

सच्चाई से सबर

smarthalchal.com

रामार्त हलचल

वर्ष-10

अंक-345

जयपुर, शनिवार, 13 जून 2026

मूल्य-4 रूपये

नीट यूजी रीएग्जाम 3:15 घंटे का होगा

नई दिल्ली। नेशनल टेस्टिंग एजेंसी यानी एनटीई ने नीट यूजी रीएग्जाम में कुछ बदलाव किए हैं। नए नोटिस के तहत, परीक्षा का समय अब 180 मिनट से बढ़ाकर 195 मिनट कर दिया गया है। इसके अलावा ऑनर शीट में रफ वर्क के लिए भी जगह बढ़ाई गई है। नीट यूजी 2026 इस साल पेपर लीक के चलते रद्द कर दिया गया था। रीएग्जाम अब 21 जून को आयोजित किया जाना है जिसे लेकर नए बदलाव किए गए हैं।

पुष्कर सरोवर में मिले युवक-युवती के शव

पुष्कर। अजमेर जिले के पुष्कर सरोवर के गुर्जर घाट के पास पानी में 2 शव तैरते मिले। शुक्रवार को सुबह करीब 5:30 बजे, जब घाट पर मौजूद स्थानीय तीर्थ पुरोहितों ने शवों को देखा तो पुलिस को सूचना दी। शव युवक-युवती के थे।

पुष्कर थाना प्रभारी विक्रम सिंह राठौड़ ने बताया - सुबह घाट पर पूजा करने आए तीर्थ पुरोहितों ने शवों को देखा तो पुलिस को सूचना दी। पुलिस कंट्रोल रूम से सूचना मिलने के बाद सुबह करीब 6 बजे टीम मौके पर पहुंची। स्थानीय लोगों की मदद से 15 मिनट में शवों को बाहर निकलवा लिया गया।

जयपुर में एम्पी के युवक की गला रेतकर हत्या

जयपुर। जयपुर में गुरुवार को देर रात आपसी कहासुनी को लेकर हुए विवाद के बाद एक युवक की गला रेतकर हत्या कर दी गई। त्रिवेणी पुलिस के नीचे खून से लथपथ युवक का शव मिलने से इलाके में सनसनी फैल गई। शुक्रवार को सुबह लोगों की सूचना के बाद शिवालय थाना पुलिस मौके पर पहुंची, जहां मौके से सबूत जुटाए गए। फिलहाल पुलिस आरोपण के सीसीटीवी फुटेज खंगाल रही है।

घटना शिवालय थाना इलाके के त्रिवेणी नगर पुलिस के पास गुरुवार रात करीब 9 बजे से 10 बजे की है, जहां से पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर एसएसएस हॉस्पिटल की मॉर्च्युरी में रखवा दिया है।

पुणे में टीसीएस कर्मचारी ने आत्महत्या की, 2 महिला सहकर्मियों पर प्रताड़ना आरोप

नौकरी छोड़ने का दबाव बनाने का आरोप

पुणे

पुणे में TCS के एक कर्मचारी ने आत्महत्या कर ली। सुसाइड नोट में उन्होंने दो महिला सहकर्मियों पर प्रताड़ित करने और नौकरी छोड़ने का दबाव बनाने का आरोप लगाया है। बेटे की शिकायत पर पुलिस ने दोनों महिलाओं समेत तीन लोगों के खिलाफ केस दर्ज किया है।

मृतक की पहचान 48 साल के अमित ब्रह्मे के रूप में हुई है। वह झष्ट्र के हिंजेवाड़ी ऑफिस में काम

ममता की हार के 14 दिन बाद ही टीएमसी टूटी

19 सांसदों ने 18 मई को स्पीकर को लेटर भेजा था

कोलकाता

ममता बनर्जी की पार्टी तुणमूल कांग्रेस यानी टीएमसी में फूट अब तय है। विधानसभा के 80 में से 58 विधायकों के बग़ावत के बाद लोकसभा के बागी 19 सांसदों का लेटर शुक्रवार को सामने आया। न्यूज एजेंसी, हट्ट के मुताबिक इस 18 मई को लोकसभा स्पीकर को भेजा गया था और अलग गुट बनाने की मांग की गई है।

इससे साफ है कि ममता की हार के 14 दिन बाद ही पार्टी में बग़ावत शुरू हो गई थी। इस चिट्ठी में यूसुफ पटन, सायोनो घोष, काकोली घोष और शताब्दी रॉय जैसे बड़े नाम शामिल हैं। एक नाम सामने नहीं आया है।

कोलकाता की सरकारी बिल्डिंग में आग, 4 हजार ईवीएम जलीं

मंत्री बोले- 10 सीटों पर इस्तेमाल हुई, साजिश की आशंका

कोलकाता

पश्चिम बंगाल के कोलकाता में एक सरकारी बिल्डिंग में आग लगने से करीब 4 हजार ईवीएम जल गईं। ये मशीनें इसी साल हुए विधानसभा चुनाव में 10 सीटों पर इस्तेमाल की गई थीं।

घटना के बाद TMC ने चुनाव आयोग से सवाल किए हैं। वहीं, कांग्रेस और AAP ने भी सरकार से जवाब मांगा है। पश्चिम बंगाल पुलिस ने जांच के लिए स्पेशल इन्वेस्टिगेशन टीम (SIT) बनाई है।

बिल्डिंग में दक्षिण 24 परगना जिला परिषद समेत कई सरकारी दफ्तर हैं। आग पर पूरी तरह काबू पाने में करीब 24 घंटे लगे। पश्चिम बंगाल सरकार के मंत्री कौशिक चौधरी ने कहा कि आग सामान्य नहीं लगती। साजिस की आशंका खारिज नहीं की जा सकती है। एफआईआर दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है।

स्कॉर्पियो की टक्कर से बाइक सवार तीन की मौत

स्कॉर्पियो ने बाइक को मारी टक्कर, सड़क पर बिखरे तीनों वलासमेट के शव

अजमेर

अजमेर जिले में जन्मदिन मनाकर लौट रही युवती और उसके दो क्लासमेट की सड़क हादसे में मौत हो गई। युवक और दोनों युवती बाइक से आ रहे थे। हाईवे पर स्कॉर्पियो ने बाइक को पीछे से टक्कर मार दी।

टक्कर इतनी भीषण थी कि युवक और दोनों युवतियां उछल कर सड़क पर गिर गईं। तीनों की मौके पर ही मौत हो गई। सूचना पर पहुंची पुलिस ने तीनों घायलों को भिनाय अस्पताल पहुंचाया, जहां डॉक्टरों ने

करते थे। 2 जून को उन्होंने भोसरी स्थित अपने घर में फांसी लगाकर जान दे दी थी।

पुलिस के मुताबिक, अमित ने सुसाइड नोट में सहकर्मी अर्चना और शाश्वती का नाम लिखा है। नोट में आरोप लगाया कि दोनों उन्हें बार-बार सहकर्मियों के सामने अपमानित करती थीं। पसंद के प्रोजेक्ट नहीं देती थीं। उनकी एक्सपर्टिज से बाहर के काम सौंपती थीं।

अमित ने सुसाइड नोट में अपने दोस्त विनोद पलित्का का भी नाम लिखा है। विनोद ने कंपनी को उनके खिलाफ कथित तौर पर बदनाम करने वाले ईमेल भेजे थे।



टीएमसी बोली- चुनाव आयोग हमेशा सवालों से नहीं बच सकता

टीएमसी ने एक्स पर आग का वीडियो शेयर कर लिखा, 'चुनाव आयोग हमेशा सवालों से बच नहीं सकता। ईवीएम और सीसीटीवी फुटेज को सुरक्षित रखने के लिए पहले अदालत का दरवाजा खटखटाया गया था। फिर ऐसी घटना कैसे हो गई? क्या यह सिर्फ एक हादसा था या अहम सबूतों को मिटाने की सुनियोजित कोशिश?'

टीएमसी ने दावा किया कि आग में नष्ट हुई मशीनें कस्बा, जादवपुर, बेहाला ईस्ट, बेहाला वेस्ट, मेटियाबुरुज, सतगछिया और डायमंड हार्बर सब-डिविजन की कई विधानसभा सीटों से जुड़ी थीं।

कांग्रेस ने कहा- सरकार और चुनाव आयोग को यह साफ करना चाहिए कि आग कैसे लगी और नैवी-दसवीं मंजिल तक कैसे पहुंची?

आप ने कहा- आखिर ऐसा क्या हुआ कि एक सरकारी भवन में इतनी भीषण आग लग गई? आग कैसे लगी, और हजरोई ईवीएम इस आग की चपेट में कैसे आ गई, भाजपा जवाब दे?

आप ने कहा- आखिर ऐसा क्या हुआ कि एक सरकारी भवन में इतनी भीषण आग लग गई? आग कैसे लगी, और हजरोई ईवीएम इस आग की चपेट में कैसे आ गई, भाजपा जवाब दे?

घटना भिनाय थाना क्षेत्र के बांदनवाड़ा खेड़ी पंच के पास शुक्रवार शाम 4 बजे की है। मुक्तकों की पहचान झड़वास निवासी सम्राट नायक (35) पुत्र बंशीलाल नायक, किटाप निवासी शिवानी तिवाड़ी (25) पुत्री

बूंदी में 11 वीडियो सस्पेंड, 3 बीडीओ पर भी कार्रवाई

मंत्री दिलावर के निरीक्षण के बाद गिरी गाज, सफाई को लेकर जताई थी नाराजगी

बूंदी

बूंदी में शिक्षा एवं पंचायतीराज मंत्री मदन दिलावर के औचक निरीक्षण के बाद पंचायतीराज विभाग में बड़ी कार्रवाई की गई है। इस कार्रवाई के तहत 11 ग्राम विकास अधिकारियों (VDO) को निलंबित कर दिया गया है, जबकि 3 खंड विकास अधिकारियों



(BDO) पर भी कार्रवाई हुई है। मंत्री दिलावर द्वारा किसी भी जिले में एक साथ इतनी बड़ी संख्या में अधिकारियों के खिलाफ की गई प्रदेश की यह पहली कार्रवाई है। कार्रवाई के तहत केशवरायपटन के BDO को निलंबित कर उनका

ममता बनर्जी के खिलाफ कोलकाता में एफआईआर

कोलकाता। पश्चिम बंगाल की पूर्व मुख्यमंत्री ममता बनर्जी के खिलाफ कोलकाता के हेयर स्ट्रीट थाने में एफआईआर दर्ज की गई है। ममता पर आरोप है कि उन्होंने 9 मार्च को चुनाव प्रचार के दौरान भड़काऊ भाषण दिया था।

यह शिकायत तुषार कांती दास ने की है। उनका कहना है कि ममता के बयान से सांप्रदायिक सौहार्द और राज्य की लोकतांत्रिक व्यवस्था को नुकसान पहुंच सकता था।

इधर, फर्जी हस्ताक्षर मामले में शुक्रवार को CID की टीम TMC सांसद और पार्टी महासचिव अभिषेक बनर्जी के घर पहुंची। इस दौरान अभिषेक के वकील भी वहां पहुंचे। एडवोकेट देबाशीष राय ने कहा कि CID ने हमें कोई सूचना नहीं दी है। फिलहाल हमें नहीं पता कि षट्ठुठ टीएमसी में क्या हुआ है।

पश्चिम बंगाल के दमकल और आपदा प्रबंधन राज्य मंत्री कौशिक चौधरी ने बताया कि आग सबसे पहले दूसरी और तीसरी मंजिल पर दिखी थी। इसके बाद यह सातवीं, आठवीं, नौवीं और दसवीं मंजिल तक पहुंच गई। उन्होंने कहा कि चौथी, पांचवीं और छठी मंजिल को ज्यादा नुकसान पहुंचे बिना आग ऊपर कैसे पहुंच गई? जांच की जा रही है कि इसके पीछे कोई साजिश तो नहीं थी।

वहीं, केंद्रीय मंत्री सुकांत मजूमदार ने कहा कि साजिश की आशंका को खारिज नहीं किया जा सकता। BJP नेता राकेश सिंह ने इसे सुनियोजित घटना बताया है।

एफआईआर दर्ज, फॉरेंसिक जांच शुरू

दक्षिण 24 परगना प्रशासन की शिकायत पर अलीपुर थाने में FIR दर्ज की गई है। पुलिस आग की वजह तलाश रही है। अभी यह साफ नहीं है कि आग शॉर्ट सर्किट से लगी या किसी और कारण से। फॉरेंसिक टीम मौके से नमूने जुटाएगी। जांच में यह भी देखा जाएगा कि आग हादसा था या किसी ने जानबूझकर लगाई थी।

गृहमंत्री अमित शाह ने अमरनाथ यात्रा की सुरक्षा तैयारियों की समीक्षा की

यात्रा की सुरक्षा में आधुनिक तकनीक का व्यापक उपयोग

नई दिल्ली

गृहमंत्री अमित शाह ने शुक्रवार को अमरनाथ यात्रा की सुरक्षा तैयारियों की समीक्षा करते हुए श्रद्धालुओं की सुरक्षा और यात्रा के सुचारु संचालन के लिए व्यापक निरीक्षण किया। उन्होंने कहा कि मोदी सरकार अमरनाथ यात्रा के श्रद्धालुओं की सर्वोच्च सुरक्षा और सुविधाजनक यात्रा सुनिश्चित करने के लिए पूरी तहत प्रतिबद्ध है।

गृहमंत्री शाह ने यहां उच्चस्तरीय समीक्षा बैठक में निर्देश दिया कि यात्रा मार्ग पर केंद्रीय सुरक्षा पुलिस बलों (सीएपीएफ), जम्मू-कश्मीर पुलिस व अन्य सुरक्षा

राज्यसभा नामांकन रद्द होने के खिलाफ मीनाक्षी नटराजन की याचिका खारिज

मीनाक्षी बोली- पहले वोट चोरी होती थी, इस बार सीट चोरी हुई

दिल्ली/भोपाल

सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को कांग्रेस नेता मीनाक्षी नटराजन की याचिका खारिज कर दी। उन्होंने राज्यसभा चुनाव के लिए उनका नामांकन रद्द किए जाने के फैसले को चुनौती दी थी। कोर्ट ने कहा कि इस मामले में सीधे रिट याचिका नहीं सुनी जा सकती। अगर उन्हें फैसले पर आपत्ति है तो वे चुनाव याचिका दायर करें।

जस्टिस प्रशांत कुमार मिश्रा और जस्टिस एस चंद्रकर की बेंच ने कहा कि संविधान का अनुच्छेद 329 चुनाव प्रक्रिया में अदालतों के हस्तक्षेप को सीमित करता है। इसलिए सुप्रीम कोर्ट इस मामले में रिट पिटीशन पर सुनवाई नहीं कर सकता।

नामांकन रद्द करने का फैसला सही था या गलत, अदालत ने इस पर कोई टिप्पणी नहीं की। कोर्ट ने कहा- सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को कांग्रेस नेता मीनाक्षी नटराजन की याचिका खारिज कर दी। उन्होंने राज्यसभा चुनाव के लिए उनका नामांकन रद्द किए जाने के फैसले



नामांकन रद्द किए जाने के फैसले को चुनौती दी थी। कोर्ट ने कहा कि इस मामले में सीधे रिट याचिका नहीं सुनी जा सकती। अगर उन्हें फैसले पर आपत्ति है तो वे चुनाव याचिका दायर करें।

जस्टिस प्रशांत कुमार मिश्रा और जस्टिस एस चंद्रकर की बेंच ने कहा कि संविधान का अनुच्छेद 329 चुनाव प्रक्रिया में अदालतों के हस्तक्षेप को सीमित करता है। इसलिए सुप्रीम कोर्ट इस मामले में रिट पिटीशन पर सुनवाई नहीं कर सकता।

