मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़ एवं नई दिल्ली से एक साथ प्रकाशित दैनिक समाचार-पत्र



हमारा उद्देश्य सेवा समर्पण जनकल्याण

एक सत बुलेटिन

बुराई पर अच्छाई और
अधर्म पर धर्म की विजय के महापर्व
विजयादशमी
की सभी को
हार्दिक शुभकामनाएं

E-mail: eksatbulletin@gmail.com | ग्वालियर, मंगलवार 20 अक्टूबर 2026 | वर्ष-08, अंक-189, पृष्ठ-08, मूल्य- दो रुपए | Website: www.eksatbulletin.in

मुख्यमंत्री ने की सिंहस्थ-2028 के निर्माण कार्यों एवं तैयारियों की समीक्षा

सिंहस्थ-2028 के सभी निर्माण कार्य तेज गति से पूर्ण करें

एक सत बुलेटिन, भोपाल

मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा कि सिंहस्थ से संबंधित सभी निर्माण कार्य तेज गति से निर्धारित समय-सीमा के भीतर पूर्ण किए जाएं। जिन कार्यों की स्वीकृति की प्रक्रिया लंबित है, उनकी स्वीकृतियां नवंबर माह में अनिवार्य रूप से प्राप्त की जाएं। सिंहस्थ मेला कार्यालय, कलेक्ट्रेट और सिंहस्थ सेल में आवश्यक अधिकारियों एवं कर्मचारियों की पदस्थापना इसी सप्ताह सुनिश्चित की जाए। सभी संबंधित विभाग सिंहस्थ के लिए पर्याप्त मानव संसाधन की उपलब्धता सुनिश्चित करते हुए पृथक अमला तैनात करें, ताकि कार्यों का क्रियान्वयन समयबद्ध ढंग से हो सके। मुख्यमंत्री डॉ. यादव सोमवार को उज्जैन में सिंहस्थ-2028 के निर्माण कार्यों एवं तैयारियों की समीक्षा कर रहे थे। उन्होंने कहा कि श्रद्धालुओं की संभावित संख्या का आकलन करते



हुए उनके आवागमन, यातायात, पार्किंग, ठहरने तथा अन्य आवश्यक सुविधाओं की समुचित योजना तैयार की जाए। घाटों तक पहुंचने वाले मार्गों के निर्माण और विकास पर विशेष ध्यान दिया जाए। पंचक्रोशी यात्रा मार्ग पर निर्धारित योजना के अनुसार डोम विकसित किए जाएं। साथ ही, पड़ोसी राज्यों के अधिकारियों के साथ समन्वय बैठकें आयोजित कर श्रद्धालुओं के आवागमन एवं व्यवस्थाओं की अग्रिम कार्ययोजना तैयार की जाए।

श्रद्धालुओं की सुविधाओं के लिए अभी से करें व्यापक तैयारी

- मुख्यमंत्री ने कहा कि सिंहस्थ में आने वाले श्रद्धालुओं के ठहरने की पर्याप्त व्यवस्था समय रहते सुनिश्चित की जाए। इसके लिए आसपास के स्कूलों एवं कॉलेजों को चिन्हित कर वहां आवश्यकतानुसार शौचालय निर्माण, पेयजल की उपलब्धता, मरम्मत तथा अन्य बुनियादी सुविधाओं के विकास की योजना बनाई जाए। उज्जैन आने वाले श्रद्धालुओं की सुविधा को ध्यान में रखते हुए मार्गों पर स्थित सांदीपनि विद्यालयों के उपयोग की भी योजना तैयार की जाए।
- मुख्यमंत्री ने कहा कि शहर के आंतरिक क्षेत्रों तथा मेला क्षेत्र में पेयजल की पर्याप्त उपलब्धता और सीवरेज संबंधी कार्यों को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जाए। श्रद्धालुओं के वाहनों की पार्किंग के लिए पर्यटन विभाग एवं पुलिस विभाग संयुक्त रूप से कार्ययोजना तैयार करें। घट्टिया, तराना तथा आसपास के उन क्षेत्रों में, जहां से सिंहस्थ के दौरान श्रद्धालुओं का आवागमन होगा, टेंट सिटी एवं होल्डिंग एरिया विकसित करने की संभावनाओं पर भी कार्य किया जाए।
- मुख्यमंत्री ने किसानों और सामाजिक संस्थाओं को टेंट सिटी विकसित करने के लिए प्रोत्साहित करने के निर्देश दिए, ताकि श्रद्धालुओं के लिए ठहरने की अतिरिक्त सुविधाएं उपलब्ध हो सकें। उन्होंने होम-स्टे का दायरा बढ़ाने तथा आवश्यकतानुसार अन्य आवासीय व्यवस्थाओं के विकास पर भी विचार करने की बात कही। सिंहस्थ के दौरान विद्युत व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के लिए पश्चिम क्षेत्र विद्युत वितरण कंपनी में पृथक सिंहस्थ डिवीजन स्थापित करने के भी निर्देश दिए।

रोनाल्डो पर गिरी गाज: 30 दिन के लिए निलंबित

एजेन्सी, नई दिल्ली



फुटबॉलर क्रिस्टियानो रोनाल्डो को 30 दिनों के लिए निलंबित किया गया है। सख्त सजा के संबंध में पुर्तगाल फुटबॉल फेडरेशन ने कहा कि नेशनल टीम का कैंप छोड़ने के कारण रोनाल्डो को दंड भुगतना पड़ेगा।पुर्तगाली फुटबॉल महासंघ (एफपीएफ) की अनुशासन परिषद ने 41 वर्षीय रोनाल्डो पर 255 यूरो (करीब 286 डॉलर) का जुमार्ना भी लगाया है।

यह मामला कोच जॉर्ज जीसस के साथ रोनाल्डो के कथित विवाद से जुड़ा है। रिपोर्ट के मुताबिक, टीम में अपनी भूमिका को लेकर मतभेद के बाद रोनाल्डो ने डेनमार्क के खिलाफ नेशंस लीग मुकाबले से पहले टीम का कैंप छोड़ दिया था। महासंघ ने इस मामले में 9 अक्टूबर को अनुशासनात्मक कार्यवाही शुरू की थी।

टीम में भूमिका को लेकर कोच से हुआ विवाद

रोनाल्डो और कोच जॉर्ज जीसस के बीच विवाद की मुख्य वजह टीम में उनकी भूमिका बताई गई है। रिपोर्ट के अनुसार, रोनाल्डो का आरोप था कि कोच ने टीम में उनकी भूमिका को लेकर किए गए वादे से दो बार पीछे हटने का काम किया। यह विवाद तब और बढ़ गया, जब नॉर्वे के खिलाफ मुकाबले में रोनाल्डो को मैदान पर उतरने का मौका नहीं मिला और वह पूरे मैच में बेंच पर बैठे रहे। इसके बाद उन्होंने कोपेनहेगन में पुर्तगाल के टीम बेस को छोड़ दिया।

कोटा से तीनों गिरफ्तार, एक बिहार, 2 हरियाणा के

मुंबई पुलिस बोली- टाइगर की हत्या करने पहुंचे थे शूटर

एजेन्सी, नई दिल्ली

एक्टर टाइगर श्रॉफ पर हमले को लेकर मुंबई पुलिस ने सोमवार को प्रेस कॉन्फ्रेंस की। मुंबई पुलिस के डीसीपी ने बताया कि, जिस तरह से गोलियां चलाईं गईं। आरोपी मर्डर के प्लान से ही आए थे। उधर टाइगर की कार पर फायरिंग करने वाले हमलावर 15 घंटे में राजस्थान के कोटा रेलवे स्टेशन से पकड़े गए। टाइगर पर रविवार शाम 7 बजे हमला किया गया था।

आरोपी जयपुर, दिल्ली के रास्ते नेपाल भागने की तैयारी में थे। मुंबई पुलिस से सूचना मिलने के बाद कोटा पुलिस ने सुबह 10:30 बजे रेलवे स्टेशन



से पकड़ा। कोटा की एसपी तेजस्विनी गौतम के मुताबिक, तीनों पुणे-जयपुर एक्सप्रेस से जयपुर जा रहे थे। जनरल कोच में हिरासत में लिया गया। इनके पास से कोई हथियार बरामद नहीं हुआ है।

पुलिस के मुताबिक, लॉरेंस गैंग के अनिल पंडित ने हमला करने का कॉन्ट्रैक्ट दिया था। अनिल ने वीडियो जारी कर इसकी जिम्मेदारी ली। टाइगर को गोली नहीं लगी, लेकिन उनके बाएं हाथ में बारूद और कांच के टुकड़ों से चोट आई है। फायरिंग में उनके ड्राइवर को भी चोट लगी है।

राजस्थान पुलिस के मुताबिक, पकड़े गए तीनों संदिग्धों में दो हरियाणा और एक बिहार का रहने वाला है। इनमें हरियाणा के सोनीपत का रेहान और बिहार के बेगूसराय का ऋतिक कुमार उर्फ रोशन शामिल हैं।

पहले तीसरे आरोपी के नाबालिग होने की बात सामने आई थी। पुलिस ने इससे इनकार किया।

अशुतोष रांका और सौरव दास की बढ़ीं मुश्किलें?

पुलिस ने ट्रेसपासिंग केस क्राइम ब्रांच को सौंपा



कोकरोच जनता पार्टी (सीजेपी) के नेताओं अशुतोष रांका और सौरव दास से जुड़े कथित अनधिकृत प्रवेश (ट्रेसपासिंग) के मामले की जांच दिल्ली पुलिस की क्राइम ब्रांच को सौंप दी गई है। पुलिस सूत्रों के मुताबिक, मामले की आगे की जांच अब क्राइम ब्रांच करेगी।

फिलहाल मामले को क्राइम ब्रांच में स्थानांतरित किए जाने की जानकारी सामने आई है। हालांकि, कथित घटना की परिस्थितियों, आरोपों और जांच के अगले चरण को लेकर विस्तृत आधिकारिक जानकारी सामने आना बाकी है।

क्या है पूरा विवाद?

जंतर-मंतर को प्रदर्शन के लिए निर्धारित स्थलों की सूची से हटाए जाने के बाद भी सीजेपी के नेताओं ने वहां विरोध प्रदर्शन किया था। आशुतोष रांका, सौरव दास और पार्टी के अन्य कार्यकर्ता बैरिकेडिंग पार कर अंदर पहुंचे और तिरंगा लहराते हुए नारेबाजी की थी। इसके बाद पुलिस ने उन्हें हिरासत में ले लिया था। विवाद उस समय बढ़ा, जब दिल्ली पुलिस ने 12 अक्तूबर को जंतर-मंतर को प्रदर्शन के लिए निर्धारित स्थल की सूची से हटा दिया। अधिकारियों ने प्रदर्शन के लिए रामलीला मैदान, बुराड़ी मैदान और पूर्वी दिल्ली के सीबीडी मैदान जैसे वैकल्पिक स्थान तय किए।

गृह मंत्रालय की एडवाइजरी

पीएम-सीएम के डीपफेक वीडियो से साइबर ठगी का खतरा

एजेन्सी, नई दिल्ली



केंद्र सरकार ने साइबर ठगी को लेकर लोगों को सतर्क किया है। गृह मंत्रालय के मुताबिकठग प्रधानमंत्री, वित्त मंत्री और मुख्यमंत्रियों के नाम और डीपफेक वीडियो का इस्तेमाल कर लोगों को निशाना बना रहे हैं।

एडवाइजरी में पाकिस्तान के +92 कंट्री कोड वाले नंबरों से आने वाली कॉल और वॉट्सऐप मैसेज को लेकर विशेष सावधानी बरतने की सलाह दी गई है।

हालांकि, केवल कंट्री कोड के आधार पर किसी कॉल को फर्जी नहीं माना जा सकता। किसी भी अनजान व्यक्ति के दावों की जांच जरूर करें। इसको लेकर गृह मंत्रालय के तहत इंडियन साइबर क्राइम कोऑर्डिनेशन सेंटर की नेशनल साइबरक्राइम थ्रेट एनालिटिक्स यूनिट ने एडवाइजरी जारी की। ठग फेसबुक और इंस्टाग्राम पर फर्जी विज्ञापन चलाकर सरकारी योजनाओं के तहत आर्थिक मदद देने का दावा करते हैं। इसके बदले टैक्स, प्रोसेसिंग फीस और रजिस्ट्रेशन चार्ज के नाम पर पैसे मांगते हैं।

डीपफेक तकनीक से किसी व्यक्ति के चेहरे और आवाज में बदलाव कर फर्जी वीडियो बनाए जाते हैं। ठग इन वीडियो के जरिए फर्जी सरकारी योजनाओं को असली बताकर लोगों को झांसे में लेते हैं।

साइबर ठग स्क्रैच कार्ड और स्पिन एंड विन जैसे ऑफर देकर कैशबैक या इनाम का लालच देते हैं। इसके बाद लोगों से वढक कलेक्ट रिक्वेस्ट मंजूर करवाकर और PIN डलवाकर उनके खाते से पैसे निकाल लेते हैं। ध्यान रखें कि UPI PIN डालने की जरूरत अपने खाते से भुगतान करने के लिए होती है, पैसे पाने के लिए नहीं।

ठगी से बचने के लिए क्या करें?

सरकारी योजनाओं की जानकारी संबंधित विभाग की आधिकारिक वेबसाइट से जांचें। आधार, PAN, बैंक डिटेल, OTP और UPI PIN किसी अनजान व्यक्ति से साझा न करें। संदिग्ध लिंक पर क्लिक न करें और अनजान UPI रिक्वेस्ट स्वीकार न करें। साइबर ठगी होने पर तुरंत हेल्पलाइन 1930 पर कॉल करें या cybercrime.gov.in पर शिकायत दर्ज करें। बैंक को तुरंत सूचना दें और लेनदेन से जुड़े सबूत सुरक्षित रखें।

भीड़भाड़ वाली जगहों से दूर रहने की सलाह

इटली में हिंसक प्रदर्शनों के बीच भारतीयों के लिए एडवाइजरी

एजेन्सी, रोम



इटली में बढ़ती महंगाई के खिलाफ हो रहे प्रदर्शनों के हिंसक होने के बाद भारतीय दूतावास ने वहां रह रहे भारतीय नागरिकों के लिए एडवाइजरी जारी की है।

दूतावास ने सोमवार को भारतीयों से भीड़भाड़ वाली जगहों और प्रदर्शन वाले इलाकों से दूर रहने और स्थानीय खबरों पर नजर रखने को कहा है। इस बीच, इटली की प्रधानमंत्री जॉर्जिया मेलोनी ने हिंसा की घटनाओं के बाद सोमवार को इमरजेंसी सिक्योरिटी बैठक बुलाई है।

भारतीय दूतावास ने आपात स्थिति में मदद के लिए रोम और मिलान स्थित अपने कार्यालयों के नंबर जारी किए हैं। इटली के कई शहरों में रविवार को बढ़ती महंगाई के खिलाफ प्रदर्शन हुए। शुरूआत में शांतिपूर्ण रहे इन प्रदर्शनों के दौरान मिलान में हिंसा भड़क गई। प्रदर्शनकारियों ने पुलिस पर पत्थर, कूड़ेदान और कुर्सियां फेंकीं। इसके बाद पुलिस ने आंसू गैस और वाटर कैनन का इस्तेमाल किया।

वीकेंड पर मिलान में 5,000 से ज्यादा लोग जुटे थे। हिंसा के दौरान दुकानों में लूटपाट की गई और संपत्तियों को नुकसान पहुंचाया गया। इटली की न्यूज एजेंसी अंसा के मुताबिक, पुलिस ने 200 से ज्यादा लोगों को हिरासत में लिया।

नेतन्याहू के समर्थन में उतरे डोनाल्ड ट्रंप, बोले-

इजरायल को भरोसेमंद नेता की जरूरत

एजेन्सी, वॉशिंगटन



अमरीकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने 27 अक्तूबर को होने वाले संसदीय चुनावों में कड़े मुकाबले का सामना कर रहे इजरायल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतान्याहू का औपचारिक रूप से समर्थन किया है। रविवार को सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ट्रुथ सोशल- पर जारी पोस्ट में ट्रंप ने ईरान के खिलाफ युद्ध में अमरीका का साथ देने के लिए इजरायली नेता की सराहना की। उन्होंने कहा कि वे नेतान्याहू को अपना -पूर्ण और समग्र समर्थन- दे रहे हैं। ट्रंप ने लिखा, बीबी नेतान्याहू आपको कभी निराश नहीं करेंगे!

अमरीकी राष्ट्रपति का यह समर्थन इजरायली चुनाव से ठीक नौ दिन पहले सामने आया है, जबकि इससे पहले अटकलें लगाई जा रही थीं कि शायद वे किसी का समर्थन नहीं करेंगे।इससे पहले इस महीने की शुरूआत में -टाइम- पत्रिका को दिए साक्षात्कार में जब ट्रंप से इजरायली प्रधानमंत्री के कामकाज को लेकर बार-बार सवाल पूछे गए थे, तो उन्होंने नेतान्याहू का समर्थन करने से इनकार कर दिया था। साक्षात्कारकर्ता के जोर देने पर भी ट्रंप इस मुद्दे से बचते रहे और बातचीत को अपनी लोकप्रियता तथा पश्चिम एशिया की सुरक्षा की ओर मोड़ दिया। श्री ट्रंप ने रविवार को समाचार वेबसाइट -एक्सियोस को दिए साक्षात्कार में कहा कि नेतन्याहू का समर्थन करने को लेकर उनके मन में कभी कोई संदेह नहीं था।

ट्रंप ने संक्षिप्त टेलीफोन वार्ता में कहा, ह्लमैं हमेशा से उनका समर्थन करने वाला था, बस बहुत जल्दी ऐसा नहीं करना चाहता था। यह जरूरी है कि इजरायल के पास एक ऐसा नेता हो जिस पर भरोसा किया जा सके। एक्सियोस के अनुसार, जब ट्रंप से पूछा गया कि क्या वे नेतन्याहू के अलावा किसी अन्य इजरायली नेता के साथ काम कर सकते हैं, तो उन्होंने गोलमोल जवाब दिया। ट्रंप ने कहा, शायद करूं, शायद न भी करूं, लेकिन यह जोखिम कौन लेना चाहता है? समर्थन का ऐलान करते हुए ट्रंप ने अपने सोशल मीडिया पोस्ट में ईरान के खिलाफ युद्ध शुरू करने के फैसले का बचाव किया। उन्होंने तर्क दिया कि अगर वे पहल न करते तो ईरान जल्द ही अमरीका और इजरायल दोनों पर हमला कर देता।

ट्रंप ने कहा कि इस युद्ध ने सैन्य और वित्तीय रूप से ईरान को पूरी तरह तबाह कर दिया है, और अगर उसने जल्द ही अपना रवैया नहीं बदला तो काम पूरा कर दिया जाएगा। श्री ट्रंप ने लिखा, ह्लयदि इजरायल में गलत नेता चुना गया, जो श्री बीबी (नेतन्याहू) के अलावा कोई भी हो सकता है, तो अमरीका को यह काम अकेले करना पड़ेगा, और मेरी ऐसी कोई मंशा नहीं है। उन्होंने लिखा, इजरायल के भीतर से भी हो रहे भारी विरोध के बावजूद श्री बीबी नेतन्याहू पूरी मजबूती, साहस और बुद्धिमत्ता से टिके रहे हैं।

ट्रंप के इस बयान के जवाब में नेतन्याहू ने सोशल मीडिया पर एक वीडियो साझा कर अमरीकी राष्ट्रपति का आभार व्यक्त किया। नेतन्याहू ने कहा, आपके इस अभूतपूर्व समर्थन से मैं बेहद सम्मानित महसूस कर रहा हूं। ह्वाइट हाउस में इजरायल का इससे बड़ा दोस्त कभी नहीं रहा। ईरान के खिलाफ युद्ध को लेकर हो रही घरेलू आलोचनाओं के आगे न झुकने के लिए नेतन्याहू ने ट्रंप की सराहना की। इसके साथ ही उन्होंने महंगाई से जूझ रहे अमरीकी मतदाताओं से सीधे अपील करते हुए श्री ट्रंप की रिपब्लिकन पार्टी का समर्थन किया।

न्यूज ब्रीफ

पारले-जी बिस्कुट फैक्ट्री में लगी आग आठ से अधिक दमकल वाहन मौके पर पहुंचे



जबलपुर। मध्य प्रदेश के जबलपुर स्थित रिछाई औद्योगिक क्षेत्र में पारले-जी बिस्कुट फैक्ट्री में आग लगने से हड़कंप मच गया। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और दमकल की टीमें मौके पर पहुंचीं। आग बुझाने के साथ ही परिसर में बचाव अभियान भी चलाया जा रहा है। अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक मनीष भारद्वाज ने बताया कि रिछाई औद्योगिक क्षेत्र में आग लगने की सूचना मिलने पर आधारताल थाना पुलिस तत्काल घटनास्थल पर पहुंची। फिलहाल आठ से अधिक दमकल वाहन आग बुझाने में जुटे हैं। इसके साथ ही बचाव अभियान भी चलाया जा रहा है। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार, आग लगने की वजह शॉर्ट सर्किट हो सकती है। हालांकि, पुलिस ने स्पष्ट किया है कि आग के वास्तविक कारणों का पता फॉरेंसिक साइंस लैब की टीम की जांच और आकलन के बाद ही चल सकेगा। एएसपी के मुताबिक, फिलहाल घटना में किसी की मौत या गंभीर रूप से घायल होने की सूचना नहीं मिली है। आग से कितना नुकसान हुआ है, इसका आकलन अभी नहीं हो पाया है।

