

क्रमांक	परिक्षेत्र का नाम	संभाग का नाम	इकाई का नाम	समिति के अध्यक्ष/सदस्य का नाम (सुश्री/श्रीमती/श्री)	भूमिका (अध्यक्ष/सदस्य)	दूरभाष/मोबाइल क्रमांक	ई-मेल आईडी
1	इंदौर परिक्षेत्र	रेल डाक सेवा	रेल डाक सेवा आयडी मंडल इंदौर	श्रीमती जयश्री रमेश LSG सुपरवाइजर इंदौर रेल डाक सेवा/2	अध्यक्ष	9424566741	hellojayashri@gmail.com
2				श्रीमती सीमा सालगिलया, कार्यालय सहायक HRO इंदौर	सदस्य	9407138316	seemasalgija@gmail.com
3				श्रीमती किर्ती पंडित छंटाई सहायक रेल डाक सेवा इंदौर	सदस्य	9893211526	-
4				श्री आशीष, निरीक्षक (I) रेल डाक सेवा इंदौर	सदस्य	7587598548	ak9238947@gmail.com
5				सुश्री श्रद्धा सिंह परिहार, अधिवक्ता इंदौर	सदस्य	-	-
6		क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	नेहा भार्गव, निरीक्षक प्लानिंग, क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	अध्यक्ष	8962680454	bhargava5neha11c@gmail.com
7				सीमा एक्का अनु पर्य, क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	सदस्य	7024253135	seema.1985ekka@gmail.com
8				कुसुम शर्मा, अनु, पर्य क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	सदस्य	9893266054	kusumsharma6054@gmail.com
9				कृष्णा वर्मा, पीए टू सहायक निदेशक प्रथम, क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	सदस्य	8516801109	krishnavermashivpuri@gmail.com
10				नवदीप यादव, सहायक अधीक्षक (एस.ए.एस), क्षेत्रीय कार्यालय इंदौर	सदस्य	9826601715	nvdpdv1@gmail.com
11				दिप्ती पमनानी, एडवोकेट गैर सरकारी संगठन	सदस्य	-	-
12		इंदौर परिक्षेत्र	संभागीय कार्यालय रतलाम	श्रीमती माला श्रीवास्तव, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय रतलाम	अध्यक्ष	9165215585	kharekala@gmail.com
13				श्री कृष्णापालसिंह मकवाना शिकायत निरीक्षक रतलाम	सदस्य	9755521665	Kpsingh.makwana@gmail.com
14				श्रीमती पूर्णिमा शर्मा, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय रतलाम	सदस्य	8989605015	poornimarajawat@gmail.com
15				श्रीमती अंजना राणा, अधिवक्ता, 190 मंगल सिटी रतलाम	सदस्य	9827317892	-
16				श्री रोहित सिंह राठौर, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय रतलाम	सदस्य	8085620901	Rajj276@gmail.com
17		रतलाम संभाग	प्रधान डाकघर रतलाम	उषा राठौर, डाकपाल, प्रधान डाकघर रतलाम	अध्यक्ष	8319467206	Rathoreusha350@gmail.com
18				संतोष महते, निरीक्षक डाक, रतलाम उपसंभाग	सदस्य	8959822789	santoshmahate@gmail.com
19				मिताली खरे डाक सहायक एसबीसीओ, प्रधान डाकघर रतलाम	सदस्य	8317097516	Mitali91khare@gmail.com
20				अर्चना बैरागी, शिक्षिका हाईस्कूल कुआझागर	सदस्य	9131629973	bairagiarchna1@gmail.com
21				खुशबु शर्मा, डाक सहायक, प्रधान डाकघर रतलाम	सदस्य	7898797076	khushboosharma3571@gmail.com
22				इंदू सूर्यवंशी, डाकपाल, प्रधान डाकघर झाबुआ	अध्यक्ष	9131076059	Indusuryawanshi71@gmail.com
23		प्रधान डाकघर झाबुआ	प्रधान डाकघर झाबुआ	आनंद कुमार पंचोली, एलएसजी अनुडाकपाल झाबुआ कलेक्टर	सदस्य	9425413495	satakshi15pancholi@gmail.com
24				हेलेन डामोर, एलएसजी अनुडाकपाल पेटलावद	सदस्य	7389572489	helendamor1974@gmail.com
25				उषा सांवत, सहायक ग्रेड-II, कलेक्टर कार्यालय झाबुआ	सदस्य	7999927802	-
26				आशा चोयल, पोस्टमैन बामनिया उपडाकघर	सदस्य	7024467761	Ashachoyal.1992@gmail.com

27	इंदौर परिक्षेत्र	प्रधान डाकघर जावरा	प्रिया गणावा, डाक सहायक, प्रधान डाकघर जावरा	अध्यक्ष	9111470179	pihuganawa699@gmail.com	
28			इरफान अहमद, निरीक्षक डाक, जावरा उपसंभाग	सदस्य	8954052500	Irfan2003aps@gmail.com	
29			नगमा मंसूरी, पोस्टमैन प्रधान डाकघर जावरा	सदस्य	6260273870	mnagma31@gmail.com	
30			सीता दंरगा, डिमोस्टटर पोलेटेक्निक कॉलेज जावरा	सदस्य	9424884286	darangasita@gmail.com	
31			सोफिया अंजूम, डाक सेवक, प्रधान डाकघर जावरा	सदस्य	6260112535	sofiyaanjumkhan@gmail.com	