नामांकन रद्द करने का फैसला सही था या गलत, अदालत ने इस पर कोई टिप्पणी नहीं की। कोर्ट ने कहा- सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को कांग्रेस नेता मीनाक्षी नटराजन की याचिका खारिज कर दी। उन्होंने राज्यसभा चुनाव के लिए उनका नामांकन रद्द किए जाने के फैसले

को चुनौती दी थी। कोर्ट ने कहा कि इस मामले में सीधे रिट याचिका नहीं सुनी जा सकती। अगर उन्हें फैसले पर आपत्ति है तो वे चुनाव याचिका दायर करें।

राष्ट्रपति भवन के लिए निकले नेताओं की पुलिस से झड़प

उधर, दिल्ली पहुंचे मध्य प्रदेश के कांग्रेस विधायकों ने राष्ट्रपति भवन तक मार्च निकालने की कोशिश की। पुलिस ने उन्हें रोकने के लिए सड़क पर बैरिकेडिंग कर दी। कांग्रेस नेता इस पर चढ़ गए तो पुलिस से उनकी झड़प हो गई। पुलिस ने हल्का बल प्रयोग करते हुए प्रदेश अध्यक्ष जीतू पटवारी, नेता प्रतिपक्ष उमंग सिंघार समेत तमाम नेताओं को हिरासत में ले लिया। हालांकि, बाद में सभी को रिहा कर दिया गया।



एजेंसियों के समन्वित प्रयासों से बहुस्तरीय व अभेद्य सुरक्षा ग्रिड स्थापित किया जाए। उन्होंने सुरक्षा व्यवस्था को और मजबूत बनाने को ड्यून, सीसीटीवी निगरानी, सर्विलांस सिस्टम व अन्य आधुनिक तकनीकों के व्यापक उपयोग पर जोर दिया।

शाह ने कहा कि यात्रा के दौरान विभिन्न केंद्रीय बलों व जम्मू-कश्मीर पुलिस के वरिष्ठ अधिकारी

शिविर स्थलों व यात्रा मार्ग पर व्यवस्थाओं की लगातार निगरानी करें। साथ ही श्रद्धालुओं के पंजीकरण, आवास, स्वास्थ्य सेवाओं, संचार व्यवस्था और आपदा प्रबंधन से जुड़ी सभी आवश्यक सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। बैठक में यात्रा से जुड़े स्थानीय लोगों और पशुओं के पंजीकरण पर भी विशेष

शिविर स्थलों व यात्रा मार्ग पर व्यवस्थाओं की लगातार निगरानी करें। साथ ही श्रद्धालुओं के पंजीकरण, आवास, स्वास्थ्य सेवाओं, संचार व्यवस्था और आपदा प्रबंधन से जुड़ी सभी आवश्यक सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। बैठक में यात्रा से जुड़े स्थानीय लोगों और पशुओं के पंजीकरण पर भी विशेष

दिल्ली के तुगलकाबाद में बिल्डिंग में आग, 3 मौत, 6 झुलसे

पाकिंग में आग लगी, 5वीं मंजिल तक फैली

नई दिल्ली

दिल्ली के तुगलकाबाद इलाके में एक बिल्डिंग में आग लगने से तीन लोगों की मौत हो गई। इनमें एक युवक और दो महिलाएँ हैं। 6 लोगों को बचाया गया है, सभी अस्पताल में भर्ती हैं। शुरुआती जानकारी के मुताबिक, आग पाकिंग में खड़ी गाड़ियों में लगी थी। धीरे-धीरे आग पांच मंजिला बिल्डिंग में फैल गई। फायर ब्रिगेड की टीम ने छत का ताला काटकर लोगों को



बचाया। फायर डिपार्टमेंट के अनुसार, गुरुवार देर रात 2:35 बजे से 2:37 बजे के बीच इमरजेंसी कॉल मिली। आग तारा अपार्टमेंट के पास गली नंबर 1 में स्थित एक इमारत में लगी थी। इमारत के अंदर कई लोगों के फंसे होने की खबर मिलने के बाद फायर फाइटर्स ने रेस्क्यू शुरू किया। 3:45 बजे तक आग पर काबू पा लिया गया।

जमीनी विवाद में फायरिंग, 10 लोग घायल

गुरार गांव में 2 गुटों में हुआ खूनी संघर्ष, गांव में पुलिस बल तैनात

डींग

डींग जिले के कामां थाना क्षेत्र के गुरार गांव में शुक्रवार दोपहर करीब 1 बजे जमीनी विवाद को लेकर 2 गुटों में खूनी संघर्ष हो गया। इस दौरान हुई फायरिंग में 10 लोग घायल हो गए। घटना के बाद गांव में तनाव की स्थिति बनी हुई है। पुलिस के अनुसार यह विवाद सोहन लाल और सर्वसुख पक्षों के बीच हुआ। विवाद के दौरान एक पक्ष ने दूसरे पक्ष पर कथित तौर पर फायरिंग की, जिससे मौके पर अफरा-तफरी मच गई।

इस फायरिंग में कुल 10 महिला-पुरुष गंभीर रूप से घायल हो गए। सूचना मिलते ही ग्रामीण मौके पर एकत्र हो गए। स्थानीय लोगों और परिजनों की मदद से



घायलों को तुरंत अस्पताल पहुंचाया गया। घायलों में से 6 की हालत गंभीर बताई जा रही है। उन्हें प्राथमिक उपचार के बाद भरतपुर के उच्च चिकित्सा केंद्र रेफर किया गया है। अन्य घायलों का उपचार स्थानीय अस्पताल में चल रहा है।

घटना की सूचना मिलते ही कामां थाना पुलिस मौके पर पहुंची और स्थिति को नियंत्रण में लिया। पुलिस ने घटनास्थल का निरीक्षण

कर मामले की जांच शुरू कर दी है। गांव में तनावपूर्ण माहौल को देखते हुए अतिरिक्त पुलिस बल भी तैनात किया गया है।

जानकारी के अनुसार, दोनों पक्षों के बीच लंबे समय से जमीन को लेकर विवाद चल रहा था, जो शुक्रवार को हिंसक हो गया। पुलिस आरोपियों की पहचान कर उनकी गिरफ्तारी के प्रयास कर रही है और पूरे घटनाक्रम की जांच कर रही है।

शाहपुरा की विश्वप्रसिद्ध फड़ कला में सजी हल्दीघाटी की गाथा

विवेक जोशी ने रंगों में जीवंत किया महाराणा प्रताप का अदम्य शौर्य

स्मार्ट हलचल



शाहपुरा। राजस्थान की विश्वप्रसिद्ध शाहपुरा शैली की फड़ चित्रकला एक बार फिर इतिहास और संस्कृति के अद्भुत संगम की साक्षी बनी है। महाराणा प्रताप जयंती तथा हल्दीघाटी युद्ध के 450 वर्ष पूर्ण होने के अवसर पर युवा फड़ कलाकार विवेक जोशी ने अपने रंगों और पारंपरिक शैली के माध्यम से हल्दीघाटी युद्ध के रोमांचकारी दृश्यों को जीवंत कर दिया है। यह चित्र केवल एक कलाकृति नहीं, बल्कि मेवाड़ की आन-बान-शान और वीरता की अमर गाथा का दृश्य दस्तावेज बन गया है।

विवेक जोशी, देश के प्रख्यात फड़ चित्रकार शांति लाल जोशी के सुपुत्र हैं। शांति लाल जोशी को राष्ट्रपति पुरस्कार सहित अनेक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय सम्मानों से सम्मानित किया जा चुका है।

उन्के द्वारा निर्मित फड़ चित्र आज भारत ही नहीं, बल्कि विदेशों के संग्रहालयों, एयरपोर्ट, राजकीय भवनों और सांस्कृतिक संस्थानों की शोभा बढ़ा रहे हैं। सात सौ वर्षों से उनका परिवार शाहपुरा में रहकर

700 वर्षों की परंपरा को नई पीढ़ी दे रही नई पहचान

विवेक जोशी ने बताया कि यह वर्तमान चित्र एक अपेक्षाकृत छोटी फड़ है, जबकि इससे पहले वे हल्दीघाटी युद्ध पर 5 गुणा 12 फीट की विशाल फड़ चित्रकारी तैयार कर चुके हैं, जिसमें संपूर्ण युद्ध का विस्तृत चित्रण किया गया था। उनका उद्देश्य केवल चित्र बनाना नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों को भारतीय इतिहास, वीरता और राजस्थान की समृद्ध लोककला से जोड़ना है। शाहपुरा की फड़ कला सदियों से लोककथाओं, देवगाथाओं और ऐतिहासिक प्रसंगों को चित्रों के माध्यम से जीवंत करती रही है। विवेक जोशी की यह नई कृति उसी परंपरा की सशक्त कड़ी है, जो रंगों के माध्यम से इतिहास को वर्तमान से जोड़ते हुए आने वाले समय के लिए सांस्कृतिक धरोहर का संरक्षण कर रही है।

इस पारंपरिक कला को उसकी मौलिकता और गरिमा के साथ आगे बढ़ा रहा है।

परिवार की इस समृद्ध कलात्मक विरासत को आगे बढ़ाते हुए विवेक जोशी के भाई विजय जोशी को भी हाल ही में माननीय राष्ट्रपति द्वारा सम्मानित किया जा चुका है। उनकी हस्तनिर्मित चित्रकला राजस्थान के मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा द्वारा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को भेंट की गई, जिसने शाहपुरा की फड़ कला को राष्ट्रीय स्तर पर नई पहचान दिलाई।

इसके बाद चित्र में हल्दीघाटी का ऐतिहासिक युद्ध जीवंत हो उठता है। एक ओर महाराणा प्रताप अपनी वीर सेना के साथ हैं तो दूसरी ओर मानसिंह की विशाल मुगल सेना। युद्ध के सबसे प्रसिद्ध प्रसंग में महाराणा प्रताप अपने भाले से मानसिंह पर प्रहार करते दिखाई देते हैं, किंतु मानसिंह शुक जाने से बच जाते हैं। उसी दौरान हाथी

प्रमुख घटनाओं को क्रमबद्ध रूप से दर्शाया गया है। चित्र की शुरुआत उस प्रसंग से होती है, जब आमिर के राजा मानसिंह ने महाराणा प्रताप को वार्ता के लिए आमंत्रित किया। महाराणा प्रताप स्वयं नहीं गए और अपने पुत्र अमर सिंह को भेजा। इसे मानसिंह ने अपना अपमान माना और कहा कि अब मुलाकात युद्धभूमि में ही होगी।

इसके बाद चित्र में हल्दीघाटी का ऐतिहासिक युद्ध जीवंत हो उठता है। एक ओर महाराणा प्रताप अपनी वीर सेना के साथ हैं तो दूसरी ओर मानसिंह की विशाल मुगल सेना। युद्ध के सबसे प्रसिद्ध प्रसंग में महाराणा प्रताप अपने भाले से मानसिंह पर प्रहार करते दिखाई देते हैं, किंतु मानसिंह शुक जाने से बच जाते हैं। उसी दौरान हाथी

की सूंड में लगी तलवार से महाराणा प्रताप का प्रिय अस्त्र चेतक गंभीर रूप से घायल हो जाता है।

चित्र में चेतक की स्वामीभक्ति का वह भावुक दृश्य भी दर्शाया गया है, जब घायल होने के बावजूद वह अपने स्वामी को सुरक्षित निकालते हुए पानी का दरां पार करता है। इसके साथ ही एक और मार्मिक प्रसंग चित्रित किया गया है, जिसमें महाराणा प्रताप के भाई शक्ति सिंह, जो उस समय मानसिंह की ओर से युद्ध कर रहे थे, अपने भाई की स्थिति देखकर परचताप करते हैं और अंततः उनसे गले मिलते हैं। यह दृश्य केवल युद्ध नहीं, बल्कि रक्त संबंधों और आत्मसम्मान की भावना को भी अभिव्यक्त करता है।

मुख्यमंत्री के नाम ज़ापन सौंपकर वृक्षों की कटाई की जांच व कार्रवाई की मांग



स्मार्ट हलचल

बिजनगर। राजकीय नारायण उच्च माध्यमिक विद्यालय, बिजनगर के लेख मैदान में लगाए गए लगभग 106 वृक्षों की कथित रूप से निर्मातापूर्वक कटाई किए जाने के विरोध में भारत विकास परिषद मुख्य शाखा बिजनगर एवं कोण्टा फाउंडेशन के प्रतिनिधियों ने शुक्रवार को तहसील कार्यालय पहुंचकर मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के नाम ज़ापन सौंपा।

तहसीलदार की अनुपस्थिति में तहसीलदार प्रतिनिधि ओमप्रकाश को सौंपे गए ज़ापन में बताया गया कि करीब 10 से 12 फीट ऊंचे इन वृक्षों का पिछले तीन वर्षों से नियमित रूप से पानी, दवा एवं देखभाल कर संतान की तरह पालन-पोषण किया जा रहा था। ऐसे में इन वृक्षों की कटाई से सामाजिक

संगठनों एवं आमजन में गहरा आक्रोश है।

ज़ापन में मांग की गई कि यह अक्षय्य कृत्य किसके आदेश एवं किसके द्वारा किया गया, इसकी निष्पक्ष जांच कर दोषियों के विरुद्ध कड़ी कार्रवाई की जाए। प्रतिनिधियों ने कहा कि एक ओर सरकार पर्यावरण संरक्षण पर करोड़ों रुपये खर्च कर रही है, वहीं दूसरी ओर इस प्रकार वृक्षों की कटाई अत्यंत दुर्भाग्यपूर्ण और चिंताजनक है।

इस अवसर पर भारत विकास परिषद मुख्य शाखा के साथ भारत विकास परिषद विवेकानंद शाखा, लायंस क्लब मुष्क, लायंस क्लब रॉयल, लायंस क्लब क्लासिक, भारतीय जैन संगठना एवं जैन सोशल ग्रुप बिजनगर के प्रतिनिधियों ने भी मुख्यमंत्री के नाम अलग-अलग ज़ापन सौंपकर आवश्यक कार्रवाई की मांग की।

ख़जीना से बाईक चोरी

स्मार्ट हलचल

आकोला। क्षेत्र के खजीना गांव से शुक्रवार रात्री में मोटर साईकिल चोरी। खजीना निवासी रामेश्वर लाल जाट ने बताया कि शुक्रवार रात्री ड्रेगन फ़ुट कृषि फार्म के सामने होटल पर अपनी मोटर साईकिल बजाज डिस्कवर रंग काला व लाल को लॉक कर पास ही सो गया। रात्री 3 बजे जाग निंद खुली तो देखा कि मोटर साईकिल गायब थी। चोरी की रिपोर्ट बड़लियास थाना में दर्ज कराई



। पुलिस मामले की तहकीकात कर रही है।

महेश नवमी महोत्सव पर होगा शोभायात्रा एवं रक्तदान शिविर



स्मार्ट हलचल

लाडपुरा। मांडलगढ़ तहसील माहेश्वरी सभा द्वारा आयोजित तहसील स्तरीय महेश नवमी महोत्सव को भव्य रूप देने के लेकर तहसील अध्यक्ष ओम प्रकाश मूंडड़ा एवं काछेला अध्यक्ष सुरतराम गगरानी के नेतृत्व में बीस सदस्यीय प्रतिनिधी मण्डल ने माण्डलगढ़ व बरुन्दनी कस्बे में बैठक आयोजित की। तहसील मंत्री ओम प्रकाश लढ़ा ने बताया कि काछेला कस्बे में आयोजित तहसील स्तरीय महेश नवमी महोत्सव में मांडलगढ़ तहसील के लगभग तीस गांवों के माहेश्वरी परिवार भाग लेंगे। 23जून को प्रातः 9बजे बैपड के साथ भगवान महेश की विशाल शोभायात्रा निकाली जायेगी। 12बजे से मंचीय कार्यक्रम होंगे। जिसमें महेश वंदना, अतिथियों का

