

PROVISIONAL BALLOT PAPER: TNAI Bihar State Branch Election 2024

Post	Name and Address of the Contestant	Voter's X
President	Sr. Usha Saldanha, TNAI No. 77151, Address: College of Nursing, Kurji, Holy Family Hospital, Patna-800010, Bihar.	
Vice President	Ms. Nirjala Kumari, TNAI No. 66992, Address: Sir Ganesh Datt Nagar-842001, Bihar.	
	Ms. Sindhu Dev, TNAI No. 252366, Address: R.No. 101, Type 3, AIIMS Residential Complex, Khagaul, Hydraulic Road, Patna-801105, Bihar.	
Secretary	Mr. Irshad Khan, TNAI No. 252369, Address: Asst. Nursing Superintendent, AIIMS, Patna-801507, Bihar.	
Joint Secretary	Sr. Tysy Augustine, TNAI No. 95281, Address: Tripolia School of Nursing, Tripolia Hospital, Gulzarbagh (P.O.)-800007, Bihar.	
	Mr. Sharwan Kumar, TNAI No. 252363, Address: A.N.S AIIMS, Patna-801507, Bihar.	
Treasurer	Dr. Pooja Thakur, TNAI No. 298095, Address: College of Nursing, AIIMS, Patna, Phulwarisharif, Patna-801507, Bihar.	
	Ms. Singh Aarti Jiyalal, TNAI No. 182471, Address: T-2, B-3, R.No. 115, AIIMS Residential Quarters, Khagaul-801105, Bihar.	
SNAI Advisor	Ms. Sonam Dolma Lepcha, TNAI No. 260755, Address: College of Nursing, Kurji Holy Family Hospital, Patna-800010, Bihar.	
Chairperson-Membership Committee	Mr. Girishkumar K, TNAI No. 263668, Address: College of Nursing, AIIMS, Patna, Phulwarisharif, Patna-801507, Bihar.	
Chairperson- Programme Committee	Mrs. D. Koteswaramma, TNAI No. 327300, Address: Tutor, College of Nursing, AIIMS, Patna-801507, Bihar.	
Chairperson- Nursing Service Section	Mr. Visanth V. S., TNAI No. 263660, Address: Assistant Nursing Superintendent, AIIMS, Patna-801507, Bihar.	
Chairperson- Nursing Education Committee	VACANT	
Chairperson-Public Health Section	VACANT	
Chairperson- Economic Welfare Committee	Mrs. Guriya Rani, TNAI No. 209279, Address: Principal I/C, B.Sc Nursing College, DMCH, Darbhanga-846003, Bihar.	
Chairperson- LHV/ANM Committee	VACANT	

As per the TNAI Constitution Rules & Regulations & Bye-Laws page no 56-64 State Branch Election Procedure (Revised and approved by Council/HOD 2012)

1. Election will be held during General Body Meeting on **2nd March, 2024 from 09:00 am to 03:00 pm at Narayan Nursing College, Gopal Narayan Singh University, Jamuhar, Sasaram- 821305, Bihar.**
2. The Provisional Ballot Paper is published solely for the information of the members.
3. Only Life Members of TNAI who are working or residing in Bihar are eligible to vote.
4. Members are requested to check their membership status at <https://election.tnaionline.org/UpdateData/Index>.
5. If members are working or residing in Bihar but the verification of their membership status shows a different state, they can transfer their membership to Bihar using the above link. A copy of their residence or employment details should be attached for approval of the transfer.
6. No request for change of the status of membership (transfer of membership from any state branch to Bihar) **will be permitted after 4:30 PM on 28th February, 2024 till the election process is over.**
7. All voters are requested to bring their TNAI Photo identity Membership card provided by the TNAI Headquarters. In case if the members have the old membership card are required to show any other photo identity (Election card/PAN card/Driving license) before entering the hall for voting.
8. No one shall be allowed to vote before or after the scheduled time of voting.
9. Names of contestants who have not given their consent in writing to the Returning Officer will be deleted from the final Ballot Paper.
10. On the day of election during the General Body meeting an **open election** will be conducted for the **vacant post**.
11. Each contestant is requested to submit the name of one representative (polling/ counting agent) who can observe the entire voting process and counting process. The name of polling/ counting agent should be submitted to the Returning Officer **before 9 am on 2nd March, 2024**. This shall be submitted in the prescribed form with name TNAI number of representative. Forms will be made available with returning officer.
12. No addition of contestant shall be made to the final ballot. Any contestant wishing to withdraw from any office should inform the returning officer at least 20 days before the election i.e. 12th February before 4:30 pm in writing to the following address:

Ms. Blessy Shalom Berry, Returning Officer- TNAI Bihar State Branch Election, C/o The Trained Nurses' Association of India, L-17, Florence Nightingale Lane, Green Park Main, New Delhi- 110016.

गजब के औषधीय और पौष्टिक गुणों से भरपूर हैं कड़ी पत्ते में

सदियों से भोजन में सेवन किया जाने वाला कड़ी पत्ता अनेक पौष्टिक और औषधीय गुणों से भरपूर है। दक्षिण भारत में अतिप्रिय, वहां के भोजन का यह अभिन्न अंग है। अपनी अनोखी सुगंध से यह भोजन का स्वाद बहुगुणित कर देता है। इसकी तेज महक हर व्यंजन — दाल, सांभर, सब्जी, चटनी, उपमा, डोसा, पोहा जैसे अनेक रेसिपी में कड़ी पत्ते का लुत्फ बढ़ा देती है। इसका नियमित सेवन अनेक बीमारियों से बचाव करता है। कड़ी पत्ता में प्रचुर मात्रा में विटामिन और मिनरल होते हैं, जो यह पाचन तंत्र को मजबूत करने के साथ वजन नियंत्रित रखने में भी मददगार है। आइए जानते हैं कड़ी पत्ता के गजब के फायदे इसके अन्य लाभ हैं। इसमें मौजूद विटामिन सी कफ से बचाव करने में सक्षम होता है। कड़ी पत्ता में पाए जाने वाला फॉलिक एसिड खून की कमी को दूर करने में मददगार है। डायबिटीज़ रोगियों के लिए यह बहुत गुणकारी है। नियमित रूप से कड़ी पत्ता चबाने वालों का शुगर लेवल कंट्रोल में रहता है। अचानक शुगर बढ़ने से इसका सेवन असर करता है। कड़ी पत्ता में मौजूद इसका एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण पाचन तंत्र को मजबूत बनाता है। कड़ी पत्ता में विद्यमान विटामिन ए आंखों की रोशनी बढ़ाता है और मोतियाबिंद से भी बचाता है। इसके सेवन से गर्भवती महिलाओं की वमन और मॉर्निंग सिकनेस और उल्टी-मितली जैसी समस्याएं दूर होती हैं। इसमें मौजूद विटामिन ए, बी और ई बालों को स्वस्थ रखते हैं और इसका एंटीऑक्सीडेंट बालों का झड़ना तथा हार्ट आर्टरी के प्लाक जमने से रोकता है; इसका कार्बोजोल एल्कालॉयड कैंसर अवरोधी है। माना जाता है कि रोजाना कड़ी पत्ते का सेवन समग्र स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है।