सीआरपीएफ समाचार

150 YEARS OF CELEBRATING THE MAHATMA

CENTRAL RESERVE POLICE FORCE

वर्ष 65 अंक 1 सितम्बर-अक्तूबर, 2018





माननीय गृहमंत्री श्री राजनाथ सिंह द्रुत कार्य बल के 26वीं वर्षगांठ के अवसर पर आर.ए.एफ. की प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए एवं साथ में श्री आर.आर. भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल



श्री राज्यवर्द्धन सिंह राठौर, माननीय युवा एवं खेल मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) को 11वीं अखिल भारतीय पुलिस बैडमिंटन चैम्पियनशिप के समापन समारोह पर श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल, स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए

मुख्य संरक्षक :
श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक

संपादकीय सलाहकार मण्डल

अध्यक्ष :
श्री प्रदीप कुमार सिंह,
पुलिस महानिरीक्षिक (आसूचना)

सदस्य : श्री धीरज कुमार, उप महानिरीक्षक (परिचालन–2), श्री एम. धिनाकरण, उप महानिरीक्षक (आसूचना), श्री राजेन्द्र प्रसाद, कमाण्डेन्ट (आसूचना), श्री निखिल रस्तोगी, कमाण्डेन्ट (परिचालन), श्री समीर कुमार श्रीवास्तव, कमाण्डेन्ट (कल्याण)

मुख्य संपादक :
डॉ. जी.सी. दाश
(जन संपर्क अधिकारी)

संपादक :
सत्येन्द्र सिंह (सूबेदार मेजर/हिन्दी अनुवादक)

संपादकीय सहायता :
जितेन्द्र कुमार (उ.नि./आशुलिपिक)
राम कुमार (स.उ.नि./मं.)

चित्र :
जन संपर्क फोटो सेल, महानिदेशालय और सीआरपीएफ यूनिट्स

संपादकीय कार्यालय :
महानिदेशालय, केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल, ब्लाक–1, केन्द्रीय कार्यालय परिसर, लोधी रोड, नई दिल्ली–110003
दूरभाषः 24360649

महानिदेशक सीआरपीएफ की ओर से मुद्रित और प्रकाशित :
मित्तल इण्टरप्राइजेज, 2076, गोकुलशाह गली, सीताराम बाजार, दिल्ली–06

आवरण चित्र : माननीय गृहमंत्री श्री राजनाथ सिंह को द्रुत कार्य बल के 26वीं वर्षगांठ के अवसर पर स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए श्री आर.आर. भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल

इस अंक में

रिपोर्ट

पृष्ठ संख्या

1. द्रुत कार्य बल का 26वाँ वर्षगाँठ 2
2. CRPF organizes 11th All India Police Badminton Championship 10
3. CRPF pavillion at International Security Expo-2018 12
4. CRPF organizes Workshop on National Mission on GeM 13
5. महानिदेशालय में हिंदी दिवस समारोह 14

झलकियाँ

6. महानिदेशक के दौरे 33
7. महानिदेशालय के कार्यक्रम 34
8. विविध कार्यक्रम 36
9. सिविक एक्शन प्रोग्राम 37
10. कावा कार्यक्रम 38

न्यूज

11. Pearl Jubilee Celebration in CRPF Public School, Rohini 39
12. Achievements 40
13. Promotion / Transfers / A Warm Salute to Martyrs 46

आर्टिकल

14. राष्ट्रीय एकता में सरदार वल्लभभाई पटेल का योगदान – प्रदीप कुमार सिंह, महानिरीक्षक(आसूचना) महानिदेशालय 16
15. Bike Ambulance : Saving Lives on Two Wheels – Sanjay A. Lathkar, IPS, Inspector General, Jharkhand Sector, CRPF 18
16. TELEMEDICINE – S. Raveendran, IPS, Inspector General, West Bengal Sector, CRPF 20
17. Golden Jubilee Re-union of 1968 Batch DAGOs in their Alma Mater (CTC, CRPF, Neemuch) A.N. Srinivasan, IGP (Retd), CRPF 22
18. देश भक्तिः भावना और जिम्मेदारी – राकेश कुमार, कमाण्डेन्ट–55 बटा. के.रि.पु.बल 27
19. अनियमित जीवनशैली की बीमारी, हाइपरटेंशन – डॉ. रविन्द्र कुमार, मुख्य चिकित्सा अधिकारी 28
20. तनाव के कारण एवं उपचार – डॉ. अनिल कुमार, मुख्य चिकित्सा अधिकारी 30
21. कर्म की गति – कृष्णा कुमार सिंह, उप निरीक्षक(मंत्रा0) महानिदेशालय 32

Medal & Accolades

22. DG's Disc & Commendation Letter Awardees 47

सीआरपीएफ समाचार एक द्विमासिक पत्रिका है। इसमें प्रकाशित किये जाने वाले विचार लेखकों के व्यक्तिगत विचार हैं। विभाग की नीति से इसका कोई सम्बन्ध नहीं है।
– मुख्य संपादक

द्रुत कार्य बल का 26वाँ वर्षगाँठ

07 अक्तूबर, 2018 को द्रुत कार्य बल (आर.ए.एफ.) ने अपना 26वाँ वर्षगाँठ मनाया। इस समारोह के मुख्य अतिथि माननीय गृह मंत्री श्री राजनाथ सिंह थे। मुख्य अतिथि के साथ श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक के.रि.पु.बल, श्री ओ.पी. सिंह, महानिदेशक, उत्तर प्रदेश पुलिस, श्री मो. जावेद अख्तर, अपर महानिदेशक (निर्माण), श्री अरूण कुमार, महानिरीक्षक, आर.ए.एफ., श्रीमती संयुक्ता भाटिया, महापौर, लखनऊ, उत्तर प्रदेश के मंत्री श्री मोती सिंह एवं स्वाती सिंह, उत्तर प्रदेश के विधायक सुरेश श्रीवास्तव एवं सुरेश तिवारी तथा अन्य वरिष्ठ अधिकारी एवं कार्मिक मौजूद थे।

माननीय गृह मंत्री ने परेड की सलामी ली। तत्पश्चात् परेड का निरीक्षण किया। परेड की अगुवाई श्री जितेन्द्र कुमार ओझा, कमाण्डेन्ट ने किया।



मुख्य अतिथि ने समारोह में 15 अधिकारियों एवं जवानों को वीरता पदक एवं 02 को सराहनीय सेवा पदक देकर सम्मानित किया।





माननीय गृह मंत्री ने आर.ए.एफ. परेड की भूरी–भूरी प्रशंसा की। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि तीन साल में देश से माओवाद/नक्सलवाद का पूरी तरह से सफाया हो जाएगा। 126 जिलों में फैला नक्सलवाद अब 10 से 12 जिलों में सिमट कर रह गया है। केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल ने कश्मीर में आतंकवाद को नियंत्रित करने के साथ ही पूर्वोत्तर राज्यों में उग्रवाद एवं एल.डब्ल्यू.ई. क्षेत्रों में माओवाद/नक्सलवाद पर नियंत्रण पाया है। 2018 में सीआरपीएफ ने 131 नक्सलियों को मार गिराया और 1278 जिंदा पकड़े, जबकि 58 नक्सली आत्मसमर्पण के लिए मजबूर हुए।



माननीय गृह मंत्री ने कहा कि सीआरपीएफ के जवान दुश्मनों और आतंकवादियों के सामने शौर्य की कहानी अपने जिस्म के खून से लिखते हैं। आरएएफ की सराहना करते हुए बोले, यह भारत की ऐसी फोर्स है, जिसमें बड़ी



भीड़ को नियंत्रित करने के लिए कम जवानों का इस्तेमाल किया जाता है। कश्मीर मसले पर मुख्य अतिथि ने कहा कि कश्मीर हमारा था, हमारा है और हमारा ही रहेगा। आगे उन्होंने कहा कि वहां के लोग भारत के अपने ही लोग हैं। इसलिए सीआरपीएफ को उनके बीच सूझबूझ के साथ काम करना होता है, लेकिन जब आतंकवाद की बात आती है, तो सीआरपीएफ उसका कड़ा जबाव देती

है। उन्होंने कहा कि हमारे सीआरपीएफ के जवान बड़ी संख्या में शहादत देते हैं। शहीद कमाण्डेन्ट प्रमोद कुमार एवं श्री चेतन चीता, कमाण्डेन्ट की बहादुरी की भी उन्होंने सराहना की और कहा कि 9 गोली लगने के बाद भी कोई लड़ता और जीता है उसका नाम है चेतन चीता।

के.रि.पु.बल की सराहना करते हुए माननीय गृहमंत्री ने कहा कि सीआरपीएफ की माँग प्रत्येक राज्य के मुख्यमंत्री करते हैं एवं सीआरपीएफ के रि–डिप्लायमेंट करने पर संबंधित राज्य जिसमें सीआरपीएफ तैनात है, इसे अपने राज्य में ही रखने का आग्रह करते हैं। अर्थात् सीआरपीएफ के जवानों ने भारत की जनता में अपना विश्वास पैदा किया है। उन्होंने कहा कि के.रि.पु.बल के जवान अपनी जिम्मेदारी समझते हैं और सिविलाईज्ड फोर्स के रूप में काम करते हैं और वे भीड़ नियंत्रित करने के लिए किस प्रकार व्यवहार करें और कितना बल का प्रयोग करें, अच्छी तरह से समझते हैं।

माननीय गृह मंत्री ने कहा कि इस बल के जवानों ने केरल के बाढ़ पीड़ितों को बड़ी संख्या में जान बचाई। असम में एन.आर.सी. के लिए भी वहाँ के मुख्यमंत्री ने सीआरपीएफ की सराहना की। भगवान जगन्नाथ पुरी का रथ यात्रा हो या सबरीमाला, सीआरपीएफ की माँग हमेशा रहती है।

सीआरपीएफ संयुक्त राष्ट्र मिशन के अंतर्गत शांति बहाली करने में अहम भूमिका निभाई और भारत का मस्तक दुनिया के नजरों में ऊँचा किया है।

आर.ए.एफ. शांति के समय जनमानस के बीच परस्पर विश्वास व तालमेल पैदा करने की कोशिश करती है। भारत सरकार द्वारा प्रायोजित सामाजिक कार्यक्रम जैसे स्वच्छता अभियान, बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ आदि कार्यक्रमों के लिए यह जनमानस में जागरूकता भी बढ़ाता है और यह बल पर्यावरण को संतुलित रखने के लिए अपने अधिकांश यूनिटों में सौर ऊर्जा का प्रयोग कर, के.रि.पु.बल. कैम्पस में प्लास्टिक की थैलियों का प्रयोग बंद कर और ई–रिक्शा का प्रयोग कर कार्बन उत्सर्जन में भी कमी लाने में भी सहायता करते हैं।

आरएएफ का गठन एक नजर में

रैपिड एक्शन फोर्स (आर.ए.एफ.) देश के सबसे बड़े अर्द्धसैनिक बल केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल का हिस्सा है। आरएएफ का गठन और उसका संचालन 7 अक्तूबर, 1992 से शुरू हुआ था। इसके गठन का मकसद देश के विभिन्न हिस्सों में दंगा रोकने या भीड़ को काबू करने के लिए कम से कम समय में उस स्थान पर पहुँचना और जल्द से जल्द कार्रवाई करना है।

पहले से स्थापित दस आरएएफ बटालियनों के बेस हैदराबाद, अहमदाबाद, इलाहाबाद, मुंबई, दिल्ली, अलीगढ़, कोयम्बटूर, जमशेदपुर, भोपाल और मेरठ में हैं। पिछले वर्ष सरकार ने 05 बटालियनों की मंजूरी दी थी, जिससे आर.ए.एफ. की कुल बटालियनों की संख्या 15 हो गई है। आर.ए.एफ. की अन्य 05 बटालियनें बनारस (उत्तर प्रदेश), मंगलूरू(कर्नाटक), जयपुर(राजस्थान), हाजीपुर(बिहार) तथा नूंह (हरियाणा) में प्रस्तावित है। 7 अक्तूबर, 2003 को राष्ट्रपति द्वारा आर.ए.एफ. को ध्वज प्रदान किया गया।

साम्प्रदायिक दंगों से निपटने के लिए इनकी तैनाती संवेदनशील क्षेत्रों में की गई है। यह विशेष अत्याधुनिक हथियारों एवं उपकरणों से सुसज्जित और आपात स्थिति में तुरन्त तैनाती के लिए सक्षम है। इसकी खास विशेषता यह है कि यह महिला दस्ता से युक्त हैं। आर.ए.एफ. ने हैती/कोसोबो/लाईबेरिया में संयुक्त राष्ट्र शांति मिशन के तहत कार्य किया।

2006 से 2015 तक संयुक्त राष्ट्र शांति रक्षक मिशन के तहत पहली बार महिला टुकड़ी की लाईबेरिया में तैनाती की गयी। यह शांतिकाल में सामाजिक एकता एवं सद्भाव को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न संवेदनशील परियोजनाओं एवं जागरूकता का भी कार्य करता है।

सीमा पर हो रहे हमलों पर माननीय गृह मंत्री ने कहा कहा कि पाकिस्तान अपनी हरकतों से बाज नहीं आ रहा है। आगे उन्होंने जवानों की शहादत पर कहा कि अब शहीदों के परिजनों को कम से कम एक करोड़ रूपये देने का प्रावधान किया गया है।

इस अवसर पर श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक के.रि.पु.बल ने कहा कि गृह मंत्रालय ने आर.ए.एफ. के लिए मेरठ में आर.ए.एफ. एकेडमी फॉर पब्लिक ऑर्डर (आर.ए.पी.ओ.) खोलने का निर्णय किया है। देहरादून में एक रेंज कार्यालय भी बनेगा, जो अन्तर्राष्ट्रीय प्रशिक्षण केन्द्र की तरह होगा।

श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल ने मुख्य अतिथि को स्मृति चिन्ह भेंट किया। श्री अरूण कुमार महानिरीक्षक आर.ए.एफ. ने धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत किया।







वीरता के लिए पुलिस पदक का वितरण



श्री किशोर कुमार, कमाण्डेन्ट



हवलदार अरूण कुमार



सिपाही मनीष कुमार यादव



सिपाही प्रदीप कुमार सिंह



सिपाही पठारे स्वपनिल हेमराज



श्री शंकर लाल जाट, सहायक कमाण्डेन्ट



श्री पंकज हुलू, सहायक कमाण्डेन्ट



हवलदार पंकज कुमार



सिपाही राम दुलारे

वीरता के लिए पुलिस पदक का वितरण



सिपाही बलराम टुड्डु



निरीक्षक सुब्रह्मण्यम जी0



सिपाही मोहम्मद अशर्रफ



सिपाही मनधीर सिंह



हवलदार कौशल कुमार



सहायक उपनिरीक्षक नन्द किशोर प्रसाद (सेवानिवृत्त)

सराहनीय सेवा के लिए पुलिस पदक का वितरण



श्री दीप कुमार चौधरी, उप महानिरीक्षक



डॉ. संजय कुमार, उप महानिरीक्षक

सर्वोत्तम ट्रॉफी का वितरण



श्री बी. जयकृष्णन, कमाण्डेन्ट, 105 आर.ए.एफ. बटालियन
शूटिंग एवं इन्डुरेंस के लिए आर.ए.एफ. की सर्वोत्तम ट्रॉफी प्राप्त करते हुए



श्री आर.डब्ल्यू. दावा, कमाण्डेन्ट, 102 आर.ए.एफ. बटालियन
लागत प्रभाव एवं वित्तीय अनुशासन की सर्वोत्तम ट्रॉफी प्राप्त करते हुए



श्री बी. जयकृष्णन, कमाण्डेन्ट, 105 आर.ए.एफ. बटालियन
आर.ए.एफ. की सर्वोत्तम प्रशासनिक ट्रॉफी प्राप्त करते हुए



श्री राज कुमार निगम, 101 आर.ए.एफ. बटालियन
आर.ए.एफ. की सर्वोत्तम परिचालन ट्रॉफी प्राप्त करते हुए

सांस्कृतिक कार्यक्रम





मनोरम प्रदर्शन एवं चित्र की झलकियाँ













CRPF organizes 11th All India Police Badminton Championship



A player is one who never settles after a defeat. It is the very nature of a player to accept challenges. Stating this in the concluding ceremony of the 11th All India Police Badminton Championship hosted by CRPF in the KD Jadhav Indoor Hall of IG Stadium Complex in New Delhi on 26th October, 2018, Shri Rajyavardhan Singh Rathore, Minister of State for Youth Affairs & Sports (Independent Charge) appreciated the fact that the police forces across the country are represented in this sporting event. He observed that any event including sporting event organized by the police forces becomes special. Welcoming the guests and participants Shri Rajeev Rai Bhatnagar, DG CRPF expressed his pleasure on the successful organization of the sports meet. He also thanked all the guests and participants.

Earlier Chief Guest of the occasion gave away trophies to the winner and runners up teams. He also felicitated some of the illustrious sports persons of CRPF who have excelled in international sporting event.

In the 5 days event while Mizoram Police became the Team Champion, CRPF was the runners up. A total of 399 players of 36 teams took part in this meet. These include 7 Central Armed Police Forces, 25 state police and others like CBI, IB etc. Similarly a total of 16 events and 387 matches were organised which includes Singles/Doubles/Mixed Double etc.