आमने सामने से हुई भिड़ंत में मोटर साइकलों के परखच्चे उड़े बालिका की मौत, चार गंभीर



जबलपुर। मझौली थानान्तर्गत सिहोरा रोड पर आज शाम मोटर साइकलों में आमने-सामने से भिड़ंत हो गई। हादसे में एक दस वर्षीय बालिका की मौके पर ही मौत हो गई। वहीं चार लोगों के शरीर पर गंभीर चोटें आई है, जिन्हे उपचार के लिए मेडिकल अस्पताल पहुंचाया गया है। हादसे के बाद इस रोड पर जाम के हालात निर्मित हो गए थे। पुलिस के अनुसार गोसलपुर में रहने वाले चंदन विश्वकर्मा अपनी मोटर साइकल में वर्षा श्रीवास व पल्ली श्रीवास उम्र 10 वर्ष को बिठाकर सुहासिनी माता के दर्शन के लिए जा रहे थे। जब वे सोनवानी गांव से मझौली की ओर बढ़ रहे थे, इस दौरान सामने से आए मोटर साइकल सवार सावन गोटिया, नीरज कोल और विनय पाल निवासी डूंगरिया से भिड़ंत हो गई। दोनों वाहनों में हुई भिड़ंत में पल्लवी श्रीवास के शरीर पर गंभीर चोटें आने से मौके पर ही मौत हो गई। वहीं अन्य लोगों के शरीर पर गंभीर चोटें आई। दुर्घटना होते देख राह चलते लोगों में चीख पुकार मच गई। देखते ही देखते मौके पर लोगों की भीड़ एकत्र हो गई, जिनकी सूचना पर पहुंची पुलिस ने घायलों को उपचार के लिए स्वास्थ्य केन्द्र पहुंचाया।

तीन पत्ती पर ऑटो चालकों से मिले कलेक्टर, जाना हालचाल

जबलपुर। शनहर का जायजा लेने निकले कलेक्टर अरुण कुमार विश्वकर्मा ने दोपहर के वक्त तीन पत्ती चौराहे पर अचानक अपनी गाड़ी रुकवाई और वहां खड़े ऑटो रिक्शा चालकों के बीच पहुंच गए। उन्होंने चालकों से सीधे रूबरू होकर यातायात व्यवस्था सुधारने, सड़क सुरक्षा बनाए रखने और ट्रैफिक नियमों का कड़ाई से पालन करने को लेकर आवश्यक बातचीत की। प्रशासनिक मुखिया ने चालकों से उनके रोजमर्रा के कामकाज, दैनिक कमाई तथा जमीनी मुश्किलों का ब्यौरा लिया। बातचीत के दौरान उन्होंने चालकों के लिए स्वास्थ्य व नेत्र परीक्षण शिविर शीघ्र आयोजित कराने का भरोसा दिलाया। साथ ही संबल सहित अन्य श्रमिक कल्याणकारी योजनाओं से उन्हें जोड़ने के लिए विशेष कैंप लगाने का वादा भी किया।

दो वर्षों में पूरा होगा 18 करोड़ रुपये की लागत से बनने वाला कंप्यूटर साइंस भवन

जबलपुर तकनीकी शिक्षा का हब बनेगा, जेईसी के नए भवन से विद्यार्थियों को मिलेंगी आधुनिक सुविधाएं

एक सत बुलेटिन, जबलपुर



लोक निर्माण मंत्री श्री राकेश सिंह ने आज जबलपुर इंजीनियरिंग कॉलेज में लगभग 18 करोड़ रुपये की लागत से बनने वाले कंप्यूटर साइंस पाठ्यक्रम के लिए नए भवन का भूमि पूजन किया। इस अवसर पर मंत्री श्री सिंह ने कहा कि जबलपुर इंजीनियरिंग कॉलेज का गौरवशाली इतिहास रहा है। इस संस्थान से शिक्षा प्राप्त कर अनेक प्रतिभाओं ने देशभर में जबलपुर का नाम रोशन किया है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि संस्थान भविष्य में भी अपनी उत्कृष्ट शैक्षणिक परंपरा को आगे बढ़ाता रहेगा। यह भवन विद्यार्थियों को आधुनिक शैक्षणिक सुविधाएं उपलब्ध कराने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम साबित होगा। भवन का निर्माण आगामी दो वर्षों में पूर्ण करने का लक्ष्य है।

उन्होंने मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि जबलपुर में महाकौशल प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय की स्थापना की पहल शहर के विकास और तकनीकी शिक्षा के विस्तार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। इससे जबलपुर को तकनीकी शिक्षा का प्रमुख केंद्र बनाने के साथ उद्योगों की आवश्यकताओं के अनुरूप पाठ्यक्रम संचालित करने के अवसर भी मिलेंगे।

उन्होंने कहा कि नए शैक्षणिक संस्थानों और आधुनिक अधोसंरचना के विकास से न केवल जबलपुर, बल्कि आसपास के क्षेत्रों के विद्यार्थियों को भी लाभ मिलेगा। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में शिक्षा के क्षेत्र में हो रहे सकारात्मक बदलावों का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि आने वाले समय में मध्यप्रदेश की शैक्षणिक प्रगति में जबलपुर की महत्वपूर्ण भूमिका होगी।

उन्होंने लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों से भवन का निर्माण निर्धारित समय-सीमा में उच्च गुणवत्ता के साथ पूरा करने का आग्रह किया गया, ताकि यह भवन संस्थान की पहचान बने और विद्यार्थियों को बेहतर शैक्षणिक वातावरण मिल सके। कार्यक्रम में विधायक श्री अशोक रोहाणी ने कहा कि लोक निर्माण मंत्री श्री राकेश सिंह के प्रयासों से जबलपुर में विकास कार्यों को गति मिली है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि आने वाले समय में शहर को विकास के नए स्वरूप में देखने का अवसर मिलेगा।

उन्होंने मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव एवं लोक निर्माण मंत्री श्री सिंह के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि कैंट विधानसभा क्षेत्र में महाकौशल तकनीकी विश्वविद्यालय की स्थापना की घोषणा भी जबलपुर और महाकौशल क्षेत्र के लिए महत्वपूर्ण सौगात है। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन व कन्या पूजन से किया गया।

कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद श्रीमती सुमित्रा बाल्मीक, महापौर श्री जगत बहादुर सिंह अन्नू, नगर निगम अध्यक्ष श्री रिकुंज विज, जबलपुर विकास प्राधिकरण के अध्यक्ष श्री संदीप जैन, जेईसी के प्राचार्य श्री राजीव चांडक सहित जनप्रतिनिधि, शिक्षाविद्, लोक निर्माण विभाग के अधिकारी, प्राध्यापक, विद्यार्थी एवं अन्य गणमान्यजन उपस्थित रहे।

दुर्गा प्रतिमा विसर्जन स्थलों पर कार्यपालिक मजिस्ट्रेट तैनात

एक सत बुलेटिन, जबलपुर



दुर्गा प्रतिमाओं के विसर्जन निर्विघ्न रूप से संपन्न कराने तथा विसर्जन के दौरान कानून व्यवस्था पर निगरानी रखने जिला प्रशासन द्वारा कार्यपालिक दंडाधिकारियों को विसर्जन स्थलों पर तैनात किया है। इस बारे में जारी आदेश में कार्यपालिक मजिस्ट्रेटों को समय पूर्व निर्धारित स्थल पर पहुंचने के निर्देश दिये गये हैं तथा संबंधित क्षेत्र के एसडीएम से समन्वय स्थापित कर क्षेत्र के पुलिस अधिकारियों, नगर निगम, होम गार्ड एवं विद्युत विभाग के अधिकारियों से संपर्क में रहकर दुर्गा प्रतिमाओं का विसर्जन निर्विघ्न सुनिश्चित कराने की जिम्मेदारी दी गई है।

जिला प्रशासन द्वारा विसर्जन स्थलों पर जिन कार्यपालिक मजिस्ट्रेटों की ड्यूटी लगाई गई है, उनमें तहसीलदार आधारताल राजाराम कौल एवं श्रीमती नीलू बागरी को हनुमानताल तालाब पर तैनात किया गया है। इसी प्रकार आधारताल तालाब पर तहसीलदार आधारताल सुश्री रंजना यादव, भटौली स्थित विसर्जन कुंड पर प्रभारी तहसीलदार गोरखपुर राजेंद्र शुक्ल, तिलवाराघाट स्थित विसर्जन कुंड पर प्रभारी तहसीलदार गोरखपुर ललित ग्वालवंशी, उदय नगर (गोकलपुर) तालाब पर राजस्व निरीक्षक रांझी दलगंजन यादव, बिलपुरा तालाब पर अतिरिक्त तहसीलदार रांझी शशांक दुबे एवं मानेगांव तालाब पर नायब तहसीलदार रांझी श्रीमती मौसमी केवट की ड्यूटी लगाई गई है।

जिले में कार्बाइड गन की बिक्री, वितरण और प्रदर्शन पर लगा प्रतिबंध

एक सत बुलेटिन, जबलपुर

अपर जिला दंड़ाधिकारी ने जारी किया आदेश, उल्लंघन करने पर होगी वैधानिक कार्रवाई

आम नागरिकों के स्वास्थ्य और सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए जिला प्रशासन ने आदेश जारी कर लोहा, स्टील या पीवीसी पाइप में विस्फोटक सामग्री भरकर अत्यधिक तीव्र ध्वनि उत्पन्न करने वाले अवैध संशोधित पटाखों (कार्बाइड गन) की बिक्री, वितरण एवं प्रदर्शन पर जिले में पूर्णतः प्रतिबंध लगा दिया है।

अपर जिला दंडाधिकारी श्रीमती नीता राठौर द्वारा भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163(2) के तहत जारी यह प्रतिबंधात्मक आदेश संपूर्ण जिले में तत्काल प्रभाव लागू हो गया है। आदेश में कहा गया है कि लोहा, स्टील अथवा पीवीसी पाइपों में कैल्शियम कार्बाइड और विस्फोटक भरकर अत्यधिक तेज आवाज करने वाले अवैध संशोधित पटाखे (कार्बाइड गन) तैयार किए जाते हैं। इनमें इस्तेमाल होने वाला रसायन आंखों और चेहरे को गंभीर नुकसान पहुंचाता है, जिससे आम नागरिकों और बच्चों के स्वास्थ्य को बड़ा खतरा रहता है।

आदेश में स्पष्ट किया गया है कि कोई भी व्यक्ति, संस्था अथवा व्यापारी यदि प्रतिबंधित पटाखों या कार्बाइड गन की बिक्री, वितरण और प्रदर्शन में लिप्त पाया जाता है, तो उसके विरुद्ध भारतीय न्याय संहिता की धारा 223 के तहत सख्त दंडात्मक कार्रवाई की जाएगी।

जिले में पदस्थ सभी एसडीएम, कार्यपालिक मजिस्ट्रेट एवं पुलिस अधिकारियों को अपने-अपने क्षेत्रों में प्रतिबंधात्मक आदेश का कड़ाई से पालन कराने तथा इसका उल्लंघन करने वालों पर त्वरित और सख्त कार्रवाई के निर्देश दिए गए हैं।

नर्मदा महोत्सव की तैयारियों को लेकर बैठक 21 को

जबलपुर। भेड़ाघाट में शरद पूर्णिमा पर 24 एवं 25 अक्टूबर को आयोजित किये जा रहे दो दिवसीय नर्मदा महोत्सव की तैयारियों को लेकर बैठक 21 अक्टूबर की सुबह 10.30 बजे कलेक्टर कार्यालय के सभाकक्ष में होगी। कलेक्टर अरूण कुमार विश्वकर्मा की अध्यक्षता में आयोजित इस बैठक में सभी संबंधित विभागों के अधिकारियों को मौजूद रहने के निर्देश दिये गये हैं।

कलेक्टर श्री विश्वकर्मा ने सफाई व्यवस्था और अपशिष्ट प्रबंधन संयंत्रों का किया निरीक्षण



एक सत बुलेटिन, जबलपुर

कलेक्टर अरुण कुमार विश्वकर्मा ने नगर निगम आयुक्त रामप्रकाश अहिरवार के साथ सुबह 7 बजे शहर की सफाई व्यवस्था का औचक निरीक्षण किया। उन्होंने तीन पत्ती से रानीताल जीटीएस तक सफाई व्यवस्था का जायजा लेने के साथ कठौंदा स्थित स्वच्छता पार्क, वेस्ट-टू-एनर्जी प्लांट, निर्माण तथा सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट का निरीक्षण किया। कलेक्टर श्री विश्वकर्मा ने इन संयंत्रों में कचरे के संग्रहण, प्रसंस्करण एवं वैज्ञानिक निस्तारण, अपशिष्ट से ऊर्जा उत्पादन और सीवेज उपचार की व्यवस्थाओं की जानकारी ली। उन्होंने अधिकारियों को सफाई व्यवस्था और अपशिष्ट प्रबंधन के कार्यों में समन्वय बनाए रखने के निर्देश दिए। इस दौरान कलेक्टर ने मैदानी कर्मचारियों से संवाद कर उनका उत्साहवर्धन किया। उन्होंने फटाका बाजार का निरीक्षण कर वहां की व्यवस्थाओं का भी जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान नगर निगम के संबंधित अधिकारी उपस्थित थे

कलेक्टर श्री विश्वकर्मा ने शासकीय केंद्रीय ग्रंथालय का किया भ्रमण



जबलपुर। कलेक्टर अरुण कुमार विश्वकर्मा ने एमएलबी स्कूल के समीप स्थित शासकीय केंद्रीय ग्रंथालय का भ्रमण कर वहां की व्यवस्थाओं का अवलोकन किया। उन्होंने ग्रंथालय में उपलब्ध पुस्तकों और अध्ययन सुविधाओं की जानकारी ली। इस दौरान ग्रंथालय को स्मार्ट बनाने तथा प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले विद्यार्थियों की आवश्यकताओं के अनुरूप सुविधाओं को विकसित करने के संबंध में भी चर्चा की। इस दौरान जिला शिक्षा अधिकारी गौतम वर्बे तथा ग्रन्थालय के अधिकारी उपस्थित थे।

बदलाव की कहानी

प्राकृतिक खेती से हर महीने 20 हजार रुपए कमा रहीं शीला कुशवाह

एक सत बुलेटिन, जबलपुर



प्राकृतिक खेती अपनाकर किसान कम लागत में भी अच्छी आमदनी हासिल कर सकते हैं। इसका उदाहरण मझौली विकासखंड के परसला गांव की शीला कुशवाह हैं। वे अपनी तीन एकड़ जमीन पर प्राकृतिक और जैविक तरीके से सब्जियों की खेती कर रही हैं। इससे उन्हें हर महीने करीब 20 हजार रुपए की आमदनी हो रही है। रासायनिक खाद और कीटनाशकों के स्थान पर जैविक खाद और प्राकृतिक कीटनाशकों का इस्तेमाल करने से उनकी खेती की लागत भी कम हुई है।

शीला कुशवाह सब्जियों की खेती में गोबर खाद का उपयोग करती हैं। वे गोबर को सुखाकर और छानकर खेतों में डालती हैं। वहीं, फसलों को कीटों से बचाने के लिए नीम की पत्तियों, गोबर और गौमूत्र से नीमास्त्र तैयार करती हैं। इससे उन्हें बाजार से महंगी रासायनिक दवाइयां खरीदने की जरूरत नहीं पड़ती।

शीला केवल सब्जियां उगाने तक सीमित नहीं हैं, बल्कि उन्हें सीधे ग्राहकों तक भी पहुंचाती हैं। वे रविवार को जबलपुर कृषि मंडी हाट बाजार, सोमवार को कटंगी और गुरुवार को मझौली में दुकान लगाकर सब्जियां बेचती हैं। इसके अलावा वे महाकौशल ललित कला महाविद्यालय के पास लगने वाले जैविक हाट में भी सब्जियां लेकर पहुंचती हैं। सीधे बिक्री करने से उन्हें अपनी उपज का बेहतर मूल्य मिल रहा है।

न्यूज ब्रीफ

विजयादशमी पर विधानसभा अध्यक्ष श्री तोमर के मुख्य आतिथ्य में होगा शस्त्र पूजन

ग्वालियर। शस्त्र पूजन भारतीय सेना के पराक्रम, सुरक्षा और स्वतंत्रता के सम्मान का भी प्रतीक है। विजयादशमी के पावन पर्व पर सम्पूर्ण प्रदेश के साथ-साथ ग्वालियर जिले में भी राज्य शासन के दिशा-निदेर्शों के तहत शस्त्र पूजन कार्यक्रम आयोजित होगा। ग्वालियर में यह आयोजन विधानसभा अध्यक्ष श्री नरेन्द्र सिंह तोमर के मुख्य आतिथ्य में प्रातः 11 बजे डीआरपी लाइन परिसर में आयोजित होगा। इस आयोजन में जनप्रतिनिधिगणों सहित कलेक्टर श्रीमती रुचिका चौहान एवं वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक श्री धर्मवीर सिंह सहित अन्य अधिकारी शामिल होंगे। विजयादशमी का पर्व सत्य की असत्य पर विजय और शक्ति के अन्याय के विरुद्ध खड़े होने के संकल्प की सार्थकता का प्रतीक है। भारतीय सनातन संस्कृति में शस्त्र-पूजन की परंपरा शक्ति के विवेकपूर्ण उपयोग, निर्बलों की रक्षा, धर्म एवं न्याय की स्थापना और राष्ट्र की सुरक्षा के प्रति कर्त्तव्यबोध का संदेश देती है। इसी सांस्कृतिक परंपरा और राष्ट्रीय सुरक्षा के प्रति सम्मान की भावना को व्यापक रूप से अभिव्यक्त करने के उद्देश्य से राज्य शासन ने प्रदेश में विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय लिया है। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव इंदौर में शस्त्र पूजन करेंगे। इसके लिये राज्य शासन द्वारा जिलेवार वरिष्ठ जनप्रतिनिधिगणों एवं मंत्रिगणों को मुख्य अतिथि बनाया गया है। ग्वालियर में विधानसभा अध्यक्ष श्री नरेन्द्र सिंह तोमर को शस्त्र पूजन कार्यक्रम के मुख्य अतिथि होंगे।

मिट्टी के दीपक मूर्तियां, खिलौने व सजावटी सामान बेचने वालों को बाजारों में नि:शुल्क स्थान उपलब्ध कराएं

ग्वालियर। दीपावली पर्व के अवसर पर मिट्टी के दीपक, मूर्तियां, खिलौने, मटके एवं अन्य सजावटी सामग्री बेचने वाले छोटे व्यवसायियों को सहायता प्रदान करने के लिए कलेक्टर एवं जिला दंडाधिकारी श्रीमती रुचिका चौहान ने एक महत्वपूर्ण आदेश जारी किया है। इस आदेश में यह स्पष्ट किया गया है कि परंपरागत माटी शिल्पियों द्वारा निर्मित छोटे-छोटे उत्पादों को सभी प्रकार के कर से मुक्त रखा जाए, जिससे उन्हें अपनी आजीविका चलाने में कोई असुविधा न हो। उन्होंने निर्देश दिए हैं कि मिट्टी शिल्पियों को बाजार में उचित स्थान उपलब्ध कराएं और उन्हें अपने उत्पाद बेचने में कोई असुविधा न हो। कलेक्टर श्रीमती चौहान ने आदेश में उल्लेख किया है कि मिट्टी से बनीं छोटी-छोटी मूर्तियां, दीपक व सजावटी सामग्री न केवल धार्मिक मान्यता के प्रतीक हैं, बल्कि पर्यावरण के लिए भी अनुकूल हैं। इनका उपयोग करने से प्लास्टिक के प्रदूषण को कम करने में मदद मिलती है। उन्होंने नगर निगम आयुक्त, सभी नगर पालिका अधिकारियों, पुलिस एवं अन्य संबंधित अधिकारियों को इस आदेश का पालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। इस पहल के माध्यम से छोटे-छोटे व्यवसायियों की मदद तो होगी ही, साथ ही पर्यावरण संरक्षण को भी बढ़ावा मिलेगा। दीपावली पर मिट्टी के दीपक खरीदकर और आर्थिक रूप से कमजोर लोगों का सहयोग कर हम एक सकारात्मक बदलाव की ओर बढ़ सकते हैं।

मिट्टी के दिये बेचने वालों से कोई कर न लिया जाए

गिट्टी के अवैध परिवहन में लिप्त चार वाहन जब्त

ग्वालियर। जिले में खनिज पदार्थों के अवैध उत्खनन, परिवहन व भण्डारण के खिलाफ जिला प्रशासन के निर्देश पर विशेष मुहिम जारी है। इस कड़ी में बीते दो दिनों के भीतर जिले के विभिन्न क्षेत्रों में छापामार कार्रवाई कर गिट्टी के अवैध परिवहन में लिप्त चार बड़े वाहन जब्त किए गए हैं। जिला खनिज अधिकारी श्री पंकजध्वज मिश्रा ने बताया कि मेहरा टोल थाना क्षेत्र में छापामार कार्रवाई कर गिट्टी के अवैध परिवहन में लिप्त चार वाहन पकड़े गए हैं। इन वाहनों को संबंधित पुलिस थानों की अभिरक्षा में रखा गया है। साथ ही नियमानुसार अर्थदण्ड व खनिज अधिनियम के तहत कार्रवाई प्रस्तावित की गई है।

