



स्वागतम्-2025



सारंकृतिक वैविध्य ही हमारी पहचान : मुख्यमंत्री डॉ. यादव

जन-जागृति लाने में महर्षियों की बड़ी भूमिका, महर्षि श्री बालीनाथ जी परम संत थे। योग, तप, साधना और साह्यर्थ से जीना सिखाती है हमारी संस्कृति।

भोपाल (ए)। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा है कि भारत विभिन्न धर्मों, समाजों, भाषाओं और संस्कृतियों का देश है। सब भिलकर वर्तने संदर्भपूर्वक रहते हैं। सांस्कृति की पहचान ही हमारी आस्था और जीवन मूल है। विकास की ओर ले जाते हैं। योग, तप, साधना और साह्यर्थ से जीवन का समग्र विकास की शिक्षा सिफ़े भारतीय संस्कृति ही सिखाती है। समाज में जनजागृति लाने में महर्षियों की बड़ी अहम भूमिका रही है। महर्षि श्री बालीनाथ जी वर्तने उहाँसे में ऐसे हैं। वे परम संत थे।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव मंगलवार को उज्जैन श्री बालीनाथ जी बैरवा जयंती कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि जो असंभव दिखाता है, वो केवल सनातन धर्म में ही संभव है। महर्षि बालीनाथ जी ने समाज की कुरीतियों, रूढ़ियों और बुद्धियों को खत्त किया और सबको सद्गम की ओर ले जाने का काम किया। उहाँने बालीनाथ जी की सूक्ष्म में देश के दूरदूरां से आए बैरवा समाजजन को अधिकान करते हुए कहा कि इन प्रेस स्तरीय सामाजिक कार्यक्रम में आकर वे हों। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने श्री अखिल जूनवाल द्वारा लिखित पुस्तक भी बंदना का विमोचन भी किया। इसके बाद बैरवा समाज की बार्दक रैली को हरी झंगी दिखाकर रवाना किया।

कार्यक्रम में राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभारी) कोशल विकास एवं रोजगार विभाग एवं उज्जैन जिले के प्रभारी मंत्री गोतम टेटवाल, अखिल भारतीय बैरवा समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष वैदेश वैदेश जारवाल, लालराम बैरवा, राधेश्याम बैरवा, मुकेश टेटवाल, सू. एल. बैरवा, प्रभुगां प्रसिद्ध अन्य समाजजन उपस्थिति थी।

अगले साल होगी राज्य स्तरीय पंचायत

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि सरकार अगले साल बैरवा समाज की राज्य स्तरीय पंचायत का आयोग करेगा। इसमें देश के विभिन्न अंचलों में रहे और बैरवा समाजजन को अमित्रित किया जाएगा। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि राज्य सरकार प्रदेश में हो रहे आयोगिक विकास में बैरवा समाज के उद्योगपति और व्यवसायियों को जोड़कर बैरवा समाज का सर्वांगीण विकास करेगा। उज्जैन कहा कि बैरवा समाज के बच्चे खूब पढ़ते हैं, लिखते हैं और जाने का एवं सरकार हर जरूरी प्रयास और सहयोग भी करेगी।

सरकार पूरे ब्याज सहित मिल मजदूरों को उनका काम दिलाएगी। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि महर्षि बालीनाथ जी के बाटे मार्ग से प्रेरणा लेकर हमारी सरकार गरीबों के जीवन में उजाला लाने और उनके कष्टों का निवारण करने का प्रयास कर



रही है। हमारी सरकार ने उज्जैन की विनोद मिल के मजदूरों का संकट खत्त किया, उहाँ उके सभी हक दिलाए। इंदौर की हुक्मबंद मिल के मामले का भी समाधान किया। हम ज्यालियर को जेसी मिल्स के मजदूरों को भी उनका हक दिलाने की ओर आगे बढ़ रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश की ऐसी सभी बद मिलों, जिनके मजदूरों को उनका हक अब तक नहीं पढ़ाया था, सरकार पूरे ब्याज सहित उन मिल मजदूरों को उनका बाजिब हक दिलाएगा।