The 05 days Meet had been inaugurated on the 22nd September 2018, in which Shri Rahul Bhatnagar, Sports Secretary, Govt. of India was the chief guest. He said that the police personnel from across the country participating in sports in addition to performing their respective duties is quite commendable. Underlining the importance of discipline in sports, he said that the same discipline is already built into the forces which stand them in good stead in the field of sports as well. Referring to the unprecedented success of Indian Sports persons in the recently held International sporting events like the Commonwealth Games, Asian Games, Para Asian Games and Youth Olympics, Shri Bhatnagar said that the sporting ecosystem in the country is poised for a big change for the better. He expressed the hope that the country's sporting talent will bring more and more laurels to the country in the time ahead.

Earlier, welcoming the guests and the participants to the inaugural sporting meet, Shri Rajeev Rai Bhatnagar, DG, CRPF highlighted the sporting achievements of CRPF which includes 16 Arjuna Award, 01 Rajeev Gandhi Khel Ratna and 01 Padmashri. He appreciated the enthusiasm of all the participants who are taking part in this sporting meet. On the occasion a souvenir was also released by the Chief Guest.

The 10th AIPBC last year had been organized by the Kerala Police in Cochin, in which CRPF had won the trophy.





CRPF pavillion at International Security Expo-2018



CRPF set up a pavilion in International Security Expo-2018 held at Hall No. 12-A, ITPO Pragati Maidan. The expo was inaugurated by Hon'ble MoS MHA Shri Hansraj Ahir on 5th October 2018. The 70 square meter pavilion provides a glimpse of the duties, achievements, gallantry acts, training, weapons used by CRPF, and various theaters that CRPF works in. The pavillion was made on the theme of 'Sarvatra Vidyaman, Satat Gatiman' which translates into 'Present everywhere, perpetually moving'. The pavillion begins by paying tribute to the martyrs as one can clearly see the busts of martyrs even from outside of the pavillion. The pavillion depicts, various historical moments and a window into CRPF way into the life. A CoBRA commando with deep jungles in the background picture stands as major attraction for visitors to take selfies. While RAF, a specialised wing for Riot Control, displays its weapons and capabilities, a big screen continuously plays a video about the evolution of CRPF right from its day of inception in 1939.



CRPF organizes Workshop on National Mission on GeM



CRPF hosted a Workshop on GeM on 16.10.2018 at CRPF HQr, New Delhi organized by Ministry of Home Affairs (MHA) in co-ordination with Government e-Marketplace (GeM) to focus on unique features of the procurement needs of the CAPFs and other organizations under MHA. It is part of the 6 Weeks National Mission on GeM (6th September to 17th October 2018) announced by Ministry of Commerce with an aim to accelerate the adoption and use of GeM by Central Ministries, CPSUs, State Governments and their agencies (including organisations, PSUs, local bodies etc.).

The Workshop started with welcome address by Smt. Anupam Kulshreshtha, IPS, IG(Prov), CRPF followed by Lighting of the Lamp. Shri B.R. Sharma, Spl. Secy. (Border Management) was the Chief Guest of the Workshop. Sh. Rajeev Rai Bhatnagar, DG, CRPF, Sh. Deepak Mishra, SDG (HQr), CRPF, Smt. S. Radha Chauhan, CEO, GeM, Shri Vivek Bharadwaj, Joint Secretary(Police Modernization), MHA were the other important personalities who were present in the Workshop. Officers from MHA, GeM, CAPFs and other organizations under MHA attended the Workshop.

Sh. Paritosh Singhal, ACEO(GeM) presented a program overview and presented a presentation on Recent Enhancements on GeM. Sh. R.K. Thakur, DIG(Prov) on behalf of CAPFs presented a PPT on "Buyer Perspective on GeM". Further, "Challenges for sellers on GeM" was also discussed in the Workshop and participated by some firms. The points submitted by buyers and sellers were noted by GeM/MHA authority for further examination and implementation.

Before concluding the Workshop, a Panel Discussion was held among the participants that was very beneficial to all buyers and Sellers. The Workshop was telecast through Video Conference to all Zones and Sectors of CRPF.



महानिदेशालय में हिंदी दिवस समारोह

केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल मुख्यालय में दिनांक 14 सितम्बर, 2018 को हिंदी दिवस आयोजित किया गया। इस अवसर पर बल के महानिदेशक श्री राजीव राय भटनागर ने कहा कि हमारी राजभाषा नीति स्पष्ट है और हमारा यह सतत् प्रयास रहता है कि बल में अधिक से अधिक शासकीय कार्य राजभाषा हिंदी में किए जाएं। उन्होंने कहा कि हिंदी सर्वाधिक बोली जाने वाली भाषा है और इसका कार्यालयी कार्यों में जितना अधिक प्रयोग और उपयोग होगा, उतना ही राजभाषा हिंदी के उत्थान के लिए अच्छा रहेगा।



महानिदेशक के.रि.पु.बल से प्रथम राजभाषा रनिंग शील्ड प्राप्त करते हुए
श्री विजय कुमार, भा.पु.से. महानिरीक्षक, कोबरा सेक्टर

बल के महानिदेशक ने यह भी बताया कि अभी जो कम्प्यूटरीकृत प्रणालियां प्रचलित हैं, उनमें भी हिंदी के प्रयोग की समुचित व्यवस्था की गई है। बल में हिंदी का प्रयोग लक्ष्यों के अनुरूप हैं किंतु सेलो में हिंदी का प्रयोग अपेक्षा से कम है इसलिए भविष्य में तैयार की जाने वाली प्रणालियों में जो उपयोग लाए जाएं, वे द्विभाषी हों। हिंदी के प्रचार–प्रसार के लिए यह आवश्यक है कि शासकीय कामकाज में सरल और बोलचाल की भाषा प्रयोग की जानी चाहिए ताकि उसका भाव और अर्थ सबकी समझ में आ सके।

हिंदी दिवस के अवसर पर उन्होंने सेक्टर राजभाषा रनिंग शील्ड प्रतियोगिता में क्रमशः प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले कोबरा सेक्टर मुख्यालय, नई दिल्ली एवं मणिपुर एवं नागालैंड सेक्टर, इम्फाल को राजभाषा रनिंग शील्ड प्रदान की। इसी क्रम में अनुभाग राजभाषा रनिंग शील्ड प्रतियोगिता में क्रमशः प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले महानिदेशालय के



महानिदेशक के.रि.पु.बल से द्वितीय राजभाषा रनिंग शील्ड प्राप्त करते हुए
श्री राजेश कुमार, भा.पु.से. महानिरीक्षक, मणिपुर एवं नागालैंड सेक्टर



श्री राकेश सेठी, उप महानिरीक्षक (प्रशासन) महानिदेशालय को
हिन्दी दिवस पर प्रशस्ति–पत्र से सम्मानित करते हुए महानिदेशक के.रि.पु.बल

मंत्रालयिक एवं प्रशासन–2 अनुभाग को राजभाषा रनिंग शील्ड प्रदान की। राजभाषा नीति के कार्यान्वयन में अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए कोबरा सेक्टर मुख्यालय के श्री जितेन्द्र सिंह, सहायक कमाण्डेन्ट (राजभाषा) एवं बल मुख्यालय के राजभाषा अनुभाग में तैनात श्री मोहम्मद इकबाल खान, सहायक कमाण्डेन्ट (राजभाषा) को डीजी डिस्क एवं प्रशस्ति पत्र से सम्मानित कर उनका मनोबल बढ़ाया गया।

हिंदी दिवस/पखवाड़ा के दौरान आयोजित हिंदी कार्यशाला, हिंदी टिप्पण/आलेखन व हिंदी टंकण प्रतियोगिता में प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले विजेताओं को प्रशस्ति पत्र प्रदान किए तथा उनकी सफलता पर उन्हें हार्दिक बधाई दी। उन्होंने कहा कि अन्य कार्मिक भी इससे प्रोत्साहित होंगे और अपना अधिक से अधिक काम हिंदी में करने का प्रयास करेंगे, जिससे के.रि.पु.बल में हिंदी भाषा के प्रयोग और उपयोग में बढ़ोत्तरी होगी। इस अवसर पर बल के महानिदेशक ने सीआरपीएफ समाचार ''राजभाषा विशेषांक'' का विमोचन भी किया।



स.उ.नि./मंत्रा. नवीन मौर्य हिन्दी दिवस पर महानिदेशक के.रि.पु.बल से प्रशस्ति–पत्र प्राप्त करते हुए

बल के महानिदेशक ने हिंदी दिवस के अवसर पर सभी प्रतिभागियों तथा राजभाषा की नीति के कार्यान्वयन में महत्पूर्ण योगदान देने के लिए राजभाषा अनुभाग को उनके द्वारा किए गए सराहनीय और अच्छे कार्यों के लिए बधाई दी। उन्होंने आशा जताई कि आने वाले समय में भी बल के सभी अधिकारी एवं कर्मचारी अपना अधिक से अधिक काम हिंदी में करेंगे। अंत में उन्होंने सभी उपस्थित सदस्यों का हार्दिक धन्यवाद किया।



श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक के.रि.पु.बल एवं बल के वरिष्ठ अधिकारीगण हिन्दी दिवस के अवसर पर राजभाषा विशेषांक सीआरपीएफ समाचार जारी करते हुए

राष्ट्रीय एकता में सरदार वल्लभभाई पटेल का योगदान



प्रदीप कुमार सिंह
महानिरीक्षक(आसूचना) महानिदेशालय



लौह पुरूष सरदार वल्लभभाई पटेल का जन्म 31 अक्तूबर 1857 को गुजरात के गाँव करमसद में एक किसान परिवार में हुआ। बचपन से ही वे कर्मठ, स्वाभिमानी व दृढ़ विचारों वाले थे। यह उनके दृढ़ निश्चय का ही परिणाम था कि एक साधारण घर में जन्म लेने के बावजूद वे वकालत की डिग्री प्राप्त करने विदेश गए और वहां से प्रथम श्रेणी में वकालत पास करके भारत लौटे। धीरे–धीरे अपनी मेहनत और कुशाग्र बुद्धि के चलते उनका नाम गुजरात के प्रसिद्ध वकीलों में शुमार हो गया। कहते हैं कि व्यक्ति के जीवन में एक समय ऐसा भी आता है, जो उनके जीवन का टर्निंग प्वाइंट साबित होता है। जिससे जीवन में बदलाव आता है। जो लोग इस बदलाव के माध्यम से देश और समाज को बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। पटेल के जीवन में भी ऐसा समय तब आया, जब वे महात्मा गाँधी के सानिध्य में आए। महात्मा गाँधी से एक मुलाकात ने उनके जीवन और देश के परिदृश्य दोनों को बदल दिया।

स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद बनी पं0 नेहरू की सरकार में सरदार पटेल भारत के गृहमंत्री बने। इधर अंग्रेज भारत से चले तो गए, लेकिन जाते–जाते वे देश को बांटने की कुटिल चाल चल गए। मुस्लिम लीग और जिन्ना की महत्वाकांक्षाओं के कारण भारत का बंटवारा हो गया और पाकिस्तान बना। देश साम्प्रदायकि दंगों और अराजकता का शिकार हो गया। ये पटेल ही थे, जिन्होंने इस असाधारण स्थिति का बड़ी सूझ–बूझ और बुद्धिमता से सामना किया। उन्होंने देश में शांति व्यवस्था स्थापित करवाकर ही दम लिया। लेकिन ब्रिटिश सरकार ने एक और चालाकी भरी चाल भारत को क्षत–विक्षत करने के लिए चल दी थी। जाते–जाते वह यहाँ की देशी रियासतों को आत्म–निर्णय करने का अधिकार सौंप दिए। इसके तहत यह रियासतों के शासकों की इच्छा पर निर्भर था कि वे चाहें तो भारत अथवा पाकिस्तान में मिलें या स्वतंत्र रहें। भारत में शामिल होने वाली 550 से अधिक रियासतें थीं, जिनकी आबादी 8 करोड़ 65 लाख थी व क्षेत्रफल पाँच लाख वर्गमील था, ब्रिटिश सरकार की इस चाल से ये सभी रियासतें भारत से अलग होने का सपना देखने लगी। उस समय भारत की एकता को बड़ा खतरा पैदा हो गया था।

इस खतरे को भाँपकर पं0 नेहरू ने 13 जून 1947 को एक मीटिंग बुलाई। इस मीटिंग में बहुत वाद–विवाद के बाद यह निश्चय किया गया कि देशी रियासतों से बात करने के लिए एक नए विभाग की स्थापना की जाए। सरदार वल्लभभाई पटेल की अगुवाई में 5 जुलाई 1947 को इस विभाग की स्थापना हुई और श्री वी0पी0 मेनन को इस विभाग का सचिव बनाया गया। सरदार पटेल ने तुरंत रियासती राजाओं से बात की और उनकी समस्याओं को भी सुना। यह उनका राजनीतिक कौशल ही था कि उन्होंने अधिकांश राजाओं को भारत में शामिल होने के लिए तैयार कर लिया। 1 जनवरी 1948 को 23 रियासतें उड़ीसा में शामिल हुई। लेकिन कश्मीर, हैदराबाद और जूनागढ़ की रियासतें भारत में शामिल होने



से इनकार करती रही। कश्मीर के विलय का मुद्दा पं0 नेहरू ने अपने हाथों में लिया हुआ था। सरदार पटेल ने सबसे पहले जूनागढ़ का मुद्दा सुलझाने का काम किया। उन्होंने अपने देशभक्तिपूर्ण भाषणों से जूनागढ़ की जनता के मन में जगह बनाई। जूनागढ़वासियों ने भारत के साथ जाने का मन बना लिया, लेकिन वहां का नवाब इसके लिए तैयार नहीं हुआ। वह प्रजा की भावनाओं के विपरित पाकिस्तान के साथ जाना चाहता था। नवाब ने पाकिस्तान को विलय का आश्वासन भी दे दिया था। इसके चलते जूनागढ़ में जनविद्रोह हो गया, नवाब को पाकिस्तान भागना पड़ा और जूनागढ़ भारत में शामिल हुआ। इधर हैदराबाद का निजाम भी भारत में शामिल होने को तैयार नहीं था। पटेल ने बार–बार उनसे आग्रह किया और तमाम राजनीतिक तरीके अपनाए, लेकिन हैदराबाद का निजाम टस से मस नहीं हुआ। ऐसे में सरदार पटेल ने अपना लौहपुरूषत्व दिखाते हुए हैदराबाद पर सैन्य कार्रवाई आरम्भ करवाई। सितम्बर, 1948 को भारतीय फौजों ने हैदराबाद पर आक्रमण कर दिया और निजाम को घुटने टिकवा दिए। इस प्रकार करीब 83000 वर्ग मील क्षेत्र वाला हैदराबाद भारत का अंग बना।



''स्टेच्यू ऑफ यूनिटी'' को सलामी देते हुए कोबरा के जवान। विदित हो कि भारत के लौह पुरूष एवं प्रथम गृहमंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल के सम्मान में उनके जन्मदिवस 31 अक्तूबर 2018 को माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा विश्व की सबसे ऊंची प्रतिमा 182 मीटर ''स्टेच्यू ऑफ यूनिटी'' का उद्घाटन किया गया।

पटेल ने हैदराबाद विजय के साथ ही सभी रियासतों को भारत में विलय करवाने में सफलता हासिल की। यह एक ऐसी सफलता थी, जिससे सरदार वल्लभभाई पटेल की ख्याति देश की सीमाओं से बाहर निकलकर पूरे विश्व में छा गई। उनकी तुलना जर्मनी का एकीकरण करवाने वाले प्रिंस बिस्मार्क से की जाने लगी। पटेल के इस महान कार्य पर कृतज्ञता प्रकट करते हुए पं0 नेहरू ने संविधान सभा में कहा था, ''यह काम सरदार के बूते का ही था, मेरी देशी रियासतों के आंदोलन से सीधा संबंध रहा है। पर 6 महीने पहले मैं भी यह नहीं कह सकता था, जो आज सैंकड़ों साल पुरानी सामंतशाही उखड़ रही है, वह इतनी आसानी से उखड़ जाएगी। मैं समझता हूं कि टेढ़ी और कठिन स्थिति से निबटने के विषय में यह सभा मुझसे सहमत होगी कि हम सब पर मेरे मित्र तथा सहयोगी उपप्रधानमंत्री सरदार पटेल का आभार है''।

इस प्रकार सरदार पटेल अपने महान कार्यों के माध्यम से भारत की धरा को अजादी से पहले और आजादी के बाद भी गौरवान्वित करवाते रहे। दुर्भाग्य से 15 दिसंबर 1950 को उनकी मृत्यु हो गई, जिससे देश में अंधकार सा छा गया। उनकी मृत्यु पर लंदन के प्रसिद्ध समाचार पत्र ''मानचेस्टर गार्जियन'' ने लिखा था,'' पटेल के बिना न तो गाँधीजी के विचार ही क्रियात्मक रूप से इतना प्रभावशाली प्रमाणित होते और न ही नेहरू के आदर्शवाद को इतना विस्तृत क्षेत्र प्राप्त होता। वे स्वतंत्रता संग्राम के दिनों में इसका संगठन करते रहे और उन्होंने स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद नवभारत का निर्माण तथा संगठन किया। इतिहास में बहुत थोड़े ऐसे व्यक्ति मिलते हैं, जिनमें पटेल की तरह एक ही साथ एक सफल विद्रोही तथा राजनीतिज्ञ के गुण विद्यमान हों''।

यों तो पटेल स्वतंत्रता प्राप्ति के करीब ढ़ाई साल तक ही जीवित रह सके, लेकिन इन ढ़ाई सालों में उन्होंने देश को अखंड व अक्षुण्ण रखने के लिए जो सराहनीय कार्य किया, उसे अब तक याद किया जाता है। वे सच्चे अर्थों में देश की एकता के सूत्रधार थे।

Bike Ambulance : Saving Lives on Two Wheels



Sanjay A. Lathkar, IPS
Inspector General
Jharkhand Sector, CRPF

Jharkhand State has been facing the brunt of Naxalism ever since it was formed in the year 2000. Distinct topography of this region has a peculiar terrain which enabled the Naxals, a breathing space and an opportunity to flourish. They continued with their hostile propaganda in subsequent years, trying to influence innocent tribals with their confrontational ideology towards the system. To execute this violent rebellion, they deployed every possible deceit and deception to keep the inhabitants aloof from the mainland. This insulation from contemporary times typically meant that majority of the denizens had to struggle even for rudimentary amenities. Successive Governments have been trying to propagate the seed of development in these remote interiors, however they had to face armed hindrance at every stage, forcing the mechanism to progress in guarded steps.