ग्वालियर हादसा : सीएम,प्रभारी मंत्री सिलावट और सांसद कुशवाहा ने जाना घायलों का हाल

घायलों से मिलने ट्रामा सेंटर पहुंचे सीएम यादव से नहीं मिलने दिया तो महिला गाड़ी के आगे लेटी

एक सत बुलेटिन, ग्वालियर

ग्वालियर के शीतला माता मंदिर हादसे में घायलों से मिलने सोमवार को मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ट्रॉमा सेंटर पहुंचे। सीएम से मिलने आए लोगों को उनसे मुलाकात नहीं करने दी गई। इसके बाद एक महिला आक्रोशित होकर मुख्यमंत्री की गाड़ी के आगे लेट गई। महिला को हटाने के बाद सीएम वहां से रवाना हो गए। मुख्यमंत्री ने घायलों से मुलाकात के बाद कहा कि घटना की जांच के आदेश दे दिए गए हैं। हादसे में क्या हुआ, इसकी पूरी तहकीकात की जा रही है। घायलों को बेहतर से बेहतर इलाज देने का प्रयास किया जा रहा है। सीएम के साथ प्रभारी मंत्री तुलसी सिलावट और सांसद भारत सिंह कुशवाहा भी मौजूद थे। सीएम के रवाना होते ही मेडिकल कॉलेज के डीन डॉ. आरकेएस धाकड़ को थप्पड़ मारने का मामला सामने आया। आरोपी मनोज शर्मा की मौके पर मौजूद लोगों ने पिटाई कर दी।

हादसे में 15 की मौत, 42 घायल

ग्वालियर के आंतरी स्थित सांतऊ गांव के शीतला माता मंदिर में शनिवार-रविवार की दरमियानी रात हादसा हुआ था। नो-एंट्री में घुसा ओवरलोड ट्रक मंदिर की दीवार से टकरा गया था। हादसे में बच्चों समेत 15 लोगों की मौत हुई,



जबकि 42 लोग घायल हुए। मुख्यमंत्री हादसे के बाद 9 पुलिस अधिकारियों और जवानों को निलंबित कर चुके हैं। घटना की मजिस्ट्रियल जांच के आदेश भी दिए गए हैं।

डीन को थप्पड़ मारने का आरोप

सीएम के रवाना होने के बाद मनोज शर्मा नाम के व्यक्ति पर मेडिकल कॉलेज के डीन डॉ. आरकेएस धाकड़ को थप्पड़ मारने का आरोप लगा। मौके पर मौजूद लोगों ने मनोज की पिटाई कर दी। मनोज ने कहा, ह्वग्वालियर में भ्रष्टाचारियों की बाढ़ आ गई है, बस इससे ज्यादा कुछ नहीं कहना चाहता।ह्व वहीं, डीन ने कहा कि उन्हें आरोपी के बारे में कोई जानकारी नहीं है। पुलिस अधिकारियों ने भी इस मामले में बयान देने से इनकार किया।

दो भाइयों और चाचा की चिताएं साथ जलीं

हादसे में ग्वालियर के गदाईपुरा निवासी त्यागी परिवार के जुड़वा भाइयों अमन और लव की उनके चाचा अशोक त्यागी के साथ मौत हो गई। तीनों शनिवार रात मां शीतला के दर्शन करने पहुंचे थे। रविवार देर शाम मुरैना के जौरा स्थित पैतृक गांव में तीनों का एक साथ अंतिम संस्कार किया गया। एक ही परिवार से तीन अर्थियां उठने पर गांव में मातम छा गया। थाटीपुर के गल्ला कोठार में भी दो श्मशान घाटों पर एक साथ अंतिम संस्कार हुए। श्योपुर, शिवपुरी और बड़ागांव में भी मृतकों को अंतिम विदाई दी गई। मुरैना के जौरा स्थित हार गांगोली गांव के विद्याराम त्यागी (55) का परिवार कुछ समय से ग्वालियर के गदाईपुरा में रह रहा है। रिश्तेदार राकेश त्यागी के मुताबिक, विद्याराम ने 12 साल तक मंदिरों की परिक्रमा की थी। इसके बाद उनके घर बेटे अमन (15), लव (13) और एक बेटी का जन्म हुआ। शनिवार रात विद्याराम के छोटे भाई अशोक अपने भतीजों अमन और लव के साथ शीतला माता मंदिर गए थे। हादसे में तीनों की जान चली गई।

हादसे के बाद मंदिर में सुरक्षा बढ़ाई

हादसे के बाद मंदिर मार्ग पर सुरक्षा बढ़ा दी गई है। नो-एंट्री पॉइंट पर सख्त पहरा लगाया गया है। अष्टमी और नवमी पर मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश और राजस्थान से श्रद्धालु दर्शन के लिए पहुंच रहे हैं। हालांकि, मंदिर में भीड़ सामान्य दिनों के मुकाबले कम है। स्थानीय लोगों और श्रद्धालुओं का सवाल है कि शनिवार रात ऐसी मुस्तैदी पहले क्यों नहीं दिखाई गई। उनका कहना है कि समय रहते सख्ती होती तो हादसा टाला जा सकता था।

ग्वालियर बस स्टैंड पर 680 किलोग्राम मावा जब्त, जांच हेतु नमूने लिए



शीतला माता मंदिर पर प्रसाद की दुकानों का भी किया निरीक्षण

एक सत बुलेटिन, ग्वालियर

कलेक्टर श्रीमती रुचिका चौहान एवं अपर कलेक्टर के निर्देशन में खाद्य सुरक्षा प्रशासन द्वारा खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता सुनिश्चित करने के लिए जांच अभियान चलाया जा रहा है। इसी क्रम में सोमवार को ग्वालियर बस स्टैंड पर बसों एवं मावा परिवहन करने वाले वाहनों की सघन जांच की गई। इस दौरान एक वाहन से 680 किलोग्राम मावा बरामद किया गया। मावा के नमूने लेकर शेष माल जब्त कर लिया गया है। खाद्य सुरक्षा प्रशासन के अधिकारी श्री गिरीश राजौरिया एवं श्री सतीश कुमार धाकड़ ने वाहन क्रमांक टढ06 ऋअ 3281 को रोककर जांच की। वाहन में 17 डालियों में मावा रखा हुआ पाया गया। प्रत्येक डलिया में लगभग 40 किलोग्राम मावा था। इस प्रकार कुल 680 किलोग्राम मावा पाया गया, जिसकी अनुमानित कीमत 1 लाख 70 हजार रुपये बताई गई है। मावा के मालिक श्री सुरेश गुप्ता, पुत्र श्री कालीचरण गुप्ता, निवासी हरिबाबू का खरंजा, दत्तपुरा, मुरैना से मावा के दो नमूने लिए गए हैं। नमूनों को जांच के लिए राज्य खाद्य प्रयोगशाला, भोपाल भेजा जाएगा। प्रयोगशाला से जांच रिपोर्ट प्राप्त होने के बाद नियमानुसार आगे की कार्रवाई की जाएगी।

खाद्य सुरक्षा प्रशासन की दूसरी टीम ने शीतला माता मंदिर परिसर में प्रसाद की दुकानों का निरीक्षण किया। इस दौरान चलित खाद्य परीक्षण प्रयोगशाला के माध्यम से खाद्य पदार्थों की प्रारंभिक जांच भी की गई। निरीक्षण के दौरान खाद्य कारोबारियों को प्रसाद बनाने में उपयोग किए जाने वाले खाद्य पदार्थों को ढककर रखने, दुकानों में साफ-सफाई बनाए रखने तथा खाद्य लाइसेंस एवं पंजीयन प्रमाण-पत्र दुकान पर प्रदर्शित करने के निर्देश दिए गए। साथ ही पेड़ा, बर्फी एवं मिल्क केक जैसे प्रसाद सामग्री को अधिक दिनों तक रखकर उपयोग नहीं करने की हिदायत दी गई। निरीक्षण करने वाली टीम में श्री लोकेन्द्र सिंह, श्री राजेश कुमार गुप्ता, श्री आनंद प्रकाश शर्मा एवं श्रीमती निरूपमा शर्मा शामिल रहे।

दिग्विजय सिंह के बयान पर सिंधिया का पलटवार:बोले...

वे कभी-कभी बातें भूल जाते हैं, डेली कॉलेज सिंधिया परिवार ने बनवाया

एक सत बुलेटिन, ग्वालियर



ग्वालियर में केंद्रीय संचार मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने पूर्व मुख्यमंत्री दिग्विजय सिंह के डेली कॉलेज से जुड़े बयान पर प्रतिक्रिया दी। एमआईटीएस के कार्यक्रम में सिंधिया ने कहा कि दिग्विजय सिंह कभी-कभी बातें भूल जाते हैं, इसलिए उन्हें समय-समय पर याद दिलाना पड़ता है, ठीक वैसे ही जैसे 2020 में याद दिलाया था। सिंधिया ने यह भी कहा कि इंदौर का प्रसिद्ध डेली कॉलेज सिंधिया परिवार की संस्था है और इसकी स्थापना उनके परिवार ने की थी।

दरअसल, दिग्विजय सिंह ने हाल ही में डेली कॉलेज में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (फ्यर) के आयोजन को लेकर सवाल उठाए थे। उन्होंने सिंधिया से इस बारे में बात करने और यह सवाल करने का जिक्र किया था कि ऐसा आयोजन ग्वालियर के सिंधिया स्कूल में क्यों नहीं कराया जाता। दिग्विजय सिंह के मुताबिक, सिंधिया ने उनके सवाल का जवाब नहीं दिया था। एमआईटीएस के कार्यक्रम में सिंधिया से दिग्विजय सिंह के बयान को लेकर सवाल किया गया, जिस पर उन्होंने डेली कॉलेज की स्थापना और 2020 का जिक्र किया।

2020 का जिक्र कर डेली कॉलेज की स्थापना याद दिलाई

सिंधिया ने कहा कि दिग्विजय सिंह कभी-कभी बातें भूल जाते हैं, इसलिए उन्हें समय-समय पर पुरानी बातें याद दिलानी पड़ती हैं। उन्होंने इसके लिए वर्ष 2020 का भी जिक्र किया। हालांकि, सिंधिया ने अपने बयान में 2020 की घटना का विस्तार से उल्लेख नहीं किया। उनके इस बयान को राजनीतिक गलियारों में 2020 में मध्यप्रदेश की कांग्रेस सरकार गिरने के घटनाक्रम से जोड़कर देखा जा रहा है।

एमआईटीएस में बनेंगे नए ब्लॉक और ऑडिटोरियम

ग्वालियर स्थित माधव प्रौद्योगिकी एवं विज्ञान संस्थान (एमआईटीएस) के कार्यक्रम में सिंधिया ने नए अकादमिक ब्लॉक और ऑडिटोरियम की आधारशिला रखी। दोनों परियोजनाओं पर करीब 70 करोड़ रुपए खर्च किए जाएंगे। इनमें लगभग 52 हजार वर्गफुट क्षेत्र में अकादमिक ब्लॉक और 72 हजार वर्गफुट क्षेत्र में ऑडिटोरियम बनाया जाएगा। ऑडिटोरियम में करीब 1,500 लोगों के बैठने की क्षमता होगी।सिंधिया ने कहा कि इन निर्माण कार्यों का उद्देश्य संस्थान के अगले 70 वर्षों की नींव मजबूत करना है।

400 विद्यार्थियों से शुरू हुआ संस्थान, अब 5 हजार तक विद्यार्थी

सिंधिया ने संस्थान के इतिहास का जिक्र करते हुए बताया कि 1956 में देश के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेंद्र प्रसाद ने एमआईटीएस का भूमि पूजन किया था। इसके बाद 1964 में तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन ने इसका लोकार्पण किया था।

दशहरे पर बारिश बिगाड़ सकती है जश्न का रंग: इंदौर-उज्जैन में आंधी का भी अलर्ट,15 जिलों में आज बरसेंगे बादल

एक सत बुलेटिन, ग्वालियर

मध्य प्रदेश में मानसून की विदाई के बाद भी बारिश का सिलसिला थम नहीं रहा है। अब दशहरे के आयोजनों पर भी मौसम का असर पड़ने की आशंका है। सोमवार को भोपाल समेत 15 जिलों में बारिश का अनुमान है, जबकि 20 अक्टूबर को दशहरे के दिन इंदौर, उज्जैन सहित पश्चिमी मध्य प्रदेश के 14 जिलों में आंधी-बारिश की चेतावनी जारी की गई है। इस दौरान 30 से 40 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से हवा चल सकती है। ऐसे में रावण दहन और अन्य आयोजनों की तैयारियों में जुटे आयोजकों को मौसम पर नजर रखनी होगी। रविवार को प्रदेश के कई जिलों में तेज हवा के साथ बारिश हुई।

सीहोर में माता के पंडालों के टेंट उड़ गए, जबकि महू में गरबा और दुर्गा पंडालों में पानी भर गया। यहां रावण के पुतले भी भीग गए। गुना और खंडवा में भी शाम के समय बारिश ने दस्तक दी। अक्टूबर में बदलते मौसम का असर अब धार्मिक आयोजनों के साथ दशहरे की तैयारियों पर भी दिखाई देने लगा है।



मौसम विभाग के अनुसार, सोमवार को भोपाल, उज्जैन, आगर-मालवा, राजगढ़, शाजापुर, देवास, सीहोर, विदिशा, गुना, अशोकनगर, शिवपुरी, टीकमगढ़, छतरपुर, सागर और दमोह में बारिश हो सकती है।

इन जिलों में कहीं-कहीं तेज हवा और गरज-चमक के साथ मौसम बदलने की संभावना है। दशहरे के दिन 20 अक्टूबर को इंदौर, उज्जैन, रतलाम, झाबुआ, आलीराजपुर, बड़वानी, धार, खरगोन, बुरहानपुर, खंडवा, देवास, शाजापुर, हरदा और बैतूल में बारिश का अनुमान है। इन इलाकों में तेज हवा चलने की भी आशंका है।

21 और 22 अक्टूबर को भी पश्चिमी मध्य प्रदेश के कुछ हिस्सों में बारिश का दौर जारी रह सकता है। इसके उलट पूर्वी मध्य प्रदेश में मौसम अपेक्षाकृत साफ रहने और धूप निकलने की संभावना है।

मानसून लौट चुका, फिर क्यों बरस रहे बादल?

प्रदेश से दक्षिण-पश्चिम मानसून तीन अक्टूबर को विदा हो चुका है, लेकिन इसके बाद भी मौसम में उतार-चढ़ाव जारी है। मौसम विभाग के मुताबिक, पश्चिमी मध्य प्रदेश के ऊपर से गुजर रही ट्रफ और चक्रवाती परिसंचरण के प्रभाव से नमी मिल रही है। इसी वजह से कई इलाकों में आंधी, गरज-चमक और बारिश की गतिविधियां बढ़ी हैं। मौसम विशेषज्ञ अरुण शर्मा के अनुसार, अक्टूबर में तापमान और बारिश के बीच बदलाव का दौर देखने को मिलता है। इस बार भी दिन में धूप और गर्मी के बाद रात में ठंडक महसूस हो रही है, जबकि कुछ क्षेत्रों में बारिश जारी है।

बारिश अभी भी सामान्य से कम

बारिश के मौजूदा दौर के बावजूद प्रदेश में इस सीजन की कुल वर्षा सामान्य से कम दर्ज की गई है। मध्य प्रदेश में सामान्य बारिश का औसत 37.3 इंच है। इस बार जून में सामान्य से करीब 14 प्रतिशत कम बारिश हुई थी। जुलाई की शुरुआत में अच्छी वर्षा से स्थिति सुधरी, लेकिन मानसून के बीच में दो बार लंबे अंतराल आने से जून की कमी पूरी नहीं हो सकी।

नदी से निकलकर घर के आंगन में घुसा मगरमच्छ, सहम गया पूरा परिवार

एक सत बुलेटिन, ग्वालियर



मध्य प्रदेश, राजस्थान और उत्तर प्रदेश राज्यों की सीमा में और इनसे होकर बहने वाली चंबल नदी के गहराई वाले इलाके में बड़ी तादात में मगरमच्छ पाए जाते हैं. लेकिन अब ये खूंखार जलीय जीव उथले पानी, घटों और नदी से बाहर भी निकलने लगे हैं. हाल ही ऐसा ही एक मामला सामने आया है जिसमें एक विशालकाय मगरमच्छ नदी से बाहर निकलकर बस्ती में पहुंच गया. इस वजह से पूरे इलाके में हड़कंप मच गया।

घटना, बीती रविवार-सोमवार की रात में देवगढ़ क्षेत्र में हुई, जहां चंबल नदी से चार किलोमीटर दूर मगरमच्छ एक घर के आंगन में जा पहुंचा. घर के आंगन में विशालकाय मगरमच्छ देखकर पूरा परिवार दहशत में आ गया. चारो तरफ चीखपुकार मच गई, इस घटना की सूचना चंबल घड़ियाल अभ्यारण की टीम को दी गई। सूचना पाते ही चंबल घड़ियाल अभ्यारण की टीम मौके पर पहुंची और करीब साढ़े तीन घंटे तक रेस्क्यू अभियान चलाया. आखिरकर टीम ने मगरमच्छ को सफलापूर्वक पकड़ लिया और चंबल नदी में छोड़ दिया. वगढ़ थाना क्षेत्र के खुलावली गांव में शाला चौकी के पास खेत में एक घर में रात 11 बजे मगरमच्छ घुस गया. मवेशियों के रंभाने की आवाज सुनकर परिवार के सदस्य जागे, तब आंगन में 11 फीट लंबा मगरमच्छ था रात 12 बजे रेस्क्यू टीम भेजी गई. मगरमच्छ इतना बड़ा और फुतीर्ला था कि कई बार रेस्क्यू टीम की रस्सी व जाल से निकल गया. यह रेस्क्यू सुबह 4 बजे तक चला, तब जाकर मगरमच्छ को पकड़कर चंबल नदी के राजघाट पर छोड़ा गया. घड़ियाल अभ्यारण्य के केयरटेकर ज्योति दंडौतिया ने बताया कि संभवतः यह मगरमच्छ नदी से किसी छोटे जलाशय में गया, वहां भोजन नहीं मिला तो चलते-चलते इतनी दूर बस्ती में पहुंच गया।

संपादकीय

सुप्रीम कोर्ट के बाद अब हाई कोर्ट में जजों की संख्या बढ़ाने की बारी

सोलह अक्टूबर से दशहरे का अवकाश शुरू हुआ है। कोर्ट अब 22 अक्टूबर को खुलेगा। बाहर से देखने पर आपको लगेगा कि कोर्ट में बहुत लम्बी छुट्टी हुई है। लेकिन एक जज के चैंबर में कभी अवकाश नहीं होता। यह अब भी नियमित रूप से प्रतिदिन खुलता है। जज साहब ने कुछ फैसले सुरक्षित कर रखे हैं। उनका कोर्ट के बाद और छुट्टियों का समय उन फैसलों को लिखने में जाता है।

अगर आप पहली बार कोर्ट आएंगे तो आपको लगेगा कि जज एक दिन में केवल 5 घंटे काम करते हैं। लेकिन जब आप कोर्ट में समय बिताएंगे तब आपको पता चलेगा कि एक जज को एक दिन में औसतन 150 से ज्यादा केस सुनने होते हैं। ऐसे में जज कोर्ट में आने से पहले फाइलों को अपने चैंबर में पढ़ते हैं जिससे कोर्ट का समय बच सके। एक जज न्यूनतम 12-15 घंटे प्रतिदिन काम करते हैं।

फिर भी कोर्ट में वर्षों से लंबित मुकदमों की संख्या लगातार बढ़ रही है, जिसकी एक बड़ी वजह जजों की संख्या में भारी कमी है। भारत में प्रति 10 लाख की आबादी पर लगभग 16 न्यायाधीश हैं, जबकि भारत के विधि आयोग ने 1987 में प्रति 10 लाख की आबादी पर 50 न्यायाधीशों की नियुक्ति का सुझाव दिया था।

भारतीय संविधान के अनुसार उच्चतम न्यायालय में न्यायाधीशों की संख्या बढ़ाने की शक्ति संसद के पास है, जबकि उच्च न्यायालयों में न्यायाधीशों की संख्या बढ़ाने की शक्ति राष्ट्रपति के पास है। संसद ने उच्चतम न्यायालय (न्यायाधीशों की संख्या) संशोधन विधेयक, 2026 पारित करके उच्चतम न्यायालय में न्यायाधीशों की संख्या 34 से बढ़ाकर 38 कर दी है।

विधायिका (संसद) ने अपने दायित्व का निर्वहन करते हुए उच्चतम न्यायालय में न्यायाधीशों की संख्या को बढ़ाया है। अब कार्यपालिका (राष्ट्रपति) को चाहिए कि वह विधायिका (संसद) का अनुसरण करते हुए सभी उच्च न्यायालयों में भी उसी अनुपात में न्यायाधीशों की संख्या में वृद्धि करे। कार्यपालिका (राष्ट्रपति) का दूसरा महत्वपूर्ण दायित्व उच्च न्यायपालिका में समयबद्ध नियुक्तियां सुनिश्चित करना है। भारत सरकार के न्याय विभाग द्वारा 01 मई 2026 को जारी आंकड़ों के अनुसार, सभी उच्च न्यायालयों की स्वीकृत पद संख्या 1122 के सापेक्ष केवल 797 न्यायाधीश कार्यरत हैं और 325 (लगभग 30%) रिक्तियां हैं। इसका तात्पर्य यह है कि वर्तमान में सभी उच्च न्यायालय अपनी केवल 70% क्षमता के साथ कार्य कर रहे हैं। विकसित भारत के लिए एक ऐसी न्यायपालिका की जरूरत है जो अपनी पूरी 100% क्षमता से कार्य करे और रिक्तियां इसकी कार्यक्षमता को प्रभावित न कर सकें। विकसित भारत के लिए संवैधानिक संस्थाओं की नींव का मजबूत होना आवश्यक है।