प्रियोगिता में मध्यप्रदेश ने 4 स्वर्ण और 1 रजत पदक अर्जित



भोपाल (ए)। मध्यप्रदेश के खिलाड़ियों ने उत्तरखण्ड के ऋषिकेश में 26 से 31 दिसंबर 2024 तक आयोजित ऑल इंडिया ओपन कैनो स्लालम चैंपियनशिप में ऐतिहासिक प्रदर्शन करते हुए 6 में से 5 पदक अपने नाम किए।

प्रतियोगिता में मध्यप्रदेश ने 4 स्वर्ण और 1 रजत

स्वर्ण पदक जीते

स्वर्ण पदक हासिल करने वालों में शिखा चौहान - K-1 वूमेन स्लालम, राहुल केवट - कायव स्लालम, अमित विश्वकर्मा - कायाक क्रॉस (पुरुष), विशाल केवट - कैनो स्लालम और रजत पदक पलवी जगतप ने C-1 वूमेन स्लालम में हासिल किया। चैंपियनशिप में कुल 6 पदकों के लिए मुकाबला हुआ, जिनमें से 5 पदक मध्यप्रदेश के खिलाड़ियों ने जीते। खेल पूरे युवा कल्याण मंत्री विश्वास कैलेश सारंग ने C-1 वूमेन स्लालम में हासिल किया। चैंपियनशिप में कुल 6 पदकों के लिए मुकाबला हुआ, जिनमें से 5 पदक मध्यप्रदेश के खिलाड़ियों ने जीते। खेल पूरे युवा कल्याण मंत्री विश्वास कैलेश सारंग ने इस अद्वितीय उपलब्धि पर खिलाड़ियों को बधाई दी और कहा कि यह जीत मध्यप्रदेश की खेल खेल खिलाड़ियों की कड़ी मेहनत और उक्त कौशिक जीवित परिणाम है। उहाँने सभी विजेताओं को शुभकामनाएं देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।



मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने उज्जैन में संत श्री बालीनाथ जी बैरवा की जयती पर उनकी प्रतिमा पर माल्यार्पण कर नमन किया।

मेट्रो फेज-2 के लिए 29 दुकानें तोड़ी

भोपाल (आरएनएस)। भोपाल की अरेंज लान के दूरवा फेज के लिए सोमवार सुबह 29 दुकानें तोड़ी दी गई। अल्पना तिराये से भोपाल रेलवे स्टेशन के प्लेटफर्म नंबर-6 तक यह कार्रवाई की गई। कुल 40 दुकानें दोरी वाली और ईरानी डेरा के आसपास करीब 30 अंतिक्रम हटेगा। कार्रवाई के बीच विधायक अतिफ अकोली भी मौके पर पहुंचे और दुकानदारों के विस्थापन की मार्ग उठाई। कार्रवाई से नाराज व्यापारियों की आरोप है कि, मामले में हाईकोर्ट में आज सुनवाई होनी वाली है, लेकिन उसे पहले ही प्रशासन ने कार्रवाई कर दी जिला प्रशासन उहाँने विस्थापित करें और उचित मुआवजा दें। ताकि, वे परिवार का भरण-पोषण और व्यापार कर सके। वहाँ देश के लिए दोरी वाली दोरी वाली और लेटेवा की विस्तृत सूची। 1। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 2। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 3। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 4। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 5। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 6। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 7। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 8। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 9। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 10। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 11। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 12। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 13। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 14। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 15। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 16। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 17। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 18। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 19। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 20। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 21। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 22। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 23। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 24। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 25। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 26। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 27। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 28। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 29। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 30। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 31। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 32। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 33। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 34। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 35। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 36। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 37। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 38। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 39। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 40। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 41। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 42। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 43। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 44। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 45। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 46। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 47। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 48। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 49। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 50। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 51। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 52। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 53। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 54। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 55। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 56। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 57। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 58। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 59। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 60। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 61। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 62। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 63। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 64। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 65। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 66। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 67। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 68। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 69। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बैरवा 70। गाड़ी संख्या 14319 इंदौर-बै

