समर्पित नशा मुक्ति चिकित्सा केंद्र और आरटीएमएस सुविधा से मरीजों को मिलेगा बेहतर उपचार

मानसिक स्वास्थ्य उपचार के लिए नई सुविधाएँ

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) भोपाल के मनोचिकित्सा विभाग ने शुक्रवार को उन्नत नशा मुक्ति उपचार सुविधाओं तथा रिपिटिटिव ट्रांसक्रेनियल मैग्नेटिक स्टिमुलेशन (आरटीएमएस) सेवा का शुभारंभ किया। यह पहल मध्यप्रदेश में नशा मुक्ति और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक प्रभावी, आधुनिक तथा सुलभ बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम मानी जा रही है।

एम्स भोपाल का मनोचिकित्सा विभाग पूरे प्रदेश के लिए विशेषीकृत नशा मुक्ति उपचार सेवाएं उपलब्ध करा रहा है। नशीले पदार्थों के बढ़ते उपयोग को देखते हुए विभाग ने अधिक से अधिक मरीजों तक गुणवत्तापूर्ण उपचार पहुंचाने के उद्देश्य से अपनी सेवाओं का विस्तार किया है।

मनोचिकित्सा विभागाध्यक्ष प्रो. डॉ. विजेन्द्र सिंह ने बताया कि इस पहल के अंतर्गत प्रतिदिन दोपहर में समर्पित नशा मुक्ति चिकित्सा केंद्र प्रारंभ किया गया है। यह केंद्र वर्तमान नशा मुक्ति उपचार सुविधा के साथ मिलकर कार्य करेगा और नशा संबंधी विकारों से प्रभावित मरीजों को समग्र, सुलभ तथा रोगी-केंद्रित उपचार उपलब्ध कराएगा। इससे उपचार प्राप्त करने में आने वाली कठिनाइयों में कमी आएगी और अधिक मरीजों को समय पर चिकित्सा सुविधा मिल सकेगी।

उन्होंने बताया कि संस्थान में रिपिटिटिव ट्रांसक्रेनियल मैग्नेटिक स्टिमुलेशन (आरटीएमएस) सेवा भी शुरू की गई है। यह एक उन्नत तंत्रिका-मनोचिकित्सीय उपचार तकनीक है, जिसका उपयोग व्यसन विकारों के साथ-साथ अवसाद और अन्य मानसिक रोगों के उपचार में किया जाता है। इस सुविधा के प्रारंभ होने से वैज्ञानिक और साक्ष्य-आधारित मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं और अधिक मजबूत होंगी।

कार्यक्रम में एम्स भोपाल के कार्यपालक निदेशक प्रो. (डॉ.) माधवानन्द कर मुख्य अतिथि तथा मध्यप्रदेश शासन के सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग की प्रमुख सचिव सोनाली पोंक्षे वायंगणकर विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहीं। इस अवसर पर संस्थान के प्रभारी चिकित्सा अधीक्षक प्रो. डॉ. विकास गुप्ता भी मौजूद रहे।

प्रो. (डॉ.) माधवानन्द कर ने कहा कि नशा संबंधी विकारों से प्रभावित लोगों को व्यापक और गुणवत्तापूर्ण उपचार उपलब्ध कराना समय की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि मनोचिकित्सा विभाग इस दिशा में उल्लेखनीय कार्य कर रहा है तथा सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग के साथ समन्वय स्थापित कर प्रदेश के अधिक से अधिक जरूरतमंद मरीजों तक प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचाने का प्रयास किया जाएगा। उन्होंने कहा कि संस्थान भविष्य में भी नशा मुक्ति और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार के लिए निरंतर प्रयास करता रहेगा।