यदि भारत के विधि आयोग के सुझावों को लागू करके न्यायाधीशों की संख्या में तीन गुना से ज्यादा इजाफा किया जाता है और किसी न्यायाधीश का पद रिक्त होने से छह माह पूर्व उस पद के लिए चयन प्रक्रिया शुरू हो जाती है, तो भारत में जज और जनसंख्या के मध्य अनुपात में सुधार होगा, जिससे न्यायिक प्रक्रिया सुगम और अधिक प्रभावशाली होगी।

संक्षेप में कहा जाए तो, भारतीय न्यायपालिका पर मुकदमों का भारी बोझ केवल जजों के व्यक्तिगत और अथक परिश्रम से कम नहीं किया जा सकता। इसके लिए ठोस व्यवस्थागत सुधारों की तत्काल आवश्यकता है। जब तक कार्यपालिका और विधायिका मिलकर जजों के रिक्त पदों को समय पर भरने और उनकी स्वीकृत संख्या को विधि आयोग के सुझावों के अनुरूप बढ़ाने के प्रति गंभीर नहीं होंगी, तब तक त्वरित और सुलभ न्याय की परिकल्पना अधूरी ही रहेगी।

प्रधानमंत्री श्री मोदी के नेतृत्व में शक्ति और सामर्थ्य से सार्थक हो रहा है भारत



डॉ. मोहन यादव

विजयादशमी सत्य की शक्ति और शक्ति की सार्थकता का महापर्व है। यह भारतीय चेतना का वह प्रकाश है, जो हमें विश्वास दिलाता है कि अन्याय कितना भी प्रबल हो, प्रतिकार का संकल्प उससे बड़ा होता है। असत्य का वैभव क्षणिक है, सत्य का सामर्थ्य शाश्वत। भगवान श्रीराम की विजय इसी विश्वास की प्रतिष्ठा है। यह पर्व हमें सिखाता है कि सत्य के प्रति आस्था के साथ उसकी रक्षा का साहस भी आवश्यक है। न्याय की कामना तभी फलित होती है, जब समाज उसके लिए खड़ा होने का संकल्प लेता है।



भगवान श्रीराम के देश में शक्ति की आराधना का उद्देश्य सदैव लोकमंगल रहा है। श्रीराम का धनुष पीड़ितों के लिए आश्वासन और अत्याचारियों के लिए चेतावनी है। उनका पराक्रम मयार्दा से प्रेरित है और उनका प्रत्येक संकल्प जनकल्याण के लिए समर्पित है। उन्होंने वनवास के कठिन मार्ग पर समाज के विभिन्न वर्गों को साथ लेकर यह सिद्ध किया कि विश्वास, संगठन और सामूहिक पुरुषार्थ से बड़ी से बड़ी चुनौती पर विजय प्राप्त की जा सकती है। यही हमारी सांस्कृतिक चेतना का आधार और राष्ट्रनिर्माण का मार्ग है।

विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन इसी चेतना की अभिव्यक्ति है। शस्त्रों का पूजन करते हुए हम शक्ति के विवेकपूर्ण उपयोग और उसके साथ जुड़े उत्तरदायित्व को स्वीकार करते हैं। हम संकल्प लेते हैं कि हमारा बल निर्बल की रक्षा करे, हमारा साहस अन्याय के विरुद्ध खड़ा हो और हमारा पराक्रम मानवता के कल्याण में समर्पित रहे। शस्त्र धारण करने वाले हाथों में संयम और निर्णय लेने वाले मन में संवेदना हो यही इस परंपरा का संदेश है। मयार्दा से अनुशासित शक्ति ही समाज का विश्वास बनती है।

आज यही भाव भारत के राष्ट्रीय आत्मविश्वास में दिखाई देता है। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में राष्ट्र की सुरक्षा के प्रति दृढ़ संकल्प और भारतीय सशस्त्र बलों का अदम्य पराक्रम देशवासियों को गर्व से भरता है। भारत शांति, सहयोग और सह-अस्तित्व में विश्वास रखता है। अपनी संप्रभुता, स्वाभिमान और नागरिकों की सुरक्षा के लिए आवश्यक निर्णय लेने का उसका संकल्प भी उतना ही अटल है। हमारी शांतिप्रियता को हमारे सामर्थ्य का संबल प्राप्त है। सजग और समर्थ भारत विश्वशांति के प्रति अपने दायित्व को भी दृढ़ता से निभा सकता है।

ऑपरेशन सिंदूर में भारतीय सशस्त्र बलों ने आतंकवादी ढांचों के विरुद्ध सटीक कार्रवाई कर साहस, कौशल और सैन्य दक्षता का परिचय दिया। हमारे वीर जवानों ने अपने पराक्रम से राष्ट्र के सुरक्षा संकल्प को साकार किया। यह शौर्य प्रत्येक भारतीय के लिए गौरव और विश्वास का विषय है। विजयादशमी पर हम अपने सैनिकों को नमन करते हुए उस कर्तव्यनिष्ठा से प्रेरणा लें, जिसके लिए राष्ट्र की रक्षा सर्वोपरि है। देश का सम्मान सुरक्षित रखने वाले इन प्रहरियों के प्रति हमारी कृतज्ञता हमारे आचरण में भी दिखाई देनी चाहिए।

सीमा पर तैनात सैनिक का जीवन त्याग और तपस्या की जीवंत गाथा है। जब हम अपने परिवार के साथ पर्व मनाते हैं, तब वह अपने परिवार से दूर हमारी सुरक्षा में तैनात रहता है। हमारे घरों का उत्सव उसकी चौकसी के विश्वास पर टिका है। उसके साथ उसके परिवार का धैर्य और समर्पण भी वंदनीय है। सैनिकों, वीर नारियों और सैन्य परिवारों का सम्मान हमारी राष्ट्रीय चेतना का अभिन्न अंग होना चाहिए। उनके त्याग का स्मरण हमें अपने नागरिक दायित्वों के प्रति अधिक सजग बनाता है।

मध्यप्रदेश में सुशासन के हमारे प्रयासों का केंद्र भी नागरिकों का सम्मान, सुरक्षा और कल्याण है। माताओं-बहनों को निर्भय वातावरण मिले, युवाओं को प्रतिभा निखारने के अवसर मिलें, किसानों का परिश्रम समृद्धि में बदले और जरूरतमंद तक शासन का सहयोग पहुंचे–यही हमारा संकल्प है। शासन के सामर्थ्य की वास्तविक कसौटी अंतिम पंक्ति में खड़े व्यक्ति के जीवन में आने वाला सकारात्मक परिवर्तन है। जब नागरिक को समय पर न्याय, सहज सेवा और आगे बढ़ने का अवसर मिलता है, तब रामराज्य की भावना लोकजीवन में आकार लेती है।

विजयादशमी हमें अपने भीतर झांकने का अवसर भी देती है। रावण दहन के साथ अहंकार, लोभ, भेदभाव और कर्त्तव्य के प्रति उदासीनता से मुक्ति का संकल्प आवश्यक है। ईमानदारी को व्यवहार में, सद्भाव को संबंधों में और अनुशासन को दिनचर्या में स्थान देना होगा। समाज की एकता हमारी सबसे बड़ी शक्ति है। प्रत्येक नागरिक का सम्मान और राष्ट्रहित के प्रति साझा समर्पण भारत को अजेय आत्मबल प्रदान करता है। आइए, इस विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन के साथ अपने संकल्पों को भी नई धार दें। भगवान श्रीराम की मयार्दा, मां दुर्गा की शक्ति और वीर सैनिकों का साहस हमारा पथ प्रकाशित करे। हम सत्य के पक्ष में खड़े हों, न्याय के लिए कार्य करें और अपने कर्तव्य से राष्ट्र को सशक्त बनाएं। शक्ति से सुरक्षा, सामर्थ्य से समृद्धि और सत्य से विजय–इसी संकल्प के साथ भारत का गौरवशाली भविष्य गढ़ें।

सभी प्रदेशवासियों को विजयादशमी की हार्दिक मंगलकामनाएं।

(लेखक-मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री हैं।)

अभी तो अपराजेय हैं योगी आदित्यनाथ

मनोज कुमार मिश्र

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का साथ पाकर उत्तर प्रदेश में तमाम मिथकों को गलत साबित करके लगातार दस साल मुख्य मंत्री रहने के बाद योगी आदित्यनाथ एक और कार्यकाल पाने के लिए भरपूर तैयारी कर ली है। अभी उनका विकल्प नहीं दिख रहा है। 2027 में होने वाले विधानसभा की घोषणा आने वाले दिनों में होने वाली है। 2022 के चुनाव से पहले दिल्ली में विपक्ष ने सुनियोजित किसान आंदोलन उत्तर प्रदेश के विधानसभा चुनाव को लक्ष्य करके चलाया। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी और मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के किसानों के लिए किए गए काम ने पूरे प्रदेश में और खास करके आंदोलन वाले पश्चिमी उत्तर प्रदेश में किसानों ने भाजपा का साथ देकर प्रदेश में लगातार दूसरी बार भाजपा की सरकार बनवा दी। इस बार भी विपक्ष पहले पेपर लीक के नाम पर और फिर एसआईआर (मतदाता सूची पुनरीक्षण) में गड़बड़ी के नाम पर आंदोलन चला रहा है। आंदोलन में जेन-जी यानी युवाओं के भरपूर संख्या में शामिल होने का दावा किया गया, लेकिन जब प्रधानमंत्री मोदी ने सीधे संवाद शुरू किए तो विपक्ष के सारे समीकरण फेल हो गए।

भाजपा ने ठोस रणनीति बनाकर इसका भी कारगर जवाब दिया है। दिल्ली विश्वविद्यालय छात्रसंघ चुनाव में भाजपा समर्थक अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद की लगातार इस साल भी जीत समेत पिछले दिनों अनेक स्थानीय निकाय चुनावों में भाजपा की जीत ने विपक्षी दावे को गलत साबित किया है। मुख्यमंत्री योगी ने पिछले कार्यकाल में उत्तर प्रदेश की कानून-व्यवस्था को सुधारना सबसे प्रमुख लक्ष्य बनाया। इसमें वे पूरी तरह से कामयाब हो गए। 2017 के बाद त्योहारों के दौरान दंगे होने बंद हुए। उत्तर प्रदेश के घोषित माफिया या तो मारे गए या जेल भेजे गए। राजनीतिक संरक्षण प्राप्त अनेक माफिया हजारों एकड़ सरकारी जमीन पर कब्जा किए हुए थे। सालों से प्रदेश में उनकी एक तरह से समानांतर सरकार चल रही थी। उनके कब्जे से छुड़ाए गई सैकड़ों एकड़ जमीन पर सरकार ने बड़ी संख्या में गरीबों के लिए घर बनवाए। अब तक सरकार 62 लाख से अधिक गरीब परिवारों को आवास दे चुकी है। 93 लाख से अधिक लोगों को अटल पेंशन योजना का लाभ दिया जा चुका है। विभिन्न अपराधों में शामिल 34,254 से अधिक अपराधी और 289 घोषित अपराधी अब तक गिरफ्तार किए जा चुके हैं। अपराध रोकने के लिए इमरजेंसी रिस्पांस नंबर जारी करने के अलावा मिशन शक्ति शुरू किया गया। मिशन शक्ति के तहत समाज के हर वर्ग खास करके महिलाओं को अपराधियों से भयमुक्त बनाना का प्रयास किया गया। प्रदेश में भाजपा सरकार आने के बाद से अपराधों में तेजी से गिरावट आई है।

योगी सरकार ने अपराध पर नियंत्रण करने के सात-साथ प्रदेश को विकास की दौड़ में अव्वल बनाने के प्रयास शुरू किए। इसके चलते जीडीपी में रिकार्ड 13.4 फीसदी बढ़ोतरी हुई। देश के खाद्यान उत्पादन में उत्तर प्रदेश की भागीदारी 21 फीसदी हो गई है। प्रदेश में सड़कों का जाल बिछा दिया गया है। प्रदेश सरकार ने हर मोर्चे पर ठोस काम किया है। हर जिले में एक मेडिकल कालेज और अस्पताल बनाया जा रहा है। 2017 तक चार हवाईअड्डे थे। अब बढ़कर 17 हो गए हैं और चार निमार्णाधीन हैं। हर जिले को



एक विशिष्ट उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए-एक जिला एक उत्पाद योजना लागू किया गया है।1.86 महिलाओं के पीएम उज्ज्वला योजना में रसोई गैस कनेक्शन दिए गए हैं। 18.55 लखपति दीदी प्रदेश में बनाई गई हैं। मुख्यमंत्री कन्या सुमंगला योजना का लाभ 26.81 लाख को मिला है। मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना के तहत 5.20 लाख गरीब परिवार की बच्चियों को 51-51 हजार रुपये दिए गए। इस तरह की सैकड़ों कल्याणकारी योजनाओं का लाभ प्रदेश के हर वर्ग और जाति के लोगों को बिना भेदभाव के लोगों को दिया जा रहा है।

सालों पहले किसान बिरादरी में भाजपा की पैठ कम थी। किसानों को बड़े पैमाने पर जोड़ने का काम पूर्व मुख्यमंत्री कल्याण सिंह ने किया। उसे ठोस आधार योगी आदित्यनाथ ने दिया। पिछले चुनाव से पहले ही योगी जी ने पश्चिमी उत्तर प्रदेश की किसान बिरादरी को स्थाई रूप से भाजपा के साथ जोड़ने में बड़ी कामयाबी पाई । इस इलाके की सबसे बड़ी नकदी फसल गन्ना के बकाये का करीब पौने दो लाख करोड़ रुपये समेत गन्ना किसानों का अब तक 3.15 लाख करोड़ रुपये का भुगतान करवाया। इतना ही नहीं गन्ने की कीमत 313 रुपये प्रति क्विंटल से बढ़ाकर 400 रुपये प्रति क्विंटल किया गया। भुगतान समय पर न करने पर जुमार्ना लगाया जाने लगा है। प्रधानमंत्री मोदी की तरह ही मुख्यमंत्री योगी पर किसानों का विश्वास बढ़ने का नतीजा है कि 2022 के विधानसभा चुनाव में भाजपा ने अपने बल पर पूरी बहुमत की सरकार बना ली। यह तब हुआ जब दिल्ली की सीमाओं पर साल भर से ज्यादा चले किसान आंदोलन का अगुवाई पश्चिमी उत्तर प्रदेश के किसानों के हाथों में ही थी। कुछ ही दिनों में साबित हो गया था कि किसान आंदोलन किसानों के मुद्दों से ज्यादा विपक्ष का राजनीति का औजार बनने लगा था। शायद इसी का अंदाजा होने पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने किसानों के हित बनाए गए तीनों कृषि कानूनों को 21 नवंबर, 2021 को बिना शर्त वापस लेने की घोषणा कर दी। इसके आधार पर संसद ने तीनों बिल को स्थगित कर दिया। बावजूद इसके किसी न किसी बहाने राजनीतिक कारणों से कुछ किसान नेता सरकार विरोधी अभियान फरवरी-मार्च,2022 में हुए विधानसभा चुनाव तक जारी रखे हुए थे। उन नेताओं और उनके को अपने प्रयास में कामयाबी नहीं मिली और भाजपा की सरकार पूरे बहुमत से फिर से बन गई।

भाजपा के दिवंगत नेता कल्याण सिंह ने सभी किसान बिरादरी को भाजपा से जोड़ने का जो प्रयास शुरू किया था, उसे मोदी और योगी ने सर्वव्यापी बना दिया। पहले जाट, गुर्जर, राजपूत,यादव, त्यागी और कुर्मी बिरादरी को ही मुख्य रूप से किसान कौम माना जाता था, जिनकी आबादी एक चौथाई से ज्यादा नहीं है। कल्याण सिंह ने इसमें लोध, राजपूत, काछी, कोइरी, सैनी आदि अनेक जातियों को सफलता से जोड़ने की प्रयास किया को यह आबादी 60 फीसद पार कर गई। इनमें से अनेक बिरादरियों के भाजपा का स्थाई साथ मिल रहा है। लोकसभा चुनाव में पिछली बार के 80 में से 72 के मुकाबले 2019 में 64 सीटें और विधानसभा में 2017 के 312 के मुकाबले 272 सीटें आने से पार्टी नेता सजग हो गए हैं। 2024 लोकसभा चुनाव में भाजपा की सीटें घट कर 37 रह गई थी। संगठन में बदलाव करके कुर्मी बिरादरी के पंकज चौधरी को प्रदेश अध्यक्ष बनाया गया। वे मुख्यमंत्री के साथ तालमेल से पार्टी को लगातार तीसरी बार सत्ता में लाने की तैयारी में हैं। वैसे पिछले विधानसभा चुनाव में भी भाजपा की सीटें कम हुई और प्रदेश में सपा 47 से 125 पर पहुंच गई थी।

1980 के दशक में चले चौधरी महेन्द्र सिंह टिकैत के किसान आंदोलन को कृषि कानून के खिलाफ चले किसान आंदोलन ने दोबारा मजबूती दी। इसमें बड़ा योगदान विपक्षी नेताओं का रहा, जिन्होंने अपने राजनीतिक मकसद के लिए सरकार की समझौते की पेशकश को सफल नहीं होने दी। मोदी और योगी सरकार ने कभी भी किसान आंदोलन को ताकत से कुचलने का प्रयास नहीं किया। किसानों के हित में बनाए कृषि कानूनों को विरोध का मुद्दा बन जाने पर बिना संकोच के उसे वापस ले लिया। प्रधानमंत्री मोदी ने अपने संबोधन में कहा कि हम इन कृषि कानूनों की अच्छाई सभी किसानों को समझाने में सफल नहीं हुए। इसका किसान बिरादरी पर सकारात्मक असर हुआ और महज कुछ ही महीने बाद हुए विधानसभा चुनाव में किसानों ने बड़ी संख्या में भाजपा का ही साथ दिया।

संयोग से देश की राजधानी दिल्ली के करीब बसे इस इलाके की समृद्धि का बड़ा कारण लोगों का हुनरमंद और मेहनती होना है। हर शहर और हर कस्बे में एक न एक विशिष्ट उद्योग कायम है। उसमें गांवों के लोग जुड़ते हैं और इलाके में सबसे बड़ी नकदी फसल गन्ना है। एक समय ऐसा था कि किसान मिल में गन्ना बेचने के बजाए अपने कोल्हू से गुड़, खांडसारी आदि बनाकर ज्यादा पैसा कमा लेते थे। हालात बदलने पर मिलों पर गन्ना किसानों की निर्भरता बढ़ती गई और फिर देर से भुगतान होने की समस्या बढ़ती गई। प्रधानमंत्री मोदी के निर्देश पर मुख्यमंत्री ने बकाया भुगतान करवाने का संकल्प लिया। पहले पौने दो लाख करोड़ रुपये का भुगतान कराया गया। इसी के साथ-साथ गन्ने का समर्थन मूल्य बढ़ाया गया। देरी से भुगतान पर जुमार्ना लगाया गया। इसी का असर हुआ कि गन्ना उत्पादन का इलाका प्रदेश में बढ़कर 28 लाख हेक्टेयर हो गया। इसके बाद गन्ना भुगतान का मुद्दा नकारात्मक के बजाए सकारात्मक हो गया है।

न्यूज ब्रीफ

भोपाल लोक उत्सव-हेरिटेज मेला 2026 का आयोजन 21 अक्टूबर से

भोपाल। NH 12 Creative Women's Club द्वारा विरासत से व्यापार की ओर थीम पर भोपाल लोक उत्सव-हेरिटेज मेला 2026 का आयोजन 21 से 24 अक्टूबर तक प्रधान मंडपम, नर्मदापुरम रोड, भोपाल में किया जाएगा। मेले का उद्घाटन 21 अक्टूबर को शाम 6 बजे होगा। मेले की संयोजक अंशु गुप्ता ने बताया कि मेले में 150 से अधिक महिला उद्यमी अपने उत्पादों का प्रदर्शन एवं विक्रय करेंगी। चंदेरी-महेश्वरी वस्त्र, बाग प्रिंट, हस्तनिर्मित आभूषण, बैग, मिलेट, जैविक एवं वन उपज से बने उत्पाद प्रमुख आकर्षण होंगे। साथ ही महिला उद्यमियों को व्यापारिक संपर्क और नए बाजार उपलब्ध कराने के अवसर मिलेंगे। विशेष पहल के तहत डाउन सिंड्रोम एवं अन्य दिव्यांग बच्चों द्वारा बनाए गए आभूषण, जूट बैग, पेंटिंग और सजावटी वस्तुओं के प्रदर्शन एवं बिक्री के लिए निःशुल्क स्टॉल उपलब्ध कराए जाएंगे। इसका उद्देश्य बच्चों की प्रतिभा को मंच देना और उन्हें आत्मनिर्भरता के लिए प्रोत्साहित करना है। मेले में मेगा लकी ड्रॉ के तहत गोवा यात्रा भी आकर्षण रहेगी। आयोजकों ने शहरवासियों से मेले में शामिल होकर महिला उद्यमियों, बुनकरों और विशेष बच्चों का उत्साहवर्धन करने की अपील की है।

