यूको मासिकी

प्रधान कार्यालय की मासिक ई-पत्रिका

वर्ष - 3; अंक - 5

अगस्त, 2021

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
UCO BANK

राजभाषा में सर्वश्रेष्ठ कार्यनिष्पादन हेतु

राजभाषा विभाग
गृह मंत्रालय, भारत सरकार

द्वारा

यूको बैंक, प्रधान कार्यालय

को वर्ष 2020-21 के लिए

राजभाषा कीर्ति पुरस्कार- प्रथम

प्राप्ति पर सभी यूकोजन
शुभचिंतकों एवं हितधारकों को

हार्दिक बधाई एवं अभिनंदन

यूको मासिकी : अगस्त, 2021

क्रमांक – 15

संरक्षण एवं प्रेरणा

अतुल कुमार गोयल

एमडी एवं सीईओ

अजय व्यास

कार्यपालक निदेशक

इशराक अली खान

कार्यपालक निदेशक

दिग्दर्शन

नरेश कुमार

महाप्रबंधक

मा.सं.प्र., का.से., प्रशिक्षण एवं राजभाषा

संपादक

अमलशेखर करणसेठ

मुख्य प्रबंधक-राजभाषा एवं प्रभारी

सहयोग

सत्येन्द्र कुमार शर्मा

वरिष्ठ प्रबंधक (राजभाषा)

विशाल कुमार

प्रबंधक (राजभाषा)

राम अभिषेक तिवारी

प्रबंधक (राजभाषा)

अनुक्रम

विषय-वस्तु	पृष्ठ सं.
माह के साहित्यकार	4-5
एम-बैंकिंग प्लस एप्प में ग्रीन पिन की शुरुआत	6
राष्ट्रीय कार्यशाला	7
75 वां स्वतंत्रता दिवस समारोह	8
माननीय संसदीय राजभाषा समिति का निरीक्षण	9
सचिव एवं संयुक्त सचिव, राजभाषा विभाग, भारत सरकार के साथ महाप्रबंधक की भेंट	10
महामहिम राष्ट्रपति द्वारा ओलंपिक खिलाड़ियों का सम्मान	11
तकनीकी जगत : WWW	12
आईएनएस विक्रांत : हमारे सागर प्रहरी	12
हमारे चैनल पार्टनर - फिसडम	13
स्वास्थ्यनामा	14
हमारे संगी-साथी	16
सेवानिवृत्ति	17
हमारे कलाकार	18

प्रकाशन एवं संपर्क

यूको बैंक, राजभाषा विभाग, प्रधान कार्यालय,

10, बीटीएम सरणी, कोलकाता - 700001

ई-मेल horajbhasha.calcutta@ucobank.co.in,

फोन - 033 4455 7384

नारायण सीताराम फड़के - मराठी साहित्यकार

जन्म – 04 अगस्त, 1894 **मृत्यु – 22 अक्तूबर, 1978**

नारायण सीताराम फड़के का जन्म कर्जत, अहमदनगर जिला में हुआ था। ये मराठी के साहित्यकार (उपन्यासकार, कहानीकार एवं नाटककार) थे। कलासम्राट् श्री नारायण सीताराम फड़के की शिक्षा पुणे में हुई थी। 1917 ई. में इनका पहला उपन्यास "अल्ला हो अकबर" प्रकाशित हुआ था। इसी समय इनको दादाभाई नौरोजी की जीवनी लिखने पर बंबई विश्वविद्यालय की ओर से पुरस्कार दिया गया। एम. ए. पूर्ण होते ही ये पुणे कालेज में तर्कशास्त्र के प्राध्यापक बने और इन्होंने अंग्रेजी उपन्यास साहित्य का गहरा अध्ययन कर मराठी में उपन्यासों की रचना करना प्रारंभ किया। उपन्यास तथा कहानी की मध्यवर्ती कल्पना, कथानक रचना, पात्र, कथोपकथन रहस्य, योगायोग, उलझन और सुलझाव तथा भाषाशैली इत्यादि पर इन्होंने मौलिक तथा सूक्ष्म विचार प्रकट किए हैं जो "प्रतिभा साधन" और "लघुकथेचे" तंत्र व मंत्र" दो मौलिक ग्रंथों में समाविष्ट हैं। इनके 49 उपन्यासों में विशेष उल्लेखनीय उपन्यास हैं - जादूगर, दौलत, आशा, प्रवासी, समरभूमि, शाकुंतल, झंझावात, उद्धार, शोनान तूफान। पश्चिमी साहित्य का मंथन कर इन्होंने कला एवं सौंदर्यवाद की मराठी में प्रभावकारी स्थापना की।