उद्घोषण, समाज की प्रतिभाओं का सम्मान, 80वर्ष से ऊपर वृद्धजनों का सम्मान समारोह, और स्नेहभोज का आयोजन होगा। साथ ही इससे पूर्व मांडलगढ़ कस्बे में 21जून स्वर्गीय लक्ष्मी देवी सोमानी की पुण्य स्मृति में एक विशाल रक्तदान शिविर का भी आयोजन किया जायेगा। इस अवसर पर तहसील के पूर्व अध्यक्ष गोवर्धन लाल झंवर, मानसिंह मूंडड़ा, रमेशचंद्र बसेर, मुरली मनोहर गट्यानी, राजू मालू, परमेश्वर मंत्री, जगदीश बसेर, बजरंग मंत्री, अरविंद डागा, मुरली मूंडड़ा, शांति लाल कावरा, राधेश्याम मालू, कृष्ण गोपाल नकलक, महावीर बसेर, छीतर लाल मंत्री, गोपाल तुक्क्या, सत्यनारायण भण्डारी, जीवन अस्थाना, विनोद असावा, भगवान कावरा, राजकुमार भण्डारी सहित कई समाज जन उपस्थित थे।

योग प्रशिक्षकों द्वारा फूल टाइम नियमित और वेतन वृद्धि की कर रहे हैं मांग



स्मार्ट हलचल | भीलवाड़ा

योग प्रशिक्षक महासंघ, भीलवाड़ा के जिला अध्यक्ष महावीर प्रजापत के नेतृत्व में आयुर्वेद विभाग के तहत कार्यरत योग प्रशिक्षकों ने अपनी लंबित मांगों को लेकर जिला कॉलेक्टर श्री जसमीत सिंह संधू को ज़ापन सौंपकर जल्द समाधान की मांग की है।

भीलवाड़ा आयुर्वेदिक उपनिदेशक महोदय डॉ. महाराज सिंह के साथ भीलवाड़ा योग प्रशिक्षकों ने ज़ापन में फूल टाइम नियुक्ति,

वेतनवृद्धि की मांग का ज़ापन सौंपा गया।

राष्ट्रीय आयुष मिशन के तहत राजकीय आयुर्वेद औषधालयों में महिला योग प्रशिक्षकों को 5 हजार तथा पुरुष योग प्रशिक्षकों को 8 हजार रुपए प्रतिमाह मानदेय पर कार्य कराया जा रहा है। प्रशिक्षकों का कहना है कि पिछले पांच वर्षों से वे अपनी विभिन्न मांगों को लेकर ज़ापन और प्रदर्शन करते आ रहे हैं। अब तक कोई ठोस निर्णय नहीं लिया गया है। जिले भर के सैकड़ों योग प्रशिक्षक उपस्थित रहे।

शाहपुरा के लाल मोहम्मद रजा खान के हाथों में भारतीय टीम की कमान

वर्ल्ड स्कूल बास्केटबॉल चैंपियनशिप के लिए सर्बिया रवाना

स्मार्ट हलचल

शाहपुरा (भीलवाड़ा)।

शाहपुरा, भीलवाड़ा और पूरे राजस्थान के खेल जगत के लिए यह बेहद गौरवपूर्ण पल है। शाहपुरा के प्रतिभाशाली बास्केटबॉल खिलाड़ी मोहम्मद रजा खान को भारतीय स्कूल बास्केटबॉल टीम की कप्तानी सौंपी गई है और उनके नेतृत्व में भारतीय टीम वर्ल्ड स्कूल बास्केटबॉल प्रतियोगिता में हिस्सा लेने के लिए जलातिबोर (सर्बिया) रवाना हो गई है। स्थानीय खेल प्रेमियों में इस उपलब्धि को लेकर जबरदस्त उत्साह है और सभी की निगाहें अब भारतीय टीम के प्रदर्शन पर टिकी हैं।

12 सदस्यीय भारतीय टीम रांची से दिल्ली पहुंची, जहां से इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे के माध्यम से सर्बिया के लिए प्रस्थान किया। टीम के साथ मुख्य कोच, सहायक कोच और फिजियो भी मौजूद हैं। इस



प्रतियोगिता में भारतीय बालकों की टीम के साथ-साथ भारतीय बालिका टीम भी हिस्सा लेने के लिए सर्बिया रवाना हुई है।

भारतीय टीम के सबसे भरोसेमंद और स्टार खिलाड़ियों में शामिल मोहम्मद रजा खान को कप्तान बनाए जाने को उनकी मेहनत, प्रतिभा और नेतृत्व क्षमता का सम्मान माना जा रहा है। खेल विशेषज्ञों का मानना है कि उनके नेतृत्व में भारतीय टीम इस

बार अंतरराष्ट्रीय मंच पर शानदार प्रदर्शन कर सकती है और पदक जीतने की मजबूत दावेदार है।

भारतीय टीम में राजस्थान के मोहम्मद रजा खान और संस्कार सानो के अलावा दिल्ली के सिद्धार्थ मीन एवं मोहम्मद सानी गौरी, सीबीएसई-डब्ल्यूएसओ के श्रीशरण वैदिकल मुरगन और शौर्य राहुल पांडे, कर्नाटक के दीक्षित अमीन, महाराष्ट्र के देवेश स्वप्निल परमेल, पंजाब के शौर्य सचदेवा, गुजरात के माधवेंद्र सिंह जैतावत तथा सीबीएसई के शुभम सिंह और हिमांशु सिंह को शामिल किया गया है। यह टीम देश के विभिन्न राज्यों की श्रेष्ठ प्रतिभाओं का प्रतिनिधित्व कर रही है।

टीम के साथ मुख्य कोच कालवा राजेश्वर राव, सहायक कोच कालवा राधा राव तथा फिजियो कुणाल कुमार राजकुमार चड्ढास्मा भी सर्बिया गए हैं, जो खिलाड़ियों को माननी और शारीरिक प्रदर्शन को बेहतर बनाने में

महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे।

प्रतियोगिता में भारतीय टीम को ग्रुप-एफ में रखा गया है, जहां उसका मुकाबला चाइनीज ताइपे, स्लोवाकिया और चेक गणराज्य जैसी मजबूत टीमों से होगा। इस अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिता में कुल 32 टीमों भाग ले रही हैं, जिन्हें आठ समूहों में विभाजित किया गया है। प्रतियोगिता का आयोजन 13 जून से 22 जून तक किया जाएगा।

शाहपुरा और राजस्थान के खेल प्रेमियों का विश्वास है कि कप्तान मोहम्मद रजा खान अपने नेतृत्व और शानदार खेल के दम पर भारतीय टीम को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाएंगे। उनके कप्तान बनने से स्थानीय युवाओं में भी खेलों के प्रति नया उत्साह पैदा हुआ है। यदि भारतीय टीम पदक जीतने में सफल रहती है, तो यह न केवल देश बल्कि शाहपुरा और राजस्थान के लिए भी ऐतिहासिक उपलब्धि होगी।

गांगलास में 20-21 जून को चारभुजा-नाथ मंदिर महोत्सव

कथा, मेला और भजन संध्या का होगा आयोजन

स्मार्ट हलचल

मोड़ का निंबाहेड़ा क्षेत्र के गांगलास गांव स्थित श्री चारभुजा-नाथ मंदिर के जीर्णोद्धार के सफल चार वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में 20 एवं 21 जून 2026 को भव्य दो दिवसीय मेला एवं कथा महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। आयोजन समिति के शिवराज सुखवाल एवं विनोद सुखवाल ने बताया कि समस्त ग्रामवासियों के सहयोग से आयोजित होने वाले इस धार्मिक महोत्सव को लेकर क्षेत्र में श्रद्धालुओं में विशेष उत्साह बना हुआ है। उन्होंने बताया कि महोत्सव का शुभारंभ 14 जून से सात दिवसीय संगीतमय श्रीमद्भगवत कथा के साथ होगा, जो 20 जून तक प्रतिदिन रात्रि 8:15 बजे से प्रभु इच्छा के आर्वाजिक की जाएगी। कथा का वाचन सुमसिद्ध कथावाचक पंडित दिनेश कृष्ण शास्त्री द्वारा किया जाएगा, जबकि संगीत सेवा कमलेश व्यास प्रदान करेंगे।

महोत्सव के तहत 20 जून को प्रातः 8:15 बजे राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय गांगलास

परिसर में विशाल रक्तदान शिविर एवं निःशुल्क नेत्र जांच शिविर आयोजित होगा, जिसमें क्षेत्र के नागरिकों से अधिकधिक भागीदारी की अपील की गई है।

21 जून को प्रातः 9:15 बजे ठाकुरजी की भव्य शोभायात्रा निकाली जाएगी, जिसमें बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल होंगे। इसके पश्चात दोपहर 3:15 बजे विशाल महाप्रसादी (अन्नकूट भंडारा) का आयोजन किया जाएगा।

महोत्सव के समापन अवसर पर 21 जून को रात्रि 9:15 बजे प्रसिद्ध भजन गायक राजू रावल एवं विनोद सिखवाल द्वारा भव्य भजन संध्या प्रस्तुत की जाएगी। कार्यक्रम का संचालन बबलू शर्मा करेंगे। वहीं, आयोजन का डिजिटल लाइव प्रसारण मीरा लाइव मेवाड़ के माध्यम से किया जाएगा। आयोजन समिति ने क्षेत्रवासियों एवं श्रद्धालुओं से अधिकधिक संख्या में उपस्थित होकर धार्मिक एवं सामाजिक कार्यक्रमों का लाभ लेने तथा आयोजन को सफल बनाने की अपील की है।

कलश यात्रा के साथ शुरू हुआ ग्यारस उद्यापन महोत्सव

7 जोड़ों ने यज्ञ में दी आहुतियां

स्मार्ट हलचल

मंगरोप। निकटवर्ती कुम्हारिया गांव स्थित चारभुजा नाथ मंदिर में दो दिवसीय ग्यारस उद्यापन कार्यक्रम का शुभारंभ गुरुवार को धार्मिक उत्साह और श्रद्धा के माहौल में हुआ। कार्यक्रम की शुरुआत डीजे पर बज रही धार्मिक धुनों के बीच निकाली गई भव्य कलश यात्रा से हुई, जिसमें बड़ी संख्या में महिलाओं और श्रद्धालुओं ने भाग लिया। वेदाचार्य महावीर दाधीच के सानिध्य में आयोजित धार्मिक अनुष्ठानों के दौरान सात



पंडितों द्वारा वैदिक मंत्रोच्चार के साथ यज्ञ संपन्न कराया गया। यज्ञ में सात दंपतियों ने विधि-विधान से हवन कुंड में आहुतियां देकर परिवार एवं क्षेत्र की सुख-समृद्धि की कामना की। आयोजक सदस्य सांवरलाल ने बताया कि गांव की

करीब 30 महिलाएं पिछले एक वर्ष से नियमित रूप से ग्यारस व्रत का पालन कर रही थीं। व्रत पूर्ण होने पर उद्यापन कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें महिलाओं ने श्रद्धा और भक्ति भाव के साथ धार्मिक अनुष्ठानों में भाग

लिया। शुक्रवार सुबह भी यज्ञ एवं हवन कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसमें सात जोड़ों ने हवन कुंड में आहुतियां अर्पित कीं। इसके बाद विशाल भोजन प्रसादी का आयोजन किया गया। प्रसादी में गांव सहित आसपास के क्षेत्रों से पहुंचे बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लेकर प्रसाद ग्रहण किया। पूरे कार्यक्रम के दौरान मंदिर परिसर भक्तिमय वातावरण से सराबोर रहा। आयोजन को सफल बनाने में ग्रामीणों एवं श्रद्धालुओं का विशेष सहयोग रहा। इस अवसर पर रामपाल गुर्जर, शंभू सिंह, राधाकिशन, गिरधारी सिंह, सांवरलाल, गुंजरलाल गुर्जर, कांठूलाल गुंजर सहित अनेक ग्रामीण मौजूद रहे।

बिजौलिया की बेटी चार्वी विजय ने राष्ट्रीय स्तर पर चमकाया नाम

स्मार्ट हलचल

बिजौलिया। BITS UGEE, IIIT हैदराबाद और इच्छा एडवांस में हासिल की सफलता बिजौलिया। कस्बे की होनहार बेटी चार्वी विजयवर्गीय ने अपनी प्रतिभा का परिचय देते हुए देश की प्रतिष्ठित आईआईटी इंजीनियरिंग प्रवेश परीक्षाओं में सफलता हासिल कर क्षेत्र का नाम रोशन किया है।



एडवांस जैसी देश की कठिन परीक्षाओं में सफलता प्राप्त की है। चार्वी की इस

उपलब्धि से बिजौलिया कस्बे में खुशी का माहौल है। चार्वी के पिता मुकेश विजय ने बताया कि चार्वी ने अपनी मेहनत, लगन और निरंतर अध्ययन के बल पर यह मुकाम हासिल किया है। 12वें सीबीएसई परीक्षा में उन्होंने 95.6% अंक हासिल कर ब्लॉक में टॉप किया था। वहीं चार्वी के दादा राम प्रसाद विजय ने बताया कि चार्वी बचपन से ही पढ़ाई में रुचि रखने

वाली और मेहनती छात्रा रही हैं। वह आगे इंजीनियरिंग की पढ़ाई पूरी करने के बाद प्रशासनिक सेवा में जाना चाहती हैं। काउंसिलिंग के बाद चार्वी का देश के टॉप आईआईटी कॉलेज में एडमिशन होगा। चार्वी की सफलता ने यह साबित किया है कि छोटे कस्बों की प्रतिभाएं भी उचित मार्गदर्शन और दृढ़ संकल्प के साथ राष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान है।

विश्व बाल श्रम निषेध दिवस पर चलाया जनजागरूकता अभियान

स्मार्ट हलचल | भीलवाड़ा

विश्व बाल श्रम निषेध दिवस पर पुलिस विभाग, श्रम विभाग जिला बाल अधिकारिता विभाग एवं जिला बाल संरक्षण इकाई, चाइल्ड हेल्थलाइन 1098, नवाचार संस्थान सहयोगी संस्था जस्ट राइट्स फॉर चिल्ड्रन ने जिले में बाल मजदूरी के खिलाफ जनजागरूकता अभियान चलाए जा रहे हैं जिसके तहत आज 12 जून को पुलिस अधीक्षक सागर राणा के निदेशन पर महिला थानाधिकारी अरूब खां व उनकी टीम मानव तस्करी विरोधी इकाई इंश्वर सिंह श्रम विभाग से श्रम निरीक्षक शिवराज जी, कोतवाली थाना टीम बाल अधिकारिता विभाग के सहायक निदेशक धर्मराज प्रतिहार के निदेशानुसार चाइल्ड हेल्थलाइन 1098 परियोजना समन्वयक हेमंत सिंह सिसोदिया, काउंसलर निर्मला



पुरोहित, सुपरवाइजर राजेश कुमार एवं आनंद कुमार, केस वर्कर सुमन साहू, नवाचार संस्थान से जिला समन्वयक जितेंद्र सिंह तोमर, भगवत सिंह व उनकी टीम शामिल रही। इस अवसर पर विभिन्न सरकारी विभागों और कानून लागू

करने वाली एजेंसियों के अफसरों, सामुदायिक नेताओं और ग्रामीणों ने हिस्सा लिया।

एक्शन मंथ में अभी तक 8 बच्चे बालश्रम एवं भिक्षाकृति से मुक्त कराये गये, मुक्त कराए गए बच्चों की उम्र 8 से 17साल के

