ESTD : 1954

दिल्ली प्रिंटर्स एसोसिएशन

मासिक

समाचार पत्रिका

संपादक : एच. एल. खन्ना केवल सदस्यों के लिए निःशुल्क वितरण हेतु अंक: जनवरी 2019, मुद्रण: 31 जनवरी 2019

मदुरई में 13वां नेशनल एवार्ड फॉर एक्सेलेंस इन प्रिंटिंग समारोह सम्पन्न

एनएइपी पुरस्कारों में दिल्ली–नोएडा के विजेता प्रिंटर्स

13वें नेशनल अवार्ड फॉर एक्सेलेंस इन प्रिंटिंग, जो मदुरई में आयोजित हुए, इसमें दिल्ली–नोएडा के प्रिंटर्स बन्धुओं ने पुरस्कार जीते जो इस प्रकार हैं: अवंतिका प्रिंटर्स और डीपीए के कार्यकारिणी सदस्य श्री एम.एन. पांडे, रीटोमेट की श्रीमती पूजा राजपाल, प्रिंटमेन एसोसिएट्स के श्री संजय जैन, नियोगी आफसेट के श्री बी.डी. नियोगी, रेप्लिका प्रेस के श्री भुवनेश सेठ, एसआर इंडस्ट्रीज़ के श्री सुमित राघव, आनंद प्रिंटिर्स एंड पैकर्स के श्री मनोज मनचंदा, डॉट–एन–पिक्सल के श्री मनोज कुमार, क्वालिटी आफसेट प्रिंटर्स के श्री क्रिश चटवल, जे.जे. आफसेट प्रेस (नोएडा) के श्री सरवन जैन, कुमार लेबल्स के श्री अनुज भार्गव के अलावा अन्य प्रिंटर्स को भी सम्मानित किया गया।

SIDDHI VINAYAK PAPER TRADERS

Complete Paper & Board Solution Under One Roof

Deals in:

All Kinds of Indian & Imported Paper & Board

C-151, Okhla Industrial Area, Phase-I, New Delhi - 110020

Phone: 26815132, 26815025 • Mobile: 9811010712 • Email: info1siddhivinayak@gmail.com

ESTD : 1954

President
Mr. Rajesh Sardana
98100-31996

Imm. Former President
Mr. Rajiv Gupta
98117-01764

Vice-presidents
Mr. Ajay Sharma
8178429924

Mr. Meghraj Bhati
98103-52633

Mr. Prakash Dass
98187-24948

Hon. General Secretary
Mr. Mahinder Budhiraja
93122-41788

Joint-secretaries
Mr. Atul Goel
98100-03943

Mr. Puneet Talwar
98110-81291

Treasurer
Mr. Kewal Krishan Singhal
98111-15945

Executive Members
Mr. Ashok Aggarwal
Mr. Ashok Kumar Nandra
Mr. D. K. Vohra
Mr. Deepak Bhatia
Mr. M. N. Pandey
Mr. Mohd Mustaqeem
Mr. P. K. Chauhan
Mr. P. N. Kapur
Mr. Prashant Aggarwal
Mr. Prabir Kumar Mukherjee
Mr. Raghu Nandan Sharma
Mr. Sandeep Aggarwal
Mr. Sanjay Sharma
Mr. Shiv Mittal
Mr. Simranjot Singh Bhatia
Mr. Sunil Jain
Mr. Vijay Goel
Mr. Vijay Jain
Mr. Vikas Gaur
Mr. Vivek Jain

Executive Secretary
H.L. Khanna
9958043222

Delhi Printers' Association
Flat No. 26A,
Shanker Market,
New Delhi-110001
Tel. : 011-23414415
Telefax : 011-23412574
Email : delhiprinter@hotmail.com

