आज़ादी का अमृत महोत्सव

यूको बैंक में राजभाषा विभाग के स्वर्णिम 50 वर्ष 1972- 2022

यूको मासिकी

प्रधान कार्यालय की मासिक ई-पत्रिका

वर्ष - 4; अंक - 2

जून -जुलाई, 2022

यूको बैंक UCO BANK

(भारत सरकार का उपक्रम) (A Govt. of India Undertaking)

सम्मान आपके विश्वास का Honours Your Trust

आज़ादी का अमृत महोत्सव

यूको बैंक में राजभाषा विभाग के स्वर्णिम 50 वर्ष 1972- 2022

यूको मासिकी : जून- जुलाई, 2022

संरक्षण एवं प्रेरणा

सोमा शंकर प्रसाद
एमडी एवं सीईओ

इशराक् अली खान
कार्यपालक निदेशक

दिग्दर्शन

नरेश कुमार एवं मनीष कुमार
महाप्रबंधक महाप्रबंधक
मा.सं.प्र., का.से., प्रशिक्षण एवं राजभाषा

संपादक

पंचानन साहु
मुख्य प्रबंधक-राजभाषा एवं प्रभारी

एवं

अमलशेखर करणसेठ
मुख्य प्रबंधक-राजभाषा

सहयोग

डॉ. सुनील कुमार
वरिष्ठ प्रबंधक (राजभाषा)

रोशनी सरकार साव
वरिष्ठ प्रबंधक (राजभाषा)

आशीष शीतल बखला
प्रबंधक (राजभाषा)

प्रकाशन एवं संपर्क
यूको बैंक, राजभाषा विभाग, प्रधान कार्यालय,
10, बीटीएम सरणी, कोलकाता - 700001

अनुक्रम

विषय-वस्तु	पृष्ठ सं.
बैंकिंग वार्ता	4
आइकॉनिक सप्ताह	6
कार्यपालकों के दौरे	7
माह के हिंदी साहित्यकार	8
माह के भोजपुरी लोकगीतकार	9
स्वास्थ्यनामा	10
खेल-खेल में	12
गीत- संगीत	16
हमारा प्यारा यूको परिवार	17
लीला हिंदी प्रवाह	18
कार्यक्रम की झलकियाँ	19
देशी प्रयास	23
आओ जीएं जिंदगी	23
विदाई एवं सेवानिवृत्ति	24

यह पत्रिका आपको कैसी लगी ? कृपया ऊपर चिह्न पर क्लिक कर अपनी टिप्पणी अवश्य दें।

मुख्य पृष्ठ के बारे में

भारत की नव निर्वाचित राष्ट्रपति
महामहिम **श्रीमती द्रौपदी मुर्मू** से
यूको बैंक के
प्रबंध निदेशक एवं मुख्य कार्यपालक अधिकारी
श्री सोमा शंकर प्रसाद ने
राष्ट्रपति भवन में शिष्टाचार भेंट की।

Shri. Soma Shankar Prasad, MD and CEO
paid a courtesy visit to
Honorable **Smt. Draupadi Murmu**
newly elected President of India at
Rashtrapati Bhavan

बैंकिंग वार्ता

क्रेडिट कार्ड, डेबिट कार्ड जारी किए जाने से संबंधित प्रावधान 1 अक्तूबर तक बढ़ाए गए

भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा क्रेडिट कार्ड और डेबिट कार्डों के संबंध में कुछेक मुख्य/ मास्टर निर्देशों के कार्यान्वयन को तीन माह के लिए स्थगित कर दिया गया है। भारतीय रिजर्व बैंक के मुख्य / मास्टर निर्देशों के अनुसार नकारात्मक/ऋणात्मक परिशोधन को रोकने लिए क्रेडिट कार्ड की देय राशियों (न्यूनतम देय राशि सहित) के भुगतान सुस्पष्ट रूप से विनिर्दिष्ट किए जाने चाहिए। इसके अतिरिक्त, ब्याज प्रभारित करने/चक्रवृद्धिकृत करने हेतु अदत्त प्रभारों/वसूलियों/करों को पूंजीकृत नहीं किया जाना चाहिए। ये प्रावधान, जिन्हें 1 जुलाई, 2022 से कार्यान्वित किया जाना था, अब 1 अक्तूबर 2022 से प्रभावी किए जाएंगे।

भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा सरकारी कंपनियों/संस्थाओं को मूलभूत सुविधा ऋणों से संबन्धित मानदंडों के गैर-अनुपालन के लिए बैंकों को निर्देश

सरकार द्वारा स्वाधिकृत कंपनियों को मूलभूत सुविधा / आवासीय परियोजनाओं के लिए दी गई निधियों के अंतिम उपयोग पर निगरानी रखने में अनुपालन के अभाव को ध्यान में रखते हुए भारतीय रिजर्व बैंक ने बैंकों को उचित विवेकसम्मत मानदंडों का पालन करने तथा उसके अधिदेशों यथा- वाणिज्यिक व्यवहार्यता, राजस्व धाराओं और निधियों के अंतिम उपयोग का मूल्यांकन करने को दृढ़तापूर्वक कार्यान्वित करने के निदेश दिये हैं। वह बैंकों से यह अपेक्षा करता है कि वे परियोजनाओं की व्यवहार्यता एवं बैंक योग्यता के बारे में यथोचित मूल्यांकन करें तथा यह सुनिश्चित करें कि ऋण-शोधन दायित्व को पूरा करने के लिए (बजटीय स्रोतों के अतिरिक्त) पर्याप्त राजस्व विद्यमान हो। बैंकों को उनकी कार्यप्रणाली का पुनरीक्षण करने और अनुपालन की स्थिति के संबंध में अपने बोर्ड को तीन माह के भीतर अनुदेशों के साथ एक विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत करने की सलाह दी गई है।

भारतीय रिजर्व बैंक के भुगतान विजन 2025 से डिजिटल भुगतानों की संख्या तीन गुणी करने हेतु 4 ई का सूत्रपात