बीच है और ये कई वाणिज्यिक प्रतिष्ठानों में पिछले कुछ महीने से काम कर रहे थे। शुरुआती जांच से पता चला है कि इनसे बेहद अमानवीय और शोषणकारी स्थितियों में काम लिया जा रहा था। स्वास्थ्य के लिए खतरनाक

स्थितियों में मामूली पैसे पर इन्हें दिन रात खटाया जा रहा था जिससे इनकी सेहत व मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ रहा था। बच्चों को मुक्त करने के बाद जिम्मेदार तत्वों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई शुरू की गई है और पीड़ित बच्चों को पुनर्वास, मुआवजा व अन्य सुविधाएं दिलाने की प्रक्रिया जारी है जिसके वे अधिकारी हैं।

जून महीने को बाल श्रम के खिलाफ 'एक्शन मंथ' के तौर पर मनाया जाता है और चूँकि बाल दुर्व्यापार यानी बच्चों की ट्रेफिकिंग बाल मजदूरी का मुख्य कारण है, इसलिए नवाचार संस्थान इस दौरान पुलिस व प्रशासन के साथ मिलकर दुर्व्यापारियों और उनके गठजोड़ की शिनाख्त के लिए कड़ी नजर रखते हैं।

इस मौके पर कानून लागू करने वाली एजेंसियों और जिला

प्रशासन को हसंभव सहयोग का वादा करते हुए कहा कि, 'शोषण व मजदूरी से मुक्त कराए गए हर बच्चे के शिक्षा के अधिकार, सुरक्षा व गरिमा की आज एक बार फिर बहाली हुई है। बाल श्रम बच्चों को उनके बचपन और मूल अधिकारों से महरूम कर देता है, लिहाजा इस समस्या से तत्काल निपटने की जरूरत है। बच्चों की जगह ढाबों और फैक्ट्रियों में नहीं बल्कि स्कूल में ही। चूँकि ट्रेफिकिंग और बाल मजदूरी आपसे में गहरे तक जुड़े हैं, हम ट्रेफिकिंग की रोकथाम, बच्चों को मुक्त कराने के लिए जिला प्रशासन प्रशासन व कानून प्रवर्तन एजेंसियों के साथ करीबी समन्वय के साथ काम करते रहेंगे। साथ ही, हम सुनिश्चित करेंगे कि हर बच्चे की देखभाल हो, समुचित पुनर्वास हो और उसे वो सभी सुविधाएं मिलें जिसका वह हकदार है।

स्वामी गोविंद देव गिरी जी के जीवन प्रबंधन पर दो दिवसीय प्रवचन 18 से

स्मार्ट हलचल | भीलवाड़ा

ए बी माहेश्वरी एजुकेशनल ट्रस्ट भीलवाड़ा के तलाशान श्री राम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र न्यास अयोग्या के कोषाध्यक्ष स्वामी गोविंद देव गिरी जी के दो दिवसीय प्रवचन 18 जून को रात्रि 7 से 9 तक व 19 जून को रात्रि 8 से 10 बजे तक तेरापंथ भवन तेरा पंतनगर चित्तौड़गढ़ आर ओ बी के पास भीलवाड़ा पर आयोजित किए जाएंगे।

मिडिया प्रभारी महावीर समदानी ने जानकारी देते हुए बताया कि जगदीश प्रसाद, नवनीत कुमार, श्लोक सोमानी की ओर से आयोजित कार्यक्रम में कई भाषाओं को जानने वाले पूज्य स्वामी गोविंद देव गिरी जी भीलवाड़ा में पहली बार अपना जीवन प्रबंधन, सुखी जीवन, सफल जीवन जीने कि कला पर प्रवचन देंगे वह श्री कृष्ण जन्मभूमि



न्यास मथुरा के उपाध्यक्ष व देशभर में इनके मार्गदर्शन में 50 कार्यरत प्रमुख संस्थाएं हैं दो दिवसीय प्रवचन में सार्थक जीवन आनंद में जीवन सार्थक सोच, सफल जीवन- यही असली जीवन प्रबंधन है, समय, संकल्प और संतुलन- सफल जीवन की नींव है, जो जीवन को सवारे, वही सच्चा प्रबंधक है, सफल वही जिनके जीवन को जाना, सार्थक वही जिससे जीवन को माना इस पर दो दिवसीय जीवन प्रबंधन पर विशेष प्रवचन आयोजित किए जाएंगे।

अंतिम व्यक्ति तक पहुंचे केंद्र की योजनाओं का लाभ, लापरवाही बर्दाशत नहीं: सांसद महिमा कुमारी मेवाड़

ब्यावर में सांसद की अध्यक्षता में 'दिशा' समिति की बैठक आयोजित; मिलावटखोरों पर सख्त कार्रवाई, खराब सड़कों को जल्द सुधारने और जल जीवन मिशन के कार्यों में तेजी लाने के लिए निर्देश

स्मार्ट हलचल

ब्यावर। जिला कलेक्टर सभागार में शुक्रवार को जिला विकास समन्वय एवं निगरानी समिति (दिशा) की बैठक राजसमंद सांसद महिमा कुमारी मेवाड़ की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में केंद्र सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं और विकास कार्यों की बिंदुवार समीक्षा की गई। सांसद ने अधिकारियों को कड़े लहजे में निर्देशित किया कि विकास कार्यों और आमजन से जुड़े मामलों में किसी भी प्रकार की ढिलाई या लापरवाही बर्दाशत नहीं की जाएगी।



समन्वय के साथ काम करें।

मिलावटखोरों के खिलाफ अभियान और कानून व्यवस्था पर जोर

आमजन के स्वास्थ्य से जुड़े मामलों पर गंभीर रुख अपनाते हुए सांसद ने अधिकारियों को जिले में नकली घी, पनीर और खाद्य तेल बेचने वालों के खिलाफ विशेष अभियान चलाकर कठोर कार्रवाई करने के निर्देश दिए। इसके साथ ही उन्होंने क्षेत्र में चोरी की घटनाओं पर

प्रभावी रोक लगाने और दोषियों के विरुद्ध सख्त कदम उठाकर कानून व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ करने को कहा।

सड़क, पानी और सफाई व्यवस्था सुधारने के निर्देश

बैठक में बुनियादी सुविधाओं पर चर्चा करते हुए सांसद ने क्षतिग्रस्त सड़कों की तुरंत मरम्मत कराने, जल जीवन मिशन के लंबित कार्यों में तेजी लाने और पेयजल संकट का प्राथमिकता से समाधान करने

के निर्देश दिए। सफाई व्यवस्था में पारदर्शिता लाने के लिए उन्होंने संबंधित टेंडर और ठेकेदारों की जानकारी सार्वजनिक करने तथा अतिक्रमण के मामलों में बिना किसी भेदभाव के निपटारा करवाई करने की बात कही।

किसान और महिला सशक्तिकरण को बढ़ावा

सांसद ने स्वयं सहायता समूहों द्वारा तैयार उत्पादों को बढ़ावा देने के लिए स्थानीय स्तर पर बाजार उपलब्ध कराने और जागरूकता अभियान चलाने पर जोर दिया। वहीं, किसानों को सुरक्षा कवच देने के उद्देश्य से 'प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना' का लाभ दिलाने के लिए पात्र किसानों का समय पर पंजीकरण सुनिश्चित करने को कहा।

शिविरों का मिले अधिकतम लाभ

सांसद ने वर्तमान में चल रहे

ग्रामीण एवं शहरी सेवा शिविरों के माध्यम से आमजन के काम समय सीमा में पूरे करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि बैठकों में जनप्रतिनिधियों द्वारा उठाए गए मुद्दों पर अधिकारी तत्काल और संवेदनशीलता के साथ कार्रवाई करें। बैठक के अंत में जिला कलेक्टर कमल राम मीना ने सांसद और जनप्रतिनिधियों द्वारा दिए गए निर्देशों को धरातल पर प्रभावी रूप से लागू करने का भरोसा दिलाया।

इस अवसर पर ब्यावर विधायक शंकर सिंह रावत, मयूर विधायक वीरेंद्र सिंह कानावत, जिला कलेक्टर कमल राम मीना, जिला पुलिस अधीक्षक रतन सिंह, जिला परिषद अजमेर के मुख्य कार्यकारी अधिकारी रामप्रकाश, अतिरिक्त जिला कलेक्टर ब्रह्मलाल जाट, अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. गोपाल लाल मीणा सहित विभिन्न विभागों के जिला स्तरीय अधिकारी और स्थानीय जनप्रतिनिधि उपस्थित रहे।

सोमवती अमावस्या पर मिनी पुष्कर से शुरु होगी 'धाकड़ दर्शन यात्रा', समाज सुधार पर रहेगा जोर

स्मार्ट हलचल

नगर फोर्ट। अखिल भारतीय श्री धाकड़ महासभा द्वारा समाज में जागरूकता और एकता के उद्देश्य से 'धाकड़ दर्शन यात्रा' का आयोजन किया जा रहा है। यह यात्रा 15 जून 2026, सोमवती अमावस्या के पावन अवसर पर शुरू होगी। 10 जून को हुई बैठक में तैयारियों को अंतिम रूप देने के लिए 10 जून को मांडकला में महासभा की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित हुई। अखिल भारतीय श्री धाकड़ महासभा के प्रांतीय अध्यक्ष एवं उनीयार निवासी पूर्व तहसीलदार राधा किशन धाकड़ की अध्यक्षता में हुई इस बैठक में जिला अध्यक्षों और प्रमुख पदाधिकारियों ने भाग लिया। बैठक में धाकड़ दर्शन यात्रा की रूपरेखा तय करने के साथ-साथ सभी तैयारियों की गहन समीक्षा की गई।

मिनी पुष्कर से होगा शुभारंभ

महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष तुलसीराम धाकड़ (कोटा) के नेतृत्व में यह यात्रा मिनी पुष्कर, मांडकला स्थित भगवान श्री धरणीधर के राष्ट्रीय मंदिर से प्रारंभ होकर संपूर्ण भारत के धाकड़ समाज के गांव-गांवों तक पहुंचेगी।



पहले चरण में तीन जिले शामिल यात्रा का प्रथम चरण 15 जून से 22 जून 2026 तक चलेगा। इस दौरान टोंक, बूंदी और सर्वाड माधोपुर जिले के गांवों में कार्यक्रम आयोजित होगा। राष्ट्रीय अध्यक्ष स्वयं गांवों में धाकड़ समाज के मंदिरों और प्रमुख स्थानों पर पहुंचकर लोगों से संवाद करेंगे। यात्रा के दौरान सामाजिक कुरीतियों और विकास के मुद्दों पर विशेष चर्चा होगी। सामाजिक सुधार: मृत्युभोज, बाल विवाह और खर्चीली शायदियों पर रोक ज शिक्षा: बालिका शिक्षा व उच्चतर शिक्षा को बढ़ावा देना। युवा और परिवार:

बच्चों को मोबाइल से दूर रखना, शादी में छवड़ा देखने और श्री-वेडिंग पर रोक ज पर्यावरण: सिंगल यूज प्लास्टिक पर रोक, खेतों में अधिक पेड़ लगाना, जैविक खेती को बढ़ावा ज समाज संगठन: सामूहिक विवाह सम्मेलन, समाज में एकता व संगठन को मजबूत करना, प्रतिभाओं का सम्मान ज ग्रामीण विकास: प्रत्येक परिवार को देशी गाय पालने के लिए प्रेरित करना। महासभा ने सभी समाज बंधुओं से अपील की है कि वे अधिक से अधिक संख्या में अपने गांव या आवसपस के क्षेत्र में निकलने वाली यात्रा में शामिल हों।

पट्टे व विभिन्न समस्याओं के समाधान को लेकर सौपा ज्ञापन

स्मार्ट हलचल

सांगोद। सांगोद कांग्रेस कार्यकर्ताओं के द्वारा जिला देहात कांग्रेस कमेटी अल्पसंख्यक विभाग के अध्यक्ष असर अहमद के नेतृत्व में अधिशासी अधिकारी मनोज मालव को नगर पालिका के अंतिम छोर पर बैठे पात्र व्यक्ति तक अनिवार्य रूप से पहुंचाना चाहिए। इसके लिए सभी विभाग आपसी

के पीछे जिसमें कई परिवारजनों को अभी तक पट्टे उपलब्ध नहीं करवाए गए अमृतखेड़ी, पामला खेड़ी, चरेलिया बस्ती, कौड़ियों का चोक, आँडियों का चोक, ताखाजी मोहल्ला, किराड धर्मशाला के पीछे वह जितने भी गांवों को नगर पालिका के वाडों में शामिल किए गए हैं उन सभी में बरसों से स्थायी निवास करने वाले परिवारजनों को पट्टे उपलब्ध करवाए साथ ही जो आबादी क्षेत्र में नहीं है उन्हें ही आबादी क्षेत्र में लेकर उनके मकानों के पट्टे उपलब्ध करवाए जाएं इन मोहल्लों वह नगर पालिका में लिए गए उन सभी गांवों को जिन्हें नगर पालिका वाड बनाया गया है उनमें नगर पालिका द्वारा मिलने वाली सभी सुविधाएं बिजली, पानी, इंटरलॉकिंग, सीसी रोड, नालिया निर्माण व समय समय पर साफ सफाई की व्यवस्था उपलब्ध करवाई जाए जिला देहात कांग्रेस कमेटी अल्पसंख्यक विभाग के अध्यक्ष असर अहमद, कांग्रेस नगर अध्यक्ष मनोज सुवालका, पूर्व कांग्रेस नगर अध्यक्ष राजेंद्र गहलोत पूर्व सरपंच फूलचंद गोचर, अल्पसंख्यक देहात जिला उपाध्यक्ष सलीम अंसारी ने अधिशासी अधिकारी मनोज मालव को मुख्यमंत्री राजस्थान सरकार के नाम पट्टे उपलब्ध करवाने वह विभिन्न समस्याओं के समाधान को लेकर ज्ञापन सौपा जिला देहात कांग्रेस कमेटी अल्पसंख्यक विभाग के अध्यक्ष असर अहमद, कांग्रेस नगर अध्यक्ष मनोज सुवालका, पूर्व कांग्रेस नगर अध्यक्ष राजेंद्र गहलोत पूर्व सरपंच फूलचंद गोचर, अल्पसंख्यक देहात जिला उपाध्यक्ष सलीम अंसारी ने अधिशासी अधिकारी मनोज मालव को मुख्यमंत्री राजस्थान सरकार के नाम ज्ञापन देकर बताया कि सांगोद नगर पालिका में अभी हाल ही में कई पंचायतों के गांवों को नगर पालिका के वाडों में शामिल किया गया है जिसमें कोटा रोड अमृत खेड़ी वह पामला खेड़ी गांव भी शामिल है जिसमें दर्शकों से कई परिवारजन निवास करते आ रहे हैं जो पूर्व में कुराडिया कुर्द पंचायत में शामिल थे लेकिन अभी हाल के परिसीमन में अमृत खेड़ी वह पामलाला खेड़ी गांवों को नगर पालिका में शामिल कर लिए गए हैं राजस्थान सरकार द्वारा 12 जून से 15 जुलाई तक शहरी सेवा शिविर लगाए जाने के आदेश दिए गए हैं जिसमें शिविर के माध्यम से आम जन को रहत प्रदान करते हुए अमृत खेड़ी, पामला खेड़ी, चरेलिया बस्ती, कौड़ियों का चोक, आँडियों का चोक, ताखाजी मोहल्ला, किराड धर्मशाला