श्री नारायण सीताराम फड़के की एक रचना को सुनने के लिए वीडीयो चिह्न पर क्लिक करें

"यूको टावर, अनुगूँज, यूको संगम एवं यूको मासिकी" में प्रकाशनार्थ सामग्री आमंत्रित है"

सभी यूकोजनों से अनुरोध है कि "यूको टावर, अनुगूँज, यूको संगम एवं यूको मासिकी" 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 राजभाषा विभाग, प्रधान कार्यालय के ई-मेल horajbhasha.calcutta@ucobank.co.in पर प्रेषित करें।

राष्ट्रकवि - मैथिलीशरण गुप्त : एक परिचय

जन्म – 03 अगस्त, 1886
मृत्यु – 12 दिसंबर, 1964

मैथिलीशरण गुप्त का जन्म उत्तर प्रदेश में झांसी के पास चिरगांव में हुआ था। वे अपनी माता-पिता की तीसरी संतान थे । हिंदी साहित्य में खड़ी बोली के प्रारंभिक कवि के रूप में **मैथिलीशरण गुप्त** को सम्मान प्राप्त है। उन्होंने घर में ही हिन्दी, बंगला, संस्कृत साहित्य का अध्ययन किया। उनके पिता रामचरण गुप्त 'कनकलता' उपनाम से भक्तिपूर्ण कविताएँ लिखते थे जिसके कारण बालक मैथिलीशरण पर इस साहित्यिक परिवेश का प्रभाव पड़ा और वह 12 वर्ष की अवस्था से ही ब्रजभाषा में कविता लिखने लगे। उनकी कृति "भारत -भारती" ने संपूर्ण भारत में राष्ट्रप्रेम की भावना में प्राण फूंका था जिससे महात्मा गांधी ने प्रभावित होकर उन्हें 'राष्ट्रकवि' की उपमा दी थी । उन्हें पद्मभूषण सम्मान से सम्मानित किया जा चुका है । उनकी जयंती को **कवि दिवस** के रूप में भी मनाया जाता है। उनकी प्रमुख कृतियाँ हैं – साकेत, जयद्रथ वध, पलासी का युद्ध, पंचवटी आदि।

नर हो, न निराश करो मन को

नर हो, न निराश करो मन को
कुछ काम करो, कुछ काम करो
जग में रह कर कुछ नाम करो
यह जन्म हुआ किस अर्थ अहो
समझो जिसमें यह व्यर्थ न हो
कुछ तो उपयुक्त करो तन को
नर हो, न निराश करो मन को।
संभलो कि सुयोग न जाय चला
कब व्यर्थ हुआ सदुपाय भला
समझो जग को न निरा सपना
पथ आप प्रशस्त करो अपना
अखिलेश्वर है अवलंबन को
नर हो, न निराश करो मन को।

मैथिलीशरण गुप्त

मैथिलीशरण गुप्त पर राज्यसभा टीवी की प्रस्तुति को देखने के लिए वीडीयो चिह्न पर क्लिक करें

मैथिलीशरण गुप्त पर मनोज मुंतशिर की प्रस्तुति को देखने के लिए वीडीयो चिह्न पर क्लिक करें

एम-बैंकिंग प्लस एप्प में ग्रीन पिन की शुरुआत

एमबैंकिंग प्लस के साथ अब ग्रीन पिन जनरेट करना हुआ और भी आसान

चरण:-

- यूको एमबैंकिंग प्लस में लॉगिन करें
- कार्ड प्रबंध चुनें
- ग्रीन पिन जनरेशन चुनें
- खाता संख्या चुनें
- आगे बढ़ें का चयन करें
- डेबिट कार्ड चुनें
- जनरेट ग्रीन पिन पर क्लिक करें
- डेबिट कार्ड का विवरण दर्ज करें
- नया पिन दर्ज करें और पुष्टि करें
- सबमिट पर क्लिक करें
- ओटीपी दर्ज करें (पंजीकृत मोबाइल नंबर में प्राप्त)
- टी-पिन दर्ज करें
- नया पिन सेट किया गया (सफल सत्यापन के अधीन)