32		खंडवा संभाग	संभागीय कार्यालय खंडवा	श्रीमती श्वेता सोहनी, उप डाकपाल घासपुरा	अध्यक्ष	9424025655	Shweta14.sohani@gmail.com
33				श्रीमती कीर्ति नाईक, डाक सहायक, खंडवा प्रधान डाकघर	सदस्य	9754556729	Kirti.naik1529@gmail.com
34				श्रीमती कामिनी मालाकार, डाक सहायक, खंडवा प्रधान डाकघर	सदस्य	9826834344	Kaamini0406@gmail.com
35				श्रीमती स्वाति साकल्ले पार्षद वार्ड क्रमांक 49	सदस्य	9406637457	Swatisakalley08@gmail.com
36		मालवा संभाग उज्जैन	संभागीय कार्यालय उज्जैन	श्रीमती किरण लालावत, एपीएम(एसबी) एचएसजी-II उज्जैन प्रधान डाकघर	अध्यक्ष	9406822349	kiranlalawat@gmail.com
37				श्रीमती कीर्ति वास्थव, एएसपीएम एचएसजी-II, उज्जैन सिटी एसओ	सदस्य	9406625226	kirti4099@gmail.com
38				श्रीमती ममता बहल, एलएसजी डाक सहायक उज्जैन प्रधान डाकघर	सदस्य	6267132050	mananbahl26@gmail.com
39				श्रीमती शन्नो मेहता, एलएसजी एमपीएस उज्जैन विक्रम यूनिवर्सिटी एसओ	सदस्य	7987446814	mehtashivani1507@gmail.com
40				श्रीमती साधना खोती, एलएसजी डाक सहायक उज्जैन प्रधान डाकघर	सदस्य	8770646122	sadhnakhoti026@gmail.com
41				श्रीमती प्रेरणा व्यास, सहायक प्राध्यापक संदीपनी लॉ कॉलेज उज्जैन	सदस्य	9770021877	-
42		संभागीय कार्यालय सीहोर	संभागीय कार्यालय सीहोर	श्रीमति प्रभा तिकी उपडाकपाल अमलाहा उपडाकघर	अध्यक्ष	9977219853	prabhatirkey72@gmail.com
43				कु. राजप्रिया साहू, कार्यालय सहायक, सीहोर डीओ	सदस्य	6266897780	priyasahu200028@gmail.com
44				श्री राहुल मालवीय प्रशिक्षक डीटीसी सीहोर	सदस्य	9584969427	malviyarahul14@gmail.com
45				श्री जितेन्द्र व्यास जी एडव्होकेट (वार एसोसिएशन) समाजसेवी	सदस्य	9826164330	vyas.jeetendra.4330@gmail.com
46		सीहोर संभाग	प्रधान डाकघर सीहोर	श्रीमति जयति खरे डाक सहायक, प्रधान डाकघर सीहोर	अध्यक्ष	9806044747	jayani151993@gmail.com
47				कु. करिश्मा धाकड़ डाक सहायक, प्रधान डाकघर सीहोर	सदस्य	9285558800	karishma11dec2000@gmail.com
48				श्री कपिल कुमार गुप्ता डाक सहायक एलएसजी, प्रधान डाकघर सीहोर	सदस्य	9981989212	kapilgupta2003@gmail.com
49			प्रधान डाकघर राजगढ़	श्री मांगीलाल जी ठाकुर एडव्होकेट (वार एसोसिएशन) समाजसेवी	सदस्य	9893224462	jitendra.thakur270@gmail.com
50				श्रीमति नम्रता द्विवेदी, उपडाकपाल, राजगढ़ बस स्टैण्ड, प्रधान डाकघर राजगढ़	अध्यक्ष	9179326517	dwivedi.namrata@gmail.com
51				कु. स्मिता भटनागर डाक सहायक, प्रधान डाकघर राजगढ़	सदस्य	9644574841	smitabhatnagar1919@gmail.com
52				श्री पंकज शर्मा, डाक सहायक, प्रधान डाकघर राजगढ़	सदस्य	94065302994	psfarmapo@gmail.com

53	इंदौर परिक्षेत्र	मंदसौर संभाग	श्री सुनील कुमार पंजाबी एनजीओ पार्टीसिपेट्री लनिंग एंड एक्शन	सदस्य	9425443588	sunpunjabi@gmail.com
54			श्रीमती मनीषा मीणा, कार्यालय सुपरवाइजर, संभागीय कार्यालय मंदसौर	अध्यक्ष	9109814229	manishasngn123@gmail.com
55			श्रीमती प्रज्ञामणि नीमे, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय मंदसौर	सदस्य	9340624638	pragyaneemey@gmail.com
56			श्री विशाल सोनी, एलएसजी कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय मंदसौर	सदस्य	9425369427	sonivishal31@gmail.com
57			सुश्री सुधा कुर्मी, समाज सेविका एवं वकील मंदसौर	सदस्य	9425369584	sudhakurmaadv@gmail.com
58			श्रीमती आशा वसंता, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर मंदसौर	अध्यक्ष	9424542897	ashashivdasani2112@gmail.com
59			श्रीमती आशा वर्मा, डाक सहायक, प्रधान डाकघर मंदसौर	सदस्य	9399282987	vermasha991@gmail.com
60			श्री विनय शर्मा, पीआरआई(पी)ए, प्रधान डाकघर मंदसौर	सदस्य	9425361419	sharmavinayprakash@gmail.com
61			सुश्री सुधा कुर्मी, समाज सेविका एवं वकील मंदसौर	सदस्य	9425369584	sudhakurmaadv@gmail.com
62			सुश्री वर्षा जैन, डाक सहायक, प्रधान डाकघर नीमच	अध्यक्ष	9770199672	jainvarsha903@gmail.com
63			सुश्री रत्ना शुक्ला, एमटीएस, प्रधान डाकघर नीमच	सदस्य	8349253241	ratnashukla1997@gmail.com