लाइट का पोल हुआ क्षतिग्रस्त, शिकायत के बाद भी विभाग का नहीं ध्यान

स्मार्ट हलचल। लाखेरी

उपखंड क्षेत्र के स्टेशन-माखीवा रोड पर बस्ती के समीप लगा विद्युत पोल पिछले करीब एक माह से क्षतिग्रस्त खड़ा है, जिससे क्षेत्र के ग्रामीणों में चिंता का माहौल बना हुआ है। पोल के ऊपरी हिस्से से सीमेंट हटने के कारण पोल क्षतिग्रस्त हो गया, जिस कारण उसके कभी भी गिरने की आशंका बनी हुई है। सड़क से



गुजरने वाले राहगीरों, वाहन चालकों एवं आसपास रहने वाले लोगों के लिए यह पोल खतरे का कारण बन सकता है। ग्रामीण किसान रामचरण मीणा ने बताया कि उन्होंने इस संबंध में लिखित रूप से विद्युत विभाग के सहायक अभियंता, लाखेरी को अवगत करवाया था, लेकिन शिकायत के बाद भी अभी तक विभाग की ओर से कोई ठोस कार्रवाई नहीं की गई है। समय बीतने के साथ पोल की स्थिति

और अधिक कमजोर होती जा रही है। ग्रामीणों का कहना है कि बरसात का मौसम शुरू होने वाला है और तेज हवा या बारिश के दौरान पोल गिरने से बड़ा हादसा हो सकता है। इसके अलावा विद्युत आपूर्ति भी बाधित होने की संभावना बनी हुई है। स्थानीय लोगों ने विद्युत विभाग से शीघ्र क्षतिग्रस्त पोल को हटाकर नया पोल लगाने की मांग की है, ताकि किसी संभावित दुर्घटना से बचा जा सके।

वन्य जीव संरक्षण एवं सामाजिक सेवा के लिए 'समाज सेवा शिरोमणि' पुरस्कार से सम्मानित किए जाएंगे लोकेश तिवारी

स्मार्ट हलचल

कोटा। राजस्थान के कोटा जिले के हनातिया सिमलिया निवासी प्रख्यात सामाजिक कार्यकर्ता वन्य जीव प्रेमी और प. क. तित संरक्षण वादी श्री लोकेश तिवारी को वन्य जीव संरक्षण पर्यावरण जागरूकता एवं जन सेवा के क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान हेतु 14 जून को HVPM ऑडिटोरियम हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल अंशा देवी मंदिर के पास अमरावती महाराष्ट्र में भव्य राष्ट्रीय प्रज्ञा अलंकरण समारोह में श्री लोकेश तिवारी को 'समाज सेवा शिरोमणि' पुरस्कार प्रदान किया जाएगा श्री तिवारी प्रायः काल से समाज सेवा करते आए हैं तालाब में डूबते बालक को बचाना कहीं चायलों को अस्पताल

पहुंचाना निर्धन गरीबों का निशुल्क इलाज पर करना कोटा रेलवे स्टेशन पर लगी भीषण आग पर काबू पाना गुजरात में भूकंप में भुज कच्छ में संचाई देना कोराना काल में गांव गांव ढाणी ढाणी जाकर आयुर्वेदिक काढ़ पिलाना गरीबों का दाह संस्कार करना कहीं बुजुर्गों एवं जरूरतमंद परिवारों की सहायता जैसे अनेक अभियानों में वह निरंतर सक्रिय रहे हैं साहसिक एवं सामाजिक कार्य करने समाज में अपनी एक नई पहचान बनाना ग्रामीण और वन क्षेत्र में रहकर पर्यावरण संरक्षण दुर्लभ वन्यजीवों की सुरक्षा तथा संकटग्रस्त जिले के बचाव अभियान एवं वन्य जीवों के प्रति उनके समर्पण तत्परता के कारण अनेक बार चायल पक्षियों एवं जानवरों को समय पर उबार और सुरक्षित पुनर्वास मिल पाया पर्यावरण के क्षेत्र में भी इनका महत्वपूर्ण योगदान है। विशेष उल्लेखनीय है कि श्री लोकेश तिवारी को इससे पूर्व रेड एंड व्हाइट वीरता पुरस्कार, राष्ट्रीय गौरव पुरस्कार, सरकार द्वारा वन्य

जीव संरक्षण एवं साहसिक एवं सामाजिक क्षेत्र में पुरस्कार, हाडोती गौरव पुरस्कार, समाज गौरव पुरस्कार, लायंस क्लब, विजय हिंदू परिषद, अन्य कहीं संगठनों ने कहीं मंचों पर श्री लोकेश तिवारी को सम्मानित किया है श्री तिवारी के किए गए सराहनीय कार्यों को देखते हुए आयोजन समिति ज्ञान उदय फाउंडेशन। वर्ल्ड सेक्टन वंडर्स पब्लिकेशन, रेंडिंट टैलेट बुक ऑफ रिकॉर्ड, के अनुसार इन्होंने साहसिक एवं सामाजिक श्रेत्र सामाजिक कल्याण गौ सेवा पशु संरक्षण वन्य जीव संरक्षण तथा तथा जर्नलिस्ट कार्यों में सक्रिय भूमिका निभाई है जिसके कारण इन्हें यह राष्ट्रीय सम्मान प्रदान किया जा रहा है। सीमित ने बताया कि 'समाज सेवा शिरोमणि' उन व्यक्तियों को दिया जाता है जिन्होंने अपने क्षेत्र में असाधारण उपलब्धियां हासिल करते हुए समाज एवं राष्ट्र के प्रति दीर्घकालिक और उल्लेखनीय योगदान दिया हो और श्री लोकेश तिवारी के चयन पर क्षेत्र के सामाजिक

संगठनों एवं नागरिकों ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए इसे कोटा जिले के लिए गौरव का विषय बताया है। आयोजन से जुड़े अधिकारियों के अनुसार देश भर से चयनित व वरिष्ठ व्यक्तियों को सम्मानित किया जाएगा जिन्होंने सामाजिक सेवा शिक्षा स्वास्थ्य पर्यावरण संस्कृति एवं राष्ट्र निर्माण में योगदान देने वाले व्यक्ति शामिल होंगे। लोकेश तिवारी का समाज सेवा शिरोमणि पुरस्कार में चयन होने पर प्रधान कृष्णा शर्मा, भाजपा मंडल अध्यक्ष एवं सरपंच उच्चमा मीणा, पंचायत समिति सदस्य विजयलक्ष्मी तिवारी, घनश्याम यादव सरपंच भाडोड़ा, सिमलिया सरपंच जितेंद्र मेघवाल, भंवर सरपंच अमृता कंवर, पंचायत समिति सदस्य पूर्व उपप्रधान रईस खान, रेलगांव सरपंच सुलोचना मेहता, गिरिजरा तिवारी, हरीश मीणा, जवाहीर लाल मीणा, आदी सामाजिक संगठन एवं जनप्रतिनिधियों एवं नागरिकों ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए इन्हें शुभकामना दी है।

मानपुरा में मूर्ति स्थापना महोत्सव का शुभारंभ, निकली कलश यात्रा

चारभुजा नाथ के बेवाण संग निकली भव्य कलश यात्रा, जगह-जगह पुष्पवर्षा से स्वागत



स्मार्ट हलचल। काछोला

क्षेत्र के मानपुरा स्थित देवकुड़ा देवनारायण मंदिर में देवनारायण भगवान की मूर्ति स्थापना के पांच दिवसीय महोत्सव का शुभारंभ शुक्रवार को धार्मिक विधि-विधान के साथ हुआ। क्षेत्र की आस्था के प्रमुख केंद्र इस मंदिर में आयोजित महोत्सव को लेकर श्रद्धालुओं में विशेष उत्साह देखा गया। शोभायात्रा में राजस्थानी वेशभूषा में दिखे भक्त। देवकुड़ा देवनारायण भगवान के भोपाजी देवकिशन सुथार एवं आयोजन समिति ने बताया कि यज्ञाचार्य पंडित नरेश जोशी के सान्निध्य में वैदिक मंत्रोच्चार के साथ गणपति स्थापना, जलयात्रा, भगवान के बेवाण तथा हवन-पूजन के साथ कार्यक्रमों की शुरुआत हुई। इसके बाद श्री चारभुजा नाथ के बेवाण के साथ भव्य कलश यात्रा निकाली गई, जिसमें सैकड़ों महिलाएं एवं बालिकाएं सिर पर कलश धारण कर भजन-कीर्तन करते हुए नगर के मुख्य मार्गों से होकर मंदिर पहुंचीं। कलश यात्रा एवं भगवान के बेवाण का कस्बे में जगह-जगह पुष्पवर्षा कर स्वागत किया गया। कार्यक्रम में मानपुरा सहित आसपास के गांवों से बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल हुए। आयोजन के दौरान धर्मप्रेमी श्रद्धालुओं का सैलाब उमड़ पड़ा। महोत्सव के तहत विभिन्न धार्मिक आयोजन प्रतिदिन होंगे तथा 16 जून को मूर्ति स्थापना एवं पंचकुंडीय विष्णु महायज्ञ की पूर्णाहुति होगी। श्रद्धालुओं के लिए महाप्रसादी का भी आयोजन किया जाएगा।

राजस्थान राज्य पात्रता परीक्षा की रूपरेखा घोषित, 14 जून से शुरू होंगे ऑनलाइन आवेदन

परीक्षा संचालन में पारदर्शिता और तकनीकी दक्षता पर रहेगा विशेष फोकस : कुलपति प्रो. बी. पी. सारस्वत

कोटा विश्वविद्यालय ने संभाली कमान, SET-2026 के लिए आवेदन 14 जून से, परीक्षा सितंबर में, तीन साल बाद होगी SET-2026, कोटा विश्वविद्यालय ने जारी किया परीक्षा कैलेंडर

स्मार्ट हलचल। कोटा

राजस्थान सरकार के उच्च शिक्षा विभाग के निर्देशानुसार इस वर्ष राजस्थान राज्य पात्रता परीक्षा के आयोजन की जिम्मेदारी कोटा विश्वविद्यालय को सौंपी गई है। वर्ष 2023 के बाद तीन वर्ष के अंतराल पर आयोजित होने जा रही यह परीक्षा राज्य के राजकीय एवं निजी महाविद्यालयों में सहायक प्रोफेसर पद के लिए पात्रता निर्धारण का आधार बनेगी। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.पी. सारस्वत की अध्यक्षता में आयोजित केंद्रीय समिति की बैठक में परीक्षा के सफल संचालन, ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया, सुरक्षा व्यवस्था तथा परीक्षा प्रणाली की विस्तृत रूपरेखा को अंतिम रूप दिया गया। ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया 14 जून से प्रारंभ होकर 15 जुलाई 2026 तक चलेगी। परीक्षा का संभावित आयोजन 6 सितंबर 2026 को प्रस्तावित है। इस अवसर रजिस्ट्रार राजपाल सिंह, प्रो.एन एल हेडा, प्रो.ओ पी ऋषि, प्रो.भवानी सिंह, नोडल अधिकारी एचएस शक्तावत, भगवान कर्मचंदी मौजूद रहे। कुलपति प्रो. बी.पी. सारस्वत ने कहा कि राजस्थान राज्य पात्रता परीक्षा का आयोजन कोटा विश्वविद्यालय के लिए एक महत्वपूर्ण दायित्व है। विश्वविद्यालय परीक्षा की पारदर्शिता, निष्पक्षता एवं गुणवत्ता सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि उच्च शिक्षा संस्थानों में

योग्य एवं प्रतिभाशाली शिक्षकों का चयन शिक्षा व्यवस्था की मजबूती का आधार है और स्था-2026 इसी दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। विश्वविद्यालय द्वारा परीक्षा के सफल संचालन हेतु सभी आवश्यक प्रशासनिक, तकनीकी एवं सुरक्षा संबंधी तैयारियां की जा रही हैं, ताकि अभ्यर्थियों को एक विश्वसनीय एवं सुगम परीक्षा वातावरण उपलब्ध कराया जा सके। विश्वविद्यालय प्रशासन ने बताया कि परीक्षा के लिए अभ्यर्थी के पास किसी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से संबंधित विषय में स्नातकोत्तर उपाधि होना आवश्यक है। सामान्य वर्ग के अभ्यर्थियों के लिए न्यूनतम 55 प्रतिशत तथा ओबीसी (नॉन क्रॉमीलेयर), अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, दिव्यांग एवं थर्ड जेंडर वर्ग के अभ्यर्थियों के लिए 50 प्रतिशत अंक निर्धारित किए गए हैं। स्नातकोत्तर अंतिम वर्ष के विद्यार्थी भी प्रोविजनल आधार पर आवेदन कर सकेंगे। परीक्षा में सम्मिलित होने के लिए कोई ऊपरी आयु सीमा निर्धारित नहीं की गई है। परीक्षा के लिए आवेदन पूरी तरह ऑनलाइन माध्यम से किए जाएंगे। अभ्यर्थी कोटा विश्वविद्यालय की वेबसाइट एवं एसएसओ पोर्टल के माध्यम से आवेदन कर सकेंगे। आवेदन शुल्क सामान्य एवं ओबीसी क्रॉमीलेयर वर्ग के लिए 1500 रुपये, ओबीसी नॉन क्रॉमीलेयर एवं आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग (इंडब्ल्यूएस)



के लिए 1200 रुपये तथा अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं दिव्यांग वर्ग के लिए 750 रुपये निर्धारित किया गया है। सेट-2026 का आयोजन यूजीसी-नेट के नवीनतम मानकों के अनुरूप ऑफलाइन (ओएमआर आधारित) पद्धति से किया जाएगा। परीक्षा में दो प्रश्नपत्र होंगे, जिनमें कुल 150 बहुविकल्पीय प्रश्न पूछे जाएंगे। प्रथम प्रश्नपत्र में शिक्षण एवं शोध अभिमुखता, ताकिक क्षमता तथा सामान्य बौद्धिक दक्षता से संबंधित 50 प्रश्न होंगे, जबकि द्वितीय प्रश्नपत्र में अभ्यर्थी द्वारा चयनित विषय से संबंधित 100 प्रश्न शामिल होंगे। दोनों प्रश्नपत्रों के लिए कुल 300 अंक निर्धारित किए

गए हैं तथा परीक्षा अवधि तीन घंटे होगी। परीक्षा में किसी प्रकार का नकारात्मक अंकन नहीं किया जाएगा और प्रत्येक सही उत्तर के लिए दो अंक प्रदान किए जाएंगे। विश्वविद्यालय प्रशासन के अनुसार इस बार परीक्षा 35 विषयों में आयोजित की जाएगी। परीक्षा केन्द्र राजस्थान के विभिन्न सहायगीय मुख्यालयों पर स्थापित जाएंगे। परीक्षा की पारदर्शिता एवं निष्पक्षता सुनिश्चित करने के लिए सभी केंद्रों पर सीसीटीवी निगरानी, जैमर, उड़नदस्ता की तैनाती तथा ओएमआर शीट की त्रि-स्तरीय सुरक्षा कोडिंग व्यवस्था लागू की जाएगी। चयन प्रक्रिया यूजीसी के निर्धारित मानकों के