सामान्य जानकारी

हर एक जीवन में बदलाव लाने वाले सॉफ्टवेयर क्या हैं

सॉफ्टवेयर क्या हैं ये शायद आपको बताने की जरुरत नहीं क्यूँ कि जो कोई स्मार्टफोन या कंप्यूटर इस्तेमाल करते हैं, वो इस शब्द से वाकिफ हैं। कुछ साल पहले की बात है जब मानव कंप्यूटर से वाकिफ हुआ, उस समय शायद आप छोटे बच्चे होंगे। किंतु कंप्यूटर के आने के बाद हमारी जिंदगी पूरी तरह से बदल गई। हम इतने आलसी हो गए हैं कि हम हर एक कार्य कंप्यूटर या फिर मोबाइल के द्वारा ज्यादा कर रहे हैं। इसमें हमारी कोई गलती नहीं हैं क्योंकि इसी कंप्यूटर से हमारी जिदगी आसान बन गई है. वैसे एक कंप्यूटर को देखा जाये तो यह बस एक इलेक्ट्रोनिक यंत्र ही होता है जो कि बहुत से ऑपरेशन एक साथ कर सकता है जैसे की बहुत से कार्य वो भी बहुत ही ज्यादा स्पीड में, जिसे शायद ही कोई सामान्य मशीन या हमारा इंसानी दिमाग कभी कर पाए। ये बहुत से फिजिकल और टेंजेबिल कंपोनेट से बनी हुई होती है जिसे की हम टच और फील कर सकते हैं, इन्हें हार्डवेयर कहा जाता है और ऐसे प्रोग्राम और कमांड जो कि इन हार्डवेयर को ड्राइव करती है, उन्हें साफ्टवेयर कहा जाता है।

आज हम कहीं से भी इंटरनेट के जरिये सारी जानकारी हासिल कर रहें हैं। हमने कॉपी में लिखना बंद कर दिया है। किताबों को पीडीएफ बना दिया गया. गाने को हम रेडियों की बजाए म्युजिक एप में सुन रहे हैं। फिल्मों को टीवी में नहीं मोबाइल एवं प्लेयर में देखते हैं. घर का नक्शा बनाने के लिए सीएडी को इस्तमाल करने लगे. चिठ्ठी कागज पे नहीं एमएसवर्ड पे लिखने लगे और व्हाटसअप का इस्तेमाल होने लगा है। चित्रकारी को हाथ में पेंसिल लेके करते थे लेकिन अभी हम एसएमवर्ड का उपयोग कर रहे हैं। नए स्थानों को ढूंढने के लिए मानचित्र की जगह गूगल मेप आ गए हैं।

आज यह सब संभव होने के पीछे एक ही राज है जिसको हम कहते हैं सॉफ्टवेयर. सीएडी, एमएसवर्ड, व्हाटसअप, एफबी ऐप, गूगल म्युजिक, एमएक्स प्लेयर, एमएस–प्रिंट, गूगल मेप, ये सब एक सौफ्टवेयर / एप्स ही तो हैं।

जैसे हमारे शरीर में हाथ, पांव, नाक, कान, आंखें हैं वैसे ही कम्प्यूटर दो चीजों से बना है एक हार्डवेयर और दूसरा सॉफ्टवेयर है।

आज के समय में जितने भी डिजिटल डिवाइस है जैसे मोबाइल, डेस्क टॉप, टेब, लैपटॉप, आदि इन सभी में सॉफ्टवेयर प्रोग्राम हैं।

सभी क्रोम, फोटोशॉप एमएसवर्ड, पेजमेकर कोरलड्रा आदि साफ्टवेयर ही हैं।

साफ्टवेयर को कभी भी हम हाथ से टच नहीं कर सकते हैं. क्यूंकि ये प्रोग्राम हैं। डेस्कटॉप पर जितने भी आइकन होते हैं वो सभी एक सॉफ्टवेयर हैं। हम कभी भी बिना सॉफ्टवेयर और ऐप के अपने कम्प्यूटर और मोबाइल को चला ही नहीं सकते हैं। बिना सॉफ्टवेयर के तो कम्प्यूटर ऑन भी नहीं होता है. अपने लैपटॉप और मोबाइल पर आप जो भी कुछ कार्य कर रहे हैं उन सभी के लिए यही सॉफ्टवेयर जिम्मेदार है।

वर्ष 2018–2019 के वार्षिक शुल्क के लिए सदस्यों से अनुरोध

जिन सदस्यों ने अपना वर्ष 2018–2019 का वार्षिक शुल्क अभी तक नहीं भेजा है उन्हें याद दिलाया जा रहा है कि अपना शुल्क स्वयं / कोरियर / डाक द्वारा शीघ्रअतिशीघ्र भेजने की कृपा करें। कुछ सदस्य ऐसे भी हैं जिनका वार्षिक शुल्क 2017–2018 का भी नहीं आया है, उन्हें फिर याद दिलाया जाता है कि लगातार दो वर्ष तक वार्षिक शुल्क न आने पर एसोसिएशन की सदस्यता स्वयं समाप्त हो जाती है।

यदि आप वार्षिक चंदा बैंक में सीधे जमा करना चाहते हैं तो संस्था के निम्नलिखित दो बैंक खातों में से किसी में भी जमा करवा सकते हैं तथा जमा करने के बाद संस्था को सूचित कर दें। बैंक का विवरण इस प्रकार है।

Delhi Printers' Association
Saving A/c No. 90042010031370
IFSC Code-SYNB0009004
Bank Name - Syndicate Bank

Delhi Printers' Association
OD A/C No. 0022414008455
IFSC Code-HDFC0CTJCBL
Bank Name-The Janata
Co-Operative Bank Ltd.