64	श्री अमृत खटीक, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर नीमच	सदस्य	9406838421	amrit.singoli@gmail.com		
65	श्रीमती शशि जिंदल, समाज सेविका एवं एमपीकेबीवाय एजेंट	सदस्य	9827266550	Tanu962@gmail.com		
66	इंदौर मोफसिल संभाग	संभागीय कार्यालय इंदौर मोफसिल	सुश्री मीनाक्षी स्वामी, उप डाकपाल, डोंगरगांव एस.ओ	अध्यक्ष	9826656035	meenakshiswami100@gmail.com
67			सुश्री उषा उइके, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय इंदौर मोफसिल	सदस्य	8975904296	ushawuike@gmail.com
68			सुश्री स्वाति गुप्ता, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय इंदौर मोफसिल	सदस्य	9039675026	swatigupta181@gmail.com
69			सुश्री सोनिका पोरवाल, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय इंदौर मोफसिल	सदस्य	8076094406	sonikapowal1030@gmail.com
70			श्री अशोक जखोडे, एएसपी (टी) संभागीय कार्यालय इंदौर मोफसिल	सदस्य	7587598470	ashok,jakhode@indiapost.gov.in
71			श्रीमति अमृता सोनकर, एडवोकेट (Family Court/Distt. Court, Indore)	सदस्य	9098886621	sonkeramrita09@gmail.com
72	इंदौर परिक्षेत्र	सम्भागीय कार्यालय, इंदौर सिटी	श्रीमति अनुपमा राठौर, उपडाकपाल, विजयनगर उपडाकघर इंदौर	अध्यक्ष	9630790022	Jennianu85@gmail.com
73			श्रीमति दीपा नायर, कार्यालय सहायक, इंदौर नगर मण्डल इंदौर	सदस्य	9926422893	dnair599@gmail.com
74			श्रीमति निशा मालाकार, कार्यालय सहायक, इंदौर नगर मण्डल इंदौर	सदस्य	8770115423	sunisha.malakar1988@gmail.com
75			सुश्री श्रद्धा सिंह परिहार, एडवोकेट 12 प्राईम सिटी, सुखलिया इंदौर	सदस्य	8889064164	shraddhasinghthakur@gmail.com
76		श्रीमति सुनीता सिंह, वरिष्ठ पोस्टमास्टर, इंदौर जीपीओ	अध्यक्ष	9893173951	indoregpo@indiapost.gov.in	
77		श्रीमति राजश्री गवाडे, एसबी, सुपरवाइजर इंदौर जीपीओ	सदस्य	9893860071	rajshreegawande1509@gmail.com	

78		इंदौर सिटी संभाग		श्रीमति कीर्ति कौरव, डाक सहायक, इंदौर जीपीओ	सदस्य	8965993053	kauravakirti@gmail.com
79				सुश्री निधि बारंगे, न्यायिक सदस्य निपानिया इंदौर	सदस्य	9977548007	nidhibarange79@gmail.com
80			प्रधान डाकघर इंदौर सिटी	श्रीमति वंदना शर्मा, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर इंदौर सिटी	अध्यक्ष	9039002439	bulbulsharma1508@gmail.com
81				श्रीमति रीना चौहान, डाक सहायक, प्रधान डाकघर इंदौर सिटी	सदस्य	8770434248	chouhan.reena15@gmail.com
82				श्रीमति उर्मिला सैनी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर इंदौर सिटी	सदस्य	6267058582	urmi.3127@gmail.com
83				श्रीमति मिनाली श्रीवास्तव, टाईप 4, डाक कुंड मनोरमागंज इंदौर, समाजसेवी	सदस्य	7000466566	drshubhihere@gmail.com
84	कार्यालय महाप्रबंधक (वित्त), डाक लेखा, भोपाल	कार्यालय महाप्रबंधक (वित्त), डाक लेखा, भोपाल	कार्यालय महाप्रबंधक (वित्त), डाक लेखा, भोपाल	श्रीमती वर्षा लिखार, लेखाधिकारी	अध्यक्ष	7587598175	Varsha.likhar@indiapost.gov.in
85				श्री के. के. सिंह, सहा. लेखाधिकारी	सदस्य	7587598198	Jitendra.singh@indiapost.gov.in
86				श्रीमति नीता जैन, सहा लेखाधिकारी	सदस्य	7587598200	neeta.jain@indiapost.gov.in
87				श्रीमति ज्योत्सना सक्सेना, एडवोकेट	सदस्य	-	-
88	क्षेत्रीय कार्यालय जबलपुर	क्षेत्रीय कार्यालय जबलपुर	श्रीमती एन्सी थॉमस, पीएस टू पीएमजी, क्षेत्रीय कार्यालय जबलपुर	अध्यक्ष	9425289006	thomasancy8@gmail.com	
89			श्रीमती श्रद्धा साकेत, डाक सहायक, क्षेत्रीय कार्यालय जबलपुर	सदस्य	8871947502	shraddha.saket@gmail.com	
90			श्री एच.के. राय, सहायक निदेशक - I, क्षेत्रीय कार्यालय जबलपुर	सदस्य	7000772188	harishrai3109@gmail.com	
91			डॉ. सलमा खातुन खान, अध्यक्ष परिणीता (Liberty, social & Cultural Institute)	सदस्य	9300044498	-	
92	जबलपुर परिक्षेत्र	संभागीय कार्यालय छिंदवाडा	श्रीमति दबोरा बाघचौरे, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर छिंदवाडा	अध्यक्ष	9329474976	daboraprince@gmail.com	