Fundamental specification for any administrative machinery to penetrate effectively in detached locations is tangible connectivity. Now, connectivity being casualty in locked landscapes has restricted the implementation of community services such as electrification, transportation, education, mobile networking and health facilities. Efforts to speed up projects have been muzzled frequently by silencing the parties involved, either by intimidation or by shedding the blood. While a vacuum of other utilities is a cause of severe inconvenience, dearth of health infrastructure has often proven to be life threatening.

This void has been a prime reason for medical complications in pregnant women and infants amongst the local population. Apart from this, normal seeming innocuous infections, which are easily treatable, have frequently transformed into a fatal entity. Evacuation through regular ambulance has imminent limitations. It can't penetrate beyond a point through arduous geographical features. An ever looming threat of Improvised Explosive Devices is another worrisome affair for its safe passage. Since CRPF perpetually ventures into these whereabouts, we often have been a witness to these heart wrenching instances. Our first aid trained individual can offer little if condition of the patient is critically advanced. Although we frequently organize free checkups and distribute medicines during health camps, the precarious circumstances usually warrant immediate hospitalization.

Another crucial factor which emerges in forefront is when counter insurgency operations are underway. Operating incessantly in exasperating topography, emitting unremitting heat and humidity, has often led to instances of heat stroke, exhaustion and sickness. Moreover, exchange of fire is always round the corner in this battle of strategic





supremacy. Now, when bullets are flying and IEDs creating havoc, troops need to remain prepared for contingency of injuries and casualties. There arises a prompt need to evacuate distressed individual, either to base camp or to the nearest hospital. However, when a personnel sustains critical injuries, Chopper evacuation for treatment in multispecialty hospital becomes the need of the hour. To execute it, primary challenge is to shift him from Ground Zero to the nearest helipad.





This is when the necessity of restructuring Bike into an Ambulance originated. Since bike is a freely traversing robust vehicle, which can easily maneuver through majority of the routes, a routine model was ingenuously modified by Jharkhand Sector CRPF. A foldable canopy has been attached over the rear seat to provide head cover for the patient who shall be carried as pillion rider. It is eclectically designed, ensuring distinct emphasis on back rest, hand rest, foot rest having grip and seat extension to suit any patient, be conscious, semi or unconscious. A pair of seat belts can be fastened around the patient to keep the individual steady and comfortable. A First Aid Box with general medicines is placed behind to cater for an en route exigency. It has also been provided with specially designed beacon light and hooter.

We were fortunate to have launched this yeoman service in the presence of thousands of villagers, CRPF and Police Officers on 30.10.2018 at the Matlong Camp of 133 Battalion CRPF in Latehar district of Jharkhand. We hope this specifically designed Bike Ambulance shall come handy in Saving Lives of those who are in dire medical exigency. Encouraged by the magnificent product that has evolved, we are now in the process of developing one bike each, for all our 20 GD Units, which will be placed in our remote locations to take care of any eventuality.

We are not doctors in white apron who actually save lives. We are just simple men in Khaki being a medium of saving lives. This is not an engineering marvel. This is just an attempt to improvise the resources to assist the mankind in medical misery.





TELEMEDICINE

Mens sana in corpore sano is a Latin phrase that translates into “a sound mind in a sound body.”

To ensure an alert mind and an agile body, a force person requires both nutritious food, and immediate medical attention. When both are made available to the forces deployed far away from their battalion headquarters, the morale and motivation level does improve.

In the same way availability of a doctor in times of need plays a vital role in boosting the confidence level of a sick person, psychologically. Physical presence of the doctor does help both the patient and doctor. In CRPF, we have only 01 Doctor and 2-3 paramedic staff posted in a service Battalion to take care of 1100 odd personal deployed in far flung areas. And one doctor cannot be present at all locations on a daily basis. In the areas of SOZ, movement of doctors are further restricted for safety reasons. Doctors do visit their Coy locations at frequent intervals but, a big but, depending upon their availability (most of the time they are deployed or deputed for several other duties outside their AOR), permission from their Commandant to visit the Coys and of course availability of logistic support. Explanations and justifications whatever may be but the man in the field doesn’t get immediate medical attention when in need.

To tackle this situation CRPF has trained many constables in first aid to provide immediate medical assistance in the absence of doctor/ trained medical staff. Though they are giving the first aid but they are not commanding the faith of the patient which causes a dent in the psychological satisfaction of the treated. As the first aid trained personnel are also from the GD cadre, it is observed, they fail to command confidence and respect of their fellow colleagues at Coy level. There are instances, may be very few, where the sick force personnel for lack of confidence on the first aid trained personnel do not take the administered drug. Thereby resulting in LMC, starting from phases to permanent nature.



S. Raveendran, IPS
Inspector General
West Bengal Sector, CRPF

In West Bengal Sector we made an attempt to use the available technology in the form of ‘TELEMEDICINE’ project to address this issue. This project narrowed the gap between the doctor and paramedic with patient and first aider. In telemedicine, the Company personnel in far flung remote areas got connected to the Battalion headquarter (Doctor/ Medical staff) with a video conferencing through skype, WhatsApp or any other apps. The Doctor or the paramedic see the patients, listen directly to their problems and prescribe the medicines and other precautions directly to the patients. This ensured the patients a direct communication with their doctor whenever they are in need. Even otherwise a weekly time table was prepared where on fixed days and time doctors communicate through telemedicine facility with their jawans. The doctors not only listen to the problems in emergency, but also regularly they are listening to the patients, briefing the Coy personnel and first aid trained personnel.

Commandant 232(M) Bn Smt. Siam Hoiching Mehra was assigned to introduce it as a pilot project with Dr. P. Mohan Raju and Dr. E. Greeshma Tejashwi. Their persistent efforts, sincerity and dedication, made it a huge success within two months. After the success and acceptance among the personnel, this project was pressed to service in all other six Battalions of this OPS sector. This

became an e-learning cum e-treatment project of this Sector. Till September 2018 a total of approx 1400 patients treated in 7 Bns deployed in this OPS sector through telemedicine apart from the medical briefings on health issues by the doctors. This also helps to reduce LMC cases to a large extent. Following are some of the benefits of the telemedicine projects:-

1. This proves to be very beneficial for early detection and diagnosis of various diseases in its initial stage by the unit doctor. And after proper medication and guidance this not only save the life, but also generate confidence among the personnel, first aider and the doctor.

2. In the sector the doctors are now feeling that they are just not "referral doctors" or annual medical examination doctors, rather they are feeling proud and gaining confidence as the force personnel have started gaining confidence and trust on them.

3. The morale and motivation level of the company personnel and also the first aid trained personnel posted in the company is on the rise.

4. Sometimes some bodily symptoms confuse the first aid trained personnel and the patients to identify the problems. But with the help of this project the doctor could properly identify the illness and prescribe medicines on time.

5. At company level medicines are available, but proper prescription were lacking earlier. Through this project right advice of drugs has become possible.

6. All the LMC patients are now directly in contact with the Unit medical officer and paramedic. This helps the LMC cases for proper follow up treatment and evaluation of all these cases. The doctors are also taking interest in all the LMC cases there by a trend in decline of LMC cases is being witnessed.

7. This project develops bondage between the unit medical with the Coy personnel.

Taking note of the positive feedback from both the doctors and the company personnel, I strongly recommend that we can extend this type of service throughout the length and breadth of deployment of our forces. The same facility is also being used to address the medical issues of the locals, thereby winning their hearts and minds.



The Doctor is interacting with personnel deployed in far-flung area

Golden Jubilee Re-union of 1968 Batch DAGOs in their Alma Mater (CTC, CRPF, Neemuch)



A.N. Srinivasan
IGP (Retd), CRPF

As I belong to 1968 Batch of DAGOs of CRPF (9th Batch), I thought of reaching the readers of CRPF Samachar through this article to highlight our Basic Training at CTC,CRPF, Neemuch (our Alma Mater in CRPF), the Premier Training Institution of CRPF established in 1960, our long journey in CRPF and the Golden Jubilee Re-union of our Batch at CTC, CRPF, Neemuch on 31st October 2018 which is the Birth Anniversary Day of Sardar Vallabbhai Patel, the first Home Minister of Independent India who foresaw the future role of CRPF as the right arm of the Govt. of India and vehemently fought against the demand from some people to disband CRP and retained it after re-christening it as Central Reserve Police from its original name Crown Representative's Police given by the British Government.

Soon after deciding to organize the Golden Jubilee Re-union of our Batch at our Alma Mater, CTC, CRPF, Neemuch, I wrote a DO letter to Shri Rajeev Rai Bhatnagar, IPS, Director General, CRPF requesting him to help us in organizing our Golden Jubilee Re-union in a befitting manner by issuing appropriate instructions to all concerned. The DG CRPF was very kind to get suitable instructions issued to IGP/Principal, CTC, CRPF, Neemuch through IGP (Trg) Directorate General, CRPF. All officers of 1968 Batch shall remain indebted to the DG CRPF for this kind gesture.

The officers of 1968 Batch were allotted to different Bns of CRPF deployed all over the country as all the CRPF Bns, at that time, were functioning in un-attached pattern with Bn HQrs at specific places such as Ajmer (Raj), Deoli(Raj), Neemuch (M.P), Kishangarh (Raj), Rampur(U.P), Hyderabad(Telengana) etc with Dett HQrs in the area of deployment of Coys. Most of us were posted to Bns which were earlier India Reserve Battalions





(IR Bns) and merged into CRPF on 01/04/1968. For example 18 Bn CRPF was Tamil Nadu Special Police Bn, 19 Bn CRPF was Malabar Special Police Bn, 20 Bn CRPF was Punjab Armed Police Bn, 21 Bn CRPF was Bihar Military Police Bn. Like this from 18 Bn CRPF to 52 Bn CRPF most of the Bns were old IR Bns barring 33,34,47,48,49,50,51 and 52 Bns under raising. While we were under training the Group Centre scheme was introduced with effect from 1st August 1968 and four Bns were attached to each Group Centre thus making the Duty Bns to function in attached pattern. Shri V.G. Kanetkar, IP was the first independent IGP of CRPF when we joined CRPF during June 1968 and he was elevated to the rank of DG, CRPF during August 1968. As the first DG of CRPF he visited Neemuch when we were under training and checked our training. When I again met him in 2005, during CRPF Anniversary Celebrations, in his room in the Officers' Mess, Jaradokalan and introduced myself as an officer of 1968 Batch he said "Yes, I have visited you people during your training in Neemuch" which shows the value/place 1968 Batch had with our first DG.

We were 25 officers in 1968 Batch. They were Shri Mukhtiar Singh, Shri Stanley Constantine, Shri S.K. Yadav, Shri Ramendra Dixit, Shri K.K. Mehta, Shri Sant Parkash Singh, Shri Balwant Singh, Shri Molak Singh Sidhu, Shri K.D. Pachori, Shri Anoop Singh Rathore, Shri Sarvjit Singh Sandhu, Shri Jit Singh Chauhan, Shri C.M. Bahuguna, Shri N. Venkata Samy, Shri M.C. Joseph, Shri A.N.Srinivasan, Shri R.C. Shahi, Shri A.C. Seetharam, Late R.P. Singh Bhadoria, Late S.N. Mathur, Late Pratap Singh Rathore, Late Ramchander, Late Bhupinder Singh, Late Ram Kumar Vats and Late N.P. Datta.

The Basic Training for DAGOs at CTC CRPF Neemuch started in the year 1967 and the DAGOs of 7th and 8th Batch were trained during 1967. There was a gap of 3 months only between 7th and 8th Batch. Prior to 1967 the DAGOs of CRPF right from 1961 Batch (First Batch) used to be trained along with IPS Probationers in Central Police Training College, Mt. Abu (Rajasthan). All are aware that during 1975, all the infrastructures of Central Police Training College in Mt Abu were taken over by CRPF as ordered by the Govt. of India and Internal Security Academy of CRPF was established there. The training of IPS Probationers was, therefore, shifted to the newly established Sardar Vallabbhai Patel National Police Academy, Hyderabad.

During June 1968, when we reported for Basic Training at CTC, CRPF, Neemuch, the Principal was Lt. Col. (Retd) Umrao Singh. The Vice-Principal who was of the Rank of Asstt. Comdt (Now called Dy. Comdt) was Shri K.L. Dubey, an officer who came to CRPF from Rajasthan Police and got absorbed in CRPF (He rose upto the rank of DIGP and retired). Within a month or so Shri K.L Dubey was transferred to 2 Bn CRPF from where Shri K.R.K. Prasad, a DAGO of 1961 Batch was posted to CTC CRPF Neemuch as Vice-Principal. The Basic Training of our Batch was under his direct charge though he had other responsibilities also in his capacity as the Second-in-Command of the Institution. Being a Law Graduate he taught us Law also which was one of the Indoor subjects. Over the years he became one of the stalwarts of CRPF and retired as IGP, Eastern Sector, Calcutta during 1995. There were two Asst. Principals of the rank of Dy SP (Now called Asst. Comdt) who used to handle other Indoor subjects. They were Shri K.M. Mathur, a DAGO of 1963 Batch who retired as IGP/Director, ISA, Mt Abu and Shri D.R. Sharma who came to CRPF from Andhra Police and got absorbed in CRPF. He retired as Commandant. The over all control of CTC was with the DIGP Neemuch and that post, at that time, was held by Shri E.H.M. David, IPS (UP Cadre). In a few months he was transferred to Durgapur Range and in his place Shri R.N. Sheopory, IPS (UP Cadre) was posted as DIGP, Neemuch who later became DG, ITBP as well as CRPF.

For imparting Outdoor Training comprising of various Drills, Field Craft and Tactics, Weapons Training, Map Reading etc. we had well qualified and very competent instructors. They were Insp. Brijlal, SI. Sheobaran Singh, SI. Pratap Singh, HC. Kailashnath Rai, HC. Kamal Singh, HC. Sanu Ram and HC. Rafiuddin. For PT we had HC. Balbir Singh

and his staff. All these instructors were masters in the outdoor subjects they had handled. Jungle Camp Training in a place called Suwakhera and advanced Field Training in a place called Bawal, performing night sentry duties, carrying out attacks, digging Defence Trenches, Crossing obstacles, PT exercises etc were part of the curriculum of the Outdoor Training.

All of us who had come from different backgrounds looked alike after our first hair cut at CTC. Though we had been asked to bring PT Dress and PT shoes while reporting for training, the initial exercise of getting all the uniform items purchased/ stitched through M/s Bombay Tailoring House, Mhow (M.P) started whose representative visited our camp within a few days of our joining. Those days CTC did not have built up accommodation for the DAGOs under training though the officers posted in CTC had big bungalows with large open space around the bungalows. Therefore, we had spent our whole training period from June 1968 to April 1969 in EPIP tents. One EPIP tent was provided for two officers for living along with one 180 Lbs Tent for use as bathroom and two latrine tents. However, our dining was in the Main Officers' Mess housed in Ochterlony House, built in 1822 as the British Residency by Sir David Ochterlony. We all used to move in bi-cycles in a group from our place of stay to Training Area and back. Some officers of our Batch were already married and had children before joining CRPF and some officers got married during 1968. A few officers of our batch had the background of CRPF, MP Police, UP PAC, RPF, IB etc. As the Batch was very small with 25 officers only, close friendship among us developed very soon which is effectively lasting till date. Twenty one of us retired from service at different ranks after attaining the age of superannuation as per the Govt policy at any point of time and three had taken Voluntary Retirement from service (VRS) in the rank of Commandant. Unfortunately Late S.N. Mathur left for his heavenly abode while serving as young Dy. Comdt in the Directorate General, CRPF, New Delhi.

After the tough and well structured Basic Training under the able supervision and guidance of Shri K.R.K. Prasad, our respected Vice-Principal we passed out on 5th April 1969 in a colourful Parade in which Gen. P. Prabhakar Kumaramangalam, the then Chief of Army Staff was the Chief Guest and the dias was shared by Shri V.G Kanetkar, IP, the first DG of CRPF. Neemuch wore a festive look on 4th and 5th April 1969 as this Cantonment town of British time was getting ready with joy and eagerness to receive the Chief of Army Staff for the first time though this place had the honour of playing host to many dignitaries such as Dr. Rajendra Prasad, Pandit Jawaharlal Nehru, Late Morarji Desai, Late Gulzarilal Nanda etc in the past. On these two days, with the Army Flag and CRPF Flag fluttering side by side atop the very famous Ochterlony House, it wore a festive and majestic look.

On 31st October 2018, all our Batch-mates who could make it to participate in the Golden Jubilee Re-union of our Batch in Neemuch recollected the nostalgic and sweet memories of our Basic Training. The following officers and the wives of those officers of our Batch who had left for the heavenly abode participated in the Golden Jubilee Re-union Celebrations.