भारतीय रिजर्व बैंक ने प्रत्येक व्यक्ति के लिए सर्वत्र, सर्वदा, ई-भुगतान (E payments for Everyone, Everywhere. Everytime) की मुख्य विषय-वस्तु के साथ अपना "भुगतान विजन 2025" दस्तावेज जारी कर दिया है। इसका मुख्य उद्देश्य प्रत्येक प्रयोक्ता को वहनीय, सरलता से अभिगम्य, सुरक्षित, निरापद, त्वरित एवं सुविधाजनक ई-भुगतान विकल्प उपलब्ध कराना है। इस दस्तावेज का ध्येय डेबिट कार्डों के उपयोग में वृद्धि के साथ ही प्रचलन के अधीन नकदी में कमी लाने सहित डिजिटल भुगतानों की संख्या में तीन गुणा उछाल लाना है। यह दस्तावेज उभरते भौगोलिक-राजनीतिक जोखिमों को ध्यान में रखते हुये घरेलू भुगतान प्रणाली की **घेराबंदी (ring-fencing)** पर भी प्रकाश डालता है।

कार्डों द्वारा आवर्ती भुगतानों के लिए ई-अधिदेश बढ़ाकर 15,000 रुपए किया गया

भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा क्रेडिट / डेबिट कार्डों द्वारा किए जाने वाले आवर्ती भुगतानों (यथा- अभिदानों, बीमा प्रीमियमों) के लिए ई-अधिदेश की सीमा 5,000 रुपए से बढ़ाकर 15,000 रुपए कर दी गई है। अपेक्षाकृत बड़े मूल्य के आवर्ती भुगतानों को सुगम बनाने हेतु घरेलू भुगतानों के पक्ष में 62.5 मिलियन से अधिक तथा अंतर्राष्ट्रीय भुगतानों के पक्ष में 3,400 से अधिक व्यापारियों द्वारा अधिदेश पंजीकृत कराये गए थे।

बैंकिंग वार्ता

चालू खाते का घाटा वहनीय स्तर पर रहेगा: भारतीय रिजर्व बैंक के गवर्नर

भारतीय रिजर्व बैंक के गवर्नर श्री शक्तिकान्त दास इस बात के प्रति आशावान देते हैं कि चालू खाते का घाटा (CAD) एक वहनीय स्तर पर रहेगा तथा सामान्य प्रवाहों से भारतीय रिजर्व बैंक को उसका वित्तीयन करने में सहायाता प्राप्त होगी। मुख्यतः उच्चतर व्यापार घाटे के कारण वित्त वर्ष 2021-22 की 3री तिमाही में भारत का चालू खाते का घाटा बढ़कर 23 बिलियन अमरीकी डालर अर्थात सकल घरेलू उत्पाद (GDP) का 2.7% हो गया। निर्यात एवं आयात में वृद्धि का उल्लेख करते हुये श्री दास ने कहा कि उच्चतर निर्यात एक अच्छी अर्थव्यवस्था का संकेत देता है और यह भी कि उच्चतर आयात अच्छा लक्षण माना जाता है, क्योंकि वे पूंजीगत व्यय और निवेश आने का संकेत देते हैं। वह इस बात के प्रति भी आशान्वित है कि भारत की अर्थव्यवस्था भौगोलिक-राजनीतिक स्थितियों से पैदा होने वाली चुनौतियों से निपटने हेतु अच्छी तरह तैयार है। "जैसा कि वर्धित सक्षमता के उपयोग से पता चलता है पुनरुत्थान को संकर्षण (traction) मिल रहा है। बैंक के ऋण संवितरण में भी तेजी आ रही है। ग्रामीण और शहरी माँगों से और अधिक सुधार के संकेत प्राप्त हो रहे हैं।" उन्होंने इस बात का उल्लेख करते हुए कि भारतीय रुपया उसके उभरते बाजार के समकक्षों की तुलना में बेहतर कार्य-निष्पादन कर रहा है यह भी कहा कि कुल मिलाकर स्थूल आर्थिक संख्यायें व्यापक रूप से ठीक लग रही हैं।

"वित्तीय क्षेत्र के मुख्य कार्यों में रूपान्तरण हो रहा है": एफई माडर्न बीएफएसआई सम्मेलन में भारतीय रिजर्व बैंक के गवर्नर

एफई माडर्न बीएफएसआई सम्मेलन में अपने उदघाटन भाषण में बोलते हुये भारतीय रिजर्व बैंक के गवर्नर श्री शक्तिकान्त दास ने कहा कि कोविड-19 वैश्विक महामारी के प्रभाव, विद्यमान भौगोलिक-राजनीतिक संकट और सर्वथा व्यापक प्रौद्योगिकीय नवोन्मेष बैंकों, गैर बैंकिंग वित्तीय कंपनियों और आवास वित्त कंपनियों जैसी पारंपरिक वित्तीय मध्यस्थीकरण प्रक्रियाओं को चुनौती दे रहे हैं। वित्तीय क्षेत्र के मुख्य कार्य यथा मध्यस्थीकरण, आस्ति मूल्य अन्वेषण, जोखिम अंतरण और भुगतान प्रौद्योगिकीय उन्नति द्वारा प्रेरित वैश्विक रूपान्तरण की प्रक्रिया से गुजर रहे हैं, इसप्रकार वे बैंकिंग आदर्श में महत्वपूर्ण परिवर्तन ला रहे हैं। बैंकिंग का व्यवसाय सूचना प्रौद्योगिकी नवोन्मेषो मोबाइल एवं इन्टरनेट संयोजकता, बाजार आधारित वित्तीय मध्यस्थीकरण और फिंटेक के आविर्भाव के कारण पारंपरिक शाखा बैंकिंग से परिवर्तित होकर डिजिटल बैंकिंग का रूप ले रहा है। देश में ही विकसित एकीकृत भुगतान अंतरापृष्ठ (UPI) और आधार समर्थित भुगतान सेवाओं ने खुदरा भुगतान प्रणाली को रूपांतरित कर दिया है। उन्होंने कहा कि भारतीय रिजर्व बैंक वित्तीय क्षेत्र की उभरती गतिशीलताओं को ध्यान में रखते हुये अपने विनियामक एवं पर्यवेक्षी उपायों को परिष्कृत करने की प्रक्रिया जारी रखेगा।

साभार : आईआईबीएफ विजन

आजादी का अमृत महोत्सव एवं आइकॉनिक सप्ताह

आजादी का अमृत महोत्सव स्वतंत्रता के 75 साल और अपने लोगों, संस्कृति और उपलब्धियों के गौरवशाली इतिहास को मनाने और यादगार बनाने के लिए भारत सरकार की एक पहल है। इसकी आधिकारिक यात्रा 12 मार्च 2021 को स्वतंत्रता की 75वीं वर्षगांठ के लिए 75 सप्ताह की उलटी गिनती शुरू हुई।

