नईदुनिया

भोपाल, 8 जून 2026

स्वस्थ जीवनशैली के लिए योग पर जोर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में जागरूकता कार्यक्रमों की श्रृंखला प्रारंभ

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः एम्स के आयुष विभाग द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में योग गतिविधियों और जागरूकता कार्यक्रमों की श्रृंखला की शुरुआत की गई है। यह कार्यक्रम 21 जून 2026 तक चलेंगे, जिनका उद्देश्य समाज में योग के प्रति जागरूकता बढ़ाना और लोगों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना है।

कार्यक्रम का शुभारंभ कॉमन योग प्रोटोकॉल के अभ्यास के साथ किया गया, जिसमें संस्थान के संकाय सदस्यों, कर्मचारियों और विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस अवसर पर प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम, ध्यान और विश्राम तकनीकों का अभ्यास कराया गया तथा नियमित योग के शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक लाभों की जानकारी दी गई। कार्यक्रम के दौरान यह बताया गया कि इस वर्ष की थीम स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग है।

आयुष मंत्रालय की पहल के अंतर्गत पूरे माह विभिन्न कार्यशालाएं, जागरूकता अभियान, सामुदायिक कार्यक्रम और सामूहिक योग सत्र आयोजित किए जाएंगे। अधिकारियों ने कहा कि इस अभियान का उद्देश्य योग को केवल शारीरिक व्यायाम तक सीमित न रखकर इसे श्वास, मन और समाज के समग्र विकास से जोड़ना है।

इसके माध्यम से लोगों में स्वास्थ्य, संतुलन और सकारात्मकता का संदेश फैलाया जाएगा। कार्यक्रम का संचालन चिकित्सा अधिकारी और योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में किया गया। अंत में सामूहिक ध्यान सत्र के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ, जिसमें सभी प्रतिभागियों ने नियमित योग अभ्यास करने का संकल्प लिया।

अटारी बॉर्डर पर ए.आर. रहमान की ऐतिहासिक प्रस्तुति

'मैं वापस आऊंगा' की टीम ने जवानों को किया नमन

अमृतसर। प्रसिद्ध संगीतकार और ऑस्कर-ग्रैमी विजेता ए.आर. रहमान ने रविवार को अटारी बॉर्डर पर आयोजित बीटिंग रिट्रीट समारोह के दौरान पहली बार लाइव प्रस्तुति देकर इतिहास रच दिया।

'जय हो- ए म्यूजिकल सैल्यूट टू द ब्रेवहार्ट्स' कार्यक्रम में हजारों दर्शकों की मौजूदगी में उन्होंने सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) और भारतीय सशस्त्र बलों को संगीतमय श्रद्धांजलि अर्पित की।

यह कार्यक्रम आगामी फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' के प्रचार से भी जुड़ा रहा। फिल्म के निर्देशक इम्तियाज अली, बिरला स्टूडियोज की अनन्या बिरला, अभिनेता वेदांग रैना और निर्माता मोहित चौधरी ने दर्शकों का स्वागत करते हुए बीएसएफ के प्रति आभार व्यक्त किया।

फिल्म की संगीत एलबम भी भारतीय सैनिकों के साहस और बलिदान को समर्पित की गई। रहमान ने कार्यक्रम की शुरुआत 'चंदा सूरज लाखों तारे' से की। इसके बाद फिल्म के गीतों की प्रस्तुति हुई, जिसमें नीलांजना घोष, वेदांग रैना, मोहित चौहान, पूजा तिवारी और नरगिस ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम का समापन रहमान के लोकप्रिय गीत 'मां तुझे सलाम' के साथ हुआ।

12 को रिलीज होगी फिल्म: इम्तियाज अली ने कहा कि यह आयोजन देशभक्ति, प्रेम और एकता की भावना को समर्पित है। दिलजीत दोसांझ, नसीरुद्दीन शाह, शरवरी और वेदांग रैना अभिनीत फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' 12 जून को रिलीज होगी।

650 से अधिक विद्यार्थियों को नियुक्ति पत्र वितरित

आरएनटीयू और एसजीएसयू का प्लेसमेंट डे, 130 से अधिक कंपनियों ने की भर्ती प्रक्रिया

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः आईसेक्ट समूह के अंतर्गत संचालित रबीन्द्रनाथ टैगोर विश्वविद्यालय और स्कोप ग्लोबल स्किल्स यूनिवर्सिटी द्वारा संयुक्त रूप से भोपाल के एक होटल में प्लेसमेंट डे 2026 का आयोजन किया गया। इस अवसर पर दोनों विश्वविद्यालयों के 650 से अधिक चयनित विद्यार्थियों को विभिन्न प्रतिष्ठित राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय कंपनियों से नियुक्ति पत्र प्रदान किए गए।

