





विभिन्न गतिविधियाँ



कापोरेट समाचार

निदेशक
(ईआरएंडडी) के
रूप में पदभार
ग्रहण

स्वतंत्रता दिवस
समारोह सम्पन्न

शपथ कार्यक्रम
का आयोजन

“हर घर तिरंगा”
कार्यक्रम का
शुभारंभ

पौधरोपण
कार्यक्रम

भेल भवन परिसर
में हर्बल गार्डन की
स्थापना

लेडीज वलब की
उपलब्धि

सीआईएसएफ
द्वारा “तिरंगा रैली”
का आयोजन

तनाव प्रबंधन
पर कार्यशाला

स्वच्छता की
शपथ

एनपीसीआईएल
के अधिकारियों
का दौरा

ई-पत्रिका
“गतिमान” का
विमोचन

जागरूकता
कार्यक्रम का
आयोजन

योग अनुसंधान
केन्द्र की
उपलब्धि

लेडीज वलब
द्वारा भारत रक्षा
पर्व का आयोजन

तिरंगे की उत्पत्ति

अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, बीएचईएल ने कर्मचारियों को स्वच्छता की शपथ दिलाकर बीएचईएल स्वच्छता परखवाड़ा का उद्घाटन किया



भारत हेवी इलेक्ट्रिकल्स लिमिटेड (बीएचईएल) में अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ. नलिन सिंघल ने कंपनी के कर्मचारियों को स्वच्छता शपथ दिलाकर “बीएचईएल स्वच्छता परखवाड़ा” का उद्घाटन किया। अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक महोदय ने बीएचईएल कर्मचारियों से गष्ट्रीय “स्वच्छ भारत अभियान” में उत्साहपूर्वक भाग लेने और खुले हृदय से अपना योगदान करने का आह्वान किया।

BHEL signs MoU with RVNL



BHEL and Rail Vikas Nigam Ltd. (RVNL) have signed an MoU to jointly work in the field of infrastructure and project execution, in India and abroad, through synergy of their respective capabilities. This will pave the way for collaboration in both the present as well as future areas of operation towards the 'Atmanirbhar Bharat Abhiyan' of the Government of India.

Mr. Jai Prakash Srivastava appointed Director (Engineering, Research & Development), BHEL



On his appointment as Director on the Board of Bharat Heavy Electricals Limited (BHEL), Mr. Jai Prakash Srivastava, 57, has assumed charge as Director (Engineering, Research & Development) of the Public Sector Engineering and Manufacturing Enterprise.

Prior to this, Mr. Srivastava was heading BHEL's Industry Sector business segment as Executive Director. He is a Mechanical Engineering graduate from IIT Roorkee with a post graduate degree in Business Administration.

Mr. Srivastava started his career with BHEL as an Engineer Trainee in the company's Insulator Plant, Jagdishpur, in 1985. He has over 36 years of diverse and extensive experience across all major functions of the company. These include Marketing & Business Development, Project Management, Manufacturing, Operations, Planning & Development, Engineering, R&D, Information Technology, Human Resource Management, and Strategic & Stakeholder Management in various capacities across the entire BHEL value chain in manufacturing units at Jagdishpur, Rudrapur and Visakhapatnam, business verticals (Industry Sector and International Operations) and Corporate Office, including a two-year stint as Head of CMD's Secretariat.

Prior to his elevation, he was Head of Industry Sector, one of the three business sectors of BHEL, responsible for enabling BHEL's diversification focus by driving capability building through technology collaborations & business partnerships, time-bound capital investments and commercial-oriented R&D projects to enhance business. During his tenure at Industry Sector, Industrial Products (Mechanical), Captive Power Plants, Defence & Aerospace business verticals recorded the highest-ever order booking and maiden entries were made into the downstream Oil & Gas EPC and Defence & Aerospace Businesses.

Earlier as Head of the company's manufacturing unit at Rudrapur, he was instrumental in developing several new products in existing & new growth areas as well as optimising operations with focus on cost reduction & efficient project execution for improved turnover realisation and profit maximisation, which resulted in the best financial results in the last 5 years for the unit.

Mr. Srivastava is known for his dynamism and result-oriented approach by enthusing energy in the team to drive efficiencies at all levels. His wide exposure to various business areas of BHEL viz. Defence & Aerospace, Power (Thermal, Gas, Renewable Energy), Oil & Gas, Industrial Products (Electrical & Mechanical), Transmission Products, International Operations, and almost all product lines of the company, has enriched him with a strong acumen to analyse market trends & to develop market-ready capabilities, enabling him to contribute effectively in formulation & implementation of strategies in the changing business environment & position BHEL to be future ready. He has been responsible for various initiatives resulting in many 'First Achievements' throughout his career.

स्वतंत्रता दिवस समारोह सम्पूर्ण



आजादी के अमृत महोत्सव के अवसर पर बीएचईएल, भोपाल में 76वां स्वाधीनता दिवस कार्यक्रम अत्यंत पारंपरिक रूप से हॉलिटास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर श्री सुशील कुमार बवेजा, महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख ने प्रशासनिक भवन के समक्ष राष्ट्रीय ध्वजारोहण कर उपस्थित लोगों को स्वाधीनता दिवस की शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम में केंद्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल, भोपाल ने उन्हें सलामी दी। इस अवसर पर सभी महाप्रबंधकगण, वरिष्ठ अधिकारी, यूनियन प्रतिनिधि, विभिन्न समितियों के सदस्य एवं अन्य कर्मचारी सहित कमाण्डेण्ट, सीआईएसएफ भी उपस्थित थे।

अपने उद्बोधन में महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख श्री बवेजा ने स्वतंत्रता संग्राम में शहीद हुए स्वतंत्रता सेनानियों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि बीएचईएल, भोपाल में भी “हर घर-तिरंगा” अभियान जोर-शोर से मनाया गया। इसका उद्देश्य लोगों में राष्ट्रभक्ति एवं देशप्रेम की भावना जगाना और तिरंगे के बारे में जागरूकता को बढ़ावा देना है। आजादी के अमृत महोत्सव