ग्रीन पिन की शुरुआत:-

अपने ग्राहकों की सुविधा के लिए बैंक ने अब यूको मोबाइल बैंकिंग एप्लिकेशन यानी यूको एम-बैंकिंग प्लस ऐप का उपयोग करके "ग्रीन पिन" की सुविधा शुरू की है। उक्त सुविधा का उपयोग करते हुए हमारे मोबाइल बैंकिंग ग्राहक, जिनके पास सक्रिय डेबिट कार्ड है, एटीएम/शाखा में आए बिना डेबिट कार्ड पिन सेट/बदल सकते हैं।

ग्रीन पिन कैसे सेट करें :-

1. पंजीकृत एम-बैंकिंग उपयोगकर्ता यूको एम-बैंकिंग प्लस ऐप में लॉग इन करें और होम स्क्रीन > **ग्रीन पिन जनरेशन** में **"कार्ड प्रबंध"** विकल्प का चयन करें, फिर ड्रॉपडाउन से अकाउंट नंबर का चयन करें और प्रोसीड पर क्लिक करें।
2. सिस्टम चयनित खाते से जुड़े सक्रिय डेबिट कार्ड दिखाएगा।
3. ग्राहक "जनरेट ग्रीन पिन" विकल्प पर क्लिक करें। एक ही खाते से जुड़े कई डेबिट कार्ड के मामले में, ग्राहक को उस डेबिट कार्ड का चयन करना होगा जिसके लिए ग्रीन पिन जनरेट किया जा रहा है।
4. ग्राहक को सत्यापन के लिए पूरा डेबिट कार्ड नंबर और समाप्ति तिथि दर्ज करनी होगी।
5. सत्यापन के बाद, ग्राहक को अपनी पसंद के अनुसार चार अंकों का नया डेबिट कार्ड पिन दर्ज करना होगा और पुष्टि पर क्लिक करना होगा।
6. ग्राहक पंजीकृत मोबाइल नंबर पर प्राप्त ओटीपी दर्ज करें, **टी-पिन** दर्ज करें और सबमिट पर क्लिक करें।
7. नए डेबिट कार्ड पिन के सफल सेट/परिवर्तन पर, सिस्टम ग्राहक को संदेश प्रदर्शित करेगा और पंजीकृत मोबाइल नंबर पर एसएमएस भेजा जाएगा।

प्रस्तुति
विशाल कुमार
प्रधान कार्यालय

कार्यशाला

माइक्रोसॉफ्ट पब्लिशर : ई-पत्रिका का बेहतर सृजन

9वें अखिल भारतीय राजभाषा अधिकारी सम्मेलन में ई-पत्रिका के संबंध में श्री अजय व्यास, कार्यपालक निदेशक द्वारा दिए गए सुझाव के अनुसरण में प्रधान कार्यालय द्वारा दिनांक 07.08.2021 को सभी राजभाषा अधिकारियों के लिए **"माइक्रोसॉफ्ट पब्लिशर – ई-पत्रिका का बेहतर सृजन"** पर ऑनलाइन राष्ट्रीय कार्यशाला का आयोजन किया गया । **श्री नरेश कुमार**, महाप्रबंधक - मानव संसाधन एवं राजभाषा ने कार्यक्रम का उद्घाटन किया । संकाय के रूप में **श्री विशाल कुमार**, प्रबंधक (राजभाषा), प्रधान कार्यालय ने ई-पत्रिका के बेहतर सृजन हेतु महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की । कार्यक्रम का संचालन **श्री अमलशेखर करणसेठ**, मुख्य प्रबंधक-राजभाषा एवं प्रभारी, प्रधान कार्यालय ने किया ।

उपलब्धि

पेंशन निधि नियामक एवं विकास प्राधिकरण (पीएफ़आरडीए) द्वारा कोलकाता में आयोजित **एपीवाई अभिनंदन एवं रणनीति समीक्षा कार्यक्रम** में **सार्वजनिक क्षेत्र के बैंक श्रेणी** के तहत **यूको बैंक** को **"एपीवाई बिग बिलिवर्स 3.0"** पुरस्कार से सम्मानित किया गया । कार्यक्रम में **श्री अतुल कुमार गोयल**, प्रबंध निदेशक एवं मुख्य कार्यपालक अधिकारी, **श्री एच के अरोड़ा**, महाप्रबंधक एवं **श्री एस चहान्दे**, उप महाप्रबंधक पुरस्कार ग्रहण करते हुए।

