पौष–माघ वि.सं. 2078
Pausa-Magha V.S. 2078

पौष–माघ शाके 1943
Pausa-Magha Saka 1943

अवकाश
09 गुरुगोबिन्द सिंह जयंती
26 गणतन्त्र दिवस

★ ऐच्छिक अवकाश
1 क्रिश्चियन नव वर्ष दिवस

@ दिनांक 30 जनवरी को पूर्वाह्न 11 बजे 2 मिनिट मौन रखें।

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
जनवरी, 2022 JANUARY

रविवार Sunday	@ १० **30** प्र. 13	१२ **2** अमावस्या	१९ **9** 7	२६ **16** 14	३ **23** 5
सोमवार Monday	११ **31** 14	१३ **3** पौष शु. 1	२० **10** 8	२७ **17** पूर्णिमा	४ **24** 6
मंगलवार Tuesday	७ **28**	१४ **4** 2	२१ **11** 9	२८ **18** माघ कृ. 1	५ **25** 7-8
बुधवार Wednesday	८ **29**	१५ **5** 3	२२ **12** 10	२९ **19** 2	६ **26** 9
गुरुवार Thursday	९ **30**	१६ **6** 4	२३ **13** 11	३० **20** 2	७ **27** 10
शुक्रवार Friday	१० **31**	१७ **7** 5	२४ **14** 12	माघ १ **21** 3	८ **28** 11
शनिवार Saturday	★ पौष ११ **1** पौष कृ. 14	१८ **8** 6	२५ **15** प्र. 13	२ **22** 4	९ **29** 12

पैरालम्पिक और राजस्थान

वीर भूमि राजस्थान पैरालम्पिक खेलों में वर्ष 2004 से परचम फहरा रहा है। वर्ष 2004 और 2016 में स्वर्ण पदक व वर्ष 2021 में रजत पदक जीत कर देवेंद्र झाझड़िया ने राजस्थान का नाम रोशन किया है। साथ ही वर्ष 2021 में राजस्थान की अवनी लेखरा ने एक स्वर्ण व एक कांस्य पदक, कृष्णा नागर ने एक स्वर्ण एवं सुंदर सिंह गुर्जर ने एक कांस्य पदक जीता।

फेस मास्क लगाओ – कोरोना को भगाओ।

माघ–फाल्गुन वि.सं. 2078
Magha-Phalguna V.S. 2078

अवकाश

माघ–फाल्गुन शाके 1943
Magha-Phalguna Saka 1943

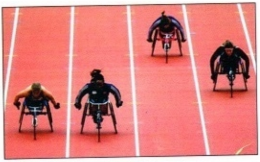
★ ऐच्छिक अवकाश

07 देवनारायण जयंती
14 विश्वकर्मा जयंती
15 स्वामी रामचरण जयंती
16 गुरु रविदास जयंती
23 गाडगे महाराज जयंती
26 महर्षि दयानन्द सरस्वती जयंती

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
फरवरी, 2022 FEBRUARY

रविवार Sunday	१० **30**	१७ **6** 6	२४ **13** 12	फाल्गुन १ **20** 4	८ **27** 11-12
सोमवार Monday	११ **31**	★ १८ **7** 7	★ २५ **14** प्र. 13	२ **21** 5	९ **28** प्र. 13
मंगलवार Tuesday	माघ १२ **1** अमावस्या	१९ **8** 8	★ २६ **15** 14	३ **22** 6	१० **1**
बुधवार Wednesday	१३ **2** माघ शु. 1-2	२० **9** 8	★ २७ **16** पूर्णिमा	★ ४ **23** 7	११ **2**
गुरुवार Thursday	१४ **3** 3	२१ **10** 9	२८ **17** फाल्गुन कृ. 1	५ **24** 8	१२ **3**
शुक्रवार Friday	१५ **4** 4	२२ **11** 10	२९ **18** 2	६ **25** 9	१३ **4**
शनिवार Saturday	१६ **5** 5	२३ **12** 11	३० **19** 3	★ ७ **26** 10	१४ **5**