वित्त मंत्रालय ने **6-11 जून, 2022** से अपने प्रतिष्ठित सप्ताह को कई कार्यक्रमों के साथ मनाया, जिसमें विभिन्न नागरिक केंद्रित पहल, वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम, व्याख्यान शृंखला, सेमिनार और संगोष्ठी, नशीली दवाओं के विनाश दिवस का पालन, साइकिल रैलियां आदि शामिल थे।

वित्त मंत्रालय का आज़ादी का अमृत महोत्सव आइकॉनिक सप्ताह 11 जून 2022 को केंद्रीय वित्त और कॉर्पोरेट मामलों की मंत्री श्रीमती निर्मला सीतारमन के साथ समाप्त हुआ। कार्यक्रम में केंद्रीय अप्रत्यक्ष कर और सीमा शुल्क बोर्ड (सीबीआईसी), केंद्रीय प्रत्यक्ष कर बोर्ड (सीबीडीटी), राजस्व, आर्थिक मामलों और वित्तीय सेवाओं के विभागों द्वारा प्रदर्शित कई कार्यक्रम शामिल थे।

लोगों के साथ-साथ बच्चों के बीच जागरूकता पैदा करने और कर साक्षरता फैलाने के लिए, केंद्रीय प्रत्यक्ष कर बोर्ड ने कुछ दिलचस्प 'खेल से सीखें' उत्पाद विकसित किए हैं। एक अनुकूलित 'सांप और सीढ़ी' खेल का उद्देश्य छोटे बच्चों को करों के बारे में शिक्षित करना है। इसी तरह एक 3डी पहेली 'इंडिया गेट' का उद्देश्य बच्चों और युवा वयस्कों को दिलचस्प तरीके से करों का भुगतान करने की अवधारणा से परिचित कराना है। आय और करों के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए डिजिटल कॉमिक बुक्स की एक शृंखला भी जारी की गई।

इस अवसर पर, आजादी का अमृत महोत्सव पर एक लघु वीडियो भी लॉन्च किया गया जिसमें देश के विकास में करों के योगदान और प्रत्यक्ष करों के क्षेत्र में किए गए सुधारों को दर्शाया गया है।

एक महत्वपूर्ण AKAM विषय "75 पर हल करें" है। तदनुसार, वित्तीय सेवा विभाग द्वारा "प्रतिज्ञा" शीर्षक के साथ बनाया गया एक संगीत वीडियो जारी किया गया। इस वीडियो में, भारतीय वित्तीय सेवा क्षेत्र के लोग लोगों और राष्ट्र की सेवा करने का संकल्प लेते हैं।

समारोह के दौरान स्वतंत्रता के बाद से केंद्रीय बजट की यात्रा को दर्शाने वाली एक लघु फिल्म भी जारी की गई।

समापन समारोह का एक अन्य आकर्षण पुरी बीच पर प्रसिद्ध रेत कलाकार सुदर्शन पटनायक द्वारा रेत कला का आभासी उद्घाटन हुआ। रेत कला 'राष्ट्र के विकास के लिए कर' विषय पर आधारित है।

वित्त मंत्रालय द्वारा आयोजित आईकॉनिक समापन समारोह को देखने के लिए इस वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

Hindi:	Kannada:
Telugu:	Gujarati:
Malayalam:	Tamil:
Marathi:	
Bangla:	
Assamese:	
Punjabi:	
Odia:	

वित्तीय सेवाएं विभाग द्वारा लोगों और राष्ट्र की सेवा करने का इस प्रतिज्ञा के माध्यम से फिर से संकल्प लिया गया जो उपर्युक्त भाषाओं में उपलब्ध है। ऊपर दिए गए लिंक पर क्लिक कर आप संबंधित भाषा में उस प्रतिज्ञा को सुन सकते हैं।

कार्यपालकों के दौरे

नई दिल्ली अंचल

माननीय श्री सोमा शंकर प्रसाद , प्रबंध निदेशक एवं मुख्य कार्यपालक अधिकारी द्वारा नई दिल्ली अंचल का दौरा

अजमेर अंचल

माननीय श्री इशराक् अली खान, कार्यपालक निदेशक द्वारा अजमेर अंचल का दौरा

जयपुर अंचल

माननीय श्री इशराक् अली खान, कार्यपालक निदेशक द्वारा जयपुर अंचल का दौरा

भुवनेश्वर अंचल

माननीय श्री इशराक् अली खान, कार्यपालक निदेशक द्वारा भुवनेश्वर अंचल का दौरा

आज़ादी का अमृत महोत्सव

केदारनाथ सिंह : एक परिचय

यूको बैंक में राजभाषा विभाग के स्वर्णिम 50 वर्ष 1972- 2022

माह के हिंदी साहित्यकार

केदारनाथ सिंह प्रमुख आधुनिक हिंदी कवियों एवं लेखकों में से एक हैं। केदारनाथ सिंह का जन्म 7 जुलाई, 1934 में उत्तर प्रदेश के बलिया ज़िले के चकिया गाँव में हुआ था। इन्होंने बनारस हिंदू विश्वविद्यालय (बीएचयू) से 1956 में हिन्दी में एम.ए. और 1964 में पी.एच.डी की। केदारनाथ सिंह ने कई कालेजों में पढ़ाया और अन्त में जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय में हिन्दी विभाग के अध्यक्ष पद से सेवानिवृत्त हुए। इन्होंने कविता व गद्य की अनेक पुस्तकें रची हैं और अनेक स्तरीय सम्मानों से सम्मानित हुए। ज्ञानपीठ द्वारा उन्हें वर्ष 2013 का 49वां ज्ञानपीठ पुरस्कार प्रदान किया गया। इस पुरस्कार को प्राप्त करने वाले वे हिन्दी के 10वें लेखक थे। केदारनाथ सिंह चर्चित कविता संकलन 'तीसरा सप्तक' के सहयोगी कवियों में से एक हैं। इनकी कविताओं के अनुवाद लगभग सभी प्रमुख भारतीय भाषाओं के अलावा अंग्रेज़ी, स्पेनिश, रूसी, जर्मन और हंगेरियन आदि विदेशी भाषाओं में भी हुए हैं। कविता पाठ के लिए दुनिया के अनेक देशों की यात्राएँ की हैं।