प्रधान कार्यालय में 75वें स्वतंत्रता दिवस का पालन

आयोजन

75 वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर श्री अतुल कुमार गोयल, एमडी एवं सीईओ ने झंडोत्तोलन किया, साथ में हैं ईडी सर, सीवीओ मैडम एवं अन्य अधिकारीगण इस अवसर पर एमडी सर, ईडी सर, सीवीओ मैडम ने उपस्थित यूकोजनों को संबोधित किया एवं महाप्रबंधकगण ने भी दो शब्द कहे । श्री संजय कुमार, महाप्रबंधक ने धन्यवाद ज्ञापन किया । कार्यक्रम का संचालन श्री अमलशेखर करणसेठ, मुख्य प्रबंधक- राजभाषा एवं प्रभारी ने किया ।

श्री अजय व्यास जी, का.नि. के जन्मदिवस के अवसर एमडी सर ने उन्हें पुष्प गुच्छ भेंट कर शुभकामनाएँ दी तथा इस अवसर पर श्री व्यास जी केक काटते हुए ।

माननीय संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप समिति द्वारा नई दिल्ली, अंचल कार्यालय का निरीक्षण
दिनांक : 17 अगस्त, 2021

माननीय सदस्यों का पुष्प भेंट कर स्वागत करते हुए
श्री सुजय दत्ता, उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रबंधक , नई दिल्ली

माननीय सदस्य निरीक्षण प्रश्नावली का अवलोकन करते हुए

निरीक्षण के दौरान उपस्थित यूको बैंक के अधिकारीगण

माननीय सदस्य निरीक्षण के दौरान यूको बैंक की
राजभाषा प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए

माननीय सदस्य से निरीक्षण रिपोर्ट
प्राप्त करते हुए श्री नरेश कुमार, महाप्रबंधक

माननीय सदस्यों के साथ यूको बैंक के अधिकारीगण का समूह चित्र

आज़ादी का अमृत महोत्सव

विशेष

सचिव, राजभाषा विभाग, भारत सरकार के साथ श्री नरेश कुमार, महाप्रबंधक की भेंट

डॉ. सुमीत जैरथ, सचिव तथा डॉ. मीनाक्षी जॉली, संयुक्त सचिव राजभाषा विभाग गृह मंत्रालय, भारत सरकार से श्री नरेश कुमार, महाप्रबंधक - मानव संसाधन एवं राजभाषा ने दिनांक 16.08.2021 को मुलाकात की।

श्री बाबू लाल मीना, निदेशक (बाएं) तथा श्री राजेश श्रीवास्तव, उप निदेशक (दाएं) राजभाषा विभाग, भारत सरकार को महाप्रबंधक, श्री नरेश कुमार तिरंगा उत्तरीय से सम्मानित करते हुए।

महामहिम राष्ट्रपति ने टोक्यो ओलंपिक में भारतीय खिलाड़ियों के सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन पर उन्हें हाई-टी पर आमंत्रित किया

महामहिम राष्ट्रपति **श्री रामनाथ कोविंद** ने टोक्यो ओलंपिक में भारतीय खिलाड़ियों के अब तक के सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने पर उन्हें हाई-टी पर आमंत्रित कर बधाई देते हुए उनका हौसला बढ़ाया। इस मौके पर उप राष्ट्रपति **श्री एम वेंकैया नायडू** तथा खेल मंत्री **श्री अनुराग ठाकुर** भी उपस्थित थे। उन्होंने कहा कि भारत ने ओलंपिक में आज तक इतने पदक कभी नहीं जीते। आप सभी ने देश को गौरान्वित किया है। कोविड महामारी के समय में आपने देशवासियों को खुशी मनाने का अवसर प्रदान किया है। जब हम कोई खेल खेलते हैं तो उसमें या तो हार होती है या जीत है। मुझे यह जानकार खुशी हुई कि आपने जीत को विनम्रता के साथ और हार को गरिमा के साथ स्वीकार किया। आप में से अधिकांश खिलाड़ी अपने खेल कैरियर के शुरुआती दौर में है। जिस जज्बे और जोश से आपलोगों ने टोक्यो में प्रदर्शन किया है उसके बल पर खेल जगत में आनेवाले दौर में भारत की प्रभावशाली स्थिति दर्ज होनेवाली है। मैं पुनः आप सभी को आपके सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन के लिए बधाई देता हूँ और आशा करता हूँ कि भविष्य में आप सभी इसी लगन के साथ भारत का नाम रौशन करते रहेंगे।