मोनालिसा ने थाई स्लिट ड्रेस में फ्लॉन्ट किया परफेक्ट फिगर, भोजपुरी छीन की लेटेस्ट तस्वीरों ने बढ़ाया इंटरनेट का पारा

भोजपुरी छीन मोनालिसा आए दिन अपनी लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर शेयर कर अक्सर फैस का ध्यान अपनी ओर खाँचती रहती है। वो जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर अपडोड करती हैं तो वो चंद ही मिनटों में वायरल होने लगती हैं। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें फैस के बीच शेयर की हैं। इन फोटोज में उनका किलर अवतार देखकर फैंस बेकाबू हो गए हैं।



मोनालिसा भोजपुरी और टीवी इंडस्ट्री की पॉपुलर एक्ट्रेस हैं। उन्होंने अपनी अदाकारी से लोगों को इस कदर दीवाना बनाया है कि लोग उनकी तारीफ करते नहीं थकते हैं।

अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनका स्टनिंग अंदाज देखकर फैंस एक बार फिर से उनकी तारीफ करते नहीं थक रहे हैं।

अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें फैस के बीच शेयर की हैं। इन फोटोज में अप देख सकते हैं को एथेनिक लुक से इंटरनेट पर कहर बरपा रही हैं।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैस अक्सर उनकी तस्वीरों पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं।

हालांकि इन फोटोज में भी ऐसा ही देखने को मिल रहा है। एक युजर ने कॉमेंट करते हुए लिखा है- दूसरे यूजर ने लिखा है- स्टनिंग। ऐसे ही एक के बाद लाइक्स और कॉमेंट्स करते रहे हैं।

मोनालिसा सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती है। इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट भी काफी बढ़ायड करती है। इन्स्टाग्राम पर अपलोड रखती है तो फैस अक्सर उनके स्टाइल को फॉलो इसकी कुल कमाई 28.65 करोड़ रुपये हो गई।

विवादों से घिर चुकीं रुपाली ने की सोशल मीडिया पोस्ट, लिखा-'मैं ड्रामा अवॉयड करती हूं क्योंकि'

हाल ही में 'अनुपमा' सीरियल की लीड एक्ट्रेस रुपाली गांगुली ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी पर एक पोस्ट को शेयर किया। जिसमें कुछ ऐसा लिखा है जो रुपाली गांगुली की तरह से खुद पर लगाए जा रहे आरोपों का मुंहतोड़ जवाब कहा जा सकता है। क्या पोस्ट की रुपाली ने और किसको दे रही हैं वह यह बाबा, विस्तार से जानिए?

बातों को मुंह पर कहती हैं

रुपाली ने इंस्टाग्राम पर जो पोस्ट शेयर की है, उस पर कुछ ऐसा लिखा- 'मैं ड्रामा अवॉयड करने की कोशिश करती हूं क्योंकि मेरे मुंह पर कोई फिल्टर नहीं लगा।' इस पोस्ट के जरिए शायद यही कहना चाहती है कि जो कुछ भी वह कहती हैं, मुंह पर कह देती हैं, चाहे वह अच्छा हो या बुरा। वह बातों को लाग-लपेटे के साथ नहीं कहती है।

बाहर निकलती तोंद को रिलम-ट्रिम बनाने के लिए खाना शुरू करें ये सफेद चीज, महीने भर में दिखेगा असर



