

Date: October 28, 2020

To,
Department of Corporate Services,
Bombay Stock Exchange Limited.,
P J Towers, Dalal Street,
Mumbai- 400001

Sub. : Newspaper Advertisement- Notice of Postal Ballot

Ref. : ISIN - INE420B01028; Security Code- 511605.

Dear Sir/Madam,

Pursuant to Regulation 47 of the SEBI (Listing Obligation & Disclosure Requirement) Regulation, 2015, we are enclosing herewith the copy of the newspaper advertisement published in the Free Press (English edition) and Choutha Sansar (Hindi edition) on 28th October, 2020.

This is for your information and record.

Thanking You,

Yours faithfully,

For Arihant Capital Markets Limited

Mahesh Pancholi (Company Secretary)

M. No. F-7143



#### रावण दहन की बात को लेकर पीटा. घर में तोडफोड

इंदौर। परदेशीपुरा में रहने वाले ४० वर्षीय रामेश्वर पिता अभिमन्त्र अगुर ने उमेश, मनीष, नीलेश यादव और राजा दाकुर के खिलाफ मारपीट का मामला दर्ज कराया है। परदेशीपर याना पुलिस के मुताबिक, सोमवार को आरोपितों ने रामेश्वर के घर के सामने रावण के पुतले के दहन को लेकर झगड़ा शुरू कर दिया। आरोपितों ने मारपीट करते हुए घर में तोड़फोड़ कर दी।

#### पुराने विवाद को लेकर मारपीट

इंदौर। छावनी में रहने वाले १८ वर्षी . आयष पत्र धर्मेंद खरे ने मोहित सोहंदा. सुवित सोहंदा, दक्ष सल्जा और अमृत संदू के खिलाफ मारपीट का मामला दर्ज कराया। आयुष ने बताया कि नौलखा बस स्टैंड काका पान सदन के पीक्षे मोमवार रात करीब साढे 10 बजे आरोपितों ने पुरानी बात को लेकर डं से पीट दिया। उन्होंने जान से मारने की धमकी भी दी।

#### युवती से अश्लील हरकत, दो पर केस दर्ज

वर्षीय युवती ने पंकज पुषा स्कूल के पास रहने वाले राहुल चौहान और पप्पू चौहान के खिलाफ छेड़छाड़ का मामला दर्ज करावा। विजय नगर थाना पुलिस के मुताबिक, रोमवार को युवती ने बताया कि तरुण मेडिकल स्टोर के पास सोमवार को आरोपित आए और हाथ पकड़कर अश्रीत हरकत की। मना करने पर दोनों ने गालियां टी और जान मे मारने र्त धमकी दी। पुलिस आरोपितों की तलाश कर रही है।

#### गुंडागर्दी से परेशान रहवासी डीआइजी ऑफिस पहुंचे

इंदौर। सर्वहारा नगर के रहवसियों ने सूरज मरावा, तल्ला व शाहरूछ सहित एक अन्य पर अवैध वसूली का आरोप लगाया है। पीडितों ने बदमाशों पर कार्रवाई नहीं करने पर डीआइजी हरिनारायणाचरी मिश्र को शिकायत की है। परदेशीपुरा थाने के एसआइ अजय सिंह के मुताबिक, मुकदमा दर्ज होते ही बदमाश फरार हो गए हैं। वहीं पीड़िनों ने पुलिस पर ही आरोपिनों को मगाने का आरोप लगाया है। शिकायतकर्ता राजेश के मताबिक. थेत्र में भंडारे का राजर के जुताबक, वर ज नजर का कार्यक्रम चल रख था। बदमाश सूरज ने धमकाते हुए ५०० रुपये मांगे। उसने साथियों को बुला लिया और मारपीट करने लगे। राजेश के मताबिक आरोपित क्षेत्र में नशीली गोलियों का सेवन कर लोगों से अईबिजी करते रहते हैं। दूसरे थाना थेत्र के अपराधियों को बलाकर वसली करते हैं। उसने पुलिस और अफसरों को घटना के सीसीटीवी फुटेन भी सौंपे हैं।

#### बाइक सवारों को कार ने मारी टक्कर, दो की मौत

इंदौर। इंदौर-बेटना रोड पर सोमवार रात दो सड़क हादयों में तीन लोगों की मौत हो गई। इसमें एक निगमकर्मी भी शामिल है। बेटना टीआइ संजय शुवला के मुताबिक, घटना रात करीब ११ बात के मुताबिक, घटना रात करीब ११ बात के मारत रोड़ की है। बाइक सवार सतीथ पुत्र गोकुल पटेल और भारत पुत्र माणकवंद की कार (एमपी ०९ सीटी भाजकपद पा कर (एजप एउ पार 1963) की टक्कर से मौत हो गई। देनों बाइक (एमपी ०९ वीवी ४९२७) से आ रहे वे। टीआइ के मुतबिक, कुछ लोगों ने बताया कि हादसा कार को ओक्टटेक करते वक्त हुआ था। दोनों ही गाड़ियां तेज रपतार में जा रही थी। एक अन्त ख़दरें में विद्या पैलेस छोटा बांगडदा निवासी ३२ वर्षीय निगर कर्मचारी नीरम पुत्र रतनलाल की भी मौत हो गई। गाई सूरम के मुताबिक, घटना रात करीब १०.३० बने छोटा बेटना के पास की है। नीरन बाइक से राजगढ़ से बेटमा तरफ जा रहा था तभी अञ्चात ताहन ने टतकर मार दी।