भिण्ड में सड़क सुरक्षा को लेकर नगर पालिका सक्रिय, सीएमओ ने लश्कर रोड़ के टूटे बैरियल का किया निरीक्षण



भिण्ड। भिण्ड में ग्वालियर के शीतला माता मंदिर क्षेत्र में हुए दुर्घटना जैसे हादसों की पुनरावृत्ति को रोकने के लिए भिण्ड नगर पालिका प्रशासन सक्रिय हो गया है। कलेक्टर श्री पवन कुमार जैन के निर्देश पर मुख्य नगर पालिका अधिकारी श्री वीरेंद्र चक्रवर्ती ने लश्कर रोड़ पर लंबे समय से टूटे पड़े बैरियल का स्थल निरीक्षण किया। कलेक्टर श्री पवन कुमार जैन ने सीएमओ श्री वीरेंद्र चक्रवर्ती को निर्देश दिए थे कि भारी वाहनों के प्रवेश को रोकने हेतु लगे बैरियल, जो कि वर्तमान में टूटा हुआ है उसकी शीघ्र मरम्मत कराई जाए तथा उसे रात्रि के समय व्यवस्थित एवं सुरक्षित रूप से खड़ा करने की कार्य योजना तैयार की जाए। सीएमओ भिण्ड श्री वीरेंद्र चक्रवर्ती, उपयंत्री के साथ मौके पर पहुंचे और बैरियल की वर्तमान स्थिति का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान मरम्मत में आवश्यक सामग्री तथा रात्रि में बैरियल सुरक्षित रूप से स्थापित करने की योजना पर विस्तार से चर्चा की गई। यह कदम शहर में भारी वाहनों के नियंत्रित प्रवेश और दुर्घटनाओं से बचाव की दिशा में महत्वपूर्ण माना जा रहा है। नगर पालिका प्रशासन की यह पहल नागरिकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने और सड़क हादसों के जोखिम को कम करने के लिए उठाया गया सकारात्मक कदम है।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव विजयादशमी पर्व पर आज इंदौर में करेंगे शस्त्र-पूजन

शस्त्र-पूजन सुरक्षा और स्वतंत्रता के प्रति सम्मान का प्रतीक: मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव

एक सत बुलेटिन, **भोपाल**

मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव मंगलवार, 20 अक्टूबर को इंदौर में शस्त्र-पूजन करेंगे। विधानसभा अध्यक्ष नरेन्द्र सिंह तोमर ग्वालियर में और वरिष्ठ विधायक हेमंत खंडेलवाल बैतूल में शस्त्र पूजन आयोजन में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगे। प्रदेश के विभिन्न जिलों में आयोजित कार्यक्रमों में मंत्रीगण मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगे।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने सोमवार को जारी अपने संदेश में कहा है कि शस्त्र-पूजन भारतीय सेना के पराक्रम, सुरक्षा और स्वतंत्रता के प्रति सम्मान का प्रतीक है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में भगवान श्रीराम के देश में शक्ति के प्रतिमान गढ़े जा रहे हैं। विजयादशमी पर प्रदेशभर में आयोजित शस्त्र-पूजन कार्यक्रमों के आयोजन का उद्देश्य राष्ट्र की सुरक्षा, सैन्य सामर्थ्य और आत्मनिर्भरता के प्रति सम्मान तथा नागरिकों में राष्ट्रीय सुरक्षा के प्रति विश्वास को सुदृढ़ करना है।

उन्होंने कहा कि विजयादशमी का पर्व सत्य की असत्य पर विजय और शक्ति के अन्याय के विरुद्ध खड़े होने के संकल्प की सार्थकता का प्रतीक है। भारतीय सनातन संस्कृति में शस्त्र-पूजन की परंपरा शक्ति के विवेकपूर्ण उपयोग, निर्बलों की रक्षा, धर्म एवं न्याय की स्थापना और राष्ट्र की सुरक्षा के प्रति कर्त्तव्यबोध का संदेश देती है। इसी सांस्कृतिक परंपरा और राष्ट्रीय सुरक्षा के प्रति सम्मान की भावना को व्यापक रूप से अभिव्यक्त करने के उद्देश्य से राज्य शासन ने प्रदेश में विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय लिया है।



भारतीय परंपरा में शस्त्र-पूजन का महत्व केवल धार्मिक अनुष्ठान तक सीमित नहीं है। यह सामरिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है। विजयादशमी पर शस्त्रों का पूजन कर शक्ति के सदुपयोग, आत्मरक्षा और अन्याय के प्रतिकार का संकल्प लिया जाता है। यह परंपरा सिखाती है कि शक्ति का उद्देश्य आक्रमण या अत्याचार नहीं, बल्कि समाज, राष्ट्र और निर्बलों की रक्षा करना है।

मान्यता है कि भगवान श्रीराम ने रावण पर विजय प्राप्त करने से पूर्व मां शक्ति की उपासना की और अपने अस्त्र-शस्त्रों का पूजन किया था। महाभारत की परंपरा में भी पांडवों द्वारा अज्ञातवास के दौरान सुरक्षित रखे गए अपने अस्त्र-शस्त्र विजयादशमी पर पुनः प्राप्त कर उनका पूजन करने का उल्लेख मिलता है। भारतीय इतिहास में छत्रपति शिवाजी महाराज सहित अनेक शूरवीर योद्धाओं द्वारा विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन और विजय-प्रस्थान की परंपरा रही है।

सनातन संस्कृति में शास्त्र और शस्त्र दोनों का समान महत्व है। शास्त्र ज्ञान, संस्कार और जीवन-मूल्यों का मार्गदर्शन करते हैं, जबकि शस्त्र अन्याय के प्रतिकार तथा समाज और राष्ट्र की रक्षा के साधन हैं। ह्य धर्मो रक्षति रक्षितःह्न का भाव भी यही प्रेरणा देता है कि धर्म, न्याय और मानवीय मूल्यों की रक्षा के लिए सामर्थ्य के साथ कर्तव्य का निर्वहन आवश्यक है।

शस्त्र-पूजन की परंपरा भारतीय सेना, पुलिस और सुरक्षा बलों के साहस, अनुशासन तथा राष्ट्ररक्षा के संकल्प से भी जुड़ी है। सीमा पर तैनात सैनिकों का त्याग, कर्तव्यनिष्ठा और समर्पण देशवासियों की सुरक्षा का आधार है। विजयादशमी पर शस्त्र-पूजन के माध्यम से राष्ट्र की संप्रभुता, स्वाभिमान और नागरिकों की सुरक्षा के प्रति सम्मान व्यक्त किया जाता है।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में देश शक्ति संपन्न और सामर्थ्यवान बन रहा है। राष्ट्रीय सुरक्षा, रक्षा क्षेत्र में आत्मनिर्भरता और सैन्य क्षमताओं के आधुनिकीकरण पर विशेष जोर दिया जा रहा है। ऑपरेशन सिंदूर में भारतीय सशस्त्र बलों की कार्रवाई ने सैन्य कौशल, साहस और राष्ट्र की सुरक्षा के प्रति संकल्प को प्रदर्शित किया। शस्त्र-पूजन इस भावना को भी पुष्ट करता है कि शांति और सद्भाव की रक्षा के लिए राष्ट्र का सजग, अनुशासित और सामर्थ्यवान होना आवश्यक है।

भारतीय संस्कृति में शक्ति की आराधना का उद्देश्य लोकमंगल है। मां दुर्गा की उपासना आत्मबल, साहस, नारी शक्ति के सम्मान और अन्याय के विरुद्ध संघर्ष की प्रेरणा देती है। शस्त्र-पूजन का मूल संदेश है कि शक्ति मयार्दा और अनुशासन से संचालित हो तथा उसका उपयोग मानवता के कल्याण के लिए किया जाए।

विजयादशमी आत्मचिंतन और आत्मसुधार का अवसर भी है। रावण-दहन के साथ अहंकार, लोभ, भेदभाव और कर्तव्य के प्रति उदासीनता जैसी बुराइयों को त्यागने का संकल्प आवश्यक है। सामाजिक एकता, अनुशासन, परिश्रम और राष्ट्रहित के प्रति समर्पण ही सशक्त एवं आत्मनिर्भर भारत के निर्माण की आधारशिला हैं। जनसंपर्क अधिकारी ने बताया कि राज्य शासन द्वारा प्रदेश के विभिन्न जिलों में आयोजित होने वाले शस्त्र-पूजन कार्यक्रमों के लिए मंत्रीगण को मुख्य अतिथि के रूप में नामांकित किया गया है।

सभी विभाग सीएम हेल्पलाइन में लंबित शिकायतों का गंभीरता से करें निराकरण : कलेक्टर



एक सत बुलेटिन, **भिण्ड**

कलेक्टर श्री पवन कुमार जैन की अध्यक्षता में समयावधि पत्रों की समीक्षा बैठक कलेक्ट्रेट सभागार में आयोजित की गई। बैठक में सीएम हेल्पलाइन में दर्ज शिकायतों के विभागवार निराकरण, लोक सेवा गारंटी अधिनियम के लंबित प्रकरणों, विभिन्न आयोगों से संबंधित शिकायतों, स्वामित्व योजना, समग्र ई-केवाईसी तथा अन्य विभागीय विषयों की विस्तृत समीक्षा की गई। कलेक्टर ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी लंबित प्रकरणों का प्राथमिकता के आधार पर समय-सीमा में निराकरण सुनिश्चित करें।

कलेक्टर श्री जैन ने सीएम हेल्पलाइन शिकायतों की विभागवार समीक्षा करते हुए कहा कि सभी विभाग अपने यहां लंबित शिकायतों का गंभीरता से निराकरण करें। कोई भी शिकायत नॉन अटेंड नहीं रहे, शिकायतों का संतुष्टिपूर्वक निराकरण सुनिश्चित किया जाए, ताकि शिकायतकताओं को अनावश्यक परेशानी का सामना न करना पड़े। उन्होंने अधिकारियों को निर्देशित कर कहा कि शिकायतों को अटेंड करना हमारा दायित्व है, कोशिश करके समय सीमा में उनका निराकरण कराएं ताकि 50 दिवस और 100 दिवस से ऊपर की शिकायतों में ना जाने पाएं। उन्होंने स्पष्ट किया कि शिकायतें संतुष्टिपूर्ण के साथ-साथ निम्न गुणवत्ता वाली श्रेणी में नहीं आनी चाहिए; इसके लिए आवश्यक कार्रवाई प्रभावी एवं समयबद्ध रूप से सुनिश्चित की जाए।

कलेक्टर श्री जैन ने लोक सेवा गारंटी अधिनियम के अंतर्गत समय-सीमा से बाहर हुए प्रकरणों की समीक्षा कर अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि लोक सेवा गारंटी अधिनियम के अंतर्गत नागरिकों को निर्धारित समय-सीमा में सेवाएं उपलब्ध कराई जाएं। स्वामित्व योजना के अंतर्गत रजिस्ट्री की कार्यवाही की समीक्षा करते हुए कलेक्टर ने समस्त पटवारियों को इस कार्य में सक्रिय रूप से लगाने के एसडीएम और तहसीलदार को निर्देश दिए।

उन्होंने समग्र से आधार ई-केवाईसी की समीक्षा कर सभी सीईओ जनपद और सीएमओ को निर्देशित किया कि समग्र ई-केवाईसी को प्राथमिकता से करें ताकि लोगों को योजनाओं का लाभ मिल सके।

भोपाल रेल मंडल में विशेष टिकट चेकिंग अभियान 206 मामलों में 1.75 लाख से अधिक जुमार्ना वसूला

एक सत बुलेटिन, **भोपाल**



मंडल रेल प्रबंधक श्री पंकज त्यागी के मार्गदर्शन एवं वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक श्री सौरभ कटारिया के निर्देशन में यात्रियों को उचित एवं वैध टिकट लेकर यात्रा करने के प्रति जागरूक करने तथा बिना टिकट एवं अनुचित टिकट से यात्रा करने वालों पर अंकुश लगाने के उद्देश्य से भोपाल मंडल के विभिन्न स्टेशनों पर विशेष टिकट चेकिंग अभियान चलाया गया। अभियान के अंतर्गत 15 से 17 अक्टूबर 2026 के दौरान राजगढ़-ब्यावरा, विदिशा एवं भोपाल स्टेशनों पर टिकट जांच की गई। इस दौरान कुल 23 टिकट चेकिंग स्टाफ ने कार्रवाई करते हुए 206 मामलों में 1,75,245 की जुमार्ना राशि वसूल की।

15 अक्टूबर 2026 को राजगढ़-ब्यावरा स्टेशन पर 6 टिकट चेकिंग स्टाफ द्वारा विशेष टिकट जांच अभियान चलाया गया। इस दौरान बिना टिकट यात्रा के 38 मामले पकड़े गए, जिनसे 34,960 का जुमार्ना वसूला गया। वहीं, अनुचित टिकट के 39 मामलों में 28,630 की जुमार्ना राशि प्राप्त हुई। इस प्रकार कुल 77 मामलों में 63,590 का जुमार्ना वसूला गया।

16 अक्टूबर 2026 को विदिशा स्टेशन पर 7 टिकट चेकिंग स्टाफ द्वारा जांच की गई। अभियान के दौरान बिना टिकट यात्रा के 31 मामले पकड़े गए, जिनसे 19,635 का जुमार्ना वसूला गया। इसके अतिरिक्त, अनुचित टिकट के 4 मामलों में 2,850 की राशि वसूल की गई। इस प्रकार कुल 35 मामलों में 22,485 का जुमार्ना प्राप्त हुआ।

17 अक्टूबर 2026 को भोपाल स्टेशन पर 10 टिकट चेकिंग स्टाफ द्वारा विशेष जांच अभियान चलाया गया। इस दौरान बिना टिकट यात्रा के 59 मामले पकड़े गए, जिनसे 60,770 का जुमार्ना वसूला गया। वहीं, अनुचित टिकट के 35 मामलों में 28,400 की जुमार्ना राशि प्राप्त हुई। इस प्रकार कुल 94 मामलों में 89,170 का जुमार्ना वसूला गया।

भोपाल मंडल द्वारा यात्रियों को रेलवे नियमों के प्रति जागरूक करने तथा बिना टिकट एवं अनुचित टिकट से यात्रा करने पर प्रभावी रोक लगाने के लिए समय-समय पर विशेष टिकट चेकिंग अभियान चलाए जा रहे हैं। इन अभियानों का उद्देश्य रेलवे राजस्व की सुरक्षा के साथ-साथ टिकट संबंधी नियमों का पालन सुनिश्चित करना है।

वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक श्री सौरभ कटारिया ने यात्रियों से अपील की है कि वे हमेशा उचित एवं वैध टिकट लेकर ही यात्रा करें तथा रेलवे के नियमों का पालन करें। उन्होंने कहा कि यात्रियों की सुविधा और रेलवे नियमों के प्रभावी अनुपालन को सुनिश्चित करने के लिए टिकट चेकिंग अभियान निरंतर जारी रहेंगे।

भोपाल मंडल ने प्रथम छह माह में 1,096 करोड़ से अधिक का ऑरिजिनेटिंग रेवेन्यू अर्जित किया

एक सत बुलेटिन, **भोपाल**



पश्चिम मध्य रेल ने चालू वित्तीय वर्ष 2026-27 के प्रथम छह माह में राजस्व अर्जन के क्षेत्र में उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल की है। इस अवधि में पश्चिम मध्य रेल ने कुल 4,695 करोड़ 41 लाख का ऑरिजिनेटिंग रेवेन्यू अर्जित किया, जो पिछले वित्तीय वर्ष की समान अवधि में अर्जित 4,291 करोड़ 83 लाख की तुलना में 403 करोड़ 58 लाख अधिक है। इस प्रकार राजस्व में 9.40 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई है। इस अवधि में भोपाल मंडल ने 1,096 करोड़ 27 लाख का ऑरिजिनेटिंग रेवेन्यू अर्जित कर पश्चिम मध्य रेल की राजस्व वृद्धि में महत्वपूर्ण योगदान दिया है।

पश्चिम मध्य रेल ने वित्तीय वर्ष के प्रथम छह माह में यात्री यातायात से 1,409 करोड़ 83 लाख, माल यातायात से 3,030 करोड़ 46 लाख, अन्य कोचिंग मदों से 99 करोड़ 24 लाख तथा विविध आय से 155 करोड़ 88 लाख का राजस्व अर्जित किया। इसमें माल यातायात राजस्व का प्रमुख स्रोत रहा।

यात्रियों की सुविधा और बढ़ती मांग को ध्यान में रखते हुए भोपाल मंडल द्वारा नियमित ट्रेनों के अतिरिक्त विशेष ट्रेनों का संचालन एवं उनकी अवधि का विस्तार, ट्रेनों में अतिरिक्त कोचों की व्यवस्था तथा प्रतीक्षा सूची कम करने के लिए अतिरिक्त यात्री क्षमता उपलब्ध कराने जैसे प्रयास किए जा रहे हैं। यात्रियों की आवश्यकताओं के अनुरूप ट्रेनों को अतिरिक्त ठहराव प्रदान करने पर भी ध्यान दिया जा रहा है, ताकि यात्रियों को सुविधाजनक यात्रा और कन्फर्म बर्थ की बेहतर उपलब्धता सुनिश्चित की जा सके।

माल परिवहन को प्रोत्साहित करने के लिए माल गोदामों में लोडिंग एवं अनलोडिंग सुविधाओं के विस्तार, मौजूदा सुविधाओं के उन्नयन, नए माल गोदामों के विकास तथा गतिशक्ति कार्गो टर्मिनल और नई साइडिंग विकसित करने पर जोर दिया जा रहा है। इसके साथ ही व्यवसाय विकास इकाइयों के माध्यम से नए माल यातायात को आकर्षित करने के प्रयास किए जा रहे हैं। गैर-किराया राजस्व बढ़ाने के लिए भी नए स्रोतों की पहचान तथा नई अभिनव गैर-किराया राजस्व विचार योजना के अंतर्गत उपलब्ध संभावनाओं का उपयोग करने पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। भोपाल मंडल द्वारा यात्री सुविधाओं में निरंतर सुधार, माल परिवहन को प्रोत्साहन तथा राजस्व के विभिन्न स्रोतों को सुदृढ़ करने के लिए वाणिज्य एवं परिचालन विभाग के समन्वय से निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं।

मध्य प्रदेश में मोटे अनाज की खेती की पुनर्जीवित होती परंपरा और बढ़ता उत्पादन

एक सत बुलेटिन, **भोपाल**

मध्य प्रदेश में मोटे अनाज की खेती से न केवन प्राचीन परंपरा पुनर्जीवित हो रही हे अपितु उत्पादन भी बढ़ रहा है।आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2024-25 के दौरान प्रदेश ने 77.75 लाख टन मोटे अनाज का उत्पादन दर्ज किया है, जो दो साल पहले की तुलना में 18.62 लाख टन अधिक है।

मध्य प्रदेश में खेती धीरे-धीरे अपनी पारंपरिक जड़ों की ओर लौट रही है, जहां कम पानी, कम लागत और जलवायु के अनुकूल माने जाने वाले मोटे अनाजों यानी 'श्री अन्न' का उत्पादन तेजी से बढ़ रहा है। कभी पारंपरिक खानपान और आदिवासी संस्कृति का अभिन्न हिस्सा रहे ये अनाज अब खेती की अर्थव्यवस्था और पोषण सुरक्षा के नए आधार बनकर उभर रहे हैं। मोटे अनाज का उत्पादन बढ़ने से मध्य प्रदेश अब देश में तीसरे स्थान पर आ गया है।

इस उल्लेखनीय वृद्धि के साथ मध्य प्रदेश देश में तीसरे स्थान पर पहुँच गया है, जहाँ देश के कुल मोटे अनाज उत्पादन में प्रदेश की हिस्सेदारी 12.17 प्रतिशत है। वर्तमान में राज्य के 52 जिलों में ज्वार, 48 जिलों में मक्का, 44 जिलों में बाजरा और 27 जिलों में कोदो-कुटकी जैसी पारंपरिक फसलें बड़े पैमाने पर उगाई जा रही हैं। आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2024-25 के दौरान प्रदेश ने 77.75 लाख टन मोटे अनाज का उत्पादन दर्ज किया है, जो दो साल पहले की तुलना में 18.62 लाख टन अधिक है।

मोटे अनाजों के इस पुनरुत्थान के पीछे सरकार की किसान-हितैषी नीतियां और किसानों का बदलता दृष्टिकोण प्रमुख वजह है।

न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी), बोनस और बीज सहायता जैसी योजनाओं ने किसानों को इन फसलों की खेती के प्रति आश्वस्त किया है। जलवायु परिवर्तन और अनिश्चित बारिश के दौर में कम पानी की आवश्यकता वाली ये फसलें किसानों के लिए अधिक सुरक्षित साबित हो रही हैं।



कदमों से तय दूरी बढ़ा देगी जिंदगी के कई साल

एक्सपर्ट की राय मानें तो हफ्ते में 3 बार 5000 कदम चलना हमारी जिंदगी बढ़ा सकता है इस बात से हम सभी वाकिफ हैं कि हेल्दी लाइफ जीने के लिए हमें फिजिकली एक्टिव रहना बेहद जरूरी है. अब हर कोई तो जिम में घंटों पसीना नहीं बहा सकता। ऐसे में पैदल चलना सबसे आसान और असरदार तरीका माना जाता है, लेकिन सवाल उठता है कि आखिर अच्छी सेहत के लिए कितना कदम चलना चाहिए।