कार्यक्रम में 130 से अधिक कंपनियों ने कैंपस भर्ती प्रक्रिया में भाग लिया, जिसके परिणामस्वरूप बड़ी संख्या में विद्यार्थियों का चयन विभिन्न क्षेत्रों में हुआ। यह उपलब्धि विश्वविद्यालयों की उद्योगोन्मुखी शिक्षा और कौशल आधारित प्रशिक्षण प्रणाली का परिणाम बताई गई।

कार्यक्रम में उपस्थित कुलाधिपति और अन्य वरिष्ठ अधिकारियों ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि वर्तमान समय में केवल शैक्षणिक ज्ञान पर्याप्त नहीं है, बल्कि कौशल, नवाचार और व्यावहारिक अनुभव भी आवश्यक हैं। उन्होंने कहा कि युवाओं को निरंतर सीखते रहना चाहिए और बदलती वैश्विक परिस्थितियों के अनुरूप स्वयं को तैयार करना चाहिए।

प्रो चांसलर ने कहा कि विद्यार्थियों की सफलता उनके परिश्रम और संस्थान द्वारा दिए गए प्रशिक्षण का परिणाम है। उन्होंने कहा कि उद्देश्य केवल डिग्री प्रदान करना नहीं, बल्कि सक्षम और आत्मविश्वासी युवा तैयार करना है। विभिन्न उद्योग विशेषज्ञों ने भी कार्यक्रम में भाग लेकर विद्यार्थियों को करियर विकास और तकनीकी कौशल के महत्व पर मार्गदर्शन दिया। कार्यक्रम के अंत में चयनित विद्यार्थियों ने संस्थान के प्रति आभार व्यक्त किया।

श्यामपुर-कुरावर रेलखंड का निरीक्षण 12 को

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः रामगंजमंडी-भोपाल नई बड़ी रेल लाइन परियोजना के अंतर्गत निर्मित श्यामपुर-कुरावर रेलखंड के कमीशनिंग कार्य के लिए 12 जून को रेल संरक्षा आयुक्त, मुंबई द्वारा विशेष निरीक्षण किया जाएगा। निरीक्षण के दौरान रेलखंड पर संरक्षा एवं तकनीकी मानकों की विस्तृत जांच और परीक्षण किए जाएंगे।

रेलवे प्रशासन के अनुसार 12 जून को प्रातः 8 बजे से सायं 7 बजे तक निरीक्षण कार्यक्रम संचालित होगा। इस अवधि में श्यामपुर-कुरावर रेलखंड पर ट्रेनों का संचालन परीक्षण स्वरूप अधिक गति से किया जाएगा, जिससे रेलखंड की क्षमता और संरक्षा व्यवस्थाओं का आकलन किया जा सके।

रेल प्रशासन ने आम नागरिकों, विशेषकर खिलचीपुर-राजगढ़ रेलखंड तथा आसपास के गांवों और बस्तियों में रहने वाले लोगों से अपील की है कि वे रेलवे ट्रैक, पुलों, समपार फाटकों और अन्य रेल परिसंपत्तियों से सुरक्षित दूरी बनाए रखें। अभिभावकों से भी अनुरोध किया गया है कि वे बच्चों को रेलवे लाइन के निकट खेलने या अनधिकृत रूप से ट्रैक पार करने से रोकें। निरीक्षण और परीक्षण के दौरान ट्रेनों की गति सामान्य से अधिक रहेगी, इसलिए अतिरिक्त सावधानी बरतना आवश्यक है।