#### किराना व्यापारी ने दी जान

इंदौर। कालानी नगर में रहने वाले किराना व्यापारी ६५ वर्षीय पवन पिता बालचंद्र पाटनी ने सोमवार देर रात नावपुर पाटना न होनवार पर होत जान दे दी। एरोइम बाना पुलिस के मुताबिक, वृद्ध कई दिनों से गंभीर बीमारी से जूझ रहे थे। सोमचार रात करीब १०.३० बने अपने कमरे में गए

## जीतू सोनी के करीबी नरेंद्र रघ्वंशी ने की खुदकुशी

#### पैरोल खत्म होते ही सुसाइड नोट लिखकर लगा ली फांसी

इंदौर। माफिया जीतू सोनी के साथी नरेंद्र रघुवंशी ने होटल माय होम केस में

मंगलवार सुबह सुदामा नगर स्थित घर में फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली। नरेंद्र पर मानव तस्करी, देह व्यापार और पश्चिम बंगाल की लड़कियों को जानव विश्व में बाल की लड़कियों की मंधक बनाने के आरोप लगे थे। चिन्ने वर्ष निवंद में नहेंद्र की एलासिया थाना पुलिस ने अरोप प्रत्ये थे। निवंद में नहेंद्र की एलासिया थाना पुलिस ने प्रताय में नहेंद्र की एलासिया थाना पुलिस ने में सुसाइड नेट भी जब्द किया है। प्रत्ये की मुसाइड नेट भी जब्द किया है। प्रत्ये की सुमाइड नेट किया नहेंद्र किया सम्बाध

रघुवँशी दो महीँने पूर्व वृद्ध पिता के दिल का ऑपरेशन कराने के लिए पैरोल पर जेल से बाहर आया था। पैरोल

समाप्त होने पर मंगलवार को उसे वापस जेल जाना था। सुबह जेल जाने की तैयारी पूरी कर चुका था। मंगलवार की सुबह अचानक पूजा के बहाने कमरे में गया और फांसी लगा ली। स्वजन ने उसे फंदे से उतारा लेकिन तब तक मौत हो चुकी थी।

#### पुलिस पर प्रताङ्ना का आरोप

मृतक बेटे लक्ष्य ने पुलिस पर प्रताड़ना का आरोप लगाया है। उसने कहा कि पापा दोबारा जेल जाने के कारण तनाव में थे। सोमवार को ही कहा था कि मैं अब जेल नहीं जाना चाहता। मैंने कोई जुर्म नहीं किया। जीतू सोनी से मेरी दोस्ती थी इसलिए नाम जोड़ दिया।

आठ लाइन के सुसाइड नोट में लिखा

पुलिस ने पुछताछ की तो पता

चला कि यह गमछा बंटी नामक

वक पहनता है। जिस पर पुलिस बंटी पिता बालमुकुंद परमार

20 वर्ष को पकड़कर पछताछ की

तो उसने अपना जूर्म कबूल किया। आरोपी ने बताया कि वह फरियादी घर के समीप ही मजदूरी

का काम करता था। एक दिन उसने फरियादी को पैसे रखते हुए

देखा था। तब से ही उक्त घटना को अंजाम देने का सोचा और चोरी की। आरोपी के पास से चोरी

किए गए चार लाख नकद में से

कुछ रूपए खर्च कर एक 16 हजार रूपए कीमत का वीवो कंपनी का मोबाईल खरीदा था

वह भी जब्त किया गया साथ ही चैक व चोरी में प्रयुक्त टामी व टूटा हुआ ताला भी बरामद किया।

पुलिस के मुताबिक, नरेंद्र ने आठ लाइनों का सुसाइड

आताहत्या बना रहा हूं। इसमें परिवार का दोष नहीं है आताहत्या कर रहा हूं। इसमें परिवार का दोष नहीं है पुलिस प्रशासन की कार्रवाई से मेरी प्रतिष्ठा धूमिल हुई है इस वजह से जान दे रहा हूं। मरने के बाद मेरी आंखें, दिल व किडनी किसी जरूरतमंद को दे देना।

इंदौर। देपालपुर थाना पर युवक बकरी का शव

और पत्थर लेकर जा पहुँचा। युवक ने बताया कि निराह बकरी की हत्या हो गई है और हत्या के लिये जिस फरसी को इस्तेमाल किया है वह भी साथ लेकर आया है। युवक बकरी की हत्या की रिपोर्ट दर्ज

करवाना चाहता था। उसका कहना था कि उसके

मामा ने पत्थर मारकर बकरी की इत्या कर दी। इसके चलते वह शव और हत्या में इस्तेमाल लिया गया पत्थर भी साथ लेकर आया है। पुलिस ने शव का पोस्टमॉर्टम करवाकर आरोपी के खिलाफ केस दर्ज

किया है।
पुलिस के अनुसार संजू पिता भेरूसिंह निवासी
सांतेर की शिकावत पर धारासिंह के खिलाफ केस
दर्ज किया है। संजू ने पुलिस को बताया कि वह
परिवार के साथ में ग्राम लिम्बोदी पार पूजा करने के

नोट लिखा था। इसमें लिखा कि मैं अपनी मर्जी से

#### 30 साल से सोनी से संपर्क

माफिया अभियान के दौरान पुलिस द्वारा छापा मारने पर नरेंद्र विरोध करने में शामिल था। बताया जाता है नेरेंद्र वे जीतू सोनी से 30 साल पुरानी दोस्ती थी और होटल माय होम पर ही बैठक थी। पुलिस ने प्रकरण दर्ज करने के साथ जीतू सोनी पर दबाव बनाने के मकसद से नरेंद्र को हिरासत में लिया था। बाद में उसे भी मानव तस्करी में मददगार बताकर