के दौरान कारखाने में वर्ष भर कई कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। उन्होंने सभी कर्मचारियों एवं अधिकारियों की प्रशंसा करते हुए कहा कि भोपाल यूनिट की कार्य संरकृति के अनुरूप, हमें संगठित होकर, कठिन परिश्रम करते हुए, भेल की विकास यात्रा के लक्ष्यों की प्राप्ति करना है। हमें कल के बीएचईएल का निर्माण करना है जिस पर आने वाली पीढ़ियों गर्व कर सकें। भेल भोपाल के सभी उत्पाद समूह, कंपनी के उत्पादन और विकास में निरंतर अपना योगदान देते रहे हैं। हमें इस टीम भावना को सतत बनाए रखना है। यह दिन हमें भारत के गौरवशाली इतिहास एवं एक रवतंत्र राष्ट्र के रूप में, हमारी उपलब्धियों एवं महत्व की याद दिलाता है। उन्होंने कहा कि भोपाल इकाई के कर्मचारी किसी भी परिस्थिति में अपनी उत्कृष्ट सेवाएं प्रदान करने के लिए सक्षम एवं तत्पर हैं। वर्तमान समय की मांग है कि हमें इस प्रकार के प्रतिबद्धता को बनाए रखना है। हमारा भविष्य इस बात पर निर्भर करता है हमें एक बेहतर कल के लिए अपने आज का उपयोग करना होगा। इसी के साथ ही उन्होंने सभी कर्मचारियों को भविष्य की अपनी कार्ययोजना में सफलता के लिए प्रेरित किया।





“मरीजों को फल वितरण”



स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर बीएचईएल, लेडीज वलब की अध्यक्षा श्रीमती युनीला बवेजा द्वारा कर्स्टूरबा चिकित्सालय में भर्ती मरीजों को फल वितरित किए गए। उन्होंने अपने उद्बोधन में कहा कि कोविड के दौरान चिकित्सालय के सभी डॉक्टरों एवं समर्थ स्टाफ ने पूरी ईमानदारी के साथ मरीजों के उपचार हेतु तत्पर भावना से सेवा प्रदान की। विभिन्न वार्डों हेतु 5 एस पर आधारित सर्वोत्तम वार्ड का निरीक्षण तथा पुरस्कार वितरण भी किया गया। जिसमें आईसीयू को सर्वोत्तम वार्ड का पुरस्कार दिया गया। इस अवसर पर विशेष रूप से डॉ. (श्रीमती) अंतपना तिवारी, चिकित्सा सेवा प्रमुख, श्री अविनाश चन्द्रा, महाप्रबंधक (TCB-MFG.&COMM.) एवं उपाध्यक्ष (भेकनिस), बीएचईएल लेडीज वलब की सदस्याएं, भेकनिस के सदस्य, चिकित्सक, नर्सिंग स्टाफ, अस्पताल के अन्य अधिकारी, कर्मचारी भारी संख्या में उपस्थित थे।

“सांस्कृतिक संदेश” का आयोजन



इसी उपलक्ष्य में बीएचईएल, सांस्कृतिक भवन में “सांस्कृतिक संदेश” का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में श्री सुशील कुमार बवेजा, महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख थे। कार्यक्रम में उद्योगनगरी स्थित सभी स्कूलों के बच्चों ने आजादी के अमृत महोत्सव के अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम की प्रस्तुति देते हुए हर-घर तिरंगा अभियान की थीम पर तिरंगा लहरा कर रंगा-रंग प्रस्तुति दी जो किसी उत्सव से कम नहीं था।

“आखिल भारतीय मुशायरा” का आयोजन



स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर बीएचईएल सांस्कृतिक भवन में भारत हेवी इलेविट्रिक्स सांस्कृतिक एवं राष्ट्रीय एकता समिति द्वारा “आखिल भारतीय मुशायरा” का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ राष्ट्रगान से हुआ। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि श्री सुशील कुमार बवेजा, महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख सहित सभी महाप्रबंधक/डीआरओस एवं कमाण्डेण्ट, सीआईएसएफ श्री हरीश साहू भी उपस्थित थे। मुशायरे में हिंदी और उर्दू जगत के कई बेहतरीन शायरों जैसे ज़फ़र सहबाई- सदरत भोपाल, नईम अरबतर खादमी-बुरहौंनपुर, सरवर कमाल- झाँसी, मन्नान फ़राज- मुंबई, आरिफ़ा शबनम-आगरा, विजय तिवारी ‘विजय’ भोपाल एवं परवीन कैफ़- भोपाल ने अपनी शायरी से लोगों को बांधे रखा। डॉ. आरिफ़ा शबनम ने ऐ वतन ऐ वतन मेरी जाँ, ऐ वतन ऐ वतन मेरी माँ, तेरे कटमों में सौ जननतें, तेरे दामन में सौ आसमाँ एवं नईम अरबतर खादमी बुरहौंनपुर ने बस एक आरजू दिल में है और कुछ भी नहीं। मेरा लहू मेरे खाक ऐ वतन के काम आये से सभी को मंत्रमुञ्च कर दिया।

इस अवसर पर भेकनिस के अध्यक्ष एवं महाप्रबंधक (फ़िडर्स एवं डीटीजी) श्री मोतीसिंह रावत, उपाध्यक्ष महाप्रबंधक (TCB-MFG.&COMM.) श्री अविनाश चन्द्रा, सांस्कृतिक सचिव एवं अपर महाप्रबंधक (एचएमई) श्री छ्ठी एस राव, श्री रवीन्द्र आईन्ट, सचिव एवं अपर महाप्रबंधक (चिकित्सा/प्रशासन), श्रीमती नीतू धमीजा, अपर महाप्रबंधक (एमडब्ल्यूएक्स) एवं सचिव महिला विंग, संयोजक श्री शरीफ खान, वरि. उप महाप्रबंधक एवं विभागाध्यक्ष (पीएंडपीआर) एवं समन्वयक श्री डी के नीलखेड़े एवं अंजुम तरकी के सचिव जनाब मोहम्मद फारूक भी उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन जनाब मन्नान फ़राज ने किया।

शपथ कार्यक्रम का आयोजन



विनाश दिवस बीएचईएल, भोपाल द्वारा “हर घर तिरंगा“ अभियान की शुरूआत बहुत ही जोश एवं उत्साह के साथ की गई जिसके अंतर्गत विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए। इसी कड़ी में जनभागीदारी को सुनिश्चित करने एवं “हर घर तिरंगा“ अभियान जन-जन में पहुंचाने के लिए विभिन्न माध्यमों के द्वारा प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया गया।