93			श्रीमति डब्ल्यु एस ब्राउन, सेवानिवृत्त प्रिंसिपल गर्ल्स कॉलेज छिंदवाडा	सदस्य	9425839390	brownws@rediffmail.com	
94			श्रीमति भारती राय, डाक सहायक, संभागीय कार्यालय छिंदवाडा	सदस्य	9406785401	abhartirai@gmail.com	
95			श्रीमति अलका परते, डाक सहायक, संभागीय कार्यालय छिंदवाडा	सदस्य	9630773450	alkaparte750@gmail.com	
96	छिंदवाडा संभाग	प्रधान डाकघर छिंदवाडा	श्रीमति अंजना ग्यारसिया, डाक सहायक, प्रधान डाकघर छिंदवाडा	अध्यक्ष	9827344785	anjna.gyarsia@gmail.com	
97			श्रीमति सपना झुनझुनवाला, एडवोकेट संकट मोचन कॉलोनी, नरसिंहपुर रोड, छिंदवाडा	सदस्य	9425839390	advsapana@yahoo.com	
98			श्रीमति संगीता बघेल, डाक सहायक, संभागीय कार्यालय छिंदवाडा	सदस्य	8349646199	sangeetarns42@gmail.com	
99			श्रीमति मीना बघेल, डाक सहायक, प्रधान डाकघर छिंदवाडा	सदस्य	9425706766	meenabaghel154@gmail.com	
100			श्रीमति प्रीति सोनी, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर बैतूल	अध्यक्ष	8827211123	prianuom@gmail.com	
101			श्रीमति कल्पना करूङ्कर, सदस्य बैतूल सांस्कृतिक सेवा समिति, बैतूल	सदस्य	9479823303	divyanshutarudkar1008@gmail.com	

102			श्रीमति शीतल पदाम, एलएसजी एसपीएस, कोठीबाजार एसओ बैतूल	सदस्य	8878099480	padamsheetal@gmail.com	
103			श्रीमति आशा चोलकर, डाक सहायक, प्रधान डाकघर बैतूल	सदस्य	8817342002	ashacholkar56@gmail.com	
104	बालाघाट संभाग	प्रधान डाकघर बालाघाट	श्रीमति बिन्देश्वरी बिसेन, उप पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर बालाघाट	अध्यक्ष	9424662666	bindeshwaribisen70@gmail.com	
105			श्रीमति स्वाति खांडेकर, डाक सहायक, प्रधान डाकघर बालाघाट	सदस्य	8989669365	Gudi3001@gmail.com	
106			श्री टी पी भगत सहायक पोस्टमास्टर,	सदस्य	8319649737	tpbhagatspm@gmail.com	
107			श्रीमति आशा बेदी, जिला उपभोक्ता फोरम के सदस्य	सदस्य	9300924555	ashambedi@gmail.com	
108			प्रधान डाकघर सिवनी	श्रीमति प्रिंसी अवधवाल, डाक सहायक, प्रधान डाकघर सिवनी	अध्यक्ष	8889875780	princywadhwal03@gmail.com
109		श्री आर एन उपाध्याय, पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर सिवनी		सदस्य	7225881127	roopnarayanupadhvay13@gmail.com	
110		श्री आर के वघाड़े, उप पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर सिवनी		सदस्य	8839302374	rk.waghade@gmail.com	
111		श्रीमति गीता अवस्थी, एजेंट एसएस एवं MPKBV, सिवनी		सदस्य	9424950427	Geetaawasthi91@gmail.com	
112		रेल डाक सेवा	रेल डाक सेवा जेबी मण्डल जबलपुर	श्रीमती सुगंधा नाजपांडे, एचआरओ, रेल डाक सेवा जेबी मण्डल जबलपुर	अध्यक्ष	8989691545	snajpande15@gmail.com
113				सुश्री रश्मि पटवा (अधिवक्ता) जबलपुर	सदस्य	7987579492	patwarashmi.adv@gmail.com
114				श्रीमती कल्पना कवीश्वर, एलएसजी छटाई सहायक, रेल डाक सेवा जेबी	सदस्य	8989613981	kalpanakavishwar24@gmail.com
115	श्री सुनील कुमार सोनी, डाक सहायक, रेल डाक सेवा जेबी मण्डल जबलपुर			सदस्य	9893913528	sksonijb48@gmail.com	
116	प्रधान डाकघर छतरपुर		श्रीमती गीता देवी वर्मा एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर छतरपुर	अध्यक्ष	998124578	vermageeta1007@gmail.com	
117			श्रीमती प्रभा वैदूच सेकेटरी दर्शना महिला कल्याण समीति छतरपुर	सदस्य	9425141122	darshna_chp@yahoo.com	
118			श्री मनोज सिंह चौहान सहायक डाकपाल, प्रधान डाकघर छतरपुर	सदस्य	9425143920	manojsinhpostoffice@gmail.com	
119			श्री रोहित कुमार अहिरवार कार्यवाहक इंचार्ज, संभागीय कार्यालय छतरपुर	सदस्य	877961986	rohitkumarhirwar1988@gmail.com	
120	छतरपुर संभाग	संभागीय कार्यालय छतरपुर	श्रीमती गीता देवी वर्मा एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर छतरपुर	अध्यक्ष	9981245780	vermageeta1007@gmail.com	
121			श्रीमती ओम प्रभा चंदेल, कोषाध्यक्ष, महिला समीति, छतरपुर	सदस्य	9425142079	omprabhasinghchandel@gmail.com	