केदारनाथ सिंह समकालीन कविता के प्रमुख हस्ताक्षर हैं। केदारनाथ सिंह की कविता में गाँव व शहर का द्वन्द्व साफ नजर आता है। 'बाघ' इनकी प्रमुख लम्बी कविता है, जो मील का पत्थर मानी जा सकती है।

केदारनाथ पहले गांव से शहर आते हैं फिर शहर से गांव, और इस यात्रा के क्रम में गांव के चिह्न शहर में और शहर के चिह्न गांव में ले जाते हैं। इस आवाजाही के चिह्नों को पहचानना कठिन नहीं हैं, परंतु प्रारंभिक यात्राओं के सनेस बहुत कुछ नए दुल्हन को मिले भेंट की तरह है, जो उसके बक्से में रख दिए गए हैं। परवर्ती यात्राओं के सनेस में यात्री की अभिरुचि स्पष्ट दिखती है, इसीलिए 1955 में लिखी गई 'अनागत' कविता की बौद्धिकता धीरे-धीरे तिरोहित होती है, और यह परिवर्तन जितना केदारनाथ सिंह के लिए अच्छा रहा, उतना ही हिंदी साहित्य के लिए भी। बहुत कुछ नागार्जुन की ही तरह केदारनाथ के कविता की भूमि भी गांव की है। दोआब के गांव-जवार, नदी-ताल, पगडंडी-मेड़ से बतियाते हुए केदारनाथ न अज्ञेय की तरह बौद्धिक होते हैं न प्रगतिवादियों की तरह भावुक। केदारनाथ सिंह बीच का या बाद का बना रास्ता तय करते हैं। इनकी कविताओं में जीवन की स्वीकृति है, परंतु तमाम तरलताओं के साथ यह आस्तिक कविता नहीं है।

केदारनाथ सिंह जी की कविता को सुनने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

स्वस्ति पांडे : एक परिचय

माह के लोक गीतकार

श्रीमती स्वस्ति पांडे के साथ साक्षात्कार देखने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

श्रीमती स्वस्ति पांडे द्वारा गाए भोजपुरी लोकगीत सुनने एवं देखने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

स्वस्ति पांडे *एक भारतीय लोक गायक और YouTube व्यक्तित्व हैं जो अमेरिका के कैलिफोर्निया में रहती हैं। वह भोजपुरी, अवधी, मैथिली और हिंदी में गाती हैं। उनका जन्म बिहार के आरा में हुआ। वहीं से उनकी शिक्षा एवं गायन कला विकसित हुई। आरा में पंडित देवनंदन मिश्र जी से उनकी गायन शिक्षा शुरू हुई। इसके पश्चात वह गायन स्कूल में भर्ती हुई जहाँ पर गाने के साथ-साथ वाद्य यंत्र तथा नृत्य भी सिखाया जाता था। वह गायन के साथ-साथ हार्मोनियम एवं तबला भी अच्छा बजा लेती हैं। उन्होंने फिलोसॉफी में अपनी पढ़ाई की। वहाँ भी गाना सिखाती थीं। उसके पश्चात उनकी शादी नोएडा में हुई, जहाँ पर उन्होंने गाने का स्कूल भी खोला।*

वह न केवल भोजपुरी गाना गाती हैं, बल्कि स्वयं भोजपुरी गाना लिखती और बनाती भी हैं। अमेरिका में गाना सिखाती थीं और धीरे- धीरे इसी से उनकी पहचान बनी। अमेरिका में रहते हुए पिछले बीस सालों से भोजपुरी भाषा को अपने गायन के माध्यम से समृद्ध कर रही हैं।

पपीते के फायदे

फल खाने से सेहत को अनगिनत लाभ होते हैं क्योंकि फलों में वो सभी पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो शरीर के बेहतर कामकाज के लिए जरूरी हैं। पपीता भी एक ऐसा ही फल है जो स्वाद और पोषण दोनों में सबसे ऊपर है। पीले-नारंगी रंग का यह फल बच्चों और बूढ़ों को सबसे ज्यादा पसंद आता है क्योंकि यह आसानी से खाया जा सकता है। यह एक ऐसा फल है जो हर मौसम में आसानी से आपको मिल जाता है। पपीता को सेहत के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है।

पपीते में विटामिन ए, विटामिन सी, नियासिन, मैग्नीशियम, कैरोटीन, फाइबर, फोलेट, पोटैशियम, कॉपर, कैल्शियम और कई तरह के एंटीऑक्सिडेंट्स पाए जाते हैं, जो शरीर के लिए फायदेमंद माने जाते हैं। पपीता को आयुर्वेद में एक औषधी के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। पपीता एक ऐसा फल है जिसे कच्चा, पका, इसके पत्ते आदि का भी इस्तेमाल आयुर्वेदिक उपचार के लिए किया जाता है। पपीते को डाइट में शामिल कर आप वजन को नियंत्रित कर सकते हैं, क्योंकि पपीते में फाइबर भरपूर मात्रा में होता है, जो पेट को लंबे समय तक भरा हुआ महसूस कराने में मदद कर सकता है। पपीते के सेवन से इम्यूनिटी को मजबूत बनाया जा सकता है।

विशेषज्ञ मानते हैं कि कुछ फलों यदि सुबह खाली पेट खाया जाए, तो शरीर को ज्यादा लाभ हो सकते हैं और पपीता के मामले में यह बात सौ प्रतिशत ठीक है। खाली पेट पपीता खाने के फायदे कई फायदे होते हैं। जब पपीते को खाली पेट खाया जाता है, तो यह पाचन तंत्र को विषाक्त पदार्थों से साफ करता है। यह पेट की सूजन, पेट खराब और कब्ज जैसे पाचन विकारों को दूर रखने के लिए भी जाना जाता है। पपीता में कैलोरी कम होता है और इसमें फाइबर की मात्रा अधिक होती है। यही वजह है कि यह वजन कम करने में मदद करता है और यहां तक कि कोलेस्ट्रॉल को भी नियंत्रित रखता है।

यूनाइटेड स्टेट डिपार्टमेंट ऑफ एग्रीकल्चर (USDA) के अनुसार, पपीता विटामिन ए, सी और के का खजाना होता है, जो शरीर से विषाक्त पदार्थों को हटाकर प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देने में मदद करता है। यह बीमारियों और संक्रमणों को दूर रखने में मदद करता है। पपीते में आंखों के लिए जरूरी विटामिन ए भरपूर पाए जाने के कारण इसमें नीली रोशनी से आंखों का बचाव करने वाला कैरोटिनॉइड ल्यूटिन पाया जाता है। पपीते का सेवन कर आंखों को स्वस्थ रखा जा सकता है।