(i) Shri Sant Parkash Singh, Comdt (Retd) – Mohali (Punjab)

(ii) Shri Sarvjit Singh Sandhu, IGP (Retd) – Mohali (Punjab)

(iii) Shri Balwant Singh, DIGP (Retd) – Mohali (Punjab)

(iv) Shri Stanley Constantine, DIGP (Retd) – Gurugram (Haryana)

(v) Shri K.K. Mehta, DIGP (Retd) – Gaziabad (U.P)

(vi) Shri Anoop Singh Rathore, IGP (Retd) – Jaipur (Raj)

(vii) Shri Ramendra Dixit, Comdt (Retd) – Jaipur (Raj)

(viii) Shri Jit Singh Chauhan, Comdt (Retd) –

Ajmer (Raj)

(ix) Shri Krishna Dutt Pachori, IGP (Retd) – Bhopal (M.P)

(x) Shri Molak Singh Sidhu, DIGP (Retd) – Dewas (M.P)

(xi) Shri A.C. Seetharam, Comdt (Retd) – Madikeri (Karnataka)

(xii) Shri A.N. Srinivasan, IGP (Retd) – Coimbatore (TN)

(xiii) Smt. Vijay Laxmi Mathur W/o Late S.N. Mathur, Dy. Comdt – Allahabad (U.P)

(xiv) Miss Anjali Mathur, D/o Late S.N. Mathur

(xv) Smt Gurucharan Kaur W/o Late Bhupinder Singh, Comdt (Retd) – Amritsar (Punjab)

(xvi) Shri Parminder Singh S/o Late Bhupinder Singh

All the above participants arrived in Neemuch on 29th and 30th October 2018. With the kind courtesy of the Station Officers of CRPF, Neemuch under the dynamic leadership of Shri B.S. Chauhan, IGP/Principal, CTC, CRPF, Neemuch who is also a DAGO of 1984 Batch, we attended a lovely Dinner organized by the CTC, CRPF, Neemuch on 30th October 2018. Prior to the Dinner the "CTC Officers' Institue" was got inaugurated by us. A great honour indeed! We were received by CTC Officers with warmth and love. Each one of was garlanded with affection and ladies were presented bouquet. On 31st October 2018 morning, I and my Batch-mates participated in the Oath Taking Ceremony for National Unity along with Station Officers in Mehta Stadium from where we all walked in track suits and reached Patel Chowk. There we paid our obeisance to the great personality Sardar Vallabbhai Patel by garlanding his statue. From there we continued our walk upto Ochterlony House where we had breakfast followed by Group photographs.

After the Group photograph the participants and the lady wives had an interaction session for an hour in the Ochterlony House during which we paid homage to the departed souls of seven officers of our Batch–S/Shri R.P. Singh Bhadoria, S.N. Mathur, Bhupinder Singh, Ramchander, Pratap Singh Rathore, N.P. Datta and R.K. Vats. We also discussed about the venue and duration for the next Re-union Celebration of our Batch. Then all



the participants and their family members went around the Training area where we had undergone the rigorous training and the main Parade Ground where we had participated in the colourful Anniversary Parade of 1968 in which Late Morarji Desai was the Chief Guest. Later our Passing out Parade was also held in the same Parade Ground on 5th April 1969. We also went around the whole campus area of CRPF Establishments in Neemuch to refresh our memories as young Trainee Officers and shared it with our families as only a few from our Batch could get an opportunity to visit Neemuch or get posted in Neemuch during the long service in the Force. Among us I was very lucky to hold the post of IGP (Trg), Directorate General CRPF for a few months before my superannuation on 31st May 2006 and thus had the unique opportunity of visiting Neemuch three times between Feb 2006 and May 2006 including my Farewell visit during May 2006. I had also attended a Passing Out Parade of RTC, CRPF, Neemuch as Chief Guest on 17th April 2006 in the same Parade Ground where I had attended my Passing out Parade on 5th April 1969 and received "Best in Indoor" medal from Gen. P. Prabhakar Kumaramangalam. What a rare and worth remembering occasion in my life and service! The nostalgia of every officer with regard to the Basic Training period at CTC, Neemuch was clearly visible in every one's face. We all, then attended Lunch organized by RTC, Neemuch.

CRPF service was a long race where we did not have adequate time to effectively sort out personal issues. Inhospitable terrain, inclement weather, challenging issues such as Militancy, Terrorism, Insurgency etc had also posed health hazards. Despite all such odds, 1968 Batch of DAGOs maintained the tag as the "Best Batch" trained at CTC, Neemuch for many decades. Even after my retirement from service I was requested, during the year 2011, by Shri K. Vijay Kumar, IPS, the then DG, CRPF to re-draft five Manuals of CRPF which I accepted with pride and completed the work in six months. Even the honorarium which I received for the said work was donated by me to the Welfare and Amenity Fund of CTC, CRPF, Coimbatore (TN).

The Re-union Celebrations culminated with the Station Dinner organized by GC, CRPF, Neemuch on 31st October 2018 in which besides the officers of 1968 Batch and their families, all CRPF officers of Neemuch and their families also participated. With the background of Ochterlony House fully illuminated, the sprawling lawn of the Station Officers' Mess, Neemuch was so charming and magnificent on that day that we once again became Trainee Officers and enjoyed the Station Dinner in the pleasing Malwa Breeze which embraced us with warmth and love after over fifty years and whispered in our ears "My dear children, it is indeed very nice of you that you had selected, in your wisdom, Neemuch as the venue for your Golden Jubilee Re-union. I am extremely happy to see you all as Veteran Officers of CRPF after over 50 years".

We said "Good-bye" to Neemuch, the birth place of CRPF and our Basic Training soil and left for our destinations on 1st and 2nd November 2018 with our hearts filled with the sweet memories of our Golden Jubilee Re-union. We shall also remember throughout our life the extraordinary hospitality extended to us, the love and affection showered on us and the whole arrangements / programme conceptualized, planned with meticulous care and executed with precision by Shri B.S. Chauhan, IGP/Principal, CTC, Neemuch and Heads of other CRPF Establishments in Neemuch, Shri Rajeev Ranjan Kumar, DIG, GC, Shri Ashok Samyal, DIG, RTC, Dr. A.C. Karmakar, DIG (Med), CH, Shri Bijoy Ghosh, Commandant, 1 Bn and Shri Brajesh Singh, Commandant, 4 Signal Bn. The excellent additional supports rendered by Shri P.K. Pandey, IGP, M.P Sector, CRPF, Bhopal to make our Golden Jubilee Re-union a grand one shall also be cherished and remembered by us with Love.

"It is painful indeed to part
Though miles apart
Our hearts will never depart"



देश भक्तिः भावना और जिम्मेदारी



राकेश कुमार,
कमाण्डेन्ट–55 बटा. के.रि.पु.बल

देश भक्ति शब्द सुनते ही शरीर रोमांच से भर जाता है। एक ऐसा भाव पैदा होता है, जो शब्दों में व्यक्त करना असंभव सा प्रतीत होता है। दिल खुशी से भर जाता है, जैसे अचानक पतझड़ में बहार आ गयी हो। एक ऐसा जोश और जिम्मेदारी का भाव पैदा हो जाता है, जो समय और उम्र की सीमा को तोड़कर सबमें एकरूपता का बोध कराने लगता है। जाति, वर्ग, सम्प्रदाय और धर्म की सारी सीमायें जैसे टूट जाती है और प्रेम एवं बन्धुत्व की निर्मल धारा बहने लगती है। दिल गर्व का अनुभव करना शुरू कर देता है, क्योंकि देश के लिये त्याग की भावना अपने उत्कर्ष पर पहुँच जाती है फिर जुबां पे ये शब्द अपने आप आने लगते हैं :–

"जो भरा नहीं है भावों से बहती जिसमे रसधार नहीं,
वह हृदय नहीं पत्थर है जिसमे स्वदेश का प्यार नहीं"

यह सुनने, देखने, महसूस करने में बहुत अच्छा लगता है। पर जब हम सिक्के के दूसरे पहलुओं पर ध्यान करते हैं, तब कुछ अनुत्तरित प्रश्न जैसे अपने आप मुंह बाये खड़े हो जाते हैं। उन प्रश्नों पर गौर करने से जैसे रोमांच छीड़ होना शुरू कर देता है, प्रेम एवं बन्धुत्व के निर्मल धारा जैसे मानो अपनी तीव्रता खोना शुरू कर देती है और दिल एवं दिमाग कुंद हो जाता है। पूरे का पूरा उल्लास एवं जोश स्वतः ही जैसे समाप्ति की घोषणा करना शुरू कर देता है और साथ ही साथ मन में यह प्रश्न उठता है क्या ऐसा भी होता है ?

स्वार्थ में पड़कर किया गया कार्य और सोच देश भक्ति की राह में सबसे बड़ा रोड़ा है। कोई यह बोले की वह तो आम नागरिक है, वो देश के बारे में क्या सोंचे, यह उसका काम नहीं है। यह तो शासन करने वालों का काम है। अगर कृषक कहे कि वह केवल अपने लिए अन्न पैदा करेगा, उसको देश और देश के लोगों से क्या लेना देना है। वैज्ञानिक बोले की वह तो नौकरी इसलिए कर रहा है कि उसका तथा उसके परिवार का भरण पोषण हो सके। इसी तरह शिक्षक, सैनिक और नेता भी बोलने लगे तो देश का क्या होगा ? क्षेत्रवाद, भाषावाद, जातिवाद तथा धर्म या सम्प्रदायवाद राष्ट्रीय एकता में सबसे बड़ी बाधा है। अराजक एवं असामाजिक तत्व देश को खोखला करने में लगे हुए हैं। कठिनाइयों से डरकर, अपने कर्तव्यों के प्रति उदासीनता भी देश भक्ति की भावना को कमजोर बनाती है। नौजवानों का भटकना असामाजिक तत्वों के वर्चस्व को दर्शाता है। अच्छे और देश भक्तों का निरादर करना तथा देश भक्ति की भावना का उपहास करना एक आम बात हो गई है।

आज समाज में ऐसे तत्वों की कमी नहीं है, जो एक अपराधी को हीरो के रूप में देखते हैं। कानून तोड़ना, संविधान की आलोचना करना, देश के खिलाफ बोलना और किसी समाज विशेष को खुश करने के लिए देशद्रोही कृत्य करना या उसका परोक्ष या प्रत्यक्ष रूप से समर्थन करना भी देश भक्ति की राह में बहुत बड़ा अवरोध है। देश में ऐसे लोग बहुतायत मिल जायेंगे जो गलत काम या यूँ कहें कि कानून तोड़ना गर्व की बात समझते हैं। क्या उनके लिए देश प्रेम और देश प्रेमी की अलग परिभाषा है ? नहीं! यह केवल भटकाव है, एक ऐसा सन्नाटा है, जो देश और समाज के अस्तित्व पर प्रश्नचिन्ह लगाता है।

यह मेरी आकांक्षा है। इन बुराइयों और अवरोधों को दूर करना होगा, यह हमारी पहली जिम्मेदारी बनती है। यह पढ़ने, पढ़ाने या किताबों से नहीं आयेगी, बल्कि इसके लिये सोंच पैदा करनी होगी। अंतरमन में भाव उत्पन्न करने होंगे। देश का प्रत्येक नागरिक देश के लिए सामान रूप से जिम्मेदार होता है। हर एक आदमी जो कुछ अपने लिए करता है, वह केवल उसके लिए नहीं होता है। अन्ततः उसका वह कार्य उसके कुटुंब, समाज और फिर देश के लिए समर्पित हो जाता है। कोई भी काम न तो छोटा होता है और न तो बड़ा। हर एक काम जो देश और समाज के काम आये वह महान होता है। आइये हम सभी आपनी जिम्मेदारियों को समझें और एक दूसरे से कन्धा मिलाकर देश और देश के विकास की राह में पड़ने वाले सारे अवरोधों को दूर करते हुये शांति और समृद्धि का वातावरण बनायें। समतामूलक समाज की स्थापना करते हुये एक ऐसी भूमि तैयार करें, जो भविष्य की स्वर्णिम धरोहर बन जाये और आगे आने वाली पीढ़ी इससे प्रेरणा लेकर विश्वशांति के मार्ग पर अग्रसर रहे जिससे इतिहास का यह कालखंड भारत को शांति सम्राट के रूप में अमर रखे।

अनियमित जीवनशैली की बीमारी

हाइपरटेंशन



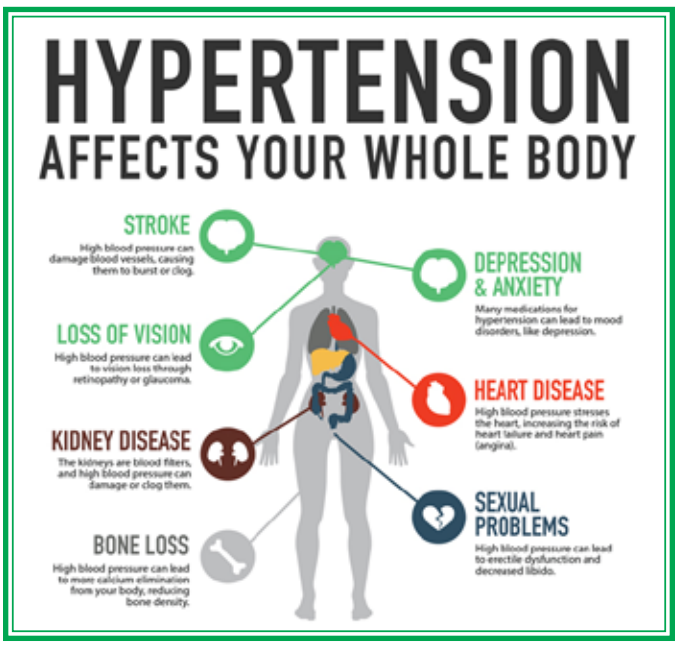
डॉ. रविन्द्र कुमार
मुख्य चिकित्सा अधिकारी

हाइपरटेंशन अनियमित जीवनशैली और व्यायाम के कारण होने वाली समस्या है, लेकिन इसके प्रति ज्यादा लापरवाही स्थिति को गंभीर बना सकती हैं।

हाइपरटेंशन को साइलेंट किलर भी कहा जाता है। इसके अधिकांश मामलों में लक्षण स्पष्ट नहीं होते और मरीज दम तोड़ देता है। एक समय तक हाइपरटेंशन को बुजुर्गों और बड़ी उम्र के लोगों की बीमारी कहा जाता था, लेकिन अब आंकड़े बदल गए हैं। अमेरिका में जहां आधे वयस्क इस बीमारी की चपेट में हैं, वहीं भारत में 20 से 30 साल का युवा भी इसके चपेट में आ रहा है। सबसे बढ़िया तरीका है कि इसके जोखिम को पहचान कर अपनी दिनचर्या में बदलाव किए जाएं।

क्या है यह समस्या

हृदय हमारे शरीर में रक्त को प्रवाहित करता है। स्वच्छ रक्त आर्टरी से शरीर के दूसरे भागों में जाता है और शरीर के दूसरे भागों से दूषित रक्त हृदय में वापस आता है। खून को पम्प करने की इस प्रक्रिया को ब्लड प्रेशर कहते हैं। लेकिन जब किसी कारण से यह प्रेशर कम हो जाता है, तो हमें लो ब्लड प्रेशर और ज्यादा हो जाता है तो हाई ब्लड प्रेशर कहते हैं। हाइपरटेंशन को हाई ब्लड प्रेशर कहते हैं। यह वह स्थिति है, जब रक्तचाप सामान्य (120/80 एमएमएचजी) से अधिक हो जाता है।



बदलते समय में हाइपरटेंशन को जीवनशैली की बीमारी के तौर पर देखा जाने लगा है, क्योंकि आज इसकी गिरफ्त में बड़े और युवा ही नहीं, बल्कि बच्चे भी शामिल हैं। यह दो तरह का होता है, एक प्राइमरी हाइपरटेंशन और दूसरा सेकंडरी हाइपरटेंशन।

प्राइमरी हाइपरटेंशन

लगभग 95 फीसदी लोग उच्च रक्त से प्रभावित होते हैं और उनके उच्च रक्तचाप का कोई खास कारण नहीं होता या फिर उसका कारण अज्ञात होता है। ऐसे हाइपरटेंशन को एसेंशियल या प्राइमरी हाइपरटेंशन कहते हैं। अधिकांश लोग इसी हाइपरटेंशन से प्रभावित हैं।

सेकंडरी हाइपरटेंशन

सेकंडरी हाइपरटेंशन का कारण गुर्दे को रक्त की आपूर्ति करने वाली धमनियों में असामान्य रक्त का प्रवाह होना है। इसके अन्य कारणों में नींद, बीमारियों और एड्रेनल ग्रंथियों के ट्यूमर, थायरॉएड, हार्मोन असामान्यताओं, आहार में बहुत अधिक नमक या अल्कोहल का सेवन शामिल है। इसके अलावा किसी तरह की दवा का सेवन भी इसके प्रमुख कारणों में शामिल हो सकता है।

लक्षण और पहचान

ज्यादातर लोगो को इस बात की जानकारी ही नहीं होती कि उन्हें हाई ब्लड प्रेशर है। हालांकि कुछ लोगों में सिर दर्द, मतली, छाती में जकड़न या दबाव, खून का बहाव, धड़कनों का तेज होना, चलते समय सांसों का फूलना, थकान और असहजता देखी जाती है। हॉलांकि हाइपरटेंशन की पहचान तभी हो पाती है, जब स्ट्रोक हो जाता है या फिर गुर्दे में किसी तरत की समस्या उत्पन्न होने से परेशानी शुरू हो जाती है।

क्या है कारण

आनुवंशिक

परिवार में किसी भी सदस्य का उच्च रक्तचाप से पीड़ित होने पर व्यक्ति में इसका जोखिम बढ़ जाता है।