122			श्री प्रदीप चंसौरिया एलएसजी डाक सहायक प्रधान डाकघर छतरपुर	सदस्य	9260654413	pradeepchansauriya@gmail.com	
123			श्री अरुण कुमार नागर प्रशिक्षक डीटीसी संभागीय कार्यालय छतरपुर	सदस्य	7247424148	arun.nagar1974@gmail.com	
124	प्रधान डाकघर टीकमगढ़		श्रीमती अनुपमा जैन एलएसजी उपडाकपाल छतरपुर पन्ना नाका उपडाकघर	अध्यक्ष	9424722887	anupamajain60@gmail.com	
125			श्रीमती प्रीति सिंह परमार सदस्य, जिला उपभोक्ता फोरम टीकमगढ़	सदस्य	9425656822	pritusinghparmar89@gmail.com	
126			श्री संतोष कुमार शर्मा एलएसजी उपडाकपाल कुण्डेश्वर उपडाकघर	सदस्य	877053791	sksharma215245@gmail.com	
127			श्री आशुतोष तिवारी उपडाकपाल औरछा उपडाकघर	सदस्य	9074809062	ashutosht990@gmail.com	

जबलपुर परिक्षेत्र

128		सतना संभाग	संभागीय कार्यालय सतना	कु. नेहा तिवारी, ओएस, संभागीय कार्यालय सतना	अध्यक्ष	8081884709	tiwarineha1372896@gmail.com	
129				श्री पी. एस. अग्निहोत्री, एएसपी (टी), (अतिरिक्त भार), संभागीय कार्यालय सतना	सदस्य	9131080093	ps04agnihotri@gmail.com	
130				कु. ज्योति सिंह, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय सतना	सदस्य	8815548494	jyotislovely@gmail.com	
131				श्रीमति एकता निगम, डीओ पीएलआई संभागीय कार्यालय सतना	सदस्य	9424737062	ekta.nigam90@gmail.com	
132			प्रधान डाकघर सतना	श्रीमति रंजना पांडे, पीए (एलएसजी) प्रधान डाकघर सतना	अध्यक्ष	7806073176	pandeyranjana940@gmail.com	
133				श्री बालीराम गौतम, पोस्टमास्टर प्रधान डाकघर सतना	सदस्य	9425810320	Baliramgoutam1970@gmail.com	
134				श्रीमति स्मृति तिवारी, अकाउंटेंट प्रधान डाकघर सतना	सदस्य	9589529225	me.smriti.tiwari@gmail.com	
135				श्रीमति माधुरी सिंह परिहार, पीए पन्ना, coll NDTSO सतना	सदस्य	9753356531	m_sparihar@yahoo.com	
136			जबलपुर परिक्षेत्र	संभागीय कार्यालय जबलपुर	श्रीमती छाया त्रिपाठी, उपडाकपाल (एचएसजी-1) जबलपुर प्रधान डाकघर	अध्यक्ष	9993489165	chhayaib@gmail.com
137					अधिवक्ता श्रीमती रश्मि गुप्ता, 452 सरकारी कुआ घामापुर जबलपुर	सदस्य	7987579492	patwarashmi.adv@gmail.com
138					श्रीमती रजनी श्रीवास्तव, एलएसजी, डाक सहायक, राइट टाउन, उपडाकघर	सदस्य	7974243295	rajnisrivastava@gmail.com
139					श्रीमती नेहा चंदेल, एलएसजी, डाक सहायक, कटनी मुख्य डाकघर	सदस्य	9713310099	nehapa09@gmail.com
140					श्री नवनीत मिश्रा, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय, जबलपुर	सदस्य	8384857132	navneetmishra80@gmail.com
141			जबलपुर संभाग	प्रधान डाकघर जबलपुर	श्रीमती छाया त्रिपाठी, उपडाकपाल (एचएसजी-1) जबलपुर प्रधान डाकघर	अध्यक्ष	9993489165	chhayaib@gmail.com
142					अंजना कोष्टा, डाक सहायक प्रधान डाकघर जबलपुर	सदस्य	9407821464	anianakoshta@gmail.com
143	एडवोकेट रश्मि गुप्ता, 452, सरकारी कुआ, घमापुर, जबलपुर	सदस्य			7987579492	patwarashmi.adv@gmail.com		
144	शौला दीवान, डाक सहायक, प्रधान डाकघर जबलपुर	सदस्य			9907032840	sheeladiwan1973@gmail.com		
145	मंगल पाटिल, वरिष्ठ पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर जबलपुर	सदस्य			7587598064	jabalpurho@indiapost.gov.in		
146	प्रधान डाकघर जबलपुर सिटी	शशि कटारे, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर जबलपुर सिटी	एडवोकेट रश्मि गुप्ता, 452, सरकारी कुआ, घमापुर, जबलपुर	सदस्य	7987579492	patwarashmi.adv@gmail.com		
147			सपना उपमन्यु, डाक सहायक, प्रधान डाकघर जबलपुर सिटी	सदस्य	9826104640	upmanvusapna@gmail.com		
148			राजेश त्रिपाठी, पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर जबलपुर सिटी	सदस्य	7999492825	rajesh12jb@gmail.com		
149			मीना एस द्विवेदी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर जबलपुर सिटी	सदस्य	8788807801	dwivedim963@gmail.com		
150	प्रधान डाकघर कटनी	निशा सुनील खर्जाची, प्रधान डाकघर कटनी	एडवोकेट रश्मि गुप्ता, 452, सरकारी कुआ, घमापुर, जबलपुर	सदस्य	7987579492	patwarashmi.adv@gmail.com		
