कई तरह के खिलौनों द्वारा उसका मन बहला सकती हैं। इस प्रकार यदि आप बीमार बच्चे का मनोरंजन करती रहेंगी तो बच्चा ऊबेगा भी नहीं। स्वस्थ भी जल्दी होगा और आपके लिए कोई समस्या भी पैदा नहीं होगी।

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान



EDUCATION

शिक्षा कार्य- शिक्षा संबन्धित जानकारियों और विभिन्न कोर्सों के विज्ञापन हेतु आवश्यकता/उपलब्धता