पपीते के फायदे

खराब पाचन वाले लोगों के लिए रोजाना पपीता खाना जरूरी है। यह पाचन तंत्र को दुरुस्त करता है और भोजन को तेजी से मेटाबोलाइज करने में मदद करता है। पपीते में पपैन नामक एंजाइम होता है, जो भोजन को तेजी से तोड़ने में मदद करता है। इसके अलावा, पपीता एक ऐसा फल है जिसमें पानी की मात्रा अधिक होती है जो कब्ज के जोखिम को रोकता है।

मधुमेह या डायबिटीज के मरीजों को रोजाना सुबह खाली पेट एक कप पपीता खाना चाहिए। यह इसमें प्राकृतिक शुगर होती है और इसके एंटीऑक्सीडेंट गुणों के कारण यह शुगर के मरीजों के लिए अच्छा विकल्प है। इसका शरीर पर हाइपोग्लाइसेमिक प्रभाव होता है जो ब्लड शुगर लेवल को कम करता है।

पपीता फाइबर, पोटेशियम और विटामिन से भरपूर होता है जो हृदय रोगों को दूर रखता है। हृदय रोगों के जोखिम को कम करने के लिए डॉक्टर पोटेशियम के अधिक सेवन की सलाह देते हैं। विटामिन बी, सी, ई, बीटा-कैरोटीन और लाइकोपीन जैसे पोषक तत्वों से भरपूर पपीता धमनियों के भीतर खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करता है।
पपीते में अल्फा-हाइड्रॉक्सी एसिड (एएचए) में प्रचुर मात्रा में होता है। यह एक ऐसा तत्व होता है, जो त्वचा को चमकदार, मोटा और चिकना बनाता है। त्वचा की लोच बढ़ाने के लिए पपीता खाएं क्योंकि इसमें सोडियम की मात्रा कम होने के कारण यह त्वचा को हाइड्रेट कर सकता है।

विभिन्न प्रकार के कैंसर का मुख्य कारण मुक्त कण और ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस है। एंटीऑक्सिडेंट से भरपूर पपीता कोशिकाओं को नुकसान से बचाने और कैंसर के खतरे को कम करने में मदद कर सकता है। लाइकोपीन एक प्रकार का कैरोटीनॉयड है, जो फल-सब्जियों में पाया जाता है जिसमें कैंसर विरोधी गुण होते हैं।

पपीता खाने के फायदे जानने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

पपीता खाने के फायदे जानने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

खेल खेल में

1. भारत रंग महोत्सव-2022 का आयोजन कहाँ किया गया?

[A] मुंबई
[B] नई दिल्ली
[C] जयपुर
[D] कोलकाता

2. हाल ही में किसने 'एविएशन पैसेंजर चार्टर' लॉन्च किया है?

[A] भारतीय सरकार
[B] संयुक्त राज्य अमेरिका
[C] ब्रिटिश सरकार
[D] इनमें से कोई नहीं

3. इंडिया इनोवेशन इंडेक्स-2021 में शीर्ष स्थान पर कौन-सा राज्य है?

[A] राजस्थान
[B] गुजरात
[C] उत्तर प्रदेश
[D] कर्नाटक

4. द्रौपदी मुर्मू को भारत के कौन-से राष्ट्रपति के रूप में किसे चुना गया है?

[A] 13वें
[B] 14वें
[C] 15वें
[D] 16वें

5. स्मार्ट ई-बीट की शुरुआत किस राज्य में की गई है ?

[A] हिमाचल प्रदेश
[B] पंजाब
[C] हरियाणा
[D] उत्तर प्रदेश

6. भारत का पहला ईवेस्ट इको पार्क किस राज्य/-केंद्र शासित प्रदेश में बनाया जाएगा?

[A] दिल्ली
[B] बेंगलुरु
[C] हरियाणा
[D] उत्तर प्रदेश

7. विश्व युवा कौशल दिवस कब मनाया जाता है?

[A] 05 जुलाई
[B] 10 जुलाई
[C] 15 जुलाई
[D] 20 जुलाई

8. DCGI से स्वीकृत भारत की पहली स्थानीय रूप से निर्मित एचपीवी वैक्सीन किस कंपनी के द्वारा विकसित की गई है?

[A] अल्पा लेबोरेटरीज लिमिटेड
[B] आदिनाथ बायो-लैब्स लि.
[C] सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया (SII)
[D] बायोकॉन लिमिटेड

9. एशियाई अंडर-20 कुश्ती चैंपियनशिप का आयोजन किस देश में किया गया?

[A] ओमान
[B] बहरीन
[C] कुवैत
[D] मोरक्को

10. भारत की पहली AI-संचालित डिजिटल लोक अदालत लॉन्च करने वाले राज्य/केंद्र शासित का नाम क्या है?

[A] बिहार
[B] दिल्ली
[C] राजस्थान
[D] उत्तर प्रदेश

खेल खेल में

11. पहला मंकीपॉक्स का मामला भारत के किस राज्य में - मिला?

[A] केरल
[B] उड़ीसा
[C] कर्णाटक
[D] मिजोरम

12. हाल ही में किसने स्टार्टअप स्कूल इंडिया पहल को - लॉन्च किया है?

[A] गूगल
[B] याहू
[C] मेटा
[D] इनमें से कोई नहीं

13. हाल ही में स्कूली शिक्षा के किस बोर्ड ने 'परीक्षा संगम' पोर्टल लॉन्च किया है?

[A] CBSE
[B] ICSE
[C] बिहार स्टेट बोर्ड
[D] राजस्थान स्टेट बोर्ड

14. हाल ही में 'ईवी मित्र' मोबाइल ऐप लॉन्च करने वाली बिजली कंपनी 'BESCOM' किस शहर से संबंधित है?

[A] भिलाई
[B] बोकारो
[C] बेंगलुरु
[D] भावनगर

15. हाल ही में किस राज्य सरकार ने 'नारी को नमन' योजना शुरू की है?

[A] हिमाचल प्रदेश
[B] उत्तर प्रदेश
[C] राजस्थान
[D] पंजाब

16. हाल ही में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने डिजिटल इंडिया वीक-2022 का आयोजन किस राज्यकेंद्र / शासितप्रदेश में किया?