बढ़ती उम्र

उम्र बढ़ने के साथ हाई ब्लड प्रेशर की आशंका काफी बढ़ जाती है। ऐसा धमनियों के सख्त होने से होता है।

शारीरिक गतिविधियों में कमी

हाइपरटेंशन के मरीजों की संख्या बढ़ने का एक प्रमुख कारण शारीरिक गतिविधियों का कम होना भी है। भागदौड़ भरी जीवनशैली और आलस की वजह से अधिकांश लोग मेहनत कम करते हैं। यही नहीं, वे घर से बाहर निकल कर व्यायाम या योग की जगह मोबाइल और कम्प्यूटर पर गेम खेलना ज्यादा पसंद करते हैं। शारीरिक गतिविधियां कम होने से मोटापा बढ़ता है, जिसका सीधा संबंध दिल की बीमारियों और उच्च रक्तचाप से होता है।

खराब खानपान

ज्यादा वसा और कोलेस्ट्रॉल वाला भोजन, मीठा, अधिक मात्रा में तैलीय भोजन तथा मांसाहारी भोजन करना और आहार में पोषक तत्वों की कमी का होना भी हाइपरटेंशन के प्रमुख कारणों में शामिल होता है।

नमक का सेवन

कई लोगों को ज्यादा नमक खाने या ऊपर से नमक खाने की आदत होती है। यह आदत भी हाइपरटेंशन को बुलावा देने वाली होती है।

शराब–सिगरेट का सेवन

अधिक मात्रा में शराब पीने से भी उच्च रक्तचाप का खतरा बना रहता है। सिगरेट पीने से अस्थायी रूप से ब्लड प्रेशर बढ़ जाता है, जिससे धमनियों को नुकसान पहुंचने का खतरा बढ़ जाता है।

खराब जीवनशैली

वैसे लोग जो न सिर्फ असमय खाते–पीते हैं, बल्कि सोते और जगते हैं, उनमें भी हाइपरटेंशन का खतरा बना रहता है। ऐसे लोगों की फिजिकल एक्टिविटी भी बहुत कम होती है।

क्यों है साइलेंट किलर

हाइपरटेंशन या उच्च रक्तचाप से दिल का दौरा पड़ने और ब्रेन स्ट्रोक का खतरा कई गुना बढ़ जाता है। कई बार तो इस कारण जान भी चली जाती है। यही नहीं, इससे गुर्दे को नुकसान पहुंच सकता है और अंधेपन एवं डिमेंशिया का जोखिम भी बढ़ जाता है। यही कारण है कि इसे साइलेंट किलर कहा जाता है।

इससे बचने का उपाय

अपनी दिनचर्या में व्यायाम या योग को नियमित रूप से शामिल करें। इसके लिए दिन भर में किसी भी समय 30 से 60 मिनट का समय निश्चित करें। इस समय को टहलने, साइकिलिंग, तैरने या किसी दूसरी तरह के व्यायाम में लगाएं। एरोबिक एक्सरसाईज जैसे दौड़ना या रस्सी कूदना भी अच्छा व्यायाम होता है। शवासन, योग निद्रा, पदमासन, पवन मुक्तासन, मकरासन, शीतली प्राणायाम और ध्यान हाइपरटेंशन से आपको बचाए रखने में काफी उपयोगी साबित होते हैं।

खानपान से उपचार

हाइपरटेंशन को खुद से दूर रखना है, तो अपनी डाइट में फल और हरी सब्जियों को नियमित रूप से शामिल करें। अपने आहार में धनिया, गोभी, नारियल, अदरक, शहद, केला आदि को शामिल करें।

तनाव करें कम

जितना हो सके, तनाव से बचें और गुस्सा कम करें। तनाव में कमी से रक्तचाप भी कम होगा। तनाव कम करने के लिए ध्यान, डीप ब्रीदिंग, मांसपेशियों को आराम देने वाले व्यायाम करें।

लाइफस्टाइल में बदलाव

हाइपरटेंशन के शुरूआती लक्षणों के प्रकट होने पर डॉक्टर मरीजों को दवा देने से पहले जीवनशैली में बदलाव मसलन समय पर खाने–पीने और अपने वजन (पाँच से सात किलोग्राम) कम करने और दर्द निवारक दवाओं का सेवन न करने की सलाह देते हैं। ऐसे मरीजों की जीवनशैली में तीन महीने के सकारात्मक बदलाव से हाइपरटेंशन में सुधार देखा जा सकता है। हाइपरटेंशन की वजह से गुर्दे या हृदय में कोई समस्या नजर आती है, तभी डॉक्टर उन मरीजों को दवा लेने की सलाह देते हैं।

समय पर कराएं जाँच

स्वस्थ जीवनशैली अपनाने और समय–समय पर ब्लड प्रेशर की जांच करवाते रहने से इस बीमारी से बचा जा सकता है। अगर आप हाइपरटेंशन से ग्रसित हैं तो साल में एक बार हेल्थ चेकअप जरूर कराएं।

लहसुन खाएं

कई शोध से यह स्पष्ट हो चुका है कि लहसुन उच्च रक्तचाप को नियंत्रित करने में मददगार होता है। इतना ही नहीं, यह कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी कम करता है। लहसुन नाइट्रिक ऑक्साइड और हाइड्रोजन सल्फाइड के उत्पादन को उत्तेजित करके रक्त वाहिकाओं को आराम पहुंचाने में मददगार होता है।

तनाव के कारण एवं उपचार



डॉ. अनिल कुमार
मुख्य चिकित्सा अधिकारी

जीवन–यापन की विकृत शैली अपनाने के कारण लोग हर दिन नए–नए किस्म की ऐसी व्यथाओं से घिरते जा रहे हैं, जो न अभावजन्य हैं, और न ही विषाणुओं का आक्रमण। पिछले दिनों वैज्ञानिक, बौद्धिक और आर्थिक प्रगति उतनी नहीं थी, जितनी इन दिनों है। इतने पर भी पूर्वज हलकी–फुलकी जिंदगी जीने के अभ्यस्त थे और चिंताओं, भ्रांतियों एवं कुत्साओं–कुंठाओं से उतने नहीं घिरे रहते थे, जितने कि आज के तथाकथित 'सभ्य' मनुष्य। विकास की एक सीढ़ी यह भी मानी जा सकती है कि मनुष्य अनुदारता और उच्छृंखलता की दिशा में तेजी से बढ़ता, भागता चला जा रहा है। नई परिस्थितियों में नए किस्म के ऐसे रोग उत्पन्न हो रहे हैं, जिनका प्रस्तुत चिकित्सा ग्रंथों में उल्लेख नहीं मिलता और चिकित्सकों को अनुमान के आधार पर इलाज का तीर–तुक्का बैठाना पड़ता है।

इन परिस्थितियों में तनावजन्य रोगों से निपटने के लिए योगाभ्यास की प्रक्रिया अधिक कारगर सिद्ध हो रही है। जो कार्य औषधि उपचार से नहीं बन पड़ रहा था, वह इन प्रयासों से सरलतापूर्वक होते देखा गया है। मानसोपचार की दृष्टि से ध्यान, धारणा और प्रत्याहार की त्रिविध प्रक्रिया बहुत ही कारगर सिद्ध हो रही है। यदि उस ओर अधिक ध्यान दिया जा सके और इस क्षेत्र में शोध–प्रयासों को बढ़ाया जा सके, तो ऐसे सूत्र हाथ लगने की पूरी संभावना है, जो मानसिक तनाव का सामयिक उपचार ही न करें, वरन् उत्पन्न होने से पहले ही रोकथाम करने में कारगर सिद्ध हो सकें। मानसिक तनाव को ध्यान द्वारा और शारीरिक तनाव को शवासन, प्राणाकर्षण जैसे कृत्य अभ्यासों से नियंत्रित किया जा सकता है।

वर्तमान समय में 50 प्रतिशत से अधिक रोगी तनाव की प्रतिक्रियास्वरूप रोगग्रस्त पाए गए हैं। चिकित्सकों एवं मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि लगातार सिरदर्द, चक्कर आना, आंखों में सुर्खी आना, काम में मन न लगना और लकवा आदि जैसे रोगों का आक्रमण हो जाना, ये सभी अत्यधिक तनाव के ही परिणाम हैं। ऐसे लोग प्रायः रोगों की उत्पत्ति के लिए कभी मौसम को, कभी आहार को, कभी दूसरों को, कभी परिस्थितियों आदि को दोष देते हैं। अधिक तनाव शरीर व मन दोनों के लिए हानिकारक है।

हृदय रोग, रक्तचाप की अधिकता, अल्सर कोलाइटिस आदि सामान्यतः दिखाई देने वाले रोग प्रकारांतर से तनाव के ही कारण उत्पन्न होते हैं। स्नायु दौर्बल्य, अनिद्रा, चिंता, खिन्नता आदि अनेक रोग तनाव के फलस्वरूप ही पैदा होते हैं। दूसरों पर दोषारोपण करने वाले, अत्यधिक भावुक एवं जल्दबाजी करने वाले लोग तनाव के अधिक शिकार होते हैं। मनोवैज्ञानिकों एवं अध्यात्मवेत्ताओं का कहना है कि तनाव की अधिकता मनुष्य की विचारधारा के कारण होती है। निषेधात्मक, निराशावादी, संचयात्मक चिंतन दृष्टिकोण आदमी में तनाव की सृष्टि करते हैं और तनाव से मुक्ति, व्यक्ति स्वयं ही पा सकता है।

व्यक्तियों में निराशा, असफलता, हार की भावना, निर्णय करने में दुविधा की स्थिति एवं चिंता आदि तनाव को जन्म देती है। सामान्यतः घरों में तनाव का कारण पति–पत्नी का आपसी तालमेल न बैठ पाना होता है। परस्पर संतुलन न हो पाने से दोनों तनाव से ग्रसित हो जाते हैं। इसका दुष्परिणाम यह होता है कि माता–पिता के बीच अनबन, कलह देखकर बच्चे भी तनाव से आक्रांत हो जाते हैं, फलतः पूरा घर ही नरक बन जाता है। इस नरक से त्राण पाने का रास्ता एक ही है कि परस्पर सामंजस्य बैठाया जाए। प्रेम, आत्मीयता, सद्भावना, सहयोग आदि से वही परिवार स्वर्गीय आनंद का उपवन बन सकता है, जो जरा–से मतभेद एवं नासमझी के कारण नरक बन गया था। रहन–सहन में नियमितता लाने





से, परस्पर स्नेह–सद्भाव से तनाव की बीमारी से मुक्ति मिल सकती है।

तनाव से मुक्त रहने के लिए अनुभवी लोगों ने यही कहा है कि अपनी क्षमता भर अच्छे–से–अच्छा काम करें। इससे बाहरी सहायता या मार्गदर्शन कुछ विशेष कारगर सिद्ध नहीं होता। अपने द्वारा उत्पन्न किए तनाव को कोई दूसरा दूर कैसे कर सकता है? तनाव को व्यक्ति स्वयं ही नियंत्रित एवं दूर कर सकता है। दूसरों का मार्गदर्शन थोड़ा–बहुत उपयोगी हो सकता है। स्वाध्याय के द्वारा यह सहज ही पता चल जाता है कि निरर्थक एवं महत्त्वहीन बातों को अधिक तूल दे दिया गया और अकारण ही तनाव को आमंत्रित कर लिया गया। वस्तुतः वह झाड़ी के भूल की कल्पना मात्र थी। अपने को तनावग्रस्त न होने देने के लिए दृढ़ निश्चय, लगन एवं सतत निष्ठापूर्वक सद्कार्यों में नियोजित किए रहना ही सर्वोत्तम उपाय है। सदा सहनशीलता से काम लिया जाए। भविष्य के भय से भयभीत न हुआ जाए, वास्तविकता को दृष्टिगत रखा जाए, काल्पनिक बाधा या आशंका को स्थान न दिया जाए। वर्तमान में सामने आए काम को पूरी तत्परता से संपन्न किया जाए। उसी के संबंध में सोचा जाए, आशावान रहा जाए। ऐसा करने से स्वयं ही अपने भीतर इस प्रकार की शक्ति का अनुभव होगा, जो समस्याओं को सुलझाने में सहायक होगी।

ब्लड प्रेशर (हृदय रोग), दिल का दौरा अब मध्यम वर्ग के लोगों में भी पनप रहा है। इसका मूल कारण है कि लोग अधिक आराम का जीवन जीना चाहते हैं। परिश्रम से बचना चाहते हैं। आमदनी से अधिक खर्च बढ़ाकर अधिक–से–अधिक चिंताओं का घेरा मकड़ी के जाल की तरह बुन लेते हैं।

मनोवैज्ञानिक भी यही कहते हैं कि हृदय रोग का कारण अज्ञात, भय, चिंता है, जो अंतर्मन में व्याप्त हो जाती है। नतीजा यह होता है कि मनुष्य की स्वाभाविक खुशी–प्रफुल्लता छिन जाती है। इसमें रक्तवाहिनी नसें थक जाती हैं। कभी–कभी फट भी जाती हैं, फलतः मस्तिष्क में लकवा भी हो जाता है। अधिक दुःख में रक्त का दौरा बढ़ भी जाता है और शक्कर देने वाली क्लोम ग्रंथियां भी खाली हो जाती हैं तथा क्लोम रस मिलना बंद हो जाता है। यह ग्रंथि प्रसन्नता के अभाव में कार्य करना बंद कर देती है और क्लोम–रस देना भी बंद कर देती हैं। क्लोम–रस न मिलने से शर्करा स्वतंत्र हो जाती है और मूत्र के साथ बहने लगती है। इसी को मधुमेह कहते हैं। मधुमेह रोने, पछताने, शोक करने से भी हो जाता है।

कैंसर रोग पर हुए अनुसंधानों से यह प्रकाश में आया है कि जब व्यक्ति का आहार, आचरण एवं व्यवहार दूषित तत्त्वों से भर जाता है, उसका जीवन अस्त–व्यस्त हो जाता है, वह तम्बाकू, शराब आदि विषैली चीजों के चंगुल में अपने को फंसा लेता है, तो इस रोग का आरंभ हो जाता है। मनुष्य के जीवन में भय, तनाव अत्यधिक चिंता इस रोग के प्रमुख कारण है। असफलता, पराजय, निराशा, भय, परेशानी, चिंता, असंतोष, वासना आदि से ग्रसित व्यक्ति बहुत जल्दी ही इस रोग से आक्रांत हो जाता है।

गहन अध्ययन के पश्चात इस प्रकार के रोगों को निम्न प्रकार से वर्गीकृत किया है :–

(1) **शारीरिक अवस्था** :– जब किसी व्यक्ति को मनोरोग होता है, तो उस दशा में उसके किसी अंग में विशेष प्रकार की क्रियाशीलता देखी जा सकती है। इस दशा के लिए उसके वातावरण एवं उसकी पैतृक रूप से विरासत में प्राप्त गुण जिम्मेदार होते हैं। किसी में अक्ल की वृद्धि, तो किसी के हृदय की धड़कन में वृद्धि के रूप में देखा जा सकता है। इस दशा का निर्धारण रक्त में कासकालाइंस एड्रेनलिन और नार एड्रेनलिन की वृद्धि की जांच कर किया जा सकता है।

(2) **मनोदशा** :– इस स्थिति में व्यक्ति के मन में एक तीव्र आघात होता है। जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति के स्वभाव में उद्विग्नता व चिड़चिड़ापन आ जाता है। किसी भी प्रकार की बात उसके लिए उद्विग्नता का कारण बन जाती है। बार–बार नींद का टूटना व सिहरन तथा कंपकंपी आदि प्रकार के लक्षण प्रकट होने लगते हैं। इस स्थिति की जानकारी रक्त में नयूरोट्रांसमीटर ऐसेटिलक्लोरिन के स्तर को नापकर लगाई जा सकती है।

(3) **शारीरिक अंगों की दशा** :– इस स्थिति में आते–जाते रोगी के शारीरिक व मानसिक लक्षणों की सक्रियता तो कम होती है, किंतु धीरे–धीरे संबंधित अंगों में स्थायी रूप से उसका प्रभाव पड़ने लगता है, जैसे कमजोरी आदि के साथ पौष्टिक अल्सर, कारोनरी इंसफिसिशेनर्स, ब्रांकियल आदि रोगों के लक्षण स्पष्ट रूप से प्रकट होने लगते हैं।

आसन–प्राणायाम के साथ–साथ ध्यान–धारणा व शिथिलीकरण के अभ्यास विशेष लाभकारी हुए हैं। जप और ध्यान कर मनोरोगों को दूर किया जा सकता है। हमारे बल के जवान तनावमुक्त होकर ड्यूटी कर सकें इसके लिए बल के सभी मुख्यालयों में योगा एवं सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन नियमित रूप से करना चाहिए तथा जवानों से उच्च अधिकारियों द्वारा परस्पर बात–चीत करते रहना चाहिए ताकि वे निर्भीक होकर अपनी समस्या उच्च अधिकारियों को बता सकें।

कर्म की गति



कृष्णा कुमार सिंह
उप निरीक्षक(मंत्रा0) महानिदेशालय

व्यक्ति के जीवन में ऐसी बहुत कुछ घटनाएं भी घटित होती रहती है, जो प्रत्यक्ष रूप में उसके नियंत्रण से बाहर होती है, लेकिन उस कार्य के परिणाम चाहे वे अच्छे हों या बुरे, उसे ही भुगतने पड़ते हैं। अक्सर यह देखने को मिलता है कि व्यक्ति ने अपने जीवन में कोई खराब काम