हफ्ते में 3 बार 5000 कदम चलें

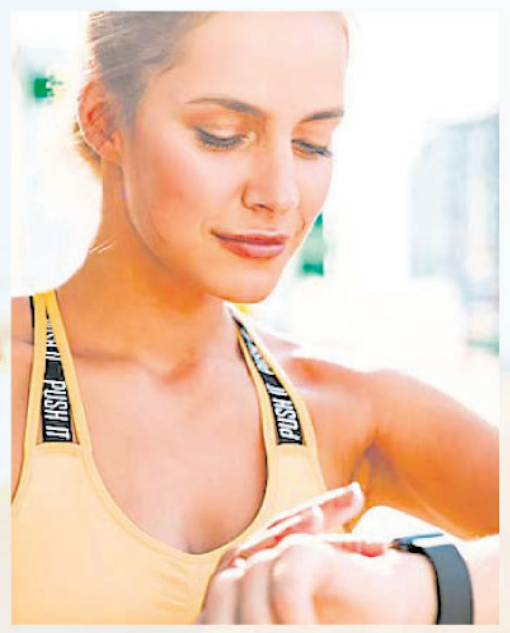
एक रिसर्च का दावा है कि एक हफ्ते में कम से कम तीन बार 5000 से ज्यादा कदम चलने वालों की जिंदगी खुशहाल और लंबी हो सकती है. लाइफस्टाइल से जुड़ी बीमारियों जैसे डायबिटीज, हार्ट डिजीज, स्ट्रोक, मोटापा, डिप्रेशन आदि से भी बचा जा सकता है।

उम्र के हिसाब से लिमिट सेट करें

लोग उसे देख तसल्ली से कहते हैं चलो इतने स्टेप्स तो पूरे हुए. फिर भी अच्छी सेहत रखने के लिए कितने कदम चलने चाहिए इसे लेकर हमेशा बहस होती रही है. एक दिन में 10 हजार कदम चलना बेस्ट माना गया है, लेकिन उम्र के हिसाब से हर किसी के लिए कदमों की लिमिट अलग-अलग है।

3 साल बढ़ सकती है जिंदगी

कुछ महीने पहले लंदन स्कूल ऑफ इकोनॉमिक्स की एक रिसर्च से पता चला कि 2 साल तक हर हफ्ते तीन बार कम से कम 5,000 कदम चलने की आदत को बनाए रखने वाले शख्स की उम्र 3 साल और बढ़ सकती है, इतना ही नहीं वर्जिश से जुड़े एक्स्ट्रा खर्चे में भी लगभग 13% तक की कमी आ सकती है।



स्मार्ट वॉच का सहारा लें

सेहतमंद रहने के लिए मेहनत करने का इरादा तो हर किसी के मन में पनपता है, लेकिन भागदौड़ भरी इस जिंदगी में समय की बड़ी मार है. इन तमाम चुनौतियों का रामबाण है पैदल चलना. मॉर्डन जमाने में अब ज्यादातर लोगों के हाथ में स्मार्ट वॉच पहनने का चलन है. इसके कई फायदे हैं, समय दिखाने के अलावा इसमें पल्स रेट से लेकर आपने पूरे दिन में कितने कदम चले इसका हिसाब भी रखता है।

पैदल चलने के फायदे

रोजाना पैदल चलने से कई तरह के फायदे होते हैं, जैसे कि शरीर एक्टिव रहता है और हम दिनभर के कामों को आसानी से कर पाते हैं. पैदल चलने से हार्ट रेट में सुधार होता है और ब्लड प्रेशर भी कम होता है. जोड़ों के दर्द में आराम भी मिलता है. पैदल चलने से चिंता और अवसाद जैसी मानसिक समस्याओं में भी काफी हद तक राहत मिलती है।

ज्यादा पानी ले सकता है जिंदगानी

किसी ने सच ही कहा है अति सर्वत्र वर्जयेत। चाहे वो खाना हो या पानी। या जीवन की अन्य कोई गतिविधि। वैसे सामन्य तौर पर कहा जाता है कि पानी का ज्यादा इंटेक शरीर को स्वस्थ रखता है लेकिन इसकी भी एक सीमा है। उससे अधिक पानी पीने से आपकी मृत्यु भी हो सकती है।

दिनभर में कितने गिलास पानी पीना चाहिए

ऐसे में यह सवाल उठता है कि आखिर दिनभर में कितना पानी पिएं चाहिए? एक्सपर्ट कहते हैं कि हर व्यक्ति के लिए उसकी शारीरिक स्थिति जैसे- लंबाई, वजन और व्यायाम की आदत अनुसार पानी पीने की मात्रा घट बढ़ सकती है. मगर पूरे दिन में 8-10 गिलास पानी पीना सेहत के लिए माना गया है. मतलब है कि 8-10 गिलास पानी पीने से आपकी सेहत को कोई नुकसान नहीं होता है।



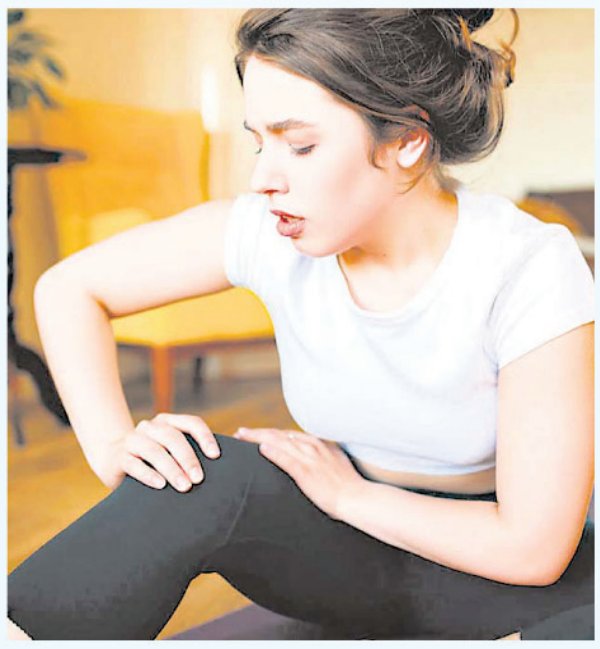
कितना वॉटर इनटेक है जरूरी

क्या आप जानते हैं ग्रेट मार्शल आर्टिस्ट ब्रूस ली की कम उम्र में मौत कारण पानी बताया जा रहा है। साल, 2022 में एक रिसर्च हुई थी जिसमें पता चला कि ब्रूस ली की मौत के लिए जिम्मेदार हाइपोनैरेमिया था. यह एक ऐसी बीमारी है, जिसमें दिमाग में सूजन आ जाती है और इस सूजन का मुख्य कारण होता है पानी. जिस समय ब्रूस ली की मौत हुई थी, तब डॉक्टरों ने दिमाग की सूजन मौत का कारण बताया था. मगर, क्लिनिकल किडनी जर्नल में वैज्ञानिकों ने उनकी मौत के करीब 50 साल बाद बताया कि ज्यादा पानी पीने से ब्रूस ली की मौत हुई थी। पानी को लेकर हाल ही में एक और रिसर्च पेपर सामने आया है।

कनाडा में मैकगिल यूनिवर्सिटी हेल्थ सेंटर (आरआई-एमयूएचसी) के रिसर्च इंस्टीट्यूट की एक टीम ने अपने रिसर्च में बताया कि ज्यादा पानी पीने से जानलेवा हाइपोनैरेमिया का खतरा काफी बढ़ सकता है. शोधकताओं के अनुसार, जब हम बहुत ज्यादा पानी पीते हैं, तो हमारे खून में सोडियम की कमी हो जाती है. इस वजह से दिमाग में सूजन आ जाती है. इसे ही हाइपोनैरेमिया कहते हैं, और ऐसा ब्रूस ली के साथ हुआ था, जिस कारण उनकी मौत हो गई थी। शोध बताते हैं कि पानी हमारे जीवन की जरूरत तो है, शरीर को हाइड्रेट तो रखता है. मगर यही पानी कुछ लापरवाही से मौत का कारण बन जाता है. शरीर में पानी की मात्रा कम हो जाने पर इसे डिहाइड्रेशन कहते हैं. वैसे ही पानी की मात्रा ज्यादा हो जाने पर इसे ओवरहाइड्रेशन कहा जाता हैं. रिपोर्ट के मुताबिक, जब हमारे शरीर में बहुत ज्यादा पानी होता है, तो किडनी अतिरिक्त फ्लूइड को बाहर नहीं निकाल पाती है। बहुत ज्यादा पानी पीने से खून में सोडियम की मात्रा कम हो जाती है, जिसे हाइपोनैरेमिया कहा जाता है. यह स्थिति तब पैदा होती है, जब शरीर का सोडियम लेवल बहुत कम हो जाता हैं. इससे सिरदर्द, उल्टी, थकान और में ब्रेन में सूजन तक हो सकता है।

यूरिक एसिड बढ़ने से होती हैं ये बीमारियां

यूरिक एसिड का लेवल एक निश्चित मात्रा से अधिक बढ़ने से शरीर में काफी सारी समस्याएं होने लगती हैं. यूरिक एसिड क्या है? यूरिक एसिड कैसे बढ़ता है? यूरिक एसिड को कम कैसे किया जा सकता है?



आज के समय में यूरिक एसिड की बीमारी बड़ी कॉमन हो गई है, जिसकी वजह से पुरानी बीमारियां जन्म ले लेती हैं। खराब लाइफस्टाइल, खराब खान पान, पानी का कम सेवन और कैलोरी से भरपूर खाने का सेवन करने से शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा बढ़ जाती है। दरअसल, यूरिक एसिड शरीर में एक गंदगी की तरह जमा हो जाता है। शरीर के खून में अगर यूरिक एसिड की मात्रा बढ़ जाए तो उससे जोड़ों की दिक्कत, किडनी की बीमारी, दिल के दौरे जैसी खतरनाक बीमारियां भी हो सकती हैं. कई बार ऐसा भी होता है कि यूरिक एसिड शरीर में क्रिस्टल का रूप ले लेता है और धीरे धीरे जोड़ों के आसपास जमा होने लगता है. जिसके कारण जोड़ों में दर्द की समस्या होने लगती है।

शरीर में हाई यूरिक एसिड के ये हैं कारण ● रात में ज्यादा खा लेना ● खराब लाइफस्टाइल ● स्ट्रेस ● पानी का कम सेवन ● ज्यादा नॉन वेज खाना ● समय पर न खाना और न सोना

यूरिक एसिड से होने वाली हेल्थ प्रॉब्लम्स

गाउट – गाउट गठिया का एक रूप है. इस स्थिति में शरीर के जोड़ों में दर्द होने लगता है क्योंकि यूरिक एसिड जोड़ों और टिश्यूज में बनता है और सूजन-दर्द पैदा होता है. गाउट आमतौर पर पैर के अंगूठे के जोड़, टखने और घुटनों के जोड़ को प्रभावित करता है।

किडनी की समस्या – किडनी, यूरिक एसिड के साथ-साथ ब्लड से अन्य अपशिष्ट पदार्थों को भी फिल्टर करती है. किडनी डिसीज किडनी को नुकसान पहुंचाती हैं और उन्हें काम करने से रोकती है. इससे यूरिक एसिड ब्लड में जमा होने लगता है।



हाई यूरिक में एसिड इन फूड्स का न करें सेवन



गोल्डन किशमिश
किशमिश अंगूर से बनती है जिसमें प्यूरीन होता है. प्यूरीन के सेवन करने से गाउट (अर्थराइटिस) की समस्या और भी बढ़ सकती है और यह खून में यूरिक एसिड की मात्रा को भी बढ़ाता है. गाउट से पीड़ित लोगों को सूखे मेवों से पूरी तरह बचना चाहिए।



सेब
सेब भी प्राकृतिक फ्रक्टोज का एक रूप है. सेब को बहुत अधिक खाना अर्थराइटिस की स्थिति को और भी खराब कर सकता है।



इमली का रस
इमली के रस के और भी लाभ हैं, लेकिन गाउट से पीड़ित लोगों को इसे नहीं लेना चाहिए. फ्रक्टोज का ज्यादा होना यूरिक एसिड के लिए खराब है, जिसके परिणाम अच्छे नहीं होते हैं।



चीकू
यह भी एक फ्रक्टोज माना जाता है. इसलिए, यूरिक एसिड को कम करने के लिए चीकू से बचना चाहिए।



खजूर
खजूर कम प्यूरीन वाला फल होता है, लेकिन इसमें फ्रक्टोज की मात्रा ज्यादा होती है. खजूर को खाना भी सही नहीं है क्योंकि वे आपके खून में फ्रक्टोज की मात्रा बढ़ा सकते हैं।

ये दर्द बड़ा बेदर्द है

आपके पैरों में दर्द या बेचैनी की कोई भी अनुभूति है। यह दर्द आपके कमर और टखनों के बीच कहीं भी हो सकता है। पैर का दर्द मध्यम से लेकर गंभीर तक हो सकता है। यह इस बात पर निर्भर करता है कि आपके दर्द का कारण क्या है। आपके लक्षण हमेशा मौजूद हो सकते हैं या वे आते-जाते भी रह सकते हैं। पैर का दर्द तीव्र हो सकता है। इसका मतलब है कि यह जल्दी आता है और फिर चला जाता है। या यह कई हफ़्तों या महीनों तक रह सकता है। इस मामले में इसे क्रॉनिक लेग पेन कहा जाता है। कुछ लोगों के लिए, क्रॉनिक लेग पेन सालों तक रह सकता है और उनके जीवन को प्रभावित कर सकता है।

पैर दर्द के लक्षण क्या हैं?



पैर में दर्द कई अलग-अलग रूपों में होता है। यह आपके पैर के सिर्फ. एक छोटे से हिस्से को प्रभावित कर सकता है। या यह पूरे पैर के बड़े हिस्से को प्रभावित कर सकता है। कभी-कभी पूरे पैर में दर्द होता है। दर्द आपके नितंबों या पैर में हो सकता है। यह आपकी पीठ के निचले हिस्से या रीढ़ की हड्डी में भी हो सकता है।

आपके शरीर के अन्य भागों में भी दर्द हो सकता है।

दर्द इस प्रकार हो सकता है:

सुस्त या तेज, जलन या झुनझुनी, आपका पैर सुन्न हो सकता है.
पैर दर्द के साथ होने वाले अन्य संकेत और लक्षण हैं:
सूजन - जाँच करें कि क्या एक पैर दूसरे से अलग दिखता है
वैरिकाज - वेंस, घाव या अल्सर, लालिमा, सूजन या गर्मी
आपके पैर या पंजे के रंग में परिवर्तन, धीरे-धीरे ठीक होने वाला घाव

यदि आप किसी संक्रमण या टूटे हुए पैर से उबर रहे हैं तो सामान्य रूप से अस्वस्थ महसूस करना अगर आपके पैर में दर्द अचानक, गंभीर या लगातार हो रहा है, तो आपको डॉक्टर को दिखाना चाहिए। अगर आपको पैर में दर्द के अलावा कोई और लक्षण भी है, तो भी आपको डॉक्टर को दिखाना चाहिए।

पैर में दर्द का क्या कारण है?

पैरों में दर्द के कुछ सामान्य कारण इस प्रकार हैं:

ऐंठन- अपने पैर का पर्याप्त उपयोग न करना
छोटी-मोटी चोटें - मांसपेशियों या जोड़ों में मोच और खिंचाव
भंग- संक्रमण - जैसे सेल्युलाइटिस
आपके शरीर में कुछ गड़बड़ी होने पर भी आपको पैरों में दर्द हो सकता है
आपकी रक्त वाहिकाओं में समस्याएँ - जैसे रक्त का थक्का बनना, या खराब रक्त प्रवाह
वैरिकाज - वेंस
गठिया - गाउट , ऑस्टियोआर्थराइटिस और रुमेटीइड गठिया
स्व-प्रतिरक्षा समस्याएं
आपकी नसों से जुड़ी समस्याएं - जैसे साइटिका
बच्चों में पैरों का दर्द बढ़ते हुए दर्द का संकेत हो सकता है

मांसपेशियों की समस्याएं

ऐंठन – तब होती है जब आपकी मांसपेशियाँ अचानक सिकुड़ जाती हैं। दर्द आमतौर पर आपके पिंडली में महसूस होता है। यह अपने आप ही काफी जल्दी ठीक हो जाता है। कभी-कभी गर्भावस्था में पैरों में ऐंठन हो सकती है ।

मांसपेशियों में मोच और खिंचाव – आपका पैर बहुत कोमल हो सकता है और आपको अपना पैर हिलाने में परेशानी हो सकती है। आपको मांसपेशियों में ऐंठन या सूजन भी हो सकती है।

कम्पार्टमेंट सिंड्रोम – दर्द बहुत तेज होगा और जब आप अपना पैर फैलाएंगे तो यह और भी बदतर हो जाएगा। आपकी त्वचा में झुनझुनी, जलन या सुन्नता महसूस हो सकती है। या आपकी त्वचा पीली दिख सकती है और ठंडी लग सकती है।

वास्तु के अनुसार ऑफिस बैग में क्या नहीं रखना चाहिए

तरक्की पाने के लिए ऑफिस में अच्छा प्रदर्शन हर कोई करना चाहता है। हर व्यक्ति का सपना होता है कि बॉस और सीनियर्स उसकी तारीफ करें और उसे प्रमोशन के साथ इंक्रीमेंट मिले। लेकिन कई बार व्यक्ति के खूब मेहनत करने पर भी सफलता नहीं मिलती है या मिलते-मिलते हाथ से फिसल जाती है। अगर आपके साथ भी ऐसा हो रहा है तो, इसका कारण ऑफिस बैग में छिपा हो सकता है। वास्तु के अनुसार, ऑफिस बैग में कुछ चीजों को रखने से नकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। तरक्की में अड़चनें व भाग्य में बाधाएं आती हैं। जानें वास्तु के अनुसार ऑफिस बैग में क्या नहीं रखना चाहिए।



गंदे कपड़े
ऑफिस बैग में गंदे या इस्तेमाल किए हुए कपड़े रखने की आदत वास्तु दोष का कारण बनती है। वास्तु के अनुसार, बैग में गंदे कपड़ों को रखने से नकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है, जिससे थकावट और मानसिक अशांति बढ़ती है।

चाकू या नेल कटर
वास्तु के अनुसार, ऑफिस बैग में नेल कटर या चाकू को नहीं रखना चाहिए। इन चीजों को बैग में रखने से ऑफिस में आपकी छवि पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है और तरक्की में अड़चनें आ सकती हैं।

मेकअप और ज्वैलरी
अक्सर महिलाएं अपने ऑफिस बैग में मेकअप आदि से जुड़ी चीजें रखती हैं। वास्तु के अनुसार, इन चीजों का संबंध शुक्र से होता है। जबकि ऑफिस का माहौल बुध व मंगल से जुड़ा होता है। ऐसे में ऑफिस बैग में रखी मेकअप की वस्तुएं व्यावसायिक फैसलों पर प्रभाव डालती है और फोकस कम करती हैं। इससे मानसिक संतुलन अस्थिर होता है।

कटे-फटे नोट व पुराने बिल
वास्तु के अनुसार, करियर में उन्नति के लिए ऑफिस बैग में पुराने बिल या कटे-फटे नोट नहीं रखने चाहिए। वास्तु में इन चीजों को अनावश्यक मानसिक दबाव का कारण माना गया है।

परफ्यूम और डिओडरेंट
कई लोगों की ऑफिस बैग में परफ्यूम और डिओडरेंट रखने की आदत होती है। वास्तु के अनुसार, ऑफिस बैग में इन चीजों को रखने से ध्यान भटकता है और ऑफिस कार्यों में फोकस कम होता है। ऑफिस बैग में इन चीजों को रखने से तरक्की में अड़चनों का सामना करना पड़ता है।

तुलसी के पास नियमित रूप से दीपक जलाने से लाभ

हिंदू धर्म में तुलसी का पौधा पूजनीय है। तुलसी को मां लक्ष्मी का स्वरूप माना गया है। मान्यता है कि जिस घर में तुलसी का पौधा हरा-भरा रहता है, वहां मा लक्ष्मी का वास होता है। जानें तुलसी के पास नियमित रूप से दीपक जलाने के क्या फायदे होते हैं। तुलसी के पास नियमित रूप से दीपक जलाने से क्या फल मिलते हैं। तुलसी के पौधे के पास रोजाना दीपक जलाना वास्तु शास्त्र में अत्यंत शुभ व लाभकारी माना गया है। मान्यता है कि जिस घर में प्रतिदिन तुलसी के पौधे के सामने दीपक जलाया जाता है, वहां सुख-शांति व समृद्धि का वास होता है। तुलसी को मां लक्ष्मी का स्वरूप माना गया है। कहा जाता है कि तुलसी के पास दीपक जलाने से भगवान विष्णु के साथ मां लक्ष्मी का भी आशीर्वाद प्राप्त होता है। जानें वास्तु के अनुसार तुलसी पर नियमित रूप से दीपक जलाने से क्या फल मिलता है।



तुलसी के पास दीपक क्यों जलाना चाहिए
वास्तु में तुलसी के पौधे को सकारात्मक ऊर्जा का स्रोत माना गया है। मान्यता है कि तुलसी के सामने दीपक जलाने से वातावरण में मौजूद नकारात्मक ऊर्जा नष्ट होती है और सकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह होता है, जिससे मानसिक शांति व खुशहाली मिलती है।