151			नेहा चंदेल, सहायक डाकपाल लेखा शाखा, प्रधान डाकघर कटनी	सदस्य	9713310099	nehapa09@gmail.com		
152								
153								

154			गगन मुरोथिया, पोस्टमास्टर, प्रधान डाकघर कटनी	सदस्य	9425655840	gmurotia@gmail.com
155			पुष्पा अहिरवार, डाक सहायक, प्रधान डाकघर कटनी	सदस्य	9685706287	pus0589@gmail.com
156		रीवा संभाग	संभागीय कार्यालय रीवा	अध्यक्ष	8962317558	lbnadhu.190314@gmail.com
157			विनोद सिंह, एलएसजी डाक सहायक, संभागीय कार्यालय रीवा	सदस्य	7000923591	vinodkusingh14@gmail.com
158			चित्रकांत कनौजी, एलएसजी डाक सहायक, संभागीय कार्यालय रीवा	सदस्य	9893914860	chitrakant786@gmail.com
159			श्लेषा शुक्ला, गैर विभागीय सदस्य	सदस्य	7835956504	-
160			अलका तिवारी, एचएसजी-॥ एपीएम, प्रधान डाकघर रीवा	अध्यक्ष	9407333414	alkamishra20006@gmail.com
161			रजनीश तिवारी, एचएसजी-॥ एपीएम, प्रधान डाकघर रीवा	सदस्य	8319642546	raj18081971@gmail.com
162			मोहित त्रिपाठी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर रीवा	सदस्य	7417045154	kumaar.077@gmail.com
163			रचिता खंडेलवाल, गैर विभागीय सदस्य	सदस्य	9098786400	-
164			अनीता यादव, डाक सहायक, प्रधान डाकघर सीधी	अध्यक्ष	8815705268	anitasinghyadav@gmail.com
165			दीपिका कुमारी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर सीधी	सदस्य	8709316244	jitendrakumarmishra1978@gmail.com
166			रविशंकर यादव, डाक सहायक, प्रधान डाकघर सीधी	सदस्य	7389757167	perfectravi7389@gmail.com
167			अनीता तिवारी, गैर विभागीय सदस्य	सदस्य	7000969123	-
168			श्रीमती उषा द्विवेदी, उप डाकपाल, शहडोल घरौला	अध्यक्ष	7974203308	uskark282@gmail.com
169			श्री ए.एल. प्रजापति, एलएसजी डाक सहायक, प्रधान डाकघर शहडोल	सदस्य	8770852189	alprajapati2014@gmail.com
170		श्री नितेश कुमार गुप्ता, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय शहडोल	सदस्य	8109360100	niteshgpt00@gmail.com	
171		श्रीमती मुन्नी वर्मा, गैर विभागीय सदस्य	सदस्य	9425189047	-	
172		श्रीमती प्रदीप तिकी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर शहडोल	अध्यक्ष	7999091943	pradiptirkeypt25@gmail.com	
173		श्री आर.पी. पाण्डेय, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय शहडोल	सदस्य	9098084050	rajendrapandey051970@gmail.com	
174		अमृता सिंह, डाक सहायक, प्रधान डाकघर शहडोल	सदस्य	7987640585	singhamrita1401@gmail.com	
175		सुनील जेठानी, गैर विभागीय सदस्य	सदस्य	9329259510	suniljethani1239@gmail.com	
176		श्रीमती मंजुलता धूमकेती, पोस्टमास्टर मण्डला प्रधान डाकघर	अध्यक्ष	7974837097	manjulataadhumketi1@gmail.com	
177		श्री विकास कुमार झा, एस.डी.आई.पी मण्डला Central Sub Division	सदस्य	7011465638	vikashha521@gmail.com	
178		श्री ब्रिजेश कुमार सिंगौर, एल.एस.जी पीए, प्रधान डाकघर मण्डला	सदस्य	9691239151	brijesh.singour@gmail.com	
179		श्रीमती कृष्णा चौकसे, पूर्व पोस्टमास्टर एवं समाजिक कार्यकर्ता, मण्डला	सदस्य	9926837856	Krishnachouksev1@gmail.com	
180		श्रीमती मंजुलता धूमकेती, पोस्टमास्टर मण्डला प्रधान डाकघर	अध्यक्ष	7974837097	manjulataadhumketi1@gmail.com	
181		श्री अमित कुमार पटेल, ओ.एस., संभागीय कार्यालय मण्डला	सदस्य	9754289946	amitpatel8376559f@gmail.com	

संभागीय कार्यालय मण्डला

182		संभागीय कार्यालय मण्डला	श्री मनिष उईके, डीओ पीएलआई, संभागीय कार्यालय मण्डला	सदस्य	8319865686	manishkumarukey@gmail.com
183			श्रीमती कृष्णा चौकसे, पूर्व पोस्टमास्टर एवं समाजिक कार्यकर्ता मण्डला	सदस्य	9926837856	Krishnachouksey1@gmail.com
184		सागर संभाग	श्रीमती शेलजा बुदोलिया, डाक सहायक, संभागीय कार्यालय सागर	अध्यक्ष	940726660	ranibudholia@gmail.com
185			श्री जय प्रकाश सूत्राकार, SDI Central Sub dn	सदस्य	9999704281	aryajayprakash91@gmail.com
186			श्री अनवर अहमद, HSG II PRI(P) सागर कॅट एचओ	सदस्य	7999920436	anwarahmed2004@rediffmail.com