नहीं किया है, फिर भी उसका जीवन त्रासदी युक्त बना रहता है, जबकि कुछ लोग कुत्सित कर्म करने के बावजूद बेहतर जीवन जीते देखे जा सकते हैं। पूर्वजन्म को मानने वाले लोग इसे पूर्वजन्म के कर्मों से जोड़कर देखते हैं, जबकि कुछ इसे अच्छे–बुरे कर्मों को लेकर हमारी परिभाषा का फर्क भर मानते हैं और कहते हैं कि जरूरी नहीं कि व्यक्ति जिसे अच्छा कार्य मान रहा है वह परमात्मा की नजर में भीं अच्छा ही हो।

यह सही भी है, क्योंकि परमात्मा के मानदंडों का ज्ञान सभी को तो होता नहीं है। यदि यहीं पता लग जाए कि कौन सा कार्य परमात्मा की नजर में अच्छा और कौन सा खराब है, तो जीवन की सारी पेचीदगियां ही समाप्त हो जाएंगी। अच्छे–बुरे कर्मों के बीच का यही भ्रम व्यक्ति को डांवाडोल बनाए रखता है। जवाब में कहा जाता है कि जीवन के सार्वभौम शाश्वत मूल्यों को परमात्मा की ही अच्छे कर्मों की परिभाषा मानना चाहिए, लेकिन संदेह तब होने लगता है, जब इन मूल्यों के खिलाफ कार्य करने वाले भी फलीभूत होते दिखते हैं, चाहे तात्कालिक तौर पर ही सही।



प्रश्न है कि क्या व्यक्ति को उन कार्य के परिणामों पर भी सुखी और दुखी होना चाहिए, जिनका होना उसके नियंत्रण में ही नहीं था। चूँकि खुश होने में कोई घाटा नही तो उस पर बहस की जरूरत भी नहीं, लेकिन दुःख पहुँचाने वाले कार्य परिणामों पर विचार जरूरी है।



महानिदेशक के दौरे

160 बटालियन, के.रि.पु.बल, जम्मू (जम्मू-कश्मीर), दिनांक 25.08.2018





43 बटालियन, के.रि.पु.बल, बड़गाम (जम्मू-कश्मीर), दिनांक 27.09.2018





आंतरिक सुरक्षा अकादमी, के.रि.पु.बल, माउण्ट आबू, दिनांक 18.10.2018





महानिदेशालय के कार्यक्रम

सफाई अभियान कार्यक्रम में भाग लेते हुए महानिदेशक, के.रि.पु.बल, दिनांक 28.09.2018





अंतर सेक्टर लॉन टेनिस प्रतियोगिता, एस.डी.जी. के.रि.पु.बल, नई दिल्ली दिनांक 29.09.2018 से 02.10.2018 तक





महानिदेशक, के.रि.पु.बल, भा.पु.से. के 104 परीवीक्षाधीन अधिकारियों से संवाद करते हुए, दिनांक 12.10.2018





महानिदेशालय के कार्यक्रम

महानिदेशालय में ज़ेम (GeM) पर नेशनल मिशन कार्यक्रम के दौरान स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए, दिनांक 16.10.2018

श्री विवेक भारद्वाज, संयुक्त सचिव(पु.आधु.) गृह मंत्रालय



श्रीमती एस. राधा चौहान, सी.ई.ओ. ज़ेम (GeM)



सतर्कता जागरूकता सप्ताह शपथ समारोह, दिनांक 29.10.2018





राष्ट्रीय एकता दिवस शपथ समारोह, दिनांक 31.10.2018





विविध कार्यक्रम

ग्रुप केन्द्र, के.रि.पु.बल, लखनऊ द्वारा नि:शुल्क चिकित्सा जाँच शिविर का आयोजन, दिनांक 25.09.2018





ग्रुप केन्द्र, के.रि.पु.बल, सोनीपत में रक्तदान शिविर का आयोजन, दिनांक 26.09.2018





100 आर.ए.एफ. बस्त्राल, अहमदाबाद

राष्ट्रीय आपदा न्यूनीकरण दिवस पर राहत एवं बचाव प्रदर्शन, दिनांक 10.10.2018



दांडी पथ पर साईकिल द्वारा दांडी यात्रा करते हुए दिनांक 30.09.2018 से 02.10.2018 तक



सिविक एक्शन प्रोग्राम

113 बटालियन, के.रि.पु.बल, गढचिरौली (महाराष्ट्र) द्वारा कौशल विकास प्रशिक्षण के समापन समारोह पर ग्रामीणों को सिलाई प्रशिक्षण का प्रमाण पत्र वितरण





233 (महिला) बटा. द्वारा मारीगाँव, लखनऊ में ग्रामीणों के लिए नि:शुल्क चिकित्सा जाँच शिविर आयोजन





159 बटालियन, के.रि.पु.बल, गया (बिहार) द्वारा मेगा स्वास्थ्य शिविर का आयोजन





कावा कार्यक्रम

स्पेशल ड्यूटी ग्रुप के 34वें स्थापना दिवस समारोह पर डॉ. मनु भटनागर, अध्यक्ष कावा एवं अन्य













Pearl Jubilee Celebration in CRPF Public School, Rohini

CRPF Public School Rohini celebrated its Pearl Jubilee Year with a number of Inter School Competitions from 1st to 5th October 2018. Many prestigious schools from all over Delhi participated in this Mega Event, VISTAAR – A Pearl Jubilee Celebration.

Veer Rasa Pratiyogita in Hindi; Shakespeare's Court in English; Erudition Edge in Science and Maths (in association with Fiitjee); Dancing Toes Across India showcasing the folk dance of India in tune with Nature; and Nature Nurture –Craft Festival emphasizing on Reduce, Reuse and Recycle Waste were the main competitions. The School throbbed with these competitions from 1st to 4th October and finally culminated to the Prize Distribution Ceremony on 5th October 2018. The Chief Guest Sh. M. S. Bhatia, IPS, IG(Adm) cum Chairman School Managing Committee, Mrs. Rimmy Bhatia the Guest of Honour and other CRPF dignitaries graced the occasion. Principal, Mrs. Nidhi Chaudhary welcomed the guests with saplings. After the Lamp Lighting, the School Choir & Orchestra presented the School Song followed by a Poem Recital and a dance, Theyyam from Kerala.

The Principal gave a small presentation highlighting the events of VISTAAR. The Chief Guest then gave away the Prizes to the prize winners of the various events. Trophies, Certificates, Cash prizes, Ear phones, bags etc. were given to the winners.



The Chief Guest highly appreciated the whole event and praised the efforts put in by the head of the institute and staff and hoped that such inter-school events would give an great opportunity to interact with each other and bring a healthy competition among schools.

The Vote of Thanks was proposed by the Head Girl and the Head Boy. They thanked the CRPF dignitaries and other guests. Fiitjee Punjabi Bagh lent its full support in organizing the event. Various agencies like Ubon, Oxford, Indiannica Learning Pvt. Ltd., Future World Publication, Rachna Sagar, HT Pace and NIE Times of India associated in making the whole programme a great success were also thanked on behalf of the whole school.



Achievements

OPERATIONAL BRANCH

Jammu & Kashmir Theatre

01/09/2018

CRPF troops (03 Bn CRPF) under command of SI/GD Vidya Sagar Maurya alongwith 27 RR, 31 RR & State Police carried out joint operation. During operation, an encounter broke out with militants. Troops recovered following items during post encounter search: Dead body of militants (FT)-03 Nos, AK-47 Rifles -03 Nos alongwith 165 Rounds & 10 Mag (03 damaged), UBGL-01 No, Mag pouch-03 Nos, and Misc items. In this encounter 01 Army Jawan attained martyrdom & 01 sustained injury.

08/09/2018

On receipt of information of a civilian killed by unknown person, North Srinagar Range QAT under command of Sh. Aby Thomas, AC, alongwith SOG Cargo rushed to the spot & recovered a dead body namely Asif Nazir Dar a listed terrorist & also recovered following items: Chinese Pistol-01 (a/w 02 Mag & 16 Live Ammn), 9 mm empty case-05 Nos, Mobile phone-01No, Wifi dongle-01 No and Misc items.

11/09/2018

CRPF troops (53, 92, 98, 162 & 177 Bn CRPF) under command of Sh. S.S. Dev, 2-I/C, alongwith 21 RR, 30 RR & SOG Handwara carried out Cordon and Search Operation. During operation, an encounter broke out between troops & militants wherein, troops neutralized 02 LeT militants namely Furkan Rashim Lone (r/o- Kupwara, J&K) & Liyakat Mohi-ud-din Lone (r/o- Baramulla, J&K). During post encounter search, troops recovered dead body of 02 militants alongwith following items : AK-56-01 No, AK-47-01 No, Magazine-06Nos, Amnn-120 Nos, Pouch-02 Nos, Haversack Bag-01 No and Misc items.

Post encounter, troops were stone pelted by unruly mob, due to stone pelting HC/HD C.B. Singh of F/92 Bn sustained minor injury.

12/09/2018

CRPF troops (92, 177 & 179 Bn CRPF) under command of Sh. Kartar Singh, 2-I/C alongwith 22 RR & State Police carried out Cordon and Search Operation. During operation, an encounter broke out with militants, wherein troops neutralized 02 FT militants of JeM namely: Ali @ Athar @ Saifullah (r/o- Pak, Cat A++) and Umar @ Zia-Ur- Rehman (r/o- Pak, Cat A++). During post encounter search troops recovered followings : Dead bodies of militants -02 Nos, C/Pistol-02 Nos alongwith 06 Mag & 32 live rounds, UBGL-01 No, Knife-01 No, Army pattern belt-02 Nos, Aadhar Card-02 Nos, Mobile-01, Power bank-01 and Indian Currency Aprrox Rs. 8000/-.

After encounter unruly mob started stone pelting upon camp location of 179 Bn, CRPF. In this incident ASI/GD Narendra Wakode sustained injury on head, both the hands & pelvic bone fractured due to hitting by unknown vehicle. He was evacuated to 92 Base Hosp. 01 CRPF vehicle also got damaged.



13/09/2018

After recovering huge cache of Arms/Ammunition from abandoned truck by unknown militants, CRPF troops (06, 126, 137 & 187 Bn CRPF) alongwith Army & State Police carried out Joint Operation. During operation, an encounter broke out between troops & militants. The troops neutralized 03 militants in the encounter. During post encounter search, troops recovered dead bodies of 03 militants (suspected to be JEM) alongwith following items: AK-47-01 No, AK-56 Rifles-02 Nos, Pistol-01 No (alongwith 03 Mag & 20 Rounds) 7.62x32 mm Live Amnn-45 Nos and Antenna W/Set. 05 CRPF personnel (DC-1,AC-1, CTs-3) & 04 JKP personnel sustained injuries. All injured personnel evacuated to SMVD Narayana Hospital, Kakryal.

15/09/2018

CRPF troops (18 & 163 Bn CRPF) under command of Sh. Hanzang, Comdt. alongwith 09 RR, SOG Amnoo carried out Cordon and Search Operation. During Operation an encounter broke out between troops and militants. During post encounter search, troops recovered following items:- Dead Bodies of Militants–05 identified as Gulzar Ahmed Padder (HM, r./o Kulgam, J&K), Faisal Rashid Rather (HM, r/o Kulgam, J&K), Zahid Ahmed Mir (HM, r/o Kulgam, J&K), Zahoor Ahmed Lone (LeT, r/o Kulgam, J&K) and Masrror Ahmed Bhat (LeT, r/o Anantnag, J&K) alongwith AK-47 Rifles–04 Nos, UBGL–01. During operation 02 personnel of RR sustained injury and due to stone pelting 12 CRPF personnel sustained injury.

20/09/2018

CRPF troops (03 Bn CRPF) under command of Sh. Kailash Nath, 2-I/C, alongwith 14 RR and SOG Bandipora carried out Joint Operation. During operation, an encounter broke out with militants. The troops recovered following during post encounter search:- Dead bodies of militants (POK)-05 Nos, AK-47 Rifle-05 Nos (a/w 14 mag) and Pistol-03 Nos. In this encounter 03 RR jawans sustained injury.

Troops also recovered following as per seizure memo received from police station: AK-47 -05 Nos (04 Damaged), AK-47 Mag-15 Nos (Damaged), Pistol without Mag-01 Nos (damaged) and Pouch-04 Nos (Damaged).

23/09/2018

CRPF troops (180 Bn CRPF) under command of Sh. Rajesh Kumar, Comdt, alongwith 44 RR & State Police carried out Cordon and Search Operation. During operation, an encounter broke out between troops and militants. The troops recovered following in post encounter search: Dead body of a militant identified as Adnan (r/o-Pakistan) (JeM, FT), AK-47 rifle-01 No in damaged condition (A/w 02 Mag) and AK-47 Rounds 30 Nos.

During encounter troops were stone pelted upon by unruly mob. During this operation one RR Jawan Sustained splinter injury.

24/09/2018

CRPF troops (92, 177 & 179 Bn CRPF) under command of Sh. S.S. Dev, DC, alongwith 22 RR & State Police carried out Search and Destroy Operation. During operation, an encounter broke out between troops & militants, wherein the troops neutralized 02 militants. The neutralized militants identified as Abdul Majid Mir(r/o- Baramulla, J&K)

and Abu Maaz (LeT North Kashmir, Category A++). The troops recovered dead bodies of 02 militants alongwith following items during post encounter search : AK-47-01 No, Pistol-01 No, Grenade-02 Nos, UBGL-01, Ammunition (details awaited) and Misc items. During encounter troops fired 103 rounds of 7.62x39 mm.

During post encounter, troops were stone pelted by violent mob. Dead bodies of militants alongwith recoveries handed over to State Police.

27/09/2018

CRPF troops (29 & 75 Bn CRPF) under command of Insp/GD Ram Naresh Singh Jadon alongwith State Police were deployed for L&O/CI Operation duty. During duty, an encounter broke out between troops of 53 RR, SOG and militants. During post encounter search troops recovered followings : Dead body of HM militant-02, identified as Sheraz (r/o-Budgam), Irfan Rasid Dar (Ex-SPO, r/o-Pulwama), AKM/AK-47 Rifle-02 No and INSAS Rifle-01 No.

During this operation, CRPF troops were stone pelted by miscreants in which CT/GD Sagar Mahadev of 29 Bn and 05 personnel of 75 Bn, sustained injuries.

27/09/2018

CRPF troops (40 & 164 Bn CRPF) under command of Sh. Arvind A.S, AC alongwith 19 RR & SOG Dooru carried out Cordon and Search Operation. During Operation, an encounter broke out between troops & militants, wherein 01 militant namely Asif Malik @ Chota Lashkari (Category–B, r/o-Anantnag, J&K) was neutralized and 01 Army personnel got martyred & 02 personnel got injured. The injured personnel evacuated to 92 Base Hospital, Srinagar. During post encounter search, troops recovered 01 dead body alongwith 01 AK-47 Rifle (a/w 01 mag & 10 rounds). Troops fired 35 rounds of 7.62x39mm during operation.

27/09/2018

CRPF troops (DIG Srinagar & DIG Range Srinagar) under command of Sh. L. Ibomcha Singh, AC alongwith SOG Srinagar carried Cordon and Search Operation. During Operation, 03 suspects fired upon the troops while trying to escape, which was retaliated by troops immediately, wherein 01 suspect namely Md Saleem Malik (r/o Srinagar, J&K) sustained bullet injury & later succumbed to his injuries.

11/10/2018

CRPF troops (92 Bn CRPF) under command of Sh. J.P. Singh, 2-I/C alongwith 30 RR & SOG handwara carried out Cordon and Search Operation. During operation, an encounter broke out between troops and militants. The troops recovered following items during post encounter search: Dead bodies of 02 militants, identified as Manan Bashir Wani (r/o-Kupwara, HM) & Ashiq Hussain Zargar (r/o-Kupwara, Mohi-ud-Din) and AK-47 rifle-01 No (a/w 03 Mag), INSAS rifle-01 (a/w 05 Mag), AK Amnn-90 rounds, INSAS Amnn-80 rounds and miscellaneous items. 02 CRPF personnel sustained injuries.

13/10/2018

CRPF troops (182 & 183 Bn CRPF) under command of Sh. F.A. Bagrawat, 2-I/C alongwith 55 RR and SOG Pulwama carried out Cordon and Search Operation. During operation an encounter broke out between troops and militants. The troops recovered followings post encounter

search : Dead body of a militant, identified as Shabir Ahmed Dar (31 Yrs, r/o-Pulwama), AK-56-01 No, (a/w a Mag), AK Amnn-23 rounds, UBGL grenade-01 No, Pouch- 01 No and I/Card-02 Nos. One more militant namely Showkat Ahmed Dar who managed to escape from the encounter site also sustained bullet injuries in his abdomen and was admitted to SMHS Hospital, Srinagar in guise of a civilian.

17/10/2018

CRPF troops (23 & 49 Bn CRPF) under command of SI/GD Kuldeep Singh alongwith QAT/49 Bn, Valley QAT, North/South Range QAT and State Police carried out Cordon and Search Operation. During Operation, an encounter broke out between troops and militants. Troops neutralised 02 militants and 01 OGW and recovered their bodies. Militants were identified as:- Mehraj–UD-Din Bungroo (Let militants), Faizal Mustaq Waza–(LeT Militants) and Raees Abdulla (Let OGW). In this incident one CT namely Kamal of SOG (State Police) attained martyrdom.

17/10/2018

Unknown militants fired volley of bursts upon the joint camp of B/183 Bn, CRPF and SOG Newa targeting the sentry post no 3. The fire was retaliated promptly by the sentry and troops of B/183. Bust militants managed to escape taking advantage of darkness and dense populated area. Later troops of SOG/182 CRPF, SOG/183 Bn, CRPF alongwith 50 RR and SOG Pulwama (State Police) under command of Sh. D. S. Negi, Comdt. carried out Cordon and Search Operation. During Operation, militants were intercepted at Daugam Naka point was an encounter occurred between troops and militants. Troops neutralized 01 militant identified Showkat Ahmed Bhatt (TuM, r/o Pulwama) and recovered his body alongwith 01 Pistol. Recovery were handed over to State Police.