एआईबीओसी में भोपाल मंडल का बढ़ा सम्मान, संजीव मिश्रा वरिष्ठ उपाध्यक्ष बने

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः भारतीय स्टेट बैंक अधिकारी संघ, भोपाल मंडल के दो पदाधिकारियों को अखिल भारतीय बैंक अधिकारी परिसंघ (एआईबीओसी) में राष्ट्रीय स्तर की महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां मिली हैं। हैदराबाद में 4 और 5 जुलाई को आयोजित एआईबीओसी की 105वीं कार्यकारिणी समिति की बैठक में संघ के महासचिव संजीव मिश्रा को पदोन्नत कर वरिष्ठ उपाध्यक्ष तथा अध्यक्ष अनिल कुमार श्रीवास्तव को संयुक्त महासचिव नियुक्त किया गया।

संघ ने इसे भोपाल मंडल और विभिन्न राष्ट्रीयकृत बैंकों के लगभग 22 हजार अधिकारी सदस्यों के लिए गौरवपूर्ण उपलब्धि बताया। पदाधिकारियों ने कहा कि यह सम्मान संगठन की मजबूत कार्यशैली, अधिकारी हितों के प्रति प्रतिबद्धता और वर्षों के सामूहिक प्रयासों का परिणाम है। एआईबीओसी मध्यप्रदेश के अध्यक्ष कॉमरेड सुबीन सिन्हा ने विश्वास जताया कि दोनों पदाधिकारियों के नेतृत्व से प्रदेश इकाई को मजबूती मिलेगी तथा बैंक अधिकारियों के हितों और कल्याण से जुड़े कार्यों को राष्ट्रीय स्तर पर नई गति मिलेगी।

बंसल इंस्टीट्यूट में आईईईई का अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन शुरू, 172 शोध-पत्र होंगे प्रस्तुत

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः बंसल इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी (बीआईएसटी) में आईईईई प्रायोजित दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन आईसीईटीआईसीएस-2026 का शुक्रवार को शुभारंभ हुआ। 'इमर्जिंग ट्रेंड्स इन इंफॉर्मेशन, कम्युनिकेशन एंड सिस्टम्स' विषय पर आयोजित सम्मेलन का उद्घाटन मां सरस्वती के पूजन, दीप प्रज्वलन एवं अतिथियों के स्वागत के साथ हुआ।

मुख्य अतिथि प्रो. मनीष दीक्षित, चेयर-इलेक्ट, आईईईई मध्यप्रदेश सेक्शन ने कहा कि ऐसे सम्मेलन शोधकर्ताओं, शिक्षाविदों और उद्योग विशेषज्ञों के बीच सहयोग को बढ़ावा देते हैं तथा समाजोपयोगी अनुसंधान को नई दिशा प्रदान करते हैं। मुख्य वक्ता प्रो. जितेंद्र अग्रवाल ने कृत्रिम बुद्धिमत्ता, सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी तथा भविष्य की स्मार्ट प्रणालियों पर विचार रखे। प्रो. रंजीत महंती (आईआईटी-बीएचयू), प्रो. दिलीप सिंह सिसोदिया (एनआईटी रायपुर), प्रो. एम.पी.एस. चावला, सुश्री नेहा केशरी और पलाश अग्रवाल ने भी तकनीकी नवाचार, डेटा साइंस और इंटेलिजेंट कंप्यूटिंग पर अपने विचार साझा किए। सम्मेलन के लिए देश-विदेश से तीन हजार से अधिक शोध-पत्र प्राप्त हुए, जिनमें से 172 का प्रस्तुतीकरण किया जा रहा है। 300 से अधिक शिक्षाविद, शोधकर्ता, उद्योग विशेषज्ञ और विद्यार्थी इसमें शामिल हैं। समूह सह-सचिव डॉ. संजय जैन ने इसे वैश्विक शोध सहयोग का सशक्त मंच बताया, जबकि बीआईएसटी के निदेशक डॉ. दामोदर तिवारी ने अतिथियों का सम्मान कर आभार व्यक्त किया।