187			श्रीमती प्रतिमा अझारिया, समाजिक कार्यकर्ता सागर	सदस्य	9977200686	partimaarjaria01@gmail.com
188			श्रीमती प्रभा चिरोलिया, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर दमोह	अध्यक्ष	9685617025	prabhachhirolya25@gmail.com
189			प्रधान डाकघर दमोह	श्री शेख आरिफ़ खान, SDI NORTH, दमोह	सदस्य	9827995852
190	जबलपुर परिक्षेत्र	श्री शेलेन्द्र प्रजापति, एलएसजी पीए प्रधान डाकघर दमोह		सदस्य	9893787354	shilpaja1111@gmail.com
191		श्रीमती प्रतिमा अझारिया, समाजिक कार्यकर्ता सागर		सदस्य	9977200686	partimaarjaria01@gmail.com
192		संभागीय कार्यालय विदिशा	श्रीमती संगीता औदिच्य, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय विदिशा	अध्यक्ष	8305560593	saudichya@gmail.com
193			श्री राहुल गुप्ता, ओएस संभागीय कार्यालय विदिशा	सदस्य	70242522953	rahulgpta84@gmail.com
194			श्रीमति आराधना सक्सेना, अकाउंटेंट, संभागीय कार्यालय विदिशा	सदस्य	7024252958	aradhanasaxena1508@gmail.com
195			श्रीमति माया परमार, स्टेनोग्राफर ग्रेड-1 सीजेएम कोर्ट विदिशा	सदस्य	9893133348	mayaparmar9300@gmail.com
196		प्रधान डाकघर विदिशा	श्रीमति रीता मंसोरिया, पीए प्रधान डाकघर विदिशा	अध्यक्ष	9425483307	reetamansoria716@gmail.com
197			श्री संजय वाजपेयी, एलएसजी, पीए विदिशा मंडी	सदस्य	8770023069	baipai.s2003@gmail.com
198			श्रीमति प्रियंका तिवारी, पीए प्रधान डाकघर विदिशा	सदस्य	9993423513	privaniganibasoda@gmail.com
199			श्रीमति हेमा ताम्रकर, 65 वीर सावरकर मार्ग, विदिशा	सदस्य	942531921	hematamrkar666@gmail.com
200		प्रधान डाकघर रायसेन	श्रीमति रुक्मणी, ऊईके पीए प्रधान डाकघर रायसेन	अध्यक्ष	9340379141	rukmaniuikey1976@gmail.com
201			श्रीमति जीएस रजक HSG-II पीएम प्रधान डाकघर रायसेन	सदस्य	9893941376	gsrajak2015@gmail.com
202			श्री सिम्मी मण्डल पोस्टमैन, प्रधान डाकघर रायसेन	सदस्य	6265189749	mandalsimmi123@gmail.com
203			श्रीमति सरिता शर्मा, प्रतीक कुंज यशवंत नगर रायसेन	सदस्य	9826824651	
204	मुख्यालय परिक्षेत्र	रेल डाक सेवा	कु. सुनीता बाथम, छंटाई सहायक एचआरओ, रेल डाक सेवा एमपी मंडल भोपाल	अध्यक्ष	6261653799	bathamsunita01@gmail.com
205			श्री एस. के. तिवारी, सहायक अधीक्षक, रेल डाक सेवा एमपी मंडल भोपाल	सदस्य	9340333787	aryan2005tiwari@gmail.com
206			श्रीमती संध्या परिहार, छंटाई सहायक एचआरओ, रेल डाक सेवा एमपी मंडल	सदस्य	8827820524	sandhyaparihar13121969@gmail.com
207			श्रीमती मंजु शर्मा, समाजिक कार्यकर्ता, भोपाल	गैर विभागीय सदस्य	9340479837	abhaynari24@gmail.com
208			श्रीमति मंजुला जायसवाल, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय नर्मदापुरम	अध्यक्ष	9907272340	manjuxaxa1@gmail.com

209	नर्मदापुरम संभाग	संभागीय कार्यालय नर्मदापुरम	श्री किशोर कुमार यादव, सहायक अधीक्षक डाकघर संभागीय कार्यालय नर्मदापुरम	सदस्य	7587598303	kishorbetul@gmail.com
210			श्रीमति शशिकला पटवा, उप डाकपाल, नर्मदापुरम सिटि उप डाकघर	सदस्य	9691088158	its1shashikalapatwa@gmail.com
211			श्रीमति सुनीता गुप्ता, उप प्राचार्य, सनराइस हाई सेकेन्डरी स्कूल नर्मदापुरम	सदस्य	8103261380	-
212	मुरैना संभाग	संभागीय कार्यालय/प्रधान डाकघर मुरैना	श्रीमती आरती पाठक, एल.एस.जी, डाक सहायक, प्रधान डाकघर मुरैना	अध्यक्ष	9399351430	Nsharma727@gmail.com
213			श्रीमती पूनम गुप्ता, डाक सहायक, संभागीय कार्यालय मुरैना	सदस्य	9009926333	Pnmgupta841@gmail.com
214			श्रीमती संध्या गर्ग, सचिव, सुर्भी सोशल वेलफेयर फाउंडेशन, मुरैना	सदस्य		gargsandhya99@gmail.com
215			श्री अलिम बेग, पोस्टमास्टर खड़ियाहर मुरैना सिटी	सदस्य	9977449514	Alimbeg40@gmail.com
216	प्रधान डाकघर भिंड	श्रीमती चित्रांशी जाटव, एल.एस.जी, एसपीएम, अटैर रोड, भिंड उपडाकघर	श्रीमती चित्रांशी जाटव, एल.एस.जी, एसपीएम, अटैर रोड, भिंड उपडाकघर	अध्यक्ष	9171770796	chitranshikrishankumargoyal@gmail.com