आजादी के अमृत महोत्सव के दौरान बीएचईएल, भोपाल में 94.3 एफएम के सहयोग से आफिसर्स वलब के प्रांगण में “हर घर तिरंगा“ शपथ कार्यक्रम का आयोजन किया गया। एक साढ़े कार्यक्रम में बीएचईएल, लेडीज वलब की अध्यक्षा श्रीमती सुनीला बवेजा ने सभी कर्मचारियों को “हर घर तिरंगा“ की शपथ दिलाई।

श्रीमती बवेजा ने प्रत्येक व्यक्ति को अपने घर में तिरंगा फहराकर कार्यक्रम को सफल बनाने की अपील की तथा कहा कि इससे लोगों में देशभक्ति की भावना जागृत होनी एवं गष्ट्रीय ध्वज के साथ हमारा रिश्ता और बेहतर होगा।

इस अवसर पर विशेष रूप से श्री विनय कुमार, तत्कालीन अपर महाप्रबंधक (मा.सं.), श्री विनोदानन्द झा, अपर महाप्रबंधक (मा.सं.), श्रीमती नीतू धमीजा, अपर महाप्रबंधक (एमडब्ल्यूएस), श्री शरीफ खान, वरिष्ठ उप महाप्रबंधक एवं विभागाध्यक्ष (पीएंडपीआर), श्रीमती सुरेखा बन्धोर, वरिष्ठ उप महाप्रबंधक (मा.सं.) तथा मायएफएम की आरजे सुश्री मानसी एवं अधिकारी/कर्मचारी उपस्थित थे।

आजादी का अमृत महोत्सव के अवसर पर ‘‘हर घर तिरंगा’’ कार्यक्रम का शुभारंभ



विगत दिवस सांस्कृतिक भवन में आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत ‘‘हर घर तिरंगा’’ कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। इस अवसर पर महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख श्री सुशील कुमार बबेजा, महाप्रबंधक (मानव संसाधन) श्री आदिकन्द बेहेरा, सभी महाप्रबंधकगण, सभी यूनियनों के प्रतिनिधि, श्री विनय कुमार, तत्कालीन अपर महाप्रबंधक (मानव संसाधन) श्री विनोदानन्द झा, अपर महाप्रबंधक (मा.सं.) श्री आरिफ अहमद सिंहीकी, अपर महाप्रबंधक (मा.सं.-औ.सं.) एवं भारी संख्या में कर्मचारी उपस्थित थे। श्री बबेजा ने अपने संबोधन में कहा कि हम सभी को यह विदित है कि देश की आजादी के 75वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में पूरे देश में आजादी का अमृत महोत्सव मनाया जा रहा है। इसी क्रम में माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा सभी भारत वासियों को “हर घर तिरंगा” अभियान के माध्यम से राष्ट्रीय ध्वज फहराने का आग्रह किया गया है। श्री बबेजा ने कहा कि तिरंगे के तीन रंगों से हमें प्रेरणा मिलती है इसमें केसरिया रंग प्रतीक है इढ़ता का बलिदान का, सफेद रंग प्रतीक है अमन का शांति का, हरा रंग प्रतीक है हरियाली और खुशहाली का शायद यही वजह रही होगी जो सरकार ने ‘‘हर घर तिरंगा’’ अभियान की शुरूआत की। उन्होंने कहा कि भारत के गौरवशाली अतीत का उत्सव मनाते हुए फ्लैग कोड के निर्देशों के अनुसरण में दिनांक 13 अगस्त से 15 अगस्त तक ‘‘हर घर तिरंगा’’ फहराएं।



श्री आदिकन्द बेहेरा ने अपने संबोधन में कहा कि इस अभियान का उद्देश्य लोगों को अपने घर पर तिरंगा फहराने के लिए प्रेरित करना है। इससे लोगों में देशभक्ति की भावना जागेगी और तिरंगे के सम्मान और महत्व से भी परिचित होंगे। हर घर तिरंगा अभियान के तहत माननीय प्रधानमंत्री जी ने लोगों से अपनी सोशल मीडिया प्रोफाइल की फोटो तिरंगे से बदलने का आह्वान किया है। इसके अतिरिक्त शैक्षणिक संस्थान, विभिन्न औद्योगिक इकाईयां, प्रतिष्ठान हर घर तिरंगा से जुड़ी प्रतियोगिताएं, विवज और अन्य प्रतिस्पर्धाएं आयोजित कर रहे हैं। इस प्रकार उनका उद्देश्य भारतीयों में देशभक्ति की भावना का संचार करना है। उन्होंने अनुरोध किया कि सभी उत्साह एवं भरपूर जोश के साथ इन कार्यक्रमों का हिस्सा बनें व अपने अन्य साथियों से भी ऐसा करने के लिए अनुरोध करें। तिरंगा हमारी आन बान और शान है और इसे पूर्ण सम्मान देते हुए 13 से 15 अगस्त तक हमें अपने घरों पर तिरंगा फहराना है।

कार्यक्रम का संचालन श्री भोलानाथ साहा, वरिष्ठ प्रबंधक (मा.सं.) एवं श्री अभिषेक गर्ग, उप प्रबंधक (वर्यूईएम) ने किया। कार्यक्रम के अंत में श्री विनोदानन्द झा, अपर महाप्रबंधक (मानव संसाधन) ने धन्यवाद ज्ञापन दिया।

हर घर तिरंगा

आजादी का अमृत महोत्सव "हर-घर तिरंगा" अभियान के उपलक्ष्य पर पौधरोपण



विगत दिवस बीएचईएल, भोपाल के प्रचार एवं जनसंपर्क विभाग द्वारा स्वतंत्रता दिवस, 2022

भारत की आजादी का अमृत महोत्सव "हर-घर तिरंगा" अभियान के उपलक्ष्य पर एक गरिमामयी कार्यक्रम में गोविंदपुरा स्थित जवाहरबाग में बीएचईएल, भोपाल के महाप्रबंधक एवं प्रमुख श्री सुशील कुमार बवेजा, सभी महाप्रबंधकगण/डीआरओ, शहर के मीडिया कर्मियों एवं बड़ी संस्कृति में गणमान्य नागरिकों की उपस्थित में वृक्ष रोपण किया गया।