संस्कृत विश्वविद्यालय में कुडियाट्टम् अभिनय परंपरा का दिया जा रहा प्रशिक्षण

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः केन्द्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय, भोपाल परिसर के नाट्यशास्त्र अध्ययन एवं अनुसंधान केंद्र द्वारा आयोजित 21 दिवसीय संस्कृत रूपक निर्देशन राष्ट्रीय कार्यशाला के चौथे दिन द्वितीय सत्र में केरल के प्रसिद्ध कुडियाट्टम् विशेषज्ञ वी. गिरिशन ने प्रतिभागियों को प्राचीन अभिनय परंपरा का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया। उन्होंने कुडियाट्टम् की अभिनय शैली और उसके प्रयोगात्मक पक्ष का सजीव प्रदर्शन भी किया। प्रशिक्षण सत्र के दौरान वी. गिरिशन ने आंगिक अभिनय, नेत्राभिनय, हस्तमुद्राओं, देह संचालन तथा मंचीय प्रस्तुति की विभिन्न तकनीकों का विस्तार से प्रदर्शन किया। उन्होंने प्रतिभागियों को मंच पर अभिनय का अभ्यास कराते हुए भावाभिव्यक्ति, चरित्र निर्माण और पारंपरिक प्रस्तुति शैली की सूक्ष्मताओं से परिचित कराया। कार्यशाला में शामिल शोधार्थियों, विद्यार्थियों और नाट्यकला से जुड़े प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता करते हुए अभिनय कौशल का अभ्यास किया। इस अवसर पर वी. गिरिशन ने कहा कि कुडियाट्टम् केवल रंगमंचीय प्रस्तुति नहीं, बल्कि साधना, अनुशासन और उत्कृष्ट अभिनय का समन्वित स्वरूप है। कलाकारों के लिए नियमित अभ्यास, शारीरिक संतुलन और भावों की सूक्ष्म अभिव्यक्ति के महत्व पर विशेष बल दिया। कार्यक्रम के समन्वयक प्रो. कृपा शंकर शर्मा ने अतिथि विशेषज्ञ का स्वागत करते हुए उनके मार्गदर्शन को प्रतिभागियों के लिए अत्यंत उपयोगी बताया। सह-समन्वयक डॉ. संगीता गुन्देचा ने आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रकार के व्यावहारिक प्रशिक्षण से प्रतिभागियों को भारतीय नाट्य परंपरा को निकट से समझने का अवसर मिल रहा है।

देश के विभिन्न राज्यों से आए शोधार्थी, विद्यार्थी और नाट्यकला से जुड़े प्रतिभागी सक्रिय रूप से भाग ले रहे हैं। यह राष्ट्रीय कार्यशाला भारतीय रंगमंच की समृद्ध परंपराओं के संरक्षण, संवर्धन तथा युवा पीढ़ी तक उनके प्रभावी प्रसार की दिशा में महत्वपूर्ण पहल के रूप में आगे बढ़ रही है।

भोपाल मंडल के इटारसी होकर जाने वाली ट्रेन में यात्रियों की सुविधाओं को बढ़ाया गया

अब जबलपुर-यशवंतपुर एक्सप्रेस में फस्ट एसी कोच की सुविधा

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः रेलवे यात्रियों की सुविधा को प्राथमिकता देते ट्रेनों में कोच लगाए जाते है।

इसी कड़ी में भोपाल मंडल के इटारसी होकर जाने वाली जबलपुर-यशवंतपुर-जबलपुर एक्सप्रेस में सितम्बर माह से एक फस्ट एसी कोच लगाने निर्णय लिया गया है, जो कि निम्न तिथि से प्रभावी रहेगा।

गाड़ी संख्या 12194 जबलपुर-यशवंतपुर एक्सप्रेस में एक फस्ट एसी का कोच दिनाँक 12 सितम्बर 2026 से प्रभावी रहेगा।

गाड़ी संख्या 12193 यशवंतपुर-जबलपुर एक्सप्रेस में एक फस्ट एसी का कोच दिनाँक 13 सितम्बर 2026 से प्रभावी रहेगा।

कोच संरचना- अब उक्त दोनों ट्रेनों में निर्धारित तिथि से 01 फर्स्ट एसी, 02 सेकण्ड एसी, 05 थर्ड एसी, 01 थर्ड एसी इकॉनमी, 1 पेंट्रीकार, 6 स्लीपर क्लास, 04 जनरल कोच एवं 1 जनरेटरकार, 1 एसएलआरडी सहित कुल 22 एलएचबी कोच होंगें।