[A] गुजरात
[B] दिल्ली
[C] उत्तर प्रदेश
[D] इनमें से कोई नहीं

17. अंतरराष्ट्रीय सहकारिता दिवस कब मनाया जाता है?

[A] 01 जुलाई
[B] 02 जुलाई
[C] 03 जुलाई
[D] 04 जुलाई

18. हाल ही में किस राज्य सरकार ने 'काशी यात्रा' योजना का शुभारम्भ किया है?

[A] केरल
[B] आंध्र प्रदेश
[C] कर्नाटक
[D] पंजाब

खेल खेल में

19. सभी चार ग्रैंड स्लैम में 80 या इससे अधिक मैच जीतने वाले पहले खिलाड़ी का नाम क्या है?

[A] राफेल नडाल
[B] नोवाक जोकोविच
[C] रॉजर फेडरर
[D] कैस्पर रूड

20. फेमिना मिस इंडिया-2022 का खिताब किसने जीता?

[A] सिनी शेट्टी
[B] रुबल शेखावत
[C] शिनाता चौहान
[D] खुशी पटेल

21. जीएसटी दिवस कब मनाया जाता है?

[A] 01 जुलाई
[B] 02 जुलाई
[C] 03 जुलाई
[D] 04 जुलाई

22. हाल ही में डाक विभाग द्वारा लॉन्च ईलर्निंग पोर्टल - का नाम क्या है?

[A] डाक ई-लर्निंग पोर्टल
[B] डाक कर्मयोगी पोर्टल
[C] ई-लर्निंग डाक विभाग
[D] इनमें से कोई नहीं

23. नासा का CAPSTONE मिशन किस देश से सफलतापूर्वक प्रक्षेपित किया गया?

[A] न्यूजीलैंड
[B] इंग्लैंड
[C] आयरलैंड
[D] इनमें से कोई नहीं

24. हाल ही में टाटा पॉवर सोलर सिस्टम्स ने किस राज्य में देश की सबसे बड़ी तैरती सौर ऊर्जा परियोजना शुरू की है?

[A] मध्य प्रदेश
[B] केरल
[C] बिहार
[D] राजस्थान

25. मिस इंडिया वर्ल्डवाइड-2022 का विजेता किसे चुना गया?

[A] खुशी पटेल
[B] हरनाज़ कौर संधू
[C] मानुषी छिल्लर
[D] इनमें से कोई नहीं

खेल खेल में

26. हाल ही में NASA ने 'Mini Hubble' टेलीस्कोप को किस देश से लॉन्च किया?

[A] चीन
[B] जापान
[C] भारत
[D] ऑस्ट्रेलिया

27. केंद्रीय गृह मंत्री माननीय श्री अमित शाह ने किस शहर में स्वामी रामानुजाचार्य की 'स्टैच्यू ऑफ पीस' का वर्चुअल रूप से अनावरण किया?

[A] मुंबई
[B] श्रीनगर
[C] जयपुर
[D] कानपुर

28. किस मंत्रालय ने हरियाली महोत्सव-2022 का आयोजन किया?

[A] पर्यावरण, वन और जलवायु परिवर्तन मंत्रालय
[B] कृषि एवं किसान कल्याण मंत्रालय
[C] खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्रालय
[D] ग्रामीण विकास मंत्रालय

29. हाल ही में 'नेशनल कॉन्क्लेव ऑन माइंस एंड मिनरल्स' का आयोजन कहाँ किया गया?

[A] नई दिल्ली
[B] मुंबई
[C] जयपुर
[D] बैंगलुरु

यूको मासिकी के इस अंक से 'खेल खेल मे' शीर्षक नाम से एक नया स्तम्भ शुरू किया जा रहा है। निम्नलिखित लिंक के माध्यम से उपर्युक्त प्रश्नोत्तरी का समाधान करें। हमारे अगले अंक में शीर्ष 50 के नाम पत्रिका में प्रकाशित किए जाएंगे।

30. हाल ही में इसरो द्वारा लॉन्च PSLV-C53 मिशन में किस देश के तीन उपग्रहों को कक्ष में स्थापित किया गया?

[A] मलेशिया
[B] जापान
[C] सिंगापुर
[D] बांग्लादेश

प्रस्तोता: श्री श्रवण कुमार मिश्रा
अंचल कार्यालय, जालंधर

गीत- संगीत

लावणी लोकगीत

महाराष्ट्र की लावणी लोकगीत

लावणी एक प्रकार का लोकसंगीत है , जो रुचि को मग्न करने वाला भी है व कभी – कभी हमारी रुचि को उत्तेजित भी करता है। यह लोकसंगीत महाराष्ट्र में प्रचलित है।
यह दो व्यक्तियों के माध्यम से किसी विषय पर तर्कयुक्त वार्तालापपूर्ण एक संगीतमय नाटक है। इसका एक प्रिय विषय है: कामदेव को भस्म करते हुए भगवान शिव धुन में सरल लोकसंगीत का प्रकार होते हुए भी लावणी में

भक्तिपूर्ण धार्मिक विस्तृत वार्ता एवं प्रकृति वर्णन सन्निहित रहता है। लावणी तमीलनाडु में भी लोकप्रिय है एवं इसके गायक दक्षिणी जिलों विशेषकर तंजौर व तिरुचिरापल्ली में भी मिलते हैं। लोकसंगीत का दूसरा प्रकार 'वितलूपोहू' है , जिसमें छः से आठ गायकों के समूह होते है।

यह समूह एक धनुषाकार वाद्य बजाता है, जिसकी रस्सी में घण्टियाँ लगी रहती है और वे बजती रहती हैं। इसमें एक मिट्टी का बर्तन भी काम में लाया जाता है, जिसका मुंह धीरे – धीरे चमड़े के टुकड़े से बजाया जाता है। एक उडक्कु वाद्य भी काम में लाया जाता है।

महाराष्ट्र की लावणी लोकगीत सुनने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

नातुपुरा पादलगल लोकगीत

तमीलनाडु की नातुपुरा पादलगल लोकगीत

नातुपुरा पादलगल तमिलनाडु का एक प्राचीन लोकसंगीत है। भारत के अन्य लोकसंगीत की भांति इस लोकसंगीत का प्रयोग भी जनजातियों द्वारा खेती, फसलों की कटाईकटाई आदि के समय किया जाता है।

नातुपुरा पादलगल लोकगीत सुनने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