अपने उद्बोधन में श्री बवेजा ने कहा कि आज हम सबने पौधरोपण कर इस पुनीत कार्य में अपना योगदान दिया है। हमें जीवन में पौधों से हमें आँखसीजन मिलती है। आज लोग पेड़ पौधों की अहमियत को समझ गए हैं। उन्होंने जोर देते हुए कहा कि पर्यावरण का संरक्षण ही हमारा जीवन है तथा प्रृकृति का संरक्षण ही हमारी प्राणमयी ऊर्जा है।

पेड़ लगाओ, जीवन बचाओ।

**पेड़ लगाएं जीवन बचाएं
Save Tree save Life**



इस अवसर पर विशेष रूप से श्री आदिकन्द बेहेरा, महाप्रबंधक (मा.सं.), श्री विनय कुमार, तत्कालीन अपर महाप्रबंधक (मा.सं.), श्री विनोदानंद झा, अपर महाप्रबंधक (मा.स.), श्री सपन सुहाने, अपर महाप्रबंधक (नगर प्रशासन) एवं श्री शरीफ खान, वरिष्ठ उप महाप्रबंधक एवं विभागाध्यक्ष (पीएंडपीआर) एवं विभाग के सभी कर्मचारी अधिकारीगण उपस्थित थे।

पेड़ पौधे है लगाना,
भारत की सुंदरता को है बढ़ाना

भेल भवन परिसर में हर्बल गार्डन की स्थापना



विनात दिवस भेल भवन परिसर में महाप्रबंधक एवं प्रमुख श्री सुशील कुमार बवेजा एवं श्रीमती सुनीला बवेजा द्वारा रुद्राक्ष, इन्सुलिन, अश्वगंधा, अजवाइन, नाशपाती, परिजात एवं अन्य प्रकार के हर्बल प्लांट्स के कई औषधीय पौधे लगाए गए हैं। श्रीमती बवेजा द्वारा भेल भवन परिसर में जड़ी बूटियों के संरक्षण और संवर्धन के लिए हर्बल गार्डन की स्थापना एक नवीन पहल है।

लेडीज वलब द्वारा “हर-घर तिरंगा” अभियान



विंगत दिवस आजादी का अमृत महोत्सव एवं स्वतंत्रता की 75 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में बी.एच.ई.एल. लेडीज़ वलब की अध्यक्षा श्रीमती सुनीला बवेजा के नेतृत्व में सभी सेंटरों में “हर-घर तिरंगा” अभियान चलाया गया। कार्यक्रम में सेंटर के सभी कर्मचारियों एवं छात्र-छात्राओं ने पूरे जोश एवं उत्साह के साथ भाग लिया।

हर घर तिरंगा

आइये आजादी का अगृह गहोत्सव गलाएं
13 से 15 अगस्त हर घर तिरंगा फहदायें



केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल द्वारा “तिरंगा रैली” का आयोजन



पिछले दिनों आजांटी के अमृत महोत्सव एवं “हर-घर तिरंगा” अभियान के तहत केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल इकाई बीएचईएल, भोपाल द्वारा इकाई लाइन गोविंदपुरा परिसर से लगभग 70 वाहनों के साथ 140 बल सदस्यों की “तिरंगा रैली” गोविंदपुरा गुरुद्वारा चौक, गांधी चौक, पिपलानी पेट्रोल पंप से शयसेन रोड होते हुए भारत पेट्रोल पंप से चेतक ब्रिज होकर लगभग 21 किलोमीटर का मार्ग तय करते हुए रैली का आयोजन किया गया। इस रैली में जवानों द्वारा भारत माता का आह्वान करते हुए तिरंगे की शान में जय हिंद जय भारत के साथ वंदेमातरम का नारा लगाते हुए मार्च निकाला गया।

STRESS MANAGEMENT FOR HAPPY LIFE



HRDC BHEL Bhopal organized the training programme at Cultural Hall on “**Stress Management for Happy Life**” for BHEL BHOPAL Executives on date 28.07.2022. The program was inaugurated by Shri Sushil Kumar Baveja (GM & Head) in the presence GMs and HODs.

Special Dignitary and Guest Speaker for the session was Yogi Shri Umesh Ji (Senior International Faculty, Art of Living).

Other dignitaries namely Shri Ravindra B Bhargav (Retired Chief Engineer Railways and Art of Living Bhopal), Shri Ajit Bhaskar (GM MP Tourism) and Shri Subhash Ghole were also present.

Programme was focused on How to Overcome Stress while Multitasking ?

Multitasking has become a part of our lifestyle in this age of super quick solutions. We need to perform multiple tasks at some point or the other, whether at the office or even at home. But we all know that the human brain can focus on only one thing at a time. Thus multitasking can many times be stressful. And, effective multitasking can happen only when we can overcome the stress component.



BHEL WELCOMES YOU

TO THE SEMINAR ON

STRESS MANAGEMENT FOR HAPPY LIFE

For Executive, GMs & DROs
Please occupy the seat by
3:25 p.m.

28 July 2022

Faculty: Yogi Umesh Ji,
Sr. International Faculty,
Art of Living.

Special Invitee: Sh S K Baveja,
GM & Head of Unit

CULTURAL HALL, BHEL BHOPAL

BH&L



The issues that we could face due to the stress associated with multitasking are:

1. Mental Health Issues, when people regularly try to juggle too many tasks at once, they fail to remember.
2. Other Health Hazards, when there is more demand to get a lot done in less time.
3. Lack of Clarity, The tasks that ideally should not take more time end up taking more.
4. Demotivation People who multitask are driven by the motivation, if you are stressed while multitasking, you end up doing work the wrong way, which may take more time to rectify.

What are the Ways we could Overcome Stress while Multitasking

When there is a necessity to perform at work and you don't want to compromise in quality, here is what you should do.