यात्रियों से अनुरोध है कि इस एसी कोच सुविधा का लाभ उठाएं और साथ ही ट्रेन में कोच की अधिक जानकारी रेलवे की आधिकारिक वेबसाइट, एनटीईएस, रेल मदद 139 अथवा अधिकृत पूछताछ केंद्र से भी प्राप्त कर सकते हैं।

श्रीमद् देवीभागवत महापुराण ज्ञानयज्ञ 17 से 23 तक

नईदुनिया प्रतिनिधि, भोपालः तुलसी मानस प्रतिष्ठान के तत्वावधान में षुक्रवार दिनांक 17 जुलाई से गुरूवार 23 जुलाई 2026 तक श्रीमद् देवी भागवत महापुराण ज्ञानयज्ञ का आयोजन किया जारहा है। देवी पुराणकथा दोपहर 2.30 बजे से सायं 5.30 बजे तक प्रतिदिन आयोजित होगी। व्यासपीठ से युगविभुति विदुषी ऋचा गोस्वामी, संचालिका श्री अमरेश्वर महादेव मंदिर,नदियाघाट,आश्रम जबलपुर अपने मुखारविन्द से देवीपुराण कथा करेगीं।

तुलसी मानस प्रतिष्ठान के कार्याध्यक्ष श्री रघुनंदन षर्मा ने सभी श्रद्धालुजनों से अनुरोध

किया है कि वे दिनांक 17 से 23 जुलाई 2026 तक ठीक समय दोपहर 2.30 बजे से संध्या 5.30 बजे मानस भवन में उपस्थित होकर श्रीमद् देवीपुराण भागवत कथा का पुण्यलाभ लें। समारोह के संबंध में आवष्यक तैयारियों के संबंध में एक बैठक आयोजित की गई जिसमें सचिव कैलाश जोषी, संयोजक राजेन्द्र शर्मा, प्रभुदयाल मिश्र, प्रधान संपादक, तुलसी मानस भारती, देवेन्द्र कुमार रावत, संपादक, तुलसी मानस भारती, वरिष्ठ सदस्य माघवसिंह दांगी, अरूण गुप्ता, महेश दुबे, निदेशक पं.रामकिंकर उपाध्याय पुस्तकालय एवं शोध संस्थान उपस्थित थे।