Nattupura Padalgal Tamil | Folk Video Song Tamil

आज़ादी का अमृत महोत्सव

हमारा प्यारा यूको परिवार

यूको बैंक में राजभाषा विभाग के स्वर्णिम 50 वर्ष 1972- 2022

श्री रवि शंकर नारायण
महाप्रबंधक, अनुपालन विभाग,
प्रधान कार्यालय अपने परिवार के साथ

परिचय

काव्या नारायण
उम्र– 11 एवं
दिव्या नारायण
उम्र– 13

पिता—श्री रवि शंकर नारायण
महाप्रबंधक
अनुपालन विभाग
प्रधान कार्यालय

सुश्री काव्या नारायण

सुश्री दिव्या नारायण

सुश्री काव्या नारायण एवं सुश्री दिव्या नारायण द्वारा प्रस्तुत की गई नृत्य को देखने के लिए चित्र पर क्लिक करें।

सभी यूकोजनों से अनुरोध है कि यूको मासिकी (मासिक पत्रिका) के आगामी अंक के **हमारा प्यारा यूको परिवार** स्तम्भ के लिए अपने परिवार के किसी भी सदस्य द्वारा बनाई गई चित्रकारी, गीत, नृत्य आदि से संबंधित कलाकारी के वीडियो, चित्र या लिंक हमें प्रेषित करें। संबंधित वीडियो, लिंक/ चित्र आदि निम्नलिखित ई-मेल आईडी को भेजें।

horajbhasha.calcutta@ucobank.co.in

लीला पैकेज

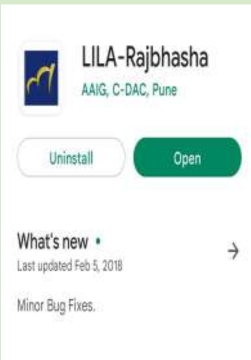
लीला हिंदी प्रबोध, प्रवीण एवं प्राज्ञ

भारत सरकार, गृह मंत्रालय, राजभाषा, केंद्रीय हिंदी प्रशिक्षण संस्थान द्वारा हिंदीतर भाषा-भाषियों को राजभाषा हिंदी में प्रशिक्षित करने के उद्देश्य से सी-डैक पुणे द्वारा ऑनलाइन लीला हिंदी प्रवाह पाठ्यक्रम पैकेज तैयार किया गया है। इस पाठ्यक्रम को 'लीला पैकेज' प्रबोध, प्रवीण एवं प्राज्ञ को अंग्रेजी के अलावा 14 भारतीय भाषाओं असमिया, बोड़ो, बांग्ला, गुजराती, कन्नड, कश्मीरी, मलयालम, मणिपुरी, मराठी, नेपाली, उड़िया, पंजाबी, तमिल एवं तेलुगू के माध्यम से जनसाधारण तक ऑनलाइन वेबवर्जन एवं मोबाइल ऐप के रूप में उपलब्ध कराया गया है।

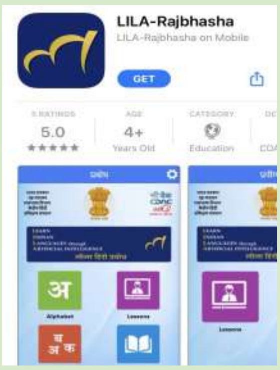
इस संबंध में विशेष जानकारी के लिए लीला पैकेज को नीचे दिए गए क्यूआर कोड / लिंक पर क्लिक कर खोल सकते हैं:

लीला ऐप को अपने मोबाइल पर खोलने के लिए नीचे दिए गए लिंक पर क्लिक करें:

प्ले स्टोर :



ऐप स्टोर :



लीला ऐप के माध्यम से प्रबोध प्रवीण एवं प्राज्ञ पाठक्रम निम्नलिखित रूप में कार्य करती हैं:

आज़ादी का अमृत महोत्सव

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति द्वारा अंचल कार्यालयों एवं शाखाओं को प्राप्त पुरस्कार

यूको बैंक में राजभाषा विभाग के स्वर्णिम 50 वर्ष 1972- 2022

कार्यक्रम की झलकियां

अंचल कार्यालय करनाल को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, करनाल द्वारा राजभाषा शील्ड - प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

अंचल कार्यालय हैदराबाद को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, हैदराबाद द्वारा राजभाषा शील्ड- प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

इलाहबाद मुख्य शाखा को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति प्रयागराज द्वारा प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

गाजियाबाद शाखा, नई दिल्ली अंचल को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति गाजियाबाद द्वारा प्रोत्साहन पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

अंचल कार्यालय, रायपुर को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, रायपुर द्वारा प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

रूपनगर शाखा, चंडीगढ़ अंचल को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, रूपनगर द्वारा प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

अंचल कार्यालय, कानपुर को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कानपुर द्वारा प्रोत्साहन पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

यूको बैंक द्वारा भारतीय राष्ट्रीय भुगतान निगम के सहयोग से दिनांक 22 जून, 2022 को यूको फिनटेक फेस्ट 2022 का आयोजन किया गया

यूको बैंक द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2022 का आयोजन

यूको मासिकी के पिछले कुछ अंक

यूको मासिकी के पिछले अंक को देखने/ पढ़ने के लिए नीचे दिये गए पुस्तक के चिह्न पर क्लिक करें।

जनवरी– फरवरी 2022

दिसंबर 2021

अप्रैल-मई 2022

यूको मासिकी के इस अंक का आकर्षण

जहां-जहां ये चिह्न हैं, उन्हें क्लिक कर आप संबंधित लिंक खोल सकते हैं।

इस चिह्न को क्लिक करने से आप संबंधित वीडिओ देख पाएंगे

इस चिह्न को क्लिक करने से आप हमारे व्हाट्स एप्प से जुड़ जाएंगे

इस चिह्न को स्कैन करने से आप संबंधित जानकारी प्राप्त कर पाएंगे

इस चिह्न को क्लिक करने से आप संबंधित पुस्तक पढ़ पाएंगे

"यूको मासिकी/यूको संगम/अनुगूँज" में प्रकाशनार्थ सामग्री आमंत्रित हैं"