"भारतीय ओलंपिक दल के लिए आयोजित हाई टी कार्यक्रम में महामहिम राष्ट्रपति माननीय श्री रामनाथ कोविन्द का संबोधन" वीडियो देखने के लिए वीडियो चिह्न पर क्लिक करें।

तकनीकी जगत

WWW का प्रारंभ

वर्ल्ड वाईड वेब एक प्रणाली है, जिसके द्वारा प्रत्येक वेबसाइट को एक विशेष नाम दिया जाता है और उसी नाम से वह वेब पर पहचाना जाता है। **टीम बरनस ली** ने WWW का प्रयोग सबसे पहले 1989 में CERN प्रयोगशाला में किया। वर्ल्ड वाईड वेब मे सूचनाओ को वेबसाईट के रूप मे रखा जाता है। ये वेबसाइटें वेब सर्वर पर हाईपरटैक्स्ट फाइलों के रूप संग्रहित होती है।

वेब के जन्म की पूरी कहानी जानने के लिए ऊपर वीडीयो चिह्न पर क्लिक करें।

टीम बरनस ली के माता-पिता कम्प्यूटर वैज्ञानिक थे। ये दोनों उस टीम का हिस्सा थे जिसने फेरानती मार्क-1 नाम का कम्प्यूटर बनाया जो बाजार में उपलब्ध विश्व का पहला सामान्य उद्देश्य वाला ईलेक्ट्रोनिक कम्प्यूटर था। बरनस ली CERN के लिए काम करते थे जहां उन्होंने पाया कि सभी कम्प्यूटर के अलग-अलग सिस्टम पर चलने के कारण मिलजुल कर शोध को बढ़ाने में बहुत चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। यही से उन्हें सबके लिए एक तरह का प्रबंधन सूचना प्रणाली (Management Information System) बनाने का विचार आया और वे इस अनोखी चीज के आविष्कार में जुट गए और उन्होंने **6 अगस्त, 1991** को दुनिया की पहली वेबसाइट बनाई। तभी से कम्प्यूटर की दुनिया में मानो एक क्रांति आई और दुनिया के लिए चीजें अब और आसान हो गई।

विशेष

आईएनएस विक्रांत - भारत का स्वदेशी विमानवाहक पोत

आई॰एन॰एस॰ विक्रान्त, जिसे आई॰ए॰सी-1 के नाम से भी जाना जाता है, भारत में बना पहला विमान वाहक जहाज है। हालाँकि इसका बनना फरवरी 2009 में आरम्भ हुआ, लेकिन इसकी बनावट इत्यादि 1999 से ही तैयार किये जाने लगे थे।

आईएनएस विक्रांत के बारे में अधिक जानने के लिए ऊपर वीडीयो चिह्न पर क्लिक करें।

यह एक आधुनिक विमान वाहक पोत है जिसका वजन लगभग 40000 मीट्रिक टन है। यह STOBAR संरचना वाला विमानवाही पोत है। इसे दो शाफ्टों पर मौजूद चार जनरल इलेक्ट्रिक एल एम 2500+ गैस टर्बाइनें उर्जा देती/चलाती है। ये गैस टर्बाइनें 80 मेगावाट की शक्ति पैदा करती है।

यह 262 मीटर (860 फीट) लंबा और 60 मीटर (200 फीट) चौड़ा है। इसमें स्की-जंप के साथ एक STOBAR कॉन्फ़िगरेशन है। इसे मिग 29 और अन्य हल्के लड़ाकू विमानों के संचालन के लिए डिज़ाइन किया गया है। यह लगभग तीस विमानों तक के एक हवाई समूह को ले जाएगा, जिसमें लगभग 25 'फिक्स्ड-विंग' लड़ाकू विमान शामिल होंगे। इसके अलावा 90 कामोव का 31 या वेस्टलैंड सी किंग हेलिकॉप्टर ले जाए जा सकते हैं। कामोव का-31 एयरबोर्न अर्ली वार्निंग (AEW) भूमिका को पूरा करेगा और सी किंग, पनडुब्बी रोधी युद्ध (ASW) क्षमता प्रदान करेगा। आईएनएस विक्रांत को 4 अगस्त, 2021 को समुद्री परीक्षण के लिए उतारा गया और पूरे 5 दिन के सफल समुद्री परीक्षण के बाद बाद यह वापस कोच्चि बंदरगाह पहुंचा।