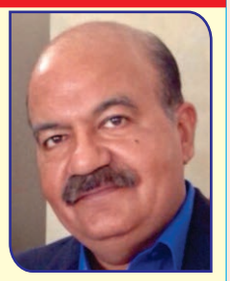
Printing, Processing and Binding Sponsored by

NIYOGI OFFSET

Beyond printing. We create impressions

D-78, Okhla Industrial Area, Phase-I, New Delhi-110020. (India)
Ph: 011 49327000, Fax: 011 26813830, 26810483
e-mail:niyogioffset@gmail.com,
www.niyogibooksindia.com

अध्यक्ष की कलम से



आजकल दिल्ली के प्रत्येक क्षेत्र में, चाहे वह रेज़िडैंशल हो, नॉन-कंफौर्मिंग हो अथवा औद्योगिक क्षेत्र हो, फैक्ट्री चलाना एक गम्भीर समस्या बन गया है। सुप्रीम कोर्ट द्वारा गठित मॉनिटरिंग कमेटी स्थानीय नगर निगमों की सहायता से तेज़ी से नॉन-कंफौर्मिंग क्षेत्रों में सीलिंग करके हज़ारों ईकाइयों को बन्द करके न केवल मालिकों अपितु कर्मचारियों की रोज़ी रोटी समाप्त कर रही है। जल, वायु तथा ध्वनि प्रदूषण के आधार पर डी.पी.सी.सी. तथा एन.जी.टी. द्वारा चलाए गये अभियान के तहत् औद्योगिक क्षेत्रों में सुचारू रूप से चल रही ईकाइयों को नोटिस देकर परेशान किया जा रहा है।

उद्योगपति तथा अन्य व्यवसायी इस प्रकार की कठिनाइयों से तो जूझ ही रहे हैं साथ ही दिल्ली सरकार ने दिल्ली में कार्य कर रही औद्योगिक एवं व्यापारिक ईकाइयों के सभी कर्मचारियों के मिनिमम वेज लगभग 40 प्रतिशत एक मुश्त बढ़ाकर उन्हें एक बड़ा झटका दे दिया। इस प्रकार के झटके को सहना सभी इकाइयों के लिए, विशेषकर छोटे तथा मध्यम वर्ग की इकाइयों के लिए, नामुमकिन होने के कारण न केवल व्यापारिक संगठनों अपितु औद्योगिक संगठनों की एसोसिएशनों द्वारा विरोध प्रकट किया गया तथा राहत पाने के लिए दिल्ली हाईकोर्ट का दरवाज़ा भी खटखटाया। कोर्ट ने तो सरकार के नोटिफिकेशन को रद्द कर दिया था परन्तु सरकार अड़ी रही तथा सुप्रीम कोर्ट से आर्डर लेकर 1.11.2018 से एक बार फिर बढ़े हुए वेतनमान लागू कर दिए।

सदस्यों की विभिन्न कठिनाइयों के मद्देनज़र डीपीए ने 13.12.2018 को कार्यकारिणी सदस्यों की एक विशेष बैठक बुलाई जिसमें दिल्ली के सीनियर लेबर एडवोकेट राज रिषी को आमंत्रित किया था तथा प्रश्नोत्तर काल में नये मिनिमम वेज के लागू होने से आने वाली परेशानियों के हल के लिए सलाह माँगी गई। लगभग दो घंटे की लंबी चर्चा के दौरान पूछे गए भिन्न भिन्न प्रश्नों के समाधान बताए गए जिनकी जानकारी सदस्यों के लाभ के लिए इसी अंक में दी जा रही है। साथ ही सुप्रीम कोर्ट के आदेशानुसार दिल्ली सरकार के लेबर डिपार्टमैन्ट द्वारा 11 जनवरी 2019 से पूर्व विभिन्न संस्थानों द्वारा नये वेतनमान तय करने के लिए माँगे गये नोटिस के उत्तर में डीपीए ने भी एक दमदार ज्ञापन भेज कर अपना विरोध प्रकट कर दिया है।