1. **Organize your Work**, in such a way that you can switch over tasks in between with ease, not losing the focus while carrying out either tasks.
2. **Determine your Area of Expertise**, People who are great at multitasking master their forte by combining it with another task. For example, you might have seen operators making data entries while on a call or a driver listening to you while concentrating on the road. These tasks have become their routine that they have eventually mastered.
3. **Stack Related Tasks**, as you reorganize your schedule to deliver better performance, remember to stack similar activities for multitasking. For example, club your writing, typing and email work and complete them in say, two hours before moving to the next type of task. Similarly, put meetings and Customer calls in one basket to be executed one after another. This will take away much stress while multitasking.
4. **Reduce Distractions**, Say no to the urge to check your phone or talk to your colleagues in the midst of your work. Break down your schedule into 30 minutes of small blocks where you entirely focus on your work, and then take a 5-minute break to re-energize yourself
5. **Optimize Your Time**, Your work might require you to use your brain separately at separate times. For example, you might be given two projects. For some, mornings and late evenings work best. By optimizing your time, you can do a great job at multitasking. **Remove**
6. **Micromanagement**, You want to do it all, and you want to do it well. In such a case, you have to prioritize your tasks. If necessary, delegate small tasks that might be eating up your time to others who are proficient in them.
7. **Meditate**, Practicing mindfulness allows you to understand the cause of stress in multitasking. Why are you not performing well? Or, which task is giving you nightmares? When you listen to your mind and act calmly, you will find better ways to multitask without carrying the burden of it all in your mind.

8. **Use Reminders**, Taking a look at the completed tasks builds confidence and motivates.
9. **Increase Your Focus and Not Get Distracted**, in order to stop being distracted by others, you have to stop caring so much about what is going around and develop an emotional intelligence level. Check up on yourself, Pinpoint the cause & be prepared, also giving yourself a break will help.

Maintain Work-Life Balance

Our work and personal lives may have separate ways of progression, but we need to align them together for our overall well-being. Multitasking should not increase your stress; instead, use it to work smarter and reduce your work duration without sacrificing your health or work quality.

The programme was attended by a total 324 number of participants.



काम के दौरान तनाव के लक्षणों को भी पहचानें







स्वच्छता की शपथ



विगत दिवस महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख श्री युशील कुमार बवेजा ने कंपनी के सभी कर्मचारियों एवं अधिकारियों को स्वच्छता की शपथ दिलाकर स्वच्छता परवाड़ा का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि स्वच्छता का सीधा संबंध हमारे शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ा होता है। स्वच्छ शरीर में ही एक स्वच्छ मन का निवास होता है। उन्होंने सभी से अपील की कि स्वच्छ भारत अभियान में अपना योगदान दें।

**स्वच्छता है एक बड़ा अभियान,
आप भी अपना दे योगदान।**

"एक कदम स्वच्छता की ओर"
स्वच्छ भारत अभियान

एनपीसीआईएल के वरिष्ठ अधिकारियों का दौरा



एनपीसीआईएल के 700MW गोरखपुर हरियाणा अनु विद्युत परियोजना (जीएचएवीपी) के लिए बीएचईएल, भोपाल में निर्माणीय प्राथमिक साइकिल हीट एक्सचेंजर्स के निरीक्षण हेतु गत दिवस वरिष्ठ अधिकारियों की एक टीम जिसमें सर्वश्री थॉमस मैथ्यू (ईडी क्यूए), श्री वी राजेश (ईडी प्रोक्योरमेंट) एवं ए के देशमुख (एडी) शामिल थे ने बीएचईएल, भोपाल का दौरा किया। इस अवसर पर श्री सुशील कुमार बवेजा, महाप्रबंधक एवं प्रमुख (बीएचईएल, भोपाल), महाप्रबंधक (हीट एक्सचेंजर्स) एवं महाप्रबंधक (फैब्रिकेशन) ने परियोजना की प्रगति के बारे में आये हुए दल को जानकारी प्रदान की।

हरियाणा के फतेहबाद जिले के गोरखपुर गांव में स्थित गोरखपुर हरियाणा अनु विद्युत परियोजना (जीएचएवीपी) एक प्रस्तावित परमाणु ऊर्जा संयंत्र है।

बीएचईएल भोपाल के हीट एक्सचेंजर ग्रुप द्वारा पहली बार इस न्यूकिलियर पावर प्लांट के प्राइमरी साइड के लिए 4 मॉडरेटर और 22 नग D2O हीट एक्सचेंजर्स का निर्माण किया जा रहा है।

ई-पत्रिका “गतिमान” का विमोचन



विंगत दिवस एक गरिमामयी कार्यक्रम में लॉजिस्टिक्स विभाग की हिन्दी ई-पत्रिका “गतिमान” का विमोचन श्री सुशील कुमार बवेजा, महाप्रबंधक एवं इकाई प्रमुख ने किया। इस अवसर पर श्री अमिताभ दुबे, महाप्रबंधक (एस ओ एम व सीडीसी) भी उपस्थित थे।

श्री बवेजा जी ने अपने उद्बोधन में लॉजिस्टिक्स विभाग की भूरि भूरि प्रशंसा करते हुए कहा कि भारत सरकार की पहल के अनुरूप आजादी के अमृत महोत्सव काल में इस विशेषांक का प्रकाशन एक उपलब्धि है। यह पत्रिका ज्ञानार्जन व अपने देश के समृद्ध व गौरवशाली इतिहास को जानने का माध्यम सिद्ध होगी।

कार्यक्रम की अद्यक्षता करते हुए श्री अमिताभ दुबे ने सभी रचनाकारों को प्रोत्साहित करते हुए कहा कि हिन्दी भाषा अपने विस्तृत रूप और समृद्धशाली शब्दावली के कारण मन की भावनाओं एवं विचारों को प्रस्तुत करने का सशक्त माध्यम है, इस पत्रिका में भी कर्मचारियों की छुपी हुई रचनात्मक अभिव्यक्ति को भी आगे लाने का उत्कृष्ट प्रयास किया गया है जो प्रशंसनीय है।

विभागाध्यक्ष श्री एन सी नरकर ने अपने व्यक्तव्य में बताया कि विभाग की चुनौतीपूर्ण कार्यप्रणाली के बीच इस पत्रिका का प्रकाशन संपादक मण्डल के अथक परिश्रम से संभव हो पाया है, यह पत्रिका सबके लिए उपयोगी एवं विभाग को करीब से जानने में सहायक सिद्ध होगी।