तुलसी के पास दीपक लगाने के लाभ
वास्तु के अनुसार, तुलसी के पास प्रतिदिन दीपक लगाने से शनि व राहु-केतु के अशुभ प्रभावों में कमी आती है। तुलसी के पास विशेष रूप से शनिवार को दीपक लगाने से शनिदेव के प्रसन्न होने की मान्यता है। तुलसी के पास दीपक जलाना राहु-केतु की काली ऊर्जा को संतुलित करता है, जिससे भय व तनाव से राहत मिलती है।

तुलसी के सामने दीपक जलाने के फायदे
वास्तु के अनुसार, तुलसी के सामने दीपक जलाने से मां लक्ष्मी प्रसन्न होती हैं। मां लक्ष्मी की कृपा से घर में सुख-समृद्धि आती है और दरिद्रता का अंत होता है। मान्यता है कि तुलसी के पौधे के पास जलाया गया दीपक धन, वैभव व शुभता को आकर्षित करता है।

वास्तु दोष से मिलती है मुक्ति
वास्तु के अनुसार, तुलसी के पास रोज दीपक जलाने से वास्तु दोषों से मुक्ति मिलती है। इससे जीवन में आर्थिक स्थिरता व रिश्तों में खुशहाली आती है।

ये 5 फैब्रिक देते हैं रिच रॉयल लुक

फैशन की दुनिया में आए दिन नए-नए ट्रेंड बदलते रहते हैं। इन फैशन ट्रेंड्स को फॉलो करने वाले लोगों की एक ही ख्वाहिश रहती है कि वो हर फैब्रिक को कैरी करके स्टानिंग और रॉयल में दिखे। अगर आप भी चाहते हैं कि पार्टी से लेकर नॉर्मल वियर तक, अपने हर आउटफिट में आपके स्टाइलिश रॉयल लुक की तारीफ हर जगह हो, लोग आपके ड्रेसिंग सेंस से इंप्रेस हुए बिना ना रह पाएं तो ये 5 फैब्रिक आपकी मदद कर सकते हैं। ये 5 फैब्रिक ना सिर्फ पहने हुए बेहद अच्छे लगते हैं बल्कि आपको रिच लुक भी देते हैं। ये 5 फैब्रिक देते हैं रिच रॉयल लुक



■ रेशम
रेशम, जिसे अंग्रेजी में सिल्क कहते हैं, ऐसा फैब्रिक है,जो अपनी चमक, सॉफ्टनेस और खूबसूरत बनावट के लिए जाना जाता है। इस फैब्रिक का उपयोग साड़ियां, कुर्ते, ब्लाउज और स्कार्फ बनाने के लिए यूज होता है। रेशम से बने कपड़े पहने हुए रॉयल लुक देते हैं।

■ वेलवेट
वेलवेट एक गहरे रंग का सॉफ्ट टेक्सचर वाला फैब्रिक है। इस फैब्रिक का उपयोग ज्यादातर सर्दियों के कपड़े जैसे लहंगे, कुर्ते या जैकेट बनाने के लिए किया जाता है। इस फैब्रिक में गहरे रंग जैसे रॉयल ब्लू, डार्क रेड, पन्ना हरा खासतौर पर आकर्षक लगते हैं।

■ लिनन
लिनन का फैब्रिक गर्मियों में पहनने के लिए परफेक्ट ऑप्शन होता है। आप इस फैब्रिक से गर्मियों में कुर्ते, शर्ट या ब्लेजर बनवाकर पहन सकते हैं। जो आपको एक रिच लुक देता है। जरदोजी वर्क वाले

■ फैब्रिक
जरी और जरदोजी के काम वाली साड़ियां या लहंगे, अपनी चमक और मुश्किल कढ़ाई की वजह से किसी भी महिला को रईसी का अहसास करवा सकते हैं। आप इस तरह के कपड़े किसी खास मौके पर पहन सकती हैं।

कश्मीरी ऊन
कश्मीरी ऊन एक महंगा कपड़ा है, जो अपनी हल्की, गर्म और बेहद सॉफ्ट बनावट के लिए लोगों के बीच फेमस होता है। सर्दियों में कश्मीरी शॉल, स्वेटर या स्टोल पहनकर आप अपने लुक में रॉयल चार्म जोड़ सकते हैं।

आज का राशिफल



मेष राशि - आज का दिन आपके लिए नई संभावनाओं के द्वार खोलेगा। कार्यक्षेत्र में आपकी मेहनत और आत्मविश्वास का अच्छा परिणाम मिलेगा। वरिष्ठ अधिकारियों से सहयोग प्राप्त होगा और लंबे समय से रुका हुआ कोई कार्य पूरा हो सकता है। यदि आप नई नौकरी की तलाश में हैं तो शुभ समाचार मिलने की संभावना है। व्यापार में नए अनुबंध और नए ग्राहकों से लाभ मिलेगा। आर्थिक स्थिति मजबूत रहेगी। निवेश से लाभ मिलने के योग बन रहे हैं।

वृषभ राशि - आज का दिन आर्थिक दृष्टि से शुभ रहेगा। कार्यक्षेत्र में आपकी जिम्मेदारियां बढ़ सकती हैं, लेकिन आपकी मेहनत और अनुभव आपको सफलता दिलाएंगे। व्यापारियों के लिए नए निवेश लाभदायक साबित हो सकते हैं। पुराने रुके हुए धन की प्राप्ति होने के संकेत हैं। परिवार में आनंद का वातावरण रहेगा। माता-पिता का सहयोग मिलेगा। प्रेम जीवन में विश्वास और निकटता बढ़ेगी।

मिथुन राशि - आज आपकी वाणी, बुद्धिमत्ता और निर्णय क्षमता आपको सफलता दिलाएगी। कार्यक्षेत्र में आपकी योजनाओं को सराहा जाएगा और नए अवसर प्राप्त होंगे। विद्यार्थियों के लिए यह दिन विशेष रूप से लाभदायक रहेगा। प्रतियोगी परीक्षाओं में सफलता मिलने की संभावना है।आर्थिक लाभ के अच्छे संकेत हैं। परिवार के साथ समय बिताने का अवसर मिलेगा।

कर्क राशि - आज आपको धैर्य और संयम के साथ आगे बढ़ने की आवश्यकता होगी। कार्यक्षेत्र में कुछ चुनौतियां सामने आ सकती हैं, लेकिन आपकी समझदारी आपको सफलता दिलाएगी। किसी भी महत्वपूर्ण निर्णय में जल्दबाजी करने से बचें।आर्थिक मामलों में खर्चों पर नियंत्रण रखें। परिवार का सहयोग मिलेगा। जीवनसाथी के साथ संबंध मधुर रहेंगे। स्वास्थ्य के प्रति लापरवाही न करें। विचारों का मतभेद हो सकता है, लेकिन धैर्य और समझदारी से बात रखने पर हर समस्या का समाधान निकल आएगा।

सिंह राशि - आज सम्मान और प्रतिष्ठा में वृद्धि के योग हैं। कार्यक्षेत्र में आपकी नेतृत्व क्षमता और आत्मविश्वास की सराहना होगी। सरकारी कार्यों में सफलता मिलने की संभावना है। व्यापार में विस्तार के अवसर प्राप्त होंगे। आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। परिवार में आपका सम्मान बढ़ेगा। प्रेम जीवन सुखद रहेगा। विद्यार्थियों को करियर से जुड़ी अच्छी खबर मिल सकती है। स्वास्थ्य अच्छा रहेगा।

कन्या राशि - आज आपकी मेहनत का पूरा फल मिलेगा। लंबे समय से रुके हुए कार्य पूरे होंगे। नौकरी में नई जिम्मेदारियां मिलने के संकेत हैं। व्यापार में लाभ होगा और आर्थिक स्थिति पहले से बेहतर होगी। परिवार में सुखद वातावरण रहेगा। प्रेम संबंधों में विश्वास और समझ मजबूत होगी। विद्यार्थियों के लिए यह समय सफलता देने वाला रहेगा। स्वास्थ्य सामान्य रहेगा। घर की सुख-सुविधाओं पर खर्च बढ़ सकता है, जिससे परिवार का माहौल और आरामदायक बनेगा।

तुला राशि- आज का दिन संतुलन और सामंजस्य बनाए रखने का रहेगा। कार्यक्षेत्र में सहयोगियों और वरिष्ठ अधिकारियों का सहयोग मिलेगा। साझेदारी में किए गए कार्य लाभदायक सिद्ध होंगे। व्यापार में नई योजनाएं सफल हो सकती हैं।आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। परिवार के साथ अच्छा समय बीतेगा। दांपत्य जीवन सुखद रहेगा। स्वास्थ्य अच्छा रहेगा। रिश्तेदारों का सहयोग मिलेगा और किसी करीबी मित्र की सलाह आपके लिए फायदेमंद साबित होगी।

वृश्चिक राशि – आज आत्मविश्वास और साहस आपकी सबसे बड़ी ताकत रहेंगे। कठिन परिस्थितियों में भी आप सही निर्णय लेने में सफल रहेंगे। व्यापार में नए अवसर प्राप्त होंगे। क्रोध और वाणी पर नियंत्रण रखना आपके लिए लाभदायक रहेगा। धन संबंधी मामलों में सोच-समझकर निवेश करें। परिवार का सहयोग मिलेगा। प्रेम जीवन में भावनात्मक निकटता बढ़ेगी।

धनु राशि- आज भाग्य आपका पूरा साथ देगा। नौकरी और व्यापार दोनों में उन्नति के योग हैं। धार्मिक और सामाजिक कार्यों में आपकी रुचि बढ़ेगी। किसी अनुभवी व्यक्ति की सलाह आपके लिए लाभदायक सिद्ध होगी। आर्थिक लाभ के अच्छे संकेत हैं। परिवार में खुशियां बनी रहेंगी। प्रेम जीवन में विश्वास बढ़ेगा। स्वास्थ्य अच्छा रहेगा।कामकाज में बदलाव सोच-समझकर करें, क्योंकि यही भविष्य की सफलता की नींव बनेगा।

मकर राशि - आज जिम्मेदारियों को निभाने में सफलता मिलेगी। कार्यक्षेत्र में आपकी मेहनत और अनुशासन की सराहना होगी। वरिष्ठ अधिकारियों का सहयोग मिलेगा। व्यापार में लाभ मिलने की संभावना है। आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। जीवनसाथी का पूरा सहयोग मिलेगा। स्वास्थ्य सामान्य रहेगा।

कुंभ राशि- आज नई योजनाओं पर कार्य शुरू करने के लिए समय अनुकूल रहेगा। कार्यक्षेत्र में आपकी प्रतिभा लोगों को प्रभावित करेगी। मित्रों और सहयोगियों का सहयोग मिलेगा। व्यापार में लाभ के योग बन रहे हैं। आर्थिक स्थिति बेहतर होगी। परिवार में खुशियों का माहौल रहेगा। प्रेम जीवन में रिश्ते मजबूत होंगे। विद्यार्थियों को नई उपलब्धियां मिल सकती हैं। स्वास्थ्य अच्छा रहेगा।माता-पिता के सहयोग और आशीर्वाद से रुके हुए कार्य पूरे होंगे।

मीन राशि- आज का दिन आध्यात्मिक और सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर रहेगा। कार्यक्षेत्र में आपकी मेहनत का अच्छा परिणाम मिलेगा। किसी पुराने प्रयास का शुभ फल प्राप्त हो सकता है। भगवान शिव और श्रीगणेश की कृपा से रुके हुए कार्य पूरे होने की संभावना है। आर्थिक स्थिति में सुधार होगा। परिवार का पूरा सहयोग मिलेगा। प्रेम जीवन में विश्वास और निकटता बढ़ेगी। धार्मिक कार्यों में मन लगेगा।

घर की सफाई करते समय न करें ये गलतियां

अपने घर को साफ रखना हर कोई चाहता है। रूम से लेकर किचन हर जगह पर सामान अपनी जगह पर हो और बिखरा हुआ न हो। लेकिन आजकल बिजी लाइफस्टाइल के चलते हर किसी को घर की सही से साफ-सफाई करने का मौका नहीं मिलता है। वहीं कई लोग इसके लिए शोर्ट-कट अपनाते हैं। लेकिन घर की सफाई एक ऐसा काम है, जो हम रोजाना करते हैं। लेकिन इसके बाद भी कई बार हम कुछ ऐसी गलतियां कर बैठते हैं, जिससे हमारा समय और मेहनत दोनों ही खराब होते हैं। आइए जानते हैं घर की सफाई से जुड़ी कुछ ऐसी गलतियां जिन्हें हमें करने से बचना चाहिए।



गंदे कपड़े और झाड़ू से सफाई करना
घर की सफाई के लिए कई लोग पुराने, गंदे और मैले कपड़ों का बार-बार उपयोग करते हैं। एक ही झाड़ू और पोछे को महीनों तक चलाते हैं। लेकिन इसे बैक्टीरिया और कीटाणु घर में फैल सकते हैं। इसलिए सफाई के लिए उपयोग किए जाने वाले कपड़ों को नियमित रूप से धोएं और सूखा कर रखें। साथ ही झाड़ू और पोछे को नियमित रूप से बदलते रहना भी सही रहेगा।

इलेक्ट्रॉनिक सामान की सफाई को नजरअंदाज करना
टीवी, मोबाइल, पंखे, स्विच बोर्ड और लैपटॉप जैसी इलेक्ट्रॉनिक चीजों का सफाई रोजाना नहीं करते हैं। लेकिन इससे धूल-मिट्टी उनपर जम जाती है और लंबे समय तक धूल जमने के कारण उसकी परफॉर्मेंस पर भी असर पड़ता है। इलेक्ट्रॉनिक सामान को हफ्ते में एक बार सूखे कपड़े या माइक्रोफाइबर कपड़े से साफ करना ज्यादा सही रहेगा। जरूरत से ज्यादा क्लीनिंग प्रोडक्ट इस्तेमाल करना कई लोग क्लीनिंग प्रोडक्ट का उपयोग एक ही समय पर बहुत ज्यादा करते हैं, सोचते हैं कि इससे सफाई बेहतर हो जाएगी। लेकिन इससे सतह पर रसायनों की परत जम सकती है, जिससे धूल और गंदगी ज्यादा चिपक सकती है। इसके अलावा महंगे प्रोडक्ट्स जल्दी खत्म हो जाते हैं, जिससे पैसों की बर्बादी होती है। इसलिए प्रोडक्ट का सही मात्रा में उपयोग करें और मैन्युफैक्चरर के निर्देशों का पालन करें। साफ-सफाई समय पर करनी चाहिए। इसके साथ ही एक रूटीन बनाना चाहिए। हम झाड़ू-पोछा तो रोज करते हैं। लेकिन इसके अलावा रोजाना डस्टिंग करनी चाहिए। इसके साथ ही हर हफ्ते में एक दिन किचन क्लीनिंग, फिर दूसरी बार बाथरूम सही से क्लीन करना। इस तरह आपका घर हमेशा साफ रहेगा और फेस्टिवल पर सफाई के लिए ज्यादा अलग मेहनत करने की जरूरत नहीं पड़ेगी। हर दिन थोड़ी-थोड़ी सफाई करें, तो डीप क्लीनिंग की जरूरत कम पड़ेगी और घर हमेशा चमकता रहेगा।

सिंपल सी दाल को फैट कटर बनाने की कुछ आसान टिप्स

लंच हो या डिनर, रोज के खाने में एक ना एक बार तो दाल जरूर शामिल होती है। प्रोटीन और फाइबर से भरपूर दाल पचाने में भी आसान होती है और खाने में भी बेहद स्वाद। जो लोग वेट लॉस डाइट पर होते हैं, वो भी दाल को अपनी डाइट में शामिल करते हैं। वैसे तो ये यूं भी काफी फायदेमंद है लेकिन अगर कुछ खास चीजें इसमें शामिल की जाएं, तो दाल वेट लॉस में और भी ज्यादा फायदेमंद हो सकती है। यकीन मानिए आपकी रसोई में ही कुछ ऐसी चीजें मौजूद हैं, जो दाल को नया जायका भी देंगी और फैट बर्निंग प्रॉसेस को भी फास्ट करेंगी। तो चलिए जानते हैं सिंपल सी दाल को फैट कटर बनाने की कुछ आसान टिप्स।

दाल में डालें लहसुन अदरक का पेस्ट
रोज की दाल में अगर लहसुन-अदरक का पेस्ट मिला दें तो इसके कई फायदे होते हैं। दरअसल अदरक और लहसुन दोनों ही अपनी मेटाबॉलिज्म बूस्टिंग और फैट बर्निंग प्रॉपर्टीज के लिए जाने जाते हैं। इससे बॉडी की थर्मोजेनिक एक्टिविटी बढ़ जाती है यानी कैलोरी तेजी से बर्न होती हैं। अदरक-लहसुन का पेस्ट दाल के टेस्ट को भी एन्हांस करता है। जिन लोगों को ब्लोटिंग, वाटर रिटेंशन और पाचन से जुड़ी परेशानी बनी रहती हैं, उनके लिए ये कॉम्बिनेशन बेहद फायदेमंद है।

करी पत्ता का तड़का लगाएं
दाल में जब भी तड़का लगाएं तो जरा से फ्रेश करी पत्ता जरूर एड करें। इससे दाल की खुशबू और फ्लेवर तो दोगुना होता ही है, साथ ही ये फैट के एब्जॉरपशन को भी स्लो करता है। यानी जो भी फैट आप कंज्यूम करते हैं वो बॉडी में एब्जॉर्ब नहीं होता, बल्कि बाहर निकल जाता है। इसके अलावा करी पत्ता एंटीऑक्सीडेंट्स, आयरन और फाइबर से भरपूर होता है, जो पाचन को दुरुस्त करता है। साथ ही मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करने में भी ये काफी हेल्पफुल है।

घी में भूनकर डालें जीरा और हींग
दाल बनाते हुए हमेशा घी में भूनकर जीरे और हींग का तड़का जरूर लगाएं। ये भी वेट लॉस और ओवरऑल हेल्थ के लिए बेहद फायदेमंद होते हैं। घी एक हेल्दी फैट है, जो मेटाबॉलिज्म को सपोर्ट करता है। वहीं जीरा डाइजेशन को बूस्ट करता है और फैट स्टोरेज को कम करता है। हींग भी ब्लोटिंग और वॉटर रिटेंशन को कम करने में मदद करती है। ये तीनों मिलकर वेट लॉस के लिए बेहद इफेक्टिव होते हैं। इनका तड़का लगाने से दाल का स्वाद और खुशबू भी बढ़ जाती है।

बेली फैट के लिए बेस्ट है अजवाइन का पाउडर
दाल बनाते हुए आप जरा सा अजवाइन का पाउडर भी उसमें मिला सकते हैं। खासतौर से अगर आपका पेट बाहर निकला हुआ है, तब तो आपको अजवाइन का पाउडर जरूर अपनी डाइट में शामिल करना चाहिए। ये ब्लोटिंग को कम करता है और पाचन को बेहतर बनाने में मदद करता है। अजवाइन दाल के प्रोटीन के साथ मिलकर मेटाबॉलिज्म को सपोर्ट करता है और फैट ब्रेकडाउन में भी मदद करता है। दाल में थोड़ा सा नींबू का रस एड करें। इससे दाल का स्वाद तो बढ़ ही जाता है।

न्यूज ब्रीफ

उप मुख्यमंत्री श्री शुक्ल ने प्रदेशवासियों को विजयादशमी पर्व की शुभकामनाएं दीं

भोपाल। उप मुख्यमंत्री श्री राजेन्द्र शुक्ल ने विजयादशमी (दशहरा) पर्व पर प्रदेशवासियों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं। उप मुख्यमंत्री श्री शुक्ल ने कहा कि दशहरा पर्व असत्य पर सत्य, अधर्म पर धर्म और बुराई पर अच्छाई की विजय का प्रतीक है। यह पर्व हमें मयार्दा पुरुषोत्तम भगवान श्रीराम के आदर्शों, सत्य, न्याय, कर्तव्यनिष्ठा और धर्म के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देता है। उन्होंने कहा कि हम सभी इस पावन अवसर पर बुराइयों का त्याग कर सद्गुणों को अपनाने तथा समाज और प्रदेश की प्रगति में सहभागी बनने का संकल्प लें। उप मुख्यमंत्री श्री शुक्ल ने दशहरा पर्व के शुभ अवसर पर सभी प्रदेशवासियों के जीवन में सुख, समृद्धि, उत्तम स्वास्थ्य, शांति और खुशहाली की कामना की है।



भोपाल में पत्नी से विवाद के बाद युवक फंदे पर झूला, सात साल पहले किया था प्रेम विवाह, पुलिस जांच में जुटी