-राजेश सरदाना, अध्यक्ष

महासचिव की कलम से

जिन मध्यमवर्ग एवं बड़े मुद्रक भाइयों के यूनिटों में कर्मचारियों की संख्या अधिक होती है उन्हें इस बात का पूरा ध्यान रखना होता है कि उनके कारीगर, विशेषकर पूर्णरूप से कुशल कारीगर, अधिक वेतन तथा सुविधाओं के अवसर मिलने के कारण नौकरी छोड़कर किसी अन्य संस्थान में न चले जाएँ अन्यथा लम्बे समय की दी गयी ट्रेनिंग व्यर्थ चली जाएगी तथा एक बार फिर से नये कारीगर को उसी प्रकार की ट्रेनिंग पाने का समय देकर सुचारूरूप से काम लेना होगा। अतः ऐसे मुद्रक भाइयों को अपने कारीगरों पर भरोसा रखते हुए उन्हें अपने तरीके से कार्य करने की स्वतंत्रता देनी चाहिए। उनके अच्छे कार्य को मान्यता देकर उसकी सराहना करते रहना चाहिए ताकि वे अपने टारगेट से अधिक छपाई करते रहें तथा दूसरे कारीगर भी उनसे प्रेरणा लेकर अपने तरीके में बदलाव लाने का प्रयास करें। अपने यूनिट में अधिकतम तथा उत्तम गुणवत्तापूर्ण छपाई का उत्पादन लेने के लिए मालिकों को कर्मचारियों की सुख.सुविधा तथा सौहार्दयपूर्ण वातावरण बनाये रखना चाहिए। समय .समय पर समझदार कारीगरों से यूनिट की भलाई सम्बन्धी सलाह लेते रहना चाहिए। यदि किसी कारीगर को पारिवारिक परेशानी अथवा बीमारी के कारण पैसों की आवश्यकता पड़े तो यथासंभव सहायता करनी चाहिए ताकि चिन्तामुक्त कारीगर दिल से कार्य करता रहे। इसी प्रकार कर्मचारियों द्वारा पारिवारिक उत्सवों एवं अन्य कारणों से छुट्टी चाहिए तो आवश्यकतानुसार दे देनी चाहिए। कारीगरों की क्षमता के अनुसार उन्हें यूनिट में ही अपने से उच्च पद पर कार्य करने का प्रशिक्षण पाने का अवसर देकर पदोन्नति करनी चाहिए।

जिस प्रकार आजकल बड़े उद्योगों में कुछ विशेष कर्मचारियों को उनके द्वारा टारगेट से अधिक उत्पादन तथा मुनाफा देने पर कम्पनियाँ देश या विदेश घुमाने ले जाकर पुरस्कृत करती हैं उसी प्रकार प्रोत्साहन के रूप में मुद्रक भाई भी अपने कर्मचारियों को यूनिटों में ही योग तथा मैडिटेशन करने का अवसर दे सकते हैं तथा पिकनिक, पर्यटन आदि पर घुमाने ले जा सकते हैं। इस प्रकार के स्वास्थ्यवर्धक व मनोरंजक कार्यक्रमों द्वारा कर्मचारियों का उत्साह बना रहता है और वे ऐसी नौकरी छोड़कर दूसरे यूनिटों में जाने का विचार एवं प्रयास नही करते हैं।

-महिन्द्र बुद्धिराजा, महासचिव

Easeprint Solutions.com
Inspiring you for better Tomorrow

9818892321, 9818891112
info@easeprintsolutions.com
www.easeprintsolutions.com

OFFSET PRINTING ESTIMATION SOFTWARE
A Product developed by a PRINT PROFESSIONAL with Experience over THREE DECADES
●Estimation of Commercial & Packaging Printing ●Production ●Accounts ●Stock Inventory ●M.I.S.
A Complete ERP for Commercial & Packaging Printing

संशोधित न्यूनतम वेतन पर श्रम सलाहकार के साथ डीपीए द्वारा संवाद सत्र का आयोजन

दिल्ली में उद्योगों को चलाना दिनोंदिन कठिन होता जा रहा है। आवासीय और गैर–कन्फर्मिंग क्षेत्रों में काम करने वालों को अवैध घोषित किया गया है और उन्हें कम अवधि के नोटिसों पर सील किया जा रहा है। पहले डीपीसीसी और सीपीसीबी विभिन्न उद्योगों को प्रदूषणकारी उद्योग करार देने में सक्रिय थे, फिर एनजीटी अति–सक्रिय हो गया और अब नगर निगम और अन्य निकायों के माध्यम से सुप्रीम कोर्ट द्वारा नियुक्त निगरानी समिति ने ऐसे सभी उद्योगों को नोटिस देना और उन्हें सील करना शुरू कर दिया।