सूडोकु नवताल- 7837

मध्यम

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

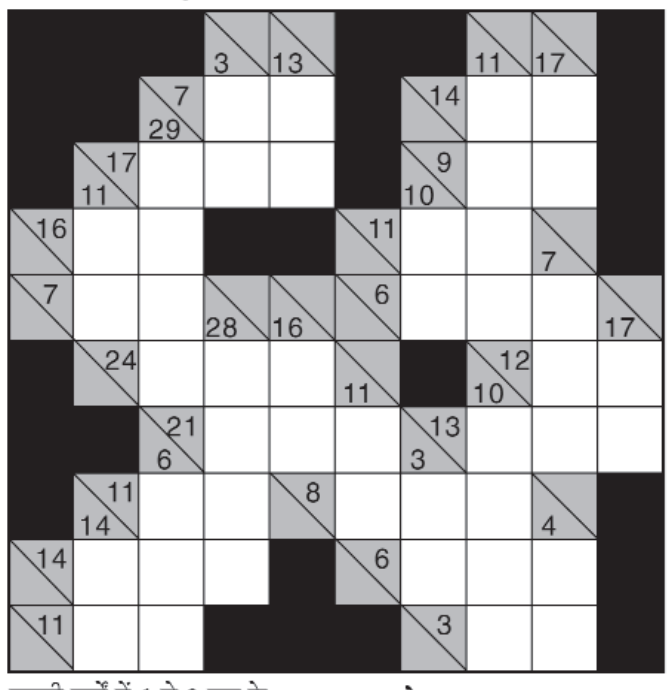
Jagrutidaur.com, Bangalore

- 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 -7836 का हल

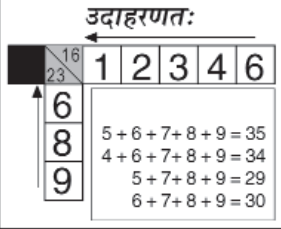
5	9	4	2	3	6	1	8	7
8	7	3	1	4	5	2	9	6
6	1	2	8	7	9	3	5	4
1	6	7	9	8	2	4	3	5
3	8	5	4	1	7	6	2	9
2	4	9	6	5	3	7	1	8
7	5	6	3	9	1	8	4	2
4	2	1	5	6	8	9	7	3
9	3	8	7	2	4	5	6	1

काकुरो पहेली - 7510

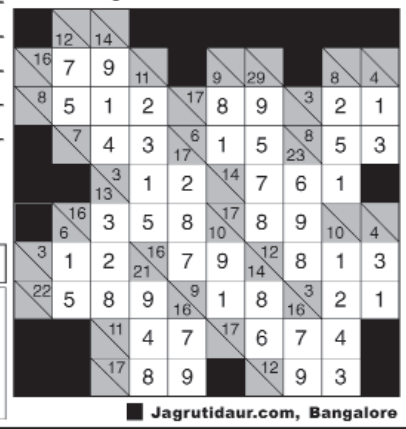


खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हल्के रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए. किसी भी अंक का उस जोड़ में पुनः उपयोग नहीं किया जा सकता.

उदाहरणतः

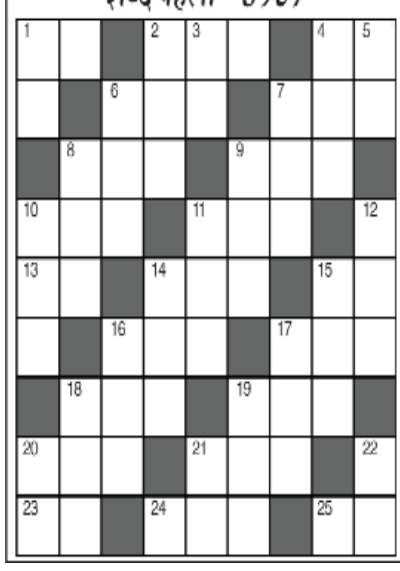


काकुरो - 7509 का हल



Jagrutidaur.com, Bangalore

शब्द पहेली - 8907



बाएँ से दाएँ

1. जी,इच्छा,चित्त-2
2. तन,बदन,देह-3
4. आशिर्वाद-2
6. निवास (उर्दू-3)
7. स्नान करना-3
8. विश्राम-3
9. राजा,सम्राट-3
10. वचन,प्रतिज्ञा-3
11. तरंग,हिलोर-3
13. दौड़ना (अंग्रेजी-2)
14. सही का विलोम-3
15. सत्पुरुष-2
16. पाठ,शिक्षा-3
17. कर्ता,कार्य करने वाला-3
18. इज्जत,मान,सम्मान-3
19. सब कुछ छीन लेना-2
20. गवन,प्रासाद-3
21. वजह-3
23. खेल दिखाने वाला-2
24. पेन,लेखनी-3
25. ठाठ-बाट-2