पैरालम्पिक खेल: विश्व इतिहास में मानवीयता का सुंदर चेहरा

अन्तर्राष्ट्रीय खेल आयोजनों में से एक, ओलम्पिक खेलों जैसे ही पैरालम्पिक खेल, खेल की उदात्त भावना, जोश–ज़ज्बे और जुनून की त्रिवेणी में आयोजित किये जाते हैं। रोम में पहली बार 1960 में दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए ओलम्पिक –शैली के खेल आयोजित किए गए थे।

कृमि से छुटकारा, सेहतमंद भविष्य हमारा (राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस–8 फरवरी)

फाल्गुन–चैत्र वि.सं. 2078
Phalguna-Chaitra V.S. 2078

फाल्गुन शाके 1943
Phalguna Saka 1943
चैत्र शाके 1944
Chaitra Saka 1944

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
मार्च, 2022 MARCH

अवकाश
01 महाशिवरात्रि
17 होलिका दहन
18 धूलण्डी

★ **ऐच्छिक अवकाश**
18 शब–ए–बारात

रविवार Sunday	८ 27	१५ 6 4	२२ 13 10	२९ 20 2	६ 27 10
सोमवार Monday	९ 28	१६ 7 5	२३ 14 11	३० 21 3-4	७ 28 11
मंगलवार Tuesday	फाल्गुन १० 1 14	१७ 8 6	२४ 15 प्र. 12	चैत्र शाके 1944 १ 22 5	८ 29 प्र. 12
बुधवार Wednesday	११ 2 अमावस्या	१८ 9 7	२५ 16 13	२ 23 6	९ 30 13
गुरुवार Thursday	१२ 3 फाल्गुन शु. 1	१९ 10 8	२६ 17 14	३ 24 7	१० 31 14
शुक्रवार Friday	१३ 4 2	२० 11 9	★ २७ 18 पूर्णिमा	४ 25 8	११ 1
शनिवार Saturday	१४ 5 3	२१ 12 9	२८ 19 चैत्र कृ. 1	५ 26 9	१२ 2

दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा खेल आयोजन – पैरालम्पिक खेल

आज, पैरालम्पिक खेल टिकट बिक्री के मामले में दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा खेल आयोजन है, केवल ओलम्पिक खेल और फीफा विश्व कप ही उनसे आगे है।

दोनों खेलों के एथलीट एक ही खेल गाँव में रहते हैं और समान खानपान सेवाओं, चिकित्सा देखभाल और सुविधाओं का आनंद लेते हैं।

पर्यावरण के चार दुश्मन– जल, थल, वायु, ध्वनि प्रदूषण।

चैत्र वि.सं. 2078
Chaitra V.S. 2078
चैत्र–वैशाख वि.सं. 2079
Chaitra-Vaisakha V.S. 2079

अवकाश
02 चेटीचण्ड
10 रामनवमी
14 डॉ. अम्बेडकर जयंती
14 श्री महावीर जयंती
15 गुड फ्राइडे

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
अप्रेल, 2022 APRIL

चैत्र–वैशाख शाके 1944
Chaitra-Vaisakha Saka 1944

★ ऐच्छिक अवकाश
11 महात्मा ज्योतिबा फूले जयंती
14 वैशाखी
27 सैन जयंती
29 जुमातुल विदा

रविवार Sunday	27 ६	3 १३ 2	10 २० 9	17 २७ वैशाख कृ. 1	24 ४ 9
सोमवार Monday	28 ७	4 १४ 3	★ 11 २१ 10	18 २८ 2	25 ५ 10
मंगलवार Tuesday	29 ८	5 १५ 4	12 २२ 11	19 २९ 3	26 ६ 11
बुधवार Wednesday	30 ९	6 १६ 5	13 २३ 12	20 ३० 4	★ 27 ७ 12
गुरुवार Thursday	31 १०	7 १७ 6	★ 14 २४ प्र. 13	21 वैशाख १ 5	28 ८ प्र. 13
शुक्रवार Friday	1 चैत्र ११ अमावस्या	8 १८ 7	15 २५ 14	22 २ 6	★ 29 ९ 14
शनिवार Saturday	2 १२ चैत्र शु. 1 वि.सं. 2079	9 १९ 8	16 २६ पूर्णिमा	23 ३ 7-8	30 १० अमावस्या