जैसे कि यह झटका पर्याप्त नहीं था, दिल्ली सरकार ने दिल्ली में न्यूनतम मजदूरी को संशोधित करके उद्योगों पर एक बार में 40 प्रतिशत की बढ़ोतरी की है, जो गैर–कुशल श्रमिकों के न्यूनतम स्तर पर 1,4,000/– निश्चित करता है। विभिन्न स्तरों पर व्यापारियों और उद्योगों के विभिन्न संघों के विरोध के बावजूद और यहां तक कि दिल्ली उच्च न्यायालय से राहत प्राप्त होने के बावजूद, नई मजदूरी 1 नवंबर, 2018 से लागू होना, उन व्यापारियों और उद्योगपतियों के लिए अराजकता पैदा करने वाला है जो लाभ के बहुत कम मार्जिन पर काम कर रहे हैं।

दिल्ली प्रिंटर्स एसोसिएशन प्रिंटर्स बंधुओं द्वारा सामना की जा रही गंभीर स्थिति से पूरी तरह से अवगत है, विशेष रूप से संशोधित न्यूनतम मजदूरी की बढ़ोतरी के कारण। इसलिए, 13 दिसंबर, 2018 को डीपीए ने अध्यक्ष श्री राजेश सरदाना की अध्यक्षता में एक विशेष कार्यकारी समिति की बैठक आयोजित की, जहाँ एक वरिष्ठ अधिवक्ता श्री राज ऋषि, जो श्रम मामलों के विशेषज्ञ हैं, को अपने साथ स्थिति को संभालने के बारे में प्रिंटरों को निर्देशित करने के लिए आमंत्रित किया गया था। श्रम मामलों में लम्बा अनुभव रखने वाले श्री ऋषि ने कहा कि वह नए वेतन के प्रतिकूल प्रभाव से अवगत हैं, लेकिन उच्चतम न्यायालय के आदेश के खिलाफ ज्यादा कुछ नहीं किया जा सकता

है। दिल्ली के श्रम विभाग द्वारा 14 नवंबर 2018 के सार्वजनिक नोटिस को लेकर अपनी इच्छा के अनुसार, डीपीए को 11जनवरी 2019, तारीख की अंतिम तिथि से पहले, श्रम आयुक्त को दिल्ली में भोजन, कपड़े और अन्य आवश्यक वस्तुओं की कीमतों के बारे में बाजार सर्वेक्षण के आधार पर अपना प्रतिनिधित्व प्रस्तुत करना चाहिए था। इस बिंदु पर जोर देने के लिए कि संशोधित मजदूरी जीवन की वास्तविक लागत के लिए अनुपातहीन है। डीपीए ने दिसंबर के अंत तक आवश्यक कदम उठाए।

मीटिंग में श्रम सलाहकार को बताया गया कि न्यूनतम वेतन 14,000/ – की वास्तविक राशि 17,000/– से अधिक है, जिसमें ईएसआई, पीएफ, बोनस और ग्रेच्युटी शामिल है। सदस्यों द्वारा उठाए गए सवालों के जवाब में, श्री राज ऋषि ने कहा कि 10 या अधिक श्रमिकों को रोजगार देने वाली इकाइयों में ईएसआई, पीएफ, बोनस और ग्रेच्युटी लागू होते हैं और एक बार इस प्रावधान को लागू किये जाने के बाद यदि कर्मचारियों की संख्या घटकर एक भी हो जाती है तो उन्हें निरस्त नहीं किया जा सकता है। इन वैधानिक आवश्यकताओं से बाहर आने की इच्छा रखने वाली ऐसी इकाई को अपनी इकाई को बंद करना होगा और एक नई इकाई को अलग नाम से शुरू करना होगा लेकिन 10 से कम श्रमिकों को काम पर रखना होगा। जब सदस्यों ने श्री ऋषि से नई मजदूरी के बोझ को कम करने के तरीके सुझाने के लिए कहा, तो उन्होंने कहा कि एक तात्कालिक उपाय के रूप में इकाइयां सरप्लस श्रमिकों की छंटनी पर विचार कर सकती हैं लेकिन कनिष्ठ–सबसे (अंतिम नियुक्त) कर्मचारी के साथ शुरू करके उसे

www.kumargraphics.com
E-mail: kumargraphics1@gmail.com
+91-9891798919
+91-9555088895

KUMAR Graphics

Sale-Purchase of Offset Printing, Post Press & Allied Machines
Spare Parts ⋆ Reconditioning ⋆ Repairing ⋆ Job Works

HEIDELBERG KBA MAN ROLAND ADAST SOLNA MITSUBISHI POLAR PERFECTA Stahl MÜLLER MARTINI HAMADA RYOBI

W/Off.: Plot No. 244, Nangli Sakrawati Industrial Area, Near Shri Ram Mandir, Najafgarh, New Delhi-110 043 (INDIA)