इस अवसर पर विशेष रूप से अपर महाप्रबंधक श्री मनीष अग्रवाल, श्री ए के केरकेट्टा, श्री सुशांत वर्मा एवं उप प्रबंधक (राजभाषा) तथा विभाग के अन्य अधिकारी उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन विभागीय हिन्दी समिति के सचिव व अभियंता रजनीकान्त चौबे तथा आभार उप प्रबंधक श्री कुणाल सिंह ने किया।

केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल द्वारा जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन



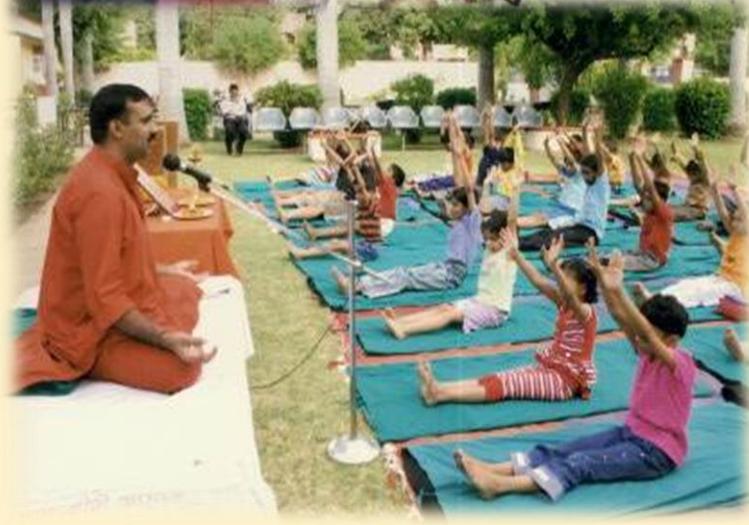
केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल एवं बीएचईएल, भोपाल के संयुक्त तत्वावधान में "पारिवारिक विवाद, कारण एवं निवारण" पर विधिक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

मुख्य अतिथि के रूप में प्रधान जिला न्यायाधीश श्रीमती गिरीबाला सिंह उपस्थित थीं। उन्होंने अपने उद्बोधन में पारिवारिक समर्थ्याओं, कारणों एवं नियन्त्रणों पर विस्तार से बताया, विशेषकर अदालती कार्यवाही से पहले आपसी समझौते (मेडिएसन) की महत्वा पर प्रकाश डाला।

कार्यक्रम में केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल इकाई एवं बीएचईएल, भोपाल के लगभग 180 अधिकारियों/कर्मचारियों एवं उनके पारिवारिक सदस्यों ने भाग लिया।

**व्यक्ति के जीवन में परिवार का
महत्व सबसे अधिक होता है।**

Yoga Research Centre Habibganj Dispensary Kasturba Hospital



To cater to the pressing needs of retired & in-service employees suffering from ailments like Asthma, Diabetes, Hypertension, Memory loss & other lifestyle diseases, the need of setting-up a Yoga research centre was thought-out by the then HMS, Dr. P.K. Arora. Rising cases of patients registering for such ailments propelled the notion of starting a prevention module to check-in the health problems of the patients. Idea was conceived, now crafting was to be carried out for which there was no space in the Kasturba Hospital. After much deliberation, to give shape to the idea, the Habibganj Dispensary was finally selected being located close to the hospital.

The Yoga research centre of BHEL Bhopal was started in the year 2006 with the support of Bihar Yoga Vidyalaya Munger. It was inaugurated on 14.01.2006 by then ED Shri P. T. Dev in presence of by then HMS Shri P.K Arora.

Since then, the yoga centre is running continuously over the years and lot of patients have been benefitted. The centre also runs program for school children, working staff and offers yoga consultation to everyone.

The centre is one-of-its kind in Bhopal which is attached to a medical hospital. The Kasturba hospital is managing all the activities of this centre on its own.

Under the dynamic leadership of Dr. Shrimati Alpana Tiwari, CMS (Kasturba Hospital) lot of activities are being carried out for the beneficiaries. Yoga therapy, Asthma Therapy, Yoga Consultancy are also being conducted regularly.



लेडीज वलब द्वारा भारत रक्षा पर्व का आयोजन



विनायक दिवस बी.एच.ई.एल. लेडीज़ वलब द्वारा संचालित वोकेशनल ट्रेनिंग सेंटर में भारत रक्षा पर्व का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ वलब की अध्यक्षा श्रीमती सुनीला बवेजा द्वारा किया गया। इस अवसर पर वलब की सभी उपाध्यक्षाएँ एवं अन्य सदरय उपस्थित थे।

अपने उद्बोधन में अध्यक्षा महोदया ने कहा कि भारतीय सेना के वीर जवान जब बार्डर पर अपनी पूरी शिफ्ट से काम करते हैं, तभी हमारा तिरंगा शान से लहरा पाता है, उन सभी वीर सैनिकों को मेरी ओर से रक्षाबंधन की शुभकामनाएँ। बच्चों द्वारा तैयार की गई गाखियाँ सैनिकों के साहसिक कार्यों के प्रति आदर रूप भेंट की गई। उन्होंने बच्चों से विशेष आग्रह किया कि जब कहीं आपको सैनिक मिले तो आप उनके सम्मान में खड़े होकर उन्हें अभिवादन करें, साथ ही उन्होंने बच्चों को देशभक्ति कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित भी किया।

संरथा के छात्र-छात्राओं द्वारा तैयार की गई गाखियाँ एवं ग्रीटिंग कार्ड्स शुभकामनाओं सहित सीमा पर तैनात सैनिकों को नव दुनिया अखबार के सहयोग से भेजे गए। कार्यक्रम में बच्चों ने कविताओं एवं नृत्य के माध्यम से सैनिकों के साहस पूर्ण कार्यों की गरिमा बढ़ाई।

कार्यक्रम का संचालन संस्था की सचिव श्रीमती सुमिता सरना एवं आभार कोषाध्यक्ष श्रीमती वीना वरनवाल द्वारा किया गया।