यूको बैंक ने धन प्रबंधन समाधान हेतु फिसडम के साथ की साझेदारी

सार्वजनिक क्षेत्र के अग्रणी बैंक, **यूको बैंक** ने बैंक के तीन करोड़ ग्राहकों के लिए बैंक के एमबैंकिंग प्लस ऐप के माध्यम से म्यूचुअल फंड्स की शुरुआत धन प्रबंधन उत्पादों और सेवाओं की पेशकश करने के लिए धन-तकनीक स्टार्ट-अप द्वारा संचालित **फिनविज़ार्ड टेक्नोलॉजी प्राइवेट लिमिटेड (फिसडम)** के साथ साझेदारी की है।

यूको बैंक के माननीय प्रबंध निदेशक एवं मुख्य कार्यपालक अधिकारी **श्री अतुल कुमार गोयल**, **श्री अजय व्यास**, कार्यपालक निदेशक-I एवं **श्री इशराक अली खान**, कार्यपालक निदेशक -II तथा फिसडम के **श्री आनंद डालमिया**, सह-संस्थापक एवं सीबीओ और **श्री सुब्रमण्या एसवी**, सह-संस्थापक और सीईओ की उपस्थिति में **दिनांक 31 अगस्त, 2021** को भव्य विमोचन समारोह आयोजित किया गया।

यूको बैंक और फिसडम के बीच समझौते को **श्री एच के अरोड़ा**, महाप्रबंधक-परिचालन सेवा विभाग, यूको बैंक और **श्री राकेश सिंह,** कार्यपालक निदेशक, फिसडम द्वारा निष्पादित किया गया।

इस रणनीतिक साझेदारी का उद्देश्य उच्च गुणवत्ता वाली धन प्रबंधन सेवाओं को सुलभ, किफायती और सही मायने में डिजिटल बनाकर बैंक के ग्राहक मूल्य प्रस्ताव को बढ़ाना है। फिसडम और यूको बैंक के बीच यह सहयोग यूको बैंक की 3,000 से अधिक शाखाओं और सभी डिजिटल प्लेटफॉर्म नेटवर्क के माध्यम से सभी म्यूचुअल फंड योजनाओं को बड़े पैमाने पर सुविधा प्रदान करने और वितरण को सक्षम करने पर ध्यान केंद्रित करेगा।

यूको बैंक के ग्राहक अब बैंक के **एमबैंकिंग प्लस एप्प** के माध्यम से अपनी पसंद के म्यूचुअल फंड में निवेश कर सकते हैं, फंड से संबंधित विवरण देख सकते हैं, तत्काल फंड के प्रदर्शन को ट्रैक कर सकते हैं और जब भी आवश्यक हो, अपने निवेश को भुना सकते हैं। यह समाधान ग्राहकों को उनके जीवन के हर लक्ष्य के लिए सजगता से निवेश संबंधी निर्णय लेने में कागज रहित, पूरी तरह से डिजिटल तरीके से मदद करेगा।

मौसंबी फल

मौसंबी (*Citrus limetta*) एक फल है। यह नींबू जाति का ही फल है परन्तु नींबू से अनेक गुना लाभदायक है। मौसंबी का फल नारंगी के बराबर आकार का होता है। मुम्बई और गुजरात में इसे मुसम्मी या मौसंबी कहते हैं। उत्तर प्रदेश मे इसे 'मीठा नींबू' कहते हैं। मौसंबी का रस साबुन, शराब तथा अन्य पेयों में डाला जाता है। इसके छिलके से निकाला हुआ तेल जल्दी उड़ जाता है। इसलिए इसके तेल को जैतून के तेल के साथ मिलाकर उपयोग किया जाता है।

मौसंबी का उपयोग पोषक आहार के रूप में होता है। मौसंबी की तीन किस्में-नेवल, जुमैका और माल्टा हैं। मौसंबी की कलम लगाने से आजकल इसकी अनेक उपजातियां हैं। नेवल किस्म अमेरिका में उत्तम मानी जाती है। माल्टा का छिलका व रस लाल रंग का होता है। मौसंबी फल एक-आधा महीना तक बिना बिगड़े ज्यों-के-त्यों बना रहता है।