आजकल बड़ी संख्या में लोगों की तोंद कपड़ों के बाहर झांकती नजर आती है। और मोटापे का शुरुआत संकेत माना जाता है। अगर आप भी इसी बाहर निकलती तोंद और मोटापे से परेशान हैं तो किचन में रखी एक चीज को सेवन से इसे कटौत कर सकते हैं। इसे खाने से आप एकदम स्लिम-ट्रिम हो जाएंगे। इस एक चीज को आपका वजन के रूप में भी ले सकते हैं। यहां बताया गया है कि जिन चीजों को आपका वजन कम करने के लिए लेना चाहिए।

की. इम मेवा में कैल्शियम से लेकर कई पोषक तत्व भरपूर मात्रा में होते हैं। अगर आप स्वाद के शौकीन हैं तो मसावे को धी-नमक या काली मिर्च के फ्लेवर के साथ रोस्ट कर खा सकते हैं। इन्हाँ ही नहीं नियमित रूप से मसावे का सेवन आपका वजन कम करने में भी काफी लाभदायक साबित हो सकता है। इसे जानते हैं कि कैसे मसावे का सेवन करें।

मखाना खाने से कम होता है वजन ?

कई लोगों के मन में ये सवाल ये ज़रूर होता है कि आखिरकार मखाना खाने से कम होता है वजन ? इसका जवाब है कि मसावे में डाइटरी फाइबर पाया जाता है। इसमें मौजूद फाइबर मेटाकॉलिनम को ब्रूस्ट करता है। इसके फैट बर्निंग प्रोसेस तेज हो जाती है। इसके साथ ही मसावे में मौजूद कैल्शियम से लेकर आयरन और मैग्नीशियम वजन को बढ़ाने से रोकते हैं। यह डाइजेशन को बेहतर बनाता है। इससे व्यक्ति का फैट कम हो जाता है।

वजन कम करने के लिए खाएं मसावे का भेल

अगर आप वजन कम करना चाहते हैं तो इसके लिए मसावे की भेल बनाकर खा सकते हैं। इसके लिए एक बाल में टमाटर, प्याज, हरी मिर्च, ककड़ी और खीरा काट लें। इसके बाद मसावों को काढ़ाई में डालकर हल्का सा फाई कर ले। अब टमाटर, प्याज, हरी मिर्च, ककड़ी और खीरा को मसावों के साथ मिश्न कर ले। इसमें नमक, नीबू, इमली की चटनी और काली मिर्च डाल लें। आपकी मिश्न चाट बनकर तैयार हो जाएगी।

वजन कम करने के लिए खाएं भूने मसावे

अगर आप वजन कम करना चाहते हैं तो मसावों को डाइट में जरूर शामिल करें। आप इसे भूनकर भी खा सकते हैं। खासियत बनाने के लिए एक कढ़ाही में थोड़ा सा धी और नमक डालें। इसके बाद मसावों को धीमी और चम्प पर भून लें। सुबह नाते के समय और शाम को सेवन के रूप में लें। इससे आपका वजन धीरे धीरे कट जाएगा।

अशनूर कौर को फिल्म किसको था पता से मिला शनदार अनुभव

खान अहम रोल में हैं।

अभिनेत्री अशनूर कौर ने अपनी नई फिल्म 'किसको था' में अपने किरदार 'त्रिया' को लेकर बताया कि वह भावनात्मक उत्तर-चाहाव से भरा है, जो कमज़ोरी, ताकत और फिर से खुद के क्रिक्टर को खोजने से जुड़ा है। अभिनेत्री ने बताया कि फिल्म के जरिए उन्हें शनदार अनुभव मिला।

अपनी भूमिका के बारे में बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया, मैं ऐसी खुबसूरती से लिखी गई कहानी का हिस्सा बनने के लिए ध्यय महसूस करती हूं, जो दर्शकों को बात करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्रिया का सफर भावनाओं से भरा है।

अभिनेत्री ने बताया कि वह करते हुए अशनूर ने बताया, त्रिया एक ऐसा किरदार है, जो हाल ही में उस व्यक्ति के साथ गहराई से जुड़ती है, जिसने याकूब की ताकत और उसे खोने के डर को अनुभव किया है। त्र