एक महीने का नोटिस या एक महीने की मजदूरी और अन्य देय राशि का भुगतान करके हटाया जा सकता है और यदि अतिरिक्त कार्यकर्ता को काम पर रखने की आवश्यकता है, तो अंतिम सेवानिवृत्त कार्यकर्ता को पहला मौका दिया जाना चाहिए।

एक सदस्य द्वारा उठाए गए बिंदु को स्पष्ट करते हुए कि क्या श्रमिक की शिक्षा या उसके पदनाम के आधार पर वेतन तय किया जाना चाहिए, श्री ऋषि ने कहा कि भले ही एक कार्यकर्ता स्नातक हो लेकिन वह एक गैर–कुशल कर्मचारी के रूप में काम करता है, उसे एक गैर कुशल सबसे कम वेतन वाला मजदूर माना जाएगा।

इसी प्रकार, यदि कोई अनपढ़ श्रमिक किसी कुशल ऑपरेटर के रूप में कार्यरत है, तो उसे अपना वेतन केवल पदनाम के आधार पर मिलना चाहिए।

किसी यूनिट में सेवा प्रदान करने वाले ठेकेदार के श्रमिकों के ईएसआई, पीएफ, ग्रेच्युटी और बोनस को संभालने या देने की जिम्मेदारी के बारे में एक प्रश्न के संबंध में, श्री ऋषि ने स्पष्ट किया कि ठेकेदार को काम पर रखने से पहले यूनिट को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि ठेकेदार को अनुबंध श्रम (विनियमन और उन्मूलन) अधिनियम के तहत विधिवत पंजीकृत किया गया है । ऐसे मामले में इन आवश्यकताओं का भार ठेकेदार पर होना चाहिए, लेकिन यदि ठेकेदार ऐसा नहीं कर रहा है, तो ऐसे भुगतान की जिम्मेदारी उस इकाई पर पड़ेगी जहां कर्मचारी अपने कर्तव्यों का पालन कर रहे हैं।

अंत में श्री ऋषि ने सदस्यों से कहा कि व्यवसायिक लोगों की हैसियत से उन्हें अपने हितों की सुरक्षा को पहली प्राथमिकता देनी चाहिए, लेकिन उन्होंने आगाह किया कि वे जो भी करें वह सही और कानूनी होना चाहिए। यदि कोई अपने प्रश्नों के स्पष्टीकरण के लिए उनसे संपर्क करता है तो उन्होंने डीपीए सदस्यों को मुफ्त सलाह देने की पेशकश की।

स्मृति शेष

बी. एन. पेपर कम्पनी के श्री अभय कुमार जैन के पिताजी श्री बी.सी. जैन के दुखद निधन पर एसोसिएशन अपनी संवेदनाएं और श्रद्धांजलि अर्पित करती है। ईश्वर से प्रार्थना है कि शोक संतप्त परिवार को यह असीम दुख सहने की शक्ति प्रदान करें।

स्मृति शेष

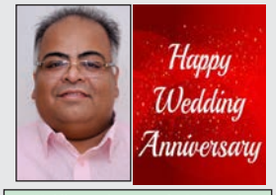
सरस्वती प्रिंटर्स के श्री तरुण दुर्गा के पिताजी श्री वी.पी. दुर्गा के दुखद निधन पर एसोसिएशन अपनी संवेदनाएं और श्रद्धांजलि अर्पित करती है। ईश्वर से प्रार्थना है कि शोक संतप्त परिवार को यह असीम दुख सहने की शक्ति प्रदान करें।

जन्मदिन और वैवाहिक वर्षगांठ की हार्दिक शुभकामनाएं

Mr. M. N. Pandey, Executive Member of DPA and Owner of Avantika Printers P. Ltd. on December 1, 2018

Mr. Kamal N. Chawla, Former President of DPA and Owner of Delite Card Products on December 28, 2018

Mr. Vijay Jain, E.C. member of DPA and owner of Paras Printers on January 18, 2019



Wedding anniversary of Mr. Deepak Arora, former President of DPA and owner of JMD Colour Scan on Dec 2, 2018

Wedding anniversary of Mr. Prashant Aggarwal, E.C. Member of DPA and owner of Sadhna Enterprises on Jan 31, 2019

ASC Avanti SALES CORPORATION
Authorised Dealers of: • TechNova • Siegwerk Inks • Huber Inks • Sakata Inks
Heidelberg CPC & Uflex Products
Head Office: L.G. 7,8,9, Usha Chamber, L.S.C. New Rajdhani Enclave, Vikas Marg, New Delhi-110092
Ph.: 22053788, 22534104, 42441020 • Mobiles: 9711817339, 9810046967
Email: ascppi@hotmail.com