19/10/2018

CRPF troops (53 Bn CRPF) under command of SI/GD C Rajendran alongwith State Police carried out NAKA duty. During duty, troops intercepted a Scarpio Car and passenger were directed to get down, meanwhile militants (Passengers) started firing on troops, troops retaliated and neutralized 02 JEM FT militants identified as Faizan (Cat-A+ Divisional commander of Distt Baramulla) and Wahab (Cat-A+ associate). Following arms & ammns have also been recovered: AK-47 rifle-01 No, Chinese Pistol-02 Nos., UBGL-01 No., AK Rounds-19 Nos., Chinese Pistol Rounds-52 Nos., UBGL Grenade-02 Nos., Chinese hand Grenade-03 Nos., AK Mag-01 No., Chinese Pistol Mag-06 Nos. and EMPTY CASE OF 9 MM-01 No. Troops apprehended Driver of the Car and handed over to State Police alongwith recovery.

21/10/2018

CRPF troops (18, 24, 40, 116, 130, 163 & 164 Bn CRPF) under command of Sh. Hanzang, Comdt, alongwith 9 RR and SOG Kulgam carried out Cordon and Search Operation. During operation, an encounter broke out between troops and militants. The troops recovered followings during post encounter search : Dead bodies of 03 militants identified as (1) Zubir Ahmed Lone (JeM, r/o-Kulgam), (2) Sahib-Ul-Islam (JeM, r/o-Shopian) and (3) Yazal Makroo (JeM, r/o-Anantnag), AK-47 rifle-01 No, UBGL-01 No, Pistol-02 Nos, Chinese grenade-01 No. During operation, 02 personnel each of 9 RR & CRPF sustained injuries.

24/10/2018

CRPF troops (29, 35, 75 & 117 Bn CRPF) alongwith 50 RR and SOG carried out Cordon and Search Operation. During Operation, an encounter broke out between troops of Valley QAT CRPF, 50 RR, State Police and Militants. During post encounter search, the troops recovered following: Dead bodies of 02 militants identified as Dr. Sabzar Sofi (r/o Pulwama) and Mohhamad Asif Wagay (r/o-Anantnag), AK-47 Rifle-02 Nos. During operation, miscreants gathered and pelted stones upon the troops. 06 CRPF personnel sustained injury due to stone pelting.

25/10/2018

CRPF troops (53, 176 & DIG (Ops.) North Kashmir) under command of Sh. Rajesh Kumar Yadav, DIG, alongwith 52 RR, SOG Baramulla carried out Cordon and Search Operation. During Operation, an encounter broke out between troops and militants. The troops recovered following during post encounter search: dead bodies of 02 unidentified militants, AK 47 Rifle–01 No, INSAS rifle–01 No, AK series rounds–31 Nos, Rounds of Insas–72 Nos, AK series MAG–03 (01 damaged), Mag of INSAS–05 Nos (01 damaged), Pouch–02 Nos.

25/10/2018

On receipt of encounter between 1 RR, SOG Anantnag, SOG Bijbehara with militants, CRPF troops (18, 40 & 90 Bn CRPF) rushed to the spot & joined the Operation. During post encounter search, troops recovered dead body of 04 militants identified as Uzamil Ahmad Magray (21 yrs, r/o-Kulgam, J&K), Shahir Ahmad Makroo (28 yrs, r/o-Anantnag, J&K), Amir Ahmad Tantray (r/o-Kulgam, J&K), and Owis Ahmad Lone (22 yrs, r/o-Kulgam, J&K) alongwith following items: AK-47–03 Nos, INSAS Rifle–01 No.

During Operation, troops were stone pelted by protesting mob. HC/GD Jeewan Singh sustained minor injury as well. Recovered dead bodies alongwith items handed over to State Police.

26/10/2018

CRPF troops (92, 177, 179 Bn & Range BLA) under command of Sh. J.P. Singh, 2-I/C alongwith 22 RR & SOG Sopore carried out Cordon and Search Operation, wherein troops neutralized 02 militants. During post encounter search, troops recovered dead bodies of 02 militants alongwith following items: AK-47-02 Nos (a/w 07 mag), 7.62x39 mm Amnn–161 Nos, Amnn Pouch–02 Nos, H/grenade–02 Nos, Compass–02 Nos, Matrix sheet–03 Nos, Map–01 No, Cash–Rs. 65,100/-, Misc items. 01 Army personnel got martyred and 01 State Police personnel sustained head injury.

31/10/2018

CRPF troops (130, 180 & 185 Bn CRPF) under command of Sh. Rajesh Kumar Barnela, AC alongwith 42 RR & SOG Tral carried out Cordon and Search Operation/LO duty. During Operation, an encounter broke out with militants. Post encounter search troops recovered dead bodies of 02 JeM (A++ category) militants identified as Usman Hyder (r/o-Pak) and Showkat Ahmed Khan (r/o-Handwara). Troops also recovered following : AK Rifle-01 alongwith 02 Mag (damaged), Sniper Rifle-01 No (damaged). In this incident 01 officer of CRPF alongwith 02 Jawan of 185 Bn. sustained minor injury during I&O duty & 02 CRPF vehicles got damaged.

WELFARE BRANCH

The scheme for grant of Financial Assistance of Rs. 50,000/- only to the daughters and sisters of martyrs and deceased personnel (died while in service) at the time of their marriage has been introduced.

PROVISIONING BRANCH

(i) Sanction for Rs. 2,00,89,500/- only issued on 27/8/18 for procurement of 15 nos. of Automatic X-Ray film Processor. Accordingly AT (Supply Order) placed on 31/8/18 to M/s Mex India, New Delhi.

(ii) Sanction for US$4,84,272(Rs.1,61,81,496/-) only issued on 26/7/2018 for procurement of 720 Nos. of Glock Pistol-17 (9x19mm). and its A/T (Supply Order) placed on 2/8/18 to M/s Glock Asia Pacific Ltd. Hongkong.

(iii) Sanction for Rs. 7,62,82,785/- only issued on 31/8/18 for procurement of 15 Nos. of Portable 100 mA X-Ray Machine and its A/T (supply Order) placed on 31/8/18 to M/s Kkaanksha Enterprises, New Delhi for 8 Nos. and M/s Startup Health Paradize, Rohini, New Delhi for 07 Nos.

(iv) MHA vide letter dated 13/9/18 has revised the authorization of Trauma Pad into Full Body Protector for RAF Bns as per details given below :

Previous authorization

Name of item	Scale for a RAF Bn
Trauma Pad	778 Per Bn

New authorization

Name of item	Scale for a RAF Bn
Full Body Protector	778 per Bn
Total for 15 RAF Bns	778 X15 = 11670

(v) National Mission on GeM was "flagged off" on 27/9/18 at CRPF Hqr.

भर्ती शाखा

1. गृह मंत्रालय द्वारा केन्द्रीय सशस्त्र पुलिस बलों में 190 सहायक कमाण्डेन्ट (जीडी) 2017 के रिक्त पदों को भरने के लिए उम्मीदवारों की शारीरिक मानदण्ड परीक्षा/शारीरिक दक्षता परीक्षा/चिकित्सा परीक्षा एवं पुनरीक्षण चिकित्सा परीक्षा कराने हेतु के.रि.पु.बल को नोडल फोर्स नियुक्त किया गया था, जो दिनांक 10 फरवरी 2018 को पूर्ण हो चुकी है तथा संघ लोक सेवा आयोग द्वारा उक्त परीक्षा का परिणाम दिनांक 29/06/2018 को घोषित किया जा चुका है। परीक्षा परिणाम के अनुसार 170 पदों का केन्द्रीय सशस्त्र पुलिस बल में Force Allocation निर्धारित करके गृह मंत्रालय का अनुमोदन के लिए गया था। केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल की 60 रिक्तियाँ भरी गई हैं।
2. उप निरी0/जीडी–2017 के 374 पदों की रिक्तियों के लिए चिकित्सा परीक्षण दिनांक 24/04/2018 को पूर्ण हो चुका है। चिकित्सा परीक्षा में अनुत्तीर्ण हुए कार्मिकों का पुर्ननिरीक्षण दिनांक 06/08/2018 से 20/08/2018 तक कराया गया। अंतिम परिणाम/मेरिट लिस्ट कर्मचारी चयन आयोग द्वारा शीघ्र ही घोषित किया जाना है।
3. गृह मंत्रालय द्वारा केन्द्रीय सशस्त्र पुलिस बलों (CAPFs) में सि0/जीडी परीक्षा–2018 कराने हेतु के.रि.पु.बल को नोडल फोर्स नियुक्त किया गया है। केन्द्रीय सशस्त्र पुलिस बलों (CAPFs) में सि0/जीडी के पद के लिए 54,953 कर्मचारी चयन आयोग के माध्यम से दिनांक 30/09/2018 तक आवेदन माँगे गये थे। परीक्षा के तहत जिन सि0/जीडी की भर्ती की जाएगी, उन्हें ITBP, BSF, CISF, CRPF, SSB, Assam Rifles, NIA & SSF में नियुक्त किया जाएगा। सर्वप्रथम कम्प्यूटर आधारित ऑनलाइन परीक्षा कर्मचारी चयन आयोग द्वारा करायी जायेगी और शारीरिक दक्षता/मापदण्ड, चिकित्सा परीक्षण के.रि.पु.बल के निर्देशन में अन्य सशस्त्र पुलिस बलों की मदद लेकर करायी जायेगी।
4. छत्तीसगढ़ सैक्टर को बस्तरिया बटालियन के लिए 139 सि0(जीडी/ट्रैडमैन) के रिक्त पदों को भरने के लिए रैली भर्ती कराने के लिए नोडल सैक्टर नियुक्त किया गया है एवं विज्ञापन दिनांक 04–10 अगस्त 2018 के रोजगार समाचार में छापा गया था। जो लिखित परीक्षा में उत्तीर्ण हुए हैं, उनकी चिकित्सा जाँच दिनांक 07/10/18 से 16/10/18 तक की गई।
5. सितम्बर–अक्तूबर 2018 माह में अनुकम्पा के आधार पर 12 मृतक कार्मिकों के आश्रितों को नियुक्तियां प्रदान की गई है, जिनमें 08 पुरूष हैं और 04 महिलाएं हैं।

Promotion

Dy. Inspectors General to Inspectors General

S.No.	IRLA No.	Name of officer	Present Posting	Remarks
1.	2533	T. Sekhar, DIG	DIG (Ops) Gadchiroli	Promoted & Posted as IG CSJWT, Belgaum

Transfers

S.No.	IRLA No.	Name of officer	Present Posting	Transferred to
1.	3120	Rajeev Rai, DIG	DIG (Ops) Range Chaibasa	Range Jagdalpur
2.	3112	Sanjay Yadav, DIG	DIG Range Jagdalpur	Range (Ops) Sukma

A WARM SALUTE TO MARTYRS



Shaheed Constable
Umesh M. Helavar, 143 Bn
16.07.1993 to 20.10.2018



Shaheed Asstt. Sub Inspector
Mir Matuir Rahman, 168 Bn
04.12.1968 to 27.10.2018



Shaheed Head Constable/Dvr
B.M. Behra, 168 Bn
13.02.1975 to 27.10.2018



Shaheed Constable
Chatti Praveen, 168 Bn
10.05.1997 to 27.10.2018



Shaheed Constable
Gulli Palli Srinu, 168 Bn
01.07.1992 to 27.10.2018

DG's Disc & Commendation Letter Awardees

September - October 2018

S.No.	IRLA/F.No.	Rank	Name	Unit	Disc Awarded
1.	025110011	Insp/GD	Vijay Singh	157 Bn	Silver (Ops)
2.	065348963	CT/GD	Iqbal Ahmad Bhat	92 Bn	Bronze (Ops)
3.	11315	AC (Rajbhasha)	Mohd. Iqbal Khan	Dte Genl.	Bronze (Adm)
4.	11314	AC (Rajbhasha)	Jitender Singh	Cobra Sector	Bronze (Adm)
5.	3996	Comdt.	K.K. Pandey	ISA M/Abu	Silver (Adm)
6.	6787	DC	Smt Indira K.K.	GC Pune	Bronze (Adm)
7.	10452	AC/M	Shailender Kumar	Jmu Sec HQr	Bronze (Adm)
8.	097410649	SI/RO	Devender Singh	1st Sig Bn (Attached with comn. Dte.)	Bronze (Adm)
9.	4226	Comdt	Naresh Kumar Sharma	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
10.	7874	DC	Kuldeep Singh	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
11.	041683691	Insp/ GD	Ghanshyam Pal	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
12.	901191727	SI/GD	Hoshiyar Singh Khatana	CRPF Acdmy	Silver (Adm)
13.	971401619	HC/GD	Koshlendra Singh	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
14.	005230823	HC/GD	Virendra Singh	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
15.	045210991	CT/GD	Balwan Singh	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
16.	041551036	CT/GD	Ravindra Kumar	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
17.	950870003	CT/ Cook	Sunil Kumar	CRPF Acdmy	Bronze (Adm)
18.	6796	DC	Smt Tara Devi	21 Bn (Attached with CRPF Press)	Bronze (Adm)
19.	5762	CMO (SG)	Dr. Anil Kumar	20 BH DG Staff Camp.	Golden (Adm)
20.	10584	MO	Dr. Vipin Kumar Singh	220 Bn (Now posted in 20 BH DG Staff camp)	Bronze (Adm)
21.	129290032	SI/MSN	Sidappa K.C.	CH Ranchi (Attached with 20 BH DG Staff camp)	Bronze (Adm)
22.	070060072	ASI/M	Pradeep Kumar Patel	GC LKW (Attached with 20 BH DG Staff camp)	Bronze (Adm)
23.	-	DC/ Captain	Bhav Pandit	BSF Air Base, Ranchi	Silver (Ops)
24.	-	DC / Co-pilot	Shree Niwas Sharma	BSF Air Base, Ranchi	Bronze (Ops)
25.	-	DC/AME	Pankaj Kanaujjia	BSF Air Base, Ranchi	Bronze (Ops)
26.	4192	Comdt	Mohd Jamal Khan	NSG	Golden(Adm) 02 star
27.	4519	Comdt	Harshvardhan	SDG	Golden(Adm)
28.	105151275	CT/GD	Y Pradeep	207 CoBRA	Bronze (Ops)
29.	110115328	CT/GD	Gautam Rajpur	207 CoBRA	Bronze (Ops)
30.	125231727	CT/GD	Rohit Kumar	207 CoBRA	Bronze (Ops)
31.	110113299	CT/GD	Chandan Kumar	207 CoBRA	Bronze (Ops)
32.	880750104	Insp/Min	Mohan Lal Panwar	183 Bn	Bronze (Adm)

				(Attached with MT(Prov) Dte	
33.	065113269	ASI/M	Rajesh Kumar	MT (Prov) Dte	Bronze (Adm)
34.	4773	Comdt	S.N. Mandal	223 Bn	Silver (Ops)
35.	8533	A/C	Basant Kumar	223 Bn	Silver (Ops)
36.	10206	A/C	Soreishang A.P.	223 Bn	Bronze (Ops)
37.	10709	A/C	Amit Kumar Singh	150 Bn	Bronze (Ops)
38.	105131808	CT/GD	L.J. Kalita	204 CoBRA	Bronze (Ops)
39.	115139983	CT/GD	J.P. Borah	204 CoBRA	Bronze (Ops)
40.	105091353	CT/GD	Babul Borah	204 CoBRA	Bronze (Ops)
41.	6826	D/C	S.S. Dev	92 Bn	Golden (Ops)
42.	851181295	SI/GD	Rama Shanker Singh	92 Bn	Silver (Ops)
43.	085340732	CT/GD	Abdul Hamid Ganie	92 Bn	Bronze (Ops)
44.	031230746	CT/GD	Harendra Yadav	92 Bn	Bronze (Ops)
45.	075024982	CT/GD	Anup Kumar Singh	92 Bn	Bronze (Ops)
46.	135023764	CT/GD	Dileep Kumar	92 Bn	Bronze (Ops)
47.	091530012	Insp/GD	Pintu Kumar Singh	92 Bn	Bronze (Ops)
48.	015282104	CT/GD	Kuldeep	92 Bn	Bronze (Ops)
49.	065344556	CT/GD	Shafiq Ahmad Bhat	92 Bn	Bronze (Ops)
50.	PID No. KKS 225717	Dy SP	Tariq Mahmood	JKP	Bronze (Ops)
51.	031422048	CT/GD	R. Balraj	92 Bn	Bronze (Ops)
52.	155230647	CT/GD	Gurpreet Singh	92 Bn	Bronze (Ops)
53.	6029	2-I/C	J P Singh	92 Bn	Silver (Ops)
54.	075021643	HC/GD	Upender Kumar Yadav	92 Bn	Silver (Ops)
55.	060722419	CT/GD	Sunil Kant	92 Bn	Bronze (Ops)
56.	105130125	CT/GD	Raju Kumar Chauhan	92 Bn	Bronze (Ops)
57.	115340648	CT/GD	Farooq Ahmad Bhat	92 Bn	Bronze (Ops)
58.	EXK 115658	Insp	Azim Iqbal	JKP	Bronze (Ops)
59.	4709	Comdt	Erick Gilbert Jose	14 Bn	Golden (Ops) 1 star
60.	11131	A/C	Harishankar Shukla	14 Bn	Golden (Ops)
61.	130140032	SI/GD	R D Ashemval Anal	14 Bn	Silver (Ops)
62.	115137418	CT/GD	Nilamoni Deka	14 Bn	Bronze (Ops)
63.	115137445	CT/GD	Biswajit Das	14 Bn	Bronze (Ops)
64.	145311886	CT/GD	Rakesh Bhagat	14 Bn	Silver (Ops)
65.	115260467	CT/GD	Ranjan Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
66.	105344741	CT/GD	Abdul Majeed Lone	14 Bn	Bronze (Ops)
67.	095080092	CT/DVR	Yaspal	14 Bn	Bronze (Ops)
68.	031508292	CT/DVR	Vikas Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
69.	830736299	INSP/GD	Dharam Singh	35 Bn	Bronze (Ops)
70.	9674	A/C	Rajesh Saini	61 Bn	Bronze (Ops)
71.	10103	A/C	Molingson Tongsin Anal	75 Bn	Silver (Ops)
72.	850797267	SI/GD	Rajbir Singh	75 Bn	Bronze (Ops)