टोक्यो पैरालम्पिक में भारत ने 5 स्वर्ण, 8 रजत और 6 कांस्य यानि कुल 19 पदक हासिल किये हैं। राजस्थान के अवनी लेखरा, देवेंद्र झाझड़िया, कृष्णा नागर व सुंदर गुर्जर ने अपने देश भारत और प्रदेश राजस्थान की माटी का गौरव बढ़ाया है।

पानी बचाओ, बिजली बचाओ, वृक्ष लगाओ, सबको पढ़ाओ।

वैशाख–ज्येष्ठ वि.सं. 2079
Vaisakha-Jyaistha V.S. 2079

वैशाख–ज्येष्ठ शाके 1944
Vaisakha-Jyaistha Saka 1944

अवकाश
03 परशुराम जयंती
03 ईदुलफितर (चाँद से)

★ **ऐच्छिक अवकाश**
16 बुद्ध पूर्णिमा

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
मई, 2022 MAY

रविवार Sunday	वैशाख ११ **1** वैशाख शु. 1	१८ **8** 7	२५ **15** 14	ज्येष्ठ १ **22** 7	८ **29** 14
सोमवार Monday	१२ **2** 2	१९ **9** 8	★ २६ **16** पूर्णिमा	२ **23** 8	९ **30** अमावस्या
मंगलवार Tuesday	१३ **3** 3	२० **10** 9	२७ **17** ज्येष्ठ कृ. 1-2	३ **24** 9	१० **31** ज्येष्ठ शु. 1
बुधवार Wednesday	१४ **4** 3	२१ **11** 10	२८ **18** 3	४ **25** 10	११ **1**
गुरुवार Thursday	१५ **5** 4	२२ **12** 11	२९ **19** 4	५ **26** 11	१२ **2**
शुक्रवार Friday	१६ **6** 5	२३ **13** प्र. 12	३० **20** 5	६ **27** प्र. 12	१३ **3**
शनिवार Saturday	१७ **7** 6	२४ **14** 13	३१ **21** 6	७ **28** 13	१४ **4**

भारतीय पैरालम्पिक समिति की अध्यक्ष दीपा मलिक का मानना है कि अधिक जागरूकता, वैज्ञानिक दृष्टिकोण और एथलीट केंद्रित नीतियों ने भारत को टोक्यो पैरालम्पिक में 19 पदक जीतने में मदद की है। लोग पैरा स्पोर्ट्स को एक प्रतिष्ठित मंच के रूप में देखते हैं, जहां वे आते हैं और खुद को सशक्त बनाते हैं और अपनी अक्षमताओं से परे क्षमताओं का निर्माण करते हैं।
दीपा मलिक पैरालम्पिक में मेडल जीतने वाली प्रथम भारतीय महिला हैं।

जब रखोगे पर्यावरण का ध्यान, तभी बनेगा अपना देश महान।

सत्यमेव जयते

अवकाश

02 महाराणा प्रताप जयंती

★ ऐच्छिक अवकाश

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
जून, 2022 JUNE

रविवार Sunday	८ **29**	१५ **5** 6	२२ **12** प्र. 13	२९ **19** 6	५ **26** प्र. 13
सोमवार Monday	९ **30**	१६ **6** 6	२३ **13** 14	३० **20** 7	६ **27** 14
मंगलवार Tuesday	१० **31**	१७ **7** 7	२४ **14** पूर्णिमा	३१ **21** 8	७ **28** 14
बुधवार Wednesday	ज्येष्ठ ११ **1** 2	१८ **8** 8	२५ **15** आषाढ़ कृ. 1	आषाढ़ १ **22** 9	८ **29** अमावस्या
गुरुवार Thursday	१२ **2** 3	१९ **9** 9	२६ **16** 2	२ **23** 10	९ **30** आषाढ़ शु. 1
शुक्रवार Friday	१३ **3** 4	२० **10** 10	२७ **17** 3-4	३ **24** 11	१० **1**
शनिवार Saturday	१४ **4** 5	२१ **11** 11-12	२८ **18** 5	४ **25** 12	११ **2**

देवेंद्र झाझड़िया

संकल्प और जीवटता के धनी राजस्थान के शेखावाटी क्षेत्र के चूरू जिले के देवेंद्र झाझड़िया अब तक न जाने कितने प्रदक अपने नाम कर चुके हैं। पैरा ओलम्पिक में भारत की तरफ से लगातार पदक जीतने वाले देवेंद्र एकमात्र खिलाड़ी हैं। देवेंद्र झाझड़िया को खेल रत्न, पद्मश्री व अर्जुन अवार्ड से भी सम्मानित किया गया है।