बकरी की मौत पर पुलिस ने किया मामला दर्ज



इंदौर। सदर बाजार और सराफा थाने के बीच सिरफिरों ने कई महंगी कारों के कांच फोड़ दिए। सूचना मिलने पर दो थानों की पुलिस पहुंची लेकिन केस एक में भी दर्ज नहीं हुआ। कुछ लोगों से लिखित आवेदन लिया और जांच का आश्वासन देकर रवाना कर दिया। रहवासी दिनेश

लिए गया था। लौटा तो घर के बाहर बकरी मरी पडी

थी। उसने आसपास पूछताछ की तो पता चला कि धारा सिंह ने उसकी बकरी को पत्थर मारा था। इससे

वारा सिंह न उसका बकरा का पत्थर मारा था। इससे बकरी की मौत हो गई। बकरी के शव के पास ही फर्शी का टुकड़ा पड़ा

हुआ था, जिससे मारा गया। इस पर वह बकरी के

हुआ जो, जिस्सी माने में इस्तेमाल किए गए पत्थर को लेकर थाने आ गया। टीआई मीना कर्णावत ने बताया कि संजू ने बताया कि आरोपी उसका मामा ही लगता है। आपसी कहासुनी में मामा ने बकरी पर गुस्सा

निकाल लिया। उसे मार डाला। वह मामा के खिलाफ

निकार रिप्ता उस मार अला वह मान के खिलाक केस दर्ज कराना चाह रहा था। इसके चलते पुलिस ने आरोपी के खिलाफ केस दर्ज किया। पुलिस ने शव को पोस्टमॉर्टम के लिए भेजा है और आरोपी के खिलाफ कार्रवाई की जा रही है।

सराफा थाना पुलिस के मुताबिक, घटना जामा मस्जिद के समीप कुंवर मंडली मोहल्ले की है। मंगलवार सुबह लोग उठे तो कार (एमपी ०९ सीएच ६४९१), (एमपी ०९सीडी ८१००) सहित अन्य कारों के कांच फूटे हुए थे।

#### पुलिस के मुताबिकशिकायत जांच की जा रही है। आइपीएल सट्टा : आयकर विभाग को पत्र

लिखेगी एसटीएफ

इंदौर। आइपीएल मैच सट्टे की जांच कर रही स्पेशल टास्क फोर्स (एसटीएफ) ने मुख्य आरोपित जयवंत लंके, जयेश लंके, सोनाली लंके के 10 बैंक खाते जांच में लिए हैं। एक खाता जयवंत की फर्म वेदेही इंटरप्राइजेस का है। जिसमें दो इटरप्रोइजस का है। जिसमें या साल के भीतर एक करोड़ 24 लाख रुपये जमा हुए हैं। एसटीएफ एसपी मनीष खत्री के मुताबिक खातों के ट्रांजेक्शन की जांच की जा रही है। आयकर विभाग को भी पत्र लिखा जाएगा।



#### चार लाख नकद सहित तीन लाख के चेक चोरी का आरोपी पकड़ाया

महू। विगत दिनों देपालपुर थाने में एक फरियादी रिपोर्ट दर्ज करवाई थी कि उसके घर में रखे चार लाख रूपए नकद सहित एक चैक जिसमें तीन रूपए भरे हुए थे चक जिसम तीन रूपए भर हुए थे चोरी हो गया। जिस पर पुलिस ने इक्ताबीन शुरू की और पास में ही मजदूरी करने वाले युवक को पकड़ा। जिसने चोरी करना स्वीकार किया। जिससे पुलिस नकद सहित चैक व चोरी करने में प्रयुक्त किए गए हथियार भी बरामद किए।

मंगलवार को महू थाना परिसर में प्रेसवार्ता में एएसपी अमित तोलानी ने बताया कि 22 अक्टूंबर को देपालपुर थाने में फरियादी मोहम्मद लियाकृत पिता न्याज मोहम्मद निवासी देपालपुर ने रिपोर्ट दर्ज करवाई थी कि उसके घर में रखे चार लाख रूपए सहित जिला सहकारी बैंक का 3 रूपए भरा चैक चोरी हो गया जिस पर पुलिस ने जांच शुरू की। जांच में घटना स्थल से एक गमछा मिला। इस गमछे के बारे में

#### बाडक और कार में जोरदार भिडंत एक की मौत - एक गंभीर

**मह।** मंगलवार दोपहर करीब 3.50 बजे के लगभग मह इंदौर म्हू। नगरावार जायहर कराब 3.50 बजा के रागमा नहू इस एबीरोड़ पर वल्लभा गार्डन के समीप बाइक और कार में जोरदार भिंड़ हो गई, घटना में बाइक सवार दो युवको में से एक की मौत हो गई जबवि दसरा गंभीर रूप से घायल हो गया। बाइक और कार की इस भिंडत के बाट मौके पर राहगिरों की भीड़ जमा हो गई थी।

बाद माक पर राहागरा का भाड़ जमा हा गई था। पुलिस के अनुसार घटना एवी रोड़ उमरिया के समीप हुई। जिसमें उमरिया निवासी बाइक सवार गंग साइई से जा रहे थे तभी सामने से आ रही कार ने बाइक सवारों को जोरदार टक्कर मार दी। घटना में बाइक सवार तरूण की मौत हो गई जबकि आयुष गंभीर रूप से घायल है जिसका निजी अस्पताल में उपचार जारी है।

#### नाम परिवर्तन सूचना

मैं, गोरान बोहरे पुत्र श्री राकेश शर्मा ट वर्ष निवासी आर-35 महालक्ष्मीन

#### नाम परिवर्तन सूचना

ब में इसी नाम से जानी जाती हूं। बाटी बाई पति रमेश डॉवर निवासी - ग्राम सेगवी पोस्ट ऑचली तहसील- निवाली जिला . बड़वानी (मप्र)

सर्वसायान को सुंधार किया जात है कि, देशम विकास प्रविकास की यो सह होता कार्या 6.2 में दिलम पुकार क. 7.5 फेक्टर दी केली एकअरण्डी। प्रां सह में हा कार्य में हा कि प्रकार की कार्य में हा कि प्रविकास की स्थाप की कार्य कर है। कार्य में की मान के की स्थाप की स्थाप की स्थाप की स्थाप की स्थाप के स्थाप की स्थाप के स्थाप की स्

विक्रय पत्र (MP108942019A1168331) वि

सम्पदा अधिकारी

देवास विकास प्राधिकरण देवास (म.प्र.)