नाम परिवर्तन सूचना

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि मैं जेरिन इसयास (JERIN ISYAS) पुत्री स्व. श्री क्रिस्टोफर इसयास (CHRISTOPHER ISYAS) निवासी मकान नं. 1191, शंकराचार्य नगर, स्टेशन एरिया, भोपाल म.प्र. की होकर सूचित करती हूँ कि मेरे पिता स्व. श्री क्रिस्टोफर इसयास (CHRISTOPHER ISYAS) के रेल्वे रिकार्ड अनुसार पारिवारिक पेंशन में मेरे एवं मेरे पिता दोनों के भिन्न-भिन्न नाम/स्पेलिंग अंकित है। जैसे रेल्वे पासकाई में कु. जायरीन, नॉमीनेशन में जेरिन फार्म-6 में जयरीन इसयास हैं। इसी प्रकार मेरे पिता की रेल्वे सर्विस पुस्तिका में पिता का नाम क्रिस्टोफर इंग्लिश में KRISTOFIN एवं मृत्यु प्रमाण पत्र में केस्तोफर ईसियास (KESTOFAR ISIYAS) अंकसूची में CHRISTOPHEN ISYAS आधार कार्ड में केस्तोफर ईसियास अंकित है। यह कि मेरी माध्यमिक शिक्षा मण्डल म.प्र. की हाई स्कूल की अंकसूची एवं आधार कार्ड क्रमांक 6871 7937 3758 इत्यादि शासकीय दस्तावेजों में मेरा नाम जेरिन इसयास (JERIN ISYAS) एवं पिता का नाम क्रिस्टोफर इसयास (CHRISTOPHER ISYAS) अंकित है जो सत्य एवं सही है। अब से विज्ञापन उपरान्त शासकीय रिकॉर्ड में सुधार कर मुझे व स्व. पिता जी को सही नाम जेरिन इसयास आत्मज स्व. श्री क्रिस्टोफर इसयास (JERIN ISYAS S/O CHRISTOPHER ISYAS) के नाम से ही जाना एवं पहचाना जाये।

जेरिन इसयास (JERIN ISYAS)
पुत्री स्व. श्री क्रिस्टोफर इसयास
(CHRISTOPHER ISYAS)

544

नाम परिवर्तन सूचना

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि मैं ब्रिजेन्द्र कुमार गंगेले पुत्र श्री नाथूराम गंगेले निवासी- एम.ए.पी.-13-ए स्टेशन रोड रेलवे कालोनी विदिशा म.प्र.। मैं पश्चिम मध्य रेल मण्डल भोपाल में सीनियर सेक्शन इंजीनियर (सिगनल) विभाग में चौकीदार के पद पर कार्यरत हूं मेरे शासकीय दस्ताबेज आधार पेन कार्ड में मेरा पूरा व सही नाम -ब्रिजेन्द्र कुमार गंगेले पुत्र श्री नाथूराम गंगेले अकिंत है जो की सत्य व सही है। जबकी मेरी रेल सर्विस पुस्तिका में मेरा गलत नाम- बृजेन्द्र कुमार गागंले अकिंत करवा दिया गया है। विज्ञापन उपरान्त मुझे सही नाम- ब्रिजेन्द्र कुमार गंगेले के नाम से ही जाना पहचाना लिखा व पढ़ा जाये।

BRIJENDRA KUMAR GANGELE
S/O NATHURAM GANGELE

545

सूडोकु नवताल- 7804

कठिन

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

Jagrutidaur.com, Bangalore

■ प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं.

■ प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें.

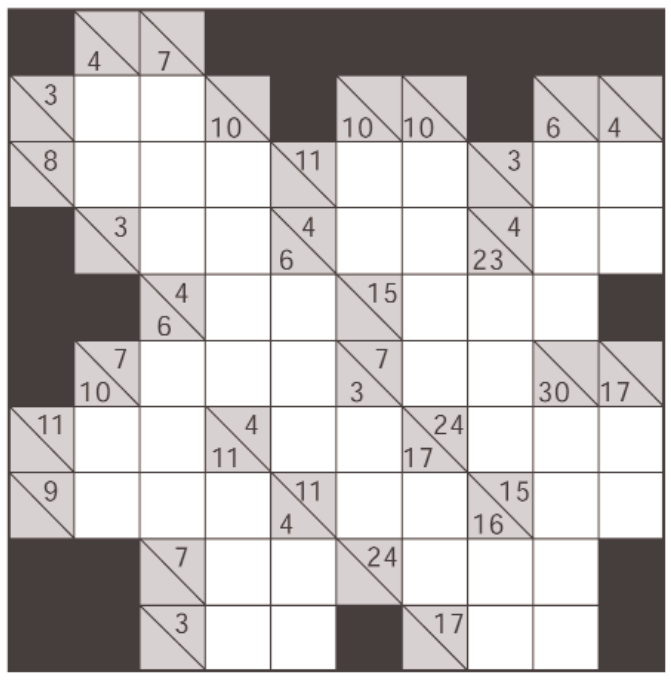
■ पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते .

■ पहेली का केवल एक ही हल है.

सूडोकु नवताल -7803 का हल

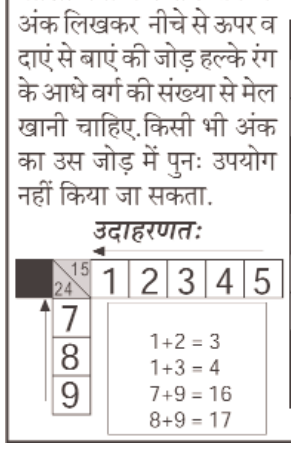
1	9	7	4	8	6	2	3	5
4	5	3	9	1	2	7	6	8
2	6	8	7	3	5	9	1	4
5	3	1	2	7	9	4	8	6
9	2	4	8	6	1	5	7	3
7	8	6	5	4	3	1	9	2
3	4	9	6	2	7	8	5	1
6	7	2	1	5	8	3	4	9
8	1	5	3	9	4	6	2	7

काकुरो पहेली - 7477

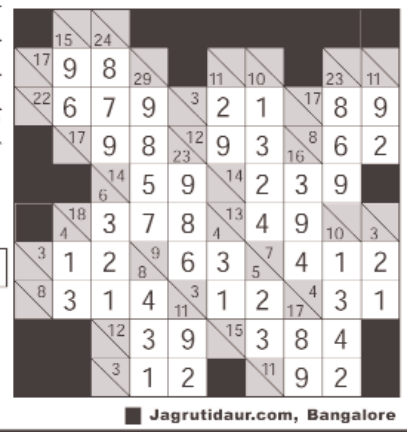


खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हल्के रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए.किसी भी अंक का उस जोड़ में पुनः उपयोग नहीं किया जा सकता.

उदाहरणतः

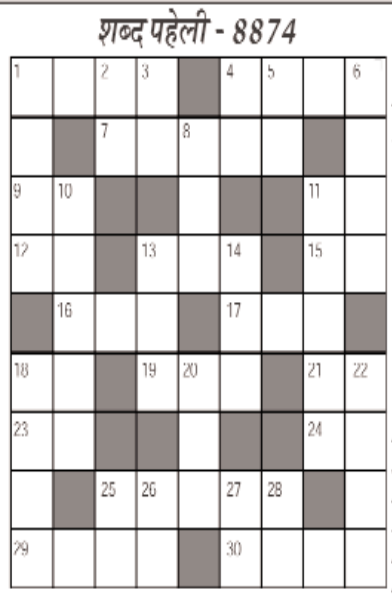


काकुरो - 7476 का हल



Jagrutidaur.com, Bangalore

शब्द पहेली - 8874



बाएँ से दाएँ

1.दुर्व्यवहार,बुरा आचरण-4
4.पंजाब की एक नदी-4
7.अनाथालय-5
9.दूसरा,पराया-2
11.चलने का तरीका-2
12.नृत्य-2
13.सगीप,पास,नजदीक-3
15.बुरी आदत-2
16.नृत्य करना-3
17.प्रलोभन,हवस,तृष्णा-3
18.मालिक,ईश्वर-2
19.निहित,कारण-3
21.भाग्य(अंग्रेजी-2)
23.थूक,लेस-2
24.नवीन,नव-2
25.नयापन,अनूठापन-5
29.नामवाला,नामचिन-4
30.करिश्मा,चमत्कार-4