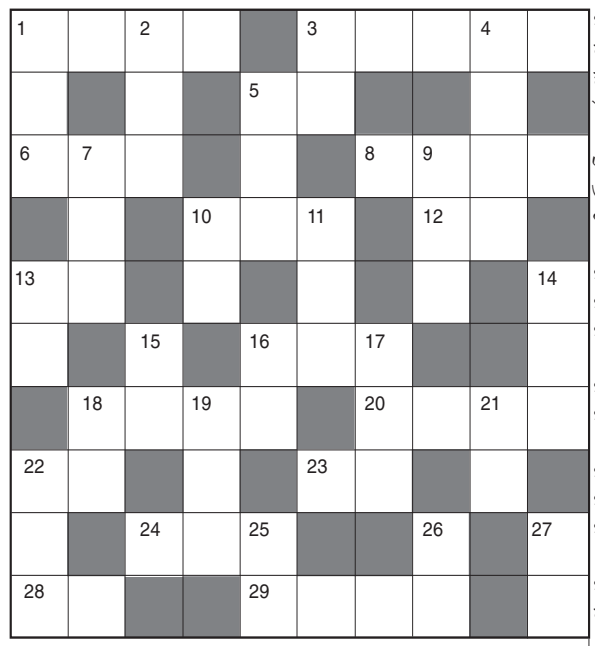
ऊपर से नीचे

1. राय,वोट,अभिप्राय-2
2. लाज,लज्जा-2
3. 500 कागजों की गड्डी -2
4. दुनिया,जगत-3
5. लेकर आना-2
6. अवैध,नाजायज-3
7. निगाह,दृष्टि-3
8. बैठने की जगह-3
9. आराम,मदद-3
10. कर्म,धाम्य-3
11. लगन,जिद,उत्साह-3
12. दांपत्य संबंध विच्छेद-3
14. जबान,तरुण-3
15. रिक्त जगह पूर्ण करना-3
16. दुर्बल का विलोम-3
17. वजह-3
18. पदचाप, किसी के आने की आवाज-3
19. रनिवास (उर्दू-3)
20. जी,इच्छा,चित्त-2
21. समयगति-2
22. देह,बदन-2

शब्द पहेली -8906 का हल

Jagrutidaur.com, Bangalore

फिल्म वर्ग पहेली- 7349



ऊपर से नीचेः-

१.शॉवरअली, तरूण अरोड़ा, मेघना की फिल्म-३
२. 'भागे रे मन' गीत वाली फिल्म-३
३. सनी, सलमान, करीश्मा, तब्बू की फिल्म-२
४. अमिताभ, दीपक, डिम्पल, करिश्मा की 'कभी खुशियों की' गीत वाली फिल्म-४
५. 'तेरे नाम' में सलमान की नायिका थी-३
७. कमल हासन, शाहरूख, रानी की फिल्म-१,२
९. 'जिंदगी इम्तिहान' गीत वाली अमिताभ, संजीव, ऋषि, हेमा, शर्मिला की फिल्म-३
१०. नागार्जुन, अमला की एक फिल्म-२
११. सुनील शेट्टी, खवीना, करिश्मा, की फिल्म-३
१३. संजय सूरी, रेवती, गुल पनाग की 'बेनाम सा ये दर्द' गीत वाली फिल्म-२
१४. 'तुम ने दी आवाज' गीत वाली फिल्म-३
१५. सनी, अजय जडेजा, सेलिना की 'तुमको कितना है' गीत वाली फिल्म-२
१६. 'इस टूटे दिल' गीत वाली फिल्म-२
१७. राजेंद्रकुमार, शर्मिला टैगोर की एक फिल्म-३
१८. 'अकेले ही अकेले चला' गीत वाली दिलीपकुमार, सायरा बानो की फिल्म-२
१९. आयूब खान, आयशा जुल्का की फिल्म-३
२१. 'ऐ मेरी जिंदगी' गीत वाली जॉन अब्राहम, तारा शर्मा की फिल्म-२
२२. राजकुमार, मीना की 'ठाड़े रहियो ओ बांके यार' गीत वाली फिल्म-३
२५. 'मुझे तेरे जैसी' गीत वाली फिल्म-२
२६. मनोज बाजपेयी, अरशद, तब्बू, शीबा की फिल्म-२
२७. 'कैसे कटे दिन' गीत वाली राजेश खन्ना, गोविंदा, जूही, माधवी की फिल्म-२