निरन्तर विकास ही हमारा परम लक्ष्य है

#### कमर्शियल सीन बैग्स लिमिटेड

कार्यालय पुलिस अधीक्षक (मुख्यालय) जिला इन्दौर म.प्र.

जाहित सुच्या ।
आपका सांग्रंत 20.05 है एकिस के सांग्रंथ में केशियर 
आपका सांग्रंत 20.05 है प्रक्रिय के सांग्रंथ में केशियर 
आपका सांग्रंत भी 20.05 है प्रक्रिय त्याप्तिक के सांग्रंथ में केशियर 
प्रकार सांग्रंत भी 20.05 है प्रक्रियता त्याप्तिक केशियर 
प्रकार सांग्रंत केशियर 
प्रकार 
प्रक

सूचना

बारण को सुचित किया जाता है कि मेससे संगम सीइस एंड ा तहसील गोगांचा जिला खरगोन (म.प्र.) पंजीर 99/0128/20 दिनांक 08/10/2020 जिसमें मागीदार श्री र पद्म श्री कैलाश पिता तारापंद गुजा एवं श्री विनोद कमानसिं दिनांक 31/03/2020 को श्री कैलाश पिता ताराचंद गुला उ

#### पत्नी लडकर मायके गई तो पति ने खुद को लगा ली आग

इंदौर। एक महिला का पति से विवाद हो गया, जिसके चलते वह पास ही स्थित अपने मायके चली गई। इस बात से तनाव में पति ने खुद को आग लगा ली। उधर, एक अन्य मामले में मायके नहीं ले जाने से गुस्साई पत्नी ने कलाई काट ली। पुलिस ने दोनों ही मामलों में केस दर्ज कर लिया है।

द्वारिकापुरी पुलिस के अनुसार सोमवार को जगमोहन पिता रमेश वर्मा निवासी गुरु शंकर नगर को उसके परिजन झुलसी हालत में एमवायएच लाए थे। देर रात उसकी मौत हो गई। परिजनों के अनुसार जगमोहन बेलदारी करता था। सोमवार को नशे में घर पहुंचा। फिर पत्नी रानी से किसी बात को लेकर झगड़ा हो गया। पति से तंग आकर पत्नी कुछ देर के लिए पास ही स्थित अपने मायके आ गई। पत्नी को मायके जाता देख जगमोहन दुखी हो गया। फिर उसने अपनी बाइक से पेट्रोल निकालकर कर अपने ऊपर डाल लिया और आग लगा ली। उसकी चीख सुन पड़ोसी दौड़े और आग बुझाने के बाद अस्पताल लाए।

#### मामला पचास करोड़ के राशन घोटाले का ...

#### मुख्य सरगना व सहयोगी से पूछताछ जारी, आज अदालत में पेश करेंगे

महू। प्रदेश भर में बहुचर्चित राशना घोटाला मामले में पुलिस रिमांड के दौरान आरोपियों से पूछताछ जारी है। इस दौरान कई महत्वपूर्ण सुराग व दस्तावेज पुलिस को मिलने की चर्चा है। उ हालांकि इस सबंध में अधिकृत जानकारी नहीं दी गई है। दोनों आरोपियों की रिमांड अवधि आज खत्म हो रही है दोनों को संभवत बुधवार दोपहर बाद न्यायालय में पेश किया जाएगा।

करोड़ों के राशन हर फेर मामले मुख्य आरोपी मोहनलाल अग्रवाल व सहयोगी आयुष अग्रवाल से अलग - अलग पूछताछ जारी है। दोनों पुलिस रिमांड पर है तथा इन्हें मंडी, वेशर हाउस. आफिस व घर के साथ ही अन्य जगह ले जाकर विभिन्न दस्तावेज व मौका मुआयना कर साक्ष्य एकत्र किए जा रहे हैं। दोनों आरोपियों को बुधवार को पुनः अदालत में पेश किया जाएगा।

### **Arihant**Capîtal

#### Arihant Capital Markets Ltd.

(Group concerns member of BSE, NSE, NCDEX, MCX, D)
CIN-L67120MP1992PIC007182
Regd. Office: 6, Lad Colorny, Y.N. Road, Indore-452 001
Phone: 0731-4217100 Fas: 0731-3016199
Email: compiliance@arihantractical.com

#### NOTICE OF POSTAL BALLOT TO MEMBERS

in terms of Section 110 of the Companies Act, 2013 ("the Act") road with Rule 20 & Rule 22 of the Companies (Management and Administration), Rules, 2014 (Including any statutory modification or re-enactment thereof for the time being in force and as amended from class (and purpose the surpose of regulations). Members of the Company are hereby informed that Arihant Capital Narrest Limited ("The Company") and completed the dispation of Noted for Statut Ballect through decrotorine man on Morday, October 28(b), 2020, it transacts the following special businesses and for seeing approval of members on the following special businesses and for seeing approval of members on the following resolutions:

1. To make investment in Electrum investment Manages Private limited ("TIME") upper 39% of Share Capital.

By Order of the Board of Dir Sd/-Mahesh Pancholi (Company Secretary) M. No. F-7143



## + ETCETERA 11

INDORE | WEDNESDAY | OCTOBER 28, 2020 www.freepressjournal.in

## Let's Talk Nutrition

Luke Coutinho

## 6 ways to cheat right

omebodyfollowing a restrictive eating lifestyle or a Strict diet knows the yearning of adesired for 'cheat meal'. That single meal one is allowed to indulge in, once a week, where they eat food one has been craving for, allowing yourself to go on a break. Consumefoods that you aren'tallowed to have, as part of the diet, and once the longing is over you can come back to your healthy eating plan with a re-energized and newdetermination to stay in the sequence of healthy eating.

No matter how hard one tries to follow the healthy regime, they are bound to slip-up and misuse this right to binge and overindulge, only to regret it later. But as it I said 'where there is a will, there's always a way'. Here is how one can make the utmost of their cheat meal by making astute choices, the primary one of which is to call it a "reward meal" as the term aids reinforce anoptimistic rationale.

Here are 6 steps to reward yourself without tilting the scale to the heftier side...

**Don't binge:** Just for th reason that it says 'cheat', doesn't mean that one should splurge the complete day. Be mindful of what you'reconsuming. This meal is a reward to eat what one likes and not a hall pass to eat whatever one can. Binging would unbutton your full week's hard work. Don't go overboard and have a full day of eating a lot of additional calories or eating a lot of junk food.

**Upsurge Leptin levels:** Leptin levels drip when the body wits a calorie deficit. Increase levels of leptin by surging carb consumption. The "anti-starvation" hormone identified as leptin is accountable for conveying hunger messages to the body. Studies have shown that carbohydrates impact levels of leptin. Eat a well-proportioned meal that comprises proteins, carbohydrates and fats with leptin foods to aid turn off the growl and give you a sating feeling.

**Indulge sensibly:** Some meals are better at helping you stay on track with your health and fitness goals. A meal high in carb with moderate protein can be such a meal. And a high-carb, moderate-protein meal can help you stay on track with your diet. A meal high in fat causes immediate fat storage than a high-carb meal. Re-imagine your favourite foods in a healthy avatar without compromising on taste. Use new ingredients, whole foodsand seasonal vegetables to rustle up a tasty yet healthy and rewarding meal.

**Don't starve yourself:** Some people deprive themselves by severely restricting their food intake for days in advance before the D-day. While a caloric buffer can be a smart strategy, but having a feast by depriving oneself in advance almost always backfires. You're more likely to overeat if you starve yourself. Eating a meal high in protein, and fiber and low on starch maximizes satiety for the lowest number of calories. You won't be starving and won't unleash a hungry you on cheat days. The key is to stay consistent observing the discipline.

**Control thy portions:** On days when you take a break from your strict dieting regime, don't let go of yourself in gluttony through the day as it will only undo an entire week's hard work, bringing you back where you started. Eating through the entirety of the day would only encourage more cravings. Reward yourself with a piece or two of pizza instead of the whole pie. Be mindful of what you eat on your off days. Stay the course of small portions to ensure a well-planned and portioned meal.

TAROT CARD FOR THE DAY QUEEN OF WANDS

Today is a day to be

confident and stay in

You can be assertive

Some of you will do shopping for yourself

A confident woman

can guide you, listen

Stay hydrated and

keep calm.

Don't hold any

TIP OF THE DAY:

my power" 3 times.

resentment towards anyone and let go.

and loving, at the

your power.

same time.

or your home.

**COVID-19 can damage heart in various ways** 

According to a study, coronavirus patients are likely to develop cardiac structural abnormalities, and as compared to women, men are more likely to face death risk.

> **AGENCIES** New York

cientists have identified the different types of structural injuries to the heart experienced by COVID-19 patients that are associated with life-threatening blood clots and cardiac arrest, findings that may lead to better monitoring of people vulnerable to these deadly conditions.

According to the study, published in the Journal of the American College of Cardiology, these abnormalities in the heart are associated with higher risk of death among hospitalised COVID-19 patients.

The researchers, including those from The Mount Sinai Hospital in the US, believe the new insights may help doctors better understand the mechanism of cardiac injury among those infected with the novel coronavirus, leading to quicker identification of patients at risk and guidance on future therapies.

"Early detection of structural abnormalities may dictate more appropriate treatments, including anticoagulation and other approaches for hospitalised and post-hospitalised patients," said study coauthor Valentin Fuster from The Mount Sinai Hospital.

In the current study, the scientists



ponin, which is released when the heart muscle becomes damaged, in combination with the presence of cardiac scan abnormalities seen using an echocardiogram instrument.

The researchers found that the combination was associated with worse prognosis and mortality than troponin elevations alone. "This is one of the first studies to provide detailed echocardiographic and electrocardiographic data in hospitalized patients with COVID-19 and laboratory evidence of myocardial injury," explained study corresponding author Gennaro Giustino from The Mount Sinai Hospital.

"We found that among COVID-19 patients who underwent transthoracic echocardiography, these cardiac structural abnormalities were diverse and present in nearly two-thirds of patients," Giustino said.

According to the study, the average age of the patients was 63 years and 67.2 per cent were men. The scientists found that patients with myocardial injury had more heart scan abnormalities, and higher levels of molecules indicating inflammation when compared to patients without heart injury. They said these abnormalities were diverse with some patients exhibiting multiple signs of heart injury.