अनुसार होगी, जिसके तहत परीक्षा में सम्मिलित होने वाले अभ्यर्थियों में से श्रेणीवार शीर्ष छह प्रतिशत अभ्यर्थियों को सहायक प्रोफेसर पात्रता प्रमाण-पत्र प्रदान किया जाएगा। विश्वविद्यालय प्रशासन ने अभ्यर्थियों से अपील की है कि वे परीक्षा से संबंधित किसी भी जानकारी के लिए केवल विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट का ही अवलोकन करें तथा किसी भी भ्रामक सूचना पर विश्वास न करें। प्रोफेसर पात्रता प्रमाण-पत्र प्रदान किया जाएगा। विश्वविद्यालय प्रशासन ने अभ्यर्थियों से अपील की है कि वे परीक्षा से संबंधित किसी भी जानकारी के लिए केवल विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट का ही अवलोकन करें तथा किसी भी भ्रामक सूचना पर विश्वास न करें। राज्य पात्रता परीक्षा 2026 की तैयारियों के मध्य नजर ऑनलाइन आवेदन फॉर्म भ्रव्याने और डेटा मैनेजमेंट का पूरा काम सूचना प्रौद्योगिकी और संचार विभाग /राजकंप इफो सर्विसेज लिमिटेड द्वारा संभाला जा रहा है। उम्मीदवारों की सहूलियत और तकनीकी गड़बड़ियों से बचने के लिए राजस्थान सरकार के आधिकारिक 'रिक्रूटमेंट पोर्टल' का उपयोग किया जाएगा। अभ्यर्थी अपनी एसएसओ आइडी के माध्यम से सीधे इस पोर्टल पर जाकर आवेदन कर सकेंगे। अभ्यर्थियों को अलग से किसी अन्य निजी वेबसाइट पर जाने की आवश्यकता नहीं

होगी। सिंगल साइन-ऑन के माध्यम से 'रिक्रूटमेंट पोर्टल' पर फॉर्म लाइव किए जाएंगे। अभ्यर्थियों को पहले से ही अपडेट रखें ताकि फॉर्म भरते समय कोई परेशानी न हो। विश्वविद्यालय प्रशासन ने अभ्यर्थियों से अपील की है कि वे परीक्षा से संबंधित किसी भी जानकारी के लिए केवल विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट का ही अवलोकन करें तथा किसी भी भ्रामक सूचना पर विश्वास न करें। राज्य पात्रता परीक्षा 2026 की तैयारियों के मध्य नजर ऑनलाइन आवेदन फॉर्म भ्रव्याने और डेटा मैनेजमेंट का पूरा काम सूचना प्रौद्योगिकी और संचार विभाग /राजकंप इफो सर्विसेज लिमिटेड द्वारा संभाला जा रहा है। उम्मीदवारों की सहूलियत और तकनीकी गड़बड़ियों से बचने के लिए राजस्थान सरकार के आधिकारिक 'रिक्रूटमेंट पोर्टल' का उपयोग किया जाएगा। अभ्यर्थी अपनी एसएसओ आइडी के माध्यम से सीधे इस पोर्टल पर जाकर आवेदन कर सकेंगे। अभ्यर्थियों को अलग से किसी अन्य निजी वेबसाइट पर जाने की आवश्यकता नहीं

होगी। सिंगल साइन-ऑन के माध्यम से 'रिक्रूटमेंट पोर्टल' पर फॉर्म लाइव किए जाएंगे। अभ्यर्थियों को पहले से ही अपडेट रखें ताकि फॉर्म भरते समय कोई परेशानी न हो। विश्वविद्यालय प्रशासन ने अभ्यर्थियों से अपील की है कि वे परीक्षा से संबंधित किसी भी जानकारी के लिए केवल विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट का ही अवलोकन करें तथा किसी भी भ्रामक सूचना पर विश्वास न करें। राज्य पात्रता परीक्षा 2026 की तैयारियों के मध्य नजर ऑनलाइन आवेदन फॉर्म भ्रव्याने और डेटा मैनेजमेंट का पूरा काम सूचना प्रौद्योगिकी और संचार विभाग /राजकंप इफो सर्विसेज लिमिटेड द्वारा संभाला जा रहा है। उम्मीदवारों की सहूलियत और तकनीकी गड़बड़ियों से बचने के लिए राजस्थान सरकार के आधिकारिक 'रिक्रूटमेंट पोर्टल' का उपयोग किया जाएगा। अभ्यर्थी अपनी एसएसओ आइडी के माध्यम से सीधे इस पोर्टल पर जाकर आवेदन कर सकेंगे। अभ्यर्थियों को अलग से किसी अन्य निजी वेबसाइट पर जाने की आवश्यकता नहीं



मण्डावर के इतिहास में जुड़ा स्वर्णिम अध्याय : बेटी चौक पर लहराया 100 फीट ऊंचाई पर राष्ट्र गौरव का प्रतीक तिरंगा

महवा विधायक राजेन्द्र मीणा ने किया लोकार्पण, हजारों नागरिकों ने राष्ट्रध्वज को किया नमन

नगर सौंदर्यीकरण, राष्ट्रभक्ति और नागरिक चेतना का बना नया केंद्र, युवाओं को देगा देशसेवा की प्रेरणा

स्मार्ट हलचल

मण्डावर। महवा विधानसभा क्षेत्र के मण्डावर नगर ने शुक्रवार को एक ऐतिहासिक और गौरवपूर्ण क्षण का साक्षात्कार किया, जब नगरपालिका क्षेत्र के प्रमुख स्थल बेटी चौक सिकल पर स्थापित भव्य राष्ट्रीय ध्वज तिरंगा का लोकार्पण महवा विधायक राजेन्द्र मीणा द्वारा किया गया। समारोह में नगर सहित आसपास के क्षेत्रों से बड़ी संख्या में नागरिक, युवा, महिलाएं, सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि, वरिष्ठजन एवं कार्यकर्ता शामिल हुए। कार्यक्रम राष्ट्रभक्ति, उत्साह और जनसहभागिता का अनुपम उदाहरण बन गया।

भव्य तिरंगे के लोकार्पण के साथ ही पूरा क्षेत्र भारत माता के जयघोष, वंदे मातरम् और राष्ट्रभक्ति के नारों से गूंज उठा। उपस्थित नागरिकों ने राष्ट्रीय ध्वज को सलामी देते हुए राष्ट्र की एकता, अखंडता और

संप्रभुता के प्रति अपनी निष्ठा व्यक्त की। कार्यक्रम स्थल पर देशभक्ति का ऐसा वातावरण बना कि हर नागरिक स्वयं को राष्ट्र गौरव के इस ऐतिहासिक पल का सहभागी महसूस कर रहा था।

सभा को संबोधित करते हुए विधायक राजेन्द्र मीणा ने कहा कि तिरंगा भारत की आत्मा है। यह केवल एक ध्वज नहीं, बल्कि करोड़ों देशवासियों की भावनाओं, स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों के संघर्ष, वीर शहीदों के बलिदान और राष्ट्र की अस्मिता का जीवंत प्रतीक है। देश की आन, बान और शान तिरंगा हमें सदैव यह स्मरण कराता है कि हमारा पहला धर्म राष्ट्रहित और राष्ट्रसेवा है।

उन्होंने कहा कि आजादी के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले वीरों के सपनों का भारत बनाने की जिम्मेदारी आज हम सभी नागरिकों की है। राष्ट्रीय ध्वज हमें अपने कर्तव्यों के प्रति जागरूक करता



है और देशहित में कार्य करने की प्रेरणा देता है। जब तिरंगा आसमान में लहराता है तो प्रत्येक भारतीय का सिर गर्व से ऊंचा हो जाता है।

विधायक ने कहा कि मण्डावर नगर तेजी से विकास के पथ पर अग्रसर है। क्षेत्र में आधारभूत सुविधाओं के विस्तार के साथ-साथ सांस्कृतिक, सामाजिक और राष्ट्रीय मूल्यों को भी सशक्त किया जा रहा है। बेटी चौक पर स्थापित यह भव्य तिरंगा केवल नगर की सुंदरता नहीं बढ़ाएगा बल्कि आने वाली पीढ़ियों

को देश के प्रति समर्पण और सेवा का संदेश मिल सके।

विधायक राजेन्द्र मीणा ने युवाओं से आह्वान किया कि वे राष्ट्र निर्माण में अपनी सक्रिय भूमिका निभाएं। उन्होंने कहा कि देश का भविष्य युवा शक्ति के हाथों में है और यदि युवा अनुशासन, समर्पण एवं राष्ट्रहित को सर्वोपरि रखते हुए आगे बढ़ेंगे तो भारत विश्वगुरु बनने की दिशा में और अधिक तेजी से अग्रसर होगा।

कार्यक्रम में उपस्थित वरिष्ठ नागरिकों ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि सार्वजनिक स्थलों पर राष्ट्रीय ध्वज की स्थापना समाज को एक सकारात्मक दिशा प्रदान करती है। इससे नागरिकों में राष्ट्रीय चेतना जागृत होती है तथा युवाओं में देश के प्रति सम्मान और समर्पण की भावना मजबूत होती है।

नगरवासियों ने भी विधायक राजेन्द्र मीणा के इस प्रयास को ऐतिहासिक बताते हुए कहा कि बेटी

चौक पर स्थापित यह विशाल तिरंगा भविष्य में मण्डावर की पहचान बनेगा। यह स्थान न केवल नगर के सौंदर्यीकरण का केंद्र होगा, बल्कि राष्ट्रभक्ति और सामाजिक एकता का प्रतीक भी बनेगा।

लोकार्पण समारोह के अंत में विधायक राजेन्द्र मीणा ने उपस्थित सभी नागरिकों, सामाजिक संगठनों, वरिष्ठजनों, जनप्रतिनिधियों एवं कार्यकर्ता साथियों का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि जनता का विश्वास ही उनकी सबसे बड़ी पूंजी है और क्षेत्र के विकास के लिए वे निरंतर कार्य करते रहेंगे।

भव्य तिरंगे के लोकार्पण के साथ बेटी चौक अब केवल एक चौराहा नहीं रहा, बल्कि राष्ट्र गौरव, नागरिक चेतना, राष्ट्रीय एकता और देशभक्ति का नया तीर्थ बन गया है। आने वाले वर्षों में यह तिरंगा मण्डावर की पहचान बनकर हर नागरिक को राष्ट्रप्रेम और देशसेवा की प्रेरणा देता रहेगा।

मीनाक्षी नटराजन का नामांकन निरस्त करने के खिलाफ जंतर-मंतर पर कांग्रेस का बड़ा सत्याग्रह

स्मार्ट हलचल

ब्यावर/नई दिल्ली। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी की ओर से मध्य प्रदेश से राज्यसभा सांसद पद की उम्मीदवार और राजीव गांधी पंचायती राज संगठन की राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीमती मीनाक्षी नटराजन का नामांकन पत्र निरस्त किए जाने के विरोध में दिल्ली के जंतर-मंतर पर विशाल सत्याग्रह आंदोलन किया गया। संगठन ने इसे असंवैधानिक और अलोकतांत्रिक कदम बताते हुए केंद्र सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। इस आंदोलन में ब्यावर सहित देशभर से बड़ी संख्या में कांग्रेस पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं ने हिस्सा लिया।

सत्याग्रह को संबोधित करते हुए प्रजस्थान पंचायती राज संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. सी.बी. यादव ने कहा कि भाजपा सरकार लगातार लोकतांत्रिक संस्थाओं को कमजोर कर रही है। मीनाक्षी नटराजन जैसे अनुभवी और समर्पित नेतृत्व के नामांकन को खारिज करना लोकतंत्र पर सीधा प्रहार है।

चुनावी प्रक्रिया में भेदभाव का आरोप

संगठन के प्रदेश सचिव शैलेश

शर्मा ने आरोप लगाया कि चुनाव प्रशासन ने भाजपा और कांग्रेस उम्मीदवारों के नामांकन की जांच में अलग-अलग मापदंड अपनाए हैं। कांग्रेस प्रत्याशी के साथ पक्षपातपूर्ण व्यवहार किया गया है, जिससे चुनावी पारदर्शिता पर गंभीर सवाल खड़े होते हैं। उन्होंने इस पूरे मामले की निष्पक्ष जांच कराने की मांग की।

ब्यावर से दिल्ली पहुंचे दर्जनों कार्यकर्ता

राजीव गांधी पंचायती राज संगठन के जिला अध्यक्ष राम यादव के नेतृत्व में ब्यावर से कार्यकर्ताओं का एक बड़ा दल दिल्ली पहुंचा। राम यादव ने कहा कि अन्याय के खिलाफ देश का हर कार्यकर्ता एकजुट है। सत्याग्रह में ब्यावर ब्लाक कांग्रेस अध्यक्ष धर्म सिंह भाटी, एससी प्रकोष्ठ के जिला अध्यक्ष बिरदीचंद खोरवाल, पूर्व ब्लाक अध्यक्ष अशोक रांका सहित कई वरिष्ठ नेतृत्व मौजूद रहे।

आंदोलन के समापन पर सभी कार्यकर्ताओं ने सविधान की रक्षा, लोकतांत्रिक संस्थाओं की स्वतंत्रता और सामाजिक न्याय के मूल्यों को बनाए रखने का सामूहिक संकल्प लिया।

एसपी रतन सिंह को मिलेगा पुलिस विभाग का सर्वोच्च 'डीजीपी डिस्क' सम्मान, सिटीजन कौंसिल ने किया मत्स्य अभिनंदन

नशा मुक्ति अभियान और बेहतर कानून व्यवस्था के लिए मिला सम्मान; कौंसिल ने साफा और शॉल ओढ़ाकर जताया आभार

स्मार्ट हलचल

ब्यावर। जिला पुलिस अधीक्षक (एसपी) रतन सिंह को पुलिस विभाग के सर्वोच्च सम्मान 'डी.जी.पी. डिस्क' के लिए चुने जाने पर आज ब्यावर में हर्ष का माहौल रहा। इस ऐतिहासिक उपलब्धि पर 'सिटीजन कौंसिल' के पदाधिकारियों ने जिला पुलिस मुख्यालय पहुंचकर एसपी रतन सिंह का भव्य नागरिक अभिनंदन किया। कौंसिल ने इस सम्मान को न केवल एसपी रतन सिंह की व्यक्तिगत उपलब्धि, बल्कि पूरे ब्यावर जिले के लिए एक बड़ा गौरव बताया।

माला, साफा और सम्मान पत्र से नवाजा

सिटीजन कौंसिल के महासचिव विमल चौहान ने बताया कि संस्था के अध्यक्ष डॉ. एम.एम. गोयल के नेतृत्व में एक प्रतिनिधिमंडल पुलिस मुख्यालय पहुंचा। वहां सचिव उत्तम भण्डारी, संगठन मंत्री चेतन सांखला



व अन्य सदस्यों ने एसपी रतन सिंह को माला पहनाई, साफा बांधा और शॉल ओढ़ाकर सम्मान पत्र भेंट किया।

'नशा मुक्ति' और 'जन-विश्वास' पर टिकी सफलता

कौंसिल द्वारा सौंपे गए सम्मान पत्र में एसपी रतन सिंह के कार्यकाल की जमकर सराहना की गई। पत्र में मुख्य रूप से उल्लेख किया गया कि: नशा मुक्ति अभियान: जिले में चलाए गए विशेष नशा मुक्ति अभियान से हजारों परिवारों को राहत मिली है। सुदृढ़ कानून व्यव-

स्था: अपराधियों में खौफ और आमजन में सुरक्षा का भाव पैदा करने में पुलिस ने सफलता हासिल की है। बढ़ा जन-विश्वास: उल्कृष्ट सेवाओं के चलते ही आम जनता का पुलिस प्रशासन पर भरोसा और मजबूत हुआ है, जो इस सर्वोच्च सम्मान का मुख्य आधार बना।