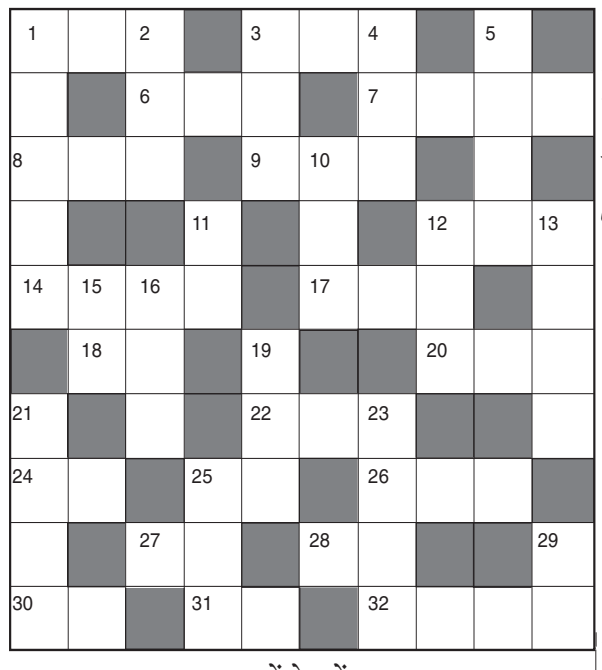
ऊपर से नीचे

1.मनोरचना,मनगढ़ंत-4
2.कोक,कहवा-2
3.कामदेव की पत्नी-2
4.मित्र,दोस्त-2
5.पेड़ का मध्य भाग-2
6.नादानी,अनाड़ीपन-4
8.बंदर नचाने वाला-3
10.रचना करने वाला-5
11.आरचण,चरित्र-5
13.कपड़े की दिवार-3
14.उठा ले जाना, बलपूर्वक-3
18.पूजा,प्रार्थना-4
20.खूबसुरत,सुन्दर-3
22.कहर,भूचाल-4
25.नया,नवीन-2
26.शूर,बहादुर,सूरमा-2
27.अवधि में,पर्यंत-2
28.मृत,अप्रबल-2

शब्द पहेली -8873 का हल

Jagrutidaur.com, Bangalore

फिल्म वर्ग पहेली- 7316



ऊपर से नीचे:-

१. 'बचपन की मोहब्बत को' गीत वाली भारतभूषण, मीना की फिल्म-२,३
२. सुनील दत्त, मीना की फिल्म-३
३. 'ऐ जिंदगी गले लगा ले' गीत वाली कमल हासन, श्रीदेवी की फिल्म-३
४. लकी अली, मीरा की 'जाना है जाना है चलते ही' गीत वाली फिल्म-३
५. 'मेरे सपनों की रानी कब' गीत वाली राजेश खन्ना, शर्मिला की फिल्म-४
१०. नसीरूद्दीनशाह, शबाना की 'सीली हवा छू गई' गीत वाली फिल्म-३
११. 'ऐसी रंग दे पिया' गीत वाली राजेश खन्ना, हेमा मालिनी की फिल्म-२
१२. सनी, अमृता की 'ये मेरी जिंदगी बेजान लाश थी' गीत वाली फिल्म-३
१३. 'ठहरो तो सही सोचो तो' गीत वाली गोविंदा, मनीषा कोइराला की फिल्म-४
१५. 'एक लड़की बस गई' गीतवाली फिल्म-२
१६. 'भोर आई गया अंधियारा' गीत वाली राजेश खन्ना, जया की फिल्म-३
१९. कमल सदाना, काजोल की 'जब ना माना दिल दीवाना' गीत वाली फिल्म-३
२१. 'आशायें खिलें दिल की' गीत वाली नसीर, श्रेयस, श्वेता की फिल्म-४
२३. अनिलकपूर, फरहा की 'पूछ रही है लड़की हैदराबादी' गीत वाली फिल्म-४
२५. 'आपका खत मिला' गीत वाली जीतेंद्र, रामेश्वरी, सारिका की फिल्म-३
२९. संजयदत्त, अभिषेक, जायेदखान, ईशा देओल, राइमासेन, शिल्पा की फिल्म-२

बायें से दायें:-

१. 'सारे शहर में आप सा कोई' गीत वाली फिल्म-३
३. 'जब जब प्यार पे पहरा हुआ' गीत वाली की फिल्म-३
६. मिथुन, मधु, रंभा की 'तुम्हें हम बहुत प्यार करने लगे' गीत वाली फिल्म-३
७. 'तेरी प्यारी प्यारी' गीत वाली राजेंद्र कुमार, बी. सरोजादेवी की फिल्म-४
८. बॉबी देओल, रानी मुखर्जी की 'आँखों के रस्ते दिल में' गीत वाली फिल्म-३
९. राजेश खन्ना, शर्मिला की फिल्म-३
१४. 'सरकाय लेओ खटिया' गीत वाली गोविंदा, करिश्मा की फिल्म-२,२
१७. फिल्म 'शहीद' में नायिका?-३
१८. 'आई बहार खिलते हैं दिल' गीत वाली सलमान, रेवती की फिल्म-२
२०. शशिकपूर, रेखा की 'जाने कैसे बीतेंगी ये बरसातें' अभिनीत फिल्म-३
२२. 'मच गया शोर सारी' गीत वाली अमिताभ, परवीन की फिल्म-३
२४. ऋषि, टीना की 'एक हसीना थी एक दीवाना था' गीतवाली फिल्म-२
२५. धर्मेन्द्र, मनोजकुमार, सायराबनो की फिल्म-२
२६. रणधीरकपूर, रेखा की 'हो देख तुझको दिल ने कहा' गीत वाली फिल्म-३
२७. 'मैं नये जमाने की' गीत वाली अजय देवगन, रवीना की फिल्म-२
२८. अक्षयकुमार, रवीना टंडन की 'दीवाने हैं दीवानों से तू' गीत वाली फिल्म-२
३०. 'आइये आ जाइये, आ ही जाइये' गीत वाली अनिलकपूर, जैकीश्रॉफ, मनीषा, सोनाली, रेखा की फिल्म-२
३१. राजेश खन्ना, राखी, शर्मिला की 'नी मैं यार मनाना' गीत वाली फिल्म-२
३२. अमिताभ, जीनत की फिल्म-४