73.	991380466	CT/GD	Firoz Khan	75 Bn	Bronze (Ops)
74.	951440638	CT/GD	Joginder Pal	75 Bn	Bronze (Ops)
75.	10119	A/C	Udhayvir Singh Chib	185 Bn	Bronze (Ops)
76.	041711292	CT/GD	Manjeet Kumar	185 Bn	Bronze (Ops)
77.	4980	2-I/C	Praveen Thapliyal	14 Bn	Golden (Ops)
78.	041549195	CT/GD	Vinayak Kumare	14 Bn	Bronze (Ops)
79.	115205208	CT/GD	Pradeep Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
80.	115132184	CT/GD	Arvind Sarkar	14 Bn	Silver (Ops)
81.	005001307	HC/GD	Bhoora Ram	14 Bn	Bronze (Ops)
82.	110721547	CT/GD	Shashikant Yadav	14 Bn	Bronze (Ops)
83.	115137089	CT/GD	Nipen Swargiary	14 Bn	Bronze (Ops)
84.	10775	A/C	Balkishan Yadav	14 Bn	Silver (Ops)
85.	057360029	INSP/GD	Rajesh Chouhan	14 Bn	Bronze (Ops)
86.	035171593	HC/RO	N.K.Mishra	14 Bn	Bronze (Ops)
87.	035052968	HC/RO	Guru Murthi	14 Bn	Bronze (Ops)
88.	065343693	CT/GD	Mohd Ashraf Khan	14 Bn	Bronze (Ops)
89.	031430683	CT/DVR	Jijesh E.P	14 Bn	Bronze (Ops)
90.	055251403	CT/DVR	Shewale Gulab	14 Bn	Bronze (Ops)
91.	045034642	SI/GD	L.Karthik	14 Bn	Bronze (Ops)
92.	110880031	CT/GD	Chandan Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
93.	135060338	CT/GD	Vinay Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
94.	085192298	CT/GD	Deepak Kumar	79 Bn	Bronze (Ops)
95.	065227435	CT/GD	Devendra Singh Dhurwey	79 Bn	Bronze (Ops)
96.	9360	A/C	Wazir Dangi	182 Bn	Bronze (Ops)
97.	041706218	CT/GD	Anurag Kumar Singh	182 Bn	Bronze (Ops)
98.	850860669	SI/GD	Kishan Pal	185 Bn	Silver (Ops)
99.	880939967	ASI/GD	Md. Afsar	185 Bn	Bronze (Ops)
100.	KPS116051	Dy SP	Wajahat Hussain	SOG JKP	Bronze (Ops)
101.	ARP115593	SI	Atal Sharma	SOG JKP	Bronze (Ops)
102.	EXK115708	SI	Ab. Latief	SOG JKP	Bronze (Ops)
103.	ARP106420	P C	Aftab Ahmed	SOG JKP	Bronze (Ops)
104.	ARP065787	SGCT	Nassar Hussain	SOG JKP	Bronze (Ops)
105.	115142607	CT/GD	K. Venkanna Babu	204 CoBRA	Silver (Ops)
106.	4709	Comdt	Erick Gilbert Jose	14 Bn	Golden (Ops) 2 star
107.	4980	2-I/C	Praveen Thapliyal	14 Bn	Golden (Ops) 1 star
108.	110070912	CT/GD	Ravendra Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
109.	110721538	CT/GD	Sunil	14 Bn	Bronze (Ops)
110.	145311921	CT/GD	Tanuj Oraon	14 Bn	Bronze (Ops)
111.	120140021	CT/GD	Tula Ram Sorout	14 Bn	Bronze (Ops)
112.	115180589	CT/GD	Saurabh	14 Bn	Bronze (Ops)
113.	041695663	CT/GD	M. Sasi Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
114.	830754684	INSP/GD	Moonga Lal	14 Bn	Bronze (Ops)

115.	145203033	CT/GD	Ajay Ojha	14 Bn	Bronze (Ops)
116.	10775	A/C	Bal Kishan Yadav	14 Bn	Golden (Ops)
117.	115071202	CT/GD	Sushil Kumar	14 Bn	Silver (Ops)
118.	125233267	CT/GD	Rajpal	14 Bn	Bronze (Ops)
119.	055123165	CT/GD	Chauhan Bhupat Singh	14 Bn	Bronze (Ops)
120.	130140059	SI/GD	Paul L. Kungate	14 Bn	Silver (Ops)
121.	145313559	CT/GD	Prakash Paswan	14 Bn	Bronze (Ops)
122.	125121469	CT/GD	Vasava Mahendra	14 Bn	Bronze (Ops)
123.	10898	A/C	Amarjeet Singh	185 Bn	Bronze (Ops)
124.	095070657	CT/GD	Rashid Ahmad	185 Bn	Bronze (Ops)
125.	041729362	CT/GD	Shiva Kant	130 Bn	Bronze (Ops)
126.	031493196	CT/GD	Brijesh Kumar	130 Bn	Bronze (Ops)
127.	065260699	CT/GD	Sohan Lal	182 Bn	Bronze (Ops)
128.	155112244	CT/GD	Sombir Singh	182 Bn	Bronze (Ops)
129.	941421944	HC/GD	Rajnish Kumar	18 Bn	Bronze (Ops)
130.	015032847	CT/DVR	N.T. Rajaratnakar	18 Bn	Bronze (Ops)
131.	125330066	SI/GD	Anuj Tyagi	204 CoBRA	Bronze (Ops)
132.	125111598	SI/GD	Krishan Kumar Dadarwal	92 BN	Bronze (Ops)
133.	041720843	HC/RO	Deepak Sahu	92 BN	Bronze (Ops)
134.	025030588	CT/GD	M. Rajesh	92 BN	Bronze (Ops)
135.	No.JKPS-135826	Dy.SP	Vikram Singh	JKP	Bronze (Ops)
136.	9113	IG	Zulfiquar Hasan, IPS	OPS KMR	Golden (Adm) 01 star
137.	7580	DC	T.P. Singh	OPS DTE	Silver (Adm)
138.	7120	DC	Paras Mani Chander	OPS KMR SEC	Bronze (Adm)
139.	841121192	Insp/Min	Mahesh Chand	OPS DTE	Golden (Adm)
140.	941570085	SI/M	Hoshiar Singh	OPS KMR SEC	Bronze (Adm)
141.	007020023	ASI/M	Jitendra Singh Sagar	OPS DTE	Golden (Adm)
142.	115111631	CT/GD	Anil Kumar	OPS DTE	Bronze (Adm)
143.	5183	2-I/C	Kumar Mayank	182 BN	Golden (Ops) 1 star
144.	6671	D/C	Kuldeep Singh Chahar	182 BN	Golden (Ops) 1 star
145.	10772	A/C	K.K. Yadav	182 BN	Silver (Ops)
146.	10065	A/C	Rajbardhan	182 BN	Golden (Ops) 1 star
147.	001393248	HC/GD	Raghunandan Singh Tomar	183 BN	Bronze (Ops)
148.	075222229	CT/GD	Ravindra Singh Tomar	182 BN	Silver (Ops)
149.	085342521	CT/GD	Md. Ilyas	182 BN	Bronze (Ops)
150.	110726167	CT/GD	Amlesh Kumar	182 BN	Bronze (Ops)
151.	135030011	CT/GD	V. Manu	182 BN	Bronze (Ops)
152.	145340823	SI/GD	Sudhakar Kumar Gupta	183 BN	Silver (Ops)
153.	880977743	ASI/GD	Jadav Chandra Borah	183 BN	Bronze (Ops)
154.	903065961	ASI/GD	Krishan Singh	183 BN	Bronze (Ops)
155.	005071217	HC/GD	Abdul Khaliq	183 BN	Bronze (Ops)
156.	034040583	HC/RO	Baban Kumar	183 BN	Bronze (Ops)

157.	031535369	CT/GD	Khageswar Kisan	183 BN	Bronze (Ops)
158.	061840014	CT/GD	Irshad Ahmad	183 BN	Silver (Ops)
159.	075340365	CT/GD	Mohd. Hussain	183 BN	Bronze (Ops)
160.	125021385	CT/GD	Veerendra Kumar Yadav	183 BN	Bronze (Ops)
161.	135320776	CT/GD	Yovraj Poyam	183 BN	Silver (Ops)
162.	9678	A/C	Sanjeet Kumar Singh	209 CoBRA	Bronze (Ops)
163.	105151016	INSP/GD	Devendra Kumar	209 CoBRA	Bronze (Ops)
164.	125141042	SI/GD	Tarun Bamrara	209 CoBRA	Silver (Ops)
165.	105261203	CT/GD	Mohit Pratap Singh	209 CoBRA	Bronze (Ops)
166.	075210141	CT/GD	Narendra Bhoyar	209 CoBRA	Silver (Ops)
167.	115193451	HC/RO	Amod Kumar	209 CoBRA	Bronze (Ops)
168.	041541842	CT/DVR	Sheyad A.I.	14 BN	Bronze (Ops)
169.	115137418	CT/GD	Nilamoni Deka	14 BN	Silver (Ops)
170.	145311921	CT/GD	Tanuj Oraon	14 BN	Silver (Ops)
171.	120140021	CT/GD	Tula Ram Sorout	14 BN	Silver (Ops)
172.	031430041	CT/DVR	Anoop Shankar P	14 BN	Bronze (Ops)
173.	031476382	CT/GD	P.S. Bhaduriya	178 BN	Bronze (Ops)
174.	085260649	CT/Bug	Jayram Gurjar	178 BN	Bronze (Ops)
175.	075184044	SI/GD	Surjeet Singh	204 CoBRA	Bronze (Ops)
176.	-	Collector	Saurabh Kumar, IAS	Distt-Dantewada (Chhattisgarh)	Bronze (Ops)
177.	9253	A/C	Dharmendra Kumar	215 Bn	Bronze (Ops)
178.	091290057	Insp/GD	B.M. Singh	215 Bn	Bronze (Ops)
179.	101240015	Insp/GD	Sanjay Kumar Singh	215 Bn	Silver (Ops)
180.	085192369	CT/GD	Ranjit Kumar Singh	215 Bn	Bronze (Ops)
181.	065205672	CT/GD	Shivdeep Narayan Yadav	215 Bn	Bronze (Ops)
182.	6523	D/C	Nitin Kumar	205 CoBRA	Bronze (Ops)
183.	7130	D/C	Deepak Tiwari	205 CoBRA	Silver (Ops)
184.	10337	A/C	Kumar Swapnil	205 CoBRA	Bronze (Ops)
185.	10376	A/C	Navish Kumar	205 CoBRA	Bronze (Ops)
186.	10401	A/C	Abhishek Kumar Dwivedi	205 CoBRA	Silver (Ops)
187.	095210867	Insp/GD	Manoj Kumar Dwivedi	205 CoBRA	Bronze (Ops)
188.	065301091	SI/GD	Pradhan Meen	205 CoBRA	Bronze (Ops)
189.	095180229	SI/GD	Prayank Kumar Mishra	205 CoBRA	Bronze (Ops)
190.	840360149	HC/GD	Sahdev Ram	205 CoBRA	Bronze (Ops)
191.	075225309	CT/GD	Ramesh Chand	205 CoBRA	Bronze (Ops)
192.	095020196	CT/GD	Dharmendar Yadav	205 CoBRA	Silver (Ops)
193.	095060224	CT/GD	Bharat Singh	205 CoBRA	Bronze (Ops)
194.	105342141	CT/GD	Mohd Abbas Mir	205 CoBRA	Bronze (Ops)
195.	105250595	CT/GD	Sukele Mahesh	205 CoBRA	Bronze (Ops)
196.	105261177	CT/GD	Rahissudeen	205 CoBRA	Bronze (Ops)
197.	105175799	CT/GD	Srimanta hembram	205 CoBRA	Bronze (Ops)
198.	115042497	CT/GD	Chittranjan Dhal	205 CoBRA	Bronze (Ops)

199.	115267197	CT/GD	Dheeraj Kumar	205 CoBRA	Bronze (Ops)
200.	115026573	CT/GD	Gulab Chandra Ram	205 CoBRA	Bronze (Ops)
201.	145232096	CT/GD	Sudesh Sharma	205 CoBRA	Bronze (Ops)
202.	145232511	CT/GD	Pramod Chauhan	205 CoBRA	Bronze (Ops)
203.	5489	2-I/C	S.B.S. Bist	205 CoBRA	Golden (Ops)
204.	7130	D/C	Deepak Tiwari	205 CoBRA	Golden (Ops)
205.	6935	D/C	Dilip Malik	205 CoBRA	Golden (Ops) 2 star
206.	9701	A/C	Shiv Pratap Yadav	205 CoBRA	Bronze (Ops)
207.	141540017	SI/GD	Sandeep Kumar	205 CoBRA	Bronze (Ops)
208.	142120021	SI/GD	Sanjay singh Chauhan	205 CoBRA	Bronze (Ops)
209.	095021175	HC/GD	H.N. Singh	205 CoBRA	Bronze (Ops)
210.	115042514	CT/GD	S. Maharana	205 CoBRA	Bronze (Ops)
211.	145083706	CT/GD	M. Ali	205 CoBRA	Bronze (Ops)
212.	100720521	CT/GD	Sudhir Kumar	205 CoBRA	Bronze (Ops)
213.	105014616	CT/GD	Ranveer Singh	205 CoBRA	Bronze (Ops)
214.	125116048	CT/GD	Prince	205 CoBRA	Bronze (Ops)
215.	141410016	SI/GD	Jaspreet Singh	141 Bn	Bronze (Ops)
216.	055149531	HC/RO	O.S. Rao	141 Bn	Bronze (Ops)
217.	105273833	CT/GD	S.C. Gangadhara	141 Bn	Bronze (Ops)
218.	135279306	CT/GD	P. Ravindra Babu	141 Bn	Bronze (Ops)
219.	105066813	CT/GD	Mishri Lal Maraui	141 Bn	Bronze (Ops)
220.	115031566	CT/GD	Arun Kumar	141 Bn	Bronze (Ops)
221.	115031405	CT/GD	P. Raja	141 Bn	Bronze (Ops)
222.	135279351	CT/GD	B.Vijai Kumar	141 Bn	Bronze (Ops)
223.	135311269	CT/GD	Guzar Ansari	141 Bn	Bronze (Ops)
224.	105015319	CT/GD	Mandeep Kumar	141 Bn	Bronze (Ops)
225.	4709	Comdt	Erick Gilbert Jose	14 Bn	Golden (ops) 3 star
226.	115180482	CT/GD	Amit Singh Yadav	14 Bn	Bronze (Ops)
227.	041664241	HC/RO	Sanjay Bhargav	14 Bn	Bronze (Ops)
228.	115080513	HC/GD	Harish Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
229.	065268666	CT/GD	Sunil Kumar	14 Bn	Bronze (Ops)
230.	115139109	CT/GD	Kangkan Das	14 Bn	Bronze (Ops)
231.	145040838	CT/GD	Prokash Rabi Das	14 Bn	Bronze (Ops)
232.	057360029	INSP/GD	Rakesh Chauhan	14 Bn	Bronze (Ops)
233.	130140041	SI/GD	K P Konwan	14 Bn	Bronze (Ops)
234.	085341738	CT/GD	Shabir Ahmad	14 Bn	Bronze (Ops)
235.	115132184	CT/GD	Arvind Sarkar	14 Bn	Golden (Ops)
236.	135149938	CT/GD	Ravatappa R	14 Bn	Bronze (Ops)
237.	8570	A/C	Chandan Gidhi	168 Bn	Bronze (Ops)
238.	035032842	SI/GD	Sunil Kuma Pareek	168 Bn	Bronze (Ops)
239.	095240035	SI/GD	Anoop Kumar	204 CoBRA	Bronze (Ops)
240.	025130939	SI/GD	Sheo Pratap	11 Bn	Silver (Ops)



श्री आर.आर. भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल, चीन गणराज्य के प्रतिनिधि श्री झाओ केझी माननीय राज्य पार्षद एवं जन सुरक्षामंत्री का के.रि.पु.बल मुख्यालय में स्वागत करते हुए



डॉ. मनु भटनागर, अध्यक्षा कावा, स्पेशल इयूटी ग्रुप के 34वें स्थापना दिवस समारोह का उद्घाटन करते हुए



11वीं अखिल भारतीय पुलिस बैडमिंटन चैम्पियनशिप के समापन समारोह पर श्री राज्यवर्द्धन सिंह राठौर, माननीय युवा एवं खेल मंत्री (स्वतंत्र प्रभार), श्री राजीव राय भटनागर, महानिदेशक, के.रि.पु.बल, पद्मश्री कुंजु रानी देवी एवं अन्य गणमान्य विजेता खिलाड़ियों के साथ