According to the study, 26.3 per cent of the patients had dysfunction in the heart's right ventricle chamber, and 23.7 per cent had regional left ventricular wall motion abnormalities, which can be associated with heart attacks.

The scientists said 18.4 per cent had cardiac abnormalities which can be associated with inflammation of the heart and heart damage, and 13.2 per cent had grade II or III diastolic dysfunction – a condition leading to stiffer cardiac chambers. They said 7.2 per cent had extra fluid around the heart that causes abnormal pumping of the heart.

The researchers said they adjusted for other major complications from COVID-19 including shock, acute respiratory distress syndrome, and renal failure.-PTI

## rona Vaccine Tracker

## **US ends Eli Lilly COVID trials**



S government officials are putting an early end to a study testing an Eli Lilly antibody drug for people hospitalised with COVID-19 because it doesn't seem to be helping them.

Independent monitors had paused enrolment in the study two weeks ago because of a possible safety issue. But on Monday, the National Institute of Allergy and Infectious Diseases, which sponsors the study, said a closer look found no safety problem but a low chance that the drug would prove helpful for hospitalized patients.

In a statement Lilly notes that the government is continuing a separate study testing the antibody drug in mild to moderately ill patients, to try to prevent hospitalization and severe illness.

The company also is continuing its own studies testing the drug, which is being developed with the Canadian company AbCellera.

## NASA's SOFIA discovers water on sunlit surface of Moon

**AGENCIES** Washington

he NASA's Stratospheric Observatory for Infrared ▲ Astronomy (SOFIA) has confirmed, for the first time, water on the sunlit surface of the Moon. This discovery indicates that water may be distributed across the lunar surface, and not limited to cold, shadowed places, according to a statement by NASA.

NASA scientist on Monday said that though the moon lacks the bodies of liquid water that are a hallmark of Earth, the lunar water is more widespread than previously known, with water molecules trapped within mineral grains on the surface and more water is perhaps hidden in ice patches residing in permanent shadows.

A team led by Casey Honniball of NASA's Goddard Space Flight Centre in Maryland detected molecular water on the lunar surface, trapped within natural glasses or between debris grains. The SOFIA has detected water

molecules (H2O) in Clavius Crater, one of the largest craters visible from Earth, located in the Moon's southern hemisphere. Previous observations of the Moon's surface detected some form of hydrogen, but were unable to distinguish between water and its close chemical relative, hydroxyl (OH). "Data from this location



reveal water in concentrations of 100 to 412 parts per million – roughly equivalent to a 12-ounce bottle of water – trapped in a cubic meter of soil spread across the lunar surface. The results are published in the latest issue of Nature Astronomy," the statement read.

"We had indications that H2O - the familiar water we know -

THE POINT IS NOW I HAVE SOME AMAZING PRODUCTS THAT WILL KEEP ME LOOKING AS SHARP AS

might be present on the sunlit side of the Moon," said Paul Hertz, director of the Astrophysics Division in the Science Mission Directorate at NASA Headquarters in Washington. "Now we know it is there. This

discovery challenges our understanding of the lunar surface and raises intriguing questions about resources relevant for deep space exploration." As a comparison, the Sahara desert has 100 times the amount of water than what SOFIA detected in the lunar soil, the statement read. Despite the small amounts, the discovery raises new questions about how water is created and how it persists on the harsh, airless lunar surface.

Khaitan Chemicals and Fertilizers Limited

Regd. Office: A.B. Road, Village Nimrani, Tehsil Kasrawad, Dist. Khargone-451569 (M.P.) Ph.: 0731-4237926, Fax: 0731-4753655 E-mail: khaitanchemfert@gmail.com, Website: www.khaitanchemfert.com

NOTICE

Notice is hereby given, pursuant to Regulation 29 and 47 of the SEBI (Listing Obligations and Disclosure Requirements) Regulations, 2015, that the 4th Board Meeting of calendar year 2020 of the Company is scheduled to be held on Monday, November 2, 2020, to take on record the Unaudited Financial Results for the Quarter Ended September 30, 2020. The notice is also available on the Company's website

(http://www.khaitanchemfert.com) and also on website of Bombay

Stock Exchange Limited (http://www.bseindia.com). By order of the Board For Khaitan Chemicals and Fertilizers Limited

Place: Indore

Date: October 27, 2020

CS Kamlesh Joshi (Company Secretary & General Manager)

## FPJ - SUDOKU - 029

	4					9		
				4	5			
	5	2		3			8	
1			5					8
5	6						3	1
8					7			4
	3			9		8	2	
			8	2				
		1					4	

WHAT TO DO: Fill in the grid so that every row, every column and every 3x3 box contains the digits 1 to 9. Every puzzle has only one correct solution.

DEAR

**BLONDIE / Dean Young & Mile Gersher** 

WAS SHE WORKING AT THE MEN'S
COSMETIC
COUNTER?

CROSSWORD

ACROSS

By THOMAS JOSEPH

38 Nebraska

## **DON'T MESS WITH** THE CHEMIST! Me : Coronavirus ki vaccine dena Chemist:

**LADIES, CHILL!** Tips to keep the virus

**CORNER** 

away... **Avoid touching MEN!** 

M: Mouth E: Eyes

N: Nose

Compiled by FPJ Features Desk Disclaimer – this is a joke copy and no ill will is intended against anyone.