मदुरई में एआईएफएमपी की 243वीं गवर्निंग कौंसिल मीटिंग की झलकियां

एआईएफएमपी की पत्रिका प्रिंटिंग टाइम्स् के नए अंक का विमोचन करते हुए पदाधिकारीगण एवं सम्पादक श्री अरविंद मर्डीकर

मदुरई में एआईएफएमपी के उपाध्यक्ष (उत्तर) और डीपीए के पूर्व अध्यक्ष श्री सुनील जैन का सम्मान करते हुए मेजबान पदाधिकारी

एआईएफएमपी द्वारा एनएईपी एवं 243वीं गवर्निंग कौंसिल मीटिंग के सफल आयोजन के लिए मदुरई डिस्ट्रिक्ट ऑफसेट प्रिंटर्स एसोसिएशन को स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया गया। चित्र में एआईएफएमपी एवं मेजबान संस्था के पदाधिकारीगण

RHINE SOLAR LIMITED

MANUFACTURERS OF SOLAR MODULES (10W - 325W)

THE SUN THAT NEVER SETS

Regd. Office: -
A-75/4, 2nd Floor,
Wazirpur Industrial Area
New Delhi - 110052
Ph.: - +91-11-45510515
+91-11-45501254

Sales Office: -
907,Aggarwal plaza-1,
Netaji Subash Palace,
Pitampura, New Delhi-110034
+91-11-45615111

Work: -
417, EPIP, Phase-III
Kundli Industrial Estate,
Sonepat, Haryana-131028
+91 130 2371331

Email : shiv@rhinesolar.in • Web : www.rhinesolar.in

बहुत से स्वास्थ्य लाभ देते हैं फल

नवीनतम शोधों से हमें कई फलों व सब्जियों के ऐसे विशेष गुणों की जानकारी हुई है जो पहले नहीं थी। फलों व सब्जियों में ऐसे एंटीआक्सीडेंट व विशेष तत्व छुपे हुए हैं जो हमें बहुत से स्वास्थ्य लाभ देते हैं। कई रोगों के इलाज में इनका प्रयोग किया जा रहा है। फलों व सब्जियों का सेवन कई रोगों से हमें सुरक्षा देता है। आइए जानें ऐसे कुछ विशेष फलों व सब्जियों के गुणों कोः—

पपीताः— पपीता मनुष्य के स्वास्थ्य के लिए टॉनिक का कार्य करता है। शायद यही कारण है कि इसकी गिनती श्रेष्ठ फलों में की जाती है। पपीते में पेपेन, विटामिन ए, व विटामिन सी प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। पपीता पेट के रोगों, आंखों के रोगों, जिगर, कब्ज आदि को दूर करता है व उदर शुद्धि के लिए लाभप्रद है।

गर्भवती व दूध पिलाने वाली महिलाओं के लिए इसका सेवन बहुत लाभकारी है। पपीते का प्रयोग उसके कच्चे व पके दोनों रूपों में किया जाता है। पपीता स्वास्थ्यवर्धक तो है ही, साथ ही सौन्दर्यवर्धक भी है। इसके टुकड़ों या गूदे को चेहरे पर लगाने से झुर्रियां व झाइयों से छुटकारा मिलता है। बवासीर रोग में भी इसका सेवन लाभप्रद है।

सेबः— यह तो हम सुनते ही आए हैं कि 'एन एपल अ डे, कीप्स द डॉक्टर अवे'। यह सत्य ही है। सभी फलों में से सेब एक अमूल्य फल है। हमारे शरीर में होने वाले शारीरिक व रासायनिक परिवर्तनों और कई अन्य कार्यकलापों में इसका सेवन महत्त्वपूर्ण लाभ देता है। पोषक तत्वों की दृष्टि से यह मिनरल व विटामिन का भंडार है। अनीमिया, कब्ज, डायरिया, सिरदर्द, उच्च रक्तचाप, हृदय रोगों, सिरदर्द, पेट व आंखों संबंधी कई रोगों के इलाज में भी इसका प्रयोग किया जाता है। एक शोध से यह भी सामने आया है कि सेब व सेब के रस में ऐसे रसायन पाए जाते हैं जो रेड वाइन व चाय की तरह ही लाभ देते हैं और हृदय रोगों से सुरक्षा देते हैं। इस शोध के अनुसार जो वयस्क प्रतिदिन दो सेब का सेवन करते हैं उसमें एल डी एल आक्सीडेशन में 20 प्रतिशत कमी पाई गई। हां, सेब का सेवन करते समय यह ध्यान रखना चाहिए कि खाली पेट इसका सेवन नहीं करना चाहिए। इससे अपच हो सकता है।