मौसंबी का फल स्वाद में खट्टा और मीठा होता है। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन-सी पाया जाता है। गर्मियों में मौसंबी का सेवन करने से कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं से बचा जा सकता है। इसमें कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं जिसमें विटामिन-ए, कैल्शियम, कार्बोहाइड्रेट, फॉस्फोरस और पोटैशियम शामिल हैं। इतना ही नहीं मौसंबी में एंटीऑक्सीडेंट, एंटीबैक्टीरियल, एंटीफंगल, एंटीट्यूमर, एंटीडायबिटिक, एंटी-अल्सर जैसे गुण भी पाए जाते हैं। नियमित रूप से मौसंबी जूस का सेवन करने से शरीर को कई बीमारियों की चपेट में आने से बचाया जा सकता है। आज हम आपको बताएंगे मौसंबी का जूस पीना शरीर के लिए किस तरह से फायदेमंद होता है।

कोलेस्ट्रॉल को कम करने के लिए

बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल की समस्या से परेशान हैं तो मौसंबी के जूस का सेवन करें। इसके जूस में एंटी हाइपरलिपिडेमिक यानि हाई कोलेस्ट्रॉल को कम करने वाला प्रभाव होता है जो कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद करता है।

मौसंबी का सेवन :-

एक मौसंबी, कई फायदे

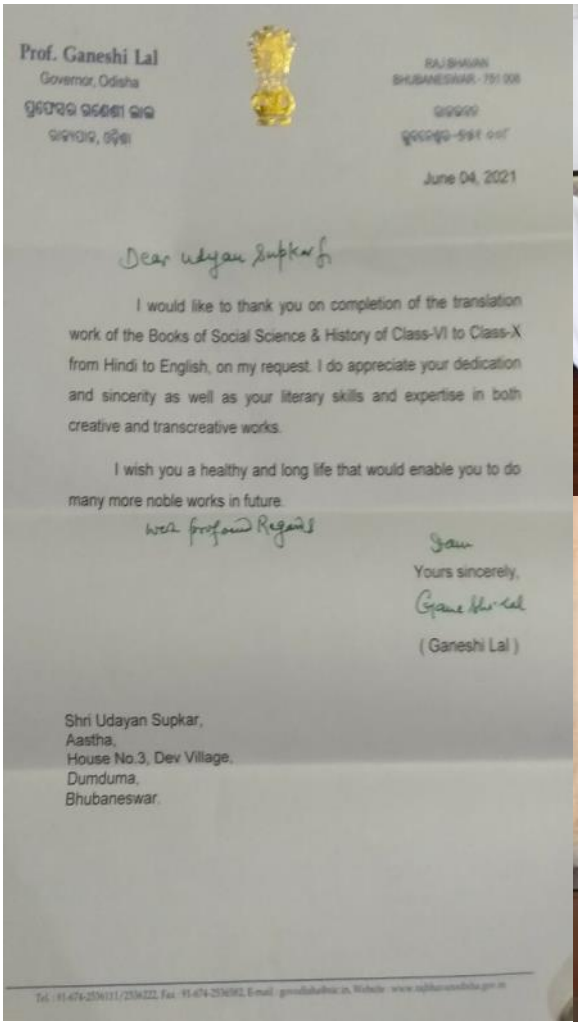
- यह बॉडी को डिटॉक्सीफाई करता है। इसे पीने से शरीर से टॉक्सिंस बाहर निकल जाते हैं।
- इसका जूस आंखों के लिए काफी अच्छा है। एंटीऑक्सीडेंट और एंटीबैक्टीरियल कारणों से ये आपकी आंखों को इन्फेक्शन से बचाता है।
- मौसंबी में डायटरी फाइबर होता है जो कि कब्ज से पीड़ित लोगों के लिए उपयोगी है। इसलिए जूस की बजाय इसे सीधा खाया जाना भी लाभकारी है।
- मसूड़ों में सूजन, बार-बार बुखार होना, जुकाम और होठों का फटना जैसे लक्षण स्कर्वी रोग के कारण होते हैं। इसमें मौसंबी काफी फायदेमंद है।
- मौसंबी खाने से पेट में पाचक रस का स्नाव होता है, जो भोजन को जल्दी पचाने में मदद करता है। इसमें पोटेशियम होता है जो पेट की गड़बड़ी, पेचिश और दस्त में फायदा पहुंचाता है।
- त्वचा से जुड़े रोगों में भी मौसंबी लाभकारी है। इसके छिलकों को कील-मुहासों पर लगाने से फायदा होता है। वहीं इसके सेवन से खून साफ होता है और त्वचा का रंग भी निखरता है।
- मधुमेह के रोग में भी इसका सेवन आंवले और शहद के साथ फायदेमंद होता है।
- मौसंबी में विटामिन सी होता है, जो आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है और बीमारियों से लड़ने में मदद करता है। कोरोना संकट के दौरान यह काफी उपयोगी है। इससे कोलेस्ट्रॉल में कमी आती है और ब्लड प्रेशर की समस्या से भी निजात मिलती है।