फिल्म वर्ग पहेली- 7315

उ	त्स	व		चि	ग	ग		खौ	फ
स्ता		च	रि	त्र		म	स्त		र
द	म	न		ले	कि	न		श	दी
	र्या		रे	खा			ना	गि	न
अं	दा	ज			प्या	सा		र्द	
गू		मा	चि	स		ज	ख्मी		जं
र	वी	ना		ल	गा	न		जं	ग
	र		हे	मा			सी		ली
बे	ता	बी		न	या	ज	मा	ना	
ट्या		ना	ना		दे			म	स्ती

Jagrutidaur.com, Bangalore

अष्टयोग - 7410

	7				4	5
	33	1	23	6	33	
5		2	4			3
	28		27	4	36	
1	2			5		7
6	37	7	38		33	2
		5		3		

प्रस्तुत खेल सुडोकू व जोड़ की पद्धति का मिश्रण है.खड़ी व आड़ी पंक्तियों में 1से 7 तक के अंक लिखने अनिवार्य हैं.गहरे काले वर्ग में लिखी संख्या चारों और के 8 वर्गों की संख्या का कुल योग होगी.सीधी अथवा आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक होना अनिवार्य है.

अष्टयोग 7409 का हल

1	5	4	3	2	7	6
2	30	7	31	4	34	2
6	3	2	4	5	7	1
5	37	6	33	6	29	3
7	5	3	6	1	2	4
3	30	5	32	7	34	5
4	2	1	6	3	5	7

Jagrutidaur.com, Bangalore

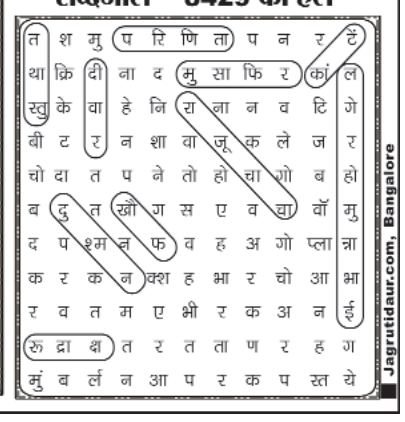
शब्दजाल - 8430

शब्दजाल में रवीना टंडन की 90 फिल्मों के नाम ढूंढिए.शब्द ऊपर से नीचे,दाएं से बाएं एंव तिरछे हो सकते हैं

सा	म	प	कु	क	या	म	त	ला	नी	क	
ए	रा	र	ज	इं	डो	ने	ह	क	जं	प	
क	त	दे	अ	म	न	इ	दि	न	ग	म	
हि	न	शी	मा	ज	ल	स	वा	प	प	घा	
न्दू	म	बा	थ	त	न	उ	ना	ख	री	त	
स्ता	जे	बु	र	रा	द	बी	म	ल	ड़	सा	
नी	मा	दे	सो	व	जा	स	स्ता	पी	ख	न	
रा	दे	श	बा	च	प	जी	ना	ड़	भ	क	
ल	दि	ल	क	ले	दा	र	ल	क	थ	त	
क्षि	ज	ति	त	हि	द	ह	मा	ह	ल	है	
ते	रा	जा	क	दि	अ	ग्नि	व	र्षा	स	म	

Jagrutidaur.com, Bangalore

शब्दजाल - 8429 का हल



Jagrutidaur.com, Bangalore