केलाः— केला एक ऐसा फल है जो इतने कम मूल्य में उपलब्ध है कि हर व्यक्ति इसे खरीद सकता है। यह एनर्जी का भंडार है। एक केले में अनुमानतः 100 कैलोरी की मात्रा होती है। इसमें प्रोटीन, विटामिन व मिनरल पाए जाते हैं। दूध के साथ इसका सेवन सम्पूर्ण आहार माना जाता है। आंतों संबंधी रोगों, डायरिया, पेचिश आर्थराइटिस, गाउट, अनीमिया, टी. बी.व एलर्जी आदि रोगों में इसका सेवन लाभप्रद है। पोटेशियम का उत्तम स्रोत होने के कारण उन व्यक्तियों को जिनकी किडनी फेल हुई हो, इसका सेवन नहीं करना चाहिए।

अनारः— अनार एक ऐसा फल है जिसे पचाना अन्य फलों की अपेक्षा आसान है। 100 ग्राम अनार अनुमानतः 65 कैलोरी की मात्रा देता है। बुखार व अन्य रोगों में इसका सेवन फायदेमंद होता है। जिगर, हृदय, गुर्दों के कार्यकलापों में भी इसका सेवन सुधार लाता है। भोजन से विटामिन ए की पूर्ति जिगर को करने में भी यह सहायक भूमिका निभाता है। इंफेक्शन खासकर टी. बी. से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता को इसका सेवन बढ़ाता है। बुखार, खुजली, गुर्दे में पथरी,दांतों व मसूड़ों संबंधी रोगों आदि के इलाज में इसका सेवन लाभ पहुंचाता है।

चुकंदरः— चुकंदर का रस जिगर को साफ करता है। रक्त को साफ कर विषैले तत्वों को बाहर निकलता है। यह कब्ज को दूर करता है और रक्तवाहिनियों की मजबूती के लिए भी इसका सेवन अच्छा है। रक्त संचार में सुधार करके कोलेस्ट्रोल के स्तर में कमी लाता है। अनीमिया में भी इसका सेवन फायदेमंद है।

संतराः— यह रसीले फलों में बेहद लोकप्रिय फल है और संतरे का रस तो प्रायः हर जगह उपलब्ध होता है। विटामिन ए, बी,सी, और कैल्शियम से भरपूर संतरा इनका उत्तम स्रोत है। इसमें मौजूद शर्करा रक्त में जल्द ही एब्सार्व हो जाती है इसीलिए इसे जैसे ही खाते हैं वैसे ही शरीर में एनर्जी उत्पन्न होती है। संतरे का नियमित सेवन सर्दी, इन्फलुएंजा आदि से सुरक्षा देता है। कब्ज व बुखार में भी इसका सेवन लाभप्रद है। कई नवीनतम शोधों से सामने आया है कि रसीले फलों का सेवन कई गंभीर रोगों से भी सुरक्षा देता है।

—सोनी मल्होत्रा

FALCON VACUUM PUMPS
Visit us at:
PRINTPACK INDIA 2019
from 1st-6th Feb 2019
India Expo Centre, Gr. Noida, NCR Delhi
Stall No. C34
Hall No. 5

D LV 1000 C DV
For Komori Offset

D LV 1000 C DVVL
For Heidelberg Double Color
Manufactured, Sold & Serviced by :
FALCON VACUUM PUMPS & SYSTEMS
98, Ram Saroop Industrial Complex,
Mujessar, Faridabad - 121 005, (Hr.) INDIA
Phone : +91-129-4022837, 4026023
Fax : +91-129-4022837
E-mail : info@falconpumps.com
Website: www.falconpumps.com

Dolphin COMPUTERS

COREL

SPECIAL OFFER

ONLY FOR PRINTER'S

CorelDRAW® GRAPHICS SUITE 2018

Offer Valid Till 27th Feb.2019

~~Rs.60,000~~*

Special Offer	Without Upgrade Protection	With 1 Year Upgrade Protection	With 2 Years Upgrade Protection
CorelDRAW 2018	39,950*	46,500*	53,000*

* 18% GST Extra

Terms and conditions

- Offer eligible only for the printers association - Members
- Offer Price applicable only for PO's issued during the Offer Period i.e. 1st - 27th Feb. 2019
- Offer will be available only with Corel Authorized reseller
- Members would have to issue formal PO with 100% advance payment
- If you want CorelDRAW Graphics Suite 2019 purchase with 1 year upgrade protection

Dolphin COMPUTERS

1209, 12th Floor, ITL Tower, B-8, Netaji Subhash Place, Pitam Pura, New Delhi -110034

9810020379, 9319516938, 01140107075, 27351016, 27355215

info@dolphincomputer.co.in

dolphincomputer.co.in