मेरा देश मेरा झंडा: तिरंगे की उपति

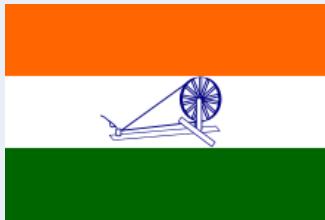
75
Azadi Ka
Amrit Mahotsav



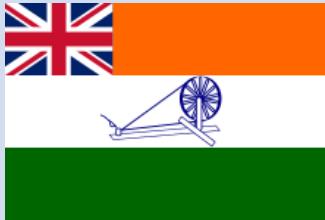
सौजन्य : श्री सुनील सचदेव,
उप महाप्रबंधक (टीआरई)
बीएवईएल, भोपाल

भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन से पहले की अवधि में विभिन्न रियासतों के शासकों द्वारा अलग-अलग डिजाइन वाले कई झंडों का इस्तेमाल किया गया था। जिसके बारे में संक्षिप्त जानकारी निम्नानुसार है :-

	<p>1880 : The first flag, whose design was based on western heraldic standards, were similar to the flags of other British colonies, including Canada and South Africa.</p>
	<p>1904 : A proposed flag for India from 1904, as seen in an Anglo-Indian weekly. The dark blue band represented Hindus and Buddhists, the green band represented Muslims, and the light blue band represented Christians. The vertical purple band on the left side contained the stars from the Orion constellation, which represented the provinces and states. The surrounding red border symbolised India being kept united and whole by British rule</p>
	<p>1907 : In 1907 came the Madam Bhikaji Rustom Cama's flag. The flag was collectively designed by Madam Bhikaji Cama, Vinayak Damodar Savarkar (Veer Savarkar) and Shyamji Krishna Varma. The flag was unfurled by Madam Cama on 22 August 1907 at Stuttgart, Germany, and attained the status of the first Indian flag to be hoisted in a foreign land. From this event onwards it was also referred to as 'Berlin Committee flag'. The flag consisted of three colours- the topmost being green followed by golden saffron in the middle and the red colour at the bottom</p>
	<p>1916 : Annie Besant and Bal Gangadhar Tilak adopted a new flag as part of the Home Rule Movement. The flag included the Union Jack in the upper left corner, a star and crescent in the upper right, and seven stars displayed diagonally from the lower right, on a background of five red and four green alternating bands. This flag did not gain popularity among the masses.</p>
	<p>1921 : Gandhi commissioned Pingali Venkayya to design a flag with the spinning wheel on a red and green banner, the red colour signifying Hindus, green standing for Muslims and white represents all the other religions. Finally, owing to the religious-political sensibilities, in 1929, Gandhi moved towards a more secular interpretation of the flag colours, stating that red stood for the sacrifices of the people, white for purity, and green for hope. On 13 April 1923, during a procession by local Congress volunteers in Nagpur commemorating the Jallianwala Bagh massacre, the Swaraj flag with the spinning wheel, designed by Pingali Venkayya, was hoisted</p>



1931 : The Swaraj Flag, officially adopted by the Indian National Congress in 1931. The Swaraj flag became the official flag of Congress at the 1931 meeting. However, by then, the flag had already become the symbol of the independence movement



1947 : [Governor-General Louis Mountbatten's](#) 1947 proposal for the flag of India, effectively the flag of the Congress but with a Union Jack in the canton. It was rejected by [Jawaharlal Nehru](#), on the grounds that he felt that Congress' nationalist members would see the inclusion of the Union Jack as pandering to the British



A few days before India gained its independence in August 1947, the [Constituent Assembly](#) was formed. To select a flag for independent India, on 23 June 1947, the assembly set up an ad hoc committee headed by [Rajendra Prasad](#) and including [Maulana Abul Kalam Azad](#), [Sarojini Naidu](#), [C. Rajagopalachari](#), [K. M. Munshi](#) and [B. R. Ambedkar](#) as its members. On 14 July 1947, the committee recommended that the flag of the [Indian National Congress](#) be adopted as the National Flag of India with suitable modifications, so as to make it acceptable to all parties and communities. It was also resolved that the flag should not have any communal undertones. The spinning wheel of the Congress flag was replaced by the [Chakra](#) (wheel) from the [Lion Capital of Ashoka](#). According to [Sarvepalli Radhakrishnan](#), the chakra was chosen as it was representative of [dharma](#) and law

The flag was proposed by JL Nehru at the Constituent Assembly on 22 July 1947 as a horizontal tricolour of deep saffron, white and dark green in equal proportions, with the Ashoka wheel in blue in the centre of the white band



Indian Flag, the first postage stamp of independent India, released on 21 November 1947, was meant for foreign correspondence.