217			श्रीमती संध्या कुशवाह, डाक सहायक, प्रधान डाकघर भिंड	सदस्य	7440758074	Sandhyakushwah718@gmail.com
218			श्रीमती हरदेश भारद्वाज, 310 न्यू लक्ष्मी नगर व्हाटर वर्क रोड, भिंड	सदस्य	7354740813	
219			श्री चंद्र प्रकाश शिवहरे, एल.एस.जी, एसपीएम भिंड मंडी	सदस्य	9911360766	Chandrashivhare1982@gmail.com
220	भोपाल संभाग	संभागीय कार्यालय भोपाल	श्रीमति अंकिता गुप्ता, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय भोपाल	अध्यक्ष	9907220030	ankitaguptabpl@gmail.com
221			श्रीमति भारती आडवानी, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय भोपाल	सदस्य	9691497651	Manwani.bharti@gmail.com
222			श्रीमति अंकिता डांगीवाल, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय भोपाल	सदस्य	8982550191	ankitaadangiwal@gmail.com
223			श्रीमति मंजु शर्मा, समाजिक कार्यकर्ता	सदस्य	9340479837, 9826225265	abhaynari24@gmail.com
224	प्रधान डाकघर गुना	श्रीमति श्यामली पटेलिया, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर गुना	श्रीमति श्यामली पटेलिया, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर गुना	अध्यक्ष	9669943430	shyamlipateliya874@gmail.com
225			श्री एस एस साहू, पोस्टमास्टर गुना एचओ	सदस्य	8319351430	sahuss0105@gmail.com
226			श्री यू एस अहिरवार, डाक सहायक, गुना प्रधान डाकघर	सदस्य	9993307104	Udhamsingh225@gmail.com
227			श्रीमति तृप्ति देशमुख, सदस्य कल्पतरु विकास समिति	सदस्य	9009717483	
228	प्रधान डाकघर अशोकनगर	श्रीमति ए.टी.के. कुजूर, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर अशोकनगर	श्रीमति ए.टी.के. कुजूर, एलएसजी पीए, प्रधान डाकघर अशोकनगर	अध्यक्ष	7610204426	asuntakuju70@gmail.com
229			श्री विष्णु पाल सिंह रघुवंशी, पोस्टमास्टर, प्रधानडाकघर अशोकनगर	सदस्य		
230			श्री आर डी कोली, डाक सहायक अशोकनगर प्रधानडाकघर	सदस्य	9584831578	
231			श्रीमति विजया शुक्ला, चेररमैन, श्रीधर शुक्ला समाज सेवा शिक्षा प्रसार	सदस्य	6260800273	
232	गुना संभाग	श्रीमति निकिता सोनी, पीए, प्रधान डाकघर शिवपुरी	अध्यक्ष	9340995339	nikitasarraf55@gmail.com	

मुख्यालय परिक्षेत्र

233			श्री मलखन सिंह लोधी, पोस्टमास्टर शिवपुरी एचओ	सदस्य	9074860103		
234		प्रधान डाकघर शिवपुरी	श्री भूपेंद्र भारती, डाक सहायक शिवपुरी एचओ	सदस्य	8359907198	-	
235			श्रीमती ज्योति धाकड़ एडवोकेट, निस्वार्थ सार्थक एवं परिवार कल्याण समिति	सदस्य	9425489125		
236		संभागीय कार्यालय गुना	श्रीमती अंकिता शर्मा, एलएसजी कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय गुना	अध्यक्ष	7828140656		
237			श्री आलोक कटियार, सिस्टम मैनेजर, संभागीय कार्यालय गुना	सदस्य	9993921731		
238			श्री गजेन्द्र तंडेल, कार्यालय सहायक, गुना	सदस्य	9893745178	-	
239			श्रीमती तृप्ति देशमुख, सदस्य कल्पतारु विकास समिति	सदस्य	9009717483	-	
240	ग्वालियर संभाग	संभागीय कार्यालय ग्वालियर	श्रीमती विजया जैन, एलएसजी लश्कर प्रधान डाकघर ग्वालियर	अध्यक्ष	9406586699	Jainv111@gmail.com	
241				डॉ वंदना शर्मा, संचालिका NGO "बेटी है तो कल है"	सदस्य	9202229449	vandanasharmasdm@gmail.com
242				श्रीमती अंकिता शर्मा, एलएसजी कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय गुना	सदस्य	9425700107	Ramkg2707@gmail.com
243				श्रीमती क्रांति सिकरवार, कार्यालय सहायक, संभागीय कार्यालय ग्वालियर	सदस्य	9893673430	Kranti0804@gmail.com
244	परिमंडल कार्यालय, भोपाल	परिमंडल कार्यालय भोपाल	श्रीमती सीता गंग, एपीएमजी(अन्वेष/सतर्कता), परिमंडल कार्यालय भोपाल	अध्यक्ष	9926311090	Vig.mp@indiapost.gov.in	
245				श्री चंद्रेश जैन, एपीएमजी (लीगल), परिमंडल कार्यालय, भोपाल	सदस्य	9584892408	legal.mp@indiapost.gov.in
246				श्रीमती मोहिनी विधानी, एएओ (बजट), परिमंडल कार्यालय, भोपाल	सदस्य	7587598120	budget.mp@indiapost.gov.in
247				श्रीमती संगीता मोहरीर, एडवोकेट	सदस्य	9301052236	advangitamoharir@gmail.com