एक सत बुलेटिन, भोपाल

मध्य प्रदेश की राजधानी के पंचशील नगर में सोमवार तड़के एक युवक ने फांसी लगाकर सुसाइड कर लिया। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार, रविवार रात शराब पीने के बाद उसका पत्नी से विवाद हुआ था। घटना की सूचना मिलने पर टीटी नगर थाना पुलिस ने मर्ग कायम कर जांच शुरू कर दी है। मृतक की पहचान 30 वर्षीयगणेश बद्रेडियापुत्र मानसिंह, निवासी पंचशील नगर के रूप में हुई है। वह मजदूरी कर परिवार का भरण-पोषण करता था। पुलिस के मुताबिक, गणेश के शराब पीने को लेकर परिवार में अक्सर विवाद होने की बात सामने आई है। रविवार रात भी शराब पीने के बाद उसका पत्नी से विवाद हुआ था। इसके बाद सोमवार तड़के उसने घर में फांसी लगा ली। परिजनों ने उसे फंदे पर लटका देखा तो पुलिस को जानकारी दी। फिलहाल पुलिस घटना से जुड़े सभी पहलुओं और परिस्थितियों की जांच कर रही है। गणेश ने करीब सात साल पहले प्रेम विवाह किया था। दंपती का एक बच्चा है, जबकि उसकी पत्नी गर्भवती है। परिवार में दूसरे बच्चे के आने की तैयारी के बीच हुई इस घटना से परिजन सदमे में हैं। सोमवार दोपहर परिजनों की मौजूदगी में शव का पोस्टमॉर्टम कराया गया। टीटी नगर थाना पुलिस ने मर्ग कायम कर लिया है। पुलिस घटना के कारणों और उससे पहले की परिस्थितियों की जानकारी जुटा रही है। जांच पूरी होने के बाद ही घटना से जुड़े तथ्यों की स्थिति स्पष्ट हो सकेगी।

राजगढ़: माता मंदिर के पंडा के घर चोरी, 1 लाख से ज्यादा का चढ़ावा ले गए चोर

राजगढ़। मध्य प्रदेश के राजगढ़ जिले के खिलचीपुर थाना क्षेत्र में सोमवार अलसुबह चोरों ने माता मंदिर के पंडा के घर को निशाना बनाया। परिवार घर पर ताला लगाकर मोंगिया मोहल्ला स्थित हिंगलाज माता मंदिर में पूजा करने गया था। इसी दौरान अज्ञात चोर ताला तोड़कर अंदर घुसे और मंदिर की दान पेटी में रखे एक लाख रुपए से अधिक के चढ़ावे, मजदूरी के 60 से 70 हजार रुपए नकद और सोने-चांदी के गहने चोरी कर ले गए। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंचकर जांच की और अज्ञात आरोपितों के खिलाफ प्रकरण दर्ज किया है। पुलिस के अनुसार, नाहरदा मंदिर के पास विश्वकर्मा मंदिर के पीछे रहने वाले कन्हैयालाल मोंगिया ने बताया कि दुर्गा नवमी पर परिवार के सभी सदस्य दर्जी गली के पास मोंगिया मोहल्ला स्थित चोंड हिंगलाज माता मंदिर में पूजा करने गए थे। इसी दौरान उनका बेटा ओमप्रकाश अपने चार साल के भांजे दीपक के कपड़े लेने घर पहुंचा।

भारतीय विदेश सेवा के अधिकारियों ने मप्र के विदिशा में शैक्षणिक, औद्योगिक एवं ऐतिहासिक विरासत को जाना

प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रही छात्राओं से किया संवाद, कृषि आधारित उद्योग की संभावनाओं को समझा

एक सत बुलेटिन, भोपाल



भारतीय विदेश सेवा के अधिकारी अभिषेक दुबे (डीआरएसएम, ईआईआई, बर्लिन, जर्मनी) तथा शुचिता किशोर (काउंसल जनरल, फ्रैंकफर्ट) ने सोमवार को मध्य प्रदेश के विदिशा जिले का भ्रमण किया। इस दौरान उन्होंने जिले में संचालित विभिन्न गतिविधियों का अवलोकन कर यहां की शैक्षणिक पहल, कृषि आधारित औद्योगिक गतिविधियों तथा ऐतिहासिक एवं सांस्कृतिक विरासत की जानकारी प्राप्त की।

विदेश सेवा के अधिकारियों ने जिला प्रशासन के सहयोग से संचालित सशक्त वाहिनी कोचिंग कक्षाओं का अवलोकन किया। इस दौरान उन्होंने प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रही छात्राओं से संवाद कर उनकी तैयारियों, अध्ययन की रणनीति तथा भविष्य की आकांक्षाओं के संबंध में जानकारी ली। अधिकारियों ने छात्राओं से विभिन्न विषयों पर चर्चा करते हुए प्रतियोगी परीक्षाओं में सफलता के लिए निरंतर अध्ययन, आत्मविश्वास एवं लक्ष्य के प्रति समर्पण को महत्वपूर्ण बताया। छात्राओं ने भी अधिकारियों से संवाद करते हुए अपनी जिज्ञासाएं साझा कीं।

भ्रमण के दौरान अधिकारियों ने कृषि आधारित उद्योग का भी अवलोकन किया। उन्होंने स्थानीय स्तर पर कृषि उपज पर आधारित औद्योगिक गतिविधियों, उत्पादन प्रक्रिया तथा जिले में कृषि आधारित उद्यमों के विकास की संभावनाओं की जानकारी प्राप्त की। इस अवसर पर स्थानीय कृषि संसाधनों के बेहतर उपयोग, मूल्य संवर्धन तथा कृषि से जुड़े उद्यमों के माध्यम से रोजगार एवं आर्थिक गतिविधियों को बढ़ावा देने की संभावनाओं को भी जाना।

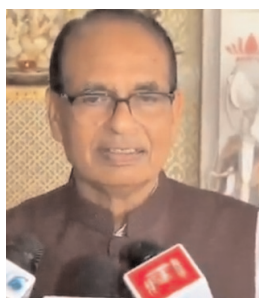
इसके साथ ही भारतीय विदेश सेवा के अधिकारियों ने विदिशा की ऐतिहासिक धरोहर उदयगिरि गुफाओं का भ्रमण किया। उन्होंने यहां स्थित प्राचीन गुफाओं, शिल्पकला एवं ऐतिहासिक महत्व से जुड़ी जानकारी प्राप्त की। उदयगिरि की ऐतिहासिक एवं सांस्कृतिक विरासत को देखकर अधिकारियों ने विदिशा की समृद्ध पुरातात्विक एवं सांस्कृतिक पहचान को जाना।

विदिशा भ्रमण के दौरान अधिकारियों ने जिले में शिक्षा, कृषि एवं उद्योग के क्षेत्र में संचालित गतिविधियों के साथ-साथ जिले की ऐतिहासिक एवं सांस्कृतिक विरासत का भी अवलोकन किया। यह भ्रमण विदिशा की विविध संभावनाओं–शिक्षा, कृषि आधारित उद्यम, पर्यटन एवं सांस्कृतिक विरासत–से परिचित होने का महत्वपूर्ण अवसर रहा।

99 बार जो लॉन्चिंग के क्वालिटी चेक में फेल हुए, वो भाजपा की एक्सपायरी डेट बता रहे : शिवराज सिंह

एक सत बुलेटिन, भोपाल

केंद्रीय कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने सोमवार को नेता प्रतिपक्ष और कांग्रेस नेता राहुल गांधी के भाजपा की राजनीतिक विदाई नजदीक होने संबंधी बयान पर तीखी प्रतिक्रिया दी है। उन्होंने राहुल की राजनीतिक लॉन्चिंग पर कटाक्ष करते हुए कहा कि 99 बार जो अपनी लॉन्चिंग के क्वालिटी चेक में ही फेल हो गए, वो भाजपा की एक्सपायरी डेट बता रहे हैं।



केंद्रीय कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने आज मीडिया से बातचीत में राहुल पर निशाना साधा और बयान का वीडियो अपने सोशल मीडिया अकाउंट एक्स पर भी साझा किया। उन्होंने भाजपा को महज एक राजनीतिक दल मानने के बजाय राष्ट्रीय पुनर्निर्माण का महायज्ञ बताया। उन्होंने कहा कि पार्टी गरीब कल्याण के संकल्प के साथ माताओं-बहनों, युवाओं और किसानों को सशक्त बनाने के लिए काम कर रही है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व के प्रति जनता का विश्वास अटूट है और वे जनता के दिलों में बसते हैं।

दरअसल, राहुल गांधी ने 18 अक्टूबर को गोवा के मडगांव में एक सभा को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह और मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार पर निशाना साधा था। उन्होंने आरोप लगाया था कि वोट चोरी की योजना प्रधानमंत्री बनाते हैं, अमित शाह उसे लागू कराते हैं और ज्ञानेश कुमार उसे अंजाम देते हैं। इस राजनीतिक हमले के दौरान राहुल ने भाजपा की ह्यएक्सपायरी डेटह्ल नजदीक आने की बात कही थी। उनके बयान के जवाब में शिवराज सिंह चौहान ने राहुल की राजनीतिक स्थिति पर कटाक्ष किया और भाजपा के संगठन तथा नेतृत्व के प्रति जनता के समर्थन का उल्लेख किया।

केन्द्रीय मंत्री चौहान ने राहुल के बयान पर प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि उन्हें यह सुनकर हंसी आती है। उन्होंने आपातकाल का जिक्र करते हुए कहा कि पहले भी कई लोगों ने भाजपा को समाप्त करने के बारे में सोचा था और देश को जेलखाना बना दिया गया था, लेकिन जनता ने चुनावों में ऐसे प्रयासों का जवाब दिया। उन्होंने कहा कि भाजपा आगे भी देश की सेवा करती रहेगी। मीडिया से बातचीत से पहले शिवराज सिंह चौहान ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट के जरिए रिजीम चेंज गैंग पर निशाना साधा। उन्होंने यह भी लिखा कि आज का भारत न झूठे नैरेटिव से बहकता है, न षड्यंत्रों से डरता है और न ही देश को कमजोर करने वाली सोच के सामने झुकता है। उन्होंने कहा कि जनता का विश्वास केवल प्रचार या किसी नैरेटिव से नहीं बनता, बल्कि काम, संकल्प और नेतृत्व की ईमानदारी से कायम होता है।

केंद्रीय मंत्री ने प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारत के बढ़े मान-सम्मान का जिक्र करते हुए विकसित और आत्मनिर्भर भारत के निर्माण की बात कही।

मप्र में ग्रामीणों के घरों को कानूनी आधार देने की पहल से 50 लाख परिवारों की मुफ्त रजिस्ट्री देने का लक्ष्य

एक सत बुलेटिन, भोपाल

ग्रामीण परिवारों के सामने एक परेशानी ऐसी रही है, जो मकान होने के बावजूद उन्हें अपनी संपत्ति का पूरा लाभ उठाने से रोकती रही है। इसी के तहत मध्य प्रदेश सरकार ने ग्रामीणों के घरों को कानूनी आधार देने की योजना अभियान के अंतर्गत 50 लाख परिवारों की मुफ्त रजिस्ट्री देने का लक्ष्य रखा है।

मध्य प्रदेश सरकार ने विधिवत पंजीकृत दस्तावेजों की कमी की समस्या को दूर करने के लिए ग्रामीण आबादी की पात्र संपत्तियों की निःशुल्क रजिस्ट्री कराने का अभियान शुरू किया है। गांव में एक मकान, उसके सामने छोटा-सा आंगन और उसी में जिंदगी भर की कमाई लगाने वाले परिवार के लिए संपत्ति सिर्फ चार दीवारें नहीं, बल्कि सुरक्षा, बच्चों का भविष्य और मुश्किल वक्त में आर्थिक सहारा भी होती। लेकिन कई ग्रामीण परिवारों के सामने एक परेशानी ऐसी रही है, जो मकान होने के बावजूद उन्हें अपनी संपत्ति का पूरा लाभ उठाने से रोकती रही है।

इसी साल प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिवस के अवसर पर 17 सितंबर 2026 से शुरू हुए स्वामित्व अधिकार अभिलेख निष्पादन एवं पंजीयन अभियान के तहत सरकार ने 50 लाख से अधिक ग्रामीण हितग्राहियों की संपत्तियों का निशुल्क पंजीयन कराने का लक्ष्य रखा है। राज्य में 41,568 गांवों के 68 लाख 47 हजार भूखंडों का सर्वे पूरा हो चुका है। अब चुनौती इन तैयार अभिलेखों को पात्र हितग्राहियों के नाम पर पंजीकृत दस्तावेजों में बदलने की है। यह पहल इसलिए महत्वपूर्ण है क्योंकि ग्रामीण आबादी की जमीन पर बने मकानों के अधिकार अभिलेख तैयार होने के बावजूद उनके पंजीयन और दस्तावेजी औपचारिकताओं के कारण संपत्ति का उपयोग आर्थिक जरूरतों के लिए करना कई परिवारों के लिए आसान नहीं था। अब सरकार स्टांप शुल्क और पंजीयन शुल्क का भार स्वयं उठाकर इन परिवारों को पंजीकृत दस्तावेज उपलब्ध कराने की दिशा में काम कर रही है।

इस योजना के तहत पात्र संपत्तियों के पंजीयन पर आने वाला लगभग 3,800 करोड़ रुपये का खर्च (अनुमानित वित्तीय भार) राज्य सरकार वहन करेगी। इसका मतलब है कि पात्र हितग्राहियों को निर्धारित प्रक्रिया के अंतर्गत रजिस्ट्री कराने के लिए स्टांप ड्यूटी और पंजीयन शुल्क नहीं देना होगा। यह राशि सीधे हितग्राहियों के बैंक खातों में नकद सहायता के रूप में नहीं दी जाएगी, बल्कि पंजीयन पर लगने वाले खर्च से राहत के रूप में सरकार वहन करेगी। इसके लिए पंचायत उपकर और अतिरिक्त स्टांप शुल्क से संबंधित प्रावधानों में बदलाव किए गए हैं।

प्रदेश में ग्रामीण परिवारों को उनकी संपत्ति का कानूनी दस्तावेज उपलब्ध कराने के लिए मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने 17 सितंबर को भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन की मौजूदगी में इंदौर से स्वामित्व अधिकार अभिलेख निष्पादन एवं पंजीयन योजना-2026 का प्रदेशव्यापी शुभारंभ किया था। शुरू हुए इस अभियान के तहत 50 लाख से अधिक पात्र ग्रामीण संपत्तियों की रजिस्ट्री निःशुल्क कराने का लक्ष्य रखा गया। योजना की पृष्ठभूमि में केंद्र सरकार की स्वामित्व योजना है, जिसके अंतर्गत ग्रामीण आबादी क्षेत्रों में संपत्तियों का सर्वेक्षण कर अधिकार अभिलेख तैयार किए गए हैं।

पंजीयन विभाग से मिले आंकड़ों के अनुसार, प्रदेश के 41,568 गांवों में 68.47 लाख अधिकार अभिलेख तैयार किए गए हैं। इनमें लगभग 50 लाख निजी संपत्तियों के अभिलेखों का निःशुल्क पंजीयन किया जाना है। अभियान के तहत पंचायत स्तर पर विशेष शिविर लगाकर पात्र हितग्राहियों की रजिस्ट्री की प्रक्रिया पूरी करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया।

बीना यार्ड रीमॉडलिंग के बाद यात्री ट्रेनों के संचालन में अस्थायी बदलाव

4 मेमू ट्रेनें निरस्त रहेंगी, ट्रेनों के मार्ग एवं प्रारंभिक और गंतव्य स्टेशनों में होगा परिवर्तन

एक सत बुलेटिन, भोपाल

बीना स्टेशन पर यार्ड रीमॉडलिंग कार्य के बाद लाइन एवं प्लेटफॉर्म की उपलब्धता तथा फिटनेस से संबंधित स्थिति के कारण रेल प्रशासन द्वारा यात्री ट्रेनों के संचालन में अस्थायी बदलाव किए गए हैं। इसके अंतर्गत कुछ मेमू ट्रेनें निरस्त रहेंगी, कुछ ट्रेनें परिवर्तित मार्ग से संचालित होंगी तथा कुछ ट्रेनों के प्रारंभिक एवं गंतव्य स्टेशनों में परिवर्तन किया गया है।

निरस्त रहने वाली यात्री ट्रेनें

1. बीना-रूठियाई मेमू (61611): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक निरस्त रहेगी।
2. रूठियाई-बीना मेमू (61612): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक निरस्त रहेगी।
3. बीना-रूठियाई मेमू (61625): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक निरस्त रहेगी।
4. रूठियाई-बीना मेमू (61626): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक निरस्त रहेगी।

आगामी तिथियों में परिवर्तित मार्ग से चलने वाली ट्रेनें

1. बांद्रा टर्मिनस-मुजफ्फरपुर एक्सप्रेस (19053): यह ट्रेन दिनांक 23 अक्टूबर 2026 को परिवर्तित मार्ग महादेवखेड़ी-मालखेड़ी-आगासोद होकर संचालित होगी।
2. अहमदाबाद-दरभंगा एक्सप्रेस (19165): यह ट्रेन दिनांक 21 एवं 23 अक्टूबर 2026 को परिवर्तित मार्ग महादेवखेड़ी-मालखेड़ी-आगासोद होकर संचालित होगी।
3. दरभंगा-अहमदाबाद एक्सप्रेस (19166): यह ट्रेन दिनांक 21 एवं 24 अक्टूबर 2026 को परिवर्तित मार्ग आगासोद-मालखेड़ी-महादेवखेड़ी होकर संचालित होगी।
4. अहमदाबाद-बनारस सिटी एक्सप्रेस (19167): यह ट्रेन दिनांक 20, 22 एवं 24 अक्टूबर 2026 को परिवर्तित मार्ग महादेवखेड़ी-मालखेड़ी-आगासोद होकर संचालित होगी।
5. बनारस सिटी-अहमदाबाद एक्सप्रेस (19168): यह ट्रेन दिनांक 20, 22 एवं 23 अक्टूबर 2026 को परिवर्तित मार्ग आगासोद-मालखेड़ी-महादेवखेड़ी होकर संचालित होगी।



प्रारंभिक एवं गंतव्य स्टेशनों में आगामी बदलाव

1. बीना-दमोह पैसेंजर (51885): यह ट्रेन दिनांक 24 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मालखेड़ी स्टेशन से 18:10 बजे प्रस्थान करेगी।
2. दमोह-बीना पैसेंजर (51886): यह ट्रेन दिनांक 24 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मालखेड़ी स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी। मालखेड़ी स्टेशन पर इसका निर्धारित आगमन समय 11:45 बजे रहेगा।
3. बीना-ग्वालियर पैसेंजर (51883): यह ट्रेन दिनांक 24 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मालखेड़ी स्टेशन से 12:20 बजे प्रारंभ होगी।
4. नागदा-बीना एक्सप्रेस (19341): यह ट्रेन दिनांक 24 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर गुना स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
5. बीना-नागदा एक्सप्रेस (19342): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर गुना स्टेशन से प्रारंभ होगी।
6. ललितपुर-बीना मेमू (64618): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर आगासोद स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
7. बीना-ललितपुर मेमू (64617): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर आगासोद स्टेशन से प्रारंभ होगी।
8. कटनी-बीना मेमू (11602): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर खुरई स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
9. बीना-कटनी मेमू (11601): यह ट्रेन दिनांक 26 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर खुरई स्टेशन से प्रारंभ होगी।
10. कोटा-बीना मेमू (11603): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर महादेवखेड़ी स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
11. बीना-कोटा मेमू (61634): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर महादेवखेड़ी स्टेशन से प्रारंभ होगी।
12. कोटा-बीना मेमू (61633): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मुंगावली स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
13. बीना-कोटा मेमू (11604): यह ट्रेन दिनांक 26 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मुंगावली स्टेशन से प्रारंभ होगी।
14. भोपाल-बीना मेमू (61631): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मंडी बामोरा स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
15. बीना-भोपाल मेमू (11606): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मंडी बामोरा स्टेशन से प्रारंभ होगी।
16. भोपाल-बीना मेमू (11605): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मंडी बामोरा स्टेशन पर आंशिक रूप से समाप्त होगी।
17. बीना-भोपाल मेमू (61632): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर मंडी बामोरा स्टेशन से प्रारंभ होगी।
18. बीना-कटनी मुड़वारा मेमू (61619): यह ट्रेन दिनांक 26 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर महादेवखेड़ी स्टेशन से फ्लाईओवर मार्ग द्वारा 10:20 बजे प्रारंभ होगी।
19. कटनी मुड़वारा-बीना मेमू (61620): यह ट्रेन दिनांक 25 अक्टूबर 2026 तक बीना के स्थान पर महादेवखेड़ी स्टेशन तक विस्तारित रहेगी। महादेवखेड़ी स्टेशन पर इसका निर्धारित आगमन समय 00:50 बजे रहेगा।

रेल प्रशासन यात्रियों से अनुरोध करता है कि यात्रा प्रारंभ करने से पूर्व संबंधित ट्रेन के संचालन, परिवर्तित मार्ग, की जानकारी रेलवे के आधिकारिक पूछताछ माध्यमों अथवा हेल्पलाइन नंबर 139 से प्राप्त कर लें।

स्वामी एक सत प्रयास जनकल्याण समिति के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक **अमित शर्मा** द्वारा प्रकाशन स्थल बी-9 विवेक विहार कॉलोनी, लश्कर ग्वालियर (म.प्र.) पिन-474001 से प्रकाशित एवं सर्वोदय ऑफसेट प्रिंटिंग प्रेस, नया बाजार केनरा बैंक के पास ग्वालियर (म.प्र.)-474001 से मुद्रित। स्थानीय संपादक राजीव शुक्ल* पीआरबी एक्ट के तहत समाचार चयन के लिए जिम्मेदार।
RNI - MPHIN/2019/79098/ E-mail: EKSATBULLETIN@GMAIL.COM, WWW.EKSATBULLETIN.IN, मार्केटिंग एवं अन्य जानकारी हेतु हेड ऑफिस संपर्क करें- ए-1 माचना कॉलोनी, शा.राजीव गांधी हाई स्कूल शिवाजी नगर 6 नंबर बस स्टाप पास भोपाल। फोन: 0755-4515227, मोबाइल: 9691653088