रक्तदान महादान, आपका रक्त दूसरों को दे सकता जीवन दान।

आषाढ़–श्रावण वि.सं. 2079
Asadha-Sravana V.S. 2079

आषाढ़–श्रावण शाके 1944
Asadha-Sravana Saka 1944

अवकाश
10 ईदुलजुहा

★ ऐच्छिक अवकाश
13 गुरु पूर्णिमा

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
जुलाई, 2022 JULY

रविवार Sunday	31 ९ 3	3 १२ 4	10 १९ 11	17 २६ 4	24 २ 11
सोमवार Monday	27 ६	4 १३ 5	11 २० प्र. 12	18 २७ 5	25 ३ प्र. 12
मंगलवार Tuesday	28 ७	5 १४ 6	12 २१ 13-14	19 २८ 6	26 ४ 13
बुधवार Wednesday	29 ८	6 १५ 7	★ 13 २२ पूर्णिमा	20 २९ 7	27 ५ 14
गुरुवार Thursday	30 ९	7 १६ 8	14 २३ श्रावण कृ. 1	21 ३० 8	28 ६ अमावस्या
शुक्रवार Friday	1 आषाढ़ १० 2	8 १७ 9	15 २४ 2	22 ३१ 9	29 ७ श्रावण शु. 1
शनिवार Saturday	2 ११ 3	9 १८ 10	16 २५ 3	23 श्रावण १ 10	30 ८ 2

अवनी लेखरा

राजस्थान में जयपुर की अवनी लेखरा दो पैरालम्पिक मेडल जीतने वाली पहली भारतीय महिला खिलाड़ी हैं। उन्होंने एक स्वर्ण और एक कांस्य पदक जीता। 19 साल की इस शूटर ने फाइनल में 249.6 अंक बनाकर यूक्रेन की इरिना शेटनिक के विश्व रिकॉर्ड की बराबरी की। अवनी को मेजर ध्यानचंद खेल रत्न से सम्मानित किया गया है।

न शौक ना मजबूरी, हेलमेट पहनना है जरूरी।

श्रावण–भाद्रपद वि.सं. 2079
Sravana-Bhadrapad V.S. 2079

श्रावण–भाद्रपद शाके 1944
Sravana-Bhadrapad Saka 1944

अवकाश
- 09 विश्व आदिवासी दिवस
- 09 मोहर्रम (ताजिया) चाँद से
- 11 रक्षाबंधन
- 15 स्वतंत्रता दिवस
- 19 श्री कृष्ण जन्माष्टमी

★ ऐच्छिक अवकाश
- 18 थदड़ी
- 31 गणेश चतुर्थी

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
अगस्त, 2022 AUGUST

रविवार Sunday	९ **31**	१६ **7** 10	२३ **14** 3	३० **21** 10	६ **28** भाद्रपद शु. 1
सोमवार Monday	श्रावण १० **1** 4	१७ **8** 11	२४ **15** 4	३१ **22** 11	७ **29** 2
मंगलवार Tuesday	११ **2** 5	१८ **9** प्र. 12	२५ **16** 5	भाद्र १ **23** 11	८ **30** 3
बुधवार Wednesday	१२ **3** 6	१९ **10** 13	२६ **17** 6	२ **24** प्र. 12	★ ९ **31** 4
गुरुवार Thursday	१३ **4** 7	२० **11** 14	★ २७ **18** 7	३ **25** 13	१० **1**
शुक्रवार Friday	१४ **5** 8	२१ **12** पूर्णिमा–भाद्रपद कृ.1	२८ **19** 8	४ **26** 14	११ **2**
शनिवार Saturday	१५ **6** 9	२२ **13** 2	२९ **20** 9	५ **27** अमावस्या	१२ **3**