सभी यूकोजनों से अनुरोध है कि "यूको मासिकी/यूको संगम/अनुगूँज" के आगामी अंक के लिए सामग्री हमें प्रेषित करें । यह सामग्री शाखा/कार्यालय में आयोजित विभिन्न गतिविधियों/कार्यक्रमों/बैठकों आदि के फोटोग्राफ एवं एक संक्षिप्त रिपोर्ट, ज्ञानवर्धक लेख, बैंक के उत्पाद एवं सरकारी योजनाओं से संबंधित लेख, ग्राहक एवं स्टाफ की सफलता की कहानी, शाखा की सफलता की कहानी आदि के रूप में भेज सकते हैं।

पाठकगण प्रकाशनार्थ सामग्री अपने व्यक्तिगत विवरण एवं एक पासपोर्ट आकार की फोटो के साथ **horajbhasha.calcutta@ucobank.co.in** पर प्रेषित करें ।

देशी प्रयास

प्लास्टिक से बना मकान

महाराष्ट्र में औरंगाबाद का एक मकान प्लास्टिक बोतलों का प्रयोग करके बनाया गया है। कोरोना लॉकडाउन के दौरान नमिता और कल्याणी ने इस तरह के मकान बनाने की सोची। ये दोनों फ़ाइन आर्ट्स की स्टूडेंट हैं। एक वायरल वीडियो देखकर उन्होंने यह निर्णय लिया। शुरुआत में लोगों को लड़कियों को देखते हुए विश्वास नहीं हुआ कि ये लोग कैसे इसे बना सकती हैं।

इन दोनों दोस्तों ने इस कार्य के लिए क़रीब 16 हज़ार प्लास्टिक बोतल और 10 टन नॉन-ब्रायोडिग्रेडेबल प्लास्टिक कचरा इकट्ठा किया, जिससे वो इको-ब्रिक्स बना सकें। दो दिन में करीब 100 इको-ब्रिक्स बना लिया करते थे। प्लास्टिक की बोतल पानी नहीं सोख सकती थी। इसलिए उन्होंने सोचा कि किस तरह मजबूत दीवार बनाने के लिए इन इको-ब्रेक को सामान्य ईंट या पत्थर की जगह इस्तमाल कर सकते हैं। इसी प्रकार अलग– अलग तरीके से इसका समाधान कर इसको बनाने में सफल हुईं। उनको मकान बनाने में चार महीने का समय लगा। नमिता और कल्याणी ने इस मकान पर 6 से 7 लाख का निवेश किया है। इसका नाम रखा है प्रोजेक्ट पावर। इसको टुरिस्ट स्पॉट के रूप में विकसित करना चाहती हैं।

प्लास्टिक मकान के बारे में जानने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

आओ जीएं जिंदगी

इंसान कई बार जरा सी मुसीबत आने पर घबरा जाता है और हार मानकर बैठ जाता है। परंतु कुछ ऐसे लोग होतें हैं जो बड़ी से बड़ी परेशानी का मुकाबला साहस के साथ जीना पसंद करते है। गुजरात के जेतपुर की रहने वाली बंदना कटारिया भी उनमें से एक हैं जो सेरेब्रल पाल्सी से जूझ रही हैं। वह अपनी जिंदगी अपने अनुसार जी रही हैं। माता-पिता की मृत्यु के बाद वह अकेले रहती हैं और अपना सारा काम वह स्वयं करती हैं। उनके पिताजी के एक दोस्त उनकी देखभाल करते हैं। वह पीजीडीसीए तक पढ़ी है और अपनी आजीविका के लिए वह जेरॉक्स की दुकान चलाती है। उनकी दुकान पर लोग मोबाइल रिचार्ज कराने, पैसा ट्रांसफर करवाने और ऑनलाइन खरीददारी करने आते हैं। वंदना 4-5 साल की उम्र से अमिताभ बच्चन की बहुत बड़ी फैन है और उनसे मिलने की इच्छा भी रखती हैं। उनको कई बार खत भी लिखा है। सेरेब्रल पाल्सी बीमारी का अभी कोई इलाज उपलब्ध नहीं है। इस बीमारी से पीड़ित लोगों का अपने शरीर पर कोई नियंत्रण नहीं रहता। वह अपनी इलाज के लिए अलग –अलग शहरों में घूम चुकी हैं। वह उन महिलाओं में से है जो चुनौतियों के सामने माथा टेकने की बजाय उसका डटकर मुकाबला करती हैं।

सुश्री बंदना कटारिया के बारे में जानने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

प्रधान कार्यालय में जून 2022 में विदाई/ सेवानिवृत्ति

श्री के. मोहन दास, महाप्रबंधक, वसूली विभाग,
प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे ईडी श्री इशराक् अली खान

श्री सिद्धार्थ श्रवण चहांदे, उप महाप्रबंधक, वित्तीय समावेशन विभाग,
प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते

श्री निर्मल चंद्र मल्लिक, वरिष्ठ प्रबंधक, अनुपालन विभाग,
प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे ईडी श्री इशराक् अली खान

श्रीमती सेविका साहा, वरिष्ठ प्रबंधक, कृषि एवं ग्रामीण व्यवसाय विभाग, प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे ईडी श्री इशराक् अली खान

श्री विनोद शुक्ला , वरिष्ठ प्रबंधक, अनुपालन विभाग,
प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई

प्रधान कार्यालय में जुलाई 2022 में विदाई/ सेवानिवृत्ति

श्री नरेश कुमार, महाप्रबंधक, कार्मिक सेवा विभाग, प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे एमडी श्री सोमा शंकर प्रसाद एवं ईडी श्री इशराक् अली खान

श्री टी. के. जयकुमार, उप महाप्रबंधक, निरीक्षण विभाग, प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे एमडी श्री सोमा शंकर प्रसाद एवं ईडी श्री इशराक् अली खान

श्री परेश चंद्र हेम्ब्रम, प्रबंधक, सामान्य प्रशासन विभाग, प्रधान कार्यालय को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावपूर्ण विदाई देते हुए हमारे एमडी श्री सोमा शंकर प्रसाद एवं ईडी श्री इशराक् अली खान

Azadi Ka Amrit Mahotsav

यूको बैंक
UCO BANK

अब बिना किसी शुल्क के

यूएसएसडी आधारित मोबाइल बैंकिंग और अन्य भुगतान सेवाओं का लाभ उठाएं!

*T&C Apply

1800-103-0123 (Toll Free) 8334001234 7666399400

Follow us

यूको बैंक UCO BANK
(भारत सरकार का उपक्रम) (A Govt. of India Undertaking)
सम्मान आपके विश्वास का Honours Your Trust