





## स्वस्थ रहने के लिए फास्टफूड न खाएं बत्वे



कण्वधाटी में आयोजित कार्यशाला में बच्चों को बेहतर स्वास्थ्य की जानकारी देते चिकित्सक

**कोटद्वार :** भावर क्षेत्र के कण्वधाटी में स्वास्थ्य विभाग ने विद्यार्थियों को उन्हें स्वस्थ्य के प्रति जागरूक किया। कहा कि जीवन में स्वस्थ रहने के लिए विद्यार्थी फास्टफूड का उपयोग न करें।

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र कण्वधाटी की ओर से कार्यशाला का आयोजन किया गया। डा. अजय सिंह ने विद्यार्थियों को मौसम में होने वाली विभिन्न विद्यार्थियों को जानकारी दी। कहा कि वर्षामान में विद्यार्थियों का धूप में घूमने से बचना चाहिए। जितना हो सके पानी पाए। कहा कि यदि इस स्वस्थ रहने के ही हम बेहतर खेत व पर्दाई कर सकते हैं। स्वस्थ शरीर के लिए

## शतरंज प्रतियोगिता में हिमाली राणा और शुभम मैंदोला बने विजेता

### कोटद्वार महाविद्यालय की दो दिवसीय इंडोर गेम्स प्रतियोगिता सम्पन्न

सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता में सोनिया रही अवल जयन्त प्रतिनिधि।

**पौड़ी :** राजकीय सातकोतर महाविद्यालय थलीयांग में स्नायन विजान विभाग परिषद एवं आईक्यूएसी के संयुक्त तत्वावधान में सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्य डॉ. रेनू गानी बसल की देखेरेख में प्रतियोगिता आयोजित की गई। जिसमें स्नायन विजान विभाग के छात्र-छात्राओं ने प्रतिभा दिखाई। प्रतियोगिता में बीएससी तृतीय वर्ष की छात्राएं नेगी, बीएससी तृतीय वर्ष के छात्र शाक्तर सिंह एवं बीएससी प्रथम वर्ष सेमेस्टर के छात्र गैरव रावत क्रमशः पहले, दूसरे तथा तीसरे स्थान पर रहे। इस दौरान कक्ष निरीक्षक के रूप में डॉ. विकास प्रताप संचालन स्काउट गाइड के महत्व के बारे में बताया गया। जिसमें शिक्षकों ने विद्यार्थियों को स्काउट, गाइड के महत्व के बारे में बताया।

**जयन्त प्रतिनिधि**

**कोटद्वार :** डॉ. पौताम्बर दत्त बड्ड्वाल हिमालयन राजकीय सातकोतर महाविद्यालय कोटद्वार में दो दिवसीय इंडोर गेम्स प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। शतरंज प्रतियोगिता छात्राएं वर्ष में आलिया मंसूरी बीएससी कोटद्वार वर्ष में शुभम मैंदोला एमएससी चतुर्थ सेमेस्टर विजेता एवं प्रफूल कुमार बीएड प्रथम वर्ष उपविजेता हो। टेबल टेनिस प्रतियोगिता के विभाग प्रभारी डा. संजीव कुमार ने बताया कि इंडोर गेम्स के अंतर्गत बैडमिंटन, टेबल टेनिस, कैरम बोर्ड एवं शतरंज प्रतियोगिताएं आयोजित की गई। प्रतियोगिता का शुभारंभ करते हुए प्राचार्य प्रो. जानकी पंचान ने कहा कि स्वस्थ तन में ही स्वस्थ मस्तिक निवास करता है, इसलिए क्रीड़ा

विषय की विभाग के विभाग प्रभारी डा. संजीव कुमार ने बताया कि इंडोर गेम्स के अंतर्गत बैडमिंटन, टेबल टेनिस, कैरम बोर्ड एवं शतरंज प्रतियोगिताएं आयोजित की गई। प्रतियोगिता का शुभारंभ करते हुए प्राचार्य प्रो. जानकी पंचान ने कहा कि स्वस्थ तन में ही स्वस्थ मस्तिक निवास करता है, इसलिए क्रीड़ा

बेटे को बचाने के दौरान नदी में डूबा पिता, मौत पाटीसैंग के समीप नयार नदी में नहा रहे थे पिता-पुत्र

**कोटद्वार :** पश्चिमी नदी में डूब रहे बच्चे को बचाने के प्रयास में पिता की मौत हो गई। सूचना के बाद मौके पर पहुंचे स्थानीय लोगों ने पिता-पुत्र को नदी से बाहर निकाला। बेटे को बहारी की हालत में सतपुली हंस चिकित्सालय में भर्ती करवाया गया है। लद्दीनी संसार सिंह पाटीसैंग अपने की समीपसे उपविजेता व डैंओं की अधिकारी की अध्यक्षता में शमिल होने के लिए पहुंचे। गुरुवार दोपहर वह अपनी पत्नी व बेटे के साथ नयार नदी में धूमें गए हुए थे। कुछ देर बाद पिता-पुत्र नदी में नहाने लगे। नहाने के दौरान बेटा नदी की गहराई में चला गया। चिल्लने वर्ष बेटे के प्रबंधन लिया के लिए पहुंचे। गुरुवार दोपहर वह अपनी पत्नी व बेटे के साथ नयार नदी में धूमें गए हुए थे। लेकिन, गहराई में बह भी डूबने लगे। पत्नी के चीखने चिल्लने पर अपनास के लोग मौके पर पहुंचे और पिता-पुत्र को नदी से बाहर निकाला। पुलिस ने बताया कि घटना में संसार सिंह की हालत में भर्ती करवायी गयी थी। जबकि उनके 14 वर्षीय पुत्र को बेहोशी की हालत में अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

विद्यालय की प्रधानाचार्य

कहा कि जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए हमें धूर रोज नहीं चीजों को सीखना होगा। कहा कि छात्राओं को जीवन में सफल प्रदान करने के लिए प्रदान की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल कर उन्हें अनुशासन की साथ ग्राहकीत की शिक्षा देता है। जिससे विद्यार्थी में नैतिक गुणों का विकास होता है।

विद्यालय की प्रधानाचार्य

कहा कि जीवन में सफलता प्राप्त

करने के लिए हमें धूर रोज नहीं चीजों को सीखना होगा। कहा कि छात्राओं को जीवन में सफल प्रदान करने के लिए प्रदान की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल कर उन्हें अनुशासन की साथ ग्राहकीत की शिक्षा देता है। जिससे विद्यार्थी में नैतिक गुणों का विकास होता है।

विद्यालय की प्रधानाचार्य

कहा कि जीवन में सफलता प्राप्त

करने के लिए हमें धूर रोज नहीं चीजों को सीखना होगा। कहा कि छात्राओं को जीवन में सफल प्रदान करने के लिए प्रदान की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अपनाना अनुशासन को इंद्रियों में सामिल

करने की विद्यालय में सफल होने की अप