WWW.JOBMET.IN

कृष्णा नागर

टोक्यो पैरालम्पिक में जयपुर के बैडमिंटन खिलाड़ी कृष्णा नागर ने दुनियाभर में भारत का नाम रोशन कर दिया है। एक्स SH–6 कैटेगरी में हुए रोमांचक मुकाबले में कृष्णा ने हांगकांग के चू मान केई को करारी शिकस्त देकर गोल्ड मेडल जीता है। कृष्णा ने साबित कर दिया है कि विराट प्रयासों से कोई भी लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। कृष्णा नागर को मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार से सम्मानित किया गया है।

भाद्रपद–आश्विन वि.सं. 2079
Bhadrapad- Asvina V.S. 2079

भाद्रपद–आश्विन शाके 1944
Bhadrapad- Asvina Saka 1944

अवकाश
- 05 रामदेव जयंती, तेजा दशमी एवं खेजड़ली शहीद दिवस
- 26 नवरात्रा स्थापना

★ ऐच्छिक अवकाश
- 01 संवत्सरी
- 09 अनन्त चतुर्दशी

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
सितम्बर, 2022 SEPTEMBER

रविवार Sunday	28 ६	4 १३ 8	11 २० आश्विन कृ. 1	18 २७ 8	25 ३ अमावस्या
सोमवार Monday	29 ७	5 १४ 9-10	12 २१ 2	19 २८ 9	26 ४ आश्विन शु. 1
मंगलवार Tuesday	30 ८	6 १५ 11	13 २२ 3	20 २९ 10	27 ५ 2
बुधवार Wednesday	31 ९	7 १६ 12	14 २३ 4	21 ३० 11	28 ६ 3
गुरुवार Thursday	★ 1 भाद्र १० 5	8 १७ प्र. 13	15 २४ 5	22 ३१ 12	29 ७ 4
शुक्रवार Friday	2 ११ 6	★ 9 १८ 14	16 २५ 6	23 आश्विन १ प्र. 13	30 ८ 5
शनिवार Saturday	3 १२ 7	10 १९ पूर्णिमा	17 २६ 7	24 २ 14	1 ९

सुंदर सिंह गुर्जर

जैवलिन थ्रोअर सुंदर सिंह गुर्जर ने F–46 वर्ग में ही भारत के लिए कांस्य पदक जीता। सुंदर सिंह गुर्जर ने 64.01 मीटर जैवलिन फेंका, जो इस सत्र में उनका सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन है। सुंदर को जैवलिन के अलावा डिस्कस थ्रो और शॉटपुट में भी पारंगत हासिल है। 2017 में दुबई में आयोजित इंटरनेशनल एथलेटिक्स ग्रां प्री में सुंदर ने इन तीनों ही स्पोर्ट्स में गोल्ड मेडल जीता था।

जल ही जीवन है, इसके बिना सब निर्जन है।

आश्विन–कार्तिक वि.सं. 2079
Asvina- Kartika V.S. 2079

अवकाश
- 02 महात्मा गांधी जयंती
- 03 दुर्गाष्टमी
- 05 विजय दशमी
- 09 बारावफात (चाँद से)
- 24 दीपावली
- 25 गोवर्धन पूजा
- 26 भैया दोज

आश्विन–कार्तिक शाके 1944
Asvina- Kartika Saka 1944

★ ऐच्छिक अवकाश
- 04 महानवमी
- 13 करवाचौथ

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
अक्टूबर, 2022 OCTOBER

रविवार Sunday	30 ८ 6	2 १० 7	9 १७ पूर्णिमा	16 २४ 6	23 कार्तिक १ 13
सोमवार Monday	31 ९ 7	3 ११ 8	10 १८ कार्तिक कृ. 1	17 २५ 7	24 २ 14
मंगलवार Tuesday	27 ५	★ 4 १२ 9	11 १९ 2	18 २६ 8	25 ३ अमावस्या
बुधवार Wednesday	28 ६	5 १३ 10	12 २० 3	19 २७ 9	26 ४ कार्तिक शु. 1
गुरुवार Thursday	29 ७	6 १४ 11	★ 13 २१ 4	20 २८ 10	27 ५ 2
शुक्रवार Friday	30 ८	7 १५ प्र. 12-13	14 २२ 5	21 २९ 11	28 ६ 3
शनिवार Saturday	1 आश्विन ९ 6	8 १६ 14	15 २३ 6	22 ३० प्र. 12	29 ७ 4-5