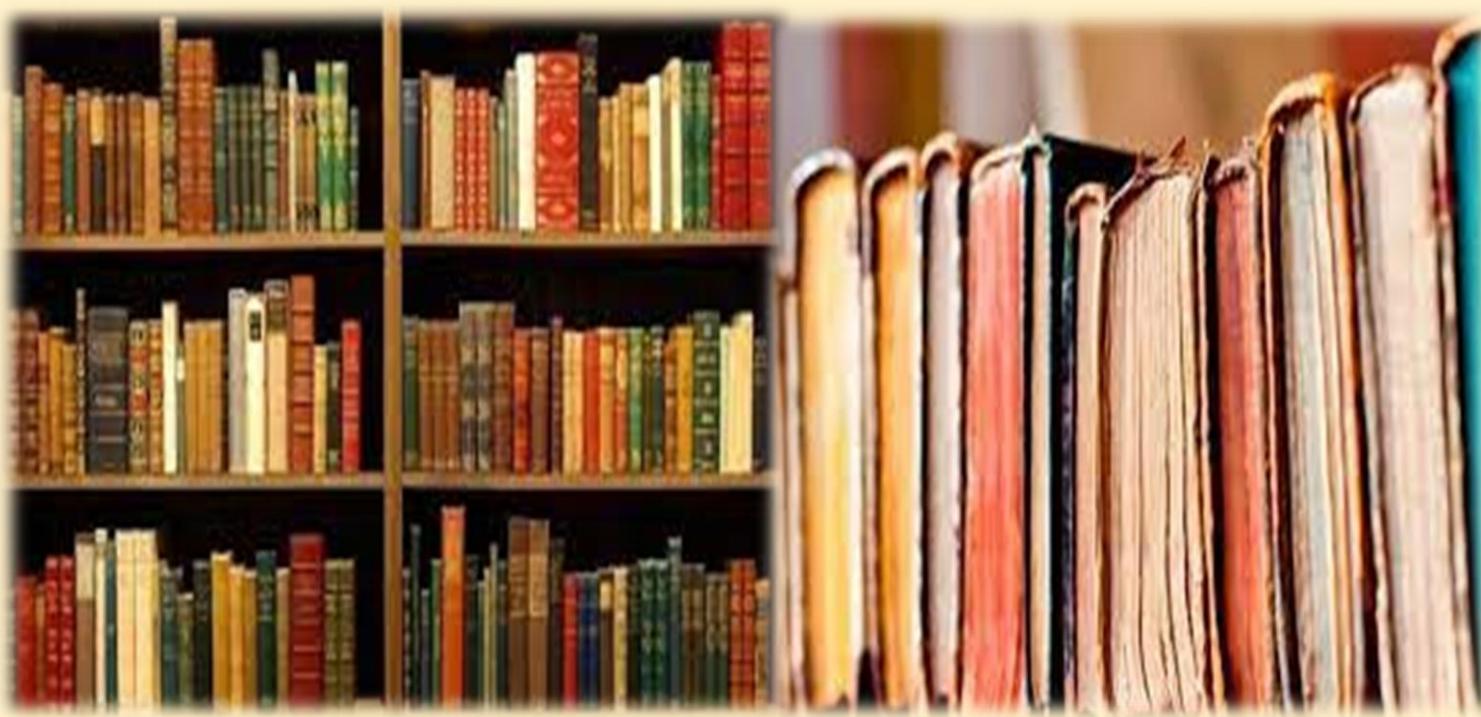


सबसे प्यारा हमारा राष्ट्रीय झंडा,
तीन रंगो वाला यह
हमारा तिरंगा ।



कॉर्पोरेट राजभाषा विभाग द्वारा मौलिक पुस्तक लेखन पुरस्कार योजना वर्ष 2019-20 एवं 2020-21 के अंतर्गत बीएचईएल, भोपाल में कार्यरत श्री मुजफ्फर इकबाल सिटीकी, स्टाफ नं. 1254006, अभियंता (एफएनएक्स) को द्वितीय पुरस्कार (राशि 31000/-) साहित्यिक वर्ग, पुस्तक का नाम “अम्मा अभी जिंदा है” के लिए चयन किया गया है।

इस उपलब्धि पर बीएचईएल, भोपाल परिवार की ओर से हार्टिंग ब्रूथाई एवं शुभकामनाएं।



किताबों का असली मकसद होता है
मस्तिष्क को सोचने के लिए
मजबूर करना



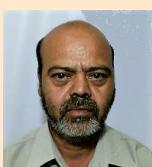
विगत दिवस बीएचईएल, भोपाल में "पर्यावरण जागरूकता माह" मनाया गया था। इस अवसर पर संकर्षण विक्रय प्रभाग के श्री प्रकाश सिंह अटेरिया, आर्टिजन ग्रेड-1, स्टाफ नंबर 6061273 के द्वारा लिखित स्लोगन को प्रथम स्थान यूनिट स्तर पर प्राप्त हुआ। संकर्षण विक्रय प्रभाग के द्वारा हिन्दी में विगत कुछ वर्षों से उल्लेखित कार्य किया जा रहा है, जिसे यूनिट स्तर एवं कॉर्पोरेट स्तर पर भी प्रोत्साहित किया जा रहा है।

इस उपलब्धि पर बीएचईएल, भोपाल परिवार की ओर से हार्दिक शुभकामनाएं।



**बीएचईएल, भोपाल परिवार की ओर से अगस्त, 2022 में सेवानिवृत्त हो चुके
कर्मचारियों को हार्दिक शुभकामनाएं।**

BEST WISHES	NAME	STAFFNO	DESIGNATION	DIV	D O B	ENTERED BHEL	JOINED AS
	1) SHRI SANJAY CHANDRA	3783952	ADDL.GM	HRM	16/08/1962	24/11/1987	ENGINEER TRAINEE
	2) SHRI BINOY KUMAR	1264427	AGM(HR)	HRM	01/08/1962	24/08/1988	EXECUTIVE TRAINEE
	3) SHRI DINESH KUMAR SINGH	1266683	ENGINEER	FPM	31/07/1962	14/02/1986	ARTISAN D/R
	4) SHRI MAHENDRA KUMAR SHARMA	1265040	ENGINEER	TXM	12/08/1962	24/08/1985	ARTISAN
	5) TULSI DAS BAIRAGI	1261258	ENGINEER	TXM	09/08/1962	06/11/1984	ARTISAN
	6) SURESH KUMAR SONPURE	1267469	OFFICER	PUB	12/08/1962	14/10/1986	ARTISAN
	7) RAJESH KUMAR SONI	1271318	DY.ENGINEER	TXM	11/08/1962	04/10/1988	ARTISAN

BEST WISHES	NAME	STAFFNO	DESIGNATION	DIV	D O B	ENTERED BHEL	JOINED AS
	8) SHRI RIYAZUDDIN KHAN	1257064	DY.ENGINEER	TAM	01/08/1962	31/03/1985	C/W EMPLOYEE
	9) SHRI ABDUL WAHAB	1267566	ASST.ENGINEER GR.II	PUB	15/08/1962	08/11/1986	C/W EMPLOYEE
	10) SHRI B D RAMNANI	1249975	SR.SUB-ADDL OFFICER.GR.2	FMM	14/08/1962	09/11/1982	UNSKILLED WORKER
	11) SHRI MADAN LAL CHOUKSEY	1271326	SUB-ADDL ENGR.GR.1	TEX	15/08/1962	02/07/1988	ARTISAN D/R
	12) SMT JYOTSNA THAPA	1266152	ARTISAN GR I	CRX	10/08/1962	05/09/1986	UNSKILLED WORKER

अगस्त, 2022 में सेवानिवृत्त हुए कर्मचारियों का विदाई समारोह





पेड़ो को काटने की न करना
कभी भूल क्योंकि यह कार्य
नहीं है प्रकृति के अनुकूल।

प्रचार एवं जनसम्पर्क विभाग बीएचईएल भोपाल द्वारा संकलन (केवल निजी वितरण हेतु)
सम्पादक : वरिष्ठ उप महाप्रबंधक एवं विभागाध्यक्ष (प्रचार एवं जनसंपर्क)