#### COMMERCIAL SYN BAGS LIMITED CIN: L25202MP1984PLC002669 Regd. Office: Commercial House, 3-4,

Jaora Compound M.Y.H. Road Indore (MP) 452001 Website: www.comsyn.com Email: investors@comsyn.com Contact: 0731-4279525/26

NOTICE pursuant to Regulation 29(1)(a) read with Regulation 47(1)(a) of SEBI (LODR) Regulations, 2015 is hereby given that the Meeting of the Board of directors of the Company is scheduled to be held on Tuesday, the 3rd day of November, 2020 at 12:15P.M. at the Registered Office of the Company to consider and approve the Standalone and Consolidated Unaudited Financial Results for the Quarter/Half Year ended on 30th September, 2020 along with other routine business.

Forfurther details, please refer the web https://www.bseindia.com/xml-data/corpfiling/AttachLive/ 704f108d-f1b7-4278-8d3a-ffe6a064c27c.pdf

Place: Indore Date: 27/10/2020 for, COMMERCIAL SYN BAGS LIMITED

SANDEEP PATEL

COMPANY SECRETARY & COMPLIANCE OFFICER

QUEEN & WANDS.

## Being Spiritual: Taking charge of your health and well-being

— Kartik Naidu

■hen we think of spirituality, we often mistake it for being religious. But that is not the case. Spirituality is a broader term but not definitive. So, what is

Visualise your aura golden, see it expanding and say, "I stand in

—By Sheetal Sapan Mhatre (For online appointments, Whatsapp team on 9820533750)

Essentially, divine is in everything and everything is in divine, it is in fact our inability to drop the duality and experience the oneness which leads us to draw different meanings of the Divine.

Spirituality and health: Because of the increasing curiosity and competition and the inability to be still,

people have lost their sense of being. Due to rising competence and backlashes, it has become rather difficult to find life's meaning. Losing purpose and meaning of life can push people towards unhappiness or depression. Spirituality can encourage meaningful social engagement and help in finding one's lost sense of individuality, meaning, and purpose.

DID I TELL YOU THAT Y I'M NOT A LADY AT THE MALL AT ALL THOUGHT I LOOKED SURPRISED

LOT LIKE GEORGE

spiritual practices can contribute to positive health outcomes. Spiritual practices improve physical well-being and quality of life. Spiritual well-being means existential well-being; which means the purpose in life is so profound and pleasant that your existence is a spark of awakening in others.

majorly the connections between the human with God, Nature, Himself/Herself, and/or Others. Any major conflict of and with the self can be the SELF-assessment. The selfassessment concept is inclusive of reality as understood from a transpersonal perspective of spirituality. Transpersonal therapy takes a more holistic approach. It addresses mental, physical, social, emotional, creative, and intellectual needs, with a stress on the purpose of a healthy spirit. It focuses on holistic forms of healing by indulging in diverse spiritual pathways.

1 Headings 6 Fire proof 40 Museum 11 Be of use 12 Crab's 42 Biogra-13 Barista's 43 Be creation penitent 14 Soak 44 Fragrance 15 Seriesending completely 8 Conspira- 27 Winter abbr. 16 Groom's DOWN 28 Like some activity promise 1 Knack 9 Reverberclocks 18 Country 2 Film 30 Galahad's ated singer set on 10 Thin mother David Pandora 31 Hula and window Allan -3 Surfer's 19 Slangy curtains activity 4 Young fox 17 Chart 33 Savage denial 20 "Vamoose!" 5 Artifice 23 Take in creature 21 That lass 22 Country 26 Colorfu watcher figure singer Yearwood look-alike shows surrounder 24 Auction actions 25 Overall profit 27 Hamster holder 29 Hardy 32 One-time connection 33 Hotel feature 34 in the style of 35 Join the crew 36 Moody music 37 Mythical piper

## **GUIDING LIGHT**

Spirituality is a person's contact with the inner truth, or an ecstatic experience of the self, not by an external stimulus but by your own nature. Simply put, Spirituality is experiencing the god within. When we say that a person is on a "spiritual pursuit", it means that the person is on the pursuit of trying to make contact with the divine. The divine can have different meanings for different people, based on the culture and religion you grew up to adopt.

In the process of being in pursuance of Spirituality, people resort to varied methods like-being in seclusion, perform prayers, meditation, and/or yoga. This can be achieved by an individual or through collective practice(s). The collective practice is usually performed under the guidance of trained personnel and/or a spiritual Guru. For some, who do not believe in the presence of something/somebody divine, they may resort to performing selfless services for the community/people, that will be at least a start.

# Spirituality and well-being: Research has shown that

The indicators of Spiritual Health and Well-Being are

(The writer is a Transpersonal Therapist, trainer and the founder of Green Aura Holistic. You can write to him at kartik@greenauraholistc.com)

## (Spiritual organisations keen to be featured in this space contact : features@fpj.co.in) **YOUR DAY**

ARIES: You may make profits with help of associates. Buying a new home is likely. Those who are single should meet new people and

TAURUS: People related to automobile, cotton or import-export sector will do well. New opportunities are on the cards for budding and sportspersons.

CANCER: You should stay alert and careful as problems may appear from anywhere and anytime. Health may be troublesome. You may feel disturbed emotionally.

them in choosing the right stream.

GEMINI: You will be in a romantic mood and

would spend most of your time with partner.

Students will succeed in exams, parents will help

VIRGO: A lot may happen today in your interests. Your romantic life will get more exciting and passionate. Your bond with your spouse/ lover will become stronger.

people. Love life will bloom.

**LEO:** Avoid involving into pointless arguments.

Express your views but don't force them on

others. Don't waste your time in convincing

SCORPIO: Meditation will help you tide over the bumps today. Do not get depressed if doing your best.

spoil the marital and romantic bliss.