शहर की समस्याओं पर भी सौंपा सुझाव पत्र

सम्मान समारोह के दौरान कौंसिल के सदस्यों ने शहर के विकास और सुरक्षा से जुड़े कुछ महत्वपूर्ण सुझाव भी एसपी के समक्ष रखे। सदस्यों ने ब्यावर शहर की प्रमुख समस्याओं जैसे: यातायात व्यवस्था, शहर के मुख्य मार्गों पर ट्रैफिक जाम की स्थिति में सुधार। चोरियों पर अंकुश: हाल के दिनों में बढ़ती चोरियों की घटनाओं पर प्रभावी रोकथाम। स्ट्रीट वेंडर्स की समस्या: उठे और सज्जी विक्रेताओं के व्यवस्थित पुनर्वास और उनकी समस्याओं का समाधान।

साहित्यिक भेंट के साथ आभार:

इस विशेष मौके पर महासचिव विमल चौहान ने अपनी लिखित पुस्तक 'कन्यादान' भी पुलिस अधीक्षक को सप्रेम भेंट की। सम्मान से अभिभूत जिला पुलिस अधीक्षक रतन सिंह ने सिटीजन कौंसिल के सभी सदस्यों का हृदय से आभार व्यक्त करते हुए भविष्य में भी जिले की सुरक्षा और शांति के लिए पूरी निष्ठा से काम करने का संकल्प दोहराया।

मसूदा विधायक और जिला कलक्टर पहुंचे अन्धेरी देवरी; शिविर में मौके पर ही समस्याओं के निस्तारण के निर्देश

स्मार्ट हलचल

ब्यावर। राज्य सरकार के निर्देशानुसार ग्रामीण क्षेत्रों में सुरासन स्थापित करने के उद्देश्य से संचालित 'ग्रामीण सेवा शिविर अभियान' का शुक्रवार को मसूदा उपखण्ड की ग्राम पंचायत अन्धेरी देवरी में भव्य शुभारंभ हुआ। शिविर का उद्घाटन मुख्य अतिथि मसूदा विधायक श्री वीरेंद्र सिंह कानावत तथा जिला कलक्टर श्री कमल राम मीना ने किया। इस दौरान दोनों ने विभिन्न विभागों द्वारा लाए गए कांटेरों का सघन निरीक्षण किया और ग्रामीणों से सीधे रूबरू होकर उनकी समस्याएं व सुझाव सुने।

समय और संसाधन की हो रही बचत: विधायक कानावत

शिविर को संबोधित करते हुए मसूदा विधायक श्री वीरेंद्र सिंह कानावत ने कहा कि राज्य सरकार का यह अभियान ग्रामीण क्षेत्रों में सुरासन की अवधारणा को धरातल



पर साकार कर रहा है। उन्होंने कहा, 'इन शिविरों के माध्यम से ग्रामीणों के समय और धन दोनों की बचत हो रही है। अब लोगों को छोटे-छोटे सरकारी कार्यों और विभागीय प्रक्रियाओं के लिए दफ्तरों के चक्कर नहीं काटने पड़ रहे हैं।' विधायक ने ग्रामीणों से अपील की कि वे सजग रहकर इन शिविरों में आएँ और सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं का अधिक से अधिक लाभ उठाएँ।

हर शिकायत का तय समय में हो गुणवत्तापूर्ण समाधान: जिला कलक्टर

जिला कलक्टर कमल राम मीना

गुणवत्तापूर्ण और संतोषजनक समाधान सुनिश्चित हो। उन्होंने आगे कहा कि समाज के अंतिम छोर पर बैठे पात्र व्यक्ति तक सरकारी सेवाओं को पहुंचाना जिला प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता है। शिविर के दौरान राजस्व संबंधी प्रकरणों के निस्तारण, सामाजिक सुरक्षा पेंशन, नए पंजीकरण और विभिन्न प्रमाण-पत्र जारी करने जैसे कार्य मौके पर ही किए जा रहे हैं।

प्रशासनिक अमला रहा मौजूद

इस अवसर पर विधायक और जिला कलक्टर ने विभिन्न विभागीय स्टॉलों पर जाकर लाभाधिकारियों से बातचीत की और योजनाओं के जमीनी क्रियान्वयन का फीडबैक लिया। शिविर के दौरान अतिरिक्त जिला कलक्टर ब्रह्मलाल जाट, अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. गोपाल लाल मीणा सहित विभिन्न विभागों के आला अधिकारी, कर्मचारी और भारी संख्या में ग्रामीण जन उपस्थित रहे।

अवैध बजरी परिवहन करते 5 ट्रैक्टर-ट्रॉली जब्त, चालक गिरफ्तार

चिन्नीडगढ़। जिले की पारसोली थाना पुलिस ने 25 टन अवैध बजरी का परिवहन करते हुए 5 ट्रैक्टर-ट्रॉलियों को जब्त कर उनके चालकों को गिरफ्तार किया है।

पुलिस अधीक्षक धर्मेन्द्र सिंह ने बताया कि एएसपी भावत सिंह हिंगड़ के निर्देशन व डीएसपी अंजली सिंह के सुपरविजन में पारसोली क्षेत्र में शुक्रवार को सुबुखुपा से देवलच्छ की तरफ आने वाले रास्ते पर बजरी से भरे पांच ट्रैक्टर-ट्रॉली डिटैन किए गए। पुलिस ने मौके

से ट्रैक्टर के चालक प्रेमचन्द पिता मांगीलाल ओड निवासी चांदगढ़ थाना बडलियास जिला भीलवाड़ा, महेंद्र (27) पिता श्यामलाल रेगर निवासी आकोला थाना बडलियास, सांवरमल (26) पिता शंकरलाल बेरवा निवासी चांदगढ़, शम्भू (25) पिता रामकरण कालबेलीया निवासी बड़ी कुण्डिया थाना रायला जिला भीलवाड़ा और दिनेश पिता जगदीश जाट निवासी चांदगढ़ को माइनिंग की विभिन्न धाराओं के तहत गिरफ्तार किया है।

तीन साल से फरार स्थाई वारंटी परमानन्द गिरफ्तार

स्मार्ट हलचल | लाखेरी

लाखेरी पुलिस ने शुक्रवार को गुड्डा गांव से तीन साल से फरार चल रहे स्थाई वारंटी को गिरफ्तार किया।

जिला पुलिस अधीक्षक बून्दी अवनीश कुमार शर्मा ने बताया महानिरीक्षक पुलिस कोटा रंज कोटा के निर्देशानुसार अनुसंधानाधीन प्रकरणों में वांछित अपराधियों/स्थायी वारंटियों/उद्धोषित अपराधियों/धारा 335 बीएनएसएस में वांछित/173(8) दंप्रस में वांछित/ईनामी अपराधियों/ में गिरफ्तारी हेतु चलाये जा रहे जिला स्तरीय विशेष अभियान में अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक संजय सिंह चम्पावत के निर्देशन में वृताधिकारी लाखेरी

नरेन्द्र कुमार नागर आरपीएस के सुपरविजन में थानाधिकारी थाना लाखेरी सुभाषचन्द्र उ.नि. के नेतृत्व में पुलिस टीम का गठन किया गया, जिसमें तीन साल से फरार स्थायी वारंटी परमानन्द को ग्राम युवा गिरफ्तार करने में सफलता प्राप्त की है। जिला पुलिस अधीक्षक बून्दी द्वारा वांछित अपराधियों की गिरफ्तारी हेतु चलाये जा रहे विशेष अभियान के तहत अधिक से अधिक कार्यवाही करने के निर्देशों की पालना में थाना लाखेरी में टीम का गठन किया गया पुलिस टीम द्वारा प्रभावी कार्यवाही करते हुए तकनीकी साक्ष्यों व स्थानीय मुखबिरी की सूचना पर विशेष प्रयास करते हुए न्यायालय जिला एवं सेशन न्यायालय जिला बून्दी में लम्बित प्रकरण नं. 204/2023,

198/2023 व 199/2023 परमानन्द बनाम मुरली मनोहर मे 03 साल से फरार वांछित स्थाई गिरफ्तारी वारंटी परमानन्द की तलाश की गई। स्थाई वारंटी परमानन्द अपना मूल पता बदल कर रह रहा था जो लगातार पुलिस के चकमा दे रहा था। जिसे पुलिस से मिलने पर गुड्डा से गिरफ्तार करने में सफलता प्राप्त की है। स्थायी गिरफ्तारी वारंटी परमानन्द पुत्र शंकर लाल मेहरा उम्र 63 साल निवासी रेलवे स्टेशन लाखेरी थाना लाखेरी जिला बून्दी हाल अडीला थाना कांप्रेन जिला बून्दी का निवासी है। इस दौरान पुलिस टीम में थानाधिकारी सुभाषचन्द्र, हैड कांस्टेबल भोजराज, कांस्टेबल राकेश शामिल रहे।

नांगल सुमेरसिंह में टेनिस बॉल क्रिकेट प्रतियोगिता का मत्स्य शुभारंभ, उमड़ा जनसैलाब फतेहगढ़-ब्यावर हाईटेशन लाइन तार चोरी का मुख्य आरोपी 'फौजी' साथी सहित गिरफ्तार, 350 किलो तार बरामद

खेलों से युवाओं में विकसित होती है अनुशासन, नेतृत्व और राष्ट्र निर्माण की भावना

स्मार्ट हलचल

महवा। ग्राम नांगल सुमेरसिंह में आयोजित भव्य टेनिस बॉल क्रिकेट प्रतियोगिता का शुभारंभ रिविनार को उत्साह, उमंग और खेल भावना के बीच किया गया। प्रतियोगिता के उद्घाटन अवसर पर क्षेत्र के जनप्रतिनिधि, गणमान्य नागरिक, युवा खिलाड़ी, सामाजिक कार्यकर्ता एवं बड़ी संख्या में ग्रामीणजन उपस्थित रहे। खेल मैदान पर दर्शकों की भारी भीड़ उमड़ पड़ी, जिससे पूरा वातावरण खेलमय और उत्सवमय दिखाई दिया।

प्रतियोगिता के शुभारंभ अवसर पर आमजन एवं कार्यकर्ता बंधुओं के साथ खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया गया। ग्रामवासियों, युवा साथियों एवं आयोजन समिति द्वारा अतिथियों का पारंपरिक तरीके से भव्य स्वागत-सत्कार किया गया। स्वागत समारोह में ग्रामीणों का उत्साह देखते ही बन रहा था। विभिन्न सामाजिक संगठनों एवं युवाओं ने खेलों को बढ़ावा देने के



लिए ऐसे आयोजनों की आवश्यकता पर बल दिया। इस अवसर पर संबोधित करते हुए कहा गया कि खेल केवल मनोरंजन का साधन नहीं, बल्कि व्यक्तित्व निर्माण की एक सशक्त पाठशाला है। खेल युवाओं को अनुशासन, संघर्ष, धैर्य, नेतृत्व क्षमता, टीम भावना और सकारात्मक सोच का पाठ पढ़ाते हैं। खेल मैदान में सीखे गए संस्कार जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त करने में सहायक सिद्ध होते हैं। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में युवा शक्ति देश की सबसे बड़ी ताकत है और यदि युवाओं को

खेल, शिक्षा एवं संस्कारों से जोड़ा जाए तो वे राष्ट्र निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में प्रतिभाओं की कोई कमी नहीं है, आवश्यकता केवल उन्हें उचित मंच उपलब्ध कराने की है। ऐसी प्रतियोगिताएँ युवाओं की प्रतिभा को निखारने के साथ-साथ उन्हें नरेश एवं अन्य सामाजिक बुराइयों से दूर रखने का भी कार्य करती हैं। उन्होंने खिलाड़ियों से खेल भावना के साथ मैदान में उतरने का आह्वान करते हुए कहा कि जीत और हार खेल का अभिन्न हिस्सा है, लेकिन ईमानदारी, अनुशासन और समर्पण के साथ खेलना ही

सच्चे खिलाड़ी की पहचान होती है। खेलों में भाग लेने से आत्मविश्वास बढ़ता है तथा व्यक्ति में कठिन परिस्थितियों का सामना करने की क्षमता विकसित होती है।

प्रतियोगिता में भाग लेने वाली विभिन्न टीमों ने मैदान पर जोश और उत्साह का परिचय दिया। उद्घाटन मैच के दौरान दर्शकों ने खिलाड़ियों का तालियों और जयघोष के साथ उत्साहवर्धन किया। युवाओं में क्रिकेट के प्रति विशेष आकर्षण देखने को मिला तथा पूरे क्षेत्र में प्रतियोगिता को लेकर उत्साह का माहौल बना रहा।

ग्रामीणों ने कहा कि ऐसे आयोजन गांवों में सामाजिक समरसता, भाईचारे और आपसी सौहार्द को मजबूत करने का कार्य करते हैं। खेल प्रतियोगिताओं के माध्यम से विभिन्न गांवों के युवाओं को एक-दूसरे के साथ जुड़ने और अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने का अवसर मिलता है। इससे युवाओं में खेल संस्कृति को बढ़ावा मिलता है और नई प्रतिभाओं को आगे बढ़ने

का मार्ग प्रशस्त होता है। आयोजन समिति की सराहना करते हुए कहा गया कि सीमित संसाधनों के बावजूद युवाओं के लिए इतना बड़ा आयोजन करना सराहनीय प्रयास है। समिति के सदस्यों ने बताया कि प्रतियोगिता में क्षेत्र की अनेक टीमों ने भाग ले रही हैं तथा आगामी दिनों में रोमांचक मुकाबले देखने को मिलेंगे।

कार्यक्रम के अंत में प्रतियोगिता के सफल एवं सुव्यवस्थित आयोजन के लिए आयोजक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ दी गईं। साथ ही सभी खिलाड़ियों के उज्वल भविष्य की कामना करते हुए विश्वास व्यक्त किया गया कि यह प्रतियोगिता क्षेत्र की खेल प्रतिभाओं को नई पहचान दिलाने के साथ-साथ ग्रामीण खेल संस्कृति को भी नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने का कार्य करेगी।

'खेलों, आगे बढ़ो और अपने गांव, क्षेत्र तथा देश का नाम रोशन करो' के संदेश के साथ प्रतियोगिता का भव्य शुभारंभ हुआ।

फतेहगढ़-ब्यावर हाईटेशन लाइन तार चोरी का मुख्य आरोपी 'फौजी' साथी सहित गिरफ्तार, 350 किलो तार बरामद

देश की महत्वपूर्ण परियोजना में सेंध लगाने वाले दो और शातिर चोर गिरफ्तार

स्मार्ट हलचल

ब्यावर/जैतारण। भारत सरकार की महत्वपूर्ण परियोजना 'फतेहगढ़ से ब्यावर हाईटेशन लाइन' के निर्माणाधीन तारों को चोरी करने वाले गिरोह का पर्दाफाश करते हुए जैतारण थाना पुलिस ने मुख्य अभियुक्त और उसके एक साथी को गिरफ्तार करने में बड़ी सफलता हासिल की है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से चोरी किया गया करीब 3 क्विंटल 50 किलोग्राम (350 किलो) तार भी बरामद कर लिया है। मामले में दो आरोपियों की गिरफ्तारी पहले ही हो चुकी है।

अभियान के तहत मिली सफलता

जिला पुलिस अधीक्षक रतनसिंह के निर्देशानुसार जिले में वांछित अपराधियों की धरपकड़ के लिए

एक विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी के तहत अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक डॉ. अनुकूलि उज्ज्वैजिया और वृताधिकारी (जैतारण) सतेन्द्र सिंह नेगी के सुपरविजन में जैतारण थानाधिकारी धोलाराम के नेतृत्व में एक विशेष टीम का गठन किया गया था।