राज्य सरकार ने टोक्यो पैरालम्पिक में गोल्ड और ब्रांज मेडल जीतने पर अवनी लेखरा को चार करोड़, कृष्णा नागर को गोल्ड मेडल जीतने पर तीन करोड़, देवेंद्र झाझड़िया को सिल्वर मेडल जीतने पर दो करोड़ और सुंदर गुर्जर को ब्रांज मेडल हासिल करने पर एक करोड़ रुपये राशि से पुरस्कृत किया हैं।

अवकाश

08 गुरुनानक जयंती

★ ऐच्छिक अवकाश

सत्यमेव जयते

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
नवम्बर, 2022 NOVEMBER

रविवार Sunday	30 (८)	6 (१५, 13)	13 (२२, 5)	20 (२९, 11)	27 (६, 4)
सोमवार Monday	31 (९)	7 (१६, 14)	14 (२३, 6)	21 (३०, प्र. 12)	28 (७, 5)
मंगलवार Tuesday	1 (कार्तिक १०, 8)	8 (१७, पूर्णिमा)	15 (२४, 7)	22 (अग्रहायण १, 13-14)	29 (८, 6)
बुधवार Wednesday	2 (११, 9)	9 (१८, मार्गशीर्ष कृ. 1)	16 (२५, 8)	23 (२, अमावस्या)	30 (९, 7)
गुरुवार Thursday	3 (१२, 10)	10 (१९, 2)	17 (२६, 8)	24 (३, मार्गशीर्ष शु. 1)	1 (१०)
शुक्रवार Friday	4 (१३, 11)	11 (२०, 3)	18 (२७, 9)	25 (४, 2)	2 (११)
शनिवार Saturday	5 (१४, प्र. 12)	12 (२१, 4)	19 (२८, 10)	26 (५, 3)	3 (१२)

टोक्यो पैरालम्पिक खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाली जयपुर की अवनी लेखरा को 'बेटी–बचाओ, बेटी–पढ़ाओ' अभियान का ब्रांड एंबेसडर बनाया गया है। राजस्थान सरकार ने बालिका शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए यह अभियान चला रखा है। अवनी के माध्यम से समाज में बेटियों को पढ़ाने व आगे बढ़ाने के लिए सक्षम वातावरण का निर्माण होगा।

सत्यमेव जयते

अवकाश

25 क्रिसमस डे
29 गुरुगोबिन्द सिंह जयंती

★ **ऐच्छिक अवकाश**

18 श्री पार्श्वनाथ जयंती

राजस्थान सरकार
Government of Rajasthan
दिसम्बर, 2022 DECEMBER

रविवार Sunday	६ **27**	१३ **4** 12	२० **11** 3	★ २७ **18** 10	४ **25** 2-3
सोमवार Monday	७ **28**	१४ **5** प्र. 13	२१ **12** 4	२८ **19** 11	५ **26** 4
मंगलवार Tuesday	८ **29**	१५ **6** 14	२२ **13** 5	२९ **20** 12	६ **27** 5
बुधवार Wednesday	९ **30**	१६ **7** 14	२३ **14** 6	३० **21** प्र. 13	७ **28** 6
गुरुवार Thursday	अग्रहायण १० **1** 8-9	१७ **8** पूर्णिमा	२४ **15** 7	पौष १ **22** 14	८ **29** 7
शुक्रवार Friday	११ **2** 10	१८ **9** पौष कृ. 1	२५ **16** 8	२ **23** अमावस्या	९ **30** 8
शनिवार Saturday	१२ **3** 11	१९ **10** 2	२६ **17** 9	३ **24** पौष शु. 1	१० **31** 9

करत करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान, रसरी आवत जात ते, सिल पर पड़त निसान।

अर्थात निरंतर अभ्यास से जड़ भी जीवंत हो उठता है, कुएँ के पत्थर पर बार–बार रस्सी को खींचने से निशान पड़ जाते हैं।

सतत प्रेरणा, आत्मबल और निरंतर अभ्यास से दिव्यांग खेल जैसे दुरूह क्षेत्र में भी आगे बढ़–चढ़कर भाग ले रहें हैं और देश का नाम इतिहास में सुंदर अक्षरों में दर्ज कर रहे हैं। हमें उन पर गर्व है।

प्लास्टिक हटाओ–पर्यावरण बचाओ