LIBRA: You may form a new business or a

venture in association with a friend or an

acquaintance. Your possessive attitude can

seniors don't appreciate your work, keep

CAPRICORN: New projects may come to your way which will give a push to your career. Present your thoughts, ideas carefully in to avoid misunderstandings.

SAGITTARIUS: You will be in an enthusiastic

mood. With constant hard work and efforts,

you would be soon able to achieve desired

**PISCES:** Legal and foreign matters must be handled tactfully. Your organistational skills will be appreciated. Take precaution while doing financial transaction.

By Nilikash P. Pradhan

AQUARIUS: There is expansion in several

spheres. It is advisable that you make

thoughtful investment for future. Gains come,

and so do happiness.

# **Arihant**Capîtal

## Arihant Capital Markets Ltd.

(Group concerns member of BSE, NSE, NCDEX, MCX, DP-NSDL, CDSL) CIN - L67120MP1992PLC007182

Regd. Office: 6, Lad Colony, Y.N. Road, Indore-452 001

Phone: 0731-4217100 Fax: 0731-3016199 Email: compliance@arihantcapital.com, Website: www.arihantcapital.com

## NOTICE OF POSTAL BALLOT TO MEMBERS

In terms of Section 110 of the Companies Act, 2013 ("the Act") read with Rule 20 & Rule 22 of the Companies (Management and Administration) Rules, 2014 (including any statutory modification or re-enactment thereof for the time being in force and as amended from time to time), and pursuant to other applicable laws and regulations, Members of the Company are hereby informed that Arihant Capital Markets Limited ("The Company") has completed the dispatch of Notice of Postal Ballot through electronic means on Monday, October 26th, 2020, to

1. To make investment in Electrum Investment Managers Private Limited ("EIML") upto 49% of Share Capital.

transact the following special businesses and for seeking approval of members on the following resolutions:

accordance with the provisions of the Act and rules framed there under.

 To Sale or Transfer the whole of a company as specified under Section 180 (1) (a) of the Companies Act, 2013. The Board of Directors has appointed CS Virendra G. Bhatt (ICSI Membership No.: 1157, COP: 124) as the Scrutinizer ("Scrutinizer") for conducting the Postal Ballot (Electronic Voting) in a fair and transparent manner and in

In view of the current circumstances due to COVID-19 pandemic and In terms of the General Circular No.14/2020 dated 8th April, 2020 and General Circular No. 17/2020 dated 13th April, 2020 read with General Circular No. 22/2020 dated 15th June, 2020, issued by the Ministry of Corporate Affairs, Government of India (the "MCA Circulars'), hard copy of Postal Ballot Notice along with Postal Ballot Form and pre-paid business reply envelope has not been sent to the shareholders for this Postal Ballot.

Notice of Postal Ballot has been sent only through electronic mode to those shareholder whose names appear in the

Register of Members list of Beneficial Owners as received from Registrar & Share Transfer Agent, National Securities

Depository Limited (NSDL) as on Friday, 23rd October, 2020 (Cut-off date) and who have registered their e-mall

addresses, In respect of electronic holdings, with the Depositories through the concerned Depository Participants and In respect of physical holdings with the Company's Registrar & Share Transfer Agent (RTA) i.e. M/s. Ankit Consultancy Private Limited. The Company has engaged the services of National Securities Depository Limited (NSDL) as the agency to provide

electronic voting facility. The procedure for E-voting as well as the details of user ID and password is given in the

Notice of Postal Ballot. Shareholders whose name appearing on the Register of Members List of Beneficial Owners as on Friday, 23rd October, 2020 (Cut-off date) only shall be entitled to vote and are requested to communicate their assent or dissent through the remote e-voting system only. Voting by post is not allowed, in view of the prevailing situation. Vote by

post shall be treated invalid. E-voting will commence from Friday, 30th October, 2020 (9:00 A.M.) till Saturday, 28th November, 2020 (5:00 P.M.). The voting shall not be allowed beyond the said date and time and the E-voting module shall be disabled thereafter.

Shareholders may note that the Notice will also be available on the Company's website at www.arihantcapital.com & websites of the Stock Exchange i.e. BSE Limited www.bseindia.com and on "website of the E-voting agency National Securities Depository Limited (NSDL) at https://www.evoting.nsdl.com. Shareholders who are holding shares of the Company on Friday, 23rd October, 2020 (Cut-off date) and who have not

IDs with the RTA. Results of the Postal Ballot will be announced on or before Monday, November 30, 2020 and the same will also be posted on the Company's website www.arihantcapital.com, as well as communicating to the stock exchanges on which the shares of the Company are listed i.e. BSE Limited at www.bseindia.com

In case you have any queries/ issues/ grievances connected with E-voting for Postal Ballot, you may refer

registered their e-mail addresses with the Company/RTA/ Depositories, are requested to kindly register their e-mail

the Frequently Asked Questions ("FAQs") and E-voting manual available at www.evoting.nsdl.com, under help section or write an e-mail at ankit 4321@yahoo.com and Mr. Mahesh Pancholi, Company Secretary at compliance@arihantcapital.com at Registered Office: 6, Lad Colony, Y.N. Road, Indore-452001 A person who is not shareholder as on Friday, 23rd October, 2020 (Cut-off date) should treat this notice for

information purpose only. ARIHANT CAPITAL MARKETS LTD., CIN: L67120MP1992PLC007182

6, Lad Colony, Y.N Road, Indore, Madhya Pradesh-452 001 Tel: + 0731- 4217100, Fax: 0731-3016199

Place: Indore

By Order of the Board of Directors Email: compliance@arihantcapital.com Website: www.arihantcapital.com Date: 27.10.2020

Mahesh Pancholi (Company Secretary) M. No. F-7143

epaper.freepressjournal.in