थानाधिकारी धोलाराम ने बताया कि निर्माणाधीन हाईटेशन लाइन के तार चोरी होने के संबंध में थाने में प्रकरण संख्या 64/2026 और 112/2026 धारा 303(2) बीएनएसएस के तहत मामले दर्ज थे। पुलिस ने तकनीकी सहायता और मुखबिरों की सूचना पर कार्रवाई करते हुए मुख्य आरोपी सुरेश उर्फ 'फौजी' (21) और उसके साथी गणेशराम उर्फ गोलू (20) को गिरफ्तार कर लिया। ये दोनों आरोपी बिचौ, थाना माधोरानपुरा (जिला जयपुर ग्रामीण) के रहने वाले हैं। इस मामले में पुलिस पूर्व में दो आरोपियों राजेश और नानाराम को

पहले ही जेल भेज चुकी है। पुलिस पड़ताल में सामने आया है कि मुख्य आरोपी सुरेश उर्फ फौजी बेहद शातिर और आदतन अपराधी है। उसके खिलाफ वर्ष 2024 में भी जयपुर ग्रामीण के माधोरानपुरा और सामोद थानों में तार चोरी, विद्युत अधिनियम और नकबजनी के 5 गंभीर मामले दर्ज हैं, जिनमें पुलिस चार्जशीट भी दाखिल कर चुकी है।

इस टीम की रही मुख्य भूमिका इस बड़ी कार्रवाई को अंजाम देने में जैतारण थाने के उपनिरीक्षक रामकिशन, सहायक उपनिरीक्षक पुसाराम, कांस्टेबल रांजेश (नंबर 418), कांस्टेबल मनोहर (नंबर 714) की मुख्य भूमिका रही। टीम में कांस्टेबल दुर्गाशरण और सुरेन्द्र भी शामिल थे। पुलिस अब पकड़े गए आरोपियों से कड़वाई से पूछताछ कर रही है, जिससे क्षेत्र में हुई अन्य चोरियों का भी खुलासा होने की उम्मीद है।

खाने-पीने की इन चीजों का सेवन करने से बचें

कम हो जाएगा लिवर से जुड़ी बीमारियों का खतरा



अगर आप अपने लिवर की सेहत को मजबूत बनाए रखना चाहते हैं, तो आपको अपने खान-पान पर खास ध्यान देने की जरूरत है। अनहेल्दी खान-पान की वजह से आपका लिवर बुरी तरह से डेमेज हो सकता है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि लिवर खून को साफ करने का काम करता है और अगर आपका लिवर हेल्दी नहीं रहेगा तो आपको सेहत से जुड़ी कई समस्याओं का सामना करना पड़ेगा।

फ्राइड फूड्स से परहेज करने की कोशिश करें

जो लोग अक्सर फ्राइड फूड्स खाते हैं, उन्हें लिवर से जुड़ी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। तला-भुना खाना लिवर में सूजन पैदा कर सकता है। लिवर से जुड़ी बीमारियों से बचने के लिए फ्राइड फूड्स से परहेज करने में ही समझदारी है।

शुगरी ड्रिंक्स पीने से बचना चाहिए

क्या आप अक्सर शुगरी ड्रिंक्स पीते हैं? अगर हां, तो आपकी इस आदत की वजह से लिवर से जुड़ी बीमारियों का खतरा बढ़ सकता है। यही वजह है कि आपको लिमिटेड में रहकर ही प्रोसेस्ड मीट को कंज्यूम करना चाहिए।

नुकसान पहुंचा सकता है प्रोसेस्ड मीट

अगर आप भी अक्सर प्रोसेस्ड मीट का सेवन करते हैं, तो आपको सावधान हो जाना चाहिए। हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक प्रोसेस्ड मीट आपके लिवर की सेहत को बुरी तरह से प्रभावित कर सकता है। यही वजह है कि आपको लिमिटेड में रहकर ही प्रोसेस्ड मीट को कंज्यूम करना चाहिए।

घातक साबित हो सकती है शराब पीने की आदत

अगर आप शराब पीते हैं, तो न केवल आपका लिवर बल्कि आपकी ओवरऑल हेल्थ बुरी तरह से डेमेज हो सकती है। सेहत से जुड़ी गंभीर और जानलेवा बीमारियों के खतरे को कम करने के लिए आपको शराब पीना छोड़ देना चाहिए।

दूध के साथ करें इन चीजों का सेवन

दूर हो जाएगी विटामिन बी12 की कमी

विटामिन बी12 की कमी आपकी सेहत पर बुरा असर डाल सकती है। इसलिए आपको इस जरूरी पोषक तत्व की कमी को जल्द से जल्द दूर करने की कोशिश करनी चाहिए। इसके लिए आप अपने डाइट प्लान में थोड़े बहुत बदलाव कर सकते हैं। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि दूध के साथ कुछ चीजों को कंज्यूम करके आपको विटामिन बी12 की कमी से छुटकारा मिल सकता है।

खा सकते हैं खजूर - विटामिन बी12 की कमी को दूर करने के लिए खजूर का सेवन किया जा सकता है। रात में सोने से पहले दो से चार खजूर को गुनगुने दूध के साथ कंज्यूम करने से जल्द ही विटामिन बी12 की कमी दूर हो सकती है। इसके अलावा इस तरह से खजूर का सेवन करके आप अपनी स्लीप को भी काफी हद तक सुधार सकते हैं।

दूध के साथ पनीर खाएं - पनीर में विटामिन बी12 की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है। सोने से पहले गुनगुने दूध के साथ थोड़ा सा पनीर खाएं और विटामिन बी12 की कमी से छुटकारा पाएं। अगर आप अंडा खा लेते हैं, तो दूध के साथ बॉइलड एग को भी कंज्यूम कर सकते हैं। दूध के साथ पनीर या फिर अंडे का सेवन करके आप अपनी ओवरऑल हेल्थ को भी काफी हद तक सुधार सकते हैं।

फायदेमंद साबित होगा मेथी दाना 9



अमरूद के पत्तों में छिपा है सेहत का खजाना

जानें इससे मिलते हैं कौन से फायदे और सेवन का सही तरीका

अमरूद का सेवन सेहत के लिए फायदेमंद माना जाता है। लेकिन क्या आप जानते हैं अमरूद के पत्तों भी आयुर्वेदिक गुणों से भरपूर होते हैं। अमरूद के पत्तों में एंटीऑक्सीडेंट, विटामिन और मिनिरल्स होते हैं जो समग्र स्वास्थ्य का समर्थन कर सकते हैं। ऐसे में चलिए जानते हैं अमरूद का सेवन करने से सेहत को कौन से फायदे होते हैं और इसका इस्तेमाल कैसे करें?

अमरूद के पत्तों से मिलते हैं ये फायदे:

पाचन होता है बेहतर: अमरूद के पत्ते एसिडिटी को कम करके और पोषक तत्वों के बेहतर अवशोषण को बढ़ावा देकर दस्त और सूजन जैसी पाचन समस्याओं में मदद कर सकते हैं।

रोग प्रतिरोधक क्षमता होती है मजबूत: अमरूद के पत्तों में विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट के उच्च स्तर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने और संक्रमण से बचाने में मदद कर सकते हैं।

स्किन से जुड़ी परेशानियां होती हैं दूर: अमरूद के पत्तों का उपयोग उनके विरोधी भड़काऊ और एंटीऑक्सीडेंट गुणों के कारण मुँहासे, काले धब्बे और उम्र बढ़ने के संकेतों सहित विभिन्न त्वचा संबंधी समस्याओं को दूर करने के लिए किया जा सकता है।

दांतों के लिए फायदेमंद: अमरूद के पत्तों को चबाने से दांत दर्द और मसूड़ों की समस्याओं को कम करने में मदद मिल सकती है। इसमें मौजूद जीवाणुरोधी गुण मसूड़ों की बीमारी, दांत दर्द और सांसों की बदबू को रोकने में मदद करते हैं।

हृदय स्वास्थ्य के लिए लाभकारी: अमरूद के पत्ते खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करके और संचालित रूप से रक्तचाप विनियमन का समर्थन करके हृदय स्वास्थ्य में योगदान दे सकते हैं।

रक्त शर्करा नियंत्रण: अमरूद के पत्ते रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करते हैं, संभावित रूप से मधुमेह वाले व्यक्तियों या जोखिम वाले लोगों को लाभ पहुंचा सकते हैं।

पीरियड्स के दर्द में फायदेमंद: अमरूद के पत्ते मासिक धर्म में ऐंठन के लिए भी लाभ प्रदान कर सकते हैं, संभावित रूप से दर्द की तीव्रता को कम करने के साथ-साथ वजन घटाने में भी सहायता कर सकते हैं।

कैसे करें अमरूद के पत्तों का इस्तेमाल?

ताजे या सूखे अमरूद के पत्तों को 5-10 मिनट तक पानी में उबालें फिर उसे छानकर पिएं। आप स्वाद के लिए शहद या नींबू मिला सकते हैं। अमरूद के पत्तों को पानी में उबालकर ठंडा होने दें। शैम्पू करने के बाद ठंडे पानी से बालों को धोएँ, इससे बाल मजबूत होंगे और बालों का झड़ना कम होगा। आराम और सुगंधित स्नान के लिए अपने नहाने के पानी में अमरूद के पत्ते डालें।

सुबह खाली पेट पिएं ये देसी ड्रिंक्स, वजन होगा तेजी से कम



अगर आपका वजन तेजी से बढ़ रहा है तो उसे कम करने के लिए अपनी डाइट में इन कुछ देसी ड्रिंक्स को शामिल करें। इन ड्रिंक्स को खाली पेट पीने से न केवल वजन कम होता है बल्कि सेहत से जुड़े अन्य कई फायदे मिलते हैं। संतुलित आहार और नियमित व्यायाम के साथ अपनी सुबह की दिनचर्या में इन ड्रिंक्स को शामिल करने से मेटाबॉलिज्म तेज होता है जिससे वजन कम करना आसान हो जाता है। चलिए जानते हैं किन ड्रिंक्स के सेवन से बढ़ते मोटापे पर लगाव लगाया जा सकता है।

इन देसी ड्रिंक्स से करें दिन की शुरुआत:

नींबू पानी: नींबू पानी विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है। खाली पेट सेवन करने से शरीर को डिटॉक्स करने, पाचन में सुधार करने और पेट भरा होने का एहसास दिलाती है। एक गिलास गर्म पानी में आधा नींबू का रस निचोड़ें। अच्छी तरह से हिलाएँ और इसे खाली पेट पिएँ।

जीरा पानी: जीरा रसोई का एक मुख्य हिस्सा है।

जीरा पानी वजन कम करने के साथ आपका पाचन भी दुरुस्त करता है। साथ ही यह जीरा पानी पाचन एंजाइमों को एक्टिव करता है, जिससे खाना आसानी से पच जाता है। जीरा पानी पेट फूलना, कब्ज और एसिडिटी जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है। एक कप पानी में 1 चम्मच जीरा रात भर भिगोएँ। सुबह इसे उबालें, छान लें और इसे गर्म-गर्म पीएँ। नाश्ते से कम से कम 20 मिनट पहले इसे पिएँ।

आंवला का जूस: आंवला विटामिन सी से भरपूर होता है और बेहतर पाचन को बढ़ाता है, वजन को कम करता है, मेटाबॉलिज्म बढ़ाता है और बॉडी को डिटॉक्सफाई करता है। एक गिलास गर्म पानी में 2 बड़े चम्मच ताजा आंवला का जूस मिलाएँ। इसे खाली पेट पिएँ। इसे चाय या कॉफी के साथ पीने से बचें।

दालचीनी का पानी: अगर आप वजन तेजी से कम करना चाहते हैं तो दालचीनी के पानी से बेहतर कोई विकल्प नहीं है। दालचीनी का पानी चयापचय को तेज करने और इंसुलिन के स्तर को नियंत्रण में रखने में मदद कर सकता है, जिससे वजन प्रबंधन में सहायता मिलती है। एक कप पानी उबालें और उसमें एक चम्मच दालचीनी पाउडर या दालचीनी की एक छड़ी डालें। इसे 10 मिनट तक भीगने दें। छान लें और गरम-गरम पी लें।



दिल की सेहत को मजबूत बनाए अंजीर का पानी

आपकी जानकारी के लिए बता दें कि अंजीर के पानी में पोटैशियम, मैग्नीशियम, कैल्शियम, विटामिन ए, विटामिन बी, विटामिन के, फाइबर, प्रोटीन, आयरन और जिंक समेत कई पोषक तत्वों की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है। यही वजह है कि इस ड्राई फ्रूट के पानी को ओवरऑल हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद माना जाता है। बेहतर परिणाम हासिल करने के लिए आपको सुबह-सुबह खाली पेट अंजीर का पानी पीना चाहिए।

गट हेल्थ के लिए फायदेमंद

अगर आप पेट से जुड़ी समस्याओं से छुटकारा पाना चाहते हैं तो अंजीर का पानी पीना शुरू कर दीजिए। हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक अंजीर का पानी आपकी गट हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद साबित हो सकता है। इसके अलावा फाइबर रिक अंजीर का पानी पीकर आप अपनी वेट लॉस जर्नी को भी आसान बना सकते हैं।

दिल की सेहत को मजबूत बनाए

क्या आप दिल से जुड़ी गंभीर और जानलेवा बीमारियों के खतरे को कम करना चाहते हैं? अगर हां, तो आपको अंजीर के पानी को अपने डेली डाइट प्लान का हिस्सा बना लेना चाहिए। अंजीर के पानी में पाए जाने वाले तमाम पोषक तत्व आपके दिल की सेहत को मजबूत बनाने में कारगर साबित हो सकते हैं। अंजीर का पानी आपकी बोन हेल्थ के लिए भी काफी ज्यादा फायदेमंद साबित हो सकता है।

मिलेंगे एक से बढ़कर एक फायदे

जो लोग कमजोर इम्युनिटी की वजह से बार-बार बीमार पड़ जाते हैं, उन्हें अंजीर का पानी पीने की सलाह दी जाती है। इसके अलावा ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने के लिए भी इस ड्राई फ्रूट के पानी को कंज्यूम किया जा सकता है। इसके से जुड़ी इन समस्याओं से छुटकारा पाने और शरीर को फोलादी बनाने के लिए हर रोज सुबह-सुबह अंजीर का पानी पीना शुरू कर दीजिए और महज कुछ ही हफ्तों के अंदर खुद-ब-खुद पॉजिटिव असर देखिए।

कितनी देर में खराब हो जाती है चाय?

कई लोगों को इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि सर्दियों का मौसम चल रहा है या फिर गर्मियों का, उन्हें दिन में एक से दो बार चाय तो पीनी ही होती है। कुछ लोग अपने दिन की शुरुआत चाय से करते हैं, तो वहीं कुछ लोग अपनी थकावट को दूर करने के लिए चाय का सेवन करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि ज्यादा देर तक रखी हुई चाय को पीना आपकी सेहत के लिए खतरनाक साबित हो सकता है?

कितनी देर में हो जाती है खराब?

दूध वाली चाय को ज्यादा देर तक नहीं रखना चाहिए। एक बार आपने चाय को पका लिया, तो आपको चाय को ठंडा होने से पहले पी लेना चाहिए। चाय को आधे घंटे से पहले पी लेना चाहिए। दूध वाली चाय हर्बल टी की तुलना में जल्दी खराब हो जाती है। हर्बल टी को आप कुछ घंटों तक फ्रिज में स्टोर करके रख सकते हैं।

डाइजेस्टिव सिस्टम पर पड़ सकता है बुरा असर

अगर आपने ज्यादा देर तक रखी हुई चाय को पिया, तो आपके डाइजेस्टिव सिस्टम पर बुरा असर पड़ सकता है। छोटी सी लगने वाली इस गलती की वजह से एसिडिटी, कब्ज और फूड पॉइजनिंग जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं। इसके अलावा चाय को ज्यादा देर तक रखने के कारण उसके अंदर मौजूद पोषक तत्व भी कम होते चले जाते हैं।