महामहिम राज्यपाल ओड़िशा द्वारा हमारे साथी का सम्मान

भुवनेश्वर क्षेत्रीय कार्यालय के हमारे प्राक्तन राजभाषा अधिकारी **श्री उदयन सूपकार जी** ने अपनी गतिविधि द्वारा हिंदी के कार्य को केवल राजभाषा नियमों के अनुपालन व बैंकिंग कामकाज तक सीमित न रख कर इसे और अधिक व्यापक रूप देते आए हैं।

निकट अतीत में ओड़िशा के राज्यपाल **महामहिम प्रोफेसर गणेशीलाल जी** के आग्रह पर उन्होंने हरियाणा राज्य माध्यमिक शिक्षा परिषद के लिये कक्षा 6 से 10 तक की इतिहास पाठ्य पुस्तकों का अनुवाद का कार्य किया जिसके लिए महामहिम राज्यपाल ने उन्हें प्रशस्ति पत्र दे कर संवर्धित किया। सेवानिवृत्ति के 13 वर्ष बाद भी साहित्य के माध्यम से **श्री सूपकार** जी अति सक्रिय हैं यह हमारे लिये आनन्द और गर्व का विषय है। श्री सूपकार जी साहित्य सृजन के साथ चित्रकारी में भी निपुण हैं।

कालजयी ओड़िशा साहित्य पुस्तकों के अनुवाद के साथ साथ **श्री सूपकार** जगन्नाथ जी से संबंधित कई दृश्य और श्राव्य सामग्री के सृजन में भी सक्रिय हैं। हम उनके स्वस्थ एवं दीर्घायु जीवन की कामना करते हैं।



Prof. Ganeshi Lal
Governor, Odisha

RAJ BHAVAN
BHUBANESWAR - 751 008

June 04, 2021

Dear Udyan Supkarji

I would like to thank you on completion of the translation work of the Books of Social Science & History of Class-VI to Class-X from Hindi to English, on my request. I do appreciate your dedication and sincerity as well as your literary skills and expertise in both creative and transcreative works.

I wish you a healthy and long life that would enable you to do many more noble works in future.

With profound Regards

Yours sincerely,

(Ganeshi Lal)

Shri Udayan Supkar,
Aastha,
House No.3, Dev Village,
Dumduma,
Bhubaneswar.

अगस्त माह में सेवानिवृत्ति

श्री अप्पा राव, सुरक्षा प्रहरी, एम जी रोड शाखा, हैदराबाद अंचल को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावभीनी विदाई देते हुए शाखा के स्टाफ सदस्यगण

सुश्री जी शैलजा, विशेष सहायक, आबिद सर्किल शाखा, हैदराबाद अंचल को सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावभीनी विदाई देते हुए शाखा के स्टाफ सदस्यगण

प्रधान कार्यालय में अगस्त माह में सेवानिवृत्ति

श्री आलोक कुमार बर्धन
सहायक महाप्रबंधक
बैंक के बाहर प्रतिनियुक्ति

श्रीमती मिन्टू फनी
वरिष्ठ प्रबंधक
अनुपालन विभाग

श्री शिव प्रवेश सिंह
एसडबल्यूओ - ए
राजभाषा विभाग

श्री रबींद्र चंद्र विश्वास
एसडबल्यूओ ए
एमडी एवं सीईओ का सचिवालय

सभी प्रिय यूकोजन साथियों को स्वस्थ सेवानिवृत्त जीवन की शुभकामनाएं

प्रस्तुति
उदयन सूपकार
पूर्व राजभाषा अधिकारी,
अंचल कार्यालय, भुवनेश्वर

यूको बैंक

UCO BANK

प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना

केवल 12 रूपये की
सालाना प्रीमियम पर
2 लाख तक की
राशि तक का दुर्घटना बीमा।

अब देर ना करें और
PMSBY योजना का
लाभ उठाएं।

नियम और शर्तें लागू

Download UCO mBanking Plus now! Available on the App Store GET IT ON Google Play

धन्यवाद