बायें से दायें:-

१. अक्षय खन्ना, करीना की प्रियदर्शन निर्देशित एक कॉमेडी फिल्म-४
३. 'झिलमिल सितारों का आँगन' गीत वाली धर्मेन्द्र, राखी की फिल्म-३,२
५. अजय, नाना, फरदीन, उर्मिला, रेखा की 'ये सर्द आहें' गीत वाली फिल्म-२
६. 'जिस दिल में बसा था प्यार तेरा' गीत वाली प्रदीपकुमार, कल्पना की फिल्म-३
८. सुनीलदत्त, नूतन की 'बड़ी देर भई नंदलाला' गीत वाली फिल्म-४
१०. 'पर्दे में रहने दो' गीत वाली धर्मेन्द्र, संजीवकुमार, आशा पारेख की फिल्म-३
१२. 'सीता और गीता' में संजीव के साथ वाली हेमामालिनी के पात्र का नाम-२
१३. 'शिकदुम शिकदुम' गीत वाली अभिषेक, उदय चोपड़ा, जॉन अब्राहम, ईशा देओल, रिमी सेन की फिल्म-२
१६. विकास भल्ला, काजोल की 'मेरे चेहरे पे लिखा है' गीत वाली फिल्म-३
१८. 'आने वाला पल जाने' गीत वाली अमोल पालेकर, बिंदिया की फिल्म-४
२०. जैकी, मोहसिन खान, नीलम की 'एक तू ही मेरा' गीत वाली फिल्म-४
२२. 'तेरा काम है जलना' गीत वाली राज कपूर और नर्गिस की फिल्म-२
२३. शाहरूख, चंद्रचूड़, ऐश्वर्या, प्रिया की 'मेरे खयालों की' गीत वाली फिल्म-२
२४. सुदर्शन नाग निर्देशित सनी देओल, नीलम की १९९१ की एक फिल्म-३
२८. जैकी श्रॉफ, रति की 'जितना कभी किसी ने' गीत वाली फिल्म-२
२९. 'हम भूलेंगे' गीत वाली अमिताभ, अरशद, करिश्मा की फिल्म-४

फिल्म वर्ग पहेली- 7348

पि	या	का	घ	र		ए	ल	ओ	सी
ता	रा		र		घा	त		म	
	ना	च		चाँ		रा	खी		फ
रे		मे	हं	दी		ज		खा	की
श	मीं	ली		सो	च		श		रा
नी			ब	ना	र	सी	बा	बू	
	ग	द	र		स		ना	म	
बा	ज		सा	थी		मि			अं
जा	ल		त		दि	ल	का	रा	जा
र		माँ		मि	ल	न			म

Jagrutidaur.com, Bangalore

अष्टयोग- 7443

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

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 ओर के 8 वर्गों की संख्या का कुल योग होगी. सीधी अथवा आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक होना अनिवार्य है.

अष्टयोग 7442 का हल

7	5	3	4	2	1	6
2	24	1	27	6	36	3
1	3	2	4	5	6	7
3	31	6	31	1	30	5
5	7	4	6	3	2	1
4	39	7	39	4	25	2
6	1	5	3	7	2	4

Jagrutidaur.com, Bangalore

शब्दजाल - 8463

स	म	र	यु	दा	प	र	तू	ग	झ	दो		
ज	अ	ल	प	मु	रिं	शो	ना	दि	शा	आं		
अं	इ	नु	म	ल	दा	ल	ध	र	ला	खें		
ती	कु	दा	रा	धा	ब	क	प	रि	श	बा		
स	ति	श	न	धा	क	ब	री	ग	वी	र		
री	रं	ल	प	व	लि	र्त	ऐ	ती	प	ह		
क	गा	ल	श	गा	प	म	क्रां	कौ	या	हा		
स	बा	अ	र्जा	त	क	छ	प्प	ग	श	थ		
म	स	मि	तें	व	न	ज	मृ	शा	जू	द		
द	र	ल	श	ह	र	औ	र	स	प	ना		
थो	ड़ा	सा	रु	बा	घ	ब	हा	दु	र	क		

शब्द जाल में नेशनल अवार्ड विजेता 10 हिंदी फिल्मों के नाम ढूंढिए. दिए गए नाम उपर से नीच एवं तिरछे भी हैं.

मिर्जा गालिब, दो आंखें बारह हाथ, अनुराधा, शहर और सपना, तीसरी कसम, मृगया, शोध, दामुल, बाघ बहादुर, समर.

शब्दजाल - 8462 का हल

Jagrutidaur.com, Bangalore